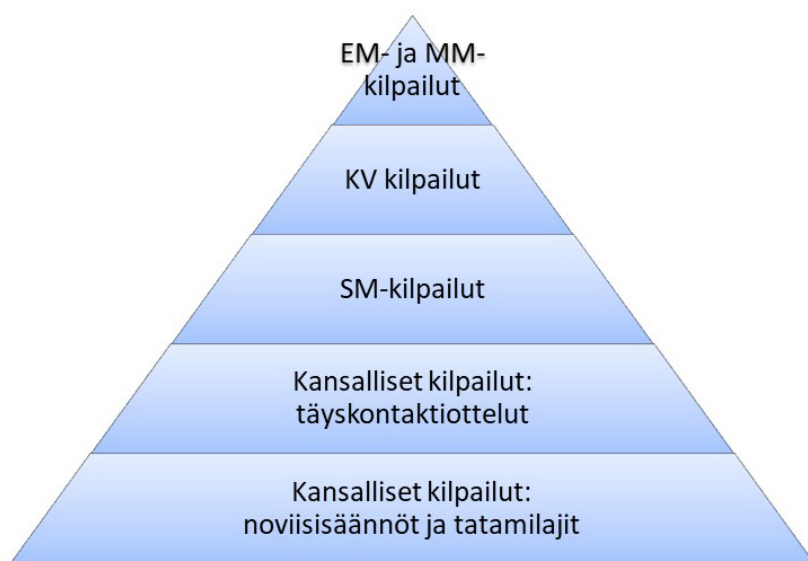


Potkunyrkkeilyn kehälajien huippu-urheilustrategia 2021 – 2023

Huippu-urheilustrategian tarkoituksena on luoda Suomeen puitteet potkunyrkkeilyn huippu-urheilun ja valmentamisen toimintakulttuurille, jolla taataan urheilijoiden jatkuva kansainvälinen menestys sekä urheilu-uran mielekkyys. Urheilijan valmentamista lähestytään kokonaisvaltaisesti ja pitkäjänteisesti juniori-ikästä alkaen. Huippu-urheilustrategia keskittyy potkunyrkkeilyn kehälajien urheilijoihin.

Kilpailujärjestelmässä panostetaan siihen, että urheilijalla on mielekkäitä omalle kulloisellekin tasolle sopivia tavoitteita koko kilpailu-uransa ajan kuvan 1 mukaisesti. Kilpailu-ura aloitetaan kansallisella tasolla, pääsääntöisesti noviisissäännöin käydyillä otteluilla ja-/tai juniorina tatamilajien kautta, joista siirrytään täyskontaktiotteluihin taidon ja kokemuksen karttuessa. Kansallisen tason päätavoite on vuosittain järjestettävät SM-kilpailut.

Kansainvälisiin arvokisoihin tähtäävät urheilijat hakevat kansainvälisistä kilpailuista kokemusta, ottelutuntumaa ja näyttöjä arvokisavalintoja varten. Kilpailijoiden uran johdonmukainen eteneminen taso kerrallaan mahdollistaa voittamisen kulttuurin oppimisen, jossa kaikilla tasoilla tavoitellaan voittoa pelkän osallistumisen sijaan. Tämä tarkoittaa samalla myös kulttuuria, jossa osallistutaan kisoihin vain sillä tasolla, jossa itsellä on mahdollista menestyä sekä kilpailla turvallisesti.



Kuva 1. Kilpailujärjestelmän mukaisesti kilpailijat jaetaan viiteen tasoluokkaan ja urheilijan kilpailujen taso kasvaa urheilijan kehittyessä, jolloin urheilija pääsee kulloinkin kilpailemaan tavoitteellisesti omalla tasollaan

Toimivassa kilpailujärjestelmässä on kilpailijoita kaikilla viidellä tasolla jatkuvuuden takaamiseksi:

1. Kansalliset kilpailut, noviisi- ja junioriottelut – aloitteleville kilpailijoille
2. Kansalliset kilpailut, täyskontaktiottelut – kansallisen tason kilpailijoille
3. SM-kilpailut – kaikille suomalaisille kilpailijoille, jotka pystyvät ottelemaan Suomen huippujen kanssa
4. Kansainväliset kilpailut – arvokisoihin tähtääville urheilijoille

5. EM- ja MM-kilpailut – huippu-urheilijoille.

Urheilijan menestyminen potkunyrkkeilyssä huipputasolla asettaa vaatimuksia teknis-taktiselle osaamiselle sekä henkisille ja fyysisille ominaisuuksille. Huippu-urheilijaksi kehittyminen edellyttää monivuotista sitoutumista niin urheilijalta kuin valmentajaltakin, sillä vaadittavien ominaisuuksien kehittäminen vaatii pitkäjänteistä valmennusta, harjoittelua ja kilpailemista. Painoluokkaurheilu vaatii myös tiukkaa itseuria ja ymmärrystä ruokavalion osalta.

