

WYDAWNICTWO POLSKIEGO ZWIĄZKU PIŁKI NOŻNEJ

# SĘDZIA

NR 2/2022

## ŚWIETNY SEZON SZYMONA MARCINIAKA

**POLSKI ARBITER POLECI DO KATARU**

- » CORE Polska – szukając kolejnych utalentowanych arbitrow
- » Aż 31 sędziów zadebiutowało w wyższych ligach na centrali
- » Boiskowy wojownik – pierwszy wywiad Dmytro Krywuszki



*Łączy nas piłka*



## TRUDNY SEZON, ALE Z POZYTYWNYM ZAKOŃCZENIEM



Za nami bardzo intensywny okres, czyli runda wiosenna sezonu 2021/2022. Na najwyższych szczeblach rozgrywkowych (zwłaszcza w PKO BP Ekstraklasie) rywalizacja była wyjątkowo zacięta. Każdy mecz miał swoją dużą stawkę i mógł zdecydować o zdobyciu mistrzostwa Polski, awansie do europejskich pucharów lub utrzymaniu bądź spadku z ligi.

W wielu spotkaniach losywały się do ostatnich sekund. W doliczonym czasie gry padały bramki, były dyktowane, bądź nie dyktowane, rzuty karne. Duża stawka, presja oraz dynamiczny przebieg meczów sprawiły, że praca arbitrow była analizowana szczególnie dokładnie. Każda decyzja miała swój duży wydźwięk medialny. O sędziach mówiono i pisano bardzo wiele. Emocje były ogromne. Myślę, że pomimo kilku znaczących błędów, sędziowie wykonali swoją pracę dobrze. Zdecydowana większość spotkań poprowadzona była na dobrym lub bardzo dobrym poziomie. Oczywiście nie zastaniamy się sloganami typu: „błędów sędziowskich nie da się uniknąć”. Każdy jeden błąd to o ten jeden za dużo. Musimy pracować, analizować i wyciągać wnioski.

Dużym pozytywem jest fakt, że w mijającym sezonie tak wielu sędziów zadebiutowało lub zadomowiło się na wyższym szczeblu rozgrywkowym. Dziewięciu debiutantów na poziomie Fortuna 1. Ligi. W PKO BP Ekstraklasie dwóch arbitrow zadebiutowało na boisku, a pięciu jako VAR. Pamiętajmy także, jak wielu kolegów zyskało uprawnienia/certyfikaty VAR. To duży wysiłek organizacyjny i finansowy, który z pewnością zapoczątkuje.

Wiosenką na torcie są oczywiście wielkie sukcesy na arenie międzynarodowej. Szczególnie świetna postawa Szymona Marciniaka i jego zespołu, która zaowocowała nominacją na mistrzostwa świata w Katarze. Gratulujemy także Michalinie Diakow, która prowadziła półfinał mistrzostw Europy U-17. Nominacje na mistrzostwa Europy kobiet przyszły dla Pauliny Baranowskiej, Tomasza Kwiatkowskiego i Bartosza Frankowskiego. Następnie nominacje dla Katarzyny Lisieckiej-Sęk na mistrzostwa Europy U-19 oraz Katarzyny Wąjs na mistrzostwa świata U-20. Ponadto cieszy aktywność naszych instruktorów oraz prestiżowe nominacje dla obserwatorów i obserwatorek. Wszystko to pozwala stwierdzić, że nasza pozycja na arenie międzynarodowej jest naprawdę wysoka.

A teraz chwila oddechu. Potem przygotowania do nowego sezonu i nowych wyzwań.

**Tomasz Mikulski**  
Przewodniczący KS PZPN

Wydawca: **POLSKI ZWIĄZEK PIŁKI NOŻNEJ**  
ul. Bitwy Warszawskiej 1920 r. 7,  
02-366 Warszawa  
tel. +48 732 122 222; fax +48 (22) 55 12 240  
e-mail: pzpni@pzn.pl; wsparcie@pzn.pl

Zespół redakcyjny: **Jakub Jankowski** (redaktor naczelny),  
**Tomasz Szpunar**, **Roman Kostrzewski**, **Jerzy Figas**,  
**Piotr Kozłowski**.  
Skład graficzny: **Piotr Przychodzeń**.  
Foto: **Archiwum**, **CyfraSport**, **400mm.pl**, **Jakub Jankowski**, **archiwum prywatne**.

- 4-7** FLESZE
- 8-11** NAJLEPSZY SEZON SZYMONA MARCINIAKA W KARIERZE
- 12-14** W POGONI ZA DAMIANEM SYLWESTRZAKIEM
- 16-17** W POSZUKIWANIU NOWYCH ASYSTENTÓW
- 18** AŻ 31 SĘDZIÓW ZADEBIUTOWAŁO W WYŻSZEJ LIDZE
- 20-21** WOJNA ZMIENIŁA ICH ŻYCIE, ALE Z MIŁOŚCIĄ DO SĘDZIOWANIA NIE WYGRAŁA
- 22** DMYTRO KRYWUSZKIN: „JESTEM BOISKOWYM WOJOWNIKIEM”
- 23** Z RACZYĆ NA PÓŁFINAŁ MISTRZOSTW EUROPY
- 24-25** TORUNIANIN MVP HISZPAŃSKIEGO TURNIEJU
- 26-27** DIETA BEZMIĘSNA DLA SĘDZIÓW – CZY UŁATWIA ROBIENIE POSTĘPÓW?
- 28-29** BOGDAN HIRSCH – POZNAŃSKA LEGENDA
- 30** WYJĄTKOWE INICJATYWY KRAKOWSKICH SĘDZIÓW
- 31-33** NASZE SPRAWY – WIEŚCI Z REGIONÓW
  - DOLNOŚLĄSKIE
  - KUJAWSKO-POMORSKIE
  - ŁÓDZKIE
  - OPOLSKIE
  - POMORSKIE
  - WIELKOPOLSKIE

**NASTĘPNY  
NUMER  
„SĘDZIEGO”  
UKAŻE SIĘ  
WE WRZEŚNIU  
2022 ROKU**



## PAWEŁ GIL I MACIEJ WIERZBOWSKI PO SZKOLENIU INSTRUKTORÓW FIFA

To historyczna nominacja dla polskiego arbitrażu. FIFA po raz pierwszy zaprosiła dwóch Polaków na szkolenie dla instruktorów swojej federacji. Maciej Wierzbowski i Paweł Gil wzięli w nim udział w kwietniu.



Maciej Wierzbowski z FIFA jest związany od lat. Kiedyś jako asystent, teraz w roli instruktora.

Poza nominacjami na sędziów i obserwatorów międzynarodowych, o których zawsze dowiadujemy się na początku roku, światowa federacja ma też swoją grupę instruktorów. Osoby z tego grona w ciągu roku prowadzą szkolenia dla arbitrowi FIFA m.in. przed i w trakcie ważnych turniejów. Gremium instruktorów FIFA tworzą byli sędziowie z całego świata, którzy muszą zrealizować szereg wymagań. Jednak przede wszystkim powinni spełniać dwa ważne kryteria: posiadać bogate doświadczenie sędziowskie na arenie międzynarodowej i mieć dar umiejętnego przekazywania wiedzy teoretyczno-praktycznej. Maciej Wierzbowski i Paweł Gil zaliczają się do tego grona. Dlatego od poniedziałku do środy (4-6 kwietnia) wzięli udział w szkoleniach FIFA w formie online. Światowa federacja powołała na to spotkanie 75 instruktorów z całego świata. Wszystkich podzielono na trzy grupy warsztatowe. Za cały projekt odpowiadał Massimo Busacca. W gronie wykładowców byli oczywiście najważniejsi ludzie ze świata sędziowskiego. Na kwietniowym spotkaniu Pierluigi Collina mówił na temat drobnych zmian i poprawek w „Przepisach Gry”. Ponadto swoje prelekcje mieli m.in. Dagmar Damkova czy Walentin Iwanow. Kolejne warsztaty zaplanowano na jesień tego roku.

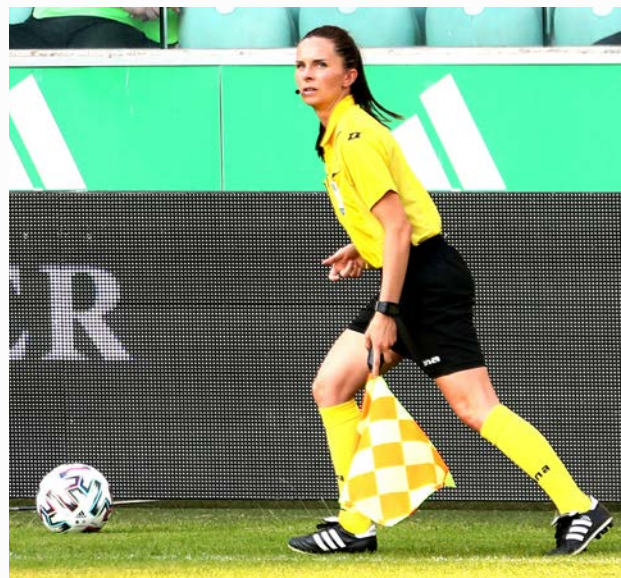
Jakub Jankowski

## LICZNA REPREZENTACJA NA KOBIECE MISTRZOSTWA EUROPY

UEFA powołała naszych arbitrowi na mistrzostwa Europy kobiet. Na boiskach zobaczymy asystentkę – Paulinę Baranowską. Za monitorami VAR usiądą Bartosz Frankowski i Tomasz Kwiatkowski. Z kolei obserwatką będzie Katarzyna Wierzbowska.

Turniej odbędzie się w dn. 6 – 31 lipca w Anglii. Sędziowska lista liczy 55 nazwisk. Na turnieju wystąpi: 13 sędzi, 25 asystentek, 15 VAR i 2 dodatkowych sędzi technicznych. Będą to pierwsze kobiece mistrzostwa Europy, na których w każdym meczu zostanie użyty system VAR. Po raz drugi na kobiecie mistrzostwa Europy pojedzie polska obserwatką i ponownie będzie to Katarzyna Wierzbowska. Wcześniej, w 2013 roku, pełniła tę funkcję w Szwecji. Ponadto w 2003 roku jako sędzia asystowała w finale kobiecych mistrzostw świata, które rozegrano w Stanach Zjednoczonych. Polka znalazła się w elitarnym gronie 4 obserwatek. Poza nią nominacje otrzymały też Blazhenka Logarusić, Dagmar Damkova i Jenny Palmqvist.

Jakub Jankowski



Naszą boiskową reprezentantką na turnieju będzie Paulina Baranowska.

## MARCOWY MID-CHECK W SPALE

Po raz pierwszy od dłuższego czasu sędziowie PKO BP Ekstraklasy, Fortuna 1. Ligi i eWinner 2. Ligi wzięli udział w zgrupowaniu mid-check, które w dniach 29-31 marca odbyło się w Spale. Brali udział w wykładach i treningach. Podczas zajęć zwrócono szczególną uwagę na niesportowe zachowania zawodników.

– Indywidualne kary za niesportowe zachowanie są w „Przepisach Gry” od zawsze. Protesty wobec decyzji sędziego, odkopywanie piłki, okazywanie braku szacunku do zawodników czy zachowania kon-



Sędziowie sprawdzili się w treningu sprawnościowym.

frontacyjne, będą karane kartkami. To nie jest wymysł sędziów, to wymóg przepisów. Takie postawy psują mecze i niszczą wizerunek rozgrywek, który zobowiązani jesteśmy chronić. Kibice nie chcą tego oglądać, oczekują postaw fair play. Sędziowie reagują na te zachowania konsekwentnie i to się nie zmieni – podkreśla Tomasz Mikulski, Przewodniczący Kolegium Sędziów PZPN.

W Spale arbitrowi podzielono na trzy grupy. Każdego dnia jedna z nich brała udział w całonocnych szkoleniach i sesjach treningowych – od wtorku do czwartku. Podczas wykładów omawiano klipy wideo z najnowszych materiałów od UEFA i FIFA. Ponadto analizowano sytuacje meczowe z polskich boisk. Za każdym razem zwracano też uwagę na sposób ewentualnej interwencji ze strony VAR.

– Wszystkie mecze ze szczebla centralnego analizujemy na bieżąco. Sprawdzamy, jakie rodzaje zdarzeń sprawiają naszym arbitrom trudności. Zbieramy to wszystko i na tej podstawie przygotowujemy bloki szkoleniowe. Nie czekamy na zakończenie rundy czy sezonu. Działamy od razu. Na bieżąco rozwiązujemy sytuacje, które tego wymagają. Szkolenia, również online, organizujemy co dwa, trzy tygodnie – mówi Maciej Wierzbowski, wiceprzewodniczący ds. szkolenia KS PZPN.

Sędziowie zaliczyli też treningi sprawnościowe: biegi krótkie, a także długie o wysokiej intensywności. Grzegorz Krzosek sprawdzał wagę i poziom tkanki tłuszczowej u sędziów. Wiele wskazuje na to, że tego typu zgrupowania wejdą do sędziowskiego kalendarza już na stałe.

Jakub Jankowski

## WIĘKSZE GRONO ARBITRÓW Z VAR

W gościnnych progach KS Warmińsko-Mazurskiego ZPN odbyło się szkolenie VAR w Mrągowie. Od 12 do 14 kwietnia grupa sędziów ze szczebla centralnego szlifowała swoją pracę z użyciem wideoweryfikacji. Krótkie zgrupowanie poprowadził Paweł Gil i Marcin Borkowski, przy technicznym wsparciu Jacka Małyszka.

Kluczowe było to, aby kolejna grupa – tym razem 6 arbitrowi – uzyskała uprawnienia do prowadzenia meczów na boisku z użyciem VAR. W tym gronie znaleźli się: Robert Marciniak, Damian Krumplewski, Filip Kaliszewski, Łukasz Ostrowski, Karol Iwanowicz i Piotr Rzućdziło.

– Sędziowie zdobyli uprawnienia do pracy z technologią VAR. Zasilili oni szeregi arbitrowi VAR w Fortuna 1. Lidze, inni będą mogli być VAR w meczach PKO BP Ekstraklasy – powiedział Paweł Gil, były sędzia międzynarodowy, instruktor VAR w KS PZPN, a także w organizacjach międzynarodowych – UEFA i FIFA. Marcin Borkowski instruował kolegów po fachu pod kątem technicznym w wozie VAR. System został użyty podczas sześciu spotkań, m.in. Mrągowo – Mamry II Giżycko (B-klasa), Żurich Olsztyn – Stomil Olsztyn (ekstraklasa trampkarza), czy Mini Soccer Academy Mrągowo – Wilczek Wilkowo (sparring B-klasowej drużyny z zespołem z klasy okręgowej).



Filip Kaliszewski uzyskał uprawnienia VAR i zadebiutował w Fortuna 1. Lidze.

Na jeździe asystentami byli: Paweł Smyk, Krystian Mucha, Artur Zakrzewski, Marcin Janawa, Radosław Wąsik, Bartosz Tomaszuk, a także dwie osoby z KS W-M ZPN: Robert Zielonka i Damian Sadowski. Sędziami szkolącymi się do uzyskania uprawnień do VAR busa byli: Marcin Szczerbowski, Patryk Gryckiewicz i Monika Mularczyk. Grupę osób doszkalających się w tym zakresie stworzyli: Dominik Sulikowski, Sylwester Rasmus, Mateusz Złotnicki, Konrad Kiełczewski, Grzegorz Kawatka i Kornel Paszkiewicz.

Jakub Jankowski



## WOJCIECH KRZTOŃ GWIZDNAŁ PO RAZ OSTATNI

To była piękna kariera, ale niestety, musiała się kiedyś skończyć. Wojciech Krztoń z Olsztyna pożegnał się z gwizdkiem. Poprowadził ponad 200 meczów na szczeblu centralnym, a na swoim koncie ma też mecze prowadzone w PKO BP Ekstraklasie. Ponadto kariery obserwatorów zakończyli Marian Pyzałka i Ryszard Gancarz.

