



AKADEMIA
PIŁKARSKIEGO
ROZWOJU

Akademia Piłkarskiego Rozwoju „Lampart”

Trampolina do kariery

Ścieżka rozwoju zawodnika w strukturach klubu
sportowego Akademia Piłkarskiego Rozwoju „Lampart”



SPIS TREŚCI

1

Idea — 3

2

Przewagi APR „Lampart” — 6

3

Ścieżka kariery zawodnika — 8

4

Lokalizacje — 17

5

Akademia Piłkarskiego Rozwoju „Lampart” *PRO — 19

6

Nasi wychowankowie — 32

7

Centralne bazy szkolenia Akademii — 35

8

Nasze Projekty — 40

9

Kontakt — 43

1

Idea



O AKADEMII

Celem Akademii Piłkarskiego Rozwoju „Lampart” jest zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju na każdym etapie szkolenia oraz wychowanie przyszłych reprezentantów Polski.

Akademia Piłkarskiego Rozwoju „Lampart” to największa akademie piłkarska w Europie, która szkoli blisko 8150 zawodników od 4 roku życia do seniora. Obecnie jest jedną z 5 akademii piłkarskich w Polsce posiadającą drużyny w każdym roczniku, w najwyższych klasach rozgrywkowych oraz drużynę seniorów złożoną niemal z samych juniorów i wychowanków.

Akademia Piłkarskiego Rozwoju „Lampart” z roku na rok rośnie w siłę i jest **uznaną marką w Polsce** rywalizującą na równym poziomie z najsilniejszymi klubami.

Dzięki odpowiedniej strukturze i organizacji rozwoju piłkarzy, nasze **drużyny odnoszą sukcesy na każdym etapie szkolenia**, a zawodnicy są powoływani do młodzieżowych Reprezentacji **Polski** i trafiają do uznanych klubów z Ekstraklasy.

Wdrażana metodologia fundamentów gry pozwala w pełni koncentrować się na zawodniku, jego ścieżce rozwoju oraz jakości gry, a osiąganе wyniki drużynowe są efektem pracy, a nie celem samym w sobie.

Innowacyjna metodologia, chęć ciągłego rozwoju, najlepsze bazy treningowe, projekty PRO w tym **Szkoły Mistrzostwa Sportowego**, to tylko kilka przewag naszego klubu.





„Mamy przemyślaną ścieżkę rozwoju zawodnika, wydzielone struktury lokalizacyjne i reprezentacyjne oraz doświadczoną kadre trenerską. Nie musimy współpracować tylko z jednym klubem na wyłączność, jak to czyni wiele szkółek, bo wówczas zamykane są ścieżki rozwoju zawodników, co dobitnie pokazuje historia wielu zmarnowanych talentów”

Marek Pawłowski
Dyr. ds. Sportu APR „Lampart”



„Unikatowa koncepcja szkolenia, własne reprezentacje regionów oraz Polski, certyfikowane kompleksy sportowe, gra w Centralnej Lidze Juniorów, czy szybkie wprowadzanie już 16-latków do drużyny seniorów, to ważne elementy na ścieżce rozwoju, które wypracowaliśmy przez ostatnie lata dołączając do czołówki klubów szkolących młodzież”

Piotr Matecki
Prezes Zarządu APR „Lampart”



„Olbrzymią przewagą, nawet nad największymi akademiami w kraju, jest niezależność oraz silne reprezentacje regionów, których jest już 10 w zachodniej Polsce”

Bartosz Kujawa
Zastępca Dyr. ds. Sportu
APR „Lampart”

2

Przewagi APR „Lampart”



NASZE FILARY

I

ROZWÓJ ZAWODNIKA

Treningi prowadzone są już od 4. roku życia. Grupy zajęciowe, ćwiczenia na treningu oraz zadania domowe online dopasowane są do wieku i poziomu umiejętności dziecka. Trenujemy przez 12 miesięcy w roku.

II

KADRA TRENERSKA

Nasi trenerzy to fachowcy w dziedzinie nauczania piłki nożnej (kursy UEFA A, UEFA B i UEFA C) mający odpowiednie przygotowanie pedagogiczne. Akademia, poprzez dedykowane warsztaty i webinary, pracuje nad nieustannym rozwojem swoich szkoleniowców w zakresie motoryki i ćwiczeń zwiększających sprawność.

III

PROFILAKTYKA I ZDROWIE

Akademia oferuje opiekę klubowego fizjoterapeuty, konsultacje medyczne w Rehasport Clinic oraz ubezpieczenie zawodnika. Dbamy o odżywianie młodych sportowców, dzięki współpracy z profesjonalnym dietetykiem. Każdy rodzic, czy opiekun na swoim koncie w panelu rodzica znajdzie przepisy na zdrowe i wartościowe posiłki dla swojego dziecka.

IV

TURNIEJE I PROJEKTY DODATKOWE

Autorskie rozgrywki Wielkopolsko-Lubuskie Ligi Piłkarskie oraz liczne turnieje zapewniają grę i nagrody każdemu zawodnikowi Akademii. Dysponujemy rozbudowaną ofertą dodatkowych projektów (treningi indywidualne, bramkarskie, obozy, półkolonie itp.)

V

ŚCIEŻKI ROZWOJU

Chcąc zoptymalizować rozwój każdego zawodnika, zapewniając mu zajęcia w dopasowanej grupie treningowej, prowadzimy 2 ścieżki szkolenia: lokalizacyjną, gdzie skupiamy się na zawodnikach rozpoczynających swoją przygodę z piłką nożną i bacznej obserwacji ich postępów oraz reprezentacyjną dla zawodników wykazujących zaawansowany poziom gry.

VI

BOGATA INFRASTRUKTURA

Posiadamy nowoczesną bazę szkoleniową z bogatym zapleczem treningowym - 103 obiekty treningowe oraz 7 centrów szkoleniowych.

VII

NOWOCZESNE TECHNOLOGIE

W działalności organizacyjnej wykorzystywany jest specjalny panel online dla trenerów, zawodników oraz rodziców, a także komunikacja SMS. Stworzyliśmy także Akademię Piłkarską Online - APO z ćwiczeniami i materiałami edukacyjnymi.

3

Koncepcja szkoleniowa i ścieżka kariery



KONCEPCJA SZKOLENIOWA I ŚCIEŻKA KARIERY

Największym sukcesem a zarazem przewagą Akademii jest to, że zawodnicy mają możliwość cały czas trenowania w naszych strukturach i na każdym etapie szkolenia sprawdzenia się i dołączenia do struktur APR „Lampart” PRO.

