



OPAS SOVELTAVAN JALKAPALLON KÄYNNISTÄMISEKSI SEURASSA



VOITTOJA JOKA PÄIVÄ

Soveltava jalkapallo

Jalkapalloa jokaiselle. Tämän toiminta-ajatuksen mukaan kaikilla tulisi olla mahdollisuus harrastaa jalkapalloa samassa seurassa omista lähtökohdistaan. Erityistä tukea tarvitsevien lasten liikunnalla tarkoitetaan toimintaa, joka vaatii soveltamista ja erityisosaamista. Tavoitteena on lisätä vammaisten, pitkäaikaissairaiden tai toimintarajoitteisten lasten, nuorten ja aikuisten mahdollisuuksia osallistua urheiluseuratoimintaan jalkapallon parissa. Paikallisesti korostuu yhteistyö kuntien ja eri toimijoiden kesken.



Soveltavan jalkapallon kysyntä on kasvanut viime vuosina. Kun seurassa käynnistetään jalkapallotoimintaa erityisryhmille, tulee joukkueen perustamisen vaiheet suunnitella tarkasti.

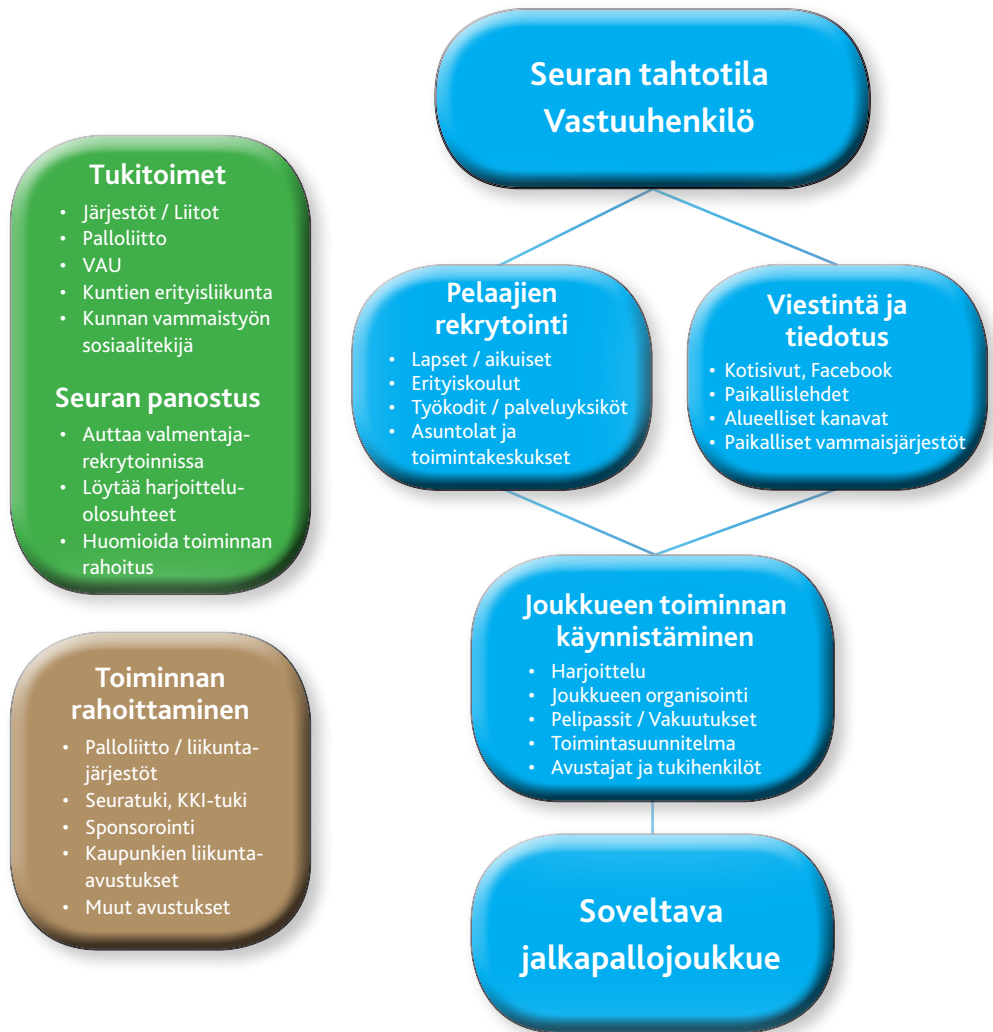
"Soveltava jalkapallotoiminta on pelkästään lisännyt seuran positiivista imagoa. Toiminnassa mukana olo antaa itselleni viikoittain merkittävän määrän liikunnan riemua, oikeanlaista oppimista ja aitoa yhteisöllisyyden tunnetta. Olemme seurana ylpeitä että voimme tarjota yhteisöllisyyttä ja elämyksiä kaikille"

