



Urheiluakatemiaohjelma

Urheiluylläkoulu toiminnan termistö ja ohjeisto

15.6.2015



Urheiluakatemioiden yläkoulut

Koulut yhteistyössä seurojen, lajiliittojen ja urheiluakatemioiden kanssa:

Urheiluyläkoulu

Koulutuksenjärjestäjän painotuskoulu

- Urheiluluokka liikuntaa ja urheilua 10 h/vk →

Täyttää kansalliset urheilukoulukriteerit

- Mahdollisesti lisäksi liikuntaluokka liikuntaa ja urheilua 6 h/vk →

Liikuntapainotteinen koulu

Koulutuksenjärjestäjän painotuskoulu

- Liikuntaluokka, liikuntaa ja urheilua 6 h/vk →

Liikuntalähikoulu

Lähikoulu → oppilaat omalta oppilaaksiottoalueelta

- Urheiluakatemiaoluokat 6 h/vk →

Urheiluopistot, lajiliitot ja urheiluakatemit yhteistyössä koulujen kanssa:

Yläkoululeiritys

Urheiluakatemian Leiritysmalli → Akatemia ja valmennuskeskus järjestävät yhteistyössä

- 7.-9. luokat → 4-6 leiriä / vuosi



Urheiluytläkouluohjeisto

- Urheilukoulun tavoite on mahdollistaa liikuntaa/urheilua 10h->/koulu vko klo 8-16 välillä (esim. 7.lk/6-10, 8.lk/8-10vkt, 9.lk/10->vkt)
- Kiinteä lajiliitto ja seurayhteistyö, mahdollisia painopistelajeja (Urheilijan polku, koulu-lajiliitto-seura sopimus)
- Liikunnanopettajat ja opettajavalmentajat mukana esim. yleisvalmennuksen vetäjänä
- On mukana mahdollisessa valtakunnallisessa valintakoejärjestelmässä
- Urheilukoululle laaditaan visio ja vuosittaiset tavoitteet. Koulukohtaista toimintasuunnitelmaa kehitetään yhteistyössä urheiluakatemian kanssa
- Koulu on alueellinen osaamiskeskus
- Urheilijaa toisen asteen opintoihin valmistava opinto-ohjausjärjestelmä
- Koulu osallistuu alueellisiin ja valtakunnallisiin verkostotapaamisiin sekä sitoutuu osaamisen kehittämiseen ja yhteistyöhön.
- On mukana koulun henkilöstön huomioimisen kehittämissuunnitelmassa
- Urheilukoulutoiminta on määritelty koulukohtaisessa OPS:ssa



Urheiluakatemiakoulun yleisohjeisto

- Koulu sitoutuu Urheilijan polun tavoitteisiin ja liikunnallisen kulttuurin rakentamiseen koulussa
- Koulu-, lajiliitto- ja seurayhteistyö, joka pohjautuu valtakunnallisesti sovittuihin valmennuksellisiin sisältöihin (monipuolisuus, yleis- ja lajitaito)
 - Kouluaajan harjoittelu kiinteä osa lajien harjoittelukokonaisuutta
 - Urheilulliseen elämäntapaan kasvattaminen, urheilijana kasvaminen
- Koulun käytössä urheiluun sopivat olosuhteet
- Koulu kuuluu urheiluakatemiaverkostoon
- Koulu on nimennyt urheiluakatemian yhteyshenkilön ja opinto-ohjauksen vastuuhenkilön
- Urheilijasopimus käytössä



Liikuntapainotteisen koulun ohjeisto

- Liikuntapainotteinen koulu tarjoaa jokaisella luokka-asteella normaalin ja valinnaisen liikunnan lisäksi ohjattua urheilua 2h tai enemmän klo 8-16 (esim. 7lk / 2+2h → vk, 8lk / 2+2+2h →, 9lk / 2+2+2h →)
- Liikuntapainotteiselle koululle laaditaan visio ja vuosittaiset tavoitteet. Koulukohtaista vuosisuunnitelmaa kehitetään yhteistyössä urheiluakatemian kanssa
- Urheilijan huomiointi toisen asteen opinto-ohjauksessa
- Koulu osallistuu alueellisiin verkostotapaamisiin sekä sitoutuu osaamisen kehittämiseen ja yhteistyöhön.
- Toimii kiinteässä yhteydessä mahdollisen osaamiskeskuksen (urheilukoulu) kanssa
- Koulu painottaa liikkumaan kasvamista, toiminta on määritelty OPS:ssa
- Koululla on toimiva seurayhteistyö



