



PROBLEMY NAUKI I WYCHOWANIA

**SPORT
WYCZYNOWY
– STAN
I PERSPEKTYWY**

Kancelaria Senatu

PROBLEMY NAUKI I WYCHOWANIA

KOMISJA NAUKI, EDUKACJI I SPORTU
SENATU RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Sport wyczynowy – stan i perspektywy

Redakcja

JÓZEF BERGIER

ANTONI PIECHNICZEK

KOMITET NAUKOWY

Przewodniczący Józef Bergier, Senat RP

Prof. Jan Chmura, AWF Wrocław

Prof. Janusz Czerwiński, AWFIS Gdańsk

Prof. Andrzej Klimek, AWF Kraków

Prof. Waldemar Moska, AWFIS Gdańsk

Prof. Zbigniew Naglak, AWF Wrocław

Prof. Jerzy Smorawiński, AWF Poznań

Prof. Henryk Sozański, AWF Warszawa

Prof. Zbigniew Waśkiewicz, AWF Katowice

Kancelaria Senatu

Warszawa 2011

Redaktor serii
KAZIMIERZ WIATR

Projekt okładki
Elżbieta Weres-Kusiak

Opracowanie
Małgorzata Lipińska

Redakcja techniczna
Jacek Pietrzak

Druk i oprawa
Dział Edycji i Poligrafii Kancelarii Senatu

ISBN 978-83-60995-90-7

CIP - Biblioteka Narodowa
Sport wyczynowy - stan i perspektywy / red. Józef
Bergier, Antoni Piechniczek ; Komisja Nauki,
Edukacji i Sportu Senatu Rzeczypospolitej Polskiej. -
Warszawa : Kancelaria Senatu, 2011. - (Problemy
Nauki i Wychowania)

Warszawa 2011 r.
Nakład 250 egz.

SPIS TREŚCI

WSTĘP	5
OTWARCIE KONFERENCJI	
Senator Józef Bergier	9
Senator Kazimierz Wiatr	9
Tomasz Półgrabski, <i>Jaki jest sport w XXI w. i jakie obserwujemy tendencje?</i>	11
Senator Józef Bergier	15
PROCES SZKOLENIA W ZESPOŁOWYCH GRACH SPORTOWYCH	
Janusz Czerwiński, <i>Współczesne dylematy procesu szkolenia w sportowych grach zespołowych</i>	19
Antoni Piechniczek, <i>Doskonalenie kompetencji zawodowych trenerów sportu</i>	25
Wiktor Adamus, Józef Bergier, Edward Mleczek, <i>Metody wielokryterialne w optymalizacji systemu szkolenia sportowców</i>	29
Wiktor Adamus, Józef Bergier, Edward Mleczek, <i>Wykorzystanie metody AHP w doskonaleniu w Polsce wyczynowego szkolenia sportowego kobiet w piłce nożnej</i>	33
Jan Chmura, Adam Kawczyński, Dariusz Mroczek, Paweł Chmura, Józef Bergier, Marian Andrzejewski, <i>Wytrzymałościowe i szybkościowe formy aktywności ruchowej piłkarzy na Mistrzostwach Świata w Piłce Nożnej w RPA</i>	36
Józef Bergier, <i>Od naboru do mistrzostwa sportowego w piłce nożnej</i>	40
Stanisław Żak, <i>Próba identyfikacji procesów treningowych w grach zespołowych z wykorzystaniem schematu prakseologicznego</i>	44
Zbigniew Jastrzębski, <i>Ocena procesu szkolenia w zespołowych grach sportowych w Polsce</i>	47
DYSKUSJA	
Ryszard Parulski	51
Senator Józef Bergier	52
Andrzej Rokita	52
Senator Józef Bergier	53
PROCES SZKOLENIA W SPORTACH INDYWIDUALNYCH	
Henryk Sozański, Marcin Siewierski, Jakub Adamczyk, <i>Sporty indywidualne w systemie sportu i współzawodnictwa olimpijskiego</i>	57
Krzysztof Perkowski, <i>Doskonalenie kompetencji zawodowych trenerów sportu</i>	62
Vladimir Lyakh, <i>Treści i właściwości końcowego etapu przygotowania wyczynowych sportowców do głównych zawodów sezonu</i>	65
Krzysztof Krupecki, <i>Wskaźniki wykonania cyklu wioślarskiego jako wiodące kryterium w zestawianiu osad oraz optymalizacji rozwoju sprawności specjalnej</i>	68
Waldemar Moska, <i>Techniki i koncepcje zarządzania jako czynniki wspomagające rozwój szkolenia w sporcie wyczynowym</i>	71
Artur Litwiniuk, <i>Poziom wyników sportowych jako kryterium efektywności szkolenia sportowego w taekwondo olimpijskim</i>	74
Andrzej Klimek, <i>Fizjologiczne podłoże treningu dzieci i młodzieży</i>	76

Joanna Sakowicz-Kostecka, Bogdan Sakowicz, <i>Aspekt improwizacji i profesjonalizacji szkolenia tenisowego w środowisku krakowskim</i>	79
--	----

PODSUMOWANIE

Senator Józef Bergier	89
Senator Kazimierz Wiatr	90
Edward Mleczo	90
Senator Józef Bergier	91

WSTĘP

Chęć osiągnięcia sukcesów w sporcie to obecnie stały motyw nie tylko państw, miast lokalnych klubów sportowych, ale także, a może głównie samych sportowców. Na mapie sportowej rywalizacji pojawiły się nowe kraje, na przykład Chiny, a w programach igrzysk nowe dyscypliny sportu. Te wszystkie fakty pozwalają na postawienie pytania o miejsce polskiego sportu na arenie międzynarodowej, w tym jakości prowadzonego procesu szkoleniowego. W tym celu Komisja Nauki, Edukacji i Sportu Senatu Rzeczypospolitej Polskiej zorganizowała konferencję na temat „Sport wyczynowy – stan i perspektywy”, której głównym celem było zaktualizowanie wiedzy na temat procesu szkolenia w sporcie w naszym kraju. Grono wybitnych naukowców utworzyło Komitet Naukowy w składzie: prof. Henryk Sozański z AWF w Warszawie, prof. Zbigniew Naglak i prof. Jan Chmura z AWF we Wrocławiu, prof. Janusz Czerwiński z AWFIS w Gdańsku, prof. Jerzy Smorawiński z AWF w Poznaniu, prof. Andrzej Klimek z AWF w Krakowie i prof. Zbigniew Waśkiewicz z AWF w Katowicach oraz z przewodniczącym komitetu senatorem Józefem Bergierem.

Tematykę konferencji podzielono na dwie grupy tematyczne: proces szkolenia w zespołowych grach sportowych, której przewodniczył prof. Janusz Czerwiński, proces szkolenia w sportach indywidualnych pod przewodnictwem prof. Henryka Sozańskiego. W panelu dotyczącym zagadnień gier sportowych podjęto problematykę sportu dzieci i młodzieży, w tym naboru do sportu oraz sportu wyczynowego, głównie na przykładzie piłki nożnej.

W panelu sportów indywidualnych podjęto problematykę kompetencji trenerów, struktury rocznego cyklu szkolenia, roli zarządzania oraz fizjologicznych podstaw treningu dzieci i młodzieży. Przedstawiono opracowania dotyczące takich dyscyplin sportu jak chód, wioślarstwo i taekwondo.

Redaktorzy opracowania zdają sobie sprawę z faktu, iż większość zaprezentowanych wystąpień jest przedstawiona w formie stenogramu, przez co brak jest szczegółowych danych z referatów w postaci tabel, rycin czy zdjęć. Prosimy Czytelników i Autorów wystąpień o wyrozumiałość za taką formę prezentacji materiałów, która jest faktycznym odzwierciedleniem sposobu przebiegu obrad.

Sądzimy jednak, że podjęta inicjatywa konferencji pozwoliła na określenie aktualnej wiedzy o procesie szkolenia w sporcie w naszym kraju, która nie przedstawia się zbyt optymistycznie. Głęboko wierzymy, że zgromadzone na konferencji grono analityków z teorii i praktyki sportu przyczyni się do ożywienia dyskusji nad stanem i perspektywami rozwoju sportu w Polsce.

Redaktorzy

Otwarcie konferencji

Senator Kazimierz Wiatr
Przewodniczący Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Szanowni Państwo, jako przewodniczący Komisji Nauki, Edukacji i Sportu Senatu Rzeczypospolitej Polskiej gorąco państwa witam na naszej konferencji nt.: „Sport wyczynowy – stan i perspektywy”.

Witam państwa w imieniu własnym, ale także w imieniu marszałka Senatu pana Bogdana Borusewicza. Cieszymy się, że możemy się spotkać wokół tematu sportowego. Komisja Nauki, Edukacji i Sportu swoim zakresem działania obejmuje wiele obszarów, od oświaty poprzez szkolnictwo wyższe, naukę, ale także jest tutaj sport.

W tej kadencji, która już trwa ponad 3 lata, dużo czasu poświęcamy sportowi. To jest oczywiście zasługa pana senatora Bergiera, pana profesora, rektora, ale także pana senatora Piechniczka, który jest znany, nie muszę go przedstawiać, ale jest także przewodniczącym zespołu sportowego w Senacie.

W poprzedniej kadencji był pomysł, aby powołać w Senacie odrębną komisję dla sportu. Muszę powiedzieć, że bardzo mocno zabiegałem, aby rzeczywiście sport pozostał przy oświacie, przy nauce, przy szkolnictwie wyższym, ponieważ wydaje się, że jest wiele elementów, które wiążą te dziedziny. Państwo oczywiście sami wiedzą, jak duże jest znaczenie sportu dla rozwoju człowieka, dla promocji naszego państwa, dla rozwoju wyczynu, dla własnego zadowolenia i sportowców, ale i tych, którzy wspierają te działania.

Dla mnie takim niezwykle istotnym elementem jest sport powszechny, który dotyczy wszystkich, którzy wychowują młodych ludzi. Sport powszechny ich motywuje, wypełnia im czas, daje im impuls do rozwoju, do wyczynu. Mamy sport wyczynowy, to jest dobre słowo, które tutaj pasuje, dlatego cieszę się, że się spotykamy. Bo sport wyczynowy jest dla młodych ludzi zachętą, dla Polski promocją, tak że bardzo się cieszę, że ta konferencja jest. Są pewne elementy dzisiejszej konferencji jakby podkreślające. Mam na myśli dwa duże referaty o szkoleniu, czyli też widzimy, że młodzi ludzie, że szkolenie. Mamy też dużo o piłce nożnej, jako i przykład, i potrzeba, i dyscypliny budzącej ogromne zainteresowanie. Bardzo gorąco witam, witam pana ministra, witam panie i panów.

Bardzo proszę pana senatora Bergiera o zabranie głosu.

Senator Józef Bergier
Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Panie Przewodniczący! Panie Ministrze! Szanowni Państwo! Ci, którzy chcieli przyjąć zaproszenie na rozmowę o sporcie wyczynowym w Polsce.

Jak państwo wiedzą, parlament to przedstawiciele naszego kraju w pigułce, w tym także osoby związane z kulturą fizyczną, z praktyką i nauką. Dzisiaj będziemy chcieli podzielić się swoimi doświadczeniami jako senatorowie. W związku z tym uważamy za swój obowiązek, by dyskutować o szeroko pojętej kulturze fizycznej.

Chciałbym przypomnieć, że rozpoczęliśmy od konferencji „Sport kobiet w Polsce”, drugą konferencją była „Wychowanie fizyczne i sport”, a trzecia, ta, na której dzisiaj się spo-

tykamy, jest poświęcona sportowi wyczynowemu. Zdajemy sobie sprawę, że podjęcie poprzez naszą konferencję tak wielu zagadnień sportu wyczynowego jest niemożliwe. Ale fakt, że w polskim parlamencie, w Senacie, dyskutujemy i za chwilę będziemy w różny sposób dzielili się swoją wiedzą o sporcie wyczynowym, jest dobrym znakiem, że różne ośrodki, w tym parlament, dostrzegają potrzebę dyskusowania o sporcie wyczynowym. Skierowaliśmy zaproszenia do wszystkich ośrodków naukowych, a także do związków sportowych i dziękujemy, że państwo to zaproszenie przyjęli.

Intencją tej konferencji jest zainspirowanie nas, jak sądzimy, do podjęcia bieżących problemów związanych ze sportem wyczynowym. Wprowadzenie będzie dokonane przez pana ministra Półgrabskiego, który powie o miejscu sportu polskiego na arenie międzynarodowej.

Zamiarem organizatorów konferencji jest także wydanie, oprócz wydawnictwa senackiego, materiału naukowego skierowanego do związków sportowych, do uczelni, gdyż wydaje się, że tak jak w każdej dziedzinie, także i w sporcie wyczynowym potrzeba nam aktualizacji wiedzy.

Wierzę głęboko, że wiedza, z którą przybywają państwo ze swoimi wystąpieniami, a także w dyskusji, przyczyni się do jeszcze wyższego miejsca na arenie międzynarodowej sportu wyczynowego z udziałem Polaków.

Panie Ministrze, proszę o rozpoczęcie swego wystąpienia.

Tomasz Półgrabski

Podsekretarz stanu w Ministerstwie Sportu i Turystyki

JAKI JEST SPORT W XXI W. I JAKIE OBSERWUJEMY TENDENCJE?

Szanowni Państwo!

Z racji swoich obowiązków koordynuję sport wyczynowy, koordynuję przygotowania polskich związków sportowych do mistrzostw świata, mistrzostw Europy, ale przede wszystkim do igrzysk olimpijskich. Cieszę się, że ten temat został dzisiaj podjęty jako kolejny z cyklu kilku konferencji, które odbyły się w Senacie, a o których przypomniał pan senator Bergier.

Chciałem przeprosić za nieobecność pana ministra Giersza, ale wtorek to dzień Rady Ministrów, w związku z tym musi być on obecny na posiedzeniu. Chciałem moją wypowiedź podzielić na trzy części. W pierwszej części spróbować przedstawić koncepcję sportu i zmian, jakie zachodzą w sporcie w ujęciu międzynarodowym. W drugiej części chciałem omówić sytuację bieżącą, jaka jest w Polsce, jak wygląda nasz sport wyczynowy. A w trzeciej przedstawić kilka pomysłów Ministerstwa Sportu i Turystyki, co zamierzamy zrobić, aby podnieść jego poziom, bo przecież nie jesteśmy z niego do końca zadowoleni.

Jaki jest sport w XXI wieku i jakie obserwujemy tendencje?

Otóż w marcu 2009 r. w magazynie „Forbes” pojawił się artykuł na temat przyszłości sportu, artykuł miał tytuł „The future of sport”. Autorzy próbowali przewidzieć, co będzie się działo, jeśli chodzi o sport, w roku 2025. Generalnie najważniejszym wnioskiem z ich rozważań były przewidywania dalszej profesjonalizacji sportu, a przede wszystkim jego komercjalizacji. Według autorów, jeszcze lepsi zawodnicy będą pokonywać kolejne rekordy, będą łamać kolejne bariery, będą lepiej przygotowani motorycznie, technicznie, taktycznie. Trenerzy od odnowy biologicznej, przygotowania psychologicznego, lekarze, ludzie zajmujący się na co dzień sportem dokonają olbrzymiego postępu. Być może kontuzje, które dzisiaj leczymy w ciągu 4, 5 miesięcy, będziemy leczyć szybciej, być może tych kontuzji będzie mniej.

I oczywiście ludzie, którzy zajmują się sportem, myślę o menedżerach, o marketerach, będą ten sport lepiej sprzedawać. Będą sport obudowywać w formę jeszcze lepszych produktów i będą go lepiej sprzedawać. Dzięki nowym technologiom komunikacyjnym pojawiają się nowoczesne metody realizacji relacji sportowych. Relacje będą dostępne na najnowocześniejszych platformach medialnych. Już dzisiaj obserwujemy widowiska sportowe w technologii HD, a pewnie jeszcze te technologie za chwilę będą lepsze.

Ceny reklam produktów sportowych, czyli prawo do wizerunku, prawo do umieszczenia reklam na koszulce zawodnika, będą jeszcze wyższe. Zawodowe ligi będą tworzyły oddzielne swoje telewizje, swoje platformy medialne i będą sprzedawać prawa do oglądania tych widowisk. Prawdopodobnie będziemy mogli siedzieć przed telewizorem, szukać po wszystkich kanałach i oglądać największe widowiska sportowe, więc świat, sport stanie się jeszcze bardziej globalny, stadiony będą jeszcze bardziej globalne.

Właściciele, i nie ma co tego ukrywać, lig zawodowych, właściciele klubów będą jeszcze bardziej nastawieni na zysk. Tutaj sport będzie pewnym dodatkiem, a zysk będzie najważniejszą sprawą. Ale jest taka aura organizacyjna dotycząca klubów. Niemniej jednak musimy spojrzeć na sport przez perspektywę igrzysk olimpijskich, bo dla państwa, dla pol-

skich związków sportowych, dla ruchu sportowego igrzyska olimpijskie są najważniejsze, to jest ta docelowa impreza.

Należy wyciągnąć wnioski z pewnych tendencji, które się pojawiają, z pewnych decyzji Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego, międzynarodowych federacji sportowych. Proszę zwrócić uwagę na następujące rzeczy. Liczba konkurencji igrzysk olimpijskich wzrasta, w tej chwili zatrzymała się na liczbie trzystu dwóch konkurencji. Trwają dyskusje w MKOl., czy ten program rozszerzać.

Oczywiście ze względu i na przeładowanie, przypominam, że startuje w igrzyskach letnich ponad dziesięć tysięcy sportowców, MKOl. stara się nie rozszerzać tej liczby. Wzrasta, w każdym bądź razie, liczba państw, które mają udział w zdobyczach medalowych. W Atlancie było siedemdziesiąt dziewięć, dzisiaj jest osiemdziesiąt siedem. Oznacza to, że coraz trudniej zdobywać medale. Wzrasta także coraz bardziej liczba państw uczestniczących w igrzyskach olimpijskich, w Pekinie były to dwieście cztery państwa, w Atlancie sto dziewięćdziesiąt siedem. Podobne tendencje obserwujemy w igrzyskach olimpijskich zimowych, ale oczywiście nie mają one takiej siły jak w letnich.

Kolejny ważny aspekt. MKOl. obiecywał, składał deklaracje, że będzie dążył do równouprawnienia. Docelowo ma startować w igrzyskach olimpijskich tyle samo kobiet i tyle samo mężczyzn. Warto zwrócić uwagę, że już w Pekinie 42,1% konkurencji olimpijskich to były konkurencje kobiece. W Vancouver było to 44%, docelowo ma być po 50%.

Warto zaobserwować kolejną tendencję. W grupach państw, które notują wzrost zdobytych medalowych na tych czterech igrzyskach olimpijskich, także notujemy wzrost liczby medali zdobytych przez kobiety. Prawie 50% medali jest zdobywanych przez kobiety. Oczywiście państwami, które zdobywają coraz większą liczbę medali, mają coraz większy udział w ich całkowitej liczbie, są państwa bogate oraz państwa z Azji. To są Chiny, USA, Wielka Brytania.

Na uwagę zasługuje natomiast fakt, że państwa Europy odnotowują raczej spadek zdobytych medalowych. I tutaj udział w zdobyciu ogólnej liczby medali przez kobiety jest dużo mniejszy. Proszę zwrócić uwagę, że jednak Niemcy, Węgry, Polska niestety na przestrzeni lat 1996–2008 zdobyły w sumie mniej medali.

Kolejną rzeczą, którą trzeba przeanalizować, i to jest analiza w ujęciu światowym, jest zmiana technologii, która ma znaczący wpływ na wyniki sportowe. Nowoczesny sprzęt, nowoczesne stroje pływackie, nowoczesny sprzęt narciarski. Nowoczesne technologie mają wpływ pozytywny, bowiem przyczyniają się do tego, że zawodnicy pokonują kolejne przeszkody. Wystarczy choćby zaobserwować, jak wygląda skok o tyczce na przestrzeni wielu lat. Od tyczki bambusowej poprzez zmianę technologii, jak zmieniały się rekordy i wyniki. Ale proszę zauważyć, że ta nowa technologia czasami ma też negatywny wpływ na rywalizację. Chciałem pokazać to na przykładzie pływania. Od roku 2007 do roku 2010 analizujemy konkurencję 50 metrów stylem dowolnym, według rankingu światowego za lata 2010. W roku 2009 pojawiły się kostiumy z poliuretanu, od kostek po szyję. To spowodowało, że w tym roku pobito ponad dwieście rekordów na mistrzostwach Europy i na mistrzostwach świata.

Po wycofaniu się międzynarodowej federacji ze strojów, po uregulowaniu tej sprawy nie pobito żadnego rekordu. W tej chwili obserwujemy tendencję zbliżania się do rekordu z 2009 r., o którym mówiłem. W każdym razie ma to znaczący wpływ. I czasami w zdecydowany sposób może tę rywalizację zaburzyć.

Tak jak powiedziałem, od 1908 r., kiedy powstała Międzynarodowa Federacja Pływacka FINA, co roku padał przynajmniej jeden rekord świata. Tylko w roku 2009 ustanowiono ich dwieście, natomiast 2010 r. był to rok, jak już podkreśliłem, bez rekordu. I to jest jakby

ujęcie międzynarodowe, ujęcie w perspektywie olimpijskiej. Oczywiście tych czynników należałoby analizować bardzo dużo i być może poświęcić oddzielną konferencję na ten temat, ale warto, rozważając sport, zwracać na to uwagę.

Jakie jest miejsce polskiego sportu? Na co możemy liczyć i jaki naprawdę mamy potencjał? Ja wielokrotnie nad tym się zastanawiałem i analizowałem. Na ile tak naprawdę medali my zasługujemy, analizując nasz potencjał, który oczywiście trzeba rozpatrywać używając do tego odpowiednio dobranych kryteriów, jak źródła finansowania, jak nasza struktura organizacyjna, jak czynniki demograficzne, jak zamożność społeczeństwa i wiele innych, które też oczywiście musimy analizować.

Jak państwo wiedzą, minister sportu jest odpowiedzialny za część dwudziestą piątą budżetu, to jest, „kultura fizyczna i sport” oraz część 40, ale ona nas nie interesuje. Dodatkowo posiłkujemy się Funduszem Rozwoju Kultury Fizycznej, który współfinansuje i pomaga ministrowi w realizacji swych zadań. I tu chciałbym przedstawić kilka ważnych aspektów, bo przecież finanse to jest jeden z najważniejszych aspektów, który decyduje o skuteczności i decyduje o fakcie organizacji przygotowań olimpijskich, organizacji szkolenia na wysokim poziomie. Bez obiektów specjalistycznych, bez finansów, bez wyjazdów, bez zgromadzeń nie jesteśmy w stanie realizować celów szkoleniowych.

Proszę zwrócić uwagę na środki finansowe. Rok 2008, 2009, 2010 – ja specjalnie państwu w ten sposób pokazałem – przypominam, że to jest udział wydatków „kultura fizyczna i sport” w wydatkach budżetu państwa. W tych latach doszedł nam program „Orlik 2012” – 250 milionów co roku – który jest umiejscowiony w budżecie, dlatego należy go liczyć.

W tych latach mamy też zawarte środki, które są wydatkowane na infrastrukturę, jeśli chodzi o Euro 2012, czyli Narodowe Centrum Sportu – Stadion Narodowy. Lepiej widać fundusze, które przekazujemy na sport, na kolejnym slajdzie, z tym że połączyłem tutaj udział środków z budżetu państwa z udziałem środków specjalnych. No bo *de facto* on jest też przeznaczany na sport dzieci i młodzieży oraz z funduszu zajęć sportowo-ruchowych, czyli to przysłowiowe kapslowe.

Co jest niepokojącą tendencją? W latach 2000–2001, 2002, 2003, 2004, 2005 udział wydatków ze środków specjalnych, czyli Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej, był znacząco wyższy niż z budżetu.

Dzisiaj, ze względu na perturbacje i kłopoty Totalizatora Sportowego, te przychody się zrównały, to jest bardzo niekorzystna tendencja. Około 20% mniej przychodów wpływa do budżetu ministra sportu i turystyki, który jest dysponentem tych środków finansowych. Przypominam, że finansujemy z tego tytułu sport dzieci i młodzieży i inwestycje sportowe.

Kilka słów o ustawie, bo to też w znaczący sposób wpływa na sport, na funkcjonowanie polskich związków sportowych. 25 czerwca 2010 r. Sejm, Senat uchwałyły ustawę, która zniosła ustawę o kulturze fizycznej, o sporcie kwalifikowanym. To jest dokument, który przede wszystkim miał jeden cel – ograniczenie regulacji prawnych w sporcie do niezbędnego minimum.

Trzy najważniejsze rzeczy, zanim przejdę przez wszystkie slajdy. Przede wszystkim rozstrzygnięto, że minister właściwy do spraw kultury fizycznej i sportu w zakresie dofinansowania zadań z zakresu kultury, z zakresu przygotowań kadry narodowej do igrzysk olimpijskich, do mistrzostw świata, do mistrzostw Europy może zlecać zadania polskim związkom poza konkursem. Była to naprawdę dosyć groteskowa sytuacja, że związek, który ma wyłączność na pewne działania, musiał startować w konkursie. I *de facto*, hipotetycznie mógł rywalizować z innym podmiotem, który też mógłby ubiegać się o tę dotację. Dzisiaj tę sprawę wyjaśniliśmy, wyczyściliśmy. Polski Związek Sportowy będzie składał ofertę i negocjował z ministrem sportu i turystyki środki finansowe na realizację zadań.

Kolejną ważną kwestią jest klub sportowy. Otóż klub sportowy w nowej perspektywie, pod rządami nowej ustawy może ubiegać się o dotację na sport kwalifikowany z budżetu jednostek samorządu terytorialnego. To jest bardzo miły i ważny krok. Dzisiaj dużo łatwiej jest finansować sport wyczynowy, kluby sportowe, dawać zawodnikom stypendium, niż to było do tej pory.

Trzecia, najważniejsza sprawa, jeśli chodzi o funkcjonowanie polskich związków sportowych, to polskie związki sportowe mogą działać tylko w dyscyplinach, których związki należą do międzynarodowych federacji, a te z kolei są uznane przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski. To jest bardzo ważna sprawa. Przypominam, Keys snowboardu, gdzie jest jedna federacja międzynarodowa FIS, która należy do MKOl. i FIS nadzoruje albo zarządza sprawami snowboardu. W Polsce jest inaczej, powstał oddzielny związek, dzisiaj wiemy, jakie są kłopoty. I te wszystkie sprawy będziemy starali się porządkować.

Aby ocenić potencjał, należy sięgnąć do liczby zawodników, których mamy w szkoleniu. Slajd przedstawia państwu poszczególne grupy zawodników, poszczególne programy ministra sportu. Warto zwrócić uwagę na liczbę około dziesięciu tysięcy w kadrach wojewódzkich juniorów, siedmuset osiemdziesięciu trzech zawodników w SMS w sportach indywidualnych. To są naprawdę duże liczby.

W samej kadrze narodowej mamy około tysiąca dwustu dziewięćdziesięciu ośmiu zawodników. A przypominę, że reprezentacja olimpijska liczy około dwustu, dwustu pięćdziesięciu osób. I tu należałoby się pochylić szczególnie w stronę pana profesora Sozańskiego. Wydaje mi się, że istnieje pilna potrzeba, żeby starać się przeanalizować efektywność szkolenia, a szczególnie w sporcie młodzieżowym.

Nie znalazłem takiego precyzyjnego dokumentu w Ministerstwie Sportu i Turystyki, który by właśnie pokłonił się temu obszarowi, by zbadać efektywność naszego systemu i odpowiedzieć sobie na pytanie, czy rzeczywiście te pieniądze, które wydajemy, czy struktury są na tyle sprawne i wydolne, że realizujemy cele, które sobie zakładamy. Oczywiście w Ministerstwie Sportu prowadzimy takie analizy i mamy na ten temat swoją opinię.

Trenerzy. Najważniejsza, kluczowa sprawa, moim zdaniem, jeśli chodzi o sport wyczynowy. Myślę, że należy się środowisku sportowemu głęboka analiza, poważna dyskusja na ten temat. Uważam, że powinna być dyskusja wśród akademii wychowania fizycznego, wśród szkół, wśród podmiotów, które kształcą. Bo uważam, że nie kształcimy dla sportu wyczynowego, nie kształcimy fachowców, którzy są trenerami i mają wiedzę na najwyższym poziomie. Warto zwrócić uwagę na gry zespołowe. Do niedawna większość gier zespołowych, drużyn narodowych prowadzona była przez trenerów zagranicznych. Siatkówka, wcześniej przez pewien moment przeciw piłka nożna, koszykówka. Może ewenementem od kilku lat jest piłka ręczna. To naprawdę jest niepokojące.

Proszę zwrócić uwagę, że w Igrzyskach Olimpijskich w Atenach i w Pekinie właśnie w zespołowych grach sportowych mieliśmy jednego trenera z klasą mistrzowską. Większość trenerów biorących udział w przygotowaniach olimpijskich, czyli pracujących na tym najwyższym topie, to niestety trenerzy drugiej klasy, a nawet w XXI wieku zdarzają nam się instruktorzy prowadzący reprezentacje narodowe. Być może to są bardzo dobrzy instruktorzy, doświadczeni zawodnicy, doświadczeni szkoleniowcy, ale wydaje się, że z reprezentacjami narodowymi powinni pracować trenerzy z najwyższej półki.

Zawsze zadaję sobie pytanie, jaka jest rola Ministerstwa Sportu. Przede wszystkim jest to dofinansowanie zadań związanych z procesem przygotowań olimpijskich, to jest przede wszystkim finansowanie stypendiów sportowych, po to, żeby ci zawodnicy mogli trenować, a nie musieli pracować, chociaż ten system też wymaga głębokiej analizy. Jest to zatrudnienie, czyli dofinansowanie kadry szkoleniowej, bo bez szkoleniowców żadnego suk-

cesu nie osiągniemy. I zapewnienie wsparcia procesu szkolenia olimpijskiego w zakresie naukowym i metodycznym.

Dzisiaj każdy kraj, który chce liczyć się w igrzyskach olimpijskich, w imprezach najwyższej rangi, ma rozbudowany system wsparcia. Choćby na podstawie instytutów sportu. Instytut Sportu jest w Anglii, on ma swoje oddziały, Instytut Sportu jest w Japonii. Proszę sobie wyobrazić, że Instytut Sportu, który funkcjonuje w Japonii i daje szerokie wsparcie japońskiej kadrze olimpijskiej, ma już swój oddział i swoje biuro w Londynie. Po co? Żeby obserwować, co się dzieje, żeby analizować pewne tendencje na miejscu, żeby przygotowywać zawodnikom trening już w warunkach startowych. Przypominam, że jeszcze do niedawna nasz Instytut Sportu kojarzony był głównie z antydopingiem i większość badań robiona była, mówię o badaniach w polskich związkach sportowych, badań diagnostycznych, motorycznych poza Instytutem Sportu. To wymaga zmiany. Nasz polski sport, trenerzy wymagają ogromnego wsparcia nauki. Połączenia nauki, najnowszej wiedzy z praktycznymi wdrożeniami, tak się mówi o badaniach.

Slajd dobrze oddaje, ile środków posiada Departament Sportu Wyczynowego, w tej chwili, wcześniej Kwalifikowanego i Młodzieżowego, w kontekście przygotowań olimpijskich. Ogółem w 2010 r. departament dysponował około 150 milionami zł, z tego 117 milionów przeznaczone było na zadania realizowane przez związki olimpijskie, reszta była na związki neolimpijskie. Z tego powodu sytuacja jest bardzo jasna. Głównym celem i priorytetem ministra sportu i turystyki jest oczywiście sport kwalifikowany.

Na slajdzie mają państwo nasze zdobywcze medalowe. Uważam, że należy popracować nad skutecznością polskiej reprezentacji olimpijskiej, że dosyć duża liczba jest miejsc 4 – 8 w każdym starcie w tych poszczególnych igrzyskach olimpijskich, a stosunkowo mało medali. Od Sydney notujemy spadek. Warto przeanalizować tę skuteczność, bo w niektórych przypadkach medali mogło być więcej. Przypominam sprawę kajaków z Aten, z Pekinu zawodnika Dołęgi.

Slajd pokazuje zdobywcze medalowe i miejsca finałowe reprezentantów Polski w zimowych mistrzostwach świata seniorów.

Dlatego jednym z najważniejszych celów ministra sportu jest w tej chwili program „Londyn 2012”, to jest program, który ma za zadanie stworzyć optymalne warunki dla grupy najlepszych, wyselekcjonowanych zawodników. Chcemy oprzeć się, tak jak już mówiłem, na Instytucie Sportu, Centralnym Ośrodku Medycyny Sportowej, ale w innym wymiarze. To ma być inna jakość i nie zgadzamy się na to, żeby to funkcjonowało tak jak do tej pory.

Chciałbym – to jest mój cel – żeby w powiązaniu przynajmniej z kilkoma akademiami wychowania fizycznego Instytut Sportu odgrywał centralną rolę, jeśli chodzi o diagnostykę, jeśli chodzi o badania. Myślę, że jeśli chodzi o Centralny Ośrodek Sportu, to nie mamy się czego wstydzić. Powstał projekt akademii trenerskiej, który z miesiąca na miesiąc przysparza sobie zwolenników.