Krztoń sędzią był od 1995 r. Ostatnim spotkaniem na szczeblu centralnym była dla Krztonia rywalizacja Skry Częstochowa z GKS Jastrzębie w 34. kolejce Fortuna 1. Ligi. Natomiast poegnalnym spotkaniem na zakończenie całej kariery był finał wojewódzkiego Pucharu Polski: GKS Wikielec – Stomil II Olsztyn. W minionym sezonie Krztoń poprowadził osiem meczów w Fortuna 1. Lidze. Z pewnością pozostanie w sędziowskiej organizacji, ale już w nowej roli.



Wojciech Krztoń odbiera od Marcina Szulca pamiątkową patere.

– Moja przygoda sędziowska trwała wiele lat. Doświadczylem wielu pozytywnych jak i trudnych momentów. Na szczeblu centralnym jako sędzia sędziowałem ponad 200 spotkań. Zwiedziłem dziesiątki stadionów w całej Polsce – podsumowała swoją przygodę z gwizdkiem Krztoń. To nie wszystkie pożegnania. Swoje obserwatorskie kariery na szczeblu centralnym zakończyli: Marian Pyzałka i Ryszard Gancarz. Pierwszy z panów otrzymał pamiątkową statuetkę po meczu PKO BP Ekstraklasy na stadionie Śląska.

Jakub Jankowski



Marian Pyzałka pożegnał się z rolą obserwatora na stadionie Śląska Wrocław.

## KATARZYNA LISIECKA-SĘK I KATARZYNA WÓJS Z ZAGRANICZNYMI NOMINACJAMI

Katarzyna Lisiecka-Sęk pojechała na finałową rundę mistrzostw Europy kobiet U-19. Natomiast Katarzyna Wójs będzie asystować na kobiecych mistrzostwach świata U-20.

Komisja Sędziowska UEFA wyznaczyła: sześć sędzi, osiem asystentek i dwie sędzi techniczne, które biorą udział w finałowej rundzie mistrzostw Europy U-19. W tym gronie znalazła się 36-letnia Lisiecka-Sęk. Turniej rozpoczął się 27 czerwca w Czechach. Potrwa do 9 lipca. Natomiast asystentka szczebla centralnego – Katarzyna Wójs otrzymała nominację na mistrzostwa świata U-20. Turniej zostanie rozegrany w dniach 10-28 sierpnia w Kostaryce. Wszystkie sędzi biorące w nim udział mają uprawnienia VAR. Łącznie w mistrzostwach wystąpią 53 panie arbitry.

Jakub Jankowski

## INSTRUKTORZY MOCNO WSPIERAJĄ WOJEWÓDZTWA

KS PZPN ruszyło z kolejnym projektem. W marcu powołało do życia grupę sześciu wojewódzkich instruktorów. Tworzą ją obecni i byli sędziowie międzynarodowi, którzy merytorycznie oraz organizacyjnie pomagają szkolić arbitry z niższych lig w całej Polsce.

– Nasz cel jest niezmienny. Chcemy stale podnosić poziom sędziowania na wszystkich szczeblach. Poziom centralny jest ważny, bo mecze toczą się o najwyższą stawkę przed telewizyjnymi kamerami. Jednak bardzo istotny jest też dla nas poziom regionalny. Tam również chcemy sta-



Konrad Sapela, jako instruktor, dzieli się swoim długoletnim doświadczeniem.

le rozwijać szkolenie arbitry. Nasi instruktorzy, przy współpracy z zarządami poszczególnych kolegiów, są dodatkowym wsparciem dla grup młodych sędziów. Co ważne, na te stanowiska powołaliśmy osoby mające odpowiednie doświadczenie, wiedzę i autorytet. Jednocześnie są też pełne inwencji i zaangażowani. To sędziowie, którzy noszą plakietki FIFA bądź przez lata byli międzynarodowymi arbitrami – mówi Tomasz Mikulski, Przewodniczący KS PZPN.

Koordynatorem projektu jest Konrad Sapela, który w zeszłym roku zakończył karierę, a przez ostatnie 23 lata był asystentem międzynarodowym. Razem z Sapelą grupę instruktorów stworzyli sędziowie i asystenci FIFA: Krzysztof Jakubik, Damian Sylwestrzak, Jakub Winkler, Kamil Wójcik i Krzysztof Myrmus (międzynarodową karierę skończył w 2020 r.). Wszystkie 16 województw podzielono na te osoby i przekazano do szkoleniowej opieki.

– Wspieramy merytorycznie wszystkie sędziowskie okręgi. Diagnozujemy sytuację w każdym z nich i szukamy optymalnych rozwiązań, które pomogą rozwijać arbitry oraz obserwatorów. Dbamy o przepływ informacji między sędziowską centralą a poszczególnymi regionami. Każdy z nich ma przecież nieco inne potrzeby – wyjaśnia Konrad Sapela, w latach 1998-2021 asystent międzynarodowy.

Projekt zakłada merytoryczną opiekę nad sędziami i obserwatorami, programami mentorskimi, grupami asystentów, arbitrazem kobiecym, a nawet kursami na kandydatów na sędziów. Szkolenia są urozmaicone i przygotowane pod konkretne potrzeby, najbardziej utalentowani sędziowie dostaną indywidualne wsparcie, a jeszcze większa pomoc do macierzystych kolegiów idzie od arbitry ze szczebla centralnego.

Jakub Jankowski

## WIĘCEJ SĘDZIÓW ZASŁUŻONYCH I HONOROWYCH

Po półtorarocznej przerwie zorganizowano kolejne spotkanie Kapituły Nadawania Tytułu Sędziego Zasłużonego i Honorowego KS PZPN.

Podczas obrad, które odbyły się 9 czerwca w siedzibie związku w Warszawie, kapituła przyznała 24 wyróżnienia dla sędzi i sędziów. Na spotkaniu stawali się niemal wszyscy członkowie tej komórki. Obecni byli: Jerzy Figas – przewodniczący, Roman Kostrzewski – sekretarz, Andrzej Ogorzewski i Andrzej Sękowski – członkowie oraz Leszek Saks – przedstawiciel KS PZPN. Wcześniej nieobecność zgłosił Antoni Plona, który przebywał w tym czasie na urlopie.

### SĘDZIOWIE ZASŁUŻENI

#### KS Małopolskiego ZPN

1. Artur Hawryszko
2. Paweł Kostkiewicz
3. Sebastian Mucha
4. Tomasz Musiał
5. Mariusz Ociecek
6. Tomasz Piróg
7. Jakub Ślusarski
8. Joanna Ściepura
9. Krzysztof Prachowicz
10. Jarosław Nasek
11. Tomasz Pilarski

#### KS Pomorskiego ZPN

12. Katarzyna Wierzbowska
13. Dariusz Borucki
14. Dariusz Bohonos

#### KS Mazowieckiego ZPN

15. Rafał Roguski

#### KS Kujawsko-Pomorskiego ZPN

16. Adam Lyczmański
17. Maciej Daszkiewicz

### SĘDZIOWIE HONOROWI

#### KS Kujawsko-Pomorskiego ZPN

18. Zbigniew Wódkowski

#### KS Małopolskiego ZPN

19. Ewa Gajewska
20. Zbigniew Bil
21. Piotr Iwanicki
22. Bronisław Mazur
23. Zbigniew Wiśniowski
24. Piotr Musiałik

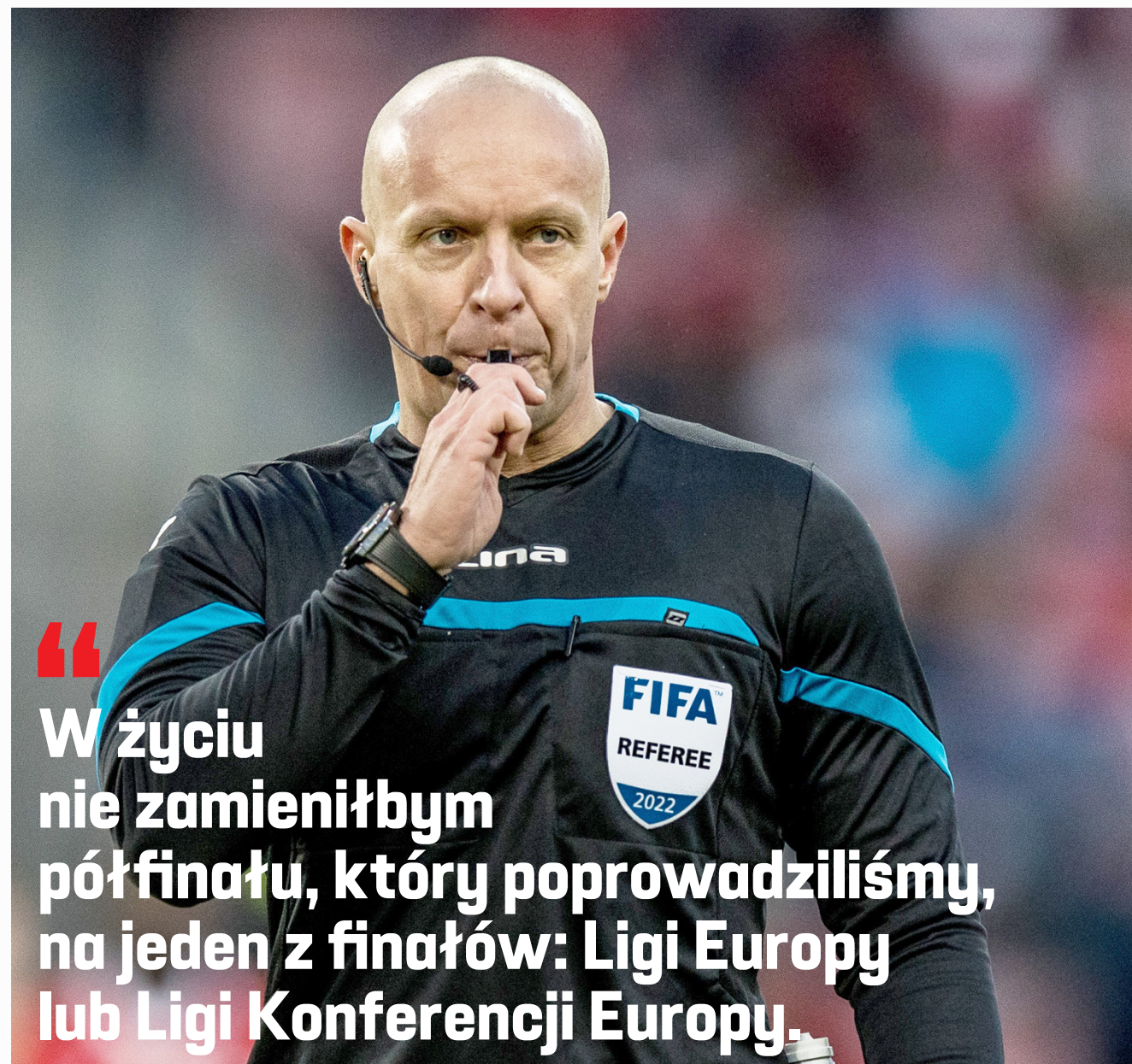
Spotkanie tradycyjnie otworzył Jerzy Figas, który podziękował Leszkowi Saksowi za, jak zawsze, otwarte drzwi w siedzibie PZPN dla spotkań kapituły. Później przyjęto program i sprawozdanie poprzedniego zebrania. Następnie rozpoczęto przyznawanie odznak sędziów zasłużonych i sędziów honorowych dla KS PZPN.

Jakub Jankowski



# NAJLEPSZY SEZON SZYMONA MARCINIAKA W KARIERZE

Szymona Marciniaka zabrakło na EURO 2020. Nasz najlepszy arbiter, od 2018 roku, zmagając się z uciążliwą kontuzją kręgosłupa. W 2020 roku zakaził się koronawirusem. Chorobę przeszedł łagodnie, ale wystąpiły powikłania w postaci tachykardii – schorzenia osłabiającego pracę serca. Dłuższa przerwa oraz brak nominacji na wielki turniej nie pokonały Marciniaka. Uporał się ze swoimi dolegliwościami i wrócił w wielkim stylu. Miniony sezon był jego najlepszym w karierze. Jako pierwszy Polak w historii poprowadził półfinał Ligi Mistrzów. Wisienką na torcie było powołanie na mistrzostwa świata w Katarze.



“**W życiu nie zamieniłbym półfinału, który poprowadziliśmy, na jeden z finałów: Ligi Europy lub Ligi Konferencji Europy.**”

Szymon Marciniaka zabrakło na EURO 2020. Teraz wraca na wielką imprezę. Jedzie na mistrzostwa do Kataru.

Sezon 2021/2022 już za nami. Spoglądając na osiągnięcia Szymona Marciniaka i jego zespołu, można wysnuć tylko jeden wniosek – tak udanej kampanii arbitra z Płocka jeszcze nie miało. Sam zainteresowany podkreśla jednak, że miał obawy przed rozpoczęciem rozgrywek.

– Nie ukrywam, że czułem mały stres po wszystkich moich problemach zdrowotnych. Najpierw była kontuzja pleców, potem komplikacje z sercem. Na szczęście pomogły mi leki, które mi przepisano. Moja pewność siebie wróciła. W końcu jestem w stanie wytrzymać warunki meczowe. Trening to jedno, a wysiłek podczas spotkań to drugie – mówi Marciniak.

## Napięty kalendarz

Pierwszym i bardzo istotnym czynnikiem wyróżniającym sezon 2021/2022 w wykonaniu zespołu Szymona Marciniaka, jest duża liczba spotkań. Do tego mają one wysoką rangę. Z wyliczeń na stronie Transfermarkt.pl wynika, że arbiter z Płocka poprowadził łącznie 41 spotkań w zeszłym sezonie. Nie jest to najwyższa liczba posędziowanych meczów spoglądając na cztery ostatnie lata. Najbardziej intensywny był 2018/2019 (aż 53 spotkania). Wraz z rosnącym doświadczeniem międzynarodowym, polski sędzia był stopniowo wprowadzany na coraz wyższe szczeble w poszczególnych rozgrywkach. Pokłosiem tego było mniej nominacji na lżejsze gatunkowo spotkania. Dostawał je natomiast przykładowo sędziowie Ligi Mistrzów. W sezonie 2018/2019 Marciniak poprowadził w nich 5 meczów, w kolejnym – 6, 2020/2021 to tylko 2 mecze ze względów zdrowotnych, a sezon 2021/2022 to aż 10 spotkań. Wliczając się w to: 2 mecze kwalifikacyjne, 4 grupowe, 2 spotkania 1/8 finału, ćwierćfinał oraz półfinał. Był to zdecydowanie najlepszy sezon pod względem liczby spotkań w najbardziej prestiżowych rozgrywkach klubowych na świecie.

## Kamienie milowe

Zespół Marciniaka w zeszłych rozgrywkach zaliczył kilka swoich kamieni milowych. Spośród 41 spotkań arbitra z Płocka wymienić kilka kluczowych. Wrażenia odnośnie najważniejszych meczów podziela również Paweł Sokolnicki – asystent numer jeden u Marciniaka (drugim jest Tomasz Listkiewicz). Obaj w pierwszej kolejności zgodnie wskazują na półfinał Ligi Mistrzów pomiędzy Liverpooliem i Villarrealem.

– Każdy chce posędziować taki mecz, na takim etapie rozgrywek – mówi Marciniak. – Jeżeli ktoś by mi powiedział, że dostaniemy obsadę na półfinał Ligi Mistrzów przed sezonem, to brałbym to w ciemno – dodaje Sokolnicki. Obaj wskazują również, że najtrudniejsze do prowadzenia było starcie pomiędzy Real Madryt i Chelsea Londyn w ćwierćfinale LM.

– Pierwszy mecz tych drużyn stawiał „Królewskich” w trudnej sytuacji przed rewanżem, ale wiedzieliśmy, że Real zawsze walczy do końca. Czuliśmy, że wynik z pierwszego spotkania zajdzie na dalszy plan. To były szalone zawody z dużym ciężarem gatunkowym, które posędziowaliśmy bardzo dobrze – wspomina Marciniak.

