



**STRATEGIA ROZWOJU ŁYŻWIARSTWA
FIGUROWEGO W POLSCE
DO ROKU 2022
WARSZAWA 2018**

POLSKI ZWIĄZEK ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO STRATEGIA ROZWOJU ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO W POLSCE DO ROKU 2022

Historia łyżwiarstwa

Wprowadzenie

Analiza stanu obecnego

Diagnoza stanu rozwoju łyżwiarstwa figurowego

Cele strategiczne

Priorytet 1: Upowszechnianie sportu łyżwiarskiego

1.1. Sprawność fizyczna dzieci i młodzieży

1.2. Aktywność fizyczna społeczeństwa

Priorytet 2: Wzrost poziomu wyników sportowych

2.1. Sport kwalifikowany

2.2. Kształcenie i doskonalenie zawodowe

2.3. Nauka i medycyna w sporcie

Priorytet 3: Rozwój infrastruktury sportowo-rekreacyjnej

3.1. Łyżwiarstwo Figurowe w gospodarce narodowej

3.2. Infrastruktura sportu

Finansowanie łyżwiarstwa figurowego w Polsce

Wiedza, zasoby ludzkie

Promocja

Badania diagnostyczne zawodników

Narzędzia do realizacji celów

Podsumowanie

Harmonogram działań

Załączniki:

- Wieloletni Program Szkolenia w Łyżwiarstwie Figurowym

- Testy

- Założenia organizacyjno - programowe dotyczące rozwoju inwestycji w sportach zimowych

- Program szkolenia w łyżwiarstwie figurowym dla oddziałów sportowych, szkół sportowych, oddziałów mistrzostwa sportowego i szkół mistrzostwa sportowego dla klas I - VIII szkoły podstawowej

ZD

HISTORIA

Jak pisze krakowski kronikarz, w połowie XIX wieku młodzież z tego miasta, w zimie, uprawiała wyłącznie sport łyżwiarski i to bez łyżew, na zamrożniętych rynsztokach.

Zamożniejsi, posiadający łyżwy, ślizgali się już to w Parku Krakowskim, już to na sadzawce Ogrodu Botanicznego, w końcu także i na Stawie Oficerskim. łyżew używano podówczas różnego typu, od tzw. „drucianek”, to jest deszczulek w formie podeszwy, podbitych grubszym kawałkiem drutu jako ostrza do jazdy, poprzez tzw. „Halifaksy”, już całe z żelaza czy stali, „Drezdenki” ze specjalnym uchwytem, aż do „Dżeksów” (Jackson), przyśrubowanych do obuwia na stałe. Początki prawdziwego sportu w Krakowie łączone są z nazwiskiem dr. Jordana, ale przecież pierwszy warunki do sportowego doskonalenia się w jeździe na borykach, a zimą kręcenia piruetów na łyżwach, dał radca miejski i przemysłowiec, Stanisław Rehman. Stworzył on w latach osiemdziesiątych XIX wieku, na łakach pod grodem Kraka, tzw. „Park Krakowski”. To tam pojawiał się na dziwnym wehikule słynny aktor Ludwik Solski, tam zażywali przyjemności ślizgów po lodzie nawet przedstawiciele znamienitych rodów.

Pierwsza publiczna ślizgawka w Warszawie została otwarta w 1865 roku, w Ogrodzie Łazienkowskim. Wkrótce potem zaroilo się od łyżwiarzy w Ogrodzie Saskim, moda na tego rodzaju sportowanie zataczała coraz szersze kręgi, na lodowej tafli pojawiało się coraz więcej dżentelmenów w cylindrach i bardzo eleganckich dam. Spotykała się tu elita towarzyska, co w poważnej mierze zadecydowało w przyszłości, o ekskluzywnym charakterze tej dyscypliny

sportu. W 1890 roku rozpoczęła działalność, przy ulicy Szopena, ślizgawka „Dolina Szwajcarska”. Przez pół wieku było to niemal kultowe miejsce dla łyżwiarzy. Jeszcze za czasów carskich, w 1908 roku, przeprowadzono tu mistrzostwa Europy. Lodowisko na Dynasach słynęło przez szereg lat, między innymi, z doskonale zorganizowanych maskarad karnawałowych na lodzie, w czasie których koncertowała słynna w owych czasach wielka orkiestra na instrumentach dętych, dyrygowana przez Namysłowskiego.

We Lwowie, już w 1869 roku, powstało Towarzystwo łyżwiarskie. Polski nie było wówczas jeszcze na politycznej mapie Europy. Nie przeszkodziło to w przyjęciu tej organizacji już w 1898 roku do Międzynarodowej Unii łyżwiarskiej (ISU), założonej w 1892 roku. Polacy byli od tej pory w kontakcie ze światowymi władzami tej dyscypliny sportu. Najbardziej utalentowani zawodnicy zaczęli rywalizować z doskonałymi wiedeńcami. Austriacy często organizowali we Lwowie międzynarodowe zawody, a nawet mistrzostwa imperium Cesarza Franciszka Józefa. Pierwsza publiczna ślizgawka w Warszawie została otwarta w 1865 roku, w Ogrodzie Łazienkowskim. Wkrótce potem zaroilo się od łyżwiarzy w Ogrodzie Saskim. W 1890 roku rozpoczęła działalność, przy ulicy Chopina ślizgawka „Dolina Szwajcarska”. Przez pół wieku było to niemal kultowe miejsce dla łyżwiarzy. Jeszcze za czasów carskich, w 1908 roku, przeprowadzono tu mistrzostwa Europy. Po odzyskaniu niepodległości, w 1918 roku, niełatwo było szybko scalić organizacje sportowe działające na terenie trzech byłych zaborów. Dopiero w 1921 roku powstały warunki do powołania Polskiego Związku łyżwiarskiego. Jedną z pierwszych decyzji nowo powołanego PZŁ było zorganizowanie, w 1922 roku, pierwszych w historii, oficjalnych mistrzostw Polski. Zarówno w jeździe figurowej, jak w szybkiej, triumf odnieśli przedstawiciele słynnej rodziny sportowej ze Lwowa, bracia Kucharowie. Wśród „figurowców” najlepszy okazał się Władysław Kuchar.

Mistrzostwa Europy w 1934 roku, w Pradze, w których lwowska para – Zofia Bilorówna i Tadeusz Kowalski – zdobyła pierwszy w historii medal dla Polski!

Po II wojnie światowej Polska doczekała się wymarzonych przez lata medali mistrzostw świata i Europy, występów polskich zawodników w finałach olimpijskich. Zaistnieliśmy na międzynarodowej arenie dzięki takim nazwiskom jak Grzegorz Filipowski, Anna Rechnio czy Dorota i Mariusz Siudkowie. Po 99 latach Warszawa znów stała się miejscem najważniejszej imprezy na kontynencie. Doczekaliśmy się przyznania nam w roku 2007 organizacji Mistrzostw Europy w łyżwiarstwie figurowym, które okazały się jedną z najbardziej udanych imprez sportowych w Polsce w ostatnich latach.

**Polski Związek Łyżwiarstwa Figurowego działa w oparciu o statut zatwierdzony przez
Ministerstwo Sportu i Turystyki w roku 2012**

Celem Związku jest min:

- organizacja, popularyzacja i rozwój łyżwiarstwa figurowego w Polsce,
- reprezentowanie łyżwiarstwa figurowego w organizacjach krajowych i międzynarodowych,
- podejmowanie działań na rzecz promocji różnych form amatorskiego i zawodowego uprawiania łyżwiarstwa figurowego,
- koordynacja działalności członków zrzeszonych w Związku.

Związek realizuje swoje cele min. przez:

- opracowywanie kierunków i programów rozwoju łyżwiarstwa figurowego w kraju;
- opracowanie i realizacja planów kierunków szkolenia sportowego i systemu zawodów;
- organizowanie szkolenia zawodników, trenerów i sędziów,
- utrzymywanie kontaktów zagranicznych,
- organizowanie i prowadzenie współzawodnictwa sportowego w łyżwiarstwie figurowym,
- powoływanie i przygotowywanie Kadry Narodowej do uczestnictwa w międzynarodowym współzawodnictwie sportowym,
- prowadzenie spraw związanych z licencjami klubowymi, zawodniczymi, trenerskimi, instruktorskimi i sędziowskimi,
- prowadzenie klasyfikacji sportowej,
- pozyskiwanie środków finansowych na realizację zadań statutowych,
- i inne

WSTĘP

STRATEGIA ROZWOJU ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO DO ROKU 2022 jest zgodna z przyjętym "Programu Rozwoju Sportu do roku 2020" (UCHWAŁA Nr 150 RADY MINISTRÓW z dnia 31 sierpnia 2015 r.) oraz „Kodeksem Dobrego Zarządzania dla Polskich Związków Sportowych”.

Strategia winna skutkować m.in. następującymi działaniami i zmianami w polskim sporcie:

- stabilizacją i wzmocnieniem merytorycznym funkcjonujących systemów, szkolenia i współzawodnictwa w łyżwiarstwie figurowym,
- określeniem kierunków i uwarunkowań rozwoju metodyczno-organizacyjnego w łyżwiarstwie figurowym,
- wskazaniem kierunków programowych sportu powszechnego i osób niepełnosprawnych,
- określeniem miejsca i roli administracji samorządowej w wspieraniu i rozwoju sportu lokalnego,
- wspieraniem organizacji sportowych w pozyskiwaniu środków pomocowych na zadania związane z rozwojem i infrastruktury sportowej.

Wizja Strategii jest jednoznaczna: sport będzie zajmował coraz mocniejszą pozycję w szeroko pojmowanym systemie wartości indywidualnych i społecznych, służąc wszechstronnemu rozwojowi człowieka, w tym zachowaniu zdrowia i sprawności oraz wartościowemu zagospodarowaniu czasu wolnego.

Strategia do roku 2022 oraz Wieloletni Program Szkolenia Sportowego w Łyżwiarstwie Figurowym uwzględniają najnowsze trendy rozwoju tej dyscypliny na świecie, nowy system sędziowania, zmiany regulaminowe oraz specyfikę dyscypliny. Łyżwiarstwo figurowe składa się z konkurencji solistów i solistek, par sportowych, tańców na lodzie a także łyżwiarstwa synchronicznego. W 2014 roku po raz pierwszy podczas ZIO Soczi, odbyły się zawody w konkurencji drużynowej.

Wieloletni program szkolenia powstał w oparciu o najlepsze osiągnięcia oraz wieloletnie doświadczenie czołowych szkoleniowców naszego Związku. Zawarte w nim informacje mają wspomagać pracę trenerów w konstruowaniu prawidłowego systemu treningu na poszczególnych etapach szkolenia. Wyszukanie zawodnika w łyżwiarstwie figurowym wymaga 12 letniej systematycznej pracy. Podział szkolenia na etapy jest niezwykle ważny. Etapowa struktura wieloletniego procesu szkolenia wynika także z konieczności logicznego pogodzenia uwarunkowań rozwoju biologicznego dzieci młodzieży, z potrzeb adaptacyjnych wiążących się z długofalowym budowaniem mistrzostwa sportowego. Nie można wszystkiego robić jednocześnie. Byłoby to sprzeczne z biologicznymi możliwościami wzrastającego i dojrzewającego organizmu. Dlatego też szkolenie sportowe dzieci i młodzieży trzeba traktować jako specyficzny podsystem sportu wyczynowego, w którym realizowane są pierwsze etapy szkolenia. Celem jest tu nauczanie umiejętności ruchowych i budowanie funkcjonalnych podstaw dla osiągnięcia maksymalnych wyników w wieku, kiedy organizm osiąga pełnię biologicznych możliwości.

Łyżwiarstwo figurowe w systemie sportu posiada szczególne walory zdrowotne, rekreacyjne, kulturowe. Służy wszechstronnemu rozwojowi człowieka, zachowaniu zdrowia i sprawności, hartowaniu organizmu, oraz wartościowemu zagospodarowaniu czasu wolnego.

Powstają kolejne lodowiska, jednakże głównie sezonowe. Umożliwia to szerszy dostęp do tych obiektów. Kontynuowanie szkolenia wymaga jednak obiektu całorocznego.

Wiele samorządów wprowadziło programy umożliwiające młodzieży szerszy dostęp do szkolenia sportowego w łyżwiarstwie figurowym. Sytuacja finansowa klubów zaczyna ulegać poprawie.

Aktualnie w Polsce szkolenie w łyżwiarstwie figurowym prowadzona jest przez 24 kluby sportowe zrzeszające 475 zawodników - posiadających licencje PZŁF, szkoły sportowe prowadzące szkolenie w tej dyscyplinie.

Wdrożenie Strategii powinno doprowadzić do doskonalenia organizacji pracy PZŁF, zwiększyć efektywność realizacji działań związanych z rozwojem łyżwiarstwa figurowego, zapewnić odpowiedni przepływ informacji oraz umożliwić elastyczne i szybkie reagowanie na nowe wyzwania.

W dokumencie wskazano podmioty uczestniczące w zarządzaniu strategią rozwoju łyżwiarstwa figurowego. Określono skład, kompetencje oraz zasady funkcjonowania poszczególnych podmiotów współpracujących z PZŁF, jak również procesy ukazujące relacje i przepływ informacji zarządczych dla potrzeb zarządzania polityką rozwoju. Zostały rozmieszczone uprawnienia decyzyjne i odpowiedzialność, zapewniające podział kompetencji w zakresie planowania, wdrażania, monitoringu i ewaluacji.

ANALIZA STANU AKTUALNEGO

ŁYŻWIARSTWO W POLSCE - STAN WYJŚCIOWY NA ROK 2018	
ŁYŻWIARSTWO W POLSCE	ŁYŻWIARSTWO W POLSCE (obszary działania)
Kluby licencjonowane (szkolenie) – 33	Polski Związek Łyżwiarstwa Figurowego: - szkolenie, - współzawodnictwo sportowe krajowe i międzynarodowe
Szkoły sportowe - 3	Oświęcim, Toruń, Gdańsk
Licencjonowani trenerzy i instruktorzy pracujący w klubach sportowych zrzeszonych w PZŁF - 121	• Specjalizacje z łyżwiarstwa figurowego w ramach studiów na uczelniach wychowania fizycznego, • Kursy doszkoleniowe kadry trenerskiej, • Kursy instruktorskie organizowane przez PZŁF oraz inne stowarzyszenia KF.
Uprawiających łyżwiarstwo amatorsko-rekreacyjnie – ok 100 000	• Sektor prywatny – prowadzący szkolenie rekreacyjne, • Prywatne lodowiska
Kluby z sekcjami amatorsko- rekreacyjnymi – 30 Kluby z sekcjami niepełnosprawnych - 1	
Lodowisk sztucznych i sezonowych – ok. 200	Lodowiska samorządowe i prywatne; ponad 200
Szkolenia i doszkalanie kadr trenerskich	• Specjalizacje z łyżwiarstwa figurowego w ramach studiów w uczelniach wychowania fizycznego, • Kursy doszkoleniowe kadry trenerskiej, • Kursy instruktorskie organizowane przez PZŁF oraz inne stowarzyszenia KF.
Rynek kapitałowy	• sektor prywatny – kluby prowadzące szkolenie rekreacyjne, • prywatne lodowiska, • sponsoring.

ANALIZA STANU AKTUALNEGO PROGRAMY	
SPORT WYCZYNOWY	SPORT AMATORSKI
<u>III poziom szkolenia - Profesjonaliści</u> ➤ Igrzyska Olimpijskie ➤ Mistrzostwa Świata ➤ Mistrzostwa Europy ➤ Grand Prix ➤ Mistrzostwa Polski ➤ Programy przygotowań PZŁF	<u>Polskie Łyżwiarstwo Amatorskie</u> ➤ dzieci, młodzież, dorośli, ➤ Multisport, ➤ program „ Animator Sportu”, ➤ zawody międzyklubowe, ➤ program Klub.
<u>II poziom szkolenia - uzdolniona młodzież</u> ➤ Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży ➤ eliminacje wojewódzkie i miejskie do OOM ➤ zawody i olimpiady lokalne (np. Warszawska Olimpiada Młodzieży) ➤ szkoły mistrzostwa sportowego, szkoły sportowe, ośrodki szkolenia w łyżwiarstwie figurowym ➤ oddziały sportowe i mistrzostwa sportowego	<u>Łyżwiarstwo amatorskie dzieci</u> ➤ podział metodyczny grupy szkoleniowej wg. wieku, ➤ zajęcia sportowo - rekreacyjne w szkołach i klubach, ➤ zawody prywatnych szkółek łyżwiarskich, ➤ lokalne mistrzostwa szkół.
<u>I poziom - Upowszechnianie i wyszukiwanie talentów</u> ✓ Programy lokalne, samorządowe, szkolne, klubowe, sektora prywatnego ✓ Preselekcja, selekcja	

DIAGNOZA STANU AKTUALNEGO

AKTUALNA STRUKTURA W ZAKRESIE SZKOLENIA W ŁYŻWIARSTWIE FIGUROWYM W POLSCE

- kluby sportowe: 33
- zawodnicy posiadających licencje PZŁF: ok 650
- szkoły sportowe i klasy sportowe prowadzące szkolenie: 3
- nauczanie w zakresie łyżwiarstwa podstawowego prowadzone przez szkoły oraz szkółki łyżwiarskie: 33

Ośrodki szkolenia w łyżwiarstwie figurowym w Polsce



Organizacja imprez i udział w imprezach

- Udział w zawodach mistrzowskich i międzynarodowych: Igrzyskach Olimpijskich, Mistrzostwach Świata i Europy, Grand Prix, Grand Prix Juniorów, ISU Challenger Series
- Udział w Mistrzostwach Polski, Seniorów, Juniorów, Novice, Młodzieżowych Mistrzostwach Polski, Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży, Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików,
- Udział w Cyklu imprez ogólnopolskich, m.in. w Warszawie, Katowicach, Oświęcimiu, Krakowie, Opolu, Toruniu, Gdańsku, Cieszynie,
- Międzynarodowych zawodach ISU organizowanych w kraju,
- Udział w zgrupowaniach i seminariach prowadzonych przez najlepszych trenerów zagranicznych.
- Organizacja corocznych imprez międzynarodowych w kraju oraz zadań zleczanych przez International Skating Union takich jak:
- Grand Prix Juniorów, ISU Challenger Series, Seminaria szkoleniowe w ramach ISU Development Programm (Komisja Rozwoju ISU)
- Warsaw Cup, Mentor Cup, Mini Europa

Infrastruktura sportowa

- Kryte lodowiska całoroczne na których prowadzone jest szkolenie w łyżwiarstwie figurowym: w Łodzi, Warszawie, Oświęcimiu, Gdańsku, Opolu, Krakowie, Toruniu, Katowicach, Janowie, Krynicy Zdroju, Świdnicy, Dębicy, Elblągu, Lublinie, Giżycku, Cieszynie, Poznaniu.
- Wielofunkcyjne hale widowiskowo- sportowe z rozkładanym lodowiskiem min w: Gdańsku: Ergo Arena: , Łodzi-Atlas Arena, Warszawie-Torwar, Krakowie – Czyżyny, Toruń.
- Lodowiska sezonowe w większości miast w Polsce.

Daje to szansę tym miastom organizacji największych światowych imprez łyżwiarskich oraz pokazów mistrzów.

Wyniki sportowe

- Medale Mistrzostw Świata i Europy Seniorów: Grzegorz Filipowski, Dorota i Mariusz Siudkowie, Sylwia Nowak i Sebastian Kolasiński.
- Czołowe lokaty Mistrzostw Europy i Świata oraz Mistrzostwa świata Juniorów: Anna Rechnio, Zuzanna Szwed, Anna Jurkiewicz, Sabina Wojtala, N.Kaliszek/M.Spodyriev i inni
- Medale Mistrzostw Świata Juniorów: pary taneczne Sylwia Nowak i Sebastian Kolasiński, Agata Błażowska i Marcin Kozubek.
- Uczestnicy Zimowych Igrzysk Olimpijskich: Joanna Poremska / Piotr Sczypa: 1968, Grażyna Kostrzewińska / Adam Brodecki: 1972, Grażyna Dudek: 1976, Honorata Górna / Andrzej Dostatni: 1988, Grzegorz Filipowski: 1984,1988,1992, Teresa Weyna / Piotr Bojańczyk: 1992, Zuzanna Szwed: 1992, Anna Rechnio: 1994,1998, Agnieszka Domańska /Marcin Głowacki: 1994, Sylwia Nowak/ Sebastian Kolasiński: 1998, 2002, Dorota Zagórska /Mariusz Siudek: 1998,2002, 2006, Aleksandra Kauc / Michał Zych: 2006, Anna Jurkiewicz: 2010, Przemysław Domański: 2010, Joanna Sulej / Mateusz Chruściński: 2010, Natalia Kaliszek / Maksym Spodyriev: 2018 i.

Cele sportowe

- Uzyskanie, jak najlepszych rezultatów polskich reprezentantów w Mistrzostwach Europy i Świata w łyżwiarstwie figurowym,
- Uzyskanie kwalifikacji olimpijskiej na ZIO w Japonii, podczas Mistrzostw Świata lub w zawodach wyznaczonych przez ISU.

W chwili obecnej możemy wyłonić szeroki skład zawodników mogących ubiegać się o miejsce w kadrze olimpijskiej.

Regulamin Międzynarodowej Unii Łyżwiarzkiej ogranicza drastycznie ilość dopuszczonych zawodników do udziału w imprezach mistrzowskich i ZIO.

Przyczyną tego jest system sędziowania, który polega na ocenianiu szerokiej rzeszy zawodników przez jedną grupę sędziowską. Aby zapobiec pomyłkom i zmęczeniu sędziów, co mogłoby wpłynąć negatywnie na obiektywną ocenę zawodników ISU ogranicza w każdej konkurencji ilość startujących łyżwiarzy: w ZIO: 24 solistki/ści, 20 par sportowych, 24 pary taneczne. Przy maksymalnej liczbie 3 zawodników na państwo (zależnie od sumy uzyskanych miejsc przez startujących zawodników w Mistrzostwach Świata rok przed ZIO), istnieje minimalna szansa na wystawienie 2 czy 3 zawodników przez małe państwa.