Mam nadzieję, że wszystkie działania, które są prowadzone w tej chwili w ministerstwie, będą zmierzały do tego, żeby poprawić nasz bilans i osiągnąć cel, czyli zahamowanie spadkowej tendencji, jeśli chodzi o medale.

Miałem tylko kilkanaście minut, a ta dyskusja wymaga dużo więcej czasu, ale chciałem państwu w krótki sposób przedstawić pewną perspektywę, nad którą powinniśmy się pochylić i dyskutować.

Serdecznie dziękuję za zaproszenie, życzę bardzo owocnych obrad. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier
Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękujemy panu ministrowi za wielokierunkowe wprowadzenie do debaty o sporcie wyczynowym. Organizatorzy zaplanowali zaproszenie przedstawicieli o renomie międzynarodowej do wygłoszenia dwóch referatów w części plenarnej. Podzieliśmy ją na wystąpienie w pierwszej części o grach zespołowych, a w drugiej o badaniach w sportach indywidualnych.

Mam ogromną przyjemność przedstawić pierwszego profesora występującego w części plenarnej, pana profesora Czerwińskiego, wybitnego przedstawiciela gier zespołowych, który powie na przykładzie swoich osiągnięć naukowych i praktycznych o piłce ręcznej.

Panie Profesorze, prosimy o wprowadzenie nas w debatę o grach zespołowych.

Proces szkolenia
w zespołowych grach sportowych

WSPÓLCZESNE DYLEMATY PROCESU SZKOLENIA W SPORTOWYCH GRACH ZESPOŁOWYCH

Chciałbym przede wszystkim powitać bardzo serdecznie pana przewodniczącego, szanownych państwa.

Ponieważ mam tutaj bardzo ograniczony czas, a temat jest szalenie szeroki i wyników badań, które ja bezpośrednio prowadziłem i prowadzili koledzy w grach zespołowych jest dość dużo, więc skupię się tylko na pewnym wycinku.

Sport we współczesnym świecie stał się zjawiskiem o globalnym wymiarze. Przyciąga do siebie liczne rzesze ludzi z różnych środowisk, o różnym statusie społecznym, wieku, płci, zamożności. Jednym z najbardziej znaczących przejawów sportu są zespoły gry sportowe. Walory gier zespołowych są powszechnie znane. To one mają znaczący wpływ na rozwój fizyczny młodego pokolenia. Z każdym rokiem dostrzegamy coraz większą konkurencyjność gier na arenie międzynarodowej, wiąże się to z coraz większymi nakładami finansowymi na ich rozwój. W grach zespołowych mamy do czynienia z sytuacją, gdzie ciężar zainteresowania ich rozwojem skupia się przede wszystkim na klubach, w których są przygotowywani do gry na najwyższym poziomie najwybitniejsi sportowcy.

Ostatnie lata dostarczyły nam zasadniczych zmian w procesie szkolenia gier zespołowych. Wyraźnie zmieniła się struktura cykli szkoleniowych, począwszy od jednostki treningowej, a skończywszy na makrocyklu wieloletnim. Bardzo wyraźne zmiany nastąpiły w jakości pracy, która związana jest przede wszystkim z preferencją w treningu intensywności. Przykłady takich państw, jak Stany Zjednoczone, Brazylia, Argentyna, Hiszpania, Dania, Francja i kilka krajów azjatyckich wskazują nam drogę rozwoju w grach zespołowych. We wspomnianych wyżej krajach rozbudowano nowoczesną bazę, stworzono duże ośrodki treningowe, zaangażowanie naukowców w autentycznych badaniach na rzecz poszczególnych dyscyplin sportu, ustalono system bodźców i motywacji.

Rywalizacja sportowa w poszczególnych grach przyciąga na stadiony i hale sportowe tłumy widzów, licznych sponsorów, media. Wartość gier sportowych przejawia się w widowiskowości, w waleczności, niekonwencjonalnych rozwiązaniach techniczno-taktycznych, a w konsekwencji niepowtarzalności spektaklu sportowego.

Czy w tej międzynarodowej rywalizacji mamy szansę na sukces? Na pewno tak. To przecież Polska była potęgą w grach zespołowych w latach siedemdziesiątych, to od nas uczono się teorii w grach zespołowych. Ale przede wszystkim należy teraz skoncentrować naszą uwagę na treningu w szkole, wprowadzeniu programów szkoleniowych zapewniających masowość gier sportowych, upowszechnieniu szkolenia instruktorów i trenerów, poprawieniu specjalnych programów szkolenia dla trenerów reprezentacji narodowych, o czym wspomniał już tutaj pan minister.

Kierowanie treningiem wymaga wiedzy, bowiem wszystkie drogi sterowania rozwojem zawodnika skupiają się w rękach trenera. Trzeba unowocześnić trening i być przekonanym, że nie ma prawd nie do podważenia. W toku procesu treningowego należy postępować elastycznie i zawsze brać pod uwagę warunki szkolenia i reakcje zawodnika na określony trening. Warunkiem kluczowym jest przygotowanie zawodnika do świadomego

uczestnictwa w procesie treningowym, zrozumienie przez niego celu treningu i dążenia do jego realizacji. Należy eliminować ze sportu wyczynowego tak zwanych pseudozawodowców, stawiających wyżej od sukcesu sportowego korzyści materialne, nietraktujących sportu i jego wartości z należnym szacunkiem. Zrezygnować z zawodników funkcjonujących na zasadach przetrwania, pozbawionych ambicji związanych z sukcesem zespołu.

Gry zespołowe wymagają od zawodników przygotowania motorycznego, technicznego, energetycznego, psychologicznego i innych składowych, które zintegrowane rzutują na model skutecznego procesu treningowego. Sukces sportowy w rywalizacji międzynarodowej w każdej z gier zależy dziś od dynamiki, waleczności, finezji technicznej. To są te elementy, które przyciągają ogromne rzesze widzów.

Aby do takiej gry przygotować polskich zawodników, należy kierunki szkolenia oprzeć na poznaniu i analizie walki sportowej. Zebrane informacje winny stać się impulsem do poszukiwań nowych rozwiązań wzbogacających teorię treningu. Ponadto konieczne jest poznanie różnic w strukturze makrocyklu rocznego na przestrzeni ostatnich 50 lat. Świadomość zmian wręcz narzuca nam charakter treningu, który nie zawsze jest przystosowany do potrzeb meczowych.

Kierując się własnym doświadczeniem praktycznym oraz wynikami badań, wielu kolegów, którzy ten problem podejmują, stwierdziło, iż utrzymanie wysokiej formy sportowej, w rozbudowanym już nawet do 10 miesięcy okresie startowym, nie może być przez nas niedostrzeżone i musi tutaj nastąpić zmiana jakościowa w samym treningu.

Czasy, gdy okres przygotowawczy był równy lub nawet dłuższy od okresu startowego, minęły bezpowrotnie. Należy zatem dokonać zmian, i to radykalnych, w przygotowaniu zawodnika gier do wymogów współczesnego sportu.

Proces treningowy juniora i młodzieżowca odgrywa bardzo istotną rolę, to jest wiek 18, 22 lata, powinien być skoncentrowany na opanowaniu umiejętności motorycznych i technicznych oraz przygotowaniu zdolności motywacyjnych i podkreślających dojrzałość emocjonalną młodego sportowca. Te wymagania są nieodzowne w perspektywie dalszego rozwoju zawodnika. W okresie już profesjonalnego sportu wyczynowego na najwyższym poziomie nie ma specjalnie czasu przy tak rozbudowanym okresie startowym na to, ażeby pracować nad poprawieniem motoryczności i techniki. Wtedy można te dwa elementy podstawowe tylko doskonalić. A sprawa motywacyjna jest sprawą kluczową, podstawową.

Zdaniem wielu badaczy warunkiem sukcesu w dyscyplinach zespołowych jest zmiana w podejściu do treningu juniora i młodzieżowca. Trening w tym okresie odznaczać się powinien większymi niż dotychczas obciążeniami, z wyraźną zmianą proporcji objętości do intensywności na rzecz tej drugiej. Niezbędny jest również program indywidualnego szkolenia z dokładnym określeniem zadań oraz form kontroli zawodnika. To jest niezbędne, jeżeli mówimy o zwiększonych obciążeniach treningowych. Długi okres startowy narzuca nam konieczność przemyślanego dozowania obciążeń treningowych, uzależniając wartość obciążenia treningowego w danym mikrocyklu od wartości sportowej przeciwnika. Mikrocykle, trzy-, cztero-, siedmiodniowe, bo przecież wiemy o tym, że są zespoły, które rozgrywają spotkania nawet trzy w tygodniu. Dlatego też trzeba do tego się dostosować, trzeba to poznać i znaleźć właściwą drogę postępowania czysto szkoleniowego.

Obserwacja współczesnych trendów szkoleniowych w grach zespołowych wskazuje na potrzeby poszukiwań nowych rozwiązań, mających za główny cel przyspieszenie gry i wzbogacenie jej o elementy widowiskowe, bo to jest szansa na dalszy rozwój gier zespołowych. Według moich obserwacji, poczynionych w ostatnich latach, jest pięć czynników, które moim zdaniem decydują o skuteczności na poziomie wyczynu. To jest poziom przygotowania motorycznego, poziom przygotowania technicznego, poziom motywacji,

poziom inteligencji zawodnika i ryzyko. To są te czynniki, które w sporcie wyczynowym odgrywają kluczową rolę. Można byłoby na ten temat tutaj dłużej dyskutować, ale nie mamy czasu.

Skuteczność zespołowych gier sportowych uzależniona jest w dużym stopniu od poziomu czynników, które umownie określić możemy jako pewien zbiór gwarantujący podjęcie skutecznej walki z najlepszymi. Kierunki szkolenia opierane na poznaniu i analizie walki sportowej, z wykorzystaniem do tego najnowocześniejszej aparatury. Gry zespołowe dostarczają nam, z jednej strony, wyjątkowych emocji, z drugiej zaś, nowych informacji o zmianach i charakterze gry, na które powinniśmy natychmiast reagować. Zdając sobie sprawę z mnogości problemów dotyczących gier zespołów, skupię się tutaj na dwóch istotnych, moim zdaniem, zagadnieniach, od których zależy w dużym stopniu sukces sportowy.

Pierwsze, to jest intensywność pracy w czasie treningu i meczu. Drugie, to jest rola trenera w procesie treningowym, oczywiście tylko najważniejsze aspekty.

Zaangażowanie zawodników w czasie treningów i meczów – badania były prowadzone na zespołach ekstraklasy, nie wymieniam jakich, ale objęły wiele drużyn – pozostawia wiele do życzenia, absolutnie nie zaspokaja potrzeb współczesnego sportu wyczynowego. To jest taka generalna uwaga, do której kilka krótkich przykładów podam za chwilę.

Posłużę się przykładem z badań przeprowadzonych pod moim kierownictwem, które systematycznie prowadzimy od roku 1980 do 2007 roku. Wyniki jednoznacznie wskazują, iż trening odbiega od potrzeb meczowych. Jego intensywność jest niska i pozbawiona ćwiczeń, które charakteryzują walkę sportową w czasie spotkań mistrzowskich i ligowych. Poniżej kilka przykładów.

Widać tu trzy tutaj ryciny, które dotyczą piłki nożnej. Kolor niebieski to jest trening, ten brązowy kolor to jest mecz. Proszę zwrócić uwagę, tu jest akurat wysoka intensywność, która się waha, ale takich działań o wysokiej intensywności w czasie treningu i meczu jest, moim zdaniem, stanowczo za mało. Można by było się nad tym dalej zastanawiać, ale do tego jeszcze za chwileczkę wrócimy.

To jest akurat intensywność średnia, tu jeszcze tych wartości jest o wiele więcej, ale to, co zwraca uwagę, to to, że tych wysiłków o intensywności średniej jest więcej na treningu niż w czasie meczu. Czyli jest pewna prawidłowość, z tym tylko, że te proporcje, moim zdaniem, są niewłaściwe.

Spójrzmy jeszcze na intensywność niską. Tutaj jest sytuacja podobna, natomiast w tym pierwszym przypadku ona była dla nas niepokojąca. Główne wnioski, które z tego wynikają, to fakt, że jest bardzo niski wskaźnik intensywności wysokiej w czasie treningu i objętość treningowa nieadekwatna do wielkości wysiłku wymaganej w spotkaniach mistrzowskich.

Kolejny rysunek. Tutaj mamy przykład z koszykówki, gdzie mamy procentowy udział zarówno w ataku, jak i w obronie, wysiłków o intensywności małej, średniej itd. To są takie proporcje, które, generalnie rzecz biorąc, są niesatysfakcjonujące.

Spójrzmy jeszcze na drugi przykład, w odniesieniu do skrzydłowego zawodnika. Przykład z piłki ręcznej – tak samo. Proszę zwrócić uwagę, bo tu się rzucają w oczy te liczby: aktywny, średnio aktywny, pasywny. Moim zdaniem, aktywnych działań jest stanowczo za mało.

Następny slajd. To jest trening w piłce ręcznej kobiet, to są badane sekwencje czasowe. Jakich wysiłków w 30 sekundach jest najwięcej w czasie treningu i meczu? Tutaj akurat jest charakterystyka rozgrywającego.

Na co trzeba zwrócić uwagę? Na to, że w czasie treningu przestoje, czyli brak jakiegokolwiek pracy ze strony zawodnika, to prawie 14%. Nic nie robi, to jest jego przestój. I po-

tem mamy odcinki, gdzie on w 30 sekundach pokonuje procentowo odpowiednią ilość, te procenty widać z lewej. Tak on się mniej więcej układa. Proszę zobaczyć, jak wygląda to w czasie meczu. Jest zupełnie inny układ, czyli, można powiedzieć, wniosek z tego wyłania się jeden. Taki, że trening absolutnie nie przygotowuje zawodnika do meczu. Z czego to wynika? Albo z braku wiedzy trenera na ten temat, albo też może jakieś inne czynniki odgrywają tutaj rolę. W każdym bądź razie tego rodzaju sytuacja jest nadzwyczaj niepokojąca.

Omawiając uzyskane wyniki stwierdzić można, że struktura treningów w poszczególnych grach zespołowych nie odpowiada potrzebom meczowym, co ściśle wiąże się z niewłaściwym przygotowaniem energetycznym. Potwierdzają to liczne badania. Niski poziom potencjału aerobowego i anaerobowego to dowód na niedostatki procesu treningowego.

W tej sytuacji kluczem do przyszłych sukcesów jest przede wszystkim zmiana podejścia do treningu, zarówno przez trenera, jak i zawodników. Krótki okres przygotowawczy narzuca zawodnikom konieczność podjęcia indywidualnej pracy, świadomego przygotowania się do zadań, jakie narzuca współczesny sport wyczynowy. Utrzymanie na wysokim poziomie przygotowania motorycznego i technicznego oraz wysokiego poziomu energetycznego musi być realizowane przez zawodników indywidualnie, jako świadomy wyraz ich zaangażowania w procesie szkoleniowym.

Zdaniem wielu autorów za istotny czynnik treningu gier zespołowych należy uznać przygotowanie psychologiczne zawodników i trenera. Wiąże się ono zarówno ze zdolnością zawodników do koordynowania działań zespołu i lojalności wobec jego członków, jak i wyjątkowych predyspozycji psychologicznych trenera, który potrafi połączyć osobiste nastawienie na sukces z nastawieniem na innych ludzi, członków zespołu. Tylko w takich warunkach możemy mówić o tak zwanej strategii grupowej, czyli nieoczekiwanym, nagłym, często niewytłumaczalnym polepszeniu wyniku działania grup. Trener dla zawodników jest po to, by mogli oni mieć jak najwięcej okazji do czerpania korzyści z treningu. Trener jest po to, aby pomóc swoim podopiecznym w walce ze stresem. Powinien przekonać zawodników, że zagrażające sytuacje są do przezwyciężenia.

Podstawą pomyślnej współpracy zawodnika z trenerem jest zaufanie, co w konsekwencji prowadzi do podwyższenia skuteczności walki sportowej. W pracy trenera bardzo istotną rolę odgrywa umiejętność porozumiewania się z zawodnikami w trakcie meczu. Jest to poważny problem, szczególnie widoczny wśród trenerów obcokrajowców, nieznających języka polskiego. Ich kontakt z zespołem w tym zakresie jest bardzo ograniczony. Umiejętność czytania z twarzy własnych zawodników i ich przeciwników to wynik przemyślanej pracy. Dobrze przygotowany do zadań meczowych zespół charakteryzuje się świetnym zrozumieniem, przede wszystkim, partnerów, potrafi antycypować ruchy przeciwnika, co pozwala na wyrobienie dogodnej pozycji do oddania rzutu lub strzału.

W procesie przekazywania informacji na drodze trener – drużyna bardzo ważny jest sposób jej zakodowania. Mogą to być na przykład słowa lub gesty. W grach zespołowych w trakcie meczu, przy udziale wielotysięcznej widowni, zakodowany sposób porozumiewania się na linii trener – zawodnicy jest konieczny. Najczęściej występuje w formie nadawania i odbierania informacji przez zmysły: wzrok, słuch, dotyk, w sposób werbalny lub w sposób niewerbalny, przez ruch ciała, twarzy, postawę, ton, barwę głosu. Wybór środka przekazu uzależniony jest od sytuacji na boisku. Bardzo istotna jest tutaj zasada sprzężenia zwrotnego między trenerem i zawodnikiem.

Okres ostatnich lat niestety charakteryzuje się załamaniem pozycji trenerów w Polsce. Przyczyn jest wiele, ale najważniejsza to wadliwa koncepcja szkolenia trenerów, wyjazd wielu za granicę, a przede wszystkim niska pozycja zawodu trenera. Ten stan spowodował

poszukiwanie trenów zagranicznych, najpierw przez bogatsze kluby, a następnie reprezentację narodową.

Rodzi się pytanie, czy naprawdę odwołanie się do trenerów zagranicznych jest jedynym skutecznym środkiem prowadzącym do celu? Czy jednak nie ma w tym wszystkim przesady? Czy trzeba się zgadzać z opinią wielu publicystów, którzy to często głoszą, że w sformułowaniu, cytuję, „dobry polski trener” jest wewnętrzna sprzeczność.

W Polsce dominuje opinia, że najlepszy trener to taki, który ma znane nazwisko i jest z zagranicy. Bo jeśli na miano najlepszego zasługuje, to przez pewien czas decydenci klubowi lub związkowi mają spokój. Trzeba wiedzieć, że trener zagraniczny ma dużo łatwiejszą pozycję wyjściową do pracy z kadrą aniżeli na przykład trener z Polski. Trener Lozano potrafił podporządkować sobie zarówno działaczy, trenerów klubowych, jak i zawodników. W zespole wprowadził surowe zasady dyscypliny, tak na boisku, jak i poza nim. Takie podejście dało wynik, wicemistrzostwo świata. Ale jak pokazało życie, nie sprawdziło się w dłuższym przedziale czasowym. Pamiętamy te perturbacje w zespole siatkarzy i niespełnioną nadzieję chociażby na igrzyskach olimpijskich, a później w eliminacjach do mistrzostw Europy. Mieliśmy dobre szkoły trenerów i nic stoi na przeszkodzie, aby do ich funkcjonowania nawiązać obecnie.

W dokumencie rządowym, jakim jest Strategia Rozwoju Sportu do 2012 r., w punkcie dotyczącym sportu wyczynowego stwierdzono: „Ze względu na duży zasięg i zainteresowanie szczególną wagę należy przywiązywać do rozwoju gier sportowych”.

Jest więc podstawa, aby realizować koncepcję organizacyjno-szkoleniową, zmierzającą do odbudowy pozycji gier sportowych w Polsce. Na wstępie należy zdać sobie sprawę, iż będzie to okres około 10 lat. Tu trzeba dużo cierpliwości. Proponowane zmiany są znaczące i wymagają konsekwencji ze strony zarówno Ministerstwa Sportu i Turystyki, jak i przede wszystkim polskich związków sportowych. Gry należy rozwijać w środowisku szkolnym, a później akademickim, które stanowić powinno naturalne zaplecze dla sportu profesjonalnego. Gry powinny być domeną klubów sportowych AZS. To właśnie uczelnie powinny być prężnymi ośrodkami silnych sportowo sekcji gier zespołowych. Nie tak dawno gry w AZS stanowiły o sile polskiego sportu i należy uczynić wiele, aby tę sytuację przywrócić.

Szkolenie zaplecza olimpijskiego to warunek przyszłych sukcesów, który zależy od organizacji systemu, a ten nie zawsze spełnia wymogi nowoczesności. Sprawą fundamentalną jest jednak właściwy proces szkoleniowy, prowadzony przez dobrze przygotowanych do zawodu trenerów, zarówno wśród dzieci i młodzieży, jak i dorosłych sportowców najwyższego poziomu.

Krótkie podsumowanie. Potrzeba nam odważnych decyzji i konsekwencji w ich realizacji. Trzeba jasno stwierdzić, że Igrzyska Olimpijskie w Pekinie nie zakończyły się dla Polski sukcesem, gdyż dziś nie ma w Polsce żadnej polityki rozwoju gier zespołowych, ani ze strony poszczególnych związków sportowych, ani nawet i grup, które funkcjonują w ramach różnych stowarzyszeń.

Dotychczasowa działalność poszczególnych polskich związków sportowych w grach zespołowych oparta jest na przypadkowych rozwiązaniach, z pogranicza amatorszczyzny i quasi-profesjonalizmu.

Kluczem do przyszłych sukcesów sportowych jest radykalna zmiana w podejściu do treningu, zarówno w jego strukturze, jak i treści. Etapy szkolenia obejmujące okres młodzieżowy powinny być skoncentrowane na trzech fundamentalnych zadaniach. Wszechstronnym przygotowaniu motorycznym, opanowaniu indywidualnego ataku i obrony w sytuacjach dynamicznych. I trzecie, ukształtowanie świadomości co do zadań i celów zawodnika wyczynowego.

Kalendarz rozgrywek ligowych w makrocyklu rocznym, z wydłużonym okresem startowym, sięgającym, tak jak już na wstępie powiedziałem, nawet 10 miesięcy, obliguje do dwóch rozwiązań. Wprowadzenia procesu szkoleniowego na podstawie struktury mikrocyklów – tylko tak można spróbować utrzymać wysoką formę – oraz indywidualizowania obciążeń treningowych. Trzeba korzystać również w grach sportowych z osiągnięć nauk podstawowych i koncepcji szkoleniowej trenerów dyscyplin indywidualnych, głównie lekkoatletyki. Adaptować ich wysiłki i wyniki na potrzeby gier zespołowych i współpracować interdyscyplinarnie. Systematycznie śledzić charakter gry najlepszych zespołów na świecie i w Polsce, wskazywać aktualne różnice jakościowe w grze, przewidywać trendy rozwojowe, przewidywać, podkreślam to. Powołać młodzieżowe akademickie ośrodki olimpijskie i usytuować je w uczelniach z tradycjami związanymi z daną dyscypliną, dysponującymi dobrą bazą treningową, wysoko kwalifikowaną kadrą i poparciem władz samorządowych i akademickich. Należy powiązać ich działalność szkoleniową z niepublicznymi szkołami mistrzostwa sportowego. Powołać akademię trenerską, o której już tutaj pan minister był uprzejmy wspomnieć. Ale ona powinna żyć. Opracować koncepcję doskonalenia zawodowego trenerów, uznając ją za fundamentalny warunek zmian jakościowych w grach zespołowych.

W aktualnej sytuacji nieodzownym warunkiem pozytywnych zmian jest wola polityczna władz polskiego sportu co do, po pierwsze, zwiększenia roli gier zespołowych w systemie sportu szkolnego i studenckiego. I po drugie, roli zespołowych gier sportowych w promocji polskiego sportu w kraju i za granicą. Rezultatem poparcia dla gier zespołowych w Polsce powinno być przyjęcie systemowej koncepcji i ich rozwoju w perspektywie, jak już wspominałem, około 10 lat. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję panu profesorowi za bardzo interesujące i wielokierunkowe wprowadzenie nas w problematykę zespołowych gier sportowych. Za chwilę rozpoczynamy kolejną część wystąpień. Proszę państwa, pan profesor Czerwiński mówił, że mamy myśl szkoleniową, odnosiliśmy sukcesy na arenie międzynarodowej. Takim przykładem był pan trener Antoni Piechniczek, dzisiaj senator, który podzielił się swoimi doświadczeniami z gier zespołowych.

Proszę uprzejmie.

Antoni Piechniczek

DOSKONALENIE KOMPETENCJI ZAWODOWYCH TRENERÓW SPORTU

Panie Ministrze! Panie Przewodniczący! Szanowni Goście! Szanowni Zebrani!

Z należytą pokorą i szacunkiem patrzę na salę, na wielu wykładowców, których byłem czasem uczniem, słuchaczem, często brałem udział w wielu konferencjach trenerskich, spotykałem się z autorytetami naukowymi, które zasiadają na tej sali, dlatego moja swego rodzaju trema, żeby rzeczywiście moje wystąpienie było jak najbardziej ciekawe.

Podjąłem temat, który jest bardzo, powiedziałbym, nośny, bo będę mówił o problemach współczesnego sportu na przykładzie piłki nożnej. Piłka nożna jest jedną z najbardziej popularnych gier zespołowych. Jesteśmy w przededniu Euro 2012, przygotowujemy się pod każdym względem bardzo starannie. Przy czym zgodzą się państwo, że nawet najlepsza strona organizacyjna, najlepiej rozbudowana infrastruktura nie spełni swojego zadania, jeśli nie wypadnie dobrze od strony czysto sportowej. Przypomnę, że podczas ostatnich Mistrzostw Europy w Szwajcarii i Austrii gospodarze nie wyszli z grupy i było to równoznaczne z wielką porażką tych krajów.

Zawsze przestrzegam moich kolegów, że jeśli nie osiągniemy sukcesu sportowego, to wtedy przez Miodową przejedzie czołg i zmiecie wszystkich i wszystko. Ale nim do realizacji takiej czarnej wizji dojdzie, pozwolą państwo, że opierając się na pewnych sprawach natury socjologicznej, przybliżę, jak ja sport widzę.

Sport jest jednym z najistotniejszych elementów kultury masowej. Jest on czynnikiem uniwersalności kultury fizycznej, płaszczyzną rywalizacji, ale i miejscem spotkania ludzi oraz ich porozumienia. Sport stał się dzisiaj, między innymi wskutek istnienia telewizji, najpopularniejszym widowiskiem świata. Żadna inna dziedzina: teatr, kino, muzyka, nie dysponują arenami o tak ogromnej liczbie miejsc, nie dostarczają takich emocji, takich dramatycznych wydarzeń i ciągle nowych osiągnięć. Doniosłość sportu we współczesnej kulturze jest oczywista. Sport zbliża ludzi, narody, uczy zasady równości i poszanowania norm wspólnych dla wszystkich. Sport jest też szkołą przyjaźni, braterstwa, poczucia wspólnoty. Sport jest częścią współczesnego świata i nie stanowi układu izolowanego od jego konfliktów i trudności. Sport kształtuje charaktery, jest szkołą pracy i czystej walki, jest żywym zjawiskiem, doskonałym instrumentem do kształtowania woli, niepowtarzalną szansą dla rozumnych społeczeństw, szansą nie tylko fizyczną, ale i moralną.

Sport jednoczy nie tylko wartości, ale przede wszystkim ludzi. Sport przez swój masowy charakter, zdolność skupienia przestrzennego wielu ludzi naraz i wreszcie ze względu na swoją prostą strukturę działania, której tajniki potrafi zrozumieć i robotnik, i intelektualista, i człowiek dojrzały, i młodzież, pozwala ludziom przeżywać ich społeczną naturę, jedność, gorące uczucia dzielone z innymi.

Tu tkwi sens sportu. Sportowiec pragnie zwyciężyć, człowiek na trybunie pragnie zwycięstwa swego sportowca, swojej drużyny. Sport jest zjawiskiem społecznym, to ludzie decydują, jaki jest i jaki będzie i czy będzie. Dzisiaj ludzie pragną takiego sportu, ale ludzie się zmieniają.

Myślę, że ta socjologiczna analiza oddaje najwierniej, aczkolwiek myślę, że ona nie zaspokaja ambicji tych ludzi z teorii sportu i etyki, którzy widzieliby sport w dawnym kształ-

cie, w kształcie olimpizmu, idealizmu, z mniejszą dozą komercji, z mniejszą dozą spraw czysto finansowych.

Jak się do tego idealnego obrazu sportu ma światowa piłka nożna? Piłka nożna jest jedną z najbardziej popularnych dyscyplin. Dzisiaj futbol to więcej niż tylko gra, jest to polityka i biznes. FIFA, Międzynarodowa Federacja Piłki Nożnej, jest jedną z największych korporacji, z rocznymi przychodami sięgającymi miliarda dolarów. Imperium Seppa Blattera, prezesa FIFY, liczy dwieście siedemdziesiąt milionów poddanych, tyle jest na świecie oficjalnie zarejestrowanych piłkarzy, sędziów i trenerów. Nie będzie przekłamaniem określenie, iż Blatter jest w pierwszej piątce najbardziej rozpoznawanych ludzi na świecie. Jest on mistrzem dyplomacji i mistrzem gierki wyborczych, co zapewnia mu pełnienie funkcji sekretarza generalnego i prezesa FIFY przez lat 30. Podobne zjawiska obserwujemy i w polskim futbolu.

Sumy, jakimi federacja operuje. Za Mistrzostwa Świata w Niemczech to miliard 860 milionów euro. Kwota ta pochodzi ze sprzedaży biletów, praw transmisji telewizyjnych, reklam, pamiątek itd. Z ostatnich mistrzostw w Republice Południowej Afryki jeszcze danych nie ma.

W sumie czysty zysk FIFA kształtuje się w granicach 500, 600 milionów euro. Oczywiście, że na te duże kwoty składają się olbrzymie pieniądze jako dywidendy dla federacji, które brały w tym udział.

Kondycja Polskiego Związku Piłki Nożnej jest w tej chwili o wiele słabsza niż kiedyś. A przypomnę, że jest to stowarzyszenie, które nie czerpie dochodów ze spółek Skarbu Państwa, nie ma żadnej dotacji – jeśli państwo cokolwiek daje, to jedynie na szkolenie młodzieży – natomiast na prowadzenie reprezentacji, na prace Polskiego Związku Piłki Nożnej nie dostajemy złamanej złotówki. Te dywidendy byłyby większe, gdyby Polska zakwalifikowała się do mistrzostw świata, ale nieobecni przegrywają, nieobecni pieniędzy nie dostają.

Najpopularniejszy na świecie sport znalazł się na rozdrożu. Dzisiaj rodzi się pytanie, czy kondycja finansowa klubu powinna wpływać na wyniki bardziej niż umiejętności i siła woli piłkarzy? Odpowiedź zależy od nastrojów, jakie będą przeważać w kwaterze głównej FIFA. Jeśli dalej będzie się ona przekształcać w organizację polityczną-komercyjną, to wtedy ci wszyscy, którzy kochają wielką piłkę, przegrają z kretesem.

Blattera trudno nazwać prawdziwym demokratą, ale z drugiej strony, nie jest łatwo zarządzać organizacją, w skład, której wchodzi dwieście osiem narodowych federacji piłkarskich. Bez twardych metod nie jest to możliwe.

Jak się do tego ma polski futbol? Otóż pozwoliłem sobie na wypunktowanie czynników, które mają najbardziej negatywny wpływ na obraz piłki nożnej w naszym kraju, a i pośrednio sportu.

Pierwszy to jest agresja, rasizm, doping, media, pieniądze, sportowy imperializm. Celowo omijam sprawę korupcji, bo sprawa jest dalej niedokończona. Trudno mi więc tutaj wypowiadać się w sposób autorytatywny.

W zasadzie agresja w sporcie ma dwa ujęcia. Pierwsze, to dotyczy złości, czysto sportowej agresji. Nie wyobrażamy sobie gier zespołowych bez odpowiedniej dozy agresji, bez tej złości sportowej, która wyzwala dodatkowe siły, która pozwala nawiązać równą walkę z przeciwnikiem, która pozwala odpowiednio ustosunkować się do gry nie fair przeciwnika, do złego sędziowania, do obraźliwych epitetów, które często padają z trybun.

Sportowiec, który nie ma serca, który nie ma determinacji, jest z góry skazany na przegraną i agresja na odpowiednim poziomie jest oczywiście warunkiem, aby podjąć skuteczną grę. Oczywiście dalecy jesteśmy do przyklaskiwania reakcjom takim jak Zinedine

Zidana w pamiętnym finale mistrzostw świata, czy też ostatnio pokazywany incydent z ligi włoskiej, kiedy Eto'o w podobnym stylu jak Zidane załatwił swojego przeciwnika.

Oczywiście, że przepisy pewne sprawy regulują. Przepisy regulują sprawy dotyczące czerwonych i żółtych kartek, eliminacji z jednego meczu, zawieszenia w kolejnym meczu itd. Ale w moim przekonaniu najbardziej istotnym czynnikiem jest odpowiedni trener, trener, który potrafi odpowiednio dozować stopień agresji, który potrafi zawodnika odpowiednio zmotywować, ale który potrafi też czasem przywołać do porządku zawodnika szczególnie agresywnego, krewkiego, który przez swoje błędne decyzje może osłabić zespół.

