



Euroopa noorte olümpiafestivalile!

KERSTI VIRU

TARTU KALEVI TREENER

EYOF

- ▶ Euroopa noorte olümpiafestival - propageerida sporti ja olümpiaväärtusi.
- ▶ Toimuvad iga 2 aasta järel, osalevad 14-15a sportlased.
- ▶ Igale alale võib riik välja panna ühe sportlase; kokku 34 kergejõustikuala (17 poistele ja 17 tüdrukutele)

Kaire Leibak, EYOF kahekordne võitja 2005




EYOF

- ▶ Aasta aastalt on Eesti kergejõustiklaste kohtade arv kahanenud 20-15-10 (2017).
- ▶ Normid sinna pääsuks töötab välja EKJL noorte komisjon - võetakse aluseks kahe viimase aasta festivali 8-12 koha tulemused.
- ▶ EOK määrab sportlaste kohtade arvu spordialade kaupa.

Kaire Leibak, EYOF kahekordne võitja 2005a



- 
- ▶ Noorte kutsumine trenni, treeningutele jäämine.
 - ▶ Esimesed aastad – mängud, lõbu ja rõõm; ei ole eesmärgiks tulemuse saavutamine/ tiitlivõistlustele pääsemine
 - ▶ Õpitakse treenima - tasapisi distsipliini ja korra nõudmine (süsteemaatilisus eelkõige), oskus pingutada

©FORTIUSFOTO 2017



©FORTIUSFOTO 2017






@Fortiusfoto2016

- ▶ Noortel on oluline arenemise kiirus, mitte algtase. Treeneri tähelepanu eelkõige neile.
- ▶ Lastele eelkõige lastevõistlused - TV 10 olümpiastarti kohalik võistlus ja siis normatiivi täitmisel pääs vabariiklikule etapile. Normatiivid aladele töötab välja EKJL.
- ▶ Esimesed võidud – sisemise motivatsiooni käivitamine ja hoidmine, edu maitse tuleb suhu, huvi tugevnemine, kuna ollakse edukas.
- ▶ TV 10 olümpiastarti võistlustel on uhked auhinnad.



- 
- ▶ Looduslik loomulik valik – hoolsamad ja paremad näitavad tulemusi
 - ▶ Võistlustega kaasneb eneseteadlikkuse tõstmine – edu ja ebaedu analüüsimine, tutvustada treenimise aluseid ja sportlase toitumist.
 - ▶ Esimesed medalid Eesti meistrivõistlustel, koondise kandidaadiks saamine.



- ▶ Esimesed võistlused koondises - eneseusu ja oma võimete tunnetamine.
- ▶ Esimesed ja järgnevad rahvusvahelised tiitlivõistlused (noorte Euroopa meistrivõistlused, Euroopa noorte olümpiafestival).
- ▶ Kes 16-17 eluaastaks ei ole tulemust näidanud sellest ilmselt ei saa tippu. Lisaks veel murrang gümnaasiumi lõpuklassides – kuhu minna edasi õppima ja mida edasi teha.

Kuulumine koondisesse



Kaire Leibak, Juunioride MM-i võit 2006



Ilma treenerita ei saa





2017 aasta ebaedu, pisarad, kurbus, puhkus.



Kaire Leibak, Pekingi OM-i 8.koht



Tänan!