



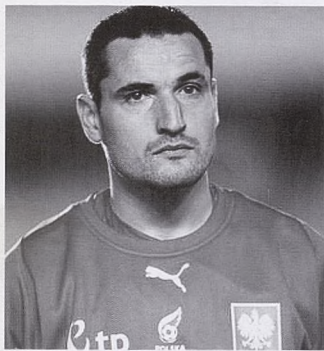
**III Konferencja Trenerów, Instruktorów
i Animatorów Futbolu MZPN**

czytaj od str. 7

Z trzydziestu trzech graczy skorzystał selekcjoner Leo Beenhakker w czternastu eliminacyjnych meczach do EURO 2008. Aż u 10-ciu można doszukać się związków z Krakowem, ale tylko czterech spośród nich wydaje się pewniakami do wyjazdu na turniej do Austrii i Szwajcarii.

Przez związek z Krakowem rozumiemy fakt występowania obecnie lub w przeszłości, w którymś z krakowskich klubów. Ograniczamy się wyłącznie do Krakowa, bo w żadnym innym małopolskim klubie żaden z uczestników eliminacji nie stawił choćby pierwszych kroków. To rzecz jasna smutna konstatacja zwłaszcza jeśli dopełnić ją informacją, że z dziesiątki związanej z Krakowem tylko jeden, Marcin Wasilewski, urodził się w stolicy Małopolski i tu, w Hutniku, uczył się grać w piłkę. Reszta to typowi zaciężnicy, wszyscy związani z Wisłą, acz niektórzy mocno już wrosnięci w krakowski krajobraz. Czterech aktualnie przywdziewa koszulkę z białą gwiazdą na piersi.

Poniżej krótkie podsumowanie dokonań krakowskiej dziesiątki w drodze do Euro 2008:



Marcin Wasilewski (wychowanek Hutnika): Ulubieniec Beenhakera, przez polskich trenerów krytykowany za zbyt dużą jak na obrońcę skłonność do gry ofensywnej w kadryze wywalczył pewny place. Zaowocowało to transferem do Anderlechtu Bruksela i wzrostem pozytywnej pewności siebie. Twardy, nieustępliw, zadziorny. Mimo dramatu osobistego i śmierci ojca wyszedł na boisko w meczu z Kazachstanem i wniósł wiele ożywienia. Trzeba przyznać, że nieco pomógł mu kłopoty zdrowotne Pawła Golańskiego. Szanse na wyjazd na Euro – wydaje się pewniakiem.

Mariusz Jop (były piłkarz Wisły): Raczej zmiennik, ale jeśli już grał to cały mecz i nie zawodził. Trener mu ufał, choć w rosyjskim klubie miewa kłopoty. Szanse na wyjazd na Euro – duże.

Arkadiusz Głowacki (piłkarz Wisły):

Tylko jeden występ w pierwszym, przegranym meczu z Finami w Bydgoszczy. Sprakurowany rzut karny, czerwona kartka. Po meczu schował się przed wszystkimi w autokarze i w eliminacjach więcej nie pokazał, choć powołania do kadry czasem do niego trafiają. Przeszkodą bywają problemy zdrowotne. Szanse na wyjazd na Euro – są, ale musi o to walczyć jak lew.

Jakub Błaszczykowski (były piłkarz Wisły): Rósł razem z tą reprezentacją. Od fatalnego meczu na inaugurację, gdy od fińskich obrońców odbijał się jak od ściany po ostatni, gdzie już nikt bez jego dryblingów nie wyobrażał sobie drużyny.

Krakowska cegielka w awansie do EURO

Tylko jeden wychowanek!

Listkiewicz

o szansach Krakowa

Po chorzowskim triumfie nad Belgią prezes PZPN Michał Listkiewicz był oblegany przez dziennikarzy. Padło m.in. pytanie o szanse szczęśliwego dla nas Stadionu Śląskiego na organizację meczów finałowych EURO 2012, którego Polska wraz z Ukrainą będzie gospodarzem. Przy okazji prezes odniósł się także do kandydatury Krakowa:

– Szanse Chorzowa i Krakowa, bo sprawę trzeba rozpatrywać wspólnie, są. Walczyć o to, żeby było sześć, a nie cztery miasta – gospodarze. Początkowo stanowisko UEFA to było zdecydowane nie. Teraz brzmi – zobaczymy. Czyli jest postęp. Bardzo wiele zależy od stanu przygotowań stadionów. Decyzja w tej sprawie zapadnie zapewne do końca przyszłego roku. Na razie nikt w UEFA nie zajmuje się tym specjalnie i tak będzie zapewne do zakończenia Euro 2008. JT

Bilans „Krakusów” w eliminacjach EURO’2008

Kolejne rubryki oznaczają: imię i nazwisko / ilość rozegranych meczów / ilość minut spędzonych na boisku / strzelone gole / asysty/złote kartki / czerwone kartki.

Obrońcy:						
M. Wasilewski	11	872	0	0	2	0
M. Jop	5	450	0	0	1	0
A. Głowacki	1	74	0	0	0	1
Pomocnicy:						
J. Błaszczykowski	11	706	0	0	4	0
D. Dudka	8	709	1	0	0	0
R. Sobolewski	8	423	0	0	1	0
K. Kosowski	3	35	0	0	0	0
M. Szymkowiak	1	45	0	0	0	0
Napastnicy:						
M. Żurawski	13	959	1	3	0	0
T. Frankowski	1	73	0	0	0	0

mecze, ale tylko nieco ponad pół godziny gry. Gdy w Belgradzie mógł się pokazać, o czym marzył, złapał kontuzję. Szanse na wyjazd na Euro – są, ale musi walczyć jak lew.

Mirosław Szymkowiak (były piłkarz Wisły): Fatalna połówka z Finami w Bydgoszczy, kłopoty w tureckim klubie, w końcu zakończenie kariery. Przymierza się wprowadzić do jej wznawienia, ale póki co częściej widywany jest jako telewizyjny szalejący reporter. Szanse na wyjazd na Euro – większe w roli telewizyjnego eksperta.

Maciej Żurawski (były piłkarz Wisły): Jako jedyny mógł zagrać we wszystkich meczach, ale przed Belgradem dostał wolne. Mimo kłopotów w klubie dla reprezentacji niezbędny. Nie zachwycał jak dawniej, ale jako kapitan dawał z siebie wszystko. Tylko jeden gol, ale bardzo ważny z Armenią w Kielcach. Pociągnął drużynę w drugiej połowie rewanżu z Kazachstanem. Szanse na wyjazd na Euro – wydaje się pewniakiem.

Trener wierzył w niego zawsze. Niezwykle waleczny, najczęściej ze wszystkich napolimany żółtymi kartkami. Ze wszystkich także najmłodszy. Szanse na wyjazd na Euro – wydaje się pewniakiem.

Dariusz Dudka (piłkarz Wisły): Przy Beenhakkerze wyżył się nieodpowiedzialnych zachowań jakie zdarzały mu się wcześniej w ważnych meczach. W Brukseli odkryty dla kadry jako defensywny pomocnik i tak już zostało. Kontuzja nie pozwoliła mu świętować awansu na boisku. Szanse na wyjazd na Euro – wydaje się pewniakiem.

Radosław Sobolewski (piłkarz Wisły): Twardy, waleczny, niezawodny. Świetny w kluczowych meczach z Portugalią i Belgią w Chorzowie. Po tym ostatnim ku ogólnemu zdumieniu postanowił zakończyć reprezentacyjną karierę. O dziwo, prawie nie karany kartkami z czego wcześniej słynął. Szanse na wyjazd na Euro – sam zrezygnował.

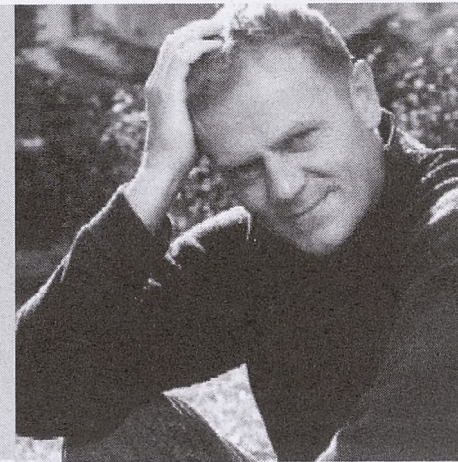
Kamil Kosowski (piłkarz Wisły): Wrócił do reprezentacji na końcówkę eliminacji po świetnym powrocie do polskiej ligi. Trzy

Tomasz Frankowski (były piłkarz Wisły): na boisku tylko z Finami w Bydgoszczy, później najwyżej ławka, a w końcu kanapa przed telewizorem. Gdzieś się zagubił, w czym „pomógł” mu kontuzja, ale marzy by jeszcze się odnaleźć. Byłoby dobrze, bo Beenhakker podkreśla, że nigdzie nie ma takich problemów jak w ataku. Szanse na wyjazd na Euro – znikome, ale nie raz bywał już w życiu jokerem.

Trzeba jeszcze wspomnieć o naszym jednaku w sztabie szkoleniowym. Adam Nawalka dołączył do niego przed wyprawą do Azerbejdżanu i Armenii w miejsce mającego problemy osobiste Dariusza Dziekanowskiego. Miał być na zastępstwo, a został do końca eliminacji. W sztabie zapowiadane są drobne zmiany, ale miejmy nadzieję, że nie dotyczą Nawalki i ten byłby piłkarzem i trenerem Wisły, ale także np. Świtą Krzeszowice i Sandecji będzie miał okazję powalczyć jako szkoleniowiec o zaszczyty, o które nie dane było walczyć mu jako piłkarzowi.

JT

Tak dobrej futbolowej koniunktury w naszym kraju nie pamiętam, choć na świecie żyje z górą 50 lat. Po pierwsze, reprezentacja narodowa dowodzona przez Leo Beenhakera wywalczyła dla Polski uczestnictwo w mistrzostwach Starego Kontynentu w roku 2008. Historyczny ewenement! Ale to nie wszystko. Wydarzenie znacznie większego kalibru było udziałem Polaków wiosną bieżącego roku. Otóż mistrzostwa Europy w piłce kopanej Anno Domini 2012 odbędą się nad Wisłą (i Odrą). Nigdy wcześniej Polsce nie powierzono organizacji imprezy podobnej rangi. UEFA doceniła nasze dążenia i ambicje stania się pełnoprawnym członkiem rodziny futbolowej, zawierzyła w nasze możliwości inwestycyjne i organizacyjne. Mistrzostwa kontynentu są dla nas wyzwaniem na miarę... budowy Nowej Huty! Na tym nie koniec korzystnych konstelacji. Przed kilkoma tygodniami pierwszym ministrem (premierem) Rzeczypospolitej został wybrany Donald Tusk. Szefem Urzędu Rady Ministrów został człowiek, który piłkę kocha, rozumie, zna jej reguły. Tusk jest chłopakiem z podwórka, wychowanym w futbolowej atmosferze, fanem kultowej Lechii Gdańsk. W piłkę kopie do dziś.



Wielkie mistrzostwa

Tenże premier minister w trakcie drugiego posiedzenia Sejmu obecnej kadencji, 23 listopada 2007 roku, wygłosił expose, czyli bodaj najważniejszą mowę parlamentarną kadencji. Przedstawiając program rządu wiele mówił na temat rodzimej piłki nożnej oraz futbolowych wyzwań oczekujących Polskę w najbliższych latach. Chyba żaden z szefów rządów w Polsce wcześniej tak dużo i konkretnie o piłce nie mówił.

„Jedną z istotnych dat, które stanowią wyzwanie także dla mojej ekipy rządowej, to rok 2012 – organizacja Mistrzostw Europy w Piłce Nożnej. Mówię o tym nie tylko dlatego, że trochę się na tym znam i że jest to moja pasja, tak jak sporej części siedzących na tej sali, ale mówię o tym także dlatego, że to naprawdę duże, ambitne wyzwanie cywilizacyjne oraz wielka szansa dla Polski, a nie tylko radość i satysfakcja dla sympatyków piłki nożnej. To jest wielka szansa cywilizacyjna dla Polski i dlatego uznajemy organizację tej imprezy za jeden ze swoich głównych priorytetów.

Proszę państwa, chciałbym dzisiaj rozwinąć wszelkie wątpliwości. Przez ostatnie kilka tygodni bardzo precyzyjnie analizowaliśmy szanse i zagrożenia związane z dotychczasowym procesem przygotowania do Euro 2012. Ta analiza i ocena nie wypadła imponująco, ale chcę z tego miejsca powiedzieć – i świadomie biorę na siebie to ryzyko – że obiecuję Polakom: zorganizujemy Euro 2012. Mistrzostwa Europy w 2012 r. na pewno odbędą się w Polsce. W Polsce i – jak słusznie podpowiada mi poseł lewicy – na Ukrainie, ale za tę drugą część ja odpowiedzialności przed państwem nie biorę. Chcę także państwa zapewnić i dać słowo, że te mistrzostwa nie tylko odbędą się w Polsce, ale będą także dobrze zorganizowane. (...) Chcemy, aby ta impreza stała się także istotnym elementem zintegrowanej strategii promującej nasz kraj, bo sukcesy osiągnięte przez tych, którzy do tej pory organizowali tego typu wydarzenia sportowe, pokazują, że dobrze przygotowane mistrzostwa mogą się przełożyć na realny wzrost gospodarczy, na podniesienie statusu danego kraju i na wzrost poczucia dumy narodowej. Nie lekceważyłbym tego ostatniego znaczenia, jeśli chodzi o efekty przeprowadzenia mistrzostw Europy w piłce nożnej.”

Serce rośnie, gdy słyszemy takie słowa. Sportowy kibic zapowiedzi premiera Tuska przyjmuje z nadzieją na „tłuste” lata polskiego futbolu. Bowiem już dziś liczymy tak: rok 2008 finały ME z naszym udziałem, 2010 – wielka szansa na awans do grona finalistów MŚ (po „łatwym” losowaniu), 2012 – finały ME z udziałem biało-czerwonych, gospodarzy turnieju. Oznacza to, że w najbliższych latach będziemy w wielkiej grze!

Boisko w mojej gminie

Piłkarski boom rozpoczął się. Reprezentacja piłkarska w najbliższych kilku latach ma zapewniony wysoki lot. Więcej

Egzegeza Tuskowego expose

182 boiska dla Małopolski!

będzie poważnych konfrontacji z rywalami z górnej półki. Ale, aby biało-czerwoni mogli rywalizować z najlepszymi jak równy z równym, musimy pokonać cywilizacyjną lukę, jaka dzieli futbolową awangardę od futbolowej prowincji. Donald Tusk postanowił znacznie skrócić dystans dzielący nas do piłkarskiej Europy. Plan jest ambitny.

