

Harrastamisen Suomen mallin avustushaku

MITEN KUVATA PARKOUR-TOIMINTA HAKEMUKSESSA?

- 2003 Aloitti parkourin harjoittelun ja perusti Suomen ensimmäisen parkour-ryhmän. Osallistuminen kansallisten ja kansainvälisten parkour-järjestöjen toimintaan alkoi.
- 2004 Ensimmäiset parkour-opetukset ja paljon treenireissuja Ranskaan ja Britteihin seuraavien vuosien aikana.
- 2005 Esiintynyt tästä asti lajin parissa aktiivisesti Suomessa ja ulkomailla.
- 2007 Valmistui fyysikoksi ja ryhtyi Suomen ensimmäiseksi parkour-ammattilaiseksi.
- 2008 Perusti yhdessä tiimin kanssa Parkour Akatemian Jyväskylään.
- 2010 Ensimmäinen oma parkour-sali avattiin. Kehitettiin Lappset Groupin kanssa ensimmäinen parkour-välinesarja.
- 2012 Toisena kirjoittajana *Parkour - Hyppimisen lyhyt oppimäärä* -kirjassa
- 2015 Osana parkour-turvallisuusstandardin luonutta EU:n työryhmää.
- 2019 Uusi parkour-välinesarja Lappset Groupin kanssa.
- 2020 Kehittämässä digitaalisia ratkaisuja parkour-opetukseen kuten Loikkakopla ja Parkourpolku.

Hämähäkki Perttu





4000

Maailman suurin parkour-toimija

Parkour Akatemian piirissä harjoittelee noin 4000 harrastajaa viikoittain. Pelillistettyä ja oppilaslähtöistä opetusta. Työllistää noin 100 osa- tai kokoaikaista ohjaajaa, joiden osaaminen varmistetaan jatkuvalla koulutuksella.

100

Pioneeri parkourin parissa

Parkour Akatemialla on 11 toimipistettä Suomessa ja se on kehittänyt useita opetuskonsepteja (kuten perheparkour, kuntoparkour). Opetuksen lisäksi Akatemian työntekijät ovat suunnitelleet ja luoneet parkour-alueita ja -välinesarjoja sekä digitaalisia sovelluksia (Pkspottter, Parkourpolku, Loikkakopla).

1

Koko Suomen kattavat palvelut

- Työpajat
- Esitykset
- Parkour-alueet ja -välineet
- Koulutukset
- Digitaaliset palvelut

Parkour Akatemian tavoitteet:

- Edistää lajia
- Tarjota lajia kaikille halukkaille
- Ammattimaistaa lajin opetusta
- Luoda hyvä yhteisö

Mitä on parkour?

**Hyppimistä
Kiipeilyä
Juoksemista**

Ajattelutapa?

