



עדכון ינואר 2018

עבודת נבחרות אולימפיות

לטוקיו 2020



עונת 2018

החזון:

נבחרות שייט לאומיות שמגדלות ספורטאי על בדגמים האולימפיים



הקדמה:

לקמפיין 2020 בחרנו בעבודה במסגרת נבחרות לאומיות כדרך הנכונה ביותר לעמוד במטרות שהצבנו לעצמנו. שנת 2017 היתה השנה הראשונה של עבודת הנבחרות האולימפיות. שנה זו לוותה בלמידה רבה של אנשי המקצוע והספורטאים על היתרונות והאתגרים בעבודת הנבחרות. סיימנו את השנה עם עמידה ב-75% מהיעדים שהצבנו לעצמנו ועם הפקת לקחים ומסקנות רבות לשיפור לקראת 2018.

בתכנית זו אנו מיישמים את מסקנות 2017 ומציבים לעצמנו יעדים חדשים ומאתגרים לעונת 2018 עונת "הקווטות האולימפיות".

המטרות לקמפיין 2020 :

- מדליה אחת, לפחות, באולימפיאדת טוקיו 2020
- 3 גמרים (שיוט מדליות) אולימפיים
- נציג אולימפי לכל נבחרת פעילה
- בכל דגם ספורטאי/ צוות נוסף ברמת גמר (שיוט מדליות) באליפות עולם 2020
- מסגרת עבודה בנבחרות הישגית עם המשכיות ל 2024

עקרונות עבודה:

- בחירת מאמנים מובלים לנבחרות האולימפיות לעבודה ארוכת טווח.
- מסגרת עבודה רציפה בנבחרות לפי תוכנית עבודה מסודרת ובה כ 20 ימי עבודה בחודש הכוללים אימוני ים וכושר בהיקף ממוצע של 4 שעות אימון ביום (למעט תקופת ההתאוששות).
- עבודה לפי אסטרטגיה ארוכת טווח, עם תכניות שנתיות ותקופתיות לכל נבחרת.
- מעקב ובקרה לעמידה ביעדי התכנית.
- עבודה במרכזי אימון ארציים, בהם יתבצעו מירב האימונים.
- תמיכה מקצועית היקפית הכוללת : מעטפת רפואית, ליווי מדעי מקצועי, מניעת פציעות, אימון מנטלי, תמיכה טכנולוגית.



כללי עבודה בסיסיים לחברי הנבחרת

• התחייבות הספורטאי

חבר הנבחרת מתחייב:

- להתנהג בצורה ספורטיבית והוגנת לכולם ולחברי הנבחרת בפרט.
- לעמוד בכל הדרישות המקצועיות.
- לקבל בצורה מלאה את סמכות המאמן, צוות האימון ועובדי האיגוד.
- לא לצאת כנגד הנבחרת והאיגוד בכלי התקשורת או בכל פורום ציבורי אחר.
- לתרום מזמנו לקידום השייט בישראל ע"פ תכנית מסודרת מראש.
- לעמוד בקוד האתי של הועד האולימפי.

- ספורטאי אשר לא יעמוד באחת מהדרישות עלול לאבד את מקומו בנבחרת.
- ספורטאי אשר הוצא מהנבחרת יפסיק לקבל כל תמיכה שהיא בצורה מיידית.

• מחויבות רפואית

כל ספורטאי הנבחרת מחויבים לבצע במרפאה האולימפית במכון וינגייט בתחילת כל עונה (אוקטובר –נובמבר):

- סקירה אורתופדית.
- בדיקת מאמץ – ארגומטריה או בדיקה פיזיולוגית בהתאם לבקשתו של מאמן.
- הערכה תזונתית התחלתית.
- בדיקת דם.
- ספורטאי חדש הנכנס לסגל מחויב בתאום פגישת היכרות עם רופאת הסגל האולימפי.

באחריות ספורטאי הנבחרת לדווח לרופאה האולימפית על כל פציעה, מחלה, תוצאות בדיקות וטיפולים.

אין לבצע כל טיפול או הליך רפואי ללא אישור מראש של הרופאה האולימפית.

ספורטאי אשר קיבל הנחייה לבצע טיפולים ולבוא לבדיקות מחויב למלא אחר ההוראות שניתנו ע"י הצוות הרפואי.

