



Kriterier for optagelse i talentidrætsklasserne på VITA skolen

Esbjerg svømmeklubs mål med talentidrætsklasserne er at give svømmere, som vil prioritere svømning højt, de bedst mulige træningsmuligheder.

Da der er begrænset med pladser, vil der blive opsat et A- og et B-krav. A-krav vægter højest, hvis man også opfylder ESK forventningerne og skriver et motivationsafsnit.

ESK-forventninger

Hvis du bliver optaget i talentidrætsklasserne, forventer Esbjerg Svømmeklub følgende:

- Der forventes at man udover de 2 ugentlige svømmetræningspas i talentidrætsklasserne, som udgangspunkt træner 5 gange på sit hold man til daglig er knyttet til (dvs. i alt 7 træningspas ugentligt)
- Svømmeren holder ikke ferie i vigtige træningsperioder samt deltager i aktiviteter fra klubben.
- Svømmeren skal kunne træne 100%. Det betyder at man ved skader skal opsøge en fysioterapeut.
- Svømmeren skal være et synlig forbillede ift. Esbjerg Svømmeklubs kultur og værdier.

Fra 7.-9. klasse

For at sikre optimal udvikling af svømmerne, vil vi gerne holde opfølgende samtaler i slutningen af året. Her vil man evaluere på de opsatte mål fra kompetencehjulet og hvordan det er gået generelt, samt kigge fremad, og sætte nye mål.

A-krav:

Svømmeren skal have opnået mindst én top-25-placering i sin årgang i Danmark indenfor det seneste år. I ansøgningen skal man skrive i hvilket løb man opfylder kriterierne (Løb og placering). Dog skal man stadig udfylde et motivationsafsnit, lige som ansøgerne på B-Kravet! (ranglister kan findes på www.svømmetider.dk)

B-Krav:

Svømmere som ikke opfylder A-krav, kan optages subjektivt ved at skrive et motivationsafsnit, som skal indeholde følgende punkter:

- Hvad ønsker man at opnå med svømning (kort og præcist) Hvorfor går jeg til svømning? Hvad kunne jeg godt tænke mig at opnå indenfor de næste 3 år? Osv.
- En struktureret ugeplan, som inkorporerer Transport, Træningstider/-steder samt måltider/madpakker med tidspunkter.
- Udfyld et kompetencehjul, samt beskrive i kommentarfeltene, hvor man gerne vil flytte sig hen, til den opfølgende samtale i slutningen af året! (Brug 3 punkter i prioriteret rækkefølge)

Ansøgningen sendes til: Ellennielsen781@gmail.com