

<p>OHJEET: Urheilulinjan hakukoodi on 0264 800. Toimita tämä lomake täytettynä hakijatiedoilla, oman valmentajan ja liikunnanopettajan lausunnolla sekä oman seurasi lausunnolla Sotungin lukioon 23.3.2021 mennessä. Sotungin lukio hakee lajiliiton lausunnon kaikissa lajeissa. LIITÄ HAKEMUKSEEN KOPIO 9.LK VIIMEISIMMÄSTÄ JAKSOTODISTUKSESTA!</p>				
<p>HAKIJAN HENKILÖTIEDOT</p>	Sukunimi		Etunimi	
	Lähiosoite		Postinumero ja toimipaikka	
	Syntymäaika		Kotikunta	
	Puhelin		Sähköposti	
<p>OPINNOT</p>	Yläkoulu			
	Lukuaineiden + liikunnan keskiarvo		Liikunnan arvosana	
<p>URHEILU</p>	Päälaji		Seura / Joukkue	
	Mahd. sivulaji (erillinen liite)		Pelipaikka (joukkuelajit)	
<p>URHEILUSAAVUTUKSET</p> <p>Parhaat saavutuksesi 2018-2021 (tarvittaessa lisäliite)</p>	Vuonna 2020-2021:			
	Vuonna 2019-2020:			
	Vuonna 2018-2019:			
<p>VALMENNUSRYHMÄ</p> <p>Mistä alkaen?</p>	Liitto		Piiri	
	Alue		Seura	
<p>HARJOITTELUTIEDOT</p> <p>Merkitse kuinka monta kertaa ja kuinka monta tuntia harjoittelet ja liikut keskimäärin viikossa. Muulla liikunnalla tarkoitetaan sivulajien harjoittelua, koululiikuntaa, koulu-/treenimatkoja ja muita yli 10 min kertasuorituksia.</p>	Montako vuotta olet harjoitellut säännöllisesti?			
	Päälajia:		Sivulajia:	
	Nykyinen harjoittelumäärä viikossa		Harjoituskertoja / vko	Tunteja / vko
	Päälajin ohjattuja harjoituksia			
	Päälajin omatoimisia harjoituksia			
	Muuta liikuntaa/harjoittelua (kts. ohje)			
	YHTEENSÄ			
	Pidän harjoituspäiväkirjaa () sähköisenä () paperiversiona () en pidä päiväkirjaa			
Nukun keskimäärin _____ tuntia/yö		Käyn nukkumaan yleensä klo _____		
<p>TAVOITTEET</p>	Opiskelussa			
	Urheilussa			
<p>ASENNE</p>	Mitä olet valmis tekemään saavuttaaksesi tavoitteesi? Nimeä 3 tärkeää asiaa:			
	Miksi haet urheilulinjalle?			
<p>PVM. JA ALLEKIRJOITUS</p>	_____ / ____ . 2021		_____	
	Paikka Pvm		Hakijan allekirjoitus	

HAKULOMAKE URHEILULINJALLE / LAUSUNNOT HAKIJASTA

Hakijan henkilötiedot	Sukunimi	Etunimi	
LIIKUNNANOPETTAJA (Voidaan lähettää myös erillisenä liitteenä)	Sukunimi	Etunimi	
	Puhelin	Sähköposti	
	Oppilaan liikunnallisuus ja monipuolisuus:		
	Oppilaan asenne, suhtautuminen pitkäjänteiseen työskentelyyn sekä suhde toisiin oppilaisiin:		
_____ / ____ . 2021		_____	
	Paikka	Pvm	
		Allekirjoitus	
HENKILÖKOHTAINEN VALMENTAJA (Voidaan lähettää myös erillisenä liitteenä)	Sukunimi	Etunimi	
	Puhelin	Sähköposti	
	Miksi valmennettavasi olisi hyvä päästä Sotungin lukioon:		
	Onko urheilijalle laadittu vuosisuunnitelma? () Kyllä () Ei		
Hyödynnätkö urheilijan pitämää harjoituspäiväkirjaa harjoittelun suunnittelussa? () Jatkuvasti () Satunnaisesti () Harvoin/En lainkaan () Urheilija ei pidä harjoituspäiväkirjaa			
Olisitko halukas tekemään yhteistyötä lukion lajivalmentajan kanssa harjoittelun toteuttamisessa?			
_____ / ____ . 2021		_____	
	Paikka	Pvm	
		Allekirjoitus	
VALMENTAJA TAI SEURA TÄYTTÄÄ (Voidaan lähettää myös erillisenä liitteenä)	Lausunnon antajan tiedot (jos joku muu kuin henkilökohtainen valmentaja)		
	Nimi	Asema seurassa	
	Puhelin	Sähköposti	
	Urheilijan sijoitus valtakunnassa ikäryhmässään (ympyröi):		
	Yksilöurheilijat: 1.-3. 4.-8. 9.-16. 17.-20. 21.-->		
	Joukkueurheilijat:		
	A = Maajoukkueessa B = Maajoukkueleiritys C = Aluejoukkueessa		
	D = Aluejoukkueleiritys E = Seuran parhaita F = Seurapelaaja		
	<i>Huom. Lajiliitto asettaa hakijat paremmuusjärjestykseen eri listalla!</i>		
	Arvioi hakijan potentiaalia ja asennetta asteikolla 1 – 3. (1=paljon kehitettävää, 2=hyvä, 3=erinomainen). Ympyröi sopiva vaihtoehto.		
Lajitaidot	1 2 3	Yleinen liikunnallisuus	1 2 3
Fyysiset valmiudet	1 2 3	Motivaatio, innokkuus	1 2 3
Onnistuminen kilpailuissa/peleissä	1 2 3	Urheilullinen elämäntapa	1 2 3
Asenne harjoitteluun	1 2 3	Muu, mikä?	
Asenne kilpailuun	1 2 3	_____	1 2 3
Lisäselvitys (mm. urheilijan lajitaidot, asenne urheiluun ja siviiliasioihin, halu ja kyky oppia, jne. voidaan myös lähettää erillisenä liitteenä)			
_____ / ____ . 2021			
	Paikka	Pvm	Allekirjoitus