

MARCIN KASPROWICZ:
PROAKTYWNOŚĆ STAŁA SIĘ WIZYTÓWKĄ NASZEGO ZESPOŁU

MAGAZYN POLSKIEGO ZWIĄZKU PIŁKI NOŻNEJ

TRENER

NR 3/2023 (166)



PÓŁFINAŁ MISTRZOSTW EUROPY



SELEKCJONER MARCIN WŁODARSKI I JEGO REPREZENTACJA POLSKI U17

GNIEW I FRUSTRACJA, CZYLI (NEGATYWNE) EMOCJE
A GRA W PIŁKĘ NOŻNĄ

III EDYCJA KURSU UEFA B
DLA KOBIEC

Asystent
Trenera
JEST Z DRUGIEJ STRONY

**MORE
GRIP**

**MORE
PRECISION**



PHANTOM GX

**PHANTOM GX'S PRECISION,
POWERED BY GRIPKNIT™**

NIKE GRIPKNIT

Łączy nas piłka



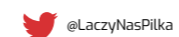
Sezon 2022/23 był wyjątkowy dla młodzieżowych reprezentacji Polski. Po raz pierwszy w historii jako federacja wprowadziliśmy aż trzy drużyny narodowe do turniejów finałowych mistrzostw Europy. Podobnym osiągnięciem mogą pochwalić się jedynie Francja i Niemcy, a tylko Hiszpanie dorzucili do tego jeszcze czwarty zespół. Taki wynik i znalezienie się w tak elitarnym towarzystwie to z pewnością powód do dumy. Jednak jeszcze bardziej cieszyć powinna boiskowa postawa naszych zawodniczek i zawodników. Dzięki niej możemy się nadal rozwijać i zbierać cenne doświadczenie na turniejach finałowych. To ona jest bowiem przyczyną osiągniętych rezultatów i daje nadzieję na regularność w dłuższej perspektywie.

Wygrywane mecze, przechodzenie kolejnych rund kwalifikacyjnych, awanse na turnieje finałowe i wreszcie rezultaty w ich trakcie osiągane to efekt systemowej pracy i konsekwencji w działaniu, a nie cel sam w sobie. Dla zawodników reprezentacji U17, której postawą na EURO tak wielu się zachwyciło, największą wartością po tym turnieju nie jest pamiątkowy medal za znalezienie się w najlepszej czwórce na kontynencie, lecz fakt, że przez kilkanaście dni przebywali pośród innych topowych ekip, czyli w najlepszym środowisku do dalszego rozwoju. Jednocześnie udowodnili, że Polska może dyktować warunki gry w starciu z każdym przeciwnikiem. Jestem przekonany, że prędzej czy później to zapoczentuje i że dzięki temu uczestnicy tegorocznego EURO U17 staną się lepszymi piłkarzami. Tym bardziej że na Węgrzech drużyna pozostała wierna swoim ideatom – była odważna, dominowała nad rywalami, narzucała im swój styl, a po strzeleniu gola nie cofała się, tylko dążyła do zdobywania kolejnych bramek. Jej postawy nie zmieniła nawet wyjątkowa otoczka dużej imprezy, z którą zresztą też dobrze jest się oswoić.

Ta ofensywna gra przelożyła się na strzelenie 16 goli w pięciu meczach turnieju. Efektem proaktywnej postawy był awans do półfinału mistrzostw Europy oraz kwalifikacja na tegoroczne mistrzostwa świata. To turniej, w czasie którego chłopcy staną przed szansą zdobycia kolejnych bezcennych doświadczeń, mierząc się z ekipami z innych kontynentów, z którymi na co dzień rzadko mają możliwość rywalizacji.

Oprócz Polski na mundial z Europy polecą Niemcy, Francja, Hiszpania oraz Anglia. Znalezliśmy się w elicie. Potrzebujemy dużo pokory i jeszcze więcej konsekwencji, aby regularnie przebywać w takim towarzystwie. Jako PZPN wciąż do tego dążymy.

Marcin Dorna
Dyrektor sportowy PZPN





OD C-KLASY DO PÓŁFINAŁU MISTRZOSTW EUROPY. SKĄD SIĘ WZIĄŁ SELEKCYJNER MARCIN WŁODARSKI? _____	6
OTO PÓŁFINALIŚCI MISTRZOSTW EUROPY. PRZEDSTAWIAMY WSZYSTKICH ZAWODNIKÓW REPREZENTACJI POLSKI U17 _____	10
EURO U17 – POME CZOWE WYPOWIEDZI TRENERÓW _____	18
MARCIN KASPROWICZ: PROAKTYWNOŚĆ STAŁA SIĘ WIZYTÓWKĄ NASZEGO ZESPOŁU _____	22
III EDYCJA KURSU UEFA B DLA KOBIET _____	26
INTENSYWNOŚĆ GRY W PIŁCE NOŻNEJ KOBIET _____	28
GNIEW I FRUSTRACJA, CZYLI (NEGATYWNE) EMOCJE A GRA W PIŁKĘ NOŻNĄ _____	34
NAJWIĘKSZE PIŁKARSKIE TALENTY W POLSCE ZAGRAŁY NA PGE NARODOWYM. ZA NAMI OGÓLNOPOLSKI FINAŁ PUCHARU TYMBARKU _____	36
FESTIWAL BARW W DOBRZENIU WIELKIM _____	40

Aby obejrzeć animacje i filmy należy kliknąć w kod QR



W PRZYPADKU WYDRUKOWANIA MAGAZYNU MOŻNA RÓWNIEŻ

ŚCIAĞNĄĆ

darmową aplikację do skanowania kodów QR na swój smartfon lub tablet z:
App Store (iOS)
Sklep Play (Android)
Marketplace (Windows Phone)



URUCHOMIĆ

ściągniętą aplikację, a następnie skierować kamerę swojego telefonu na stronę, na której znajduje się kod QR, tak aby był wyraźnie widoczny na wyświetlaczu telefonu



OGLĄDAĆ

wyjątkowe animacje i filmy



Redakcja magazynu „Trener”

Paweł Drazba, Piotr Grzelak, Rafał Cepko, Mateusz Rozwadowski

Redakcja techniczna: Marcin Papierz

Korekta: Anna Marecka i Paweł Drazba

Projekt graficzny i skład: Agnieszka Budzicz

Wsparcie graficzne, ilustracje: Grzegorz Gromadzki

Zdjęcia: Archiwum własne PZPN, Cyfrasport, East News

Wydawca: Asystent Trenera Sp. z o.o.

na zlecenie Polskiego Związku Piłki Nożnej



Wszystko o reprezentacji Polski znajdziesz na portalu

LACZYNASPIŁKA.PL

Wejdź i bądź bliżej reprezentacji

NEWSY ❖ VLOGI ❖ UNIKATOWE ZDJĘCIA ❖ EKSKLUZYWNE WYWIADY

Łączy nas piłka

OD C-KLASY DO PÓŁFINAŁU MISTRZOSTW EUROPY

SKĄD SIĘ WZIĄŁ SELEKCYJNER MARCIN WŁODARSKI?



Po majowych mistrzostwach Europy U17 o reprezentacji Polski w tej kategorii wiekowej zrobiło się głośno w całym kraju. Komplementowano styl gry drużyny, a jej selekcjonera zapraszano do popularnych programów w telewizji i Internecie. Mimo to wielu kibiców wciąż zadaje sobie pytanie: „Kim jest i skąd się wziął Marcin Włodarski?”

Jeśli urzekła was historia Marka Papszuna, przebijającego się od najniższych klas rozgrywkowych do mistrzostwa Polski, to droga, którą podąża Marcin Włodarski, również przypadnie wam do gustu. On też nie był wybitnym piłkarzem, też zaczynał od pracy w najniższej klasie rozgrywkowej i też nie dostał niczego za darmo. To dzięki swojej determinacji, konsekwencji i stale rozszerzanym kompetencjom półtora roku temu przejął po Marcinie Dornie kadre Polski rocznika 2006, którą w maju poprowadził do półfinału mistrzostw Europy.

Jako zawodnik Włodarski szybko dotarł na czwarty poziom rozgrywkowy w kraju i na lata się w nim zadomowił. Apetyt

miął jednak większy. Po ukończeniu szkoły podstawowej niespełna 15-letni Marcin, wyróżniający się lewy obrońca młodzieżowych drużyn Karpat Krosno, chcąc dalej rozwijać się jako piłkarz, postanowił kontynuować naukę w Szkole Mistrzostwa Sportowego.

W tamtych czasach, czyli drugiej połowie lat dziewięćdziesiątych, nie miał zbyt wielkiego wyboru. W całym kraju funkcjonowały zaledwie cztery takie ośrodki. Wszystkie państwowe, bo o prywatnych nikt wówczas jeszcze nie myślał. Nastolatek zdecydował się na ten, który był najbliższy jego rodzinnego domu – w oddalonym o ponad 150 kilometrów od Krosna Krakowie. Teraz trzeba było jeszcze zdać

Reprezentacja Polski U17

testy sprawnościowe i okazać się lepszym od setek innych kandydatów. Utalentowany i sprawny fizycznie Włodarski nie miał z tym większego problemu.

We wrześniu 1997 r. krośnianin rozpoczął naukę w nowym mieście, gdzie szybko znalazł sobie klub. Trafit do młodzieżowej drużyny Cracovii, a jednocześnie w ciągu dnia trenował ze szkolną klasą o profilu piłkarskim. To w niej poznał Dariusza Kotodzieja, późniejszego piłkarza Podbeskidzia Bielsko-Biała, a obecnie... swojego asystenta w reprezentacji.

Włodarski już jako nastolatek był niezwykle świadomym zawodnikiem. Dlatego jak najszybciej chciał zacząć grać z seniorami. W trzecioligowej Cracovii perspektywy na to miał raczej marne, więc przeniósł się o poziom niżej – do Wawelu. W nowym klubie w wieku 16 lat zadebiutował w czwartej lidze i grał w niej aż do zakończenia nauki w liceum. Wtedy przeprowadził się do Poznania, dostał się na tamtejszą Akademię Wychowania Fizycznego i rozpoczął treningi z pierwszym zespołem Lecha.

Była jesień 2001 r., a prowadzony przez Bogusława Baniaka „Kolejorz” w składzie z Pawłem Wojtalą, Mariuszem Mowlikiem czy Bartoszem Ślusarskim deklasował drugoligowych rywali, mknąc z powrotem do krajowej elity. Mimo olbrzymiej przewagi w tabeli 19-letni Włodarski nie doczekał się debiutu w pierwszej drużynie i musiał zadowolić się regularnymi występami w czwartoligowych rezerwach.

– Kiedy zdałem sobie sprawę, że ciężko będzie mi się przebić, podjąłem decyzję o powrocie na Podkarpacie. Po roku studiów przeniosłem się na Uniwersytet Rzeszowski, a klub znalazłem niecałe 50 kilometrów od domu, w Gorlicach – wspomina „Włodar”.

Nowy klub Włodarskiego – Glinik – występował wówczas w czwartej lidze. To były czasy przed ogólnopolską reformą rozgrywek, w których czwarta liga faktycznie była czwartym poziomem rozgrywkowym. W Gorlicach plany były ambitne. Drużynę prowadził 7-krotny reprezentant Polski Juliusz Kruszankin, a finansowanie zapewniał hojny sponsor. Mimo to w sezonie 2002/03 awansu nie udało się wywalczyć, a Włodarski opuścił Glinik i kolejny sezon spędził w Krośniance Krosno.

W ciągu następnych kilkunastu miesięcy aż czterokrotnie zmienił kluby: jesienią 2004 r. występował w Błękitnych Ropczyce, wiosną 2005 r. w Tomasovii Tomaszów Lubelski, a po letniej przerwie był już piłkarzem Nafty Jedlicze. Z kolei zimą trafit do Galicji Cisna, klubu, który w przeciwieństwie do pozostałych wymienionych rywalizował na poziomie klasy okręgowej. Włodarski zrobił krok w tył, by kilka miesięcy później powrócić do czwartej ligi już z nową drużyną. Po awansie spędził w Galicji jeszcze jedną rundę, a na początku 2007 r. wrócił do Krosna.

– Częste zmiany klubów w tamtym okresie były związane z tym, że na Podkarpaciu nie było klubu, który zapewniałby stabilizację, już nie tyle finansową, ile organizacyjną. To był staby czas dla klubów piłkarskich w naszym regionie, dlatego dość długo szukałem swojego miejsca – wyjaśnia 40-letni dziś trener.

Okazało się, że to miejsce cały czas było kilka kilometrów od jego domu. Włodarski ukończył studia i zakotwiczył w Karpatach. Znalazł też pracę – od poniedziałku do piątku od szóstej rano przez osiem godzin rozładowywał TIR-y na terenie huty szkła. Potem jadł obiad, przebierał się i ruszał na trening. Już w pierwszej rundzie swojego pobytu w Karpatach

– wiosną 2007 r. – ofensywnie usposobiony lewy obrońca przyczynił się do awansu drużyny do czwartej ligi. Od sezonu 2008/09, pierwszego po reformie rozgrywek, krośnianin klub znalazł się w nowej trzeciej lidze, gdzie radził sobie przyzwoicie, również dzięki bramkom zdobywanym przez „Włodara”. W całej jego karierze nie było sezonu, w którym nie strzeliłby przynajmniej dwóch goli i nie zanotowałby asysty. Do miana lokalnej legendy urósł zwłaszcza jego mecz przeciwko Ładzie Biłgoraj z 30 maja 2009 r.

– Nasz trener zdecydował się tego dnia na system taktyczny bez lewego pomocnika. Stwierdził, że w ten sposób zrobi mi miejsce do ofensywnych rajdów. Tyle że w 30. minucie przegrywaliśmy 0:1, a przeciwnicy raz za razem „jechali” w moją stronę. Trudno, żeby było inaczej, skoro mieli sytuację dwóch na jednego. Widząc to, trener wystąpił na rozgrzewkę zawodnika na moją pozycję. Chciał mnie zmienić. Przyszła 40. minuta, gdy ten rozgrzany już i gotowy do wejścia zawodnik zasugerował, by dać mi czas do przerwy. Tuż przed nią strzeliłem gola na 1:1 – opowiada Włodarski, który w ten sposób odsunął od siebie widmo zmiany. – W przerwie dostałem od trenera obietnicę, że jeśli w drugiej połowie strzelę jeszcze dwa gole, to w następnym meczu da mi zagrać w ataku. Powiedziałem „sprawdzam” i skompletowałem hat-tricka, jednak tydzień później okazało się, że trener nie zamierza dotrzymać słowa.

Stadion w Biłgoraju wybitnie pasował Włodarskiemu, bo półtora roku później przewrotną strzelił na nim swojego najpiękniejszego gola w karierze. To było spotkanie przeciwko drużynie Olender Sól, która domowe mecze rozgrywała właśnie w Biłgoraju. Koledzy szybko zaczęli sobie żartować, że gdyby wszystkie spotkania Karpat odbywały się na tym boisku, to Włodarski byłby królem strzelców ligi.

– Marcin był bardzo ofensywnym lewym obrońcą. Miał świetne dośrodkowanie w pełnym biegu i soczyste uderzenie. To wysoki facet, więc przy stałych fragmentach gry również potrafił tworzyć zagrożenie. Poza boiskiem dobry duch drużyny, motywujący i wspierający w cięższych chwilach. To cechy dobrego trenera, którym „Włodar” już wtedy był – uważa Jakub Popielarz, kolega Włodarskiego z Karpat, a obecnie dyrektor akademii Cracovii.

Trenerska kariera Włodarskiego rozpoczęła się po powrocie do Krosna, czyli w 2007 r. Klubowi działacze szukali wśród zawodników osób z predyspozycjami do prowadzenia zajęć dla dzieci i młodzieży. Objęcie najmłodszego zespołu, dla





chtopców z rocznika 1996 i młodszych, zaproponowali Włodarskiemu. Piłkarz, pracownik huty szkła, a od teraz także dziecięcy trener – 25-latek nie narzekał na brak zajęć, a jednak, by jeszcze trochę dorobić, zaczął prowadzić również seniorskie drużyny piłkarskie. Pracował m.in. w GK5-ie Krościenko Wyżne-Pustyni czy LKS-ie Moderówka, z którym awansował do klasy B. – Już wtedy byłem selekcjonerem, bo spośród kilkunastu chłopaków po piątkowej czy sobotniej

imprezie musiałem wybrać tych najbardziej gotowych do gry – śmieje się Włodarski, choć wówczas do śmiechu mu nie było. C-klasa czy reprezentacja Polski, u niego zawsze trzeba dawać z siebie 100 procent.

Po kilku latach Włodarski został w Karpatach asystentem trenera Bronisława Niżnika, a w maju 2013 r., wciąż będąc czynnym zawodnikiem, przejął drużynę jako pierwszy trener po Tomaszu Wacku. Kilka tygodni wystarczyło krośnianinowi do stwierdzenia, że seniorski futbol nie jest dla niego. We wrześniu zagrał w pożegnalnym meczu przeciwko Piastowi Gliwice. Sezon 2013/14 spędził jako grający trener Nafty Jedlicze w lidze okręgowej. – To był koniec mojej przygody zawodniczej. Do Jedlicza poszedłem w celach rekreacyjnych. Chciałem oczywiście pomóc drużynie, ale skupiałem się głównie na pracy z młodzieżą w Karpatach – przyznaje Włodarski. W krośnieńskim klubie prowadził m.in. Kamila Piątkowskiego (reprezentanta Polski), Karola Knapa (obecnie zawodnika Cracovii) czy Sylwestra Lusjusza, który w barwach „Pasów” rozegrał 60 spotkań na poziomie Ekstraklasy.

Pracując z młodymi zawodnikami, Włodarski kształtował ich jako piłkarzy, a przy okazji sam rozwijał się jako trener, wierząc, że konsekwentna i ciężka praca w przyszłości przyniesie efekty. Pewnego razu na turnieju do Krosna przyjechał trener Bartłomiej Zalewski, prowadzący ówczesną kadrę Polski rocznika 1998. Warsztat pracy Włodarskiego wywarł na nim na tyle pozytywne wrażenie, że kilka miesięcy później zaproponował w PZPN-ie zaproszenie trenera z Krosna do sztabu na pierwsze w historii zgrupowanie Letniej Akademii Młodych Orłów w 2014 r. To była szansa, której Włodarski już nie wypuścił. Od tego czasu jego kariera trenerska nabrała rozpędu. Jesienią objął stanowisko trenera koordynatora rzeszowskiego oddziału stacjonarnej AMO. Wciąż trenował

też drużynę Karpat w Centralnej Lidze Juniorów i prowadził zajęcia w Ośrodku Szkolenia Sportowego Młodzieży. Dziennie prowadził niekiedy nawet pięć treningów.

Jako koordynator Akademii Młodych Orłów Włodarski wystawiał drużyny w różnych turniejach, w tym w Pucharze Tymbarku. – To właśnie przy okazji jednego z turniejów go poznałam. Pamiętam to jak dziś: 2017 r., finał województwa podkarpackiego w Stalowej Woli. Wszystko dopięte na ostatni guzik, drużyny na miejscu prawie w komplecie. Prawie. Brakowało tylko jednej, ale i tak nie mogliśmy rozpocząć zmagania. Byłam wściekła, zwłaszcza że trener tego spóźnionego zespołu nie odbierał ode mnie telefonu. To był mój drugi miesiąc w pracy, więc nie miałam pojęcia, kim jest i jaką pełni funkcję. Kiedy wreszcie zjawiał się na miejscu, nie kryłam złości i dość stanowczo przekazałam mu, co myślę o takim zachowaniu. Nie odpowiedział. Przekazał tylko dokumenty i nieco przygaszony udał się do swojego zespołu – mówi Paulina Konarzewska, koordynatorka projektów AMO. Tym trenerem był oczywiście Marcin Włodarski. – Później, już w trakcie rozgrywek, obserwowałam go i zauważyłam, jakie ma podejście do dzieci. Zaimponował mi wtedy. Na spokojnie udzielał chłopcom wskazówek. Nie liczył się dla niego wynik, choć siłą rzeczy ten sam przyszedł. Drużyny Marcina i Maćka Marczydło wygrały finały w kategoriach do lat 8 oraz 10.

