

## Hakeminen urheiluyläkouluihin alkaa!

Yläkoulu-aika on tärkeä vaihe urheilijan polulla: nuori kasvaa urheilun harrastajasta tavoitteelliseksi urheilijaksi. Innostus syvenee intohimoksi, monipuolisista liikuntataidoista jalostuvat vahvat lajitaidot, hyvä harjoitettavuus tarkentuu systemaattiseksi harjoitteluksi ja urheilulliset elämäntavat luovat edellytykset terveeksi urheilijaksi kasvulle.

Urheiluyläkoulu on urheilusta innostuneelle lapselle erinomainen mahdollisuus yhdistää koulunkäynti ja urheilu. Urheiluyläkouluissa rakennetaan nuoren urheilijan hyvää päivää ja opetetaan nuoria mm. itsenäiseen työskentelyyn, vastuun ottamiseen ja arjen aikatauluttamiseen.

Tämä onnistuu usean eri toimijan yhteistyöllä: mukana ovat koulut ja opettajat sekä lajiliitot, seurat ja urheiluakatemit.

Jos siis olet urheilusta innostunut 6.-luokkalainen tai hänen vanhempansa: katso lisätietoa urheiluyläkouluista [Olympiakomitean](#) sivuilta. Urheiluyläkoulujen lisäksi urheiluakatemioilla on lukuisia yhteistyökouluja, joissa nuori saa lisää monipuolista liikuntaa koulupäivien aikana. Katso lisätietoa Haagan peruskoulun yläkoulutoiminnasta ja hakeutumisen ajankohdat [Haagan peruskoulun urheiluluokka](#)

Urheiluyläkouluun hakeudutaan valtakunnallisen soveltuvuuskokeen kautta, joka mittaa keskeisiä taitoja ja ominaisuuksia. Soveltuvuuskokeeseen kuuluu seitsemän osiota sekä mahdollisia lisätestejä. [www.soveltuvuuskoe.fi](http://www.soveltuvuuskoe.fi)

### URHEILUYLÄKOULUSSA SAAT...

- urheilua tukevan innostavan ilmapiirin
- 10 h laadukasta liikuntaa ja urheilua kouluviikkoon n. klo 8-16 välisenä aikana koulupäivän yhteydessä
- mahdollisuuden yhdistää koulun ja urheilun toimivasti
- seurojen ohjaamat laji- ja yleisharjoitukset koulupäivän yhteydessä



### YLÄKOULUIÄSSÄ...

- nuoren fyysinen ja psyykinen kehitys on voimakkaimmillaan
- laadukas harjoittelukokonaisuus ja urheilulliset elämäntavat pitävät mielen virkeänä ja mahdollistavat kehittymisen terveenä urheilijana
- urheilu ja liikuntaharrastukset tukevat tutkitusti oppimista
- luodaan tärkeä perusta myöhäisemmän vaiheen vaativampaa harjoittelua varten
- harjoittelun määrä lisääntyy nousujohteisesti
- nuori urheilija oivaltaa omatoimisen harjoittelun merkityksen kehittymiselle

Suomen Olympiakomitean Urheiluakatemiaohjelman johdolla käynnistettiin syksyllä 2017 urheiluyläkoulukokeilu. Kokeilussa on mukana 25 yläkouluja 14 kunnasta eri puolilta Suomea. Kolmivuotisen kokeilun aikana rakennetaan valtakunnallista urheiluyläkoulumallia, jossa toteutuu mahdollisuus 10 liikunta- ja urheilutuntiin kouluviikon aikana. Urheiluyläkoulussa tavoitteellisesti urheileva nuori saa ohjausta elämäntaitojensa kehittämiseen sekä valmiuksia opintojen ja urheilun vaativampaa yhdistämiseen.