

Tervetuloa Kisakeskukseen!



Maahanmuuttajanaisten vertaisohjaajakoulutus 9.9.2010 – 16.1.2011

3 lähi- ja 2 etäjaksoa

Tavoitteet:

Vertaisohjaajana toimiminen • Terveiden elämäntapojen ja arkiliikunnan tietotaito tason lisääminen

Sisältö:

Terveysliikunta • Ohjaamisen perusteet • ”Minä kasvu”
–oppimisen ilo • Kokemuksellisuus / konstruktivisuus
• Etätehtävät / ohjauskokeilut



Maahanmuuttajanaisten vertaisohjaajakoulutus 9.9.2010 – 16.1.2011

3 lähi- ja 2 etäjaksoa

Koulutuksen vaikutus:

Oma aktiivisuustaso / arkiliikunnan lisääminen

Ohjausvastuu perhekurssilla Kisakeskuksessa

Kantti ry:n jumpparyhmä

Vertaisohjausta itsenäisesti

Musliminaisten hyvinvointipäivä



Vertaisohjaajan syventävät opinnot maahan- muuttajille 14.10.2011 – 10.6.2012

6 lähi- ja 5 etäjaksoa

Tavoitteet:

Vertaisohjaajataitojen syventäminen • Tukitoimet ohjaajana toimimiselle • Opintopolun luominen – katse tulevaisuuteen

Sisältö:

Minä liikkujana • Minä ohjaajana • Perhe- ja lastenliikunta
Aikuisliikunta • Ikäihmisten liikunta • Etätehtävät /
ohjausharjoitukset



Vertaisohjaajan syventävät opinnot maahanmuuttajille 14.10.2011 – 10.6.2012

6 lähi- ja 5 etäjaksoa

Koulutuksen vaikutus:

Vertaisohjaajien mahdollisuus ja halu toimia itsenäisesti ohjaajatehtävissä / aktiivisina toimijoina liikunnan parissa

Motivoituneisuus, innostuneisuus, itseluottamus

Osallistuminen kuntoliikunta tapahtumaan

Koulutusmateriaalin kehittäminen, pilotointi

Lisätietoja:

Nina Eränpalo, nina.eranpalo@kisakeskus.fi