Finały wojewódzkie turnieju odbywały się wczesną wiosną, z kolei latem Polska organizowała mistrzostwa Europy do lat 21. Włodarski robił wszystko, by znaleźć się w sztabie Marcina Dorna (u którego wcześniej odbywał staż trenerski) na ten turniej. Zależało mu, aby z bliska zobaczyć, jak wyglądają takie rozgrywki i jak w ich trakcie funkcjonuje reprezentacja. – Sztab był bardzo rozbudowany, więc musiałem mu odmówić. Ten się jednak nie zraził i postanowił spróbować inaczej. Zapytał, czy na czas zgrupowania przed turniejem w Artamowie może zostać pomocnikiem kierownika Stanisława Baczyńskiego. Powiedziałem mu: „Włodar, ty jesteś trenerem. Jak to sobie wyobrażasz?”. Dałby się zabić, żeby tam z nami być. To fantastyczny przykład jego determinacji w dążeniu do osiągnięcia celu. Ugiąłem się i w ten sposób Marcin Włodarski został kitmanem, tylko po to, żeby być przy drużynie – wspomina dyrektor sportowy PZPN Marcin Dorna. – Do dziś jestem wdzięczny Marciniowi, że się na to zgodził. Oczywiście pomagałem kierownikowi Baczyńskiemu przy sprzeczce, ale miałem też okazję zrobić to, co lubię najbardziej, czyli pracować na boisku. Minęło już 6 lat, a mimo to z kilku rzeczy, których wtedy doświadczyłem, skorzystał też na tegorocznym EURO – przyznaje Włodarski.

Przez kolejne sezony Włodarski zbierał doświadczenia z pracy przy reprezentacjach. Najpierw w sezonie 2017/18 do swojego sztabu przy roczniku 2001 włączył go Zalewski, a gdy kadrę tę przejął Wojciech Tomaszewski (2018/19), krośnianin pozostał jego asystentem. W międzyczasie Włodarski po czterech latach przestał pełnić funkcję koordynatora rzeszowskiej AMO, obejmując stanowisko skauta makroregionalnego PZPN na Polskę południowo-wschodnią. W sezonie 2019/20 dołączył do sztabu Dorna w roli analityka przy reprezentacji rocznika 2003.

Potem nastąpił czas pandemii i wszystkie kadry zostały uziemione. Nie odbywały się mecze ani zgrupowania, a skauting można było prowadzić wyłącznie na podstawie analiz archiwalnych materiałów wideo. Kiedy wszystko wróciło do normy, na początku sezonu 2021/22 Włodarski znalazł się w sztabie Dorna w reprezentacji U16, czyli chłopców z rocznika 2006. W październiku 2021 r. kadra rozegrała swój pierwszy międzypaństwowy dwumecz, a przeciwnikiem Białoczerwo-

nym była Litwa. „Włodar” był jeszcze wtedy asystentem, ale już miesiąc później, podczas dwumeczu ze Słowenią, pełnił obowiązki pierwszego trenera. Wszystko dlatego że Dorna objął stanowisko dyrektora sportowego federacji. W styczniu 2022 r. Marcin Włodarski oficjalnie został ogłoszony nowym selekcjonerem reprezentacji Polski rocznika 2006 i automatycznie przestał być skautem. Od tego momentu miał się skupić już tylko na pracy ze swoją kadrą.

Nowy trener reprezentacji od początku miał na nią konkretny pomysł, spójny z filozofią federacji. Jego drużyna ma grać ofensywnie, dominować nad rywalami i doprowadzać do wielu sytuacji jeden na jednego. W jej słowniku nie ma pojęcia „bronienie”, które zostało wyparte przez „atakowanie bez piłki”. Reprezentacja gra wysokim pressingiem i nierzadko to napastnicy pokonują w trakcie meczów największe dystanse.

– Obecny model gry zrodził się w mojej głowie, kiedy prowadziłem rocznik 2001 Karpat w Centralnej Lidze Juniorów. Grając z lepszymi przeciwnikami, zauważyłem, że gdy podchodzimy do nich wysoko, to oni nie są w stanie rozgrywać piłki. Słabszej drużynie możesz dać grać, bo sama się pomyli. Jeśli pozwolisz na to mocniejszej ekipie, a ona złapie swój rytm, to cię zmiążdży – tłumaczy Włodarski. – Grając w ten sposób, zawodnicy dynamicznie się rozwijają. Jeśli bowiem chcesz wymagać takiego stylu w meczu, to musisz też tak trenować. Dzięki temu robi się dużo bardziej intensywnie. Zawodnicy znajdujący się przy piłce grają pod presją, a ich rywale muszą tę presję wywierać – intensywność rodzi się samoczynnie. Z kolei pracując już w reprezentacjach młodzieżowych, zauważyliśmy, że kiedy przegrywaliśmy i nie mieliśmy nic do stracenia, wyhodziliśmy do rywali wyżej i wyglądaliśmy dużo lepiej. Potrafilismy strzelać gole i przejmować kontrolę nad meczami. Pomyśleliśmy wtedy: „Dlaczego nie grać tak od początku meczów?”.

Efektom takiej gry były wysokie zwycięstwa (5:0) w meczach z Anglią i Belgią oraz awans na mistrzostwa Europy. To po tych wydarzeniach o kadrze Włodarskiego i samym selekcjonerze zrobiło się nieco głośniejsze. Zaproszenia do popularnych programów telewizyjnych, coraz liczniejsze wywiady i ogrom pozytywnych komentarzy w żaden sposób nie zmieniły trenera. – To bardzo prawdziwy, szczerzy facet. Jest niezwykle pracowity, pokonuje tysiące kilometrów miesięcznie, by obserwować kandydatów do gry w kadrze. Dotarł do posady selekcjonera, zaczynając na dobrą sprawę od wolontariatu. Teraz staje przed największymi wyzwaniami w dotychczasowej karierze trenerskiej – podkreśla Bartosz Łuczak, który w sztabie reprezentacji U17 odgrywa rolę kierownika.

Na pracowitość „Włodara” zwraca uwagę każda osoba, z którą się o nim rozmawia. – Od kiedy poznaliśmy Marcina i zobaczyliśmy, jak pracuje, wiedzieliśmy, że gdy tylko przyjedzie na zgrupowanie AMO czy Talent Pro, to robota będzie wykonana perfekcyjnie – nie ma wątpliwości Dorna. – Na tegoroczną Zimową Akademię Młodych Orłów Marcin przyjechał specjalnie tuż przed turniejem swojej reprezentacji w Hiszpanii. Wyrobił się tylko na dwa dni, ale i tak chciał wziąć udział w zgrupowaniu – dodaje Konarzewska. Jej zdaniem postawa trenera Włodarskiego jest zaprzeczeniem budowania autorytetu na bazie wywyższania się i wykorzystywania swojej pozycji: – Jest pomocny, zawsze służy radą, doświadczeniem i wiedzą piłkarską oraz okopiłkarską. Ma otwartą głowę. Mając go w sztabie, zawsze czuję się pewniej. Wiem, że mam kogoś, z kim na koniec zawsze się dogadam, mimo że czasem mamy różne zdanie. Marcin jest wyjątkowy, bo budzi sympatię, a jednocześnie szacunek.

OTO PÓŁFINALIŚCI MISTRZOSTW EUROPY

PRZEDSTAWIAMY WSZYSTKICH ZAWODNIKÓW REPREZENTACJI POLSKI U17



Poland Portraits - UEFA European Under-17 Championship Finals 2023 (10)

Półfinał mistrzostw Europy to najlepszy od 11 lat wynik reprezentacji Polski na turnieju tej rangi. W składzie Biało-Czerwonych na tę imprezę znalazło się 21 zawodników. Niektórzy są w niej od zawsze, inni zdążyli rozegrać dopiero po kilka spotkań. Jeden ociera się już o Ekstraklasę i jest zapraszany na testy do Manchesteru United, a inny gra w lidze makroregionalnej. Jeden jest temperamentny i nie może usiedzieć spokojnie w miejscu, podczas gdy drugi woli pozostać w cieniu. Z tego tekstu dowiedzie się, jacy są poszczególni zawodnicy drużyny, która na EURO dotarła do strefy medalowej.

Zacznijmy od krótkiego rysu zespołowego. Reprezentacja U17 gra w systemie 1-3-5-2. Drużyna jest usposobiona bardzo ofensywnie, buduje grę krótkimi podaniami, starając się doprowadzać do licznych sytuacji jeden na jednego. Od każdego z zawodników wymagana jest odwaga, a podejmowanie ryzyka bardzo często spotyka się z pochwałami ze strony sztabu szkoleniowego. Gdy piłkę ma przeciwnik, Polacy podchodzą do niego wysokim pressingiem, chcąc możliwie najszybciej odebrać futbolówkę.

Taki styl doprowadził w tym sezonie Biało-Czerwonych najpierw do wysokich zwycięstw z Anglią i Belgią (po 5:0), potem do awansu na mistrzostwa Europy i wreszcie wywalczenia na nich medalu. Długookresowo priorytetem jest jednak indywidualny rozwój każdego z zawodników. Udział w turnieju na Węgrzech miał w tym rozwoju pomóc, wzbogacając o bezcenne doświadczenia. Kto je zdobył? Poznajcie wszystkich wybrańców trenera Włodarskiego!

1. AXEL HOLEWIŃSKI



Pozycja: bramkarz (1)
Klub: Pogoń Szczecin
Bilans w sezonie 2022/23:
• Centralna Liga Juniorów U19: 18 meczów
• reprezentacja (przed EURO): 1 mecz
• EURO: 1 mecz

Golkiper, który do reprezentacji dołączył całkiem niedawno, bo w lutym bieżącego roku. Choć trenerom z Polskiego Związku Piłki Nożnej znany jest od najmłodszych lat (siedmiokrotnie brał udział w zgrupowaniach Akademii Młodych Orłów), to w pierwszych kilkunastu miesiącach funkcjonowania kadry rocznika 2006 przegrywał rywalizację m.in. z Mateuszem Mędrałą z Lecha Poznań oraz Michałem Matysem z Zagłębia Lubin.

Obdarzony kapitalnymi warunkami fizycznymi Holewiński zadebiutował w reprezentacji w spotkaniu z Belgią podczas towarzyskiego turnieju w Hiszpanii. Zachował czyste konto, drużyna wygrała 5:0, a wychowanek Lechii Tomaszów Mazowiecki zadomowił się w drużynie i mocno naciska na „jedynek”, czyli Miłosza Piekutowskiego.

Zanim trafił do akademii Pogoni Szczecin, Axel (zwany czasem przez trenera Rafała Skórskiego Alexem) w wieku 10 lat przeszedł z Lechii do Ceramiki Opoczno. Było to związane z transferem jego taty. Pan Artur, który również był bramkarzem, w przeszłości zaliczył dwa występy w Ekstraklasie, a na zakończenie kariery grał właśnie w dwóch wymienionych wyżej klubach.

3. JAKUB KRZYŻANOWSKI



Pozycja: lewy środkowy obrońca, ew. lewy wahadłowy (3, 11)
Klub: Wisła Kraków
Bilans w sezonie 2022/23:
• Centralna Liga Juniorów U19: 17 meczów/3 gole
• reprezentacja (przed EURO): 8 meczów/2 gole
• EURO: 5 meczów/1 gol

Jeszcze niedawno leczył kontuzję tydki, która wyeliminowała go z ostatniego zgrupowania kadry przed ogłoszeniem powołań na turniej. Kłopoty zdrowotne i przerwa w treningach nie przeszkodziły mu w znalezieniu uznania w oczach selekcjonera. Ba, „Krzyżu” na EURO zwykle był zawodnikiem wyjściowej jedenastki.

Kuba jest obrońcą o walorach ofensywnych. Ma doskonałe czucie przestrzeni, lubi podłączać się do akcji ofensywnych (a tego od skrajnych środkowych obrońców wymaga model gry kadry) i jest swobodny z piłką przy nodze. Umie znaleźć się w odpowiednim miejscu o odpowiednim czasie, dzięki czemu potrafi strzelić gola. Warto podkreślić, że nie są to bramki charakterystyczne dla środkowych obrońców, czyli strzelane głową po stałych fragmentach gry, a takie wynikające właśnie z „czutki” i orientacji przestrzennej. Dowodzą tego statystyki z trwającego sezonu – Krzyżanowski strzelił w nim łącznie aż sześć goli.

Trener Wisły Radostaw Sobolewski zabiera go czasami na mecze Fortuna 1. Ligi, jednak do dzisiaj lewonozny defensor nie doczekał się debiutu w niej.

2. DOMINIK SZALA

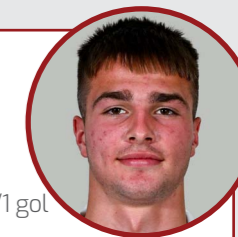


Pozycja: prawy środkowy obrońca, środkowy obrońca (2, 5)
Klub: Górnik Zabrze
Bilans w sezonie 2022/23:
• Centralna Liga Juniorów U19: 15 meczów
• 3. liga: 6 meczów
• reprezentacja (przed EURO): 8 meczów
• EURO: 4 mecze/1 gol

Tak jak tata Holewińskiego zagrał w Ekstraklasie dwukrotnie i znany był przede wszystkim lokalnie, tak ojciec Dominika – pan Wojciech – zaliczył w niej 262 występy, a w latach 2002 i 2006 zdobywał mistrzostwo kraju w barwach Legii Warszawa. Szala junior swoją karierę rozpoczynał – podobnie jak popularny „Łokietek” – w GKS-ie Katowice. W 2021 r. obrońca przeniósł się do Legii, ale był w niej krótko i szybko wrócił na Górny Śląsk. Obecnie jest zawodnikiem Górnika Zabrze, w którym powoli przebija się do podstawowego składu trzecioligowych rezerw.

Trenerzy cenią go za olbrzymie zaangażowanie i podkreślają, jak duży postęp „Szalowy” wykonał w ciągu ostatnich dwóch sezonów. Dominik jest typem zawodnika, którego ból nie jest w stanie powstrzymać przed wyjściem na boisko. Podczas turnieju bardzo pewny punkt obrony Biało-Czerwonych.

4. IGOR ORLIKOWSKI



Pozycja: środkowy obrońca (5)
Klub: Zagłębie Lubin
Bilans w sezonie 2022/23:
• Centralna Liga Juniorów U19: 15 meczów/1 gol
• eWinner 2. liga: 4 mecze
• reprezentacja (przed EURO): 11 meczów
• EURO: 4 mecze

O ile o Szali i Krzyżanowskim przed turniejem można było powiedzieć, że są poważnymi kandydatami do gry w pierwszym składzie reprezentacji, o tyle Orlikowski był pewniakiem. Filar drużyny, jej ostoja i „cichy kapitan”. Zawsze można na niego liczyć: podejmuje prawie wyłącznie dobre decyzje, zawsze zdąży z asekuracją partnera. Nie jest najwyższy – pod tym względem przypomina raczej Michała Pazdana czy Ariela Mosóra – ale dysponuje doskonałym timingiem i bardzo dobrze gra w powietrzu. W tym sezonie przed EURO opuścił tylko jeden mecz kadry – z Anglią w Pucharze Syrenki, kiedy pauzował za żółte kartki.

Po powrocie z Elite Round, czyli na początku kwietnia, zaczął grać w drugoligowych rezerwach Zagłębia, a są tacy, którzy wróżą mu szybki awans do drużyny prowadzonej przez Waldemara Fornalika.

Na co dzień bardzo spokojny. W pokoju zwykle mieszka z klubowym kolegą, Mateuszem Skoczylasem, który poza boiskiem jest przeciwieństwem „Orlika”, „Skoczek” (o którym więcej poniżej) jest prawdopodobnie najbardziej żywiołowym zawodnikiem tej ekipy i czasem potrafi być „menedżerem”. W tej roli doskonale sprawdza się Igor.

5. MICHAŁ GURGUL



Pozycja: lewy środkowy obrońca (3)
Klub: Lech Poznań
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Centralna Liga Juniorów U19: 14 meczów
 • PKO BP Ekstraklasa: 3 mecze
 • eWinner 2. liga: 7 meczów
 • reprezentacja (przed EURO): 4 mecze
 • EURO: 5 meczów

Piłkarze reprezentacji do lat 17 szerszemu gronu kibiców dopiero się przedstawiają, jednak wśród nich są i tacy, których przeciętny kibic powinien już mniej lub bardziej kojarzyć. Do tego grona zalicza się Michał Gurgul, który w barwach Lecha Poznań zaliczył już trzy występy w PKO BP Ekstraklasie, a z „Kolejorzem” jeździł też na mecze Ligi Konferencji UEFA. Na zgrupowanie przed turniejem „Gurgi” dotarł jako ostatni, bo już po jego rozpoczęciu był ze swoją drużyną na meczu z Rakowem w Częstochowie.

Gdyby kilkanaście miesięcy temu zapytać ekspertów od futbolu młodzieżowego o kolejność debiutów piłkarzy z rocznika 2006 w krajowej elicie, Michał zapewne nie byłby wymieniany w pierwszej piątce. Tymczasem on cały czas po cichu robił swoje i dziś jest trzecim, po Karolu Borysie i Krzysztofie Kolanko, zawodnikiem tej kadry z co najmniej jednym meczem na poziomie PKO BP Ekstraklasy. Jednocześnie jego trenerzy są spokojni o to, że komu jak komu, ale jemu to nie zaszkodzi. Gurgul jest bowiem niezwykle skromnym, bardzo poukładanym i zorganizowanym gościem. Na Węgrzech o miejsce w składzie rywalizował z Krzyżanowskim. Wystąpił we wszystkich pięciu spotkaniach, w tym w dwóch od pierwszej minuty.

7. FILIP WOLSKI



Pozycja: wahadłowy (7, 11)
Klub: Lech Poznań
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Centralna Liga Juniorów U19: 14 meczów/2 gole
 • eWinner 2. liga: 8 meczów
 • reprezentacja (przed EURO): 11 meczów/2 gole
 • EURO: 5 meczów/1 gol

„Niesamowity gaz”, „imponujące odejście na pierwszych metrach”, „fenomen motoryczny” – to tylko wybrane odpowiedzi ekspertów na pytanie o charakterystykę Wolskiego. Co odważniejsi twierdzą, że „Wolu” jest w stanie wygrać pojedynek biegowy z każdym przeciwnikiem w swojej kategorii wiekowej. Szybkość lokomocyjna jest bez wątpienia olbrzymim atutem Filipa, z którego wahadłowy często korzysta. Co ważne, w piłkę też grać potrafi. Jeszcze jako zawodnik Korony Kielce Wolski sięgał po koronę króla strzelców Centralnej Ligi Juniorów U15. Latem przebywał na zgrupowaniu z pierwszym zespołem „Kolejorza”, a w kwietniu już regularnie grał w drugoligowych rezerwach. Kwestią czasu wydaje się jego debiut w ekipie Johna van den Bromy.

Choć Wolski jest prawonożny, to w drużynie trenera Włodarskiego zwykle gra na lewym wahadle. To daje zespołowi sporo możliwości i sprawia, że rywal nie nastawia się wyłącznie na zbiegnięcia Filipa do linii końcowej i dośrodkowania. Jego repertuar zagrań jest o wiele bogatszy.

W trwającym sezonie „Wolu” opuścił tylko jeden mecz kadry – z Andorą w pierwszej fazie kwalifikacji do EURO.

