

AMMATILLINEN OPETTAJAKORKEAKOULU

Opettajankoulutuksen kehittämishanke

Vammalan Seudun Voiman
harrasteohjaajien osaamisen kehittäminen

Hannu Kaunisto

2008



TAMPEREEN AMMATTIKORKEAKOULU
AMMATILLINEN OPETTAJAKORKEAKOULU

VOIMAKKAASTI TOISTA SATAA OHJATEN

KAUNISTO HANNU:
Liikunnan ohjaamisen kehittäminen urheiluseuroissa
Tampereen ammattikorkeakoulu
Opettajankoulutuksen kehittämishanke
Sivut 14, liitteet 4
Ryhmän opettaja Pekka Kalli
Toukokuu 2008
Asiasanat: urheilu, ohjaaminen, ohjaaja, ohjaustyyli

TIIVISTELMÄ

Kehittämishanketyöni aiheena on urheiluseuran järjestämän liikunta- ja urheilukoulujen ohjaajien taitojen kehittämissuunnitelma. Urheiluseuran laadukkaan toiminnan ylläpitämiseksi on toimintaa kehitettävä jatkuvasti. Seurojen tärkein voimavara on koulutetut ohjaajat, jotka takaavat laadukkaan toiminnan.

Ohjaajina toimii eri-ikäisiä ja eri kokemuksen omaavia henkilöitä. He ovat seuran toiminnassa mukana olevia aktiiveja. Tällä hetkellä tilanne seurassa on se että ohjaajien määrä on laskenut huomattavasti. Tästä johtuen seuran toimintaan on kehitettävä erilaisia uusia menetelmiä jatkaaksemme laadukasta toimintaa myös tulevaisuudessa.

Selvitin ja tutkin eri seurojen toimintaa Satakunnan ja Pirkanmaan alueella. Olin mukana seurojen kehittämispäivillä. Lisäksi osallistuin muutamiin piiritason leireihin. Selvitin myös erilaisia vaihtoehtoja hankkeen rahoittamiseksi. Opetusministeriö oli käynnistänyt 1999 liikunnan kehittämissuunnitelman, jolla tuetaan paikallista seuratoimintaa. Prosessista vastasi Nuori Suomi yhdessä eri lajiliittojen kanssa.

Keskustelimme seuran ohjaajien tilanteesta ja kehittämishankkeesta kokouksissa. Tulimme siihen tulokseen että meidän pitää nopealla aikataululla saada käyntiin hanke jolla, varmistetaan ohjaajien pysyminen seuratoiminnassa. Keskeiseksi asiaksi todettiin se että, meidän tulee seurassa tukea enemmän ohjaajiamme. Tukea tulisimme antamaan erilaisten koulutuksien kautta. Seuran toiminnassa on mukana eri ammattiryhmien edustajia ja päätimme hyödyntää heidän osaamistaan. Tukirahoja käytettäisiin myös heidän kuluihinsa.

Hankkeen tuloksena syntyi ohjaajan tietopaketti jossa on jossa on eritelty asioita, jotka tulee ottaa huomioon ohjaustilanteessa. Yhtenä tuloksena on myös muistilista tärkeistä asioista ohjaustilanteessa. Lisäksi syntyi seuraohjaajan koulutussuunnitelma, jossa on otettu huomioon sellaiset elementit, jotka takaavat turvallisen toiminnan ohjaustilanteessa. Hankkeen tuloksena on myös antaa ohjaajille tietoa erilaisista ohjaamistyyleistä. Jatkohankesuunnitelma on jo tehty ja tarkoitus on kehittää koulutussuunnitelma myös seuran johtamiseen liittyviin asioihin. Tämän jatkohankkeen vetäjänä toimii Ringa Ropo-Junnila.

