

Valmentaja-akatemia -koulutusmalli Jyväskylän Urheiluakatemian toimintaympäristöön

Eemeli Kallas

Opinnäytetyö

Liikunnanohjaaja (YAMK)

Valmennuksen koulutusohjelma

2017



Tekijä(t) Eemeli Kallas	
Koulutusohjelma Liikunnanohjaaja (YAMK) valmennuksen koulutusohjelma 2017	
Opinnäytetyön otsikko Valmentaja-Akatemia - Koulutusohjelma Keski-Suomen Urheiluakatemia	Sivu- ja liitesivumäärä 6 + 2
<p>Tämän työelämän kehittämistehtävän keskeisenä tavoitteena on luoda Jyväskylään urheiluakatemialle valmentaja-akatemimalli. Koulutuksen sisällöllinen näkökulma on paikallisen valmennusosaaminen kehittäminen urheiluakatemia toiminnassa mukana olevissa lajeissa. Koulutus rakentuu lajiosasta, jonka lajit itse tuottavat, sekä yhteisistä osista, joissa käytetään urheiluakatemia ja asiantuntijaverkon tietämystä. Tavoitteena on viedä koulutettavat suoraan kentälle, siihen toimintaympäristöön ja valmennusrooliin, joissa on valmennuksellista tarvetta. Yhteisten koulutusosioiden kautta luodaan yhtenäiset raamit ja toimintamallit Jyväskylän Urheiluakatemia valmennustoiminnalle.</p> <p>Työ toteutettiin yhdessä asiantuntijaverkon kanssa osana Jyväskylän Urheiluakatemia valmennusosaamisen kehittämistä. Työn tilaajana on Jyväskylän urheiluakatemia. Valmentaja-akatemia mallin suunnittelu toteutettiin tiiviissä yhteistyössä työn tilaajan, eli Jyväskylän urheiluakatemia, keskeisten asiantuntijoiden ja koulutukseen mukaan lähtevien lajien kanssa. Suunnitteluprosessi käynnistyi elokuussa 2016 ja ensimmäinen koulutus käynnistettiin elokuussa 2017. Koska kyseessä on paikalliseen toimintaympäristöön keskittyvä koulutus, näkökulmaksi valikoitui luonnostaan jyvaskyläläinen urheilu- ja valmennuskulttuuri ja miten ja millaista menestystä Jyvaskyläläisessä urheilussa on pystytty saavuttamaan.</p> <p>Työelämän kehittämistehtävän tuloksena saatiin luotua raamit, joiden sisällä koulutustukipalvelua aletaan toteuttamaan. Valmentaja-akatemimallin kautta uusilla valmentajilla on mahdollisuus verkostoitua, ja päästä osaksi valmentaja-akatemia valmentaja rinkiä, sekä kuulemaan maamme parhaiden asiantuntijoiden luentoja. Lajivalmentajat saavat tuekseen oikeisiin rooleihin asetettavia apuvalmentajia, lajit saavat apua uusien valmentajien rekrytoimiseen, tukea koulutusten sisällön tuottamiseen yli lajirajojen.</p> <p>Koulutuksen vieminen osaksi kaikkien lajien toimintaa etenee vaiheittain, niin että ensimmäisessä vaiheessa mukana on kolme lajia; hiihto, jääkiekko sekä telinevoimistelu. Ensimmäisen vaiheen lajien kautta nähdään, miten käytännön toteutus onnistuu, mitkä toimintamallit ovat hyviä, missä on mahdollisia suden kuoppia. Alkukartoituksen jälkeen mukaan otetaan lisää lajeja, sitä mukaa kun uusille valmentajille nähdään tarvetta. Askel kerrallaan valmentaja-akatemia toimintamalli tullaan juurruttamaan osaksi kaikkien Jyväskylän urheiluakatemiassa mukana olevien lajien valmentajakoulutusta. Pidemmällä tähtäimellä, tätä mallia on mahdollista hyödyntää myös muiden Suomen urheiluakatemioiden toimintaympäristöissä.</p>	
Asiasanat Urheiluakatemia, valmennusosaaminen, akatemimalli.	

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Valmennusosaaminen Suomessa	8
2.1	Suomalainen valmennuskoulutusjärjestelmä.....	8
2.1.1	Suomalaisen valmennusosaamisen malli.....	9
2.2	Valmennuskoulutusprosessin suunnittelu.....	11
2.2.1	Mentorointi	12
2.3	Valmentaminen ammattina Suomessa.....	12
2.4	Osallistuva asiantuntijuus ja huippuosaamisen kehittäminen	15
3	Suomen Urheilu-Akatemia ohjelma	18
3.1	Suomen urheiluakatemit	18
3.2	Jyväskylän Urheiluakatemia.....	19
3.3	Jyväskylän Urheiluakatemian valmennusosaamisen kehittäminen.....	20
3.3.1	Jyväskylän Urheiluakatemian strategia	21
3.3.2	Jyväskylän Urheiluakatemian painopistelajit ja tukipalvelut	22
4	Työelämän kehittämistyön tavoitteet	23
5	Työn vaiheet	24
6	Valmentaja-Akatemia	28
6.1	Koulutuksen sisältö ja tavoitteet	28
6.1.1	Teemat.....	30
6.1.2	Koulutuksen yleiset osat.....	30
6.1.3	Koulutuksen lajisisällöt	31
6.2	Lajivalmentajat mentoreina	31
6.2.1	Osaamistavoitteet	32
6.3	Ensimmäisen vaiheen lajit.....	33
6.4	Koulutettavien valinta ja rekrytointi	33
7	Pohdinta.....	34
	Lähteet	37
	Liitteet 1.....	40

1 Johdanto

Suomalaisessa urheilussa on jo pidemmän aikaan lähdetty ajatuksesta "urheilija keskiössä". Samaan aikaan kuitenkin valmentajien ammattitaitoon ja osaamiseen, ei olla panostettu samassa suhteessa. Viime aikoina pelkän urheilijan sijaan on alettu puhumaan valmentautumisesta ja sen saamisesta keskiöön. Samalla on alettu kiinnittämään huomiota myös valmentajien osaamiseen ja valmennuksen laadun parantamiseen.

Suomessa erilaisissa valmennustehtävissä toimii arviolta n. 80000 henkilöä, joista ammatikseen valmentaa vain n. 2%. Voidaan siis todeta, että suomessa valmennus perustuu edelleen hyvin pitkälti osa-aikaisuuteen ja vapaaehtoisuuteen. Vallitsevan taloustilanteen ja urheiluun kohdentuvien varojen valossa voidaan olettaa, ettei ammattivalmentajien määrä tule myöskään lähitulevaisuudessa merkittävästi lisääntymään.

Valmentajien koulutustaso ja oman osaamisen taustat ovat hyvin kirjavina. Erään tutkimuksen mukaan vain reilu 60% urheiluakatemioiden valmentavista valmentajista on suorittanut vähintään 3. tason valmentajakoulutuksen ja n. 8% harjoitti valmennusta ilman minkäänlaista koulutusta.

Jyväskylässä, niin kuin koko valtakunnassa, on huomattu selkeä tarve uusien valmentajien saamiseksi mukaan eri lajien valmennusrinkeihin. Tässä työelämän kehittämistyössä lähdettiin rakentamaan valmennuskoulutuksen tukipalvelumallia Jyväskylän urheiluakatemian toimintaympäristöön. Valmentaja-akatemian tavoitteena on mahdollistaa eri lajien valmentajien kouluttaminen kohdennetusti, ensisijaisesti JUA:n toimintaympäristöön ja samalla yhtenäistää paikallista valmennuskulttuuria ja toimintamalleja.

Ajatus Valmentaja-Akatemia syntyi osana Jyväskylän Urheiluakatemian sisäisen valmennusosaamisen kehittämistä. Aki Karjalaisen aloitettua Keski-Suomen urheiluakatemiakoordinaattorina 1.8.2016, alkoi koko akatemian toimintaa koskettava kehittämisprosessi, joka sisältää myös valmennusosaamisen kehittämisen. Samalla myös Keski-Suomen Urheiluakatemian nimi vaihtui Jyväskylän Urheiluakatemiksi 2017 alusta.

Maaliskuussa 2017 Marko Malvela otti kokonaisvastuun Jyväskylän Urheiluakatemian valmennusosaamisen kehittäjänä, tavoitteena jakaa tietotaitoa ja osaamista akatemian sisällä ja lisätä ajatusten vaihtoa ja hyviä toimintamalleja lajirajojen yli. Valmennusosaamisen kehittäminen lähti isossa kuvassa liikkeelle siitä, että lähdettiin

selvittämään paikallisia "menestystarinoita". Ketä Jyväskyläläisiä on noussut eri lajien absoluuttiselle maailman huipulle yksilölajeissa ja toisaalta, millä keinoin JYP on onnistunut luomaan menestystä jääkiekossa. Käytännössä järjestetään Marko Malvelan vetämiä haastattelutilaisuuksia, joissa menestyksessä avainroolissa olleet valmentajat käyvät kertomassa oman tarinansa. Näistä tarinoista pyritään löytämään avaintekijöitä, jotka ovat mahdollistaneet menestyksen ja mahdollisesti poimimaan hyviä käytänteitä Jyväskyläläisen valmennusmallin tueksi.

Valmentaja-akatemiatoimintaa kehitetään osana koko akatemian valmennusosaamisen kehittämistä. Valmentaja-akatemiaan hakeutuville valmentajille tarjotaan tukea oman osaamisensa kehittämiseen. Heidät jalkautetaan osaksi lajivalmennustiimejä. Käytännön valmennuskokemuksen lisäksi he osallistuvat valmentajatapaamisiin, he saavat sparrausta ja oppia lajiensa parhailta valmentajilta. Vastavuoroisesti lajivalmentajat, eli mentorit saavat avukseen lisäkädet, omaa työtään helpottamaan, toisaalta saamaan palautetta omasta valmentamisestaan.

Valmentaja-Akatemia tukee valmentajaksi kasvamista ja antaa käytännön kokemusta pohjaksi lajiliittojen järjestämiin lajivalmennuskoulutuksiin hakeutuville. Lopulta osaamisen ja koulutuksen toivotaan näkyvän ja leviävän muuttoliikkeen kautta myös muualle suomen valmennuskulttuuriin.

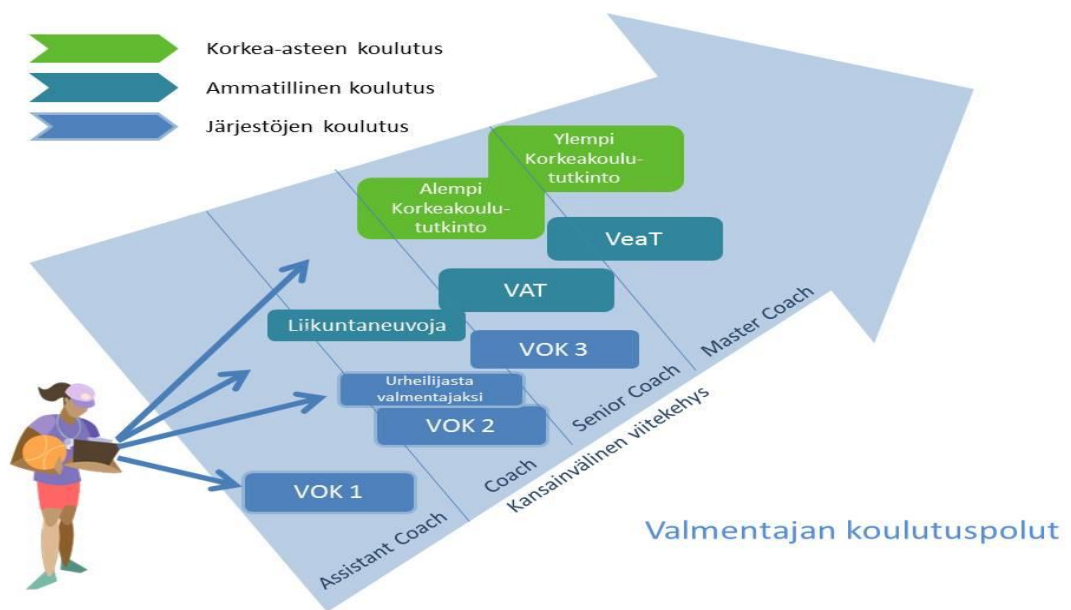
Tässä työssä kuvataan valmentaja-akatemiamallin kokonaisuuden luomisprosessia ja esitellään Valmentaja-akatemiamalli. Valmentaja-Akatemian toiminta-ajatus pohjautuu samaan ajatukseen, kun urheiluakatemia; urheiluakatemia luo edellytyksiä urheilijan kehittymiselle, valmentaja-akatemia toimii ponnahduslautana uusille valmentajille, joilla on tavoite kehittää omaa osaamistaan ja nousta itseään kouluttamalla ja kehittämällä urheiluvalmennuksen osaajiksi.