Pierwsza grupa zawodników, którzy już w chwili obecnej będą ubiegać się o miejsce w programie PEKIN 2022 będą:

1. Pary taneczne:

- Natalia Kaliszek – Maksym Spodyriev (1996/1993) – szkolenie oparte o ośrodek klubowy w Toruniu z konsultacjami u najlepszych trenerów i choreografów światowych w USA i Rosji. Trener prowadzący: Sylwia Nowak - Trębacka oraz w drugiej kolejności utworzona niedawno para po zmianie partnera
- Justyna Plutowska –Jeremie Flemin (1992/1992) – od sezonu 2018/2019 zawodnicy będą szkoleni w znakomitym ośrodku w Montrealu u trenerów francuskich: M.Dubreuil i P. Lauzon. Trener klubowy: Mirosław Plutowski.

Pozostała grupa to zawodnicy, którzy znajdują się w kadrze młodzieżowej kategorii Seniora w konkurencjach indywidualnych, którzy ubiegali się o kwalifikację olimpijską do Pjongczang (Reznichenko, Gabryszak).

Zawodnicy wyszczególnieni poniżej brali już udział w imprezach międzynarodowych oraz część z nich w imprezach mistrzowskich kategorii seniora i juniora.

2.Solistki:

- E. Gabryszak: (06.09.98) – aktualna wicemistrzyni Polski, reprezentantka podczas ME 2018 (34 miejsce). Trener prowadzący- I.Mydlarz-Chruścińska.
- O. Rzepiel: (08.03.2001) – aktualna wice mistrzyni Polski Juniorów , uczestniczka Grand Prix Juniorów i innych imprez międzynarodowych. Trener prowadzący-Ilona Senderek-Wójcik.

- E. Kurakova: (24.06.2002) – zawodniczka rosyjska, która od lipca 2019 roku będzie mogła reprezentować barwy Polski na imprezach międzynarodowych i mistrzowskich ISU. Jest aktualną mistrzynią Polski kategorii junior i senior.

3. Soliści:

- I.Reznichenko: (30.12.1994) - reprezentował Polskę na Mistrzostwach Europy oraz Mistrzostwach Świata 2018. Po programie krótkim ME Igor zajmował bardzo dobre 17 miejsce, co dawało miejsce w finale. Niestety program dowolny wykonany był z wieloma błędami, co spowodowało spadek na 24 pozycję. Mistrzostwa Świata to bardzo zły start zawodnika. Analiza zaistniałej sytuacji wskazuje na brak stabilizacji przygotowania zawodnika do tego startu, co było spowodowane ciągłymi zmianami trenerów w okresie startowym. Jest to jednak perspektywiczny zawodnik. Od tego sezonu podjęliśmy współpracę z ośrodkiem w Bergamo z trenerami F. Bianconi i D. Savinem.
- Krzysztof Gała: (30.03.96) : Wice Mistrz Polski Seniorów oraz reprezentant Polski w wielu międzynarodowych zawodach. Pomimo wybitnych predyspozycji do wykonywania skoków poczwórnych oraz potrójnego Axla i kombinacji na najwyższym poziomie zawodnik w dalszym ciągu otrzymuje słabe oceny za komponenty, co jest spowodowane brakiem pracy w tym zakresie. Trener prowadzący - S.Potęga.
- Eryk Matysiak : (07.04.1999) – mistrz Polski kategorii Juniorów. Trener prowadzący - Urszula Matusiak.

Planujemy w tym czteroleciu wzbogacenie kadry o konkurencję par sportowych, w której od 2014 nie mieliśmy swoich przedstawicieli. Jest to bardzo trudna konkurencja, mająca jednak dużą szansę na uzyskanie dobrego wyniku. W chwili obecnej Dorota i Mariusz Siudek rozpoczęli szkolenie dwóch par sportowych w ośrodku toruńskim.

Prognozy wynikowe w latach 2019-2022

Zawodnik	Lata				
	2018	2019	2020	2021	2022
Solistki					
E.Gabryszak	ME: 34	ME 25 MŚ 24	ME: 20 MŚ: finał	ME: 16 MŚ: 20	ME: do 14 ZIO: finał
E. Kurakova	-	-	ME: 6-10 MŚ: 10-12	ME: 4-6 MŚ: 8-10	8-12
O.Rzepiel	MŚJ: 28	MŚJ: finał	ME: 20 MŚ: finał	ME: do 18 MŚ: finał	ZIO: kwalifikacja
Soliści:					
I. Reznichenko	ME: 24 MŚ: 36	ME: 25 MŚ: 24	ME: 14 MŚ: 20	ME: 12 MŚ: 16	ZIO finał
K.Gała	-	-	ME: do 24 MŚ: do 24	ME: do 20 MŚ: do 24	ZIO kwalifikacja
E. Matysiak	MSJ: 37	-	ME: finał	ME: do 20 MS: do 24	ME: do14 ZIO: kwalifikacja
Pary taneczne					
Kaliszek/Spodyriev	ME 10 MŚ: 17 ZIO: 14	ME: 5 MŚ: do 12	ME: do 6 MŚ:do 11	ME: do 5 MŚ: do 10	ME: 3-5 MŚ: 8-10
Plutowska/Flemin	ME: 21	ME : 22	ME:do 12 MŚ:do 18	ME: do 10 MŚ: do 14	ME: do 8 MŚ: do 12 ZIO: finał

ANALIZA SWOT

ANALIZA SWOT	
SZANSE	ZAGROŻENIA
■ Organizacja Mistrzostw Europy i Świata w sportach łyżwiarskich ■ Budowa nowych obiektów sportowych ■ Wysokie aspiracje mieszkańców w odniesieniu do własnej aktywności fizycznej ■ Nowe oferty dla sportu amatorskiego ■ Wzrost efektywności szkolenia w sporcie dzieci i młodzieży ■ Promocja łyżwiarstwa poprzez organizację imprez międzynarodowych wysokiej rangi ■ Rosnąca liczba kadry trenersko-instruktorskiej ■ Doskonalenie zawodowe kadry szkoleniowej ■ Rozwój współpracy ze sportem akademickim ■ Prowadzenie klas sportowych w szkołach sportowych i SMS ■ Prowadzenie Ośrodków Szkolenia sportowego ■ Wejście do przedszkoli i szkół (ferie zimowe) ■ Kształtowanie mody oraz zachowań osobistych- zdrowie, sprawność rozwój ■ Upowszechnianie sportów zimowych, jako zdrowego modelu życia.	■ Słabe planowanie i wykorzystanie środków finansowych z Unii Europejskiej ■ Niedostateczny system opieki medycznej dla osób uprawiających sport ■ Niż demograficzny, zmniejszenie liczby dzieci i młodzieży trafiającej do sportu ■ Ograniczone środki na opłacenie specjalistycznej kadry szkoleniowej ■ Niekorzystne prognozy dla sportu, związane z kryzysem, możliwość ograniczeń finansowych ■ Możliwość rezygnacji z niektórych programów na skutek ograniczeń finansowych ■ Brak stabilnego systemu pomocy sponsorskiej dla klubów sportowych ■ Niespójność prawa stwarzająca trudności w finansowaniu sportu ■ Ubóstwo gospodarstw domowych
MOCNE STRONY	SŁABE STRONY

■ Wysoka widowiskowość dyscyplin ■ Tradycje prawie 100 letnie ■ Duże zapotrzebowanie mieszkańców na różne oferty dotyczące rozwijania aktywności fizycznej ■ Stale zwiększająca się ilość stowarzyszeń i klubów sportowych ■ Trenerzy i instruktorzy z przygotowaniem specjalistycznym ■ Rozbudowa infrastruktury, modernizacja istniejących obiektów ■ Oferta zajęć dla dzieci, młodzieży szkolnej oraz, osób dorosłych ■ Rozwijający się sektor prywatny w dziedzinie usług sportowo-rekreacyjnych ■ Rozwijający się system szkolenia dzieci i młodzieży dla sportu wyczynowego	■ Niewystarczająca liczba obiektów, ograniczająca dostęp do dyscypliny ■ Wysokie koszty wynajmu obiektów ■ Nieuregulowane zasady korzystania przez kluby z obiektów samorządowych ■ Słaba współpraca klubów i stowarzyszeń z sektorem prywatnym ■ Brak uregulowań prawnych zachęcających sektor prywatny do inwestycji w sport profesjonalny ■ Ograniczone działania klubów dot. zarządzania menedżerskiego i marketingowego ■ Niedostatecznie rozwinięty rynek kapitałowy w dziedzinie sportu ■ Zbyt mała liczba dzieci i młodzieży uczestnicząca w życiu sportowym ■ Niewystarczająca oferta dla sportu amatorskiego
■ Uczelnie Sportowe wspierające sport ■ Wieloletnie więzi klubów ze szkołami	■ Wysokie koszty szkolenia ■ Niewystarczająca oferta uczestnictwa w sporcie dla osób niepełnosprawnych ■ Dyscyplina technicznie bardzo trudna wymagająca wielu lat treningu

MISJA PZŁF DO ROKU 2022

Zwiększenie znaczenia rozwoju łyżwiarstwa figurowego w kulturowym, społeczno-ekonomicznym rozwoju Polski. Umocnienie pozycji łyżwiarstwa figurowego w szeroko pojmowanym systemie wartości indywidualnych i społecznych, służących wszechstronnemu rozwojowi człowieka, w tym zachowaniu zdrowia i sprawności fizycznej oraz wartościowemu zagospodarowaniu czasu wolnego.

Misją Związku jest popularyzacja, promowanie i rozwój łyżwiarstwa figurowego oraz organizowanie i prowadzenie współzawodnictwa sportowego na terenie Polski. Swoją misję realizujemy w oparciu o obowiązujące przepisy, statut, regulaminy ISU oraz zasady Fair Play.

WIZJA PZŁF DO ROKU 2022

Naszą wizją jest osiągnięcie poziomu rozwoju łyżwiarstwa figurowego w Polsce, posiadającymi w swych strukturach zrzeszonych kilkadziesiąt tysięcy uprawiających łyżwiarstwo figurowe. To wizja rozwoju łyżwiarstwa figurowego jako ogólnodostępnego sportu dla wszystkich, uprawianego na ekonomicznie opłacalnych i rentownych obiektach. W naszej wizji mieści się system współzawodnictwa i szkolenia sportowego, który pozwoli nam wychowywać zawodników światowego formatu, osiągających sukcesy na arenie międzynarodowej. Z drugiej strony, dążymy do rozwoju łyżwiarstwa figurowego jako sportu powszechnie uprawianego przez wszystkie pokolenia Polaków, będącego ich pasją, sposobem na zdrowe i aktywne życie oraz służących wszechstronnemu rozwojowi człowieka.

W zakresie zarządzania Związkiem przyświecają w szczególności takie wartości jak:

- Odbudowa pozycji łyżwiarstwa figurowego:
 - w polityce społecznej samorządów;
 - w systemie polskiego sportu
- Progres wynikowy na arenie międzynarodowej;
- Polepszenie warunków rozwoju klubów sportowych poprzez dostosowanie ich działalności do potrzeb mieszkańców i wymagań gospodarki rynkowej.
- Wysokie standardy zarządzania Związkiem.
- Transparentność w działaniu.

- Otwartość na wszystkich, którzy chcą uprawiać i rozwijać łyżwiarstwo figurowe.
- Konkretnie cele zbudowane w oparciu o regułę SMART.
- Mierzalne kryteria i wskaźniki sukcesu.

Istotnym elementem procesu standaryzacji jakości zarządzania w PZŁF jest opracowanie, a następnie przyjęcie przez właściwe organy statutowe Związku dokumentów wytyczających kierunek rozwoju łyżwiarstwa figurowego. Działania te mają na celu podniesienie jakości zarządzania oraz optymalizację finansowania Związku, w tym przede wszystkim ze środków publicznych. Określenia w dokumencie strategicznym Związku zakładanych celów działalności i uzależnienia poziomu finansowania od stopnia ich realizacji.

CELE STRATEGICZNE W ŁYŻWIARSTWIE FIGUROWYM

Celem głównym Strategii jest rozwój sportu łyżwiarskiego, wzmocnienie więzi społecznych, rozwój kapitału społecznego, zagospodarowanie czasu wolnego mieszkańców kreując aktywny, sportowy tryb życia, zainteresowanie sportem oraz uczestnictwo w imprezach łyżwiarskich.

Wynikają z tego zamierzenia obejmujące konkretne obszary działalności

- wychowanie fizyczne i sport szkolny,
- sport dla wszystkich jako aktywność fizyczna mieszkańców,
- sport młodzieży uzdolnionej,
- sport wyczynowy – szkolenie i współzawodnictwo sportowe,
- kadra szkoleniowa,
- modernizacja i budowa infrastruktury sportowej.

UPOWSZECHNIANIE ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO

Rozwój łyżwiarstwa amatorskiego

Jednym z zadań PZŁF jest wspieranie i dalsza popularyzacja różnorodnych form łyżwiarstwa, w celu poszerzenia bazy aktywnych sympatyków naszej dyscypliny.

Objęcie opieką łyżwiarstwa amatorskiego – wsparcie rozwoju w zakresie:

- promocji łyżwiarstwa i współzawodnictwa sportowego amatorów,
- ujednolicenia regulaminów,
- pomocy merytorycznej i finansowej nowo powstającym klubom, konsultacji trenerskich, organizacji spotkań z władzami klubów,
- wdrażanie programu rozwoju sportu amatorskiego proponowanego przez ISU i PZŁF
- realizacja programów skierowany do wszystkich klubów i w ramach zajęć szkolnych i pozaszkolnych,
- „Dzień łyżwiarstwa figurowego” – promocja wśród mieszkańców miast oraz pokazy łyżwiarskie,
- wzrost liczby uczestników różnych form amatorskiego łyżwiarstwa figurowego,
- zajęcia dla osób niepełnosprawnych,
- budowy krytych całorocznych i sezonowych lodowisk.

Lepsze wykorzystanie lodowisk sezonowych - na potrzeby sportu amatorskiego i powszechnego.

Prowadzenie zajęć łyżwiarskich, daje szansę na aktywność sportową dzieciom i młodzieży oraz pozwoli zaktywować animatorów i trenerów i być szczególną szansą na aktywację łyżwiarstwa w Polsce.

Jednym z czynników zwiększających motywację części dzieci i młodzieży do uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego są także szkolne zawody sportowe. Udział w szkolnym współzawodnictwie sportowym w łyżwiarstwie może być również pierwszym krokiem do rozpoczęcia systematycznego treningu. Z tego punktu widzenia, ważny jest systematyczny przepływ informacji między nauczycielami wychowania fizycznego a lokalnymi klubami sportowymi, składający się na podstawy systemu identyfikacji talentów.

Dofinansowanie zajęć na „Białych Orlikach” w gminach i powiatach oraz zakup podstawowego sprzętu łyżwiarskiego.

Osoby dorosłe, w wieku produkcyjnym, były do tej pory zaniedbywaną grupą, jeśli chodzi o skierowane do nich działania z zakresu promocji aktywności fizycznej. Regularne podejmowanie aktywności fizycznej w łyżwiarstwie znacznie obniża ryzyko zachorowań na wiele chorób, hartuje organizm, poprawia kondycję fizyczną, poprawia nastrój, a tym samym przyczynia się do utrzymania właściwego poziomu zdrowia psychicznego, a także zwiększa efektywność, kreatywność oraz obecność w pracy. Ważnym aspektem działań promujących łyżwiarstwo jest różnicowanie przekazu oraz oferty w zależności od grup docelowych. Z aktywności tej przedmiotem szczególnego zainteresowania w obszarze łyżwiarstwa wśród osób dorosłych są zarówno kobiety jak i mężczyźni. W naszym klimacie

ważna jest dostępność obiektów sportowych – lodowisk, sprzyjających tej formie rekreacji. Niestety brak jest lodowisk co wpływa na ograniczone możliwości uczestnictwa w zajęciach łyżwiarskich.

Łyżwiarstwo amatorskie programy

- szkolenie dzieci i młodzieży oraz dorosłych zainteresowanych uczestnictwem w zajęciach z łyżwiarstwa figurowego jako szkolenia podstawowego i doskonalenia łyżwiarstwa,
- udział w programach min: Multisport, „Animator Sportu”, Klub, „Chodź na Łyżwy”.

Łyżwiarstwo amatorskie szkolenie i zawody

- podział metodyczny na grupy szkoleniowe wg. wieku i umiejętności,
- zajęcia sportowo - rekreacyjne w szkołach i klubach,
- zawody międzyklubowe dla amatorów w tym prywatnych szkółek łyżwiarskich,
- lokalne mistrzostwa szkół.

Sport niepełnosprawnych

Wspieranie tej grupy osób zainteresowanych uprawianiem łyżwiarstwa jako formy rehabilitacji pozwalającej na pokonywanie barier i stymulowanie dążeń do wzrostu aktywności społecznej, która w każdym społeczeństwie stanowi stosunkowo liczną i istotną grupę. Osoby niepełnosprawne, które nie tylko walczą z własną słabością poprzez uzyskanie większej sprawności fizycznej potrzebnej do egzystencji w życiu codziennym, chcą również uczestniczyć w rywalizacji sportowej z innymi zawodnikami.

Zadania PZŁF w zakresie wspierania tej grupy osób:

- organizowanie zawodów dla osób niepełnosprawnych,
- współpraca merytoryczna z Olimpiadami Specjalnymi Polska i innymi partnerami reprezentującymi struktury sportu niepełnosprawnych,
- zorganizowanie kursu dla instruktorów i animatorów do pracy z osobami niepełnosprawnymi do roku 2020,
- promowanie wśród obiektów łyżwiarskich organizacji zajęć z osobami niepełnosprawnymi.

PLANY DZIAŁANIA DO ROKU 2022

OBSZAR ROZWOJU ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO - AMATORSKIEGO		
DOROŚLI		
CELE MOŻLIWE DO ZREALIZOWANIA		KRYTERIUM REALIZACJI CELU
1.	Zwiększenie dostępności lodowisk oraz rekreacyjnych form łyżwiarstwa figurowego dla mieszkańców	Kampania w mediach, Internecie, udział w rekreacyjnych programach samorządu terytorialnego
2.	Wdrożenie kompletnego systemu koordynacji imprez oraz systemów szkolenia w WISS, SZS, okręgowych związkach sportowych	Współpraca z Okręgowymi Związkami Łyżwiarstwa Figurowego, SZS, organizacja konferencji metodycznych
3.	Prowadzenie konkursu „Klub roku” w zakresie upowszechniania łyżwiarstwa figurowego	Wyłonienie klubu <i>oraz przekazanie nagrody</i>
4.	Wdrożenie programu amatorsko-rekreacyjnego „Lodowiska 30 +” (program dla osób po 30 roku życia)	Zwiększenie ilości uczestników w tym wieku
5.	Opracowanie i wdrożenie programu „Łyżwiarstwo dla studentów”	Materiał – propozycja do studiów w uczelni na prowadzenie różnych form zajęć nauki jazdy na łyżwach
6.	Wsparcie finansowe organizacji imprez rekreacyjno- sportowych na poziomie	Raporty i sprawozdania , zrealizowanie celów imprez

	ogólnopolskim i regionalnym	
7.	Przygotowanie materiałów szkoleniowych, prowadzenie warsztatów metodycznych dla trenerów i animatorów rekreacji prowadzących zajęcia z grupą „30 +” Przygotowanie materiałów szkoleniowych, prowadzenie warsztatów metodycznych dla trenerów i animatorów rekreacji prowadzących zajęcia z niepełnosprawnymi	Opracowanie i wydanie materiałów szkoleniowych

SZKOLENIE SPORTOWE DZIECI

Głównym celem jest pozyskanie jak największej ilości chętnych do uprawiania tej dyscypliny sportu. Wiek rozpoczynania nauki łyżwiarstwa w dyscyplinach zimowych to 5 – 7 lat. Podstawowe szkolenie prowadzone jest w klubach sportowych i szkołkach łyżwiarskich. Pomocą służą programy finansowane ze środków rządowych oraz samorządowych. rządowych Zadania realizowane ze środków MSiT poprzez ogólnopolskie programy min. „Lokalny Animator Sportu”, „Wspieranie organizacji imprez sportowych dla dzieci”, wspieranie projektów upowszechniania sportu dzieci i młodzieży realizowanych przez polskie związki sportowe, „Klub” -zajęcia sportowe dla uczniów ukierunkowanych na upowszechnianie sportów zimowych, „Multisport”.

Autorski program PZŁF pn: „Chodź na Łyżwy” - skierowany do wszystkich klubów, członków PZŁF – ich zawodników, trenerów i instruktorów obejmujący: początkowy, podstawowy etap szkolenia oraz początek tworzenia grupy preselekcyjnej. Nabór dzieci z wczesnego nauczania szkolnego nie starszych niż 6-7 lat realizowany w oparciu o kilka kanałów rekrutacji popartych akcją promocyjną programu. Zajęcia prowadzone są według wytycznych PZŁF dotyczących programu nauczania, sprawozdawczości oraz regulaminu. Dzięki możliwości dofinansowania zajęć powiększyła się zdecydowanie liczebność dzieci w klubach. Program wspierany jest przez JST.

Program ten umożliwia właściwy nabór oraz selekcję do dalszego szkolenia, co wpłynie z pewnością na poprawę poziomu łyżwiarstwa w Polsce.

Ważnym czynnikiem tego programu jest szkolenie i doszkalanie młodych kadr trenersko – instruktorskich. Podczas spotkań i konsultacji prowadzone są zajęcia z zakresu właściwego nauczania metodyki i techniki podstawowych elementów łyżwiarskich, co w tak złożonej technicznie dyscyplinie sportu i jej wczesnym rozpoczynaniem jest bardzo istotne.

SZKOLENIE SPORTOWE MŁODZIEŻY

Kolejny etap to wyselekcjonowanie szerokiej grupy młodzieży do szkolenia ukierunkowanego w poszczególnych dyscyplinach łyżwiarskich w klubach sportowych.

Nabór do sekcji sportowych w klubach odbywa się w oparciu o testy (w załączeniu).

W szkoleniu podstawowym szczególną uwagę należy przykładac do treningu ogólnorozwojowego jako podstawy w procesie szkolenia sportowego szczególnie młodzieży. Można tu także wykorzystywać zgrupowania z programem sportowym, organizowane podczas akacji i ferii zimowych. Organizacja zgrupowań ogólnorozwojowych dla najmłodszych jest uzupełnieniem dla treningu łyżwiarskiego młodzieży. Dzięki temu liczymy na istotne podniesienie się poziomu podstawowych cech motorycznych młodych zawodników. Zgrupowania mogą być organizowane wspólnie z zawodnikami kadry narodowej, co podniesie rangę tego zadania w oczach młodych zawodników. Oprócz typowych zajęć ogólnorozwojowych planujemy zajęcia dodatkowe na lodzie.

