

VOK-KÄSIKIRJA

31.12.2011

1.	JOHDANTO	2
2.	KOULUTUKSEN SUUNNITTELU VOK-PERUSTEIDEN AVULLA	3
2.1	<i>VOK-perusteiden tulostusversio (pdf) antaa yleiskuvan</i>	3
2.2	<i>Ajantasainen ja laajin sisältö löytyy VOK-perusteiden verkkojulkaisusta</i>	3
2.3	<i>1-tason koulutusmallin avulla on helppo rakentaa 1-tason tutkinto.....</i>	4
2.3.1	<i>1-tason koulutusmalli pdf-versiona.....</i>	4
2.3.2	<i>1-tason koulutusmalli verkkojulkaisuna</i>	4
2.3.3	<i>Esimerkki koulutuskokonaisuuden suunnittelusta 1-tason koulutusmallin avulla</i>	5
3.	TÄRKEIMMÄT PERIAATTEET KOULUTUKSEN SUUNNITTELUSSA.....	6
3.1	<i>Oppimiskäsitys: oppija ja toimintaympäristö huomioon.....</i>	6
3.2	<i>Lähtökohtana laji.....</i>	6
3.3	<i>Koulutuksen toteuttamisen malli: lähi- ja etäopiskelua sekä toiminnassa oppimista</i>	6
3.4	<i>Oppimisen henkilökohtaistaminen</i>	6
3.5	<i>Kokonaisvaltaisuus</i>	7
3.6	<i>Jatkuva arviointi.....</i>	7
4.	ERI TAHOJEN ROOLIT KOULUTUKSEN TOTEUTTAMISESSA	8
4.1	<i>VOK lajiliitossa.....</i>	8
4.2	<i>VOK slu-alueella.....</i>	8
4.3	<i>VOK urheiluopistossa</i>	8
5.	ESIMERKKEJÄ KOULUTUKSEN TOTEUTTAMISESTA	9
5.1	<i>Jääkiekkoliitto</i>	9
5.2	<i>Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu (EKLU).....</i>	9
5.3	<i>Vierumäen urheiluopisto ja Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu (PHLU)</i>	10

1. JOHDANTO

VOK-käsikirja tukee [Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteiden](#) (VOK-perusteet) mukaista koulutuksen suunnittelua ja toteuttamista. Tämä käsikirja ei korvaa VOK-perusteita vaan tiivistää, selkiyttää ja havainnollistaa valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen suunnittelua sekä VOK-perusteiden käyttöä suunnittelu- ja kehittämistyössä.

Käsikirja sopii hyvin ensimmäiseksi oppaaksi ryhdyttäessä koulutuksen kehittämiseen.

VOK-perusteissa kuvataan koulutuksen rakenne sekä annetaan ohjeita ja linjauksia valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen toteuttamiseen. Siinä määritellään kaikille lajeille tasojen 1-3 yhteiset osaamistavoitteet ja oppisisällöt sekä annetaan esimerkkejä oppimistehtävistä ja arviointitavoista.

Tässä käsikirjassa puolestaan esitetään tiivistetysti koulutuksen tärkeimmät periaatteet sekä kuvataan käytännön esimerkein VOK-perusteiden mukaisen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen toteutumista lajiliitossa, SLU-alueella sekä urheiluopistossa tai muussa koulutuksen toteuttajatahossa. VOK käsikirja löytyy VOK-perusteiden verkkosivuilta osoitteesta www.valmentajakoulutus.fi/vok/.

2. KOULUTUKSEN SUUNNITTELU VOK-PERUSTEIDEN AVULLA

VOK-perusteiden alkuperäinen ja täydellinen versio on [verkkojulkaisu](#). Siitä tehty tiivistelmä on tulostettavissa [pdf-muodossa](#).

2.1 VOK-PERUSTEIDEN TULOSTUSVERSIO (PDF) ANTAA YLEISKUVAN

Tulostusversio on hyvä työkalu koulutuksen suunnittelun alkuvaiheessa kun laaditaan koulutuksen rakennetta, toimintatapoja ja sisältöä otsikkotasolla.

