

Afreksstefna ÍR

Almennt

Afreksstefna ÍR leggur ríka áherslu á menntun þjálfara og reynslu. Skilyrði þess að hægt sé að byggja upp afreksfólk er að vel sé staðið að þjálfun allt frá fyrstu kynnum iðkenda af íþróttum þar til afreksíþróttaldri er náð. Menntun, reynsla og áhugi þjálfara er lykillinn að afreksstefnu ÍR. Þjálfarar eru hvattir til að sækja sér meiri menntun á sviði þjálfunar og er þeim gert skylt að sækja fyrirlestra tvisvar á ári á vegum félagsins.

Haldin verða afrekskvöld fyrir ÍR -inga þar sem nokkrir af núverandi og fyrrverandi afreksmönnum ÍR segja frá reynslu sinni og svara fyrirspurnum. Er stefnt að því að hafa umgjörðina þannig að kvöldin verði eins áhugaverð og hægt er og hafi bæði fræðslu- og skemmtanagildi.

Markmið

Markmiðið afreksstefnu ÍR er að eiga breiðan hóp afreksmanna í fremstu röð í öllum níu íþróttagreinum félagsins. Skapa framúrskarandi afreksumhverfi, góða æfinga- og keppnisaðstöðu og skapa ÍR-ingum sérstaka aðhlyningu fagmanna eins og íþróttfræðinga, sjúkraþjálfara, næringarráðgjafa og sálfræðinga. Einnig að halda úti góðum og vel menntuðum þjálfurum fyrir iðkendur svo þeim sé skapaður sá grundvöllur sem þeir þurfa til að ná framförum sem miðast við að komast úr hópi efnilegra íþróttamanna yfir í afreksíþróttæfni.

Fagrád

Sérstakt fagrád í samvinnu við Íþróttafulltrúa ÍR er skipað til að velja úr umsóknum deilda, halda utanum stuðningskerfi þjálfara og taka á öllum málum sem snúa að afreksstefnunni. Fagráðið skal skipa: Stjórnarmenn úr aðalstjórn ÍR, virtur þjálfari innan ÍR og fyrrum eða núverandi afreksmaður innan ÍR . Fagrád kemur saman annan hvern mánuð þ.e. fyrsta föstudag í mánuði eða eftir þörfum.

Tekið er mið af reglum sem stuðst er við þegar einstaka umsókn er skoðuð. Íþróttafulltrúi hefur yfirumsjón með fagaðilum sem að verkefninu koma og er tengiliður þess vinnuhóps við fagráðið. Fagrád, Íþróttafulltrúi og iðkandi gera með sér skriflegan samning.

Barna og unglingastarf

Afreksstefna ÍR byggist á því að markmiðum ÍSÍ og ÍR um barna og unglingaþjálfun sé fylgt. Menntaðir og reynslumiklir leiðbeinendur skulu sjá um alla þjálfun hjá ÍR.

ÍR mun stuðla að og fylgst með að þjálfarar sækji námskeið, þá er bæði átt við grunnmenntun og endurmenntun.

ÍR mun um áramótin 2008/2009 eingöngu hafa fullmenntaða þjálfara sem bera ábyrgð á sínum æfingahópum. Aðstoðarþjálfarar geta hafið störf án þess að vera með þjálfaramenntun en eru hvött á grunnnámskeið á vegum sérsambanda og ÍSÍ með fjárstuðningi úr Menntunar- og afrekessjóð ÍR sem og viðkomandi deild líkt og verið hefur.