



Suomen Suunnistusliitto

Sanoista teoiksi

EXCELLENCE
Pyrkimys
erinomaisuuteen

Yhdessä
tekeminen
yhteisössä

Ilo ja
innostus

5v 15v 25v
URHEILEVA
IHMINEN

SUCCESS
Onnistuminen
Menestys

RESPECT
Arvostus

Intohimo



EXCELLENCE - pyrkimys erinomaisuuteen

LAPSI

NUORI

AIKUINEN

Yhdessä tekeminen

Ei riskikokeilu, vaan satsaus elämään

Omaehtoinen liikkuminen ja urheilu

Lapsuus: laatua koulussa ja seurassa, "kielloista kokeiluihin ja oppimiseen"



Valintavaihe: tuki nuorelle opiskelussa ja valmennuksessa

Huippuvaihe: ammattite kaikessa

Ilo

Innostus

Intohimo

Valmentaja ja muut tukihenkilöt osaavat tehtävänsä

Koti liikuttajana

EXCELLENCE - pyrkimys erinomaisuuteen

"kolme miljoonaa kohtaamista / päivä"





Urheilijan polku

- Urheilijan polku (HUMU-ryhmä):
 - Lapsuusvaihe n. 5-14-v.
 - Valintavaihe n. 15-20-v.
 - Huippuvaihe n. 21-v.->
- Miten koetaan ja nähdään eri tahojen vaikutus suunnistajan uran eri vaiheissa?
 - Vanhemmat, henkilökohtaiset valmentajat, läheinen tukiverkosto?
 - Seura, seuravalmentaja(t), -ohjaaja(t)?
 - Alue, av-ryhmä, aluevalmentaja?
 - Liitto, liiton valmennusryhmä, liiton ryhmävalmentaja(t), muut tukihenkilöt?
- Kysely
 - Arvokisamitalisteille? Maajoukkueurheilijoille?
 - Liiton ryhmävalmentajille, aluevalmentajille, muille toimijoille,...



Urheilijan polku - lapsuusvaihe (n. 5-14-v.)

- Miten koet seuraavien tahojen vaikuttaneen kehittämiseesi urheilijana/huippusuunnistajana? / Miten uskot seuraavien tahojen vaikuttavan huippusuunnistajan kehittämiseen? (asteikko: 1 = vähän, 2 = melko vähän, 3 = melko paljon, 4 = paljon)
 - Oma motivaatio, liikunnan/urheilun ilo, ”vapaus valita”
 - Liikkumisen ja harjoittelun määrä ja monipuolisuus
 - Vanhemmat, perhe
 - Kaveripiiri, harjoituskaverit
 - Läheltä löytyvä esikuva
 - ”Kaukainen” idoli
 - Hyvät leikki-/liikunta-/urheiluolosuhteet
 - Päiväkoti/koulu
 - Suunnistusseura, seuraohjaajat/-valmentajat
 - Muun lajin seura, seuraohjaajat/-valmentajat
 - Henkilökohtainen valmentaja
 - Kilpailujärjestelmä



Urheilijan polku - lapsuusvaihe (n. 5-14-v.)

- Listaa **kolme** asiaa, joiden koet eniten edistävään huippusuunnistajan uraasi alle 15-vuotiaana?
- Listaa **kolme** asiaa, joiden koet eniten ”hidastaneen” huippusuunnistajan uraasi alle 15-vuotiaana?



Urheilijan polku - valintavaihe (n. 15-20-v.)

- Miten koet seuraavien tahojen vaikuttaneen kehittämiseesi urheilijana/huippusuunnistajana? / Miten uskot seuraavien tahojen vaikuttavan huippusuunnistajan kehittämiseen? (asteikko: 1 = vähän, 2 = melko vähän, 3 = melko paljon, 4 = paljon)
 - Oma motivaatio, kiinnostus (huippu-)urheiluun, rakkaus lajiin
 - Harjoittelun määrä ja laatu
 - Vanhemmat, perhe
 - Kaveripiiri, harjoituskaverit
 - Läheltä löytyvä esikuva
 - ”Kaukainen” idoli
 - Hyvät harjoitteluolosuhteet
 - Koulu, koululiikunta, liikunnanopettaja
 - Suunnistusseura, seuravalmentajat
 - Muun lajin seura, seuravalmentajat
 - Henkilökohtainen valmentaja, valmentajan osaaminen
 - Valmennuksen muu tukiverkosto
 - Aluevalmennus, aluevalmentaja
 - Liiton kilpailu-/valmennustoiminta, liiton ryhmävalmentaja
 - Armeija harjoitusympäristönä



Urheilijan polku - valintavaihe (n. 15-20-v.)

- Listaa **kolme** asiaa, joiden koet eniten edistävään huippusuunnistajan uraasi 15-20-vuotiaana?
- Listaa **kolme** asiaa, joiden koet eniten ”hidastaneen” huippusuunnistajan uraasi 15-20-vuotiaana?



Urheilijan polku - huippuvaihe (n. 21-v. →)

- Miten koet seuraavien tahojen vaikuttaneen kehittymiseesi urheilijana/huippusuunnistajana? / Miten uskot seuraavien tahojen vaikuttavan huippusuunnistajan kehittymiseen? (asteikko: 1 = vähän, 2 = melko vähän, 3 = melko paljon, 4 = paljon)
 - Oma motivaatio/intohimo urheiluun, rakkaus lajiin, uskallus heittäytyä, ammattimainen valmennus
 - Harjoittelun määrä ja laatu
 - Vanhemmat, perhe
 - Kaveripiiri, harjoituskaverit
 - Esikuva
 - Hyvät harjoitteluolosuhteet
 - Suunnistusseura, seuravalmentajat
 - Muun lajin seura, seuravalmentajat
 - Henkilökohtainen valmentaja, valmentajan osaaminen
 - Valmennuksen muu tukiverkosto
 - Akatemia-/aluevalmennus, akatemia-/aluevalmentaja
 - Opiskelupaikan suomat mahdollisuudet
 - Liiton kilpailu-/valmennustoiminta, liiton pää-/ryhmävalmentaja



Urheilijan polku - huippuvaihe (n. 21-v. →)

- Listaa **kolme** asiaa, joiden koet eniten edistäneen huippusuunnistajan uraasi yli 20-vuotiaana ?
- Listaa **kolme** asiaa, joiden koet eniten ”hidastaneen” huippusuunnistajan uraasi yli 20-vuotiaana ?