



YLÄKOULULEIRITYS – URHEILIJASOPIMUS 2023 - 2024

Tämä valmennussopimus on tehty Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia ja yläkoululeirityksessä opiskelevan urheilijan sekä hänen vanhempiansa välillä lukukaudelle 2023 - 2024. Sopimus näyttää suuntaviivat menestyksekkäälle valmennus/urheilutoiminnalle.

Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia yläkoululeiritys tarjoaa kansalliselle ja kansainväliselle huipulle tähtääville urheilijoille joustavat opiskelu- ja valmentautumismahdollisuudet. Valinta valmennusryhmiin tapahtuu hakemusten perusteella. Yläkoululeiritys on tarkoitettu eri lajien lahjakkaille urheilijoille, joilla on hyvät fyysiset ja henkiset valmiudet aloittaa systemaattinen ja kokonaisvaltainen itsensä kehittämisen projekti. Yläkoululeiritys on ensimmäinen vaihe Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia urheilijanpolulla.

URHEILUAKATEMIA SITOUTUU

- aloittamaan urheilijan kanssa henkilökohtaisen urheilijanpolun rakentamistyön ja sen kokonaisvaltaisen tukemisen
- urheilijan ympärillä olevan verkoston yhteistyön kehittämiseen ja toiminnan toteuttamiseen
- järjestämään 3 - 5 leiriä / lukukausi urheiluopiston huippuolosuhteissa ammattivalmentajien johdolla
- tarjoamaan urheilijalle vastuvalmentajan johdolla palautteen leireistä sekä harjoitusohjeita leirien välille
- tarjoamaan huippu-urheiluun soveltuvat olosuhteet leirien aikana

URHEILIJA SITOUTUU

- noudattamaan oman koulunsa sekä urheiluopiston yleisiä järjestys- ja toimintasääntöjä
- noudattamaan leirillä erikseen sovittavia yleisiä toimintatapoja ja pelisääntöjä. Kts liite
- suunnittelemaan, rakentamaan ja toteuttamaan omaa henkilökohtaista urheilijan polkua mahdollisimman hyvin ja systemaattisesti
- osallistumaan kaikille leireille (poikkeustapaukset sovitaan erikseen, esim. sairastumiset, loukkaantumiset, yms.), toteuttamaan leirien välisille ajoille annettuja ”kotitehtäviä” sekä pitämään säännöllisesti yhteyttä ryhmänsä vastuvalmentajaan/muihin vastuuhenkilöihin
- edustamaan fiksusti ja urheilullisesti itseään, lajiaan, kouluaan sekä urheiluakatemiaa
- tekemään henkilökohtaisen opintosuunnitelman sekä varmistamaan omaan tasoon nähden riittävän hyvän koulumenestyksen projektin aikana
- yhteisesti laadittuun harjoitus- ja opiskelusuunnitelmaan – urheilijan polku
- terveisiin elämäntapoihin kotona, koulussa sekä leiritystoiminnassa. Tupakka- ja alkoholituotteet, nuuska, huumeet ja doping eivät kuulu urheilijan elämäntapoihin, ja näiden käyttö leireillä on ehdottomasti kielletty
- edistämään hyvää ryhmähenkeä leireillä ja huomioimaan muut ryhmän jäsenet
- noudattamaan em. kohtia. Sääntöjä rikkova ja häiritsevästi käyttäytyvä urheilija voidaan poistaa leiriltä valmennuspäällikön / vastuvalmentajan päätöksellä, tästä ilmoitetaan myös vanhemmille. Urheilijalta voidaan evätä osallistumisoikeus yläkoululeiritykseen mm. sääntörikkomuksen, asioiden hoitamatta jättämisen tai epäasiallisen käyttäytymisen takia.

VANHEMMAT SITOUTUVAT

- suunnittelemaan, rakentamaan ja toteuttamaan omalta osaltaan urheilijan henkilökohtaista urheilijan polkua mahdollisimman hyvin ja systemaattisesti
- toimimaan yhteisesti sovittujen urheiluakatemia toimintamallien ja sääntöjen mukaisesti
- osallistumaan vanhemmille suunnattuihin tilaisuuksiin mahdollisuuksien mukaan, toteuttamaan urheilijan kanssa leirien välisille ajoille annettuja ”yhteisiä kotitehtäviä”

- pitämään säännöllisesti yhteyttä urheilijan vastuvalmentajaan sekä muihin akatemian vastuuhenkilöihin suunnitelmien mukaisesti
- verkostoyhteistyöhön kaikkien urheilijan ympärillä toimivien tahojen kanssa
- tukemaan kaikin tavoin urheilijan kokonaisvaltaista kehittymistä ihmisenä ja urheilijana, mahdollisuuksiensa ja resurssien mukaan
- varmistamaan urheilijan kohdalla riittävän kattavat vakuutukset

SUOSTUMUS

Henkilötietojen kerääminen ja julkaisu

Jokaisen urheiluakatemian opiskelijan tiedot tallennetaan urheiluakatemian tietokantaan joka, on suojattu palomuurin, salasanoin ja muiden teknisten keinojen avulla. Henkilötietojen käsittelyn tarkoitus on tehostaa urheiluakatemiatoiminnan viestintää ja tiedonhallintaa niin, että se tukee laadukasta toimintaa. Siltä osin kun tietoja näytetään julkisesti internetissä, tarvitaan siihen henkilötietolain mukaan henkilön suostumus tietojen näyttämiseen.