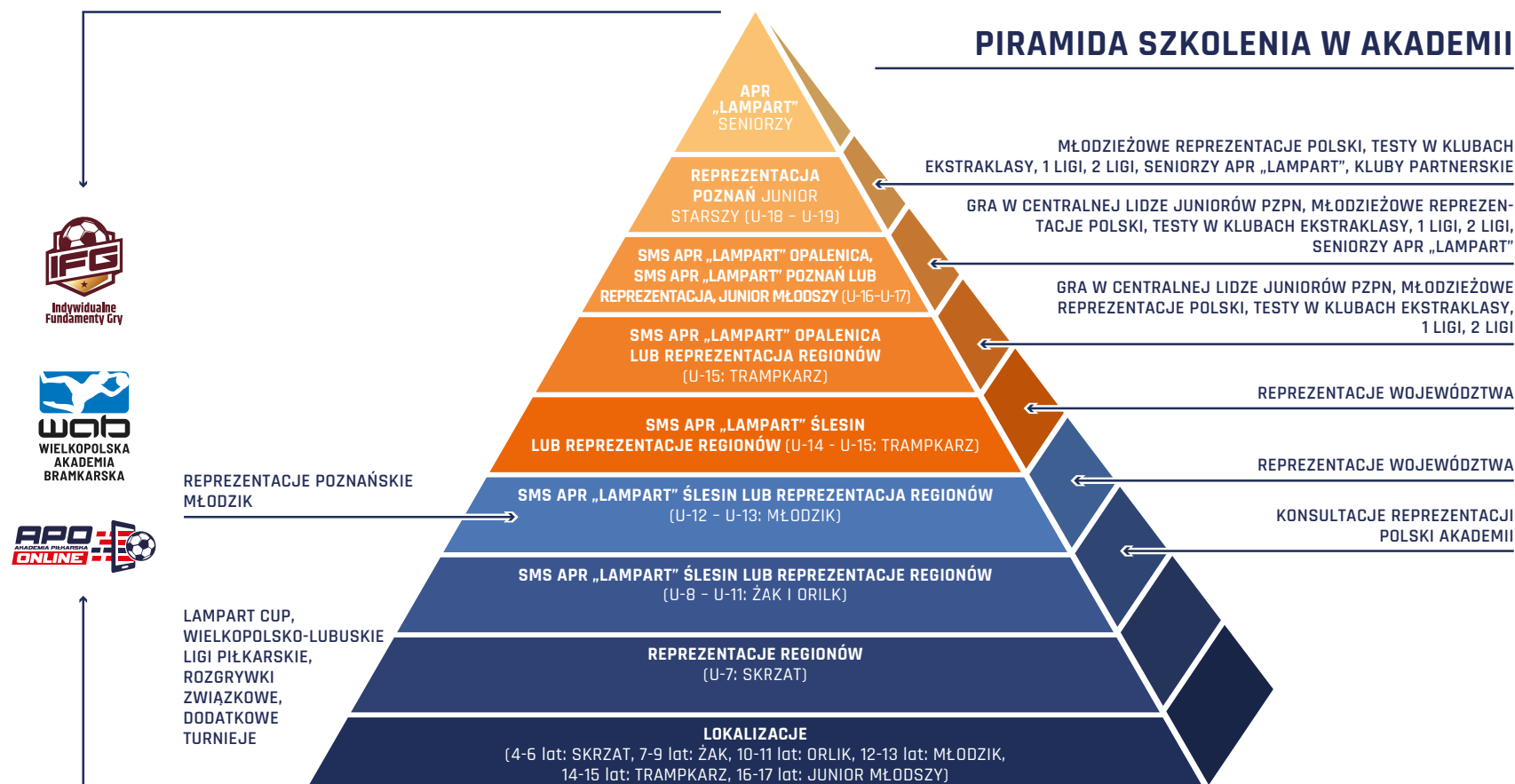


KOMPLETNA ŚCIEŻKA KARIERY I PIRAMIDA SZKOLENIA

I

Największym przewagą Akademii jest to, że zawodnicy mają możliwość cały czas trenowania w naszych strukturach i na każdym etapie szkolenia sprawdzenia się i dołączenia do struktur Akademii *PRO. Ciągłość szkolenia od 4-latka do seniora sprawiła, że posiadamy najwięcej wychowanków w kadrach młodzieżowych drużyn występujących w rozgrywkach związkowych, Centralnej Lidze Juniorów oraz zespole seniorów.

Co oznacza *PRO? Z myślą o indywidualnym rozwoju zawodnika Akademia wydzieliła tzw. ścieżkę PRO, która obejmuje reprezentacje regionów, a także 3 ośrodki szkolenia powiązane z placówkami oświatowymi (SMS) oraz drużynę seniorów. *PRO oznacza profesjonalny, rozwojowy, optymalny, czyli trzy założenia, jakimi powinna cechować się ścieżka kariery zawodnik.



II

Duża częstotliwość meczów – struktura oparta na najwyższych ligowych rozgrywkach w województwie i kraju umożliwia regularną grę zawodnikom i większą liczbę minut podczas gier mistrzowskich.

III

Drużyny w Centralnej Lidze Juniorów i Lidze Makroregionalnej.

IV

Drużyna seniorów nastawiona na rozwój wychowanków umożliwia już w wieku 16 i 17 lat rozpoczęcie gry w seniorskiej piłce.

V

Dwie ścieżki rozwoju – profesjonalna tzw. reprezentacyjna oraz lokalizacyjna.

VI

Program TALENT – specjalistyczny nadzór i badania dla wyróżniających się zawodników.

VII

Nacisk na przygotowanie motoryczne i sprawność – treningi funkcjonalne, testy FMS (Functional Movement Screen), zadania domowe, zapobieganie kontuzjom.

VIII

Opieka fizjoterapeuty i osteopaty.

IX

Pojekty PRO dla utalentowanych: Reprezentacje Regionów, Reprezentacja Polski, SMS APR „Lampart” Ślesin, SMS APR „Lampart” Opalenica, SMS APR „Lampart” Poznań, Seniorzy.



X

Turnieje Regionów (WLLP Region) – rywalizacja w kategoriach U7-U10 na najwyższym poziomie w zachodniej części Polski pomiędzy reprezentacjami regionów Akademii Piłkarskiego Rozwoju „Lampart”, Akademii Piłkarskiej Falubaz, Akademii Piłkarskiej Stal Gorzów. Rozgrywki cechują się wysokim poziomem sportowym, dużą intensywnością gry, spójną metodologią i kulturą organizacyjną.

XI

Możliwość trenowania w różnych lokalizacjach i odrabiania treningów.

XII

Indywidualne Fundamenty Gry – treningi indywidualne pozwalające kształtować dedykowane obszary motoryczne i techniczne zawodnika.

XII

Brak współpracy na wyłączność tylko z jednym klubem, co daje elastyczne możliwości planowania ścieżki kariery i testowania zawodników, bez blokowania rozwoju karier piłkarskich, jak w innych akademiach.

KLUBY W KTÓRYCH TESTOWANI BYLI WYCHOWANKOWIE AKADEMII



CO NAS WYRÓŻNIA?

Cykliczne
zgrupowania
i obozy

Zapewnienie
wszechstronnego
rozwoju sportowego
i intelektualnego

Zdrowa
atmosfera

Indywidualizacja
procesu
treningowego

Innowacyjna
metodologia
szkolenia

Ogromny nacisk na
aspekty społeczne
i wychowanie
zawodników

Szczególna opieka
i indywidualizacja
treningu dla
zawodników w
okresie dojrzewania,

Różnorodność
treningów

Sprzęt sportowy na
wysokim poziomie

Rozwój trenerów
– przygotowane
konspekty, szkolenia,
konferencje

SUKCESY

Ponad 10-letnie tworzenie struktur organizacyjnych i ciągła praca nad udoskonaleniem metodologii przyczyniły się do osiągnięcia sukcesów w różnych grupach wiekowych. Efektami naszej pracy są m.in.:

- › zwycięstwa w ogólnopolskich turniejach np. Puchar Prezesa PZPN, Minimistrzostwa Deichamanna,
- › gra w Centralnej Lidze Juniorów U-15 i U-17,
- › gra w Makroregionalnej Lidze Juniorów U-19,
- › finały turnieju „Z Podwórka na Stadion o Puchar Tymbarku”.
- › wielokrotne mistrzostwo Wielkopolski w kategoriach wiekowych od U-8 do U-12,
- › wielokrotne mistrzostwo okręgów w kategoriach od U-8 do U-10 (okręg piłski, okręg koniński, okręg jarociński, okręg leszczyński)



METODOLOGIA SZKOLENIA - FUNDAMENTY GRY I NIELINEARNA PEDAGOGIKA

W ramach drużyn reprezentacyjnych w kategoriach U7-U12 realizujemy metodologię fundamentów gry i pedagogiki nielinearnej postrzegając zawodnika jako współtwórcę procesu szkolenia.

