 

IDROTTARAVTAL WINELLSKA SKOLAN

Elevens namn\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Årskurs\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Idrottsförening(ar)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Gren(ar)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Tränarens namn och e-postadress\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Alla skolor (7-9) som hör till idrottsnätverket inom Huvudstadsregionens Idrottsakademi stöder målmedvetet eleverna att kombinera

skolgång och idrott. Innehållet baserar sig på Finlands Olympiska Kommitténs och grenförbundens riktlinjer för Idrottarens stig.

Verksamheten ordnas i samarbete mellan skolorna, hemmen och föreningarna.

**Målet med verksamheten är att**

• stärka idrottarens mångsidiga, idrottsliga grundläggande färdigheter, fysiska egenskaper och grenfärdigheter

• stöda en sund utveckling som idrottare och en förståelse för vad en idrottande livsstil innebär

• göra den unga personens vardag till en så välfungerande helhet som möjligt genom samarbete mellan skola, hem och

förening samt stöda studieframgången

• möjliggöra utvecklandet av idrotts - och studiefärdigheter som behövs för idrottsinriktade studiealternativ på andra stadiet

**Verksamhetens innehåll**

• Lärokursen Växa till idrottare samt skolans gymnastikundervisning

• Träningspass i samband med skoldagen i samarbete med idrottsföreningarna

**Detta avtal är avsett för målinriktade, motiverade idrottare i årskurs 7-9 och omfattar följande punkter:**

**Den unga idrottaren:**

1. I samband med skoldagen erbjuds eleven träningspass som utgör en del av idrottarens veckoträningsprogram. Träningspassens innehåll planeras så att det utvecklar idrottarens allmänna och grenspecifika färdigheter. Syftet

med de mångsidiga träningspassen är att skapa en god grund som möjliggör mera krävande träning i ett senare

skede.

1. Idrottaren uttrycker sin vilja och förbinder sig att regelbundet delta i träningspassen som erbjuds i samband med

skoldagen.

1. Idrottaren förbinder sig att ta väl hand om skolarbetet, vilket bl.a. innebär att idrottaren sköter behövliga tillstånd i

tid, läser läxor och följer avtalade regler (också skolans ordningsregler).

1. Urhea-eleverna ska delta och uppföra sig på ett föredömligt sätt på gymnastik- och träningslektionerna och vid

behov assistera läraren/tränaren samt sporra och respektera de andra eleverna.

1. God näring och tillräcklig sömn är absoluta förutsättningar för att utvecklas som idrottare.
2. Idrottaren förbinder sig att följa Finlands gällande antidopingsregelverk och för förbinder sig att inte delta i någon

som helst manipulation av idrottstävlingar. Om idrottaren upptäcker något sådant, antingen genom att fått förslag

till det eller annars, förbinder idrottaren sig att omedelbart anmäla det tillsammans med en vårdnadshavare till

grenförbundet i fråga och till Finlands centrum för etik inom idrotten.

1. Om idrottaren för sin del inte visar respekt för skolans verksamhet eller om motivationen att träna tryter, tas saken

upp till diskussion och man kommer korrigerar situationen. Avtalet kan vid behov upphävas.

Underskrifter och namförtydliganden\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_ 202\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
elev                                                   rektor

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ansvarig lärare för URHEA-samarbetet