6. MAKSYMILIAN SZNAUCNER



Pozycja: defensywny pomocnik (4)
Klub: PAOK Saloniki
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Super League U19: 24 mecze
 • reprezentacja (przed EURO): 9 meczów

• EURO: 4 mecze/1 gol

Kolejne piłkarskie nazwisko w kadrze i kolejny raz nie jest to przypadkowa zbieżność. Maks to starszy z dwójki synów Mirosława, dwukrotnego reprezentanta Polski, który w przeszłości grał w GKS-ie Katowice z tatą Dominika Szali. Świat jest mały? Jeszcze jak! Okazuje się, że Sznaucnera juniora zna również... selekcjoner seniorskiej reprezentacji Fernando Santos. Na jednym ze spotkań w siedzibie PZPN portugalski trener wraz ze swoimi asystentami był wprowadzany w Informatyczny System Obserwacji i Skautingu. Dyrektor sportowy federacji Marcin Dorna na konkretnych przykładach pokazywał funkcjonalność systemu i w pewnym momencie kliknął w nazwisko piłkarza, o którym wiedział, że powstaje na jego temat sporo raportów. Kiedy na ekranie wyświetliło się nazwisko „Sznaucner”, Portugalczycy od razu przypomnieli sobie czasy pracy w PAOK-u Saloniki (lata 2007–10). Piłkarzem tego zespołu był wówczas pan Mirosław, któremu zdarzało się zabierać do ośrodka klubowego swojego trzyletniego syna. Santos i jego współpracownicy doskonale tego chłopca pamiętają.

Sam Maks od 4. roku życia trenuje w PAOK-u, a jego tata jest trenerem w tamtejszej akademii. Z racji miejsca urodzenia Sznaucnerem juniorem interesowała się grecka federacja. PZPN zaalarmował o tym... Piotr Włodarczyk, dobrze zorientowany w tamtejszym rynku. Członkowie sztabu kadry obejrzeni kilka meczów Maksa, powołali go na zgrupowanie selekcyjne, a po roku nikt już nie wyobraża sobie drużyny bez niego. Na EURO zdobył swoją pierwszą bramkę w narodowych barwach.

8. KAROL BORYS



Pozycja: środkowy pomocnik (8)
Klub: Śląsk Wrocław
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Centralna Liga Juniorów U19: 2 mecze
 • PKO BP Ekstraklasa: 6 meczów
 • eWinner 2. liga: 7 meczów
 • reprezentacja (przed EURO): 11 meczów
 • EURO: 5 meczów/3 gole

Dzień po drugim meczu Polaków na turnieju (21 maja) minął rok od jego debiutu w PKO BP Ekstraklasie. Karol miał wówczas 15 lat, 7 miesięcy i 23 dni i był pierwszym zawodnikiem ze swojego rocznika, który dokonał tej sztuki. Wydawało się, że w sezonie 2022/23 na stałe zadomowi się w pierwszym zespole Śląska, tymczasem skończyło się na sześciu występach, w tym dwóch od pierwszej minuty. Potem w klubie zabrakło chyba konkretnego planu na „Karię”, w efekcie czego ten nie grał zbyt dużo ani w pierwszej drużynie, ani w rezerwach, ani w Centralnej Lidze Juniorów. Nie zmieniło to jednak jego pozycji w reprezentacji – ta pozostaje silna, a Borysa śmiało można nazywać jednym z filarów drużyny Marcina Włodarskiego. W tym sezonie Karol nie zagrał jedynie w feralnym spotkaniu pierwszej fazy kwalifikacji do EURO przeciwko Czarnogórze (0:2).

W świadomości skautów i trenerów PZPN funkcjonuje prawdopodobnie najdłużej spośród wszystkich chłopaków urodzonych w 2006 r. Asystent w sztabie Włodarskiego – Ryszard Robakiewicz – kilka lat temu jeździł monitorować zajęcia prowadzone w Akademii Młodych Orłów w Nysie. Gdy wracał do siedziby federacji z raportem, za każdym razem do znużenia powtarzał, że w województwie opolskim rośnie prawdziwa perła. Później, w trakcie zgrupowań AMO, Borys stał się ulubieńcem fizjoterapeuty Łukasza Pawika, który także znalazł się w sztabie kadry na turniej na Węgrzech.

Swego czasu „Kari” był łączony z angielskimi klubami, a w Manchesterze United przebywał nawet na kilkudniowych testach. Zawsze pierwszy pod względem przebiegniętych kilometrów – czy to mecz, czy trening. Poza boiskiem z jego twarzy nie schodzi uśmiech, a pozytywną energią zaraża wszystkich wokół.

10. DANIEL MIKOŁAJEWSKI



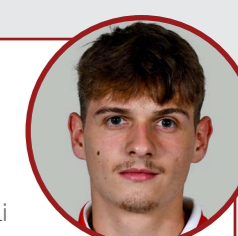
Pozycja: napastnik (9)
Klub: Parma Calcio
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Primavera U19: 14 meczów/2 gole
 • Campionato Nazionale U18: 13 meczów/11 goli
 • reprezentacja (przed EURO): 12 meczów/7 goli
 • EURO: 4 mecze/2 gole

Drugi ze wspomnianych przy okazji Tomczyka napastników. Zawodnik, który uwielbia strzelać gole zawsze i wszędzie – także te treningowe sprawiają mu sporo radości. Jest bardzo ambitny, chce grać wszystkie mecze w pełnym wymiarze czasowym. Biję od niego charyzma, ma duży wpływ na kolegów, a niektórzy porównują jego charakter do młodego Zbigniewa Bońka. Być może to stąd wziął się pseudonim Mikołajewskiego („Zibi”).

Niewiele brakowało, a z jednym z najwybitniejszych polskich piłkarzy łączyłaby go również przynależność klubowa. Daniel miał bowiem trafić do Romy. Ostatecznie przed tym sezonem kupił go inny włoski klub – Parma. W Italii Mikołajewski hurtowo strzelał gole w rozgrywkach U18, zapracował na awans do zespołu występującego w Primavera, a według Adriana Benedyczaka na początku roku „Zibi” miał nawet trenować z pierwszą drużyną.

Obecnie wychowanek Jaguara Gdańsk znowu więcej gra w zespole U18. W Primavera rywalizację wzmocnił o rok od niego starszy Mateusz Kowalski, pozyskany za milion euro z Jagiellonii Białystok.

9. OSKAR TOMCZYK



Pozycja: napastnik (9)
Klub: Lech Poznań
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Centralna Liga Juniorów U19: 8 meczów/6 goli
 • eWinner 2. liga: 9 meczów/1 gol
 • reprezentacja (przed EURO): 9 meczów/11 goli
 • EURO: 5 meczów/1 gol

Król hat-tricków. W biało-czerwonym stroju zaliczył ich już aż pięć: pierwsze dwa przeciwko Litwie w październiku 2021 r. (jeszcze pod szyldem U16), kolejne dwa w pierwszej fazie kwalifikacji (z Andorą i Austrią), a ostatniego (jak dotychczas!) – przeciwko Belgii w lutowym turnieju w La Mandze. Tomczyk od hat-tricka zaczął swoje występy w narodowych barwach. Przed pandemią Polski Związek Piłki Nożnej co roku organizował międzypaństwowy mecz w kategorii U14. Chłopcy na niego zaproszeni nie tworzyli jeszcze oficjalnej reprezentacji, choć de facto do tego się ten projekt sprowadzał. W październiku 2019 r. rywalem Polski była w takim meczu Ukraina. „Osa” rozpoczął to spotkanie na ławce rezerwowych. Na boisku pojawił się po przerwie i oczywiście zdążył strzelić trzy gole.

Skuteczność Tomczyka docenili również w Lechu, przesuując go na stałe z juniorów do drugoligowych rezerw. W ostatnim czasie wychowanek Królewskich Płock był podstawowym napastnikiem drugiej drużyny „Kolejorza”. W kadrze gra często (opuścił tylko wrzesniowy Puchar Syrenki), podobnie zresztą jak trzej pozostali snajperzy. Rywalizacja w ataku kadry jest zacięta, a sposób gry drużyny taki, że każdy dostaje swoje minuty. Trener Włodarski wymaga od swoich napastników dynamicznego podbiegania do pressingu, co sprawia, że pokonują oni duże dystanse na wysokiej intensywności. Przeważnie więc obaj są zmieniani w trakcie spotkania.

11. KRZYSZTOF KOLANKO



Pozycja: wahadłowy (7, 11)
Klub: Górnik Zabrze
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Centralna Liga Juniorów U19:** 2 mecze
- **PKO BP Ekstraklasa:** 4 mecze
- **3. liga:** 13 meczów/2 gole
- **reprezentacja (przed EURO):** 12 meczów/2 gole
- **EURO:** 5 meczów

Pod nieobecność chorego na mononukleozę Patryka Olejnika kapitan drużyny. Na opaskę zapracował postawą na boisku, ale i poza nim. Przed meczem potrafi w dwóch – trzech zdaniach uderzyć w takie tony, że nikt nie potrzebuje dodatkowej motywacji. Chronologicznie drugi (po Borysie) debiutant w PKO BP Ekstraklasie, w której jesienią zaliczył cztery kilkuminutowe występy. Potem grał już tylko w trzecioligowych rezerwach i dwukrotnie w CLJ. Nie opuścił żadnego meczu reprezentacji i tylko jedno z nich (z Anglią) rozpoczął wśród rezerwowych.

Jest piłkarzem niejednowymiarowym, lubiącym łamać akcje do środka boiska. Po tych udanych nad boiskiem unosi się okrzyk trenera Włodarskiego. „Brawo Krzysiu!” – jeśli jesteś w pobliżu boiska, na którym trenuje lub gra reprezentacja U17, z pewnością nie raz usłyszysz tę zbitkę słów. Swego czasu Krzysia chwalił też inny selekcjoner. W trakcie jednego ze zgrupowań Talent Pro w 2021 r. ówczesny trener seniorskiej reprezentacji Paulo Sousa był zauroczony postawą zawodnika Górnika. W Zabrzu Kolanko często słyszy porównania do klubowej legendy, Zygryda Szottysyka.

Po zejściu z boiska w życiu Krzysia nie może być nudy. Wahadłowy uwielbia chociażby pływać, grać w bilard czy w szachy. Sporo czasu spędza z Mateuszem Skoczylasem, a to gwarancja rozrywki. Kolanko to również osoba z prawdopodobnie najzdrowszym użębieniem w ekipie. Jego rodzice oraz siostra są bowiem stomatologami.

12. JAKUB STĘPAK



Pozycja: bramkarz (1)
Klub: Wisła Kraków
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Centralna Liga Juniorów U19:** 2 mecze
- **Centralna Liga Juniorów U17:** 14 meczów

- **reprezentacja (przed EURO):** 2 mecze
- **EURO:** bez występu

Zawodnik pełniący na Węgrzech dość niewdzięczną rolę. Do mistrzostw Europy można bowiem zgłosić 20 zawodników, a każda reprezentacja ma możliwość zabrania na turniej także trzeciego bramkarza, który jednak pozostaje poza oficjalną kadrą. Mimo to „Stępi” jest ważnym ogniwem zespołu. Widać to w hotelu czy w czasie wolnym, ale udowodnił to też podczas pierwszej fazy kwalifikacji do EURO. To wtedy wrócił do reprezentacji po kilkumiesięcznej przerwie. Miał być drugim bramkarzem. I był – do przerwy spotkania z Czarnogorą, kiedy zastąpił kontuzjowanego Piekutowskiego. Zadanie miał trudne, ale wywiązał się z niego bez zarzutu i zagrał jeszcze w meczu z Andorą.

W Budapeszcie brat udział we wszystkich treningach i pozostawał w gotowości. W każdej drużynie jest ktoś, kto pełnił tę funkcję. Biało-czerwoni mają szczęście, że w ich przypadku był to ktoś tak optymistycznie nastawiony do życia jak „Stępi”.

14. MATEUSZ SKOCZYLAS



Pozycja: ofensywny pomocnik, napastnik (8, 9, 10)
Klub: Zagłębie Lubin
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Centralna Liga Juniorów U19:** 11 meczów/5 goli
- **reprezentacja (przed EURO):** 11 meczów
- **EURO:** 4 mecze/3 gole

Trochę już o nim wspomnieliśmy przy okazji innych zawodników. Nieoczywista postać, doskonale znająca swoją wartość, ale nie epatująca nią. Wie swoje i działa po swojemu, a jednocześnie nie ma najmniejszego problemu z kontaktem z innymi. Gdy drużyna ma trochę więcej wolnego czasu (np. w oczekiwaniu na lot) i pojawia się zagrożenie nudą, „Skoczek” jest osobą, która momentalnie ją zwalcza. Lubi wówczas przyjmować różnego rodzaju wyzwania od kolegów. Czasem kończy się to statusem dyżurnego na następny dzień (a to kara za drobne występki). Skoczylas zdążył się już z tą funkcją oswoić i w ten sposób zwykle to on dba o te najmniej przyjemne rzeczy, jak np. transport najcięższej skrzynki na lotnisku.

Na boisku Mateusz jest równie, a może nawet i bardziej niekonwencjonalny. Bardzo dobrze rozumie grę, ma niesamowitą wyobraźnię przestrzenną i zwykle wybiera optymalne rozwiązania. Co prawda, w tym sezonie przed mistrzostwami w kadrze gola nie strzelił, ale i tak miał ogromny wpływ na grę zespołu. Jego zagrania są w zdecydowanej większości ofensywne, a sam „Skoczek” dużo widzi i ma smykałkę do asyst i kluczowych podań.

15. NICO ADAMCZYK



Pozycja: prawy środkowy obrońca, środkowy obrońca (2, 5)
Klub: Borussia Dortmund
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Bundesliga U17:** 15 meczów
- **reprezentacja (przed EURO):** 6 meczów
- **EURO:** 4 mecze

Jeden z dwóch urodzonych i wychowanych w Niemczech zawodników reprezentacji. To, że trafił do kadry, zawdzięczamy skautom zagranicznym z Maciejem Chorążym na czele. A niewiele brakowało, by nasi zachodni sąsiedzi sprzątnęli nam Nico sprzed nosa. W listopadzie 2021 r. Adamczyk zagrał w meczu reprezentacji Niemiec U16 przeciwko Czechom, a już 12 dni później przywdziewał koszulkę Polski w spotkaniu ze Słowenią. Kiedy już Nico i jego tata – pan Adrian – zdali sobie sprawę z zainteresowania polskiej federacji, nie mieli wątpliwości, w której kadrze ma grać obrońca Borussia.

Adamczyk jest wysokim i twardym zawodnikiem. Wrócił po wyleczeniu długotrwałej kontuzji i przegrał rywalizację o miejsce w podstawowej jedenastce z będącym w rewelacyjnej formie Dominikiem Szalą. Mówi po polsku z charakterystycznym śląskim akcentem, a z jego słuchawkach często leci polski hip-hop.

16. KRZYSZTOF KUROWSKI



Pozycja: wahadłowy (7, 11), ew. lewy środkowy obrońca (3)
Klub: Śląsk Wrocław
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Centralna Liga Juniorów U19:** 18 meczów
- **eWinner 2. liga:** 5 meczów
- **reprezentacja (przed EURO):** 5 meczów
- **EURO:** 2 mecze

Jeden z dwóch – obok Szymona Kądziołki – zawodników późno dojrzewających, w przeszłości powoływany na zgrupowania w ramach projektu FUTURE. Uniwersalny, mogący zagrać na jednym z wahadeł lub jako skrajny środkowy obrońca. „Kura” jest lewonożny, a do jego głównych atutów w ofensywie należy dośrodkowanie w pełnym biegu. Jest szybki i zwinny, a w fazie bronięcia nigdy nie kalkuluje, nie opóźnia ani nie spycha przeciwnika, tylko zawsze stara się odebrać piłkę. To do niego musi należeć ostatnie słowo w pojedynku.

Do drużyny dołączył stosunkowo późno, ale wcześniej nie zrażał się ich brakiem. Robił swoje, wiedząc, że to przyniesie efekty. W ten sposób wywalczył sobie miejsce w kadrze. Skromny i spokojny na co dzień Kurowski na boisku zmienia się nie do poznania. „Gryzie trawę”, walczy o każdy centymetr boiska, nie uznaje pojęcia „stracona piłka”. W lutym został włączony do kadry drugoligowych rezerw Śląska.

17. MIKE HURAS



Pozycja: napastnik (9)
Klub: VfB Stuttgart
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Bundesliga U17:** 16 meczów/14 goli
- **reprezentacja (przed EURO):** 12 meczów/6 goli
- **EURO:** 5 meczów/1 gol

Trzeci najskuteczniejszy zawodnik reprezentacji i trzeci najlepszy strzelec Bundesligi U17. Autor kluczowego w kontekście awansu na EURO gola przeciwko Czechom (1:0) oraz hat-tricka w pamiętnym meczu z Anglią w Pucharze Syrenki. Zdajemy sobie sprawę, że o zbyt wielu zawodnikach zwykło się mawiać, że potrafią uderzyć, jednak w kontekście Mike'a takie sformułowanie jest jak najbardziej uzasadnione. To on w tej kadrze strzelił najwięcej goli sprzed pola karnego. Jest świadomy tego atutu. Wie, że gdy obróci się przodem do bramki i zyska nieco przestrzeni wokół siebie, dla rywala jest to jak wyrok. Biega dużo na wysokiej intensywności. Swego czasu śmiano się, że GPS-y na nim się przegrzewają. Jednocześnie, kiedy pełni funkcję rezerwowego, to godzi się z nią, bo ma świadomość, że przy sposobie gry zespołu na pewno otrzyma swoją szansę i chce być zawsze gotowy, aby ją wykorzystać.

Urodził się w Niemczech, dobrze mówi po polsku, choć jest raczej cichy i zamknięty w sobie. Trzyma się – bez niespodzianki – z Nico Adamczykiem.

19. IGOR BRZYSKI



Pozycja: defensywny pomocnik (4)
Klub: Lech Poznań
Bilans w sezonie 2022/23:

- **Centralna Liga Juniorów U19:** 15 meczów
- **eWinner 2. liga:** 1 mecz
- **reprezentacja (przed EURO):** 4 mecze (U16), 6 meczów (U17)
- **EURO:** 5 meczów

Jedyny zawodnik z rocznika 2007 w zespole. To w kadrze do lat 16 prowadzonej przez selekcjonera Rafała Lasockiego rozpoczął sezon 2022/23, w jednym ze spotkań odgrywając nawet rolę kapitana. Pierwsze powołanie od Marcina Włodarskiego otrzymał w lutym, po tym jak jego klubowy kolega, Patryk Olejnik, ciężko zachorował. Z aklimatyzacją nie miał problemów, bo na każde zgrupowanie przyjeżdżał w licznej ekipie z Lecha. Po powrocie z Elite Round został włączony do kadry rezerw „Kolejorza” i całkiem niedawno, bo 7 maja 2023 r., doczekał się debiutu na poziomie seniorskim.

„Brzycha” jest bardzo ambitny i sumienny. Bardzo mu zależy, a kiedy trafił do reprezentacji, robił wszystko, by się pokazać i w niej pozostać. W Budapeszcie zapewne będzie mógł liczyć na wsparcie rodziny, na czele z tatą, który jeździ na niemal wszystkie mecze syna. Miłość do sportu zarówno Igor, jak i pan Mariusz odziedziczyli po panu Jerzym, czyli dziadku „Brzyski”, który jest doktorem gdańskiej Akademii Wychowania Fizycznego.

20. FILIP REJCZYK



Pozycja: środkowy pomocnik (4, 6)
Klub: Legia Warszawa
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Centralna Liga Juniorów U19: 9 meczów
 • 3. liga: 5 meczów
 • reprezentacja (przed EURO): 11 meczów/6 goli
 • EURO: 5 meczów/1 gol

Kto wie, czy to nie będzie kolejny debiutant z tej kadry na poziomie PKO BP Ekstraklasy. Zimą przepracował okres przygotowawczy z zespołem Kosty Runajcia, na co dzień z nim trenuje, a w marcu zasiadł na ławce rezerwowych w ligowym spotkaniu z Górnikiem Zabrze. Biorąc pod uwagę moment sezonu, gdyby nie wyjazd na EURO, Filip mógłby otrzymać szansę w starciu z Lechią Gdańsk lub Śląskiem Wrocław, co przyznał nawet szkoleniowiec Legii.

