



Tyttöjen pelaajakehityspolku

Navigointi



Käsi-ikoni ilmentää klikkattavia elementtejä aineistossa. Näiden elementtien kautta pääset siirtymään asiaa koskevalle sivulle.



Logoa klikkaamalla voit siirtyä aina aineiston alkuun sivukarttasivulle.



Suurennuslasi-ikonia klikkaamalla pääset puolestaan siirtymään aihetta syventävälle sivulle.



Navigointipalkki jokaisen sivun yläaidassa on myös klikattava. Sen kautta pääset siirtymään jokaisen aihepiirin pääsivulle.

Sivukartta



Tarkoitus
ja tavoitteet

Arvot

Taustaa

Pelaajapolku

12-14-vuotiaiden
Helmaritoiminta

15-16-vuotiaiden
Aluetoiminta

15-19-vuotiaiden
Hybridiakatemit

17-20-vuotiaiden
Urheiluoppilaitokset

Maajoukkuetoiminta

15-vuotiaiden
maajoukkue

16- ja 17-vuotiaiden
maajoukkueet

18- ja 19-vuotiaiden
maajoukkueet

Maalivahdit



Tarkoitus ja tavoitteet

Pelaajan koti on seura. Laadukkaan arjen myötä pelaaja kehittyy seura-arjessaan joka ikinen päivä. Suomen Palloliiton pelaajakehitys- ja maajoukkuetoimintojen tarkoituksena on olla **pelaajien ja valmentajien tukena kasvussa kohti kansainvälisiä kenttiä**. Pelaajakehitystoiminnan rakenne johtaa viidestä eri kokonaisuutta tukevasta palasesta. Tämä pelaajapolkumateriaali ilmentää sitä, **miten ja millä toiminnoilla tuemme** pelaajien ja valmentajien kehittymistä polun eri vaiheissa seurojen arjessa mukana elämisen lisäksi.

Pelaajapolkumateriaali

Avaa pelaajan polun Suomen Palloliiton toteuttamissa toiminnoissa: toimintafilosofia, arvot, toiminnot, toimintojen tavoitteet ja pääotsikot sisällöistä > seuroille, valmentajille, vanhemmille ja pelaajille jaettavaa koulutusmateriaalia.

Valmentajakoulutusmateriaali

Pelaajakoulutuspainopisteiden yksityiskohtaisempi sisältömateriaali sisältäen alueelliset osaamistavoitteet kentän eri osa-alueilla ja pelin eri vaiheissa, Helmari- ja aluetoiminnan sisältövalinnat, pelaajakoulutusleirien sisällöt, nuorten maajoukkueiden pelitavan raamit, videoita ja harjoitteita > jaettavaa valmentajakoulutusmateriaalia.

U19-, U17- ja U15-maajoukkueiden pelimallit (johdettuna yhteisistä raameista ja painopistevalinnoista) > maajoukkue-, alue- ja talenttivalmentajille. Osia käytettävänä valmentajakoulutuksissa ja seuravalmentajien kanssa läpikäytävänä.





Arvot



Yhteistyö

Menestyäksemme tarvitsemme toisiamme ja toistemme osaamista yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Jaamme vastuun ja huomioimme toistemme vahvuudet.

Tuemme pelaajan kehittymistä yhdessä kodin, koulun ja seurojen kanssa.



Avoimuus

Ylläpidämme keskustelukulttuuria, jossa on mahdollista tuoda esille eri mielipiteitä, jakaa tietoa, ajatuksia ja osaamista. Kannustamme inhimillisyyteen ja rohkeuteen myöntää myös epäonnistumiset.



Ahkeruus

Menestykseen ei ole oikotietä, sillä ahkera ja pitkäjänteinen työ palkitaan. Johdamme esimerkillisillä teoilla.

Mitään emme jätä puolitiehen tai tee vain sinne päin.



Tehokkuus

”Missä tahansa ilmiössä 80 % seurauksista johtuu 20 %:sta syistä.” -Pareto

Priorisoimme valinnat, joihin panostamme. Käytämme aikaa ja resursseja tehokkaasti tuloksenteon maksimoimiseksi.

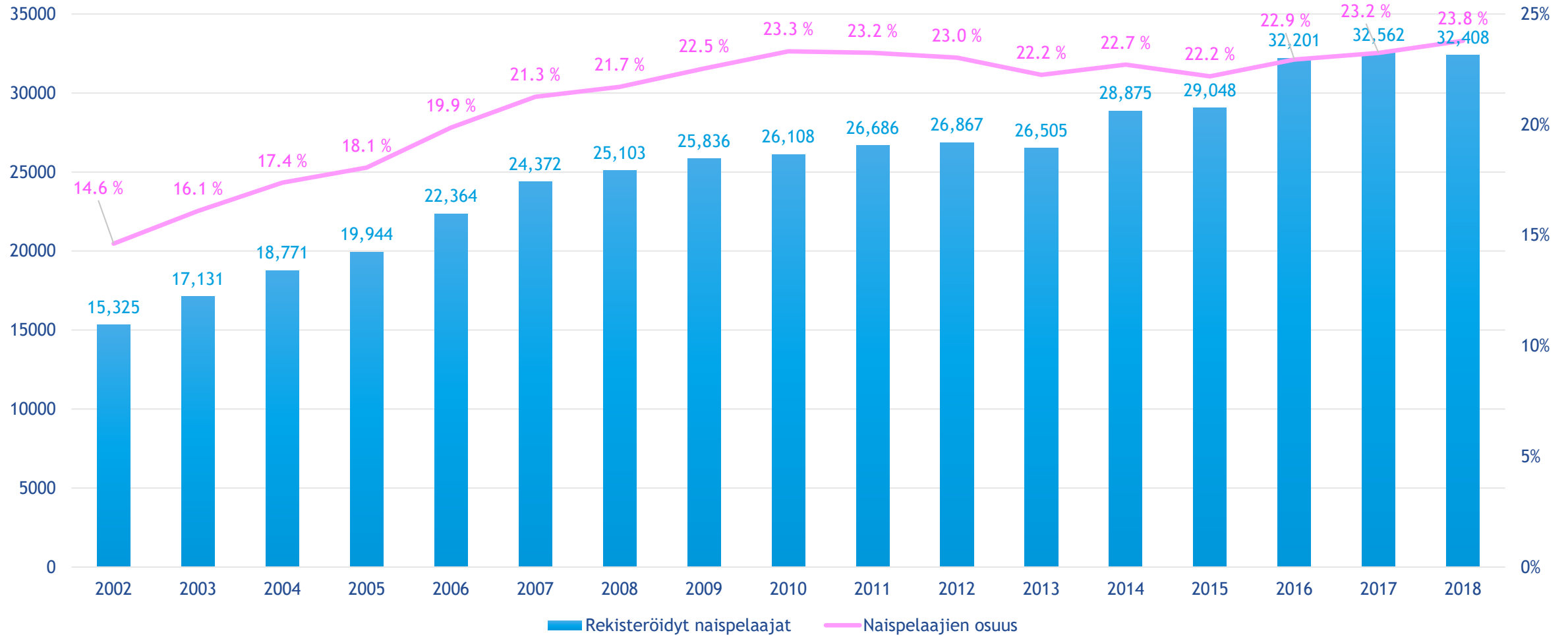


Yhdenvertaisuus

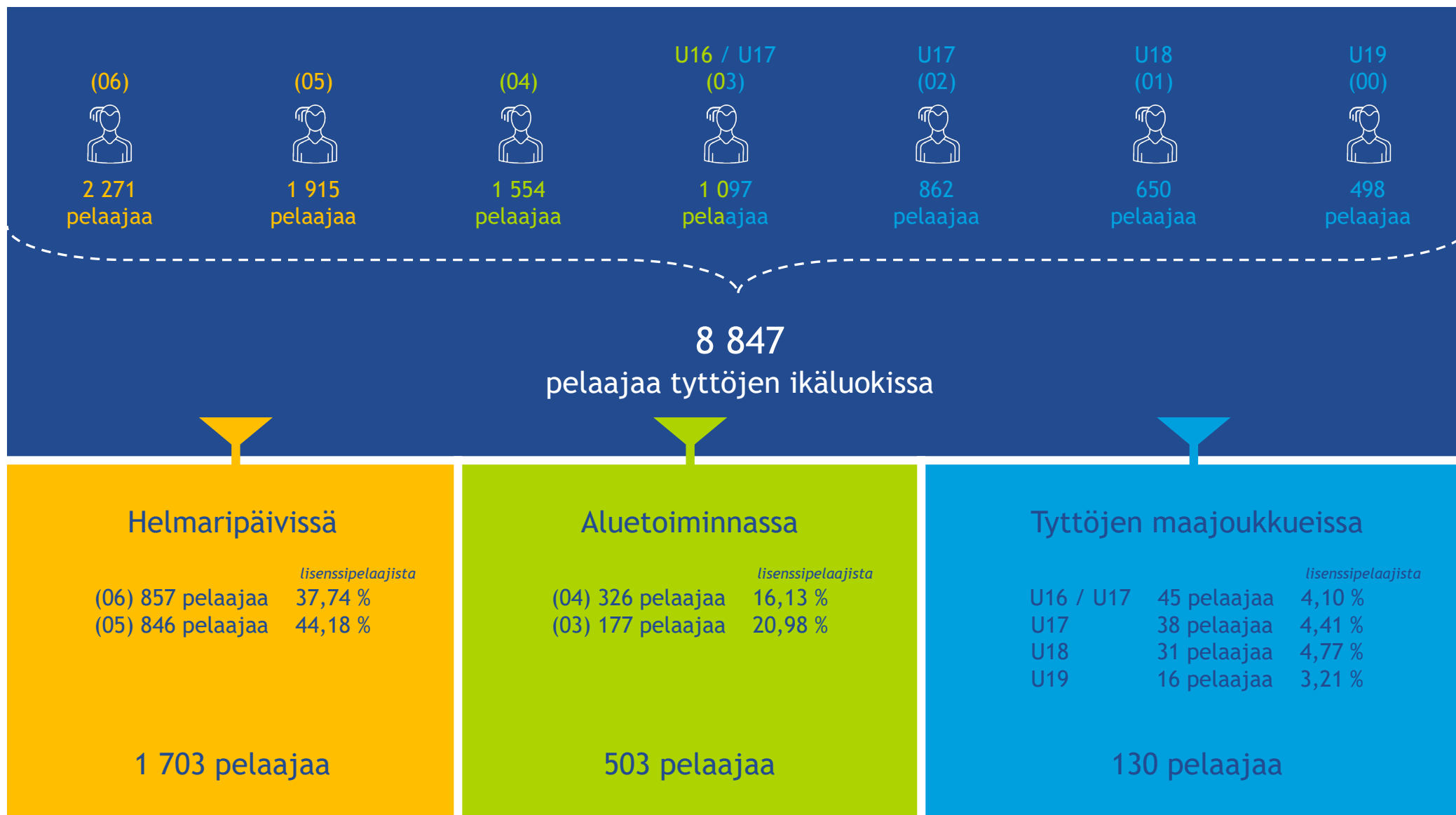
Uskontoon, ihonväriin, kieleen, sukupuoleen ja seksuaaliseen suuntautumiseen katsomatta, erilaisuus on rikkaus ja kaikki ovat yhtä arvokkaita.