Valmentaja-akatemian tavoitteena on luoda lajirajat ylittävä valmennusideologia, Jyväskylän Urheiluakatemian toimintaympäristöön, saada lisää valmentajia urheiluakatemian lajeihin, lajien tarpeen määrittämiin rooleihin. Seurayhteistyön kautta Valmentaja-Akatemialaisia tuetaan nousemaan valmennustehtäviin myös seuroissa. Isossa kuvassa tavoite on luoda koko Jyväskylän Urheiluakatemiaan yhteisiä toimintamalleja, tiiviimpää valmennusyhteistyötä ja kehittää Jyväskyläläinen valmennusideologia ja -malli, joka muuttoliikkeen kautta lähtee leviämään myös muihin Suomen urheilun toimintaympäristöihin.

2 Valmennusosaaminen Suomessa

2.1 Suomalainen valmennuskoulutusjärjestelmä

Suomalainen valmennuskoulutusjärjestelmä on kattava ja se tarjoaa valmentajalle useita eri polkuja edetä omassa kouluttautumisessaan. Koulutuksia järjestetään niin järjestöjen, liittojen kuin ammatti- ja korkeakoulujen puolesta. Koulutuspolku ajatuksessa painotetaan valinnan mahdollisuutta. Ajatuksena, on että valmentaja pystyy hakemaan itselleen eritasoista koulutusta, silloin kun se on oman valmennusosaamisen kehittymisen kannalta olennaista. Lisäksi Olympiakomitean puolesta halutaan korostaa, että koulutusten läpi kahlaamista olennaisempaa on karttunut osaaminen.



Kuvio 1. Suomalainen valmennuskoulutusjärjestelmä
(Hämäläinen 2016)

Urheiluakatemia-ohjelmassa on keskitytty nostamaan urheilija keskiöön. Samaan aikaan valmentajien koulutus ei ole kokenut merkittäviä muutoksia 2010 -luvulla. Edelleen suosituimmat valmentajakoulutukset ovat VAT (valmentajan ammatutkinto) sekä VEAT (valmentajanerikoisammattitutkinto). Vuonna 2014 tehdyn tutkimuksen mukaan urheiluakatemioiden valmentajista vain 63,3% on suorittanut vähintään 3. tason koulutuksen (lajivalmentajakoulutus), täysin ilman valmennuskoulutusta oli 7,9% lajivalmentajista. Tutkimuksessa on noussut esiin myös se, että osaamisen jakaminen yli lajirajojen on haastavaa ja vain noin puolet verkoston toimijoista osallistui lajien väliseen yhteistyöhön useammin kuin kerran viikossa. (Manninen & Lämsä 2015, 30.)

Vuonna 2013 eri toimintaympäristöissä, lapsuusvaiheen valmennuksesta huippuvaiheen valmennukseen, toimiville valmentajille tehdyn seurantakyselyn perusteella 63,5% valmentajista kertoi osallistuneensa valmentajakoulutukseen edellisen 4 vuoden aikana. Suurin osa (57,3%) valmentajista oli suorittanut liiton- tai ammatilliseen, tason 1 tai 2 koulutukseen. Kolmostason tai sitä korkeamman koulutuksen oli suorittanut 37,4% kyselyyn vastanneista, (n=712).

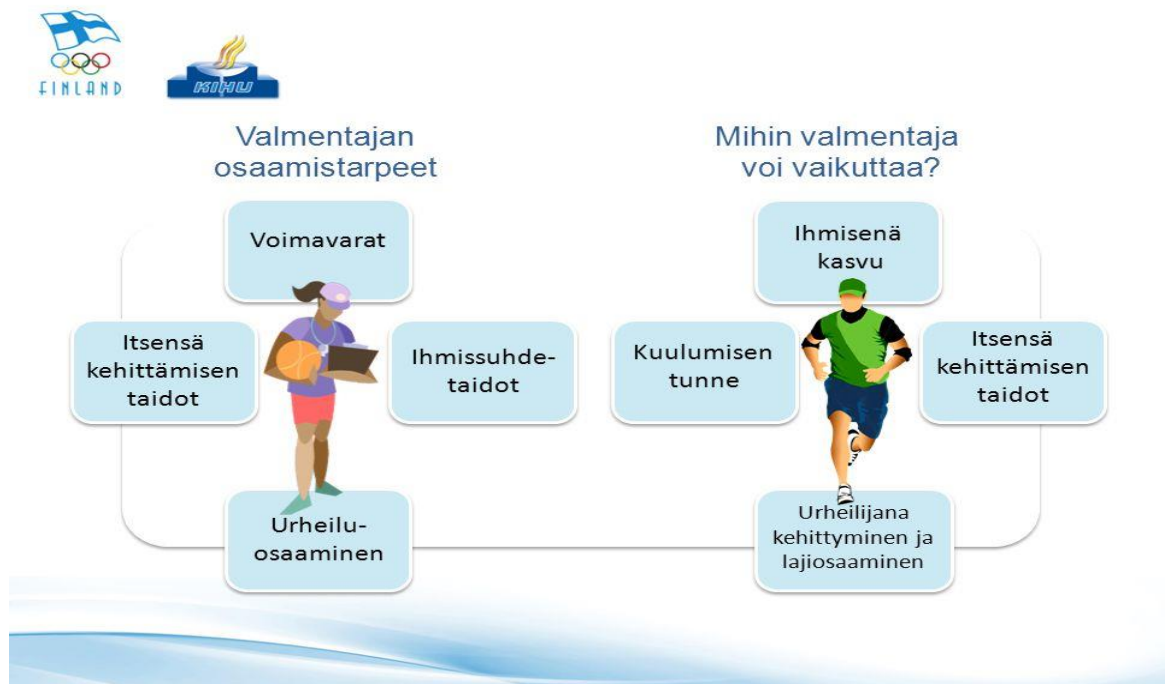
Taulukko 2. Suomalaisten valmentajien valmennuskokemus vuosina.

	200	201	Erotus
Valmentajakokemus	%	%	
0-2 vuotta	4,	1,	-3,3
3-5 vuotta	16,	7,	-9,2
6-10 vuotta	27,	29,	2,5
yli 10 vuotta	51,	61,	10,0
Valmentajakoulutus			
Ei koulutusta	4,	2,	-1,9
I-taso	46,	38,	-7,1
II-taso	17,	18,	0,5
III-taso	10,	13,	3,3
Ammattitutkinto	7,	12,	5,0
AMK, yliopisto	11,	11,	-0,7
Muu	2,	2,	0,8

(Blomqvist ym. 2013, 13)

2.1.1 Suomalaisen valmennusosaamisen malli

Suomalaisen valmennusosaamisen malli esiteltiin vuonna 2012. Malli on kolmiosainen. Sen perustana ovat valmentajan toimintaympäristö, valmentajan vaikutusmahdollisuudet sekä valmentajan osaamistarpeet. Valmentajan omat voimavarat luovat mallin pohjan. Valmentajan oma jaksaminen on tärkeää muiden osa-alueiden kehittämisen kannalta. Itsensä kehittämisen taidot ovat työssä oppimisen kannalta kaiken kehityksen avaintekijä, tästä syystä itsensä suomalaisen valmennuskoulutuksen tulee rakentua näiden taitojen kehittämisen ympärille. Jotta valmentaja pystyy hyödyntämään ja käyttämään omaa ammattitaitoaan, myös ihmissuhdetaidot täytyy olla kunnossa. Näiden osa-alueiden lisäksi valmentajalta tulee löytyä myös riittävä määrä urheiluosaamista. Urheiluosaamisella tarkoitetaan suomalaisen valmennusosaamisen mallin yhteydessä, paitsi yleistä urheiluosaamista ja -tietoutta, myös muun muassa valmentajan pedagogisia taitoja, ymmärrystä terveyden edistämisestä sekä teknisten apuvälineiden hyödyntämisen osaamista valmennuksen apuvälineenä. (Hämäläinen K, 2016)



Kuvio 3. Suomalainen valmennusosaamisen malli.
(Hämäläinen 2016).

Kuten kaikessa nykyhetkessä tapahtuvassa koulutuksessa, myös valmennuskoulutuksessa laatutekijät heijastuvat aina sen hetkisiin muun koulutuksen ja kasvatuksen vallitseviin laatuikäsiin. Käsitteet hyvästä, laadukkaasta muuttuvat ajan mukana. Aiemmin hyvää opetusta kuvasivat mm. Kuri ja kontrolli, materiaalit ja sisällöt, mitattavuus, vertailtavuus ja yhdenmukaisuus. Tämän päivän kuva hyvästä valmentajuudesta korostaa yksilöllisyyttä, monipuolisuutta, vaikuttavuuteen pyrkivyyttä. Valmentajuus lähtee tarpeesta kehittyä ja kehittää jotain. Itsearviointia on tullut tärkeä osa oppimisen arviointia.

Valmennuskoulutuksen ja osaamisen kehittämisen suunnittelu ovat tulevaisuustyötä. Koska tulevaisuuden ennustaminen on mahdotonta, valmentajien ja urheilutoimijoiden täytyy pyrkiä nopeaan uuden omaksumiseen ja jatkuvaan kehittymiseen. Koulutuksen näkökulmasta ongelmallista on, että rakenteiden muuttaminen ja uusien toimintatapojen saaminen käytäntöön on hidasta. Tulosten ja vaikuttavuuksien arviointia pystytään tekemään vasta pidemmän ajan kuluttua.

Kun siirrytään tarkastelemaan nykyisistä valmentajasukupolvista nykyistä y-sukupolvea, huomataan että asioiden myös urheilun merkitys on muuttunut voimakkaasti. 2000-luvun lapsille tärkeää on asioiden merkittävyys ja elämyksellisyys. Lapset ja nuoret ovat digiaktiivisia, heille kaikki olemassa oleva tieto on saavutettavissa. Tämä antaa oman

haasteensa nykyvalmentajien itsensä kehittämiseksi ja keinojen löytämiseksi, niin valmentajuus pysyy mukana kehityksessä myös lähitulevaisuudessa,,. (Hämäläinen K., 2016)

2.2 Valmennuskoulutusprosessin suunnittelu

Valmennusosaamisen käsikirjassa (2016) määritellään, että valmennuskoulutuksen suunnittelu tulisi lähteä liikkeelle pohtimalla asiaa oppimisen näkökulmasta ja lähteä suunnittelemaan ensisijaisesti oppimisprosesseja. Tärkeintä on alussa luoda malli, joka tukee koulutettavan sisäisen motivaation syttymistä opittavaa asiaa kohtaan. Sisäisen motivaation kannalta merkittäviä asioita ovat pätevyyden ja autonomian kokemukset, tunne yhteenkuuluvuudesta ja valmentajan merkittävyydestä. (Hämäläinen K. 2016)

Valmentaminen nähdään usein kutsumusammattina. Intohimo ja sisäinen motivaatio ohjaavat valmentajan työtä. Intohimo ja sisäinen motivaatio ovat tärkeitä tekijöitä valmentajan kehittymisen kannalta. Motivaatio on sisäsyntyistä silloin, kun kukaan ulkopuolinen ei pysty pakottamaan henkilöä itseään innostumaan jostain asiasta. (Isokorpi T. 2013).

Valmentajien seurantakyselyn perusteella valmentajat kokivat, että oman käytännön valmennuksen laadun parantamiseksi merkittävintä kehitystekijää olivat motivoinnin ja innostamisen, tilanneherkkyyden ja palautteen antamisen sisältöalueet. Tärkeänä nähtiin myös urheilijan kehittymisen ymmärtäminen ja sen arvioiminen. (Blomqvist & Hämäläinen 2013).

Koulutusta suunniteltaessa, myös oppimistyylien huomioiminen on erittäin tärkeää. Oppimistyyli kuvaa yksilön tapaa, etsiä, hankkia ja käsitellä informaatiota, miltä kantilta hän ensi sijaisesti lähtee tarkastelemaan opeteltavaa asiaa ja millä keinoilla hän asian oppii helpoimmin ja nopeimmin. Valmentajien kyselytutkimuksen (N=712) perusteella, yhdeksän kymmenestä kyselyyn vastanneesta kertoi olevansa kinesteettisiä ja/tai visuaalisia oppijoita. Valmentajien oppimisen toimintatapoja tarkasteltaessa suurin osa vastanneista ilmoitti olevansa aktiivisia osallistujia (37,1%), käytännön toteuttajia oli vastaajista 26,7% ja harkitsevia tarkkailijoita 18,8%. Pienempi osa (14%) ilmoittivat olevansa loogisia ajattelijoita. (Blomqvist & Hämäläinen 2013).

2.2.1 Mentorointi

Mentori määritellään henkilöksi, joka antaa neuvoja, ohjausta ja tukea mentoroitavalle. Mentorointi suhde muodostuu työyhteisön jäsenten välille. Mentorointi ei kuulu mentorin pääasiallisiin työtehtäviin. Mentorointi on yleensä vapaaehtoista. (Van Emmerik, Baugh & Euwema 2005, 312). Mentori on tavallisesti kokeneempi ja pätevämpi henkilö, joka toimii opettajana, ohjaajana ja roolimallina itseään nuoremmalle ja kokemattomammalle koulutettavalle. (Stokes 2003, 32). Mentoroinnin onnistumisen kannalta olennaista on, että sen sisältö on suunniteltu molempia osapuolia tyydyttäväksi. Mentori on yleensä sitoutunut ja työorganisaation kannalta tärkeä työntekijä. Kohdennetussa toimintaympäristössä tiedon ja osaamisen siirtämisen ja lisäämisen kannalta mentorointi on hyvä keino, koska se on erittäin substanssi orjentoitunutta. (Hellbom 2005, 92).