Tulostusversio on tiivistelmä, josta – varsinkin tulostettuna – saa hyvän yleiskuvan VOK-perusteiden kokonaisrakenteesta. Myös teoriaosuudet ja koulutuksen suunnittelun pääperiaatteet on siinä selkeästi luettavissa. Taulukkomuodossa esitetyt kaikille lajeille yhteiset koulutuksen sisällöt on avattu koulutuksen tasoilla 1-3. Taulukossa esitetään osaamistavoitteet, oppisisällöt sekä oppimistehtäviä ja arviointitapoja.

Tulostusversio löytyy VOK-perusteiden verkkosivuilta vasemman reunan valikosta kuvakkeena nimellä "[VOK-perusteiden tulostusversio \(pdf\)](#)".

2.2 AJANTASAINEN JA LAAJIN SISÄLTÖ LÖYTYY VOK-PERUSTEIDEN VERKKOJULKAISUSTA

VOK-perusteiden verkkojulkaisu on koulutuksen suunnittelijan tärkein työkalu. Se on parhaimmillaan siinä vaiheessa, kun koulutuksen suunnittelija tai kouluttaja rakentaa yksittäisiä koulutustapahtumia.

Verkkojulkaisun erityisominaisuus verrattuna tulostusversioon on oppisisältöjen syventävät osat. Oppisisältöä klikkaamalla avautuu kokonaan uusi maailma, josta löytyy ensinnäkin selvitys asioista, joita kunkin oppisisällön kohdalla tulisi koulutuksessa käydä läpi. Lisäksi usean oppisisällön takana on monenlaista materiaalia, jota voi käyttää sellaisenaan kouluttajan työkaluna, kuten aiheeseen liittyviä Word-tiedostoja, Power Point -esityksiä, kuvia, videoita ja linkkejä. Koulutuksen suunnittelija ja/tai kouluttaja voi kopioida, muokata ja käyttää hyväkseen materiaaleja tarvitsemallaan tavalla. Ainoa edellytys on, että materiaaleissa olevat alkuperäiset tekijämerkinnät säilytetään ja lähteenä mainitaan VOK-perusteet.

Verkkoversio on jatkuvasti päivittyvä ja sieltä löytyy aina uusin materiaali. Se on tarkoitettu koulutuksen päivittäiseksi työkaluksi ja käytettäväksi vaikkapa suoraan verkosta koulutustilanteessa. Näin myös varmistetaan, että koulutusmateriaalit ovat mahdollisimman ajantasaisia. Ja kääntäen: ei kannata tulostaa ja/tai monistaa VOK-perusteiden sisältöä kovin pitkälle tulevaan käyttöön koska sisältöä saatetaan päivittää, jolloin aiemmin tulostettu materiaali vanhenee.

2.3 1-TASON KOULUTUSMALLIN AVULLA ON HELPPO RAKENTAA 1-TASON TUTKINTO

VOK-perusteista on laadittu valmis koulutusmalli 1-tasolle. Malliin on valmiiksi jäsennetty koko 1-tason kaikille lajeille yhteinen sisältö.

Sisältö on jaettu kahteentoista koulutuskokonaisuuteen, joista jokainen vastaa noin kolmen tunnin lähiopiskelutapahtumaa. Valmiiksi jäsennetyjä koulutuskokonaisuuksia käyttäen on helppo rakentaa 1-tason tutkinto liittämällä lajiosiot kokonaisuuteen. Kolmen tunnin kokonaisuudet toimivat esimerkiksi arki-illan yksittäisinä koulutustapahtumina ja niitä yhdistelemällä saadaan koko päivän ja viikonlopun tapahtumia.

2.3.1 1-TASON KOULUTUSMALLI PDF-VERSIONA

Koulutusmallin pdf-versio on helppo tulostaa ja siitä saa hyvän käsityksen 1-tason rakenteesta, laajuudesta, osaamistavoitteista ja kaikille lajeille yhteisistä sisällöistä otsikkotasolla. Samoin oppimistehtävien ja arvioinnin suunnittelussa pdf-versio toimii hyvin.

