



Urheiluakatemia- ja
valmennuskeskustoiminnan
ohjeisto

Urheiluakatemia- ja valmennuskeskustoiminnan ohjeisto

Sisällys

Ohjeiston käyttötarkoitus.....	3
Suomalaisen urheilun arvot.....	3
Urheiluakatemia- ja valmennuskeskustoiminnan tavoite	4
Kaksoisura.....	4
Yläkoulu	5
Toinen aste	6
Huippuvaihe.....	9
Urasiirtymät.....	10
Urheilijat	11
Lajit	12
Valmennus	13
Suomalainen valmennusosaamisen malli	13
Valmennuksen tavoitteet urheiluakatemiatöinnässä	14
Valmennusosaamisen kehittyminen	15
Asiantuntijatoiminta.....	15
Viestintä.....	19
Olosuhteet.....	20
Antidopingtyö	21
Rakenne, roolit ja kriteerit.....	22
Kasvattajaurheiluakatemia	23
Alueellinen urheiluakatemia	23
Valtakunnallinen urheiluakatemia	23
Kaikkia toimijoita koskevat peruskriteerit.....	23
Johtaminen	28
Rahoitus.....	29
Terminologia.....	29
Historia	30
Valmennuskeskusten erilliset kriteerit.....	31
Paikalliset lisäykset tarvittaessa	31

Ohjeiston käyttötarkoitus

Ohjeiston käyttötarkoitus on ohjata urheiluakatemia- ja valmennuskeskustoiminnan yhteistä suuntaa kohti urheilijoiden ja valmentajien kehittymistä, parempaa urheilumenestystä sekä urheilijoiden suunnitelmallista kaksoisuraa. Ohjeiston tavoitteena on myös ohjata lajeja kiinnittämään omaa toimintaansa urheiluakatemiaoihin ja valmennuskeskuksiin tavoitteena toimiva kansainvälisen vertailun kestävä huippu-urheilujärjestelmä.

Urheiluakatemiaohjelma sitoo yhteen paikallista, alueellista ja valtakunnallista toimintaa toteuttavat urheiluakatemit ja valmennuskeskukset. Ohjeisto kuvaa tavoitteita ja toimenpiteitä sekä valtakunnallisella että paikallisella tasolla. Ohjeisto määrittelee keskeisiä tehtäviä, mutta verkoston moniulotteisuudesta johtuen ohjeisto ei kaikilta osin ota kantaa siihen kenen vastuulla tehtävistä huolehtiminen on. Ohjeisto on tarkoitettu käytettäväksi kaikille urheiluakatemiaohjelman verkostossa oleville toimijoille.

Suomalaisen urheilun arvot

Yhdessä – rohkeasti

Teemme tuloksemme aina yhdessä muiden kanssa. Tehtävämme on saada eri tahot tekemään töitä strategisten tavoitteiden suunnassa.

Olemme rohkeita kokeilemaan uutta, ottamaan esille myös vaikeat asiat, haastamaan itsemme ja muut tekemään myös niitä asioita, joita emme vielä osaa.

Uskallamme ottaa isoja haasteita ja epäonnistumiset ovat meille parhaita oppimisen paikkoja.

Ilolla – ei otsa rypyssä

Hyviin tuloksiin päästään positiivisessa ilmapiirissä. Haluamme ja osaamme luoda positiivisen ilmapiirin.

Toimimme ratkaisukeskeisesti emmekä jää murehtimaan asioita, joihin emme voi vaikuttaa.

Kunnioittavasti – yksilöllisesti ja yhdenvertaisesti

Erilaisuus on meille rikkaus omassa työyhteisössä, verkostoissa sekä liikkujissa ja urheilijoissa. Arvostamme jokaisen osaamista ja erilaisia näkökulmia. Erilaisuus parantaa kykyämme oppia ja kehittyä. Kohtelemme kaikkia yksilöllisesti ja yhdenvertaisesti. Tämä on erityisen tärkeää tehdessämme työhömme kuuluvia valintoja ihmisten välillä (esim. joukkueiden valinnat ja rekrytoinnit) tai tehdessämme resurssipäätöksiä.

Jokaisella on yhdenvertainen oikeus saada yhteisiin johtamisen periaatteisiin perustuvaa esimiestyötä.

Vastuullisesti – ei hinnalla millä hyvänsä

Jokainen työntekijä on sitoutunut toimimaan eettisten periaatteidemme mukaisesti ja näiden periaatteiden jatkuvaan kehittämiseen.

Erinomaisesti – kunnianhimoisesti ja vaikuttavasti

Pyrimme kaikessa tekemisessä erinomaisuuteen. Erinomaiset työprosessit mahdollistavat erinomaiset lopputulokset.

Urheiluakatemia- ja valmennuskeskustoiminnan tavoite

Varmistamme, että urheilijoilla on kansainvälisen vertailun kestävä päivittäisvalmennus ja toimintaympäristö. Lahjakkaat nuoret voivat saavuttaa oman potentiaalinsa urheilussa. Kansainvälisesti menestyviä urheilijoita ja joukkueita on enemmän. Toimimme eettisesti kestävästi. Koulutus ja siviiliuraan valmistautuminen hoidetaan vastuullisesti ja suunnitelmallisesti.

Suomen Olympiakomitean strategisena valintana on yhdessä urheilun muiden toimijoiden kanssa kasvattaa suomalaisen huippu-urheilun kansainvälistä menestystä, osaamista ja arvostusta vastuullisesti ja eettisesti kestävällä tavalla. Lähtökohtana on urheilijalähtöinen toimintatapa, jossa kaikki toimenpiteet ja ratkaisut johdetaan urheilijan ja joukkueen valmentautumisen tarpeista. Vahvistamme myös parhaat parhaiden kanssa -toimintaperiaatetta, jossa parhaat urheilijat harjoittelevat yhdessä jatkuvan kehittymisen periaatteella, parhaassa mahdollisessa valmennuksessa ja parhaissa olosuhteissa. Olympiakomitean Huippu-urheiluyksikkö johtaa huippu-urheiluverkostoa ja vastaa yhdessä lajiliittojen ja verkoston kanssa pitkän aikavälin huippu-urheilumenestyksestä. Lajiliitot vastaavat oman lajinsa kilpailutoiminnasta, huippu-urheilutoiminnan ja valmennuksen kehittämisestä sekä lajin kansainvälisestä tuloksenteosta.

Kaksoisura

Kaksoisura on suomalaisen urheilun arvovalinta.

Suomalaiseen urheiluun kuuluu vahvana pyrkimys siihen, että urheilija pystyy yhdistämään tasapainoisesti arjessaan tavoitteellisen urheilun sekä opiskelu- tai muun työuransa. Tätä ajattelutapaa kutsutaan kaksoisuraksi. Suomalainen kaksoisura alkaa yläkouluvaiheesta ja jatkuu aina huippu-urheilu-uran päättymisen jälkeiseen urasiirtymään.



Yläkoulu

Kaksoisuran tekemisen tulee tukea urheilijana kehittymistä

Yläkoulun aikana kaksoisuralla tarkoitetaan sitä, että nuori pystyy mahdollisimman tasapainoisesti yhdistämään koulunkäynnin, tavoitteellisen urheilemisen ja muun vapaa-ajan omassa arjessaan. Nuorelle syntyvät hyvät valmiudet ja edellytykset urheilijan uralle sekä toisen asteen opintoihin.

Urheiluakatemiaohjelman yläkoulutoiminnan koulu- ja leiritysmallien tavoitteena on edistää urheilevan oppilaan kasvua tavoitteelliseksi urheilijaksi, kehittää taitoja ja osaamista eri osa-alueilla sekä tukea nuorta urheilun ja koulunkäynnin yhdistämisessä. Urheiluakatemioiden on kattavasti ympäri Suomen kiinnittyneenä useita urheiluyläkouluja sekä laaja alueellinen liikuntapainotteisten ja liikuntalähikoulujen verkosto. Urheiluopistot vastaavat valtakunnallisten yläkoululeiritysten järjestämisestä. Yläkoulutoiminta on kiinteä osa usean lajin valmennusjärjestelmää ja urheilijan polkua.

Yläkoulutoimintaa ohjaa yhteinen Yläkoulutoiminnan termistö ja ohjeisto: [Urheiluyläkoulutoiminnan termistö ja ohjeisto \(15.6.2015, päivitetty 16.4.2019\)](#)



Urheiluakatemioiden yläkoulut

Koulut yhteistyössä seurojen, lajiliitojen ja urheiluakatemioiden kanssa

Urheiluyläkoulu

- Koulutuksenjärjestäjän painotuskoulu
 - Urheiluluokka, liikuntaa ja urheilua koulupäivään liitettyä 10h/vko ->
- Täyttää kansalliset urheiluyläkoulukriteerit
- Mahdollisesti koulussa lisäksi liikuntaluokka

Liikuntapainotteinen koulu

- Koulutuksenjärjestäjän painotuskoulu
 - Liikuntaluokka, liikuntaa ja urheilua koulupäivään liitettyä 6h/vko ->

Urheiluopistot, lajiliitot ja urheiluakatemit yhteistyössä koulujen kanssa

Liikuntalähikoulu

- Oppilaat omalta oppilaaksiottoalueelta
- Liikuntaa ja urheilua koulupäivään liitettyä 6h/vko ->

Yläkoululeiritys

- Urheiluakatemia leiritysmalli
- Lajiliitto, urheiluopisto ja urheiluakatemia toteuttavat yhteistyössä
- 7.-9. luokat, 4-6 leiriä / lukuvuosi

Urheiluakatemiaverkostoon kuuluva urheiluyläkoulu, liikuntapainotteinen tai liikuntalähikoulu tukee urheilijan kasvua mahdollistamalla urheilijalle toimivan valmentautumisen koulupäivän yhteydessä kotien, urheiluseurojen, lajiliittojen ja urheiluakatemia kanssa yhteistyössä. Yläkoululeirimallissa urheiluopisto, lajiliitto ja urheiluakatemia tarjoavat urheilijoille kolmivuotisen leirityskokonaisuuden.

Urheiluakatemiaohjelman yläkoulutoiminnan tavoitteena on valtakunnallisen yläkouluverkoston laajeneminen. Seurojen, koulun ja urheiluakatemia suunnitelmallisella yhteistyöllä mahdollistetaan yli 20 h viikoittainen liikunnan, harjoittelun ja urheilun kokonaismäärä. Tavoitteena on, että valtakunnallisessa urheiluyläkouluverkostossa noin 50 urheiluyläkoulua mahdollistaa vähintään 10 h liikuntaa ja harjoittelua kouluviikon yhteydessä urheiluseurojen ja -akatemia kanssa tiiviissä yhteistyössä. Jokaisessa urheiluakatemiaympäristössä on vähintään yksi urheiluyläkoulu.

Yhteiset urheilijaksi kasvamisen ja lajivalmennuksen linjaukset ja sisällöt ohjaavat toimintaa ja sen laatua. Yläkoulutoiminta on osa lajien valmennusjärjestelmiä. Nuorelle syntyvät hyvät valmiudet ja edellytykset urheilijan uralle sekä toisen asteen opintoihin ja hän saa ohjausta ja tukea valintojensa tekemiseen. Sujuvalla koti-koulu-seura -yhteistyöllä varmistetaan nuoren hyvä arki.