Valmentajakoulutusten ja aktiivisen tiedonjakamisen keinoin pyritään varmistamaan, että kansallinen valmennus- ja kilpailujärjestelmä tukevat mahdollisimman optimaalisesti ja kokonaisvaltaisesti urheilijoiden kehittymistä kilpailu-urallaan. Kilpa- ja huippu-urheilijoiden valmennusosaamisen kehittäminen on yksi strategisista päätavoitteista vuosille 2021 – 2023.

Käytännön valmennustyö tehdään pääsääntöisesti seuratasolla. Seurojen välinen yhteistyö on tärkeää etenkin kilpailijoiden kansallisen kokonaistason kannalta. Mitä korkeammalle tasolle kilpailija etenee, sitä tärkeämmässä roolissa alueellinen, kansallinen ja huipputasolla jopa kansainvälinen yhteistyö ovat hänen lajikehityksensä kannalta.

Kilpailijoille järjestetään alueellisesti ja valtakunnallisesti säännöllisiä leirityksiä, jotka tukevat heidän kulloistakin tasoaan. Leireille kutsutaan myös heidän henkilökohtaiset valmentajansa tiedonjaon ja ajatusten vaihdon edistämiseksi:

- avoimet leirit; liiton alue- ja suurleirit, joihin voi osallistua niin kilpailijat ja kuntoilijat kuin kilpailijaksi aikovatkin, tarkoituksena jakaa uusinta lajitietämystä avoimesti kaikille
- kv-tason kilpailijoiden leirit; urheilijoille jotka kilpailevat vähintään kansainvälisellä tasolla
- kv-leirit; kansainvälisiin arvokisoihin valittujen urheilijoiden leirit omien painoluokkiensa ulkomaalaisten huippujen kanssa etenkin sarjoissa, joissa riittävän omankokoisia ja -tasoisia harjoitusvastustajia ei Suomesta löydy.

Kansainvälisesti menestyneille nuorille pyritään saamaan oma lajiryhmä Puolustusvoimien Urheilukouluun, jotta varusmiespalvelu ei katkaise urheilu-uraa kriittisessä vaiheessa siirryttäessä aikuisten sarjoihin.

Antidoping-tietoutta jaetaan kilpailijoille jo kilpailu-uran alusta alkaen.

Tavoitteet

Keskeiset tavoitteet vuosille 2021 – 2023:

- jatkuva menestys kansainvälisissä arvokilpailuissa
- kokonaisvaltaisen valmennusosaamisen kehittäminen ja levittäminen
- leiritoiminnan kehittäminen.

Huippu-urheilustrategian arviointi

Suomen Potkunyrkkeilyliiton hallitus arvioi huippu-urheilustrategian onnistumista vuosittain. Arvioitavat kokonaisuudet ovat:

- kilpailujärjestelmä
- leirit
- valmentajakoulutus
- valmennusjärjestelmä.

Kilpailujärjestelmä

1. Menestys kansainvälisissä arvokilpailuissa
2. Otteluvoittojen määrä kansainvälisissä turnauksissa
3. Urheilijoiden määrä tasoittain (kuvan 1 mukaisesti)
4. Kilpailijoiden määrä
5. Kansallisten kilpailujen määrä

Leiritys

1. Leirien määrä
2. Leireille osallistuneiden urheilijoiden määrä
3. Leireille osallistuneiden valmentajien määrä
4. Kansallisten ja kansainvälisten leirivuorokausien määrä

Valmentajakoulutus

1. Järjestettyjen koulutusten taso (VOK 1, 2 ja 3) ja lukumäärä
2. Kullekin tasolle osallistuneiden koulutettavien lukumäärä

Valmennusjärjestelmä

1. Lajissa toimivien valmentajien määrä
2. Lajissa toimivien ammattivalmentajien määrä