Rekisteröityjen tyttö- ja naispelaajien määrä Suomessa 2002-

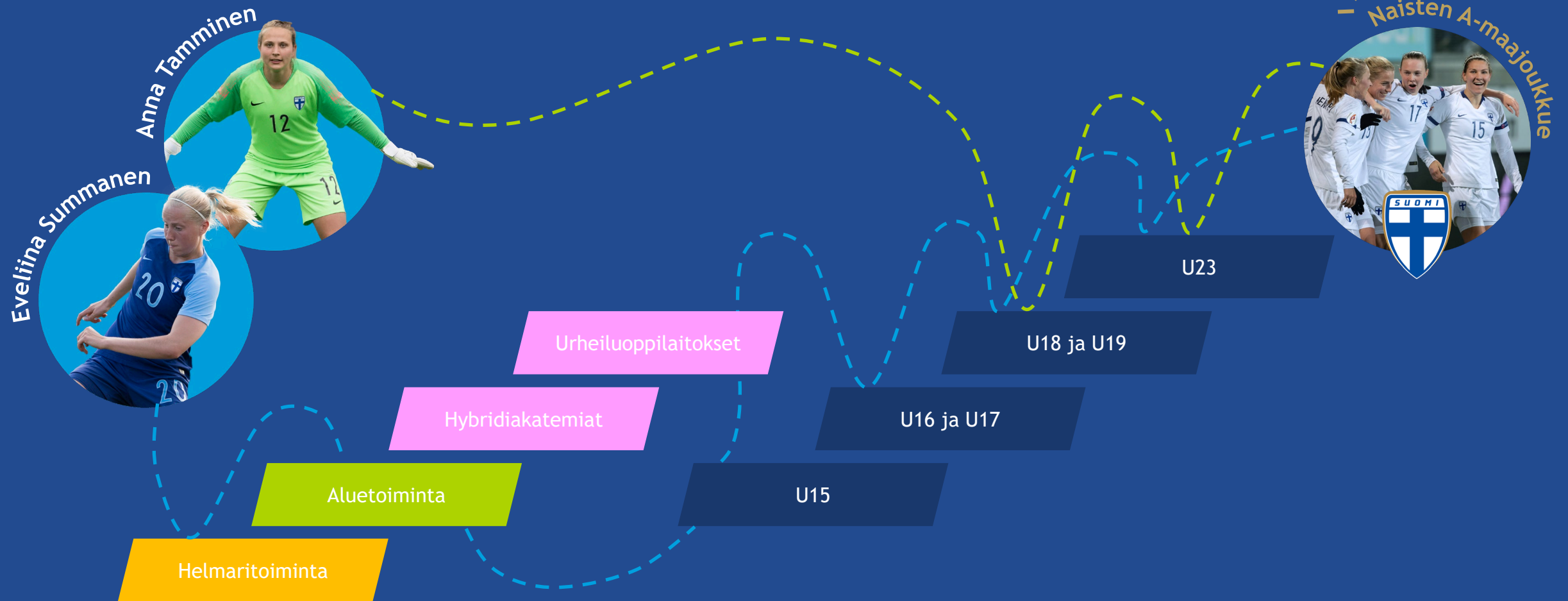


27 304 rekisteröityä tyttöpelaajaa Suomessa vuonna 2019



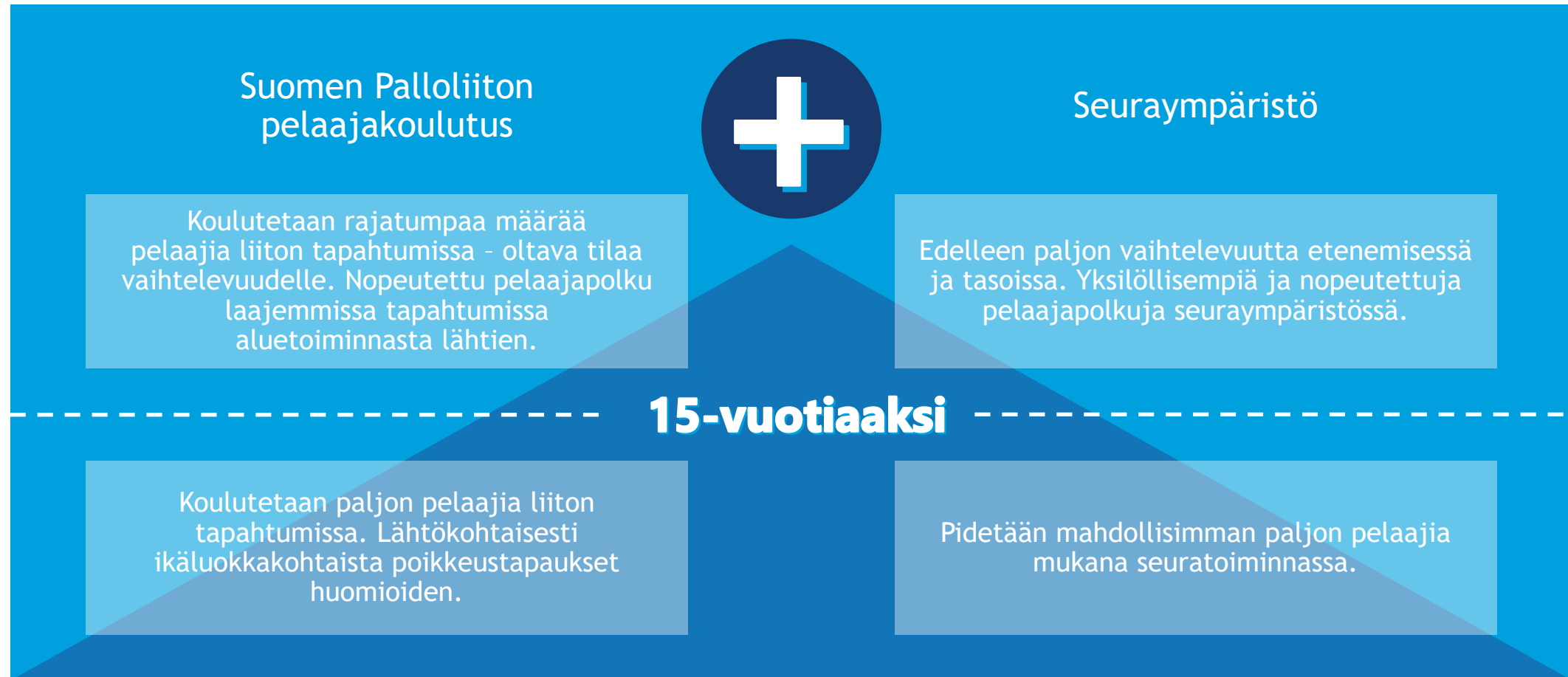
* taulukon lukemat vuodelta 2019

Pelaajapolku



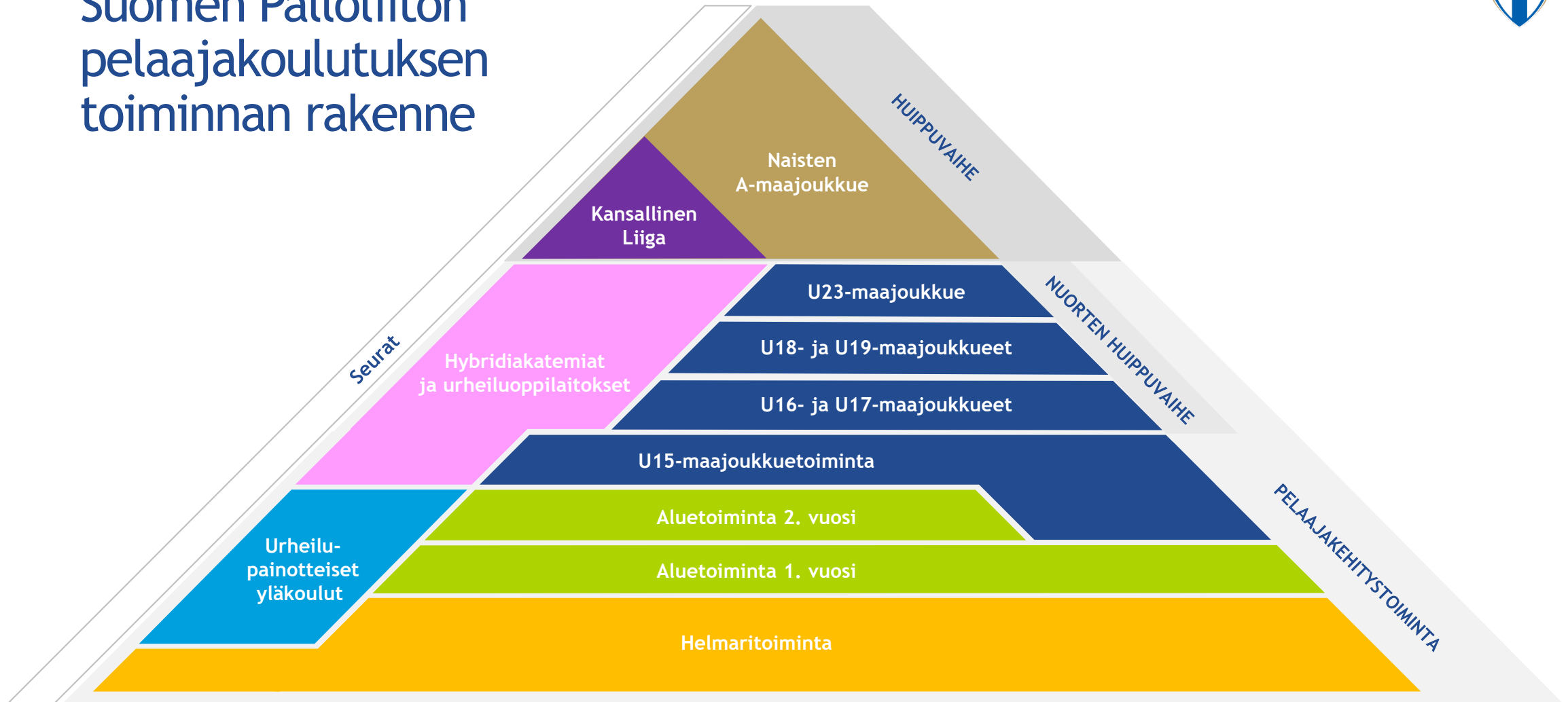


Pelaajakoulutustoiminnan filosofia





Suomen Palloliiton pelaajakoulutuksen toiminnan rakenne





Suomen Palloliiton pelaajakehitystoiminta

Pelaajakoulutustoiminta

12–14 vuotta

Alueelliset Helmaritapahtumat

- Seurajoukkueena
- Koulutetaan valmentajia ja laajaa pelaajamäärää (noin 40 %)

C14 Helmarit -turnaus

- Yksilöinä, rajattu määrä pelaajia (220 pelaajaa), valmentajien osaamisen kehittäminen myös keskiössä

15 vuotta

Aluetoiminta

- Yksilöinä, koulutetaan isoa määrää pelaajia (noin 20 %)
- Alueleirejä yhteensä 4 (2 osa-alueleiriä + 2 alueleiriä)

Tinni Korpela -leiri

- Yksilöinä, rajattu määrä pelaajia (80 pelaajaa)

16 vuotta

Aluetoiminta

- Yksilöinä, koulutetaan edelleen useita pelaajia (noin 15 %)
- Alueleirejä yhteensä 6

Alueturnaus

- Yksilöinä, rajattu määrä pelaajia
- 6 joukkuetta (noin 120 pelaajaa)

17–19 vuotta

Pelaajakehityisleirit

- Ikäluokakohtaisia leirejä
- Yksilölle työkaluja arkeen > kv-pelaajan osaamisvaatimukset (te/ta, fyys, psyyk) - sisällöt pelaajakoulutuslinjauksesta
- Koulutetaan monia pelaajia - leireille valitaan kyseisestä ikäluokasta isompi pelaajamäärä kuin maajoukkueleireille

Pelaajakehitystapahtumat maajoukkueissa

U15-maajoukkue

- Kaksoismaaottelu
- UEFA Development turnaus?

U16-maajoukkue

- Pelaajakehityisleirit x 2
- UEFA development -turnaus

U17-maajoukkue: kaksi leiriä

U18-maajoukkue: yksi leiri

U19-maajoukkue: yksi leiri



Helmaritoiminta

12-14-vuotiaiden Helmaritapahtumat tähtäävät kansainvälisen pelin vaatimuksista ja Palloliiton pelaajakoulutuslinjauksesta johdettuun valmennusosaamisen kehittämiseen, kouluttamaan pelaajia pelaamisen valituissa avainasioissa ja urheilijana kasvamisessa sekä mahdollistamaan pelaajatarkkailun.





Opetusmenetelmät valmentajille ja pelaajille

1**Ennen
Helmaritapahtumaa**

Ennakkomateriaali valmentajille
(orientointi, oppijakeskeisyys).

Pelillisten avaintoimintojen
valittujen nostojen materiaali
tutustumista varten.

Fyysisen valmennuksen materiaali.

Psyko-sosiaalisen valmennuksen
materiaali.

2**Helmaritapahtuman
aikana**

**Ilmapiirin luominen ja
valmentajien sekä pelaajien
kouluttaminen.**

Keskusteleva osallistaminen.

Aktiiviset oppijat ja oman
toiminnan reflektointi.

Haastaminen.

3**Helmaritapahtuman
jälkeen**

Oman toiminnan reflektointi,
uuden tiedon luominen ja
haastaminen videomateriaalia
hyödyntäen.



Helmaritoiminnan päävalinnat 2020-21





Helmaritoiminnan päävalinnat 2020-21

Maalivahdit



