

# DŁUGA DROGA DO MISTRZOSTWA



Marek Rzemek

## CHARAKTERYSTYKA I ZASIĘG DYSCYPLINY

Tenis stołowy - jeden ze sportów olimpijskich, jest grą o złożonej strukturze ruchów, bezkontaktową (o charakterze walki pośredniej). Aktywność ruchowa zmierzająca do pokonania przeciwnika związana jest z antycypacją indywidualną, analizą, szybkością decyzji. Istotne są zdolności sensomotoryczne (sposobność, dokładność przestrzenna, celowość ruchów). Wyśitek w tenisie stołowym odbywa się we wszystkich strefach przemian energetycznych, głównie w strefie tlenowej i mieszanej. Tenis stołowy można więc zakwalifikować do sportów koordynacyjnych i szybkościowo-wytrzymałościowych. Przeciętny czas gry waha się (w zależności od rodzaju spotkania) od 20 do 50 minut. Prędkość piłeczki przy uderzeniach zmienia się od 12 do 180 km/h.

Tenis stołowy jest niezwykle popularną dyscypliną sportu. Uprawiany jest praktycznie na całym świecie. Międzynarodowa Federacja Tenisa Stołowego (ITTF) powstała w 1926 roku, zrzesza dziś 188 państw.

Największą ilość grających posiadają Chiny i mimo braku oficjalnych doniesień należy przyjąć liczbę grających na około 5-7 mln. W skład Europejskiej Unii Tenisa Stołowego (ETTU) wchodzi 54 kraje. Najliczniejszą grupę grających posiadają Niemcy, wynosi ona ok. 800 tys.

Polski Związek Tenisa Stołowego mający agendy we wszystkich województwach zrzesza ok. 6 tys. graczy licencjonowanych, a z grającymi bez formalnej licencji jest być może ok. 40 tys.

Mimo tak dużego zasięgu i rzeszy grających w świecie tenis stołowy nie jest szczególnym magnesem medialnym. Powoduje to, zwłaszcza w Polsce, niewielkie zainteresowanie sponsorów, szczególnie tych "możnych" przyczyniających się do rozwoju dyscypliny. Wystarczy powiedzieć, że najwyższa pula nagród w fi-

**Paradoksalnie jednak Liga Mistrzów w tenisie stołowym uzyskała wg badań Eurosportu drugą oglądalność (za piłką nożną, a przed tenisem i boksem).**

nale światowego cyklu turniejów Grand Prix wyniosła 120 tys. USD, co przy sumach spotykanych np. w tenisie ziemnym, czy boksie jest raczej kieszonkowym. Jest to niewątpliwie wynikiem małego zainteresowania się dyscypliną przez wszechwładną TV. Prawdopodobnie wiąże się to z trudnym odbiorem i percepcją tej niesłychanie szybkiej (nawet dla TV) gry. Paradoksalnie jednak Liga Mistrzów w tenisie stołowym uzyskała wg badań Eurosportu drugą oglądalność (za p. nożną, a przed tenisem i boksem).

Należy dodać, że czynione w przepisach gry zmiany mogą spowodować przybliżenie tenisa stołowego do TV co powinno mieć istotne znaczenie dla całej dyscypliny.

## WYNIKI REPREZENTACJI SENIORÓW

Reprezentanci Polski seniorów startują we wszystkich rodzajach zawodów światowych i europejskich. Ostatnie czterolecie przyniosło następujące wyniki:

<b>Igrzyska Olimpijskie Atlanta 96</b>	
gra poj.	miejsca 17-32 Andrzej Grubba
gra podw.	miejsca 9-16 A.Grubba/L. Błaszczuk
<b>Igrzyska Olimpijskie Sydney 2000</b>	
gra poj.	miejsce 9-16 L.Błaszczuk
gra podw.	miejsce 9-16 L.Błaszczuk/T. Krzeszewski
<b>Mistrzostwa Świata 97</b>	
gra drużynowa	miejsce 11
gra poj.	miejsce 9-16 L.Błaszczuk
<b>Mistrzostwa Świata 99</b>	
gra drużynowa	miejsce 11
gra poj.	miejsce 9-16 L.Błaszczuk
gra podw.	miejsce 5-8 L.Błaszczuk/T.Krzeszewski
<b>Mistrzostwa Europy 98</b>	
gra drużynowa	miejsce 2
gra poj.	miejsce 9-16 L.Błaszczuk
<b>Mistrzostwa Europy 2000</b>	
gra drużynowa	miejsce 3
gra poj.	miejsce 5-8 L.Błaszczuk

