

SUOMEN KENDOSEUROJEN
KESKUSLIITTO RY:N
OHJAAJAKOULUTUS TASOT I – III

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Valmentajakouluttajan erikoistumisopinnot
Opinnäytetyö
Syksy 2007
Mikko M. E. Salonen

Lahden ammattikorkeakoulu
Valmentajakouluttajan erikoistumisopinnot

SALONEN, MIKKO M. E.: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n
ohjaajakoulutus tasot I - III.

Valmentajakouluttajan erikoistumisopintojen opinnäytetyö, 53 sivua, 34 liitesivua

Syksy 2007

TIIVISTELMÄ

Ohjaajakoulutuksen ensisijainen tehtävä on parantaa Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n (FKA) iaido-, jodo- ja kendo-ohjaajien toimintaedellytyksiä. Ohjaajakoulutus integroi FKA:ta osaksi Suomalaista liikuntamaailmaa, kehittäen seuroja ja yleisiä harrastusmahdollisuuksia..

FKA:n ohjaajakoulutus rakentuu holistiselle ihmiskäsitykselle. Koulutuskokonaisuudessa otetaan huomioon oppimisen vaikutus identiteettiin. Ohjaajakoulutuksen taustalla vaikuttaa konstruktivistinen oppimiskäsitys, jonka keskeisenä sovellutuksia ovat asiantuntijuuden malli ja tutkivan oppimisen malli. Ohjaajakoulutuksella on oma neliportainen arviointisuunnitelma.

Kendon pitkät ja perinteikkäät opetusmenetelmät ja FKA:n toiminta ovat ohjaajakoulutuksen perustana. Jotta FKA lajeja voitaisiin opettaa tulevaisuudessa entistä paremmin, ohjaajilla täytyy olla entistä paremmat valmiudet opettaa eri ikäryhmiä, valmentaa joukkueita, vastata kilpailutuomaritoiminnasta ja toimia graduointiraadissa.

Ohjaajiin kohdistuneiden vaatimusten kasvaessa on pyrittävä parantamaan ohjaajien opetus- ja vuorovaikutustaitoja. Ohjaajakoulutuksessa perehdytään myös terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä etiikan kysymyksiin. Ohjaajakoulutusta toteutetaan erillisillä kursseilla sekä ohjaajakoulutusleireillä.

I-tasolla ohjaajakoulutuksen tavoitteena on antaa aloittelevalle seuraohjaajalle perustiedot kendon tekniikoiden opettamisesta, kendoharjoituksen ohjaamisesta, fyysisen harjoittelun perusteista ja opettamisesta ja taidon oppimisesta.

II-tasolla ohjaajakoulutuksen tavoitteena on parantaa seurojen vastuuhjaajien toimintaa liittotasolla tuomari- ja opetustehtävissä. II- tason opintoihin kuuluvat vuorovaikutustaidot, harjoitusten suunnittelu, valmentaminen, johtaminen ja harjoitusmenetelmien kehittäminen. II-tasolla korostuu ohjaajan vastuu arvioida omaa toimintaansa.

III-tasolla on tavoitteena auttaa ohjaajia kasvamaan asiantuntijoiksi. Ohjaajilta edellytetään työnäytteeksi laajamittaista projektia, joka on suunniteltava, toteuttava ja raportoitava. Projektiyöhön liitetään sitä täydentäviä ja tukevia opintoja.

Asiasanat: Kendo, ohjaajakoulutus, konstruktivismi, taitojen oppiminen, asiantuntijuuden malli, oppiminen - opettaminen, käytännön ohjaajakoulutus ja koulutuksen arviointi

SALONEN, MIKKO M. E.: Finnish Kendo Association's tutor education program, levels I – III.
Professional specialisation training in coach education, 53 pages, 34 appendices
Autumn 2007

ABSTRACT

The Finnish Kendo Association's (FKA) three-level tutor education program is primarily aiming to improve the capabilities of iaido, jodo and kendo instructors. From a wider perspective, the tutor education program integrates the FKA into the world of Finnish physical education by developing the clubs and the possibilities to practise the disciplines of the FKA.

The FKA's tutor education program is based on a holistic view of human beings. The effects of the learning process as a factor in forming identity has been carefully considered. A constructivist approach to learning has been taken as a theoretical frame of reference. In this study, its major applications are the model of expertise in skill acquisition and the model of progressive inquiry learning. The tutor education program has also its own four stage evaluation program.

The traditional teaching methods of kendo and the rules and activities of the FKA are fundamental guidelines for the tutor education program. One purpose of the tutor education program is to answer the growing need for qualified instructors for all the FKA disciplines who are able to teach different age groups, coach teams, act as competition judges and be members of grading panels.

The FKA's instructors are under growing pressure from higher and higher expectations, therefore the FKA has to improve their pedagogical and communication skills. In the tutor education program instructors will also be given basic information on health, welfare and ethics. The program is made up of weekend courses on different themes and training camps, where teaching skills are put into a practice.

The aim of the first level of tutor education is to ensure that instructors know how to teach the techniques of kendo, iaido or jodo. The first level gives an assistant instructor basic knowledge on the following topics: how to plan training sessions, how to teach, physical training and the process of skills acquisition.

The second level of tutor education is to develop the skills of the head instructors in clubs who are responsible for judging and grading. Other topics dealt with on the second level are: communication skills, planning of training, coaching, development of training methods and leadership. On the second level the instructors' own responsibility to evaluate and reflect on their own actions are strongly emphasised.

The third level of the tutor education program helps senior teachers to become experts in their own areas of interest. On the third level instructors are expected to make a wide scale project for the FKA, which has to be planned, executed and

reported. Instructors will take courses or acquire education to help them achieve these goals.

Key words: Kendo, tutor education, constructivist, pedagogical, shared expertise, skills acquisition, teaching, learning, practical tutor education, evaluation of education.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO

2 KENDO LIIKUNTAKASVATUKSENA

2.1 Kendon pedagoginen historia	2
2.1.1 Kendo-opetus FKA:n perspektiivistä	4
2.2 FKA:n lajien opetus	5
2.2.1 Kilpailutoiminta	6
2.2.2 FKA:n lajien harrastamien	6
2.2.3 FKA:n Tulevaisuuden haasteet	9
2.2.4 Ohjaajakoulutus osana FKA:n toimintaa	9
2.2.5 FKA:n Ohjaajat	10
2.2.6 Ohjaajakoulutuksen kehitysvaiheita	11

3 OHJAAJAKOULUTUKSEN TEOREETTINEN VIITEKEHYS

3.1 Ihmiskäsitys	12
3.1.1 Identiteetti	13
3.1.2 Käsitys oppimisesta ja tiedosta	15
3.2 Jaettu asiantuntijuus ja tutkivan oppimisen malli	16
3.3 Oppimisympäristö	18
3.4 Arviointi	19
3.4.1 Koulutustilaisuuksien arviointi	20
3.4.2 Oppimisen arviointi	20
3.4.3 Toiminnan kehittyminen	21
3.4.4 Tulosten ja vaikutusten arviointi	21

4 OHJAAJAKOULUTS TASO I

4.1 I-tason rakenne ja taustatekijät	22
4.2 I-tason perusosa: fyysisen harjoittelun perusteet ja taidon oppimisen perusteet	23
4.3 Ohjaajaharjoitteluleirit: käytännön ohjaamaan oppimista	25

5 OHJAAJAKOULUTS TASO II	
5.1 II-tason rakenne ja taustatekijä	28
5.2. EA1	31
5.2.1 Opetus- ja vuorovaikutustaidot	31
5.2.2 Graduointikoulutus	32
5.2.3 Kilpailutuomaritoiminnan perusteet	32
5.2.4 Kendo-kata – seminaari	33
5.2.5 Harjoitusten suunnittelukoulutus	34
5.3. Lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet	35
5.3.1 Terve kendoka	36
5.3.2 Psykkinen valmennus	37
6 OHJAAJAKOULUTS TASO III	
6.1 III-tason rakenne ja taustatekijät	38
6.2 Liittotasotehtävät ja syventävä opintokokonaisuus	39
6.3 Ohjaajana kasvaminen: ohjaajien ohjaaja	40
7 KYU-LEIRI – LUOVAA OHJAAJAKOULUTUSTA	
7.1 Teoriaa käytännössä	42
7.2 Mestari – kisälliopetus	43
7.3 Ennakkotehtävät	44
7.4 Yhteistoiminta	44
7.5 Palaute ja arviointi	45
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	
8.1 Ohjaajakoulutuksen tulokset	46
8.2 Tulevaisuuden näkymät	47
8.4 Yhteenvedo	48
LÄHTEET	50

LIITTEET

Liite 1: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n
kyu-graduointisäännöt

Liite 2: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n
antidopingohjelma

Liite 3: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n
ohjaajaharjoitusleiritehtävät, kevät 2007

Liite 4: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n
ohjaajakoulutustutkinnot tasot I-III

JOHDANTO

Suomessa on harrastettu Japanilaista miekkailua kendoa vuodesta 1986. Tänä aikana kendoharrastus on kehittynyt muutaman innokkaan harrastajan ryhmästä koko valtakunnan alueella toimivaksi lajiliitoksi. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry Finnish Kendo Association (FKA) toimii Suomalaisten kendoseurojen kattojärjestönä. Vuosien varrella FKA:n toimintaan on tullut mukaan Japanilaiset miekkailulajit iaido ja jodo. Jäsenten aktiivinen toiminta, seuratoiminnan kehittyminen ja maajoukkueiden valmennus ovat olleet synnyttämässä tarvetta ohjaajakoulutuksen aloittamiseksi.

Vuosituhanen vaihteessa tutustuminen Ranskan Kendoliiton ohjaajakoulutusjärjestelmään antoi lopullisen kipinän ohjaajakoulutuksen aloittamiseksi myös Suomessa. Ennen vuotta 2006 ohjaajakoulutus on ollut lajitaitokeskeistä.

Syksyllä 2005 FKA sai edustajansa mukaan Suomen Liikunnan ja Urheilun valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehitystyöhön (VOK): työ FKA:n ohjaajakoulutuksen kehittämiseksi aloitettiin välittömästi. Valmentajakouluttajan erikoistumisopinnot antoivat mahdollisuuden kehittää kokonainen tasot I-III käsittävä ohjaajakoulutusjärjestelmä. Työn tarkoitus on esittää vuoden 2006 – 2007 aikana rakennettua ohjaajakoulutusjärjestelmää ja luoda lähtökohtia sen edelleen kehittämiseksi. Tasojen I-II osalta koulutustoiminta on jo käynnissä ja ensimmäinen III-tason kokeilu on tarkoitus aloittaa vuoden 2009 alussa.

FKA on pyrkinyt parantamaan systemaattisesti toimintansa kaikilla sen toimialoilla. Ymmärtääkseen paremmin ohjaajakoulutuksessa tehtyjä ratkaisuja, on välttämätöntä luoda katsaus kendoon lajina ja myös selvittää FKA:n toimintarakenteita ja hallintoa. FKA:n toiminnoista kumpuavat tässä lopputyössä esitetyt näkemykset siitä, mitkä ovat FKA:n ohjaajakoulutuksen teoreettiset lähtökohdat ja mitkä ovat koulutuskokonaisuuden perusteet. (CNK 2002)

Ohjaajakoulutus on osa FKA:n säännöllistä toimintaa. Tämä työ on osittain käynnissä olevan koulutustoiminnan kuvaamista ja tehtyjen valintojen perusteiden analysointia. Tarkoituksena on avata myös uusia mahdollisuuksia löytää vaihtoehtoisia toimintarakenteita ja esittää FKA:n ohjaajakoulutuksesta kokonaiskuva, jossa kuvataan kendon kulttuuritaustan ja Suomalaisen kendotoiminnan jäsentymistä lajia tukevaksi koulutusjärjestelmäksi.

2. KENDO LIIKUNTAKASVATUKSENA

2.1 Kendon pedagoginen historia

Kendon on vähitellen kehittynyt Japanilaisista sotataidoista perinteitä kunnioittavaksi liikuntakasvatukseksi. Japanilaisten sotataitojen juuret ulottuvat 300 vuoden taakse ennen ajanlaskumme alkua. Miekankäyttöaidolla on ollut Japanilaisessa kulttuurissa merkittävämpi asema kuin missään muualla maailmassa. Miekkailuperinteiden kehittyminen kendoksi kesti yli kaksi vuosikymmentä. Käytännön miekkailutaito *kenjutsu* alkoi kehittyä kohti kendoa 1500-luvulla, jolloin buddhalainen ja shintolainen ajattelu alkoi ja vakaa yhteiskunnallinen järjestys alkoivat vaikuttaa miekkamestareiden tapoihin opettaa taitoaan. Tehokkaiden tekniikoiden opettamisen rinnalle nousi entistä voimakkaammin henkinen kasvu ja moraalinen vastuu. Miekkailun opettaminen sai yhä pedagogisempia piirteitä ja siitä tuli kiinteä osa sotataitoihin sitoutuneiden samuraiden kasvatusta. Kendo on monien asioiden myötävaikutuksella kehittynyt käytännön taidosta *jutsusta*, osaksi samurailuokan koulutusta sotataidoissa *bugei*, joita opettivat useat eri koulukunnat. Vähitellen sotataitojen opettamisesta kehittyi kaikkien ulottuvilla olevia henkisen ja fyysisen kasvun välineitä. Judon esimerkin innoittamana myös miekkailutaidosta *kenjutsusta* syntyi kendo. Kendo oli 1800-luvulta alkaen kiinteä osa poliisin, puolustusvoimien ja virkamiesten koulutusta. 1900-luvun alussa kendo tuli oppiaineiksi kouluihin ja yliopistoihin. 1900-luvun alusta asti kendo on ollut Japanissa kiinteä osa kansallista liikuntakasvatusta. (Sasamori & Warner 1989, 26-50 ;Draeger 1996 106-110.)

Sanonta *Shu-ha-ri*, kuvaa hyvin perinteisen miekkailutaidon olemusta, oppimista ja sen eri tasoja. 1. *Shu* tarkoittaa muotoon sitoutunutta, säännön seuraamiseen pitäytyvää taidon harjoittelua. 2. *Ha* viittaa vapaammin muodosta riippuvaiseen, mutta muotoon vielä nojautuvan hyvään taidon hallintaan. 3. *Ri*, on sisäistettyä taidon mestarillista hallintaa, joka ei nojaa enää säännönmukaiseen toimintaan vaan perustuu sisäistettyyn avaraan kokemukseen. (All Japan Kendo Federation 1996, 101.)

Japanissa *shu-ha-ri* -sanontaa on käytetty kuvaamaan jonkin taiteen- tai taidonlajin oppimisprosessia Kendossa sanonta *shu-ha-ri* tarkoittaa myös yksilön kehityskaarta kendon tiellä. *Shu* on taso jolla seurataan tiukasti sääntöjä, aikaisemmin jonkin koulukunnan mukaista opetusta. Tekniikoiden oppimisen kannalta on tärkeää oppia ja sisäistää perusteet huolella. Kendon oppimista voisi verrata tässä yhteydessä kielen oppimiseen, jossa on ensin hallittava kielen perusrakenteet ja riittävä määrä sanoja kommunikoidakseen muiden kanssa. Kehittyäkseen kendossa on välttämätöntä omata riittävän hyvät perusteet voidakseen harjoitella vapaammin ja oppiakseen lisää harjoituskumppaneiltaan ja opettajiltaan. (Salonen 2003, 5; Klemola 2004, 126 - 130.)

Ha on taso jolla oppiminen keskittyy vastavuoroisuuteen. Tällä tasolla opitaan käyttämään ankaran harjoituksen tuloksena sisäistettyjä perustekniikoita kohdatessa yhä uusia vastustajia ja harjoituskumppaneita. Tekniikoiden mekaaninen toistaminen vähenee, ja niiden ympärille kehittyy mieli. Askel askeleelta ymmärrys kendosta syvenee ja laajenee. (Salonen 2003, 5.)

Ri-tasolla on sisäistetty kaikki se, mitä ympäristöstä on ollut kerättävissä oman kendo-aidon ympärille. Tällä tasolla taustalla vaikuttaa omien opettajien arvokas opetus, mutta heistä eikä tekniikan muodosta olla enää riippuvaisia. Tällöin on saavuttu pisteeseen, jossa oma näkemys ja kokemus ovat ensisijainen tiedon lähde, jota voi oikeutetusti jakaa toisille eteenpäin. (Salonen 2003, 5.)

2.1.1 Kendo-opetus Suomen Kendoseurojen Keskusliiton perspektiivistä

Kendo on läpi elämän jatkuva harjoittelua. FKA haluaa tarjota vastuullista liikuntakasvatusta kaiken ikäisille. Kendo toimii hyvänä välineenä liikunnalliselle oppimiselle. Ohjaajakoulutuksessa on otettu huomioon ihmisen eri kehitysvaiheet. FKA on asettanut kullekin ikäryhmälle ohjauskriteerejä tukemaan liikuntakasvatuksellisia tavoitteita.

Lapset: perusliikunta ja motoriset taidot

Nuoret: sosiaaliset taidot

Aikuiset: vastuullinen harrastaminen

Ikääntyneet: terveys ja arvokas ikääntyminen (FKA 2005)

Kendon opettamisen ja oppimiseen kokonaisuuteen vaikuttavat lajin perinteet ja nykysuomessa vallitsevat käytännöt ja tavat. Oleellisia seikkoja kendon opettamisen kannalta ovat esimerkiksi yhdistystoiminta ja se, miten Suomessa opetetaan liikuntaa ja urheilua.

Kendo tarjoaa taitolajin harjoittelun rajattomat mahdollisuudet ikään ja sukupuoleen katsomatta. Kendossa kaikki voivat harjoitella yhdessä: naiset, miehet, lapset, ikääntyneet ja huippu-urheilijat. Kendo voi olla suunnannäyttäjänä edistettäessä kaikkien oikeutta tasavertaiseen liikuntaan ja urheiluun. Henkinen ja fyysinen kasvu edellyttää sitä, että kendon opetus on laadukasta. FKA:n on kyettävä tarjoamaan perinteistä Japanilaista miekkailua 2000-luvun Suomalaisen pedagogiikan keinoin. Tavoiteltavaa on, että kendo on kaikkien ikäryhmien ja erityisryhmien laji, jossa onnistumisen kokemukset voidaan jakaa yhdessä.

Läpi elämän jatkuva kendoharjoittelu edistää terveyttä ja hyvinvointia. FKA on vastuussa siitä, minkälaiset puitteet läpi elämän jatkuvalle kendotaipaleelle luodaan. Ohjaajakoulutuksen avulla voidaan merkittävästi parantaa FKA:n mahdollisuuksia onnistua tehtävässään. Pätevät ohjaajat, jotka tuntevat fyysisen- ja psyykkisvalmennuksen menetelmiä, tietävät taidon opettamisesta ja omaavat

hyvät vuorovaikutustaidot, voivat taata myös kendon arvokkaiden perinteiden välittymisen Suomalaisille.

2.2 FKA:n lajien opetus

FKA:ssa harjoitellaan kolmea miekkailulajia: kendoa, iaidoa ja jodoa. Tässä esityksessä käsitteellä kendo viitataan myös muihin Japanilaisiin miekkailulajeihin. Kaikkien lajien harjoittelun pohjana toimivat seurojen viikoittaiset harjoitukset ja leirit. FKA:lle on tärkeää kouluttaa seuraohjaajia, jotta jokainen seura voisi tarjota täysipainoista ja laadukasta opetusta.