- חזרה לפעילות של ספורטאי לאחר פציעה מותנית באישור של הצוות הרפואי.
- אופן החזרה לפעילות ודירוג העומסים יקבע ע"י הצוות הרפואי בשיתוף עם המאמן הלאומי והמנהל המקצועי.

על חברי הנבחרת חל איסור לקיחת כל תרופה ו/או תוסף תזונתי אשר לא ניתן ע"י איש צוות מקצועי ברפואת הספורט של היחידה לספורט הישגי. במקרה בו הומלץ לספורטאי על לקיחת תרופה ע"י רופא שאינו בצוות רפואת הספורט, יש לידע את הרופאה האולימפית טרם לקיחתו ולקבל על כך אישור.



- **רמות דירוג מימון וסינון בפעילות**
במידה ובתכנית המקצועית של כל נבחרת לא מצוינים דרכי דירוג וסינון שונים, הדירוג והסינון יתבצע ע"פ הנוהל הבא:

1. סגל זהב וכסף על פי אמות המידה של הועד האולימפי.
2. סגל ארד, בכיר ועתודה אולימפית על פי אמות המידה של הועד האולימפי.
3. סגל נוער אולימפי על פי אמות המידה של הועד האולימפי.
4. ספורטאי מצטיין בצה"ל.
5. סגל נוער לא אולימפי על פי אמות המידה של הועד האולימפי.

- **העשרה מקצועית חוץ נבחרתית**
ספורטאי אשר יהיה מעוניין לקיים פעילות מקצועית נוספת מעבר לפעילות הנבחרת כגון מחנה אימון בינלאומי או תחרות בינלאומית יפעל ע"פ הנוהל הבא:

1. יעביר בקשה כתובה למאמן הנבחרת, לפחות חודש לפני תחילת הפעילות.
2. המאמן יעביר את חוות דעתו לוועדה המקצועית.
3. הועדה המקצועית תוציא המלצה להנהלת האיגוד.

- **העברת ידע למאמנים וספורטאים צעירים**
שייטי הסגל יתחייבו להעביר את הידע שנצבר בתכנית זו בפעילות מסודרת שתארגן ע"י איגוד השייט. היקף הפעילות המקסימלי לעונה יהיה:
 - 10 ימיי פעילות ללא שכר, רק כנגד החזר הוצאות
 - 20 ימיי פעילות בשכר מנימלי של 300 ₪ ליום + החזר הוצאות

- **סף מינימום הישגי**
ספורטאי אשר סיים מחוץ ל-50% הראשונים באירוע בינלאומי המשך תכניתו הבינלאומית תיבחן ע"י הועדה המקצועית.

- **עדכון השתתפות עצמית בתכנית בינלאומית נבחרות אולימפיות**

הנהלת איגוד השייט החליטה שבמהלך עונת 2018 ספורטאים הנכללים בסגלי זהב, כסף, ארד, בכיר, עתודה הישגית ונוער אולימפי פטורים מתשלום השתתפות עצמית, שאר הספורטאים ישלמו 700 יורו על כל נסיעה, 1000 יורו על שתי נסיעות רציפות ובכל מקרה לא ישלמו יותר מ 1400 יורו בשנה.



נבחרת ישראל RSX גברים לעונת 2018

מטרות הישגיות

- ✓ גולש בטופ 5 באליפות עולם.
- ✓ גולש בטופ 5 באליפות אירופה.
- ✓ שני גולשי עתודה אולימפית בטופ 20 באליפות עולם או אליפות אירופה.
- ✓ שני גולשים במדל רייס בסבב העולמי.

נבחרת ישראל לגברים בדגם ה RSX תעבוד בשנת 2018 ע"פ הכללים הבאים:

• הרכב הנבחרת

- הגולשים העומדים בקריטריונים הבאים מוזמנים להצטרף לנבחרת:
 - גולשים הנמצאים בסגלים האולימפיים של הועד האולימפי.
 - גולשים הנמצאים בסגל עתודה אולימפית.
 - מדליה באליפות עולם לנוער U-19.
 - אלוף אירופה לנוער U-19.
 - ספורטאי מצטיין בצה"ל.
- גולשי הנוער הבכירים שאינם עומדים בקריטריונים יוזמנו לחלק מאימוני הנבחרת בהודעה מראש אבל לא יהיו חלק מהסגל לתכנית הבינלאומית.

