

Afreksstefna KLÍ 2023 - 2028



Íþrótt – menning – lífstíll

Almenn atriði

Afreksstefna Keilusambands Íslands (KLÍ) er skipulag og markmið fyrir afreksstarf keiluíþróttarinnar á Íslandi. Stefnan er fyrir tímabilið 2023 – 2028 og er mótuð af Landsliðsnefnd og framkvæmdastjóra KLÍ, en síðan borin undir stjórn KLÍ. Afreksstefnan skilgreinir afreksstarf KLÍ sem leggur áherslu á að auka og bæta umgjörð í kringum afrekshópa KLÍ, með það að markmiði að efla hæfni og færni íslensks keilufólks og gefa þeim tækifæri að verða afreksmenn í Keilu á heimsvísu.

Stefnan er aðgengileg á vef sambandsins ásamt upplýsingum um afreksstarf KLÍ. Stefnan skal lögð fram á ársþingi KLÍ þann 20.05.2023 til staðfestingar og tekin til umfjöllunar á ársþingum sambandsins að lágmarki á tveggja ára fresti.

Stjórn KLÍ felur landsliðsnefnd að móta afreksstefnu og fylgja eftir markmiðum hennar.

Framkvæmdastjóri er ábyrgur fyrir því að afreksstefnu KLÍ sé framfylgt.

Yfirþjálfari og framkvæmdastjóri halda utanum ýmis verkefni í tengslum við afreksmál KLÍ. Þar á meðal:

- Hæfileikamótun
- Verkefni varðandi landslið og landsliðsferðir
- Líkamlegar mælingar á atgervi íþróttamanna í landsliðshópunum
- Greiða fyrir aðgengi íþróttamanna að heilbrigðisteymi
- Önnur verkefni

Yfirþjálfari og Landsliðsnefnd starfa í umboði stjórnar. Hlutverk þeirra er að gera tillögu að ráðningu aðstoðarþjálfara. Hlutverk landsliðsnefndar er ásamt framangreindu að vinna að fjáröflun og undirbúningi fyrir viðburði og verkefni í kringum afrekshópa KLÍ.

Þjálfarar afrekshópa KLÍ starfa eftir afreksstefnu KLI og heyra undir landsliðsnefnd. Þjálfarar allra landsliðshópa eru í verktöku á verkefnagrundvelli og sjá um val í landsliðshópa fyrir hvert ár ásamt öðrum verkefnum í kringum afrekshópa KLÍ. Yfirþjálfari getur valið sér aðstoðarmenn eftir viðfangsefnum. Þjálfarar A-hóps karla og kvenna sjá um hæfileikamótun KLÍ með aðstoð framkvæmdastjóra.

Hlutverk KLÍ í afreksstarfi er:

- Að halda úti virkri afreksstefnu
- Að veita upplýsingar um afreksstarf KLÍ og aðgengi að því á vef sambandsins
- Að styðja við fagleg vinnubrögð í afreksstarfi
- Að auka aðgengi að heilbrigðisteymi
- Að aðstoða keilufélög og deildir við uppbyggingu afreksstarfs
- Að aðstoða afreksefni eftir fremsta megni að samræma nám eða vinnu og íþróttina
- Að halda námskeið árlega fyrir iðkendur í afrekshópum KLÍ þar sem lögð verður áhersla á andlegt og líkamlegt atgervi íþróttamannsins
- Að þjálfun afreksfólks og afreksefna sé aðeins í höndum þjálfara sem hafa tilskylda menntun og reynslu
- Að aðstoða iðkendur í afrekshópunum að komast á æfingar og mót erlendis
- Að vinna í því að lágmarka kostnað keppenda í landsliðs verkefnum

Markmið KLÍ í afreksstarfi

- Vera ávallt til fyrirmyndar í öllum afreks verkefnum
- Efla liðsheild þar sem bæði lið og einstaklingar fá að blómstra
- Stuðla að jöfnum rétti kynjanna

Staðan og félögin

Árið 2022 eru 259 iðkendur í keilu og hefur fjölgað um 21,6% frá árinu 2021 en þá var iðkun í algeru lágmarki. Þessir 259 iðkendur eru skráðir í 6 keilufélög/deildir.

Keilufélög gegna lykilhlutverki sem uppeldisstöðvar fyrir afreksfólk í keilu, þar fer öll þjálfun fram og þar fá félagsmenn tækifæri á að þjálfa sig fyrir keppni bæði í félagsmótum, opnum mótum og stærri keppnum.

Fjögur af sex keilufélögunum halda úti öflugum æskulýðs- og félagsstarfi og það er metnaður þeirra að ráða til sín menntaða þjálfara til að sinna starfinu.

Íþróttamaðurinn er miðpunktur afreks-stefnunnar og því mikilvægt að þeir séu sjálfir meðvitaðir um sitt hlutverk og séu tilbúnir að takast á við það verkefni að verða afreksíþróttamaður og séu meðvitaðir um stefnu KLÍ í afreksmálum.