Kaikkien FKA:n lajien toiminnan ydin on kaikille avoimet yhteiset harjoitukset. Harjoituksissa ovat yhtä aikaa niin lapset ja vanhukset, miehet ja naiset kuin tuiki tavalliset harrastajat ja lajille omistautuneet kilpailijatkin. FKA:n lajien tekniikat ja harjoittelutavat mahdollistavat eri ryhmien yhtäaikaisen harjoittelun. Vaikka FKA:n lajit ovat vaikeita ja vaativat paljon harjoittelua ne sopivat lähes kaikille. Kendo, iaido ja jodo mahdollistavat sukupolvet ylittävän kanssakäymisen. Asenne ratkaisee, ei niinkään harjoittelijan fyysiset kyvyt. FKA:n lajien harjoittelu tarjoaa haasteita sekä yksilö- että ryhmätasolla. (FKA 2007)

Liittomme lajien harjoitusta jäsennetään judon ja karaten kaltaisella vyökoejärjestelmää vastaavalla graduointijärjestelmällä (liite 1.), joka luo puitteet kotimaiselle kendo-, iaido- ja jodo-opetukselle. Graduointisäännöt antaa puitteet perusopetukselle. Säännöllisillä kokeilla jäsennetään harrastajien edistymistä perusteiden oppimisessa. Kansallista kyu-järjestelmää seuraa kansainvälinen 8 vaiheinen dan-koejärjestelmä (judossa ja karatessa dan-arvot vastaavat mustan vyön eri tasoja). Dan-arvoisten harrastajien rekisteriä ylläpitävät ja koetilaisuuksia valvovat European Kendo Federation ja International Kendo Federation. Dan-koejärjestelmän tehtävänä on ohjata harrastajia syventämään lajituntemustaan ja kehittämään taitojaan. FKA järjestää säännöllisesti seuroissa ja leireillä kyu-kokeita. FKA:lla on oikeus järjestää alempien dan-arvojen kokeita (1-4. dan)

kotimaassa järjestettävillä kansainvälisillä leireillä. Kyu- ja dan-kokeiden tuotto on merkittävä tulonlähde FKA:lle. (FKA 2007)

2.2.1 Kilpailutoiminta

Kilpailu on luonnollinen osa japanilaista miekkailua. Se ei ole kuitenkaan kendon, iaidon tai jodon päämäärä. Kilpaileminen on vain yksi osa Japanilaisen miekkailulajien opetusta. Kilpailutilanteessa ihminen kohtaa itsensä paljaimmillaan, joutuen samalla kamppailemaan paineen alaisena omien odotuksiensa ja pelkojensa kanssa. Kilpailuissa korostetaan tapahtumien sosiaalista ja kasvatuksellista luonnetta. Kilpailijoita ohjataan arvioimaan itseään omista lähtökohdistaan. Voittamis- ja tuloskeskeisyys on kendon näkökulmasta este todelliselle oppimiselle ja oman itsensä tuntemiselle. (FKA 2007)

FKA järjestetää vuosittain harjoitusta kilpailutuomareille. Liittomme lajeissa eivät voi toimia tuomareina muut kuin lajin huippuosajat. FKA:n lajeissa kansainvälisillä tuomareilla on oltava vähintään 5.danin taso, mikä tarkoittaa lähes 15 vuoden kokemusta. Sekään ei vielä välttämättä riitä, tuomarinkin on edelleen harjoiteltava ahkerasti lajitaitoja. FKA lähettää edustajia joka vuosi järjestettävään Euroopan Kendoliiton tuomariseminaariin. Kotimaista tuomarikoulutusta järjestetään vuosittain useaan otteeseen. (FKA 2007)

2.2.2 FKA:n lajien harrastamien

FKA pyrkii tuomaan kendon, jodon ja iaidon suuren yleisön tietoisuuteen liikuntakasvatuksena. Tarjoamme mahdollisuuden läpi elämän jatkuvan harrastukseen, joka edistää fyysistä ja henkistä kasvua. Lapsille ja nuorille on tarjolla miekkailutaitojen oppimisen myötä perusliikuntaa ja vastuullista sosiaalisuutta. Aikuisille kendo, jodo ja iaido tarjoavat vastuuta ja oppimaan oppimista, unohtamatta ikäihmisille avautuvaa mahdollisuutta aktiiviseen ja terveyttä vaalivaan ikääntymiseen. (FKA 2007)

Ikärakenteeltaan FKA:n jäsenistö on huomattavan nuorta. Vuonna 2006 juniori-ikäisiä harrastajia (vuonna 1988 tai myöhemmin syntyneitä) oli lähes kolmasosa koko jäsenistöstä. Junioreiden määrä on kasvanut paljon viime vuosina, mikä on johtanut kasvavaan tarpeeseen kehittää eteenpäin lasten- ja nuortenopetusta. Määrätietoinen juniorityö johtaa siihen, että FKA valmistautuu lähettämään myös nuorten edustusjoukkueen EM-kisoihin. (FKA 2007)

Suurin osa FKA:n noin 700 harrastajista on kendoharrastajia. Iaidoa ja jodoa harrastaa molempia FKA:n piirissä arviolta 40 henkeä. Moni jäsen harrastaa kahta tai kolmea FKA:n lajeista päällekkäin, eikä FKA ole tähän mennessä erotellut jäseniään harrastamansa lajin perusteella. Dan-kokeen suorittaneita harrastajia FKA:lla on Euroopan Kendoliiton vuoden 2006 tilaston mukaisesti kendossa 130, iaidossa 11 ja jodossa 5 kappaletta. Jodoa on ollut FKA:n harjoitusohjelmassa vuodesta 2002 ja iaidoa vuodesta 2000. (FKA 2007)

FKA:n harrastajista suurin osa miehiä, naisia harrastajista on noin viidesosa. Naisharrastajien määrä on ollut jatkuvassa nousussa. Myös nuorten harrastajien määrän lisääntyminen on ollut 2000-luvulla huomattavaa. (FKA 2007)

Aktiivikilpailijoiden osuus FKA:n jäsenistä on verrattain pieni. Aktiivikilpailijoita on noin 50. Valta osa FKA:n jäsenistä ei ole aktiivikilpailijoita. Kilpailijoista suurin osa on dan-tasoisia eli yli kolme vuotta harjoitelleita. (FKA 2007)

FKA:n jäsenistö on painottunut Etelä-Suomen lääniin, jossa harjoitteli vuonna 2006 kymmenessä seurassa yli puolet Suomen Kendoharrastajista. Länsi-Suomen läänissä harjoittelee viidessä seurassa noin viidesosa FKA:n jäsenistä. Suomessa sijaitsevat maailman pohjoisimmat kendoseurat Oulussa, Torniossa ja Rovaniemellä. FKA:n tavoitteena on kehittää toimintaansa koko Suomessa, eteenkin niillä alueilla, joissa harjoittelijoita on vielä verrattain vähän. (FKA 2007)

FKA:n koulutusstrategia harrastajille on yksinkertainen: pyrimme järjestämään yhteistyössä jäsenseurojen kanssa seminaareja, leirejä ja kilpailutapahtumia, jotka tarjoavat hyvät mahdollisuudet harjoittaa kendoa. Näihin tapahtumiin yhdistetään koulutusta ohjaajille, tuomareille, toimitsijoille ja kilpailijoille. Leirien ohjelmat pyritään suunnittelemaan siten, että kullekin tasolle tai vertaisryhmälle pyritään saamaan tarpeita vastaavaa harjoitusta. (FKA 2007)

Perusharjoittelua täydennetään muun muassa kolmella kendon suurleirillä sekä iaido- ja jodo-leirejä. Vuoden kohokohtia ovat kevään yhteisleiri Yamagatan, Sendain ja Niigatan kasvatustieteellisten yliopistojen kanssa, Porin-Jazz-leiri ja Helsingin syysleiri. Leireille kutsutaan japanilaisia ammattiohjaajia. Tämä houkuttelee leireille myös useita kendoharrastajia ympäri Eurooppaa. Japanilaisten yhteistyöyliopistojen mukana saamme Suomeen harjoittelemaan kanssamme huippuopettajia sekä liikuntatieteellisissä kendoa pääaineenaan opiskelevia nuoria. (FKA 2007)

Kendoharrastus aloitetaan alkeiskursseilla. FKA halutaan taata, että sen jokaisessa jäsenseurassa on mahdollista saada heti harrastuksen alkuvaiheessa hyvätasoista opetusta. Tämän vuoksi, kendon lajiharjoittelun tuntemuksen syventämisen lisäksi painotetaan erityisesti sitä, miten aloittelijoita opetetaan. Seurojen ohjaajilla on oltava laajat valmiudet opettaa kendoa, ottaen huomioon ihmisten erilaiset tavat oppia. (FKA 2007)

2.2.3 FKA:n Tulevaisuuden haasteet

Kehityskohteiden kärjessä on lasten- ja nuorten kendotoiminnan kehittäminen. FKA:n tavoitteena on luoda valmiudet kaikille seuroille lasten- ja nuorten ohjaamisen täysimittaiselle käynnistämiseksi. Vuoden 2007 alussa kolmannes harrastajistamme on alle 18-vuotiaita. (FKA 2007)

Toinen tärkeä tavoite on tehdä FKA:n lajeja tunnetuksi erityisesti nuorten keskuudessa esimerkiksi koulujen iltapäiväkerhojen ja nuorille suunnattujen tapahtumien välityksellä. Edellisiin tavoitteisiin liittyen, FKA pyrkii vakiinnuttamaan lasten ja nuorten harrastajien määrän sille tasolle, että se mahdollistaa oman lasten- ja nuortentapahtumakalenterin laatimisen. Vuoden 2007 toimintasuunnitelmaan on sisällytetty lasten- ja nuorten ohjaajakoulutuksen käynnistäminen ja kaksi erillistä valtakunnallista lasten- ja nuorten harjoitusleiriä. (FKA 2007)

Kendoseurat ovat löytänyt tiensä yliopistoliikuntaan Helsingissä, Oulussa ja Turussa. Myös ensimmäiset askeleet on otettu kendotoiminnan käynnistämiseksi kansalaisopistoissa ja lasten iltapäiväkerhoissa. ((FKA 2007)

2.2.4 Ohjaajakoulutus osana FKA:n toimintaa

Merkittävä strateginen painopiste FKA:n koulutustoimessa on järjestää ohjaajille koulutusta. Vuonna 2005 alkanut koulutushanke on tuonut FKA:n SLU:n valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen piiriin (ks. liite 4.). FKA:n edustaja on osallistunut aktiivisesti SLU:n järjestämään VOK-toimintaan. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen myötä koulutusyhteistyö on laajentunut.

Yhteistyökumppaneita on löydetty monelta taholta SLU:n alueilta, urheiluopistoista ja toisista lajiliitoista. (FKA 2007)

FKA:ssa on koettu välttämättömäksi kehittää koulutustoimintaa harrastajamäärän kasvaessa. Kendon yksi tärkeä periaate on harjoittelun jatkuminen läpi elämän. FKA haluaa ottaa huomioon koulutusta kehitettäessä kaikki ikäryhmät ja asettaa ohjaajakoulutukselle haasteeksi tuoda ohjaajien saataville tietotaitoa erityisesti lasten- ja nuorten liikunnasta sekä kunto- ja terveystuokunnasta.

FKA turvaa lajiensa kehitystä kutsumalla huippuopettajia Suomeen niin Euroopasta kuin Japanista. Opettajavierailuista merkittävimmät ovat olleet Japanin Kendoliiton lähettämät ammattiopettajat, jotka ovat kiertäneet jäsenseuroja ja valmentaneet maajoukkuetta. FKA on ottanut entistä enemmän vastuuta maajoukkueen valmennuksesta ja seurojen kehittämistyöstä. Huippuosaajien rooli on kuitenkin merkittävänä, sillä he toimivat FKA:n ohjaajien opettajina. Ohjaajakoulutus järjestelmämme saa arvokkaan lisän ulkomaalaisilta asiantuntijoilta. (FKA 2007)

FKA:n lajeja voivat opettaa vain pätevöityneet osaajat. FKA:n ohjaajat ovat lajiinsa sitoutuneita harrastajia, joiden aktiivinen harrastaminen ja opetustyö jatkuvat läpi elämän.

2.2.5 FKA:n ohjaajat

- FKA:ssa on tällä hetkellä 21 I-tason suorittanutta ohjaajaa
- Ohjaajien keski-ikä on noin 30 vuotta
- Kendo-ohjaajia on 32, joista lasten- ja nuortenohjaajia 10, iaido-ohjaajia on 6, jodo-ohjaajia on 4
- Ohjaajista naisia on 20 % ja miehiä 80 %
- II-tason ohjaajakoulutuksen on aloittanut vuonna 2007 15 henkeä
- I-tason koulutuksen on aloittanut vuonna 2007 10 henkeä (FKA 2007)

2.2.6 Ohjaajakoulutuksen kehitysvaiheita

FKA:n tavoitteena on luoda valtakunnallisesti vertailukelpoinen, tasot I-III käsittävä ohjaaja- ja valmentajakoulutusjärjestelmä. Hanke käynnistyi suunnitteluvaiheella 2005 ja se on edennyt työ- ja kokeiluvaiheen kautta kohti vakiintuneempaa ohjaajien kouluttamista. Keskeisiä osa-alueita hankkeelle ovat ohjaajakoulutusrakenteen lisäksi koulutusverkoston luonti, yhteistyötahojen etsiminen ja koulutusohjelmien aloittaminen. Ohjaajakoulutuksen ensisijainen päämäärä on seuraohjaajien osaamistason yhtenäistäminen ja kohottaminen. FKA pyrkii luomaan toimivan ohjaajakoulutusjärjestelmän, johon sisältyvät monipuoliset SLU:n Tutkintojen perusteissa (2000 - 2003, 12.) asettamat osaamistavoitteet.

- Ohjaus- ja valmennustaidot ja -tiedot: ihmis- ja oppimiskäsitys, vuorovaikutustaidot, ohjaus-/ valmennustaidot, lajitiedot ja -taidot
- Ohjaajan ja valmentajan rooli ja kehittyminen: oma ura, arvot ja etiikka
- Toimintaympäristön hallinta: harjoituspaikka, seura, piiri, valtakunnallinen toiminta, ympäristön vaikutus omaan toimintaan, liikunnan vaikutus ympäristöön (SLU 2002,)

FKA:lle ja sen jäsenseuroille hanke on merkittävä myös siitä syystä, että Opetusministeriö ja yhä useammat kunnat edellyttävät liikuntajärjestöiltä päteviä kouluttajia jaettaessa rahaa ja resursseja. FKA on jättänyt SLU:lle jäsenhakemuksen kesällä 2007, jossa ohjaajakoulutus on näkyvästi esillä.

3. OHJAAJAKOULUTUKSEN TEOREETTINEN VIITEKEHYS

3.1 Ihmiskäsitys ja oppimiskäsitys

FKA:n ohjaajakoulutuksen kannalta on tärkeää hahmottaa oppimistapahtuman monet eri ulottuvuudet. Ohjaajakoulutuksen päämääränä ja lähtökohtana on ihminen. Koulutustoiminnan lähtökohtana on taas kendoharjoittelun edistäminen. Kendotaidon vaaliminen ja välittäminen kendoharrastajille on ohjaajien tärkein tehtävä. Ohjaajakoulutuksen on annettava ohjaajille heidän tarvitsemiaan tietoja ja taitoja, joiden avulla kendoa voidaan opettaa entistä paremmin.

Ohjaajakoulutuksen kaikilla tasoilla on tiedostettava, että kaikki koulutus on osa inhimillistä kasvua ja ohjaajillamme on merkittävä rooli siinä, minkälainen kuva kendosta muodostuu.

FKA:n on oltava mukana avoimen ja rakentavan ohjaajakoulutuksen kehittämisessä, johon SLU:n Valmentaja- ja Ohjaajakoulutustoiminta avaa uria ja parempia mahdollisuuksia hyödyntää Suomalaisen liikuntamaailman voimavaroja. Ollakseen avoin, ohjaajakoulutuksella on oltava rakentavat lähtökohdat. Tapio Puolimatkan (1997, 9.) mukaan avarakatseinen opettaminen edellyttää käsitystä siitä, mitä on tieto. Tieto määrittää käsityksiämme ihmisestä, maailmasta, moraalista tai yleensäkin ihmisyyden keskeisistä kysymyksistä. Tiedon käsite vaikuttaa myös käsityksiin siitä, mitä ovat ihmisyyden ja oppiminen. FKA:n ohjaajakoulutuksen tulisi antaa rakennusaineita maailmankuvan kriittiselle ja kehittyvälle muodostamiselle ilman, että ketään ohjataan hyväksymään yksi ainut annettu näkemys ympäröivästä todellisuudesta (Puolimatkan 1997, 342.).

Ihminen ymmärrettynä osana luontoa ja yhteiskuntaa avaa useita vaihtoehtoisia tapoja tarkastella yksittäistä ihmistä (Nurmi 2002, 97 - 98.). Suhde ympäröivään maailmaan vaikuttaa myös oppimiseen, koulutukseen, työhön ja liikuntaan. Ohjaajakoulutuksen kautta välittyvä avara ihmiskäsitys antaa rakennusaineita kasvulle, niin ohjajana kuin ihmisenäkin.

Identiteetti muodostuu lukuisista asioista, siihen vaikuttavat mm. koulutus, kulttuuritausta, uskonto, työkokemus, ikä ja sukupuoli. Ihminen kokonaisuutena, yhteiskunnallisena toimijana ja omana persoonanaan on otettava huomioon ohjaajakoulutuksessa. Kendon yksi keskeinen ja vaikuttavin ominaisuus on elinikäisen oppimisen korostaminen. Tämän vuoksi FKA:n ohjaajakoulutuksessa on tiedostettava se seikka, että kaikki koulutus muokkaa identiteettiä.

3.1.1 Identiteetti

Tänä päivänä jokaisella suomalaisella on mahdollisuus elinikäiseen oppimiseen eri koulutusinstituutioissa, työelämässä ja muilla elämänosa-alueilla kuten harrastuksissa tai itseopiskelun kautta. Koulutus antaa ihmiselle mahdollisuuden olla aktiivinen toimija nyky-yhteiskunnassa. Koulutus muokkaa identiteettiä ja merkittävät oppimiskokemukset ovat koko elämän kannalta tärkeitä virstanpylväitä. Oppimiskokemuksilla on suuri merkitys omaelämäkerrallisen tietoisuuden kehittämisessä, jolla tarkoitetaan ihmisen käsitystä siitä, kuka hän on, mitä hän on tehnyt ja mihin hän on menossa. Ihminen pyrkii jäsentämään toimintaansa kertomuksen muotoon. Merkittävät oppimiskokemukset luovat elämänperspektiivin, joka antaa suunnan sille minkälainen todellisuus tullaan kohtaamaan ja miten. Yksilön kokemusten kautta aukeaa laajempi horisontti, joka liittyy yksittäiset kokemukset yhteiskunnalliseen kontekstiin. (Huotelin 1996, 24, 32.)

Kendoliiton-opettajan koulutusidentiteetin muodostumista ohjaavat 8-portainen dan-koejärjestelmä, joka määrittelee kendon teknisenosaamisen kehitystä. Matka 1-danista vaikeasti saavutettavaan 8.daniin kestää vähintään 28 vuotta. Lisäksi kendoliiton lajeissa on opettaja-arvojen yhteydessä myönnettäviä *shogo*-arvoja, jotka määrittelevät opettajataitojen syvyyttä. Shogo-arvot ovat 6.danin yhteydessä *renshi*, 7.danin yhteydessä *kyoshi* ja 8.danin yhteydessä *hanshi*. Shogo-arvojen merkitystä voi kuvata vertaamalla niitä akateemisiin tutkintoihin: maisteri, lisensiaatti ja tohtori.

Ohjaajakoulutuksessa opitut asiat tulisivat tukea ohjaajien kehitystä kokonaisvaltaisesti. Valmentajan ja ohjaajan identiteetti Suomalaisessa yhteiskunnassa muodostuu opetustaitojen, vuorovaikutustaitojen ja liikunnan ja urheilun tuntemuksesta yhdistettynä lajitaitoihin. Lajitaitojen lisäksi ohjaajakoulutus pyrkii lisäämään kosketuspintaa yleisiin opettajan ja ohjaajan kehityksen kannalta keskeisiin asioihin.

Identiteetti kertoo siitä, kuka tai mikä joku on. Identiteetti luo myös edellytyksiä sille, miten toimitaan yhteiskunnassa ja kuinka toiset ihmiset kohdataan. Houtsonen (1996, 200.) tuo esiin identiteetin kulttuurisen muodon, sillä identiteetti ei voi olla olemassa ilman kieltä ja kulttuurisia merkityksiä ohjaavaa järjestelmää. Sosiaalisen identiteetin muodostumisessa koulutuksella on ratkaiseva tekijä osana sosiaalista statusta. Se vaikuttavaa ratkaisevasti elämän kulkuun, esimerkiksi työn haussa (Houtsonen 1996, 203.). Koulutuksen vaikutus henkilökohtaiseen identiteettiin ilmenee elämäntilanteiden käännekohdissa. Taustalla vaikuttavat tekijät kuten työhistoria ja sosiaaliset kytkökset vaikuttavat elämänkulkuun. Koulutuksella on yhdessä muiden taustatekijöiden kanssa merkittävä rooli elämäntilanteissa. Koulutus voi olla haave tai se voi olla konkreettinen väline työelämän haasteista selviämiseksi. (Houtsonen 1996, 205.).

Minä-identiteetti muodostuu omista koulutuskokemuksista oppilaana ja oppijana. Siihen liittyy läheisesti myös koulutusstatuksen arviointi ja koulutuksen tuottamat ominaisuudet, jotka ohjaavat elämää tiettyyn suuntaan (Houstonen 1996, 207.). Kulttuuri-identiteetin muodostumiseen vaikuttavat kotiympäristön tarjoamat koulutusmahdollisuudet ja koulutuksen ja oman kulttuuritaustan välinen dynamiikka sekä minkälaisia arvoja ja toimintatapoja koulutus tuottaa (Houstonen 1996,209.).

3.1.2 Käsitys oppimisesta ja tiedosta

Opetuksen ja opiskelun perustana oleva käsitys oppimisesta eli oppimiskäsitys, ohjaa opetustapahtumaa. Tämän vuoksi on erittäin tärkeää, että FKA:n ohjaajakoulutuksesta vastaavat opettajat ovat pedagogisesti päteviä. Ohjaajakoulutuksen opettajien tulee olla tietoisia eri oppimiskäsityksistä ja niihin perustuvista opetusmenetelmistä.

Tällä hetkellä Suomessa vallitseva lähestymistapa opettamiseen ja oppimiseen perustuu konstruktivistiseen oppimiskäsitykseen. Sen vuoksi se edustaa tässä työssä ohjaajakoulutuksen pedagogiseksi lähestymistavaksi. Konstruktivistinen ote vaikuttaa ohjaajakoulutuksen muotoon että sisältöön. Konstruktivistisessa oppimiskäsityksessä uutta tietoa omaksutaan hyödyntämällä aiempia oppimiskokemuksia ja jo hallussa olevaa tieto-taitoa. Konstruktivismi on Suomalaisessa opettajakoulutuksessa vallitseva lähestymistapa opettamiseen ja oppimiseen. (Kupias & Hätönen 2000, 14.). Toinen ohjaajakoulutuksen kannalta merkittäviä lähestymistapa oppimiseen on kokemuksellinen oppiminen. Tämä sopii hyvin käytännönläheiseen aikuiskasvatukseen. Oppiminen kokemusten kautta on luonteeltaan aktiivinen prosessi, joka kytkee oman osaamisen vuorovaikutteisesti käytäntöön. Kokemuksellisessa oppimisessa edetään käytännöllisestä kohti abstraktia ja analyttistä. (Kupias & Hätönen 2000, 22.)

FKA:n ohjaajakoulutuksessa on tärkeää hahmottaa koulutuksen kokonaisuus ja päämäärät. Koulutuksen jäsentäminen alkaen tavoitteista, sisällöstä ja lopulta sen hyödyntämisestä käytäntöön vaikuttaa siihen miten koulutuskokonaisuus välittyy opiskelijalle (Kupias & Hätönen 2000, 37.). Ohjaajakoulutuksen ohjaajien pitää pystyä hyödyntämään useita opetusmenetelmiä. Ei riitä, että tietoaines välitetään ohjaajakokelaille. Monipuolinen opetusmenetelmien käyttö ohjaa tunnistamaan eri oppimistyylejä ja rakentamaan monipuolista opetusmenetelmävalikoimaa.

