



# **SEIVÄSTALLIN SEIVÄSKOULUKONSEPTI**

## Seivästallin Seiväskoulukonsepti 2018



**Seiväshyppy on Suomen kaikkien aikojen toiseksi parhaiten arvokilpailuissa menestynyt yleisurheilun kenttälaji. Se tarjoaa tulevaisuudessakin erinomaiset menestysmahdollisuudet. Mikä oli mahdollista eilen, voi olla mahdollista myös huomenna.**

Seiväskoulu on tarkoitettu kaikille lajista kiinnostuneille urheilijanaluille. Ryhmiä jaetaan hyppykokemuksen, iän ja ennätyksen mukaan. **Uusilta osallistujilta** ei vaadita aiempaa hyppykokemusta, eikä omaa seivästä. Tule kokeilemaan mielenkiintoista ja haastavaa lajia turvallisesti ja hyvässä ohjauksessa.

- Seiväskoulut ovat yleisurheiluseurojen ja muiden tahojen järjestämiä. Seiväskoulu tarjoaa mahdollisuuden tutustua ja harjoitella hyppäämistä ja se on tarkoitettu 9-15-vuotiaille urheilijanaluille. Seiväskoulu sisältää kymmenen harjoituskertaa.
- Seiväskoulut alkavat marraskuun alkupäivinä, jatkuen noin kahden viikon välein huhtikuulle asti.
- Seiväskoulut järjestetään niihin varatuissa harjoituskeskuksissa.
- Seiväskouluun ovat toivottuja myös hyppääjien valmentajat/huoltajat tai seuran ihmiset, jotta oppi siirtyisi myös seuraan päin.
- Lajista innostuville on tarjolla opastusta myös seipään hankintaan, ja aivan pienimpien on mahdollisuus ostaa itse tehty aloitusseiväs.
- Osallistumismaksu sisältää kymmenen harjoituskertaa ja urheiluhallin sisäänkäynti! Huoltajat ja seuran ihmiset pääsevät ilmaiseksi mukaan.
- Ilmoittautumisten perusteella seiväskouluryhmiä voidaan perustaa kaksi tai neljä hyppykokemus ja ikä huomioiden.

### Seivästallin seipäät!

Seivästalli tukee hyppääjiä, jotka ovat vasta nousemassa kansalliselle ja kansainväliselle huipulle. Toinen yhtä tärkeä tehtävämme on tukea Seiväskoulujen työtä ympäri Suomen. Seiväskouluista nuoret saavat lajikipinän nousulle tulevaisuuden mestareiksi. Seivästalli on hankkinut runsaasti seipäitä sekä Seiväskouluille että potentiaalisille hyppääjille. Nettisivuillamme olevasta listasta näet Seivästallin seipäät.

## Eri toimijoiden tehtävät Seiväskoulukonseptissa



### PIIRIJÄRJESTÖ

- Markkinoi Seiväskoulua sähköpostiviesteillä alueen seuroille ja laittaa tiedot nettisivuilleen.
- Vastaa tiedusteluihin ja ottaa vastaan ilmoittautumiset.
- Hoitaa laskutuksen ja maksaa valmentajan korvauksen.
- Hoitaa valmentajalle urheiluhallin kortin, jolla voi päästää koululaiset sisään.

### VALMENTAJA

- Tekee ilmoittautuneista ryhmäjaot ja ilmoittaa osallistujille alkamisajat, jos ei ennalta ole sovittu.
- Ilmoittaa harjoitusajan sähköpostitse aina ennen seuraavaa kertaa.
- Päästää seiväskoululaiset halliin vanhempineen/valmentajineen 15-25 min. ennen Seiväskoulun alkua.
- Ohjaa harjoituksen ohjaten urheilijoita ja opettaen vanhempia/valmentajia.
- Pitää huolta Seiväskoulun seiväsvarastosta.
- Opastaa mahdollisen ensimmäisen seipään ostossa.

