



TOMASZ PAĆHALSKI  
CENTRUM WSPINACZKOWE  
KLIF TARNOWSKIE GÓRY

---

**ORGANIZACJA SZKOLENIA  
ZAWODNIKÓW KADRY  
NARODOWEJ NA  
PRZYKŁADZIE KADRY  
NARODOWEJ W PŁYWANIU  
NA WODACH OTWARTYCH**

# TOMASZ PĄCHALSKI

- ▶ Koordynator Kadry Narodowej Juniorów i Seniorów w Pływaniu na Wodach Otwartych w latach 2013-2016
- ▶ W dyscyplinie w latach 2010-2016 i nadal
- ▶ Organizator Mistrzostw Kraju oraz cyklu Grand Prix Polski
- ▶ Organizator BCT Gdynia Maraton z pulą nagród 28 000 USD
- ▶ Koordynator Sportu w Parku Wodnym i Hali Sportowej w Tarnowskich Górach
- ▶ Trener Koordynator klubu pływackiego MKS Park Wodny Tarnowskie Góry





**DOŚWIADCZENIE TO TAK NAPRAWE**

**INNA NAZWA "ZŁYCH DECYZJI"**

**„WYMIANA DOŚWIADCZEŃ POZWALA NAM SZYBCIEJ  
DOJŚĆ DO TEGO GDZIE ZMIERZAM**

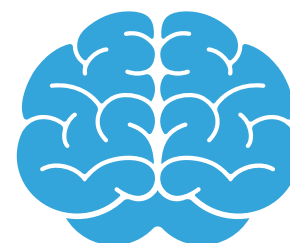
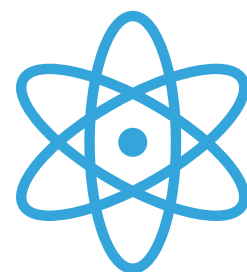
memy.pl

memy.pl

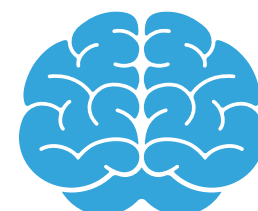
# STRUKTURA ORGANIZACYJNO- SZKOLENIOWA KADRY NARODOWEJ

---

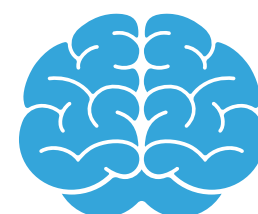
MINISTERSTWO SPORTU I TURYSTYKI



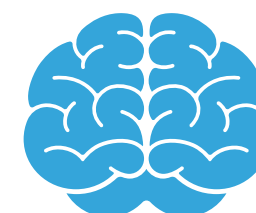
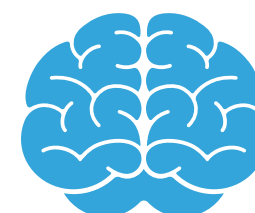
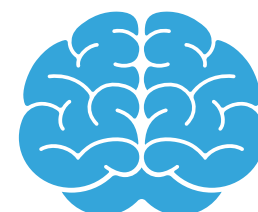
POLSKI ZWIAZEK PŁYWACKI  
SZEFEK WYDZIAŁU SZKOLENIA



KOORDYNATOR KADRY NARODOWEJ  
TRENERZY KADROWI ORAZ ZESPÓŁ  
WSPÓŁPRACUJĄCY



TRENERZY PROWADZĄCY  
ZAWODNIKÓW W KLUBACH



**„WSZYSCY TWORZYMYSZ JEDNĄ DRUŻYNĘ  
CHOĆ NIE WSZYSCY O TYM PAMIĘTAMY”**



# Kadra narodowa to zespół wybitnych jednostek

**PROWADZENIE KADRY NARODOWEJ JEST JAK UKŁADANIE PSÓW W ZAPRZĘGU KAŻDY MA SWOJĄ ROLE I FUNKCJE, ABY ZAPRZĘG JECHAŁ TRZEBA WSPÓŁPRACOWAĆ A KAŻDY MUSI DAĆ Z SIEBIE WSZYSTKO. NA KOŃCOWY SUKCES LUB PORAŻKĘ SKŁADA SIĘ PRACA CAŁEGO ZESPOŁU.**

