

WEST HAM CAMPS POLAND - KRAKÓW

Oferta 3-dniowego campu dochodzeniowego

Akademia Piłkarska KS Borek Kraków

Termin proponowany: 1-3 maja 2026 | Format: 3 dni | Minimum 60 uczestników | Cena: 790 zł / dziecko

Fundacja ProBallSkills Poland, działająca w projekcie West Ham Camps Poland, przedstawia ofertę organizacji 3-dniowego campu dochodzeniowego w Krakowie. To projekt oparty na angielskim standardzie pracy, wysokiej intensywności zajęć, małych grupach treningowych i realnym feedbacku dla dzieci.

Naszym celem nie jest stworzenie kolejnego "campu dla wszystkich". Chcemy dać młodym zawodnikom i zawodniczkom z Polski kontakt z jakością treningu, która rozwija odwagę w grze, szybkość decyzji, skuteczny drybling, lepsze przyjęcie kierunkowe i większą pewność siebie w warunkach meczowych.

Model campu	3 dni szkoleniowe: 2 dni intensywnego treningu w grupach + 3. dzień finałowy z porannym treningiem i turniejem 3x3 w dmuchanych bandach.
Uczestnicy	Minimum 60 dzieci w jednej turze campu.
Kadra	5 trenerów West Ham: 4 trenerów z Londynu z West Ham oraz koordynator West Ham Foundation Poland.
Cena	790 zł od dziecka.

KIM JESTEŚMY I DLACZEGO ROBIMY TEN PROJEKT

West Ham Camps Poland to projekt szkoleniowy budowany wokół jakości treningu, porządku organizacyjnego i realnego rozwoju młodego zawodnika. Chcemy, aby dzieci w Polsce mogły trenować w środowisku, które uczy nie tylko techniki, ale także odwagi, odpowiedzialności za decyzję i rozumienia gry.

Dlatego nasze campy są prowadzone według jasnego planu: intensywność, powtarzalność, małe grupy, dużo kontaktów z piłką, dużo sytuacji meczowych i czytelny feedback. Nie obiecujemy cudów. Dajemy uczciwy proces treningowy i standard pracy, który ma przełożenie na boisko.

Dzieci w Polsce dostają od nas bardzo konkretne wartości: kontakt z wymagającym, ale wspierającym środowiskiem treningowym; praktyczne narzędzia do pracy nad dryblingiem i techniką użytkową; doświadczenie gry pod presją; oraz motywację do dalszego rozwoju po zakończeniu campu.

NAJWAŻNIEJSZE FILARY CAMPU

1. Technika użytkowa, a nie sztuczki dla sztuczek

Skupiamy się na działaniach, które realnie pomagają w meczu: scanning, pierwsze przyjęcie, drybling, zmiana tempa, gra pod presją i szybka decyzja.

2. Odwaga i nauka na błędzie

Na campie błąd nie jest problemem - jest częścią nauki. Chcemy, aby dzieci próbowały, podejmowały decyzje i rozwijały się bez lęku przed pomyłką.

3. Małe grupy i wysoka liczba powtórzeń

Praca jest zorganizowana tak, aby zawodnicy nie stali w kolejkach. Chodzi o jakość kontaktu z trenerem i dużą liczbę realnych powtórzeń.

4. Meczowe środowisko

Każdy blok treningowy prowadzi dzieci w stronę boiskowych decyzji. Trenujemy po to, aby młody piłkarz lepiej radził sobie w prawdziwej grze.

KONCEPCJA CAMPU

Camp w Krakowie opiera się na trzech logicznie połączonych dniach pracy:

Dzień 1: wprowadzenie do standardu West Ham, podział na grupy, diagnoza treningowa i rozpoczęcie pracy nad podstawowymi zasadami techniki użytkowej oraz gry pod presją.

Dzień 2: utrwalenie wzorców, większa intensywność, więcej działań meczowych i większa odpowiedzialność za decyzję w pojedynkach oraz małych grach.

Dzień 3: poranny trening: omówienie zasad dryblingu i skills, zakodowanie niektórych reguł meczowych, przypomnienie wiązań dryblingu i praktykowanie pod prawdziwą presją meczową. Następnie od godziny 12.00 rozpoczynamy turniej 3x3 w dmuchanych bandach.

KADRA CAMPU

Kadrę campu stanowi 5 trenerów West Ham: 4 trenerów z Londynu z West Ham oraz 1 trener West Ham Foundation Poland - koordynator. W przekazie organizacyjnym i promocyjnym komunikujemy jedną, spójną kadrę West Ham.

Skład kadry	4 trenerów z Londynu z West Ham oraz koordynator West Ham Foundation Poland.
Komunikacja marki	Łącznie 5 trenerów West Ham prowadzących camp i odpowiadających za jego standard szkoleniowy.

