

OSAAMISEN ARVIOINTI		ARVIOINNIN KOHTEET JA AMMATTITAITOVAATIMUKSET		OSAAMISEN HANKKIMINEN
Ammaattiosaamisen näyttö	Arviointisuunnitelma	Huom! Aiemmin hankittu osaaminen on tunnistetaan ja tunnustetaan ennen osaamisen hankkimisvaihetta		Miten ja missä osaamista hankitaan? Miten opetuksella ja ohjauksella tuetaan osaamisen hankkimista? Miten osaamisen edistymistä seurataan (= oppimisen arviointia)?
Näytön kuvaus Opiskelija tai tutkinnon suorittaja osoittaa ammattitaitonsa omassa valmennus- ja kilpailutoiminnassaan. Hän osallistuu Lapin Urheiluakatemia ja edustamansa seuransa kilpailutoimintaan. Hän osallistuu valmennus- ja kilpailutoiminnan suunnitteluun yhdessä lajivalmentajansa ja/tai Lapin Urheiluakatemia lajivalmentajan kanssa. Hän pitää harjoitus- ja kilpailupäiväkirjaa, joissa hän analysoi harjoitus- ja kilpailusuorituksiaan. Lisäksi hän täyttää tavoitematriisin sekä elämisen osaamisen arviointikaavakkeen, joissa hän analysoi tavoitteellisuuttaan sekä elämän hallintaansa. Työtä tehdään siinä laajuudessaan, että ammattitaidon voidaan todeta vastaavan ammattitaitovaatimuksia.	Arvioidaan ammattiosaamisen näytöllä	1. Työprosessin hallinta Valmentautuminen <input type="checkbox"/> Ajanhallinta <input type="checkbox"/> Kilpaileminen •	Tavoitteena on urheilijan lajiharjoittelun tehostaminen ja harjoittelun seurannan korostaminen. Urheilija	Opiskelija/tutkinnon suorittaja hankkii tutkinnon osan ammattitaitovaatimusten mukaista osaamista urheiluvalmennuksessa ja kilpailutoiminnassa lajille ominaisissa harjoitus- ja kilpailutilanteissa sekä – paikoissa. <ul style="list-style-type: none"> • Tehostetussa urheiluvalmennuksessa urheileminen • Kilpailutoimintaan osallistuminen
	Arvioidaan ammattiosaamisen näytöllä	2. Työmenetelmien, välineiden ja materiaalien hallinta Ryhmässä toimiminen <input type="checkbox"/> Lajitekniinen osaaminen <input type="checkbox"/> Kilpailuanalyysi <input type="checkbox"/> Kilpailupäiväkirja	- elämän osaamisen syventäminen - toteuttaa omaa tehostettua lajiharjoittelua esim. harjoitusleirien aikana - tekee harjoittelun seuranta harjoituspäiväkirjan avulla	
	Arvioidaan ammattiosaamisen näytöllä	3. Työn perustana olevan tiedon hallinta Yleinen valmennusoppi <input type="checkbox"/> Lajivalmennus <input type="checkbox"/> Valmennuksen tukitoimet <input type="checkbox"/> Kilpailunaikainen fysiologia <input type="checkbox"/> Kilpailunaikainen psykologia <input type="checkbox"/> Kilpailun aikainen taktiikka <input type="checkbox"/> Tukitoimet	Tavoitteena on urheilijan kilpailuominaisuuksien ja kilpailuihin valmistautumisen kehittäminen Urheilija	
	Arvioidaan ammattiosaamisen näytöllä	4. Elinikäisen oppimisen avaintaidot Vuorovaikutus ja yhteistyö	- osallistuu opintojen aikana kymmeneen kilpailuun tai otteluun - pitää kilpailupäiväkirjaa ja analysoi omia kilpailusuorituksiaan ja kilpailuihin valmistautumista	
Näytön arviointi:				

Rovaniemen koulutuskuntayhtymä
Lapin urheiluopisto
Liikunnanohjauksen perustutkinto
Voidaan valita kaikkiin perustutkintoihin

