

Suomen **Taidoliitto** ry | Finnish **Taido** Association

# SUOMEN TAIDOLIITTO KOULUTTAA

- opas seuroille ja koulutukseen osallistujille



# SUOMEN TAIDOLIITTO KOULUTTAA

- opas seuroille ja koulutuksiin osallistujille

Sisältö

Alkusanat

Koulutusjärjestelmä

Koulutusjärjestelmään kuuluvat koulutukset - esittely

## **I-tasoon kuuluvat koulutukset**

Taido lajina  
Taidoharjoituksen ohjaaminen  
Junioriohjaajakoulutus I  
Unshin ja tengi (Tengileiri)  
Hokei (Yleisleiri)  
Kihongi ja jissen (Yleisleiri)

## **II-tasoon kuuluvat koulutukset**

Teemaleiri  
Kilpailusäännöt  
Taido itsepuolustuksena  
Opettaminen ja oppiminen  
Valmennus ja valmentautuminen  
Arviointi ja palaute  
Junioriohjaajakoulutus II

## **III-tasoon kuuluva koulutus**

Kamppailulajien III-tason valmentajakoulutus

Muut koulutukset ja leirit

Ohjaajafoorumi  
Seuratoiminnan koulutus  
Tuomaritoiminnan perusteet  
Tuomaripäivät  
Tapahtumanjärjestämiskoulutus  
Taido Core -ohjaajakoulutus  
Dan-leiri  
Suuri Budoleiri  
Junnuleiri  
Nuorten leiri

Muut liiton tapahtumat

Vuosikokous  
Puheenjohtajapäivät  
Seurapäivät

## Alkusanat

Suomen Taidoliitolla on vahvat opettajakoulutusperinteet. Ohjaajakoulutusta kehitetään jatkuvasti, ja viimeisimmät laajat uudistukset tehtiin vuosina 2009–2010. Tavoitteena on, että jokaisella salilla on osaavia opettajia ja ohjaajia ja että harjoittelu on laadukasta ja turvallista kaikilla saleilla ympäri Suomen.

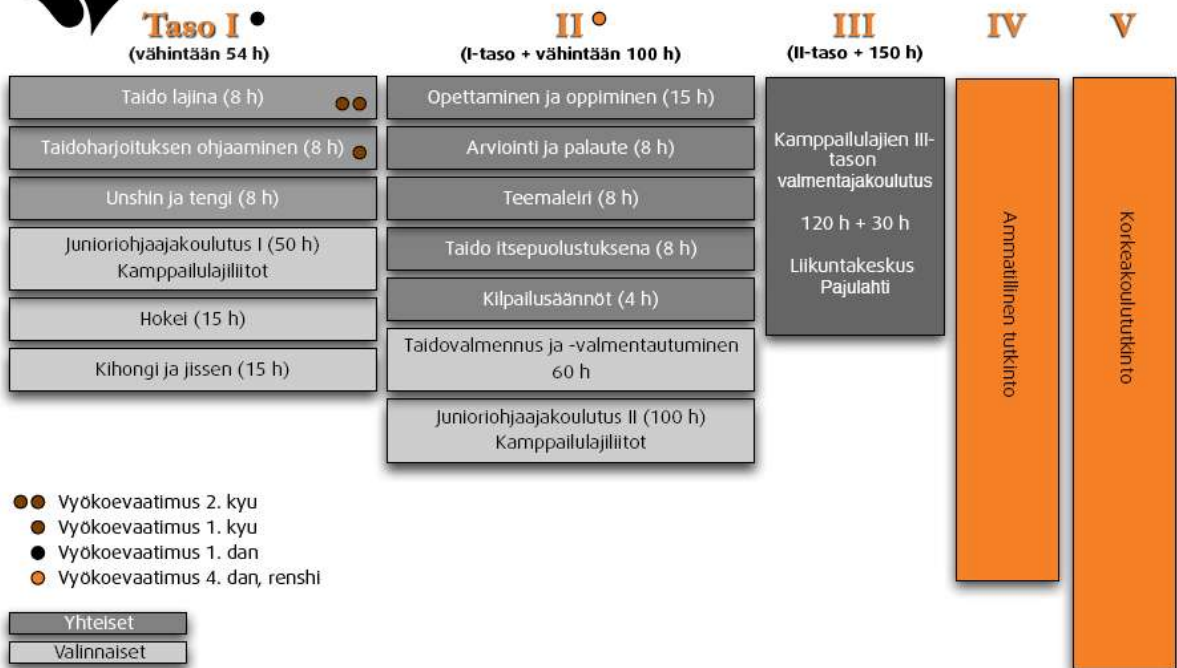
Suomen Taidoliiton valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmä on luotu noudattaen suomalaisen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteita. Se on koulutuskokonaisuus, joka tarjoaa taidokalle mahdollisuuden kehittyä lajissa, ymmärtää lajia sekä liikunnan harrastamista paremmin ja mahdollisuuden kasvaa kehittymisen myötä hyväksi taido-ohjaajaksi. Koulutusjärjestelmä onkin osittain kytetty myös vyökoejärjestelmään.

Suomalaisen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet tarjoaa mallin yhteisestä rakenteesta ja oppimiskäsityksestä, määrittelee lajeille yhteiset osaamistavoitteet ja oppisisällöt ja antaa esimerkkejä oppimistehtävistä ja arviointitavoista.

Kaikkiaan suomalainen valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmä koostuu viidestä eri tasosta, mutta tässä oppaassa käsitellään Suomen Taidoliiton tarjoamat koulutukset tasoilta I–II sekä tason III eli valmentajatason opinnot. III-tasolla koulutus järjestetään yhteistyössä Liikuntakeskus Pajulahden kanssa. Valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmän lisäksi Suomen Taidoliitto järjestää myös muita koulutuksia kuten Seuratoiminnan koulutus, Tuomarikoulutus, Kilpailujenjärjestämiskoulutus ja Ohjaajafoorumi, jotka esitellään myös tässä oppaassa.



