

Urheiluoppilaitosseminaari

Vierumäki 5-6.5.2011

Työpajojen yhteenvedot



Työpajat 60 min

- ratkaisukeskeinen työtapa
(miten kehittäisin, mitä parantaisin?)

1. Ala- ja yläkoulujen "urheiluluokka"ratkaisut?
 - Rehtorit; puheenjohtajana Leena
2. Eri toimijoiden välisen "cross talk":n kehittäminen akatemia- ja urheiluoppilaitosympäristöissä?
 - Urheiluoppilaitoskoordinaattorit; pj. Asko
3. Urheiluseurayhteistyön kehittäminen?
 - Urheiluakatemiatoimijat; pj. Tapsa
4. Mitkä asiat pitää olla kunnossa urheilijan arjessa?
 - Urheilijat, opiskelijat; pj. Mika
5. Osaamistarpeet ja niiden kehittäminen polun eri vaiheissa?
 - Valmentajat; pj. Antti
6. Elämäntaitohallinnan kehittäminen, "Life coaching" ratkaisut?
 - Opintojenohjaajat; pj. Tuuli



Ala- ja yläkoulujen ”urheiluluokka”ratkaisut?

- ◆ On jo olemassa olevia ratkaisuja/pilottihankkeita -> esim. Sotkamon malli
- ◆ Tarvitaan erityistehtävämandaatti -> luo paremmat mahdollisuudet toimia paikallisesti ja tehdä koulukohtaisia ratkaisuja
- ◆ Liikunnanopettajia alakouluihin
- ◆ Valtakunnallinen ohjelma -> paikalliset ratkaisut
- ◆ Valmentajat opetustoimen alle -> valmentajan ammattinimike -> mahdollistaa palkkaukset ja virat
- ◆ yhteispalkkaukset
- ◆ Opettajien lisäkoulutus
- ◆ Iso viesti ja muutos: 1h liikuntaa päivässä kaikille = ”työpäivään mahdollisuus liikkua”



Eri toimijoiden välisen "cross talk":n kehittäminen akatemia- ja urheiluoppilaitosympäristöissä?

- ◆ Urheilijoilla voisi olla 2. -laji
- ◆ Valmentajien näkyminen mm. opettajanhuoneessa...
- ◆ Avoimet ovet valmennustapahtumissa
- ◆ Yhteisharkat; fysiikka, motoriset taidot, psyyke, life coaching-kurssi ym.
- ◆ Urheilijan kaksoistutkinto
- ◆ Yhteisen kielen kehittäminen
- ◆ Koordinaattori isossa roolissa aktivoimaan cross talk:ia
 - ◆ Urheilijat, vanhemmat, valmentajat, seurat, lajiliitot, rehtorit, opot, opettajat, ryhmän ohjaajat, koulutoimi, sivistystoimi, muut oppilaitokset, muutakatemi



Urheiluseurayhteistyön kehittäminen?

- ◆ Akatemiaratkaisut osaksi seurojen toimintasuunnitelmaa
- ◆ Valmentajien yhteispalkkaus
- ◆ Seuran tavoitteellisen lajipolun selkiyttäminen ja vahvistaminen
- ◆ Akatemia auttaa seuroja yhteisten toimintojen yhdistämisessä
- ◆ Yhteiset seurafoorumit
- ◆ Mentorointiryhmiä esim. valmentajille
- ◆ Kolmikantaratkaisuja akatemian, seuran ja lajiliiton kesken
- ◆ Jatkuva pelisääntökeskustelu
- ◆ Yhteisiä `yleisvalmentajia` akatemiaan
- ◆ Aluejärjestöyhteistyön kehittäminen
 - ◆ Seurojen kehittämiseksi
- ◆ Yleislisenssi alle 12-vuotiaille
- ◆ Tiedottamisen kehittäminen ja lisääminen
- ◆ Selkeitä (uusia) tuotteita seuroille
- ◆ seurapalveluyksikkö



Mitkä asiat pitää olla kunnossa urheilijan arjessa?