Sisällysluettelo	
1 JOHDANTO.....	4
2 LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET.....	5
2.1 Hankkeen laatutavoitteet.....	5
2.2 Hankkeen määrätavoitteet.....	5
3 TAUSTATEORIAA.....	6
3.1 Sinettiseura.....	6
3.2 Seuran johto.....	6
3.3 Ohjaaja.....	7
4 OHJAAJAN TIETOPAKETTI.....	7
4.1 Ohjaaja kasvattajana.....	7
4.2 Ohjaajan oma kehittyminen.....	8
5 ERILAISIA OHJAUSTYYLEJÄ.....	8
5.1 Ohjaajakeskeinen ohjaus.....	9
5.2 Komentotyylinen ohjaus.....	9
5.3 Harjoitustyylinen ohjaus.....	9
5.4 Eriytävässä ohjauksessa.....	9
5.5 Lapsikeskeiset ohjaustavat.....	10
5.6 Itsearviointiin perustuva ohjaus.....	10
5.7 Ohjatussa oivaltamisessa.....	10
5.8 Ongelmanratkaisulla.....	11
5.9 Oppilaan yksilöllinen ohjelma.....	11
5.9.1 Yhteistoiminnalliset ohjaustavat.....	11
5.9.2 Pariohjaus.....	12
6 OHJAAMISEN TURVALLISUUS JA SUUNNITELMA.....	12
7 POHDINTAA.....	13
8 LÄHDELUETTELO.....	14
Liite 1, s.12: Ohjaajan koulutus suunnitelma.....	15
Liite 2, s.12 Ohjaajan muistilista.....	16

1 JOHDANTO

Suomessa urheiluseuroissa lasten ja nuorten parissa toimii tällä hetkellä yli 40 000 ohjaaja ja valmentajaa. Osaavista valmentajista ja ohjaajista on huutava pula.

Urheiluseurojen tulisi saada uusia innokkaita mukaan toimintaan ja samalla ylläpitää vanhojen konkareiden motivaatio ja taitotaso. Urheiluseurojen suurin pääoma on osaavat ja innostuneet valmentajat, jotka jaksavat viikosta toiseen pyörittää seuran perustoimintaa ja sen lisäksi suunnitella jopa uutta toimintaa. (Potinkara 2006)

Seuratoiminnan kehittämishankkeen tarkoituksena on laatia suunnitelma joka vahvistaa Vammalan Seudun Voimassa järjestettävien liikuntaleikkikoulujen ja urheilukoulujen kouluttajien osaamista. Tarkoituksena on myös luoda seuralle toimiva koulutussuunnitelma lasten urheiluharrastuksen turvaamiseksi.

Kehittämishanke on suunniteltu siten, että se mahdollisesti auttaa myös muita lähiseudun urheiluseuroja sekä toiminnaltaan samankaltaisia ryhmiä. Suunnitelman tulisi auttaa kouluttajia ja ohjaajia kehittämään urheilu- ja leikkikoulujen suunnittelua sekä toimii myös tiedonlähteenä uusille ohjaajille.

Ohjaajina on useita nuoria joille ryhmien ohjaamistehtävät saattava tuntua vaikeilta ja tilanteet uusilta. Näenkin tärkeänä että näille nuorille saadaan aikaan sellainen toimintamalli ja opas, josta on hyötyä niin ohjaajille kuin ohjattaville.

Kehittämishankkeessa on huomioitu Vammalan Seudun Voiman järjestämän liikuntaleikkikoulun, urheiluleikkikoulun sekä eri valmennusryhmien toiminnasta keskustelujen kautta saatuja palautteita. Tarkoitus olisi myös saada tukimateriaalia vanhempien ikäluokkien ohjaajille, sekä myöhemmin kouluttaa eri ikäluokille osaavia ja innostavia valmentajia. Yksi tarkoitus oli saada vanhoja urheilijoita aktiivisiksi toimijoiksi, sekä seuran näkyvyyden lisääminen alueella.

2 LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET

Vammalan Seudun Voima täyttää tänä vuonna 100 vuotta. Kasvatuksellisesti kehittävä tavoitteellinen toiminta on aina tehty lasten ehdoilla. Seura haluaa pysyä mukana kehityksessä ja tarjota suomalaisten lajien harrastajille ja kilpailijoille edelleen hyvät ja iloiset ohjaajat, sekä harjoitusmahdollisuudet. Tavoitteellisuus sekä suunnitelmallisuuden tulee urheiluseuran toiminnassa lisääntyä tämä hankkeen mukana. Seuratoiminnassa käytettävien menetelmien tulee olla ajanmukaisia. Seuran koulutusvastaavana pidän tärkeänä, että ohjaajilla on mahdollisuus kehittyä tehtävässään. On myös otettava huomioon erityisryhmät ja ohjaajalla on halutessaan oltava saatavilla tukea erilaisten ryhmien ohjaamiseen.

