

Intervjuguide – Intervju av trenere ved NTG Team China

- *Sentrale faktorer for prestasjonsutvikling i talent transfer-program*

Antall informanter: 4 stk

Intervjuguide

Litt bakgrunnsinfo om trener:

- Hva er din rolle i prosjektet?
- Tidligere trenererfaring?

Utviklingen til utøverne:

- På generell basis, hvordan føler du utviklingen i prosjektet har vært?
- Hvordan har forskjellene i utvikling hos utøverne vært? Store forskjeller?
- Er det områder hvor utøverne har hatt større/mindre utvikling? Fysisk, teknisk, langrennsspesifikke parametre?
- Hva vil du si kjennetegner de med størst fremgang? Mentale egenskaper? Fysiske egenskaper? Idrettsbakgrunn fra tidligere?
- Sett nå i ettertid, er det noe du føler burde vært gjort annerledes for og oppnådd bedre utvikling tidligere i prosjektet?

Fysiologisk:

- Hvordan har den fysiologiske utviklingen til utøverne vært? O2 opptak, styrke, hurtighet, koordinasjon osv.
- Er det slik at de som var best fysisk da de startet prosjektet også er de med best utvikling? Eventuelt hvorfor er det slik?

Teknisk:

- Hva kjennetegner de som utvikler seg mest/dårligst?
- Hvor avgjørende er den langrennstekniske utviklingen på prestasjonsevnen? Like viktig som fysiske egenskaper/utvikling?

Psykologisk:

- Er det noen sammenheng med prestasjonsutviklingen og de mentale ferdighetene dere kan observere hos utøverne?
- Hvilke mentale egenskaper kjennetegner de med best utvikling?

Selvstyring/treningshjelp:

- Hvordan tar utøverne ansvar for egen trening? Selvstyrte? Er dette avgjørende for utviklingen?

Andre faktorer som avgjør utviklingen?

- Ulik bakgrunn og idrettsbakgrunn hos utøverne?
- Alder/kjønn utslagsgivende for utvikling i prosjektet?
- Forskjell på hvem som håndterer den nye hverdagen best?
- Antropometriske faktorer avgjørende? Høyde, vekt, kroppsbygning

Athlete transfer:

- Dette prosjektet fungerer jo som et talent transfer-program, hvordan er ditt inntrykk av denne typen program fungerer til å utvikle langrennsløpere? Er det en effektiv modell for langrenn/skiskyting?
- Hvordan vil du si deres program har fungert?
- Kunne det fungert i Norge med norske utøvere?

Oppsummering:

- Hva mener du er det viktigste faktorene som avgjør utviklingen hos utøverne?
- Hva er det som gjør at noen responderer godt mens andre responderer dårlig i prosjektet?