

## Afreksstefna BLÍ 2019-2023

Stefnan er sett fram til að auka þátttöku og áhuga á blakíþróttinni með því að halda úti öflugum afreksstarfi frá unglingsflokkum til fullorðinsflokka. Megin markmið BLÍ er að senda sem flest landslið til þátttöku í Norðurlandamót, Evrópukeppni og HM hverju sinni. Það er skylda sambandsins að auka þátttöku landsliða á erlendum vettvangi.

Með aukinni þátttöku landsliða í keppnum á erlendum vettvangi er verið að búa til fyrirmyndir sem stuðla að enn frekari þátttöku í blaki, en það er grunnur þess að hámarka árangur í meistaraflokkunum á alþjóða vettvangi.

Landsliðsnefnd BLÍ hefur yfirumsjón með afreksmálum sambandsins og skal formaður nefndarinnar vera úr stjórn sambandsins ásamt einum í viðbót. Þrjú meðstjórnendur skulu vera skipaðir af stjórn BLÍ til tveggja ára í senn. Þeir aðilar sem skipaðir eru í landsliðsnefnd skulu vera fyrrverandi afreksfólk úr blaki, þjálfarar eða einstaklingar með mikla reynslu í stjórn afreksmála. Formaður BLÍ og umsjónarmaður afreksmála hjá BLÍ skulu einnig sitja fundi landsliðsnefndar sé þess þörf. Fundir nefndarinnar skulu haldnir a.m.k. einu sinni í mánuði allt árið um kring.

Landsliðsnefnd sér um ráðningu faglegs ráðgjafa fyrir landslið BLÍ (Technical Director), í samráði við aðalstjórn BLÍ. Sá aðili ráðleggur landsliðsnefnd um ráðningu landsliðsþjálfara og sér um samskiptin við þjálfara um val í æfingahópa og skipulagningu æfinga ásamt starfsmönnum sambandsins. Landsliðsnefnd er ráðgefandi til stjórnar um ráðningu þjálfara og einnig í hvaða alþjóðlegum verkefnum landsliðin taka þátt í hverju sinni og vinnur að búninga- og tækjamálum fyrir landsliðin.

Landsliðsnefnd leggur áherslu á að fræðsla þjálfara sé aukin og fundar í því sambandi reglulega með fræðslunefnd BLÍ en skilyrði fyrir því að hægt sé að auka árangur í afreksstarfi er fagleg og markviss þjálfun barna og unglinga.

BLÍ skilgreinir alla iðkendur sem valdir eru til æfinga með landsliðum sambandsins sem afreksíþróttafólk.

### Landsliðsnefnd BLÍ hefur yfirumsjón með þessum verkefnum

#### Afreksferli BLÍ, fyrsta stig er hæfileikamótun

Æfingabúðir fyrir unglinga 12-18 ára haldnar tvisvar á ári þar sem iðkendur, sem tilnefndir eru af sínum félögum, er boðið að taka þátt. Æfingabúðirnar er haldnar í maí og ágúst.

Afreksbúðir haldnar strax í kjölfarið þar sem þjálfarar BLÍ velja 30-40 iðkendur í afrekshópa úr æfingabúðum. Um er að ræða þrjá aldurshópa, 12-14 ára, 14-16 ára og 16-18 ára.

Afrekshópur er svo notaður til að velja unga íþróttamenn í frekara landsliðsstarf sem tengist verkefnum sem farið er í.

#### U16 ára landslið drengja og stúlkna

Fyrsta stigið í uppeldi landsliðsfólks er þegar farið er í verkefni með þennan aldurshóp. Landsliðsþjálfari velur 24 iðkendur í æfingahóp sem á endanum verður 12 manna lokahópur sem fer í mót. Landsliðsþjálfarar þurfa að vera menntaðir þjálfarar með reynslu á þjálfun barna og unglinga og séu faglegir í vali á leikmönnum. Umgjörð og agi skal vera eins og hjá eldri landsliðum.

Þetta lið tekur þátt í Evrópukeppni yngstu landsliða og fer í U17 mót NEVZA.

## **U17 ára landslið drengja og stúlkna**

Annað stigið í uppeldi landsliðsfólks. Landsliðsþjálfari getur valið 24 iðkendur í æfingahóp sem á endanum verður að 12 manna lokahóp sem fer í mót. Landsliðsþjálfarar þurfa að vera menntaðir þjálfarar með reynslu á þjálfun barna og unglunga og séu faglegir í vali á leikmönnum. Umgjörð og agi skal vera eins og hjá eldri landsliðum.

Þetta lið tekur þátt í Evrópukeppni U18 og er að fara í U19 mót NEVZA.

## **U18 ára landslið drengja og stúlkna**

Þriðja stigið í uppeldi landsliðsfólks. Landsliðsþjálfari getur valið 24 iðkendur í æfingahóp sem á endanum verður að 12 manna lokahóp sem fer í mót. Landsliðsþjálfarar þurfa að vera menntaðir þjálfarar með reynslu á þjálfun barna og unglunga og séu faglegir í vali á leikmönnum. Umgjörð og agi skal vera eins og hjá eldri landsliðum.

Þetta lið tekur þátt í Evrópukeppni U19, HM unglunga og U19 mót NEVZA.

## **U19 ára landslið drengja og stúlkna**

Lokastig í unglingaflokkum og sameinast A landsliðsæfingum. Landsliðsþjálfari getur valið 24 iðkendur í æfingahóp sem á endanum verður að 12 manna lokahóp sem fer í mót. Landsliðsþjálfarar þurfa að vera menntaðir þjálfarar með reynslu á þjálfun barna og unglunga og séu faglegir í vali á leikmönnum. Umgjörð og agi skal vera eins og hjá eldri landsliðum.

