

HANKESUUNNITELMA SUOMEN UIMALIITTO - *Osaamisen kehittäminen lasten ja nuorten uintiurheilussa*

Hakemuksessa esitetyt valmennusosaamisen kehittämistoimet on suunniteltu yhteistyössä Suomen Valmentajat ry:n kanssa ja nämä toimet on hyväksytty osaksi Meidän urheilu – kehitysprosessin toimenpidevaiheen toimintoja.

1. ALUEVALMENNUSVERKOSTON RAKENTAMINEN JA PILOTOINTI

Hankkeen tavoitteena on rakentaa, uudistaa ja pilotoida niin alueverkostoon perustuvaa uintiurheilun (uinti, uimahypyt, taitouinti, vesipallo) liittojohtoista toimintamallia tukemaan lasten ja nuorten uintiurheilun kehitystä sekä rakentaa aluevalmennusverkosto ja kehittää alueellista koulutusta lasten ja nuorten valmennuksen kokonaisvaltaiseksi kehittämiseksi ja tehostamiseksi.

Hankkeella tavoitellaan uintiurheilun valmennuskulttuurin valtakunnallista muutosta, jossa urheilija, verkostojen hyödyntäminen, osallistaminen sekä entistä tiiviimpi yhteistyö on keskiössä. Hankkeen tavoitteena on luoda Meidän urheilu -prosessin mukaisesti humanistisempaa ihmiskäsitystä ja luoda rakentava ja positiivinen keskustelukulttuuri sekä kehittää valmennuskulttuuria siten, että urheilu toimii hyvänä oppimisympäristönä.

Hanke on koronan taloudellisten vaikutusten ja resurssien vuoksi viivästynyt ja sillä on merkittävä vaikutus koko uintiurheilun valtakunnallisen kehittymisen sekä alueellisen yhteistyön kannalta.

Hankkeeseen rekrytoidaan projektipäällikkö/-vastaava, jonka vastuulla on hankkeen johtaminen, koordinointi, seuranta ja raportointi. Projektipäällikkö/vast. on hankekohtainen resurssi, jota ei koronasta aiheutuneiden taloudellisten vaikutusten vuoksi ole hankkeen uudistustyöhön muuten mahdollista kohdistaa.

Hankkeessa pilotoidaan ja rakennetaan 6-7 alueeseen perustuva aluevalmennusverkosto sekä siihen liittyvät yhteistyömuodot niin valmentajien, seurojen, urheiluakatemioiden sekä kaupunkien ja kuntien kanssa. Aluevalmennusverkoston kautta laajennetaan alueellista yhteistyötä ja osaamisen kehittämistä toimijoiden kesken. Verkoston yhdessä rakentama osaaminen jalkautetaan alueellisesti seuratoimintaan.

Hankkeeseen kohdistetaan Uimaliiton olemassa olevan valmennushenkilön n. 20 % työpanos, jonka tavoitteena on Uimaliiton tavoitteiden mukaisesti olla tukemassa aluevalmennusverkoston rakentamista. Lisäksi hankkeessa rekrytoidaan 6-7 aluevalmennusvalmentajaa (yrittäjävalmentajat, seurat/ vast.) koordinoimaan alueellista valmennusverkoston rakentamista sekä toimimaan pilottivaiheessa alueen valmentaja mentoreina.

Hankkeen tulokset ovat suoraan nähtävissä alueverkoston rakentamisen ja sen toiminnan käynnistymisen ja jatkuvuuden kautta, mikä heijastuu suoraan lasten, nuorten ja urheilijapolulla olevien urheilijoiden kehittymiseen, valmennuksen ja valmennusosaamisen laatuun sekä alueellisen yhteistyön kehittymiseen.

