

Joukkuevoimistelun kilpailut – 2004

Spring Spreeze, Tallinna 20.3.
14–17v. kansainvälisessä kisassa 3. sijoittui Neutronit, 2. Tallinnan Piruet ja 1. Venäjän NevaStar.
Kalev Cup Tallinna, Viro 19.–20.3.
11–15v. sarja, 2. Ampeerit
10–12v. sarja, 3. Mini-Ampeerit
<10v. sarja, 5. Fosforit ja 11. Capellat

Etelä-Suomen aluemestaruuskilpailut 27.3. mitaleja saatiin joka sarjassa:
Naiset 1. Dynamot, 2. Elektronit
16–18 v. 2. Neutronit
14–16 v. 3. Deltat
12–14 v. 1. kategorial.-3. sija Alfaf
10–12 v. 1. kategorial.-3. sija Ampeerit, Mini-Ampeerit

Mustan Kissan Cup, Mäntsälä 17.–18.4.
10–12v. Omegat, Kromit; 14–16v. Kvarkit
8–10v. Asteroidit (Jumppa-asema 18.4.)

Hyvän Mielen Tyttökisat, Forssa 24.–25.4.
10–12v. Molekyylit, Omegat, Saturnukset, Mini-Ampeerit, Ampeerit, Kromit
12–14v. Alfaf, Sigmat

Viron avoimet Mestaruuskisat, Tartto 1.–2.5.
Elektronit

SM-kilpailut, Turku 8.–9.5.
14–16v. Deltat, Kvarkit; 16–18v. Neutronit; Naiset Elektronit, Dynamot

MM-katsastuskilpailu Espoo, Tapiolan urheiluhalli 17.5.

Voglia Tournament, kansainvälinen kilpailu, Hämeenlinna 22.–23.5.

MM-kilpailut, Sofia, Bulgaria 25.–26.6.

Festival del Sole -tapahtuma, Riccione, Italia 25.6.–2.7.
Voimistelutapahtumaan lähtee lähes 160 OVO:laista.

Yhteystietoja

OVO:n johtokunnan kilpatoiminnan yhteyshenkilö on Sari Tasa, sari.tasa@nokia.com tai (miel. iltaisin) gsm 050 4837 237.

Kilpailutulokset www.svoli.fi – www.olarinvoimistelijat.fi

IFAGG – International Federation Aesthetic group gymnastics, kansainvälinen joukkuevoimistelun lajiliitto, perustettiin 12.10.2003. Liiton presidentiksi valittiin Johanna Tuomala-Jantunen ja sihteeriksi Anna Kirjavainen. www.ifagg.com

Joukkuevoimistelun huiput Espoossa 17.5.

Joukkuevoimistelun MM-kilpailuihin Bulgariaan 24.–26. kesäkuuta 2004 valitaan Suomea edustamaan neljä joukkuetta.

Espoossa 17.5. kolmesta maajoukkuepaikasta kilpailevat SM-kilpailujen yhteydessä järjestettävän 1. MM-katsastuksen 8 parasta joukkuetta. Neljännen maajoukkuepaikan on jo lunastanut 2003 maailmanmestari OVO:n Dynamot. Kaikki joukkueet antavat ohjelmastaan kaksi näyttöä 2. MM-katsastuskilpailussa. Maajoukkueet julkistetaan kilpailun lopussa!

Kilpailu klo 16.30–20.30 järj. OVO • vapaa pääsy • ohjelma 5,- • puhvetti
• Tapiolan urheiluhalli, Urheilupuistontie 2 • Tule ja kannusta!



OLARIN VOIMISTELIJAT

OVO:n kevätkokous

Olarin voimistelijat ry:n kevätkokouksessa 25.3. käsiteltiin ja vahvistettiin v.2003 tilinpäätös ja toimintakertomus, jotka löydät myös kotisivuiltamme www.olarinvoimistelijat.fi

Kesän Pihajummat

Kuitinmäen koulupiha klo 18.30–19.30:
• tiistaisin ja torstaisin 25.5.–29.6.
• heinäkuussa tiistaisin
• elokuussa tiistaisin+torstaisin 3.–26.8.
Ota jumppamatto, kannatusmaksu 2,-

Ohjaaja/valmentajakoulutus

2004 kurssianomukset voi lähettää Helille, heli.pietilainen@kolumbus.fi tai soita 040 527 1941.

