



III Międzynarodowa Konferencja Nauczycieli
Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”
pod hasłem „Technika jest najważniejsza”
Kielce, 5–7 czerwca 2014 r.

Pismo Świętokrzyskiego Centrum
Dokształcania Nauczycieli w Kielcach

REDAKCJA

Barbara Skarżyńska

Współpraca

Martyna Głębocka
Tomasz Kościak

Zdjęcia

Martyna Głębocka

ADRES REDAKCJI

ŚCDN, ul. Marszałka Józefa
Piłsudskiego 42
25-431 Kielce

TELEFONY

041 362 45 48
041 362 45 13
tel./fax 041 362 48 99

DRUK

KARAD Kielce

Redakcja zastrzega sobie prawo
do dokonywania skrótów w tekstach
artykułów i zmiany tytułów.
Nie odpowiadamy za treść płatnych
reklam i ogłoszeń.

„Inspiracje” rozprowadzane są
bezpłatnie. Zainteresowanych naszym
pismem zapraszamy do siedziby ŚCDN
- Redakcja „Inspiracji”, pok. 17

Zapraszamy na stronę internetową
ŚCDN
www.scdn.pl

ISSN 1428-5479

Na okładce:

Uczniowie podczas warsztatów
„Ćwiczenia sprawnościowo-techniczne
na wstępnym etapie szkolenia”,
prowadzonych przez trenerów:
Pawła Tetelewskiego i Pawła Sieczkę

OD REDAKCJI

Szanowni Czytelnicy,

z wielką przyjemnością przekazujemy Państwu wydanie specjalne „Inspiracji” poświęcone III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”. To już trzecia konferencja o tej tematyce, która wciąż odbierana jest z dużym zainteresowaniem przez nauczycieli wychowania fizycznego nie tylko w Polsce, ale również za granicą. W tym roku w konferencji wzięli udział nauczyciele z kilkunastu województw w Polsce oraz nauczyciele z Rumunii i Japonii. Cieszy nas ten fakt. Dotychczasowe spotkania entuzjastów piłki ręcznej potwierdzają celowość takich przedsięwzięć i potrzebę integracji środowiska nauczycieli wychowania fizycznego wokół piłki ręcznej. Sprawdziła się także formuła konferencji, łącząca najnowszą wiedzę na temat piłki ręcznej z praktyką przekazywaną przez najlepszych specjalistów polskich i zagranicznych. Jesteśmy przekonani, że dzięki takim spotkaniom tworzy się w polskich szkołach klimat sprzyjający piłce ręcznej. Taki jest też cel organizatorów konferencji, aby propagować piłkę ręczną wśród dzieci i młodzieży, szczególnie tam, gdzie jest mniej popularna lub prawie nieznana.

Na łamach niniejszego wydania „Inspiracji” rozmawiamy z gośćmi konferencji, zamieszczamy teksty poświęcone problemom szkolnej piłki ręcznej w Polsce, przekazujemy opinie o konferencji, którymi zechcieli się Państwo z nami podzielić. Dołączamy także materiał metodyczny opracowany przez Zygmunta Kamysa, ukazujący atrakcyjne formy rozwijania techniki indywidualnej na podstawowym etapie szkolenia.

Mamy nadzieję, że dedykowane uczestnikom konferencji wydanie „Inspiracji” będzie uzupełnieniem bogatych doświadczeń wyniesionych przez Państwa z tegorocznej konferencji.

Wraz z „Inspiracją” przekazujemy Państwu płyty CD z nagrałymi zajęciami warsztatowymi prowadzonymi przez trenerów z Polski i gościa z Hiszpanii, prof. Juana Lorenzo Antona Garcíę, z przekonaniem, że będą one wartościowym przewodnikiem metodycznym w organizowaniu atrakcyjnych zajęć piłki ręcznej w Państwa szkołach.

Dziękując Państwu za udział w tegorocznej konferencji, tradycyjnie już zapraszamy do stolicy szczypiorniaka na kolejne spotkanie z cyklu „Piłka ręczna w szkole”.

Redakcja

SPIS TREŚCI

Martyna Głębocka

„Za mało szczypiorniaka w szkołach” – rozmowa z Jackiem Wołowcem, dyrektorem ŚCDN w Kielcach 3
Entuzjaści piłki ręcznej po raz trzeci w Kielcach 4

Martyna Głębocka

„Przywrócić rangę wuefowi” – spotkanie Andrzeja Biernata, Ministra Sportu i Turystyki, z uczestnikami III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole” 5

dr Stanisław Hojda

„Piłka ręczna dla każdego” 6

Martyna Głębocka

„Nauczyciele muszą się szkolić” – rozmowa z Zygfredem Kuchtą, wiceprezesem ds. szkoleniowych, przewodniczącym Rady Trenerów Związku Piłki Ręcznej w Polsce 7

Martyna Głębocka

„Hiszpańska szkoła szczypiorniaka” – rozmowa z prof. dr. Juanem Lorenzo Antonem Garcíą, lektorem Europejskiej Federacji Piłki Ręcznej (EHF) 8

Zygmunt Kamys

Warsztaty „Atrakcyjne formy rozwijania techniki indywidualnej na podstawowym etapie szkolenia” 9–16

Martyna Głębocka

„W sporcie dzieci liczą się wartości” – rozmowa z prof. dr. hab. Bogdanem Sojkinem 17

prof. dr hab. Janusz Czerwiński

„Stan i zadania szkolnej piłki ręcznej w Polsce” 18–20

Martyna Głębocka

„Nauczyciele rozkochali nas w szczypiorniaku” – spotkanie uczestników konferencji z byłymi reprezentantkami Polski w szczypiorniaku: Małgorzatą Majerek i Ewą Wilczek 21

Martyna Głębocka

„Rewelacyjne warsztaty dla bramkarza” – opinie uczestników o III Międzynarodowej Konferencji „Piłka ręczna w szkole” 22–23

Za mało szczypiorniaka w szkołach

Rozmowa z Jackiem Wołowcem, dyrektorem ŚCDN w Kielcach



Jack Wołowiec – dyrektor Świątokrzyskiego Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Kielcach

Uczestnicy III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole” chwalili organizację tego przedsięwzięcia. Wiele osób uznało tę edycję za najlepszą. Podziela Pan ich zdanie?

– Mam podobne odczucia. Na taką ocenę pewnie wpłynęło bardzo dogodne miejsce, w którym odbywało się spotkanie. Uczestnicy zakwaterowani byli w urokliwym Hotelu Binkowski. Tam też umiejscowiona była uroczystość otwarcia oraz wykłady, a także spotkanie z ministrem sportu i turystyki. Warsztaty praktyczne odbyły się w pobliskiej Hali Legionów. Uczestnicy nie byli przewożeni na zajęcia autobusami, co w poprzednich edycjach było dużym utrudnieniem oraz stratą czasu. Zarówno wykłady, jak i warsztaty przebiegały sprawnie, a co ważniejsze stały na wysokim poziomie merytorycznym. Miłym akcentem z pewnością było pojawienie się pana ministra Andrzeja Biernata. Jego przyjazd podniósł rangę konferencji.

Co szczególnie się Panu podobało?

– Na pochwałę zasługują wszystkie praktyczne warsztaty. Bardzo ciekawy pod względem merytorycznym był trening dla bramkarzy czy zajęcia związane z techniką i obroną. Jestem przekonany, że nauczyciele mogą wykorzystać pokazane ćwiczenia w czasie lekcji. Będzie im o tyle łatwiej, że w materiałach pokonferencyjnych dostali płyty CD z nagrany warsztatami.

Wyjątkowo licznie uczestniczyli w tej edycji przedstawiciele Związku Piłki Ręcznej w Polsce. Czy miał Pan od nich jakieś sygnały dotyczące konferencji?

– Mam wrażenie, że przedstawiciele ZPR w Polsce już się przyzwyczaili, że ta konferencja

stoi na wysokim poziomie. Rozmawiałem z panem Jerzym Eliaszem, dyrektorem sportowym Związku Piłki Ręcznej w Polsce, który wyraził bardzo pozytywne opinie o organizacji i przebiegu spotkania. Takie uznanie od ekspertów bardzo mnie cieszy. Warto podkreślić, że Związek Piłki Ręcznej w Polsce zaliczył naszą konferencję do przedsięwzięć, w których udział umożliwia uzyskanie licencji trenerskiej w tej dyscyplinie. Potwierdzeniem wysokiej rangi konferencji „Piłka ręczna w szkole” jest również patronat Europejskiej Federacji Piłki Ręcznej, a także udział w wykładach lektorów EHF.

Co jest największym problemem piłki ręcznej w szkołach?

– Moim zdaniem uczniowie za rzadko grają w szkołach w szczypiorniaka. Być może przeszkodą są warunki lokalowe lub brak wiedzy i umiejętności nauczycieli. Właśnie popularyzacja tej dyscypliny w szkołach była m.in. celem naszej konferencji. Prowadzący warsztaty pokazali wiele prostych, a jednocześnie przydatnych ćwiczeń, które nauczyciele mogą wykorzystać w czasie lekcji nawet z uczniami rozpoczynającymi swoją przygodę z piłką ręczną. Wskazywaliśmy też na ogromne walory wychowawcze tej gry zespołowej. Mówi się, że polska szkoła cierpi na indywidualizm, a uczniowie nie potrafią pracować w grupach. Piłka ręczna uczy, że bez współdziałania drużyna nie dojdzie do sukcesów.

Był Pan szczypiornistą. Co Pana zdaniem jest ważniejsze w tej dyscyplinie – talent czy pracowitość?

– Odwieczny problem. Raz myślę, że najważniejszy jest talent i on decyduje o wszystkim. I jeśli ktoś nie ma „iskry bożej”, to

choćby nie wiem, jak był pracowity, to nie będzie wybitny. Innym razem jestem znów przekonany, że można być utalentowanym, ale jeśli nie jest się systematycznym, zaangażowanym i pracowitym, to nie osiągnie się sukcesu. A chyba w sporcie jest tak, jak w życiu. Warto mieć wszystkiego po trochu. Trzeba być utalentowanym, pracowitym i mieć pasję. Wówczas można sięgać po najwyższe laury.

W czasie spotkania z ministrem sportu i turystyki nauczyciele dopytywali o lekcje wychowania fizycznego. Pan zaapelował nawet, aby zwiększyć rangę wuefu. Jak to zrobić?

– Podoba mi się amerykańskie podejście do sportu szkolnego czy uniwersyteckiego. Jeśli odbywają się zawody międzyszkolne, to zawodnicy, drużyny walczą przy pełnych trybunach, na których siedzą całe rodziny – w tym dziadkowie, rodzice, rodzeństwo, przyjaciele oraz uczniowie. Cała szkoła dopinguje swoich przedstawicieli. Marzy mi się taka sytuacja w polskiej szkole. A u nas najczęściej mecze rozgrywane są bez publiczności. Uczniów nie zwalania się z lekcji, by kibicowali kolegom. Rodzice nie wiedzą, że ich dzieci startują w zawodach. Nawet jak uczniowie odnoszą sukcesy sportowe, to nie są tak doceniani przez dyrekcję i nauczycieli, jak np. laureaci konkursów przedmiotowych. Chciałbym, aby w polskich szkołach pojawiła się moda na bycie sportowcem. Wówczas ranga wuefu będzie większa.

Uczestnicy III edycji Międzynarodowej Konferencji już zgłaszali akces w czwartym spotkaniu. Czy Świątokrzyskie Centrum Doskonalenia Nauczycieli ma plany dotyczące kolejnej konferencji?

– Cieszę się z takiego entuzjazmu uczestników. Przygotowanie każdej kolejnej konferencji jest ogromnym wyzwaniem. Jestem przekonany, że warto kontynuować to przedsięwzięcie. Świadczy o tym liczba uczestników, którzy przyjeżdżają do Kielc z całej Polski, a także spoza naszego kraju. Ostatnio gościliśmy przedstawiciela Kraju Kwitnącej Wiśni oraz małżeństwo z Rumunii. To nas dopinguje do jeszcze intensywniejszych przygotowań. Być może zmienimy trochę formułę naszych spotkań i będzie jeszcze więcej praktycznych warsztatów, a wykłady ograniczymy do minimum. Oczywiście wiele zależy od sytuacji finansowej. Jesteśmy jedynym w Polsce ośrodkiem doskonalenia, w którym tak mocno wspieramy nauczycieli wychowania fizycznego. To może być jednym z naszych znaków firmowych, dzięki którym będziemy rozpoznawani.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała: Martyna Głębocka

Entuzjaści piłki ręcznej po raz trzeci w Kielcach



Wspólne zdjęcie uczestników III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”

PROGRAM KONFERENCJI / Program of the Conference

Tematyka wykładów / Issues to be covered

■ dr Stanisław Hojda

Wykład inauguracyjny – „Piłka ręczna dla każdego”.

The inaugural lecture – *Handball for everyone*.

■ Zygfryd Kuchta

„Główne problemy systemu szkolenia dzieci i młodzieży w polskiej piłce ręcznej”.

The main problems of the children and young people training system in the Polish handball.

■ **prof. dr Juan Lorenzo Anton Garcia** – EHF Lecturer Method Commission EHF Youth, school and non-competitive sport.

1. „Konceptyjne i strukturalne analizy techniki w piłce ręcznej – konsekwencje dla jej kształtowania w szkolnym procesie nauczania”.

Lecture 1. *Conceptual and structural analysis of the handball's technique – repercussions for education in the school learning process.*

2. „Jak rozpoczynać współzawodnictwo w szkole poprzez uproszczone rozwiązania z uwzględnieniem naturalnego procesu rozwojowego uczniów. Przykłady rozwiązań modelowych: od 1x1, 2x2 poprzez 3x3 i 4x4, by osiągnąć model 7x7”.

Lecture 2. *How to start the competition in the school through simplified handball's models taking care of the natural evolutionary process: some example models in 1x1, 2x2, 3x3 and 4x4 for arriving to 7x7.*

■ prof. zw. dr hab. Bogdan Sojkin

„Marketing piłki ręcznej dzieci i młodzieży – jak zachęcać do uprawiania dyscypliny”.

Youth and children handball marketing – how to encourage to practice.

■ prof. dr hab. Janusz Czerwiński

„Stan i zadania szkolnej piłki ręcznej w Polsce”.

Status and tasks of school handball in Poland.

■ **Wojciech Nowiński** – lektor EHF, członek Rady Trenerów ZPRP, były znakomity bramkarz i trener, obecnie wykładowca gdańskiej AWFIS, komentator telewizyjny.

„Obrona, poruszanie się, interwencje, intencje”.

Defence, movement, interventios, intencions.

Patronat honorowy / Honorary Patronage

- European Handball Federation
- Związek Piłki Ręcznej w Polsce
- Klub Sportowy VIVE Targi Kielce
- Wojewódzki SZS w Kielcach

- Ministerstwo Sportu i Turystyki
- Wojewoda Świętokrzyski
- Marszałek Województwa Świętokrzyskiego
- Świętokrzyski Kurator Oświaty

Warsztaty / The workshops session

■ **Zygmunt Kamys** – pracownik Centrum Sportu Politechniki Świętokrzyskiej, doktorant AWF w Krakowie.