**Tomasz Pąchalski- doświadczenia własne**

## SZEF WYDZIAŁU SZKOLENIA

- ▶ Mistrz Joda wszystkich Jedi
- ▶ Konsultant wszystkich dyscyplin w zakresie planów szkoleniowych, limitów oraz zasad kwalifikacji
- ▶ Ciało doradcze
- ▶ Referent planów i założeń w Ministerstwie Sportu i Turystyki
- ▶ Strażnik zasad i finansów



Yoda

chodzi o lasce, a robi salta i śruby w powietrzu



TRENER MANAGER ORGANIZATOR  
PSYCHOLOG WSPÓŁAUTOR  
SUKCESÓW I OJCIEC WSZYSTKICH  
PORAŻEK

---

**KOORDYNATOR  
KADRY NARODOWEJ**



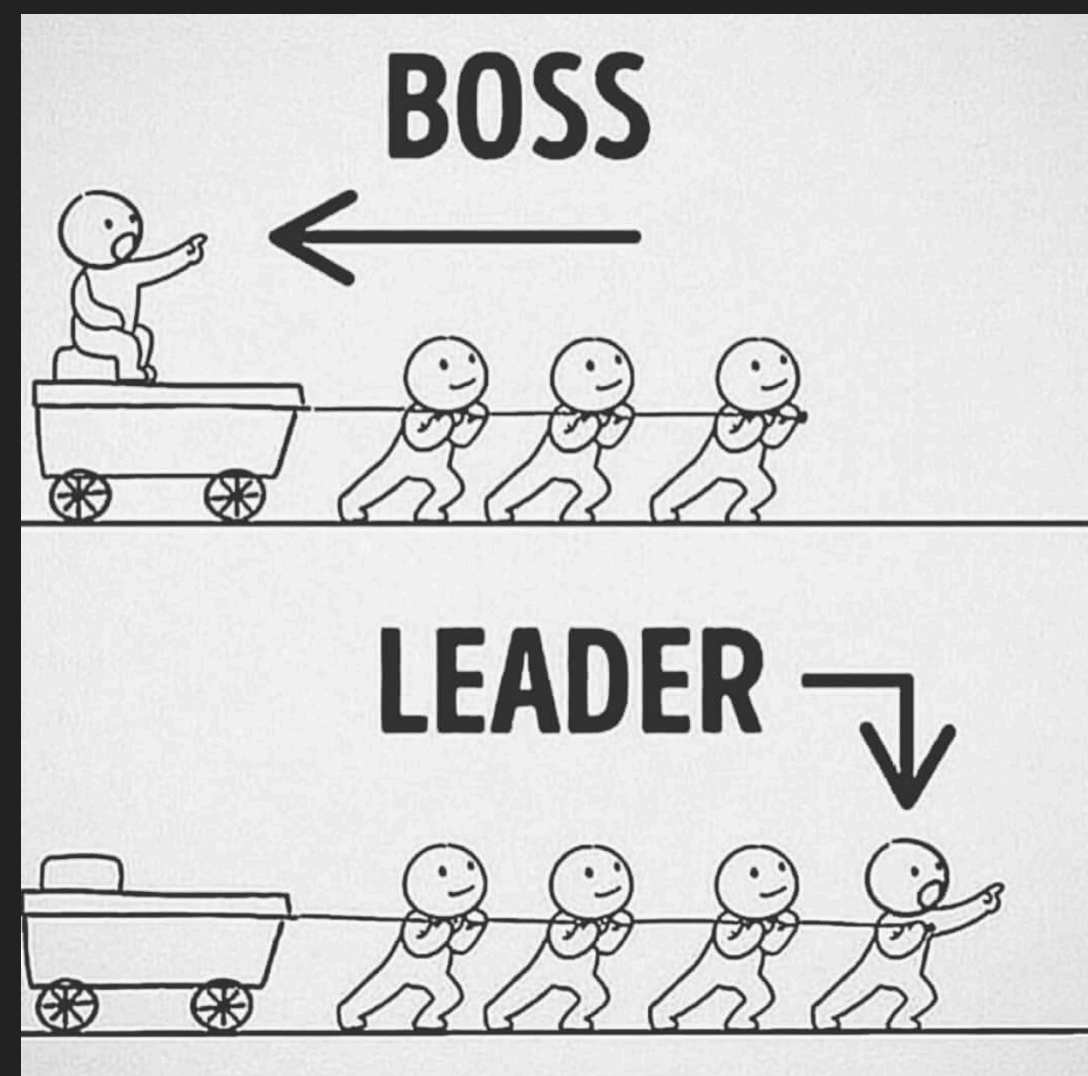


# KOORDYNATOR KADRY NARODOWEJ

- ▶ Układanie planu szkolenia
- ▶ Planowanie budżetu
- ▶ Kontakt z zawodnikami kadrowymi i ich trenerami
- ▶ Kontakt z trenerami rokujących zawodników
- ▶ Planowanie kryteriów kwalifikacji do imprez centralnych
- ▶ Organizacja imprez krajowych i kalendarza imprez
- ▶ Koordynowanie spraw bieżących
- ▶ Organizacja zgrupowań
- ▶ Przygotowywanie powołań

