



## PÄÄKAUPUNKI SEUDUN URHEILUAKATEMIA

# TOIMINTASUUNNITELMA 2009

### SISÄLLYS

|  |       |   |
|--|-------|---|
| 1. YLEISTÄ   | ..... | 2 |
| 2. HALLINTO  | ..... | 2 |
| 2.1 Hallintomalli  | ..... |   |
| 2.1.1 Johtoryhmä   | ..... | 2 |
| 2.1.2 Työvaliokunta  | ..... | 2 |
| 2.1.3 Vuosikokous  | ..... | 2 |
| 2.2 Toiminnan koordinointi   | ..... | 3 |
| 2.3 Talous   | ..... | 3 |
| 2.4 Tiedotus   | ..... | 3 |
| 2.4.1 Sisäinen tiedotus  | ..... | 3 |
| 2.4.2 Ulkoinen tiedotus  | ..... | 3 |
| 3. URHEILIJAT  | ..... | 3 |
| 4. VALMENNUS   | ..... | 4 |
| 4.1. Valmennuksen kehityshankkeet                                  | ..... | 4 |
| 5. OPI SKELU   | ..... | 4 |
| 5.1. Opiskelun kehityshankkeet                                     | ..... | 4 |
| 6. TUKIPALVELUT  | ..... | 5 |
| 6.1 Urheilijan työterveyshuolto tukipalveluiden kehityshankkeena . | ..... | 5 |
| 6.2 Urheilijan urapalvelut tukipalveluiden kehityshankkeena .....  | ..... | 5 |
| 7. YHTEISTYÖ   | ..... | 5 |

## **1. YLEISTÄ**

Viime keväänä saatu Olympiakomitean virallinen huippu-urheiluakatemiastatus luo leimansa myös tulevalle toimintavuodelle. Koko toiminnan tavoitteena on lisätä laatua ja vahvistaa urheiluakatemian roolia suomalaisessa huippu-urheilussa ja huipulle tähtäävien nuorten urheilussa. Pääpaino on nykyisten rakenteiden vahvistamisessa. Pyrimme saamaan lisää opetusministeriön erillisrahoitusta, jotta voimme jatkaa koko vuoden nykyisellä hallintomallilla, jossa meillä on toiminnanjohtaja ja kokopäivätoiminen huippu-urheilukoordinaattori.

Huippu-urheilun asemaa yhteiskunnassa halutaan kehittää myönteisempään suuntaan hyvien esimerkkien kautta ja tuoda esille urheilun positiivisia piirteitä ja ilmiöitä. Pääkaupunkiseudun urheiluakatemian piirissä pyritään kannustamaan nuoria kokeilemaan rajojaan urheilijoina turvallisissa olosuhteissa, jossa valmennus, opiskelu ja tukipalvelut ovat kunnossa.

Urhean piirissä tulee olemaan vuoden aikana noin tuhat urheilijaa, joista tason 1 urheilijoita (olympiataso) on noin kuusikymmentä, tason 2 (maajoukkueataso) noin 250 ja tason 3 (haastajataso) noin 700. Urhean piirissä olevissa harjoittelu- ja valmennuskeskuksissa tulee työskentelemään noin 20 päätoimista ammattivalmentajaa. Kaikkiaan ammattivalmentajia Urhean piirissä on useita kymmeniä.

Toimintavuoden tavoitteena on jalkautua enemmän oppilaitosten suuntaan ja lisätä Urhean tunnettavuutta niissä.

## **2. HALLINTO**

### **Hallintomalli**

Urhean toimintamalli on verkosto, jonka ytimen muodostavat toiminnanjohtaja ja huippu-urheilukoordinaattori. He pyrkivät pitämään eri toimijat aktiivisina ja innovatiivisina, niin että verkostomalli toimii hyvin ja kehittyy. Avoimuus eri toimijoiden kesken halutaan säilyttää. Toiminnan suunnittelua terävöitetään ja toimintasuunnitelman pohjalta laaditaan aina toimintakalenteri 2-3 kk:ksi eteenpäin.

### **2.1.1 Johtoryhmä**

Johtoryhmän nykyinen rakenne on ollut toimiva. Johtoryhmässä on edustus toisen ja korkeasteen oppilaitoksilla, lajiliitoilla, kaupungeilla sekä urheilijoilla. Johtoryhmä valitsee keskuudestaan puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan. Toiminnanjohtaja on johtoryhmän esittelijä ja sihteeri. Huippu-urheilukoordinaattori on johtoryhmän jäsen.

### **2.1.2 Työvaliokunta**

Johtoryhmä valitsee keskuudestaan työvaliokunnan. Työvaliokunnan rooli on erittäin tärkeä asioiden valmistelussa, koska johtoryhmä on laaja, ei sinne voi tuoda asioita, joita ei ole ensin työvaliokunnassa käsitelty.