„Reju” jest raczej małomówny, czasem może sprawiać wrażenie, że brakuje mu wiary we własne możliwości. A te są ogromne. Wyjątkowy pod względem fizycznym – to atleta, który może nie jest bardzo mobilny i nie pokonuje szybkim biegiem czy sprintem dużych dystansów, ale w kontakcie z rywalem jest fenomenalny. Wyłączając trójkę snajperów, Rejczyk jest też najlepszym strzelcem ekipy Włodarskiego. W tym sezonie popisał się hat-trickiem w towarzyskim spotkaniu ze Szwecją (5:2). Potrafił też strzelić gola z własnej połowy boiska w ostatnim meczu kwalifikacji do mistrzostw Europy.

Urodzony w Sokolnikach pod Sandomierzem, karierę rozpoczął na Podkarpaciu – w zespole DAP Lider. Do Legii trafił przez Stal Mielec i Profi Zielonki. Ma swoje rutyny przedmeczowe, które wykorzystuje w celu optymalnego przygotowania mentalnego do każdego spotkania.

22. MIŁOSZ PIEKUTOWSKI



Pozycja: bramkarz (1)
Klub: Jagiellonia Białystok
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Centralna Liga Juniorów U19: 15 meczów
 • 3. liga: 2 mecze
 • reprezentacja (przed EURO): 8 meczów
 • EURO: 4 mecze

„Ofensywny” bramkarz, od najmłodszych kategorii wiekowych potrafiący bardzo dobrze wprowadzać piłkę do gry. W ostatnim czasie bardzo rozwinął się także w aspektach defensywnych, a dodatkowo szybko urosł. Jeszcze w sierpniu 2019 r. podczas Letniej Akademii Młodych Orłów trener Andrzej Dawidziuk mówił o nim tak: – Nie skreślamy nikogo. Jest z nami chociażby Miłosz Piekutowski, który w tym momencie jest niższy od kolegów, jednak w każdej chwili może urosnąć.

Inwestycja w „Piekuta” sptaca się w kadrze, ale i w klubie. Miłosz znajduje się przy pierwszym zespole Jagiellonii Białystok, której od dziecka kibicuje. Większość sezonu spędził na grze w Centralnej Lidze Juniorów, ale pod koniec kwietnia wystąpił w dwóch meczach trzeciogowych rezerw „Jagi”. Jest jednym z weteranów reprezentacji i jej pierwszym bramkarzem. W ostatnim czasie zmieniali się jego rywale do gry, a on mimo mocnej konkurencji utrzymywał swoją pozycję. Pewnie dlatego że jest bardzo pracowity, sumienny i twardo stąpa po ziemi.

21. SZYMON KĄDZIOŁKA



Pozycja: środkowy pomocnik (6, 8)
Klub: Stal Rzeszów
Bilans w sezonie 2022/23:
 • Fortuna 1. Liga: 1 mecz
 • 4. liga: 16 meczów/2 gole

• reprezentacja (przed EURO): 10 meczów
 • EURO: 2 mecze/1 gol

Szymon, tak jak Krzysztof Kurowski, jest zawodnikiem sklasyfikowanym jako późno dojrzewający, czyli taki, który w pewnym momencie swojego życia biologicznie miał mniej lat od rówieśników, przez co był od nich starszy fizycznie. To właśnie z myślą o takich piłkarzach jak „Kądi” powstał projekt FUTURE, a powołanie dla pomocnika Stali Rzeszów na turniej mistrzowski jest najlepszym dowodem na to, że opieka nad tego typu chłopcami ma sens.

W kadrze trenera Marcina Włodarskiego Kądziołka pojawił się po raz pierwszy pod koniec sezonu 2021/22 – równo rok temu na konsultacji szkoleniowej w Siedlcach. Od tego czasu nie opuścił żadnego zgrupowania i przed EURO występował w prawie każdym meczu, choć w większości pojawia się na murawie z ławki rezerwowych. W tym sezonie nie zagrał z Czechami i Portugalią podczas Elite Round. Na Węgrzech grał mniej – zaliczył kilkadziesiąt minut z Irlandią oraz potówkę z Walią.

Szymon to zawodnik dobrze czujący się z piłką przy nodze, potrafiący dograć partnerowi „na nos”. Jest rozbiegany i przez całe piłkarskie życie związany ze Stalą Rzeszów, w seniorach której 8 kwietnia 2023 r. zadebiutował w Fortuna 1. Lidze. Prowadzi Twittera, a gdy jeden z jego postów podał dalej Michał Pol, koledzy szybko ochrzczili „Kądiego” influencerem.

23. PIOTR KOWALIK



Pozycja: prawy środkowy obrońca, środkowy obrońca (2, 5)
Klub: Sandecja Nowy Sącz
Bilans w sezonie 2022/23:
 • liga makroregionalna U19: 20 meczów/5 goli
 • liga okręgowa: 2 mecze
 • reprezentacja (przed EURO): 3 mecze
 • EURO: 1 mecz

Najlepszy przykład na to, że droga do reprezentacji otwarta jest dla każdego i w każdym momencie. „Kowal” w przeciwieństwie do wielu kolegów nie ma jeszcze przetarcia w piłce seniorskiej na profesjonalnym poziomie, a w tej młodzieżowej nie występuje nawet na poziomie Centralnej Ligi Juniorów – jego Sandecja rywalizuje w lidze makroregionalnej. Piotr jako jedyny z kadry na EURO nie znalazł się w kadrze na żadną z rund kwalifikacyjnych, a jedyne przed turniejem występy w koszulce z orzełkiem na piersi zaliczył podczas lutowego turnieju towarzyskiego w La Mandze. Zagrał też w nieoficjalnym meczu kontrolnym z Pogonią Siedlce i w 1. minucie strzelił gola na oczach siedzącego na trybunach selekcjonera Fernando Santosa.

Kowalik to twardy stoper o nieprawdopodobnym poziomie zaangażowania i determinacji. Dostojnie wywalczył sobie miejsce w kadrze. Swoim podejściem zaraża innych, dzięki czemu treningi zyskują na intensywności. Prawdziwy góralski charakter o niepohamowanej wręcz ambicji.

Sztab szkoleniowy reprezentacji Polski U17:

- Marcin Włodarski** (selekcjoner),
- Ryszard Robakiewicz** (asystent),
- Dariusz Kotodziej** (asystent),
- Artur Gadzicki** (analityk),
- Rafał Skórski** (trener bramkarzy),
- Jakub Marynowicz** (trener przygotowania motorycznego),
- Łukasz Pawik** (fizjoterapeuta),
- Hubert Gotąbek** (fizjoterapeuta),
- Jarosław Jeziński** (lekarz),
- Stanisław Baboń** (kitman),
- Bartosz Łuczak** (kierownik).

Rafał Cepko



EURO U17 – POMECZOWE WYPOWIEDZI TRENERÓW

17.05.2023 POLSKA – IRLANDIA 5:1 (2:1)



MARCIN WŁODARSKI:

Irlandczycy próbowali zmienić ustawienie i zagrać w systemie 1-5-3-2, ale bardzo ciężko jest to zrobić, gdy na co dzień tego nie ćwiczysz. Fakt, że przeciwnik rezygnuje ze swojego stylu na koszt tego, aby się nam przeciwstawić, świadczy o tym, że jesteśmy mocną drużyną i się nas boi.

Już podczas rozgrzewki widzieliśmy, że nasi rywale są rozprężeni. Wyglądali średnio, natomiast przy голу wykorzystali to, co mają najmocniejszego, czyli fazę przejściową do ataku. Wiedzieliśmy, że to ich atut. W tej akcji myśleliśmy bardzo mocno o atakowaniu – i oczywiście tego chcemy – ale obrońcy muszą myśleć też o tym, żeby bronić. A z trójki defensorów dwóch wyszło do przodu. To jest do poprawy.

Mimo że szybko straciliśmy gola, cały czas graliśmy swoje. Po naszych zawodnikach było widać pewność siebie. Cały czas dążyliśmy do tego, aby najpierw wyrównać, a potem strzelać kolejne gole.

Mecz z Irlandią traktujemy jako pierwszy krok. A tych kroków chcemy postawić kilka. To jest dopiero początek naszej pracy na tym turnieju.

COLIN O'BRIEN:

Już przed meczem wiedzieliśmy, że Polska to dobry zespół z wieloma utalentowanymi i atletycznymi zawodnikami. Ich umiejętności techniczne wywarły na nas duże wrażenie. Mimo to spodziewaliśmy się, że mecz będzie bardziej wyrównany. Tak to już jest, że mecze otwarcia na wielkich imprezach bywają nieprzewidywalne.

Zaczelśmy od zdobycia bramki, ale potem Polska była po prostu lepsza. Nie możemy narzekać na ten wynik, nie jest on przypadkowy. Powinniśmy byli lepiej się bronić. Rywale stwarzali sobie sporo okazji już w pierwszej połowie i na jej zakończenie strzelili gola na 2:1. Potem tylko dokładali kolejne, a my nie byliśmy w stanie nic z tym zrobić. Polska była silna jako drużyna, ale indywidualnie z pewnością wyróżnić można Krzysztofa Kolanko, który jest świetnym dryblerem.

To pierwszy mecz w turnieju, przed nami dwa kolejne. Musimy przetrwać tę porażkę i przygotować się do tego, by już za trzy dni pokazać się z dużo lepszej strony.



23.05.2023 WALIA – POLSKA 3:0 (0:0)



CRAIG KNIGHT:

Wiedzieliśmy, że to nasz ostatni mecz w turnieju, ale to nie mogło zmienić naszego podejścia. To wciąż mecz międzypaństwowy, a my reprezentujemy nasz kraj, więc niezależnie od okoliczności musimy to robić z dumą.

Polska data się wcześniej poznać jako bardzo „swobodna” drużyna z wielkimi talentami. Bardzo podoba mi się styl gry waszego zespołu. Byliśmy przygotowani na niezwykle trudne spotkanie. Zależało nam, aby unicestwić mocne



20.05.2023 WĘGRY – POLSKA 3:5 (0:2)



ATTYLA BELVON:

Podobnie jak w meczu z Walią, mój zespół zagrał lepiej w drugiej połowie. Tyle że tamten mecz wygraliśmy, a ten przegraliśmy. Popelniliśmy bowiem kilka błędów, które przeciwnik wykorzystał z zimną krwią. Polacy grali w sposób bardzo zorganizowany, dobrze bronili, wysoko nas naciskając. Do tego zaprezentowali duże umiejętności indywidualne.

Po przerwie rzuciliśmy się do odrabiania strat. Bardzo chcieliśmy wyrównać, ale szybko straciliśmy kolejną bramkę. To taki moment, po którym ciężko się podnieść. Chłopcy się jednak nie poddali. Widać było ich dobre nastawienie, nawet jeśli w naszej grze nie wszystko wychodziło. Podkreślam, że to naturalne, że na tym poziomie nie zawsze jest idealnie.

W szatni po meczu powiedziałem zawodnikom, żeby w kolejnym spotkaniu walczyli o siebie, swoje rodziny, swoich bliskich i kibiców, bo w meczu z Irlandią musimy zrobić wszystko, aby to reprezentacja Węgier awansowała do ćwierćfinału mistrzostw. Aby tak się stało, w trzecim spotkaniu nie możemy popełnić tych samych błędów co przeciwko Polakom.



MARCIN WŁODARSKI:

Było dzisiaj trochę nerwów, ale patrząc na wszystko na chłodno, strzeliliśmy dziesięć goli w dwóch meczach i zapewniliśmy sobie awans z grupy z pierwszego miejsca jeszcze przed rozegranie ostatniego spotkania.

Gramy bardzo otwarty futbol, stąd wynik bardziej hojowy niż piłkarski. Chcemy grać jak najlepiej, chłopaki się starają, ale nie zawsze wszystko wychodzi idealnie. Taki mecz jak ten z Węgrami to potężna dawka wiedzy. Przyjechaliśmy tutaj między innymi po materiał do nauki, by zawodnicy, wchodząc do starszych reprezentacji, byli dużo bardziej doświadczeni.

Przy prowadzeniu 3:0 powinniśmy spokojniej rozgrywać piłkę – tak jak to robiliśmy w meczu z Irlandią. Może dziwnie to zabrzmie, ale niepotrzebnie graliśmy do tyłu, pozwalając rywalowi się napedzać. To nie jest nasze DNA, tak nie chcemy grać. Niestety po dwóch takich wstecznych podaniach przeciwnicy przechwycili piłkę i strzelili gole. Nie będę oszukiwał – wtedy, przy wyniku 3:2, po dwóch głupio straconych bramkach, obawiałem się, że możemy za bardzo się cofnąć. Przy tumulcie z trybun chłopaki nie słyszeli wszystkich wskazówek z ławki, ale sami wiedzieli, aby przesunąć się wyżej. Efektem tego były kolejne gole dla nas.

Bardzo dziękujemy polskim kibicom, którzy tak licznie pojawili się na stadionie. Awansować do kolejnej fazy przy swoich rodzinach to piękna sprawa. Cieszymy się, że dostarczamy tylu pozytywnych emocji.

strony przeciwników. Wydaje mi się, że nam się to udało, a Polacy momentami byli sfrustrowani. W efekcie sami doczekaliśmy się swoich okazji i wreszcie byliśmy skuteczni. Tego zabrakło nam we wcześniejszych meczach z Węgrami i Irlandią. Gdybyśmy w nich wykorzystali swoje sytuacje, być może teraz szyciwalibyśmy się do ćwierćfinału.

MARCIN WŁODARSKI:

Wynik dzisiejszego meczu zdecydowanie nie ułożył się po naszej myśli. Wiedzieliśmy, że Walijszczyki się wycofają i będą grali z kontry. Właśnie tak to wyglądało. Rywale byli bardzo dobrze przygotowani taktycznie, grali piłkę „seniorską”. Cierpliwie czekali na swoje okazje i się ich doczekali. Jak na to, jak nisko grali, to my stworzyliśmy sobie kilka bardzo dobrych sytuacji. Nie wykorzystaliśmy ich i – jak to często w piłce bywa – to się na nas zemściło.

Ten wynik jest trochę za wysoki, ale wiadomo, że jest to piłka młodzieżowa. Chcemy grać odważnie i do przodu, więc czasem się nadziejemy i takie wyniki też się zdarzą. Dobrze, że dzisiaj bez żadnych poważniejszych konsekwencji.

Ostrzegaliśmy chłopców, że Walia to bardzo groźna drużyna, ale gdy oni spojrzeli w tabelę przed tym spotkaniem, zobaczyli, że z drużynami, którym my strzeliliśmy 10 goli, Walijszczyki nie strzelili żadnego. Zawodnicy mieli to z tyłu głowy. Nie weszliśmy dobrze w ten mecz, potem prowadziliśmy grę, ale nie wyglądało to tak dobrze, jak w dwóch poprzednich spotkaniach.

Zbyt rzadko podejmowaliśmy dzisiaj ryzyko w pojedynkach. Każdy odsuwał od siebie odpowiedzialność. Zbyt często dzieliliśmy się piłką i graliśmy w poprzek.

27.05.2023 POLSKA – SERBIA 3:2 (1:0)



ALEKSANDAR LUKOVIĆ:

Przed meczem spodziewałem się tego, co ostatecznie zobaczyliśmy na murawie. Polacy zagraли bardzo wysokim pressingiem, zwłaszcza w pierwszej połowie. To był szalony mecz i jestem pewny, że kibice mieli dużą przyjemność z oglądania go. Ja, jako trener, miałem tej przyjemności troszeczkę mniej.

W przerwie dokonaliśmy kilku zmian taktycznych, a w zawodników wstąpiła nowa energia. Druga połowa była w naszym wykonaniu lepsza. Nie wystarczyło to jednak, by pokonać Polskę. Macie bardzo dobry zespół i trudno wyróżnić w nim jednego zawodnika, choć gdybym musiał, wskazałbym na Karola Borysa.

Jestem zadowolony z postawy moich podopiecznych – tego, jak grali dzisiaj i w całym turnieju. Teraz musimy patrzeć w przyszłość.

Wypowiedzi zebrał **Rafał Cepko**



MARCIN WŁODARSKI:

Mecz był bardzo wyrównany. My byliśmy lepsi w pierwszej połowie, w drugiej – po szybko straconym голу – to Serbowie osiągnęli przewagę i częściej stwarzali sytuacje. Po zdobyciu bramki na 2:1 powinniśmy byli dłużej utrzymywać się przy piłce. W futbolu młodzieżowym gra czasami toczy się falami, a na takim poziomie jak ćwierćfinał mistrzostw Europy o rozstrzygnięciach decydują detale.

Gola na 2:2 Serbia strzeliła po tym, jak to my poszliśmy wysoko do ataku. Nadzialiśmy się na kontratak, mimo że prowadziliśmy. Potem, po naprawdę bardzo dobrych zmianach, odzyskaliśmy panowanie nad meczem i myślę, że wygraliśmy zasłużenie. W samej końcówce mieliśmy trochę więcej sił od Serbów. W kluczowym momencie to my ich przycisnęliśmy.

Po tym meczu czuję przede wszystkim dumę. Bardzo ciężko pracowaliśmy na to, żeby awansować do najlepszej czwórki w Europie, a jednocześnie do mistrzostw świata. Cieszymy się z tego, ale chcemy więcej. Taka jest ta drużyna.

30.05.2023 POLSKA – NIEMCY 3:5 (2:1)



MARCIN WŁODARSKI:

Pierwszy raz zagraли 5 meczów podczas jednego zgrupowania, a że nasz styl jest ofensywny i wymaga dużej intensywności, to około 70. minuty odcięto nam prąd. Próbowaliśmy robić zmiany, ale nie udało nam się już wrócić do gry. Mimo to uważam, że umiejętności były po naszej stronie i to nas cieszy. Niemcy grali bardzo wyrachowany futbol, często stosowali dłuższe podanie na wysokich zawodników. Zrewanżujemy się im na mistrzostwach świata.

Jesteśmy zadowoleni z całego turnieju i z tego, że ludzie w większym stopniu zaczęli interesować się piłką młodzieżową. W naszym futbolu nie ma kalkulacji i każdy się z nami liczy. To jest nasze największe zwycięstwo w tym turnieju.

Nauczyliśmy się grać pod presją. Do każdego z meczów byliśmy bardzo dobrze przygotowani, a chłopcy realizowali założenia. Co mamy do poprawy? Na pewno stałe fragmenty gry. Straciliśmy dzisiaj finał przez to, że straciliśmy bramki ze stałych fragmentów. To są rzeczy, których na ten moment nie przeskoczmy.

CHRISTIAN WUECK:

Jestem naprawdę dumny z chłopaków. Mam nadzieję, że całe Niemcy teraz również zdają sobie sprawę, że rośnie nam pokolenie, które na boisku walczy za barwy narodowe. Chłopcy, mimo młodego wieku, wnoszą na murawę niemiecką mentalność. Mecz z Polską był niezwykle interesujący dla widzów. To była wymiana ciosów.

Przygotowaliśmy się na rywala, którzy mają skład pełen utalentowanych zawodników – w szczególności w ataku. Dzisiaj udowodnili to po raz kolejny i, w związku z tym, do przerwy zastępowanie prowadzili. W drugiej połowie dokonaliśmy zmian i byliśmy nieco bardziej zwerwici w środku pola. Graliśmy bardziej kompaktowo. Wiedzieliśmy też, że Polska w końcu osłabnie. Tak było już w poprzednich jej meczach na tym turnieju, że nie mogła grać cały czas na tym samym, wysokim poziomie. I tak było też dziś. My to wykorzystaliśmy i zastępowaliśmy na finał.

