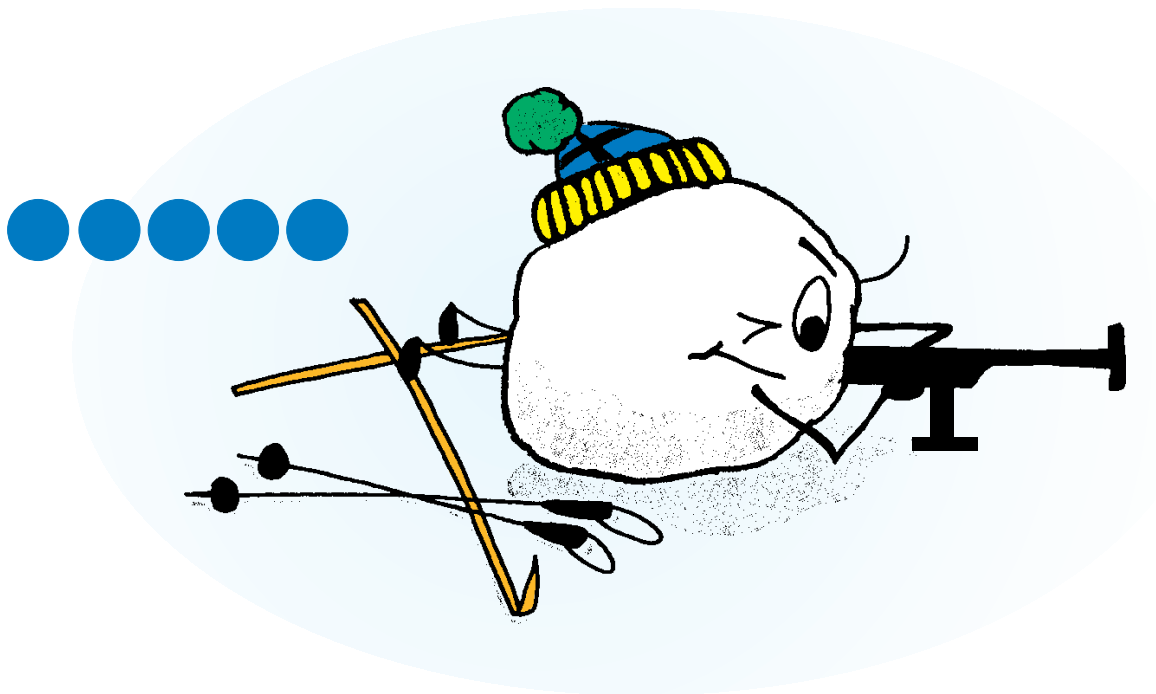


SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION



OHJAAJAN OPAS

**SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION**

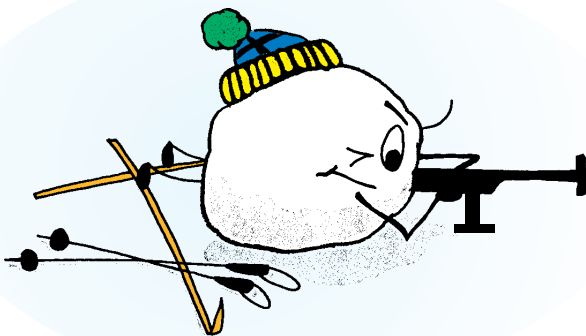
Suomen Ampumahiihtoliitto ry

**Oppaan aineisto koottu
Ohjaajanopas 1-2
Ampumahiihdon valmennusopas**



**Oppaitten toteuttajat
Esa Haapala
Heikki Haimi
Urpo Honka-Hallila
Heikki Oksman**

**Piirroksiset
Lasse Hellsten
Juhani Kupsanen**



Tämän oppaan kokoaminen

SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Tämä opas on tarkoitettu nuorten alle 15 vuotiaiden ohjaajille ja heidän vanhemmilleen auttamaan käytännön ohjaustyössä.

Nuori Suomi-ohjelman yhteiset periaatteet

- lapsi keskipisteenä
- ole kannustava
- luo myönteinen ilmapiiri
- ole kannustava
- luo kaikille tasavertaiset olosuhteet
- huomioi kaikki tasapuolisesti



Tämän osan voit suorittaa alueellasi toimivan Suomen Urheilun ja Liikunan piirien kautta



SÄHÄKÄT

alle 15v

Me urheilemme, koska on mukavaa olla yhdessä kavereiden kanssa ja oppia ampumahiihtoa.

Kunt toimit ampumahiihdon ohjaajana, olet ryhmällesi esimerkki, opettaja, kasvattaja, kannustaja, kaveri.....
Teet vastuullista ja arvokasta työtä.