Lähde: Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010.



Kun tasoihin kuuluvat koulutukset on suoritettu, suoritetusta tasosta saa merkin kiinnitettäväksi taidogiin. Sekä uudet että aiemmin tason suorittaneet saavat merkinsä tilaamalla ne liiton toimistolta. Yksi merkki kuuluu koulutuksen hintaan. Lisämerkit maksavat 10 euroa kappale. Hihamerkki kiinnitetään taidogin vasempaan hihaan liiton merkin tilalle. Hihassa voi olla vain yksi merkki kerrallaan.

# Koulutusjärjestelmään kuuluvat koulutukset – esittely

I-taso eli ohjaajataso antaa valmiudet itsenäiseen harjoitusten ohjaamiseen. Tavoitteena on oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan taidoharjoituksia. Taso on mahdollista suorittaa kahdessa vuodessa. Siihen sisältyy vähintään 50 tuntia koulutusta ja se on myös vaatimuksena 1. danin vyökokeeseen.

## I-tasoon kuuluvat koulutukset

### Taido lajina

**Kenelle tarkoitettu:**

Taido lajina on tarkoitettu taidoharrastuksensa alkuvaiheessa olevalle taidokalle. Koulutus kuuluu I-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi sini- tai vihreävöisenä. Koulutus kuuluu 2. kyun vyökoevaatimukseen, eli se tulee käydä ennen ruskean vyön koetta.

**Sisältö:**

Koulutuksessa perehdytään taidoon lajina, taidon perustekniikoihin, taidoharjoituksen rakenteeseen ja harjoituksen ohjaamiseen. Koulutukseen osallistuminen ei vaadi aiempaa kokemusta ohjaamisesta.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen taidoka

- tuntee lajin yleisen määritelmän, lajin historian ja kilpailumuodot
- osaa toimia alkeiskurssin apuopettajana ja opettaa yksittäisen tekniikan
- ymmärtää budolajin harrastajalleen asettamat vaatimukset

**Opetusmenetelmät:**

Koulutukseen kuuluu luentoja, käytännön harjoittelua ja pieni opetusharjoitus.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutuksessa osallistuja saa monipuolisen kuvan taidosta lajina, perustiedot harjoituksen ohjaamiseen sekä tutustuu muiden seurojen harrastajiin.

Koulutus kestää päivän (8 h), ja se järjestetään säännöllisesti vuosittain.

### Taidoharjoituksen ohjaaminen

**Kenelle tarkoitettu:**

Taidoharjoituksen ohjaaminen on tarkoitettu taidoa jo jonkin aikaa harrastaneille ja erityisesti tavoitteellisesta harjoittelusta tai harjoitusten ohjaamisesta kiinnostuneille. Koulutus kuuluu I-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi vihreä- tai ruskeävöisenä. Koulutus kuuluu 1. kyun vyökoevaatimukseen.

**Sisältö:**

Koulutuksessa perehdytään hokein, jissenin ja unshin-liikkumisen perusteisiin sekä harjoitusten suunnitteluun ja ohjaamiseen. Koulutuksessa käydään läpi myös taidon oppimisen perusteita sekä tyypillisiä urheiluvammoja ja niiden ensiapu.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen taidoka

- tuntee taidon keskeiset piirteet ja kilpailumuodot ja tietää, miten harjoittelu on edullista rytmittää

- osaa ohjata yksittäisen harjoituksen ja hallitsee yksittäisen tekniikan opettamisen
- ymmärtää taidon menetelmät ja sisäistää taidon luonteen budolajina.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutukseen kuuluu luentoja, käytännön harjoittelua ja opetusharjoituksia.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutuksessa osallistuja saa syvyyttä omaan harjoitteluun ja pääsee harjoittelemaan harjoitusten suunnittelua ja ohjaamista.

Koulutus kestää päivän (8 h), ja se järjestetään säännöllisesti vuosittain.

## Junioriohjaajakoulutus I

**Kenelle tarkoitettu:**

Junioriohjaajakoulutus on tarkoitettu kaikille junioriohjaajina toimiville ja sellaisiksi aikoville. Koulutus kannattaa käydä, vaikka olisi vahva treeninvetotausta aikuisten ohjaamisesta ja treenien vetämisestä. Junioreiden ohjaaminen on aina kasvatustehtävä, ja siihen saa hyvät eväät tästä koulutuksesta. Koulutus kuuluu I-tason valinnaisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Junioriohjaajakoulutus I on suunniteltu aloittelevalle junioriohjaajalle tai edistyneemmälle ohjaajalle lisäopiksi junioreiden kanssa toimimisesta. Koulutukseen osallistuminen ei kuitenkaan vaadi aiempaa kokemusta ohjaamisesta.

**Sisältö:**

Koulutuksessa käydään läpi lasten liikunnan ja urheilun perusteet, ohjaajan rooli ja toiminta, perusliikkumisen ohjaaminen, lasten kehitysvaiheet liikunnan kannalta, opettamisen ja taidon oppimisen perusteita sekä tyypillisiä urheiluvammoja ja niiden ensiapu.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- tietää lasten taidoharjoittelun eettiset ja kehittävät periaatteet
- osaa leikinomaisen ja monipuolisen taidoharjoituksen ohjaamisen lapsille
- ymmärtää junioritaidon merkityksen koko lajille.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää luentoja, käytännön harjoittelua ja soveltamista, omien harjoitteiden suunnittelua ja niiden ohjaamista. Koulutus sisältää kaksi viikonloppua, ja näiden viikonloppujen väliselle ajalle annetaan etätehtäviä.