ZDJĘCIA UŻYTE W ARTYKULE: UEFA

EURO U17 W STATYSTYKACH

/źródło UEFA.com/

TABELA 1. Kiedy padaty gole podczas turnieju finałowego

Zakres minut	1-15	16-30	31-45	45+	46-60	61-75	75-90'	90+	1. połowa dogrywki	2. połowa dogrywki
Liczba bramek	16	8	14	2	22	24	18	7	0	0

Liczba bramek w całym turnieju – 111 (3,47 bramki na mecz) – bramka padła co 26 min

TABELA 2. Liczba bramek i liczba prób bramkowych

Kraj	Liczba gler	Liczba bramek	Liczba prób		
			Strzały celne	Strzały niecelne	Razem
NIEMCY	6	16	49	41	90
POLSKA	5	16	45	38	83
HISZPANIA	5	10	26	20	46
FRANCJA	6	9	30	31	61
ANGLIA	5	9	25	21	46
IRLANDIA	4	8	17	24	41
WĘGRY	3	8	15	12	27
SZWAJCARIA	5	7	25	23	48
SERBIA	4	7	21	19	40
SŁOWENIA	3	5	13	5	18
WŁOCHY	3	4	17	24	41
WALIA	3	3	11	9	20
PORTUGALIA	3	3	10	19	29
CHORWACJA	3	2	13	11	24
SZKOCJA	3	2	8	6	14
HOLANDIA	3	2	9	19	28

TABELA 3. Częstotliwość występowania prób

Kraj	Liczba gler	Liczba bramek	Liczba prób	Średnio	
				Na mecz	Co ... minut (częstotliwość)
NIEMCY	6	16	90	15	6 min 8 s
POLSKA	5	16	83	16,6	5 min 30 s
HISZPANIA	5	10	46	9,2	9 min 55 s
FRANCJA	6	9	61	10,1	9 min 8 s
ANGLIA	5	9	46	9,2	9 min 55 s
IRLANDIA	4	8	41	10,2	8 min 45 s
WĘGRY	3	8	27	9	10 min
SZWAJCARIA	5	7	48	9,6	9 min 32 s
SERBIA	4	7	40	10	9 min 8 s
SŁOWENIA	3	5	18	6	15 min
WŁOCHY	3	4	41	13,6	6 min 30 s
WALIA	3	3	20	6,6	13 min 30 s
PORTUGALIA	3	3	29	9,6	9 min 20 s
CHORWACJA	3	2	24	8	11 min 15 s
SZKOCJA	3	2	14	4,6	19 min 20 s
HOLANDIA	3	2	28	9,3	9 min 35 s

TABELA 4. Dyscyplina

Kraj	Liczba gler	Faule dokonane	Faule drużyn przeciwnych	Kary	
				Żółte kartki	Czerwone kartki
NIEMCY	6	87	84	15	1
POLSKA	5	54	72	12	0
HISZPANIA	5	52	10	10	0
FRANCJA	6	72	72	15	0
ANGLIA	5	42	59	13	0
IRLANDIA	4	35	52	4	0
WĘGRY	3	51	29	8	1
SZWAJCARIA	5	58	57	8	0
SERBIA	4	40	39	7	0
SŁOWENIA	3	33	28	8	2
WŁOCHY	3	42	32	6	0
WALIA	3	36	29	6	0
PORTUGALIA	3	34	38	8	0
CHORWACJA	3	38	27	8	0
SZKOCJA	3	38	29	6	0
HOLANDIA	3	41	27	6	2





MARCIN KASPROWICZ: PROAKTYWNOŚĆ STAŁA SIĘ WIZYTÓWKĄ NASZEGO ZESPOŁU

FOT. UEFA

Reprezentacja Polski kobiet do lat 17 w maju 2023 r. wystąpiła w mistrzostwach Europy dedykowanych swojej kategorii wiekowej. Rozegrane mecze oraz zdobyte w nich punkty zapewniły kadrze trzecie miejsce w grupie B oraz piątą lokatę w turnieju. – W przyszłość patrzymy z podniesioną głową i z wiarą, że nasze reprezentacje będą wygrywały – tak udział swojej drużyny z turnieju ocenia selekcjoner Marcin Kasprowicz.

W Estonii spędziliśmy 10 dni, mistrzostwa Europy poprzedziło także tygodniowe zgrupowanie w Pruszkowie. Jak zmieniła się dynamika grupy po poszczególnych treningach i meczach? W jaki sposób motywował Pan drużynę do kolejnych, można powiedzieć coraz to trudniejszych spotkań (niedosyt po pierwszym, odpadnięcie z turnieju po drugim meczu)?

Naszym hasłem od samego początku było „razem wszystko, osobno nic”. Razem do celu po zwycięstwo. Razem do wszystkiego. Dlatego nie ukrywam, że na tym turnieju bardzo mi zależało, by te wszystkie rozmowy, które dotyczyły mentalnego usposobienia, dotyczyły wszystkich piłkarek. Oczywiście indywidualne rozmowy również były prowadzone, natomiast kluczem do całości był i jest zespół.

Zagraлиemy trzy mecze. Nasz zespół walczył w każdym z nich do samego końca, próbował realizować założenia taktyczne, charakterystyczne dla danego rywala. Tak naprawdę po pierwszym meczu z Anglią w zespole pojawiło

się rozczarowanie. To był niewątpliwie kluczowy czas, żeby odbudować morale i przywrócić wiarę w to, że jesteśmy jeszcze w stanie na tym turnieju zrobić bardzo dużo dobrego. Dzięki temu postawa naszej reprezentacji w meczu z Francją była dobra.

A co wniosło pierwsze i drugie spotkanie? Wyciągnęliśmy wnioski, spożytkowaliśmy czas podczas treningów i dzięki dalszej pracy mentalnej uwierzyliśmy, że możemy jeszcze wygrać na tym turnieju. I wygraliśmy. A kluczem do sukcesu była wspomniana na początku jedność.

Jakie wspólne mianowniki w tej drużynie zauważa Pan po trzech spotkaniach mistrzostw Europy w Estonii? Za co chciałby Pan pochwalić zespół, a co wymaga dalszego rozwoju?

Nasza drużyna w trakcie tego turnieju bardzo się rozwijała. Mieliliśmy plan na te mistrzostwa, na rozgrywanie każdego

meczu. Szczegółowe analizy pokazywały nam siłę rywala, ale również jego słabe strony. My natomiast staraliśmy się budować na bazie naszych atutów.

Na pewno byliśmy bardzo dobrze przygotowani motorycznie. Tutaj składam duże podziękowania trenerom klubowym za objęcie zawodniczek troską w tym aspekcie. My, jako sztab reprezentacyjny, zrobiliśmy wszystko, aby monitorować wysiłek podczas treningów, dozować kolejne obciążenia, co owocowało tym, że w każdym meczu byliśmy motorycznie coraz lepsi. Do tej pory było tak, że z każdym meczem turnieju tych sił zaczynało brakować, a w tym przypadku było odwrotnie. Dodatkowo statystyki z systemu Catapult utwierdzały nas, że nasze piłkarki w obszarze motorycznym mają ogromny potencjał i nie możemy tego potencjału zmarnować. Jest to podstawa do tego, aby nasze młode piłkarki były jeszcze lepsze i w niedługiej przyszłości wzmocniły reprezentację Polski seniorek.

W większości meczów byliśmy także szczelni, zdeterminowani i skoncentrowani w defensywie, a nasza proaktywność stała się wizytówką naszego zespołu. To, nad czym należy pracować, to aspekty techniczne, np. przyjęcie kierunkowe w dynamice ruchu do bramki rywala, byśmy budowali akcje do przodu, nie tylko wychodząc spod pressingu do boku czy do tyłu. Taką różnicę na tych finałach na pewno robi reprezentacja Hiszpanii. My tę różnicę w operowaniu piłką, w kontroli nad piłką, w ostrzeganiu i przewidywaniu, wykorzystywaniu wolnych przestrzeni, rotacji na pozycjach obserwowaliśmy już w pierwszej rundzie eliminacji mistrzostw Europy, kiedy mierzyliśmy się z Hiszpanią. To jest nowoczesny futbol, który na poziomie mistrzostw Europy musi funkcjonować i to jest futbol, do którego zmierzamy. Moim zdaniem jesteśmy w stanie wykonać ten progres, poprzez jakościową pracę indywidualną z zawodniczkami.

Podkreślić również należy, że dynamikę rozwoju naszych reprezentacji jesteśmy w stanie uzyskać poprzez udział w kolejnych europejskich finałach, bo jest to czas, kiedy konfrontujemy się z najlepszymi.

Jakie miał Pan wyobrażenie o tym turnieju i jak te wyobrażenia wyglądają teraz po skonfrontowaniu ich z rzeczywistością? Jak oceniliby Pan udział reprezentacji Polski w mistrzostwach Europy – z jednej strony pod kątem realnych możliwości, ale również na tle innych europejskich drużyn?

Wyjazd na mistrzostwa Europy to spełnienie marzeń dla każdego trenera, zawodniczek, całego środowiska. W tym turnieju 10 lat temu uczestniczył trener Witkowski, 5 lat temu trenerka Patalon. W tym roku byliśmy tam my i dzięki temu czuję się spełniony, jednak bardzo chciałbym, aby to zdobyte doświadczenie procentowało.

Wróciliśmy z podniesioną głową, ale również z taką refleksją, że można jeszcze więcej. To nie jest nasze maksimum. Z każdym meczem jesteśmy lepsi, zagraлиemy lepsze spotkania. Wierzę, że gdybyśmy mieli szansę zmierzyć się jeszcze w czwartym, piątym, szóstym, siódmym czy każdym kolejnym meczu w gronie tych piłkarek, to byśmy zaprezentowali się jeszcze lepiej, jeszcze skuteczniej, sprawiając radość sobie oraz wszystkim, którzy nas wspierali.

Tu dodam, że tak licznych kibiców, jak mieliśmy w Estonii, nie mieliśmy nigdy wcześniej w meczach wyjazdowych i chciałbym podziękować każdemu z nich za doping na stadionie, ale również za liczne wiadomości oraz telefonny – zarówno te z gratulacjami, jak i słowami wsparcia, zwłaszcza po meczu z Anglią.

To widowisko, które stworzyliśmy w meczu ze Szwecją, chciałbym zadedykować całej społeczności piłki kobiecej. I tutaj należy podkreślić ważną rolę telewizji TVP Sport, która transmitowała mecze naszej reprezentacji. Pokazywanie i przybliżanie piłki kobiecej w Polsce na poziomie turnieju najwyższej rangi oraz udział naszej reprezentacji w tej imprezie, niewątpliwie daje podstawę, by twierdzić, że mamy utalentowaną młodzież, która może rywalizować z najlepszymi zespołami Europy. To jest bardzo budujące.



FOT. UEFA

Ważnym dla mnie wnioskiem jest także potrzeba większej popularyzacji piłki nożnej wśród dziewcząt. Po tych mistrzostwach wiemy, kto z jakiego potencjału wybierał swoją reprezentację. Podam przykład – trenerka Francji Peggy Provost budowała kadrę spośród około 5000 zawodniczek. Z tej liczby stworzyła szeroką kadrę liczącą 50 piłkarek, w której zdecydowaną większość stanowiły dziewczyny urodzone w 2006 r. My wybieramy spośród 600 zarejestrowanych piłkarek urodzonych w 2006 i 2007 r. To jest blisko dziesięciokrotnie mniej, ale to też oznacza, że w tak dużym kraju jak Polska jest szansa na zdecydowane zwiększenie liczby zawodniczek. Uzyskane doświadczenie powoduje, że racjonalnie spogląda się na rzeczywistość.

Co ta reprezentacja – zawodniczki, ale także sztab szkoleniowy – zyskują po tym turnieju? Jakie efekty ta praca może przynieść w przyszłości?

Finalnie zajęliśmy piąte miejsce (na osiem drużyn, które zagrały w mistrzostwach Europy, oraz 48, które walczyły o awans do turnieju – przyp. red.). Piąta siła Europy to bardzo okazały wynik. Sportowo – uważam, że na miarę naszych możliwości. Były upadki i wzloty, jak w turnieju. Inne drużyny przeżywały podobne emocje, np. reprezentacja Niemiec, która broniła tytułu, odpadła w fazie grupowej i zajęła 6. miejsce. To jest piłka młodzieżowa, często nieprzewidywalna.

Z drugiej strony jest to także czas, aby pokazać się na arenie europejskiej i życzyć sobie i nam wszystkim, byśmy jak najczęściej w takich turniejach finałowych brali udział.

To jest, w mojej opinii, najlepsza ścieżka do rozwoju tych najbardziej utalentowanych piłkarek, docelowo na poziomie seniorskim. Po tym turnieju każda z zawodniczek po powrocie do domów i klubów otrzymała propozycję planu rozwoju indywidualnego, który realizuje. To było bezcenne doświadczenie, które – wierzę głęboko – również dla mnie, i dla moich współpracowników będzie owocowało w przyszłości. Codzienne spotkanie się z trenerami innych reprezentacji – w naszym przypadku Anglii, Francji i Szwecji, wymiana poglądów, to była bezcenna rzecz.

Czy wraz ze sztabem przygotował już Pan raport podsumowujący udział w mistrzostwach Europy? Jeśli tak, w jaki sposób wyciągnięte wnioski realnie wpłyną na zmiany w procesie szkolenia dziewcząt w Polsce?

Oczywiście, taki raport powstał i bardzo chętnie podzielę się zdobytym doświadczeniem z EURO. Rozmowy będą prowadziły z trenerami klubowymi, jak również podczas konferencji szkoleniowych czy na warsztatach. Będę chciał przedstawić różne kluczowe obszary, mówiące o całym zespole, jak też indywidualnie o piłkarkach. Mam na myśli na pewno aspekt techniczno-taktyczny oraz plan przygotowań w obszarze motorycznym i jego realizację. Kwestie motoryczne są dla nas kluczowe i determinują to, jak będziemy grali i czy będziemy wygrywali.

Nasza obserwacja reprezentacji Anglii, Francji i Szwecji powoduje, że mamy refleksje – jak wygląda budowa somatyczna piłkarek na najwyższym poziomie sportowym, kwestia ich



podbudowy mięśniowej, także szybkości lokomocyjnej, która wpływa na pojawianie się sytuacji bramkowych, na jakim poziomie są umiejętności techniczno-taktyczne i rozumienie gry.

Będę chciał przedstawić, jak my się prezentujemy na tle naszych turniejowych rywali. Będę chciał zaproponować także rozwiązania treningowe, aby zadbać o nasze najlepsze piłkarki, aby z każdym dniem stawały się jeszcze lepsze i aby przyniosło nam to efekty w kolejnych eliminacjach do mistrzostw Europy. Potencjał wyselekcjonowanej grupy zawodniczek naszego zespołu jest bardzo duży, co potwierdziły rozegrane mecze. Jestem przekonany, że już wkrótce kilka z nich trafi także do reprezentacji A.

Dla Pana był to debiut w roli selekcjonera w mistrzostwach Europy. Co było największym wyzwaniem w tym okresie? W jaki sposób wcześniejsze doświadczenia pomogły to wyzwanie podjąć lub nawet jemu sprostać?

Na pewno największym wyzwaniem dla mnie było zadbanie o obszar mentalny, dlatego stało się to jednym z moich priorytetów. Optymalne zarządzanie grupą młodych zawodniczek, posiadających różne charaktery, wymagało skrupulatnego przygotowania się do tego. Trzeba było być szczególnie uważnym w tym, co się mówi i robi.

Turniej finałowy EURO i konfrontacja z najlepszymi zespołami Europy jest czymś innym niż pierwsza czy druga runda eliminacji. Zarówno u piłkarek, jak i sztabu szkoleniowego pojawia się dodatkowy stres. Kierowanie zespołem w takiej sytuacji nie jest proste. Zdecydowanie pomogło mi w tym ponad 10-letnie doświadczenie trenerskie w pracy z reprezentacjami. To dało mi stabilność wewnętrzną oraz swobodę w rozmowach.

Jeśli chodzi o aspekty piłkarskie, taktyczne – to nie było dla mnie trudnością, ponieważ ja to uwielbiam.

Ten turniej dedykowany był przede wszystkim piłkarkom z rocznika 2006. W reprezentacji Polski prawie połowę składu stanowiły zawodniczki młodsze – urodzone w roku 2007, a nawet 2008. Te młodsze piłkarki pozostaną w reprezentacji do lat 17. Czy bazując na zdobytych doświadczeniach, czuje Pan apetyt na awans do kolejnych mistrzostwach Europy z tą grupą? Czy dzięki rozegranym w trakcie mistrzostw meczom, także wcześniejszym trudnym eliminacjom do turnieju, w przyszłym roku będzie łatwiej o awans i wyższe miejsce?

Reprezentacje, które wystąpiły w mistrzostwach Europy, składały się przede wszystkim z zawodniczek z rocznika 2006. Zarówno w kadrach Francji, Anglii, jak i Szwecji tylko pojedyncze piłkarki były młodsze. Patrząc na ten aspekt, nasza drużyna była najmłodsza. Dlaczego? Ponieważ tak jak wspominałem wcześniej, my wybieramy kadrę spośród tylko 600 zarejestrowanych piłkarek, a tak bardziej szczegółowo z ok. 30. I czasem jest tak, że to ta młodsza piłkarka – w swoim potencjale, w swoich umiejętnościach, staje się lepszą i bardziej pasującą do zespołu od starszych zawodniczek.

My chcemy dawać szansę zdobywania doświadczenia jak największej grupie dziewcząt, co na pewno będzie procentowało w przyszłości. Szczególnie w aspekcie mentalnym. Wierzę w to, że piłkarki z roczników 2007 i 2008, które były w tym roku z nami na mistrzostwach Europy, w kolejnym roku eliminacji, podejmą tę odpowiedzialność, aby swoje młodsze koleżanki zaadaptować do grupy. Przekażą im pewną formułę pracy i sposób bycia, których celem będzie kolejny awans do EURO. Ten apetyt na pewno będzie, ale z mojej strony poparty racjonalizmem. Jeśli będziemy usposobieni jak ta kadra z mistrzostw Europy, to będziemy mieli ogromną szansę na kolejny awans.

Rozmawiała **Magdalena Gatecka**

III EDYCJA KURSU UEFA B DLA KOBIEC

W Szkole Trenerów PZPN w Białej Podlaskiej rozpoczął się kurs trenerski UEFA B skierowany wyłącznie dla kobiet. Trenerki z całej Polski 29–31 maja 2023 r. uczestniczyły w pierwszym zjeździe szkoleniowym i nie ukrywały radości.

– Dziewczyny podczas tego kursu mogą zobaczyć, że kobieta ma głos i ona również może być silna – podkreśla Kaja Dziergas, trenerka przygotowania fizycznego w Warcie Poznań.

– Większość z nas będzie tutaj budować pewność siebie. Nie każda z dziewczyn na co dzień funkcjonuje w tak przyjaznym środowisku, więc tutaj jest nam łatwiej być sobą. Dziewczyny podczas tego kursu mogą zobaczyć, że kobieta ma głos i ona również może być silna – podkreśla Kaja Dziergas, trenerka przygotowania fizycznego w Warcie Poznań i uczestniczka kursu UEFA B.

20 uczestniczek, które zdały egzaminy i zakwalifikowały się na kurs, ma więc niepowtarzalną szansę uczestnictwa w zajęciach przygotowanych specjalnie dla nich. – Wyjątkowość tego kursu wynika również z tego, że jego treści w większej mierze dotyczą piłki nożnej kobiet. Kursantki mają zajęcia z trenerami i trenerkami kadr narodowych, ze specjalistami pracującymi na co dzień z kobietami. To trochę inna specyfika pracy niż szkolenie mężczyzn. Nie każdy wybitny trener osiągający sukces z panami poradziłby sobie w piłce kobiecej – tłumaczy Piotr Grzelak, Zastępca Dyrektora Szkoły Trenerów PZPN, który poprowadził zajęcia inagurujące kurs.

JAK BĘDZIE WYGLĄDAŁ KURS

Kurs rozpoczął się egzaminem wstępnym, po którym na zajęcia zakwalifikowano 20 uczestniczek. Dalej czeka je sześć trzydniowych zjazdów. Pierwszy odbył się w Szkole Trenerów PZPN w Białej Podlaskiej, a kolejne odbędą się

m.in. w Łodzi, Sosnowcu i Katowicach. Jeden z nich zaplanowano na czas zgrupowania reprezentacji Polski dziewcząt do lat 15, podczas których kursantki będą z bliska przyglądać się pracy trenerów kadry narodowej. W czasie wszystkich sesji szkoleniowych trenerki mają zajęcia teoretyczne oraz praktyczne – zarówno w sali wykładowej, jak i na boisku.

