

Afreksstefna SÍL

2015-2020

1 Inngangur

Siglingasamband Íslands hefur verið starfandi frá árinu 1973 og hefur á þeim tíma fjórum sinnum átt keppendur á Ólympíuleikum. Þar til 2001 var ekki nein sérstök stefna í gangi hjá SÍL er varðaði afreksstarf, heldur var það starf að frumkvæði einstaklinganna sjálfra sem vildu ná langt í sinni grein. Innan Siglingasambandsins eru í dag þrjár aðskildar greinar sem heyra undir þrjú alþjóðleg sérsambönd, en það eru Siglingar, Kayakar og kappróður. Til dagsins í dag hefur aðeins verið unnið eftir afreksstefnu í siglingum

Árið 1997 setti SÍL þá stefnu að lögð verði áhersla á æfingar og keppni á Optimist-kænum fyrir börn og unglinga og Laser-kænum fyrir þá eldri.

Að undirlagi SÍL keyptu siglingafélögin í landinu 18 tveggja manna kænur af Topper Topas gerð Markmið með þessari viðbót var að auka fjölbreytileikan í siglingastarfinu og gefa iðkendum kost á að kynnast tveggja manna kænum. Síðan þá hafa 12 slíkir bátar bæst í flotann.. Árið 2011 bættust þrjár 29er kænur í starfið - hraðskreiðar 2 manna kænur með nokkuð öðrum eiginleikum en þeir bátar sem nú eru. 29er bátar eru unglingaútgáfa af 49er sem er keppnisbátur á Olympíuleikum. Valið stóð á milli þess að kaupa báta af gerðinni 420 eða 29er og var 29er valinn sökum þess að hann er nútímalegri og sú gerð báta mun að öllum líkindum haldast lengur á Olympíuleikunum. Stærri seglbátar yfir 6 metrum með þyngda kili sem krefjast skemmtubátaskírteinis eru utan afreksstefnu þessarar.

Sú nýbreytni verður tekin upp í þessari afreksstefnu SÍL að einblína ekki eingöngu á seglbáta heldur taka einnig til kayaka og róðrabáta. Þó það starf sé ekki eins afreksmiðað sem stendur þá geta orðið breytingar þar á á næstu árum og því gildir þessi afreksstefna einnig um þá og ákvæði um endurskoðun. Afreksstefna þessi miðast við Ólympíuleikana árið 2020 þangað til skað hún skoðast á tveggja ára fresti og uppfærð í samræmi við þær breytingar sem mögulega hafa átt sér stað í umhverfi sambandsins.

Stjórn SÍL er ábyrg fyrir framkvæmd afreksstefnunnar. Hún getur falið framkvæmdastjóra SÍL eða sérstökum verkefnisstjóra að fylgja eftir stefnu þessari og sjá til þess að markmiðum hennar sé náð. Viðkomandi er fyrst og fremst ætlað að undirbúa afreksfólk fyrir þátttöku í Ólympíuleikum, Heimsmeistaramótum, Evrópumeistaramótum, Smáþjóðaleikum og Norðurlandamótum. Hann sjái um að þeir sem valdir eru til verkefna standist þær kröfur sem til þeirra eru gerðar, skipuleggi æfingabúðir og fylgi þeim á erlend mót. Stjórnin er einnig ábyrg fyrir endurskoðun stefnunar á gildistíma hennar og leggja stefnubreytingar fyrir Siglingaþing.

Innan vébanda SÍL starfa nokkur siglingafélög sem sinna siglingum og kayakróðri. Stjórn SÍL skal vinna í því að fjölga þeim og breiða út íþróttina. Í því skyni aðstoðar SÍL ný félög með leiðbeiningum og samstarfi við eldri félög.

Hlutverk félaganna er að fjölga iðkendum á sínu starfssvæði, kenna þær gerðir siglinga (allar þrjár) sem stundaðar eru innan vébanda félagsins og byggja upp öflugt félagsstarf.

Þegar siglingakennslu er lokið skulu félögin bjóða upp á reglulegar æfingar fyrir félagsmenn undir leiðsögn menntaðs þjálfara. Þjálfun fer fram innan félagana og bera þau hita og þunga af æfingum og

aðstöðu fyrir sitt íþróttafólk. Afreksstarf innan siglingafélaga þarf að vera markvisst með reglulegum æfingum markmiðasetningu bæði fyrir einstaklinga og félagið sjálft.