Dla najmłodszych grup wiekowych prowadzony jest cykl imprez sportowych obejmujący po dwie eliminacje dla klubów z północy i południa Polski jako Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików. Organizacja tych zawodów finansowana jest ze środków MSiT oraz PZŁF. W zależności od kondycji finansowej ośrodków, jak również od przychylności władz samorządowych i sponsorów organizowane

są także międzynarodowe zawody w tej kategorii wiekowej w innych miastach w Polsce - dofinansowywane przez PZŁF.

Młodzież utalentowana objęta jest dodatkową pomocą Związku poprzez udział w wyjazdach zagranicznych oraz udział w zgrupowaniach prowadzonych przez najlepszych trenerów zagranicznych.

Zadania:

- Wyszukiwanie talentów
- Kategorie wiekowe: dzieci 4 – 7 lat, młodzik i junior młodszy 8 – 12 lat, junior do 19/21 lat i młodzieżowiec do 23 lat.
- Szkolenie w placówkach oświatowych - łyżwiarstwo figurowe w szkołach mistrzostwa sportowego, szkołach sportowych, oddziałach sportowych.
- Programy lokalne, samorządowe, szkolne, klubowe, sektora prywatnego.
- Preselekcja, selekcja.
- Ośrodek Szkolenia Sportowego PZŁF w łyżwiarstwie figurowym.

Utworzenie ośrodka szkoleniowo-konsultacyjnego w Warszawie. Szkolenie zawodników z całej Polski, również spoza kadry narodowej oraz szkolenie i doszkalanie instruktorów.
Rozbudowa bazy COS o drugie lodowisko.

PLANY DZIAŁANIA DO ROKU 2022

ŁYŻWIARSTWO FIGUROWE – STRUKTURA SYSTEMU I PROGRAMÓW			
WIEK	POZIOM	STRUKTURA PROGRAMÓW	FINASOWANIE
Po 15 roku życia	IV	Umowy indywidualne (sport profesjonalny IO, MŚ , ME, GP)	w ramach kontraktów, umów dot. budżetu, sponsoring, rynek kapitałowy (sprzęt, obsługa lodowisk, etc)
13 - 23	III	Powołanie Ośrodka Szkolenie Sportowego w Łyżwiarstwie Figurowym Team Polska (łyżwiarstwo figurowe)	system stypendialny, budżet, finanse sektora prywatnego, rynek kapitałowy (sprzęt, obsługa lodowisk etc)
8 - 14	II	Nadzieje Polskiego Łyżwiarstwa Figurowego (doskonalenie i preselekcja) program „Chodź na Łyżwy – Polska Łyżwa”	budżet, finanse sektora prywatnego, rynek kapitałowy (sprzęt, obsługa lodowisk, etc)
4 - 7	I	Nauka łyżwiarstwa i wyszukiwanie talentów „Nauczanie łyżwiarstwa na wszystkich lodowiskach” „Szkółki łyżwiarskie” Program MULTISPORT –sporty łyżwiarskie	budżet, finanse sektora prywatnego

ŁYŻWIARSTWO SYNCHRONICZNE

Łyżwiarstwo synchroniczne jest odmianą łyżwiarstwa figurowego, w ramach której rywalizują między sobą drużyny (tzw. formacje), składające się z od 12 do 20 osób, w formacjach Novice i juniorskich, a w formacjach seniorskich od 16 do 20 (płeć nie ma znaczenia), które do wybranej wcześniej muzyki prezentują swoje programy (krótki i dowolny). Członkowie formacji juniorskich muszą mieć pomiędzy 12 a 18 lat. Drużyny synchroniczne są również jedną z konkurencji wrotkarstwa artystycznego. Początki tej dyscypliny sięgają lat 50., kiedy to – w roku 1956 – Amerykanin Richard Porter, założył grupę określaną mianem zespołu łyżwiarstwa precyzyjnego. Konkurencja ta rozwijała się przez kolejne lata głównie w USA, a w latach 80. dołączyły do nich odpowiednio Kanada, Australia i Japonia. Dziś jest ono szczególnie popularne w krajach skandynawskich. Jako jedna z kategorii łyżwiarstwa figurowego, została ona jednak oficjalnie zakwalifikowana przez ISU dopiero w roku 1996. W łyżwiarstwie synchronicznym występuje znacznie mniej skoków (mogą być one wykonywane tylko przez część drużyny w tzw. izolacji). Takie elementy jak spirale i piruety, są znacznie ograniczone. Najważniejszymi elementami łyżwiarstwa synchronicznego są kroki i przejścia. Oprócz typowych elementów łyżwiarskich, formacje synchroniczne wykonują też: koła, intersekcje, młyny, blok itp.

Wszystkie kategorie wiekowe mają możliwość startów także w wielu innych zawodach międzynarodowych i krajowych. Trwają starania aby łyżwiarstwo synchroniczne stało się dyscypliną pokazową na Igrzyskach Olimpijskich.

W Polsce od 2007 odbywają się zawody Ogólnopolskie w łyżwiarstwie synchronicznym. Poziom tej konkurencji w Polsce podniósł się w ostatnich latach zdecydowanie i pozwolił na udział w Mistrzostwach Świata Juniorów w 2018 roku.

W Polsce funkcjonują następujące formacje łyżwiarstwa synchronicznego:

- "Olivia Dance" - GKS Stoczniovec Gdańsk,
- "Ice Dance II" - KS Szóstka Elbląg,
- "Ice Fire I i II" - SKF Iceskater Gdańsk,
- "Le Soleil Novice" – Toruń,
- "Ice Fire Novice" - SKF Iceskater Gdańsk,
- "Ice Dance" - KS Szóstka Elbląg,
- "Le Soleil" MKS Axel Toruń,
- "Ice Fire Adult" - SKF Iceskater Gdańsk.

Związek podejmuje starania o wprowadzenie łyżwiarstwa synchronicznego do ogólnopolskiego systemu szkolenia i współzawodnictwa młodzieży.

SPORT WYCZYNOWY

Sukces w sporcie wyczynowym traktowany jest jako narzędzie promocji aktywnego stylu życia i aktywności fizycznej w szczególności, a także jako element promocji Polski na arenie międzynarodowej, czy wręcz instrument dyplomacji publicznej, kształtującej wizerunek Polski zagranicą, zyskuje na znaczeniu.

Do najważniejszych działań w ramach powyższego kierunku interwencji należą:

- Realizacja szkolenia zgodna z Wieloletnim Programem Szkolenia w Łyżwiarstwie Figurowym.
- Szkolenie w kategorii Młodzik (grupa preselekcyjna) i Junior Młodszy.
- Powoływanie zawodników do kadry narodowej Juniorów i Seniorów.
- Powołanie Teamu Polska w łyżwiarstwie figurowym.
- Centrum-Ośrodek Szkolenia w łyżwiarstwie figurowym.
- Najlepsi trenerzy krajowi i zagraniczni w szkoleniu zawodników.
- Nowoczesne technologie i metody treningu sportowego.
- Opracowanie Programu Przygotowań do Zimowych Igrzysk Olimpijskich.
- Systematyczny udział juniorów i seniorów w mistrzostwach świata i Europy, Grand Prix oraz w Igrzyskach Olimpijskich. Zdobywanie kwalifikacji olimpijskich.
- Udział zawodników w zawodach międzynarodowych i mistrzowskich ISU.
- Zdobywanie kwalifikacji olimpijskich.
- Udział reprezentacji Polski w Zimowych Igrzyskach Olimpijskich.

Wizja i misja będą realizowane w warunkach optymalnej komunikacji z Ministerstwem Sportu i Turystyki, resortami Oświaty i Zdrowia, jednostkami samorządu terytorialnego (JST), Polskim Komitetem Olimpijskim oraz stowarzyszeniami i z partnerami sektora prywatnego.

Analiza ostatnich lat wykazała, że niezbędnym jest objęcie programem przygotowań do ZIO szerszej grupy zawodników.

Zgodnie z zaakceptowanym przez Zarząd PZŁF – „Wieloletnim programem szkolenia sportowego w łyżwiarstwie figurowym i jego periodyzacji” selekcja zawodników do nadchodzącego cyklu olimpijskiego rozpocznie się od wieku juniora począwszy od 6 etapu szkolenia. Szósty etap szkolenia, obejmuje młodzież w wieku 15-17 lat. Cel szkolenia – dalsza nauka i doskonalenie coraz to bardziej trudnych elementów technicznych (min. opanowanie nowych potrójnych elementów skoków oraz kombinacji skoków z ich udziałem w programach na lodzie, doskonalenie przygotowania psychicznego w startach, wybór najbardziej utalentowanych zawodników. Obciążenia treningowe: 26 godzin tygodniowo.

Kolejne etapy obejmują młodzież w wieku 18-19 lat i startującą w zawodach sportowych w klasie pierwszej oraz reprezentującą Polskę w zawodach rangi Mistrzostw Europy i Mistrzostw Świata w kategorii juniora i seniora. Jest to etap selekcji do wysokiego wyczynu sportowego. Obciążenia treningowe: 28 godzin tygodniowo.

Ostatni ósmy etap szkolenia (etap profesjonalizmu). Celem jest wychowanie reprezentantów Polski w wieku seniora osiągającego wyniki pozwalające walczyć o medale w Mistrzostw Europy, Mistrzostw Świata i Igrzysk Olimpijskich. Obciążenia treningowe: ok 30 godzin tygodniowo.

Istotnym elementem procesu szkolenia olimpijskiego jest dobór do grup szkoleniowych zawodników, którzy odpowiadają aktualnym wymogom współzawodnictwa światowego.

Szansą dla naszych zawodników są konsultacje i treningi poza granicami kraju w ośrodkach szkoleniowych.

Naszym celem w kolejnych cyklach będzie uzyskanie kwalifikacji olimpijskich. W wielu przypadkach może to zadanie trudne ze względu na niekorzystną dla „małych” państw politykę Międzynarodowej Unii Łyżwiarstwa (ISU). Regulamin Międzynarodowej Unii Łyżwiarstwa (ISU) ogranicza drastycznie ilość dopuszczonych zawodników i drużyn do udziału w imprezach mistrzowskich i ZIO.

KLUBY SPORTOWE

Członkami zwyczajnym Związku są kluby sportowe działające w przewidzianych prawem formach, posiadające sekcje łyżwiarstwa figurowego i działające w łyżwiarstwie figurowym. Klub sportowy, może być też członkiem Okręgowego Związku Łyżwiarstwa Figurowego.

Zarząd Związku w drodze uchwały na podstawie pisemnego zgłoszenia przyjmuje klub sportowy jako członka zwyczajnego. Klub w pisemnym zgłoszeniu deklaruje przestrzeganie statutu.

Kluby jako członek zwyczajny Związku mają prawo do:

- brania udziału w Walnym Zgromadzeniu Delegatów za pośrednictwem delegatów, którym przysługuje czynne i bierne prawo wyborcze do Zarządu, Komisji Rewizyjnej i Komisji Dyscyplinarnej;

- zgłaszania postulatów i wniosków wobec władz Związku;
- otrzymywania informacji dotyczących funkcjonowania Związku;
- korzystania z uprawnień członkowskich wynikających ze statutowej działalności Związku;
- uczestniczenia we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez Związek.

Kluby jako członkowie zwyczajni są zobowiązani do:

- aktywnej działalności na rzecz rozwoju i podnoszenia poziomu łyżwiarstwa figurowego oraz realizacji zadań statutowych Związku;
- przestrzegania statutu, regulaminów i innych przepisów obowiązujących w łyżwiarstwie figurowym oraz powszechnie obowiązującego prawa;
- realizacji uchwał i decyzji podjętych przez statutowe organy Związku;
- poddania się jurysdykcji uprawnionych władz i organów Związku w sprawach wynikających z działalności Związku;
- uczestniczenia we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez Związek, jeżeli są klubami sportowymi.

Związek na rzecz klubów sportowych prowadzi min:

- sprawy związane z przyznawaniem i pozbawianiem licencji klubom sportowym, zawodnikom, trenerom, instruktorom;
- podejmuje działania służące w uzyskiwaniu środków finansowych na realizację celów i zadań statutowych;
- wspieranie działalności klubów sportowych;
- określa prawa i obowiązki zawodników;
- ustala zasady zmian barw klubowych przez zawodników.

ZAWODNICY W PROGRAMIE SZKOLENIA

Najważniejsze działania Związku w ramach tej grupy interesariuszy należą:

- wsparcie procesu treningowego w łyżwiarstwie figurowym, ukierunkowane na osiąganie sukcesów na imprezach o największych walorach promocyjnych, wsparcie indywidualnego toku przygotowań dla najwybitniejszych sportowców.

Zawodnikom, dla których bardzo ważne są osiągnięcie życiowego sukcesu sportowego, zostaną podpisane kontrakty. Takim zawodnikom będą stworzone odpowiednie warunki poprzez: finansowanie programu szkolenia sportowego w kraju i zagranicą, wyposażenie w niezbędny sprzęt sportowy, współpraca z najlepszymi choreografami, zapewnienie stypendiów sportowych zgodnych z wytycznymi MSiT, zapewnienie opieki medycznej oraz diagnostyki treningu sportowego.

Zadaniem Związku jest pomoc w organizowaniu kariery dwutorowej dla sportowców, czyli dofinansowanie nie tylko procesu szkolenia, ale także zapewnienie równoległej ścieżki edukacyjnej lub zawodowej.

TRENERZY W PROGRAMIE SZKOLENIA

Jednym z kluczowych warunków dla efektywnego procesu szkolenia jest również dostępność wykwalifikowanej kadry trenerskiej. Tytuły trenera i instruktora w łyżwiarstwie figurowym, zgodnie ze zgromadzonymi dokumentami otrzymało do dnia dzisiejszego w Polsce ponad 300 osób.

Sytuacja finansowa w klubach sportowych (niskie płace trenerów) wpłynęła na spadek zatrudnienia wysoko kwalifikowanych kadr trenerskich w tym również łyżwiarstwa figurowego.

Proponuje się organizację kursów dla instruktorów prowadzących szkolenie podstawowe i sportowe. W ostatnich latach w kursach organizowanych przez Związek uprawnienia instruktora łyżwiarstwa figurowego uzyskało 80 osób. Byli to zawodnicy oraz absolwenci AWF którzy rozpoczęli pracę szkoleniową w klubach.

Bardzo ważnym zadaniem jest wdrażanie wiedzy dotyczącej nowoczesnych metod i narzędzi treningowych stosowanych w krajach o najwyższym poziomie łyżwiarstwa figurowego. Istnieje potrzeba organizacji kursów doszkalających z trenerami zagranicznymi. Dotyczy to właśnie szkolenia podstawowego oraz programu naboru i selekcji (szczególnie wysokie osiągnięcia posiadają szkoleniowcy rosyjscy, kanadyjscy i inni). Realizacja tego zadania umożliwi podniesienie wiedzy fachowej naszych szkoleniowców na ten temat. Kontynuacja organizacji seminariów szkoleniowych z udziałem krajowych i zagranicznych moderatorów. Seminariów szkoleniowych dla trenerów, wraz zawodnikami klas młodszych. Między innymi w ramach programu rozwoju ISU nawiązujących do idei ISU Development Trophy. Coroczna organizacja 2-3 dniowych kursokonferencji trenerskich.

W zakresie szkoleniowym, program realizować będą trenerzy kadry olimpijskiej, zatrudnieni na podstawie kontraktów ze Związkiem.

Planujemy stałą współpracę ich z trenerami zagranicznymi (czołowymi światowymi trenerami i choreografami w zakresie układu programów dla par tanecznych).

Spotkania trenerów z sędzią głównym i panelem technicznym danej konkurencji po zakończeniu zawodów w celu omówienia wykonywanych przez zawodników programów (korygowanie błędów i zgodność programów z regulaminami ISU).

Związek wprowadził program licencjonowania trenerów.

Przygotowanie systemu motywacyjnego dla trenerów - nagrody finansowe dla trenerów, którzy uzyskali dobre wyniki w systemie sportu młodzieżowego.

SĘDZIOWIE

Związek zajmować się będzie dalszym, cyklicznym szkoleniem sędziów i członków paneli technicznych poprzez organizację kursów i seminariów sędziowskich ISU, kończonych egzaminami krajowymi i międzynarodowymi. Seminaria sędziowskie ISU odbywać się będą z udziałem moderatorów krajowych i zagranicznych. Sędziowie międzynarodowi oraz Techniczni Specjaliści uczestniczyć będą w seminariach i kursach organizowanych przez ISU w celu podniesienia kwalifikacji międzynarodowych oraz aktualizacji już osiągniętych uprawnień.

Z tymi grupami interesariuszy prowadzone będą konsultacje i uzgodnienia przy tworzeniu dokumentów dotyczących min.:

- organizacji i prowadzenie współzawodnictwa sportowego,
- opracowywania kierunków i programów rozwoju łyżwiarstwa figurowego w kraju,

- działań związanych z uprawianiem i upowszechnianiem łyżwiarstwa figurowego,
- opracowania i realizacji planów kierunków szkolenia sportowego i systemu zawodów;
- organizowania i prowadzenia szkolenia: zawodników, trenerów i instruktorów, sędziów oraz innych dokumentów o charakterze formalno - prawnym.

Związek ma możliwość przeprowadzania kontroli przestrzegania przez członków Związku, zawodników, trenerów, instruktorów i sędziów sportowych statutu oraz aktów wewnętrznych Związku, a także przepisów prawa dotyczących działalności statutowej Związku.

ZAŁOŻENIA ROCZNEGO CYKLU SZKOLENIA

Roczny program szkolenia kadry narodowej i olimpijskiej: solistów, solistki, pary sportowe, pary taneczne.

Głównym celem dla seniorów w poszczególnych konkurencjach jest start w imprezach mistrzowskich tj. Mistrzostwa Europy i Świata , Grand Prix oraz udział w Zimowych Igrzyskach Olimpijskich.

Na początku pierwszego okresu startowego soliści i pary biorą obligatoryjnie udział w zawodach kontrolnych kadry.

Po zakończeniu sezonu startowego rozpoczyna się okres konstrukcji nowych programów na następny sezon.

OKRES PRZYGOTOWAWCZY.

Okres przygotowawczy rozpoczyna się zgrupowaniem kondycyjnym. Dotyczy on zajęć przygotowania motorycznego oraz lekkoatletycznych i pływania. Po prawie 10 miesięcznym okresie ćwiczeń techniki elementów łyżwiarstwa zawodnicy muszą odpocząć od łyżwiarstwa i nie stosujemy w tym okresie ćwiczeń imitacyjnych.

W okresie przygotowawczym zawodnicy kadry seniorskiej będą brali udział w zgrupowaniach krajowych i zagranicznych z udziałem trenerów i choreografa z zagranicy.

W okresie tym odbywać się będzie praca nad techniką jazdy oraz układy choreograficzne, przygotowanie nowych programów do sezonu.

Zgrupowania poświęcone zostaną technice wykonywania poszczególnych elementów.

Celem w/w zadań będzie osiągnięcie jak najlepszych efektów szkoleniowych oraz prowadzenie obserwacji postępów poszczególnych zawodników podczas zgrupowań, co pomoże w naniesieniu ewentualnych korekt w planach szkoleniowych, aby okres przygotowawczy do nowego sezonu, został przepracowany w pełni zgodnie z planami szkoleniowymi poszczególnych trenerów oraz założeniami Polskiego Związku Łyżwiarstwa Figurowego. Podczas zgrupowań zawodnicy będą trenowali u najlepszych szkoleniowców krajowych i zagranicznych.

Zakończenie okresu przygotowawczego to zawody kontrolne kadry w sierpniu.

Na podstawie tych zawodów ustalane są typowania na zawody międzynarodowe w okresie jesiennym.

Okres ten kończą badania kontrolne zawodników kadry narodowej.

PIERWSZY OKRES STARTOWY: sierpień - grudzień

Udział w zawodach Grand Prix, międzynarodowych i krajowych począwszy od kontrolnych w Warszawie, zakończone w grudniu „Mistrzostwami Czterech Narodów” (Polski, Czech, Słowacji i Węgier).

Starty międzynarodowe pierwszego okresu będą miały na celu wyłonienie reprezentacji Polski na imprezy mistrzowskie, oraz wskazanie błędów w układzie programów oraz wartości technicznej elementów , które należy poprawić. Ważnym elementem dla zawodników startujących w imprezach mistrzowskich będzie uzyskanie w zawodach międzynarodowych jak najlepszego miejsca w rankingu ISU, który decyduje o numerach startowych w Mistrzostwach Europy i Mistrzostwach Świata, co ma kardynalne znaczenie dla wyniku sportowego w łyżwiarstwie figurowym.

OKRES STARTOWY GŁÓWNY: styczeń - kwiecień

Udział w zawodach mistrzowskich:

Mistrzostwa Europy,

Mistrzostwa Świata.

Zimowe Igrzyska Olimpijskie.

Po zakończonych zawodach mistrzowskich nastąpi analiza efektów szkoleniowych oraz planowanie kolejnych zadań.

Programowanie i kontrola realizacji zadań szkoleniowych kadry olimpijskiej

Istotnym elementem procesu szkolenia olimpijskiego jest właściwy dobór do grup szkoleniowych zawodników, którzy odpowiadają aktualnym wymogom współzawodnictwa światowego.

W celu zachowania ciągłości szkolenia uruchomiony będzie stały program przygotowań kadry seniorów oraz jako jego bezpośredniego zaplecza kadry młodzieżowej. Każdy zawodnik kadry narodowej, będzie po zakończeniu sezonu indywidualnie oceniany i na tej podstawie będzie uaktualniany skład zawodników kadry olimpijskiej oraz ich szkoleniowców

Programowanie szkolenia olimpijskiego i jego realizację oraz kontrolę prowadzić będzie PZŁF we współpracy z Ministerstwem Sportu i Turystyki, PKOl, COS oraz COMS i Instytutem Sportu.

Skład reprezentacji Polski na Igrzyska Olimpijskie, będzie zatwierdzony przez Polski Komitet Olimpijski w oparciu o propozycję PZŁF wynikającą z regulaminów ISU dot. zasad kwalifikacji do ZIO.