2.1 Hankkeen laatutavoitteet

Hankkeen laatutavoitteena on varmistaa seuratoiminnan ohjaajien ajanmukainen osaaminen. Mahdollistaa seuralle toimiva koulutussuunnitelma lasten yleisurheilun ja hiihdon harrastuksen turvaamiseksi. Tavoitteena oli myös tukea myös tavoitteellista valmentautumista huippu-urheilijaksi, sekä lisätä valmiuksia erityislasten ohjaukseen. Vahvistaa seuran osaamista ja koko seuran valmiutta hakeutua sinettiseuraksi sekä vahvistaa toimivien ohjaajien osaamista.

2.2 Hankkeen määrätavoitteet

Hankkeen määrätavoitteena on kouluttaa kymmenen uutta starttiohjaajaa yleisurheilukouluihin. Kouluttaa kymmenen yleisurheiluohjaajaa. Kouluttaa yksi uusi yleisurheilun nuorisovalmentaja. Kouluttaa uusia hiihtokouluohjaajia sekä hiihdon nuorisovalmentaja. Vahvistaa toimivien ohjaajien osaamista. Suunnitella ja järjestää ohjaajien ensiapukoulutus, ohjaajien esiintymistaitojen sekä ohjaustaitojen kertauskoulutus. Seuralta tulisi myös löytyä henkilö jolla on halua ja kykyjä kehittää erityisen tuen tarpeessa olevien lasten ohjaamista. Yhtenä määrätavoitteena on myös vastuunkantajien lisääminen sekä eri roolien selkeyttäminen seuratoiminnassa.

3 TAUSTATEORIAA

Ohjatesa erilaisia ryhmiä on olennaista, että alkuvaiheessa käsitellään erilaisia yhteisiä tekijöitä ja mahdollisuuksia. Ohjaajan tulee luoda yhdessä ryhmän kanssa yhteiset pelisäännöt. Ohjaajalla on oltava valmiudet kertoa esimerkiksi turvallisuustekijöihin liittyvistä asioista.

3.1 Sinettiseura

Sinettiseurat ovat seuroja, jotka ovat saaneet Nuori Suomi Sinetin tunnustukseksi laadukkaasta nuorisotyöstä. Sinettiseurajärjestelmän tavoitteena on auttaa seuroja kehittämään seuran lasten ja nuorten toimintaa. Sinettiseuroja on tällä hetkellä 470. Sinettiseurat ovat urheilun laatuseuroja, joille ohjaajien ja valmentajien innostuksen ja osaamisen ylläpitäminen on kunniakysymys. Monissa Sinettiseuroissa on jo käytössä hyviä toimintatapoja. Valmentajat ohjataan lajin tai aluejärjestöjen koulutuksiin, on seuran sisäistä koulutusta, materiaalikirjastoja, valmentajakerhoja ja ohjausta. Seuran valmentajahuoltoon on hyvä nimetä oma vastuhenkilö. Vuosisuunnittelu ja toteutus voidaan tehdä isollakin porukalla, esimerkiksi yhdessä koko seuran valmentajien kanssa. Ja on muistettava, että aivan läheltä, vaikkapa lasten vanhemmista, voi löytyä lisää osaamista ja apuja ohjaajahuoltoon. (Potinkara, 2006)

3.2 Seuran johto

Seurajohdon tuki on välttämätöntä, jotta valmentajahuolto onnistuu. Henkisen tuen lisäksi suunnitelman toteuttamiseksi tarvitaan rahaa. Hyvät käytännöt voivat vaihdella, sillä seuroilla on eri toimintaympäristöt ja lajikulttuurit. Toisten seurojen toimintatavoista voi kuitenkin löytyä hyviä ideoita sovellettavaksi omaan toimintaan.