■ **Michał Skórski** – trener drużyny juniorów młodszych SKF Wisła Płock oraz trener asystent Reprezentacji Polski juniorów młodszych.

„Atrakcyjne formy rozwijania techniki indywidualnej na podstawowym etapie szkolenia”.

Attractive forms of development individual technique for basic stage of teaching.

■ **Rafał Bernacki, Tomasz Błaszczewicz** – trenerzy młodzieżowej kadry Polski.

„Bramkarz – zakres umiejętności i metodyka nauczania”.

Goalkeeper – the range of skills and methodology of teaching.

■ **prof. dr Juan Lorenzo Anton Garcia** – EHF Lecturer Method Commission EHF Youth, school and non-competitive sport.

1. „Podania i chwyt – główne kierunki w nauczaniu” / *Passing and catching – the main directions in teaching.*

2. „Rzuty – metodyka postępowania na początku szkolenia” / *Throws – the methodology of proceeding on the beginning of teaching.*

■ **Mecz uczestników** / *Match of participants.*

Sędziowie / *Referees:*

Grzegorz Budziosz – prezes SZPR, sędzia piłki ręcznej,

Tomasz Olesiński – trener grup młodzieżowych „Vive” Targi Kielce, sędzia piłki ręcznej.

■ **Spotkanie z mistrzami sportu.** *Meeting the sport champions.*

Spotkanie uczestników konferencji z byłymi reprezentantkami Polski w szczypiornia-
ka: Małgorzatą Majerek i Ewą Wilczek.

■ **Tomasz Strząbala** – II trener zespołu „Vive” Targi Kielce.

„Główne kierunki działania w kształtowaniu indywidualnego postępowania w obronie”.

The main directions in the individual defence training.

■ **Paweł Tetelewski** – były zawodnik ekstraklasy i trener ekstraklasowego zespołu KSS Kielce. Trener grup młodzieżowych KS „Vive” Targi Kielce.

■ **Paweł Sieczka** – były zawodnik ekstraklasy, trener II ligowego zespołu AZS Politechnika Świętokrzyska.

„Ćwiczenia sprawnościowo-techniczne na wstępnym etapie szkolenia”.

Fitness and technical exercises at the initial stage of training.

Patronat medialny / Media Patronage

- TVP Kielce
- Radio Kielce
- Echo Dnia

Przywrócić rangę wuefowi

Spotkanie Andrzeja Biernata, Ministra Sportu i Turystyki, z uczestnikami III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”

Nauczyciele wychowania fizycznego poprosili Andrzeja Biernata, Ministra Sportu i Turystyki, aby przywrócił rangę lekcjom wuefu. To w szkołach dzieci zaczynają swoją przygodę ze sportem. Spotkanie ministra Andrzeja Biernata z uczestnikami III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole” odbyło się 7 czerwca 2014 roku, przy pełnej sali konferencyjnej w Hotelu Binkowski w Kielcach. Minister podziękował nauczycielom za tak liczne przybycie.

– Wasze uczestnictwo w konferencji dotyczącej piłki ręcznej w szkole jest potwierdzeniem, że losy tej dyscypliny są dla was ważne. Cieszę się, widząc tylu pasjonatów szczypiorniaka. Tym bardziej, że dziś nie jest łatwo przekonać dzieci i młodzież do uprawiania sportu. Nawet najbardziej popularne dyscypliny przegrywają rywalizację z komputerem. Ministerstwo dostrzega ten problem, stąd nasze kampanie edukacyjne skierowane do najmłodszych i zachęcające do uprawiania sportu. Aby wyjść naprzeciw tym problemom, opracowano trzy duże programy rządowe przeznaczone dla dzieci ze szkoły podstawowej: Mały Mistrz, Multisport oraz Umiem Pływać. W przyszłym roku chcemy popularyzować w szkołach lekkoatletykę. Jeżeli Związek Piłki Ręcznej w Polsce przygotuje odpowiedni program, to też będziemy propagować szczypiorniaka – obiecał minister Andrzej Biernat.

Minister mówił też o pomysłach popularyzacji sportu powszechnego. Im więcej dzieci chodziłoby na zajęcia fizyczne, tym łatwiej byłoby wychwycić te szczególnie utalentowane. A co więcej, sportowe diamenty trafiałyby już do sportu wyczynowego dobrze przygotowane motorycznie. Bardzo ważne jest powstanie programu wyłapującego takie talenty. W ocenie ministra w Polsce mamy obecnie dobrą



Minister Sportu i Turystyki Andrzej Biernat wśród uczestników konferencji

infrastrukturę sportową, przy wielu szkołach działają nowoczesne hale i boiska. Do sportu trafia coraz więcej pieniędzy.

– Namawiam do uprawiania gier zespołowych. Jeśli mamy silną reprezentację, to tworzą się prężne kluby kibica. Wokół klubów powstają sekcje dla młodszych zawodników. Sportowcy są idolami dla najmłodszych. Zarówno Ministerstwo, jak i państwo w szkołach, mamy ten sam cel – obudzić chęć do uprawiania sportu. Piłka ręczna jest dziś trzecią co do popularności grą zespołową w Polsce. Mamy w tej dyscyplinie wielkie tradycje i osiągnięcia. Szczypiorniak cieszy się zainteresowaniem kibiców, warto to wykorzystywać, aby przyciągnąć do tej dyscypliny jak najwięcej młodych ludzi – postulował minister.

Po wystąpieniu ministra Andrzeja Biernata wywiązała się dyskusja dotycząca głównie szkolnych zajęć wychowania fizycznego. Nauczyciele sygnalizowali, że w wielu miastach, w tym w Kielcach, zwiększono liczbę dzieci uczestniczących równocześnie w lekcjach, co sprawiło

ogromne zagęszczenie w halach i salach sportowych. Jacek Wołowicz, dyrektor ŚCDN, podkreślił, że lekcje wuefu i szkolne kluby są podstawą sportowej piramidy. To w szkole większość przyszłych mistrzów zaczynała przygodę ze sportem.

– Trzeba przywrócić właściwą rangę lekcjom wychowania fizycznego w szkole. Bez tego nie będziemy mieć wspaniałych reprezentacji, nie będziemy zdobywać medali – postulował Jacek Wołowicz.

Uczestnicy spotkania pytali ministra, czy jest szansa, aby Ministerstwo Sportu i Turystyki wraz z Ministerstwem Edukacji Narodowej wpłynęły na zmianę systemu zwalniania uczniów z lekcji.

– Kontynuujemy kampanię „Stop zwolnieniom z wuefu”. Pracujemy wraz z ministrem zdrowia nad systemem, który ograniczyłby liczbę wystawianych zwolnień. Myślimy o systemowej akcji skierowanej do rodziców. Będziemy szukać rozwiązań – zapewniał minister.

W spotkaniu uczestniczył też poseł Lucjan Pietrzczyk.

Martyna Głębocka

Według zaleceń Światowej Organizacji Zdrowia najmłodszy powinni ćwiczyć przynajmniej przez 60 minut dziennie. W Polsce zalecenia te spełnia tylko co czwarty jedenastolatek i co dziesiąty siedemnastolatek. W efekcie aż 17% polskich dzieci między 11 a 15 rokiem życia ma nadwagę, a w ciągu dekady ta liczba się podwoiła!

Piłka ręczna dla każdego

Intencją zapoczątkowania konferencji „Piłka ręczna w szkole” (dziś to już cykl konferencji) było upowszechnianie piłki ręcznej w środowisku nauczycieli wychowania fizycznego, a co za tym idzie – wśród dzieci i młodzieży. Wykorzystano wówczas szansę (rozumianą jako obowiązek), jaką stworzył sukces sportowy reprezentacji męskiej piłkarzy ręcznych, czyli wicemistrzostwo świata w roku 2007.

W upowszechnianiu naszej dyscypliny ważne jest wykorzystanie zjawisk elitaryzmu i egalitaryzmu. Ci, którzy są najlepsi, są elitą, a ich przykład może inspirować innych. Ale w sporcie nikt nie jest elitą od razu. W sporcie, nie wdając się w rozważania socjologiczne, nie ma elitaryzmu bez egalitaryzmu – i odwrotnie. Celem grona konstruktorów tej – już trzeciej – konferencji jest ciągle przypomnienie o konieczności jak najszerzego (egalitarnego) postrzegania naszej dyscypliny, z jak najliczniejszym gronem nauczycieli wychowania fizycznego, instruktorów, administratorów samorządowych, oświatowych, rodziców – a w efekcie dzieci i młodzieży. Trzeba zatem mówić i pisać o tym, co dobrego i cennego jest w piłce ręcznej.

Dlaczego piłka ręczna? Dlaczego – dla każdego?

Piłka ręczna jest formą aktywności ruchowej, która wszechstronnie oddziałuje na organizm człowieka. Dzięki zawartym w niej naturalnym formom ruchu, takim jak: bieg, skok, podanie, rzut, chwyt, obrót, pad jest doskonałym fundamentem dla ogólnej sprawności motorycznej człowieka. Jest więc nie tylko jedną z dyscyplin sportowych wzbudzającą szeroki zakres reakcji emocjonalnych, lecz przede wszystkim doskonałym środkiem do realizowania podstawowych celów procesu kształcenia i wychowania fizycznego. Tymi celami są: ukształtowanie postaw względem własnego ciała i wzbogacenie umiejętności ruchowych umożliwiających wszechstronne władanie ciałem.

Piłka ręczna, będąc jednym z bardzo licznych środków stosowanych w procesie kształcenia i wychowania fizycznego, zawiera w sobie wiele wartości. Są nimi:

- wartości zdrowotne,
- wartości praktyczne (pragmatyczne),
- wartości estetyczne,
- wartości hedonistyczne (przyjemnościowe),
- wartości agonistyczne (sportowe, rywalizacyjne).

Wartości te, mówiąc ogólnie, są motywem podejmowania wszelkiej aktywności fizycznej, w tym także w zakresie piłki ręcznej. Dzięki piłce ręcznej – grze zespołowej – możemy w sposób wszechstronny i zrównoważony znajdować i przenosić te wartości.

Chciałoby się dodać, że gra ta zasługuje na znacznie większą popularność. I nie chodzi tu o partykularne interesy środowiska piłki ręcznej. Popularyzacja jakiegokolwiek formy aktywności ruchowej (dyscypliny sportowej) będzie zawsze upowszechnianiem kultury fizycznej, a więc w konsekwencji prowadzić będzie do budowania

zdrowego biologicznie społeczeństwa.

Kultura fizyczna to ogół uznawanych norm i wartości, utrwalonych zachowań i ich rezultatów dotyczących przymiotów ciała człowieka. Praktycznym przejawem dbałości o cielesność jest zatem czynne uczestnictwo w jej różnych formach. Formami uczestnictwa w kulturze fizycznej są: wychowanie fizyczne, sport, rekreacja ruchowa i rehabilitacja ruchowa. Fundamentem kultury fizycznej społeczeństw jest jednak wychowanie fizyczne.

Wybierając spośród szerokiego repertuaru środków wychowania fizycznego tak bliską nam piłkę ręczną, musimy przyjąć hierarchię celów. Kierując się obserwacjami naszego środowiska, wydaje się, że podstawowym celem prowadzenia zajęć piłki ręcznej jest wychowanie mistrza.

raczej nie sportowy. Kierując się tak oczywistą w teorii, ale i w praktyce sportu, prognozą (czyli zdefiniowaniem, do CZEGO zmierzamy), kreślimy tzw. model mistrza.

W piłce ręcznej jednym z podstawowych kryteriów określania modelu mistrza są cechy somatyczne – przede wszystkim wysokość ciała i masa ciała. Nie jest to bynajmniej błąd metodologiczny, ale pod warunkiem, że nie umykają nam inne kryteria.

W tym miejscu nasuwa się refleksja dotycząca obserwowanego przeze mnie zjawiska – otóż niemal normą staje się stawianie cech somatycznych jako głównego kryterium w prowadzeniu do mistrzostwa sportowego, pozostawiając sprawność motoryczną jako czynnik mniej istotny.



Dr Stanisław Hojda, dyrektor Centrum Sportu Politechniki Świętokrzyskiej, podczas wykładu inauguracyjnego

To niemal oczywiste, że jeśli ktoś prowadzi zajęcia piłki ręcznej, to z pewnością jest to trener czy instruktor piłki ręcznej. Jego podstawowy cel jest zgodny z wyartykułowanym przez teorię sportu dążeniem do mistrzostwa sportowego. Dążąc do tego celu, prowadząc różne formalnie przypisane zajęcia: czy to lekcja wychowania fizycznego, czy zajęcia pozalekcyjne, czy zajęcia treningowe, przyjmujemy wszelkie zasady organizacji procesu szkolenia sportowego. Trening – rozumiany jako proces zorganizowany i kierowany – przybiera właściwą strukturę rzeczową (logiczną i uzasadnioną dobór środków treningowych) i strukturę czasową (logiczne i uzasadnione lokowanie w czasie środków treningowych).

W procesie treningowym pojawi się także zjawisko (a raczej proces) selekcji. W praktyce pracy pedagogicznej z procesem selekcji sportowej mogą wystąpić zasadnicze dylematy: kto z podmiotów szkolenia nadaje się do dalszego szkolenia w piłce ręcznej, a kto nie! Problem ten ma charakter pedagogiczny, może moralny, ale

Konsekwencją takiego podejścia – „piłka ręczna dla wysokich” – jest niepotrzebne (a według mojego przekonania – niekorzystne) wczesne „wyselekcjonowywanie” zawodników o gorszych cechach somatycznych, lub inaczej mówiąc, pozostawianie zawodników o bardziej perspektywicznych warunkach fizycznych.

Przywołując temat mojego wystąpienia „Piłka ręczna dla każdego”, zwracam uwagę na rolę, jaką mogą odegrać w szkoleniu sportowym osobnicy o mniej perspektywicznych, z punktu widzenia prognozy, warunkach somatycznych. Być może wśród nich są jednostki o walorach sprawnościowych, walorach osobowościowych, a nawet osobnicy o walorach intelektualnych, mogących okazać się niezwykle przydatnymi w podnoszeniu poziomu sportowego wszystkich członków grupy sportowej. Wydaje się, że z punktu widzenia efektów szkoleniowych właściwym jest, aby do zakończenia procesu treningowego dzieci i młodzieży, tj. do zakończenia wieku juniora (inaczej: wieku szkolnego), **minimalizować** proces selekcji sportowej.

Nie wszystkie działania organizacyjne w sporcie dzieci i młodzieży uwzględniają taką intencję. Stosowany w naszej rzeczywistości model szkół, czy nawet klas sportowych, składający mający pragmatyczne uzasadnienie stworzenia lepszych warunków szkolenia wybranej (wyselekcjonowanej) grupy sportowców – (ELICIE!), powoduje, że pewna grupa chcących uprawiać np. piłkę ręczną jest skazana na byt gorszy, czy nawet odrzucenie. To dotyczy także szkoleniowców, którzy z racji braku możliwości rywalizowania z „grupą wybraną” tracą podstawowy cel swojej działalności, tj. prowadzenia do mistrzostwa sportowego. Tworzenie szkół czy klas sportowych na coraz niższych poziomach edukacji jest zatem swoistym katalizatorem dla procesu selekcji – przyspiesza je, zmniejszając liczbę osób uprawiających sportowe szkolenie.

