

♥ WYPRAWKA DLA RODZICA ♥

Sezon 2026 / 2027 • Twój przewodnik po Akademii

„Dobro dziecka, radość z ruchu i atmosfera są ważniejsze niż wynik sportowy.”

I. WITAJ W NASZEJ AKADEMII

Drogi Rodzicu,

Serdecznie witamy Ciebie i Twoje dziecko w Akademii Sportu „Ferajna z Podwórka”! Cieszymy się, że zdecydowałeś/aś powierzyć nam ten wyjątkowy czas — czas, kiedy Twoje dziecko stawia pierwsze kroki w świecie sportu.

Jesteś dla nas prawdziwym partnerem. Wiemy, że za każdym zawodnikiem stoi rodzina, która inwestuje czas, zaufanie i serce. Dlatego ta Wyprawka powstała właśnie dla Ciebie — byś wiedział/a, jak działamy, czego oczekujemy i jak możesz aktywnie wspierać rozwój swojego dziecka razem z nami.

♥ Wspólny cel mamy jeden: zapewnić Twojemu dziecku bezpieczne, radosne i rozwijające zajęcia, w których każdy dzień będzie przygodą.

Po co powstała ta Wyprawka?

Ta Wyprawka to nie regulamin — to praktyczny przewodnik, do którego możesz wracać przez cały sezon. Dzięki niej wiesz, jak zorganizowane są zajęcia i co jest od Ciebie oczekiwane, rozumiesz, jak możesz najlepiej wspierać swoje dziecko, znasz zasady finansowe, organizacyjne i komunikacyjne Akademii, oraz wiesz, gdzie szukać pomocy i jak się z nami skontaktować.

II. SPIS TREŚCI

Rozdział	Zawartość
I. Witaj w Akademii	Pierwsze słowa, misja i po co powstała ta wyprawka.
III. Misja i Wizja Akademii	Dlaczego istniejemy i dokąd zmierzamy.
IV. Organizacja zajęć	Zasady obecności, odwołań, harmonogram i zachowanie.
V. Ubiór i wyposażenie	Strój treningowy, odzież sezonowa i zasady odpowiedzialności.
VI. Finanse i rozliczenia	Cennik, Program Rabatowy, terminy, brak płatności i rezygnacja.
VII. Komunikacja i narzędzia	Kto za co odpowiada, narzędzia, kontakt z trenerem.
VIII. Rozwój dziecka i zdrowie	Rola rodzica, motywacja, zdrowie, raporty, rozmowy.
IX. Kalendarz Akademii	Sezon, przerwy, terminy, Twoja rola.
X. Formalności i dokumenty	Dokumenty, rezygnacja, powrót po przerwie, ubezpieczenie.
XI. Marketing i wizerunek	Wizerunek dziecka, social media, opinie.
XII. Program Lojalności	Punkty za zaangażowanie i postawę, nagrody, jak pomóc dziecku.
XIII. Opinie i rekomendacje	Gdzie i jak zostawić opinię — gotowe przykłady.

III. MISJA I WIZJA AKADEMII

Nasza misja

„Naszą misją jest wychowywanie poprzez sport.” Tworzymy środowisko, w którym każde dziecko może rozwijać swoje umiejętności sportowe, charakter i pasję do aktywności w atmosferze szacunku, zaangażowania i radości z ruchu.

Prowadzimy trzy rodzaje zajęć:

-  Treningi piłkarskie (Piłkarskie Asy) — technika, taktyka, współpraca i fair play.
-  Zajęcia ogólnorozwojowe — koordynacja, sprawność i radość z ruchu dla każdego dziecka.
-  Zajęcia Maluchów wspólnie z Rodzicem — wyjątkowe zajęcia dla najmłodszych prowadzone razem z opiekunem, budujące więź, pewność siebie i pierwsze nawyki ruchowe.

Nasza wizja

Krótkofalowa: każde dziecko wychodzące z zajęć zmęczone, szczęśliwe i dumne z siebie; budowanie społeczności, w której dzieci chętnie wracają na każdy trening; zaufanie rodziców — wiedzących, że ich dzieci są w dobrych rękach.

Długofalowa: wychowanie pokolenia, dla którego sport to naturalny styl życia; Akademia rozpoznawalna w regionie z jakości szkolenia i atmosfery; zawodnicy będący dobrymi ludźmi — także poza boiskiem.

