

Strategija razvoja hrvatske plivačke reprezentacije

Osnovni cilj koji moramo postaviti je nastavak kontinuiranog napretka hrvatskog plivanja. Ako imamo u vidu rezultate koji su naši natjecatelji ostvarili u proteklom razdoblju brzo ćemo ustanoviti da zadatak koji smo postavili nije lagan. Od iznime je važnosti da ne zaboravimo kako smo došli do tih rezultata, jer na isti način možemo ostvariti cilj koji smo si postavili. A to je:

- razvojem talentiranih pojedinaca,
- razvojem klubova i
- **razvojem regionalnih centara.**



“Dugoročan plan razvoja” koji je predstavljen u HPS-u prije nekoliko godina je odlična platforma za novi impuls u razvoju hrvatskog plivanja. Vjerujem da je danas “Dugoročan plan” poznat mnogima u hrvatskom plivanju i da je donekle promijenio određene negativne trendove. Danas je potrebno je osigurati da se plan provodi na svakom nivou u svakom klubu. Ako želimo da ovaj plan funkcionira moramo ostvariti suradnju i fokus kako na klupskom tako i na regionalnom nivou. Naš dugoročan cilj mora biti osnivanje nacionalnog plivačkog centra, koji bi okupljao sve plivačke znanstvenike, ponudio uvjete koji stimuliraju vrhunski rad,

i bio istinski centar plivanja u Hrvatskoj. A nakon toga težiti da se takvi centri razvijaju u svakoj reiji. Ako želimo unijeti određene promjene u hrvatsko plivanje moramo to napraviti na svim nivoima.

Želimo izazvati trenere da promjene tradicionalan način razmišljanja, prepoznaju trendove kretanja u svjetskom plivanju, prilagode ih i primjene u našim uvjetima. Analiza rezultata naših plivača u proteklom razdoblju govori nam da možemo ostvariti rezultate na europskom i svjetskom nivou. Ako želimo imati aktivnu ulogu na svjetskoj plivačkoj sceni moramo nastaviti pronalaziti talente, fokusirati se na njihov razvoj, omogućiti im da provode ispravan trenažan proces u uvjetima koji stimuliraju vrhunski rad.

Analizom rada uspješnih plivačkih nacija, lako je ustanoviti neke trendove koje i mi **moramo** primijeniti:

- Dugoročan razvoj natjecatelja sa nekoliko **jasno određenih** stepenica u razvoju
- **Fokusiranje** na manji broj talentiranih plivača otkrivenih razvojnim programima.
- **Kontinuirani** proces testiranja i analiza
- Postizanje elitnih ciljeva u svim zemljama je bazirano na **višegodišnjem** trenažnom procesu
- Natjecanja su **planirana strateški** kako bi stimulirali rad cijele godine
- Planovi moraju biti **usklađeni** s osobnim planovima i u dogovoru sa klubovima

- Selekcija talentiranih pojedinaca počinje u razdoblju od 10-12 godine, s naglaskom na razvoj učenja **svih tehnika** plivanja, i plivanjem više dionica

Svrha ovog plana je da usmjerimo program i strategiju razvoja plivača početnika do plivača seniorske reprezentacije. Uvidom u trenutno stanje i mogućnosti hrvatskog plivanja smatram dva ključna elementa ovog programa

1. Provođenje ispravnog trenažnog procesa u uvjetima koji stimuliraju vrhunski rad
2. Mogućnost natjecanja i usporedba s svjetskom elitom

Ove mogućnosti moramo ponuditi onim natjecateljima koje ćemo identificirati kao talentirane i pratiti ih u njihovom radu u klubovima.

