



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 80/701, 31-571 Kraków

tel./fax: 012 641 11 65, e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

SPRAWOZDANIE ZE SZKOLENIA KADRY WOJEWÓDZKIEJ W 2010 ROKU

WOJEWÓDZTWO	SPORT	LICZBA SZKOLONYCH ZAWODNIKÓW/CZEK			
		KW JUNIOR		KW MŁODZIK	
MAŁOPOLSKIE	LEKKA ATLETYKA	Ogółem	51	Ogółem	86
		młodzik*	0	junior młodszy**	18
		junior młodszy	31		
		junior	20	młodzik	68
		młodzieżowiec***	0		

I. SZKOLENIE

1. Realizacja akcji szkoleniowych kadry wojewódzkiej

L.p.	Rodzaj akcji szkoleniowych	KW JUNIOR				KW MŁODZIK			
		Liczba akcji		Liczba osobodni		Liczba akcji		Liczba osobodni	
		Plan	Realizacja	Plan	Realizacja	Plan	Realizacja	Plan	Realizacja
1	Zgrupowania szkoleniowe	5	5	1327,5	1333	3	4	1271	1624,5
2	Konsultacje szkoleniowe	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Konsultacje selekcyjne	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Konsultacje startowe	0	0	0	0	0	0	0	0
	RAZEM	5	5	1327,5	1333	3	4	1271	1624,5

2. Informacja o akcjach szkoleniowych kadry wojewódzkiej – A/ Młodzików i B/ Juniorów (kierunki oddziaływania szkoleniowego, stosowane środki treningowe, stosowane sprawdziany ogólnorozwojowe i specjalistyczne, inne informacje szkoleniowe – osobno KWJ i KWM)

A/ Kadra Wojewódzka Młodzików

- kierunki oddziaływania szkoleniowego
- stosowane środki treningowe
- stosowane sprawdziany ogólnorozwojowe i specjalistyczne
- inne informacje szkoleniowe

W 2011 roku odbyły się cztery zgrupowania szkoleniowe

- 31.01-12.02- 12 dniowe w Muszynie – Alpina Sport w Muszynie.
- 14.04-22.04- 8 dniowe w Spale – GRANAMAR w Spale.
- 08.08-18.08- 10 dniowe Olsztyn – UW-M Olsztyn.
- 04.11-12.11- 8 dniowe Zakopane – OSRS Palace Zakopane.

31.01-12.02	Muszyna	45	3	12,5	562,5
14.04-22.04	Spała	12	1	8	96
08.08-18.08	Olsztyn	59	4	10	590
04.11-12.11	Zakopane	47	4	8	376
				Razem	1624,5

Cele szkolenia

Podstawowymi celami szkolenia jest selekcja zawodników najbardziej uzdolnionych, o szczególnych predyspozycjach sprawnościowych, morfologicznych i funkcjonalnych do poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych.

Określenie przydatności zawodnika pod względem cech budowy somatycznej i wielkości ciała, uzdolnień ruchowych, sprawności fizycznej, wyniku sportowego, właściwości psychiki, a także innych cech właściwych dla zamierzonej specjalizacji.

Nauczanie umiejętności ruchowych i budowanie funkcjonalnych podstaw dla osiągnięcia maksymalnych wyników w wieku dojrzałym, w pełni biologicznych możliwości organizmu

Główne zadania szkolenia

Wyselekcjonowanie zawodników uzdolnionych sportowo. Szkolenie młodzieży z osobniczymi możliwościami rozwoju mistrzostwa sportowego, które determinowane jest przez dwie grupy czynników:

- zespół uwarunkowań genetycznych,
- prawidłowy proces treningu.

Osiągnięcie poziomu sportowego, który gwarantuje miejsce finałowej imprezie rangi mistrzowskiej

Stosowane środki treningowe

W szkoleniu sportowym podstawowymi środkami treningowymi były środki o charakterze ukierunkowanym i specjalnym dla poszczególnych bloków konkurencji lekkoatletycznych.

Udział w konsultacjach i startach głównych

Wojewódzka Kadra Młodzików brała udział w 4 konsultacjach lekkoatletycznych oraz 3 startach głównych w 2011 roku.