Aiemmin mainittujen konstruktivistisen ja kokemuksellisen oppimiskäsityksen rakentamiseksi ohjaajakoulutuksessa tulee soveltaa useita opetusmenetelmiä, jotka

tukevat oivaltavaa oppimista. Opetusmenetelmistä mainittakoon esimerkkeiksi seuraavat: aktivoiva luento, opetuskeskustelu, kirjoittamalla oppiminen, oppimistehtävät, oppimispäiväkirjan pito, aivoriihi, ongelmaperusteinen oppiminen ja töissä oppiminen. (Kupias & Hätönen, 2000)

3.2 Asiantuntijuus ja tutkivan oppimisen malli

FKA:n koulutussuunnitelmissa, VOK-hankkeessa ja graduointisäännöissä on vedottu asiantuntijuuden malliin ja taidon oppimisen analysointiin (liitteet). Älykkään toiminnan mallintaminen on avannut laajan tutkimuksen kentän, jonka avulla on pystytty analysoimaan oppimista ja sen rakenteita. Tienä kohti oppimisen rakenteita on laajasti käytetty asiantuntijuuden mallia (Hakkarainen, Lonka & Lipponen 1999, 77.).

Kendon oppimista ja opettamista on mallinnettu FKA:n kyu-graduointisäännöissä taidon asteittaisen kehittymisen mallin mukaan. Asiantuntijaksi ei voi ryhtyä, sellaiseksi pitää kehittyä. Tie kohti asiantuntijuutta alkaa aloittelijan tasolta. Taidonhankintaprosessissa aloittelijan toiminta on muodollista sääntöjä soveltavaa. Seuraava taso on kehittyneen aloittelijan taso, jolla toimija pystyy jo tutuissa tilanteissa soveltamaan taitojaan (Hakkarainen ym. 1999, 78.). Saavutettuaan pätevän toimijan kehitystason, oppilas on jo sitoutunut harjoitettuun taitoon ja hallitsee useita eri vaihtoehtoisia toimintatapoja (Hakkarainen ym. 1999, 78.). Pätevällä tasolla taidonharjoittaja on ryhmänsä edustaja. Sosiaalinen sitoutuminen on taidon kehittymisen edellytys. Taitajan tasolla oleva oppilas on kohdannut alallaan monia vaihtoehtoisia toimintamalleja, kyeten soveltamaan niitä luontevasti kohdatessaan uusia ongelmanratkaisutilanteita (Hakkarainen ym. 1999, 65.).

Kendossa taidonhankintaprosessilla tarkoitetaan lajitaitojen hankkimista. Liikuntataitoja ei ole kuitenkaan hedelmällistä tarkastella vain fyysisen

taidohankinnan prosesseina. Taidon oppiminen edellyttää monentasoista vuorovaikutusta ja analyyttistä kykyä. Ylemmät taitotasot edellyttävät lajitaitojen hallitsemiseksi myös muita taitoja, joita tarvitaan liikunnanohjaamisessa ja liikunnanmaailman laajamittaisemmassa ymmärtämisessä.

Asiantuntija on kokonaisvaltaisesti omalla alallaan työskentelevä taidon haltija. Kendossa asiantuntija on ohjaaja ja opettaja, joka hallitsee lajitaidot ja osaa yhdistää muut taitonsa tukemaan kendon opettamista ja mahdollistaa laaja-alaisen toiminnallisen ja analyyttisen lähestymistavan. Asiantuntija toimii vaivattomasti käyttäen hyväkseen kokemustaan ja ympäristön tarjoamia mahdollisuuksia kuten eri tiedon lähteitä, työkaluja, menetelmiä ja toisten asiantuntijoiden ammattitaitoa. Omassa ongelmaratkaisumaailmassaan asiantuntija kykenee soveltamaan taitoaan uusissakin tilanteissa. Asiantuntija analyyttinen kapasiteetti on suuri ja hänen toimintansa ei ole rutiininomaista vaan dynaamista ja uutta luovaa. (Hakkarainen ym. 1999, 79 - 80.).

Tehokas asiantuntijuus on usein jaettava asiantuntemusta, joka mahdollistaa yksilön ongelmanratkaisukyvyyn ylittävän kollektiivisen ongelmanratkaisun. Asiantuntija ei ole sisäistettyjen rutiinien summa vaan monipuolisten kehittyvien kykyjen varassa analyyttisesti toimiva vuorovaikuttaja, joka alituisesti laajentaa toimintaratkaisuvaramiaan. (Hakkarainen ym. 1999, 143.).

FKA:n ohjaajakoulutuksen päämääränä on kehittää kendo-ohjaajien kykyjä toimia asiantuntijoina. Ohjaajakoulutuksessa panostetaan oppimaan oppimiseen, tiedon jakamiseen ja metakognitiivisten taitojen kehittämiseen. Metakognitiota voi kuvata päämäärähakuisen toiminnan itsenäiseksi oivaltamiseksi. Yksistään jonkin asian harjoittelu, havainnoiminen tai muistaminen ei riitä vielä syvälliseen oppimiseen. Metakognitio on keskeistä taitavan toiminnan oppimisen kannalta. (Hakkarainen ym. 1999, 165 – 166.).

Oppimaan oppiminen on ehkä tärkein metakognitiivinen ulottuvuus. Tiedostamalla sen, oppimista voi arvioida ja tehostaa. Metakognitiivinen tieto auttaa jäsentämään havainto- ja muistikuvia ja ohjaamaan ongelmanratkaisukykyä mekaanisesta toiminnasta itsenäiseen, oivaltavaan ja harkitsevaan toimintaan (Hakkarainen ym. 1999, 65.).

Erityisen tärkeään asemaan metakognitiiviset taidot kohoavat silloin kuin tarkastellaan taitojen yleispätevyyttä. Syvällisesti oivalletut taidot eivät ole ahtaan tilannesidonnaisia, vaan laajemmalti käyttökelpoisia ja sovellettavissa uusiin ongelmanratkaisutilanteisiin (Hakkarainen ym. 1999, 166-167.).

Metakognitiivisten taitojen oppimisella on vahva sosiaalinen kytkös. Oppiminen on tavoitteellista toimintaa, jota yhteisön ja ympäristön tuki vahvistaa (Hakkarainen ym. 1999, 174.). Jotta metakognitiiviset kyvyt kehittyisivät, oppimisympäristön on oltava luonteeltaan sellainen, että se auttaa oivaltamaan omaa oppimisen arviointia ja tekee tutuksi myös sen, miten toiset oppivat ja ymmärtävät yhteisen aiheen.

3.3 Oppimisympäristö

Asiantuntijaksi kehittyminen edellyttää yhteistyötä. Oppimiseen vaikuttavat useat päällekkäiset prosessit, jotka ovat saatavissa paremmin haltuun yhteistyön ja oppimista tukevien työvälineiden avulla. Oppimisympäristö, joka tukee älykkään toiminnan kehittymistä, johdattelee oppijaa kohtaamaan ongelmanratkaisutilanteet siten, että hän löytää ympäristöstään siihen tarvittavan tuen. Oppimisympäristön on tarjottava asiantuntijuutta edistävät sosiaaliset kontaktit kuten opettajat ja mahdollisuus toisten kanssa jaettuun oppimiseen. Tämä laajentaa ongelmaratkaisun kenttää tilannesidonnaisesta viitekehyksestä koskemaan laajempaa yhteistoiminnallista kokonaisuutta. Lisäksi oppimisympäristön on motivoitava ja tarjottava riittävä materiaallinen ja välineellinen tuki, joka mahdollistaa oppimisen oivaltavan kehittymisen. (Hakkarainen ym. 1999, 121 - 123.)

Älykästä toimintaa kehittävän oppimisympäristön on tarjottava mahdollisuuksia käyttää hyväksi tiedon hajauttamisen eri muotoja: kirjoittamista, muistiinpanoja visualisointia ja käytännössä kokeilua. Tiedon ja taidon kokonaisuuden hahmottaminen eri näkökulmista kuuluu kehittävään oppimisympäristöön. Oppijan on kuitenkin työstettävä havaintojaan analysoimalla läpikäymäänsä aineistoa omin sanoin kirjoittamalla tai keskustelemalla. (Hakkarainen ym. 1999, 118.).

Tietokäsityksen uusi ymmärtäminen on vaikuttanut merkittävästi siihen, miten älykkään toiminnan oppimismallit ovat muuttuneet sisällön tankkaamisesta aktiiviseksi tiedon omaksumiseksi. Ulkoa oppimisen sijaan, oppija pyrkii omaksumaan tieto siten, että pystyy soveltamaan sitä menestyksekkäästi jakamaan sitä edelleen. Pyrkimys taitojen ja tietojen soveltavaan oppimiseen avaa oven laajempaan tietokäsitykseen jossa oppimaan oppiminen menee tiedon kumulatiivisen kokoamisen edelle. (Hakkarainen ym. 1999, 22 - 23.)

FKA:n ohjaajakoulutus pyrkii toteuttamaan tutkivan oppimisen mallia. Se on prosessi, jossa oppiminen etenee oppimisyhteisön yhdessä asettamien päämäärien ohjaamana. Prosessi alkaa empiiriseltä havainnon tasolta (harjoitustilanne), kehittyen tietoinesta jäsentävälle kielellisen analyysin tasolle (ohjaajien antama palaute). Prosessi päättyy kriittistä ajattelua edellyttävälle metakäsitteelliselle tasolle (koulutusmateriaalien tuottaminen ja koulutuksen kehityshankkeet), jolla oppijat pystyvät toimimaan asiantuntijayhteisön mukaisesti ja arvioimaan tietoinesta evidenssin ja teorian näkökulmasta. (Hakkarainen ym. 1999, 261-263.)

3.4 Arviointi

FKA:n toiminnan kehittämisen kannalta on tärkeää kehittää toimivia arviointivälineitä. Ohjaajakoulutusta tulee arvioida ja kehittää jatkuvasti. Se takaa koulutuksen kehittymisen ja mahdollisuuden kerätä arvokasta tietoa, jonka analysointi kantaa hedelmiä vuosienkin kuluttua. FKA:n

ohjaajakoulutuksen arviointi käsittää neljä osa-aluetta: jotka noudattelevat Tarja Friskin Kehittävän arvioinnin perusasioita (2005) koulutusmateriaalissa esitettyä rakennetta: a. Reaktioiden arviointi, b. Oppimisen arviointi, c. Toiminnan muuttumisen arviointi ja d. Tulosten ja vaikutusten arviointi.

3.4.1 Koulutustilaisuuksien arviointi

Koulutustilaisuuksissa kerätään arvioita tapahtuman onnistumisesta. Keskeistä on selvittää, miten koulutukseen osallistuneet kokivat koulutuksen onnistuneen sisällön ja järjestelyjen kannalta. Koulutuksen aikana käydyt palautekeskustelut ovat yksi arvioiden keräämisen muoto, jota täydennetään koulutuksen lopussa tehtävällä arviointikyselyllä. (Frisk 2005a.)

Arvioinnista vastaavat koulutuksen järjestäjä, esimerkiksi koulutusvastaava ja vastuuhjaajat. Arviointia ulotetaan koulutustilaisuuksissa kaikkiin osallistujiin, vastuukouluttajiin, ohjaajakokelaisiin ja kyu-leireillä harjoittelijoihin. Vastuuhjaajat ja koulutusvastaava huolehtivat palautteen purkamisesta ja raportoimisesta FKA:n hallitukselle sekä niille tahoille tiedottamisesta, jota palaute koskettaa. Palautteen pohjalta parannetaan ensisijaisesti koulutustapahtumien sisältöä ja järjestelyjä. (Frisk 2005a.)

3.4.2 Oppimisen arviointi

Koulutuksille asetettuja oppimistavoitteita tulee arvioida pitkällä aikavälillä. Välitön palaute ei aina kerro kaikkea koulutuksen onnistumisesta. Ohjaajien osaamisen kehittymistä tulee seurata arvioimalla opetuksen tasoa ohjaajakoulutusleireillä eli kyu-leireillä ja seurojen harjoituksissa. Keskustelemalla ohjaajien kanssa voidaan tarkentaa selvittää ohjaajien käsityksiä omasta osaamisestaan. Havainnoin ja keskustelujen lisäksi koulutusten ennakkokyselyjä voi hyödyntää kerätessä tietoa siitä, miten

ohjaajat ovat pystyneet soveltamaan aiemmin koulutuksissa oppimaansa käytäntöön. (Frisk 2005b.)

Oppimisen arviointi kohdistuu lähinnä ohjaajakoulutuksiin osallistuneisiin. Tietojen keräämisestä ja raportoinnista vastaavat vastuuhjaajat ja koulutusvastaava. Suunniteltaessa tulevia koulutustapahtumia oppimisen arviointiin perustuvat tilannekatsaukset toimivat hyvänä lähtökohtana määriteltäessä sen hetkistä koulutustarvetta. (Frisk 2005b.)

3.4.3 Toiminnan kehittyminen

Ohjaajakoulutuksen on oltava kendotoimintaa kehittävää. Tämän vuoksi on syytä tarkastella koulutuksen vaikutuksia seura- ja liittotason toimintaan. Laajamittaista koko koulutustoimintaa koskevaa arviointia on tehtävä jatkuvasti havainnoimalla, haastatteleamalla, keskustelemalla ja analysoimalla koulutusraportteja ja palautteita. (Frisk 2005c.)

Seurojen hallitukset, vastuuhjaajat, koulutusvastaava ja FKA:n hallitus ovat vastuussa ohjaajakoulutuksen tulosten laajamittaisesta arvioinnista. Koulutustoimen vastuuhenkilöiden on välttämätöntä tietää, ovatko ohjaajat oppineet seurojen tai liiton toiminnan kannalta hyödyllisiä asioita koulutuksissa ja onko ohjaajien ammattitaito kehittynyt? Jatkuva vuorovaikutus koko ohjaajakoulutukseen osallistuvien henkilöiden kesken voi antaa vastauksia näihin kysymyksiin. Tämä edellyttää ohjaajakoulutuksen syvää integroitumista muuhun kendotoimintaan. Koulutusvastaavan ja FKA:n hallituksen on otettava huomioon ohjaajakoulutuksen vaikutukset koko kendotoiminnan kokonaisuuteen kehitettäessä ohjaajakoulutusta. (Frisk 2005c.)

3.4.4 Tulosten ja vaikutusten arviointi

FKA:n hallituksen vastuulla ovat ohjaajakoulutuksen strategiset painopisteet ja lopullinen arviointi ohjaajakoulutuksen vaikutusten arvioimisesta. Liittotasolla on saatava yksiselitteistä tietoa muun muassa siitä, ovatko ohjaajat olleet tyytyväisiä saamaansa koulutukseen? Onko ohjaajakoulutus hyödyttänyt seurojen ja liiton tavoitteita? Onko ohjaajakoulutuksella vaikutuksia harrastajiin, esimerkiksi jäsenmäärien kehitykseen? (Frisk 2005d.)

Koulutusvastaavan on pystyttävä tekemään kaikkien arviointilähteiden pohjalta vuosittain yksiselitteinen ja selkeä toimintakertomus, joka kertoo FKA:n hallitukselle ohjaajakoulutuksen keskeisimmistä vaikutuksista kaikilla toiminnan tasoilla. FKA:n hallituksen tulisi voida käyttää koulutusvastaavan toimintakertomusta tehdessään koulutusta koskevia strategisia linjauksia. (Frisk 2005d.)

4. OHJAAJAKOULUTUS TASO I SISÄLTÖ JA TAVOITTEET

4.1 I-tason rakenne ja taustatekijät

Ohjaajakoulutusjärjestelmän ensimmäisen tason keskeisimmät tavoitteet ovat antaa aloittelevalle ohjaajalle perustiedot kendon tekniikoiden opettamisesta, kendoharjoituksen ohjaamisesta, fyysisen harjoittelun perusteista ja opettamisesta ja taidon oppimisesta. Lisäksi I-tason ohjaajakoulutuksen käytännön osuuksiin liitetään luentoja ja tietoisuuksia eettisiin kysymyksiin, ravintoon, lihahuoltoon ja antidopingtyöhön liittyen. (FKA 2007.)

I-tason suorittaminen edellyttää 54 tunnin opintoja. Opintokokonaisuus jakaantuu fyysisestä harjoittelusta ja opettamisesta koostuvasta yleisluonteisesta opintojaksosta ja kahdesta kendon-opettamisen erikoiskysymyksiä kautta ohjaajakoulutukseen lähestyvistä käytännön ohjaajaharjoittelujaksosta.

Ohjaajakoulutukseen hakeutuvilla on hyvin erilaisia tarpeita ja odotuksia koulutusten sisältöjen suhteen. Koulutusodotuksiin on pyrittävä vastaamaan mahdollisimman hyvin. Koulutukselta odotetaan hyvin vaihtelevia asioita: uusia harjoitteita ja työkaluja, vastauksia ongelmiin, vahvistusta ja palautetta. Kaikkiin koulutuksiin kohdistuviin odotuksiin ei voi vastata, mutta niiden toteutumista voi edesauttaa ennakkokyselyin ja rytmittämällä koulutus siten, että keskusteluille jää aikaa. (LAMK 2007, ryhmätyö.).

Ohjaajana kasvamisen näkökulmasta koulutukseen hakeutuville on avattava näkökulmia valmentamisen kokonaisuuteen. Ohjaamisen ja valmentamisen kannalta keskeisiä osa-alueita ovat mm. opetusmenetelmät, arviointi, oppimaan oppiminen, eri ryhmien ja ikäkausien harjoittelu, teorioiden käytäntöön soveltaminen, suunnittelu ja verkostoituminen. (LAMK 2007, ryhmätyö).

Koulutuksen on oltava motivoivaa eli koulutus sisällön on vastattava koulutustarpeita ja luotava henkilökohtaista lisäarvoa. Koulutuksen on autettava ohjaaja tulemaan paremmaksi ohjaajaksi ja paremmaksi kendokaksi.

I-tason ohjaajakoulutuksen osaamistavoitteet pyrkivät heijastamaan mahdollisimman hyvin FKA:n seurojen ohjaajien käytännön ohjaustyössä tarvitsemia elementtejä. Poiketen SLU:n Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen 2000 - 2003, Tutkintojen perusteet (2003) lähestymme I-tasoa kokonaisvaltaisena perusliikuntakoulutustasona, joka ei eriytä ohjaajakoulutusta lasten ja nuorten liikuntaan, aikuisten kunto- ja terveysliikuntaan ja kilpa- ja huippu-urheiluun. FKA:n koulutushankkeen käynnistyessä todettiin tarve eri ryhmien opetusten erilasiin haasteisiin ja niille hahmoteltiin painopisteitä, jotka otetaan huomioon ohjaajakoulutuksessa. Eriyttäminen FKA:n ohjaajakoulutusjärjestelmässä tapahtuu tasoilla II ja III.

FKA:n kyu-leirillä 2005teettämän kyselyn perusteella I-tason ohjaajien toimintaympäristö on pääsääntöisesti kendoseura, jossa he useimmiten toimivat avustavina ohjaajina ja osallistuvat säännöllisesti harjoitusten ohjaamiseen. Aloittelevat ohjaajat osallistuvat niin alkeisopetukseen, erityisryhmien (jatkokurssit ja edistyneemmät harrastajat) ja sekaryhmien opetukseen (FKA 2005b). I-tason ohjaajakoulutuksen käyneen tulisi pystyä toimimaan seurassaan

apuohjaajana. Se edellyttää kykyä ohjata yksittäiset harjoitukset omatoimisesti ja kykyä osallistua harjoitusten pitkäaikaisempaan suunnitteluun. Ohjaajan vastuu ulottuu ennen kaikkea ohjaamansa harjoituksen turvallisuuteen ja toiminnallisuuteen. Ohjaajan on tunnettava kendon opetusmenetelmät ja opettamiseen, ohjaamiseen perusteet ja fyysiseen harjoittelun perusteet.

4.2 I-tason perusosa: fyysisen harjoittelun perusteet ja taidon oppimisen perusteet

Fyysisen harjoittelun ja ohjaamisen perustietoja opitaan kahdella viikonlopun kestäväällä opetusjaksolla: fyysisen harjoittelun perusteet ja opettaminen ja taidon oppimisen perusteet. Opetusmenetelminä kummallakin jaksolla ovat luokkaopetus luentoineen, ja käytännön ohjaustehtävät. Kaikki teoriaosuudet pyritään viemään käytäntöön harjoitteiden kautta. Koulutuksen toiminnallista luonnetta korostetaan etätehtäväosuudessa, jossa jokainen opiskelija toteuttaa kurssin sisältöön perustuvia ohjaustehtäviä omassa seurassaan. Kurssilainen hankkii itse etätehtävälleen kokeneemman ohjaajan, joka arvostelee harjoitustehtävän täyttämällä annetun palautelomakkeen.

I-tason koulutuksessa käytettävä opetusmateriaali on ollut fyysisen harjoittelun perusteissa SLU:n julkaisema Pentti Hiltusen (2002) toimittama Fyysisen harjoittelun perusteet 2002 jota on tuettu Kari Niemi-Nikkolan (1996) toimittamalla Tyypilliset urheiluvammat, ennaltaehkäisy julkaisulla. Pentti Hiltusen ja Kalevi Huhtisen (2004) Opettamien ja taidon oppimisen perusteet on myös samannimisen opintokokonaisuuden koulutusmateriaalina.

Perusteena Fyysisen harjoittelun perusteiden (Hiltunen, 2002.), Tyypilliset urheiluvammat (Niemi-Nikkola 1996.) ja Opettaminen ja taidon oppimisen perusteet (Hiltunen & Huhtinen 2004.) teosten valinnoille ovat teosten hyvässä yleispätevyudessa. Useat pätevät kouluttajat ovat käyttäneet niitä I-tason koulutuksissa ja ne luovat kattavan peruskatsauksen liikunnan ohjaamiseen opetukseen ja peruskysymyksiin. Lisäksi useat lajiliitot ovat käyttäneet vastaavia sisältöjä I-tason koulutuksissa. FKA haluaa edistää toimillaan yhteisten

koulutussisältöjen mahdollisuuksien hyödyntämistä. I-tason ohjaajakoulutuksen yksi tavoite on tutustuttaa kendo-ohjaajia liikunnan opettamisen maailmaan ja motivoida heitä hankkimaan lisää tietoa.

I-tason fyysisen harjoittelun perusteet ja opettaminen ja taidon oppimisen perusteet ovat toteutettu FKA:ssa yhteistyössä muiden miekkailua ja asetekniikoita vaalivien budolajien kanssa. Lajeina näissä koulutuksissa on ollut edustettuina aikido, iaido, jodo kendo ja ko-budo. Lajiliittotasolla yhteistyötä tehdään erityisesti Suomen Aikidoliitto ry:n kanssa ja Suomen Iaidoliitto ry:n kanssa.