Poza zjawiskiem wzmaganie procesu selekcji należy zwrócić uwagę także na „pedagogizację selekcji”. Ważne jest, aby osoby, które odchodzą ze szkolenia sportowego stawały się w przyszłości jednostkami dobrze wychowanymi, o potrzebie uczestniczenia w kulturze fizycznej. Ich czynne uczestnictwo w sporcie może zaistnieć poprzez pełnienie różnorodnych funkcji – sędziego, menedżera, sponsora. Mogą także odczuwać potrzebę działań rekreacyjnych – grać w czasie wolnym w piłkę ręczną mieszaną (np. 3 kobiety + 3 mężczyźni), street handball, piłkę ręczną plażową, czy snow handball. A nawet, gdy zdarzy się w życiu dramat niepełnosprawności, znajdują sobie piłkę ręczną na wózkach.

Na zakończenie należy zatem pokusić się o refleksję, czy nasza piłka ręczna spełnia skutecznie swoją społeczną rolę? Najłatwiej na to pytanie odpowiedzieć, analizując zakres działań w obrębie poszczególnych form uczestnictwa w kulturze fizycznej. Jak wynika z danych dotyczących liczby zarejestrowanych zawodniczek i zawodników w poszczególnych federacjach narodowych, Polska nie jest krajem wiodącym w Europie. Przed nami są kraje o dużo mniejszej liczbie mieszkańców. I jakkolwiek poziom sportowy polskich reprezentacji seniorskich (kobiet i mężczyzn) jest znakomity, to nie jest to poparte szerokim zapleczem w postaci liczby uprawiających tę dyscyplinę.

Piłka ręczna jako gra rekreacyjna nie jest popularną formą aktywności ruchowej. Osoby dorosłe nie grają masowo w piłkę ręczną plażową, ani w jej uliczną odmianę, a nawet piłka ręczna plażowa jest uprawiana jedynie wycyzkownie.

Piłka ręczna dla osób niepełnosprawnych także ma bardzo ograniczony charakter. Piłka ręczna głuchych ma swoje mistrzostwa świata, ale bez dotychczasowego udziału Polski. Piłka ręczna na wózkach niemal nie istnieje, choć koszykówka, rugby, łucznictwo, szermierka, taniec na wózkach mają w naszym kraju stałe formy organizacyjne.

Szansą na popularyzację piłki ręcznej jako formy aktywności ruchowej w każdym przejawie uczestnictwa w kulturze fizycznej jest jak najszersze stosowanie jej jako środka w procesie kształcenia i wychowania fizycznego.

dr Stanisław Hojda
Politechnika Świętokrzyska
Centrum Sportu

Nauczyciele muszą się szkolić

Zygfryd Kuchta, wiceprezes ds. szkoleniowych, przewodniczący Rady Trenerów Związku Piłki Ręcznej w Polsce



Zygfryd Kuchta podczas wykładu na temat problemów systemu szkolenia dzieci i młodzieży w polskiej piłce ręcznej

Jak Pan ocenia III Międzynarodową Konferencję Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”?

– Koncepcja jest bardzo ciekawa. Jako Związek Piłki Ręcznej w Polsce staramy się wspierać takie inicjatywy. Konferencja stoi na oczekiwanym przez nas poziomie. Zarówno jeśli chodzi o wykłady, prezentacje, warsztaty, jak i organizację. Cieszy mnie bardzo duża frekwencja i to, że w konferencji uczestniczą nauczyciele wuefu z całej Polski. Profesjonalizm osób, które przygotowały to spotkanie, pasjonatów szczypiorniaka, były dla Związku Piłki Ręcznej w Polsce gwarancją sukcesu i nie zawiedliśmy się. Obserwowałem zachowanie uczestników w czasie warsztatów. Cieszy mnie, że na bieżąco komentowali to, co się działo na boisku. Widziałem, jak dopytywali prowadzących o konkretne ćwiczenia, a także o ich modyfikacje na potrzeby zajęć w szkole. Chwilami brakowało mi zażartej dyskusji. Przecież nie ze wszystkimi ćwiczeniami, poglądami trzeba się zgadzać. Można mieć inne spojrzenie. Czasami warto zaprezentować swoje poglądy. Niestety takie „milczenie” uczestników jest boleską wielą konferencji. My, Polacy, już poczynając od szkoły, nie uczymy się zadawania pytań oraz dyskusowania na forum publicznym.

Czy ćwiczenia prezentowane w czasie warsztatów można zastosować w szkole w czasie lekcji wuefu?

– Tak. Ćwiczenia pokazywane w czasie warsztatów, wprowadzone przez chłopców, którzy trenują piłkę ręczną, były dostosowane do poziomu szkolnego. Bardzo ważna jest dbałość o poprawne wykonanie. Chodzi o to, aby nauczanie techniki odbywało się prawidłowo. Eliminacja błędów jest dużo trudniejsza niż nauczanie poprawnego wykonywania ćwiczenia.

Uczestnikami konferencji są nauczyciele wychowania fizycznego, którzy skończyli studia w AWF. Czy im potrzebne są kolejne szkolenia?

– Jak najbardziej. W każdej dziedzinie życia ciągle coś się zmienia. Kiedy byłem czynnym zawodnikiem, mecze piłki ręcznej kończyły się rzuceniem 11 bramek. Dziś często wynik końcowy meczu oscyluje powyżej 30 bramek. Żeby mieć tyle trafnych rzutów, musiała się zmienić dynamika gry. W trakcie warsztatów każdy uczestnik na pewno znalazł jakiś element, który był dla niego nowością. W każdym zawodzie należy się rozwijać, dlatego konferencje, szkolenia są niezbędne. Bardzo istotna jest też możliwość spotkania ludzi, którzy kochają piłkę ręczną, a zwykle nie mają kiedy o niej podyskutować. Te zakulisowe rozmowy, które się toczyły w hotelowych pokojach są wartością dodaną konferencji. Warto osobiście przekonać się, że pasjonaci szczypiorniaka tworzą coraz większą grupę.

Rozmawiała: Martyna Głębocka

Hiszpańska szkoła szczypiorniaka

Rozmowa z prof. dr. Juanem Lorenzo Antonem Garcią, lektorem Europejskiej Federacji Piłki Ręcznej (EHF)

Czy piłka ręczna jest popularna w Hiszpanii?

– Bardzo. Oczywiście nie aż tak jak piłka nożna, która w Hiszpanii jest traktowana niczym religia. Drugą co do popularności grą zespołową w moim kraju jest koszykówka, a szczypiorniak jest trzeci. Na popularyzację piłki ręcznej wpłynęło zdobycie przez naszych piłkarzy ręcznych dwóch złotych medali w mistrzostwach świata w 2005 oraz 2013 roku. Fani szczypiorniaka oszaleli na punkcie swoich idoli. Młodzi ludzie chcieli uprawiać tę dyscyplinę, bo widzieli, jak wspaniale jest wygrywać. Za interesowanie piłką ręczną w Hiszpanii zależy też od regionu, tam gdzie są dobre drużyny, więcej jest pasjonatów tej gry.

W jakim wieku dzieci zaczynają trenować w Hiszpanii piłkę ręczną?

– To zależy od regionu i klubu. Zazwyczaj rozpoczynają przygodę z piłką ręczną w wieku 8–9 lat. Często ich pierwszy kontakt z tym sportem ma miejsce w szkole w ramach lekcji wuefu. Jednak jeśli chcą uprawiać tę dyscyplinę, muszą trafić do klubu, ponieważ w państwowym systemie edukacji nie ma zbyt wielu godzin poświęconych na zajęcia wychowania fizycznego. Niektóre kluby zapraszają wysportowanych uczniów na dodatkowe treningi czy obozy letnie. I w taki sposób wychwytyują talenty. Początkujący młodzi zawodnicy ćwiczą 3–4 razy w tygodniu. Wraz z wiekiem częstotliwość treningów wzrasta.

Czy trenerzy w Hiszpanii mają sekretne metody, żeby przyciągnąć młodych ludzi na treningi szczypiorniaka zwłaszcza, że konkurencja piłki nożnej jest ogromna?

Prof. dr Juan Lorenzo Anton Garcia w pierwszym dniu III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole” wygłosił w Kielcach dwa wykłady: „Konceptyjne i strukturalne analizy techniki w piłce ręcznej – konsekwencje dla jej kształtowania w szkolnym procesie nauczania” oraz „Jak rozpoczynać współzawodnictwo w szkole poprzez uproszczone rozwiązania z uwzględnieniem naturalnego procesu rozwojowego uczniów”. W drugim dniu poprowadził dwa warsztaty: „Podania i chwyt – główne kierunki w nauczaniu” oraz „Rzuty – metodyka postępowania na początku szkolenia”.



Prof. dr Juan Lorenzo Anton Garcia z Hiszpanii był gościem III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole” w Kielcach

– Nie ma w tym jakiejś szczególnej tajemnicy. W mojej opinii bardzo często decydującą rolę odgrywa rodzinna tradycja i przywiązanie do tej dyscypliny. FC Barcelona należy do najbardziej utytułowanych zespołów w historii. Tam w sposób naturalny zawodnicy zostają trenerami lub przyprowadzają swoje dzieci na treningi. Całe życie rodzinne i zawodowe wielu mieszkańców Barcelony kręci się wokół piłki ręcznej. Dzieciaki słynnych szczypiornistów nawet nie myślą, że mogłyby zagrać w piłkę nożną. Tak to się układa. We władzach miasta też zasiadają byli szczypiorniści, dzięki temu łatwiej im przeznaczać pieniądze na rozwój tej dyscypliny w Barcelonie. Poza tym mamy świetny system szkolenia trenerów z ponad 50-letnią tradycją. Mówi się nawet o hiszpańskiej szkole trenerskiej. Wprawdzie kryzys w Hiszpanii sprawił, że

wielu fantastycznych trenerów, jak i zawodników poszukiwało pracy za granicą, ale ciągle jeszcze mamy dobre kadry w kraju.

Trenerzy są świetnie wyszkoleni. Czy nauczyciele wychowania fizycznego w szkołach są też tak dobrymi specjalistami w piłce ręcznej?

– Jestem przekonany, że hiszpańscy nauczyciele wuefu mają wystarczająco dobre przygotowanie. W czasie studiów uczą się technik i zasad piłki ręcznej. Wielu nauczycieli specjalizuje się w szczypiorniaku. Są naprawdę dobrzy w tym, co robią. Świetnie motywują dzieciaki do uprawiania tej dyscypliny.

Jak Pan ocenia III Międzynarodową Konferencję Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”?

– Zaskoczyła mnie frekwencja. Kiedy zobaczyłem ogrom-

ną salę wykładową zapełnioną po brzegi uczestnikami, to od razu zapytałem organizatorów, ile osób bierze udział? Usłyszałem, że około 180 osób. To bardzo dużo. Organizacja takich konferencji w Hiszpanii napotyka na trudności. Zwykle udaje się zaprosić około 80 osób, co więcej, za udział w szkoleniu są gotowi zapłacić do 40 euro. Jak się dowiedziałem, uczestnicy konferencji w Kielcach płacili około 100 euro. To kosztowne, a mimo to tyle osób przyjechało. Jestem pod wrażeniem.

Jak się Panu podoba w Polsce?

– Jestem w Polsce pierwszy raz. To, co mnie uderza, to ta wszechobecna, bujna roślinność. Gdzie nie spojrzę, jest zieleno. Moje oczy są szczęśliwe. Tyle macie tu drzew. Jest pięknie.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała: Martyna Głębocka

Atrakcyjne formy rozwijania techniki indywidualnej na podstawowym etapie szkolenia

W procesie nauczania i doskonalenia techniki, czyli de facto wyposażania zawodnika w pewien zasób umiejętności niezbędnych do skutecznej gry w piłkę ręczną, powinniśmy zwrócić uwagę na efektywność tego procesu. W sporcie wyczynowym sprawa jest o tyle prosta, że zawodnik staje się niejako pracownikiem. Trener takiego zawodnika zakłada, że wykonuje on powierzone mu zadania z pełnym zaangażowaniem. W sporcie dzieci i młodzieży relacja ta wygląda zgoła odmiennie. U młodego zawodnika sport to jest hobby, a nawet pasja. A naszym zadaniem jako trenera jest tę pasję podtrzymywać, a najlepiej rozwijać.

Proces nauczania, a następnie doskonalenia elementów technicznych, w każdym ze sportów zawiera w sobie dozę monotonii. Są to setki czy tysiące powtórzeń pewnych wyizolowanych, a następnie kompleksowych ruchów w zmieniającym się otoczeniu. Dlatego też rola trenera w uatrakcyjnieniu opisywanego procesu wydaje się być znacząca. Oczywiście jest, że swego rodzaju „droga metodyczna” jest podstawą i fundamentem do nauczenia każdego z elementów technicznych. Pytanie brzmi: Czy można ten proces uatrakcyjnić, a co za tym idzie zintensyfikować?

Zakładając, że wspomniany młody zawodnik, po wykonaniu po raz pierwszy tego samego ćwiczenia, może ulec znużeniu (tym bardziej przy nieudanych próbach wykonania), to proces doskonalenia, którym kierujemy, straci na efektywności. Nie bójmy się więc urozmaicać naszych zajęć ćwiczeniami niekonwencjonalnymi.