Samaan aikaan Junioriohjaajaohjaajakoulutus I:n kanssa järjestetään junnuleiri, joten ohjaajakoulutettavat pääsevät ohjaamaan itse tai ryhmässä suunnittelemaansa harjoituksia oikealle lapsiryhmälle.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutus järjestetään yhdessä muiden kamppailulajiliittojen kanssa. Monen mielestä koulutuksen suola on juuri eri lajien vetäjien yhdessä toimiminen. Eri lajien toimintavoista ja harjoituksista saa ideoita ja perspektiiviä omaan ohjaamiseen. Koulutus antaa hyvän perustan lasten liikkumisen ohjaamiselle sekä teorian että käytännön tasolla.

## Unshin ja tengi (Tengileiri)

**Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu kaikille taidokoille, ja leirille voi osallistua vaikka joka vuosi kehittäkseen tengiosaamistaan.

Koulutus kuuluu I-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi sinivöisenä ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin.

**Sisältö:**

Koulutuksessa syvennetään omia lajitaitoja unshinin ja tengitekniikoiden osalta sekä perehdytään niiden harjoittelun ohjaamiseen ja turvallisiin avustuksiin.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen taidoka

- tuntee ja ymmärtää unshinin ja tengi-harjoittelun merkityksen osana taidoharjoittelua
- osaa unshin- ja tengiharjoituksen ohjaamisen, ja hallitsee tekniikoihin liittyviä avustuksia.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää käytännön harjoittelua.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutus tarjoaa huikeat puitteet vartalonhallinnan kehittämiseen. Se toteutetaan osittain tatamilla ja osittain Suomen parhaisiin lukeutuvassa telinesalissa. Käytössä on muun muassa permanto, voltirata ja trampoliini. Taidokoiden lisäksi ohjaajina on voimisteluvallmentajia. Koulutuksesta saat työkaluja oman tengin kehittämiseen sekä toisten tengiharjoittelun tukemiseen. Tengileiri on liiton suosituin koulutus.

Koulutus kestää päivän (8 h) ja se järjestetään tavallisesti kerran vuodessa tengileirin muodossa.

## Hokei (Yleisleiri)

**Kenelle tarkoitettu:**

Yleisleiri on tarkoitettu taidoa jo jonkin aikaa harrastaneelle, mutta se sopii myös ensimmäiseksi leiriksi harrastuksen alkuvaiheessa. Monet käyvät leirillä joka vuosi. Koulutus kuuluu I-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi sini- tai vihreävöisenä ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin. Hokei toistuu yleisleirin aiheena suunnilleen joka toinen vuosi, mutta sisältö on aina uusi ja mielenkiintoinen.

**Sisältö:**

Koulutuksessa syvennetään omia lajitaitoja liikesarjaharjoittelun (hokei) osalta.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen taidoka

- tuntee hokeiharjoitteita
- ymmärtää hokeiharjoittelun merkityksen osana taidoharjoittelua

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus toteutetaan käytännön harjoitteluna.

**Miksi kannattaa käydä:**

Yleisleiri on yksi liiton suosituimmista koulutuksista. Viikonlopun aikana hikoillaan hyvässä seurassa ja syödään hyvin. Leiri järjestetään Pajulahden urheiluopistolla ja harjoittelupuitteet ovat erinomaiset.

Koulutus kestää viikonlopun (15 h) ja se järjestetään joka toinen tai joka kolmas vuosi yleisleirin muodossa.

## Kihongi ja jissen (Yleisleiri)

### Kenelle tarkoitettu:

Yleisleiri on tarkoitettu taidoa jo jonkin aikaa harrastaneelle, mutta se sopii myös ensimmäiseksi leiriksi harrastuksen alkuvaiheessa. Monet käyvät leirillä joka vuosi. Koulutus kuuluu I-tason valinnaisiin opintoihin.

### Milloin suunniteltu käytäväksi:

Koulutus on suunniteltu käytäväksi sini- tai vihreävöisenä ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin. Kihongi ja jissen toistuu yleisleirin aiheena suunnilleen joka toinen vuosi, mutta sisältö on aina uusi ja mielenkiintoinen.

### Sisältö:

Koulutuksessa syvennetään omia lajitaitoja perustekniikkaharjoittelun (kihongi) ja ottelun (jissen) osalta.

### Tavoitteet:

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen taidoka

- tuntee perustekniikka- ja otteluharjoitteita
- ymmärtää perustekniikka- ja otteluharjoittelun merkityksen osana taidoharjoittelua

### Opetusmenetelmät:

Koulutus toteutetaan käytännön harjoitteluna.

### Miksi kannattaa käydä:

Yleisleiri on yksi liiton suosituimmista koulutuksista. Viikonlopun aikana hikoillaan hyvässä seurassa ja syödään hyvin. Leiri järjestetään Pajulahden urheiluopistolla ja harjoittelupuitteet ovat erinomaiset.

Koulutus kestää viikonlopun (15 h) ja se järjestetään joka toinen tai joka kolmas vuosi yleisleirin muodossa.

## II-tasoon kuuluvat koulutukset

II-tasolla eli opettajatasolla opitaan suunnittelemaan ja ohjeistamaan harjoittelua ja arvioimaan taidokoiden kehittymistä. Taso antaa valmiudet pitkäjänteiseen taidoharjoittelun suunnitteluun ja opettamiseen sekä toimimiseen seuran pääohjaajana. Siihen sisältyy vähintään 100 tuntia koulutusta ja edellytyksenä on tason I suorittaminen aikaisemmin. Taso II on myös vaatimuksena 4. dan renshi –vyökokeeseen.

## Teemaleiri

### Kenelle tarkoitettu:

Teemaleirien pääasiallinen kohderyhmä ovat taidoa jo pitkään harrastaneet. Usein ne soveltuvat kuitenkin myös muille.

Koulutus kuuluu II-tason yhteisiin opintoihin.

### Milloin suunniteltu käytäväksi:

Teemaleirejä suositellaan käytäväksi viimeistään 1. danin suorittamisen jälkeen ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin.