IV. ORGANIZACJA ZAJĘĆ

Obecność i punktualność

Przyjście	Nie wcześniej niż 10 minut przed zajęciami.
Odbiór	Odbieraj dziecko bezpośrednio po zakończeniu zajęć.
Odpowiedzialność	Trener odpowiada za dzieci wyłącznie w czasie trwania zajęć.
Spóźnienie	Zgłoś z wyprzedzeniem — duże spóźnienie może uniemożliwić udział w treningu.

Zgłaszanie nieobecności

- Przez system Sportbm (aplikacja mobilna) — zakładka nieobecności.
- Przez SMS lub WhatsApp do trenera prowadzącego.
- Przy dłuższej przerwie (ferie, wyjazd, kontuzja) również do koordynatora.

Frekwencja i jej znaczenie

- Regularny udział w zajęciach wpływa na postępy dziecka i jego poczucie przynależności do grupy.
- Frekwencja jest brana pod uwagę w raportach postępów.
- Udział w systemie motywacyjnym i wyróżnienia zależą od obecności.

Odwołanie zajęć

Treningi mogą zostać odwołane w wyjątkowych sytuacjach: złe warunki pogodowe, niedostępność obiektu, choroba trenera. Informujemy przez aplikację

Sportbm, grupę WhatsApp lub e-mail. Akademia dąży do odrobienia zajęć w innym terminie.

Zachowanie zawodnika

- Okazuj szacunek trenerowi, kolegom z grupy i sprzętowi.
- Wykazuj pełne zaangażowanie na każdym treningu.
- Przestrzegaj poleceń trenera i zachowuj pozytywną sportową postawę.

Konsekwencje łamania zasad: upomnienie ustne, nagana i informacja do rodzica, czasowe wyłączenie z zajęć, usunięcie z Akademii.

Zachowanie rodzica

- Nie komentuj pracy trenera podczas treningu.
- W sprawach organizacyjnych kontaktuj się po zakończeniu zajęć.
- Stosuj pozytywny doping i wspieraj atmosferę fair play.
- Nie pozostawiaj dziecka na obiekcie bez opieki po zajęciach.

⚠ Wizerunek Akademii tworzymy wspólnie — na boisku i poza nim. Każdy rodzic jest jej ambasadorem.

V. UBIÓR I WYPOSAŻENIE ZAWODNIKA

Strój treningowy — obowiązkowe elementy

- Koszulka treningowa Akademii.
- Spodenki Akademii.
- Getry sportowe — grupy piłkarskie.
- Odpowiednie obuwie sportowe dostosowane do nawierzchni.
- Bidon z wodą (podpisany imieniem dziecka).

Odzież na chłodne dni

W okresie jesienno-zimowym zapewnij dziecku: czapkę, rękawiczki, komin (bez szalików), bieliznę termiczną pod strój treningowy, legginsy lub spodnie termiczne, kurtkę lub bluzę Akademii (jeśli obowiązuje).

Stroje Akademii zamawiasz przez stronę internetową — zakładka SKLEP. Dostępne również grupowe zamówienia sezonowe z preferencyjną ceną — info u koordynatora.

Odpowiedzialność za wyposażenie

- Rodzic dba o kompletny strój treningowy i napój.
- Oznaczaj odzież imieniem dziecka.
- Nie przywozić na treningi cennych przedmiotów (zegarki, telefony, gotówka).
- Akademia nie ponosi odpowiedzialności za zagubione rzeczy.

VI. FINANSE I ROZLICZENIA

Dlaczego składki są ważne?

Akademia utrzymuje się głównie z opłat rodziców — brak stałych sponsorów ani dużego budżetu zewnętrznego. Terminowe składki pozwalają nam prowadzić treningi na wysokim poziomie, opiekować się dziećmi i rozwijać kadrę trenerską, organizować wydarzenia i eventy dla dzieci i rodzin, utrzymywać jakość i stabilność działania, kupować sprzęt treningowy i odnawiać wyposażenie obiektów, inwestować w rozwój kadry trenerskiej oraz planować sezony z dużym wyprzedzeniem.

📌 Każda terminowo wpłacona składka to cegiełka, która buduje Akademię. Dziękujemy za partnerstwo i zaufanie!

Opłata członkowska — co obejmuje?