W przedstawionych ćwiczeniach zostało wykorzystanych kilka przyrządów. Umyślnym działaniem było przedstawienie większości ćwiczeń z wykorzystaniem sprzętów ogólnodostępnych nauczycielom wychowania fizycznego (ławka gimnastyczna, hula-hoop). Innym pomocnym sprzętem, nieobciążającym budżetu, jest kilkumetrowa linka lub guma wykorzystana do doskonalenia



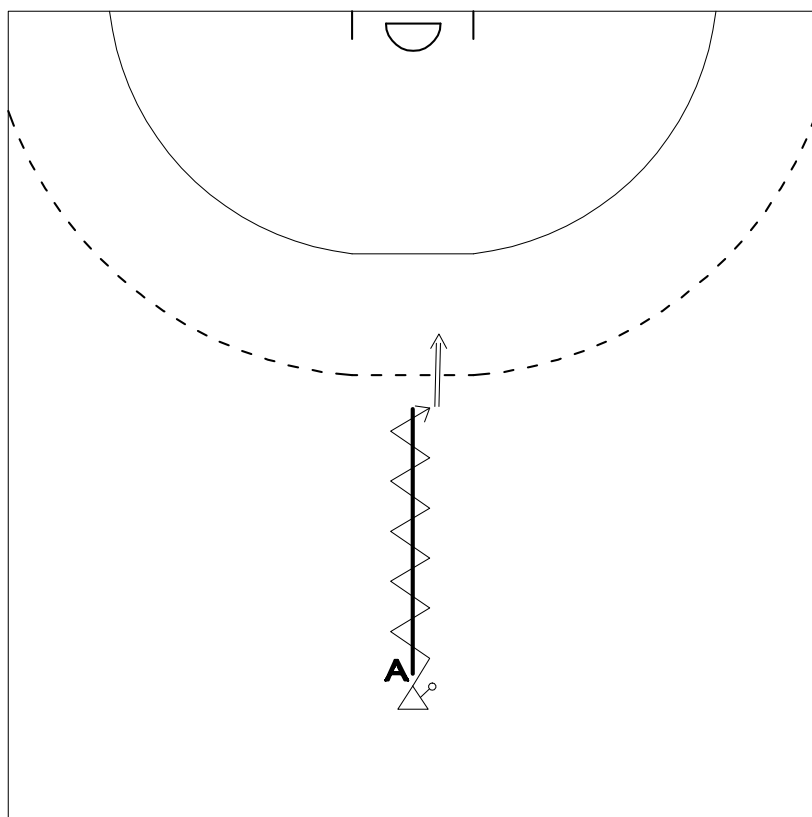
Zygmunt Kamys podczas zajęć warsztatowych z grupą uczniów w drugim dniu konferencji. Z tyłu po prawej: trener Michał Skórski

nia zwodów ciałem. Użyty został również sprzęt, o którym niestety nie można powiedzieć, że jest ogólnodostępny. Aby z niego skorzystać, trzeba wydać określoną sumę pieniędzy. Chodzi o trenażer do podawania piłek. Przedstawione ćwiczenia są jedynie propozycją i przedstawieniem pewnych pomysłów.

Mają one na celu wywołanie u młodego adepta piłki ręcznej ciekawości, wzmożenie jego koncentracji, zaangażowanie do rywalizacji, a co za tym idzie zwiększenie skuteczności treningu.

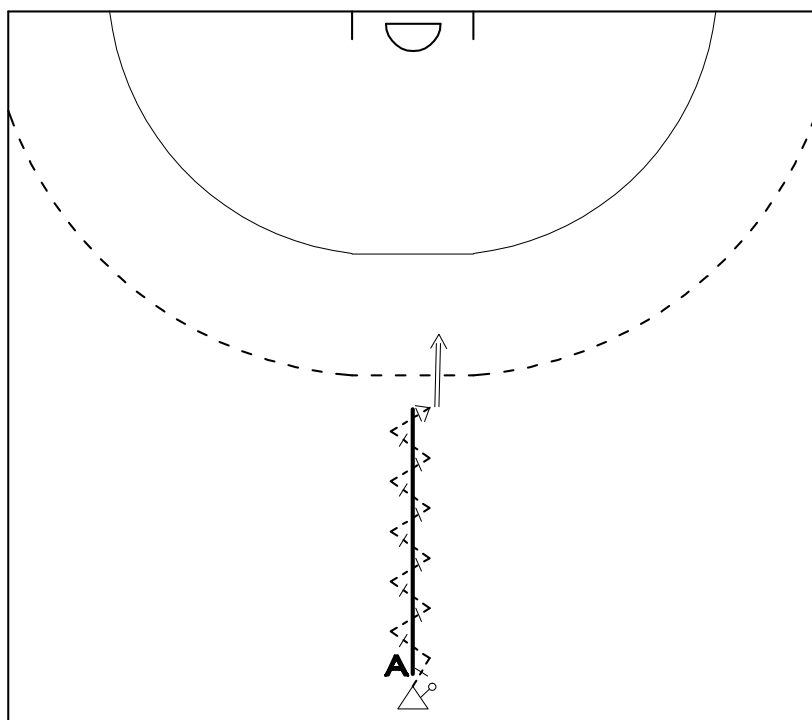
Zygmunt Kamys
Politechnika Świętokrzyska
Centrum Sportu

Ćw. 1 wer. 1 Balans ciała pod gumą/linką zakończony rzutem w wyskoku.



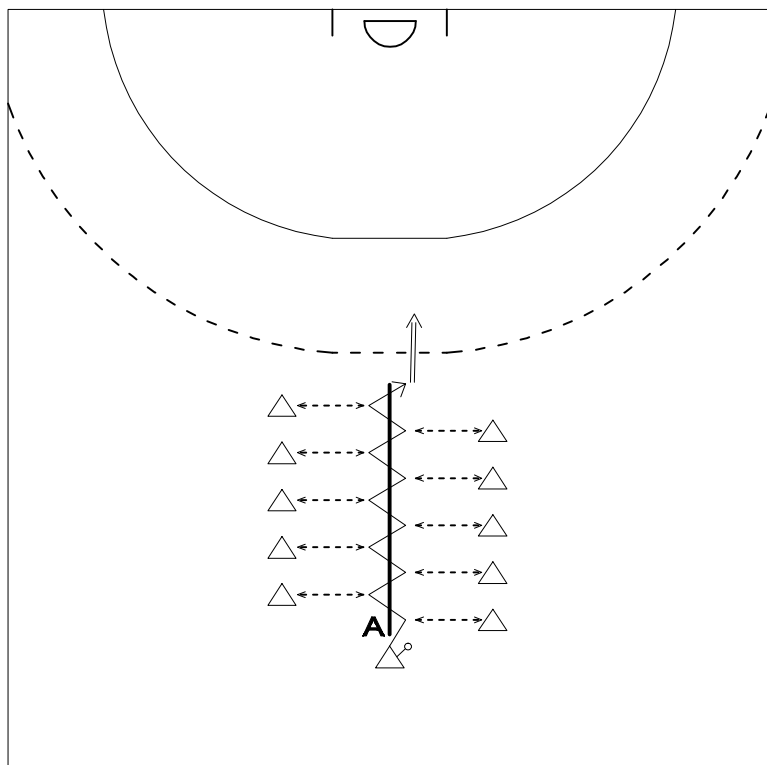
A - guma/linka trzymana przez pomocników

Ćw. 1 wer. 2 Balans ciała pod gumą/linką poprzedzony zwodem z zamierzonym podaniem zakończony rzutem w wyskoku.



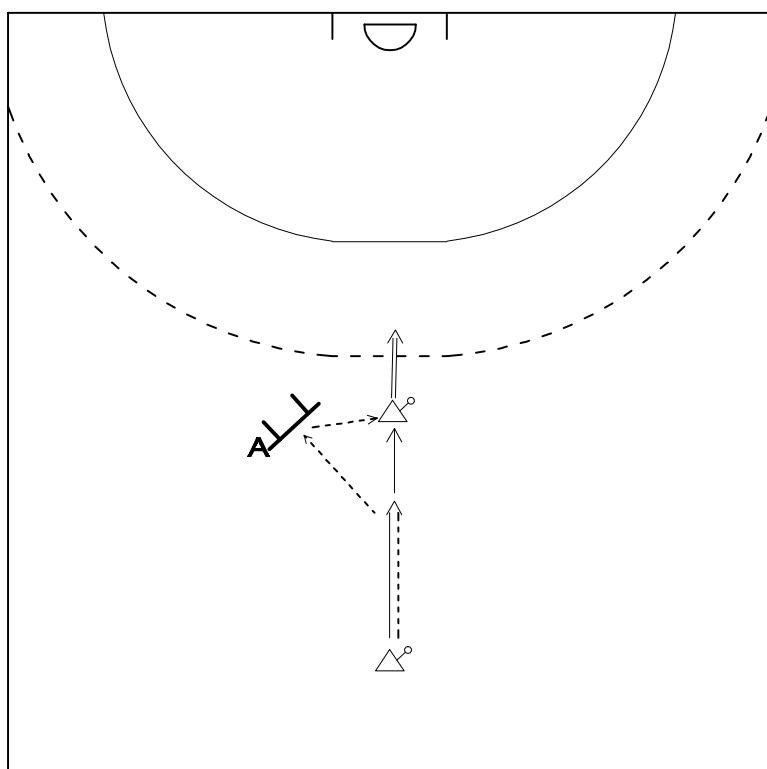
A - guma/linka trzymana przez pomocników

Ćw. 1 wer. 3 Balans ciała pod gumą/linką
poprzedzony podaniem do stałego zakończoney
rzutem w wyskoku.



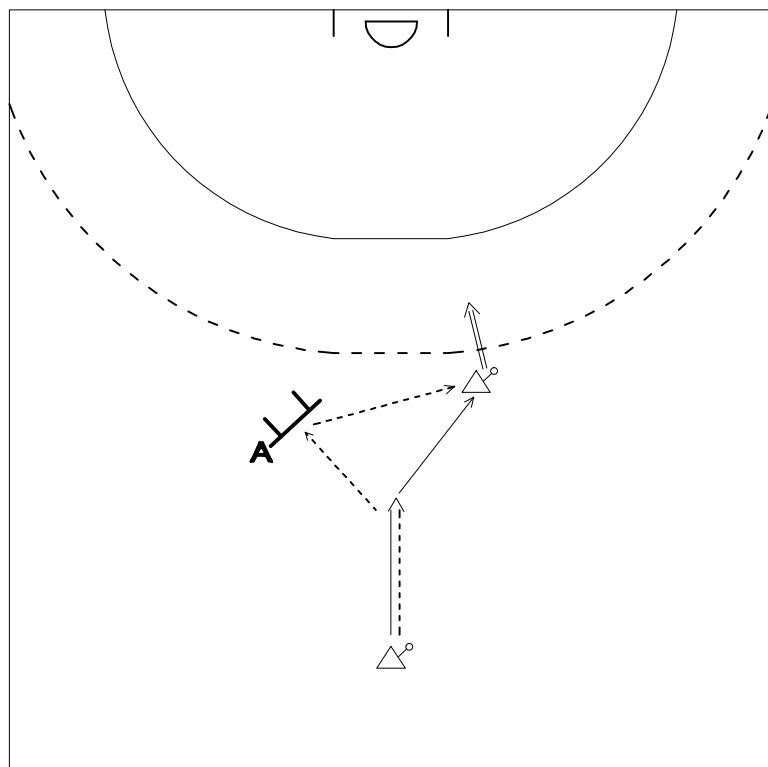
A - guma/linka trzymana
przez pomocników

Ćw. 2 wer. 1 Rzut w wyskoku poprzedzony
odbiciem piłki od przyrządu.



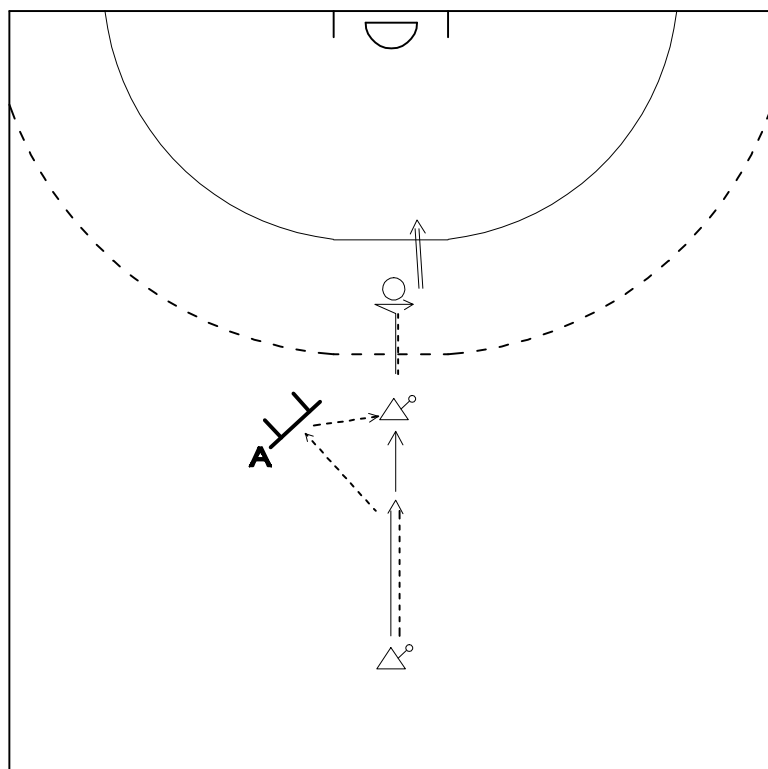
A - mały batut gimnastyczny

Ćw. 2 wer. 2 Rzut w wysoku poprzedzony odbiciem piłki od przyrządu oraz zmianą kierunku biegu bez piłki.



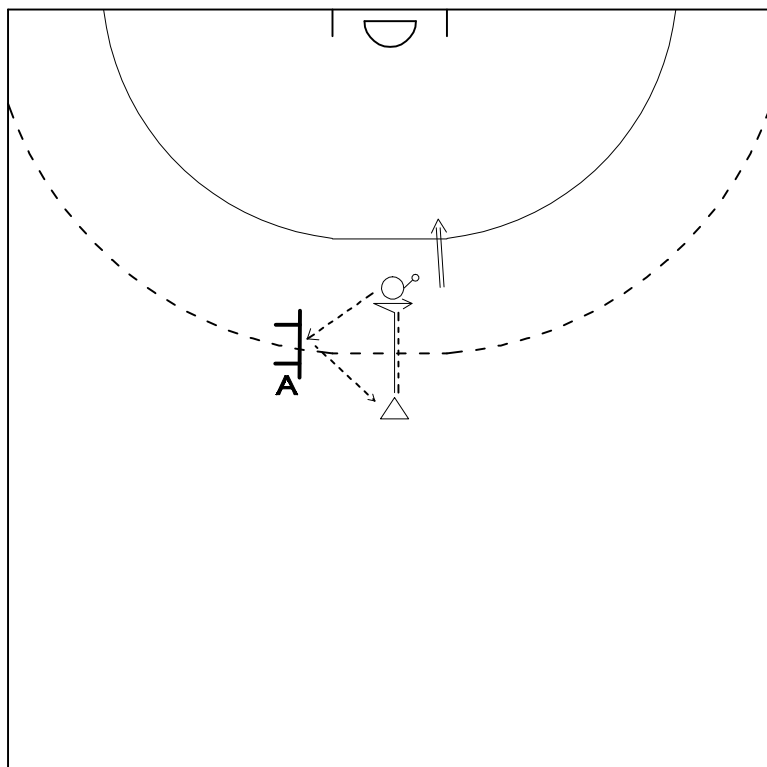
A - mały batut gimnastyczny

Ćw. 2 wer. 3 Gra "1 na 1" z wykorzystaniem zwodu pojedynczego poprzedzona odbiciem piłki od przyrządu.



