




# Vammaisurheilun ja -liikunnan **KOULUTUKSET**

Osaamisen täydentämistä ja polkuja toimijaroleihin

  
Vammaisten  
parissa  
työskenteleville

  
Liikunnan  
ohjaamisesta  
kiinnostuneille

  
Valmentajille

  
Urheiluseura-  
toimijoille






  
Yhdistys-,  
kerho- ja  
vertaistoimijoille

# VAU-työpajat

Kolmituntiset VAU-työpajat käsittelevät vammaisurheilun ja -liikunnan eri teemoja. Työpajoja voidaan järjestää joko yksittäisinä koulutuksina tai laajempina, tilaajan tarpeisiin räätälöityinä kokonaisuuksina.

Kaksipäiväiset koulutuskokonaisuudet **Vammaisliikunnan ohjaajan ABC** ja **Vammaisurheilun valmentajan ABC** kattavat työpajojen eri aihepiirit ja toimivat peruskursseina ohjaajille ja valmentajille.

## Kenelle?

-  vammaisten parissa työskenteleville
-  liikunnan ohjaamisesta kiinnostuneille
-  valmentajille
-  urheiluseuratoimijoille
-  yhdistys-, kerho- ja vertaistoimijoille

## Muut koulutukset

### **SDM-koulutukset**

SDM (Sherborne Developmental Movement) on kokonaisvaltainen harjoitusohjelma, joka tukee monipuolisesti motoriikan ja sosiaalisten taitojen kehittymistä. SDM-harjoitusohjelmaan ja sen käyttöön voi perehtyä perus- ja jatkokursseilla, jotka kumpikin kestävät kaksi päivää.

Peruskurssilla saa valmiudet ryhmän toiminnan aloittamiseen ja ohjelman käyttöön omassa työssä. Jatkokurssilla syvennetään tietoa ohjelmasta ja sen soveltamisesta erilaisille ryhmille sekä perehdytään harjoitusten vaikeustason muunteluun. Molemmilla kursseilla on teoriaa ja käytännön harjoituksia.

### **Motoasemat-koulutus**

Special Olympics -liikkeen innoittamassa, kolmituntisessa Motoasemat-koulutuksessa opitaan rakentamaan motoristen perustaitojen hallintaan tärkeitä liikunnallisia harjoitteluasemia. Motoasemat kannustavat liikkumaan asettamalla sopivia haasteita ja tuomalla onnistumisen elämyksiä myös vaikeasti kehitysvammaisille liikkujille.

### **Säpinää sisällä -koulutus**

Säpinää sisällä on VAU:n ja Malike:n yhteinen kolmetuntinen pelikoulutus, jossa perehdytään puhallustikan, tarkkuusboccian, sisäcurlingin, pöytäkeilailun sekä pöytäpelin välineisiin ja ohjaamiseen. Koulutuksessa annetaan vinkkejä välineiden hankintaan sekä edullisten pelivälineiden valmistamiseen.






### **Yhdistys-, kerho- ja vertaistoimijoiden koulutukset**

VAU kouluttaa vertaisohjaajia, paikallisyhdistysten liikuntavastaavia sekä Nuoria toimijoita (Nuto), jotka voivat toimia erilaisissa tehtävissä liikunnan ja urheilun parissa. Lisäksi koulutustarjontaan kuuluvat lasten ja nuorten matalan kynnyksen liikuntakerhojen ohjaajakoulutukset.






### **Lajikoulutukset**

VAU järjestää tarpeen mukaan tuomari-, valmentaja-, luokittelija- ja toimitsijakoulutusta hallinnoimissaan lajeissa.





### Työpaja 1. **Johdanto vammaisurheiluun ja -liikuntaan**

     Vammaisurheilun ja -liikunnan perusasiat pähkinänkuoressa.






### Työpaja 2. **Vammaisliikunnan olosuhteet ja tukipalvelut**

     Katsaus vammaisurheilua ja -liikuntaa koskevaan lainsäädäntöön ja tukipalveluihin sekä esteettömyyden kysymyksiin. Avustamisen ja opastamisen perusasiat käytännössä.






### Työpaja 3. **Meitä on moneksi**

     Perustietoa, miten huomioida erilaiset toimintakyvyt urheilussa ja liikunnassa.






### Työpaja 4. **Liikuntaa kaikille**

-      a) **Ohjaajana toimiminen**  
Vammaisliikunnan suunnittelun ja ohjaamisen perusasiat.
- b) **Pelit ja leikit tutuksi**  
Käytännön ideoita matalan kynnyksen liikuntatoimintaan.

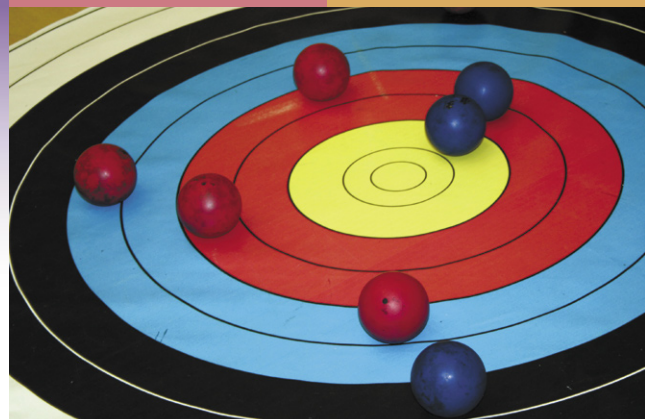
### Työpaja 5. **Valmentaminen vammaisurheilussa**

-      a) **Valmennuksen erityispiirteitä**  
Vammaisurheilunvalmennuksen erityispiirteitä ja näkökulmia valmentajille.
- b) **Vammaisurheilu tutuksi**  
Käytännön tutustumista vammaisurheilulajeihin.

### Työpaja 6. **Avoimet ovet – ratkaisuja yhteiseen toimintaan**

     Virikkeitä, miten mahdollistaa vammaisten liikkujien osallistuminen yhteiseen toimintaan.





Kuvat: Antero Aaltonen, Erkki Hämäläinen, Lauri Jaakkola, Nina Jakonen, Antero Karjalainen ja Aija Saari

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry järjestää käytännönläheistä ja toiminnallista koulutusta eri alojen ammattilaisille, liikunnan ohjaamisesta kiinnostuneille, valmentajille, seuratoimijoille sekä yhdistys-, kerho- ja vertaistoimijoille. Kaikissa VAU:n koulutuksissa on ratkaisukeskeinen ja omakohtaiseen oivaltamiseen kannustava ote.

**Lisätiedot:**

[www.vammaisurheilu.fi](http://www.vammaisurheilu.fi)

