

## Seurat! Kouluttakaa ohjaajanne II-tasolle tai tukekaa ohjaajanne kouluttautumaan!

**Junioriohjaajakoulutus II:n laajuus on 100h ja se sisältää ennakoitettävän, kaksi lähijaksoa Pajulahden Urheiluopistolla sekä väli- ja lopputehtävän.**

Koulutuksen tavoitteena on nostaa lasten ja nuorten ohjaajien osaamista ja toimijoiden arvostusta seuroissa. Koulutus järjestetään Aikidon, Judon, Karaten, Taidon, ITF Taekwon-Don ja Taekwondon yhteistyönä – koulutukseen voivat osallistua myös muut kamppailulajit.



# Kamppailulajien yhteinen II-tason Junioriohjaajakoulutus

13.-15.3. ja 10.-12.4.2015 Pajulahden Urheiluopisto

Osallistumisvaatimuksena 18-vuoden ikä, vähintään 2 vuotta ohjauskokemusta, suoritettu I-taso tai vastaavat tiedot.

## - Tavoitteena kannustava ohjaaja ja valmentaja

**Koulutus koostuu muun muassa seuraavista osaluista:**

- Nuoren kasvu urheilijaksi
- Valmentajana kehittyminen
- Ominaisuusharjoittelu ja elinjärjestelmät
- Tavoitteellisen ja pitkäjännitteisen harjoittelun suunnittelu ja arviointi

**Kouluttajina Pauliina Hietaniemi (ITF Taekwon-Do), Sera Kaukola (Taido) ja Tiiu Tuomi (Taekwondo).  
Lisäksi Suomen Valmentajien kouluttajat Erik Piispa ja Sami Kalaja.**

**Koulutus keskittyy pääsääntöisesti 10-15 -vuotiaiden lasten ja nuorten ohjaamiseen.**

Koulutukseen sisältyvät oppimistehtävät antavat konkreettisia työkaluja seuroille ja ohjaajalle itselleen. Opiskelijat työstävät ja kehittävät seuransa omien tarpeiden mukaan mm. seuran toimintalinjauksia ja valmennussuunnitelmia.

### Hinta

Täysihoidolla hinta on 430 euroa. Hinta sisältää kaksi opetusviikonloppua Pajulahden Urheiluopistolla täysihoidolla sekä opintomateriaalina käytettävän VK-kustannuksen kirjan Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet.

Ilmoittautuneille lähetetään koulutuksen aikataulu ja ennakkotehtävät viikolla 9. Ennakkotehtävää varten sinun on tullut valita yksi aihe, jota työstät koko koulutuksen ajan. (Vaihtoehdot 1-5 mainittu oikealla.) Lisätietoja omasta lajiliitosta.

Koulutus on saanut Urheiluopistosäätiön tukea.

**Koulutuksessa valitset yhden seuraavista aiheista, johon syvennyt tarkemmin:**

1. Kohti tavoitteellista harjoittelua tai kilpaurheilua
2. Matkalla sinettiseuraksi
3. Seura mahdollistajana - Nuori toimijana
4. Vuorovaikutteinen seura
5. Oma aihe

**Koulutus sisältää teorian lisäksi käytäntöä eli liikuntavarusteet mukaan!**