• פורמט העבודה

- הנבחרת תתאמן בצורה רציפה ותיפגש בין 4 ל 6 פעמים בשבוע, יום האימון יכלול אימוני ים וכושר.
- מרכז האימונים הסדיר יהיה המרכז הימי שדות ים.
- הנבחרת תבצע מחנות אימון סגורים באתרים שונים בארץ ובעולם ע"פ הצורך המקצועי.

• תכנית מקצועית

- עד ינואר תוצג לכל חברי הנבחרת תכנית מקצועית מפורטת לכל עונת 2018.
- עבור הגולשים הבכירים שחר צוברי ונמרוד משיח ייתכנו שינויים בתוכנית האימונים והתאמות אישיות בתוכנית אשר לא יחולו על שאר חברי הנבחרת.

• אירועים בינלאומיים

- הנבחרת מתוכננת לצאת העונה ל: גביע העולם מיאמי, גביע הנסיכה פלמה, גביע העולם הייר, שיוט דלתא לויד מדמבליק, אליפות העולם, אליפות אירופה, קדם אולימפי, גמר גביע העולם, סבב עולמי יפן ומספר מחנות אימון בינלאומיים. יתכנו עדכונים ושינויים בתחרויות ומחנות האימון במהלך השנה עקב צרכים מקצועיים או אילוצים תקציביים.
- יציאה של ספורטאי לתכנית הבינלאומית כפופה להמלצת מאמן הנבחרת, הועדה המקצועית ואישור הנהלת האיגוד.
- תיתכן השתתפות עצמית של הספורטאים בעלות הפעילות הבינלאומית, גובה העלות יקבע בהנהלת איגוד השייט.



- הקריטריונים להשתתפות בתכנית הבינלאומית הם:
 - ספורטאים בסגל זהב + כסף – עונת פעילות מלאה מלבד קדם אולימפי יפן.
 - ספורטאים בסגל ארד + בכיר + עתודה אולימפית – עונת פעילות מלאה מלבד אליפות העולם וקדם אולימפי יפן.
 - אלוף עולם לנוער - עונת פעילות מלאה מלבד אליפות העולם וקדם אולימפי יפן.
 - ספורטאים בסגל נוער אולימפי – ע"פ זימון מאמן לכל תחרות.
 - מאמן הנבחרת והועדה המקצועית יוכלו להמליץ להנהלת האיגוד לאשר לגולשים נוספים להצטרף במידה והם הראו התקדמות מקצועית ועמדו בכל הדרישות המקצועיות של עבודת הנבחרת.

- הסגל לאליפות העולם 2018 ימנה 4 גולשים ויבחר ע"פ הדירוג הבא:
 - ספורטאים בסגל זהב + כסף.
 - ספורטאים אשר סיימו בעשירה הראשונה באחת מהתחרויות הבאות:
 - גביע הנסיכה פלמה
 - WC הייר
 - דלתא לויד בהולנד
 - על פי בחירת מאמן הנבחרת אשר ייקח בחשבון את הנקודות הבאות:
 - השקעה באימונים ועמידה בתכנית המקצועית.
 - התקדמות מקצועית.
 - מיקום בתחרויות הגדולות.
 - במידה ונקבל מקומות נוספים הסגל יגדל עד חמישה גולשים. המקום יחולק ע"פ אותם קריטריונים. כל הוספת ספורטאי חייבת אישור ועדה מקצועית והנהלת איגוד.

- הסגל לאליפות אירופה יבחר ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - כל הספורטאים אשר זומנו לנבחרת בתחילת העונה ועמדו בדרישות המקצועיות במהלך העונה.
 - ספורטאים אשר הראו התקדמות מקצועית מרשימה בעונה זו על פי חוות הדעת של מאמן הנבחרת.