„Chciałbym powiedzieć rzecz, która – z punktu widzenia przyszłości Polski, a szczególnie jej najmłodszego pokolenia – jest być może ważniejsza, chociaż ma związek z samymi mistrzostwami, z tą imprezą. Jesteśmy gotowi – a jest to efekt przygotowań, dużej pracy studyjnej zespołu, który pracuje od wielu, wielu miesięcy – do realizacji narodowego programu „Boisko w mojej gminie”. Jest to realny program i wspólnie z samorządami terytorialnymi, organizacjami sportowymi i partnerami prywatnymi chcemy go zrealizować przy okazji Euro 2012, ponieważ oznaczają on boisko w każdej gminie. Do roku 2012 w każdej polskiej gminie powstanie boisko ze sztuczną murawą i z oświetleniem. Nie jest to wynik czy efekt pasji sportowych członków mojego rządu, to jest ambitny plan, aby mniej więcej do 2012 r. powstało mniej więcej 2012 boisk po to, aby wszystkie polskie dzieci mogły oprócz domu i szkoły znaleźć także miejsce, w którym będzie się budowało poczucie wspólnoty, skutecznie dbało o zdrowie naszych najmłodszych, budowało umiejętność kooperowania, w przyszłości przygotowywało najmłodszych Polaków do dorosłego życia, które będzie dawało szansę na sprostanie konkurencji nie tylko sportowej. Wiem, o czym mówię – to nie jest przytyk – wiem to jako człowiek wychowany na podwórku, że bez dobrego boiska, bez drużyny, bez tego, co daje wychowanie wśród rówieśników, bez twardej walki, bez uczenia się reguł od trzeciego, czwartego, piątego roku życia, a więc bez boiska w każdej gminie nie wygramy tej wielkiej konkurencji, na jaką skazuje nas współczesny świat i współczesna Europa. Dlatego mówimy o boisku w każdej gminie jako miejscu, gdzie polskie dziecko będzie mogło nie tylko grać w piłkę, ale także będzie miało zaplecze sanitarne, poczucie bezpieczeństwa i stały kontakt z wychowawcą i trenerem, a kiedy będzie trzeba, także z opieką zdrowotną.

To jest program ambitny. Państwo dobrze wiecie, że kampania się skończyła i nie muszę nikogo przekonywać do jakichś ambitnych a nierzadych celów. Zobaczycie, że w 2012 r. będę meldował Polakom, że ta sprawa została wykonana tak, jak tu obiecałem.” Słowa premiera Tuska odbieram jako najspanialszy prezent dla milionowej piłkarskiej społeczności. Co oznaczają dla Małopolskiego Związku Piłki Nożnej? Mówiąc wprost: w Województwie Małopolskim, które jest podzielone na 182 gminy, w najbliższych pięciu latach zostaną wybudowane 182 boiska! Wszędzie piękne, zielone, sztuczne murawy, jupitery, szatnie i zaplecze klubowe. Bajka!

Poważni partnerzy

Skończyły się żarty – tak można zatytułować kolejny, ostatni fragment futbolowej części expose premiera. Po tym jak Donald Tusk zapowiedział złoty czas dla piłki dorosłej, jeszcze lepszy dla rozwoju młodzieżowego futbolu masowego, po rychłym rozwiązaniu inwestycyjnego worka czas sympatycznych anonsów kończy się. Prezes Rady Ministrów deklarował: „Chcemy wspierać sport wyczynowy, bo wiemy dobrze, że w świecie współczesnym mistrzostwa Europy, mistrzostwa świata, olimpiady to są główne źródła dumy narodowej. To jest teatr, który na szczęście w tak wielu miejscach na świecie zastąpił wojnę. To jest ten wielki teatr, gdzie przedstawiciele narodów konkurują ze sobą, a zwycięstwo naszych zawsze witamy, niezależnie od tego, z jakiej jesteśmy partii, z tą samą solidarną radością. Nikt nie może lekceważyć znaczenia międzynarodowego i tutaj, u nas w kraju, sukcesów sportowych. Chcemy respektować autonomię i samorządność ruchu sportowego.” Ale równocześnie Donald Tusk skonstruował pod adresem środowiska futbolowego konkretne wymagania: „Na wsparcie publiczne będą mogły liczyć te związki sportowe, które zapewnią w maksymalnym stopniu uczciwe i efektywne wykorzystanie środków publicznych. Wiemy, że mamy do wykonania dużą pracę, w tym także monitoring związków sportowych, tak żeby trafnie, celnie skierować środki publiczne.” Mocne!

(naga)



„Futbol Małopolski” - Miesięcznik Informacyjny Małopolskiego Związku Piłki Nożnej.

WYDAWCA: Małopolski Związek Piłki Nożnej. Adres 31-158 Kraków, ul. Krowoderska 74,

tel. 0-12 632 66 00, fax. 0-12 632 68 00, strona internetowa www.mzpn.com.pl, e-mail: mzpn@mzpn.com.pl

Redaguje zespół: Jerzy Cierpiatka (501 587 932) - sekretarz redakcji i Jerzy Nagawiecki (501 682 339) - redaktor naczelny.

Druk: Przedsiębiorstwo Wydawniczo-Poligraficzne „A-Z”, Z. Banasiński, 42-500 Będzin, ul. Siemońska 11

tel./fax: (0 32) 762 60 99

Nakład 3000 egz.

Czasopismo bezpłatne.

Oddano do druku 30 listopada 2007 roku

Zachęta pomieszczona na łamach wikipedii najnormalniej kusi: „Nowy Wiśnicz (jidysz: Vishnitsa) - miasto w woj. małopolskim, w powiecie bocheńskim, siedziba gminy miejsko-wiejskiej Nowy Wiśnicz.

Nowy Wiśnicz - miasto w woj. małopolskim, w powiecie bocheńskim, siedziba gminy miejsko-wiejskiej Nowy Wiśnicz. W latach 1975-1998 miasto administracyjnie należało do województwa tarnowskiego. Położone jest na Pogórzu Wiśnickim przy drodze wojewódzkiej nr 965 z Bochni do Limanowej, w odległości 5 km od Bochni. Według danych z 31 grudnia 2006, miasto miało 2741 mieszkańców. W XII wieku Nowy Wiśnicz był notowany jako wieś klasztoru, w XIV była własnością Kmitów, a następnie Lubomirskich. Jako miasto założone zostało w 1616 roku przez Stanisława Lubomirskiego. Obecnie zamek w Starym Wiśniczu powrócił do rąk rodziny Lubomirskich herbu Szreniawa odmiana (Drużyna). Herb ten jest jednocześnie herbem Nowego Wiśnicza. Główną atrakcją turystyczną miasta jest zamek w Nowym Wiśniczu, a po za tym: klasztor Karmelitów Bosych (obecnie więzienie), kościół pod wezwaniem Wniebowzięcia NMP, ratusz oraz dwór „Koryznowka”, w którym mieści się muzeum poświęcone życiu i twórczości Jana Matejki. Stoi tam pierwszy pomnik sławnego malarza wzniesiony w Polsce. Miasto leży na obszarze Wiśnicko-Lipnickiego Parku Krajoobrazowego.

Armata Lubomirskiego

W kwietniu ubiegłego roku duch Lubomirskich nagle odżył. Oto na łamach „Dziennika Polskiego” zamieszczono intrygującą informację, iż w Nowym Wiśniczu pod Bochnią, w czasie prac melioracyjnych na boisku sportowym, znaleziono armatę liczącą około 400 lat. Jak wynika ze wstępnych ekspertyz, spitzowa armata została odlana dla księcia Stanisława Lubomirskiego, prawdopodobnie w latach trzydziestych XVII wieku. Żyjący w latach 1583 - 1649 książę Stanisław Lubomirski, był założycielem Nowego Wiśnicza i właśnie nieopodal jego zamku znaleziono armatę. Działo kalibru 19,5 cm waży 460 kg i mierzy 166,5 cm długości. Trudno wyjaśnić skąd w tym miejscu wzięło się działo.

Burmistrz Nowego Wiśnicza, Stanisław Gaworczyk przypuszcza, że być może padło ono łupem Szwedów, ale grabieżcom nie udało się go daleko wywieźć, bo ze względu na duży ciężar, ugrzęzło podczas transportu w podmokłym terenie. - Nie wykluczone również, że w miejscu, w którym ja odnaleziono, istniały kiedyś szaniec obronny. Znalezione traktujemy jako swoisty prezent Lubomirskiego na przypadające za dwa miesiące 390. urodziny miasta - mówi Gaworczyk. Tak się akurat złożyło, że burmistrz jest od kilku lat prezesem klubu, na którego boisku znaleziono armatę. Czyli Szreniawa Nowy Wiśnicz.

Samochód pana Mietka

Zebranie założycielskie wiśnickiego klubu odbyło się 75 lat temu, w 1932. II wojna światowa przerwała funkcjonowanie tego stowarzyszenia sportowego, które na nowo zorganizowało się we wrześniu 1946 roku. Spiritus movens przedsięwzięcia był niezwykle zaangażowany w tworzenie organizacyjnych podstaw klubu Mieczysław Bębenek. Kiedy trzeba było udostępnić własny samochód, którym dojeżdżano do okolicznych miejscowości. Oprócz Mieczysława Bębena do kręgu założycieli Szreniawy zaliczyć należy takich działaczy jak Stanisław Dyląg, Adam Florczyk, Julian Gudan, Józef Koprowski i Marian Romański. Bębenek i Romański zresztą sami występowali w nowej drużynie, gdzie za boiskowych partnerów mieli m.in. Kazimierza Chodurę, Józefa Moskwę, Tadeusza Pilcha, Adolfa Romańskiego i braci Ziółkowskich.

Później zawodnikami Szreniawy zostali Aleksander Bielewicz, Mieczysław Chodur, Edward Dejnak, Mieczysław Fielek, Jerzy Gąsiorowski, Jan Glowacki, Jerzy Holyst, Kazimierz Hyży, Zbigniew Kociołek, Kazimierz Kokoszka, Zbigniew Leopoldowicz, Stanisław Michalski, Edmund Nowicki, Kazimierz Orlik, Stanisław Romański, Jan Słoniowski, Leon Słowiński, Jerzy Śliwa, Adam Tabaszewski, Mieczysław Tworzydło, Kazimierz Unger, Zbigniew Wojaś, Marian Wójcicki, Bronisław Wyrwa. W klubie sportowym działali także: Bronisław Anioł, Kazimierz Babraj, Stanisław Bębenek, Franciszek Bielewicz, Daniel Bobola, Józef Brzegowy, Henryk Dymura, Zbigniew Dymura, Stanisław Dźwigaj, Łukasz Findysz, Kazimierz Goc, Zdzisław Grabarz, Tadeusz Jarosz, Jerzy Kierczuk, Józef Komasa, Adam Koprowski, Bolesław Kornecki, Kazimierz Krupa, Aleksander Marszałek, Mieczysław Mastalerz, Ryszard Mazur, Marian Musiał, Bolesław Nakielny.

Julian Ostroga, Marian Pajor, Henryk Parwa, Edward Polkowski, Aleksander Smęda, Narcyz Świątek, Ferdynand Tokarz, Marian Tworzyło, Eugeniusz Tworzyło, Janusz Węgrzynek, Kazimierz Wilczyński, Adam Wójcicki i wielu innych.

KRIS SZRENIAWA NOWY WIŚNICZ

Promocja miasta i sportu



Diametralna poprawa

W 1969 Szreniawa awansowała do klasy A. Paradoks, że drużyna nie miała wówczas trenera. Osiem sezonów później nastąpił powrót do tej klasy, co było dużym sukcesem Antoniego Tabaszewskiego. Najwyższą klasą rozgrywkową, w jakiej występowała Szreniawa była IV liga. Awans do niej miał miejsce w 2002, gdy drużynę prowadził ceniony szkoleniowiec Michał Królikowski. To właśnie pod jego wodzą trzy sezony wstecz zespół pojawił się w lidze okręgowej. - Pojawilem się w klubie w roku 1998, Szreniawa zajmowała wówczas jedno z ostatnich miejsc w tabeli klasy A. Ówczesny sponsor Szreniawy, Janusz Mucha, pragnął przede wszystkim, abym uratował drużynę przed degradacją. Poszło zdecydowanie lepiej niż można było przypuszczać, uzyskaliśmy awans do „okręgówki”. Trzeba podkreślić, że Mucha, który był właścicielem prywatnej firmy z Bochni, bardzo mi pomagał. To był człowiek z otwartą głową. To samo zresztą odnosi się do Krzysztofa Kołodziejczyka, który później przejął inicjatywę. W następnym sezonie utrzymaliśmy się, zaś dwa lata później doszło do historycznego awansu do IV ligi. Wiodącą rolę w wyraźnym progresie zespołu odegrali gracze bocheńscy (Bienieć, Buras, Czeka, Ponisz) oraz krakowscy (Brak, Bulik, Terlecki, Wątor). Jako ciekawostkę mogę podać, że choć nie mam nic wspólnego



(1977-1980), Józef Moskwa (1980-1983), Bronisław Anioł (1984-1984), Antoni Tabaszewski (ponownie, 1985-1987), Zbigniew Dymura (ponownie, 1988-1998), Andrzej Dyląg (1999-2000), Andrzej Stańczyk (2000-2003), Stanisław Gaworczyk (2004 - obecnie).

ZARZĄD: Stanisław Gaworczyk - prezes, Ewa Kumor, Andrzej Stańczyk - wiceprezesi, Kazimierz Sajdak - sekretarz, Henryk Dejnak - skarbnik, Józef Mroczek - kierownik stadionu, Zbigniew Ptaszek - rzecznik prasowy. **KOMISJA REWIZYJNA:** Jerzy Holyst - przewodniczący, Bronisław Grabarz, Kazimierz Sajdak - członkowie.

ZASŁUŻENI DZIAŁACZE: Mieczysław Bębenek, Mieczysław Dyląg, Zbigniew Dymura, Józef Moskwa, Marian Romański (wszyscy nie żyją), Henryk Dejnak, Stanisław Gaworczyk, Jerzy Górniśiewicz, Józef Holyst, Krzysztof Kołodziejczyk, Marek Mirtyński, Janusz Mucha, Zbigniew Ptaszek, Kazimierz Sajdak, Andrzej Stańczyk, Antoni Tabaszewski.

ZASŁUŻENI SZKOLENIOWCY: Mieczysław Bębenek, Aleksander Bielewicz, Stanisław Dyląg, Mieczysław Fielek, Bartłomiej Holyst, Jerzy Holyst, Michał Królikowski, Stanisław Leśniak, Józef Moskwa, Adolf Romański, Marian Romański, Antoni Tabaszewski.

CZOŁOWI PIŁKARZE: Edward Bielewicz (w 1976 jako zawodnik Stali Mielec wywalczył tytuł mistrza Polski), Roman Romański, Tadeusz Rajca.

KADRA

Bramkarze: Wojciech Bukowiec (89), Krzysztof Gawęd (74).

Obroncy: Paweł Motak (82), Jacek Kupiec (89), Michał Ruchalski (80), Mateusz Zajac (86), Bartłomiej Sowiński (77), Rafał Stachoń (86).

Pomocnicy i napastnicy: Bartłomiej Biegajło (85), Mariusz Buras (74), Tomasz Cholewa (87), Mirosław Dzieński (77), Artur Fielek (89), Daniel Goryczko (77), Szczepan Goryczko (82), Marcin Motak (80), Adrian Szczygieł (86), Bartłomiej Stańczyk (89), Michał Stabrawa (82), Maciej Przeniosło (88), Leszek Tarasek (82).