Dla usprawnienia programowania i kontroli szkolenia, PZŁF będzie dążyć do:

- wdrożenia najnowszych trendów światowych dot. metod sterowania procesem treningowym,
- wprowadzenia najnowocześniejszych pomocy naukowych, urządzeń sportowych oraz programów komputerowych, wspomagających proces treningowy i jego kontrolę,
- dokształcania i doskonalenia zawodowego trenerów kadry olimpijskiej oraz współpracujących w ramach programu przygotowań olimpijskich.

HARMONOGRAM REALIZACJI ZADAŃ SZKOLENIA OLIMPIJSKIEGO DO ROKU 2022

Lp.	Zadanie
1.	• Opracowanie założeń organizacyjnych przygotowań do Igrzysk Olimpijskich. • Opracowanie 5- letniego programu szkoleniowego w zakresie łyżwiarstwa figurowego w zależności od specyfiki grup szkoleniowych, uwzględniającego główne cele w poszczególnych etapach. • Powołanie zawodników do kadry juniorów, młodzieżowej i seniorów zgodnie z regulaminem PZŁF. • Przyjęcie przez PZŁF programu szkolenia olimpijskiego do roku 2022. • Przyjęcie przez Związki ogólnych planów organizacyjno- szkoleniowych do roku 2022. • Analiza procesu szkoleniowego mająca na celu podniesienie na wyższy poziom umiejętności technicznych zawodników oraz przygotowania ogólnego zawodników.
2.	• Po zakończeniu i ocenie kolejnych sezonów cyklu olimpijskiego dokonanie przez Związek korekt w systemie szkolenia, polityki startowej, składzie kadry olimpijskiej. • Przyjęcie wyników sportowych sezonu jako wstępnej selekcji zawodników ubiegających się o zdobycie kwalifikacji olimpijskiej.
3.	• Uaktualnienie składu kadry na podstawie oceny sezonu. • Opracowanie indywidualnych planów szkoleniowych dotyczących obciążeń treningowych, wyznaczenie założeń wynikowych. • Potwierdzenie założeń wynikowych w imprezach okresu startowego jako selekcja do startu w imprezie głównej (GP, ME, MŚ).
4.	• Realizacja sprawdzonego, najbardziej efektywnego planu obciążeń treningowych i startów oraz określenie przez Związek (pion szkoleniowy), poziomu sportowego jakie powinni osiągnąć kandydaci do reprezentacji Polski przed wyjazdem na Igrzyska. • Szczegółowe określenie zasad powołania do reprezentacji na Igrzyska Olimpijskie, w oparciu o krajowe i międzynarodowe kryteria kwalifikacji. • Opracowanie założeń strategii mającej na celu zdobycie międzynarodowych kwalifikacji olimpijskich w poszczególnych konkurencjach.
5.	• Analiza i korekta rocznych planów treningowych poszczególnych zawodników kadry uwzględniająca politykę startową w imprezach międzynarodowych i mistrzowskich • Uzyskanie kwalifikacji olimpijskich - zgodnie z regulaminami Międzynarodowych Federacji oraz decyzja władz sportowych. • Ogłoszenie składu reprezentacji olimpijskiej. • Udział zawodników kadry olimpijskiej w zawodach jako rekonesans olimpijski.
6.	• Start w Mistrzostwach Europy przed ZIO. • Start w Igrzyskach Olimpijskich.

Zawodnicy i trenerzy w programie szkolenia olimpijskiego

Do najważniejszych działań w ramach powyższego kierunku interwencji należą:

- wsparcie procesu treningowego w łyżwiarstwie figurowym, ukierunkowane na osiągnięcie sukcesów na imprezach o największych walorach promocyjnych,
- wsparcie indywidualnego toku przygotowań dla najwybitniejszych sportowców.

Zawodnikom zaproponowane zostaną roczne kontrakty ze Związkiem na realizację 4-letniego programu szkolenia olimpijskiego. W połowie cyklu szkolenia olimpijskiego zostanie dokonana ocena postępów i wyników sportowych, osiągniętych przez wszystkich uczestników tego programu. Kontrakty zostaną podpisane z zawodnikami, dla których bardzo ważne są także autentyczne aspiracje, osiągnięcie życiowego sukcesu sportowego podczas startu, ze zdobyciem medalu olimpijskiego włącznie. Związana jest z tym gotowość podjęcia czteroletnich, profesjonalnych przygotowań. Tylko takim zawodnikom będą stworzone odpowiednie warunki poprzez:

- finansowanie programu szkolenia sportowego w kraju i zagranicą,
- wyposażenie w niezbędny sprzęt sportowy,
- sfinansowanie współpracy z najlepszymi choreografami mającej na celu układy programów sportowych,
- zapewnienie stypendiów sportowych zgodnych z wytycznymi MSiT,
- zapewnienie opieki medycznej oraz diagnostyki treningu sportowego,
- współpraca z psychologiem.

Kariera sportowa zawodnika jest niezwykle ryzykowna, stąd zadaniem Związku jest pomoc w organizowaniu kariery dwutorowej dla sportowców, czyli dofinansowanie nie tylko procesu szkolenia, ale także zapewnienie równoległej ścieżki edukacyjnej lub zawodowej.

W zakresie szkoleniowym, program realizować będą trenerzy kadry olimpijskiej, zatrudnieni na podstawie kontraktów ze Związkiem. Planowana jest też stała współpraca z trenerami zagranicznymi (np. w łyżwiarstwie figurowym w zakresie układu programów - współpraca z najlepszymi światowymi choreografami).

Trenerzy szkolenia olimpijskiego zobowiązani zostaną do:

- opracowania czteroletniego programu szkolenia,
- opracowania rocznego planu treningowego,
- prowadzenia określonych analiz szkoleniowych,
- współpracy z trenerami klubowymi,
- monitorowania szkolenia klubowego,
- stałej współpracy z instytucjami, które uczestniczą w programie,
- pełnej realizacji postanowień kontraktu,
- prowadzenia szczegółowej dokumentacji treningu i startu zawodników,
- współpracy z zespołem naukowo-badawczym,
- uczestniczenia w procesie doskonalenia zawodowego,
- sprawozdawczości wszystkich akcji szkoleniowych oraz oceny sezonu.

PODZIAŁ KOMPETENCJI W ORGANIZACJI PRZYGOTOWAŃ DO ZIO

Zadania Polskiego Związku Łyżwiarstwa Figurowego

W przygotowaniach do Igrzysk Zimowej Olimpiady 2022 proponuje się następujący podział zadań i kompetencji.

Polski Związek Łyżwiarstwa Figurowego jest odpowiedzialny za koordynację przygotowań kadry narodowej do udziału w ZIO. Związek przyjmuje na siebie odpowiedzialność za realizację następujących zadań.

- a) Koordynuje oraz sprawuje nadzór nad przebiegiem szkolenia olimpijskiego.
- b) Przygotowuje i realizuje w porozumieniu i za akceptacją Ministerstwa Sportu i Turystyki i Polskiego Komitetu Olimpijskiego:
 - kryteriów powołania kadry olimpijskiej,
 - imiennego składu powołania kadry olimpijskiej,
 - imiennego wykazu zespołów szkoleniowych,
 - programy szkoleniowe,
 - projekty budżetowe.

c) W ramach przygotowań olimpijskich, w porozumieniu z Ministerstwem Sportu i Turystyki, Związek realizować będzie:

- krajowe i zagraniczne zgrupowania kadry olimpijskiej,
- starty krajowe i zagraniczne,
- stypendia sportowe,
- kontrakty trenerskie,
- opiekę medyczną,
- badania lekarskie i diagnostyczne,
- monitoring treningu sportowego,
- zakup sprzętu sportowego,
- koordynację pracy z zespołem szkoleniowym współpracującym ze Związkiem,
- ocenę wyników sportowych i zadań szkoleniowych w trakcie sezonu oraz po jego zakończeniu.

W ramach kompetencji i posiadanych uprawnień, Związek bezpośrednio realizuje program i plan przygotowań olimpijskich w ramach możliwości i posiadanych środków:

- powołanie dyrektora sportowego Związku, w przypadku zwiększenia środków finansowych na ten cel,
- powołanie trenerów kadry olimpijskiej,
- wyłonienie zespołów szkoleniowych pracujących z kadrą olimpijską, obejmujących trenera kadry olimpijskiej, asystenta trenera, menedżera, lekarza, fizjologa, dietetyka, biomechanika, fizjoterapeutę, psychologa, oraz innych, w zależności od potrzeb danej konkurencji,
- opracowanie czteroletniego programu szkolenia dotyczącego dyscypliny z podziałem na konkurencje,
- opracowanie szczegółowych planów rocznych,
- powołanie kadry olimpijskiej z zawodników mających szansę na uzyskanie kwalifikacji olimpijskiej
- powołanie kadry młodzieżowej obejmującej talenty sportowe, stanowiącej naturalne zaplecze dla kadry olimpijskiej,
- określenie warunków realizacji procesu szkoleniowego, obejmującego m.in. układy programów żywnościowych, zajęcia uzupełniające, zakup sprzętu specjalistycznego i sportowego, odżywek, suplementów diety itp.,
- opracowanie czteroletniej polityki startowej mającej na celu wyłonienie reprezentacji do ZIO,
- opracowanie rocznych planów finansowych dotyczących programu szkolenia olimpijskiego,
- prowadzenie dokumentacji trenerskiej w oparciu o ujednolicone wzorce.

Współpraca Związku z Polskim Komitetem Olimpijskim

W ramach kompetencji i posiadanych uprawnień, Polskie Związki Sportowe odpowiadają za realizację następujących zadań.

- a) Przygotowuje informację nt. międzynarodowych kryteriów kwalifikacji olimpijskiej.
- b) Proponuje skład reprezentacji olimpijskiej do akceptacji Sztabu Olimpijskiego.
- c) Przygotowuje technicznie akredytacje i zgłoszenia sportowe dla PKOl.
- d) Prowadzi działalność edukacyjną i popularyzatorską w dziedzinie upowszechniania i promocji idei olimpijskiej oraz sportu.
- e) Współpracuje z mediami.

Instytucje współpracujące – zakres współpracy

Proponuje się, aby te instytucje realizowały następujące zadania.

- Centralny Ośrodek Sportu – zabezpieczenie bazy treningowej, zapewnienie odpowiednich warunków podczas centralnych zgrupowań.
- Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej – sprawowanie nadzoru nad stanem zdrowia uczestników objętych programem przygotowań olimpijskich.
- Instytut Sportu, AWF – prowadzenie zleconych przez PZŁF badań na rzecz tej dyscypliny,
- Komisja ds. walki z dopingiem w sporcie Instytutu Sportu – prowadzenie kontroli anty-dopingowej.
- Wojewódzkie Interdyscyplinarne Stowarzyszenia Sportowe - dzięki tej współpracy, możliwa była koordynacja działań w zakresie szkolenia w ramach tzw. kadry wojewódzkiej młodzika dla wyselekcjonowanej grupy dzieci i młodzieży oraz kadry wojewódzkiej juniora młodszego.

Współpraca z samorządem terytorialnym

W lokalnych wspólnotach samorządowych sport staje się dobrem powszechnym, dostępnym w różnych formach, stosownie do możliwości i zainteresowań mieszkańców. Jest czynnikiem kształtowania zdrowia i osobowości, rozwijania nawyków i postaw prozdrowotnych, wartościową formą wykorzystania czasu wolnego. Wynikają stąd dla samorządu terytorialnego ważne cele społeczne i zadania rozwojowe. PZŁF będzie współpracować z samorządem terytorialnym w zakresie:

- organizacji imprez sportowych, mistrzostw Polski, Europy i świata oraz imprez równorzędnych,
- budowy i udostępniania infrastruktury sportowej na potrzeby szkolenia sportowego,
- prowadzenia szkół mistrzostwa sportowego, szkół sportowych i klas sportowych, ośrodków szkolenia sportowego,
- opieki nad członkami kadry olimpijskiej i wykorzystywania ich wizerunku w pozyskiwaniu nowych, sportowych talentów.

Organizacja imprez międzynarodowych w kraju ma ogromne znaczenie strategiczne dla promocji i rozwoju dyscyplin w sportach zimowych. Związek ubiegać się będzie o organizację Mistrzostw Świata, Europy i imprez międzynarodowych, których organizacja wymaga jednak obiektów spełniających określone wymogi odnośnie zaplecza, wyposażenia, ilości miejsc na widownię itp. Działania nasze mają na celu przekonanie władz samorządowych do inwestycji dotyczącej budowy obiektów wielofunkcyjnych z widownią i z nawierzchnią nadającą się do zamrożenia lodowiska.

Współpraca z Polskimi Związkami Sportowymi

Dotychczas strategia rozwoju łyżwiarstwa figurowego pomijała współpracę z innymi sportami łyżwiarskimi. Racjonalizacja szkolenia sportowego do roku 2022, wymaga nowego podejścia do warunków rozwoju w sportach łyżwiarskich, nowego podejścia do sportu w związku z koniecznością prowadzenia działań promocyjnych i pozyskiwania sponsorów. Związek powinien wykorzystać współpracę, możliwości organizacyjne i programowe innych Związków oraz dorobek promocyjny, w celu stworzenia wspólnych programów i lepszego wykorzystania finansów publicznych.

Podpisanie porozumienia pomiędzy Polskim Związkiem Łyżwiarstwa Figurowego, Polskim Związkiem Łyżwiarstwa Szybkiego, Polskim Związkiem Hokeja na Lodzie, Polskim Związkiem Curlingu dot. współpracy przy realizacji i osiąganiu wspólnych celów, w szczególności:

-przygotowanie wspólnych Strategii Rozwoju Dyscyplin w Sportach Zimowych, Marketingowej, Planu budowy i modernizacji obiektów sportowych, upowszechnianie sportów łyżwiarskich. Program może być szczególną szansą aktywizacji sportów łyżwiarskich w Polsce.

Wspólne działania na rzecz tworzenia klas sportowych i mistrzostwa sportowego oraz Ośrodków Szkolenia Sportowego w Sportach Zimowych.

ZIMOWE IGRZYSKA OLIMPIJSKIE DO ROKU 2022 – PODZIAŁ ZADAŃ I WSPÓŁPRACA

Zadanie	Odpowiedzialny	Termin
Przygotowanie programu i planu przygotowań do kolejnych ZIO	PZŁF	2018
Opracowanie projektu budżetu przygotowań olimpijskich na lata 2019-2022	PZŁF przy współpracy z MSiT	2019
Przygotowanie i wdrożenie systemu powoływania zawodników i zawodniczek do kadry olimpijskiej	PZŁF, PKOl. przy współpracy z MSiT	2019-2020
Określenie zadań dla instytucji wspomagających przygotowania olimpijskie	Instytut Sportu, COMS, AWF, PZŁF	2018-2022
Ustalenie kryteriów krajowych kwalifikacji olimpijskich	PZŁF, PKOl.,	2021

Powołanie szerokiego składu kadry olimpijskiej	PZŁF	2020
Ocena toku przygotowań do igrzysk olimpijskich oraz realizacji rocznych planów szkoleniowych	PZŁF, PKOl., MSiT.	2021-2022
Propozycje reprezentacji olimpijskiej. Potwierdzenie uzyskania kwalifikacji międzynarodowej	PZŁF, PKOl.	2021
Zatwierdzenie reprezentacji olimpijskiej	PKOl.	2022

ŹRÓDŁA FINANSOWANIA ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO DO ROKU 2022

Dla rozwoju polskiego łyżwiarstwa figurowego do roku 2022 podstawowe znaczenie będzie miało zapewnienie finansowania klubów sportowych jako podstawowej jednostki organizacyjnej polskiego sportu oraz zadań realizowanych przez Polski Związek Łyżwiarstwa Figurowego.

Funkcjonujący od wielu lat model finansowania zakłada, że podstawowym źródłem nakładów finansowych na sport jest sektor publiczny. Struktura wydatków publicznych wskazuje na znaczny udział jednostek samorządu terytorialnego w finansowaniu sportu. Nakłady na sport pochodzą z budżetu państwa oraz z dopłat do gier liczbowych. Totalizator Sportowy spełnia kluczową rolę w finansowaniu polskiego sportu, wypełniając ustawowy obowiązek przekazywania środków na rozwój sportu dzieci i młodzieży oraz budowę obiektów sportowych. Polski Związek Łyżwiarstwa Figurowego w dużym stopniu uzależniony jest od dotacji ze środków publicznych. Udział środków z dotacji Ministra Sportu i Turystyki w przychodach Związku kształtował się na poziomie około 50%. Zwiększenie nakładów na kulturę fizyczną i sport w ramach sektora publicznego wiąże się więc zarówno ze zwiększeniem środków budżetu państwa w części, której dysponentem jest Minister Sportu i Turystyki oraz z dążeniem do większego zaangażowania w rozwój kultury fizycznej i sportu środków pochodzących z budżetów jednostek samorządu.

Dofinansowanie ze środków publicznych następujących zadań:

- szkolenie i współzawodnictwo sportowe młodzieży (wyłonienie młodzieży o zdolnościach motorycznych, pozyskanie najzdolniejszych do dalszego, bardziej zaawansowanego szkolenia sportowego, a także zwiększenie liczebności młodzieży uprawiających łyżwiarstwo figurowe). Wspieranie klubów sportowych w zakresie zatrudniania kadry szkoleniowej, opłaty wynajmu i bazy sportowej,
- sport kwalifikowany (pomoc w przygotowaniu sportowców do udziału w imprezach mistrzowskich oraz Igrzyskach Olimpijskich, zwiększenie poziomu wyników we współzawodnictwie międzynarodowym, organizacja dużych i prestiżowych imprez sportowych rangi europejskiej i światowej,
- kształcenie, doskonalenie i zatrudnienie kadry szkoleniowo-instruktorskiej (wykonywanie zawodu trenera będzie związane z wymogami podnoszenia kwalifikacji wykorzystanie najlepszych osiągnięć z zakresu teorii i metodyki sportu z różnych państw, zwiększenie roli i znaczenia trenerów w procesie szkolenia sportowego. Celem powinna być też poprawa warunków materialnych ich pracy oraz systemu zatrudniania większej liczby wysokokwalifikowanej kadry trenerskiej),
- budowa i modernizacja infrastruktury sportowej (poszukiwanie rozwiązań optymalizujących warunki dla dalszego rozwoju infrastruktury sportowej, administrowanej przez państwo i samorząd terytorialny, ze szczególnym uwzględnieniem modernizacji i budowy nowych obiektów specjalistycznych oraz o znaczeniu strategicznym),
- opieka medyczna nad zawodnikami oraz dziećmi i młodzieżą uprawiającymi sport. Zwiększenie liczby lekarzy różnych specjalności posiadających uprawnienia w zakresie specjalistycznej opieki lekarskiej.

Należy wziąć pod uwagę wzrastającą rolę sektora prywatnego w rozwoju usług sportowo-rekreacyjnych. Powstający rynek finansowy w dziedzinie sportu i rekreacji. To kilka tysięcy firm, spółek, korporacji i osób prawnych. Są to potencjalni inwestorzy na rynku finansowym. Można szacunkowo przyjąć, że wartość, ta wynosi szacunkowo do kilkudziesięciu mld. zł (bez sklepów i hurtowni). Aktualnie uczestnicy rynku finansowego, to min: S.S.A, firmy prywatne, sklepy i hurtownie, kluby fitness. Tereny i obiekty wykorzystywane przez kluby sportowe. Firmy prywatne i Spółki Skarbu Państwa mogą wspierać i sponsorować programy aktywnego wypoczynku pracowników i ich rodzin. Prywatne przedsiębiorstwa mogą zapewnić środki na zakup sprzętu, budowę obiektów, szlaków turystycznych czy ścieżek rowerowych. Liderzy biznesu coraz częściej pełnią rolę ambasadorów aktywnego i zdrowego stylu życia.

Można rozważać możliwość wsparcia z sektora prywatnego: łyżwiarstwa jako formy aktywności fizycznej mieszkańców (skierowany do społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem populacji dzieci i młodzieży, młodzieży akademickiej oraz ludzi starszych i niepełnosprawnych. Niezbędnym elementem przy aktywizacji rekreacyjno-sportowej społeczeństwa jest istnienie funkcjonalnej, różnorodnej i ogólnodostępnej infrastruktury rekreacyjno-sportowej).

Współdziałanie sektorów publicznego i prywatnego w tworzenie programu „Koalicja dla Sportu”. Związane z tym propozycje zmierzają do powołania społecznych grup wsparcia, w skład których wejdą m.in. znani sportowcy, menadżerowie biznesu, liderzy organizacji pozarządowych, przedstawiciele wspólnot mieszkaniowych, kościołów, szkół. Osoby te powinny stanowić ważne wzory aktywnego trybu życia i przyciągać innych do udziału.

Poważną bolączką w naszej działalności jest brak sponsora strategicznego. Sponsor będzie wtedy, gdy będą wyniki sportowe. Brak bezpośrednich transmisji TV publicznej z udziałem naszych zawodników nie dawało nam żadnych szans na zainteresowanie sponsorów. Aktualnie sytuacja uległa poprawie.

Ubieganie się w ISU o organizację imprezy mistrzowskiej w łyżwiarstwie figurowym Mistrzostw Europy lub Świata (doświadczenie w organizacji ME 2007 w Warszawie). Daje to też możliwość pozyskania sponsora przy organizacji imprezy mistrzowskiej.

Na dzień dzisiejszych najbardziej pewnym i stabilnym źródłem finansowania łyżwiarstwa figurowego jest Ministerstwo Sportu i Turystyki. Pomoc JST, WISS, PKOl i drobniejszych sponsorów. Związek złożył aplikację wraz z załącznikiem do MSiT już 18 lipca 2016 r. do programu „Kodeks Dobrych Praktyk Sponsoringowych” i oczekuje na jej rozpatrzenie.

