

## HARMONOGRAM GODZINOWY KONFERENCJI 25-26.04.2026

### 1. Część teoretyczna (sobota 25.04)

Wystąpienia specjalistów reprezentujących kluczowe obszary wspierające proces szkoleniowy:

**11.00 – 12.00:**

Rejestracja Uczestników

**12.00 – 13.00:**

- Lekarze: ortopedzi, medycyny sportowej – najczęstsze urazy, jak im zapobiegać, współpraca z fizjoterapeutami, Prelegenci: prof. dr. hab. n. med. Przemysław Lubiński, dr n. med. Jacek Jaroszewski, dr n. med. Jakub Naczek, dr Jakub Stefaniak

**13.00 – 13.30:**

**Przerwa kawowa**

**13.30 – 14.30:**

- fizjoterapeuta, dyplomowany osteopata, trener lekkiej atletyki – Zapobieganie kontuzjom i podstawowe procedury regeneracyjne i prewencyjne w piłce siatkowej. Prelegent: dr hab. Sławomir Marszałek D.O.

**14.30 – 15.15:**

- Kolagenowe podstawy biomedyczne, Prelegent: Prof. dr hab. Jakub Rybka

**15:15 – 15:45**

**Przerwa obiadowa i kawowa**

**15:45 – 17:15:**

- Psycholog sportu – Jak trener, zawodnik i rodzic mogą działać razem — budowanie komunikacji i relacji w triadzie, przeciwdziałanie hejtowi i wypaleniu oraz praktyczne zastosowanie profilu umiejętności w codziennym rozwoju zawodnika. Prelegent: mgr Joanna Budzis, psycholog sportu, autorka książki „Streambook. Twój trening mentalny” i kursu „Wiara i pewność siebie młodego sportowca”.

**17:15 – 18:15**

Specjalista ds. komunikacji i mediów społecznościowych. Prelegent: Grzegorz Boruszewski - firma ESYCO:

- cyfrowa higiena jako podstawowy element treningu mentalnego każdego sportowca: szanse i zagrożenia

- świadomość social mediów i urządzeń elektronicznych w kontekście wydajności treningowej

## **2. Część praktyczno - teoretyczna (niedziela 26.04)**

**9.00 – 11.45:**

- przykłady rozwiązań z zakresu przygotowania motorycznego i prewencji urazów (część rozgrzewkowa), prelegent: Łukasz Murdzia oraz pokazowe jednostki treningowe prowadzone przez trenerów reprezentujących zespoły najwyższych klas rozgrywkowych, prelegent: Bartosz Dąbrowski UNI OPOLE,
- prezentacja metod pracy techniczno-taktycznej możliwych do wdrożenia w klubach niższych lig, prelegent: Bartosz Dąbrowski UNI OPOLE,

**11.45 - 13.00:**

- wykład Prof. Jan Celichowski Prorektor AWF Poznań "Czy badania układu nerwowo-mięśniowego umożliwiają zrozumieć sposób komunikacji neuronów"
- wykład Prof. dr hab. Tomasz Górecki " Od piłki nożnej do siatkówki - zastosowanie analityki sportowej "

**13.00 – 13.15:**

**Przerwa kawowa**

**13.15 – 15.00:**

- przykłady rozwiązań z zakresu przygotowania motorycznego i prewencji urazów (część rozgrzewkowa), prelegent: Łukasz Murdzia oraz pokazowe jednostki treningowe prowadzone przez trenerów reprezentujących zespoły najwyższych klas rozgrywkowych, prelegent: Daniel Pliński AZS INDYKPOL OLSZTYN,
- prezentacja metod pracy techniczno-taktycznej możliwych do wdrożenia w klubach niższych lig, prelegent: Daniel Pliński AZS INDYKPOL OLSZTYN

**15.00 – 15.30**

**Przerwa obiadowa i kawowa oraz odbiór certyfikatów**

**15.30**

**Wyjazd Uczestników i rozdanie certyfikatów**