Trener: Dariusz Siekliński.

JERZY CIERPIATKA



z architekturą, to akurat do mnie należało zaprojektowanie budynku klubowego wraz z trybuną. Ponieważ konserwator zabytków wnosił zastrzeżenia, więc zdecydowaliśmy się na oryginalny pomysł, aby wkomponować budynek w skarpe. A później zrobiono oświetlenie i stale je ulepszano. Mając tak oddanych działaczy jak Stanisław Gaworczyk czy Andrzej Stańczyk Szreniawa mogła jako klub systematycznie rozwijać się - wspomina trener Królikowski.

W 2006, po sezonach chudych, Szreniawa znów znalazła się na piątoli-gowym szlaku, trenerem był wtedy Bartłomiej Holyst. W początkach lat 90. ubiegłego wieku był on podopiecznym akurat trenera Królikowskiego w krakowskiej Garbarni... Ale przebieg rundy jesiennej sezonu 2006/07 nie był udany, Szreniawa wywalczyła zaledwie osiem punktów. Sytuacja uległa na szczęście diametralnej poprawie po objęciu trenerskiej posady przez Dariusza Sieklińskiego. Zdecydowanie lepiej prezentując się w rundzie rewanżowej Szreniawa bezproblemowo uplasowała się w środku tabeli.

W obecnym sezonie jest znacznie spokojniej, po rundzie jesiennej znajduję się podopieczni Sieklińskiego na 4. miejscu, choć kończąca tę rundę wyprawa do Szczepczycy zakończyła się fatalnie, bo ciężką klęską. Skąd w nazwie klubu znalazł się cokolwiek tajemniczy człon „Kris”? Chodzi o Krzysztofa Kołodziejczyka, który z rozmachem i na dużą skalę podjął się sponsoringu Szreniawy. Kołodziejczyk niezależnie od prowadzenia działalności biznesowej jest wiceprzewodniczącym Rady Powiatu. Dzięki wysiłkom działaczy i sponsorów stworzono sprzyjający klimat dla piłki nożnej. Jej problemy starają się dostrzegać władze samorządowe. Również w sensie tworzenia należytej infrastruktury, co szybko powinno przełożyć się na sukces sportowy. W Nowym Wiśniczu można mówić o kompleksie boisk, a także o basenie pływackim. To kładzie akcent na pięknych walorach turystycznych pięknego regionu. Jest bardzo cenne, że trósząc się o przyszłość klub pielęgnuje tradycję. Wręcz imponująco wyglądają stare kroniki klubowe. To zasługa pani Elżbiety Moskwy, której małżonek Józef był przed 60 laty jednym z założycieli Szreniawy. W pierwszej pamiątkowej księdze z 1946 roku ówczesni działacze zapisali takie oto słowa: „Jak widzimy, to są dopiero początki założenia klubu sportowego „Wiśnicz”. Bądźmy dobrej myśli i nadziei, że rok 1947 przyniesie nam wiele zwycięstw i kasy”. Sześć dekad później Szreniawa ma się naprawdę dobrze

PREZESI: Stefan Tryczyński (1946-1950), Stanisław Dyląg (1950-1972), Zbigniew Dymura (1973-1976), Antoni Tabaszewski

Zespół oldbojów Heleny został zwycięzcą II Halowego Turnieju Piłki Nożnej, rozgrywanego jako Memoriał Adama Siei, zmarłego w maju 2006 r. wieloletniego prezesa OZPN. Główne trofeum, puchar ufundowany przez prezesa Polskiego Związku Piłki Nożnej Michała Listkiewicza, wręczył



Do zawodów przystąpiło trzynaście drużyn z całej Małopolski, złożonych z działaczy, sędziów oraz byłych zawodników. W składach poszczególnych ekip nie zabrakło jednak i graczy wciąż walczących o ligowe punkty. Maraton w hali Brzeznej trwał przez osiem godzin, ale też i spotkań stoczono co niemiara. Do finału dotarły dwie sądeckie ekipy: rzeczona Helena oraz reprezentacja OZPN. Ta pierwsza wyszła na prowadzenie po atomowym strzale Marka Włodarza. Wyrównał Tadeusz Udziela, o pierwszym miejscu zadecydować więc miały rzuty karne. Precyzyjniejsi w ich wykonywaniu okazali się „heleniarze”, oni więc nagrodzeni zostali przez Dariusza Górskiego okazałym pucharem.

Wśród wręczających inne puchary, statuetki, medale i różnorakie nagrody rzeczowe znaleźli się również m.in.: Magdalena Sieja, wdowa po patronie memoriału, Marian Kuczaj, prezes OZPN w Nowym Sączu, głównego organizatora turnieju, wiceprzewodniczący Sejmiku Małopolskiego, zarazem sekretarz Starostwa Powiatowego Witold Kozłowski, Stanisław Łatka, wójt Podegrodzia, Zbigniew Stepiński przewodniczący Komisji Piłkarstwa Młodzieżowego w Małopolskim ZPN oraz Wiesław Stawiarz, szef Rady Seniorów przy OZPN.

Warto odnotować, że w trakcie trwania zawodów grupka przyjaciół i najbliższych współpracowników Adama Siei udała się na cmentarz komunalny w Nowym Sączu, gdzie złożyła kwiaty na grobie zmarłego działacza.

Powiedzieli po turnieju

Dariusz Górski, przedstawiciel PZPN:

– Pierwszy raz jestem w Nowym Sączu. Nasłuchałem się jednak wiele dobrego o tym mieście i całym regionie od mojego taty. Pan Kazimierz – tak go

zwykłem określać – często opowiadał o meczu jego Orlów z oldbojami Nowosądeckich na stadionie Sandecji. Wspominał, że przed spotkaniem odbył dorożką honorową rundę wokół boiska, że przyjmowany był nadzwyczaj serdecznie. Podobnie było przy okazji meczów w Krynicy i Gorlicach. Mogę się obecnie na własnej skórze przekonać, że w słowach taty nie było przesady. Pragnę podziękować organizatorom turnieju, z Marianem Kuczajem i Antonim Ogórkiem na czele za bardzo ciepłą gościnę. Osobiście nie znałem Adama Siei. Wiem jedynie, że był sercem i duszą oddany piłce nożnej i że przyjaźnił się z Michałem Listkiewiczem. Prezes nie mógł osobiście zjawić się w waszym mieście, ale prosił, bym przekazał wszystkim, szczególnie pani Magdzie Siei swoje wyrazy szacunku. Sam poziom turnieju mile mnie zaskoczył. Spodziewałem się, owszem, zaciętej walki, nie sądziłem wszak, że starsi panowie potrafią tak dobrze grać w piłkę. Jeśli tylko nadarzy się jeszcze okazja, z przyjemnością do was wrócę. Tak jak wracał, głównie wspomnieniami, mój tatuś.

Marian Kuczaj, prezes OZPN:

– Myślę, że godnie uczciliśmy pamięć Adama. Dopisana frekwencja, nie można utyskiwać na poziom zawodów, którym towarzyszyły zarówno ogromne emocje, jak i sportowa atmosfera. Dziękuję sponsorom i sędziom oraz wszystkim osobom, które przyczyniły się do sprawnego przebiegu zmagani. Mam tutaj na myśli Kingę Wańczyk, Antoniego Ogórka, Bogdana Klimka i Stanisława Ogórka. Szczególne słowa wdzięczności kieruję pod adresem Dariusza Górskiego i Stanisława Mazura, dyrektora Zespołu Szkół w Brzeznej oraz podległych mu pracowników.

Józef Bodziony, najlepszy piłkarz regionu sądeckiego:

Józefowi Bodzionemu, kapitanowi najlepszej ekipy Dariusz Górski, syn legendarnego trenera tysiąclecia Kazimierza Górskiego. Bodzionemu przypadła również w udziale nagroda patronującego rywalizacji „Dziennika Polskiego” dla wyróżniającego się gracza z regionu sądeckiego.

Nieoczekiwany triumf HELENY

– Puchar „Dziennika Polskiego” jest dla mnie miłym zaskoczeniem. Myślę, że na wyróżnienie zasłużyło wielu zawodników. Wygrywając turniej sprawiliśmy chyba niespodziankę. Cieszę się, że zaznaczyłem swój udział w zawodach, którym z zaświatów patronował nieodżałowanej pamięci Adam Sieja.

Wyniki:

Faza finałowa:

Grupa A

ZPN Bochnia – ZPN Myślenice 0-0, Helena Nowy Sącz – ZPN Wieliczka 0-0, Bochnia – Helena 1-4, Wieliczka – Myślenice 2-0, Bochnia – Wieliczka 0-2, Helena – Myślenice 3-0.

1. Helena	3	7	7-1
2. Wieliczka	3	7	4-0
3. Bochnia	3	1	1-6
4. Myślenice	3	1	0-5

Grupa B

OZPN Nowy Sącz – Okręgowe Kolegium Sędziów Nowy Sącz 2-0, ZPN Wadowice – Amphora Krynica 0-4, OZPN Nowy Sącz – Wadowice 1-1, Amphora – OKS Nowy Sącz 0-1, OZPN Nowy Sącz – Amphora 1-0, OKS Nowy Sącz – Wadowice 1-0.

1. OZPN Nowy Sącz	3	7	4-1
2. OKS Nowy Sącz	3	6	2-2
3. Amphora	3	3	4-2
4. Wadowice	3	1	1-5

Spotkania o poszczególne pozycje:

- o miejsce 7-8: ZPN Myślenice – ZPN Wadowice 5-3;
- o miejsce 5-6: ZPN Bochnia – Amphora Krynica 1-1, rzuty karne 1-0;

- o miejsce 3-4: ZPN Wieliczka – OKS Nowy Sącz 1-0;
- mecz finałowy: Helena Nowy Sącz – OZPN Nowy Sącz 1-1 (Włodarz – Udziela), rzuty karne 3-2.

Końcowa kolejność: 1. Helena, 2. OZPN Nowy Sącz, 3. ZPN Wieliczka, 4. OKS Nowy Sącz, 5. ZPN Bochnia, 6. Amphora Krynica, 7. ZPN Myślenice, 8. ZPN Wadowice, 9. ZPN Chrzanów, 10. Tymbark, 11. Gród Podegrodzie, 12. ZPN Gorlice, 13. Poroniec Poronin.

Najlepszy bramkarz: Tadeusz Kantor (OZPN Nowy Sącz), najstarszy zawodnik: Aleksander Cimer (ZPN Wadowice), najlepszy zawodnik z okręgu nowosądeckiego: Józef Bodziony (Helena), czołowi strzelcy: Witold Romanowski (ZPN Wadowice) – 7 goli, Józef Bodziony (Helena) i Janusz Krawczyk (ZPN Myślenice) – po 5 zdobytych goli.

Spotkania sędziowali: Franciszek Szarek, Robert Koral, Zbigniew Gomółka, Zbigniew Gawryś, Paweł Bielak, Jan Król, Marek Ogórek, Konrad Kolak i Paweł Bielak.

(dw)

Fot. Daniel Weimer

Składy czołowych zespołów:

Helena: Dawid Cisowski, Artur Bydło, Marek Włodarz, Józef Bodziony, Andrzej Piwowar, Paweł Drzyzga, Piotr Kafliński.

OZPN Nowy Sącz: Tadeusz Kantor, Józef Kantor, Andrzej Kuźma, Artur Winter, Tadeusz Udziela, Andrzej Łojek, Andrzej Daneke, Janusz Piotrowski.

OKS Nowy Sącz: Damian Szczerba, Marek Ogórek, Antoni Ogórek, Marcin Ogórek, Zbigniew Gomółka, Paweł Janus, Konrad Kolak, Paweł Kupczak.

III KONFERENCJA TRENERÓW, INSTRUKTORÓW I ANIMATORÓW FUTBOLU

Małopolskiego Związku Piłki Nożnej

8 grudnia 2007 roku, godz. 9:00 – 16:00

obiekty Akademii Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha
31-571 Kraków Al. Jana Pawła II 78

Już po raz trzeci

Trenerskie dokształcanie

Rada Trenerów oraz Wydział Szkolenia Małopolskiego Związku Piłki Nożnej po raz trzeci organizują naradę szkoleniową trenerów, instruktorów i animatorów futbolu. Już samo miejsce spotkania szkoleniowców, mury szacownej Akademii Wychowania Fizycznego, zaświadcza o randze wydarzenia. Dodatkowo znakomici wykładowcy z trenerem reprezentacji kraju, wiceprezesem PZPN Jerzym Engielem gwarantują wysoki poziom merytoryczny konferencji.



W poniedziałek, 26 listopada, w siedzibie MZPN przy ul. Krowoderskiej obradowały Rada Trenerów i Wydział Szkolenia. Przewodniczyli spotkaniu Piotr Kocqb i Lucjan Franczak. Doświadczeni działacze i szkoleniowcy dopracowywali plan konferencji, doprecyzowali tematykę zajęć. Dziś wszystko wydaje się być zapięte na ostatni guzik.

„Futbol Małopolski” od zarania towarzyszy piłkarskim naradom. Podobnie jak w latach ubiegłych i tym razem prezentujemy na łamach biuletynu MZPN materiały szkoleniowe, które będą przydatne trenerom w ich codziennej pracy w klubach.

Zapraszamy do wzięcia udziału w konferencji szkoleniowej, zachęcamy do korzystania ze szkoleniowych propozycji fachowców.



PROGRAM:

9:00 – 9:50 – Przyjazd i rejestracja uczestników

9:50 – Rozpoczęcie konferencji

10:00 – Trening pokazowy – grupy naborowe

KS Hutnik:

trenerzy: Mieczysław Będkowski, Marcin Pasionek, Michał Wiącek

Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu techniki piłki nożnej

KS Cracovia:

Dr Jarosław Dzierżak

Gry i zabawy doskonalące technikę specjalną młodych piłkarzy

10:40 – TRENINGI BRAMKARSKIE:

GR-I Tadeusz Kantor – trening indywidualny bramkarzy w okresie przygotowawczym

GR-II Tomasz Woźniak – technika chwytu

GR-III Artur Sarnat – kompleksowe doskonalenie techniki bramkarskiej

11:20 – Trener Robert Czopek KS Hutnik – juniorzy młodsi

Doskonalenie akcji oskrzydlające w systemie gry 1-4-4-2 – przykładowe schematy taktyczne

12:00 – 13:00 – Przerwa na posiłek

13:00 – Trener Jerzy Engel – przewodniczący Wydziału Szkolenia PZPN

Temat: „Trener/menedżer”

14:00 – Dr Henryk Duda - kierownik Zakładu Piłki Nożnej AWF Kraków

Temat: Wizualne wspomaganie procesu nauczania taktyki

14:45 – 15:25 – Robert Musiałek

Temat: Współczesne metody analizy gry w piłkę nożną z wykorzystaniem programów komputerowych.

