

# WEST HAM POLAND CAMP – KOSZALIN

Obóz dochodzeniowy | **EUROBOISKO BAŁTYK ul. Andersa 16**

## RODZICU – PRZECZYTAJ UWAŻNIE

To nie jest kolejny „camp dla wszystkich”. To 5 dni w angielskim standardzie akademii – intensywność, porządek i realny feedback.

Bez chaosu. Bez przypadków. Z planem – jak w West Ham (Londyn).

**Jeśli chcesz, żeby Twoje dziecko trenowało mądrzej i odważniej – to jest miejsce.**

### Dlaczego to jest inne?

10 lutego 2026 roku Fundacja ProBallSkills Poland została oficjalnie Development Partnerem West Ham United (London) z wyłącznością na Polskę.

To nie wydarzyło się przypadkiem. Przez wiele miesięcy nasza praca była obserwowana i weryfikowana – na boisku, w codziennych treningach, w organizacji i podejściu do młodego piłkarza.

**Nie wygraliśmy tego marketingiem. Wygraliśmy to ciężką, uczciwą pracą.**

### Mówimy uczciwie

Nie obiecujemy cudów. Nie obiecujemy „wielkich testów” i szybkich kontraktów.

**Obiecujemy uczciwy proces: plan -> intensywność -> feedback -> powtarzalność -> rozwój.**

Bo talent to tylko kropla w morzu. Na sukces składa się praca, determinacja, odwaga, wsparcie, głowa i czas.

### Najważniejsze cele i filozofia naszych camps

Tu liczy się to, co działa w meczu. Nie uczymy „sztuczek dla sztuczek”. Uczymy ruchów i decyzji, które dają przewagę na boisku.

A kiedy młody piłkarz popełnia błąd? My się cieszymy – bo wtedy uczy się najszybciej. W naszym angielskim systemie nie ma wstydu za próbę. Jest powtarzalność, odwaga i postęp.

### Co trenujemy – konkretnie

**1) 80% campu = technika użytkowa / meczowa**

Skupiamy się na technice, która ma natychmiastowe przełożenie na grę: przyjęcie kierunkowe, gra pod presją, decyzja w czasie, tempo i scanning. Dużo powtórzeń, dużo prób – i dużo nauki na błędach.

## **2) Dwie „wiązanki” skills i dryblingu – nasz system na szybką nogę**

- Wiązanka 1: 2-3 skuteczne zwody + wejście w drybling. Nie potrzebujesz 40 zwodów – potrzebujesz kilku, które realnie robią przewagę.
- Wiązanka 2: drybling – balans ciała, zmiana tempa i kombinacje prowadzenia piłki.

Po campie rodzic otrzymuje opis „wiązańek” do pracy w domu – regularna powtarzalność to najszybsza droga do postępu.

## **BAZY TRENINGOWE – SYSTEM PROBALLSKILLS x STANDARD WEST HAM**

Na campie pracujemy w „bazach” – to uporządkowane bloki treningowe, które prowadzą dziecko od fundamentu, przez powtarzalność, aż do zastosowania w meczu. Każda baza ma jasny cel, proste zasady i mierzalny progres.

Dzięki temu młody piłkarz nie trenuje „na przypadek” – tylko uczy się konkretnych umiejętności, które potem widać w grze: odwaga 1v1, pierwszy kontakt, decyzja pod presją, tempo oraz scanning (skanowanie boiska).

### **Baza 1 – Pierwszy kontakt i przyjęcie kierunkowe (First Touch)**

Uczymy przyjęć, które od razu dają przewagę: przyjęcie w tempo, w wolną przestrzeń i odwrócenie presji. Zasada: piłka ma „pracować” dla Ciebie – jedno przyjęcie ma otworzyć kolejne działanie.

### **Baza 2 – Scanning i gra z podniesioną głową**

Trening reakcji i decyzji: skan przed przyjęciem, w trakcie prowadzenia i przed zwodem. Pracujemy z kolorami/znacznikami (także na tabletach) – dziecko uczy się widzieć więcej i grać szybciej, bez paniki.

### **Baza 3 – Szybka noga: wiązanka skills (zestaw meczowy)**

Nie 40 sztuczek – tylko 2-3 zwody, które realnie działają w meczu. Uczymy wejścia w drybling, ustawienia ciała i „timingu” – kiedy zwód ma sens i jak go odpalić pod presją.

### **Baza 4 – Drybling meczowy: balans + zmiana tempa i kierunku**

Budujemy nawyk, który odróżnia odważnych zawodników: zmiana tempa po zwodzie, prowadzenie piłki na dwie nogi, praca biodrem i barkiem. Cel: wygrać pojedynek i iść do przodu.