Félagið aðstoðar iðkendur sem komnir eru í afreksþóp SÍL við að afla styrkja eins og frá íþróttahéruðum og bæjarfélögum. Siglingafélögin verða einnig að tryggja afreksfólki sínu aðstöðu til þess að stunda æfingar hér á landi.

Hlutverk SÍL er að fylgjast með því fólki sem skarar fram úr í siglingum og veita því tækifæri til að ná enn lengra. SÍL sér um að finna mót erlendis sem eru hentug fyrir viðkomandi, finnur æfingabúðir og þjálfara erlendis eftir því sem við á. Sér um fjármögnun á hluta afreksstarf og sækir um styrki til innlendra og erlendra aðila sem sambandið hefur aðgang að.

2 Almenn þátttaka í íþróttinni og hæfileikamótun

Afreksstefnan og árangur hennar byggist fyrst og fremst á þeim einstaklingum sem keppa og hversu hart þeir leggja sig fram til að ná markmiðum sínum. Ábyrgð og aðkoma siglingafélaganna byggir fyrst og fremst á stuðningi og að skapa tækifæri fyrir þá einstaklinga sem eru reiðubúnir til að leggja sig fram. Það er því áriðand að skapa sem flestum tækifæri til að reyna sig og finna hvort þeir séu reiðubúnir til að gera það sem gera þarf til að ná árangri.

Siglingar

Afreksstarf verður að haldast í hendur við uppbyggingarstarf. Það sýndi sig vel þegar unnið var með síðasta Ólympíufara SÍL að hans frábæri árangur dugði ekki einn og sér til að draga fleiri að íþróttinni. Kom þar ýmislegt til. Ekki var komið á skipulegu kerfi um siglingamentun eða menntun þjálfara né heldur voru uppi áætlanir um hvernig ætti að nýta afreksstarfið til að byggja upp siglingastarfið á Íslandi. Einnig komu til utanað komandi þættir eins og aðstöðuleysi og skilningsleysi stjórnvalda á þörfum og starfi siglingafélaga.

Á undanförunum árum hefur SÍL unnið að kennslugögnum fyrir siglingar gefið út tvær kennslubækur auk þess að útbúa námskrá fyrir siglingar barna og unglunga. Á sama tíma hefur verið unnið að því að auka þjáflamenntun og gerð námskrá fyrir þjálfara. Einnig hafa verið gefnar út viðmiðunarreglur fyrir siglignafélög sem taka á þeim þáttum sem snúa að barna og unglungastarfi. Þar er sérstök áhersla lögð á öryggismál og skipulag barna og unglungastarfs í samræmi við námsskrár SÍL – Viðmiðunarreglurnar miða að bestu aðferðum að erlendri fyrirmynd sem viðurkennd er af Alþjóða siglingasambandinu ISAF.

Aðeins lítill hluti þeirra sem taka þátt í skipulögðu starfi siglingafélaganna taka þátt í kænu siglingakeppnum þrátt fyrir mikla uppsveiflu í þátttöku barna og unglunga, en hátt á 2.000 börn og unglungar taka þátt í siglinganámskeiðum ár hvert. Enn skortir þó á að virkja þennan mikla fjölda til að taka þátt í keppnum og frekari æfingum.

Kayak

Kayakróður er stundaður hjá þremur félögum innan SÍL: Kayakklúbbum, Sæfara Ísafirði og Drangey Sauðárkróki.

Við stofnun Kayakklúbbsins var megináhersla lögð á straumvatnskayak en í árunna rás hefur starfið breyst og þrosast og nú er megináherslan á sjókayak. Ekki hefur verið sótt mikið í keppni erlendis á undanförunum árum nema ef undan er skilin Fylkir Sævarsson sem 2014 varð Danmerkumeistari

Keppnum á kayak innanlands hefur fækkað. Á árum áður stóðu að minnsta kosti þrjú kayakfélög fyrir keppnum, Kayakklúbburinn (Reykjavík), Sæfari (Ísafirði) og Kaj (Neskaupstað). Á allra síðustu árum hefur það einungis verið Kayakklúbburinn sem hefur staðið fyrir keppnum en þó keppnishald ekki áberandi í starfi klúbbsins eins og stendur. Á síðasta starfsári (2014) tóku 20 ræðarar þátt í fjölmennustu keppninni, vorbikarnum sem er 10 km keppni.