Drugim etapem kursu jest praca w mikrogrupach. Uczestniczki zajęć zostały podzielone na czteroosobowe grupy według klucza geograficznego. Każda z trenerek w obecności doświadczanego edukatora przydzielonego do grupy. Druga z uczestniczek danej mikrogrupy będzie asystowała przy prowadzeniu zajęć, trzecia odpowiadać będzie za realizację tematu-celu oraz analizę treningu, a czwartą będzie zaproponowanie alternatywnych rozwiązań szkoleniowych i prezentacja analizy wideo. Podczas prac w mikrogrupach każda z kursantek będzie miała więc okazję wypełnić każdą z powyższych ról i porozmawiać o niej z doświadczonym edukatorem ze Szkoły Trenerów PZPN.

Podczas prac w mikrogrupach kursantki będą miały mnóstwo swobody oraz przestrzeni na kreatywność. – UEFA daje narzędzia, ale nie narzuca konkretnych ćwiczeń do zrealizowania. Podobnie jest z nami i edukatorami. To od was zależy, jak zrealizujecie cele treningów – tłumaczył kursantkom Piotr Grzelak, który stale podkreślał, że każdy z trenerów najwięcej może nauczyć się od samego siebie.

GRIP

Duży nacisk podczas kursu jest położony na GRIP, wyjątkowo skuteczną metodę komunikacji. Trenerki będą uczyły się, jak rozmawiać z zawodniczkami, aby uzyskać jak najprecyzyjniejszą informację zwrotną. Wykorzystując odpowiednie pytania, nauczą się o celach, refleksjach, informacjach oraz planie podopiecznych. Już to najlepiej pokazuje, że zainaugurowany kurs rozwija uczestniczki na wielu płaszczyznach.

Zajęcia z trenerkami prowadzą doświadczeni edukatorzy i wykładowcy mający olbrzymią wiedzę praktyczną. Oprócz Piotra Grzelaka są to m.in. Tomasz Buraczewski, Dawid Wojtas, sztab szkoleniowy żeńskiej repre-



– Na kursie przeznaczonym dla kobiet czujemy się swobodnie. Dostęp do wiedzy mamy przecież taki sam jak mężczyźni, więc edukujemy się tak jak oni. Kiedy jednak jeżdżę na kursokonferencje, a jestem tam niekiedy jedyną kobietą, to widzę, że niektórzy mężczyźni patrzą na mnie, jakbym nie pasowała do tego grona. Dla komfortu psychicznego trenerek dobre jest więc to, że tutaj jesteśmy w kobiecym gronie. Czujemy się mniej oceniane – dodaje.

Kurs UEFA B dla kobiet organizowany przez PZPN jest odpowiedzią na potrzeby trenerek, które zgodnie podkreślają, że to dla nich miejsce przyjazne do zdobywania wiedzy, wymiany doświadczeń, tworzenia relacji i budowy pewności siebie. Inicjatywa ta doskonale wpisuje się również w „Strategię piłki nożnej kobiet na lata 2022–2026”, którą realizuje Polski Związek Piłki Nożnej. – Wierzymy w moc i potencjał kobiecego futbolu i zrobimy wiele, aby włączyć dziewczęta i kobiety do świata piłki nożnej jako jego równoprawne uczestniczki, niezależnie od roli, jaką chcą w nim pełnić – wskazuje we wspomnianym dokumencie Łukasz Wachowski, Sekretarz Generalny PZPN.

zacji Polski U15 oraz inni czołowi trenerzy i analitycy pracujący z zespołami kobiecymi. Końcowym etapem kursu UEFA B będzie oczywiście egzamin, który zostanie przeprowadzony na przełomie 2023 i 2024 r.

Głównym celem trzeciej edycji kursu przeznaczonego tylko dla pań jest zwiększenie liczby trenerek w polskiej piłce. Choć ostatnio wielki sukces osiągnęła Karolina Koch, która jako pierwsza trenerka doprowadziła swój zespół do złotego medalu w Orle Ekstralidze (wywalczyła to z GKS-em Katowice), to kobiety w sztabach szkoleniowych wciąż stanowią rzadkość. W Ekstralidze tylko dwie drużyny nie są prowadzone przez mężczyzn. Jeszcze mniej kobiet jest w I lidze, gdzie głównymi szkoleniowcami w każdym z klubów są panowie. W dwóch grupach II ligi mamy zaś osiem trenerek.

– Jest duże zapotrzebowanie na nowe trenerki, bo ich po prostu brakuje. Mam nadzieję, że tutaj dowiem się o różnych aspektach dotyczących właśnie kobiecej piłki, bo w niej chcę pracować – podkreśla Dziergas. Dostosowanie treści zajęć do pracy trenerskiej z kobietami lub dziewczynkami są unikalną wartością dla kursantek. – Większość z nas pracuje w piłce kobiecej, więc łatwiej nam o wymianę doświadczeń właśnie w takich miejscach. Byłam na kursach z uczestniczkami trenującymi tylko dziewczynki oraz na kursach łączonych i to są zupełnie różne doświadczenia. Tutaj większość z nas grała w piłkę, trenuje dziewczynki i mamy podobne przeżycia – zauważa Magda Kotacz, była bramkarka reprezentacji Polski do lat 19 oraz m.in. ekstraklasy AP Orlen Gdańsk.

Kwestie merytoryczne to jeden z walorów tego kursu, ale drugim, równie ważnym, jest kwestia środowiska. Dzięki temu, że uczestniczą w nim tylko kobiety, jest im łatwiej w wielu aspektach. – Jesteśmy tu bardziej pewne siebie i nie boimy się otwarcie mówić – opowiada Klaudia Łasicka, która w barwach Medyka Konin zdobyła mistrzostwo i Puchar Polski.

Dzisiaj blisko 800 kobiet w Polsce ma uprawnienia trenerskie. To olbrzymi postęp od początków ubiegłej dekady, bo jeszcze w 2013 r. licencję trenerską posiadało 60 trenerek. Choć wzrost udziału kobiet wśród szkoleniowców jest imponujący, to PZPN nie zamierza na tym poprzestać. Do 2026 r. planuje podwoić liczbę trenerek tak, by przekroczyła ona pułap 1500.

Ważną cechą kursu jest również fakt, że w całości finansuje go UEFA, choć powstał z inicjatywy PZPN. – Europejska federacja przyklasnęła naszej idei i dała nam zielone światło – podkreśla Piotr Grzelak. Trenerki mogą więc szkolić się całkowicie bezpłatnie, a po zdaniu egzaminu, który zaplanowany jest na przełom 2023 i 2024 r., będą mogły prowadzić zespoły do poziomu I ligi kobiet.

Norbert Bandurski



INTENSYWNOŚĆ GRY W PIŁCE NOŻNEJ KOBIET



Niniejszy artykuł jest pierwszą częścią cyklu poświęconego zagadnieniu intensywności gry w piłce nożnej kobiet. W kolejnym wydaniu ukaze się druga część – artykuł poświęcony metodycznemu podejściu do kształtowania motorycznego ukierunkowanego na podniesienie intensywności w piłce nożnej z perspektywy przygotowania fizycznego.

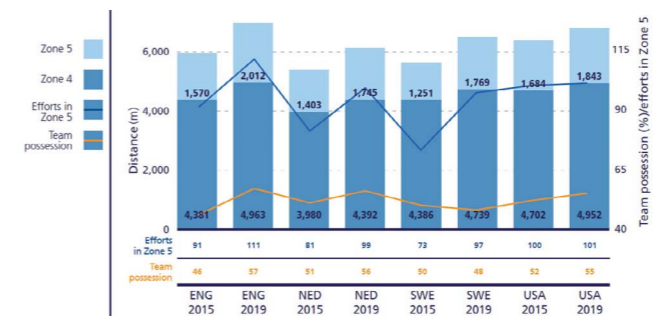
Piłka nożna kobiet w ostatnich latach zanotowała bardzo dynamiczny rozwój, zarówno w aspektach szeroko rozumianej jakości gry, jak i w obszarach komercyjnych. Ostatni turniej Mistrzostw Świata w 2019 r. we Francji przyciągnął bardzo liczną widownię, mecz finałowy zaś oglądano ponad 82 mln widzów na całym świecie, co jest liczbą większą o 50% w porównaniu do turnieju w 2015 r. rozgrywanego w Kanadzie.

Wraz ze wzrostem komercji futbolu kobiecego znacząco rozwijają się inne aspekty z tym związane, m.in.: wzrastająca frekwencja i zainteresowanie uprawianiem dyscypliny, rozwój i profesjonalizacja rozgrywek na poziomach krajowych, rozwój wiedzy z zakresu medycyny i treningu piłkarek nożnych, zwiększona liczba badań naukowych dotyczących futbolu kobiet na różnych poziomach sportowych.

Wraz z powyższymi zmianami można obserwować, że futbol kobiecy dynamicznie rozwija się również w aspekcie motorycznym. Często, w kontekście żeńskiej piłki nożnej, pierwszym elementem, jaki nam się nasuwa, jest epidemiologia urazów i aspekty prewencyjne. Jak pokazują statystyki, urazowość w piłce nożnej kobiet jest wyższa niż u mężczyzn, zwłaszcza jeśli analizujemy liczbę urazów więzadłowych kończyn dolnych. Pozytywnym zjawiskiem jest fakt, że istnieje już wiele doniesień i wskazówek dla trenerów, w jaki sposób skutecznie realizować te wyzwania.

Mając świadomość istotności obszaru motorycznego, struktury (FIFA, UEFA) odpowiedzialne za organizację największych rozgrywek piłki kobiecej takich jak mistrzostwa świata, mistrzostwa Europy czy rozgrywki Ligi Mistrzyń zainwestowały w przygotowanie raportów dotyczących danych motorycz-

nych z ww. turniejów czy rozgrywek. Raporty motoryczne z MŚ w Kanadzie (2015 r.) i Francji (2019 r.), ME w Anglii w 2022 r. czy edycji Ligi Mistrzyń (2019/2020 i 2020/2021) stanowią bardzo cenne źródło informacji zarówno o poziomie motorycznym, jak i dynamice jego rozwoju.



WYKRES 1. Dynamika zmian średnich wartości w strefie 4 (HSR) i 5 (sprinty) czołowych drużyn uczestniczących w MŚ w Kanadzie (2015) i Francji (2019). Wzrost dotyczy zarówno przebiegniętego dystansu, jak i liczby tych zdarzeń. Żółta linia odpowiada wartości % posiadania piłki

Jeśli przeanalizujemy dynamikę wzrostu % wartości w strefach HSR (SZ4) i SPR (SZ5) pomiędzy sezonami 2019/20 i 2020/21 UEFA Champions Women League, to zauważymy, że w obu tych strefach zanotujemy wzrost parametrów relatywnych.

Warto również wspomnieć, że z roku na rok rośnie liczba publikacji dotyczących tego obszaru na różnych poziomach rozgrywkowych. Doskonale w ten trend wpisuje się również strategia rozwoju piłki nożnej kobiet w Polsce. Dowodem tego są m.in.: standardy obiektywnego monitoringu (GPS) wszystkich reprezentacji narodowych w piłce nożnej kobiet oraz funkcjonujący już 2. sezon projekt monitoringu GPS w klubach Ekstraligi.

Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie najistotniejszych danych dotyczących intensywności gry na różnych poziomach rozgrywkowych w piłce nożnej kobiet.

MONITORING OBCIĄŻEŃ W PIŁCE NOŻNEJ

Aby wprowadzić Czytelnika w zagadnienia monitoringu, warto przytoczyć najistotniejsze informacje dotyczące monitoringu obciążeń treningowych i meczowych w piłce nożnej. Generalnie, monitoring można podzielić na tzw. analizę obciążeń wewnętrznych i zewnętrznych. Obciążenia wewnętrzne to najczęściej obserwacja reakcji układu krążeniowego na wysiłek, tzn. tętno, obciążenia zewnętrzne zaś to parametry kinematyczne jak, np.: całkowity dystans, dystans w różnych intensywnościach – w tym biegi o wysokich prędkościach czy sprinty, przyspieszenia, zatrzymania czy inne parametry pochodne. Parametry te wyrażane są w swoich jednostkach, ich wymiar liczbowy zaś to najczęściej liczba pokonanych metrów, liczba występowania zarówno bezwzględna i relatywna do czasu (treningu/gry).

Aby zachować jednolitość i możliwość porównywania danych, zaleca się, np. ich standaryzację. Jednym z najistotniejszych tego przykładów jest unifikacja stref prędkości stosowanych w piłce nożnej kobiet. Różni się ona od tej stosowanej dla mężczyzn ze względu na różnice między płciami. Podział stref prędkości, jaki stosowany jest wspólnie w cytowanych powyżej raportach, przedstawia poniższa grafika.



GRAFIKA 1. Strefy prędkości w piłce nożnej kobiet

Jak widać, można wnioskować z powyższej grafiki, że najistotniejsza różnica pomiędzy strefami prędkości stosowanymi w piłce nożnej męskiej i żeńskiej to przedział stref Z4 i Z5, w piłce nożnej kobiet sprint rozpoczyna się od wartości 23 km/h.

W zależności o stosowanej technologii monitoringu (systemy wideo, dane z nadajników GPS) możemy z różną dokładnością analizować odpowiednie parametry, aby móc określić poziom intensywności. Warto o tym pamiętać, gdyż nie zawsze mamy dostęp, np. stosując technologie wideo do parametrów precyzyjnie charakteryzujących intensywność, jak np. przyspieszenia, zatrzymania czy inne istotne pochodne parametry.

W celu przejrzystości tego artykułu w różnych porównaniach odniesiono się do parametrów porównywalnych i relatywnych, np. wartości % różnych stref (HSR, sprint) do całkowitego dystansu. Pozwala to dokonać porównań pomimo stosowania różnych technologii monitoringu obciążeń.

WYMAGANIA GRY W PIŁCE NOŻNEJ KOBIET

Zanim przejdziemy do scharakteryzowania wymagań, warto wspomnieć o czynnikach, które wpływają na intensywność gry w piłce nożnej kobiet. Wśród najważniejszych wymienić można: poziom sportowy, specyfikę pozycji czy założenia taktyczne gry.

Średnio, zawodniczki-seniorki pokonują w trakcie meczu między 9 a 11 km, uwzględniając regulaminowy czas gry. Daje to, w zależności od pozycji, średnią intensywność ok. 100 m/min gry. Należy pamiętać, że jest to wartość średnia, odchylenia związane ze specyfiką pozycji mogą sięgać 10–20% w górę bądź w dół, w przypadku zaś zawodniczek grających w niepełnym czasie (zmienniczki) nawet więcej (30–40%). Dystans pokonany na wysokich intensywnościach (HSR, sprinty) różni się w zależności od poziomu sportowego i uwarunkowań taktycznych. Przedstawiany





jest zazwyczaj jako wartość procentowa w odniesieniu do dystansu całkowitego. Analizując obciążenie wewnętrzne w przebiegu meczu, obserwuje się wartości tętna w przedziale 86–88% HR max.

Specyfikę lokomocji podczas gry w piłkę nożną charakteryzuje duża zmienność tempa i kierunku poruszania. Dodatkowo, różnorodne formy kontaktu z przeciwnikiem, wysoki, prowadzenie piłki zwiększają obciążenie nie tylko układu krążenia, ale też w dużej mierze aparat więzadło-mięśniowy. Jak wskazują badania, lokomocja z piłką powyżej prędkości 10 km/h zwiększa koszt energetyczny zawodniczki o co najmniej 10%. Intensywność charakteryzowana przez zmianę tempa (przyspieszenia/hamowania) i kierunku pozwala zaobserwować 1200–1500 zmian poruszania w trakcie meczu, jeśli spojrzymy na statystyki przyspieszeń i zatrzymań o skali co najmniej 2 m/s², to na wysokim poziomie sportowym notuje się co najmniej 850 takich zdarzeń – osobno jednych i drugich – w meczu.

Jeśli popatrzymy na charakterystykę lokomocji przez pryzmat pozycji, to zauważymy, że największy dystans całkowity pokonują środkowe pomocniczki, najmniejszy środkowe obrończynie, skrzydłowe i boczne obrończynie zaś charakteryzuje największa intensywność lokomocji w HSR i sprincie.

Poniższe 2 tabele przedstawiają uśrednione wartości dla poszczególnych pozycji w odniesieniu do wartości bezwzględnych i relatywnych, tj. procentowych w danych strefach zarejestrowanych podczas ME w Anglii w 2022 r. i podczas rozgrywek UCWL 2019–2021.

TABELA 1. Dystans całkowity i relatywny dla poszczególnych pozycji podczas turnieju ME w Anglii w 2022 r.

Pozycja	Całkowity dystans	0-7km/h		7-13km/h		13-19km/h		19-23km/h		23km/h+	
		SZ1	SZ1 (%)	SZ2	SZ2 (%)	SZ3	SZ3 (%)	SZ4	SZ4 (%)	SZ5	SZ5 (%)
Środkowa obrończyni	10171	4094	40,25%	3715	36,53%	1899	18,67%	347	3,41%	116	1,14%
Środkowa pomocniczka	10138	3524	34,76%	3818	37,66%	2261	22,30%	419	4,13%	117	1,15%
Napastniczka	8475	3290	38,82%	2743	32,37%	1732	20,44%	500	5,90%	211	2,49%
Boczna obrończyni	11114	4167	37,49%	3913	35,21%	2251	20,25%	546	4,91%	237	2,13%
Boczna pomocniczka	9492	3497	36,84%	3147	33,15%	2053	21,63%	543	5,72%	253	2,67%

TABELA 2. Dystans całkowity i relatywny dla poszczególnych pozycji podczas rozgrywek UCWL w sezonach 2019/2021

Pozycja	Całkowity dystans	0-7km/h		7-13km/h		13-19km/h		19-23km/h		23km/h+	
		SZ1	SZ1 (%)	SZ2	SZ2 (%)	SZ3	SZ3 (%)	SZ4	SZ4 (%)	SZ5	SZ5 (%)
Środkowa obrończyni	9282	3155	33,99%	3676	39,60%	1937	20,87%	392	4,22%	121	1,30%
Środkowa pomocniczka	10585	3201	30,24%	4253	40,18%	2569	24,27%	449	4,24%	113	1,07%
Napastniczka	9835	3420	34,77%	3548	36,08%	2109	21,44%	545	5,54%	215	2,19%
Boczna obrończyni	9685	3336	34,45%	3570	36,86%	2044	21,10%	513	5,30%	222	2,29%
Boczna pomocniczka	10133	3325	32,81%	3803	37,53%	2184	21,55%	577	5,69%	245	2,42%

Wyniki lokomocyjne uzyskane podczas EURO 2022 potwierdziły kolejną obserwację, że parametry uzyskiwane na poziomie międzynarodowym zazwyczaj są wyższe niż w rozgrywkach na poziomie krajowym. W tym przypadku średnie wartości HSR (SZ4) – 4988 m i SPR (SZ5) – 1684 m były wyższe od wartości uzyskiwanych w czołowych ligach europejskich: HSR (SZ4) – 4702 m i SPR (SZ5) – 1651 m odpowiednio.

Warto jednak zwrócić uwagę, że nie zawsze jest to pewnik. Najbardziej „wybiegany” zespół – reprezentacja Niemiec, pokonał średnio o 18% więcej dystansu w strefach Z4 i Z5 od średniej podczas EURO (HSR+SPR: 7867 m); o 45% więcej niż Szwajcaria i Belgia (ok. 5400 m). Wskazuje to na potrzebę indywidualizacji oceny parametrów meczowych, również w kontekście taktyki zespołowej, która ma przełożenie na parametry lokomocyjne.