FKA pyrkii aina käyttämään kouluttajana Fyysisen harjoittelun perusteet ja Taidon oppimisen perusteet opintokokonaisuudessa miekkailulajien erityispiirteet tuntevaa budo-opettajaa, jolla on myös muodollinen liikunta-alankoulutus. FKA:n kolmella ensimmäisellä fyysisen harjoittelun perusteet ja opettaminen ja taidon oppimisen perusteet kurssilla opettajana on toiminut Jukka Helminen (liikunnanalan ammattitutkinto ja valmentajan erikoisammattitutkinto).

Osaamistavoitteet on määritelty asteittain syvenevien käsitteiden: tuntee, tietää, ymmärtää, osaa ja hallitsee avulla. (Kauppi 2007)

Osaamistavoitteet: Fyysisen harjoittelun perusteet

- Ohjaaja tuntee ihmisen anatomian peruskäsitteet
- Ohjaaja ymmärtää fyysisen harjoittelun pääperiaatteet
- Ohjaaja tietää tyypilliset liikuntavammat ja toimintatavat loukkaantumistilanteessa

Osaamistavoitteet: Opettamisen ja taidon oppimisen perusteet

- Ohjaaja tuntee taidonoppimisen ja opettamisen peruseriaatteet
- Ohjaaja osaa määritellä, mitä asioita kuuluu oppimisympäristöön
- Ohjaaja ymmärtää kendon opettamisen erityispiirteet

4.3 Ohjaajaharjoitteluleirit: käytännön ohjaamaan oppimista

Kendo-ohjaamisen peruskysymyksiä käydään läpi ohjaajaharjoitteluleireillä eli kyu-leireillä, joissa ohjaamista harjoitellaan käytännön opetustyössä.

Ohjaajaharjoittelijat vastaavat opetuksesta oikeassa opetustilanteessa. Kyu-tason kendokoiden perusharjoitusleirillä kerääntyy säännöllisesti noin sata osallistujaa harjoittelemaan perustaitojaan ohjaajakokelaiden opetuksessa. Ohjaajaharjoittelijat vastaavat opetuksesta kokeneempien tutoreiden valvonnassa. I-tasolla kyu-leirejä on suoritettava kaksi kolmesta valinnaisesta vaihtoehdosta.

Kyu-leirit muodostavat kendon ohjaajakoulutuksen selkärangan, jossa teoria viedään käytäntöön ja ohjaajaharjoittelijat saavat vastauksia kysymyksiinsä. I-tason ohjaajien osaamistavoitteet on määritelty kyu-leirien osalta vaativiksi, jotta ne antaisivat realistisen kuvan ohjaajilta vaadittavasta tiedoista ja taidoista. Toisena tarkoituksena on luoda haastavan ja toiminnallisen ohjaajakoulutuksen avulla jatkokoulutukseen kannustava ja herättävä opintokokonaisuus.

Kyu-leirien opetusmenetelmä on luonteeltaan integroiva. Leireillä käytetään hyväksi niin luokka-opetusmenetelmiä, vuorovaikutteisia ryhmätöitä, henkilökohtaista opastamista, keskusteluja ja etätehtäviä. Leimaa-antava piirre ohjaajaharjoittelussa on kuitenkin ohjaajakokemuksen jakaminen. Kokeneet kendo-opettajat toimivat 4-6 hengen ohjaajaryhmien opastajina ja ohjaajina. Ohjaajien opettajien rooli on toimia asiantuntijoina, tukena ja turvana sekä arvioijina. Ohjaajaharjoittelijoiden vertauspalaute on myös merkittävässä osassa ohjaajaleirillä. Tällä pyritään syventämään ohjaajien yhteistoimintaa ja ongelmanratkaisuvalmiuksia.

Oppimateriaaleina kyu-leireillä toimivat Mikko M. E. Salosen Kendon perusteet (1998) ja Kendo tekniikat (1999) sekä Penny Chrisfieldin (2005) DVD Facilitation in a Practical context. Jokaiselle kyu-leirille on tuotettu myös teemakohtaista oppimateriaalia.

Kyu-leirien toteutumisen kannalta on ollut merkittävää, että alusta alkaen opetuksesta on vastannut parhaat mahdolliset opettajat. Kendon ohjausryhmässä on mukana Markus Frey, Heini Inkinen, Kari Jääskeläinen, Susanna Porevuo ja Mikko Salonen. Iaidossa ohjaajien opastuksesta vastaavat Jose Martinez Abarca ja Raili Parkkonen. Jodossa ohjaajakoulutuksessa toimivat Mikko Lehmusvyöry ja Timo Reenpää. Lisäksi asiantuntijoina ravintoa, lihahuoltoa ja valmennusta koskevilla kysymyksissä toimivat Johanna Pitkänen ja Noora Virtanen.

Kyu-leirit I-III ovat kestoltaan viikonlopun mittaisia. Ilmoittautumisen yhteydessä tehdään koulutustarvekartoitus ja taustatieto kysely, jolla kerätään tietoa leirin vastuuohjaajien käyttöön. Ilmoittautumisen yhteydessä annetaan myös ohjaajaharjoittelijoille ennakkotehtävät, jotka kukin ohjaaja toteuttaa käytännössä leirin aikana. Leiriin kuuluu 2-3 tiivistä teoriaosuutta, jotka toteutetaan luentoina ja ryhmätöinä. Jokaista opetusharjoitusjaksoa seuraa palaute- ja ohjauskeskustelut. Teemasta riippuen leiriä voidaan täydentää seurassa toteutettavalla etätehtävällä.

Kyu-leiri I antaa uudelle vetäjälle valmiudet perusharjoitusten yksityiskohtaiseen opettamiseen. Keskeisiä painopisteitä ovat peruslyönnit: men, kote, do ja kote-men, kirikaeshi, uchi-komi-geiko ja ji-geiko. Tavoitteena on, että ohjaajalla olisi riittävät valmiudet yksittäisen kendoharjoituksen läpiviemiseen. Ohjaajalla tulee olla hyvät kendotaidot, perustaidot ohjaamisesta, palautteenantamisesta ja vuorovaikutuksesta.

Kyu-leiri II antaa valmiuksia vakinaisempaan toimimiseen seuraohjaajana. Ohjaajalle annetaan eväitä harjoitusten pitkäjänteisempään suunnitteluun ja toteuttamiseen. Leirillä läpikäytävät osa-alueet kattavat laajasti kendon perusharjoitteet ja antaa valmiuksia opettaa eri kohderyhmiä (alkeiskurssi, junioriryhmä, sekaryhmät, kendovarusteiden kanssa aloittelevat harjoittelijat ja edistyneet varusteiden kanssa harjoittelevat) tilanteen edellyttämällä tavalla. Tavoitteena on, että leirillä tehtävät harjoitukset yhdistettynä etätehtävään antavat seuravetäjälle valmiuksia kendon perusteiden laajamittaisempaan opettamiseen seuratasolla.

Kyu-leiri III opetellaan peruskurssin vetämistä ja suunnittelua. Koulutuksessa käydään läpi peruskurssin eri osa-alueet: kurssin aloittamisesta aina 6.kyu:n graduointiin asti (FKA:n graduointisäännöt liite 1). Ohjaajille annetaan myös perustietoja opetusmenetelmistä, ohjaamisesta ja vuorovaikutuksesta. Tavoitteena on nostaa ohjaajien kykyä ohjata ja suunnitella perusopetusta.

I-tason kyu-leirien pedagogiset osaamistavoitteet, joita leirien opettajat pyrkivät välittämään ohjaajakokelaille ja arvioimaan niiden toteutumista kyu-leireillä.

Ohjaaminen ja opettaminen

- Ohjaaja tietää miten luodaan kontaktin opetettaviin ja luominen kuinka tehtävät annetaan
- Ohjaaja osaa näyttää harjoituksen oikein
- Ohjaaja ymmärtää kuinka havaintoon perustuvaa palautetta annetaan harjoitustilanteessa
- Ohjaaja tietää motivoinnin ja hyvän ilmapiirinluomisen merkityksen positiivisen harjoitusilmapiirin luomisessa

Vuorovaikutus

- Ohjaajan ymmärtää vastuunsa vuorovaikutustilanteissa ja osaa keskustella rakentavasti pyrkien edistämään yhteisymmärrystä

Palaute

- Ohjaaja tietää eri palautteenantamisen tapoja

Kendon erityisosaaminen

- Ohjaaja osaa kendoharjoitteet hyvin
- Ohjaaja ymmärtää harjoituksen kokonaisrakenteen ja osaa suunnitella yksittäisen kendoharjoituksen

5. OHJAAJAKOULUTS TASO II

5.1 II-tason rakenne ja taustatekijät

II-taso on laajuudeltaan 100 tuntia ja se jakaantuu kolmeen osaan: pakolliset perusosat, kyu-leirit: kilpailutuomari koulutus ja graduointituomarikoulutus, valinnaiset kurssit. Pakollisina osina on suoritettava EA1 tyypilliset kendovammat ja niiden ehkäisy ja opetus- ja vuorovaikutustaidot. Ohjaajakoulutusleireillä II-taso valmistaa kilpailutuomareita ja graduointituomareita. Valinnaisina kursseina ovat lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet, psyykkinen valmennus, terve kendoka ja harjoitusten suunnittelukoulutus.

Ohjaajatutkinnon II-tason opinnot parantaa seurojen vastuuhjaajien toimintaedellytyksiä ja laajentaa valmiuksia toimia liittotasolla tuomari- ja opetustehtävissä. II- tason opinnoilla pyritään nostamaan ohjaajien kykyä pitkäjänteiseen harjoitusten suunniteluun, valmennuksen, ohjaajatoiminnan johtamiseen ja harjoitusmenetelmien tuntemiseen. Vastuulliseen opetuksesta vastaavaan ohjaajan asemaan kasvaminen edellyttää myös vuorovaikutustaitojen huomioon ottamista ja inhimillisen kasvun osatekijöiden parempaa tuntemista. II-tasolla keskeisempään asemaan nousee ohjaajan kyky analysoida ja arvioida omaa toimintaansa. Ohjaajan toimintaympäristö laajenee oman seuran piiristä valtakunnallisille leireille, kilpailuihin, graduointeihin ja lajiesittelyihin. Toimintaympäristön hallinta ja erilaisten kendossa toistuvien käytäntöjen vaivaton suorittaminen korostuvat.

Vuoden 2006 kyu-leirillä tehdyn kyselyn perusteella päätettiin ensiapukoulutus ottaa pakolliseksi osaksi ohjaajakoulutusta. Erityisesti kokeneemmat kendo-ohjaajat halusivat parantaa ensiaputaitojaan. Vastuuhjaajat kokivat heidän roolinsa edellyttävän ensiaputaitoja. Vaikka loukkaantumistilanteita ei kovin usein kendossa tule, niin ohjaajat kokivat, että ensiaputaidot ovat oleellinen osa vastuuhjaajien pätevyyttä. Ensiapukurssi tilataan aina Suomen Punaiselta Ristiltä. Kurssin sisältö määräytyy SPR:n voimassaolevien kurssisisältöjen

mukaiseksi. Kurssilla jaetaan täydentävänä materiaalina Johanna Pitkäsen Tyypilliset kendovammat ja niiden ehkäisy (2006) monistetta.

Toinen kokeneempien ohjaajien tarpeista muodostuva koulutussisältö on opetus- ja vuorovaikutustaidot (FKA kysely 2006). Ohjaajat halusivat syventää opetustaitojaan ja saada koulutusta siinä, kuinka kohdata toinen ihminen erilaisissa tilanteissa.

Tuomaritoiminnan sijoittaminen II-tasolle on FKA:ssa hyvin luonnollista. Kendossa kilpailutuomarina ja graduointituomarina toimiminen on sidottu kendotaitoihin. Käytännössä vasta 3.danin kokeen suorittanut voi toimia kansallisella tasolla tuomarina. Kolmannen danin suorittaminen edellyttää vähintään 8 vuoden aktiivista kendoharjoittelua.

Valinnaiset avaavat eri suuntautumisvaihtoehtoja II-tason koulutuksessa. Terve kendoka koulutus noudattelee UKK-instituutin (2006) lanseeraaman Terve urheilija paketin periaatteita. Terve kendoka –koulutusta voi suositella hyvänä liikunnan perustietojaksena kaikille II-tason koulutukseen osallistuville.

Varsinaisista suuntautumisvaihtoehtoista merkittävin on lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet. Lasten ja nuorten ohjaajakoulutuksen sijoittuminen II-tasolle, johtuu siitä, että kendo on kamppailulaji. Vastuuasemassa olevien lasten ja nuorten ohjaajien on oltava ehdottoman valveutuneita ja hyvin kendoa osaavia aikuisia, jotta toiminta lasten ja nuorten ryhmissä olisi mahdollisimman turvallista, tasapuolista ja laadukasta.

Ohjaajien keskuudessa on voimakas tarve saada lisää tietoa psyykkisestä valmennuksesta. Se miten ohjaajat ymmärsivät psyykkisen valmennuksen, vaihteli suuresti (Kyu-leirikysely 2006). Valtaosa psyykkisestä valmennuksesta kiinnostuneista halusi oppia vuorovaikutustaitoja. Kyselyn perusteella toinen kiinnostuksen kohde psyykkisessä valmennuksessa oli kilpailuihin valmentautuminen. Psyykkisen valmennuksen koulutuksen rakentamisessa FKA pyrkii aktiivisesti yhteistyöhön toisten lajiliittojen ja urheiluoopistojen kanssa.

Kendon osaamista syventävinä opintoina II-tasolle otettu Kendo-kata –seminaari keskittyy kendo-katan opettamisen erityiskysymyksiin ja kendon aatehistoriallisen puolen syventämiseen. Kata-sarja määrättyyn muotoon sidottu liikesarja on yksi vanhimpia ja tunnetuimpia japanilaisen pedagogiikan muotoja, jonka pelkistetystä ja niukasta lähestymistavasta harjoitteluun avautuu useita oppimisen ja opettamisen yhtymäkohtia. Kendon kulttuurihistoria luo mielenkiintoisia näkökulmia ihmisyyteen ja oppimiseen.

Harjoitusten suunnittelukoulutus on tarkoitettu eteenkin pienempien seurojen ohjaajille työkaluksi, jolla seuran harjoittelusta voi tehdä suunnitelmallisempaa ja toimivampaa. Ohjaajakokelas tekee tukihenkilön avustamana harjoitussuunnitelman seuralleen tai seurassa toimivalle erityisryhmälle. Ohjaajakokelas toteuttaa harjoitussuunnitelmaansa samalla dokumentoiden ja kehittämällä ryhmän tai seuran harjoitustoimintaa.

5.2. EA1

EA1 Ensiapukoulutus on sisällöltään yksiselitteisin koulutuskokonaisuus. SPR:ltä tilattu koulutus on sisällöltään vakio. On toivottavaa, että koulutusta voitaisiin kehittää edelleen FKA:n tarpeita vastaaviksi yhdessä kouluttajien kanssa.

Osaamistavoitteet: EA1

- Ohjaaja suorittaa hyväksyttävästi SPR:n vaatimusten mukaisen ensiapukurssin

5.2.1 Opetus- ja vuorovaikutustaidot

Opetus- ja vuorovaikutustaidot koulutus antaa ohjaajalle valmiuksia avartaa näkemystään opettamisesta tutustumalla eri opetustyyliin ja opetusmenetelmiin. Tarkoitus on tuoda esiin, miten erilaiset opetusmenetelmät vaikuttavat. Sama oppisisältö on luonteeltaan hyvin erilainen eri opetusmenetelmien valossa.

Opetusmenetelmät ovat myös vuorovaikutusta. Koulutuksen toisessa osassa perehdytään vuorovaikutus taitoihin: opetellaan kuuntelemaan, katsomaan, keskustelemaan ja antamaan palautetta.

Opetus- ja vuorovaikutus koulutus järjestetään pedagogiikan ammattilaisen ohjauksessa. Kurssimateriaalin valintaan vaikuttaa koulutuksen ohjaajien valinnat. Suositeltavia lähteitä ovat opetusmenetelmien osalta Kupiaksen ja Hätösen (2000) Oppia opetusmenetelmistä. Vuorovaikutukseen liittyvää aineistoa ovat Reijo A. Kauppilan (2005) Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot, Satu Kasken (2006, s. 31 - 62) Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa ja Ulla Klemolan (LAMK 2006 - 2007) aineistoon perustuvat käytännön harjoitteet.

Osaamistavoitteet: opetus- ja vuorovaikutustaidot

- Ohjaaja tietää eri opetustyylien mahdollisuuksia
- Ohjaaja ymmärtää oman opetustyylin merkityksen opetustilanteen

5.2.2 Graduointikoulutus

Graduointikoulutus järjestetään kyu-leirinä, jossa ohjaajakokelaat tutustuvat syvemmin FKA:n kyu-graduointisääntöihin (liite 1.) ja siihen kuinka ne ohjaavat harjoituksen sisältöä. Ohjaajakokelaat antavat opetusnäyttöjä eri kyu-tasojille tähtävistä harjoituksista. Koulutuksessa harjoitellaan graduointityökalun käyttöä (liite 1.) ja toimimista graduointiraadissa. Leirin lopuksi ohjaajakokelaat valmistelevat ja suorittavat todellisen kyu-graduoinnin opettajien valvonnassa.

Kurssin koulutusmateriaalina ovat FKA:n kyu-graduointisäännöt ja graduointityökalu. Kurssin opetuksesta vastaavat ylemmät dan-henkilöt (neljännestä danista ylöspäin).

Osaamistavoitteet: graduointikoulutus

- Ohjaaja hallitsee FKA:n kyu-graduointisäänöt
- Ohjaaja osaa toimia kyu-graduointiraadin jäsenenä
- Ohjaaja osaa käyttää graduointityökalua

5.2.3 Kilpailutuomaritoiminnan perusteet

Kilpailutuomarikoulutus järjestetään joko erillisenä tuomariseminaarina tai Kyu-cup kilpailun yhteydessä. Tuomaritoiminta on kendossa erittäin vaativaa ja se tarvitsee paljon harjoitusta. Kansallisella tasollakin tuomareilta edellytetään hyvän kendotaidon lisäksi kendo-ottelukokemusta ja tuomaritoiminnan sääntöjen hyvää hallintaa. Tuomarikoulutus pureutuu tuomarina toimimisen perusteisiin: oikeiden komentojen hallintaan, lippujen käyttöön, yhteistyöhön tuomareiden välillä ja otteluiden ongelmatilanteisiin.

Tuomarikoulutuksesta vastaavat FKA:n kokeneimmat kilpailutuomarit. Koulutus rakentuu tiiviisiin teoriajaksoihin, joita seuraa käytännön harjoittelu. Kullakin tuomariopettajalla on vastattavanaan yhden kentän tuomariharjoittelijat 3- 10 henkilöä. Oikeiden otteluiden tuomitsemista valvova opettaja ohjaa ja arvioi otteluiden välillä tuomariharjoittelijoiden toimintaa.

Kurssimateriaalina on Interantional Kendo Federationin (1996) Shiai Rules and Regulations ja Kendo World lehdessä 2006 julkaistu First Steps to Become a Referee artikkeli.

Osaamistavoitteet: kilpailutuomarikoulutus

- Tuomari osaa toimia kilpailuissa
- Tuomari hallitsee keskeisemmät kilpailusäänöt

5.2.4 Kendo-kata –seminaari

Tavoitteena on, että leiri toimii syventävänä katsauksena kendo-katoihin sekä kendotietoutta laajentavana yleissivistävänä kokonaisuutena.

Koulutuksessa harjoitellaan Japanin Kendoliiton voimassaolevien ohjeiden mukaisesti Nihon Kendo-Kataa. Itse kata-harjoittelun lisäksi perehdytään kendo-katan opettamisen erityiskysymyksiin ja menetelmiin. Koulutuksessa perehdytään kendon historiaan ja filosofiaan. Kendon kulttuurihistoriallisen merkitysten välityksellä tarkastellaan tämän päivän kendoyhteisöä.

Koulutus järjestetään FKA:n ohjaajien ja vierailevan ammattimaisen kendo-opettajan yhteiskoulutusleirinä. Tällä taataan leirin sisälle mielenkiintoinen moniulotteinen vuorovaikutusketju, jossa pääopettaja opettaa leirin ohjaajia, jotka opettavat ohjaaja koelaita, jotka puolestaan opettavat leirille harjoittelemaan tulleita kendokoita. Monisuuntainen vuorovaikutus verkosto koulutusympäristönä perustuu asiantuntijuuden malliin. Asiantuntija yhteisön vuorovaikutus ei ole yksisuuntaista vaan vuorovaikutteista oppimaan oppimista.

Kurssimateriaalina on Mikko M. E. Salosen (2003) Nippon Kendo Kata: harjoittelu ja historia.

Osaamistavoitteet: kendo-kata –seminaari

- Ohjaaja osaa kendo-katan virheettömästi
- Ohjaaja ymmärtää kendo katan merkityksen opetusmenetelmänä
- Ohjaaja tuntee kendon historian ja filosofian

5.2.5 Harjoitusten suunnittelukoulutus

Harjoitusten suunnittelukoulutus on kyu-leirin yhteyteen liitetty etätehtäväosuus, jota varten ohjaajakokelas laatii jollekin tietylle ryhmälle tai seuralle kohdennettu noin kuukauden kestävän harjoitusohjelma, jonka ohjaaja toteuttaa seurassaan. Jokaiselle harjoitusten suunnittelukoulutuksessa mukana olevalle etsitään

tukihenkilö, joka antaa palautteen suunnitelmasta ja käy säännöllisesti arvioimassa opetusta sekä suunnitelman edistymistä. Ohjaaja arvioi harjoituksiaan myös itse pitämässään harjoituspäiväkirjassa. Lisäksi jokaisesta harjoitusviikosta tulisi saada jonkun harjoitukseen osallistuneen kokeneemman kendokan arvio ja palaute.