Co to oznacza dla zawodników?

Zawodnik podejmuje decyzje autonomicznie ucząc się kreatywności i samodzielności. Trener nie podpowiada zawodnikowi, ani nie daje gotowych rozwiązań. Kluczem jest zatrzymywanie gry i odpowiednie zadawanie pytań (ukierunkowane odkrywanie), które dają możliwość rozwoju wszystkim zawodnikom (w innych akademiach trener może przeszkadzać, angażować się emocjonalnie, co wpływa na proces decyzyjny i wstrzymuje rozwój zawodnika).

Przez popełniane błędy zawodnik w trakcie gry sam uczy się odpowiednich zachowań doskonaląc przy tym piłkarską inteligencję oraz technikę użytkową. Doświadcza sam, a trener jest wsparciem.

„Wynik ma być efektem naszej pracy. Rozwijając zespół rozwijasz jednostki.”

U podstaw pracy w Akademii leży 10 fundamentów gry i to im podczas jednostek treningowych trenerzy poświęcają najwięcej uwagi. Występują one w dwóch fazach – atakowania oraz bronięcia.

Do fazy ofensywnej należą: postęp, ofensywna asekuracja, mobilność, przestrzeń oraz jedność ofensywna. W defensywie natomiast są to: powstrzymanie, defensywna asekuracja, równowaga, koncentracja oraz jedność defensywna.

Akademia wyróżnia się podejściem pedagogicznym i coachingowym, które wynika z nielinearnej pedagogiki – wskazujemy zawodnikom konkretne cele do zrealizowania, nie narzucając im jednej drogi. Dzięki temu wspieramy szkolenie zawodników kreatywnych, nieszablonywych i rozumiejących grę.

Główny nacisk kładziemy na cel, a nie na sposób wykonania określonego zadania czy ćwiczenia. Ideą naszej pracy jest ukazanie różnych dróg dojścia do określonego celu oraz zwrócenie uwagi na brak idealnego wzorca ruchowego i wzorowego rozwiązania w sytuacjach boiskowych.

„Mamy świadomość, że każdy zawodnik rozwija się w sposób indywidualny, co powinno być odpowiednio stymulowane w treningu. W naszej koncepcji trener pełni rolę doradcy poprzez ukierunkowane odkrywanie i coaching – zadawanie pytań i odpowiednie modelowanie gry”



Trener wspiera zawodnika w jego drodze rozwoju i zrozumienia piłki nożnej.

Wszystkie te założenia są możliwe do zrealizowania tylko przy świadomym podejściu opiekuna do procesu treningowego zawodnika. Rodzice i opiekunowie proszeni są o przestrzeganie kodeksu, który definiuje sposoby komunikacji z dzieckiem, rozwiązywania problemów wychowawczych czy zaangażowania w proces szkolenia.

Kluczowe kwestie procesu treningowego:

- › Motywacja i chęć do treningu powinna wychodzić od zawodnika – motywacja wewnętrzna,
- › Wynik ma być efektem naszej pracy,
- › Fundamenty gry stanowią podstawę świadomości boiskowej, ostateczny sposób ich realizacji zależy od zawodnika,
- › Rozwijając zespół, rozwijasz jednostki,
- › Zawodnik postrzegany jest jako współtwórca procesu szkolenia i jego centrum,
- › Rodzic i trener są partnerami w procesie szkolenia, jedynie wspólnymi siłami mogą rozwijać zawodnika,
- › Proces uczenia się jest efektywny, gdy zawodnik czuje się bezpiecznie w środowisku, w którym przebywa.

FUNDAMENTY GRY

OGÓLNE

- › Szukanie przewagi liczebnej,
- › Unikanie równowagi liczebnej,
- › Niedopuszczenie do niedowagi liczebnej.

OPERACYJNE

W ataku:

- › Utrzymanie piłki,
- › Budowa akcji ofensywnych,
- › Wykonanie postępu na połowie przeciwnika,
- › Stwarzanie sytuacji do oddania strzału,
- › Oddanie strzału do bramki

W obronie:

- › Zapobieganie sytuacjom strzeleckim
- › Próba odzyskania piłki,
- › Zapobieganie postępowi przeciwnika
- › Ochrona bramki,
- › Zmniejszanie efektywnej przestrzeni gry przeciwnika.

PODSTAWOWE

W ataku:

- › Postęp,
- › Ofensywa asekuracyjna,
- › Mobilność,
- › Przestrzeń,
- › Jedność ofensywna

W obronie:

- › Powstrzymywanie,
- › Defensywa asekuracyjna,
- › Równowaga,
- › Koncentracja,
- › Jedność defensywna

4

Lokalizacje



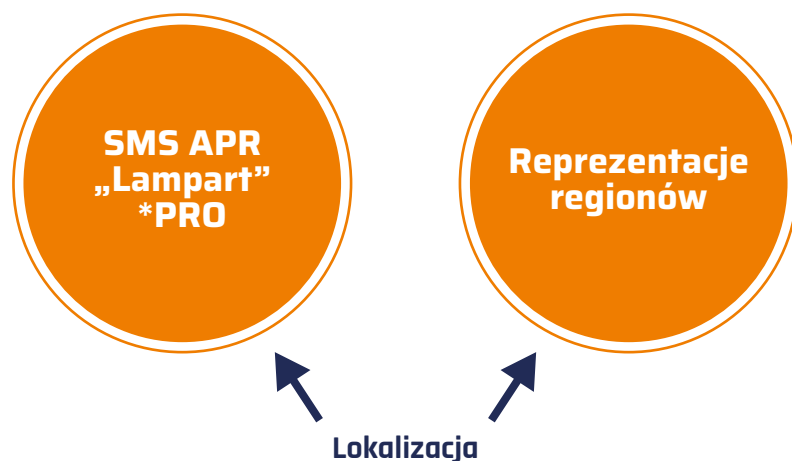
LOKALIZACJE

Na początku drogi stawiamy na zrównoważony rozwój naszych zawodników. Tym, którzy dopiero do nas dołączają proponujemy tzw. ścieżka lokalizacyjną. Obserwujemy w niej rozwój zawodników wybierając najlepsze jednostki do zespołów Reprezentacji Regionów, czyli drużyn składających się z wyselekcjonowanych zawodników z grupy kilku lokalizacji usytuowanych blisko siebie.

Nasze przewagi:

- › treningi dopasowane do grup wiekowych,
- › autorski system rozgrywek,
- › doświadczona i wykwalifikowana kadra trenerska,
- › możliwość wyjazdu na obóz z drużyną,
- › treningi blisko miejsca zamieszkania.

