



**Hae
mukaan**

**Koulutus on
suunnattu
ikäihmisten kanssa
työskenteleville**

LAT liikunnan ja valmennuksen
ammattitutkinto,
liikunnan osaamisala.

LAT-koulutus suunnattuna henkilöille, jotka ohjaavat ikäihmisille liikuntaa tai toteuttavat kuntouttavaa työtettä ikäihmisten kanssa.

Tutkinto on tarkoitettu liikunnan parissa työskenteleville tai alasta kiinnostuneille. Valmistavaan koulutukseen hakeutuva on voinut kartuttaa omaa osaamista työn, harrastusten tai koulutuksen kautta. LAT antaa yleisen kelpoisuuden AMK-opintoihin sekä liikunta-alan korkeakoulututkintoon johtaviin opintoihin.

Tutkinnon suorittaneet toimivat liikunnan ohjaus- ja suunnittelutehtävissä. He suunnittelevat terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa sekä ohjaavat ihmisiä liikkumaan erilaisin menetelmin. Tutkinnon suorittaneet työskentelevät eri liikunta- ja vapaa-ajan organisaatioissa ja järjestöissä, sosiaali- ja terveysalan yhteisöissä ja yrityksissä, projekteissa ja hankkeissa tai itsenäisinä yrittäjinä. Koulutuksessa on myös mahdollisuus suorittaa urheiluopistojen Personal Trainer –sertifikaatti. Tutkinnon voi suorittaa myös oppisopimuksella.

Tutkinnon suorittaminen ja valmistava koulutus

Liikunnan ammattitutkinto on tutkintoperusteinen. Tutkinto suoritetaan osoittamalla tutkinnon perusteissa kuvattu ammatitaito hyväksytysti näytöillä käytännön työssä omassa toimintaympäristössä. Tutkinnon voi suorittaa myös ilman valmistavaa koulutusta.

Tutkinnon suorittajan opintopolku on yksilöllinen. Henkilökohtaistamisen kautta koulutuksen sisältö ja laajuus vaihtelevat. Tutkinnon voi suorittaa myös ilman valmistavaa koulutusta.

Koulutuksen liikunnanopetuksen sisältö vastaa ikäihmisten kanssa työskentelevien tarpeita. Lajeina esim. sauvakävely, vesiliikunta, musiikki ja rytmiliikunta, sekä kehonhuolto ja rentoutuminen. Lisäksi koulutus sisältää anatomia ja fysiologia, ravitsemus ja valmennus kokonaisuuksia.

Koulutus antaa valmiudet elintapaohjaukseen ja -neuvontaan. Koulutuksen suorittaneet pystyvät viemään työyhteisönsä vahvaa terveysliikunnan osaamista ja tuomaan lisää liikettä ja tervettä arkea ikäihmisille.



Järjestämme myös räätälöityjä -koulutuksia alueellisille ryhmille, joissa opiskelijoita useasta kaupungista/ kunnasta.

Kysy koulutusmahdollisuutta omalle paikkakunnallesi tai lähialueellesi.

Räätälöityjen koulutuksien ryhmäkoko min. 15 henkilöä.

Räätälöidyissä koulutuksissa suoritetaan normaalit liikunnan ja valmennuksen ammattitutkinto, liikunnan osaamisalaan liittyvät opinnot tai yksittäisiä tutkinnon osia ammattitutkinnosta ja liikunnanohjauksen perustutkinnosta. Hyödynnä oppisopimuskoulutusmahdollisuus!

LAT liikunnan ja valmennuksen ammattitutkinto, liikunnan osaamisala.

Opiskelu Varalassa

Varala tarjoaa laadukasta, nykyaikaista ja työelämän tarpeita vastaavaa koulutusta. Koulutus koostuu monipuolisista kokonaisuuksista, joiden opetuksesta vastaavat ammattitaitoiset opettajat.

Paras oppi tulee tekemisen kautta

Oppisopimus sopii sinulle, kun

- haluat kehittää osaamistasi ja saada uusia näkökulmia työhön
- sinulta puuttuu ammatillinen koulutus tai muodollinen pätevyys
- työtehtäväsi laajenevat uusille tehtäväalueille
- haluat kouluttautua kokonaan uuteen ammattiin
- haluat suorittaa loppuun keskeytyneet opintosi.

Lisätietoja

Ursula Haapanen, tutkintovastaava
044 3459 914, ursula.haapanen@varala.fi

Oppisopimusasioissa
Jani Nieminen, koulutustarkastaja
puh. 044 7906 412, jani.nieminen@varala.fi

Tutustu lisää ja hae koulutukseen:

www.varala.fi/liikunnan-ja-valmennuksen-ammattitutkinto/liikunnan-osaamisala/



Varalan Urheiluopisto

Varalankatu 36, 33240 TAMPERE, p. 03 2631 211
info@varala.fi, varala.fi, @varalaofficial, #varala

