

# Kamppailulajien yhteinen 3-tason valmentajakoulutus 2021

Koulutus on mahdollista yhdistää Valmentajan ammattitutkinnon (VAT) suorittamiseen



## Kenelle

Koulutus järjestetään yhteistyössä Varalan Urheiluopiston sekä Suomen Taekwondoliiton, Suomen ITF Taekwon-Do:n, Nyrkkeilyliiton, Muaythailiiton, Potkunyrkkeilyliiton ja Karate-liiton kanssa. Koulutukseen voivat hakea näiden kamppailulajien valmentajat, jotka vastaavat lasten, nuorten tai aikuisten valmennuksesta. Koulutus on yhdistettävissä Valmentajan ammattitutkinnon (Liikunnan ja valmennuksen ammattitutkinto, Valmennuksen osaamisala) suorittamiseen! Lajien yhteisissä koulutuksissa lisätään yhteistyötä, keskustellaan ja opitaan yli lajirajojen. Näin saavutetaan laajempi näkökulma valmentamiseen, unohtamatta lajikohtaista lähestymistä aiheisiin.

## Osallistumisvaatimukset

- Suoritettu lajin 2-taso tai vastaavat tiedot.
- Käytännön valmennustyötä vähintään 2 vuotta tai merkittävä urheilijaura.
- Hakijalla tulee olla valmennettava tai oma valmennusryhmä.
- Opiskelijalla tulee olla mentori, joka tukee valmentajana kehittymistä.

Hakija voi olla myös itse aktiivinen harjoittelija/kilpailija.

## Käytännön info

3-tason koulutuksen laajuus on 150 h lähiopetusta ja lisäksi käytännön harjoittelua sekä oppimistehtäviä. Koulutus sisältää oppimistehtäviä lähijaksoja ennen ja niiden välissä. Koulutuksessa käytetään lähiopetuksen lisäksi sähköistä oppimisympäristöä. Koulutuksen hyväksytyt suorittaminen edellyttää hyväksytyjä käytännön näyttöä sekä oppimistehtäviä.

3-tason koulutuksen voi yhdistää Valmentajan Ammattitutkintoon. Tällöin 3-tason lähiopetusjaksot ovat pidempiä ja opiskelu jatkuu VAT:n aikataulun mukaisesti.

**Koulutuksesta järjestetään info-tilaisuus etäyhteydellä 16.11.21 klo 18.** Infossa käydään koulutuskokonaisuutta läpi ja vastataan mahdollisiin kysymyksiin. Ilmoittaudu info-tilaisuuteen 9.11.2020 mennessä:

<https://forms.gle/hXHkv2YVD1mmBUCEA>

## Hakeminen koulutukseen

Kaikkien kamppailulajien valmentajat hakevat mukaan koulutukseen saman lomakkeen kautta:

<https://forms.gle/EYpcYqnMg5gnsjGE9>

Hakuaika päättyy 15.01.21, jonka jälkeen lajiliitot tekevät hyväksynnän hakijoista. Päätökset valinnoista ilmoitetaan 31.1.21 mennessä sähköpostilla.

## 3-tason koulutuksen hinta on 1050 €

**Valmentaa kuin nainen -hanke tukee naisvalmentajien osallistumista siten, että heille hinta on 720 €.**

## Sisältää

- 4 lajin yhteistä lähijaksoa ja 2 lajjaksoa.
- Yhteisillä lähijaksoilla majoituksen täyshoidolla Varalassa.
- Lajijaksot lajiliittojen oman ohjeistuksen ja aikataulun mukaisesti (Majoitukset ja ruokailut näillä jaksoilla eivät sisälly hintaan)
- Koulutusmateriaalin
- Laadukkaan opetuksen ja ohjauksen
- Kouluttajina eri alojen asiantuntijat

## Lähijakso 1 19.-21.3.2021

Urheilijan fyysisten ominaisuuksien kehittäminen, ohjelmointi ja lajiansalyysi

## Lähijakso 2 3.-5.9.2021.

(Valmentajan ammattitutkintoa suorittavat 2.-5.9.2021)

Taitovalmennus, pedagogiset taidot ja valmennusfilosofia

## Lähijakso 3 8.-10.10.2021

(Valmentajan ammattitutkintoa suorittavat 7.-10.10.2021)

Psyykinen valmennus, vuorovaikutus ja valmennuksen etiikka, testaus

## Lähijakso 4 12.-14.11.2021

(Valmentajan ammattitutkintoa suorittavat 11.-14.11.2021)

Terveysten edistäminen ja toimintaympäristön kehittäminen, ravitsemus, urheilijan ja valmentajan ura

## Lajijaksot:

Lajijaksot (2) jokainen laji toteuttaa oman lajinsa vaatimusten ja tapahtumakalenterin mukaisesti. Lajijaksojen laajuus yht. 50 h.

