

Eesti Orienteerumisliidu *orienteerumisjooksu* noorte ja juunioride ettevalmistuskoondiste statuut

1. Eesmärk

- 1.1. Määratleda saavutusspordile orienteeritud noored sportlased.
- 1.2. EOLi toe tagamine orienteerumisspordi rahvusvahelisse tippu pürgivatele noortele.

2. Üldine

- 2.1. Ettevalmistuskoondise hooaeg kestab novembri algusest järgmise aasta oktoobri lõpuni.
- 2.2. Käesolevas dokumendis mõistetakse sõna „koondis“ all ettevalmistuskoondist. Konkreetsele tiitlivõistlustele lähetatavad koondised kinnitatakse vastavalt tiitlivõistluste koondiste koostamise alustele ja need ei pruugi vastata ettevalmistuskoondiste nimekirjadele.
- 2.3. Kõik statuudi raames tegutsejad peavad kinni pidama EOLi laste ja noorte vaimset, füüsilist või seksuaalset turvalisust ohustavate olukordade ennetamise ning juhtumitele reageerimise, teavitamise ja lahendamise kodukorrast.
- 2.4. Käesolev statuut hakkab kehtima alates EOLi juhatuse poolt kinnitamisest.

3. Tähtajad

Peatreener	Sportlane	Peatreener esitab juhatusele kinnitamiseks		
esitab teated@orienteerumine.ee põhimõttelise ettevalmistushooaja ajakava ja eelarve	avaldab e-postiga peatreenerile soovi* kuuluda koondisesse	koondiste nimekirjad	koondise tegevus- ja finantsplaan	tiitlivõistluste koondiste koostamise alused
20.10	28.10	04.11	01.12	01.12

* Alaealiste sportlaste puhul peab seda soovi kinnitama ka lapsevanem.

4. Koondiste suurused

A-koondis – kuni 18 sportlast

B-koondis – kuni 20 sportlast

5. Koondisesse kuulumise tasu

Noorte ja juunioride A-koondise tasu on 300 eurot hooaja kohta. Tasu tuleb maksta novembrikuu lõpuks Eesti Orienteerumisliidu arveldusarvele EE972200221002100295.

6. Koondiste koostamine

6.1. Koondiste koostamisel arvestatakse järgmisi aspekte:

1. Sportlane on punktis 3 toodud tähtajaks koondise peatreenerile teada andnud oma soovist kuuluda eeloleval hooajal ettevalmistuskoondisesse ning treenida ja võistelda saavutusspordi suunitlusega.
2. Punktis 6.2 toodud tulemuslikkuse kriteeriume.
3. Peatreeneri ettepanekut.

6.2. **A-koondise tulemuslikkuse kriteeriumid**

1. **Ühe tulemuse kriteerium:** Saavutanud käesoleva aasta tiitlivõistlustel (juunioride MM, noorte EM) individuaalselt 1.-10. koha või teatejooksus 1.-3. koha; Balti MV-I või *Baltic Junior Cupil* (BJC) või *Junior European Cupil* (JEC) individuaalselt 1.-3. koha.

2. **Kahe tulemuse kriteerium:** Saavutanud käesoleval hooajal **vähemalt kaks** järgmistest tulemustest: Juunioride MM-il individuaalselt 11.-60. koha või teatejooksus 4.-10. koha; noorte EM-il individuaalselt 11.-45. koha või teatejooksus 4.-10. koha; BMV-I või BJC-I või JEC-I individuaalselt 4.-6. koha või teatejooksus 1.-3. koha.

MN16, 18, 20	JWOC, EYOC ind dist	JWOC, EYOC teade	BMV, BJC, JEC ind dist	BMV, BJC, JEC teade
üks tulemus	1.-10.	1.-3.	1.-3.	
kaks tulemust	JWOC: 11.-60. EYOC: 11.-45.	4.-10.	4.-6.	1.-3.

3. **Käesoleva aasta Eesti meistrivõistluste lühiraja, tavaraja ja sprindi kriteerium:**

- MN20 vanuseklassides kahe parema tulemuse kohapunktide summas väikseima väärtuse saanud noor, kes järgmisel aastal võistleb MN20 klassis.
- MN16-18 vanuseklassides kahe parema tulemuse kohapunktide summas väikseima väärtuse saanud noor igas klassis.
- MN14 vanuseklassides kahe parema tulemuse kohapunktide summas väikseima väärtuse saanud noor, kui ta järgmisel aastal võistleb 16-vanuseklassis.
- Võrdsete punktide korral on määravaks, kes oli parem Eesti MV tavarajal.

