

Eesti Kergejõustikuliidu sportlaskomisjoni koosolek

PROTOKOLL

Koht ja aeg: AMPS Sport, Juhkentali 12 Tallinnas. 23. november 2018, kell 12:00-14:00.

Osalesid: Jaak H. Jagor, Gerd Kanter, Henrik Kutberg, Annika Sakkarias, Liina Tšernov.

Päevakord

1. Kääriku laagri töötoa ettevalmistus

Kääriku laager toimub 30.11. kuni 2.12. ja sportlaskomisjoni töötuba toimub 30.11. kell 20:30 - ... Töötoa eesmärk on laagrisolijatelt endilt saada kasulikku infot sportlike tulemuste parendamiseks. Algul on sissejuhatus Gerdi poolt, millele järgnevad viis töörühma rotatsiooni stiilis, kus igat töötuba viib läbi üks sportlaskomisjoni liige. Esimene ring toimub 10 minutit ja ülejäänud 7 minutit. Teemade jaotus on järgnev:

- 1) Taastumine/tervis (vigastustest hoidumine, vigastusest taastumine jne.) – Jaak
- 2) Treening (laagrid, ettevalmistusperiood, võistlushooaeg, üksi ja grupis treenimine jne) – Gerd
- 3) Tugiteenused (kõik kõrvalised teenused, toimingud mis aitavad kaasa sportlase karjäärile) – Henrik
- 4) Treener (ootused, koostöö variandid, kaugjuhtimisel treenimine, üksi olek, võistlusolukorrad, tiitlikatel tema vajadus jne.) – Liina
- 5) Vaimne valmisolek (keskendumine, psühholoogia, tugiisik, närvid, ebaõnnestumised ja nendega toimetulek jne.) – Annika

Kokkuvõtteks esitab iga töörühm lühikese ettekande selle kohta, mis nad õppisid. Lõpetuseks on Gerdi ettekanne ROKi uuenduste kohta.

2. Kergejõustiku loengusarja algatamine

Loengusarja eesmärk on pakkuda sportlastele teavet iseseivaks sportlikuks arenguks, suurendada sportlaste sportimise motivatsiooni ja ühtekuuluvuse tunnet ning näidata, et Liit toetab sportlaste tegevusi. Loengusarja sihtgrupiks on kõik kergejõustiklased, kes kuuluvad EKJL nimistusse. Käsitletavate teemad oleks spordipsühholoogia, sportlik mõttelaad, sponsorite leidmine, avalik esinemine ja tervislik toitumine alarühmade kaupa. Loengumaterjale (ka videoid) võiks sportlaskomisjoni koduleheküljele riputada.

Esimene testloengu toimumise aeg võiks olla pärast talviseid Eesti meistrivõistlusi ja selle eesmärk oleks kaardistada osalejate huvi. Esimene teema on spordipsühholoogia ja motivatsioon. Poolteise tunni jooksul teeks spordipsühholoog analüüsi vabatahtlike sportlaste kohta. Väljaminekud oleks üks välisesineja (spordipsühholoog) ja ruumirent. Sissetulekuks 5 eurot kuulaja kohta. Kui kuulajatel on huvi järgnevate loengute vastu, siis võiks teha soodustust tervele sarjale ette ostes, kohapeal kallim jms. Tasustamise eesmärk on ennetada kergekäelisi registreerimisi ja koguda raha järgmisteks loenguteks.

3. Kergejõustiku vabatahtlike grupi loomise mõtte tutvustus

Augustis toimunud foorumiga seoses tegi Annika ettepaneku Eestis samuti luua kergejõustiklaste vabatahtlike grupp, mille eesmärk on uusi projekte luua ja neid ellu viia. Täpsem tutvustus vabatahtlike grupi tööst lisas 1. Organisatsiooniga SCULT saab koostööd teha, kui on projektid juba valmis kirjutatud ning on tarvis leida töökäsi, aga muidu on kergejõustiku vabatahtlike grupi eesmärk ennekõike uute tegevuste väljamõtlemine ja nende teostamine. Leiti, et vabatahtlike jaoks tegevusi leiduks. Rohkete ideede tõttu otsustati esialgu ellu viia kergejõustiku loengusari ning vabatahtlike tegevust organiseerida tulevikus.

4. Uus sportlaskomisjoni liige

Risto Mätase asemel on nüüdsest sportlaskomisjoni liikmeks Henrik Kutberg.