- ♦ Läheisten tuki
 - ♦ Koti–koulu–seura yhteistyö/tasapaino
- ♦ Valmentajan rooli
 - ♦ Tarkea tekijä motivaation ylläpidossa/kasvattamisessa
 - ♦ Panostus
 - ♦ Kannustus
 - ♦ Harjoittelun laatu/monipuolisuus
 - ♦ Urheilijan kohtaaminen
 - ♦ Valmentajien yhteistyö
- ♦ Toimintatavat
 - ♦ Pyrkimys erinomaisuuteen / tavoitteellisuus
 - ♦ Muiden urheilijoiden kohtaaminen
 - ♦ Sosiaalisuus
 - ♦ joukkuehenki



Valmennuksen osaamistarpeet urheilijan polun eri vaiheissa: Lapsuus

- ♦ Elämän ymmärtäminen kokonaisuudessaan
 - ♦ Herkkyyskaudet
 - ♦ Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kokonaisuus
- ♦ Monipuolinen liikunnallinen lapsi
- ♦ Innostaminen
- ♦ Ilo
- ♦ Ryhmän hallinta
- ♦ Lajitaidot ja liikunnalliset perustaidot
- ♦ Lajien välinen ymmärrys
- ♦ Pedagogiset taidot
- ♦ Kyky kehittää ja valmentaa leikinomaisesti
- ♦ Yhteistyötaidot (koti/valmennus)
- ♦ Harjoitettavuuden harjoittaminen
- ♦ Valmentaja tuntee lajin huipun vaatimukset
- ♦ Kasvattajan rooli



Valmennuksen osaamistarpeet urheilijan polun eri vaiheissa: Nuoruus

- ♦ Intohimon sytyttäminen
- ♦ Yksilöllinen valmennus, henkilökohtainen suhde
- ♦ Elämäntaitojen kasvattaminen + elämyksellisyys
- ♦ Lajiosaaminen
- ♦ Vaatimustason nosto
- ♦ Itsetuntemuksen rakentaminen
- ♦ Uran rakentamisen ymmärrys
- ♦ Yksilön kehittymisen seuranta -> motivaatio
- ♦ Väsymisen tunnistaminen ja estäminen
- ♦ Vanhemmuuden ymmärtäminen
- ♦ Vuorovaikutustaidot, sosiaaliset taidot
- ♦ Fyysisen harjoittelun perusteet
- ♦ Uskon luominen valmennusosaamisella
- ♦ Harjoitettavuuden harjoittaminen

- ♦ Elämäntavat



Valmennuksen osaamistarpeet urheilijan polun eri vaiheissa: Huippu

- ♦ Johtaminen
- ♦ Vastuunotto koko valmennusprosessista
- ♦ Vuorovaikutustaidot
- ♦ Kansainvälisten kilpailutilanteiden hallinta
- ♦ Verkostot
- ♦ Kokonaisvaltaisuus
- ♦ Urheilijan ja valmentajan vastuut ammattimaiset
- ♦ Ammattiurheilun ymmärrys
- ♦ Huippuosaaminen
- ♦ Löytää yksilölliset ratkaisut
- ♦ Terveen urheilijan valmentaminen

- ♦ Lajiosaaminen



Elämäntaitohallinnan kehittäminen, ”Life coaching” ratkaisut?

- ♦ Osaksi valmennusta, ei erillisenä
- ♦ Menestyksen edellytys
- ♦ Respect-sopimukset
- ♦ ”kädestä pitäen” -> resurssit!
- ♦ Keskustelukulttuuri
- ♦ Ajankäytön hallinta ja arjen rytmi
- ♦ Tavoiteasettelu
- ♦ Arvot/itselle tärkeät asiat
- ♦ Omat vahvuudet/itsetuntemus
- ♦ Kokonaisuuksien hallinta
- ♦ Urheilijaksi ja ihmiseksi kasvu
- ♦ Oppimistaidot – sitoutuminen -> vapaus ja vastuu
- ♦ Uskallus erottautua
- ♦ Ihmissuhdetaidot
- ♦ Vuorovaikutustaidot
- ♦ Neuvottelutaidot