Pawłowi Sokolnickiemu w pamięci utkwiło również spotkanie w Marsylii. – Kluczowy moment zeszłego sezonu to mecz we Francji. Olympique podejmował grecki PAOK w 1/4 Ligi Konferencji Europy. Atmosfera była gorąca. Szymon podjął bardzo ważną i prawidłową decyzję. Zamiast rzutu karnego, odgwizdał faul na obrońcy. Przyznam, że w pierwszej chwili się zawahałem, ale powtórki rozwiały moje wątpliwości. Byłem pełen uznania dla Szymona. W tamtym meczu nie mieliśmy wsparcia VAR, ponieważ w tych rozgrywkach nie używano tej technologii – dodaje nasz międzynarodowy asystent. Ostatnim kamieniem milowym była także nominacja do poprowadzenia finału Fortuna Pucharu Polski pomiędzy Lechem Poznań i Rakowem Częstochowa. To forma nagrody za bardzo dobrą postawę na polskim podwórku.

## Mały niedosyt?

Pod koniec sezonu, gdy UEFA przyznawała nominacje na decydujące mecze w Europie, wiele osób za świata futbolu trzymało kciuki, aby Szymonowi Marciniakowi przypadł do prowadzenia któryś z finałów.

– Kredyt zaufania jaki daje nam UEFA był podobnie wysoki jak w zeszłych sezonach. Było sporo nominacji na prestiżowe mecze grupowe, 1/8 finału, potem ćwierćfinał i na końcu półfinał. To był dowód na to, że dobrze wykonaliśmy swoją robotę. Sam półfinał był wielką nagrodą. Media w przyjazny dla nas sposób spekulowały, że możemy dostać któryś z finałów europejskich rozgrywek. Jednak muszę przyznać, że w życiu nie zamieniłbym półfinału, który poprowadziliśmy na jeden z finałów: Ligi Europy lub Ligi Konferencji Europy. Liga Mistrzów to rozgrywki, które są oglądane na całym świecie i są najważniejsze – mówi Marciniak.

## Ciągła praca

Prestiżowe nominacje były efektem ciężkiej pracy. Na tak wysokim poziomie trudno wdrożyć radykalne zmiany do swojego warsztatu sędziowskiego.



## MICHAŁ LISTKIEWICZ

były sędzia, asystent finału MŚ 1990

Bardzo kibicuję Szymonowi. Liczę na to, że w końcu pojawi się arbiter, który przebieje mój sukces z 1990 r. i asystowanie podczas finału. Szymon ma na to bardzo duże szanse. Zeszły sezon był chyba najlepszym w jego karierze. Miał kilka meczów fazy grupowej Ligi Mistrzów, dwa spotkania 1/8, ćwierćfinał i półfinał. Jako jego kibic i starszy kolega, widzę u niego systematyczny progres. Zmienił styl biegania. Widać, że porusza się po boisku lżej. Ma wzorową sylwetkę. Sprawia wrażenie osoby wyłuzowanej i jest pewny siebie. To są elementy, które wypracował latami. Śmiało mogę powiedzieć, że jest sędzią TOP 3 na świecie w kontekście zarządzania. Opanował to niemalże do perfekcji. Zawsze powtarzam, że Szymon ma swego rodzaju błysk. Dokładnie wie kiedy się uśmiechnąć, porozmawiać z zawodnikami, ale również, kiedy na nich nakrzyczeć. Imponuje mi to, że ma wyczuć, kiedy używać kartek. Swoim stylem przypomina mi dwóch sędziów: Michela Vautrot'a, który tak jak Szymon miał w sobie dużo luzu i świetny kontakt z zawodnikami oraz Alojzego Jarguza, urodzonego sędziego, z naturalnym talentem do tego fachu. Tylko dwóch sędziów w Polsce urodziło się arbitrami, bo reszta tego zawodu się nauczyła. Jednym był Jarguz, a drugim jest właśnie Szymon Marciniak. Jeżeli miałbym wskazać jego trzy najmocniejsze strony, to na pierwszym miejscu wymieniałbym zarządzanie, na drugim – silną psychikę, która jest wyrażana pewnością siebie i konsekwencją, a trzecią silną stroną jest umiejętne stosowanie „technik sędziowskich”. Chodzi o to, że nie karze zawodników od razu kartkami, tylko próbuje do nich podejść w sposób psychologiczny. Były angielski sędzia – Mike Riley powiedział kiedyś: „sędzia jest jak szeryf w westernie. Jeżeli ma 10 kul i je wystrzeli na początku filmu, to nie dożyje jego zakończenia.”. Taki jest właśnie Marciniak. Nazwisko Szymona jest wymieniane jednym tchem w pierwszej dziesiątce najlepszych sędziów na świecie. Po tak dobrym sezonie okraszonym nominacjami w ważnych meczach, jego zespół może jechać na mistrzostwa świata w Katarze jako pretendent do prowadzenia spotkań w fazie medalowej. Wszystko będzie zależało od geopolitycznej sytuacji turnieju – zespołów, które do tej fazy awansują. Gdyby odstawił na bok politykę FIFA, to myślę, że półfinał, mecz o 3. miejsce lub nawet sam finał – byłoby w zasięgu. Poza boiskiem Szymon jest bardzo rodzinny. Zawsze dba o swoją żonę i córkę. Ma również bardzo silną więź z bratem Tomaszem, który jest jego wiernym kibicem. Nigdy mi nie odmówił przystąpienia. Gdy tylko coś od niego potrzebuję, to załatwił sprawę bez problemu. Podziwiam go za tak dopasowany zespół, bo wszyscy trzej: Szymon, Paweł Sokolnicki i Tomek – mój syn, są odmienni charakterowo, ale dogadują się rewelacyjnie. Razem tworzą kolektyw na boisku i poza nim.



Finale Fortuna Pucharu Polski był nagrodą za postawę na polskich boiskach.

go, ale cały czas trzeba próbować to robić, aby podnosić swoje umiejętności. Bardzo dużą rolę odgrywają detale, które tworzą całość. – W zeszłym sezonie zmieniliśmy podejście do zawodów. W przeszłości często robiliśmy odprawy, podczas których wywierałiśmy niepotrzebny presję na siebie. Teraz cieszymy się każdym meczem. Sytuacja związana z problemami zdrowotnymi pokazała mi, że mogę być przygotowany w 200% na zawody. Mogę być wyżyłowany, mogę być jak atleta, ale jeśli zdrowie szwankuje, tracisz wszystko. Taka sytuacja wyzwoliła we mnie wielki głód sędziowania. Czasem, gdy jest się w meczowym ciągu, można zatracić radość. Kiedy coś cię ogranicza, patrzysz z innej perspektywy. Zdałem sobie sprawę jak bardzo potrzebuję być „pod prądem” – opowiada Marciniak.

– Cały czas staramy się poprawiać to, co możemy. Ostatnio stwierdziliśmy, że ograniczymy komunikowanie się na zestawie do minimum. W erze VAR często jest głośno między arbitrami i można się pogubić. Nie wyobrażam sobie sytuacji, kiedy stanę przed lustrem i powiem do siebie, że jestem kompletnym sędzią. Cechą charakterystyczną dla naszego zespołu jest to, że żyjemy z meczu na mecz. Podchodzimy do zawodów zadaniowo. Potrafimy się odciąć od całej otoczki. Każdy z nas ma inny charakter. Często wymieniamy

my różne opinie na temat sytuacji boiskowych. Uważam, że jest to bardzo dobre podejście – dodaje Paweł Sokolnicki. Szymon Marciniak podkreśla również, że sporo pracował nad swoim ustawianiem na boisku. Zmienił styl biegania, zwięźlił diagonalny styl poruszania. W pewnym momencie stwierdził, że najważniejszą rzeczą dla niego jest komfortowe czucie się na boisku, żeby podejmować jak najlepsze decyzje. Szerokie zbieganie ten komfort ograniczało. Zrobił korektę i trochę na przekór standardom, wypracował indywidualny styl poruszania.

**Zarządzanie**

W dzisiejszym sędziowaniu element zarządzania zawodami jest bardzo ważny. Ta część arbitrażu stał się znakiem rozpoznawczym Szymona Marciniaka. – Nieskromnie mogę powiedzieć, że zarządzanie jest chyba moją najmocniejszą stroną. Wiadomo, że jeżeli nie ma się dobrych decyzji boiskowych, to trudno jakkolwiek zapanować nad zawodnikami. Jeżeli nasze decyzje są dobre, a dołożymy do tego odpowiednie zarządzanie, to tworzy się idealna całość. Czuję, że zawodnicy podchodzą do mojej osoby o wiele spokojniej. Wyrobiłem sobie u nich duży kredyt zaufania. Jeżeli Pierluigi Collina i Roberto Rossetti mówią, że jestem wzorem do naśladowania, to chyba robię to dobrze. Na pewno jest to element, który musi człowiekowi przychodzić naturalnie. Zawodnicy to widzą. Czasami wystarczy spojrzenie, jeden gest i można rozładować napiętą sytuację – przyznaje Marciniak. Sukcesy na poziomie międzynarodowym, duże uznanie dla jego marki w świecie futbolu, sprawiają, że jako sędzia kategorii Elite zaczyna wyznaczać pewne trendy. To właśnie jego zarządzanie często pokazywane jest na seminariach dla sędziów UEFA oraz w Polsce. Arbitr z Płocka stał się osobą rozpoznawaną dzięki swojemu stylowi. Sam podchodzi do tego z pokorą. – Nie można starać się być Marciniakiem, Webbem czy Colling. Trzeba wyrobić sobie swój własny styl. Należy podpatrywać najlepszych, a od każdego brać te najważniejsze cechy. Nie ma uniwersalnych powiedzeń do zawodników, które zawsze są skuteczne. Na każdego działa coś innego. Miło mi jest, gdy pokazują pracę mojego zespołu na seminariach jako modelową. Po meczach dostają wiele przyjemnych wiadomości od sędziów i kibiców z całego świata. Doceniają oni moje zarządzanie i spokój na boisku. Są też sytuacje, gdzie nasze zdarzenia boiskowe analizowane są pod kątem tego – co można zrobić lepiej. To dowodzi temu, że nie ma ludzi idealnych – mówi Marciniak.

**Powrót na wielką imprezę**

Tak znakomity sezon mógł zakończyć się tylko w jeden sposób – nominacją na mundial w Katarze. Marciniak, jako sędzia kategorii Elite, znalazł się w gronie 36 sędziów, którzy pojedą na tegoroczne mistrzostwa. Przygotowania już trwają. Polak od 19 czerwca przebywał na kilkudniowym zgrupowaniu



**PAWEŁ SOKOLNICKI**  
wieloletni asystent Szymona Marciniaka, członek zespołu jadącego na MŚ do Kataru

Jakbym miał określić Szymona jednym słowem, powiedziałbym – „przyjacielski”. Nigdy by nie pozwolił na to, aby nam – jako asystentom – stała się krzywdą. Z drugiej strony jest świadomy, że dobrze wykonujemy swoje zadanie na liniach. Daje nam do zrozumienia, że zależy mu na nas, bo tworzymy świetny zespół. Najmocniejsze strony Szymona Marciniaka, to zarządzanie oraz komunikatywność. Zawodnicy ufają Szymonowi. Wielokrotnie zdarzało się, że nawet jeżeli decyzja była w jakiś sposób krzywdząca, to piłkarze to przyjmowali. Z Tomkiem Listkiewiczem śmiejemy się, że to my pracujemy na progres Szymona. Sędziowanie to jest działanie zespołowe. Znamy się jak tyse konie i nawet jeżeli odcięto by nam zestaw komunikacji, to wystarczy jedno spojrzenie, a my wiemy po sobie, co się zaraz wydarzy. Widzimy, kiedy Szymon zastanawia się nad tym, czy dać kartkę, czy nie. To są lata pracy, które przekładają się na świetne wyniki. Da się zauważyć, że w Polsce jest trend, aby sędziować „na Marciniaka” – czyli więcej zarządzać. Szymon jest topowym sędzią w tym aspekcie na całym świecie. Poprzedni sezon wyróżniał się przede wszystkim intensywnością. Mieliśmy pełne ręce roboty. Byliśmy wyznaczani na ważne mecze i jak widać, spełnialiśmy swoje zadanie. Każda nominacja była pokłosiem wcześniejszych zawodów. Znałe wszystkim sędziom powiedzenie „jesteś tak dobry jak twój ostatni mecz” sprawdzało się jak nigdy. Przez ostatnie lata wyrobiliśmy sobie solidną renomę w UEFA. Ten sezon wyglądał tak, jakbyśmy tylko umacniali naszą pozycję. Kluczową sprawą jest na pewno zaufanie. Polega ono na tym, że jak wyznacza się sędziów na mecz, to liczy się na to, że posędziują go zgodnie z oczekiwaniami. My je spełnialiśmy w każdym spotkaniu.

w Madrycie organizowanym przez FIFA. – Nasze podejście przed wyjazdem na mundial w Katarze jest zgoła inne niż przed mistrzostwami w Rosji. Podczas pierwszej dużej imprezy myśleliśmy, że jedziemy posędziować mecze grupowe i zastanawialiśmy się już na spotkaniach w dalszych fazach turnieju. Przecież, co może pójść nie tak? Życie lubi sprzącać niespodzianki. W spotkaniach, które dostaliśmy we wczesnej fazie turnieju okazało się, że mamy najwięcej trudnych sytuacji do analizy spośród wszystkich zespołów. Do tego dochodziło odpowiednie dobieranie obsady na mecze pod względem geopolitycznym. Nie wiedzieliśmy z czym mamy do czynienia. Dzisiaj jesteśmy gotowi, aby przede wszystkim pokazać się w pierwszym meczu z jak najlepszej strony. Potem będziemy się cieszyć każdym kolejnym spotkaniem. Nie możemy się już doczekać – mówi na zakończenie Marciniak.

**Tomasz Szpunar**



Zespół Szymona Marciniaka bardzo dobrze wspomina swój występ na mistrzostwach świata we Francji.

MECZE SZYMONA MARCINIAKA - 2021/2022	
Rozgrywki	spotkań
Liga Mistrzów	8
Liga Konferencji Europy	1
Eliminacje do mistrzostw świata	1
Kwalifikacje do Ligi Mistrzów	2
PKO BP Ekstraklasa	23
Fortuna 1. Liga	1
Fortuna Puchar Polski (finale)	1
Fortuna Liga (Czechy)	1
King's Cup (Arabia Saudyjska)	1
Saudi Professional League	1
Baraż o wejście do PKO BP Ekstraklasy	1
<b>Razem</b>	<b>41</b>

Źródło: www.transfermarkt.pl



## W POGONI ZA DAMIANEM SYLWESTRZAKIEM

Ósma edycja programu CORE Polska za nami. Jak co roku było trochę korekt i nowości, z których najważniejszą jest wprowadzenie – już na stałe – sesji wideo. Dzięki temu program to nie tylko dwa zgrupowania, ale zajęcia trwające przez prawie cały sezon. Ósma edycja CORE zakończyła się już po sezonie: dopiero 27 czerwca odbyła się ostatnia sesja wideo, podczas której analizowano kolejną porcję klipów szkoleniowych, głównie z III ligi.

W 2013 roku CORE Polska startowało od dwóch czterodniowych kursów. Potem były pięciodniowe zgrupowania, aż wreszcie – aby umożliwić sędziowanie „na środku” wszystkim uczestnikom – CORE rozwinął się do dwóch sześciodniowych campów: jednego na początku rundy jesiennej i drugiego późną wiosną. Pandemia w latach 2020-2021, z powodu której przez kilkanaście miesięcy nie można było organizować obozów i zgrupowań (CORE 7\_2 odbył się rok później niż pierwotnie planowano), niejako wymusiła przejście na szkole-



**Marcin Szulc tworzy CORE Polska współpracując z instruktorami w całej Polsce. Wychowanków tego programu jest wielu. Ostatnio najwięcej mówiło i pisało się o Damianie Sylwestrzaku i Patryku Gryckiewicz. Do ich sukcesów bardzo przyczynił się Marcin Szulc.**



**Instruktorzy CORE Polska 8\_2 od lewej: Jacek Walczyński, Tomasz Radkiewicz, Marcin Szulc, Grzegorz Krzosek, Piotr Tenczyński.**



**Trening praktyczny poprowadzili Damian Sylwestrzak i Szymon Łężny.**

nia internetowe. Jednak w tym sezonie instruktorzy całkowicie świadomie sięgnęli po tę dodatkową formę szkolenia między zgrupowaniami. Co kilka tygodni, też w przerwie zimowej, odbywał się videoCORE: spotkania w formule on-line, podczas których uczestnicy dyskutowali na temat przesłanych im wcześniej klipów. W sumie uzbierało się 14 takich mitingów i 340 klipów!