by **PARKOUR
AKATEMIA** 



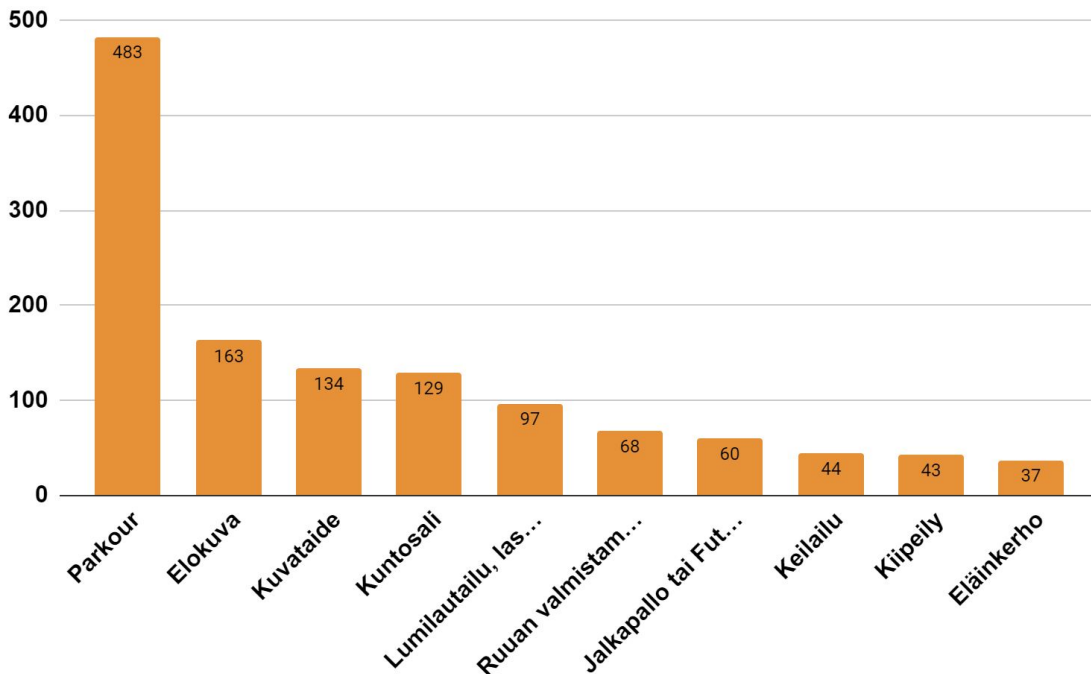
Parkour on suomalaisten koululaisten toivotuin harrastus ja harrastamisen täytyy olla kivaa.

Miksi järjestää parkouria?

- Tutkitusti monia hyötyjä harrastajalle
- HSM: järjestetään toivottua

Kuinka monessa koulussa harrastus oli suosituin?

TOP10: 10 useiten ensimmäiseksi sijoittunutta harrastusta koululaiskyselyssä 2022, lähde OKM



*(OKM 2022: Parkour oli toivotuin harraste peruskoululaisten keskuudessa. Yli 38% oli kiinnostunut parkourista. Tärkein syy oli ylivoimaisesti se, että harrastuksessa on kivaa.

Arviointi

Tiivistys:

- määrä
- laatu
- kokonaisarvio
- vertailu



EDELLYTYKSET

Parkour-harjoituksille

PARKOUR
AKATEMIA

LOIKKAKOPLA

TILAT

Joku seuraavista vaihtoehtoista koko kauden mittaisessa harrastamisessa:

- Koulun sali, jossa tavanomaiset telinevoimisteluvälineet
 - vaatii enemmän ammattitaitoa ohjaajalta
- Hyvin varusteltu parkour-sali
 - vain muutamia Suomessa

EDELLYTYKSET

parkour-harjoituksille

OHJAAJA(T)

Lasten kanssa toimimisen taidot

- ainakin yksi 18v
- riittävät ryhmänhallintataidot
- kiinnostus ja motivaatio
- kyky pitkäjänteisesti ryhmäyttää ja luoda porukasta toimiva
- häiriötilanteissa toimiminen

Mistä saa?

- Useita koulutuksia
 - liikuntaneuvoja
 - liikunnan ohjaaja
 - (liikunnan) opettaja
- kokemus
 - Mikä tahansa lapsiryhmien kanssa toimiminen



EDELLYTYKSET

Parkour-harjoituksille

OHJAAJA(T)

Lajin opettamisen tiedot ja taidot taidot

- lajitaidot = osaa demonstroida
- lajitietämys = tietää liikkeiden ydinkohdat, ymmärtää kulttuurista, ymmärtää lasten odotukset
- soveltamistaidot = osaa soveltaa yksilöajin ryhmäliikuntaan ja lapsille sopivaksi, sekä osaa toteuttaa treenejä koulujen välineillä
- kausisuunnitelma = osaa luoda monipuolisen ja mielekkään 30:kerra treenikauden koulujen salien suppeilla välineillä

Mistä saa?

- VOK1 ja VOK2 parkour-ohjaajien kurssit
- oma karsittuneisuus tai laita op-kurssi koulujen välineillä opettamisesta kokemusta

LOIKKAKOPLA

Loikkakopla-sovelluksesta ohjaaja saa tarvittavat tiedot ja taidot parkour-tuntien säännölliseen ohjaamiseen koulujen saleissa.