OVO-leirit Kisakalliolla

www.kisakallio.fi

SVoLi

Suomen Voimistelu- ja Liikuntaseurat ry
www.svoli.fi

Suomen Liikunta ja Urheilu ry
www.eslu.slu.fi/seuratoiminta



www.elcoteq.com



www.samsung.fi



OLARIN VOIMISTELIJAT

OVO-INFO

JÄSENTIEDOTE NRO 20 • HUHTIKUU 2004



Voimisteluiloa vauvasta vaariin

Olarin voimistelijat ry:ssä ohjaajien koulutus on keskeisellä sijalla toiminnan kehittämisessä. Kautta aikojen merkittävään osaan voimistelulajien koulutuksesta ovat antaneet OVO:n omat, kokeneemmat valmentajat ja ohjaajat! Yli 15-vuotiailla nuorillamme on mahdollisuus hakea kokeneen valmentajan apuohjaajaksi ja jokainen voi jatkaa tästä eteenpäin henkilökohtaisen koulutussuunnitelman mukaan mm. SVoLi ry:n kursseilla. Kouluttamalla ohjaajiamme niin harraste- kuin kilpapuolella takaamme laadukkaan toiminnan eri liikunnan muodoissa.

OVOjumppa-asema alle 10v. sunnuntaina 16.5. klo 16–18
Matka maailman ympäri -ohjelma 3,-
vapaa pääsy • puhvetti • arpajaiset
Tapiolan urheiluhalli, Urheilupuistont.2

OVO:n kevätnäytös yli 10v. tiistaina 25.5. klo 19–21
vapaa pääsy • ohjelma 5,- • arpajaiset
Espoon kulttuurikeskus, Tapiola

Hannele Kitusen ryhmät Papinniityssä tiistaisin alkaen 17.00

Hannele Kitunen on toiminut OVO:n harrasteohjaajana vuodesta 1993. Hannelen tunteihin kuuluu aikuinen-lapsi musiikkiliikunta 1–5-vuotiaille sekä satumusiikkiliikunta 3–6-vuotiaille.

Musiikkiliikunnan tunneilla Hannele johdattaa lapsiryhmiä sekä äitejä, isiä, mummoja ja vaareja lastensa tai lastenlastensa kanssa liikkumaan monipuolisesti motorisia perustaitoja ja lapsen kehonhahmotusta harjoittaen. Tunneilla päästään tutustumaan liikkuen, laulaen ja kuunnellen myös musiikin keskeisiin peruselementteihin – rytmiin, muotoon, melodiaan, dynamiikkaan, sointiväriin ja harmoniaan.

Tunneilla voi aidosti aistia liikunnan ja musiikin luoman riemun liikkujissa! Iloa ja hyvää oloa synnyttävät erityisesti myös tuntien leikkimielisyys ja satumaailma.

Viime vuonna Olarin voimistelijat ry myönsi stipendin Hannelen opintoihin Haaga Instituutin ammattikorkeakoulussa Vierumäen liikunta-instituutissa. Hän suoritti 20 opintoviikkoa kattavan lasten liikunnan erikoistumisopinnot -kurssin.

Ansiokkaan opinnäytetyön Hannele teki aiheesta "Taiteidenvälisyys liikunnan varhaiskasvatuksessa". Hannele pohdiskelee opinnäytetyössään mm. liikunnan ja musiikin merkitystä. Ohessa otteita:

"Musiikki on soivaa liikettä – liike on näkyvää musiikkia. Musiikin ja liikkeen yhtymäkohdat ovat ilmeiset. Onko musiikkiliikunta liikunnan opetusta musiikin jatkuu..

keinoin vaikeasti musiikin opetusta liikunnan keinoin? Hannele näkee musiikin ja liikkeen hyvin pitkälle saman elementin eri kääntöpuolina – riippuen siitä kummalta puolelta sitä katsoo tai kuuntelee, vaikutelma vain on erilainen. Pieni vauva kokee yhteisen elementin rytmin jo kohdussa äidin sydänääninä ja liikkeinä. Vauvan käsien ja jalkojen heiluttelu sekä vauva sylissä tanssiminen antavat kokemuksen rytmistä. Rytmittäjä on jokaisessa lapsessa myötäsytynyt, mitä varhainen ja jatkuva liikuttelu ja myöhemmin itse liikkuminen vahvistavat.