I druga agresja, która jest widoczna na co dzień, to jest agresja tłumu kibiców na poszczególnych meczach. Socjologia mówi mniej więcej w ten sposób, że każdy z nas z chwilą urodzenia przechodzi pewien proces socjalizacji. Żyjemy w określonym kraju, w określonej kulturze, w określonym środowisku, przestrzegamy określonego systemu wartości, jesteśmy edukowani i wychowywani itd.

A z drugiej strony, ta socjalizacja daje pewien margines swobody i ktoś, kto jest uczestnikiem imprez sportowych, ma prawo do takiej, a nie innej reakcji. Przy czym podobnie jak w przypadku sportowców musi to być reakcja kontrolowana. Rzeczywiście, na tym polu jest do zrobienia najwięcej, dlatego że dzisiaj agresja kibicowska się przeradza prawie że w zorganizowane grupy przestępcze, które mają swoją obsługę prawną, które mają swoje zabezpieczenie medyczne, które często incydenty na stadionach traktują jako trening, jako sposób wyżycia się, jako sposób nabierania sprawności w bójkach masowych.

Chciałbym też zwrócić uwagę na bardzo istotny czynnik natury prawnej, który nie do końca jest wykorzystywany. Rzecz nie polega na bardzo surowej karze, rzecz polega na tym, że przestępstwo zostanie udowodnione i że delikwent zostanie ukarany.

Swego czasu prowadziłem lustrację, miałem okazję być na meczu Legii, która grała mecz z Widzewem o mistrzostwo Polski. Mecz był o najwyższą stawkę. Proszę sobie wyobrazić, że nowo przygotowane foteliki były przez słynną „żyletę” z premedytacją wyrwane i rzucone na murawę. Przyglądał się temu prezydent kraju. Zastanawiałem się, jak prezydent powinien się w danym momencie zachować. Czy powinien puścić to płazem, zareagować, jakby się nic stało, czy też powinien zawołać swojego adiutanta i powiedzieć, słuchaj, sprowadź jednostki nadwiślańskie, niech w ciągu 5 minut zrobią porządek.

Otóż świadomość tych kibiców, że to im uchodzi płazem, doprowadza do takiej, a nie innej reakcji. Dzisiaj szefowie Legii mają problemy z kibicami, którzy wprowadzają bojkot, którzy nie kibicują drużynie, którzy strajkują, nie przychodzą na mecze itd. Jest to naprawdę bardzo poważny problem. Odpowiednia ustawa pewne rzeczy reguluje, ale czy reguluje w odpowiednim stopniu, oto jest pytanie. Czy my jesteśmy konsekwentni w tym, co robimy?

Gdy idzie o sprawy dopingu, to chciałbym tylko powiedzieć, że w trakcie ostatnich mistrzostw Europy pobrano dwieście osiemdziesiąt sześć próbek moczu i krwi, sto sześćdziesiąt poza zawodami, sto dwadzieścia sześć na zawodach.

„Ani trochę nie żałuję, że przyjąłem propozycję, żeby biegać na dopingu”. To słowa Bena Johnsona, Kanadyjczyka, złotego medalistę z Seulu w 1988, rekord świata 9,79 sek. „Musiałem robić to samo co inni sprinterzy światowej klasy. Bez przyjmowania sterydów na arenie międzynarodowej byłbym nikim”.

Trzecim bardzo istotnym czynnikiem są media. Stworzenie odpowiedniego dobrego klimatu, to o czym mówił pan minister, nie obejdzie się bez odpowiednich mediów. A my mamy media takie, jakie mamy. Nie chcę być złośliwy, nie chcę tu cytować, co pisały. Poziom mediów jest boleśnie niski, nagminna jest bezrefleksyjność, brak kompetencji w sprawach, w których uzurpują sobie miano eksperta.

Jedno zdanie autorytetu filozoficznego. „Media powinny mieć poczucie odpowiedzialności za siłę oddziaływania, jaką mają”. To słowa Zygmunta Baumana.

I ostatnie zdania. Dotyczące czegoś, co się rzadko spotyka, rzadko państwo mają okazję z takim terminem się spotkać: imperializm sportowy. Co to takiego jest? Polega na przepływie najbardziej uzdolnionych sportowców z krajów biednych do krajów bogatych, gdzie znajdują oni doskonale warunki treningowe, grają w prestiżowych ligach, za godziwe pieniądze. I otwierają się przed nimi horyzonty dalszego awansu sportowego i społecznego.

Z drugiej strony, patrząc na kapitał ludzki krajów biednych, następuje eksploatacja i obniżenie poziomu sportowego tych krajów. Chciałbym powiedzieć, że my należymy do tych krajów biednych. Na przestrzeni ostatnich 5 lat z Polski wyjechało czterystu sześćdziesięciu pięciu młodych uzdolnionych piłkarzy, tak że jak Franciszek Smuda powoła dwóch, media piszą, jak on może budować reprezentację na ludziach, którzy w celach zarobkowych, czy też z przyczyn politycznych, wiali ileś tam temu, to od razu nasuwa się odpowiedź: czterystu sześćdziesięciu pięciu młodych, uzdolnionych piłkarzy wyjechało za darmo. Gdyby ich puścić w okresie ich szczytowej formy, w okresie ich rozwoju, gdyby ich podszkolić, gdyby nie sprzedać małego Jasia, tylko sprzedać dorosłego Janka, to wtedy być może efekty byłyby bardziej namacalne w sensie i finansowym, i prestiżowym.

Krótko mówiąc, zapraszam państwa już dzisiaj na konferencję, którą chcemy poświęcić całkowicie piłce nożnej i głównie Euro 2012, pod każdym względem, ale głównie sportowym, w styczniu lub na przełomie stycznia i lutego przyszłego roku. Dziękuję.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie.

Wybitny trener Antoni Piechniczek zwrócił uwagę na współczesne dylematy i zobaczyli państwo, ile różnych ciekawych zjawisk, ale jednocześnie zagrożeń nas czeka.

A teraz przejdziemy od praktyki do spojrzenia pana profesora Adamusa z zespołem, przedstawiciela Uniwersytetu Jagiellońskiego, na problemy piłki nożnej.

Proszę uprzejmie, Panie Profesorze.

Wiktor Adamus, Józef Bergier, Edward Mleczeko
Uniwersytet Jagielloński
Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

METODY WIELOKRYTERIALNE W OPTYMALIZACJI SYSTEMU SZKOLENIA SPORTOWCÓW

Mam zaszczyt i honor zaprezentować w tej chwili dwa referaty, w imieniu również moich kolegów, pana profesora Edwarda Mleczi i pana profesora, senatora Józefa Bergiera.

Temat pierwszej prezentacji to „Metody wielokryterialne w optymalizacji systemu szkolenia sportowców”. Chciałbym tego dokonać na przykładzie propozycji wykorzystania metody Analitycznego Hierarchicznego Procesu w organizacji Euro 2012.

Celem jest prezentacja metod wielokryterialnych w optymalizacji systemu szkolenia sportowców z podaniem przykładów wykorzystania metody AHP. Metody te są znane. W literaturze, szczególnie w literaturze matematyczno-psychologicznej, jest dość duży zbiór metod, które się nazywają metody badań operacyjnych, wykorzystywane do rozwiązywania różnych problemów, decyzyjnych przede wszystkim. Nie wszystkie niestety artykuły, które w tym zakresie są napisane, czy nie wszystkie metody ich rozwiązania, są pokazywane, bo jakby w pewnym stopniu nie wszyscy chcą ujawnić, że metody wielokryterialne, metody matematyczno-psychologiczne mogą wspomóc działania na przykład w sporcie.

Pokazuję tylko niektóre. To skróty od nazw angielskich: MAUT, Promethee Electre, Macbeth, DEA, łańcuchy Markowa czy na końcu metody AHP/ANP, to jest Analityczny Proces Hierarchiczny/ Analityczny Proces Sieciowy. I te dwie metody przede wszystkim chciałbym wykorzystać, zastosować. Twórcą, autorem tych metod jeden z najwybitniejszych naukowców ostatniego stulecia, a nawet obecnie – za chwilę dostanie najwyższą godność Uniwersytetu Jagiellońskiego, czyli tytuł doktora honoris causa, noblista Thomas L. Saaty. On ją stworzył i dalej wykorzystuje do rozwiązywania najbardziej doniosłych problemów, jakie są na świecie, począwszy od rozwiązania problemu pomiędzy Sowietami a Amerykanami w latach 60. o tak zwaną Zatokę Świń itd.

Obecnie te metody są również wykorzystywane do rozwiązywania problemów w sporcie. Po raz pierwszy chciałbym zastosować szczególnie Analityczny Proces Hierarchiczny do rozwiązania jakiegoś problemu sportowego. Na slajdzie jest pokazane, że zaczynamy od budowy drzewa hierarchicznego złożonego z wszystkich czynników, które wpływają na rozwiązanie danego problemu.

Przede wszystkim pierwszą rzeczą jest zbudowanie struktury hierarchicznej i porównanie poszczególnych elementów pomiędzy sobą. Na szczycie stawiamy sobie cel główny, który mamy do rozwiązania, następnie określamy kryteria, które porównujemy w stosunku każdy z każdym, z tak zwanej fundamentalnej skali Saaty’ego, do celu głównego, i następnie do kryteriów określamy tak zwane subkryteria i też je porównujemy w stosunku do kryterium poszczególnego. Najpierw porównujemy to werbalnie, słownie, żeby później przedstawić w postaci liczby poszczególne wielkości priorytetów. Liczba zawsze daje większy prestiż, większą powagę w wyniku końcowym. Że można ująć dany problem, niekiedy tak zwany ulotny, który jest niemierzalny, a za pomocą tych metod można zmierzyć dane problemy. Chciałem wspomnieć, że to jest metoda typowo ekspercka, gdzie eksperci

na podstawie wiedzy, doświadczenia, intuicji, zdrowego rozsądku, niekiedy emocji, porównują, co jest ważniejsze. Ale ich zadanie polega na tym, żeby nie tylko porównać, co jest ważniejsze w rozwiązaniu danego problemu, ale ile razy od tak zwanej fundamentalnej skali Saaty'ego, od 1 do 9, albo od równowagi, słabej przewagi, mocnej przewagi, bardzo mocnej przewagi, takiej dominującej, przyniatającej jednego kryterium nad następnym.

To jest ta dziewięciostopniowa skala porównań Saaty'ego, o której już wspomniałem.

Założenia badawcze, jakie wzięliśmy przy pisaniu tego artykułu. Ilościowa ocena i porównywanie różnych obiektów jest dużo trudniejsze dla oceniającego niż przeprowadzenie tych samych operacji przy stosowaniu jakościowego wyrażenia preferencji, za pomocą komunikacji werbalnej, bo okazuje się, że człowiek przywiązuje duży stopień precyzji, powagi i pewności do stwierdzeń liczbowych, których to zazwyczaj nie kojarzą ze stwierdzeniami słownymi.

Następne – możliwość kwantyfikacji ocen werbalnych za pomocą metod wielokryterialnych. To czyni kwantyfikację, zamianę wielkości słownych na liczbowe. I możliwość obiektywizacji sądów ludzkich z pomocą metod wielokryterialnych. Jest dość dużo literatury psychologicznej na ten temat.

Etapy metody. Chciałbym przedstawić na przykładzie organizacji Euro 2012. Co prawda organizacja Euro 2012 już trwa, ale chcielibyśmy na tym przykładzie pokazać wykorzystanie, a dopiero następnie przejść do rozwiązywania poszczególnych problemów w sporcie.

Zidentyfikowanie celu głównego, poznanie czynników wewnętrznych i zewnętrznych determinujących rozważany aspekt sportowy, zbudowanie wielopoziomowej struktury problemu w postaci drzewa hierarchicznego. I to jest jakby całość najważniejsza. Na górze stawiamy w strukturze hierarchicznej organizację Euro 2012, optymalizację tej organizacji jako cel główny.

Co wpływa na optymalizację, co nam przyniesie korzyści i jakie koszty? Każdą decyzję, jaką podejmujemy, podejmujemy w czterech wartościach. Korzyści, jakie nam przyniesie podjęcie takiej, a nie innej alternatywnej decyzji. Koszty, ukryte korzyści, ulotne, które nazywamy szansami, i ulotne koszty, które każdą decyzję dotyczą. Ryzyko. I w tych czterech wartościach zwykle prezentujemy tę metodę. I na przykład: co nam przyniesie w ogóle organizacja Euro na czas, kiedy będzie organizowane i również na daleką przyszłość? Bo przecież wiadomo, że na przykład autostrady, drogi, boiska sportowe, hotele i restauracje itp. nie zostaną na kilka tygodni, kiedy będą mistrzostwa Europy w Polsce i na Ukrainie, ale zostaną jeszcze na 20, 50, może 100 lat.

Rozwój infrastruktury – wzięliśmy takie kryteria główne – później rozwój turystyki, wzrost zatrudnienia, popularyzacja sportu, no i oczywiście ogromna promocja Polski. I teraz w wyniku tych porównań – to są kryteria główne, za chwileczkę pokażemy, jak one się przedstawiają w postaci najpierw słownej, później poprzez normalizację wektora własnego, macierzy, w tej metodzie określamy wielkość priorytetów liczbowych i te wielkości liczbowe za chwileczkę przedstawimy.

A na końcu, na samym dole, co wynika z problemu, który rozwiązujemy. Musimy podjąć jakąś strategię. Zawsze musimy mieć co najmniej dwie strategie, nie możemy nigdy mówić o jednej strategii w podejmowaniu decyzji. I wybieramy tę strategię, która jest najlepsza, która ma największy priorytet. Żeby ją wybrać, musimy znać te strategie, jakie one są, i porównać je między sobą w stosunku do wszystkich tych subkryteriów, które są na tym slajdzie.

Określenie dominacji (preferencji) kryteriów głównych poprzez porównanie parami ich ważności. I później kwantyfikacja opinii werbalnych wyżej wymienionych porównań na podstawie skali Saaty'ego.

Saaty to również genialny matematyk, znakomity psycholog, rozwiązujący najważniejsze problemy, zapraszany przez różne gremia naukowe, a nawet parlamenty. Przemawiał w różnych parlamentach, żeby rozwiązać jakieś problemy za pomocą swoich metod. Nawet wprowadził pewne definicje, że w przyszłości najbardziej doniosłe problemy na świecie będą rozwiązywane za pomocą tych metod.

Wprowadził nawet pewien współczynnik, który pozwala wyłapać, gdzie się mylimy albo gdzie kłamiemy, gdzie nie mówimy prawdy. Czy mylimy się, czy mówimy prawdę, czy jesteśmy zgodni, czy logiczni. Pobudza to do nieprawdopodobnie ogromnego zaangażowania szarych komórek, przy porównywaniu, że to nie robi się przy punktacji, że tu się daje pięć, siedem punktów. Nie tylko powiedzieć, co jest ważniejsze, ale ile razy i żeby się nie pomylić, wcześniej, żeby zapamiętać, które porównania zostały już zrobione.

Określenie strategii optymalizacji organizacji Euro 2012. I tutaj pokazujemy priorytety dla głównych kryteriów. Na przykład już poprzez porównanie przy wykorzystaniu programu komputerowego Expert Choice, okazuje się że rozwój infrastruktury to jest najważniejsza korzyść, która będzie, bo na razie patrzymy na korzyści. Za chwileczkę koszty. Największe korzyści byśmy odnieśli z rozwoju infrastruktury, prawie 39%. Na drugim miejscu promocja Polski, prawie 30%, blisko 20% wzrost zatrudnienia, rozwój turystyki 8% i popularyzacja sportu 5%. W ten sposób, poprzez porównanie. Kto robi te porównania? Eksperti. Wybieramy zawsze ekspertów, którzy najlepiej znają się na danym problemie, który chcemy rozwiązać.

Już nie będę pokazywał liczb, ale żeby było bardziej obrazowo, za pomocą takich wykresów. Synteza w odniesieniu do korzyści z organizacji to są te najważniejsze kryteria. Następnie, co jest najważniejsze w odniesieniu, na przykład, do infrastruktury. Około 50% to będą w infrastrukturze autostrady i drogi, które budujemy, które zostaną nie tylko na mistrzostwa Europy, ale zostaną one na długie, długie, lata. Będziemy mogli z nich korzystać. Stadiony i boiska. Na przykład w Krakowie wybudowaliśmy już dwa stadiony: i stadion Wisły, i stadion Cracovii. Wiadomo, że one w zasadzie w ogóle nie będą służyć podczas mistrzostw Europy, ale zostaną nam na wiele, wiele lat. Podobnie hotele, restauracje itd.

Synteza w odniesieniu do promocji Polski. Promocja kraju atrakcyjnego – jako najważniejsze kryterium. Później obszar recepcji turystycznej, naturalna przestrzeń Polski, branża turystyczna w internecie itd.

Synteza w odniesieniu do wzrostu zatrudnienia. Przy budowie obiektów najwięcej, później przy obsłudze turystów. Synteza w odniesieniu do rozwoju turystyki. Turystyka wypoczynkowa i krajoznawcza, ochrona środowiska przyrodniczego.

Wszystkie czynniki jest dwadzieścia jeden. Proszę zwrócić uwagę, jak byśmy nadali każdemu priorytet z tych obliczeń, ile, co jest najważniejsze, jeśli chodzi o korzyści, jakie największe korzyści Polska będzie mieć z organizacji Euro 2012, to autostrady i drogi dają 20%, stadiony i boiska, promocja Polski jako kraju atrakcyjnego, wizerunek, bo przecież to zobaczy parę miliardów osób. Dalej obsługa turystów, naturalna przestrzeń Polski itd., na końcu restauracje, szkoły itp.

Przejdźmy jeszcze do kosztów. Jeśli byśmy wzięli koszty, priorytety dla głównych kryteriów kosztów organizacji, to rozwój infrastruktury pochłonie największe koszty, żeby przygotować te mistrzostwa. Ale wzrost zatrudnienia również będzie dość wysoko, promocja Polski, najmniej rozwój turystyki, popularyzacja sportu również mniej, chociaż tam były i korzyści najmniej.

I teraz określimy, jak w poszczególnych grupach przedstawiały się koszty. No więc rozwój infrastruktury to najwyższe koszty, wzrost zatrudnienia i proporcjonalnie promocja Polski, rozwój, popularyzacja sportu. To samo w odniesieniu do rozwoju infrastruktury.

Autostrady i drogi najwięcej zajmą miejsca, jeśli chodzi o koszty. Niżej znajdują się stadiony i boiska i hotele, restauracje itd.

W odniesieniu do wzrostu zatrudnienia przy budowie obiektów, wzrostu przy promocji Polski, obszar recepcji turystycznej to ponad 50% z tych czterech elementów wziętych pod uwagę. Rozwój turystyki. Turystyka wypoczynkowa i krajoznawcza około 40%, następnie w odniesieniu do popularyzacji sportu, najwięcej w szkołach, osiedlach, wsiach i miastach mniej, najmniej w zakładach pracy.

I znów, synteza w odniesieniu do wszystkich elementów, które wzięliśmy pod uwagę. Oczywiście każde spojrzenie może być inne. To jest pewnej grupy ekspertów, że te elementy są najważniejsze, jeśli chodzi o korzyści i koszty organizowania Euro 2012, ujęcie globalne.

I ostatni już wykres – relacja korzyści do kosztów. Najlepsza relacja dotyczy promocji Polski. Przecież wiele osób obejrzy Polskę, być może nawet takich, które do tej pory nawet nie wiedziały, gdzie Polska jest. I być może w przyszłości, nie tylko w czasie mistrzostw, ale w przyszłości, wiele z tych osób przyjedzie do Polski. Z tego wynika największa korzyść w porównaniu do kosztów. Jest prawie równowaga pomiędzy rozwojem infrastruktury, jeśli chodzi o proporcje korzyści do kosztów. Następnie wzrost zatrudnienia, mniej na rozwój turystyki i najmniej: popularyzacja sportu, bo tu są większe koszty niż korzyści.

Wnioski. Badania różnych autorów dowiodły, że korzystanie przez trenerów sportowych, naukowców z metod naukowych (badań operacyjnych) przyniosło wiele owoców i to udowodniono. Niektórzy nawet umyślnie nie pokazują tych wyników badań, bo pamiętamy, jak kiedyś Gosset, który pracował w browarze w Wielkiej Brytanii, i nie pozwalamo mu, żeby swoim nazwiskiem się podpisywał, podpisywał się jako Student. I mamy też studenta, na przykład, w statystyce matematycznej, żeby ukryć, że metody statystyczne, matematyczne, psychologiczne, inne mogą pomóc przynieść jakieś owoce.

Wyniki przeprowadzonych badań za pomocą metod wielokryterialnych w zakresie korzyści i kosztów organizacji Euro 2012 wskazują na praktyczne wykorzystanie tych metod. W związku z olbrzymią ilością danych dostępnych z coraz większej ilości obiektów sportowych prawie każdy aspekt w sporcie, tak uważamy, może być poddany analizie ilościowej. Względne wartości (wagi) kryteriów są wynikiem porównań parami ważności każdego z każdym kryterium. Metoda bazuje na silnych podstawach, przede wszystkim matematycznych, matematyki rozmytej, ale również na psychologii poznawczej. To tak, jakby połączenie psychologicznej strony i matematycznej. Metoda bazuje na psychologii poznawczej, mimo to że bazuje na osądach ludzkich. A jakie są z natury osądy ludzkie? Wszyscy wiemy w psychologii, że osądy ludzkie są subiektywne. Ale mimo wszystko, ta metoda w pewnym stopniu jakby obiektywizuje to i stąd ludzie będą uważać ją za sprawiedliwą.

To tyle odnośnie do tej prezentacji, oczywiście pokazane tylko w stosunku do jakiegoś małego zadania. Napisano setki, a nawet może tysiące artykułów na temat organizacji Euro, ale jeszcze raz chcieliśmy to zaprezentować. Dziękuję za tę prezentację. Mam jeszcze następną dotyczącą wykorzystania metod do optymalizacji systemu szkolenia kobiet do 15 lat w piłce nożnej.

Wiktor Adamus, Józef Bergier, Edward Mleczek,
Uniwersytet Jagielloński
Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

WYKORZYSTANIE METODY AHP W DOSKONALENIU W POLSCE WYCZYNOWEGO SZKOLENIA SPORTOWEGO KOBIEŃ W PIŁCE NOŻNEJ

Szanowni Państwo!

Przypadł mi w udziale miły obowiązek zaprezentowania przed tak zaszczytnym audytorium kolejnego referatu, wspólnie z panem senatorem Józefem Bergierem i wspólnie z panem rektorem Edwardem Mleczką, na temat wykorzystania metody AHP w doskonaleniu w Polsce wyczynowego szkolenia sportowego kobiet w piłce nożnej.

Jest to ujęcie też w postaci podobnej metody, a w zasadzie nawet tej samej – Analityczny Proces Hierarchiczny. Jest również Analityczny Proces Sieciowy – również opracowany przez profesora Saaty'ego. Celem tej pracy będzie prezentacja metody doskonalenia w Polsce wyczynowego szkolenia sportowego kobiet w piłce nożnej.

Jakie z kolei tu elementy uwzględniliśmy? Najważniejsze jest zbudowanie całego modelu hierarchicznego szkolenia. Które elementy są najważniejsze? Za cel główny wzięliśmy doskonalenie systemu, na przykład nabór i selekcja. I w ramach tego naboru i selekcji mamy osiem czynników, przygotowanie kondycyjne – dziewięć czynników, struktura rzeczowa – cztery, odnowa – pięć czy sześć czynników, zawody i baza treningowa. To razem około czterdziestu czynników. Czterdzieści czynników wzięliśmy pod uwagę, które by wpływały na doskonalenie systemu, aspektów, które wpływają na doskonalenie systemu szkolenia sportowego kobiet w piłce nożnej. Państwo doskonale wiedzą, że piłka nożna kobiet już jest dyscypliną olimpijską.

Na końcu zaproponowaliśmy model polski, rosyjski, niemiecki, można jeszcze połączyć różne modele. Można jeszcze dodatkowo samemu wymyślić różne modele, żeby poprzez porównanie do wszystkich tych czynników, każdy z każdym, wybrać optymalny. To jest ta sama sieć, którą przed chwileczką pokazałem, z tym tylko, że to jest już z innego programu, Super Decision, opracowanego również pod kierunkiem profesora Saaty'ego. I przez porównywanie poszczególnych elementów między sobą, nie wychodząc właśnie z tego programu, będę pokazywał, jak kształtują się poszczególne priorytety. Na przykład, gdybyśmy zapytali, który jest najważniejszy priorytet: czy przygotowanie kondycyjne, czy nabór i selekcja, czy struktura rzeczowa, czy odnowa, zawody, czy baza, to w pierwszej chwili byłoby trudno to stwierdzić. A jeśli eksperci porównają każdy z każdym z tych elementów i następnie obliczymy priorytet liczbowy, to wtedy dowiemy się, który jest rzeczywiście najważniejszy. I w ramach, na przykład, przygotowywania kondycyjnego zastanawiamy się, czy szybkość biegowa, czy wydolność beztlenowa, czy siła eksplozywna kończyn dolnych, czy gibkość, czy wiedza. Czy może szybkie podejmowanie decyzji. Wprowadziliśmy takie elementy, które Saaty nazywa ulotnymi, które uważa się za trudno mierzalne, ale jakże ważne właśnie w przygotowaniu i w szkoleniu.

Proszę zauważyć, że tutaj nikt do tej pory takich elementów nie wprowadzał. Skuteczność bronionych bramek, skutecznych strzałów na bramkę itd. Nabór i selekcja. Jest tu wiele elementów. Na przykład zainteresowanie sportem, stabilność emocjonalna, odpowied-

ni stan zdrowia, predyspozycje psychiczne, ale na przykład też zdolności intelektualne. Przecież te osoby są nie tylko po to, żeby mocno kopnąć piłkę, one muszą mieć również odpowiedni poziom intelektualny. Nieraz patrzę na sportowców, jak szybko podejmują decyzje i równocześnie, jak ważna jest ta zdolność intelektualna wiążąca się z szybkością myślenia, zdolnością kojarzenia. I również z podejmowaniem decyzji. Tak więc szybkość myślenia, pojętność i przewidywanie różnych zdarzeń, żeby szybko mogli na boisku wykorzystywać swoje atuty.

Dalej: struktura rzeczowa – elementy techniczne, taktyczne, psychologiczne. I motywacja do ciągłego działania. Odnowa: odżywianie, leczenie farmakologiczne, odporność na choroby itd. Zawody: liczba meczów w sezonie, ranga zawodów, liczba strzelonych bramek, liczba obronionych bramek, liczba straconych bramek, ostrzeżenia, takie jak kartki, faule itp. No i oczywiście baza treningowa, miejsce zgrupowań, monitoring treningu, indywidualizacja szkoleń, zabezpieczenie socjalne.

I teraz już od razu wyniki. W stosunku do celu głównego, tych głównych kryteriów, które przyjęliśmy, jest sześć. Ktoś powie, że bez przygotowania kondycyjnego nie mają co wchodzić na boisko. I tu nam wychodzi dokładnie określony priorytet, jaki jest dla przygotowania kondycyjnego. Następne są zawody. Im więcej będą grać, wiadomo, że będą grać lepiej. Więc z porównania okazuje się, jakie się kształtują te priorytety. Kolejny to nabór i selekcja, również odnowa, bardzo ważne, ale jeszcze baza treningowa. Okazuje się, że najmniej istotna, chociaż też jest istotna, tylko już mniej.

Po co to jest w takich strukturach, które teraz budujemy? Żeby skupić się nie na wszystkich w jednakowym stopniu, tylko na tych najbardziej newralgicznych elementach. Wybrać zgodnie z zasadą Vilfredo Pareto 20% najważniejszych elementów i na nich się skupiać. I wtedy, zgodnie z zasadą Vilfredo Pareto, uzyskujemy 80% sukcesu, wyniku. Jeśli się skupimy na 80, otrzymamy 20. Nie możemy na wszystkich skupić się w jednakowym stopniu.

Szybkość biegowa. Tutaj najważniejsze jest przygotowanie kondycyjne, to jest skuteczność strzałów na bramkę. Nie tylko same strzały, ale w ogóle ilość, skuteczność. Na następnych miejscach szybkie podejmowanie decyzji, szybkość biegowa, siła eksplozywna kończyn dolnych itd.

Jeśli chodzi o nabór i selekcję. Tu przede wszystkim odpowiedni stan zdrowia, dalej zdolności intelektualne, ten tak bardzo ważny element, następnie rozwój biologiczny. I kolejne. Sprawność ogólna, budowa somatyczna, mniej może zainteresowanie sportem, ale też jest ten element, 2%, jest też stabilność emocjonalna.

Czy państwo zauważyli ten współczynnik zgodności, on tu jest pokazywany. Nie może przekroczyć 10%. Jak się mylimy powyżej 10%, to taki przeprowadzony wywiad odrzucamy, ewentualnie nie tylko mówimy, że jest taki procent pomyłki, ale również możemy powiedzieć, w którym miejscu się mylimy, gdzie porównujemy. Gdy ewentualnie ktoś, jakiś trener zagraniczny czy inny może nie chcieć nam czegoś powiedzieć, zdradzić, to my wyłapiemy, w którym miejscu mówi nieprawdę.

Teraz porównanie subkryteriów w odniesieniu do kryterium struktura rzeczowa. Najpierw – przygotowania psychologiczne, prawie 50%, motywacja do ciągłego działania.

Z kolei, jeśli chodzi o kryterium odnowa, najwyżej jest odżywianie, później odporność na choroby i kontuzje, zdolność do szybkiej regeneracji. Jeśli chodzi o kryterium zawody, to na początku jest liczba strzelonych bramek, następnie liczba straconych bramek, również liczba obronionych bramek, kiedy strzelają, ale obrońcy albo bramkarz bronią i piłka nie wpada do siatki. No i ranga zawodów, mniej może liczba meczów w sezonie.

Baza treningowa. Najważniejsze to indywidualizacja szkolenia, żeby wyłapać talenty – 44%, drugie – monitoring treningu, zabezpieczenie socjalne, ale na końcu miejsce zgrupowań.

Wnioski. Zaprezentowana metoda pozwala na ujęcie holistyczne procesu przygotowania młodych kobiet do wyczynu sportowego, na kompleksowe ujęcie zagadnienia. Oczywiście, na pewno jest tu na sali ktoś, kto powie: a może takiego elementu nie ma, a może ten jest niepotrzebny. Oczywiście, jest to nasze spojrzenie, każdy inaczej może spojrzeć na ten problem, inaczej przygotować czy podobnie. Prawdopodobnie większość zgodzi się, a część może powiedzieć, że inne.

Analiza wielokryterialna pozwala na uwzględnienie w modelu praktycznie wszystkich aspektów doskonalenia szkolenia sportowego młodych kobiet w piłce nożnej. Dokonane obiektywne porównania ważności kryteriów modelu przez ekspertów w piłce nożnej kobiet pozwalają, na przykład ekspertom prowadzącym kadre – doktor Witkowski pomógł nam w tym – na oszacowanie priorytetów liczbowych dla wszystkich kryteriów, subkryteriów i alternatywnych modeli przyjętych do analizy procesu. Można tym samym skupić się właśnie na tych newralgicznych celach szkolenia, które chcemy realizować.

Różnorodność ekspertów biorących udział w badaniach pozwala na wykluczenie przyzwyczajęń i wypaczeń w pracy trenerskiej. Bo przecież nie tylko jednego trenera bierzemy pod uwagę, bierzemy kilku, możemy osobno każdego porównywać. Za chwileczkę podamy podobny przykład, jak będziemy szkolić chodźca Grzegorza Sudoła. On też wypowiada się już na ten temat, wypowiada się pan Robert Korzeniowski i inni specjaliści z całego świata, bardzo dobrzy trenerzy czy zawodnicy.

Kolejna sprawa. Zbudowane modele teoretyczne poprzez porównanie ich z modelami rzeczywistymi mogą wspomóc optymalny proces szkolenia kobiet w piłce nożnej. Oczywiście to takie nasze założenie i chcielibyśmy, żeby tak było. Serdecznie państwu dziękuję za uwagę i proszę o pytania.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

W tej części podziękujemy, Panie Profesorze, za wystąpienie, dyskusję planujemy w części dalszej.

Proszę państwa, mamy przykład nowych poszukiwań nad efektywnością procesów szkolenia w przygotowaniu do zawodów najwyższej rangi, a także na przykładzie jednej z dyscyplin sportu.

**Jan Chmura, Adam Kawczyński, Dariusz Mroczek, Paweł Chmura,
Józef Bergier, Marian Andrzejewski
Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu
Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu**

WYTRZYMAŁOŚCIOWE I SZYBKOŚCIOWE FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ PIŁKARZY NA MISTRZOSTWACH ŚWIATA W PIŁCE NOŻNEJ W RPA

Panie Przewodniczący! Panie Ministrze! Szanowni Państwo! Panie i Panowie!

