

## Vaasan urheilupainotus – Vasa idrottsprofilering

Vaasan kaupunki, toisen asteen koulutus; Vaasan ammattiopisto, Vasa gymnasium ja Vaasan lyseon lukio

Vasa stad, andra stadiets utbildning; Vasa yrkesinstitut, Vasa gymnasium, Vaasan lyseon lukio

### PELISÄÄNNÖT - SPELREGLER:

1. Hakemusten perusteella urheilupainotuksen johtoryhmä nimeää valmentajien ehdotuksesta urheilijat valintakriteerien perusteella. Oikeus osallistua urheilupainotuksen toimintaan koskee koko opiskeluajan mikäli urheilu-ura jatkuu./

Styrelsen för idrottsprofileringen utser idrottare till profileringen på förslag av tränarna enligt överenskomna kriterier. Rätten att delta i idrottsprofileringens verksamhet gäller hela studietiden om idrottskarriären fortsätter.

2. Urheilijan on täytettävä hakemaansa oppilaitoksen pääsykriteerit/

Idrottaren bör fylla de krav som läroinrättningen ställer på sina sökanden.

3. Kaikki urheilijat täyttävät ja käyttävät harjoituspäiväkirjaa. Valmentaja valvoo ja seuraa päiväkirjaa./

Alla idrottare fyller i och använder träningsdagbok. Tränaren följer med och övervakar träningsdagboken.

4. Valmentaja tekee urheilijan kanssa yksilöllisen suunnitelman missä käydään läpi painopisteet vahvuudet ja heikkoudet. Valmentaja testauttaa urheilijat ja on vastuussa seurannasta ja toteutuksesta./

Tränaren gör upp med idrottaren en individuell plan där man går igenom tyngdpunktsområden, styrkor och svagheter. Tränaren ansvarar för testning och uppföljning av testresultaten.

5. Oppilaitokset tekevät oppilaan kanssa yksilöllisen opiskelusuunnitelman joka seurataan jaksoittain. Suunnitelman laatii joko ryhmänohjaaja, OPO tai ohjausryhmän jäsen. Ohjausryhmän jäsen on koulukohtaisesti vastuussa toteutuksesta./

Läroinrättningarna uppgör med studeranden en individuell studieplan som utvärderas varje period. Planen uppgörs av grupphandledare, studiehandledare eller styrgruppsmedlem. Styrgruppsmedlemmarna är ansvariga för verkställandet inom respektive läroinrättning.

## 6. Poissaolot tunneilta / Frånvaro från lektionerna:

- Opiskelija veloitetaan osallistumaan urheilupainotuksen järjestettyihin harjoituksiin/

Studerande förväntas delta i träningar som arrangeras inom idrottsprofileringen.

- Opiskelija ilmoittaa aina etukäteen poissaoloista. Alle 18-ikäisen opiskelijan poissaoloanomukset laatii opiskelijan huoltaja. Liitteenä voi käyttää valmentajan selostusta tai ohjelmaa./

Studerande meddelar alltid om frånvaro i förväg. Anhållan om frånvaro för studerande under 18 år uppgörs av målsman. Som bilaga kan man använda tränarens utlåtande eller program.

- Opiskelija suorittaa saamansa tehtävät sovitussa aikataulussa/

Studerande utför sina uppgifter inom överenskommen tid.

- Oppilaitoksilla on joustava asenne poissaoloihin ja käyvät urheilijan kanssa rakentavaa keskustelua opiskelusta ja sen kulusta./

Läroinrättningarna har en flexibel inställning till frånvaron och en konstruktiv dialog förs gällande hur studierna framskrider.

- Vastuu opiskelusta on opiskelijalla/

Studerande har ansvar för sina studier

## 7. Elämän hallinta/Kontroll över vardagen

- Huippu-urheilu ja opiskelu kulkevat käsi kädessä. Molemmat ovat tärkeitä ajatellen tulevaisuutta. Päästääksemme hyvään lopputulokseen on tärkeää että urheilija omaksuu terveelliset elämäntavat, syö hyvin, nukkuu tarpeeksi ja harjoittelee määrätietoisesti/

Topp-idrott och studier går hand i hand. Båda är viktiga med tanke på framtiden. För att uppnå goda resultat är det av central betydelse att idrottaren anammar sunda levnadsvanor, äter bra, sover tillräckligt och tränar målmedvetet.

## 8. Tukiverkosto/Stödnätverk

- Urheilijan ympärillä on tukiverkosto joka tukee nuorta sekä urheilussa että opiskelussa. Opiskelussa tukea antavat ryhmänohjaajat, OPO:t, ja aineenopettajat sekä ohjausryhmän jäsenet./

Det finns ett nätverk som stöder både inom idrott och studier. Inom studierna är det främst grupphandledare, studiehandledare och ämneslärare samt styrgruppsmedlem som är de centrala personerna.

- Muut tukiverkoston kuuluvat tärkeät asiat: Terveysthuolto, psykkinen tasapaino/

Andra viktiga faktorer som ingår i nätverken: Hälsovård, psykiskt välmående.

- Vaasan seudun urheiluakatemiesäätiö tukee toimintaa.  
Vasa regionens idrottsakademistiftelse stöder verksamheten.
  - 
  - Urheiluseuroilla on tärkeä asema urheilijan elämässä.  
Idrottsföreningarna har en central roll i idrottarens liv.
9. Urheilusta opiskelijalle lasketut kurssit/Kurser som studerande kan erhålla från sitt idrottande
- Ohjauryhmä teettää kouluille ohjeet minkä mukaan kurseja voi sisällyttää opiskelijan todistukseen./  
Styrgruppen gör upp anvisningar hur kurser kan räknas de studerande till godo.
  - Oppilaitosten rehtorit päättävät kurseista/  
Läroinrättningarnas rektorer beslutar om kurserna
  - Ohjausryhmä suunnittelee erillisen todistuksen laatimista urheilijoille./  
Styrgruppen planerar ett särskilt intyg för de idrottande eleverna.

Vaasassa 15 syyskuuta 2011 – Vasa den 15 september 2011

Vaasan toisen asteen koulutuksen urheilupainotuksen ohjausryhmä.

Styrgruppen för idrottsprofileringen inom andra stadiets utbildningen i Vasa stad.

Tomas Brännkärr, koordinaattori/koordinator  
Jens Wallin, Vaasan seudun urheiluakatemiesäätiön toiminnanjohtaja/Vasaregionens idrottsakademistiftelse, verksamhetsledare  
Riitta Pääjärvi-Myllyaho, Vaasan lyseon lukio  
Mathias Eklund, Vasa gymnasium  
Seppo Uusitalo, Vaasan ammattiopisto/Vasa yrkesinstitut  
Olli Hällfors, Valmentaja (jäähkiekko) / Tränare (ishockey)  
Jari Kallio, Valmentaja (uinti) /Tränare (simning)  
Petri Vuorinen, Valmentaja (jalkapallo) Tränare (fotboll)