Protokollis: Annika Sakkarias

Lisa 1. EKJL Vabatahtlike Grupi loomise ettepanek

Eesmärk on kergejõustiku populariseerimine ja ühtekuuluvuse suurendamine.

Punktid, mida teha selleks, et luua EKJL vabatahtlike grupp.

1. Kooskõlastus EKJL-iga.

Sportlaskomisjoni augustikuu koosolekul selgus, et Liidul oleks huvi vabatahtlike grupi tegevuse toetamiseks. Edaspidiseks toimetamiseks sooviks kooskõlastada liiduga grupi tulevased tegevused ja organiseerimisega seotud toimingud. Kuidas gruppi ametlikult vormistada, palju on ressursse ja mis õigusi grupp omaks (kõik ettepanekud juhatuse kinnitada, e-mailid EKJL nimel? jms).

2. Grupi või platvormi loomine

2.1. Koht, kus infot vahetada

Facebooki grupp, kus jagatakse üritusi, koolitusi, materjale kergejõustiku arendamiseks jms. Haldajaks vabatahtlike sotsiaalmeedia esindaja.

2.2. Üldine korraldus

Suures pildis võiks grupp toimida nii, et aastas saadakse kaks korda kokku, toimuks 1-3 päevane seminar, mille käigus toimub meeskonna vaimu kasvatamine, hetke kergejõustiku analüüs, erinevate töörühmade loomine ja projektide kokkupanek. Lisaks võiks olla koolitusi, külalisesinejaid jms. Kõik oleks vabatahtlike endi korraldada, aga kui Liidul on inimesi, kes saaksid samuti korraldamisel kaasa aidata, tuleks see kindlasti väga kasuks.

2.3. Esimene kohtumine

Esimene kogunemine võiks toimuda kevadel, et oleks aega teha suveks ettevalmistusi. Selle raames esimene päev oleks tutvumine, meeskonna vaimu kasvatamine, workshop teemal „Mida kergejõustikus muudaksin“ ning töörühmade koostamine. Teisel päeval võiks olla projektijuhtimise koolitus koos praktilise workshopiga, et töörühmad saaksid reaalsed projektid luua.

EBS pakub päevast projektijuhtimise koolitust nende ruumides 1290 EUR + km 15-le inimesele. Lisatasu eest saab ka kohvipausi ja lõuna tellida.

3. Vabatahtlike kutsumine gruppi

Reklaam EKJL kanalites (Facebook, Instagram, kodulehekülg, e-mailid klubidesse jms).
Lisaks ettekanne Berliini foorumist loengusarjas vms. Selle viimasel slaidil võiks kutsuda inimesi ühinema juba olemasoleva grupiga ja kuulutada välja konkurss, et gruppi kuuluda. Konkurss võiks olla motivatsioonikirja põhine, kus tutvustatakse ennast, oma motivatsiooni ning kui palju aega on võimalik investeerida.

Ideid, mis võiksid noori motiveerida:

- EKJL poolt sertifikaat või tunnistus aktiivse töö eest;
- Koolitused;
- Rahvusvahelistest projektidest osavõtmise võimalus;
- Organiseerimise ja juhtimise praktika;
- Sarnase mõttemaailmaga inimestega tutvumine;
- Kontaktide loomine EKJL, EA ja võibolla ka IAAF tasemel;
- Kergejõustiku parendustesse panuse andmine (oma unistuste ellu viimine?).

4. Teemad, millega vabatahtlikud võiksid tegeleda

4.1. Kergejõustiku populariseerimine.

Innovaatilised võistlused, Nike Running Club stiilis kergejõustiku trennid vms, tervise üritustel väljas käimine.

4.2. Vaimse tervise hoidmise programm.

Programm, mis tegeleks võistlusettevalmistuse, motivatsiooni, stressiga toime tulekuga, sallivuse suurendamisega jms.

4.3. Grupi elus hoidmine.

Leida seltskond, kes otsiks koolitusi ja rahvusvahelisi projekte jms. Välja koolitada eestvedaja, kes hakkaks noorte grupi tegevusi haldama jms, Eesti sisese foorumi koolitamine.

4.4. Treeningkoormusest taastumise ja vigastuste ennetamise programm.

4.5. WePlay anti-dopingu programm.

Tegemist on käimasoleva programmiga, kus noored tegelevad teavitustööga.