TABELA 3. Lokomocja zespołów uczestniczących w turnieju ME w 2022 r. w Anglii

Average total team distance with breakdown by speed zones (SZ) in metres

Team	Team Distance	SZ1	SZ2	SZ3	SZ4	SZ5
Spain	111,470	39,229	41,720	23,478	5,196	1,860
Iceland	110,617	40,794	39,439	23,566	5,041	1,763
Netherlands	110,405	42,284	39,599	21,919	4,843	1,756
Germany	110,228	38,630	39,679	24,057	5,740	2,127
Austria	109,793	36,947	41,754	24,052	5,408	1,633
England	109,730	43,051	37,462	22,250	5,029	1,939
Finland	108,677	36,132	40,899	24,575	5,368	1,698
Denmark	108,487	37,793	41,323	22,504	5,094	1,761
Switzerland	108,100	38,918	41,579	22,251	4,153	1,204
France	107,276	39,477	39,492	21,319	5,009	1,983
Belgium	107,198	35,501	43,898	22,377	4,303	1,117
Sweden	106,644	38,832	38,883	22,210	4,988	1,725
Norway	106,697	36,777	39,804	22,685	4,840	1,611
Italy	104,120	36,678	36,356	23,995	5,489	1,596
Portugal	99,313	37,722	34,730	20,434	4,836	1,587
Northern Ireland	97,353	38,611	34,204	18,484	4,468	1,583
Average	107,194,25	38,586,00	39,426,31	22,509,75	4,987,81	1,683,94
Variability %	3,72%	5,45%	6,69%	8,51%	8,51%	15,24%

Jednym z ciekawych spostrzeżeń jest duża zmienność parametrów w strefie HSR (SZ4) – 8,51% i sprintów (SZ5) – 15,24%. Może to dowodzić o zmienności tych parametrów w zależności od założeń taktycznych/stylu gry przeciwnika w danym spotkaniu.

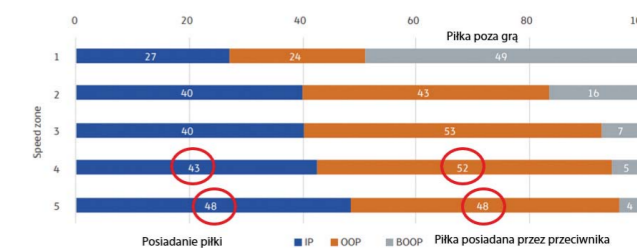
Jako jeden z wyznaczników poziomu przygotowania w obszarze motorycznym stosuje się ocenę spadku parametrów, zwłaszcza tych o wysokiej intensywności (HSR, sprinty) w przebiegu meczu czy też porównując wartości uzyskane w 1. i 2. połowie meczu. Analizując parametry zespołów na poziomie międzynarodowym, nie zanotowano różnic w uzyskiwanych parametrach pomiędzy połowami spotkania. Jednakże zanotowano spadek pomiędzy tercjami każdej z połów spotkania. Różnice te są większe na poziomie rozgrywek krajowych niż na poziomie międzynarodowym (mecze reprezentacji). Jako możliwe przyczyny wskazuje się specyfikę założeń taktycznych i w naturalny sposób kumulujące się zmęczenie.

Cytowany już wcześniej raport motoryczny z rozgrywek UCWL daje nam również wgląd w intensywność rozumianą jako „najbardziej wymagający” interwał czasowy w przebiegu meczu. W raporcie znajdziemy informację, że w interwale czasowym 1 min najwyższa (uśredniona) wartość intensywności lokomocji (liczba metrów/min) to przedział 185–195 m/min. Dla interwału 3-minutowego wyniosło to 145–152 m/min. Powyższe dane służą nam nie tylko jako dane porównawcze, ale wraz z wynikami testów



wydolności pozwalają klasyfikować zintegrowane środki treningowe jako kształtujące lub podtrzymujące.

Równie ciekawe są prowadzone analizy taktyczno-motoryczne, które odnoszą się do tego, w jakich fazach gry są realizowane intensywne formy lokomocji w trakcie gry. Przykład takiej analizy przedstawia poniższa grafika.



Wnioski z niej płynące wskazują, że w większym wymiarze % zawodniczki poruszają się w strefie Z4 (HSR), będąc w defensywie. Jeśli zaś chodzi o lokomocję w strefie Z5 (sprinty), to rejestrowane parametry są raczej zrównoważone zarówno w fazie obrony, jak i ataku.

PARAMETRY INTENSYWNOCI NA RÓŻNYCH POZIOMACH SPORTOWYCH

Wprowadzenie standardów monitoringu meczów reprezentacji narodowych i w zespołach Ekstraligi pozwala dokonać porównań do danych dostępnych z rozgrywek na poziomie międzynarodowym (MŚ we Francji 2019, UCWL 2019–2021, ME w Anglii 2022).

W poniższej tabeli zamieszczono dane zebrane z meczów reprezentacji Polski senierek w ujęciu globalnych i wybranych meczów z zespołami zajmującymi wyższe miejsca w rankingach międzynarodowych.

TABELA 4.

	Średnia (2021-2023)	Mecze TOP (2021-2023)
DYSTANS (m)	101392	104 674
HSR DYSTANS (m)	4628	5330
% HSR DYSTANS	4,56	5,09
SPRINT DYSTANS (m)	1507	1813
SPRINT DYSTANS %	1,49	1,73
ACC	833	820
DEC	1018	1051

Obserwacja uzyskiwanych parametrów jednoznacznie wskazuje, że gra z zespołami wyżej sklasyfikowanymi wymusza wyższy poziom intensywności.

Wspomniana wcześniej standaryzacja monitoringu reprezentacji narodowych pozwala gromadzić dane i porównywać

je w kontekście rozwoju młodych zawodniczek oraz określenia ich gotowości do rywalizacji na poziomie seniorskim. Poniższa tabela przedstawia parametry uzyskane podczas meczów Reprezentacji U19. Tabela zawiera dane ze wszystkich meczów oraz wybranych (o największej intensywności).

TABELA 5.

Dane	średnie	TOP
Dystans całkowity (m)	103 767	105 323
HSR Dystans (m)	4419	4830
% HSR Dystans	4,26	4,59
SPRINT Dystans (m)	1134	1299
% SPRINT Dystans	1,09	1,23
Przyspieszenia (ACC)	657	662
Hamowania (DEC)	878	892

Obserwacja uzyskanych parametrów reprezentacji narodowej U19 pozwala wnioskować:

1. Gra z zespołami wyżej klasyfikowanymi wymusza wyższy poziom intensywności.
2. Poziom intensywności w tej kategorii wiekowej jest niższy w porównaniu do senierek.

Jak już zostało wspomniane wcześniej, realizowany od 2 sezonów (2021/2022 i 2022/2023) projekt monitoring parametrów lokomocyjnych podczas meczów wśród zespołów Ekstraligi daje wgląd w poziom intensywności na krajowym podwórku.

Poniżej tabela przedstawia parametry uzyskane podczas meczów zespołów Ekstraligi w rundzie jesiennej sezonu 2022/2023.

TABELA 6.

Dane	średnie
Dystans całkowity (m)	97 077
HSR Dystans (m)	4075
% HSR Dystans	4,18
SPRINT Dystans (m)	1280
% SPRINT Dystans	1,32
Przyspieszenia (ACC)	604
Hamowania (DEC)	810

Obserwacja uzyskanych parametrów zespołów Ekstraligi pozwala sklasyfikować porównawczo intensywność gry w środowisku, jakim są rozgrywki najwyższej ligi piłki nożnej kobiet w Polsce, do rozgrywek na poziomie reprezentacji

(U19, seniorki) oraz rozgrywek na poziomie międzynarodowym (MŚ, ME, UCWL).

PODSUMOWANIE

- Istnieje gradacja intensywności gry w zależności od poziomu sportowego, w przypadku przedstawionych danych można ją stopniować w następującej kolejności: rozgrywki Ekstraligi, reprezentacja narodowa U19, reprezentacja senierek, rozgrywki międzynarodowe (ME, UCWL, MŚ).
- Uwzględniając poziom senierek w rozgrywkach krajowych (Ekstraliga) i seniorskiej reprezentacji Polski, można zanotować różnice w wybranych parametrach lokomocyjnych od 20 do 30% na korzyść intensywności meczów reprezentacji.
- Gra na poziomie międzynarodowym z zespołami wyżej klasyfikowanymi wymusza wyższy poziom intensywności gry.
- Dostęp do danych motorycznych z różnych poziomów rozgrywkowych pozwala określać minima/standardy przygotowania do rywalizacji na określonym poziomie sportowym.

Bibliografia

1. Physical Analysis of the FIFA Women's World Cup France 2019 FIFA
2. UEFA Women's Champions League Physical Analysis. A comparison between 2019/2020 and 2020/2021
3. Women's EURO 2022 England. Technical report. UEFA
4. N. Datson, A. Hulton, H. Anderson, T. Lewis, M. Weston, B. Drust, W. Gregson, *Applied Physiology of female soccer: an update*, Sports Med (2014) 44:1321
5. N. Datson, K.O. Kryger, *Performance considerations in women's football*.
6. Dane kinematyczne zespołów Ekstraligi Kobiet. Projekt PZPN

Remigiusz Rzepka

Trener przygotowania motorycznego. Koordynator przygotowania motorycznego piłki nożnej kobiet. Departament Szkolenia i Reprezentacji Narodowych

Adam Matuszczak



FOT. PAP

Polska - Włochy 2:1 MŚ RFN 1974, Stuttgart

ZOBACZ HISTORYCZNE MOMENTY REPREZENTACJI POLSKI

I ODTWÓRZ WSPOMNIENIA W BIBLIOTECE
PIŁKARSTWA POLSKIEGO

> WEJDŹ NA WWW.LACZYNASPIKA.PL/BIBLIOTEKA

Łączy nas piłka

POLSK
POLSK



GNIEW I FRUSTRACJA, CZYLI (NEGATYWNE) EMOCJE A GRA W PIŁKĘ NOŻNĄ

„Są ludzie, którzy uważają, że futbol to sprawa życia i śmierci. Jestem takim podejściem rozzarowany. Mogę zapewnić, że to coś o wiele ważniejszego” – stwierdził kiedyś legendarny trener Liverpoolu, Bill Shankly.

Słowa te – traktowane jako żartobliwe – w gruncie rzeczy pokazują istotę tego sportu, obrazując, z jak wielkimi emocjami wiąże się świat piłki nożnej.

Jak podaje najpopularniejsza internetowa encyklopedia (Wikipedia), emocja to stan znacznego poruszenia umysłu, charakteryzująca się tym, że pojawia się nagle i zawsze łączy się z pobudzeniem somatycznym. Może osiągać dużą intensywność, ale jest przejściowa.

Często mówi się, że sport to emocje. I faktycznie, jest w tym dużo prawdy. Przeżywają je wszyscy: kibice, działacze, trenerzy i piłkarze. Radzenie sobie z nimi jest istotnym elementem każdej dyscypliny sportu, dlatego warto uczyć zawodników przekuwania ich w coś pozytywnego, co pomoże im w realizacji celów. Nawet jeśli tymi emocjami są gniew i frustracja. Bardzo często są one reakcją na stres. To właśnie on powoduje

sytuacje, w których potrzeby nie mogą być zaspokojone lub kiedy na drodze do realizacji celu pojawiają się przeszkody.

Ale na gniew można spojrzeć również z innej strony. Skoro się pojawia, to znaczy, że naszemu podopiecznemu zależy oraz że ma cel, do którego dąży, ale napotkał akurat przeszkody. To pozytywny sygnał (wszak znacznie lepiej jest prowadzić zawodnika, który pasjonuje się grą w piłkę), pod warunkiem że potrafi on szybko nad tym gniewem zapanować. Wbrew pozorom gniew nie jest zły, ale musi być spełniony najważniejszy warunek – należy używać go we właściwy sposób. Udzielane przez trenerów wskazówki nie powinny kończyć się na określeniu taktyki odnoszącej

Program Certyfikacji PZPN dla szkółek piłkarskich

się do danego meczu. Oprócz zarządzania i kierowania grą na boisku, trener musi umieć wpływać na emocje swoich zawodników, w tym kontrolowanie gniewu.

Gniew i frustracja to najbardziej obciążające emocje w piłce nożnej i bez dwóch zdań są trudne do opanowania. Zawodnicy, którzy nie opanowali tej sztuki, pod wpływem tak silnych emocji popełniają proste błędy, których w normalnych okolicznościach nie zwykli popełniać. Gniew bowiem wyzerpuje emocjonalnie, ale i fizycznie. Gdy zawodnika ogarnia złość, tętno przyspiesza, a oddech staje się płytki, szybki i nierównomierny. Piłkarze przestają komunikować się z kolegami z drużyny. Reakcja zajmuje im więcej czasu, ponieważ stale rozpamiętują to, co wydarzyło się kilka akcji wcześniej.

W związku z tym należy się zastanowić, w jaki sposób zapanować nad złością po błędach i kontrolować swoje emocje. Pomaga w tym nauka ponownego skupienia, dzięki której zawodnik potrafi odciąć się od przeszłości, nie analizować jej, a spojrzeć w przód na to, co wciąż jest przed nim. Tylko w ten sposób jest w stanie podejmować optymalne decyzje i wcielać je w życie.

Innym sposobem radzenia sobie ze złością jest stosowanie strategii relaksacyjnych w celu uspokojenia ciała i umysłu. Nerwy oznaczają, że coś idzie nie po naszej myśli. W przypadku piłkarzy mogą być one spowodowane własnym nieudanym zagranieniem, sekwencją błędów czy też pomyłką partnera albo sędziego. Dlatego zawodnicy muszą nauczyć się zarządzać swoimi oczekiwaniami przedmeczowymi. Kluczem jest zrozumienie, że błędy nie powinny powodować złości.

Kariera w futbolu jest dla wielu młodych ludzi marzeniem, jednakże prawdopodobieństwo zostania profesjonalnym zawodnikiem jest bardzo małe. Konieczne jest stworzenie środowiska, w którym sportowcy czują się doceniani jako ludzie, a ich poczucie własnej wartości nie zależy tylko od wyników. Powinniśmy uczyć zawodników, szczególnie tych młodych, jak rozumieć i zarządzać swoimi emocjami. Ta edukacja jest dla ich ogólnego rozwoju tak samo ważna, jak taktyczna i techniczna strona piłki.

Trenerzy powinni w należyty i zrozumiały sposób wyjaśnić swoim zawodnikom, w jaki sposób rozpoznawać emocje i radzić sobie z nimi, gdy pojawiają się podczas uprawiania sportu. Nie chodzi o tłumienie lub wstydzanie się swoich emocji. Chodzi przede wszystkim o to, aby je rozpoznać, poświęcić chwilę na zastanowienie się nad nimi i umożliwienie im przejścia kontroli nad naszymi działaniami. Aby tak się stało, w pierwszej kolejności to sami szkoleniowcy muszą potrafić panować nad emocjami.

Dobry trener powinien stworzyć pozytywną atmosferę i rozmawiać ze swoimi zawodnikami. Ma to ogromny wpływ na



emocje i samopoczucie psychiczne zawodników. Jeśli młodzi piłkarze czują, że grają o wysoką stawkę, w której najważniejsza jest wygrana, presja może prowadzić do frustracji, a to może wpłynąć na ich reakcję na niepowodzenia. Trenerzy mogą zmniejszyć tę presję, tworząc środowisko, w którym priorytetem jest rozwój, a nie wyniki sportowe. Wszyscy zawodnicy powinni mieć jasno określone cele rozwojowe i regularnie otrzymywać informacje zwrotne na temat swoich postępów. Zawsze trzeba pamiętać, aby traktować zawodników indywidualnie i okazywać empatię, biorąc pod uwagę ich emocje. Jeszcze raz – priorytetem powinien być sam proces doskonalenia umiejętności, a nie skupianie się na wynikach.

To jasne, że jednym z powodów (być może tym najważniejszym), dla których emocje zawodników rosną i opadają, jest chęć wygranej. Ale można zmienić sposób, w jaki wygląda wygrana, i pomóc im zrozumieć, że chociaż nie mogą kontrolować takich rzeczy jak decyzje sędziego czy wynik, mogą kontrolować swoje reakcje na poszczególne wydarzenia i właśnie to jest istotne. Kiedy zawodnik odczuwa przyptływ złości, powinien skierować całą swoją uwagę wyłącznie na własne obowiązki na boisku i rolę w drużynie. Najprościej mówiąc, jest to kwestia przejścia przez zawodnika kontroli nad swoim nastawieniem i skierowania wszystkich zasobów na grę.

Trenerzy i zawodnicy powinni zdawać sobie sprawę także z tego, że odczuwanie frustracji ma skutki fizyczne. Kiedy zawodnicy czują się pobudzeni, mogą być bardziej zdyszani, a to często prowadzi do gorszych decyzji. Świadomość występowania takich objawów pomaga unikać dokonywania złych wyborów podczas meczów.

Dobłą praktyką jest wdrażanie zmian metodą małych kroków. Jeśli zawodnik wykazuje oznaki złości w trakcie treningu, traci kontrolę nad emocjami, nieadekwatnie reaguje, trzeba nauczyć go innego sposobu radzenia sobie z emocjami. Kiedy czuje się sfrustrowany, musi wziąć kilka głębokich oddechów lub policzyć do dziesięciu, a po odzyskaniu kontroli wrócić na swoją pozycję.

Podsumowując, trenerzy powinni koncentrować się na następujących aspektach:

- zachęcaniu zawodników do ćwiczenia uważności,
- zmniejszaniu presji wywieranej na swoich zawodników, tworząc środowisko, w którym rozwój jest ważniejszy niż wyniki,
- stosowaniu pozytywnej komunikacji,
- traktowaniu swoich zawodników indywidualnie i unikaniu porównań,
- definiowaniu oczekiwań wobec swoich zawodników.

Robert Mazanek Trener Monitorujący PZPN

ZA NAMI OGÓLNOPOLSKI FINAŁ PUCHARU TYMBARKU

Poznaliśmy zwycięzców XXIII edycji Pucharu Tymbarku. W wielkim finale, rozgrywanym na PGE Stadionie Narodowym, zostały wyłonione najlepsze w Polsce piłkarskie drużyny chłopców i dziewcząt w grupach wiekowych do 10 i 12 lat. Młodzi zawodnicy i zawodniczki oprócz tytułów zdobyli też prestiżowe nagrody: szansę spotkania piłkarzy reprezentacji Polski i możliwość obejrzenia na żywo meczu naszej kadry. Turniej w swoim roczniku wygrali chłopcy ze Szkoły Gortata (woj. łódzkie, kategoria U10) i SMS Stali Rzeszów (woj. podkarpackie, U12) oraz dziewczynki z SP 17 w Chorzowie (woj. śląskie, U10) oraz SP w Krasnem (woj. podkarpackie, U12).



Zanim finaliści Pucharu Tymbarku awansowali do rozgrywek ogólnopolskich i zagraли na PGE Stadionie Narodowym, musieli przejść łącznie aż 4 etapy. Każdy z zespołów pokonał szczebel gminny i powiatowy, a na koniec najlepsze drużyny z kategorii U10 i U12 spotykały się z rówieśnikami w finałach wojewódzkich,

których stawką był awans do etapu ogólnopolskiego. Do Warszawy przyjechały łącznie 64 drużyny dziewczęce i chłopięce w kategoriach do 10 i 12 lat.

DWA DNI PIŁKARSKIEGO ŚWIĘTA NA STADIONIE HUTNIKA WARSZAWA

Finały ogólnopolskie, które rozpoczęły się 14 czerwca 2023 r. na Stadionie Hutnika Warszawa, zostały uroczyste otwarte o godz. 10. Atmosferę podkreślała liczna zebrana publiczność, a także zaproszeni goście: finalista „Mam Talent” Łukasz Chwieduk oraz znany raper Mezo, autor hymnu Pucharu Tymbarku. Zawodnicy i zawodniczki mogli najpierw obejrzeć pokaz sztuczek piłkarskich, a potem uczyć się od freestylera jego niezwykłych umiejętności, a także wziąć udział w koncercie Mezo. W przerwie pomiędzy meczami dzieci bawiły się na dmuchańcach i szkoliły umiejętności piłkarskie w strefie, w której zostały wystawione specjalne urządzenia, np. maszyna badająca czas reakcji.

