



POLONIA PRZEMYŚL - 4 LIGA PODKARPACKA 2022/23



Moim celem było wykonanie bardzo dobrej pracy zarówno pod kątem rozwoju sportowego oraz organizacyjnego klubu. Wprowadzanie coraz wyższych standardów funkcjonowania drużyny pozwoliło zbudować ofensywnie grającą drużynę, która potrafiła przeważać nad przeciwnikiem niemal w każdym meczu. Dodatkowo pracowałem nad rozwojem infrastruktury, poprawą wizerunku klubu w mediach społecznościowych, wsparciem zarządu w pozyskiwaniu sponsorów i partnerów oraz renowacją klubowego budynku, stadionu i klubowej siłowni dla zawodników.

- Pracując samodzielnie, pełniłem obowiązki szerokiego sztabu trenerskiego. Dbałem o **analizę taktyczną** naszej gry oraz **przygotowanie taktyczne** do każdego najbliższego rywala. Moim priorytetem było przygotowanie **optymalnego planu treningowego** i przemyślanych jednostek treningowych. Jako specjalista od przygotowania fizycznego, umiejętnie wplatałem elementy sprawności, kondycyjne oraz prewencji urazów, co przynosiło efekty w postaci **intensywności**, z jaką zespół grał na boisku oraz **brakiem urazów przeciążeniowych** przez cały sezon.
- Potrafiłem skutecznie wprowadzić **nowy system i sposób gry** przechodząc do rozegrania na trzech obrońców (3-4-3), co pozwoliło wykorzystać walory ofensywne w bocznych sektorach boiska. Przekonałem zespół do nowego pomysłu oraz **zmieniałem mentalność** drużyny, pokazując, że możemy być bardziej aktywni na boisku, możemy bronić wyżej, grać na wyższej intensywności i wykorzystywać atuty takie jak szybkość, kreatywność i dobrą technikę. Naszym znakiem charakterystycznym była **aktywność i skuteczność** w wysokim pressingu i kontrataku oraz perfekcyjnie przygotowane **stałe fragmenty gry**.
- Na przestrzeni sezonu byliśmy drużyną, która prezentowała **dobry styl, solidną grę i równą formę**. Od 13 kolejki, w 19 rozegranych spotkaniach ligowych, odnieśliśmy tylko 3 porażki (w tym z liderem i wiceliderem, pomimo wyrównanej i dobrej gry). W tym okresie zespół odniósł 8 zwycięstw oraz 8 remisów, notując bilans bramkowy 34:15.

CELE PRZED SEZONEM:

- **PEWNE UTRZYMANIE W 4 LIDZE** ✓
- **ZWYCIĘSTWO W KLASYFIKACJI PRO JUNIOR** ✓

OŚIĄGNIĘCIA ZESPOŁU W SEZONIE:

- **11 miejsce w tabeli 4 ligi** (19 pkt nad strefą spadkową, 2 pkt do 10 miejsca)
- **11 zwycięstw, 12 remisów, 11 porażek**
- **półfinał Pucharu Polski - podokręg**
- **pierwsze miejsce w klasyfikacji pro junior** z przewagą 1392 pkt
- **seria 11 meczów bez porażki na swoim stadionie** (5 zwycięstw, 6 remisów, bramki 22:10)

SERIE MECZÓW BEZ PORAŻKI:

- 4 mecze (2 zwycięstwa, 2 remisy, bramki 10:8)
- 7 meczów (2 zwycięstwa, 5 remisów, bramki 10:5)
- 7 meczów (4 zwycięstwa, 3 remisy, bramki 14:4)

SEZON W LICZBACH:

- **średnia punktów na mecz: 1,32**
runda jesienna: 1.35, runda wiosenna: 1.3
- **średnia bramek strzelonych na mecz: 1,64**
runda jesienna: 1.53, runda wiosenna: 1.76
- **średnia bramek traconych na mecz: 1,85**
runda jesienna: 2.06, runda wiosenna: 1.64
- **liczba meczów bez straty bramki: 9**
runda jesienna: 4, runda wiosenna: 5
- **liczba meczów z rzędu bez straty gola: 4**
- **liczba meczów z rzędu ze strzeloną bramką: 7**

ROZWÓJ KLUBU - EFEKTY PRACY

W Polonii Przemyśl również poświęciłem wysiłek i czas angażując się w poprawę organizacji klubu, profesjonalizację pracy pierwszej drużyny, rozwój infrastruktury treningowej oraz poprawę medialnego wizerunku klubu.

OBSZAR SPORTOWY I INFRASTRUKTURALNY

Podstawą działania jest maksymalne wykorzystanie potencjału, dostępnych możliwości i zasobów oraz stopniowe i systematyczne rozwijanie obszarów niezbędnych do poprawy treningu i rozwoju sportowego. Biorąc pod uwagę ograniczone możliwości finansowe klubu, ważne jest szukanie nowych rozwiązań i wprowadzanie prostych zmian. W ciągu sezonu zrealizowałem:

- stałą współpracę z fizjoterapeutem sportowym (zawodnicy mieli stałe terminy 2 razy w tygodniu)
- usystematyzowaną pracę w mikrocyklach treningowych opartą o model periodyzacji taktycznej
- wprowadzenie prewencji urazów w każdej jednostce treningowej
- ograniczenie liczby kontuzji przeciążeniowych (0 urazów przeciążeniowych)
- wdrożenie analizy gry własnej oraz przeciwnika
- remont i renowacja korytarza (pomalowanie w barwy klubowe, umieszczenie herbu klubu)
- remont i doposażenie klubowej siłowni oraz zorganizowanie części środków potrzebnych na inwestycję
- przygotowanie sali odpraw
- przygotowanie pokoju trenerskiego umożliwiającego komfortową pracę

OBSZAR ORGANIZACJI PRACY I KLUBU

Żeby drużyna mogła rozwijać się sportowo, ważna jest poprawa środowiska pracy, a więc organizacji funkcjonowania i pracy klubu. Jednym z najważniejszych obszarów jest stworzenie jasnej i czytelnej komunikacji, dobre planowanie i zorganizowanie pracy. W mniejszych klubach codzienną pracę utrudniają ograniczenia finansowe. Drużyna piłkarska nie może jedynie generować kosztów. Dlatego trzeba budować obszary pozwalające przynosić dochodu do klubu. Działania podjęte w ciągu sezonu:

- rozwój profilu klubu na Facebook (organiczny wzrost obserwujących o ponad 1,5 tys.)
- stworzenie i prowadzenie profesjonalnej strony internetowej www.mkspolonia.pl
- przygotowanie profesjonalnej oferty sponsorskiej i pomoc w pozyskaniu 2 sponsorów - Grupy PGE oraz Banku PKO BP
- pozyskanie sponsora technicznego firmy NO10 na okres 3 lat i wyposażenie pierwszej drużyny w sprzęt treningowy i meczowy marki adidas
- uruchomienie sprzedaży oficjalnych koszulek meczowych z personalizacją kibica
- zwiększenie zainteresowania kibiców klubem
- montaż i publikacja na kanale YouTube skrótów meczów Polonii Przemyśl
- zwiększenie zainteresowania klubem w lokalnych mediach (wywiady, zdjęcia z meczów, komentarze po meczu)