Liikuntalähikoulun ohjeisto

- Liikuntalähikoulu tarjoaa jokaisella luokka-asteella normaalin ja valinnaisen liikunnan lisäksi ohjattua urheilua 2h tai enemmän klo 8-16 (esim. 7lk / 2+2h → vk, 8lk / 2+2+2h →, 9lk / 2+2+2h →)
- Liikuntalähikoululle laaditaan visio ja vuosittaiset tavoitteet. Koulukohtaista vuosisuunnitelmaa kehitetään yhteistyössä urheiluakatemian kanssa
- Urheilijan huomiointi toisen asteen opinto-ohjauksessa
- Koulu osallistuu alueellisiin verkostotapaamisiin sekä sitoutuu osaamisen kehittämiseen ja yhteistyöhön.
- Toimii kiinteässä yhteydessä mahdollisen osaamiskeskuksen (urheilukoulu) kanssa
- Koulu painottaa liikkumaan kasvamista, toiminta on määritelty OPS:ssa
- Koululla on toimiva seurayhteistyö



Urheiluakatemia – leiritysmallin yleisohjeisto

- Olympiakomitean koordinoima ja hyväksymä valtakunnallinen leiritysmalli
- Valtakunnallisesti hyväksytyjen urheiluakatemioiden + valmennuskeskusten yhteistyössä johtama ja toteuttama leirityskokonaisuus
 - Urheiluakatemian johtamaa ja toteuttamaa toimintaa
 - Selkeä jatkumo 2.asteelle
 - Samat valmentajat / toimijat
 - Lajiliittojen valtakunnalliset ja alueelliset painotukset
 - Valtakunnallinen seurantajärjestelmä
 - Vuosittainen raportointi (toimintasuunnitelma ja –kertomus)
- Akatemia ja valmennuskeskus yhteistyössä sitoutuvat Urheilijan polun tavoitteisiin ja liikunnallisen kulttuurin rakentamiseen yhteistyössä koulujen kanssa
- Akatemia-, valmennuskeskus-, lajiliitto- ja seurayhteistyö, joka pohjautuu valtakunnallisesti sovittuihin valmennuksellisiin ja kokonaisvaltaisiin elämänhallinnallisiin sisältöihin (elämänhallinta, yleis- ja lajitaito)
 - 7.-9. luokan opiskelijoille
 - Toteuttava taho sitoutuu tarjoamaan urheilijan polun 7.-9. luokkalaisille
 - Opiskelija + perhe sitoutuvat projektiin vuodeksi kerrallaan
 - Urheilulliseen elämäntapaan kasvattaminen, urheilijana kasvaminen
 - Leiritysprojehti toteutetaan yhteistyössä perheiden ja henkilökohtaisten valmentajien kanssa
 - Valtakunnalliset sisältöjen linjaukset – tukevat polkua 2.asteelle
- Akatemia ja valmennuskeskus tarjoaa mahdollisimman hyvät urheiluun ja opiskeluun soveltuvat leiritysolosuhteet
- Nimettynä yläkoulukoordinaattori sekä kouluasioiden yhdyshenkilö
- Urheilijasopimus käytössä



Urheiluakatemia – leiritysmallin yleisohjeisto

- Urheiluakatemia tarjoaa urheilijalle 1-3 vuotta kestäväen leiritysprojeffin
 - Toimintaa 7. - 9.luokilla
- 4-6 leiriä / vuosi
 - Valtakunnalliset sisältöraamit
 - Lähijaksot (väh. 20 vrk) + etäopiskelu (käsittäen suurimman osan kokonaistyöstä)
 - Henkilökohtainen itsensä kehittämissuunnitelma
- Kiinteä akatemia-valmennuskeskus-lajiliitto-seurayhteistyö
 - Valtakunnalliset painopistelajit / -keskukset
 - Alueelliset painopistelajit / -keskukset
 - Lajiliittojen ja seurojen yhteistyösopimukset akatemioiden / valmennuskeskusten kanssa
- Yläkoulun leiritysmallille laaditaan visio ja vuosittaiset tavoitteet + mittarit
 - Toimintasuunnitelma ja toimintakertomus
- Urheilijaa toisen asteen opistoihin valmistava oppilaanohjausjärjestelmä
 - yhteistyö koulujen kanssa henkilökohtaisen HOPS:n suunnittelussa ja toteutuksessa
- Toimiva henkilöstö osallistuu alueellisiin ja valtakunnallisiin verkostotapaamisiin sekä sitoutuu valtakunnallisiin linjauksiin, kehittämiseen ja yhteistyöhön



