



Tampereen
URHEILUAKATEMIA

TAMPERE.
FINLAND

Urheiluylläkoulut

Tampere

”Urheiluylläkoulussa tavoitteellisesti urheileva nuori saa ohjausta elämäntaitojensa kehittämiseen sekä valmiuksia opintojen ja urheilun vaativampaan yhdistämiseen.”



Suomen
URHEILUAKATEMIAT

Kasva urheilijaksi -painotus

- Painotus alkaa 7. luokalla
- Urheiluyläkoulut: Hatanpään koulu, Sammon koulu ja Tesoman koulu
- Sisältö
 - Liikuntatunnit
 - Kasva urheilijaksi -yleisvalmennus ja oppisisällöt 2 tuntia viikossa
 - Aamuharjoittelumahdollisuus
 - Urheiluakatemian asiantuntijatunnit
- Opetus toteutetaan luokittain



Yleistietoa Kasva urheilijaksi -painotuksesta

- Kasva urheilijaksi -painotukseen voivat hakea kaikki tamperelaiset ja Tampereen seutusopimuskuntien kuudennen luokan oppilaat.

Tavoitteet

- Ensisijainen tavoite on **tukea nuorta urheilijaa kaksoisuralla**. Teemoja ovat monipuoliset liikuntataidot, urheilulliseen elämäntapaan kasvattaminen, Kasva urheilijaksi-kokonaisuus ja innostuksen vahvistaminen.
- Painotuksessa oppilasta tuetaan urheilijana kasvamisessa korostaen monipuolisia liikuntataitoja, joiden kautta jalostetaan lajitaitoja. Opettajat ja opinto-ohjaajat auttavat oppilasta huomioimaan **opiskelun ja tavoitteellisen urheilun tarpeet sekä niiden yhdistämisen**. Oppilaalle annetaan mahdollisuus harjoitella opiskelun ja tavoitteellisen valmentautumisen yhdistämistä. Näiden tekijöiden merkitys kasvaa yläkoulusta toiselle asteelle siirryttäessä.
- Painotuksessa tutustutaan myös erilaisiin rooleihin urheilijana ja urheilussa toimijana.



Kasva urheilijaksi -tuntijako

Kasva urheilijaksi (Hatanpää - Tesoma - Sampo),
yk: Kasva urheilijaksi 6 vvkt, taide- ja taitoaineen
valinnainen 4 vvkt, muu valinnainen 2 vvkt (9. lk)

Aine	7	8	9
Äidinkieli ja kirjallisuus	4,0	4,0	3,0
A1-kieli	2,0	2,0	3,0
B1-kieli	2,0	1,0	2,0
Matematiikka	3,0	4,0	4,0
Ympäristöoppi			
Biologia ja maantieto ¹	2,0	2,0	3,0
Fysiikka ja kemia ¹	2,0	3,0	2,0
Terveystieto ¹	0,5	1,5	1,0
<i>Ympäristö- ja luonnontietoaineet yht.</i>	4,5	6,5	6,0
Uskonto/Elämäkatsomustieto	1,0	1,0	1,0
Historia ja yhteiskuntaoppi ²	2,0	2,0	3,0
Musiikki	1,0	1,0	0,0
Kuvataide	2,0	0,0	0,0
Käsityö	2,0	0,0	0,0
Liikunta	3,0	3,0	2,0
Kotitalous	3,0		
Taide- ja taitoaineiden valinnaiset	0,0	2,0	2,0
<i>Taide- ja taitoaineet yht.</i>	11,0	6,0	4,0
Oppilaanohjaus	0,5	0,5	1,0
Valinnaiset aineet	1,0	2,0	4,0
Oppilaan vähimmäistuntimäärä	31,0	29,0	31,0
(Vapaaehtoinen A2-kieli) ³	2,0	2,0	2,0
(Vapaaehtoinen B2-kieli) ³		2,0	2,0

Painotettu opetus

- Painotukset ja painotusten tarkemmat esittelyt löytyvät koulujen verkkosivuilta: [Painotetun opetuksen mahdollisuudet \[Tampereen kaupunki - Koulutus - Perusopetus - Opiskelu perusopetuksessa\]](#)
- **Painotusaine vaikuttaa valinnaisaineiden määrään.**
- Myös A2-kielivalinta vähentää valinnaisaineiden määrää 8-9-luokilla, mutta se koskee kaikkien tuntijakojen mukaan opiskelevia ei vain painotetun tuntijaon mukaan opiskelevia.
- Paikan vastaanottaminen opetussuunnitelmallisessa painotuksessa vaatii pitkäkestoisen päätöksen tekemisen. **Opiskelu painotetun tuntijaon mukaisesti kestää vuosiluokkien 7-9 ajan, johon tulee sitoutua.**
- Voitte keskustella nuorene kanssa painotetun opetuksen vaihtoehtoista.

