

Organisering av treningsgrupper

Stjørdals-Blink skigruppe har i dag organisert utøverne i tre treningsgrupper. Den minste fra 7-9 år, mellomste 10-12 år, og den eldste 13-16 år. Tidligere hadde man også fra 5/6 år, men på grunn av trenerkapasiteten, har man dette året gått over til å gjelde fra 7 år(1-3 klasse).

For alle treningsgruppene er man avhengig av å være flere trenere, slik at utøverne får tettest mulig oppfølging. Stjørdals-Blink skigruppe har i mange år hatt gode og dyktige trenere, noe som er svært viktig med tanke på utøvernes utvikling. I tillegg til å inneha treningsmessige ferdigheter, er man også avhengig av å legge til rette for motiverende aktiviteter og holde et stort sosialt fokus på treningene. Dette er spesielt viktig i de yngre årsklassene, mens man må påregne mer vektlegging av treningsfokus jo eldre man blir.

Man vet at det er store variasjoner innad i gruppene, både når det gjelder skiferdighet og motivasjon. Dette er noe som trenerne jobber med på hver trening, å legge til rette for at alle skal få oppleve mestring og glede med det å gå på ski. I så stor grad som mulig, prøver man å være minst to trenere til stede. På den måten har man mulighet til å splitte en gruppe, slik at det blir enda tettere oppfølging av hver enkelt.

I hovedsak skal alle utøverne følge de gruppene man tilhører på treningene. Stjørdals-Blink skigruppe mener at barna har best av å være på samme gruppe med jevnaldrende av flere årsaker. De fleste vil da være på samme ståsted både sosialt, mentalt og styrkemessig. Likevel vil man oppleve at enkelte utøvere har kommet lengre i utviklingen, og ønsker å prøve seg sammen med de som tilhører en gruppe høyere. Ved å bryte opp de faste gruppene, kan man ved enkelte treninger tillate slik «hospitering». Dette krever at man har god dekning på trenersiden i alle gruppene, for da må man bryte opp enda mer enn man gjør i dag. Eksempelvis vil det ikke være hensiktsmessig for en 9-åring å være sammen med de på 12 år, eller for en 12-åring å være sammen med de på 16.

Det vil være trenerne som tar initiativet for en slik oppsplitting av treningsgruppene, da det er de som har best oversikt over trenersituasjonen. Det vil på forhånd før treningene gå ut informasjon om at man åpner opp gruppene på denne måten. Her er man avhengig av en dialog mellom trenerne og foreldrene, slik at man er sikker på at utøveren blir ivaretatt på best mulig måte. I etterkant av disse treningene, vil trenerne foreta en evaluering, og rapportere til sportslig utvalg.

Stjørdals-Blink skigruppe ønsker med måten man tilrettelegger på, å følge mottoet - flest mulig lengst mulig.

Sportslig utvalg