Chciałbym przedstawić fragment badań, które były przeprowadzone w ramach ostatnich Mistrzostw Świata w piłce nożnej w Republice Południowej Afryki, a dotyczą te zagadnienia przede wszystkim form aktywności ruchowych w kontekście wytrzymałościowych i szybkościowych zdolności poszczególnych graczy.

Na wynik sportowy składa się wiele czynników, jednym z nich, co już wielokrotnie tu podkreślano, jest przygotowanie motoryczne, zarówno pod względem wytrzymałościowym, jak i szybkościowym. Ma ono bezpośrednie przełożenie na aktywność ruchową zarówno każdego zawodnika, jak i całego zespołu. Odzwierciedleniem zdolności wytrzymałościowych jest przede wszystkim przebiegnięty dystans w czasie gry, a w zdolnościach szybkościowych przede wszystkim maksymalna i średnia prędkość biegu rozwijana w czasie meczu.

Co jest celem tych badań? Przede wszystkim charakterystyka wybranych przejawów zdolności wytrzymałościowych i szybkościowych u czterech najlepszych zespołów podczas ostatnich mistrzostw świata w piłce nożnej i udzielenie odpowiedzi na następujące pytania: po pierwsze, jaki średni dystans pokonuje każdy piłkarz w rozegranych meczach oraz w formacjach gry: obrońcy, pomocnicy, napastnicy i bramkarze? Po drugie, jaką maksymalną prędkość biegu osiągają zespoły i poszczególne formacje podczas meczu? Po trzecie, jaką średnią prędkość meczową rozwijają poszczególne zespoły i poszczególne formacje? A także bardzo ważne pytanie: jak kształtują się wskaźniki wytrzymałościowe i szybkościowe u czterech pierwszych zespołów na Mundialu 2010 w odniesieniu do pozostałych reprezentacji grających w tej imprezie?

Badaniami objęto 599 piłkarzy z 32 zespołów grających na Mistrzostwach Świata w Piłce Nożnej w 2010 r., ze szczególnym uwzględnieniem czterech najlepszych zespołów, mianowicie, Hiszpanii, Holandii, Niemiec i Urugwaju.

Metoda badań jest powszechnie znana. W badaniach wykorzystano ogólnie dostępne wyniki badań kinematycznych zarejestrowanych przez system Castrol. Za pośrednictwem kamer, które były rozmieszczone na obwodzie stadionu, rejestrowano każdy ruch wszystkich piłkarzy na całym boisku, a następnie te dane przeliczano na dane ilościowe. Na podstawie tych danych przeprowadzono analizę pokonanego dystansu, a także analizę maksymalnej i średniej prędkości biegów w każdym meczu i w całym turnieju, zarówno w ujęciu ogólnym, czyli zespołowym, jak i w ujęciu poszczególnych zawodników, z podziałem na poszczególne formacje: obrońcy, pomocnicy, napastnicy i bramkarze. Cały materiał poddano pełnej analizie matematyczno-statystycznej.

Chciałbym przejść do wyników badań. W pierwszej kolejności skoncentrować się nad pokonanym dystansem w ujęciu globalnym. Proszę zwrócić uwagę, że mamy tu cztery naj-

lepsze zespoły, widać, że zespoły Hiszpanii i Urugwaju mniej więcej pokonały ten sam dystans. Chcę powiedzieć, że 10,62 i 10,56 to jest dystans w przeliczeniu na każdego zawodnika występującego w zespole, poza bramkarzami, powtarzam, poza bramkarzami. Dwa zespoły: Holandia i Niemcy na podobnym poziomie. Chcę tylko dodać, że jedynie Niemcy w tym zestawieniu były zespołem, który rozegrał wszystkie mecze bez dogrywki. W związku z powyższym trudno tu te rzeczy w tym momencie porównywać.

Średni pokonany dystans przez piłkarzy czterech pierwszych drużyn w porównaniu, i to jest zaskoczenie, do zespołu Australii, który pokonał najdłuższy dystans na tych mistrzostwach świata. Proszę zwrócić uwagę, że Australijczycy pokonali 10,83, powtarzam, przeciętnie każdy zawodnik 10,83 i wyraźnie jest to większa wartość od pozostałych czterech najlepszych zespołów na ostatnich mistrzostwach świata.

Piłkarze Australii pokonali istotnie dłuższy dystans, średnio o pół kilometra w przeliczeniu na każdego zawodnika, w porównaniu z zawodnikami reprezentacji Niemiec. Co to oznacza? Oznacza to, że Australijczycy byli lepiej przygotowani pod względem wytrzymałościowym od pozostałych czterech zespołów.

Teraz przechodzimy do poszczególnych formacji. Pierwsza formacja – defensywna, obrońcy. Proszę zwrócić uwagę, że ta wartość kształtuje się na znacznie wyższym poziomie, od 11,4 do 12 kilometrów. Zróznicowanie jest bardzo wyraźne, różnica jest około 600 metrów.

Liderem w tej klasyfikacji jest Maximiliano Pereira z Urugwaju. Wśród pomocników liderem jest bezwzględnie Carl Valeri, przebiegł prawie 13 kilometrów. Różnica w pierwszej szóstce jest niewielka, wynosi około 600 metrów, niemniej jednak chciałbym zwrócić uwagę na jeden szczególny fakt. W pierwszej szóstce znalazło się aż trzech pomocników z Australii, w związku z powyższym nie bez kozery ten zespół wykonał największą pracę na tym turnieju, pomimo że tylko Australijczycy grali w grupie i nie wyszli z tej grupy i przegrali awans do 1/16 z Ghaną różnicą bramek.

Wśród napastników największy dystans pokonał Tim Cahill, i to jest znów zaskoczenie, bo znowu liderem jest napastnik z Australii, który pokonuje prawie 12 kilometrów. Rzadko się spotyka na świecie, żeby napastnicy pokonywali tak ogromne dystanse.

Proszę zwrócić uwagę, znany nam Łukasz Podolski pokonuje 10,5 kilometra, różnica między tymi zawodnikami jest ogromna, prawie 1,5 kilometra. A proszę zobaczyć, że to jest pierwsza szóstka zawodników, którzy pokonali największy dystans w czasie tej imprezy.

Indywidualne wartości pokonanego dystansu wśród najlepszych obrońców, pomocników i napastników wyraźnie odbiegają od średniego dystansu pokonanego przez zespoły, które przed chwilą prezentowałem. Chcę się posłużyć jednym bardzo wymownym przykładem, mianowicie, pomocnik Xavi Hernandez pokonał dłuższy dystans aż o 1,7 kilometra od średniej całego swojego zespołu Hiszpanii, aktualnego mistrza świata. Bastian Schweinsteiger i Sami Khedira prawie o 2 kilometry dłuższy dystans od dystansu, jaki pokonał zespół Niemiec, a więc różnice są tutaj ewidentne.

Wśród bramkarzy lideruje Manuel Neuer z Niemiec, pokonał aż 5,22. To był jeden z aktywniejszych bramkarzy, który bardzo często grał na przedpolu, a nawet wychodził poza obręb pola karnego, w związku z powyższym, właśnie ten dystans 5,22. Natomiast zarówno Casillas z Hiszpanii, jak i Stekelenburg z Holandii mają mniej więcej ten sam wynik, najslabiej zaś w tej klasyfikacji wypadł bramkarz z Urugwaju Muslera.

Chciałbym jeszcze dwa elementy podkreślić w tych wynikach badań, mianowicie maksymalną prędkość biegu. Jak ta wartość z kolei kształtowała się na tle poszczególnych zespołów? Proszę zobaczyć, co jest zaskakujące, że aktualny mistrz świata wyraźnie odbiega, pod względem maksymalnej prędkości biegu, od pozostałych trzech zespołów, gdzie ta prędkość kształtuje się mniej więcej na tym samym poziomie.

Pytanie: to dlaczego Hiszpanie są mistrzami świata, a nie pozostali, którzy mają te wskaźniki zdecydowanie wyższe. Odpowiedź jest bardzo prosta. Gdybyśmy zanalizowali poszczególnych zawodników pod względem umiejętności piłkarskich, poruszania się z piłką, to Hiszpanie deklasują, jeśli chodzi o grę z piłką, o liczbę podań, reprezentacje Holandii, Niemiec i Urugwaju.

I tutaj mamy odpowiedź między innymi na pytanie, dlaczego reprezentacja Hiszpanii jest mistrzem świata. A więc ten wskaźnik niestety nie w pełni potwierdza formułę przygotowania motorycznego tego zespołu.

Proszę również zwrócić uwagę, że wśród czterech najlepszych zespołów na mistrzostwach świata niestety nie są to najwyższe wartości maksymalnej prędkości osiągniętej przez pozostałe zespoły. Bo okazuje się, że pod względem tego parametru najlepiej wypadła Korea Południowa, która wyraźnie uzyskała najlepsze wartości badanego wskaźnika.

Chcę bardzo wyraźnie podkreślić, że ta analiza maksymalnych prędkości pokazuje, że Koreańczycy byli szybsi. Może to zabrzmie zbyt niewiarygodnie i mało prawdopodobnie, byli szybsi zaledwie o 0,17 metra na sekundę. Wydaje się, że to abstrakcyjna różnica, 0,17 metra na sekundę. Ale co te 0,17 oznacza w praktyce? Oznacza to, że po osiągnięciu swojej maksymalnej prędkości w ciągu 1 sekundy wygrywali pojedynki biegowe średnio o 17 centymetrów. Jest to bardzo duża różnica w przypadku, gdy o zdobyciu bramki decydują już dzisiaj centymetry i milisekundy. Wiele mamy takich meczy.

Dalej. Najwyższa prędkość biegu reprezentacji Korei Południowej, podobnie jak zespołu Holandii, Niemiec i Urugwaju, kształtowała się, jak państwu wspominałem, mniej więcej na podobnym poziomie. Analiza formacji defensywnej pokazuje jednoznacznie, że najlepszym pod tym względem zawodnikiem był zawodnik z Grecji Papadopoulos. I chcę powiedzieć bardzo wyraźnie – jest również w pierwszej szóstce pod kątem analizowanego parametru. W pierwszej szóstce jest dość znacząca różnica, w granicach 0,6 metra na sekundę. To bardzo duża różnica.

Chcę podkreślić raz jeszcze bardzo mocno, że analizujemy tylko pierwszą szóstkę najlepszych zawodników. A przecież prawie sześćset zawodników brało udział w tej imprezie. Jeszcze chcę bardzo wyraźnie podkreślić jedną rzecz, mianowicie Brazylijczyk Melo, jako drugi piłkarz tej formacji, jest wyraźnie wolniejszy od greckiego obrońcy.

W formacji pomoc również przoduje Grek, mianowicie Katsouranis i gdybyśmy chcieli porównać jego wartość z szóstym wynikiem, widać, że też jest różnica około 0,6 metra na sekundę.

Jeśli chodzi o napastników, ta różnica jest jeszcze większa. Chcę również zaznaczyć, że Podolski, jeden z najszybszych napastników niemieckich, wyraźnie ustępuje najszybszemu zawodnikowi na mistrzostwach świata Hernandezowi. Na dodatek chcę podkreślić, że jeśli chodzi o wszystkie formacje, największą prędkość, 8,93, reprezentowali oczywiście głównie napastnicy, a liderem był Hernandez z Meksyku. Prędkość ta w odniesieniu do maksymalnej prędkości aktualnego mistrza świata jest wyższa prawie o 1,80 metra na sekundę i najszybszego zespołu w turnieju, Koreańczyków, prawie o 1,70 metra na sekundę.

Ważną z praktycznego punktu widzenia informacją jest to, że wśród najszybszych pomocników i obrońców prędkość maksymalna jest zbliżona. To jest sygnał dla trenerów, że piłka staje się coraz szybsza i formacje: pomocnik, obrońca pod względem maksymalnych wartości coraz bardziej się do siebie zbliżają, co było kiedyś nieprawdopodobne. Zawsze odczuwaliśmy, że obrońcy byli wolniejsi od pomocników, zwłaszcza jeśli chodzi o bocznych pomocników i bocznych obrońców.

Na zakończenie chcę powiedzieć, że podobnie wygląda sytuacja, jeśli chodzi o ten wskaźnik w przypadku bramkarzy. Najbardziej dynamicznym bramkarzem okazał się bramkarz Holandii Stekelenburg, który rzeczywiście osiągnął największą maksymalną prędkość.

Ostatni wskaźnik, który chciałbym państwu pokazać, to jest średnia prędkość, jak ta wartość się kształtowała na tych mistrzostwach świata. Otóż wśród najlepszych czterech zespołów widać, że te wartości są mniej więcej zbliżone, nieznacznie odstawała reprezentacja Holandii pod względem tego wskaźnika. Gdy natomiast porównamy najlepsze cztery zespoły mistrzostw świata z najlepszym zespołem na tej imprezie, to okazuje się, że ta różnica jest wyraźna. Zespołem wyraźnie lepszym, rozwijającym wyraźnie większą średnią prędkość biegu była znów reprezentacja Australii, a nie cztery pierwsze zespoły, które zdobyły najwyższe trofea w tej imprezie.

Piłkarze Australii podczas meczu rozwinęli wyższą średnią prędkość o 0,24 metra na sekundę. Znowu by się wydawało, że to jest bardzo mało, ale w porównaniu do wicemistrza świata, Holendrów, było to troszeczkę mniej, ale nadal jest różnica jednoznaczna w odniesieniu do Urugwaju. Świadczy to przede wszystkim o bardzo dobrym przygotowaniu zarówno szybkościowym, jak i wytrzymałościowym przede wszystkim zawodników z Australii, pomimo to że nie wyszli z grupy.

Mamy tu przed sobą trzy formacje, pod względem średniej wartości. Widzimy, że wśród obrońców lideruje Boateng z Niemiec, wśród pomocników Khedira, a wśród napastników Kuyt. Znane postacie w światowym futbolu, grające w najmocniejszych ligach na świecie. Widać bardzo wyraźnie, że grupą, która rozwijała największą średnią prędkość, są przede wszystkim pomocnicy, w drugiej kolejności obrońcy – i to jest zaskakująca informacja – w trzeciej kolejności dopiero napastnicy, jako egzekutorzy danych sytuacji.

Jeśli chodzi o porównanie zawodnika numer jeden na tych mistrzostwach świata, to jest Carl Valeri, który osiągnął, wśród prawie sześciuset przebadanych piłkarzy najwyższą średnią prędkość. Ta najwyższa średnia wynosi 2,33 i wyraźnie jest wyższa od najlepszych obrońców, pomocników i napastników na świecie.

Kończąc chcę powiedzieć, że bardzo ważnym elementem w tym podsumowaniu powinno być dla nas, jako trenerów, to, żeby znaleźć właściwą proporcję między przygotowaniem motorycznym a umiejętnościami piłkarskimi. Mamy tu znakomitą postać w tej sali, pana trenera Piechniczka, myślę, że to jest tak jednoznaczne, tak bezdyskusyjne. Bardzo często próbujemy umiejętnościami wygrać mecz. Przykład, ostatnie mistrzostwa świata – Argentyna do domu, Brazylia do domu, a przecież tam grali najsławniejsi piłkarze. Dlaczego? Dlatego że zostały zbagatelizowane przygotowania motoryczne.

I druga rzecz co do uwagi pana ministra. Wspominał o tym, aby zwrócić szczególną uwagę na jakość kształcenia trenerów. To jest kapitalny, Panie Ministrze, materiał dla nas, jako ludzi funkcjonujących w akademiach wychowania fizycznego, żeby, biorąc pod uwagę właśnie taką analizę gry, nie tylko w piłce nożnej, w ogóle w grach w sporcie, kształcić tych trenerów pod kątem właśnie możliwości egzekwowania aktualnego stanu rzeczy. Pięknie państwu dziękuję za uwagę.

Józef Bergier
Państwowa Szkoła Wyższa
im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej

OD NABORU DO MISTRZOSTWA SPORTOWEGO W PIŁCE NOŻNEJ

Pan profesor Chmura bardzo wziął sobie do serca tezy, o których mówił pan profesor Czerwiński. W treningu, jak i w grze – i z pasją przekazywał nam te wszystkie dane. Ale jedna tylko informacja. Proszę zauważyć, co się wydarzyło na przestrzeni lat. 30 lat temu mówilibyśmy o dystansie 5–8 km zawodnika na boisku, dzisiaj tyle pokonuje bramkarz. To tylko jedna przesłanka, jak musimy racjonalizować nasz trening.

Przechodzimy do kolejnej prezentacji. Pozwolę sobie wystąpić przed państwem i powiedzieć o teorii i praktyce naboru do piłki nożnej chłopców.

W kulisach spotkałem się z opinią, że może trochę jest za dużo nauki, może za mało praktyki. Chcę państwu powiedzieć jako osoba od praktyki i od nauki, że potrzebna jest i nauka, i praktyka. I uznałem, że warto porozmawiać o tym, co jest jednym z podstawowych elementów procesu szkolenia, a więc naborze do piłki nożnej.

Moja teza brzmi następująco. Wiemy teoretycznie, jak dokonywać naboru, jak wyszukiwać kandydatów do sportu, ale już jak to praktycznie robić, mówię samokrytycznie o swojej dyscyplinie, o piłce nożnej, wiemy za mało. I sądzę, że kwestie, o których będę mówił na podstawie najpopularniejszej dyscypliny sportu, jaką jest piłka nożna, będą miały odniesienie także do innych dyscyplin sportu. Nie sądzę, że w innych dyscyplinach sportu bardziej praktycznie i bardziej efektywnie dokonujemy wyszukiwania kandydatów do sportu. A dzisiaj słusznie pan profesor Naglak w swoich opracowaniach pisze, że naszym obowiązkiem humanitarnym jest wyszukiwać do sportu tylko tych, którzy mają szansę na osiągnięcie sukcesu, bo wybierając tych, którzy szybko odpadną i którzy nie mają szansy na sukces, oszukujemy ich, a nie należy tego czynić. Szkoda ich rozczarowań, szkoda różnych potem przykrych doznań.

Przepraszam wszystkich zajmujących się nauką, że dzisiaj będę mówił nie jako naukowiec i być może będą państwo się zastanawiali, czy takie wystąpienie jest potrzebne. Jednak jako osoba związana z praktyką i nauką uznałem, że potrzebne.

Zacznijmy od tego, co mówi teoria o naborze do sportu. Podajemy za panem profesorem Ulatowskim, w nowym podręczniku – „Teoria sportu” – który przygotował z innymi autorami, zwracając nam uwagę na elementy, o których państwo już mówili, które powinniśmy uwzględnić, tj. stan zdrowia, warunki fizyczne, sprawność fizyczna ogólna, techniczna, etc.

Ja odniosę się praktycznie do kilku z nich. Stan zdrowia. Jeżeli dzisiaj zapytamy siebie wzajemnie o lekarzy sportowych i przychodnie, które miałyby towarzyszyć naszym kandydatom, kiedy ich wyszukujemy do sportu, to państwo sami sobie odpowiedzą, że bardzo często jest to tylko podpisanie karty zdrowia, że dany uczeń jest zdrowy. Tymczasem oczekujemy znacznie więcej. Jeżeli mówimy o warunkach fizycznych, to w dyscyplinie, którą reprezentuję, musimy pamiętać, że na dwóch pozycjach w grze: środkowy obrońca i bramkarz – bez odpowiednich predyspozycji fizycznych, tj. wzrostu, będzie nam bardzo trudno rywalizować.

Odniosę się teraz do ogólnej sprawności fizycznej. Kiedy wiemy, jaki dystans dzisiaj zawodnik musi pokonywać w meczu, to musimy pamiętać, że przygotowanie kondycyjne – i zwracali państwo na to uwagę – jest nieodzownym elementem. Jeżeli zapytam się dzisiaj, dlaczego Lech Poznań świetnie gra w rozgrywkach ligi europejskiej, a słabo gra w lidze, odpowiedź nasuwa nam się sama – nasz zawodnik nie jest w stanie wytrzymać takiego cyklu uczestnictwa w zawodach sportowych. Zwracał na to uwagę pan profesor Czerwiński.

A teraz spojrzenie specjalisty już tylko na gry zespołowe. Pan profesor Naglak zwraca uwagę na dyspozycje, które określa jako osobowościowe, umysłowe, motoryczne, specyficzne umiejętności ruchowe, cechy budowy ciała i interdyscyplinarne umiejętności. To spojrzenie autora na wyszukiwanie kandydatów do gier zespołowych.

Spróbuję zwrócić uwagę na zjawisko naboru do sportu, ze wskazaniem na praktyczne rozwiązania. Powstaje pytanie, jak należy rozumieć te poszczególne dyspozycje? Jak je zmierzyć? Po pierwsze, chciałbym powiedzieć, że w polskich warunkach dopiero od 1999 roku przeprowadziliśmy ogólnopolskie badania, kiedy odważyliśmy się zmierzyć wytrzymałość testem Coopera – biegu w ciągu 12 minut, bo w mojej ocenie przez długi czas – patrzę na pana profesora Mleczkę, który wie wszystko o wytrzymałości – myśmy się bali, czy dziecko można poddać tak poważnemu sprawdzianowi. A on w mojej ocenie jest najbardziej bezpieczny, bo jest to praca o charakterze tlenowym, na pewno bezpieczniejszy niż bieg na odcinku 400 m, gdzie mamy połączenie dwóch procesów – tlenowych i bez-tlenowych. Zwracam uwagę tylko na jedną kwestię – zdolności kondycyjnych, jaka jest wytrzymałość. Kiedy mówimy o umiejętnościach ruchowych, to chcę państwu powiedzieć, że dzisiaj w polskiej literaturze dotyczącej piłki nożnej – pisałem o tym już en lat temu – przedstawiamy próby do oceny umiejętności dzieci, które są próbami teoretycznymi. Przykład. Uderzenie piłki z odległości 25 m do celu dla dziesięciolatka. Kiedy zmierzaliśmy jego możliwości siły uderzenia piłki nie do celu, tylko na odległość, to okazuje się, że są one na poziomie 12 m. Więc jak może ćwiczący uczeń trafić do celu i zdobyć trzy punkty, jeżeli jego zdolności siłowe są niewystarczające.

Kiedy mówimy o zdolnościach umysłowych, podkreślamy, i nie ulega wątpliwości, ich rolę w grach zespołowych. Już w latach siedemdziesiątych zwrócił nam na to, że słusznie, uwagę profesor Naglak, potem do piłki nożnej przyjął to profesor Panfil, włączył się Józef Bergier, a ostatnio kolega Duda, to musimy sobie odpowiedzieć na pytanie, jak mierzyć te umiejętności. Odpowiedziałbym: nie odkrywajmy Ameryki. Jest jeden ze sprawdzianów, który mówi, że jeżeli sprawdzimy wyniki w nauce z podstawowych przedmiotów, a oceny w szkole, to jest interdyscyplinarna ocena umysłu dziecka, to możemy mieć miarę sprawności intelektualnej ucznia. Ale spróbujmy powiedzieć właśnie, że to jest taka propozycja, a nie tylko ogólnie sformułowanie – zdolności umysłowe, bo wkraczanie w pomiary laboratoryjne już jest trudniejsze. Bo tak naprawdę, czy wyniki uczniów w teście Rivena przenosiłyby się do praktyki. W badaniach laboratoryjnych tak, ale do praktyki nie. Kiedy mówimy o cechach osobowościowych, to chciałbym powiedzieć, że nie ma potrzeby na etapie naboru do sportu, wyszukiwania kandydatów w formie badań laboratoryjnych, natomiast spróbujmy go obserwować w grze.

Przejdźmy teraz do kolejnej kwestii – etapów szkolenia. Słusznie za ostatnim opracowaniem Wydziału Szkolenia Polskiego Związku Piłki Nożnej podajemy wczesne etapy szkolenia, mają je państwo przed sobą i są one już ukierunkowane na konkretne zajęcia.

Jeżeli chodzi o kobiety – tutaj muszę poddać sam siebie krytyce – to jeżeli mówimy o naborze i wyszukiwaniu chłopców do piłki nożnej, to wiemy sporo, ale dzisiaj w Polsce o tym, jak wyszukiwać dziewczęta, nie wiemy prawie nic. Mówię do siebie samokrytycznie jako ten, który dzisiaj ma przyjemność kierować piłką kobiecą, ale nie da się wszystkiego

zrobić. Musimy zacząć badać, musimy się tym interesować, bo jest to przecież dyscyplina olimpijska od 1996 r. Czas nam ucieka. Jedną z barier, które należy przełamywać, jest to, czy kobieta może prowadzić proces treningowy w piłce nożnej. Czołowe drużyny świata i Europy prowadzą kobiety. Myślę, że my już nie mamy bariery, że kobieta może prowadzić szkolenie, tylko że mamy kilka kobiet, a może już kilkanaście, które mają uprawnienia do prowadzenia zajęć z piłki nożnej.

W związku z tym patrzę na zdjęcie z najlepszą zawodniczką Birgit Prinz z Niemiec, drugie państwo w świecie w hierarchii rywalizacji sportowej po Brazylii, i zazdroszczę Niemcom, którzy podają, że milion kobiet uprawia w Niemczech piłkę nożną. Milion kobiet, to jest coś niewiarygodnego, i dlatego osiągają sukcesy. Będziemy z ciekawością obserwowali, jak poradzą sobie w 2011 roku w organizacji mistrzostw świata, a także z jakim sukcesem sportowym je zakończą.

Przejdźmy do kolejnego slajdu, który może być dyskusyjny. Pokazuję przykład gry z przewagą zawodników. Kiedy czytam opracowania o wstępnym etapie szkolenia, to najczęściej mechanicznie teoretycy piszą: najlepiej jest grać dwóch na dwóch albo czterech na czterech. Informuję tych wszystkich, którzy tak piszą, że granie małych gier w równowadze zawodników przerasta logicznie możliwości tych dzieci. Jak one mają sobie poradzić w sytuacji gry jeden na jeden, dwóch na dwóch, kiedy to jest najtrudniejsza umiejętność w grze. Trzeba im stworzyć sytuację, kiedy atakują w przewadze liczebnej. I najlepiej wówczas w ten sposób, że w bramce jest gracz, który się zmienia stale po każdej akcji i tworzy przewagę liczebną atakujących. Nie twórzmy z niego jeszcze bramkarza, bo jeszcze wiele czasu upłynie, zanim nim się stanie. Tu powstaje pytanie, które sobie zadaję i nie mam odpowiedzi na nie, jak to się staje, że polscy bramkarze dzisiaj liczą się w Europie. I tu się zgadzam trochę czy w pełni z senatorem Piechniczkiem, że bardzo mi szkoda, że ci młodzi polscy bramkarze są w Europie, w tych najbogatszych klubach, a może dobrze, bo tam mają właściwy system szkolenia. A więc zwracam uwagę, że jak mówimy o małych z udziałem dzieci grach, to stwórzmy warunki przewagi liczebnej w działaniach atakujących na tym etapie nauczania, bo inaczej nie ma nauczania, tylko biegamy za piłką.

W związku z tym przechodzę do elementu praktycznego wyszukiwania kandydatów do piłki nożnej. Moja odpowiedź brzmi tak: popatrzmy na ich warunki fizyczne, popatrzmy na ich sprawność, ale szczególnie patrzmy, jak oni rozwiązują sytuacje w grach uproszczonych (małych grach), bo to jest przykład wyszukiwania ich prawdziwych uzdolnień ruchowych. A jeżeli do tego dodamy, a często tak postępujemy, że dziesięciolatek nie ma takiego wzrostu i nie ma takiej sprawności i należy go odrzucić na tym etapie naboru, to popełniamy fatalny błąd, bo musimy pamiętać, że jeden dziesięciolatek jest ośmiolatkiem biologicznym, a drugi dwunastolatkiem, bo różnice bywają do czterech lat i my na wstępie już powiedzieliśmy: nie nadajesz się do piłki nożnej czy do innej z gier zespołowych, gdyż jesteś za niski.

Identycznie też do predyspozycji kondycyjnych. W mojej ocenie zbyt długo towarzyszy mi, nazwę to, szkoła rosyjska, a może niemiecka, przepraszam, jeżeli kogoś urażam, i przesadzamy w zdolnościach kondycyjnych, a za mało stosujemy umiejętności z piłką tego, których chcemy nauczyć gracza.

Reasumując, popatrzcie państwo, jak tylko w najprostszym etapie wyszukiwania kandydatów do sportu – podaję to na przykładzie piłki nożnej – ile mamy rezerw, żeby przygotować nas do bardziej efektywnego wyszukania kandydatów. Nie możemy tego robić zbyt szybko. Za szybko przyświeca nam myśl, żebym już zdobył medal na spartakiadzie, bo będę ważnym trenerem. Zakończę może takim przykładem. Miałem przyjemność w 1990 r. jako jeden z czterech obserwatorów uczestniczyć w mistrzostwach Europy szesnastolatków

w piłce nożnej. I wówczas zadaliśmy sobie pytanie: a ilu z tych zawodników trafi potem do naszej reprezentacji seniorów? Nie jestem naiwny, że połowa z nich, a na pewno nie wszyscy. Ale chcę powiedzieć, że z tej reprezentacji, która wówczas po raz pierwszy zdobyła medal brązowy, nikt do reprezentacji na dłużej nie trafił. I to też jest jeden z ważnych elementów umiejętnego prowadzenia naszego zawodnika do sukcesu sportowego.

Przepraszam, że podjąłem temat banalny, że mówię nienaukowo, że mówię bardzo prosto, ale mówię tak dlatego, że uczestniczyłem w tym procesie jako trener i wiem, ile popełniamy błędów. Spróbujmy już na starcie, kiedy wyszukujemy kandydatów do sportu, mniej ich popełniać. Dziękuję za uwagę.

**PRÓBA IDENTYFIKACJI PROCESÓW TRENINGOWYCH
W GRACH ZESPOŁOWYCH Z WYKORZYSTANIEM
SCHEMATU PRAKSEOLOGICZNEGO**

Temat mojego wystąpienia poniekąd koresponduje z tematem wystąpienia mojego przedmówcy. Mowa będzie również o sporcie dzieci i młodzieży, gdyż chciałbym w swoim wystąpieniu nawiązać do początków, do pewnych korzeni systemu wyszkolenia.

Chciałbym, abyśmy więcej uwagi skupili na naszym rodzimym sporcie, abyśmy wychowywali młodzież, abyśmy również w naszym kraju potrafili z początkującego adepta zrobić mistrza i mniej sięgać po zawodników z importu. Oczywiście ma swój sens to, że sięgamy tak daleko i posługujemy się zawodnikami z importu, ale tutaj prawdopodobnie decydują również czynniki ekonomiczne. Ale do rzeczy.

Przygotowałem wystąpienie, w którym chciałbym sięgnąć do Kotarbińskiego. Dlaczego? Dlatego że prakseologia to jest skuteczność działania, a o to nam w sporcie głównie chodzi, o pewną optymalizację tego procesu treningowego. Sięgnąłem również do schematu prakseologicznego zaproponowanego przez profesora Osińskiego.

Drugi slajd. Jasno z niego wynika, że schemat prakseologicznego postępowania to przede wszystkim uświadomienie celu, następnie diagnoza, prognoza, planowanie, potem realizacja i na końcu wnioskowanie pedagogiczne. Przygotowałem dość obszerny artykuł. Mam nadzieję, że ujrzy on światło dzienne, będzie opublikowany i tam państwo będą mogli przeczytać wszystkie szczegóły. Ja skupię się tylko na jednym elemencie, mianowicie na ogniwie w tym schemacie prakseologicznego postępowania, jakim jest diagnoza oraz prognoza.

Jeżeli wchodzimy w jakieś środowisko, to trzeba to środowisko rozeznaczyć, sprawdzić, jakie są kontakty ze szkołami, jakie są tradycje na danym terenie i dopiero trener może rozpocząć swoją działalność. Ale przede wszystkim musi dokonać pewnej diagnozy.

Podszedłem troszkę szerzej do tego zagadnienia i chciałbym tutaj państwu uświadomić, z czego my możemy wybrać. Na pewno z tych osobników, którzy przejawiają zwiększoną aktywność ruchową. Jak to się w naszej populacji przedstawia, proszę zobaczyć na następnym slajdzie.

W slajdkach pozwoliłem sobie ująć tych, którzy przejawiają tę sportową aktywność ruchową, średnią aktywność, która ogranicza się do jakiejś działalności rekreacyjnej i ten najwyższy procent naszej młodzieży to są osobnicy, którzy nie robią nic, są nawet zwolnieni z wychowania fizycznego. To jest przerażające i nie napawa optymizmem w takim kontekście, jeżeli uzmysłowimy sobie, że normalne cechy somatyczne, funkcjonalne, normalna sprawność fizyczna dotyczą tylko tych, którzy przejawiają tę zwiększoną aktywność ruchową. Jak się to przekłada na parametry somatyczne, zilustrowałem tylko na otłuszczeniu ciała. Proszę zwrócić uwagę, że dwie frakcje, ta bardzo aktywna i ta, która nie przejawia większej aktywności ruchowej, zostają podzielone. Te różnice są bardzo duże. Nie będę się zatrzymywał dłużej przy tym problemie.

