

NUORISOJOHTAJA I -KURSSIN ALUSTAVAT SISÄLLÖT

Ennen NJI –leiriä 2022 (näistä informoidaan lisää sähköpostitse, kun valinnat leirille on tehty)

- Peruskestävyys- ja lihaskuntoharjoittelu
- Tervetuloa ohjaajaksi –verkkokoulutus (https://www.olympiakomitea.fi/ohjaajakoulutus/story_html5.html)
- Lasten Liike -koulutus osa I (etänä 2h)

Keskeiset opeteltavat asiat leirillä 2022

- Lasten liikunnanohjauksen perusteet
- Ohjaamisharjoitukset
- Leiri- ja ohjausturvallisuus
- Lippukulttuuri
- Leiri- ja erätaidot
- Leirin rakentaminen ja purkaminen
- Tiimityöskentely
- Ryhmäytyminen
- Itsensä ja ryhmän johtaminen

Ryhmätehtävät: opastus, lipunnosto- ja lasku, ruokahuollon tehtävät (padan sytytys, ruuan jakelu)

Muita lajikokeiluja ja itse olettavissa olevaa ohjelmaa.

Nuorisajohtaja I kurssin tavoitteet:

Tavoitteena on, että NJ I -kurssilta saat eväitä toimia seurassa tai järjestössä ohjaajana, jossa suunnittelet ja ohjaat harjoituksia. NJ I -kurssilla on teoriaa, suunnittelua ja käytännön liikunnan ohjausta. NJ I –kurssi on leiriläiselle raskas, joten leirille tulee saapua hyvässä fyysisessä kunnossa.

NJ I antaa mahdollisuuden käydä seuraavana kesänä NJ 2 kurssi, joka sisältää käytännön ohjausta jossakin lajissa apuohjaajana. NJ I ja NJ 2 kurssit suoritettuaan on mahdollisuus hakea Pitkis-Sport kouluttajaksi. Kurssit antavat myös hyvät valmiudet toimia seurassa tai järjestössä ohjaajana sekä muissa tehtävissä.