### Sisältö:

Teemaleireillä keskitytään syventävästi johonkin tiettyyn aiheeseen. Aihe voi olla esimerkiksi käsitekniikat, keiraku, tenkai tai jokin erikoishokei.

### Tavoitteet:

Tavoitteet määritellään leirikohtaisesti.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää luentoja, teorian harjoittelua käytännössä ja soveltamista.

**Miksi kannattaa käydä:**

Teemaleirit voivat olla aiheeltaan ainutkertaisia, joten niitä suositellaan käytäväksi aina mahdollisuuden tullen.

Koulutuksen kesto vaihtelee, mutta siitä 8 h lasketaan kuuluvaksi II-tason yhteisiin opintoihin. Leirejä järjestetään vähintään joka toinen vuosi.

**Kilpailusäännöt****Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu sekä kilpailijoille, tuomareille että valmentajille. Sääntökoe suoritetaan tuomaritoiminnan perusteiden yhteydessä. Se vaaditaan kilpailuissa tuomarina toimimiseen.

Koulutus kuuluu II-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutusta suositellaan käytäväksi, kun harrastajalle on kertynyt jonkin verran kilpailukokemusta.

**Sisältö:**

Kilpailusäännöt-koulutus (4 h) toteutetaan itseopiskeluna. Voimassa olevat Suomen Taidoliitto ry:n kilpailusäännöt opiskellaan omatoimisesti ja ilmoittaudutaan sääntökokeeseen. Sääntökokeita järjestetään muun muassa Tuomaritoiminnan perusteet -koulutuksen ja tuomaripäivien yhteydessä. Sääntökoe on mahdollista käydä tekemässä myös liiton toimistolla.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- hallitsee voimassaolevat taidon kilpailusäännöt.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää itseopiskelua ja sääntökokeen.

**Miksi kannattaa käydä:**

Tuomareiden tulee hallita ja kilpailijoiden tuntee kilpailusäännöt. Lisäksi jokaisen ohjaajan ja valmentajan on syytä osata säännöt, jotta hän pystyy kertomaan säännöistä paikkansapitävää tietoa harjoittelijoille.

**Taido itsepuolustuksena****Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu musta- ja ruskeavöisille taidokoille. Koulutus kuuluu II-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Suositteluaan käytäväksi viimeistään 1. danin suorittamisen jälkeen ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin.

**Sisältö:**

Koulutuksessa perehdytään taidotekniikoiden käytännön sovelluksiin.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- tietää taidon metodien itsepuolustukselliset periaatteet
- sisäistää taidon metodien väkivallattomuuden ja edut itsepuolustustilanteessa.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää luentoja, teorian harjoittelua käytännössä ja soveltamista.

**Miksi kannattaa käydä:**

Käytännön sovellutukset antavat uutta perspektiiviä tuttuihin taidotekniikoihin, ja koulutus kannustaa omatoimiseen sovellusten etsintään. Koulutus antaa näkökulmia myös perustekniikan opettamiseen.

Koulutus kestää päivän (8 h) ja järjestetään joka toinen tai kolmas vuosi.

**Opettaminen ja oppiminen****Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu kamppailulajien opettajille, taito- ja tekniikkavalmentajille tai sellaisiksi aikoville. Koulutus sopii myös muille kuin taidokoille.

Koulutus kuuluu STL:n II-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi ruskeavöisenä ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin.

**Sisältö:**

Koulutuksessa syvennetään osaamista opettajana ja pyritään löytämään omat vahvuusalueet ja kehittymistarpeet.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- tuntee omat vahvuusalueensa ja kehittymistarpeensa opettajana
- osaa suunnitella ja ohjata monipuolisia lajiharjoitteita
- hallitsee yksittäisen tekniikan opettamisen

**Opetusmenetelmät:**

Koulutukseen kuuluu lyhyt teoriaosuus ja runsaasti opetusharjoituksia sekä opetuksen arviointia.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutus kehittää opetustaitoja ja antaa työkaluja oman opetuksen kehittämiseen. Jos oikeasti haluat kehittyä opettajana ja olet innostunut ohjaamaan harjoituksia, niin koulutus sopii sinulle erinomaisesti.

Koulutus kestää viikonlopun (15 h) ja järjestetään joka toinen vuosi. Osallistumisen ehtona on suoritettut Taido lajina sekä Taidoharjoituksen ohjaaminen -koulutukset.

**Valmennus ja valmentautuminen****Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu kamppailulajeissa tavoitteellisesti urheileville, kilpaileville sekä valmentajille ja valmentajiksi aikoville. Koulutus sopii myös muille kuin taidokoille.

Koulutus kuuluu STL:n II-tason yhteisiin opintoihin.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Osallistumisen ehtona on suoritettu I-taso.

**Sisältö:**

Koulutuksen sisältöön kuuluvat muun muassa ihmisen elimistön rakenne ja toiminta, terveyden edistäminen ja ohjaajan eettiset valinnat.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- ymmärtää hermo-lihasjärjestelmän ja hengitys- ja verenkiertoelimistön rakenteen ja toimintamekanismin sekä osaa soveltaa tietoa lajiharjoitteluun

- tietää voimantuoton biomekaaniset periaatteet ja osaa soveltaa tietoa lajiharjoitteluun
- ymmärtää lajiharjoitteluun ja -suoritukseen vaikuttavat ominaisuudet ja niiden kehittämisen periaatteet eri ikäkausina ja sukupuolen huomioon ottaen
- tietää oman roolinsa terveyden ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäjänä ja ymmärtää miten terveyden edistäminen ja hyvinvointi huomioidaan käytännön ohjaustilanteissa
- osaa ohjata harrastajia liikunnalliseen elämäntapaan muun muassa ravinnon, hygienian ja riittävän levon suhteen
- tunnistaa lajissaan ilmeneviä eettisiä ongelmatilanteita ja hakee niihin ratkaisumalleja
- tuntee lajinsa valmentaja- ja ohjaajakoulutuskokonaisuuden pääpiirteet sekä osaa hahmottaa niiden avulla itselleen henkilökohtaisen kehityssuunnitelman.

