

ENGEL

Trenerskie puzzle
sukcesu

▶▶ 6-7

DUDA

Intelektualizacja
szkolenia
piłkarzy nożnych

▶▶ 26-27

RAMIREZ

Skauting personalny

▶▶ 30-31

MOSKAL

Gra czwórką obrońców
w linii

▶▶ I-XII

KASPERCZAK NIE TACY MALI



SUPERLEKKIE CZUCIE





INTELIĞENTNA GRA

P przed nami rok 2014 – rok finałów mistrzostw świata, na który to turniej po raz kolejny nie udało się zakwalifikować polskiej reprezentacji. Wielka szkoda, bo przecież gospodarzami będą Brazylijczycy! Ale jednocześnie to wielkie zobowiązanie i oczekiwania przed kolejną porcją gier eliminacyjnych – tym razem w ramach eliminacji mistrzostw Europy. Z nowym Selekcyjnerem „na pokładzie” – Adamem Nawalką. Panie Adamie chcemy grać we Francji w 2016 roku, prosimy o awans i moc pozytywnych emocji.

W rok 2014 wchodzi także z nowym Selekcyjnerem-Polakiem, który objął w grudniu minionego roku zespół Mali - 43. reprezentację świata wg rankingu FIFA. Ten zaszczyt spotkał trenera Henryka Kasperczaka, który – jak pamiętamy – rywalizował do ostatniej chwili z Franciszkiem Smudą o możliwość przygotowania reprezentacji Polski do EURO 2012. Po niekorzystnym dla Niego rozstrzygnięciu zajęł się m.in. aktywną działalnością w Stowarzyszeniu Trenerów Piłki Nożnej (gdzie jest Prezesem Zarządu). I oto po krótkim odpoczynku Henryk Kasperczak powraca na swój ulubiony kontynent afrykański z zadaniem powalczenia o Puchar Afryki. Trzymamy kciuki Panie Henryku!

W pierwszym tegorocznym numerze „Trenera” celowo staraliśmy się w wielu tekstach zaakcentować wartości intelektualne, jakie powinny wspierać piłkarzy nożnych w przebiegu ich karier. Bądź co bądź mecz piłki nożnej to „inteligentna gra”. A na jej końcowy wynik ma wpływ postawa i aktywność „kilkudziesięciu aktorów tego widowiska”, że wymienię nie tylko głównych bohaterów (kilkudziesięciu piłkarzy), ale także całe sztaby trenerskie, grupy sędziowskie (które na poziomie mistrzostw świata liczą już 6 osób) oraz liczne osoby wspierająco-decyzyjne, które tworzą grupę działaczy. To dość skomplikowany układ relacji interpersonalnych i bez kompetencji umysłowych, trudno jest we współczesnym futbolu sięgnąć po sukces.

Trener Kazimierz Moskal, autor wkladki szkoleniowej, wielokrotnie wspominał, jak istotne znaczenie dla opanowania gry w defensywie i ofensywie w systemie 1-4-4-2 przez Wisłę Kraków, miały systematyczne (przed każdym treningiem!) mini-wykłady trenera H. Kasperczaka.

Trener Kasperczak dobrze wiedział, że jak zawodnik nie zrozumie o co chodzi w tym nowym wówczas systemie gry, to nie będzie dobrze funkcjonował na boisku np. w fazie obrony strefowej.

Jest tekst naszego hiszpańskiego Autora – Fernando Ramireza. Temat niby klasyczny – skauting personalny. Ale jednocześnie ten akcent na „głębłą obserwacyjną”, na poszukiwanie tego czegoś, co może stanowić o wartości konkretnego piłkarza. Na inteligentną prognozę możliwości rozwojowych. A nie jest to łatwe bez swoistych kompetencji selekcyjnych – o czym tak boleśnie przekonali się np. Koledzy z Legii Warszawa, rezygnując z 19-letniego Roberta Lewandowskiego.

Może trzeba częściej sięgać po doświadczenia edukacyjne, jakie także polska myśl szkoleniowa wytworzyła w postaci wielu monografii czy podręczników? (patrz przeglądowy tekst profesora Henryka Dudy). Może trzeba inspirująco i celowo dobierać różnorakie gry treningowe? I stosować je od najmłodszych lat, ale także o nich z zawodnikami rozmawiać i dyskutować, szukając lepszych, bardziej skutecznych rozwiązań.

Przygotowanie teoretyczne ma wiele form i rozwiązań. Warto po nie sięgać, bo inteligentny piłkarz tworzy niepowtarzalne rozwiązania, kreuje grę i stwarza tym samym większe szanse na sukces. A o sukces nam wszystkim chodzi – prawda?

Redaktor naczelny „Trenera”
Dariusz Śledziwski

4 -5 Henryk Kasperczak
Trener-selekcjoner reprezentacji Mali

**NAUCZANIE
– TRENOWANIE**

6 -7 Jerzy Engel
Trenerskie puzzle sukcesu

8 -13 Miłosz Stępiński
Stefan Majewski
Andrzej Streljau
Charakterystyka stosowanych systemów i ustawień

14 -19 Andrzej Zieliński
Marek Słomkowski
Atak pozycyjny – efektywność i skuteczność typowych rozwiązań

20 -22 Henryk Duda
Intelektualizacja nauczania piłkarzy nożnych – istotnym elementem efektywnego szkolenia



I-XII WKŁADKA METODYCZNO-SZKOLENIOWA NR 51
Kazimierz Moskal
Gra czwórka obrońców w linii – współpraca i doskonalenie

24 -29 Raport techniczny UEFA
Mistrzostwa Europy U-19 na Litwie

30 -31 Fernando Ramirez
Skauting personalny – obserwacja, ocena, wybór

32 -35 Adam Kucharczyk
Cardiff City Football Club – sprawozdanie ze stażu



Trener

Wydawca:
POLSKI ZWIĄZEK PIŁKI NOŻNEJ

ul. Bitwy Warszawskiej 1920 r. 7
02-366 Warszawa
tel. +48 (22) 55 12 300
fax +48 (22) 55 12 240
e-mail: pzpn@pzpn.pl

Zespół wydawniczy
Dariusz Śledziwski
(redaktor naczelny)
Adam Sławczyk
(sekretarz redakcji)

Kazimierz Doktor
Jerzy Engel
Adam Kucharczyk
Piotr Maranda

Skład graficzny
Piotr Przychodzeń

Foto
Archiwum, Cyfrasport

Henryk Kasperczak selekcji

Nasz eksportowy szkoleniowiec Henryk Kasperczak podpisał 30 grudnia 2013 roku kontrakt na prowadzenie reprezentacji narodowej Mali. To aktualnie w rankingu FIFA (styczeń 2014), 43. drużyna świata. Podstawowym zadaniem trenera Kasperczaka jest udany występ w Pucharze Narodów Afryki (PNA), którego finałowy turniej zaplanowany jest na 2015 rok w Maroku.



ZDANIEM HENRYKA KASPERCZAKA:

PERSPEKTYWY PRACY Z REPREZENTACJĄ MALI

W piłce nożnej wszystko trzeba robić krok po kroku. Reprezentacja Mali od moich czasów (lata 2002-2003) zrobiła spore postępy. W latach 2012 i 2013 w Pucharze Narodów Afryki zajmowała trzecie miejsca. To drużyna o dużym potencjale. Swoista mieszanka młodych utalentowanych zawodników z doświadczonymi, takim jak Seydou Keita. Jeśli wszystko pójdzie dobrze, to porozmawiamy z prezesem federacji Mali o Mundialu 2018.

tach jego piłkarze zdobyli Puchar Francji. W latach 1984-1993 pracował w pierwszoligowych klubach Francji: AS Saint-Etienne, RC Strassburg, RC Paris (finalista Pucharu Francji), FC Montpellier Herault S.C. (1/4 finału Pucharu Francji). W 1991 roku otrzymał zaszczytny tytuł Trenera Roku wg „France Football”. W następnych latach trenował piłkarzy OSC Lille. W 1993 roku wyjechał do pracy trenerskiej w Afryce, przyjmując propozycję selekcjonera reprezentacji Wybrzeża Kości Słoniowej (zdobył trzecie miejsce w Pucharze Narodów Afryki – 1994 r.). W tym samym roku został selekcjonerem reprezentacji Tunezji i dyrektorem technicznym w tamtejszej federacji narodowej. Z reprezentacją Tunezji uczestniczył w IO w Atlancie w 1996 roku – porażki z Portugalią i USA, remis z Argentyną. Na mundialu we Francji (1998) Henryk Kasperczak prowadził Tunezję w dwóch meczach: porażki z Anglią 0:2 i Kolumbią 0:1 skłoniły Go do złożenia rezygnacji.

W 1998 roku wrócił do pracy klubowej we Francji i podjął pracę w S.C. Bastia (I liga), a następnym roku przyjął ofertę klubu Al-Wasl S.C. Dubaj (Zjednoczone Emiraty Arabskie). W 2000 roku został selekcjonerem reprezentacji Maroka, a następnie wyjechał do Chin, gdzie trenował ligową S.C. Chenyang. W 2001 roku wrócił do Afryki i został selekcjonerem reprezentacji Mali, z którą w Pucharze Narodów Afryki zajął czwarte miejsce. W tym samym roku wrócił do Polski i przyjął ofertę Wisły Kraków.

Dwa kolejne lata pracy trenerskiej to czas niesamowitych sukcesów trenera Kasperczaka. Z Wisłą Kraków zdominował polską ligę. W sezonach 2002/2003 i 2003/2004 tytuły mistrza Polski, w sezo-

Henryk Kasperczak latem

Eliminacje PNA rozpoczynają się we wrześniu br., a debiut w nowej roli przewidziany jest na dzień 5 marca w wyjazdowym meczu przeciwko Senegalowi.

Przypomnijmy sobie w skrócie sylwetkę trenera Henryka Kasperczaka.

Henryk KASPERCZAK urodził się 10 lipca 1946 r. w Zabrzu, mieście wielkich sukcesów słynnego klubu Górnik Zabrze. Ukończył studia w warszawskiej AWF, otrzymując dyplomy magistra wychowania fizycznego (promotorem jego pracy był prof. Henryk Sozański) i trenera II klasy, po kursie specjalizacji piłki nożnej kierowanej przez doc. Jerzego Talagę.

Wychowanek Stali Zabrze swoją profesjonalną karierę zawodniczą rozpoczął w Stali Mielec, z którą zdobył dwa tytuły mistrza Polski. Następnie przeniósł się do Legii Warszawa, a stąd wyjechał do Francji, do FC Metz (pierwsza liga). Największe jednak sukcesy osiągnął jako 73-krotny reprezentant Polski (brązowy medal MŚ-74, srebrny medal Igrzysk Olimpijskich, Mont-real 1976). W 1976 roku został Piłkarzem Roku. Jest członkiem Klubu Wybitnego Reprezentanta PZPN.

W kolejnych latach przyszły sukcesy związane z karierą trenerską. Jej podstawą były kolejne kompetencje zawodowe: dyplom DEFP (zawodowego trenera piłki nożnej Francuskiej Federacji Piłki Nożnej), a następnie licencja trenera UEFA PRO.

Pracę w zawodzie trenera Henryk Kasperczak rozpoczął w 1979 roku we Francji w I-ligowym FC Metz, gdzie po pięciu la-

Reprezentacja Mali już dwukrotnie stawała na podium PNA – w latach 2012 i 2013 i zajmowała w tych rozgrywkach trzecie miejsca. W opinii miejscowych działaczy (prezesem Malijskiej Federacji Piłki Nożnej jest Diarra Bo-ubacar) nadszedł czas na „krok do przodu”, czyli udział w wielkim finale tych rozgrywek. Trener Kasperczak podjął się tego zadania, a w przypadku jego osiągnięcia bardzo prawdopodobne jest przedłużenie kontraktu aż do roku 2018 roku, czyli do turnieju finałowego MŚ w Rosji.

WYNAGRODZENIA POLSKICH TRENERÓW PRACUJĄCYCH W KLUBACH NIŻSZYCH KLAS ORAZ Z DZIEĆMI I MŁODZIEŻĄ

To kolejny trudny problem. Mamy wielu wykształconych, przeważnie młodych trenerów, którzy nie podejmują pracy w zawodzie, ponieważ nie są w stanie utrzymać za te pieniądze siebie i rodziny. W ich miejsce zbyt często specyficzną pracę z dziećmi i młodzieżą, podejmują pasjonaci, którzy nie posiadają odpowiedniego przygotowania fachowego. Pracują zazwyczaj na kilku etatach i traktują te zajęcia jako źródło dodatkowych zarobków. Będziemy w tej sprawie interweniować w Ministerstwie Sportu i Turystyki, a także w Polskim Związku Piłki Nożnej.

Wychowanek Stali Zabrze swoją profesjonalną karierę zawodniczą rozpoczął w Stali Mielec, z którą zdobył dwa tytuły



onierem reprezentacji Mali

nach 2001/2002 i 2002/2003 Puchar Polski, w sezonie 2002/2003 1/8 finału Pucharu UEFA, w roku 2002 tytuł trenera roku w plebiscycie „Piłki Nożnej”. Passę sukcesów Kasperczaka i Wisły Kraków przerwał konflikt z prezesem klubu, co skończyło się w grudniu 2004 roku dymisją i zmianą na stanowisku pierwszego trenera.

W 2006 roku jeszcze raz przyjął ofertę pracy w Afryce, tym razem jako selekcjoner reprezentacji Senegal. W 2008 roku po powrocie do Polski został trenerem Górnika Zabrze, z którym rozstał się w czerwcu 2009 roku po spadku tego zespołu do niższej ligi. Wiosną 2010 roku powrócił do krakowskiej Wisły, z którą zdobył wicemistrzostwo Polski. Jednak po odpadnięciu w eliminacjach Pucharu UEFA z Karabachem Agdam podał się w sierpniu do dymisji. W listopadzie 2010 roku, śladem wielu polskich trenerów, pojechał do Grecji (AO Kawala – pierwsza liga), by w marcu 2011 roku powrócić do kraju. W międzyczasie (rok 2009) starał się o stanowisko selekcjonera Reprezentacji Polski, ale Prezes i Zarząd PZPN postawili (październik 2009 r.) na Franciszka Smudę.

W latach 2011-2013 trener Henryk Kasperczak nie prowadził drużyny piłkarskiej, pełnił funkcję Prezesa Stowarzyszenia Trenerów Piłki Nożnej w Polsce, czyli postawił na pracę organizacyjną dla dobra naszego środowiska trenerskiego.

**Henryk Kasperczak
zimą**



W opinii miejscowych działaczy (prezesem Malijskiej Federacji Piłki Nożnej jest Diarra Boubacar) nadszedł czas na „krok do przodu”, czyli udział w finale Pucharu Narodów Afryki



**Henryk Kasperczak
w roli działacza**

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI STOWARZYSZENIA TRENERÓW PIŁKI NOŻNEJ W POLSCE

W planie działalności odpowiednie miejsce znajduje współpraca z Komisjami i Zespołami PZPN blisko związanymi z działalnością STPN, np. z Komisjami Licencyjnymi PZPN i WZPN (sprawy zatrudniania i zwolnień z pracy trenerów, respektowania dyplomów odpowiadającym przepisom państwowym i przepisom FIFA, UEFA oraz PZPN). Chcemy nawiązać ścisłą współpracę z partnerami wspierającymi materialnie PZPN np. z firmą Sport Five oraz Ekstraklasą w celu wspólnego działania w sprawie stażów trenerskich zagranicznych i krajowych. Zarząd STPN zajmie się opracowaniem wzorcowego kontraktu pracy dla trenerów, zastosowaniem nowoczesnych technologii elektronicznych w pracy zawodowej trenera, udostępnieniem zagranicznych materiałów doszkoleniowych. Oczywiście są to tylko wybrane problemy i zagadnienia do wykonania, które mogą pomóc polskim trenerom piłki nożnej.

Jerzy Engel Trener

Podczas jednej z konferencji prasowych po meczu Chelsea Londyn, trener Jose Mourinho powiedział, że „skoro dzisiaj każde dziecko na świecie wie jakim systemem grają poszczególne drużyny, i jak w trakcie meczu zmieniają się ich ustawienia, to menedżer zespołu musi się znać na tysiącu innych ważnych elementach, tworzących taktykę gry drużyny. Wszystko po to, by doprowadzić klub i prowadzonych przez siebie piłkarzy do sukcesu.”

Ta wypowiedź nie jest nowym spojrzeniem na pracę trenerską, ale oddaje dokładnie jak szeroki jest dzisiaj zakres wiedzy i umiejętności, które musi posiadać szkoleniowiec biorący się za prowadzenie zespołów najwyższej klasy. Jeszcze do niedawna słuchając wykładów na konferencjach trenerskich w Europie i na świecie, wylapywaliśmy różne nowinki techniczno-taktyczne wplatając je później do swojej pracy z zespołem. Dzisiaj, zgodnie z tym co powiedział Jose Mourinho, koncentrujemy się na zupełnie innych tematach (szczegółach).

Finały Mistrzostw Europy 2008 przyniosły dwa kluczowe terminy, jakie w podsumowaniach po turnieju podkreślali obserwatorzy z UEFA Technical Team. Pierwsze to „utrzymywanie się przy piłce”, zgodnie z zasadą jaką lubił wypowiadać Kazimierz Górski – „jeśli my mamy piłkę, a nie przeciwnik, to nic nam nie grozi”. Na stadionach Austrii i Szwajcarii w 2008 roku wszyscy zachwycali się zespołem hiszpańskim, który potrafił wymienić prawie sześćset podań w meczu i w takim stylu zdobyć mistrzostwo Europy.

Natychmiast zaabsorbowali ten sposób gry inni trenerzy, starając się przenieść na własny grunt, to czego Hiszpanie uczyli się od kolebki. Efekt był taki, że podczas mistrzostw Europy 2012 już jedenastu spośród szesnastu finalistów wymieniało ponad pięćset podań w trakcie meczu (Hiszpanie wymienili ich już ponad dziewięćset w meczu przeciwko Irlandii!). Takim sposobem gry przestał się podobać kibicom, bo tak grających Hiszpanów zaczęto wygwizdywać, i mimo ich łatwego zwycięstwa nikomu się taki nudnawy i usypiający sposób gry nie podobał.

Ciekawie podsumował ten trend szkoleniowiec reprezentacji Niemiec Joahim Loew, który stwierdził, że „jego zespół zdecydowanie za bardzo wziął sobie do serca utrzymywanie się przy piłce, zamiast pędzić jak najkrótszą drogą do bramki, co zawsze leżało w charakterze piłkarzy niemieckich.” Tak więc jeden z trendów jaki wdrażano po finałach mistrzostw Europy w 2008 roku nie dla wszystkich okazał się zbawienny.

Drugim słowem kluczem po mistrzostwach Europy 2008 było słowo „przeniesienie”. Zespoły błyskawicznie przechodziły z fazy atakowania do obrony i z obrony do ataku, zmieniając przy tym ustawienie i sposób gry. Szybkość z jaką przemieszcza-



Jerzy Engel

Były selekcjoner reprezentacji Polski

ją się piłkarze po stracie piłki lub po jej odzyskaniu jest imponująca, co prócz sposobu gry daje również wyznacznik selekcyjny, jakich zawodników potrzebujemy dzisiaj w zespołach. Tak więc „przeniesienie” przyjęło się natychmiast i zespoły musiały nauczyć się błyskawicznej zmiany ustawienia i poruszania się w momencie, kiedy piłka zmieniła „właściciela”.

Finały mistrzostw Europy 2012 przyniosły już zupełnie nowe „słowa-klucze”. Trener mistrzów Europy, Vicente del Bosque, za jedno z nich uznał słowo „inicjatywa”.

Co to jest inicjatywa w obronie i w ataku? Najprościej można powiedzieć, że w obronie jest to doprowadzenie do odzyskania piłki w strefie, w której zespół chce ją odebrać przeciwnikowi i robi to w sposób przygotowany, wytrenowany i dokładnie tam, gdzie zamierzał rozpocząć fazę ataku.

Znaczy to, że narzucając swój sposób bronienia doprowadzamy do tego, że zmuszamy przeciwnika aby prowadził grę w taki sposób, jaki my sobie tego życzymy. To szalenie ważny i trudny element szkoleniowy, często niedoceniany w naszych klubach. Ale wystarczy zagrać z zespołami hiszpańskimi, aby zrozumieć co to oznacza. Nasi piłkarze, którzy grali mecz towarzyski z Hiszpanią w ramach przygotowań do finałów mistrzostw Europy 2012 podkreślali, że odebrać piłkę Hiszpanom jest niezmiernie trudno. Ale rzeczywisty problem zaczyna się wtedy, gdy piłkę już się odbierze i jest ona



Cristiano Ronaldo w akcji

skie puzzle sukcesu



Fernando Torres i Gianluigi Buffon w pojedynku

w naszym posiadaniu. Hiszpanie tak agresywnie natychmiast dążą do jej odzyskania, że nie sposób jest poprowadzić przeciwko nim grę, jeśli oczywiście dobrze się do takiego agresywnego sposobu gry zespołu hiszpańskiego nie przygotowuje. Wystarczy spojrzeć na statystyki, aby stwierdzić jak mało bramek traci reprezentacja Hiszpanii i zrozumieć wagę tematu podnoszonego przez jej trenera.

O ile inicjatywa w obronie jest egzaminem dyscypliny zespołu i realizowania przez piłkarzy założeń i wytycznych trenera, to inicjatywa w grze ofensywnej jest już zdecydowanie bardziej złożonym tematem. Prowadzenie gry i doprowadzanie do sytuacji bramkowych wymaga skoordynowania i dopracowania znacznie większej liczby elementów składowych z obszaru przygotowania motorycznego, technicznego czy taktycznego. Przygotowanie różnych sposobów prowadzenia ataku szybkiego oraz wielu wariantów ataku pozycyjnego nie jest sprawą łatwą, o czym najlepiej wiedzą szkoleniowcy prowadzący zespoły. Dlatego inicjatywa zawiera w sobie bardzo wiele elementów, które nie są uniwersalne, ale są wręcz specyficzne dla warsztatu każdego szkoleniowca. Są one odzwierciedleniem filozofii gry trenera przekładanej na pracę zespołu i świadectwem grubości zapisanych stron w trenerskim „playbook’u”.

Drugim słowem kluczem jest słowo „dominacja”. Obu słów nie da się od siebie odseparować. Zespół, który będzie umiał przejąć inicjatywę w trakcie gry prędzej czy później zdominuje przeciwnika, a dominując na boisku będzie prowadził wszystkie swoje działania w obro-

nie i w ataku w sposób charakterystyczny tylko dla siebie. Gdyby chcieć podłożyć pod wymienione powyżej słowa treść treningową, która z kolei ma się przełożyć na wyniki osiągane w meczach, rysuje się nam ogrom pracy techniczno-taktycznej popartej nienagannym przygo-

Robert Lewandowski na treningu



„Utrzymywanie się przy piłce” jest zgodne z zasadą, jaką lubił wypowiadać

Kazimierz Górski: – „Jeśli my mamy piłkę, a nie przeciwnik, to nic nam nie grozi”.

towaniem motorycznym, realizowane z ogromnym entuzjazmem i na podłożu przygotowania psychicznego piłkarzy.

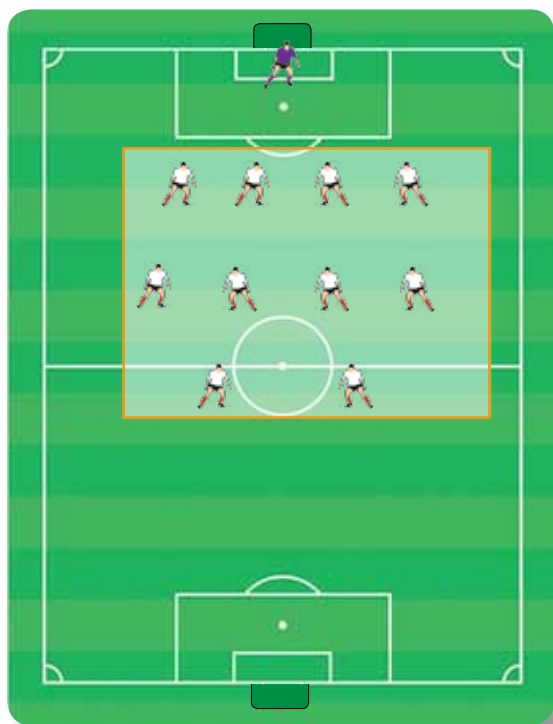
To są składowe codziennej, ciężkiej pracy charakteryzujące przygotowanie trenera do pracy na określonym poziomie rywalizacji. Oczywiście mówimy tu o najwyższym poziomie kunsztu szkoleniowego, ale jest to poziom, do którego należy dążyć i czy chcemy czy nie, nasi piłkarze na tym poziomie będą musieli rywalizować. Nie ma innej drogi postępu.

Dlatego często patrząc na nieporadność naszych drużyn klubowych czy reprezentacji grających na poziomie międzynarodowym, nie zdajemy sobie sprawy co leży u podłoża tak słabych występów i widocznego nieprzygotowania zespołów do gry na takim poziomie. Indywidualnie, krytycznymi ocenami pomocowymi „płacą” za porażki najczęściej poszczególni piłkarzy – ale czy na pewno cała odpowiedzialność leży wyłącznie po ich stronie?

Zbyt wielu trenerów, szczególnie tych, którzy szybko osiągnęły niezły wynik szkoleniowy lub zaczynają pracować zbyt szybko na najwyższym poziomie zawodowym, przestaje się doszkalać i czerpie inspirację tylko z tej wiedzy i doświadczeń, które już posiada. Zaczyna się wpaść w rutynę szkoleniową, która zabiła postęp i trener zaczyna pracować dzisiaj tak, jak pracował wczoraj, co niestety rzadko przynosi pozytywne efekty. Dlatego podaję tylko te cztery „słowa-klucze” do przemyśleń dla Nas, Szkoleniowców, bo każdy z wyżej wymienionych problemów to oddzielny, wielki dział naszej codziennej pracy. A przecież tych tematów jest znacznie więcej, ale o tym może już innym razem...

Charakterystyka stosowa

Obserwacje zespołów prezentujących najwyższy poziom sportowy, zarówno reprezentacji narodowych podczas mistrzostw świata i Europy, jak i najlepszych drużyn klubowych występujących w Lidze Mistrzów, wskazują, że aktualnie najbardziej popularnymi systemami gry są 1-4-4-2 i 1-4-3-3 w różnych modyfikacjach.



Rycina 1.

Miłosz Stępiński
Stefan Majewski
Andrzej Strejlau

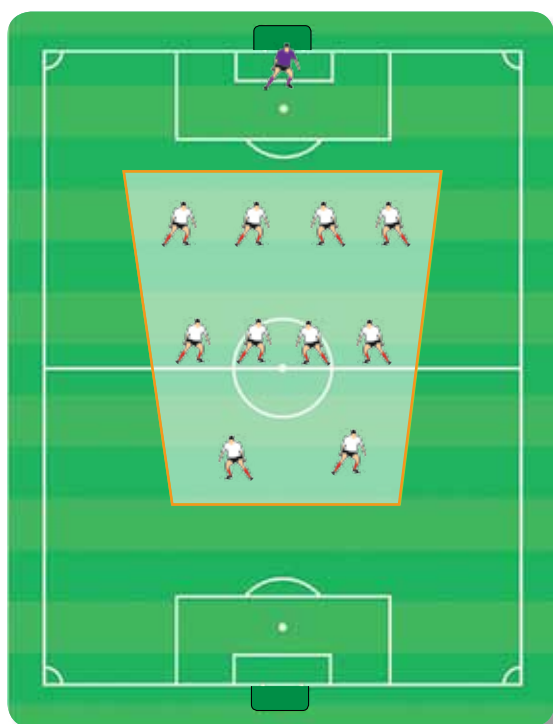
SYSTEM 1-4-4-2 I JEGO MODYFIKACJE

System 1-4-4-2 uznawany jest za ustawienie bardzo elastyczne. Ustawienia w obrębie systemu 1-4-4-2 można podzielić na dwie grupy:

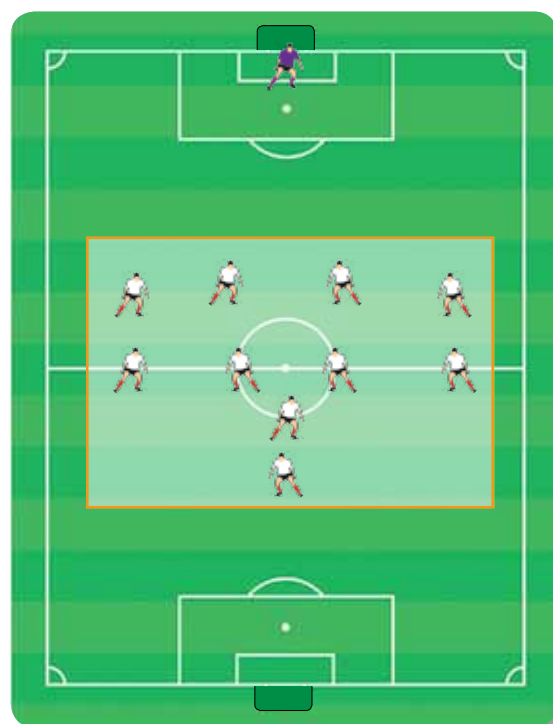
- z jednym cofniętym środkowym pomocnikiem – tzw. szóstką (1-4-4-2 w „diamencie”, 1-4-4-2 w kształcie litery „T”),
- z dwoma cofniętymi środkowymi pomocnikami (1-4-4-2 w liniach, 1-4-4-2 w „półksiężycu”).

Jest to jedno z najbardziej powszechnych ustawień, można nawet powiedzieć, że obecnie uchodzi już za klasyczne. Wszystkie formacje: obrony, pomocy i ataku są ustawione w charakterystyczne trzy linie oddalone od siebie o kilkanaście metrów (**ryc. 1**). W defensywie zawodnicy wszystkich formacji przesuwają się w synchronizowany sposób w kierunku piłki, zachowując przy tym odpowiednie odległości od partnerów z formacji i reszty zespołu. Patrząc z zewnątrz można odnieść słuszne wrażenie, że cały ze-

Miłosz Stępiński,
asystent
trenera U-21
Marcina Dorny



Rycina 2.



Rycina 3.

nnych systemów i ustawień



W systemie 1-4-4-2 tzw. diament/romb jest bardzo popularnym ustawieniem, choć dużo częściej stosowanym w działaniach ofensywnych niż defensywnych



spół łączy niewidzialna nić, a ruch jednego pociąga za sobą adekwatny ruch pozostałych zawodników.

W praktyce dostrzegalne są dwie odmiany „linii” – tzw. szeroka i wąska. W modelu „szerokim” boczni pomocnicy ustawiają się blisko linii bocznych boiska. W odmianie „wąskiej” natomiast funkcjonują zdecydowanie bliżej środka pola (ryc. 2). Formę „wąskiej linii” stosuje się chcąc maksymalnie zagęścić środek pola i skłonić przeciwnika do gry bokami.

