



Hyvä rehtori, luokanvalvoja, opettaja, oppilaanohjaaja, valmentaja sekä oppilaat ja huoltajat

VUOKATTI-RUKA URHEILUAKATEMIAN VALTAKUNNALLINEN YLÄKOULULEIRITYS

Valtakunnallinen yläkoululeiritys on osa Suomen Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelmaa. Nuorene / urheilijanne / oppilaanne on valittu Vuokatti-Ruka Urheiluakatemiaan valtakunnalliseen yläkoululeiritykseen.

Yläkoululeiritys on tarkoitettu

- 13 – 16 -vuotiaille huippu-urheilu-urasta unelmoiville nuorille (7.-9. luokkalaiset)
- Eri lajien aktiiviharrastajille (mukana tavoitteellisessa kilpaurheilussa)
- Valtakunnallinen kaikille avoin haku kerran vuodessa

Yläkoululeirityksen sisältö

- Henkilökohtaisen ja systemaattisen urheilu-uran rakentaminen / urheilijan polku
- Huippuolosuhteisiin tutustuminen ja siellä toimiminen
- Urheiluakatemia, urheiluopiston ja lajiliittojen osaajaverkoston vahvuuksien hyödyntäminen
- Systemaattinen yhteistyö kodin, koulun ja seurojen kanssa.
- Leirityksen kautta pyritään opettamaan asioita, jotka tukisivat nuoren urheilua, opiskelua ja elämänhallintaa kotona ja omassa seurassa.
- Leirimuotoinen järjestelmä, joka kestää 1-3 vuotta (7.-9. luokkalaisille)

3-5 leirin projekti / lukuvuosi

- Elämäntaidot (arjenhallinta, ravinto, lepo, uni, koulu, psyykinen valmennus)
- Motoriset perustaidot ja fyysiset ominaisuudet sekä lajitaidot
- Opiskelu 2 – 3 oppituntia päivässä + vapaa-aika (koulutehtävät)
- Lajiharjoittelua päivittäin huippuvalmentajien vetämänä
- Tutustua uusiin kavereihin ja saa viettää heidän kanssaan aikaa

Leirien aikana oppilaat asuvat Vuokatin Urheiluopistolla, jossa vastuovalmentajat järjestävät päivittäisen urheiluvalmennuksen.

Mottomme yläkoululeiritykseen: Ilo, innostus ja intohimo!



OPISKELUASIAT

Yläkoulukaatemian tavoitteena on opettaa urheilijat itsenäisiksi ja vastuullisiksi myös opiskelujen hoitamisen suhteen. Opiskelujen hoitaminen laadukkaasti on ehdoton edellytys osallistua yläkoululeiritykseen!

Opiskelu suoritetaan leireillä ”läksy” –periaatteella. Leirillä on varattu valvottua opiskeluaikaa päivittäin 2 – 3 tuntia, tarpeen mukaan koulutehtäviä suoritetaan leirin muinakin ajankohtina (matkat, vapaa-aika...). Opiskelu toteutetaan urheiluopiston luentotiloissa, jossa oppilaat toimivat pääosin itsenäisesti. Leirin aikana voidaan toteuttaa myös kokeet sekä mahdollinen TET-jakso, ota yhteys hyvissä ajoin ko. asioissa.

Leirityksen järjestäjien puolesta on järjestetty tilat sekä valvonta opiskelurauhan takaamiseksi. Valvonnasta vastaavat vastuuhenkilön lisäksi lajien vastuvalmentajat. He myös parhaansa mukaan auttavat oppilaita tehtävien teossa.

Mikäli läksyt ehtii tekemään ennen leiriviikonloppua, oppilaille järjestetään muita tehtäviä esim. valmennusoppiin liittyen hyödyntäen Olympiakomitean Kasva urheilijaksi harjoituskirjoja (ravinto, psyykinen valmennus jne.). Oppilaan on hyvä tehdä ns. läksysuunnitelma ennen leiriviikkoa (esim. maanantaina matematiikkaa, tiistaina englantia jne.). Näin viikon aikaisten koulutehtävien tekeminen sujuu helposti ja hallitusti.

OHJEET KOULUILLE

Oppilas anoo vapaata leiriviikolle omasta koulustaan ja kysyy samalla tehtävät kouluasiat leiriviikon ajalle. Oppilasta on ohjeistettu toimimaan hyvissä ajoin ennen leirin alkua.

Opettajien vastuulla on koulutehtävien anto oppilaalle leiriviikon ajaksi niin, että oppilas voi opiskella ”läksy” –periaatteella. Kukin lähettävä koulu toimii oman koulunsa ohjeistuksien mukaan, että lähetetäänkö läksyt Wilmalla vai saako ne jo etukäteen kirjallisesti.

Kokeiden tekeminen. Kokeita voidaan tehdä leirin aikana valvotussa tilanteessa. Kokeet liitetiedostona opiskelu.ylakoululeiri@vrua.fi Sähköpostiin lisäksi kokeen tekijän koko nimi ja kokeen tekemisen ohjeet (välineet, kesto, toivottu ajankohta...) Kokeet tehdään pääsääntöisesti leirin aikana ma – to opiskelutuokioissa klo 12-15 välillä.

Valmennuksen johtaja / yläkoululeirityksen koordinaattori

Jussi Simula

044 371 6364

jussi.simula@vrua.fi



Urheilupoissaolojen pelisäännöt yläkouluissa

Oppilas ja huoltajat:

- Vastaavat huollettaviensa oppivelvollisuuden suorittamisesta: hakevat ajoissa lupaa koulusta urheilupoissaoloille.
- Oppilas sopii koulunsa kanssa opiskeluasiat.
- Huoltajat valvovat opiskelun etenemistä.
- Huolehtivat vakuutusturvasta poissaolon ajalle.

Koulu:

- Päättää urheilupoissaolosta.
- Osoittaa opetussuunnitelman mukaiset oppimistavoitteet sekä antaa oppimistehtävät ja opiskelumateriaalit.
- Vastaa oppimistulosten arvioinnista myös leiritysten ajalta.

Urheilupoissaolon vastuutoimija (urheiluakatemia, lajiliitto, seura, valmentaja):

- Varmistaa ja huomioi opiskeluajan ja oppimisen edellytykset urheilupoissaoloon liittyvässä suunnittelussa ja toteutuksessa.
- Toimii vuorovaikutuksessa kotien kanssa.
- Tiedottaa leiritysten koulu- ja opiskelujärjestelyistä kotia.
- Koordinoi ja järjestää yhteistyössä poissaolon aikaisen opiskelun.
- Antaa käyttöön oppimisympäristön, valvoo opiskelua ja mahdollisuuksien mukaan auttaa opiskelun etenemistä / opettaa.
- Järjestää ja palauttaa koulujen mahdollisesti lähettämät kokeet ja testit.