Następny slajd przedstawia bardziej interesujące nas zjawisko. Mówił o tym pan profesor Bergier – o zaawansowaniu rozwoju, że te cechy fizyczne odgrywają dużą rolę również

w sprawności fizycznej. Pozwoliłem sobie na rysunku przedstawić dane, w których z pomiaru poszczególnych zdolności motorycznych wytrąciłem właśnie czynnik somatyczny. I tam, gdzie jest linia, która poziomo zmierza na wysokości 100%, mówimy, że ta sprawność fizyczna, którą ta młodzież posiada, jest zgodna z ich predyspozycjami. Ci aktywni oczywiście przejawiają pewne tendencje wzrostowe. Od podstawy 100% tam rysuje się w górę pewien trójkąt i można by uznać umownie, że to jest stymulacja ruchowa, efekty stymulacji ruchowej. We wszystkich zdolnościach motorycznych to zjawisko występuje.

Natomiast przerażającą rzeczą jest, że po wytrąceniu tych predyspozycji somatycznych młodzież, która jest w większej liczbie, a nie przejawia normalnej aktywności ruchowej, znamionuje regres sprawności motorycznej. Możemy więc powiedzieć, że oni nie wykorzystują swoich możliwości w całej tej ontogenezie.

Co by tu trzeba zrobić w takim razie? Radzę trenerom, w ślad za wypowiedzią mojego przedmówcy, aby w szkoleniu nie rezygnować pochopnie z osobników, którzy są opóźnieni w rozwoju.

My bardzo często eliminujemy ze szkolenia chłopca, który w grupie na przykład trzynastolatków ma osiem lat, bo jest opóźniony w rozwoju. A przecież wiemy z autopsji, że często ten osobnik wyrównuje te braki w ciągu swojej ontogenezy. Jego rozwój jest dłuższy, a więc stymulacja ruchem też jest dłuższa, więcej go możemy nauczyć i bardzo często ten osobnik nie tylko dogania swoich rówieśników w życiu dorosłym, ale ich prześciga. Niestety, często takich osobników się eliminuje, gdyż nie patrzymy na cele perspektywne, tylko aktualistyczne, które nakazują nam osiągnąć już na pierwszych etapach jakiś wynik. Z tego trener bardzo często jest rozliczany i myślę, że nie jest to postępowanie zbyt słuszne.

Jak ten wiek morfologiczny można obliczyć? Następny slajd. To są równania regresji, z których można obliczyć tak zwaną masę ciała szczupłego, która do formuły wieku morfologicznego za chwilę będzie nam potrzebna.

Następny slajd. Jeżeli obliczyliśmy LBN, czyli masę ciała szczupłego, to możemy z tych tablic wyszukać, jaki poziom, jaki wiek reprezentuje osobnik, wiek wysokości ciała, wiek masy ciała szczupłego oraz wiek kalendarzowy w miesiącu. Po zsumowaniu tych wielkości dzielimy je przez trzy i mamy wiek morfologiczny. Oczywiście istnieją jeszcze inne metody, ale najpierw pokażę państwu, jak ten wiek różnicuje populację dzieci.

Następny slajd. To jest druga metoda, która pozwala nam obliczyć wiek morfologiczny tylko na podstawie wysokości ciała, dużo łatwiejsza. Po prostu znajdujemy w tablicach należną wysokość ciała i patrzymy: z lewej strony są lata, poziomo u góry są miesiące, określamy w miesiącach wiek osobnika. Tę różnicę wysokości ciała zależną od aktualnej u dziewcząt mnożymy przez stały faktor 3, natomiast u chłopców przez 2–4, dlatego, że to jest obliczone na podstawie odcinków w ontogenezie, jak ta wysokość ciała się rozwija.

Jak ten wiek różnicuje naszą młodzież? Proszę zobaczyć. To jest zróżnicowanie dziewcząt i chłopców w wieku od siedmiu do osiemnastu lat. Proszę zwrócić uwagę, że największe zróżnicowanie jest w wieku pokwitania. Sięga ono nawet ośmiu, w tym przypadku siedmiu lat. Inni autorzy uważają, że ono może być nawet większe.

Jakie są konsekwencje tego rozkładu na przykład siły mięśniowej? W poziomie mamy wiek morfologiczny, natomiast w pionie wiek kalendarzowy. I proszę zwrócić uwagę, jeżeli weźmiemy czternastolatków na przykład, to ten rozkład wyników w wieku kalendarzowym jest bardzo duży. Duża zmienność jest tej cechy, dlatego że u czternastolatków jest siedem kategorii wieku kalendarzowego. A jak weźmiemy czternastolatków zgrupowanych w serii wieku morfologicznego, czyli wszyscy będą mieli tyle samo lat pod względem warunków fizycznych, to proszę zwrócić uwagę w pionie, jakie są małe różnice w tym przy-

padku. Świadczyłyby to o tym, że wiek morfologiczny w zdecydowanie mniejszym stopniu różnicuje młodzież niż ten kalendarzowy i to trzeba respektować również i w treningu.

Następne slajdy. Tutaj mamy oczywiście to samo zjawisko, ale u dziewcząt.

Kolejny slajd. Tutaj zrobiliśmy siłę względną, żeby udowodnić, że po wytrąceniu czynnika somatycznego już nie ma takich różnic ani w pionie, ani w poziomie. To jest jeszcze jeden dowód na to, że ten wiek morfologiczny jest bardzo istotny.

Istnieje taka sytuacja, która powoduje, że ten wiek morfologiczny ma dwie przyczyny: albo ktoś jest opóźniony w rozwoju, albo ktoś jest zaprogramowany jako niskorosły albo wysokorosły genetycznie. I żeby ten czynnik wytrącić, trzeba dokonać jeszcze prognozy wysokości ciała. Do obliczenia tego musimy dysponować wysokością ciała osobnika, wysokością ciała rodziców – średnią rodzicielską – następnie musimy mieć jeszcze wyraz wolny, bo to jest pewne równanie regresji, również masę ciała osobnika. Jak zapamiętamy sobie te faktory w poszczególnych latach, to możemy przedstawić przykład obliczenia tej prognozy wysokości ciała powiedzmy na przykładzie chłopca dziesięcioletniego.

Na przykład mamy chłopca, który ma dziesięć lat i zero miesięcy. Jego wysokość ciała wynosi 136 cm, masa ciała 28,4 kg. Średnia wysokość rodzicielska 164 cm. Podstawiamy to do formuły, aby przekonać się, jaką ten osobnik będzie miał w wieku dwudziestu czterech bodajże lat wysokości ciała. Wykorzystujemy poprzednią tablicę i mnożymy 136 razy ten faktor, który jest zawarty w odpowiedniej rubryce tabeli, dalej postępujemy analogicznie, a więc mamy masę ciała razy faktor, średnia rodzicielska, stały faktor.

Z tych obliczeń wychodzi wynik 175,6 cm. Okazuje się, że po dwudziestu czterech latach ten osobnik miał 175 cm, a więc pomyliliśmy się o 0,6. Bylibyśmy jednak optymistami, gdybyśmy tak całkiem tej tablicy zawierzyli. Tutaj się popełnia oczywiście pewien błąd, mianowicie na ekstremalnych skrajach rozkładów można się pomylić nawet o 5 cm, ale jeżeli rekrutujemy kogoś do sportu, kto ma w prognozie 2,10, 2,5 a pomylimy się o 5 cm, to i tak musimy to wykorzystać w sporcie, czyli zrekrutować go do uprawiania sportu wy czynowego.

Ja jeszcze raz kończąc zachęcam państwa do przeczytania mojego artykułu, bo skupiłem się tu tylko na jednym elemencie, który zawarłem w schemacie prakseologicznego postępowania. Dziękuję państwu.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie panu profesorowi.

Część o grach zespołowych zakończy się bardzo ciekawym rozważaniem, bo oceni nasz problem szkolenia w zespołowych grach sportowych.

**OCENA PROCESU SZKOLENIA
W ZESPOŁOWYCH GRACH SPORTOWYCH W POLSCE**

Panie Przewodniczący! Szanowni Państwo!

Tematem mojego wystąpienia jest „Ocena procesu szkolenia w zespołowych grach sportowych w Polsce”.

Zespołowe gry sportowe zdobyły sobie wysoką rangę w sporcie olimpijskim i należą do najbardziej popularnych dyscyplin. Ten sukces to oczywiście przede wszystkim trener, który ten system tworzy, realizuje i chodzi o jego przede wszystkim profesjonalność, o jego zaangażowanie w tym procesie, o jego wiedzę. W krajach o wysokiej randze gier zespołowych, przede wszystkim takich jak USA, Niemcy, Argentyna, Brazylia, kraje bałkańskie, skandynawskie, systemy szkoleniowe funkcjonują już od wielu lat, od kilkunastu, może i kilkudziesięciu lat. Są one przede wszystkim bardzo skuteczne. Na tle właśnie tych pozytywnych trendów światowych niestety nasz kraj, Polska, chodzi oczywiście o gry zespołowe, prezentuje się nie najlepiej, poza niektórymi wyjątkami. Zauważono przede wszystkim oznaki dezintegracji, malejącej skuteczności szkolenia, brak wdrażania nowoczesnych koncepcji treningowych.

Aktualne osiągnięcia gier zespołowych w Polsce, przede wszystkim siatkarek, siatkarzy, ostatnio piłkarzy ręcznych, nie prezentują przede wszystkim stabilnej wartości, czyli są to sukcesy, które przychodzą sporadycznie, czasami jesteśmy nimi zaskoczeni. Niestety, nie ma tej stabilności, która by pozwalała przez szereg lat być na topie światowym.

Jakie są przyczyny braku szkolenia systemowego w Polsce? Pierwsza jest taka, że do tej pory żadna dyscyplina nie opracowała spójnego systemu szkolenia sportowego. Ponadto nie przystosowano się do wielu zjawisk, które charakteryzują wysoki wyczyn. Chodzi tu przede wszystkim o selekcje, skauting z tym związany, kontrolę obciążeń treningowych, wypracowanie systemowych działań w zakresie taktyki gry, miernie też jawi się tutaj współpraca ze środowiskiem naukowym, również z mediami. Właśnie brak długofalowej strategicznej koncepcji szkolenia, opartej na tych rzeczywistych możliwościach, doprowadził do sytuacji, jaką obecnie mamy w Polsce.

Co ta długofalowa koncepcja powinna uwzględnić? Przede wszystkim właściwe kierunki działania. Należy opracować strukturę tego systemu, sposoby organizacji i przede wszystkim kierowania procesem szkoleniowym.

Co w takim razie poprawić w naszym systemie, aby zaistniał w Polsce w poszczególnych grach zespołowych system szkolenia? Przede wszystkim musimy skupić się na etapach szkolenia młodzieżowego. Wiemy, że nie będzie efektów szkoleniowych reprezentacji seniorskich, narodowych reprezentacji, jeśli nie poświęcimy odpowiedniego czasu zespołom młodzieżowym. Przede wszystkim chodzi tutaj o wszechstronne przygotowanie motoryczne. Jest okrutnie zaniedbane. W piłce nożnej przede wszystkim, ale w innych dyscyplinach widzimy często treningi, które polegają na rzuceniu piłki, ewentualnie rozgrzewka, tak zwany dziadek. Później jedna gra, druga, koniec treningu. Przygotowanie motoryczne jest bardzo zaniedbane. Poza tym opanowanie techniki w sytuacjach działań siłowo-szybkościowych. Przede wszystkim właśnie w wieku między szesnastym–osiemna-

stym rokiem życia, to jest ten newralgiczny punkt, gdzie elementy szybkościowo-siłowe odgrywają ważną rolę i już w tym czasie młodzieżowy zawodnik nie różni się zasadniczo od seniora. Oczywiście dochodzi później technika, taktyka wykonania poszczególnych elementów gry, które później decydują o jakości grania, ale musimy zwrócić uwagę już w wieku młodzieżowym. Poza tym kształtowanie świadomości co do zadań i celów zawodnika wyczynowego. Tu są też duże zaniedbania. Zawodnik teraz już w wieku siedemnastu, osiemnastu lat, w piłce nożnej, ręcznej, a przede wszystkim w nożnej, staje się praktycznie zawodowcem. Podpisują kontrakty. Zespoły podpisują kontrakty zawodowe. Zawodnika trzeba do tego przygotować, do wyczynowego i przede wszystkim profesjonalnego uprawiania sportu. Poza tym powinien być przystosowany odpowiednio kalendarz rozgrywek ligowych w grach zespołowych. Znowu przykład przede wszystkim piłki nożnej, ręcznej. W tej chwili w Polsce kończą się rozgrywki zespołów pierwszoligowych i za dwa tygodnie ekstraklasy. Nasz okres startowy trwa nie więcej niż trzy miesiące, w rundzie jesiennej i w rundzie wiosennej, czyli łącznie sześć miesięcy w roku. Jest to za mało w odniesieniu do świata.

Prowadzenie procesu szkolenia na podstawie struktury mikrocykli. Mikrocykl jest później wdrożony w cały system szkolenia makrocyklu, szczególnie rocznego, ale tak naprawdę pracujemy na mikrocyklach tygodniowych. I tutaj tych opracowań jest jak na razie jeszcze za mało.

Indywidualizacja obciążeń treningowych. Praktycznie jej nie ma. W grach zespołowych praktycznie nie ma indywidualizacji szkolenia. Większość zespołów, od trzech czwartych do nawet 90%, nie ma środków, którymi by mogła przeprowadzić indywidualizację. Zwyczajnie albo niezwykle sporttestery. Praktycznie tylko co dziesiąty zespół posiada tego typu urządzenia.

Następnie – należy powołać zespoły metodyczno-naukowe, które by współpracowały w poszczególnych grach zespołowych. Wzorce modelowe. Bardzo ważne jest stworzenie norm dla poszczególnych grup wiekowych. Poza tym korzystanie z osiągnięć innych nauk, szczególnie nauk podstawowych. I na koniec chcę tylko przedstawić – już zresztą w publikacjach czy w innych konferencjach przedstawiałem – system szkolenia, jaki stworzyliśmy w szkołach mistrzostwa sportowego w latach dziewięćdziesiątych, które przyniosły ogromne sukcesy.

Ale ponieważ kończy się mój czas, w takim razie przedstawię tylko to, co się stało na końcu. Stało się tak, że Związek Piłki Nożnej w Polsce zlikwidował w 1999 r. SMS, po tym, jak zdobyliśmy wicemistrzostwo Europy i mistrzostwo Europy. Czyli widzimy, co się tu działo, jeśli chodzi o piłkę nożną. W piłce ręcznej z kolei kilkunastu zawodników, kadra młodzieżowa, zdobyło mistrzostwo Europy. Tych zawodników widzimy teraz na parkietach zespołu, który prowadzi Bogdan Wenta, czyli młodzież jest podstawą do naszego działania i stworzenia systemu szkoleniowego w Polsce. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie.

Proszę państwa, zgodnie z porządkiem teraz zachęcam do krótkiej dyskusji i za chwilę przejdziemy do sportów indywidualnych.

Otwieram dyskusję.

Diskusja

Ryszard Parulski

Nazywam się Ryszard Parulski. Jestem byłym olimpijczykiem, szermierzem, czynnym adwokatem pomimo zaawansowanego wieku, ale mam przez to niezależność finansową i niezależne sądy.

Szanowni Państwo! Dekalog postępowania na całe nasze życie, 10 przykazań, liczy dwieście siedemdziesiąt dziewięć słów, Deklaracja Niepodległości Stanów Zjednoczonych trzysta słów, zaś instrukcja przewozu cukierków w ramach Unii Europejskiej dwadzieścia pięć tysięcy dziewięćset jedenaście słów. Pustosłowie, obawiam się tego bardzo.

Jaki jest aktualny stan sportu wyczynowego? Jest jeżeli nie beznadziejny, to słaby. Dziesięć medali, utknęliśmy na tym poziomie. Obok nas jest kraj o wielkiej „demokracji”, gdzie ludziom żyje się dostatnio – mówię to krotkochwilnie – Białoruś. Ten dziesięciomilionowy kraj dominuje nad nami w olimpiadzie zarówno letniej, jak i zimowej. Czemu nie zastanowimy się, dlaczego tak jest. Tu mamy wiele wykładów, słupków, mądrych zdań, ale dlaczego Białoruś, pod dyktando, gdzie ludzie ledwo wiążą koniec z końcem, ma lepsze rezultaty, lepszą myśl szkoleniową niż my tu wysłuchujemy pięknych zdań. Ja przekornie nawiążę do wcześniejszego wystąpienia, bo wynikałoby z niego, że to Australia lub Korea winny być mistrzem i wicemistrzem świata. Tylko oni nie potrafią grać w piłkę. Przekornie powiem, że pan Kazimierz Górski, z którym miałem zaszczyt prowadzić fundację „Gloria Victis”, kiedy przyjechał z meczu z Grecją wiele lat wstecz i spytałem go, jak było, bo do przerwy dobrze graliśmy, 1:0 prowadziliśmy. I co się stało? A on na to: No właśnie. Patrzę, a nasza drużyna cofnęła się pod swoją bramkę. Wołam Kazia Deynę i mówię do niego: Kaziu, my to gramy w tamtą stronę. Po to daję to jako przykład, że sport to nie jest magia, sport jest ruchem, tylko o sport i sportowców, o trenerów przede wszystkim, bo to jest istota sportu, zawodnik–trener, trzeba dbać. Z drugiej strony te nakłady pracy – podziwiam. Owe rezultaty. Tylko gdzie one się znajdują, gdzie jest Instytut Sportu?

Był taki kraj – NRD. Szesnaście milionów ludzi. Dzisiaj mówimy, że ich sportowcy osiągnęli rezultaty dopingiem etc. Nieprawda, wygrywali i zimową, i letnią olimpiadę, w każdym razie byli w trójce. Szesnaście milionów ludzi. A dlaczego? Ja dopatruję się tam najlepszego naboru i selekcji. Nabór i selekcja to jest podstawa sportu. I tu zastrzeżenia, oczywiście, można się pomylić, pan senator mówił, po co krzywdzić tych młodych ludzi. Przyprowadzają na szermierkę, bo mama mówi, to taki piękny, rycerski sport, a okazuje się, że on ma refleks słonia. Drugiego przyprowadzają, chudy, więc mówią: niech się rozwija atletycznie. I on w wieku piętnastu lat podnosi z trudem 20 kg. Gdzie jest nabór, selekcja? Ja mówię przekornie. Nie ma. Zwracałem się z tym do ministra Giersza, którego cenię, bo to jest człowiek, który przeszedł od zawodnika, wybitnego trenera i zna się na wyczynowym sporcie. Wyczynowy sport to jest piramida. A gdzie jest podstawa tej piramidy? Nie ma.

Powołałam się tu na podane dane. Mamy 18 695 trenerów drugiej klasy, około 3000 trenerów klasy pierwszej. Mamy różnice, bo pan podał 500 na tablicy, ja mam 501. Może w międzyczasie ktoś dostał międzynarodową klasę. I co? Czy ci ludzie nie są nauczycielami? Są nauczycielami sportu. Karta Praw Nauczyciela gwarantuje podstawowe wynagrodzenie. W Polsce w klubach – ja mam przykład w swoim klubie, gdzie przychodzę grać

w tenisa, że klub nie może wypłacić trenerowi 500 zł. Ustawa o sporcie przerzuca to na samorządy, a samorządy stawiają sport na ostatnim miejscu, bo mają walące się mosty, drogi itd.

Czy wierzycie, że samorządy utrzymają kluby, pomogą trenerom dostać wynagrodzenie? Ja tu dlatego tak szybko się zgłosiłem, bo jestem umówiony z posłami, będę walczył o Kartę Trenera, taką samą jak nauczyciele. Zwrócenie się do wojskowości, do klubów policyjnych, żeby również wspierali sport. Należy wprowadzić gwarancje podstawowego wynagrodzenia trenerów, bo ważna jest właściwa selekcja i nabór. Nieraz i taki Messi, idol całego świata, byłby odrzucony. Tylko owa selekcja może być różna. Pan Kazimierz Górski za płotem się chował i podglądał grających chłopaczków, żeby zobaczyć, który ma klej w nogach. I to była ta idealna selekcja. Messiemu karłowatość groziła, gdyby nie Barcelona itd. Albo weźmy Iniestę, którego chyba by wszyscy odrzucili z uwagi na warunki. To są złożone kwestie, ale wszędzie decyduje człowiek i nie tylko subiektywizm, ale i inteligencja człowieka. Jak jest trener inteligentny, potrafi ten talent przy tych miernych warunkach wyłapać. A geniusz trenera, szkoła polskiego trenera to była wielka klasa, jak Feliks Stamm czy wspomniany Kazimierz Górski, pan senator Piechniczek tu siedzący, Szelest w oszczędności. Gdzie się ta szkoła podziała? Oszczepnicy, trójskoczki. Ilu ich było? Dzisiaj z jakichś powodów zginęła szkoła polska. Warto się nad tym zastanowić.

Jeszcze jeden temat, o który trzeba walczyć, to kluby. Podstawą sportu jest klub. Czy ktoś analizuje w ministerstwie wyniki z ostatnich lat siatkarzy juniorów? Dziesiąte miejsca. Co się stało? Gdzie jest regres? Szermierze z zawodów juniorów i kadetów przywozili worek medali. Dzisiaj nie. Nastąpiło zachwianie klubów. Dzieje się tragedia, bo już nie tylko kluby małe, ale przecież Legia, symbol bez mała polskiego sportu, została zlikwidowana. Następnie Gwardia, nie mówię już o Marymontach, Sarmatach i innych. Tak więc można najmądrzejszymi myślami się tu, dzielić, dorobkiem naukowym, ale bez uwzględnienia aspektu: nabór-selekcja-trener-klub przyszłość polskiego sportu źle mi się rysuje.

Pan senator pozwoli, że opuszczę tę salę, bo jak mówiłem, jestem umówiony z posłami. Liczę na to, że i Senat, gdyby taka ustawa się pojawiła, zajmie się nią. Na razie budujemy ją w Sejmie. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję panu mecenasowi, że w nawale obowiązków chciał się z nami spotkać, podzielić w dyskusji swymi przemyśleniami.

Przypomnę, że będziemy jeszcze dyskutowali w podsumowaniu. Teraz jeszcze jedno wystąpienie w tej części, a potem sport indywidualny.

Andrzej Rokita

Prorektor do spraw Studenckich i Sportu Akademickiego AWF we Wrocławiu

Bardzo dziękuję mojemu przedmówcy za głos w dyskusji, który mówił o podstawach. Tych podstaw nikt z siedzących tutaj na sali nie widzi, a domu od dachu nie zbudujemy. Jeśli nie będzie powiązania przygotowania do sportu z edukacją, ze szkołą, z wychowaniem w klasach I–III, gdzie dziś nikt z wychowania fizycznego nie pracuje, tylko pracują nauczycielki kształcenia zintegrowanego, to na starcie jesteśmy trzy lata do tyłu w rozwoju

motorycznym, które nie są już do nadrobienia. To rodzice zabiegają o to, żeby dziecko się ruszało. To dziecko praktycznie się nie rusza w szkole w klasach I–III. I to jest podstawowa przyczyna. Tego się nie nadrobi, jeżeli nie będzie zmienione.

Druga sprawa – przygotowanie kadr. To akademie wychowania fizycznego wspólnie z Ministerstwem Sportu i Ministerstwem Nauki i Szkolnictwa Wyższego stworzyły kierunek sport. Dzisiaj możemy powiedzieć, że w akademiach wychowania fizycznego istnieje szansa na przygotowanie kwalifikowanych trenerów. To, o czym mówił przedmówca. Bo dzisiaj wiemy, że inaczej kształcimy trenera, inaczej kształcimy nauczyciela, inaczej kształcimy fizjoterapeutę i osobę do pracy w rekreacji. I dzisiaj w akademiach wychowania fizycznego ten proces się toczy. Dzisiaj mamy na drugim etapie studiów na pierwszym roku pierwszych studentów, za półtora roku będziemy mieli pierwszych absolwentów. To w naszej opinii są przyszli trenerzy klasy mistrzowskiej. I sytuacja, o czym mówiliśmy, że na igrzyskach olimpijskich mamy jednego trenera z klasą mistrzowską, z całym szacunkiem dla pozostałych trenerów, wydaje mi się, ulegnie zmianie. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie.

Przechodzimy do debaty o sportach indywidualnych. Nasze zaproszenie z wykładem w części plenarnej przyjął pan profesor Henryk Sozański. Osoba o międzynarodowym uznaniu, osoba, która w praktyce, w mojej ocenie, bardzo dobrze poznała jedną z dyscyplin, jaką jest lekka atletyka. Proszę uprzejmie, Panie Profesorze.

Proces szkolenia
w sportach indywidualnych

Henryk Sozański, Marcin Siewierski, Jakub Adamczyk
Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie

SPORTY INDYWIDUALNE W SYSTEMIE SPORTU I WSPÓLZAWODNICTWA OLIMPIJSKIEGO

Panie Przewodniczący! Panie Ministrze! Szanowni Państwo!

Bardzo trudno jest występować w sytuacji, kiedy już tak wielu znakomitych mówców przede mną występowało i bardzo trudno jest występować w takiej sytuacji, kiedy czas wisi nad nami jak miecz Damoklesa. Wobec tego obiecując, że całość tego materiału, który zamierzałem przedstawić, jest w materiałach pisanych, które zostaną i, mam nadzieję, będą wydane, tutaj skupię się tylko na tych podstawowych zagadnieniach, które przedstawię trochę tak w skali makro i obiecuję solennie, że nie będzie tutaj żadnej nauki, ale bardzo praktyczne spojrzenie na rzecz, właśnie taka metoda ekspertowa, która by zmierzała ku temu, co obiecuje ten temat, mianowicie „Sporty indywidualne w systemie i współzawodnictwie”. A temat przygotowałem z dwoma prześwytnymi specjalistami, jednym od pływania, a drugim od lekkiej atletyki, więc to wzbogaca siłę moich argumentów.

Sport jest jeden. Sport jest dla wszystkich i sport jest dla każdego. I myślę, że to jest formuła wyjściowa do wszelkich rozważań. W pewnym momencie klasyfikujemy sport na indywidualne dyscypliny i na zespołowe, ale przecież to wszystko kierowane jest pewną wspólną ideą, pewnymi wspólnymi zasadami, a rzecz różni się, praktycznie rzecz biorąc, na poziomie treningu tym, że technologie realizowania i osiągnięcia celów są różne.

Sporty indywidualne to na pewno bardzo bogaty zbiór różnorodnych dyscyplin sportu, które charakteryzują się przede wszystkim tym, że człowiek jest sam wobec pewnego wyzwania, że nie ma dziesięciu kolegów, nie ma sześciu kolegów, nie ma pięciu koleżanek, ale jest sam. Taka jest ogólna idea tego postępowania.

Jak to jest w Polsce, to mówi tablica pierwsza. Jeśli wierzyć Rocznikowi Statystycznemu, to te trzy najbardziej popularne dyscypliny zespołowe są po prawej stronie i oczywiście piłka nożna jest tutaj zdecydowanie na miejscu pierwszym, a z drugiej strony są te dyscypliny, które nazwalibyśmy indywidualnymi. I tu mamy już pierwszy przejaw globalizacji. Bo któż by się spodziewał, że karate będzie w środku Europy dyscypliną najpopularniejszą, Azja zaczyna nam tutaj deptać po piętach.

Popatrzcie państwo na liczbę punktów ćwiczeń, bo chcemy rozmawiać o potęgę sportu. Ile jest w Polsce powiatów, a ile jest punktów, w których możemy ćwiczyć, możemy trenować określone dyscypliny sportu? To jest jedna z przyczyn tego, czy jest dobrze, czy jest źle.

Sporty indywidualne możemy rozpatrywać jakby w dwóch kategoriach. Z jednej strony są to sporty dla każdego i wybieramy z tego sporty całego życia. Nawet wybitny i najwybitniejszy przedstawiciel sportów zespołowych, pan profesor Czerwiński, o ile wiem, bo tak moi szpiedzy donoszą, grywał swego czasu przede wszystkim w tenisa, jak przestał grać w piłkę ręczną, a teraz uprawia narciarstwo zjazdowe w dodatku, czyli sporty indywidualne, a z drugiej strony dopiero jest to, co jest potęgą sportów indywidualnych w odniesieniu do światowego współzawodnictwa. I trzeba to wyraźnie powiedzieć, że te sporty mają dwa zbiory wartości, jedno dla człowieka jako człowieka, a drugie jako dla kraju. Panie Ministrze, przecież nie w żadnej piłce nożnej, siatkówce i koszykówce, nawet pomnożo-

nych przez dwa, bo jeszcze tam są kobiety, tylko parę medali można zdobyć, ale w sporcie wyczynowym na najwyższym poziomie potęgą państwa zależy praktycznie rzecz biorąc od sportów indywidualnych.

To samo jest w zimie. Tu pokazujemy tylko wybrane dyscypliny, obrazując to, co można zdobywać, i potęgę tego. I jeszcze jedna ważna rzecz, że to są sporty, które się stale rozwijają. Mówimy i czytamy o granicach ludzkich możliwości, o tym, że to, że tamto, ale proszę popatrzeć, że te rekordy stale padają. Od pięćdziesięciu pięciu prawie do stu rekordów świata rocznie pada, z wyjątkiem tego fatalnego dla pływania roku 2010, kiedy nie było zgody na rekordy w kostiumach piankowych.

Te sporty stale się rozwijają, czyli skala trudności stale rośnie. Wobec tego, jeśli chcemy w tym wyścigu uczestniczyć, musimy być przygotowani nie tylko na to, co jest dniem dzisiejszym, ale również na to, co jest rosnącą skalą trudności na jutro i na pojutrze.

Specyfiką nie tylko sportów indywidualnych, ale sportów indywidualnych w szczególności, w dzisiejszych czasach jest stale rozszerzająca się sfera indywidualizacji treningu. Piłkarze, siatkarze itd. mogą sobie indywidualizować trening i muszą w określonych granicach, ale sporty indywidualne już w samym rozumieniu, w samym swoim jestestwie są nastawione na indywidualizację. Bo tych sportów jest bardzo, bardzo wiele, bo tych typów osobniczych, Panie Profesorze, jest bardzo, bardzo wiele i to wszystko musi być stale poddawane bardzo precyzyjnej pracy, bardzo precyzyjnej technologii wykorzystującej te wszystkie predyspozycje indywidualne zawodnika. Stąd też już od początku poprzez trzy etapy selekcji trzeba szukać kandydatów, którzy właśnie mają modelowe szanse na to, żeby uzyskiwać najwyższe wyniki.

Gdzie się te wyniki robi, skąd się one biorą i gdzie się je produkuje. Wytwarzają się te wyniki w systemie szkolenia. I tutaj mamy pokazany bardzo rozsądnie, mądrze skonstruowany model systemu szkolenia sportowego w Polsce, gdzie są kategorie wiekowe, gdzie są różne etapy, my te etapy różnie sobie tniemy. Jedni mówią, że jest ich więcej, drudzy, że podetapy, ale nie ma znaczenia, te trzy stopnie są i gdzie są pewne wymogi startowe w odniesieniu do poszczególnych imprez, i kwalifikacje, które można zdobywać.

Często narzekamy na system szkolenia sportowego w Polsce. On jest skonstruowany prawidłowo. Uwzględnia wszystkie te elementy, które w systemowym ujęciu występować powinny. Ale produkcja z tego systemu nie zawsze zależy od samej konstrukcji systemu. Zależy od funkcjonowania tego systemu, zależy od tych wszystkich reguł, procesów technologicznych, procedur, które są w ramach poszczególnych stanowisk, wszechstronnych, ukierunkowanych specjalnie, czy systemy imprez funkcjonują. Trzeba sobie z tego zdawać sprawę, że nawet w najpiękniej skonstruowaniu domu mieszkania mogą być zbudowane wadliwie, że najbardziej precyzyjnie zbudowana maszyna będzie pracowała właściwie tylko wówczas, jeśli będzie właściwie sterowana. Sterowanie tym systemem musi podlegać określonym właściwościom, inaczej w sportach indywidualnych, inaczej w zespołowych.

Bardzo proszę, żeby pan Czerwiński się nie obrażał, że gra zespołowa jest najniżej, ale nie chodziło mi o to, żeby pokazać, że ona jest najniżej, tylko że tam system sprzedawania swoich właściwości, czyli startów w zawodach, polityki startowej jest inny, bo oni grają, tak jak pan profesor Czerwiński powiedział, dziesięć miesięcy w roku czy nawet więcej. Natomiast proces szkolenia w dyscyplinach indywidualnych jest inaczej konstruowany od samego początku, bo musi uwzględniać – mówimy o wysokim poziomie sportowym – to, że jest pięć czy sześć wielkich imprez w roku: mistrzostwa Polski, mistrzostwa Europy, mistrzostwa świata, że od czasu do czasu są igrzyska olimpijskie, stąd te wielkie skoki i pewna już sugestia czy pewien warunek kolejnej indywidualizacji tego wszystkiego, co jest

funkcjonowaniem systemu szkolenia, co jest funkcjonowaniem tego wszystkiego, co mieści się w obrębie obciążeń treningowych i wychodzą z tego wspinałe rzeczy.

