

Toisen asteen urheiluoppilaitoshaku 2018

Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia

www.urhea.fi





Diasarjan sisältö

1. Onko urheiluoppilaitos minulle oikea opiskelupaikka?
2. Lukio vai ammatillinen?
3. Urheiluoppilaitoshaku 2018
4. Urhea-verkoston urheiluoppilaitoksien esittelyt

1. Mäkelänrinteen lukio
2. Pohjois-Haagan yhteiskoulu
3. Perho liiketalousopisto
4. Stadin ammattiopisto
5. Haukilahden lukio
6. Leppävaaran lukio
7. Omnia
8. Sotungin lukio
9. Brändö gymnasium
10. Yrkesinstitutet Prakticum
11. Suomen Liikemiesten Kauppaoppilaitos
12. Eiran aikuislukio

Mitä jos jään ilman opiskelupaikkaa
Urhean yhteystiedot

Onko urheiluoppilaitos minulle oikea paikka?

- Urheiluoppilaitokset on tarkoitettu tavoitteellisille nuorille urheilijoille.
- Tavoitteena on pyrkiä kansainväliselle tasolle tai ammattilaiseksi omassa lajissaan
- Sitoutuu ja on valmis urheilijan elämään ja suureen harjoitusmäärään
- Sitoutuu hoitamaan koulun hyvin, jotta saa mahdollisuuden harjoitella ja kilpailla suunnitelman mukaan
- Hyvä opintomenestys takaa jatko-opiskelukelpoisuuden. (Esim. Pohjois-Amerikan yliopistoihin)



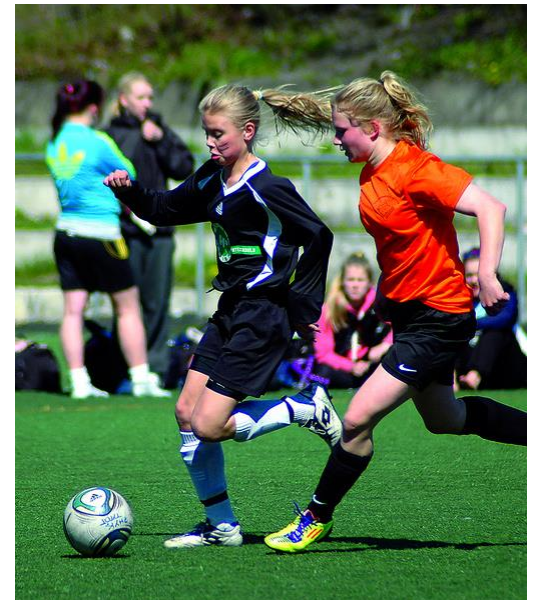
Mitä hyötyä urheiluoppilaitoksesta on?

- Urheiluoppilaitoksissa on urheilumyönteinen ilmapiiri ja siellä saa vertaistukea muilta urheilijoilta
- Opettajat ymmärtävät urheilun ajankäytöllisiä vaatimuksia
- Harjoittelulle varattu aikaikkunat viikkoon
- Leiri ja kilpailumatkat otetaan huomioon opintojen suunnittelussa
- Virallisissa urheiluoppilaitoksissa urheiluvalmennus osa tutkintoa (n.15 %)
- Ammattimainen valmennus painopistelajeissa. Muiden lajien urheilijoille tarjolla yleisvalmennusta.
- Mahdollistaa kaksi kertaa päivässä harjoittelun 3-4 kertaa viikossa



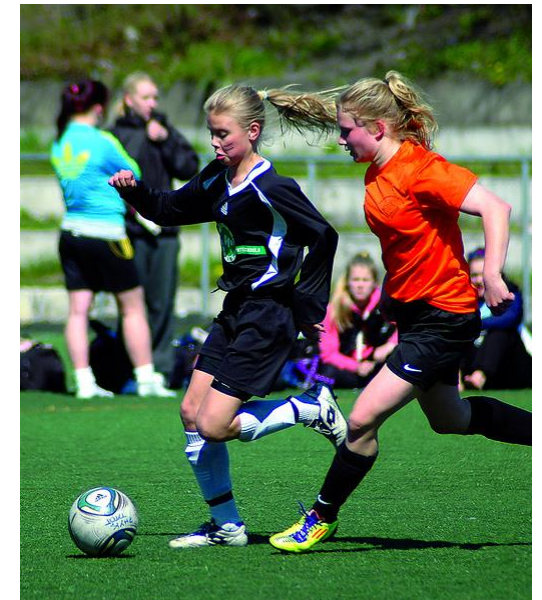
Mikä on oikea oppilaitos juuri minulle?

- Mistä löytyy paras harjoitteluympäristö?
- Oma lajini on koulun painopistelaaji (järjestetään valmennusta)
- Mitä oppilaitokset ovat lajiliiton yhteistyötahoja (liitot keskittäneet valmennustoimintaa)
- Lähialue vai oppilaitos muualla Suomessa? (Esim. lumilajien parhaat oppilaitokset pohjoisessa)
- Arjen ajankäytön kannalta paras ympäristö koti (tai asuntola) – koulu- harjoituspaikka



Lukio vai Ammatillinen

- Omat tavoitteet siviiliuralla?
- Mikä koulutus antaa parhaan jatko-opiskelukelpoisuuden?
- Urheilulukioon pääsy ja menestyminen vaatii minimissään noin 7.5 keskiarvon ja hyvän opiskeluasenteen. 7.0 on Helsingissä, Espoossa ja Vantaalla alin pistemäärä, jolla voi tulla valituksi urheiluoppilaitokseen.
- PK-seudun ammatillisista urheiluoppilaitoksista on mahdollisuus osallistua urheilulukioiden valmennusryhmien harjoitteluun.



Hakuohje 2. asteen oppilaitoksiin

- Hakuaika alkaa 20.2. ja päättyy 13.3.2018 klo 15:00!
- Haku tapahtuu opintopolku.fi, hakujärjestelmän kautta. Sieltä löytyvät myös kaikki hakuun liittyvät ohjeet.
- [Urheiluoppilaitosten hakuohjeet löytyvät Suomen Olympiakomitean verkkosivuilta](#)
- Haet samalla hakulomakkeella ammatilliseen koulutukseen ja lukiokoulutukseen.
- Samalla hakulomakkeella voit hakea enintään viiteen eri koulutukseen. Tavoitteellisen urheilijan kannattaa laittaa hakuun useampi urheiluoppilaitos.