**Ścieżka rozwoju zawodnika
Z lokalizacji do Reprezentacji**



5

Akademia
Piłkarskiego
Rozwoju
„Lampart” *PRO



5.1 AKADEMIA PIŁKARSKIEGO ROZWOJU „LAMPART” *PRO

Co oznacza *PRO?

Z myślą o dynamicznym rozwoju Akademia wydzieliła w ramach rozwoju zawodnika tzw. ścieżkę PRO, która obejmuje reprezentacje regionów, a także 3 ośrodki szkolenia powiązane z placówkami oświatowymi (SMS) oraz drużynę seniorów.

*PRO oznacza profesjonalny, rozwojowy, optymalny, czyli trzy założenia, jakimi powinna cechować się ścieżka kariery zawodnika

Reprezentacje Regionów *PRO

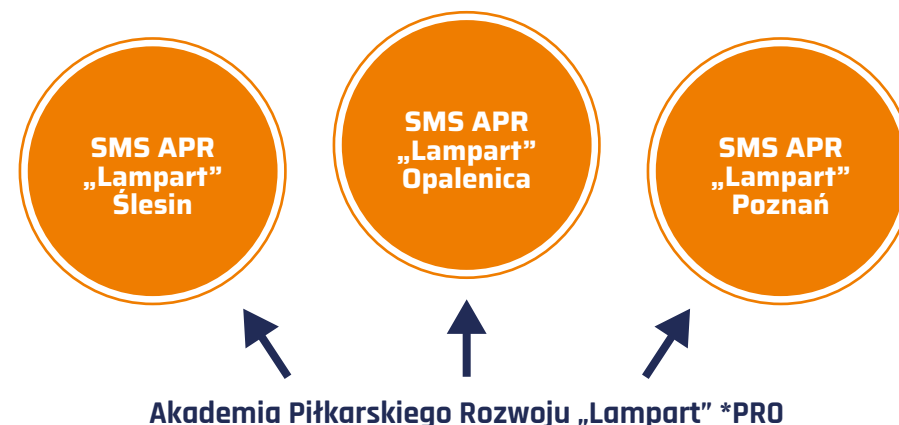
Wyższy poziom, unikatowa formuła organizacyjna i metodologia

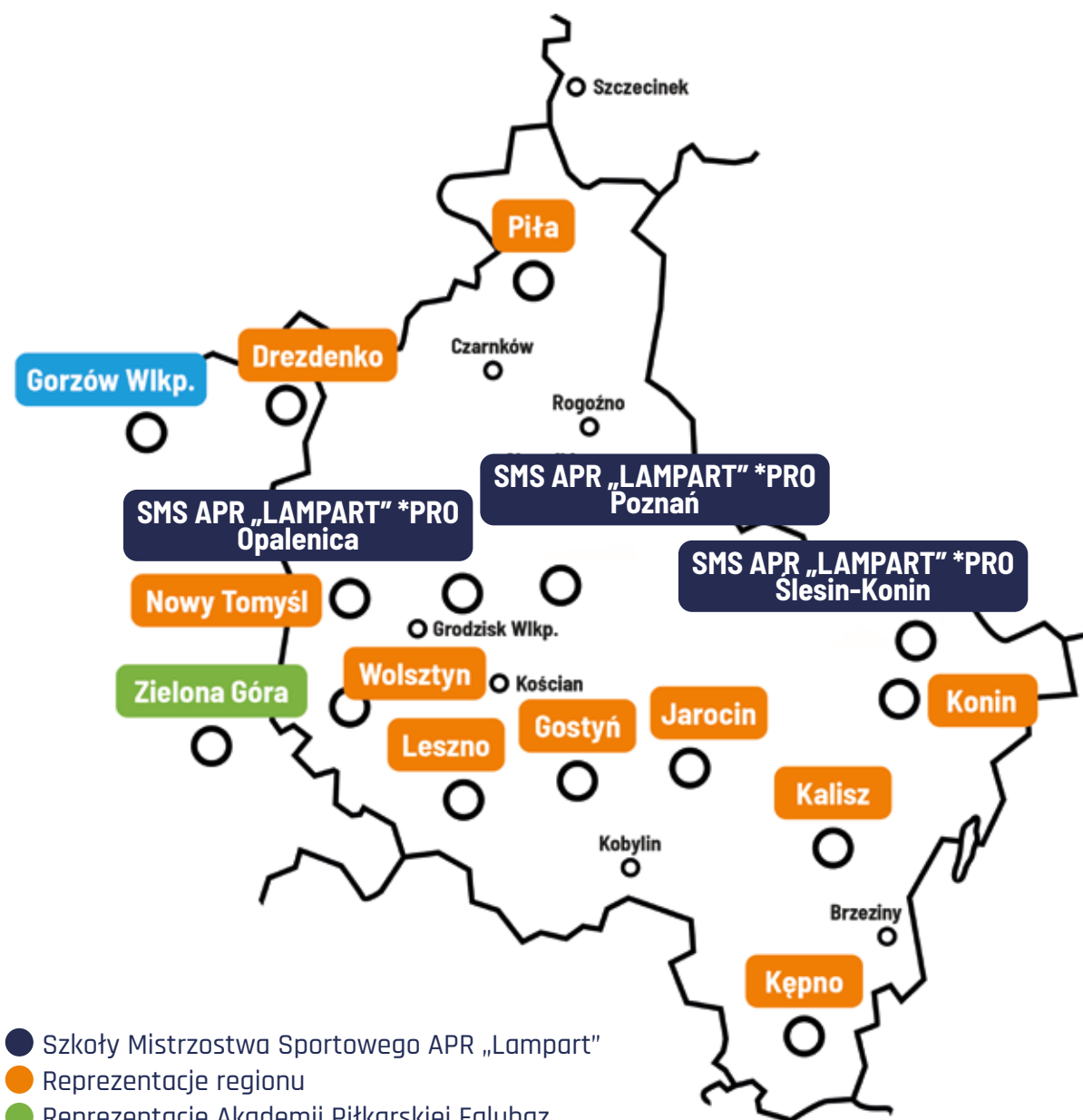
Reprezentacje składają się z zawodników trenujących w lokalizacjach z danego regionu. Drużyny regularnie biorą udział w Turnieju Regionów, turnieju FootballPro, w wielu turniejach ogólnopolskich i międzynarodowych. W swoich strukturach Akademia posiada kilkanaście regionów, w tym ścisłą współpracę szkoleniową z Akademią Piłkarską Falubaz oraz Akademią Piłkarską Stal Gorzów tworzących regiony również w woj. lubuskim. To sprawia, że istnieje możliwość rywalizacji na zbliżonym i najwyższym poziomie we własnych turniejach Wielkopolsko-Lubuskich Lig Piłkarskich - Region.

Reprezentacje to unikatowa w Polsce koncepcja wprowadzenia na wyższy poziom treningu już od wieku 7 lat, dzięki treningom w grupie o zbliżonym i wysokim poziomie umiejętności oraz intensywnym przebiegu jednostki, a także wspólnej metodologii. Wiodącą rolę odgrywają Reprezentacja Poznania oraz SMS APR „Lampart” Ślesin-Konin, które od kategorii U12 przygotowują zawodników do projektu SMS APR „Lampart” Opalenica - drużyn na najwyższym poziomie centralnym, grających w Centralnej Lidze Juniorów.