15:25 – 16:00 – Przewodniczący Rady Trenerów przy MZPN Piotr Kocáb – sprawy bieżące
Przewodniczący Wydziału Szkolenia MZPN Lucjan Franczak – sprawy bieżące16:00 – Zakończenie konferencji, wręczenie certyfikatów
– prezes d/s sportowych MZPN w Krakowie, Jerzy Kowalski

TEMAT ZAJĘĆ:

Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu techniki piłki nożnej

OPRACOWALI:

TRENER MIECZYSLAW BĘDKOWSKI

TRENER MARCIN PASIONEK

TRENER MICHAŁ WIĄCEK

GRUPA SZKOLENIOWA:

- Szkoła Piłkarska „HUTNIK” KRAKÓW- nabór 7-8 lat

MIEJSCE:

hala sportowa – AWF Kraków

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH:

16 zawodników + 2 bramkarzy

PRZYPORY:

piłki szmaciane, balony, pachołki, oznaczniki, lejwiki

CZAS ZAJĘĆ: 40 minut

1. ZABAWA - „BEREK Z BALONIKIEM W RĘKACH”

OPIS ZABAWY: W ograniczonym polu gry znajdują się uciekający i 4 berków z balonikiem w ręku. Uciekający starają się uniknąć dotknięcia balonem przez goniących berków. Kto zostanie dotknięty balonem lub opuści pole gry staje się „Berkiem”.

2. ZABAWA - „BEREK WĄŻ”

OPIS ZABAWY: Na wyznaczonym polu zabawy znajdują się uciekający oraz dwaj „BERKOWIE” trzymający baloniki w ręku. Uciekający nie mogą dać się dotknąć balonem. Po złapaniu uciekającego „Berek” podaje mu rękę po czym trzymając się za nie tworzą już parę, która goni następnych uciekających. Węże nie mogą się rozrywać podczas łapania uciekających.

3. ZABAWA - „PIŁKARZ BEZ BALONA”

OPIS ZABAWY: Na wyznaczonym polu są dwa zespoły. Jeden gracz z każdego zespołu jest bez balonika, pozostali podbijają go głową w wolnym marszu. Na sygnał trenera, każdy musi zostawić swój balon i biegnąć do innego, aby stanąć z balonem w ręku. Nie posiadający balonika starają się go zdobyć i w ten sposób zawsze dwóch graczy pozostanie bez piłki.

4. ZABAWA - „PRZENOSZENIE BALONU W PODPORZE TYŁEM”

OPIS ZABAWY: Ćwiczący podzieleni na zespoły, które siedzą w rzędach za linią. Każdy rząd ma balony. Pierwsi siedzą tyłem w kierunku poruszania się. Na sygnał prowadzącego, pierwsi z rzędów poruszają się w podporze tyłem, z nogami z tyłu, na udach i brzuchu mają balon. Po ominięciu znacznika, 6-8 m od linii startu, ćwiczący puszcza balon, wstaje i biegnie z balonem w rękach, przekazując balon następnemu partnerowi.

5. ZABAWA - „WYŚCIG RZĘDÓW Z BALONEM”

OPIS ZABAWY: Dzielimy ćwiczących na zespoły. Każdy zespół posiada balon. Ćwiczący stoją za linią startu w rzędach. Na sygnał trenera biegną z balonem trzymanym za plecami w rękach. Po okrążeniu pachołka 10-12 m od linii startu wracają przekazując następnemu.

6. ĆWICZENIA KSZTAŁTUJĄCE W FORMIE ZABAWOWEJ

OPIS ĆWICZENIA: Ćwiczący dobierają się parami. Kolejno jedna za drugą, pary pokonują odcinek 10-15 metrów, wykonując ćwiczenia przekazane przez trenera.

A. Ćwiczący ustawieni bokiem w kierunku biegu, podają między sobą balon wypychając go sprzed klatki piersiowej poruszając się krokiem dostawnym jednym, potem drugim bokiem

B. W wolnym biegu ćwiczący wykonują skrętoskłon tułowia w przód. Na jednym odcinku jedną ręką, potem drugą. W rękach trzymamy balonik.

C. Ćwiczący w lekkim biegu wykonują wyrzut balonu zza głowy do swojego partnera.

7. ZABAWA - „WYŚCIGI RZĘDÓW”

OPIS ZABAWY: Ćwiczący podzieleni na zespoły ustawione rzędami za linią startową. Bieg z balonem między nogami. Balon trzymanym jedną ręką z przodu nóg a drugą z tyłu. Obiegamy pachołek oddalony o 10-15 m od linii startu i wracamy przekazując balon następnemu ćwiczącemu.

8. ZABAWA - „WYŚCIG SKOKAMI DO PRZODU”

OPIS ZABAWY: Ćwiczący podzieleni na zespoły ustawione rzędami przed linią startową. Każdy rząd posiada balon. Na sygnał prowadzącego, pierwsi poruszają się w podskokach na obydwu nogach, trzymając balon między kolanami. Trzeba w podskokach okrążyć pachołek znajdujący się w odległości 8-10 m od linii startu i wrócić tak samo przekazując balon następnemu partnerowi.

9. ZABAWA - „WYŚCIGI SKOCZNE”

OPIS ZABAWY: Dzielimy ćwiczących na zespoły, ustawione rzędami na linii startowej. Każdy balon posiada balon. Na sygnał pierwsi poruszają się w podskokach na prawej nodze trzymając balon pod pachą prawej ręki pokonując dystans 8-10 m do pachołka. Po ominięciu pachołka wracamy na lewej nodze a także balon znajduje się pod pachą lewą.

10. ĆWICZENIA - „Nauczanie elementów techniki piłki nożnej”

OPIS ĆWICZEŃ: Ćwiczący dobrani w dwójki lub czwórki, wykonują różne elementy techniki piłki nożnej posługując się balonem.

ĆWICZENIE 1: Nauczanie uderzenia piłki prostym podbiciem w formie ścisłej

- Dwaj ćwiczący stoją naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partnerów trzyma balon w rękach i uderza balon prostym podbiciem do partnera. Partner łapie i tak samo oddaje do partnera.

- Dwaj ćwiczący stoją naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partne-

rów podrzuca balon i uderza go prostym podbiciem do partnera. Drugi partner wykonuje to samo.

- Dwaj ćwiczący stoją naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partnerów rzuca balon a jego kolega odgrywa mu go przez kopnięcie prostym podbiciem. Ćwiczenie wykonujemy na zmianę.

ĆWICZENIE 2: Nauczanie uderzenia piłki głową w formie ścisłej

- Dwaj ćwiczący stoją naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partnerów trzyma balon w rękach i uderza go głową do drugiego. Partner wykonuje to samo.

- Dwaj ćwiczący naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partnerów podrzuca balon w górę i uderza go do partnera. Po złapaniu drugi wykonuje to samo.

- Dwaj partnerzy naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z ćwiczących podrzuca balon koledze, który odgrywa mu go głową. Na zmianę wykonujemy ćwiczenie.

ĆWICZENIE 3: Nauczanie uderzenia piłki wewnętrzną częścią stopy w formie ścisłej

- Dwaj ćwiczący naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partnerów trzyma balon w rękach i uderza go wewnętrzną częścią stopy do drugiego partnera. Partner po złapaniu wykonuje to samo.

- Dwaj ćwiczący naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z ćwiczących podrzuca balon i uderza wewnętrzną częścią stopy do drugiego. To samo po złapaniu balonika wykonuje partner.

- Dwaj ćwiczący stoją naprzeciwko siebie w odległości 5 m. Jeden z partnerów podrzuca balon koledze, który odgrywa mu go wewnętrzną częścią stopy. Tak samo wykonuje ćwiczenie drugi.

ĆWICZENIE 4: Nauczanie uderzenia piłki prostym podbiciem w formie ścisłej

- Dwaj ćwiczący ustawieni naprzeciwko siebie a między nimi stoi następnych dwóch. Środkowi zwróceni twarzami do zewnętrznych partnerów. Zewnętrzni rzucają balony do środkowych którzy odgrywają im prostym podbiciem. Po odegraniu środkowi odwracają się i odgrywają drugiemu zewnętrznemu też prostym podbiciem. Po paru razach zmiana zewnętrznych ze środkowymi.

ĆWICZENIE 5: Nauczanie uderzenia piłki głową w formie ścisłej

- Dwaj ćwiczący ustawieni naprzeciwko siebie a między nimi stoi następnych dwóch. Środkowi zwróceni twarzami do zewnętrznych partnerów. Zewnętrzni rzucają balony do środkowych, którzy odgrywają im głową. Po odegraniu środkowi odwracają się i odgrywają drugiemu zewnętrznemu także głową. Po paru razach zmiana zewnętrznych ze środkowymi.

ĆWICZENIE 6: Nauczanie uderzenia piłki wewnętrzną częścią stopy w formie ścisłej

- Dwaj ćwiczący stoją naprzeciwko siebie a między nimi stoi kolejnych dwóch. Środkowi zwróceni twarzami do zewnętrznych partnerów. Zewnętrzni rzucają balony do środkowych którzy odgrywają im je wewnętrzną częścią stopy. Po odegraniu środkowi odwracają się i odgrywają drugiemu zewnętrznemu także wewnętrzną częścią stopy. Po paru powtórzeniach zmiana zewnętrznych ze środkowymi.

11. ZABAWA - „WYŚCIG Z PROWADZENIEM PIŁKI ŚLALOMEM”

OPIS ZABAWY: Ćwiczący podzieleni na zespoły ustawione w rzędach za linią startową. Pachołki ustawione na długości 15 metrów co trzy metry każdy od siebie. Pierwsi z każdego rzędu mają piłki. Na sygnał prowadzący piłkę dowolną nogą między pachołkami wykonując slalom. Po dobiegnięciu do ostatniego pachołka zatrzymują piłkę podeszwą. Następnie biorą piłkę do ręki i podbijają ją 2 razy głową. Po wykonaniu zadania z piłką w rękach także slalomem szybko wracają na linię startu.

12. MAŁA GRA NR 1

OPIS GRY: 1x1 na wyznaczonym polu gry

- 4 pary grają równocześnie, piłka na parę

- Punkt za przeprowadzenie piłki przez jedną z trzech bramek o szerokości 2-3 metry. Po zdobyciu bramki piłkę oddajemy partnerowi, gra jest cały czas w toku.

13. MAŁA GRA NR 2

OPIS GRY: 2x2 z bramkarzami oraz z jednym neutralnym zawodnikiem

- Bramkarze stali w bramkach. Zawodnicy grają 2x2 z wykorzystaniem neutralnego partnera, czyli gdy jedna dwójka posiada piłkę może grać z neutralnym przez co zdobywa przewagę 3x2 i łatwiej jest jej zdobyć bramkę grając w przewadze. Po odebraniu piłki przez rywali, neutralny gra z nimi tworząc przewagę w drugą stronę.

14. ZABAWA - „NIE DAJ PIŁKI ŚRODKOWEMU”

OPIS ZABAWY: Ćwiczący podzieleni na 6-8 osobowe grupy. Jeden z ćwiczących znajduje się w środku, a pozostali siedzą na obwodzie. Jeden z siedzących ma piłkę w rękach i stara się ją tak podać do innego siedzącego, by nie złapał jej stojący środkowy. Gdy środkowy złapie piłkę, to następuje zmiana z tym z siedzących, który ją ostatni dotykał.

TEMAT ZAJĘĆ:

Gry i zabawy doskonalące technikę specjalną młodych piłkarzy

OPRACOWAŁ:

Dr JAROSŁAW DZIERŻAK

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH:

15 zawodników

MIEJSCE:

sala gimnastyczna

SPRZĘT:

piłeczki tenisowe – 5 szt., piłeczki małe nr 1 – 5 szt., piłki siatkowe – 5 szt., pacholki – 12 szt., 2 drabinki koordynacyjne, 2 ławeczki, koszulki w trzech kolorach

CZAS ZAJĘĆ: 75 minut

I. Zabawa ożywiająca.

Każdy z piłką. 3 rodzaje piłek

Berek „Latarnia” – każdy zawodnik prowadzi piłkę dowolną nogą, dowolnym sposobem; zawodnik goniący berek-musi dotknąć ręką zawodnika uciekającego. Złapany zawodnik staje w pozycji rozkrocznej trzymając piłkę oburącz nad głową, wyglądając jak „Latarnia” – jest to sygnał dla jego partnerów, żeby takiego zawodnika wybawić. Chcąc wybawić swojego kolegę, partner musi przejść pod nogami zawodnika złapanego.

Zabawa kończy się, kiedy berek złapie wszystkich zawodników. (5')

II. Wyścigi rzędów. (10')

Ustawienie:

XXXXX Δ
XXXXX Δ
XXXXX Δ

Bez piłek.

Bieg przodem do pacholka i z powrotem.

Bieg na czworakach do pacholka powrót bieg przodem.

Bieg w podporze tyłem „wysięg raków” powrót bieg tyłem.

Skoki jednonóż do pacholka powrót zmiana nogi.

Z piłkami. 3 rodzaje piłek.

(Po każdym wyścigu zmiana piłek.)

Prowadzenie piłki prawą nogą prostym podbiciem.

Prowadzenie piłki lewą nogą prostym podbiciem.

Prowadzenie piłki prostym podbiciem w rytmie 2x PN 2x LN

Toczenie piłki podeszwą PN.

Toczenie piłki podeszwą LN.

Toczenie piłki podeszwami obu nóg.

III. Sztafety. (10')

Ustawienie:

XXX○ Δ Δ XX – piłeczka tenisowa
XXX○ Δ Δ XX – piłka mała
XXX Δ Δ XX – piłka siatkowa
(Po każdym wyścigu zmiana piłek)

- Prowadzenie piłki PN na środku między pacholkami prowadzenie po ósemce.
- Prowadzenie piłki LN na środku między pacholkami prowadzenie po ósemce.
- Prowadzenie piłki dowolną nogą na środku między pacholkami prowadzenie po ósemce PN i LN
- Prowadzenie piłki PN na środku między pacholkami podanie wew. cz. stopy do partnera
- Prowadzenie piłki LN na środku między pacholkami podanie wew. cz. stopy do partnera
- Prowadzenie piłki PN i LN (objanie piłki wew. cz. stopy) na środku między pacholkami podanie wew. cz. stopy do partnera dowolną nogą

IV. Zabawy z piłkami i zmianą kwadratów. (10')

- Kozłowanie piłki PR na sygnał trenera zmiana kwadratu bez piłki
- Kozłowanie piłki LR na sygnał trenera zmiana kwadratu bez piłki

- Kozłowanie na zmianę PR i LR na sygnał trenera zmiana kwadratu bez piłki
- Podrzut piłki i chwyt na sygnał trenera zmiana kwadratu bez piłki
- Podrzut i chwyt piłki po kłaśnięciu w dłonie na sygnał trenera zmiana kwadratu bez piłki
- Podrzut i chwyt piłki po wykonaniu obrotu na sygnał trenera zmiana kwadratu bez piłki
- Prowadzenie piłki w różnych kierunkach w swoim kwadracie – na sygnał trenera zawodnicy zatrzymują piłkę podeszwą i wykonują szybki bieg do piłki zastawionej w innym kwadracie.

V. Ćwiczenia techniki uderzenia piłki wew. cz. stopy (20')

1. Ćwiczący ustawieni w 3 kwadratach po 5 osób.

