



8-11 -ikävaihekoulutuksen tavoitteet

8-11 v ikävaihekoulutuksessa valmentaja:

Urheilu ja lajiosaaminen

- suunnittelee ja vetää ikävaiheelle kokonaisvaltaisen ja teeman mukaisen intensiivisen harjoituksen
- tutustuu ikävaiheen taktiseen, teknis-taktiseen ja teknisten asioiden sisältöihin ja kokeilee erilaisia keinoja auttaa pelaajia taitojen oppimisessa
- tutustuu ja saa keinoja valmentaa ikävaiheen fyysisen harjoittelun painopistealueita
- saa keinoja aktivoida lapsia ja perheitä omaehtoiseen harjoitteluun ja liikkumiseen
- tutustuu lasten maalivahtipelaamisen harjoitteluun ja maalivahtitaitoihin
- tutustuu futsaliin ja saa vinkkejä ikävaiheen teknis-taktisten asioiden opettamiseen saliympäristössä
- tunnistaa ja huomioi lasten kehittymisen vaiheita

Ihmissuhdetaidot

- tunnistaa oman ohjaustyylinsä sekä erilaisten valmennus- / ohjaustyylien vaikutuksen valmentamiseen
- saa keinoja rakentaa ryhmän henkeä ja toimintaa
- tukee lasten omistajuuden ja määrätietoisuuden ja sisäisen motivaation kasvua ottelu- ja harjoitustapahtumissa

Itsensä kehittämisen taidot

- tuntee Palloliiton valmentajuuden osaamisen kehittämisen polut ja seuran tukitoimet valmentajana kehittymiseen
- tiedostaa ja tunnistaa omia voimavarojaan ja mahdollisuuksiaan valmentajana kehittymiseen
- tekee itsearviointin sekä suunnittelee oman jatkokouluttamisen



8-11 v ikävaihekoulutus -kokonaisuus

8-11 v ikävaihekoulutuskokonaisuus muodostuu kontaktiopetuksesta, itseopiskelusta, verkkomoduleista, sekä kokemuskortista. Kokonaisuus on rakennettu palvelemaan Palloliiton valmentajakoulutuksen alkutaipaleella olevia valmentajia. Koulutukseen voidaan hakeutua Futisvalmentajan startti -koulutuksen jälkeen.

Alla olevaan kaavioon on purettuna 8-11 v ikävaihekoulutus oppikokonaisuuksiksi, joista voidaan rakentaa eri mittaisia kontaktiopetusjaksoja ja prosesseja. Erilaisia toteuttamismalleja on kuvattu kappaleessa 5. Kokonaisuuden suorittamisen prosessiin on ajateltu käytettävän n. 2-3 kk.