Painopiste maalivahdin teknis-taktisen osaamisen kehittämisessä

Puolustuspelaaminen

1v1-pelaaminen, maalin puolustaminen

- Referenssit
- Palloon hyökkääminen
- Reaktiotorjuntamallit esim. jalkatorjunnat
- Blokkitekniikat
- Perustorjunnat

Alueen puolustaminen

- Referenssit
- Etäisyyden ylläpitäminen
- Uhan/uhkien tunnistaminen ja mitä aluetta puolustat
- Maalin vai alueen puolustaminen

Boxin puolustaminen

- Referenssit
- Kommunikointi
- Päätöksenteko
- Uudelleen organisointi

Hyökkäyspelaaminen

Eteneminen

- Syöttäminen
- Kuljettaminen
- 1. kosketus
- Harhauttaminen

Tukipelaaminen

- Pelattavaksi liikkuminen

Tilan laajentaminen

- Sijoittuminen
- Tukipelaaminen
- Kierrättäminen

Etenemisvaihtoehtojen luominen

- Vapaan pelaajan löytäminen



Helmaritapahtuma 1

1 Ennen

Ennakkomateriaali valmentajille
(orientointi, oppijakeskeisyys).

- Pelillisten avaintoimintojen valittujen nostojen materiaali tutustumista varten.
- Fyysisen valmennuksen materiaali.
- Psyko-sosiaalisen valmennuksen materiaali.

3 Jälkeen

Oman toiminnan reflektointi, uuden tiedon luominen ja haastaminen videomateriaalia hyödyntäen.

2 Aikana

Korkean intensiteetin suoritukset ja niiden toistaminen
Havainnointi-päätöksenteko -toimintaketju

Valittujen pelillisten avaintoimintojen osaaminen

• Puolustuskolmio

- Sijoitu niin, että näet pallon ja omalla pelialueellasi olevan vastustajan
- Prässin käynnistäminen, oikea-aikainen irtoaminen prässiin
- 1v1 pallollisen puolustaminen
 - Liiketaitovalmiudet puolustaa
 - Prässi- ja riistotekniikat
- Pääpeli ja laukausten blokkaminen
- Negatiivinen tilanteenvaihto
 - Pyri riistämään pallo heti takaisin

Fyysinen valmennus

- Tyttöjen murrosiän fysiologia ja voimaharjoittelu

Psyko-sosiaalinen valmennus

- Vastuunotto omasta toiminnasta
 - Harjoittelu omalla ajalla



Helmaritapahtuma 2

1 Ennen

Ennakkomateriaali valmentajille
(orientointi, oppijakeskeisyys).

- Pelillisten avaintoimintojen valittujen nostojen materiaali tutustumista varten.
- Fyysisen valmennuksen materiaali.
- Psyko-sosiaalisen valmennuksen materiaali.

2 Aikana

Korkean intensiteetin suoritukset ja niiden toistaminen
Havainnointi-päätöksenteko -toimintaketju

Valittujen pelillisten avaintoimintojen osaaminen

• **Tukipelaaminen**

- Pallottomat pelaajat auttavat pallollista pelaajaa
 - Syöttölinjan avaaminen itselle pelin jatkuvuuden varmistamiseksi
- Monipuolinen syöttötaito molemmilla jaloilla
- Positiivinen tilanteenvaihto
 - Pidä pallo omalla joukkueella tullen pois paineen alta

Fyysinen valmennus

- Akuutin ja kroonisen kuorman suhde
 - Viikkorytmin rakentaminen

Psyko-sosiaalinen valmennus

- Tavoitteenasettelu

3 Jälkeen

Oman toiminnan reflektointi, uuden tiedon luominen ja haastaminen videomateriaalia hyödyntäen.