### **Baza 5 – Gra 1v1 / 2v1 w ataku (odwaga i decyzja)**

Sytuacje z meczu: atak na obrońcę, prowokowanie reakcji, „czytanie” nóg obrońcy, wybór strony i moment przyspieszenia. 2v1 uczy właściwej decyzji: drybling albo podanie – ale zawsze z myślą o przewadze.

### **Baza 6 – Finalizacja i małe gry zadaniowe (transfer do meczu)**

Strzał po prowadzeniu, po zwodzie i spod presji. Do tego gry 3v3/4v4 z zadaniami: szybkie przejścia, pressing, otwieranie się i gra do przodu. Tu zamykamy bazę: umiejętność musi „zadziałać” w grze.

### **Praca domowa po campie**

Każdy rodzic otrzymuje opis wiązanek oraz wskazówki, jak ćwiczyć bazy w domu (krótkie, regularne bloki 15–25 minut). Powtarzalność + poprawna technika = odwaga w meczu i szybszy progres.

### **3) Angielski na treningu – klimat jak w akademii**

Pracujemy w języku angielskim (około 70% komend). Jednocześnie 2-3 trenerów jest dwujęzycznych (PL/EN), więc wszystko jest zrozumiałe i bez stresu.

### **4) Rodzice – prosimy o jedno: bez oczekiwania cudów**

Trenerzy dają 200%. Od zawodników wymagamy 100%. Dzieci są na różnych poziomach, dlatego dbamy o selekcję treningową: najlepsi pracują z najlepszymi, a grupy podstawowe trenują razem według umiejętności.

**Jest intensywność i ciężka praca, ale jest też radość z piłki. Uśmiech Waszych dzieci jest dla nas najważniejszy!**

### **Format Elite – organizacja dnia**

**Codziennie: 9:00–15:00 (6 godzin) – intensywny trening + gry i zadania z piłką.**

Pokażemy, jak łączyć motorykę z piłką przy nodze: gra z głową do góry, scanning i decyzje w czasie, także z użyciem tabletek z kolorami.

Na każdym campie pracuje kamera sportowa, która nagrywa działania zawodników – aby trenerzy mogli dawać precyzyjny feedback.

**Posiłek regeneracyjny w trakcie campu jest wliczony w cenę.**

### **Dlaczego ten camp jest elitarny?**

- Autentyczna kadra z Londynu + program treningowy zbliżony do realiów akademii Premier League.
- Małe grupy i realna jakość pracy: 1 trener na 10-12 zawodników.
- Angielska intensywność i mentalność: trener daje 200% – Ty daj swoje 100%.

- Rozwój odwagi i decyzyjności: 1v1, 2v1, gra do przodu pod presją obrońców, zmiany tempa i kierunku, pierwszy kontakt z piłką.
- Selekcja treningowa w stylu angielskim: grupy o podobnym poziomie (challenge i szybciej rosnące tempo nauki).
- 70% komend po angielsku – nauka angielskiego przez piłkę; profesjonalne wsparcie tłumaczeniowe po polsku.
- Analiza i feedback poza boiskiem: krótkie podsumowania, pytania dzieci, praca nad „głową” – odwagą, koncentracją i nawykami.

## Kadra trenerska, kontrola jakości i bezpieczeństwo

### West Ham United (Londyn)

- 6 trenerów z West Ham United – rodzice otrzymają potwierdzenie w formie pliku z opisem trenerów (generowane z głównej bazy West Ham w Londynie).
- Autentyczny sztab – bez zastępstw i bez pozorów. 200% zaangażowania na boisku.

### West Ham Foundation Poland

- 1-2 trenerów/koordynatorów West Ham Foundation Poland – sprawdzani pod kątem kwalifikacji i zatwierdzani przez West Ham London (UK).
- Wsparcie organizacyjne, językowe (PL/EN) i wychowawcze w trakcie całego campu.

### Asystenci trenerów

- 1-3 młodych piłkarzy – praktyka pod okiem sztabu West Ham; przygotowanie do kursów UEFA (asysta w organizacji ćwiczeń, podawanie piłek, wsparcie grup).

### Zabezpieczenie medyczne

- Na każdym treningu obecna osoba odpowiedzialna za szybką reakcję na drobne urazy i wsparcie pierwszej pomocy.

## Turniej na zakończenie

Każdy camp w ostatni dzień kończymy dużym turniejem w dmuchanych bandach 3v3. Twoje dziecko praktykuje to, czego się nauczyło: odważny drybling, szybkie decyzje, mnóstwo goli i radości z gry.