Tavoitteet	Toimenpiteet
Urheiluakatemiaan yläkoulut ovat osa valtakunnallista yläkouluverkostoa ja alueellinen yläkouluverkosto laajenee. Urheiluakatemiaan urheiluyläkoulut mahdollistavat vähintään 10 h liikuntaa ja harjoittelua kouluviikon yhteydessä urheiluseurojen kanssa tiiviissä yhteistyössä. Urheiluyläkouluja on jokaisessa urheiluakatemaiympäristössä. Urheiluakatemioiden verkostokouluissa ja yläkoululeirityksessä yhteiset urheilijaksi kasvamisen sekä lajivalmennuksen linjaukset ja sisällöt ohjaavat toimintaa ja toiminnan laatu kehittyä. Valmennus tukee urheilusta innostuneen nuoren kasvua terveeksi urheilijaksi ja luo valmiuksia tulevaisuuden vaativampaa harjoittelua varten. Yläkoululeirityksessä koulunkäynti ja harjoittelu yhdistetään toimivaksi kokonaisuudeksi leiriolosuhteissa ja urheilija saa eväät parempaan arjenhallintaan myös leirien välisinä aikoina. Nuorelle syntyvät hyvät valmiudet urheilijan uralle sekä toisen asteen opintoihin.	Urheiluakatemia toteuttaa seutukuntatyön toimenpidesuunnitelmaansa. Koordinointityöhön haetaan ratkaisuja verkoston kunnista ja kouluista. Kumppanuussopimuksien ja säännöllisten tapaamisten avulla varmistetaan urheiluyläkoulutoiminnan laatu ja kriteerien toteutuminen urheiluyläkouluissa. Seurojen, koulun ja urheiluakatemiaan suunnitelmallisella yhteistyöllä mahdollistetaan yli 20 h viikoittainen liikunnan, harjoittelun ja urheilun kokonaismäärä. Yhteiset sisällöt ohjaavat päivittäistä toimintaa. Liikunnanopettajat ja seurojen ammattivalmentajat yhteistyössä rakentavat kehittävää arkea, huomioivat eri tavoitetasot ja tunnistavat yksilöiden tarpeet. Harjoittelu on monipuolista, ohjaa omatoimisuuteen ja lisää nuoren omistajuutta. Yläkoululeirityksen järjestäjinä toimivat Urheiluopistot sitoutuvat noudattamaan yhdessä sovittua yläkoululeirityksen valtakunnallista ohjeistoa. Uraohjaus tukee urheilijan siirtymää siihen toisen asteen urheiluoppilaitokseen, jossa on urheilijan kehittymiselle parhaat edellytykset lajin ja valmentautumisen näkökulmasta.

Toinen aste

Toisella asteella kaksoisuran tekemisen tulee tukea urheilijana kehittymistä ja urheilutuloksen tekemistä.

Toisella asteella urheilun ja opiskelun yhdistämisen perustana toimii Suomessa 15 urheilulukiota ja 15 ammatillisen koulutuksen järjestäjää, joiden tehtävänä on tarjota urheilusta motivoituneille nuorille ympäristö, jossa opiskelu on mahdollista yhdistää tavoitteelliseen valmentautumiseen. Näitä valtakunnallisen erityisen tehtävän saaneita oppilaitoksia kutsutaan urheiluoppilaitoksiksi. Urheiluoppilaitokset on tarkoitettu nuorille urheilijoille, jotka tavoittelevat kansallista huippua, kansainvälistä menestystä tai ammattilaisuutta lajissaan.

Urheiluoppilaitoksessa urheiluvalmennus on osa tutkintoa ja opintojen suunnittelussa otetaan huomioon urheilun ajankäytölliset vaatimukset. Toisen asteen urheiluoppilaitokset tukevat lajien keskittämisen ratkaisuja.

Kolmenkymmenen virallisen urheiluoppilaitoksen lisäksi Suomessa toimii useita yksittäisiä lukioita ja ammattioppilaitoksia, joissa joustava urheilun ja opiskelun yhdistäminen on mahdollista. Näillä oppilaitoksilla ei ole urheiluvalmennuksen valtakunnallista erityistehtävää, vaan urheiluvalmennus on järjestetty koulun ylläpitäjän omalla päätöksellä.

Suomalaisen kilpa- ja huippu-urheilujärjestelmän tavoitteena on, että kaikki urheilijat suorittavat toisen asteen tutkinnon.

Tavoitteet	Toimenpiteet
Potentiaalisimmat ja motivoituneimmat urheilijat tunnistetaan ja he pääsevät toisen asteen urheiluoppilaitokseen.	Urheilijavalinta oppilaitoksiin tapahtuu kansallisesti ohjatun hakumenettelyn kautta tiiviissä yhteistyössä lajiliittojen kanssa.
Urheilun vaatimukset huomioidaan opintojen suunnittelussa ja toteutuksessa.	Lajiliitot pisteyttävät urheilijat opiskelijavalinnan kriteerien mukaan. Urheilijan pyrkiessä useampaan kuin yhteen urheiluoppilaitokseen, on hänen lajiliittopisteensä samat oppilaitoksesta riippumatta. Valmentautumisen päivä-, viikko-, jakso- ja vuosirytmien suunnitellaan yhteistyössä oppilaitoksen, urheiluakatemian ja lajin kanssa. Joustavat laji- ja urheilijakohtaisesti räätälöidyt opintojärjestelyt suunnitellaan ja toteutetaan yhteistyössä urheilijan, valmentajan, oppilaitoksen, urheiluakatemian ja lajin kanssa. Urheilijaa ohjataan urheilija- ja opiskelupolulla hänen yksilöllisten tarpeidensa mukaisesti. Urheilijalle syntyy valmiudet valita urheilutulostaan tukeva kaksoisuramalli huippuvaiheeseen siirtyessä. Urheilijan kokonaiskuormituksen hallitsemiseksi ja valmentautumisen tukemiseksi opintojen suunnittelussa ja toteutuksessa hyödynnetään pidennettyä opintoaikaa aina tarvittaessa.

Urheilijoiden kokonaiskuormitus ja päivärytmi mahdollistavat kehittymisen huippu-urheilijaksi ja urheilutuloksen tekemisen. Valmennus on huippu-urheilun näkökulmasta laadukasta. Valmentautumisen tavoitteena on urheilijan kehittyminen ja kansainvälinen menestys. Valmentajalla on riittävä työaika harjoittelun suunnitteluun ja laadukkaan valmennustoiminnan järjestämiseksi sekä yhteydenpitoon sidosryhmien kanssa. Kahden päivittäisen harjoituksen tekeminen mahdollistuu oppilaitoksen, lajin ja urheiluakatemian yhteistyöllä. Osallistuva asiantuntijatoiminta on osa lajien valmennusprosessia.	Urheilijan on mahdollista edistää opintojaan verkko-opintoina sekä suorittamalla opintoja myös kesäkuukausien aikana. Valmentautuminen oppilaitoksessa on suunniteltu osa kokonaisharjoittelua ja urheilijana kasvamista. Urheilijan päivärytmi harjoittelun, ruokailujen ja levon suhteen on suunniteltu niin, että urheilijana kehittyminen on mahdollista. Urheilijalla on tarjolla ruokailun rytmin ja laadun kannalta tarvittavat ravitsemuspalvelut. Urheilijalla on valmentautumisen kokonaisuudesta vastaava henkilö, joka tekee yhteistyötä oppilaitoksen kanssa. Urheilijoiden kehittymistä seurataan. Urheilijan valmennuskokonaisuuteen sisältyy teoriaopintoja (<i>Kehity huippu-urheilijaksi</i>), joita urheilija soveltaa valmentautumiseensa. Painopistelajien valmentajat valitaan yhteistyössä lajiliittojen kanssa. Valmentautumisesta vastaavat osaavat ja koulutetut ammattivalmentajat, jotka toimivat osana toimintaympäristön valmentajayhteisöä. Valmentajien kehittymiseen on suunnitelma ja sitä tuetaan ja seurataan. Urheilijat osallistuvat valmentautumisen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Harjoitteluun ja valmentautumiseen on käytössä vähintään 12 tuntia viikossa koulupäivän yhteydessä pääsääntöisesti aamuisin ja aamupäivisin lajien valmentautumisen suunnitelmat huomioiden. Yksilöllisen valmennuksen varmistamiseksi valmennusryhmän koko pidetään valmennuksen näkökulmasta mahdollisimman tarkoituksenmukaisena. Harjoittelun toteutuksessa noudatetaan parhaat parhaiden kanssa periaatetta. Valmennus on moniammatillista yhteistyötä.
---	---

Harjoitusolosuhteet mahdollistavat urheilijana kehittymisen.	Painopistelajeissa fysiikkavalmennus, fysioterapia, psyykkinen valmennus ja ravitsemusvalmennus ovat osa lajin kokonaisvaltaista valmennusprosessia. Urheilijalle järjestetään mahdollisuus urheilijan terveystarkastukseen. Loukkaantuneelle tai sairastuneelle urheilijalle on tarjolla nopea hoitoonohjaus ja hänen kuntoutumistaan tuetaan. Harjoitusolosuhteet täyttävät laji- ja yleisvalmennuksen vaatimukset painopistelajeissa.
--	--

Huippuvaihe

Kaksoisuran tekemisen tulee tukea urheilutuloksen tekemistä urheilu-uran aikana.

Urheilu-uran aikana urheilija toteuttaa eri kaksoisuramalleja urheilun vaatimusten ja elämäntilanteen mukaan. Osa urheilijoista saavuttaa parhaan mahdollisen urheilutuloksen keskittymällä ainoastaan urheiluun. Osalle urheilijoista urheilun ja opiskelun tai urheilun ja muun työn yhdistäminen tukee parhaan tuloksen tekemistä. Oppilaitosyhteistyön osalta huippuvaihe sisältää opinnot ammattikorkeakouluissa, tiedekorkeakouluissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa aikuisurheilijana, sekä joidenkin lajien ja urheilijoiden osalta opinnot urheilulukioissa. Toimintaympäristöt tukevat Olympiakomitean kanssa lajien keskittämistratoksia ja panostavat niihin.

Tavoitteet	Toimenpiteet
Valmennuksen tehtävä on luoda edellytykset kansainväliselle menestykselle ja huippusuorituksille.	Ammattivalmentajan osaaminen tunnistetaan ja kehittymiselle on tavoitteet ja suunnitelma.
Valmennus tukee urheilijan omistajuutta omasta urasta.	Urheilija on aktiivisesti mukana valmentautumisen tavoitteiden asettamisessa, suunnittelussa ja arvioinnissa.
Valmennus on moniammatillista ja kehittyvää yhteistyötä.	Monilajisten ja -ammatillisten toimintaympäristöjen kautta mahdollistetaan yhteistyö.
Asiantuntijatoiminta on kiinteä osa lajien valmennusprosessia.	Valmentaja johtaa prosessia, asiantuntijoiden tuki räätälöidään tavoitteiden ja tarpeen mukaan
Asiantuntijatoiminta kehittää valmennusprosessia ja valmentajan osaamista.	Asiantuntija toimii lajin toimintaympäristössä. Toiminta dokumentoidaan ja arvioidaan.
Jokaisella Huippu-urheiluyksikön tukiurheilijalla on kaksoisurasuunnitelma.	Urheilija kirjaa kaksoisurasuunnitelman urheilijatietokantaan

Kaksoisuramallit • urheilu ensimmäisenä ammattina • urheilun ja opiskelun yhdistäminen • urheilun ja muun työn yhdistäminen	Huippuvaiheen kaksoisuratiimi kontaktoi tarvittaessa urheilijat yhteistyössä lajiryhmävastaavien ja urheiluakatemiakoordinaattoreiden kanssa. Urheiluakatemit jalostavat yhdessä oppilaitosverkoston kanssa kaksoisuramalleja omissa toimintaympäristöissään. Urheiluakatemit kehittävät oman toimintaympäristönsä oppilaitosverkostoa yhdessä toimijoiden kanssa. Urheiluakatemit koordinoivat urheilijoiden joustavia työmahdollisuuksia.
--	---

Uransiirtymät

Urheilu-uran tulee tukea hallittua uransiirtymää.