Mentorit toimivat mentoroitavan ohjaajina, opettajina ja neuvojina. Prosessin aikana mentorin rooli vaihtelee mentoroitavan tarpeen mukaan, vaihdellen emotionaalisesta tuesta kognitiiviseen tukeen. (Jacobi 1991.) Mentoroinnin merkitys Euroopassa korostaa sen laaja-alaista merkitystä yksilön kehityksen tukena. Yhdysvalloissa mentorointi määritellään kapeammin urakehityksen edistäjänä. (Clutterbuck & Ragins 2002; Megginson 2000).

2.3 Valmentaminen ammattina Suomessa

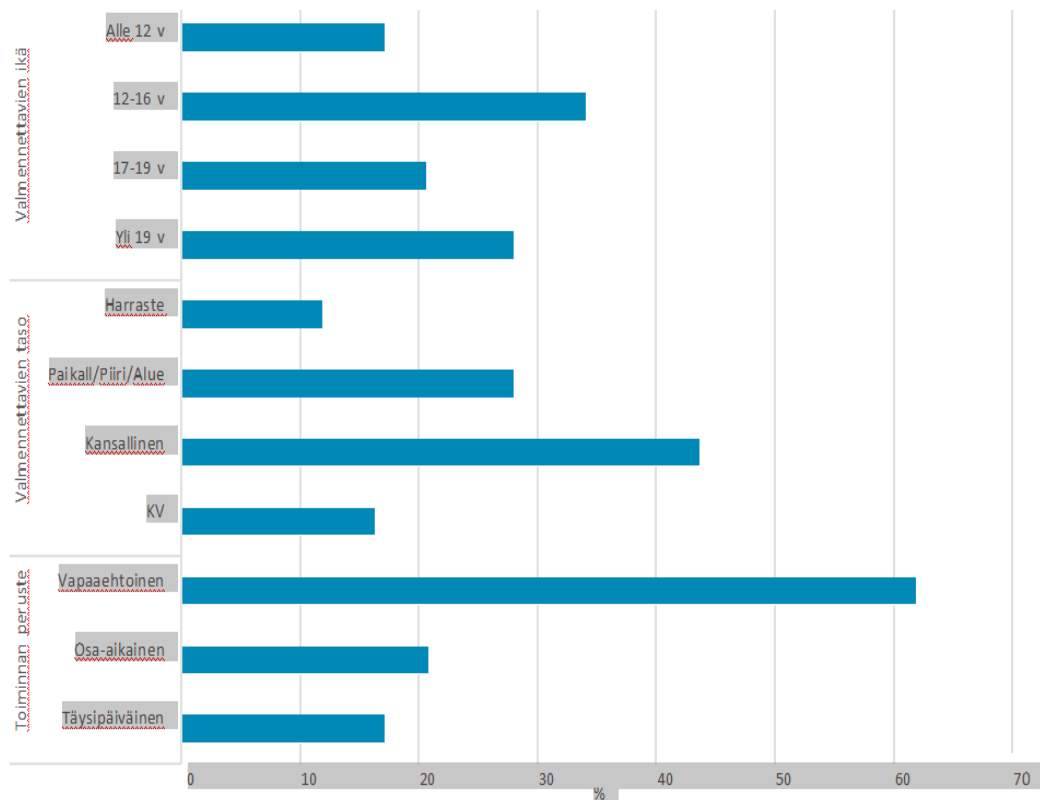
Vuonna 2016 tehdyn selvityksen mukaan Suomessa oli 1682 ammattivalmentajaa. Urheilun kehittämiseen satsaaminen on selvästi lisännyt ammattivalmentajien määrää, kasvua verrattuna vuoden 2012 tilanteeseen on n. 30%. Eniten amatikseen valmentavia toimijoita löytyy jalkapallosta, jääkiekosta, tenniksestä, taitoluistelusta ja uinnista. Kilpaurheilun parissa työskentelevistä valmentajista selkeästi suurin osa on miehiä, lähes 3/4. Puolestaan harrasteurheilun puolella ero tasoittuu ja naisia toimii valmentajina lähes yhtä paljon kuin miehiä (Blomqvist ym.2012, 9)

Valmentajille tehdyn seurantatutkimuksen mukaan, Suomessa valmentajat ovat keskimäärin suhteellisen kokeneita. Kyselyyn vastanneiden keskimääräinen valmennuskokemus oli 15,5 vuotta. Alle 5 vuotta valmennusta tehneitä oli vain hieman alle 10%. (Blomqvist ym. 2013)

Suomalainen urheiluvalmennus pohjautuu kuitenkin edelleen vahvasti vapaaehtoisuudelta toimivien amatöörivalmentajien panokseen. Kaiken kaikkiaan Suomessa erilaisissa valmennustehtävissä toimii yhteensä noin 80000 henkilöä, joista

ammattikseen valmentavien osuus on arviolta vain hieman yli 2%. (Puska M. & Lämsä J., 2016). Valmentamisen pariin ajaututaan yleensä oman urheilu-uran jälkeen. Oma urheilu-ura toimi motiivina 43% kyselyyn vastanneista valmentajista. Oman lapsen harrastamisen kertoi motiiviksi puolestaan 23%. Ammattivalmentajuutta ei pidetty erityisen houkuttelevana, sillä vain 13% kertoi tavoittelevansa ammattivalmentajan paikkaa ja kaikista vastanneista vain n. 8% koki, että valmentajan ura ja siihen pyrkiminen on yksi kolmesta tärkeimmästä motivaatiotekijästä. Täysipäiväisesti valmennustyötä tehneistä alle 30% koki valmentajan uran tärkeäksi motivaatiotekijäksi (n=79). Positiivista oli kuitenkin se, että n. 70% vastaajista kertoi tavoitteekseen kehittymisen valmentajana. (Blomqvist ym. 2012, 19). Kyselyyn vastanneista valmentajat (n=460), nostivat valmennustoiminnan jatkamisen kannalta merkittävimiksi motiiveiksi urheilijan kehityksen seuraaminen (68,5%), vuorovaikutus urheilijoiden kanssa (n. 48%), sekä oman lajin parissa toiminnan jatkaminen (n 42%). (Blomqvist ym. 2013, 16).

Suurin osa valmentajista toimii lasten ja nuorten urheilun parissa. Valmentajista alle 16 vuotiaiden kanssa toimii hieman yli puolet vastanneista. 17-19 vuotiaiden nuorten aikuisten parissa työskentelee reilu 20% ja yli 19 vuotiaiden kanssa vajaa 30% vastanneista. Kilpaurheilun kansallisella ja kansainvälisellä tasolla toimi n. 60% valmentajista ja harraste sekä alueellisissa valmennustehtävissä n. 40%.



Kuvio 4. Suomalaisien valmentajien toimintaympäristöt (Blomqvist ym. 2013, 15).

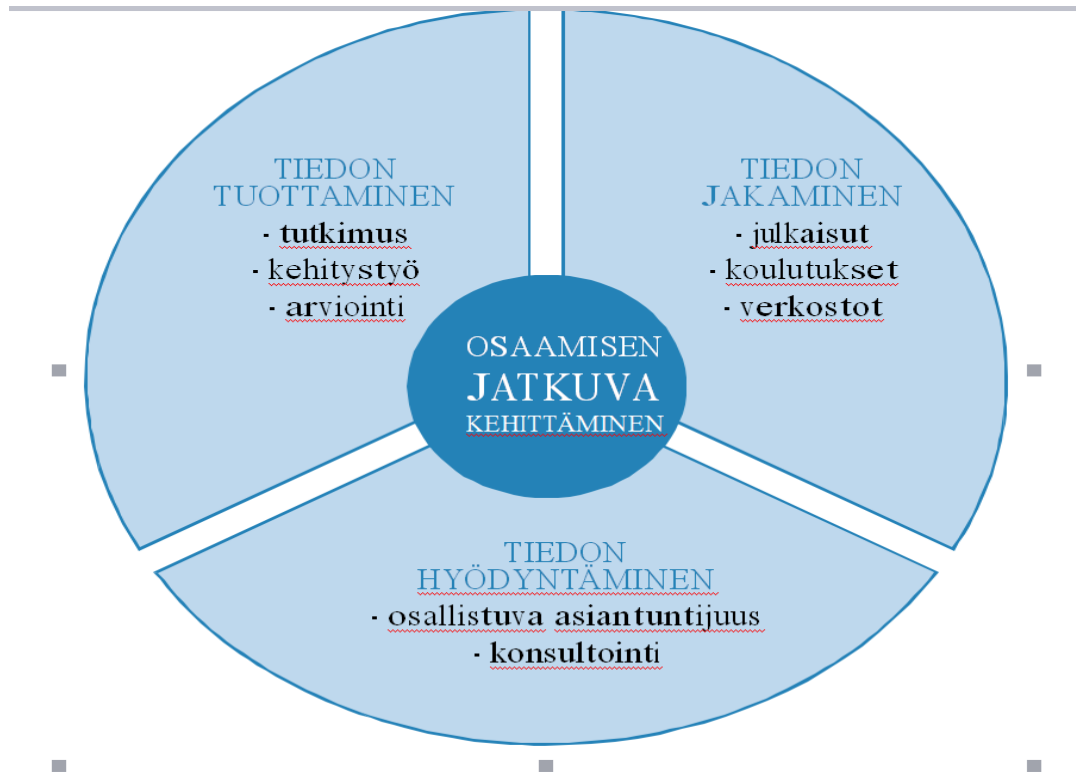
Suomessa luotu valmennusosaamisen malli kuvaa myös valmentajana kehittymistä ja kehittymisen vaiheita. Valmentajan polku -mallissa lähtökohtana mallintamisessa on käytetty motivaatiopohjaa, millä perusteella ja motiiveilla valmennustyöhön tullaan mukaan.



Kuvio 5. Valmentajan polku (Danskanen ym. 2014)

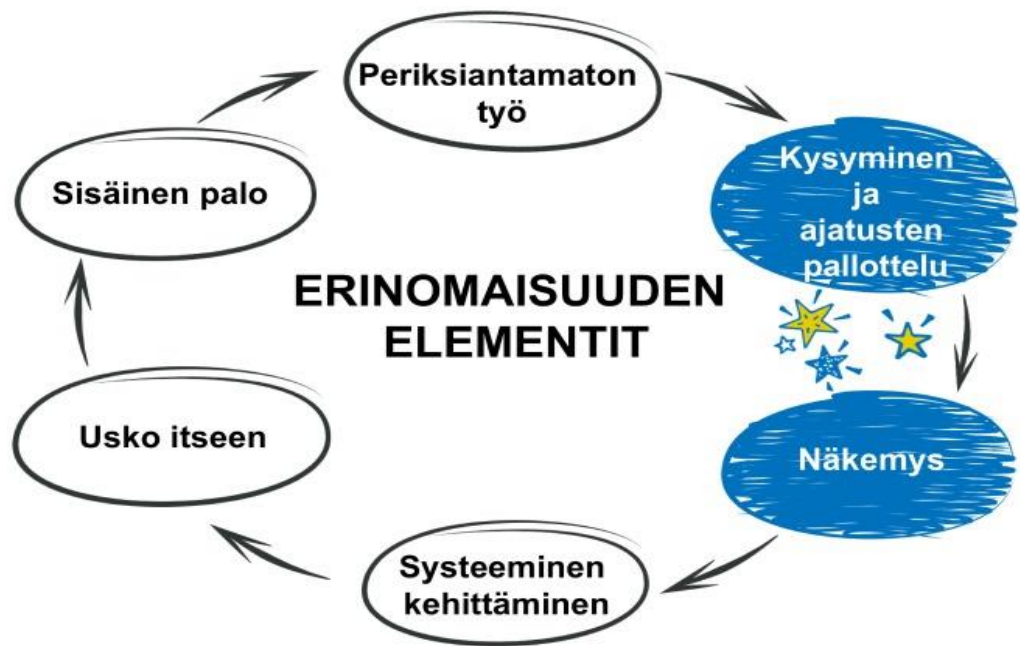
2.4 Osallistuva asiantuntijuus ja huippuosaamisen kehittäminen

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksella on merkittävä rooli, paitsi Jyväskyläläisen niin koko suomen huippu-urheilun kehittämistyössä. Kihulla tehdään jatkuvaa tutkimus ja kehittämistyötä urheilun eri osa-alueilla. Muun muassa osaamisen kehittäminen ja uuden tiedon ja ratkaisujen tuottaminen ja hyödyntäminen ovat Kihulla tärkeimpiä arvoja. Kihulla tehdään työtä näyttöön perustuvan osallistuvan asiantuntijuuden ja valmennusosaamisen kehittämiseksi. Näyttöön eli ns. Faktaan perustuvalla asiantuntijuudella tarkoitetaan parasta mahdollista saatavilla olevaa tietoa ja sen vastuullista käyttöä urheilun asiantuntijatyössä. Näyttöön perustuvassa asiantuntijuudessa yhdistyvät tieteellinen tutkimus, asiantuntijoiden osaaminen ja kokemus sekä oma tieto.