Sovelluksessa on ohjaajalle kirjalliset ohjeet ja lapsille näytettävät video-ohjeet sekä mukaansatempaava pelillistys

LUE LISÄÄ JA TILAA TESTITUNNUKSET.

Esimerkkejä hakemustekstiin Saatavilla pätevät parkour-ohjaajat

Miten kunta varmistaa ohjaajien ammattitaidon?

Parkour-harrasteryhmien ohjaajina toimivat *Esimerkki-parkourseuran* ohjaajat. Valituilla *Seuran* ohjaajilla on vähintään kahden vuoden kokemus osa-aikaisesta lasten parkour-ryhmien ohjaamisesta. He ovat käyneet Suomen Parkour ry:n järjestämät VOK1 ja VOK2 -koulutukset ja heillä on hyvät parkourin ohjaustaidot ja he osaavat soveltaa opetuksen lapsiryhmille sopivaksi ja laatia koko lukuvuoden mittaisen kausisuunnitelman.

Vinkkejä:

- Sisällön pitää olla mietittyä. Pitää kuvata toimet ja perustella miksi ne ovat riittävät.
- Eri lajeissa sisältö voi olla erilainen.
- tiedot ja taidot huomioiden harrastuksen sisältö
- Tekstissä voidaan vastata, miten eri palveluntarjoajien kanssa varmistetaan laatu.
- Mitä pidemmälle teksti on mietitty, sitä parempi.
- Voidaan mennä niinkin pitkälle, että kuvataan ohjaajat ja heidän koulutuksensa ja kokemuksensa (ei jokaisen tunnin kohdalta).
- Hakemus pisteytetään arviointikriteerien mukaan (ks. hakuohje).

HUOM: Ohjaajien ammattitaidon arviointia ja varmistamista on painotettu useassa eri lähteessä!



Esimerkkejä hakemustekstiin

Ohjaaminen tapahtuu Loikkakoplan avulla

Miten kunta varmistaa ohjaajien ammattitaidon?

Parkour-harrasteryhmien ohjaajina toimivat kunnan valitsema ohjaajat, joilla on useamman vuoden kokemus **lasten ja nuorten kanssa toimimisesta** eri ympäristöissä. Mukana on mm. liikunnanopettajia, kokeneita koulunkäynnin avustajia ja kahden eri urheiluseuran kokeneita valmentajia.

Parkourin osalta **lajin ohjaamiseen liittyvät taidot** saadaan tunneilla käytössä olevasta Loikkakopla-sovelluksesta. Loikkakopla on Suomen kokeneimpien parkour-ammattilaisten luoma järjestelmä, joka tarjoaa omat yksityiskohtaiset ohjeet jokaiselle tunnille. Ohjeet ovat oppilaille videomuodossa ja lisäksi ryhmän ohjaajalle tekstinä. Harjoitukset on suunniteltu koululaisille, koulun liikuntasalissa ja pihalla.

Lukukauden aikana käydään ohjaajan johdolla läpi 30 Loikkakoplan harjoituskertaa, jotka sisältävät mm. seuraavat asiat:

- parkourin perusliikkeiden harjoittelua kekseliäillä tavoilla koulujen perusvälineillä
- opetusympäristöön sopivia harjoitteita, jotka ovat turvallisia ja joissa huomioidaan erilaiset lähtötasot
- lajikulttuuriin perehtymistä, kokeneiden parkouraajien tekemisen näkemistä ja heidän ajatustensa kuulemistä
- monenlaisten mielekkäiden ja ryhmäyttävien pelien ja leikkien tekemistä
- pelillisyyttä, jossa kannustavasta yhdessä tekemisestä saadaan itsearvioinnin kautta pisteitä ja mitaleita, mikä motivoi ja saa jatkamaan harrastamista



Esimerkkejä hakemustekstiin

Ohjaaminen tapahtuu Loikkakoplan avulla

Miten harrastustoiminnasta viestitään lapsille, nuorille ja heidän huoltajilleen?