Arviointi painotetussa opetuksessa

- Kasva urheilijaksi
 - Kaksi numeerista arvosanaa
 - 1) Liikunta
 - 2) Kasva urheilijaksi



Kasva urheilijaksi -yleisvalmennus

- Yleisvalmennus tukee urheilusta innostuneen nuoren kasvua terveeksi urheilijaksi.
- Luo valmiuksia tulevaisuuden vaativampaa harjoittelua varten.
- Tunneilla harjoitellaan monipuolisesti liikuntataitoja ja fyysisiä ominaisuuksia.
- Käydään läpi urheilijana kasvua tukevia teemoja kuten mm. psyykkinen valmentautuminen.
- Harjoittelu on kuormitukseltaan kevyttä tai keskiraskasta.
- Kasva urheilijaksi -yleisvalmennus toteutetaan liikunnanopettajien johdolla.
- Mahdollinen valmennustuki tunneille urheiluakatemiaalta.
- Päätösarvioinnissa oma arvosana.
- [Kasva Urheilijaksi \(olympiakomitea.fi\)](https://olympiakomitea.fi)



Tampereen
URHEILUAKATEMIA

 @tampereenurheiluakatemia

 Tampereen Urheiluakatemia

 @TampereenUA

VARALA

TAMPERE.
FINLAND



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö

Yhteistyössä lajiliittojen
& seurojen kanssa

1700 

akatemiaurheilijaa

20 

asiantuntijaa



30 lajivalmentajaa 

akatemia-
valmennusta

16

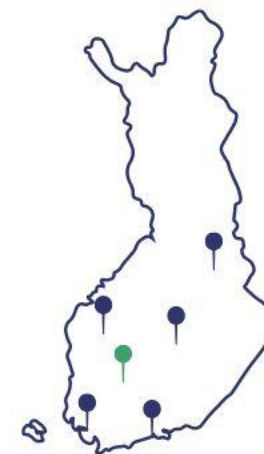
urheilijoita
yhteensä

60

PERUSTAMISVUOSI 2008

LAJISSA

yksi
kuudesta



valtakunnallisesta
urheilu-
akatemiasta ja
valmennus-
keskuksesta



Urheiluakatemian asiantuntijatunnit

- Tampereen Urheiluakatemian asiantuntijat vierailevat urheiluyläkoulujen tunneilla eri luokka-asteilla ja toteuttavat tunnin sisällön yhteistyössä opettajan kanssa
- Asiantuntijatunnit
 - Ravitsemusasiantuntija kotitaloudentunneilla (7. lk)
 - Psykkinen valmentaja Kasva urheilijaksi –tunneilla (8. lk)
 - Kaksoisura-asiantuntija opon tunneilla (9. lk)
 - Tunnit valmistavat toiselle asteelle ja tunneilla on mahdollisuus tutustua asiantuntijoihin
- Näiden tuntien tavoitteena on opettaa nuorille käytännön tekemisen kautta urheilijan elämän eri osa-alueiden tärkeimpiä tekijöitä ja tukea näin nuoria kohti urheilijaksi kasvamista.
- Nuorilla on myös mahdollisuus kysyä ja keskustella asiantuntijan kanssa tunnin teemoista.

Aamuharjoittelu

- Tampereen seudun urheiluseurat järjestävät yläkouluikäisten aamuvalmennuksen.
- Urheiluyläkoulujen painotusoppilaiden sekä liikuntalähikoulujen tunnistettujen oppilaiden lukujärjestykset on muodostettu siten, että aamuharjoittelu onnistuu samanaikaisesti näiden koulujen osalta.
- Urheiluyläkoulujen ulkopuolelta olevan oppilaan osallistumisen lähtökohtana akatemiaharjoitukseen on, että koulun lukujärjestys mahdollistaa osallistumisen.
- Urheiluyläkoulun oppilaan on mahdollista osallistua seurojen järjestämiin aamuharjoitukseen koulujen kanssa vuosittain vahvistettavan aikataulun mukaan.





URHEILUOPPILAITOS
Hatanpään koulu



URHEILUOPPILAITOS
Sammon koulu



URHEILUOPPILAITOS
Tesoman koulu

Esimerkki Kasva urheilijaksi -painotuksen viikko-ohjelmasta

MA	TI	KE	TO	PE
	8.lk aamuharjoitus, seurat	9.lk aamuharjoitus, seurat	7.lk aamuharjoitus, seurat	8-9.lk aamuharjoitus tai yleisvalmennustunti
			8. lk liikuntatunti	
7.-9. lk liikuntatunti		7-9. lk Kasva urheilijaksi - yleisvalmennus		