Urhea-verkoston 2. asteen oppilaitokset

Pääkaupunkiseudun virallisen koulutustehtävän urheiluoppilaitokset

- Mäkelärinteen lukio, Helsinki
- Pohjois-Haagan yhteiskoulu, Helsinki
- Perho Liiketalousopisto, Helsinki
- Stadin Ammattiopisto, Helsinki
- Brändö gymnasium, Helsinki
- Yrkesinstitutet Prakticum, Helsinki
- Omnia Koulutus, Espoo ja Espoon aikuislukio, Espoo

[Muut erityisen tehtävän urheiluoppilaitokset ympäri maata](#)

Muut urheilupainotteiset oppilaitokset Urhean toimialueella

- Espoo: Haukilahden lukio, Leppävaaran lukio
- Vantaa: Sotungin lukio

Muut Urhean verkostokoulut joissa joustavat opiskelumahdollisuudet mahdollistavat tavoitteellisen harjoittelun: **Eiran aikuislukio, Suomen Liikemiesten aappaopisto**

Urheiluoppilaitoshaku

- Toisen asteen yhteishaussa [urheiluoppilaitoksiin](#) haettaessa urheilija täyttää sähköisen oppilaitoshaun ([opintopolku.fi](#)) yhteydessä myös urheiluhaun tiedot (mm. laji, saavutukset, ym.).
- Lisäksi urheilijan tulee lähettää Hakulomake urheiluoppilaitokseen tai urheiluoppilaitoksen oma hakulomake yhteishaun päättymiseen (13.3.2018 klo 15:00) mennessä.
- HUOM! Varmista aina hakuohjeet, aikataulu, mahdollinen oppilaitoksen oma hakulomake ja vaadittavat liitteet oppilaitoksen verkkosivuilta tai ota tarvittaessa yhteys oppilaitoksen urheilukoordinaattoriin.

Urheilulukiohaun pisteytys

Maksimipisteet yhteensä 20

Koulupisteet max. 10

- Hakijan keskiarvopisteiksi lasketaan hakijan peruskoulun päättötodistuksen lukuaineiden ja pakollisen liikunnan arvosanoista muodostuva keskiarvo sadasosan tarkkuudella. ***Oppilaitos tai koulutuksen järjestäjä voi lisäksi edellyttää lukuaineiden minimikeskiarvon ylittämistä***

Urheilupisteet max 10

- Lajiliittopisteen 0-5
- Koulun pisteytys 0-5

Urheilu- ja urheilupainotteiset oppilaitokset pyytävät lajiliitoilta pisteytyksen hakijoiden urheilullisesta tasosta ja potentiaalista. Oppilaitokset voivat myös lisäksi järjestää omia testejä oppilaitospisteytyksen tueksi

[Hakuohjeet ja opiskelijavalinnan kriteerit](#)

Urheilulukiohaun pisteytys

Esim.

1. Keskiarvo 7,52, urheilupisteet (laji 3,4 3,2 + koulu 3) =13,92 13,72
2. Keskiarvo 8,52, urheilupisteet (3,9 +2,8) =15,22
3. Keskiarvo 8,05, urheilupisteet (5,3 + 3,6) =16,95

Alin pistemäärä 2016

Märsky 16,20

PHYK 15,96

Haukilahti 14,57

Leppävaara 12,41

Sotunki 13,0

Alin pistemäärä 2017

Märsky 16,25

PHYK 15,93

Haukilahti 16,04

Leppävaara 12,35

Sotunki 12,73

Ammatillisten urheiluoppilaitosten hakumenettely

- Ammatillisten urheiluoppilaitosten hakuprosessi on tiedon (30.11.2017) mukaan muuttunut aiemmasta.
- Ammatilliseen oppilaitokseen haetaan normaalissa yhteishaussa kuten muutkin oppilaat. (Jos opintopolussa on kuitenkin ”haen urheilijakoulutukseen”-kohta se pitää rastittaa. OPOjen tulisi tarkistaa asia kun opintopolun haun testiversio aukeaa)
- Urheilijaksi hakevan pitää lähettää urheilijan hakulomake suoraan koulun urheiluvastaavalle yhteishaun päättymiseen mennessä. Lomake löytyy koulun sivuilta ja [Olympiakomitean verkkosivuilta](#)
- Mikäli hakija ei saa paikkaa yhteishaussa, on mahdollista hakea ja tulla valituksi oppilaitokseen jatkuvassa haussa urheilijana.
- Lisätiedot suoraan urheiluoppilaitostoiminnan vastuuhenkilöiltä
 - Omnia: Petra Sillanpää, 046-8515210, petra.sillanpaa@omnia.fi
 - Perho Liiketalousopisto: Tuuli Merikoski, 0400711728, tuuli.merikoski@perho.fi
 - Stadin ammattiopisto, Marika Viiri, 040-5249628, marika.viiri@edu.hel.fi
 - Yrkesinstitutet Prakticum, Björn Nylund, 0400247250, bjorn.nylund@prakticum.fi

Mäkelänrinteen lukio

- Yleislukio
 - aloituspaikkoja 80
 - valinta keskiarvon perusteella (alin keskiarvo 2017 9,08)
- Urheilulukio
 - aloituspaikkoja 130
 - valinta urheilulukiohaun pisteytyksen mukaan (alin pisteraja 2017 16,26)
- Mäkelänrinteessä on opiskelijoita 820, joista n. 600 on urheilulukiolaisia.
- Urheilijat edustavat n. 50 eri lajia.
- Valmentajia on yli 70. Suurin osa heistä on lajiliittojen päätoimisia valmentajia, mm nuorten olympiavalmentajia.

- Urheilulukion valmennustoiminta
 - Lukion aikana on mahdollista saada 13-25 kurssia valmennusta.
 - Ohjattua valmennusta on vähintään kolmesti viikossa.
 - Osa lajeista hyödyntää ns. pidennettyä valmennusta eli valmennukseen käytetään kahta tuntipalkkia.
 - Urheilulukion oheispalveluihin kuulu esimerkiksi fysioterapiaa, lääkäripalveluja, henkistä valmennusta ja ravintovalmennusta.
- Lukio-opinnot Märskyssä
 - poislukuoikeus 12 valmennuskurssin jälkeen 8 pakolliseen kurssiin
 - joustavat opiskelumahdollisuudet esimerkiksi verkkokurssit, kurssin itsenäinen suorittaminen joko kokonaan tai osittain, laaja kurssitarjonta
 - kesälukio ja mahdollisuudet kesäopintoihin
 - runsaat tukipalvelut: laskupajat, englannin ja ruotsin pajat
- Avoimet ovet:
 - 12.12., 11.1. ja 8.2. kello 13.30
 - 18.1. kello 17.15; samana iltana HBA-joukkueiden koripallopelit
 - 24.1. kello 8.00 esittely ja valmennukseen tutustuminen
- Lisätiedot: www.mrl.edu.hel.fi

Pohjois-Haagan yhteiskoulu

yleislukio

- aloituspaikkoja n. 55
- valinta peruskoulun päättötodistuksen perusteella
- alin keskiarvo 2017 8,92

urheilulukio

- aloituspaikkoja n. 75
- hakijat pisteytetään keskiarvon, urheilu-saavutusten ja ns. koulukohtaisten pisteiden avulla
- alin pistemäärä v. 2017 15,93/20 pistettä.