- Udział w regularnych zajęciach treningowych.
- Opiekę trenerską i organizacyjną przez cały sezon.
- Dostęp do systemu Sportbm (aplikacja, ogłoszenia, galerie, komunikacja).
- Możliwość udziału w Programie Lojalności i zdobywania nagród (rozdz. XII).
- Dostęp do galerii zdjęć i relacji z wydarzeń.
- Wsparcie koordynatora w sprawach organizacyjnych i merytorycznych.
- Preferencyjne ceny na obozy sportowe i półkolonie Akademii.

Cennik bazowy — jedno dziecko, jedno zajęcia

Zajęcia	1× w tygodniu	2× w tygodniu
Zajęcia ogólnorozwojowe	115 zł / mies.	165 zł / mies.
Piłkarskie Asy (z założenia 2×/tydz.)	—	165 zł / mies.

Program Rabatowy — rodzeństwo i więcej niż jedno zajęcia

Jeżeli w rodzinie zapisane jest więcej niż jedno dziecko na te same zajęcia, obowiązują poniższe ceny łączne zamiast sumy cen z cennika bazowego:

Liczba dzieci	Ogólnorozwojowe 1×/tydz.	Ogólnorozwojowe 2×/tydz.	Piłkarskie Asy (2×/tydz.)
1 dziecko	115 zł	165 zł	165 zł
2 dzieci	200 zł	285 zł	280 zł
3 dzieci	250 zł	355 zł	335 zł

Dla rodzin łączących różne zajęcia (np. jedno dziecko na Piłkarskich Asach, drugie na ogólnorozwojowych) obowiązuje zasada „Pozycji Rodzinnych” opisana w Regulaminie Akademii (rozdz. V) i w dokumencie Program Rabatowy Ferajna. Uwaga: Program Rabatowy (zniżki na składkę) to co innego niż Program Lojalności opisany w rozdziale XII — ten drugi nagradza punktami za frekwencję i postawę, nie obniża ceny.

Termin płatności	Do 7. dnia każdego miesiąca z góry (lub jednorazowo z góry przy wariantcie półrocznym / rocznym).
Przelew tradycyjny	Nr konta: 17 1090 1607 0000 0001 6115 3096
Tytuł przelewu	Imię i nazwisko dziecka + nazwa grupy + miesiąc, za który dokonywana jest opłata.

System online	www.ferajna.sportbm.com

Brak płatności — procedura

- Rodzic otrzymuje przypomnienie przez aplikację lub e-mail.
- Po 2 miesiącach zaległości — możliwe zawieszenie udziału w zajęciach.
- Powrót do treningów dopiero po uregulowaniu zaległości.

Rezygnacja z Akademii

- Obowiązuje jednomiesięczny okres wypowiedzenia, ze skutkiem na koniec miesiąca, w którym złożono wypowiedzenie — pod warunkiem zgłoszenia do 7. dnia danego miesiąca (zgodnie z Umową).
- Zgłoszenie mailowo na: ferajna.akademia@gmail.com

 Brak wiadomości e-mail = rezygnacja nie zostaje przyjęta. Upewnij się, że otrzymałeś/aś potwierdzenie.

VII. KOMUNIKACJA I NARZĘDZIA

Kto za co odpowiada?

Rola	Kto?	Kiedy się kontaktować?
Trener	Twój trener prowadzący	Kwestie sportowe, nieobecności
Koordynator	Biuro Akademii	Sprawy organizacyjne, płatności, dokumenty
Biuro	ferajna.akademia@gmail.com	Rezygnacje, faktury, sprawy formalne

Narzędzia i kanały

Aplikacja	Sportbm — ogłoszenia, raporty, galerie, płatności, nieobecności
WhatsApp	Szybkie wiadomości — grupy grupowe i organizacyjne
E-mail	ferajna.akademia@gmail.com — sprawy formalne
Strona	www.ferajna.sportbm.com — harmonogram, cennik, sklep

Jak rozmawiać z trenerem?

- Trener odpowiada w rozsądnym czasie — zazwyczaj do 24h w dni robocze.
- Unikaj dzwonienia bezpośrednio przed, w trakcie lub tuż po treningu.
- W sprawach wymagających dłuższej rozmowy: umów konsultację po zajęciach.
- Zawsze z szacunkiem — pamiętaj, że działa w interesie Twojego dziecka.
- Przy nieporozumieniach: najpierw porozmawiaj z trenerem, potem — koordynator.