Kuvio 6. Osaamisen jatkuva kehittyminen (Kilpa- ja huippu-urheilututkimuskeskus 2016, 3.)

Jos halutaan saavuttaa huippuosaamista tai -menestystä, hyvä ei riitä. Susanna Rahkamon väitöskirjassa huippuosaamisen ja sen kehittämisen osa-alueiksi pystyttiin nimeämään kuusi vaihetta; 1) Kysyminen ja ajatusten pallottelu 2) näkemyksen muodostaminen 3) soveltaminen 4) usko omaan tekemiseen 5) sisäinen palo ja 6) periksiantamaton työ. (Rahkamo S. 2016 s. 183-188.)



Kuvio 7. Erinomaisuuden elementit
(Rahkamo, 2016)

Jotta huippuosaamista syntyy, tarvitaan aktiivista kanssakäymistä eri toimijoiden, valmennustiimin kesken. Jokainen ihminen näkee maailman eri tavalla ja eri ihmisillä on erilaisia vahvuuksia ja osaamista. Oma ajatus valmentajuudessa vahvistuu, kun näkökulmia ja osaamista jaetaan. Osaamisen kehittäminen on jatkuvaa kysymistä ja kyseenalaistamista. Uutta tietoa täytyy hakea jatkuvasti. Yleensä huippuvalmentajaksi kehittymiseen tarvitaan ennen kaikkea nopeaa kykyä omaksua uutta, koska tietouden lisääntymisen kautta urheilussa tapahtuu jatkuvaa muutosta ja kehittymistä.

Vuonna 2009 tehdyssä tutkimuksessa huippuosaamisen synnyn taustalta löydettiin seitsemän yleistettävää asiaa. Ajankäytön hallinta, kiinnostus työhön, sosiaalisuus, kilpailun halu, stressinsietokyky, pitkäjänteisyys, kehityskyky. Näistä stressinsietokyky todettiin, huippuosaamisen kannalta, yksittäisistä ominaisuuksista tärkeimmäksi yksittäisistä ominaisuudeksi. (Korpelainen ym., 2009).

3 Suomen Urheilu-Akatemia ohjelma

Urheiluakatemiatoiminta alkoi 2000-luvun alkupuolella. Alkuun ne olivat paikallisia tai seudullisia yhteistyöverkkoja, joissa oli mukana oppilaitokset, eri urheiluorganisaatioita, kuntayhteisöt sekä erilaisten asiantuntija palveluiden tuottajat. Yhä edelleen urheiluakatemioiden toiminta perustuu olemassa olevien rakenteiden ja yhteensovittamiseen ja edelleen kehittämiseen. Tavoitteena on luoda edellytyksiä urheilijan opiskelu-, työ- ja urheilu-urien yhteensovittamiseksi.

Vuonna 2007 Suomen Olympiakomitea otti vastuun urheiluakatemioiden valtakunnallisesta koordinoinnista. Urheiluakatemit saivat entistä merkittävämmän roolin vuonna 2013, urheilun muutostyön käynnistyessä, jolloin perustettu huippu-urheiluyksikkö linjasi kolmeksi pääohjelmaksi, osaamisohjelman, huippuvaiheenohjelman sekä urheiluakatemiaohjelman.

Urheiluakatemiaohjelma koordinoi ja ohjaa urheiluakatemiaverkoston toimintaa. Urheiluakatemiaverkosto muodostuu 22 urheiluakatemian toimintaympäristöstä, jossa vuonna 2016 mukana oli yhteensä 11350 urheilijaa ja 620 valmentajaa, jotka työskentelevät noin 80 eri lajin parissa. Valmentajista 90 oli Olympiakomitean tuella palkattua Nuorten Olympiavalmentajaa (NOV).

(Urheiluakatemiatoiminnan ohjeisto 1.)

3.1 Suomen urheiluakatemit

Urheiluakatemiaohjelma vastaa koko Urheilijan polun kattavan akatemiaverkoston johtamisesta. Se on huippu-urheilun alueellinen verkosto ja koko urheilijan polun perustukiratkaisu, joka toimii kehittyvänä osaamisen ja olosuhteiden mahdollistajana urheilijan polun kaikissa vaiheissa. Urheiluakatemiaverkostossa on polun kaikissa vaiheissa olevia urheilijoita, valmentajia ja asiantuntijoita, joiden osaamista kehitetään yhteistyössä huippuvaiheen ja osaamisohjelman asiantuntijoiden kanssa.

Suomessa on tällä hetkellä yhteensä 22 urheiluakatemiaa ympäri Suomea. Näistä kuusi on ns. painopisteakatemiaa. Niihin kuuluvat Lapin Urheiluakatemia, Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia, Jyväskylän Urheiluakatemia, Tampereen Urheiluakatemia, Turun Seudun Urheiluakatemia ja Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemia. Lisäksi Maastamme löytyy kuusi valtakunnallista huippu-urheilun valmennuskeskusta, jotka edustavat suomalaista huippuvalmennusosaamista. Olympiakomitean Huippu-urheiluyksikkö kehittää suomalaista valmentajuutta ja valmentautumisen olosuhteita yhteistyössä

Eerikkilän, Kuortaneen, Lapin Urheiluopiston, Pajulahden, Vierumäen sekä Vuokatin valmennuskusten kanssa.



Kuvio 8. Suomen urheiluakatemit ja valmennuskeskukset (Suomen Olympiakomitea 2017.)

3.2 Jyväskylän Urheiluakatemia

Jyväskylän Urheiluakatemia on uusi toiminnallinen nimi Keski-Suomen Urheiluharjoittelukeskussäätiölle. Aiemmin se kulki nimellä Keski-Suomen Urheiluakatemia. Säätiö perustettiin vuonna 2001 ja sen perustajatahoina oli laaja kirjo Keski-Suomalaisia toimijoita; Jyväskylän kaupunki, Jyväskylän maalaiskunta, Jykes Oy, Jyväskylän yliopisto, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Jyväskylän ammattiopisto, Jämsän seudun ammatillisen koulutuksen kuntayhtymä, Pohjoisen Keski-Suomen oppimiskeskus, Suomen Urheiluliitto, Suomen Uimaliitto ja Suomen Voimisteluliitto. Varsinaisen toimintansa Keski-Suomen Urheiluakatemia aloitti maaliskuussa 2002.

Jyväskylän Urheiluakatemia toimii osana suomen urheiluakatemia ohjelmaa, sen yhteisesti asetettujen tehtävien ja tavoitteiden mukaisesti. Se tarjoaa tukiverkoston kilpa- ja huippu-urheilu-uralle tähtääville nuorille, urheilijan polun eri vaiheissa. Pyrkimyksenä on tukea lahjakkaita urheilijoita niin, että heillä olisi mahdollisuus kehittyä ja menestyä urheilijana, opiskella joustavasti valmentautumisen ohella, jotta siirtyminen työelämään urheilu-uran aikana tai sen jälkeen olisi tehty mahdollisimman sujuvaksi.

Jyväskylän urheiluakatemian tavoitteena on tarjota tavoitteellisille urheilijoille Suomen paras toimintaympäristö, jonka tuella heillä olisi mahdollista saavuttaa unelmansa urheilussa sekä valmiudet siviilielämään urheilu-uran jälkeen. Kehitystyössä tehdään yhteistyötä paikallisten toimijoiden, urheiluseurojen, -järjestöjen, oppilaitosten sekä KIHU:n kanssa.

Jyväskylän Urheiluakatemiassa valmentautui lukuvuonna 2016 - 2017 n. 600 urheilijaa ja heitä valmensi 30 ammattivalmentajaa. 2016 syksyllä alkaneen kehitysprosessin myötä, mukaan on tullut uusia lajeja ja sitä kautta urheilijoiden määrä tulee lisääntymään. Lukuvuonna 2017 -2018 akatemiaan kuuluu jo yli 800 urheilijaa. Myös ammattivalmentajien määrää ollaan onnistuttu nostamaan 40 henkilöön. Urheilijoiden ja valmentajien lisäksi verkostoon kuuluu 11 oppilaitosta, noin 20 urheiluseuraa ja lajiliittoa sekä yli 50 urheilun asiantuntijaa, muun muassa lääkäreitä ja fysioterapeutteja.

(Jyväskylän Urheiluakatemia 2017.)

3.3 Jyväskylän Urheiluakatemian valmennusosaamisen kehittäminen

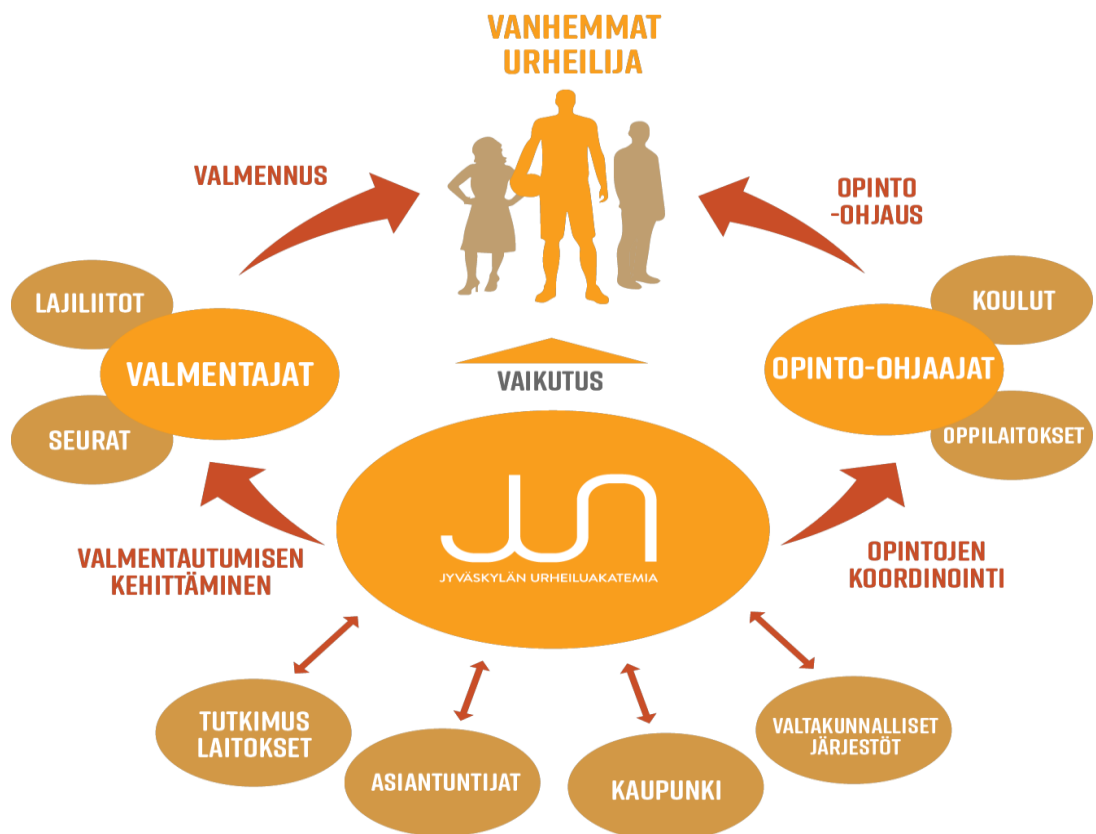
Akatemiassa työskentelevien valmentajien yhteistyötä ja yhteisöllisyyttä lähdettiin parantamaan jo 2013, jolloin järjestettiin muun muassa valmentajakahveja 1 - 2 kuukauden välein. Kahvittelun lomassa keskusteltiin vaihtuvin aihein yleisesti valmentamista koskevista asioista, annettiin vertaistukea ja vaihdettiin ajatuksia yli lajirajojen. Voimakkaammin kehittämisprosessi käynnistettiin syksyllä 2016. Maaliskuussa 2017 Marko Malvela nimitettiin Jyväskylän valmennusosaamisen kehittäjäksi. Malvela lähti jatkamaan kehitysprosessia ajatuksella, että ensin täytyy selvittää, mitkä asiat ovat mahdollistaneet eri lajeissa menestymisen nimenomaan Jyväskyläläisen urheilun paikallisissa toimintaympäristöissä. Tältä pohjalta valmentajakahvittelujen sisältöä muutettiin niin, että yleisen keskustelun sijaan paikalle kutsutaan paikallisen urheilumenestyksen avainhenkilöitä, jotka ovat olleet luomassa menestystarinoita. Haastattelujen kautta pyritään löytämään menestyksen kulmakiviä ja avaintekijöitä, jotka ovat mahdollistaneet menestyksen tekemisen kansainvälisillä areenoilla. Haastattelussa käydään läpi avainhenkilön ura, omasta lajiin kiinnittymisestä tähän päivään. Haastattelu

osuuden jälkeen muut laji-ihmiset pääsevät kommentoimaan ja täydentämään tarinaa. Lopuksi muu yleisö saa esittää kysymyksiä. Tavoitteena on luoda yhteisöllisyyttä ja uskoa paikalliseen osaamiseen ja tekemiseen. Tarinoista nousevia yhdistäviä tekijöitä voidaan pitää Jyväskyläläisen valmentamisen onnistumisina ja kulmakivinä, joista tulee pitää kiinni ja käyttää hyväksi valmennusosaamisen kehittämisessä yleisesti.