Parkour-harrasteryhmistä viestittäessä käytetään yhteistyötaholta saatavia julisteita ja videoita, joista käy ilmi, mitä harrastuskerroilla tapahtuu ja mikä siinä on mukaansatempaavaa. Julisteita jaetaan kouluille ja videoita näytetään mahdollisuuksien mukaan koulujen oppilaille suunnatuilla info-näytöillä sekä niitä linkitetään suoraan huoltajille suunnattuun viestintään katsottavaksi kotona.



Muita vinkkejä hakemustekstiin

Ohjaaminen tapahtuu Loikkakoplan avulla

- **Budjetti**

Kannattaa hakea rahaa

1. Loikkakoplan käyttöön (Kustannusarviossa ohjaajien kustannuksiin, muihin kuluihin tai materiaalikustannuksiin. Tärkeää: kirjaa erittelyihin Loikkakopla -sovellus!
2. Parkour-välineisiin, jotka täydentävät koulujen välineitä, kuten Loikkakassi ja opetusmateriaaleihin, kuten Parkourpolku.

- **Arviointi, seuranta ja vaikuttavuus**

Miten palveluntarjoajiin ja yhteistyötahoihin ollaan toimintakauden aikana yhteydessä? Millaista palautetta heiltä kerätään jo kauden aikana?

- **Kuvaus harrastusten järjestäjien valinnasta sekä yhteistyöstä kunnan ja harrastusten järjestäjien välillä**

Harrastusten järjestäjien valinnassa tulee painottaa harrastuksen järjestäjän ammattitaitoa ja ohjaustoiminnan laatua.

- **Koulukohtaiset suunnitelmat harrastustoiminnan järjestämisestä**

Suunnitellaan koko lukukaudeksi kerrallaan! Kuvatkaa ja sopikaa sen mukaisesti.

Koulukohtaista suunnitelmaa on mahdollista täydentää myöhemmin. Tärkeintä on kuvata, miten suunnitelman rakennatte, miten valitsette pätevät ohjaajat jne. Suunnitelma tulee olla niin pitkälle suunniteltu, kuin se on tässä vaiheessa vuotta mahdollista.

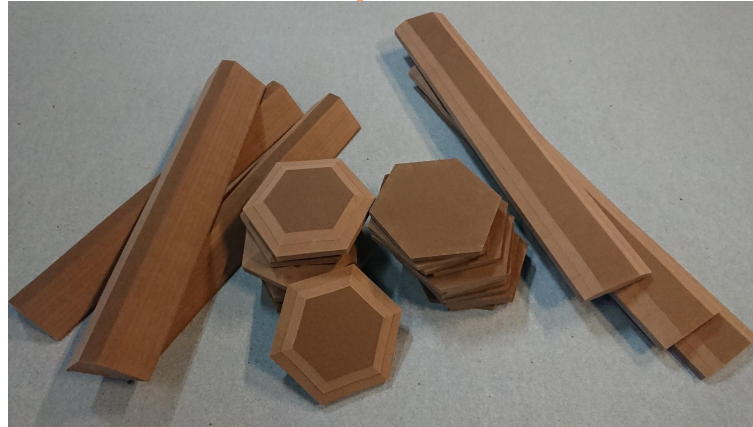


Esimerkkejä hakemustekstiin Väline- ja materiaalihankintoja

1. Kirjaa talousarvion lukuihin
2. Talousarvion erittelyyn maininta
3. Johonkin avoimista kentistä perustele
tarve (esimerkki alla)

Täydennämme kahden koulun välineistöä parkour-harjoituksia varten. Jo käytössä olevien telinevoimisteluvälineiden lisäksi tarvitaan yksi hyppyarkku ja kaksi Loikkakassia, jotta mielekäs, säännöllinen ja monipuolinen parkourin harjoittelu koululla mahdollistuu. Loikkakassi sisältää matalia hyppy- ja tasapainovälineitä, joilla parkour-harjoituksissa yksittäiset liikkeet yhdistellään yhtenäiseksi parkour-radaksi.

