

## **Panoga: Nordijsko smučanje – smučarski skoki in nordijska kombinacija**

### **Poročilo o delu panoge za sezono 2017/2018 za Skupščino SZS 2018**

#### **Realizacija programov**

Vodstvo je postavilo v ospredje uvod v zimsko sezono in Olimpijske igre oz. vrhunski pripravljenosti, med tekmovanji so se ekipe držale ritma treninga obnove moči in specialne vadbe. Trenerji so bili neposredno prisotni s tekmovalci zaradi dviga motivacije že od poletnega dela sezone.

Programi so bili v celoti realizirani v skladu z razpoložljivimi finančnimi sredstvi.

#### **Realizacija ciljev**

Sezono 2017/2018 ocenjujemo za uspešno, ekipe so na tekmovanjih v pretekli sezoni dosegle naslednje vidne rezultate:

- 1. mesto, Grand Prix v smučarskih skokih, Anže Lanišek
- 1. mesto, Grand Prix v smučarskih skokih, Anže Lanišek
- 3. mesto, Grand Prix v smučarskih skokih, Anže Lanišek
- 3. mesto, Grand Prix v smučarskih skokih, Maja Vtič
- 1. mesto, Svetovni pokal v smučarskih skokih, Jernej Damjan
- 1. mesto, Svetovni pokal v smučarskih skokih, Anže Semenič
- 3. mesto, Svetovni pokal v smučarskih skokih, Peter Prevc
- 3. mesto, Svetovni pokal v smučarskih skokih, Nika Križnar
- 3. mesto, ekipno svetovni pokal v smučarskih skokih, Damjan, Bartol, Prevc P., Prevc D.
- 3. mesto, ekipno svetovni pokal v smučarskih skokih, Prevc D., Prevc P., Kranjec, Semenič
- 2. mesto, Svetovno prvenstvo poleti ekipno Prevc D., Prevc P., Damjan, Semenič
- 2. Mesto, Mladinsko svetovno prvenstvo, Ema Klinec
- 1. Mesto, Mladinsko svetovno prvenstvo, Nika Križnar
- 1. Mesto ekipno, Mladinsko svetovno prvenstvo, Komar, Brecl, Križnar, Klinec

#### **Kvote:**

- osvojenih 6 kvot za naslednjo periodo svetovnega pokala v sezoni 2018/2019, smučarski skoki moški
- osvojenih 6 kvot za naslednjo periodo celinskega pokala v sezoni 2018/2019, smučarski skoki moški

## Povzetek dela in uspešnosti po posameznih programih

### SKOKI moški A ekipa

#### Realizacije načrtovanega programa:

V poletni sezoni 2017 je bilo s treningi in tekmovanji realizirano cca. 410 skokov od načrtovanih cca. 510 skokov. Skupne priprave so se odvijali po načrtu, od predvidenih desetih so se udeležili devetih in sicer v Villach, Ramsau, Planica 5x, Predazzo in v Courchevelu.

V zimski sezoni 2017/18 je bilo s treningi in tekmovanji realizirano cca 375 skokov od načrtovanih cca. 410 skokov. Z A-reprezentanco so opravili vse načrtovane skupne treninge in tekmovanja.

Skupne priprave so potekale na ledenih smučinah v Oberstdorfu in v Kranju.

#### Realizacija rezultatskih ciljev:

##### a.) Novoletna turneja

skupno	/	/
<u>realizacija</u>	<u>10. mesto</u>	<u>16,17 21. mesto</u>

##### b.) Olimpijske igre

posamezno – 120K	/	/	/
<u>realizacija – 120K</u>	<u>10. mesto</u>	<u>16., 17. mesto</u>	<u>30. mesto</u>
Posamezno- 90K	/	/	/
<u>realizacija-90K</u>	<u>12. mesto</u>	16. mesto	28. mesto
ekipno – 120K	/		
<u>realizacija</u>	<u>5. mesto</u>		

Cilj je bila olimpijska kolajna.

##### c.) Svetovni pokal in svetovno prvenstvo v poletih » Oberstdorf «

SP – poleti-posamezno			
<u>realizacija</u>	<u>6. mesto</u>	<u>14.,15. mesto</u>	<u>21. mesto</u>
Ekipno			
<u>realizacija</u>	<u>2. mesto</u>		
KVOTA	6 tekmovalcev		
<u>realizacija</u>	<u>7 tekmovalcev</u>		
pokal narodov	do 5. mesta		
<u>realizacija</u>	<u>5. mesto</u>		

### Splošna ocena:

Kot glavni trener »A« reprezentance sezono 2017/18 ocenjuje za dobro.