(Malvela M. & Karjalainen A. 29.5.2017)

3.3.1 Jyväskylän Urheiluakatemia strategia

Jyväskylän urheiluakatemia strategia rakentuu voimakkaasti urheilijan arjen ympärille ja siihen vaikuttaviin tekijöihin. Strategiasta esiin nousevia pääteemoja ovat, valmentautuminen ja yhteistyö eri tahojen välillä, osallistuva asiantuntijatyö, kaksoisura - dual career, palvelut, markkinointi ja viestintä, valmentajien työn laadun parantaminen, yläkoulutoiminta, asiantuntijasolut ja yhteistyö niiden kanssa, yhteistyö oppilaitosten kanssa sekä opinto-ohjaus. (Karjalainen 2017).



Kuvio 9. Jyväskylän Urheiluakatemia strategiaaavio (Karjalainen 2017.)

3.3.2 Jyväskylän Urheiluakatemian painopistelajit ja tukipalvelut

Jyväskylän urheiluakatemiassa, kuten muissakin suomen akatemioiden valmennus keskittyy ensi sijaisesti painopistelaajeihin. Jyväskylässä painopistelaajeiksi on määritelty uinti, jääkiekko, jalkapallo, kumparelasku, salibandy, maastohiihto, joukkue- ja telinevoimistelu, yleisurheilu sekä koripallo. Lisäksi akatemian alaisuudessa toimii valmentajia jääpallossa, amerikkalaisessa jalkapallossa sekä pesäpallossa.

Jyväskylän urheiluakatemiassa on satsattu viime vuosina myös urheilijoiden tukipalveluiden kehittämiseen. Urheiluakatemian urheilijoille tarjotaan mm. Testausta, ravinto- ja psyykkistä valmennusta, sekä käytössä on myös fysioterapia ja lääkäripalvelut. Tällä hetkellä osana valmennusosaamisen kehittämistä, ollaan rakentamassa tukipalveluita myös akatemiassa toimiville valmentajille.

URHEILIJAMÄÄRÄT

Maksulliset kortit lajeittain 27.9.2017 mennessä	
Jääkiekko	218
Salibandy	130
Yleisurheilu	103
Uinti	39
Voimistelu	36
Koripallo	35
Hiihto	25
Jalkapallo	23
Suunnistus	11
Jääpallo	9
Freestyle	6
Hiihtosuunnistus	5
Ampumahiihto	4
Yhdistetty	2
Muut lajit yht. (triathlon, am.jp, lentop, pesäp, painonn, golf, melonta, pyöräily)	40
Yhteensä	686

Kuvio 10. Jyväskylän Urheiluakatemian urheilijamäärät (Karjalainen A. 2017).

*Taulukosta puuttuvat osa yläkoulun urheilijoista, moottoriurheilun ja joukkuevoimistelun urheilijat sekä Äänekoskella opiskelevat urheilijat. Yhteensä n. 170 urheilijaa.

4 Työelämän kehittämistyön tavoitteet

Työn tavoitteena on luoda koulutusmalli valmennusosaamisen ja valmentajien määrän lisäämiseksi Jyväskylän Urheiluakatemiaan toimintaympäristöön. Tavoitteen saavuttamiseksi luodaan lajeille Valmentaja-akatemia malli osana Jyväskylän urheiluakatemia valmennusosaamisen kehittämistä laajemmassa kuvassa. Valmentaja-akatemia ei tule olemaan virallinen tutkintoon johtava koulutus, vaan se toimii tukipalveluna lajien valmentajien kouluttamiselle. JUA toteuttaa Valmentaja-akatemia lajeille luentoja ja valmennusdemoja yhteistyössä paikallisen asiantuntijaverkoston ja lajivalmentajien kanssa. JUA koordinoi toimintaa, auttaa lajeja rekrytoimaan uusia valmentajia, koordinoi mentor- ja tutor- valmentajatoimintaa, sekä arvio ja edelleen kehittää Valmentaja-akatemia valmentajien osaamista ja toimintaa sekä järjestää lajien yhteistyötä ja verkostoitumista edistäviä tilaisuuksia. Lajeilla on mahdollisuus ottaa Valmentaja-akatemia osaksi omaa seura- tai liittotason valmennuskoulutustoimintaansa. Ensimmäisen vaiheen lajeista hiihto on jo ilmoittanut, että Valmentaja-akatemia kautta on mahdollista suorittaa liiton kolmostason valmentajakoulutus.

Valmentaja-akatemia perustetaan tukemaan uusien valmentajien osaamisen kehittämistä, lajivalmentajien työtä ja lisäämään uusien valmentajien määrää ja laatua lajeihin, joissa uusille valmentajille on tarvetta. Valmentaja-akatemiaan tulevat valmentajat ovat pääasiassa nuoria, lajitaustaa omaavia entisiä tai nykyisiä urheilijoita, jotka ovat paikkakunnalta kotoisin tai muuttavat kaupunkiin opiskeluiden tai työn perässä. Valmentaja-akatemia toimii koulutus ja tukipalveluna uusille valmentajille. Yhdessä asiantuntijaverkoston kanssa ja tiiviillä lajiyhteistyöllä, uusille valmentajille pyritään luomaan kasvualasta, jossa he saavat riittävästi tukea ja koulutusta oman valmentamisensa kehityksen tueksi.

5 Työn vaiheet

Ajatus Valmentaja-akatemia perustamisesta nousi esille keskusteluissa Urheiluakatemia koordinaattori Aki Karjalaisen kanssa syksyllä 2016. Hänellä oli syntynyt visio Jyväskylän oman valmennuskoulutusmallin synnyttämisestä, osana valmennusosaamisen yleistä kehittämistä.



Kuvio 12. Valmentaja-akatemia suunnitteluprosessi.

Prosessi lähti käyntiin 29.8.2016 pidetyllä palaverilla. Urheiluakatemia koordinaattorin kanssa keskusteltiin yleisellä tasolla koko akatemiatoimintaa koskevista kehittämistoimenpiteistä ja miten Valmentaja-akatemia sopisi osaksi sitä kokonaisuutta. Valmennusosaamisen kehittämiselle ja uusien valmentajien rekrytoimiselle oli ilmennyt tarvetta keskusteluissa lajitoimijoiden kanssa. Ajatustasolla lähdettiin pohtimaan, millainen sisältö koulutuksella voisi olla, jotta se kiinnittyisi arjen harjoitteluun, muttei kuormittaisi liikaa nykyisiä valmentajia. Keskustelujen kautta nousi esille pari nimeä, joiden kanssa kannatti lähteä konsultoimaan yleisestä valmennusosaamisen kehittämisestä.

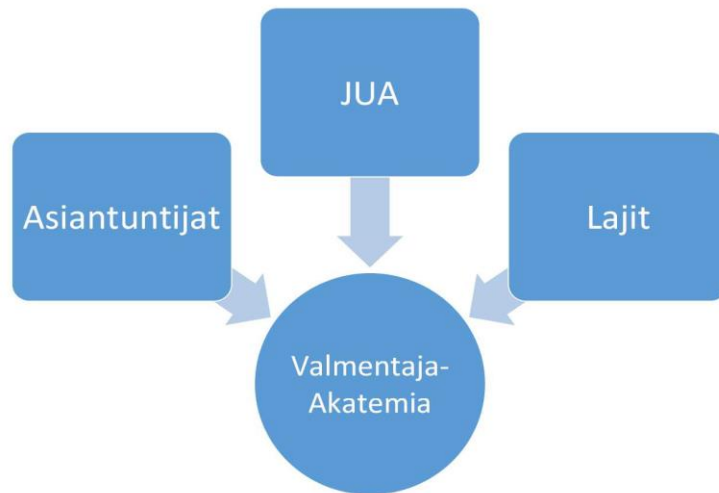
19.9 Pidettiin palaveri Jyväskylän Yliopiston projektitutkija Mikko Pirrtimäen kanssa, jolla on kokemusta erilaisten valmennusosaamiseen liittyvien koulutusten vetämisestä. Keskustelussa käytiin läpi valmennusosaamista yleisellä tasolla, mitä se on, miten sitä voisi lähteä paikallisesti kehittämään. Keskustelun kautta nousi esiin kaksi asiaa, joiden pohjalle aloin rakentaa omaa näkemystäni Valmentaja-akatemia mallista. Valmentaja-akatemia toimintasuunnitelma luotiin JUA:n ja jokaisen valmentajan oman valmennustoimintaympäristön tunnistamiselle ja kehittämiselle. Mukaan haluttiin tuoda myös arjen henkisen valmennuksen näkökulman, niin että koulutettaville syntyy ajatusmalli siitä, että kaikki arjessa tapahtuva kontaktivalmennus ja siinä tapahtuva urheilijan ja valmentajan välinen kommunikaatio on kaikkein tärkein osa henkistä valmennusta.

20.10 Pidettiin palaveri urheiluakatemiakoordinaattorin kanssa. Palaverissa käytiin läpi ajatuksia, joita siihen mennessä oltiin käyty läpi Valmennus-akatemia koulutusrakenteesta. Tässä vaiheessa Jyväskylän Urheiluakatemiassa alettiin aiempaa voimakkaammin kokonaisvaltaisesti kehittämään valmennusosaamista ja sitä lähtisi vetämään Marko Malvela. Valmentaja-akatemia tulisi toimimaan osana JUA:n valmennusosaamisen kehittämistä, uusien valmentajien rekrytoinnin ja koulutuksen osa-alueella. Tässä kohtaa koulutuksen päälinjat alkoivat olla selvillä. Koulutusta lähdetäisiin räätälöimään yksilöllisesti lajilinjan ja mahdollisesti seuran tarpeet huomioiden niin, että jokaiselle koulutettavalle löytyy selkeä rooli omasta toimintaympäristöstään. Päädyimme myös siihen, että alkuvaiheessa lähdetään liikkeelle vain muutaman lajin kanssa, jotta koulutettavien määrä pysyy hallinnassa ja toimintatapojen ja mallien kehittyessä, muutoksiin reagoiminen säilyy mahdollisena. Käynnistysvaiheen jälkeen Valmentaja-akatemia mallia lähdetäisiin jalkauttamamaan kaikkiin JUA:n painopistelajeihin. Aikataulullisesti päädyimme ratkaisuun, että Valmentaja-akatemiat lähdetään viemään lajien tietoisuuteen touko-kesäkuussa 2017 ja virallisesti koulutusohjelmaan lähdetäisiin viemään käytäntöön elo-syyskuussa 2017. Ensimmäisessä vaiheessa Valmentaja-akatemiaan piiriin haetaan valmentajia painopistelajeista. Tämän ratkaisun taustalla oli halu rakentaa koulutusohjelman ideologiaa rauhassa ja niin, että kaikki koulutuksessa mukana olevat toimijat saavat tuoda näkemyksensä esille, jotta siitä saadaan räätälöityä juuri JUA:n toimintaympäristöön toimiva malli.

Kiireisen talven jälkeen prosessi jatkui huhtikuulla, jolloin aloimme kartoittamaan lajiryhmien ja niiden valmentajien tarpeita ja tahtotiloja. Koulutuksen strategiset ja teemalliset mallit saatiin hiottua kuntoon tässä vaiheessa. 29.5.2017 pidettiin palaveri Karjalaisen ja Malvelan kanssa, jossa käytiin läpi ensimmäisessä vaiheessa mukaan otettavat lajit ja heidän uusien valmentajien koulutustarpeensa. Tässä vaiheessa tehtiin lopullinen valinta siitä, että ensimmäisessä vaiheessa koulutukseen mukaan lähtevät lajit ovat hiihto, jääkiekko ja telinevoimistelu. Kumparelaskun ja uinnin osalta päätös mukaan tulosta siirtyi.

Seuraavaksi sovittiin, että kontaktoidaan vielä uudelleen koulutukseen valittujen lajien vastuvalmentajat ja kutsumme heidät yhteiseen infotilaisuuteen, jossa käydään läpi valmentaja-akatemia toiminta-ajatus ja kartoitetaan vielä konkreettisemmin lajikohtaisia tarpeita ja mahdollisia ehdokkaita koulutettaviksi valmentajiksi sekä lajien sisältä tulevia toiveita koulutuksen sisällöistä.

Kesäkuussa lajien valmentajille järjestettiin infotilaisuus, jossa kerrottiin toiminnan tavoitteista ja käytännön toteutuksesta. Keskustelun kautta selvitettiin valmentajien ajatuksia ja toiveita Valmentaja-akatemia sisällöiksi. Kartoitettiin minkälaisia tarpeita lajeissa ja seuroissa on, sekä koottiin nimiä valmentaja-akatemiaan potentiaalisia nimiä, joita nousi esille suoraan lajien sisältä. Lajeissa aloitettiin “headhunting”, valmentajien rekrytoinnin nopeuttamiseksi.