Parkour-ryhmän harjoituksissa materiaalina toimii Loikkakopla-sovelluksen lisäksi jokaiselle oppilaalle jaettava Parkourpolku-työkirja, jonka avulla osallistujat voivat seurata omaa kehittymistään, ja parkour-liikkeiden opettelua saadaan pelillistettyä. Työkirjan käyttäminen kannustaa lapsia harjoitteluun myös vapaa-ajalla.



15 ammattilaisen ohjeistamaa parkourtreenikertaa voi hankkia:

Perinteisesti:

Parkourammattilainen tulee vetämään kauden
parkourtreenit (30 krt) fyysisesti:
100€/h + matkakulut 50€/krt

**Kokonaishinta keskimäärin n. 4500€ / 30 krt
(3000€ treenikerrat, 1500€ matkakulut)**



Loikkakoplan avulla:

Kunnan palkkaama ohjaaja vetää kauden
parkourtreenit (15 krt)

Loikkakoplan avulla:
45€ / h + (ei matkakuluja, 20€/h kunnan
toimihenkilö, 25€/krt Loikkakopla)

Kokonaishinta yhteensä: 1350€ / 30 krt

Loikkakoplan hinta muodostuu yksinkertaisesti ryhmien määrän mukaan

1. ryhmä, 30 krt = **950 €**

2. ryhmä, 30 krt = + **950 €**

3. ryhmä, 30 krt = + **650 €**

seuraavat ryhmät, 30 krt = + 650 €

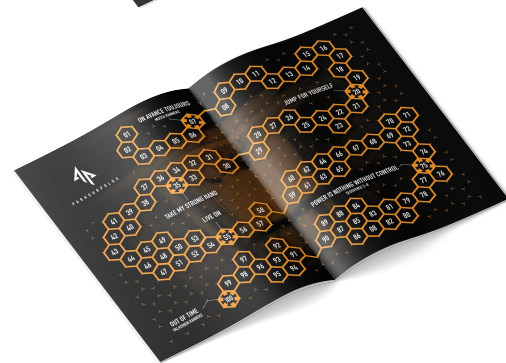
Hinnat voimassa kun teet puitesopimuksen ennen 31.6.2023

- Yhteen ryhmään voi osallistua n. 15 oppilasta (enemmän mahdollista jos useampi ohjaaja)
- Osatoteutukset esimerkiksi monilajikerhoissa mahdollisia pienemmillä paketeilla

PARKOURPOLKU - Pelillinen oppimateriaali kerhoihin

- Sisältää työkirjat sekä verkkosivuston, joissa todella suuri harjoittelun materiaalipankki
- Parkourpolku on mainio käsikirja parkourin harjoitteluun ja ohjaamiseen ja innostava työkalu taitojen kehittymisen seuraamiseen "polku-pelilaudan" avulla.
- Jatko-osa uutuus vuodelle 2023: Työkirja 2: tasot 5-8
- Käytössä Parkour Akatemian toimipisteissä ja yli 30 kunnan kerhotoiminnassa.
- **Toimii parkour-kerhojen oppimateriaalina ja innostaa harjoittelemaan ohjattujen harjoitusten ulkopuolella.**
- **Loikkakopla ja Parkourpolku toimivat hyvin yhdessä:** Loikkakoplasta kerho saa video-ohjeistukset jokaiselle tunnille ja Parkourpolulla **seurataan taitojen kehittymistä** ja saadaan innostavia treenejä omaan harjoitteluun ohjattujen harjoitusten ulkopuolelle. Molemmat toimivat myös itsenäisesti toisistaan erillään.
- Harjoituskirjoja voi rahoittaa Harrastamisen Suomen mallin rahoituksen materiaalisuudella.
- **25€/työkirja tai yli 25 kpl tilauksissa 22€/kpl.** Jokaiselle harrastajalle oma työkirja.
- Lue lisää www.parkourakatemia.fi/parkourpolku

