

Tallinna Jahtklubi Purjetamiskooli strateegia

TJK Purjetamiskool on svertpaatidele keskenduv purjetamiskool, mis pakub mitmekülgset haridust alates purjetamise algõppest kuni tippspordini. Kool näeb oma missioonina klubi- ja rahvusliku taseme võistluspurjetamise populariseerimist ning Eesti olümpiasportlaste ettevalmistamist.

TJK Purjetamiskooli peamiseks eesmärgiks on kasvatada vastutustundlikke, ausaid ja sõbralikke purjetajaid, kes peavad lugu sportlikest eluviisidest, austavad reegleid ja on eeskujuks endast noorematele. Meie kooli vilistlased võtavad vastutuse oma tegude eest, saavad iseseisvalt elus hakkama ning harrastavad purjesporti kõrge eani.

TJK Purjetamiskooli eesmärgiks on arendada võrdselt ühepaatide ja kahepaatide purjetamist. Käesolev strateegia on kõigile kooli treeneritele töö aluseks.

TJK Purjetamiskooli arengumudel

treeningtase	vanus	ühepaadi purjetaja soovituslik vanus ja kaal	kahepaadi paatkonna soovituslik vanus ja kaal
<i>algõpe</i>	7+	Optimist 7-12 (25+kg)	
<i>võistlussport</i>	10+	Optimist 10-14 (30-50kg)	RS Feva 12-16 (90-120kg)
	14+	Zoom8 14-16 (45-55kg)	29er 14-18 (110-130kg)
		ILCA4 14-17 (55-65kg)	
<i>võistlussport + tippспорт</i>	16+	ILCA6 M15-18 N16+ (60-75kg)	49erFX M16-18 N16+ (120-150kg)
	18+	ILCA7 M17+ (75-85kg)	49er M18+ (150-170kg)

Paadiklasside valikud

TJK eesmärgiks on pakkuda võimalikult paljudele lastele algõpetust paadiklassis Optimist. Edasiste paadiklasside valikul lähtume oma eesmärgist valmistada ette rahvusliku taseme võistlussportlasi ja olümpiasportlasi nii ühemehepaadis kui ka kahemehepaadis, seega tegeleme olümpiaklassidele eelnevate klassidega ja olümpiaklassidega. Eelisarendatavate klasside valik on välja toodud tabelis.

Meie eesmärgiks on pakkuda sportlastele vastavalt nende iseloomule ja kehalistele iseärasustele vastavat purjetamisviisi ühemehepaadis või kahemehepaadis. Meie soovitame purjetada ühel hooajal või pikemal perioodil ainult ühes paadiklassis. Teistes paadiklassides purjetamist soovitame ainult lühiajalise proovimise eesmärgil.

Algõpetus

Treeningbaas: Pirita, Kakumäe, Lohusalu

Vanus: 7-12 eluaastat

Kestvus: 2-3 aastat

Treeningute maht: suvel 5-8 tundi nädalas purjetamine, talvel 3-4 tundi nädalas ÜKE ja teooria

Võistluste maht: 1 x aastas TJK Parima Purjetaja regatt

Laagrite maht: alates teisest aastast 1x suvine purjetamislaager

Paadiklass: ühepaat Optimist - õppepaat klubi poolt

Eesmärk: oskab olla ohutult paadis, oskab iseseisvalt randuda, suudab läbida vastutuult-allatuult rada, saab merel hakkama tuule tugevusega kuni 6 m/s.

Võistlusspordi järelkasv

Treeningbaas: Pirita, Kakumäe, Lohusalu

Vanus: 10-12 eluaastat

Kestvus: 1-2 aastat

Treeningute maht: suvel 6-9 tundi nädalas purjetamine, talvel 3-4 tundi nädalas ÜKE ja teooria

Võistluste maht: 1 x aastas Parim Purjetaja regatt, 1-3 väiksemat kodu lähedal toimuvat regatti

Laagrite maht: 1x suvine purjetamislaager, 1x talvine suusalaager

Paadiklass: Optimist ja kahepaat RS Feva, õppepaat klubi poolt või isiklik

Eesmärk: teab purjetamistermineid, tunneb võistlusreegleid, saab merel hakkama tuule tugevusega kuni 8 m/s.

Võistlussport

Treeningbaas: Pirita, Kakumäe, Lohusalu

Vanus: 12-16 eluaastat

Kestvus: 3-5 aastat

Treeningute maht: suvel 9-12 tundi nädalas purjetamist, talvel 5-8 tundi nädalas ÜKE ja teooria

Võistluste maht: 4-6 Eesti regatti, 1-3 välisregatti

Laagrite maht: 2-3 suvist purjetamislaagrit, 1-2 talvist purjetamislaagrit

Paadiklass: Optimist, Zoom8, RS Feva, 29er (aastal 2023 Pirita ja Kakumäe), ILCA 4 - võimalusel isiklik paat

12-14 aastaselt otsusta mis on sinu paadiklass, tunne rõõmu ja naudi seltskonda ja õppeprotsessi

14-16 aastaselt keskendu ühele paadiklassile, osale rahvusvahelisel regatil, pikenda oma hooaega sügisel ja kevadel talvelaagrite näol

Eesmärk: oskab hinnata ja analüüsida oma sõiduuskusi erinevates oludes koos treeneriga, võistlustel kasutab strateegiat ja taktikat endale kasulikult, oskab jälgida paadi tehnilist seisukorda ning oskab teha lihtsamaid paadi paranduse töid, saab merel hakkama tuule tugevusega kuni 10 m/s.