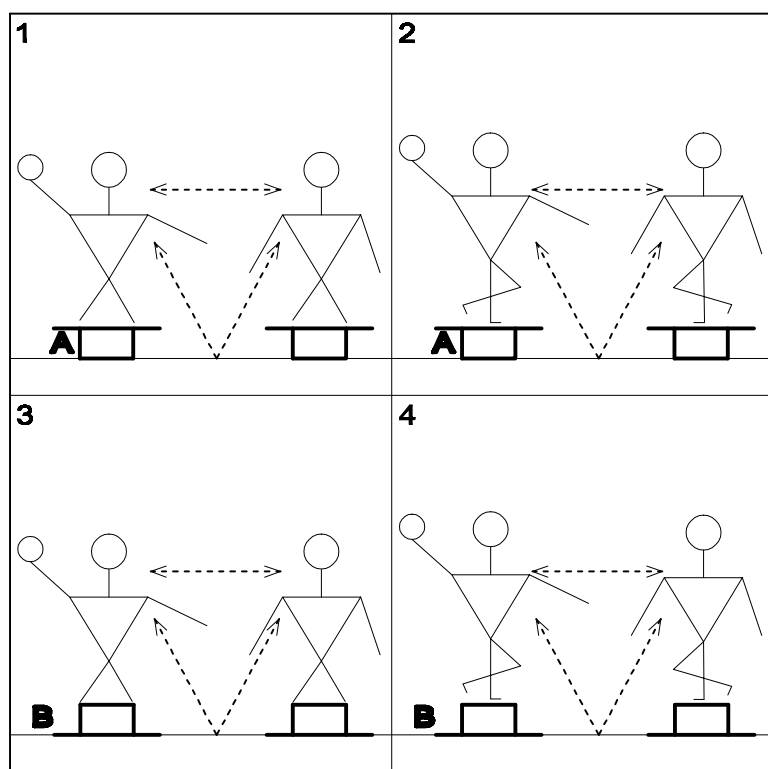
A - mały batut gimnastyczny

Ćw. 2 wer. 4 Gra "1 na 1" z wykorzystaniem zwodu pojedynczego zakończona rzutem w wysoku, poprzedzona odbiciem piłki od przyrządu przez obrońcę.



A - mały batut gimnastyczny

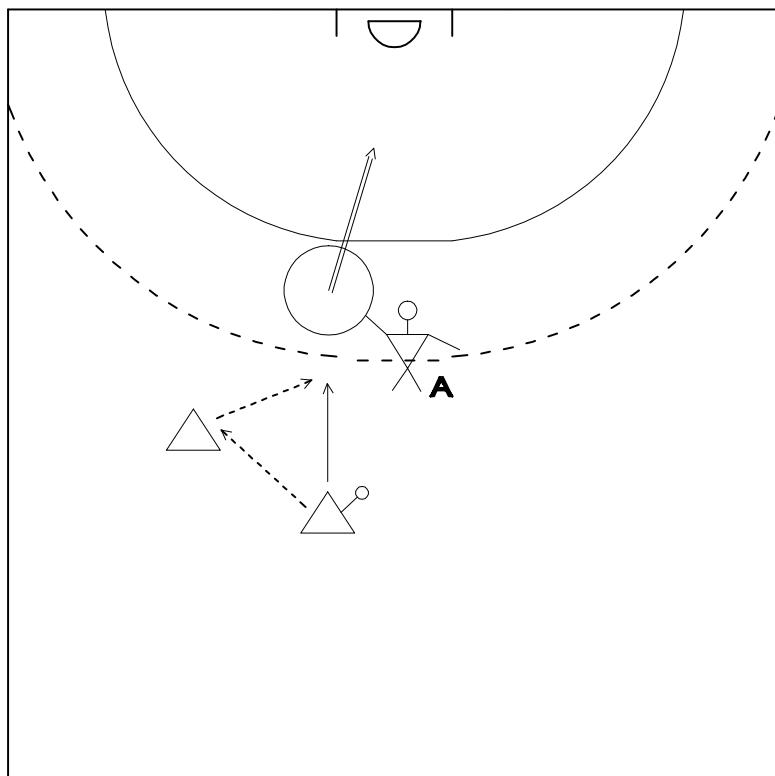
Ćw. 3 Ćwiczenia poprawiające kontrolę nad piłką z wykorzystaniem ławki gimnastycznej.



**A - ławka gimnastyczna
B - odwrócona ławka
gimnastyczna**

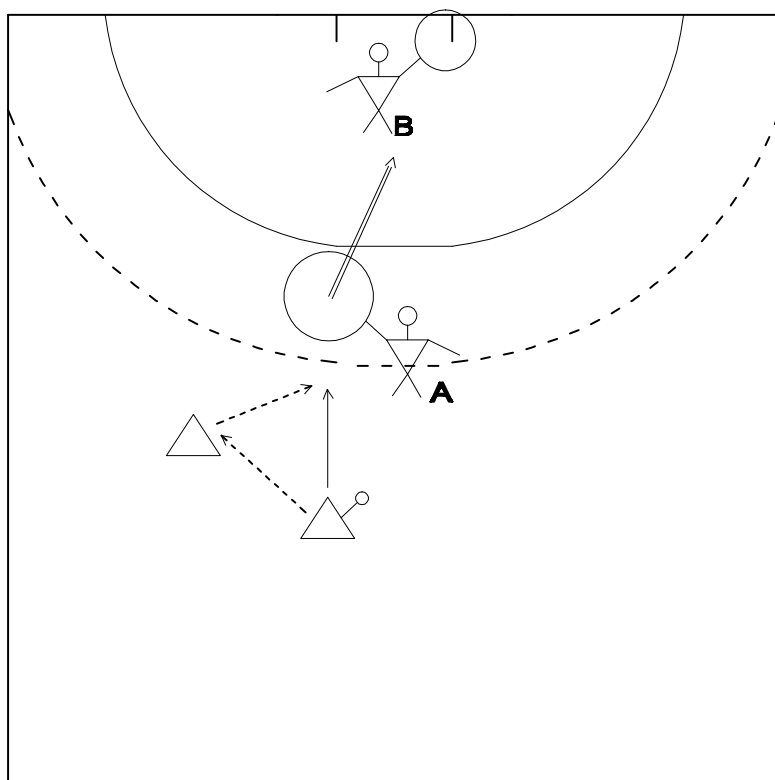
1. W staniu obunóż na ławce gimnastycznej
2. W staniu jednonóż na ławce gimnastycznej
3. W staniu obunóż na odwróconej ławce gimnastycznej
4. W staniu jednonóż na odwróconej ławce gimnastycznej

Ćw. 4. Rzuty kierowane z wykorzystaniem hula-hop trzymanego przez zawodnika stałego.



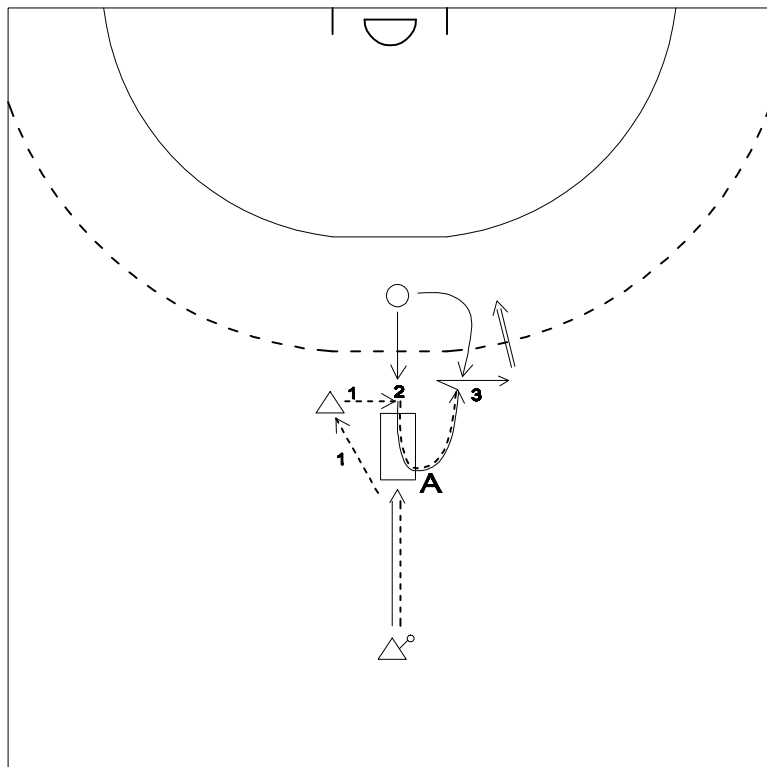
A - zawodnik trzymający hula-hop

Ćw. 4 wer. 2 Rzuty kierowane z wykorzystaniem hula-hop trzymanego przez zawodnika stałego oraz bramkarza.



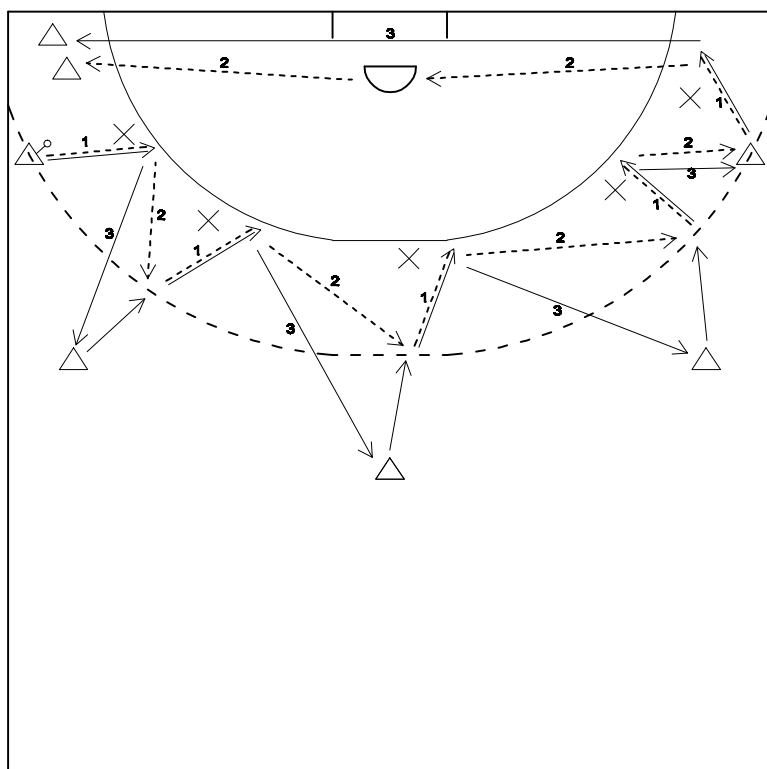
A - zawodnik trzymający hula-hop
B - bramkarz trzymający hula-hop

Ćw. 5 Gra "1 na 1" z elementami klinczu i przewrotem w tył atakującego.



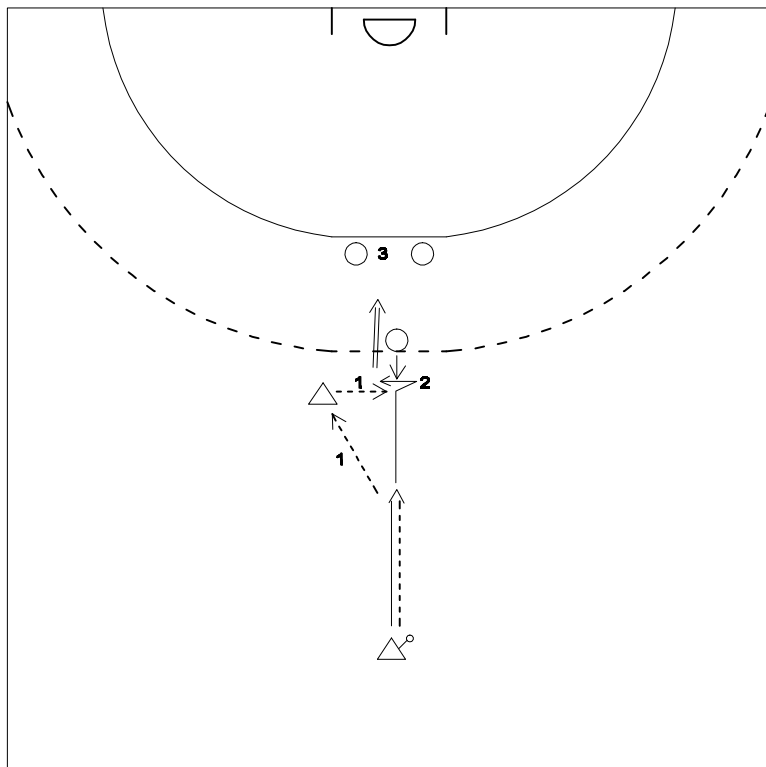
A - materac gimnastyczny
1 - podanie, podanie zwrotne
2 - gra w klinczu zakończona przewrotem w tył z piłką atakującego
3 - ponowienie ataku, gra "1 na 1" zakończona rzutem na bramkę

Ćw. 6 Ćwiczenie doskonalące poruszanie się w ataku pozycyjnym.



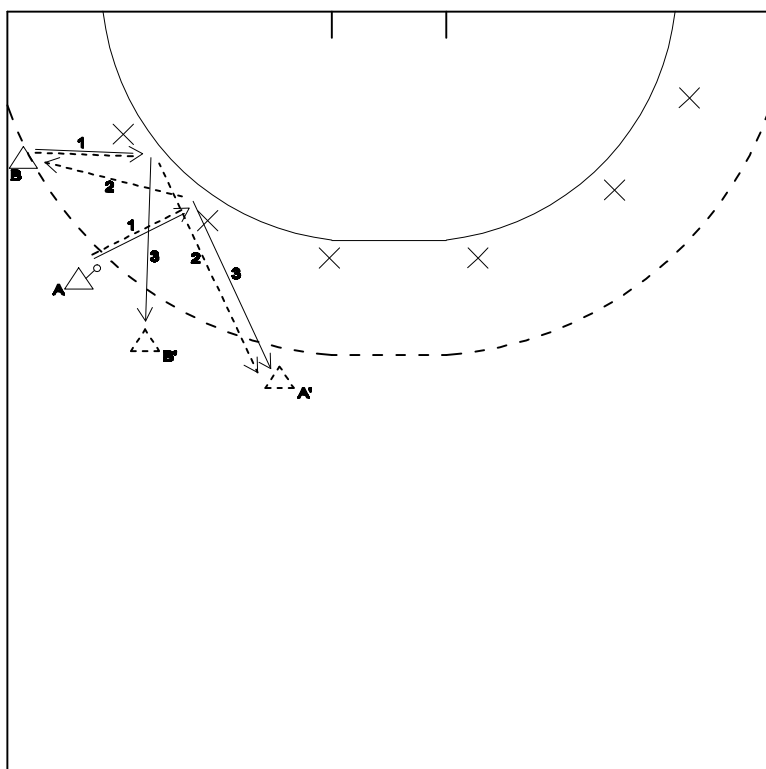
1 - atak prostopadły
2 - podanie do nabiegającego partnera
3 - wycofanie na kolejną pozycję
X - pacholek

Ćw. 7 Gra "1 na 1" zakończona rzutem z drugiej linii z elementami bloku.



- 1 - podanie, podanie zwrotne
- 2 - gra "1 na 1" z wykorzystaniem dowolnego zwodu
- 3 - próba oddania skutecznego rzutu mimo asysty bloku

Ćw. 8 Ćwiczenie doskonalące poruszanie się w ataku pozycyjnym z podziałem na pasy działania.