Kuvio 13. Valmentaja-Akatemian toimijaverkosto

Vastaanotto Valmentaja-akatemialle oli paikalla olleissa lajeissa erittäin positiivinen. Lajeista tarve tekijöille on kova, koska JUA:n toimintojen kehittyessä, myös urheilija määrät lähtevät nousuun ja uusia valmentajia tarvitaan laadukkaan valmennuksen takaamiseksi. Esimerkiksi hiihdossa koulutukseen mukaan tulevat pääsevät suoraan mukaan ulkomaan leiritykseen ja nuorten maajoukkue-toimintaan. Valmentaja-akatemian otetaan heillä osaksi valtakunnallista koulutusohjelmaa ja sen läpikäyneet valmentajat saavat suoraan 3. tason hiihtovalmentajatutkinnon. Tarvetta löytyi myös fysiikkavalmentajille, arkivalmentajille sekä apuvalmentajille. Lajeista nousi esiin toive lajivalmentajien yhteistyön ja mahdollisesti valmentajien vaihdon lisäämisestä. Valmentajien kokemus oli, että sinällään vuorovaikutus eri lajien valmentajien välillä on lisääntynyt ja kehittynyt, mutta edelleen kaivattiin eri lajien valmentajien vetämiä harjoituksia heidän edustamassaan lajissa, mutta myös mahdollisesti oman lajin harjoituksissa.

Palaverista saatiin paljon arvokasta dataa, jonka kohdalta Valmentaja-Akatemian kokonaisuutta pystyttiin lähteä räätälöimään entistä henkilökohtaisemmaksi. Lämpileikkaavat teemat nousivat JUA:n strategiasta, lajien tarpeesta sekä koulutettavien omista tarpeista. Palaverissa kävi ilmi, että lajien todelliset tarpeet ovat hyvin erilaisia. Tästä syystä päädyimme koulutuksessa malliin, jossa huomioidaan kolme pääkategoriaa, johon valmentajakoulutettavat asettuvat. Käynnistys vaiheessa valmentaja-akatemian koulutettavat valmentajat jaetaan kolmeen ryhmään sen perusteella, millaisiin tehtäviin heidät tullaan omassa lajissaan sijoittamaan;

1. Lajivalmentajat, joita tarvitaan suoraan kentällä.
2. Apuvalmentajat, jotka tulevat tukemaan lajivalmentajien työtä, mahdollisesti ohjaamaan alusta asti yksittäisiä harjoitteita.
3. Tarkkailijavalmentajat, jotka tulevat mukaan harjoituksiin ja avustavat lajivalmentajaa harjoitusten sisällä.

Näin tunnistamalla ja kohdentamalla saadaan koulutuksen sisältöä räätälöityä tarkemmin jokaisen koulutettavan kehittymisen tukemiseksi. Tunnistamalla roolit ja tehtävät, pystymme roolittamaan koulutettavat oikeisiin tehtäviin, jolloin myös mentor -valmentaja saa koulutettavasta todellista hyötyä omaan valmennukseensa.

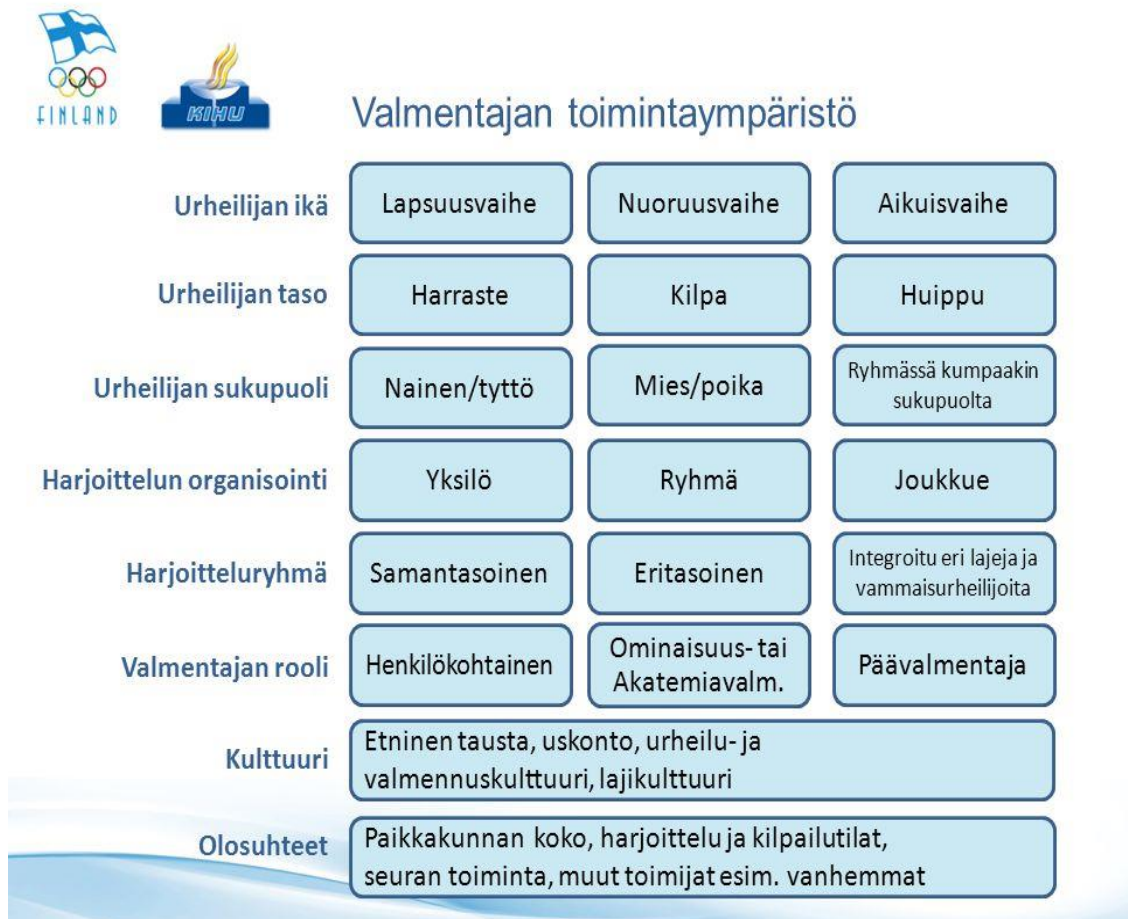
11.8 Pidettiin Jyväskylän Urheiluakatemian kehitystilaisuus, jossa paikalla oli valmentajia painopistelajeista. Tilaisuudessa käytiin yleisellä tasolla läpi JUA:n kehityssuunnitelmaa ja tulevaisuuden näkymiä. Tässä kohtaa Urheilija-Akatemia mallista kerrottiin myös muille lajeilla ja keskusteltiin sen jalkauttamisesta asteittain osaksi koko akatemian valmennuksen kehitys- ja koulutustoimintaa.

Urheiluakatemian kehitystilaisuuden jälkeen pidettiin palaveri urheiluakatemian koordinaattorin kanssa, jossa koottiin tähän mennessä kokoon saadut asiat. Tässä vaiheessa koulutuksen runko, toimintamallit, tavoitteet, teemat ym. Kantavat rakenteet oltiin saatu jäsenneltyä selkeäksi kokonaisuudeksi, jonka puitteissa koulutusta lähdettäisiin viemään läpi. Koulutuksen yhteiset osat rakentuvat teemojen ympärille ja niiden tavoitteena on luoda yhteisiä tavoitteellisia toimintamalleja, jotka tulevat lämpileikkaavasti osaksi lajien omaa toimintaa, sekä lajien välistä yhteistyötä. Teemoitettuihin koulutustilaisuuksiin aletaan kartoittamaan mahdollisia kouluttajia, joille annetaan suhteellisen vapaat kädet rakentaa koulutustilaisuuksia oman teemansa ympärille. Samalla kartoitetaan, yhdessä koulutuksessa mukana olevien lajien kanssa, lajien sisältä tulevia koulutustarpeita ja malleja, jotka otetaan osaksi jokaisen valmentajakoulutettavan henkilökohtaista koulutussisältöä.

6 Valmentaja-Akatemia

6.1 Koulutuksen sisältö ja tavoitteet

Jyväskylän Urheiluakatemia valmentaja-akatemiain sisältö rakentuu yksilöllisten kehittämistarpeiden ja toisaalta lajin tarpeiden ympärille. Käynnistysvaiheessa mukana olevat lajit, hiihto, jääkiekko ja telinevoimistelu, tuottavat itse ns. Lajin sisältä tulevaa koulutussisältöä, kohdennetusti sellaiseen tarpeeseen ja rooliin, jossa Valmentaja-akatemia koulutettavalla on mahdollista tuottaa lisäarvoa urheilijoiden harjoitteluun sekä heidän valmentajansa työhön. Urheiluakatemia puolesta luodaan koulutukselle yleiset raamit ja tavoitteet. Asiantuntijaverkon kautta järjestetään luentoja ja käytännön harjoitteita/demoja, joissa käydään yhteisesti läpi koulutukseen sisällytetyjä tavoitteita ja teemoja.



Kuvio 11. Valmentajan toimintaympäristöt
(K.Hämäläinen, 2016)

Valmentaja-akatemia malli toimii kohdennettuna koulutustukipalveluna Jyväskylän ja Jyväskylän Urheiluakatemian toimintaympäristössä toimiville valmentajille. Koulutettavien toimintaympäristöön kuuluu alkuvaiheessa lähinnä nuorisovaiheen valmennus kilparyhmissä. Toiminnan kehittyessä ja uusien lajien tullessa mukaan toimintaympäristöt laajenevat myös aikuisurheilun suuntaan, yläkouluihin ja korkea-asteelle. Lajien sisällä Valmentaja-akatemia laisten roolitus vaihtelee lajin valmennustarpeen ja erityispiirteiden mukaan.

Valmentaja-akatemialle on asetettu selkeät tavoitteet. Lähtökohtana on luoda Jyväskylän Urheiluakatemian toimintaympäristöön kohdennettu koulutusmalli, josta uudet valmentajat saavat riittävät tiedot ja taidot paikallisessa valmennusympäristössä toimimiseen. Pidemmällä tähtäimellä toiminta tullaan laajentamaan alkuvaiheen kolmesta lajista, kaikkien JUA:n yhteydessä toimiviin painopistelajeihin.

Valmentaja-akatemiolla tulee olemaan merkittävä rooli osana valmennusosaamisen kehittämistä Jyväskylässä. Sen kautta pyritään yhtenäistämään ja entisestään lisäämään valmennuksen laatua ja rakentamaan "Jyväskyläläinen" tapa valmentaa.

Valmentaja-akatemian ajatus rakentuu olemassa olevan valmennustarpeen ympärille. Koulutuksen pääsisältö tulee lajista, jossa tunnistetaan olemassa oleva valmennustarve ja koulutusta lähdetään osin räätälöimään niin, että valmentaja-akatemian koulutettava pystyy omalta osaltaan täyttämään tätä aukkoa. Urheiluakatemian puolesta järjestetään yleistä sisältöä koulutukseen. Asiantuntijaverkostoa hyödyntäen järjestetään kohdennettuja luentoja ja demoja, joihin kaikkien lajien valmentajat voivat halutessaan osallistua. Koulutuksen pääteemat rakentuvat ohjattavien harjoitusten ympärille.

Valmentaja-akatemiaan kuuluvat valmentajat kehittävät osaamistaan toimimalla mukana käytännön valmennustilanteissa. Jyväskylän Urheiluakatemian tutor -valmentaja käy seuraamassa harjoituksia koulutettavien kanssa ja sitä kautta antaa palautetta ja seuraa viikoittain osaamisen kehittymistä. Tutor -valmentaja pitää yhteyttä lajin sisältä tulevaan mentor -valmentajaan ja huolehtii siitä, että mentor -valmentaja ei koe koulutustilanteina omaa työtään hankaloittavana tai lisäkuormittavana tekijänä. Tutor-valmentaja järjestää yhteisiä tapaamisia mentor -valmentajan ja valmentaja-akatemian koulutettavan valmentajan kanssa tarpeen mukaan, kuitenkin vähintään kerran kuukaudessa. Tapaamisten tarkoituksena on vaihtaa ajatuksia ja antaa palautetta, niin että sekä mentor -valmentaja että Valmentaja-akatemian koulutettava saavat työkaluja omaan työhönsä.

6.1.1 Teemat

Koulutuksen pääteemat nousivat osin urheiluakatemian omista arvoista, osin lajien kanssa käydyistä keskusteluista. Yleisiksi läpileikkaaviksi teemoiksi valittiin neljä teemaa;

Parempia harjoituksia -teemalla luodaan pääsuuntaa koulutettavien tekemiselle yksittäisissä harjoituksissa. Tietotaidon, osaamisen ja niiden soveltamisen kautta pyritään pääsemään tilanteeseen, jossa ensimmäisen vuoden jälkeen jokainen koulutettava pystyy suunnittelemaan ja toteuttamaan laadukkaasti yksittäisiä harjoituksia omassa lajissaan. Hyvässä valmennuksessa harjoituksen ja harjoitteiden organisointi ja pyörittäminen rajaavat toimintaa ja ovat toiminnan lähtökohta. Olennainen osa valmentamista on jatkuva yleisen ja urheilijakohtaisen laadun kehittäminen. Osaava valmentaja tunnistaa harjoituksen laatutekijät ja tavoitteet. (Forsman 2008. 19)

Arjen henkinen valmennus -teemalla tuodaan näkyväksi henkinen valmennus, osana arjen tekemistä. Valmentaja-akatemian yhtenä osaamistavoitteena on, että koulutettavat tunnistavat yksilöllisiä toimintatapoja ja malleja ja pystyvät oman osaamisen kehittymisen kautta tukemaan urheilijoiden henkistä hyvinvointia ja motivaatiota arjen jokapäiväisessä harjoittelussa. Henkinen valmennus on pääasiassa urheilijan itseluottamuksen parantamista. Päivittäinen tekeminen luo itseluottamuksen perusrakenteen. Ilman hyvää perusitseluottamusta ja henkistä vahvuutta, erikoistoimenpiteillä, kuten psyykkisellä valmennuksella, ei ole suurtakaan merkitystä. (Forsman 2008. 18)

Tuloksen suunnittelu ja ohjelmointi -teemalla pyritään pääsemään ajatuksissa perinteistä harjoittelun suunnittelua syvemmälle. Tunnistetaan paikallisesti menestyksen kulmakiviä ja toimintatapoja ja -malleja niiden takana. Tiedon avulla juurrutetaan malli, jossa koulutettavat oppivat katsomaan "pintaa syvemmälle" ja suunnittelemaan miten tulos syntyy ja miten harjoittelua voidaan ohjelmoida siitä tuloksen tekemisen lähtökohdasta.