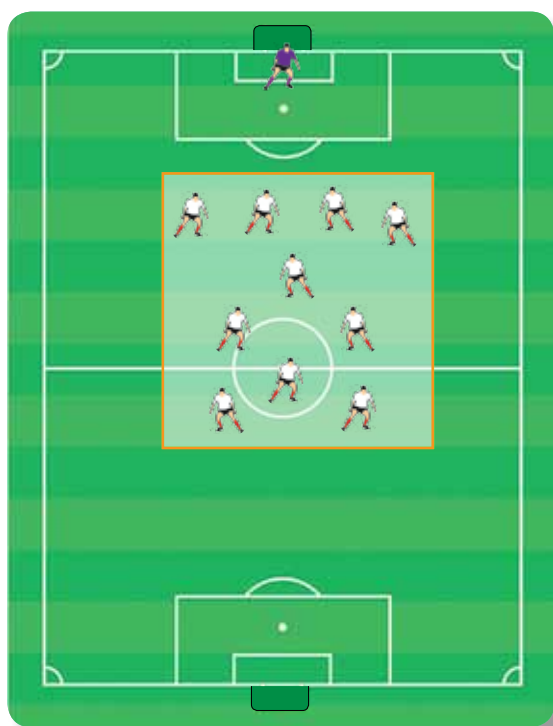
SYSTEM 1-4-4-2 W MODYFIKACJI 1-4-4-1-1

Obecnie coraz częściej obserwuje się ustawienie, w którym jeden z dwójki napastników zarówno w grze ofensywnej, jak i defensywnej ustawia się nieco niżej (ryc. 3). W grze defensywnej uzyskuje się dzięki temu zagęszczenie środka pola natomiast w ofensywie tzw. „podwieszony / wycofany” napastnik operuje między formacją pomocy i obrony przeciwnika. Ta modyfikacja nosi nazwę 1-4-4-1-1 i w odróżnieniu od 1-4-3-3 obaj napastnicy mimo, że ustawieni „pod sobą” znajdują się wyraźnie przed dwo-

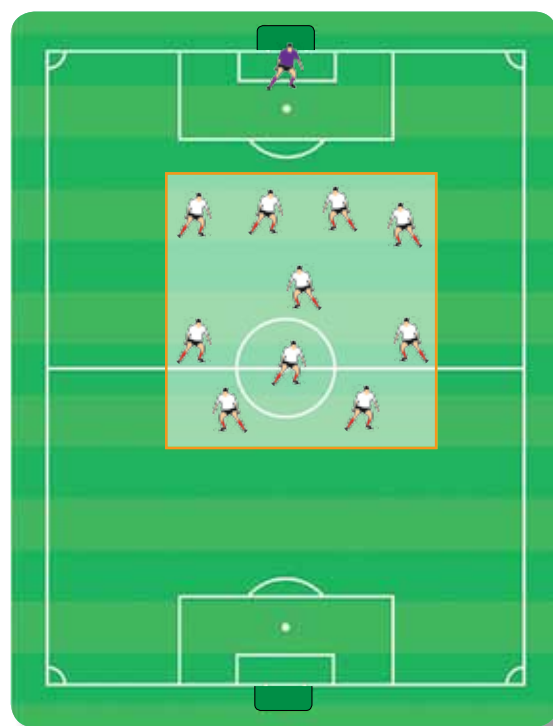
ma liniami czterosobowych formacji pomocy i obrony (ryc. 3).

SYSTEM 1-4-4-2 W „DIAMENCIE”

Tzw. diament/romb jest bardzo popularnym ustawieniem, choć dużo częściej stosowanym w działaniach ofensywnych niż defensywnych. Przed linią obrony występuje czwórka pomocników – dwaj boczni oraz dwaj środkowi ustawieni na różnej wysokości pola gry („pod sobą”). Rozmieszczenie pomocników na boisku przypomina „romb” lub tytułowy „diament”. Jeden ze środkowych pomocników pełni rolę cofniętego (tzw. „6”), którego zadaniem jest zabezpieczenie środka pola gry (w defensywie) przed czwórką obrońców. Drugi ze środkowych pomocników ustawiony jest wyżej pod napastnikami. W praktyce w tej odmianie 1-4-4-2 stosuje się dwa warianty „diamentu” - tzw. wąski - boczni pomocnicy ustawiają się blisko linii bocznych boiska (ryc. 4) i szeroki, gdzie funkcjonują oni zdecydowanie bliżej środka pola (ryc. 5). Wąski diament, podobnie jak „wąska linia” ma za zadanie zagęszczenie środka pola.



Rycina 4.



Rycina 5.

SYSTEM 1-4-4-2 W UKŁADZIE „ODWRÓCONEJ LITERY T”

Odwrócona litera „T” (ryc. 6) jest ustawieniem stosowanym obecnie bardzo rzadko. Podstawę litery „T” stanowi cofnięty środkowy pomocnik. Przed nim znajduje się trójka pomocników ustawionych na jednej wysokości oraz usytuowana przed nimi para napastników. Takie zajęcie pozycji jest zaliczane do tzw. układów symetrycznych, gdzie zarówno w ataku jak i w obronie występuje nominalnie po pięciu zawodników.

SYSTEM 1-4-4-2 W „PÓŁKSIĘŻYCU”

„Półksiężyc” wykorzystują drużyny, w których składzie występuje dwójka ofensywnych (szybkich i skutecznych w grze 1x1) bocznych pomocników, brakuje natomiast typowego środkowego pomocnika - rozgrywającego. Ciężar gry defensywnej spoczywa przede wszystkim na sześciu zawodnikach (czterech obrońcach i dwóch „6”, które z reguły grają blisko stoperów) Boczni pomocnicy mają dużo zadań ofensywnych na skrzydłach i dlatego też nie zawsze mają możliwość szybkiego powrotu do ustawienia obronnego. Ich ofensywny charakter sprawia, że ustawienie linii pomocy przypomina kształtem „półksiężyc” (ryc. 7).

SYSTEM 1-4-4-2 W „KWADRACIE”

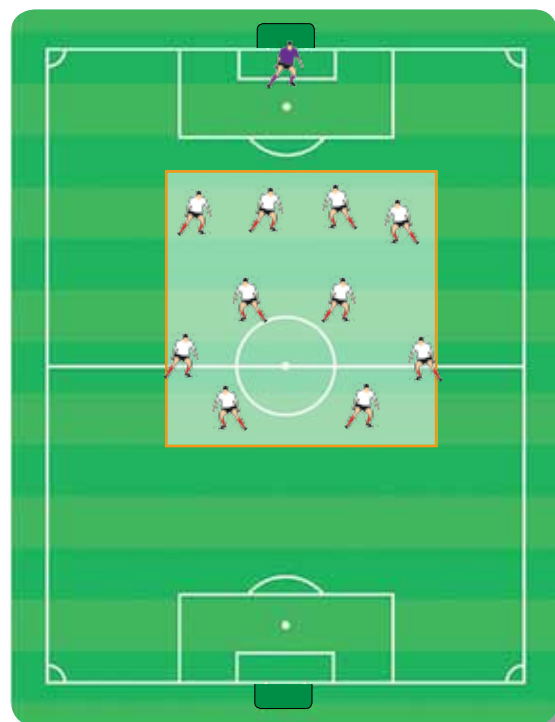
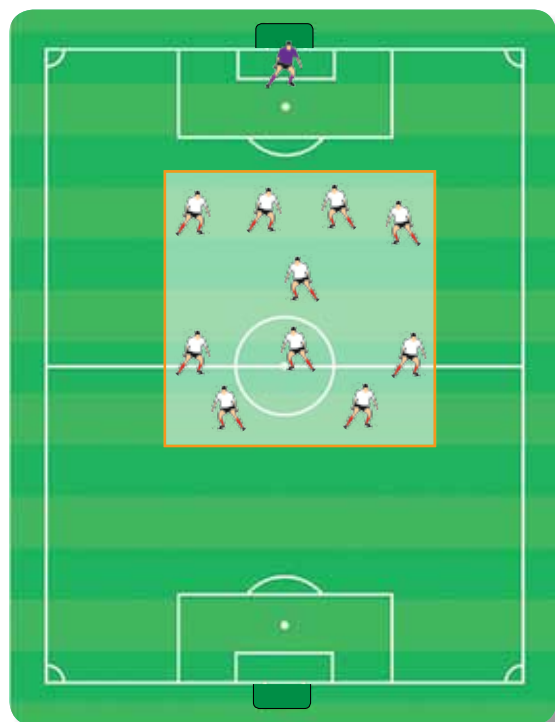
Tę modyfikację upodobała sobie reprezentacja Brazylii. Występuje ona wyłącznie w ofensywie. Cechą charaktery-

Cechą charakterystyczną „kwadratu” jest to, że nominalni boczni pomocnicy grają w środku pola przed dwójką defensywnych środkowych pomocników

Stefan Majewski i Robert Lewandowski podczas zajęć treningowych



Rycina 6.



Rycina 7.

W ostatnich latach, za sprawą trenerów włoskich, świat poznał nowe ustawienie w obrębie systemu gry 1-4-4-2

– mianowicie układ 1-4-3-1-2



styczną „kwadratu” jest to, że nominalni boczni pomocnicy grają w środku pola przed dwójką defensywnych środkowych pomocników (ryc. 8). Boczne sektory są teatrem działań ofensywnych bocznych obrońców, którzy jednocześnie włączają się do ataku. Dodatkową zaletą jest obecność aż czterech zawodników w środku pola, co pozwala przejąć inicjatywę w grze i opanować w ofensywie ten sektor boiska. W defensywie boczni pomocnicy wracają z reguły na swoje nominalne pozycje, czyli w boczne sektory boiska.

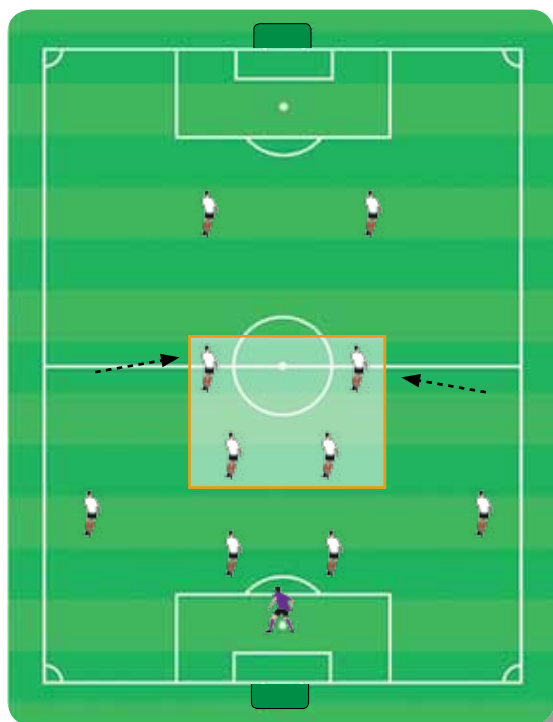
**SYSTEM 1-4-4-2
W MODYFIKACJI 1-4-3-1-2**

W ostatnich latach, głównie za sprawą trenerów włoskich, którzy pod względem taktyki uchodzą za światową czołówkę, świat poznał nowe ustawienie w obrębie systemu gry 1-4-4-2 – mianowicie układ 1-4-3-1-2 (ryc. 9). Jest sprawą otwartą, czy tego typu ustawienie jest pochodną – jak wspomniano – systemu 1-4-4-2, czy może 1-4-3-3? Obserwa-

cje gry drużyn tak grających wskazują, że wyznacznikiem może być charakterystyka zawodnika ustawionego między napastnikami a pomocnikami. W zależności od tego im bardziej jego styl gry odpowiada grze cofniętego napastnika lub wysuniętego pomocnika, tym bardziej ustawienie 1-4-3-1-2 staje się pochodną systemów odpowiednio: 1-4-3-3 lub 1-4-4-2. Bez względu na to, w środku pola występuje zawsze 3-4 zawodników. Przyjęto, że ustawienie 1-4-3-1-2 jest pochodną systemu 1-4-4-2.

W tym ustawieniu brakuje nominalnych bocznych pomocników! Boczne sektory pozostawione są celowo wolne, by mogli je zajmować włączając się do ofensywy boczni obrońcy lub wchodzili w nie środkowi pomocnicy. Brak skrzydłowych powoduje, że w środku pola występuje aż czterech środkowych pomocników, w tym aż trzech cofniętych. Co ciekawe, jeden z nich jest z reguły rozgrywającym! W fazie gry defensywnej cała trójka gra obok siebie tzw. trójką w linii przed formacją obrony. W ofensywie ciężar gry spoczywa na trzech ofensywnych graczach – dwójce napastników i wycofanemu napastnikowi lub ofensywnemu pomocnikowi. To właśnie jego funkcja jest bardzo niewralgiczna, gdyż porusza się on między formacją obrony i pomocy przeciwnika. Jak już wcześniej wspomniano, budowanie gry i rozgrywanie piłki ma wówczas miejsce w obrębie trzech cofniętych środkowych pomocników.

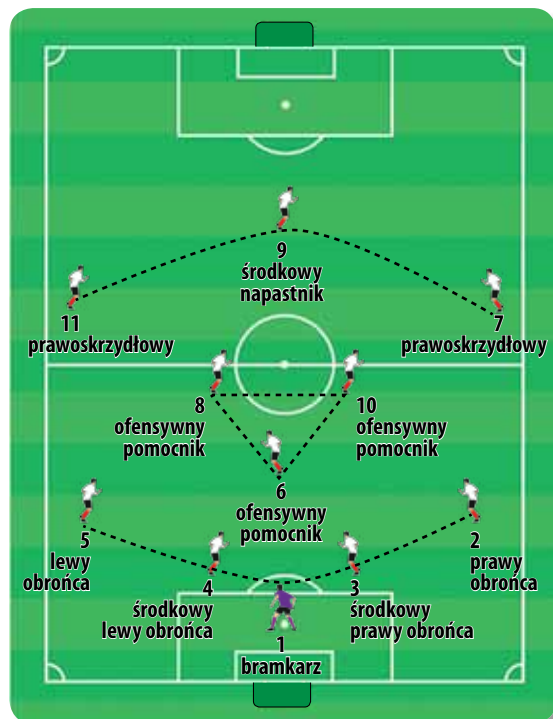
Rycina 8.



Rycina 9.



System 1-4-3-3 przeżywa obecnie „drugą młodość”. Obok systemu 1-4-4-2 jest to najczęściej wykorzystywane ustawienie zespołów prezentujących najwyższy poziom sportowy



Rycina 10.

TAKTYKA ATAKOWANIA W SYSTEMIE 1-4-4-2

System 1-4-4-2 jest jednym z niewielu systemów, który jest dostrzegalny prawie wyłącznie w defensywie. W fazie ataku natomiast ulega daleko idącym modyfikacjom wewnętrznym dostosowanym do charakterystyki gry określonych zawodników w drużynie. W niektórych przypadkach do ataku włączać się będą obaj lub tylko jeden obrońca. Czasem może być to nawet ten środkowy! W ofensywie boczni pomocnicy będą grać szeroko lub jeden z nich, a czasem obaj, będą celowo schodzić do środka pola. Podobnie będzie z napastnikami, którzy mogą grać na jednej wysokości lub pod sobą. Modyfikacji ustawienia w ofensywie jest mnóstwo, dlatego też system 1-4-4-2 jest najlepiej widoczny w działaniach defensywnych, w ofensywie zaś przybiera różne kształty.

SYSTEM 1-4-3-3 I JEGO MODYFIKACJE

System 1-4-3-3 przeżywa obecnie „drugą młodość”. Obok systemu 1-4-4-2 jest to najczęściej wykorzystywane ustawienie zespołów prezentujących najwyższy poziom sportowy. Generalnie można stwierdzić, że system 1-4-3-3 jest bardziej ofensywny niż defensywny, w którym trójka pomocników działa głównie w środkowej części boiska. Tu też organizowana jest gra ofensywna oraz rozbijane są ataki przeciwnika. W formacji pomocy występuje jeden z trzech możliwych układów:

- jeden defensywny i dwóch ofensywnych pomocników (ryc. 10),
- dwóch defensywnych i jeden ofensywny pomocnik (ryc. 11),
- jeden ofensywny, jeden defensywny i jeden pośredni ofensywno-defensywny.

Wybór ustawienia zawodników drugiej linii zależy przede wszystkim od założeń trenera, a także od charakterystyki

ki gry danych zawodników. Chcąc zabezpieczyć strefę przed linią obrony, szkoleniowcy wybiorą grę z dwójką defensywnych pomocników, zorientowanych bardziej na zadania defensywne. Z kolei mając w składzie dwóch zawodników ofensywnych, można zdecydować się na model bardziej ofensywny.

W ofensywie celem nadrzędnym jest opanowanie środka pola, co ułatwia trójka zawodników w tej strefie. Kolejną zaletą są dwaj zawodnicy na skrzydłach. W zależności od typu zawodnika, boczni napastnicy mogą grać szeroko, lub też schodzić do środka pola.

W grze defensywnej możliwe są różne modyfikacje. Boczni obrońcy mogą zostać cofnięci, „zejść” do wysokości linii pomocy (z ustawienia 1-4-3-3 przechodzi się do 1-4-1-4-1 lub 1-4-2-3-1) lub przesunąć się do środka pola (modyfikacja 1-4-3-3, tzw. „piramida”, czyli 1-4-3-2-1).

SYSTEM 1-4-3-3 W MODYFIKACJI 1-4-2-3-1

Ustawienie to jest modyfikacją 1-4-3-3, gdzie przed linią obrony występuje para cofniętych środkowych pomocników zwanych „szóstkami”. Przed tym 6-ciososobowym blokiem występuje trzech ofensywnych pomocników i jeden wysunięty napastnik zwany „dziewiątką” (ryc. 12). Trójka środkowych pomocników ustawiona jest wyżej niż zawsze w układzie – dwóch defensywnych i jeden ofensywny. Ten układ przestrzegany jest szczególnie w działaniach defensywnych, natomiast w ofensywie w drugiej linii dochodzi do różnych modyfikacji. Boczni pomocnicy mogą grać szeroko lub też ustawiać się bliżej środka pola. Środkowi pomocnicy albo rotują, dynamicznie wymieniając się pozycjami, lub też na stałe grają na pierwotnie przypisanych. Regułą natomiast jest, że w ataku jeden ze środkowych defensywnych pomocników bardziej angażuje się w roz-



Rycina 11.



Rycina 12.



Andrzej Strelau i Henryk Apostel w roli obserwatorów

grywanie piłki, natomiast jego partner koncentruje się bardziej na działaniach defensywnych i stara stale przebywać „pod piłką” zabezpieczając strefę przed dwójką stoperów.

Moduł 1-4-2-3-1 jest ustawieniem bardzo elastycznym pozwalającym w łatwy sposób przejść do innych ustawień np. 1-4-4-1-1 czy 1-4-5-1. Ważną rolę w tym ustawieniu pełnią zawodnicy występujący w środku pola gry (nr 6, 8, 10), ponieważ muszą oni zabezpieczać środkową oraz boczne strefy, jako że boczni pomocnicy grają bardzo ofensywnie

nie i nie mogą zawsze szybko wrócić do obrony. Szczególnie dotyczy to dwójki defensywnych pomocników (nr 6, 8), którzy działają między liniami pomocy i ataku przeciwnika. Dzięki ich ustawieniu bardzo skutecznie mogą oni zabezpieczać strefę bezpośredniego zagrożenia bramki. Natomiast ofensywny pomocnik (nr 10) operuje między liniami obrony i pomocy przeciwnika. Duża koncentracja sił w środku pola przed własną bramką zwiększa poczucie bezpieczeństwa własnej bramki z jednej strony, z drugiej zwielfokrotnia prawdopodobieństwo udanych akcji ofensywnych.

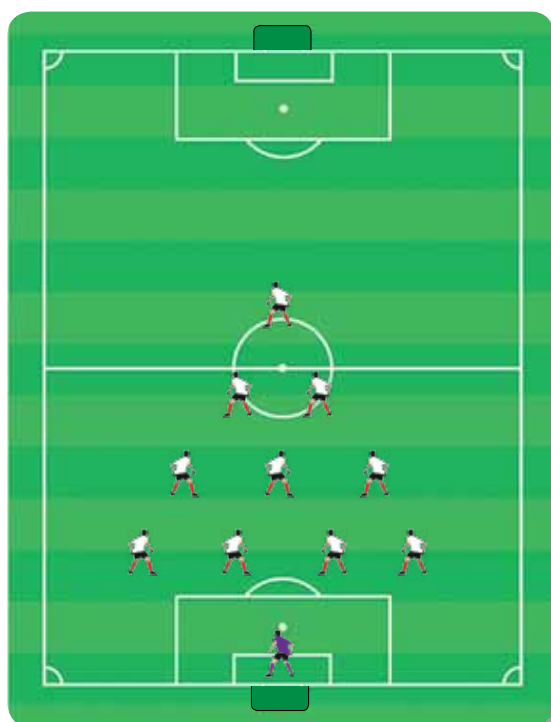
**SYSTEM 1-4-3-3
W MODYFIKACJI 1-4-3-2-1**

Ustawienie 1-4-3-2-1 zwane jest potocznie choinką lub piramidą ze względu na charakterystyczną konstelację zawodników (ryc. 13). W oczy rzuca się obecność aż trzech defensywnych środkowych pomocników, przed którymi ustawionych jest dwóch ofensywnych i jeden wysunięty napastnik. Plusem tego układu jest obecność aż pięciu zawodników w strefie środkowej oraz naturalne zagęszczenie tego sektora boiska. Przeciwnik skłaniany jest do prowadzenia swoich akcji głównie bocznymi sektorami. Boczni obrońcy mają wiele miejsca do włączenia się do ataku i to na nich w dużej części spoczywa odpowiedzialność za organizację akcji w tych sektorach boiska. Nie są oni jednak jedynymi, którzy grają na skrzydłach. W boczne sektory wchodzi również ofensywni pomocnicy, których ustawienie jest również dość specyficzne, gdyż funkcjonują między formacją obrony i pomocy przeciwnika.

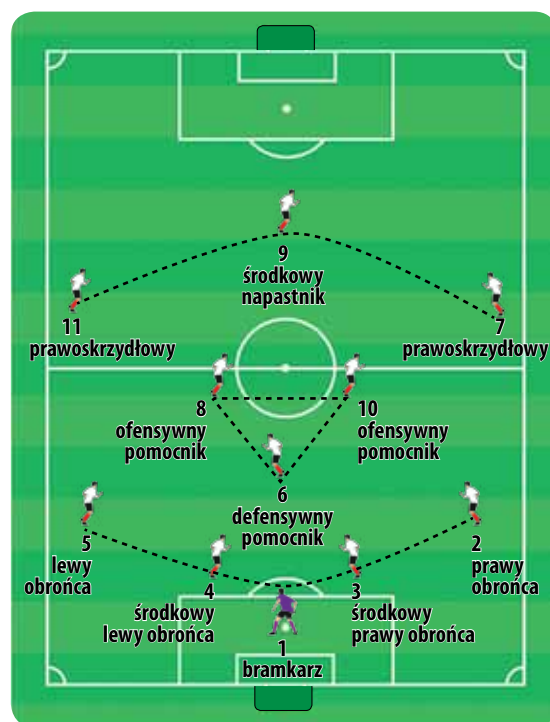
**SYSTEM 1-4-3-3
W MODYFIKACJI 1-4-1-4-1**

Ustawienie 1-4-1-4-1 różni od 1-4-2-3-1 wyłącznie proporcją między ofensywnymi, a defensywnymi środkowymi pomocnikami. W pierwszym z nich występuje jeden nominalny defensywny i dwóch ofensywnych (ryc. 14). W działaniach defensywnych ustawienie pozostaje niezmiennie, natomiast w ofensywie – podobnie jak to miało miejsce w 1-4-2-3-1 – możliwe są różne modyfikacje ustawienia.

Artykuł jest fragmentem szerszego opracowania, pochodzącego z materiałów unifikacyjnych Wydziału Szkolenia PZPN z kadencji 2008-2012



Rycina 13.



Rycina 14.

Atak pozycyjny i skuteczność typ

Atak pozycyjny jest jedną z podstawowych form prowadzenia gry ofensywnej, polegającą na wielopodaniowych akcjach przy udziale większej liczby zawodników. Stawia on piłkarzom wysokie wymagania we wszystkich obszarach przygotowania.

Andrzej Zieliński

Marek Słomkowski

AWF Józefa Piłsudskiego Warszawie

W zakresie przygotowania umysłowego (mentalnego) dotyczy szybkości i dokładności postrzegania, oceny sytuacji i podejmowania decyzji, których dalszą konsekwencją jest rozumienie zagrożeń i szans dla dalszego przebiegu gry.

Szybkość i dokładność postrzegania zmian relacji przestrzennych między graczami uwarunkowana jest poziomem natężenia uwagi rozumianej [1]. Efektywne postrzeganie nie jest możliwe bez racjonalnej, stałej obserwacji pola gry, przede wszystkim „nad piłką” i zmian w tym polu. Zbieranie i przetwarzanie informacji o aktualnym przebiegu ataku pozycyjnego, których źródłem są spostrzeżenia wzrokowe, opiera się na procesach umysłowych (pamięć, wyobrażenia, skojarzenia) oraz wiedzy o sposobie i zasadach rozwiązywania zadań w grze [2]. Wiedza ta wynika między innymi z doświadczenia. Gracz doświadczony zwraca uwagę na istotne dla dalszego przebiegu gry zachowania partnerów, odrzuca nieistotne, obojętne lub fałszywe [3]. W praktyce określane jest to jako „czytanie gry”. W podejmowaniu lepszych decyzji sprzyjających skutecznej współpracy pomiędzy zawodnikami pomocna jest także empatia, czyli umiejętność wczuwania się w położenie partnera. Właściwe postrzeganie sytuacji na boisku, rozumienie możliwości wynikającej z aktualnego ustawienia i kierunków przemieszczania się zawodników, trafna ocena możliwości poszczególnych graczy (w tym również swoich umiejętności) oraz znajomość taktycznych zachowań w grze, prowadzi do skutecznych wyborów dalszego działania.

Kolejnym istotnym czynnikiem umysłowym wpływającym na sprawność działań w ataku pozycyjnym są procesy emocjonalne. Umiarkowane (optymalne) pobudzenie emocjonalne podnosi jakość uwagi i sprzyja wybiórczemu spostrzeganiu. Zawodnik wówczas widzi tylko ważne dla efektywnej gry czynniki i odrzuca nieistotne. Przy zbyt silnym pobudzeniu zdolność do przetrutności uwagi ulega znac-



David Silva
w meczu
reprezentacji
Hiszpanii

nemu pogorszeniu, co skutkuje gorszą oceną warunków działań i w konsekwencji gorszymi decyzjami i słabszą jakością ich realizacją [1,3]. Zachowanie równowagi emocjonalnej przy optymalnym pobudzeniu pozwala lepiej radzić sobie z piłką w sytuacji presji ze strony przeciwników, ułatwia zachowania kreatywne i nieszablone, jakże potrzebne w atakowaniu pozycyjnym. Wypracowanie efektywnej sytuacji strzeleckiej wymaga od zespołu, poza dobrą organizacją gry, konsekwencji, cierpliwości i dyscypliny w realizacji przygotowanych na treningach rozwiązań.

Atak pozycyjny odbywa się w strefie ataku, na przedpolu bramki przeciwnika, oraz w strefie środkowej boiska. Znaczy to, że na tej przestrzeni znajduje się kilkunastu zawodników walczących o utrzymanie lub przejęcie piłki. Z punktu widzenia potrzeb ruchowych konieczna im jest swoboda poruszania się przodem, tyłem a nawet bokiem, zmiany tempa i kierunku

biegu od truchtu poprzez maksymalny bieg do gwałtownego zatrzymania. W związku z koniecznością uwalniania się czy podejmowania gry 1x1, w kluczowych momentach gry niezwykle znaczenie ma szybkość startowa. U jej podłoża leży wysoki poziom siły dynamicznej, przede wszystkim mięśni kończyn dolnych. Taki sposób poruszania się stawia także wysokie wymagania koordynacji, głównie szybkości reakcji, orientacji przestrzennej oraz szybkiego dostosowania się do okoliczności. Nie można również zapominać o skoczności, ważnej szczególnie dla środkowych

Poruszanie się, podporządkowane działaniu z piłką lub bez piłki, połączone z obserwacją pola gry, nie może sprawiać problemu



– efektywność owych rozwiązań

z momentem uwolnienia się spod opieki przeciwnika. Współpraca w stałych układach personalnych prowadzi do uczenia się zachowań partnerów, co daje przewidywalność wzajemnych reakcji poprawiając płynność współdziałania. Indywidualne, świadome konsekwencji dla przebiegu gry zachowania stanowią bazę do gry zespołowej, bez której nie może być mowy o efektywnym atakowaniu pozycyjnym, np. prowadzenie piłki przez jednego gracza zmusza do zaatakowania go przez rywali, co prowadzi do zwiększenia swobody działania innych jego partnerów. Jeśli decyzja o prowadzeniu piłki jest wyborem świadomym i racjonalnym, mającym na uwadze wspomniany efekt i wykonanym, np. na przedpolu bramki przeciwnika, może przygotować pozycje strzelecką koleżce z drużyny. Jeśli natomiast prowadzenie piłki nie ma podstaw w czytaniu i rozumieniu gry, może skutkować utratą korzystnej pozycji zajmowanej przez partnera. Takich przykładów dotyczących skutków decyzji graczy można podawać wiele.

Można postawić tezę, że umiejętność utrzymania piłki przez zespół w strefie środkowej boiska i na połowie przeciwnika stanowi podstawę do zakończenia akcji z wykorzystaniem typowych bądź zaskakujących rozwiązań. Posiadanie piłki przez zespół stwarza możliwość uzyskania sytuacji strzeleckiej, jednak znalezienie drogi do bramki wymaga aktywnego udziału graczy o relatywnie wysokim poziomie techniki i dobrym przeglądzie pola gry. Gracze występujący nominalnie w bocznych sektorach pola gry powinni ustawiać się szeroko, co wymusza również szersze ustawienie broniących. Poza wykorzystaniem skrzydeł otwiera to rozgrywającym możliwość podań prostopadłych ze środkowego sektora. Ponadto zapewnia więcej przestrzeni dla graczy atakujących, co ma znaczenie zwłaszcza dla tych

napastników. Sprawność jest w ścisłym związku z techniką, której podstawę stanowi koordynacja i takie jej składowe jak różnicowanie kinestetyczne (czuciem piłki) i zdolność dostosowania. Poruszanie się, podporządkowane działaniu z piłką lub bez piłki, połączone z obserwacją pola gry, nie może więc sprawić problemu graczowi.

Atak pozycyjny stawia szczególne wymagania technice użytkowej, rozumianej jako narzędzie do rozwiązywania doraźnych celów taktycznych np. często koniecznemu przeniesieniu „środką ciężkości gry”. W warunkach atakowania pozycyjnego niezwykle istotne znaczenie ma siła i precyzja uderzenia piłki bez przyjęcia i po przyjęciu. Niezbędne jest przyjęcie piłki będące jednocześnie przygotowaniem jej do podania we wcześniej przewidywanym kierunku. Stąd niezwykle ważny jest kontekst sytuacyjny działania technicznego, tzn. miejsce działania, gracze współpracujący, czy poziom i kierunek presji ze strony przeciwników. W związku z presją, nie do przecenienia jest łatwość posługiwania się obiema nogami oraz bogaty repertuar uderzeń przy podaniach, strzałach czy dośrodkowaniach. W decydujących fazach atakowania kluczowe znaczenie ma łatwość prowadzenia piłki i wykorzystania zwodów. Swoboda prowadzenia piłki ze zmianą kierunku pozwala na uwolnienie się od presji rywali w sytuacji braku możliwości jej sensownego przekazania. Poziom techniki powinien zapewniać swobodę obserwacji pola gry i właściwe tempo przekazania piłki.