1. KOULUTTAJAKOULUTUS

Uimaliiton lasten- ja nuorten ohjaajakoulutuksen parissa toimii noin 15 kouluttajaa sekä valmentajakouluttajina 10 henkilöä. Kouluttajien osaamisen kehittäminen ja yhteinen näkemys uintiurheilulajien kehityksestä on olennainen osa lajiliiton osaamisen kehittämiskokonaisuutta. Koronan vaikutuksien takia kouluttajakoulutus on ollut varsin etäpainotteista. Vapaamuotoinen keskustelu kouluttajakoulutuksessa luentojen ulkopuolella lisää tietotaidon jakamista ja parantaa verkostoitumista. Läsnä koulutuksissa kouluttajat pääsevät paremmin kehittämään pedagogisia taitojaan käytännön harjoitusten muodossa. Vesi elementtinä vaatii käytännön kokeilua.

Kouluttajakoulutus tulee jakautumaan hankkeen puitteissa kahteen eri osaan: Uimaliiton omaan kouluttajakouluttajien tapaamiseen sekä kouluttajille tarjottavaan jatkokoulutukseen Suomen Urheiluopisto Vierumäen kouluttajakoulutuksissa sekä Suomen Valmentajat ry:n tarjoamiin jatkokoulutus paketteihin.

Uimaliiton UiEdu -osaamisohjelmaan tulee hankkeen kautta lisää urheilijälähtöistä ja osallistavaa valmennuskulttuuria edistävää lapsien- ja nuorten koulutustarjontaa sekä uutta materiaalia, päivitystä ja sisältöjen uudistamista; uimahyppyjen, taitouinnin ja vesipallon lasten- ja nuorten ohjaaja/valmentajakoulutuksiin. Kouluttajakoulutuksen yhtenä tärkeänä teemana on sopia suuntaviivat uudistuksien jalkautukseen koulutuksissa ja sen myötä seuratoiminnassa.

Kouluttajakoulutuksen yhtenä pääteemana on Meidän urheilu -kehitystyön tiedon jakaminen kouluttajille.

Meidän urheilu -kehitystyön tavoitteena on nopeuttaa urheilun valmennuskulttuurin muutosta kohti humanistisempaa ihmiskäsitystä sekä kehittää valmennuskulttuuria siten, että urheilu toimii hyvänä oppimisympäristönä. Kouluttajakoulutuksessa tehdään yhteistyötä Suomen Valmentajat ry:n Meidän urheilu -kehitystyön asiantuntijoiden kanssa.

Kouluttajakoulutus on osallistujille ilmainen. Tapahtumasta ja siihen liittyvästä koordinoinnista vastaa hankkeeseen palkattava projektipäällikkö.

2. HUHTIKUUN 2023 TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN (aluevalmennusverkoston julkistus ja jatkotyö)

Keväällä 2023 järjestetään uintiurheilulajeissa toimiville lasten- ja nuorten ohjaajille sekä valmentajille suunnattu tapahtuma, mikä pohjautuu Meidän urheilu – kohti laadukkaampaa suomalaista valmennusta -teeman ympärille. Tapahtuma tulee olemaan ilmainen osallistujille ja sen tavoitteena on rakentaa suomalaisen uintiurheilun valmennuskulttuurin muutosta humanistisempaan sekä urheilijalähtöisempään suuntaan.

Tapahtuma on seminaariluontoinen, jossa puhujina toimivat uintiurheilun parissa toimivia lasten- ja nuorten valmennuksen osaajia sekä asiantuntijoita, niin lajien sisältä kuin yli lajirajojen. Luennoitsijoina toimivat myös muun muassa Uimaliiton aluevalmennusjärjestelmässä toimivia asiantuntijoita ja esimerkiksi Suomen Valmentajat ry:n Meidän urheilu -kehitystyöstä vastaavia henkilöitä.

"Meidän urheilu -kehitystyön tavoitteena on aktiivisesti ja yhteisesti kehittää valmennuskulttuuria organisoidussa liikunta- ja urheilutoiminnassa ja vauhdittaa käynnissä olevaa muutosta." Lainaus Suomen Valmentajat ry:n materiaalista.

3. UIMAHYPYT: OHJAAJA- JA VALMENTAJAKOULUTUKSEN UUDISTAMINEN JA RAKENTAMINEN

UiEdu -osaamisohjelman yhtenä kokonaisuutena on rakentaa uimahypyille uusi koulutuskokonaisuus, mikä palvelee lasten- ja nuorten valmentajien osaamisen kehittymistä kohti urheilijalähtöisempää ja käytännönläheistä valmennusta. Koulutuksessa korostetaan tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston luomista. Hankkeen aikana rakennamme lasten- ja nuorten valmentajakoulutukseen TASO 1 koulutuksen, mikä palvelee noin 8-12 vuotiaiden uimahyppääjien valmentajien kouluttamista.