6.3. Peatreener võib kooskõlastatult treenerite nõukoguga erandkorras ja põhjendatud taotluse alusel teha EOL juhatusele ettepaneku sportlaste, kel on täitmata A-koondisesse pääsemise kriteeriumid, lisamiseks A-koondisesse, ent samas mitte ületades selle maksimaalset suurust.

6.4. Peatreener võib kooskõlas orienteerumisjooksu treenerite nõukoguga teha EOL juhatusele ettepaneku A-koondisesse mittepääsenud sportlaste nimetamiseks B-koondisesse arvestades sportlaste tulemusi, arengut ja motivatsiooni.

6.5. Koondiste nimekirjad, mis on koostatud koondise peatreeneri poolt arvestades käesolevas statuudis kehtestatud koondiste maksimaalseid suurusi ja kriteeriumide täitmist, kooskõlastab

koondise peatreener orienteerumisjooksu treenerite nõukoguga ning esitab kinnitamiseks EOL juhatusele.

- 6.6. Koondiste koosseise võib EOL juhatus jooksvalt muuta koondise peatreeneri poolt orienteerumisjooksu treenerite nõukoguga kooskõlastatud ettepaneku alusel.

7. Koondisesse nimetatud sportlaste õigused

Koondisesse nimetatud sportlastel on õigus:

- 7.1. teha ettepanekuid koondise tegevusplaani ning koondise koostamise aluste väljatöötamisel;
- 7.2. osaleda vastavalt peatreeneri poolt teatatud ajakavale ja tingimustele Eesti koondise ettevalmistuslaagrites ja treeningtöös;
- 7.3. teada koondise tegevus- ja finantsplaane vastavalt punktis 3. toodud tähtaegadele;
- 7.4. saada õigeaegselt infot muudatustest koondise tegemistes;
- 7.5. saada abi koondise peatreenerilt sportliku ettevalmistuse planeerimisel;
- 7.6. saada hüvesid vastavalt EOLi sponsorite ja toetajatega sõlmitud lepingutele;
- 7.7. saada EOLilt finantstuge vastavalt Lisale 1.

8. Koondisesse nimetatud sportlaste kohustused

Kõik koondisesse nimetatud sportlased kohustuvad:

- 8.1. treenima ja võistleva orienteerumises saavutusspordi suunitlusega;
- 8.2. läbima vähemalt 1 kord aastas (soovitavalt oktoober-november või märts-aprill) arstliku kontrolli;
- 8.3. pidama treeningpäevikut, omama hooaja võistlus- ja treeningplaani, analüüsima oma tegevusi ja tulemusi, sööma ja puhkama sportlasele kohaselt;
- 8.4. teatama koondise treenerile kõigist asjaoludest, mis võivad olla olulised tema koondisesse kuulumise seisukohalt;
- 8.5. olema ise aktiivne nii treeningvõimaluste kasutamisel kui treeningutega seotud probleemide lahendamisel;
- 8.6. kinni pidama koondise toimimise reeglitest (vt Lisa 2);
- 8.7. esindama ennast, koondist, klubi, EOLi ja orienteerumist kõigis eluolukordades väärikalt ja sportlikult;
- 8.8. mitte kasutama Eesti Antidopingu, Maailma Antidopingu Agentuuri ja IOF-i poolt keelatud dopingaineid ning täitma IOFi poolt kehtestatud dopingukontrolli nõudeid;
- 8.9. lubama endast laagrite ja võistlustel võetud pilte ja videoid ning tehtud intervjuusid kasutada koondise ning EOLi suhtluskanalites, sotsiaalmeedias;
- 8.10. täitma EOLi toetajatega sõlmitud lepingutes sportlastele pandud kohustusi, muuhulgas andma igal võimalikul juhul EOLi toetajate ja EOLi toetajate toodete ja teenuste kohta positiivset infot ja eksponeerima EOLi toetajaid igal võimalikul juhul massimeedias kui koondise toetajaid.