Lajiyhteistyö -teemalla pyritään luomaan vahvempaa yhteisöllisyyttä ja yhteistyötä paikallisten toimijoiden ja lajien välillä Jyväskylän Urheiluakatemian toimintaympäristössä. Ajatuksena on paitsi käydä tekemässä ja tarkkailemassa toisten lajien harjoituksia ja valmennustilanteita, myös mahdollisesti tehdä valmentaja vaihtoja yli lajirajojen.

6.1.2 Koulutuksen yleiset osat

Koulutus rakentuu yhteisestä koulutussisällöstä ja lajikohtaisesta koulutussisällöstä. Koulutuksen kaikille yhteiset osat rakentuvat yleisen valmennusosaamisen kehittämisen

ympärille. Akatemian järjestämissä yhteisissä koulutustilaisuuksissa aiheet rakentuvat koulutuksen teemojen ympärille (kts. 6.1.1) Koulutukset ovat joko luentoja tai demoja, aiheen ja kouluttajan mukaan.

Yhteisissä keskusteluissa tärkeimmiksi asioiksi nousivat urheilijan kohtaaminen (urheilijan näkökulmasta), sosiaaliset taidot, yleisen valmennustietotaidon lisääminen. Lisäksi toivottiin, että lajivaihtoja jatkettaisiin ja tehostettaisiin niin, että valmentajat voisivat tuoda vetämiinsä oman lajin harjoituksiin näkökulmia ja omia ajatuksia toisen lajin harjoittelusta.

6.1.3 Koulutuksen lajisisällöt

Keskustelun pohjalta päädyttiin siihen, että lajiosaamiseen liittyvät koulutussisällöt tulevat lajin sisältä, jotta koulutettava kasvaa sisään siihen toimintakulttuuriin ja rooliin, jossa hänen on tarkoitus toimia myös koulutuksen jälkeen. Jokaisen lajin ja seuran toimintakulttuureissa on omat erityispiirteensä, joten niiden huomioiminen ja tuominen osaksi koulutusta koettiin tärkeäksi.

Lajien tuottamat sisällöt käydään läpi tutor- ja mentor -valmentajien kesken, jotta kaikilla on yhtenevä käsitys siitä, mitä ja miten toimintaa seurataan ja miten se näkyy käytännön tekemisessä.

6.2 Lajivalmentajat mentoreina

Kentällä koulutettavien kehittymistä ja kehittämistä seuraavat lajien valmentajat, jotka toimivat omien lajien vastuvalmentajina sekä mentor -valmentajat. He osallistavat ja antavat palautetta valmentajakoulutettavan valmennustyöstä yhdessä sovittavien raamien mukaan. Lajin ja lajivalmentajien tarpeiden mukaan, koulutettavat roolitetaan valmentamaan niitä osa-alueita, joissa heistä hyödytään eniten. Tästä syystä koulutuksen lajisisältö on hyvin yksilöllinen ja henkilökohtaisesti räätälöity.

Valmentaja-akatemiaan tulevalle valmentajalle nimetään mentor -valmentaja. Alku vaiheessa koulutettava valmentaja tarkkailee ja avustaa mentor -valmentajaa työssään ja pyrkii omalla toiminnallaan tuottamaan lisäarvoa valmennukseen sekä lisäämään samalla omaa osaamistaan. Koulutuksen tarkoituksena ei ole lisätyöllistää mentoreina toimivia lajivalmentajia, vaan tuottaa lisä-arvoa heidän työhönsä, apukäsien ja koulutettavien tekemien huomioiden ja annettavan palautteen kautta. Tärkeimpinä onnistumisen mittareina voidaan pitää lajivalmentajien tyytyväisyyttä ja sitä, että he kokevat saavansa koulutettavien läsnäolosta lisäarvoa omaan työhönsä.

6.2.1 Osaamistavoitteet

Valmentaja-Akatemiaan valittavat valmentajat ovat pääsääntöisesti kokemattomia, nuoria valmentajia, jotka ovat vasta valmentaja-uransa alkutaipaleella. Valmentaja-akatemiaan tavoitteita ohjaa Jyväskylän Urheiluakatemia asettamat tavoitteet ja toimintamallit valmennusosaamisen kehittämiseksi.

Valmentaja-akatemiaan käynnistämävaiheessa ja ensimmäisen vuoden aikana tavoitteiden painopiste on valmentamisen laadun kehittämisessä. Valmentaja-akatemiaan valittavien valmentajien osaamista pyritään kehittämään niin, että ensimmäisen vuoden keväällä he pystyvät ohjaamaan yksittäisiä laadukkaita harjoitteita tai harjoituksia oman lajin harjoituksissa. He pystyvät perustelemaan tekemiään valmennuksellisia valintoja ja tekemään oikeita ratkaisuja koulutuksen pääteemojen ja harjoituksen laadullisten kriteerien toteutumiseksi. Koulutettavien kykyä tarkkailla ja arvioida omaa toimintaansa akatemiavalmennuksen kontekstissa pyritään kehittämään mentoroinnin ja vertaistutoroinnin avulla.

Koulutuksen yhtenä toiminnallisena tavoitteena on pystyä tuottamaan yksilöllistä valmentajana kehittymistä tukevia sisältöjä. Lajeista tulevien koulutussisältöjen kautta päästään käsiksi kunkin koulutusrinkiin kuuluvan omiin vahvuuksiin ja kehityskohteisiin. Fyysinen, taktinen, psyykinen ja pedagoginen osaaminen kartoitetaan ja osaamisen kehittämistä lähdetään rakentamaan vahvuuksien ympärille. Suomalaisen valmennusosaamisen mallin mukaisesti koulutettavia ohjataan kokonaisvaltaiseen itsensä kehittämiseen. Valmentaja-akatemia tukee heitä tunnistamaan mihin valmentajan vaikutusmahdollisuudet ulottuvat.

Pidemmällä tähtäimellä Valmennus-akatemia tavoitteena on luoda vuosittaista jatkumoa uusien valmentajien saamiseksi Jyväskylän Urheiluakatemiaan lajeihin. Toiminnan kehittyessä ja toimintamallien vakiintuessa valmentaja-akatemiaan lajikirjoa pyritään kasvattamaan, siten että myös yksilölajeissa ja niissä lajeissa, joissa ei ole lajivalmentajaa pystyttäisiin takamaan laadukas valmennus. Valmentaja-akatemia läpi käyneet valmentajat saavat riittävän osaamisen ja pohjatiedon, jotta heillä on osaamista valmentaa oman lajin urheilijoiden yksittäisiä harjoitteita ja harjoituksia, sekä suunnitella ja ohjelmoida tuloksen tekoon tähtäävää toimintaa.

6.3 Ensimmäisen vaiheen lajit

Valmentaja-akatemia käynnistyessä syksyllä 2017, mukaan valittiin kolme lajia; hiihto, jääkiekko ja telinevoimistelu. Näissä lajeissa lähdettiin rakentamaan omaa koulutuksen lajisisältöä, sekä koulutuksen yleisiä kokonaisuuksia JUA:n kanssa. Lajivalmentajat lähtevät myös johdetusti keskustelemaan lajiyhteistyöstä, millä tavoin eri lajien harjoittelua ja valmennusosaamista pystyttäisiin parhaiten hyödyntämään oman lajin valmennuksessa.

Hiihdossa kokonaisuus saatiin ensimmäisenä kasaan. Heillä koulutettavat löytyivät lajin sisäisen verkoston kautta. Koulutettavat pääsevät suoraan mukaan valmennustoimintaan, osittain aina kansainväliselle tasolle asti mm. Osallistumaan alkutalven ulkomaan leirityksille (liite 1). Koulutuksen läpikäyneet valmentajat saavat hiihdossa suoraan lajiliiton 3. tason valmentajatutkinnon.

6.4 Koulutettavien valinta ja rekrytointi

Ensimmäisessä vaiheessa mukaan lähteneistä lajeista koulutettavat löytyivät suoraan lajin sisäisten verkostojen ja ”headhuntingin” kautta. Käytännössä koulutettavien rekrytointi on aloitusvaiheessa lajien vastuulla, sillä tekijöitä tuntuisi löytyvän riittävä määrä, ilman ulkoista markkinointia ja rekrytointia. Jatkossa toiminnan laajetessa koskettamaan myös muita lajeja, on mahdollista että JUA:n rooli koulutettavien rekrytoinnissa nousee, etenkin jos tekijöitä haetaan joihinkin pieniin lajeihin tai yleisvalmennuksen puolelle.

Jyväskylässä potentiaalista valmentajamassaa on luonnollisesti paljon, koska kaupunkiympäristössä urheilevia ja urheilun aikuisiän kynnyksellä lopettavia on paljon. Lisäksi kaupungista löytyy Yliopiston Liikuntatieteellinen tiedekunta, jonka kautta mukaan löytyy jo korkeakoulussa opiskelevia valmentajia, joille Valmentaja-akatemia toimii hyvänä lisäkoulutuksena ja väylänä päästä osaksi valmentajarinkiä.

7 Pohdinta

Prosessin tuloksena saatiin luotua Valmentaja-akatemiamaalli Jyväskylän Urheiluakatemian valmennusosaamisen lisäämiseksi. Työssä luotiin yleiset raamit ja toimintasuunnitelma, miten Valmentaja-akatemian koulutuskokonaisuus rakennetaan yksilö- ja lajikohtaisesti ja miten sitä lähdetään viemään käytäntöön.

Jyväskylässä valmentaja tilanne on varsin hyvä, tekijöitä löytyy kohtalaisen hyvin ja he ovat ammatillisesti koulutautuneita omien lajiensa valmentajia. Kuitenkin jatkuvasti kasvava ja kehittyvä urheiluakatemia ja sen toiminnassa mukana olevat lajit tarvitsevat lisää ja entistä paremmalla tietotaidolla varustettuja valmentajia, jotta lisääntyvään valmennustarpeeseen pystytään vastaamaan. Lajeista löytyy vielä mukana olevia tai lopettaneita urheilijoita, joita on mahdollista rekrytoida koulutukseen ja sitä kautta mukaan valmennustoimintaan. Lisäksi Yliopisto, varsinkin Liikuntatieteellinen Tiedekunta houkuttelee kaupunkiin paljon potentiaalisia valmennuksen osaajia.

Valmentajakoulutusta on Suomessa tarjolla hyvin laajalla kirjolla. Lajivalmentaja- ja sen alemman tason koulutukset ovat yleensä hyvin lajispesifejä, kun taas opisto- ja korkea-asteen koulutukset hyvin yleisen tason koulutuksia. Valmentaja-akatemiassa annetaan mahdollisuus yhdistää hyviä puolia näistä molemmista maailmoista, niin että koulutuksen lähtökohtana on vastata olemassa olevaan tarpeeseen. Valmentaja-Akatemian kautta koulutettava pääsee oppimaan suoraan siinä toimintaympäristössä, jossa hänen valmennustoimintansa tulee tapahtumaan.

Valmentaja-akatemia asettuu suomalaisessa valmennuskoulutusjärjestelmässä hieman omalle kentälleen. Se ei suoraan ole tutkintoon johtava virallinen koulutus, vaan enemmänkin JUA:n koordinoima tukipalvelu, joka yhdessä lajien kanssa mahdollistaa uusien valmentajien monipuolisen koulutautumisen lajien valmentajiksi, urheiluakatemian toimintaympäristössä. Vahvalla toimijoiden yhteistyöllä, Valmentaja-Akatemian avulla, koulutuskokonaisuudesta voidaan muodostaa, lajin niin halutessa virallinen lajiliiton koulutus. Hiihdossa lähdettiin Valmentaja-akatemiasta tekemään suoraan Liiton kolmostason valmennuskoulutusta.