Nasze przewagi:

- › treningi w wyselekcjonowanej grupie,
- › udział w turniejach regionów - najwyższy poziom gry w Polsce już od kategorii U-7,
- › udział w rozgrywkach PZPN,
- › możliwość powołania do Reprezentacji Polski APR „Lampart”,
- › unikalna metodologia szkolenia oparta na fundamentach gry i pedagogice nieliniowej,
- › opieka klubowego fizjoterapeuty,
- › treningi motoryczne z wykwalifikowanym trenerem.





- Szkoły Mistrzostwa Sportowego APR „Lampart”
- Reprezentacje regionu
- Reprezentacje Akademii Piłkarskiej Falubaz
- Reprezentacje Akademii Piłkarskiej Stal Gorzów



5.2 SZKOŁY MISTRZOSTWA SPORTOWEGO – APR „LAMPART” *PRO - POZNAŃ, ŚLESIN, OPALENICA

Program współpracy ze szkołami wspiera indywidualny rozwój zawodników, pozwala na realizację efektywnego programu szkolenia, nadzorowania procesu nauczania, rozwijania zainteresowań oraz harmonijny rozwój z dbałością o życie rodzinne.

Szkoły reprezentują wysoki poziom nauczania realizując program zgodny z wytycznymi MEN i wykorzystują najnowsze technologie, zarówno w środowisku edukacyjnym, jak i sportowym oraz są nastawione na indywidualne podejście do uczniów z klas o profilu sportowym.



W procesie edukacyjnym stawiamy na naukę i na języki obce, rozwijamy zainteresowania i talenty, nie tylko sportowe. Wspieramy, motywujemy w dążeniu do osiągnięcia kolejnych celów sportowych i edukacyjnych. Sport rozwija osobowość, uczy motywacji, szacunku, odpowiedzialności, tolerancji i współpracy w grupie.

Klasa sportowa to najlepsza droga i szansa na ścieżce piłkarskiej kariery oraz w przygotowaniu do dalszej edukacji.

Cele projektów

- › Wychowanie dobrych i odpowiedzialnych ludzi
- › Wszechstronny rozwój sportowy i intelektualny zawodników
- › Wybranie optymalnej ścieżki kariery
- › Promowanie zawodników do najlepszych klubów piłkarskich w Polsce
- › Rywalizacja z najlepszymi drużynami w kraju
- › Rozgrywanie większej liczby minut podczas gier mistrzowskich i kontrolnych
- › Wprowadzenie zawodników do piłki seniorskiej
- › Połączenie wysokiego poziomu nauki z trenowaniem

Czym się wyróżniamy?

- › 60-70% wychowanków (lepiej znamy zawodników)
- › Współpraca ze szkołami na rzecz efektywnej edukacji
- › Szkolenie wg najwyższych standardów (doświadczenie)
- › Lepsza komunikacja i nadzór
- › Systemy monitorujące
- › Obiekty na najwyższym, europejskim poziomie
- › Rozbudowana kadra trenerska
- › Ścieżka kariery - współpraca z wieloma klubami (brak wyłączności)
- › Struktury najwyższych ligowych rozgrywek w województwie i kraju
- › Zajęcia z trenerem przygotowania motorycznego,
- › Opieka medyczna kliniki Rehasport oraz fizjoterapeuty
- › Zapewnienie gry dla wszystkich zawodników

W procesie szkolenia niezwykle ważne są

- › Realizacja fundamentów gry
- › Wyszukanie techniczne
- › Przygotowanie fizyczne – stały monitoring
- › Siła mentalna, zaangażowanie, determinacja i poświęcenie
- › Wiedza taktyczna i analiza gry – szukanie atutów w różnych fazach gry
- › Inteligencja boiskowa - kreowania gry i podejmowanie skutecznych decyzji
- › Kontrola gry oraz rozwój indywidualnych umiejętności zawodnika



5.2.1 SMS APR „LAMPART” ŚLESIN *PRO

„Akademia Piłkarskiego Rozwoju „Lampart” przy współpracy z Gminą Ślesin, Szkołą Podstawową oraz klubem LKS Ślesin stworzyła Szkołę Mistrzostwa Sportowego APR „Lampart” Ślesin. SMS APR „Lampart” Ślesin oznacza rewolucję szkoleniową w Regionie. Z pewnością bogata infrastruktura, zaplecze sportowe przyczyni się do harmonijnego rozwoju zawodników i uczniów Szkoły Mistrzostwa Sportowego”

Kamil Sobota, Koordynator SMS APR „Lampart” Ślesin.

Do Szkoły Mistrzostwa Sportowego APR „Lampart” Ślesin trafiać będą najzdolniejsi zawodnicy z regionu i nie tylko. Rozbudowujące się obiekty sportowe w Ślesinie i Licheniu, bursa i szkoła na wysokim poziomie oraz zorganizowany transport podnosi efektywność szkolenia.

- › Jedyne projekty w okręgu konińskim
- › Codzienne jednostki – popołudnia wolne dla rodziny
- › Klasy 1-8 (nabory z całego regionu i innych klubów)
- › Codzienne dowozy
- › Baza szkoleniowa (Ślesin, Licheń)
- › Wdrażana metodologia Fundamentów Gry
- › Współpraca z Reprezentacjami Regionów APR „Lampart” oraz APR „Lampart” CLJ Opalenica pod kątem rozwoju zawodników



ROZWÓJ ZAWODNIKA

Treningi prowadzone są już od 4. roku życia. Grupy zajęciowe, ćwiczenia na treningu oraz zadania domowe online dopasowane są do wieku i poziomu umiejętności dziecka. Trenujemy przez 12 miesięcy w roku.



WARUNKI DO TRENINGU

- › Hala sportowa
- › Salki funkcjonalne
- › Siłownia
- › Boiska funkcjonalne
- › Basen hotelu ATUT w Licheniu
- › Boiska przy hotelu ATUT w Licheniu (2 ze sztuczną murawą)
- › 2 pełnowymiarowe boiska trawiaste
- › Płyta główna stadionu gminnego



ZAKWATEROWANIE

- › Możliwość zakwaterowania w bursie w Ślesinie
- › Pokoje 3-5 osobowe dostosowane do potrzeb
- › Całodobowa opieka Trenera
- › Zdrowe i pełnowartościowe żywienie



LOGISTYKA

- › Organizujemy dojazd do placówki dla zawodników z obszarów Wrześni, Słupcy, Turku i Konina.
- › Zapewniamy najlepszą kadrę szkoleniową, bursę, posiłki, basen, nadzór fizjoterapeuty i co najważniejsze, strukturę rozgrywek gwarantującą grę każdemu zawodnikowi.



WYŻYWIENIE

- › Plan dietetyczny konsultowany z dietetykiem
- › Wskazówki dietetyczne dla wszystkich zawodników
- › Posiłek dla zawodników dojeżdżających (obiad w szkole)
- › Kompleksowe żywienie dla zawodników mieszkających w bursie (śniadanie i obiad w szkole, pozostałe posiłki w bursie)



5.2.2 SMS APR „LAMPART” OPALENICA *PRO

Projekt skierowany jest dla zawodników w wieku od 15 roku życia. Opiera się na połączeniu systemu edukacyjnego z jedną z najlepszych baz piłkarskich w kraju.