Koulutuksessa sovelletaan mestari-kisälli menetelmää. Kokeneempi ohjaaja ei pelkästään opasta ohjaajakokelasta selviämään opintojaksosta. Luomalla elävä ja keskusteleva kollegasuhde saatetaan koulutuksen tavoitteet ylittää monella tasolla. Samalla luodaan ja vahvistetaan ohjaajakoulutuksen järjestelmän ulkopuoleisia kanavia, jotka ovat ohjaajien tietojen ja taitojen kehityksen kannalta erittäin merkittäviä.

Osaamistavoitteet: harjoitusten suunnittelukoulutus

- Ohjaaja osaa laatia pitkäkestoisen harjoitussuunnitelman
- Ohjaaja osaa toteuttaa harjoitussuunnitelman
- Ohjaaja osaa käyttää harjoitussuunnitelmaa harjoittelun kehittämisessä

5.3 Lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet

Lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet ovat II-tason suuntautumisvaihtoehdoista merkittävien ja perusteellisin. FKA:n yksi keskeisistä tavoitteista on kehittää lasten ja nuorten kendotoimintaa. Lapsille ja nuorille tulee tarjota laadukasta kendo-ohjausta, joka tukee fyysistä ja henkistä kasvua. Asetetun tavoitteen tulee näkyä Kendo-opetuksessa ja se on kyettävä esittämään yksiselitteisesti lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen.

Lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet tuo esiin kendon liikuntakasvatuksena. Koulutuksessa kiinnitetään huomiota monipuoliseen motoriseen taitoharjoitteluun ja fyysisenkunnon kasvun eri osa-alueisiin. Myös oppimisympäristön ja toimintaympäristön huomioonottaminen on merkittävä osa järjestettäessä lasten ja nuorten ohjausta. Kendo-opetusta tarkastellaan kasvua edistävän sosiaalisen

ympäristön näkökulmasta: kendossa saa uusia ystäviä ja oppii toimimaan vastuullisesti leikkien ja liikkuen toisten lasten ja nuorten kanssa.

Koulutuksessa lasten ja nuorten ohjaajien tulee sisäistää reilunpelin henki: kaikki ovat kendossa tasavertaisia. Vastavuoroisuus ja toisen kunnioittaminen ovat keskeinen osa kaikkea kendotoimintaa. Muita koulutuksen painopistealueita ovat: opetusmenetelmät, kannustavan palautteen antaminen, opetuksen ja harjoittelun suunnittelu, lasten ja nuorten kehitysvaiheet, leikki, perusliikunta ja lajiharjoittelu, terveys ja ravinto ja tiedottaminen vanhemmille.

Koulutus viedään läpi kaksivaiheisena. Koulutus aloitetaan viikonloppunmittaisella tietopohjaisella seminaarilla, jossa käydään läpi koulutuksen aihealueet. Toinen osa muodostuu lasten ja nuorten harjoitusleirillä tapahtuvasta käytännön ohjausharjoittelusta.

Oheismateriaalina koulutuksessa on käytetty otteita teoksista: Pauli Miettinen (1999) *Liikkuva lapsi ja nuori*, SLU (2003) *Tutkintojen perusteet*, Tuire Autio, ja Satu Kaski *Ohjaamisen taito, Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua*, Kustaa Ylitalo (2006) *Junioriohjaajan opas* ja Arja Sääkslahti ja Kaija Tanner (2006) *Pesisjuniorin monipuolinen liikunta*.

Osaamistavoitteet: lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet

- Ohjaaja ymmärtää motorisen oppimisen kehitysvaiheet
- Ohjaaja ymmärtää urheilulliseen elämäntapaan kasvattamisen osa-alueet kendo-opetuksessa

5.3.1 Terve Kendoka

Terve kendoka on terve urheilija koulutuksen inspiroima koulutuskokonaisuus, jossa syvennetään ohjaajien tuntemusta liikunnallisen elämäntavan ulottuvuuksista ja esitetään useita mahdollisuuksia yhdistää monipuolisesti terveyttä edistäviä tukitoimia luontevaksi osaksi kendoharjoittelua. FKA:n toiminnan kehittyessä kendoyhteisön ikäjakauma on kasvanut ja ohjaajien tarve opastaa ihmisiä laajemmin kendoharjoittelun tukitoimissa on kasvanut. Lajin riskitekijöiden kartoitus on osoittanut selvästi tunnistettavia (Paala, 2005) tyypillisiä kendovammoja ja niiden aiheuttajia. Selvitys oli antoisa ja sen pohjalta pystyimme parantamaan harjoitteluamme ja sitä valmistavia toimia. Kyu-leiri kyselyn (2006) perusteella on syntynyt selvää tarvetta seurata ja kehittää kendon terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä tekijöitä. Lihashuolto, ravintoasiat ja antidopingtyö (liite 2) ovat näistä ajankohtaisimpia.

Kurssin opetuksesta vastaa aina asiantuntija esimerkiksi Jyväskylän Yliopisto Liikuntabiologian laitoksen harjoittelija tai urheiluopiston opettaja. Kurssin materiaali määräytyy kouluttajan valintojen mukaan.

Osaamistavoitteet: terve kendoka

- Ohjaaja ymmärtää oikean ravinnon merkityksen
- Ohjaaja osaa käyttää harjoitusten tukitoimina lihashuoltoa ja liikkuvuusharjoittelua
- Ohjaaja tietää mistä saa tietoa antidopingasioissa

5.3.2 Psykkinen valmennus

Psyykkisen valmennuksen koulutuksen on otettu mukaan seuraavia osa-alueita: vuorovaikutustaidot, suoritukseen vaikuttavat tekijät, tavoitteiden asettamisen, kilpailuihin valmistautuminen, motivointi, arviointi, joukkueena toimiminen ja psyykkisen valmentamisen erityistekijät.

Aihealueiden valinta on lähes sama kuin Satu Kasken(2006) teoksessa Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa esittämä jaotteluun psyykkisen valmennuksen osatekijöistä. Edellä mainittujen aihealueiden mukaista ohjelmaa on myös sovellettu Suomen kendon edustusjoukkueiden valmennussuunnitelmassa (Mikko M. E. Salonen, 2007). Psyykkisen valmennuksen koulutuksen osa-alueiden valinnalle lisävahvistusta on saatu myös Jukka Katajan (2007) psyykkistä valmennusta esittelevästä aineistosta

Koulutus pyritään toteuttamaan yhteistyössä toisten lajiliittojen ja urheiluopistojen kanssa. Urheiluopisto Kisakeskus ja Suomen Aikidoliitto ry ovat olleet kiinnostuneita koulutuksen toteuttamisesta.

Osaamistavoitteet: Psyykinen valmennus

- Ohjaa tietää psyykkisen valmennuksen osa-alueet ja keskeiset menetelmät

6. OHJAAJAKOULUTUS TASO III

6.1 III-tason rakenne ja taustatekijät

FKA haluaa auttaa ohjaajiaan kasvamaan asiantuntijoiksi, jotka voivat omien vahvuksiensa kautta auttaa kehittämään kendotoimintaa. III-taso on sisällöllisesti hyvin avoin. Ohjaajalta edellytetään 150 tunnin opintokokonaisuudessa työnäytteeksi laajamittaista kendoprojektia, jonka ohjaaja suunnittelee, toteuttaa ja raportoi. Kendo-projektin tueksi ohjaaja hankkii esimerkiksi projektityöskentelyä, johtamistaitoja, laatutyötä, yhteistoimintaa tai erityisryhmien ohjaamista edistävää koulutusta. III-tason näyttötyölle nimetään aina FKA:n hyväksymä ohjaaja.

III-tason ohjaajakoulutuksessa koulutuskokonaisuus pyritään laatimaan siten, että siinä otetaan huomioon koulutukseen hakeutuneen koulutustausta, lajitaitokokemus ja koulutustarve. III-tasolle koulutusta voi rakentaa hyvinkin yksilöllisesti. III-tason opintoja voidaan suorittaa urheiluopistoissa, ammatillisissa

oppilaitoksissa, yliopistoissa tai FKA:n hyväksymän henkilökohtaisen ohjaajan valvonnassa. Kustakin koulutuskokonaisuudesta on sovittava erikseen FKA:n koulutusvastaavan ja työnohjaajan kanssa.

Kendoasiantuntijan maailma muodostaa laajan toimintakentän. Korkeimman tason ohjaajien kendotaidot on oltava koulutuksen alkaessa vähintään 3.danin tasolla. III-tason ohjaajan on oltava valmis opettamaan omaa erityisosaamista edelleen toisille ohjaajille. Tämä edellyttää suunnitelmallisuutta, kykyä arvioida ja analysoida omaa toimintaansa ja jakaa oma tieto-taito muiden kanssa. III-tasolla ohjaajalta edellytetään johtavaa roolia FKA:n leireillä, kilpailuissa, graduoinneissa ja tapahtumissa.

6.2 Liittotasotehtävät ja syventävä opintokokonaisuus

III-tason opintokokonaisuus on tiiviissä yhteydessä FKA:n toimintarakenteisiin. Eri toimintasektoreiden vastuuhjaajat ja valmentajat voivat lähestyä III-tason opintoja oman vastuualueensa haasteiden kautta. Tehtävälähtöisyys antaa III-tason opinnoille konkreettisia tavoitteita. Opintojen räätälöiminen tehtäväkeskeisesti edellyttää kuitenkin huolellista tarkastelua siitä, onko kysymyksessä sellainen projekti, jonka toteuttamiseen sopii vaativa koulutusjakso. On suositeltavaa, että III-tason opintoihin kytkettävät projektit ovat luonteeltaan kehitysprojekteja. Syventävän opintokokonaisuuden ei tulisi toimia käsikassarana vain jonkin hankkeen läpiviemiseksi, vaan sen tulisi laajentaa ohjaajan ammattitaitoa.

Kehityshankkeet joissa luodaan uusia toimintamalleja, koulutusmateriaalia tai tuodaan valmennukseen uusia elementtejä sopivat III-tason suorittamiseen kehyksiksi. Uutta luovat kehityshankkeet sisältävät konkreettisia tavoitteita, jotka vaativat suunnittelua, kehittelyä, uusien taitojen hankkimista, toteuttamista ja arviointia. Dokumentoimalla ja suunnittelemalla kehityshankkeen tullaan jo hyvin lähelle, niitä elementtejä, joita III-tason opintosuunnitelmassa vaaditaan. III-tason opintosuunnitelmaan tulee perustua konkreettiseen hankkeeseen, suunnitelman

hanketta tukevien opintojen suorittamisesta ja suunnitelman hankkeen dokumentoinnista.

Keskeinen osa III-tason opintokokonaisuutta on ohjaajana kasvaminen. Tämän vuoksi III-tason opintokokonaisuus toteutetaan aina ohjaajan johdolla ja opintoihin tulee sisältyä osia, joissa omia kokemuksia pääsisi jakamaa kollegoiden kanssa. Kokemusten jakaminen ja verkostoituminen on tärkeä osa ohjaajana kasvamista ja samalla myös laadunvalvontaa. Tutustumalla laajasti valmentamisen ja ohjaamisen toimintakenttään taataan laajempi perspektiivi liikunnan ja urheilun maailmaa. Tämän vuoksi III-tason opintokokonaisuuteen kuuluu osio jonka puitteissa voi tutustua muiden lajiliittojen ohjaajiin tai muihin liikunta-alan kouluttajiin.

6.3. Johtavat ohjaajat

FKA:n piirissä on useita eri toimintasektoreita, joissa johtavilla ohjaajilla on yhä suurempi vastuu. Toiminnan kasvaessa ja kehittyessä kunkin sektorin toimintakenttä on tullut entistä vaativammaksi. Ei enää riitä, että on hyvä ohjaaja ja taitava kendoka. Toiminnan suunnitteleminen, toisten ohjaajien kouluttaminen, koulutusmateriaalien tuottaminen ja raportointi on johtavien ohjaajien arkipäivää.

FKA:n eri toimintasektoreista erottuvat lasten ja nuorten ohjaus, edustusjoukkueiden valmennus, tuomaritoiminta, joille on tarjolla erittäin haastavia tehtäviä ja koulutusta. Kaikilla mainituilla toimintasektoreilla on tarve luoda kansallisia toimintamalleja.

Lasten ja nuorten ohjauksessa on tarvetta junioriohjaajien kouluttajille ja koulutusmateriaalin tuottamiseen. Koulutusta lasten ja nuorten liikunnan eri osaluueille on runsaasti tarjolla urheiluopistoissa, SLU:n piireissä ja lajiliittojen yhteishankkeiden kautta.

Edustusjoukkueiden valmentamisessa on syntynyt suuri tarve kotimaisten toimintarakenteiden kehittämiseksi. Vuodesta 1991 vuoteen 2005 FKA sai Japanin Kendoliitolta vuosittain valmennustukea. 15-vuoden ajan FKA sai arvokasta tietotaitoa japanilaisilta ammattivalmentajilta. Tällä hetkellä on tarvetta kehittää huippuvalmentajien ja valmennuspäälliköiden ammattitaitoa. Kendo valmennuksen erikoisosaamista on hankittavissa japanilaisten yhteistyöyliopistojen kautta. (Osaka Educational University, Tsukuba University ja National Sport University). Koti maassa valmennustietoutta tarjoavat urheiluopistot ja Suomen Valmentajat ry.

FKA:lla on tarve kehittää omaa kilpailutuomarikoulutustaan. Tuomariseminaarien järjestäminen ja tuomarikoulutuksen järjestelmän luominen ovat FKA:n tehtävälistan kärjessä. Viimeistä tietoa ja parasta koulutusta tuomaritoiminnassa järjestetään International Kendo Federationin ja European Kendo Federationin toimesta. FKA:lle on tärkeää saada edustajia European Kendo Federationin järjestämään tuomarikoulutukseen, jossa kouluttajina toimivat japanilaiset asiantuntijat. Kansainväliseen tuomarikoulutukseen voivat hakea kendokat joilla on vähintään 5.dan ja kansallista tuomarikokemusta.

III-taso asettaa kaksi laajaa tavoitetta: kasvamisen ohjaajana sekä kehittymisen ohjaajien ohjaajaksi. Tämän vuoksi III-tason koulutuksen tulee olla hyvin suunniteltua ja huolella toteutettua. Ohjaajana kasvamisessa on kiinnitettävä huomiota koulutukseen hakeutuvan ohjaajan omaan lähtötilanteeseen. Ohjaajalle on pyrittävä tarjoamaan motivoivaa koulutusta, jossa on mahdollista saada itselleen ajankohtaisia oppimishaasteita. Ohjaajien ohjaajat tarvitsevat tietoa ja taitoja eri opetusmenetelmien hallinnasta, vuorovaikutustaidoista, johtamisesta, projektityöskentelystä ja omasta erityisosaamisalueestaan.

7. KYU-LEIRI – LUOVAA OHJAAJAKOULUTUSTA

7.1 Teoriaa käytännössä

FKA:n ohjaajakoulutusleiri eli kyu-leiri -toiminta alkoi viime vuosituhatlupussa. Kendotoiminnan voimakas kasvu 90-luvun lopulla johti kahden koulutustarpeen yhtäaikaiseen kehittymiseen. Suurin vaikuttava tekijä oli aloittelevien harrastajien kasvava tarve saada tarkempaa ja perusteellisempaa perustekniikkaohjausta. Tämä kehitys antoi myös luontevan pohjan sille, että seurojen perusopetusta oli yhtenäistettävä ja siinä olivat avainasemassa seurojen ohjaajat. Ensimmäisillä kyu-leireillä kokeneemmat ohjaajat huolehtivat opetuksesta. He tarjosivat esimerkiksi kautta malleja ja toimintatapoja uudemmille ohjaajille. Systemaattinen pyrkimys rakentaa ohjaajakoulutusta alkoi vuonna 2000 Ranskan Kendoliiton, National Committee du Kendo ohjaajakoulutukseen tutustumisen jälkeen. Ranskassa oli käytössä Suomalaiseen ohjaajakoulutusjärjestelmään verrattava kolmiportainen järjestelmä, jota johdettiin ammattimaisesti (Hamot, Laurent & Tessier 1999.). Vuodesta 2001 alkaen kotimaisilla kyu-leireillä on pyritty parantamaan seuraohjaajien taitoja. Kyu-leirit alkoivat kehittyä 2000-luvun alussa isoiksi tapahtumiksi. Osanottajia niillä on keskimäärin sata. Leireillä perustekniikkaa harjoittelevia harrastajia on yleensä mukana noin 75 - 90 henkilöä. Harjoittelijat jaetaan taso- ja ikäryhmiin. Ryhmiä ovat: 1. aloittelevat ilman varusteita harjoittelevien ryhmä (6.kyu), 2. aloittelevat varusteiden kanssa harjoittelevien ryhmä (6. - 5.kyu) , 3. Keskiryhmä eli kokeneiden aloittelijoiden varusteiden kanssa harjoittelevien ryhmä (4. ja 3.kyu), 4. edistyneiden varusteiden kanssa harjoittelevien ryhmä (2. ja 1.kyu) ja 5. junioriryhmä 7-13 vuotta.

Ohjaajia tapahtumissa on ollut mukana joka kerralla vähintään 20. Ohjaajat on jaettu kokemuksen, kiinnostuksen ja kehitystarpeiden mukaan tasaisesti harjoitusryhmiin. Jokaisella ryhmällä on vastuuhjaaja, joka huolehtii ryhmän ohjaajien opetuksesta ja palautteen annosta. Kussakin ryhmässä on 3-5 ohjaaja ja vastuuhjaaja.

Osana FKA:n nykyistä ohjaajakoulutusjärjestelmää kyu-leirejä on järjestetty neljästi. Ensimmäinen ohjaajakoulutuksen osana toimiva kyu-leiri järjestettiin vuonna 2005 ja viimeisin keväällä 2007. Teemoja ovat olleet: perusharjoitusten suunnittelu (2005), perusharjoituksen rakentaminen (2005), graduointituomarina toimiminen (2006) ja alkeiskurssin suunnittelu ja opetustaidot (2007).

7.2 Mestari – kisälliopetus

Kyu-leirit ovat olleet mainioita tapahtumia olemassa olevan tieto-aidon jakamiseen. Kendon opettamiseen on vaikuttanut perinteinen japanilainen opettaja- oppilasasetelma. Kokeneempi on aina velvollinen opettamaan ja auttamaan nuorempaansa. Kendon harjoittelu on saamista ja antamista.

Kokeneimmat ohjaajat ovat Suomen kendohistorian alusta asti ottaneet vastuun kanssaharjoittelijoista. Kendoyhteisön kasvaessa tieto-taitoa on kerääntynyt yhä enemmän ja sen jakaminen vaatii organisoituja puitteita. Kyu-leiri on osoittautunut erittäin hyväksi foorumiksi kokeneille ohjaajille jakaa kokemuksia uusille ohjaajille. Myös ohjaajakollegojen väliset kontaktit ja yhteistyö on tiivistynyt kyu-leireillä.

Kyu-leiritoiminnassa on tällä hetkellä mukana viisi kokeneempaa ohjaajaa, jotka ovat toimineet leirien vastuuhenkilöinä ja samalla ohjaajakoulutuksen kehitystyöryhmänä. He ovat paneutuneet nuorempien ohjaajien ongelmiin ja pyrkineet antamaan heille eväitä kehittymiseen kendotaidoissa ja ohjaajina. Kendossa on mahdotonta erottaa omia kendotaitoja ja kehittymistä ohjaajana. Ei voi olla hyvä kendo-opettaja ilman hyviä kendotaitoja. Kendon tärkein opetusmenetelmä on opettajan ja oppilaan välinen otteleminen. Harjoittelukontakti on kendossa ihmisten välille kehittyvän oppilas–opettajasuhteen tärkein perusta. Harjoituksessa syntyneelle luottamukselle luotu kanava toimii myös ohjaajataitojen syvemmän ymmärryksen pohjana.

7.3 Ennakkotehtävät

Kyu-leirien opetuksen kehittyessä leirien ohjaajaryhmille on annettu ennakkotehtävät. Ohjaajaryhmille on annettu vastattavaksi harjoituskokonaisuus, johon sisältyy kymmenkunta yksittäistä harjoitetta. Harjoitteet on jaettu ohjaajakokelaiden kesken siten, että jokaiselle tulee vähintään kaksi harjoitetta ohjattavaksi leirin aikana. Kokelaan tehtävä on suunnitella harjoitteet etukäteen ja koordinoida lähettää ne sähköpostilla ennakkoon muille ryhmän jäsenille. Seuraavassa vaiheessa ryhmän jäsenet kommunikoivat sähköpostitse tai tapaavat muokatakseen yksittäiset harjoitukset annetun teeman mukaiseksi kokonaisuudeksi. Lopullinen työnjako ja hienosäätö tehdään leirin aloittavassa ohjaajalaverissa ryhmän vastuuhjaajan johdolla. (liite 3.)

Ennakkotehtäviin voidaan liittää myös kyselyjä, joilla selvitetään koulutustarvetta, kiinnostuksen kohteita ja hankitaan ohjaajakoulutuksen kannalta tarpeellista taustatietoa. Ennakkotehtävät pyritään saamaan ohjaajille kaksi viikkoa ennen kyu-leirin alkua.

Leirin alkua edeltävässä ohjaajalaverissa ennakkotehtävät toimivat myös pohjana ryhmien koulutukselle asettamille tavoitteille. Ryhmät saavat määritellä itse tavoitteensa. Ainoa ohjaavatekijä on se, että ryhmiä pyydetään ottamaan huomioon tavoitteissa leirillä harjoittelevat henkilöt, kehittyminen ohjaajana ja yleisesti ohjaajakoulutuksen tavoitteet.

7.4 Yhteistoiminta

Jokaisen harjoituksen jälkeen pidetään ohjaajakeskustelu ryhmien vastuuhjaajien johdolla. Niissä käydään läpi harjoitussuunnitelman toteutuminen, ohjaamiseen liittyviä tekijöitä, arvioidaan harjoitusta ja pohditaan yhdessä mahdollisia kehityskohtia. Keskusteluun osallistuvat ryhmän kaikki ohjaajat. Vertaispalute on ollut erittäin monipuolista ja antoisaa.