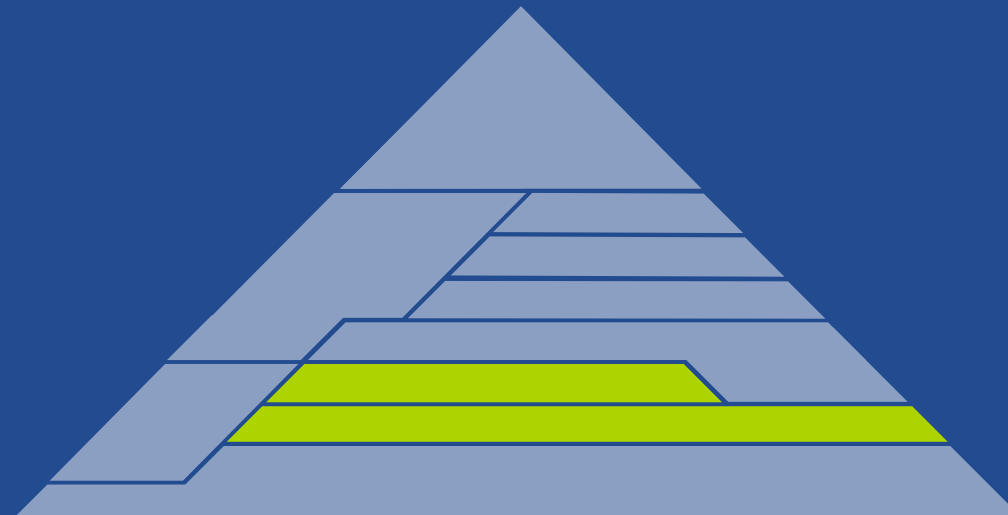
Helmaritapahtuma 3





Aluetoiminta

Aluetoiminta jakaantuu kahdelle vuodelle ja tähtää pelaajien kouluttamiseen ja kehittämiseen kohti maajoukkuetta ja kansainvälistä jalkapalloa.





Alueet

- Talenttivalmentajat seuroissa tai akatemoissa [5 päätoimista, 3 x 30 %]
- Päätoimiset aluevalmentajat [2]
- ◆ Subway Kansallinen Liiga [10 joukkuetta]
- ◆ Naisten Ykkönen [12 joukkuetta]
- ◆ BSM (U18) [10 joukkuetta]
- ▲ Valmennuskeskukset

LÄNSI

Markus Paananen, päätoiminen (UEFA A)
Leo Tommila, osa-aikainen (UEFA A)
Marko Uusitalo, oto (UEFA A)

ETELÄ

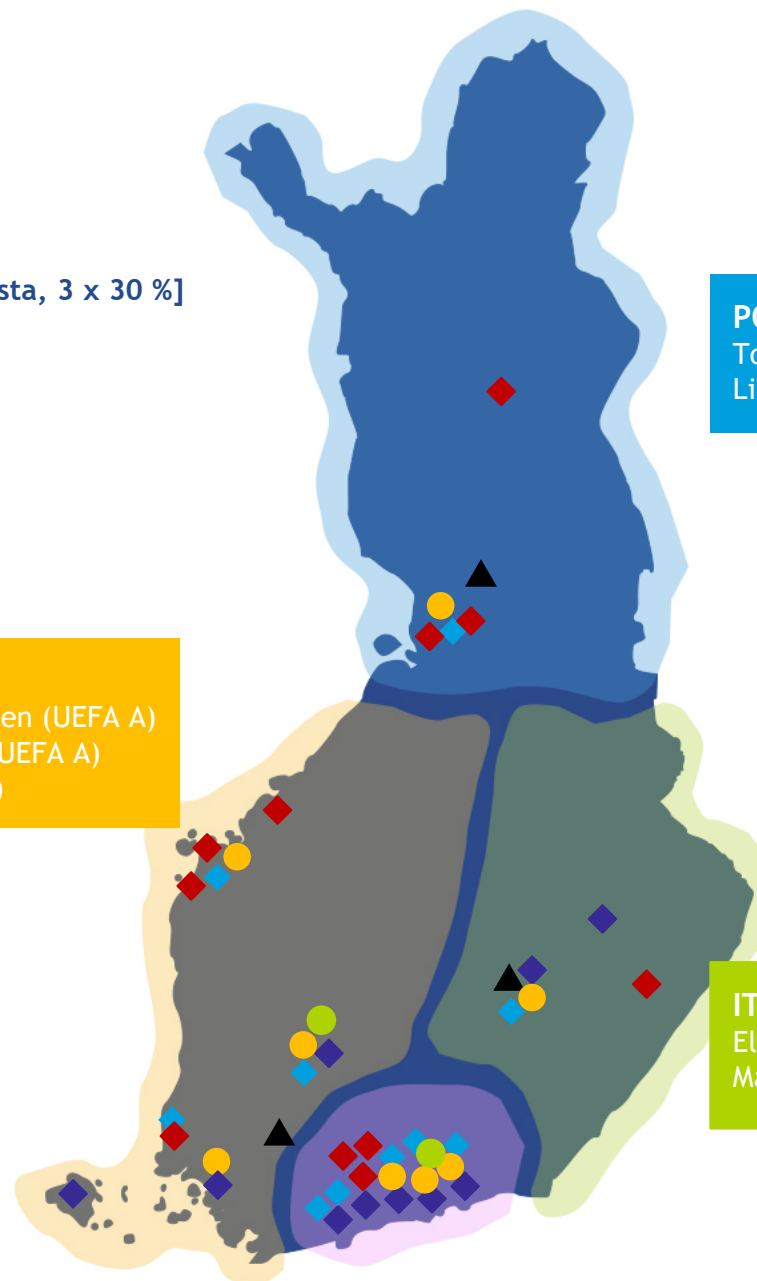
Akan Okomoh, päätoiminen (UEFA A)
Omar Adlani, talenttivalmentaja (UEFA A kesken)
Arttu Heinonen, talenttivalmentaja (UEFA A kesken)
Mari Savolainen, oto (UEFA A kesken)

POHJOINEN

Toni Koskinen, talenttivalmentaja (UEFA B)
Liisa-Maija Rautio, oto (UEFA B)

ITÄ

Elina Utriainen, talenttivalmentaja (UEFA A kesken)
Mari Kokkonen, oto (UEFA A kesken)





Alueleiriprosessin rakenne

1

Ennen leiriä

Pelaajavalinnat.

Valmennustiimin leirin suunnittelupalaveri.

Ennakkomateriaali seuroille ja pelaajille: videot ja diat peruspelaamisen konsepteista nuorten maajoukkueen pelitapaan yhdistettynä.

Päivien rakenne: tervetuloa, info ja ilmapiirin luominen, palloharjoitus + fyysinen osio, lounas ja videopalaveri, keskinäiset ottelut, päätös.

2

Leirin jälkeen

Leirimateriaalien jakaminen seuroille, palautekeskustelut valmentajien kanssa, tulevan leirin ennakkomateriaali.

Aluevalmentajien/maajoukkuevalmentajien palaveri pelaajista.



Aluetoiminnan päävalinnat ja tavoitteet

Maajoukkueen pelitavan syventäminen

- Vaikka siirrytään enemmän kohti pelitavan opettamista, mahdollisimman paljon palautetta yksilöille.
- Työkaluja arkeen.
- Vinkkejä seuravalmentajille pelaajakortin pohjaksi. Seurapelaajakortti on kaiken pohjana ja harjoittelun ohjenuorana.

Fyysiset painopisteet

- Voimaharjoittelun valmiuksien luominen ja voimaharjoitteluosaamisen kehittäminen 1. vuodesta.
- Kestävyyden testaaminen ja yksilöllinen apu niille, jotka tarvitsevat.
- Nopeusharjoittelun korostaminen arjessa.
- Täysvauhtisten suoritusten vaatiminen.

Hyökkäyspelin pääpainopisteet

- Avaaminen ja eteneminen.
- Pallonhallintapelaaminen.
- Murtautuminen ja maalintekopaikkojen luominen.
- Hyökkäyspelin tasapaino
- Tilanteenvaihdon ennakointi.

Puolustuspelin pääpainopisteet

- Koko joukkueen puolustuspeli.
- Prässi ja sen yhtenäisyys.
- Viimeisen kolmanneksen puolustaminen.
- Puolustuspelin tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi.



Aluetoiminnan päävalinnat ja tavoitteet



Maalivahdit

Painopiste maalivahdin pelaamisessa osana joukkuetta

Hyökkäyspelin pääpainopisteet

- Pelinavaaminen.
 - Etenemisvaihtoehtojen luominen.
- Kuljettamalla, syöttämällä, 1.kosketuksella.
 - Vapaan pelaajan tunnistaminen.
- Reitit vapaalle pelaajalle.
 - Tukipelaaminen.
 - Suhteessa vastustajan prässiin.
 - Omien pelaajien sijoittuminen, syöttösuuntien auki pitäminen.
- Kaistojen täyttäminen.

Tilanteenvaihto -

- Tasapainon ylläpitäminen jo ennen mahdollista menetystä.
- Uhkien tunnistaminen ja niistä kommunikointi.
- Sijoittuminen uhan mukaan.

Tilanteenvaihto +

- Pelin rytmittäminen.
- Mahdollisuus edetä nopeasti vai rauhoittaminen ja hidas hyökkäys.
- Ylivoimat.
- Kenellä pelaajalla etu.

