

Spurning 3 - hvernig geta fagaðilar frá Afreksmiðstöð - Team Iceland eftir afreksíþróttir á Íslandi?
Hver eru þrjú mikilvægustu atriðin?

Þverfagleg ráðgjöf og uppbygging til hópa og einstaklinga til lengri tíma
Félagsleg líðan og sálfræðiþátturinn og eftirfylgni þess mikilvægastur, ef "kollurinn" er ekki í lagi þá virkar ekkert annað

Taka álag af, kenna afreksmanninum á öllum sviðum - félagslega - sálfræðilega - höndla álag - fjármál - samfélagsmiðlar

1. Ráðgjöf varðandi andlega heilsu
2. Ráðgjöf við þjálfun og sjúkraþjálfun ásamt forgang í heilbrigðisþjónustu.
3. Mælingar og statistic til samanburðar við aðrar þjóðir.

1. Við sjáum fyrir okkur að sú fagþekking og störf sem ekki eru endilega til staðar hjá íþróttafélögum, standi íþróttafólki hins vegar til boða hjá Team Iceland. Greiðari aðgangur í greiningu, sálfræðiþjónustu, meðhöndlun, sjúkraþjálfun og læknismeðferð.
2. Einnig sjáum við fyrir okkur að sú fagþekking, og það starf sem unnið er hjá Afreksmiðstöð skili sér inn til íþróttafélaga reglulega. Hjálpi þannig íþróttafélögum að vinna enn betra starf.
3. Rými til hnitmiðaðra rannsókna, hvort sem það er íþróttalegi þátturinn, andlegi eða annar þáttur.

Að koma afreksfólki í samband við rétta fagaðila til að stytta allar boðleiðir. Það er einmitt að það séu fagaðilar sem íþróttafólk getur leitað til og fengið rétt svör og aðstoð.

Fagaðilar þurfa að vera hreyfanlegir og vera íþróttafélögum innan handa sem og einstaka afreksfólki. Þjóða uppá fræðslu til.

Aðstoða félögin við stefnumótun í afreksíþróttum - mótun og innleiðing þannig að þetta sé samræmt.

Þverfaglegt, miðlægt teymi sem hefur skýra sameiginlega stefnu og veitir íþróttafólki aðgengi með reglubundnum hætti og þegar þörf krefur.

Mælingar á íþróttafólki - Miðlægur gagnagrunnur sem fagfólkið hefur aðgang að.

Ábyrgðaraðili á eftirfylgni - greiningar, mælingar, skipulag... veikleikar og styrkleikar, munur á milli ára. Fræðasamfélagið tryggi að nýjustu rannsóknir berist teyminu.

*Sérstaklegur stuðningur við minni hópa og einstaklinga eins og „ameríska bubblan“ hennar Hrafnhildar. Íþróttasamfélag.

*Aðgegni að sérfræðiþekkingu, uppbygging á öflugri fagstétt. Halda utan um fræðslumál, að allir séu að fá sömu skilaboðin. Halda utan um greiningar á íþróttastarfi.

*Hagsmunaaðili milli ríkis og íþróttahreyfingarinnar.

1. Hugurþjálfun - læra að slaka á undir perssu
2. Fyrirbyggjandi - fara yfir líkamlega getu/stöðu aðgangur að t.d. sjúkraþjálfun og læknum.
3. Líkamsþjálfun - Alhliða þjálfun óháð sérhæfingu.

Gott aðgengi að sálfræðingum, sjúkraþjálfurum o.s.frv.

Komið þessari búbbli utan um afreksíþróttafólkið okkar sem panelfólkið var að tala um að vantar fyrir þau.

Góðar tölfræðigreiningar

Grípa þau eftir atvinnumenskuna

Spurning 3 - hvernig geta fagaðilar frá Afreksmiðstöð - Team Iceland eftir afreksíþróttir á Íslandi?
Hver eru þrjú mikilvægustu atriðin?

1. Með því að tengja sig betur inn í afreksmiðuðu skólanam
2. Með því að mæta í skólana til þess að ná til fleirri einstaklingana
3. Aðgengi fyrir sérsambönd að sjúkraþjálfurum og þessum sérhæfðu aðilum sem að þjónusta hjá er dýr hjá, svo þeirra fólk geti nýtt sér það.