3.3 Ohjaaja

Ohjaaja on hyvin usein lasten esikuva, idoli. Lapset seuraavat tarkasti ohjaajan käyttäytymistä, puhumista sekä pukeutumista. Lapset tekevät johtopäätöksiä ohjaajan ajatus- sekä arvomaailmasta ja he jäljittelevät niin ohjaajansa pukeutumista kuin toimintaakin. Esikuvana oleminen vyöryttää ohjaajan harteille suuren vastuun. Siksi ohjaajan on hyvä tietoisesti pohtia omaa rooliaan ja sitä, millaisena esikuvana hän haluaa lapsille olla. Ohjaaja on aina lasta vanhempi ja siksi hänen tulee myös muistaa oma roolinsa. Ohjaaja on aina ensisijaisesti kasvattaja. Ohjaajan tulee tarvittaessa uskaltaa asettaa rajoja. Sinun on tärkeää toimia itse niin kuin opetat. (Potinkara, 2006)

4 OHJAAJAN TIETOPAKETTI

Ohjaaja suunnittelee, järjestää ja arvioi toimintaa. Hän on yhteydessä lasten vanhempiin ja kantaa ohjaustilanteessa vastuun niin lasten fyysisestä kuin henkisestäkin hyvinvoinnista ja turvallisuudesta. Näistä monista tehtävistä johtuen ohjaajalla on monia erilaisia rooleja. Hän on motivoija, kannustaja, ilmapiirin luoja, kuuntelija, lohdutuksen ja turvan antaja, rajojen asettaja ja toisinaan aikuinen, jota vastaan saa harjoitella pientä kapinointia. Ohjaajana voit olla lapselle ponnahtuslautaan kasvuun ja kehitykseen. (Puolimatka, 1999)

4.1 Ohjaaja kasvattajana

Ohjaajan tulee olla lapselle turvallinen ja luotettava aikuinen. Koska ohjaaja on lapselle esikuva, ohjaajan tulee aina tietyin väliajoin miettiä oman toimintansa ja motiivinsa perusteita. Kun ohjaajalle itselleen ovat selvinneet omat motiivit ja tavoitteet, voi niihin pohdintoihin ja johtopäätöksiin nojautuen miettiä tarkemmin myös omaa roolia. Arvomaailman tunnistamiseen kuuluvat pohdinnat siitä, mitä menestys tai onnistuminen tarkoittaa. Oletko tyytyväinen siihen, että lapsi harjoittelee sinnikkäästi ja oppii jonkun uuden taidon vai oletko tyytyväinen vasta hyvästä kilpailusijoituksesta. Arvomaailma heijastuu tahtomattasi myös yleiseen asennoitumiseen. Ohjaaja, jolle jokainen lapsi on tärkeä omana ainutkertaisena yksilönään, iloitsee ja antaa kannustavaa palautetta yrittämisestä, peräänantamattomuudesta, ystävällisestä käyttäytymisestä, toisten huomioon ottamisesta ja auttamisesta. Kilpailullisuutta korostavan ohjaajan arvomaailmassa

lapsi muuttuu helposti välineeksi. Tällaisilla ohjaajilla on vaarana kohdella lapsia sen mukaan, miten taitavia he ovat tai miten hyvin he menestyvät kilpailuissa. Koska jokainen ohjaaja on ohjattavilleen esikuva, ohjaaja siirtää tiedostamattaan omaa arvomaailmaansa myös lapsiin. Siksi sinun on äärettömän tärkeää tunnistaa oma arvomaailmasi, tiedostaa vastuusi ja toimia kuten kasvattaja. (Puolimatka, 2004)

Ohjaajan tulee huolehtia siitä, että jokainen voi tuntea olonsa ryhmässä turvalliseksi. Ohjaajan tulee kantaa vastuuta ryhmän hyvästä ilmapiiristä ja puuttua heti, jos jonkun käyttäytyminen tai toiminta rikkoo myönteistä ja kannustavaa ilmapiiriä. Sinä asetat lasten käyttäytymiselle rajat ja huolehdi, että ryhmässä säilyy työrauha.