-Janne Lindberg Sudet

JALKAPALLOA JOKAISELLE

Toiminnan käynnistäminen seurassa

Tärkeää joukkueen perustamisessa on integroida joukkue seuran toimintaan. Alla on kuvattuna joukkueen perustamisen vaiheet sekä tukitoimet.



Palloliitto tukee uusia soveltavan jalkapallon käynnistäviä seuroja varustepaketilla (pallot, merkkikartiot, liivit, pallokassi, pumppu).

Toiminnan lähtökohdat

1. Soveltava jalkapallo on liikuntaa, jota tarvittaessa muokataan sisällöltään, välineiltään ja ympäristöltään sellaiseksi, että jokainen voi osallistua siihen omista lähtökohdistaan. Ennen kaikkea se on liikuntaa, joka vaatii ohjaajalta avointa ja positiivista asennoitumista erilaisuuteen.
2. Ohjaaja on tärkein yksittäinen tekijä erityistä tukea tarvitsevien liikunnan ohjauksessa. Ohjaajan tulee myös tuntea oman ryhmänsä jäsenet, jotta harjoittelu on turvallista ja yksilöt huomioivaa.
3. On hyvä olla tietoinen pelaajien taustoista ja varautunut mm. mahdollisiin sairaskohtauksiin (pelaajan taustatietolomake).
4. Toiminnassa korostuu yksilön kohtaaminen ja sen taitaminen.
5. Toiminnan tavoitteina voidaan pitää lajitaitojen ja fyysisen toimintakyvyn lisäksi positiivista minäkäsitystä, sosiaalista pärjäämistä, itsetuntemusta, jännityksen poistamista, omatoimisuutta sekä osallisuuden kokemista.

Ohjaamisen lähtökohdat

1. Toiminnan suunnittelu on tärkeää. Käytettävien harjoitteiden tulee olla joustavia ja helposti muuteltavia. Oppiminen tapahtuu parhaiten toiminnan kautta. Pääpaino on hyvä pitää konkreettisissa ja käytännönläheisissä toiminnoissa.
2. Liikunnassa erilaiset harjoitukset ja ohjeet tulisi jakaa pienempiin osiin.
3. Ohjauksessa tulisi painottaa näyttöihin ja kosketukseen perustuvaa oppimista. Sanalliset ohjeet toimivat oppimisen tukena.
4. Selkeästi näyttäminen, lyhyesti selittäminen ja mielikuvituksen käyttäminen ovat ohjaajalle tärkeitä hyvän toiminnan eväitä.
5. Usein soveltavan liikunnan ratkaisut ja keinot syntyvät kuitenkin vasta liikunnan aikana liikkujaa kuunnellen ja havainnoiden.

Lisätietoja soveltavan jalkapallon toiminnasta:
lasse.keski-loppi@palloliitto.fi

www.palloliitto.fi – www.seuraohjelma.fi