wyniki świadczą o tym, że reprezentanci Polski w zawodach ogólnosiatawowych są w szerokiej czołówce w drużynie, a lidera drużyny (L.Błaszczuk) można zaliczyć do czołowych zawodników (choć nie na miejscach medalowych). Pozostali zawodnicy znajdują się poza czołówką - na listach światowych około 70 miejsca. W Mistrzostwach Europy mimo częściowej zwiany pokoleniowej polscy zawodnicy stanowią już czołówkę (również medalową).

## MODEL MISTRZA A ZAWODNICZY POLSCY

Droga do mistrzostwa sportowego związana jest z modelem mistrza w dyscyplinie, a dokładniej z wynikającymi z tego modelu konsekwencjami, głównie szkoleniowymi. Biorąc pod uwagę w i e k medalistów ME, MŚ można ustalić, że pierwsze sukcesy medalowe pojawiają się w ok. 23 roku życia i trwają do około 30 r.ż. - dla Europejczyków. Dla Chińczyków - niezaprzeczalnie największą siłą w tenisie stołowym - odpowiednio w 20-26 roku życia.

S t a ż t r e n i n g o w y : w świetle informacji uzyskanych od zawodników i trenerów a także analiz statystycznych, można przyjąć, iż zawodnicy uzyskujący najwyższe wyniki (mistrzostwo sportowe) posiadają staż minimum 15 letni. Przegląd medalistów ME, MŚ pod kątem b u d o w y s o m a t y c z n e j wskazuje, że sukcesy odnoszą zawodnicy mierzący 175-185 cm., z ciężarem ciała proporcjonalnym do wysokości. Dominują grający harmonijnie zbudowani, biorąc pod uwagę muskulaturę jak i długości poszczególnych części ciała. Daje się zauważyć pewien rozrost mięśni kończyn dolnych.

U k i e r u n k o w a n e p r z y g o t o w a n i e s p r a w n o ś c i o w e w ramach typowych dla dyscypliny komponentów (koordynacja, szybkość, wytrzymałość) należy widzieć przez pryzmat dwóch kierunków szkoleniowych - opartych o większe wykorzystanie w grze siły (głównie Europa, ale nie tylko) oraz relatywnie większym wykorzystaniu szybkości (głównie Azja, ale nie tylko).

Wiąże się to z p r z y g o t o w a n i e m technicznym: część zawodników opiera swoją grę na silnej rotacji piłki (top-spin) z bekhendu i forhendu z zauważalną przewagą forhendu, część większy nacisk kładzie na szybkie uderzenia (smeczing) z wyraźną przewagą forhendu. W taktyce gry przeważa zdecydowanie agresywny atak.

W związku z brakiem wiarygodnych informacji o c e c h a c h p s y c h i c z n y c h czołowych zawodników przyjęto roboczo wnioski wynikające z badań polskiej czołówki. Z punktu widzenia dyscypliny korzystna jest wysoka reaktywność-zdolność układu nerwowego do szybkich reakcji na bodźce. Przydatny wydaje się typ sangwiczny-wskazujący na wysokie zdolności adaptacyjne. Z cech osobowościowych pożądana jest ekstrawersja o niskim poziomie neurotyczności.

W tak zarysowanych elementach modelu mistrza należy podkreślić, że o ile staż treningowy, a co z tym związane przedział wieku "medalowego" jest istotną wskazówką w dojściu do mistrzostwa sportowego to taktyka oparta o atak z przewagą forhendu jest warunkiem koniecznym tego mistrzostwa. Budowa somatyczna była dotychczas mniej istotna-nakreślała tylko pewne dość szerokie granice. Składowe modelu mistrza są analizowane i weryfikowane pod kątem tendencji zachodzących w dyscyplinie. Obecnie zauważa się wydłużenie

**Jeszcze do niedawna gracze 30 letni w zasadzie kończyli udział w zawodach wysokiej rangi. Teraz coraz częściej w czołówce imprez głównych można zauważyć graczy starszych.**

karier zawodników. Jeszcze do niedawna gracze 30 letni w zasadzie kończyli udział w zawodach wysokiej rangi. Teraz coraz częściej w czołówce imprez głównych można zauważyć graczy starszych. Przykładowo w Igrzyskach Olimpijskich w Sydney 2000 miejsca 2 i 4 zajęli 35 letni Szwedzi. Świadczy to między innymi o tym w jakiej cenie w grach (a taką jest tenis stołowy) jest tzw. rutyna zawodnicza.