## KOORDYNATOR KADRY NARODOWEJ

- ▶ Udział w zgrupowaniach i zawodach
- ▶ Podczas imprez-kierownik ekipy
- ▶ Zgłaszanie startów do zawodów
- ▶ Zamówienia suplementacji
- ▶ Kontakt z zawodnikami
- ▶ Budowanie atmosfery
- ▶ Kontakt z mediami
- ▶ Przygotowanie sprawozdań częściowych i całościowych



**KOORDYNATOR KADRY TRZYMA  
REKĘ NA WSZYSTKIM, NIE NA  
WSZYSTKIM SIĘ ZNA ALE  
WSZYSTKIEGO DOGLĄDA**

**Tomasz Pąchalski**



# TRENERZY KADRY NARODOWEJ

- ▶ Współpraca z trenerem koordynatorem
- ▶ Współtworzenie z koordynatorem zasad szkolenia i kwalifikacji
- ▶ Układanie planów treningowych
- ▶ Udział w zgrupowaniach
- ▶ Prowadzenie zajęć kadrowych, praca z zawodnikami
- ▶ Ustalanie planu startów
- ▶ Odpowiedzialność za wyniki

**It takes  
both sides  
to build  
a bridge.**

**Fredrik Nael**

## ZESPÓŁ WSPÓŁPRACUJĄCY

- ▶ Fizjoterapeuta
- ▶ Lekarz kadry
- ▶ Psycholog
- ▶ Dietetyk
- ▶ Specjalista od PR
- ▶ Rodzice
- ▶ Matki, żony, kochanki





# TRENERZY KLUBOWI

- ▶ Fundament każdego sukcesu
- ▶ Bez nich nie ma „Kadry”
- ▶ Przygotowują zestawienie zrealizowanych obciążeń treningowych oraz charakterystykę zawodnika
- ▶ Współpracują dla wspólnego celu
- ▶ Rotacyjnie uczestniczą w zawodach
- ▶ Pomagają rozwiązywać sytuacje trudne







---

# PRACA ZESPOŁOWA W PRAKTYCE

**ABY ZBUDOWAĆ MOST  
POTRZEBA DWÓCH STRON**

**Fryderik Nael**





# **KRYTERIA KWALIFIKACJI DO IMPREZ MIĘDZYNARODOWYCH DOBÓR FORMY I TERMINU KWALIFIKACJI**



## KWALIFIKACJE DO IMPREZ CENTRALNYCH

- ▶ Kwalifikacja jednoetapowa vs. wieloetapowa
- ▶ Kwalifikacja długoetapowa vs. tu i teraz
- ▶ Czas między kwalifikacją a startem
- ▶ Ustalenie kryteriów w oparciu o poprzednią analogiczną imprezę
- ▶ Wysyłamy aby nabierać doświadczenia ale nie wysyłamy na wycieczki
- ▶ Podejmowanie trudnych decyzji



**BUDOWANIE FUNDAMENTÓW PRACY**

**PLANOWANIE SZKOLENIA**



---

**PLANY SĄ NICZYM,  
PLANOWANIE WSZYSTKIM!**

**Dwight D. Eisenhower**



# PLANOWANIE SZKOLENIA

- ▶ Szkolenie indywidualne vs. szkolenie centralne
- ▶ Finansowanie
- ▶ Planowanie zgrupowań i ich rodzaje
- ▶ Dobór miejsca treningowego
- ▶ Budowanie zespołu i zajęcia pozasportowe
- ▶ Logistyka - konik każdego koordynatora
- ▶ Planowanie na cykl olimpijski





**DIABEŁ TKWI W  
SZCZEGÓŁACH,  
NAJLEPSI SĄ CI,  
KTÓRZY DO  
SZCZEGÓŁÓW  
PRZYKŁADAJĄ  
NAJWIĘCEJ  
UWAGI**







# DZIĘKUJE ZA UWAGĘ



TOMASZ PAĆCHALSKI