VIII. ROZWÓJ DZIECKA I ZDROWIE

Rola rodzica w rozwoju dziecka

Rodzic jest pierwszym i najważniejszym wsparciem dla dziecka. Twoja postawa ma ogromny wpływ na motywację do treningów, poczucie własnej wartości, chęć do podejmowania nowych wyzwań i długofalową radość z aktywności fizycznej. Akceptacja, spokój, cierpliwość i wsparcie — zamiast presji — to najpotężniejsze narzędzia rodzica.

Motywacja dziecka — co pomaga, co szkodzi?

✔ Co pomaga	✗ Co szkodzi
Chwalenie za starania i postęp, nawet za małe kroki. Cieszenie się z samego udziału, nie tylko efektów. Wspieranie odwagi do próbowania nowych ćwiczeń.	Porównywanie dziecka do innych z grupy. Pytania „Czy byłeś/aś najlepszy/a?”. Wywieranie presji na konkretne umiejętności. Krytykowanie trenera przy dziecku.

Zdrowie — klucz do systematyczności

Sen: minimum 9 godzin snu, stałe godziny zasypiania i wstawania. **Nawodnienie i dieta:** woda zawsze na treningu, lekkostrawny posiłek 1,5–2h przed zajęciami, unikaj fast foodów przed treningiem. **Regeneracja:** wolne dni to część treningu; przeziębione dziecko lepiej zostawić w domu.

Kontuzje i urazy

- W przypadku kontuzji niezwłocznie poinformuj trenera i/lub koordynatora.
- Po przerwie zdrowotnej dostarcz trenerowi informację o stanie zdrowia dziecka.
- Akademia może poprosić o zaświadczenie lekarskie potwierdzające możliwość udziału w zajęciach.

Jak rozmawiać z dzieckiem po zajęciach?

Nie skupiaj się na ocenach i efektach — ważniejsze są emocje, relacje i zabawa. Zamiast „Czy byłeś/aś najlepszy/a?” pytaj: „Co najbardziej lubisz robić na treningu?”, „Z kim się dziś najbardziej bawiłeś/aś?”, „Co nowego spróbowałeś/aś dziś?”

IX. KALENDARZ AKADEMII

Sezon	01 sierpnia 2026 r. — 30 czerwca 2027 r.
Przerwa letnia	Lipiec — przerwa wakacyjna (możliwe zajęcia dodatkowe)
Ferie zimowe	Przerwa w treningach — info z wyprzedzeniem
Harmonogram	Aplikacja Sportbm + strona internetowa Akademii
Zmiany	Informujemy z minimum 2-tygodniowym wyprzedzeniem

X. FORMALNOŚCI I DOKUMENTY

Dokumenty wymagane przy zapisie

- Deklaracja uczestnictwa w Akademii.
- Zgoda na przetwarzanie danych osobowych (RODO).
- Zgoda na wykorzystanie wizerunku dziecka.
- Informacje o stanie zdrowia, alergiach i ewentualnych przeciwwskazaniach.
- Potwierdzenie znajomości Regulaminu Akademii.

📌 Dokumenty należy dostarczyć w ciągu 7 dni od rozpoczęcia treningów. Brak kompletu może wstrzymać udział w zajęciach.

Ubezpieczenie i bezpieczeństwo

- Każdy zawodnik powinien posiadać podstawowe ubezpieczenie zdrowotne.
- Akademia może oferować dodatkowe ubezpieczenie NNW — info przy zapisie.
- Rodzic obowiązkowo informuje trenerów o alergiach, chorobach przewlekłych i kwestiach zdrowotnych.

Powrót po przerwie lub kontuzji

- Poinformuj trenera z wyprzedzeniem o planowanym powrocie.
- Dostarcz zaświadczenie lekarskie (jeśli przerwa była zdrowotna).
- Zaktualizuj dane kontaktowe, jeśli uległy zmianie.

XI. MARKETING I WIZERUNEK

Wizerunek dziecka

Podczas zajęć i wydarzeń Akademia wykonuje zdjęcia i nagrania, które mogą być publikowane na stronie internetowej Akademii, w mediach społecznościowych (Facebook, Instagram, TikTok) i w materiałach promocyjnych. Publikujemy materiały wyłącznie na podstawie pisemnej zgody rodzica/opiekuna. Zgoda jest dobrowolna i może być cofnięta w każdym czasie.

