

SEKCJA PIŁKI RĘCZNEJ Kobiet AZS WUM



Rozmowa z Joanną Rydzewską
(II rok, kierunek lekarski, Wydział Lekarski)
i Joanną Nowosielską
(V rok, kierunek farmacja, Wydział Farmaceutyczny)

Jak zareagowały Panie i cała drużyna na sukces podczas tegorocznych Akademickich Mistrzostw Warszawy i Mazowsza, które zakończyły się zdobyciem brązowego medalu?

Joanna Rydzewska: Bardzo się ucieszyliśmy, bo pierwszy raz w historii naszej drużyny uplasowaliśmy się na podium. Dla nas jest to ogromny sukces, na który czekałyśmy wiele lat. Czujemy jednak lekki niedosyt, ponieważ o kolejności na podium decydował bilans bramkowy, a różnica między drugą i trzecią drużyną wyniosła jedynie trzy bramki. To motywuje nas do dalszej pracy i treningów. Chcemy w przyszłym roku poprawić nasz rezultat.

Co jest źródłem waszego sukcesu?

JR: Myślę, że w końcu uwierzyliśmy we własne możliwości. Kilka lat temu poziom naszej gry mocno odstawał od pozostałych warszawskich drużyn. Doszło do nas kilka nowych zawodniczek, które wygrały w przeszłości, zaczęłyśmy także regularnie brać udział w zawodach. Pozbyłyśmy się kompleksów, porównując się do innych drużyn, i chciałyśmy walczyć nawet z o wiele silniejszymi zespołami, w których grają dziewczyny występujące na parkietach I lub II ligi.

Co jest silną stroną waszej sekcji?

Joanna Nowosielska: Uważam, że naszą najmocniejszą stroną jest serce do walki na boisku. Tym także nadrabiamy nasze braki w umiejętnościach w meczach z silniejszym przeciwnikiem. Zdarzało nam się wygrywać czy przegrywać tylko kilkoma bramkami z bardziej doświadczonymi drużynami. Czasami jednak to nie wystarcza i musimy zejść z boiska pokonane. Ale wynik nie jest najważniejszy i jeśli wiemy, że dałyśmy z siebie wszystko, to pomimo przegranej jesteśmy z siebie zadowolone.

Kapitanem drużyny jest Pani Joanna Rydzewska. Czy ta funkcja wiąże się z dodatkowymi obowiązkami i odpowiedzialnością?

JR: Tak. Jestem aktualnie najdłużej grającą zawodniczką w sekcji, bo już 6 lat, i czuję się odpowiedzialna za drużynę i za wyniki, jakie osiągamy. Jako kapitan jestem pośrednikiem pomiędzy drużyną a trenerem i jestem z nim w stałym kontakcie. Przekazuję trenerowi nasze uwagi, czasami sugeruję pewne zmiany bądź to, jak chciałybyśmy, aby wyglądały nasze treningi. Dodatkowe obowiązki dotyczą przede wszystkim spraw organizacyjnych przed zawodami lub związanych ze sprzętem. Kiedy Akademickie Mistrzostwa Polski odbywają się poza Warszawą, muszę zorganizować nam nocleg i dojazd. Jestem także odpowiedzialna za sporządzanie sprawozdań z działalności drużyny, kosztorysów związanych z udziałem w zawodach lub zakupem nowego sprzętu. Utrzymuję również kontakt z naszym AZS-em oraz koordynatorem sekcji sportowych.

Jak oceniają Panie poziom akademickiego szczypiorniaka kobiet?

JN: Poziom jest różny. Są drużyny, w których trenują dziewczyny grające na co dzień w profesjonalnych klubach, tj. Akademia Wychowania Fizycznego czy Akademia Leona Koźmińskiego. Są też takie, gdzie dopiero rozpoczyna się budowanie zespołu. Myślę, że my już wyszliśmy z tej grupy i jesteśmy gdzieś pomiędzy. Czeką nas długa droga, żeby dorównać tym najlepszym, ale nie boimy się konkurować z takimi drużynami, ponieważ nie ciąży na nas żadna presja.

Czy i jak bardzo inspirują i motywują do dalszego wysiłku sukcesy męskiej drużyny piłki ręcznej WUM?