Valmennusosaamisen kehittämisessä painotetaan, että koulutuksen lähtökohtana tulisi olla oppimisen näkökulma ja sen tulisi lähteä erilaisten oppimisprosessien ja -tyylien suunnittelusta, unohtamatta motivaatiotekijöiden huomioimista. Koulutusta suunnitteluprosessi tehtiin tiiviissä yhteistyössä työn tilaajan ja asiantuntijaverkon kanssa. Suunnitteluprosessin tuloksena päädyttiin tarpeesta lähteneeseen hyvin yksilölähtöiseen malliin, jossa jokaiselle valmentaja-akatemiaan tulevalle, rakennetaan yksilöllinen

”opinpolku”, hänen olemassa olevan osaamisen ja henkilökohtaisten oppimistarpeiden ympärille, unohtamatta lajin ja JUA:n tarpeita.

Valmentaja-akatemia sisältöjä ja osaamistavoitteita peilattiin suoraan Suomalaisen valmennusosaamisen malliin. Mallin kautta sisältöön tuotiin näkökulmia, miten koulutettavien olemassa olevaa osaamista lähdetään kartoittamaan ja edelleen kehittämään. Koulutuksen kaksiosaiseen malliin päädyttiin, koska paras tieto lajin ja paikallisen toimintaympäristön tarpeesta ja toimintakulttuurista löytyy lajien sisältä. Toisaalta asiantuntijaverkoston muun muassa KIHUn kautta on mahdollista hyödyntää parasta mahdollista tutkimustietoa lajirajojen yli. Valmentaja ja asiantuntijaverkoston yhteistyötä tarkasteltiin huippuosaamisen ja sen rakentamisen näkökulmasta ja miten sitä pystytään rakentamaan ja kehittämään.

Mentoroinnin näkökulma on todettu tehokkaaksi malliksi osaamisen välittämisessä työpaikan sisällä. Kuitenkin tehdyssä valmentajakyselyssä mentorointia ei oltu koettu parhaaksi mahdolliseksi oppiskeinoksi valmennuksen osaamisen kehittämiseksi. Tähän on varmasti monia syitä. Osa kumpuaa Suomalaisesta valmennuskulttuurista, jossa varsin usein yhteistyön tekeminen ja tiedon jakaminen koetaan haastavaksi. Jyväskylässä on vahva usko omaan valmennusosaamiseen ja Jyväskylän Urheiluakatemia valmentajaringissä monessa lajissa Suomen huippuvalmennusosaamista ja akatemian valmennusosaamisen kehittämisessä on lähdetty liikkeelle nimen maan paikallisen valmennusosaamisen jakamisesta yli lajirajojen. Valmentaja ringissä koettu oman työn kuormittavuus on melko suurta. Tästä näkökulmasta päädyttiin käyttämään nimenomaan mentorointia koulutuskeinona, jolla pyritään parhaan tiedon ja osaamisen jakamiseen JUA:n toimintaympäristössä ja samalla osaltaan antamaan mentor -valmentajille helpotusta omaan työkuormitukseen pidemmällä aikajänteellä.

Kokonaisuutena tällainen avoin koulutusmalli, jossa lajeille annetaan vastuu oman koulutussisällön tuottamisesta ja urheiluakatemia tuottaa asiantuntijaverkoston kanssa yhteistyössä paikalliseen toimintaympäristöön ja valmennuskulttuuriin sopivat ja sitä tukevat sisällöt, voi jättää hajanaisen kuvan. Päädyimme kuitenkin tämän työn asiantuntijaryhmän kanssa siihen, että vain tällä tavoin koulutus saadaan räätälöityä vastaamaan, niin koulutettavan, seuran, lajiryhmän kuin JUA:n valmennusosaamisen kehittämistavoitteita. Kokonaisuutta ei lähdetty tässä vaiheessa raamittamaan liian tarkasti. Sitä mukaa, kun Valmentaja-akatemia toiminta kehittyy ja laajenee, pystytään raportoimaan erilaisia yksilöllisiä toimintamalleja, miten koulutusta on rakennettu eri lajeissa eri yksilöille. Näiden kokemusten kautta pystytään jatkossa luomaan toimiviksi todettuja valmiita koulutuspolkumalleja eri lajeihin JUA:n toimintaympäristössä.

Vaihtoehtona olisi ollut lähteä tekemään perinteisempää koulutusmallia, jossa koulutuspaketti rakennetaan yleispätevästi kaikkiin lajeihin. Suunnitteluun osallistunut ryhmä kuitenkin totesi, että tällä mallilla päästään todennäköisemmin lähemmäs tarpeesta lähteneitä tavoitteita, joita työlle asetettiin. Suunnitteluprosessi mukana ollut asiantuntijaverkko oli varsin kapea, mutta erittäin pätevä ja paikallisen toimintaympäristön hyvin tunteva. Mukana prosessi olivat avain henkilöt paikallisen valmennusosaamisen kehittämisen kannalta.

Tässä vaiheessa, kun varsinainen Valmentaja-akatemia toiminta on vasta alkutekijöissä ja kokemusperäistä dataa ei ole saatavilla, kokonaisuuden hahmottaminen on hankalaa. Sitä mukaa kun toiminta laajenee ja oppimisprosesseja ja palautetta saadaan, kokonaisuutta pystytään paremmin rajaamaan ja tarkastelemaan tavoitteiden toteutumisen näkökulmasta.

Jatkossa Valmentaja-akatemiaa rinkiä tullaan laajentamaan. Tavoitteena on, että jollain aikajänteellä kaikista JUA:n lajeista saataisiin koulutettavia mukaan toimintaan, jotta pitkäntähtäimen tavoitteeksi asetetut JUA:n yhtenäinen valmennusideologia ja Valmentaja-Akatemian kautta hankitun osaamisen vieminen muihin toimintaympäristöihin toteutuisi.

Lähteet

Blomqvist M. & Hämäläinen K. 2013. Valmentajien seurantakysely. 2013. KIHUn julkaisusarja nro 49.

Blomqvist M., Hämäläinen K., & Häyrinen M. 2012. Kuvaus suomalaisten valmentajien taustoista ja valmennusuran aikaisista oppimistilanteista. Jyväskylä.

Clutterbuck, D. & Ragins, B. R. 2002. Preface: how to read this book. Teoksessa D. Clutterbuck & B. R. Ragins (toim.) Mentoring and diversity: an international perspective. Oxford: Butterworth-Heinemann, ix–xii.

Forsman H. & Lampinen K. Laatu käytännön valmennukseen. 2008. Painos 1. Gummerruksen kirjapaino Jyväskylä.

Hellbom, K. 2005. Bussiness coaching – tavoitteellinen henkilökohtainen ohjaus yrityselämässä. Teoksessa S. Keskinen, L. Leimala & A. Romana (toim.) Työnohjaus, sparraus ja coaching esimiestyössä. Turun yliopisto. Täydennyskoulutuskeskus julkaisuja B: 20, 87–97.

Hämäläinen K. 2016. Valmennusosaamisen käsikirja. Valmentajakoulutuksen laatu.

Isokorpi T. 2013. Huippuosaamisen pedagogiikka. Näkökulmia oman pedagogisen huippuosaamisen saavuttamiseksi. HAMK 2013.

Jacobi, M. 1991. Mentoring and undergraduate academic success: a literature review. Review of Educational Research 61 (4), 505–532.

Jyväskylän Urheiluakatemia 2017. Luettavissa: <http://jyvaskylanurheiluakatemia.fi/urheiluakatemia/>. Luettu 28.1.2017.

Jyväskylän Urheiluakatemian toiminta 2017. Luettavissa: <http://jyvaskylanurheiluakatemia.fi/urheiluakatemia/akatemian-toiminta/>. Luettu 28.1.2017.

Karjalainen A. Jyväskylän urheiluakatemian hallituksen diaesitys. 3.10.2017.

Rahkamo S. 2016. The Road to Exceptional Expertise and Success - A Study of the Collective Creativity of Five Multiple Olympic Gold Medalists

Tie menestyksekkääksi huippuasiantuntijaksi – Tutkimus viiden moninkertaisen suomalaisen olympiavoittajan kollektiivisesta luovuudesta

Korpelainen K., Nokelainen P. & Ruohotie P. 2009. Ammatillisen huippuosaamisen mallintaminen. Ammattikasvatuksen aikakauskirja. OKKA-säätiö.

Manninen T. & Lämsä J. Urheiluakatemiaverkoston osaaminen 2015, Käyttöraportti. Kilpa- ja Huippu-urheilun Tutkimuskeskus, KIHU. Jyväskylä.

Megginson, D. 2000. Current issues in mentoring. Career Development International 5 (4–5), 256–260.

Puska M., Lämsä J. ja Potinkara P. Valmentaminen ammattina Suomessa 2016. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus, Suomen Ammattivalmentajat SAVAL ja Suomen Valmentajat ry.

Luettavissa:

http://energia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2017_pus_valmentami_sel15_30962.pdf.

Luettu 6.6.2017

Suomen Urheiluakatemiaverkosto 2017. Luettavissa: <http://www.sport.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaverkosto>. Luettu: 28.1.2017.

Suomen Urheiluakatemiaohjelma 2017. Luettavissa: <http://www.sport.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma>. Luettu 28.1.2017.

Urheiluakatemiatoiminnan ohjeisto. Luettavissa:

<http://docplayer.fi/1779721-Urheiluakatemiatoiminnan-ohjeisto.html>. Luettu 30.5.2017

Stokes, P. 2003. Exploring the relationship between mentoring and counselling. British Journal of Guidance and Counselling 31 (1), 25–38

Suomen valmennuskeskukset 2017. Luettavissa: <http://www.sport.fi/en/huippu-urheilu/valmennuskeskukset>. Luettu 15.8.2017

Van Emmerik, H., Baugh, S. G. & Euwema, M. C. 2005. Who wants to be a mentor? An examination of attitudinal, instrumental and social motivational components. Career Development International 10 (4), 310–324

Vuosikertomus 2016. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus 2016.

Liitteet 1

MAASTOHIIHDON III-TASON VALMENTAJAKOULUTUS 2017-2018

Liikunnanopiskelijat

TAVOITE:

Liikunnanopiskelijoiden maastohiihdon lajiosaamisen kasvattaminen. SHL:n valmentajakoulutuksen ja osaamistarpeiden yhteensovittaminen sekä hyödyntäminen myös yliopiston kurssien suorituksina. SHL:n tavoite saada kentälle osaavia valmentajia ja kouluttajia sekä saada kehitettyä maastohiihdon verkkoympäristöä materiaalipankkina ja koulutusalueena

Yhteystiedot:

Jyväskylän akatemia: Aku Nikander, 044- 3846552, aku.j.o.nikander@student.jyu.fi
SHL; Eero Hietanen, 040-5020124, eero.hietanen@hiihtoliitto.fi,

OPINTOSUUNNITELMA

31.8. **Oma osaamiskartoitus** sähköpostilla 31.8. mennessä:
– eero.hietanen@hiihtoliitto.fi

11.9 Klo 15

Kehitystehtäväseminaari: kehitystehtävien esitys, sparrauspareista sopiminen + harjoittelusuunnitelma (2 h)

- Oma henkilökohtainen kehittämissuunnitelma ja käytännön harjoittelun suunnitelma (valmennustehtävät akatemiassa tai muut sovitut tehtävät)
- Suositus: Valmentaja liittyy jonkun akatemiaurheilijan valmennustiimiin, jossa on jokin määritelty tehtävä urheilijan valmennuksessa (seuranta)
- Aku (Eero Skypellä mahdollisuuksien mukaan)
- Aikataulujen sopiminen

Syyskuu **Brainstorming-Jyväskylän urheiluakatemia-Marko Malvela-
valmentajuuden kehittäminen/valmennusfilosofia**

2.10. **Lajikoulutus (4 h)**

klo 16-20 Kestävyysslajien yhteistyöhanke - huippu-urheilun keskeiset tekijät, esitykset/laji 45min + keskustelut, maastohiihto-päävalmentaja Reijo Jylhä + muut lajit tilaisuudet klo 16-20, live seuranta

Tehtävä: Tiivistys maastohiihdon esityksestä

- 11.10. **Kehitystehtäväseminaari:**
Katsaus + Verkkokoulutusmateriaalista sopiminen ja lajikoulutus
- Liiton organisaatio + kv. toiminta
 - Sovitaan lajikoulutuspäivien ajankohdat (hiihtotekniikka)
 - Eero/Aku
- Lokakuu **Brainstorming 2- Jyväskylän urheiluakatemia- taidon oppiminen- Sami Kalaja??**
- marraskuu **Kehitystehtäväseminaari 1:**
Kehitystehtävien esitykset
Valmennuksen ohjelmointi (Jussi Mikkola?)
Aku /Eero Skypellä
- marraskuu **Brainstorming 3- nopeus/voimavalmennus- Petteri Jouste**
- joulukuu **Lajikoulutus: Hiihtotekniikat**
- Tekniikoiden ydinkohdat ja opettaminen + tekniikkaharjoitusten toteutusmallit
 - Eero /Aku
- Joulukuu **Kehitystehtäväseminaari 2:**
- Tammikuu **Kehitystehtäväseminaari 3:**
- 26.-28.1. **Kilpailujakso Nuorten PM-kilpailut Vuokatti (Alustava)**
- Helmikuu
- Maaliskuu

Huhtikuu **Valmentajakerhon kevätseminaari, Jyväskylä**
Osallistuminen ja mahdolliset seminaariesitykset
Maastohiihdon III-tason valmentajakoulutuksen päätös