Atak pozycyjny w większym stopniu niż atak szybki wymaga improwizacji, kreatywności. Stąd istotnego znaczenia nabiera indywidualna taktyka zachowania w zakresie utrzymania się przy piłce czy pokazania się partnerom. Opiera się ona na czytaniu gry i w praktyce oznacza zajmowanie dogodnego, do kontynuowania akcji, miejsca na boisku poprzez „wyjście” do partnera z piłką, czy pokazanie się na wolnym polu.

Każdy zawodnik w obliczu konkretnej sytuacji gry powinien mieć pomysł jak ją rozwiązać, dotyczący kierunku, który chce obrać i celu, do którego chce dotrzeć. Jednak konieczne jest, aby równocześnie z podejmowaniem decyzji i przeprowadzaniem akcji, ukierunkował je w taki sposób, aby dopasować je do sytuacji, jaki mogą się utworzyć dookoła niego. W ten sposób każdy zawodnik powinien reagować na zmiany kontekstowe, które mogą

W warunkach atakowania pozycyjnego niezwykle istotne znaczenie ma siła i precyzja uderzenia piłki bez przyjęcia

i po przyjęciu



z jednej strony ułatwić rozwiązanie sytuacji w grze za pomocą zwiększenia najważniejszych opcji taktycznych. Poszerzenie wachlarza opcji taktycznych przygotowanych przez partnerów, przyczynia się do wzrostu stopnia swobody w grze, co z kolei może doprowadzić do zmniejszenia, lub też nie, niepewności zawodnika, co do kierunku jaki musi obrać [4].

Drużyny przygotowują schematy działań w grze. Schematy te są wdrażane w trakcie meczu i powtarzane (nigdy jednak nie są identyczne) z określoną częstotliwością i w określonym porządku dostosowując się spontanicznie do potrzeb i trudności sytuacji [4].

Wydaje się, że postawą gry jest tu współpraca grupowa (trójkowa, czwórkowa) pomiędzy zawodnikami występującymi w sąsiadujących rejonach pola gry. Dla podniesienia efektywności operowania piłką mają znaczenie jakościowe parametry współpracy takie jak: moment, siła, wysokość i kierunek podania piłki skoordynowany

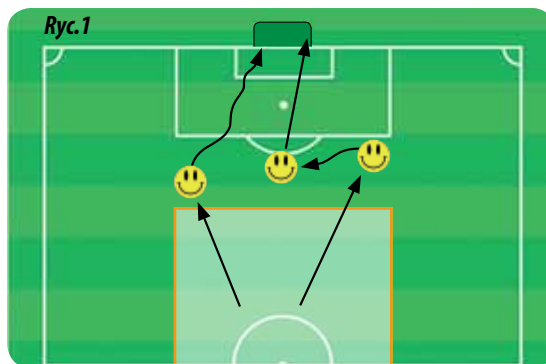
**Mesut Özil
w meczu
reprezentacji
Niemiec**



o słabszej technice, potrzebujących więcej czasu i miejsca dla oddania skutecznego strzału. Kolejnym istotnym czynnikiem jest stałe dążenie do tworzenia przewagi liczebnej w rejonach rozgrywania piłki. Kierowanie się zawodników w miejsca gdzie znajduje się piłka uwalnia przestrzeń w innych rejonach boiska, szybkie przeniesienie tam piłki daje większe możliwości na skuteczne zakończenie akcji. Kluczem do strategicznych dla przebiegu gry zagrań jest czytanie gry oraz stała konsekwentna, aktywna postawa partnerów zawodnika będącego przy piłce. Polega ona na uwalnianiu się od krycia i poszukiwaniu wolnego pola do działania, zwłaszcza „nad piłką” w pobliżu bramki przeciwnika. Uczestnicy ataku pozycyjnego powinni też mieć świadomość, że ich zachowanie ma wpływ na sytuację partnerów na boisku. Nawet nie posiadając piłki mogą ułatwiać warunki działania swoim kolegom skupiając uwagę obrońców na sobie. Jednak głównym kreatorem sytuacji na boisku jest posiadacz piłki. Prawidłowy wybór adresata podania i odpowiedni moment podania zwiększa szansę na dłuższe utrzymanie piłki przez zespół. Lepszej współpracy w realizacji wspólnego celu służy dobra komunikacja, przede wszystkim głosowa. Także wykorzystanie umówionych gestów może ułatwić porozumienie i wpłynąć na celowość i precyzję współdziałania. Utrzymanie piłki wymaga unikania ryzykownych zagrań, np. długich podań kończących się opuszczeniem przez piłkę boiska, czy podań do partnera w rejon przewagi liczebnej przeciwnika. Wykonują je zwykle gracze niepewni swoich umiejętności technicznych dla oddalenia ryzyka bezpośredniej utraty piłki, lub zawodnicy działający pod presją, pozbawieni wsparcia swoich partnerów.

Opisane uwarunkowania, niezwykle ważne, nie poddają się łatwo obiektywnemu opisowi przy pomocy liczb, jednak stanowią podstawowe podłoże efektywnego atakowania pozycyjnego. Na ich bazie, w toku wieloletnich doświadczeń praktycznych wypracowano rozwiązania wieńczące akcję ofensywną i powodujące bezpośrednie zagrożenie bramce rywala, a przez to dające możliwość realizacji zasadniczego celu w atakowaniu, czyli zdobycia gola. Bez istotnych zastrzeżeń można przyjąć, że są to: strzał z dystansu, akcja indywidualna, akcja kombinacyjna, podanie prostopadłe, podanie dołem z sektora bocznego, czy bardzo powszechne dośrodkowanie piłki w pole karne.

Interesującym pozostaje zatem pytanie o efektywność i skuteczność tych rozwiązań na różnych poziomach mistrzostwa sportowego. Celem podjętych obserwacji była analiza akcji przeprowadzonych w ataku pozycyjnym w wybranych meczach Ligi Mistrzów sezonów 2011/2012 i 2012/2013. Przeanalizowano 520 akcji ofensywnych zawierających końcową fazę (zgodnie z opisaną niżej metodologią), z 25 meczów fazy grupowej i fazy pu-



charowej (1/8 finału, ćwierćfinał, półfinał i finał). Mecze, w których brały udział 23 zespoły z 11 krajów Europy, pochodzą z archiwum telewizji internetowej www.ipla.tv.

Zastosowano metodę obserwacji pośredniej umożliwiającej wielokrotne odtwarzanie wybranego fragmentu meczu. Wykorzystano arkusz obserwacji opracowany przez dr Andrzeja Zielińskiego oraz laptop firmy Hewlett Packard.

Analizie poddano akcje atakowania pozycyjnego, spełniające warunek wykonania minimum czterech podań w obszarze pola gry, od wysokości koła środkowego (na własnej połowie) do linii końcowej boiska na połowie przeciwnika. Ponadto założono, że kluczowe dla zakończenia akcji jest nie tylko jedno, ale dwa ostatnie podania poprzedzające strzał, zwłaszcza gdy pierwsze jest długim podaniem spoza pola karnego a drugie krótkim poprzedzającym strzał. Ideę takiego podejścia, na przykładzie podania prostopadłego, pokazuje **rycina 1**.

**Lukasz Piszczek
w barwach
BVB 09 Borussia
Dortmund**

Rzetelność prowadzonych obserwacji wymaga precyzyjnego opisu wspomnianych wyżej rozwiązań, aby uniknąć dwuznaczności interpretacyjnych uzyskanych wyników obserwacji. Przyjęty poziom ogólności podziału i opisu rozwiązań finalnej fazy akcji uwzględnia, zdaniem autorów, wszystkie możliwe sytuacje zachowując przy tym merytoryczną trafność i poprawność interpretacji działań.

Przyjęte, typowe rozwiązania to:

Strzał z dystansu, czyli strzał wykonany z dowolnego miejsca spoza pola karnego.

Akcja indywidualna – wprowadzenie piłki w pole karne spoza pola karnego przez jednego gracza. Finał akcji (np. strzał) może być zrealizowany przez inicjatora akcji lub adresata podania.

Akcja kombinacyjna, czyli akcja zrealizowana przez dwóch lub więcej zawodników, której finał (zakończenie) przeprowadzony jest w polu karnym, tzn. minimum dwa ostatnie podania poprzedzające strzał lub stratę piłki wykonane są w tym polu. Nie ma tu znaczenia czy podania wykonywane były bez przyjęcia piłki czy na przykład po prowadzeniu i zwodzie.

Podanie prostopadłe – jest to podanie po podłożu, półgórne lub górne wykonane spoza pola karnego (z przestrzeni ograniczonej przedłużonymi liniami bocznymi pola karnego). Przyjęto trzy rozwiązania:

- piłka podana została w pole karne, przed linię obrony (przed linię spalonego);
- piłka podana została w pole karne, poza linię obrony (poza linię spalonego);
- piłka podana została przed pole karne, poza linię obrony (przed linię spalonego).





Tabela 1. Struktura poszczególnych rodzajów zakończenia akcji, ze względu na efektywność.

Rodzaj zakończenia akcji	Struktura w poszczególnych kategoriach efektywności							
	Całość		Efektywne		Nieefektywne		Skuteczne	
	[n]	[%]	[n]	[%]	[n]	[%]	[n]	[%]
Strzał z dystansu	88	17	30	31	58	14	2	8
Akcja indywidualna	48	9	9	9	39	9	3	12
Akcja kombinacyjna	9	2	4	4	5	1	1	4
Podanie prostopadłe	177	34	34	36	143	34	11	44
Podanie po ziemi z bocznego sektora	75	14	11	11	64	15	5	20
Dośrodkowanie	123	24	9	9	114	27	3	12
Razem	520	100	97	100	423	100	25	100

Podanie dołem (po podłożu) z sektora bocznego (na wysokości pola karnego) w pole karne.

Podanie dołem (po podłożu) z sektora bocznego (od wysokości pola karnego do linii środkowej boiska).

Przyjęto dwa rozwiązania:

- piłka podana przed linię obrony (przed linię spalonego);
- piłka podana poza linię obrony (poza linię spalonego).

Dośrodkowanie z bocznego sektora (lewego lub prawego - na wysokości pola karnego).

Dośrodkowanie z bocznego sektora (od wysokości pola karnego do linii środkowej boiska).

Przyjęto dwa rozwiązania:

- piłka dośrodkowana przed linię obrony wyznaczaną przez przedostatniego gracza zespołu broniącego się (przed linię spalonego);
- piłka dośrodkowana poza linię obrony wyznaczaną przez przedostatniego gracza zespołu broniącego się (przed linię spalonego).

Jak widać, w przypadku podania prostopadłego, podania dołem z bocznego sektora i dośrodkowania, uwzględniono dodatkowy czynnik: miejsca, w które piłka jest podawana (przejęta przez adresata) w relacji do ustawienia linii obrony (linii spalonego). Wcześniejsze obserwacje wskazu-

ją, że czynnik ten ma strategiczne znaczenie z punktu widzenia efektywności akcji ofensywnej.

Za efektywny uznano taki finał akcji, gdy:

- zawodnik (w przypadku strzału z dystansu lub akcji indywidualnej) oddał strzał celny,

- adresat podania (w przypadku akcji indywidualnej, akcji kombinacyjnej, podania prostopadłego, podania z bocznych sektorów, dośrodkowania z bocznych sektorów) oddał strzał celny,

- kolejny gracz, do którego adresat podaje (w przypadku akcji kombinacyjnej, podania prostopadłego, podania z bocznych sektorów, dośrodkowania z bocznych sektorów) oddał strzał celny.

Za nieefektywne uznano takie zakończenie akcji, gdy:

- zawodnik (w przypadku strzału z dystansu lub akcji indywidualnej);

- adresat podania (w przypadku akcji indywidualnej, akcji kombinacyjnej, podania prostopadłego, podania z bocznych sektorów, dośrodkowania z bocznych sektorów);

- kolejny gracz, do którego adresat podaje (w przypadku akcji kombinacyjnej, podania prostopadłego, podania z bocznych sektorów, dośrodkowania z bocznych sektorów);

oddał strzał niecelny, strzał zablokowany albo efektem jego działania jest opuszczenie przez piłkę pola karnego, strata piłki, bądź SFG (stały fragment gry).

ANALIZA ATAKU POZYCYJNEGO

Stwierdzono, że najczęściej wykorzystywanymi rozwiązaniami kończącymi atak pozycyjny były: podania prostopadłe - 177 (34%) i dośrodkowania piłki z bocznych sektorów boiska - 123 (24%). Zdecydowanie rzadziej piłkarze oddawali strzały z dystansu - 88 razy, co stanowi 17% lub zdecydowali się na podanie po ziemi z bocznego sektora w pole karne - 75 razy (14%). Akcje indywidualną podejmowano 48 razy, a akcję kombinacyjną z udziałem minimum dwóch graczy rozgrywano tylko dziewięćkrotnie (2%) - **tabela 1**.

Efektywne rozwiązania to takie, które kończyły się strzałem celem w światło bramki nawet, jeśli nie dało ono gola. Skuteczne to te dające gola. Na 520 analizowanych akcji tylko 97 trafiło w bramkę (tabela 1). Najczęściej odbywało się to po podaniach prostopadłych - 34 razy (36% udział w rozwiązaniach efektywnych), oraz po strzałach z dystansu - 30 razy. Akcja indywidualna, dośrodkowanie i podanie po ziemi z bocznego sektora w podobnym stopniu zagrażały bramce przeciwnika po ataku pozycyjnym. Tylko czterokrotnie akcja kombinacyjna kończyła się strzałem celem.

Akcje ofensywne skutkujące strzałem niecelnym, strzałem zablokowanym, stratą piłki lub przeniesieniem piłki poza pole karne uznano za nieefektywne. Najczęściej taki właśnie finał następował po podaniach prostopadłych - 143 razy, co stanowi 34% wszystkich nieefektywnych rozwiązań oraz po dośrodkowaniach - 114 przypadków. Strzały z dystansu stanowiły 14%, a akcje indywidualne 9% nieefektywnych działań w ataku pozycyjnym.

W wyniku obserwowanych działań zdobyto 25 goli, najwięcej, bo 11 było poprzedzonych podaniem prostopadłym - 44%, czyli niemal połowa. Wyraźnie mniej bramek dały pozostałe rozwiązania tj. od 1 (akcja kombinacyjna) do 5 (podanie z bocznego sektora wykonane po podłożu lub nisko nad murawą boiska). Zaskakująco mało goli padło po dośrodkowaniach, tylko 3, co stanowi 12% uzyskanych bramek.

EFEKTYWNOŚĆ ZAKOŃCZENIA AKCJI OFENSYWNYCH

Na 88 strzałów z dystansu - celnych było 30, czyli niemal co trzeci - 34% - **tabela 2**.

Tabela 2. Efektywność strzałów z dystansu kończących atak pozycyjny.

Liczba strzałów	Strzały celne		Strzały niecelne lub zablokowane	
	[n]	[%]	[n]	[%]
88	30	34	58	66

Władimir Dwaliszwili w otoczeniu kolegów po strzeleniu bramki



Wyższą efektywność miały rozwiązania bardziej kreatywne, czyli dwójkowe, trójkowe akcje kombinacyjne – 44%. Oznacza to, że prawie, co drugie zespołowe wejście w pole karne dało strzał celny w światło bramki. Indywidualne próby dojścia do sytuacji strzeleckiej okazały się zdecydowanie mniej zagrażające bramce rywali, tylko 2 na 10 prób kończyły się celnym uderzeniem – **tabela 3**.

w pole karne i poza linię obrony do gracza znajdującego się przed polem karnym. Ten ostatni przypadek może mieć miejsce przy bardzo wysokim ustawieniu linii obrony, tzn. bliżej linii środkowej boiska i wymaga podania piłki „w tempo”, aby ustrzec się przed spalonym. Zauważono, że najbardziej efektywne jest podanie prostopadłe zagrane poza linię obrony w pole karne – skutkuje celnością zakończenia akcji 29%. Jeśli pił-

Jednym z coraz częściej stosowanych rozwiązań końcowej fazy atakowania jest podanie po ziemi, z boczno-go sektora boiska, do gracza oddającego strzał w kierunku bramki. Ma ono miejsce zwłaszcza wtedy, gdy skrzydłowy wygra pojedynek „jeden przeciwko jednemu”. Widać wyraźnie, że są to z reguły podania z wysokości pola karnego, a ich efektywność jest bliska 20% (dokładnie 17%). Wyższą efektywność przejawiają podania z boczno-go sektora (25%), ale wykonane poza linię obrony, jednak zbyt mała liczba przypadków (tylko 4) nie pozwala na wyciąganie daleko idących wniosków – **tabela 5**.

Jak pokazuje tabela 1, dośrodkowanie, obok podania prostopadłego, było najczęściej stosowanym rozwiązaniem mającym doprowadzić do sytuacji strzeleckiej – 24%. Typowe dośrodkowanie wykonywane jest z sektora bocznego na wysokości pola karnego. Wówczas, jedynie 8% z nich skutkuje oddaniem celnego strzału do bramki – 6 na 78 dośrodkowań – **tabela 6**. Jeśli dośrodkowanie realizowano z bocznych rejonów boiska, ale bliższych linii środkowej pola gry i piłka spadała przed obrońcami to efektywność obniżała się (5%). Natomiast, gdy piłka lądowała pomiędzy linią obrony a bramkarzem, bardzo istotnie wzrastała – do 25%. Generalnie dośrodkowania miały 6% efektywność, co jest zdecydowanie gorzej niż podania dołem z tego obszaru boiska (15%).

Tabela 3. Efektywność akcji indywidualnych i kombinacyjnych kończących atak pozycyjny.

Rodzaj akcji	Liczba akcji	Akcje efektywne		Akcje nieefektywne	
		[n]	[%]	[n]	[%]
Akcja indywidualna	48	9	19	39	81
Akcja kombinacyjna	9	4	44	5	56

Dla efektywności podania prostopadłego nie bez znaczenia jest miejsce podania piłki i przejścia jej w momencie przejścia do ostatniej fazy, czyli oddania strzału do bramki. Stąd rozróżniono sytuacje na podania przed linię obrony w pole karne, poza linię obrony

ka trafiła do gracza w pole karne oddającego strzał i mającego przed sobą obrońców, celność spadała do 10% - **tabela 4**. Generalnie, co piąte podanie prostopadłe owocowało strzałem celnym, a jeśli wykonane było poza linię obrony jego efektywność istotnie wzrastała.

Tabela 4. Efektywność podań prostopadłych kończących atak pozycyjny.

Rodzaj zakończenia akcji	Liczba podań	Podania efektywne		Podania nieefektywne		
		[n]	[%]	[n]	[%]	
Podanie przed linię obrony w pole karne	89	9	10	80	90	
Podanie poza linię obrony	w pole karne	75	22	29	53	71
	przed pole karne	13	3	23	10	77
Podania prostopadłe – średnio	177	34	19	143		

Tabela 5. Efektywność podań dołem z bocznego sektora boiska kończących atak pozycyjny.

Rodzaj zakończenia akcji	Liczba podań	Podanie efektywne		Podanie nieefektywne		
		[n]	[%]	[n]	[%]	
Podanie z wysokości pola karnego	59	10	17	49	83	
Podanie z wysokości - od pola karnego do połowy boiska	Przed linię obrony	12	0	0	12	100
	Poza linię obrony	4	1	25	3	75

Gra czwórką obrońców w linii

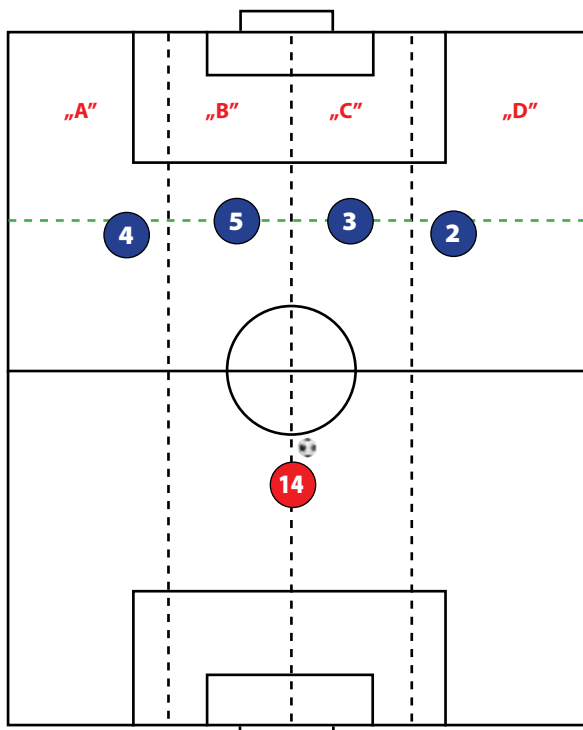
- współpraca i doskonalenie

W wyniku szybkiego rozwoju piłki nożnej zmianom ulegają również systemy gry. Przez określenie „system” rozumieć należy ustaloną formę prowadzenia gry z wyznaczonymi funkcjami dla poszczególnych zawodników i całej drużyny w fazie ataku i obrony. To, aby dane ustawienie mogło stać się systemem, musi być stosowane przez szereg lat, przez dużą liczbę drużyn na całym świecie. Kierując się tą regułą możemy wyróżnić kilka systemów gry, które przeszły do historii piłki nożnej:

- 1-3-2-2-3 (WM),
- 1-4-2-4 (brasiliana),
- 1-4-3-3 (futbol totalny),
- 1-4-4-2 (z libero lub czwórką w linii) oraz 1-3-5-2.

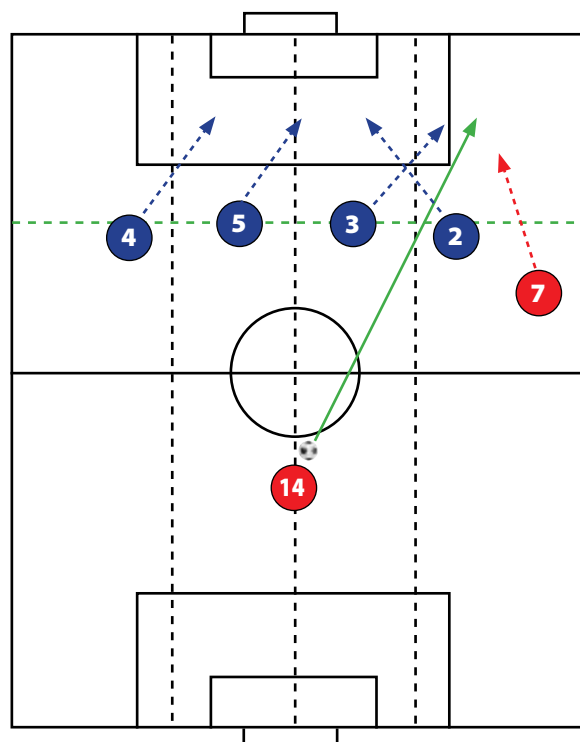
Oczywiście na bazie tych uznanych i powszechnie stosowanych systemów powstały różne ich warianty.





Rys. 1. Podstawowe ustawienie czwórki obrońców grających w linii w sytuacji, gdy piłka znajduje się w centralnej części boiska. Wyraźnie widać zaznaczone cztery strefy boiska (A, B, C i D), do których przypisani są poszczególni obrońcy. Odległości pomiędzy obrońcami wynoszą 6-8 m. Takie ustawienie ma na celu w szczególności zabezpieczenie środkowych stref boiska (które są węższe niż zewnętrzne), aby nie dopuścić do wykonania przez przeciwnika podania pomiędzy środkowymi obrońcami, bądź pomiędzy jednym z bocznych i jednym ze środkowych. W ten sposób staramy się zmusić zespół przeciwny do zagrania piłki do boku. Ja preferuję ustawienie bocznych obrońców lekko wysuniętych do przodu w stosunku do środkowych, co moim zdaniem ułatwia szybsze dojście do przeciwnika, gdy piłka jest już zagrana do boku, a przede wszystkim taki układ wyraźnie pokazuje, którzy zawodnicy wyznaczają linię spalonego.

Rys. 2. Zachowanie obrońców w momencie, gdy nie uda się uniknąć podania za linię obrony pomiędzy środkowym a bocznym obrońcą. W takiej sytuacji, jeżeli boczny obrońca (nr 2) nie zdąży do „swojego” zawodnika, który otrzymał podanie, musi go zaasekurować środkowy obrońca (nr 3) i jak najszybciej dojść do zawodnika z piłką. Skrajny obrońca (nr 7) przejmuje rolę tego środkowego. Pozostali defensorzy (nr 4 i 5) również przesuwają się w kierunku piłki i asekurują partnerów lub kryją zawodników przeciwnika będących w polu karnym.

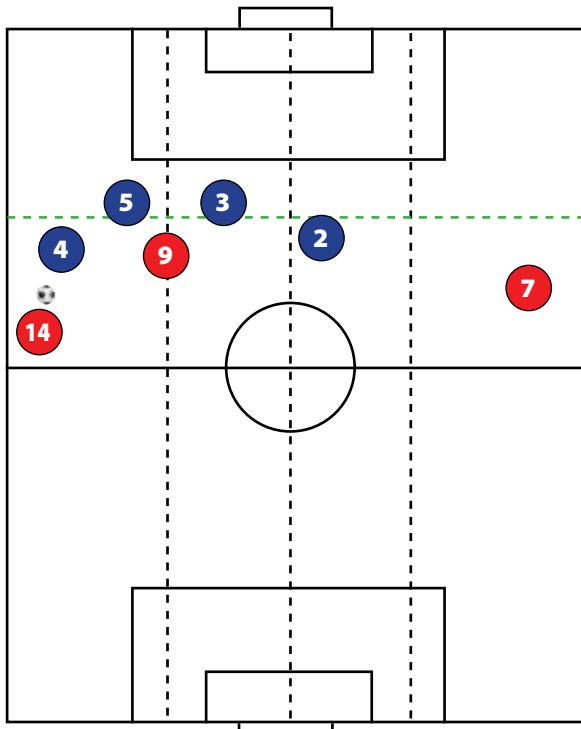


Kazimierz Moskal

Analizy międzynarodowych turniejów piłkarskich najwyższej klasy pokazują, że obecnie zdecydowana większość drużyn narodowych, jak i klubowych gra nominalnie czwórką obrońców ustawionych w linii, stosując obronę strefową.

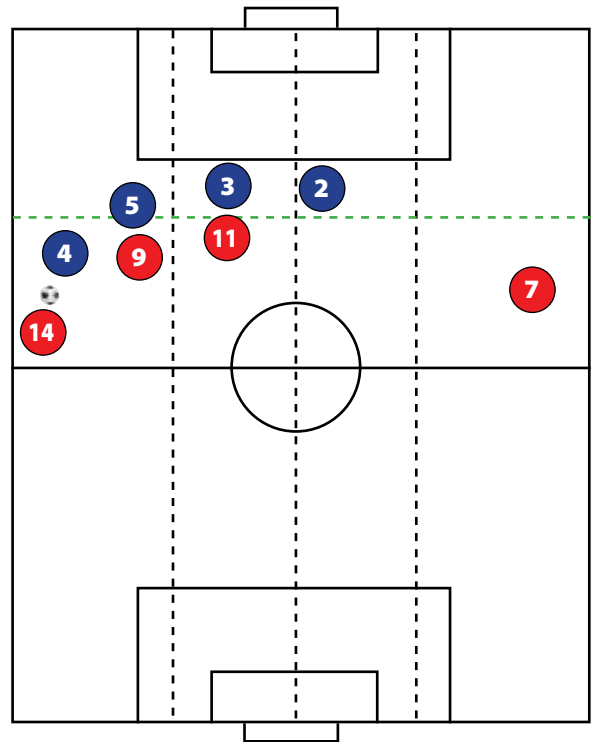
Obserwując dzisiaj mecze piłkarskie nikt nie ma wątpliwości co do tego, że piłka nożna cały czas się zmienia. Przede wszystkim gra stała się dużo szybsza i agresywniejsza. Nowoczesna gra obronna (niezależnie od systemu) polega między innymi na stosowaniu krycia strefowego, ustawieniu bloku defensywy w linii, ciągłym zawężaniu i skracaniu pola gry, ruchu w kierunku piłki oraz stosowaniu podwojeń. Krycie w strefie wiąże się przede wszystkim ze współdziałaniem z partnerami z formacji i między formacjami. Gra strefą to gra zespołowa, o której skuteczności decydują indywidualne możliwości gry „jeden na jeden” każdego z obrońców (jak powiedział





Rys. 3. Ustawienie zawodników w linii obrony w sytuacji, gdy piłka znajduje się w bocznym sektorze boiska. Cała czwórka obrońców przesuwa się w kierunku piłki. Prawy obrońca (nr 4) atakuje zawodnika z piłką (gdyż znajduje się najbliżej piłki). Jeden ze środkowych obrońców (3 lub 5 w zależności od sytuacji) kryje napastnika, a drugi asekuje. Natomiast zawodnik grający z lewej strony (nr 2) zawęża pole gry schodząc do środka. Jest on ustawiony trochę „wyżej” niż asekujący środkowy obrońca. Takie ustawienie stosuje się w momencie, gdy zespół przeciwny gra tylko jednym napastnikiem. Widać tutaj wyraźnie, że w tej sytuacji zostawiamy bez opieki przeciwnika po drugiej stronie boiska (nr 7). Gdy nastąpi długie podanie do tego zawodnika to zadaniem całej formacji jest jak najszybsze przemieszczenie się na drugą stronę.

Rys. 4. Ustawienie zawodników obrony, gdy piłka znajduje się w bocznym sektorze boiska, a przeciwnik gra dwoma napastnikami. Ponownie cała czwórka defensorów przesuwa się w kierunku piłki. Prawy obrońca (nr 4) atakuje zawodnika z piłką. Dwaj środkowi obrońcy (nr 3 i 5) kryją zawodników w swoich strefach, natomiast lewy obrońca (nr 2) asekuje partnerów. Przeciwnik po drugiej stronie boiska (nr 7) pozostaje bez krycia.



Sir Alex Fergusson: „Piłka nożna to co prawda gra zespołowa, ale w gruncie rzeczy wszystko sprowadza się do gry 1x1”, umiejętność właściwego ustawienia się względem piłki, partnerów i przeciwnika oraz zdolność do przewidywania np. kiedy się cofnąć, a kiedy zaatakować.