Wprowadzane zmiany w przepisach mogą jednak te tendencje przyhamować. Wspomniane zmiany polegające na powiększeniu piłeczki do gry (stara piłka 38 mm średnicy, nowa 40mm i większy ciężar) stanowią, przez swoją nowość, wyzwanie dla trenerów praktyków, teoretyków, nie mówiąc o samych zawodnikach. Należy sądzić, że nowa piłka wymusi jej wcześniejsze atakowanie (tuż przed jej dojściem do najwyższego punktu po odbiciu od stołu). Bardziej przydatni będą gracze, którym łatwiej poruszać się w I strefie (tuż za stołem), a więc relatywnie niscy i doskonale przygotowani zwinnościowo. Niscy, ale co staje się ważne, wzorowo przygotowani atletycznie - preferujący siłę gry. Pociągnie to za sobą konieczność lepszego przygotowania pod kątem wytrzymałości siłowej.

W taktyce gry nadal zdecydowanie pozostanie preferencja ataku z coraz mocniej akcentowanym uderzeniem forhendowym jako uderzeniem rozstrzygającym akcje. Należy również przewidywać pewne zawężenie ilości stosowanych elementów ataku. Można z dużym prawdopodobieństwem przyjąć twierdzenie, że perfekcyjność wykonania mniejszej liczby elementów będzie brała górę nad wszechstronnością. Polska kadra zawodnicza w świetle danych wynikających z elementów modelu mistrza prezentuje się następująco:

pod kątem wieku: 1) Lucjan Błaszczyk - 26 lat, 2) Tomasz Krzeszewski - 26 lat, 3) Marcin Kusiński - 29 lat, 4) Bartosz Such - 18 lat, 5) Daniel Górak - 17 lat, 6) Jakub Kosowski - 18 lat.

Należy zauważyć, że pierwsza trójka graczy znajduje się w najlepszym okresie swojej kariery - szczególnie zawodnicy 26 letni. Stanowią oni będą trzon reprezentacji prawdopodobnie do Igrzysk Olimpijskich Ateny 2004. Druga trójka weszła we wstępny etap mistrzostwa sportowego i po zdobyciu odpowiedniego przygotowania walczyć będzie o I.OI. w Atenach. Docelowo zawodnicy ci są przygotowani do I.OI. 2008. W tym czasie powinni wejść w najlepszy okres kariery. Wszyscy gracze mają oczekiwany staż treningowy - starsi w 23 roku życia ponad 15 letni. Młodszy po dojeździe do wieku 23 lata również będą posiadali ponad 15 lat szkolenia. Jest to ważne, ponieważ wskazuje na przepracowanie pod kątem drogi do mistrzostwa sportowego właściwych etapów.

Warunki fizyczne reprezentantów mieszczą się w przyjętych ramach prezentowanych w modelu mistrza, choć

## NA DRODZE DO MISTRZOSTWA

Wyszkolenie dobrej drużyny czy czołowych zawodników Europy, świata prezentujących mistrzostwo sportowe to proces długi, związany z wieloma czynnikami. Za jeden z istotniejszych należy uważać organizację szkolenia.

Zauważony przy analizie modelu mistrza czas (ok. 15 lat) potrzebny na dojeździe do mistrzostwa - w tenisie stołowym dzieli się pod kątem celów, zadań, metod, form, środków następująco:

- |                                 |                    |
|---------------------------------|--------------------|
| 1) etap wszechstronny (wstępny) | 3 lata (8-10 lat)  |
| 2) etap ukierunkowany           | 4 lata (11-14 lat) |
| 3) etap specjalistyczny         | 4 lata (15-18 lat) |
| 4) etap mistrzostwa sportowego  |                    |
| a) etap wstępny                 | 4 lata (19-22 lat) |
| b) etap właściwy                | (od 23 roku życia) |

Przedstawiony podział, w zasadzie w praktyce stosowany przez szkoleniowców w Polsce, zaczyna ulegać pewnym przeobrażeniom. Doniesienia z konferencji tre-

czo nazwanego stypendialnym.