Afreksíþróttafólk

Skilgreining á afrekum í Keilu

- Medalía á Heimsmeistaramóti
- Medalía á Evrópumeistaramóti
- Vera meðal 20 efstu á stígalista EBF
- Karlar með 220+ í meðaltal
- Konur með 200+ í meðaltal
- Eldri karlar (50+) 200+ í meðaltal
- Eldri konur (50+) 180+ í meðaltal

Samkvæmt ÍSÍ er afreksíþróttamaður sá einstaklingur sem stenst viðmið í viðkomandi íþróttagrein sem skilgreind eru af viðkomandi sérsambandi. Afreksefni eru þeir einstaklingar sem ekki hafa náð jafn langt en taldir eru geta skipað sér á bekk með þeim bestu með markvissri þjálfun.

Framúrskarandi afrekskeilari telst sá keppandi sem uppfyllir eitthvert eftirlalínna skilyrða:

- Er meðal allra fremstu í fullorðins flokki
- Hefur unnið medalíu á viðurkenndu alþjóðlegu móti eða Íslandsmeistaratitil án forgjafar.
- Er meðal 20 efstu á stígalista EBF eða sambærilegum stígalista.
- Og æfir markvissst, hefur skýr markmið, líkamlegt og andlegt atgervi til að ná langt í keilu.

Afrekskeilari telst sá keppandi sem uppfyllir eitthvert eftirlalínna skilyrða:

- Er meðal femstu keilara í fullorðins flokki
- Er í A-landsliði KLÍ
- Er í úrslitum Íslandsmóta án forgjafar.
- Er meðal 50 efstu á stígalista EBF
- Og æfir markvissst, hefur skýr markmið, líkamlegt og andlegt atgervi til að ná langt í keilu.

Afreksefni telst sá keppandi sem uppfyllir eitthvert eftirlalínna skilyrða:

- Er meðal fremstu í sínum aldursflokki
- Er í U-21 árs landsliði eða U-18 landsliði KLÍ
- Hefur verið valin/n í landsliðshóp fyrir EM, HM eða NM í unglínga- eða ungmennaflokki
- Er meðal 100 efstu á stígalista EBF
- Og hefur sýnt framfarir og æfir markvissst að því að bæta bæði líkamlega og andlega getu.

Framúrskarandi afrekskeilari, afrekskeilari og afreksefni geta verið valin til þess að keppa fyrir Íslands hönd á mótum erlendis.

Hæfileikamótun

Hæfileikamótun KLÍ er verkefni sem yfirþjálfari og hans aðstoðarþjálfari vinna með keilufélögum sem eru með barna og unglinga starf. Gjaldgengir í hópinn eru unglingar á aldrinum 13-17 ára. Hæfileikamótun er fyrir unga metnaðarfulla keilara sem hafa áhuga á að bæta sig. Í þjálfuninni er lögð áhersla á að bæta og auka skilning á líkamsbeitingu og farið yfir hugræna þætti svo sem markmiðssetningu, sjálfstraust og hugarfar. Er þetta fyrsta skref og undirbúningur fyrir eldri landslið.

Landsliðsverkefni KLÍ

Landsliðsverkefni KLÍ eru öll mót, æfinga og önnur verkefni landsliðsins þar á meðal líkamsmælingar, fyrirlestrar og stöðumat.

A-landslið

- Heimsmeistaramót (SMC - SWC)
- Evrópumót (EMC - EWC)

U30 (30 ára og yngri)

- [U30 Multi Nation](#)

U23 (23 ára og yngri)

- Norðurlandamót (NM)

U21 (21 árs og yngri)

- Heimsmeistaramót (HM)
- Evrópumót (EM)
- Norðurlandamót (NM)
- Triple Crown (TC)
- Friendly Games (FG)

U18 (18 ára og yngri)

- Evrópumót (EYC)

- Triple Crown (YTC)

U15 (15 ára og yngri)

- Triple Crown (YTC)

Skilgreining á viðmiðum fyrir val á fulltrúum Íslands í Landsliðshópa:

Landslið fullorðinna (A – landslið)

- Íþróttaleg framkoma jafnt utan sem innan vallar
- Mat þjálfara og tilfinning fyrir getu íþróttamannsins um að ná árangri.

U-21 árs landslið

- Íþróttaleg framkoma jafnt utan sem innan vallar
- Mat þjálfara og tilfinning fyrir getu íþróttamannsins um að ná árangri.

Til þess að koma til greina í landsliðshóp er æskilegt að leikmaður keppi á öllum Íslandsmótunum án forgjafar. Lögmæta ástæðau að mati yfirþjálfara ef leikmenn taka ekki þátt í þessum mótum.