- › Zawodnicy uczęszczają do Zespołu Szkół w Opalenicy oraz do Szkoły Podstawowej w Opalenicy.
- › Ośrodek szkoleniowy posiada kompleks boisk trawiastych, siłownię i salki gimnastyczne oraz bursę.
- › Drużyny składają się w 60-70% z wychowanków naszej Akademii, co stanowi wyjątek na skalę kraju.
- › Do projektu dołączają zawodnicy z całej Polski oraz z topowych Akademii w Polsce, co podkreśla rangę projektu oraz zawodnicy poleceni przez dział skautingu APR „Lampart”.
- › Najlepsi zawodnicy biorą udział w rozgrywkach Centralnej Ligi Juniorów.

„Akademia wychowuje tylko przyszłych reprezentantów Polski, ale przede wszystkim dobrych i odpowiedzialnych ludzi. Możliwości jakie mamy dzięki odpowiedniemu zarządzaniu są nieocenione. Nasi zawodnicy trenują w najlepszych warunkach. Liczba treningów jest odpowiednia do wieku i urozmaicona dodatkowymi zajęciami. Często rodzic i zawodnik w rodzimym klubie nie jest świadomy na danym etapie, w jaki sposób i z jaką intensywnością ma trenować, w naszej ścieżce kariery otrzymuje kompleksowy program i zasady współpracy”

Marek Pawłowski, Dyrektor ds. Sportu APR „Lampart”

„Szkolenie młodzieży to stwarzanie jak najlepszych warunków dla najlepszych zawodników w danym momencie. Wybitne jednostki decydują o poziomie grupy, pozostali poprzez rywalizację i chęć bycia najlepszym gonią tę grupę, by zaraz ktoś gonił ich. Profesjonalnym piłkarzem nie zostaje ktoś, kto jest wybitny w wieku 12 lat – owszem jest o krok przed innymi, ale przed nim jeszcze dużo pracy, by znaleźć się na szczycie”

Marcin Klaszczyński

Trener Projektu SMS APR „Lampart” Opalenica *PRO

Najbliższe plany zakładają wybudowanie nowoczesnej bursy oraz pełnowymiarowego boisko ze sztuczną nawierzchnią

Przewagi SMS APR „Lampart” Opalenica *PRO:

- › Warunki treningowe na najwyższym poziomie
- › Szkolenie wg najwyższych standardów europejskich
- › Możliwość zakwaterowania w bursie z opieką trenera przez 24 h na dobę
- › Łatwy dojazd z Poznania
- › System monitorujący obciążania zawodników „SONDA SPORTS”
- › Opieka medyczna kliniki Rehasport oraz osteopaty
- › Udział w rozgrywkach Centralnej Ligi Juniorów
- › Zapewnienie gry dla wszystkich zawodników
- › Rywalizacja z najlepszymi klubami w Polsce

Cele projektu:

- › Wychowanie dobrych i odpowiedzialnych ludzi
- › Wychowanie poprzez sport
- › Wszechstronny rozwój sportowy i intelektualny zawodników
- › Wybranie optymalnej ścieżki kariery
- › Promowanie zawodników w najlepszych Klubach piłkarskich w Polsce
- › Rywalizacja z najlepszymi drużynami w kraju



Dlaczego Opalenica:

- › Warunki do treningu na najwyższym europejskim poziomie
- › Przyjazne szkoły z dostosowanym planem do projektu
- › Dogodny dojazd z Poznania i okolic
- › Możliwość zakwaterowania w minibursie z opieką Trenera
- › Świetna miejscowość dla rozwoju chłopaków w wieku dojrzewania
- › Rozwój w gminie przyjaznej dla sportu



Gmina
Opalenica

WWW.OPALENICA.PL

Warunki do treningu:

- › Hale sportowe
- › Salki funkcjonalne
- › Siłownia
- › Boiska funkcjonalne
- › Basen w Wolsztynie
- › Obiekty przy hotelu REMES
- › 6 pełnowymiarowych boisk trawiastych
- › Podbiegi funkcjonalne do kształtowania szybkości
- › Płyta główna stadionu miejskiego

Możliwości podjęcia nauki w projekcie:

- › Szkoły Podstawowe w Gminie Opalenica
- › Szkoła Podstawowa – klasa VIII
- › Zespół Szkół w Opalenicy
- › Liceum Ogólnokształcące

Zakwaterowanie

- › Możliwość zakwaterowania w Minibursie
- › Pokoje 3-5 osobowe dostosowane do potrzeb
- › Całodobowa opieka Trenera
- › Zdrowe i pełnowartościowe wyżywienie

System monitorujący „SONDA SPORTS” pozwala na pomiar obciążenia każdego zawodnika i bada takie parametry jak:

- › Tętno › Prędkość › Dystans › Sprinty › Markery › Kalorie
- › Playerload › I wiele innych





Zawodnicy oraz trenerzy otrzymują raporty z treningów oraz meczów w celu wzajemnego porównania oraz posiadają aplikację, gdzie mogą śledzić własne postępy

Analiza gry:

- › analiza gry zespołu (raz w tygodniu)
- › indywidualna (zawodnicy mają dostęp do materiałów video i zawsze mogą zapytać trenera o poszczególną sytuację)
- › wyrywkowa treningów
- › analiza gry bramkarza (raz w tygodniu)

Projekt opiera się na rozbudowanej kadrze szkoleniowej w skład której wchodzi:

- › Trener
- › Asystent trenera
- › Trener przygotowania motorycznego
- › Trener bramkarzy
- › Osteopata
- › Analityk

5.2.3 SMS APR „LAMPART” POZNAŃ *PRO

To unikatowy projekt, który obejmuje zespół juniorów starszych oraz seniorów składający się niemal wyłącznie z zawodników – wychowanków U-16 i U-17 ze ścieżki szkolenia naszej Akademii, uczęszczających do klasy sportowej w Liceum nr XII w Poznaniu oraz Liceum Ogólnokształcącym Mistrzostwa Sportowego im. Marcina Gortata w Poznaniu.

Dla zawodników należących do klas sportowych gwarantujemy:

- › 5 jednostek treningowych w tygodniu + treningi motoryczne,
- › zajęcia pływackie na Termach Maltańskich,
- › dowóz zawodników na treningi oraz mecze,
- › zakwaterowanie w Internacie Zespołu Szkół Mistrzostwa Sportowego nr 2.

Treningi odbywają się na obiektach zlokalizowanych blisko szkół.

Do dyspozycji zawodników są trenerzy odpowiedzialni za **analitykę, przygotowanie motoryczne, szkolenie bramkarskie** oraz zapewniona jest opieka **fizjoterapeuty**.

Wyróżniający się zawodnicy mają możliwość już w wieku 16/17 lat debiut w piłce seniorskiej w zespole Akademii występującej na poziomie V ligi. Najlepsi zawodnicy wysyłani są na testy do klubów wyższych lig w tym ekstraklasowych i pierwszoligowych.

Nasze przewagi:

- › Odpowiedzialne wprowadzenie zawodników do piłki seniorskiej
- › Promowanie zawodników do klubów na poziomie co najmniej II ligi
- › Połączenie wysokiego poziomu nauki z trenowaniem
- › Zajęcia z trenerem przygotowania motorycznego
- › Opieka medyczna kliniki Rehasport oraz fizjoterapeuty
- › Zapewnienie gry dla wszystkich zawodników
- › Udział w lidze makroregionalnej.