Puolustuspelin pääpainopisteet

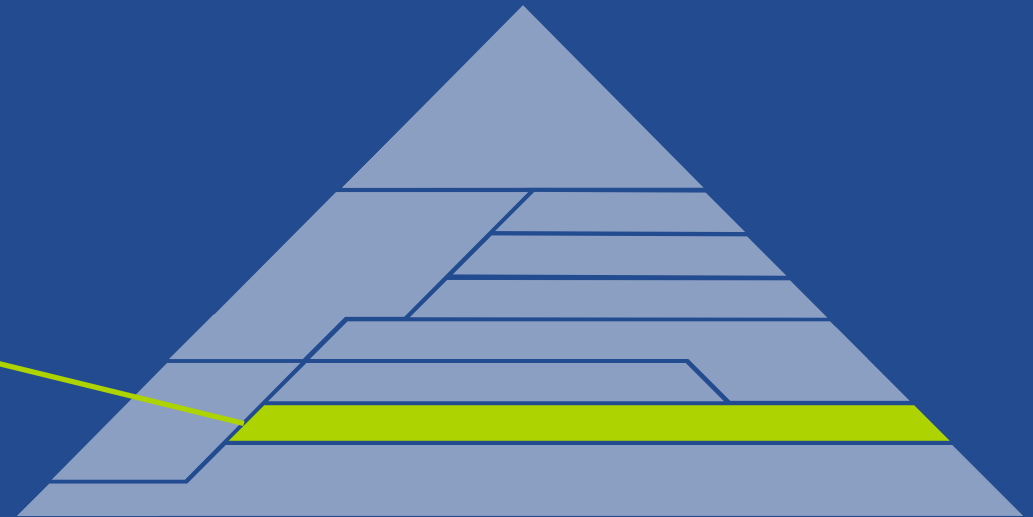
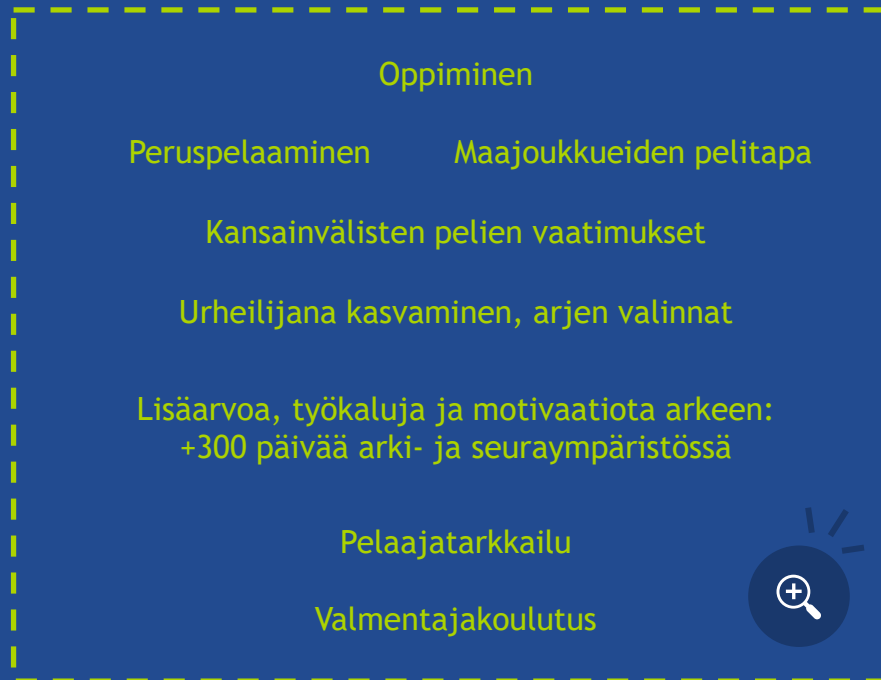
- Prässi ja sen yhtenäisyys - alueen puolustaminen.
 - Etäisyyden ylläpitäminen.
 - Uhkien tunnistaminen ja uhista kommunikointi.
 - Päätöksenteko - katkosityöttö vai onko oma puolustaja ensin pallossa, jolloin tukiliike ja pallonhallinnan säilyttäminen.
 - Tiputtaminen.

Viimeisen kolmanneksen puolustaminen: boxin puolustaminen/maalin puolustaminen

- Referenssit.
- Kommunikointi omille pelaajille - vastuualueet/roolit.
- Mitä syöttösuuntia halutaan puolustajien peittävän, minkä osan maalista pystyvät peittämään, vastustajan vaarallisin juoksulinja.
- Sijoittuminen, päätöksenteko, uudelleen organisointi.



1. aluevuoden tarkoitus ja tavoitteet





1. aluevuoden leirit käytännössä

Noin 10 leiripäivää.

- Tarkat sisällöt ja prosessi.
- Aluevalmentajilla mahdollisuus vaikuttaa omalla alueella leirin rakenteisiin.

Pääpaino 1. vuonna peruspelaamisessa.

- Pelitapa mahdollisimman usein yhdistettynä.
- Materiaali ennen leiriä, aamupäivän harjoite, videot, iltapäivän peliharjoite, materiaali leirin jälkeen.

Kestävyyden testaaminen ja voimaharjoittelun opettelu.

- Työkaluja arkeen fyysisten ominaisuuksien kehittämiseen (nopeus, voima ja kestävyys).

Vaatimustasoa ja esimerkkejä nuorisomaajoukkueiden kansainvälisistä peleistä.

Arjen tärkeyden korostaminen palaverissa, luennoilla, pelaajavierailu.

- Subway Kansallinen Liiga/maajoukkue.

Palautteet kirjallisena halukkaille, keskustelu seuravalmentajien kanssa pelaajista, tietoa arkeen.

Informaatio alueiden pelaajien tasosta.





Alueleiriprosessin rakenne: oppiminen

1. vuosi

Ilmapiirin rakentaminen ensimmäisestä tapahtumasta eteenpäin tärkeää. Pelaajat kokeeet varsinkin ensimmäiset tapahtumat erityisen jännittävinä, koska uusi ympäristö ja tapahtuma, paineet onnistumisesta/epäonnistumisesta, uudet pelaajat/valmentajat ja paljon uutta informaatiota. **Tärkeää suunniteltu aloitus, ryhmäytyminen ja tehtävät, valmentajien positiivinen olemus ja käyttäytyminen sekä kannustavan ja innostavan ilmapiirin rakentaminen.**

Ensimmäisenä vuotena pelaajat saavat paljon uutta tietoa. Uutta tietoa tuodaan alkuun valmentajakeskeisesti luentosalissa ja kentällä. Vähitellen siirytään refleктоimaan ja sen jälkeen seuraavaa uutta tietoa voidaan työstää enemmän pelaajien kanssa yhdessä kyselytekniikalla. Seuraavalla leirillä kerrataan ja ylläpidetään edeltävän leirin asioita luennoilla, sekä kentällä. Tällä varmistetaan myös oppimisen jatkuvuutta ja tarkistetaan osaamisen taso. Uutta infoa rakennetaan vanhan tiedon tueksi > pelaajille mahdollisuuksia reflektoida jo opittuja taitoja uuteen asiaan/informaatioon.

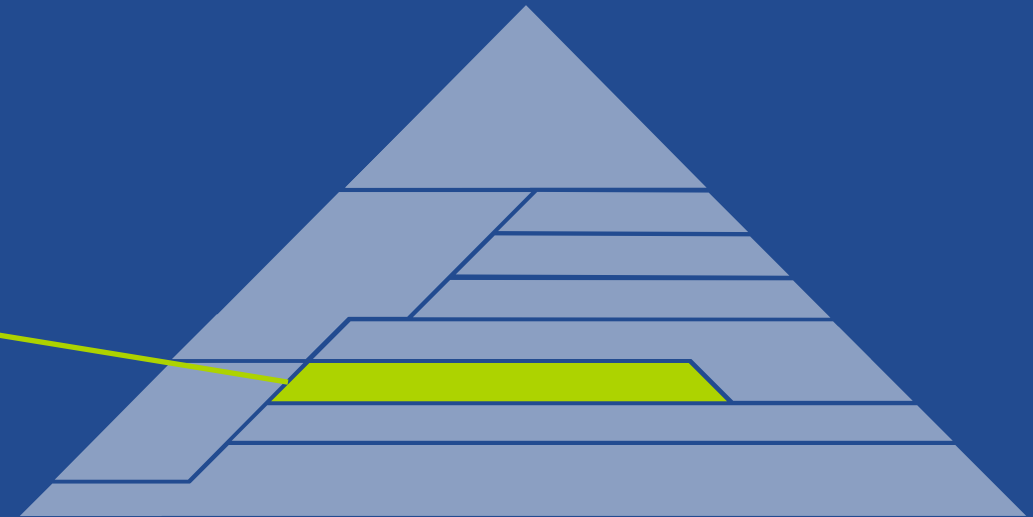
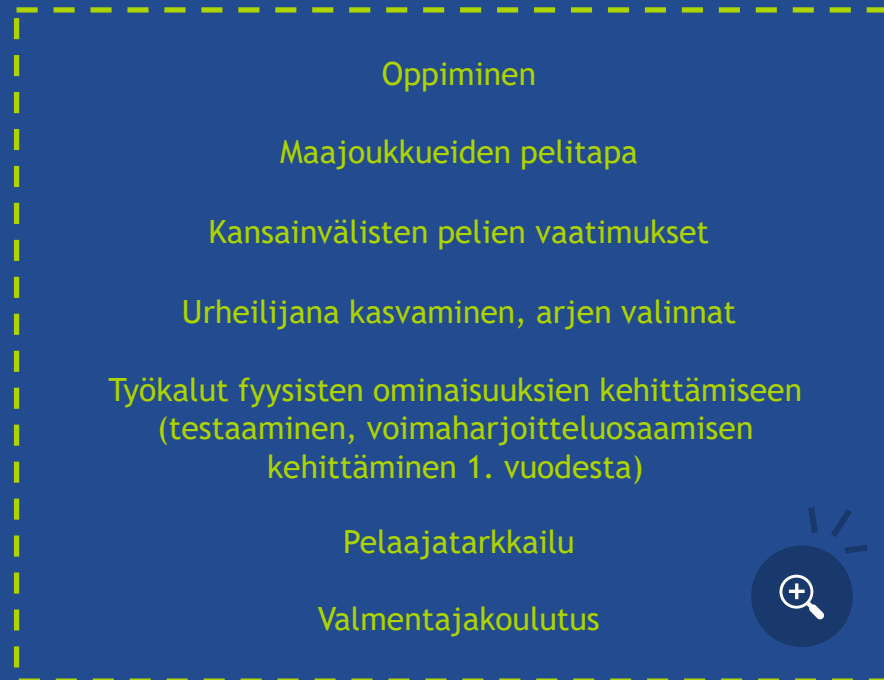
Pelaajien osallistaminen asteittain - mahdollisuus tuoda omat näkökulmat esille, ei pakottamalla. Haastetaan pelaajia siinä, miten läpikäydyt asiat näkyvät pelaajan toiminnassa > oppimiskyvyn arviointi ja syyt haasteisiin. Opitaan tuntemaan pelaajia, jotta tiedetään miten voi haastaa.