Uransiirtymä tarkoittaa vaihetta, jossa urheilija lopettaa tavoitteellisen huippu-urheilun ja siirtyy seuraavaan uravaiheeseen. Urheilu-ura on ollut investointi oman osaamisen kehittämiseen. Urheilusta opitut taidot hyödynnetään tulevissa opinnoissa ja työelämässä.

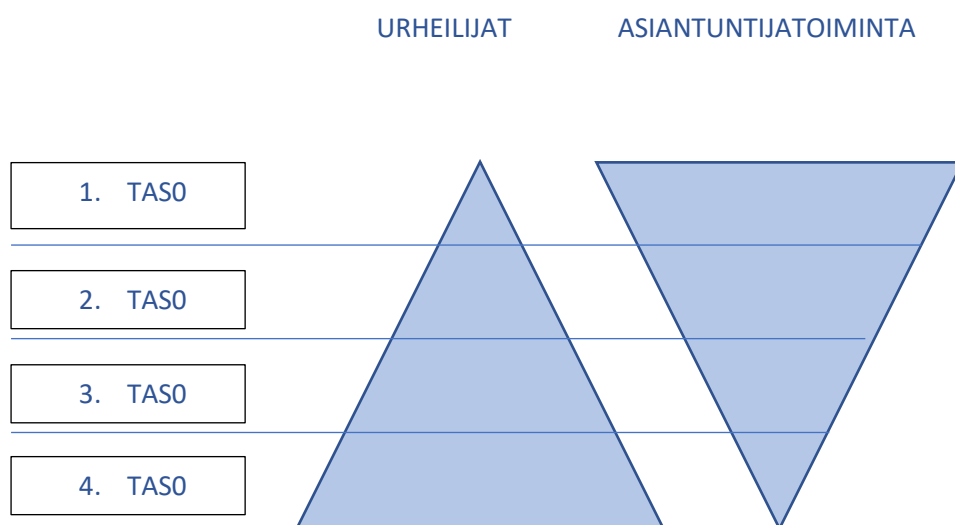
Tavoitteet	Toimenpiteet
Urheilijalla on tarvittava tietämys ja työkalut ottaa vastuu uransiirtymästä	Urheilijalle tarjotaan opinto- ja uraohjausta ja urheilijaa tiedotetaan uransiirtymän tukipalveluista.
Urheilu ensimmäisenä ammattina on arvostettu valinta	Urheilijaa tuetaan sanoittamaan urheilusta opittua osaamista. Urheiluakatemit edistävät urheilijan osaamisen opinnollistamista yhdessä oppilaitosverkoston kanssa.
Positiivinen identiteetin muutos	Urheiluakatemit mahdollistavat vertaistapaamisia. Psyykkisen valmennuksen asiantuntijatoimintaa tarjotaan myös uransiirtymässä.

Urheilijat

Urheiluakatemiatoiminnassa mukana olevat urheilijat ovat urheilijan polulla ja harjoittelevat tai opettelevat harjoittelemaan tavoitteellisesti. Urheiluakatemioissa ja valmennuskeskuksissa urheilijat on oman kehitysvaiheensa perusteella jaettu neljään kategoriaan. Tällä luokittelulla selkiytetään urheilijakokonaisuuden hallintaa ja asiantuntijatoiminnan kohdistamista.

1. Olympiakomitean ja Paralympiakomitean tukiurheilijat sekä aikuisten maajoukkueurheilijat huippu-urheiluyksikön tukemissa joukkuepeleissä
2. 2A muut aikuisten maajoukkueurheilijat
2N muut nuorten maajoukkueurheilijat
3. Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten itse määrittelemät toisen asteen ja sitä vanhemmat urheilijat
4. Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten yläkoulutoiminnassa mukana olevat urheilijat

Kategorian 1 urheilijat jakautuvat vielä Huippu-urheiluyksikön laatiman kriteeristön mukaan podium- ja pistesijaurheilijoihin. Näillä urheilijoilla on valtakunnallisessa urheiluakatemia- ja valmennuskeskusverkostossa vapaa harjoittelu- ja asiantuntijoiden käyttöoikeus paikallisen urheiluakatemian käytänteiden mukaisesti.



Lajit

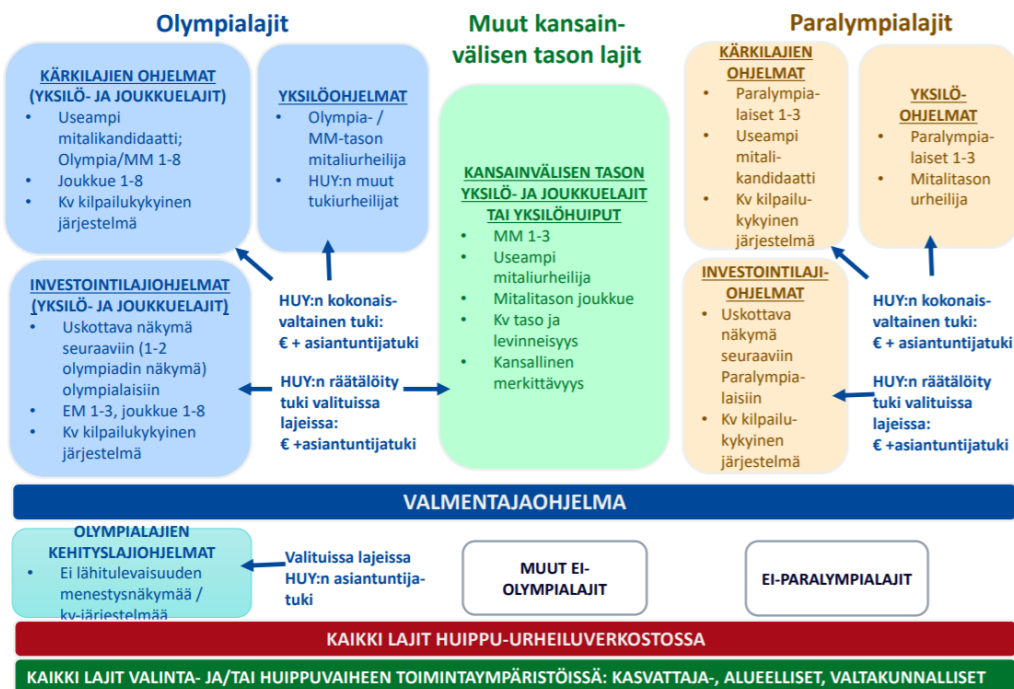
Tavoitteena on, että Huippu-urheiluyksikön valitsemien kärkilajien keskittämistrategiat toimivat ja tuottavat uusia menestyjiä sekä kasvattavat osaamista. Lajit ovat yhdessä Huippu-urheiluyksikön kanssa pystyneet määrittelemään omat painopisteurheiluakatemiensa ja –valmennuskeskuksensa, sekä osallistuvat näiden kehittämiseen. Toiminnassa tunnustetaan lajiliittojen ja Olympiakomitean Tähtiseura-ohjelman Tähtimerkin saaneet seurakuntat. Lajien tekemät ratkaisut painopisteurheiluakatemiasta ja valmennuskeskuksista <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/urheiluakatemioiden-ja-valmennuskeskukset/>

Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskuksissa noudatetaan Huippu-urheiluyksikön määrittelemää valtakunnallista lajiluokittelua. Ajantasainen valtakunnallinen lajiluokitus löytyy Olympiakomitean nettisivuilta <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/huippuvaiheen-ohjelma/valmennuksen-tukijajärjestelmä/>

1. Valtakunnalliset kärkilajit
2. Valtakunnalliset investointilajit
3. Valtakunnalliset kehityslajit
4. Paikalliset painopistelajit urheiluakatemioiden itsensä määrittelemänä

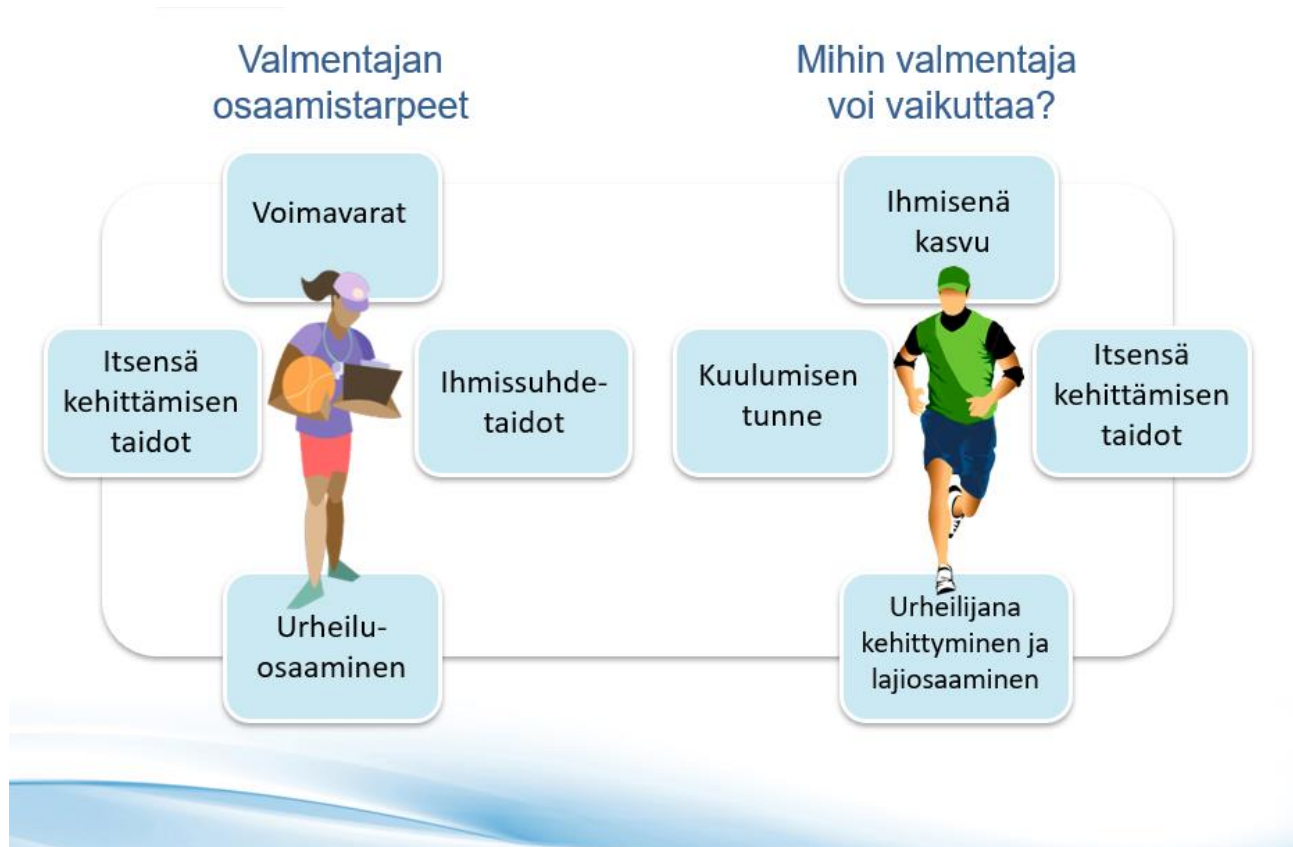
Lajiluokittelun lisäksi Huippu-urheiluyksikön tukiohjelmissa on menestyvän urheilijan tueksi myös yksilötukiohjelma, jossa lajin laajamittaisen tuen sijaan tuki kohdistuu yksittäiseen urheilijaan.