# Valmentajan ammattitutkinto

Liikunnan ja valmennuksen ammattitutkinto,  
Valmennuksen osaamisala, 150op

## Tutkinnon suorittaminen

3-tason suorittamisen yhteydessä opiskelija voi aloittaa ammattitutkinnon suorittamisen. Tutkintokoulutus koostuu kahdeksasta (8) lähijaksosta, joista kolme ensimmäistä on yhdistetty 3-tason koulutuksen kanssa. Tutkinto koostuu kahdesta tutkinnon osasta: Pakollinen tutkinnon osa (Ammattillinen toiminta valmentajana) ja Valinnainen tutkinnonosa (Valitaan yksi seuraavista: Lasten / Nuorten / Aikuisten valmentaminen). Tutkinnon suorittaminen tapahtuu näytöillä, joissa valmentaja osoittaa osaamisen käytännön työssä ja tarvittavilla dokumenteilla. Tavoiteaikataulu tutkinnon suorittamiselle on joulukuu 2022.

## Tutkintokoulutuksen aikataulu:

Kevät 2021 Haastattelut ja henkilökohtaistaminen

- 1. Lähijakso** 2.-5.9.2021, valinnainen tutkinnon osa
- 2. Lähijakso** 7.-10.10.2021, Valinnainen tutkinnon osa
- 3. Lähijakso** 11.-14.11.2021, Valinnainen tutkinnon osa
- 4. Lähijakso** 17.-19.1.2022, Valinnainen tutkinnon osa
- 5. Lähijakso** 14.-16.2.2022, Valinnainen tutkinnon osa
- 6. Lähijakso** 4.-6.4.2022, Pakollinen tutkinnon osa
- 7. Lähijakso** 22.-24.8.2022, Pakollinen tutkinnon osa
- 8. Lähijakso** 26.-28.9.2022, Pakollinen tutkinnon osa

**Arvioitu valmistautumispäivä 16.12.2022**

## Haku Valmentajan ammattitutkinnolle (VAT12)

Mikäli opiskelija valitaan suorittamaan 3-tason koulutusta, on hänellä mahdollisuus aloittaa samalla Valmentajan ammattitutkinnon suorittaminen. Halukkuus ilmoitetaan ylläolevan hakulomakkeen kautta ja jokainen ammattitutkintoa suorittamaan hakeutuva haastatellaan erikseen Varalan Urheiluopiston tutkintovastaavan ja lajin koulutusvastaavan kanssa. Huomioithan, että ammattitutkinnon suorittaminen voi olla mahdollista myös oppisopimuksella. Lisätietoa koulutuksesta [www.varala.fi/valmentajan-ammattitutkinto/](http://www.varala.fi/valmentajan-ammattitutkinto/)

**Huom!** Muistathan, että eri tahot myöntävät tukea ohjaajien ja valmentajien jatko- ja täydennyskoulutukseen. VAT suorittaessa huomioi oppisopimuskoulutuksen mahdollisuus!

## Valmentaja – ammattitutkinnon (tutkintokoulutus + näytöt) hinta

- Monimuoto-opiskeluna 1480 € ja kolmostason suorittaville 1300 €.
- Oppisopimuskoulutus opiskelijalle maksuton, edellyttää vähintään 25 viikkotyötuntia yhdellä tai useammalla valmennuksen työnantajalla.

## Lisätietoja:

### Lajien yhteinen 3-tason koulutus:

Sanna Erdogan, 0415058209 [sanna.erdogan@gmail.com](mailto:sanna.erdogan@gmail.com)  
Tiiu Tuomi, 0400602756 [tiiu.tuomi@taekwondo.fi](mailto:tiiu.tuomi@taekwondo.fi)

### Valmennuksen osaamisala:

Juha Antikainen, 040 535 0337 [juha.antikainen@varala.fi](mailto:juha.antikainen@varala.fi)