Ohjaaja joutuu toisinaan osoittamaan eettisesti hyvän ja pahan, oikean ja väärän toiminnan rajat. Tällaisilla pohdinnoilla autat lasten eettisen ajattelun kehittymistä. (Puolimatka, 2004)

4.2 Ohjaajan oma kehittyminen

Opiskelu tuo uutta puhtia ohjaajan jaksamiseen omaan vaativaan tehtävään. Syvällisempi perehtyminen esimerkiksi kehityspsykologiaan herättää kiinnostuksen lasten kehitysiän vaikutusten tuntemiseen. Usein lisätieto innostaa kokeilemaan uudenlaisia käytännön ratkaisuja varsinaisessa ohjaustoiminnassa. Lisätieto auttaa myös ymmärtämään lasten käyttäytymistä, oppimisprosessia ja kasvun vaiheita. Opiskelun kautta saat toimintaan syvyyttä. (Numminen, P. & Laakso, L. 2001)

5 ERILAISIA OHJAUSTYYLEJÄ

Opetusministeriö yhdessä Nuori Suomi ry:n kanssa on luonut luokittelun, jolla voidaan erottaa toisistaan erilaisia opetustyyliä. Kuhunkin tilanteeseen sopivimman ohjaustyylin valintaan vaikuttavat ohjattavien lasten ikä, määrä ja aikaisemmat kokemukset. Niiden lisäksi harjoitukselle asetetut tavoitteet, käytettävissä olevat tilat ja välineet vaikuttavat ratkaisevasti, mikä ohjaustyyli on mielekkäin valita. Lapset ovat erilaisia ja siksi taitava ohjaaja vaihtelee tietoisesti erilaisia ohjaustyyliä. Siten annat mahdollisimman monelle lapselle edellytyksiä uuden asian oppimiselle.

5.1 Ohjaajakeskeinen ohjaus

Ohjaajakeskeisiä ohjaustapoja ovat komentotyylinen ohjaaminen, tehtävöohjaus ja eriytyvä ohjaus. Niille on tyypillistä se, että ohjaaja tekee kaikki ratkaisut ja lasten vaikutusmahdollisuudet ovat hyvin vähäiset.

5.2 Komentotyylinen ohjaus

Ohjaaja selittää ja näyttää tehtävän kaikille yhteisesti. Ohjaaja käynnistää toiminnan, jossa kaikki tekevät suoritukset ohjaajan komennossa samaan tahtiin. Ohjaaja tarkkailee, ohjaa ja antaa palautetta. Komentotyyllisessä ohjauksessa palaute on yleensä kaikille yhteistä palautetta. Koska ohjaaminen ja suoritusten rytmittäminen vaativat ohjaajalta paljon huomiota, hänelle ei jää aikaa yksilöllisen palautteen antamiseen. Komentotyylinen ohjaustapa sopii hyvin sellaisiin tilanteisiin, jossa on paljon ohjattavia ja vähän tilaa.

5.3 Harjoitustyylinen ohjaus

Harjoitustyylistä käytetään myös nimeä tehtävöohjaaminen. Harjoitustyyllisessä ohjaaja kertoo ja näyttää ensin tehtävät eri suorituspaikoilla. Sitten jokainen lapsi harjoittelee annettua tehtävää omaan tahtiin ja ohjaaja havainnoi lasten suorituksia. Ohjaajalla on hyvin aikaa antaa sekä yksilöllistä palautetta että yleistä palautetta koko ryhmälle. Tyypillisiä esimerkkejä harjoitustyylistä ovat pelit ja kuntopiirit. Harjoitustyyli on yleisin liikunnan ohjaustilanteissa käytössä oleva ohjaustapa.

5.4 Eriyttävässä ohjauksessa

Ohjaaja selittää ja näyttää valmiiksi suunnittelemansa eritasoiset tehtävät kullakin suorituspaikalla. Ohjaaja tarkkailee toimintaa ja antaa lapselle luvan siirtyä vaikeampaan tehtävään, kun hän arvioi että lapsella on siihen edellytyksiä. Ohjaaja antaa runsaasti yksilöllistä palautetta. Esimerkki eriyttävästä ohjauksesta on mm. pistetyöskentely telinevoimistelussa. Pisteellä työskennellään esim. viisi minuuttia ja

jokaisessa tehtäväpisteessä on vaikeustasoltaan kolme erilaista suoritusvaihtoehtoa. Jokainen aloittaa harjoittelun helpoimmasta vaihtoehdosta ja ohjaajan aloitteesta lapsi voi siirtyä harjoittelemaan vaativampaa suoritusta. Eriyttävässä ohjauksessa ohjaaja antaa runsaasti henkilökohtaista palautetta.