Harjoituspäivän lopuksi kaikki ryhmät kokoontuvat yhteiseen keskustelutilaisuuteen, jossa kunkin ryhmän edustaja esittelee lyhyen tiivistelmän ryhmän toimista. Päivän päätteeksi vastuuhjaajat tuovat esiin ohjaamisen ja kendonopettamisen kannalta tekemiään havaintoja esiin. Samaan yhteyteen on usein sijoitettu myös aihetta koskevia luentoja tai tehtäväosuuksia.

Hyvin antoisaksi on havaittu harjoittelijoiden kanssa käydyt keskustelut. Ryhmät ovatkin ottaneet usein mukaan myös ryhmän alaisuudessa harjoitelleet ihmiset. Harjoittelijoiden välitön palaute kertoo usein ovatko harjoituksessa tavoitellut elementit löytäneet perille. Ohjaajakoulutuksen eräs tavoite on syventää ohjaajan vuorovaikutustaitoja. Kommunikoiminen oppilaiden kanssa on tärkeää ja se auttaa ohjaajia kehittämään elävää ohjaajataitoja, jossa harjoitussuunnitelmaa toteutetaan aistien harjoittelijan reaktioita ja vastaanottokykyä.

7.5 Palaute ja Arviointi

Kyu-leirien aikana saatu palaute on tärkeää kaikille tasoille. Leirille osallistuneet harjoittelijat parantavat palautteen perusteella perustaitojaan. Ohjaajakokelaat saavat palautteesta rakennusaineita ohjaajatyöhönsä. Vastuuhjaajat taas kokoavat kaiken palautteen ohjaajakoulutusjärjestelmän edelleen kehittämiseksi.

Leireillä käydyt palautekeskustelut ovat tärkein lähde koulutuksen arvioinnille. Lisäksi leireiltä kerätään kirjallisesti palautetta ohjaajilta ja vastuuhjaajilta. Ohjaajilta sähköpostitse pyydettyyn palautteeseen on vastattu hyvin. Leireiltä saatu palaute on aina vaikuttanut seuraavan ohjaajakoulutusleirin sisältöön ja muotoon. Palautteista saatua tietoa on käytetty kehittämistyön pohjana. Seuraavan kyu-leirin tema on muodostunut useasti edellisen pohjalta. Harjoitusten rytmittäminen, ennakkotehtävien muoto, palautteenantomuodot, leireillä käsiteltävät muut kendoon liittyvät aihealueet ovat asioita, joita on pystytty muokkaamaan toimivammiksi kerätyn palautteen pohjalta.

Monipuolisen palautteen on toivottu edistävän kendotoiminnan avoimuutta. Keskustelujen ja yhteisten arviointipalaverien on toivottu kannustavan ohjaajia luomaan kontakteja toisiin ohjaajiin ja luomaan yhteistyöverkostoja. Tottuminen jatkuvaan toimintaa luotaavaan keskusteluun auttaa seuraohjaajia kehittämään omaa ohjaajatoimintaansa ja vaikuttamaan taustayhteisönsä tavoitteiden toteutumiseen. FKA:lle keskusteleva aktiivinen ohjaajajakaarti on tae paremmasta tulevaisuudesta ja avain toiminnan pitkäjänteiseen kehittämiseen.

8. JOHTOPÄÄTÖKSET

8.1 Ohjaajakoulutuksen tulokset

Esitetyt johtopäätökset perustuvat FKA:n hallitukselle annettuun raportointiin koulutushankkeiden edistymisestä, toimintasuunnitelmiin, toimintakertomuksiin, jossain määrin koulutuskyselyihin, ohjaajakoulutusleireillä käytyihin keskusteluihin, seuratoiminnassa tapahtuneisiin havaittaviin muutoksiin ja omaan tuntumaan koulutustoimen muutoksista.

FKA:lla on vuoden 2007 alusta asti ollut tasoilla I ja II toimiva ohjaajakoulutusjärjestelmä. Valmiudet III-tason koulutuksen käynnistämiseen ovat olemassa, toisin III-tason koulutusta täytyy vielä tarkentaa.

Ohjaajakoulutus on jo vaikuttanut ja muuttanut FKA:n toimintaa. Yksilötasolla FKA:n ohjaajien asenteet liikunnanlankoulutukseen, ohjaamiseen ja valmentamiseen ovat tulleet avoimemmaksi. Pääsääntöisesti FKA:n piirissä ohjaajat eivät ole kokeneet ohjaajakoulutusta uhaksi kendon, iaidon ja jodon perinteille, vaan mahdollisuudeksi kehittyä ohjaajina ja opettaa lajia nykysuomalaisille entistä paremmin.

Ohjaajakoulutus on vaikuttanut tavalliseen harrastajiin usealla eri sektorilla. Seurojen koulutetut ohjaajat ovat alkaneet suunnitella harjoituksia aiempaa määrätietoistemmin ja ottamaan huomioon opetuksessaan fyysinen valmennuksen

ja taidon opettamisen eri menetelmiä. Myös eri ikäryhmät ovat hyötäneet lisääntyneestä valmennustaidosta. Ohjaajakoulutuksesta on saatu lasten- ja nuortentoimintaan uusia kendoharjoittelua edistäviä elementtejä. Myös eettiset ja tasa-arvo kysymykset ovat tulleet seuroissa paremmin huomioitua. FKA:n piirissä uutena piirteenä voidaan myös pitää aiempaa parempaa perehtymistä lihahuoltoon ja yleistä terveyttä koskeviin aihealueisiin.

Liitto tasolla ohjaajakoulutuksen merkittävin anti on ollut sen avaamat mahdollisuudet hankkia yhteistyökumppaneita ja verkostoitua. Aktiivinen toimiminen VOK-yhteistyössä on kantanut jo tulosta. Yhteistyötä on ollut Suomen Aikidoliito ry:n, Suomen Iaidoliito ry:n kanssa. Muidenkin lajiliittojen kanssa on luotu kontakteja, mutta yhteistyöhankkeet hakevat vielä muotojaan. Kontaktit Suomalaiseen liikunta-alan koulutukseen, erityisesti urheiluopistoihin ovat olleet antoisia. Urheiluopistot tulevat olemaan FKA:n toiminnassa merkittävämmässä roolissa, niiden suomina mahdollisuuksia tullaan hyödyntämään aktiivisemmin niin koulutuksessa kuin harjoittelussa.

VOK-toiminnan ja aktiivisen koulutustoimen kehittämisen myötä on keskusteluyhteys avautunut myös Suomen Liikuntaan ja Urheiluun, Nuoreen Suomeen, Suomen Valmentajiin ja Kuntoliikuntaliittoon, UKK-instituuttiin, Suomen Antidopingtoimikuntaan, SLU:n alueisiin ja Jyväskylän yliopiston Liikuntabiologian laitokseen.

8.2 Tulevaisuuden näkymät

Ohjaajakoulutuksen toteutumisaikataulu on suunniteltu: I-taso ja II-taso ovat jo täydessä käynnissä. Vuosittain järjestetään vähintään yksi I-tason koulutus ja joka toinen vuosi aloitetaan II-tason koulutus. III-tason ohjaajakoulutus aloitetaan heti kun koulutukseen hakeutuu vähintään neljä ohjaajaa. Ensimmäinen III-tason ohjaajakoulutus aloitetaan viimeistään keväällä 2009.

FKA:n koulutushaasteet ovat olleet luonteeltaan positiivisia: ohjaajakoulutuksen kehittäminen ja toteuttaminen on ollut kiinteä osa FKA:n toimintaa ja edesauttanut muiden tavoitteiden toteutumista. Varsinaisen toiminnan laatu on parantunut ohjaajakoulutuksen myötä: seuratoimintaan on tullut lisää suunnitelmallisuutta, leirit on toteutettu entistä paremmin ja harrastajat on tavoitettu entistä laajemmin.

FKA:n toimintasuunnitelmassa koulutustoiminta on näkyvästi esillä. Ohjaajakoulutukset ja ohjaajakoulutusleirit ovat kiinteä osa FKA:n toimintaa. Liialliseen tyytyväisyyteen ei ole kuitenkaan aihetta. Pienen lajiliiton ongelmina ovat aina resurssien rajallisuus ja ohjaajien määrän rajallisuus. On suuri riski, että alkuinnostuksen jälkeen ohjaajakoulutuksessakin tulee suvantovaihe.

Ohjaajakoulutuksen kannalta on erittäin tärkeää, että koulutukset tullaan hajauttamaan maantieteellisesti eri puolille suomea, jotta jäsenseuroilla on mahdollisimman tasavertaiset mahdollisuudet osallistua ohjaajakoulutukseen. FKA:n tulee kannustaa ohjaajia osallistumaan SLU:n alueiden järjestämiin täydentäviin ohjaajakoulutuksiin. Merkittävin ohjaajakoulutusta ylläpitävä foorumi on VOK-yhteistyö, jonka piiriin saadaan tulevaisuudessa useita FKA:n edustajia.

FKA:n ohjaajakoulutustoiminnan laadunmittarina toimivat ohjaajakoulutusleirit eli kyu-leirit. Ohjaajat osallistuvat niihin jatkuvasti. Ohjaajan roolin muuttuessa näkökulmaa opettamiseen muuttuu ja koulutustarpeet muuttuvat. Useat ohjaajat käyvät läpi samat ohjaajakoulutusleirit vuosittain. Näennäisesti samat leirit ovat kuitenkin aina uusia, koska ohjaajien roolit muuttuvat, teemat kehittyvät ja leirien kokoonpanot vaihtelevat. Ohjaajaleirien toimivat ohjaajien kohtaamispaikkana, jossa jaetaan kokemuksia, ratkaistaan ongelmia, opitaan uutta ja luodaan yhdessä parempaa tulevaisuutta FKA:lle. Kyu-leirit ovat FKA:n tärkein työkalu ylläpitää ohjaajien ammattitaitoa, valvoa opetuksen laatua ja tuoda ohjaajakoulutukseen uusia elementtejä.

8.3 Yhteenveto

FKA:n kolmitasoinen ohjaajakoulutusjärjestelmän taustalla vaikuttavat kendon kulttuurihistorialliset ulottuvuudet, suomalaisen kendoharjoittelun normit ja käytännöt, suomalainen liikunta-alankoulutus, konstruktivistinen pedagogiikka ja kokonaisvaltainen ihmiskäsitys.

Välineninä ohjaajakoulutuksessa ovat ohjaajakoulutusleirit eli kyu-leirit ja kuhunkin tasoon liittyvät kurssit sekä koulutustilaisuudet. FKA hyödyntää ohjaajakoulutuksessaan parhaita kendo-osaajiaan, liikunta-alan kouluttajia, pedagogiikan asiantuntijoita, terveydenhuollon osaamista ja ravinto- ja terveystiedon ammattilaisia. FKA: ohjaajakoulutusjärjestelmä toimii yhteistyössä toisten lajiliittojen, urheiluopiston ja liikunnan keskusjärjestöjen kanssa. Keskeisellä sijalla FKA:n ohjaajakoulutuksen kehittämisessä on VOK-yhteistyö.

I-tasolla ohjaajakoulutuksen tavoitteena on antaa aloittelevalle seuraohjaajalle perustiedot kendon tekniikoiden opettamisesta, kendoharjoituksen ohjaamisesta, fyysisen harjoittelun perusteista ja opettamisesta ja taidon oppimisesta. Lisäksi I-tasolla ohjaajakoulutuksessa pyritään lisäämään yleistä tietoutta muista kendon opettamiseen liittyvistä aihealueista, kuten liikunnasta, urheilusta ja terveyttä edistävästä seikoista.

II-tasolla ohjaajakoulutuksen ensisijaisena tavoitteena on parantaa seurojen vastuuhjaajien toimintaedellytyksiä. Toisena tavoitteena II-tasolla on laajentaa ohjaajan toimintakapasiteettia liittotasolla: tuomari- ja opetustehtävissä. II-tason opinnot tähtäävät vuorovaikutustaitojen, harjoitusten suunnittelun, valmennuksen, ohjaajatoiminnan johtamisen ja harjoitusmenetelmien parantamiseen. Toimintaympäristön laajetessa, II-tasolla korostuu ohjaajan kyky arvioida omaa toimintaansa.

III-tasolla on tavoitteena auttaa ohjaajia kasvamaan asiantuntijoiksi. III-taso on sisällöltään avoin, mutta varsin laaja. Ohjaajalta edellytetään työnäytteeksi laajamittaista kendoprojektia, jonka ohjaaja suunnittelee, toteuttaa ja raportoi.

Projektille nimetään tukihenkilö tai tukiryhmä. Projektiohjon liitetään sitä täydentäviä ja tukevia opintoja.

III-tason ohjaajakoulutuksessa otetaan huomioon koulutukseen hakeutuneen koulutustausta, lajitaidot, työkokemus ja koulutustarve. III-tason opintoja voidaan suorittaa urheiluopistoissa, yliopistoissa tai FKA:n hyväksymän suunnitelman mukaisesti.

Ohjaajakoulutusleirit eli Kyu-leirit muodostavat FKA:n ohjaajakoulutusjärjestelmän sydämen. Niillä annetaan ohjaajakoulutusta kaikille tasoille. Kyu-leireillä harjoitellaan käytännön opettamista kokeneempien ohjaajien johdolla. Ohjaajakoulutusleireillä viedään eri-tasojen koulutuksessa opittua käytäntöön. Lisäksi leirit toimivat myös opetuksen laadunvalvonnan välineinä. Leireillä parannetaan ja pidetään yllä opetustaitoja.

Kyu-leirit rakentuvat mestari-kisälliopetuksen periaatteelle: kokeneemmat jakavat niillä tietojaan ja taitojaan ohjaajakokelaille. Leirit ovat myös parhaita paikkoja ohjaajien yhteistoiminnalle ja verkostoitumiselle. Vertaispalautteen saanti ja monipuolinen arviointi on usealle ohjaajalle elintärkeää. Kyu-leireillä tehdyt havainnot ja niillä kerätty tieto ovat merkittävässä roolissa kehitettäessä FKA:n ohjaajakoulutusjärjestelmää ja kendotoimintaa.

LÄHTEET:

All Japan Kendo Federation 1996. Japanese – English Dictionary of Kendo. Japan.

CNK: Comité National de Kendo 2000. Document de Travail: Session de formation pédagogique de 1er niveau, Federation Francaise de Judo, Jujitsu, Kendo et Disciplines Associees. France.

Autio, T., Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito, Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Edita, Helsinki.

- Chrisfield, P. 2005. DVD, Facilitation in a practical context. Apollinaire Consultancy Associates Ltd. UK.
- Draeger, D. F. 1996. Modern Bujutsu & Budo, The Martial Arts and Ways of Japan. Vol.3. Weatherhill. UK.
- First Steps to Become a Referee 2006. toim. Holt, T. Kendo World. New Zeland.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2002. Graduointisäännöt.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2006. Eettiset periaatteet, toim. Salonen, M. M. E.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2005. Koulutushanke, toim. Salonen, M. M. E.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2005. Kyu-leiri –kysely. Salonen, M. M. E.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2006. Kyu-leiri –kysely. Salonen, M. M. E.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2007. Ohjaajakoulutus: tasot I-III, toim. Salonen, M.M.E
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2007. Lajikulttuurianalyysi, (toim.) Salonen, M. M. E.
- FKA: Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry. 2006. Tyypilliset kendovammat ja niiden ehkäisy. (toim.) Pitkänen, J.
- Frisk, T. 2005. Koulutuksen arviointi kouluttajan ja kehittäjän työssä. Julkaisun osat: Reaktioiden arviointi, Oppimisen arviointi, Toiminnan muuttumisen arviointi, Tulosten ja vaikutusten arviointi. Educa-instituutti Oy.
- Hamot, C., Chaudron, L., Tessier, C. 2000. Teaching Kendo in France; Journal of Saitama Academy of Budo.
- Hakkarainen, K., Lonka, K. & Lipponen, L. 1999. Tutkiva Oppiminen – älykkään toiminnan rajat ja niiden ylittäminen. Helsinki: WSOY.
- Hiltunen, P., Huhtinen K. 2004. Opettamien ja taidon oppimisen perusteet SLU-julkaisusarja 1/04.
- Hiltunen, P. (toim.) 2002. Fyysisen harjoittelun perusteet 2002. Suomen Liikunta ja Urheilu.

- Houtsonen, J. 1996. Koulutusidentiteetin kulttuurisen rakentumisen ainekset: identiteetin tyypittelyt ja elämäkerralliset teemat. Teoksessa A. Antikainen & H.
- Huoteli, H. 1996. Menetelmällisiä lähtökohtia elämäkertatutkimukseen. Teoksessa A. Antikainen & H. Huotelin (toim.) Oppiminen ja elämänhistoria. Aikuiskasvatuksen 37. vuosikirja. BTJ Kirjastopalvelu Oy. Jyväskylä.
- Inoue, Y. 2002. A Philosophical Look at Kata, Translated: Bennet, A. Kendo World Vol 1, no. 2-4, Japan.
- International Kendo Federationin 1996. Shiai Rules and Regulations. Japan.
- Kaski, S. 2006. Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa. Edita. Helsinki.
- Kataja, J. Psykkisen valmennuksen seminaari. Psykkinen valmennus - mitä ja miten? 26.3.2007, Helsinki.
- Kauppi, A. 2007. VOK-Perusteiden taustalla oleva oppimiskäsitys ja rakenne, Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Helsingin Yliopisto
- Kauppi, A. R. 2005. Vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot, PS-Kustannus. Keuruu.
- Klemola, T. 2004. Taidon filosofia – filosofin taito, Tampere University Press. Tampere.
- Klemola, U. 2006 - 2007. Vuorovaikutustaidot luennot. Lahden Ammattikorkeakoulu, Liikunnan laitos, valmentajakouluttajan erikoistumisopinnot.
- Kupias, P. Hätönen H. et al. 2000. Oppia opetusmenetelmistä, Educa-instituutti. Helsinki.
- Miettinen, P. (toim.) 1999. Liikkuva lapsi ja nuori. Gummerrus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Niemi-Nikkolan, K. 1996. Tyypilliset urheiluvammat, ennaltaehkäisy ja hoito. Nuori Suomi ry.
- Nurmi, K.E. 2002. Johdatus kasvatuksen filosofisiin ja historiallisiin perusteisiin. Jyväskylä: Palmenia-kustannus.
- Puolimatka, T. 1997. Opetusta vai Indoktrinaatiota? Valta ja manipulaatio opetuksessa. Kirjayhtymä Oy. Tampere.

- Salonen, M. M. E., 1998. Kendon perusteet. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry.
- Salonen, M. M. E., 1999. Kendon tekniikat. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry.
- Salonen, M. M. E., 2003. Nippon Kendo Kata: harjoittelu ja historia, Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry.
- Sasamori, J., Warner, G. 1989. This is Kendo, The Art of Japanese Fencing, Charles E. Tuttle Co. Inc, Japan.
- Sääkslahti, A., Tanner K. 2006. Pesisjuniorin monipuolinen liikunta. Nuorisopesis ry. Savon Kirjapaino Oy.
- Tutkintojen perusteet 2003. Ohjaaja –ja valmentajakoulutus 2000-2003,; SLU:n Julkaisusarja 1/01.
- Ylitalo, K. 2006. Junioriohjaajan opas. Suomen Aikidoliitto ry.
- Valmentajakoulutuksen suunnittelu, ryhmätyö 2007. Lahden Ammattikorkeakoulu, Liikunnan Laitos, Valmentajakouluttajan erikoistumisopinnot.

LIITTEET

LIITE1

Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n kyu graduointisäännöt

KENDON GRADUOINTIVAATIMUKSET

6.kyu

Suburit: joogeburi, nanameburi, shomen, kote, do, sayu-men, hajasuburi.
Peruslyönnit: men, kote ,do ja kote-men tobikomiashilla. Kirikaeshi. Suoritukset voidaan tehdä motodachille tai ilman motodachia.

Varustus: veryttelypuku tai hakama ja kendo-gi.

Aika 3 kk.

Kokelaalta edellytetään kendon perusliikkeiden auttavaa hallitsemista. Jalkatyössä kokelaan on pyrittävä käyttämään oikeaa askellusta kunkin suorituksen edellyttämällä tavalla (suriashi, ayumiashi ja tobikomiashi). Lyöntiliikkeiden on oltava laajoja, kokelaan eri lyönnit tulisi erota toisistaan. Arvioitaessa kokelasta muoto ei ole vielä päällimmäinen seikka vaan hänen pyrkimyksensä toteuttaa kiken-taita sekä haluaan harjoitella ja oppia. Kokelaan toimiminen motodachina ei saa vaikuttaa kokeen arvosteluun negatiivisesti.

5.kyu

Kirikaeshi. Peruslyönnit: men, kote, do ja kote-men tobikomiashilla. Määrätty uchikomi, johon voi sisällyttää nidan- ja hiki-wazaa. Suoritukset voidaan tehdä kokeneemmalle motodachille tai kokelaat voivat toimia itse motodacheina.

Varustus: Hakama ja kendogi.

Aika 3kk.

Kokelaan suorituksissa on oltava tiiviimpi rytmi kuin 6. kyussa. Kiain on oltava yhtenäisempi ja hengityksen hallitumpaa. Kokelaan liikkeiden on oltava paremmin toisiinsa yhteensopivia. Esimerkiksi. kirikaeshia tehtäessä kokelaalla on oltava parempi käsitys harjoituksen muodosta ja omasta olemuksestaan (ryhti ja etäisyys) kuin 6.kyussa. Tobikomiasihin ja suriashin välillä on jo oltava selvä ero.

4.kyu

Kirikaeshi. Peruslyönnit: men, kote, do ja kote-men tobikomiashilla. Määrätty uchikomi, jossa nidan- ja hiki-wazaa tai uchikomi-geiko.

Varustus: bogu.

Aika 3kk – 6kk.

Kokelaan on kyettävä kantamaan bogua.

Peruslyönneissä on oltava selkeä ki-ken-tai-icchi. Etäisyyden (ma-ai) ymmärtäminen on näyttävä suorituksissa. Hyökkäyksien ja painostuksen (seme) on tapahduttava paremmin oikealta etäisyydeltä, säätelemällä omaa liikkumistaan suhteessa parin liikkumiseen. Hyökkäysten on alettava kamaesta ja päättyttävä kamaeihin (zan-shin). Kokelaan on oltava heti valmis uuteen hyökkäykseen. Kiain on jatkuttava lyönnin jälkeen voimakkaana.

