Tervetuloa Aikidon, ITF Taekwon-Don, Karaten, Taekwondon, Taidon, Nyrkkeilyn ja Krav Magan yhteiseen

I - tason junioriohjaajakoulutukseen!

Koulutus jakautuu neljään erilliseen koulutuspäivään, joista kolme ensimmäistä on kaikille yhteisiä osioita. Yhteisistä osioista vastaa tällä kerralla Karate. Koulutuksen viimeinen eli 4. päivä on lajiosio, jonka kukin laji järjestää itse. Koulutus on käytännönläheinen.

Aika ja paikka

7.-8.10.2017 ja 28.-29.10.2017
Koulutus alkaa lauantaina 7.10. kello 10.00 Tapanilan Urheilukeskuksessa Helsingissä (Erätie 3). Tarkempi aikataulu ilmoitetaan osallistujille myöhemmin.

Koulutuksen sisältö

- lasten liikunnan ja urheilun perusteet
- yleinen liikuntakasvatus
- lasten kehitysvaiheet
- perusliikkumisen ohjaaminen
- eri fyysisten ominaisuuksien ohjaaminen
- harjoitussuunnitelman laatiminen
- pelejä ja leikkejä
- taito-ominaisuuksien harjoittaminen
- budolajeille tyypilliset urheiluvammat ja ensiapu
- lajiosa

Ennakkotehtävä

1. Mitä odotat koulutukselta? Nimeä kaksi tärkeintä asiaa!
2. Kerro lyhyesti ohjauskokemuksestasi. Oletko toiminut ohjaajana, kuinka kauan? aiemmat koulutukset jne.
3. Muistele mukaan koulutukseen lasten suosikkileikkejä harjoituksista/omia suosikkejasi (näitä ei tarvitse kirjata ylös, vaan ne jaetaan koulutuksessa osallistujien kesken).

Vastaukset lähetetään kouluttajalle ennen koulutusta osoitteeseen niko.koivula@karateliitto.fi.

Hinta

100€/hlö sisältäen junioriohjaajan oppaan sekä opetuksen.

Ruokailumahdollisuus koulutuksen aikana

Tapanilan Urheilukeskuksen MosaCafe tarvitsee etukäteen päiviin osallistuvien lukumäärän pystyäkseen arvioimaan lounaiden noin-kulutuksen (ruokalistalla kanapastaa/pasta bolognesea) ja tekemään sopivasti ruokaa. Osallistujat voivat maksaa lounaan omaehtoisesti tai lunastaa linjastosta muita kahvilan tuotteita. Lounaan hinta 12,90€/osallistuja/pvä.

Tieto halukkuudesta osallistua lounaaseen / ruoka-aineallergiat kerätään ilmoittautumisen yhteydessä.

Mukaan

Harjoituspuku, muistiinpanovälineet, juomapullo ja mahdollisesti omat eväät, ellei osallistu MosaCafen lounaaseen.

Ilmoittautuminen

Sitovat ilmoittautumiset 22.9.2017 mennessä osoitteessa https://www.nyrkkeilyliitto.com/koulutus/koulutuksiin_ilmoittautuminen/.

Vaatimukset

Voimassa oleva lisenssi.

Tervetuloa kouluttautumaan!