

URHEILIJASTA VALMENTAJAKSI KOULUTUS

VALMENTAA
* kuin *
NAINEN

Valmentaa kuin nainen -hanke
tukee hankkeessa mukana olevien
pallolajien naispelaajien
osallistumista URVA-koulutukseen
400 eurolla/koulutukseen valittu.



Urheilijasta valmentajaksi (URVA) -koulutus on syntynyt tarpeeseen auttaa uransa lopettaneita urheilijoita kouluttautumaan valmentajiksi.

Mikäli olet urheillut lajisi kansallisella tai jopa kansainvälisellä tasolla ja olet kiinnostunut toimimaan urasi jälkeen valmennuksen parissa, sopii URVA-koulutus juuri sinulle.

Tavoitteena on, että koulutuksen käytyään urheilija:

- on löytänyt ja muuntanut urheilu-uransa kautta saamaansa osaamista valmennuksen näkökulmaan
- osaa oppimisen ja opettamisen perustaidot
- ymmärtää valmennuksen ohjelmoinninperusteet
- tietää ihmisen fysiologian toimintamekanismin sekä biomekaniikan periaatteet
- on alkanut työstämään valmennusfilosofiaansa
- on päässyt jakamaan kokemuksiaan ja verkostoitumaan vertaistensa kanssa

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

KOULUTUKSEN
HINTA ON

980€

Hinta sisältää koulutuksen, koulutusmateriaalin, sähköisen oppimisympäristön käytön koulutuksen ajan sekä majoituksen ja täysihoidon lähijaksoilla Varalan urheiluopistolla.

Hakemukset koulutukseen tulee lähettää 30.11.2017 mennessä.

Hakemukset ja lisätietoja:

Erik Piispa, kehityspäällikkö, Suomen Valmentajat ry
erik.piispa@suomenvalmentajat.fi, Puh. 045 638 4772



” Koulutuksen suurinta
antia oli verkostoitumi-
nen muiden valmentajien kanssa.
Viikonlopuilta sain rohkaistusta
siihen, että rahkeet alkavat
riittämään valmennukseen.

Elina Kero
jenkkifutispelaaja ja -valmentaja



KOULUTUS ALKAA JOULUKUUSSA 2017

1. Lähijakso: 8.–10.12.2017

- Ryhmytyminen
- Urheilijasta valmentajaksi, oman uran analysointia uusin silmin – tavoitteena valmentajan mind set
- Opettaminen ja oppiminen
- Valmennusoppia teoriassa ja käytännössä

2. Lähijakso: 9.–11.2.2018

- Valmennuksen kivijalat
- Fyysisten ominaisuuksien kehittäminen
- Taidon opettaminen ja oppiminen

3. Lähijakso: 6.–8.4.2018

- Oma valmennusfilosofia ja vuorovaikutustaidot valmennuksessa
- Näytöt ja arvioinnit

4. Lähijakso: 16.–17.6.2018

- Seminaari, jossa esitellään opinnäytetyöt



Suomen Valmentajat ry
Radiokatu 20, 00240 Helsinki
toimisto@suomenvalmentajat.fi
www.suomenvalmentajat.fi

www.facebook.com/pages/Suomen-Valmentajat-ry