



# Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia Toimintasuunnitelma 2009

Tiivistelmä

## Valmennus

- Painopistelajeissa lajien avainhenkilöiden tapaaminen (valmentajat ja hallintohenkilöt)
  - tiedotus, tarpeiden kartoittaminen, yhteiset toimenpiteet esim. lajien välisen yhteistyön kehittäminen (esimerkiksi valmennuksen tukitoimet, toiminnan analysointi)
- Alueella toimivien nuorten olympiavalmentajien + lajien saaminen mukaan
- Tarjotaan 1-tason urheilijoille ja heidän taustoilleen mahdollisuus henkilökohtaisiin palavereihin
  - tarvittaessa yhteispalaveriin urheilija, valmentaja, oppilaitos, Urhean edustaja (erityisesti opintojen aloitus tai muu haastava aika esim. arvokisoihin valmistautuminen)
- Yhdessä lajien kanssa tason 1 ja 2 urheilijoiden valmennuksen kehittäminen (laatu+määrä vs. kv-vaatimukset)
- Kansainvälisten suhteiden vahvistaminen
  - mahdollisuus urheilija- / valmentajavaihtoon

## Tukipalvelut

- Terveydenhuollon palvelut
  - urheilijoiden työterveyshuollon tehostaminen, erit. tasot 1 ja 2
  - ennaltaehkäisevä terveydenhuolto; lääkärintarkastukset
  - on line -lääkäripalvelut jatkuvat
  - fysioterapiapalveluiden tehostaminen
  - hierontapalveluiden koordinointi
- Urheilijan talousasiat
- Urheilijan urapalvelut ”Mitä olla huippu-urheilija Suomessa”
  - urasuunnittelu, ajankäyttö, kokonaisuuden hallinta
  - nostaminen omaksi tukipalveluksi
- Muiden tukipalveluiden ylläpitäminen
  - asuminen, ADT, psyykinen valmennus, ravintovalmennus

## Opiskelu

- Tiedottaminen oppilaitoksissa
  - korkea-asteen ”road show” – Urhea jalkaantuu
    - esittäytyminen avainhenkilöille esim. opettajakokoukset
    - osallistuminen korkea-asteen avoimiin oviin
    - osallistuminen uusien opiskelijoiden tilaisuuteen
- Urheilijan aseman selkiyttäminen (identiteetti) korkea-asteella
  - urheilijan tietoisuus mistä avun löytää (”uskallus haastaa järjestelmä”)
  - urheilijoiden oma verkosto oppilaitoksen sisällä – urheilija tutor
  - urheilijatapaamiset oppilaitoksissa (kokeilu syksy 08)
  - urheilijoiden tunnistaminen oppilaitoksessa – erityisesti tason 1 urheilijoiden räätälöinnin tehostaminen
- Oppilaitostapaaminen maaliskuuhuhtikuu ja loka-marraskuu
  - hyvien käytänteiden jakaminen esim. urapalvelut
  - yhteisöllisyys
- Perusajatus: kun tietoisuus lisääntyy ja asenteet tulevat myönteisimmiksi, kehittyvät myös vaihtoehtoiset opiskelumenetelmät oppilaitosten omista lähtökohdista

## Hallinto

- Pyritään kasvattamaan OK:n tukea, mikä mahdollistaisi 1,5 henkilön palkkauksen
- Johtoryhmä kokoontuu 5-6 x vsi – työvaliokunta valmistelea asiat kokouksiin
- Toiminnassa keskitytään laatuajatteluun
  - uusien toimijoiden kohdalla harkintaa
- Toiminnan suunnittelua terävöitetään
  - toimintasuunnitelman 2009 pohjalta toimintakalenteri 2-3 kk:ksi eteenpäin
  - pitkän aikavälin tavoitteet
    - Tunnistetaan ja määritetään konkreettiset tavoitteet seuraavalle 2-3 vuodelle
  - visio 2016
- Toiminnan dokumentointia kehitetään
  - tunnuslukujen seuranta – tuloksellisuuden arviointi
  - palautteen kerääminen urheilijoilta ja toimijoilta
  - toimintakertomus ja sen muoto
- Tiedottamisen kehittäminen
  - yleisilme viestimään yhä ammattimaisemmasta toiminnasta (logo, kotisivut, värit, esityspohjat)
  - sähköinen tiedotuslehti toimijoille ja urheilijoille
  - säännölliset mediatiedotteet
  - toimijoiden tapaamiset (kts. kohdat valmentautuminen ja opiskelu)
  - tiedottamisen vastuualueista sopiminen – miten ja missä eri toimijat tiedottavat
  - yleistiedottaminen + kohdennettu tiedotus
- Yhteistyö sidosryhmien kanssa
  - OK, OPM, ADT, Suomen Valmentajat, Suomen Ammattivalmentajat
  - Helsingin, Espoon ja Vantaan kaupunkien johdon tiedottaminen ja mukaan saaminen entistä aktiivisemmin
  - Kauniaisten mukaan ottaminen
- Toimijoiden luottamuksen, motivaation ja sitoutumisen lisääminen
  - Avoimuus – Urhea on kaikkia toimijoita varten