### W rodzinie w Jarocinie

Osią kursu CORE są jednak same zgrupowania, a tam sędziowanie meczów przez uczestników i późniejsze ich omawianie. Nie inaczej było na przełomie kwietnia i maja w Jarocinie, który stał się od kilku lat bazą CORE Polska. Stamtąd sędziowie rojeżdżali się na mecze III ligi oraz wielkopolskiej IV ligi, tam wracali i brali udział we wszystkich zajęciach. Jak zwykle, dzień po meczach, najwięcej czasu w sali konferencyjnej zajęło omawianie meczów. Poświęcając na każdy z nich 90-120 minut i dyskutując o 20-30 klipach z każdego występu. Nie mogło nic umknąć, każdy detal został wyjaśniony. Ważne, że nie był to tyl-

ko dialog instruktora z sędzią (plus ewentualnie jego zespołem), ale w dyskusji udział brała cała sala. Najlepiej uczyć się na błędach innych. Najlepiej czerpać w ten sposób dobre wzorce.

Ważną częścią kursu były zajęcia prowadzone przez Grzegorza Krzoseka, instruktora KS PZPN, UEFA i FIFA. Prowadził codzienne treningi, zajęcia z prewencji kontuzji (bardzo duży postęp całej grupy w stosunku do jesieni '21), był też test fitness. Grzegorz Krzosek jeździł na mecze prowadzone przez uczestników kursu. Sam filmował ważne dla niego aspekty (przede wszystkim sposób poruszania się sędziego), a dzień później pokazywał i objaśniał zrobione przez siebie klipy. To niewątpliwie było bardzo pouczające dla młodych sędziów. Każdy z nich widział nieraz siebie na wideo, ale „zwykli” obserwatorzy podczas swoich omówień nie zajmują się aż tak fachowo i dogłębnie tą stroną warsztatu sędziowskiego.

Zajęć w sali i na stadionie w Jarocinie było naprawdę dużo. Jednak znalazł się również czas na pomoczową odnowę i relaks w strefie basenowej. Jeden z wieczorów cała grupa spędziła też w kregielni.



**Jest czas na pracę, ale jest też czas na relaks.**



**Sędziowie-uczestnicy CORE Polska 8\_2.** Górny rząd od lewej: Kamil Zator (Opolskie), Adam Sekuterski (Łódzkie), Daniel Detka (Świętokrzyskie), Szymon Erenc (Wielkopolskie), Michał Zinowczyk (Podlaskie), Mateusz Piszczelok (Śląskie), Gerard Gawron (Podkarpackie), Jakub Dmuch (Dolnośląskie), Jakub Popławski (Zachodniopomorskie). Dolny rząd od lewej: Mateusz Niedzielan (Lubuskie), Patryk Świerczek (Małopolskie), Piotr Marcinkowski (Mazowieckie), Paweł Szuta (Wielkopolskie), Michał Mikulski (Lubelskie), Szymon Rutkowski (Kujawsko-Pomorskie), Arkadiusz Szymanowski (Warmińsko-Mazurskie).

**Debiutanci w wirze pracy**

Sprawy życiowe, zawodowe i zdrowotne sprawiły, że na CORE Polska 8\_2 pojawiło się kilku nowych uczestników. Przede wszystkim w gronie instruktorów zadebiutował Tomasz Radkiewicz, jeszcze niedawno sędzia PKO BP Ekstraklasy, a obecnie obserwator tego szczebla i członek Centralnej Komisji Szkoleniowej KS PZPN. CORE jest dedykowany młodym sędziom III ligi (po jednym z każdego województwa), choć nierzadko udział biorą w nim też IV-ligowcy – ta sama szesnastka ma pracować przez rok. Jednak dwóch uczestników CORE Polska 8\_1, którzy nie mogli tym razem przyjechać do Jarocina, musiało zostać zastąpionych. Swoją szansę dostali Mateusz Niedzielan (Lubuski ZPN) oraz powołany dosłownie kilkanaście godzin wcześniej Szymon Erenc (Wielkopolski ZPN). Mateusz już kilka godzin po przyjeździe wyszedł „na środek”, a IV-ligowy mecz we Wrześni z pewnością da mu więcej doświadczenia niż wiele występów na tym szczeblu we własnym województwie. To samo mogą zresztą powiedzieć inni IV-ligowi uczestnicy kursu.

**Sztafeta doświadczeń**

Ósma edycja CORE Polska za nami. Instruktorzy wypuścili w świat kolejny rocznik. Teraz będą już z oddali śledzić losy poszczególnych uczestników. Za kilka lat przekonamy się, ilu z nich podąży śladami choćby Damiana Sylwestrzaka (CORE 4) czy Patryka Gryckiewicza (CORE 6). Pierwszy z nich właśnie zaliczył oficjalny debiut w roli sędziego międzynarodowego w rozgrywkach UEFA, a drugi w ostatniej kolejce sezonu zadebiutował w PKO BP Ekstraklasie. Lista absolwentów CORE, którzy doszli choćby do poziomu TopAmator A jest z każdym rokiem coraz dłuższa. Damian (podobnie jak Szymon Łężny – też absolwent CORE, dziś w TopAmator B) od kilku lat jest zresztą stałym gościem na kolejnych CORE-owskich zgrupowaniach. Młodzi koledzy mają okazję czerpać z doświadczeń kolegów ligowców, którzy chętnie dzielą się nimi również podczas treningu praktycznego na boisku. Dziewiąta edycja CORE Polska – dla kolejnej szesnastki młodych sędziów z całej Polski – rusza już wczesną jesienią. Znowu będzie kilka korekt programu oraz niespodzianek. Ale o tym czytacie już w kolejnym numerze „Sędziego”.  
**Piotr Tenczyński**

CORE POLSKA 8_2 - Obsada - środa, 27 kwietnia				
Zawody	Sędzia	Sędziowie Asystenci	Sędzia techniczny	Instruktor
Legia II Warszawa – Wissa Szczuczyn	Arkadiusz SZYMANOWSKI	Piotr MARCINKOWSKI Michał ZINOWCZYK	Michał MIKULSKI	Jacek WALCZYŃSKI
Unia Janikowo – Stolem Gniewino	Adam SEKUTERSKI	Daniel DETKA Mateusz PISZCZELOK	Paweł SZUTA	Tomasz RADKIEWICZ
Pogoń Nowe Skalmierzyce – Zawisza Bydgoszcz	Jakub DMUCH	Kamil ZATOR Mateusz NIEDZIELAN	Gerard GAWRON	Piotr TENCZYŃSKI
Polonia Środa Wlkp. – Kluczewia Stargard	Patryk ŚWIERCZEK	Szymon RUTKOWSKI Szymon ERENC	Jakub POPŁAWSKI	Marcin SZULC
CORE POLSKA 8_2 - Obsada - sobota, 30 kwietnia				
Zawody	Sędzia	Sędziowie Asystenci	Sędzia techniczny	Instruktor
Victoria Września – Obrza Kościan	Mateusz NIEDZIELAN	Daniel DETKA Arkadiusz SZYMANOWSKI	Jakub POPŁAWSKI	Jacek WALCZYŃSKI
Unia Swarzędz – SKP Słupca	Szymon RUTKOWSKI	Gerard GAWRON Piotr MARCINKOWSKI	Adam SEKUTERSKI	Marcin SZULC
Jarota Jarocin – Pogoń Nowe Skalmierzyce	Kamil ZATOR	Szymon ERENC Michał ZINOWCZYK	Mateusz PISZCZELOK	Tomasz RADKIEWICZ
Gwarek Tarnowskie Góry – Foto Higiena Gać	Michał MIKULSKI	Jakub DMUCH Paweł SZUTA	Patryk ŚWIERCZEK	Piotr TENCZYŃSKI



**BRAMKA**  
MŚ22  
**NUMER LOTU**  
9  
**DATA**  
21/11/22

# KIERUNEK KATAR

*Łączy nas piłka*



# ŚLEDŹ PRZYGOTOWANIA

## REPREZENTACJI POLSKI DO MISTRZOSTW ŚWIATA 2022

[NA LACZYNASPILKA.PL](http://NA.LACZYNASPILKA.PL)





# W POSZUKIWANIU NOWYCH ASYSTENTÓW

Dobiegła końca kolejna edycja CORE Assistant. To program KS PZPN, w którym biorą udział kandydaci z całej Polski na asystentów szczebla centralnego. Projektem kieruje Maciej Wierzbowski, były asystent międzynarodowy, który na edycję 2021/2022 zaprosił 17 arbitrów z niższych ligi. Większość z nich otrzymała już szansę debiutu w eWinner 2. Lidze. To nagroda, za dobre wyniki osiągnięte podczas zgrupowania.



Tzw. „mijanki” to świetna forma treningu i sposób na weryfikację własnych umiejętności.

Formuła CORE Assistant jest taka sama jak CORE Polska (dla sędziów prowadzących mecze na środku). Podczas każdej edycji odbywają się dwa trzydniowe zjazdy: jesienny i wiosenny. Za każdym razem adepci sztuki sędziowskiej sędziują mecze, zdają egzaminy sprawnościowe oraz teoretyczne, analizują klipy wideo, a także mają mierzone poziom tkanki tłuszczowej. Program jest wzorowany na podstawie tego, który stworzyła UEFA. Dlatego uczestnicy po raz pierwszy mogą zmierzyć się z egzaminami, a także poznać wymagania, które stawia europejska federacja. Często spotkanie jesienne jest punktem odniesienia, a zjazd wiosenny pokazuje postęp, jaki przez kilka miesięcy zrobił dany arbitrowiec.

### Pod czujnym okiem kamery

– Przede wszystkim każdy z sędziów w trakcie kursu jest wyznaczony na jeden mecz np. CLJ, III lub IV ligi. Te spotkania prowadzą arbitrzy szczebla centralnego. Za asystentem, na wysokości pola karnego ustawiamy kamerę, która śledzi jego pracę. Dzięki temu bardzo wnikliwie możemy później ocenić decyzje takiego sędziego. Po me-

czach wszyscy wspólnie je omawiamy, dyskutujemy o podjętych rozstrzygnięciach. Mówimy o plusach, ale też o minusach. To najlepsza forma dla rozwoju młodego asystenta – opowiada Maciej Wierzbowski, Wiceprzewodniczący ds. szkolenia KS PZPN, który przez kilkanaście lat był międzynarodowym asystentem.

Drugi zjazd podczas edycji 2021/2022 odbył się w Łodzi w dn. 22-24 kwietnia. Jednym z zaproszonych gości był Dawid Golis, asystent międzynarodowy, który w przeszłości brał udział w CORE UEFA. Skier-niewiczzanin poprowadził inspirujący wykład o pracy asystenta, pokazując przy tym klipy ze swoich meczów.

### Postęp młodzieży widać po liczbach

W piątek odbyła się większość testów i egzaminów. Sędziowie biegali sprinty, CODE i Ariet. Następnie pisali dwa testy na podstawie klitek wideo – tzw. „mijanek” i interpretacji art. 11. Po kolacji zdawali jeszcze test pisemny, tradycyjnie złożony z 30 pytań. Sobota zaczęła się od pomiarów antropometrycznych.

– Średni poziom tkanki tłuszczowej spadł z 13,2% na 12,3%. W teście ARIET średnia była 16\_6. Najlepszy wynik to 16\_3 (czyli limit dla asystentów FIFA). Natomiast zdecydowana większość zakończyła test na poziomie 17\_1 i to tylko dlatego, że test został przez nas przerwany, ponieważ następnego dnia asystenci mieli zaplanowane mecze. Szybkość i zwinność również na bardzo dobrym poziomie – średnia



Maciej Wierzbowski kieruje CORE i uczy młodych adeptów pracy z kamerą.

### UCZESTNICY CORE ASSISTANT 2021/2022

1. <b>Jakub Szkutnik</b>	Dolnośląski ZPN
2. <b>Mateusz Śliwowski</b>	Kujawsko-Pomorski ZPN
3. <b>Przemysław Golonka</b>	Lubelski ZPN
4. <b>Dawid Kuźmiak</b>	Lubuski ZPN
5. <b>Łukasz Siercha</b>	Łódzki ZPN
6. <b>Dominik Paul</b>	Małopolski ZPN
7. <b>Piotr Zajęc</b>	Mazowiecki ZPN
8. <b>Miłosz Pukajto</b>	Opolski ZPN
9. <b>Jacek Babiarz</b>	Opolski ZPN
10. <b>Arkadiusz Boroń</b>	Podkarpacki ZPN
11. <b>Dawid Nitka</b>	Pomorski ZPN
12. <b>Szymon Wroński</b>	Śląski ZPN
13. <b>Krzysztof Wiśniewski</b>	Świętokrzyski ZPN
14. <b>Damian Sadowski</b>	Warmińsko-Mazurski ZPN
15. <b>Jakub Lewczuk</b>	Wielkopolski ZPN
16. <b>Marek Bielani</b>	Zachodniopomorski ZPN
17. <b>Robert Zielonka</b>	Warmińsko-Mazurski ZPN

z 30 m – 4,13 sek. a CODA – 9,23 sek. – mówi Grzegorz Krzosek, który jest odpowiedzialny za przygotowanie fizyczne polskich sędziów.

### Ciężka praca = debiut w eWinner 2. Lidze

W sobotę sędziowie pojechali asystować w swoich meczach. Dokładnie 10 z nich zostało przypisanych do arbitrów szczebla centralnego, którzy prowadzili trzy mecze III ligi, po jednym CLJ U-18 i CLJ U-17. Jeszcze tego samego dnia trzy z nich omówiono – wspólnie, przed całą grupą uczestników. Niedziela rozpoczęła się od testów praktycznych tzw. „mijanek”. Na zakończenie omówiono jeszcze dwa pozostałe sobotnie mecze.

O tym, że warto pracować świadczy obsada ostatnich meczu w eWinner 2. Lidze. Aż 15 uczestników CORE Assistant otrzymało nominacje na spotkania trzeciego poziomu rozgrywkowego. Dla 13 z nich były to debiuty. To najlepsza forma mobilizacji do dalszej pracy.

Jakub Jankowski



Grupowe zdjęcie uczestników z kadrą instruktorów.



# AŻ 31 SĘDZIÓW ZADEBIUTOWAŁO W WYŻSZEJ LIDZE

Rozgrywki 2021/2022 już za nami. Ostatnie kolejki często zwiastują nominacje dla debutantów w PKO BP Ekstraklasie. Tak też było tym razem. W najwyższej lidze zobaczyliśmy Patryka Gryckiewicza i Piotra Urbana. Ale to przecież nie jedyni, którzy dostali swoją szansę. Sporo nowych twarzy zobaczyliśmy również w Fortuna 1. Lidze, a także eWinner 2. Lidze. Swoją pierwszą delegację w wyższej klasie otrzymało na boisku łącznie 31 sędziów oraz asystentów.

Patryk Gryckiewicz zadebiutował w spotkaniu 34. kolejki pomiędzy Górnikiem Łęczna a Jagiellonią Białystok. Zaledwie 26-letni toruniańczyk stał się w tym sezonie najmłodszym arbitrem w PKO BP Ekstraklasie. Dotychczas był nim Damian Sylwestrzak, który w tym roku ukończył 30 lat. Gryckiewicz poprowadził przed debiutem 20 spotkań w Fortuna 1. Lidze. W tej samej kolejce szansę dostał drugi debutant – Piotr Urban. Poprowadził on mecz Wisły Płock ze Stalą Mielec. 35-letni arbiter z Legionowa jest nieco bardziej doświadczony od toruniańczyka. Na zapleczu PKO BP Ekstraklasy zaliczył 51 spotkań. Mielimy też 6 nowych arbitrow występujących w roli VAR w PKO BP Ekstraklasie. Byli to: Damian Sylwestrzak, Wojciech Myć, Paweł Malec, Jacek Małysz, Łukasz Kuźma i Piotr Urban. W Fortuna 1. Lidze boiskowych debutantów było czterokrotnie więcej niż w najwyższej klasie. Ośmiu nowych arbitrow to bardzo dobry wynik. Najmłodszym z nich był Łukasz Karski, który ma 29 lat. W sezonie 2021/2022 otrzymał 4 nominacje w Fortuna 1. Lidze. Patrząc terytorialnie, mieliśmy po dwóch debutantów ze związków: Zachodniopomorskiego oraz Pomorskiego. Pozostałe osoby były nominowane pojedynczo z innych okręgów.