PROPOZYCJA FINANSOWANIA PRZYGOTOWAŃ OLIMPIJSKICH PZŁF W LATACH 2018-2022

Z budżetu przez Ministerstwo Sportu i Turystyki

Lp.	Lata	Wzrost dotacji w stosunku do poprzedniego roku %	Dotacja na sport wyczynowy Ogółem	Dotacja na realizację programu przygotowań olimpijskich
1.	2018		1 300 000	650 000
2.	2019		1 350 000	800 000
3.	2020		1 500 000	900 000
4.	2021		1 550 000	1 000 000
5.	2022		1 400 000	650 000
Ogółem			7 100 000	4 000 000

ŚRODKI O JAKIE SIĘ BĘDZIE UBIEGAŁ PZŁF NA FINANSOWANIA ZADAŃ W LATACH 2018-2022

Z FRK przez Ministerstwo Sportu i Turystyki

Zadania realizowane ze środków FRKF poprzez ogólnopolskie programy min. „Lokalny Animator Sportu”, „Wspieranie organizacji imprez sportowych dla dzieci”, wspieranie projektów upowszechniania sportu dzieci i młodzieży realizowanych przez polskie związki sportowe, „Klub” -zajęcia sportowe dla uczniów ukierunkowanych na upowszechnianie sportów zimowych, „Multisport”, Autorski program PZŁF pn: „Chodź na łyżwy” - skierowany do wszystkich klubów, członków PZŁF – ich zawodników, trenerów i instruktorów obejmujący: początkowy, podstawowy etap szkolenia oraz początek tworzenia grupy preselekcyjnej.

ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNO – PROGRAMOWE DOTYCZĄCE MODERNIZACJI I BUDOWY INFRASTRUKTURY SPORTOWEJ W SPORTACH ZIMOWYCH DO ROKU 2022

Specjalistyczna baza treningowa jest niezbędnym komponentem zapewnienia optymalnych warunków do prowadzenia procesu treningowego.

Związek prowadzi działania zachęcające JST i różne instytucje zachęcające do realizacji inwestycji sportowych. Ponadto opiniuje planowane inwestycje sportowe. Bez inwestycji nie mogą w sposób prawidłowy rozwijać się sporty zimowe, w tym łyżwiarstwo figurowe. Nowe lodowiska powinny przyczynić się do poprawy stanu zdrowia młodzieży oraz powstania nowych klubów, sekcji, klas i szkół sportowych. Powinna się zwiększyć liczba dzieci uczestniczących w procesie szkolenia sportowego oraz chcących uprawiać łyżwiarstwo jako formę rekreacji. Postępujące zmiany klimatyczne ograniczają możliwości organizacji zimą różnych form aktywności ruchowej dzieci. Zmniejsza się ilość dni z opadami śniegu. Utrzymujące się zimą dodatnie temperatury nie sprzyjają rozwojowi sportów zimowych bez bazy całorocznej. Rozwój nowoczesnej infrastruktury sportowo rekreacyjnej oraz poprawa wykorzystania już istniejącej, to konieczne warunki upowszechniania aktywności fizycznej dzieci i młodzieży oraz ich rodzin, szkolenia sportowego oraz organizacji współzawodnictwa sportowego we wszystkich grupach wiekowych mieszkańców. Proponuje się aby wysiłki państwa i JST podejmowane w tym zakresie koncentrowały się na poszukiwaniu rozwiązań stwarzających warunki dla dalszego rozwoju infrastruktury sportowej, ze szczególnym uwzględnieniem modernizacji i budowy nowych obiektów wielofunkcyjnych i specjalistycznych.

WIEDZA, ZASOBY LUDZKIE

Jednym z celów polityki społecznej w krajach Unii Europejskiej jest zwiększanie świadomości organizacji edukacyjnych i sportowych co do potrzeby współpracy na rzecz rozwoju edukacji przez sport, wykorzystania wartości jakie niesie ze sobą sport, w pogłębianiu wiedzy i podnoszeniu kwalifikacji oraz promowaniu walorów wymiany młodzieżowej poprzez organizację imprez sportowych i kulturalnych w ramach działalności szkół, organizacji młodzieżowych i klubów sportowych.

Niezadowalający poziom kwalifikacji zawodowych osób zajmujących się sportem znacznie utrudnia procesy rozwoju tej dziedziny życia. W porównaniu z innymi państwami mamy w tej kwestii spore zaległości, a skutki widoczne są podczas szkoleń i zawodów sportowych. Brak jest także dobrze wyszkolonych kadr menedżerskich. W tworzeniu standardów nauczania specjalistów w dziedzinie sportu, powinno kierować się założeniami, że kadry sportowe należy przygotować nie tylko do pracy trenerskiej, ale również i do zarządzania organizacjami sportowymi, w których będą sami tworzyć miejsca pracy dla innych specjalistów, pobudzając tym samym rozwój społeczności.

Dobrze wykształcona i doskonalcą swoją wiedzę kadra specjalistów jest podstawą każdego sprawnie działającego systemu, gwarantując osiągnięcie założonych celów i właściwe wykonanie zadań. Polska ma dostatecznie rozbudowaną sieć akademii wychowania fizycznego. W szkoleniu kadr dla sportu uczestniczą również państwowe szkoły akademickie oraz publiczne i niepubliczne szkoły zawodowe, kształcące nauczycieli wychowania fizycznego. Szkolenia specjalistów na poziomie instruktora sportu i instruktora rekreacji ruchowej prowadzone będą przez stowarzyszenia i organizacje. Szkolenia oraz doszkalcenia na stopień trenera - z wybranymi sportowymi uczelniami wyższymi. Dla podtrzymania poziomu kwalifikacji zawodowych szerokiej grupy trenerów przewiduje się wykorzystanie ustawowego systemu nadawania trenerom licencji przez PZŁF. Ze względu na nadzór Ministerstwa Sportu i Turystyki nad uczelniami wychowania fizycznego oraz Instytutem Sportu, proponuje się aby Ministerstwo doprowadziło do lepszej koordynacji badań naukowych oraz programów szkolenia kadr dla potrzeb sportu młodzieżowego.

Inna forma wymiany wiedzy szkoleniowej, jej konfrontacja pomiędzy trenerami będzie realizowana również poprzez zagraniczną wymianę trenerów oraz szkolenia w kraju z udziałem trenerów zagranicznych. Planujemy kontynuację szkolenia a przede wszystkim doszkalcenia np. z trenerami rosyjskimi przy współpracy z zespołem metodyczno – szkoleniowym IS oraz AWF. Dotyczy to właśnie szkolenia podstawowego oraz programu naboru i selekcji (szczególnie wysokie osiągnięcia posiadają szkoleniowcy z Rosji). Realizacja tego zadania umożliwi podniesienie wiedzy fachowej naszych szkoleniowców na ten temat. Inicjatywa ma na celu odbudowanie kadry trenerskiej na bazie wzorcowego planu szkolenia w oparciu o młodych szkoleniowców.

Szkolenie i doskonalenie zawodowe kadr dla potrzeb łyżwiarstwa figurowego

- Współpraca merytoryczna z Międzynarodową Unią Łyżwiarską (ISU), Instytutem Sportu oraz uczelniami wychowania fizycznego;
- Organizowanie szkoleń dla instruktorów prowadzących zajęcia na podstawowym poziomie w klubach;
- Organizowanie szkoleń dla trenerów i instruktorów z udziałem szkoleniowców i metodyków zagranicznych;
- Konfrontacja pomiędzy trenerami realizowana również poprzez zagraniczną wymianę trenerów;
- Stałe uaktualnianie materiałów dydaktycznych i metodycznych do prowadzenia zajęć w łyżwiarstwie figurowym;

- Prowadzenie systemów licencyjnych i ewidencyjnych dla trenerów i instruktorów oraz systemów certyfikacji i szkolenia sędziów;
- Systematyczne szkolenie i doszkalanie kadry sędziowskiej PZŁF we współpracy z Międzynarodową Unią Łyżwiarzką (ISU);
- Doskonalenie prac nad wprowadzeniem kwalifikacji do Systemu Zintegrowanego w obszarze łyżwiarstwa figurowego. Propozycja dotyczy takich poziomów jak:

Poziom I -

Nauczanie podstaw łyżwiarstwa figurowego. Osoba posiadająca tę kwalifikację potrafi i jest gotowa do samodzielnego i w bezpiecznego prowadzenia zajęć rekreacyjnych dla dzieci i dorosłych w zakresie nauczania podstaw łyżwiarstwa figurowego. Osoba ta jest sprawna fizycznie i posiada umiejętności praktyczne. Powinna działać komunikując się i współdziałając z bardziej doświadczonymi osobami.

Poziom II

Doskonalenie nauczania łyżwiarstwa figurowego w ramach projektów MSiT „Sport dla wszystkich”. Osoba posiadająca tę kwalifikację jest w stanie samodzielnie i bezpiecznie prowadzić zajęcia rekreacyjne i sportowe w zakresie nauczania i doskonalenia łyżwiarstwa figurowego z osobami w różnym wieku. Osoba ta jest sprawna fizycznie i posiada umiejętności praktyczne. Jej wiedza powinna być kontrolowana i ewaluowana.

Poziom III

Prowadzenie procesu dydaktycznego w łyżwiarstwie figurowym skierowanego na wyczyn. Osoba posiadająca kwalifikację na tym poziomie jest przygotowana do samodzielnego planowania, organizowania i realizowania zajęć i procesu dydaktycznego w łyżwiarstwie figurowym w oparciu o obowiązujące systemy szkolenia, z uwzględnieniem wytycznych organizacji szkolącej, w ramach sportu dla wszystkich. Jest również przygotowana do analizy i oceny umiejętności prowadzenia zajęć dydaktycznych przez osoby z niższymi kwalifikacjami instruktorskimi. Może podejmować pracę w klubach sportowych i placówkach oświatowych o profilu łyżwiarstwa figurowego. Może działać samodzielnie oraz współpracować doradczo z instruktorami poziomu I i II. Powinna rozwijać swoje kompetencje oraz współpracować z bardziej doświadczonymi od siebie.

Poziom IV

Planowanie i prowadzenie procesu szkoleniowego w łyżwiarstwie figurowym. Osoba posiadająca tę kwalifikację jest przygotowana do samodzielnego planowania, organizowania, realizowania i monitorowania zajęć z łyżwiarstwa figurowego. Jest również przygotowana do szkolenia zawodników biorących udział we współzawodnictwie sportowym krajowym i międzynarodowym. Powinna dzielić się wiedzą z osobami mniej doświadczonymi. Jest odpowiedzialna za swoje decyzje oraz powinna planować dalszy rozwój zawodowy.

Poziom V

stanowisko trenera głównego (koordynatora) - potwierdzenie gotowości do samodzielnego projektowania i realizacji autorskiej koncepcji treningowej, zarządzania współpracującym zespołem zadaniowym i własnym rozwojem. Osoba posiadająca tę kwalifikację ocenia dyspozycję zawodników do uczestniczenia w procesie treningowym, zarządza procesem szkoleniowym i ewaluje własne koncepcje szkoleniowe. Posiada szeroką wiedzę z zakresu komunikacji interpersonalnej, kierowania i przewodzenia oraz budowania i rozwijania zespołu trenerskiego. Osoba posiadająca tę kwalifikację może znaleźć zatrudnienie w klubach i federacjach sportowych, stowarzyszeniach i fundacjach działających w obszarze sportu. Jest ona przygotowana do prowadzenia szkolenia w łyżwiarstwie figurowym w ramach zawodów międzynarodowych i krajowych w tym PZŁF, ISU a także pełnienia funkcji trenera kadry narodowej.

Licencje trenera/instruktora PZŁF otrzymują jedynie szkoleniowcy, którzy ukończyli kurs uznany przez Związek.

Oprócz współpracy z wybitnymi szkoleniowcami zagranicznymi niezbędna jest pomoc merytoryczna fachowców z dziedzin wspomagających trening sportowy. Dotyczy to psychologii, fizjologii, biomechaniki, medycyny i teorii sportu.

Niezbędne jest prowadzenie badań obejmujących: badania internistyczne, biomechanikę, psychologię, fizjologię i inne. Dodatkowo np. w warunkach startowych - kontrola wpływu obciążeń treningowych i startów na organizm. Na podstawie badań można dokładnie przeanalizować treningi zawodników w BPS i ocenić czy nie zostały zachwiane proporcje treningu wytrzymałościowego i treningu szybkości. Co za tym idzie spadek intensywności w programie dowolnym. Zmiany badanych parametrów wskazać mogą na dobre lub słabe przygotowanie zawodnika do startu.

Współpraca z Centralnym Ośrodkiem Medycyny Sportowej oraz Instytutem Sportu oraz uczelniami wf.

Realizacja zadania ma istotny wpływ na unowocześnienie i optymalizację technologii i metodyki treningu sportowego na najwyższym poziomie. Dotyczy to też właściwie rozumianego dozwolonego wspomagania farmakologicznego.

Współpraca z Zakładem Badań Antydopingowych, będącym jednostką strukturalną Instytutu Sportu, jest obecnie jedyną placówką w Polsce posiadającą akredytację Światowej Agencji Antydopingowej (WADA).

Wsparcie wolontariatu sportowego jako zjawiska dynamicznego. W działalności Związku na przyspieszenie jego rozwoju bez wątpienia miała wpływ organizacja dużych imprez sportowych na przestrzeni ostatnich lat. Trudno sobie bowiem wyobrazić sprawny przebieg imprez, w tym również lokalnych, bez współpracy wykwalifikowanych wolontariuszy. Co więcej, wolontariat sportowy to nie tylko zabezpieczenie przebiegu wydarzeń sportowych (wolontariat akcyjny), ale również wsparcie bieżącego działania organizacji sportowych, w tym w zakresie upowszechniania aktywności fizycznej, w perspektywie długoterminowej (wolontariat stały). Płynne przejście od jednej do drugiej formy wolontariatu ma decydujący wpływ na funkcjonowanie wielu klubów sportowych oraz centrów aktywności zorientowanych na sport. Stąd kształcenie wolontariuszy stanowi istotny element działalności w ramach wspierania wolontariatu sportowego w łyżwiarstwie figurowym.

Kariera sportowa zawodnika jest niezwykle ryzykowna, stąd zadaniem Związku jest pomoc w organizowaniu kariery dwutorowej dla sportowców, czyli dofinansowanie nie tylko procesu szkolenia, ale także zapewnienie równoległej ścieżki edukacyjnej lub zawodowej. W trakcie kariery sportowcy mogą liczyć na różnego rodzaju wsparcie Związku, które pomoże im w osiągnięciu celów sportowych czy tych poza sportowych. Związek współpracuje z uczelniami min. AWF, SGH z PKOl (Komisją Zawodniczą) oraz Urzędem Pracy dot. możliwości sfinansowania edukacji sportowców (szkolenia lub studiów) w trybie indywidualnym. Dyskutowano też nad stworzeniem odpowiedniej normy prawnej i ramy finansowej regulujące ten obszar działalności państwa i wypracowania polityki rządu w tym zakresie.

Dalszy rozwój wolontariatu sportowego, głównie przy organizacji imprez sportowych. Związek zapoczątkował tę działalność w 2007 r. przy organizacji Mistrzostw Europy w łyżwiarstwie figurowym. Związek posiada bazę danych wolontariuszy, którzy uczestniczą w wielu imprezach o zróżnicowanej randze, środowiskowych, ogólnopolskich czy nawet międzynarodowych. Dzięki tej współpracy wolontariusze rozwijają swoje kompetencje i zdobywają cenne doświadczenie zawodowe. Związek, kluby i wolontariusze razem dążą do wspólnego sukcesu. Wolontariat sportowy to inwestycja w przyszłość, zarówno wolontariusza, jak i środowiska łyżwiarskiego. Związek organizuje blok praktycznych zajęć realizowanych podczas różnych imprez sportowych dla osób zainteresowanych współpracą.

PROMOCJA

Związek tworzy społeczność, która żyje problemami i tematyką łyżwiarstwa figurowego i każdy indywidualny sukces naszego zawodnika w świecie jest naszym wspólnym sukcesem. To co nas łączy, to min. historia, sztandar, kluby sportowe, ludzie – sędziowie, trenerzy, zawodnicy, działacze. Jesteśmy stowarzyszeniem klubów łyżwiarstwa figurowego. Wykorzystujemy sukcesy dla poprawy wizerunku, oceny i tym samym finansowania PZŁF.

Tylko wzajemnie zintegrowane środowisko może być silne i budować optymalne warunki do rozwoju dyscypliny.

W celu realizacji tych zadań Związek prowadzi stronę internetową zawierającą min:

- informacje bieżące oraz plany,
- materiały szkoleniowe z wykorzystaniem techniki video,
- ekspozycję potencjalnych sponsorów,
- bazę dedykowaną kibicom łyżwiarstwa figurowego obejmującą krajowe zawody sportowe, emisję Live Stream, wykorzystanie możliwości zdjęć i video,

Współpraca ze stacjami TV dot. transmisji w Polsce Mistrzostw Świata, Mistrzostw Europy, zawodów serii Grand Prix, Mistrzostw Polski oraz ważniejszych imprez międzynarodowych organizowanych w kraju.

Prowadzenie działań w celu wykorzystanie lokalnych mediów w promocji imprez lokalnych.

Promocja nowych inwestycji w zakresie budowy lodowisk.

Popularyzacja i promocja sportów łyżwiarskich.

Prowadzenie kampanii promocyjnych związanych ze sprzedażą materiałów, gadżetów łyżwiarstwa figurowego itp.

Prowadzenie działań ukierunkowanych na pozyskiwanie praw do organizacji wielkich wydarzeń sportowych jako sposobu na promocję Polski na świecie, a także podnoszenie poziomu łyżwiarstwa figurowego poprzez zapewnienie możliwości rywalizacji z czołowymi sportowcami z całego świata. Ubieganie się o organizację dużych wydarzeń i imprez w łyżwiarstwie figurowym tj. Mistrzostw Świata i Europy, Seminariów Międzynarodowych, Grand Prix, imprez międzynarodowych. Daje to też możliwość pozyskania sponsora przy organizacji imprezy mistrzowskiej.

Bodźcem przyspieszającym rozwój miast, regionów i sportów (zwłaszcza infrastruktury komunikacyjnej i sportowej) może być projekt organizacji Zimowych Igrzysk Olimpijskich. Jest też realną szansą na opracowanie i wdrożenie Narodowego Programu Rozwoju Sportów Zimowych.

Dotychczas strategia rozwoju łyżwiarstwa figurowego pomijała inne sporty łyżwiarskie. Racjonalizacja szkolenie sportowego do roku 2022 wymaga nowego podejścia do warunków rozwoju w sportach łyżwiarskich, nowego podejścia do sportu w związku z koniecznością prowadzenia działań promocyjnych i pozyskiwania sponsorów. Związek powinien wykorzystać współpracę, możliwości organizacyjne i programowe innych Związków oraz dorobek promocyjny, w celu stworzenia wspólnych programów i lepszego wykorzystania finansów publicznych. Proponujemy podpisanie porozumienia pomiędzy Związkami: Łyżwiarstwa Figurowego, Łyżwiarstwa Szybkiego, Hokeja na Lodzie, Curlingu dot. współpracy przy realizacji i osiągnięciu wspólnych celów. Przygotowanie wspólnej Strategii Rozwoju Dyscyplin w sportach Zimowych, Strategii Marketingowej (w celu pozyskania sponsorów), Planu Budowy i Modernizacji Obiektów Sportowych - krytych całorocznych i sezonowych lodowisk.

Upowszechnianie sportów łyżwiarskich - poprzez organizację dodatkowych zajęć łyżwiarskich, daje szansę na aktywność sportową dzieciom i młodzieży oraz pozwoli zaktywować animatorów i trenerów. Program może być szczególną szansą aktywizacji sportów łyżwiarskich w Polsce. Założeniem projektu jest dofinansowanie zajęć na lodowiskach „Białe Orliki” oraz zakup podstawowego sprzętu łyżwiarskiego.

Działania w celu tworzenia klas sportowych i mistrzostwa sportowego oraz Ośrodków Szkolenia Sportowego w Sportach Zimowych.

Związek za pośrednictwem Ministerstwa Sportu i Turystyki złożył wniosek o sponsoring sportowy do spółki z udziałem skarbu państwa na zadanie: „Szkolenie sportowe zawodników kadry narodowej i współzawodnictwo sportowe. Organizacja i udział zawodników w zawodach międzynarodowych i mistrzowskich. Podnoszenie kwalifikacji kadry szkoleniowej. Organizacją szkolenia sportowego dzieci i młodzieży uzdolnionej sportowo. Popularyzacja i promocja sportu łyżwiarskiego”.

MARKETING I KOMUNIKACJA PLAN DZIAŁANIA DO ROKU 2022		
Lp.	CELE MOŻLIWE DO ZREALIZOWANIA	KRYTERIUM REALIZACJI CELU
1.	Praca nad produktami PZŁF, programy PZŁF, udoskonalenie ich strategii promocyjnej	Wzrost zainteresowania widzów i sponsorów
2.	Wdrażanie zarządzania marketingowego w PZŁF, klubach, stowarzyszeniach, okręgowych związkach sportowych	Zwiększenie efektywności ekonomicznej
3.	Promocja zasad gospodarki rynkowej w jednostkach PZŁF	Polepszenie systemów zarządzania
4.	Projektowanie strategii marketingowej, opracowanie przez PZŁF programu marketingowego	Poprawa jakości zarządzania
5.	Poprawa komunikacji z mediami	Wzrost popularności łyżwiarstwa figurowego

**OPIEKA MEDYCZNA I BADANIA DIAGNOSTYCZNE ZAWODNIKÓW.
Wsparcie procesu treningowego**

Niezbędna jest stała opieka medyczna nad zawodnikami i młodzieżą uprawiającą łyżwiarstwo a także monitoring sprawności fizycznej dzieci i młodzieży. Ocena stanu zdrowia zawodników sportu wyczynowego

Badania prowadzone będą przez Instytut Sportu. Obejmują badania internistyczne, biomechanikę, psychologię, fizjologię i inne. Dodatkowo np. w warunkach startowych - kontrola wpływu obciążeń treningowych i startów na organizm w oparciu pomiary aktywności kinazy kreatynowej oraz stężenia mocznika i glukozy w osoczu. Ocena intensywności wysiłków startowych w oparciu o pomiar powysiłkowego stężenia kwasu mlekowego we krwi i porównanie z podobnymi oznaczeniami wykonanymi podczas zawodów. Na podstawie badań można dokładnie przeanalizować treningi zawodników w BPS i ocenić czy nie zostały zachwiane proporcje treningu wytrzymałościowego i treningu szybkości, co mogłoby spowodować zaburzenia w adaptacji do tolerowania dużych zakwaszeń. Co za tym idzie spadek (znaczący) intensywności w programie dowolnym. Zmiany badanych parametrów wskazać mogą na dobre lub słabe przygotowanie zawodnika do startu. Współpraca z Centralnym Ośrodkiem Medycyny Sportowej oraz Instytutem Sportu oraz uczelniami wf.