- למחנה אימון ביפן והקדם אולימפי ימנה הסגל מקסימום שלושה ספורטאים ויבחר ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - מדל רייס באליפות עולם או אליפות אירופה.
 - במידה ואין שלושה ספורטאים אשר נכנסו לשיוט המדליות באליפות העולם או באליפות אירופה, המאמן יקבע את הרכב הסגל.
 - הגולשים אשר יתחרו בתחרות הקדם אולימפי יבחרו ע"י המאמן למיטב הבנתו ושיפוטו מותנה במספר הספורטאים שניתן יהיה לרשום לאירוע.



נבחרת ישראל RSX נשים לעונת 2018

מטרות הישגיות

- שתי גולשות במדל רייס אליפות העולם.
- שתי גולשות במדל רייס אליפות אירופה.
- מדליה בסבב העולמי.

נבחרת ישראל לנשים בדגם ה RSX תעבוד בשנת 2018 ע"פ הכללים הבאים:

• הרכב הנבחרת

- הגולשות אשר יעמדו בקריטריונים המופעים מטה יוזמנו לנבחרת ישראל.
- הנבחרת תפעל במסגרת מפוצלת של סגל אולימפי בכיר וסגל עתודה אולימפית.
- פייר לקוונט הינו המאמן הראשי של הנבחרת.
- מאמן/ת לסגל העתודה האולימפית יתחיל לאמן לא לפני חודש ינואר 2018.

• הזמנות לספורטאיות יחולקו ע"פ קריטריונים הבאים:

- סגל אולימפי:
 - סגל זהב, כסף וארד – עונה מלאה
 - סגל בכיר – חברות מלאה עד לתחרות הסבב העולמי הייר, בגמר תחרות הסבב העולמי הייר המקומות יחולקו שוב ע"פ אמות המידה המצוינות מטה.
- סגל עתודה אולימפית:
 - סגל עתודה אולימפית
 - מדליה באליפות העולם לנוער
 - אלופת אירופה לנוער
 - הזמנה אישית ע"פ תוצאות עונת 2017 וחוות דעת מקצועית של מאמן הנבחרת.

• נקודות כניסה ויציאה

- סגל אולימפי עד 4 גולשות
 - תחילת עונה ע"פ תוצאות 2017
 - לאחר הייר ע"פ המבחנים המופעים מטה
 - לאחר אליפות עולם ע"פ המבחנים המופיעים מטה
 - לאחר אליפות אירופה ע"פ המבחנים המופיעים מטה
- סגל עתודה אולימפית
 - הגולשות אשר קיבלו הזמנה לנבחרת ולא עומדות בקריטריונים לסגל אולימפי.



- **פורמט העבודה**
 - הנבחרת תתאמן כ-20 יום בחודש בממוצע שנתי ע"פ תכנית אימונים מפורטת.
 - הנבחרת תבצע מחנות אימון סגורים באתרים שונים בארץ ובעולם ע"פ הצורך המקצועי.
- **תכנית מקצועית**
 - במהלך חודש נובמבר תוצג תכנית מקצועית מפורטת הכוללת:
 - לוח אימונים
 - לוח תחרויות
 - תחרויות מטרה
 - נקודות חיבור והפרדה בין הסגלים
- **אירועים בינלאומיים**
 - יציאה של ספורטאית לתכנית הבינלאומית כפופה להמלצת מאמן הנבחרת, הועדה המקצועית ואישור הנהלת האיגוד.
 - יתכנו עדכונים ושינויים בתחרויות ומחנות האימון במהלך השנה עקב צרכים מקצועיים או אילוצים תקציביים.
 - תיתכן השתתפות עצמית של הספורטאיות בעלות הפעילות הבינלאומית, גובה העלות יקבע בהנהלת איגוד השייט וייקח בחשבון את הנקודות הבאות:
 - הסגל של היחידה לספורט הישגי בה נמצאת הספורטאית.
 - סגל של נבחרת ישראל בה נמצאת הספורטאית.
 - הדירוג ההישגי בתוך הנבחרת.
 - סבב עולמי מיאמי –
 - סגל אולימפי+ אלופת העולם לנוער
 - גולשות עתודה אולימפית ע"פ דירוג דצמבר.
 - שבוע הנסיכה פלמה / מחנה אימון בינלאומי – תיתכן הפרדת פעילות בין שני הסגלים
 - גולשות סגל אולימפי
 - גולשות סגל עתודה אולימפית ע"פ התוצאות בתחרות המבחן והתוצאות במיאמי
 - סבב עולמי הייר –
 - גולשות סגל אולימפי
 - גולשות סגל עתודה אולימפית ע"פ התוצאות בתחרות המבחן, התוצאות במיאמי ופלמה.
 - מחנה אימון בינלאומי מאי – גולשות סגל אולימפי
 - דלתא לויד -
 - גולשות סגל אולימפי
 - גולשות סגל עתודה אולימפית
 - הכנה בינלאומית לאלופות העולם יוני+יולי – גולשות סגל אולימפי