Mamy tu przykład zawodnika, który wręcz podręcznikowo rozwija się i w dodatku jest to polski zawodnik i z roku na rok efektywność tych rozwiązań systemowych w jego przypadku zdaje egzamin znakomicie. Drugi slajd. Tak samo.

Teraz mamy dwa przypadki światowe, Isinbajewej i Bolta, gdzie te krzywe rozwojowe przebiegają tak właśnie, co niezależnie od tego, co jest indywidualnymi własnościami, jest na pewno świadectwem sprawnego i efektywnego funkcjonowania systemu szkolenia. Ale są i inne przypadki.

Proszę popatrzeć. Włożyliśmy, Panie Ministrze, kupę pieniędzy w szkolenie, wiele starań, różnych zabiegów i w wieku osiemnastu lat człowiek zdobywa wielkie wyróżnienie w sporcie młodzieżowym, a później, mimo że startuje, mimo że trenuje, to wszystko, co jest poplonem wyników, spada.

Następny slajd. Podobny, dotyczący innej dyscypliny sportu.

Bardzo często w polskim sporcie, nad wyraz często, spotykamy się z takim przebiegiem rozwoju kariery. Bardzo szybko do góry, zdobywamy młodzieżowe mistrzostwa, zdobywamy to wszystko, co jest do zdobycia w sporcie młodzieżowym i nie rozwijamy się dalej. Jest to obrazek bardzo dla nas charakterystyczny – mówię o polskim sporcie – wielokrotnie już o tym mówiłem. I teraz poproszę następny slajd, który właśnie mówi o efektywności. Myślę, że to jest w ogóle clou rozmyślań, które nad tym powinniśmy prowadzić.

Pan minister dzisiaj mówił o potrzebie patrzenia na efektywność tego, co jest szkoleniem sportowym, czyli na efektywność, na wydajność systemu szkolenia. Powtarzam, dobrze, prawidłowo zbudowanego systemu. Proszę popatrzeć na dziwny układ, który tu widzimy. To jest taki wskaźnik, nie będę tłumaczył, bo nie mamy czasu, skąd on się bierze i jak się go produkuje, ale generalnie rzecz biorąc, oddaje on siłę zmian, które prowadzą od mistrzostwa sportowego w najmłodszych kategoriach wieku ku wyżynom, czyli na ile się rozwijają ci młodzi, utalentowani zawodnicy w poszczególnych krajach. I proszę popatrzeć, że w takim zestawieniu Polska jest na miejscu bardzo, bardzo, odległym wśród krajów europejskich, które wzięliśmy pod uwagę do analizy. Ciekawa rzecz, ja nie potrafię tego rozstrzygnąć, dlaczego właśnie Białoruś, Rosja, Ukraina, Polska i Niemcy są w bliskości siebie. Czasem mi się wydaje, że to może być konsekwencja tego, że w tych właśnie krajach powstała idea sportu dzieci i młodzieży, nie sportu w ogóle i od początku do końca, tylko sportu dzieci i młodzieży. Nie wiem, czy to jest prawda. Czasem mi się tak wydaje, trzeba by to przemyśleć, trzeba by to było zbadać, że to są konsekwencje takiego podejścia, o którym za chwilę jeszcze będę mówił.

Jeśli chodzi o to, co należałoby zrobić, żeby było lepiej – mówię o sportach indywidualnych, bo nie mam prawa mówić o grach zespołowych, to w kilku tylko dosłownie słowach.

Po pierwsze – szkoła i rozszerzający się zasięg sportu. Kolega przed chwilą również to mówił. Jesteśmy tacy dość krótkowzroczni. Przed rokiem w tej sali pamiętam, jak wszyscy zachwycaliśmy się podstawą programową wychowania fizycznego, ile ona dobrego zrobi. Ja byłem jednym z nielicznych sceptyków, który wtedy mówił, że to się źle dla sportu skończy. Przynajmniej w Warszawie 2 godziny sportu z programów wypadło na rzecz zbierania liści, wycieczek dookoła budynku itd., itd. Szkoła ma do spełnienia w każdym systemie i w każdym kraju rzecz podstawową co do tego, co jest propagowaniem sportu, jego nauczaniem, wdrażaniem młodych ludzi do sportu. Wszystko jedno, czy będą kopać piłkę na orliku, czy będą biegać po parku, ale biegać i się męczyć, i pocić.

Po drugie – selekcja. Teraz wrócę na chwilę do tego systemu, dlaczego on funkcjonuje nie zawsze tak, jak byśmy chcieli. Proszę mnie krytykować, jeśli mówię nieprawdę.

W tym dobrze skonstruowanym systemie szkolenia nastąpiła taka dyferencjacja, polegająca na tym, że funkcje sterujące przejął system współzawodnictwa, że nie chodzi o to, żeby wyszkolić, tylko chodzi o to, żeby wygrać Warszawską Olimpiadę Młodzieży, Olimpiadę Młodzieży, Młodzieżowe Igrzyska Europejskie itd. Nie wyszkolić, ale wygrać. To jest niby mała różnica, ale zasadnicza w sensie technologicznym, bo ona narzuca cały rejestr działań szkoleniowych, które idą w ślad za tym. To jest właśnie ten intensywny trening, to jest przesadnie specjalistyczny wczesny trening, itd., itd. To jest druga sprawa.

W związku z tym popełniamy grzechy w selekcji, bo nie wybieramy tych ludzi, którzy będą, naszym zdaniem, zgodnie z modelem mistrzostwa, mieli szanse być mistrzami świata w wieku dorosłym, tylko wybieramy już na etapie selekcji tych, którzy będą nam wygrywali olimpiadę młodzieży. I później pan profesor, pan senator się dziwi, że widział jakichś ludzi, którzy wygrywali mistrzostwa Europy, a później się ich już nie spotkało. Bo to jest ten efekt – wybieraliśmy tych ludzi na mistrzostwa Europy.

Dalej, to, co było już dzisiaj sygnalizowane, naukowe wsparcie szkolenia. Trudno sobie wyobrazić dzisiaj jakikolwiek postęp nawet w tym pakowaniu jabłek czy w czymkolwiek, nie mówiąc o sporcie, o wysokim wyczynie, kiedy nie uwzględniamy tego wszystkiego, co jest naukowym wsparciem treningu. I proszę popatrzeć, jak w sportach indywidualnych wiele tego rodzaju zróżnicowanego wsparcia potrzeba. Bo inaczej dla lekkoatlety, inaczej dla pływania, inaczej dla kogoś tam jeszcze. Już nie wystarczą jakieś jedne wielkie zespoły, ale wręcz ludzie, którzy będą na co dzień z poszczególnymi dyscyplinami czy wybranymi zawodnikami pracowali. Przy czym muszą to być ludzie, którzy będą widzieli relacje za rok, za pięć i za dziesięć lat. Bo tutaj koledzy z gier mówili o dziesięciu latach. Tak, oczywiście, trzeba sobie zdawać sprawę z tego wszystkiego również, co czeka nas w sferze wspomagania. Sport wyczynowy nie obejdzie się bez wspomagania. I też nie możemy zamykać na to oczu. Nie mówię o dopingiu, mówię o wspomaganiu. Na świecie mówi się już coraz wyraźniej o wspomaganiu genetycznym. Trzeba się do tego przygotować, bo jeśli chcemy w tym wyścigu uczestniczyć, a nie będzie to zabronione, a najprawdopodobniej nie będzie, to będziemy musieli do tego się dostosować, czyli trzeba, żeby nauka nie tylko towarzyszyła dzisiaj, ale również zarysowywać te wszystkie perspektywy, które mogą być potrzebne jutro.

Wracając do konsekwencji związanych ze współczynnikiem efektywności szkolenia. Też nie wiem, czy mam rację, ale wydaje mi się, że w dzisiejszym naszym sporcie coraz częściej mamy do czynienia z dwoma sportami, coraz bardziej od siebie niezależnymi. Jeden to jest sport dzieci i młodzieży. Tu poświęcamy temu wszystkie nasze siły i chcemy umacniać i później coś z tego zostaje. Co jest tym sportem drugim? Pan profesor Czerwiński też mówił o tej dziurze, która powstaje w wieku przejścia z juniora do seniora. Wyczerpują się te nasze zapotrzebowania do sportu dzieci i młodzieży, ktoś tam zostaje, bo był niekochany, bo gdzieś tam w ogonie się włókł, nagle się rozwinął i zostaje. Pomyślmy nad tym, czy czasem nie jesteśmy na etapie wytwarzania się dwóch względnie niezależnych od siebie sportów, a to by była tragedia.

A sport może być jeden. Jeśli patrzymy na te wykresy postępu wyników w ujęciu procentowym naszych najlepszych zawodników, tych sprawdzonych, tych wychodzących z tego systemu i najlepszych światowych, to jesteśmy tu w pełni kompatybilni. Ci, którzy są u nas najlepsi, są zbliżeni do tego wszystkiego, co jest obrazem charakterystycznym dla świata. Możemy tak pracować, ale chodzi o to, żeby pan minister był zadowolony, żeby tych krzywych polskich było jak najwięcej, żeby one się nie kończyły na osiemnastym roku życia, tylko żeby podążały w ślad za tym, co jest trendami światowymi. I powinniśmy zrobić wszystko, żeby ten nasz miś, ten nasz wychowanek nie spadał z drzewa, tak jak po-

przednio spadał, tylko spokojnie szedł sobie z etapu na etap rozwijając swoje możliwości. Ten misio nie od początku jest sportem indywidualnym, on w pewnym momencie może stać się piłkarzem, bo ma ciągoty ku temu, a ktoś może z piłkarza zmienić się w lekkoatletę czy pływaka. Mówimy o kwalifikacji do sportu. Ale właśnie zgodnie ze swoimi predyspozycjami, zgodnie z tym, żeby nikogo nie krzywdzić, bo go źle wybieramy, albo że mu zabraniamy się rozwijać. I wtedy mamy szansę, Panie Ministrze, Panie Senatorze, Panowie i Panie, że ten misio będzie właśnie taki ładny, wesoły, uśmiechnięty, a my będziemy się spotykali na spotkaniu, na którym będzie się mówiło o przyczynach sukcesów polskiego sportu. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję, Panie Profesorze, że w sposób naukowy jednocześnie pan nam upraktycznił drogę efektywności szkolenia w sportach indywidualnych.

Zachęcam do prezentacji, a nie do wystąpienia z referatem, żeby każdy zdążył wystąpić.

Proszę uprzejmie, pan profesor Perkowski.

DOSKONALENIE KOMPETENCJI ZAWODOWYCH TRENERÓW SPORTU

Szanowni Państwo! Pominę wstępne slajdy, które sobie tutaj zaplanowałem. Zatrzymam się na tym pierwszym, w którym wskazuję, była o tym mowa, że sukcesy polskich trenerów, sukcesy sportu to również sukcesy polskich trenerów, bo oni się przyczynili do zdobycia przez polskich reprezentantów dwustu dziewięćdziesięciu jeden medali. A nie są to wszyscy trenerzy, którzy swoim przygotowaniem przyczynili się do sukcesu, bo wielu trenerów, śmiem twierdzić bardzo dobrych, wyjechało za granicę, a to jest przykład siły również polskiej myśli, polskiego szkolnictwa związanego z kształceniem trenerów.

Oczywiście te sukcesy są domeną czy konsekwencją określonych rozwiązań, o których chciałem powiedzieć kilka słów. Przede wszystkim, żeby te sukcesy zaistniały, musiał być stworzony system prawny, który wyraża się w różnych ustawach, zarządzeniach czy też chociażby strategii rozwoju sportu, o której dzisiaj tutaj była mowa, w której mamy pewne przesłanki do działań na przyszłość.

Również możemy się cieszyć, że są gremia osób, które społecznie pracują na rzecz konstrukcji, na rzecz pewnych przemian, jakie muszą zachodzić, jeśli chodzi o kształcenie trenerów. Myślę tutaj o Radzie do spraw Kształcenia. Mamy wypracowane przez wiele lat standardy kształcenia trenerów, mamy również działalność dydaktyczną i naukową licznych publicznych i niepublicznych uczelni. Powinniśmy się również szczylić, co niestety, z tego, co się orientuję, już jest w drobnym zaniku, że posiadaliśmy takie struktury, które wspomagały proces kształcenia trenerów od strony organizacyjnej. Mam na myśli komórki związane z wydawnictwami i szkoleniem kadr, kursów kwalifikacyjnych na klasę pierwszą czy na klasę mistrzowską.

Polskie związki, kluby, uczelnie, PKOl. są organizatorami licznych konferencji. One również przyczyniają się do podnoszenia kwalifikacji i kompetencji naszych trenerów. Wreszcie jest mowa o Instytucie Sportu i innych instytutach naukowych państwowych, które wspomagają w jakiejś części. Tutaj były głosy krytyki, że ten instytut, szczególnie mecenas Pakulski to mówił, nie wspomaga. Myślę, że to na różnych etapach w różny sposób wyglądało.

Te elementy przyczyniające się do przygotowania trenerów do funkcjonowania w sporcie wyczynowym można by było mnożyć. Oczywiście, mamy świadomość, że świat się zmienia, również zmienia się świat sportu i te elementy, które w przeszłości decydowały i miały znaczący wpływ na kompetencje trenerów, mogą w chwili obecnej być w zaniku bądź też zarysowały się potężne rysy właśnie na tych elementach. I tutaj ta rycina ma właśnie zobrazować, że w miarę upływu czasu to, co było siłą tego systemu doskonalenia i kompetencji, może być drobną przeszkodą albo może wręcz przy braku odpowiedniej pielęgnacji i doskonalenia przyczynić się do gorszych postępów.

Jeżeli byśmy rozpatrywali pojedyncze elementy, to patrząc na dokonania współczesnego świata i sportowego świata, na pewno ten system trzeba doskonalić. Doskonalić trzeba również system powiązań między tymi elementami, bo dopiero wówczas mamy do czynienia z rozwiązaniami kompleksowymi, a właśnie one decydują o tej systemowości.

Zastanawiając się, jakie elementy mogą być przydatne, wybrałem kilka, które mogłyby zmienić sposób dostrzegania czy też postępu związanego z przygotowaniem kadr trenerskich. Przede wszystkim powinniśmy sobie uświadomić, że nie doskonalimy trenera, tylko człowieka, który wykonuje zawód trenera. Specjalnie sformułowałem tak to zdanie, żeby podkreślić, że rozwiązania technologiczne we współczesnym sporcie, te czysto trenerskie, tylko w niewielkim stopniu mogą się przyczynić do postępu, do osiągnięć wynikowych. Oczywiście, większe nakłady, coraz większa wiedza o człowieku przyczynia się, ale również mamy pewien obszar zaniedbany bądź niewykorzystany, który śmiało można wykorzystać w sporcie. Mam tutaj na myśli właśnie to sformułowanie, żeby sięgać po rozwiązania kształcenia i doskonalenia specjalistów uprawiających inne zawody. Przecież w sporcie pracuje taki sam człowiek jak w tych rozwiązaniach, które mają tworzyć różne dobra materialne i te myśli związane z organizacją, zarządzaniem, z marketingiem i innymi osiągnięciami naukowymi można śmiało wykorzystywać w sporcie, a to, jak dostrzegam, jest wykorzystywane w ograniczonym stopniu.

Zwróciłbym również uwagę, że elementem, który mógłby przynieść pozytywne efekty, jest związanie kształcenia i doskonalenia zawodowego. W tamtym tygodniu gościłem w jednej ze szkół niepublicznych, gdzie rada wydziału zastanawiała się, dlaczego absolwenci tej szkoły nie przychodzą na studia podyplomowe do tej szkoły. Ale się nikt nie zastanowił, że brak było jakiegokolwiek informacji w okresie studiów, że tego typu studia podyplomowe w tej szkole są, nie pielęgnowano również tutaj przygotowania trenera do kształcenia się w przyszłości, a więc następuje przerwa, rozdźwięk między kształceniem a doskonaleniem. I na tym przykładzie chciałem pokazać, jak ważna jest ta łączność. Jeżeli kandydat na trenera przychodzi z określonymi doświadczeniami zawodniczymi, jest to pewien potencjał wiedzy. Jeżeli on jest kształcony i przechodzi do pracy zawodowej zdobywając określone doświadczenia i podlega procesowi doskonalenia i doksztalcenia zawodowego, te elementy muszą być ze sobą bardzo ściśle powiązane, żeby w nieskończoność nie powracać i nie pielęgnować elementów związanych z doskonaleniem, które były z przeszłości. Pracując dostrzegamy pewne braki czy niedoskonałości, które zaistniały na etapie kształcenia. Jest to prosta droga do tego, żeby weryfikować system kształcenia właśnie poprzez obserwację tego, co się dzieje w praktyce. Trenerzy przychodzą w trakcie kursów na klasę pierwszą czy mistrzowską, zgłaszają określone problemy bądź też w swoich wypowiedziach dowodzą, że nie mają kompetencji, żeby rozmawiać z osobami, które ich wspomagają w procesie szkolenia sportowego zawodników. To są braki wyniesione właśnie ze studiów, które ciężko nadrobić już w okresie pracy zawodowej.

Zmiany, o których mówiłem, pokazuje slajd, który wskazuje na rozwiązania bardziej kompleksowe. Chodzi mi mianowicie o to, że są podmioty, które zajmują się kształceniem, są podmioty, które są odbiorcą tego produktu, mówiąc nieładnie, a więc dobrze wykształconego trenera. Są to związki sportowe, Polski Komitet Olimpijski. Są oczywiście instytucje nadrzędne, o których roli tutaj mówiono, natomiast brakuje tutaj odpowiednich związków. Ja bym podkreślił jeden element, że akademie wychowania fizycznego nie mogą kształcić, doskonalic trenerów bez coraz ściślejszych związków ze związkami sportowymi, PKOl. i stowarzyszeniami trenerów. Tak bardzo dobrze funkcjonujące na przykład Stowarzyszenie Lekarzy w Polsce w różnych specjalnościach wymusza proces doskonalenia lekarzy.

Zwracam również uwagę na to, że w tym systemie jest to oczywiście jeden z przykładów. Można się kłócić, czy te rozwiązania są w jedną czy w drugą stronę, natomiast chodzi o całą ideę. Funkcjonuje również akademie trenerska, czyli takie ciało, w którym znaleźć mogłyby ujęcie wiedza i umiejętności najlepszych specjalistów w kraju. I nie przywiązywałbym w tej koncepcji wychowania akademii trenerskiej do jednej instytucji, tak jak mamy

chyba teraz, ona jest przy Instytucie Sportu, ale żeby to było ciało, które jest taką lotną akademią, tam gdzie mamy warunki i przygotowane kadry i możliwości, tam ta akademicka ma swoją siedzibę. Raz ma w Szczecinie, raz ma w Krakowie, raz ma w innym miejscu, ale chodzi o to, żeby w tych pracach doskonalenia wykorzystać to, co jest najlepsze.

I ostatni już slajd, w którym wskazuję, że jednak główna waga powinna spoczywać na osobach, które się kształcą i które doskonalą swoje kompetencje. Żadna instytucja, która jednak powinna wspierać, nie robi tego za trenera. A przede wszystkim – i to ostatnia uwaga – doskonaleniem zawodowym trenerów powinni zajmować się specjaliści. W chwili obecnej nie każdy może szkolić trenerów. Jest to wyspecjalizowana czynność, wymagająca nie tylko wiedzy, ale zrozumienia osoby dorosłej, tak jak się to dzieje w innych zawodach, gdzie kładziemy teraz bardzo mocny akcent na doskonalenie zawodowe. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie panu profesorowi.

Informuję, że dzięki grzeczności pana profesora Wiktora Adamusa teraz wystąpi pan profesor Lyakh. Proszę uprzejmie.

Vladimir Lyakh
Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

**TREŚCI I WŁAŚCIWOŚCI KOŃCOWEGO ETAPU
PRZYGOTOWANIA WYCZYNOWYCH SPORTOWCÓW
DO GŁÓWNYCH ZAWODÓW SEZONU**

Wielce Szanowny Panie Przewodniczący! Wielce Szanowny Panie Ministrze! Wielce Szanowni Państwo!

Witam wszystkich serdecznie. Szczególnie serdecznie witam grupę profesorów z Krakowa, na czele z naszym rektorem.

Szanowni Państwo! Pan senator Piechniczek, trener Piechniczek wprowadził termin: imperializm sportowy. Ja w zasadzie nie wprowadzę nic, tylko powiem, że nam, profesorom trzeba wytrwałości lub cierpliwości intelektualnej, żeby posłuchać wszystkich.

Trenerów, działaczy, naukowców w zasadzie zawsze interesuje, szczególnie w teraźniejszych czasach, pytanie, dlaczego sportowcy mniej więcej wyczynowi, dobrze przygotowani albo nieźle przygotowani, albo my od nich oczekiwaliśmy wysokich wyników przed imprezą największej rangi, jak igrzyska olimpijskie, mistrzostwa świata i Europy, nagle akurat na tych ostatnich nie mają wyników.

W zasadzie chciałbym tylko uwzględnić niektóre czynniki wpływające na końcowy etap przygotowania przed wielkimi zawodami oraz pokazać treści i właściwości omawianego etapu według najnowszych naukowych danych.

Chciałbym zwrócić uwagę na dwie książki, które na pewno może państwo do końca nie znali. Pierwsza książka Issurina „Blokowaja priiodizacja sportivnoj trenirovki”, trenera z Rosji, teraz pracuje w Izraelu. Książka wydrukowana została też w języku angielskim w Stanach Zjednoczonych i Hiszpanii. Znana książka Płatonowa, którą radzę też poczytać, niedawno wyszła w Rosji. Chodzi tu o przygotowanie narodowych reprezentacji do igrzysk olimpijskich. Tu są zawarte doświadczenia wszystkich państw, europejskich i innych.

Według danych naukowych podejście do oceny końcowego etapu przygotowania z pozycji skuteczności lub nieskuteczności występowania sportowców może być uproszczone lub wszechstronne. W pierwszym przypadku porównuje się rezultaty sportowe i osiągnięcia do rozpoczęcia etapu z wynikami uzyskanymi w czasie głównych zawodów, w drugim przypadku, przy wszechstronnym podejściu, konieczne jest jeszcze wzięcie pod uwagę następujących ograniczeń, a analizowana dyscyplina sportu powinna mieć obiektywny wynik pomiarowy, jak na przykład w pływaniu, wyniki wykonania ćwiczeń na zawodach powinny być zbliżone, w zasadzie najlepiej identyczne. Analizowana grupa sportowców powinna być reprezentatywna. Zachowanie wszystkich tych warunków w wypadku gier sportowych jest jak na razie mało prawdopodobne, natomiast możliwe jest w dyscyplinach, których wyniki mają, jak mówiłem, charakter wymierny. Publikacje Issurina i izraelskich naukowców prezentują badania pływaków na Igrzyskach Olimpijskich w Atenach. Przebadali dość dużą liczbę pływaków. Najbardziej nieoczekiwanym rezultatem tych badań według opinii był fakt, że większość najlepszych zawodników z dominujących w sporcie państwa świata pogorszyła swoje rezultaty na igrzyskach olimpijskich i nigdy wcześniej nie zaobserwowano tego zjawiska jako ogólnej tendencji.

Obniżenie poziomu wyników na igrzyskach olimpijskich tłumczono trzema głównymi czynnikami lub przyczynami. Pierwszy czynnik – niepokój i napięcie emocjonalne w czasie trwania końcowego etapu przygotowania i zawodów, niezależnie od tego, że u sportowców wyczynowych psychika i tak nie jest dość mocna.

Drugi czynnik – hormonalne i metaboliczne zmiany, bo akurat w sporcie wyczynowym teraz mocno współpracują biochemicy, którzy dość głęboko badają współdziałanie wszystkich hormonalnych i metabolicznych procesów. I trzeci czynnik, na który najczęściej zwracają uwagę, niedostatki treningów w czasie ostatecznego etapu.

Przeanalizowawszy literaturę, doszliśmy do wniosku, że obecnie brakuje danych naukowych opisujących wpływ podwyższonego napięcia emocjonalnego stresu na wyniki sportowe. Tylko pośrednio możemy domniemywać ich ujemne oddziaływanie. Profesor Issurin podsumowuje, że większość sportowców nie została przygotowana do radzenia sobie z wysokim poziomem napięcia emocjonalnego. Są tego różne przyczyny.

W moim wystąpieniu, w publikacjach będzie dość dobrze omówiony wpływ czynników hormonalnych w czasie tego etapu. Jeżeli będzie niewłaściwy stosunek na przykład hormonów, na przykład adrenaliny z noradrenaliną według indywidualnych danych, wtedy zawodnicy mogą osiągać złe rezultaty. Myślę, że te dane dla trenerów, którzy pracują z reprezentacją, na pewno są potrzebne.

Na razie nie wiadomo dokładnie, jak wpływa niedobór treningu poprzez ograniczenie obciążeń przed głównymi zawodami na poziom kondycyjnych i koordynacyjnych zdolności technicznych zawodników. Dzisiaj była krytyka gry reprezentacji Polski w piłce siatkowej. Niektóre zawodniczki mówiły, że trenowały zbyt mało intensywnie i miały zbyt mało obciążeń przed samymi mistrzostwami świata.

A teraz trochę historii, kto pierwszy wniósł znaczący wkład w opracowanie problematyki tego końcowego etapu przygotowania. W polskiej literaturze należy wskazać prace pod redakcją profesora Sozańskiego z 1999 r.

Według danych Issurina – podaje treści końcowego etapu przygotowania przed głównymi zawodami – jest ustalone, jaka powinna być długość tych wszystkich etapów międzycykli i mikrocykli, minimalna i optymalna ilość. Wcześniej było od ośmiu do trzydziestu dni i myśleli, że to wystarczy, teraz troszkę inaczej to wygląda.

Na ogólną długość tego etapu mogą wpływać różne okoliczności, na przykład obowiązkowe zawody typu selekcja w reprezentacji lub mistrzostwo kontynentu lub świata. Na treści i właściwości końcowego etapu przygotowania mają wpływ także dyscyplina sportowa, każdy osobny sezon, kalendarz międzynarodowych rozgrywek, geograficzne miejsce przeprowadzenia głównych zawodów, zakłócenie biorytmów oraz psychofizyczne możliwości zawodników w przygotowaniu udziału w zawodach oraz inne czynniki i warunki.

Nie wiadomo, według którego programu końcowego etapu przygotowywać się będzie reprezentacja Polski do głównych zawodów roku lub czterolecia i na ile sztab trenerski uwzględni naukowe koncepcje. W sporcie wyczynowym naukowe podejście jest jak najbardziej potrzebne.

Sukcesy osiągnięte przez reprezentację Polski w drużynowych i w indywidualnych dyscyplinach sportu na głównych zawodach roku i czterolecia w znacznym stopniu będą zależą od tego, jak został skonstruowany model przygotowania przedstartowego. Myślę, że takie wyniki, kiedy Lozano miał drugie miejsce, a czasami może być dziesiąte, piętnaste, zależą od różnej formy sportowców, którzy trafili do reprezentacji. Czasami może decydować o tym ich wielkie zmęczenie podczas ligowych rozgrywek, kiedy są mocno eksploatowani. Nie ma tej poprawnej, popartej nauką, pracy z nimi przed głównym startem.

Moja opinia to jeden z poglądów, jakie nasunęły mi się na podstawie analizy. Dziękuję bardzo za uwagę.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję panu profesorowi.

Przenosimy się w świat wioślarstwa.

Proszę uprzejmie, pan Krzysztof Krupecki.

**WSKAŹNIKI WYKONANIA CYKLU WIOŚLARSKIEGO
JAKO WIODĄCE KRYTERIUM W ZESTAWIANIU OSAD
ORAZ OPTYMALIZACJI ROZWOJU SPRAWNOŚCI SPECJALNEJ**

Jestem praktykiem, trenerem od trzydziestu pięciu lat, a przy okazji, jak ja to nazywam, pracownikiem naukowo-dydaktycznym Instytutu Kultury Fizycznej.

Przedstawię państwu w sposób niekonwencjonalny naszą prezentację, ponieważ chciałbym rozpocząć od tego, do czego nawiązuje nasza prezentacja, czyli od filmu, który przedstawia złotych medalistów Igrzysk Olimpijskich w Pekinie. Miałem przyjemność prowadzić tych zawodników na różnych etapach szkolenia. Zdobywali pierwsze medale pod moim nadzorem. Dzisiaj dwoma zawodnikami bezpośrednio się opiekuję, to są zawodnicy AZS Szczecin, gdzie jestem trenerem. Jednym się opiekuję dwadzieścia lat. Jest to zawodnik mój bezpośredni, natomiast drugi jest zawodnikiem Piotra Kuli, ale ja jestem trenerem koordynatorem i cały system szkolenia prowadzimy w sposób ustalony przeze mnie. Tych kilka dni przygotowania jest podstawową informacją dotyczącą wyniku sportowego. Ta osada została wybrana jako najlepsza osada wiosłująca na świecie i ta osada od 2005 r. nie przegrała żadnego biegu. Wygrywa mistrzostwa świata, mistrzostwa Europy, igrzyska olimpijskie. Podstawą wyników tej osady jest właśnie technika wiosłowania, którą zajmują się biomechanicy na całym świecie i podpatrują nasze uwarunkowania, które doprowadziły do zestawienia takiej osady, gdzie dwóch zawodników po nieudanych Igrzyskach Olimpijskich w Atenach, gdzie przegraliśmy 0,07 sekundy, doprowadziło do tego, że od sześciu lat ta osada wygrywa. W związku z tym nasza prezentacja dotyczy właśnie tych czynników, które decydują o sukcesie wiosłarstwa.

Uważam, że te czynniki nie tylko decydują o sukcesie w wiosłarstwie, ale również w innych dyscyplinach sportowych. Dlaczego? Bo oparłem swoje doświadczenie na doświadczeniach naukowców, profesorów, którzy opracowali je już w latach sześćdziesiątych, siedemdziesiątych, osiemdziesiątych i które wprowadziłem do swojego warsztatu badawczego. Badania i sprawdziany, testy trenerskie dzisiaj pozwalają nam na określenie poziomu funkcjonalnego i sprawności motorycznej bezwzględnie, dlatego że Instytut Sportu pomaga nam w tym i badania funkcjonalne są robione na każdym poziomie pracy tlenowej czy beztlenowej, czy również mieszanej.

Sprawność fizyczną poprzez testy, sprawdziany trenerskie również możemy określić bezwzględnie. Natomiast technikę wiosłowania, technikę gry w piłkę nożną, technikę gry w piłkę koszykową, technikę biegu, rzutu itd. trudno jest określić, ale są wytyczne, które dokładnie naukowcy byłej NRD opracowali. Jeżeli trenerzy by się tylko trzymali tych wytycznych, na pewno by mieli sukcesy równe sukcesom wiosłarskim.

Przechodzę do prezentacji. Przedstawię tezy i najważniejsze informacje, które w tym temacie oczywiście są, moim zdaniem, istotne. To jest druga dwójka z mojego klubu, która zdobyła mistrzostwo świata w 2007 r. Jak widzimy, czterech zawodników z jednego klubu w mistrzostwach świata to ewenement. I zdobyli je dzięki właśnie badaniom, testom, które przed chwilą przedstawiłem państwu, które robiliśmy.

Spójrzmy tylko na spostrzeżenia badaczy, którzy założyli, że dwóch trenerów obserwujących jedną osadę ma różną ramę referencyjną, więc inne spojrzenie na technikę. My trenerzy, czy trenerzy z innych dyscyplin sportu, również oceniamy inaczej technikę swoich zawodników. Więc teraz zakładamy, że wiosłarz powinien cały swój potencjał funkcjonalny spożytkować w ten sposób, żeby poprzez zestrój zawodnika z łodzią doprowadzić do końcowego sukcesu. To jest przecież też istotne. Liczy się efekt, a nie jak to wygląda. Dlatego model wioslarza nie musi być piękny, ale skuteczny. Wielu trenerów patrzy na to, żeby osada pięknie wiosłowała. Nie, osada ma wiosłować skutecznie, ma być pierwsza na mecie. W literaturze fachowej od wielu lat są poruszane te problemy, ale niestety, my trenerzy wielokrotnie zapominamy o tak zwanych podstawach. O podstawach dzisiaj też mówiliśmy. Pan profesor Sozański słusznie zauważył, że teoria sportu, system szkolenia sportu w Polsce jest na znakomitym poziomie, jednakże to my nie realizujemy tego systemu. Również doskonałość, czyli powtarzalność wyniku sportowego, zależy od dokładności, niezawodności, od tego, co reprezentuje osada przez sześć lat.

Patrząc pod szerokim kątem sportu widzimy, że dla osiągnięcia celu zadania ruchowego niezbędna jest koordynacja znacznej liczby ruchów. Dotyczy to całości sportu. Ciało zawodnika zmienia stale w mniejszym lub większym zakresie swoją pozycję w stosunku do otoczenia. Do całości sportu, nie tylko do wiosłarstwa. Ruchy całościowe oraz częściowe często muszą być wykonywane z wysoką precyzją. Do całości. Poruszające się ciało należy utrzymać w równowadze lub po utracie równowagi szybko do niej powrócić. Do całości. Umiejętne dostosowanie ruchów do określonego rytmu, narzuconego – również do całości, ponieważ rytm w piłce nożnej również istnieje.