Piłka jest zagrywana po podłożu po obwodzie kwadratu, zawodnik po podaniu biegnie na miejsce zawodnika, do którego skierował podanie -zmiana miejsca za piłką.

Podanie LN przyjęcie PN.
Podanie PN bez przyjęcia.
Zmiana kierunku.
Podanie PN przyjęcie LN.
Podanie LN bez przyjęcia.

2. Ćwiczenie w ustawieniu jak wyżej, ale po zagraniu piłki następują kolejne dwa podania piłki między ćwiczącymi.

Uderzamy PN.
Zmiana kierunku.
Uderzamy LN.

3. Ćwiczący ustawieni jak na rysunku

XXXX XXXX
X X
XX○ XXXX

Pierwsi z rzędów wybiegają, wykonują ćwiczenia na drabince następnie przyjmują piłkę podaną przez partnera i uderzają ją wew. cz. stopy w ławeczkę bronioną przez bramkarza. Po strzale zabierają piłkę i idą na koniec przeciwnego rzędu, zawodnik podający idzie na miejsce strzelającego.

VI. Małe gry 3x3 na dwie bramki.

Legenda:

X - zawodnik
○ - piłka
△ - pacholek
→ - podanie
⇒ - strzał

POKAZOWY TRENING BRAMKARSKI

Kursokonferencja metodyczno-szkoleniowa trenerów i instruktorów piłki nożnej

TRENING INDYWIDUALNY
BRAMKARZY W OKRESIE
PRZYGOTOWAWCZYM

OPRACOWAŁ:

TADEUSZ KANTOR

Kraków, 8 grudnia 2007 r.

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH:

15 zawodników

MIEJSCE:

sala gimnastyczna

SPRZĘT:

piłeczki tenisowe – 5 szt., piłeczki małe nr 1 – 5 szt., piłki siatkowe – 5 szt., pacholki – 12 szt., 2 drabinki koordynacyjne, 2 ławeczki, koszulki w trzech kolorach

CZAS ZAJĘĆ: 75 minut

TREŚĆ I ORGANIZACJA

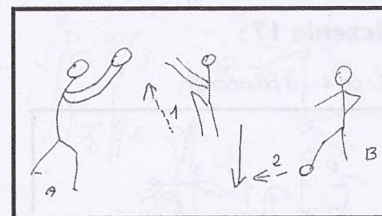
ĆWICZEŃ:

CZĘŚĆ GŁÓWNA:

- sprawność ogólna
- siła specjalna
- technika chwytu i upadku
- gibkość
- zwinność
- koordynacja ruchowa

Ćwiczenie I

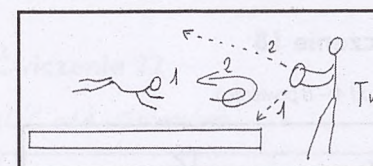
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- trzech bramkarzy stoi jeden za drugim,
- 1 środkowy piąstkuję piłkę rzuconą od bramkarza A,
- 2 szybko się odwraca i łapie piłkę strzeloną od bramkarza B

Ćwiczenie 2

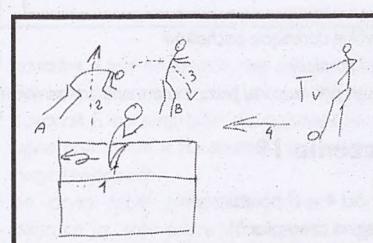
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 pod siatkarski chwyt piłki nakrywka,
- 2 przewrót w tył chwyt piłki za plecy

Ćwiczenie 3

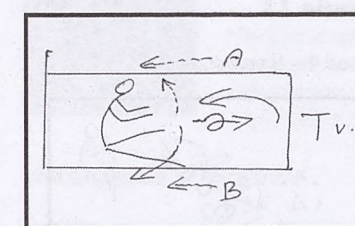
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 przewrót w tył
- 2 przeskok nad bramkarzem A
- 3 obiegnięcie bramkarza B
- 4 chwyt piłki uderzonej od trenera

Ćwiczenie 4

ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



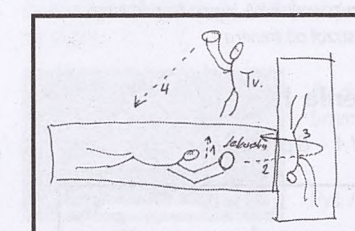
- z siadu skrętoskon w lewo chwyt piłki od B,
- przewrót w przód chwyt piłki lobującej,

W DRUGIM POWTÓRZENIU

- z siadu skrętoskon w prawo chwyt piłki od A
- przewrót w przód chwyt piłki lobującej

Ćwiczenie 5

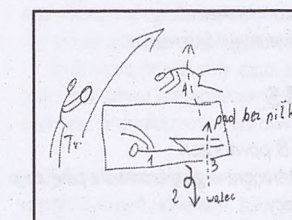
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 z leżenia przodem z piłką lekarską uniesienie tułowia 2x do góry
- 2 przeskok nad leżącym partnerem
- 3 przewrót nad nim
- 4 chwyt piłki po koźle rzuconej od trenera

Ćwiczenie 6

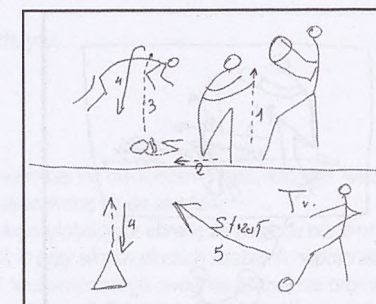
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 z leżenia na plecach tyłem do trenera dwa sczoryki,
- 2 walec
- 3 pad bez piłki
- 4 rzut nad kłęczącym zawodnikiem chwyt piłki od trenera

Ćwiczenie 7

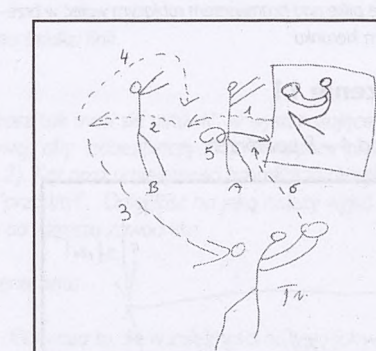
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 z przysiadu wyskok do piłki,
- 2 pod na plecy,
- 3 przeskok nad partnerem,
- 4 wejście pod niego szybki bieg do pacholka,
- 5 strzał po ziemi od trenera

Ćwiczenie 8

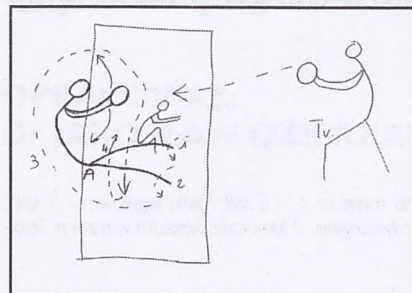
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- dwaj bramkarze robią pompki, trzeci skacze nad nimi z piłką lekarską 1,2
- 3 piłkę odrzuca do trenera
- 4 obiega tyłem bramkarza B
- 5 robi przewrót nad bramkarzem A
- 6 łapie piłkę kontrującą od trenera

Ćwiczenie 9

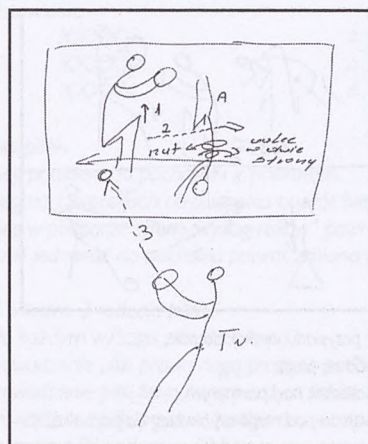
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1, 2 bramkarz skacze nad nogami siedzącego kolegi A który ma uniesione nogi w rozkroku i w rękach ma piłkę lekarską z którą robi skrętostłony
- 3 bramkarz skaczący obiega tyłem kolegi A i robi przewrót nad jego złożonymi nogami
- 4 łapie piłkę rzuconą od trenera nad złożonymi nogami kolegi

Ćwiczenie 10

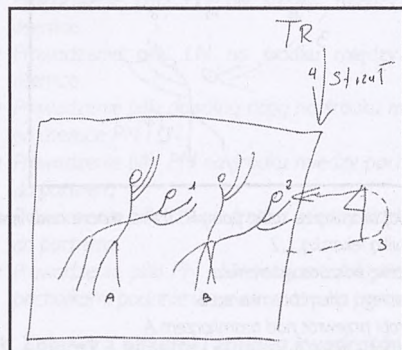
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 bramkarz robi dwa podskoki z piłką lekarską, nogi pod klatkę, drugi bramkarz A leży na brzuchu głową do trenera,
- 2 po podskokach oddaje piłkę trenerowi, robi przeskok nad bramkarzem A robiącym walec w jego kierunku
- 3 łapie piłkę nad bramkarzem robiącym walec w przeciwnym kierunku

Ćwiczenie 11

ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń

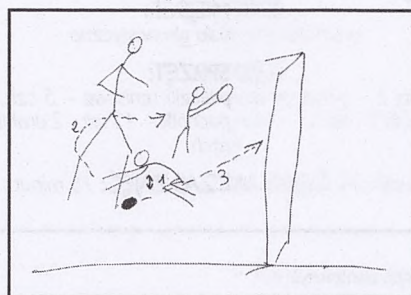


- 1, 2 pad siatkarski nad zawodnikami A i B leżącymi na materacu

- 3 obieganie pacholka
- 4 obrona strzału od trenera

Ćwiczenie 12

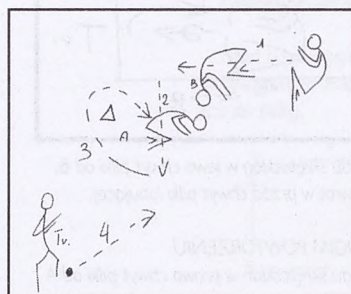
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 bramkarz robi dwie pompki
- 2 wchodzi między nogi partnera i szybko się odwraca
- 3 broni strzał odbity od ławeczki, który wykonuje jego partner

Ćwiczenie 13

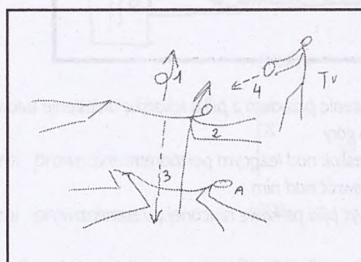
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- Zawodnicy A i B kładzą głowami do siebie tworząc kąt prosty
- 1 bramkarz skacze nad zawodnikiem B przodem
- 2 nad zawodnikiem A bokiem
- 3 obiega zawodnika A i wchodzi pod niego
- 4 broni strzał od trenera

Ćwiczenie 14

ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń

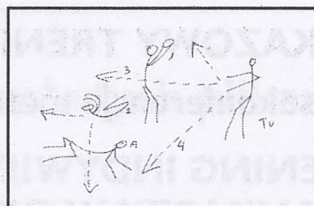


- 1 walec w kierunku przeciwnym do zawodnika A
- 2 pad siatkarski
- 3 przeskok nad zawodnikiem A
- 4 obrona piłki powrotnej od trenera

Ćwiczenie 15

ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń

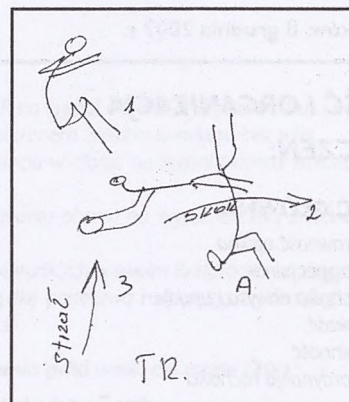
- 1 wyrzut piłki od trenera w górę bramkarz piłkę zbija
- 2 robi pad na plecy
- 3 łapie piłkę lobującą



- 4 szybko wstaje i łapie piłkę nad kłęczącym partnerem A

Ćwiczenie 16

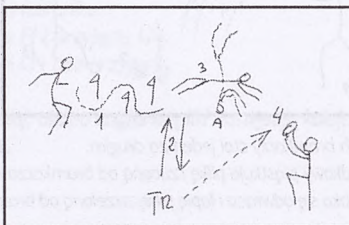
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 dwa scyzoryki w podskokach
- 2 przeskok nad kłęczącym zawodnikiem A
- 3 chwyt piłki nad zawodnikiem A rzuconej od trenera

Ćwiczenie 17

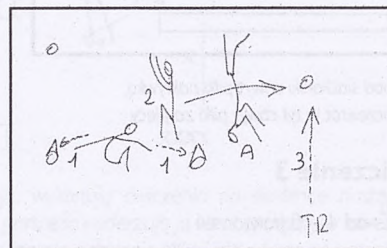
ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 slalom pomiędzy tyczkami
- 2 odegranie piłki zagranej od trenera
- 3 przewrót nad zawodnikiem A
- 4 wyjście do górnej piłki, chwyt z upadkiem

Ćwiczenie 18

ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń



- 1 szybkie dotknięcie pacholtek
- 2 pad na plecy
- 3 chwyt piłki rzuconej przez trenera nad zawodnikiem A

Ćwiczenie 19

ILOŚĆ: od 4 – 8 powtórzeń

- 1 bieg na czworakach
- 2 przewrót w przód

POKAZOWY TRENING BRAMKARSKI Kursokonferencja szkoleniowa Małopolskiego Związku Piłki Nożnej

TEMAT: TECHNIKA CHWYTU
TEORIA I ĆWICZENIA PRAKTYCZNE

OPRACOWAŁ:
TRENER TOMASZ WOŹNIAK

Kraków, 8 grudnia 2007 r.

Postawa bramkarska

Technika:



- stopy w rozkroku na szerokość bioder, równoległe do siebie,
- nogi ugięte w stawach kolanowych,
- tułów pochylony lekko w przód,
- ramiona ugięte w łokciach.

Najczęściej występujące błędy:

- nogi usztywnione w stawach i wyprostowane,
- zbyt szeroki rozkrok,
- ręce nieprzygotowane do chwytu.

Ustawienie w bramce

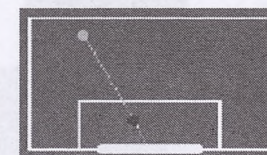
Technika:



- przyjęcie postawy bramkarskiej na dwusiecznej kąta, którego wierzchołek tworzy piłka, a ramiona skierowane są do słupków,
- odpowiednie „skrócenie kąta” ułatwiające obronę ze względu na zmniejszenie „światła” bramki (szczególnie przy silnych płaskich strzałach napastnika atakowanego przez obrońców i nie zwracającego uwagi na ustawienie bramkarza)
- możliwość interwencji nawet na 5-7 metrów przed bramką.

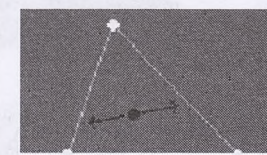
Podstawowe zasady ustawienia

Po pierwsze - bramkarz powinien wiedzieć gdzie jest bramka! Wydaje się to oczywiste, ale podczas gry można stracić orientację. Kiedy akcja zaczyna zbliżać się do bramki, należy sprawdzić gdzie znajdują się słupki.



Po drugie - bramkarz musi poruszać się po linii biegnącej ze środka bramki do piłki (rys. 1). Środek linii określa prawidłowe ustawienie.