Pelaajien keskinäinen vuorovaikutus ja teemojen tai konseptien läpikäynti ryhmissä, esimerkiksi **pelipaikoittain**.

Mahdollisuus **saada palautetta**. Ensin oma arvio suoriutumisesta ja valmentajan näkökulmasta **uusia ideoita arkeen sekä vinkkejä harjoitteluun**.



2. aluevuoden tarkoitus ja tavoitteet





2. aluevuoden leirit käytännössä

10 leiripäivää + 4 päivän alueturnaus huhtikuussa.

- Tarkat sisällöt ja prosessi.
- Aluevalmentajilla mahdollisuus vaikuttaa omalla alueella.

Pelaajamäärää tiivistetään hieman ensimmäisestä aluetoimintavuodesta.

- Yksittäisille pelaajille on helpompi antaa enemmän tukea kehittymiseen ja kattavampaa palautetta.

Pääpaino 2. vuonna maajoukkueen pelitavan syventämisessä.

- Aluevalmentajilla mahdollisuus varioida pelaajien vahvuuksien mukaan.
- Pelaajat pääsevät mahdollisuuksien mukaan tutustumaan maajoukkuerooliinsa ja sen asettamiin vaatimuksiin.

Vaatimustasoa ja esimerkkejä nuorisomaajoukkueiden kansainvälisistä peleistä.

Arjen tärkeyden korostaminen palaverissa, luennoilla, pelaajavierailu.

- Subway Kansallinen liiga/maajoukkue.

Informaatio alueiden pelaajien tasosta.





Alueleiriprosessin rakenne: oppiminen

2. vuosi

Ilmapiirin ylläpitäminen. Pelaajilla on jo yksi vuosi aluetoimintaa takana, joten ilmapiiri ja luottamus on luotu ja voidaan ottaa seuraava askel.

Etukäteismateriaalia leirin teemoista ja edellisen leirin teemojen lyhyt kertaus pelaajille. Pelaajilla mahdollisuus tutustua teemoihin etukäteen ja **oppia leirillä uutta aiemmin opitun pohjalta.**

Pelaajien osallistaminen vielä ensimmäistä vuotta enemmän - pelaajien tehokkaimpien oppistapojen kartoittaminen henkilökohtaisissa keskusteluissa ja pelaajien rohkaiseminen aktiiviseen vuorovaikutukseen. Kyselytekniikka ja reflektointi uuden tiedon opettamisessa paremmin mahdollista, kuin ensimmäisenä vuotena.

Pelaajia voi **haastaa enemmän, koska turvallinen ilmapiiri** on luotu ja toiminta on tuttua.

Palautekeskustelut ja mahdollisuus **saada palautetta.** Ensin oma arvio suoriutumisesta ja valmentajan näkökulmasta **uusia ideoita arkeen sekä vinkkejä harjoitteluun.**

Leirin jälkeen pelaajan henkilökohtaiset videot ottelusta ja/tai treeneistä. Pelaajille **tehtävät itsereflektointiin leirin teemojen/oman roolin pohjalta.**

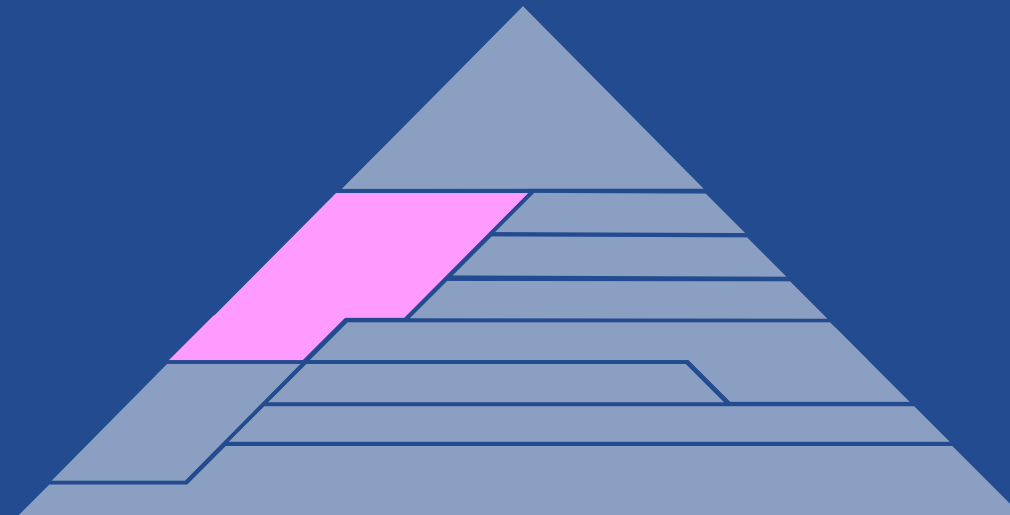


Hybridiakatemi

Hybridiakatemi on päävalinta urheiluoppilaitosten yhteydessä toteutettavia tyttöjen jalkapallo-ohjelmia, joilla tarjotaan potentiaalisille ja motivoituneille **15-19-vuotiaille pelaajille kokonaisvaltaisesti laadukas kehittymismahdollisuus ja -ympäristö yhdistäen urheilun, urheilijana ja ihmisenä kasvamisen sekä opiskelun.**

Tarkoituksena on tukea nuorta muuttuvassa arjessa (toisen asteen opiskelu), sekä tarjota ympäristö, jossa parhaat harjoittelevat parhaiden kanssa ja saavat tukea päätoimisilta ammattilaisilta.

- **Paras mahdollinen päivä- ja viikkorytmi** koulussa ja harjoittelussa.
- Hybridiakatemiaohjelma tarjoaa pelaajalle rauhan kehittyä urheilijaksi **pitkäjänteisesti.**
- **Tukiverkosto ja asiantuntijapalvelut** opiskelija-urheilijan elämään.
- Edellytyksiä pelaajalle pärjätä ja onnistua kansainvälisellä peliuralla tulevaisuudessa - kansainvälinen yhteistyö.





Hybridiakatemit ympäri Suomen



Etelä: Helsinki Football Academy [Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemia + SPL]

Länsi: Tampere Football Academy [Tampereen Urheiluakatemia + Ilves + SPL]

Itä: Jyväskylä Football Academy [Jyväskylän Urheiluakatemia + JyPK + SPL]

Pohjoinen: Pohjois-Suomen Hybridiakatemia (2022)

Hybridiakatemioiden toiminnan mahdollistaa

- Alueen pääseura ja yhteistyöseurat (paitsi Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemia/HFA, jonne tulee pelaajia ympäri Suomen)
- Suomen Palloliitto
- Suomen Olympiakomitea
- Alueen urheiluakatemia
- Alueen urheilulukio, ammatilliset oppilaitokset, yläkoulut, kaupunki
- Alueen urheiluopisto/valmennuskeskus



Hybridiakatemiaohjelmat

Hybridiakatemioiden jalkapallo-ohjelmaan kutsutaan alueen **motivoituneet ja potentiaaliset pelaajat** (Helsinki Football Academy -pelaajia koko Suomesta).

Henkilökohtaiset kehityssuunnitelmat ja -ohjelmat - kehittymistavoitteet.

Henkilökohtainen, **yksilöllinen viikkorytmi**.

Keskittyminen henkilökohtaisen taidon, alueellisten osaamisvaatimusten ja pelipaikkakohtaisen taidon sekä fysiikan **pitkäjänteisessä kehittämisessä** - yksilö osana joukkuetta.

Eväitä urheilijana kasvamiseen kokonaisvaltaisesti - ammattilaisten ja ryhmän tuella.

Säännöllinen harjoittelu ja pelaaminen poikien kanssa ja poikia vastaan. Helsinki Football Academy pelaa poikien sarjassa omana joukkueenaan.