Patryk Gryckiewicz przywitał się z PKO BP Ekstraklasą w Łęcznej.



Półtora roku po debiucie w eWinner 2. Lidze Karol Arys dostał swoją szansę w wyższej klasie.

## DEBIUTY W SEZONIE 2021/2022

### SĘDZIOWIE

#### PKO BP Ekstraklasa

1. Patryk Gryckiewicz – Kujawsko-Pomorski ZPN
2. Piotr Urban – Mazowiecki ZPN

#### Fortuna 1. Liga

1. Karol Arys – Zachodniopomorski ZPN
2. Łukasz Karski – Pomorski ZPN
3. Karol Iwanowicz – Lubelski ZPN
4. Filip Kaliszewski – Pomorski ZPN
5. Damian Krumplewski – Warmińsko-Mazurski ZPN
6. Leszek Lewandowski – Śląski ZPN
7. Łukasz Ostrowski – Zachodniopomorski ZPN
8. Piotr Rzuciło – Mazowiecki ZPN

#### eWinner 2. Liga

1. Mariusz Myszka – Podkarpacki ZPN
2. Piotr Szypuła – Śląski ZPN

### ASYSTENCI

1. Marcin Ciepły – Małopolski ZPN - PKO BP Ekstraklasa
2. Piotr Podbielski – Podlaski ZPN - PKO BP Ekstraklasa
3. Grzegorz Olejarczyk – Świętokrzyski ZPN - Fortuna 1. Liga
4. Bartosz Tomaszuk – Podlaski ZPN - Fortuna 1. Liga
5. Artur Zakrzewski – Pomorski ZPN - Fortuna 1. Liga
6. Arkadiusz Boroń – Podkarpacki - eWinner 2. Liga
7. Jacek Babiarczyk – Opolski ZPN - eWinner 2. Liga
8. Marek Bielaniński – Zachodniopomorski ZPN - eWinner 2. Liga
9. Przemysław Golonka – Lubelski ZPN - eWinner 2. Liga
10. Dawid Kuźmiak – Lubuski ZPN - eWinner 2. Liga
11. Jakub Lewczuk – Lubelski ZPN - eWinner 2. Liga
12. Dawid Nitka – Pomorski ZPN - eWinner 2. Liga
13. Dominik Paul – Małopolski ZPN - eWinner 2. Liga
14. Jakub Szkutnik – Dolnośląski ZPN - eWinner 2. Liga
15. Krzysztof Wiśniewski – Świętokrzyski ZPN - eWinner 2. Liga
16. Szymon Wroński – Śląski ZPN - eWinner 2. Liga
17. Piotr Zajęc – Mazowiecki ZPN - eWinner 2. Liga
18. Robert Zielonka – Warmińsko-Mazurski ZPN - eWinner 2. Liga

We Winner 2. Lidze zobaczyliśmy trzech nowicjuszy: Mariusza Myszkę oraz Piotra Szypułę, a także Dmytro Krywuszkinę – wojennego uchodźcę z Ukrainy. Ten pierwszy był rozjemcą w 9 spotkaniach, drugi poprowadził ich 6, a arbiter z Charkowa jedno. Swoją szansę otrzymali również asystenci. Na przestrzeni trzech najwyższych lig w Polsce zadebiutowało aż 18 osób. W PKO BP Ekstraklasie dwóch, w Fortuna 1. Lidze trzech, a w eWinner 2. Lidze aż 13 (uczestnicy CORE Assistant).

Tomasz Szpunar





# WOJNA ZMIENIŁA ICH ŻYCIE, ALE Z MIŁOŚCIĄ DO SĘDZIOWANIA NIE WYGRAŁA

Dośćownie kilka dni po wybuchu wojny były już w Lublinie ze swoimi dziećmi. Organizując życie w nowym kraju, nie zapomniały o tym, co kochają najbardziej. Dlatego Marina Popadeko i Olena Chomycz zaczęły sędziować mecze w Polsce.

Losy obu kobiet, podobnie jak milionów Ukraińców, zmienił się diametralnie 24 lutego, kiedy rozpoczęła się rosyjska inwazja na Ukrainę. Ataki rakietowe, wybuchy bomb, jadące ze wschodu na zachód kolumny wrogich wojsk. Przerazające obrazy oglądał cały świat. Już w pierwszych dniach wojny rakiety spadły na bazę paliwową w Łucku. Mieszkająca w tym mieście ze swoimi trzema synami Olena uznała, że czas uciekać. Do Polski przyjechała 1 marca. Wraz z nią synowie: 16-letni Michał i Witalij oraz 10-letni Taras. Zamieszkali w Lublinie w jednej z parafii. – Gdy powoli zaczęłam dochodzić do siebie i zrozumiałam, że spędzimy w Polsce dłuższy czas, znalazłam kontakt do Lubelskiego ZPN i poprosiłam prezesa Zbigniewa Bartnika o pomoc. Zaproponowałam, że mogę być asystentką w meczach piłki nożnej – wspomina Olena.

## Marina ucieka z małym Andrijem

W Ukrainie rosyjskie wojska zaatakowały też okolice Kijowa. W stolicy Ukrainy ze swoim 3-letnim synem mieszkała wtedy 24-letnia Marina Popadeko. W związku z dużym zagrożeniem zabrała małego Andrija i uciekła z nim do położonego 150 kilometrów na zachód Żytomierza. Jednak i tu nie było bezpiecznie. Na początku marca rosyjskie wojska ostrzelały bazę wojskową w tym mieście oraz osiedla mieszkaniowe. Marina postanowiła wyjechać do Polski.

Jej droga do Lublina była niezwykle długa. Gdy Marina i Andrij dotarli w okolicy przejścia granicznego Rawa Ruska-Hrebenne zastała ich ogromna kolejka. Porzucili samochód i zaczęli iść pieszo. Przeszli około ośmiu kilometrów. Wtedy zobaczyli ich kierowcę jednego z wojskowych samochodów i podwiózł bocznymi drogami do granicy. Po dwóch godzinach udało się ją przekroczyć. Kolejny transport i w końcu bezpieczny nocleg w Lublinie. Tu zamieszkali u jednej z mieszkanki, która zaoferowała pomoc.

Mały Andrij przez pierwsze dni był przerażony. Dużo płakał i bał się nawet odgłosu miksera czy wycia psa. Marina też nie była w najlepszej kondycji. Zwłaszcza, że w Ukrainie została duża część jej rodziny, w tym ojciec, który jest wojskowym. W pewnym momencie stwierdziła, że musi zacząć coś robić. Przypadkowo dostała kontakt do LZPN.

## Doświadczenie zaprocentowało w debiucie w Polsce

Na spotkanie w siedzibie LZPN Marina i Olena przyszły razem na początku kwietnia. Dwa dni później miały już wszystko zorganizowane – dostęp do extranetu, stroje sędziowskie, buty i torby. Dokładnie 9 kwietnia zadebiutowały jako asystentki w meczu A-klasy: Tęcza Kraśnik – LKS Kowalin. Sędzią tego spotkania był asystent szczebla centralnego – Radosław Wąsik. Zawody zakończyły się remisem, a obie asystentki zebrały bardzo pozytywne opinie. – Widać było, że są przejęte sytuacją w jakiej się znalazły. Jednak



Marina i Olena przed swoim wspólnym meczem A-klasy z Radosławem Wąsikiem.



Marina na swoim pierwszym meczu w polskiej IV lidze (z lewej Rafał Sugier, z prawej Łukasz Woliński).

do spotkania podeszły bardzo profesjonalnie. Z uwagą wysłuchały odprawy, dzięki czemu podczas meczu nasza współpraca przebiegała bez zarzutu. Widać było też doświadczenie Mariny i Oleny, które zdobyły wcześniej w Ukrainie – wspomina Radosław Wąsik.

Olena Chomycz w Łucku od kilkunastu lat jest nauczycielką wychowania fizycznego, wcześniej trenowała młodzieżową drużynę koszykówek. W 2012 r. została sędzią Wołyńskiego Związku Piłki Nożnej. Rok później otrzymała uprawnienia do prowadzenia meczów futsalu. Zaczęła pokonywać kolejne szczeble. Dotarła na sam szczyt krajowej hierarchii. Przed wybuchem wojny prowadziła mecze ukraińskiej Ekstraligi futsalu. Marina Popadenko ma nieco krótsze doświadczenie. Sędzią jest od ośmiu lat. – Wcześniej, przez 10 lat, byłam zawodniczką, ale doznałam bardzo poważnej kontuzji kregostupa. Mogła się dla mnie zakończyć nawet całkowitym zakazem uprawiania sportu. Na szczęście czarny scenariusz się nie sprawdził. Po zakończeniu kariery zawodniczej zostałam sędzią. Prowadzę mecze na trawie, w lecie sędziuję piłkę plażową, a w zimie futsal – mówi Marina.

## ANDRZEJ KUŚMIERCZYK, przewodniczący KS Lubelskiego ZPN

Kiedy razem z prezesem LZPN Zbigniewem Bartnikiem dostaliśmy zgłoszenia od Mariny i Oleny, stanęliśmy przed sporym wyzwaniem. Wiedzieliśmy w jak trudnej sytuacji się znalazły, ale też mieliśmy świadomość, że przyjęcie ich do społeczności piłkarskiej, którą dobrze znamy, pomoże im funkcjonować w Polsce. Dlatego za priorytet postawiliśmy sobie szybkie włączenie ich do systemu extranetu oraz wyposażenie w sprzęt piłkarski. Udało się to zrobić w dwa dni. Po kolejnych dwóch jechały już na swoje pierwsze zawody. Z perspektywy czasu uważam, że to sukces ze strony zarówno LZPN, jak i KS LPZN. Dla mnie jako przewodniczącego ta sprawa była bardzo ważna z dwóch powodów. Pierwszym i najważniejszym jest pomoc koleżankom z Ukrainy. Drugi, istotny z punktu widzenia obsady, to kolejne dwie osoby, które można wyznaczyć na zawody. W czasach kiedy brakuje sędziów, to też istotny element.

Cieszę się, że zarówno Marina jak i Olena dobrze zaaklimatyzowały się w Polsce i Lublinie. Marinę nadal będziemy wspierali. Natomiast Olenie i jej rodzinie życzę spokoju w ojczyźnie. Wszystkim zaś jak najszybczej go zakończenia wojny.



W Ukrainie najczęściej prowadzi mecze w obwodzie kijowskim. Niedawno była wybrana najlepszą sędzią rejonu Kijowsko-Swiatoszyńskiego (w 2019 r. i 2020 r.). A w ubiegłym roku uznano ją najlepszym arbitrem rejonu kijowskiego w piłce nożnej plażowej. Swoimi sukcesami chwali się często w mediach społecznościowych. Sędziowanie jest jej pasją.

## "Mimo wojny, mogłam robić to co kocham"

Mijały kolejne tygodnie, a Marina i Olena zdobywały kolejne doświadczenia w Polsce. Wspólnie jeździły na zawody klasy okręgowej oraz lig juniorskich. Marina w połowie maja zadebiutowała w meczu IV ligi lubelskiej: Igras Kraśnobród – Włodawianka Włodawa, który prowadził Łukasz Woliński z Lublina. – Debiut wypadł dobrze. Była pewna bariera językowa, która nieco utrudniała komunikację przez zestaw. Jednak ogólny odbiór ze strony drużyn, oficjeli i obserwatorów był pozytywny – wspomina Marina. I dodaje: – W Polsce podoba mi się postawa zawodników i sędziów wobec mnie jako osoby. To bardzo ważne, że mimo wojny w moim kraju, mogę robić to, co kocham. Sposób sędziowania różni się nieco od ukraińskiego. To dla mnie nowe doświadczenie.

Zresztą dla Oleny także. – W pierwszym meczu byłam nieco zmartwiona, ale szybko weszłam do gry i wszystko poszło dobrze. W kolejnych meczach odzyskałam pewność siebie. Sędziowie także udzielali mi wsparcia – za co dziękuję. Łącznie pracowałam w czterech meczach w okręgu i czterech spotkaniach juniorów – mówi Olena.

## Olena wraca do Ukrainy, Marina sędziuje dalej

Na tym jej licznik meczów sędziowanych w Polsce się zatrzymał. W połowie maja, razem z synami, postanowiła wrócić do domu, do Łucka. – Zrobiliśmy to, bo tęskniłam za ojczyzną. Czekaj tu na mnie mój mąż oraz moi uczniowie w szkole. Oni potrzebują mojego wsparcia. Głęboko wierzę w zwycięstwo naszych sił zbrojnych oraz w to, że w Ukrainie zapanuje pokój – dodaje Olena. Zwraca też uwagę na wsparcie i pomoc jaką otrzymała w Lublinie. – Sędziowie pomogli mi, aby czuć się komfortowo. Wykazali dobre nastawienie, oferowali różnorodną pomoc. Dziękuję całej Polsce za udzielenie schronienia nie tylko mnie i mojej rodzinie, ale wszystkim ludziom z Ukrainy – podsumowuje sędzia z Łucka.

Marina Popadenko na razie nie zamierza wrócić do ojczyzny. – To jest bardzo trudny temat. W Polsce razem z Andriuszkiem bardzo tęsknimy za najbliższymi. Mały chce już do domu, do babci i dziadka. Ja jestem w kontakcie z tatą i wiem, że w Ukrainie, w Kijowie nadal nie jest spokojnie. Chciałabym wrócić jak najszybciej, ale nie mogę ryzykować życia swojego i Andrija – mówi. Dlatego na razie zostaje w Lublinie, gdzie nadal będzie sędziować mecze.

Piotr Kozłowski



## DMYTRO KRYWUSZKIN: JESTEM BOISKOWYM WOJOWNIKIEM

Jeszcze w marcu, wraz z rodziną, ukrywał się w schronie przed rosyjskimi bombami, a jego żona pilnie potrzebowała kolejnej chemioterapii. Rozwiązanie było tylko jedno – ucieczka z niszczzonego przez rosyjskie wojska Charkowa. Ukraiński sędzia Dmytro Krywuszkin mógł liczyć na pomoc Michaliny Diakow. Ułatwiła mu przyjazd do Polski i pomogła załatwić najważniejsze sprawy. Po kilku tygodniach arbiter ukraińskiej ekstraklasy wrócił nawet do sędziowania, już na polskich boiskach. Zadebiutował na szczeblu centralnym. Nam udzielił swojego pierwszego i dotychczasowego wywiadu dla polskich mediów.

### Czy uporządkowałeś już wszystkie sprawy związane z pobyt w Polsce?

Wszystko jest już tak jak być powinno. Znalazłem swoje miejsce w Polsce. Czuję się tutaj dobrze i bezpiecznie. Gdy wybuchła wojna musiałem wraz z rodziną kryć się w schronie. Niestety, moja żona czuła się bardzo źle. Szybko musiała przejść kolejny, szósty etap chemioterapii, ponieważ choruje na nowotwór piersi. Pomocną dłoń wyciągnęła do nas Michalina Diakow, którą poznałem kilka lat temu podczas jednego z meczów Ligi Mistrzów w Ukrainie. Gdy wybuchła wojna zadzwoniła do mnie i zaoferowała pomoc. Aktualnie moja żona jest już po operacji. Jej stan zdrowia się poprawił.

### Jesteś po pierwszych meczach w Polsce. Masz na koncie nawet mecz w eWinner 2. Lidze. Jakie to uczucie, kiedy możesz powrócić na murawę?

Wspaniałe. W Ukrainie jestem zawodowym sędzią. To sprawia, że całe moje życie podporządkowałem sędziowaniu. W Polsce sytuacja jest inna. Na początku musiałem znaleźć jakąś pracę. PZPN umożliwił mi kontynuację kariery, za co jestem bardzo wdzięczny. Poznałem już wielu ludzi, którzy są bardzo mili i pomocni. Poprowadziłem kilka meczów na szczeblu centralnym i powoli się rozkręcam. Każda nominacja jest dla mnie ważna.