**Każde dziecko jest zwycięzcą – każdy otrzymuje pamiątkowy certyfikat West Ham oraz medal.**

Sprawdź nasze turnieje na stronie [www.proballskills.com](http://www.proballskills.com) oraz na Facebooku: PROBALLSKILLS.

## FAQ dla rodziców

**Czy trenerzy będą naprawdę z West Ham?** Tak – rodzice otrzymają potwierdzenie: plik z opisem trenerów wygenerowany z głównej bazy West Ham w Londynie.

**Czy dziecko musi znać angielski?** Nie. Około 70% komend jest po angielsku, ale koordynator i część sztabu mówi po polsku i tłumaczy na bieżąco.

**Jak wygląda podział na grupy?** Po pierwszym treningu wprowadzamy podział rozwojowy (challenge-based). Najlepsi trenują z najlepszymi, a pozostałe grupy pracują na swoim poziomie – żeby rozwój był szybszy i bez frustracji.

**Czy można przyjechać obejrzeć turniej?** Tak – rodzice mogą kibicować podczas turnieju w dmuchanych bandach.

**Co jeśli dziecko ma drobny uraz?** Na każdym treningu jest osoba odpowiedzialna za zabezpieczenie medyczne i pierwszą pomoc.

### Lista rzeczy do zabrania

- Buty: korki (jeśli nawierzchnia na to pozwala) i/lub turfy; warto mieć też obuwie na halę (na wypadek zajęć pod dachem).
- Ochraniacze – obowiązkowe.
- Bidon, ręcznik na trening, klapki.
- Każde dziecko otrzyma komplet West Ham treningowy plus dodatkowo koszulkę (wskazane własne skarpetki treningowe i obowiązkowe ochraniacze na piszczele).
- Kosmetyki, mała apteczka osobista (jeśli dziecko stosuje stałe środki).
- Informacja o ewentualnych alergiach / ważnych zaleceniach zdrowotnych.

### Rezerwacja i płatność

Wpłaty przyjmujemy wyłącznie przez stronę internetową: zakładka OBOZY / TURNIEJE.

Wybierasz camp, dodajesz do koszyka i opłacasz zamówienie.

Przed zakupem prosimy o dokładne zapoznanie się z opisem – w razie pytań służymy pomocą.

**Limit miejsc: minimum 60 i maksimum 90 uczestników. Decyduje kolejność zgłoszeń. To camp elitarny – ma być jakość, a nie masówka.**

### EXTRA+ - ważne informacje dla rodziców

#### 1) Telefony i kontakt z rodzicami

- Telefony nie są zabierane „na stałe” – dzieci mają wyznaczony czas na kontakt z rodzicami (zgodnie z planem dnia).
- Poza tym czasem prosimy o ograniczenie korzystania z telefonu – dla koncentracji, odpoczynku i integracji.
- W sytuacjach pilnych rodzic może skontaktować się z koordynatorem West Ham Foundation Poland (numer podamy w informacji organizacyjnej przed campem).
- Jeśli dziecko potrzebuje kontaktu wcześniej (samopoczucie, stres, sprawy rodzinne) – pomagamy natychmiast. To jest priorytet.

#### 2) Dla kogo jest camp i jak działają poziomy

- Camp jest elitarny jakością, a nie „dla wybranych”. Przyjeżdżają dzieci z różnych klubów i o różnym doświadczeniu.
- Grupy treningowe dobieramy po pierwszej obserwacji (i aktualizujemy je w razie potrzeby).
- Zasada „najlepsi grają z najlepszymi” oznacza: więcej tempa, więcej wyzwań, więcej decyzji – czyli szybszy rozwój.
- Grupa rozwojowa (development) pracuje w swoim tempie, ale w tej samej metodologii i z tą samą intensywnością pracy trenerskiej.
- Nie ma „gorszych dzieci” – są różne etapy rozwoju. Każdy dostaje challenge dopasowany do siebie.
- Najważniejsze kryterium awansu między poziomami: odwaga, powtarzalność i zaangażowanie – nie nazwisko i nie klub.

### **Hasło, które czujesz na boisku**

*„Każdy trener zawsze jest na 200% zaangażowania... dlatego młody piłkarzu – jak będziesz na 100%, to każdy będzie szczęśliwy.”*

**Jeśli chcesz, żeby Twoje dziecko poczuło różnicę w jakości pracy, intensywności i podejściu – to jest ten camp. Bez pozorów. Bez kompromisów. Prawdziwy standard Premier League w Polsce.**