Nacionalne selekcije:

Ovim planom utvrđujemo slijedeće nacionalne reprezentacije:

REPREZENTACIJE HPS-a	
Seniorska reprezentacija	
A	Ostvaren rezultat >900 bodova u u 3 uzastopne sezone
B reprezentacija	Ostvaren rezultat >850 bodova u olimpijskoj disciplini Ostvaren rezultat >875 bodova u neolimpijskoj discipline
C reprezentacija	Ostvaren rezultat > 835 bodova u olimpijskoj discipline
Juniorska reprezentacija	
Plivači 18 godina i mlađi Plivačice 16 godina i mlađe	
A reprezentacija	Ostvaren rezultat >800 bodova u olimpijskoj discipline (osim 50m slobodno)

B reprezentacija	Ostvaren rezultat >750 bodova u olimpijskoj discipline
Mlada reprezentacija	
	8 prvoplasiranih sa rang liste najsvestranijih plivača u kategoriji mlađih juniora i kategoriji kadeta

Naravno da je konačni cilj uspjeh i rezultati A reprezentacija, te da su one primarne u realizaciji ciljeva. Ipak, moramo biti svjesni da dugoročni rezultati tih selekcija u mnogome ovisi o kvaliteti rada u tim selekcijama.

Seniorska reprezentacija:

Rezultati seniorske reprezentacije su, za mnoge, ogledalo rada nacionalnog Saveza. Moramo prihvatiti činjenicu da je plivanje danas iznimno dinamičan sport, te da sezona iznimno duga i naporna. Moramo nastojati zadržati pozitivan trend rezultata na velikim međunarodnim natjecanjima, a istovremeno paziti da ne preopteremo naše najbolje plivače. Također moramo znati da reprezentativci osim sportskih imaju i školske obaveze, koje ne smiju zanemariti. Glavna promjena u radu reprezentacije bi bila ranija selekcija za velika međunarodna natjecanja. Ovim bi se izbjeglo natjeravanje normi, koje uglavnom slijedi lošiji nastup na samom natjecanju. Željeli bi odrediti reprezentaciju za svako veliko natjecanje minimalno 12 tjedana pred natjecanje. Ovime bi trenerima i natjecateljima osigurali da se provode normalne pripreme za samo natjecanje, a time povećamo mogućnost realizacije većeg postotka najboljih rezultata natjecatelja (u karijeri ili sezoni).

Uvođenje B reprezentacije predviđeno je kao nastojanje osiguravanje dodatne motivacije natjecateljima koji pokazuju

zavidan nivo motiva i kvalitete, ali svojim rezultatima još ne konkuriraju za nastup u polufinalima velikih međunarodnih natjecanja, te kao način za lakše savladavanje prelaska iz juniorske u seniorsku reprezentaciju.

Aktivnosti:

- Nastupi na OI, SP, EP i MI
- Nastupi na međunarodnim natjecanjima
- Pripreme



Juniorska reprezentacija:

Juniorska reprezentacija mora imati bitnu ulogu u ovom programu. Sukladno "Dugoročnom planu razvoja" naglasak u ovoj fazi razvoja natjecatelja bi trebao biti na razvijanje individualnih kvaliteta, i to modeliranjem i razvojem tehničkih i taktičkih vještina s obzirom na određenu dionicu ili tehniku plivanja, ne i na obje. A to znači da natjecatelji ne bi smjeli plivati samo određenu dionicu i tehniku. To se poglavito odnosi na dionice od 50 metara, koje u ovoj fazi razvoja moraju biti samo jedna od metoda razvoja, a nikako jedina. Upravo iz tog razloga od kandidata za nastup na EJP tražiti će se da ostvare norme u dionicama od 100 i /ili 200 metara.

Aktivnosti:

- Nastupi na SJP i EJP
- Nastupi na međunarodnim natjecanjima

- Pripreme

Mlada reprezentacija:

Mlada reprezentacija bi trebala biti poligon za prepoznavanje talenata i njihovo pravilno usmjeravanje u karijeri. U rad mlade reprezentacije svakako treba uključiti što veći broj klupskih trenera s kojim natjecatelji provode svakodnevni program .

Aktivnosti:

- Nastupi na međunarodnim natjecanjima
- Pripreme

Stručni rad:

U narednom razdoblju želimo promijeniti nekoliko trendova koje smo primjetili u našem plivanju a to su:

- rad vrhunskih trenera s vrlo malim brojem plivača u reprezentaciji
- mali broj mladih i domaćih trenera u seniorskoj reprezentaciji

Ove probleme ćemo pokušati riješiti na način da ćemo povećati zaduženja vrhunskim trenerima, odnosno zadužiti ih za rad s većim brojem plivača u reprezentaciji, a zatim im priključiti mlade trenere kao pomoćnike.