TFA:n ja JFA:n pelaajat ovat **oman seuransa ja oman joukkueensa** pelaajia - osallistuvat viikkotasolla myös oman joukkueen harjoituksiin sekä pelaavat siellä > **tiivis yhteistyö joukkueiden valmentajien kanssa** - viikkorytmin ja pelaamisen sisällöt.





Hybridiakatemioiden asiantuntijapalvelut

Fysioterapia

- Tarvittavat kontaktit
- Ennaltaehkäisy - käytännön harjoittelussa mukana
- Rutiinit käytännössä
- Kuntouttaminen

Fyysinen valmennus

- Valmentaja paikalla säännöllisesti ryhmän harjoituksissa
- Vastaa kokonaisuudesta fysiikan osalta - yksilöllinen ohjelmointi

Psyykinen valmennus

- Osana lajiharjoittelua - prosessi
- Pelisuorituksen henkilökohtainen parantaminen psyykkisen valmentautumisen ja elämänhallintataitojen kehittämisen kautta

Ravintovalmennus

- Osana harjoittelua - ryhmäprosessi säännölliset tapaamiset + henkilökohtaiset tarpeet

Lääkäripalvelut

- Ennaltaehkäisevä terveydenhuolto - urheilijan lääkärintarkastus

Opinto-ohjaus

- Nimetyt opinnonohjaajat

Sykeseuranta reaaliaikaisesti harjoittelussa ja pelaamisessa

- Polar-yhteistyö

Urheilijan rasituksen ja levon seuranta

- KIHU-yhteistyö - TaikaFutis tai Quanter

Videoiden käyttö arjessa

- Seuranta ja palaute

Pelaajien testipalvelut

- Fyysiset testit säännöllisesti

Pelaajan yksilöllinen urasuunnittelu

- Jalkapallo
- Jatko-opinnot

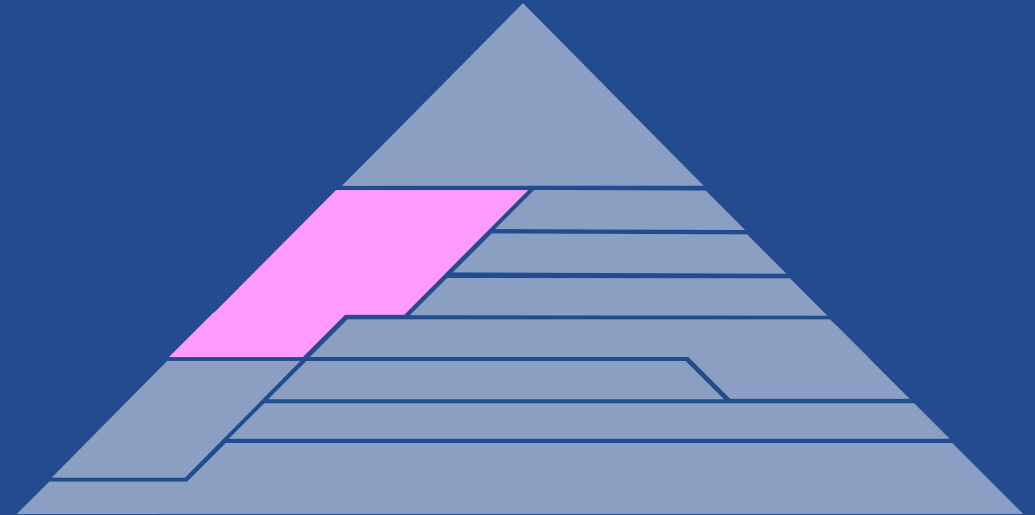




Urheiluoppilaitokset

Urheiluoppilaitosten tavoitteena ja tarkoituksena on urheilun ja opiskelun yhdistäminen toisella asteella. Kaksoisuran tekemisen tulee tukea urheilijana kehittymistä ja urheilutuloksen tekemistä.

Toisella asteella urheilun ja opiskelun yhdistämisen perustana Suomessa toimii 15 urheilulukiota ja 15 ammatillisen koulutuksen järjestäjää, joiden tehtävänä on tarjota urheilusta motivoituneille nuorille ympäristö, jossa opiskelu on mahdollista yhdistää tavoitteelliseen valmentautumiseen. Näitä valtakunnallisen erityisen tehtävän saaneita oppilaitoksia kutsutaan urheiluoppilaitoksiksi.





Urheiluoppilaitosten toiminta

Urheiluoppilaitokset toimivat kiinteässä yhteistyössä alueen urheiluakatemit kanssa. Urheiluakatemit ovat yhteistyöverkostoja, jotka tukevat urheilijoiden päivittäisharjoittelua, auttavat urheilun ja koulutuksen yhdistämisessä sekä tuovat valmennuksen asiantuntijapalvelut urheilijan ja valmentajan arkeen. Urheiluoppilaitoksissa huomioidaan myös urheilun ajankäytölliset vaatimukset harjoitus- ja kilpailumatkoineen.

Urheilulukiossa tai urheiluakatemit toisen asteen ammatillisessa yhteistyöoppilaitoksessa opiskellessa voi urheilija pääsääntöisesti harjoitella kolmena aamuna viikossa koulu-aikaan joko koulun valmentajan vetämässä harjoitusryhmässä tai oman seuran valmentajan vetämässä aamuharjoitusryhmässä. Urheiluoppilaitoksiin ja niiden valmennusryhmiin valitsemiseen vaikuttaa lukuaineiden keskiarvo ja urheilumenestys.

Kolmenkymmenen virallisen urheiluoppilaitoksen lisäksi Suomessa toimii useita yksittäisiä lukioita ja ammattioppilaitoksia, joissa joustava urheilun ja opiskelun yhdistäminen on mahdollista. Näillä oppilaitoksilla ei ole urheiluvalmennuksen valtakunnallista erityistehtävää, vaan urheiluvalmennus on järjestetty koulun ylläpitäjän omalla päätöksellä.



Urheiluoppilaitokset ympäri Suomen

URHEILULUKIOT

Brändö Gymnasium, Helsinki
Joensuun yhteiskoulun lukio, Joensuu
Kastellin lukio, Oulu
Kerttulin lukio, Turku
Kuopion klassillinen lukio, Kuopio
Kuortaneen lukio, Kuortane
Lahden lyseo, Lahti
Mäkelänrinteen lukio, Helsinki
Ounasvaaran lukio, Rovaniemi
Pohjois-Haagan yhteiskoulu, Helsinki
Porin suomalaisen yhteislyseon lukio, Pori
Sammon keskuslukio, Tampere
Schildtin lukio, Jyväskylä
Sotkamon lukio, Sotkamo
Vörsä samgymnasium Vörsä, Vöyri

ERITYISTEHTÄVÄN SAANEET AMMATILLISET OPPILAITOKSET

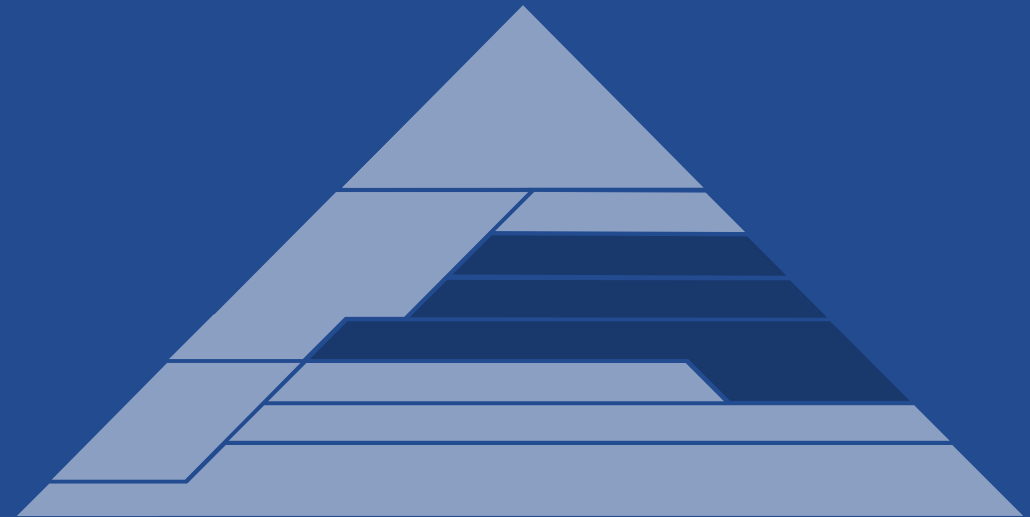
Etelä-Kymenlaakson ammattiopisto, Kotka
Perho Liiketalousopisto, Helsinki
Hyria Koulutus Oy, Hyvinkää, Riihimäki, Hämeenlinna
Gradia Jyväskylä ja Gradia Jämsä
Koulutuskeskus Salpaus, Lahti
Koulutuskeskus Sedu, Seinäjoki
Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
Omnia, Espoo
Oulun seudun ammattiopisto, Oulu
Rovaniemen koulutuskuntayhtymä, Rovaniemi
Savon ammatti- ja aikuisopisto Kuopio, Juankoski,
Leppävirta, Toivala, Varkaus
Stadin ammattiopisto, Helsinki
Tampereen seudun ammattiopisto, Tampere
Turun ammatti-instituutti - Åbo Yrkesinstitut, Turku
Yrkesinstitutet Prakticum, Helsinki



Maajoukkueet

Nuorten maajoukkue toiminnan tavoitteena ja tarkoituksena on tukea potentiaalisimpia suomalaisia pelaajia kehityksessään kohti kansainvälistä uraa ja naisten A-maajoukkuetta.