TASO1 -lasten- ja nuorten valmentajien uimahyppykoulutus kolmessa osassa:

Koulutuksen rakentaminen ja materiaalien valmistus kesällä ja alkusyksystä 2022, minkä jälkeen koulutus voidaan toteuttaa. Tekniikan lisäksi integroidaan koulutukseen pienissä määrin mm. seuraavia lasten ja nuorten valmentamiseen, taitovalmennukseen ja psyykkiseen valmennukseen liittyviä teemoja ja näkökulmia:

- Motivaatio
- Itseluottamus
- Pelot / pelkääminen uimahyppyissä

Näitä teemoja (liittyvät toinen toisiinsa) on tarkoitus tarkastella lajin näkökulmasta ja enemmän kokempohjaisesti kuin teoreettisesti.

Koulutus on tarkoitus rakentaa sopimaan sekä harrastustason että kilpatason valmennukseen sopivaksi. Materiaali ja itse koulutus sopivat myös pienempien ja uudempien seurojen käyttöön, mutta lähtökohdana on se, että materiaalin avulla voi valmentaa lapsille ja nuorille ne taidot ja lähtökohdat, että eteneminen kilpatasolle on myöhemmässä vaiheessa mahdollista (tavoitteena hyvä tekniikka ja laadukas valmennus).

TASO 1 työtapoina:

- Teorian minimointi, painopiste käytännössä
- Urheilijälähtöisyys keskiössä koulutuksen aikana
- Kokeneemman valmentajan harjoituksen seuranta
- Mallilasten ja kaverin valmentaminen
- Mallilasten ja kaverin avustaminen
- Hyppyjen ja liikkeiden kokeileminen itse
- Yhteiset keskustelut ja kokemusten jakaminen
- Materiaali jää osallistujien käyttöön pääosin videoina

TASO 1 koulutuksen tueksi / oheen luodaan uusi uimahyppäjien merkkijärjestelmä, joka motivoi ja innostaa lapsia-/nuoria harrastamaan uimahyppyä ja havainnoimaan omaa kehittymistään hausalla tavalla. Samalla tämä ohjaa hienovaraisesti varsinkin pienempiä ja uudempia seuroja kehittämään toimintaansa oikeaan suuntaan ja edesauttaa siten kansallisen tason kehittymistä. Yhteiset hyppytavoitteet merkkijärjestelmän kautta ovat myös pieni askel kohti yhtenäisempää, urheilijälähtöisempää ja humanistisempää lajikulttuuria lasten ja nuorten valmennuksessa.

Toiveena on pitää merkkien kerääminen matalan kynnyksen toimintana (= tehdä sen käyttöönotto seuroille helpoksi ja edulliseksi). Merkkijärjestelmä pystytään ottamaan käyttöön kohtuullisen lyhyellä aikataululla.

Hankkeen uudistustyössä kuvaamme oppimismateriaaleja koulutuksen tueksi. TASO 1 koulutuksen materiaalin tulee olla helposti saavutettavissa osallistujille myös koulutuksen jälkeen - videot ovat helpoin ja käytännönläheisin keino hyödyntää materiaalia omassa harjoituksissa. Kustannuksia tulee niin itse toteutuksesta kuin ulkoisten osaajien kuluista.

4. TAITOINTI: OHJAAJA- JA VALMENTAJAKOULUTUKSEN UUDISTAMINEN JA RAKENTAMINEN

UiEdu -osaamisohjelman yhtenä kokonaisuutena on rakentaa uimahyppyjen tapaan taitouinnille uusi koulutuskokonaisuus, mikä palvelee lasten- ja nuorten valmentajien osaamisen kehittymistä. Koulutuksessa korostetaan tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston luomista. Hankkeen aikana rakennamme lasten- ja nuorten valmentajakoulutukseen TASO 1 koulutuksen, mikä palvelee noin 8-14 vuotiaiden taitouimareiden valmentajien kouluttamista.