Tutkinnon osa
Urheilijana kehittyminen

Osaamis-
pisteet **15**
- josta
työssäopp. **10**
Koodi: LIO39XX

Opetussuunnitelma
tutkinnon osan toteuttamisesta

Hyväksymismerkinnät 2 (5)
Näyttö-
jaos 24.2.2015
Päätös: UOPI C12/2015

OSAAMISEN ARVIOINTI		ARVIOINNIN KOHTEET JA AMMATTITAITOVAATIMUKSET	OSAAMISEN HANKKIMINEN	
Ammaattiosaamisen näyttö	Arviointisuunnitelma	Huom! Aiemmin hankittu osaaminen on tunnistetaan ja tunnustetaan ennen osaamisen hankkimisvaihetta	Miten ja missä osaamista hankitaan? Miten opetuksella ja ohjauksella tuetaan osaamisen hankkimista? Miten osaamisen edistymistä seurataan (= oppimisen arviointia)?	
Tutkinnon osan arvosanan muodostuminen		Opiskelijapalaute tutkinnon osan toteutuksesta	Työssäoppiminen	Laajuus 10 osp.
Opiskelijan tutkintotodistukseen saama tämän tutkinnon osan arvosana muodostuu edellä mainituista suorituksista / osaamisen osoittamisesta seuraavasti:		Opiskelija antaa tutkinnon osan suorittamisen lopussa palautetta siitä, miten hyvin osaamisalueen osaamisen hankkiminen ja arviointi ovat onnistuneet. Palaute ei vaikuta tutkinnon osan arviointiin. Palautetta käytetään tutkinnon osan toteutuksen kehittämiseen ja parantamiseen.		

Arvioinnin kohde	Arvointikriteerit		
	Tyydyttävä T1	Hyvä T2	Kiitettävä K3
	Opiskelija		
1. Työprosessin hallinta Valmentautuminen Ajanhallinta Kilpaileminen	tarvitsee valmentautumisessa ohjausta tiedostaa ajanhallinnan merkityksen lajitekkinen suorittaminen kilpailutilanteessa puutteellista. kilpailutilanteen hallinta puutteellista.	tarvitsee valmentautumisessa tukea tarvitsee tukea ajanhallinnassa kykenee toistamaan lajiteknistä perussuoritusta kilpailutilanteessa. kykenee toteuttamaan kilpailutilanteeseen liittyvät perustoiminnot	osaa toimia tarvittaessa itsenäisesti valmennustilanteessa ajanhallinta on itsenäistä pystyy soveltamaan opittua lajiteknistä perussuoritusta kilpailutilanteessa. pystyy soveltamaan kilpailutilanteessa erilaisia perustoimintoja
2. Työmenetelmien, välinneiden ja materiaalin hallinta Kilpailuanalyysi Kilpailupäiväkirja Ryhmässä toimiminen Lajitekkinen osaaminen	tarvitsee tukea kilpailuanalyysin suorittamiseen tarvitsee tukea kilpailupäiväkirjan täyttämiseen tarvitsee ryhmässä toimimisessa tukea ja ohjausta tietää ja osaa tunnistaa oikean suoritustekniikan	osaa tehdä kilpailuanalyysin itsenäisesti osaa täyttää kilpailupäiväkirjan itsenäisesti osaa toimia oma-aloitteisesti ryhmässä osaa oman lajinsa perustekniikat	osaa tehdä kilpailuanalyysin itsenäisesti ja niin että sitä voi käyttää kehittämissuunnitelman pohjana. osaa hyödyntää kilpailupäiväkirjaan oman kilpailemisen kehittämiseen. vaikuttaa aktiivisesti ja rakentavasti ryhmän toimintaan osaa soveltaa hallitsemansa perustekniikat harjoitustilanteessa