Urheiluakatemia – leiritysmallin painopisteet

LINJAUKSET / PAINOPISTEET TOIMINNASSA

- **Koulumenestys**
 - Keskiarvojen kehittyminen
 - HOPS
 - Jatko-opinnot
 - Yhteistyö koulujen kanssa
 - Seuranta / mittarit – valtakunnallinen
- **Elämänhallinta**
 - Henkilökohtainen itsensä kehittäminen
 - Psyykinen valmennus
 - Ravintovalmennus
 - Ajan hallinta (vrk/viikkorytmi)
 - Sosiaalinen elämä
 - Itsenäinen toiminta / vastuu
 - Seuranta / mittarit – valtakunnallinen
- **Urheilullinen kehittyminen**
 - Lajiliittojen linjaukset
 - Lajitaitojen ja fyysisten ominaisuuksien mittaaminen pääosin lajikohtaista
 - Seuranta / mittarit - lajiliitot
 - Eri lajien/liittojen linjaukset/mittarit



Koulukohtainen OPS teksti, urheilukoulu

- _____ koulu kuuluu urheiluakatemian yläkouluverkostoon. Toiminnan valtakunnallisista linjauksista vastaa Suomen Olympiakomitea.
- _____ koulu on urheilukoulu ja toimii alueellisena osaamiskeskuksena alueensa yläkouluikäisten urheilijoiden Urheilijan polun tavoitteiden ja valtakunnallisten laatukriteerien mukaisesti (liite).
- Koulu tukee nuoren urheilijan kasvamista/kasvua mahdollistamalla urheilijalle laadullisesti ja määrällisesti toimivan valmentautumismahdollisuuden yhteistyössä kodin, urheiluseuran ja lajiliiton kanssa.
- Koulun työjärjestys mahdollistaa urheilijan viikoittain tarvitseman monipuolisen harjoittelun. Koululla on aktiivinen rooli seurayhteistyön toteutumisessa. Koulun toiminta tukee oppilaan kasvua urheilulliseen ja hyvään elämäntapaan. Pääteemoja ovat monipuoliset liikuntataidot, urheilulliset elämäntavat, terve urheilija ja innostuksen vahvistaminen. Urheilukoulutoiminnan tavoitteena on lisätä oppilaan kouluviihtyvyyttä, hyvinvointia ja edistää terveyttä sekä ehkäistä syrjäytymistä ja auttaa kotoutumisessa.
- Urheilun ja opiskelun yhdistämisessä käytetään erilaisia oppimistapoja ja monimuotoisia pedagogisia ratkaisuja sekä hyödynnetään mm. digitaalisia mahdollisuuksia. Koulun toimintakulttuuria uudistetaan ottamalla käyttöön erilaiset innovatiiviset kokeilut. Opetuksessa ja harjoituksissa Urheilijan polkuun liittyvät ilmiöt liittyvät monipuolisesti urheilijan kasvun eri osa-alueille, joita myös harjoitellaan ja sovelletaan käytännössä. Ilmiöiden avulla oppilaita rohkaistaan omien tietojen ja taitojen esiintuomiseen, kysymysten ja vastausten etsimiseen, tietojen jäsentämiseen, johtopäätösten tekemiseen ja perustelemiseen. Oppilaita ohjataan Urheilijan polun eri tekijöiden merkityksellisyyden arviointiin sekä laajempien asiakokonaisuuksien hahmottamiseen. Tekemällä urheilijasopimuksen urheileva oppilas osoittaa ottavansa vastuuta oppimisen ja urheilun yhdistämisessä.
- Urheiluakatemiakouluna henkilökunta toimii urheilevien oppilaiden tukena opiskelun ja urheilun yhteensovittamisessa ja toteuttaa osaltaan EU:n ohjelmaa urheilijan kaksoisuran mahdollistamiseksi (EU Guidelines on Dual Careers of Athletes • Recommended Policy Actions in Support of Dual Careers in High-Performance Sport, 28.9.2012). Koulun toiminnassa näkyy koko koulun liikunnallisuuden lisääminen ja koulu pyrkii tarjoamaan kaikille mahdollisuuden liikkua tunnin päivässä. Henkilöstön tueksi kouluun perustetaan urheilutiimi. Koulun opinto-ohjausjärjestelmä osaa yhdistää opiskelun ja urheilun tarpeet ja huomioi urheilijan jatko-opiskelun vaatimukset.