- Veita íþróttafólkinu forgang að heilbrigðisþjónustu, líkamlegri og andlegri.

- Leggja áherslu á fyrirbyggjandi aðgerðir - Skapa faglegt umhverfi

- Gera umhverfi þjálfara eftirsóknarverðara

- Stika leiðina fyrir sérsamböndin - hvernig komumst við á stórmót

•Öflug samskipti & samvinna milli TEAM ICELAND, skólanna og sveitafélaga

•Fræðsla bæði fyrir íþróttakrakkana, þjálfara og foreldra.

•Tryggja það að fá inn vel menntaða þjálfara,

•Hjálpa afreksíþróttafólki að fá styrki og sponsa, gæti verið einn t.d. markaðsfulltrúi sem myndi sjá um að útdeila styrkjum og hjálpa til.

1. Vera með heilt þverfaglegt teymi í kringum íþróttamenn og íþróttalið.

2. Það þarf fjármagn til þess að styðja við þessa starfsemi.

3. Virkja landsbyggðina - Strúkturinn þarf að vera til staðar. Skilvirk samskipti og auðveldar boðleiðir.

Íþróttagreinir/deildir þurfa að hætta samkeppni. Samvinna í samkeppni. Saman náum við lengra.

4. Allt kerfið þarf að funkera og vinna saman. Einingar þurfa að tengjast t.d. á það ekki að koma niður á einstaklingum að fara á afreksbraut í framhaldsskólum ef þau vilja fara í annað nám í háskóla. Að nám sé metið til jafns.

5. Það þarf að horfa til jafnréttismála - skapa jöfn tækifæri.

1. Að hafa þetta net sérfræðinga / fagaðila til að aðstoða sérsamböndin og afreksíþróttafólkið. Núna eru íþróttafélög og sérsambönd að reyna að safna saman heilbrigðisteymi í kringum sig, hver fyrir sig en það væri mikil aðstoð að hafa aðgengi að slíku teymi. Þarna er átt við lækni, sjúkraþjálfara, næringafræðing, nuddara og annað í þessu baklandi sem gæti aðstoðað. Þverfagleg einstaklingsvinna fyrir afreksíþróttafólkið.

2. Vera bakland fyrir þjálfara, aðstoða við uppsetningu á styrktarþjálfun og endurhæfingar / forvarnarstarf.

3. Að breyta norminu við það að það sé teymi á bakvið afreks íþróttafólk allan ársins hring. Ekki bara þegar það er eitthvað sem er að, heldur sé það vinna sem er sífellt verið að vinna í og til að fyrirbyggja.

Stytta boðleiðir og einfaldað aðgengi að þjónustu.

Heilt yfir betra aðgengi að heilbrigðisstarfsfólki fyrir íþróttafólk sem tekið er inn í prógrammið

Greina, meta, fylgja eftir og halda úti öflugum eftirliti - Gera það betur

#Koma á laggirnar heilbrigðismiðstöð fyrir íþróttafólk. Fólk með fjölbreyttan bakgrunn. Vantar aðgengi að rétta fagfólkinu. Þarf að byggja á þekkingu og reynslu. Aðgengið þarf að vera gott.

#Fræðsla

#Centralisera hugmyndina.

#Fagteymið þarf að leggja áherslu á andlega þáttinn, hafa aðgang að sálfræðingi.

Spurning 3 - hvornig geta fagaðilar frá Afreksmiðstöð - Team Iceland eftir afreksíþróttir á Íslandi?

Hver eru þrjú mikilvægustu atriðin?