Huippu-urheiluyksikön tehostamistukiohjelmat



Valmennus

Suomalainen valmennusosaamisen malli



Hyvä valmennus perustuu suomalaisen valmennusosaamisen malliin. Malli koostuu kolmesta isosta kokonaisuudesta: asioista, joihin valmentaja voi urheilijassa vaikuttaa, valmentajan osaamistarpeista sekä toimintaympäristöstä. Valmentaminen on urheilijan kehittymisen tukemista sekä valmentajan omaa kehittymistä siinä toimintaympäristössä, jossa toimii.

Valmentaja voi vaikuttaa urheilijan kasvuun ihmisenä. Tämä tarkoittaa monenlaisia asioita, esimerkiksi arvojen ja asenteiden oppimista, vastuuseen kasvamista, toisten ihmisten arvostusta, itsearvostusta, ihmissuhdetaitoja ja vaikkapa ihan käytöstapoja. Urheilijana kehittyminen ja lajiosaaminen voidaan ajatella kahtena kokonaisuutena. Urheilullisen elämäntavan oppiminen liittyy myös ihmisenä kasvuun. Lajiosaaminen tarkoittaa lajitaitoja, taktiikkaa, välineosaamista ja kilpailutaitoja. Kuulumisen tunne tarkoittaa sitä, että urheilija kokee itsenä urheilijaksi, oman lajinsa urheilijaksi, hän oppii rakastamaan lajiaan, tuntee kuuluvansa lajiin, seuraan, joukkueeseen tai ryhmään. Itsensä kehittämisen taitojen kautta urheilija oppii kaikkia muita osa-alueita. Näiden taitojen kehittäminen koko urheilijan uran aikana lapsuudesta lähtien on olennaista urheilijaksi kasvussa. Näitä taitoja tarvitaan huipulle pääsyyn, mutta erityisesti myös muussa elämässä.

Valmentajien osaamistarpeiden pohjalla ovat valmentajan voimavarat. Ne ovat edellytykset muulle kehittämiselle, mutta myös asia, joissa valmentaja voi kehittyä valmennusuran varrella. Valmentajan urheiluosaaminen tarkoittaa yleistä urheiluosaamista sekä lajiosaamista. Näiden lisäksi urheiluosaamiseen kuuluvat mm. valmentajan pedagogiset taidot, ymmärrys terveyden edistämisestä sekä esim. teknisten apuvälineiden käytön osaaminen valmentamisessa. Ihmissuhdetaitojen avulla valmentaja välittää ja

kehittää osaamistaan. Ilman ihmissuhdetaitoja valmentajan urheiluasiantuntemuskin saattaa jäädä hyödyntämättä. Kuten urheilijallakin, myös valmentajalla itsensä kehittämisen taidot ovat kaiken kehittymisen avain.

Valmennuksen tavoitteet urheiluakatemiatoiminnassa

Urheiluakatemia- ja valmennuskeskustoiminnan tarkoituksena on tukea eri lajien yksilöitä, sekä urheilijoita että valmentajia, kehittymään urheilu- ja siviiliurallaan sekä tarjota lajeista riippumattomia olosuhteita ja asiantuntijatoimintaa urheilijoiden ja lajien arkeen. Urheilijoiden kannalta on välttämätöntä, että kaikilla urheilijan valmennukseen ja sen tukitoimiin osallistuvilla henkilöillä on yhteiset tavoitteet sekä ymmärrys keinoista toimia urheilijan kanssa urheilijan parhaaksi. Tämä vaatii aktiivista yhteistyötä sekä yhteydenpitoa lajin sisällä ja yli lajirajojen sekä eri asiantuntijoiden kanssa.

Urheiluakatemioiden urheilijoita valmentavat osaavat valmentajat, jotka huomioivat urheilijan iän ja kehitysvaiheen. Valmentajalta vaaditaan erilaista osaamista urheilijan polun eri vaiheissa. Lajivalmennuksesta vastaavat yhteistyössä lajiliittojen kanssa valitut valmentajat, jotka toteuttavat lajin valmennuksen linjauksia. Nuorten Olympiavalmentajat (NOV) ovat yhteisresursoinnilla palkattuja valmentajia, ja he kiinnittyvät lajien valitsemaan urheiluakatemiaan tai valmennuskeskukseen valmentaen lajin potentiaalisia urheilijoita. Jokaisessa urheiluakatemiassa toimii myös fysiikkavalmentaja, jonka tehtävänä on valmentamisen lisäksi muiden valmentajien ja valmennusprosessien tukeminen.

Valmennuksen tavoitteena on, että urheilijat kehittyvät ja menestyvät. Tämä mahdollistuu, kun urheiluakatemiassa ja valmennuskeskuksessa urheilijoita valmentavat osaavat ammattivalmentajat, valmennus perustuu suomalaisen valmennusosaamisen malliin ja arvovalintana on jatkuva osaamisen ja toiminnan kehittäminen.

Valmennuksen toimintatapojen tulee mahdollistaa alla kuvattujen tavoitteiden toteutuminen niin laji- kuin yleisvalmennuksen osalta. Lajivalmennuksen osalta valmennus perustuu lajin linjauksiin ja huippu-urheiluun suunniteltuihin. Urheilijoiden kehittymisen seuranta ja valmennusprosessien toimivuuden arvioinnin tulee olla keskeistä ja toiminnan tulee olla raportoitua.

Yläkouluvaiheessa valmennuksen tulee tukea urheilusta innostuneen nuoren kasvua terveeksi urheilijaksi ja luoda valmiuksia tulevaisuuden vaativampaa harjoittelua varten. Valmennuksessa tarjotaan nuorelle yhteisöllisyyden, ilon, osallisuuden ja onnistumisen kokemuksia. Urheilu syventää nuoren ymmärrystä omasta osaamisesta ja tavoista harjoitella niin yleisiä taitoja ja ominaisuuksia kuin lajispesifejä asioita. Ymmärtäen kuitenkin, että liikunnallisten perustaitojen hallinta on edellytys lajitaitojen oppimiselle. Valmennus kannustaa myös omatoimiseen harjoitteluun. Valmennuksen lähtökohtana on kokonaisvaltainen lähestymistapa sekä yksilöllisen kasvun ja kehittymisen huomioiminen. Valmennuksen tukena ovat Kasva urheilijaksi -materiaalit.

Toisella asteella valmennuksen tulee tukea tavoitteellista valmennusprosessia. Lajien keskittämisen ratkaisut on huomioitu. Opiskelun ja harjoittelun yhteensovittaminen urheilun ehdoilla tapahtuu yhteistyössä urheilijan, valmentajan ja koulun kanssa. Harjoittelu on vaativaa ja kokonaiskuormituksen säätely on yksi ydinasioista urheilijana kehittymisessä. Valmentautuminen edistää terveyttä ja lisää hyviä harjoituspäiviä. Urheilijoiden itseohjautuvuuden taidot ja vastuu omasta tekemisestä kasvaa, mihin valmennuksella vaikutetaan. Toisen asteen aikana urheilijan valmennusprosessi tukee urheilijan kehittymistä lajin vaatimusten mukaisesti. Valmentautuminen kehittyy progressiivisesti koko toisen asteen aikana, ja urheilijan kehittymistä seurataan lajissa sekä eri ominaisuuksien osalta. Asiantuntijoita käytetään valmennusprosessin tukena niin valmentajan kuin urheilijan osaamisen kehittämiseksi.

Huippuvaiheessa valmentautuminen tapahtuu toimintaympäristössä, mikä luo mahdollisuuden kansainväliselle menestykselle ja huippusuorituksille. Lajien keskittämisen ratkaisut on huomioitu. Tavoitteena on tuloksen tekeminen. Valmennus tukee urheilijan omistajuutta; motivaatiota, tahtoa ja intohimoa kehittyä ja menestyä. Suorituskyvyn optimointi tapahtuu suunnitelmallisella valmennusprosessilla, jota valmentaja johtaa ja jossa on tuki eri alojen asiantuntijoilta. Kehittymisen seuranta sekä kuormituksen ja palautumisen optimointi tavoitteiden suunnassa kuuluu arkirutiineihin.

Valmennusosaamisen kehittyminen

Tuloksen tekemisen näkökulmasta valmennusosaaminen on avainasemassa. Urheiluakatemia tulee olla tietoinen ympäristössä työskentelevien valmentajien osaamisesta ja kehitystarpeista sekä yhdessä lajin kanssa tukea osaamista ja sen kehittymistä. Tavoitteena on, että valmentajat voivat toimia ammattilaisina suoritettuaan vähintään valmentajan ammattitutkinnon. Valmentajien osaamisen kehittymiseen tulee olla tavoitteet, suunnitelma ja toiminnasta raportoidaan vuosittain urheiluakatemiaohjelmalle.

Urheiluakatemiaoissa ja valmennuskeskuksissa toimivat valmentajat muodostavat valmentajayhteisön, joka on mahdollisuus osaamisen kehittämiseksi ja yhdessä tekemiselle. Tavoitteena urheiluakatemiassa ja valmennuskeskuksessa on kehittää toimintatapoja, joissa valmentajat yli lajirajojen kohtaavat toisensa säännöllisesti, jakavat tietoaan ja näkemyksiään ja osallistuvat näin itsensä ja oman toimintaympäristönsä kehittämiseen. Toimintatapoja vuorovaikutukseen voi olla monia. Valmentajayhteisöt mahdollistavat vertaistuen, mentoroinnin ja kokonaisuudessaan työssä oppimisen ja jaksamisen tuen. Organisoidusta toiminnasta on kirjallinen suunnitelma, ja toteutus sekä arviointi on dokumentoitu ja raportoidaan vuosittain urheiluakatemiaohjelmalle yhteisen raportointipohjan mukaisesti.

Urheiluakatemiassa ja valmennuskeskuksessa toimivilla keskeisillä valmentajilla kehittyminen on suunnitelmallista ja systemaattista. Valmentajien kanssa käydään kehityskeskustelut ja tuki arjessa toimimiseen on jatkuvaa. Urheiluakatemia sopii yhdessä lajin kanssa, mikä taho käy kehityskeskustelun valmentajan kanssa ja miten siitä nousseet asiat huomioidaan valmentajan työssä.

Asiantuntijatoiminta

Huippu-urheiluverkostossa toimii kuusi valtakunnallista asiantuntijaverkostoa, joita koordinoi Huippu-urheiluyksikön nimeämät verkostovetäjät. Asiantuntijaverkostot ovat psyykinen valmennus, urheilufysioterapia, lääkärit, urheiluravitsemus, fysiikkavalmennus ja kaksoisura.

Asiantuntijatoiminta linkittyy osaksi urheilijoiden ja lajien valmennusprosesseja. Tavoitteena on menestystä ja tuloksen tekemistä tukeva toimintakulttuuri, jossa jokainen toimija toimii yhteisten tavoitteiden suunnassa. Valmentaja johtaa prosessia, jossa asiantuntijat ovat mukana. Urheiluakatemia tai valmennuskeskus yhdessä huippu-urheiluyksikön ja lajien kanssa suunnittelevat asiantuntijatoiminnan kohdentumisen arjessa.

Asiantuntijaverkoston toimintatapana on kohdentaa tukitoimet urheilijoiden arkeen ja vahvistaa valmentajien osaamista. Asiantuntijatuki syntyy valmennusprosessien tavoitteista ja tarpeesta. Asiantuntijatoiminta kohdistetaan ensisijaisesti kärkilajeihin ja lajien alueellisiin valintoihin. Lajien kanssa käydään säännöllisesti kehitys- ja tarvekeskustelut asiantuntijatoiminnan näkökulmasta. Toimintaa ja vaikuttavuutta arvioidaan sovitulla mittareilla.