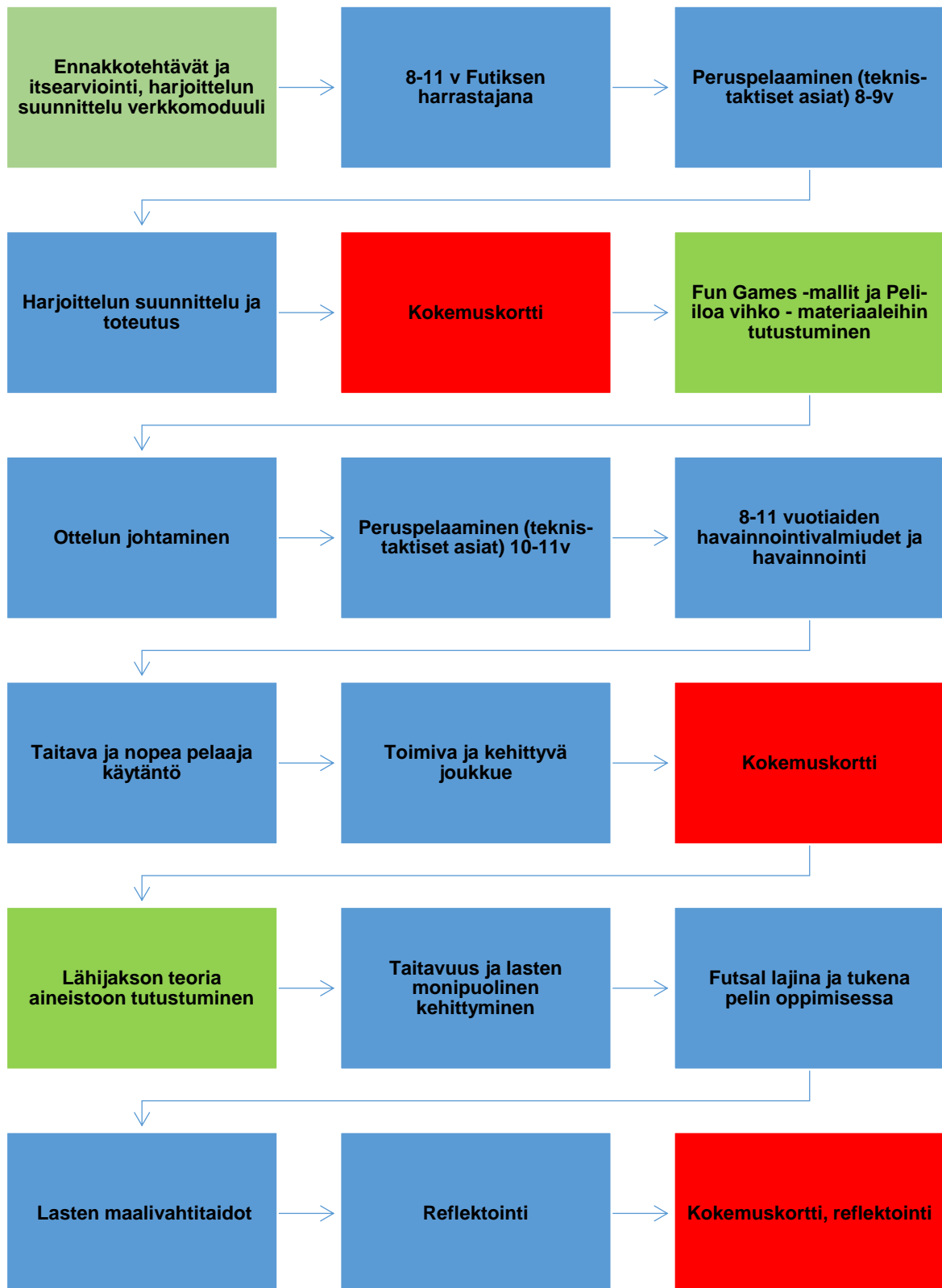
Tuntimäärät:

Itseopiskelua (ennakko- ja välitehtävät, verkkomodulit): 2 h

Kontaktijaksoja: 24 h

Kokemuskortti: tuntimäärä yksilöllinen n. 15 – 20h

Tutorointi: ~2-4 h (harjoitus ja ottelu)



Kuva 4. Prosessin eteneminen



8-11 -ikävaihekoulutuksen yksi esimerkkiohjelma

Ennakkotehtävät

1. jakso

9.00 – 9.45 Avaus

9.45 – 10.45 8-11 v lapsi futiksen harrastajana

11.00 – 13.00 Peruspelaamisen teknis- taktinen sisältö 8-9 v

13.00 – 14.00 lounas

14.00 – 15.30 Harjoitusten suunnittelu ja valmennustyyli

16.00 – 18.30 Harjoitusten johtaminen + TIPS

18.30 – 19.00 Reflektointi

Kokemuskortin ensimmäiset tehtävät ja seuraavan jakson ennakkotehtävät

2. jakso

9.00 – 9.30 Avaus

9.30-10.15 Lasten ottelutapahtumat 8-11

10.15 – 12.00 Peruspelaamisen teknis- taktinen sisältö 10-11

12.00-13.00 lounas

13.00 – 14.15 Havainnointi 8-11

14.45 – 16.45 Taitava ja nopea pelaaja - käytäntö

16.45 – 18.00 Toimiva ja kehittyvä joukkue...

18.00 – 18.30 Reflektointi ja päätös

Kokemuskortin tehtäviä ja seuraavan jakson ennakkotehtävät



Ikävaihekoulutusten yhteinen päivä Ikävaihekoulutusten yhteinen päivä (voi olla välissä, viimeisenä tai tarvittaessa ensimmäisenä)

9.00 - 9.30 Avaus ja tutustuminen

9.30 – 11.00 Taitavuus ja lasten monipuolinen kehittyminen

11.00 – 12.00 Lounas

12.00 – 13.00 Futsal / saliharjoittelu teoria

13.30 – 15.00 Futsal /saliharjoittelu käytäntö

15.30 – 17.30 Lasten maalivahtitaitojen edellytykset – käytäntö

17.45 – 18.30 Yhteenveto ja reflektointi