Realizacja zadania ma istotny wpływ na unowocześnienie i optymalizację technologii i metodyki treningu sportowego na najwyższym poziomie. Dotyczy to też właściwie rozumianego dozwolonego wspomagania farmakologicznego. Współpraca z Zakładem Badań Antydopingowych, będącym jednostką strukturalną Instytutu Sportu, jest obecnie jedyną placówką w Polsce posiadającą akredytację Światowej Agencji Antydopingowej (WADA). Związek prowadzi edukację antydopingową, odwołującą się do negatywnych skutków stosowania metod i substancji zabronionych, zarówno na płaszczyźnie sportowej, jak i zdrowotnej, prawnej, czy etycznej, prowadzonej z udziałem zawodników, jako wzorzec sportowej kariery.

GLÓWNE MECHANIZMY MONITOROWANIA REALIZACJI STRATEGII (KLUCZOWE WSKAŹNIKI EFEKTYWNOŚCI)

1. Kryterium ilościowe:

- Liczba zarejestrowanych zawodników w Polsce (z licencjami i amatorów).
- Liczba klubów.
- Liczba zorganizowanych programów.
- Liczba zorganizowanych imprez sportowych.

2. Kryteria jakościowe – rozwój sportu wyczynowego i współzawodnictwa sportowego:

- Osiągnięcia sportowe w imprezach mistrzowskich i Grand Prix w latach 2019-2022.
- Uzyskanie kwalifikacji do Igrzysk Olimpijskich w 2022 r.
- Dynamika rozwoju poziomu sportowego kadry narodowej.

MIERNIKI I NARZEDZIA DO REALIZACJI CELOW PROPONOWANE MIERNIKI

Mierniki	2018	2022
liczba klubów sportowych	33	40
liczba zawodników z licencjami	650	800
planowany budżet (środki budżetowe, FRKF, sport powszechny, środki własne, inne dotacje). % wykonania budżetu przeznaczonego na realizację zadań szkoleniowych	1 700 000	3 000 000
kwota przyznanych dotacji klubom sportowym		
liczba dofinansowanych przedsięwzięć sportowych - zawodów		
liczba uczestników zajęć sportowo rekreacyjnych		
liczba planowanych programów, które mają być zrealizowane w ciągu roku		
liczba klubów i szkół, które są uczestnikami programu	23	Planowane zwiększenia
liczba zorganizowanych imprez sportowych: krajowych międzynarodowych		

wyniki sportowe w imprezach mistrzowskich, kwalifikacje do ZIO		
liczba zgrupowań i akcji szkoleniowych, uczestnicy zgrupowań		
liczba kursów szkoleniowych dla kadry trenerskiej – ilość uczestników	1	W miarę potrzeb
liczba kursów szkoleniowych dla sędziów – ilość uczestników	1	W miarę potrzeb
liczba obiektów łyżwiarskich		
liczba obiektów objętych programem		

Prognozy wynikowe w latach 2019-2022

Zawodnik	Lata				
	2018	2019	2020	2021	2022
Solistki					
E.Gabryszak	ME: 34	ME 25 MŚ 24	ME: 20 MŚ: finał	ME: 16 MŚ: 20	ME: do 14 ZIO: finał
E. Kurakova	-	-	ME: 6-10 MŚ: 10-12	ME: 4-6 MŚ: 8-10	8-12
O.Rzepiel	MŚJ: 28	MŚJ: finał	ME: 20 MŚ: finał	ME: do 18 MŚ: finał	ZIO: kwalifikacja
Soliści:					
I. Reznichenko	ME: 24 MŚ: 36	ME: 25 MŚ: 24	ME: 14 MŚ: 20	ME: 12 MŚ: 16	ZIO finał
K.Gała	-	-	ME: do 24 MŚ: do 24	ME: do 20 MŚ: do 24	ZIO kwalifikacja
E. Matysiak	MSJ: 37	-	ME: finał	ME: do 20 MS: do 24	ME: do 14 ZIO: kwalifikacja
Pary taneczne					
Kaliszek/Spodyriev	ME 10 MŚ: 17 ZIO: 14	ME: 5 MŚ: do 12	ME: do 6 MŚ: do 11	ME: do 5 MŚ: do 10	ME: 3-5 MŚ: 8-10
Plutowska/Flemin	ME: 21	ME : 22	ME: do 12 MŚ: do 18	ME: do 10 MŚ: do 14	ME: do 8 MŚ: do 12 ZIO: finał

SYSTEM WDRAŻANIA I MONITOROWANIA REALIZACJI CELÓW

System monitorowania będzie oparty na wskaźnikach realizacji, które znajdują się w tabeli.

Narzędzia, będą miały określony budżet, zadanie oraz wartość docelową realizacji.

Sprawozdawczość z rocznego wykonania narzędzi zapisanych w tabeli będzie zawierać następujące informacje: osiągniętą wartość wskaźnika realizacji narzędzi, wysokość wydatkowanych środków finansowych oraz syntetyczną charakterystykę prowadzonych działań. Zgromadzone informacje będą prezentowane w formie corocznie aktualizowanej tabeli.

Do monitorowania realizacji dokumentu zobowiązany jest Zarząd.

Pozyskiwanie danych zewnętrznych oraz wytwarzanie danych własnych, mogących służyć do optymalizacji procesów decyzyjnych w Związku.

Prowadzenie działań badawczo-analitycznych, pozwalających w jak najlepszym stopniu przygotować ewentualną interwencję w łyżwiarstwie figurowym.

Realizacja celów i działań określonych w strategii podlega monitorowaniu w cyklu rocznym. Monitoring będzie prowadzony w oparciu o przyjęte mierniki - kluczowe wskaźniki efektywności. Ewaluacja

realizacji przyjętych działań i mierników prowadzona będzie przy uwzględnieniu możliwości budżetowych PZŁF w danym roku. Sprawozdanie z wykonania strategii będzie częścią sprawozdania Zarządu będącego przedmiotem obrad Walnego Zgromadzenia Delegatów PZŁF odbywającego się raz do roku. Analiza możliwości realizacji przyjętych celów i działań może stać się podstawą aktualizacji strategii w toku jej realizacji. Aktualizacja strategii może być dokonywana raz do roku.

BADANIA, PROGRAMY PILOTAŻOWE

Do 2020 roku planujemy przeprowadzenie badań pn. „Łyżwiarstwo figurowe jako przestrzeń publiczna dla rozwoju polskiego sportu”, których wyniki pozwolą ocenić skuteczność proponowanych w strategii rozwiązań, reakcje środowiska sportowego i mieszkańców na zastosowane wdrożenia, koszty udziału, wydatki na sport łyżwiarski w rodzinie itd. Pozwoli to na weryfikację, korektę dalszych zamierzeń na lata następne.

Projekt pilotażowy pn. „Sprawność fizyczna młodzieży uprawiającej łyżwiarstwo figurowe”. Projekt pilotażowy zostanie przeprowadzony w klubach sportowych oraz wybranych placówkach oświatowych szkolnictwa sportowego. Przedmiotem projektu pilotażowego będzie sprawność fizyczna dzieci i młodzieży z perspektywy organizacji czasu wolnego młodzieży, oferowanych form aktywności fizycznej oraz procesu treningu sportowego z młodzieżą uzdolnioną sportowo. Przeprowadzone zostaną badania obejmujące sprawność fizyczną dzieci i młodzieży klubów i szkół uprawiającej łyżwiarstwo figurowe. Zastosowany zostanie min. Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej.

Projekt pilotażowy „Potrzeby i oczekiwania mieszkańców w zakresie sportu łyżwiarskiego”. Przeprowadzone zostaną też badania ankietowe na podstawie kwestionariusza ankiety min. w: Warszawie, Łodzi, Gdańsku, Katowicach, Poznaniu, Cieszynie, Toruniu. Przygotowany zostanie szczegółowy program badań i realizacji projektów uwzględniający badania ankietowe.

Ankieta zawierająca pytania zamknięte, półotwarte lub otwarte. Zastosowanie w metodzie ilościowej.

Proponowane ankiety np.:

- Uczestnictwo w sporcie kwalifikowanym dla uczestników zajęć w łyżwiarstwie figurowym,
- Uczestnictwo w sporcie dla wszystkich uczestników zajęć w łyżwiarstwie figurowym.

Celem badania ankietowego jest udzielenie odpowiedzi min. na następujące pytania:

- Czy i jak często osoby należące do badanych grupy zawodowych uprawiały w ostatnim roku łyżwiarstwo figurowe?
- Jaki był charakter uczestnictwa w łyżwiarstwie figurowym?
- Jak oceniają udział w zajęciach?
- Jakie mają uwagi i propozycje do uczestnictwa w zajęciach?
- Jak oceniają stan obiektów (lodowisk)?

PODSUMOWANIE

Proponowana „STRATEGIA ROZWOJU ŁYŻWIARSTWA FIGUROWEGO DO ROKU 2022” jest nowym od wielu lat dokumentem, który został opracowany przez PZŁF. W związku z dynamicznym rozwojem sportów łyżwiarskich, potrzeba opracowania takiego dokumentu wynikała ze zgłaszanych potrzeb społecznych, postulatów stowarzyszeń kultury fizycznej, klubów sportowych, mieszkańców i samorządów oraz zmianami wynikającymi z nowych regulaminów ISU. Zaistniała potrzeba lepszego wykorzystania dla potrzeb dynamicznego rozwoju sportów łyżwiarskich, infrastruktury sportowej. Oddanych zostało do użytku wiele obiektów łyżwiarskich. Bezpośrednią potrzebą opracowania było też doskonalenie metod zarządzania w Związku i współpracy z MSiT oraz z JST. Wykorzystywaniem nowej infrastruktury sportowej, w tym a także nowych lodowisk.

Dotychczas stan warunków rozwoju łyżwiarstwa figurowego był zróżnicowany. Oprócz stałej i samorządowej infrastruktury sportowej w postaci ośrodków sportu i rekreacji, funkcjonują obiekty zarządzane przez kluby sportowe i COS. Są to obiekty o dużym stopniu dekapitalizacji, zaniedbane, o niskich standardach usług. Zadaniem jest doprowadzenie do poprawy stanu istniejących i budowy nowych lodowisk szczególnie całorocznych.

Istnieją podstawy do przeprowadzenia zmian do roku 2022. Diagnoza obecnego stanu sportu łyżwiarskiego w Polsce jest punktem wyjścia dla koncepcji strategicznej do 2022 roku. Podejmując te zadania, ujmujemy je w formie dokumentu o charakterze strategicznym, który wytycza merytoryczne warunki rozwoju sportu łyżwiarskiego w Polsce do roku 2022, będzie określona strategia, rozumiana jako kompleksowy program osiągnięcia celów i sposobów ich realizacji.

Wdrożenie Strategii do roku 2022 pozwoli na:

- osiągnięcie zakładanych celów szkolenia zawodników kadry narodowej i olimpijskiej,
- rozwój młodzieży uzdolnionej sportowo,
- wzrost sprawności fizycznej dzieci i młodzieży, uatrakcyjnienie form aktywnego wypoczynku dzieci w czasie wolnym, wzrost udziału mieszkańców w różnych formach aktywnego wypoczynku.

HARMONOGRAM DZIAŁAŃ

Obszar działania – sprawność fizyczna dzieci i młodzieży

L.p	Nazwa zadania	Opis zadania	Okres realizacji
1.	Promocja autorskich programów wychowania fizycznego z elementami nauczania łyżwiarstwa	Wybór poprzez konkurs najciekawszych pod względem formy i treści programów realizacji szkolnego wf z elementami nauczania łyżwiarstwa oraz upowszechnienie ich w celu podniesienia atrakcyjności zajęć wychowania fizycznego. Wyróżnienie i nagradzanie autorów programów. Publikacje programów.	Do roku 2019
2.	Wdrażanie nowoczesnych programów kontroli poziomu sprawności fizycznej	Wybór poprzez konkurs najlepszych programów powszechnej oceny sprawności fizycznej i upowszechnienie stosowania pomiarów. Upowszechnienie akcji.	Do roku 2019
3.	Doskonalenie szkolnego systemu współzawodnictwa sportowego młodzieży MMMI, OOM	Udoskonalenie systemu współzawodnictwa sportowego młodzieży, Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży nowych dyscyplin i konkurencji sportowych. Zwiększenie udziału uczestników zawodów.	Zadanie ciągłe
4.	Promocja umiejętności łyżwiarских w placówkach oświatowych	Wdrożenie umiejętności bezpiecznego zachowania na lodowisku, zapobiegania wypadkom. Program przeznaczony jest dla młodzieży szkół podstawowych	Do roku 2020
5.	Promocja programów sportowo-rekreacyjnych zajęć pozalekcyjnych dot. nauczania łyżwiarstwa	Wybranie w drodze konkursu atrakcyjnych programów zajęć pozalekcyjnych. nauczania łyżwiarstwa. Promocja programów wśród podmiotów realizujących zadanie.	Zadanie ciągłe

Obszar działania – aktywność fizyczna mieszkańców

L.p	Nazwa zadania	Opis zadania	Okres realizacji
1.	Promocja łyżwiarstwa jako aktywności fizycznej w społeczeństwie	Promocja łyżwiarstwa jako aktywności fizycznej dla różnych grup wiekowych i dzieci niepełnosprawnych.	zadanie ciągłe
2.	Rozszerzenie łyżwiarstwa jako rekreacji i sportu osób niepełnosprawnych	Program dotyczy rekreacji ruchowej dzieci i młod. niepełnosprawnych poprzez podniesienie ich spr	2019-2020
3.	Promocja łyżwiarstwa wśród osób niepełnosprawnych.	Nadrzędnym celem programu jest propagowanie i rozpowszechnianie łyżwiarstwa zarówno jako formy rekreacyjnej, jak i zajęć sportowych	zadanie ciągłe

Obszar działania – rozwój sportu wyczynowego

Lp	Nazwa zadania	Opis zadania	Okres
----	---------------	--------------	-------

			realizacji
1.	Identyfikacja zasad i czynników koniecznych do zapewnienia ciągłości szkolenia sportowego	Realizacja zadania ma ograniczyć skutki rezygnacji i zahamowań karier sportowych. Ma wskazać trenerom procesy warunkujące systematyczny rozwój poziomu sportowego w wieloletnim okresie szkolenia sportowego. Ma wskazać metody, środki szkoleniowe stosowane na etapach szkolenia wszechstronnego, ukierunkowanego i specjalistycznego realizowanego w szkołach sportowych, sms, klubach, w ośrodkach szkoleniowych. Określić główne zasady indywidualizacji treningu.	Do roku 2018
2.	Doskonalenie i rozszerzanie „Programu szkolenia sportowego młodzieży uzdolnionej”	Realizacja zadania ma na celu skorygowanie stosowanych aktualnie metod w szkoleniu wojewódzkim, sportowych centrach szkoleniowych klasach i szkołach mistrzostwa sportowego. Zadanie będzie wykonywane w systemie konsultacyjnym i konferencyjnym. Określi wizję szkolenia	zadanie ciągłe
3.	Modyfikacja „Młodzieżowego systemu współzawodnictwa sportowego - OOM”	Wykonanie zadania wiąże się z dokonaniem analizy skuteczności systemu współzawodnictwa, jego programu, konkurencji, częstotliwości startów, przebiegiem karier zawodników, spójności z klasyfikacją sportową i stosowaną punktacją.	Do roku 2018
4.	Opracowanie strategii szkolenia do udziału w Igrzyskach Olimpijskich	Zadanie ma na celu uporządkowanie strukturalne i programowe dokumentacji szkoleniowej klubów sportowych szkół sportowych, sms. Określenie najważniejszych tendencji rozwojowych w sporcie olimpijskim oraz niezbędnych warunków osiągnięcia sukcesu sportowego.	Do roku 2018
5.	Opracowanie programów przygotowań do MMP, MPJ, OOM, MMM.	Określenie wszystkich istotnych czynników organizacyjno-merytorycznych wpływających na ostateczny wynik sportowy. Uwzględnienie etapowości szkolenia w cyklu rocznym	Zadanie ciągłe
6.	Poprawa bezpieczeństwa na lodowiskach i obiektach sportowych	Wykonanie zadania ma na celu wdrożenie programów związanych z bezpieczeństwem w obiektach sportowych i imprez sportowych (program szkoleń spikerów i wolontariatu sportowego). Upowszechnienie zasad bezpieczeństwa wśród młodzieży szkolnej.	Zadanie ciągłe
7.	Opracowanie programu organizacji dużych imprez sportowych	Celem jest opracowanie procedur postępowania promocyjnego, marketingowego w ubieganiu się o organizację Mistrzostw Europy, świata i innych znaczących imprez sportowych.	Zadanie ciągłe
8.	Utworzenie systemu szkolenia w Sportowych Centrach Metodyczno-Szkoleniowych w łyżwiarstwie figurowym	Realizacja zadania ma na celu utworzenie Centrum w łyżwiarstwie figurowym. Doskonalenie metod szkolenia w łyżwiarstwie figurowym. Rozszerzenie oferty na młodzież, doksztalcanie kadry trenerskiej, doposażenie sprzętowe, rozszerzenie zakresu badań diagnostycznych i naukowych. Okresowa ocena działalności.	Do roku 2019
9.	Opracowanie programów rozwoju sportu w łyżwiarstwie osób niepełnosprawnych	Realizacja wzbogaci metodologię sportu niepełnosprawnych. Ramowo określi strukturę obciążeń w szkoleniu. Wytępuje niezbędne badania diagnostyczne.	Zadanie ciągłe

Obszar działania - kształcenie i doskonalenie zawodowe

L.p.	Nazwa zadania	Opis zadania	Okres realizacji
1.	Kontynuacja wdrażania programu kształcenia dwuzawodowego	Zapewnienie sportowcom najlepszych warunków dla kontynuowania i rozwijania kariery sportowej oraz nauki akademickiej. Zadanie będzie realizowane poprzez ścisłą współpracę z uczelniami sportowymi. Celem jest uruchomienie specjalności trener łyżwiarstwa figurowego, jako dodatkowego uprawnienia zawodowego.	Do roku 2019
2.	Prowadzenie doszkalania w ramach seminariów z udziałem szkoleniowców zagranicznych	Zadanie którego realizacja umożliwi poszerzenie wiedzy trenerom najwyższych klas, którzy nie są objęci podstawowym systemem doskonalenia.	Do roku 2019
3.	Wdrażanie doskonalenia zawodowego w systemie licencji trenerskich	Celem zadania jest monitorowanie systemu dokształcania trenerów w PZŁF, klubach i WISS w powiązaniu z wydawaniem licencji trenerskich.	Zadanie ciągłe

Obszar działania - opieka medyczna

L.p.	Nazwa zadania	Opis zadania	Okres realizacji
1.	Ocena stanu zdrowia zawodników poprzez wykorzystanie zasad postępowania i procedur związanych z opieką medyczną w sporcie	Celem tego zadania jest doskonalenie obecnie stosowanych kryteriów oceny stanu zdrowia zawodników sportu wyczynowego. Efektem realizacji tego zadania będzie poprawa skuteczności zapobiegania przeciążeniom układu ruchu i urazom w sporcie.	Zadanie ciągłe
2.	Współpraca z Instytutem Sportu, COMS, uczelniami przy opracowaniu koncepcji i wdrażaniu systemu specjalistycznej opieki medycznej w sporcie	Istotą tego zadania jest prowadzenie badań medycznych i diagnostycznych zawodników, w Instytucie Sportu i COMS. Dążenie do rozszerzenia sieci placówek prowadzących specjalistyczną opiekę medyczną w sporcie, upowszechnianie dostępu, zwłaszcza młodym sportowcom do wysokiej jakości usług medycznych oraz poprawa zakresu merytorycznego i organizacyjnego opieki medycznej w sporcie.	Zadanie ciągłe
3.	Współdziałanie przy opracowaniu programu naukowo-metodycznego wspomaganie sportu	Celem opracowania i wdrożenia zadania do metodyki treningu jest przeciwdziałanie niekontrolowanym próbom stosowania różnych metod wspomaganie zdolności wysiłkowej i startowej. Opracowanie ma skatalogować aktualne informacje z różnych dziedzin nauki dotyczących technologii stosowanych we wspomaganie treningu sportowego. Zadanie wspomaga również program zwalczania dopingu.	Do roku 2019

Obszar działania – wspomaganie systemu zarządzania sportem

L.p.	Nazwa zadania	Opis zadania	Okres realizacji
1.	Opracowanie i wdrożenie mechanizmów pozyskiwania środków finansowych na rozbudowę, modernizację, zarządzanie bazą sportową ze źródeł pozabudżetowych	Model zarządzania i finansowania sportu, poprzez pozyskiwanie środków ze źródeł publicznych i niepublicznych. Wdrożenie zadania pozwoli też na transferowanie wiedzy do klubów sportowych, lokalnych stowarzyszeń. Upowszechnienie wiedzy o systemie partnerstwa publiczno-prywatnego. Propozycja zorganizowania konferencji szkoleniowych.	Zadanie ciągłe
2.	Opracowanie koncepcji systemu informacji sportowej	Budowa zintegrowanej, interaktywnej bazy danych, umożliwiającej dostęp do kompleksowej informacji na temat procesu szkoleniowego, osiągniętych wyników, infrastruktury, monitorowanie jej stanu	Zadanie ciągłe
3.	Wdrożenie programów stymulujących zwiększenie udziału sportu w gospodarce kraju	Budowa systemu zachęt prawno-ekonomicznych, sprzyjających inwestowaniu w sport, przez osoby fizyczne (sport dla wszystkich) oraz inwestorów instytucjonalnych (infrastruktura sportowa, sponsoring sportowy).	Do roku 2022

