
KILPAURHEILU JA VALKEALAN YHTENÄISKOULUN LUOKAT 7-9

Lukuvuonna 2022 - 2023 koulumme 7-9-luokkalaisilla kilpaurheilua harrastavilla oppilailla on mahdollisuus peruskuntoharjoitteluun koulun toteuttamana tai lajiharjoitteluun urheiluakatemiaa kautta.

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

Info oppilaille KE 24.8. klo 10.00 AUDITORIASSA. Kuulutetaan koululla.

Lomakkeet tulee palauttaa kansliaan viimeistään perjantaina 26.8.2022 klo 10.15
Valinnat tehdään ma 29.8.2022. Tiedotus tämän jälkeen keskusradiossa.

Harjoitukseen osallistumisen periaatteet

Osallistumismahdollisuuden harjoitusryhmiin päättää koulun rehtori seuraavien kriteerien perusteella:

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

Valkealan yläkoulun esiakatemiaa harjoitusryhmä keskiviikosta alkaen

31.8.2022 klo 8.15-10.00 voi osallistua yhteensä enintään 24 koulumme 7-9-luokkien oppilasta. Harjoitusryhmään pääsee huoltajan allekirjoittaman lomakkeen ja oppilaan sitoutumisen perusteella.

Jääkiekon harjoitusryhmä 31.8.2022 alkaen Valkealan jäähallilla ja sen ympäristössä keskiviikkoisin klo 7.45 - 9.30 jääkiekkovalmentajan ohjeiden mukaisesti

Kaikissa harjoitusryhmissä 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 harjoitukseen 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 peruskuntoharjoitukseen ja oppitunneille satunnaisesti jompaan kumpaan. Poikkeuksena on loukkaantuminen tai koe oppiaineessa harjoituksen aikana.

Urheiluakatemiaa lajiharjoitusryhmiin osallistumismahdollisuuden ratkaisee rehtori oppilaskohtaisesti em. perusteiden mukaisesti.

Yhteyshenkilönä Valkealan yläkoulussa harjoitusten, kodin ja koulun opettajien välillä on esiakatemian ohjaajana toimivat liikunnanopettajat.

Kuvaus harjoituksista

- 1. Esiakatemian peruskuntoharjoitus + lihashuolto on Valkealan yläkoulun toteuttamana.** Harjoitus sopii kaikkiin urheilulajeihin. Sen vetäjänä toimivat liikunnanopettajat Riina Liski 1 ja 3. jaksoissa sekä Soila Kouvonon-Olkku 2 ja 4. jaksoissa. Oettajalle 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 motoriikkaa ja kehonkoordinaatiota kehittäviä harjoituksia.
- 2. Esiakatemian lajiharjoitus Kouvolan alueella yhtenä kouluuamuna.** Osallistumismahdollisuus ratkaistaan oppilaskohtaisesti. Urheiluakatemia ei ole koulun toteuttamaa. Oppilas vastaa itse liikkumisista kotoa harjoituksiin ja sieltä kouluun. Oppilaan tulee olla itse selvillä urheiluakatemian tarjonnasta ja hänen tulee itse seuransa/urheiluakatemian kautta saada harjoituspaikka ryhmään. **Urheiluakatemian harjoitukseen osallistuminen ei ole koulun järjestämää opetusta, joten koulun vakuutukset eivät kata liikkumista eikä harjoitusta. Oppilaalla tulee olla oma tapaturmavakuutus tai lajilisenssi.**
- 3. Esiakatemian 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 harjoitukseen.**

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

terveisin Pauli Pölönen, rehtori