<p>3. Työn perustana olevan tiedon hallinta</p> <p>Yleinen valmennusoppi</p> <p>Lajivalmennus</p> <p>Valmennuksen tukitoimet</p> <p>Kilpailunaikainen fysiologia</p> <p>Kilpailunaikainen psykologia</p> <p>Kilpailun aikainen taktiikka</p> <p>Tukitoimet</p>	<p>tietää voima-, kestävyys-, nopeus- ja taitovalmennuksen yleiset perusteet</p> <p>tietää oman lajin lajiansalyysin perusteet</p> <p>tarvitsee ohjausta kilpailun vaatiman fysiologian ymmärtämiseen.</p> <p>tarvitsee ohjausta kilpailun vaatiman psykologian ymmärtämiseen</p> <p>tarvitsee ohjausta kilpailun vaatiman taktiikan ymmärtämiseen.</p> <p>tarvitsee ohjausta kilpailusuorituksen aikaisen neste- ja energiatasapainon huolehtimiseen</p>	<p>toteuttaa harjoittelussaan voima-, kestävyys-, nopeus- ja taitovalmennuksen yleisiä perusteita</p> <p>toteuttaa harjoittelussaan lajiansalyysin perusteita</p> <p>tietää oikean ravinnon ja levon merkityksen</p> <p>tietää lihahuollon merkityksen ymmärtää kilpailun vaatiman fysiologian merkityksen</p> <p>ymmärtää kilpailun vaatiman psykologian merkityksen</p> <p>ymmärtää kilpailun vaatiman taktiikan merkityksen</p> <p>osaa huolehtia itsenäisesti kilpailusuorituksen aikaisesta neste- ja energiatasapainosta</p>	<p>osaa soveltaa voima-, kestävyys-, nopeus- ja taitovalmennuksen yleisiä perusteita omassa harjoittelussaan</p> <p>osaa soveltaa lajiansalyysin tarpeet omaan harjoitteluun</p> <p>osaa rytmittää ravinnon ja levon päiväohjelmaansa</p> <p>sisällyttää lihahuollon päiväohjelmaansa</p> <p>osaa hyödyntää kilpailutilanteessa tarvittavan fysiologian tietämyksen</p> <p>osaa hyödyntää kilpailutilanteessa tarvittavan psykologian tietämyksen.</p> <p>osaa hyödyntää kilpailutilanteessa tarvittavan taktiikan tietämyksen</p> <p>osaa soveltaa neste- ja energiatasapainoon liittyvää perustietoa erikoisolosuhteisiin</p>
<p>4. Elinikäisen oppimisen avaintaidot</p> <p>Vuorovaikutus ja yhteistyö</p>	<p>noudattaa vuorovaikutustilanteisiin annettuja ohjeita toimiessaan omassa oppimis- tai työyhteisössään</p> <p>tekee vastuullaan olevat tehtävät, mutta tarvitsee ajoittain ohjausta</p> <p>pystyy toimimaan erilaisten ihmisten kanssa työyhteisössä ja ryhmässä ja pyytää tarvittaessa apua muilta</p>	<p>toimii tilanteen vaatimalla tavalla omassa oppimis- tai työyhteisössään erilaisissa vuorovaikutustilanteissa</p> <p>tekee vastuullaan olevat työt huolellisesti ja toimii erilaisten ihmisten kanssa työyhteisössä ja ryhmässä</p>	<p>ilmaisee selkeästi kantansa ja tuo rakentavasti esille erilaisia näkökantoja</p> <p>toimii vastuullisesti, yhteistyökykyisesti ja tasavertaisesti erilaisten ihmisten kanssa ja työryhmän jäsenenä</p> <p>tukee ja auttaa muita sekä ottaa työssään huomioon seuraavan työvaiheen ja työntekijän</p>

Rovaniemen koulutuskuntayhtymä

Tutkinnon osa

Osaamis-
pisteet **15**

Opetussuunnitelma

Hyväksymismerkinnät 5 (5)

Lapin urheiluopisto

Urheilijana kehittyminen

- josta
työssäopp. **10**

tutkinnon osan toteuttamisesta

Näyttö-
jaos 24.2.2015

Liikunnanohjauksen perustutkinto
Voidaan valita kaikkiin perustutkintoihin

Koodi: LIO39XX

Päätös: UOPI C12/2015