System ten dotyczyłby pomocy ze strony Polskiego Związku Tenisa Stołowego wybranym zawodnikom w dojeździe do dwóch wysokiej jakości treningów dziennie. Miałyby wpływ na rozwiązywanie problemów:

- 1) szkolnych
- 2) sparing-partnerów i opieki szkoleniowej
- 3) startów, w tym zagranicznych
- 4) sprzętowych

Byłaby to umowa cywilno-prawna dotycząca konkretnych działań, na które to działania PZTS mógłbyłożyć środki. Poprawiłyby to zdecydowanie celowość wydatków, a wydawane środki miałyby konkretnego perspektywicznego adresata, a nie np. kadre wojewódzką.

W etapie specjalistycznym czołówka polskich zawodników (kadra PZTS juniorów) zbliża się pod względem objętości zajęć do wartości osiąganych przez graczy z innych krajów Europy. Dzieje się tak ze względu na możliwość połączenia nauki szkolnej oraz 2 pełnowartościowych treningów w specjalnych ośrodkach szkolenia.

Ośrodek PZTS w Gdańsku prowadzony od 5 sezonów przez byłego czołowego zawodnika świata Leszka Kucharskiego (pomaga mu inny ex-reprezentant Polski Jarosław Kołodziejczyk) dopracował się między innymi złotego medalu drużynowego w MEJ w 1999 r. obrotionego na MEJ 2000. Lider zespołu Bartosz Such zdobył srebrny medal w MEJ 99 w grze pojedynczej. Złoci medalisci tych imprez weszli do grupy Ateny 2004, uzupełniając najlepszych seniorów. Pozwala to na stwierdzenie, że wstępny etap mistrzostwa sportowego ekipa ta rozpoczyna z wysokiego pułapu. Wspomniany etap należy widzieć w tenisie stołowym jako bardzo istotny na drodze do mistrzostwa sportowego. W tym etapie, albo zawodnik zanotuje wyraźną progresję wyników, albo nieistotną pod kątem oczekiwanego mistrzostwa.

Czy jednak organizacja szkolenia w tym etapie jest wystarczająca? Potrzeby szkoleniowe oprócz zwiększenia objętości i intensywności pracy wymagają częstych startów (kontrolnych, wprowadzających na wyższy po-



**Szwedzi Jan Ove Waldner i Jörgen Persson (foto obok) swoimi wynikami w wieku 34-35 lat spowodowali, że o zawodnikach 26-letnich nie mówi się już „starzy”. Przed nimi przecież jeszcze 10 lat kariery.**

dość wysoki wzrost niektórych nie do końca kompensowany jest przez oczekiwaną sprawność fizyczną. Szczególnie rozwój siły (co nie pozostaje bez wpływu na szybkość) i jej wykorzystanie w technice gry nie jest na wystarczającym poziomie. Lider zespołu (Lucjan Błaszczyk) jest zawodnikiem niższym od pozostałych, co wpływa pozytywnie na zgodne z przesłankami modelu mistrza możliwości wcześniejszego odbicia piłki podnoszącego skuteczność gry.

Technicznie nasi zawodnicy prezentują się co najmniej poprawnie, choć daje się zauważyć niedobry nawyk grania uderzeń zbyt daleko od stołu. Wiąże się to z pewnym niedostatkiem w przygotowaniu szybkościowym, a także gibkościowo-zwinnościowym. Cała grupa to zawodnicy atakujący - głównie używający rotacji. Tylko lider zespołu częściej stosuje atak szybki - ustawiając się bliżej stołu.

Cechy psychiczne graczy, w świetle wspomnianych wcześniej badań, korelują z potrzebami dyscypliny w sposób wystarczający.

Dokonując pewnego podsumowania opartego o analizy modelu mistrza w tenisie stołowym, należy zauważyć i podkreślić fakt, w zasadzie oczekiwany, że największą korelację cech z cechami modelu mistrza ma najlepszy polski zawodnik Lucjan Błaszczyk. Zawodnik ten zaliczony do czołówki światowej potrafił do niej wejść nie tylko ze względu na pracowitość i upór, ale głównie dlatego, że właściwie wykorzystuje większość potrzebnych do mistrzostwa atrybutów.

