

# Michał Kołodziejczyk

Trener, analityk,  
specjalista  
przygotowania  
motorycznego

## Dane osobowe

### Adres

Warszawa

### Telefon

515 516 077

### E-mail

kontakt@michalkolodziejczyk.pl

### WWW

michalkolodziejczyk.pl

## Umiejętności

Planowanie i prowadzenie treningów  
piłki nożnej

Przygotowanie motoryczne  
zawodników

Prowadzenie warsztatów dla  
trenerów i zawodników

Tworzenie analiz i raportów  
meczowych

Praca z zawodnikami o różnym  
poziomie zaawansowania

Prowadzenie zajęć z wychowania  
fizycznego w szkołach  
podstawowych, gimnazjach i liceach

Planowanie i prowadzenie treningów  
pływania elementarnego i  
sportowego

## Języki obce

Angielski - dobry (B1)

Jestem trenerem piłki nożnej, analitykiem piłkarskim i specjalistą przygotowania motorycznego z ponad 3 letnią praktyką zawodową. Planuję i przeprowadzam treningi dzieci, młodzieży i seniorów o różnych poziomach zaawansowania. Prowadzę warsztaty i wykłady z przygotowania motorycznego oraz metodyki treningu sportowego dla zawodników oraz innych trenerów.

## Doświadczenie

2017-08 - **PAF Polska Akademia Futbolu, Warszawa**

do dziś *Trener piłki nożnej*

- Planowanie i prowadzenie treningów **indywidualnych**
- Rozwijanie zdolności koordynacji sprawnościowej, antycypacji oraz percepcji u zawodników trenujących piłkę nożną

2017-06 - **BTA Kompas**

2017-08 *Instruktor - wychowawca*

Instruktor i wychowawca na obozach sportowych:

- Nauka **pływania** z piłką nożną
- **Piłka nożna**
- Obóz piłkarsko-przygodowy

2017-04 - **VfL Wolfsburg**

2017-04 *Staż trenerski*

- Staż trenerski w zespole niemieckiej Bundesligi VfL Wolfsburg - **VfL Fussball Academie**

2014-07 - **Bydgoski Klub Sportowy "Chemik"**

2017-06 *Trener piłki nożnej UEFA B / Asystent w sztabie pierwszego zespołu*

- Planowanie i prowadzenie **treningów grupowych i indywidualnych**
- Praca z różnorodnymi grupami (dzieci, młodzież, seniorzy) na poziomie początkującym i zaawansowanym
- Prowadzenie **rozgrzewek przedmeczowych i meczowych**
- Realizacja **zadań sytuacyjnych** podczas treningów i spotkań mistrzowskich
- **Analiza spotkań mistrzowskich, sparingów oraz treningów** pod kątem organizacji gry i działania w strukturze treningu
- **Prowadzenie warsztatów i wykładów dla trenerów** z zakresu przygotowania motorycznego
- Odpowiedzialność za **przygotowanie motoryczne** zawodników
- Korekcja odchyień i wad postawy w grupach młodzieżowych sekcji piłki nożnej
- Prowadzenie treningów indywidualnych w procesie rehabilitacji pourazowej
- Rozwijanie zdolności koordynacji sprawnościowej oraz percepcji u dzieci trenujących piłkę nożną
- Funkcja nauczyciela wychowania fizycznego - prowadzenie treningów w ramach zajęć lekcyjnych dla uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych oraz ogólnokształcących

### Osiągnięcia:

- **Awans prowadzonej grupy** seniorów z 5 do 3 ligi
- Stworzenie i wdrożenie **autorskiego programu treningowego** dla dzieci z kategorii Orlik
- Sześcioro dzieci zakwalifikowało się do **Akademii Młodych Orłów PZPN**

2016-04 - **PASS Analiza Trening Progresja**

2016-08 *Specjalista przygotowania motorycznego*

- Przygotowanie zajęć, rozgrzewek, treningów taktycznych
- Wprowadzenie elementów treningu motorycznego
- Udział w spotkaniach mistrzowskich oraz ich analiza

2014-06 - **Ekstraklasowy klub Zawisza Bydgoszcz**

2014-12 *Konsultant przygotowania motorycznego*

- Dokonywanie pomiarów sprawności **piłkarzy polskich i zagranicznych**

- Praca w języku angielskim

---

## Edukacja

---

2017-10 - do dziś **Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wychowanie fizyczne**

Specjalizacja: **biomechanika**  
**Studia doktoranckie**

2016-10 - 2017-06 **Wyższa Szkoła Zarządzania i Coachingu we Wrocławiu, Analityk Gry Sportowej**

Studia podyplomowe

2015-10 - 2017-06 **Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Wychowanie fizyczne**

Specjalizacja: **zarządzanie w sporcie i rekreacji**  
**Studia magisterskie**

### Osiągnięcia:

- Stypendium Rektora dla najlepszych studentów
- Nagroda dziekana dla najlepszego studenta Wydziału Kultury Fizycznej, Zdrowia i Turystyki
- **Stypendium ministra** dla studentów i doktorantów **za wybitne osiągnięcia** na rok akademicki 2016/2017

2012-10 - 2015-06 **Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Wychowanie fizyczne**

Specjalizacja nauczycielska i gimnastyka korekcyjna  
**Studia licencjackie**

### Osiągnięcia:

- Stypendium Rektora dla najlepszych studentów

---

## Uprawnienia

---

2017-06 Magister wychowania fizycznego i gimnastyki korekcyjnej ze specjalnością dodatkową: zarządzanie w sporcie i rekreacji

2017-06 Analityk piłkarski

2016-05 Specjalista przygotowania motorycznego

2016-04 Trener piłki nożnej, licencja UEFA B

2015-06 Wychowawca wypoczynku dzieci i młodzieży

2015-03 Instruktor pływania

2014-06 Młodszy ratownik WOPR

2014-06 Instruktor Nordic Pole Walking