LUPA ASIAT (alaikäisiltä tarvitaan vanhempien suostumus)

Urheilijasta leireillä otettuja kuvia, haastatteluja ja nimeä

- saa käyttää urheiluakatemian tiedottamiskäyttöön mm. nettisivuilla sekä sosiaalisessa mediassa. Samalla se on osa urheiluakatemian mediakasvatusta

Leireillä suoritettuja urheilijatestien tuloksia

- saa luovuttaa akademia- ja henkilökohtaiselle valmentajalle sekä maajoukkuevalmentajalle

Vuokatti-Ruka urheiluakatemian tietosuojaseloste on nähtävillä urheiluakatemian kotisivuilla:

<http://www.vrua.fi/tietosuojaseloste>

Hakiessaan leiritykseen ja osallistumalla leireille urheilija ja hänen huoltajansa sitoutuvat sopimukseen.

Yhteiset pelisäännöt yläkoululeiriläiselle

Hyvä käytös

- Ole hyvä kaveri, tsemppaa ja kannusta muita!
- Huomioi kunnioittavasti ja yhdenvertaisesti leiriläisten lisäksi myös valmentajat, muut opiston asiakkaat ja opiston henkilökunta.
- Kunnioita toisen omaisuutta ja yksityisyyttä. Ethän kuvaa tai julkaise toisesta materiaalia ilman lupaa.
- Kunnioita muita läsnäolollasi.
- Muista että edustat leirillä aina itsesi lisäksi myös seuraasi ja lajiasi.
 - Kiitä, tervehdi, avaa ovi, käytä soveliasta kieltä, ota hattu pois sisätiloissa
- Siivoa jälkesi ja pidä paikat puhtaana!

Avaimia hyvän leirin onnistumiseen

- Noudata leiriaikatauluja ja ole ajoissa paikalla.
- Anna muille yörauha, ethän poistu huoneesta yöaikaan, jos ei ole hätätilanne.
 - 22:00 omassa huoneessa ja 22:30 hiljaisuus.
 - Valmentajat kiertävät kämpät joka ilta
 - Valvoja on päästettävä käymään huoneessa
- Huolehdi henkilökohtaisesta hygieniasta ja peseydy päivittäin.
- Syöt ja juot riittävästi leirin aikana, jotta jaksat leirin loppuun asti. Ravinto on tärkeä osa urheilijana kehittymistä!
 - Energiajuomien nauttiminen ei ole sallittua leirin aikana

- Muiden pirstävien juomien (kolajuomat tms.) nauttiminen on suositeltavaa pitää vähäisenä.
- Tee parhaasi opiskeluissa, luennoilla ja harjoituksissa. Voit vaatia sitä myös muilta!
- Anna toisille työrauha opiskeluissa, luennoilla ja harjoituksissa.
- Harjoituksissa, oppitunneilla, ruokalassa ja luennoilla ei käytetä kännykkää, jos sitä ei erikseen tilanteessa ole tarpeen käyttää.
- Pidä huolta välineistäsi ja merkitse niihin oma nimi.
- Opiston alueelta voit poistua vain luvan saatua.
- Vahingon, loukkaantumisen tai sairastumisen sattuessa, ilmoita välittömästi leirin henkilökunnalle.

Ensimmäisenä aina sääntöjen rikkomisesta seuraa keskustelu ja/tai soitto kotiin.

Alla olevissa toimissa nollatoleranssi, joista voidaan keskustelun jälkeen lähettää kotiin tai sulkea pois leirityksestä.

Epäasiallinen, uhmaava käytös tai kiusaaminen.

Päihde- tai huumausaineiden käyttö tai hallussapito.

Urheilussa kiellettyjen aineiden ja menetelmien käyttö tai hallussapito.

Opiston alueelta luvatta poistuminen tai yörauhan rikkominen.

Toisen omaisuuden vahingoittaminen tai luvaton käyttö sekä haltuunotto.

Leirimaksua ei palauteta tai hyvitetä, jos leiriläinen joudutaan lähettämään kotiin rikkomuksen vuoksi.