### W Ukrainie prowadziłeś zawody tamtejszej Premier Lihi. Tutaj musiałeś zacząć od niższego poziomu. Niektórzy uważają, że skoro sędziowałeś takim drużynom jak Szachtar Donieck, czy Dynamo Kijów, to w PKO BP Ekstraklasie również byś sobie poradził.

To nie jest takie oczywiste. Wiem, że niektórzy są zdziwieni tym, że jeszcze nie dostałem nominacji w PKO BP Ekstraklasie, ale po przyjeździe do Polski nie miałem zamiaru do sędziowania. Są w życiu ważniejsze rzeczy niż piłka nożna. Musiałem najpierw uporządkować sprawy rodzinne, znaleźć mieszkanie, pracę, a potem dopiero mogłem sędziować mecze. Rozmawiałem z Tomaszem Mikulskim kilka razy i ustaliliśmy, że wszystko będzie się dziać stopniowo. Porównałbym moją sytuację do hierarchii w armii: każdy chce być generałem, ale najpierw musi być dobrym żołnierzem. Ja jestem boiskowym wojownikiem. Póki co, sezon się zakończył. Zobaczymy, co będzie w następnym.

### Jakie widzisz różnice pomiędzy sędziowaniem w Polsce a w Ukrainie?

Istota gry w piłkę nożną jest oczywiście taka sama. Z sędziowaniem jest również podobnie, ale jest kilka detali, które się różnią. Podam przykład. W meczu drugiej ligi, który prowadziłem, pomiędzy Wisłą Puławą a Hutnikiem Kraków, doszło do zabawnej sytuacji. Obserwator, który był na zawodach spytał, czy byłem zestresowany przed spotkaniem. Zauważył, że po losowaniu monet nie użyłem gwizdka oznajmającego zmianę stron na boisku. Byłem zdziwiony, bo sędziowie w Ukrainie nie mają takiego zwyczaju. To są tego typu różnice. Naturalnie, odczuwam różnicę w prowadzeniu spotkań, ponieważ tutaj zawodnicy mnie nie znają. Musimy się poznawać. Mam do siebie wzajemny szacunek, co sprawia, że mecze prowadzi mi się bardzo dobrze.



Dmytro Krywuszkin zaliczył w zeszłym sezonie 6 meczów na szczeblu centralnym, w tym jedno spotkanie eWinner 2. Ligi: Wisła Puławy – Hutnik Kraków.

### DMYTRO KRYWUSZKIN

Urodzony: **09.06.1984 roku**  
**Wielkopolski ZPN/Ukraińska Premier Liha**

Liczba meczów Premier Lihi:	<b>34</b>
Liczba meczów Ukraińskiej Ligi:	<b>77</b>
Liczba meczów Pucharu Ukrainy:	<b>43</b>
Liczba meczów UEFA jako sędzia techniczny:	<b>15</b>
Liczba meczów na szczeblu centralnym w Polsce:	<b>6</b>

### Jakie masz dalsze plany na pozostanie w Polsce?

Moje małe marzenia już zostały spełnione. Jestem bardzo wdzięczny polskiej federacji i Tomaszowi Mikulskiemu, że mogę tutaj kontynuować swoją karierę. Zostałem bardzo ciepło przyjęty przez innych sędziów. Mam nadzieję, że uda mi się pójść wyżej, ale to wymaga ciągłego samorozwoju. Zobaczymy, co przyniesie kolejny sezon, ale jedno jest pewne – jestem gotowy do ciężkiej pracy.

Rozmawiał Tomasz Szpunar

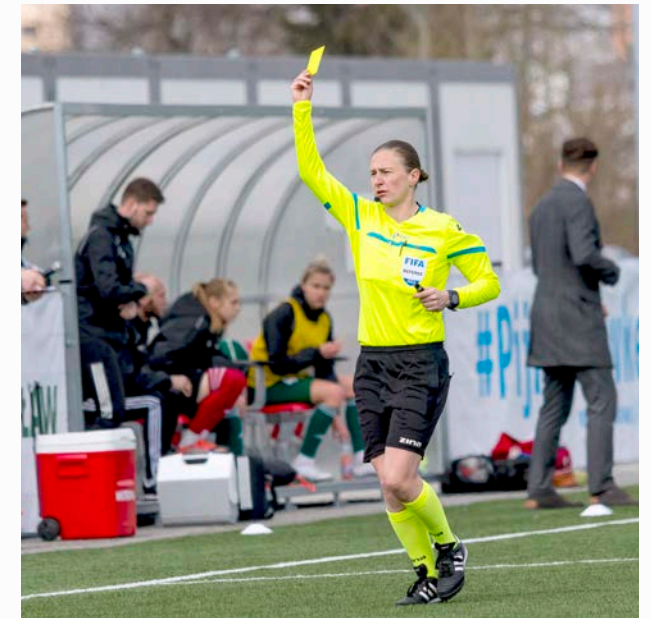
## Z RACZYC NA PÓŁFINAŁ MISTRZOSTW EUROPY

To największy sukces w karierze Michaliny Diakow. Sędzia reprezentująca KS Wielkopolskiego ZPN, poprowadziła półfinał kobiecych mistrzostw Europy U-17, które odbyły się w maju w Bośni i Hercegowinie. Polka poprowadziła łącznie trzy mecze, a w jednym była techniczną. – Ta nominacja była dla mnie wielkim wyróżnieniem, ale też mobilizacją do dalszej pracy – mówi sędzia z Raczyca.

Na mistrzostwa UEFA powołała 6 sędzi, 8 asystentek i 2 sędzie techniczne. Rywalizacja toczyła się w dwóch czterozespołowych grupach. Dwa najlepsze z każdej grupy wychodziły do fazy półfinałowej. Wielkopolanka sędziowała dwa mecze w grupowe. Pierwszym było starcie w gr. B pomiędzy Francją a Finlandią (2:0). Asystentkami były: Zuzana Spindlerova (Czechy) i Vikki Michele (Szkocja), a techniczną – Bośniaczka Merima Celik. Następnie, w spotkaniu gr. A: Bośnia i Hercegowina – Dania (0:6), Michalina Diakow pomagała jako techniczna, prowadząca mecz Michele Schmolzer ze Szwajcarii. Drugim spotkaniem, które poprowadziła jako główna rozjemczyni, było starcie w gr. A: Holandia – Dania (1:1). Decydowało ono o tym, który z tych zespołów przejdzie do półfinału. Ostatecznie z grupy wyszły Holenderki. Michalinie asystowały: Gordana Katusić (Chorwacja) oraz Aleksandra Vdovina (Ukraina), a techniczną była Tanja Racić (Bośnia i Hercegowina).

Data 12 maja na zawsze zapisze się w pamięci polskiej sędzi. Tego dnia poprowadziła półfinał kobiecych ME U-17: Niemcy – Francja (1:0). – Mecz został rozstrzygnięty bez kontrowersji. Po spotkaniu nikt nie mówił o sędziach. To cieszy i daje mi ogromną satysfakcję. Po meczu czułyśmy, że nasza praca była wykonana na odpowiednim poziomie – komentuje Michalina Diakow. Asystentkami były: Daniela Constatinescu (Rumunia) i Aleksandra Vdovina, a techniczną Teresa Pimenta Oliveira (Portugalia). Mistrzostwo zdobyły Niemki, które w finale, po rzutach karnych, pokonały swoje rywalki z Hiszpanii.

Jakub Jankowski



Michalina Diakow czyni stałe postępy, a ich efektem była nominacja na mistrzostwa.



Nasza reprezentantka poprowadziła w Bośni i Hercegowinie trzy mecze.



## TORUNIANIN MVP HISZPAŃSKIEGO TURNIEJU

Sędziowie, którzy zaczynają swoją przygodę z gwizdkiem, często zastanawiają się, jak to jest prowadzić mecze na międzynarodowej arenie... Wielu z nich marzy, aby dojść do takiego poziomu. Adam Marczuk i Paweł Bartoszewski to dwaj rozjemcy z Torunia, którzy zdobyli międzypaństwowe doświadczenie, ale w nietypowy sposób. Zgłosili się do organizacji non profit – Referee Abroad, która ułatwia wymianę doświadczeń arbitrom z całego świata. Torunianie wzięli udział w hiszpańskim turnieju IberCup. Adama Marczuka wybrano nawet MVP rozgrywek.

Skąd zrodził się pomysł na hiszpańską przygodę? – Pierwszy zadzwonił do mnie Adam. Zauważył, że obserwuję na Facebooku profil Referee Abroad i często „lajkuje” ich posty. Zapytał, czy chciałbym kiedyś wyjechać na taki turniej – rozpoczyna opowieść Paweł Bartoszewski, który bardzo entuzjastycznie zareagował na propozycję kolegi.

– To była szybka i konkretna akcja. Po małej naradzie wystaliśmy swoje zgłoszenia. W mailu podaliśmy informacje o naszym sędziowskim stażu w Kolegium Sędziów. Ja sędziuję IV ligę, Paweł A-klasę. Obaj napisaliśmy, że jesteśmy amatorami – wspomina Adam Marczuk. Turnianie złożyli podania na dwa turnieje. Jeden miał być rozegrany w Hiszpanii, a drugi w Portugalii. Po miesiącu oczekiwania zostali zakwalifikowani na obydwa. Musieli wybierać. Padło na Madryt.

### Elitarny turniej

W stolicy Hiszpanii zorganizowano IberCup (od 9 do 12 kwietnia), który skupił młodzieżowe drużyny m.in. Realu Madryt, Atletico Madryt, Benfiki Lizbona czy Juventusu Turyn. Referee Abroad skasyfikowała ten turniej jako „elite”, a jego poziom piłkarski określiła jako wymagający. Rozgrywki były podzielone na kilka kategorii wiekowych, w których rywalizacja trwała jednocześnie. O prestiżu rozgrywek świadczy obecność wśród kibiców takich gwiazd jak Marcelo, czy Claudio Marchisa, których dzieci grają w młodzieżowych drużynach „Królewskich” i „Starej Damy”.

### Przed wszystkim praca

– Na początku musieliśmy zapłacić około 150 euro wpisowego. Koszt obejmował zakwaterowanie w hotelu, pełne wyżywienie i transport na wszystkie nasze mecze. Dzień przed rozpoczęciem turnieju musieliśmy zakwaterować się w hotelu. Od razu zaproszono nas na odprawę, na której poruszono kwestie organizacyjne. Wszystko było dopięte na ostatni guzik – wspomina Marczuk.



Paweł i Adam tworzyli trójki sędziowskie z arbitrami z całego świata, m.in. z Anglii.

Jego kolega podkreśla, że wyjazd na IberCup to nie były wakacyjny wypad. Nasi sędziowie potraktowali to jako pracę. – Byliśmy razem w pokoju, ale cały czas się tylko mijaliśmy. Grafik spotkań był tak napięty, że ja wracałem z meczu, a Adam właśnie wychodził na swój. Sędziowaliśmy po 3-4 spotkania dziennie. Każdy z nas podchodził do sprawy poważnie, tak jak robimy to w Polsce – dodaje Bartoszewski.

### Jeden wspólny język

Obsady były bardzo zróżnicowane narodowościowo. Arbitrów dobierano tak, aby każdy mógł coś ciekawego podpatrzeć u kolegów z innych krajów. – Bardzo fajnie sędziuje się z osobami z innych państw. Niby piłka nożna jest wszędzie taka sama, ale prowadzenie meczów się różni. Zwłaszcza jeśli chodzi o warsztat sędziowski. Dla przykładu: asystent z Anglii potwierdzał nam większość boiskowych decyzji poprzez machanie chorągiewką, co u nas jest znacznie ograniczone – zaznacza Bartoszewski.

### Nowocześni obserwatorzy

Mecze IberCup sędziowało łącznie około 50 sędziów z całego świata. Sporym wyzwaniem organizacyjnym było przydzielenie obserwatorów do wszystkich zespołów sędziowskich. Nie każdy mógł liczyć na codzienne wsparcie, ale Adamowi Marczukowi się to udało.

– Miałem to szczęście, że codziennie na meczach miałem obserwatora. Każdego dnia była to osoba z innego kraju. Obserwatorzy analizowali naszą pracę z trybun, ale mieli też do dyspozycji jedną słuchawkę z naszego zestawu. Podczas mojego pierwszego spotkania, mnie i Pawła obsadzono z angielskim arbitrem. Trochę się obawiałem, czy zrozumiemy jego charakterystyczny akcent. Jednak chyba poszło dobrze, bo obserwator po meczu powiedział, że rewelacyjnie się nas słuchało – wspomina Marczuk. Zwracano uwagę na gesty, sposób poruszania się, czy zarządzanie. Udzielano praktycznych wskazówek w zgodzie z najnowszymi sędziowskimi trendami.

### MVP Turnieju

Turniej był prestiżowy. Od sędziów wymagano pełnego zaangażowania i profesjonalnego podejścia. Adam Marczuk za swoją postawę i pracę na boisku został wyróżniony. Organizatorzy i obserwatorzy IberCup nagrodzili go tytułem MVP wśród sędziów.

– Podejrzewam, że doceniono trudne decyzje, które musiałem podejmować w moich meczach. Miałem bardzo trudne spotkanie pomiędzy drużynami z Chile i Hiszpanii, gdzie bardzo tonowałem emocje obu drużyn. Lubię takie wyzwania – wyjaśnia Marczuk, który o nagrodzie dla najlepszego sędziego dowiedział się ostatniego dnia. Arbitr z Torunia był rozjemcą półfinału kategorii U-16 pomiędzy Valencią i Alcorcon. Po tym spotkaniu uroczystie wręczono mu statuetkę.

### Nagrody za turniej

Największą nagrodą za udział w IberCup jest ciekawe doświadczenie. Sędziowie otrzymali sporo pamiątkowych gadżetów i wynagrodzenie za pracę na boisku. Adama Marczuka zaproszono do udziału w międzynarodowym zgrupowaniu w czerwcu. Uczestnicy pracowali na nim ze szkoleniowcami FIFA i UEFA. To wyjątkowa forma motywacji, która otwiera drzwi do spełniania dalszych marzeń.

Tomasz Szpunar

Adam Marczuk prezentuje statuetkę dla najlepszego arbitra IberCup.



“  
Podejrzewam, że doceniono trudne decyzje, które musiałem podejmować w moich meczach.”



# DIETA BEZMIĘSNA DLA SĘDZIÓW - CZY UŁATWIA ROBIENIE POSTĘPÓW?

Sposób żywienia to bardzo ważny czynnik wspomagający trening sportowy. Jedną z diet o rosnącym zainteresowaniu jest dieta bezmięsna. Pomimo utartej przez lata opinii, że sportowcy muszą jeść mięso, żeby „mieć siłę”, coraz więcej dowodów naukowych nie potwierdza tej teorii. Przeciwnie, mówi się o tym, że wyeliminowanie mięsa z diety może wspierać zawodników podczas regeneracji i szeroko rozumianej zdolności do wysiłku.

Rosnące zainteresowanie dietami roślinnymi wynika nie tylko z aspektów sportowych, ale także zdrowia ogólnego (m.in. zmniejszania ryzyka występowania chorób cywilizacyjnych, takich jak: choroby sercowo-naczyniowe, cukrzyca, otyłość, zespół metaboliczny, insulinooporność, niektóre rodzaje nowotworów), kontroli masy ciała oraz kwestii etycznych i środowiskowych.

Do diet roślinnych może zachęcać również coraz większa liczba zawodowych sportowców odnoszących sukcesy w dyscyplinach wytrzymałościowych i siłowych. Rzetelnych badań naukowych na temat diety wegetariańskiej w zawodowym sporcie raczej brakuje. Choć na podstawie dostępnej literatury można stwierdzić, że jej przestrzeganie przez profesjonalnych zawodników jest możliwe. Nie ma jednak dowodów naukowych, aby jednoznacznie ocenić, że dieta bezmięsna jest bardziej korzystna niż odpowiednio zbilansowana dieta uwzględniająca mięso.

