



## NALLEPAININ OHJAAJAKOULUTUS JÄRVENPÄÄSSÄ SUNNUNTAINA 3.2.2019



Tahdotko oikean Nallepainin ohjaajaksi ja vahvistaa osaamistasi liikunnan parissa yhdessä lapsen kanssa? Nallepaini on loistava aikuisen ja lapsen yhteislaji, jossa kuntoilu ja toiminta perustuvat yhdessä tekemiseen. Nallepaini tukee lapsen motorista kehitystä erittäin monipuolisesti. Lisäksi se on kelpo kuntoilumuoto aikuiselle.

Koulutus on aktiivista, kokemuksellista toimintaa ja sen tarkoituksena on antaa valmiudet toimia Nallepaini -liikuntaryhmän ohjaajana. Käyttöösi aukeaa runsas lisämateriaalivarasto ja pääset mukaan valtakunnalliseen Nallepaini-ohjaajien verkostoon. Nallepaini tarjoaa myös hyvän mahdollisuuden saada paljon uutta, innostunutta väkeä mukaan seuratoimintaan. Nallepainin voi aloittaa jo noin kaksivuotiaana.

Koulutuksessa perehdytään liikkumiseen lapsen näkökulmasta, innostuksen ja oppimisen ilmapiiriin luomiseen. Koska kysymyksessä on yhteistoiminnalliset tunnit, käydään myös harjoitesisältöjä sekä turvallisuuteen liittyviä tekijöitä (mm. oikeat avustusotteet) huolellisesti läpi.

### Nallepainin ohjaajakoulutus

**Aika:** Su 3.2.2019 klo 10.00-16.00

**Paikka:** Järvenpään Voimailijoiden painisali, Liikuntakeskus Piironen, Lukiokatu 3, Järvenpää

**Hinta:** Koulutuksen hinta 120 € / henkilö, sisältäen opetuksen ja kurssimateriaalin. Laskutetaan jälkikäteen Painiliitosta.

**Ilmoittaudu:** **Sitovat ilmoittautumiset 27.1.2019 mennessä** sähköpostitse osoitteeseen [info@painiliitto.net](mailto:info@painiliitto.net) (Kurssi toteutuu, mikäli osallistujia vähintään kahdeksan).

**Tiedustelut:** Kouluttaja: Sami Joru, [samijoru@gmail.com](mailto:samijoru@gmail.com), 050-5256114

#### Ohjelma:

- 10.00 Tervetuloa koulutukseen, mistä Nallepainissa on kysymys
- 10.15 Innostuksen ilmapiiri lasten liikunnassa
- 10.30 Miten Nallepainitunti rakennetaan
- 10.45 Nallepainin harjoitesisältöjä, osa I
- 12.15 Lounas (omakustanteinen)
- 13.15 Nallepainin harjoitesisältöjä, osa II
- 14.30 Nallepainidemonstraatio
- 15.30 Keskustelua Nallepainin sisällöistä ja toimintatavoista
- 15.45 Koulutuksen päätös, hyvää kotimatkaa

**Oikea Nallepaini** perustuu Jyväskylän yliopiston Liikuntatieteellisessä tiedekunnassa syntyneeseen konseptiin. Toimintaa on rakennettu yhteistyössä Harjun Woiman ja Suomen Painiliiton kanssa vuodesta 2009 alkaen. Kouluttajina toimivat lasten liikuntaan erikoistuneet liikunnanopettajat Jon Salminen ja Sami Joru. Koulutuksesta vastaa Suomen Painiliitto. *Jyväskylän yliopisto luovutti Nallepainikonseptin ja -tuotemerkin marraskuussa 2017 Suomen Painiliitolle ja se on nyt kokonaisuudessaan Painiliiton ja sen jäsenseurojen omaisuutta.*

### Tervetuloa koulutukseen!