W związku z tym popatrzmy na to z punktu widzenia już wiosłarskiego. Jak to zrobić, żeby można było znaleźć czynnik decydujący o tym, czy ruch, czyli potencjał funkcjonalny, motoryczny jest przenoszony w sposób istotny dla wyniku sportowego. I tutaj mamy powołanie się na tych autorów, którzy tym się zajmowali i będziemy mieli tak zwane porównawcze wskaźniki, które już w 1985 r. opracował Kerner. Wskazał po badaniach, że ruch wiosłarski powinien wyglądać mniej więcej w ten sposób, a istotna dla nas procedura ruchu wiosłarskiego w wodzie to jest między 110 a 70 stopni, bo tam rzeczywiście wiosło znajduje się prostopadle do łodzi i przesuwa łódkę nie powodując sił ściskających i rozciągających. I wytypował trzy typy zawodników. My zrobiliśmy w Instytucie Kultury Fizycznej z naszymi kolegami, którzy występują razem w tej publikacji, badania stu pięćdziesięciu zawodników wiosłarzy i stu pięćdziesięciu studentów. I to jest prawda. Studenci nie umieli wiosłować. Na ergometrze wiosłarskim przy fit-rowerze wykonali właśnie te pozycje. W związku z tym ja w swoim klubie postanowiłem dobierać tak zawodników. I tak dobieraliśmy również reprezentacje na każdym poziomie szkolenia, od juniorów, poprzez młodzieżówkę, do seniorów. Tu mamy przykład osady młodzieżowej, która była dobierana w ten sposób, że ostatniego zawodnika zmieniano, ponieważ rytm narzucony, tempo wiosłowania decydowały o wyniku. Ta osada później zdobyła młodzieżowe mistrzostwo świata.

I teraz przykładowy cykl, gdzie jest siła zero przyłożona, w tym momencie łódka jest nieruchoma, wiosłarz nie wiosłuje. Początek pociągnięcia, koniec pociągnięcia, prędkość łodzi zerowa, bo stoi w miejscu, i kąt 90 stopni. I widzimy, że w momencie, kiedy siły są największe, przyspieszenie łódki również jest największe. Czyli dalej idąc tym rozumowaniem, popatrzmy, jak to wygląda na przykładzie najlepszych naszych zawodników. Sycz-Kucharski, dwukrotni mistrzowie olimpijscy. Kąt przyłożenia wiosła 90 stopni, siły największe po tym kącie spadają, łódka przyspieszenie ma największe po skończeniu chwytu, tak jak powinno być. Dalej. Dwójka podwójna Korol-Kolbowicz, czyli dzisiejsi mistrzo-

wie olimpijscy, którzy siedzą w tej czwórce. To są badania z 1998r., kiedy oni wiosłowali w dwójce, zdobyli brązowy medal na mistrzostwach świata. Również widzimy u Korola tę możliwość i oczywiście prędkość poruszania się łodzi jest wzrastająca. To jest nasza czwórka podwójna, dzisiejsi niezwykłeni dominatorzy, jak ich nazywają.

Zwróćmy uwagę na istotną rzecz. Adam Korol, który jest szlakowym tej osady, notuje tutaj w przyciążnięciu tak zwane siodełko, dołek, ale tutaj przy kącie 90 stopni ma największe przyłożenie. Ale pozostali zawodnicy, czyli Konrad Wasilewski i Michał Jeliński, uzupełniają ten dołek wysokim potencjałem siły przed kątem 90 stopni.

Marek Kolbowicz rysuje się w granicach właśnie Adama Korola, z którym od wielu, wielu lat pływa. W związku z tym może to jest przyczyna sukcesu naszej osady, ponieważ oni się uzupełniają, a nie nakładają się siłami. To jest ten, jak to się mówi, trudny orzech do zgryzienia przez naszych kolegów, którzy się przyznali do tego, że filmowali naszą osadę pod każdym względem. Dobrali funkcjonalnie zawodników pod każdym względem, a jednak nie mogą wygrać z tą osadą. A to jest ta osada, którą badaliśmy, czyli czwórka podwójna wagi lekkiej. I tu widzimy dwóch zawodników, czyli Pawełczak i Bernatajts, którzy są srebrnymi medalistami z Pekinu w czwórce bez sternika. Czyli potwierdza się ta istotna rzecz. I tutaj również łódka, jak widzimy, coraz szybciej płynie. Oczywiście, te wszystkie rzeczy są notowane w sposób liczbowy, więc możemy porównywać poszczególne elementy przyłożenia siły i prędkości łodzi i porównując zestawienie najlepszych osad na świecie i naszej badanej osady doszliśmy do wniosku na podstawie tych wszystkich rysunków, które przedstawiliśmy państwu, że właśnie ta osada nie odbiega od wzorca, co potwierdził srebrny medal na igrzyskach olimpijskich.

Ostatnia rzecz. Tutaj wiele słyszeliśmy o tym, że to są sporty indywidualne. Nie zgadzam się z tym. Jedna konkurencja tylko jest sportem indywidualnym w wioślarstwie. Mamy ośmiu zawodników. Każdy ma inny potencjał funkcjonalny, każdy inną sprawność fizyczną i każdego inaczej musimy prowadzić. A oni muszą tworzyć zespół. Każdy musi znaleźć miejsce w osadzie i każdy musi sprzedać swój potencjał. I wtedy dopiero jest sukces tej osady.

Tutaj widzimy zdjęcie tej osady z mistrzostw świata, mistrzów olimpijskich. Piękne zdjęcie. Ale spójrzmy na program Dartfish. To są błędy najlepszej osady na świecie. To trzeba poprawić. Dalej. Na wyjściu z wody 69, 55, 14 stopni różnicy, najlepsza osada na świecie. Widzimy więc, nad czym można pracować. Dalej. Dzięki temu programowi widzimy, jak tutaj zabiera Konrad Wasilewski rękę wiosłem. Powinien mieć tu. Łódka będzie bokiem płynąć. Jeszcze więc ta osada musi urwać. Następnie każdego z tych zawodników możemy pokazywać w piękny sposób. Dziękuję państwu bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie. Szczególnie chyba ciekawie było jednak zobaczyć i posłuchać, że mamy dyscypliny, w których jesteście potęgą na świecie, a więc nie wszędzie muszą przyjeżdżać do nas trenerzy, mamy też swoją polską myśl.

Proszę uprzejmie, kolejne wystąpienie, pan profesor Moska.

Waldemar Moska

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

TECHNIKI I KONCEPCJE ZARZĄDZANIA JAKO CZYNNIKI WSPOMAGAJĄCE ROZWÓJ SZKOLENIA W SPORCIE WYCZYNOWYM

Panie Senatorze! Panowie Senatorowie! Szanowni Państwo!

Kiedy zobaczyłem program konferencji, nie miałem wątpliwości, tylko zastanawiałem się, czy przypadkiem nie przygotować dwóch wersji wystąpienia, ale to, co państwo zobaczą za chwilę, to praktycznie są tylko tezy, dlatego że gdybym przygotował wersję poszerzoną, to mogłoby się okazać, że wielu godzin by tutaj zabrakło.

Często zastanawiamy się nad tym, mam nadzieję, że tak jest, dlaczego dochodzi w zespołach sportowych, zarówno w sportach indywidualnych, jak i zespołowych grach sportowych, do różnego rodzaju – tu odważę się powiedzieć – deformacji zawodowych, na przykład polegających na iluzji jedności, kiedy trener i zawodnik mówią to samo, a myślą zupełnie co innego, kiedy dochodzi do innych deformacji, które polegają na różnego rodzaju szumach organizacyjnych, między innymi z przyczyn osobowościowych, takich jak na przykład rzutowanie interesu własnego na percepcję informacji, gdzie nagina się informację do własnych oczekiwań. Należy zastanowić się nad tym, gdzie leży przyczyna takiego stanu rzeczy.

Postanowiłem poświęcić swoje krótkie wystąpienie możliwościom wdrażania technik i koncepcji zarządzania do organizacji szkolenia w polskim sporcie. Nie jest to prosta sprawa, niemniej jednak, jeżeli przeanalizuje się podstawowe kanony zarówno technik, jak i koncepcji zarządzania, to się okaże, że jest to możliwe i może to przysłużyć się zdecydowanie rozwojowi polskiego sportu. W zasadzie powinno się dokonywać takiej analizy na każdym z poziomów zarządzania: na poziomie zarządzania sekcją sportową, klubem sportowym czy też zarządzaniem w ogóle całym polskim sportem czy w poszczególnej dyscyplinie sportu w ramach polskiego związku sportowego. I każdorazowo należałoby to czynić odrębnie i takie opracowania czynić. Natomiast ja skoncentruję się tylko na kanonach.

Żeby móc zrozumieć, że techniki i koncepcje zarządzania nadają się w ogóle do zastosowania w zarządzaniu sportem, należy wyjść od podstawowego kanonu procesu zarządzania. Tak się składa, że trenerzy generalnie nie zdają sobie z tego sprawy, a wręcz często nie są uświadomieni, że w ten sposób kształtuje się proces zarządzania. Zaczyna się od planowania, poprzez organizowanie, kierowanie i kontrolowanie, a potem oczywiście ciąg dalszy już nie jest taki ważny, ważne jest, aby ta pierwsza kolejność zaistniała właśnie w ten sposób.

Również ważne jest zrozumienie tego, że techniki zarządzania – kilka wybrałem, za chwilę państwu je przedstawię – pozwalają odpowiednio zarządzać organizacją procesu szkolenia. Natomiast koncepcje umożliwiają ewentualne dokonywanie zmian. W kontekście tych współczesnych koncepcji zarządzania zacząłem się zastanawiać nad takimi, jak fundamentalna przebudowa, porównywanie się do najlepszych, korzystanie z rozwiązań zewnętrznych czy odchudzone zarządzanie. Każda z tych koncepcji zarządzania nadaje się w określonym zakresie do zarządzania w sporcie, tylko trzeba ją odpowiednio zmutować. Nie jestem zwolennikiem stosowania tego w absolutnie czystej postaci.

To samo dotyczy technik zarządzania. Analizie poddałem takie techniki, jak przez wyniki, przez cele, przez jakość, przez analizę punktów przelomowych, animację, wyjątki,

marketing. W polskim sporcie, kiedy dokonuje się analizy wyników sportowych, najczęściej stosuje się tę ostatnią technikę, która jest jedynie techniką wspomagającą, ale bardzo ważną, dlatego że bez niej obejść się w zasadzie współczesny sport nie może, czyli technikę zarządzania przez marketing. Natomiast zaniedbuje się w ogóle funkcjonowanie tych innych technik zarządzania. Te techniki zarządzania, które mogą być wdrożone w procesie organizacji szkolenia w polskim sporcie, związane są określeniem dalekosiężności celu. Tu tylko, nie zagłębiając się w szczegóły, chciałbym państwu powiedzieć, że są takie techniki zarządzania, które wręcz określają dalekosiężność ich stosowania. Niektóre z technik zarządzania polegają na tym, że dąży się do jak najszybszego osiągnięcia wyniku. Oczywiście w wielu przypadkach traktuje się to jako błąd, niemniej jednak często taką technikę zarządzania przez wyniki się wykorzystuje. Żąda się jak najszybszego osiągnięcia wyników, nie próbując nawet mutować tej techniki zarządzania. Tymczasem jest taka technika zarządzania, jak przez cele, która jest techniką dalekosiężną, która jak gdyby wspomogła technikę zarządzania przez wyniki. Można by z niej razem utworzyć taką technikę, która by spowodowała spokojne dążenie do dalekosiężnie wyznaczonego celu.

Ale różne cele są w sporcie wyczynowym w tej chwili wskazywane, niektóre są bardzo krótkoterminowe. Tutaj chociażby posłużę się przykładem piłki nożnej, gdzie bardzo często trenerów zaczyna się rozliczać po dwóch, trzech spotkaniach, nie myśląc o tym, że budowa drużyny to oczywiście długofalowy proces.

Dotyczą te techniki zarządzania oczywiście wewnętrznej struktury, także sposobu kontrolowania. I tu chciałbym się na chwilę zatrzymać przy tym sposobie kontrolowania, a mianowicie, próbuje się recypować, często z powodzeniem, technikę zarządzania jakością albo przez jakość, ale bardzo często popełnia się kardynalne błędy, albo się przesadza z kontrolowaniem, albo na przykład nie stosuje się zasady dobrze za pierwszym razem, czy też często, to co mówił pan profesor w swoim wystąpieniu, nie uwzględnia się zasady Pareto, gdzie wskazuje się, że 20% różnego rodzaju działań może przynieść 80% korzyści. Ja nie jestem przekonany, czy odwrotna zasada, czyli 80% działań przynosi 20% korzyści, ma zastosowanie w polskim sporcie, ale wiem, że w sportach indywidualnych, kiedy stawia się na jednego z pięciu zawodników, a wszyscy ci pozostali stanowią niejako wspomóżenie procesu szkolenia, sam to na własnym przykładzie kiedyś przerabiałem będąc trenerem tenisa stołowego, wiem, że to się często sprawdza. Jeżeli zaś chodzi o to odwrotne uwarunkowanie, to nie zawsze tak jest.

Te techniki zarządzania dotyczą również spójności z uwarunkowaniami zewnętrznymi i tak jak to wygląda, kształtuje się między innymi w technice zarządzania jakością czy przez animację lub też przez wyjątki, wskazywania określonych standardów, które stanowią określony poziom jakościowy. Często popełnia się taki błąd mówiąc o najwyższej jakości czy o jak najwyższej jakości, tymczasem powinno się mówić o standardzie jakościowym, do którego należałoby dążyć. To dotyczy sekcji w klubie sportowym i konkretnie klubu sportowego drużyny, która ma do zrealizowania określony cel.

Jeżeli chodzi natomiast o koncepcje zarządzania, to one sprowadzają się do postawienia kilku zasadniczych pytań. Czy zmiany będą fundamentalne? Często tak jest, że kiedy przychodzi nowy trener do zespołu sportowego albo pojawia się nowy prezes w klubie sportowym, to zastanawia się nad tym, czy nie dokonać przypadkiem zmian radykalnych, określanych mianem fundamentalnych. Należałoby w tym momencie dokonać również fundamentalnego przemyślenia. Nie zawsze się to sprawdza. Ryzyko jest bardzo duże, dlatego że można doprowadzić do absolutnej dezorganizacji klubu sportowego czy sekcji sportowej. Ale pokusa też jest znacząca, bo zyski z tego wynikające, jeżeli chodzi o sprawność organizacyjną danej struktury, wynoszą nawet do około 50%.

Zastanowić by się należało nad sensem potencjalnych zmian, czy w ogóle zmiana powinna mieć miejsce? Czy powinno się i czy jest możliwość porównywać się do najlepszych. Powszechnie mówi się, że benchmarking w sporcie wyczynowym funkcjonuje, natomiast są zdecydowane trudności, jeżeli chodzi o to porównywanie się zewnętrzne, żeby móc pozyskiwać klarowne informacje, które pozwoliłyby na wdrożenie rozwiązań zewnętrznych, które sprawdziły się w innych strukturach, do struktury, która podlega porównaniu.

Przejdę w takim razie do wybranych potencjalnych korzyści. Jakie są korzyści potencjalne związane ze stosowaniem koncepcji i technik zarządzania? Zwiększenie sprawności organizacji sportowej, a w tym udrożnienie przekazywania informacji, czyli niedopuszczenie do różnego rodzaju szumów organizacyjnych z przyczyn informacyjnych, technicznych, osobowościowych; określenie procesu podejmowania decyzji. Często tak się zdarza, że w zasadzie decyzyjność jest odłożona i nie jest ona sprecyzowana. Wskazanie właściwej struktury, tak aby wiedza na temat tego, gdzie się przebywa, w jakich realiach, była jasna zarówno dla zawodnika, trenera, jak i prezesa, członków zarządu; identyfikacja celów, dokładne wskazanie, o co chodzi, jeżeli weźmie się pod uwagę dążenia do osiągnięcia wyników w danym sezonie; uzyskanie stałej, dokładnej informacji; właściwe zarządzanie czasem, o którym już wcześniej mówiłem; stosowanie zasady Pareto; stosowanie zasady „dobrze za pierwszym razem” to jest błąd, który bardzo często się popełnia, kiedy nie dochodzi do spełnienia standardu również związanego z osiągnięciem wyniku sportowego, dąży się do tego wyniku bezkrytycznie nie dokonując zmian. I wreszcie minimalizowanie deformacji i szumów.

Wnioski na koniec. Według mnie istnieją techniki i koncepcje zarządzania – część z nich tutaj przedstawiłem – których stosowanie jest niezbędne w organizacji szkolenia w sporcie. Te techniki, koncepcje mogą usprawnić proces organizacji szkolenia pod warunkiem, że będą zrozumiałe dla organizatorów danej struktury. W dążeniu do tworzenia systemu organizacyjnego kanony powinny stanowić jeden z czynników stymulujących ten proces. Dziękuję.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie panu profesorowi.

Kolejna dyscyplina olimpijska, pan doktor Artur Litwiniuk – taekwondo olimpijskie.

Artur Litwiniuk

Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie,

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej

POZIOM WYNIKÓW SPORTOWYCH JAKO KRYTERIUM EFEKTYWNOŚCI SZKOLENIA SPORTOWEGO W TAEKWONDO OLIMPIJSKIM

Panie Przewodniczący! Szanowni Państwo!

Tematem mojego doniesienia jest poziom wyników sportowych jako kryterium efektywności szkolenia sportowego w taekwondo olimpijskim.

Może wyjdę od motta – „Dajcie mi punkt podparcia, a poruszę świat”. Już dawno było wiadomo, że nauka przyczyni się do postępu cywilizacyjnego, jak również różnych dziedzin życia, w tym i sportu, i nauk o sporcie. I warto sobie zadać pytanie, co to jest trening sportowy i w jakim stopniu wiedza dotycząca treningu jest wykorzystywana przez trenerów. Mam już bardzo ułatwione zadanie. Przede mną występowały osoby o uznanym dorobku i autorytecie naukowym.

Dzisiaj wiadomo, że teoria sportu, teoria treningu jest procesem bardzo złożonym. Możemy ująć to w system bardzo humorystyczny, możemy też w bardzo naukowy. Dzisiaj wiadomo, że jest to struktura hierarchiczna. To, o czym mówił pan profesor Adamus, jest to system powiązań wzajemnych, które mają różną rangę, różną wartościowość. Dzisiaj trenerzy profesjonalści traktują sport jako naukę, sportowcy jako styl życia. Złożoność procesu szkolenia sportowego wymaga zastosowanie kompleksowych obiektywnych kryteriów oceny i jego efektywności. Takimi kryteriami niewątpliwie są dzisiaj osiągnane wyniki sportowe.

O ile w dyscyplinach indywidualnych te wyniki są sprawdzalne, o tyle, o czym większość osób mówiła w pierwszej sekcji, w grach zespołowych i sportach walki trzeba uwzględnić elementy składowe struktury rzeczowej treningu sportowego, obciążenia treningowe, metody, formy, środki. I tak jak widzicie, na wynik sportowy, tak jak przedstawia to wielu naukowców, wpływają różne czynniki. My staraliśmy się zbadać niektóre.

Bardzo istotnym elementem jest również proces kontroli treningu sportowego, ujmując zakres kontroli ze względu na to, kto i kiedy może kontrolować, jak również, kto kontroluje w makrocyklu na poziomie jednostki treningowej, mikro, mezo, podokresów, okresów i jako kompleksowej kontroli.

Mój kontakt ze sportem. Współpracowałem w pierwszym swoim spotkaniu z kadrami olimpijską judo, potem z zapaśnikami, z karate tradycyjnym, w tej chwili, jako że w kole naukowym mamy trenera z taekwondo olimpijskiego, zajmujemy się właśnie elementem kompleksowym. I chcieliśmy dokonać diagnozy czynników determinujących skuteczność walki sportowej. Wiele jest takich czynników. Badaliśmy niektóre, mianowicie budowa somatyczna, poziom zdolności kondycyjnych. Głównie skupiliśmy się na czynnikach psychologicznych. Wielu naukowców mówi, że dzisiaj w sferze psychologii są największe rezerwy, zarówno w sferze osobowości, procesach motywacyjnych, jak również wolicjonalnych. To jest wszystko dzisiaj do zbadania.

Badaniami objęto zawodników taekwondo na poziomie juniora, pomiarem motorycznym – międzynarodowy test sprawności fizycznej, również testy do oceny osobowości, tu jest jeden wymieniony, Zuckermana-Kuhlmana (ZKKO), test wartości preferowanych

Schwarza, jak również inne testy, które nam precyzyjnie oceniają. Co się okazało? Badania światowe pokazują, że zawodnik taekwondo olimpijskiego powinien przede wszystkim mieć małe duszenie, dużą wysokość ciała, długie nogi i układ mięśniowy z przewagą włókien wolnokurczliwych, ale samo posiadanie szeregu cech antropometrycznych nie daje jeszcze gwarancji osiągniętych wyników. Tak jak pokazują badania prowadzone w Sydney w 2000 r. na zawodnikach kadry olimpijskiej, zawodnicy, którzy zdobywali miejsca na podium, wyraźnie różnili się od osób, które tych miejsc nie zdobywały. Co ich cechowało? Niski poziom BMI, jak również długość kończyn dolnych, przez co ci zawodnicy byli bardziej skuteczni, mieli większy zasięg i kolejna rzecz, zużywali mniej energii, bo poruszali się dłuższymi krokami.

Jeżeli chodzi o strukturę osobowości, tu mają państwo całe struktury i cechy osobowości. Chodzi jeszcze o powiązanie. Mianowicie zauważono istotną zależność pomiędzy elementami, takimi jak poziom wyszkolenia technicznego, ranga zawodów i staż zawodniczy. I tutaj mogliśmy zaobserwować, że zawodnicy o dłuższym stażu treningowym i wyższym poziomie wyszkolenia mają niższy poziom neuortyzmu, co oznacza, że zazwyczaj ci o dłuższym stażu treningowym mogą podjąć trafniejszą decyzję w czasie walki sportowej, a zawodnik, który posiada wyższą klasę sportową, określa jego poziom sportowy i pośrednio osiągnięcia w skali międzynarodowej. Na zawodach bardzo często mówi się, że to jest magia cyfry i to bije jakby w dwie strony, mianowicie, że zawodnicy, którzy są utytułowani, są mistrzami świata, w pewnym sensie są troszeczkę zestresowani, i z drugiej strony, zawodnicy, którzy walczą z zawodnikami utytułowanymi, są w pewnym sensie troszeczkę zestresowani, że są oni na pewno zdecydowanie lepsi. Dziękuję bardzo.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękujemy uprzejmie.

Powracamy do dzieci, do młodzieży. A teraz dowiemy się, co z tymi podstawami fizjologicznymi w zakresie treningu dzieci i młodzieży. Przed nami pan Andrzej Klimek.

FIZJOLOGICZNE PODŁOŻE TRENINGU DZIECI I MŁODZIEŻY

Panie Przewodniczący! Szanowni Państwo!

Pewnie dlatego mój referat był przewidziany na koniec, że dotyczy właściwie wszystkich dyscyplin, zarówno tych zespołowych, jak i indywidualnych, ponieważ wszyscy przedstawiciele wszystkich dyscyplin zaczynają w wieku dziecięcym lub młodzieżowym, nie wyobrażam sobie sportu bez tej wczesnej, nazwijmy to, specjalizacji.

Wszyscy wiemy, że to jest najważniejszy właściwie moment i trener może zrobić dużo dobrego, ale może też poczynić wielką krzywdę młodemu człowiekowi, albo poprzez złą selekcję, albo przez stosowanie niewłaściwych obciążeń w stosunku do wieku rozwojowego i do możliwości fizycznych dziecka, co z kolei wynika z parametrów fizjologicznych, o których chciałbym kilka słów powiedzieć. Pamiętajmy, bo to jest najważniejsze, że dziecko nie jest pomniejszoną kopią człowieka dorosłego, w związku z tym nie można proporcjonalnie stosować obciążeń takich jak u osób dorosłych.

Jeżeli chodzi o wydolność aerobową, czyli zdolności do wykonywania wysiłków typu wytrzymałościowego, najbardziej uznanym parametrem, który świadczy o tej właśnie wydolności, jest maksymalny minutowy pobór tlenu. W wartościach globalnych, czyli w litrach na minutę, wiadomo, że będzie się powiększał w wieku rozwojowym, dlatego że zwiększa się masa mięśniowa, w związku z tym na pewno osoba dorosła będzie tego tlenu zużywała więcej przy maksymalnym wysiłku niż dziecko. Sugeruje to, że osoby dorosłe mają większą wydolność tlenową.

Jeżeli zaś przeliczymy ten parametr na kilogram masy ciała, a to jest tak naprawdę wskaźnik wydolności tlenowej, to okaże się, że te relatywne wielkości tego parametru nie ulegają znaczącym zmianom w wieku rozwojowym. Nie ulegają zmianom, nieznacznie się najczęściej powiększają u chłopców, a u dziewcząt, u kobiet ulegają nawet pomniejszeniu ze względu na znaczący przyrost tkanki tłuszczowej, znacznie większy u kobiet niż u mężczyzn. Czyli można powiedzieć, że zdolności wytrzymałościowe u dzieci i osób dorosłych są podobne.

Popatrzmy tylko króciutko na wyniki. Na slajdzie mamy dziesięcioletnie dziewczęta i dwudziestoletnie kobiety. Popatrzmy na wskaźnik właśnie wydolności tlenowej. 46 na kilogram masy ciała u dziewcząt, 43 u kobiet. Oczywiście różnice są nieistotne, niemniej jednak widzimy to nieznaczne pomniejszenie. Ale te różnice właściwie, można powiedzieć, nie występują.

Pamiętajmy, że stabilny poziom tego parametru nie świadczy, że w ogóle nie zmieniają się zdolności wysiłkowe w wieku rozwojowym. Oczywiście zwiększają się, a to dlatego chociażby, że wraz z wiekiem wzrasta efektywność mechaniczna skurczów mięśniowych, obniża się koszt energetyczny wysiłku i polepsza się technika, zaawansowanie techniczne.

W układzie oddechowym następują zmiany rozwojowe, bardzo istotne. Zwiększa się efektywność oddychania, zwiększa się wentylacja płuc i co ważne, zwiększa się objętość oddechu kosztem częstości oddychania, czyli oddychanie staje się bardziej efektywne wraz z wiekiem. W układzie krążenia bardzo istotne zmiany. Układ krążenia przecież odpowiada za dystrybucję tlenu. Powiększa się pojemność minutowa serca w tym właśnie

zakresie w wieku mniej więcej dwukrotnie, zwiększa się zawartość hemoglobiny, czyli nośnika tlenu, który odpowiada za zdolności do transportu tego gazu do mięśni.

Poza tym, jeżeli chodzi o szybkość restytucji, u dzieci znacznie większy. Wiem, że dzieci szybciej odpoczywają, dlatego że dzieci nie są zdolne do wykonywania wysiłków anaerobowych w znacznym stopniu, w związku z tym mniejsze stężenia mleczanu osiągnęte są u dzieci, szybsza neutralizacja tego kwasu, w związku z tym odpoczywają szybciej, ale pamiętajmy, zdolność do wykonywania szybkościowych wysiłków anaerobowych jest zdecydowanie mniejsza.

I właśnie teraz króciutko o wydolności anaerobowej, czyli o zdolnościach do wykonywania wysiłków krótkotrwałych o maksymalnej i supermaksymalnej intensywności. Maksymalna moc anaerobowa znacząco wzrasta w wieku rozwojowym, czyli przeciwnie do wydolności tlenowej, która się, można powiedzieć, ogólnie nie zmienia, natomiast tutaj maksymalna moc anaerobowa jest około dwukrotnie większa już u dzieci dziesięcio-, dwunastoletnich niż u siedmiolatków, a przecież nabór na przykład do piłki nożnej odbywa się już w wieku siedmiu lat, o tym trzeba pamiętać. I w okresie dojrzewania maksymalna moc stopniowo zbliża się do wartości uzyskiwanych przez osoby dorosłe. A więc zdecydowanie wzrasta wydolność beztlenowa w wieku rozwojowym.

Popatrzmy na wyniki. Znowu na kilogram masy ciała maksymalna moc u dziewcząt 8,20, u kobiet 9,04. Wynik wzrostu statystycznie istotny. U chłopców również z 8 do prawie 12, znaczące przyrosty. A więc pamiętajmy, że maksymalna moc anaerobowa jako wskaźnik wydolności beztlenowej znacząco powiększa się w wieku rozwojowym.

Dlaczego u dzieci jest mniejsza moc maksymalna? Bo uboższe zasoby związków energetycznych, bo mniejsze zdolności resyntezy adenosynotrójfosforanu, bo wolniejsze tempo wykorzystania glikogenu mięśniowego, tu chodzi o aktywność enzymów fosfofruktokinazy, mniejsze zdolności neutralizacji kwaśnych metabolitów. A więc w efekcie u dzieci obserwuje się mniejsze zdolności do wykonywania wysiłków o maksymalnej mocy, znacząco niższe stężenia mleczanu i mniejsze wysiłkowe zaburzenia równowagi kwasowo-zasadowe.

Podsumowując to, co powiedziałem wcześniej, wydolność tlenowa mierzona właśnie tym najbardziej miarodajnym parametrem czy maksymalnym poborem tlenu przeliczonym na kilogram masy ciała nie zmienia się znacząco w wieku rozwojowym, a więc zdolności dzieci do wykonywania wysiłków długotrwałych typu wytrzymałościowego nie różnią się znacząco od tych wskaźników u osób dorosłych. Natomiast wydolność beztlenowa, mierzona maksymalną mocą przeliczoną na kilogramy masy ciała, bo to jest istotne, znacząco wzrasta w wieku rozwojowym, a więc pamiętajmy, że dzieci nie są zdolne do wysiłków anaerobowych w takim stopniu jak osoby dorosłe. I o tym trzeba pamiętać, żeby trenerzy, którzy opiekują się tymi dziećmi – tu właśnie mówiliśmy i o selekcji, i o tym, że można dużo szkód narobić w wieku dziecięcym i w wieku młodzieńczym – aby dostosowywać wielkość stosowanych obciążeń do wieku rozwojowego, a więc w wieku dziecięcym, młodzieżowym przeważać muszą wysiłki typowo aerobowe, wysiłki długotrwałe, wytrzymałościowe i takie można aplikować dzieciom również w tym wieku szkolnym. Natomiast trzeba bardzo uważać z wysiłkami anaerobowymi, bo dzieci nie są przystosowane do tego typu wysiłków, co może doprowadzić, po pierwsze, do zniechęcenia, do przewlekłego zmęczenia, do przetrenowania i stąd później między innymi utrata talentów, które nie były prawidłowo prowadzone, nieproporcjonalnie do zmian rozwojowych, o których przed chwilą mówiłem, tylko po prostu nastawienie na szybki wynik, o czym już była mowa. To jest nie tylko błąd systemu szkolenia, gdzie nagradza się faktycznie trenerów za to, że osiągają wyniki sportowe w zbyt wczesnym wieku, to jest absolutny błąd. To są tak zwani

przez trenerów szaleni rodzice, którzy naciskają również na jak najszybszy wynik, nie mając świadomości, że to najczęściej doprowadza do wręcz przeciwnych efektów, lub jest to po prostu nieznajomość fizjologii przez trenerów. Dziękuję za uwagę.

Senator Józef Bergier
Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Szanowni Państwo!

Teraz prawie już wszystko wiemy o procesie treningowym, bo fizjologia jest podstawą. I jeszcze raz, jeżeli można, poprosimy pana profesora Wiktora Adamusa. Pan profesor wystąpi w naszym zespole. Poprosilibyśmy o przykład z chodźnikiem, który jest przedstawicielem sukcesów polskiej dyscypliny na arenie światowej.

Wiktor Adamus
Uniwersytet Jagielloński

Szanowni Państwo!

Nie chciałbym zajmować czasu, wiem, że za dużo zająłem, ale jak już pan senator mnie wywołał do tablicy, to bym jedną najważniejszą uwagę z państwem się podzielił. Chciałbym, żebyśmy w 2012 r. podczas olimpiady w Londynie bardzo się cieszyli z medalu. Jest tu trener pana Grzegorza Sudoła pan profesor Edward Mleczek, i wpajamy panu Grzegorzowi, że nie może zdobyć innego medalu jak tylko złoty, bo o innym tu w ogóle nie możemy mówić. Może już nie będę przedstawiał całości referatu, bo państwo są już bardzo zmęczeni, ale chciałbym, żeby jak spotkamy się za dwa lata, pan Grzegorz przyszedł z tym medalem olimpijskim i powiedział, że te metody mu pomogły w zdobyciu takiego, a nie innego medalu. Ale oczywiście wiadomo, że trening, trening, trening i jeszcze raz trening. To czyni mistrza. Dziękuję państwu.

ASPEKT IMPROWIZACJI I PROFESJONALIZACJI SZKOLENIA TENISOWEGO W ŚRODOWISKU KRAKOWSKIM

Streszczenie

Wieloaspektowy, skomplikowany i strukturalnie asynchroniczny jest proces szkolenia tenisowego w Polsce. Komplikacja działań przejawia się przede wszystkim w nieprzewidywalnych uwarunkowaniach, zróżnicowanych i niestabilnych strukturach procesu szkoleniowego, zdecydowanie większego zaangażowania finansowego i wieloaspektowych oddziaływań socjologicznych rozgrywających się wokół tej dyscypliny sportu.