Osallistuva asiantuntijatoiminta on valmentajajohtoista asiantuntijatoimintaa, jossa asiantuntija työskentelee pääosin lajin toimintaympäristössä. Osallistuvaa asiantuntijatoimintaa ohjaa selkeä ja yhteinen tavoitteiden määrittely ja arviointiprosessi. Työskentelyssä korostuvat valmennusprosessin ja toimintaympäristön ymmärrys, yhdessä tekeminen ja yhteisiin tavoitteisiin pyrkiminen. Toimintatapa on dokumentoitu sekä urheilijoiden ja valmentajien tiedossa.

Valmennusprosessin asiantuntijatuki määräytyy urheilijan tason, lajin ja iän perusteella. Valmentaja johtaa prosessia, johon asiantuntija tuo oman osaamisensa. **Yläkouluvaiheessa** asiantuntijatoiminta keskittyy valmentajien ja opettajien osaamisen tukemiseen sekä ryhmämuotoisiin urheilijoiden kohtaamisiin. **Toisella asteella** asiantuntijatoiminta voi edellisten lisäksi kohdistua tarpeen mukaan yksilölliseen ohjaukseen. **Huippuvaiheessa** asiantuntijatuki on räätälöityä, tarpeen mukaan toteutettua ja yhdessä urheiluakatemian tai valmennuskeskuksen, lajiliiton ja huippu-urheiluyksikön kanssa resursoitua.

Asiantuntijat kuuluvat oman urheiluakatemian tai valmennuskeskuksen moniammatilliseen asiantuntijatiimiin. Lisäksi he toimivat oman alansa valtakunnallisessa verkostossa. Jokaisella verkostolla on verkostovastaava, jonka johdolla asiantuntijatyötä linjataan. Asiantuntijatoiminnan suunnitelma ja vaikuttavuuden seuranta käydään vuosittain läpi huippu-urheiluyksikön asiantuntijaverkostojen vastuhenkilöiden kanssa. Verkostovetäjä myös osallistuu paikallisten asiantuntijoiden valitsemiseen.

Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten asiantuntijatoiminta keskittyy valmennusprosessien tukemiseen, jossa valmentajan osaamisen kehittyminen urheilijan suorituskyvyn kehittymisen rinnalla on merkityksellistä. Asiantuntijatoiminnan vaikuttavuus lisääntyy, kun asiantuntija ymmärtää valmentajan ja urheilijan arkea sekä sitä toimintaympäristöä, jossa he toimivat. Ymmärrys lisääntyy osallistuvan asiantuntijuuden kautta, missä asiantuntija esimerkiksi osallistuu ja seuraa lajiharjoituksia tehden havaintoja toiminnasta käsin.

Urheiluakatemit ja valmennuskeskukset rakentavat urheilijoille ja lajeille valmennuksen tueksi seuraavat asiantuntijaverkostot, jotka ovat osa valtakunnallisia verkostoja:

Psyykinen valmennus

Psyykkisen valmennuksen tavoitteena on tukea valmennusprosessia psyykkisen suorituskyvyn kehittymisen kautta, mikä käsittää psyykkisten taitojen kehittämisen ja mielen valmistamisen kohti onnistunutta suoritusta. Psyykinen valmennus tukee valmentajan työtä. Toteuttamistapana on joko ryhmämuotoinen oppiminen yhdistettynä lajitreeneihin tai luottamuksellinen yhteistyö valmentajan, urheilijan ja asiantuntijan kesken. Psyykinen valmennus tukee valmentajan ja urheilijan välistä, menestystä mahdollistavaa vuorovaikutusta, jota kuvaa luottamuksellisuus, avoimuus ja riittävä kommunikaatio.

Lisäksi psyykinen valmennus tukee psyykkistä hyvinvointia. Psyykinen valmentaja voi antaa supportiivista tukea elämän eri vaiheissa tai ongelmatilanteissa, mutta psyykkisen oireilun arviointi ja hoitovastuu on muilla terveydenhuollon ammattilaisilla (psykologi, lääkäri) urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten omien verkostojen kautta.

Psyykkisen valmennuksen toteuttamistavat voivat vaihdella urheilijan polun eri vaiheiden ja tarpeiden mukaan. Yläkouluvaiheessa psyykinen valmennus tapahtuu ensisijaisesti ryhmämuotoisena oppimisena yhdistettynä lajiharjoitteluun. Osallistuvan asiantuntijuuden kautta psyykinen valmentaja voi olla yhdessä laji- ja valmennusjohdon kanssa kehittämässä lajien toimintakulttuuria sellaiseksi, jossa on menestystä tukevat toimintatavat, ilmapiiri ja vuorovaikutus.

Lähestyttäessä huippuvaihetta, psyykinen valmennus voi olla räätälöidämpää yksilötyötä valmentajan, urheilijan ja asiantuntijan kesken. Yksilötyöstä huolimatta on tärkeää, että asiantuntija tekee tiivistä

yhteistyötä valmentajan kanssa ja psyykkinen valmennus integroituu lajiharjoitteluun. Psyykkisen valmennuksen vaikuttavuus kasvaa, kun valmentaja on mukana psyykkisen valmennuksen prosessissa ja prosessia arvioidaan säännöllisesti.

Psyykkisen valmentajan rooli urheilijan urasiirtymävaiheessa voi olla merkittävä. Yhdessä valmennuksen ja urheiluakatemian kaksoisuravastaavan kanssa tehdään suunnitelma ja toimenpiteet urheilijan tukemisesta urasiirtymävaiheessa.

Psyykkinen valmentaja voi antaa supportiivista tukea elämän eri vaiheissa tai ongelmatilanteissa, mutta psyykkisen oireilun arviointi ja hoitovastuu on muilla terveydenhuollon ammattilaisilla (psykologi, lääkäri) urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten omien verkostojen kautta.

Urheilufysioterapia

Urheilufysioterapian tavoite on tuoda lisäarvoa valmennusprosessiin urheilijan suorituskyvyn kehittymiseksi. Suorituskyvyn kehittämisen lisäksi fysioterapia on tarvelähtöistä ennaltaehkäisevää toimintaa sekä ryhmä- että yksilötasolla. Fysioterapeutti sparraa valmentajia ja auttaa osaamisen kehittämisessä.

Urheilufysioterapeutin työ vaihtelee lajin, urheilijan iän ja tason mukaan. Yläkouluvaiheessa ja toisella asteella fysioterapeutti keskittyy valmentajien osaamiseen ja tarvittaessa ryhmämuotoiseen ohjaukseen ennaltaehkäisevän toiminnan näkökulmasta. Fysioterapeutti on säännöllisesti mukana lajin valmentautumisessa.

Huippuvaiheen urheilijoiden ja valittujen huipulle tähtäävien nuorten kohdalla prosessit voivat olla yksilöllisempiä. Fysioterapeutti huomioi lajispesifit asiat suorituskyvyn kehittymiseksi, vamma-alttiuden vähentämiseksi, harjoitettavuuden lisäämiseksi sekä tuo näkökulmia mahdollisiin huoltotoimenpiteisiin.

Lääkärit

Urheiluakatemoissa ja valmennuskeskuksissa lääkäri johtaa terveydenhuollon asiantuntijatiimiä ja toimii lääketieteen asiantuntijana valmennukselle. Lääkärien asiantuntijaverkosto käsittelee urheilijan terveyden ja suorituskyvyn välistä kokonaisuutta. Ennaltaehkäisevässä terveydenhuollossa on kyse kokonaiskuormituksen hallinnasta eli fyysisen ja psyykkisen kuormituksen, ravintotekijöiden ja energiavajeen, palautumisen ja unen sekä ympäristötekijöiden, matkustuksen ja joukkuekäytäntöjen vaikutuksista oireiden ja sairauksien syntyyn. Tämän kokonaisuuden ymmärryksen avulla urheilusta nousevia terveysongelmia voidaan ennaltaehkäistä ja hallita. Urheilija tarvitsee kokonaiskuormituksen hallintaan valmentajajohtoista moniammatillista yhteistyötä.

Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten lääkäriverkosto koordinoi urheilijan terveydenhuollon kokonaisuutta, esimerkiksi paikallisesti käytettävien erikoisalojen asiantuntijoiden ja hoitopolkujen suhteen. Huippuvaiheessa urheilijan terveyden seurannasta vastaa urheilijan omalääkäri tai joukkueen lääkäri yhteistyössä urheiluakatemian tai valmennuskeskuksen kanssa.

Lääkäri suorittaa sovitusti urheilijan terveystarkastukset, joissa paneudutaan yksilön ja lajin terveyden riskitekijöihin ja niiden hallintaan sekä terveyden seurannan suunnitelmaan ja asiantuntijatukipalveluiden tarpeeseen. Urheilijan terveystarkastuksessa on keskeistä luoda yhteys lääkärin ja urheilijan välille sujuvan yhteydenpidon varmistamiseksi. Yläkouluvaiheessa terveystarkastus suoritetaan kouluterveydenhuollossa 8. luokalla. Kouluterveydenhuollossa on tärkeää olla liikuntalääketieteen asiantuntijuutta niin urheilijoiden kuin muunkin ikäluokan terveyden seurannassa. Valintavaiheessa terveystarkastus ja terveyden seurannan suunnitelma käydään läpi urheiluakatemoissa toisen asteen koulutuksen alettua.

Urheiluravitsemus

Ravitsemusvalmennuksen tulee edetä yhteisesti sovittujen sisältöteemojen mukaisesti systemaattisesti osana muuta valmennusta eri ikävaiheet huomioiden. Ohjausta tulee antaa aina selkeästi terveyden ja lajin kautta perustellen ja päämääränä tulee olla hyvää terveyttä ja urheilua tukevat ruokailukäytännöt.

Valmennus voi tapahtua sekä ryhmämuotoisena oppimisena että yksilöllisenä ohjauksena yhteistyössä valmentajan, urheilijan ja asiantuntijan kanssa riippuen urheilijan tasosta ja ikävaiheesta. Opetuksessa ja ohjauksessa yhdistyvät teoretieto, käytännön taidot sekä ruoanvalmistusosaaminen urheilijan energiantarve ja lajin vaatimukset huomioiden.

Valintavaiheessa nuoren urheilijan tukena ovat Kasva urheilijaksi ja Kehity huippu-urheilijaksi -materiaalit. Ryhmämuotoinen valmennus on pääpainopisteenä mm. ravitsemustyöpajojen muodossa. Huippuvaiheen urheilijoille valmennus voi olla yksilöllistä ravitsemuksen suunnittelua urheilijan ja lajin vaatimusten mukaan.

Ravitsemusvalmennusta toteutetaan tiiviissä yhteistyössä moniammatillisen tiimin kanssa (valmentaja, lääkäri, urheilupsykologi, urheilufysioterapeutti / fysiikkavalmentaja). Varsinaisissa sairauksissa oireiden arviointi ja hoitovastuu on muilla terveydenhuollon ammattilaisilla.

Fysiikkavalmennus

Laadukas valmentautuminen tarvitsee lajiharjoittelun rinnalle monia tuki- ja oheistoimia, joista yksi hyvin keskeinen on fysiikkaharjoittelu. Fysiikkaharjoittelun tehtävänä on tukea lajivalmennusta sekä kehittää urheilijan fyysisiä valmiuksia ja suorituskkyä lajin ja yksilön vaatimukset huomioiden

Yläkouluvaiheessa fysiikkavalmennuksen tehtävänä on tukea urheilusta innostuneen nuoren kasvua terveeksi urheilijaksi ja luoda valmiuksia tulevaisuuden vaativampaa harjoittelua varten. Valmennuksen tavoitteena on tutustuttaa ja opettaa erilaisten ominaisuuksien harjoitusmetodeja ja harjoitteita. Samalla tehtävänä on kehittää nuorten urheilijan perusliikuntataitoja ja lisätä monipuolisen harjoittelun määrää.