Twoja rola w budowaniu wizerunku

- Udostępniaj relacje i posty z oficjalnych kanałów Akademii.
- Przesyłaj zdjęcia z wydarzeń do wykorzystania (po ustaleniu z trenerem).
- Publikuj pozytywne opinie i rekomendacje w internecie.

Nie twórz samodzielnie grup publicznych ani profili związanych z Akademią. Nie publikuj zdjęć innych dzieci bez zgody ich rodziców.

XII. PROGRAM LOJALNOŚCI

Dlaczego warto?

Program Lojalności nagradza nie tylko wyniki sportowe, ale przede wszystkim zaangażowanie, współpracę i postawę. Nagradzamy za: systematyczny udział w zajęciach, pozytywną postawę i fair play, aktywny udział w wydarzeniach i życiu Akademii, pomoc organizacyjną rodziców, pozytywne opinie i rekomendacje.

Jak możesz pomóc swojemu dziecku?

- Zachęcaj do regularnego udziału w zajęciach.

- Rozmawiaj z dzieckiem o wartościach: fair play, współpraca, wytrwałość.
- Bądź obecny/a — kibicuj na wydarzeniach, pomagaj przy organizacji.
- Polecaj Akademię znajomym — to forma docenienia pracy całego zespołu.

XIII. OPINIE I REKOMENDACJE

Drogi Rodzicu — jeśli podoba Ci się to, co robimy dla Twojego dziecka, możesz nam pomóc w bardzo prosty sposób: wystaw opinię w internecie. To dla nas ogromne wsparcie i najlepsza wizytówka, która pomaga innym rodzinom znaleźć dobre miejsce dla swoich dzieci.

Facebook	Google
Wejdź na profil www.facebook.com/FerajnazPodwórka , kliknij „Opinie” → „Napisz opinię”, wybierz gwiazdki i napisz kilka zdań.	Wyszukaj w Google Maps „Akademia Sportu Ferajna z Podwórka”, kliknij „Oceń” lub „Napisz recenzję”, wybierz gwiazdki i opisz swój pogląd.

Przykłady opinii — zainspiruj się lub skopiuj i dostosuj

- ★★★★★ „Nasza córka chodzi do Akademii od trzech miesięcy i co wtorek rano mówi: ‘Tato, dziś mam Ferajnę!’ z taką radością, że serce rośnie. Trenerzy super, atmosfera luz i widać, że dzieci się tu naprawdę bawią. Polecamy!” — Mama Zosi, 5 lat
- ★★★★★ „W końcu znaleźliśmy miejsce, do którego syn idzie BEZ marudzenia — a to naprawdę rzadkość przy 7-latku. Świetne zajęcia, miły trener i dzieci się świetnie dogadują. Już zapisaliśmy młodszego!” — Tata Kubusia i Filipa
- ★★★★★ „Zanim trafiliśmy do Ferajny, syn nie chciał słyszeć o żadnym sporcie. Teraz sam przypomina mi o treningu. Cuda się zdarzają!” — Mama Michała, 6 lat
- ★★★★★ „Akademia Sportu Ferajna z Podwórka oferuje zajęcia na wysokim poziomie organizacyjnym i merytorycznym. Kadra trenerska wykazuje się profesjonalizmem i indywidualnym podejściem do każdego dziecka.” — Rodzic uczestnika, sezon 2024/2025
- ★★★★★ „Syn chodzi na zajęcia ogólnorozwojowe od października i jego sprawność skoczyła jak na drożdżach. Ale co ważniejsze — stał się pewniejszy siebie. Sport naprawdę wychowuje!” — Mama Bartka, 7 lat
- ★★★★★ „Urodziny córki w Akademii to był strzał w dziesiątkę! Trener przygotował tor przeszkód, gry ruchowe i mini-olimpiadę. Na pewno wrócimy na 7. urodziny!” — Mama Lenki
- ★★★★★ „Półkolonie sportowe w Ferajnie to był najlepszy pomysł na wakacje. Syn wrócił zmęczony, szczęśliwy i z trzema nowymi kolegami. W przyszłym roku mamy już zarezerwowane!” — Tata Wiktora, 8 lat
- 💡 Napisanie opinii zajmuje tylko 2 minuty, a dla nas oznacza ogromnie wiele! Każda recenzja pomaga innym rodzicom znaleźć Akademię i buduje naszą wspólnotę.