Verkossa olevaa versiota päivitetään aika ajoin ja samat päivitykset tehdään tarvittaessa myös pdf-versioon. Ajantasaisuuden varmistamiseksi on jokaiseen käyttötarkoitukseen syytä poimia uusin versio VOK-perusteiden verkkosivuilta, josta se löytyy vasemman reunan valikosta kuvakkeena nimellä "[1-tason koulutusmalli \(pdf\)](#)"

2.3.2 1-TASON KOULUTUSMALLI VERKKOJULKAISUNA

Koulutusmallin [verkkojulkaisu](#) toimii teknisesti samoin kuin VOK-perusteidenkin verkkojulkaisu, mutta on valmiiden koulutuskokonaisuuksien vuoksi vielä käytännöllisempi työkalu. Se toimii erinomaisesti yksittäisten koulutustilaisuuksien suunnittelussa ja antaa paljon valmista materiaalia kouluttajille.

Verkkojulkaisu toimii tarvittaessa myös lähiopiskelutilanteessa kouluttajan luentomateriaalina.

2.3.3 ESIMERKKI KOULUTUSKOKONAISUUDEN SUUNNITTELUSTA 1-TASON KOULUTUSMALLIN AVULLA

- 1. Poimi [1-tason mallin verkkojulkaisusta](#) yksi numeroitu koulutuskokonaisuus. Kopioi taulukkomuodossa oleva koulutuskokonaisuuden kuvaus ja siirrä se erilliselle esim. Word-pohjalle.**
- 2. Klikkaa verkkojulkaisusta erikseen esiin jokaisen oppisisällön syvennetyt osuudet, kopioi ne ja liitä edellisessä kohdassa muodostamallesi pohjalle kyseisen oppisisällön yhteyteen.**
- 3. Klikkaa verkkojulkaisusta erikseen esiin oppisisältöjen syvennetyjen osuuksien yhteydessä mahdollisesti olevat muut koulutusmateriaalit, kopioi ne ja tallenna sopivaksi katsomallasi tavalla. Voit myös käyttää 1-tason koulutusmallin verkkojulkaisua koulutustilanteessa suoraan internetyhteyden avulla.**
- 4. Kertaa pohjaksi koulutuskokonaisuuden osaamistavoitteet. Ne ovat koko koulutuksen lähtökohta. Mieti myös, miten osaamistavoitteet istuvat koulutustapahtumasi kohderyhmään.**
- 5. Mieti, onko oppisisältöjä tarpeen muokata oman kohderyhmäsi tarpeisiin:**
 - Pitääkö joitakin asioita täydentää tai painottaa?
 - Voidaanko jotain hyväksilukea (jos osaaminen on jo olemassa)?
 - Onko joitakin muita ajankohtaisia asioita, joita on syytä käsitellä?
 - Onko tarvetta joihinkin paikallisiin tai lajikohtaisiin painotuksiin?
- 6. Pohdi, mitkä verkkojulkaisun ehdottamista oppimistehtävistä ja toimintatavoista ovat sopivia koulutukseen ja miten niitä käytetään. Muokkaa tarvittaessa ehdotettuja ja lisää uusia oppimistehtäviä ja toimintatapoja. Muista, että suunnittelun painopiste on oppijan toiminnan ja oppimisen suunnittelussa.**
- 7. Pohdi, mitä ja miten verkkojulkaisun tarjoamista arviointitavoista koulutuksessa käytetään.**

3. TÄRKEIMMÄT PERIAATTEET KOULUTUKSEN SUUNNITTELUSSA

VOK-perusteiden mukaista valmentaja- ja ohjaajakoulutusta suunniteltaessa ja toteutettaessa tulee varmistaa, että koulutuksessa toteutuvat tärkeimmät VOK-perusteissa esitetyt pääperiaatteet. Seuraavassa pääperiaatteita tiivistettynä.

3.1 OPPIMISKÄSITYS: OPPIJA JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ HUOMIOON

Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen taustalla oleva oppimiskäsitys korostaa oppimisessa sekä yksilön että yhteisön roolia. Koulutus on oppijälähtöistä, oppijan aikaisempiin kokemuksiin perustuvaa ja vuorovaikutteista. Valmentaminen ja ohjaaminen tapahtuu erilaisissa toimintaympäristöissä. Myös oppimista tapahtuu koko ajan ja kaikissa toimintaympäristöissä tietoisesti ja tiedostamatta. Koulutuksessa tulee kokonaisvaltaisesti huomioida ja hyödyntää eri toimintaympäristöt liittämällä ne osaksi oppimista. (VOK-perusteet tiivistelmä, s 9)