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 80/701, 31-571 Kraków

tel./fax: 012 641 11 65, e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

Testy i sprawdziany specjalistyczne

- Raz w roku zawodnicy przechodzą Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej. Test ten nie do końca umożliwia diagnozę przydatności zawodnika do dalszego szkolenia. Ponieważ w poszczególnych konkurencjach lekkoatletycznych są preferowane inne cechy motoryczne.
- Na zgrupowaniach szkoleniowych trenerzy w obrębie swoich grup treningowych wykonują sprawdziany pozwalające określić aktualny stan przygotowania zawodników.

B/ Kadra Wojewódzka Juniorów

- kierunki oddziaływania szkoleniowego
- stosowane środki treningowe
- stosowane sprawdziany ogólnorozwojowe i specjalistyczne
- inne informacje szkoleniowe

W 2011 odbyło się pięć zgrupowań szkoleniowych

- 31.01-12.02- 12 dniowe w Muszynie – Alpina Sport w Muszynie.
- 14.04-22.04- 8 dniowe w Spale – GRANAMAR w Spale.
- 04.07-14.07- 10 dniowe Spala – GRANAMAR w Spale.
- 08.08-18.08- 10 dniowe Olsztyn – UW-M Olsztyn.
- 04.11-12.11- 8 dniowe Zakopane – OSRS Palace Zakopane.

31.01-12.02	Muszyna	39	4	12,5	487,5
14.04-22.04	Spala	28	3	8	224
04.07-14.07	Spala	20	3	10,5	205,5
08.08-18.08	Olsztyn	24	2	10	240
04.11-12.11	Zakopane	22	3	8	176
				Razem	1333,0

Cele szkolenia

Podstawowym celem szkolenia jest selekcja zawodników najbardziej uzdolnionych, o szczególnych predyspozycjach sprawnościowych, morfologicznych i funkcjonalnych do poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych.

Szkolenie młodzieży predysponowanej do osiągania wysokich wyników na poziomie mistrzostwa sportowego.

Szkolenie kategorii wiekowej Juniora Młodszego i Juniora jest dalszym etapem ukierunkowania na nauczanie umiejętności ruchowych i budowania funkcjonalnych podstaw dla osiągania maksymalnych wyników w wieku dojrzałym, w pełni biologicznych możliwości organizmu.

Główne zadania szkoleniowe

Wyselekcjonowanie zawodników najbardziej uzdolnionych sportowo.

Szkolenie młodzieży predysponowanej do osiągania wysokich wyników sportowych oraz reprezentowanie barw narodowych na imprezach rangi mistrzostw Europy, Świata i Igrzysk Olimpijskich.

Osiągnięcie poziomu sportowego, które gwarantuje miejsce finałowe w imprezie rangi mistrzowskiej.

Stosowane środki treningowe

W szkoleniu sportowym podstawowymi środkami treningowymi były środki o charakterze ukierunkowanym i specjalnym dla poszczególnych bloków konkurencji lekkoatletycznych.

Udział w konsultacjach i startach głównych

Wojewódzka Kadra Juniorów brała udział w 7 konsultacjach lekkoatletycznych oraz 6 startach głównych w 2011 roku.

Testy i sprawdziany specjalistyczne

Na zgrupowaniach szkoleniowych trenerzy w obrębie swoich grup treningowych wykonują sprawdziany pozwalające określić aktualny stan przygotowania zawodników.

3. Krótka charakterystyka wybranych zawodników/czek o wybitnych uzdolnieniach i predyspozycjach psychofizycznych w sporcie, których kariery sportowo-szkoleniowe winien monitorować PZS

Lp.	Imię i nazwisko	Rok ur.	Klub	Najlepszy wynik	Charakterystyka zawodnika
1.	Knapik Michał	93	ZKS Unia Tarnów	1:52,07s	Zawodnik o dobrych warunkach somatycznych, o dużych predyspozycjach wytrzymałościowych, W tym roku uzyskał bardzo duży postęp w biegu na 800m. Drugie miejsce na MPJ. Zawodnik w roku 2012 został zakwalifikowany do KNJ