Urheilulukion valmennustoiminta

- Lukion aikana 12-18->22 kurssia
- Harjoitellaan vähintään kolmena aamuna viikossa pääkaupunkiseudun eri harjoituspaikoilla (Pirkkolan urheilupuisto ”keskuspaikka”)
- Yhteensä yli 30 eri lajin urheilijoita
- Valmentajat alojensa huippuammattilaisia
- Joissain lajeissa valmentaudutaan yhdessä muiden pääkaupunkiseudun urheiluoppilaitosten kanssa (PHYK osa Urheaa)
- Kilpailutoiminta aktiivista, vaikkakin urheilijaksi kasvaminen ja kehittyminen pääasia
 - MM-kisoista ”piirikunnallisiin”
 - Menestyksistä osanoton riemuihin
- Lisäksi urheilutoimintaa tukevia muita opintoja
(esim. urheiluravitsemus, teippaus, psyykinen valmennus, lihashuolto jne.)
- Yhteistyö Dextran urheilulääkäriaseman kanssa
- Fysioterapeutin konsultointiapu
- Sporttituki, muut tukitoimet, joustavat opiskelumahdollisuudet
- Poislukumahdollisuus 12 valmennuskurssin jälkeen 8 pakolliseen kurssiin

PHYK - suurimmat lajiryhmät

- Jalkapallo
- Jääkiekko
- Koripallo
- Salibandy
- Tennis
- Muodostelmaluistelu/taitoluistelu
- Yhteensä 30 lajin urheilijoita
- Mikään laji ei ”väärä”

Avoimet ovet PHYK:ssa

- ke 13.12.2017 klo 13.30
- pe 12.1.2018 klo 13.00
- ke 17.1.2018 klo 13.30
- ma 29.1.2018 klo 13.30
- ti 6.2.2018 klo 13.30

sekä erityisesti vanhemmille suunnattu tilaisuus
ma 15.1.2018 klo 18.30 (myös oppilaat tervetulleita)

Lisätiedot: www.phyk.fi

Ravintola-alan, matkailun- ja liiketoiminnan oppilaitos

URHEILULINJAT:



- [Urheiluakatemiamerkonomi](#) (UAM-polku), liiketoiminnan perustutkinto Malmilla
- [Sporttikaksari](#), ylioppilastutkinnon ja liiketoiminnan perustutkinnon yhdistelmä-tutkintona Märskyssä

Matkailualalla Malmilla ja ravintola-alalla Töölössä ei ole varsinaisia urheilulinjoja: opiskelun ja urheilun yhteensovittaminen räätälöidään urheilijan tarpeet ja opintoalan vaatimukset huomioiden

Ti 23.1.2018
Avoimet ovet
@ Malmin kampus

To 25.1.2018
Avoimet ovet
@ Töölön kampus

Urheiluakatemiamerkonomi, liiketoiminnan urheilulinja Malmilla



Liiketoiminnasta kiinnostuneille, tavoitteellisesti valmentautuville, kansalliselle ja kansainväliselle huipulle tai ammattilaiseksi tähtääville urheilijoille

- Liiketoiminnan perustutkinto, merkonomi, opintoaika n. 3v.
- Urheilijoille oma ryhmä (n. 24 aloituspaikkaa)
- Opinnot joustavat urheilun ehdoilla, myös etäopiskelu mahdollista
- Urheilusisältöjä opinnoissa, erilaisia pedagogisia ratkaisuja
- Laji- ja yleisvalmennusta 2-4 aamua/vko osana opintoja Malmilla tai ohjatusti muussa treenipaikassa toisen urheiluoppilaitoksen tai oman liiton/seuran/valmentajan johdolla
- Urheiluvalmentautuminen on osa sekä yhteisiä että ammattilaisia opintoja
- Kaikkien lajien urheilijat voivat hakea (painopistelajit futis, jääkiekko, säbä)

Sporttikaksari- yhdistelmäutkinto



Ylioppilastutkinnon haluaville, liiketoiminnasta ja urheilusta innostuneille nuorille, joita kiinnostavat tehtävät kaupanalalla ja urheilussa

- Liiketoiminnan perustutkinto urheilubusiness -painotuksella (mm. urheilumarkkinointi) + ylioppilastutkinto (4-5 ainetta), opintoaika 3 v.
- Lukioaineina äidinkieli, englanti, matikka/ruotsi + Psyka/Terveystieto/YH
- Lukiokurssit (kaikkiaan n. 30) luetaan hyväksi osaksi liiketoiminnan perustutkintoa
- Kaikki opetus **Märskyssä** (aamupvät lukiokursseja, iltapvät liiketaloutta)
- Liiketoiminnan opinnot omana ryhmänä (aloituspaikkoja n. 24), lukio-opinnot yhdessä Märskyn opiskelijoiden kanssa
- Märskyn valmennuskriteerit täyttävä voi hakea valmennusoikeutta aikaisintaan 1.lukiojakson jälkeen
- Sporttikaksariin hakea myös ilman urheilijastatusta (eli valituksi voi tulla harrastelija, tuomari-, ohjaus- tms. urheilutoiminnassa mukana oleva nuori)
- Lukuaineiden keskiarvon oltava vähintään 7,0!

Urheilusisällöt

Valmennus/
liikunta

Hakuprosessi

(Urheilulinja Malmilla, Sporttikaksari + muut alat)



- Hae Opintopolussa Perho Liiketalousopiston *Liiketalouden perustutkintoon (Malmin kampus)*
- Toimita Perhoon (Malmille) paperinen ”*Hakulomake urheiluoppilaitokseen 2018*” viimeistään yhteishaun päättyessä. Myös kopio käy.
- Sporttikaksariin hakevan on täpättävä ”*Haluan suorittaa lukio-opintoja*” ja toimitettava Perhoon hakuaikana Sporttikaksarin erillinen hakulomake.
- Muutoin valintakriteerit noudattavat alan pääsyvaatimuksia. Alakohtaiset soveltuvuuskokeet ja urheilijahaastattelut huhti/toukokuussa.
- Myös matkailu- ja ravintola-alalle voi hakea urheilijana, mutta näillä aloilla ei ole varsinaista urheilulinjaa, vaan valmentautumisen integrointi opiskeluun tehdään yksilökohtaisesti ja opiskelualan vaatimuksista riippuen.
- Ensin pitää tulla valituksi Perhoon (valintaperusteina yhteishaun kokonaispisteet). Sisään päässeiden joukosta tehdään valinta urheilulinjalle Malmille tai Sporttikaksariin Märskyyn tai urheilijastatukselle matkailu/ravintola-alalle. Valinnan perusteina ovat lajiliittojen pisteet sekä urheilijahaastattelu.
- Mikäli urheilulliset ja alakohtaiset kriteerit täyttävä hakija ei tule valituksi Perhoon suoraan yhteishaussa, ohjaamme hakemaan jatkuvassa haussa, ja hakija saada opiskelupaikan tätä kautta!