A-koondislased kohustuvad täiendavalt:

- 8.11. kooskõlastama detsembrikuu jooksul koondise peatreeneriga oma hooaja plaani ja treeningkava;
- 8.12. esitama arstliku kontrolli koondtulemused peatreenerile ning isiklikule treenerile;
- 8.13. osalema ettevalmistuskoondise Eesti-sisestel treeningkogunemistel;
- 8.14. kasutama koondise treeningkogunemistel ja muudel koondise üritustel eelkõige koondise riietust ning hooldama seda heaperemehelikult.
- 8.15. osalema Eesti koondisega võistlustel, kui ta on tiitlivõistluste koondiste koostamise aluste kohaselt koondise võistlusele kvalifitseerunud ja koondisesse valitud.

9. Koondise peatreeneri kohustused

Koondise peatreener kohustub:

- 9.1. esitama ettevalmistuskoondise nimekirja EOL juhatusel kinnitamiseks vastavalt punktis 3 toodud tähtaegadeks;
- 9.2. koostama ettevalmistuskoondise tegevus- ja finantsplaani ning tutvustama neid sportlastele ja EOL juhatusel vastavalt punktis 3 toodud tähtaegadeks;
- 9.3. koostama tiitlivõistluste koondiste koostamise alused ja esitama need EOLi juhatusel kinnitamiseks vastavalt punktis 3 toodud tähtaegadeks;
- 9.4. olema sportlastele moraalseks ja kasvatuslikuks toeks nende arenguprotsessis;
- 9.5. ette valmistama ja läbi viima koondise treeningkogunemisi ja võistlusreise vastavalt tegevusplaanile;
- 9.6. planeerima ja organiseerima koondise treeningkogunemised, arendamaks sportlast nii orienteerumistehniliselt, kehaliselt kui sotsiaalselt;
- 9.7. tegema koostööd sportlase vanematega, klubi- ja isikliku treeneriga;
- 9.8. nõustama sportlast ja tema treenerit treeningplaanide ja treeningute ülesehituse planeerimisel.

10. Koondise peatreeneri õigused

Koondise peatreeneril on õigus:

- 10.1. nõuda sportlastelt nende kohustuste täitmist tähtaegselt;
- 10.2. teha muudatusi koondiste koosseisudes, kooskõlastades need eelnevalt treenerite nõukoguga;
- 10.3. teha muudatusi koondise tegevusplaanis ja täpsustada finantsplaani vastavalt ilmale ja muudele temast sõltumatutele asjaoludele.

EOLi poolne finantstugi juunioride ja noorte ettevalmistuskoondiste liikmetele

	Kulu	A-koondislane	B-koondislane
	Eesti koondise esindusriided riidepartnerilt EOLi	Esindussärk EOL, ülejäänud sportlane/klubi või kokkuleppel EOLiga laenuks hooaja lõpus tagastamisega.	Sportlane/klubi
	Eesti koondise võistlusriided riidepartnerilt EOLi	Sportlane/klubi. Võimalus lasta riietusele juurde trükkida isiklikke toetajaid.	Sportlane/klubi
	Jõu- ja koormustestid 2x hooajal	EOL	Sportlane/klubi
Koondise treeninglaagrid Eestis ja Baltikumis*	Laagrite ja treeningute ettevalmistus ning treeningkaardid	EOL	Sportlane/klubi 25 eur/ööpäev
	Ajavõtt treeningutel	EOL	EOL
	Ruumide rent	EOL	Sportlane/klubi
	Majutus	EOL	Sportlane/klubi
	Toitlustus	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
	Võistlus laagri ajal	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
	Transport laagrisse ja laagri ajal	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
Koondise treeninglaagrid välismaal**	Laagrite ja treeningute ettevalmistus	EOL	EOL
	Ajavõtt treeningutel	EOL	Sportlane/klubi
	Treeningkaardid	EOL kuni 5 eur/tk, ülejäänud sportlane/klubi	Sportlane/klubi
	Ruumide rent	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
	Majutus	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
	Toitlustus	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
	Võistlused laagri ajal	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi
Transport laagrisse ja laagri ajal	Sportlane/klubi	Sportlane/klubi	

* Eesti ja Baltikumi treeninglaagrites tasub EOL peatreeneri majutuse-, toitlustuse- ja transpordikulud vastavalt esitatud kuluaruannetele.

** Välismaal (va Läti ja Leedu) toimuvate treeninglaagrite puhul jagatakse kõik peatreeneri kulud laagris osalejate vahel.

Noorte ja juunioride koondise toimimise reeglid

ÜLDPÕHIMÕTTED

Igaüks austab* oma koondisekaaslast, treenereid, iseennast, teisi sportlasi, korraldajaid. Igaüks räägib viisakalt ja lugupidavalt ning ei kasuta suhtluses vandesõnu ega roppusi.