Hiki-wazassa ei vielä edellytetä tai-atarin hallitsemista.

3.kyu

Kirikaeshi, uchikomi-geiko ja ji-geiko.

Varustus: bogu.

Aika 3kk – 6kk.

Kirikaeshin ja uchikomi- geikon suorittaminen täytyy olla jo jatkuvaa. Turhia hengitys ja miettimistaukoja ei saa enää olla. Kokelaan perustaidot on oltava sillä tasolla, että hän voi toimia harjoitustilanteessa motodachina sekä harjoittelemaan ji-geikoa. Kokelaa pitää pystyä tekemään tai-atari ja lyömään jämäkästi oikealta etäisyydeltä peruslyönti-sarjat.

2.kyu

Kirikaeshi, kakari-geiko ja ji-geiko.

Varustus: bogu.

Aika 3kk – 6kk.

Kokelaan lyöntien on oltava täsmällisiä ja niissä on oltava enemmän henkeä. Pelkkä osuminen ei riitä, kokelaan on ositettava ymmärtävänsä suoritettavien harjoitusten luonne. Kokelasta on arvioitava jo enemmän ji-geikon pohjalta, jota tehtäessä kokelaan pitäisi hyökätä rohkeasti (men) pelkäämättä osumaa säilyttäen hyvän muodon.

1.kyu

Kirikaeshi, ji-geiko ja kendo kata 1-7.

Varustus bogu.

Aika 3kk – 6kk.

Kokelaan oltava valmis siirtymään 1.danin tasolle. Ji-geikossa on kyettävä tekemään ippon (piste) ja näyttämään joitakin tekniikoita. Kokelaan tulisi osata kendo kata ilman suurempia virheitä.

Dan - arvot

Dan-graduoinneissa noudatetaan IKF:n graduointivaatimuksia.

OHJEITA ARVOSTELURAADILLE

Seuraavia asioita sekä niiden kautta ilmeneviä osa-alueita tulee tarkastella huolellisesti arvioitaessa kokelasta.

1. Reiho (kumarrukset, sonkyo, käyttäytyminen ja ulkoasu).
2. Kamae (ryhti, jalkojen asento, käsien/shinain asento ja katse).
3. Ki-ken-tai-icchi
4. Zanshin
5. Liikkuminen (jalkatyö, kehonhallinta ja lyönnit: alemmissa kyu -arvoissa käsien liikkeen on oltava isoa ja ylemmissä kyu- arvoissa lyöntien on oltava täsmällisiä).
6. Kokelaan fyysiset ominaisuudet: lähtötasoon vaikuttavat tekijät kuten ikä ja vammat.
7. Edellisen kyu -arvon vaatimusten hallinta.

On hyvä muistaa, että graduointi on osa kendoharjoittelua. Graduointien tarkoitus on luoda selkäranka harjoittelulle. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n kyu -järjestelmä on kehitetty antamaan puitteet kendon perusteiden opettamiseen. Kyu -järjestelmän tavoitteena on johdattaa kendon harjoittelijaa eteenpäin miekan tiellä. Eräs kyu -järjestelmän keskeinen tehtävä on antaa kendon harjoittelijalle valmiudet suorittaa kansainväliset vaatimukset täyttävä ensimmäisen danin koe.

On erittäin tärkeää, että harjoittelu on tinkimätöntä ja kyu -kokeen suorittaminen on luonnollinen osa kendoa. Kokeen tulisi ensisijaisesti kannustaa harjoittelemaan. Turhan hierarkian muodostumista tulisi välttää. Suoritettu kyu -arvo on merkkipaalu suorittajalleen ja osoitus kendoyhteisölle ahkeruudesta.

Kyu- tasolla kendo harjoittelun tulisi olla riittävän haastavaa, jotta kokelaat läpäisisivät ongelmitta kyu-graduoinnit. Vetäjien tulisi painottaa harjoittelun tärkeyttä ja siten kohottaa oppilaiden arvostelukykyä ja saada aloittelevat kendokat ymmärtämään, että graduointi on mittari heille itselleen.

IAIDON GRADUOINTIVAATIMUKSET

OHJEITA ARVOSTELURAADILLE

Arvioinnissa tulee kiinnittää huomiota:

Asianmukainen ja siisti asu
Oikea reiho ja asenne

Tekniikan oikea suoritus ja ymmärtäminen
ma-ai. Zanshin, metsuke,
noto: joko Musho Shinden ryu tai Muso Jikiden Eishin ryu

Arvioinnin tulee olla puolueeton ja arvioida osaamista, ei henkilöä. Arvioitavan ikä ja fyysiset ominaisuudet tulee ottaa huomioon.

Varusteet

Kokelaan tulee pukeutua siististi ja tilaisuuden arvoa kunnioittaen. Gin ja hakaman käyttö on suositeltavaa mahdollisimman varhaisesta vaiheesta, ja pakollista 4. kyusta.

6. kyun ja 5. kyun graduoinnissa voidaan käyttää bokkenia, mutta muuten iaito:n käyttö on pakollinen. Sageo:n käyttö on vapaaehtoinen 1.kyu:hun asti.

6.kyu

Saho:

Oma paikka dojolla.
Shomenin sijainti.
Miten dojolla liikutaan turvallisesti.
Miekan antaminen toiselle ja vastaanottaminen.

Reigi:

Kumartaminen dojolle tullessa ja sieltä lähtiessä.
Kumarrus shomenille (shomen no rei) ja miekalle (torei) pääpiirteissään.

Terminologia:

Tässä kohdassa esiintyvät japanilaiset termit.

Kamae:

Taito shisei, Chudan no kamae, Jodan no kamae.

Kihon:

- Okuri ashi shomen suburi, Kirioroshi, Ochiburi.

Kata:

vähintään katat 1 - 3.

Katan tärkeät kohdat:

Osoittaa tietävänsä, missä vastustaja on ja mitä hänelle tehdään.
Katan osien oikea järjestys: Nukitsuke, kirioroshi, chiburi, noto.
Selkeä sayabiki.

Koe:

3 valinnaista kataa (ei välttämättä 1 - 3) ja torei.

Torei voidaan tehdä esim. seuraamalla kokeen pitäjää, mutta kandidaatin tulee osoittaa omaa osaamista.

5. kyu

Vähintään 3 kuukautta harjoittelua edellisestä graduoinnista, kaikki edellisen kyun vaatimukset ja lisäksi

Saho:

Miekan asettaminen lattialle seinän viereen.
Dojolle tuleminen ja lähteminen, myös jalkineet, lupa jne.

Reigi:

Torei seisaaltaan.
Shomen no rei: käsien vaihto, kumarruksen kulma ja ajoitus, katseen suunta.
Kumassakin toreissa parempi suoritus.

Terminologia:

Tässä kohdassa esiintyvät japanilaiset termit.
Miekan viiden osan nimet.

Kamae:

Keito shisei, Hasso no kamae, Migi ja hidari jodan no kamae.

Kihon:

Nukitsuke (katate yoko giri), yoko chiburi, nidan ja sandan shomen suburi.

Kata:

vähintään Katat 1- 5.

Katan tärkeät kohdat:

Yleisesti kaikkien liikkeiden tulisi olla suuria.
Etujalan ja leikkauksen tulisi olla yhtäaikaiset.
katat 1-3: polvistuminen yhtä aikaa noton kanssa.
mae: vartalo suorassa, takajalka suorassa, nukitsuke vaakasuora, tukeva asento kun seistään chiburissa.
Ushiro: Samoin kuin mae, lisäksi oikean ja vasemman jalan asento nukitsukessa.
Uke nagashi: Metsuke miekkaa vedettäessä. Seisoma-asento suhteessa vastustajaan.
tsuka ate: Lyönti oikealle korkeudelle, jalkatyö molemmissa käänöksissä, tsuki oikeaan kohtaan.
Kesa giri: vartalo ja takajalka suorana, takajalan kantapäätä irti lattiasta.

Koe:

Kolme valinnaista kataa (ei välttämättä 1-3) ja torei.

Toreissa voidaan auttaa, mutta kokelaan tulee osoittaa riittävää osaamista ja asennetta. Apua tulisi antaa vain, jos eri toreit menevät sekaisin, ei muiden virheiden korjaamiseen.

4. kyu

Vähintään 3 kuukautta harjoittelua edellisestä graduoinnista, kaikki edellisten kyu:en vaatimukset ja lisäksi

Reigi:

Oikeat käden liikkeet ja katseen suunta toreissa.
Alku- ja lopputuoreita ei saisi enää sekoittaa.

Terminologia:

Tässä kohdassa esiintyvät japanilaiset termit.
Kymmenen miekan terän ja viiden muun osan nimet.

Kamae:

Teito shisei, gedan no kamae, wakigamae.
Kihon: Furikaburi-kirioroshi.
Ayumi ashi seme-kirioroshi.

Kata:

Vähintään katat 1-7.
Katojen nimet.

Katan tärkeät kohdat:

Yleisesti sayabiki aina nukitsukessa ja notossa.
Selkeä tenouchi/shibori.
Oikea shisei yoko chiburissa ja O-chiburissa.
Selkeä zanshin kirioroshin jälkeen.
Kaikkien liikkeiden tulee olla suuria ja vahvoja.
Mae: Nukitsuke ja kirioroshi nojaamatta eteenpäin. Tehokas chiburi.
Ushiro: riittävä käänös nukitsukea varten, takajalka suorassa nukitsukessa ja kirioroshissa.
Uke nagashi: tehokas ukenagashi-tekniikka. Oikea käsien asento notossa.
Tsuka ate: tehokas lyönti. Oikea käsien asento tsukin jälkeen. Oikea polvien asento tsukissa.
Kesa giri: lyöntien kulmat. Selkeä zanshin siirryttäessä taakse hasso no kamaeen.
Jalkatyö (ashi sabaki).
Morote tsuki: oikea kulma nukiuchissa. tehokas lyönti valmistautuminen ja tsuki ilman että pää liikkuu ylös alas. Oikea jalkatyö käänöksissä.
Sanpo Giri: ashi sabaki nukiuchissa ja käänöksissä. Ukenagashi toisessa käänöksessä.

Koe:

Kolme valinnaista kataa (ei välttämättä 1 - 7:stä) sekä torei ilman mitään avustusta.

3. kyu

Vähintään 3 kuukautta harjoittelua edellisestä graduoinnista, kaikki edellisten kyu:en vaatimukset ja lisäksi

Terminologia:

Tässä kohdassa esiintyvät japanilaiset termit.

Kihon:

Hiraki ashi shomen, Ayumi ashi yokomen.

Kata:

Kaikki kymmenen kataa.

Katan tärkeät kohdat:

Kaikkien liikkeiden tulee olla suuria, vahvoja ja nopeita.

Selkeä saya banare kaikissa katoissa.

Selkeä zanshin kaikissa liikkeissä, myös tietoisuus istuessa alussa.

Lyhyempi tauko kimessä, (jatkuva liike ennemmin kuin pysähtyä ajattelemaan.)

Gan men ate: Oikea ajoitus gan men iskuun, samanaikainen käännös ja saya biki.

Takajalka suora ennen tsukia, terän riittävä ulosveto viimeisessä käännöksessä.

Soete tsuki: Oikea osumakohta lyönnissä, oikea jlaktyö käännytessä tsukiin.

Shiho giri: Oikeat kulmat kaikille vastustajille, Avoin käsi kote uchissa, ashi sabaki käännöksessä ja tsukissa, Ukenagashi asento 90 asteen käännöksessä, gedanin ja wakigamaen kautta viimeiseen lyöntiin.

Koe:

Viisi kataa, joista kaksi voi olla shitei wasa. Shitei wasa valitaan katoista 1-7.

2. kyu

Vähintään 3 kuukautta harjoittelua edellisestä graduoinnista, kaikki edellisten kyuen vaatimukset ja lisäksi

Saho:

Osoittaa sahon ja reiho:n ylenen ymmärtämys kaikissa tärkeissä kohdissa.

Terminologia:

Tässä kohdassa esiintyvät japanilaiset termit.

Kata:

Kaikki kymmenen kataa.

Katan tärkeät kohdat:

Kaikkien liikkeiden tulisi olla suuria, vahvoja, nopeita ja sulavia (Dai kyo soku kei).

Selkeä sayabanare kaikissa katoissa.

Hyvä shisei kaikessa.

Selkeät liikkeet ja kunnollinen kime.

Osoittaa sisäistä tyyneyttä vaikka kiireessäkin (Sei to do).

Oikea peukalon asento ja vasemman ja oikean käden vaihto vedon alussa. (koiguchi no kirigata).

Koe:

Viisi kataa, joista neljä voi olla shitei wazaa.

1. kyu

Vähintään 3 kuukautta harjoittelua edellisestä graduoinnista, vähintään 12 vuoden ikä, kaikki edellisten kyu:en vaatimukset ja lisäksi

Terminologia:

Tässä kohdassa esiintyvät japanilaiset termit.

Kata:

Kaikki kymmenen kataa.

Katan tärkeät kohdat:

Kaikkien liikkeiden tulisi olla suuria, vahvoja, nopeita ja sulavia (Dai kyo soku kei).

Selkeä sayabiki, saya banare, kime, zanshin, sei to do kaikissa katoissa.

Lyönnit lähtevät lantiosta (tuntee hara ja tanden)

Kaikkien edellä esitettyjen tärkeiden kohtien hallinta tulee osoittaa.

Varmista erityisesti, että takajalka on suora ja sen kantapää irti lattiasta.

Nukitsuke liikkeiden tulee olla tehokkaita.

Koe:

Viisi kataa, yleensä valinnaisia.

Dan – arvot

Dan-graduoinneissa noudatetaan IKF:n graduointivaatimuksia.

JODON GRADUOINTIVAATIMUKSET

OHJEITA ARVOSTELURAADILLE

Arvioinnissa tulee kiinnittää huomiota:

- Asianmukainen ja siisti asu.
- Reiho.
- Tekniikan oikea suoritus ja ymmärtäminen.
- Ma-ai, Zanshin, Metsuke.

Kunkin tason vaatimusten lisäksi kokelaan on hallittava edellisten kyu-arvojen oppimäärä.

Kokelaan ikä ja fyysiset ominaisuudet on otettava huomioon.

Arvioinnin tulee olla puolueeton ja arvioida osaamista.

Varusteet

Kokelaan tulee pukeutua siististi. Gin ja hakaman käyttöä suositellaan heti harjoittelun alkuvaiheessa. Gi ja hakama pakollisia kun kokelas osallistuu 4. kyun graduointiin.

Jo on pakollinen harjoittelun alusta ja bokuto pariharjoittelun aloittamisesta alkaen.

6. kyu

Kihon 1-6 yksin. Kaikki kamaet.

Kokelaan tulee osoittaa ymmärtävänsä reiho ja eri kamaet. Mainitut tekniikat on kyettävä suorittamaan auttavasti. Liikkeiden tulee olla selkeitä ja suuria. Voimakas kiai. Kokelaan on tunnettava harjoiteltavien kihonien nimet.

5. kyu

Kihon 4-10 yksin.

Edellisestä suorituksesta on oltava kulunut 3 kk harjoittelun ollessa aktiivista. Kokelaan tulee esittää selkein liikkein ymmärtävänsä mainitut tekniikat auttavasti.

Voimakas kiai. Kokelaan on tunnettava harjoituksissa käytetty japaninkielinen terminologia.

4. kyu

Kihon 1-6 parin kanssa, Kihon 10-12 yksin

Edellisestä suorituksesta on oltava kulunut 3 kk harjoittelun ollessa aktiivista. Kokelaan tulee esittää tekniikat selkeästi. Sekä Shijo että Uchidachi. Miekan osalta kokelaan on osoitettava harjoitelleensa bokkenilla reihoa, keskeiset kamaet ja peruslyöntejä.

Harjoittelu kendossa tai iaidossa antaa hyvän pohjan uchidachina toimimiselle, jodo-harjoittelun yhteydessä kendon suburit sekä Bokuto ni yoru Kendo Kihon Waza keiko-ho. Kokelas tuntee oppimäärään kuuluvan japaninkielisen terminologian.

3. kyu

Kihon 4-10 parin kanssa

Edellisestä suorituksesta on oltava kulunut 3 kk harjoittelun ollessa aktiivista. Kokelaan tulee esittää tekniikat selkeästi. Sekä Shijo että Uchidachi. Etäisyyden hallinnan tulisi näkyä suorituksesta. Kokelas tuntee oppimäärään kuuluvan japaninkielisen terminologian.

2. kyu

Kihon 10-12 parin kanssa, ZNKR kata 1-3 (vain Shijo)

Edellisestä suorituksesta on oltava kulunut 3 kk harjoittelun ollessa aktiivista. Kokelaan tulee esittää tekniikat selkeästi. Sotai dosa sekä Shijo että Uchidachi. ZNKR kata vain Shijo. Katassa on pyrittävä oikeaan etäisyyteen ja eri tekniikoiden on erotuttava toisistaan selkeästi. Kokelas tuntee oppimäärään kuuluvan japaninkielisen terminologian.

1. kyu

ZNKR kata 1-5 (Shijo sekä uchidachi)

Edellisestä suorituksesta on oltava kulunut 3 kk harjoittelun ollessa aktiivista.
Kokelaan oltava valmis siirtymään 1.danin tasolle. Kokelas tuntee oppimäärään
kuuluvan japaninkielisen terminologian.

Dan - arvot

Dan-graduoinneissa noudatetaan IKF:n graduointivaatimuksia.

LIITE 2

**SUOMEN KENDOSEUROJEN KESKUSLIITON
ANTIDOPINGOHJELMA**

Suomen Kendoseurojen Keskusliitto on Kansainvälisen Kendoliiton (FIK) jäsen, jonka kattojärjestö on General Association of International Sports Federations (GAISF). Suomen Kendoseurojen Keskusliitto sitoutuu toiminnassaan kulloinkin voimassa olevaan Suomen Antidopingtoimikunnan antidopingsäännöstöön..

Edellytyksenä Suomen Kendoseurojen Keskusliiton toimintaan osallistumiselle on, että liiton jäsenseurat ja niiden kautta henkilöjäsenet noudattavat Suomen Antidopingtoimikunnan ja Kansainvälisen Kendoliitonliiton dopingsääntöjä. Kaikki Suomen Kendoliiton kouluttajat, valmentajat ja edustusjoukkueiden jäsenet ovat velvollisia perehtymään antidopingsäännöstöihin erityisen huolellisesti.

Antidopingohjelman tavoitteet

Suomen Kendoseurojen Keskusliiton antidopingohjelman tavoitteena on vahvistaa suomalaisten kendoharrastajien antidopingtietämystä kielletyistä ja sallituista lääkeaineista ja menetelmistä. Samalla tavoitteena on toimia tiiviissä yhteistyössä Suomen Antidopingtoimikunnan kanssa, jotta kaikilla kendon harrastajilla olisi ajantasaista tietoa antidopingmääräyksistä. Suomen Kendoseurojen Keskusliiton hallitus tekee vuosittaiseen toimintasuunnitelmaansa antidopingsuunnitelman, jossa otetaan huomioon antidopingkoulutus ja mahdollinen testaus ja periaatteet siitä, kuinka mahdolliset dopingtapaukset käsitellään.

Antidopingtyö Suomen Kendoseurojen Keskusliitossa rakennetaan yhteistyössä Suomen Antidopingtoimikunnan kanssa. Antidopingtoiminnassa tehdään myös tiivistä yhteistyötä Kansainvälisen Kendoliiton FIK:n kanssa.

Antidopingtoiminta

Suomen Kendoseurojen Keskusliiton antidopingohjelma on tarkoitettu kaikille sen jäsenille. Antidopingkoulutusta järjestetään erityisesti vetäjille, valmentajille, toimihenkilöille ja aktiivisille kilpailijoille. Suomen Kendoseurojen Keskusliiton toimintasuunnitelmassa on erityinen osa, johon kootaan vuodeksi kerrallaan antidopingsuunnitelma. Valvontatyö tapahtuu yhteistyössä Suomen Antidopingtoimikunnan kanssa.

Antidopingkoulutus on tärkein osa Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n antidopingtyötä. Avainhenkilöiden antidopingkoulutus sisältyy Suomen Kendoseurojen Keskusliiton vetäjä- ja ohjaajakoulutusjärjestelmään. Liitto hankkii ajan tasalla olevan antidopingkoulutuksen Antidopingtoimikunnan hyväksymiltä asiantuntijatahoilta ja päivittää omaa koulutusmateriaaliaan kulloistenkin antidopingsäännösten mukaiseksi. Antidopingsääntöjen muutoksista tiedotetaan Suomen Kendoseurojen Keskusliiton kotisivuilla ja kaikille jäsenseuroille lähetetään välittömästi tiedote muutoksista.

Suomen Kendoseurojen Keskusliiton säännöt ja kilpailuja sekä muuta toimintaa koskevat ohjeistukset tarkistetaan vuosittain tai välittömästi antidopingsääntöjen muuttuessa niin, ettei niiden välillä ole ristiriitaa. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto noudattaa Antidopingtoimikunnan, SLU:n, Kansainvälisen Kendoliiton ja GAISF:in ohjeita antidopingtoiminnassaan.

Antidopingtyön hallinto

Päävastuu antidopingohjelman toteuttamisessa on Suomen Kendoseurojen Keskusliiton hallituksella. Antidopingtyön vastuhenkilö on liiton koulutusvastaava. Merkittävimmän osan ohjelman toteutuksesta kantavat seurojen vetäjät, joiden kanssa Suomen Kendoseurojen Keskusliiton antidopingtyön vastuhenkilö toimii tiiviissä yhteistyössä. Doping-tapauksista tiedottamisesta vastaa Suomen Kendoseurojen Keskusliiton hallituksen

tiedottaja yhteistyössä puheenjohtajan kanssa. Positiivisen dopingtapauksen ilmetessä liiton hallitus kutsutaan koolle. Positiivisesta dopingtapauksesta tiedotetaan ensin sidosryhmille ja vasta sen jälkeen tieto julkaistaan liiton kotisivuilla ja tarvittaessa tehdään lehdistötiedote.