Lapsi keskipisteenä
Toimiminen lapsi keskipisteenä tarkoittaa, että hyväksymme lapsen oikeuden toteuttaa omia tarpeitaan ja toiveitaan myös urheilussa.



Kannusta - älä lannista.
Myönteisellä ja kannustavalla ohjaamistavalla saat lapset viihtymään urheilun parissa, tärkeintä ei ole voitto vaan osallistuminen.



14.-15
Pallo sankoon ei sakkoja, jos ohi niintuli sakkoja.

SÄHÄKÄT
alle 15v

MONIPUOLISUUS

Monipuolisten urheilun ja liikunnan perustaitojen oppiminen on jokaisen lapsen oikeus.

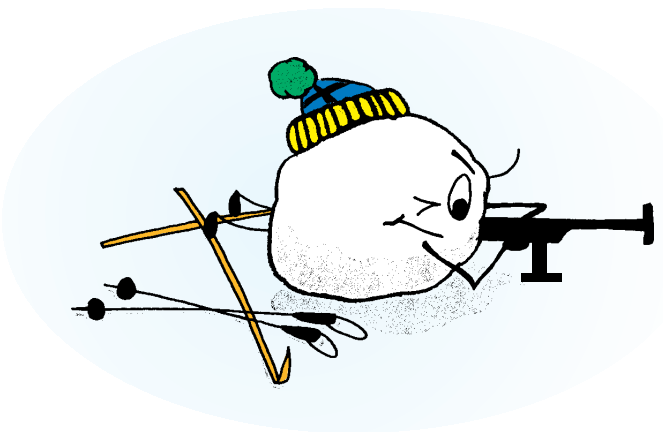
KASVATUS URHEILUN AVULLA

Urheilu eri tilanteineen tarjoaa erinomaisen mahdollisuuden lasten ja nuorten kasvun ohjaukseen. Kasvattamalla urheilun avulla lapsista hyväkäytöksiä, itseensä luottavia ja urheilulliset (liikunnalliset) elämäntavat omaksuneita kansalaisia teemme mainetekoja urheilulle ja kokoa yhteiskunnalle.



LEIKINOMAISUUS

Lapset elävät leikin maailmassa. Leikien avulla he oppivat uusia taitoja. Samalla he oppivat toimimaan ryhmässä. Urheilu tarjoaa erinomaisen mahdollisuuden ohjata lasten kasvua leikkien, pelien ja kisailujen avulla.



SÄHÄKÄT
alle 15v

OHJAAJALLE OPAS, KOULUTUSTA JA KANNUSTEITA

Suomen Ampumahiihtoliitto on tehnyt tämän oppaan sinun avuksesi ohjatessasi lapsia ja nuoria. Oppaan lisäksi et tarvitse kuin ryhmän lapsia ja itseltäsi intoa ja rohkeutta toimia yhdessä lasten kanssa.

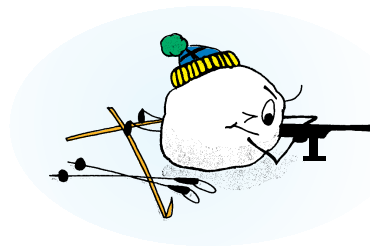
Lisää tietoa ja taitoja saat Nuori Suomi -ohjaajakursseilta. Kysy kursseista SUL:n aluetoimistoista, SAHL:stä tai seuroista.



- ★ ARVOSTAN JOKAISTA RYHMÄNI LASTA
- ★ OLEN ESIMERKKI LAPSILLE JA TOIMIN SEN MUKAISESTI
- ★ VAALIN HYVIÄ KÄYTÖSTAPOJA
- ★ EN TUOKSU TUPAKALLE, ENKÄ KÄYTÄ NUUSKAA
- ★ EN HYVÄKSY "VILTTIKETJUJA" VAAN ANNAN KAIKILLE MAHDOLLISUUDEN OSALLISTUA



Peleissä kehittyä monipuolisuus



MITEN TOIMIT NUORTEN KANSSA

Harjoittelu elämää varten tapahtuu leikkien kautta. Liikuntaleikit ovat erinomaisia keinoja lasten kasvun ohjaamisessa. Niiden avulla lapsi oppii toimimaan ryhmässä, noudattamaan ohjeita ja sääntöjä.

Urheilun perustaitoja opetettaessa leikinomaiset harjoitukset tuottavat parhaan tuloksen, kunhan ne vain on valittu huolellisesti tavoitteiden suunnassa. Alle 12-vuotias ei viihdy yksitoikkoisten harjoitusten parissa.