Róður

Kappróður legið niðri á Íslandi síðan um aldamótin 2000, megin ástæða þess er aðstöðuleysi og úreltur búnaður. Þess ber þó að geta að mjög góður árangur náðist í róðri þegar hann var stundaður hér undir styrkri stjórn Leone Tinganelli rétt fyrir aldamótin 2000. Öðru hverju hefur vaknað upp áhugi á að hefja róður á ný en ekki hefur orðið úr því. SÍL er reiðubúið til að veita aðstoð hverjum þeim sem vilja endurvekja róður hér á landi eins og frekast er unt.

2.1 Aldursviðmið

Siglingar eru kenndar börnum allt frá 8-9 ára aldri æfingar hefjast um leið og þau hafa getu til að stjórna og sigla bátunum. Flest byrja þau að keppa á Optimist einstaklings kænu eða á Topper Topaz tveggja manna kænu. Í keppnisreglum um Optimist segir að keppendur verði að vera yngri en 16 ára. Þegar Optimist keppendur hafa náð þeim aldri geta þau farið á Laser – þá eru í boði mismunandi seglastærðir allt eftir þyngd viðkomandi einstaklings. Topper Topaz er ekki viðurkendur alþjóðlegur keppnisflokkur en frábær æfingabátur fyrir þá sem vilja keppa á tveggja manna kænum. Fyrir þá sem vilja fara lengra á tveggja manna kænum eru nú í boði bátar af gerðinni 29er sem er alþjóðlegur keppnisflokkur. Engin aldurstakmörk eru á öðrum bátum en Optimist. En ákveðin þyngd telst kjörþyngd eftir gerð báts og þeim aðstæðum sem siglt er í. Á kænumótum SÍL er keppt á öllum þessum bátum og stjórn SÍL fylgist með úrslitum móta og árangri og ástundun keppenda. Krakkar sem stunda siglingar á Optimist geta tekið þátt í afreksstarfi SÍL á 13 ári því aðeins að þeir hafi sýnt getu til að keppa og slá við sér eldri keppendum á Optimist.

Til að taka þátt í afreksstarfi á Laser Radial eða Standard þarf viðkomandi að hafa náð 16 ára aldri og sýnt árangur í siglum á viðkomandi bát.

Mörg börn fá tækifæri til að kynnast kayakróðri á leikjanámskeiðum en afar fá stunda íþróttina nema í félagsskap með foreldrum sínum.

2.2 Kröfur um ástundun og æfingamagn

Fyrsta krafa er að viðkomandi íþróttamaður sækir eftir að taka þátt í afreksstarfi. Að hann taki þátt í reglulegum æfingum síns íþróttafélags og keppnum SÍL. Í samstarfi eins og í afreksstarfi skal farið yfir hvaða markmiðum er ætlunin að ná og í hvaða tímaröð. SÍL fylgist með markmiðum og árangri til að veita viðkomandi íþróttamanni aðhald og stuðning til að ná markmiðum sínum. –

SÍL gerir kröfur til þess að íþróttamaður í afreksstarfi stundi siglingaæfingar nær daglega að sumri til (ef veður leyfir) Hann þarf að ná tókum á bátnum í öllum tegundum veðurs og aðstæðum. Á veturna þarf íþróttamaðurinn að stunda styrktar- og þolæfingar. Til að æfa þau atriði sem ekki eru í boði hér aðstoðar SÍL íþróttamann í að finna hentugar æfingabúðir erlendis eða erlanda þjálfara.

2.3 Núverandi staða og tímasett skammtíma- og langtímamarkmið

Mikið er lagt upp úr að kynna íþróttir SÍL fyrir börnum og unglungum í samstarfi við bæjarfélög. Á hverju sumri koma um tvö þúsund börn og unglingar til að kynnast siglingum og róðri (bæði kayak og hefbundnum róðri) en því miður skilar þetta starf of fáum einstaklingum sem iðkendum á íþróttum SÍL. Því er augljós þörf á að leita skapa greiðari leið fyrir þá sem koma og kynnast siglingum til að gerast iðkendur íþróttarinnar.