Ohjelman seuranta ja kehittäminen

Suomen Kendoseurojen Keskusliitto seuraa kiinteästi antidopingohjelman toteutumista ja kehittää ohjelman sisältöä. Joka vuosi toimintakertomuksen laatimisen yhteydessä Suomen Kendoseurojen Keskusliitto arvioi uusiksi antidopingohjelman toteutumisen ja tarvittavat toimenpiteet tulevaisuuden kannalta.

LIITE 3

**OHJAAJAHARJOITTELULU LEPAA 8.-10.6.2007 –
PERUSKURSSIOPETUSMATERIAALI JA RYHMIEN TEHTÄVÄT**

Peruskurssin tavoite on antaa riittävät taidot kendoharrastuksen aloittamiseen. Peruskurssin tulee antaa sellaiset toiminnalliset eväät, jotta kurssin suorittanut voi osallistua seuran muihin harjoituksiin.

Tekninen tavoite: 6.kyun graduointivaatimusten mukainen taitotaso.
Sosiaalinen tavoite: integroituminen seuraan.

Peruskurssin kesto 20 – 25 harjoituskertaa

Peruskurssin eri muotoja

Peruskurssi kokonaan erillisenä ryhmänä
Peruskurssi samassa tilassa edistyneempien kanssa erillisenä ryhmänä
Peruskurssi yhdessä edistyneempien kanssa

Opetuksessa edetään tuttujen asioiden kautta, helposta vaikeampaan.

Alkulämmittelyt ja suburit ovat tärkeitä työkaluja.
Kamaen, jalkatyön, subureiden, reihon kautta lyöntiharjoituksiin.
Subureista pari harjoituksiin.
Tobikomilyönneistä uchikomiin.
Rensoku-shomenistä 5 eteen ja 5 taakse lyhyt matka kirikaeshiin.
Roolitus: kakari ja motodachi.
Graduointi: kokeeseen vai niitä asioita joita on tehty kurssilla.

Jos kurssilla on tehty kirikaeshia parin kanssa, sitä on mieleöntä teettää graduoinnissa ilman motodachia.

Opettaminen

Perusta opetus luottamukselle esittele itsesi ja kaikki harjoituksia ohjaavat henkilöt ja opettele tuntemaan kurssilaiset.

Tehtävänanto on tärkeä osa harjoitusta.

- Suunnittele jokainen harjoituskerta johdonmukaisesti
- Esitä tehdyt harjoitteet selvästi ja selitä, näytä harjoite vielä kerran niin hyvin kuin osaat
- Anna harjoitella
- Korjaa ja anna palautetta
- Näytä vielä kerran
- Anna aikaa harjoitella
- Vältä huonon esimerkin näyttämistä

Ohjaajan tärkein työkalu on **oma havaintokyky**. Se mitä näet muodostaa pohjan sille, miten viet harjoitusta eteenpäin, mihin reagoit ja siihen, miten annat palautetta. Opettele näkemään oikeasti, älä turvaudu siihen mitä kuuluu jossain harjoituksessa tehdä vaan anna palaute sen perusteella, mitä oikeasti olet nähnyt. Katsominen on vaativaa, mutta palkitsevaa. Ohjaajan on osattava olla läsnä tilanteissa siten, että palaute on tilannelähtöistä ja aidosti vuorovaikutteista.

Anna palautetta tasapuolisesti: yksilöille ja kollektiivisesti kaikille.

Ketään ei saa nolata

Ohjaajan yksi tärkeimmistä tehtävistä on harjoittelijan **itsetunnon kasvattaminen**. Itsetunnon ja motivaation kasvattamiseen voi vaikuttaa hyväksyvän ilmapiirin ja palautteenannon välityksellä.

Miten minä annan palautetta?

Mistä asioista annan palautetta?

Tavoitteena on saada henkilö toistamaan oikein tehdyt harjoitteet ja korvata väärät tekniikat oikeilla

Positiivinen palaute lisää mahdollisuuksia oikeiden suoritustavan löytymiseen, negatiivinen palaute vaikuttaa päinvastaisesti

Muista antaa palaute suoritukseen tai rooliin kohdistuvana, ei persoonaan kohdistuvana.

Miten voin kehittyä palautteen antajana?

Tee suunnitelma, millä tavalla opit tuntemaan itsesi paremmin, ota huomioon seuraavat osa-alueet:

- Omat vahvuudet
- Tunnetaidot
- Oma näkemyksesi ohjaamisesta ja kendosta
- Tarkkaile palautteen antoa
- Anna itsellesi aikaa
- Kokeile vaihtoehtoisia toimintatapoja

Harjoituksissa nähtyä ja koettua pitää **kehittää edelleen**. Mielessä syntyneitä ajatuksia pitää pyrkiä viemään käytäntöön, korjaten havaittuja puutteita tai vahvistaen hyviä puolia. Opi luomaan innostava ilmapiiri, joka on samalla kannustava.

Palautteen antamisen muodot: vertaispalaute ja ohjaajapalaute

Harjoitusten jälkeen pidetään ohjaajien kesken palautekeskustelu, johon myös ryhmän ohjaaja osallistuu (kollektiivinen palaute). Ryhmänohjaaja antaa lisäksi henkilökohtaisen palautteen. Päivän lopuksi palaveri ryhmittäin johon kyu-ryhmät osallistuvat.

Materiaalit:

Peruskurssisuunnitelma: Noora Virtanen

Kendon perusteet ja luentomateriaali: Mikko M. E. Salonen

Leiriohjelma

Ryhmät ja ohjelma:

Lapset vastaava: Heini Inkinen

Sanna Saikkonen, Jenni Pessi, Katja Piipponen ja Kristina Jokinen

Harjoitus I

Teema: Kamae, jalkatyö kehon hallinta, KKTI, peruslyönti

45 min Alkujumppa: leikki tai peli. Kamae, jalkatyö ja suburit **Sanna**

25 min Peruslyöntiharjoitus: hyvä men tobikomilla: kamae, KKTI ja zanshin
Katja

Tauko

25 min Uchikomi-geiko: muokkaa tutusta perusharjoituksesta kendopeli tai kilpailu. **Jenni**

Harjoitus II

Teema: Kirikaeshi

20-30 min Jumppa suburit: sayon-men, do, ashi-sabaki **Kristina**

40 min Kirikaeshin rakentaminen, eri harjotteita **Jenni**

Tauko

20 min Uchikomi-geiko motodachille. Tuo harjoitteeseen mukaan eri elementtejä ryhmän tason mukaan: hiki-waza, nidan-waza tai eri-lyöntietäisyyksiä. Harjoitteita voi olla useampia. (ryhmän muita vetäjiä voi käyttää motodacheina). **Sanna**

Harjoitus III

Teema: eheä perusharjoitus

30 min Jumppa ja suburit parin kanssa **Katja**

25 min Kirikaeshi, peruslyönnit. Tavoitteena mahdollisimman hyvä ja oikea muoto **Kristina**

Tauko

25 min Tekiniikka: debana ja nuki. Harjoitteen voi rakentaa suburimuodossa.
Jenni

10-15 min Tilanteesta riippuen vauhdikas ja hauska loppuhuipennus. mavari-geiko/uchikomi-geiko **Katja**

Boguttomat vastaava: Susanna Porevuo

Tapio Häyrynen, Helene Vanninen, Petri Asikainen, Atte Nousiainen ja Tiina Liipo

Harjoitus I

Teema: Kamae, jalkatyö kehon hallinta, KKTI, peruslyönti

25 min Jumppa, suburit ja ashi-sabaki. Lähtökohtana kamae, oikeat perusliikkeet, eri jalkatyön muodot. **Tiina**

25 min Peruslyönti ja tobikomi harjoitus. **Petri**

Tauko

25 min Peruslyönti sovellus ajoitus/etäisyys. **Atte**

25 min Uchikomi, lyöntisarjan perusteiden opettaminen jatkuvuus, oikea etäisyys, motodachin merkitys, ni-dan-waza (motodachille tai keskenään). **Tapio**

Harjoitus II

Teema: Kirikaeshi

30 min Jumppa suburit: sayon men, do ja ashi-sabaki. **Helene**

30-40 min Kirikaeshin rakentaminen ja eri kirikaeshit **Petri**

Tauko

30 min Hiki-waza ja uchikomi-geiko jossa hiki-wazaa (motodachille tai keskenään). **Tiina**

Harjoitus III

Teema: eheä perusharjoitus

25 min Jumppa ja suburit parin kanssa. Mukaan muutama jumppasuburi. **Petri**

25 min Kirikaeshi, peruslyönnit: hyvä kamae, seme – zanshin sekä kiai ja hengitys. **Helene**

Tauko

25 min Tekniikka: Kuinka vastahyökkäys mahdollisuus rakentuu? Seme, etäisyys ja käytettävät tekniikat. Debanan ja nukin perusteet. **Tapio**

25 min Eri etäisyyksien hallinta uchikomi-geikossa. Opeta lyöntisarja, jossa lähdetään sekä yhden askeleen etäisyydeltä sekä pitkältä etäisyydeltä. **Atte**

Bogulliset alemmat kyut vastaava: Markus Frey

Korhonen Akseli, Satomi Sugimoto, Taro Morimoto, Sami Hyvönen ja David Hammarström

Harjoitus I

Teema: Kamae, jalkatyö kehon hallinta, KKTI, peruslyönti

25 min Jumppa, suburit ja ashi-sabaki. Oikea kamae ja jalkatyö kaiken perustana. **Satomi**

25 min Peruslyönti ja tobikomi-harjoitus. Erityisinä kiintopisteinä oikea jalkatyö ja hyvät perusteet sekä motodachina oleminen. **Akseli**

Tauko

25 min Peruslyönti sovellus ajoitus/etäisyys. **Sami**

25 min Uchikomigeiko, harjoitteissa kiinnitetään huomiota motodachina olemiseen ja yhteispeliin, eri etäisyyksien hallintaan, hyvään kamaehin ennen lyöntiä ja lyönnin jälkeen. **David**

Harjoitus II

Teema: Kirikaeshi

30 min Jumppa suburit: sayon-men ja do sekä ashi-sabaki. **Sami**

30-40 min Kirikaeshin rakentaminen eri kirikaeshit **Taro**

Tauko

30 min Uchikomi-geiko/ mavari-geiko Painopiste jatkuvuuteen: uchikomissa yhtenäinen katkeamaton suoritus ja ji-geikossa hyökkäävä asenne, ei pelailua vaan pyyteetöntä yritystä. **Satomi**

Harjoitus III

Teema: eheä perusharjoitus

25 min Jumppa ja suburit parin kanssa (myös tekniikoita). **David**

25 min Kirikaeshi, peruslyönnit: seme ja tilanteen rakentaminen, mekaanisen rytmin välttäminen, kiai ja hengitys. **Akseli**

Tauko

25 min Tekiniikka (dehana, nuki ja renzoku-waza). **Taro**

25 min Uchikomi-geiko/ mavari-geiko. Lopuksi tehdään tiivis rysäys, johon saatava mukaan elementtejä leirin aikaisemmista harjoituksista. **Sami**

Ylemmät kyut vastaava: Mikko Salonen

Noora Virtanen, Niko Saikkonen, Vesa Hätinen, Henri Korkalainen, Johanna Pitkänen

Harjoitus I

Teema: Kamae, jalkatyö kehon hallinta, KKTI, peruslyönti

25 min Jumppa suburit ja ashi-sabaki. Kehon hallinta: vaativampia suburiharjoitteita ja jalkatyöharjoite, joka tukee oikean tasapainon löytämistä kamaessa. **Johanna**

25 min Peruslyönti ja tobikomi-harjoitus: Oikea kamaen, etäisyyden, kehon hallinnan, jalkojen liikkeiden ja KKTI:n välinen yhteys. Kuinka rakennetaan 1.danin tason lyönti. **Noora**

Tauko

25 min Peruslyönti sovellus ajoitus/etäisyys: mitä on debanan takana? Kuinka lyöntimahdollisuus syntyy, seme, miten tehdään debana men ja kote. **Niko**

25 min uchikomigeiko: jatkuvan lyöntisarjan muodostaminen. Oikeat etäisyydet, kiai/hengitys, motodachina oleminen, nidan-waza/hiki-waza. **Vesa**

Harjoitus II

Teema: Kirikaeshi

30 min jumppa suburit: sayon men, do ja ashisabaki. Kirikaesheia valmistavia harjoitteita. **Henkka**

30-40 min kirikaeshin rakentaminen eri kirikaeshit. Esittele useita eri kirikaesheja erilaisilla jalkatöillä. **Niko**

Tauko

30 min uchikomi-geiko/ mavari-geiko. Oikea asenne: Uchikomissa jatkuvuus ja peräänantamattomuus. Ji-geikossa hyökkäävä asenne. **Johanna**

Harjoitus III

Teema: eheä perusharjoitus

25 min jumppa ja suburit parin kanssa. Hyvä mahdollisuus opettaa tekniikkaa. **Vesa**

25 min kirikaeshi ja peruslyönnit. Mukaan myös tsuki ja sen opettaminen. **Niko**

Tauko

25 min tekniikka (oji-waza: suriage, kaeshi, uchiotoshi-waza). Johdatus vaikeampiin tekniikoihin. **Noora**

25 min uchikomi-geiko/ mavari-geiko Loppurysäys. **Henkka**

RYHMÄTYÖTEHTÄVÄT 8. -10.6.2007

Käykää läpi viikonlopun suunnitelmanne ja hiokaa työnjakoa ja ohjelmaa

1. Listatkaa ryhmässänne viikonlopun tavoitteet

harjoitusten kannalta
harjoittelijoiden kannalta
ohjaajien kannalta

2. Kuinka asettamianne tavoitteita voi arvioida

3. Jokainen ryhmä esittelee tiivistelmän viikonlopun ohjelmastaan

LIITE 4

SUOMEN KENDOSEUROJEN KESKUSLIITTO RY:N**OHJAAJAKOULUTUSTUTKINNOT TASOT I – III****Taso I**

Taso I yhteensä noin 50 h. Suositus: vähintään 16 vuoden ikä, noin vuosi ohjaajakokemusta ja 1.kyu. I-tason suorittaminen edellyttää fyysisen harjoittelun perusteiden, opettaminen ja taidon oppimisen perusteiden sekä kahden kyu-leirin suorittamista. Kyu-leirien yhteydessä tietoiskuja: ravinto, lihahuolto ja antidoping.

Fyysisen harjoittelun perusteet + etätyö 12h

Opettaminen ja taidon oppimisen perusteet + etätyö 12h

Kahden viikonlopun kurssit järjestetään yhdessä muiden lajiliittojen kanssa yhteiskoulutuksena.

Kyu-leiri I.

Leirillä annetaan uudelle ohjaajalle valmiudet perusharjoitusten yksityiskohtaiseen opettamiseen. Keskeisiä painopisteitä ovat peruslyönnit: men, kote, do ja kote-men, kirikaeshi, uchi-komi-geiko ja ji-geiko. Ohjaajaharjoittelijaa opastetaan harjoituksen ohjaamisessa ja palautteen antamisessa. Tavoitteena yksittäisen kendoharjoituksen läpiviemiseen riittävät valmiudet (15 h).

Kyu-leiri II.

Leirillä annetaan seuraohjaajille eväitä harjoitusten pitkäjänteiseen suunnitteluun ja toteuttamiseen. Osa-alueina on kendon koko opetuskenttä: perusharjoitteista – kilpailuihin valmistautumiseen. Ohjaajat saavat valmiuksia opettaa eri kohderyhmiä

(peruskurssi, lasten- ja nuortenryhmät, sekaryhmät, aloittelevat bogulliset ja edistyneet bogulliset) tilanteen edellyttämällä tavalla.

Tavoitteena yhdessä etätehtävän kanssa taata seuraohjaajalle kattavat kendo-ohjaamisen perustaidot (15 h). Hinta 20 €. Kevät 2005 Hämeenlinna.

Kyu-leiri III.

Leirillä opetellaan peruskurssin suunnittelua ja toteutusta. Koulutuksessa käydään peruskurssin osa-alueet aloittamisesta aina graduointiin asti. Tavoitteena on nostaa ohjaajien kykyä opettaa ja suunnitella alkeiskursseja (15 h).

Taso II

Taso II 100 h. Suositus: vähintään 18 vuoden ikä, vähintään kaksi vuotta ohjaajakokemusta ja 2.-3.dan. Edellisen tason opinnot on oltava suoritettu. II-tasolla on suoritettava pakollisina kursseina EA1, opetus- ja vuorovaikutustaidot, graduointikoulutus ja tuomaritoiminnan perusteet.

EA1, tyypilliset kendovammat ja niiden ehkäisy

SPR:n järjestämä ensiapukurssi, jonka yhteydessä urheiluvamma koulutus ja kendon urheiluvammojen tietopaketti (15 h).

Terve kendoka

Terve kendoka-koulutus antaa syventävää tietoa ravinnosta, lihahuollosta, liikkuvuusharjoittelusta ja antidopingtyöstä (15 h).

Lasten ja nuorten ohjaamisen perusteet

Koulutus antaa perustiedot lasten ja nuorten kehitysvaiheista, opetusmenetelmistä, harjoitusten suunnittelusta ja lasten ja nuorten kendo-ohjauksen kasvatuksellisista tavoitteista (20 h).

Opetus- ja vuorovaikutustaidot

Opetus- ja vuorovaikutustaidot -kurssi antaa ohjaajalle valmiuksia avartaa näkemystään opettamisesta tutustumalla eri opetustyyliin ja opetusmenetelmiin.. Koulutuksen perehdytään vuorovaikutus taitoihin: opetellaan kuuntelemaan, katsomaan, keskustelemaan ja antamaan palautetta (15h).

Psyykinen Valmennus

Psyykkisen valmennuksen kurssilla perehdytään vuorovaikutustaitoihin, suoritukseen vaikuttaviin tekijöihin, tavoitteiden asettamiseen, kilpailuihin valmistautumiseen, motivointiin, arviointiin, joukkueena toimimiseen ja psyykkisen valmentamisen erityistekijöihin.

Kendo-kata-seminaari (Kyu-leiri IV)

Kata-koulutuksessa opetellaan tekniikan lisäksi myös kendon historiaa, filosofiaa ja tämän päivän kendoyhteisöä. Kurssi toimii syventävänä katsauksena kendo-katoihin sekä kendotietoutta laajentavana yleissivistävänä kokonaisuutena (15 h).
Hinta 20 €.

Graduointikoulutus (Kyu-leiri V)

Graduointileirillä opetetaan vetäjiä soveltamaan kyu-graduointijärjestelmää perusopetuksen tueksi sekä toimiaan graduointipaneelin jäsenenä. Koulutuksen jälkeen ohjaaja voi toimia omassa seurassa sekä valtakunnallisilla leireillä graduointipaneelin jäsenenä (15 h).

Tuomaritoiminnan ja perusteet

Ohjaajalle luodaan edellytykset toimia tuomareina kansallisentason kilpailuissa. Samalla perehdytään kilpailujen järjestämiseen ja toimitsijakoulutukseen (15 h).

Harjoitusten suunnittelukoulutus

Kyu-leirin yhteyteen liitetty etätehtävä osuus, jota varten laaditaan jollekin tietylle ryhmälle kohdennettu esim. kuukauden harjoitusohjelma, jonka ohjaaja toteuttaa seurassaan. Jokaiselle harjoitusten suunnittelu -koulutuksessa mukanaolevalle etsitään tukihenkilö, joka antaa palautteen etätehtävästä ja käy säännöllisesti antamassa palautetta opetuksesta. Ohjaaja arvioi harjoituksiaan itse pitämässään harjoituspäiväkirjassa. Lisäksi jokaisesta harjoitusviikosta tulisi saada jonkun harjoitukseen osallistuneen kokeneemman kendokan arvio ja palaute (20 h).

Taso III

Taso III 150 h. Suositus: 18 vuoden ikä, vähintään viisi vuotta ohjaajakokemusta ja 4. dan. Edellisen tason opinnot on oltava suoritettu.

Kolmannen tason ohjaajakoulutukseen osallistuvalle nimetään mentori, jonka kanssa laaditaan laaja liitto- tai seuratason projekti, jossa vetäjä vastaa esimerkiksi jonkun tapahtuman: leirin, kilpailun, kurssin tai erityisryhmän opetuksen suunnittelusta, toteutuksesta ja raportoinnista. Myös joukkueen valmentaminen kilpailuihin, seuran perustaminen tai mikä muu tahansa laaja-alainen kendotoimintaa koskeva hanke voi olla mahdollinen näyttötyön aihe.

Kolmannen tason ohjaajakoulutuksessa koulutuspaketit pyritään laatimaan siten, että niissä otetaan huomioon koulutustausta, kendokokemus ja koulutustarve.

Kolmannelle tasolle koulutusta voi rakentaa hyvinkin yksilöllisesti.

Kolmannen tason opintoja voidaan toteuttaa yhdessä urheiluopistojen, ammatillisten oppilaitosten, yliopistojen tai henkilökohtaisten ohjaajien kanssa. Kustakin koulutuskokonaisuudesta on sovittava erikseen koulutusvastaavan kanssa.

Kolmannella tasolla vetäjältä edellytetään aktiivista osallistumista Suomen Kendoseurojen Keskusliiton leireille ja tapahtumiin.

Valinnaisia kursseja

EKF tuomariseminaari 18 h.

ZNKR Kitamoto Japanin Kendoliiton vetäjäkoulutus 50 h.

Muut kansainväliset seminaarit EKF/IKF.

Seuraohjaajakoulutus 16 h, SLU alueet/urheiluopistot

Taitoharjoittelu 30 h urheiluopistot

Valmennuksen tukitoimet 30h, urheiluopistot.

Fyysinen harjoittelu 50 h urheiluopistot

Johtaminen valmennuksessa 30 h, urheiluopistot.

Korvaavuus

Eri kendokoulutukset ja vetäjäkokemus huomioidaan haettaessa liitolta lajikohtaisen koulutuksen korvaavaa hyväksyntää.

Toisten lajiliittojen koulutukset, liikuntatieteelliset opinnot ja tutkinnot, liikunnan ammatilliset opinnot ja tutkinnot, kasvatustieteiden opinnot ja tutkinnot, lääketieteen opinnot ja tutkinnot ja psykologian opinnot ja tutkinnot voivat korvata soveltavin osin ohjaajakoulutuksen kursseja.