1. Miðla þekkingu - geta sótt í fjölbreytta þekkingu þegar á þarf að halda. Miðlægt aðgengi. Sér sambönd geti leitað í sértæka fagþekkingu fyrir t.d. stór og mikilvægi verkefni. Á etv sérstaklega við um minni sér sambönd. Sækja þá þekkingu sem þarf hverju sinni.
2. Gæðaeftirlit og staðall sem sér sambönd fylgja og bregast við/aðstoða ef og þegar þörf er á sérfræðingi. S.s. sjúkráþjálfara og sálfræðinga. Sjúkráþjálfari gæti farið með upplýsingar um t.d. meiðsli inn í miðlægan hóp/gangagrunn þar sem mögulega væri hægt að sjá trend í meiðslum og koma með ráðleggingar um hvornig á að bregðast við (fyrirbyggjandi).
3. Öflugt samstarf við sér samböndin t.d í bókun keppnisferða, hafa milligöngu um afslætti hjá flugfélögum ofl.

Stefnumótun í afreksstarfi

Efla samstarf inna ákveðinna svæða

Sveitarfélög móti svæðisbundna sameiginlega uppbyggingu og nýtingu á íþróttamannvirkjum

Fagleg stýring inn í starfið og því þurfa að fylgja ákveðnir hvatar.

1 - Einstaklingsmiðuð nálgun - athlete centered service þar sem fagaðilarnir tala saman, greina og hafa frumkvæði fyrir hönd íþróttamanns hver gagnvart öðrum.

2 - Aðgengi - vera aðgengileg á allan máta - sýnileg, vel auglýst, allir hagaðilar þekki þjónustu hvers og eins og hafi allan fókus sinn á starfið fyrir Team Iceland (ekki í öðrum störfum sem takmarka aðgengi að þeim).

3 - Ekki gleyma að búa til samfélag innan Team Iceland fyrir íþróttafólk, þjálfara og jafnvel fleiri sem starfa með Team Iceland - sérstaklega mikilvægt fyrir einstaklingsíþróttir.

Efla andlega þjálfun og gera hana þannig að hún sé almenn og aðgengileg innan íþróttahreyfingarinnar. Gæti verið gert í samstarfi við skólakerfið.

Þróun og nýsköpun byggð nýjustu rannsóknum og upplýsingum

Lagaumhverfi íþróttanna sé til umræðu í lærdómssamfélaginu.

Öflug samskipti og samvinna milli allra fagaðila þjálfara og íþróttafólks

Augljós leið fyrir alla bæði fagaðila og íþróttafólk til að veita og fá þjónustu

Að íþróttafólk hafi greiðan aðgang að sjúkráþjálfurum, næringarfræðingum, sálfræðingum, íþróttfræðingum og öðrum einstaklingum sem geta aðstoðað einstaklinginn við að ná sínum markmiðum, halda þeim heilum heilsu og styðja við alhliða vellíðan íþróttamannskjunnar.

Búa til þannig umgjörð að íþróttafólk þurfi ekki að hafa áhyggjur af afkomu sinni, einnig þarf að fara að skoða lífeyrissjóðsmál og annað sem á að grípa fólk á efri árum, að koma þeim málum í þann farveg að þau þurfi ekki að hafa afkomukvíða.

Rannsóknir - að allt sem verið er að vinna sé byggt á rannsóknum og að öllum upplýsingum sé safnað saman og hægt að byggja ofan á þá vinnu. Mjög spennandi greiningar sem hafa verið gerðar með gögnum úr Sportabler, þau leiða í ljós öll þau fjölmörg sóknarfæri sem við höfum þegar kemur að því að efla íþróttastarf um allt land.

Spurning 3 - hvornig geta fagaðilar frá Afreksmiðstöð - Team Iceland eftir afreksíþróttir á Íslandi?
Hver eru þrjú mikilvægustu atriðin?

Mikilvægt að mæla, greina og meðhöndla. Ekki bara nóg að gera mælingar, það þarf að vinna með niðurstöðurnar. Meðhöndlun getur verið andleg, líkamleg eða félagsleg. Búa til gagnabanka frá ca.12 ára aldri. Mikilvægt að afreksíþróttafólk fái það utanumhald sem þarf fyrir hver og einn.