Árið 2015 verður í samvinnu við siglingafélögin leitað leiða til að fá fleiri af þeim sem sækja sumarnámskeið til að taka þátt í reglulegum æfingum félaganna og annarri starfsemi.

2016 verður unnið að fekkari uppbyggingu á afreksstarfi og hæfileikamótun innan félaganna. Næstu ár 2017 – 2020 verður unnið að frekari uppbyggingu á afrkestarfi SÍL með mótun og skráningu

verkferla. Aukinn fjöldi iðkenda er helsta grunnmarkmið SÍL og siglingafélaganna. Með auknum fjölda iðkenda stækkar hópur þeirra sem geta tekið þátt í starfi félaganna og afrkesstarfi SÍL. Hluti af því að fjölga iðkendum er að sýna fram á möguleika í afreksstarfi. Afreksstarf er ekki markmið í sjálfu sér heldur verður einnig að nást árangur og því hefur stefnan verið tekin á Olympíuleikana. Reynt verður að ná Olympíulágsmörkum fyrir leikana 2016 með þáttöku Evrópumóti í Palma Mallorca vorið 2016 en leikarnir 2020 eru þó meginmarkmið SÍL. Unnið verður með erlendum þjálfurum til að ná þessum markmiðum.

3 Afreksíþróttafólk

Siglingar

Innan alþjóðasiglingasambandsins eru skráðir 113 flokkar báta sem rétt hafa til heimsmeistarakeppni. Af þeim sökum er skráning á heimslista frekar flókin sem og skilgreining á afrekum. Misvel er haldið utan um þá lista af umsjónarmönnum bátaflokkanna auk þess sem áhafnir stærri bátanna eru ekki á neinum sérstökum listum. Ef litið er til Olympískra bátaflokka þá eru þeir 10 og Alþjóða siglingasambandið heldur utan um þá. Staða á einum þeirra lista fyrir ofna miðju telst til afreka.

Kayak

Straumkayak er á Ólympíuleikum en utanumhald um sjókayak er laust í reipunum því greinin hefur fyrst og fremst þróast utan alþjóðasambandsins.

Róður

Þar sem ekki er stundaður róður hér á landi sem stendur er ekkert afreksstarf í greininni. Hefjist róður á ný mun unnið að þeim hluta afreksstefnunnar ser snýr að róðri í samstarfi við þjálfara og þau félög sem íþróttina stunda.

3.1 Skilgreiningar á landsliðsverkefnum í viðkomandi íþróttagreini

Siglingar

Landsliðsverkefni í siglingum eru eins og í öðrum greinum skipt eftir aldurhópum auk þess sem skipting er á milli greina. Fyrir Optimist teljast 13-16 ára teljast eftir farandi mót til landsliðsverkefna

Norðurlandamót

Evrópumót

Heimsmeistaramót.

Á laser og tveggja manna kænnum eru eftirtalin mót talin til landsliðsverkefna

Norðurlandamót

Mót sem telja til stiga á heimslista eins og t.d. Evrópubikarmót, Heimsbikarmót og Heimsmeistaramót og önnur þau mót sem gefa möguleika á sæti á Olympíuleikum.

Kayak

Engin landsliðsverkefni eru í kayakróðri sem stendur

Róður

Engin landsliðsverkefni eru í kayakróðri sem stendur

3.2 Hvernig er valið í hópa og lið sérsambands

Stjórn SÍL velur einstaklinga til að taka þátt í afrkesstarfi sambandsins. Við val á keppendum á erlend mót er farið eftir árangri í mótum hérlendis og erlendis. Að auki er rætt við þjálfara um hæfni keppenda til að taka við þjálfun og áhuga þeirra á að bæta sig og ná árangri.

