

SZKOLENIE Z MODELU i7W DLA TRENERÓW PZLA



Fundacja
Sportu
Pozytywnego



SZKOLENIE Z MODELU i7W

7 SPOTKAŃ ONLINE NA ŻYWO

PROWADZĄCE

ALEKSANDRA
POGORZELSKA



psycholog sportu i biznesu, trener II klasy pływania. Od 20 lat związana ze sportem. Jako zawodniczka ukończyła blisko 100 triathlonów, w tym dwukrotnie zawody IRONMAN. W pracy zawodowej wprowadza mistrzowskie strategie ze sportu do biznesu i na odwrót.

aleksandra.pogorzelska@championconsulting.pl

NATALIA
PAWELSKA



psycholog sportu, aktualnie pracuje w Polskim Związku Łyżwiarstwa Szybkiego. W przeszłości trenowała lekkoatletykę.

Współpracowała z kadrami paraolimpijską w lekkoatletyce przed Igrzyskami Paraolimpijskimi w Rio de Janeiro.

n.pawelska@gmail.com

TERMINY SPOTKAŃ

CZAS TRWANIA 60 MIN.

1

3 listopada 20:00
INSPIRUJ

2

10 listopada 20:00
WYJAŚNIAJ

3

17 listopada 20:00
WYMAGAJ

4

24 listopada 20:00
WSPIERAJ

5

1 grudnia 20:00
WYNAGRADZAJ

6

8 grudnia 20:00
WYRÓŻNIAJ

7

15 grudnia 20:00
WZRASTAM
WYGRYWAM

JAK UCZESTNICZYĆ W SPOTKANIU?

1. WEJDŹ NA STRONĘ ZOOM.US I ZAREJESTRUJ SIĘ.
2. POBIERZ APLIKACJĘ ZOOM NA KOMPUTER ALBO TELEFON.
3. DOŁĄCZ DO SPOTKANIA KLIKAJĄC W LINK, KTÓRY OTRZYMASZ W MAILU PRZED SPOTKANIEM.

FILM INSTRUKTAŻOWY JAK WYKONAĆ 3 POWYŻSZE KROKI ([KLIKNIJ](#))



Model zawiera wskazówki do pracy trenerów skupione w 6-ciu strategiach: **Inspiruj**, **Wyjaśnij**, **Wymagaj**, **Wspieraj**, **Wynagradzaj** i **Wyróżniaj**, których efektem jest postęp w dwóch obszarach: **Wzrastam** i **Wygrywam**.



Korzyści dla trenerów wynikające ze znajomości modelu:

- zwiększenie motywacji do pracy wśród trenerów i zawodników
- usprawnienie komunikacji na linii trener-zawodnicy
- kierowanie jasnych zasad i oczekiwań w stosunku do zawodników
- tworzenie atmosfery sprzyjającej wszechstronnemu rozwojowi
- zwrócenie uwagi na postępy w pracy, docenienie wysiłku trenerów i zawodników
- wzmocnienie poczucia wyjątkowości wśród zawodników
- dostarczenie zawodnikom nowych bodźców do rozwoju
- przełamanie codziennej rutyny i monotonii treningowej
- usystematyzowanie warsztatu pracy trenera