KYSY LISÄÄ!

Koulutuspäällikkö/”Urheilutoimenjohtaja”
tuuli.merikoski@perho.fi
p. 0400 711728

To 25.1.2018
Avoimet ovet
@ Töölön kampus

Ti 23.1.2018
Avoimet ovet
@ Malmin kampus

Stadin ammattiopisto

- Kaikkien lajien urheilijoille kaikissa toimipisteissä.
- Jokaiselle urheilijalle laaditaan henkilökohtainen opiskelusuunnitelma (hops) urheilukoordinaattorin, oman opon ja ryhmänohjaajan kanssa.
- Urheilijalla on jaksoittain vaihtuva oma lukujärjestys, johon valmentautuminen on integroitu.
- Urheiluvalmentautumisista voi saada maksimissaan 35 osaamispistettä tutkintoon vaadittavasta 180 osaamispisteestä.



Toimipisteet ja alat

Sturenkatu, Vallila: sähkö ja sähköautomaatio, puuala, verhoilu ja sisustus, maanmittaus, suunnitteluassistentti, tieto- ja tietoliikennetekniikka, turva-ala, talotekniikka **yleisvalmennusta 2x viikossa**

Ilkantie, Etelä-Haaga: autoala **moottoriurheilun lajivalmennus sekä yleisvalmennus**

Hattulantie, Vallila: Lähihoitaja, välinehuolto

Holkkitie, Roihupelto: logistiikka

Prinsessantie, Roihuvuori: elintarvikeala, hotelli-, ravintola- ja cateringala

Muotoilijankatu, Arabia: audiovisuaalinen viestintä

Abraham Wetterintie, Herttoniemi: kone ja metalli sekä talonrakennus

Savonkatu, Pasila: hiusala, kauneudenhoito

Kullervonkatu, Käpylä: painoviestintä ja prosessiteollisuus

Onnentie, Käpylä: laboratorioala

Meritalo, Merihaka: hiusala, kauneudenhoitoala, tekstiili- ja vaatetusala

Myllypuro: kiinteistöpalvelu, korjausrakentaminen, pintakäsittely

Vilppulantie, Malmi: hammastekniikka, lähihoitajat, lääkeala

Latokartanontie, Ala-Malmi: ensihoito, lähihoitajat

Kaksi tapaa valmentautua

Lajivalmennus toteutetaan yhteistyössä Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia (Urhean) kanssa lajiryhmittäin

- Lajiryhmiin haetaan paikkaa
- Treeniajankohdat vaihtelevat lajeittain

Koulun yleisvalmennus Vallila (+Haaga)

- 2x viikossa ma ja to aamuisin
- Omissa palkeissa



LISÄTIEDOT

Oppilaitoksen kotisivut

Urheilijan polun sivut:

https://www.hel.fi/ammattillinen/fi/haussa-nyt/hakijalle-yhteishaku/hakijalle-urheilijan-ammattillinen_koulutus/hakijalle-urheilijan-koulutus

Huom!

Lähetä yhteishaun lisäksi urheilijahakemus suoraan koululle!

Avoimet ovet ovat tänä vuonna jo syylukukaudella, mutta ota yhteyttä urheilukoordinaattori Marika Viiriin, joka kertoo mielellään lisää koulusta.

Urheilijat voivat lähteä Stadin ammattiopistossa työssäoppimaan vaihtoon ulkomaille yksilöllisellä stipendillä tai suorittaa työssäoppimisen yrittäjänä omassa Pop Up Collegessa.

Kysy lisää **Urheilukoordinaattori** Marika Viiriltä

marika.viiri@edu.hel.fi 040-5249628





Urheilulinja

- Aloituspaikkoja 25 urheilijaa
- Valtakunnallisten urheilulukioiden mukainen pisteytys
- Max. 15 valmennuskurssia lukio aikana
- Vuonna 2017 alin sisäänpääsyraja 16,04/20 pistettä

Yleislinja

- Aloituspaikkoja 117 opiskelijaa
- Yleislinjalla oleva opiskelija voi hakea urheilijastatusta joustavaan urheilun ja opiskelun yhdistämiseen
- Vuonna 2017 alin todistuksen keskiarvoraja 8,83

Urheilijoita yhteensä >100 joista noin 50 ikäkausimaajoukkueissa

Aamuharjoitukset pääsääntöisesti ti, ke ja to

Yhdessä opiskelujaksossa noin 18 aamuharjoitusta
Lukuvuoden aikana noin 90-100 aamuharjoitusta



HAUKILAHDEN LUKIO

Urheilijoiden lajit lukuvuonna 2017-2018

Urheilulinjan painopistelajit:

- * Golf
- * Jalkapallo
- * Jääkiekko
- * Joukkuevoimistelu

Muut lajit:

- * Koripallo
- * Rallicross
- * Salibandy
- * Miekkailu
- * Muodostelmaluistelu
- * Squash
- * Sulkapallo
- * Taitoluistelu
- * Tanssi
- * Telinevoimistelu
- * Tennis
- * Yleisurheilu
- Esteratsastus

-
- * Fyysinen valmennus
 - * Kehonhallinta ja keppijumppa



* = Aamuvalmennus ammattivalmentajien johdolla



Haukilahden lukion painopistelajien aamuvalmennus:

Jääkiekko > Saku Martikainen ja Janne Tuunanen, BluesJuniors,
Golf > Pasi Purhonen, nuorten mj valmentaja, Suomen Golfliitto
Golf > Matti Lindholm, nuorten mj fyysinen valm, Suomen Golfliitto
Jalkapallo > Sampo Koskinen, valmentaja, FC Esport Honka
Joukkuevoimistelu > Anneli Laine-Näätänen, päävalmentaja, OVO, mj valmentaja
> Katariina Hollström, OVO, valmentaja

Seura tai muussa yhteistyössä toteutuva aamuvalmennus:

Fyysinen valm. > Tim Husa, Tapiolan Honka/Esport
Fysio/Fyys valm. > Tuomas Tikkala, SUF
Koripallo > Niko Nyholm, Tuomas Rahkonen, Tapiolan Honka
Miekkailu > Kimmo Puranen, Espoon Miekkailijat
Muodostelmaluistelu > Merja Laakkonen, ETK
Salibandy > Henry Hyyryläinen, Aleks Lammi, EsportOilers,
Salibandy > Juha Seppä, Westend Indians
Sulkapallo > Sami Parikka, ESB
Telinevoimistelu > Mati Kirmes, EsTT
Yleisurheilu > Diari Sharifi, Espoon Tapiot



HAUKILAHDEN LUKIO



Urheiluvalmennuksen
koordinaattori
Heikki Taskinen
heikki.taskinen@espoo.fi

Tiedustelut:
Rehtori
Pekka Piri
pekka.piri@espoo.fi

Avoimet ovet ja esittelytilaisuudet:

