

<p>OHJEET: Urheilulinjan hakukoodi on 0264 800. Toimita tämä lomake täytettynä hakijatiedoilla, oman valmentajan ja liikunnanopettajan lausunnolla sekä oman seurasi lausunnolla Sotungin lukioon 22.3.2022 mennessä. Sotungin lukio hakee lajiiltoon 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> Parhaat saavutuksesi 2019-2022 (tarvittaessa lisäliite)	Vuonna 2021-2022:				
	Vuonna 2020-2021:				
	Vuonna 2019-2020:				
<p>VALMENNUSRYHMÄ</p> Mistä alkaen?	Liitto		Piiri		
	Alue		Seura		
<p>HARJOITTELUTIEDOT</p> Merkitse kuinka monta kertaa ja kuinka monta tuntia harjoittelet ja liikut keskimäärin viikossa. Muulla liikunnalla tarkoitetaan sivulajien harjoittelua, koululiikun- taa, koulu-/treenimatkoja ja muita yli 10 min kertasuorituksia.	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>	_____ / ____ . 2022		_____		
	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:		
_____ / ____ . 2022		_____	
	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?			
_____ / ____ . 2022		_____	
	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)			
_____ / ____ . 2022			
	Paikka	Pvm	Allekirjoitus