Rys.1 Ustawienie na środku linii



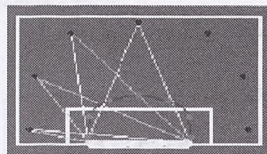
Po trzecie - bramkarz tak musi się ustawić, w wystarczającej odległości od linii bramkowej, aby zabezpieczyć kąt utworzony przez piłkę i obydwa słupki (rys.2). Kąt oraz umiejętności bramkarza określają ustawienie w kierunku 'przód/tył'. Odległość na jaką należy wyjść z bramki jest zależna także od wzrostu zawodnika.

Rys.2 Zabezpieczenie kąta

Rysunek drugi nie uwzględnia wzrostu bramkarza. Oznacza to, że w zależności od tego jak wysoki jest bramkarz, odległość od linii bramkowej jest różna. Generalnie chodzi o to, aby uniknąć „przełobowania” ale także odpowiednio skrócić kąt oraz zabezpieczyć obydwa słupki.

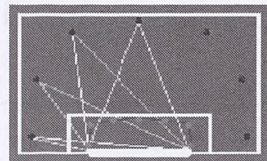
Bramkarz przez cały czas powinien kontrolować swoją pozycję w bramce. Przy ostrych kątach, kiedy piłka jest blisko linii końcowej, kąt który bramkarz musi ochraniać jest bardzo mały, więc może stać przy bramce. Jednakże musi ustawić się po zewnętrznej stronie najbliższego słupka.

Rysunek 3 przedstawia jak bramkarz powinien być ustawiony w stosunku do piłki przemieszczającej się w polu karnym. Wielkość łuku jest różna dla bramkarzy w zależności od umiejętności i wzrostu natomiast generalnie kształt jest podobny.



Rys. 3 Łuk bramkarza

Jeśli bramkarz jest daleko od linii bramkowej może zostać „przelobowany”. W takim przypadku należy nieznacznie zmodyfikować łuk. Przód tego łuku jest bardziej płaski co daje większą szansę obrony górnych piłek (rys. 4). Aczkolwiek dokładna pozycja jest zależna od umiejętności, a także wzrostu bramkarza. Niżsi, słabiej wyszkoleni bramkarze powinni lepiej się czuć bliżej linii bramkowej.



Rys. 4 Zmodyfikowany łuk

Bramkarz powinien traktować ten łuk jako wskazówkę gdzie powinien być ustawiony, gdy piłka jest w ruchu. Każdy powinien to ustawienie dostosować do własnych umiejętności i warunków fizycznych. Nie należy jednak przesadzać z przestrzeganiem zasady łuku. Przy szybkim ruchu piłki należy ściąć łuk kiedy to konieczne, aby zająć właściwą pozycję.

Ustawienie na przedpolu

Technika:

- ustawienie zróżnicowane w zależności od miejsca w jakim znajduje się na boisku piłka: gdy zespół atakuje, bramkarz ustawiony na wysokości pola karnego, co umożliwia mu przejście długiego podania drużyny przeciwnej lub daleki i szybki wybieg mogący zapobiec kontratakowi
- gdy zespół gra w ustawieniu z obrońcami w jednej linii lub stosuje grę „na spalony”. Wówczas bramkarz powinien spełniać rolę „ostatniego obrońcy” i w związku z tym przesuwać się w zależności od ustawienia obrońców w przód lub tył, mając możliwość przerwania akcji, gdy przeciwnik usiłuje zagrać piłkę pomiędzy linią obrony, a niego

Poruszanie w bramce

Technika:

- krok odstawny w bok (rozpoczyna noga kierunkowa)
- krok skrzyżny (krok stosowany dla zyskania odległości, gdy piłka znajduje się w znacznej odległości od bramkarza)
- szybkie, krótkie kroki w przód, w tył i po skosie w postawie bramkarskiej

Poruszanie na przedpolu

Technika:

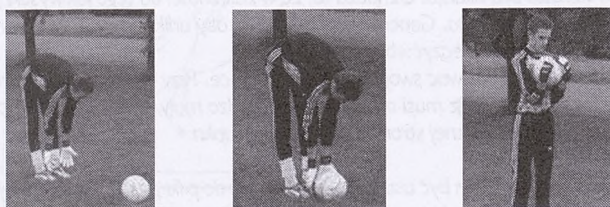
- bieg przodem
- bieg tyłem

Chwyt bez upadku piłki toczącej się

Chwyt stosowany przy obronie piłek uderzanych niezbyt silnie po podłożu lub nieznacznie nad nim.

Technika:

- a) chwyt w pozycji stojącej z nogami wyprostowanymi:
- nogi ustawione na linii toru toczenia się piłki (asekuracja), stopy złączone, równoległe do siebie,



- skłon tułowia w przód na nogach wyprostowanych w kolanach, dłonie przy podłożu kciukami na zewnątrz,
- w momencie kontaktu piłki z dłońmi, przetoczenie jej w górę ramion, aż do klatki piersiowej, przy jednoczesnym wyproście tułowia

b) chwyt z przykłęką



- ustawienie w postawie bramkarskiej,
- skręt stóp w bok, ustawiając je prostopadłe do piłki,
- przykłęk na jedno kolano,
- ramiona wyprostowane, dłonie przy podłożu, kciuki na zewnątrz,
- w momencie kontaktu piłki z dłońmi następuje przetoczenie jej w górę ramion, aż do klatki piersiowej, przy równoczesnym wyproście tułowia

Nauczanie:

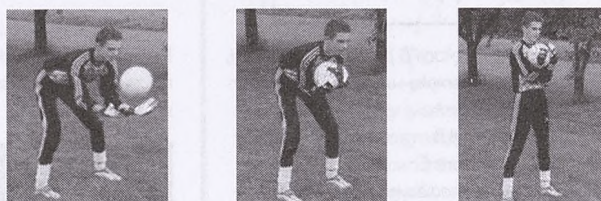
- a) ćwiczenia przygotowawcze bez piłki (rozciągające, gibkościowe itp.)
- b) chwyt piłki:
- toczącej się, dorzuconej przez partnera na wprost, w miejscu
 - j.w po dobiegu do piłki w przód,
 - j.w. po dobiegu do piłki toczącej się z boku,
 - toczącej się, uderzonej silnie nogą przez partnera,
 - j.w., ale po wcześniejszym wykonaniu ćwiczenia gimnastycznego (np. przewrót w przód, w tył, pad itp.).

Najczęściej występujące błędy:

- zła postawa bramkarska (nogi zbyt szeroko)
- złe ustawienie się w stosunku do piłki (brak asekuracji ciałem piłki toczącej się),
- dłonie zbyt wysoko nad podłożem,
- spóźnione lub zbyt wczesne przetoczenie piłki w górę ramion.

Chwyt bez upadku piłki półgórnej

Sposób chwytu stosowany przy obronie strzałów zarówno lekkich jak i bardzo silnych.



Technika:

- ustawienie w postawie bramkarskiej, wysunięcie ramion ugiętych w łokciach w przód, dłonie razem, kciuki na zewnątrz,
- w momencie kontaktu piłki z klatką piersiową nieznaczne przesunięcie tułowia w tył, amortyzujące uderzenie,
- ręce przyciągają piłkę do klatki piersiowej.

Nauczanie

- a) ćwiczenia przygotowawcze bez piłki (gibkościowe, siłowe, wzmacniające mięśnie brzucha itp.).
- b) chwyt piłki:
- półgórnej, dorzuconej przez partnera na wprost,
 - j.w z dobiegiem w przód i w bok,
 - j.w z piłką lekarską,
 - półgórnej, uderzonej z woleja.

Najczęściej występujące błędy:

- zła postawa bramkarska,
- ramiona w trakcie chwytu rozstawione zbyt szeroko,
- łokcie zbyt blisko siebie,
- brak ruchu tułowia amortyzującego uderzenie.

Chwyt bez upadku piłki górnej bez odrywania stóp od podłoża

Chwyt stosowany przy strzałach niezbyt silnych, gdy piłka uderzona jest na wysokości klatki piersiowej lub wyżej.



Technika:

- ustawienie w postawie bramkarskiej, ramiona wyciągnięte w przód, dłonie w kierunku piłki,
- palce rozstawione szeroko (kciuki i palce wskazujące tworzą literę W),
- w momencie kontaktu piłki z dłońmi ramiona uginają się, dociskając ją do klatki piersiowej.

Chwyt bez upadku piłki górnej w wysoku

Sposób chwytu stosowany, gdy piłka znajduje się poza zasięgiem ramion stojącego na podłożu bramkarza, a także podczas gry na przedpolu, w walce powietrznej.



Technika:

- ustawienie w postawie bramkarskiej
- odbicie w górę jedną lub oboma nogami
- ramiona wyciągnięte w górę, dłonie w kierunku piłki, palce rozstawione szeroko,
- chwyt piłki w najwyższym punkcie i ściągnięcie jej do klatki piersiowej
- lądowanie na obydwie nogi

Nauczanie

- a) ćwiczenia przygotowawcze - gry i zabawy (np. piłka ręczna na utrzymanie pompki na piłce, siatkówka piłką nożną, lekarską itp.)
- b) podania piłki rękami sprzed klatki piersiowej (piłka nożna, lekarska) i chwyt
- c) j.w do wysoku
- d) j.w z poruszaniem się krokiem odstawno - dostawnym
- e) j.w dwiema piłkami równocześnie
- f) chwyt piłki uderzonej z woleja (bez wysoku i z wysokiem)
- g) chwyt piłki w wysoku w bezpośrednim kontakcie z atakującym przeciwnikiem

Najczęściej występujące błędy:

- zła postawa bramkarska
- małe rozstawienie palców rąk
- usztywnienie ciała
- złe ułożenie dłoni na piłce (chwyt z boku lub poniżej środka ciężkości)
- odbicie w górę w złym momencie
- zła asekuracja ciałem (brak przesunięcia w kierunku piłki)

Chwyt piłki z upadkiem



Stefan Majewski, szef Rady Trenerów PZPN oraz opiekun futbolistów Cracovii był głównym prelegentem kursokonferencji trenerów, zorganizowanej przez Radę Trenerów OZPN w Nowym Sączu. W spotkaniu uczestniczyło przeszło 70 szkoleniowców całego okręgu.

Medalista mistrzostw świata w Hiszpanii z roku 1982 wygłosił w hali Nowosądeckiego Ośrodka Sportu i Rekreacji wykład na temat przygotowania piłkarzy przed wiosennym sezonem rozgrywkowym. Praktyczne zajęcia zaprezentowali ponadto miejscowi trenerzy: Łukasz Biernacki z Pawlik z drużyną mistrza Polski turnieju im. Marka Wielgusa. O sędziowaniu i bieżących problemach nowosądeckiego OZPN mówili jego prezes Marian Kuczaj oraz przewodniczący Kolegium Sędziów Robert Koral.

- Z przyjemnością przyjąłem zaproszenie od Andrzeja Kuźmy - przyznał Stefan Majewski. - Lubię spotykać się z



Technika:

- ustawienie w postawie bramkarskiej,
- w zależności od odległości od piłki odpowiedni sposób poruszania się,
- obniżenie środka ciężkości ciała (tułów pochylony w bok) i odbicie się z nogi bliższej w kierunku strzału,
- upadek na podłoże bokiem (na zewnętrzną część podudzia, uda, biodra, boczną część tułowia i ręce),
- chwyt piłki przy wyprostowanych rękach, dłoń górnej ręki nakrywa piłkę z góry natomiast druga podtrzymuje ją z tyłu.

Chwyt z upadkiem w bok piłki górnej, tzw. „robinsonada”

Stosowany przy piłkach uderzonych z różną siłą (półgórnych i górnych), nadlatujących w bok w stosunku do ustawienia bramkarza w takiej odległości, że chwyt w pozycji stojącej lub w wysoku jest niemożliwy

Technika:

- ustawienie w postawie bramkarskiej
- w zależności od odległości od piłki odpowiedni sposób poruszania się
- obniżenie środka ciężkości ciała (tułów pochylony w bok) i odbicie się z nogi bliższej w kierunku strzału
- wyprost nogi odbijającej w kolanie, druga noga wyrzucona w górę
- faza lotu z ramionami wyciągniętymi wzdłuż głowy do piłki, tułów wygięty łukiem
- chwyt piłki w locie
- upadek na podłoże bokiem (ramiona z piłką, bark, biodro i noga bliższa podłożu zgięta w kolanie), po upadku bramkarz chroni piłkę, przyjmując pozycję kuczną na boku

Nauczanie

- a) ćwiczenia przygotowawcze (przewroty, przerzuty, pady, kołyski itp.)
- b) w leżeniu bokiem kołyska i chwyt piłki toczącej się
- c) chwyt piłki dorzuconej w bok:
- z siadu
 - z kłęk
 - z przysiadu
 - w postawie bramkarskiej
 - uderzonej przez partnera, z upadkiem

Najczęściej występujące błędy:

- zła postawa bramkarska
- zbyt wczesny upadek na podłoże bez możliwości dotknięcia piłki (brak kroków zbliżających do piłki)
- szeroko rozstawione dłonie
- zbyt wczesne ściągnięcie piłki do klatki piersiowej powodujące upadek na bark
- odbicie do lotu z nogi dalszej do piłki

Trenerzy w Nowym Sączu

trenerami, którzy chcą doskonalić swój warsztat. Z niektórymi mam stały kontakt w warszawskiej Akademii Trenerskiej, natomiast żeby podzielić się swymi doświadczeniami z pozostałymi, przyjeżdżam do podobnych Nowemu Sączowi ośrodków. Przez ostatnie dni toczę prawdziwy wyścig z czasem. Ale nie narzekam. Taki zawód sobie wybrałem. Na szczęście jestem człowiekiem mobilnym, a pobyt w waszym mieście potraktowałem jako miły przerwany w codziennej gonitwie.

- W stu procentach udało się nam zrealizować program kursokonferencji - podkreśla Andrzej Kuźma. - Najważniejsze, że frekwencja dopisała. Pragnę podziękować sponsorom przedsięwzięcia. Są nimi: zakład wędliniarski Wiesława Leśnika, mleczarnia Janusza Dominika, Wydział Kultury i Sportu Urzędu Miasta z dyrektorem Józefem Kantorem, NORS z prezesem Pawłem Bzdurą oraz pracownikom Okręgowego Związku Piłki Nożnej z prezesem Marianem Kuczajem.