Haukilahden lukioon hakeville urheilijoille ja
heidän vanhemmilleen pidetään seuraavat
tilaisuudet:

Haukilahden lukion avoimet ovet:

- Ti 17.1.2018, klo 13.30
- Ke 23.1.2018, klo 13.30

Haukilahden lukion iltatilaisuus

Yleis- ja urheilulinjainfo

- Ti 6.2.2018, klo 18

www.haukilahdenlukio.fi

Leppävaaran lukio

Yleislinja

- Aloituspaiikkoja 90
- Valinta peruskoulun päättötodistuksen perusteella
- Alin keskiarvo 2017: 7,83
- Yleislinjan opiskelija voi hakea oikeutta osallistua urheiluvalmennukseen ja suorittaa max. 5 kurssia urheiluvalmennusta – mahdollisuus siirtyä yleislinjalta urheilulinjalle

Urheilulinja

- Aloituspaiikkoja 25
- Hakijat pisteytetään urheilulukiopisteytyksen mukaan (keskiarvo + liikuntanumero, lajipisteet, koulukohtaiset pisteet)
- Alin pistemäärä 2017: 12,35



Leppävaaran lukion urheilulinja

- Joustavat mahdollisuudet yhdistää opiskelu ja urheilu, lukion aikana 15 urheiluvalmennuskurssia (UV)
- Aamuharjoitukset kolme kertaa viikossa (ti, to ja pe)
- Lajiharjoitukset yhteistyöseurojen urheilijoille, kaikkien lajien urheilijoille taito-, fysiikka- ja yleisvalmennusta
- Yli 80 urheilijaa ja 15 eri lajia
- Amerikkalainen jalkapallo, cheerleading, golf, **jalkapallo**, **jääkiekko**, kilpapyöräily, **koripallo**, lentopallo, muodostelmaluistelu, nyrkkeily, **salibandy**, taitoluistelu, teamgym, telinevoimistelu, uinti
- Yhteistyöseurat: Blues juniors, Esport Oilers, FC Espoo, FC Honka, Tapiolan Honka, Westend Indians



Urheilulinjan valmennustoiminta

Harjoituspaikat:

- Leppävaaran urheilupuisto
- Leppävaaran uimahalli
- Leppävaaran liikuntahalli
- Lukion liikuntasali ja kuntosali
- Laaksolahden jalkapallohalli
- Esport Areena ja Otahalli
- SUMMA-halli

Valmennus:

- Heikki Saloranta, yleisvalmennus
- Sanna Pernu, lihashuolto
- Tim Husa, fysiikkavalmennus
- Sampo Koskinen, Peter Sampo, jalkapallo
- Blues juniors, jääkiekko
- Niko Nyholm, koripallo
- Aleksi Lammi, Henry Myyryläinen, Juha Seppä, salibandy
- Urheilijoiden henkilökohtaiset valmentajat



Leppävaaran lukio



Leppävaaran lukio

- Avoimien ovien päivät ja esittelyt:
 - Keskiviikkona 17.1.2018 klo 13.30-15.00
 - Tiistaina 23.1.2018 klo 13.30-15.00
 - Keskiviikkona 7.2.2018 klo 18:00-19:30 huoltajille ja nuorille
- Yhteystiedot: Veräjätienkatu 10 www.leppavaaranlukio.fi
 - Rehtori: Ismo-Olav Kjaldman ismo-olav.kjaldman@espoo.fi p. 0505699337
 - Urheilulinjan koordinaattori: Heikki Saloranta heikki.saloranta@espoo.fi p. 0505631006
 - Lukion opot:
 - Martti Parikka martti.parikka@espoo.fi p. 0468772579
 - Heidi Hyyryläinen heidi.hyyrylainen@espoo.fi p. 0468773707





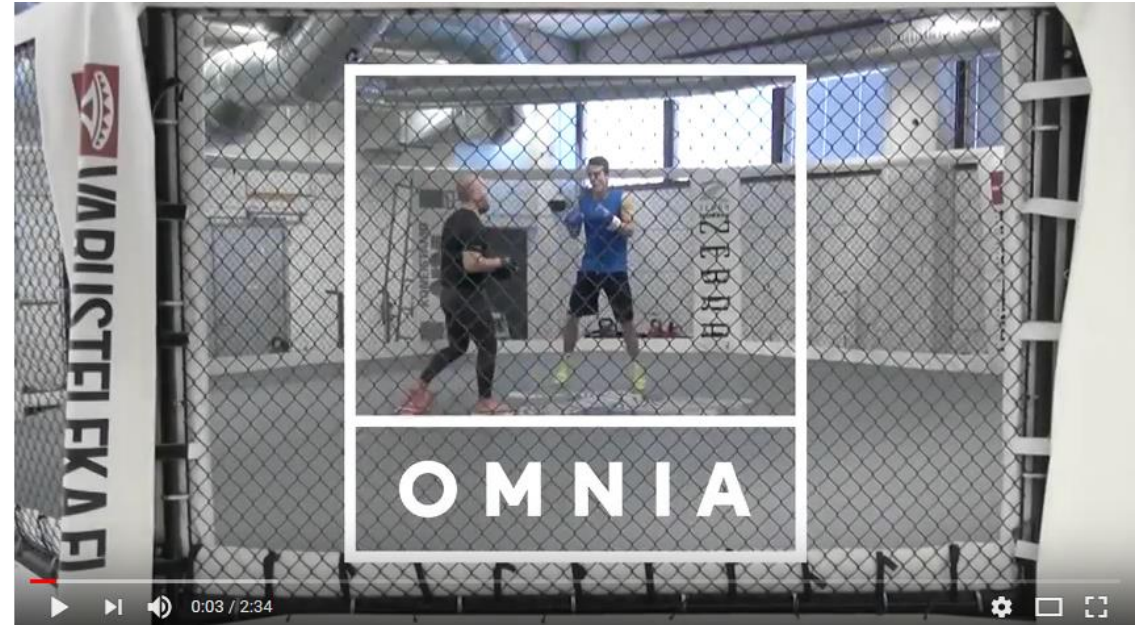
OMNIA

Tee sitä, mistä tykkäät

www.omnia.fi/urheilupolku

”Opiskelu pitää mun urheilijan rytmin kasassa. Omniassa voit opiskella urheilun ehdoilla”, Arslan Khataev, merkonomiopiskelija, nyrkkeilyn olympiavalmennettava.

Katso Arslanin haastattelu ja urheilupolun esittely [Youtubesta](#).



HAKU OMNIA KOULUTUKSEN URHEILUPOLULLE

- Omniaan haetaan normaalin hakumenettelyn mukaan
->omnia.fi/yhteishaku
- Kun opiskelija on vastaanottanut opiskelupaikan, hän hakee urheilupolulle.
- Omnia antaa urheilijastatuksen lajiliittopisteytyksen sekä koulun oman arvion perusteella.
- Lisätietoja: petra.sillanpaa@omnia.fi



KAIKKIEN ERI LAJIEN URHEILIJAT VOIVAT HAKEA OMNIAAN OPIKSELEMAAN!