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 80/701, 31-571 Kraków

tel./fax: 012 641 11 65, e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

2.	Marlena Morton	95	WKS Wawel Kraków	14,50	Zawodniczka o dobrych warunkach somatycznych, o dużych predyspozycjach szybkościowych, W tym roku uzyskała bardzo duży postęp w biegu na 100m ppł. Zawodniczka w roku 2012 została zakwalifikowana do KNJ
3.	Monika Nowak	95	WKS Wawel Kraków	48,60m	Zawodniczka o bardzo dobrych warunkach somatycznych i dużych predyspozycjach do rzutu dyskiem. W tym sezonie uzyskała duży postęp wynikowy. Uzyskała wynik na poziomie I klasy sportowej. Pierwsze miejsce na OOM. Zawodniczka w roku 2012 została zakwalifikowana do KNJ
4.	Maciej Brzeziński	94	AZS AWF Kraków	10,80s	Zawodnik o dobrych warunkach somatycznych, o dużych predyspozycjach szybkościowych, W tym roku uzyskała bardzo duży postęp w biegu na 100m. Uzyskał wynik na poziomie pierwszej klasy sportowej. Zawodnik w roku 2012 został zakwalifikowany do KNJ
5.	Sara Marmon	92	UKS Budowlani Nowy Sącz	2:08,65s	Zawodniczka o dobrych warunkach somatycznych, o dużych predyspozycjach wytrzymałościowych, W tym roku uzyskała bardzo duży postęp w biegu na 800m. Trenuje trzeci rok.

4. Kadra trenerska prowadząca szkolenie kadry wojewódzkiej

Lp.	Imię i nazwisko	Rok ur.	Klub	Klasa trenerska	Forma zatrudnienia w sporcie
1.	Andrzej Giza	1957	AZS AWF Kraków	II	Umowa zlecenie
2.	Bogumiła Sobczyk	1971	WKS Wawel Kraków	II	społecznie
3.	Grzegorz Sobczyk	1971	WKS Wawel Kraków	I	Umowa zlecenie
4.	Jan Michniak	1954	WKS Wawel Kraków	II	Umowa zlecenie
5.	Jerzy Kaduszkiewicz	1952	WKS Wawel Kraków	II	Umowa zlecenie
6.	Maria Krawcewicz	1947	WKS Wawel Kraków	II	Umowa zlecenie
7.	Mirosław Włodarczyk	1957	UKS Brzeszcze	II	Umowa zlecenie
8.	Włodzimierz Włodarczyk	1955	UKS Brzeszcze	II	Umowa zlecenie
9.	Ryszard Jasicz	1949	MLUKS Tarnów	II	Umowa zlecenie
10.	Stanisław Szuberla	1949	WKS Wawel Kraków	II	Umowa zlecenie
11.	Tomasz Brachman	1980	AZS AWF Kraków	II	Umowa zlecenie
12.	Dariusz Żak	1982	MZLA	II	społecznie

II. OCENA EFEKTÓW SPORTOWYCH

1. Udział zawodników szkolenia wojewódzkiego w M.Św., M.E., M.P.

Lp.	Imię i nazwisko	Rok ur.	Kat. wieku	Klub	Rodzaj mistrzostw	Konkurencja	Wynik	Miejsce
1.	Monika Nowak	95	Jmł.	WKS Wawel Kraków	OOM	dysk	46,02m	I
2.	Michał Knapik	93	Jun	ZKS Unia Tarnów	MPJ	800m	1:52,23s	II
3.	Marmon Sara	92	Jun	UKS Budowlani Nowy Sącz	MPJ	1500	4:34,68s	III
4.	Aleksandra Jarzyna	95	Jmł.	WKS Wawel Kraków	OOM	w dal	5,52m	III
5.	Marmon Sara	92	Jun	UKS Budowlani Nowy Sącz	MPJ	Biegi Przelajowe		II
6.	Dominik Tabor	95	Jmł.	ULKS Fajfer Łapanów	OOM	Biegi przelajowe		III

2. Procentowy udział zawodników kadry wojewódzkiej w finałach imprezy głównej

	Liczba zawodników szkolonych w KW	Liczba zawodników w finałach imprezy głównej /MMP, OOM, MPJ, MMM/ spośród szkolonych w KW	% (3/2)
Młodzieżowiec*** (szkolony w KWJ)	0	0	0
Junior (szkolony w KWJ)	20	15	75
Junior młodszy (szkolony w KWJ)	31	28	90,3
Junior młodszy** (szkolony w KWM)	18	5	27,7
Młodzik* (szkolony w KWJ)	0	0	0
Młodzik (szkolony w KWM)	68	68	100