5.5 Lapsikeskeiset ohjaustavat

Lapsikeskeisellä ohjaustavalla tarkoitetaan sitä, että lapsella on paljon mahdollisuuksia vaikuttaa siihen, mitä hän tekee ja miten hän tekee. Lapsikeskeisestä ohjaustavasta käytetään myös nimitystä lapsi- tai oppilasjohtoinen tapa ohjata. Lapsikeskeiset ohjaustavat antavat suuret mahdollisuudet kokeilla erilaisia tapoja suoriutua annetusta tehtävästä ja niissä ei välttämättä ole olemassa yhtä ainutta oikeaa suoritustapaa. Lapsikeskeiset ohjaustavat kannustavat luoviin prosesseihin ja siksi ohjaajan antama palaute on usein maininta innostuksesta ja yrittämisestä tai palaute voi olla myös rohkaisemista erilaisiin ratkaisuihin.

5.6 Itsearviointiin perustuva ohjaus

Perustuvassa ohjaustyyliässä ohjaaja antaa tehtävät eri suorituspaikoille ja selittää suorituksen arviointikriteerit. Lapsi arvioi itsenäisesti omaa suoritustaan suhteessa annettuihin kriteereihin. Ohjaaja kyselee lapselta, miten hän arvioi omaan suoritustaan ja pyytää perustelemaan, mihin seikkoihin perustuen hän arvioi suorituksen siten kuin arvioi.

5.7 Ohjatussa oivaltamisessa

Ohjaaja pyrkii tekemään sellaisia kysymyksiä, jotka ohjaavat lasta oivaltamaan itse esim. jonkin suoritustekniikan. Ohjaajalla itsellään on heti alusta alkaen käsitys siitä, millaista suoritustekniikkaa hän haluaa lasten käyttävän. Ohjaaja havainnoi, tekee kysymyksiä ja antaa vihjeitä toivotunlaisen ratkaisun löytämiseksi. Kysymykset ovat siis palaute lapsen suoritukseen. Esimerkki ohjatun oivaltamisen käytöstä opetustilanteessa: ”Miten voit kuljettaa pallon salin toiseen päähän koskematta siihen käsillä?” Lapsen kokeilevat erilaisia tapoja. ”Aika moni kuljetti palloa jaloin.” ”Kokeillaan seuraavaksi pysyä ihan paikoillaan.” ”Miten saisit potkaistua pallon

maaliin?” Lapset kokeilevat. ”Kokeile, millä jalan osalla saat tehtyä tarkimpia potkuja pieneen maaliin?” Mihin pallon kohtaan kannattaa potkaista, jotta pallo ei potkun jälkeen nouse ilmaan vaan pysyy maassa?” tavoitteena oli siis oppia jalkapallon sisäsyrypotku. (Potinkara, 2006)

5.8 Ongelmanratkaisulla

Ongelmanratkaisulla tarkoitetaan sellaista ohjaustapaa, jossa ohjaaja antaa lapsille ongelman ratkaistavaksi. Esimerkiksi ”Miten voisit liikkua salin päästä päähän koskettamatta lattiaan? Ongelmanratkaisutavassa ei ole yhtä ainutta oikeaa tapaa ratkaista ongelmaa, vaan kaikki ratkaisut ovat yhtä hyviä. Tätä ohjaustapaa on erityisen hyvä käyttää sellaisten lasten kanssa, joilla on vain vähän kokemusta liikunnasta tai jotka ovat taidoiltaan aika heikkoja. Koska tällä tavalla ohjatessa ei ole oikeita ja väriä ratkaisuja, jokainen lapsi voi kokea onnistuvansa. Onnistumisen kokemukset taas vahvistavat lapsen itsetuntoa. Ongelmanratkaisua käyttävä ohjaaja antaa palautetta ongelman selvittämisestä ja ratkaisun omaperäisyydestä – ei taidoista.