3.2 LÄHTÖKOHTANA LAJI

Yleensä jokainen valmentaja tai ohjaaja tulee jonkin urheilulajin piiristä. Lajiliitot ovat vastuussa omien lajiensa valmentajien ja ohjaajien auktorisoinnista tasoilla 1-3. Koulutuksen kokonaissuunnittelun pohjana on lajin analyysi, jonka avulla tunnistetaan lajille ominaiset erityispiirteet, osaamis pohja ja kulttuuri. Lajin ja lajiliiton on tavalla tai toisella oltava mukana valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen suunnittelussa riippumatta siitä mikä taho koulutusta käytännössä toteuttaa. (kuviot 4, VOK-perusteet tiivistelmä, s 10)

3.3 KOULUTUKSEN TOTEUTTAMISEN MALLI: LÄHI- JA ETÄOPISKELUA SEKÄ TOIMINNASSA OPPIMISTA

VOK-perusteiden mukainen valmentaja- ja ohjaajakoulutus koostuu lähiopiskelusta, etäopiskelusta ja toiminnassa oppimisesta (kuviot, VOK-perusteet tiivistelmä, s 11). Tällä toimintamallilla varmistetaan koulutuksessa teoreettinen tietopohja ja riittävät valmentajan/ohjaajan taidot sekä niiden siirtyminen käytännön osaamiseksi. Koulutuksen toteuttamisen malli perustuu siihen, että oppimista tapahtuu merkittävästi lähiopiskelun lisäksi myös arjen toiminnassa ja muissa elämän tilanteissa. Oppimistehtävillä ohjataan eri oppimisympäristöissä tapahtuvaa oppimista.

3.4 OPPIMISEN HENKILÖKOHTAISTAMINEN

Kouluttajan tärkein rooli on olla oppimisen ohjaaja. Hänen tulee pyrkiä suunnittelemaan ja toteuttamaan koulutus valmentajien/ohjaajien todellisten tarpeiden mukaiseksi. Tällöin kouluttajan työn painopiste on oppimistehtävien laatimisessa ja arvioinnissa. Näiden kautta kouluttaja luo olosuhteet yksilölliselle oppimiselle. Koulutuksen edetessä 1-tasolta 2- ja 3-tasolle henkilökohtaistamisen tarve lisääntyy (kuviot 3, VOK-perusteet tiivistelmä, s 7). 1- tasolla oppimistehtävät ovat vielä kaikille osallistujille melko samanlaisia, mutta 2- ja 3-tasoilla pitäisi päästä yhä yksilöllisempiin tehtäviin.

3.5 KOKONAISSVALTAISUUS

Urheiluun ja liikuntaan liittyy aina fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen ulottuvuus. Ajatellaanpa vaikka niinkin yksinkertaista fyysistä suoritusta kuin jalkakyykky. Sen avulla halutaan yleensä yksinkertaisesti kehittää lihasvoimaa mutta tavoitteeseen pääsemiseen tarvitaan suoritustekniikan oppimista, harkintaa harjoittelun ohjelmoinnissa, oikeaa asennetta, turvallista harjoitusympäristöä, eettisten normien hyväksymistä ja paljon muuta.

Kokonaisvaltaisuuden vaatimus sisältyy voimakkaana valmennukseen ja ohjaukseen ja sitä kautta myös valmentaja- ja ohjaajakoulutukseen. VOK-perusteissa kokonaisvaltaisuus ilmenee konkreettisimmin kaikille lajeille yhteisten sisältöjen kokonaisuutta kuvaavassa palapelikuviossa (VOK-perusteet tiivistelmä, s 4). Kuviolla halutaan viestittää kaikkien kolmen sisältöalueen (valmentajana ja ohjaajana toimiminen, urheilun ja liikunnan valmiudet ja ominaisuudet, eettinen ja terveyttä edistävä valmennus ja ohjaus) jatkuvaa läsnäoloa koulutuksen kaikilla tasoilla ja kaikissa koulutustilanteissa. Palapeli-idea pitää sisällään ajatuksen, että eri sisältöalueiden rajat eivät ole suoraviivaisia vaan ne menevät vahvasti limittäin ja toistensa sisään.