- Urheilijat edustavat n. 40 eri lajia.
- Omniassa noin 100-150 urheilijaa lukuvuosittain
– jokaiselle laaditaan oma polku: opiskelu + urheilu.
- Aamuvalmennusta ammattivalmentajien johdolla ti, ke ja to
- Psyykkistä valmennusta, ravintovalmennusta sovitusti
- Laaja yhteistyö eri urheiluoppilaitosten sekä urheiluseurojen kanssa



MIKSI OMNIAN URHEILUPOLKU?

- Urheiluvalmentautumisesta ja osallistumisesta oman lajin kilpailuihin voi saada opintosuorituksia kaikkiin Omniassa tarjottaviin ammatillisiin perustutkintoihin.
- Urheilijoilla on myös mahdollisuus valmentautua ulkomailla ja samalla suorittaa osa työssäoppimisesta. Tämä tehdään yhteistyössä lajiliittojen ja urheiluseurojen kanssa.



OMNIA URHEILUPOLKU - URHEILIJANA VOIT HANKKIA TASKUUSI AMMATIN SAMALLA KUN JATKAT OMASSA LAJISSASI KOHTI TAVOITTEITASI



Yhteystiedot:

toimialarehtori Merja Puolakka

p.050 5830813 merja.puolakka@omnia.fi

URHEILUPOLKUVASTAAVA PETRA SILLANPÄÄ

petra.sillanpaa@omnia.fi

omnia.fi/urheilupolku

ESPOON AIKUISLUKION URHEILUPOLKU

- Päästäksesi aikuislukiolaisena Urheilupolulle ilmoittaudu opiskelijaksi Espoon aikuislukioon -> omnia.fi/espooaikuislukio
- Alle 18-vuotias voi hakea aikuislukioon urheilijastatuksella
- Kursseja aamulla, päivällä tai illalla – voit valita sopivat kurssit treeniaikatauluusi sopivasti
- Voit opiskella lähes koko aikuislukion oppimäärän myös verkossa

Me Espoon aikuislukiossa tuemme urheilijan elämäsi.

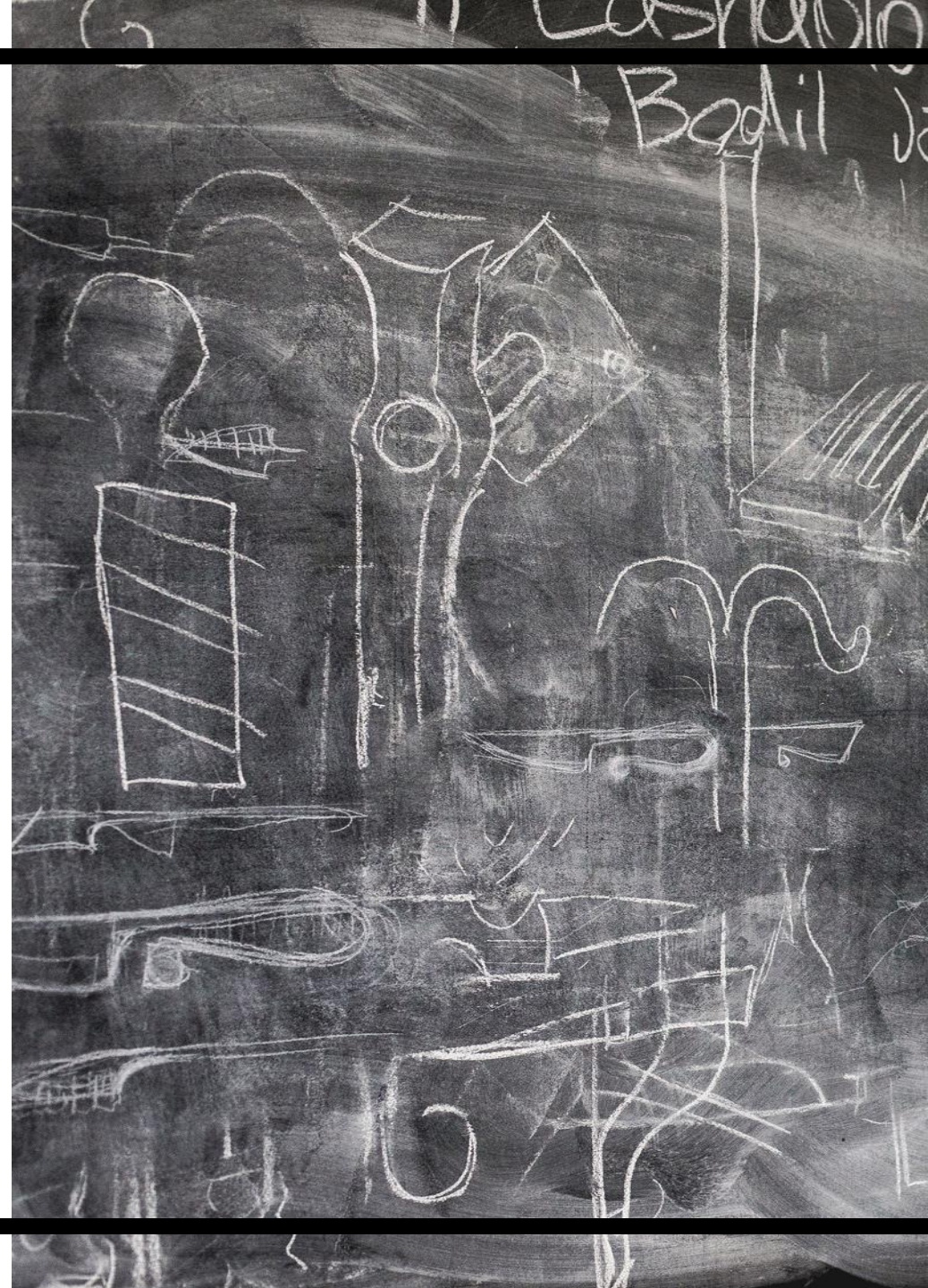
omnia.fi/espooaikuislukio

Mirkka Pulkkinen

Espoon aikuislukion opinto-ohjaaja

+358 40 126 7225

mirkka.pulkkinen@omnia.fi



SOTUNGIN LUKIO

- Urheilulinja ja yleislinja, yhteensä 430 opiskelijaa
- Kummankin linjan kautta mahdollisuus päästä mukaan urheilualmennusryhmiin
- Aloituspaikkoja molemmilla linjoilla 52-78, yhteensä 130/vuosi
- Yleislinjan sisäänpääsy lukuaineiden keskiarvolla, alin 2017 oli 8,25.
- Vahva urheilu- ja liikuntamyönteinen yhteishenki. Kannustetaan ja koulutetaan ohjauksen ja valmennuksen pariin oman urheiluran rinnalla yhteistyössä alueen seurojen ja koulujen kanssa.