Dobre posamezne uvrstitve na tekmovanjih so pokazale, da so delali dobro vendar so se jim prikradle tudi napake. Metode ki so se v prejšnjih letih pokazale za uspešne in optimalne, so se spremenile v neko rutino in monotonost. Mislijo, da je to posledično privedlo tudi do padca neke zdrave motivacije. Kljub temu, da so skoki individualni šport, se moramo zavedati tudi pomembnosti ter pozitivnega vpliva ekipnega duha na posamične rezultate. Menijo, da je v letošnji sezoni ta »team-spirit« bil v primerjavi z prejšnjimi leti bolj na preizkušnji, ker je uspešno skakala delno mlada ekipa.

### SKOKI moški B ekipa

#### Realizacije načrtovanega programa:

V poletnem delu sezone je B ekipa od načrtovanih 450 skokov naredila 463 skokov v zimski sezoni pa od načrtovanih 350 kar 429 skokov. Tudi pri kondiciji so bili realizirani vsi načrtovani treningi.

#### Realizacija rezultatskih ciljev:

vrsta cilja	načrtovani cilj	realizacija cilja
Posamezne tekme COC	10 x do 3.mesta	<b>38 x do 3.mesta</b>  10 x 1. mesto 16 x 2. mesto 12 x 3. mesto  REALIZIRANO
Kvota za WC	3 x	<b>6 x COC + 2 x WC</b>  REALIZIRANO
Točke za WC ali SGP	4 x	<b>32 x</b>  REALIZIRANO

V pokalu narodov smo tako v zadnjih sedmih zimskih sezonah kar petkrat zmagali pokal narodov

**Splošna ocena:** Uspelo jim je realizirati večino tehničnih treningov doma in v tujini, ravno tako pa tudi motoričnega dela priprav. Ker je ekipa prehodnega značaja so orientirani bolj na uspeh ekipe kot posameznika. Poletno sezono rezultatsko ocenjujem kot zelo uspešno. V pokalu narodov v COC pokalu so osvojili 1. mesto, zbrali so 2494 točk. V zimskem delu tekmovanja COC so v pokalu narodov zasedli 1. Mesto osvojili so 4225 točk. Že vrsto let smo med najmočnejšimi nacijami tako poleti kot pozimi. V zadnjih sedmih letih je Slovenija osvojila pokal narodov kar petkrat v zimskem delu tekmovanja. V letošnji zimi in poletju so osvojili dodatne kvote za svetovni pokal v vseh periodah razen eni. V zimskem delu COC tekmovanja je dobilo priložnost nastopati 19 tekmovalcev že tako ali tako pa v primerjavi z ostalimi nacijami tudi v preteklih sezonah nastopi po navadi več Slovenskih skakalcev kot skakalcev iz drugih držav. Od tega jih je 15 dobilo točke v

celinskem pokalu. Ekipa je zelo široka in tudi močna. Ocenjujemo da je bila sezona zelo uspešna.

## SKOKI MOŠKA MLADINSKA IN A MLADA EKIPA

**Realizacija načrtovanega programa:** Tehnični trening je bil v celoti realiziran (skupne priprave in dnevni treningi). Skupno število skokov na treningu je za 10-15% nižje kot v pretekli tekmovalni sezoni (večje število tekmovalnj). Bilo je več skupnih priprav, kjer so razvijali tehniko.

V realizaciji treninga motorike (osnovne in specialne) ni bilo odstopanja od načrtovane vadbe. Skupno število opravljenih vadbenih enot je višje kot v preteklih tekmovalnih sezonah.

