

Urheilijan siirtyminen perusasteelta toiselle asteelle

- Päijät-Hämeen alueella on hyvät mahdollisuudet yhdistää opiskelu ja urheilu toisella asteella. Alueelta löytyy kolme virallista urheiluoppilaitosta (urheiluamikset koulutuskeskus Salpaus ja Liikuntakeskus Pajulahti sekä urheilulukio Lahden lyseossa). Näissä mahdollistetaan urheilun ja opiskelun yhdistäminen joustavasti. Lisätietoa näistä ja muistakin oppilaitoksista löytyy päijät-hämäläisestä urheilijan polusta: <https://urheilijanurapolku.fi/urheilijan-polku/>
- Mieti, onko ammatillinen koulutus vai lukio sinulle sopivin vaihtoehto. Jos havittelet ammatillisesta koulutuksesta paikkaa, mikä olisi mieluisin ala? Pohdinnan tukena voit käyttää vaikka nettitestä: <https://www.kunkoululoppuu.fi/lukioon-vai-amikseen/>. Toisaalta oman todistuksesi keskiarvoista voit päätellä lukiokelpoisuuttasi, erityiset kielet ja matematiikka tulisi keskiarvona olla noin 8 tai yli. Lukio-opinnot vaativat myös tietynlaista valmiutta itsenäiseen opiskeluun ja vastuunottamista hieman enemmän. Onko sinulla ajatuksia jo mahdollisista jatko-opinnoista toisen asteen jälkeen, suunnitteletko akateemista uraa? Se voi osaltaan ohjata valintaa lukioon.
- Miksi olet päätyvässä suunnittelemaasi oppilaitokseen? Oletko ottanut selvää, minkälaista opiskelu ja opiskelun ja urheilun yhdistäminen on suunnittelemassasi oppilaitoksessa?
- Selvitä, miten haluamaasi oppilaitokseen pääsee sisään. Onko keskiarvorajaa, mitä mahdollisissa pääsykokeissa testataan, onko oppilaitokseen joku tietty kiintiöpaikkamäärä jne.
- Milloin haluamaasi oppilaitokseen haetaan? Huomaa, että lukioihin haetaan yhteishaussa, mutta ammatilliseen koulutukseen voi hakea yhteishaussa ja jatkuvassa haussa. Huomaa, että hakujärjestys on sitova, joten hakuvaihe tulee tehdä huolella.
- Minkälainen toimintaympäristö lajisi ympärillä on ko oppilaitoksessa? Miten olosuhteet, valmennus, harjoittelukaverit jne on järjestetty?

PHUra

LAB University of
Applied Sciences

Päijät-Hämeen
LIIKUNTA JA URHEILU

Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



- Onko lajissasi jossain paikkakunnalla selkeästi valmennuksen keskittymä? Oletko miettinyt muuttamista toiselle paikkakunnalle tällaisen valmennuskeskittymän perässä? Oletko valmis sen tuomaan isoon muutokseen?
- Miten arkesi olisi järjestetty, jos pääset hakemaasi oppilaitokseen, esim kulkeminen kouluun ja treeneihin, asuminen, ruokahuolto ja muut arjen toiminnot?
- Käy keskustelua näistä pohdinnoista perheesi, valmentajasi, oposi ja ko oppilaitoksessa jo opiskelevan urheilijan kanssa.
- Huomaa, että heti opintojen alussa oppilaitoksesta löytyy paljon tukihenkilöitä, jotka auttavat arjen järjestelyissä ja mahdollisissa opintojen räätälöinnissä.
- Huomaa, että yhteishaussa tekemäsi koulutusvalintajärjestys on sitova. Mikäli opinnot kuitenkin eivät ota sujuakseen oppilaitoksessa, johon olet päässyt sisään, oppilaitosta voi vaihtaa kesken opintojen oton tuella.

PHUra

 **LAB University of Applied Sciences**

 **Päijät-Hämeen
LIIKUNTA JA URHEILU**

Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