POKAZOWY TRENING BRAMKARSKI

Kursokonferencja metodyczno-szkoleniowa trenerów i instruktorów piłki nożnej

KOMPLEKSOWE DOSKONALENIE
TECHNIKI BRAMKARSKIEJ

OPRACOWAŁ:

ARTUR SARNAT

KONSULTANT:

MAKSYMILIAN CISOWSKI

KMITA ZABIERZÓW

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH:

4 zawodników

MIEJSCE:

hala sportowa

GŁÓWNY CEL:

Sprawność ogólna, gibkość, zwinność, poprawny chwyt piłki

INTENSYWNOŚĆ:

średnia

Min	TREŚĆ ZAJĘĆ	UWAGI
10-15	1. Rozgrzewka: a. W siadzie chwyt piłki, nakrycie się nogami, przejście do siadu prostego, b. W siadzie kołyska naprzemianstronna. c. Chwyt piłki w siadzie po uprzednim obrocie wokół własnej osi. d. Kołyska na jednym boku z chwytem piłki. e. Na kolanach kołyska naprzemianstronna. f. Dotknięcie piłki stojącej z boku zawodnika, upadek z chwytem na jedną stronę. g. Chwyt piłki w pozycji stojącej.	Po 6 x na każdą stronę.
30-40	2. Ćwiczenia: a. Przewrót w przód, chwyt piłki w pozycji stojącej, przewrót w tył, chwyt piłki w pozycji stojącej, b. Szybkie wyjście przed partnera, chwyt piłki z upadkiem, c. Przewrót do boku przez bark, chwyt powrotnej piłki z upadkiem, d. W pozycji stojącej poprawny chwyt piłki, e. Przeskok rozkroczny przez partnera, chwyt piłki po koźle lewa i prawa strona. Druga seria rzut piłki półgórnej. f. Przeskok rozkroczny przez partnera, wychwyt z rąk przez plecy kłęczącego partnera, chwyt piłki z upadkiem w obie strony. g. Poprawny chwyt piłki z upadkiem na lewy i prawy bok.	Wszystkie ćwiczenia wykonujemy po 3 x na każdą stronę.
10-15	3. Ćwiczenia uspakajające, trucht, rozciąganie, mięśnie brzucha i grzbietu.	20 x

WIZUALNE WSPOMAGANIE PROCESU
PRZEKAZYWANIA WIEDZY O DZIAŁANIACH
TAKTYCZNYCH W GRZE W PIŁKĘ NOŻNĄ

OPRACOWAŁ: HENRYK DUDA

ZAKŁAD TEORII I METODYKI PIŁKI NOŻNEJ

AWF KRAKÓW

Wstęp

Rozwiązywanie działań taktycznych jakie powstają w czasie gry w piłkę nożną wymaga od gracza optymalnej wiedzy, gdyż sytuacje walki sportowej z reguły stwarzają konieczność wyboru jednej z kilku ewentualnych decyzji. Nie wszystkie decyzje są optymalne. Właśnie na podstawie optymalnej formy decyzji można sądzić o zaletach gracza, a następnie interpretować jego zdolności. Wydaje się więc, że istotną rolę odgrywać tu będą sposoby rozwijania dyspozycji umysłowych gracza oraz poziom wiadomości o sposobach skutecznego rozwiązywania zadań w grze.

Praktyka sportowa ukazuje jednak, że dyspozycjom umysłowym nie poświęca się odpowiedniej ilości czasu. Przygotowanie umysłowe sprowadza się najczęściej do nauczania lub doskonalenia w warunkach terenowych schematycznego rozwiązywania określonych fragmentów gry, często znacznie odbiegających od rzeczywistych sytuacji boiskowych, przy tym wymaga się od zawodników automatycznego ich wykonywania, a głównym kryterium oceny jest szybkość wykonywania danego działania, a nie jego celowość. Zasad i sposobów sprawnego

działania w grze, zawodnicy uczą się więc w oparciu o własne doświadczenia i obserwacje zgodnie z zasadą „prób i błędów”.

Proces nauczania i doskonalenia taktyki w grze w piłkę nożną jest skomplikowany i długotrwały, a jego organizacja wymaga systematycznego podwyższania poziomu umiejętności w tym zakresie. Wychodząc więc naprzeciw tym trudnościom związanych z przekazywaniem wiedzy o grze piłkarza, proponuje się metody do nauczania taktyki walki sportowej. Metody te – to narzędzia, które oparte są na wzorcach sytuacji boiskowych, przedstawionych techniką audiowizualną. Zawarte w nich zadania mają charakter dydaktyczny, posiadają wartość, która przy rozwiązywaniu wymaga określonej wiedzy piłkarskiej. Można sądzić, że taki sposób przygotowania to próba optymalizacji działań taktycznych w walce sportowej. Proponowane metody mają na celu precyzyjne ujawnienie struktury zachowań piłkarza w trakcie rywalizacji oraz wyznaczenie obiektywnych kryteriów efektywności i racjonalności stosowanych wariantów taktycznych. Metody te dążą do przygotowania intelektualnego, czyli przygotowania zawodnika do aktywnego, świadomego i racjonalnego uczestnictwa w działalności sportowej, wdrażania do samodzielnego rozwiązywania zadań oraz samooceny, samokontroli, a także analizy treningu i zawodów.

Etapy wspomagania w nauczaniu taktyki gry w piłkę nożną

Nauczanie taktyki oparte jest na poglądowym poznawaniu zasad sprawnego działania w warunkach laboratoryjnych. Taki sposób nauczania pełni funkcję wzmacniającą (Naglak 1994, Duda 1999a, Panfil 2000), gdzie po zapoznaniu teoretycznym następuje dalsze doskonalenie działań taktycznych w praktycznych ćwiczeniach kształtujących specjalne zdolności taktyczne (Szyngiera i Bibrzycki 1994, Duda 1999b.).

W nauczaniu taktyki gry w symulowanych warunkach laboratoryjnych zaproponowano wykorzystanie schematów, w tym schematów organizacji przestrzennej, obejmujących obraz całego boiska do piłki nożnej i ustawienie wszystkich graczy, oraz bardziej praktycznych schematów organizacji sekwencji (sytuacji), obejmujących jedynie graczy bezpośrednio zaangażowanych w rozwiązanie powstałej w grze sytuacji.

Opracowania zadań boiskowych (konceptji rozgrywania walki sportowej) dokonano uwzględniając cele i zadania indywidualne, grupowe i zespołowe oraz organizację współdziałania zawodników w grze na podstawie informacji uzyskanych z analizy gry zespołów i zawodników prezentujących najwyższy poziom mistrzostwa sportowego. Zadania te uwzględniają składowe kontrole przygotowania taktycznego (Sozański i Zaporozhanow 1993), zasady postępowania taktycznego (Naglak 1994, Panfil i Żmuda 1996) a także uwzględniają charakter podejmowanych decyzji (Tyska 1986).

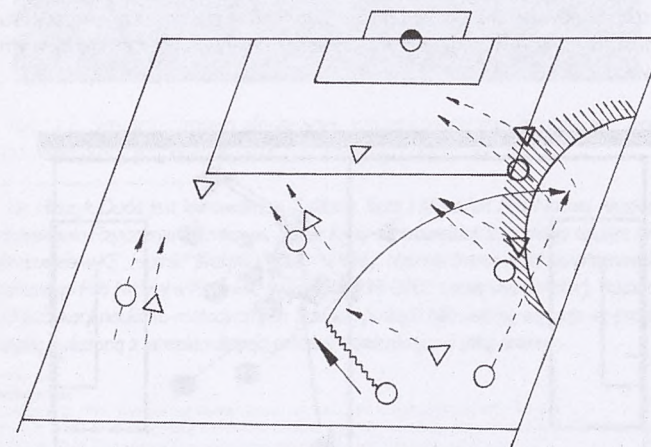
W eksperymentalnej metodzie, opartej na modelowym wspomaganii, opracowanej i zaproponowanej przez autora (Duda 1999), wykorzystano schematy boiskowych sytuacji taktycznych oraz odpowiednio skonstruowany materiał filmowy. W tym materiale każda sytuacja boiskowa, zapisana na taśmie filmowej, ma swój odpowiednik w postaci jednego z trzech wariantów możliwych do rozegrania w danej sytuacji boiskowej, wcześniej przedstawionej na slajdzie. W początkowych etapach nauczania proponuje się wykorzystywać prezentację działań metodą tachistoskopii (Duda 1992). W modelowym nauczaniu proponuje się także wykorzystywać technikę montażu filmowego autentycznych sytuacji boiskowych w sprzężeniu z grafiką komputerową, zapisaną na taśmie wideo. Można np. wykorzystać montaż bloków filmowych zawierających sytuacje taktyczne (w każdej strefie boiska – dla obrońcy, pomocnika, i napastnika). W takiej metodzie podczas odtwarzania działalności boiskowej na ekranie telewizyjnym obraz początkowo jest przedstawiony w zwolnionym tempie, następnie przybiera postać schematu (warianty zagrania). Faza trzecia, to stopniowy zanik grafiki komputerowej i dalszy przebieg działalności w grze (Duda 1996).

Cały proces nauczania modelowego proponuje się podzielić na sześć etapów (Czabański 1998, Duda 1992, 1996, 1999, Kupisiewicz 1976, Ora-wiec 1990, Panfil 1991):

Etap wprowadzający – odtwórcze korzystanie z gier planszowych, z gier komputerowych (np. Soccer, FIFA) o tematyce piłkarskiej

Czynności te mają na celu wstępną orientację z planem działania w grze, wyobrażenie swojego działania w przyszłym środowisku walki sportowej

Etap I – prezentacja schematów taktycznych (rysunki, slajdy), zawierające podstawowe zasady taktycznego zachowania się piłkarza w grze (ryc. 1).

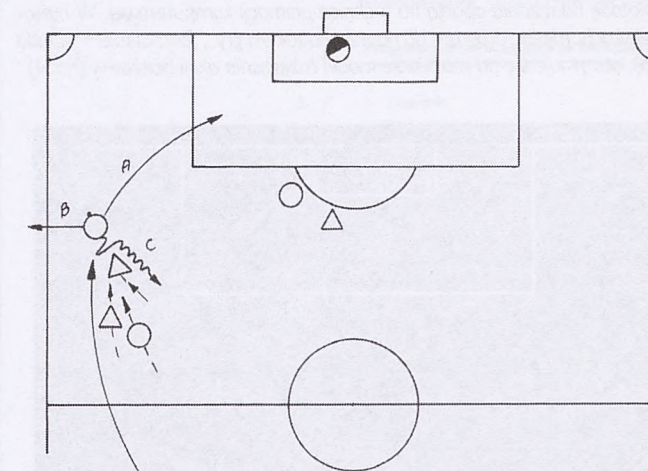


Ryc. 1. Wytworzenie wolnego pola wymaga nie tylko odciągnięcia przeciwnika, ale i też sugerowania przenoszenia środka ciężkości gry w przeciwnym kierunku

Czynności takie stopniowo wytwarzają i utrwalać w świadomości zawodnika

obraz (wyobrażenia) modelowego sposobu rozwiązywania sytuacji w grze piłkarskiej (Czabański 1998).

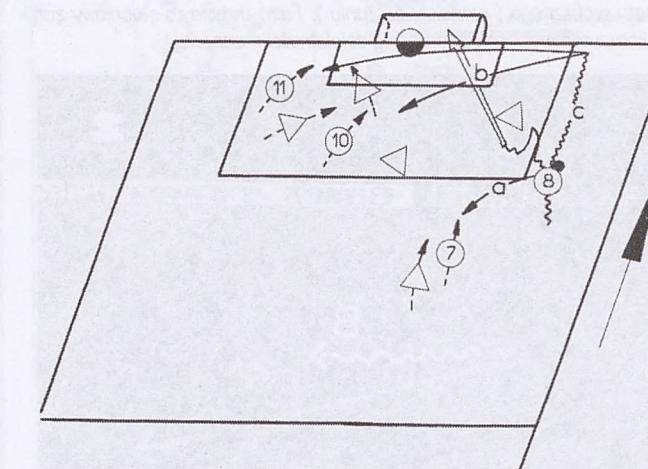
Etap II – prezentacja taktycznych zadań (rysunki, slajdy), zawierających alternatywne warianty zagrania w danej sytuacji boiskowej (ryc. 2)



Ryc. 2. Sytuacja taktyczna, zawierająca alternatywne warianty skutecznych rozwiązań.

Czynności te zmierzają do szczegółowej analizy, krytycznej oceny niekorzystnych rozwiązań oraz selektywnego wyboru najkorzystniejszego zagrania (Panfil 1991). Na tym etapie szczegółowa analiza dokonywana jest przez trenera prowadzącego zajęcia i dotyczy dokładnego omówienia prezentowanej sytuacji.

Etap III – rysunki sytuacji z pola gry (ryc. 3), z dokładnym opisem, można dostarczyć zawodnikom jako prace domowe, do samodzielnego rozwiązania z zadaniem szczegółowego ustosunkowania się do każdego proponowanego wariantu zagrania, a następnie wskazania najkorzystniejszego rozwiązania.



Ryc. 3. Opis boiskowego zadania taktycznego – skrzydłowy nr 8 posiadający piłkę w narożniku pola karnego, decyduje się na wariant zagrania:

A – zagrywa piłkę do tyłu, do wchodzącego zawodnika nr 7
B – wchodzi w pole karne, wykonuje zwód, drybling i strzela na bramkę,
C – prowadzi piłkę wzdłuż linii bocznej boiska, kończąc dośrodkowaniem pod bramkę przeciwnika,

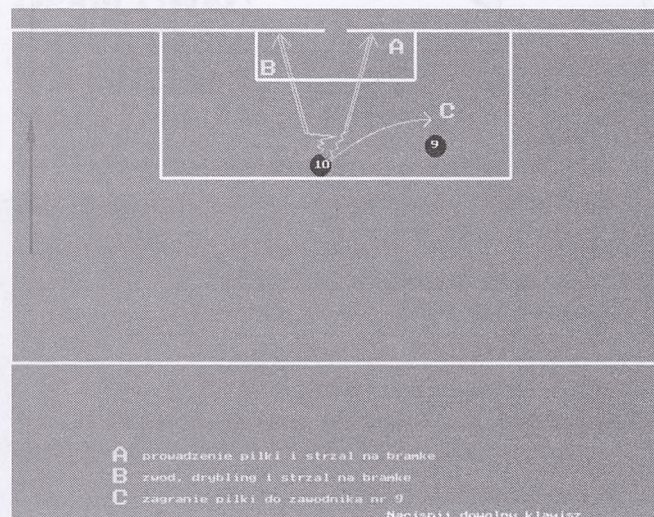
D – żaden z wariantów nie jest prawidłowy, moim zdaniem zawodnik nr 8 powinien postąpić następująco.....

Po rozwiązaniu pewnego zestawu zadań należy omówić (w zespołach roboczych) powyższe sytuacje.

Etap IV – prezentacja schematów taktycznych (rysunki, slajdy), uzupełniona pokazem filmowym* (Duda 1996c). Opracowany materiał filmowy ukazywał sytuację boiskową, wcześniej omówioną na schemacie. Fragment sytuacji taktycznej może być ukazywany w normalnym tempie, a następnie, w celu dokładniejszej analizy i zapamiętania, powinien

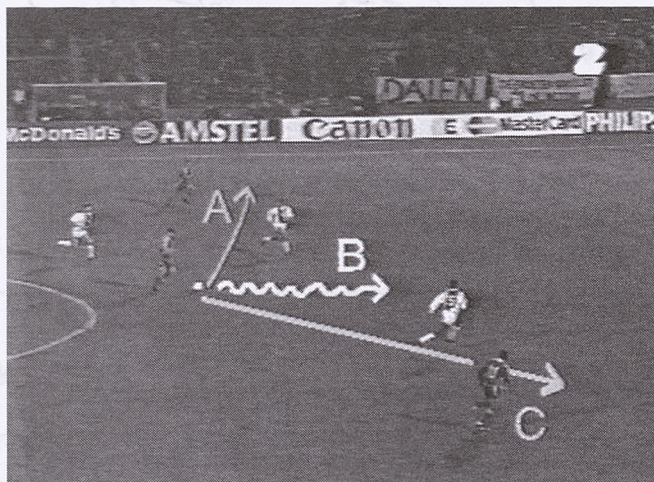
być powtórzony w zwolnionym ruchu. Taki sposób informacji wizualnej zwiększa motywację zawodnika do samodzielnej analizy prezentowanych zadań, zwiększa też gotowość do uczenia się oraz pogłębia umiejętność obserwacji (Orawiec 1990).

