



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

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

Valtakunnallinen yläkoululeiritys on osa Suomen Olympiakomitean urheilu-akatemiaohjelmaa. Koulunne oppilas on valittu Vuokatti-Ruka Urheiluakatemian valtakunnalliseen yläkoululeiritykseen lukuvuodeksi 2018 – 2019.

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)

4-5 leirin projekti / lukuvuosi

- Painopisteenä elämäntaidot (arjen hallinta, ravinto, lepo, uni, koulu, psyykinen valmennus)
- Motoriset perustaidot ja fyysiset ominaisuudet sekä lajitaidot
- Opiskelu 2 - 4 oppituntia päivässä (koulutehtävät)

Leirien aikana oppilaat asuvat Vuokatin Urheiluopistolla, jossa vastuu- valmentajat järjestävät päivittäisen urheiluvalmennuksen.



## **OPISKELUASIAT LUKUVUONNA 2018 - 2019**

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 - 4 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. Koulu- ja opiskeluasioiden vastuuhenkilönä Vuokatissa toimii Senni Vuolle. Valvonnasta vastaavat vastuuhenkilön lisäksi lajien vastuvalmentajat. He myös parhaansa mukaan auttavat oppilaita tehtävien teossa.

Leiriviikon läksyjen teon voi aloittaa jo hyvissä ajoin ennen leiriä, siten voi vähentää omaa leiriviikon aikaista kuormitusta. 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. läksysuunnitelmaa ennen leiriviikkoa (esim. maanantaina matematiikkaa, tiistaina englantia jne.).

### **OHJEET KOULUILLE**

Oppilas anoo vapaata leiriviikolle erillisellä kaavakkeella, joka löytyy tämän tiedotteen lopusta. Vapaan anomista varten oppilas kerää opettajilta koulutehtävät leiriviikolle. Oppilasta on ohjeistettu toimimaan hyvissä ajoin ennen leirin alkua. Tehtävät ja opettajien kuittaukset kerätään samalla kaavakkeella, jolla vapaata anotaan. Kun tehtävät on kerätty kaavakkeeseen, oppilas toimittaa sen luokanvalvojalle hyväksyttäväksi.

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 vastuuhenkilö  
Senni Vuolle  
Elina Läspä  
[opiskelu.ylakoululeiri@vrua.fi](mailto:opiskelu.ylakoululeiri@vrua.fi)

Huippu-urheilukoordinaattori  
Vesa Mäkipää  
045 1133 008  
[vesa.makipaa@vrua.fi](mailto:vesa.makipaa@vrua.fi)



# Urheilupoissaolojen pelisäännöt yläkouluissa

## Oppilas ja huoltajat:

- Vastaavat huollettaviensa oppivelvollisuuden suorittamisesta: hakevat ajoissa lupaa koulusta urheilupoissaoloille.
- Oppilas sopii koulunsa kanssa opiskeluasiat, ottaa opiskelusuunnitelman mukaan ja toteuttaa ne.
- 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 ja oppilaan koulua.
- 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.
- Antaa tarvittaessa palautetta ja pyydettyä arvioi opiskelun etenemistä.



## OPISKELUSUUNNITELMA URHEILUPOISSAOLON AJAKSI

Nimi, koulu ja luokka: \_\_\_\_\_

Oppilaan allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Poissaolon ajanjakso: \_\_\_\_\_

Luokanvalvojan/rehtorin allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Päiväys: \_\_\_\_\_

### Ohje:

Tee opiskelusuunnitelma hyvissä ajoin ennen poissaolojaksoa (kisamatka, leiritys, tmv.). Etukäteen anotun poissaolojakson edellytyksenä on, että ennen jaksoa näytät suunnitelman luokanvalvojallesi / rehtorillesi. Jaa opettajien eri aineissa antamat opiskelutehtävät poissaoloajalle. Pidä suunnitelma mukanasasi. Jos oppilas tarvitsee apua, merkitään se "Suunnitelma" laatikkoon. Allekirjoittamalla hakemuksen sitoudutaan suunnitelman toteuttamiseen.

Aine/opettaja	Tehtävät/kappaleet/ym.	Suunnitelma (päivämäärät)



Aine/opettaja	Tehtävät/kappaleet/ym.	Suunnitelma (päivämäärät)

Urheilupoissaololla toteutettavat tai siirtyvät kokeet

Aine	Päivämäärä	Uusi/sovittu päivämäärä