3.3 Núverandi staða og tímasett skammtíma- og langtímamarkmið

Í dag eru nokkrir aðilar innan siglingaíþróttarinnar sem uppfylla skilyrði til að taka þátt í afreksstarfi sambandsins, hvort sem heldur er unglingar eða fullorðnir. Fullur vilji er til þess hjá SÍL að styðja við bakið á þessu unga fólki og komi því áfram innan íþróttarinnar. Þar sem þessir einstaklingar eru á mismunandi aldri og á mismunandi bátum verður leið þeirra í afreksstarfinu einstaklingsbundin. Velja þarf réttu mótin og fyrir þau og bæði út frá gæðum og möguleikum á bátaleigu. Helstu samlegðaráhrif eru í sameiginlegum æfingabúðum en sum þeirra geta æft saman og stutt við bakið á hvort öðru. Á árinu 2015 er stefnt að samkomulag við siglingamiðstöð í Evrópu um reglulegar heimsóknir hópa héðan til að bæta þjálfun og lengja siglingatímabilið. Stefnt skal að því að gefa sem flestum tækifæri á því að komast á Norðurlanda- og Evrópubikarmót á hverju ári og reyna sig á erlendum mótum. Árið 2017 er ætlun að hafa komið siglingamanni/konu á miðbik heimslista í Olympískum bátaflokki.

4 Þjálfarar

4.1 Hvernig á að efla hæfni/getu/menntunarstig þjálfara í íþróttagreininni

Siglingasamband Íslands stendur fyrir reglulegum þjálfaranámskeiðum fyrir siglingaþjálfara og leiðbeinendur.

Námskeiðin eru eftir námskrá SÍL að auki þurfa þjálfarar/leiðbeinendur að sækja skyndihjálparnámskeið og öryggisbátanámskeið. Þjálfara eru hvattir til að sækja sér aukna menntun hvort sem er hjá ÍSÍ eða erlendis.

Ár hvert heldur SÍL æfingabúðir þar sem siglingafólk allstaðar af landinu kemur til að æfa saman auk þess sem þjálfara læra af hvor öðrum og erlendum þjálfara sem SÍL leggur til sem yfirþjálfara búðanna. Ekki er sérstök afreksþjálfun hér á landi þar sem ekki eru til þjálfarar sem hafa næga menntun eða þekkingu hér á landi. Því verður að leita út fyrir landssteinana að hæfum þjálfurum til að taka að sér slík verkefni. Þar eru mismunandi aðferðir í boði æfingabúðir og að þjálfun í samvinnu við landslið annarra fámennra þjóða.

4.2 Núverandi staða og markmið

Sökum þess hversu fámenn íþróttagreinin er getur reynst erfitt að fá þjálfara til að taka að sér þjálfun. Skortur er á nýliðun í þjálfarahóp og er það að hluta að kenna miklu brottfalli sem átti sér stað fyrir nokkurm árum. Með auknu uppbyggingarstarfi og fjölgun í íþróttinni mun verða hægt að mennta fleiri þjáflara. Laun virðast einnig skipta máli þegar kemur að því að halda í þjálfara. Hluti af frekara uppbyggingarstarfi og fjölgun iðkenda miðar einnig að því að fjölga þeim sem mögulega geta orðið leiðbeinendur og þjálfarar. Markmið SÍL að með aukinni menntun í þjálfarastétt og aukinn keppnisreynslu erlendis verði til þjálfarar sem geta tekið að sér afrkesþjálfun hér á landi innan 10 ára.

5 Aðstaða

Siglingar

Siglingar eru íþrótt sem krefjast flókens búnaðar fyrir keppendur og þjálfara. Keppnisbátar eru ekki ódýrir í innkaupum en á sama tíma duga þeir lengi með góðri meðferð og eru endurseljanlegir.

Keppnisbátar hér á landi eru þó allir í eldri kantinum og þurfa endurnýjunar við.

Á næstu árum er þörf á að endurnýja báta af Laser gerð hér á landi auk þess sem kanna má að kaupa aðra tegund af bátum sem tveggja manna bát til að laga okkur að því sem gerist á Norðurlöndum. Með komu nýrra báta til landsins er einnig ætlunin að fjölga kænum í einkaeign og skapa markað

fyrir notaða báta. Fjölga þarf öryggisbátum/þjálfarabátum hjá siglingafélögum til að koma á móts við alþjóðleg viðmið um öryggi við þjálfun og siglingakennslu.

Eðli málsins samkvæmt eru sækjast siglingafélög eftir að vera við sjávarsíðuna sem víða eru afar eftirsóknarverð byggingasvæði. Því fer mikill tími félagsmanna og stjórnna í að verja stöðu sína frekar en að byggja upp. Það er því nauðsynlegt fyrir siglingafélög að tryggja aðstöðu sína til langframa svo eðlileg uppbygging félaganna geti átt sér stað.