Pozostali, mimo wielu cech zbliżonych z prezentowanym modelem, na skutek nie skompensowanych różnic, nie osiągnęli pożądanego pułapu mistrzostwa sportowego.

W grupie młodszej - Ateny 2004 ze względu na nie zakończony jeszcze cykl dochodzenia do mistrzostwa sportowego z ocenami należy poczekać. Tym nie mniej można zauważyć, że rokowania na drodze do czołówki są zachęcające. Zbieżność cech z modelem mistrza jest na wystarczającym poziomie (choć trzeba widzieć słabsze przygotowanie siłowe), duża ilość włożonej pracy, a przede wszystkim dotychczasowe wyniki pozwalają postrzegać tych graczy jako perspektywicznych na drodze do wysokiego wyczynu.

nerskich, a także obserwacje szkoleniowców pracujących za granicą wskazują na fakt stopniowego obniżania wieku etapu wszechstronnego. Powoli zaczyna kształtować się etap przedwstępny. Prowadzone jednak indywidualne eksperymenty i próby nie doczekały się w tenisie stołowym uogólnień co do celów, zadań, metod, form i środków adekwatnych dla tego etapu.

Systemowe wprowadzenie i racjonalne wykorzystanie etapu przedwstępnego (przy ominięciu pułapki wczesnej specjalizacji) powinno wpłynąć pozytywnie na perspektywiczny poziom mistrzostwa sportowego. W praktyce polskiej etapem tym należy objąć tzw. zerówkę i I klasę szkoły podstawowej. Uwagi dotyczące etapu wszechstronnego zgłaszane przez trenerów, instruktorów czy nauczycieli WF pracujących w Uczniowskich Klubach Sportowych wskazują na zbyt małą ilość materiałów szkoleniowych - szczególnie traktujących o praktycznych rozwiązaniach.

W tym miejscu celowa jest informacja, że w stosunkowo krótkim czasie powstało 1400 UKS-ów zainteresowanych tenisem stołowym.

Spostrzeżenia związane z etapem ukierunkowanym, zgłaszane szczególnie przez trenerów kadr różnych grup wiekowych, dowodzą, że celowa i konieczna jest wcześniejsza niż dotychczas centralizacja szkolenia (zgrupowania, konsultacje, starty). Pozwoli to na pełniejsze i szybsze rozeznanie w potencjale i możliwościach poszczególnych zawodników. Bez wątpienia wpłynie to na lepszą selekcję, a co za tym idzie lepsze wykorzystanie środków (w dzisiejszych trudnych czasach nie jest to bez znaczenia).

Dotychczasowa praktyka wskazuje, że akcje szkoleniowe centralne wprowadzane są zbyt późno, co osłabia ich siłę oddziaływania. Poważnym problemem, na tym etapie jest to, że w porównaniu z innymi krajami polscy młodzi zawodnicy trenują zbyt mało - najczęściej raz dziennie. Za granicą i to nie tylko w krajach wiodących w dyscyplinie, dużo większa ilość tenisistów stołowych szkoli się 2 razy dziennie. Trochę upraszczając, dzieje się tak ze względu na niewydolność systemu: szkoła, klub sportowy, zajęcia sportowe. Istotna (biorąc pod uwagę końcowy efekt szkolenia) staje się potrzeba i konieczność wprowadzenia systemu robo-

**Ewentualny krajowy sponsor widzi często gracza przez pryzmat klubu ligowego, a nie reprezentacji kraju.**

ziom) pociąga to za sobą pełne oddanie się dyscyplinie.

Zawodnik kadry musi jednak skończyć pracę w ośrodku (wymagają tego przepisy UKFiS dotyczące ośrodków młodzieżowych). Musi też przemyśleć "dorosłe" problemy: studiować, pracować czy wybrać trudną przyszłość zawodowego tenisisty stołowego.

Ewentualny krajowy sponsor widzi często gracza przez pryzmat klubu ligowego a nie reprezentacji kraju.

Moment ten w rozwoju zawodnika jest tak istotny i trudny, że wymaga szeregu zmian systemowych związanych z wieloma ośrodkami decyzyjnymi.

Etap właściwy mistrzostwa sportowego nie wymaga szczególnych zmian organizacyjnych.

