



Seuraesimerkki:

Näin me hyödynnämme uutta
Huuhkaja- ja Helmaripolkumallia

2.4.2022

Hämeenlinnan Jalkapalloseura ry.

Esa-Pekka Viinikka, valmennuspäällikkö

Marko Johansson, valmennuspäällikkö



Huuhkaja- ja Helmaritestipäivä

- Testimahdollisuus kaikilla seuran tytöillä ja pojilla ikäluokissa E10-C15
 - > Sinivalkoinen (kilpajoukkue) osallistuu koko joukkueella
 - > Sininen (harrastejoukkue) osallistuvat kaikki halukkaat pelaajat
- Kolme testipäiväkokonaisuutta vuoden aikana:
 - > 1. marras-joulukuu
 - > 2. maalis-huhtikuu
 - > 3. elokuu
- Perjantai: Testipäivä -> Lauantai: Pelaamisen kehittäminen -> Tiistai: Palaute
- Seuran palkattu henkilöstö vastaa kokonaisuudessaan testipäivän organisoinnista ja toteutuksesta.



Ohjelmatarunko

	Perjantai / Pelaajat	
Klo 8.30	Kokoontuminen	Säästöpankki Areena
Klo 8.45 ->	Fysioterapia	Pituus, paino, istumapituus, PKHV
Klo 9.15 ->	Hyppytestit	Staattinen- ja kevennyshyppy
Klo 10.00 ->	Nopeustesti	5m, 10m, 30m
- n. 12.00	Ketteryys	
	SM-juoksu/SM-pallo	
Klo 12.15	Lounas	
Klo 13.00	Luento	Vaihtuva teema
Klo 13.30	Läksyjen teko	
Klo 14.30 ->	Syöttö, Pujottelu, MAS	
- n. 16.00		
Klo 16.15	Välipala	
Klo 16.30	Pelaajien päivän päätös	
Klo 17.00 ->	<i>Pelaamisen painopisteet</i>	<i>(joukkuevalmentajat)</i>



Valmennuspäällikön rooli

- Testipäivät (perjantai)
- Pelaamisen painopisteiden suunnittelu yhdessä joukkuevalmentajien kanssa (perjantai-ilta)
- Ottelupalaveri valitusta teemasta (lauantai)
- Ottelu (lauantai) -> pelin kuvaus
- Seuran sisäinen yhteenveto (maanantai)
-> toiminnanjohtaja, valmennuspäälliköt ja seuran fysioterapeutti
- Palautetilaisuus (tiistai)
-> Testitulosten analysointi
-> Pelaamisen analysointi
-> Pelaajan henkilökohtainen painopiste
-> Tulevat kehitystoimenpiteet ja painopisteet



Seuran näkökulmasta

- 1. testipäivissä 185 HJS Pelaajaa
- 2. testipäivissä +200 HJS Pelaajaa

- Investointi tehty omiin testilaitteisiin
-> käytössä futiskentällä 24/7

- Tiedolla johtaminen on jo antanut vaikuttavuutta sekä syventänyt joukkuevalmennuksen ja valmennuspäällikön pelaajakehitysyhteistyötä

- Keskiössä pelaajan kehittyminen, omat kehityskohteet ja motivointi!



KIITOS!