### KOULULAINEN

- Ilmoittautuu Seiväskouluun.
- Tuo mukanaan oman seipään/seipäät, jos mahdollista. Koululaiset saavat säilyttää seivästään seiväskouluvarastossa. Yhteisellä sopimuksella kaikki koululaiset saavat lainata toistensa seivästä Seiväskoulujen aikana.
- Ilmoittaa valmentajalle, jos ei pääse harjoitukseen.
- Maksaa osallistumismaksun ensimmäisen kerran jälkeen.

### MAKSUT

- Järjestävä seura ja isäntäpiiri sopivat palkkioista, vetäjän kulukorvauksista ja mahdollisista muista palkkioista keskenään. Seivästallin suositus on, että seura/piiri veloittaa 15 % mikäli se hoitaa Seiväskoulun markkinoinnin, ilmoittautumisten vastaanoton ja muun hallinnon.

### MUUTA!

Virallisen Seiväskoulun 10 harjoituskerran lisäksi voidaan keväällä järjestää seiväskoulukisa, jossa kaikki seiväskoululaiset pääsevät kisaamaan ensimmäisen kerran.



## Seiväskoulu-konsepti – eli miten se tehtiin Vantaan Liikuntamylyssä

### 1. Seiväshyppyilta – keskustelutilaisuus

Kutsutaan alueen ja lähiympäristön seiväshyppystä kiinnostuneet valmentajat sekä hyppääjien isät ja äidit tapaamiseen – Seiväshyppyiltaan, jossa keskustellaan Seiväskoulun aloittamisesta paikkakunnalla, yhteistyössä piirijärjestön ja SUL:n kanssa. Tilaisuutta markkinoidaan alueen seurojen nettisivuilla ja FB-sivuilla. Etukäteen ajateltuja vastuuhenkilöitä ohjeistetaan välittämään tietoa.

### Seiväshyppyillassa käsiteltäviä asioita:

- Seiväskoulun käynnistys, toimenpiteet, ajankohdat ja sisällöt paikassa X
- seivästilanne paikassa X
- alueen valmentajatilanteen kartoitus, mahdolliset Seiväskoulun vetäjät
- mitä Seiväskoulun jälkeen, seiväshyppyn valmennusryhmien tilanne
- Seivästalli ry:n rooli alueen seiväshyppyn kehittämisessä

Seiväshyppyillan anti dokumentoidaan vastuuhenkilön toimesta. Kuvat ja juttu julkaistaan Seivästallin sivuilla. Illassa saatujen kontaktien perusteella lähetetään kutsu kiinnostuneille tulla mukaan Seiväskouluun.

### 2. Piirijärjestön rooli

Toiminnan pyörittämiseen tarvitaan piirijärjestö, joka hoitaa keskitetysti rahaliikenteen, kerää osallistumismaksut ja maksaa valmennuspalkkiot tms. Ilmoittautumisten yhteydessä kerätään koululaisten ja heidän vanhempiansa yhteystiedot (sähköposti tärkein) yhteydenpitoa ja tiedotusta varten. Jäsenmaksuun voidaan yhdistää juniorijäsenyys Seivästalli ry:ssä (20,-), johon sisältyy Seivästallin t-paita.

### 3. Koulun vetäjät ja opetusmateriaalit

Koulun vetäjiksi valitaan parhaat mahdolliset henkilöt ja heidät sitoutetaan noudattamaan Seivästallin ja SUL:n laatimaa opetusaineistoa. Seiväskoulun yhteydessä järjestetään valmennuskoulutusta valmentajille ja vanhemmille ja siinä keskitytään seiväshyppyn perusteiden opettamiseen.

### 4. Paikallisten yhteistyökumppaneiden hankinta

Nuorten toimintaa tukemaan voi löytyä paikallisia yhteistyökumppaneita. Seivästalli tarjoaa tukijoille näkyvyyttä nettisivuillaan ja tiedotuksessa.