Równie ważne jak atrakcje było to, co działo się na boisku. Podczas trwających dwa dni finałów ogólnopolskich Pucharu Tymbarku, młodzi piłkarze i piłkarki zostali podzieleni na grupy. W nich rozegrali mecze w systemie „każdy z każdym”, a następnie zespoły zmierzyły się ze sobą w fazie play-off. Jej stawką był bezpośredni awans na finał ogólnopolski, rozgrywany na PGE Stadionie Narodowym.



Dzięki wielu boiskowym emocjom, wszystkim uczestnikom udzieliła się atmosfera prawdziwego, piłkarskiego święta. Młodzi zawodnicy i zawodniczki zaprezentowali wysoki poziom gry, a przy tym byli w stanie cieszyć się piłką i okazywać szacunek rówieśnikom. Dowód na to, jak zawodnicy i zawodniczki zachowywali ducha fair play, stanowi duża liczba zielonych kartek, które im przyznano.



ZWYCIĘZCY ZAGRAŁI TUŻ PRZED REPREZENTACJĄ POLSKI

Dla finalistów nagrodą za przejście wszystkich etapów Pucharu Tymbarku była szansa gry na murawie PGE Stadionu Narodowego o tytuł najlepszej drużyny w kraju. Wyjątkowe wrażenie robiło nie tylko miejsce, w którym odbyły się finały, ale także czas ich rozgrywania. Tego samego dnia, którego młodzi piłkarze i piłkarki wychodzili na murawę PGE Stadionu Narodowego, na warszawskim obiekcie odbył się też mecz reprezentacji Polski. Kadra Fernando Santosa zmierzyła się w spotkaniu towarzyskim z kadrą Niemiec.

Być może w gronie finalistów Pucharu Tymbarku będą także przyszli kadrowicze: wielu z zawodników obecnie grających w reprezentacji występowało bowiem w finałach ogólnopolskich Turnieju. Wśród „absolwentów” tych zawodów jest m.in. Arkadiusz Milik (Juventus), Piotr Zieliński (SSC Napoli) czy Sebastian Szymański (Feyenoord Rotterdam). W kadrze do lat 17 mężczyzn, która wywalczyła trzecie miejsce na mistrzostwach Europy blisko 70% stanowili uczestnicy



Pucharu Tymbarku. Podobnie było w kadrze kobiet do lat 17, która na mistrzostwach starego kontynentu wywalczyła 5. miejsce – 86% tego zespołu to uczestniczki Pucharu Tymbarku. To pokazuje, że uczestnictwo w rozgrywkach może być pierwszym krokiem na drodze do spełnienia piłkarskich marzeń i gry w narodowych barwach.

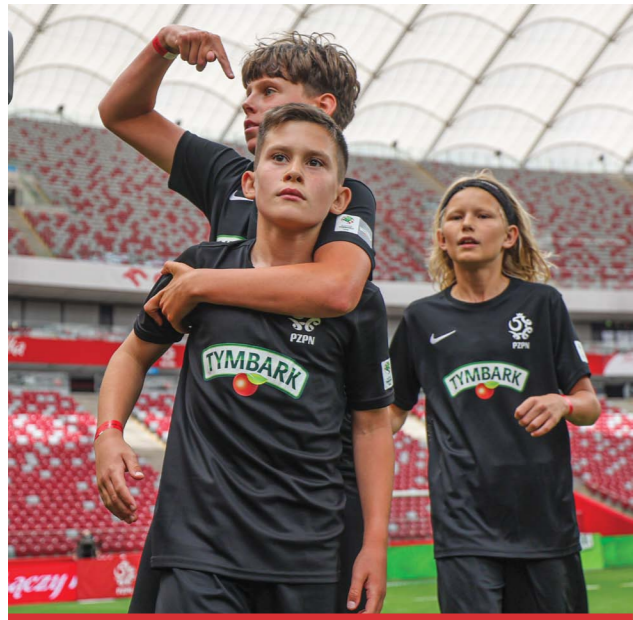
Rangę finałów podnosił też fakt, że transmisję meczów pokazało na swojej antenie TVP Sport, a spotkania prowadzili zawodowi sędziowie, Monika Mularczyk i Szymon Marciniak, którzy – podobnie jak ich koleżanki i koledzy we wcześniejszych etapach Turnieju – nie zabrali ze sobą żółtych i czerwonych kartek. Zamiast nich rozdawali zielone kartoniki za postawę zgodną z duchem fair play.



WIELKI FINAŁ NA PGE STADIONIE NARODOWYM

Pierwszy gwizdek finałów ogólnopolskich, sędziowanych m.in. przez Szymona Marciniaka, jedynego sędziego na świecie, który sędziował finały Mistrzostw Świata, Ligi Mistrzów i Pucharu Tymbarku, oraz Monikę Mularczyk, sędziującą spotkania Ligi Mistrzów, ustyszeliśmy o godzinie 9:30, gdy na murawie PGE Stadionu Narodowego rozpoczętnął się najważniejszy mecz dziewcząt w kategorii do 10 lat. Po zaciętym i pełnym wrażeń spotkaniu wygrała drużyna **SP 17 z Chorzowa**, która pokonała 5:2 zespół **Unia Grabów-Leopoldów**. Po nich na murawie obiektu wyszły najlepsze zespoły w kategorii U10 chłopców. Lepszy okazał się zespół **Szkoły Gortata**, który pokonał drużynę **Zagłębiaków (SPMS Sosnowiec)** z wynikiem 2:0. Finał dziewcząt w kategorii 12-latków na swoją korzyść rozstrzygnęła drużyna **SP Krasne**, pokonując 3:1 ekipę **AP PSP Klimontów**. Zwieńczeniem spotkań finałowych był mecz zespołów **SMS Stal Rzeszów** i **SP 7 Leszno**. Spotkanie, zakończone rezultatem 4:1, zapewniło zwycięstwo ekipie z **Rzeszowa**, która po końcowym gwizdku cieszyła się z wygranej.

– Cieszę się, że mogłem brać udział w turnieju i bezpośrednio z boiska obserwować szczere tży zarówno szczęścia, jak i porażki. Tutaj nikt nie udawał, nie kradł czasu ani nie kalkulował – miłość do futbolu w najlepszym wydaniu. Widać, że niektóre dzieci mają ogromny potencjał i fantastycznie się rozwijają. Z ciężką pracą, odpowiednim podejściem i inicjatywami takimi jak Puchar Tymbarku sukces mają w zasięgu ręki. Myślę, że za kilka lat, siedząc na trybunach na Stadionie Narodowym, będziemy bić brawo i kibicować dorosłym piłkarzom, których wcześniej obserwowaliśmy na tym właśnie turnieju. Wielu byłych graczy Pucharu Tymbarku jest obecnie w kadrze, dziś widzieliśmy potencjalnych następców – mówi sędzia Szymon Marciniak.



– Jest tu dziś wspaniała atmosfera, wielkie emocje, fantastyczni zawodnicy. Wszystkim obecnym i przyszłym uczestnikom życzę przede wszystkim wytrwałości w realizowaniu pięknej, sportowej pasji – dodała sędzia **Monika Mularczyk**.

Młodych piłkarzy i piłkarki swoim dopingiem wspierali licznie zgromadzeni kibice, wśród których byli wyjątkowi goście. Z trybun Stadionu Narodowego mecze oglądał m.in. prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Andrzej Duda, który po zakończeniu spotkań wręczył nagrody dla najlepszego zawodnika oraz zawodniczki Turnieju w kategoriach U10 oraz U12. Oprócz głowy państwa, spotkania oglądał też prezes Polskiego Związku Piłki Nożnej Cezary Kulesza, sekretarz generalny PZPN Łukasz Wachowski, a także współtwórciele Grupy Maspex Krzysztof Pawiński i Sławomir Rusinek oraz dyrektor zarządzający Robert Wawro.



– Frekwencja nam dopisała, jest bardzo dużo kibiców i rodzin, którzy przyjechali dopingować młodych piłkarzy. Finał XXIII edycji Pucharu Tymbarku to piękne wydarzenie obfitujące w wiele pozytywnych emocji. Widać, że zmierzamy we właściwym kierunku, z każdym rokiem zgłasza się coraz więcej drużyn ze wszystkich zakątków Polski. Mam nadzieję, że w kolejnych latach turniej będzie przyciągał jeszcze więcej młodych talentów. W przyszłości mają oni szansę, by stać się siłą reprezentacji – podkreślił **Cezary Kulesza, prezes Polskiego Związku Piłki Nożnej**.



– Gratulacje dla wszystkich uczestników XXIII edycji Pucharu Tymbarku. To właśnie takie turnieje sprawiają, że dzieciaki wstają od komputera, wychodzą na podwórko i grają w piłkę. Taka będzie przyszłość polskiej piłki, jakie jej młodzieży trenowanie, ale wszystko zaczyna się od pasji i emocji, widzieliśmy to w finałach na PGE Narodowy. Popularyzacja sportu wśród dzieci to cel, który realizujemy od 17 lat, angażując się w ten projekt jako generalny sponsor. Już dziś myślimy o kolejnej edycji rozgrywek i gorąco zapraszamy wszystkie szkoły do udziału. Spróbujcie, bo możecie zagrać w finale na tym pięknym stadionie przed meczem reprezentacji Polski, niezależnie z jak małej szkoły czy miejscowości jesteście – powiedział **Krzysztof Pawiński, CEO Grupy Maspex do której należy marka Tymbark**.

XXIII edycja Pucharu Tymbarku odbywa się pod Patronatem Honorowym Prezydenta RP Andrzeja Dudy. Patronat nad Pucharem objęło również Ministerstwo Edukacji i Nauki, Ministerstwo Sportu i Turystyki oraz Ministerstwo Zdrowia.

Wyniki XXIII edycji Pucharu Tymbarku:

KL.	Chłopcy U10	Dziewczęta U10	Chłopcy U12	Dziewczęta U12
1.	SZKOŁA GORTATA	SP 17 CHORZÓW	SMS STAL RZESZÓW	SP KRASNE
2.	ZAGŁĘBIACY (SPMS SOŚNOWIEC)	UNIA GRABÓW-LEOPOLDÓW	SP 7 Leszno	AP PSP KLIMONTÓW
3.	SP 5 SUWAŁKI	SZKOŁA PODSTAWOWA W NADARZYNIE	ZSP 2 BIAŁYSTOK	SMS KATOWICE
4.	NSP ZELKÓW	SP CHOROSZCZ	SP 1 ZABRZE	SP NR 44 WROCŁAW
5.	SP 9 SANOK	GMINA BRODY GIRLS TEAM	SP 9 SIEDLCE	SP KOMORÓW
6.	SP 18 OLSZTYN „MAMY TALENTY”	GWIAZDECZKI	SP 5 GDAŃSK	SP CHOROSZCZ
7.	SP 10 ZIELONA GÓRA	AKTYWNY JUNIOR	OMS SP NR 5 SZCZECINEK	SP 8 KROTOSZYN
8.	SP 60 BYDGOSZCZ	SP 1 RUMIA (SPORTMANIACY)	SP 10 ZIELONA GÓRA	SP 15 BYDGOSZCZ
9.	SP POGÓRZE	SP WIERZCHOŚLAWICE	SP NR 8 TORUŃ	SP 3 ZAKOPANE
10.	CZARNO-ZIELONI	SP PRZEŻMIEROWO	PSP 19 KĘDZIERZYN-KOŹLE	SP 15 ZIELONA GÓRA
11.	SANDO4	ZSP JASIEŃ	SP 5 BIAŁA PODLASKA	UKS SAP SZÓSTKA BRZEG
12.	„AS-Y” Z SP CZEMPIŃ	ZSP OPOCZNO	ZSO ZATOR	SP PRZODKOWO
13.	SP 31 WARSZAWA BIAŁOLEKA	SP NR 1 W ALEKSANDROWIE KUJAWSKIM	Szkoła Gortata	SP 10 Sieradz
14.	PSP KIETRZ	SP STARE BIELICE	SP 34 Kielce	SP Bystrzejowice Pierwsze
15.	SP 3 MYŚLIBÓRZ	DIABELKI	SP 6 Świdnica	SP 1 LIDZBARK
16.	SP SUŁÓW	PSP POPIELÓW	SP 18 Olsztyn „Mamy Talenty”	SP MALECHOWO

Najlepsi strzelcy i strzelczynie finału ogólnopolskiego:

Kategoria	Chłopcy U10	Dziewczęta U10	Chłopcy U12	Dziewczęta U12
Wyróżnienie	Maciej Szczesny (SP 5 SUWAŁKI)	Maja Gašior (SP 17 CHORZÓW)	Filip Kondraciuk (PSP 19 KĘDZIERZYN-KOŹLE)	Małgorzata Zagórska (SP 3 ZAKOPANE)

Najlepsi zawodnicy i zawodniczki finału ogólnopolskiego:

Kategoria	Chłopcy U10	Dziewczęta U10	Chłopcy U12	Dziewczęta U12
Wyróżnienie	Maksymilian Lindner (SZKOŁA GORTATA)	Julia Milankiewicz (SP W NADARZYNIE)	Bartosz Brożyna (SMS STAL RZESZÓW)	Maria Mroziak (SP 15 BYDGOSZCZ)

Najlepsi bramkarze i bramkarki finału ogólnopolskiego:

Kategoria	Chłopcy U10	Dziewczęta U10	Chłopcy U12	Dziewczęta U12
Wyróżnienie	Stanisław Dusza (ZAGŁĘBIACY (SPMS SOŚNOWIEC)	Wiktoria Walasek (UNIA GRABÓW-LEOPOLDÓW)	Piotr Sobierajski (SP 7 LESZNO)	Laura Bąk (SP KRASNE)

FESTIWAL BARW OZPN W DOBRZENIU WIELKIM



Tak właśnie powinny wyglądać piłkarskie turnieje dla najmłodszych. Mnóstwo kolorów, mnóstwo uśmiechu, ale i wspaniała piłkarska rywalizacja. Bez wyników. Na nie przyjdzie jeszcze czas. W Dobrzenu Wielkim, na boisku TOR-u, który rywalizuje na poziomie Football World Klasy Okręgowej, rozegrano Turniej selekcyjny do Wojewódzkich Rozgrywek Żaków i Orlików.



I to wszystko opolskiemu związkowi się udało. Coraz więcej drużyn chciało przyjeżdżać i bawić się piłką. Zgłoszeń było na tyle dużo, że organizatorzy zdecydowali się podzielić rozgrywki. Tak aby każda akademia była zadowolona i mogła rywalizować z drużynami o zbliżonym potencjale i poziomie. Powstały więc rozgrywki wojewódzkie, powiatowe i regionalne. I niedzielny turniej selekcyjny miał za zadanie wyłonić zespoły, które jesienią będą rywalizowały na tym pierwszym, wojewódzkim poziomie.

- Turniej odbywał się na dwóch boiskach, na których rywalizowały żaki i orliki – mówi trener Wojciech Morka, który był jednym z tych szkoleniowców, którzy wnikliwie obserwowali poczynania akademii. - Standardowo – nie graliśmy „na wyniki”, żeby za-

Od kilku sezonów Opolski Związek Piłki Nożnej mocno stawia na rozwój turniejów dla najmłodszych adeptów futbolu. Wiele z nich miało być akcją jednorazową, ale szybko przerodziły się w stałe, coroczne, a czasem i częstsze, spotkania opolskich akademii i szkółek piłkarskich. Turnieje w ramach rozgrywek Bawi Nas Piłka od samego początku istnienia miały być jednak inne. Po pierwsze – miały być cykliczne. Po drugie – od samego początku były bez oficjalnych wyników. Po trzecie – dzieci miały cieszyć się grą.



chęć uczestników do pokazania jak najlepszych możliwości ofensywnych, np. gry jeden na jednego, wysokiego pressingu czy chęci zdobycia jak największej liczby bramek – dodaje Morka.

W Dobrzenu Wielkim pojawiło się w sumie 18 drużyn, które rywalizowały w trzech grupach. Grano systemem każdy z każdym. Trenerzy monitorujący bacznie przyglądali się wszystkim akademiom i każdej z osobna.

- Najważniejszym kryterium była duża liczba zawodników, którzy prezentują wysoki poziom sprawności i techniki piłkarskiej – opisuje koordynator Woje-



dokonywali doświadczeni trenerzy związkowi i z tego miejsca kierują podziękowaniami dla całego sztabu trenerskiego, który tego dnia dokonywał oceny – dodaje Wolański.

O znaczeniu rozgrywek Bawi Nas Piłka na Opolszczyźnie świadczy też fakt, że w Dobrzenu mogliśmy zobaczyć akademie piłkarskie z niemal całego regionu. Do rywalizacji żaków przystąpiła m.in. Odra Opole, ale i GOL Opole, Chemik Kędzierzyn-Koźle czy LZS Raszowa. Podobnie było w orlikach, w których zmaganiach udział wzięli m.in. MKS Gogolin, Start Namysłów czy Funball Kluczbork.

- Turniej selekcyjny był na bardzo dobrym poziomie, rywalizacja była bardzo wyrównana – mówiła trener Soccer College Łubniany Janina Ficek. - Jestem bardzo zadowolona z naszej gry. Wszyscy byli zaangażowani w 100%. Zdobiliśmy dużo bramek, dużo rywalizowaliśmy

wódzkich Rozgrywek Żaka, Paweł Bzdęga. - Im więcej indywidualności i kreatywnych zawodników w zespole, tym większa liczba punktów została dopisana w odpowiedniej kolumnie. Drugim współczynnikiem było utrzymanie wysokiego poziomu intensywności podczas każdej kolejki, celowo większość drużyn grała bez przerwy, aby zobaczyć, jak zawodnicy znoszą trudny poszczególnych spotkań. Coaching trenera, jego podpowiedzi, zachęcanie do poszczególnych działań indywidualnych lub grupowych w poszczególnych fazach gry to kolejny aspekt mający wpływ na ocenę drużyny. Im więcej swobody w podejmowaniu decyzji dawał trener, tym lepiej wypadł w oczach osób, które monitorowały rozgrywki – oceniał Bzdęga.

- W turnieju stworzyliśmy warunki, w których wszystkie drużyny miały równe szanse na zaprezentowanie swojego poziomu sportowego



jeden na jeden. I to wszystko w duchu rywalizacji fair play – dodawała z uśmiechem pani trener.

- My rywalizowaliśmy w pierwszej, tej porannej sesji – komentował szkoleniowiec UKP Gol w roczniku żaków, Kamil Wręczycki. - Było bardzo dużo grania, zagraliśmy 5 meczów. A to zawsze jest w cenie wśród tych najmłodszych piłkarzy – dodawał opolski trener.

- Naprawdę jestem dumny z moich chłopaków – oceniał Patryk Moraczewski, trener TOR-u Dobrzeń Wielki. - Nie patrzyliśmy na te stracone bramki, za każdym razem staliśmy się strzelić kolejnego gola. To, co mnie najbardziej cieszyło, to bardzo duża współpraca na boisku. Jeden walczył za drugiego, drugi za trzeciego. Daliśmy z siebie dzisiaj maksa – śmiał się szkoleniowiec, prowadzący zespół gospodarza zmagania.

Ostatecznie do jesiennej rywalizacji wyłonionych zostało osiem zespołów. Ich młodzi zawodnicy będą teraz w wakacje ładować baterie, żeby do rywalizacji przystąpić z nową energią i zapałem.

Jakub Trzaska, Opolski Związek Piłki Nożnej



- mówił podczas zmagania koordynator Wojewódzkich Rozgrywek Orlika Jarosław Wolański. - Głównym celem był wybór 8 drużyn o najwyższym potencjale, tak aby od wrześniowych Wojewódzkich Rozgrywek Orlika stworzyć wysoki poziom sportowy i właściwe środowisko do rozwoju. Wnikliwej obserwacji