Fysiikkavalmennus tarjoaa nuorelle urheilijalle ilon, osallisuuden ja onnistumisen kokemuksia. Valmennuksen tavoitteena on syventää urheilijan ymmärrystä omasta osaamisesta, tavoista harjoitella taitoja ja ominaisuuksia sekä kannustaa omatoimiseen harjoitteluun. Painopiste on nimenomaan oppimisessa.

Toisella asteella fysiikkavalmennuksen painopiste keskittyy fyysisten ominaisuuksien kehittämiseen lajiansalyysin pohjalta kohti tavoiteltavia tasoja. Niissä lajeissa, joissa fyysiset vaatimukset ovat korkeat, tulee fyysiset ominaisuudet nostaa lajissa riittävälle tasolle kansainvälisiä tasoja vertailtaessa. Harjoittelu tapahtuu lajien linjauksien ja fyysisten viitearvojen suuntaviivojen mukaan.

Yksilöllisyys korostuu entisestään huippuvaiheen harjoittelussa. Mitä kokeneempi urheilija on kysymyksessä, sitä enemmän pitää huomioida lajin vaatimukset ja painopisteet harjoittelussa. Harjoitteluun käytettävä aika tulee käyttää mahdollisimman hyvin hyödyksi. Fyysisiä ominaisuuksia pyritään ylläpitämään ja kehittämään lajin erityistarpeiden suunnassa. Fysiikkavalmentajan tiivis yhteistyö lajivalmentajan kanssa ja muiden asiantuntijoiden kanssa on edellytys laadukkaassa valmennusprosessissa.

Rohkeus, muutosvalmius ja harjoittelun rytmitys ohjaavat valmennuksen toimintaa. Harjoittelu voi helposti mennä vanhan toistamiseksi, eikä valmennuksessa enää uskalleta tehdä uusia ”kokeiluja”. On huomioitava, että huomenna urheilija ponnistaa eri lähtökohdista kuin tänään, eli muutosta tapahtuu urheilijassa koko ajan. Sen vuoksi urheilija tarvitsee uusia ärsykeitä kehittyäkseen. Yksilöllinen harjoittelun rytmitys on aina urheilijan kehittymisen edellytys.

Huippuvaiheen kaksoisura ja urasiirtymät

Huippuvaiheen kaksoisuraverkoston tehtävänä on tukea urheilijoita heidän kaksoisurallaan. Verkosto koostuu Suomen Olympiakomitean kaksoisuratiimistä, urheiluakatemiakoordinaattoreista sekä heidän kumppanuuskoulujensa ja oppilaitostensa koordinaattoreista ja opinto-ohjaajista. Verkosto tekee tiivistä yhteistyötä Adecon, jalkapallon ja jääkiekon pelaajayhdistysten sekä Olympiakomitean ja Paralympiakomitean urheilijavaliokuntien kanssa.

Huippuvaiheen kaksoisuraverkoston tavoitteena on tukea ja mahdollistaa urheilijan yksilöllisen kaksoisuran toteutuminen ja hallittu urasiirtymä. Jokaisella huippu-urheilijalla tulee olla tulevaisuuden suunnitelma ja tavoitteet urheilulle ja muulle elämälle.

Urheiluakatemiakoordinaattorit huoltavat ja rakentavat omat toimintaympäristönsä oppilaitos- ja kouluverkostoa, jotta urheilijat voivat yhdistää mahdollisimman joustavasti urheilun ja opiskelun.

Urheilijalla on mahdollisuus saada uraohjausta ja häntä tiedotetaan urasiirtymämahdollisuuksista ja tukitoimenpiteistä urheilu-uran aikana.

Olympiakomitea järjestää vuosittain urasiirtymätapaamisen Huippu-urheiluyksikön tukiurheilijoille sekä huippuvaiheen kaksoisuraseminaarin yhteistyössä kaksoisuraverkoston kanssa.

Viestintä

Urheiluakatemiaverkoston yhteinen tavoite on varmistaa, että urheilijoilla on kansainvälisen vertailun kestävä päivittäisvalmennus ja toimintaympäristö, ja että urheilijat voivat saavuttaa oman potentiaalinsa urheilussa ja muilla elämänaloilla. Tätä tavoitetta tuetaan viestinnän keinoin.

Viestinnän keinoin asialle luodaan merkitys ja rakennetaan yhteistä näkemystä. Viestinnällä vaikutetaan myös muihin tahoihin ja muokataan heidän näkemyksiään haluttuun suuntaan.

Urheiluakatemiatoinnin tavoitteet ja arvot jäävät epäselviksi ilman viestintää. Viestintä on siis olennainen osa toimintaa. Viestinnän avulla vaikutetaan yhteisen ymmärryksen rakentamiseen ja jalkautumiseen arjen toiminnaksi.

Urheiluakatemiaverkoston viestinnän keskeisenä tavoitteena on tukea lajien valmennusjärjestelmien ja urheiluakatemioiden sekä valmennuskeskusten integroitumista viestinnän keinoin. Akatemiaurheilijoiden, valmentajien ja seurojen tietoisuutta urheiluakatemioiden tarjoamista mahdollisuuksista lisätään viestinnän avulla, sekä vahvistetaan urheiluyhteisössä tehtävää kaksoisuratyötä ja lisätään yhteiskunnallista keskustelua urheilusta ammattina. Viestinnällä voidaan myös lisätä yleistä ymmärrystä huippu-urheilun vaatimustasosta sekä parantaa urheilun, valmennuksen ja valmentajien arvostusta. Suomen Urheiluakatemit -brändin rakentumisessa viestintä on keskeisessä roolissa.

Tavoitteet	Toimenpiteet
Urheiluakatemia viestinnällä on määritelty tavoite	Kirjataan viestinnän tavoite sekä paikallisesta että valtakunnallisesta näkökulmasta.
Urheiluakatemia on määritellyt viestinnälleen ydinviestit ja käynnistänyt suunnitelmallisen viestintätoiminnan	Urheiluakatemia tuottaa omaa, yhteistä tavoitetta tukevaa, sisältöä. Urheiluakatemia jakaa yhteistä, urheiluakatemiaohjelman määrittelemää, sisältöä.
Urheiluakatemia on määritellyt viestinnälleen kohderyhmät	Kirjataan viestinnän keskeiset kohderyhmät.
Urheiluakatemia on tehnyt kanavavalinnat	Päätetään viestinnässä käytettävät kanavat.
Urheiluakatemia viestintä on aikataulutettu	Tehdään viestinnälle vuosikello, johon kirjataan viestinnällisesti tärkeimmät ajankohdat.
Viestintä on resursoitu	Sovitaan, kuka viestintää käytännössä toteuttaa.
Urheiluakatemia viestintää seurataan	Sovitaan viestinnälle mitattavat tavoitteet ja päätetään, miten seuranta toteutetaan.
Viestintää kehitetään	Päätetään seurannan avulla tarvittavista toimenpiteistä ja mahdollisista muutoksista.

Minimitaso urheiluakatemioiden viestintätoiminnalle sisältää seuraavat toimenpiteet:

- urheiluakatemia nettisivut ovat kunnossa, perusasiat ovat löydettävissä
- viestinnän kohderyhmät on tunnistettu ja rekisteri on tehty
- urheiluakatemiassa on säännöllinen yhteydenpito keskeisiin sidosryhmiin
- urheiluakatemiassa on viestintäsuunnitelma

Olosuhteet

Urheiluakatemit ja valmennuskeskukset yhdessä kuntien ja muiden verkostokumppaneiden kanssa tarjoavat urheilijan kehittymisen ja menestymisen mahdollistavat harjoittelu- ja kilpailuolosuhteet. Painopistelajeissa harjoitteluolosuhteiden täytyy olla käytettävyydeltään sellaisia, että ne vastaavat kansainvälisen vaatimustason asettamiin haasteisiin.

Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskuksilla on kuvaus olosuhteiden nykytilasta sekä yhdessä kunnan kanssa priorisoitu olosuhteohjelma kehittämistarpeista sekä olosuhteiden käytettävyydestä. Käytettävyys pitää sisällään käyttövuorot, saavutettavuuden, esteettömyyden ja hinnoittelun.

Antidopingtyö

Suomen Olympiakomitean antidopingohjelma toimii kaikkien urheiluakatemioiden yhteisenä antidopingohjelmana ja jokainen urheiluakatemia sitoutuu yhteisesti sovittuihin toimenpiteisiin. Urheiluakatemiaohjelma koordinoi ja viestii verkostolleen yhteistyössä Suomen Urheilun Eettisen Keskusten (SUEK) kanssa valittuja keskeisiä asioita. Valmennuskeskukset kuuluvat urheiluopistojen omiin antidopingohjelmiin.

Urheiluakatemiaohjelmassa on aina yksi nimetty vastuuhenkilö, joka vastaa urheiluakatemiaohjelman osalta antidopingtyöstä.

Urheiluakatemiaohjelma

Toimenpide
Urheiluakatemioiden antidopingohjelmien koordinointi Urheiluakatemiaohjelma koordinoi toimintaa ja suunnittelee sisältöjä ja toimenpiteitä yhteistyössä SUEKin kanssa. Jokaisella urheiluakatemialla on käytössään toiminnan suunnitelmapohja. Urheiluakatemit raportoivat toiminnastaan urheiluakatemiaohjelmalle.
Antidopingtoiminnasta viestiminen ja sisältötyö Urheiluakatemiaohjelma yhteistyössä SUEKin kanssa tuottaa viestinnällistä materiaalia urheiluakatemioiden käyttöön. Urheiluakatemiaohjelma välittää SUEKin tiedotteet verkostolle. Yhteistyössä antidopingtyöstä vastaavien henkilöiden kanssa toteutetaan vuosittain antidopingviestintää ja tarpeen mukaan tehostettua viestintää tai viestintäkampanjoita. Urheiluakatemiaverkostoon kuuluville yläkouluille ja toisen asteen urheiluoppilaitoksiin on tuotettu materiaalia puhtaasta urheilusta ja antidopingasioista (Kasva urheilijaksi, Kehity huippu-urheilijaksi -harjoituskirjat).
Puhtaan urheilun viestikapula Puhtaan urheilun viestikapula haastaa vastaanottajansa edistämään puhdasta urheilua ja sitoutumaan sen arvoihin. Vuosittain Urheiluakatemia tai urheiluoppilaitos haastaa seuraavan toimijan viestikapulan kautta ideoimaan uusia tapoja puhtaan urheilun viestin viemiseksi urheilussa.
Sopimusasiat Jokaisella urheiluakatemiatoiminnassa olevalla urheilijalla ja valmentajalla on kirjallinen sopimus, jossa on maininta puhtaaseen urheiluun sitoutumisesta. Urheiluakatemiaohjelma yhteistyössä SUEKin kanssa tuottaa urheilija- ja valmentajasopimuksiin tarvittavat lausekkeet antidopingtoiminnasta.

Urheiluakatemit

Urheiluakatemioiden on käytössään suunnitelmapohja, jonka avulla urheiluakatemit voivat konkretisoida omat antidopingtyöhön liittyvät toimenpiteensä. Antidopingohjelman seuranta on osa urheiluakatemioiden toiminnan arviointia.

Antidopingtyöstä vastaa urheiluakatemioiden osalta urheiluakatemit koordinaattori tai muu nimetty henkilö.

