

Napsu

-nuorisoprojekti

Kohti taitomerkkejä

SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION



Kohti taitomerkkejä: Seuravalmennuksen kehittäminen ja yhtenäinen nuorisotyö suomalaisessa ampumahiihdossa

- Tausta vuoden 2018 seurapäiviltä
- Materiaalien ja koulutusten esittely
- Mitä taitomerkit ovat
- Tarvittavat toimenpiteet
- Seurojen palaute taitomerkeistä, materiaaleista ja seuravalmennuksen kehittämisestä



Lajin kokeileminen: Napsu Leiri

- **Materiaali:** Turvallisuus- ja ammunnan perusteet esitys, mainokset ja diplomit sekä ohjaajakoulutuksen materiaalit
- [Biathlon.fi/materiaalit](https://biathlon.fi/materiaalit) (tulossa)
- [Lumilajitliikuttavat.fi](https://lumilajitliikuttavat.fi)
- **Koulutus:** Ampumahiihdon ohjaajakoulutus



Harrastuksen aloittaminen: Tuiskun ampparikoulu

- **Materiaali:** Tuiskun amppariohjaajan opas, tuntisuunnitelmat (kesä ja talvi), mainokset, passit ja diplomit
- Lumilajitliikuttavat.fi
- **Koulutus:** Ampumahiihdon ohjaajakoulutus, valmentajakoulutus 1



Lajin harrastaminen: Makuuammunta

- **Materiaali:** Alle 15-vuotiaiden ampumaharjoittelu, Tuiskun tuntisuunnitelmat, lumilajitliikuttavat.fi
- **Tulossa:**
 - Ampumahiihdon valmennuslinja
 - Alle 15-vuotiaiden ampumaharjoittelun videomateriaali
 - Eri-ikäisten harrastajien ammunnan- ja fysiikkaharjoittelun ohjeistus tavoitetasotesteineen
- **Koulutus:** valmentajakoulutus 1



Lajin harrastaminen: Pystyammunta

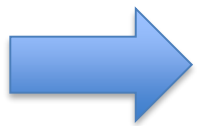


- **Materiaalia tulossa:**
 - Ampumahiihdon valmennuslinja
 - Yli 15-vuotiaiden ampumaharjoittelun ohjeistus
 - Materiaalin tuottaminen videoina
 - Eri-ikäisten harrastajien ammunnan- ja fysiikkaharjoittelun ohjeistus tavoitetasotesteineen
- **Koulutus:** valmentajakoulutus 2, 3 ja VAT



Taitomerkit ampumahiihdossa

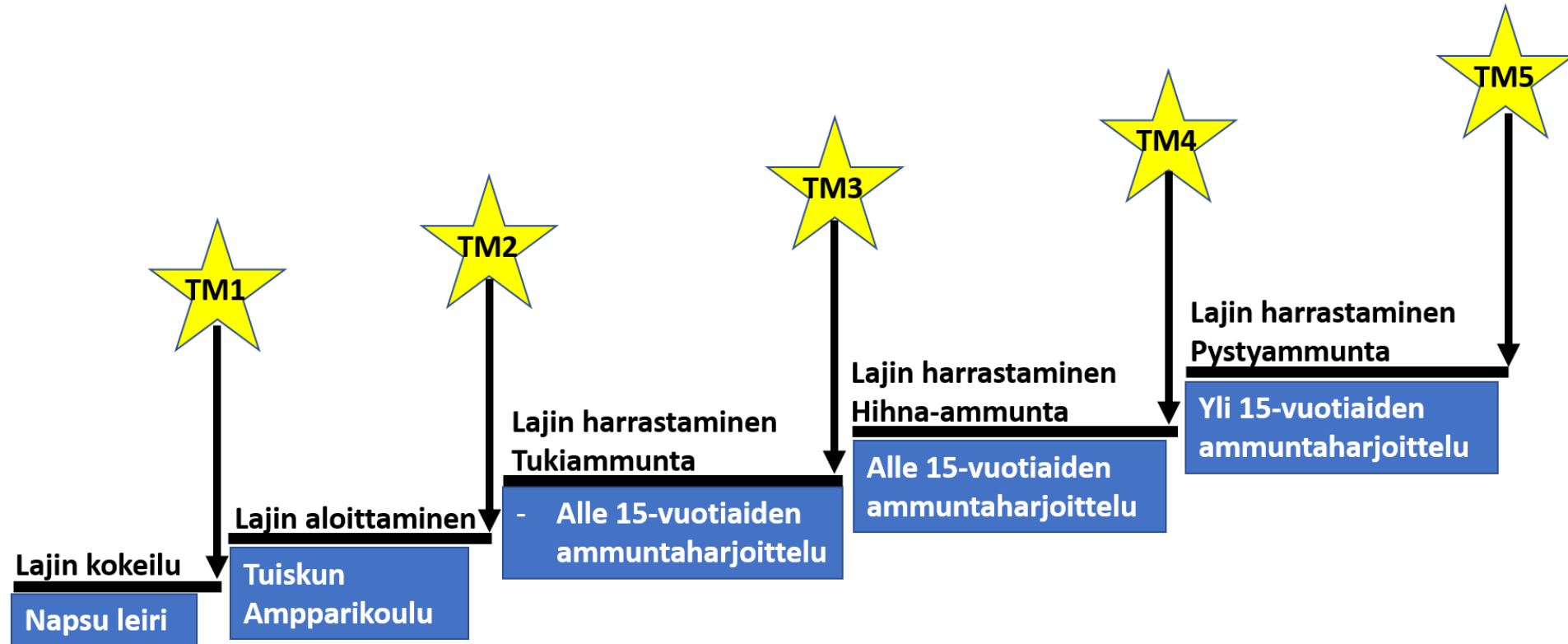
- Taitomerkeillä urheilija/valmentaja pystyy seuraamaan taitojen kehittymistä
- Taitomerkit koostuvat useista lajitaitoja vaativista osioista, joita voi suorittaa oman kehityksen tahtiin
- Hyväksytyt suoritukset perustuvat Liiton valmennuslinjan mukaisiin materiaaleihin ja näissä opastettuihin oikeisiin suorituksiin



Yhtenäinen nuorisotyö ja valmennuslinja suomalaisessa ampumahiihdossa



Taitomerkit ampumahiihdossa



Lajitaito esimerkki: Ampuma-asento

Makuuasento

Hyväksytty suoritus, kun urheilija onnistuu ottamaan oikean ampuma-asennon 7/10

Päivämäärä ja valmentajan allekirjoitus

TARRA



EKOASEAMMUNTA MAKUULTA TUELLA

Ampuma-asennon ottaminen:

Aseen perä tukevasti
olkapäätä vasten.

Oikea jalka samassa linjassa
aseen piipun kanssa.

Sauvojen paikka: helposti
saatavilla ampuma-asentoon
vaikuttamatta



Seurojen näkemys taitomerkeistä

- **Materiaalien tuottaminen:**
Kuinka moni seura sitoutuu ottamaan materiaalit ja taitomerkit käyttöönsä?
- **Materiaalit ja koulutukset:**
Mitä materiaaleja ja koulutuksia seura tulee hyödyntämään ja miten se näkyy käytännössä?
- **Seuravalmennuksen kehittäminen:** Toiveet ja odotukset seurakäynneille





Nuorisoprojekti
feat. "Napsu"