Igaüks saab aru, et:

- keegi pole perfektne, ka tema ise;
- suhtumine on valik, ja valib positiivse suhtumise ja suhtlemise;
- ta on osa tervikust.

Igaüks vastutab* oma sõnade ja tegevuse eest, nii treeningul kui ka vabal ajal.

Igaüks vastutab* oma soorituse eest orienteerumisrajal.

Probleemi korral lahendame selle edasiviivald ja positiivselt!

Tunneme rõõmu heade soorituste üle ja toetame rasketel hetkedel!

Jookseme kiiresti ja orienteerume hästi!

LAAGRIS TOIMIMINE

Tehes midagi, teen seda hästi. Olen kõigi kaaslane. Ma ei jäta kedagi üksi.

Pean kinni ajakavast. Iga tegevus algab ajakavas ettenähtud ajal, mõtlen ette ja sean oma tegutsemise selliselt, et olen õigeks ajaks valmis ja kohal. (Saan aru, et hilinemisega põhjustan nii endale kui oma kaaslastele ja treenerile ebamugavusi: koosolek algab ilma minuta ja treener peab sama juttu rääkima minule eraldi, söök on otsa saanud, jään autost maha, teised külmetavad mind oodates jms.)

Elementaarne viisakus: tervitan üle pika aja kohtudes ning kindlasti hommikuti; kasutan sõnu *palun, aitäh, head aega, nägemiseni, kohtumiseni, head ööd*.

Puhkeajal liigun ja toimetan vaikselt, et mitte segada neid, kes tahavad magada.

Nutiseadmeid ei kasuta söögi ajal ja koosviibimiste ajal. Telefon võib olla kaasas, aga hääletuna ja silma/käe alt ära. Mõnel koosolekul on vajalik nutiseadme/arvuti kasutamine, sellest annab treener eraldi teada.

Teen oma voodi korda kohe kui tõusen voodist. Hoian korras oma voodi ümbruse, oma toa, majutuskoha. Prügi prügikasti, märjad riided ja jalatsid kuivama jne.

Magan öösel vähemalt 8 tundi.

Pesen ennast pärast treeningut. Pesemisel arvestan järjekorras ootavatega nii aja- kui sooja vee kulu osas.

Söön rahulikult, mitmekesiselt ja piisavalt. Laagri ajal ma ei joo magustatud karastusjooke. Arvestan endale sööki tõstes veel sööma tulemata kaaslastega. Puhastan enda söögikoha enda järel.

Ma ei tule laagrisse ega võistlusreisile haigena, annan sellest treenerile teada kohe probleemi ilmnemisel.

TREENINGUD

Igal treeningul on mingi mõte/idee.

Loen läbi/kuulan infot, mõtlen selle enda jaoks läbi, vajadusel küsin treenerilt täpsustusi.

Treeningu järgselt vahetan kiiresti märjad riided kuivade vastu.

Kirjutan treeningpäevikusse ka enesetunde ja mõtted, mida treening tekitas.

Enamasti on laagripäevadel hommikujooksud, -võimlemised. Nende mõned põhjused:

- 1) söögiisu tekitamiseks, et hommikul sööksid piisavalt, jaksamaks lõunasöögini;
- 2) lihaste äratamine, et hommikune treening õnnestuks paremini;
- 3) kasvatuslik moment aja arvestamiseks (magamamineku ja ärkamise vahel vähemalt 8 tundi);
- 4) kasvatuslik moment oma asjade korras hoidmiseks, et unesegasena leiaksid oma vajalikud riided kiiresti.

INFOVAHETUS

Treener saadab ametliku teabe e-postiga.

Messengeri kasutame mitteametlikuks suhtluseks.

Vastan treeneri e-kirjades esitatud küsimustele kohe.

Probleemidest ja võimalikest tõrgetest teatan võimalikult kohe, siis osatakse nendega arvestada ja neid ka kiiremini lahendada.

SÕNASELETUSED

*Austan – tunnen, suhtun ja käitun nii, nagu teine inimene ning tema tunded ja asjad on sama tähtsad ja olulised kui minu enda omad.

*Vastutan – teen ja ütlen või jätan tegemata ja ütlemata asju valmisolekuga selgitada seda nii oma sõpradele, tuttavatele, täiesti võõrastele inimestele kui ka suuremale grupile; olen valmis korvama minu tegevusest või tegemata jätmisest tekkinud kahju.