Lajin koulutuskokonaisuuden rakentamisessa kokonaisvaltaisuus näkyy esimerkiksi siinä, että koulutukset eivät muodostu pelkästään teemakokonaisuuksista (esim. ”Fyysinen valmennus”) vaan koulutuksessa eri teemat käyvät luonnollista, lajinomaista vuoropuhelua keskenään. Samoin erilaiset koulutuksen toteuttamis- ja toimintatavat vaihtelevat ja mahdollistavat oppimisen erilaisissa toimintaympäristöissä.

Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen toteuttamisessa kokonaisvaltaisuuden vaatimus tarkoittaa sitä, että yhdessä koulutustapahtumassa tulisi toteutua esimerkiksi sellaisia yhdistelmiä kuin teoria ja käytäntö, voima ja taito ja keskittyminen, näkeminen ja tekeminen, oppiminen ja opettaminen, kuuntelu ja keskustelu, arviointi ja arvioitavana oleminen, arvokeskustelu ja mittaaminen.

3.6 JATKUVA ARVIOINTI

Arviointi tulee käsittää laaja-alaisesti. Osaamisen ja oppimisen arviointia pitäisi tapahtua eri muodoissa koko koulutuksen ajan ja sen tärkein tehtävä on ohjata oppimista. Parhaimmillaan arviointi tukee oppimista voimakkaasti antamalla tietoa oppimisesta suhteessa tavoitteisiin, vahvistamalla oikeita toimintatapoja, kehittämällä vahvuuksia sekä auttamalla virheiden korjaamisessa. Tätä kautta arviointi myös vahvistaa oppimismotivaatiota ja itsetuntoa.

Oma lukunsa on koulutuksen arviointi, jota tehdään jatkuvasti niin kouluttavan tahon kuin koulutettavienkin toimesta – ja joskus myös ulkopuolisen arvioijan avulla.

4. ERI TAHOJEN ROOLIT KOULUTUKSEN TOTEUTTAMISESSA

4.1 VOK LAJILIITOSSA

Lajiliitto on tärkein taho lajin valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämisessä. Suomessa eri lajien valmentajien koulutuksesta sekä auktorisoinnista vastaavat lajiliitot. Urheiluseuran valmentajan halutessa päteväytyä jonkin lajin valmentajaksi tasolla 1-3 hänen tulee hakeutua lajiliiton järjestämään koulutukseen.

Lajiliitto voi tehdä koulutusyhteistyötä SLU-alueiden, urheiluopistojen tai muiden koulutusta järjestävien tahojen kanssa.

4.2 VOK SLU-ALUEELLA

SLU-aluejärjestöt ovat valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kentässä koulutuspalvelujen tuottajia. Ne voivat järjestää auktorisointiin johtavaa tasokoulutusta yhteistyössä lajiliiton kanssa. Lajiliitto vastaa koulutuksen lajiosoiden sisällöstä ja toteutuksesta sekä auktorisoi oman lajinsa valmentajat ja ohjaajat.

Tähänastisen kokemuksen perusteella aluejärjestölle luontevin rooli on 1-tason kaikille lajeille yhteisten sisältöjen koulutuksen suunnittelu ja toteuttaminen. On tärkeää, että yhteisten sisältöjen koulutus integroidaan lajikoulutuksen kanssa mahdollisimman luontevasti. Se vaatii hyvää yhteistyötä suunnittelussa ja toteutuksessa, mutta antaa alueellisesti mahdollisuuksia suuriinkin koulutusmääriin.

Erityisesti SLU-alueiden valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen suunnittelussa VOK-perusteiden [1-tason koulutusmallin verkkoversiosta](#) on suurta hyötyä.

4.3 VOK URHEILUOPISTOSSA

Myös urheiluopistojen rooli on tuottaa koulutuspalveluja. Urheiluopistojen työ painottuu 2- ja 3-tason koulutukseen, mutta ne voivat hyvin olla mukana myös 1-tasolla.

Urheilun ja liikunnan asiantuntijuus ja koulutusosaaminen ovat urheiluopistojen vahvuuksia valmentaja- ja ohjaajakoulutuksessa. SLU-aluejärjestöjen tapaan opistojen koulutuksessa yhteistyö varsinkin lajiliittojen kanssa on olennaisen tärkeää.

5. ESIMERKKEJÄ KOULUTUKSEN TOTEUTTAMISESTA

Eri koulutustahot ovat päätyneet erilaisiin käytännön ratkaisuihin valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen toteuttamisessa.

