

# **FUTISVALMENTAJAN STARTTI / YLÖJÄRVI 2019**

## **SU 19.5.2019 OHJELMA**

9.30 – 10.00 Tervetuloa koulutukseen

10.00 – 11.00 Huippuharjoitus

11.00 – 11.30 Yhden harjoituskerran suunnittelu alkaa

11.45 – 12.30 Lounas

12.30 – 13.30 Harjoitusten suunnittelu pienryhmissä

13.30 – 14.30 Kuinka valmennan taidot

15.00 – 17.00 Harjoitusten johtamiset pienryhmissä

17.00 – 17.30 Reflektointi ja välitehtävä

**Kokemuskortin ensimmäiset tehtävät**

**Minä Valmentajana verkkomoduuli**

**Turvallisuus verkkomoduuli**

**HST-työkalun asentaminen ja harjoitteen suunnittelu**

## **KE 29.5.2019 OHJELMA**

17.30– 18.30 Tervetuloa toiselle lähijaksolle, itsenäisen jakson purku

18.30 – 19.45 Oppiminen

19.45 – 21.00 Alustus harjoitetyyppeihin, harjoitteiden suunnittelun aloitus/teemojen jako

**Kokemuskortin seuraavat tehtävät**

**Harjoitteiden suunnittelu seuraavaa kertaa varten**

## **KE 12.6.2019 OHJELMA**

17.30 - 18.00 Kokoontuminen kentälle ja päivän ohjelman läpikäynti, harjoitteiden valmistelu kentällä

18.00 – 20.30 Harjoitteiden johtaminen ja tutoroinnit pienryhmissä

20.30 – 21.00 Oppimisen tarkistaminen, reflektointi ja jatkosteipit

**Fysiikkaharjoittelun ennakkomateriaaliin tutustuminen**

### **T0 27.6.2019 OHJELMA**

16.45 – 17.00 Kuulumiset itsenäiseltä jaksolta ja isoimman opin jakaminen

17.00 – 18.00 Fyysisen valmennuksen kokonaisuus, yleinen liikunnallisuus ja havaintomotoriikka

18.30 – 20.30 Havaintomotoriikka käytännössä

20.30 – 21.00 Reflektointi ja jatkosteipit