### 5. Toiminnan aloittaminen ja tasokas opetus

Vanhemmat seuraavat opetusta lähietäisyydeltä ja kiinnittävät huomiota opetuksen tasoon. Pyydämme heiltä myös palautetta kokemuksistaan.

### 6. Mitä Seiväskoulun jälkeen

Lahjakuudet ohjataan koulun jälkeen valmennusryhmiin.





## Seiväskoulut 2018

Seiväskoulukonseptia kehitetään ja monistetaan myös muille paikkakunnille ja toiminta organisoidaan yhdessä SUL:n, isäntäpiirien ja -seurojen kanssa. Seivästallin T-paita yhdistää kaikkia.

Seiväskoulupaikkakunnat 2018/2019 (tilanne 10.12.2018):

URHEILUKESKUS	PAIKKAKUNTA	VASTUUVALMENTAJA
Liikuntamyly	Helsinki	Kimmo Katila
Pajulahti	Lahti	Eemeli Salomäki
Pirkkahalli (TMUK)	Tampere	Urho Kujanpää
Kupittaaan urheiluhalli	Turku	Teemu Hyytiä
Laitilan Finnlamex-halli	Laitila	Rami Hyytiä
Kuopiohalli	Kuopio	Mikko Latvala/Miro Tuppurainen/ Pasi Pitkänen
Hipposhalli	Jyväskylä	Pietari Outinen/Joonas Jokivartio
Bullerihalli	Seinäjoki	Ari Koivisto
Raahe	Raahe	Markus Tornberg
Pajulahti	Lahti	Kimmo Kantosalo
Wanha Villatehdas	Hyvinkää	Mika Mikkola
Susirajan seiväskoulu	Lieksa	Veli Kananen
Vaasa	Vaasa	Mikael Westö
Tanhuvaara	Tanhuvaara	Samuli Nikkanen
Hipposhalli	Jyväskylä	Pietari Outinen
Himangan Urheiluhalli	Himanka	Markku Sipilä
Santasport	Rovaniemi	Sanna Joki
Kotkanhalli/Pajulahti	Kotka	Mikko Wecksten



**Opetusmateriaali (videot)** on julkaistu Seivästallin sivuilla: [www.seivastalli.fi](http://www.seivastalli.fi) Seiväskoulujen käyttöön.

**Seivästalli tukee Seiväskoulujen perustamista seiväspaketilla, valmennuspäivällä ja jatkuvalla konsultoinnilla.**



Alina Strömberg



Urho Kujanpää



Wilma Murto

## Sinulleko seuraava junioreiden ME tai EM-kulta? **TULE URHON SEIVÄSKOULUUN !**

Kaikkiaan kolme suomalaista on tehnyt seiväshypyssä junioreiden maailmanennätyksen. Viimeksi v. 2016 onnistui Wilma Murto, jonka seiväsura käynnistyi Seiväskoulussa Turussa. Alina Strömberg voitti 18-v. EM-kultaa v. 2016 ja aloitti Seiväskoulussa Vaasassa. Oletko sinä seuraava? Tule Seiväskouluun oppimaan oikea tekniikka ja oikea harjoittelu. Suomen mestari ja EM-kisaedustaja Urho Kujanpää auttaa sinut alkuun. Seiväskoulu on SUL:n ja Seivästalli ry:n yhteistyössä järjestämä peruskurssi. Siellä sinulla on mahdollisuus tutustua erinomaiset menestysmahdollisuudet tarjoavaan lajiin ja harjoitella sitä turvallisesti hyvissä olosuhteissa, ammattitaitoisten valmentajien ohjaamana. Koulu on tarkoitettu 10-17-vuotiaille tytöille ja pojille yli seurarajojen.

### TUTUSTU VELOITUKSETTA LAJIIN – SEIVÄSTALLIN SEIVÄSKOULUSSA!

Seiväskoulu käynnistyy Tampereen Messu- ja Urheilukeskuksen (Pirkkahalli) B-hallissa perjantaina 26.10.2018.