○ אליפות העולם

- גולשות סגל אולימפי
- גולשות סגל עתודה אולימפית - במידה ויש הגבלת מקומות החלוקה תתבצע ע"פ דירוג הנבחרת לאחר הייר.

○ אליפות אירופה

- גולשות סגל אולימפי
- גולשות סגל עתודה אולימפית
- יפן מחנה אימון +קדם אולימפי
 - שלוש גולשות
 - ההשתתפות בקדם אולימפי ע"פ החלטת המאמן
- סבב עולמי יפן ומיאמי
 - גולשות סגל אולימפי

אופן חלוקת ספורטאיות הנבחרת לסגל אולימפי ולסגל עתודה אולימפית

ספורטאיות נבחרת ישראל האולימפית בדגם ה RSX יבחרו **לסגל אולימפי** וסגל **עתודה אולימפית** ע"פ הקריטריונים הבאים:

- ספורטאית סגל זהב או כסף וארד
 - מוזמנת לסגל אולימפי לכל עונת 2018 מלבד הנסיעה לקדם אולימפי יפן.
- ספורטאית סגל בכיר מוזמנת לסגל אולימפי עד גמר תחרות הסבב העולמי הייר.
- ספורטאית נבחרת ישראל בוגרות בעונה הקודמת אשר לא עומדת בקריטריונים המופיעים מעלה מוזמנת לסגל עתודה אולימפית.
- אלופת העולם לנוער ואלופת אירופה לנוער מוזמנות לסגל עתודה אולימפית .
- לאחר הייר יבחרו מחדש עד שלוש ספורטאיות לסגל האולימפי ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - מדליה בגביע העולם הייר מזכה במקום בסגל האולימפי
 - המקומות הנותרים בסגל האולימפי יחולקו למובילות בדירוג ע"פ הניקוד בטבלה והמכפילים:

המכפילים	השיוט
0.1	דירוג דצמבר
1	מיאמי
1.5	הייר

ניקוד	מקום	ניקוד	מקום
10	11	50	1
9	12	40	2
8	13	30	3
7	14	17	4
6	15	16	5
5	16	15	6
4	17	14	7
3	18	13	8
2	19	12	9
1	20	11	10



- לאחר אליפות העולם סגל אולימפי לאליפות אירופה יבחר שוב ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - כל הבנות בטופ 16 באליפות העולם נכנסות לסגל A
 - במידה ויש יותר מ4 בנות בטופ 16 ההכרעה ע"פ הדירוג הסופי באליפות העולם
 - במידה ויש פחות מ3 בנות בטופ 16 המקום הנוסף ע"פ הדירוג עד הטופ 20
 - במידה ויש פחות מ3 בנות בטופ 20 המקומות יחולקו ע"פ החלטת המאמן
- למחנה אימון ביפן והקדם אולימפי הסגל ימנה מקסימום שלוש ספורטאיות ויבחר ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - מדליה באליפות העולם או באליפות אירופה.
 - במידה ואין שלוש ספורטאיות אשר זכו במדליה, המאמן יקבע את הרכב הנבחרת.
 - הגולשות אשר יתחרו בתחרות הקדם אולימפי יבחרו ע"י המאמן למיטב הבנתו ושיפוטו מותנה במספר הספורטאיות שניתן יהיה לרשום לאירוע.