Toimenpide
Paikallinen viestintä Urheiluakatemia viestii ja kouluttaa antidopingasioista ottaen huomioon eri kohderyhmät: valmentajat, urheilijat, vanhemmat ja koulut. Urheiluakatemia tekee suunnitelman antidopingtoiminnastaan, jossa näkyy vuosittaiset toimenpiteet asiasta viestimiseen. Urheiluakatemiaohjelma yhdessä SUEKin kanssa tuottavat materiaalia viestinnän tueksi.
Puhtaan urheilun viestikapula Vuosittain Urheiluakatemia tai urheiluoppilaitos haastaa seuraavan toimijan viestikapulan kautta ideoimaan uusia tapoja puhtaan urheilun viestin viemiseksi urheilussa. Puhtaan urheilun viestikapula haastaa vastaanottajansa edistämään puhdasta urheilua ja sitoutumaan sen arvoihin.
Käytäntöön vieminen Antidopingasioiden jalkauttaminen tapahtuu urheiluakatemit suunnitelman mukaisesti. Keinoja asioiden jalkauttamiseen ovat mm. luennot, infokirjeet, valmentajien tapaamiset, vanhempainillat. Urheiluakatemia edesauttaa paikallisesti sitä, että verkostoon kuuluvat yläkoulut ja oppilaitokset hyödyntävät puhtaan urheilun materiaaleja ja sisältöjä.

Rakenne, roolit ja kriteerit

Valtakunnalliseen verkostoon ja toimintaansa valtion harkinnanvaraista kehittämisavustusta saavat urheiluakatemit ja valmennuskeskukset on jaettu toiminnan määrän ja tehtävän mukaan kolmeen kategoriaan:

1. Kasvattajaurheiluakatemit
2. Alueelliset urheiluakatemit
 - a. Alueellinen urheiluakatemia
 - b. Alueellinen urheiluakatemia ja valtakunnallinen valmennuskeskus
 - c. Valtakunnallinen valmennuskeskus
3. Valtakunnalliset urheiluakatemit
 - a. Valtakunnallinen urheiluakatemia
 - b. Valtakunnallinen urheiluakatemia ja valtakunnallinen valmennuskeskus
 - c. Olympiavalmennuskeskus

Kasvattajaurheiluakatemia

Tehtävänä on toimia paikallisena ja alueellisena verkostona ja keskuksena erityisesti urheilijan polun valintavaiheessa (yläkouluvaihe ja toinen aste). Tekee aktiivista yhteistyötä paikallisten ja alueellisten urheilutoimijoiden kanssa tavoitteena nuoren urheilijan toimiva ja laadukas arki. Kuuluu Huippu-urheiluyksikön koordinoimaan valtakunnalliseen verkostoon.

Alueellinen urheiluakatemia

Tehtävänä on koordinoida usean lajin paikallista, alueellista tai osin valtakunnallista verkostoa ja keskusta urheilijan polun valintavaiheessa yläkouluissa, toisella asteella sekä huippuvaiheessa. Tekee aktiivista yhteistyötä paikallisten ja alueellisten urheilutoimijoiden kanssa tavoitteena urheilijan toimiva ja laadukas arki ja huippuvaiheessa olevien urheilijoiden kansainvälinen menestyminen. Kuuluu Huippu-urheiluyksikön koordinoimaan valtakunnalliseen verkostoon.

Valtakunnallinen urheiluakatemia

Edellisten tason tehtävien lisäksi toimintaympäristö on useiden lajien valtakunnallisena päivittäisvalmennuksen verkostona ja keskuksena valintavaiheesta huippuvaiheeseen. Valtakunnallinen tehtävä painopistelajeissa ja/tai jollakin osaamisalueella, jonka perusteella on saanut valtakunnallisen statuksen. Tekee aktiivista yhteistyötä paikallisten ja alueellisten urheilutoimijoiden sekä lajiliittojen kanssa tavoitteena urheilijan laadukas arki ja huippuvaiheessa olevien urheilijoiden kansainvälinen menestyminen. Toimii esimerkkinä muille toimijoille ja vastaa kansallisen urheiluakatemiaohjelman kehittämisestä yhdessä Olympiakomitean kanssa. Kuuluu Huippu-urheiluyksikön koordinoimaan valtakunnalliseen verkostoon.

Kaikkia toimijoita koskevat peruskriteerit

Hallinto

- Urheiluakatemiasa hallinnoi oikeustoimikelpoinen taho.
- Urheiluakatemian hallinto noudattaa hyvää hallintotapaa.
- Urheiluakatemiassa on nimetty koordinaattori tai johtaja, jonka työtehtävät ja työaika on määritelty kokopäiväiseksi.
- Urheiluakatemiassa on johtoryhmä.
- Urheiluakatemiassa on strategia, toiminta- ja taloussuunnitelma sekä viestintäsuunnitelma.
- Urheiluakatemian toiminta perustuu yhteistyöhön urheilijan polun eri toimijoiden, kuten seurojen, lajiliittojen, oppilaitosten ja kaupunkien/kuntien kanssa. Urheiluakatemia toimii Huippu-urheiluyksikön koordinoimassa valtakunnallisessa verkostossa ja osallistuu yhteisiin vuosikellon mukaisiin tapaamisiin.

Osaamisen ja laadun kehittäminen sekä kehittymisen seuranta

- Painopistelajien päätoimisilla valmentajilla on kehityssuunnitelma tai osaamisen kehittämisen suunnitelma ja valmentajilla on mahdollisuus työnohjaukseen.
- Työntekijöiden työhyvinvoinnin ylläpitämiseen ja osaamisen kehittämiseen on suunnitelma ja toimintatapa.
- Urheilijoiden kehittymisen seurantaan on olemassa toimintatapa ja painopistelajien valmennusprosessien kehittymistä seurataan yhdessä lajien kanssa.
- Asiantuntijatoiminta on osa valmentajan johtamaa valmentautumisprosessia.

- Valmennustoiminta toteutetaan yhden valmennuksen periaatteella, jossa urheilijan valmennukseen osallistuvat valmentajat ja asiantuntijat tekevät yhteistyötä keskenään ja sopivat vastuunjaosta urheilijan kehittymisen parhaaksi.

Valmennus

KASVATTAJAURHEILUAKATEMIA kriteerit koskevat kaikkia urheiluakatemiaita	ALUEELLINEN URHEILUAKATEMIA edellisten kriteerien lisäksi	VALTAKUNNALLINEN URHEILUAKATEMIA edellisten kriteerien lisäksi
Urheiluakatemia on vähintään viiden lajin paikallinen ja alueellinen verkosto ja valmennuskeskittymä. Kirjallinen kumppanuussopimus viiden lajin kanssa ja niissä järjestetty säännöllistä valmennustoimintaa vähintään 3 kertaa viikossa. Painopistelajeissa päätoimiset valmentajat, jotka ovat mukana urheiluakatemialvalmennuksen toteuttamisessa vähintään 3 kertaa viikossa. Urheiluakatemian painopistelijien lajiharjoittelupaikat ovat urheilijoiden saavutettavissa ja käytettävissä päivittäisharjoitteluun. Kaikkien lajien urheiluakatemaurheilijoilla on oheisharjoitteluolosuhteet saavutettavissa ja käytettävissä päivittäisharjoitteluun. Urheiluakatemian yläkouluissa toteutetaan Kasva Urheilijaksi -linjausten mukaista yleisvalmennusta sekä lajin linjaamaa lajivalmennusta. Urheiluakatemian painopistelajeissa valmentajalla on valmentajan ammatillinen koulutus tai koulutussuunnitelma sen saavuttamiseen.	Urheiluakatemia toimii vähintään viiden valtakunnallisen painopistelijan alueellisena tai valtakunnallisena keskuksena. Valtakunnallisella painopistelijalla tarkoitetaan huippu-urheiluyksikön tehostamistuen, nuorten Olympiavalmentajatuen tai Olympiavalmentajatuen kautta tuettavia lajeja. Urheiluakatemialla on vähintään viiden valtakunnallisen painopistelijan kanssa kirjallinen sopimus ja lajit ovat nimenneet ko. urheiluakatemian lajinsa painopisteakatemiaksi. Jokaisessa valtakunnallisessa painopistelijassa on vähintään yksi päätoiminen valmentaja, joka on valittu tehtävään yhdessä lajiliiton kanssa.	Jokaisessa valtakunnallisessa painopistelijassa on ammattimaisesti toimiva valmennustiimi, jonka johtamisesta vastaa lajiliiton ja urheiluakatemian yhdessä nimeämä päätoiminen valmentaja. Urheiluakatemia tekee määriteltä kansainvälistä yhteistyötä. Urheiluakatemialla on nimetty päätoiminen valmennuspäällikkö

Urheiluakatemialla on säännöllisesti kokoontuva valmentaja- ja asiantuntijayhteisö. Valmentajat ovat mukana lajin kansallisessa valmennusjärjestelmässä ja asiantuntijat valtakunnallisessa asiantuntijaverkostossa. Toiminnasta on kirjallinen suunnitelma ja toteutus on dokumentoitu. Urheiluakatemialvalmentaja on mukana urheilijan kaksoisuran toteuttamisesta.		
---	--	--

Kaksoisura ja oppilaitosyhteistyö

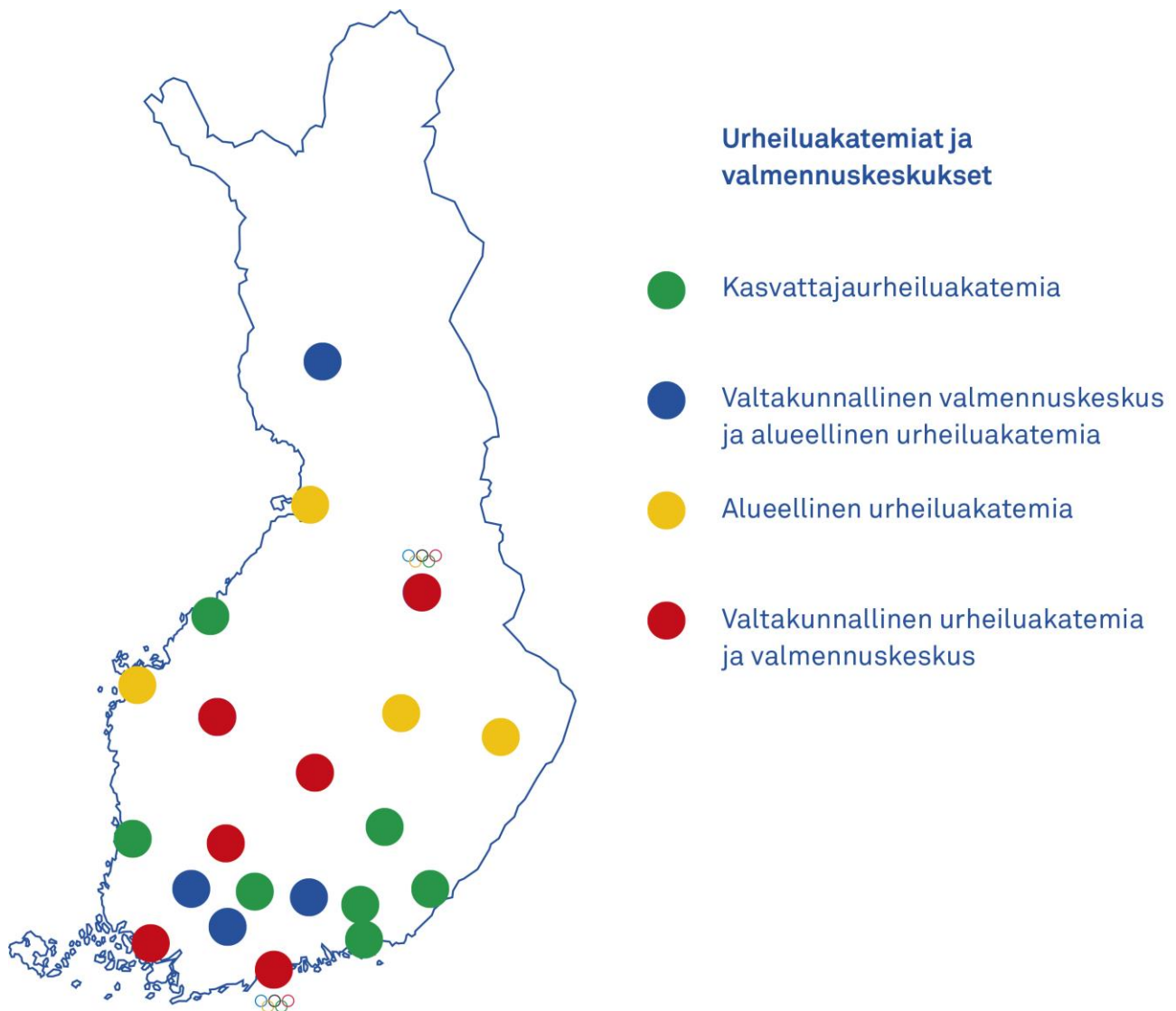
KASVATTAJAURHEILUAKATEMIA kriteerit koskevat kaikkia urheiluakatemiaa	ALUEELLINEN URHEILUAKATEMIA edellisten kriteerien lisäksi	VALTAKUNNALLINEN URHEILUAKATEMIA edellisten kriteerien lisäksi
Urheiluakatemialla on kirjallinen kumppanuussopimus vähintään viiden yläkoulun kanssa, jossa noudatetaan Suomen Olympiakomitean linjaamaa yläkouluohjeistoa. Yläkouluista vähintään yksi on urheiluyläkoulu. Urheiluakatemia toimii oman alueensa yläkoulutoiminnan koordinoijana ja urheiluakatemialla on seutukuntatyöhön toimenpidesuunnitelma. Urheiluakatemialla on kirjallinen kumppanuussopimus vähintään yhden paikallisen lukion ja toisen asteen ammatillisen oppilaitoksen kanssa. Kumppanuussopimuksissa on sovittu oppilaitoskohtaisesti urheiluakatemiatuominnasta vastaavasta henkilöstä, urheilijalle kohdennetusta yksilöllisestä opinto-ohjauksesta sekä mahdollisuudesta koulupäivän	Urheiluakatemialla on kirjallinen sopimus vähintään yhden yliopiston ja yhden ammattikorkeakoulun kanssa, mikä mahdollistaa joustavat opiskelumahdollisuudet urheilu-uran ohessa. Urheiluakatemian yhteydessä toimii vähintään yksi virallinen toisen asteen erityisen tehtävän urheiluoppilaitos.	Huippu-urheiluyksikön tukiurheilijat kirjaavat kaksoisurasuunnitelman Urheilijan Pulssi tietokantaan. Uraohjauksesta vastaa tehtävään kouluttautunut ammattilainen. Psyykkisen valmennuksen asiantuntijatoimintaa tarjotaan myös urasiirtymässä.