Þjálfarar

KLÍ leggur þannig áherslu á eftirfarandi þætti:

- að gerð sé krafa um menntun landsliðsþjálfara; krafa sé um að allir þjálfarar séu með 2. Stigs menntun (ETBF/USBC) innan 3 ára og 3. stigs menntun innan 5 ára.
- að landsliðsþjálfarar skili að minnsta kosti ársfjórðunglega skýrslu til landsliðsnefndar um starfið þar sem fram koma tölulegar upplýsingar og ábendingar um það sem betur má fara til að markmið náist
- að lágmarki einu sinni á ári sé haldinn sameiginlegur fundur landsliðsþjálfara, félagsþjálfara og afrekshóps KLÍ þar sem rædd eru afreksmál og þá sérstaklega hvað gangi vel og hvað megi bæta
- Landsliðsþjálfarar séu ráðgefandi um það sem betur má fara með tilliti til aðstöðu hjá hverju félagi, þjálfunar og annarra mælanlegra þátta
- Landsliðsþjálfarar hitti þjálfara félaga að minnsta kosti tvisvar á ári til að meta afreksstefnuna, hverju hún er að skila, hvað gangi vel og hvað megi bæta innan félags, fundir eru við upphaf keppnistímabils og að því loknu
- að setja meðaltals viðmið fyrir afrekskeilara og afreksefni
- að taka þátt í landsliðs- og einstaklings verkefnum áhugamanna og styðja við verkefni þeirra atvinnumanna sem eru í afrekshópi
- að aðstoða afrekskeilara að komast á mót og æfingar erlendis
- þjálfara ber að fylgja siðareglum KLÍ.

Afreksstefnan skal endurskoðuð árlega í janúar/febrúar og er á ábyrgð Framkvæmdastjóra KLÍ, kynnt á formannafundi og lögð fram á ársþingi sambandsins að minsta kosti annað hvert ár.

Aðstaða

Almennt er aðstaða fyrir afreksfólk í Keilu frekar bágborin á höfuðborgarsvæðinu. Akranes býður uppá mjög góða aðstöðu til æfinga.

Fræðsla

Markmið KLÍ er auka framboð af fræðslu í formi fyrirlestra og styttri námskeiða fyrir þjálfara og keppendur í afrekshópum KLÍ. Mikilvægt er að fræðsla sé í boði fyrir alla þá sem koma að keilu íþróttinni. Þar á meðal stjórnarfolk, þjálfarar, foreldrar, iðkendur og starfsfólk mannvirkja.

Þjálfaramenntun ÍSÍ og sérsambandanna er sameiginlegt verkefni þar sem ÍSÍ sér um kennslu á almennum hluta og KLÍ ber ábyrgð á sérhluta. Markmið KLÍ er að efla enn meira upplýsingar og aðgengi að því.

Heilbrigðisteymi

Heilbrigðisteymi ÍSÍ er samnefnari fagteyma sérsambanda ÍSÍ. Í heilbrigðisteymi eru þeir aðilar sem koma að heilbrigðismálum og íþróttamælingum viðkomandi íþróttagreinar, s.s. læknar, sjúkraþjálfarar, sálfræðingar, næringarfræðingar, lífeðlisfræðingar, íþróttافرæðingar og aðrir fagaðilar tengdir sérsamböndum ÍSÍ, heilbrigðiskerfinu og menntastofnunum.

Heilbrigðisteymi KLÍ samanstendur af:

- Sjúkraþjálfurum
- Kírópraktor
- Sálfræðingi

Fjármögnun

Fjármunir til reksturs afrekshópa og afreksmála takmarkast að mestu við stuðning frá afrekssjóði ÍSÍ, fjármögnun frá aðildarfélögum KLÍ og afreksmönnum sjálfum. Fjármögnun afreksstarfs er unnin af Landsliðsnefnd, Stjórn KLÍ og framkvæmdastjóra.

Framtíðarsýn KLÍ

- Að með öflugri afreksstefnu og afreksstarfi náist jákvæð og víðtæk áhrif sem verður keilu íþróttinni til framdráttar
- Að fjárhagsleg geta KLÍ sé með þeim hætti að hægt sé að styðja enn frekar við einstaklinga, félög og þjálfara.
- Að KLÍ geti stutt við afreksíþróttafólk sitt með þeim hætti að öllum sé gert kleift að taka þátt í afreksstarfi sambandsins.
- Að vera leiðandi og til fyrirmyndar í keilu íþróttinni á alþjóðavísu.
- Að vera fyrirmyndar samband.
- KLÍ stefnir á að vera flokkað sem A-samband hjá Afrekssjóði ÍSÍ

Hegðunarviðmið

Kröfur eru gerðar til afreksfólks sem valið er í landslið til að vera fulltrúar Íslands, jafnt utan sem innan vallar. Afreksfólk á að vera til fyrirmyndar, sýna háttvísi, kurteisi og þrúða hegðun, utan vallar sem innan. Þegar afreksfólk og þjálfarar keppa fyrir hönd Íslands er öll notkun áfengis og vímuefna bönnuð meðan á ferðinni stendur. Í landsliðsferðum er liðsmönnum skylt að klæðast landsliðsfatnaði í hvert sinn sem liðsmaðurinn kemur fram sem landsliðsmaður, innan sem utan vallar. Hegðunarviðmið gilda jafnt fyrir landsliðsmenn, þjálfara og aðra starfsmenn á vegum KLÍ.

KLÍ hefur sett sér eigin siðareglur og er jafnframt aðili að ÍSÍ og fellur undir siðareglur og hegðunarviðmið ÍSÍ.