Etap V – prezentacja modelowych sytuacji w ruchu. Proponuje się wykorzystać metodę nauczania opartą na technice animacji komputerowej. W metodzie tej uruchamiając program do nauczania taktyki gry „football exe” (Duda 1996a), otrzymuje się na monitorze model rozegrania akcji boiskowej (ryc.4).



Ryc. 4. Model rozegrania akcji boiskowej, ukazany techniką animacji komputerowej.

Etap VI – prezentacja filmowa rzeczywistych sytuacji boiskowych w sprzężeniu z grafiką komputerową. Proponuje się wykorzystywać metody nauczania oparte na technice filmowo-graficznej (Duda 1996c), ...gdzie obraz działalności boiskowej jest ukazany na ekranie monitora (ryc.5). W początkowej fazie obraz ten jest przedstawiony w zwolnionym tempie, w drugiej fazie ma postać schematu graficznego (warianty zagrania). Faza trzecia to stopniowy zanik grafiki komputerowej i dalszy przebieg działalności meczowej.



Ryc.5. Sytuacja boiskowa w działaniu ofensywnym, ukazana techniką filmowo-graficzną

* Program komputerowy „football exe” oraz filmy metodyczne dotyczące nauczania i opracowania sposobu rozwiązywania zadań taktycznych są dostępne u autora pracy, w Zakładzie Piłki Nożnej AWF w Krakowie.

Prezentowane fazy odgrywają istotną rolę w procesie postrzegania. W pierwszej dokonuje się ogólnego przeglądu sytuacji boiskowej, co pozwala na analizę rozwijającej się działalności taktycznej. W fazie drugiej (efekt graficzny) przeprowadza się bardziej szczegółową analizę, w której następuje dalsze przewi-

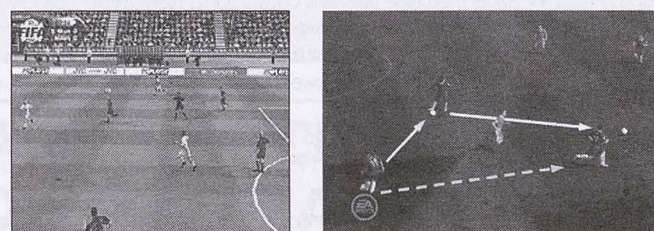
dywanie działalności zawodników, zakończone wyborem wariantu zagrania w oparciu o posiadane wiadomości. W dalszej kolejności (faza trzecia) ukazano sposób rozwiązywania boiskowego zadania taktycznego. Aby nie naruszyć struktury czasowo-przestrzennej, sytuacje te przedstawia się w normalnym tempie. Przekazywanie informacji takim sposobem rozwija u gracza wyobraźnię, kształtuje procesy intelektualne – tworząc u piłkarza myślowy program wykonania zadania taktycznego w przyszłych działaniach walki sportowej (Pruski 1984).

W etapie tym można również uwzględnić nauczanie na przykładzie analizy gry piłkarskich drużyn profesjonalnych, których działalność taktyczna, zobrażona jest techniką animacji komputerowej (ryc.6).



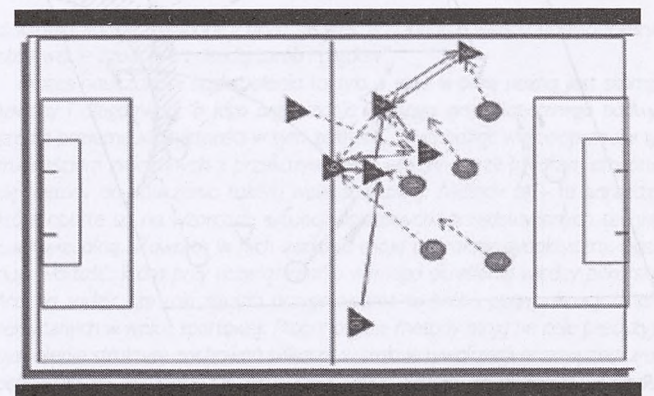
Ryc. 6. Zapis komputerowy analizy gry drużyn: Bayer Leverkusen – Real Madryt. Final Champions League 2002.

Etap VII – Rozgrywanie przyszłej walki sportowej w grach animacyjnych. Twórcze korzystanie z gier komputerowych o tematyce piłkarskiej (np. Soccer, FIFA – ryc. 7). W zajęciach tych uczeń posiadający pewien zasób wiadomości, wykorzystuje je do organizacji w określonej strukturze gry, wzbogacając tym samym umysłowy program działania w przyszłej walce sportowej.



Ryc. 7. Rozgrywanie przyszłej walki w grze komputerowej (za: FIFA 2004, 2006)

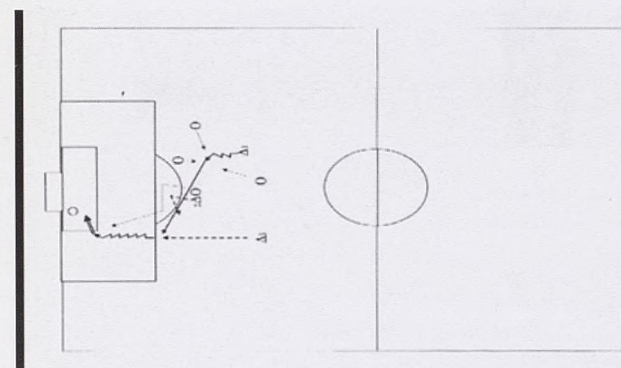
Tak przygotowywany zawodnik do rozwiązywania zadań w grze, może z łatwością analizować działania taktyczne ukazane na schematach graficznych lub też dokonywać świadomej analizy fragmentów gry np. przy ukazywaniu zasad taktycznych w skutecznym działaniu defensywnym lub ofensywnym (przykład - ryc. 8-11).



Ryc. 8. Schemat graficzny defensywnej sytuacji taktycznej obrazującej przemieszczanie się w kierunku piłki.



Ryc. 9. Sytuacja filmowa defensywnej sytuacji taktycznej obrazującej przemieszczanie się w kierunku piłki.



Ryc. 10. Schemat graficzny ofensywnej sytuacji taktycznej obrazującej ważność współpracy grupowej w sytuacjach trudnych (gra 2x2, 3x3).



Ryc. 11. Sytuacja filmowa ofensywnej sytuacji taktycznej obrazującej ważność współpracy grupowej w sytuacjach trudnych (gra 2x2, 3x3).

Dr Henryk Duda jest kierownikiem Zakładu Teorii i Metodyki Piłki Nożnej Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie. Trener Klasy Mistrzowskiej. Były trener drużyn młodzieżowych w KS „Hutnik” Kraków (1985 – 1996), obecnie trener w Szkole Mistrzostwa Sportowego Piłki Nożnej w Krakowie (w latach 1998-2001 trener koordynator). Autor ok. 130 publikacji naukowo-metodycznych z teorii i praktyki piłki nożnej, zajmuje się problematyką związaną z intelektualizacją procesu szkolenia gry w piłkę nożną.

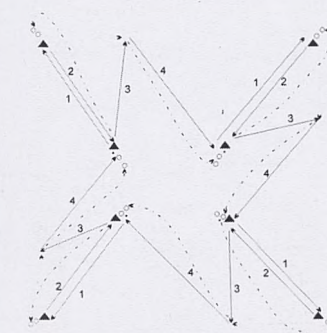
Piśmiennictwo:

- Czabański B. 1998. Wybrane zagadnienia uczenia się i nauczania techniki sportowej. AWF, Wrocław
- Duda H. 1992. Stany emocjonalne a sprawność działania w grze w piłkę nożną. Rocznik Naukowy, AWF Kraków, LXXV
- Duda H. 1996. Zastosowanie filmu do nauczania taktyki gry w piłkę nożną. Sport Wyczynowy.
- Duda H., 1999. Procesy myślowe a intelektualizacja w nauczaniu taktyki gry. Studia i Monografie nr 6, Akademia Wychowania Fizycznego im. B. Czechy Kraków
- Nagłok Z. 1994. Zespołowa gra sportowa. Wyd. AWF Wrocław, 7.
- Orawiec W. 1990. Wykorzystanie filmu w treningu sportowym. Sport Wyczynowy, 7.
- Parfili R., 1991. Dyspozycje umysłowe a sprawność działania podczas gry w piłkę nożną. Sport Wyczynowy, 1-2 (25-28).
- Parfili R., Zmuda W. 1996. Nauczanie gry w piłkę nożną. Wyd. SPORTEX, Wrocław
- Parfili R. 2000. Edukacja uzdolnionego gracza i zarządzanie zespołem sportowym. AWF, Wrocław
- Pruski L. 1984. Matematyczne i komputerowe metody optymalizacji taktyki sportowej. Instytut Sportu, Warszawa, z. nr 5.
- Szyngiera W., Błazyński K. 1994. Piłka nożna dzieci i młodzieży. AWF, Katowice.
- Tyska T. 1986. analiza decyzyjna i psychologia decyzji. PWN, Warszawa

Doskonalenie akcji oskrzydlających w systemie gry 1-4-4-2. Przykładowe schematy taktyczne

Prowadzący Robert Czopek
Grupa junior młodszy
Klub sportowy „Hutnik” Kraków SSA

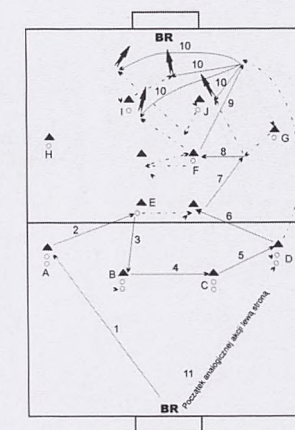
Rozgrzewka w formie gwiazdy ze zwrotem uwagi na doskonalenie podań z pierwszej piłki.



- Zawodnik
- ▲ Znacznik
- Podanie piłki
- Bieg z określonym ćwiczeniem
- Bieg
- Piłka

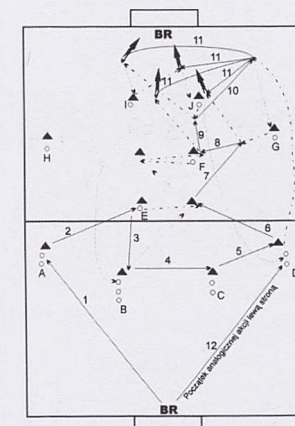
Przykładowe 3 schematy taktyczne doskonalące akcje oskrzydlające w systemie 1-4-4-2

Ćwiczenie numer 1
Wyprowadzenie akcji oskrzydlającej z linii obrony zakończonej dośrodkowaniem przez bocznego skrajnego obrońcę z możliwością oddania uderzenia na bramkę przez dwóch napastników, bocznego i środkowego ofensywnego pomocnika



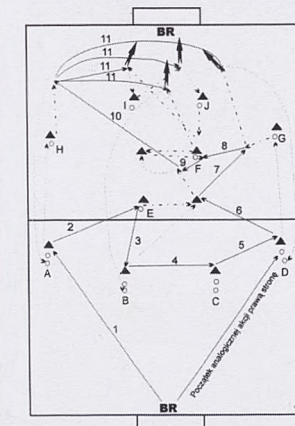
- BR Bramkarz
- Zawodnik
- ▲ Znacznik
- Podanie piłki
- Bieg
- Przemieszczanie się zawodników do pozycji początkowej ćwiczenia
- Uderzenie na bramkę

Ćwiczenie nr 2
jak ćwiczenie numer 1 z uwzględnieniem wyjścia na pozycję jednego z napastników.



- BR Bramkarz
- Zawodnik
- ▲ Znacznik
- Podanie piłki
- Bieg
- Przemieszczanie się zawodników do pozycji początkowej ćwiczenia
- Uderzenie na bramkę

Ćwiczenie nr 3
wyprowadzenie akcji oskrzydlającej z linii obrony z przemieszczeniem piłki z jednej strefy bocznej do drugiej, zakończonej dośrodkowaniem przez bocznego pomocnika. Możliwość oddania uderzenia na bramkę przez dwóch napastników, środkowego ofensywnego pomocnika i drugiego bocznego pomocnika.



- BR Bramkarz
- Zawodnik
- ▲ Znacznik
- Podanie piłki
- Bieg
- Przemieszczanie się zawodników do pozycji początkowej ćwiczenia
- Uderzenie na bramkę

TURNIEJ NIEPODLEGŁOŚCI

Kolejny sukces Nowego Sącza



11 listopada rozegrano na obiektach krakowskiego Hutnika trzecią edycję Turnieju Niepodległości Juniorów. Można zatem powiedzieć, że ta pożyteczna impreza na stałe weszła do kalendarza rozgrywek naszego regionu. W zawodach udział wzięły cztery reprezentacje: Nowy Sącz, Tarnów, Małopolska Zachodnia, Kraków. Górą ponownie okazali się nowosądeczanie, którzy wygrali turniej strzelając we wszystkich meczach zaledwie jednego gola. Rywalizacja była jednak bardzo zacięta, o czym najlepiej świadczy fakt, iż w regulaminowym czasie gry aż cztery z sześciu spotkań zakończyło się remisami. Okoliczny puchar wręczył najlepszej drużynie prezes MZPN, Ryszard Niemiec.

Wyniki:

Małopolska Zachodnia - Kraków 1-1, karne: 3-2;
Nowy Sącz - Tarnów 1-0;
Nowy Sącz - Małopolska Zachodnia 0-0, karne: 6-5;
Kraków - Tarnów 0-2;
Kraków - Nowy Sącz 0-0, karne: 0-2;
Tarnów - Małopolska Zachodnia 0-0.

1. Nowy Sącz	3	5	1-0
2. Tarnów	3	4	2-1
3. Małopolska Zach.	3	3	1-1
4. Kraków	3	2	1-3

Skład zwycięskiej ekipy Nowego Sącza prezentował się następująco:

Grądzki (Glinik Gorlice), Tajduś (Limanovia) - Kijek (Glinik), Matuszyk (Glinik), Kurowski (Glinik), Dąbek (Sandecja), Dąbrowski (Sandecja), Domiter (Limanovia), Gródek (Start Nowy Sącz), Maciaszek (Nawojowa), Wilk (Limanovia), Plata (Sandecja), Prusak (Sandecja), Niepsuj (Sandecja), Górkowski (Sokół Stary Sącz), Twaróg (Limanovia). Trener: Marek Górecki.