

## Stöðuskýrsla um landsliðsnefndar Landssambands hestamannafélaga 2021

### Starfsmenn í afreksmálum 2021

- Verkefnastjóri afreksmála
- Landsliðsþjálfari A-landsliðs
- Landsliðsþjálfari U-21 landsliðs
- Yfirþjálfari hæfileikamótunar

### Landsliðshópar LH 2021

Landsliðshópar LH fyrir árið 2021 voru kynntir í lok árs 2020. A-landsliðshóp LH árið 2021 skipa 22 knapar alls, 6 konur og 16 karlar. U21-landsliðshópin skipuðu í byrjun árs 17 knapar alls, en með vorinu var þeim átjándi bætt við í ljósi frábærs árangurs, 11 kvk og 7 kk.

Við val á knöpum í landsliðshópana er tekið tillit til árangurs í keppni, reiðmennsku, hestakosts og íþróttamannslegrar framkomu. Ákveðnir viðburðir eru skylduviðburðir fyrir alla landsliðsknapa að mæta á, eins og líkamlegar mælingar, fjáröflunarmót landsliðsins „Allra sterkustu“, ákveðin WR-mót og Íslandsmót.

Stærsta landsliðsverkefnið á árinu var Heimsmeistaramót sem halda átti í Herning í Danmörku í ágúst. Markmið knapanna var því að vinna sér inn sæti í landsliðinu sem færir á HM en þátttökurétt áttu í fullorðinsflokki fimm titilverjendur og 7 valdir knapar og í ungmennaflokki 5 valdir knapar.

### Starfsemi A-landsliðsins

Í upphafi vetrar var sett upp dagskrá fyrir landsliðið fram að HM. Hún fól m.a. í sér fyrirlestra, líkamlegar mælingar og nokkur WR-mót sem landsliðsknapar skyldu taka þátt í. Dagskráin tók sífelldum breytingum og viðburðum frestað í takt við síbreytilegar sóttvarnarreglur.

<i>Mars</i>	Líkamlegar mælingar Fyrirlestur með Mette Mannseth yfirkennara í Háskólanum á Hólum, um form og líkamsbeitingu hestsins
<i>Apríl</i>	Fyrirlestur og sýnikennsla með Ólympíuknapanum Rafael Soto HM í hestaíþróttum aflýst. Fjáröflunarmót landsliðsins „Allra sterkustu“: <i>Frestað fram í ágúst</i>
<i>Mai/Júní</i>	Knöpum gert að mæta á 2 WorldRanking mót
<i>Júlí</i>	Íslandsmót í hestaíþróttum
<i>Ágúst</i>	Allra sterkustu aflýst þegar víðtækt covid-smit kom upp meðal knapa

### Starfsemi U21-landsliðs

Í U21-árs landsliðshópnum er knöpum skylt að hitta reiðkennara/þjálfara að lágmarki einu sinni í viku. Landsliðsþjálfari hittir knapana og þjálfara þeirra með reglulegu millibili og fylgist náið með þjálfunarferlinu og gerir reglulega stöðumat.

<i>Janúar-apríl</i>	Knapar í U21-liðinu fengir til að ríða upphitunarprógramm á öllum mótum Meistaradeildar í hestaíþróttum.
<i>Febrúar</i>	Stöðumat á hópnum. Knapar sendu landsliðsþjálfara upptöku af þjálfunarstund með sínum hesti á öllum gangtegundum og fengu endurgjöf frá landsliðsþjálfara. Einnig sendu knapar greinargerð frá knapanum og hans þjálfara um stöðu parsins, styrkleika, veikleika og markmið.
<i>Mars</i>	Fyrirlestur Ragnhildar Haraldsdóttur A-landsliðsknapa. Fyrirlestur með Björgvini Páli Gústafssyni handboltamarkmanni um andlega líðan og hugarfar

	Fyrirlestur með Pálmari Ragnarssyni körfuboltaþjálfara um jákvæð samskipti
	Líkamlegar mælingar – frestað fram í júní
Mai/Júní	Knöpum gert að mæta á tvö WorldRanking mót
Júlí	Íslandsmót í hestaþróttum
Ágúst	Allra sterkustu aflýst þegar víðtækt covid-smit kom upp meðal knapa

### Hæfileikamótun LH

Hæfileikamótun 2021 fyrir 14 til 17 ára unglinga hófst í janúar. Auglýst var eftir þátttakendum í öllum landshlutum, 35 unglingar sóttu um og var þeim skipt upp í 6 hópa með 4-10 unglinga hver. Tveir hópar eru á höfuðborgarsvæðinu, einn á Vesturlandi, tveir á Norðurlandi og einn á Suðurlandi. Hóparnir komu saman mánaðarlega á æfingahelgum með þjálfara. Með þessu fyrirkomulagi er hægt að fylgjast betur með efnilegum ungum krökkum og hestakosti þeirra um allt land og um leið þróa og auka samfellu milli afrekshópa LH.

Á æfingahelgum fór kennarinn einnig í „sýnum karakter“ vinnu með krökkunum. Farið var í markmiðasetningu, sjálfstraust og einbeitingu, rétta líkamsbeitingu og líkamsstöðu, teygjur og æfingar sem henta knöpum. Í maí var svo tekinn einn dagur þar sem krakkarnir æfðu sig á keppnisvelli með kennara, sem lokaundirbúningur fyrir keppnistímabilið.

Boðið var upp á allnokkra fyrirlesara í samstarfi við U21-landsliðshópinn, fyrirlestrar fyrir Hæfileikamótun stóðu U21 til boða og öfugt.

Hæfileikamótun veturinn 2021-2022 hófst í október. Nokkrar breytingar hafa verið gerðar á fyrirkomulaginu frá því sem var síðustu ár. Auglýst eftir þátttakendum og var valið úr umsækjendum með tilliti til keppnisárangurs. Fengu 29 knapar inngöngu í hópinn. Starfið hófst með helgarferð að Hólum þar sem knaparnir fengu kennslu á skólahestunum og einnig sýnikennslu frá kennurum á Hólum. Í vetur verða svo tvær kennsluhelgar til viðbótar þar sem knapar mæta með eigin hesta og boðið verður upp á fyrirlestra.

### Stefnumótun í afreksmálum

Landsliðsnefnd LH hefur nýlega hafið stefnumótunarvinnu fyrir afreksmálin í heild, þar sem skert verður á hlutverkum starfmannanna og verkefnum afrekshópanna og stefnt er á að ljúka þeirri vinnu fyrir áramót.

26. október 2021

Kristinn Skúlason, formaður landsliðsnefndar.