Þetta lið taki þátt í Evrópukeppni U20 og í HM unglunga.

## **A landslið kvenna og A landslið karla**

Lokastig afreksstarfsins. Hér er lögð áhersla á að hámarka árangurinn hverju sinni. Valið snýst um að velja bestu íþróttamennina hverju sinni. Markmið BLÍ er að senda bæði liðin á sem flest mót, HM og Evrópukeppni sem og æfingamót eða æfingaleiki í undirbúningi. Markmið A landsliða er að vera í topp þremur af smáþjóðunum hverju sinni ásamt því að komast lengra í undankeppnum EM og HM. Lokamarkmið er ávallt að komast í lokakeppni EM.

## **Þjálfaramál**

Vinna við fræðslukerfi blakþjálfara er lykillinn að framþróun blakíþróttarinnar á Íslandi en sú vinna er langt komin og á næstu misserum fara í gang þjálfaranámskeið. Auknar kröfur verða gerðar til þjálfara sem ráðnir eru í afreksstarfið hjá sambandinu, hvort sem það á við um þjálfara yngri liða eða A-landsliða, aðalþjálfara eða aðstoðarþjálfara.

## **Fjármögnun**

BLÍ nýtur styrkja frá afrekssjóði ÍSÍ eins og önnur sérsambönd sem halda úti afreksstarfi á Íslandi. Upphæð styrksins fer eftir stærð sjóðsins, umfangi verkefna og fjölda umsókna hverju sinni. Icelandair styrkri landsliðsstarf BLÍ á hverju ári og þá styrkja alþjóðleg samtök (NEVZA, CEV) þátttöku yngri landsliðanna í mótum. Langtímamarkmið BLÍ er að landsliðin verði sjálfbær með auknum styrkjum á gildistíma afreksstefnunnar.

## **Aðstaða**

Eitt helsta vandamál afreksstarfsins er að finna æfingatíma fyrir landslið. Leitað er til íþróttafélaga með stórar blakdeildir, í bæjarfélög og til héraðssambanda um aðgengi að aðstöðu. Oft hefur verið erfitt að komast að með æfingar t.d. í Laugardalshöllinni þar sem Ísland spilaði alla sína heimaleiki en liðin hafa þó oftast komist inn hjá öðrum félögum, s.s. HK, Álftanesi og Aftureldingu. Digranes er orðinn nýr heimavöllur blaklandsliðanna en síðustu leikir hafa verið þar. Þó hefur BLÍ ekki fengið æfingatíma þar fyrir utan keppnisdaga. Best er að vera á einum stað með allt þegar um verkefni er að ræða svo ekki þurfi að flytja búnað á milli húsa. Mikilvægt er að í aðstöðu sé einnig lyftingarsalur.

## Fagteymi

BLÍ hefur nokkra sjúkraþjálfara á sínum snærum sem skipta með sér verkefnum. Aðgengi að lækni er ábótavant en sálfræðingar hafa komið að afreksstarfinu þegar við á og aðgengi að þeim er gott. Þá hefur BLÍ aðgang að næringarfræðingi sem kemur inn með fyrirlestra fyrir öll yngri landsliðin.

Ákveðið hefur verið að bæta við meiri fræðslu um íþróttameiðsl og jafnvel fyrirbyggjandi meiðsli á næstu misserum og þannig að allir afreksíþróttamenn í blaki fái fræðslu af þessum toga.

Styrktarþjálfun er orðin stærri hluti af landsliðsþjálfun en áður var og er stefnt að því að ráðinn verði styrktarþjálfari í fagteymi BLÍ á næstu misserum. Sá þjálfari hefði umsjón og ráðgjöf um styrktarþjálfun fyrir leikmenn landsliða BLÍ.

## Framtíðarsýn

Helsta verkefni Blaksambands Íslands og landsliðsnefndar er að nota þann meðbyr sem hefur verið undanfarin ár í uppbyggingunni. Hlúa betur að fræðslumálum þjálfara og tryggja fjármagn vegna þátttöku í afreksstarfinu.

BLÍ hefur á liðnum árum sent mörg lið í Evrópumót í öllum aldursflokkum. Það hjálpar klárlega til við þróun leikmanna og leggur grunn að betri A landsliðum í náinni framtíð.

A landsliðin okkar eru að taka stórstígum framförum um þessar mundir og eru að keppa við stærstu þjóðir heims. Það eitt mun efla liðin og sambandið enn frekar til þess að gera meira og klífa hærra upp heimlistann.

Markmiðið er reglubundin þátttaka í Evrópumótum og Norðurlandamótum með landsliðin okkar, og einnig að taka þátt í undankeppni fyrir HM. Að komast á Ólympíuleika er fjarlægur draumur en árangur á HM og EM sker úr um það hvort A landsliðin komast þangað einhvern daginn.

Lokamót í Evrópu er orðinn raunhæfari kostur í dag þar sem fjölgun liða úr 16 í 24 lið er nýleg en í dag eru A landsliðin okkar í 41. sæti Evrópulistans af 56 þjóðum.

Afreksstefna BLÍ er liður í uppgangi blakíþróttarinnar og hreyfingarinnar í heild sem stefnir á að fjölga iðkendum með samvinnu allra félaga.

*Afreksstefna þessi gildir fram að næsta ársþingi BLÍ en umræða skal fara fram um stefnuna á hverju þingi árlega.*

*Samþykkt á stjórnarfundum BLÍ þann 16. janúar 2019.*