



*Hyvä rehtori, luokanvalvoja, opettaja tai oppilaanohjaaja sekä oppilaat ja huoltajat*

## **VUOKATTI-RUKA URHEILUAKATEMIAN VALTAKUNNALLINEN YLÄKOULULEIRITYS**

Valtakunnallinen yläkoululeiritys on osa Suomen Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelmaa. Koulunne oppilas on valittu Vuokatti-Ruka Urheiluakatemian 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
- Urheiluakatemian, urheiluopiston ja lajiliittojen osaajaverkoston vahvuuksien hyödyntäminen
- Systemaattinen yhteistyö kodin, koulun ja seurojen kanssa
- Leirimuotoinen järjestelmä, joka kestää 1-3 vuotta (7.-9. luokkalaisille)

3-5 leirin projekti / lukuvuosi

- Painopisteenä elämäntaidot (arjen hallinta, ravinto, lepo, uni, koulu, psyykinen valmennus)
- Motoriset perustaidot ja fyysiset ominaisuudet sekä lajitaidot
- Opiskelu 2 – 3 oppituntia päivässä + vapaa-aika (koulutehtävät)

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



## **OPISKELUASIAT**

Yläkouluakatemian 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 leiriviikon loppua, 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.).

## **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.

Yläkouluakatemian tavoitteena on opettaa urheilijat itsenäisiksi ja vastuullisiksi myös opiskelujen hoitamisen suhteen. Opiskelujen hoitaminen laadukkaasti on ehdoton edellytys osallistua yläkoululeiritykseen! Kysymyksiä, toiveita ja huolia leirin aikana tapahtuvasta opiskelusta voi esittää kouluasioiden vastuuhenkilölle.

Kouluasioiden vastuuhenkilöt  
opiskelu.ylakoululeiri@vrua.fi

Valmennuksen johtaja  
/ yläkoululeirityksen  
koordinaattori  
Jussi Simula



# 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.