5.3 REPREZENTACJE REGIONÓW *PRO

Powołania do drużyn otrzymują najlepsi zawodnicy z Regionów. Konsultacje odbywają się 4-5 razy w roku oraz organizowane są dedykowane obozy. Podczas spotkań odbywają się zajęcia dodatkowe m.in. z dietetykiem, psychologiem lub trenerem przygotowanie motorycznego. Drużyna bierze udział w ważnych turniejach.



6

Nasi
wychowankowie



NASI WYCHOWANKOWIE

O stosowanej przez naszą Akademię metodologii, ścieżce rozwoju zawodnika oraz strukturze organizacyjnej najlepiej świadczą wychowankowie klubu. Na najwyższym szczeblu rozgrywek – Centralnej Lidze Juniorów, w 2 zespołach U-15 oraz U-17 występuje aż 27 wychowanków spośród 48 osobowej kadry.

Taka liczba wychowanków świadczy nie tylko o kompleksowej ścieżce kariery w klubie, ale przede wszystkim o poziomie szkolenia na każdym etapie. Zaplecze szkoleniowe i organizacyjne pozwoliło naszym wychowankom piąć się po kolejnych szczeblach i dotrzeć na najwyższy poziom młodzieżowej piłki nożnej.

O potencjale naszych zawodników świadczy nie tylko kadra projektów APR „Lampart” *PRO. Po największe sukcesy krajowe, takie jak np. zwycięstwa w Pucharze Prezesa PZPN sięgają również wychowankowie. W tym prestiżowym turnieju w 2020r. triumfował zespół, w którym 9 na 10 zawodników to wychowankowie klubu.

Szczegółowo zaplanowany proces selekcji w każdym roczniku na poziomie lokalizacji pozwala na ciągły rozwój i podnoszenie umiejętności zawodników już na poziomie kolejnych drużyn reprezentacyjnych.



POWOŁANIA DO REPREZENTACJI POLSKI

W ostatnim czasie powołania do młodzieżowych Reprezentacji Polski otrzymali:



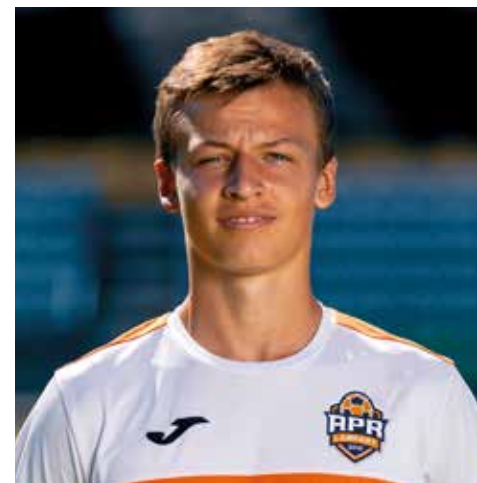
Wiktor Gaweł



Kamil Rutowski



Jeremi Osuch



Hubert Dorczyk



Emil Jędraszak



Dawid Radziński



Miłosz Kurzydłowski

7

Centralne bazy szkolenia Akademii

Centralne Bazy Szkolenia Akademii to ośrodki wykorzystywane na każdym etapie szkolenia w celu organizacji turniejów, Wielkopolsko-Lubuskich Lig, obozów oraz treningów w ramach struktur *PRO.



Centrum szkoleniowe APR Arena Dębiec

To pierwszy taki obiekt na mapie Poznania. Boisko ze sztuczną trawą najwyższej jakości zadaszone halą pneumatyczną w okresie jesienno-zimowym. Nawierzchnia wysoka na 6cm sprawia, że czujesz się jak na normalnym boisku. Trawa posiada certyfikaty FIFA Quality Pro. Dojazd do naszego centrum jest niezwykle prosty – tuż obok znajduje się pętla tramwajowo-autobusowa Poznań Dębiec oraz węzeł autostrady A2. APR Arena Dębiec wyposażona jest w nowoczesny system grzewczy, dzięki któremu w obiekcie panują optymalne warunki treningowe przez cały rok.



APR Arena Leszno

To w pełni wyposażony, nowoczesny obiekt przeznaczony do uprawiania różnych dyscyplin sportowych. Największym atutem boiska jest fakt, że zapewnia ono optymalne warunki do przeprowadzenia treningu niezależnie od pory roku. Zadanie, system grzewczy i profesjonalne oświetlenie umożliwiają rozegranie meczu nawet w czasie deszczu, śniegu czy mrozu. Boisko typu Orlik ze sztuczną murawą najwyższej klasy sprostą wymaganiom zarówno amatorów, jak i profesjonalistów. Dodatkowo w trosce o komfort użytkownika do dyspozycji zawodników korzystających z boiska przeznaczono szatnie z natryskami.

Kompleks OSiR Baranowo

Baza szkoleniowa naszego klubu, na której trenują m.in. reprezentacje Akademii. Kompleks sportowy w Baranowie jest specjalnie przystosowany do rozgrywania zawodów sportowych. Słynie on ze specjalnej nawierzchni – trawy III generacji, posiadającej certyfikat UEFA. Gwarantuje ona wysoką jakość rozgrywek. Warto nadmienić, że na obiekcie odbywają się liczne turnieje naszego klubu (Turnieje Regionów czy FootballPro Cup Masters), a także zgrupowania drużyn z polskiej Ekstraklasy.



Baza szkoleniowa w Dolsku

Boisko z naturalną nawierzchnią o wielkości prawie 2 hektarów to niewątpliwy atut Centrum Szkoleniowego w Dolsku. Ponadto zaraz przy murawie znajdują się nowoczesny hotel, który staje się przystłowiowym domem dla naszych zawodników podczas letnich obozów, zgrupowań czy turniejów i sparingów. Na kompleks składa się również Orlik, pełnowymiarowe boisko do piłki plażowej i boisko do koszykówki. Uroku dodaje na pewno przepiękna aura okraszona jeziorem i przyrodą.

Baza szkoleniowa w Sędzinku

Folwark Matecznik to pięknie odnowiony dworek z XIX wieku, przy którym znajduje się szereg atrakcji. Boisko do piłki nożnej, miejsce na grilla czy prywatne spa - to tylko niektóre z możliwości spędzenia czasu w Folwarku. A wszystko to nieopodal Jeziora Niepruszeckiego!