### **2.1.3 Vuosikokous**

Urhean vuosikokous pidetään loka-marraskuussa 2009. Toiminnan kehittyessä ja virallistuessa tilaisuuden merkitys yhteen kokoavana ja linjaavana kokouksena kasvaa. Vuosikokouksessa hyväksytään tulevan vuoden toimintasuunnitelma ja valitaan johtoryhmä. Edellisen vuoden toimintakertomus hyväksytään johtoryhmässä aina tammi-helmikuun kokouksessa.

## **2.2 Toiminnan koordinointi**

Urhean koordinointi tapahtuu Mäkelänrinteen lukiosta. Koordinoinnista vastaa toiminnanjohtaja yhdessä huippu-urheilukoordinaattorin kanssa. Koordinointiin kohdennettua talousresurssia eli Olympiakomitean tukea pyritään kasvattamaan niin, että olemassa oleva toiminta pystytään vakioimaan ja tietyiltä osin toimintaa pystytään myös kehittämään. Jatketaan keskustelua Helsingin kaupungin johdon kanssa taloudellisen tuen saamisesta Urhealle. Tavoitteena on, että toimintavuoden aikana resursointi kasvaisi niin, että se mahdollistaisi 1,5 henkilön palkkaamisen.

## **2.3 Talous**

Koska Urhea on verkosto, sillä ei ole omaa taloudenpitoa, vaan esimerkiksi koordinoinnin lisäresurssi ohjataan Liiketalousopisto Helsinki-Malmin tilille. Muilta osin toiminta tullaan edelleenkin rahoittamaan toimijakohtaisesti. Tavoitteena on sitouttaa paikalliset kaupungit, Helsinki, Espoo ja Vantaa, toimintaan myös taloudellisesti.

## **2.4 Tiedotus**

### **2.4.1 Sisäinen tiedotus**

Sisäinen tiedotus tulee tapahtumaan pääsääntöisesti sähköisesti kotisivujen ja sähköpostitiedotteiden välityksellä. Urheilijoille tullaan lähettämään neljästä viiteen urheilijapostia sähköpostin välityksellä vuodessa. Pyrimme myös kohdennettujen urheilijapostien tekemiseen urheilijoiden tasojen mukaan.

Tavoitteena on tiedottamisen ja kotisivujen kehittäminen sekä sähköisen tiedotuslehden luominen. Pyrimme saamaan HAAGA-HELIA ammattikorkeakoulusta työharjoittelijan kehittämään kyseisiä toimintoja.

### **2.4.2 Ulkoinen tiedotus**

Tiedotusvälineisiin pidetään säännöllisesti yhteyttä. Olympiakomitean tiedottajien kanssa pyrimme tiiviimpään yhteistyöhön, jotta tietoisuus urheiluakatemiaista osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää lisääntyy.

## **3. URHEILIJAT**

Urhea on avoin kaikkien lajien urheilijoille ja se pyrkii olemaan mahdollisimman lähellä urheilijaa, jotta voisi auttaa heitä hyvin yksilöllisten tarpeiden mukaan. Urheilijoiden kokonaismäärä tulee pysymään noin tuhannessa. Urheilijoiden tasoluokituksessa halutaan olla tiukkoja, jotta tason 1 urheilijat, jotka saavat kohdennettua tukea, ovat huippuja. Urhean tavoitteena on tarjota erinomaiset valmentautumis- ja opintomahdollisuudet nimenomaan huippu-urheilijoille. Toisaalta Urhean perustehtäviin kuuluu auttaa ja tukea pitkäjänteisesti laajaa urheilija- joukkoa matkalla kohti kansainvälistä huippua.

## **4. VALMENNUS**

Valmentautumisen päävastuu on lajiliitoilla ja paikallisilla seuroilla. Kaupungeilla ja oppilaitoksilla on merkittävä rooli harjoittelupaikkojen tarjoajana. Urhean rooli valmentautumisolosuhteiden kehittäjänä tulee vahvistumaan. Ammattivalmentajien määrän kasvua, työnrajaamista ja hyvinvointia tuetaan, mikä vahvistaa ammattikunnan identiteettiä ja osaamista. Urhean rooli eri lajien valmennuksen asiantuntijaryhmissä vahvistuu, jota kautta lajiliitot sitoutuvat entistä tiiviimmin urheiluakatemian tavoitteisiin.

### **4.1. Valmennuksen kehityshankkeet**

Tavataan painopistelajien avainhenkilöt (valmentajat ja hallintohenkilöt), kartoitetaan tarpeet ja lähdetään kehittämään toimintoja lajien näkökulmista.

Pyritään saamaan mukaan alueella toimivat nuorten olympiavalmentajat ja heidän lajinsa.

Tarjotaan 1-tason urheilijoille ja heidän taustoilleen mahdollisuus henkilökohtaisiin palavereihin. Erityisesti pyritään lisäämään tietoisuutta mahdollisesti vaikeiden ajankohtien huomioimisessa ja ennakkoinnissa esim. opintojen aloitus voi vaikeuttaa päivittäisvalmennusta ja arvokisoihin valmistautuminen opintojen etenemistä.