Lasten- ja nuorten valmentajien koulutukset ja osaamisen kehittämisen kokonaisuus (uusi koulutuskokonaisuus taitouinnille):

- Lajitaso 1-koulutuksen uudistus ja päivitys
- Lajitaso 2-koulutuksen päivitys
- Lasten oheisharjoitekoulutuksen luominen
- Meidän urheilu -teemoitettu koulutus seuratoimijoille
- Psykkinen koulutus erikseen, eikä upotettuna kokonaan lajitaso 1- ja 2-koulutukseen
- Suomen Valmentajat ry:n Meidän urheilu -kehitystyön vastaavan henkilön käyttö sparrauksessa
- Palautejärjestelmä koulutuksien tueksi

Uudistustyö on suunnattu parantamaan seurojen osaamista koronan tuomien negatiivisten vaikutusten parantamiseksi taitouintiseuroissa. Uusien valmentajien saaminen on koulutuskokonaisuuden uudistamisen keskiössä, sekä humanistisemman valmennuskulttuurin luomisessa taitouinnin pariin tulevaisuudessa.

Projektista vastaa hankkeen kautta palkattu projektipäällikkö, joka koordinoi asiantuntijat rakentamaan uutta koulutuskokonaisuutta.

5. VESIPALLO: OHJAAJA- JA VALMENTAJAKOULUTUKSEN UUDISTAMINEN JA RAKENTAMINEN

Hankkeen avulla rakennetaan vesipalloseuralle uusi koulutuskokonaisuus, mikä palvelee lasten- ja nuorten valmentajien osaamisen kehittymistä. Koulutuksessa korostetaan tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston luomista. Hankkeen aikana rakennamme kokonaan uuden koulutuksen asiantuntijoiden tekemänä kehittämään suomalaisen vesipallon lasten- ja nuorten valmennuskoulutuskokonaisuutta. Projektista vastaa hankkeelle palkattu projektipäällikkö.

Lasten- ja nuorten valmentajakoulutuksen uusi TASO 1 -koulutus vesipallossa.

- Lajitaso 1-koulutuksen uudistaminen
- Vesis -koulutuksen uudelleen rakentaminen
- Lasten oheisharjoitekoulutuksen luominen
- Meidän urheilu -teemoitettu koulutus seuratoimijoille

Hankkeen uudistustyössä kuvaamme vesipalloseuralle koulutukseen oppimismateriaaleja. TASO 1 koulutuksen videot ovat tukimateriaaleja kirjalliseen materiaaliin. Videokuvaukset käsikirjoitetaan asiantuntijoiden koordinoimana ja kuvaukset toteutetaan ostopalveluina hankkeen projektipäällikön koordinoimana.

6. PROJEKTIKOKONAISUUDEN VIESTINNÄLLISET TOIMET JA VIESTINNÄN ASIANTUNTIJAPALVELUT

Hankkeen viestintään on hankkeen tavoitteiden ja aluevaikutusten vuoksi korostunut tarve. Hankkeen onnistuneella viestinnällä varmistetaan hankkeen onnistuminen. Hankkeeseen kohdistetaan uimaliiton olemassa olevan viestintähenkilöstön 10-15 % työpanos.

Mittarit ja tulokset

Hankkeen tulokset ovat suoraan nähtävissä alueverkoston rakentamisen ja sen toiminnan käynnistymisen ja jatkuvuuden kautta. Tämä heijastuu suoraan lasten, nuorten ja urheilijapolulla olevien urheilijoiden kehittymiseen, valmennuksen ja valmennusosaamisen laatuun sekä alueellisen yhteistyön kehittymiseen (pidemmän aikavälin tulos). Koulutusuudistusten myötä tavoitellaan seurojen elinvoimaisuuden palauttamista ja toimintaedellytysten kasvattamista (harrastajamäärän kasvu, koulutettujen ohjaajien ja valmentajien määrä). Tuloksia mitataan hankkeen päätteeksi toteutettavien kyselyiden kautta (määrällinen, laadullinen).