

RAMOWY PLAN SZKOLENIA KADRY NARODOWEJ JUNIORÓW

W SKOKACH DO WODY - 2019 ROK

Program szkolenia zawodników Kadry Narodowej Juniorów w skokach do wody oparty jest na kilkuletnim programie szkolenia młodzieży opracowanym przez Trenerów Kadry Narodowej Juniorów Grzegorza Kozdrańskiego i Bartłomieja Krynickiego zatwierdzonego przez KTSW.

ZASADY POWOŁYWANIA DO KADRY NARODOWEJ JUNIORÓW.

Na podstawie obserwacji poczynionych podczas zgrupowań i konsultacji Trenerów Kadry, a także po ich weryfikacji na podstawie wyników za rok 2018 do Kadry Narodowej Juniorów zostało powołanych 10 zawodników z 2 klubów.

Zawodnicy musieli wykazać się odpowiednim programem skoków pod względem trudności jak i jakości a także nienaganną opinią macierzystego klubu odnośnie, pracy, zaangażowania na treningach i poczynionych postępów.

W skład Kadry Narodowej Juniorów w skokach do wody wchodzi zawodnicy w dwóch grupach wiekowych A (ur. 2001 - 2003) i B (ur. 2004 – 2005).

W grupie A powołania do szerokiej Kadry otrzymało 8 zawodników:

1. Urszula Szewczyk – UKS PM Warszawa,
2. Aleksandra Błażowska – ZKS Stal Rzeszów,
3. Robert Łukaszewicz – ZKS Stal Rzeszów,
4. Justyna Ciskał ZKS Stal Rzeszów,
5. Karolina Wolska ZKS Stal Rzeszów,
6. Agnieszka Frankiewicz ZKS Stal Rzeszów,
7. Filip Jachim ZKS Stal Rzeszów,
8. Aleksandra Puterla ZKS Stal Rzeszów.

W grupie B powołania do szerokiej Kadry otrzymało 2 zawodników:

1. Maria Łukaszewicz ZKS Stal Rzeszów,
2. Emilia Tokarska ZKS Stal Rzeszów.

REGULAMIN powołania zawodników do kadry na MEJ KAZAŃ/ROSJA 2019r.

1. Zawodnicy w kategorii wiekowej B mają do wypełniania normy punktowe na wyznaczonych zawodach kwalifikacyjnych.
2. Zawodnicy w kategorii wiekowej A mają do wypełniania normy punktowe oraz współczynników trudności na wyznaczonych zawodach kwalifikacyjnych.
3. Wypełnienie minimów dla kategorii A musi dotyczyć jednocześnie normy punktowej oraz współczynnikowej z danego przyrzędu.
4. Wypełnienie określonych norm przez zawodników w kategorii A oraz B, nie daje automatycznie zawodnikowi gwarancji uczestniczenia w Mistrzostwach Europy Juniorów.
5. Zawodnicy obowiązkowo powinni uczestniczyć w zaplanowanych konsultacjach

i startach, podczas których podlegają ocenie trenerów kadry.

6. Warunkiem koniecznym powołania w skład Kadry Narodowej do udziału w MEJ, niezależnie od wypełnienia kryteriów wynikowych, jest posiadanie nienagannej opinii macierzystego klubu oraz zatwierdzenia przez Polski Związek Pływacki.
7. Po zakończonych Letnich Mistrzostwach Polski zostanie podany ostateczny skład Kadry na Mistrzostwa Europy Juniorów – KAZAŃ 2019. Ostateczną decyzję podejmą Trenerzy Kadry Narodowej Juniorów oraz Przewodniczący i Wice Przewodniczący ds. szkolenia Komitetu Technicznego Skoków do wody.

Zawodnicy są zobowiązani do wykonania norm punktowych na określonych poniżej zawodach, w zależności od przyrzędu: **Zimowe Mistrzostwa Polski, Ukrainian Junior Open Kijów, Elite Junior Diving Sheffield, Letnie Mistrzostwa Polski.**

Powołanych zawodników obowiązuje udział w szkoleniu centralnym w ramach konsultacji zaplanowanych przez KTSW (plan konsultacji umieszczono poniżej).