Literatura

- Ryguła I. (Red.), Elementy teorii, metodyki, diagnostyki i optymalizacji treningu sportowego, AWF Katowice, Katowice 2000.
- Sozański H. (Red.) Podstawy teorii treningu. Resortowe Centrum Metodyczno-Szkoleniowe Kultury Fizycznej i Sportu, Warszawa 1993
- Traczyk W.Z. Fizjologia człowieka w zarysie, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 1997.
- Naglak Z. (1999) Metodyka trenowania sportowca. AWF, Wrocław. 1999.
- Jaskólski A. (Red.) Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, Wydawnictwo AWF we Wrocławiu, Wrocław 2002.
- Szopa J., Mleczko E., Żak S. Podstawy antropomotoryki, Wydawnictwo Naukowe PWN Warszawa-Kraków 2000.
- Dobrzański T. Medycyna wychowania fizycznego i sportu. Wybrane zagadnienia, Wyd. II, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1984.
- Zaporozhanow W., Sozański H. Dobór i kwalifikacja do sportu. Centralny Ośrodek Sportu, Resortowe Centrum Metodyczno-Szkoleniowe Kultury Fizycznej i Sportu, Warszawa 1997.
- Igor Ryguła /Red./ Elementy teorii, metodyki, diagnostyki i optymalizacji treningu sportowego. AWF, Katowice 2000.
- Perkowski K, Śledziwski D. Metodyczne podstawy treningu sportowego Biblioteka Trenera COS Warszawa 1998.
- Ricky W. Griffin Zarządzanie organizacjami Red. Wyd PWN, Nowy Jork 1999.
- Philip Kotler Marketing. Analiza. Planowanie Wdrażanie i Kontrola. Red. Prof. Marek Belka, North Western University. Gebethner o S-ka 2000.
- Bompá O.T. Haff G.G Perodyzacja teoria i metodyka treningu Biblioteka Trenera 2010.
- Limański A. Drabik I. Marketing w organizacjach non-profit Wys. Difin, Warszawa 2007.
- W. Starosta, Metodyka nauczania i technika łyżwiarstwa.
- Ruszkowski J., Górnicz E., Żurek M. Leksykon integracji europejskiej Wyd PWN, Warszawa 1998.
- Kodeks dobrego zarządzania Tchaikowskaia, E. A. Patterns of Russian dance Moscow: Fizkultura i sport.
- Tchaikowskaia, E. A. Figurnoe katanie (2 ed.). Moscow: Fizkultura i sport.
- Wołkow W.M., Filin W.P Sportivnyj Otkor, FiS, Moskwa 1983.
- Publikacje angielsko-, rosyjskojęzyczne; publikacje z Ukrainy, Rosji, USA
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. 2017 poz. 356).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 marca 2017 r. w sprawie ramowych planów nauczania dla publicznych szkół (Dz.U. 2017 poz. 703).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 czerwca 2017 r. w sprawie dopuszczalnych form realizacji obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego (Dz.U. 2017 poz. 1322).
- Publikacje po MŚ i ME.
- ISU Communication 2188 31 July 2018.
- Ice Dance Requirements for Technical Rules with ongoing validity, effective July 1st, 2018. Replaces ISU Communication 2164.
- ISU Communication 2172 10 August 2018 Single & Pair Skating and Ice Dance Guidelines for International Novice Competitions (Revised). Replaces ISU Communication 2024.
- Judging System Handbook for Technical Panels Ice Dance ISU 2018.
- Mydlarz- Chruścińska I. Wieloletni program szkolenia sportowego w Łyżwiarstwie figurowym uwzględniający etapowość szkolenia oraz wiek adeptów w tej dyscyplinie sportu oparty na szkoleniu zawodników - uczniów szkół sportowych.
- Ścisła Cz. Testy łyżwiarskie PZŁF.
- Plutowski M. Program szkolenia w łyżwiarstwie figurowym dla oddziałów sportowych, szkół sportowych, oddziałów mistrzostwa sportowego i szkół mistrzostwa sportowego dla klas I-VIII szkoły podstawowej.
- Regulaminy zdobywania klas PZŁF w konkurencjach indywidualnych, par sportowych i tanecznych.
- Tchaikowskaia, E. A. Patterns of Russian dance Moscow: Fizkultura i sport.
- Tchaikowskaia, E. A. Figurnoe katanie (2 ed.). Moscow: Fizkultura i sport.

ZAŁĄCZNIKI

ŁYŻWIARSTWO FIGUROWE

WIELOLETNI PROGRAM SZKOLENIA SPORTOWEGO W ŁYŻWIARSTWIE FIGUROWYM UWZGLĘDNIAJĄCY ETAPOWOŚĆ SZKOLENIA ORAZ WIEK ADEPTÓW W TEJ DYSCYPLINIE SPORTU OPARTY NA SZKOLENIU ZAWODNIKÓW – UCZNIÓW SZKÓŁ SPORTOWYCH (PODSTAWOWA, GIMNAZJUM, LICEUM) W OŚWIECIMIU **O p r a c o w a n i e: **Iwona Mydlarz – Chruścińska****

Osiągnięcie sukcesu sportowego na polu międzynarodowym w łyżwiarstwie figurowym jest, ze względu na rosnącą popularność tej dyscypliny sportu, coraz trudniejsze. Wymaga kompleksowego podejścia zarówno do struktury mistrzostwa sportowego jak też optymalnego kierowania procesem treningowym, w którym wykorzystane są najnowsze osiągnięcia wiedzy z różnych dyscyplin naukowych.

Podstawowym warunkiem rozwoju łyżwiarstwa figurowego jest:

1. Nowoczesny, oparty na pragmatyczno-teoretycznych zasadach program szkoleniowy.
2. Wysoki poziom kadry trenersko- instruktorskiej pracującej z dużą grupą dzieci i młodzieży.
3. Prawidłowa selekcja na różnych etapach rozwoju, która umożliwiałaby wybór najzdolniejszych.
4. Odpowiednia i nowoczesna baza szkoleniowa

Wśród przyczyn niewykorzystania dobrze zapowiadających się zawodniczek i zawodników oraz spadającego w ostatnich sezonach poziomu sportowego można wymienić:

1. Małą liczebną grupę uprawiających łyżwiarstwo figurowe.
2. Niedostateczną jakość procesu treningowego.
3. Zbyt późny nabór dzieci do dyscypliny.
4. Brak podziału na etapy w procesie szkolenia dzieci i młodzieży.

Wyszkolenie zawodnika w łyżwiarstwie figurowym wymaga 12-15 letniej systematycznej pracy. Dlatego też podział szkolenia sportowego na etapy jest niezwykle ważny.

Etapowa struktura wieloletniego procesu szkolenia sportowego wynika także z konieczności logicznego pogodzenia uwarunkowań rozwoju biologicznego osobnika i potrzeb adaptacyjnych, wiążących się z długofalowym budowaniem mistrzostwa sportowego. Nie można bowiem wszystkiego robić jednocześnie. Jest to sprzeczne z biologicznymi możliwościami wzrastającego i dojrzewającego organizmu.

Dlatego też szkolenie sportowe dzieci i młodzieży trzeba traktować jako specyficzny podsystem sportu wyczynowego, w którym realizowane są pierwsze etapy szkolenia. Celem jest tu nauczanie umiejętności ruchowych i budowanie funkcjonalnych podstaw dla osiągnięcia maksymalnych wyników w wieku, kiedy organizm osiąga pełnię biologicznych możliwości.

Osiągnięcie wysokiego poziomu sportowego w łyżwiarstwie figurowym w znaczącym stopniu uzależnione jest od prawidłowego doboru i selekcji, które muszą się opierać na znajomości wymogów, jakie dzisiaj ono stawia. Wynika stąd, że prognozy rozwojowe, charakter przebiegu ontogenezy, a także tzw. modele mistrzów winny być punktami wyjściowymi do opracowania kryteriów selekcyjnych. Ze wspomnianych modeli można jednak na kryteria wybierać tylko te cechy, które są w miarę stabilne w procesie rozwoju i mają istotny wpływ na wynik sportowy.

Istotnym zagadnieniem w aspekcie doboru kandydatów do łyżwiarstwa figurowego jest określenie wieku rozpoczęcia treningu. Optymalną informację na powyższy temat uzyskać można po przeanalizowaniu następujących czynników:

- A) granic wiekowych, w których zwykle uzyskuje się najlepsze wyniki w danej dyscyplinie sportu
- B) średniego czasu niezbędnego do osiągnięcia wysokiego wyniku w danej

dyscyplinie.

C) stopnia przygotowania osobnika do podjęcia treningu

Z analizy wielu prac autorów zajmujących się tą problematyką wynika, że większość cech warunkujących sukces sportowy można podzielić umownie na cztery grupy czynników:

1. charakterystyki morfologicznej
2. poziomu sprawności
3. poziomu koordynacji ruchowej
4. zespołu specyficznych czynników psychicznych

Kompleksowy charakter selekcji na etapie wstępnego doboru i stopniowe wysycanie jej zadaniami specjalistycznymi wraz z przemyślanym planem szkoleniowym dostosowanym do wieku adeptów łyżwiarstwa figurowego może w praktyce przynieść sukces sportowy.

Niniejsze opracowanie, oparte jest na doświadczeniach wynikających ze szkolenia dzieci i młodzieży w ośrodku łyżwiarstwa figurowego w Oświęcimiu i służyć ma, w zamyśle autorki, jako pomoc trenerom i instruktorom w usystematyzowaniu ich pracy.

Program szkoleniowy oparty jest na czterech okresach szkolenia zasadniczego, w skład których wchodzi etap szkolenia uwzględniające swoje odrębne cele i zadania szkoleniowe.

I OKRES SZKOLENIA – 3 lata (DZIECI)

A/ PIERWSZY ETAP SZKOLENIA

Obejmuje dzieci uczęszczające do przedszkola w wieku 4 – 5 lat i 6 – 7 lat (zerówka) – czas trwania 3 lata

- dzieci w wieku 4 – 5 lat – pierwszy rok szkolenia
 - dzieci w wieku 5 – 6 lat – drugi rok szkolenia
 - dzieci w wieku 6 – 7 lat – trzeci rok szkolenia
- a. **Cel szkoleniowy:** nauka jazdy na łyżwach – wiek 4 – 5 lat.
 - b. **Zadania szkoleniowe:** nauka podstawowych elementów jazdy na łyżwach (ćwiczenia równoważne, nauka upadku, jazda przodem, nauka łuku w lewą i prawą stronę na dwóch i jednej łyżwie, nauka przekładanki przodem w L i P stronę, nauka hamowania, nauka jazdy tyłem, przejście z jazdy przodem do jazdy tyłem, przekładanka tyłem). Ponadto w programie szkoleniowym uwzględniono następujące elementy:
 1. **Skoki:** - podskok obunóż z jazdy przodem i tyłem
 - podskoki obunóż z ½ obrotu z jazdy przodem i tyłem
 - „Konik „
 - jazda tyłem, wbicie łyżwy ,wyskok do góry zeskok na dwie lub jedną nogę
 2. **Piruet:** - piruet stany na dwóch nogach
 - piruet na dwóch nogach w przysiadzie
 - piruet na dwóch nogach z podnoszeniem raz jednej, raz drugiej nogi do pozycji bociana
 - piruet na dwóch nogach z podniesieniem jednej nogi do pozycji bociana
 3. **Kroczi:** - jazda w przód i tył
 - becзки przodem i tyłem
 - półłuki na dwóch nogach
 - „hulajnoga” przodem i tyłem w prawo i lewo na kole
 4. **Spirale:** - bocian na P i L nodze przodem i tyłem
 - przysiad przodem i tyłem
 - wypad na P i L nodze
 - „jaskółka” na P i L nodze
 - „pistolet” na P i L nodze
 - c. **Obciążenia treningowe:** wiek 4 – 5 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	2 x 45'	2 x 45'

balet	1 x 45'	1 x 45'
akrobatyka		
trening imitacyjny		
trening wszechstronny		
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna		

Poza wybranymi dwoma lub trzema przedszkolami gdzie prowadzony jest tzw. „nabór kierowany” nie wolno rezygnować z tzw. „dzikiego” naboru dzieci w tym samym wieku, realizowanego na lodzie 2 razy w tygodniu (po 45 min), w godzinach popołudniowych.

Po dwuletniej pracy na lodzie i ukończeniu edukacji przedszkolnej następuje pierwszy etap selekcji wstępnej do klas szkoły podstawowej o profilu łyżwiarstwa figurowego (sportowej lub z rozszerzonym programem wychowania fizycznego).

Druga część pierwszego etapu szkolenia obejmuje dzieci uczące się w „zerówce” (6 – 7 lat). W klasyfikacji jest to klasa wstępna.

a. **Cel szkoleniowy:** w dalszym ciągu doskonalenie jazdy na łyżwach wraz z wprowadzeniem dodatkowych elementów łyżwiarstwa figurowego.

b. **Zadania szkoleniowe:** program szkoleniowy dla dzieci w wieku 6 – 7 lat obejmuje w dalszym ciągu naukę i doskonalenie jazdy na krawędziach oraz naukę i doskonalenie następujących elementów:

1. **Skoki:**
 - trójka skakana, żabka, pół Lutz, pół flip
 - (n)- Salchow, toe loop, Rittberger, flip,
2. **Kombinacje skoków:**
 - 2,3,4,5 trójek skakanych pod rząd
 - 2, 3 żabki pod rząd
 - żabka + pół flip
3. **Piruety:**
 - nauka piruetu stanego, siadanego, „śruby
 - piruetu ze zmianą nogi – stany + stany
4. **Kombinacje piruetów:**
 - piruet siadany + stany
 - piruet siadany + „śruba”
5. **Kroczyki:**
 - przekładanka przodem i tyłem (P i L)
 - półłuki przodem i tyłem
 - trójka „walcowa”
 - trójka nr 7, 8, 9
6. **Spirale:**
 - jaskółka przodem i tyłem (P i L)
 - wypad przodem i tyłem (P i L)
 - pistolet przodem i tyłem (P i L)

c. **Obciążenia treningowe :** wiek 6 – 7 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	4 x 45'	4 x 45'
balet	2 x 45'	1 x 45'
akrobatyka		
trening imitacyjny		
trening wszechstronny	1 x 45'	1 x 45'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna		

II OKRES SZKOLENIA – 5 lat (MŁODZICY)

B/ DRUGI ETAP SZKOLENIA

Program szkolenia specjalistycznego obejmujący dzieci w wieku 7 – 8 lat, (klasa I i II) – startujące w zawodach klasy brązowej.

- a. **Cel szkoleniowy:** w dalszym ciągu doskonalenie jazdy na łyżwach wraz z wprowadzeniem dodatkowych elementów łyżwiarstwa figurowego – pierwsze starty w zawodach w klasie brązowej.
- b. **Zadania szkoleniowe** – program szkoleniowy dla dzieci 7 – 8 lat obejmuje w dalszym ciągu naukę i doskonalenie jazdy na krawędziach oraz naukę i doskonalenie następujących elementów:
- Skoki:**
 - doskonalenie - trójka skakana, żabka, Salchow (S), toe loop (T), flip (F), Rittberger (R)
 - nauka - Lutz, Axel, podwójny Salchow (2S), podwójny toe loop (2T), podwójny Rittberger (2R), podwójny flip (2F)
 - Kombinacje skoków:** - doskonalenie - dowolny pojedynczy skok + toe loop
 - nauka - dowolny pojedynczy skok + pojedynczy Rittberger, Axel + toe loop
 - Piruety:** - doskonalenie - piruet stany min. 6 obrotów,
 - piruet siadany min. 4 obroty,
 - piruet śruba min. 6 obrotów
 - nauka - piruet waga, piruet tyłem i piruet akrobatyczny
 - Piruety ze zmianą nogi:**
 - piruet stany + piruet stany,
 - piruet siadany + piruet siadany
 - Kombinacja piruetów:**
 - piruet waga + piruet siadany + piruet stany, piruet waga + piruet siadany + piruet akrobatyczny + piruet stany
 - Kroczyki:** – sekwencje kroków po kole z elementami trójek nr 8 i 9 przodem lub tyłem
 - nauka - trójki podwójne, krok Rittbergerowy
 - Spirale:** – sekwencja spiral po serpentynie, minimum dwie krzywizny z wykorzystaniem całej tafli lodowiska, co najmniej dwie pozycje.
 - nauka - wypad Iny Bauer i mond

Program dowolny – dziewczęta i chłopcy 2 min. 30 sek. (+/- 10 sek.). Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

- c. **Obciążenia treningowe:** wiek 7 – 8 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 60'	4 x 60'
balet	2 x 45'	1 x 45'
akrobatyka	1 x 45'	1 x 45'
trening imitacyjny	1 x 45'	1 x 45'
trening wszechstronny	2 x 45'	1 x 45'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	1 x	1 x

C/ TRZECI ETAP SZKOLENIA

Trzeci etap szkolenia obejmuje dzieci uczące się w klasie III i IV, a więc w wieku 9 – 10 lat. Start w zawodach w klasie srebrnej.

- a. **Cel szkoleniowy:** dalsza praca, zgodnie z wytyczonym programem szkolenia, z dziećmi prezentującymi najlepsze predyspozycje ruchowe i psychiczne do uprawiania łyżwiarstwa figurowego.

b. Zadania szkoleniowe:

Trening specjalistyczny obejmuje następujące elementy łyżwiarskie:

1. **Skoki:**
 - doskonalenie - L, A, 2 S, 2 T, 2 R, 2 F
 - nauka - 2 L, 2 A
2. **Kombinacja skoków:**
 - doskonalenie - dowolny skok pojedynczy + T
 - dowolny skok pojedynczy + R
 - nauka - dowolny pojedynczy skok + 2 T
 - kombinacja 2 T + 2 T
 - pojedynczy dowolny skok + 2R
3. **Piruet:**
 - doskonalenie - piruet stany + piruet stany min. 6 obrotów
 - piruet siadany min. 6 obrotów
 - piruet waga min. 4 obroty
 - piruet śruba min. 6 obrotów
 - nauka - piruet tyłem
 - piruet akrobatyczny
4. **Piruet ze zmianą nogi:**
 - doskonalenie - piruet stany + piruet stany
 - piruet siadany + piruet siadany min. 4/4 obroty
 - nauka - piruet waga + piruet waga
5. **Skoki do piruetu:**
 - nauka - libella
6. **Kombinacje piruetów:**
 - doskonalenie - kombinacja piruetów z, co najmniej jedną zmianą pozycji, bez zmiany nogi min. 6 obrotów.
 - nauka - piruet waga - zmiana nogi do piruetu siadanego + piruet stany.
 - piruet siadany - zmiana nogi do piruetu wagi + piruet stany
7. **Kroczyki** – sekwencja kroków po kole z elementami obrotów Rittbergerowych oraz trójek podwójnych.
 - nauka trójek odwrotnych i zwrotów
8. **Spirale:**
 - doskonalenie - sekwencja spiral po serpentynie, o dwóch krzywiznach, z wykorzystaniem całej tafli lodowiska, co najmniej dwie pozycje
 - nauka - wypad lny Bauer i mond

Program krótki – dziewczęta i chłopcy do 2 min. 15 sek. Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

Program dowolny – dziewczęta i chłopcy 3 min. (+/- 10 sek.). Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

c. Obciążenia treningowe:

wiek 9 – 10 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 60'	5 x 60'
balet	2 x 60'	1 x 60'
akrobatyka	1 x 75'	1 x 45'
trening imitacyjny	1 x 60'	1 x 45'
trening wszechstronny	2 x 60'	1 x 60'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	1 x	1 x

D/ CZWARTY ETAP SZKOLENIA

Czwarty etap szkolenia jest kontynuacją etapów poprzednich. Obejmuje swoim programem dzieci w

wieku 11 – 12 lat, uczęszczające do klasy V i VI, startujące w klasie złotej.

a. **Cel szkoleniowy:** dalsza praca z dziećmi prezentującymi najlepsze predyspozycje ruchowe i psychiczne do uprawiania łyżwiarstwa figurowego.

b. **Zadania szkoleniowe:** trening specjalistyczny uwzględniający następujące elementy:

1. **Skoki:**
 - doskonalenie - A, 2S, 2T, 2 R, 2F, 2L
 - nauka - 2A, 3T, 3S
2. **Kombinacje skoków:**
 - doskonalenie - dowolny podwójny skok + 2T
 - nauka - dowolny podwójny skok +2R
3. **Piruet:**
 - doskonalenie - piruet akrobatyczny
min. 6 obrotów
 - nauka - piruet tyłem , piruet śruba
- piruet siadany, piruet waga , piruet stany w różnych pozycjach
4. **Piruety ze zmianą nogi:**
 - doskonalenie - piruet stany + piruet stany
piruet siadany + piruet siadany min. 4/4 obroty
 - nauka - piruet waga + piruet waga min. 4/4 obroty
- piruet stany + piruet stany + piruet stany
- piruet siadany + p. siadany + p. siadany
5. **Skoki do piruetu:**
 - doskonalenie - libella min. 4 obroty
 - nauka - Buttonsitz
6. **Kombinacje piruetów**
 - doskonalenie - piruet waga zmiana nogi do piruetu siadanego + piruet stany
 - nauka - piruet siadany zmiana nogi do piruetu wagi + piruet stany
- piruet z jedną zmianą nogi i co najmniej jedną zmianą pozycji, min. 4/4 obroty
7. **Kroczyki:** – sekwencja kroków z elementami trójek odwrotnych i zwrotów.
8. **Spirale:** –sekwencja spiral z wykorzystaniem całej tafli lodowej , co najmniej trzy pozycje (w elementach tych wykonanie wypadu Iny Bauer lub monda).

Program krótki – dziewczęta i chłopcy do 2min. 40 sek. Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

Program dowolny – dziewczęta i chłopcy 3 min. (+/- 10 sek.). Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

c. **Obciążenia treningowe:** wiek 11 – 12 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 120'	4 x 120'
balet	2 x 60'	1 x 60'
akrobatyka	1 x 75'	1 x 45'
trening imitacyjny	1 x 60'	1 x 45'
trening wszechstronny	2 x 60'	1 x 60'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	2 x	1 x

III OKRES SZKOLENIA – 6 lat (JUNIORZY)

E/ PIĄTY ETAP SZKOLENIA

Dzieci w wieku 13-14 lat, klasa I i II gimnazjum. Start w zawodach w kategorii juniora młodszego (klasa III).

a. **Cel szkoleniowy:** nauka i doskonalenie nowych, trudniejszych elementów technicznych.

b. **Zadania szkoleniowe:**

- pierwsze starty w Mistrzostwach Świata Juniorów
- rozpoczęcie przygotowania psychologicznego do startu pod kierunkiem psychologa

Trening specjalistyczny obejmuje następujące elementy:

- Skoki:**
 - doskonalenie - ,2S, 2T, 2R, 2F, 2L, 2A
 - nauka - 3T, 3S, 3R, 3F
- Kombinacje skoków:**
 - doskonalenie - dowolny podwójny skok + 2T
dowolny podwójny skok + 2R
 - nauka - 2A + 2T
- 3T + 2T
- 2 A + 2 R
- Piruety:**
 - doskonalenie - piruet akrobatyczny,
min. 6 obrotów
 - nauka - piruet tyłem i „śruba”
- Piruety ze zmianą nogi:** - doskonalenie
 - piruet stany piruet siadany i piruet waga na prawej i lewej nodze w różnych pozycjach
 - piruet siadany + piruet siadany,
min. 5/5 obrotów
 - nauka - piruet waga + piruet waga,
min. 5/5 obrotów
- p. stany + p. stany + p. stany
- p. siadany + p. siadany + piruet siadany
- p. waga + p. waga + p. waga
- Skoki do piruetu:**
 - doskonalenie - libella min. 6 obrotów
 - nauka - Buttonsitz, min. 6 obrotów
- skok do piruetu siadanego na drugą nogę,
w górze pozycja piruetu siadanego, min. 6 obrotów.
- Kombinacje piruetów:**
 - doskonalenie - z jedną zmianą nogi i co najmniej jedną zmianą pozycji, min. 5/5obrotów.
 - nauka - z jedną zmianą nogi i co najmniej dwoma zmianami pozycji
- Krocзки:** dowolna sekwencja kroków (po prostej, po kole, po serpentynie), z wykorzystaniem całej tafli lodowej.
- Spirale:** dowolna sekwencja spiral (po kole, po serpentynie, po owalu) z wykorzystaniem całej tafli lodowej, minimum trzy pozycje.

