

Ohjaajaksi Keski-Uudenmaan Yleisurheiluun

Rekrytointi

Hae ohjaajaksi seuraamme tulevaksi kesäksi **oheisen linkin kautta 31.1. mennessä**:

<https://www.yleisurheilurekisteri.fi/ilmo.asp?g=XUSYC7KCRX3TE64HAZS4>

- Olemme yhteydessä jokaiseen hakijaan viim. 25.2. mennessä.
- Uudet ohjaajat tullaan haastattelemaan vko:n 6 ja 7 aikana.
- Myös nykyisten ohjaajien pitää täyttää rekrytointilomake.
- Kaikkien kesän ohjaajiksi valituiden pitää osallistua yhteisiin koulutustilaisuuksiin, Järvenpäässä.
- Uusille ohjaajille tarjotaan mahdollisuus osallistua lasten yleisurheiluohjaajan kurssille.
- Edellytämme ohjaajalta vähintään 15-vuoden ikää! Apuohjaajalta 14-vuoden ikää!

Koulutukset

- uudet ohjaajat tulevat seuraamaan sovitun ryhmän harjoituksia kaksi kertaa ja tehdä ennakkotehtävät seuranta varten, sekä suunnitella ja ohjata yksi ohjaus sovitulle ryhmälle
- muista koulutuksista julkaisemme päivämäärät myöhemmin

Palkka

10€/h	liikuntaleikki-, yukoulu- ja harjoitusryhmän –ohjaajat
15€/h	koulutettu täysi-ikäinen liikuntaleikkikouluohjaajat
7€/h	yleisurheilu- ja liikuntaleikkikoulun apuohjaajat (vähintään 14-vuotta täyttänyt)
9,5€/h	kesän urheiluleirin vastuuhjaajat (vähintään 18-vuotias)
8€/h	kesän urheiluleirin apuohjaaja (vähintään 15-vuotta täyttänyt)

Palkka sisältää suunnittelun ja ohjatun tunnin. Emme maksa kilometrikorvauksia (km-korvaukset on mahdollista hakea verottajalta).

Sitoutuminen

- Toivomme, että sitoudut ohjaamaan seurassamme vähintään kesäkaudeksi (touko-syyskuu).
- Kouluttamme kaikki uudet ohjaajat vähintään seuran sisäisillä koulutuksilla, sekä mahdollisuuksien mukaan lasten yleisurheiluohjaajaksi tai liikuntaleikkikouluohjaajaksi.
- Jokainen ohjaaja allekirjoittaa työsopimuksen ennen kesäkauden alkua.
- ohjaukset alkavat viimeistään 2.5.2017
- voit hakea pelkästään kesäleiriohjaajaksi tai jatkuvien ryhmien ohjaajaksi

Tiedustelut

Piia Jänntti, nuorisopäällikkö

nuoriso.kuy@saunalahti.fi tai 045-8936705

www.kuy.fi



Ryhmät

Liikuntaleikkikoulu (Kerava, Järvenpää, Tuusula, Kellokoski, Jokela)

Liikuntaleikkikoulussa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä, yhdessäoloa sekä kokee oivaltamisen iloa ja onnistumisen elämyksiä. Liikuntaleikkikoulu kehittää lasten perusliikuntataitoja ennen varsinaisten urheilun lajitaitojen opettelua. 4-vuotiaille sekä 5–6-vuotiaille tarkoitettut ryhmät kokoontuvat kerran viikossa ja kerran kuukaudessa vanhemmat ovat mukana suosituilla perhetunneilla. Yhteistunnit tarjoavat vanhemmille runsaasti vinkkejä yhdessä liikkumiseen myös kotona. Talvella harjoituksen kesto on 45min ja kesällä 60min.

Yleisurheilukoulu 7-8-vuotiaat (Kerava, Järvenpää, Tuusula, Kellokoski, Jokela)

Ryhmä harjoittelee kaksi kertaa viikossa. Ryhmässä harjoitellaan yleisurheilulajeja leikin varjolla ja totutellaan kisailemaan. Harjoitustunnin kesto on 60min.

Yleisurheilukoulu 9-10-vuotiaat (Kerava, Järvenpää, Tuusula, Kellokoski, Jokela)

Ryhmä harjoittelee kaksi-kolme kertaa viikossa. Harjoituksissa on jo hieman enemmän lajeihin pureutuvaa monipuolista harjoittelua ja toivottavasti lähdetään vähän useammin kisoihin. Harjoitustunnin kesto 60min.

11-12-, 13-14- tai 15-17-vuotiaiden harjoitusryhmät (Järvenpää, Tuusula)

Ryhmä harjoittelee kaksi kertaa viikossa. Ryhmässä harjoitellaan ottelupohjaisesti ja juoksupainotteisesti käyden läpi eri lajien tekniikoita. Jokainen tekee kuitenkin tasonsa mukaisesti. Tähän pääsevät mukaan vasta-alkajatkin tai toisen lajin ohella harjoittelevat. Harjoitustunnin kesto 90min.

18-24-vuotiaiden harjoitusryhmä (Järvenpää)

18-24 vuotiaille tarkoitettu harjoitusryhmä on tarkoitettu nuorille aikuisille jotka haluavat ehkä aloittaa uuden harrastuksen tai palata vuosien jälkeen yleisurheilun pariin, mutta eivät välttämättä halua kilpailla aktiivisesti.

Tästä ryhmästä on mahdollisuus siirtyä aikuisten yleisurheilukouluun tai niin halutessaan myös valmennusryhmiin. Harjoituksia järjestetään ympärivuoden kerran viikossa. Harjoituksen kesto 90min

Kesän urheiluleirit 05-09-syntyneille (Järvenpää, Tuusula)

Urheiluleiri on tarkoitettu kaikille yli 8-vuotiaille (05-09syntyneille), jotka haluavat viettää alkukesän liikunnan parissa kivassa seurassa hikoillen ja nauraen! Viikon aikana leiriläinen pääsee kokeilemaan yleisurheilulajien lisäksi monia muita urheilulajeja ja leiriviikon päätteeksi järjestetään leikkimieliset olympialaiset. Leirin lajit suunnitellaan ohjaajien kanssa yhdessä. Leirit järjestetään viikoilla: 23 ja 24 klo 9.00-16.00.

Tsemppiryhmä (Järvenpää, Tuusula)

Ryhmään valitaan 9-12 vuotiaita urheilijoita Yleisurheilukouluryhmäikäisistä tai harjoitusryhmästä. Harjoituksia on kolme kertaa viikossa aina puolitoista tuntia kerrallaan. Ryhmän ohjaajaksi pääsevät vain kokeneet ohjaajat.