SOTUNGIN LUKIO

- Urheilulinjalla valtakunnallisen urheilulukiohaun kriteerit: lukuaineiden liikunnalla painotettu keskiarvo, urheilupisteet, koulukohtaiset pisteet
- Alin pistemäärä 2017: 12,73/20 pistettä
- Lajiryhmät: jalkapallo (pojat + tytöt), jääkiekko, salibandy, koripallo, uinti, yleisurheilu, muiden lajien yleisryhmä
- Ammattivalmentajat, hyvät olosuhteet, joustavat opintojärjestelyt
- Sotungin etälukion kautta huippu-urheilijoiden opintojen jousto jopa 27 kurssia, ylioppilaaksi urheilu-uran ehdoilla 48 kurssilla ja yo-kirjoituksilla.

“

AVOIMIEN OVIENTÄÄN PÄIVÄ TORSTAINA 18.1.2018 KLO 13.30-
15.30 OPPILAILLE JA KLO 18-20 HUOLTAJILLE

”

Rehtori ja urheiluvalmennuksen koordinaattori Esa Partanen,

Puh. 0400 633 865, sähköposti: esa.partanen@vantaa.fi

www.sotunki.fi





Välkommen på vårt
Öppet hus 24.1 kl.16-17.30 och på vår
Infokväll kl.18

I **Brändö gymnasium** har vi 400 studerande varav ca 50 studerar på idrottslinjen.

- **Allmänna linjen**, 120 platser

- antagning genom medeltal (2017 lägsta medeltal 7,42)

- **Idrottslinjen** (specialisering i idrott), 15 platser

- särskild antagning enligt nationella idrottsgymnasierna (2017 lägsta poäng 15,83)
- Vi samarbetar med **Mäkelärinteen lukio** och övriga idrottsskolor inom **Urhea**
- Idrottare i ca 20 olika grenar

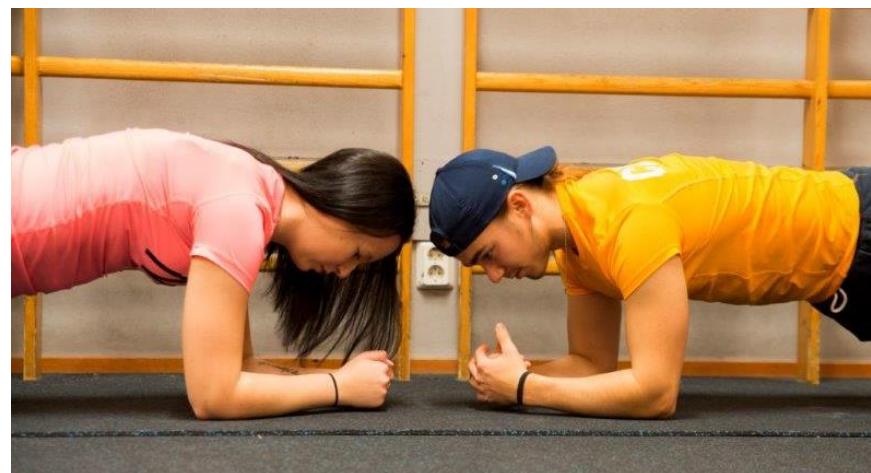
Mer info på www.brg.edu.hel.fi

Följ oss på vår blogg, på Facebook och Instagram.



Yrkesinstitutet Prakticum

- Prakticum är det enda svenskspråkiga yrkesinstitutet som från och med 1.1.2018 har status som yrkesutbildare för idrottare. Detta innebär att idrottare vid Prakticum erbjuds flexibla studiestigar som stöder såväl yrkesstudierna som idrottskarriären.
- Vi utbildar till 14 olika yrken.
- Prakticum är sedan hösten 2014 medlem i Urhea (huvudstadsregionens idrottsakademi) och samarbetar även med idrottsakademin i Borgå.

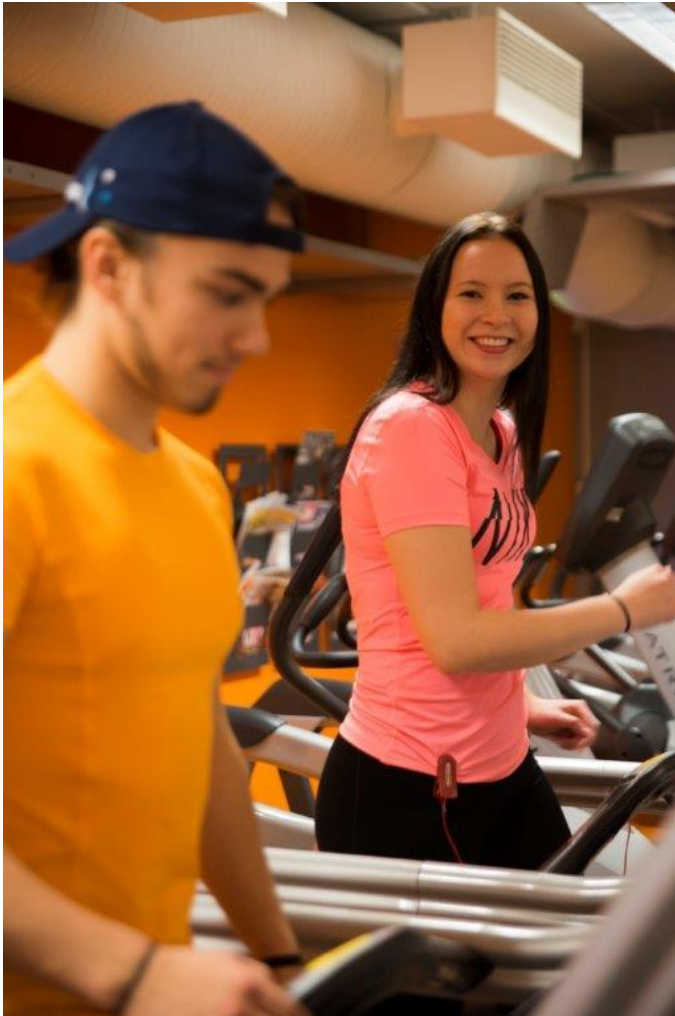


Individuella studiestigar

- Vid Prakticum beaktas alla idrottsgrenar och för varje idrottare görs en individuell plan över hur idrottandet och studierna kan kombineras.
- Du ansöker om att bli idrottsprofilant genom att fylla i ansökningsblanketten på vår hemsida i samband med din ansökan om att studera vid Prakticum. Dock senast då du tar emot din studieplats.
- Praktikums Idrottsprofilering ger dig som är målmedveten tävlingsidrottare och strävar att nå den nationella/intrenationella toppen en möjlighet att studera till en yrkesexamen samtidigt som du satsar på idrotten.
- Studietiden är individuell och du kan studera vid alla Praktikums enheter; Helsingfors, Borgå och Esbo