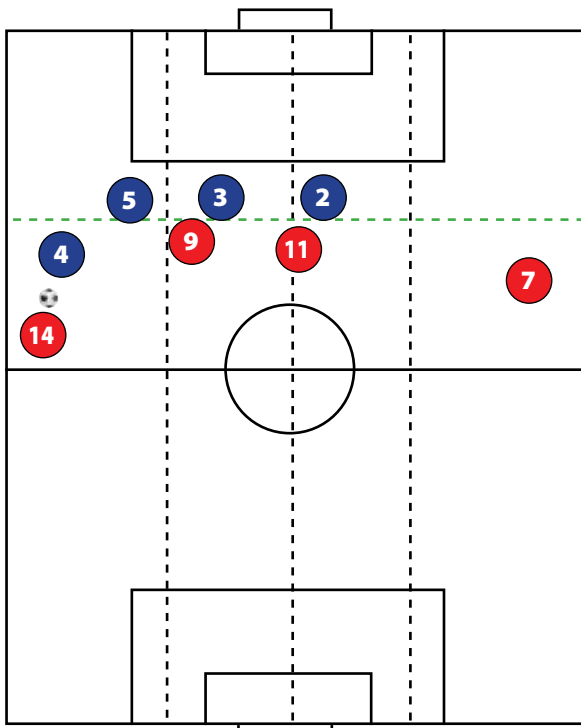
Nadrzędnym celem obrony strefowej jest wywalczenie lub przechwycenie piłki, bo wówczas można przejść do działań ofensywnych. W sytuacji, gdy piłkę posiada przeciwnik, zadaniem zespołu broniącego jest jak najszybsze jej odebranie poprzez uformowanie właściwego ustawienia drużyny w defensywie, ruch całego zespołu w kierunku piłki oraz agresywny atak na zawodnika z piłką. Jednocześnie staramy się zawęzić i skrócić pole gry w celu osiągnięcia przewagi liczebnej w określonej strefie boiska, nie zapominając o właściwej asekuracji. Znaczenie gry defensywnej jest nie do przecenienia. Jak mówi stare piłkarskie powiedzenie: „Dobrym atakiem wygrasz bitwę, ale dobrą obroną wygrasz wojnę”. Trenerzy zaczynający budowę każdego zespołu powinni skupić się najpierw na zestawieniu formacji obrony. Od tego jacy to

będą piłkarze, z jakimi umiejętnościami i cechami charakteru, w dużej mierze zależy efektywność gry obronnej całego zespołu. Należy także pamiętać o tym, jak duże znaczenie w skuteczności działań defensywnych odgrywa dyscyplina taktyczna wszystkich piłkarzy, a nie tylko tych w formacji obrony.

Jak zatem powinni być ustawieni obrońcy grający w linii, gdy zespół jest w defensywie? To oczywiście zależy od tego, gdzie w danym momencie jest piłka (zawsze ustawiamy się względem piłki), ilu napastników występuje w drużynie przeciwniej (jak są ustawieni) i od przyjętej taktyki (w którym rejonie boiska chcemy odebrać piłkę przeciwnikowi). Ogólnie przyjmuje się, że linia obrońców powinna być ustawiona ok. 20-25 m od własnej bramki, a odległości pomiędzy poszczególnymi obrońcami z reguły wynoszą 6-8 m. Takie ustawienie ma zmuszać przeciwnika do prowadzenia ataku bocznymi sektorami boiska, skąd trudniej zdobywa się bramki, a także dlatego, że łatwiej będzie odebrać piłkę w sytuacji, gdy przeciwnika ogranicza linia boczna.

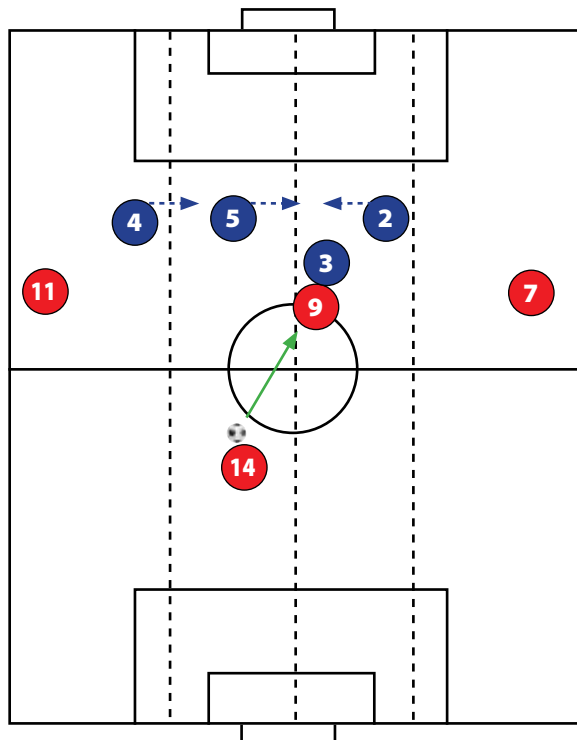
Nadrzędnym celem obrony strefowej jest wywalczenie lub przechwycenie piłki, bo wówczas można przejść do działań





Rys. 5. Następny przykład ustawienia w defensywie, gdy piłka znajduje się w bocznym sektorze boiska, a przeciwnik gra dwoma napastnikami. W tej sytuacji zadaniem prawego obrońcy (nr 4) jest atak na przeciwnika z piłką. Jeden ze środkowych obrońców (nr 5) asekuje, natomiast drugi środkowy obrońca (nr 3) oraz lewy obrońca (nr 2) kryją napastników drużyny przeciwnej. Wszyscy obrońcy przemieścili się w kierunku piłki. Zawodnik drużyny przeciwnej (nr 7) znajdujący się po drugiej stronie nie jest groźny w tej sytuacji.

Rys. 6. Zachowanie się obrońców w sytuacji, gdy jeden ze środkowych (nr 3) wychodzi „wysoko” za napastnikiem. Obowiązkiem pozostałych partnerów (nr 2, 4 i 5) jest zagęszczenie środka pola. Tworzymy w ten sposób tzw. trójkąt asekuracji. Nie dopuszczamy również w ten sposób do wykonania podania prostopadłego pomiędzy obrońcami.

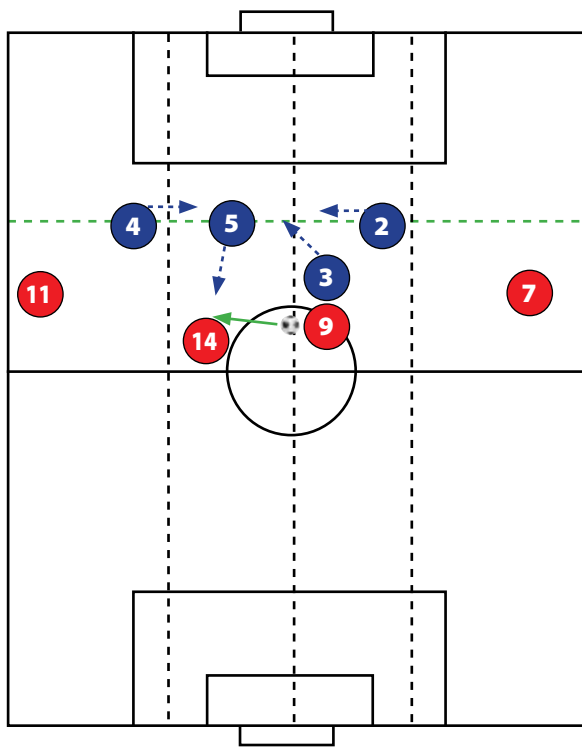


Podstawowym celem ustawienia obrońców w strefie jest to, aby przede wszystkim zabezpieczone były zawsze środkowe strefy boiska, a nie boczne. Sytuacje, w których piłka znajduje się na wprost bramki, są zdecydowanie groźniejsze dla obrony, niż w momencie, gdy piłka będzie z boku boiska. Dlatego staramy się zmusić przeciwnika do gry bocznymi sektorami. Konsekwencją przesunięcia całej formacji obrony na jedną ze stron jest oczywiście brak obrońców na stronie przeciwnej do tej, na której znajduje się piłka. Wynika to z założenia, że podanie piłki z jednej strony na drugą zawsze zajmuje przeciwnikowi co najmniej kilka sekund. To w zupełności wystarcza na przemieszczenie się całej formacji w kierunku piłki na drugą stronę, gdy zaistnieje taka konieczność.

Strefowa gra obronna z całą pewnością nie jest łatwa do opanowania. Wymaga od zawodników nieustannej koncentracji, myślenia boiskowego i oczywiście wysokich umiejętności czysto piłkarskich. Jest natomiast bardzo ekonomiczna. Trzeba tylko pamiętać o tym, że prawidłowa i skuteczna organizacja gry obronnej zależy od właściwego ustawienia i współdziałania formacji obrony, pomocy i ataku.

Szczególną uwagę należy zwracać na następujące kwestie.





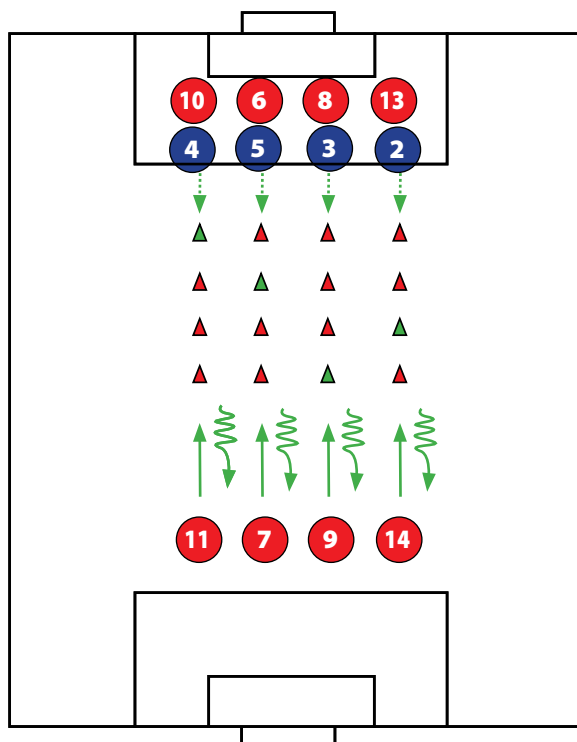
Rys. 7. Zachowanie obrońców w sytuacji, kiedy jest dwóch napastników (nr 9 i 14). Środkowy obrońca (nr 3) atakuje zawodnika z piłką, który znajduje się w jego strefie. Pozostali obrońcy (nr 2, 4 i 5) powinni zagęścić środek pola celem uniemożliwienia wykonania podania pomiędzy nimi. W chwili gdy zawodnik atakujący (nr 9) poda piłkę do swojego partnera (nr 14) to natychmiast środkowy obrońca (nr 3) wraca do linii obrony, a przeciwnika z piłką (nr 14) atakuje drugi ze środkowych obrońców (nr 5). Pamiętajmy ponownie o zagęszczeniu środka pola przez pozostałych partnerów (nr 2, 3 i 4).



W obronie dążymy do uzyskania, możliwie w każdej sytuacji, przewagi liczebnej defensorów nad atakującymi. Zasada ta obowiązuje zarówno w czasie bronienia, jak i atakowania



Rys. 8. Propozycja rozgrzewki. Zawodnicy ustawieni czwórkami jak na rysunku. Bieg rozpoczyna pierwsza czwórka, kiedy dobiegnie do pierwszego rzędu pachołków wykonuje określone ćwiczenie (np. zatrzymuje się lub obiega pachołek w koło itp.) Następnie biegną do kolejnego rzędu pachołków i przy każdym wykonują to samo ćwiczenie. Kiedy kończą ostatnie powtórzenie otrzymują podanie piłki od partnerów ustawionych po drugiej stronie. Prowadząc piłkę zamieniają się miejscami. W tym samym czasie bieg rozpoczyna następna czwórka zawodników. Zmieniamy ćwiczenia wykonywane przy pachołkach i stosujemy różne formy podania i przyjęcia piłki. Należy zwracać uwagę na właściwe wykonywanie ćwiczeń, a przede wszystkim na zachowanie linii (wszyscy muszą biec w tym samym tempie i w tym samym czasie wykonywać dane ćwiczenie). Możemy podobną rozgrzewkę zrobić bez piłek. Wtedy na przykład bieg będzie rozpoczynał zawodnik, który jest najbliższym zielonemu pachołkowi i on też będzie demonstrował, jakie ćwiczenie należy wykonać. Następnie zmienia się prowadzący na tego, który jest najbliższym kolejnego zielonego pachołka.



W obronie dążymy do uzyskania, możliwie w każdej sytuacji, przewagi liczebnej defensorów nad atakującymi. Zasada ta obowiązuje zarówno w czasie bronienia, jak i atakowania.

Zachowanie właściwych odległości pomiędzy zawodnikami w danych formacjach, a także między formacjami.

Prawidłowa asekuracja partnerów.

Umiejętne zmuszanie rywala do prowadzenia gry bocznymi strefami boiska.

Przemyślany ruch i kierunek poruszania się zawodników w stronę piłki.

Zdolność do przewidywania kierunku ataku drużyny przeciwnej.

Właściwe ustawienie się bramkarza podczas skracania pola gry.

System gry musi być dopasowany do zawodników jakich mamy w swoim zespole. To nie determinuje, co prawda sukcesu drużyny, ale z całą pewnością mówi wiele o filozofii gry, zarówno w defensywie jak i ofensywie. Ważniejsze od systemu wydaje się być to,

jak szybko dana drużyna jest w stanie przechodzić z fazy ataku do fazy obrony i odwrotnie. Musimy mieć bowiem świadomość, że każdy system ma swoje plusy i minusy.

ZALETY OBRONY STREFOWEJ

- Możliwość stworzenia przewagi liczebnej w określonej strefie boiska.

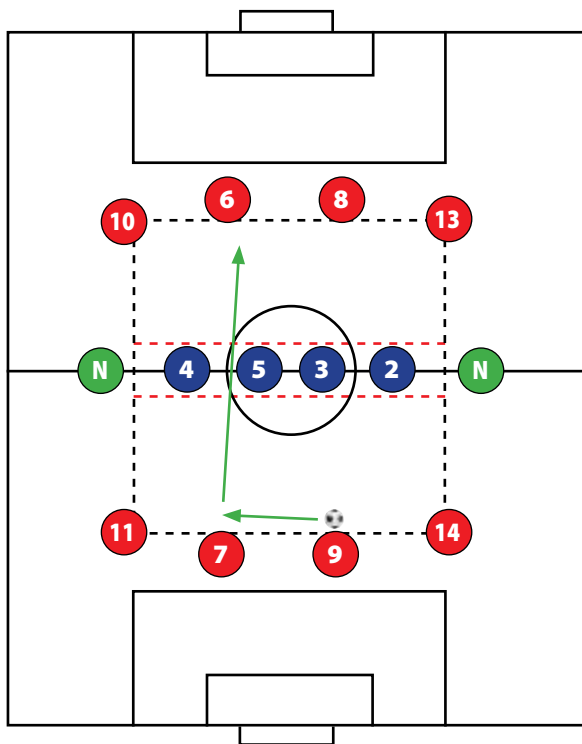
- Dzięki przewadze liczebnej można łatwiej zneutralizować napastników przeciwnika.

- Skuteczność bronienia przeciwko drużynie stosującej zmianę pozycji i mającej przewagę w szybkości.

- Zawodnicy drużyny broniącej nie muszą wykonywać tak dużej pracy biegowej, gdyż następuje przekazanie przeciwników w strefach.

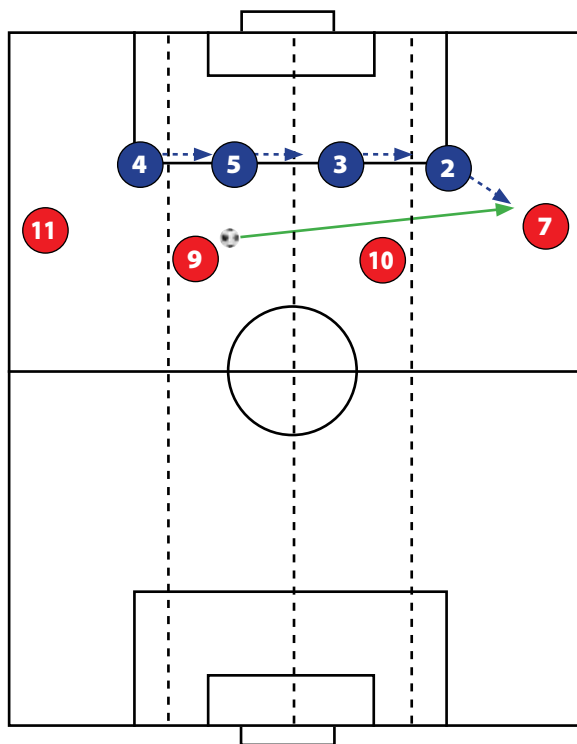
- Skuteczność gry przeciwko drużynie, która inicjuje indywidualne akcje ofensywne.

- Podczas skracania pola gry można łatwiej wykorzystać przepis o spalonym.



Rys. 9. Ćwiczenie pomocnicze. W środku czerwonej strefy znajduje się czwórka obrońców. Po obu stronach ustawiają się dwie grupy po czterech zawodników, które rozgrywają piłkę między sobą, próbując wykonać jak najwięcej prostopadłych podań pomiędzy obrońcami. Zadaniem obrońców jest przesuwanie się za piłką (zawężając pole gry) w ten sposób, aby uniemożliwić wykonanie prostopadłego podania na drugą stronę. Ja czasami ustawiam dodatkowo po bokach czerwonej strefy dwóch zawodników neutralnych, którzy również mogą zagrać piłkę na drugą stronę. Mogą tego dokonać używając minimum dwóch kontaktów z piłką. Ma to na celu wymusić na skrajnych obrońcach szybkie dojsię do przeciwnika z piłką będącego w bocznej strefie boiska (blisko pola karnego).

Rys. 10. Ćwiczenie pomocnicze. Czwórka obrońców ustawiona jest na linii pola karnego. W odpowiedniej odległości od nich ustawionych jest czterech zawodników ofensywnych, którzy wymieniają między sobą podania. Na początku zadaniem obrońców jest tylko przesuwanie się w kierunku piłki. Następnie zawodnicy ofensywni wymieniają bardzo wolno (min. na dwa kontakty) podania między sobą, a obrońcy muszą wyjść do zawodnika w swojej strefie, który jest w posiadaniu piłki. Zwracamy uwagę na prawidłową asekurację.

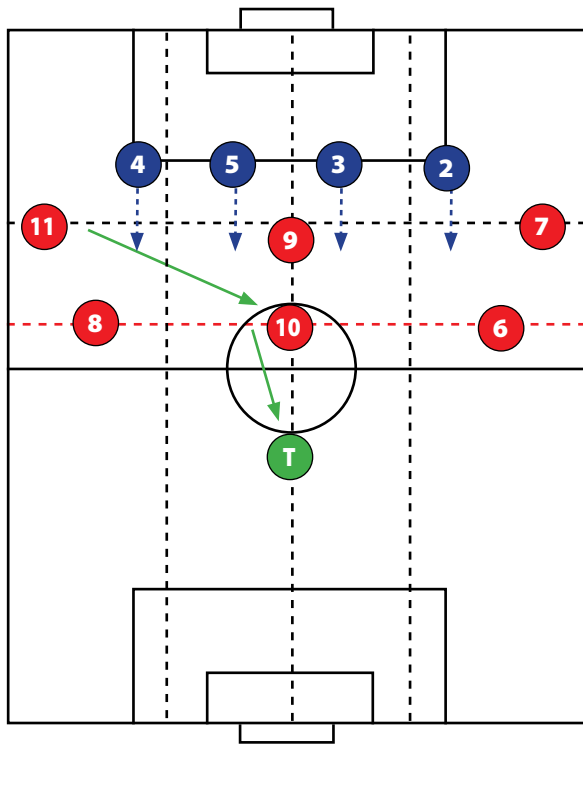


- Lepsze możliwości po przejęciu piłki do rozpoczęcia akcji ofensywnej.
- Po stracie piłki każdy zawodnik wie, w jaki sposób należy odbudować ustawienie w defensywie.
- Ekonomiczny, mało wyczerpujący sposób bronienia.

WADY OBRONY STREFOWEJ

- Pozostawienie przeciwnikowi dużej swobody w rozgrywaniu piłki.
- Problemy z przekazywaniem krycia przy ciągłych rotacjach i zmianach pozycji napastników i pomocników.
- Przy szybkim przejściu drużyny przeciwnej z fazy obrony do fazy ataku, zawodnicy mogą nie zdążyć na czas odbudować ustawienia w obronie.
- Pozostawienie nie bronionej części boiska (w przypadku szybkiego przetrzutu piłki w tzw. „wolne pole”).
- Podczas skracania pola gry brak ataku na przeciwnika z piłką może dać szansę na podanie piłki za linię obrony i włączenie się gracza ze środka pola.
- Ten sposób ustawienia obrońców wymaga dobrego zrozumienia i współdziałania partnerów, a tym samym dłuższego czasu szkolenia.

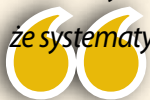




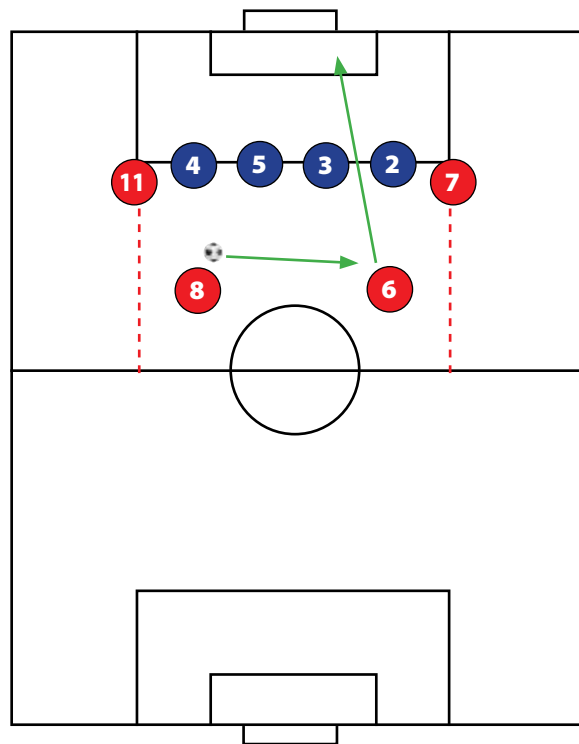
Rys. 11. Ćwiczenie pomocnicze. Obrońcy ustawieni na linii pola karnego. Trzech zawodników ofensywnych na niebieskiej linii wymienia między sobą podania. Następna trójka zawodników znajduje się na linii czerwonej, natomiast trener ustawiony jest na drugiej połowie. Obrońcy mają za zadanie przesuwać się w kierunku piłki. W momencie kiedy piłka zostanie podana do tyłu (do zawodników na czerwonej linii), muszą skrócić pole gry i zostawić tym samym przeciwnika na spalonym. Ponownie przesuwiają się w kierunku piłki, a gdy ta zostanie podana do trenera znowu powinni skrócić pole gry. Ważna tutaj rola jednego ze środkowych obrońców, który musi być liderem tej grupy.



Każdy trener ma swoje ulubione metody i własne sposoby doskonalenia gry w defensywie. Wszyscy jednak muszą pamiętać, że systematyczność przynosi najlepsze efekty



Rys. 12. Ćwiczenie pomocnicze. Obrońcy ustawieni na linii pola karnego mają za zadanie umiejętne przesuwanie się w kierunku piłki tak, aby nie dopuścić do straty gola. Mogą poruszać się tylko wzdłuż linii szesnastego metra. Cztery zawodników ofensywnych ma za zadanie zdobyć bramkę (bez bramkarza) po wcześniejszej wymianie podań między sobą. Mogą tego dokonać zawodnicy nr 6 i 8 uderzając piłkę między czwórką obrońców, ale też mogą to uczynić zawodnicy nr 7 i 11, w momencie, kiedy otrzymają podanie od jednego z partnerów, a skrajny obrońca nie zdąży zablokować uderzenia. Ważne, aby zawodnicy nr 6 i 8 nie byli ustawieni zbyt blisko obrońców. Następnie możemy wykorzystać w tym ćwiczeniu dodatkowo jednego lub dwóch napastników. Zasady będą podobne z tym, że jeżeli piłka zostanie podana do jednego z napastników to będzie mógł piłkę przyjąć, odwrócić się i zdobyć bramkę. Ma to na celu wymusić na obrońcach wyjście do zawodnika z piłką będącego w danej strefie i właściwe ustawienie pozostałej trójki obrońców.



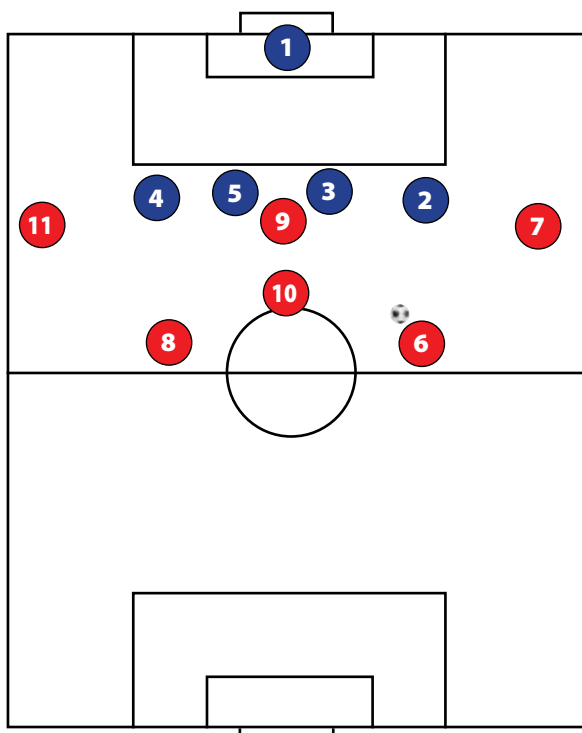
WSPÓŁPRACA CZWÓRKI OBROŃCÓW – DOSKONALENIE GRY OBRONNEJ I OFENSYWNEJ

Aby współpraca obrońców grających w linii zaczęła przynosić poprawę jakości gry w obronie, musi minąć dużo czasu. Potrzeba do tego przeprowadzenia wielu jednostek treningowych, aby mogły zacząć działać wypracowane automatyzmy w zachowaniu się całej czwórki defensorów. Dlatego wszelkie nowości staramy się wprowadzać w okresie przygotowawczym. Jest wtedy więcej czasu, a przede wszystkim są gry kontrolne, gdzie bez większego ryzyka można wypróbować nowe rozwiązania taktyczne czy nowe ustawienie. Należy pamiętać też o tym, że nawet, jeżeli dany element opanujemy w dostatecznym stopniu, to nie oznacza, że już nie musimy nad nim pracować w dalszej części sezonu. Każdy trener ma swoje ulubione metody i własne sposoby doskonalenia gry w defensywie. Wszyscy jednak muszą pamiętać, że systematyczność przynosi

najlepsze efekty. Ja osobiście staram się w swojej pracy klubowej „przyzwyczajać” zawodników do współdziałania w czwórkach, wykorzystując do tego celu również rozgrzewki. Na przykład podczas ćwiczeń biegowo-gimnastycznych zawodnicy ustawiani są po czterech i mają za zadanie, nie tylko wykonywać ściśle określone ćwiczenia, ale również kontrolować swoje ustawienie względem partnerów.

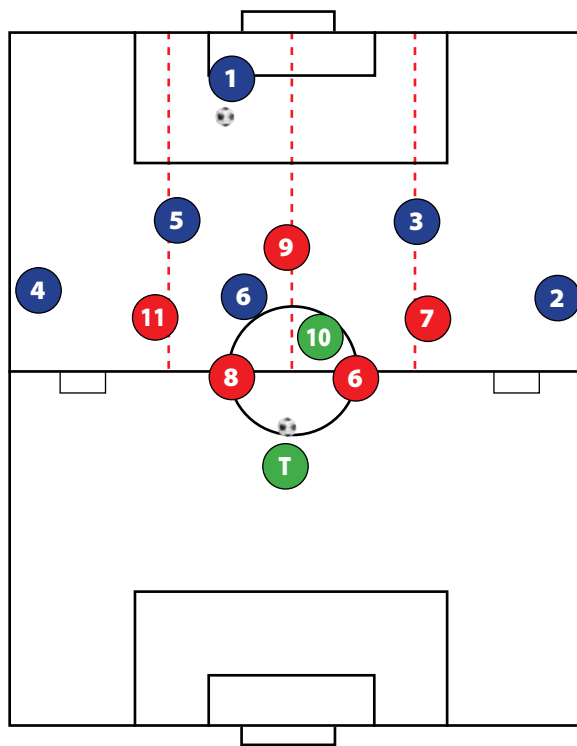
W dalszej części pracy chciałbym zaprezentować kilka ćwiczeń, z których korzystałem. Jestem pewien, że niektóre są wszystkim dobrze znane, ale nie ukrywam, że niektóre z nich przystosowałem do własnych potrzeb nieznacznie je modyfikując.

Każdy trener z całą pewnością posiada w swoim „warsztacie” mnóstwo innych rozwiązań, jakie stosuje w pracy z drużyną. Ja przedstawiłem tylko wybrane przykłady, które najczęściej wykorzystuję w doskonaleniu i współpracy czwórki obrońców grających w linii.



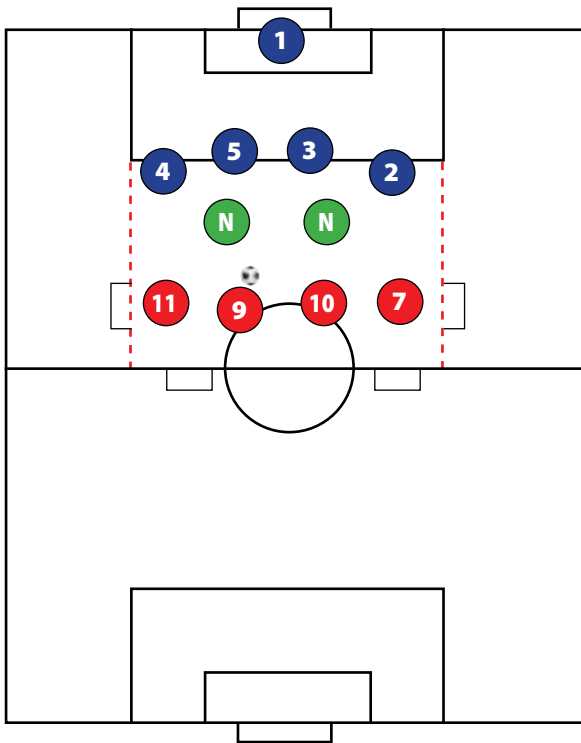
Rys. 13. Fragment gry 6x4 + bramkarz. Bardzo popularne i znane ćwiczenie doskonalące grę w defensywie, ale również umiejętność gry w ataku pozycyjnym. Zadaniem zawodników ofensywnych jest zdobycie bramki. Obroncy poprzez odpowiednie zachowanie i współpracę mają temu zapobiec. Wykorzystujemy przepisy do gry w piłkę nożną (m.in. przepis o spalonym). Ja często zmieniam ten układ grając czasami 7x5, 8x6 czy 8x5. W zależności od potrzeb zmieniam również sposób rozpoczęcia gry. W pierwszej wersji może zaczynać bramkarz wybiciem piłki od bramki i wtedy obroncy zmuszeni są do skrócenia pola gry. Rozpoczęcie może także nastąpić po dośrodkowaniu ze stałego fragmentu gry w bocznej strefie boiska lub od wyrzutu piłki z autu. W zależności od sposobu rozpoczęcia gry obroncy muszą się odpowiednio ustawić i właściwie reagować. To w jaki sposób rozpoczynamy grę uzależnione jest od obserwacji spotkań mistrzowskich. Jeżeli widzimy, że drużyna ma jakieś problemy z danym elementem, to staramy się to ćwiczyć.