Program krótki – dziewczęta i chłopcy do 2min. 40 sek. Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

Program dowolny – dziewczęta i chłopcy 3 min. 30 sek. (+/- 10 sek.). Elementy obowiązkowe – regulamin PZŁF.

c. **Obciążenia treningowe :** wiek 13 – 14 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 150'	4 x 150'
balet	2 x 60'	1 x 60'
akrobatyka	1 x 75'	1 x 45'

trening imitacyjny	1 x 60'	1 x 60'
trening wszechstronny	3 x 60'	1 x 60'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	2 x	1 x

F/ SZÓSTY ETAP SZKOLENIA

Obejmuje młodzież w wieku 15 – 16 lat uczęszczającą do klasy III gimnazjum i I klasy liceum. Start w kategorii juniora starszego (klasa II).

- a. **Cel szkoleniowy:** dalsza nauka i doskonalenie coraz to bardziej trudnych elementów technicznych.
- b. **Zadania szkoleniowe:**
 - opanowanie nowych skoków potrójnych oraz kombinacji skoków z ich udziałem w programach wykonywanych na lodzie
 - doskonalenie przygotowania psychicznego w startach na arenie krajowej i międzynarodowej
 - wybór najbardziej utalentowanych zawodników, startujących w zawodach rangi Mistrzostw Europy i świata.

Trening specjalistyczny uwzględniający następujące elementy:

1. **Skoki:**
 - doskonalenie: - 2A, 3T, 3S, 3R
 - nauka: - 3F, 3L, 3A
2. **Kombinacje skoków:**
 - doskonalenie: - 2A + 2T
- 2A + 2R
 - nauka: - 3T + 2T
- 2 T + 3 T
- 2 R + 3 R
3. **Piruet:**
 - doskonalenie: - piruet akrobatyczny, min. 8 obrotów
 - nauka: - piruet stany, piruet siadany, piruet waga w różnych pozycjach na prawej i lewej nodze
4. **Piruet ze zmianą nogi:**
 - doskonalenie: - piruet siadany + piruet siadany min. 6/6 obrotów
- piruet waga + piruet waga min. 6/6 obrotów
- nauka piruetu ze zmianą nogi w różnych pozycjach na prawej i lewej nodze
5. **Skoki do piruetów:**
 - doskonalenie: - libella, Buttersitz min 8 obrotów
- skok do piruetu siadanego na drugą nogę, w górze pozycja siadanego, min. 8 obrotów
 - nauka: - skok do piruetu siadanego na drugą nogę (w górze pozycja wagi), lądowanie w pozycji piruetu siadanego
6. **Kombinacje piruetów:**
 - doskonalenie: - piruet z jedną zmianą nogi i co najmniej jedną zmianą pozycji min. 6/6 obrotów.
 - nauka: - piruet z jedną zmianą nogi i co najmniej dwoma zmianami pozycji, min. 6/6 obrotów
7. **Kroczyki:** dowolna sekwencja kroków (po prostej, po kole, po serpentynie), z wykorzystaniem całej tafli lodowiska.
8. **Spirale:** dowolna sekwencja spiral (po kole, po serpentynie, po owalu) z wykorzystaniem całej tafli lodowiska, min. trzy pozycje.

Program krótki – dziewczęta i chłopcy do 2min. 40 sek. Elementy obowiązkowe – regulamin ISU.

Program dowolny – dziewczęta 3 min. 30 sek. (+/- 10 sek.),
chłopcy 4 min. (+/- 10 sek.). Elementy obowiązkowe – regulamin ISU.

c. **Obciążenia treningowe :** wiek 15 – 16 lat.

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 180'	4 x 180'
balet	2 x 60'	1 x 60'
akrobatyka	1 x 90'	1 x 60'
trening imitacyjny	1 x 60'	1 x 60'
trening wszechstronny	3 x 60'	1,5 x 60'
basen	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	2 x	1 x

G/ SIÓDMY ETAP SZKOLENIA

Obejmuje młodzież w wieku 17 – 18 lat, uczęszczającą do klasy II i III liceum, startującą w kategorii juniora starszego, młodzieżowca lub seniora oraz reprezentującą Polskę w zawodach rangi Mistrzostw Europy i świata w kategorii juniorów i seniorów.

a. **Cel szkoleniowy:** ostatni etap selekcji do wysokiego wyczynu sportowego.

b. **Zadania szkoleniowe: specjalistyczne**

1. **Skoki:**
 - doskonalenie - 2A, 3T, 3S, 3R , 3F, 3L
 - nauka - 3A, 4S, 4T
2. **Kombinacje skoków:**
 - doskonalenie - 2T +3T
 - nauka - 2R + 3R
 - 3T + 3T
 - 3R + 3R
3. **Piruety:**
 - doskonalenie - piruet akrobatyczny,
 - doskonalenie min. 8 obrotów
 - piruet stany, piruet siadany,
 - piruet waga w różnych
 - pozycjach na prawej i lewej
 - nodze
4. **Piruety ze zmianą nogi:**
 - doskonalenie - piruet siadany + piruet siadany
 - min. 6/6 obrotów
 - piruet waga + piruet waga min.
 - 6/6 obrotów
 - piruety ze zmianą nogi w
 - różnych pozycjach na P i L
 - nodze.
5. **Skoki do piruetów:**
 - doskonalenie - libella, Buttonsitz min 8 obr.
 - skok do piruetu siadanego na drugą
 - nogę w górze pozycja siadanego min. 8
 - obrotów
 - skok do piruetu siadanego na
 - drugą nogę w górze pozycja wagi min.
 - 8 obrotów
6. **Kombinacje piruetów:**
 - z jedną zmianą nogi i co
 - najmniej dwoma zmianami pozycji min.
 - 6 /6 obrotów
7. **Krocuki:**
 - dowolna sekwencja kroków
 - po prostej, kole, serpentynie, z
 - wykorzystaniem całej tafli
 - lodowiska.
8. **Spirale:**
 - dowolna sekwencja spiral (po
 - kole, po serpentynie, po owalu)
 - z wykorzystaniem całej tafli
 - lodowiska, min. trzy pozycje -

elementy doskonalone do
perfekcji.

Program krótki (kategoria seniora) – dziewczęta i chłopcy do 2min. 40 sek. Elementy obowiązkowe – regulamin ISU.

Program dowolny (kategoria seniora) – dziewczęta 4min. (+/- 10 sek.),
chłopcy 4 min. 30 sek. (+/- 10 sek.). Elementy obowiązkowe – regulamin ISU.

c. **Obciążenia treningowe:** wiek 17 – 18 lat

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 180'	4 x 180'
balet	2 x 60'	1 x 60'
akrobatyka	1 x 90'	1 x 60'
trening imitacyjny	1 x 60'	1 x 60'
trening wszechstronny	3 x 60'	1,5 x 60'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	2 x	1 x

UWAGA !

Zawodników, którzy chcą zrezygnować po tym etapie szkolenia należy zachęcać do:

- Ukończenia kursów instruktorskich lub studiów trenerskich.
- Ukończenia kursu sędziowskiego.
- Pozostania w kręgu łyżwiarstwa figurowego, pomimo ukończenia innych kierunków studiów.

IV OKRES SZKOLENIA – WYCZYN (SENIORZY)

H/ ÓSMY ETAP SZKOLENIA – (etap profesjonalizmu) obejmuje młodzież 19 letnią kończącą edukację w szkole średniej, kontynuującą naukę na wyższej uczelni, bądź całkowicie poświęcającą się karierze profesjonalnej w łyżwiarstwie figurowym.

a. **Cel szkoleniowy:**

- podniesienie na najwyższy poziom przygotowania specjalistycznego i wszechstronnego zawodników
- wychowanie reprezentantów Polski w kategorii seniorów osiągającego wyniki pozwalające walczyć o medale Mistrzostw Europy, świata i Igrzysk Olimpijskich
- Podniesienie poziomu współzawodnictwa w Polsce

b. **Zadania szkoleniowe:**

- zakończenie etapu szkolenia wszystkich podstawowych elementów techniki jazdy na łyżwach
- zakończenie etapu przygotowania psychologicznego (umiejętności opanowania stresu podczas każdych zawodów sportowych)
- opanowanie oraz wprowadzenie do programów sportowych wszystkich skoków potrójnych oraz skoku poczwórnego – zgodnie z trendami światowymi

Trening specjalistyczny obejmuje:

- Skoki:**
 - doskonalenie - 3T, 3S, 3R, 3F, 3L, 3A,
 - nauka - 4T, 4S
- Kombinacje skoków:**
 - doskonalenie - 3T + 3T
 - 3R + 3R
 - nauka - dowolny skok potrójny + 3T
 - dowolny skok potrójny + 3R
 - dowolny skok poczwórny + dowolny skok

potrójny

3. **Piruet:** - doskonalenie do perfekcji wcześniej poznanych i opanowanych elementów
4. **Kroczyki:** - doskonalenie do perfekcji wcześniej poznanych i opanowanych elementów
5. **Spirale:** - doskonalenie do perfekcji wcześniej poznanych i opanowanych elementów

c. **Obciążenia treningowe:** wiek 19 lat i powyżej

środki treningowe	maksimum (w minutach)	minimum (w minutach)
trening na lodzie	6 x 210'	4 x 210'
balet	2 x 60'	1 x 60'
akrobatyka	1 x 90'	1 x 60'
trening imitacyjny	1 x 60'	1 x 60'
trening wszechstronny	3 x 60'	1,5 x 60'
pływanie	1 x 45'	1 x 45'
odnowa biologiczna	2 x	1 x

Wnioski dotyczące szkolenia sportowego młodzieży

- Doskonać opracowany przez PZŁF Wieloletni Program Szkolenia Sportowego w Łyżwiarstwie Figurowym, dostosowany do wieku szkolonych zawodników zawierający: kryteria naboru do szkolenia, periodyzację szkolenia wszechstronnego, ukierunkowanego i specjalnego, elementy kontrolne zezwalające na prawidłową selekcję do dalszego szkolenia po zakończeniu kolejnych etapów szkoleniowych (testy, próby) itp.
 - Realizacja ww. programu pod nadzorem Związku we współpracy z WISS oraz jednostkami samorządu terytorialnego.
 - Możliwość uczestnictwa w kadrze wojewódzkiej młodzieży zakwalifikowanej przez PZŁF do kadry narodowej.
 - Dalsze szkolenie kadry młodzieżowej oraz najzdolniejszych zawodników dyscypliny w szkołach sportowych i mistrzostwa sportowego lub ośrodkach szkoleniowych zorganizowanych na bazie klubów we współpracy z ACSS. Młodzież szczególnie zainteresowana sportem oraz wykazująca predyspozycje do przyszłego uprawiania sportu na poziomie wyczynowym może korzystać ze szczególnych form edukacji szkolnej – klas sportowych lub szkół mistrzostwa sportowego. Istotą tego typu rozwiązań organizacyjnych jest umożliwienie prowadzenia systematycznego procesu treningowego (zwiększona liczba zajęć wychowania fizycznego) bez szkody dla edukacji (zgodnej z podstawą programową Ministerstwa Edukacji Narodowej). Istotnym komponentem nauczania w klasach sportowych oraz w szczególności w szkołach mistrzostwa sportowego powinno być również prowadzenie zajęć przygotowujących przyszłych sportowców do prowadzenia tzw. kariery dwutorowej – alternatywnej kariery zawodowej, którą będą mogli podjąć po zakończeniu (często przedwczesnym) kariery sportowej.
 - Dążyć do powołania Ośrodka Szkolenia Sportowego w Łyżwiarstwie Figurowym,
 - Zmiany systemu kształcenia kadr w zakresie szkolenia dzieci i młodzieży. Na tym etapie rozwoju potrzebni są trenerzy – specjaliści w zakresie:
 - a) rozpoczynających szkolenie w kategorii młodzika (etap wszechstronności),
 - b) realizujących etap szkolenia ukierunkowanego i rozpoczynających etap szkolenia specjalnego (junior młodszy i junior),
 - c) uprawiających sport wyczynowo.
- W dotychczasowej praktyce często trener, z którym zawodnik rozpoczyna karierę sportową w wielu przypadkach również z nim ją kończy.
- Zmiany systemu oceny współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży oraz zasad nagradzania trenerów za osiągnięcia sportowe, w sposób nie wymuszający zbyt wczesnej specjalizacji młodych zawodników.

Specjalnego znaczenia nabiera też zmiana mentalności pracowników prowadzących szkolenie w naszej dyscyplinie. Winni oni zwrócić szczególną uwagę na zawężającą się populację dzieci i młodzieży (niż

demograficzny), do której adresują swoje oferty. Ich propozycje sportowe winny być na tyle atrakcyjne, żeby były konkurencyjne dla innych oferentów działających na rynku dzieci i młodzieży, a sposób kwalifikacji do sportu wyczynowego – na tyle niezawodny, żeby „wyłować” najzdolniejszych.

TESTY

Materiał przeznaczony do stosowania przez PZŁF

WPROWADZENIE

Dlaczego PZŁF ustanowił obowiązkowe testy dla wszystkich klas w łyżwiarstwie figurowym.

Od momentu zniesienia konkurencji figur obowiązkowych w łyżwiarstwie figurowym, jakość tego sportu zaczęła się pogarszać. Aby temu zapobiec, poszczególne kraje postanowiły wprowadzić system testów, oparty na podstawowych elementach jazdy obowiązkowej. Wymogło to na zawodnikach tych krajów opanowanie elementów techniki jazdy, na których budowane są później kolejne elementy – skoki i piruety. Tak więc bardzo ważną kwestią dla rozwoju tego sportu w Polsce jest to, aby również w naszym kraju rozumiano ćwiczenia jazdy obowiązkowej jako przygotowanie do dalszych etapów szkolenia – czyli wykonywania skoków i piruetów już podczas programów. Będzie to możliwe dzięki opracowaniu systemu testowego, który ułatwi prawidłowe nauczanie tego typu ćwiczeń. Jak wiadomo, łyżwiarstwo figurowe składa się z siedmiu podstawowych elementów (łuki, wężyki, trójki, trójki odwrotne, zwroty, zwroty odwrotne, pętlice), które wykonywane są przez łyżwiarzy w różnych konfiguracjach, przy różnej prędkości – na lodzie lub w powietrzu (skoki). Oczywiście, obecnie programy łyżwiarskie również zawierają wszystkie te elementy, jednak sytuacja wykonywania ich w programie jest czymś zupełnie innym, niż prezentowanie ich przed odpowiednio wyszkoloną komisją, w klasycznej formie. W takim przypadku oceniający mają możliwość dokładnej analizy wykonania danego elementu (czystości krawędzi, rysunku, ustawienia ciała etc.), skupiając się w danym momencie jedynie na konkretnym elemencie jazdy obowiązkowej, a także skoku czy piruecie, które również byłyby zawarte w poszczególnych testach.

Zagadnienia ogólne

Cel testów

Celem wprowadzenia systemu testowego są:

- prawidłowo wykonywane elementy jazdy obowiązkowej,
- opanowanie techniki skoków,
- opanowanie techniki piruetów.

Podział testów

Testy podzielone będą według klas sportowych, obowiązujących w polskim łyżwiarstwie – aby zdobyć daną klasę i móc uczestniczyć w zawodach różnej rangi, zawodnik musi uzyskać odpowiadający danej klasie test.

System oceniania

System oceniania testów zawiera wartości punktowe wykonania poszczególnych elementów, które po zsumowaniu i odniesieniu do wartości maksymalnej zostają przeliczone na procenty. Jest więc odmienny od systemu „zaliczone/nie zaliczone”. Wydzielone zostały progi procentowe. W każdym z elementów oceniana będzie jego prawidłowość i jakość wykonania.

Ewidencja zaliczeń

Po zaliczeniu danego testu zawodnik powinien otrzymać potwierdzenie zaliczenia, którym będzie się legitymować biorąc udział w zawodach oraz chcąc podejść do testu na wyższym poziomie. Ewidencja zaliczeń testów będzie dostępna na stronie Polskiego Związku Łyżwiarstwa Figurowego.

Odniesienie testów do startów w zawodach

Aby uczestniczyć w zawodach różnej rangi w danej klasie, wymagane jest zdanie testu tej klasy na danym poziomie. Kluby chcące podjąć się organizacji testów zgłaszają się bezpośrednio do Związku.

PROPOZYCJA

ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNO - PROGRAMOWYCH DOTYCZĄCYCH ROZWOJU INWESTYCJI W SPORTACH ZIMOWYCH

Zmiany ustrojowe w Polsce, a także nowa polityka inwestycyjna resortu nie wpłynęły w sposób znaczący na rozwój inwestycji w sportach zimowych. Dotyczy to zwłaszcza budowy nowych lodowisk. Bez inwestycji nie mogą w sposób prawidłowy rozwijać się sporty zimowe, w tym łyżwiarstwo figurowe. Nowe lodowiska powinny przyczynić się do powstania nowych klubów, sekcji, klas i szkół sportowych. Powinna się zwiększyć liczba dzieci uczestniczących w procesie szkolenia sportowego.

Postępujące zmiany klimatyczne ograniczają możliwości organizacji zimą różnych form aktywności ruchowej dzieci. Zmniejsza się ilość dni z opadami śniegu. Utrzymujące się zimą dodatnie temperatury nie sprzyjają rozwojowi sportów zimowych. Jedynym rozwiązaniem jest budowa krytych lodowisk. Trudno bowiem bez lodowisk rozwijać łyżwiarstwo figurowe, short track, łyżwiarstwo szybkie, hokej na lodzie czy curling.

Proponuje się, aby MSiT zaplanowała środki na program "Lodowiska" w ramach funduszu centralnego lub jako zadania priorytetowe w planach inwestycji na poziomie wojewódzkim (urzędy marszałkowskie). Można także ogłosić konkurs na wykorzystanie tych środków przez samorządy lokalne. Taki konkurs ofert może zaktywizować lokalne samorządy. Jednocześnie określone jest konkretne zadanie - budowa sztucznego lodowiska.

Każdego roku proponuje się uwzględnić w budżecie MSiT (planie centralnym lub w planach wojewódzkich) łączna kwota np. około 10 mln zł z przeznaczeniem na konkurs dotyczący rozwoju inwestycji w sportach zimowych. Takie rozwiązanie powinno przyczynić się do wybudowania ok. 20 nowych lodowisk. Wytyczne (priorytety tego programu) powinny być przekazane urzędom marszałkowskim.

Istnieje jeszcze inny czynnik motywujący do rozwoju inwestycji w sportach zimowych. Jest nim 4 godzina wychowania fizycznego, która będzie obowiązywała w najbliższym czasie.

Jest to bardzo znaczący argument dla samorządów lokalnych. Po przygotowaniu koncepcji, program "Lodowiska" powinien być zaprezentowany województwom.

Jak potwierdza to praktyka z takiego obiektu korzystać może jednorazowo ok. 300 osób (a np. z boiska piłkarskiego maksymalnie tylko 22 osoby).

Należy przyjąć, że w przypadku zagwarantowania przez samorząd terytorialny 50 % kosztów inwestycji, ze środków totalizatora przekazane zostanie pozostałe 50 %. Taki system sprawdził się w Polsce w poprzednich latach, kiedy oddano do użytku kilkadziesiąt nowych obiektów.

Proponuje się, aby budowa nowych lodowisk rozwijała się w dwóch kierunkach:

A/. Budowy, modernizacji i remontów obiektów całorocznych - krytych jako podstawowej infrastruktury treningowej.

Lodowiska powinny być częścią krytych obiektów całorocznych. Istnieją dwie możliwości realizacji programu.

W wariantcie I należy założyć, że inicjatywa programowa i finansowanie odbywa się poprzez COS.

Należy przyjąć, że w tym wariantcie finansowanie inwestycji leży w gestii państwa, a więc środków z Totalizatora. Jest oczywiste, że planowanie musi być uzgadniane z władzami samorządowymi.

W wariantcie II należy przyjąć, że inicjatywa programowania, planowania i finansowania tych inwestycji należy do samorządu terytorialnego. W tym przypadku MSiT częściowo dofinansowuje daną inwestycję.

Istotne jest, że aktualnie koszty eksploatacji tych obiektów ponosi samorząd.

PZŁF jest w trakcie inwentaryzacji istniejących obiektów i urządzeń w sportach zimowych (lodowisk). Wkrótce szczegółowo zostaną określone potrzeby remontowe. Część urządzeń chłodniczych jest bowiem przestarzała i często zagraża środowisku naturalnemu. W najbliższym roku niezbędne jest przeprowadzenie remontów i modernizacji lodowisk.

Proponuje się włączenie do zadań inwestycyjnych dofinansowywanych przez MSiT.

B/. Budowy lodowisk panelowych - sezonowych i krytych całorocznych.

System ten sprawdzony jest w wielu krajach Europy i świata. Są to lodowiska montowane z powtarzalnych segmentów i paneli. Powinny spełniać rolę: ślizgawek dla dzieci, lodowisk hokejowych, dużych ślizgawek z niskimi bandami, ślizgawek w kształcie koła, lodowiska do short tracku, lodowiska do curlingu, toru do jazdy szybkiej na lodzie. Mogą być one montowane na nawierzchniach utwardzonych lub na boiskach sportowych, które nie są wykorzystywane w okresie jesienno-zimowym.