Läsåret 2017–2018 har Prakticum 48 idrottsprofiler Practicum antar 15–20 nya idrottsprofiler varje läsår



Ridsport

Handboll

Ishockey

Fitness

Karting

Båtsport

Bilsport

Basket

Teamåkning

Orientering

Gymnastik

Paddling

Simning

Badminton

Cheerleading

Cykling

Innebandy

Judo

Tennis

Redskapsgymnastik



Välkommen till öppet hus i Helsingfors

25–26.1.2018



Mer information:

Björn "Nalle" Nylund

Idrottskoordinator

bjorn.nylund@practicum.fi

0400 247 250

Besök vår hemsida!

www.practicum.fi

Gilla oss på Facebook!

www.facebook.com/practicum

Följ oss på Instagram!

practicum_utbildning





Suomen Liikemiesten | Helsinki
Kauppaopisto | Business College

Suomen Liikemiesten Kauppaopisto



- Olemme Suomen suurin datanomi- ja merkonomikouluttaja
- Tarjoamme opiskelijoillemme laajan koulutustarjonnan, laadukkaan opetuksen ja ohjauksen, toiminnallisia oppimisympäristöjä, yrittäjyysvalmiuksia sekä hyvät yhteydet työelämään.
- Suomen Liikemiesten Kauppaopiston sijaitsee hyvien julkisten liikenneyhteyksien varrella Pasilassa, osoitteessa Rautatieäisenkatu 5, Pasilan juna-aseman läheisyydessä, Helsingin Messukeskuksen vieressä.
- Meillä opiskelee datanomiksi tai merkonomiksi yhteensä noin 2000 opiskelijaa.



Suomen Liikemiesten Kauppaopistossa

- Voit suorittaa datanomi- tai merkonomitutkinnon noin kolmessa vuodessa (aikaisempi osaaminen tai esim. erilaiset projektit voivat nopeuttaa opintojasi)
- Voit yhdistää huippuosaamisen ja opiskelun: valmennus- ja kilpailutoiminnan kautta voi suorittaa Huippuosaajana toimiminen – tutkinnon osan
- Tarjoamme huippu-urheilijoillemme henkilökohtaista ohjausta, valinnaisia ammatillisia opintoja, tiimivalmennusta sekä Urhea-verkoston kautta valmennusyhteistyötä
- Voit treeneissä tai kisamatkoilla ja suorittaa silloin opintoja monimuotoisesti (lähi-, etä- ja verkko-opintoina)
- Lisätietoja linkistä <https://www.businesscollege.fi/opiskelu/urhea-yhteistyö/>
- Voit olla huipputiimissämme mukana eri joukkuelajeissa edustamassa oppilaitosta
- Kaksoistutkintoyhteistyötä teemme Töölön yhteiskoulun aikuislukion kanssa ja Haaga-Helian jatko-opintoväylän kautta on tarjolla avoimia amk-opintoja

Tervetuloa huipputiimiimme!

- Suomen Liikemiesten Kauppaopiston avoimen ovien päivä on torstaina 25.1.2018 klo 10-14
- Yhteishausta, Opintopolku opintopolku.fi, koulutuksemme löydät hakusanalla **Suomen Liikemiesten Kauppaopisto**
- **Yhteystiedot**
SLK:n huippu-urheilukoordinaattorit:
Tarja Airaksinen,
tarja.airaksinen@businesscollege.fi, 044 775 6421
Taru Toivonen,
taru.toivonen@businesscollege.fi, 050 401 5807
Urhea-yhteistyöstä vastaava, vararehtori Heli Huotari,
heli.huotari@businesscollege.fi, 050 341 2402



Eiran aikuislukio

- Eiran aikuislukio tarjoaa laajan kurssiatarjonnan sekä lähiopetuksessa, että verkossa.
- Koululla on kaksi toimipistettä Etelä-Helsingissä:
 - **Laivurinkatu** eli Laivurinkatu 3
 - **Roba** eli Iso-Roobertinkatu 20 – 22
- Oppimäärä on 44 kurssia.
- Opintoja voi suorittaa
 - lähiopintoina aamulla, päivällä tai illalla
 - verkkokursseilla
 - molempia yhdistellen
 - opiskelu on joustavaa ja sopii hyvin niille urheilijoille, joiden lajiin liittyy erityisen paljon matkustamista.





Eiran aikuislukiossa opiskelu

- Aikuislukiossa opiskelu edellyttää:
 - Hyvät pohjatiedot keskeisissä aineissa: äidinkieli, ruotsi, englanti ja matematiikka (tai ainakin motivaatiota parantaa ensin pohjatiedot ja taidot kuntoon kertaavilla opinnoilla).
 - Itsenäisen opiskelun taitoja
 - Omatoimisuutta ja aktiivisuutta opintojen suhteen
- Aikuislukio tarjoaa:
 - Joustavuutta opiskelumuotojen suhteen
 - Mahdollisuuden kerrata perusteita





Eiran aikuislukio alle 18-vuotiaana

- 
- Ensisijaisesti suosittelemme aina alaikäisille opiskelijoille nuorille tarkoitettuja opintoja (lukiot ja ammatilliset tutkinnot)
 - Joskus kuitenkin opiskelijan elämäntilanne tai lajin vaatimukset ovat sellaiset, että on mielekästä harkita aikuislukion suorittamista.
 - Tällöin kannattaa sopia tapaaminen koululle: tapaamiseen osallistuvat hakija ja hänen huoltajansa sekä Eiran aikuislukion opo.
 - Yhteystiedot:

— URHEA-opiskelijoiden opinto-ohjaaja
Milla Lalu: milla.lalu@eira.fi



Mitä jos en saa 2. asteen opiskelupaikkaa?

1. Ammatilliseen koulutukseen on mahdollista hakea joustavassa haussa urheilijana. Kysy lisätietoja

Lisätiedot suoraan urheiluoppilaitostoiminnan vastuuhenkilöiltä

- Omnia: Petra Sillanpää, 046-8515210, petra.sillanpaa@omnia.fi
- Perho Liiketalousopisto: Tuuli Merikoski, 0400711728, tuuli.merikoski@perho.fi
- Stadin ammattiopisto, Marika Reebbs, 040-5249628, marika.reebs@edu.hel.fi
- Yrkesinstitutet Prakticum, Björn Nylund, 0400247250, bjorn.nylund@prakticum.fi

Lisätiedot urheiluoppilaitoshausta

- Lisätiedot urheiluoppilaitoshausta ensisijaisesti oppilaitosten vastuuhenkilöiltä
- Lajiliittojen valmennuksen vastuuhenkilöillä on tieto lajin painopisteoppilaitoksista

Pääkaupunkiseudun urheiluakatemian yhteyshenkilöt

- **Juha Dahlström**
Huippu-urheilukoordinaattori
0400 - 910 972
juha.dahlstrom(at)urhea.fi
- **Jari Savolainen**
040-5307679
jari.savolainen(at)urhea.fi