



## Co decyduje o utrzymaniu drużyny w lidze?

data aktualizacji: 2026.04.25



Myśląc o utrzymaniu się w lidze, kibice często myślą o tym, jako o prostej kalkulacji punktów. Wyniki są ważne, ale stoi za tym cały proces. Te zespoły, które walczą o przetrwanie w lidze, muszą mieć dobrą formę przez cały czas, a nie tylko w pojedynczych zrywach.

### Regularność, nie pojedyncze zwycięstwa

W walce o utrzymanie powtarzalność wyników będzie miała większe znaczenie niż pojedyncze efektowne wygrane, które przyjemnie ogląda się na powtórkach, o czym zresztą można przeczytać tutaj: <https://weekendfm.pl/?n=120594&o-wos-od-ekstraklasy-dzis-walka-o-przetrwanie-chojniczanka-klub-ktoremu-zabrako-szczescia>.

Bywa i tak, że drużyna, która co kilka kolejek inkasuje kolejne punkty, buduje przewagę nad nierównymi zespołami. I to nawet wtedy, gdy sama nie prezentuje najwyższego poziomu sportowego. **Wynik trzeba umieć dowieźć też i w trudnych meczach, bo to często decyduje o końcowej pozycji w tabeli.** Dlatego też spotkania z bezpośrednimi rywalami, gdzie stawką jest utrzymanie, mają tak duże znaczenie. Nie chodzi jedynie o dorobek punktowy, ale też o układ sił w dolnej części tabeli.

## Co z organizacją gry?

Wśród zespołów walczących o utrzymanie można zaobserwować ciekawą rzecz: często próbują one opierać swoją grę na solidnie zorganizowanej defensywie. Skoro od końcówki tabeli dzieli ich tak niewiele, to nie ma mowy o popełnianiu poważnych błędów. Nie rezygnują oczywiście z ataku, po prostu świadomie zarządzają ryzykiem.

Próbują też nie tracić łatwych bramek i wykorzystują szanse, w których mogą zdobyć gola. **Może nie jest to zawsze najbardziej widowiskowe rozegranie, ale z pewnością najbardziej sensowne**, bo gracze utrzymują w ten sposób kontrolę nad przebiegiem spotkania.

## Reakcja na kryzysy w trakcie sezonu

Tak naprawdę każdą drużynę w trakcie sezonu może dopaść trudniejszy moment i nie ma na to reguły. Nawet zespoły w topowej formie dotyka po pewnym czasie zmęczenie, zdarzają się też kontuzje. W takim okresie trzeba wykazać się nie lada odpornością psychiczną. Krótkie serie porażek są czymś zupełnie normalnym, gorzej jednak, gdy zaczynają się wydłużać.

W takich sytuacjach robi się wszystko, by ten spadek formy powstrzymać. **Trzeba natychmiast ograniczyć liczbę błędów i trzymać nerwy na wodze**. Drużyna powinna w takim czasie świadomie zarządzać tempem gry w ważnych momentach.

## Co z trenerem?

Jest jeszcze trener, który w rozgrywkach ligowych nie funkcjonuje przecież w próżni. Jego rola znacząco się tu uwypukla, bo to on ostatecznie odpowiada za organizację gry i zarządza zespołem, gdy ten przechodzi trudne momenty.

Stoi jednak przed niełatwym zadaniem. **Musi podejmować decyzje dotyczące ustawienia, zmian w trakcie meczu czy przygotowania mentalnego zawodników**. To wszystko może przełożyć się na wynik spotkania. Trener nie reaguje tylko wtedy, gdy robi się nieciekawie. Cenną umiejętnością jest przewidywanie rozwoju sytuacji i późniejsze dostosowanie planu do kolejnych rywali.

*Bukmacherska Sp. z o.o. funkcjonuje jako legalny operator zakładów wzajemnych, działający na podstawie zezwolenia wydanego przez Ministerstwo Finansów.*

*Pamiętaj, że udział w grach hazardowych wiąże się z ryzykiem. Są one przeznaczone wyłącznie dla osób pełnoletnich, a korzystanie z nielegalnych form hazardu może prowadzić do konsekwencji prawnych.*

*Materiał partnera*

Źródło: <https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/81620-co-decyduje-o-utrzymaniu-druzyny-w-lidze>