### Realizacija rezultatskih ciljev:

vrsta cilja	načrtovani cilj	realizacija cilja	DA/NE
<b>Svetovni pokal - zima</b>	3 tekmovalci osvojijo točke SP - zima	5 tekmovalcev je osvojilo točke SP	DA (+2)
	5x do 6. mesta	2x	NE (-3x)
	5x 7.-15. mesta	4x	NE(-1x)
	10x 16.-30. mesta	27x	DA(+17x)
		25. Bartol 185 t, 32. Zajc 88 t, 33. Prevc D. 81, 44. Jelar 43 t	
<b>Celinski pokal</b>	celotna sezona		
	10x do 3. mesta	17x (dodatna kvota Bartol za 3. periodo SP, Jelar za 4. periodo SP, Pavlovčič za 1. periodo SP 2018/2019)	DA (+7x)
	20x od 4. do 15. mesta	32x	DA(+12x)
		skupno poletje 2. T. Bartol 627 točk (10 tekem) 4. T. Zajc 484 točk (10 tekem)	DA
		skupno zima 9. Pavlovčič 550 točk (22 tekem)	

<b>Svetovno mladinsko prvenstvo</b>			
posamično	1x do 6. mesta	/	NE
posamično	1x do 12. mesta	8., 10. mesto	DA
posamično	2x do 20. mesta	21., 33. mesto	NE
ekipno	do 3. mesta	4. mesto	NE
ekipno mešano (v primeru najboljše)	do 3. mesta zasedbe)	5. mesto (ni bila najboljša zasedba tekmovalk in tekmovalcev)	
<b>Alpski pokal</b>	skupine DPNC + klubi		DA
posamično	8x do 3. mesta	11x	DA (+3x)
	10x 4.-6. mesta	18x	DA (+8x)
	20x 7.-15. mesta	27x - skupno: 2. Kus, 3. Osterc, 5. Mogel - 20 tekmovalcev je osvojilo točke AP	DA (+7x)
ekipno		1. mesto	DA

**Splošna ocena:** Sezona 2017/2018 je bila že na začetku nekaj posebnega. Na novo se je ustanovila trenažna skupina mlada A reprezentanca, katere cilj je razvoj športnikov v vseh segmentih športne priprave, tako da lahko uspešno tekmujejo na najvišjem članskem nivoju. Namen mlade A reprezentance je tudi bolj kakovostno in poglobljeno sodelovanje s člansko A reprezentanco.

## SKOKI DEKLETA

**Realizacije načrtovanega programa:** celoten trenažni proces je bil izpeljan po začrtanih smernicah.

### Realizacija rezultatskih ciljev:

Tekmovanje	Planirani cilj	Realizirani cilj
<b>ZIMSKE OLIMPIJSKE IGRE</b>		<b>Delno realizirano</b>
INDIVIDUALNA UVRSTITEV	1 x do 6. mesta 1 x do 10. Mesta 1 x do 20. mesta	Ni realizirano 1 x 7. mesto 1 x 14. mesto 1 x 22. mesto
<b>SVETOVNI POKAL</b>		<b>Delno realizirano</b>
INDIVIDUALNA UVRSTITEV	3 x do 3. mesta  4 x do 6. mesta  6 x do 10. mesta  8 x do 15.mesta	1 x 3. mesto 1 x 2. mesto ekipno  7 x 2 x 4 mesto 2 x 5. mesto 3 x 6. mesto  17 x do 10. mesta 2 x 7. mesto 5 x 8. mesto 4 x 9. mesto 6 x 10. mesto  19. x do 15. mesta
SKUPNA UVRSTITEV	1 x do 6. mesta 1 x do 10. mesta 2 x do 20. mesta	Ni realizirano 1 x 9. mesto 1 x 10. mesto 1 x 11., 1 x 19. mesto
POKAL NARODOV	do 4. mesta	4. mesto

<b>MLADINSKO SVETOVNO PRVENSTVO</b>		<b>Realizirano</b>
INDIVIDUALNA UVRSTITEV	1 x do 6. mesta	1 x 1. mesto 1 x 2..mesto
	1 x do 10. mesta	1 x 8. mesto
EKIPNA UVRSTITEV	do 4. mesta	1. mesto

**Splošna ocena:** Od pretekle sezone, ki je bila olimpijska, so si obetali veliko. Cilje, ki so bili visoki niso v celoti dosegli, vendar pa tudi niso preveč zaostali. Rezultati v celoti sploh niso daleč od zelenega, a se zavedajo, da je to manj od tega kar pričakujejo oni in vodstvo nordijskih disciplin in kar zahteva javnost. Predvsem jim je manjkalo več uvrstitev na stopničke ali bližje njim, za kar je poskrbela močna konkurenca in njihove napake, ko so bila dekleta zrela za dober rezultat. Spoštovati in ceniti je potrebno vsako uvrstitev med prvo deseterico, ker je konkurenca vsako sezono bolj zgoščena, prihajajo mlade in sveže tekmovalke, izkušenejše pa ne popuščajo.