Varhaiskasvattajilla lienee jo yleisesti tiedossa se tosiasia, että liikuntaa harrastavat hallitsevat ja tuntevat oman kehonsa paremmin kuin vähäisiä liikuntakokemuksia saaneet lapset. Korrelaatio myönteiseen minäkuvan on myös positiivinen. Liikunta edistää kehontuntemusta ja -hahmotusta, mikä puolestaan vahvistaa itsetuntoa ja positiivista minäkuvaa.

Nuori Suomen liikuntakasvatuksen tavoiteasettelussa hyvä kehontuntemus on keskeisellä sijalla.

Liikuntakasvatuksen tulisi lähteä liikkeelle lapselle tutuimman instrumentin eli oman kehon hallinnasta.”

Hannelen musiikkiliikuntatunneilta on myös moni tyttö saanut ”kipinän” siirtyä voimisteluharrastuksen pariin. Aluksi lajin pohjaa luoviin pikkurytmisten tunteihin ja sitä kautta joukkuevoimistelun kilparyhmiin.

Oiva esimerkki harrasteryhmien ja kilparyhmien hyvästä yhteistyöstä – liikunnan merkityksestä tyttöjen lajivalinnassa OVO:n parissa.

Tätä esimerkkiä haemme myös pojille liikuntaleikkikoulun ja urheilukoulun yhteistyössä. Tosin näissä ryhmissä sama mahdollisuus on myös tytöillä.

Olarin voimistelijat ry kehittää ja kehitty...

teksti: Leena Lehtonen



Hannelen soittamassa ja laulamassa tervetuloalaulun jokaiselle tiistairyhmän 1–2,5-vuotiaalle liikkujalle Papinniityssä.



Urheilukoulun vauhtiryhmä

Urheilukoulu toiminta 8–10-vuotiaille lapsille Olarin voimistelijoissa syksyllä 2002 tavoitteena seuran liikuntatarjonnan monipuolistaminen ja laajentaminen. Ohjaajina toimivat tuolloin Kirsi Laatikainen ja Riikka Virtanen.

Urheilukoulussa toiminnan pääpaino on yleisurheilulajeissa. Erityisesti tänä vuonna olemme panostaneet yu-lajeihin; tuttuja ovat niin keihäänheiton kuin korkeushypynkin alkeet. Lisäksi ohjelmistossa on pallopelejä, tempuratailua ja sporttijumppaa.

Tällä hetkellä 8–12 v. urheilukoulu toimii Tiistilän koululla torstaisin klo 19–20. Lapsia ryhmässä on noin 20. Ohjaajina toimivat Kirsi Laatikainen ja Tomi Peltola. On ilahduttavaa, että myös miesohjaaja saatiin seuran toimintaan mukaan. Kuvissa kevään urheilutunnin peli-iloa ja loppuvenytyksiä.

Rytmin ja luovan liikunnan kesäkurssi

1–3 -luokkalaisille ja koulunsa syksyllä aloittaville lapsille 31.5.–1.6. ma-pe klo 10.15–11.45

Papinniityn liikuntatilassa (Olarinkadulla, Shelliin huoltamon talossa)

Kurssin tuokiot ovat soitetusta ja laulettu musiikista lähtevää perusliikuntaa, liikunta- ja laululeikkejä, rytmiiikkaa, loruja, tansseja, soittimia, välineitä ja telineitä.

Hinta: 52 euroa (10 krt), sisaralennus toisesta lapsesta 10% Osittainen osallistuminen esim. vain toisella viikolla on myös mahdollista.

Ruokailumahdollisuus Kuitinmäen asukaspuistossa, soita puh. 888 1894.