#### **Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää luentoja, teorian soveltamista käytännön harjoituksissa sekä omien harjoitteiden suunnittelua ja niiden ohjaamista. Koulutus sisältää kaksi viikonloppua, ja näiden viikonloppujen väliselle ajalle annetaan etätehtäviä. Koulutuksessa käytetään apuna sähköistä oppimisympäristöä.

#### **Miksi kannattaa käydä:**

Koulutus tarjoaa tiiviin ja kattavan tietopaketin valmentamisesta ja -valmentautumisesta nimenomaan kamppailulajien tarpeisiin. Valmennus ja valmentautuminen on yksi STL:n laadukkaimmista ja informatiivisimmista koulutuksista.

Koulutus (60 h) käsittää kaksi viikonloppua ja sisältää lisäksi etätehtäviä. Koulutus järjestetään joka toinen vuosi.

## **Arviointi ja palaute**

#### **Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu kaikille, jotka antavat palautetta tai joutuvat arvioimaan tekemistä eli opettajille, ohjaajille, valmentajille, tuomareille, vyökoepuoltajille ja vyökokeen pitäjille.

#### **Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi ruskea- tai mustavöisenä.

#### **Sisältö:**

Koulutuksessa keskitytään osaamisen ja kehittymisen arviointiin ja palautteen antamiseen yksilötasolla. Erilaisia arviointi- ja palautetilaisuuksia ovat muun muassa kilpailut (tuomaritoiminta), vyökoekatselmukset (vyökoepuoltajat) sekä vyökokeet (vyökokeiden pitäjät).

#### **Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- tuntee palautteen lajit
- osaa erilaisia arviointimenetelmiä
- osaa antaa rakentavaa palautetta
- ymmärtää yksilöllisen palautteen merkityksen

#### **Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää luentoja, teorian harjoittelua käytännössä ja soveltamista.

#### **Miksi kannattaa käydä:**

Koulutus kannattaa käydä koska arviointi ja palaute ovat olennaisessa osassa kaikessa ohjaavassa toiminnassa. Koulutus haastaa ajattelemaan ja kyseenalaistamaan omaa toimintaa palautteen antajana.

Koulutus kestää päivän (8 h) ja se järjestetään joka toinen vuosi.

## Junioriohjaajakoulutus II –Uutuus!

### Kenelle tarkoitettu:

Koulutus on tarkoitettu etenkin 10-15 -vuotiaiden taidoharrastajien parissa toimiville ohjaajille.

Koulutus kuuluu II-tason valinnaisiin opintoihin.

### Milloin suunniteltu käytäväksi:

Osallistumisen ehtona suoritettu kamppailulajien yhteinen Junioriohjaajakoulutus I tai vastaavat tiedot.

### Sisältö:

Koulutuksessa keskitytään pääsääntöisesti 10-15 -vuotiaiden lasten ja nuorten ohjaamiseen. Koulutuksen pääteemat ovat

- Nuoren kasvu urheilijaksi
- Valmentajana kehittyminen
- Ominaisuusharjoittelu ja elinjärjestelmät
- Tavoitteellinen ja pitkäjänteinen harjoittelun suunnittelu ja arviointi

Koulutuksessa opiskelija voi oman ja seuran kiinnostuksen ja tarpeen mukaan keskittyä laajemmin yhteen seuraavista osa-alueista

- Kohti tavoitteellista harjoittelua tai kilpaurheilua
- Matkalla sinettiseuraksi
- Seura mahdollistajana – nuori toimijana
- Vuorovaikutteinen seura

### Tavoitteet:

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- osaa suunnitella ja ohjata nuorille suunnattua tavoitteellista harjoittelua ja kehittää nuorisoliikuntaa omassa seurassaan tai toimintaympäristössään
- ymmärtää hermo-lihasjärjestelmän ja hengitys- ja verenkiertoelimistön rakenteen ja toimintamekanismin sekä osaa soveltaa tietoa lajiharjoitteluun
- ymmärtää lajiharjoitteluun ja -suoritukseen vaikuttavat ominaisuudet ja niiden kehittämisen periaatteet eri ikäkausina
- osaa ohjata nuoria harrastajia liikunnalliseen ja terveelliseen elämäntapaan muun muassa ravinnon, hygienian ja riittävän levon suhteen
- tunnistaa lajissaan ilmeneviä eettisiä ongelmatilanteita ja hakee niihin ratkaisumalleja
- tuntee lajinsa valmentaja- ja ohjaajakoulutuskokonaisuuden pääpiirteet sekä osaa hahmottaa niiden avulla itselleen henkilökohtaisen kehityssuunnitelman
- ymmärtää lasten ja nuorten ohjaamisen erityispiirteet ja tietää mikä merkitys varhaisessa vaiheessa tehdyllä laadukkaalla lapsi- ja nuorisotyöllä on urheilijan polulla

### Opetusmenetelmät:

Koulutus sisältää luentoja, teorian soveltamista käytännön harjoituksissa sekä omien harjoitteiden suunnittelua ja niiden ohjaamista. Koulutus sisältää ennakkotehtävän, kaksi viikonloppua lähiopetusta ja näiden viikonloppujen väliselle ajalle annetaan etätehtäviä. Lisäksi koulutukseen kuuluu pieni lopputyö. Koulutuksessa käytetään apuna sähköistä oppimisympäristöä.

### Miksi kannattaa käydä:

Taidon harrastajista yli puolet on alle 21-vuotiaita. Lapset ja nuoret ovat tärkeä kohderyhmä ja ohjaajien tulee ymmärtää kyseisen kohderyhmän erityispiirteet ja toimia niiden mukaisesti. Koulutuksesta saa varmuutta omaan ohjaamiseen ja käytännön työkaluja nuorisotoiminnan kehittämiseen seurassa sekä mm. valmiuksia ja osaamista valmennussuunnitelmien tekemiseen.