Urhean piirissä tapahtuvan valmennuksen kehittäminen kansainvälisiä vaatimuksia vastaavalle tasolle yhdessä lajiliittojen kanssa koskien erityisesti taso 1 ja 2 urheilijoita.

Kansainvälisten suhteiden vahvistaminen, jotta urheilija- ja valmentajavaihto olisi mahdollista.

## **5. OPISKELU**

Päävastuu opetuksen järjestämisestä, opintojen suunnittelusta ja seurannasta on oppilaitoksilla. Oppilaitosten aktiivista roolia tullaan tukemaan muun muassa jakamalla oppilaitosten kesken hyviksi todettuja toimintamalleja. Urheilijoille suunnattuja opiskelun erityistukimuotoja kehitetään edelleen. Lisäksi tehostetaan tiedottamista oppilaitosten runsaasta tarjonnasta ja monimuotoisista toimintatavoista.

Tavoitteena on, että tietoisuus Urheasta ja urheilijoista lisääntyy ja asenteet urheilua kohtaan muuttuvat myönteisemmiksi oppilaitoksissa. Sitä kautta varmasti syntyy uusia vaihtoehtoisia opiskelumenetelmiä urheilijoille oppilaitosten omista lähtökohdista. Oppilaitostapaaminen tullaan järjestämään keväällä ja syksyllä.

### **5.1. Opiskelun kehityshankkeet**

Urhean toimijat kiertävät korkea-asteen oppilaitosten tilaisuuksissa esittelemässä Urheaa. Vierailaan opettajakokouksissa, osallistutaan avoimien ovien päiviin, esittäytyään uusien opiskelijoiden tapahtumissa ja tavataan avainhenkilöitä.

Urheilijan asemaa halutaan vahvistaa korkea-asteella järjestämällä urheilijatapaamisia oppilaitoksen sisällä. Pyritään kehittämään urheilija-tutor toimintaa korkea-asteen oppilaitoksen sisällä ja erityisesti tason 1 urheilijoiden opiskeluiden räätälöinnin tehostamista.

## **6. TUKIPALVELUT**

Urheilijan tukipalvelut ovat tiiviisti linkittyneet Urheaan ja ovat helposti urheilijoiden saatavilla. Kehittämisen painopisteenä tulee olemaan terveydenhuollon ja urapalveluiden kehittäminen. Muiden tukipalveluiden toimintaa ylläpidetään vähintäänkin nykyisellä tasolla. Palvelut ovat pääsääntöisesti maksullisia ja niistä vastaa urheilija tai urheilijan taustaryhmä.

### **6.1 Urheilijan työterveyshuolto tukipalveluiden kehityshankkeena**

Terveydenhuollon palvelut tulevat olemaan tärkeänä kehittämiskohteena toimintavuoden aikana. Tavoitteena on rakentaa urheilijoiden työterveyshuoltojärjestelmä, joka ensi sijassa koskisi tason 1 ja 2 urheilijoita. Tavoitteena olisi luoda omafysioterapeuttijärjestelmä yhdessä Olympiakomitean kanssa sitä tarvitseville. Klinikka 22:ssa jatkuvat ilmaiset lääkärikäynnit kaikille urhealaisille eli yksi ilmainen käynti per uusi vamma. Vammojen ennalta ehkäisyyn tullaan kiinnittämään entistä enemmän huomiota mm. kehittämällä lääkärintarkastuspalveluita.

### **6.2 Urheilijan urapalvelut tukipalveluiden kehityshankkeena**

Urheilijan urapalvelut ”Mitä on olla huippu-urheilija Suomessa”. Siihen liittyvät urasuunnittelu, ajankäyttö, kokonaisuuden hallinta sekä uran dokumentointi cv:ksi, jotta arvostus määrätietoista ja pitkäjänteistä harjoittelua ja kansainvälistä kilpailua kohtaan kasvaisi ajatellen tulevaisuuden työmarkkinoita.

## **7. YHTEISTYÖ**

Yhteistyö on Urhean yksi keskeisimmistä toimintaperiaatteista. Aktiivinen ja hyvin toimiva verkosto tulee tarjoamaan toimijoilleen entistä enemmän mahdollisuuksia. Yhteistyön kautta niin toiminnan määrä kuin laatuakin kasvavat.

Verkoston ulkopuolella tärkeimmät yhteistyötahot tulevat olemaan Olympiakomitea, Suomen Valmentajat sekä muut kotimaiset urheiluakatemit ja urheiluoppilaitokset. Pitkän aikavälin kehittämistyössä merkittävänä yhteistyötahoina ovat huomioitava Opetusministeriö sekä Helsingin, Espoon ja Vantaan kaupunkien johto.