5.9 Oppilaan yksilöllinen ohjelma

Oppilaan yksilöllinen ohjelma on ohjaustapa, jota voi käyttää 9–12-vuotiailla lapsilla. Lapset saavat itse päättää mitä, miten ja milloin he harjoittelevat. Lapset voivat myös vastata lopputuloksesta tai -tuotoksesta. Tyypillinen esimerkki tästä ohjaustavasta on mm. ryhmän yhteisen näytösesityksen tekeminen pikkujouluja varten. Ohjaaja antaa aiheen ”pikkujouluesitys” ja sen jälkeen lapset saavat yhdessä suunnitella ja harjoitella esitystä sekä esittää sen sellaisenaan pikkujouluissa.

5.9.1 Yhteistoiminnalliset ohjaustavat

Yhteistoiminnallisilla ohjaustavoilla tarkoitetaan sellaisia työmuotoja, joissa harjoitellaan yhdessä parin kanssa tai lapsi kuuluu yhtenä jäsenenä suurempaan ryhmään. Yhteistoiminnallisissa työtavoissa parilla tai ryhmällä on yhteinen tehtävä ja tehtävästä suoriutuminen vaatii jokaisen osallistujan aktiivista osallistumista ja yhteistyötä.

5.9.2 Pariohjaus

Pariohjaus on ohjaustapa, josta käytetään myös nimitystä vuorovaikutustyyli. Pariohjauksessa ohjaaja antaa tehtävät eri suorituspaikoille ja kertoo, mitä asioita pari tarkkailee ja arvioi kussakin tehtäväpisteessä. Tarkkailun tueksi arviointikriteerit voi olla kirjattuina tehtäväkorteille tai muistilapuille. Esimerkiksi yhden käden yläkautta heitossa: ”Onko vastakkainen jalka edessä?” ja ”Kulkeeko pallon liikerata läheltä korvaa?”. Suoritusasteilla pari havainnoin toisen lapsen suorituksia ja antaa suorituksesta palautetta arviointikriteerien perusteella. Ohjaajan tehtävänä on rohkaista jokaista antamaan toiselle palautetta ja ohjata paria kiinnittämään huomiota suoritusten onnistumisen kannalta oleellisiin tekijöihin. 3–5-vuotiaille lapsille pariohjaus on liian vaativa työmuoto. 6–8-vuotiailla tätä työtapaa voi vähitellen opettaa mutta erityisen hyvin pariohjaus sopii 9–12-vuotiaiden lasten ohjaustavaksi.

6 OHJAAMISEN TURVALLISUUS JA SUUNNITELMA

Seuratoiminnan kehittämishankkeen tarkoituksena oli laatia suunnitelma joka vahvistaa Vammalan Seudun Voimassa järjestettävien liikuntaleikkikoulujen ja urheilukoulujen kouluttajien ja ohjaajien osaamista. Tarkoituksena on myös luoda seuralle toimiva koulutussuunnitelma lasten urheilunharrastuksen turvaamiseksi. Valitsimme kehityspäiviltä sekä leireiltä saatujen tietojemme perusteella yhden meille tällä hetkellä tärkeimmän osa-alueen, joka on turvallisuus.

Liikunnan tulee olla turvallista. Siitä syystä ohjaajan tulee kartoittaa mahdolliset riskit. On otettava selvää lasten mahdollisista sairauksista ja niiden vaikutuksista liikuntatuokioon osallistumiseen. Ohjaajan tulee pyrkiä ennakoimaan mahdolliset vaaratilanteet esim. organisoimalla liikuntatuokio niin, että turhilta törmäystilanteilta vältytään. Mitä pienempiä lapset ovat, sitä tarkemmin ohjaajan tulee tuntea lapsen kehityksikään liittyvät tekijät.

7 POHDINTAA

Kehittämishanketta laadittaessa pyrin siihen että se palvelisi Vammalan Seudun Voiman tarpeita mutta olisi myös käytettävissä seudun muissa vastaavissa toiminnoissa. Tavoitteena on että kaikilla seudun ohjaajilla olisi samanlaiset perustaidot kun ryhtyvät ohjaamaan nuoria tai lapsia. Hankkeen jalkauttaminen on vasta alkuvaiheessa mutta uskon että tämän kaltainen toiminta auttaa nykyisiä ohjaajia sekä uusia ohjaajia.

