

LAATUA LASTEN LIIKUNTAAN

GYMi Lasten ja nuorten kuntoklubi kehottaa vaatimaan laatua lasten liikuntapalveluissa. Myös Helsingissä 11.–12.11.2009 järjestetyillä Liikuntatieteen päivillä nousivat esiin Gymin peräänkuuluttamat teemat: toiminnan laadukkuus, mielekkyys, ilo ja innostavuus.



Laadukasta liikuntaa osaavien ohjaajien opastuksella

– Kun on kyse lasten kehityksestä ja hyvinvoinnista, tulisi liikuntapaikka valita laadun – ei pelkän hinnan – perusteella. Ohjattujen liikuntatuntien laatuun vaikuttavat ohjaajan koulutus, kokemus ja persoona, toimintaympäristö sekä käytössä olevat työkalut, kuten tuntisuunnitelmat, kertoo GYMin toimitusjohtaja ja Svolin avainkouluttaja **Christina Nurmi**.

Nurmi kannustaa lasten vanhempia laatutietoisuuteen ja hyvän liikuntakasvatuksen vaatimiseen: jokaisen lapsen tasapuoliseen huomioimiseen, itsetunnon kehitykselle vaadittavaan, oikeanlaiseen kasvualustaan sekä iloisuuteen harrastusympäristössä.

– Lasten liikuntaharrastuksen tulisi olla lapsen kehitystasolle sopivaa, osaavien ohjaajien järjestämää toimintaa. Valitettavasti tämä ei aina ole niin. Monissa jumpissa pienimmät lapset laitetaan nuorimpien ja kokemattomimpien ohjaajien ryhmiin ja jätetään täten aika lailla oman onnensa nojaan, Nurmi pahoittelee.

Iloista yhdessäoloa

Christina Nurmi nostaa esiin Liikuntatieteen päivillä 11.11.2009 puhuneen **Tapio Korjuksen** näkemyksiä nuorten liikunnasta. Valtion liikuntaneuvoston puheenjohtajana ja Kuortaneen Urheiluopiston valmennuskeskuksen johtajana toimiva Korjus peräänkuuluttaa nuorten harrastetoimintaan sekä osaavia ohjaajia että taloudellisia panostuksia. Lisäksi hän korostaa nuorten omia, liikuntaan kohdistuvia toiveita: iloa, yhdessäoloa, terveellisyyttä, kunnonkohottamista, virkistystä, oppimista ja kehittymistä – totisen kilpailun sijaan.

– Useissa seuroissa aloitetaan kilpailuun tähtäävä harjoittelu aivan liian varhain ja liian kovaa. Tämä on täysin Suomen Voimisteluliiton (Svoli) tavoitteiden vastaista. Sinällään paljon harjoittelussa ei ole mitään pahaa – kunhan harjoittelu on kivaa ja se toteutetaan kaikkien fyysisten ja psyykkisten lainalaisuuksien mukaan, Nurmi täsmentää.



GYMi Lasten ja nuorten kuntoklubi noudattaa kaikessa toiminnassaan tiukkoja laatukriteereitä, ja yrityksen ohjaajat ovat koulutettuja liikunnan ammattilaisia. GYMi tarjoaa ohjattua liikuntaa, kuten brakdancea, parkouria, telinevoimistelua ja joogaa. Jatkuvien liikuntatuntien lisäksi klubilla järjestetään muun muassa keskustelutilaisuuksia, kursseja ja leirejä.

Mitä liikkumattomuus tekee lapsillemme?

Lauantaina 21.11. klo 10.30–12 GYMillä (Malminkatu 20, Helsinki)

Keskustelutilaisuus lasten ja nuorten fyysisestä kunnosta ja hyvinvoinnista.

Mitä voimme tehdä, jotta lapsemme pysyvät terveisinä tässä yhteiskunnassa?

Keskustelun avaajana fysioterapeutti **Nina Söderling** Vitalfysiosta ja mukana keskustelussa lasten liikunnan asiantuntija **Christina Nurmi**.

Tilaisuus on maksuton. Lapsille järjestetään klo 10.15 aamujumppa Pikkukakkosen tapaan ja tämän jälkeen GYMi-telineiden kokeilua.

Ilmoittautumiset sähköpostitse info@gymicom.com tai puhelimitse 045 1333 885

Lisätietoja:

Gymi Lasten ja nuorten kuntoklubi

Toimitusjohtaja Christina Nurmi, puh. 040 767 2752, christina.nurmi@gymicom.com

GYMi Lasten ja nuorten kuntoklubi aloitti toimintansa Helsingin Kampissa kesällä 2008. GYMin omistajat Oona Kivelä ja Christina Nurmi ovat lasten liikunnan ja telinevoimistelun ammattilaisia. GYMi tarjoaa ohjattua liikuntaa, kuten tanssia, parkouria, nassikkapainia, telinevoimistelua ja joogaa, kaikenikäisille. Yrityksillä ja ryhmillä on mahdollisuus järjestää yksityistilaisuuksia GYMillä. Jokainen löytää oman tapansa liikkua ammattilaisten ohjauksessa. www.gymi.fi