Nie tu więc tkwią większe rezerwy. Oczywiście warunkiem poza dyskusją jest unowocześnianie procesu treningowego, dobieranie właściwych proporcji pracy, pełniejsze korzystanie z nowinek technicznych itp. spraw warsztatowych zawsze wymagających ulepszeń.

## RYWALIZACJA W TENISIE STOŁOWYM

System zawodów w dyscyplinie jest wystarczająco spójny z przedstawionymi wcześniej etapami szkolenia. Każda kategoria wiekowa ma przygotowane i wyznaczone starty tak w kraju jak za granicą. Przyjęte rozwiązanie organizacyjne polegające na przeprowadzaniu eliminacji wojewódzkich potem finałów ogólnopolskich zapobiega "wozeniu" sportowców na starty nieodpowiednie do stopnia przygotowania.

Oprócz turniejów indywidualnych prowadzone są różne formy rozgrywek drużynowych, które choć wymagają korrekt spełniają swoje zadania tak sportowe jak nie mniej

c.d. str. 23

ważne propagandowe. Starty zagraniczne w coraz większym zakresie organizowane są dla młodszych kategorii wiekowych, głównie dla zawodników do 13 roku życia. W Polsce przy wystarczającej ilości rozgrywek (w tym centralnych) kategoria ta nie jest objęta adekwatną opieką szkoleniową, szczególnie biorąc pod uwagę szczebel centralny.

## TRENERZY

Niezaprzeczalnie duże znaczenie dla poziomu mistrzostwa sportowego ma osoba szkoleniowca. W tenisie stołowym dość często są to byli zawodnicy-instruktorzy, którzy sprawdzają się jako nauczyciele podstawowych ruchów. Mniej skutecznymi są w innych aspektach pracy szkoleniowej. Wiąże się to również z faktem, że ze względów ekonomicznych jest to często ich druga praca zawodowa, co nie jest bez wpływu na jakość szkolenia. Istotne znaczenie ma kwestia kształcenia i doszkalania instruktorów i trenerów. Nie jest pozytywnym faktem, że w zasadzie 2 AWF-y prowadzą specjalizację i sport do wyboru.

Znamiennym przykładem niech będzie to, że od 86 roku tylko jeden trener w kraju uzyskał klasę mistrzowską i aktualnie dyscyplina ma dwóch tej klasy szkoleniowców. Jest również niepokojące zjawisko zanikającej ilości prac magisterskich choć pośrednio związanych z dyscypliną, śladowej doktorskich czy naukowych. Brak jest w tenisie stołowym co obniża poziom szkolenia a w efekcie poziom mistrzostwa sportowego, naukowców zajmujących się "tym tematem". Za mało jest obserwatorów, analityków, badaczy, teoretyków, którzy mogliby wspomagać dyscyplinę. W krajach wiodących w tenisie stołowym (Niemcy, Francja) istnieją całe sztaby i ośrodki badawcze. Z zazdrością można podać przykład Chin, które mają profesorów tenisa stołowego zajmujących się oddzielnie taktyką i techniką obrony, ataku czy gry kombinowanej.

## ZAPLECZE SPRZĘTOWE I OBIEKTY

Problemem i to nie bagatelnym jest brak odpowiednich krajowych producentów sprzętu sportowego (chodzi o okładziny i deski o właściwych parametrach tech-

nicznych). Jest to niebywale istotne szczególnie w etapie wstępnym, w którym sprzęt wykorzystywany jest przez małe dziecko. Sprzęt jest produkowany wyłącznie za granicą (wyjątek to krajowe stoły) i jest niestety stosunkowo drogi na polskim rynku. Dla przykładu nauczyciel z Niemiec za swoje pobory może kupić około 60 wyczynowych okładzin do rakiety a nauczyciel polski mniej niż 20. Należy dodać, że zupełnym nieporozumieniem jest podatek VAT wynoszący na ten sprzęt 22% (słownie dwadzieścia dwa procent). Jedynym pozytywnym jest fakt, że nie ma kłopotu ze znalezieniem jakościowego sprzętu w wyspecjalizowanych

**Znamiennym przykładem niech będzie to, że od 86 roku tylko jeden trener w kraju uzyskał klasę mistrzowską i aktualnie dyscyplina ma dwóch tej klasy szkoleniowców.**

sklepach. Nie jest również wystarczająca ilość obiektów czy sal specjalistycznych, gdzie można na dłużej rozłożyć stoły, gdzie można ustawić trenerzy, gdzie są specjalne stoły-stanowiska do nauki i doskonalenia podań. Nie ma niestety też dużo właściwych sal, gdzie można po prostu prowadzić zajęcia szkoleniowe przed południem.