## **DPNC**

**Realizacija načrtovanega programa:** Ves trenažni proces je bil izveden v skladu z načrti.

**Realizacija rezultatskih ciljev:** Vsi ostali cilji so bili, tako kot že v preteklosti, vezani na napredek v smislu motorike, tehnike in morfologije. V skladu s programom smo izvajali osnovne motorične in morfološke teste. Zadnji test pred počitnicami je bil izveden konec meseca junija, prvi razširjeni test pripravljenosti tekmovalcev pa v začetku meseca septembra. Od meseca oktobra 2017 pa do konca marca 2018 smo izvedli dodatna testiranja na pritiskovni plošči (2x), vseskozi smo spremljali stanje morfologije, gibljivosti in še nekatere osnovno motorične pokazatelje.

**Splošna ocena:** Sezona 2017-2018 se je za večino tekmovalcev iztekla na visoki rezultatski ravni. Vsi doseženi rezultati, predvsem pa napredek posameznikov v mladinski, kot tudi članski kategoriji so plod izredno dobrega sodelovanja klubskih in zveznih trenerjev.

Ob tej priložnosti HVALA vsem sodelujočim za pomoč pri izvajanju procesa treninga, VELIKA HVALA posameznim klubskim trenerjem, ki vsakodnevno pomagata pri izgradnji sistema vodenja otroškega in mladinskega programa, VELIKA HVALA g. Ljubu Jasničju, ki je prisrbel sredstva za nemoten potek vseh programov DPNC in programov PSŠ DPNC, VELIKA HVALA g. Tomažu Verdnik, ki je poskrbel za organizacijsko in logistično

podporo, hkrati pa vseskozi verjel in podpiral sistem dela. HVALA tudi vsem neomenjenim, ki so kakorkoli pripomogli, da je program potekal na visoki ravni in smo lahko znova naredili korak naprej.

Verjamem, da so doseženi rezultati navdih za še konkretnejše korake!!!

## **NORDIJSKA KOMBINACIJA**

### **A/B ekipa**

**Realizacije načrtovanega programa:** načrtovan program je bil realiziran, sprememba je bila le pri tekaškem delu kjer smo na začetku opazili pomanjkanje pripravljenosti.

**Splošna ocena:** Tekme za veliko nagrado v nordijske kombinacije in tekme alpskega pokala so njim razkrile, da so na pravi poti. Imamo dva nova dobitnika točk za SGP (Leon in Vid) ter šest tekmovalcev v točkah alpskega pokala. Med samim tekmovanjem so se žal uresničila predvidevanja, predvsem starejših tekmovalcev, da imajo zelo slabo zaupanje v njihovo sposobnost. Pri večini je opaziti napredek na skakalnem in tekaškem delu, kar dokazujejo rezultati na tekmovanjih in testiranjih. Pri nekaterih tekmovalcih je potrebno biti potrpežljiv glede njihove vzdržljivosti, ker potrebujejo daljše časovno obdobje, da bodo dosegli svojo maksimalno zmogljivost (več daljših treningov v uvodnem in pripravljalnem obdobju), ki pa je proces, ki se odvija v daljšem časovnem obdobju (več let).

### **DPNC NK:**

**Realizacija načrtovanega programa:** Izvedenih je bilo sedem skupnih treningov v okviru smučarske zveze in DPNC. Vsakokrat je trening trajal tri dni. Prvi in zadnja dva sta bila izvedena s pomočjo Planiških skakalnih šol (PSS). Na vsakem treningu je bilo vključenih med 15 in 25 tekmovalcev in tekmovalk.

**Splošna ocena:** V prihodnje je potrebno obdržati trend nadaljnega povečanja baze tekmovalcev in tekmovalk. Število tekmovalcev in tekmovalk v otroškem in mladinskem programu se je v zadnjih treh sezonah krepko povečalo.

Še bolj bo potrebno poudariti kvaliteto procesa treniranja na vseh ravneh delovanja panožne športne šole v nordijski kombinaciji. Pričakovani tekmovalni rezultati morajo biti realen odraz kvalitete dela in za to zagotovljenih kakovostno ustreznih dejavnikov. Pogoji za delo panožne športne šole morajo biti primerljivi z vodilnimi državami v nordijski kombinaciji (Norveška, Nemčija, Avstrija, Francija).