Koulutus (100 h) käsittää kaksi viikonloppua ja sisältää lisäksi ennakko- ja etätehtäviä. Koulutus järjestetään joka toinen vuosi.

## III-tasoon kuuluva koulutus

III-taso eli valmentajataso on tarkoitettu ohjaajille, jotka vastaavat nuorten ja aikuisten valmennuksesta. Tavoitteena on antaa valmiudet valmentajana toimimiseen, etenkin kilpavalmennuksen näkökulmasta. Koulutus järjestetään yhteistyössä Liikuntakeskus Pajulahden kanssa.

### Kamppailulajien III-tason valmentajakoulutus

#### **Sisältö:**

Koulutuksen aikana syvennetään II-tason teoriaopintoja sekä sovelletaan asiat käytäntöön. Jokaisella koulutukseen osallistujalla tulee olla henkilökohtainen valmennettava tai ryhmä, jolle sovelletaan kaikki ohjelmat ja käytännön harjoitteet. Aihealueina koulutuksessa ovat fyysinen valmennus, psyykinen valmennus, teknis-taktinen valmennus, vuosisuunnitelma ja henkilökohtaisen harjoitusohjelman laatiminen, lajiana-lyysiin perehtyminen sekä lajikohtaiset käytännön valmennustehtävät.

Koulutus koostuu neljästä kaikille kamppailulajeille yhteisistä lähijaksoista ja etäopiskelusta sekä kunkin lajin omista lajiosuuksista.

Koulutukseen valitaan osallistujat hakemusten perusteella. Hakijalla tulee olla suoritettuna II-tason valmentajakoulutus tai sitä vastaavat tiedot. Kysy tarkemmin oman lajiliittosi koulutuspäälliköltä. Hakijalla tulee olla oma valmennettava tai ryhmä tai hän itse on vielä aktiivinen kilpaurheilija.

Koulutus järjestetään n. 4–5 vuoden välein. Mukana ovat nyrkkeily-, paini-, karate-, judo-, taekwondo- ja taidoliitot. Koulutus on viimeksi järjestetty 2010–2011.

## Muut koulutukset

### Ohjaajafoorumi

**Kenelle tarkoitettu:**

Ohjaajafoorumi on tarkoitettu kaikille aktiivisesti harjoituksia ohjaaville taidokoille vyöarvosta riippumatta.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus suositellaan käytäväksi joka vuosi.

**Sisältö:**

Ohjaajafoorumi on keskusteleva harjoitustilaisuus niille, jotka seurassa pääasiassa ohjaavat harjoituksia. Ilmoittautumisen yhteydessä tai idean ilmaantuessa voi esittää erityisiä aiheoiveita.

**Tavoitteet:**

Tavoitteet määritellään koulutuskohtaisesti.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää keskustelua ja käytännön harjoittelua ja tarpeen vaatiessa luentoja.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutuksessa pääsee keskustelemaan toisten seurojen ohjaajien kanssa ajankohtaisista ongelmista, onnistumisista ja ideoista. Koulutuksessa saa vahvistusta ja vastauksia mieltä askarruttaviin asioihin.

Koulutus kestää päivän (8 h) ja se järjestetään joka vuosi.

### Seuratoiminnan koulutus

**Kenelle tarkoitettu:**

Kaikille seurojen asioita hoitaville, erityisesti hallitusten/johtokuntien jäsenille kuten puheenjohtajille, sihteereille, taloudenhoitajille ja tiedotuvastaaville mutta myös seuran harjoituksia ohjaaville opettajille.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koko 8 h koulutus ennen 2 kyu vyökoetta. Lisäkoulutuksena järjestettäviä 2 h moduuleja eri aiheista voi käydä myöhemmin niin usein ja monta kuin itse kokee tarpeelliseksi.

**Sisältö:**

Koulutuksessa perehdytään yhdistyksen arjen pyörittämiseen, saadaan virikkeitä oman seuran toiminnan kehittämiseen sekä vaihdetaan kuulumisia muiden seurojen kanssa. Tarjolla on käytännön vinkkejä esim. viestinnästä, harjoitusvuorojen hakemisesta, näytöksen järjestämisestä, kurssilaisten pitämisestä seurassa, sääntömääräisistä kokouksista, omien tapahtumien järjestämisestä ja liiton tapahumiin osallistumisesta, varainhankinnasta sekä eettisistä linjauksista.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen osallistujia tietää, miksi taidoseurat ovat rekisteröityneitä yhdistyksiä ja mitä oikeuksia ja velvollisuuksia seuroilla, niiden vastuuhenkilöillä ja jäsenillä on. Lisäksi osallistuja tietää, miten oman seuran käytännön arki kannattaa järjestää.

**Opetusmenetelmät:**

Lyhyet alustukset, ryhmä- ja parityöskentely sekä keskustelu. Materiaalina Seuratoiminnan opas (35 s.) ja sen liitteet (30 s.)

**Miksi kannattaa käydä:**

Seuratoiminnan koulutus tarjoaa rautaisannoksen tietoa, sekä keskustelua ja kokemusten vaihtoa muiden seurojen kanssa siitä, kuinka seuran arki saadaan mahdollisimman sujuvaksi.

Koulutus kestää 8 h, josta moduulin osuus on n. 2 h.

**Tuomaritoiminnan perusteet****Kenelle tarkoitettu:**

Tuomaritoiminnan perusteet ovat tarkoitettu tuomaritoiminnasta kiinnostuneille. Koulutus sopii ensikertalaisille tai pidemmän tuomitsemisessa taukoa pitäneille kertauksena. Koulutus sopii myös kilpailijoille ja rakentaa näkemystä siihen, mihin asioihin tuomarit keskittävät kilpailutilanteessa huomiota.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus kannattaa käydä heti 1. danin suoritettuaan, sillä se on vyökoevaatimus 2. danin vyökokeeseen. Minimivyöarvo vaatimus on 1. dan.