yhteydessä tapahtuvaan harjoitteluun.		
---------------------------------------	--	--

Asiantuntijatoiminta

KASVATTAJAURHEILUAKATEMIA kriteerit koskevat kaikkia urheiluakatemiaa	ALUEELLINEN URHEILUAKATEMIA edellisten kriteerien lisäksi	VALTAKUNNALLINEN URHEILUAKATEMIA edellisten kriteerien lisäksi
Urheiluakatemiaan asiantuntijaverkosto on luotu ja toimintatapana on vahvistaa valmentajien osaamista ja kohdentaa tukitoimet urheilijoiden arkeen. Urheiluakatemiassa on kumppanuussopimus vähintään yhden lääkärikeskuksen tai lääkärin kanssa. Urheiluakatemiatoiminnassa on mukana fysioterapeutti, fyysisen valmennuksen ja psyykkisen valmennuksen asiantuntija, jotka toimivat valtakunnallisesti sovittujen toimintatapojen mukaan osallistuvan asiantuntijuuden periaatteella. Urheiluakatemiaan asiantuntijat ovat osa valtakunnallista asiantuntijaverkostoa.	Osallistuva asiantuntijatoiminta on prosessi, joka on suunnitelmallista ja osana päivittäisvalmennusta. Urheilijan on mahdollisuus saada lääkäriin yhteys 24 tunnin kuluessa vammasta tai oireesta. Lääkärin tekemä urheilijan terveystarkastus on suunniteltu lajin vaatimusten ja ikätason mukaan ja toteutetaan yhteistyössä fysioterapeutin ja valmennuksen kanssa. Urheiluakatemiassa toimii ravitsemusvalmennuksen asiantuntija painopistelajien valmennusprosesseissa.	Urheiluakatemiatoiminnan piirissä on yksi tai useampi päätoiminen urheilulääkäri. Urheiluakatemiassa toimii yksi tai useampi päätoiminen urheilupsykologi tai psyykkinen valmentaja. Urheiluakatemiassa toimii yksi tai useampi päätoiminen urheilufysioterapeutti. Urheiluakatemiassa toimii yksi tai useampi päätoiminen fysiikkavalmentaja. Urheiluakatemiassa toimii yksi tai useampi ravitsemusasiantuntija tai -terapeutti. Urheiluakatemiaan asiantuntijat toimivat osana urheilijan valmennustiimiä kliinisen työn ja kehitystyön lisäksi. Tiimityöskentelyssä terveydenhuollon suunnitelma, vamma- ja oireseuranta, tiedonkulku urheilijalta ja valmentajalta terveydenhuoltoon, kuntoutuksen ja sairaanhoidon hoitopolku ja roolijako on suunniteltu ja yhteisesti sovittu. Tiimin vuorovaikutus on jatkuvaa. Urheilijoiden terveystarkastusten ajankohta ja tiheys on suunniteltu yhdessä lajin kanssa lajin vaatimusten mukaan.

		Urheiluakatemian asiantuntijat osallistuvat valtakunnallisiin verkostotapaamisiin ja koulutuksiin sekä jatkokouluttautuvat oman alansa seminaareissa vuosittain. Asiantuntijat toimivat yhteistyössä paikallisen terveydenhuollon verkoston ja valtakunnallisen urheilulääketieteen verkoston kanssa. Asiantuntijatoiminnan suunnitelma ja vaikuttavuuden seuranta käydään vuosittain läpi verkostosta vastaavien vastuuhenkilöiden kanssa.
--	--	--



Johtaminen

Valtakunnallisessa toimintaympäristöverkostossa toimii hallinnollisesti itsenäisiä urheiluakatemiaa ja valmennuskeskuksia, joiden yhteistä verkostotoimintaa johtaa Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelma. Verkoston toimijat sitoutuvat toiminnassaan noudattamaan verkoston yhdessä sovittuja linjauksia, päätöksiä ja toimintatapaa.

Olympiakomiteassa urheiluakatemiaohjelma on yksi Huippu-urheiluyksikön ohjelmista. Urheiluakatemiaohjelmalla on johtaja ja erikseen määritelty määrä asiantuntijoita vastaamassa verkostolle keskeisistä asiakokonaisuuksista.

Huippu-urheiluyksiköllä ja valtakunnallisessa roolissa olevilla urheiluakatemiaa ja valmennuskeskuksilla on kirjallinen sopimus yhteistyöstä ja toiminnan kehittämisestä.



Rahoitus

Urheiluakatemioiden rahoitus koostuu paikallisesta ja valtakunnallisesta rahoituksesta. Paikallinen rahoitus muodostaa valtaosan toiminnan rahoittamisesta. Valtakunnallista rahoitusta myönnetään johtamiseen ja koordinointiin, asiantuntijatoimintaan sekä osaamisen kehittämisen erityistehtäviin.

Valtakunnallista urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten harkinnanvaraista kehittämisavustusta myöntää vuosittain Opetus- ja kulttuuriministeriö. OKM pyytää rahoituksen kohdistamisesta asiantuntijalausunnon Olympiakomitean Huippu-urheiluyksiköltä, johon pohjautuen OKM tekee päätökset.

Olympiakomitean Huippu-urheiluyksikkö myöntää lajien huippu-urheilun tehostamistuet. Näillä tuilla pyritään myös ohjaamaan rahoitusta lajien asiantuntijatoiminnan tehostamiseen valituissa urheiluakatemoissa ja valmennuskeskuksissa.

Terminologia

Lajiliitto – Lajiliiton muodostavat sen jäseninä toimivat paikalliset urheiluseurat. Lajiliitto vastaa oman lajinsa kehittämisestä, menestyksestä, kilpailutoiminnasta ja johtamisesta.

Urheiluseura – Urheiluseura koostuu henkilöjäsenistä. Jäsenet päättävät ja toimivat seurassa. Seurassa voi harrastaa myös ilman jäsenyyttä.

Suomen Olympiakomitea – Olympiakomitean muodostavat kansalliset urheilun lajiliitot ja muut kansalliset liikunta- ja urheilujärjestöt. Olympiakomitea vastaa jäsentensä liikunnan ja urheilun yhteisistä asioista.

Huippu-urheiluyksikkö – Olympiakomitean yksikkö, joka vastaa suomalaisen huippu-urheilun johtamisesta ja koordinoinnista

Urheiluakatemiaohjelma – Huippu-urheiluyksikön ohjelma, joka vastaa urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten valtakunnallisen verkoston johtamisesta ja koordinoinnista

Valmennuskeskus – Urheiluopistojen huippu-urheilutoiminnan järjestämiseen ja kehittämiseen keskittyvä yksikkö

Urheiluakatemia – Paikallisen urheilun verkostotoiminnan koordinoija

Urheiluoppilaitos – 2. asteen virallisen valtakunnallisen urheilun erityistehtävän saanut lukio tai ammatillinen oppilaitos. Järjestelmää pyritään laajentamaan yläkouluihin

Asiantuntija – Oman erityisalan osaaja, joka työllään tuo lisäarvoa urheilijan valmentautumisen kehittämiseen

Kaksoisura (dual career) – Urheilun ja opiskelun tarkoituksenmukaista yhdistämistä kuvaava kansainvälinen termi

Historia

1986 Urheiluoppilaitosjärjestelmän kokeilulupa (6 lukiota, 4 ammattioppilaitosta)

1989 Urheiluopistojen valmennuskeskustoiminta järjestäytyy

1994 Urheiluoppilaitosjärjestelmälle virallinen erityinen tehtävä (12 lukiota)

2001 Ammattioppilaitoksille virallinen erityinen tehtävä osana urheiluoppilaitosjärjestelmää (10 ammattioppilaitosta)

2001 Ensimmäinen Urheiluakatemia aloittaa toimintansa Oulussa

2007 Olympiakomitean ottaa valtakunnallisen koordinaatiovastuun Urheiluakatemiaista

2008 Urheiluakatemioiden auditointi -> 10 akatemialle huippu-urheiluakatemian status

2010-2013 Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma

2010-2012 Huippu-urheilun muutostyö: Urheiluakatemiaohjelma, Huippuvaiheen ohjelma, Osaamisohjelma

2013 Huippu-urheiluyksikkö aloittaa toimintansa osana uudistunutta Olympiakomiteaa

2013 Urheiluakatiatoiminnan Ohjeisto 1.0 käyttöön

2016 Urheiluopistojen valmennuskeskukset ja urheiluakatemit muodostavat yhteisen toimintaympäristöverkoston

2016 Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten roolitus kasvattajiin, alueellisiin ja valtakunnallisiin toimijoihin

2017 Ammatillisen koulutuksen reformi -> urheilun erityistehtävä (15 ammattioppilaitosta)

2018 Urheilulukioiden uudet toimiluvat viralliseen erityistehtävään (15 urheilulukiota)

2020 Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten Ohjeisto 2.0 käyttöön

Valmennuskeskusten erilliset kriteerit

Valmistuu 5/2020 mennessä

Paikalliset lisäykset tarvittaessa

Urheiluakatemian omat kirjaukset toiminnan kehittämisestä ja linjaamisesta