Hankkeena ja ideana on mielestäni erittäin hyvä mutta vaatisi selvästi enemmän resursseja ja aikaa. Rahaa olisi saatava niin paljon että voitaisiin palkata yksi henkilö suunnittelemaan ja toteuttamaan tämän kaltaisia hankkeita. Urheiluseurat ovat taloudellisesti tiukoilla eikä rahaa kehittämiseen tahdo löytyä. Tästä seuraa väkisinkin laadun heikkenemistä ja aktiivien väheneminen on ilmeistä.

Aluksi tunsin poltetta asian eteenpäin viemiselle mutta voimavarat vähenivät kun ajoitin hankkeen väärälle vuodelle. 100-vuotinen seura järjestää useita tapahtumia seudulla vuoden aikana ja niihin kuluu monien voimia ja aikaa runsaasti. Yhtenä esimerkkinä SM maastajuoksut Vammalassa 17-18.02 2008. Yli 200 aktiivia on erilaisissa tehtävissä siellä.

Uskon että tämän hankkeen tavoitteet tulee täyttymään 2009 mennessä. Meneillään olevan jatkohankkeen kautta saamme palkattua seuraan henkilön, joka hoitaa asiaa täysipäiväisesti ja tällä tavalla saavutamme toimivamman seuran.

8 LÄHDELUETTELO

Potinkara Pekka, 2006. Nuorisuomi

Puolimatka, 2004. Kasvatus, arvot ja tunteet. Helsinki: Tammi.

Numminen, P. & Laakso, L. 2001. Liikunnan opetusprosessin A, B, C.

Liikuntakasvatuksen julkaisu 5. Jyväskylän yliopisto.

Varstala, V. 2003. Liikunnanopettajan toiminta eri työtavoissa.

Heikinaro, P - Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi 2004. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 151-166.

Hakala, L. 1999. Liikunta ja oppiminen. Jyväskylä: PS- Kustannus.

Ohjaajan koulutussuunnitelma
Ohjaajan perusosaaminen

TURVALLINEN OHJAUS

Tavoitteet Ohjaaja saa perustiedot ja -taidot toimia lasten ja nuorten ohjaajana. Turvallisuus ohjaustilanteessa, ohjaaja saa tietoja mitkä asiat vaikuttaa turvallisuuteen. Ohjaajan tulee myös oppia tuntemaan oman seuran pelisäännöt sekä tutustua seuran henkilöstöön.

Sisältö Turvallinen ohjaustuokio

- Perustiedot ja niiden kysyminen
- Lasten vanhemmat ja sisarukset
- Kulkeminen harjoitukseen
- Harjoituksissa oleminen
- Perussairaudet
- Liikuntavammat
- Rasitustilat
- Nopea ensiapu
- Lisäavun pyytäminen
- Seuran lisenssit ja vakuutukset

Kesto 3h

Vastuuhenkilöt Leila Salmi, Teija Simola

OHJAAJAN MUISTILISTA

1. Ota ensin tila ja ryhmä hallintaasi.
2. Selvitä yhdessä vanhempiensa kanssa turvallinen reitti liikuntapaikalle.
3. Tutustu ennakolta liikuntatilaan ja tarkistaa tilan ja alueen turvallisuus.
4. Tarkista ennen liikuntatuokion alkua välineiden ja telineiden turvallisuus.
5. Ennakoi mahdollisia eksymisiä rajaamalla tila ja selvittämällä kaikille, millä alueella liikutaan
6. Opeta lapsille nopea ensiapu 3 K:ta = Kylmä, Koho, Kompressi
7. Selvitä lapselle, miten harjoituksen aikana toimitaan, jos jotain ikävää tapahtuu. Muista retkille lähdettäessä antaa lapsille kännykkänumerosi ja varaa mukaasi ensiapupakkaus. Pitää kaikkien lasten vanhempien puhelinnumerot mukana.
8. Opetä lisäävun pyytäminen: 1) rauhoitu, 2) soita 112, 3) toimi saamiesi ohjeiden mukaan.
9. Varmista, että vakuutukset (tai lisenssit) ovat kaikilla kunnossa.
10. Hymyllä ja iloisella asenteella luot harjoitukselle mukavaa ilmapiiriä ja edistät harjoituksen sujumista.
11. Tarkkaile rauhassa, millainen ryhmä sinulla on. Aloita vasta sitten kun kaikki ovat hiljentyneet kuuntelemaan sinua.