Wszystkie zaakcentowane problemy nie pozostają bez wpływu na poziom szkolenia, a co za tym idzie na poziom mistrzostwa sportowego. W wielu poruszonych sprawach tkwią więc mniejsze i większe rezerwy. Nie ze wszystkimi jednak problemami poradzą sobie sami "ludzie z dyscypliny". Potrzebne są działania w wielu ośrodkach decyzyjnych.

## PODSUMOWUJĄC

\* Na dzień dzisiejszy mimo popularności i wielu sympatyków tenisa stołowego nie jest aktywnie doceniany przez sponsorów mogących pomóc w budowaniu potęgi dyscypliny.

\* Aktualnie reprezentacja męska zaliczana jest do czołowych zespołów Europy, a jej lider Lucjjan Błaszczyk do czołowych zawodników.

\* Reprezentanci kraju znajdują się w najlepszym wiekowo okresie kariery, co (wykluczając wypadki losowe) pozwala założyć najmniej utrzymanie wyników sportowych w najbliższej przyszłości. W większości prezentują cechy zbliżone do modelu mistrza, a możliwość kompensacji odstępstw może spowodować podniesienie poziomu któregoś gracza.

• Utalentowana grupa zaplecza pozwala liczyć na "bezbolesną" zmianę pokoleniową.

\* Dotychczas stosowane etapy szkolenia powinny być rozszerzone o etap przedwstępny.

\* W etapie wszechstronnym (wstępnym) celowe jest istotne zwiększenie nowoczesnych praktycznych materiałów szkoleniowych, co powinno zwiększyć grupę lepiej wyszkolonych zawodników przydatnych do dalszej selekcji.

• W etapie ukierunkowanym poważnym mankamentem na drodze do mistrzostwa sportowego jest zbyt mała objętość pracy. Koniecznością staje się częściowa centralizacja szkolenia oraz system stypendialny mogący podwoić ilość treningu codziennego.

\* Etap wstępny mistrzostwa sportowego nie jest dziś zorganizowany właściwie, co stanowi istotną przeszkodę w rozwoju sportowym. Bez zmian systemowych (w tym prawno-organizacyjnych) na różnych szczeblach decyzyjnych wyniki pracy na tym etapie będą nadal niskie.

• Etap właściwy mistrzostwa sportowego nie wymaga szczególnych zmian organizacyjnych oprócz ciągłego nowocześnieńcia procesu szkoleniowego.

• System zawodów jest pomocny w procesie doskonalenia zawodników i nie wymaga daleko idących zmian.

Poprawiać należy organizację i promocję imprez.

• Istotny wpływ na poziom sportowy należy wiązać z profesjonalnym przygotowaniem szkoleniowców. Aktualnie jest zbyt mało trenerów i instruktorów przygotowanych wszechstronnie. Próbą rozwiązania problemu może być możliwość powoływania przez Polski Związek Sportowy (za zgodą i pomocą władz sportowych) Szkół Trenerskich. Brak grupy naukowców związanych z teniskiem stołowym wymaga nawiązania szerszej współpracy z badaczami sportowymi.

• Niewystarczająca ilość obiektów jest problemem również inwestycyjnym, a więc zbyt trudnym tylko dla działaczy tenisa stołowego. Należy widzieć go we właściwych działaniach samorządów terytorialnych.

Przedstawiony przegląd problemów związanych z poziomem mistrzostwa sportowego w tenisie stołowym jest próbą przybliżenia odpowiedzi na pytania, gdzie jesteśmy w dyscyplinie na drodze do mistrzostwa?, w jakim miejscu wynikowym?, w jakim jeśli chodzi o "materiał ludzki" w świetle cech modelu mistrza?, w jakim gdy bierzemy pod uwagę elementy organizacji szkolenia?, gdzie tkwią rezerwy w długiej i mozolnej drodze do osiągnięcia mistrzostwa sportowego na poziomie oczekiwanym przez miłośników tenisa stołowego.