Rys. 14. Fragment gry 5x5 + 1 neutralny + bramkarz. Ćwiczenie rozpoczyna bramkarz od wznowienia gry od bramki. Zadaniem czwórki obrońców (wraz ze środkowym pomocnikiem i zawodnikiem neutralnym) jest odpowiednie rozegranie piłki między sobą tak, aby zakończyć akcję zdobyciem gola na jedną z dwóch małych bramek znajdujących się na połowie boiska w bocznych sektorach. Trener w każdej chwili może dać sygnał i podać drugą piłkę zawodnikowi neutralnemu. W tej sytuacji tamta piłka, w której posiadaniu byli obrońcy już nas nie interesuje. W ataku znajduje się zespół przeciwny, co oznacza, że obrońcy muszą jak najszybciej odbudować ustawienie w defensywie i nie dopuścić do utraty bramki. Celem tego ćwiczenia jest, aby obrońcy cały czas właściwie się poruszali w sytuacji, gdy rozgrywają piłkę między sobą (jeżeli piłka jest w posiadaniu lewego obrońcy to prawy obrońca musi się przesunąć do środka), a przede wszystkim muszą być cały czas skoncentrowani i przygotowani gdyby nastąpiła strata piłki.



W dzisiejszych czasach znalezienie odpowiednich materiałów (ćwiczeń, gier itp.) nie powinno sprawić nikomu żadnych problemów. Należy tylko pamiętać o jednej rzeczy, która moim zdaniem jest bardzo istotna. Czasami można bowiem znaleźć (w Internecie czy będąc na stażu) dobre przykłady, czy schematy ćwiczeń i przygotować (zaplanować), wydawałoby się fantastyczny trening, a w praktyce okazuje się, że delikatnie mówiąc, słabo to wyglądało podczas zajęć z danym zespołem. Dzieje się tak dlatego, ponieważ najkrócej mówiąc, to co sprawdza się w jednej drużynie, niekoniecznie musi przynosić dobre efekty w innej. Zawsze trzeba brać poprawkę na warunki w jakich przychodzi nam pracować. Ważną rolę odgrywa stan boiska, ale także jakość sprzętu czy warunki atmosferyczne. Najważniejszy jest jednak (jak już wspominałem) czynnik ludzki - to jakie umiejętności techniczno-taktyczne posiadają zawodnicy, których mamy do dyspozycji w klubie. Dlatego też musimy ciągle obserwować jak nasi podopieczni ra-





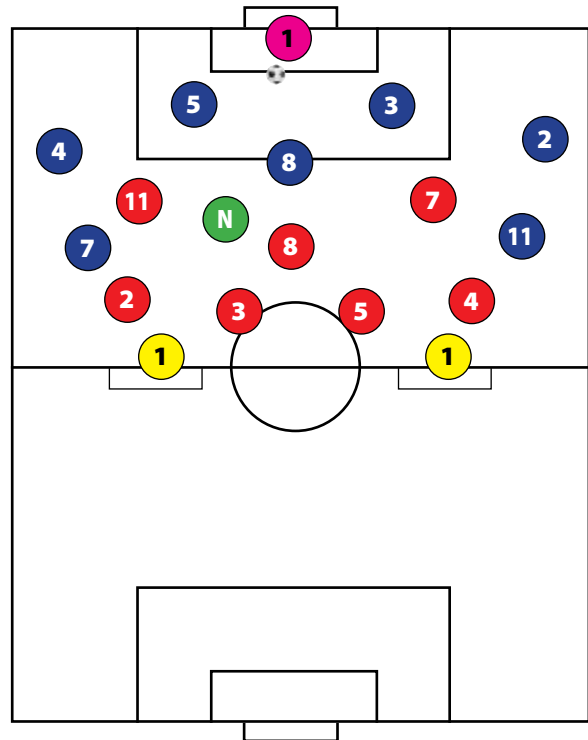
Rys. 15. Gra 4x4 + 2 + bramkarz. Obrońcy + bramkarz bronią jednej dużej bramki, natomiast zespół przeciwny ma za zadanie bronienie dostępu do czterech małych bramek. Drużyna będąca przy piłce gra w przewadze dwóch zawodników. Zmieniamy strony co kilka minut. Grę rozpoczyna zespół atakujący jedną bramkę. Możemy też rozpoczynać grę w sytuacji, gdy oba zespoły ustawione są za liniami końcowymi wyznaczającymi pole do gry, a zawodnicy neutralni na środku tego pola. Bramkarz wykonuje długie podanie do zespołu przeciwnego, czym zmusza swoich obrońców do szybkiego wyjścia i skrócenia pola gry w celu niedopuszczenia do oddania strzału.

dzą sobie w czasie trwania zajęć z wykonywaniem określonych założeń. Czasami trzeba będzie dostosować (powiększyć lub zmniejszyć) pole do gry. Innym razem może będziemy musieli ograniczyć lub wydłużyć czas trwania ćwiczenia, czy skorygować liczbę graczy (wykorzystać jednego czy dwóch neutralnych zawodników). A jeszcze innym razem okaże się, że należałoby zwiększyć lub zmniejszyć liczbę kontaktów z piłką tak, aby warunki były optymalne do celów jakie chcemy osiągnąć oraz możliwości zawodników. Tutaj właśnie pojawia się ważna rola trenera, aby odpowiednio reagował na wydarzenia jakie mają miejsce w czasie treningu, a nie „ślepo” powielał wzorce stosowane (nawet) przez największych specjalistów w tej dziedzinie.

Analizując grę drużyn, z którymi miałem okazję pracować do tej pory jako pierwszy trener czy asystent trenera, zauważyłem kilka podstawowych błędów jakie popełniali zawodnicy formacji obrony przy ustawieniu w linii. Najczęściej spotykane problemy pojawiały się:

W sytuacji, gdy boczny obrońca atakował zawodnika drużyny przeciwniej będącego w posiadaniu piłki w bocznej strefie boiska, a środkowy obrońca zbyt późno schodził na asekurację. To często powodowało duże proble-

Rys. 16. Gra 7x7 + 1 na trzy bramki z bramkarzami. W tej grze można wymusić na zespole broniącym dwóch bramek przesunięcia całej drużyny w kierunku piłki w sytuacji, gdy znajduje się ona w bocznej strefie boiska. Jak widać często stosują gry z zawodnikiem neutralnym. Decyduje się na takie rozwiązanie dlatego, gdyż chcąc uzyskać konkretny efekt (w tym wypadku przesunięcia wszystkich zawodników w kierunku piłki), przeciwnik poprzez utrzymanie się przy piłce zmusza zespół broniący do takiego zachowania. Często grając w takich samych liczbowo składach jest trudno to osiągnąć (częste straty piłki). Możemy zwiększyć liczbę zawodników jak również pole gry w zależności od potrzeb.



my, jeżeli przeciwnik wygrał pojedynek 1x1. Mógł wtedy swobodnie wejść z piłką w pole karne i np. wykonać dośrodkowanie.

W podobnej sytuacji, ale tym razem środkowy obrońca zbyt szybko i za blisko linii bocznej schodził na asekurację partnera z obrony. To z kolei powodowało, że pozostali dwaj obrońcy mieli w polu karnym czasami do krycia dwóch napastników drużyny przeciwniej, co też jest ryzykowne.

Ponownie w sytuacji, gdy boczny obrońca atakował przeciwnika z piłką w bocznym sektorze boiska, tym razem obaj środkowi obrońcy zbyt blisko linii bocznej schodzili do asekuracji. Zmuszali w ten sposób drugiego skrajnego obrońcę do przesunięcia w kierunku piłki i czasem znajdował się on poza osiłą środka boiska. Było to niekorzyst-

ne w momencie, gdy następowało długie podanie na drugą stronę boiska.

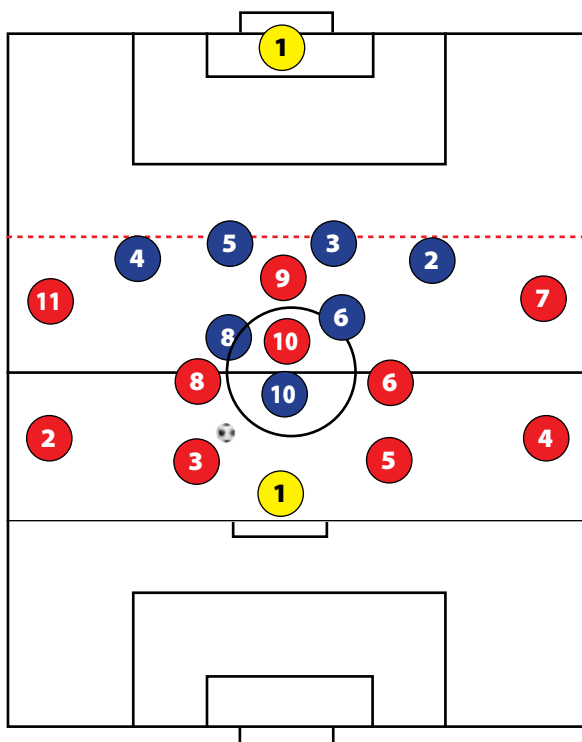
W sytuacji, gdy drużyna przeciwna decydowała się na dalekie górne podanie, bywało tak, że jeden ze środkowych obrońców posiadający dobre warunki fizyczne starał się walczyć o piłkę w powietrzu, chociaż ta była w strefie działania bocznego obrońcy (np. dwaj nasi zawodnicy skakali do piłki). W takim przypadku, jeżeli nie udało się wygrać pojedynku główkowego, to stwarzało czasami korzystniejsze możliwości przeciwnikowi.

Bardzo często zdarza się, że jeden z bocznych obrońców nie kontroluje swojego ustawienia względem środkowych obrońców. W tej sytuacji, mówiąc kolokwialnie, skrajny obrońca „łamiąc linię spalonego” ułatwia przeciwnikowi stworzenie groźnej sytuacji.

W sytuacji, gdy na przykład prawy pomocnik przegrał pojedynek z bocznym obrońcą przeciwnika (wykonując np. wślizg) w okolicy środka boiska, natomiast nasz prawy obrońca krył we właściwy sposób swojego przeciwnika w bocznej strefie i decydował się na pozostawienie go i wyjście do zawodnika z piłką. To sprawiło, że nominalnie groźniejszy zawodnik przeciwnika (będący bliżej naszej bramki) był pozostawiony bez opieki.

Najważniejszy jest jednak czynnik ludzki – to jakie umiejętności techniczno-taktyczne posiadają zawodnicy, których mamy do dyspozycji w klubie





Rys. 17. Gra na skróconym polu 10x7 lub 10x8 z bramkarzami. Zespół grający w przewadze liczebnej, aby zdobyć bramkę musi wykonać prostokątne podanie do strefy obrony przeciwnika, którą wyznacza czerwona linia. W takim przypadku tylko czterech obrońców drużyny broniącej może wejść do tej strefy i dalej bronić dostępu do własnej bramki. Zespół będący w ofensywie może wprowadzić dowolną ilość zawodników do strefy obronnej przeciwnika, pamiętając jednak o właściwej asekuracji w razie straty piłki.

W sytuacji, gdy mówimy o grze czwórką obrońców w linii, mamy oczywiście na myśli czterech zawodników ustawionych obok siebie i kryjących przeciwnika w swojej strefie. Zdarzają się jednak sytuacje, kiedy drużyna przeciwna wystawia do gry tylko jednego napastnika, a w dodatku nastawiona jest wyjątkowo defensywnie. Trudno, aby w takim wypadku obrońcy kurczowo pilnowali linii i wszyscy czterech zajmowali się kryciem jednego zawodnika. Takie sytuacje wymuszają czasami na bocznych obrońcach wyjścia i „złamania” linii obrony.

Zapewne każdy z nas słyszał takie powiedzenie, że piłka nożna to prosta gra. Może i jest w tym stwierdzeniu dużo racji, ale nie sposób szukać w futbolu samych prostych rozwiązań i łatwych decyzji. Czasami ważniejsze od umiejętności czy przygotowania zawodnika staje się myślenie. Decyzje podejmowane przez piłkarzy podczas trwania spotkania w ułamkach sekund bywają kluczowe dla losów drużyny. Dobry piłkarz musi wykazywać się boiskową inteligencją na wysokim poziomie.

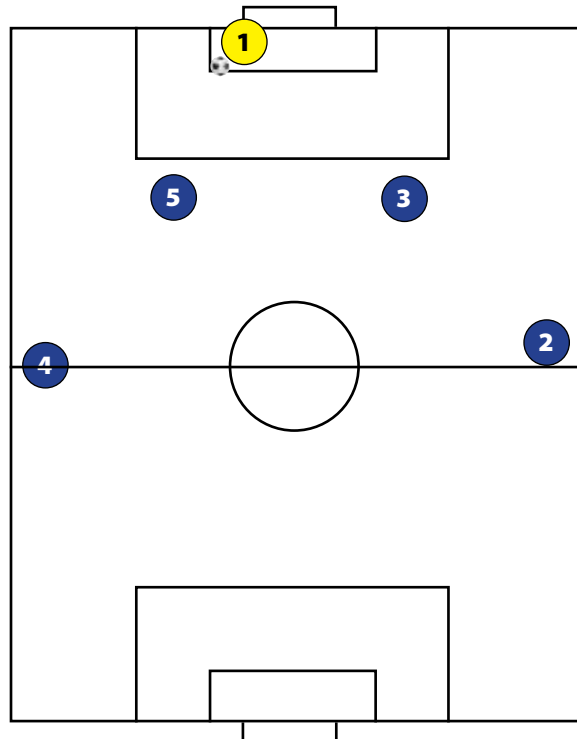
Wszyscy szkoleniowcy doskonale wiedzą, że gra zawodników występujących w formacji obrony nie ogranicza się tylko do zadań w destrukcji. Współczesny futbol wymaga bowiem od piłkarzy występujących nominalnie

w obronie dużego zaangażowania w akcje ofensywne swojego zespołu. Dotyczy to zwłaszcza zawodników grających na bokach obrony. To oni bardzo często są tymi graczami, którzy robią „różnicę” w danym meczu. Ważną rolę spełniają także obaj środkowi obrońcy, którzy niejednokrotnie mają najwięcej kontaktów z piłką w czasie meczu spośród wszystkich zawodników. Szczególnie teraz, gdy panuje tendencja długiego utrzymywania się przy piłce, to właśnie do obrońców należy w zdecydowanej większości rozpoczynanie akcji ofensywnych. Oni jako pierwsi dokonują wyboru, którą stronę boiska będzie prowadzona akcja i w jaki sposób będziemy chcieli ją rozegrać. Obserwujemy obecnie coraz częściej jak zespoły wznawiając grę od własnej bramki, starają się rozgrywać piłkę poprzez stosowanie krótkich podań do własnych obrońców. Odchodzi się mianowicie

Współczesny futbol wymaga od piłkarzy występujących nominalnie w obronie dużego zaangażowania w akcje ofensywne swojego zespołu

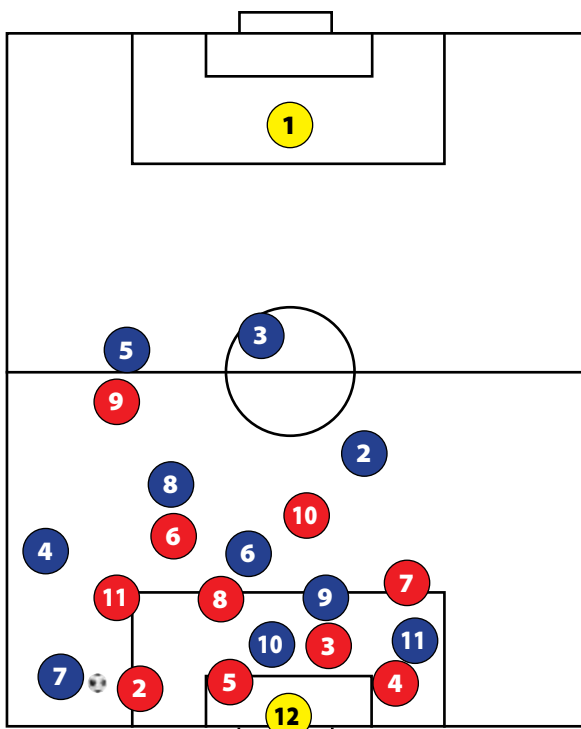


Rys. 18. Ustawienie zawodników formacji obrony w sytuacji, gdy bramkarz wznawia grę od bramki. Wyraźnie widać duże odległości pomiędzy obrońcami. Takie ustawienie ma na celu ułatwić rozpoczęcie akcji poprzez krótkie podania pomiędzy obrońcami. Przeciwnik grający najczęściej jednym napastnikiem będzie miał kłopot z zablokowaniem podania do któregoś ze środkowych obrońców.



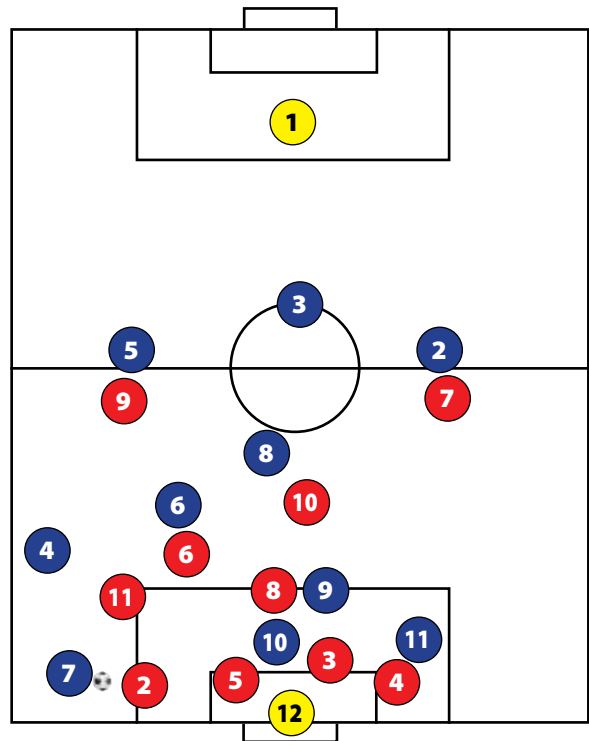
od sytuacji, gdy bramkarz mając piłkę decyduje się na dalekie wybiecie. Drużyny chcą mieć większy wpływ na rozpoczęcie i przebieg akcji ofensywnych swojego zespołu. Przy dalekim wybieciu piłki liczymy w większym stopniu na szczęście lub przypadek, które może nam pomóc w dalszym jej posiadaniu, niż na to, że uda się napastnikowi wygrać pojedynek z roslymi obrońcami przeciwnika. O ile w działaniach defensywnych wymagaliśmy od obrońców, aby byli blisko siebie i starali się kontrolować odległości między sobą (gdy bronimy obowiązuje zasada „małego boiska”), to w przypadku, gdy jesteśmy w posiadaniu piłki chcemy aby obrońcy boczni ustawieni byli jak najszerszej i zdecydowanie wyżej niż środkowi obrońcy (gdy atakujemy obowiązuje zasada „dużego boiska”).

Z tej czwórki obrońców dużo większe wymagania w akcjach ofensywnych spoczywają na skrajnych obrońcach. Oczekuje się od nich wspierania partnera występującego po tej samej stronie boiska w każdej akcji na połowie przeciwnika. To oni mają stwarzać przewagę liczebną w bocznych strefach boiska poprzez odpowiednie włączenie się do akcji, a także dzięki umiejętności gry 1x1 w ofensywie. W takiej sytuacji, gdy jeden z bocznych obrońców bierze udział w akcji ofensywnej,



Rys. 19. Ustawienie obrońców w fazie ataku, gdy prawy obrońca (nr 4) włączył się do akcji ofensywnej, a w zespole przeciwnym występuje jeden napastnik. W takiej sytuacji jeden ze środkowych obrońców (nr 5) kryje ściśle napastnika (nr 9), drugi środkowy obrońca (nr 3) asekuje partnera, a lewy skrajny obrońca (nr 2) ustawiony jest znacznie wyżej. Takie rozwiązanie daje nam możliwość przejścia piłki przez lewego obrońcę w momencie, gdy zostanie ona wybita po dośrodkowaniu z prawej strony.

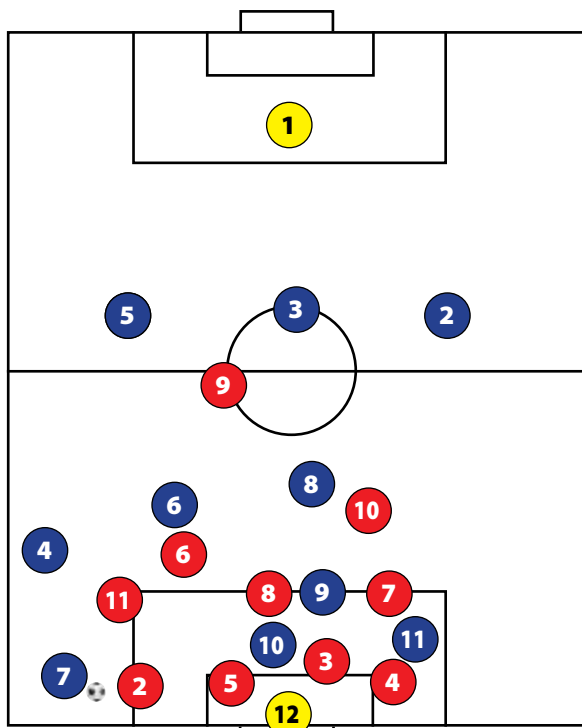
Rys. 20. Ustawienie obrońców w fazie ataku, gdy prawy obrońca (nr 4) bierze udział w akcji ofensywnej, a drużyna przeciwna zostawiła dwóch zawodników w linii ataku. W takiej sytuacji środkowy obrońca (nr 5) kryje ściśle jednego zawodnika rywala (nr 9), za drugiego przeciwnika (nr 7) odpowiada lewy obrońca (nr 2), natomiast drugi środkowy obrońca (nr 3) asekuje partnerów. Takie ustawienie potwierdza stosowanie zasady, że w defensywie ciągle dążymy do uzyskania przewagi liczebnej obrońców nad napastnikami bez względu na to w jakiej fazie aktualnie się znajdujemy.



ustawienie i zachowanie się pozostałej trójki obrońców uzależnione jest moim zdaniem od następujących czynników:

- filozofii gry, jaką wyznaje trener,
- liczby napastników drużyny przeciwnej,
- aktualnego wyniku meczu,
- umiejętności jakie posiadają dani obrońcy.

Najczęściej trenerzy wyznają zasadę, że w sytuacji, gdy jeden z bocznych obrońców bierze udział w akcji ofensywnej, to drugi ma obowiązek zostać. To często powoduje, że trzech obrońców zajętych jest kryciem jednego napastnika drużyny przeciwnej. W takim wypadku uważam, że drugi z bocznych obrońców powinien być ustawiony nie w linii ze środkowymi obrońcami tylko wyżej. Jeżeli natomiast przeciwnik ma w swoim składzie dwóch napastników, to jest to sygnał dla skrajnego obrońcy, że musi asekurować partnerów z defensywy lub krzyć któregoś z napastników drużyny przeciwnej. Muszę przyznać, że spotkałem się już z takim zachowaniem, kiedy to bez względu na to, czy przeciwnik grał jednym czy dwoma napastnikami, to obaj boczni obrońcy brali równocześnie udział w akcji ofensywnej. Jest to uzasadnione moim zdaniem tylko wtedy, gdy obaj środkowi obrońcy prezentują bardzo wysokie umiejętności (w szczególności doskonałe radzą sobie w pojedynkach 1x1).



Rys. 21. Przykładowe ustawienie obrońców w fazie ataku, gdy prawy obrońca (nr 4) bierze udział w akcji ofensywnej, a zespół przeciwny gra jednym wysuniętym napastnikiem. W tej sytuacji jest to najczęściej popełniany błąd w kryciu. Mało tego, że trzech obrońców (nr 2, 3 i 5) odpowiedzialni są za jednego napastnika (nr 9), to w dodatku nikt z nich nie kryje go ściśle. Taka sytuacja powoduje, że w momencie wybicia piłki przez zespół broniący, ten osamotniony napastnik ma możliwość przyjęcia piłki, odwrócenia się z nią (lub poczekania na wsparcie partnerów) i przeprowadzenia groźnej akcji.



Jeżeli chodzi natomiast o środkowych obrońców to nie oczekuje się od nich tak dużego zaangażowania w akcje ofensywne, jak od ich partnerów występujących w bocznych sektorach. Oczywiście będą zdarzać się sytuacje, gdy jeden z nich będzie musiał próbować wprowadzić piłkę na połowę przeciwnika. Jest to niewątpliwie cenna umiejętność, szczególnie wtedy, gdy zespół przeciwny ustawiony jest bardzo defensywnie i nie ma możliwości wykonania podania do partnerów występujących w formacji pomocy lub ataku. Musi to być jakiś element zaskoczenia, który pozwoli na stworzenie dogodnej sytuacji. Trzeba jednak pamiętać, że takie rozwiązania niosą za sobą duży stopień ryzyka. Najczęściej widzimy środkowych obrońców w pobliżu pola karnego przeciwnika przy stałych fragmentach gry. Również presja wyniku i brak czasu powoduje, że przesuwamy jednego z nich na pozycję najbardziej wysuniętego zawodnika, licząc na dobre warunki fizyczne i umiejętność gry głową.

Jednak podstawowym zadaniem środkowych obrońców w fazie ataku jest właściwa organizacja gry w defensywie. To szczególnie na nich spoczywa obowiązek zabezpieczenia się przed kontratakami przeciwnika w przypadku straty piłki przez któregoś z partnerów.

W nowoczesnym futbolu nie ma już sztywnego podziału zadań, w którym to napastnik brał udział wyłącznie w ofensywie, a obrońca tylko zajmował się powstrzymaniem ataków rywali. Zanika także podział na pozycje i strefy działania poszczególnych zawodników. Dlatego tak ceni i poszukiwani są zawodnicy wszechstronni, mogący grać na różnych pozycjach oraz spełniający różne zadania w zależności od tego, w której strefie boiska aktualnie się znajdują. Obecnie, aby zespół skutecznie grał w ofensywie i defensywie potrzebny jest udział w tych działaniach wszystkich zawodników. Niewątpliwie jednak we współczesnej piłce, to skuteczna gra w defensywie jest jednym z najważniejszych środków prowadzącym do sukcesu. Kanony gry obronnej, bez względu na stosowany system, wymagają utrzymania symetrii ustawienia

zawodników na boisku z zachowaniem stałych odległości, ciągłego skracania i zawężania pola gry, stosowania presingu grupowego, asekuracji i podważania. W każdej sytuacji na boisku musi być stosowana aktywna obrona, która nie tylko ma przeszkadzać przeciwnikowi w rozgrywaniu akcji, ale również dąży do szybkiego odbioru piłki, najlepiej jak najdalej od własnej bramki. O ile w działaniach ofensywnych wskazana jest kreatywność i improwizacja, to w działaniach defensywnych najważniejsza jest dyscyplina. Słowa Franza Beckenbauera są bardzo wymowne: „W grze zespołowej jaką jest piłka nożna musi panować porządek i dyscyplina taktyczna na boisku. To jest jeden z gwarantów sukcesu”.

Ważnym elementem działań obronnych jest także odpowiedzialność nie tylko za zadania indywidualne, ale również zespołowe. Wymaga to od obrońców stałej czujności, koncentracji i umiejętności przewidywania podań przeciwnika. Formacja obrony zbudowana z czterech obrońców jest obecnie (dzięki aktywności we wzajemnym współdziałaniu) najskuteczniejszą i najczęściej stosowaną receptą na przeciwstawienie się atakowi pozytywnemu drużyny przeciwniej oraz zabezpieczenia przed kontratakami rywala.

W każdej sytuacji na boisku musi być stosowana aktywna obrona, która nie tylko ma przeszkadzać przeciwnikowi w rozgrywaniu akcji, ale również dąży do szybkiego odbioru piłki



Tabela 6. Efektywność dośrodkowań z sektora bocznego kończących atak pozycyjny.

Rodzaj zakończenia akcji	Liczba dośrodkowań	Dośrodkowanie efektywne		Dośrodkowanie nieefektywne		
		[n]	[%]	[n]	[%]	
Dośrodkowanie z wysokości pola karnego	78	6	8	72	92	
Dośrodkowanie z wysokości - od pola karnego do połowy boiska	Przed linią obrony	41	2	5	39	95
	Poza linią obrony	4	1	25	3	75
Dośrodkowania - średnio	123	9	6	114	94	

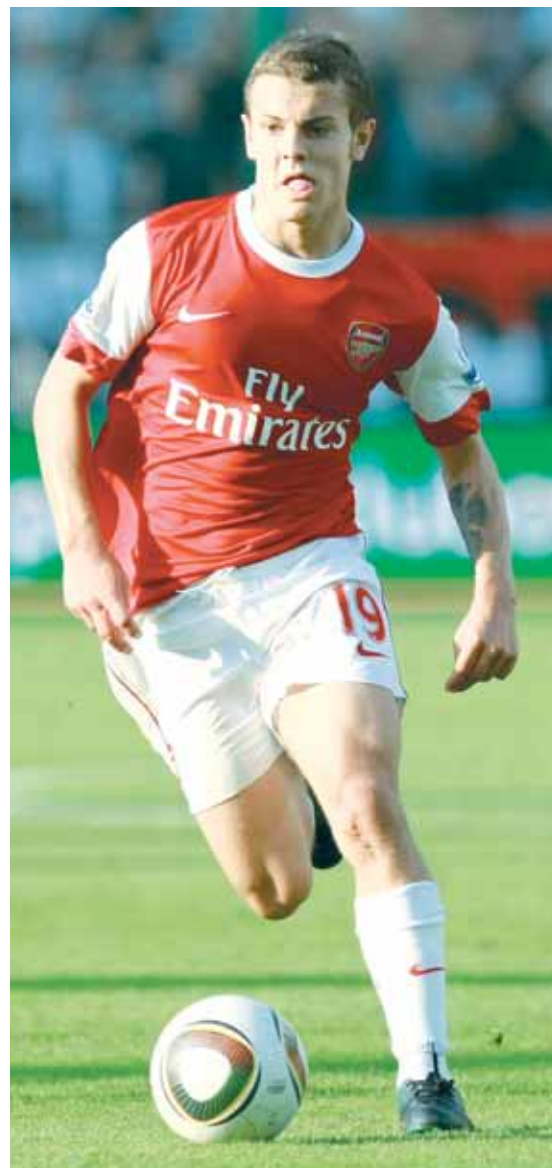
Kluczowym pytaniem dla każdego działania boiskowego, czy to indywidualnego, czy zespołowego jest pytanie o skuteczność, czyli realizację głównych celów w grze. Podstawowym celem gry w atakowaniu jest zdobycie bramki. W kontekście podjętych obserwacji jest to pytanie o liczbę zdobytych goli przypadających na poszczególne rozwiązania akcji ofensywnych atakowania pozycyjnego – **tabela 7**. Najwięcej goli przyniosły podania prostopadłe – 11. Już zdecydowanie mniej podania po ziemi z bocznego sektora boiska – 5 bramek. Pozostałe rozwiązania dały od 1 do 3 goli. Jeżeli jednak odniesiemy liczbę bramek do liczby przeprowadzonych rozwiązań (akcji) to zauważymy, że relatywnie najwyższą skutecznością wykazują się akcje kombinacyjne (11%), a podania po ziemi z bocznego sektora boiska, podania prostopadłe i akcje indywidualne mają 6-7% skuteczność. Najniższą skutecznością wykazują się często wykorzystywane, ale także najprostsze rozwiązania, czyli strzały z dystansu i dośrodkowania - 2% skuteczność.