Ekki eru til sérhæfðar kerrur til flutnings á bátum á milli keppnisstaða sem veldur nokkru hugarangri hjá félögum þegar keppnir eru fjarri heimahögum. Einnig er skortur á æfingaaðstöðu fyrir vetraræfingar þ.e. styrktar og þolæfingar.

Flutningur á keppnisbátum til og frá landinu er dýr og tímafrekur því þarf að leigja báta til keppni erlendis og getur ástand þeirra verið mismunandi og væri því best að koma sér upp bátum á meginlandi Evrópu í tengslum við æfingasvæði og nýta þá til keppni á mótum í Evrópu.

Engin verslun hér á landi selur varahluti eða fatnað til siglinga og því þarf að flytja allt sérstaklega inn eftir þörfum. Því hefur SÍL staðið fyrir hópkaupum á varahlutum og öðrum búnaði áfram verður unnið eftir þeirri línu þar til að markaður hefur skapast fyrir serverslun með siglingabúnað.

Kayak

Aðstæður fyrir hraðaæfingar á kayak eru á erfiðar hér á landi vegna vinda og öldugangs. Þó væri eflaust hægt að finna lausnir á slíku ef áhugi væri fyrir hendi.

Róður

Aðstæður fyrir róður eru á margann hátt erfiðar hér á landi. Sérstaklega að engin sérhönnuð aðstaða er til og því þurfa menn sem ætla sér að stunda róður að gera það á sjó eða vötnum. Við slíkar aðstæður skiptir veðurlag miklu máli og þá sérstaklega öldur og vindur. Þegar róður var stundaður á Íslandi með mestum árangri var það gert snemma á morgnana áður en hafgolan ýfði upp Fossvoginn og á róðravélum.

5.1 Aðstaðan í dag og markmið

Aðstaða til siglinga er í meginatriðum góð hér heima en tímabilið er stutt maí til september. Gott samstarf er á milli siglingafélaga þannig að iðkendur hafa tækifæri á að sækja hvorn annan heim og æfa við mismunandi aðstæður.

Keppnisbátar í kænustarfi eru flestir í eigu siglingafélaganna og eru notaðir til kennslu og æfinga. Sú staða heftir stækkunarmöguleika félaganna og ber því að stefna að fjölgun báta í einkaeign. markaður

Aðstaða í landi er mjög mismunandi hjá Siglingafélögum. Viðast hvar er húsnæði of lítið til að hýsa alla starfsemi félagsins. Hjá sumum siglingafélögum er geymsluaðstaða fyrir báta innanhús og búningsklefar misjafnt er hvort sturtuadsstað sé á staðnum. Hægt er að æfa yfir veturinn en þá getur verið kalt og ekki hægt að vera lengi á sjó í einu en einnig er gott að nota þann tíma til styrktaræfinga. Aðstaða til styrktaræfinga er mjög ófullnægjandi og þurfað iðkendur að sækja í einkareknar líkamsræktarstöðvar til að halda sér í formi yfir vetrartímann.

Unnið er að því að semja við erlenda þjálfunarmiðstöð til að lengja siglingatímabilið og markmiðið að bæta er að hefja siglingar erlendis áður en siglingatímabilið hefst hér ætlunin er að ljúka þeim samningum árið 2015

Makrmið til lengri tíma er að hægt verði að koma upp siglingamiðstöð þar sem góð aðstaða er til æfinga og nægur búnaður til að stunda æfingar af kappi árið um kring

6 Fjármögnun

Árlega leggur SÍL fé í sjóð til að mæta útgjöldum vegna afreksstarfs Upphæð sjóðsins er samþykkt á Siglingaþingi í fjárhagsáætlun

SÍL mun að auki sækja um styrki til ÍSÍ og einkaaðilla til að koma á móts við kostnað. Gert er ráð fyrir að landsliðsfólk þurfi að greiða um 50% kostnaðar sem tilfellur vegna afreksstarfs. Hluta þeirrar upphæðar getur það m.a. sótt til eigin siglingafélags, íþróttahéraðs og bæjarfélags. Áætlanir um fjármögnun eru unnar af stjórn SÍL og framkvæmdastjóra og eru lagðar fyrir Siglingaþing til samþykktar ár hvert.