**Sisältö:**

Koulutuksessa opitaan tuomarityöskentelyn perusteet sekä suoritetaan kilpailusääntökoe.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- pystyy toimimaan sekä hokeissa että ottelussa vähintään sivutuomarina.

**Opetusmenetelmät:**

Koulutuspäivään kuuluu sekä teoriaosuus, ohjaaja II-tason suorittamiseen vaadittava sääntökoe sekä käytännön harjoitteluosuus. Esitietoina koulutukseen tulee lukea voimassaolevat kilpailusäännöt.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutus antaa näkemystä siihen, mihin asioihin tuomarit keskittävät kilpailutilanteessa huomiota.

Koulutus järjestetään joka toinen vuosi.

**Tuomaripäivät****Kenelle tarkoitettu:**

Tuomaripäivät on tarkoitettu aktiivisille tuomareille.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Tuomaripäivät on tarkoitettu käytäväksi joka vuosi aktiivisen tuomariuran ajan

**Sisältö:**

Tuomaripäivillä käydään läpi ajankohtaisia asioita ja linjauksia.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- on tietoinen ajankohtaisista asioista tuomaritoimintaan ja kilpailusääntöihin liittyen.
- noudattaa yhdessä sovittua linjaa tuomitessaan

**Opetusmenetelmät:**

Tuomaripäivät ovat yleensä keskustelutilaisuuksia, mutta voivat sisältää myös käytännön harjoittelua.

**Miksi kannattaa käydä:**

Tuomaripäivillä saa päivityksen kilpailusääntöihin ja pääsee keskustelemaan muiden tuomareiden kanssa tuomarityöskentelystä sekä rakentamaan yhteistä näkemystä.

Tuomaripäivät pyritään järjestämään danleirin yhteydessä ja ne ovat pakolliset kauden aikana tuomarina toimiville.

**Tapahtumanjärjestämiskoulutus****Kenelle tarkoitettu:**

Moduuli sopii kaikille seuratoimijoille, hallituksen jäsenille, toimitsijoille, tapahtumien järjestäjille vyöarvoon katsomatta.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on tarpeellinen, kun henkilö osallistuu tai on osallistumassa seuran tapahtumiin toimitsijana, kilpailujen johtajana tai muuna toimijana, tai saa vastuualueekseen hallitustyöskentelyssä tapahtumien järjestämisen.

**Sisältö:**

Kilpailujen ja muiden seuran järjestämien tapahtumien järjestämiseen painottuva koulutus toteutetaan moduulina seuratoiminnan koulutuksessa. Moduulissa täydennetään seurapäivän perusrungon antia onnistuneen taidotapahtuman näkökulmasta. Koulutuksessa käydään läpi myös kilpailujen järjestämiseen liittyviä yksityiskohtia.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- hallitsee onnistuneen tapahtumanjärjestämisen aikataulun
- hahmottaa tapahtumanjärjestämiseen liittyvän kokonaisuuden
- tietää kilpailujen järjestämiseen liittyvät yksityiskohdat ja vastuut

**Opetusmenetelmät:**

Koulutus sisältää luentoja, ryhmätöitä ja toimitsijatehtävien käytännön harjoittelua.

**Miksi kannattaa käydä:**

Koulutuksen avulla saa varmuutta tapahtuman järjestämiseen. Selkeä aikataulusuunnitelma helpottaa tapahtumien järjestämistä. Osallistujat ovat tyytyväisempiä ja järjestävä organisaatio stressittömämpi.

**Taido Core –ohjaajakoulutus****Kenelle tarkoitettu:**

Koulutus on tarkoitettu taidon aloittelijaryhmiä ohjaaville taidokoille.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Koulutus on suunniteltu käytäväksi, kun Taido lajina ja Taidoharjoituksen ohjaaminen tai vastaavat koulutukset on suoritettu.

**Sisältö:**

Koulutuksessa käydään läpi muun muassa Core-harjoituksen perusrakenne, Core-harjoitusohjelma, dynaamisten venytysten perusteet ja tasokoe.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen koulutettava

- ymmärtää Coren perusteet
- osaa suunnitella Core-harjoituksia

**Opetusmenetelmät:**

Koulutukseen kuuluu lyhyt teoriaosuus ja käytännön harjoituksia.

**Miksi kannattaa käydä:**

Valmis Core-ohjelma helpottaa ohjaajan toimintaa, ja Core-periaatteet auttavat suunnittelemaan parempia harjoituksia myös muille ryhmille. **Ainoastaan sertifioidut Core-ohjaajat voivat ohjata Core-harjoituksia.**

Koulutus kestää puoli päivää (n. 5 h).

## Dan-leiri

**Kenelle tarkoitettu:**

Leiri on tarkoitettu kaikille mustavöisille taidokoille.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Leiri on suunniteltu käytäväksi, kun taidoka osallistuu 1. danin vyökokeeseen ja sen jälkeen säännöllisin väliajoin.

**Sisältö:**

Dan-leirillä keskitytään syventävästi johonkin tiettyyn aiheeseen.

**Tavoitteet:**

Tavoitteet määritellään leirikohtaisesti.

**Opetusmenetelmät:**

Leiri sisältää luentoja, käytännön harjoittelua, soveltamista ja usein ryhmätöitä.

**Miksi kannattaa käydä:**

Dan-leirit voivat olla aiheeltaan ainutkertaisia, joten niitä suositellaan käytäväksi aina mahdollisuuden tullen.

Leiri kestää viikonlopun.