## Czy sędziowie powinni zainteresować się wegetarianizmem?

Zacznijmy od korzyści z eliminacji produktów mięsnych z diety, rozpatrując temat pod kątem sportu. Istnieje kilka teorii w jaki sposób diety bezmięsne mogłyby korzystnie wpływać na wyniki sportowe:

Duża ilość węglowodanów (głównie złożonych, ale także tych pochodzących z owoców lub oczyszczonej mąki i drobnych kasz) potencjalnie gwarantuje sprawne odnowienie zasobów glikogenu mięśniowego i wątrobowego, wspierając regenerację;

Wysoka zawartość antyoksydantów i aktywnych biologicznie związków, pomagających w regulacji procesów zapalnych oraz poziomu stresu oksydacyjnego a także wspierających układ odpornościowy; Korzystny wpływ na równowagę kwasowo-zasadową organizmu uzyskiwany dzięki niskiej podaży białka zwierzęcego oraz dużej liczby warzyw i owoców – badania dowodzą, że diety wegetariańskie wykazują efekt alkalinizujący (Hietavala i wsp., 2015), co jest dobre, gdyż istnieje niekorzystny związek z niskim pH w mięśniach, a zdolnością do wysiłku o wysokiej intensywności (Carr i wsp., 2011);

Niska zawartość nasyconych kwasów tłuszczowych i cholesterolu pokarmowego, przy dużej ilości nienasyconych kwasów tłuszczowych pochodzących z nasion roślin oleistych oraz orzechów i niektórych innych roślin, wspiera profil tłuszczowy korzystny dla sprawności układu sercowo-naczyniowego.

Nie wszystko jest jednak czarno-białe. Eliminując z diety mięso, pozabawiamy się popularnej grupy produktów, która w diecie tradycyjnej jest źródłem: białka, żelaza oraz witaminy B12. O ile o ilość białka sędziowie nie powinni się specjalnie martwić, ponieważ można je bez problemu uzupełnić z chudych produktów nabiałowych – jaj czy nasion roślin strączkowych – to wiele pytań budzi jakość białka roślinnego. Tutaj również można jednak być spokojnym – rośliny zawierają wszystkie (!) niezbędne aminokwasy, których jednak ilość i proporcje różnią się względem wzorca białka pełnowartościowego. Wyjątkiem jest białko sojowe (np. tofu, granulaty sojowy) oraz komosy ryżowej.

## Aminokwasy, żelazo, witamina B12

Aminokwasy pochodzące z produktów roślinnych mogą się jednak uzupełniać i tak np. tych aminokwasów, których jest mniej w strączkach (fasola, ciecierzycza, soczewica, groch) jest więcej w zbożach (mąka, makaronach, naleśnikach, kaszach, ryżu, pieczywie) – i na odwrót. Łącząc w posiłku strączki i zboża, otrzymujemy pełnowartościowe białko, np. pierogi z soczewicą, pieczywo z hummusem, ryż z czerwoną fasolą czy kotlet z białej fasoli i kaszy jaglanej. Z powodu niższej strawności białka roślinnego zaleca się jednak zwiększenie jego ilości w diecie wegetariańskich sportowców o ok. 10% (Rodriguez i wsp., 2009). Nie jest to jednak trudne do skomponowania biorąc pod uwagę zapotrzebowanie na proteiny większości sędziów piłkarskich.



Większym zmartwieniem niż ilość i jakość białka, może być ilość i dostępność w diecie składnika niezwykle ważnego dla osób aktywnych. Według badań diety roślinne dostarczają podobną ilość żelaza co diety tradycyjne, jednak jego przyswajalność z produktów roślinnych jest niższa. Wegetarianom rekomenduje się więc dostarczanie 180% normy

wraz z zadbaniem o kontrolę czynników zmniejszających i poprawiających wchłanianie tego składnika – m.in. dodawanie źródeł witaminy C (owoce, kapusta kiszona, brokuł na parze, papryka czerwona) jako poprawiającej wchłanianie żelaza oraz unikanie popijania posiłku kawą i/lub herbatą, które zmniejszają wchłanianie żelaza z pożywienia. Do roślinnych źródeł żelaza należą produkty pełnoziarniste, strączki (w tym m.in. biała fasola, soczewica), pseudozboża (amarantus, komosa) a także nasiona i pestki (np. nasiona dyni, orzechy pistacjowe) oraz zielone warzywa (m.in. brokuły, rósponka, natka pietruszki).

Ze względu na to, że witamina B12 w biodostępnej dla organizmu człowieka formie występuje jedynie w produktach zwierzęcych, w tym w największej ilości w mięsie – rekomenduje się suplementację tego składnika, nawet w przypadku laktoowegetarian (spożywających jaja i produkty mleczne). Najlepiej jednak wykonać diagnostykę markerów stanu odżywienia witaminą B12 (pobieranych z krwi) i skonsultować wyniki ze specjalistą (dietetykiem lub lekarzem sportowym).

Ponadto: sól, cukier i tłuszcze „trans” – są wegetariańskie i jeśli nie ograniczymy ich zawartości w diecie do właściwego poziomu, trudno nam będzie dbać o zdrowie.

## Wnioski

Podsumowując. Dieta wegetariańska może, ale nie musi wspierać zdrowia i zdolności treningowych. Wg oficjalnych stanowisk naukowych, w tym Amerykańskiej Akademii Żywienia i Dietetyki, prawidłowo zaplanowana dieta wegetariańska, w tym wegańska, jest odpowiednia na każdym etapie życia, również dla sportowców (Craig, Mangels, 2009). Należy jednak dokonać wszelkich starań, aby prawidłowo ją zbilansować, zatem:

- unikaj żywności wysokoprzetworzonej, jadłospis opieraj o roślinne produkty niskoprzetworzone, takie jak: warzywa, owoce, produkty pełnoziarniste, strączki, nasiona, orzechy;
- unikaj nadmiaru soli, cukru a także produktów z mąki oczyszczonej (stosuj je wyłącznie okołotreningowo lub przed meczami/sprawdzianami dla uniknięcia dyskomfortu związanego z nadmiarem błonnika podczas wysiłku fizycznego);
- zarówno ze względów zdrowotnych, jak i z dbałości o planetę, ogranicz spożycie mięsa. Nie musisz rezygnować z niego zupełnie, ale postaraj się zmniejszyć zjadaną ilość lub jeść je rzadziej. Na początku Twoim celem może być „tylko” jeden mięsny posiłek dziennie, potem możesz wprowadzić bezmięsne dni. Skorzysta na tym również różnorodność Twojego jadłospisu, dlatego szczerze Cię do tego zachęcam!

Ula Somow





# BOGDAN HIRSCH – POZNAŃSKA LEGENDA

Czy można było przewidzieć, że debiutujący w 1958 roku 25-latek z Poznania, zapisze się na karcie historii wielkopolskiego futbolu i całej polskiej piłki nożnej? Czy ktoś uwierzyłby, że skończy swoją przygodę dopiero w 1995 roku, po 37 latach sędziowania oraz pracy w strukturach Wielkopolskiego ZPN? Wreszcie, czy ktokolwiek dostrzegłby talent arbitra, który zakończył swoją karierę na 1616 zawodach, z dorobkiem medali oraz odznaczeń nie tylko tych sportowych? Poznajcie historię Bogdana Hirscha z Poznania.



Bogdan Hirsch w dawnej I lidze sędziował przez 10 lat. Na zdjęciu po prawej – tym razem jako asystent.

### Przepisy Gry... przepisane ręcznie

Skąd wziął się pomysł na sędziowanie meczów przez Hirscha? Ten wybitny wielkopolski arbiter, zanim związał się z Kolegium Sędziów, był graczem poznańskiego Blasku. Do sprawdzenia się w roli boiskowego rozjemcy zachęcił go starszy kolega z pracy, który namówił na kurs sędziowski jego i jeszcze jednego pracownika PKP. W 1958 r. wyglądało to zupełnie inaczej niż w dzisiejszych czasach. Przepisy Gry do nauki trzeba było sobie ręcznie przepisać. Egzamin teoretyczny zdawano w siedzibie poznańskiego KS na pl. Kolegiackim, a dokładniej na korytarzu przed siedzibą. Egzaminem praktycznym był jednocześnie pierwszy mecz kandydata na sędziego.

Bogdan Hirsch swój pozytywny debiut zaliczył na bocznym boisku poznańskiego Energetyka (okolice tamtejszej Areny). Jego pierwszy rok sędziowania to nie tylko rozstrzygnięcie w meczach grup młodzieżowych, ale dzięki talentowi, uzyskanie możliwości prowadzenia zawodów w C-klasie i B-klasie, a później nawet w A. Bogdan Hirsch nie zmarnował okazji i dzięki dobrym decyzjom, uzyskał w kolejnym roku możliwość sędziowania w okręgowce. Tradycją tamtych czasów były poniedziałkowe szkolenia połączone z przyniesieniem i analizą sprawozdań przez sędziów. Już wtedy Bogdan Hirsch z chęcią przyglądał się pracy administracyjnej kolegium, co miało zaowocować wieloletnim działaniem w strukturach poznańskiego i wielkopolskiego KS.

### W 3 lata do III ligi

Już 3 lata po debiucie reprezentował Wielkopolskę na szczeblu III ligi, a po 4 latach został wyznaczony jako sędzia asystent na mecz I Ligi do Rzeszowa (sędzia główny – Stanisław Lazarowicz, drugi asystent – Stefan Kubisz). Dzięki dobremu występowi (wskazał m.in. zagranie ręką, niedostrzeżone przez sędziego tych zawodów), dostał się do utworzonej grupy asystentów (współcześnie również w Wielkopolsce funkcjonuje taka grupa pod nazwą Wielkopolska Kadra Asystentów). W ramach tej komórki odbywały się comiesięczne spotkania szkoleniowe.

Od 1969 r. rozstrzygał jako sędzia na zawodach piłkarskich w II lidze, ale nie na długo, bowiem już w 1971 r. uzyskał uprawnienia sędziego I ligi (dzisiejsza PKO BP Ekstraklasa). Na najwyższym szczeblu rozgrywkowym Bogdan Hirsch spędził 10 lat. Jego asystentami byli najczęściej: Karol Duczmal, Adam Pabiańczyk, Marian Berdych, Wojciech Piotrowski i Bogdan Pluciński. W czasie swojej kariery czynnego sędziego dostąpił zaszczytu arbitrażu w meczu Pucharu Inter-toto w Szczecinie.

### Słynne derby Śląska

Jednym z najczęściej omawianych zawodów prowadzonych przez Bogdana Hirscha jest spotkanie GKS Katowice z Górnikiem Zabrze (17.05.1969 r.), które zakończyło się w 81 min. w wyniku naruszenia nietykalności sędziego. Ukarany został Stefan Floreński, który znalazł się w grupie zawodników otaczających sędziego. Pomimo trudnej sytuacji na boisku i niepopularnej decyzji, praca Bogdana Hirscha w tym meczu została oceniona bardzo pozytywnie (4,75 w 5 stopniowej skali ocen).

Sędziowie i działacze Wielkopolskiego ZPN pamiętają kolegę Bogdana Hirscha nie tylko jako wybitnego sędziego, ale również utalentowanego działacza. Jeszcze jako sędzia pomagał referentowi obsady Czesławowi Wasilewskiemu (1963 r. – 1966 r.), a później sam jej przewodniczył (1976 r. – 1981 r.). Pełnił także funkcję referenta ewidencji (1966 r. – 1967 r. oraz 1971 r. – 1976 r.) oraz sekretarza zarządu (1968 r. – 1971 r.). Jako referent ewidencji wprowadził nową dokumentację do zarządzania Kolegium Sędziów, której brakowało po tym jak administrację prowadził Komitet Kultury Fizycznej. Nowatorskim podejściem było wprowadzenie kart ewidencyjnych, które zawierały niezbędne informacje o każdym z sędziów w Wielkopolsce. Wzorowo prowadzona dokumentacja przez Bogdana Hirscha już za czasów jego przewodnictwa w Wielkopolskim KS pozwoliła wygrać konkurs organizowany przez PZPN na najlepszą administrację w wojewódzkich okręgach. Dokumentacja na wzór Wielkopolski miała być wprowadzona w pozostałych jednostkach sędziowskich w całej Polsce. Doświadczenie zebrane w ramach w/w funkcji pozwoliło Hirschowi zająć stanowisko Przewodniczącego Okręgowego Kolegium Sędziów.

### Krótką przerwę od spraw KS

Po 8 latach sprawowania tej funkcji Bogdan Hirsch postanowił wycofać się z działalności na rzecz KS, a swój czas poświęcić na nowe zainteresowanie – prowadzenie działki nieopodal Skoków (ten

ogródek działkowy miał się jeszcze nie raz wpisać w historię życia społecznego sędziowskiej, w późniejszym okresie). Po niecałych dwóch latach przerwy ponownie został wybrany na funkcję przewodniczącego. Piastował również funkcję Prezesa Poznańskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej ds. Sędziowskich. We wszystkich latach sędziowania, a w szczególności w okresie działalności administracyjnej, Bogdan Hirsch oparcie miał w swojej rodzinie. W szczególności cenił sobie pomoc żony, która poza prowadzeniem domu... w weekendy prowadziła dokumentację KS. Pomagał mu także synowie m.in. poprzez przygotowywanie korespondencji i jej nocną wysyłkę.

### Futsal w strukturach organizacji

Jednym z istotnych sukcesów prezesury Bogdana Hirscha było wprowadzenie piłki halowej (dzisiejszy futsal) w struktury Wielkopolskiego ZPN. Zaczęło się od objęcia obsady sędziowskiej ligi Stowarzyszenia Kolejarzy w Poznaniu. Bogdan Hirsch zaprosił szkoleniowców z innych województw do odpowiedniego przygotowania arbitrow wielkopolskich w zakresie prowadzenia meczów piłki halowej, co umożliwiło wyznaczenie ich na zawody ligi Stowarzyszenia Kolejarzy. Bogdan Hirsch był też prekursorem tzw. obserwacji telewizyjnych, gdyż Energetyk Poznań dostarczał materiały filmowe z meczów swojego zespołu. Były one analizowane przez zespół obserwatorów, który na podstawie zapisu wideo miał szkoleniowo wystawiać oceny i wypisywać sprawozdania. W ramach KS PZPN cenił jako obserwator (od 1984 r. obserwował zawody I-ligowe), a także jako egzaminator podczas egzaminów szczebla centralnego.

### Honory, odznaczenia, tytuły

Bogdan Hirsch uzyskał tytuł Sędziego Zastuszonego w 1970 r., a Sędziego Honorowego w 1983 r. Ponadto za zasługi na niwie sędziowskiej dostał złotą odznakę honorową Poznańskiego Okręgowego ZPN oraz złotą odznakę honorową PZPN. W 2021 r. został Członkiem Honorowym PZPN. Za działalność na rzecz sportu otrzymał odznaczenie „Zastuszony Działacz Kultury Fizycznej” w 1989 r. oraz tytuł Członka Honorowego Poznańskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej w 1993 r. Działalność Bogdana Hirscha została również dostrzeżona przez władze lokalne, dzięki czemu wręczono mu odznakę honorową za zasługi dla miasta Poznania w 1977 r. oraz odznakę honorową za zasługi dla woj. wielkopolskiego w 1984 r.

Dziś ma 89 lat i wypoczywa na zasłużonej emeryturze.

**Krzysztof Banasiuk  
Hieronim Twardos**



Pamiątkowa statuetka Członka Honorowego PZPN, którą Bogdan Hirsch otrzymał w zeszłym roku.



## KIBIC WYGRAŁ AUKCJĘ WOŚP I SĘDZIOWAŁ Z TOMASZEM MUSIAŁEM

Możliwość poprowadzenia meczu z arbitrem PKO BP Ekstraklasy – Tomaszem Musiałem – to wielka frajda. Jeśli dodamy, że było to spotkanie słynnej Wieczystej Kraków, a na pamiątkę powstały dwa filmy (dłuższa wersja ma już ponad 173 tys. wyświetleń), to z pewnością takie wydarzenie pamięta się do końca życia. Akcję wymyślili sędziowie z KS Małopolskiego ZPN. Miała ona szczytny cel, bo udział w meczu trzeba było wylicytować.