Liikuntakurssin ohjaajana toimii Hannele Kitunen.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset 21.5. mennessä Hannelelle 040 721 4012 (jätä yhteystietosi puhelimen ollessa suljettuna) tai hannele.kitunen@luukku.com

Kirsi Laatikainen suoritti lasten yleisurheilututkinnon (100 h)

Pajulahden Liikuntakeskuksessa 2003 järjestetty koulutus käsitteli mm. seuraavia aihealueita: lapsen kehitys ja taitotekijät, lapsen oppiminen ja ohjaaminen sekä lapset ja seuratoiminta. Suomen Urheiluliiton järjestämän koulutuksen pakollinen kurssityö puolestaan käsitteli lasten urheilun etiikkaa, ja OVO:n urheilukoulu toiminnan kehittämisen ja laajentamisen pohdintaa, mm. yleisurheilun kilpatoiminnan aloittamista.

Kirsin oman kilpaurheilu-uran aloitus yleisurheilussa on 30 vuoden takaa, joten oli ihan paikallaan nähdä, missä nyt mennään. ”Olarin voimistelijat ry onkin todella kiitettävästi kannustanut ja tukenut ohjaajiaan ja valmentajiaan kouluttautumaan haluamallaan toiminta-alueella.”

Alle kouluikäisten liikuntaleikkikoulut ovat OVO:ssa toinen vahva harrasteryhmä voimistelun ohella. Ohjaajina ovat toimineet Kirsi Laatikainen ja Susan Nordström. Apuohjaajina ovat olleet Kirsi Heino ja Tomi Peltola.

Syksyllä puhaltavat jälleen uudet tuulet, tervetuloa!



KOULUTUS

Olarin voimistelijat ry:n ohjaajia koulutettiin henkilökohtaisen koulutus suunnitelman mukaan pääasiassa Suomen Voimistelu- ja Liikuntaseurat SVoLi ry:n koulutusohjelman mukaisesti liiton järjestämillä (JV=joukkuevoimistelu, RV=rytmisen voimistelu, AE=aerobic, SJK=SVoLi jumppakoulu) kursseilla:

01/2003

- Savolainen Elina, Voimistelun fyysinen valmennus
- Savolainen Elina, SJK-ohjaaja
- Asikainen Hanna, JV-KV-tuomarikurssi
- Asikainen Jaana, JV-KV-tuomarikurssi

02/2003

- Nordberg Lotta, JV-tuomarikurssi 1+2
- Aalto Hanna, JV-tuomarikurssi 1+2
- Jokinen Hanna, JV-tuomarikurssi 1+2
- Björkman Maija, JV-tuomarikurssi 1+2
- Keisanen Reetta, JV-tuomarikurssi 1+2
- Varonen Niina, JV-tuomarikurssi 1+2
- Laitinen Alli, JV-tuomarikurssi 1+2

03/2003

- Aalto Hanna, JV-tuomarikurssi 3
- Laitinen Alli, JV-tuomarikurssi 3
- Kuparinen Veera, JV-SM-seminaari
- Laitinen Alli, tuomarikoe
- Aalto Hanna, tuomarikoe

04/2003

- Närhi Laura, tuomarikurssi 1+2
- eri ohjaajia, Wellness liikuntakeskus
- eri ohjaajia, Esport Center
- Mavrakis Aleksandra, ensiapukurssi

06/2003

- Jokinen Hanna, voimistelulajien jatkokurssi II taso

07/2003

- Nieminen Kati, aerobicohjaajan jatkokurssi

08/2003

- Munsterhjelm Lina, JV+RV+AE-alkeiskurssi
- Trontti Eeva-Liisa, JV+RV+AE-alkeiskurssi
- Ölander Juanita, Keppijumpasta ryhtiä

09/2003

- Jukarainen Pia, Jumppakoulu-peruskurssi
- Taanila Sanna, Jumppakoulu-peruskurssi
- Loikas Liisa, Voimaa leikinomaisesti
- Kuparinen Veera, Voimaa leikinomaisesti
- Nordström Susan, Profitness 1 peruskurssi

10/2003

- Hyryläinen Piia, Jokinen Hanna ja Varonen Niina, valmentajapäivä
- Laitinen Alli, JV tuomarikurssi 4
- Laine-Näätänen Anneli, Työnohjaus

11/2003

- Hyryläinen, Varonen, Lajitutkinto
- Kitunen Hannele, Lasten liikunn. amm. erikoistutkinto

12/2003

- Tasa Sari, Seura-Akatemia
- Laatikainen Kirsi, (SLU) yleisurheilututkinto
- Ohlsbom Marjo-Kaisa, (SLU) Yhdistystoiminnan perusteet