

Koncepce práce s talentovanou mládeží ČSOS

Základním cílem práce s talentovanou mládeží je dosažení dostatečné výkonnostní úrovně, která umožní plynulý přechod do RD a potenciál dosažení nejvyšších výsledků na reprezentační úrovni. Mezi další cíle patří postupné předávání zkušeností a vzdělávání v oblastech metodiky tréninku a organizace závodů.

Talentovaný závodník by měl splňovat následující předpoklady pro přechod do RD:

- plné porozumění mapě pro OB
- rostoucí míra nezávislosti na typu terénu (rejstřík terénů)
- povědomí o základních efektivních principech fyzické přípravy na OB (LOB, MTBO)
- zvládnutí konceptu kontinuální tvorby navigačního plánu
- vnitřní motivace, existence ambicí
- povědomí o základech žádoucího pojetí závodu v OB (na čem stojí výsledek)
- systematická příprava, plánování a evidence tréninku

Z výše uvedených předpokladů vyplývají principy a priority v činnosti:

- důraz na všeobecný rozvoj s přiměřeným objemem zátěže
- osvojení základních principů závodění
- vštěpení obecných základů vrcholového tréninku
- hledání a podpora talentů pro další růst
- ovlivňování morálního profilu
- první reprezentační závodní zkušenosti bez specifické přípravy

Koncepce stanovuje jednotlivé úrovně práce s mládeží:

- klub
- regionální úroveň - TSM
- národní úroveň - ústřední trenér mládeže (výběr dorostu) / juniorská reprezentace

Klub

Na klubové úrovni probíhá pravidelná každodenní příprava každého sportovce. Základem procesu je stanovení pravidelného režimu aktivit, který by měl dodržovat princip všeobecného rozvoje v OB. Do takového režimu spadají pravidelná fyzická a mapová příprava, silový a koordinační trénink v tělocvičně. Nedílnou součástí klubových aktivit je účast na závodech.

Osobní trenér

- působí individuálně na každého svěřence
- koordinuje každodenní program aktivit - tréninkový plán
- profiluje svěřence a koordinuje jeho přípravu ve smyslu systematického všeobecného rozvoje

TSM

Tréninkové středisko mládeže sdružuje jednotlivé talenty (15-20 let) všech klubů ve spádové oblasti. Důležitým principem fungování TSM je pokrytí všech klubů po celé ČR. V případě nedostatečného počtu talentovaných závodníků je možné sloučení spádových oblastí do jednoho TSM.

Jeho základním úkolem je nadstavbová příprava nad klubovými aktivitami, dále sledování výkonnosti všech závodníků, spolupráce s osobními trenéry a zajištění přípravy těm členům, jež nemají v klubu přístup k trenérskému vedení. Na začátku procesu je vstupní testování všech závodníků, které definuje členskou základnu TSM. Tu tvoří talentovaní závodníci, kteří splní určená kritéria při vstupním testování (závodníci cizí státní příslušnosti nejsou započítáni).

TSM by měla ve své činnosti plně nahradit současná SCM a částečně také Výběr dorostu ve smyslu přípravy na soustředěních.

vedoucí trenér TSM

- pracuje se skupinou talentované mládeže (15-20 let)
- vyhledává a svolává všechny talenty v rámci dané oblasti
- definuje plán přípravy TSM
- organizuje jednotlivé akce TSM (soustředění, testování,...); společně s realizačním týmem zabezpečuje jejich průběh
- spolupracuje s osobními trenéry všech členů TSM
- zajišťuje systematickou přípravu členům, kteří nemají přístup trenérskému vedení
- sleduje výkonnost závodníků během přípravy, zajišťuje kontrolní testování, zajišťuje sportovní lékařské prohlídky

ústřední trenér mládeže

Základním úkolem svazového trenéra mládeže je koordinovat a podporovat činnost klubů a TSM, kde je těžiště přípravy mládeže. Jako nadstavbu nad jejich tréninkovou činností organizuje Akademie OB, sloužící k dalšímu prohlubování orientačních schopností, získání zpětné vazby o vlastním působení v OB, hledání impulsů pro další přípravu.

Zajišťuje naplňování cílů pro práci s talentovanou mládeží ve věku od 15 do 20 let v orientačních sportech (OB, MTBO, LOB) dle schválené koncepce:

- spolupracuje s trenéry mládeže na všech úrovních
- soustavně sleduje dorosteneckou a juniorskou základnu
- ve spolupráci s KTM sekce OB navrhuje předsednictvu ČSOS (OB, MTBO, LOB) podmínky vzniku a činnosti TSM
- provádí oponenturu (supervizi) výběru talentů, plánů přípravy, kontrolu naplňování cílů TSM
- zajišťuje metodiku testování talentované mládeže
- zajišťuje semináře pro trenéry mládeže a semináře pro trenéry žactva
- podílí se na zpracování metodických materiálů pro trenéry
- zajišťuje rozšířená soustředění talentované mládeže - Akademie OB (popř. LOB a MTBO)
- zpracovává roční plán činností včetně finančního rozpočtu; odpovídá za jeho dodržování a za hospodárné vynakládání finančních prostředků určených na podporu talentované mládeže
- navrhuje nominaci na EYOC (nominací kritéria, nominací závody), zajišťuje závěrečnou přípravu a účast na EYOC

Výběr dorostu

Tým Výběru dorostu se soustředí výhradně na reprezentační aktivity (nominace a účast na EYOC). Činnost zabezpečuje ústřední trenér mládeže s realizačním týmem.

Juniorská reprezentace

Juniorská reprezentace sdružuje nejtalentovanější jednotlivce ve věku 18 - 20 let, splňující výše uvedené koncepční předpoklady, jejichž cílem je další kariérní růst.

Činnost zabezpečuje realizační tým juniorské reprezentace a její náplní je kvalitní nadstavbová příprava zařazených závodníků, účast na JWOC a získávání zkušeností pro reprezentaci v RD.

Principy fungování JRD:

- budování schopnosti podat vrcholný výkon
- rozvoj závodnické flexibility
- podpora růstu kvality a objemu tréninku na úrovni umožňující hladký přechod k seniorům
- získávání mezinárodních závodních zkušeností
- ukázky specifické přípravy na vrchol