3. Klasa sportowa



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 80/701, 31-571 Kraków

tel./fax: 012 641 11 65, e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

	MM + M	I	II	III	Inne	Bez klasy	Razem
Młodzieżowiec*** (szkolony w KWJ)	0	0	0	0	0	0	0
Junior (szkolony w KWJ)	0	3	10	5	1	1	20
Junior młodszy (szkolony w KWJ)	0	1	11	16	3	0	31
Junior młodszy** (szkolony w KWM)	0	0	1	5	8	4	18
Młodzik* (szkolony w KWJ)	0	0	0	0	0	0	0
Młodzik (szkolony w KWM)	0	0	4	16	40	8	68

III. OCENA POZIOMU SPORTOWEGO SPORTU W WOJEWÓDZTWIE

z uwzględnieniem zasięgu (stan organizacyjny) i poziomu sportowego (wg punktacji ogólnopolskiego współzawodnictwa sportowego młodzieży).

Stan organizacyjny małopolskiej lekkiej atletyki nie napawa optymizmem, prawidłowo funkcjonują cztery Kluby – KS AZS AWF Kraków, WKS Wawel Kraków, SKS Kusy Kraków i LKS Kłos Olkusz. Pozostałe Kluby borykają się z problemami organizacyjno-finansowymi. Sytuacja taka spowodowana jest brakiem wsparcia organizacyjnego i finansowego z Gmin, Powiatów oraz Urzędu Marszałkowskiego województwa małopolskiego. Brak jest środków na działalność Klubów, płace dla trenerów oraz na szkolenie dzieci i młodzieży. Sytuacja taka doprowadza, że szkolenie prowadzi coraz mniejsza grupa pasjonatów lekkiej atletyki, własnymi środkami podtrzymując działalność Klubów.

Dyscyplina	Kategoria	Suma
biegi przełajowe	3jun	51
	4jmł	28
	5mł	85
biegi przełajowe Suma		164
lekka atletyka	2mmp	230,5
	3jun	151,5
	4jmł	110,16
	5mł	135,25
lekka atletyka Suma		627,41
Suma końcowa		791,41

IV. WNIOSKI I PROPOZYCJE SKIEROWANE DO MSiT, PFSM, PZS

- Zapewnienie wszystkim zawodnikom trenującym w klubach możliwość dostępu do lekarzy sportowych w ramach NFZ (teraz brak lekarzy, odległe terminy)
- Zapewnienie dla zawodników KWJ opieki medycznej (konsultacje lekarskie i dostęp do rehabilitacji)
- Poszerzenie dofinansowania pracy trenerskiej „Trener” za punkty zdobyte w systemie współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży w kategorii wiekowej Młodzika. Dokonanie podziału osobno dla kategorii wiekowej Młodzika, Juniora Młodszego i Juniora.
- Stworzenie dofinansowania Klubów Sportowych „Klub” za punkty zdobyte w systemie współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży w kategorii wiekowej Młodzika, Juniora Młodszego i Juniora oraz Młodzieżowca (osobno dla każdej kategorii wiekowej).
- Zwiększenie nakładów środków finansowych na szkolenie młodzieży uzdolnionej sportowo.
- Wprowadzenie odpowiednich środków finansowych, które przeznaczone będą celowo na diagnostykę i badania wydolnościowe (specjalistyczne) młodzieży, która jest kwalifikowana po pierwszej selekcji do szkolenia sportowego w ramach Kadry Wojewódzkiej Młodzika, a następnie Juniora.
- Szkolenie w Kadrze Juniorów oraz Młodzieżowej przez Polski Związek Lekkiej Atletyki winno być prowadzone we współpracy z Okręgowymi Związkami Lekkiej Atletyki, Trenerem Koordynatorem oraz Trenerami Klubowymi. Brak takiej współpracy powoduje wycofywanie zawodników ze zgrupowań szkolenia Centralnego.
- Zawodnicy powołani do szkolenia Centralnego przez pion szkoleniowy PZLA winni mieć zabezpieczone szkolenie przez cały rok kalendarzowy. Środki finansowe przewidziane na zawodnika (szkolenie sportowe i opieka) objętego szkoleniem Centralnym winny być mu przypisane i wykorzystywane imiennie.