## Suuri Budoleiri

**Kenelle tarkoitettu:**

Suuri Budoleiri on 8-14-vuotiaille harrastajille tarkoitettu lajileiri, joka järjestetään Tampereella, Varalan Urheiluopistolla. Leiri järjestetään yhteistyössä monen budolajiliiton kanssa. Vuosien varrella mukana olevien lajien kokoonpano on vaihdellut, mukana ollut taidon lisäksi mm. aikido, WTF taekwondo, karate ja kendo.

**Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Leirille voi tulla vaikka joka vuosi

**Sisältö:**

Leirillä on vauhdikkaan lajiharjoittelun ja lajikokeilujen lisäksi myös yllätysohjelmaa. Sään sallissa voi myös pulahtaa vaikka uimaan. Leirin kohokohta vuodesta toiseen on käynti Särkänniemen huvipuistossa.

**Tavoitteet:**

Tavoitteena on koota samanhenkisiä lapsia ja nuoria yhteen, harjoitella omaa lajia ja tutustua muihin lajeihin. Leirillä on myös tavoitteena viihtyä yhdessä, saada uusia kaveria ja pitää hauskaa!

**Opetusmenetelmät:**

Leiri sisältää oman lajin harjoituksia vaihtuvien teemojen mukaan, sekä muiden lajien lajikokeiluita.

**Miksi kannattaa käydä:**

Kivat treenit, lajikokeilut, uinti, yllätysohjelma, huvipuisto, nukkuminen makuupussissa ja uudet kaverit, Budoleirillä on kaikki yhdessä paketissa.

Budoleiri on junioreiden kesän huipputapahtuma!

Leiri kestää kolme päivää, vuodesta riippuen joko perjantai-sunnuntai tai sunnuntai-tiistai.

## Junnuleiri

### **Kenelle tarkoitettu:**

Junnuleiri on tarkoitettu ala-asteikäisille eli 7-12 vuotiaille taidojunioireille.

### **Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Leirille voi tulla vaikka joka vuosi. Myös alkeiskurssilaiset ovat tervetulleita.

### **Sisältö:**

Leirin sisältö vaihtelee eri vuosina. Ohjelmassa on ollut mm. lajiharjoituksia, lajikokeiluita, pelejä ja leikkejä, tempuratoja yms.

### **Tavoitteet:**

Tavoitteena on oppia toimimaan uusien ihmisten kanssa omasta salista poikkeavassa ympäristössä ja saada mukavia leirikokemuksia.

### **Opetusmenetelmät:**

Leiri sisältää lajiharjoituksia, soveltamista ja oheisharjoittelua. Leiriläisiä jaetaan osamistason mukaan pienempiin ryhmiin, joten sekä aloittelijat että edistyneemmät juniorit saavat oman taitotasonsa mukaisia harjoitteita. Leirin ohjaavat motivoituneet 1. tason junioriohjaajakoulutettavat.

### **Miksi kannattaa käydä:**

Yhden päivän leiri on mukava tapahtuma vaikka ihan ensimmäiseksi taidoleiriksi.

Leirillä on kaksi puolentoista tunnin harjoitusta, välissä evästauko.

## Nuorten leiri

### **Kenelle tarkoitettu:**

Yläaste- ja lukioikäisille eli noin 13-20 vuotiaille nuorille

### **Milloin suunniteltu käytäväksi:**

Leirille voi tulla vaikka joka vuosi.

### **Sisältö:**

Sisältö vaihtelee vuosittain. Leiri järjestetään joko vain Taido-nuorille tai yhteistyössä muiden lajiliittojen kanssa.

### **Tavoitteet:**

Tavoitteet määritellään leirikohtaisesti

### **Opetusmenetelmät:**

Vaihtelevat vuosittain

### **Miksi kannattaa käydä:**

Leiri on joka vuosi erilainen, joten sen käymistä voi suositella aina mahdollisuuden tullen.

Leiri kestää viikonlopun.

## Muut liiton tapahtumat

### Vuosikokous

Suomen Taidoliitto ry:n korkeinta päätösvaltaa käyttää jäsenseurojen edustajista koostuva vuosikokous. Vuosikokous pidetään sääntöjen määräämällä tavalla syys-marraskuussa. Vuosikokouksessa äänioikeus on kaikilla Suomen Taidoliitto ry:n jäsenseuroilla, jotka ovat hoitaneet jäsenmaksuvelvoitteensa.

Vuosikokouksessa päätetään liiton hallituksen jäsenistä ja seuran jäsenmaksuista. Tärkeä osa on myös päättyneen tilikauden talouden ja toiminnan läpikäynti sekä seuraavan tilikauden talouden ja toiminnan hyväksyminen.

### Puheenjohtajapäivät

Puheenjohtajapäivään ovat tervetulleita kaikkien seurojen puheenjohtajat. Päivän aikana käydään ajankohtaisia seura-asioita läpi sekä tiedotetaan liiton kuulumisista kuten ohjaajakoulutusjärjestelmän muutoksista, japanista tulleista uudistuksista sekä muista ajankohtaisista aiheista. Päivään ovat tervetulleita seurojen puheenjohtajien lisäksi myös muut seurojen hallinnossa mukana olevat henkilöt.

### Seurapäivät

Suomen Taidoliitto eli tutummille ”liitto” on lajin edunvalvontayksikkö Suomessa, mutta ennen kaikkea sen tehtävänä on tuottaa seuroille sellaisia palveluita, joista niille on hyötyä. Taidoseurat vuorostaan tarjoavat oman valintansa mukaan erilaisia elämyksiä, harrastusmahdollisuuksia, hyvinvointia, liikuntaa, urheilua ja yhdessäoloa sekä mahdollisuuksia vapaaehtoistyöhön seuran toiminnan piirissä oleville ihmisille elämänsä eri vaiheissa.

Seurapäivässä kootaan ajankohtaisia aiheita käsiteltäväksi ja pyritään löytämään käytännön tasolla toimivia ratkaisuja seuratoiminnan pyörittämiseen ja seuratoiminnan arkeen.