- 1 - atak prostopadły z piłką
- 2 - podanie do nabiegającego partnera
- 3 - wycofanie na kolejną pozycję
- X - pacholek
- A' - pozycja zawodnika A do wykonania ataku w kolejny sektor
- B' - pozycja zawodnika B do wykonania ataku w kolejny sektor

W sporcie dzieci liczą się wartości

Rozmowa z prof. zw. dr. hab. Bogdanem Sojkinem, wiceprezesem Związku Piłki Ręcznej w Polsce ds. marketingu, profesorem nauk ekonomicznych Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu

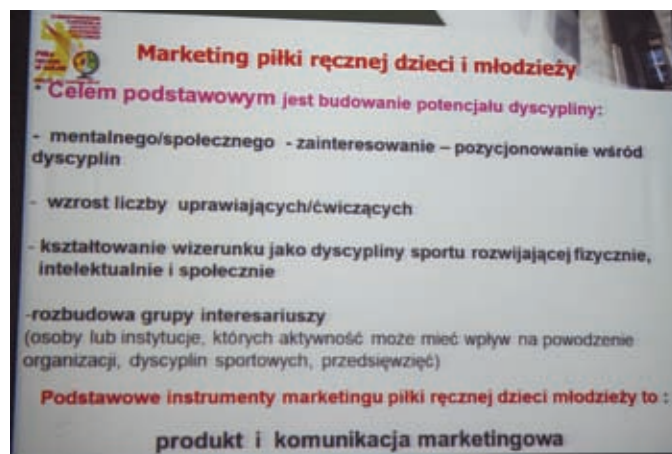
W wykładzie poświęconym marketingowi piłki ręcznej, który wygłosił Pan w czasie III Międzynarodowej Konferencji Nauczycieli Wychowania Fizycznego „Piłka ręczna w szkole”, przeniósł Pan zasady biznesu do sportu. Czy tak powinno być?

– Powiedziałbym jeszcze mocniej – dziś na sport patrzy się przede wszystkim komercyjnie i profesjonalnie. Jeśli jednak mówimy o sporcie dzieci i młodzieży, a to jest tematem konferencji „Piłka Ręczna w szkole”, to oczywiście kontekst musi być inny. W sporcie najmłodszych liczą się przede wszystkim niematerialne korzyści (wartości), jakie młodzi ludzie wyniosą do dorosłego życia. Warto podkreślić, że z ogromnej rzeszy zaczynających przygodę ze sportem na sam szczyt dochodzą nieliczni. Jednak każdy, kto choć przez chwilę zajął się jakąś dyscypliną, przenosi do swojego życia wiele cennych elementów ze sportu. Choćby umiejętność ponoszenia porażki, reguły fair play czy zasady współżycia w grupie. Są to w większości uniwersalne zasady. Nauczyciele powinni pamiętać, że pracując z młodymi ludźmi – nie tylko uczą ich kroków, rzutów czy kożłowania, ale przede wszystkim kształtują ich charaktery, uczą współpracy w zespole i motywacji do bycia lepszym. Te nabyte poprzez ćwiczenia umiejętności zaowocują w przyszłości lepszym przygotowaniem do pracy. W działalności okołosportową warto wciągać rodziców, zaangażować ich przy organizacji meczów, turniejów, wyjazdów na zawody i szukać ich wsparcia w przypadku rozwiązywania problemów.

Nauczyciele, pasjonaci szczypiorniaka, mają często poczucie, że ich ukochana dyscyplina przegrywa w szkole z piłką nożną, która jest lepiej finansowana.

– Warto szukać różnego rodzaju rozwiązań. Jako Związek Piłki Ręcznej w Polsce propagujemy program „Szczypiorniak na Orlikach” czy „Szczypiornista Szkoła”, których celem jest popularyzacja piłki ręcznej wśród dzieci, młodzieży, a także nauczycieli wychowania fizycznego w szkołach podstawowych – ze szczególnym uwzględnieniem wykorzystania obiektów wybudowanych w ramach programu „Moje boisko – ORLIK 2012”. Szkoły powinny szukać wsparcia w samorządach w staraniach o „większe” pieniądze na zajęcia sportowe czy na sprzęt do ich prowadzenia.

W trakcie konferencji pochwalił Pan samorząd Kielc za działalność na rzecz sportu. Czy z perspektywy Poznania widać, że w Kielcach sport się rozwija?



Prof. zw. dr. hab. Bogdan Sojkin przybliżył uczestnikom konferencji zagadnienie marketingu piłki ręcznej dzieci i młodzieży

– Oczywiście. W Poznaniu jest jeden zespół ligowy (ekstraligowy – Lech Poznań, nie mówię o hokeju na trawie), a w Kielcach są trzy – profesjonalne, dobrze zarządzane kluby (piłka ręczna, piłka nożna i piłka siatkowa). Kielczanie mogą oglądać w najlepszym wydaniu gwiazdy polskich boisk piłki nożnej, ręcznej czy siatkowej. Vive Tauron Kielce jest modelowym klubem, doskonale prowadzonym i osiągnięciem znakomite wyniki sportowe. Prezes Bertus Servaas jako świetny biznesmen, przeniósł reguły i pomysły ze swojej firmy na piłkę ręczną i jego klub jest świadectwem, że to się sprawdza.

Jak Pan ocenia konferencję „Piłka ręczna w szkole”?

– Bardzo wysoko. Warto ją kontynuować w kolejnych latach. Wspaniale, że tak wielu jest uczestników. Widać ich zainteresowanie i pasję do szczypiorniaka. Dobrze, że wuefści są chętni do zdobywania nowych informacji. Świetnie, że mogą wymieniać poglądy, doświadczenia. Przydatne w pracy nauczyciela jest także podpatrywanie najlepszych fachowców i ekspertów.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała: Martyna Głębocka

Stan i zadania szkolnej piłki ręcznej w Polsce

Specyficzność piłki ręcznej wymaga celowego doboru kandydatów rokujących spełnienie w przyszłości cech znamionujących najlepszych sportowców w tej dyscyplinie sportu. Istotą spełnienia tego wymogu jest właściwy dobór i selekcja do sportu. Odnosi się ona nie tylko do rekrutacji do pierwszego etapu szkolenia – wszechstronnego, ale stanowi szereg uzasadnionych działań charakterystycznych dla każdego szczebla rozwoju sportowego. Selekcja nie stanowi jednorazowej akcji, stanowi natomiast wieloetapowy system. Warunkiem, który powinien być brany pod uwagę w czasie selekcji jest spełnienie przez zawodnika określonych kryteriów, które stanowią o jego przydatności do uprawiania piłki ręcznej.

W działalności sportowej stosujemy dwie zasadnicze formy selekcji: naturalną i zorganizowaną. Ta pierwsza charakteryzuje się stosunkowo prostą zasadą, której istotną wartością jest nauczyciel-trener, którego doświadczenie praktyczne stanowi o skuteczności doboru kandydatów do gry w piłkę ręczną. Forma druga uwzględnia zespół specyficznych i niezbędnych dla piłki ręcznej cech, mierzonych w sposób ciągły przez określony zestaw sprawdzianów, testów oraz obserwacji w czasie zawodów. Warunkiem skuteczności doboru do gry w piłkę ręczną jest wykorzystanie jej powszechności wśród dzieci i młodzieży w szkole. Wiemy jednak, że ten warunek daleki jest od ideału w polskich realiach.

W procesie szkolenia sportowego chodzi o rozwój dyspozycji do efektywnego wykonywania określonych zadań ruchowych, na które składają się zdolności motoryczne oraz umiejętności ruchowe. W procesie nauczania piłki ręcznej pamiętać należy o konieczności podporządkowania treningu procesom rozwoju osobniczego. Trening na poziomie bazowym (podstawowym) powinien charakteryzować się wszechstronnością, uwzględniającą jednak stały kontakt z podstawowym atrybutem gry, czyli piłką. Wszechstronność powinna być również ukierunkowana na te zdolności motoryczne, które w danym okresie ontogenezy charakteryzują się najwyższym tempem naturalnego przyrostu oraz sprzyjają przyswajaniu bardziej złożonych elementów technicznych. Trening powinien być nacechowany ćwiczeniami kompleksowymi, których istotą jest wiązanie motoryczności z techniką. Ogromnym błędem w treningu młodocianych sportowców jest preferowanie przez nich złożonych sytuacji taktycznych, do realizacji których nie są przygotowani zarówno od strony psychofizycznej, jak i intelektualnej.

Efektywność szkolenia dzieci i młodzieży nie może być oceniana na podstawie doraźnych (etapowych) osiągnięć, lecz wyłącznie

na podstawie realizacji zaplanowanych celów perspektywicznych.

Częste błędy przejawiające się w naśladownictwie treningu dorosłych w pracy z dziećmi są główną przyczyną eliminowania ze sportu młodych osobników obdarzonych w wielu przypadkach talentem i motywacją.

Pomimo różnych trudności zainteresowanie sportem dzieci i młodzieży jest dostrzegalne w Europie i na świecie. Szczególnie jest to widoczne w krajach zachodnich, gdzie pewne wzorce bloku wschodniego z lat 70. i 80. udoskonalono, zwracając szczególną uwagę na uwarunkowania biologiczne uczniów-sportowców. Wykorzystano również opracowania naukowe dotyczące zarówno sfery organizacyjnej procesu rozwoju młodych sportowców, jak i procesów psychofizycznych, unikając rażących błędów poprzedników, których działania szczególnie w takich krajach, jak: NRD, Rumunia, Bułgaria, Chiny czy ZSRR wypaczyły w wielu przypadkach rozwój młodych osobników, chociaż przynosiły doraźne korzyści sportowe.

Każdy ze współczesnych systemów sportu dzieci i młodzieży w krajach zachodnich opiera się na powszechności wychowania fizycznego i sportu w szkole. Dotyczy to przede wszystkim Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej, krajów skandynawskich, Francji, Niemiec, Hiszpanii.

Funkcjonowanie struktur wczesnej specjalizacji sportowej w grach zespołowych zawiera pewien ład organizacyjny, który najprościej określić można następująco:

1. Etap wstępny – zabawa poprzez grę:

- w grupach koedukacyjnych 5–8 lat,
- w grupach jednorodnych 9–12 lat.

Zadania:

Sportowanie, znajomość najprostszych elementów technicznych, jak: podanie, chwyt, rzut do bramki. Umiejętność poruszania się na określonej przestrzeni boiska z poznaniem naturalnych form ruchu, jak: bieg, skok, zatrzymanie się, zmiana kierunku poruszania się itp. Poznawanie najprostszych przepisów gry, gra uproszczona.

2. Etap podstawowy 13–15 lat.

Zadania:

Rozwój zdolności motorycznych z akcentem na koordynację ruchową w powiązaniu z elementami technicznymi. Indywidualizacja obciążeń treningowych. Kontrola rozwoju motorycznego i technicznego. Udział w rozgrywkach około 20 spotkań w sezonie.

3. Etap zawodniczy 16–19 lat.

Zadania:

Zapoznanie się ze strukturą walki sportowej. Rozwój zdolności motorycznych w powiązaniu z techniką. Technika pod obciążeniem, doskonalenie techniki w działaniach dynamicznych. Obrona indywidualna i zespołowa współpraca. Doskonalenie techniki w sytuacji 1x1. Taktyka

indywidualna i zespołowa. Indywidualizacja treningu. Wszechstronna kontrola. Udział w rozgrywkach około 35 meczów w sezonie.

4. Etap młodzieżowca 20–23 lata.

Zadania:

Umiejętność rozwiązywania sytuacji w grze. Doskonalenie motoryki z akcentem na wytrzymałość szybkościową. Doskonalenie techniki w warunkach aktywnego zaangażowania przeciwnika. Doskonalenie sytuacji 1x1 w ataku i obronie. Indywidualizacja treningu. Wszechstronna kontrola. Analiza jakościowa w czasie meczów. Udział w rozgrywkach około 40–50 meczów.

Ukształtowana w końcowej fazie 4. etapu motoryka i technika decydują o skuteczności zawodnika w dalszych etapach jego rozwoju sportowego.

Gra w piłkę ręczną na poziomie sportu szkolnego ma ogromny wpływ na rozwój osobowości, co przejawia się w:

- entuzjazmie z racji możliwości rywalizowania,
- podporządkowaniu się przyjętym zasadom w zespole,
- samodyscyplinie,
- nabywaniu w czasie procesu treningowego pewności siebie,
- nabywaniu umiejętności,
- panowaniu nad sobą w sytuacjach stresowych,
- podporządkowaniu się zespołowi,
- stałym dążeniu do podnoszenia swoich wartości indywidualnych.

Organizacja sportu dzieci i młodzieży w Polsce opiera się na dwóch filarach: szkoleniu klubowym oraz szkolnym. Formy szkolenia oparte na środowisku szkolnym to klasy sportowe oraz dla najlepszych, wyłonionych drogą selekcji – Szkoła Mistrzostwa Sportowego. Kształtowanie młodzieży uzdolnionej sportowo zostało uznane w Polsce za ważne zadanie państwowe. Ze względu na bardzo trudną sytuację organizacyjno-finansową w polskich klubach, trening z dziećmi i młodzieżą urasta do roli priorytetowej, mającej duże znaczenie w rozwoju piłki ręcznej w Polsce.

Uzdolnieni zawodnicy uczestniczą w akcjach szkoleniowych organizowanych przez ZPRP (centralne oraz regionalne). Można uznać, że piłka ręczna, pomimo niezrozumiałych decyzji ministerstwa edukacji o znacznym ograniczeniu zajęć pozalekcyjnych w szkole, w dalszym ciągu opiera swój rozwój na szkole, przede wszystkim dzięki determinacji i zaangażowaniu nauczycieli wf.

W krajach Unii Europejskiej istnieje bardzo wiele modeli organizacyjnych i programów sportu szkolnego. Nie ma jednak jednomyślności co do precyzyjnego określenia terminu rozpoczęcia rekrutacji do zespołów podejmujących się szkolenia piłki ręcznej, pomimo



Prof. dr hab. Janusz Czerwiński. Obok po prawej: dr Stanisław Hojda, u góry od prawej: Zbigniew Tłuczyński i Stanisław Majorek. Zdjęcie z II Międzynarodowej Konferencji „Piłka ręczna w szkole”, Kielce 2012 r.

to rozpoczynanie specjalistycznego szkolenia sportowego już we wczesnym wieku szkolnym funkcjonuje, szczególnie w tych krajach, które promują sport.

Poglądy o wczesnej specjalizacji sportowej mają coraz więcej zwolenników. Wielu naukowców dowodzi, że racjonalny i systematyczny trening nie przynosi ujemnych efektów, a przeciwnie, powoduje korzystne zmiany procesów przystosowawczych. Niezbyt życzliwi sportowi pedagodzy, psycholodzy i socjolodzy obawiają się alienacji uczniów-sportowców z grona rówieśników i negatywnego wpływu treningu na wyniki w nauce. Liczne przykłady zadają kłam tym opiniom. To właśnie trening sportowy, współpraca w grupie, obowiązkowość i koleżeństwo doskonale wpływają na rozwój osobowości młodych uczniów-sportowców.