MIESIĄC	DATA	AKCJA/ILOŚĆ
STYCZEŃ	26-31.01.2019	Konsultacja Łódź /8+1
	28.01-02.02.2019	Konsultacja Warszawa/1+1
LUTY	10-22.02.2019	Konsultacja Łódź/5+1
MARZEC	01-03.03.2019	ZMP/Poznań
	15-24.03.2019	Ukrainian Junior Open-Kijów/5+1
KWIECIEŃ	06-09.04.2019	Konsultacja Łódź/4+1
	10-15.04.2019	Elite Junior Diving-Sheffield/4+1
MAJ	05-11.05.2019	Konsultacja Łódź/8+1
	19-25.05.2019	Ukrainian Junior Open Kijów/5+2
CZERWIEC	02-06.06.2019	Konsultacja Łódź/9+2
	07-09.06.2019	LMP/Poznań
	13-18.06.2019	Zgrupowanie przed MEJ-Łódź
	20.06-01.07.2019	MEJ/KAZAŃ

Zawodnicy mają również zaplanowane starty kontrolne, których celem jest zrobienie lub też potwierdzenie wyznaczonych norm punktowych (gr A i B) a w gr A także współczynnikowych.

PLAN STARTÓW:

15-24.03.2019	Ukrainian Junior Open-Kijów	Zawody międzynarodowe
10-15.04.2019	Elite Junior Diving-Sheffield	Zawody międzynarodowe
19-25.05.2019	Ukrainian Junior Open-Kijów	Zawody międzynarodowe

NORMY PUNKTOWE I WSPÓŁCZYNNIKOWE KWALIFIKUJĄCE DO UDZIAŁU W MISTRZOSTWACH EUROPY JUNIORÓW W SKOKACH DO WODY – KAZAŃ 2019

W ramach prac polegających na analizie wyników głównej imprezy roku 2018, jaką były dla grupy A i dla grupy B Mistrzostwa Europy Juniorów w Helsinkach, opracowano i zatwierdzono normy punktowe oraz współczynniki dla zawodników ubiegających się o udział w Mistrzostwach Europy Juniorów w KAZANIU w 2019 roku

GRUPA B

Normy są średnią uzyskaną ze startu w danej grupie z eliminacji i finału z MEJ w 2018.

GRUPA B	DZIEWCZĘTA		CHŁOPCY	
	Minimalna norma w 2018	Minimalna norma w 2019	Minimalna norma w 2018	Minimalna norma w 2019
Trampolina 1m	284,00 pkt.	287,00 pkt.	321,00 pkt.	313,00 pkt.
Trampolina 3m	302,00 pkt.	294,00 pkt.	355,00 pkt.	333,00 pkt.
Wieża	266,00 pkt.	248,00 pkt.	323,00 pkt.	290,00 pkt.

GRUPA A

Normy są średnią uzyskaną ze startu w danej grupie z eliminacji i finału z MEJ w 2018. W przypadku skoków synchronicznych przyjęto kryterium punktowe na poziomie 6 miejsca z finału MEJ w 2018.

GRUPA A	DZIEWCZĘTA		CHŁOPCY	
	Minimalna norma w 2018	Minimalna norma w 2019	Minimalna norma w 2018	Minimalna norma w 2019
Trampolina 1m	330,00 pkt./9,2	327,00 pkt./9,2	416,00 pkt./12,9	397,00 pkt./12,9
Trampolina 3m	359,00 pkt./10,4	339,00 pkt./10,4	445,00 pkt./13,8	442,00 pkt./13,8
Trampolina 3m synchron	233,00 pkt./7,9	234,00 pkt./7,9	264,00 pkt./8,7	273,00 pkt./ 8,7
Wieża synchron	230,00 pkt./7,6	230,00 pkt./7,6	268,00 pkt./9.0	256 pkt./9.0
Wieża	303,00 pkt./10,7	299,00 pkt./10,7	400,00 pkt./13,9	395 pkt./13,9

Ostateczny skład osobowy zostanie podany przez Trenerów Kadry Narodowej Juniorów natychmiast po zakończeniu ostatniego etapu kwalifikacji jakimi są Letnie Mistrzostwa Polski (7-9/06/2019) w Poznaniu.

Trenerzy Kadry zastrzegają sobie, że zrobienie norm na MEJ nie daje bezpośredniej nominacji do składu wyjeżdżającego na MEJ KAZAŃ 2019.

Trenerzy KNJ zastrzegają, że wraz z wydziałem szkolenia i Przewodniczącym KTSW w wyjątkowych sytuacjach mogą powołać zawodnika do składu na MEJ KAZAŃ 2019, który nie wypełnił wymagań i norm określonych powyżej w piśmie.

OPRACOWANIE Trenerzy Kadry Narodowej Juniorów: Grzegorz Kozdrański, Bartłomiej Krynicki