Jeśli dośrodkowanie wykonywane było z przestrzeni bocznej sektora środkowego boiska, a piłka kierowana była za linię obrony, skuteczność wyraźnie wzrastała.

Strzały zza pola karnego stanowiły 17% wśród przyjętych rozwiązań, co trzeci z nich trafiał w światło bramki, a tylko około jeden na pięćdziesiąt przynosił gola (2%).

Podanie dołem z bocznego sektora było stosowane w podobnym wymiarze (14%). Kiedy wykonywane było z wysokości pola karnego, to prawie co piąte skutkowało celnym strzałem. Gdy realizowano je z przestrzeni bliższej linii środkowej boiska i trafiało przed linię obrony zawsze oznaczało stratę piłki, natomiast czterokrotnie skierowane za linię obrony (na wbiegających partnerów) przyniosło jedną bramkę. Na tle pozostałych rozwiązań podanie dołem z bocznego sektora miało średnią skuteczność 7%.

Akcje indywidualne podejmowane spoza pola karnego stanowiły mniej niż 10%, co piąta kończyła się celnym strzałem, a skuteczność ich była podobna jak podać prostopadłych i po-



Jack Wilshere w barwach F.C. Arsenal Londyn

Tabela 7. Skuteczność rozwiązań kończących atak pozycyjny.

Rodzaj zakończenia akcji	Liczba akcji	Liczba goli	Skuteczność
	[n]	[n]	
Strzał z dystansu	88	2	2%
Akcja indywidualna	48	3	6%
Akcja kombinacyjna	9	1	11%
Podanie prostopadłe	177	11	6%
Podanie po ziemi z bocznego sektora	75	5	7%
Dośrodkowanie	123	3	2%
Razem	520	25	5%

W Lidze Mistrzów sezonów 2011/2012 i 2012/2013 najczęściej wykorzystywanym rozwiązaniem finalnej fazy akcji ataku pozycyjnego było podanie prostopadłe, które średnio w co piątym przypadku kończyło się strzałem celnym (19%). Jeśli podanie trafiało do partnera przejmującego je poza linią obrony, efektywność wzrastała do 29%. Jednak, aby zdobyć gola, trzeba było wykonać niemal 20 podań prostopadłych w przestrzeni środkowego sektora pola gry. Mimo tego, stosowano je tak często, że dały niemal połowę goli (44% zdobytych w obserwowanych meczach).

Dośrodkowanie z bocznego sektora pola gry, to drugie co do częstotliwości rozwiązanie kończące atak pozycyjny. Rzadko jednak skutkowało oddaniem celnego strzału, tylko 6% z nich, a 2% kończyło się zdobyciem bramki.

dań po ziemi z bocznego sektora boiska. Najbardziej skuteczną (11%), a jednocześnie najrzadziej wykorzystywaną formą zakończenia ataku pozycyjnego, była akcja kombinacyjna realizowana przy bezpośrednim udziale minimum dwóch graczy.

Wydaje się, że droga do podniesienia efektywności, a przede wszystkim skuteczności akcji w atakowaniu pozycyjnym na najwyższym poziomie mistrzostwa w piłce nożnej, wiedzie:

- przez zwiększenie liczby zespołowych akcji kombinacyjnych;
- przez zwiększenie liczby podań piłki „w tempo” do napastników poza linię obrony;
- ograniczenie najprostszych rozwiązań (dośrodkowań, strzałów zza pola karnego) lub wyraźną jakościową ich poprawę.

PIŚMIENNICTWO

Czajkowski Z. Nauczenie techniki sportowej. Warszawa 1991. RCMSKFS.
Czabański B. Kształcenie psychomotoryczne. Wrocław 2000. AWF.
Duda H. Intelktualizacja procesu nauczania gry w piłkę nożną. Studia i Monografie Nr 23. Kraków 2004.
Jorge Castelo, Luis de Matos: Piłka nożna – formy i metody treningowe. Warszawa 2011. PZPN.
Stępiński M.: Taktyka atakowania we współczesnej piłce nożnej. Szczecin 2008. PPH Zapol.

Intelektualizacja nauczania piłkarzy nożnych

– istotnym elementem efektywnego szkolenia

Prof. dr hab. Henryk Duda

Katedra Teorii i Metodyki
Gier Sportowych i Rekreacyjnych
Zakład Teorii i Metodyki Piłki Nożnej
AWF Kraków

Poszukując dróg usprawnienia efektywności szkolenia Naglak (2010) wskazuje na potrzebę zespolenia działań rozwijających: zdolności motoryczne, specjalne zdolności ruchowe i zdolności umysłowe. Proces ten sprzyja tworzeniu interdyscypliny osobniczej, która jest nadrzędnym celem treningu sportowego w grze sportowej (ryc.1).

Aby takie efekty osiągnąć, niezbędna jest większa troska o rozwój dyspozycji umysłowych, które w działaniu sytuacyjnym (dominującym w grze sportowej) odgrywają znamienne rolę. Chodzi tu więc o szeroko pojęty proces intelektualizacji procesu szkolenia sportowca (Duda 2012). Termin ten jest bardzo często stosowany w naukach o kulturze fizycznej, jednak w praktyce więcej się na ten temat mówi, niż stosuje w rzeczywistości.

Celowe kierowanie procesem szkolenia gracza wymaga nie tylko trafnego oddziaływania na sferę fizyczną i ruchową, ale – co jest bardzo istotne – na jego sferę umysłową stanowiącą bazę kompleksowego działania w specyfice gry sportowej.

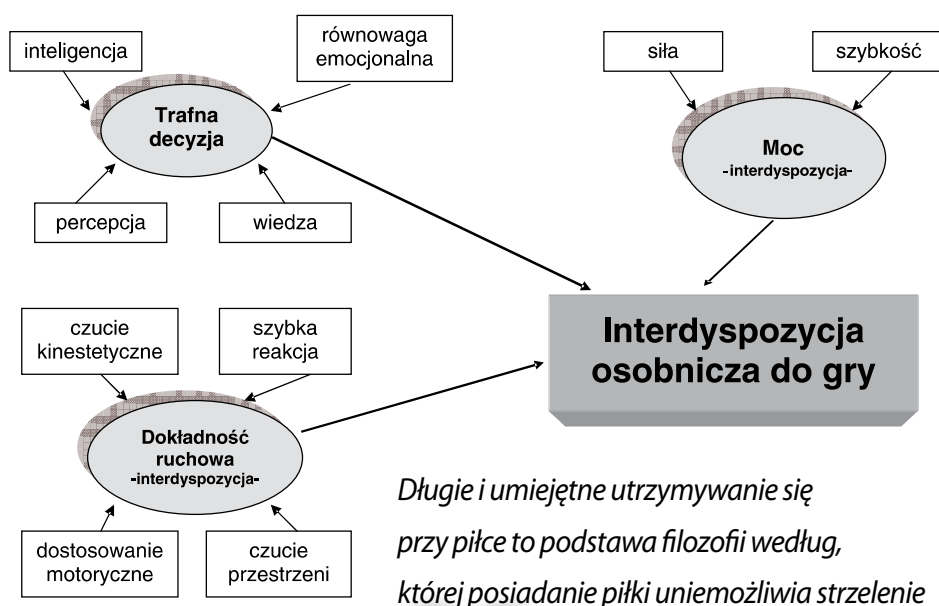
Celem tego opracowania jest przybliżenie problematyki intelektualizacji nauczania w szkoleniu piłkarzy nożnych. Biorąc pod uwagę fakt, iż gra w piłkę nożną ma charakter wielopodmiotowy, gdzie działania i współdziałania graczy oparte są na sytuacyjnym sposobie rozwiązywania zadań w grze wymagającym kreatywności, istnieje konieczność stosowania metod opartych na intelektualnym szkoleniu. Intelektualizacja nauczania działań w grze piłkarza może znacznie rozwijać jego kreatywność. Niestety – w szkoleniu praktycznym metody te są mało znane i niewykorzystywane (Duda 1999, 2004, 2008, Naglak 2005, Panfil 2006, 2007).



Według Słownika języka polskiego, pod pojęciem „intelektualizacja” należy rozumieć „zdolność rozumienia otaczających sytuacji i znajdowania na nie właściwych, celowych reakcji: zdolność rozumienia w ogóle, bystrość, pojętność” (Szymczak, 1998).

Zdaniem Panfila (2007) pod pojęciem intelektualizacji nauczania czynności ruchowej należy rozumieć „zastępowanie zachowania niekontrolowanego sterowaniem intelektualnym, czyli rozumnym, umysłowym sportowca”. Chodzi tu więc o świadome odbieranie bodźców czynności ruchowej, czyli tzw. percepcji ruchu – opartej na myśleniu, którego czynności umysłowe dotyczą rozumienia, przewidywania, oceniania i wnioskowania. Wysoka efektywność w zdobywaniu specjalnych zdolności ruchowych nie jest obecnie możliwa bez intelektualizacji wysiłków gracza. Tezę tę potwierdza Paluszek (2004) przyznając znaczny udział celowemu, świadomemu działaniu gracza w zwiększaniu zakresu i poziomu umiejętności skutecznego wykonania przez niego działań występujących w grze.

Rola intelektualizacji powinna zajmować szczególne miejsce w procesie nauczania – uczenia się w piłce nożnej. Zdobywana specjalistyczna wiedza o czynnościach ruchowych i współdziałaniu graczy jest bowiem podstawą rozwijania samodzielności, szczególnie potrzebnej przy rozwiązywaniu sytuacji w grze. W skutecznym szkoleniu należy przyjąć zasadę, iż bez wzmoczonego udziału samodzielnego twórczego myślenia gracza trudno będzie uzyskać wyniki sportowe, szczególnie w zespołowych grach, gdzie występują działania o złożonej strukturze nawyków ruchowych. W procesie tym niezbędne jest systematyczne przekazywanie graczom wiadomości o wykonywanych ćwiczeniach-działaniach, zwłaszcza w szkoleniu młodzieży, gdzie z reguły efekty uzyskuje się zwiększając obciążenia treningowe (wysiłkowe). Ta-



Długie i umiejętne utrzymywanie się przy piłce to podstawa filozofii według, której posiadanie piłki uniemożliwia strzelenie bramki przez przeciwnika

Ryc. 1.
Przykład tworzenia się interdyscypliny w grze sportowej (Superlak 2008)

kie postępowanie nie może być dominującym rozwiązaniem w pracy trenerów, gdyż droga taka jest szkodliwa i mało efektywna. Pamiętać należy, że sukces może przynieść tylko skumulowanie efektów wieloletnich oddziaływań w obszarach wszystkich rodzajów przygotowań przyszłego sportowca, w tym także w zakresie przekazywania wiedzy.

Problem racjonalizacji i intelektualizacji nauczania winien być akcentowany i przestrzegany na wszystkich etapach szkolenia młodych zawodników, przy założeniu, że priorytetem jest nauczanie i doskonalenie efektywnego działania gracza, tj. poprzez świadome zaangażowanie w proces trenowania nabycie umiejętności rozwiązywania sytuacji powstających w grze. Zastanawiając się nad istotą intelektualizacji w procesie efektywnego szkolenia zawodnika, popatrzmy jak wygląda w tym zakresie stan wiedzy (na podstawie syntetycznego przeglądu literatury przedmiotu).

Problematyka intelektualizacji nauczania w zakresie oddziaływania ruchem była dość wyraźnie poruszana dla celów edukacji dzieci i młodzieży w systemie wychowania fizycznego. Prace Demela, Pawlucskiego, Bukowca, Okonia, Krawczyka, Osieńskiego, Górnej, Grabaciaka, Maszczaka, a szczególnie Grabowskiego problematykę tę przedstawiają w świetle świadomego i aktywnego udziału uczniów w procesie nauczania działań ruchowych i wyrobienia trwałego nawyku rekreacji ruchowej dla celów kształtowania własnego ciała, jak również dla kształtowania osobowości pod kątem dbałości o ciało (zdrowie, sprawność, uroda). W pojęciu tym proces intelektualizacji pomaga zrozumieć aktualne cele i zadania kształcenia, wyzwolić aktywność i samodzielność. W procesie wychowania fizycznego intelektualizacja zmierza do zapewnienia ciągu między kształceniem i wychowaniem pod kierunkiem nauczyciela a samodzielną aktywnością rekreacyjną w życiu późniejszym. Stanowi ona obok oddziaływania na sferę emocjonalną i działaniową integralny składnik procesu kształcenia postaw prosomatycznych. Intelektualizacja jest rozumiana jako oddziaływanie na samoświadomość potrzeb i możliwości własnego ciała.

W sporcie klasyfikowanym pod pojęciem intelektualizacji procesu treningowego rozumiemy zastępowanie zachowania się niekontrolowanego trenerów i graczy sterowaniem intelektualnym, czyli rozumnym, umysłowym. W takim rozumieniu oddziaływanie oparte na intelektualizacji ma na celu przygotowanie zawodnika do osiągania wysokich wyników sportowych bez zakłócenia jego stanu zdrowia. Uzyskuje się to poprzez stawianie trenera i zawodnika w sytuacjach problemowych, których rozwiązywanie wymaga świadomego zaangażowania. Intelektualizacja w sporcie wiąże się również z przekazywaniem optymalnej wiedzy specjalistycznej zawodnikowi, który wykorzystując swoją inteligencję oraz posiadane wiadomości o czynnościach ruchowych w sposób świadomy podejmuje trafne decyzje w działaniu. W odniesieniu do sportu klasyfikowanego można stwierdzić, że o ile na ogół przywiązuje się dostateczną wagę

do pełnego rozwoju sensorycznych, motorycznych, emocjonalnych oraz wolicjonalnych właściwości sportowca, o tyle jego walory intelektualne nie zawsze są w pełni doceniane, a w konsekwencji wystarczająco rozwijane i kształtowane w procesie uprawiania sportu. Problem ten był dawniej, jak i obecnie jest poruszany w wielu pracach z zakresu teorii sportu i teorii treningu sportowego.

W problematyce intelektualizacji procesu nauczania osobne miejsce zajmują zespołowe gry sportowe. Rozwijają się tutaj specjalistyczna dziedzina wiedzy (play theory), uświadamiająca relacje zachodzące między: sytuacjami w grze a działaniami graczy, stanem ich cech i zdolnościami a osiąganymi w grze rezultatami, sposobami przygotowania graczy a efektami ich działania. Znaczące były tutaj przemyślenia zawarte w opracowaniu pt. „A Model for the Teaching of Games in Secondary School”, którego autorzy Bunker i Thorpe ukazali model gry ze zrozumieniem. Z koncepcji tej wynika, iż w procesie nauczania gry sportowej szczególną uwagę należy zwrócić na procesy poznawcze oraz wiedzę o działaniu. Proces mentalnego przygotowania zawodnika w grze sportowej przedstawili Turner i Martinek (1995), którzy w sposób kompleksowy opracowali model gry, czyli system opierający się na wiedzy o działaniu oraz świadomym uczestnictwie gracza w procesie podejmowania decyzji. Liczne badania i obserwacje w tym zakresie dowodzą, że skuteczne nauczanie gry wymaga jej wcześniejszego, dogłębnego zrozumienia. Bez tego nie będzie kreatywności w grze, czyli szybkiego myślenia, trafnych decyzji, niekonwencjonalnych rozwiązań czy umiejętności współpracy z innymi graczami ze względu na przyjęty cel.

Walory intelektualne sportowca nie zawsze są w pełni doceniane, a w konsekwencji wystarczająco rozwijane i kształtowane w procesie uprawiania sportu



Z prac zagranicznych poruszających problematykę intelektualnego szkolenia piłkarzy nożnych na uwagę zasługuje opracowanie Schellenbergera (1990). Autor ten zajmując się badaniami centralnych mechanizmów operacyjnych w grze, przyznaje znaczącą rolę sprawności procesów myślowych oraz wiedzy o działaniu. Zadania piłkarzy nożnych pod kątem podejmowania decyzji oraz szybkości procesów przetwarzania informacji przedstawił Vom Hofe i Lerda (1995). Z badań tych jednoznacznie wynika, iż sprawność decyzyjna gracza jest w dużym stopniu uzależniona od sprawności jego dyspozycji umysłowych.

W polskiej myśli teoretycznej z zakresu gry w piłkę nożną problematyka intelektualizacji procesu nauczania nie była silnie akcentowana. Wprawdzie w licznych publikacjach z teorii sportu z końca XX wieku wyraźnie podkreślano potrzebę uwzględnienia intelektualizacji w sprawnym nauczaniu działań ruchowych, to jednak w fachowych podręcznikach z zakresu gry w piłkę nożną problem ten był przedstawiany dość pobieżnie.

W literaturze przedmiotu zagadnienie intelektualizacji nauczania gry w piłkę nożną zaczyna wyraźnie dominować w latach dziewięćdziesiątych, gdy na kanwie podręczników z dziedziny psychologii (m.in. Grac, Cramer & Jackschath) oraz teorii sportu pojawiły się pierwsze wskazówki dotyczące specyficznego i celowego oddziaływania na gracza, a przede wszystkim opartego wpływu procesów myślowych na sprawność zachowania się gracza w warunkach walki sportowej. Rola i znaczenie procesów myślowych w grach zespołowych, a tym samym i w grze w piłkę nożną, wyraźnie została podkreślona w monografii „Prakseologia gier sportowych” (Panfil 2006) oraz w podręcznikach: „Nauczenie i uczenie się wielopodmiotowej gry z piłką” (Naglak 2005), „Coaching uzdolnionego gracza” (Panfil 2007), „Kształcenie gracza na podstawowym etapie” (Naglak 2010). W opracowaniach tych, autorzy uważają, że sprawność umysłowa stanowi podbudowę możliwości dyspozycyjnych zawodnika, decydując o jakości jego działania w grze.

Niestety praktyka sportowa dowodzi, że w tradycyjnej metodologii nauczania w szkoleniu piłkarskim główny akcent kładzie się na sferę motoryczną i ruchową, natomiast mniejszą uwagę kieruje się na emocjonalne zaangażowanie ćwiczących, a już znaczne niedostatki tkwią w sferze intelektualnej, co w znacznym stopniu może ograniczyć efektywność nauczania. Badania Autora wykazały, że problem intelektualizacji nauczania w polskich klubach piłkarskich występuje w niewystarczającym stopniu nie tylko w nauczaniu działań ruchowych (technika),

Wybór wariantu technicznego też wymaga inteligencji





Utrzymać koncentrację w takich chwilach też trzeba umieć

ale też w szkoleniu działań grupowych (taktyka), gdzie można zaobserwować małe zainteresowanie metodami wspomaganiami, które zdaniem Panfila (2000) w znacznym stopniu angażują procesy myślowe w nauczaniu działań techniczno-taktycznych.

W procesie intelektualizacji nauczania znaczącą rolę stanowi wiedza specjalistyczna o grze. Wiedza ta może w znacznym stopniu decydować o efektywności gry. Badania prowadzone w tym zakresie w polskich zespołach wykazały niski poziom wiedzy specjalistycznej wśród graczy uprawiających piłkę nożną! Praca H. Dudy (2004) dostarcza wskazówek metodologicznych dotyczących przekazywania wiedzy o działaniu w warunkach laboratoryjnych. Optymalna wiedza o grze pozwala zawodnikowi podjąć racjonalną decyzję w działaniu, sytuacje w grze z reguły mają bowiem charakter alternatywny. Nieograniczone możliwości w tym zakresie stwarzają nowoczesne technologie informatyczne, tak popular-

(szczegółowy w licznych pracach Dudy, Panfila i innych).

Skuteczniejsze nauczanie działań technicznych i taktycznych wymaga także rozwijania specjalnych zdolności ruchowych, których stosowanie oddziałuje na tzw. intelekt piłkarski. W literaturze przedmiotu opracowania w tym zakresie dotyczą rozwijania w ćwiczeniach praktycznych specjalnych zdolności, stosowania ćwiczeń intelektualizujących oraz uwzględnienia ćwiczeń kreatywnych.

Całościowe ujęcie problemu intelektualizacji procesu nauczania gry na przykładzie piłki nożnej zostało przedstawione w monografiach: „Procesy myślowe a intelektualizacja w nauczaniu taktyki gry w piłkę nożną” (Duda 1999) oraz „Intelektualizacja procesu nauczania gry w piłkę nożną” (Duda 2004). Zawarto w nich przesłanki teoretyczne oraz metodykę nauczania gry ze zrozumieniem. Finałnym opracowaniem tych zagadnień była kolejna monografia „Intelektualizacja procesu nauczania a rozwój dyspozycji do gry sportowej (na przykładzie piłki nożnej)” (Duda 2008). Autor w opracowaniu tym weryfikuje intelektualne metody w nauczaniu działań ruchowych (technicznych) i grupowych (taktycznych) na przykładzie młodych uzdolnionych graczy (w kategorii juniora młodszego i juniora starszego).

Na zakończenie warto zaznaczyć, iż stan dotychczasowych badań nad problema-

Niestety praktyka sportowa dowodzi, że w tradycyjnej metodologii nauczania w szkoleniu piłkarskim główny akcent kładzie się na sferę motoryczną i ruchową



Bez antycypacji trudno jest obronić rzut karny

nie wśród adeptów futbolu. Warto ten kierunek rozwijać, na bazie dotychczasowych osiągnięć polskich metodyków i naukowców. W procesie intelektualizacji nauczania istotną rolę odgrywa bowiem nie tylko werbalizacja, ale i też wizualizacja. Wśród narzędzi stosowanych do przekazywania i sprawdzania wiedzy o czynnościach gracza, warto wymienić: metodę tachistoskopii, wizualną metodę alternatywnych rozwiązań, metodę filmu dydaktycznego, wspomagającą metodę filmowo-graficzną, a także metody oparte na nauczaniu programowanym oraz problemowym

tyką intelektualizacji nauczania gry sportowej najlepiej określają słowa: to skąpość materiału, poważne niedostatki metodologiczne, słabo akcentowana atrybucja sportowa oraz niewykorzystywane szanse teoretyczne i aplikacyjne. Jednocześnie zaś nie mała liczba badaczy podkreśla znaczenie dyspozycji umysłowych w procesie nauczania gry sportowej. Zapraszam zatem do rzeczowej dyskusji, a na ten moment zgłaszam metodyczną zasadę: „intelektualizacja to paradygmat nauczania gry w piłkę nożną, stanowiący podstawę kreatywnego szkolenia piłkarzy”.

PIŚMIENNICTWO:

- 1. Bunker D., Thorpe R. 1982.** A model for the teaching of games in secondary school. Bulletin of Physical Education, 18 (1), 5-8.
- 2. Cramer D., Jackschath B. 1995.** Fußballpsychologie. Meyer, Meyer, Verlag, Germany.
- 3. Dańczyk R. 1985.** Wpływ pamięci na skuteczność strzelecką w piłce nożnej. Sport Wyczerpaność, 2, 11-21.
- 4. Duda H. 1995.** Umiejętności taktyczne i ich uwarunkowania u zawodników uprawiających grę w piłkę nożną. Dysertacja doktorska. AWF Kraków, Maszynopis.
- 5. Duda H. 1996.** Nauczanie taktyki gry w symulowanych warunkach laboratoryjnych. Trener, PZN Warszawa, 4, 7-11.
- 6. Duda H. 1999.** Procesy myślowe a intelektualizacja w nauczaniu taktyki gry w piłkę nożną. Seria: studia i Monografie nr 6, AWF, Kraków.
- 7. Duda H. 2004.** Intelektualizacja procesu nauczania gry w piłkę nożną. Seria Studia i Monografie nr 23, AWF Kraków.
- 8. Duda H. 2008.** Intelektualizacja procesu nauczania a rozwój dyspozycji do gry sportowej (na przykładzie piłki nożnej), Seria Studia i Monografie, AWF Kraków, 50.
- 9. Duda H. 2011.** Intelektualizacja jako nowy paradygmat nauczania gry sportowej, Sport Wyczerpaność i Wychowanie nr 4, 45-55.
- 10. Duda H. 2012.** Uwarunkowania osobnicze działań w grze sportowej – rozważania teoretyczno-aplikacyjne. (w:) Zdebska H. (red.) W kręgu ludzi zespołowych gier sportowych, AWF Wrocław, 69-81.
- 11. Grac J. 2010.** Wybrane elementy przygotowania psychologicznego w treningu młodego sportowca (w:) Krawczyński M (red.) Psychologia sportu dzieci i młodzieży – wybrane zagadnienia
- 12. Naglak Z. 2001.** Teoria Zespołowej Gry Sportowej Kształcenie Gracza, AWF Wrocław.
- 13. Naglak Z. 2005.** Nauczanie i uczenie się wielopodmiotowej gry z piłką, AWF Wrocław
- 14. Naglak Z. 2010.** Kształcenie gracza na podstawowym etapie, AWF Wrocław.
- 15. Paluszek K. 2003:** Nowoczesne nauczanie gry w piłkę nożną, BK Wydawnictwo i Księgarnia, Wrocław.
- 16. Panfil R. 1990.** Dyspozycje sportowców do gry zespołowej a kierowanie nimi. Studia i Monografie nr 23, AWF, Wrocław.
- 17. Panfil R. 2000.** Edukacja uzdolnionego gracza i zarządzanie zespołem sportowym. AWF, Wrocław.
- 18. Panfil R. 2006.** Prakseologia gier sportowych, Studia i Monografie nr 82, AWF Wrocław
- 19. Panfil R. 2007.** Coaching uzdolnionego gracza, [in Polish], Akademia Umiejętności – Management & Coaching, Wrocław.
- 20. Panfil R. 2012.** Pragmatyka współdziałania w grach sportowych – podręcznik refleksyjnego trenera, WSZiC Wrocław.
- 21. Superiak E. 2008.** The structure of ontogenetic dispositions in young volleyball players – European cadet volleyball champions, Hum Mov, 9, 84-91.
- 22. Szymczak M. (red.) 1988.** Słownik języka polskiego, PWN Warszawa.
- 23. Turner A., Martinek T.J. 1995.** Teaching for understanding: A model for improving decision making during game play. Quest 47, 44-63.

PS. Obszerna literatura problematyki dostępna u Autora: henduda@wp.pl.



Oficjalny sponsor Reprezentacji Polski



Mistrzostwa Europy



ZAGADNIENIA TECHNICZNE

Mistrzostwa Europy UEFA U-19 na Litwie, pełne zróżnicowanych stylów gry, rozwiązań technicznych, zawodników, którzy w kluczowy sposób decydowali o losach meczu, oraz bramek, które pozostaną w pamięci kibiców – były kolejnym fascynującym wydarzeniem z technicznego i taktycznego punktu widzenia. Turniej zapewnił także wiele rozrywki, ponieważ nacisk położony był na grę do przodu w poszukiwaniu szans na zdobycie goli.

„Wszystkie drużyny występujące w turnieju finałowym zasługują na docenienie; każdy zespół miał swój własny styl, co jest niezwykle istotne dla rozwoju piłki nożnej w Europie i na świecie” - powiedział obserwator techniczny ze strony UEFA, Ghenadie Scurtul.

„Każda drużyna wyróżniła się pod względem technicznym i taktycznym. Dodatkowo, każda drużyna była interesująca na swój własny sposób. Rzecz najbardziej pozytywną był fakt, że wszystkie zespoły preferowały ofensywny styl gry. A to jest bardzo satysfakcjonujące, gdyż to jest przyszłość piłki nożnej i to daje widzom zadowolenie z gry.”

Wszystkie zespoły preferowały ofensywny styl gry. A to jest bardzo satysfakcjonujące, gdyż to jest przyszłość piłki nożnej i to daje widzom zadowolenie z gry



„Niemal wszystkie drużyny chciały grać ofensywnie” - dodał kolega Scurtula, inny obserwator techniczny Stefan Majewski. „Zatem tendencja do czynienia futbolu bardziej widowiskowym i do strzelania jak najwięcej bramek jest zachowana także wśród graczy w wieku, w którym decyduje się ścieżka ich piłkarskiej kariery.”

Obserwatorzy UEFA: Stefan Majewski (Polska), Ioan Lupescu (Rumunia), Ghenadie Scurtul (Mołdawia)



UEFA U-19 na Litwie

NACISK NA ATAK I NA POWROTY SKRZYDŁOWYCH

Nacisk położony był na grę ofensywną w głównej mierze opartą na próbie dominacji środka pola. Większość zespołów stosowała dużą wymiennność pozycji. Dotyczyła ona wszystkich zawodników oprócz linii obrony. Skrzydłowi często zmieniali się miejscami ze sobą, a także z zawodnikami ze środka pola.

Jednym z kluczowych aspektów rundy finałowej było odrodzenie się roli skrzydłowych i zastosowania ataków skrzydłami w grze ofensywnej. Osiem z 47 strzelonych bramek pochodziło z dośrodkowań z bocznych stref boiska. Większość drużyn miała w swych szeregach dobrze przygotowanych fizycznie skrzydłowych, którzy nie bali się podejmować pojedynków jeden na jeden. Z pewnością dało się zaobserwować ogólną tendencję do atakowania skrzydłami oraz to, że podobnie jak w grze seniorów, zespoły, z powodu zagęszczonego środka, próbowały znaleźć drogę do bramki przeciwnika z bocznych sektorów.

Kontynuując temat gry skrzydłami zauważamy, że we wszystkich drużynach bardzo aktywni w akcjach ofensywnych byli boczni obrońcy. W niektórych zespołach, np. w Hiszpanii i Portugalii, do przodu podłączali się obaj boczni obrońcy. W takiej sytuacji defensywny pomocnik zostawał z tyłu tworząc trójkąt z obrońcami środkowymi. Inne zespoły nie były już tak odważne i ich obrońcy boczni nie podłączali się jednocześnie do akcji w ataku, aby zachować z tyłu zawsze trzech defensywnych graczy. Hiszpania zastosowała szczególnie wariant: ich skrzydłowi byli gotowi wchodzić do środka pola, aby robić miejsce wbiegającym bocznym obrońcom.

SYSTEMY GRY I MOCNE STRONY DRUŻYNY

Popularnym systemem gry w turnieju finałowym 2013 roku był system 1-4-2-3-1. Litwa, Holandia, Serbia i Turcja grały tym systemem w pewnych fazach meczu; Francja, Gruzja i Portugalia zastosowały formację 1-4-3-3 jako swój system domyślny, Serbia również uciekała się do tego systemu. Litwa jako jedyna zastosowała ustawienie 1-4-4-2 w meczu przeciwko Hiszpanii.