Zasadniczym celem pracy jest przedstawienie i zdiagnozowanie tenisowego procesu organizacyjno-szkoleniowego realizowanego w Polsce, a szczególnie w środowisku krakowskim. Podjęto się analizy wybranych przykładów dotyczących przede wszystkim wyczynowego tenisa kobiecego, którego Kraków jest od wielu lat najważniejszym ośrodkiem w Polsce.

W pracy przedstawiono sugestie wskazujące na zrównoważenie roli rodziców, sztabów trenerskich i jednostek organizacyjnych w realizacji procesu szkoleniowego. W przekonaniu autorów w obecnej chwili te proporcje są nierównoważne, co stwarza znaczący dyskomfort zarówno w sferze organizacyjnej, jak i szkoleniowej. Nigdzie na świecie uzależnienie wyniku tenisowego nie jest w takim stopniu implikowane zaangażowaniem rodziców jak w środowisku krakowskim i szerzej w Polsce.

Słowa kluczowe: optymalizacja procesu szkoleniowego, struktura sportu wyczynowego, tenisowy coaching, tenis profesjonalny

Wstęp

Specyfika demograficzna, mentalna i organizacyjna otaczającego nas środowiska implikuje określone i wieloaspektowe kierunki działań w zakresie osiągnięcia mistrzostwa sportowego. Ta komplikacja uzewnętrzniana jest również w działalności społecznej, politycznej, naukowej (Armstrong 2000). Jesteśmy krajem o dosyć skomplikowanej proveniencji, w której pojęcie sukcesu jest pojmowane wieloczynnikowo i wielobiegunowo. W momentach wzniosłych następuje pełna integracja i szalona radość, w sytuacjach trudnych pesymizm podbudowywany katastroficznymi reakcjami. Te fakty prezentowane są w sposób szczególny w sporcie. Umiemy się cieszyć, być dumnymi i wielce wzruszonymi sukcesami naszych reprezentantów, ale równocześnie potrafimy być bezwzględni w ocenie porażek. Istnieje też zespół czynników deprecjonujących osiągnięcia sportowe, którego genezą jest zazdrość, brak szacunku dla profesjonalizmu i najzupełniej szczerzy brak świadomości wielkiego nakładu pracy w osiągnięciu mistrzostwa sportowego. Nie bez znaczenia pejoratywnego są tutaj media.

Wynik sportowy jest syntezą czynników, których siła uwarunkowań jest zróżnicowana i uzależniona skomplikowanymi zmiennymi. Wiele dyscyplin sportu posiada wspólne podłoże uwarunkowań strukturalno-organizacyjnych, których racjonalna realizacja daje gwa-

rancje osiągania wysokich wyników sportowych. Stwierdzenia te dotyczą w szczególności gier zespołowych, szeroko reprezentowanych w programach ogólnie rozumianego wychowania fizycznego. Zaliczyć do nich można piłkę nożną, piłkę ręczną, koszykówkę i piłkę siatkową. Sprawdzone, weryfikowane i doskonalone procesy szkoleniowe w tych dyscyplinach w znaczącym stopniu pozwalają nam lokować swoje reprezentacje pośród wiodących krajów w świecie. Stosunkowo przejrzyste struktury doboru, selekcji, szeroko pojętego procesu szkoleniowego umożliwiają w sposób nieskomplikowany realizować przyjęte standardy i kierunki wytyczone przez grono praktyków i teoretyków tych dyscyplin. Zdecydowanie bardziej zróżnicowany, skomplikowany i strukturalnie asynchroniczny jest proces szkolenia tenisowego w Polsce. Komplikacja działań przejawia się przede wszystkim w nieprzewidywalnych uwarunkowaniach, zróżnicowanych i niestabilnych strukturach procesu szkoleniowego, zdecydowanie większego zaangażowania finansowego i wieloaspektowych oddziaływań socjologicznych rozgrywających się wokół tej dyscypliny sportu (Panfil 2007). Jednym z czynników wprowadzających ten wielowymiarowy aspekt niekonwencjonalnych środowiskowych zachowań jest świadomość bardzo wysokich gratyfikacji finansowych uczestników tej dyscypliny sportu. Również medialna strona jest naturalnym elementem potęgowania i gradacji problemów wokół dyscypliny, które w sposób komercyjny komplikują spokojną i rzetelną pracę treningową. Należy podkreślić jednak i pozytywną rolę środków masowego przekazu w rozwoju i budowie realnego wizerunku dyscypliny.

Cel pracy

Zasadniczym celem pracy jest przedstawienie i zdiagnozowanie tenisowego procesu organizacyjno-szkoleniowego realizowanego w Polsce a szczególnie w środowisku krakowskim. Podjęto się analizy wybranych przykładów dotyczących przede wszystkim wyczynowego tenisa kobiecego, którego Kraków jest od wielu lat najważniejszym ośrodkiem w Polsce.

Autorzy pragną przedstawić strukturę działań, które w swoim założeniu powinny być porównywalne z warunkami najlepszych tenisistek na świecie. Założenia te mają swoje racjonalne usytuowanie gdyż wynikiem szkolenia w warunkach krakowskich są stosunkowo wysokie wyniki tenisowe, a w przypadku Agnieszki Radwańskiej realny wynik w postaci pierwszej ósemki światowego rankingu WTA. Efektem dogłębnych analiz treningowych jest wskazanie działań organizacyjno-szkoleniowych, których głównym celem powinno być optymalizowanie skuteczności osiągania mistrzostwa tenisowego. W pracy przedstawiono sugestie wskazujące na zrównoważenie roli rodziców, sztabów trenerskich i systemów organizacyjnych w realizacji procesu szkoleniowego. W przekonaniu autorów w obecnej chwili te proporcje są nierównoważne, co stwarza znaczący dyskomfort zarówno w sferze organizacyjnej, szkoleniowej, jak i socjologicznej. Nigdzie na świecie uzależnienie wyniku tenisowego nie jest w takim stopniu implikowane zaangażowaniem rodziców jak w środowisku krakowskim i szerzej w Polsce.

Materiał i metody

Materiał opracowania stanowią dane dotyczące kompleksu działań organizacyjno-szkoleniowych czołowych polskich tenisistek realizowanych w latach 1990–2008. Analizy dotyczą: Agnieszki Radwańskiej, Uli Radwańskiej, Magdaleny Grzybowskiej, Joanny Sakowicz, Anny Korzeniak, Katarzyny Strączy. Wyżej wymienione wykazują lub prezentowały poziom sportowy sytuujący je w gronie czołowych tenisistek świata. Potwierdzają to rankingi

list WTA, ITF, ETA, w których prezentowały wysokie pozycje. Aspekt dominacji krajowej dodatkowo dokumentowany był tytułami wielokrotnych mistrzyń Polski we wszystkich kategoriach wiekowych.

Bezpośrednie analizy porównawcze oraz rozmowy z czołowymi trenerami i tenisistkami świata pozwoliły na dokonanie syntetycznych wnioskowań określających subiektywną i obiektywną ocenę możliwości i potencjału osiągnięcia wysokiego poziomu sportowego w warunkach środowiska krakowskiego na tle innych zawodniczek reprezentujących kraje o wyższej „kulturze i tradycji” tenisowej.

Wyniki i dyskusja

Przedstawione dywagacje w swoim założeniu implikują kuriozalną sytuację, której głównym przesłaniem jest uświadomienie obserwatorom i uczestnikom życia tenisowego w Polsce, iż wychowanie, kształtowanie, nauczanie oraz doskonalenie młodych tenisistów na potrzeby sportu wyczynowego w środowisku krakowskim ma wysoce niekonwencjonalny przebieg. Zarówno początkowy, jak i finalny etap szkolenia tenisowego jest prowadzony, stymulowany i kontrolowany przez rodziców. W tej sferze terminologii zawiera się wiele elementów spoza tradycyjnych i ukształtowanych w teorii sportu sformułowań. Procedury, naboru, selekcji, perfekcjonizmu, realizowane są poza strukturami prezentowanymi w większości dyscyplin sportu w Polsce, a mianowicie poza profesjonalnymi klubami, w tym przypadku tenisowymi. Pomijając obiektywny fakt braku takich klubów w Krakowie, przyznać należy, iż początki zabawy tenisowej w kilku analizowanych przypadkach tenisistek miały miejsce w sekcjach o charakterze wyczynowym, ale o bardzo luźnym i specyficznym zabarwieniu. Dotyczyło to jedynie udziału w kilku godzinach grupowych zajęć (o ponadstandardowej liczebności), których jedynym wymiernym efektem i celem było spotkanie z rówieśnikami i potwierdzenie strukturalnej i organizacyjnej przynależności. Cała lub znacząca większość merytorycznej pracy szkoleniowej odbywała się poza strukturami klubowymi. Opierała się ona na bezpośrednim nauczaniu i doskonaleniu podstawowej techniki i taktyki tenisowej przez ojców lub przy ich znacznym zaangażowaniu. Nie ulega żadnej wątpliwości, iż produkt finalny tego typu działań budzi i budził niedowierzanie wielu trenerów, medialnych znawców tematu oraz teoretyków związanych bezpośrednio ze szkoleniem w największych ośrodkach tenisowych na świecie. Ta sfera systemu w zupełnie innym kształcie przebiega i jest prezentowana w innych krajach o znaczącym potencjale tradycji tenisowych. Poniżej przedstawiono jego najważniejsze podmioty i zależności prezentowane w procesie szkolenia krakowskich tenisistek i pośrednio tenisistów.

W analizowanych przypadkach ster działalności organizacyjnej całego procesu szkoleniowego prowadzony był w większości przez rodziców (ryc. 1). Problemem podstawowym



Ryc. 1. Schemat zależności strukturalno-organizacyjnych w procesie szkolenia tenisowego w Krakowie

było zapewnienie bazy szkoleniowej w postaci kortów w lecie i hali tenisowej w zimie. Ta sfera działań w znikomym, a wręcz w minimalnym stopniu zaspokajana była przez klub. Jeżeli już, to w ramach standardowych komercyjnych usług. Nie ulega żadnej wątpliwości fakt, iż obciążenia finansowe z tego tytułu były znaczące dla budżetu rodzinnego, co w większości analizowanych przypadków wiązało się z poszukiwaniem w ramach własnych możliwości dodatkowych środków. Osiąganie kolejnych sukcesów tenisowych podbudowane odpowiednią współpracą z mediami znacząco wzmacniało potencjał argumentów w rozmowach ze sponsorami i podpisywaniem ewentualnych kontraktów. Sytuacje takie zaczęły kształtować się, materializować i realizować z reguły po około 5–7 latach inwestowania środków własnych. Profesjonalizm procesu szkoleniowego wymagał również innych działań, które implikowały kolejne zdarzenia o charakterze organizacyjnym, zmierzającymi przede wszystkim do zapewnienia analizowanym tenisistkom treningu wszechstronnego, mentalnego i rzetelnej odnowy biologicznej wraz z elementami dozwolonego wspomagania farmakologicznego (ryc. 1). Nieodzowny w tym schemacie wydawał się również problem kontroli efektów treningowych finalizowany wnioskami, sugestiami i zaleceniami pracowników naukowych Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie (fizjologów, psychologów, antropomotoryków). Wszystkie te elementy i składowe procesu szkoleniowego realizowane były na podstawie wzajemnej koleżeńskej pomocy, informacji, sugestii, jednak z udziałem własnych środków finansowych i indywidualnych działań organizacyjnych.

Znamienny wydaje się fakt umiejscowienia w prowadzonych analizach po prawej stronie schematu (ryc. 1) pozycji PZT (Polskiego Związku Tenisowego). Nie ulega żadnej wątpliwości fakt znaczącego udziału PZT w osiąganiu mistrzostwa tenisowego analizowanych zawodniczek. Jednak należy podkreślić specyfikę tych uwarunkowań, których niejako aktem inicjacji i rozpoczęciem współpracy było prezentowanie najwyższego poziomu sportowego krakowskich tenisistek potwierdzone z reguły pierwszymi miejscami na listach rankingowych w kraju i na świecie lub wielokrotnymi tytułami mistrzyń Polski. Należy podkreślić w tym miejscu znakomitą rolę twórcy programu szkoleniowego PZT „Prokom Team” Wojciecha Andrzejewskiego, który opierając się na funduszach Ryszarda Krauzego pozwolił stworzyć sytuację i bazę do profesjonalnego realizowania na najwyższym światowym poziomie tenisowych celów takich zawodniczek jak m.in. Agnieszka i Ula Radwańskie, Joanna Sakowicz, Klaudia Jans, Alicja Rosolska oraz zawodników Łukasza Kubota, Michała Przysiężnego, Marcina Matkowskiego, Mariusza Fyrstenberga, Jerzego Janowicza. (Ziemann, Garszka 2010)

W przedstawionym schemacie zdecydowanie marginalną pozycję ukazuje umiejscowienie MZT (Małopolskiego Związku Tenisowego), którego działania w zakresie osiągania tak znaczących wyników tenisowych prezentowanych krakowskich tenisistek określić można jako żadne. Brak charyzmy, szacunku do profesjonalizmu i zaangażowania rodziców, brak podstaw merytorycznych kwalifikacji członków w zakresie sportu wyczynowego oraz to, co było bardzo ważnym elementem dysfunkcji i niemożności decyzyjno-strukturalnej związku; brak przedstawicieli w Zarządzie PZT, stanowiło niepowetowany problem i ograniczało oraz spowalniało optymalizowanie skuteczności działania krakowskich tenisistek. Osoby odpowiedzialne w takich strukturach za procesy szkoleniowe oraz organizacyjne muszą mieć pasję, a nie wyłącznie motywację instrumentalną przejawiającą się chęcią zarobienia na tenisie. Niestety stagnacja i sytuacja ta ma swój niekończący się bieg bez optymistycznych elementów pozytywnej perspektywy.

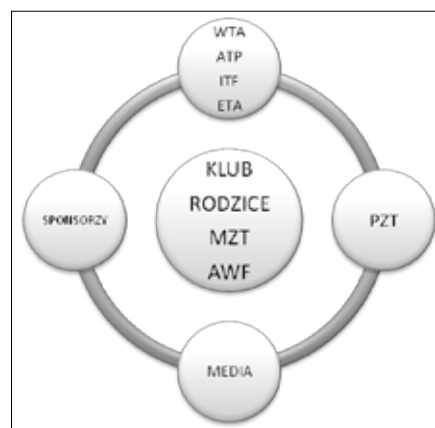
Pomimo znaczącego zaangażowania oraz autentycznych chęci uzdrowienia tych sytuacji przez PZT, realnych i pozytywnych efektów poprawy tej sytuacji w najbliższym czasie

nie należy się spodziewać. Wzbudza to oczywiście głęboką niechęć i brak motywacji do współpracy zainteresowanych tenisistów i ich opiekunów. Głębokie zdziwienie oraz niedowierzanie prezentowanych sytuacji wykazują nasi rozmówcy, opiekunowie najlepszych zawodniczek na świecie (m.in. ojciec obecnie nr 1 na świecie Karoliny Woźniackiej, Piotr). W Danii, którą obecnie tenisistka polskiego pochodzenia reprezentuje, początki nauczania tenisowego realizowane są w profesjonalnych ośrodkach na znaczących dotacjach finansowych. Nie bez znaczenia pozostaje również fakt komfortowych warunków bazowych zarówno do realizacji nauczania i doskonalenia tenisa, ale również aspektów rozwoju motorycznego, mentalnego i odnowy biologicznej. Przy współpracy regionalnych związków z wysokokwalifikowanymi kadrami trenerskimi już wstępny etap nauczania realizowany, nadzorowany, konsultowany i wspomagany jest przez znanych tenisistów i tenisistki. Podobne trendy i zjawiska obowiązują w czołowych krajach o wielkich tradycjach tenisowych: USA, Francji, Niemczech, Włoszech, Czechach i Słowacji. Istnieją przesłanki i realne potrzeby dostosowania i adaptacji na potrzeby polskich, krakowskich tenisistów i tenisistek przedstawionych powyżej faktów i zdarzeń.

Na podstawie sprawdzonych i ugruntowanych reguł zachowań w obrębie profesjonalnej działalności tenisowej kraje o znaczącym dorobku w tej dyscyplinie sportu realizują te działania na bazie przedstawionego w sposób uproszczony poniżej schematu, sugerowanego do realizacji i dostosowanego do realiów polskiej i krakowskiej rzeczywistości.

Bardzo uproszczony i sugestywny schemat ukazuje scentralizowaną pozycję decyzyjną kilku podmiotów z których do najważniejszych zaliczyć można: klub, rodziców, regionalny związek tenisowy i uczelnię dysponująca potencjałem naukowym wspomagającym tę dyscyplinę. Nie ulega żadnej wątpliwości, iż poziom i zakres współdziałania powinien być koordynowany przez osoby kompetentne o odpowiednim wykształceniu, doświadczeniu tenisowym i autorytecie. Wzajemna współpraca oparta na wewnętrznej dyscyplinie organizacyjnej, finansowej i medialnej powinna przynosić efekty w postaci wysokich wyników sportowych, determinując pojawianie się sponsorów, co implikować będzie dalszą motywację do ciężkiej pracy treningowej. Nie bez znaczenia pozostaje również fakt budowy pozytywnego wizerunku, którego efektem jest społeczna akceptacja środowiska i tworzenie optymalnej atmosfery dla rozwoju tenisa.

Nie ulega żadnej wątpliwości, iż wiodącym ogniwem w tej koncepcji jest rola klubu, którego priorytety wiązać się muszą ze stworzeniem warunków bazowych, finansowych i organizacyjnych dla najbardziej uzdolnionych. (Andrzejewski, Królak 2000); Wyodrębnienie takich dzieci winno odbywać się we współpracy w procesach naboru i selekcji z pracownikami naukowymi, stosującymi odpowiednie narzędzia badawcze i procedury (Sakowicz B. 1999). Ważna pozycja AWF w tej koncepcji wynika również ze znaczącej roli akademickich ośrodków naukowych i ich wpływu na rozwój i kontrolę, tenisa, tak jak dzieje się to w kraju o największym potencjale tej dyscypliny, jakim są Stany Zjednoczone. Przykładem takich działań może być również przenoszenie profesjonalnych wzorców i doświadczeń zawodniczych współautorki tego artykułu w tworzenie szkoły tenisowej „Winner”, gdzie stosowane i weryfikowane znaczącymi osiągnięciami są nowoczesne (zdoby-



Ryc. 2. Sugerowany optymalny schemat zależności strukturalno-organizacyjnych profesjonalnego szkolenia tenisowego w Krakowie

wane na całym świecie) metody nauczania najmłodszych adeptów tej dyscypliny sportu, a również transferowane najlepsze i najbardziej skuteczne światowe trendy optymalizowania techniki i taktyki. Byli zawodnicy i zawodniczki powinni być jednym z podstawowych fundamentów nauczania, doskonalenia i prowadzenia strategii walki tenisowej przyszłych mistrzów. Ważnym partnerem dopełniającym, kontrolującym oraz wspomagającym te procesy winien być Regionalny Związek Tenisowy. Powinien on również koordynować wszystkie działania z Polskim Związkiem Tenisowym w zakresie organizacji współzawodnictwa oraz lobbingu najlepszych zawodników i zawodniczek regionu.

Wysoka pozycja rankingowa tenisistów jako wymierny efekt ich poziomu sportowego jest czynnikiem, który uruchamia kolejne substraty prezentowanego schematu. Dynamizuje się opieka PZT poszerzająca spektrum środków finansowych i organizacyjnych, wzrasta zainteresowanie mediów potęgujące pomoc sponsorów, a to stwarza znacznie większe możliwości doskonalenia i podnoszenia na wyższy poziom umiejętności tenisowych. Te czynniki umacniają zawodników na pozycjach list rankingowych, których pozycja wymiernie określana jest gratyfikacjami finansowymi.

Wszystkie przedstawione powyżej elementy, ich najwyższa jakość w postaci mistrzostwa tenisowego wytwarzają określone skutki socjologiczne, których wymiernym i najwspanialszym efektem jest szacunek i spontaniczne reakcje sympatyków tenisa. Niewielu jednak z nich wie, jakie koszty, wyrzeczenia i nieprzyjemne momenty musieli przeżywać ci, dla których teraz ten podziw wyrażają.

Wnioski

1. Improvizacja procesu szkolenia tenisowego w środowisku krakowskim oparta głównie na zaangażowaniu rodziców budzi zdumienie jego skutecznością efektów.
2. Przeniesienie profesjonalnych wzorców i schematów organizacyjno-szkoleniowych z krajów o wyższym autorytecie i tradycji tenisowej na podłoże środowiska krakowskiego i pośrednio polskiego zoptymalizuje masowość, skuteczność i efektywność działań tej dyscypliny sportu.
3. Pozytywne aspekty medialne w zakresie promocji tenisa, Krakowa i Polski na świecie winny być czynnikiem dopingującym w kierunku tworzenia nowych substratów dla rozwoju tej dyscypliny sportu w Polsce.

Piśmiennictwo

1. Andrzejewski W., Królak A. (2000), *Tenis – szansa dla przyszłości* w: Trening, nr 4.
2. Armstrong M. (2000), *Zarządzanie zasobami ludzkimi*, Oficyna Ekonomiczna, Kraków, s. 717–718.
3. Panfil R. (2007), *Coaching uzdolnionego gracza*, Wrocław, Akademia Umiejętności Management & Coaching.
4. Sakowicz B. (1999), *Poziom zdolności motorycznych jako jeden z wyznaczników skuteczności działania na przykładzie czołowych tenisistek Europy w różnych kategoriach wiekowych*, PTNKF. AWF Katowice cz. 5.
5. Ziemann E, Garszka T., (2010), *Wydolność i sprawność fizyczna tenisistów w wieku rozwojowym*, AWFis Gdańsk.

Summary

The process of coaching tennis in Poland is multifaceted, complex and structurally asynchronous. Difficulties of the operations manifest themselves primarily in unpredictable conditions, diverse and unstable structures of the educational processes, much larger financial involvement and multifaceted sociological impacts taking place around this sport. The main purpose of this work is the presentation and diagnosis of the coaching process as carried out in Poland, especially in Cracow area. Presented is the analysis of selected examples predominantly from the professional women tennis, for which Cracow has for many years been the most important center in Poland. The paper presents suggestions showing the balanced role of parents, coaching staff and organizational units in implementation of the coaching process. The authors believe that presently these proportions are non-equivalent which results in considerable discomfort in both the organizational and coaching areas. Nowhere else in the world, is the success in professional tennis dependent on the scale of involvement of the player's parent to the extent observed in Cracow and entire territory of Poland.

Key words: optimization of educational process, structure of record-seeking sport, tennis coaching, professional tennis

Podsumowanie

Senator Józef Bergier
Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję uprzejmie. W ten sposób wyczerpaliśmy referaty przewidziane tematyką dzisiejszej konferencji.

Zamiarem organizatorów konferencji było pobudzenie nas do rozważań nad współczesnym sportem wyczynowym w naszym kraju. Zdajemy sobie sprawę, że poprzez tę konferencję zostaliśmy jedynie zainspirowani do aktualizacji tak wielu nowych zjawisk, jakie istnieją w procesie treningowym.

Chciałbym w tej części w imieniu naszej komisji, Komisji Nauki, Edukacji i Sportu, podziękować państwu, że zechcieliście przyjąć zaproszenie, a jednocześnie swoim wkładem pracy, poprzez doświadczenia naukowe i praktyczne, podzielić się wiedzą o sporcie wyczynowym. Chciałbym serdecznie podziękować naszym dwóm referującym profesorom, panu profesorowi Januszowi Czerwińskiemu i panu profesorowi Henrykowi Sozańskiemu, podkreślę jeszcze raz, znawcom o renomie międzynarodowej sportu wyczynowego. To dla nas duże wyróżnienie, że panowie profesorowie chcieli swoją wiedzą się podzielić i wprowadzić nas w dwie debaty, bo tak przyjęliśmy, jedną dotyczącą sportowych gier zespołowych i drugą – sportów indywidualnych.

Pan przewodniczący, pan profesor Kazimierz Wiatr, dba, żeby nasze rozważania ukazywały się możliwie szybko w serii wydawnictw Senatu Rzeczypospolitej. Mimo że one nie mają – mówię do naukowców – wartości punktów Komitetu Badań Naukowych, ale mają swoją szczególną wartość, gdyż są wydawnictwem Senatu Rzeczypospolitej i pewnie ma to swój wymiar.

Ale także chciałbym podkreślić, że Komitet Naukowy, który został powołany do tej konferencji, dzisiaj zbierze się na swoim pierwszym posiedzeniu, chce wydać materiały firmowane przez jedną z uczelni, czyli afiliowane, po recenzjach, żebyśmy mogli, jak się wydaje, najbardziej aktualną wiedzę, którą państwo przedstawili, przedstawić studentom, nauczycielom akademickim pracującym w sporcie wyczynowym, a także trenerom.

Gdybym miał podsumować jednym zdaniem, a sądzę, że to jedno zdanie jest wystarczające na tle wielu słów, które padły, to ono by brzmiało: Spróbujmy przybliżyć naukę do praktyki, a praktykę zachęcać, żeby współpracowała z nauką. Oczywiście potraktowałem jako wielką przenośnię wypowiedź pana mecenasa Parulskiego, i pewnie czasami można powiedzieć zawodnikom, nic więcej, tylko grajcie w tę stronę, atakujcie, ale wiemy, że to jest straszne uproszczenie. I dzisiaj bez unaukowienia, bez rozpoznania procesu treningowego się nie da. Powrócę do zdania, które przed laty przeczytałem w publikacji pana profesora Nagłaka: dzisiaj jest niehumanitarne, żeby uczestniczyć w sporcie, który nie jest procesem zracjonalizowanym. On ma tyle wyrzeczeń, tyle obciążeń, także często i utraty zdrowia. Hasło, że „Sport to zdrowie”, jak państwo wiedzą, niekoniecznie jest prawdziwe do końca, kiedy wiemy, jakim obciążeniami chociażby tylko treningowym jesteśmy poddawani czy czasu, jaki spędzamy poza domem.

Jeszcze raz dziękuję za to, że przyjęli państwo zaproszenie, a chciałbym też powiedzieć w imieniu pana senatora Piechniczka i swoim, że zawsze dla sportu nasza komisja jest bardzo otwarta i o tym pan przewodniczący naszej komisji, pan profesor Kazimierz Wiatr, mówił.

Senator Kazimierz Wiatr
Przewodniczący Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Bardzo dziękuję za udział w naszym spotkaniu, ale myślę, że to jest też ważny moment, żeby na ręce pana senatora Bergiera, pana profesora, złożyć podziękowania za to, że troszczy się o to, żeby tematy sportowe i na posiedzeniach komisji, i na parokrotnym spotkaniu z panem ministrem, i właśnie na takich konferencjach miały swoje miejsce. Bardzo, Panie Senatorze, za to dziękujemy. Dziękuję też panu senatorowi Piechniczkiemu za zespół sportowy.

Muszę powiedzieć, że pierwszym referatem pana ministra w tym fragmencie, kiedy pan minister zaczął mówić o tym, co nas czeka w sporcie za dwadzieścia lat, jak to wszystko będzie mocno skomercjalizowane i skomercjalizowane, bo to w różnych przejawach się pojawiało, nie byłem zbudowany. Dopiero jak pan senator Piechniczek zabrał głos i kiedy doszły do głosu takie pozytywne emocje, poczułem się trochę lepiej, bo jednak niezależnie od tego profesjonalizmu, rozumianego także jako namysł naukowy nad sportem, w sporcie niesłychanie ważny jest wyczyn i emocje. Tak jak tutaj przez wiele referatów przewijała się sprawa szkolenia, sprawa młodzieży, to są sprawy, które są mi niezwykle bliskie, ale myślę, że także referat pana profesora Klimka o porównaniu świata dorosłych i młodzieży nie tylko dotyczy biologii. Tu jest przecież wiele innych paraleli, pan profesor z racji braku czasu, ale i też profesjonalnego tutaj referatu, nie nawiązał do tego, ale widzimy, że to rzeczywiście tak jest. Żeby już nie przedłużać, bardzo państwu za to dziękuję. Rzeczywiście te wydawnictwa są rozsyłane do bibliotek, zgodnie ze stosownym rozporządzeniem, związanym z propagowaniem i archiwizacją tego typu dokumentów, tak że na pewno swoją istotną rolę spełniają. Można po nie sięgnąć. Myślę, że w sposób istotny wzbogacają. One mają tę wartość, że są w takim bezpośrednim dostępie dla decydentów, czyli dla ministerstwa, dla parlamentu, dla rządu, tak że dobrze, że tym się zajmujemy.

Tutaj pan minister pokazywał wzrost nakładów na sport. On jest dość znaczny od pięciu lat. Trzeba jednak zaznaczyć, że poziom startowy był bardzo, bardzo niski, przynajmniej jak na skalę budżetu państwa. Tu oczywiście trzeba widzieć środki samorządowe i inne, ale w każdym razie dobrze, że tutaj się dużo w tym obszarze dzieje, bo przecież ja mówiłem o tym sporcie powszechnym, o walorach wychowawczych, ale przecież są walory prozdrowotne. Co prawda padło tutaj, czy uprawianie sportu jest zdrowe, ale jednak wierzymy w to, że jest zdrowe i myślę, że nawet zalecenia federacji światowych idą w tym kierunku, żeby jednak te nowinki technologiczne dość istotnie ograniczyć, bo przecież nie o to chodzi, żeby był wynik jak najlepszy, tylko żeby te warunki były jak najbardziej naturalne. Bardzo dziękuję państwu, dziękuję panom senatorom za zaangażowanie. Dziękuję serdecznie.

Edward Mleczko
Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

Panie Senatorze, czy można dwa słowa jeszcze? Bo z jednej strony tylko był głos, ale wydaje mi się, że powinniśmy również podziękować panu senatorowi, całemu Senatowi za zaproszenie nas. Bo mamy okazję rozmawiać. Myślę, że będę zwolennikiem tego, co powiedział kiedyś profesor Astrand, że więcej naukowcy nauczyli się od sportowców niż mogli im dać, ale dobrze by było, żeby cokolwiek mogli dać. W tym celu, wydaje mi się, że jest ta konferencja. My jesteśmy na uczelniach i myślę, że dajemy sobie radę, rozwijamy

się. Jest pytanie, czy sport nas potrzebuje? I chyba to jest pierwsza ręka do nas wyciągnięta tutaj przez Senat. Ja tutaj uczestniczyłem już chyba trzy razy w różnego rodzaju obradach i myślę, że mimo wszystko te obrady są bardzo pożyteczne. To nie tylko publikacja, która pozostaje. Myślę, że w tej chwili żyjemy trochę w innej rzeczywistości. Kryzys sportu jest funkcją również kryzysu systemu szkolenia sportowego.

Nawiązałem współpracę z Uniwersytetem Jagiellońskim, żeby lekko ten system w jakiś sposób udoskonalić, ale opierając się na osiągnięciach naukowych. Nie wiem, czy nie ma tutaj jakiegoś kryzysu we współpracy naukowców ze sportem wyczynowym, wbrew pozorom, ale to nie jest choroba obecna, ale już chyba choroba trochę w przeszłości. Ja też mam bardzo często przykre doświadczenia w kontakcie, jako młody jeszcze naukowiec, ze sportem wyczynowym, z selekcją. Była tutaj mowa o trudnościach w naborze i selekcji czy ewentualnej efektywności szkolenia na tym podstawowym etapie. Kiedyś zwróciłem uwagę, że szkolimy przeważnie homozygotów, a więc ludzi, którzy osiągają wyniki, a potem nie ma w ogóle z tego pożytku. Oczywiście był wielki szum. I dzięki chyba jednemu trenerowi, który był w NRD, i stwierdził, że tam trochę inaczej ten system funkcjonował, bierze się pod uwagę jednak uwarunkowania biologiczne.

Druga sprawa. Profesor Sozański tutaj zwrócił na bardzo ważną rzecz uwagę, a mianowicie, że musi być wspomaganie. To wspomaganie jest absolutnie warunkiem. Proces treningowy polega na transkrypcji i translacji. Jeżeli nie dostarczymy odpowiednich aminokwasów, nie dostarczymy pewnych związków, niestety, efektu treningowego nie będzie.

Reasumując, moje wstąpienie, bo tak bardzo chaotycznie może mówiłem, miałem przygotowane trochę większe, wydaje mi się, że można by było tak skomentować i zakończyć. Co jest potrzebne, żeby zdobywać medale? Wydaje mi się, że pieniądze, pieniądze i jeszcze raz pieniądze. Tak powiedział Napoleon, jak się go zapytali, co trzeba, żeby wojnę wygrać. Niestety, żyjemy w takich trudnych czasach, że pieniędzy mamy coraz mniej i chyba medali też.

Senator Józef Bergier

Zastępca przewodniczącego Komisji Nauki, Edukacji i Sportu

Dziękuję państwu raz jeszcze.

ISBN 978-83-60995-90-7