1. Að fanga ferlinn: Bakland, þekking og reynsla - Þverfaglegt samstarf sérfræðinga fyrir íþróttamanninn, þjálfarann og stuðningur við foreldrið, t.d. tryggja aðgengi að heilbrigðisþjónustu út um allt land fyrir íþróttamanninn
2. Byggja upp góð samskipti milli íþróttafélags, iðkenda, sérsambands, íþróttahéraðs, sveitarfélags, og þess skóla sem afreksmaðurinn stundar nám
3. Veita fræðslu til íþróttafélaga, iðkenda, foreldra, þjálfara, afreksbrauta framhaldsskólanna, grunnskóla og sérsambanda.

- A. Skapa nýja þekkingu til að miðla afreksfólkinu og þjálfara um viðkomandi og sem hluta af almennri tölfraði. Skapa sameiginlegan miðlægar gagnagrunn fyrir þjálfara að ganga í sem viðmið.
- B. Skapa og miðla þekkingu
- C. Heimsóknir til felaga með ráðgjöf.

1. Stuðningur við íþróttamanninn, alhliða stuðningur, þverfaglegt teymi sem kemur að afreksfólki frá öllum áttum. Ekki aðeins faglegur íþróttamiðaður stuðningur heldur einnig persónulegur stuðningur, fjárhagslegur og einnig tengdur markaðsmálum.

2. Einhverskonar gátt (app/samskiptamiðill) á milli teymis fagaðila og afreksfólksins sjálfs, t.d. ef það koma upp atvik, smá sem stór getur íþróttamaðurinn sent inn færslu varðandi það og teymið tekur svo við því og beint íþróttamanninum áfram. T.d. smávægileg meiðsli þegar viðkomandi er staddur erlendis sem sjúkraþjálfari getur gripið strax og aðlagð endurhæfingu að, andleg líðan sem sálfræðingur getur tekið check in með í framhaldinu. Boðleiðin stutt og aðgengi að teyminu öllu góður, samskipti milli aðila alltaf virk. Jafnframt samskipti milli allra fagaðila sem koma að afreksmanninum, varðandi stöðumat, mælingar, líkamlegar, andlegar, næringu osfrv. Teymið sjálft geti talað sín á milli og haft yfirsýn yfir vegferð íþróttamannsins.

3. Undirbúningur og eftirfylgni í lok ferils, hlúa að íþróttamanninum og leiðbeina þeirri vegferð sem fylgir því að ljúka ferli.

-Samvinna við íþróttafélögin er einna mikilvægust.

-Halda utan um mælingar á íþróttahreyfingunni.

-Vinna sérstaklega að því að koma íþróttafólki fljótt og örugglega að hjá læknum, sjúkraþjálfurum og öðrum fagaðilum. Íþróttafólk þarf ákveðinn forgang og langur biðlisti er mjög alvarlegur fyrir íþróttamann sem er að vinna að því að halda sér í toppformi.

-Með því að veita með skilvirkum hætti endurgjöf á mælingum og öðrum þáttum til íþróttafólks, félaga og sérsambanda.

-Fagaðilar ættu með sínum gögnum einnig að geta verið leiðbeinandi fyrir einstaklinga og val á íþróttagreinum eftir því hvaða hæfileikar eða tækifæri gætu verið til staðar hjá viðkomandi íþróttamanni.

-Mikilvægast er að íþróttamaðurinn geti sótt alla sína þjónustu í Afreksmiðstöðina. Dæmi er lækningar, sjúkraþjálfari, sálfræði, mælingar o.fl. Miðstöð þýðir meira en eitthvað eitt herbergi – við erum að óska eftir því að sjá fullstarfandi miðstöð.

Spurning 3 - hvernig geta fagaðilar frá Afreksmiðstöð - Team Iceland efilt afreksíþróttir á Íslandi?
Hver eru þrjú mikilvægustu atriðin?

Aðgengi að upplýsingum og veita ráðgjöf. Þannig geta einstaklingar kortlagt feril sinn og unnið að markmiðum sínum út frá ráðgjöf og upplýsingum frá aðilum sem þekkja til.

Ut anumhald um þjálfara sem eykur samræmi. Þjálfari hefur meira bakland til að takast á við verkefni sem eykur faglega færni þeirra.

Fræðsla. Stuðlar að seinkun sérhæfingar og heldur í mikilvægi leiksins í íþróttum.