JR: Nie porównujemy się do męskiej sekcji AZS WUM. Oczywiście gratulujemy im sukcesów w Mistrzostwach Polski Uczelni Medycznych i cieszymy się z każdej ich wygranej, ale w Warszawie i w całej Polsce jest więcej męskich akademickich drużyn i o awansie do finałów każdego zawodów decydują nieco inne zasady. My nigdy nie miałyśmy okazji zmierzyć się w Mistrzostwach Polski Uczelni Medycznych, ponieważ takie zawody dla żeńskich drużyn nie zostały zorganizowane z powodu zbyt małej liczby chętnych drużyn. Niestety, piłka ręczna nie jest zbyt popularna wśród studentek medycznych kierunków i w Polsce jest tylko kilka żeńskich sekcji piłki ręcznej na uniwersytetach medycznych. Może kiedyś uda się zebrać kilka medycznych drużyn i zorganizować zawody, w których na pewno weźmiemy udział, ponieważ mogę z przekonaniem powiedzieć, że stać nas na walkę o złoty medal.



Jaki jest poziom zainteresowania piłką ręczną wśród studentek WUM?

JN: Niestety nie taki, jak byśmy chcieli. Nie wiemy, czy wynika to z tego, że jest mało trenujących dziewczyn na naszym uniwersytecie, czy jest to kwestia zbyt małej ilości wolnego czasu przy dużej ilości nauki. Obecnie mamy mniej więcej stały skład drużyny, jednak za rok czy dwa część z nas zakończy naukę na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym. Dlatego chcielibyśmy zachęcić wszystkie studentki do przyścia na nasz trening. Zapewniamy, że da się połączyć naukę z trenowaniem w naszej drużynie.

Kto może zapisać się do sekcji?

JN: Do sekcji może zapisać się każda studentka WUM. Nieważne, czy ktoś wcześniej grał, czy dopiero chce rozpocząć swoją przygodę z piłką ręczną. Nasz trener dostosowuje ćwiczenia do poziomu gry zawodniczek. Gdy ktoś dopiero zaczyna i nie nadąża jeszcze za grupą, zawsze ma szansę na indywidualną poradę od trenera.

Dlaczego i kiedy przyłączyły się Panie do sekcji piłki ręcznej?

JR: Dołączyłam do sekcji w 2014 r., kiedy zaczęłam naukę na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym. W szkole podstawowej i gimnazjum trenowałam regularnie piłkę ręczną, na studiach postanowiłam wrócić do swojej pasji. Wtedy trenowałyśmy na starej hali Skry Warszawa, gdzie z pryszniców leciała tylko zimna woda, a w szatni zdarzyło nam się nawet spotkanie szczura. Na treningi przychodziło wówczas czasem kilka osób, a kiedy nie było bramkarza, trener „budował” nam go z materacy ustawionych w świetle bramki. Od tej pory dużo się zmieniło. Teraz mamy możliwość trenowania na nowoczesnej, pełnowymiarowej hali, posiadamy nowy sprzęt i profesjonalne stroje meczowe. Zmieniło się też podejście, na boisku nie odczuwamy kompleksów. Chcemy grać i chcemy wygrywać.

JN: Moja przygoda z piłką ręczną rozpoczęła się w czasach szkoły podstawowej na lekcjach WF-u. Później dołączyłam do klubu sportowego w rodzinnym mieście i tak rozwijałam swoją pasję. Gdy dostałam się na studia na WUM, z facebookowego fanpage'a dowiedziałam się o istnieniu sekcji piłki ręcznej. Nie wahałam się ani chwili i przyszedłam na pierwszy trening. W taki właśnie sposób stałam się częścią wspaniałej drużyny.



Jak wyglądają wasze treningi? Czy są ciężkie?

JN: Treningi zazwyczaj zaczynamy od płoteczek... Gdy już wchodzi my na boisko, zaczynamy rozgrzewką, potem ćwiczymy podania, zwody czy rzuty. Na koniec rozgrywamy mały sparing. Jeśli chodzi o ciężkość treningów, to zależy to przede wszystkim od tego, czy jesteśmy przed zawodami czy już po. Przed zawodami treningi są bardziej wytrzymałościowe i mają poprawić naszą kondycję. Gdy mecze mamy już za sobą i zbliża się koniec semestru, mamy więcej luzu i możemy poświęcić więcej czasu na naukę.