נבחרת ישראל 470 גברים לעונת 2018

מטרות הישגיות

- צוות בטופ 16 באליפות עולם או אליפות אירופה
- 1-5 באליפות עולם לנוער
- מדליה באליפות אירופה לנוער
- צוות בשייט מדליות באחת מהתחרויות הבינלאומיות הגדולות

נבחרת ישראל לגברים בדגם ה-470 תעבוד בשנת 2018 ע"פ הכללים הבאים:

• הרכב הנבחרת

- הצוותים העומדים בקריטריונים הבאים מוזמנים להצטרף לנבחרת:
 - צוותים אשר נמצאים בסגל נוער אולימפי
 - צוותי נוער בכירים ע"פ הזמנת המאמן
 - ספורטאים מצטיינים בצה"ל
- צוותים אשר מפליגים בדגם בצורה סדירה ורצינית ואינם עומדים בקריטריונים יוזמנו לחלק מאימוני הנבחרת בהודעה מראש.

• פורמט העבודה

- הנבחרת תתאמן בצורה רציפה ותיפגש בין 4 ל 6 פעמים בשבוע, יום האימון יכלול אימוני ים וכושר.
- מרכז האימונים הסדיר יהיה המרכז הימי שדות ים.
- הנבחרת תבצע מחנות אימון סגורים באתרים שונים בארץ ובעולם ע"פ הצורך המקצועי.

• תכנית אימונים מפורטת

- תוכנית אימונים ותחרויות מפורטת לעונת 2018 תפורסם בחודש דצמבר.
- כל סוף חודש ישלח עדכון לגבי החודש הבא.

• אירועים בינלאומיים

- הנבחרת מתוכננת לצאת העונה ל: גביע העולם מיאמי, גביע הנסיכה פלמה, גביע העולם הייר, שבוע קיל גרמניה, אליפות אירופה, אליפות אירופה לנוער, אליפות עולם, אליפות עולם לנוער, קדם אולימפי, מספר מחנות אימון בינלאומיים.
- יתכנו עדכונים ושינויים בתחרויות ומחנות האימון במהלך השנה עקב צרכים מקצועיים או אילוצים תקציביים.
- יציאה של ספורטאי לתכנית הבינלאומית כפופה להמלצת מאמן הנבחרת הועדה המקצועית ואישור הנהלת האיגוד.
- תיתכן השתתפות עצמית של הספורטאים בעלות הפעילות הבינלאומית, גובה העלות יקבע בהנהלת איגוד השייט.



- הקריטריונים להשתתפות בתכנית הבינלאומית הם:
 - ספורטאים בסגל נוער אולימפי- תכנית מלאה, בכפוף לעמידה בכל הדרישות המקצועיות כולל יעדי כושר גופני משקל מטרה.
 - צוות נוער הראשון במבחנים אשר לא נמצא בסגל האולימפי:
 - אליפות אירופה לנוער
 - אליפות עולם לנוער
 - תחרות הכנה

- המבחנים יתקיימו במהלך חודש **מרץ**, הודעה מפורטת תפורסם.
- למחנה אימון ביפן והקדם אולימפי הסגל ימנה מקסימום שני צוותים ויבחר ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - טופ 16 באליפות עולם או אליפות אירופה.
 - מדליה באליפות עולם לנוער או אירופה לנוער.
 - במידה ואין צוותים שעמדו בקריטריונים המאמן ימליץ על צוות והועדה המקצועית תדון בהמלצה ובנחיצות ההשתתפות בתחרות הקדם אולימפי.



נבחרת ישראל 470 נשים לעונת 2018

מטרות הישגיות

- צוות בשייט מדליות באליפות עולם
- צוות בטופ שמונה באליפות אירופה
- מדליה באליפות עולם או אירופה לנוער
- שני צוותים בשייט מדליות באחת מהתחרויות הבינלאומיות הגדולות

נבחרת ישראל לנשים בדגם ה-470 תעבוד בשנת 2018 ע"פ הכללים הבאים:

• הרכב הנבחרת

- הצוותים העומדים בקריטריונים הבאים מוזמנים להצטרף לנבחרת.
 - הצוותים אשר נמצאים בסגל אולימפי.
 - צוותי נוער בכירים ע"פ הזמנת המאמן.
 - ספורטאיות מצטיינות בצה"ל.
- צוותים אשר מפליגים בדגם בצורה סדירה ורצינית ואינם עומדים בקריטריונים יוזמנו לחלק מאימוני הנבחרת בהודעה מראש.