Alkeisryhmä aloittaa klo 17.30 ja edistyneempien ryhmä klo 19.00. (Ks. kohta ilmoittautuminen ja ryhmäjako.)

**Ensimmäinen kerta 26.10. on ilmainen tutustumisharjoitus, johon ei tarvitse erikseen ilmoittautua.** Saavut vain ajoissa paikalle. Jatkavien tulee ilmoittautua sitovasti seuraavalla kerralla. Syyskaudella on 10 harjoituskertaa, joista viimeinen on syyskauden päättäjäkilpailu joulun välipäivänä. Sen tarkka ajankohta sovitaan myöhemmin. Kevätkaudella on 12-13 harjoituskertaa ja päättäjäkilpailu kesäkuun alussa.

### VALMENNUS

Seiväskoulun päävalmentajana toimii Berliinin EM-kisaedustaja ja Suomen mestari Urho Kujanpää apunaan mm. Raimo Eskola ja Hannu Kujanpää. Harjoitukset kehittävät monipuolisesti hyppytekniikan lisäksi kehon hallintaa, lihasvoimaa, taitoa ja juoksutekniikkaa.

### ILMOITTAUTUMINEN JA RYHMÄJAKO

Ilmoittautua voit etukäteen sähköpostitse osoitteella [raimo@huuru.com](mailto:raimo@huuru.com), tekstiviestillä p. 0500 683961 tai paikan päällä alkeisryhmään klo 17.30, edistyneempien ryhmään klo 19.00.

Alkeisryhmään toivotaan noin 0-230 cm hypänneitä, noin 10-13-vuotiaita tyttöjä ja poikia. Vanhempien ja korkeamalta hypänneiden toivotaan ilmoittautuvan edistyneempien ryhmään. Ryhmäjako on alustava ja ohjeellinen. Siihen voidaan tehdä muutoksia ja poikkeuksia tilanteen, tarpeen ja toiveiden mukaan. Tavoitteena on saada kaksi suunnilleen saman kokoista ryhmää. Jos jomman kumman ryhmän osanottajamäärä jää alle 8, ryhmät yhdistetään.

### SEIPÄÄT

Järjestäjillä on riittävästi seipäitä, joilla pääsee alkuun. Ne ovat koululaisten käytettävissä veloituksetta.

Myös omat seipäät voi tuoda mukanaan. Nuoret voivat halutessaan lainata seipäitään muiden koululaisten käyttöön ja vastavuoroisesti saada käyttöönsä muiden seipäitä periaatteella "jokaiselle aina sopiva seiväs". Yhteiset pelisäännöt seipäiden lainauksesta ja käsittelystä Seiväskoulun harjoituksissa sovitaan ensimmäisessä tapaamisessa.

### HINTA 200,- sisältää noin 23 harjoituskertaa

Seiväskoulun edullinen kokonaishinta syksy- ja kevätkaudelta on 200,-. Se sisältää ohjatut harjoitukset viikoittain, päätöskilpailun, hallin sisäänpääsymaksun, henkilökohtaisten valmentajien ja vanhempien perusopastuksen, tietoa seipäistä, niiden hoidosta ja valinnasta, Seivästallin T-paidan ja muita pikkupalkintoja. Isäntäseura Tampereen Pyrinit laskuttaa osallistumismaksut ilmoittautuneilta joulukuussa.

Seiväskoulu jatkuu halukkaille kesällä Ratinassa.

Kesäkouluun voi ilmoittautua keväällä 2019 ja sen hinta on 100,-.

### Lisätietoja:

#### Seivästalli ry

Raimo Eskola p. 0500 683961

s-posti [raimo@huuru.com](mailto:raimo@huuru.com)



Esimerkki Seivästallin Seiväskoulun markkinoinnista Tampereella.

Tätä konseptia kannattaa monistaa.