

Vaasan urheilupainotus / Vasa idrottsprofilering

PELISÄÄNNÖT - SPELREGLER

Suomalaiseen urheiluun kuuluu vahvana pyrkimys siihen, että urheilija pystyy yhdistämään tasapainoisesti arjessaan tavoitteellisen urheilun sekä opiskelu- tai muun työuransa. Tätä ajattelutapaa kutsutaan kaksoisuraksi = DUAL CAREER.

Suomalainen kaksoisura alkaa yläkouluvaiheesta ja jatkuu aina huippu-urheilu-uran päättymisen jälkeiseen urasiirtymään. Suomen Olympiakomitean valtakunnallinen urheiluakatemiaohjelma ja sen ohjeistus ohjaa tätä työtä ja Vaasassa tästä vastaa Vaasan seudun urheiluakatemia. /

I finländsk idrott finns en stark strävan efter att en idrottare skall kunna förena både en professionell idrottssatsning och studier eller yrkeskarriär. Detta tankesätt benämns dubelkarriär = DUAL CAREER.

Den finländska dubbla karriären börjar i grundskolans högre klasser och pågår ända till idrottskarriären slutskede. Detta styrs av Finlands Olympiska kommittés nationella idrottsakademiprogram och dess instruktion. I Vasa ansvarar Vasaregionens idrottsakademi för dess förverkligande.

1. Hakemusten perusteella urheilupainotuksen johtoryhmä nimeää valmentajien ehdotuksesta urheilijat valintakriteerien perusteella. Oikeus osallistua urheilupainotuksen toimintaan koskee koko opiskeluajan, mikäli urheilu-ura jatkuu ja asetetut urheilulliset kriteerit täyttyvät. /

Ledningsgruppen 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 och idrottaren uppfyller de uppsatta idrottsmässiga kriterierna.

2. Urheilijan on täytettävä hakemaansa oppilaitoksen pääsykriteerit. Urheilija on vastaanotettava opiskelupaikkansa joko Vaasan lyseon lukiossa Vasa gymnasiumissa tai Vamiällä. /

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

Idrottaren bör ta emot sin studieplats vid Vaasan lyseon lukio, Vasa gymnasium eller Vamia.

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 laatii vuosittain urheilijan kanssa yksilöllisen suunnitelman missä käydään läpi painopisteet, vahvuudet ja heikkoudet. Valmentajalla on vastuu urheilullisen kehityksen seurannasta. Seuranta toteutetaan yhdessä laadittujen yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti. /

Tränaren gör årligen upp med idrottaren en individuell plan där man går igenom tyngdpunktsområden, styrkor och svagheter. Tränaren ansvarar för uppföljning av den idrottsliga utvecklingen enligt de individuella mål som tränare och idrottare tillsammans gjort upp.

5. Oppilaitokset laativat oppilaan kanssa yksilöllisen opiskelusuunnitelman, joka seurataan jatkuvasti. /

Läroinrättningarna uppgör med studeranden en individuell studieplan som utvärderas kontinuerligt.

6. Poissaolot tunneilta / Frånvaro från lektionerna:

- Opiskelija osallistuu urheilupainotuksen harjoitukseen/
Studerande deltar 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. /
Läroanstalterna har en flexibel inställning till frånvaron.
- Opiskelija hoitaa opiskelun vastuullisesti /
Studerande tar 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 tukena on laaja tukiverkosto. Tukiverkosto tukee ja kannustaa nuorta sekä urheilussa että opiskelussa. / Det finns ett stort nätverk som stöder idrottaren både inom idrott och studier.
- Perhe ja ystävät ovat tärkeässä asemassa / Familjen och vännerna har en central roll
- Vaasan seudun urheiluakatemia tarjoaa tukitoimia sekä asiantuntijapalveluja / Vasa regionens idrottsakademi erbjuder stödtjänster och sakkunnig-tjänster.
- Urheiluseuroilla ja liitoilla on tärkeä asema urheilijan elämässä / Idrottsföreningarna och förbunden har en central roll i idrottarens liv.

9. Urheilusta opiskelijalle hyväksiluettut suoritukset määritetään Vaasan urheilupainotuksen opintosuunnitelmassa /

Tillgodoräknade av prestationer som studerande kan erhålla från sitt idrottande definieras i Vasa idrottsprofileringens läroplan.

Vaasassa 3 toukokuuta 2021 – Vasa den 3 maj 2021

Vaasan urheilupainotuksen johtoryhmä / Ledningsgruppen för Vasa idrottsprofilering

Jaakko Perttu, rehtori Vaasan lyseon lukio

Åsa Stenbacka, rehtori/rektor VAMIA

Anne Levonen, rektor Vasa gymnasium

Jens Wallin, Vaasan seudun urheiluakatemia/Vasaregionens idrottsakademi

Tomas Brännkärr, koordinaattori/koordinator