Yhteistä kaikille esimerkeille on pyrkimys VOK-perusteiden pääperiaatteiden mukaiseen koulutukseen.

5.1 JÄÄKIEKKOLIITTO

Suomen Jääkiekkoliitto jalkautti 1- tason valmentajakoulutusta seuratasolle. Koulutus vietiin lähelle valmentajan omaa toimintaympäristöä ja samalla kehitettiin seuraava valmentajan oppimisympäristönä.

Koulutus toteutettiin arki-iltoina, 4 tuntia / arki-ilta. Esimerkiksi LTV 1 (Lajitekniikkavalmentaja 1) vaati 4 arki-iltaa. Kohderyhmänä olivat seurojen valmennuspäälliköt sekä alle 14-vuotiaiden poikien ja tyttöjen valmentajat.

Aluksi valmennuspäälliköt perehdytettiin 1-tason koulutukseen ja he toimivat mentoreina koulutukseen osallistuvilla valmentajilla. Näin koulutuksesta tuli kiinteä osa käytännön valmennustyötä seuroissa ja samalla päästiin kehittämään valmennustapahtumaa todellisessa ympäristössä.

Hankkeen vastuuhenkilönä toimi SJL:n kehityspäällikkö Ari Piispanen.

5.2 ETELÄ-KARJALAN LIIKUNTA JA URHEILU (EKLU)

EKLU on käynnistännyt hankkeen, jossa reilun vuoden aikana koulutetaan 1-tasolle valmentajia yhteistyössä Jääkiekkoliiton ja Salibandyliiton kanssa.

Neuvottelut aloitettiin sopimalla lajiliittojen koulutusvastaavien kanssa koulutuksen yleiset linjaukset ja lajiliittojen panostukset. Seuraavaksi tulivat mukaan liittojen aluevastaavat sekä aluekouluttajat, joiden kanssa suunniteltiin käytännön toteutusta paikallistasolla. Eri tahojen tehtävät ja toimenkuvat saatiin sovittua kaikkien osaamista hyödyntäviksi ja intressejä vastaaviksi. Lopuksi otettiin yhteyttä alueen lajiseuroihin ja markkinoitiin koulutusta sinne eri tavoin. Markkinointi onnistui hyvin ja esim. marraskuussa 2011 pidettyyn ”Elinjärjestelmät - lähijaksoon osallistui 40 henkilöä.

Yksi koulutuksen suunnitteluvaiheessa syntyneitä innovaatioita on ”taistelupari”-idea. Tämä tarkoittaa osallistujista muodostettuja pysyviä pareja, jotka arvioivat ja sparraavat toisiaan koko koulutuksen ajan. Lisäksi osallistujien ympärille muodostettiin tukivalmentajaverkosto toimimaan mentor-periaatteella. Näillä ja muillakin ratkaisuilla pyritään ohjaamaan koulutusta mahdollisimman vuorovaikutteiseen suuntaan.

Hankkeen koordinoijana toimii EKLU:n koulutusvastaava Sakari Pusenius.

5.3 VIERUMÄEN URHEILUOPISTO JA PÄIJÄT-HÄMEEN LIIKUNTA JA URHEILU (PHLU)

Vierumäki-Lahti -akselilla toteutetaan 1-tason koulutusta kolmikantayhteistyöllä, jossa on mukana Vierumäen urheiluopisto, Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu sekä lajiliitot.

PHLU koordinoi koulutusta ja järjestää tilat Lahdessa, Vierumäki vastaa koulutusosaamisesta ja asiantuntijuudesta ja lajiliittojen vastuulla on lajisältöjen ja käytännön oppimisympäristöjen tuominen koulutukseen. Koulutus sisältää lähijaksoja sekä Lahdessa että Vierumäellä.

Syksyllä 2010 toteutettiin pilottikoulutus, joka suunnattiin maastohiihtoon ja mäkihyppyyn. Keväällä 2011 oli avoin haku, jonka tuloksena tuli osallistujia salibandysta, purjehduksesta, rollerderbysta ja karatesta sekä yksi ”yleisohjaaja”, jolla oli useita lajeja.

Syksyllä 2011 oli yleishaun tuloksena osallistujia hiihdosta, taekwondosta ja koripallosta.

Koulutusta koordinoivat Vierumäellä Pia Pekonen ja PHLU:ssa Kustaa Ylitalo.