W jaki sposób pandemia SARS-CoV-2 wpłynęła na działalność i plany sekcji?

JR: Można bez wahania powiedzieć, że koronawirus pokrzyżował nam tegoroczne plany. Przez pandemię nie odbyła się wiosenna runda Akademickich Mistrzostw Warszawy i Mazowsza, przez co nie mogłyśmy zagrać rewanżowych spotkań i powalczyć o drugie miejsce. Od kilku miesięcy nie mamy też treningów i nie możemy przygotowywać się do Akademickich Mistrzostw Polski, które zostały przeniesione na wrzesień. Tak naprawdę nie wiemy, czy w przypadku ponownego wzrostu liczby osób zakażonych zawody w ogóle się odbędą, a chcielibyśmy zaprezentować się w jak najlepszej formie i zająć dobre miejsce, może nawet awansować do finałów.

Czy oprócz zainteresowań sportowych mają Panie pasje naukowe?

JN: Nasza uczelnia jest idealnym miejscem nie tylko do rozwijania swoich pasji, ale także do ich odnalezienia. I tak właśnie było w moim przypadku. Podczas studiów bardzo zainteresowałam się sferą badań klinicznych. Mimo iż bieżąca nauka w połączeniu z licznymi treningami pochłaniała dużo czasu, to i tak udawało mi się go znaleźć na ciągłe pogłębianie wiedzy z tej dziedziny.

JR: Studiuję na uczelni trzeci kierunek, więc mogę powiedzieć, że mam dosyć szeroki wachlarz naukowych zainteresowań. Jednak najbardziej interesują mnie kwestie związane z medycyną transplantacyjną, sądową, ratunkową oraz badaniami klinicznymi. Wiążę swoją przyszłość z którąś z tych dziedzin.

Rozmawiał Cezary Ksel



Skład drużyny w roku akademickim 2019/2020

Joanna Rydzewska (II rok, kierunek lekarski, Wydział Lekarski), Aneta Rydzewska (I rok, kierunek zdrowie publiczne, Wydział Nauk o Zdrowiu), Karolina Miącz (V rok, kierunek lekarski, Wydział Lekarski), Anna Leszczyńska (II rok, kierunek zdrowie publiczne II stopnia, Wydział Nauk o Zdrowiu), Aleksandra Grejcz (II rok, kierunek położnictwo II stopnia, Wydział Nauk o Zdrowiu), Paulina Giezek (III rok, kierunek fizjoterapia, Wydział Medyczny), Joanna Nowosielska (V rok, kierunek farmacja, Wydział Farmaceutyczny), Sylwia Ziental (IV rok, kierunek analityka medyczna, Wydział Farmaceutyczny), Daria Karolak (I rok, kierunek fizjoterapia II stopnia, Wydział Medyczny), Aleksandra Mielniczuk (III rok, kierunek lekarski, Wydział Lekarski), Joanna Ciepiewska (II rok, kierunek lekarski, Wydział Lekarski), Joanna Pergoń (II rok, kierunek lekarski, Wydział Lekarski), Agata Dębek (III rok, kierunek pielęgniarstwo, Wydział Nauk o Zdrowiu), Julia Kraszewska (I rok, kierunek fizjoterapia, Wydział Medyczny), Aniela Ruszczak (III rok, kierunek pielęgniarstwo, Wydział Nauk o Zdrowiu), Weronika Baniak (II rok, kierunek pielęgniarstwo, Wydział Nauk o Zdrowiu), Wiktoria Morkowska (II rok, kierunek położnictwo, Wydział Nauk o Zdrowiu), Agata Oleksiuk (II rok, kierunek położnictwo, Wydział Nauk o Zdrowiu), Kinga Nowicka (II rok, kierunek położnictwo, Wydział Nauk o Zdrowiu), Agata Kobus (I rok, kierunek zdrowie publiczne, Wydział Nauk o Zdrowiu).
Trener mgr Łukasz Zdeb.