Baza szkoleniowa w Opalenicy

W Opalenicy zawodnicy mają zagwarantowany dostęp do warunków treningowych na najwyższym, europejskim poziomie. Świadczy o tym: 6 pełnowymiarowych boisk trawiastych, hale sportowe, siłownię, boiska funkcjonalne i płyta główna stadionu miejskiego. Stworzenie idealnych warunków do rozwoju najbardziej utalentowanych zawodników jest efektem współpracy z gminą Opalenica, która od zawsze jest bardzo przyjazna piłce nożnej oraz o właścicielami Hotelu „REMES”, dzięki którym Opalenica jest w Polsce kojarzona z futbolem

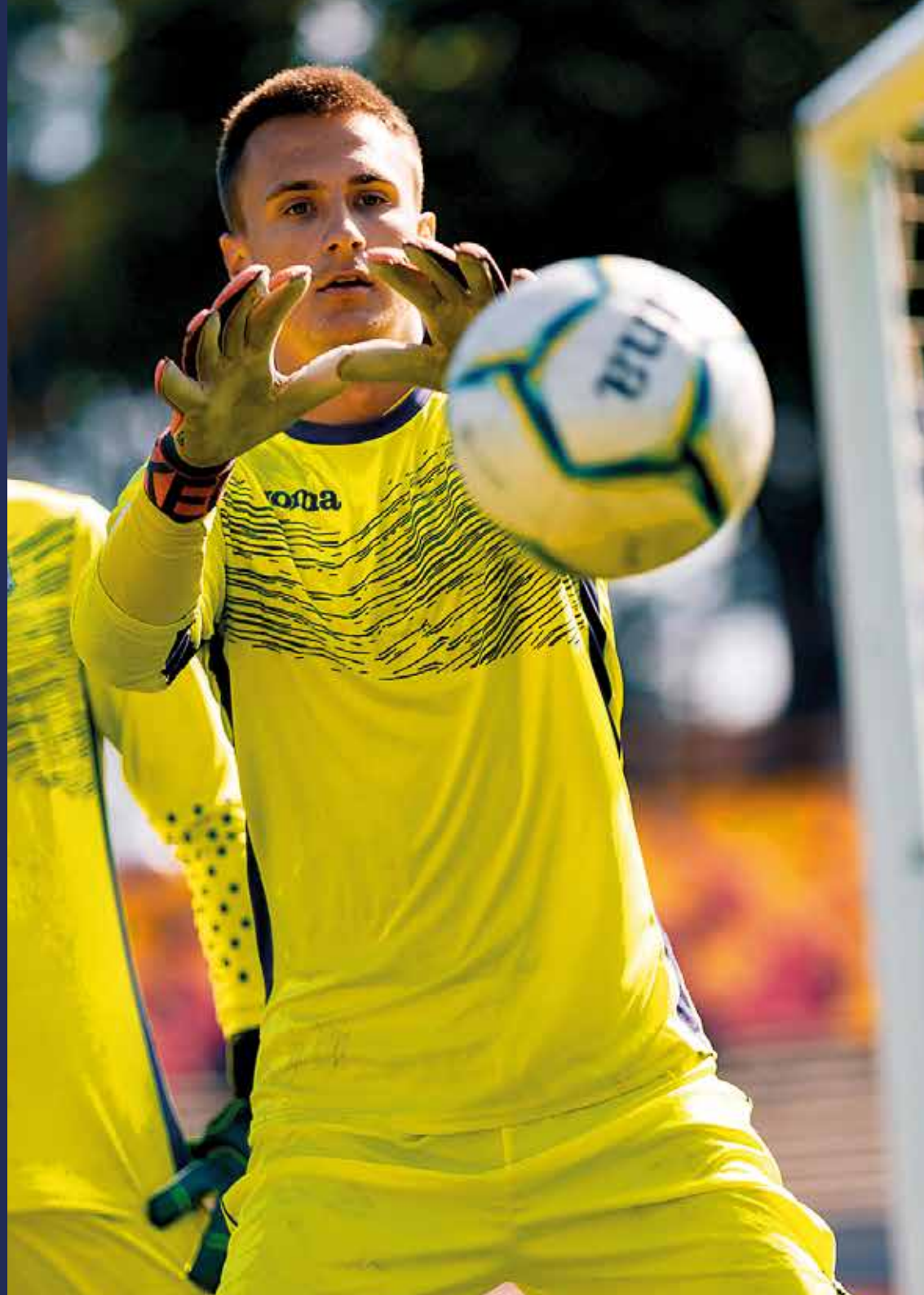
Baza szkoleniowa w Licheniu

Nowoczesna baza składa się z hali sportowej, salek funkcjonalnych, siłowni, boisk funkcjonalnych, basenu i obiektów przy hotelu ATUT, 2 pełnowymiarowe boiska trawiaste oraz płyta główna stadionu miejskiego.



8

Nasze Projekty



Akademia troszczy się o wszechstronny rozwój zawodników, podnosząc zarówno indywidualne umiejętności motoryczne i techniczne, jak i te wymagane na poszczególnych pozycjach. Stworzyliśmy w ramach klubu projekty:



WLLP

Liga Akademii, której celem jest nauczenie zawodnika współzawodnictwa, postawy fair play oraz tworzenia ducha drużyny.



Turnieje FootballPro Cup Masters

Cykl turniejów dla najlepszych Akademii w kraju, organizowany 2 razy w roku.



Szkolenia i konferencje FootballPro Coaching

Organizowana konferencja dla trenerów Akademii i zaprzyjaźnionych oraz partnerskich klubów, której celem jest podnoszenie kwalifikacji szkoleniowców



Treningi indywidualne

Projekt prowadzony przy współpracy z Indywidualnymi Fundamentami Gry. Szkolenie zawodników opiera się na specjalnie przygotowanym programie nauczania i doskonalenia umiejętności piłkarskich.



Wielkopolska Akademia Bramkarska i Lubuska Akademia Bramkarska

Największy w zachodniej Polsce pionierski projekt skierowany dla dzieci i młodzieży, chcących szkolić swoje umiejętności bramkarskie. Treningi przeznaczone są dla bramkarzy w wieku 7 – 19 lat i odbywają się pod nadzorem doświadczonych trenerów.



Akademia Piłkarska Online

Obejmuje kompleksowy zestaw cotygodniowych treści online dla zawodnika oraz jego opiekuna w tym: treningi online, zadania domowe, diety, artykuły, konkursy i quizy, zajęcia praktyczne.



OBOZY

Obozy i półkolonie Akademii

To projekt stworzony z myślą o młodych piłkarzach, którzy chcą aktywnie spędzać wolny czas, a przy okazji doskonalić swoje piłkarskie umiejętności.



Champions Camp

Specjalna oferta elitarnych obozów piłkarskich skierowana do dzieci i młodzieży w wieku 7-15 lat, chcących przyspieszyć rozwój umiejętności i wiedzy piłkarskiej.



LADIES

APR Ladies

Drużyny piłkarskie stworzone z myślą o dziewczynkach, które uczestniczą w profesjonalnych treningach piłkarskich pod okiem wykwalifikowanej kadry.



Panthers Cheerleaders

Sekcja cheerleaderek, które łączą taniec z elementami akrobatyki

9

Kontakt



9 KONTAKT

Szkoła Mistrzostwa Sportowego APR „Lampart” Ślesin - SMS APR „Lampart” Ślesin

Koordynator projektu:
Kamil Sobota
Tel. 733 007 047

Szkoła Mistrzostwa Sportowego APR „Lampart” Opalenica - SMS APR „Lampart” Opalenica

Koordynator projektu:
Marcin Bazarnik
Tel. 793 354 554

Szkoła Mistrzostwa Sportowego APR „Lampart” Poznań - SMS APR „Lampart” Poznań

Koordynator projektu:
Mikołaj Kłosiński
Tel. 506 839 814

Dział Sportu Akademii Piłkarskiego Rozwoju „Lampart”

Bartosz Kujawa
Zastępca Dyrektora ds. sportu
Tel. 508 670 201
b.kujawa@aprlampart.pl



**AKADEMIA
PIŁKARSKIEGO
ROZWOJU**