Na przykładzie krajów skandynawskich sport dzieci i młodzieży, pomimo wcześniejszych obaw, doskonale funkcjonuje i przynosi efekty szczególnie w piłce ręcznej i nożnej. Władze sportowe i oświatowe w tych krajach podkreślają korzystny wpływ wczesnej specjalizacji sportowej zarówno na proces kształcenia uczniów-sportowców, jak i rozwój sportu w tych krajach (Bomba, Haff 2010).

Sport dzieci i młodzieży w grze w piłkę ręczną postrzegać należy jako wieloletni proces pedagogiczny, który wpływa na wszechstronny rozwój trenujących, a możliwość osiągnię-

cia znaczących wyników sportowych przewidyje się na dalszych etapach procesu.

Podział wczesnej specjalizacji w piłkę ręczną na cztery etapy podporządkowany jest ontogenezie. U młodych osobników dostrzec można ogromną liczbę ruchów zabawowych i sportowych, rozwijających osobowość i przygotowujących do sprostania wymogom, jakie stawia przed młodymi sportowcami gra w piłkę ręczną. W okresach, o których wspomniano powyżej, szczególny akcent zwrócić należy na nauczanie i doskonalenie motoryczności i techniki w powiązaniu ze szkoleniem intelektualnym, w którym motywowanie do treningu i osiągnięcia sukcesów w piłce ręcznej stanowić powinno wartość priorytetową. Powiązanie treningu sportowego z nauką w pierwszych latach szkolnych jest przejawem integralności rozwoju człowieka, w którym zaznacza się wzajemną zależność poszczególnych przejawów rozwojowych. Rozwój umysłowy prowadzi do tego, że uczniowie-sportowcy są coraz bardziej zainteresowani efektami swojej działalności ruchowej i starają się doskonalić czynności specyficzne, co sprzyja przygotowaniu do gry.

Podstawą kierowania procesem przygotowania sportowego dzieci i młodzieży jest właściwy dobór i dozowanie obciążeń treningowych oraz racjonalny stosunek pomiędzy treningiem a odpoczynkiem. Częstotliwość zajęć treningowych stanowi pierwszy element

regulacji obciążenia w procesie perspektywicznego szkolenia sportowego. Objętość obciążeń treningowych i startowych uzależniona jest od wieku, stażu treningowego, a także poziomu wytrenowania. Zagadnienie określenia intensywności w procesie treningu sportowego dzieci i młodzieży posiada cały szereg aspektów, które są trudne do obiektywnej oceny. Dla określenia intensywności bodźców treningowych niezbędna jest znajomość reakcji organizmu na zastosowane obciążenia, zatem konieczna jest kontrola bieżąca i etapowa.

Badania obciążeń treningowych, a szczególnie ich intensywności w grze w piłkę ręczną, jest trudne do realizacji w naturalnych warunkach, o czym pisałem już wcześniej.

Ogólna ocena stanu wytrenowania, szczególnie w pracy z młodzieżą, stanowi podstawę do indywidualizacji i optymalizacji procesu treningowego i jest nieodzownym warunkiem skuteczności treningu (Bomba i inni 2013).

Wyniki badań pomiaru intensywności ćwiczeń piłkarzy ręcznych ze Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Ystad (Szwecja) oraz juniorów w Polsce pozwoliły stwierdzić, że wielkość wskaźników określających przygotowanie wydolnościowe badanych jest wysoce zależne od zakresu stosowanych obciążeń treningowych, stażu treningowego, oraz poziomu mistrzostwa sportowego.

dokończenie na stronie 20

Stan i zadania szkolnej piłki ręcznej w Polsce

dokończenie ze strony 19

Problematyka obciążeń treningowych dzieci i młodzieży w kolejnych latach treningu pozostaje nadal niedostatecznie rozpoznana. W przeglądzie stanu badań dostrzeżono, że brak jest szerokiego opisu wyjaśniającego zasady rozkładu i regulacji obciążeń w kolejnych okresach szkolenia sportowego. Na dzień dzisiejszy nie mamy jasności co do tego, kiedy ten wzrost ma nastąpić i w jakim zakresie. Dotychczasowe badania na ten temat nie wyjaśniły tego problemu.

Kierunki, stan badań i metody rejestracji przekonują, że kształtowanie się nowoczesnej wiedzy o treningu i podejście naukowe do obciążeń treningowych zmieniają się i nabierają coraz to bardziej kompleksowego, systemowego ujęcia. Według wielu badaczy i trenerów nie jest to proces zakończony. Dalsze poznanie zjawisk związanych z obciążeniami treningowymi pozwoli w niedalekiej przyszłości osiągnąć efekt w treningu przede wszystkim dzieci i młodzieży, który wyeliminuje błędy, w wielu przypadkach prowadzące do katastrofalnych skutków.

W trakcie procesu treningowego uczniowie-sportowcy powinni być poddawani kontroli bieżącej i etapowej. Zadaniem tej pierwszej jest określenie bezpośredniego wpływu procesu treningowego na wybrane parametry psychofizyczne. Zadaniem kontroli etapowej jest określenie dynamiki progresji obserwowanych parametrów: somatycznych, fizjologicznych, motorycznych, pedagogiczno-psychologicznych. Zestaw testów i prób określać powinien Związek Piłki Ręcznej w Polsce.

Indywidualizacja jest jednym z istotnych wymagań współczesnego treningu, uwzględnienia bowiem odrębności osobniczej zawodnika. Indywidualizacja w procesie treningowym jest jednym z podstawowych zadań szkoleniowych w wieku dojrzewania do mistrzostwa sportowego. Każdy uczeń-sportowiec jest inny i niepowtarzalny i ta odrębność wymaga indywidualnego szkolenia. Indywidualizacja na poziomie sportu młodzieżowego jest bardzo niechętnie prowadzona przez trenerów z uwagi na fakt, iż jest to zadanie wymagające dużej wiedzy ze strony trenera, popartej systematyczną kontrolą oraz egzekwowaniem od ucznia-sportowca samokontroli.

Powodzenie i skuteczność procesu szkoleniowego w dużym stopniu zależy od uwzględnienia różnic indywidualnych uczniów-sportowców. Podstawą do opracowania indywidualnego programu treningowego powinna być analiza potrzeb i oczekiwań ucznia oraz jego rozwój biologiczny.

Po rozpoznaniu indywidualnych odrębności każdego zawodnika indywidualizacja procesu treningowego powinna wyrażać się umiejętnym dostosowaniem wielkości i charakteru

środków treningowych do możliwości ucznia. Poznanie różnic indywidualnych związanych z określonymi cechami osobowości ucznia, jego zdolnościami intelektualnymi i dominującymi potrzebami w grze, usprawnia zoptymalizowanie procesu szkolenia w odniesieniu do konkretnego ucznia-sportowca.

W szwedzkim modelu szkolenia dzieci i młodzieży ogromną rolę przypisuje się uczniowi. Nauczyciel ma wręcz obowiązek poznania indywidualnych cech młodych sportowców, ich zdolności, aspiracji, postaw, zainteresowań. Indywidualizowanie w procesie treningowym najczęściej odnosi się do motoryki i techniki. Przed trenerem stawia się również zadania:

- poznać indywidualne potrzeby uczniów i uwzględnić je w treningu,
- uwzględnić opinię ucznia przy wyborze treści i form nauczania,
- weryfikować postępy uczenia w grze,
- nauczyć ucznia współzawodnictwa z samym sobą,
- dozować obciążenia treningowe do wieku ucznia,
- uczyć indywidualnego treningu poza szkołą,
- uczyć samooceny i samokontroli oraz sterowania własnym rozwojem,
- poznać grę od strony teoretycznej,
- nauczać, jaki wpływ na rozwój osobowy i zdrowie ma wybrana przez ucznia gra w piłkę ręczną.

Już w wieku 10–13 lat Szwedzi formują indywidualne cechy szkolenia sportowego. Motem działalności w tym okresie jest: „przez gry i zabawy do wszechstronnego rozwoju wychowanka”.

Głównym celem indywidualizacji szkolenia w tym okresie jest dostosowanie środków i obciążeń treningowych do poziomu zdolności ucznia, jego doświadczenia w grze i wieku, w którym zaczął uprawiać piłkę ręczną. Planując trening indywidualny, bierze się pod uwagę czynniki pozatreningowe, które mogą mieć wpływ na jego skuteczność. Na podstawie obiektywnych danych trener opracowuje wraz z zawodnikiem indywidualny plan szkolenia. W indywidualnym treningu należy stwarzać zawodnikowi warunki do wykazywania kreatywnej postawy i daleko posuniętej samodzielności w rozwiązywaniu celów szkoleniowych oraz podkreślać istotę indywidualizacji szkolenia i wychowania. W polskich grach zespołowych nie ma powszechnego zwyczaju prowadzenia treningu indywidualnego, bez którego trudno mówić o postępie na wszystkich etapach szkolenia sportowego.

Dotychczas stosowane formy treningu indywidualnego, a w zasadzie ich brak w grach zespołowych, nie wróży dobrze na przyszłość. Należy usilnie zabiegać o zmianę podejścia do tego problemu.

Zespoły w piłce ręcznej poddawane są ocenie już na poziomie sportu szkolnego.

Interpersonalne relacje w drużynie rozgrywane są na oczach rówieśników, rodziców oraz sympatyków piłki ręcznej i ujawniają reakcje młodych sportowców w stosunku do siebie, trenerów, sędziów i publiczności. Kształtowanie właściwych postaw na etapie podstawowym szkolenia to jedno z ważnych zadań stojących przed nauczycielem-trenerem. Wzorce na tym etapie szkolenia są załącznikiem kształtowania na wyższych etapach ducha drużyny, harmonii, spójności i właściwych postaw moralnych. Istnieje wiele czynników, które odgrywają ważną rolę w tworzeniu zespołu. Jednym z najważniejszych jest osoba nauczyciela-trenera i jego wiedza o grze w piłkę ręczną oraz umiejętność tworzenia zespołu. Do trenera należy ocena możliwości sportowych poszczególnych członków zespołu. Nie może być dla niego problemem praca ze słabszymi zawodnikami na danym etapie szkolenia. Każdy członek zespołu podlega jego opiece i zainteresowaniu.

System współzawodnictwa sportowego wśród dzieci i młodzieży jest zbliżony we wszystkich grach zespołowych. Prowadzą one w tym względzie uzgodnioną politykę startową z Ministerstwem Sportu i Turystyki.

Oprócz zawodów objętych systemem centralnym organizowane są inne imprezy o charakterze masowym, np. turnieje na orlikach. Należy podkreślić, że system współzawodnictwa nie gwarantuje prawidłowego rozwoju talentów. Dotyczy to przede wszystkim zawodników z małych ośrodków, którzy po zakończeniu gry w określonej grupie wiekowej nie mają możliwości dalszego rozwoju z braku sekcji w wyższej grupie wiekowej. Dotyczy to również zawodników utalentowanych. Sytuacja ta jest wynikiem:

- błędów w procesie doboru i selekcji młodzieży do szkolenia wyczynowego;
- zastosowania niewłaściwego programu szkoleniowego;
- załamania się procesu szkolenia po okresie gry w kategorii juniora lub młodzieżowca (przejsięcie do klubu wyczynowego bez możliwości udziału w rozgrywkach ligowych).

Poza ww. niedociągnięciami w systemie współzawodnictwa odczuwalny jest brak specjalistycznych kadr nauczycielskich, które zdolne by były do prowadzenia pracy szkoleniowej od podstaw.

Znajomość zespołu czynników motywacyjnych, decyzyjnych, kompetencyjnych i wielu innych zmusza do zastosowania korekty dotychczasowych działań na polu współpracy nauczyciela-trenera z zespołem na etapach wczesnej specjalizacji. Wiedza na ten temat w polskim środowisku wskazuje jednoznacznie na ogromne zaniedbania, które mają negatywny wpływ na dalszy rozwój sportowy młodych piłkarzy ręcznych.

prof. dr hab. Janusz Czerwiński

Nauczyciele rozkochali nas w szczypiorniaku

Spotkanie uczestników konferencji z byłymi reprezentantkami Polski w szczypiorniaku: Małgorzatą Majerek i Ewą Wilczek. Rozmowę prowadził Tomasz Kościak, konsultant ŚCDN, nauczyciel wychowania fizycznego.

Tomasz Kościak: Dlaczego jedni sportowcy osiągają w sporcie mistrzostwo, a inni nie?

Małgorzata Majerek: – Mogę mówić jedynie o mojej drodze do mistrzostwa. Pochodzę z małego miasteczka Łukowa. Moja przygoda z piłką ręczną zaczęła się w szkole podstawowej. Nasz wuefista był pasjonatem tej dyscypliny. Byłam skazana na piłkę ręczną. Gdyby mój wuefista pasjonował się siatkówką, to pewnie byłabym siatkarką. I tak to się zaczęło. Pierwszy trener rozkochał mnie w szczypiorniaku. Szybko okazało się, że w swojej grupie rówieśniczej wyróżniałam się umiejętnościami. Zauważyli to trenerzy z Lublina i zaproponowali mi przejście do klubu. Wydaje mi się, że nie byłam specjalnie uzdolniona, usportowiona, ale miałam w sobie upór i byłam pracowita. Te cechy sprawiły, że doszłam daleko. Warto, aby nauczyciele wuefu dawali każdemu dziecku szansę na uprawianie sportu.

Ewa Wilczek: – Urodziłam się w Warszawie, dorastałam w sportowej rodzinie. Tata był pięściarzem, mama siatkarką. Wychowywałam się w halach sportowych. Kochałam sport. W podstawówce startowałam we wszelkich możliwych zawodach – od biegów, skoków do wody przez siatkówkę, a nawet piłkę nożną. Byłam wszechstronna i nadmiar dyscyplin sprawiał, że nie wiedziałam, na co się zdecydować. W mojej szkole nie było piłki ręcznej. W końcu jeden z nauczycieli dostrzegł mój potencjał, który mógł być przydatny w piłce ręcznej. Przeniósł mnie do innej szkoły. Dość późno – w ósmej klasie, czyli teraz w drugiej gimnazjum, zaczęłam na serio grać w szczypiorniaku. Na zajęcia jeździłam przez pół Warszawy, ale nic nie mogło mnie zniechęcić. W sporcie, tak jak i w życiu, trzeba mieć szczęście, aby w odpowiednim czasie znaleźć się w odpowiednim miejscu z odpowiednimi ludźmi. I wówczas, jak do tego dołączy się talent, umiejętności i pracowitość, to można osiągnąć mistrzostwo. Ja trafiłam do zespołu gwiazd w Lublinie. W drużynie grały dziewczyny z całej Polski, znałam je z pierwszych stron sportowych gazet i nagle rzucałam do nich piłkę na boisku. To było spełnienie marzeń. Potrafiłmy wspólnie przenosić góry. Miłość do szczypiorniaka zaszczepił we mnie nauczyciel wuefu.