 = ei kouluaikaa  = pitää anoa vapaaksi



Suomen
URHEILUAKATEMIAT



Hakuohjeet

- Kaikki tamperelaiset ja Tampereen seutusopimuskuntien kuudennen luokan oppilaat voivat hakea. Oppilaaksiotossa tamperelaiset ovat ensisijaisia.
- Tamperelaiset oppilaat ilmoittautuvat kirjautumalla Wilmaan. Hakulomake löytyy Wilmasta Hakemukset ja päätökset välilehdeltä.
- Muut kuin Tampereen perusopetuksen koulujen oppilaat: [Katso ohjeet Tampereen kaupungin sivuilta.](#)
- Voit halutessasi hakea ensisijaisen hakukoulun lisäksi toissijaiseen hakukouluun. Ensisijaisesta hakuvalinnasta hakija saa kaksi lisäpistettä.
- Tullakseen valituksi hakijan on saavutettava vähintään 60 % soveltuvuuskokeiden maksimipistemäärästä.
- Haku aika: 25.11.-9.12.2024

Soveltuvuuskokeet

- Urheiluyhdistykseen hakeudutaan Olympiakomitean suositteleman valtakunnallisen soveltuvuuskokeen kautta, mikä mittaa urheilijan keskeisiä taitoja ja ominaisuuksia.
- Soveltuvuuskoee koostuu kuudesta eri osiosta, joihin voit tutustua osoitteessa www.soveltuvuuskoee.fi.
- Soveltuvuuskoeeet pidetään 15.1.2025 ja 16.1.2025 Tesoman palloiluhallilla.
 - Ryhmäjako tehdään aakkosjärjestyksen perusteella
 - Soveltuvuuskoeeet aloitetaan kello 9.00
 - Soveltuvuuskoeeiden varapäivä on 30.1.2025, johon voi osallistua ainoastaan lääkärintodistuksella
- Käytännön järjestelyihin liittyvät kyselyt: Valteri Sainio



Liikuntalähikoulut

Suomen Olympiakomitean koordinoi valtakunnallista yläkoulutoimintaa, joihin myös liikuntalähikoulut kuuluvat. Urheiluakatemiaverkoston kuuluva urheiluyläkoulu, liikuntapainotteinen tai liikuntalähikoulu tukee urheilijan kasvua mahdollistamalla urheilijalle toimivan valmentautumisen koulupäivän yhteydessä kotien, urheiluseurojen, lajiliittojen ja urheiluakatemian kanssa yhteistyössä.

- Kaukajärvi, Lielahti, Etelä-Hervanta, Takahuhti, Vuores, Linnainmaa
- Järjestää yhden aamutreenimahdollisuuden sovittuna ajankohtana
- Alkoi 1.8.2024 7. luokkalaisista ja edetään siitä vuosittain vuosiluokille kahdeksan ja yhdeksän
- Sitoutuu edistämään liikunnallista/toiminallista koulupäivää ja pedagogiaa
- Tulevina vuosina tavoitteena tarjota Kasva Urheilijaksi-oppiaine valinnaisaineena
- Ei soveltuvuuskoetta
- Oppilaat omalta oppilaaksiottoalueelta
- Oppilaat sijoitetaan luokille keväällä toteutettavan kyselyn perusteella. Tampereen Urheiluakatemia toteuttaa kyselyn seurojen ja koulujen kautta.



Nuoren kilpaurheilijan polku

- Lukuvuodesta 2021-2022 lähtien tamperelainen oppilas voi myös hakea ”nuoren kilpaurheilijan polku”-linjalle.
- Hakija voi käydä koulua missä tahansa Tampereen yläkoulussa.
- Nuoren kilpaurheilijan polku ei ole mukana kaupungin opetussuunnitelmallisessa painotushaussa.
- Linja on tarkoitettu erityisesti varhaisen erikoistumisen lajia harrastavalle oppilaalle.
- Hakulomake on auki 3.-14.3.2025.
- [Nuoren kilpaurheilijan polku - Tampereen Urheiluakatemia](#)

Valitun oppilaan kanssa käydään läpi mm. seuraavia koulunkäyntiä koskevia asioita

- Oppimissuunnitelma
- Yksilöllisyys
- Urheilun ja opintojen yhtensovittaminen
- Seurayhteistyö
- Harjoittelun rytmittäminen



Yhteystiedot

Sähköpostit muotoa etunimi.sukunimi@tampere.fi

Urheiluylläkoulut

Panu Pitkänen, Sampo

050 4098919

Mari Palviainen, Hatanpää

0400 764165

Päivi Ikola, Tesoma

040 594 0946

Urheiluylläkoulukoordinaattorit

Valtteri Sainio, Tesoma

040 800 4350

Tampereen Urheiluakatemia

Pauliina Savijoki

pauliina.savijoki[a]varala.fi

044 4917158

Liikuntalähikoulut

Simo Turtiainen, Vuores

040 0887233

Matti Annala, Etelä-Hervanta

050 4648462

Tommi Savikko, Lielähti

040 1594043

Nina Kaarlenkaski, Kaukajärvi

041 7308967

Sami Nykänen, Takahuhti

040 5839419

Ilona Pasma, Linnainmaa

040 7169075

