

KILPAURHEILU JA VALKEALAN YHTENÄISKOULUN LUOKAT 7-9

Lukuvuonna 2024 - 2025 koulumme 7-9-luokkalaisilla kilpaurheilua harrastavilla oppilailla on mahdollisuus peruskuntoharjoitteluun lajiharjoitteluun urheiluakatemian kautta.

Tavoitteena on mahdollistaa yksi harjoituskerta lisää harjoittelussa osittain koulutyöhön sovittaen. Harjoitusryhmään osallistuminen edellyttää koulutyöhön liittyvien asioiden oma-aloitteista hoitamista.

Harjoituksiin osallistumisen periaatteet

Osallistumismahdollisuuden harjoitusryhmiin päättää koulun rehtori seuraavien kriteerien perusteella:

1. paras urheilusaavutus
2. kaikkien aineiden keskiarvo, koulumenestys
3. joustava valinta erityisperustein

Oppilas sitoutuu itsenäisesti huolehtimaan tehtävistä ja opiskelemaan uudet asiat, joita on käsitelty harjoituksen aikana luokan oppitunnilla. Toisilla oppilailla harjoituksen aikana on kaksi oppituntia klo 8-10, toisilla yksi klo 9-10 riippuen koulun alkamisajasta. Oppilaan oikeus osallistua harjoituksiin peruutetaan rehtorin ratkaisulla mikäli koulutehtäviä ei hoideta.

Harjoitusryhmään ei ole mahdollista osallistua

1. harjoitusryhmän aikaan lukujärjestyksessä on oppiainetta, jonka arvosana on 6 tai sen alle
2. lukujärjestyksessä on oppiaine, jota on vain 1 tunti viikossa

Oppilas ei voi osallistua harjoitukseen ja oppitunneille satunnaisesti jompaan kumpaan. Poikkeuksena on loukkaantuminen tai koe oppiaineessa harjoituksen aikana.

Urheiluakatemia lajiharjoitusryhmiin osallistumismahdollisuuden ratkaisee rehtori oppilaskohtaisesti em. perusteiden mukaisesti.

Kuvaus harjoituksista

1. **Esiakatemia peruskuntoharjoitus + lihashuolto on Valkealan yhtenäiskoulun toteuttamana.** Harjoitus sopii kaikkiin urheilulajeihin. Harjoitus alustavasti ke 8-10. Eri jaksossa harjoitusaamu voi vaihtua. Opettajalle ilmoitetaan suoraan hänen ilmoittamallaan tavalla, mikäli oppilas on sairas tai muun syyn takia estynyt osallistumasta harjoitukseen. Harjoitus toteutetaan viikottain vuodenaikaan soveltuvalla tavalla. Peruskuntoharjoituksessa tehdään myös motorikkaa ja kehonkoordinaatiota kehittäviä harjoituksia. (PERUSTETAAN KIINNOTUKSEN MUKAAN JOS ILMOITTAUTUNEITA VIISI LV. 2024-2025)
2. **Esiakatemia lajiharjoitus Kouvola alueella yhtenä kouluaamuna.** Osallistumismahdollisuus ratkaistaan oppilaskohtaisesti. Urheiluakatemia ei ole koulun toteuttamaa. Oppilas vastaa itse liikkumisista kotoa harjoituksiin ja sieltä kouluun. Oppilaan tulee olla itse selvillä urheiluakatemia tarjonnasta ja hänen tulee itse seuransa/urheiluakatemia kautta saada harjoituspaikka ryhmään. **Urheiluakatemia harjoitukseen osallistuminen ei ole koulun järjestämää**

opetusta, joten koulun vakuutukset eivät kata liikkumista eikä harjoitusta. Oppilaalla tulee olla oma tapaturmavakuutus tai lajilisenssi. Huoltaja vastaa kuljetuksista kotoa harjoituksiin ja kouluun.

- ~~3. Esiakatemiaan jääkiekon lajiharjoitusryhmä keskiviikkoisin. Jääkiekon pelaajille tarkoitettu harjoitus. Osallistumisperiaatteet kohdan 2 ja 3 mukaisesti. Osallistujilla tulee olla lajilisenssiin kuuluva tapaturmavakuutus. Harjoitus ei ole koulun toteuttamaa. Huoltaja vastaa kuljetuksista kotoa harjoituksiin. (EI 2024-2025 VALKEALASSA)~~

Lisätietoja Valkealan yläkoulusta antaa allekirjoittanut Wilman tai sähköpostin pauli.polonen@kouvola.fi kautta. Lisätietoja Urheiluakatemiaan johtaja Timo Pahkala puhelin puh 040-3542530 tai timo.pahkala@kymli.net. Ja lisäksi netistä www.kouvolanurheiluakatemia.fi . Jääkiekon lajiharjoituksia vetää Harri Setälä

9.8.2024

terveisin Pauli Pölönen, rehtori