Ewa Wilczek – wielokrotna reprezentantka Polski i mistrzyni Polski. Grała na pozycji obrotowej. Wychowanka MKS Varsovia, od 1999 roku występowała w barwach Monteksu Lublin. Z lubelskim klubem zdobyła 11 tytułów mistrzyni Polski, dwa tytuły wicemistrzowskie i jeden brązowy medal mistrzostw Polski. W 2001 roku wywalczyła z klubem Puchar EHF. Łącznie w biało-czerwonych barwach wystąpiła w 84 spotkaniach, zdobywając 131 bramek.



Ewa Wilczek i Małgorzata Majerek, były reprezentantki Polski w szczypiorniaku, w rozmowie z Tomaszem Kościakiem, konsultantem ŚCDN

Teraz sama pracuję w szkole. Uczę wuefu w gimnazjum, zrobiłam nabór do klasy sportowej. I też mam nadzieję pokazać uczniom, jak wspaniała to jest dyscyplina.

Tomasz Kościak: Czy w swoim życiu sportowym często musieliście stawiać wszystko na jedną kartę?

Ewa Wilczek: – Treningi piłki ręcznej zaczęłam w ósmej klasie, grałam całą szkołę średnią. W reprezentacji Polski zadebiutowałam, mając 16 lat. I nagle zakochałam się. To było silniejsze uczucie niż miłość do sportu. W Warszawie nie było drużyny z ekstraklasy, a ja nie chciałam wyjeżdżać do innego miasta. Myślałam już o zakończeniu kariery. Zmagania moich koleżanek w czasie mistrzostw w Niemczech oglądałam w telewizji. Nagle uświadomiłam sobie, ile tracę. To był przełomowy moment w moim życiu. Wówczas postawiłam na karierę. Zaczęłam grać w Lublinie. Drugim ważnym momentem była decyzja o zostaniu mamą. W sporcie, zwłaszcza jeśli gra się na najwyższym poziomie, macierzyństwo odsuwa się na lepszy – spokojniejszy czas. Ten czas nie nadchodzi, są za to kolejne wyzwania, mecze, mistrzostwa i ciągle

nie ma odpowiedniego momentu. Dziecko sprawiło, że podjęłam kolejną, ważną decyzję, tym razem o zakończeniu kariery.

Małgorzata Majerek: – W sporcie cały czas trzeba podejmować trudne decyzje. Stawiać wszystko na jedną kartę. Mnie w moim pierwszym meczu w ekstraklasie dopadła kontuzja, która wykreśliła mnie na kilka miesięcy z uprawiania sportu. Wówczas zastanawiałam się, czy grać dalej, czy nie. Podobne dylematy miałam, kiedy trenerzy klubów zagranicznych dzwonili z propozycjami. I znów musiałam podejmować decyzję – zostaję, czy wyjeżdżam.

Tomasz Kościak: W ostatnich latach sporo się mówi o współpracy sportowców z psychologami. Czy to jest konieczność, czy moda?

Małgorzata Majerek: – W reprezentacji pracowałyśmy z psychologami. W sporcie na najwyższym poziomie mówi się, że to jest niezbędne.

Ewa Wilczek: – W grach zespołowych psycholog pracuje z całą grupą. Radzenie sobie ze stresem to bardzo indywidualna sprawa. Mnie takie wsparcie nie było potrzebne. Są zawodniczki, które mają wszystko: talent, pracowitość. Są szybkie, skoczne. Na treningach wypadają świetnie. Wychodzą na mecz i klapa. Nie radzą sobie ze stresem. To są tak zwane zawodniczkowe treningowe. Pewnie taka praca z psychologiem może im pomóc.

Tomasz Kościak: Jaki powinien być trener?

Małgorzata Majerek: – Musi być autorytetem, wzorem, psychologiem, przyjacielem.

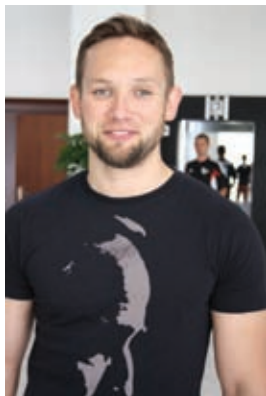
Ewa Wilczek: – W swojej pracy z dziećmi wzoruję się na swoich trenerach. W sporcie liczy się dyscyplina, szacunek. Czasami trener musi mieć „twardą rękę”. Musi być wymagający. Nie może pobażać.

Spisała: Martyna Głębocka

Małgorzata Majerek – jest wychowanką klubu Amonit Łuków. Od 1995 roku występowała nieprzerwanie w lubelskim Monteksie Lublin, z którym wywalczyła 16 tytułów mistrzyni Polski, dwa tytuły wicemistrzowskie i jeden brązowy medal mistrzostw Polski, a także zdobyła Puchar EHF w 2001 roku. Łącznie w reprezentacji Polski wystąpiła 117 razy, zdobywając 297 bramek. Według magazynu „Handball Polska” najlepsza polska prawoskrzydłowa pierwszej dekady XXI wieku.

Rewelacyjne warsztaty dla bramkarza

Opinie uczestników o konferencji

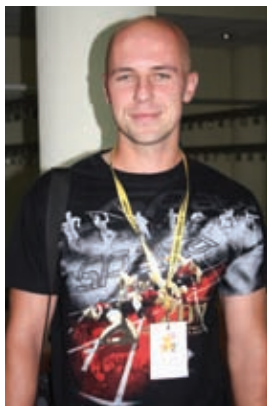


Karol Piotrowski, Publiczne Gimnazjum nr 2 w Zduńskiej Woli: – Pierwszy raz uczestniczę w tej konferencji. Słyszałem o niej bardzo pozytywne opinie, które mnie zachęciły do przyjazdu. Mało jest szkoleń dotyczących piłki ręcznej, poszerzających wiedzę o tej dyscyplinie. W mojej szkole szczypiorniak jest popularny. Warto dowiedzieć się, jak to wygląda w innych szkołach, jakie problemy mają inni wuefści. A przede wszystkim podpatrzeć nowe techniki, ciekawostki. Podobały mi się zwłaszcza dwa warsztaty, pierwszy dotyczący treningu bramkarza – zajęcia dla bramkarzy są mało popularne z uwagi na indywidualizację treningu. Niektóre prezentowane ćwiczenia były proste i oczywiste, ale często się o nich zapomina. Na pewno wprowadzę je w szkole. Drugi warsztat dotyczył koordynacji ruchowej. Przyznam, że już nie mogę doczekać się kolejnej konferencji. Będę ją polecał wszystkim znajomym wuefistom.



Arkadiusz Beśka, PSP w Siemkowicach: – Interesuję się piłką ręczną. Przyjeżdżam na konferencje do Kielc od początku. Pierwsza była fenomenalna, druga według mnie była trochę słabsza. Trzecia jest doskonała. Podoba mi się, że mogliśmy uczestniczyć czynnie w warsztatach, a nie wyłącznie obserwować z trybun, jak ćwiczyły dzieci. Takie szkolenia

powinny być organizowane częściej. Dużo wnoszą do naszej pracy. Jestem po AWF, ale w pracy wpadamy w rutynę. A tu patrzyliśmy na banalnie proste ćwiczenia i przypominaliśmy je sobie. Na pewno przyjadę za dwa lata.



Jacek Wziątek, Katolickie Liceum Ogólnokształcące w Ostrowcu Świętokrzyskim: – Jestem pierwszy raz na konferencji. Dowiedziałem się o niej od kolegi, który prowadzi zajęcia z piłki ręcznej w klubie sportowym. Słyszałem bardzo pozytywne opinie. Bardzo mi się wszystko podobało, zarówno część wykładowa, jak i warsztaty. Ćwiczenia mogę bez problemu przenieść na grunt szkolny. Takie spotkania są nam, wuefistom, potrzebne, choćby dla przypomnienia pewnych informacji, które zdobywaliśmy w czasie studiów. Sporo też jest nowości. Będę z ciekawością śledził stronę ŚCDN i czekał na czwartą konferencję.



Jerzy Ostaszewski, Publiczne Gimnazjum nr 14 im. R. Kaczorowskiego w Białymstoku: – Pierwszy raz jestem w Kielcach. Znajomi trenerzy piłki ręcznej polecieli mi tę konferencję. Prowadzę w szkole klub młodzików rocznik 2000. Byłem zachwycony warsztatami dotyczącymi treningu bram-

karskiego. Podobało mi się, że trener używał podstawowych sprzętów sportowych, które są dostępne w każdej szkole. To ważne, ponieważ wiele szkół boryka się z problemami finansowymi i nie stać je na zakup nowoczesnych przyrządów sportowych.



Leszek Pomykański, Gimnazjum nr 2 w Kraśniku: – O konferencji dowiedziałem się ze strony naszego Kuratorium. Wcześniej nic o niej nie wiedziałem, a ponieważ Kielce to silny ośrodek piłki ręcznej, zdecydowałem się na przyjazd. Jestem bardzo zadowolony. Przy mojej szkole powstaje nowa hala. Mamy już drużynę szczypiornistek, która zdobywa coraz lepsze wyniki na mistrzostwach Polski dzieci. Planujemy treningi z chłopcami. Popatruję w Kielcach ćwiczenia dla nich.



Agata Kurlej, Gimnazjum nr 2 w Kraśniku: – Bardzo przydatna konferencja. Mogliśmy wymienić się doświadczeniami, pomysłami. Podpatrzeć ćwiczenia: podania, chwyt, nowe metody prowadzenia zajęć, warianty ustawień. Z tego spotkania z pewnością wykorzystam pomysły na nowe treningi. Dzięki temu będą ciekawsze dla uczniów. Podobały mi się ćwiczenia z gumą. Takie proste, a rewelacyjne.



Krzysztof Polechajło, ZSE Międzyrzecz: – Jestem już trzeci raz. Co roku jest coś innego. Dobrze, że się zmienia tematyka. W tym roku były genialne warsztaty dla bramkarza. Wszystkie ćwiczenia na takim poziomie, że spokojnie mogę je trenować z moimi uczniami. Prowadzę drużyny szczypiorniaka chłopców i dziewcząt.



Szymon Adamczyk, ZSO nr 2 w Gdańsku Osowie: – O konferencji dowiedziałem się ze strony internetowej ZPRP. Skusił mnie ciekawy program. I nie zawiodłem się. Świetny trening bramkarski. W swojej pracy trenerskiej zbyt mało czasu poświęcamy bramkarzowi. Zobaczyliśmy bardzo potrzebne ćwiczenia, które na pewno wykorzystam w szkole. Każdy nauczyciel powinien rozwijać swój warsztat pracy, te osoby, które stoją w miejscu, nie osiągają wyników. Jestem zachwycony atmosferą wśród uczestników, poznałem wiele osób, zagraлиśmy mecz w piłkę ręczną.



Toyoki Takahashi „TAKA”: – Jestem na stażu trenerskim w Danii, podpatruję tamtejszych trenerów i zawodników, jak grają

w piłkę ręczną. W Japonii piłka ręczna nie jest popularna, ale to mój ulubiony sport. O konferencji w Kielcach dowiedziałem się ze strony internetowej EHF. Skontaktowałem się z organizatorami i zgłosiłem swój udział. Jestem szczęśliwy, że przyjechałem. Bardzo ciekawe przeżycie, dobra organizacja, piękne miejsce. Wszyscy są dla mnie mili i uprzejmi.



George Tautu i Ramona Tautu: – W Rumunii piłka ręczna jest bardzo popularna. Uczymy wychowania fizycznego w szkole. ON – trenowałem piłkę ręczną 15 lat. Uwielbiam tę dyscyplinę. Jest całym moim życiem. Chcę swoje doświadczenia przekazywać dzieciom. Prowadzimy razem drużyny chłopców i dziewcząt. Szukaliśmy szkoleń w internecie i trafiliśmy na konferencję w Kielcach. Pierwszy dzień był dla nas trudny, bardzo dużo informacji, nowych ludzi. Gratulujemy dobrej organizacji. Podpatrywaliśmy ciekawe ćwiczenia prezentowane w trakcie warsztatów. Wykorzystamy je w swojej pracy. Będziemy polecali tę konferencję w Rumunii. Mamy nadzieję przyjechać za dwa lata do Kielc.



Lech Chwędczuk, Mariusz Jaroszyński, Gimnazjum nr 1 w Szczecinku: – Przejechaliśmy blisko 600 kilometrów, żeby dotrzeć do Kielc. Było warto. Takich szkoleń dla wuefistów jest bardzo mało w Polsce. Podobały się nam warsztaty bramkarskie. Właśnie po takie informacje przyjechalśmy. Wykorzystamy je w pracy.



Anna Dereń, Małgorzata Stopyra, I LO Wadowice: – Wysoko oceniamy konferencję. Bardzo dobre warunki lokalowe oraz merytoryczne przygotowanie prowadzących.



Bogusława Majewska, Zespół Szkolno-Gimnazjalny z Oddziałami Integracyjnymi w Libiążu: – Jestem trenerem, uczę w podstawówce i gimnazjum, prowadzę grupę młodzików. Zapoczątkowałam piłkę ręczną w swojej miejscowości, gramy od 5 lat. Prezentowane w czasie warsztatów ćwiczenia są bardzo przydatne, niby wszyscy je znamy, ale warto było sobie przypomnieć. Miło było się spotkać w tak dużym gronie wuefistów, wymienić doświadczenia. Przyjadę za dwa lata.



Małgorzata Garpiel, Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 1 w Krakowie: – Wraz z kolegami i koleżankami ze szkoły jesteśmy od lat gośćmi konferencji. Z każdego spotkania zabieram całkiem przyzwoity bagaż informacji dotyczących piłki ręcznej. Każde prezentowane ćwiczenie można przełożyć do pracy z dziećmi. Znamy większość, ale warto sobie je przypomnieć. Prowadzę klasy sportowe. W tym roku z pewnością największą rewelacją były warsztaty bramkarskie. Wartością dodaną tych spotkań jest możliwość poznania nowych osób, wymiany doświadczeń. Wszystkim polecam udział w konferencji „Piłka ręczna w szkole”.

Zebrała:
Martyna Głębocka

„PIŁKA RĘCZNA W SZKOLE”

Kielce, 5–7 czerwca 2014 r.



Tomasz Błaszkwicz, trener młodzieżowej kadry Polski, poprowadził warsztaty na temat treningu bramkarza



Mecz uczestników konferencji. Sędziowali: Grzegorz Budziosz i Tomasz Olesiński



Dyrektor Jacek Wołowicz i pracownicy ŚCDN nie kryją zadowolenia z przebiegu konferencji



Gość konferencji poseł Lucjan Pietrzczyk i uczestnicy z zagranicy: Toyoki Takahashi „TAKA” z Japonii oraz George i Ramona Tautu z Rumunii



Paweł Tetelewski, trener „Vive” Targi Kielce, zapoznał uczestników warsztatów z ćwiczeniami sprawnościowo-technicznymi na wstępnym etapie szkolenia



Tomasz Strząbala, trener zespołu „Vive” Targi Kielce, w czasie zajęć na temat indywidualnego postępowania w obronie



Zygmunt Kamys przedstawił atrakcyjne formy nauczania elementów technicznych



Trening z nauczycielami prowadzi lektor EHF Juan Lorenzo Anton Garcia