

Urheilijan taustatiimi – hanke

Urheilijan taustatiimi – hanke

Toimenpiteet

Urheilijan taustatiimi – hanke koostuu kahdesta osasta, jotka täydentävät toisiaan ja mahdollistavat yhdessä sekä yleisemmän matalan kynnyksen toiminnan että yksilöllisiin tarpeisiin vastaavan palvelumallin kehittämisen.

1) Urheilijan taustatiimi – selvitys

- toteutetaan kysely yksilölajien urheilijoille ja valmentajille, jolla kartoitetaan urheilijoiden terveydenhuollon tämän hetken tilannetta, tarpeita ja osaamista.

2) Urheilijan taustatiimi – pilotti

- toteutetaan kolmella urheilija-valmentaja-parilla pilottitutkimus, jossa kehitetään urheilijan taustatiimimallia käytännön valmennuksessa yhdessä asiantuntijoiden, urheilijoiden ja valmentajien kanssa.

Urheilijan taustatiimi – pilotti

Urheilijan taustatiimi – pilotti

Mitä urheilija- valmentaja pari saa?

Urheilijan taustatiimi – pilotissa kehitetään toimintamalleja urheilija-valmentaja - parin tavoitteellisen urheilun tueksi. Pilotissa kehitetään uutta ja linkitetään ODL Liikuntaklinikan ennaltaehkäiseviä tukipalveluita uudella tavalla urheilijan arkea tukevaksi.

Pilottiin osallistuvat urheilija-valmentajaparit saavat mm. seuraavat palvelut:

- Urheilijatiimitapaaminen
- Matalan kynnyksen tuki
- Urheilijan terveystarkastus
- Kuntotestaus (lajikohtainen) ja liikuntafysiologin vastaanotto
- Lihastasapainokartoitus ja urheilufysioterapeutin vastaanotto
- Lisäksi tarpeen mukaan ravitsemusterapeutin palveluita

Nämä palvelut ovat urheilija-valmentajaparille maksuttomia.

Pilottiin kuuluvat tapaamiset, vastaanottokäynnit, mittaukset ja tutkimukset toteutetaan ODL Liikuntaklinikalla.

Urheilijan taustatiimi – pilotti

Haku

Urheilijan taustatiimi – pilotissa haun perusteella valitaan kolme urheilija-valmentaja – paria, jotka pääsevät mukaan pilottiin. Hakulomakkeeseen pääset tästä.

Valintakriteerit urheilija-valmentajapareille

- Tavoitteellinen yksilölajin urheilija (ikä 15-30v), jolla on henkilökohtainen valmentaja
- Urheilija-valmentaja – parilla tulee olla halua kehittää omaa urheilijataustatiimiä
- Urheilija-valmentaja – pari sitoutuu hankkeeseen pilotin ajaksi

Valinnan tekee hankkeen henkilöstö hakemusten perusteella.

Pilottiin kuuluvat tapaamiset, vastaanottokäynnit, mittaukset ja tutkimukset toteutetaan ODL Liikuntaklinikalla.

Urheilijan taustatiimi – pilotti

Aikataulu

- Haku toukokuun 2024 aikana
- Valinta tehdään kesäkuun alussa hankkeen kokouksessa
- Urheilija-valmentaja – pareille ilmoitetaan sähköpostitse haun tuloksista
- Pilotin toimenpiteet käynnistyvät elokuussa 2024
- Pilotti etenee yksilöllisten suunnitelmien mukaisesti
- Pilotin tulosten analysointi ja raportointi joulukuussa 2024

Urheilijan taustatiimi – pilotti

Yhteystiedot

Lisätietoja hankkeen vastuuhenkilöltä:

Jaakko Tornberg, testauspäällikkö, tutkija

jaakko.tornberg@odl.fi / 050 3125760

Muut hanketiimin jäsenet:

Tiina Nylander, liikuntalääketieteen erikoislääkäri

Satu Siirtola, urheilufysioterapeutti (sert.)

Essi Saarikoski, liikuntalääketieteeseen erikoistuva lääkäri

Marja Vanhala, ravitsemusterapeutti, FT

Kiitos.