Tippspordi järelkasv

Treeningbaas talvel: Pirita, Kakumäe, Lohusalu

Treeningbaas suvel: Kakumäe

Vanus: 16-18 eluaastat

Kestvus: 3-4 aastat

Treeningute maht: suvel 12-15 tundi nädalas purjetamist, talvel 7-10 tundi nädalas ÜKE ja teooria

Võistluste maht: 4-6 Eesti regatti, 2-4 välisregatti

Laagrite maht: 2-4 suvist purjetamislaagrit, 2-3 talvist purjetamislaagrit

Paadiklass: 29er (suvel ühes sadamas koos, Pirita või Kakumäe), 49erFX, ILCA 6, ILCA 7 - võimalusel omab isiklikku paati

16-18 aastaselt otsusta, millises paadiklassis sa soovid võistlussporti jätkata, sea endale valitud klassis sportlikud eesmärgid, osale valitud klassi rahvusvahelistel regattidel ja tiitlivõistlustel, koonu sagedasti oma klubi teiste filiaalide sama klassi purjetajatega laagritesse nii Eestis kui välismaal, pikenda oma suvehooaega talvelaagritega

Eesmärk: võtab vastutuse oma karjääri osas, oskab analüüsida ja planeerida enda ettevalmistust, omab sportlikku eluviisi, hoolitseb iseseisvalt oma paadi tehnilise seisukorra eest, saab merel hakkama tuule tugevusega kuni 12 m/s.

Tippsport

Treeningbaas: Kakumäe

Vanus: 18-30 eluaastat

Kestvus: 5-15 aastat

Treeningute maht: suvel 12-16 tundi nädalas, talvel 10-15 tundi ÜKE ja teooria

Võistluste maht: 3-5 Eesti regatti, 4-6 välisregatti

Laagrite maht: 2-4 suvist purjetamislaagrit, 2-4 talvist purjetamislaagrit

Paadiklass: 49er, 49erFX, ILCA 6 ja ILCA 7 - isiklik paat

18-30 aastaselt tegele tippspordiga, korralda oma elu sedasi, et saaksid seda teha õpingute kõrvalt, osale TJK filiaalide ülestel OM-klasside treeningutel, leia treeningpartnereid nii Eestis kui välismaal, naudi protsessi

Eesmärk: võtab vastutuse oma karjääri osas, oskab analüüsida ja planeerida ettevalmistust, omab sportlikku eluviisi. On eeskujuks endast noorematele.

Harrastussport

Treeningbaas: Pirita, Kakumäe, Lohusalu

Vanus: 16-... eluaastat

Kestvus: seni kuni soovid

Treeningute maht: suvel 3-12 tundi nädalas, talvel 3-10 tundi nädalas ÜKE ja teooria

Võistluste maht: 3-5 Eesti regatti

Laagrite maht: 1-2 suvist purjetamislaagrit

Paadiklass: sinule sobilik paadiklass - isiklik paat

Eesmärk: jätkab purjetamist, tunneb rõõmu ja naudib seltskonda, on heaks treeningkaaslaseks. Annab oma oskused ja teadmised purjetamisele tagasi, teeb treeneritööd, on võistlusametnik, osaleb aktiivselt klubilises tegevuses.

Treener

Algõpetuse treeneri eesmärk on turvalise ja sõbraliku õhkkonna loomine, purjespordi vastu armastuse tekitamine, purjetamise alushariduse andmine (reeglid maal ja merel, paadi eest hoolitsemine, ohtude teavitamine, mere austamine, purjetamisterminite õpetamine jne).

Võistlusspordi treeneri eesmärk on treeningrühma hea dünaamika tekitamine, sportlaste motiveerimine võistlusspordiga tegelemiseks, sportlastes iseseisvuse ja vastutuse tekitamine, neile ausa mängu reeglite selgitamine ja õigluse printsiibi edasi andmine. Treener väärtustab iga õpilase sooritust ja pöörab tähelepanu kõigile - nii neile, kes on valinud tippspordi suuna kui ka neile, kes seda teinud ei ole.

Tippspordi treeneri eesmärk on toetada sportlase ambitsiooni tippspordiga tegelemisel, hea tugimeeskonna loomine ja professionaalide kaasamine. Treener koolitab ennast Eestis ja välismaal.

Treeneri töötasu sõltub tema kvalifikatsioonist, koormusest ja õpilaste arvust ning edukusest.

Kvalifikatsiooni tõstmiseks läbib treener regulaarselt vajalikud koolitused ja sooritab nõuete kohased eksamid. Koolituste eest tasub Purjetamiskool juhul kui treener plaanib ka edaspidi treeneritööd teha meie klubi juures.

Täiskoormusega treeneri optimaalne treeningtundide maht on 30 tundi nädalas, millele lisanduvad võistlused ja laagrid ning treeninguteks ettevalmistus, mis on aastaringse töö puhul 40 tundi nädalas ühe aasta kohta.

Õpilaste arv ühe treeneri kohta on optimaalselt 30 õpilast. Õpilaste edukust hinnatakse Eesti Edetabeli ja rahvusvaheliste tulemuste alusel.

Lapsevanem

Algõpetuse lapsevanema eesmärk on aidata lapsel leida tema jaoks sobilik spordiala, soodustada lapse treeningutel osalemist, aidata kohaneda purjespordi eripäradega

Võistlusspordi lapsevanema eesmärk on toetada sportlikku rutiini kodus, soodustada sportlases iseseisvust ja vastutuse võtmist, toetada teda rasketel hetkedel ja olla abis võistlustel ja laagrites osalemisel.

Tippspordi lapsevanema eesmärk on leida võimalused sportlasel tippspordiga tegemiseks, toetada tema unistust.