



Kaksoisura uimarin tukena

14.1.2021

Juha Dahlström

Tuuli Merikoski



Suomen
URHEILUAKATEMIAT

Urheilijan kaksoisura

+ URHEILIJANA KEHITYMINEN

+ URHEILUTULOKSEN TEKEMINEN

+ HALLITTU URASIIRTYMÄ

KASVA URHEILIJAKSI

KEHITY HUIPPU-URHEILIJAKSI

MENESTY HUIPPU-URHEILIJANA

VALINTAVAIHE

HUIPPUVAIHE

Yläkoulu

- + Urheiluyläkoulut
- + Liikuntapainotteiset koulut
- + Liikuntalähikoulut
- + Yläkoululeiritys

Toinen aste

- + Urheiluoppilaitokset
- + Muut toisen asteen oppilaitokset
- + Puolustusvoimien urheilukoulu

Huippuvaihe

- + Urheilu ensimmäisenä ammattina
- + Urheilun ja opiskelun yhdistäminen
- + Urheilun ja muun työn yhdistäminen

Uransiirtymä

- + Tuki urheilu-uran päättyessä
- + Uraohjaus
- + Vertaistuki

Lajiliitot ja seurat



Urheilijan kaksoisura Mäkelänrinteen lukiossa

- Opinto-ohjaus, opettajat
- Valmennusoppi
- Kehity huippu-urheilijaksi –kirja
- Psyykinen valmennus
- Valmiudet valita omaa urheilu-uraa parhaiten tukeva kaksoisuramalli lukion jälkeen

Urheilijan kaksoisuramallit huippuvaiheessa

- Urheilu ensimmäisenä "ammattina"/työnä: Urheilijat pystyvät urheilemaan "ammattilaisina" ja osaamisen kehittyminen on osa ammatissa kehittymistä. Ammattilaisuus voi sisältää myös opiskelua.
 - Opiskelu tukee urheilijana kehittymistä ja mahdollistaa paremman urheilutuloksen.
 - OVK:lla ja lajilla on yrityskumppaneita, joissa urheilijat voivat tehdä osa-aikatöitä tai muutoin tutustua erilaisiin ammatteihin, työtehtäviin (job shadowing)
- + Urhean ja Olympiakomitean asiantuntijat ovat urheilijan tukena urasiirtymässä.



Eri tapoja tehdä kaksoisuraa opiskellen
urheilulukion jälkeen:

- Tutkinto-opiskelu henkilökohtaisen opiskelusuunnitelman mukaan
- Opiskelu avoimessa yliopistossa/AMK:ssa
- "Välivaiheen" opiskelu (2.asteen amm. tutkinnot, esim. Perho LTO/Kisakallio Urhea-LPT)
- Muu opiskelu/itsensä kehittäminen