• פורמט העבודה

- הנבחרת תתאמן בצורה רציפה ותיפגש בין 4 ל 6 פעמים בשבוע, יום האימון יכלול אימוני ים וכושר.
- הנבחרת תבצע מחנות אימון סגורים באתרים שונים בארץ ובעולם ע"פ הצורך המקצועי.

• תכנית אימונים מפורטת

- תוכנית אימונים ותחרויות מפורטת לעונת 2018 תפורסם במהלך חודש דצמבר.
- כל סוף חודש ישלח עדכון לגבי החודש הבא.

• אירועים בינלאומיים

- הנבחרת מתוכננת לצאת לעונה ל: גביע העולם מיאמי, גביע הנסיכה פלמה, גביע העולם הייר, שבוע קיל גרמניה, אליפות אירופה, אליפות אירופה לנוער, אליפות עולם, אליפות עולם לנוער, קדם אולימפי, מספר מחנות אימון בינלאומיים.
- יתכנו עדכונים ושינויים בתחרויות ומחנות האימון במהלך השנה עקב צרכים מקצועיים או אילוצים תקציביים.
- יציאה של ספורטאית לתכנית הבינלאומית כפופה להמלצת מאמן הנבחרת, הועדה המקצועית ואישור הנהלת האיגוד.
- תיתכן השתתפות עצמית של הספורטאיות בעלות הפעילות הבינלאומית, גובה העלות יקבע בהנהלת איגוד השייט.



- הקריטריונים להשתתפות בתכנית הבינלאומית הם:
 - סבב עולמי מיאמי
 - צוות בסגל אולימפי- בכפוף לעמידה בכל הדרישות המקצועיות כולל יעדי כושר גופני ומשקל מטרה וביצוע תכנית אימונים מלאה.
 - צוות אשר סיים בעשיריה הראשונה באליפות אירופה לנוער והמשיך להפליג בצורה סדירה - בכפוף לעמידה בכל הדרישות המקצועיות כולל יעדי כושר גופני ומשקל מטרה וביצוע תכנית אימונים מלאה.
 - גביע הנסיכה פלמה – עד אליפות העולם אהרוס
 - צוותים אשר סיימו במדל רייס בתחרות הסבב העולמי מיאמי.
 - שני הצוותים הראשונים בשיוטי המבחן שיתקיימו בחודש **מרץ**.
 - במידה והסגל מונה רק שני צוותים מאמן הנבחרת יכול להמליץ על צוות נוסף ע"פ חוות דעתו המקצועית, המלצתו תעלה לדין בוועדה המקצועית ותשלח לאשרור הנהלת האיגוד.
 - צוות הנוער הראשון בשיוטי המבחן **במרץ** אשר לא נמצא בסגל לפעילות הבינלאומית:
 - אליפות עולם לנוער
- המבחנים יתקיימו בחודש **במרץ**, הודעה מפורטת תפורסם.
- למחנה אימון ביפן והקדם אולימפי הסגל ימנה מקסימום שני צוותים ויבחר ע"פ הקריטריונים הבאים:
 - טופ 16 באליפות עולם
 - טופ 12 באליפות אירופה.
 - במידה ואין צוותים שעמדו בקריטריונים המאמן ימליץ על צוות והועדה המקצועית תדון בהמלצה ובנחיצות ההשתתפות בתחרות הקדם אולימפי.



נבחרת ישראל לייזר גברים לעונת 2018

מטרות הישגיות

- שייט בבית זהב באליפות העולם לבוגרים.
- שייט בטופ 25 באליפות אירופה.
- טופ 20 אליפות עולם 21U.
- טופ 10 אליפות אירופה 21U.