Na mistrzostwach dało się zauważyć ogólną tendencję do stosowania pressingu na połowie przeciwnika. Po stracie piłki tak wysoki pressing pozwalał na sprawne ustawienie się bloku obrony.

Na mistrzostwach dalej można było zaobserwować trend konsekwentnego budowania akcji od tyłu, bez częstego stosowania długich przerzutów do przodu.

Jedynie Litwa często nastawiała się na grę z kontrataku.

Serbia zdobyła tytuł mistrza Europy, wyróżniając się dobrą współpracą bloku defensywnego, stosując szybkie przejście od obrony do ataku i skutecznie wykorzystując swoich aktywnych bocznych obrońców. Zgrana i skuteczną trójkę pomocników w środku pola uzupełniał świetny egzekutor z przodu, Aleksandar Mitrović. Dobra współpraca między formacjami, wysoki poziom sprawnościowy oraz pełna zaan-

Jednym z kluczowych aspektów rundy finałowej było odrodzenie się roli skrzydłowych i zastosowania ataków skrzydłami w grze



ofensywnej



gażowania praca zespołowa były głównymi czynnikami w ich walce o tytuł. O zdobyciu trofeum zadecydowała również świetna postawa bramkarza Predraga Rajkovića, który obronił dwa strzały w rozstrzygających rzutach karnych w półfinale z Portugalią.

Cechy mentalne i odporność na presję były podstawowymi kryteriami selekcji dla trenera Ljubinko Drulovicia. Pomogło to im w trudnych momentach, które każdy zespół musi przejść podczas turniejowej przygody.

ZYSKI Z OBRONY

Do finału dotarły drużyny z najbardziej szczelną obroną. Drużyny mistrza i wicemistrza turnieju: Serbia i Francja - straciły po cztery gole w pięciu meczach; średnio 0,8 na mecz. Podstawą pracy defensywy byli silni fizycznie za-

wodnicy oraz bardzo duża ruchliwość w środku pola. „Wygrały Serbia i Francja, zespoły, które może nie grały bardzo spektakularnie, ale z pewnością wybrały właściwą taktykę, aby zwyciężyć” - powiedział Stefan Majewski. „Jeśli przyjrzymy się ostatnim wydarzeniom, to zwykle w turniejach przechodzą dalej nie te zespoły, które strzelają najwięcej bramek, ale te, które najmniej ich tracą. I to znalazło odbicie w tym turnieju.”

„W większości zespołów - zauważył Majewski - mieliśmy formację złożoną z czterech obrońców, dwóch defensywnych pomocników i trzech pomocników, którzy kreowali grę. Bardzo ważną rolę odgrywali skrzydłowi. Rola tych zawodników była bardzo zauważalna podczas tego turnieju. Jeśli zwrócimy uwagę, jak wiele zagrano dośrodkowań, dostrzeżemy ten trend.”

„To, czy zespół grał z jednym czy z dwoma defensywnymi pomocni-

kami decydowało o tym, czy zespół był nastawiony bardziej ofensywnie czy mniej. Innym aspektem zauważalnym podczas tego turnieju było to, że natychmiast po objęciu prowadzenia zespół starał się utrzymać je do końca, pozostawiając jednego napastnika z przodu i wycofując resztę do tyłu.”

KWESTIA KRYCIA PRZY STAŁYCH FRAGMENTACH GRY

Jak zwykle, stałe fragmenty gry zajęły sporą część omówienia. Na przykład obserwatorzy techniczni zanotowali, że rzuty różne nie zawsze były uderzane bezpośrednio w pole karne. Zespoły często grały „krótko” ten stały fragment gry. Dawało to możliwość utrzymywania się w posiadaniu piłki i minimalizowało ryzyko kontrataku po przejściu piłki z bezpośredniego dośrodkowania.

„To było także charakterystyczne - powiedział Majewski - że przy stałych fragmentach gry w defensywie dziesięciu graczy natychmiast wracało na własną połowę i nawet w przypadku rzutów różnych ustawiali się w polu karnym tak, żeby nie stracić bramki... Innym zjawiskiem godnym uwagi było to, że zespoły nie ustawiały się najlepiej do obrony przy stałych fragmentach. Zdarzało się, że – czasem niepotrzebnie - przy stałym fragmencie było trzech, czterech lub pięciu graczy przy jednym przeciwniku. Myślę, że można było wzmocnić siłę ofensywną, jeśli trener wprowadziłby zmiany – na przykład zostawiając przy zawodniku przeciwnika jednego gracza i jednego w asekuracji, zamiast trzech czy czterech w asekuracji dla jednego gracza.”

ILOŚĆ ZDOBYTYCH BRAMEK

Podczas mistrzostw na Litwie strzelono 47 bramek – o jedną więcej niż

lub drybling i podanie, co świadczy o wysokiej technice użytkowej, jaką demonstrowało wielu zawodników.

Siedem akcji zakończyło się bramką po zagraniu piłki prostopadłej pomiędzy obrońców lub za plecy obrońców. Wykonywanie tego rodzaju zagrań było szczególnie trudne ze względu na zwartą i uważną grę w obronie.

Innym skutecznym sposobem zdobycia gola była gra kombinacyjna. Pięć takich akcji zakończyło się sukcesem. Ciekawym spostrzeżeniem jest to, że w turnieju tylko dwie bramki padły w wyniku dalekich podań i tylko jeden gol padł po podaniu po przekątnej na pole karne.

GŁOWY DO GÓRY

Rok wcześniej ciągłym tematem omówień były bramki strzelone głową. Chociaż na UEFA EURO 2012 padł rekord – 22 bramki strzelone tym sposo-

nio 19,8 na mecz. To można porównać z 323 strzałami na bramkę (średnio 21,5 na mecz) w 2012 roku. W 2013 było w sumie 143 celnych strzałów (48%), wobec 150 (46%) w poprzednim roku.

WYSOKI POZIOM

Turniej na Litwie ujawnił wysoki poziom sprawnościowy oraz świadomość i dyscyplinę taktyczną zawodników. Pokazano także wysoki poziom techniczny, w szczególności umiejętności gry pod pressingiem oraz przenoszenie ciężaru gry wykorzystując długie

Zespół	Próby strzałów	Celne	Średnia	Bramki
Francja	69	32	13,8	5
Holandia	31	19	10,33	6
Portugalia	49	29	12,25	10
Hiszpania	31	16	7,75	7
Turcja	35	13	11,67	7
Serbia	38	14	7,6	7
Litwa	15	9	5	4
Gruzja	29	11	9,67	2



w Rumunii w 2011, o dwie więcej niż we Francji w 2010, jednak o dwie mniej niż w Estonii w 2012 roku.

Ewidentnie ilość zdobywanych bramek na turniejach finałowych U-19 utrzymuje się na podobnym poziomie. Mistrzostwa z 2013 przyniosły 35 bramek (74%) strzelonych z otwartej gry oraz 12 strzelonych po stałych fragmentach (26%). Najwięcej bramek strzeliła Portugalia – 10 goli w czterech meczach, średnio 2,5 na mecz.

BRAMKI PO STAŁYCH FRAGMENTACH GRY

Liczba 12 bramek strzelonych po stałych fragmentach to jedna bramka więcej niż na ME U-19 w 2012 roku. Na Litwie na te 12 bramek złożyły się: cztery strzelone bezpośrednio z lub po rzucie różnym; trzy bezpośrednio z rzutu wolnego; cztery z karnego lub z dobitki po karnym oraz jeden po wrzucie z autu. 26%; to więcej niż 24% w Rumunii w 2011 roku i 22% w Estonii w 2012.

BRAMKI Z AKCJI

Zanotowano niewielki spadek w liczbie bramek z akcji – 35 w porównaniu z 37 w 2012 roku. Liczba bramek po błędach obronnych była minimalna – tylko dwie, w tym jedna samobójcza, co było zasługą gorliwości defensywy. Jedenaście pochodziło z bocznych sektorów boiska – osiem z dośrodkowań ze skrzydła i trzy podania z okolic linii końcowej, wśród tych ostatnich rozstrzygający gol w finale.

JAK PADAŁY BRAMKI

Siedem bramek padło po prowadzeniu piłki – drybling i strzał z bliska



bem, to na turniejach finałowych U-17 i U-19 w 2011 roku nie strzelono żadnej bramki głową. Od tego czasu liczba ta rosła jedynie na poziomie U-19. W Estonii w 2012 roku padło siedem bramek z główki, a na Litwie liczba ta wzrosła do 11 strzałów głową, które znalazły drogę do bramki. Spory procent tych goli padło po dośrodkowaniach skrzydłowych, co jeszcze raz przywołuje powracający wątek zespołów używających bocznych stref boiska w grze ofensywnej. Niektóre drużyny używały dośrodkowań z dużą regularnością – prawoskrzydłowy napastnik Holandii Bilal Basacikoglu wyróżniał się szczególnie dużą ilością dośrodkowań w każdym meczu.

Turniej z 2013 roku przyniósł w sumie 297 strzałów na bramkę, czyli śred-

dokładne podania po przekątnej. Francja zwróciła na siebie uwagę techniką indywidualną swoich zawodników. Niektóre drużyny, szczególnie Hiszpania i Portugalia, stylem gry dały się łatwo identyfikować z drużynami seniorów ze swoich krajów.

„Myślę, że wszystkie zespoły pokazały wysoki poziom dyscypliny w zakresie realizowania wskazówek trenerskich jak i założeń taktycznych” – powiedział Ghenadie Scurtul. „Po analizie możemy dojść do konkluzji, że ci chłopcy grali w piłkę nożną jak dorośli. A tendencje rozwojowe seniorskiego futbolu w Europie i na świecie są zgodne z tym, co widzieliśmy na tym turnieju.

Trenerzy są świadomi, że w tym kierunku zmierza piłka nożna i wprowadzają do swoich drużyn bardzo wyso-

ki poziom przygotowania, szczególnie w zakresie taktyki. Szkoleniowcy właściwie odnajdują te klucze, które otwierają zawodnikom drogę do demonstrowania swoich najlepszych umiejętności indywidualnych przy jednoczesnym realizowaniu założeń taktycznych, co jest z korzyścią dla całego zespołu.

„Tutaj mogliśmy zaobserwować zawodników, którzy chcą grać w piłkę, chcą pokazać co potrafią, bo jest to dla nich ważne” - dodał Stefan Majewski. „Są oni takimi młodymi gwiazdami, małymi diamentami, które muszą być odpowiednio oszlifowane. Jeśli spojrzeć na odpowiednie podejście trenerów do takich doskonale wyszkolonych technicznie zawodników to oznacza, że futbol zmierza w dobrym kierunku.”

„Jeśli dobrze przyjrzeć się zespołom, to widać, że ich celem jest posiadanie lidera w każdej formacji” – powiedział S. Majewski. „Zespoły, które mają takich liderów są silne; jednak z przebiegu turnieju widać, że większość drużyn miała takiego gracza, który potrafił wziąć na siebie odpowiedzialność za grę, szczególnie, kiedy piłka przychodziła z tyłu, potrafił zaskoczyć przeciwnika niekonwencjonalnym zagranieniem. To określa ich wartość i klasę jako piłkarzy. Spójrzmy na Hiszpanię, gdzie jest kilku piłkarzy zdalnych do tej roli, ale także w innych zespołach są zawodnicy, którzy nie tylko dobrze grają w obronie, ale potrafią znaleźć swojego, podać dokładnie i indywidualnie wpływając na wynik meczu. Myślę, że każda z drużyn ma swojego tak zwanego lidera, który potrafi dobrze podać piłkę, zagrać nią niekonwencjonalnie i optymalnie - i to określa siłę zespołu.”

piła mieszanek kolektywnej gry zespołowej i indywidualnych umiejętności piłkarskich, a to jest gwarancją sukcesu.”

ROZWIJAĆ SIĘ CZY ZWYCIĘŻAĆ?

Trenerom zespołów uczestniczących w turnieju zadano pytanie: co było ich głównym celem, czy wychowywać i rozwijać piłkarzy na przyszłość, czy wygrać mecze i skupić się na uzyskaniu tytułu mistrza Europy już na tym poziomie wiekowym? Trenerzy byli jednomyślni zapewniając, że rozwój był priorytetem, ale ideałem jest kombinacja obu elementów – zwycięska mentalność kształtuje się także w tym wieku, kiedy młody zawodnik rozwija się. Obserwatorzy techniczni UEFA, którzy odbyli długą rozmowę z trenerami, podkreślali potrzebę uznania ważności każdego z dwóch aspektów. „Oczywiście każdy piłkarz chce się rozwijać, trenerzy także przyznają, że najważniejszy jest rozwój piłkarzy” - powiedział jeden z obserwatorów, Stefan Majewski. „Ale jeśli z nimi trochę pogadać, to widać, że żaden gracz nigdy nie powie, że nie chce wygrać meczu. Rozwój zawodnika jest bardzo istotny, ale nie zapominajmy, że każdy zawodnik i każdy trener potrzebuje zwycięstw, aby zespół mógł poczuć swoją wartość.”



Każda z drużyn ma swojego tak zwanego lidera, który potrafi dobrze podać piłkę, zagrać nią niekonwencjonalnie i optymalnie - i to określa

siłę zespołu



PODĄŻAJĄC ZA LIDERAMI

Każdy z zespołów miał przynajmniej jednego gracza, który na boisku „robił różnicę” lub przynajmniej jednego wyróżniającego piłkarza w każdej formacji. Przywództwo było istotną wartością. Aleksandar Mitrović z Serbii, Adrien Rabiot z Francji, Recep Niyaz z Turcji i Yassine Ayoub z Holandii to przykłady zawodników, którzy w swoich drużynach byli siłą napędową oraz inspiracją dla swoich kolegów.

„Jednym z dobrych znaków turnieju jest to, że każdy team miał dobrych graczy” - dodał G. Scurtul. „U jednych było ich więcej, u innych mniej. W ostatecznym rachunku to wpływało na wyniki, gdyż im więcej utalentowanych graczy w zespole, tym większa szansa na wygranie turnieju. W ME U-19 uczestniczyły zespoły, w których grali bardzo dobrzy piłkarze oraz liderzy i to sprawiło, że te zespoły awansowały w turnieju, w którym zagrało osiem najlepszych drużyn europejskich. Z drugiej strony, w każdym zespole wystą-

LICZY SIĘ DOBRY CHARAKTER

Trenerzy silnie podkreślali konieczność powoływania do składu zawodników z dobrym nastawieniem mentalnym oraz to, że nie ma miejsca w drużynie dla graczy o konfliktowych czy trudnych charakterach, którzy mogą mieć niepożądany wpływ na ducha zespołu lub sprawiać kłopoty trenerom. Kilku trenerów przyznało, że zostawili niektórych piłkarzy poza składem nie zważając na ich możliwości, pozostali użyli prawa do pominięcia pewnych graczy, aby skłonić ich do przemyślenia swojego postępowania. Serbia sięgnęła po tytuł, a jednym z ich najważniejszych przedsięwzięć było wyselekcjonowanie zawodników z odpowiednim charakterem, aby zapewnić właściwą chemię, która okazała się receptą na sukces.

Wszyscy trenerzy mówili o umiejętnościach psychologicznych wymaganych do prowadzenia zawodników w tym wieku. Podkreślali ważność wprowadzania ich w swoistą kulturę drużyny narodowej na takich mistrzostwach oraz udzielania im pomocy w ich osobowym rozwoju. Celem jest połączenie tych dwóch elementów: dobry człowiek = dobry piłkarz. „Oczywiście, każdy trener sam decyduje, jakich zawodników wybierze do swojej drużyny” - powiedział obserwator techniczny UEFA Ghenadie Scurtul. „Ale ogólna ten-

dencja była, żeby to nie byli gracze egoistyczni. Zawodnik może mieć dobre indywidualne umiejętności, ale jeśli nie pasuje mentalnie do zespołu, wtedy trenerzy wolą nie powoływać takich graczy."

ZAPROSZENIE DLA TRENERÓW

Podczas dyskusji w czasie finałów U-19 padła propozycja zachęcenia większej liczby trenerów do przyjazdu na turniej mistrzowski, aby zobaczyć piłkarzy z tej grupy wiekowej i obserwowanie taktycznych i technicznych trendów w dynamicznie rozwijającej się piłce nożnej. Zasugerowano połączenie spotkań trenerów z konferencjami pod auspicjami UEFA Study Group Scheme, gdzie krajowe stowarzyszenia wymieniają techniczny know-how. Kolejną sugestią było, aby korzystać z lokalnych trenerów z krajów-gospodarzy w pracy zespołów technicznych podczas takich turniejów, dając im dzięki temu możliwość zdobycia bogatego doświadczenia.

POWÓD DO ZASTANOWIENIA

Lipcowy termin zawodów daje powód do zastanowienia. Czas na przygo-

wodów. Po pierwsze – zespół, który dotrze do finału zagra 5 spotkań, zatem problem z czerwonymi i żółtymi kartkami czy kontuzjami mógłby wyeliminować z gry w finale kilku kluczowych zawodników, a to – jak zauważyli trenerzy – nie byłoby dobre dla futbolu. Wyrażono także opinię, że skoro niektóre reprezentacje przygotowywały się do turnieju w składach większych niż 18, to byłoby korzystnie, aby mogły zabrać na turniej tych dodatkowych graczy, by dać im możliwość zebrania doświadczenia w uczestnictwie w takim turnieju, nawet gdyby byli tylko rezerwowymi. Innym argumentem przemawiającym za zwiększeniem liczby za-

„Myślę, że przykład Litwy pokazuje, jak na młodzieżowym turnieju mały kraj może osiągnąć znaczący postęp w rozwoju

futbolu” - zauważył Ghenadie Scurtul



towania był krótki – w większości wypadków od dziesięciu dni do dwóch tygodni, stąd dla niektórych drużyn ich pierwszy wspólnie zagrany mecz był jednocześnie ich pierwszym meczem w rundzie finałowej. Niektórzy trenerzy wspomnieli o trudnościach z powołaniem pewnych kluczowych graczy, z powodu zobowiązań klubowych wynikających z udziału w kwalifikacjach do rozgrywek klubowych UEFA lub z powodu niechęci klubów do zwalniania piłkarzy w fazie przygotowań do sezonu. Utrudnieniem byli także zawodnicy, którzy przyjeżdżali prosto z wakacji, aby zacząć treningi z reprezentacją na U-19, zarówno w zakresie przygotowania jak i treningu do gry w meczach. Dodatkowo, trenerzy musieli się obyć bez tych zawodników, którzy dokonali własnego wyboru i zostali w klubach, na przykład po to, aby pokazać się z dobrej strony nowemu trenerowi.

Trenerzy zaproponowali również zwiększenie składów z 18 do 20 graczy, lub nawet więcej – z różnych po-

wodników w kadrze jest aspekt biologiczny: w sytuacji, gdy w reprezentacji jedni zawodnicy wchodzą w dorosłość, inni zaś wciąż dojrzewają, większe składy pomogłyby sprostać wymaganiom tym graczom, którzy w swoim wieku są mniej dojrzały fizycznie.

LITWA SIĘ UCZY

Korzyści płynące z organizacji mistrzostw Europy U-19 UEFA widać było jasno na przykładzie Litwy. Chociaż zespół przegrał swoje trzy mecze, to i tak pokazali się z dobrej strony, strzelili kilka świetnych bramek, a zawodnicy zyskali bezcenne doświadczenie – występowali przed dużą widownią: 7436 przeciwko Holandii, 8900 przeciwko Hiszpanii i 8075 przeciwko Portugalii. „Myślę, że przykład Litwy pokazuje, jak na młodzieżowym turnieju mały kraj może osiągnąć znaczący postęp w rozwoju futbolu” - zauważył Ghenadie Scurtul. „Nie jest tajemnicą, że z myślą o tym turnieju Litwini stworzyli akademię oraz specjalną grupę piłkarzy

przygotowywanych na mistrzostwa Europy. Zespół ten udowodnił, że w małym kraju można osiągnąć znaczące rezultaty w rozwoju piłkarzy, jeśli odpowiednio podejdziesz się do tego tematu.”

CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST JASNA?

Podczas ME U-19 obserwatorów technicznych UEFA zapytano: czy patrząc na jutrzejsze światowe gwiazdy byli zadowoleni z tego, co widzieli na Litwie? „Tak, ponieważ w każdym zespole był jeden lub dwóch zawodników gotowych do gry na wysokim poziomie w seniorskich reprezentacjach” - powiedział G. Scurtul. „Jestem pewien, że przyszłość europejskiego futbolu jest zdecydowanie pozytywna, bo istnieje symbioza dojrzałego prowadzenia taktycznego przez trenera i młodzieżowego zapału, jaki gracze wykazali w turnieju. Naprawdę, niektórzy zawodnicy zademonstrowali wysoki poziom techniczny i taktyczny.”

„Dostrzeżenie tego czegoś w piłkarzu jest zawsze przyjemnością dla trenera” - dodał Majewski. „Jeśli wypatrzysz dobrego młodego zawodnika, obserwuje się go potem. Tutaj była grupa dziesięciu, dwudziestu zawodników, którzy z pewnością odegrają ważną rolę w przyszłości. Inna kwestia, czy będą mieć dość wytrwałości i charakteru, aby się rozwijać, żeby zostać w przyszłości graczem pierwszej reprezentacji. Ich właściwy rozwój to pewna szansa dla nas, że będziemy ich podziwiać nie tylko w ich klubach, ale i w reprezentacjach krajowych.”

SERBIA – MISTRZ EUROPY U-19

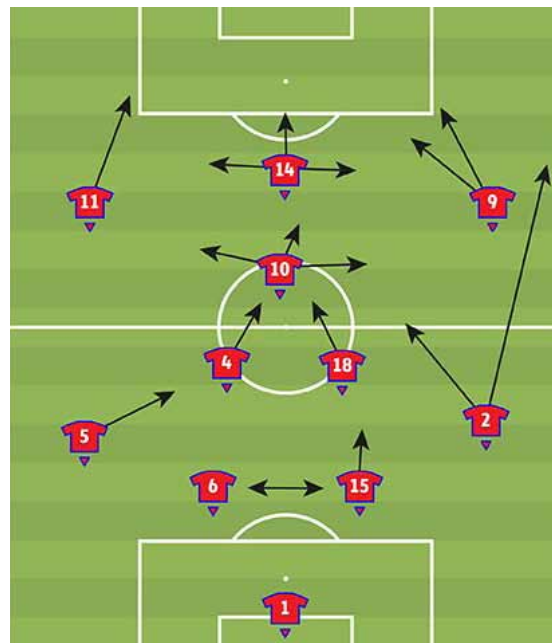
Ci chłopcy zasłużyli, aby być bohaterami swojego kraju, zasłużyli na mistrzostwo. To jest niewątpliwie największy piłkarski sukces w historii Serbii. Oni wszyscy zrobią dużą karierę w futbolu. Byli fantastyczni od początku i zawsze w nich wierzyłem. Nasi gracze mają silne charaktery i to zdecydowało o zwycięstwie w turnieju. Jestem szczęśliwy, że rok temu wybrałem właśnie tych chłopców. Nagrodą za ten rok jest spełnienie swojego wielkiego marzenia o wygranu mistrzostw Europy. Miałem długą karierę zawodniczą. Grałem na mistrzostwach świata i Europy, ale to jest największe zwycięstwo w moim życiu, gdyż jest to pierwsze trofeum, które zdobyłem dla Serbii - powiedział trener Ljubinko Drolović.

ANALIZA GRY REPREZENTACJI SERBII

Podstawowy system: 1-4-2-3-1; Sergej Milinković-Savić (nr 4) i Nemanja Maksimović (nr 18) jako dwójka zdecydowanie wyróżniających się pomocników; w ataku ustawienie zmieniało się na 1-4-3-3;

- bramkarz Predrag Rajković (nr 1) był pewnym punktem swojej drużyny;
- głęboki, zwarty blok defensywny i szybkie przejście z obrony do ataku;
- aktywni boczni obrońcy, szczególnie Petar Golubović (nr 2);
- skuteczny trójatak w środku: Sergej Milinković-Savić, Nemanja Maksimović i kapitan Marko Pavlovski (nr 10),

**Trener
Ljubinko Drulović
(11.09.1968)
i ustawienie
zespołu Serbii**



ten ostatni z bardzo ofensywnym nastawieniem;

- egzekutor, samotny strzelec Aleksandar Mitrović (nr 14);
- dominacja w powietrzu / w grze góra;
- dobre połączenie pomiędzy formacjami w zespole;
- wysoki poziom sprawnościowy i siłowy połączone z silną mentalnością, zaangażowaniem w grze obronnej i świetnym duchem całego zespołu;
- dobrze wykonywane stałe fragmenty gry.

FRANCJA – WICEMISTRZ EUROPY U-19

W rzeczywistości graliśmy na Litwie dwa finały. Pierwszy to półfinał z Hiszpanią, drugim był mecz finałowy. Przegraliśmy ten mecz, być może z powodu tego, ile wysiłku włożyliśmy w zwycięstwo nad Hiszpanią; nie byliśmy w stanie osiągnąć tego samego poziomu

w następnym spotkaniu. Oczywiście, był to dla nas dobry turniej, ale zawsze wracasz do domu z pewnym niedosytem, jeśli nie wygrasz. Bez wątpienia to doświadczenie ugruntuje przyszłość tych piłkarzy. Teraz niektórzy przejdą do reprezentacji U-21, inni będą pracować w swoich klubach. Mamy pięciu piłkarzy urodzonych w 1995 roku, którzy mogą zagrać w tym turnieju w przyszłym roku i spożytkować zdobyte na Litwie doświadczenie – powiedział trener Francis Smerecki.

**ANALIZA GRY
REPREZENTACJI FRANCJI**

- Podstawowy system: 1-4-3-3;
- dobra współpraca między formacjami;
 - zwarta obrona i dobra organizacja przy stałych fragmentach gry przeciwnika;
 - cierpliwe budowanie akcji od tyłu, a także umiejętność szybkiego przejścia z obrony do ataku;

- pewna gra kombinacyjna i szukanie kreatywnych rozwiązań przez zawodników posiadających piłkę, w szczególności: Adrien Rabiot (nr 11), Adrien Hunou (nr 8) i Larry Azouni (nr 6);

- stosowanie podań otwierających poprzez zagrania piłki po przekątnej: Aymeric Laporte (nr 13) i Adrien Rabiot; oraz podań pomiędzy obrońców drużyny przeciwnej: Adrien Rabiot i Larry Azouni;

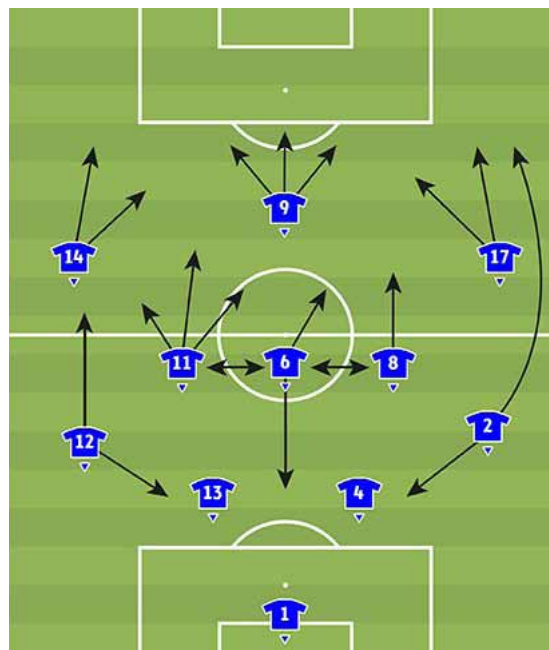
- szybcy zawodnicy, szczególnie: Yassine Benzia (nr 9), Lenny Nangis (nr 10), Anthony Martial (nr 14) i Corentin Jean (nr 17);

- największy wpływ na grę zespołu miał Adrien Rabiot;

- dobra technika indywidualna i wysokie umiejętności gry 1:1;

- elastyczność i ruchliwość, determinacja i taktyczna elastyczność.

Tłumaczenie
Piotr Śledziwski



**Trener
Francis Smerecki
(25.07.1949)
i ustawienie
zespołu Francji**

Skauting personalny

Utalentowany piłkarz może wygrać mecz. Ale mistrzostwo zdobywają utalentowani, inteligentni i współpracujący.

Fernando Ramirez

Bly trener i piłkarz Realu Madryt – Jorge Valdano – powiedział kiedyś o Raulu Gonzalezie: „Bez wyróżniającej szybkości, siły czy zwinności, Raul zdobywał wiele bramek dzięki swojej inteligencji”.

Stwierdzeniem tym chciałbym podkreślić syntezę całego artykułu. Obecnie, podczas selekcji młodych zawodników, wielu piłkarskich skautów skupia się tylko na pierwszych aspektach wspomnianych w cytacie. Z tego powodu nie wspieraliby oni wystarczająco i nie zaufali Raulowi, który mógłby nie stać się legendą jednego z największych klubów na świecie.

W Hiszpanii mówi się, że „nikt nie jest prorokiem we własnym kraju”. Raul także pokonał typowe „myślenie” i doszedł do mistrzostwa inną (swoją!) drogą.

Aby zrozumieć i docenić El Quijite, Odyseję, Kaplice Sykstyńską, Chopina czy Mozarta – nie można być powierzchownym obserwatorem – trzeba pogłębić wiedzę i zobaczyć wszystkie szczegóły, by zrozumieć i docenić arcydzieło.

Podobnie jest z pracą skauta - nie powinna być ograniczana tylko do wizualnych aspektów gry. „Niewidzialne” atrybuty są równie niezbędne. By dostrzec takie cechy jak emocjonalna inteligencja, koncentracja, motywacja, przywództwo czy charakter zwycięzcy niezbędny jest „przenikliwy wzrok”. I nie zapominajmy, że nie byłoby wody bez cząsteczek wodoru i tlenu.

SKAUCI W EUROPIE

Wielkie europejskie kluby, takie jak Real Madryt, FC Barcelona czy Bayern Monachium, przed podpisaniem kontraktu z nowym zawodnikiem starannie go obserwują na boisku, jak i poza nim. Ze względu na wysokie sportowe jak i ekonomiczne ryzyko związane z takim transferem, jest to niezbędna czynność. Podczas tych obserwacji powstaje wiele raportów opartych na własnych obserwacjach oraz danych uwzględniających przede wszystkim taktyczne, fizyczne i techniczne walory zawodnika.

Oczywiście, sukces w pozyskaniu określonego zawodnika zależy od wielu zmiennych. Adaptacja piłkarza w nowym klubie czy mieście to czynniki wpływające na jego sportowe występy. Okazuje się, że czasami nawet adaptacja środowiskowa rodziny zawodnika również wpływa na jego poczynania na boisku.



Arjen Robben z Pucharem Ligi Mistrzów

Często czyta i słyszy się, że pieniądze są jedynym czynnikiem wpływającym na decyzję zawodnika o transferze. Nie jest to prawda. A nawet, jeżeli są one ważną składową, to inne elementy także wpływają na jego optymalną formę sportową. Zawodnik, który chce osiągnąć swój najwyższy poziom, musi być gotowy na zmierzenie się z tymi, jakże często odmiennymi wymaganiami czy okolicznościami.