Jos tarvitset tähän apua, niin **ota yhteyttä.** Hintoihin lisätään alv 10% ja toimitusmaksu 15,90€



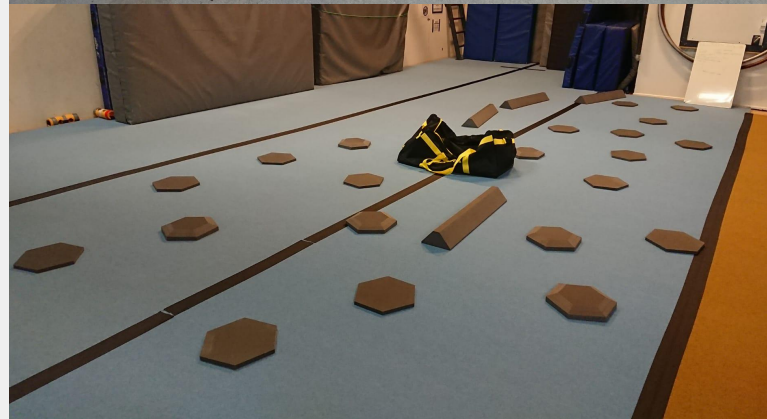
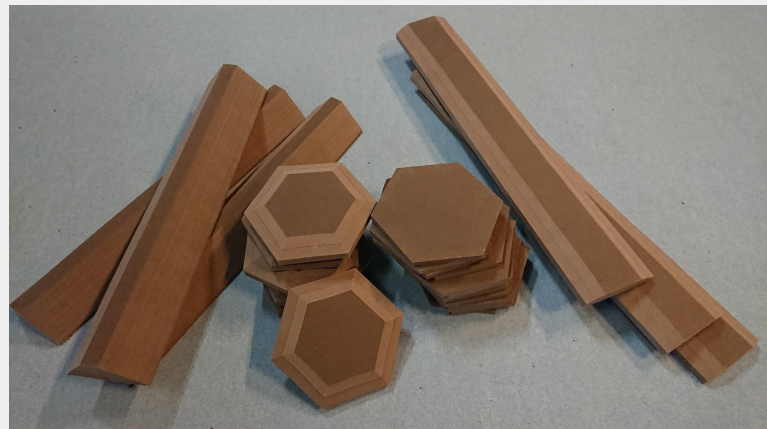
LOIKKAKASSI

BY *PARKOUR AKADEMIA*





- ★ monipuolinen kokonaisuus tasapaino- ja motoriikkavälineitä
 - 15 kpl ohuita (2 cm) hyppy- ja laskeutumisalustoja
 - 6 kpl paksuja (6 cm) alustoja
 - 3 kpl leveämpiä tasapaino- ja laskeutumispuomeja
 - 3 kpl kapeampia tasapainopuomeja
 - kätevä varustelaukku
 - vinkkejä välineiden käyttöön
- ★ parkour-asiantuntijoiden suunnittelema optimaalinen muotoilu tasapainoiluun, loikkiin ja laskeutumisiin
 - selkeä tuntuma reunasta
- ★ materiaali tiheää, erittäin jämää ja hyvin paikallaan pysyvää ja kestävä solumuovia





Monipuolinen lisä esim. liikuntasalien varusteisiin

- ★ hyppy- ja tasapainoratoihin
- ★ parkourin hyppyihin ja laskeutumisiin
- ★ Maa on laavaa -peleihin
- ★ lisää toiminnallisuuksia salin muihin välineisiin, kuten ponnistuslautoihin, voimistelupenkkeihin yms.
- ★ Loikkakopla-kerhojen ja muiden parkour-kerhojen vetäminen helpottuu ja monipuolistuu

Tilattavissa 15.12.2022, toimitusaika n. 4 viikkoa

Hinta **994 €** (+ alv.) + toimituskulut