PROGRAM SZKOLENIOWY

Program obejmuje pracę nad elementami, które mają bezpośrednie przełożenie na mecz:

- scanning i przygotowanie decyzji przed przyjęciem piłki
- 1st touch / 2nd touch i przyjęcie kierunkowe, w tym baza przyjęć kierunkowych - nauka 4 meczowych przyjęć kierunkowych w warunkach meczowych

- drybling meczowy, zmiana tempa i balans ciała
- skills i wiązanki dryblingowe do wykorzystania w pojedynkach
- gra pod presją oraz reakcja po stracie

W dniach 1 i 2 każdy uczestnik przechodzi dodatkowo wspólny 30-minutowy blok techniczny: baza przyjęć kierunkowych - nauka 4 meczowych przyjęć kierunkowych w warunkach meczowych. Ten element realizowany jest dla wszystkich grup według tego samego standardu.

- małe gry 1v1, 2v2 i 3v3

PLAN 3 DNI CAMPU

Dzień 1 - wprowadzenie, diagnoza i standard pracy

Godzina	Plan
08:30-08:50	Rejestracja, przywitanie, podział na grupy i omówienie zasad campu.
08:50-09:15	Aktywacja z piłką, koordynacja i wejście w intensywność.
09:15-10:00	Blok treningowy 1 - praca w grupach i rotacja po zadaniach.
10:00-10:15	Drugie śniadanie.
10:15-10:45	Baza przyjęć kierunkowych - nauka 4 meczowych przyjęć kierunkowych w warunkach meczowych. Blok wspólny dla wszystkich grup.
10:45-11:30	Blok treningowy 2 - technika użytkowa, decyzja i gra pod presją.
11:30-12:15	Zabawy i gry w warunkach meczowych - odwaga, reakcja i szybka decyzja.
12:15-13:15	Małe gry zadaniowe, szybki feedback i podsumowanie dnia.
13:15-14:15	Obiad.

Dzień 2 - intensywność, powtarzalność i rozwój detali

Godzina	Plan
08:30-08:50	Aktywacja i wejście w pracę z piłką.
08:50-09:35	Blok treningowy 1 - scanning, przyjęcie i decyzja.

09:35-10:20	Blok treningowy 2 - drybling, skills i zmiana tempa.
10:20-10:35	Drugie śniadanie.
10:35-11:05	Baza przyjęć kierunkowych - nauka 4 meczowych przyjęć kierunkowych w warunkach meczowych. Blok wspólny dla wszystkich grup.
11:05-11:50	Zabawy i gry w warunkach meczowych - pojedynki, reakcja i odwaga w decyzji.
11:50-13:15	Małe gry, feedback oraz przygotowanie do dnia finałowego.
13:15-14:15	Obiad.

Dzień 3 - trening poranny i turniej 3x3

Godzina	Plan
08:30-08:50	Rozgrzewka.
08:50-09:30	Powtórzenie wiązanki skills.
09:30-09:45	Drugie śniadanie.
10:00-11:00	Praktykowanie wiązanki dryblingu i ćwiczenia przyjęć kierunkowych.
11:00-11:20	Omówienie zasad turnieju i przygotowanie.
11:30-12:20	Turniej 3x3 w dmuchanych bandach - część 1.
12:30-13:15	Obiad.
13:20-15:00	Turniej 3x3 w dmuchanych bandach - część 2.
15:00-15:45	Rozdanie nagród, podsumowanie obozu i zdjęcia.

CO ZAPEWNIĄ WEST HAM CAMPS POLAND

- pełny program sportowy i organizacyjny 3-dniowego campu
- kadrę 5 trenerów West Ham
- strój piłkarski dla każdego uczestnika
- medal i certyfikat dla każdego uczestnika

- piłki West Ham do prowadzenia zajęć
- organizację dnia finałowego i turnieju 3x3 w dmuchanych bandach
- standard szkoleniowy i komunikacyjny marki West Ham Camps Poland

CO ZAPEWNIĄ ORGANIZATOR LOKALNY - KS BOREK KRAKÓW

- boiska, szatnie i pełne zaplecze obiektowe
- sprzęt piłkarski poza piłkami
- codziennie drugie śniadanie i obiad dla każdego dziecka
- pomoc przy rozstawieniu i złożeniu dmuchanych band
- organizację grupy minimum 60 uczestników
- lokalne wsparcie organizacyjne i informacyjne

WARUNKI OFERTY

Cena uczestnictwa w campie wynosi 790 zł od dziecka.

Oferta została przygotowana dla jednej tury campu, przy założeniu minimum 60 uczestników. Szczegóły organizacyjne, komunikacyjne i promocyjne mogą zostać doprecyzowane wspólnie przed uruchomieniem zapisów.

SPRAWDŹ NAS

Zachęcamy rodziców, aby przed zapisami sprawdzili nasze media społecznościowe oraz stronę internetową i poznali sposób, w jaki pracujemy z dziećmi w Polsce i w środowisku West Ham.

Strona internetowa: www.proballskills.com

Facebook: @proballskills

Instagram: @proballskills

Facebook: West Ham Foundation Poland

West Ham Camps Poland

Projekt szkoleniowy realizowany przez Fundację ProBallSkills Poland