Odpowiednie wsparcie zawodnika może wpłynąć na jego lepszą i szybszą adaptację w nowym miejscu. Psycholog sportowy, ze swoim doświadczeniem, może okazać się bardzo pomocny w tym procesie.

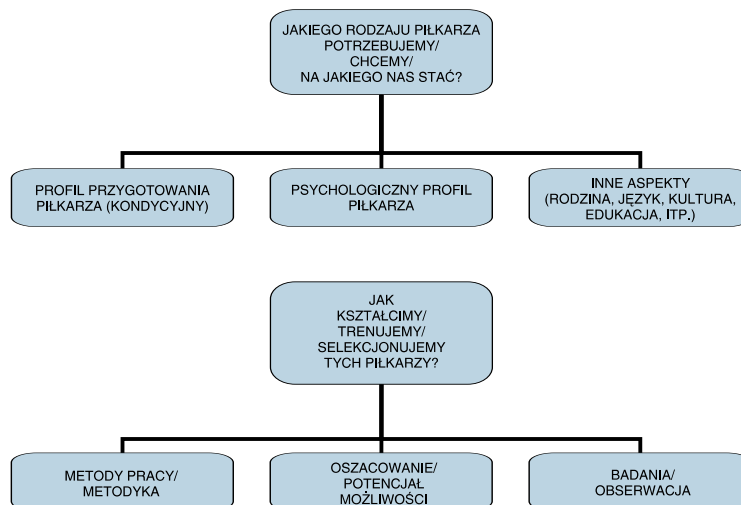
Z drugiej strony, kluby znużone ekonomicznym i społecznym kryzysem, chcące w krótkim okresie przetrwać – powinny szybko i bez przerwy szukać innych formuł na pozyskiwanie dobrych i perspektywicznych zawodników.

Najbardziej opłacalną drogą jest korzystanie z młodych zawodników z akademii. Co ciekawe, większość klubów korzysta z tego rozwiązania dopiero wtedy, kiedy wszystkie inne możliwości się nie sprawdziły. Jednak jeszcze ciekawszy jest fakt, że nawet kiedy korzystanie z wychowanków sprawdza się, bardzo często kluby wracają do starych, nieefektywnych metod. Na przykład zyski, które uda im się osiągnąć po sprzedaży młodych, utalentowanych zawodników, inwestują w pozyskanie droższych i niekoniecznie lepszych zawodników z innych klubów. A wcale nie na rozwój swojej akademii!

Innym sposobem na obniżenie kosztów i zwiększenie zysków jest inwestowanie w stosunkowo nieznanymi, a potencjalnie bardzo dobrymi piłkarzami ze słabszych lig. Jednak obie te metody wymagają profesjonalnych i dobrze wyszkolonych skautów, którzy znają wymagania i możliwości klubu.

W przypadku postawienia na akademii szkolącej młodych graczy, odpowiedzialne osoby – dyrektorzy i pracownicy odpowiedzialni za skauting – muszą odpowiedzieć sobie na dwa kluczowe pytania: „jaki rodzaj zawodnika chcemy i potrzebujemy „stworzyć”? oraz „jakie procedury pozwolą nam zwiększyć prawdopodobieństwo osiągnięcia tego celu”? (Ryc. 1).

Oba pytania wymagają odpowiedniego planu, pociągającego za sobą efektywną metodologię obserwacji i selekcji oraz programu i planu szkolenia i rozwoju w każdej grupie wiekowej.



Ryc. 1.
Schemat nowej metodologii skautingu opierającej się na selekcji i kształtowaniu utalentowanych piłkarzy

obserwacja, ocena, wybór

Z drugiej strony, każdy zespół powinien odpowiedzieć sobie na te pytania z uwzględnieniem potrzeb pierwszej drużyny. Nie możemy zapomnieć, że ostatecznie głównym odpowiedzialnym za sukces piłkarza z młodzieżowych drużyn jest trener pierwszego zespołu.

Musimy pamiętać, że proces selekcji piłkarzy z potencjałem wymaga również zwrócenia uwagi na odpowiedni charakter i umiejętności psychologiczne zawodnika. Wiąże się to ze zmniejszeniem ryzyka w wyborze piłkarzy do bycia częścią procesu tworzenia zespołu.

Wpływ marketingu i mediów jest również niepodważalny. Wielu piłkarzy jest przecenianych lub niedowartościowanych ze względu na ich charyzmę czy popularność medialną. Ostatecznym celem powinno być jednak stworzenie profilu piłkarza odpowiadającego stylowi i filozofii klubu.

Najlepszym tego przykładem jest FC Barcelona. Klub ten ma swoich skautów w każdym zakątku świata. W drużynach najniższych kategorii wiekowych możemy spotkać zawodników z całego świata. Kiedy zostaną oni wybrani do klubu, od najmłodszych lat uczeni są określonej filozofii życiowej. Jako część procesu wychowawczego, trenerzy i nauczyciele uczą ich jak być dobrym piłkarzem, ale przede wszystkim jak być wartościową osobą.

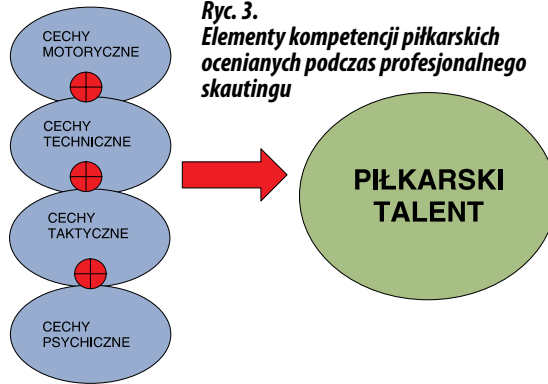
Piłkarscy skauci w największych europejskich klubach mogą wykonywać jeszcze jedno bardzo ważne zadanie. Powinni zajmować się analizą przeciwnej drużyny (oceniać ich mocne i słabe strony) – to tzw. skauting taktyczny.

Josep Guardiola wielokrotnie podkreślał w wywiadach, że najważniejszą i najbardziej ekscytującą częścią jego pracy jest wielogodzinna analiza zachowań i cech rywali, dzięki której może dostrzec ich słabe strony i lepiej przygotować swoją drużynę. Także i tutaj sportowy psycholog może pomagać szkoleniowcowi i przygotowywać specjalistyczne raporty psychologiczne rywali, skupiając się na ich psychologicznych zdolnościach, podkreślając ich lepsze i gorsze strony.

Dla przykładu, po obserwacji i analizie taktycznych, technicznych i strategicznych zalet i wad przeciwników skauci, trenerzy i psycholog sportowy powinni współpracować i opracować kompletny i wielokierunkowy raport. Może to ułatwić odniesienie sukcesu i dać przewagę nad rywalami w bardzo konkurencyjnym świecie.

KONKLUZJA

W nowoczesnym świecie piłki nożnej, w którym zespoły budowane są w oparciu o zawodników z całego świata, kluby mogą korzystać z posiadania w drużynie piłkarzy z różnym podejściem do gry. Z tego powodu kluczowym zadaniem stało się wybranie zawodnika najlepiej pasującego do całości zespołu. Nie zawsze jest to zawodnik o najlepszych umiejętnościach piłkarskich, jed-

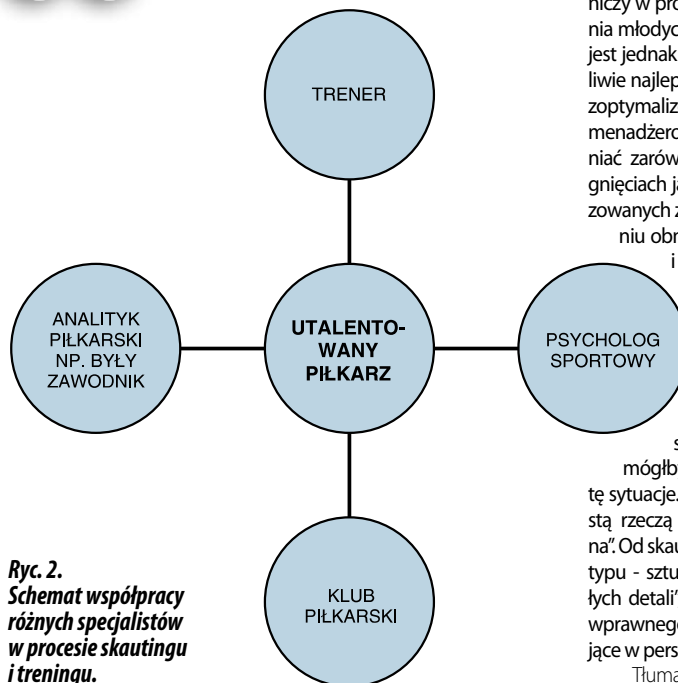


Ryc. 3. **Elementy kompetencji piłkarskich ocenianych podczas profesjonalnego skautingu**



Zinedine Zidane – wyjątkowo utalentowany piłkarz

Josep Guardiola wielokrotnie podkreślał w wywiadach, że najważniejszą i najbardziej ekscytującą częścią jego pracy jest wielogodzinna analiza zachowań i cech rywali



Ryc. 2. **Schemat współpracy różnych specjalistów w procesie skautingu i treningu.**

nak musi on ułatwiać i wpływać na budowę „dobrej chemii” w zespole.

Są zawodnicy, którzy mogliby grać w każdym klubie świata. Są tacy, którzy dobrze grają tylko w jednym. Są również tacy, którzy grają inaczej w zależności od poziomu jaki prezentuje klub.

Wielu piłkarzy, którym nie udało się osiągnąć sukcesu w wielkich klubach, stają się gwiazdami w mniejszych, w których nie ma takiej presji na wynik i sukces. Z ekonomicznego punktu widzenia jest to kluczowe. Po pierwsze, wybór właściwego zawodnika zmniejszy negatywny efekt z wybrania mniej odpowiedniego piłkarza. Po drugie, wybór czy wychowanie zawodników w odpowiedni sposób, może pomóc klubowi w kształtowaniu ich wartości, dzięki czemu mogą oni odnieść większe korzyści z późniejszej sprzedaży tych zawodników do innych klubów.

Czasami zdarza się, że podpisywany jest kontrakt z piłkarzem na podstawie jego potencjału a nie aktualnej formy i występów. Zwiększa to szanse popełnienia błędu.

Normalnie metodologia skautów składa się z elementów: obserwacji – porównania – wyboru. Chciałbym zaproponować inną, prawdopodobnie efektywniejszą metodę. Najpierw wymaga ona obserwacji piłkarza. Później dokonanie wspólnej oceny piłkarza przez współpracujących ze sobą trenerów, byłych piłkarzy i sportowego psychologa. Kolejnym krokiem jest wybór piłkarzy, którzy spełniają kryteria – zarówno sportowe jak i psychologiczne – wymagane w danym klubie. Następnie rozpoczyna się proces kształtowania, trenowania i edukowania ich we właściwym kierunku, zgodnie z oczekiwaniami nowego klubu. Ale to już jest proces stosunkowo łatwy, bo przecież wybraliśmy odpowiedniego kandydata.

Podsumowując, wielu skautów uczestniczy w procesie rekrutacji oraz wyszukiwania młodych talentów z innych klubów. Nie jest jednak klarowne, czy używają oni możliwie najlepszej metodologii selekcji. W celu zoptymalizowania tego procesu, skauci oraz menadżerowie klubowi, powinni uwzględnić zarówno raporty o sportowych osiągnięciach jak i psychologiczne profile analizowanych zawodników. W znaczącym stopniu obniży to ryzyko popełnienia błędów i wybrania niewłaściwego zawodnika do klubu.

Nie zapominajmy, że coraz więcej klubów ma problemy z egzystencją ekonomiczną, a co za tym idzie również ze sportową. Odpowiedni system selekcji i optymalnego treningu mógłbym w dużym stopniu załagodzić tę sytuację. I nie zapominajmy, że dość prostą rzeczą jest obserwacja „powierzchnowa”. Od skauta wymagamy zdolności innego typu - sztuki obserwacji na poziomie „małych detali”, które są często ukryte dla nieprawego oka, a które mogą być decydujące w perspektywie rozwoju sportowego.

Tłumaczenie tekstu **Piotr Śledziwski**

Cardiff City Football Club

Cardiff City Football Club ma tradycje sięgające XIX wieku. Założony został w 1899 roku. Samo miasto Cardiff ma ponad 350 tysięcy mieszkańców i leży na południu Walii. Ze względów prestiżowych i finansowych klub uczestniczy w angielskim systemie rozgrywek ligowych.



Adam Kucharczyk

Należy wspomnieć, że sportem narodowym w Walii jest rugby. Duże emocje towarzyszą corocznym rozgrywkom „Pucharu sześciu narodów”, w którym Walijczycy rywalizują ze swoimi sąsiadami Anglikami. Jednak rywalizacja sportowa w rugby pomiędzy tymi krajami odbywa się średnio dwa razy w roku. Między innymi z tego powodu na popularności zyskuje futbol i częsta rywalizacja w rozgrywkach ligowych walijskiego Cardiff City FC z angielskimi klubami.

W 2013 roku klub uzyskał awans do najwyższego szczebla rozgrywek i w sezonie 2013/2014 gra w Premier League. Piłkarze pierwszej drużyny rozgrywają swoje mecze na nowoczesnym obiekcie Cardiff City Stadium.

Klub Cardiff City FC posiada także drużynę kobiet, która uczestniczy w rozgrywkach walijskiej Women's Premier League. W sezonie 2012/2013 drużyna uzyskała awans do UEFA Women's Champions League.

AKADEMIA CARDIFF CITY FC

Akademia piłkarska klubu szkoli dzieci i młodzież od 7 do 21 roku życia. Najśłynniejszymi wychowankami Akademii są: Joe Ledley (Celtic Glasgow) oraz były

piłkarz Arsenalu Aaron Ramsey. Skauting opiera się głównie na graczach z regionu południowej Walii.

Szkolenie w Akademii Cardiff City FC odbywa się w czterech podstawowych etapach.

- I etap, 7-11 lat, „Fundamental Phase”.
- II etap, 12-14 lat, „Training to Train”.
- III etap, 15-18 lat, „Training to Compete”.
- IV etap, 18+, „Training to Win”.

FUNDAMENTAL PHASE (7-11 LAT)

W tym etapie kładziony jest nacisk na rozwijanie cech takich jak:

- zwinność,
- równowaga,
- koordynacja,
- szybkość.

Gracze w tym wieku, poznają techniczne aspekty gry w środowisku zabawy. Piłkarze zachęceni są do gry na różnych pozycjach. Boiskowa kreatywność kształtowana jest podczas małych gier (4x4, 3x3, 4x3 itd.). Pod koniec tego etapu następuje przejście

z gry 8x8 do gry 11x11. Istotne jest wtedy wprowadzenie do nauki ról i obowiązków na poszczególnych pozycjach.

TRAINING TO TRAIN (12-14 LAT)

W tym etapie nacisk kładziony jest na:

- intelektualizację procesu treningowego (znaczenie: rozgrzewki, odpoczynku, odnowy biologicznej, żywienie itp.),
- doskonalenie techniki piłkarskiej,
- wprowadzenie do treningu siłowego i wytrzymałościowego,
- wprowadzenie szerszego zakresu zagadnień taktycznych,

Zawodnicy na tym etapie dalej zachęceni są do gry na różnych pozycjach, ale pod koniec tego okresu szkolenia są one coraz bardziej zjawiane.

TRAINING TO COMPETE (15-18 LAT)

W tym etapie nacisk kładziony jest na:

- specyficzne umiejętności i zrozumienie roli i obowiązków gry poszczególnych pozycjach,

- Zrozumienie, jak grać przeciwko drużynom grającym różnymi systemami.
- Rozumienie poszczególnych ról i obowiązków w różnych systemach gry.
- Schematy gry w różnych formacjach.
- Działania obronne i ofensywne przy stałych fragmentach gry.
- Rozumienie mocnych i słabych stron różnych formacji drużyny i przeciwnika.
- Zmiana ustawienia podczas różnych sytuacji boiskowych.
- Znaczenie szukania przestrzeni na boisku poprzez ruch do i od piłki.
- Poruszanie się z piłką i ruch bez piłki na boisku.
- Defensywne obowiązki wszystkich zawodników zespołu.
- Nauka gry w systemach: 1-4-4-2, 1-4-3-3, 1-4-5-1, 1-4-4-1-1, 1-5-3-2.

Tab. 1.
Zakres nauczania elementów taktycznych w Cardiff City FC Academy

- sprawozdanie ze stażu



- rozumienie systemu gry drużyny,
- kształtowanie wytrzymałości tlenowej i beztlenowej piłkarza,
- kształtowanie siły, które powinno być zoptymalizowane do indywidualnego rozwoju nerwowo-mięśniowego każdego zawodnika.

TRAINING TO WIN (POW. 18 ROKU ŻYCIA)

- W tym etapie coraz bardziej istotne są:
- dalszy rozwój siły, szybkości i mocy,
 - świadomość znaczenia założeń taktycznych i zachowań poza boiskowych dla dobra drużyny,



- rozumienie znaczenia konkretnych działań w ataku i w obronie,
- radzenie sobie z fizycznymi i mentalnymi wymaganiami gry w pierwszym zespole lub zespole rezerw.

Filozofia szkolenia w Akademii zawiera się w zdaniu: „Należy stworzyć pozytywną atmosferę treningu, która będzie sprawiała radość i zapewni swobodę wyrażania siebie na boisku, a także pozwoli graczom rozwijać ich wrodzone zdolności”.

Tab. 1. Elementy szkoleniowe na poszczególnych pozycjach boiskowych w Cardiff City FC Academy.

Bramkarz	Obronca	Pomocnik	Napastnik
Zręczność Przechwytywanie dośrodkowań Stałe fragmenty gry Bronienie strzałów Gra nogami Komunikacja boiskowa Pozycja bramkarska Umiejętność gry 1x1 Szybkość reakcji Koordynacja Rzuty karne	Gra głową Umiejętność gry 1x1 w defensywie Przejęcia dośrodkowań Rozegranie od tyłu Opóźnianie gry przeciwnikowi Komunikacja boiskowa Asekuracja Przejęcia górnych piłek Atakowanie skrzydłami Gra kombinacyjna Przerzuty piłki Prowadzenie piłki Szybki powrót z ataku do obrony	Dokładność i szybkość podań Wykańczanie akcji Gra 1x1 w defensywie Gra kombinacyjna Intuicja boiskowa Przejęcie z obrony do ataku Powrót z ataku do obrony Atakowanie skrzydłami Utrzymywanie się przy piłce Kreowanie przestrzeni boiskowej Dokładne przerzuty piłki	Poruszanie się z piłką i bez piłki po boisku Percepcja boiskowa Dobra gra ciałem Różnorodny zakres sposobów wykańczania akcji Utrzymywanie się przy piłce Gra kombinacyjna Doskonałe przyjęcie piłki Gran na jeden kontakt Umiejętność gry 1x1 w ofensywie Umiejętność gry tyłem do bramki Szybkość biegonowa Szybkość reakcji Wykańczanie akcji 1x1

Tab. 2. Rozkład i zakres nauczania elementów technicznych w Cardiff City FC Academy.

Strzały / wykańczanie akcji	Przerzuty	Podania i przyjęcia	Prowadzenie piłki i zwody
Technika uderzenia piłki: wewn. cz. stopy, wewn. podbiciem, z woleja, głową, z półwoleja	Rodzaje techniki przerzutu piłki: blisko, daleko, wycofanie, nisko, wysoko, po ziemi, z rotacją wewnętrzną, z rotacją zewnętrzną	Podania: długie, krótkie, po przekątnej	Prowadzenie piłki w różnych strefach boiska
Sposób wykańczania akcji ze względu na: odległość, kąt bramki, po podaniu, po przerzucie piłki	Przerzuty pod różnym kątem	Podania w celu utrzymania się drużyny przy piłce	Zmiana kierunku biegu z piłką ze względu na zamiar wykonania: - strzału do bramki - przerzutu piłki
Poruszanie się bez piłki w celu tworzenia sytuacji strzeleckich:	Stwarzanie sytuacji do wykonania dokładnego przerzutu	Podania pod presją	Wyprowadzanie piłki z defensywy
Kreatywne tworzenie sytuacji strzeleckich	Przerzut piłki nad przeciwnikami	Podania sytuacyjne	
Wykańczanie w sytuacjach 1x1	Wykonanie przerzutu będąc w ruchu	Podania lewą i prawą nogą	Prowadzenie w celu utrzymania się drużyny przy piłce
Wykańczanie po podaniu	Przerzut piłki obiema nogami (LN i PN)	Podania otwierające	Ocena sytuacji boiskowej podczas prowadzenia piłki
Wykańczanie pod presją	Szybki wybór sposobu wykonania przerzutu	Podania w ataku pozycyjnym	Zdolność prowadzenia piłki pod presją przeciwnika (drybling)
Przewidywanie i instynkt strzelecki		Podania „no-look-pass”	Zwody i sztuczki piłkarskie
Wykańczanie w ustawieniu tyłem do bramki		Podania z pierwszej piłki – górą i dołem	Gra 1x1
		Rodzaje przyjęcia piłki	Zmiana prędkości i kierunku biegu z piłką
		Przyjęcie pod presją	Kreatywne zastosowanie zwodów podczas gry
		Podanie z odpowiednią siłą	

Tab. 3. Zakres nauczania elementów techniczno-taktycznych w Cardiff City FC Academy.

Obrona	Atak
Umiejętność gry 1x1 w obronie	Kreatywna gra zespołowa w ataku
Obrona zespołowa	Tworzenie sytuacji do oddania strzału na bramkę
Przejęcia przerzutów	Znaczenie pojęć geometrii boiskowej: szerokości i głębokości
Główkowanie	Kontratak
Obrona przy przewadze przeciwnika	Przenoszenie ciężaru gry
Blokowanie strzałów, przerzutów i podań otwierających	Konstruowanie akcji od tyłu
Obrona pressingiem	Gra długimi podaniami
Opóźnianie konstruowania akcji przez przeciwnika	Atak pozycyjny
Przesuwanie w ataku pozycyjnym przeciwnika	Poruszanie się bez piłki
Powrót z ataku do obrony	Zrozumienie, jak grać przeciwko drużynom grającym różnymi systemami
Zrozumienie, jak grać przeciwko drużynom grającym różnymi systemami	Rozumienie poszczególnych ról i obowiązków w różnych systemach gry
Zrozumienie poszczególnych ról i obowiązków w różnych systemach gry	Podłączanie się obrońców do działań ofensywnych
Percepcja gry	

W 2008 roku Cardiff City FC wprowadził internetową platformę komunikacyjną „Team Academy Pro”. System ten stosowany jest przez najlepsze akademie piłkarskie w całej Wielkiej Brytanii. Usprawnia on przekaz informacji pomiędzy rodzicami zawodników a pracownikami klubu. Po zalogowaniu zainteresowani otrzymują nie tylko informacje dotyczące terminów treningów i meczów, ale także informacje dotyczące higieny żywienia, postępów i spraw organizacyjnych.

Pracownicy klubu mają dostęp do archiwalnych informacji dotyczących kwestii medycznych i zakresu obciążeń treningowych każdego zawodnika. Takie informacje pozwalają na dostosowanie i udoskonalanie procesu szkolenia w całej akademii. System „Team Academy Pro” jest narzędziem, które usprawnia i ułatwia pracę trenerom.

PROGRAMY EDUKACYJNE I SPOŁECZNE

Wydawać by się mogło, że szeroki zakres projektów edukacyjnych i społecznych nie ma znaczenia dla funkcjonowania akademii piłkarskiej. Jednak w Cardiff mają świadomość, że nawet najlepsze szkolenie młodych zawodników zda się na nic, jeśli nie będzie odpowiedniego systemu naboru i selekcji.

Programy społeczne powodują pozytywne odbieranie marki klubu w regionie. Dzięki temu w Wielkiej Brytanii nie mają problemów z frekwencją na stadionach. Zakup biletu w dniu meczu w Premiership graniczy z cudem. Każde dziecko w południowej Walii marzy o tym żeby zagrać w czerwono-czarnych strojach klubu Cardiff City FC na stadionie z 26 tysiącami kibiców.

Programy edukacyjne pozwalają na prześwietlenie i obserwację tysięcy dzieci pod kątem predyspozycji piłkarskich. Taka działalność na różnych płaszczyznach jest jedyną drogą, żeby zmniejszyć ryzyko niedostrzeżenia jakiegokolwiek talentu. W Cardiff City Football Club są tego świadomi. W Walii pamiętają o tym, że jeden z najlepszych i najdroższy obecnie piłkarz na świecie, Gareth Bale urodził się i wychowywał w Cardiff. Ale nigdy nie zagrał meczu w barwach największego klubu w tym mieście.

EDUKACJA I PROMOCJA SPORTU

Program „Football 4 all”, czyli „Piłka nożna dla wszystkich” obejmuje inicjatywy mające na celu popularyzację piłki nożnej. Zaadresowany jest on do dzieci i młodzieży w wieku 4-19 lat. Obejmuje region miasta Cardiff i inne hrabstwa południowej Walii. Oprócz promocji piłki nożnej przedsięwzięcie pozwala na obserwację i wyławianie zawodników o najlepszych predyspozycjach do Akademii Cardiff FC.

Współpraca ze szkołami podstawowymi obejmuje m.in. prowadzenie zajęć edukacyjnych i ogólnosportowych przez pracowników Cardiff City FC w ramach tzw. „PPA time”.

„Planning, Preparation and Assessment Time” to szkolny obowiązek przeprowadzenia 10% zajęć lekcyjnych ze współpracy ze specjalistami z innych dziedzin. W 2012 roku takim programem zostało objętych 2500 dzieci z ca-



łego regionu. Organizowane są także wycieczki klasowe na Cardiff City Stadium tzw. „School Stadium Visits”.

Inną inicjatywą jest współpraca z tzw. „After school clubs”. To popularne w Wielkiej Brytanii ośrodki działające na zasadzie świetlic pozaszkolnych. Przebywają w nich uczniowie, których rodzice nie mogą odebrać ze szkoły bezpośrednio po lekcjach. We współpracujących placówkach zajęcia sportowe prowadzone są przez wykwalifikowanych pracowników Cardiff City FC. Oprócz korzystania z zaplecza sportowego Uniwersytetu w Cardiff, współpraca z University of South Wales obejmuje m.in. teoretyczne i praktyczne kształcenie studentów w za-

kresie organizacji i promocji sportu z na poziomie profesjonalnym, jak i amatorskim.

„Futsal Education Programme” są to zajęcia dzięki, którym można uzyskać uprawnienia trenera futsalu. Organizowany jest przez specjalny departament „Edukacji i sportu” wraz ze szkołami w regionie Cardiff. Odbywa się to w ramach istniejącego w Wielkiej Brytanii systemu edukacji szkolnej.

Młodzież, w wieku 16-19 lat fakultatywnie może wybrać zajęcia związane ze sportem. Dzięki współpracy ze szkołami średnimi (colleges) i Walijską Federacją Piłki Nożnej (FAW) można uzyskać w ten sposób dyplomy potwierdzające zdobyte kwalifikacje zawodowe. Są to m.in. cer-



szkolenia sportowe, organizacyjne i biznesowe dla dorosłych.

Wszystkie te działania promocyjne zmierzają do stworzenia zhierarchizowanej piramidy uczestnictwa w strukturach Cardiff City FC.



Podstawą tej piramidy jest szereg programów skierowanych dla dzieci i młodzieży w wieku 7-21 lat z całego regionu Cardiff. Pierwszy etap selekcji obejmować będzie szkolenie w tzw. Advanced Coaching Center. Pod okiem licencjonowanych trenerów, wykorzystując infrastrukturę różnych ośrodków, zajęcia będą prowadzone także pod marką klubu. Najlepsi mają szansę rozwoju w Advanced Development Center.

Wierzchołkiem tej piramidy jest profesjonalna Akademia Piłkarska, której członkami jest grupa wyselekcjonowanych zawodników. Żeby to osiągnąć potrzebne są właśnie te wspomniane projekty i programy obejmujące tysiące młodych osób w Południowej Walii.

INTEGRACJA SPOŁECZNA

Cardiff City FC jest organizacją świadomą swojej odpowiedzialności społecznej i dlatego wprowadza szereg projektów wykorzystujących markę klubu wśród społeczności lokalnej w celu promocji zdrowia, edukacji, integracji społecznej oraz sportu.

Program „Sportu niepełnosprawnych” obejmuje obecnie ponad 200 uczestników. Podzielony jest na sześć grup związanych ze stopniem niepełnosprawności. Są to drużyny piłki nożnej: na wózkach, niewidomych, głuchych, z niepełnosprawnością intelektualną, z syndromem Downa oraz dzieci niepełnosprawnych. Przy prowadzeniu takich zespołów trenerom pomagają wolontariusze. Takie drużyny uczestniczą w rywalizacji zarówno krajowej jak i zagranicznej.

Jednym z głównych celów Departamentu Integracji Społecznej jest działalność na rzecz osób zaliczonych do kategorii zagrożenia wykluczeniem społecznym. We współpracy m.in. z fundacją „Princes trust” organizowane są programy rozwoju kwalifikacji zawodowych, skierowane do osób z obszarów ubóstwa, bezrobotnych, a także byłych więźniów.

Różnorodny charakter programów, w których uczestniczy Cardiff City FC pozwala na korzystanie z różnych funduszy i źródeł finansowania. Jednocześnie taki rodzaj działalności buduje i wzmacnia markę klubu jako odpowiedzialnej organizacji.

tyfikaty: BTEC Level 3 Extended Diploma in Sport, FAW Football Leaders Award, FAW Introduction to Coaching Futsal.

„Girls Only Soccer Schools” to oferta skierowana dla dziewcząt, które chcą sprawdzić swoje możliwości w konfrontacji z innymi rówieśniczkami. Sesje treningowe odbywają się oczywiście pod okiem trenerów z Akademii Cardiff City FC. Projekt ten skierowany jest do dziewcząt w wieku 7-14 lat.

Fundacja Cardiff City FC włącza się także w inne programy edukacyjne obejmujące tysiące dzieci i dotyczą one np.: ochrony zdrowia i ochrony środowiska.

Współpraca międzynarodowa obejmuje m.in. promocje futbolu w Malesji.

Od grudnia 2013 roku Akademia Cardiff City FC nawiązała współpracę z bośniackim klubem FK Sarajewo. Oba te projekty związane są z działalnością właściciela Cardiff City FC, maledzyjskiego biznesmena Vincenta Tana.

Cardiff City FC, jako klub uczestniczący w najwyższej klasie rozgrywkowej w Wielkiej Brytanii, zobowiązany jest także do udziału w projektach organizowanych przez Fundację Premier League. Mają one na celu promocje sportu, a przede wszystkim piłki nożnej poprzez m.in. organizację turniejów, dodatkowych zajęć dla chłopców i dziewcząt w różnym wieku. Programy firmowane przez Premier League obejmują także



jesteśmy z Wami

Kibicujemy drużynie narodowej i cieszymy się z każdego gola. Orange – Główny Sponsor Piłkarskiej Reprezentacji Polski – razem z milionami kibiców wspiera piłkarzy we wszystkich meczach.

Główny Sponsor
Reprezentacji Piłkarskiej

