



URHEILIJASTA VALMENTAJAKSI®

MIKÄ URVA JA MIKSI?



Ammattuurheilija on urheilijana käynyt läpi "lajikorkeakoulun". Hänelle kertyneen tietotaidon hyödyntäminen on monella tavalla arvokasta urheilijalle itselleen, lajille ja koko suomalaiselle urheilulle.

URHEILIJASTA VALMENTAJAKSI (URVA) -koulutus on syntynyt tarpeeseen kouluttaa huippu-urheilutasolla olevia sekä jo uransa lopettaneita urheilijoita valmentajiksi – tai ainakin luoda heille koulutuksen avulla valmentamisen perusta. Koulutusaika räätälöidään yhdessä lajiliiton kanssa kullekin koulutettavalle yksilölliseksi.

Tavoitteena on, että koulutuksen käytyään urheilija muun muassa

- on löytänyt oman uransa kautta hyödyllistä näkökulmaa valmennukseen
- osaa oppimisen ja opettamisen perustaidot
- ymmärtää valmennuksen ohjelmoinnin perusteet
- tietää ihmisen fysiologian toimintamekanismin sekä biomekaniikan periaatteet

URVA-koulutus sisältää lähiopiskelua, etäopiskelua ja käytännön valmennusharjoittelua. Koulutettavat saavat puoli vuotta kestävästä prosessista tehokkaan paketin valmentajaksi siirtymistä varten.



Minun mielestäni URVA koulutus soveltuu erinomaisesti valmentajan uraa suunnittelevalle jääkiekkoilijalle.

Koulutuksessa huomioitiin hyvin pelaajaurallani kertynyt tietotaito.

RAIMO "RAIPE" HELMINEN

TÄMÄ KOULUTUS ON RÄÄTÄLÖITY JÄÄKIEKKO-AMMATTILAISTEN TARPEIDEN MUKAAN. KOULUTUS KÄYNNISTYY HELMIKUUSSA 2016.

Koulutuksen toteuttavat yhdessä Suomen Valmentajat, Varalan Urheiluopisto, Suomen Jääkiekkoliitto ja Suomen Jääkiekkoilijat ry. *Huom. Koulutukseen voi myös osallistua muiden lajien urheilijat, mikäli vapaita paikkoja on jäljellä.*

Järjestyksessään 9. URVA-koulutuksen lähijaksot Tampereella, Varalan Urheiluopistolla ovat:

- 1. LÄHIJAKSO 13.–14.2.2016**
Ryhmäytyminen, urheilijasta valmentajaksi, oman uran analysointia uusin silmin – tavoitteena valmentajan mind set, opettaminen ja oppiminen valmennusoppia teoriassa ja käytännössä
- 2. LÄHIJAKSO 18.–19.4.2016**
Valmennuksen kivijalat, fyysisten ominaisuuksien kehittäminen, taidon opettaminen ja oppiminen
- 3. LÄHIJAKSO 23.–24.5.2016**
Oma valmennusfilosofia ja vuorovaikutustaidot valmennuksessa, näytöt ja arvioinnit
- 4. LÄHIJAKSO 20.–21.6.2016**
Seminaari jossa esitellään opinnäytetyöt

KOULUTUKSEN
HINTA

850 €

Hinta sisältää koulutuksen, koulutusmateriaalin, sähköisen oppimisympäristön käytön koulutuksen ajan sekä majoituksen ja täysihoidon lähijaksolla Varalan Urheiluopistolla.

Hakemukset koulutukseen tulee jättää 29.1.2016 mennessä. Hakulomake löytyy Suomen Valmentajien nettisivuilta www.suomenvalmentajat.fi Koulutukseen valitaan 15–20 osallistujaa. Koulutukseen valitut julkistetaan 1.2.2016.

LISÄTIETOJA KOULUTUKSESTA SAAT:

Edelliseen URVA-koulutukseen osallistuneilta Jussi Pesoselta jussi.pesonen@kotiposti.net ja Mikko Luomalta diegolouma@hotmail.com sekä Suomen Valmentajien kehityspäällikkö Erik Piispalta erik.piispa@suomenvalmentajat.fi / 045 638 4772