2700 zł – tyle zapłacił Łukasz Łosiński, fan piłki nożnej z Wrocławia, aby wziąć udział w meczu 1/8 finału Pucharu Polski na szczelnie wojewódzkim: Wieczysta Kraków – Okocimski Brzesko (8:0). Pan Łukasz musiał wygrać licytację, a całość kwoty trafiła do Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. – Byłem sędzią technicznym, to niesamowicie niesamowite. Przyjechałbym z Wrocławia do Krakowa nawet wtedy, gdyby skład sędziowski nie był z PKO BP Ekstraklasy, bo liczył się udział w aukcji. Jednak techniczne asystowanie i bycie w zespole Tomasza Musiała było dla mnie wielkim zaszczytem i przepiękną przygodą – mówił tuż po meczu Łukasz Łosiński. Pomysłodawcami projektu byli młodzi sędziowie z rejonu Krakowa z Aleksandrem Najmanem i Maciejem Górskim na czele. Po spotkaniu powstały dwa bardzo ciekawe filmy „na podłuchu”. Kliknij:

<https://www.youtube.com/watch?v=6V0VWb6vAEM>, aby obejrzeć dłuższą wersję, a krótszą tutaj:

<https://www.youtube.com/watch?v=WG1KWVmqw7Y>.

Jakub Jankowski



Zespół sędziowski z Łukaszem Łosińskim w składzie.

## POMAGAJĄ ŻONIE DMYTRO KRYWUSZKINA

Minęło kilka tygodni, a sędziowie z Małopolski wpadli na kolejny świetny pomysł.

Do sędziowania wojewódzkiego finału Pucharu Polski zaprosili Ukrainia Dmytro Krywuszkina. Poprowadził on mecz Wieczystej Kraków z Bruk-Bet Termalica II Nieciecza (2:1). Samo spotkanie było pretekstem do tego, aby nagłośnić zbiórkę pieniędzy na leczenie żony Krywuszkina – Olhy, Ukrainki.



Dmytro Krywuszkina zamowił się w Polsce. Poznał już Zymona Marciniaka.

ka toczy bardzo trudną walkę z nowotworem piersi. Rodzina potrzebuje finansowego wsparcia.

Krywuszkiniowie (Dmytro, Olha i trójka dzieci) bardzo kochają swoje miasto – Charków. Pomimo wojny w Ukrainie starali się tam zostać jak najdłużej. Niestety, rosyjskie wojska zniszczyły nawet onkologiczny szpital, w którym leczyła się Olha. Dmytro musiał podjąć trudną, ale jedyną słuszną decyzję, aby kontynuować chemioterapię żony. Cała rodzina opuściła Ukrainę i zamieszkała w Ostrowie Wielkopolskim. Po zaadaptowaniu się w naszym kraju Krywuszkina wrócił do swojej pasji – sędziowania. W Ukrainie od kilku lat prowadził spotkania w tamtejszej ekstraklasie. W Polsce ma już na swoim koncie pierwszy mecz w eWinner 2. lidze. Stopniowo był wprowadzany na szczebel centralny, zaczynając od meczów w woj. wielkopolskim. Z uwagi na ogromne koszty leczenia i rehabilitacji, sędziowie z Małopolski postanowili założyć oficjalną, zweryfikowaną przez Fundację Siepomaga zbiórkę pieniędzy na leczenie Olhy. Uznali, że najlepszym momentem na rozpowszechnienie informacji o zbiórce, będzie występ Krywuszkina w finale Pucharu Polski MZPN. Arbitrzy dodatkowo znaleźli sponsora na ten mecz (Firmę Golden Trip Romanowski), która zorganizowała całej rodzinie niezapomniany pobyt w Krakowie i Kalwarii Zebrzydowskiej. To była odskocznia od trudnej codzienności, zwłaszcza dla dzieci, w tym niełatwym dla nich czasie.

Olha toczy z chorobą zaciętą walkę, która wymaga coraz większych nakładów finansowych. Każda złotówka to ogromne wsparcie dla całej rodziny Krywuszkiniów. Zachęcamy do wsparcia pod tym linkiem:

<https://www.siepomaga.pl/olha-krywushkina>. Jakub Jankowski

## NASZE SPRAWY - WIEŚCI Z REGIONÓW



### DOLNOŚLĄSKIE SĘDZIOWAŁ MISTRZOSTWA EUROPY W BLIND FOOTBALLU

W czerwcu we Włoszech odbyły się mistrzostwa Europy w blind footballu – odmianie piłki nożnej dla osób niewidomych. W turnieju dla drużyn męskich brała udział m.in. reprezentacja Polski, która zajęła 7. miejsce. Ale polska federacja miała jeszcze jednego przedstawiciela. Był nim wrocławski sędzia – Rafał Świerczek. Nasz arbiter był wyznaczony na 15 meczów, w różnych rolach: sędziego boiskowego, technicznego, czasowego oraz protokolanta.

– Aktualnie w Polsce, poza mną, jest tylko dwóch kolegów, którzy są zapraszani na turnieje blind footballu. Cieszę się, że mogłem reprezentować polskich sędziów na zawodach tej rangi. Pierwsze mecze blind footballu sędziowałem już w 2015 r., a trzy lata temu brałem udział w poprzednich mistrzostwach Europy. Mam nadzieję, że to nie koniec mojej przygody z tą dyscypliną. W przyszłym roku odbędą się mistrzostwa świata w Anglii, a w 2024 r. rywalizacja w blind footballu toczyć się będzie podczas Igrzysk Paraolimpijskich w Paryżu. Po cichu liczę na powołania – mówi Rafał Świerczek.

Najlepsze w mistrzostwach w Peskarze (trwały od 7 do 18 czerwca) okazały się reprezentacje Niemiec (kobiety) i Francji (mężczyźni).

Marcin Polański



Rafał Świerczek z dumą reprezentował Polskę podczas mistrzowskiego turnieju.



### KUJAWSKO-POMORSKIE PRZYJĘLI ARBITRA Z UKRAINY

KS Kujawsko-Pomorskiego ZPN ma od początku maja nowego sędziego. Jest nim 18-latek Roland Balog. Arbiter pochodzący z Ukrainy, po wybuchu wojny, wyemigrował wraz z rodziną do Torunia.

Młody Ukrainiec pochodzi z miejscowości Mukaczewo, gdzie w Obwodzie Zakarpackim ukończył kurs sędziowski i rozpoczął swoją przygodę z gwizdkiem, prowadząc rozgrywki grup młodzieżowych. W Polsce Balog zadebiutował w roli sędziego asystenta w meczu ligi wojewódzkiej juniorów starszych pomiędzy Pomorzaniem Toruń, a Polonią Bydgoszcz.

W przygotowaniu do swojego pierwszego meczu, załatwieniu formalności i wprowadzeniu w struktury związkowe, pomogli mu: Sylwester Rasmus, Mariusz Korpalski oraz Adam Marczuk. Zorganizowali m.in. zbiórkę sprzętu sędziowskiego.

Tomasz Szpunar



Mariusz Korpalski był jedną z osób, która wprowadziła Rolanda Baloga w struktury sędziowskie w Polsce.





## ŁÓDZKIE SZKOLENIA WE WSZYSTKICH WYDZIAŁACH

W trakcie rundy wiosennej sędziowie KS Łódzkiego ZPN intensywnie się szkolili. Przewodniczący KS – Tomasz Radkiewicz zadbał o to, żeby każdy z czterech wydziałów (Łódź, Piotrków Trybunalski, Skierniewice i Sieradz) miał zorganizowane warsztaty szkoleniowe. Zapraszano gości z całej Polski. Sędzia międzynarodowy – Krzysztof Jakubik, prowadził wykład dla arbitrow w Skierniewicach. W tym samym czasie wieloletni asystent międzynarodowy – Konrad Sapela przybliżył aspekty Przepisów Gry dla arbitrow z Piotrkowa Trybunalskiego.

W Łodzi prym wiodł sędzia PKO BP Ekstraklasy – Paweł Malec, który przeprowadził szkolenie dla prawie 100 sędziów macierzystego WS. Kilka dni później dla Kadry Sędziów KS ŁZPN przygotował wykład, a także trening kondycyjny SDS – taki jak arbitrzy ze szczebla centralnego.

Odbyło się także dwudniowe zgrupowanie Programu Mentorskiego pod wodzą międzynarodowego asystenta – Radosława Siejki. Arbitrzy i mentorzy, w formie warsztatów, analizowali i dzieliли się spostrzeżeniami z różnych klipów, a także oglądali mecz szkoleniowy. Poza tym było wiele szkoleń w wersji on-line, gdzie jednym z gości był Szymon Marciniak.

Na koniec maja odbyło się także szkolenie dla sędziów i obserwatorów WS Sieradz. – Nie ma innej drogi niż przekazywanie wiedzy przez sędziowskie autorytety, które w ten sposób zachęcają młodych arbitrow do ciężkiej pracy. To na pewno zaproprecjuje – mówi Tomasz Radkiewicz, Przewodniczący KS ŁZPN. **Tomasz Radkiewicz**



Tomasz Radkiewicz dba o rozwój swoich arbitrow.

## OPOLSKIE PIERWSZE TAKIE ZGRUPOWANIE W HISTORII

Szymon Łężny, Marcin Kochanek i Maciej Koszarzecki, czyli sędziowie szczebla centralnego, starają się zachęcać do wyłączonej pracy kolegów w regionie. Wspólnie przygotowali pierwsze zgrupowanie Programu Mentorskiego KS Opolskiego ZPN. Zjazd odbył się w Bąkowie w dn. 3-4 czerwca.

W piątek sędziowie uczestniczyli w warsztatach dotyczących zarządzania. Oglądano klipy, analizowano je i dyskutowa-

no nad prawidłowymi rozstrzygnięciami. Następnie rozpoczęła się kreatywny trening praktyczny. Arbitrzy zmierzali się z kilkoma zadaniami wymagającymi koncentracji, analizy i współpracy – analogicznie do zachowań na boisku podczas meczów. Po części teoretycznej i praktycznej przyszedł czas na integrację. Rozegrano nawet mecz siatkówki plażowej.

Sobota przyniosła czterogodzinną analizę i wspólną dyskusję na temat prowadzonych zawodów przez sędziów Programu Mentorskiego z poprzedniego tygodnia. Do uczestników obecnych od piątku dołączyło 7 sędziów Klasy Okręgowej B (od przyszłego sezonu A klasy).

Na zgrupowaniu obecny był również sędzia PKO BP Ekstraklasy – Jarosław Przybył, Przewodniczący KS – KS Tomasz Wąsiak i Wiceprzewodniczący KS – Władysław Łężny. Kolejne zgrupowanie przewidziane jest na rundę jesienną przyszłego sezonu.

**Dawid Matyszczak**



Pracowano również nad prawidłową techniką pokazywania kartek.



## POMORSKIE KOLEJNE SPOTKANIE REGIONALNEGO CORE

W dniach 3-5 czerwca w Kartuzach odbył się spotkanie CORE Pomorski dla sędziów objętych Programem Mentorskim w strukturach tamtejszego KS. Dziewięciu sędziów, ich mentorzy oraz szkoleniowcy, przez trzy dni szkolili się, sędziowali oraz analizowali mecze.

Pierwszego dnia swoje zajęcia przeprowadził arbiter międzynarodowy – Jakub Winkler. Młodzi sędziowie wysłuchali ciekawego wykładu, a na koniec mogli również podpytać o wskazówki oraz historie związane z sędziowskim rzemiosłem.

Dzień zakończył się testem teoretycznym, który składał się z pytań w języku polskim i angielskim. Do tego przygotowano egzamin wideo, podczas którego sędziowie musieli ocenić 20 sytuacji meczowych.

Sobota była dniem meczowym. Sędziów podzielono na trzyosobowe zespoły, w których prowadzili trzy spotkania. Na każdym z nich był obserwator/mentor oraz kamerzysta. Zawody były omawiane i analizowane przez całe trójki sędziowskie oraz obserwatora. Arbitrzy sporządzali również samooceny i wycinali klipy wideo z najważniejszych sytuacji, które stanowiły materiał szkoleniowy ostatniego dnia.



W niedzielny poranek każdy prezentował klipy z prowadzonych zawodów. Były one omawiane i analizowane przez całą grupę. Wyjazdy Programu Mentorskiego mają budować świadomości boiskową młodych sędziów, zachęcić do stałego rozwoju oraz zaszczepić nawyk analizy własnej pracy. Twórcom tego programu w pełni się to udaje.

**Orest Lewosiuk**



## WIELKOPOLSKIE ZEBRANIE PLENARNE PO TRZECH LATACH PRZERWY

Wielkopolscy sędziowie i obserwatorzy spotkali się na zebraniu plenarnym swojego KS. Spotkanie miało miejsce 13 maja w auli poznańskiej AWF. Ostatnie takie wydarzenie odbyło się w 2019 roku. Tym bardziej ucieszyło wszystkich zgromadzenie, w tak licznym gronie, w tradycyjnej formie po przerwie covidowej.

Zebranie otworzył Przewodniczący KS Wielkopolskiego ZPN – Remigiusz Lewandowski, który po słowach wstępu podziękował byłemu Przewodniczącemu – Zbigniewowi Cukiertowi za prowadzenie organizacji w latach 2016-2021.

Po tej miłej uroczystości upamiętniono tych, którzy opuścili nasze grono w ostatnim czasie. Uczczono ich pamięć minutą ciszy. Chwilę po tym Remigiusz Lewandowski, wspólnie z Łukaszem Knypińskim, przekazali pośmiertnie Złotą Honorową Odznakę Wielkopolskiego ZPN dla śp. Michała Gurajdowskiego. Odznaczenie odebrała z ich ręk małżonka zmarłego, Pani Beata Gurajdowska.

Następnie głos zabrali: Prezes Wielkopolskiego ZPN – Paweł Wojtala oraz goście z wizytą Przewodniczący KS PZPN – Tomasz Mikulski. Po tych wystąpieniach kilka słów do arbitrow skierował Piotr Przybyłowski, dzieląc się swoimi spostrzeżeniami na temat prac Komisji Szkoleniowej, której przewodniczy.

Po tych przemówieniach wręczano różne „okrągłe” wyróżnienia, a na szczególną uwagę zasługuje Piotr Woźny. To wieloletni sędzia i obserwator, który od ponad 53 lat związany jest z KS. W tym czasie przeprowadził ponad 3000 spotkań. Jan Szymkowiak z kolei przekroczył liczbę 2000 zawodów, a:



Przekazywano odznaczenia w obecności znakomitych gości, m.in. Pawła Wojtali i Tomasza Mikulskiego.

Andrzej Kozłowski, Tomasz Wolanin i Maciej Śliwiński, otrzymali pamiątkowe statuetki za przeprowadzenie 1750 meczów. Odznaczeniami PZPN uhonorowano: Andrzeja Kozłowskiego (Złota Odznaka PZPN) oraz Zbigniewa Cukierka, Adama Kupsika i Tomasza Nowickiego (Brazowe Odznaki PZPN). Następnie „Swoją drogę” do PKO BP Ekstraklasy przedstawił sędzia międzynarodowy – Damian Sylwestrak. Dla wielu obecnych była to cenna lekcja i motywacja do dalszej pracy. Po wykładzie Sekretarz KS – Marek Czajkowski zaprezentował sędziom i obserwatorom aktualny stan finansów w Koleżeńskim Funduszu Dyspozycyjnym oraz omówił bieżące sprawy organizacyjne. Na koniec spotkania wybrano trzyosobową Komisję Rewizyjną.

W tym miejscu dziękujemy na łamach „Sędziogo” wszystkim, którzy poświęcili swój prywatny czas i przyczynili się do sprawnego przeprowadzenia „plenarki”. Szczególne wyrazy wdzięczności kierujemy do Weroniki Kozłowskiej oraz Piotra Idzika, który moderował całe spotkanie.

**Szymon Lizak**



## REPREZENTACYJNE PRODUKTY W SKLEPIE KIBICA

- [Sklep.LaczyNasPilka.pl](https://Sklep.LaczyNasPilka.pl)
- Warszawa, ul. Puławska 255