נבחרת ישראל לגברים בדגם הלייזר תעבוד בשנת 2018 ע"פ הכללים הבאים:

• הרכב הנבחרת

- שייטים המפליגים בצורה קבועה בדגם ועומדים בקריטריונים הבאים יכללו בסגל:
 - אלוף ישראל לשנת 2017
 - סגן אלוף ישראל לשנת 2017
 - ספורטאים מצטיינים בצה"ל
 - ספורטאים אשר נמצאים בסגל נוער של הועד האולימפי

• פורמט העבודה

- מטרת האיגוד היא להגדיל את הסיכוי לנציג אולימפי בדגם ב2020 ולבנות עתודה הישגית לקראת 2024.
- לאור הפער ביננו לבין הצמרת העולמית בדגם, העדר מסורת הישגית וידע מקצועי ברמה הנדרשת בארץ, אנו רואים לנכון לעודד את השייטים להתאמן עם מאמנים ושייטים זרים.
- המנהל המקצועי של איגוד השייט יהיה בקשר ישיר עם ספורטאי הסגל ויתמוך בהם בכל הצרכים המקצועיים והלוגיסטיים, הספורטאים יעבירו דיווח פעילות חודשי מפורט למנהל המקצועי.
- אנו מצפים משייטי הדגם והמועדונים שלהם לשתף פעולה ולקיים אימונים משותפים בצורה קבועה ורצופה כאשר הספורטאים נמצאים הארץ.
- תוכנית כושר מפורטת תינתן לכל ספורטאי ע"י מאמנת הכושר של איגוד השייט, ביצוע תכנית הכושר על הצד הטוב ביותר ועמידה ביעדיה יהיה תנאי בסיס לכל תמיכה של האיגוד.
- ספורטאי הסגל יקבלו תמיכה מקצועית היקפית הכוללת: מעטפת רפואית, ליווי מדעי מקצועי, מניעת פציעות, אימון מנטלי, תמיכה טכנולוגית.



• תחרויות המטרה

- איגוד השייט יתמוך בסגל נבחרת ישראל בתחרויות המטרה הבאות:
 - אליפות עולם לבוגרים
 - אליפות אירופה לבוגרים
 - אליפות עולם 21U
 - אליפות אירופה 21U

• קריטריונים לתמיכה בתחרויות המטרה

- איגוד השייט יתמוך בספורטאי הסגל בתחרויות המטרה באחד משני האופנים:
 - תמיכה מראש לאחר עמידה ביעדי הביניים.
 - החזר הוצאות לאחר עמידה במטרות ההישגיות של תחרות המטרה.
- יעד ביניים לתמיכה מראש באליפות אירופה ועולם לבוגרים:
 - בית זהב בגביע הנסיכה פלמה
- יעד ביניים לתמיכה מראש באליפות עולם לבוגרים:
 - שלישי עליון באליפות אירופה לבוגרים
- יעד ביניים לתמיכה מראש באליפות עולם ואירופה 21U:
 - 66% ראשונים בשבוע הנסיכה פלמה
 - 55% ראשונים בשבוע קיל גרמניה

• מחנות אימון בינלאומיים ותחרויות הכנה

- ספורטאי הסגל יגישו למנהל המקצועי תכנית אישית למחנות אימון בינלאומיים ותחרויות הכנה, התכנית תכלול את הפרטים הבאים:
 - מטרת הפעילות, הרכב הספורטאים, המאמן המוביל של הפעילות, אופק עתידי להמשך שיתוף פעולה, כמות ספורטאי הסגל המשתתפים והעלות המשוערת.
- איגוד השייט יתמוך בפעילות זו בסכום כולל של עד 300,000 ₪ בכפוף לאישור הפעילות על ידי המנהל המקצועי על פי החלוקה הבאה:
 - שגיא גלנץ – עד 150,000 ₪
 - עומר גולני – עד 100,000 ₪
 - מאור בן הרוש – עד 50,000 ₪



סיכום

בעונת 2018 הצבנו מטרות השגיות ברמת קושי גבוה, הצבת מטרות זו לזוהי במחשבה רבה ובאמונה מלאה בצוות המאמנים, ספורטאי הנבחרות, והתמיכה המלאה מהנהלת האיגוד והועד האולימפי.

העבודה בנבחרות לאומיות תוך חיפוש מתמיד לשיפור של כל ספורטאי וספורטאית תביא אותנו בחזרה לצמרת השייט האולימפי ותבטיח המשכיות הישגית לדורות.

תודה רבה למאמנים הלאומיים ד"ר יאיר סוארי, אילן תשתש, יוגב יוסף ופייר לקונט על העבודה המקצועית והיסודית בשנת 2017 ועל חלקם בכתיבת התכנית הזו.

בכבוד רב,
אלי צוקרמן,
מנהל מקצועי