U17- ja U19-maajoukkueet tähtäävät aina lopputurnauksiin. Tällä pyritään kehittämään suomalaisia pelaajia kovilla ja merkityksellisillä kansainvälisillä otteluilla kohti tulevaisuuden menestystä niin yksilöinä kuin A-maajoukkueena.





Nuorten maajoukkuetoiminta U15-U19

	U15	U16	U17	U18	U19
Pelaajakoulutus	Kaksoismaaottelut, 5 pvää. Lokakuu. 18+2 pelaajaa. Pelaajakoulutusleiri 1., 4 pvää. Joulukuu. 30+3 pelaajaa.	Pelaajakoulutusleiri 2., 4 pvää. Helmikuu. 30+3 pelaajaa. UEFA Development -turnaus, 6 pvää. Toukokuu. 18+2 pelaajaa.	Pelaajakoulutusleiri 3., 4 pvää. Marraskuu. 27+3 pelaajaa. Pelaajakoulutusleiri 4., 5 pvää. Tammikuu. 27+3 pelaajaa.	Pelaajakoulutusleiri 5., 4 pvää. Syyskuu. 20+3 pelaajaa. Pelaajakoulutusleiri 6., 4 pvää. Marraskuu. 20+3 pelaajaa.	Pelaajakoulutusleiri 7., 4 pvää. Marraskuu. 20+3 pelaajaa.
Kilpailuun valmistava		Avoimet PM-kisat, 10 pvää. Heinäkuu. 18+2 pelaajaa. Kaksoismaaottelut, 6 pvää. Syyskuu. 20+3 pelaajaa.	Kaksoismaaottelut, 6 pvää. Helmi-maaliskuu. 18+2 pelaajaa.	Maajoukkueleiri, 4 pvää. Helmikuu. 20+3 pelaajaa. Kaksoismaaottelut, 6 pvää. Kesäkuu. 20+3 pelaajaa.	Kaksoismaaottelu, 6 pvää. Syyskuu. 20+3 pelaajaa. Kaksoismaaottelu, 6 pvää. Maaliskuu. 18+2 pelaajaa.
Kilpailu-toiminta		EM-karsinnat, 10 pvää. Lokakuu. 18+2 pelaajaa.	EM-jatkokarsinta, 10 pvää. Maaliskuu. 18+2 pelaajaa. EM-lopputurnaus. U17 MM-kisat.		EM-karsinta, 10 pvää. Lokakuu. 18+2 pelaajaa. EM-jatkokarsinta, 10 pvää. Huhtikuu. 18+2 pelaajaa. EM-lopputurnaus. U20 MM-kisat.



Suomalaisen naishuippupelaajan ominaispiirteitä korkealla suoritustasolla





Teknis-taktinen



- Kyky ratkaista pelin perustilanteet kentän eri osa-alueilla, pelin eri vaiheissa tarkoituksenmukaisella tavalla joukkueensa parhaaksi.
- Eriyistäidot, esimerkiksi monipuolinen syöttötaito, 1v1-puolustaminen.
- Kyky mukautua eri rooleihin ja eri taktiikkoihin.



Psyko-sosiaalinen



- Korkean suorituskkytason käyttäytyminen.
- Itseluottamus.
- Työmoraali.
- Tavoiteorientoitunut.
- Kilpailullisuus.
- Sinnikkyys.
- Kommunikointitaidot.
- Johtamistaito (myös itsensä johtaminen).
- Pelin, joukkueen ja toisten ihmisten kunnioitus.



Jalkapallofysiikka



- Kyky toistaa koko ottelun ajan korkean intensiteetin pelitekoja tiheällä välillä.
- Kyky voittaa kaksinkamppailuja ja 1v1-tilanteita (nopeus, voima, ketteryys).
- Kyky nopeisiin ja tehokkaisiin suunnanmuutoksiin.
- Peruskestävyys, joka mahdollistaa laadukkaan harjoittelun ja palautumisen.
- Monipuolisuus urheilijana (suorituskyky, palautuminen, vammojen ennaltaehkäisy).
- Erityisominaisuudet, esim. nopeus.



Tyttöjen pelaajakehityshenkilöstö



U15 päävalmentaja
Pekko Söderström



U16 ja U17 päävalmentaja
Marko Saloranta



U18 ja U19 päävalmentaja
Arttu Pitkäkangas



Huippujalkapallopäällikkö
Marianne Miettinen



Aluevalmennus, etelä
Akan Okomoh



Aluevalmennus, länsi
Markus Paananen



Valmennuksen kehitys, länsi
Leo Tommila



Maalivahtikoulutus, HFA
Tommy Nordenswan



Nuorten maajoukkueiden taustatiimi



Päävalmentaja

Valmentaja (talentti- tai aluevalmentaja)

Valmentaja (talentti-, alue-, tai naisvalmentaja)

Maalivahtivalmentaja

Fyysinen valmentaja

Videoanalyytikko

Fysioterapeutti/huolto

Fysioterapeutti/huolto

Lääkäri (EM-karsinnoissa ja lopputurnauksissa)

Joukkueenjohtaja (EM-karsinnoissa ja lopputurnauksissa)

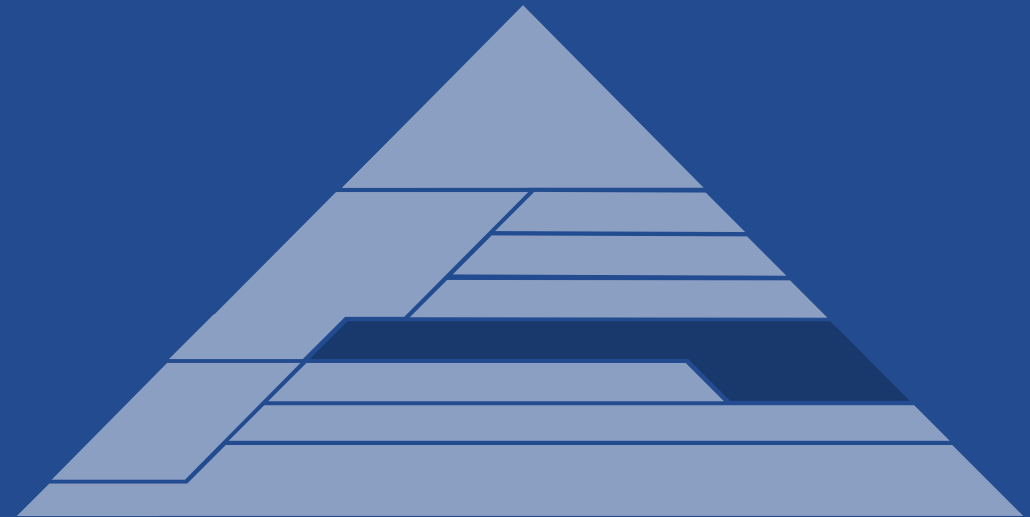
Huippujalkapallopääällikkö (EM-karsinnoissa ja lopputurnauksissa)



15-vuotiaiden maajoukkue

U15-maajoukkue toiminnan tavoitteena ja tarkoituksena on potentiaalisten pelaajien löytäminen ensimmäisiin maajoukkue tapahtumiin, pelaajien tarkkailu mahdollisimman laajasti maajoukkue tapahtumissa, **maajoukkueen toimintakulttuurin opetteleminen** sekä ensikontaktin luominen yksilöllisesti niin pelaajiin kuin valmentajiin.

Lisäksi 15-vuotiaiden maajoukkue tähtää **kansainvälisten vaatimusten realiteettien selventämiseen** ja konkretisoimiseen pelaajille ja heidän kehityksestään vastaaville valmentajille.





Pelitavalliset päävalinnat



PUOLUSTUSPELI

- Prässi ja sen tukitoimet.
- Viimeisen kolmanneksen puolustaminen.
 - > keskitysten puolustaminen/estäminen, yhteistyö, pallon voittaminen, laukausten blokkaminen.
- Puolustuspelin tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi.
 - > aluksi korostuu pallonhallinnan säilyttäminen > siitä kohti valintaa nopean hyökkäyksen ja hitaan hyökkäyksen välillä.



Pelitavalliset päävalinnat



Dynaamisissa alueissa alueiden koko ja sijainti muuttuvat jatkuvasti pelitilanteen mukaan.

HYÖKKÄYSPELI

- Avaaminen erilaisia prässejä vastaan.
- Pallonhallintapelaaminen.
 - Ota pallonhallinta aina, kun mahdollista.
 - Pelaajien etäisyydet > hyökkäysvaihtoehdot ja tasapaino.
 - Erilaiset roolit hyökkäyspelissä vahvuuksien mukaan.
 - Vastustajan liikuttaminen ja vaarallisuus aina, kun mahdollista.
 - Kentän keskustan hallinta.
- Murtautuminen (vaarallisin vaihtoehto, 2. ja 3. liikkeet, laadukkaan maalipaikan luominen, liikkeet maalintekoaueelle ja -alueella).
- Hyökkäyspelin tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi.
 - > pallon voittaminen, nopean hyökkäyksen estäminen, puolustettavan alueen pienentäminen ja ylivoiman luominen.



Valmennuksen toiminta: opettaminen/oppiminen

Henkilökohtainen pelaajakeskustelu korvaamaton (opi tuntemaan ihmisenä, tuntemaan taustoja, motivaatiota, saamaan luottamus > helpompi vaatia, antaa ja saada palautetta, keskustella vaikeistakin asioista) > **turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri**. Uudet valmentajat, mennään lähemmäs aluetoiminnan 1.vuoden toimintaa. **Haastetaan** maltillisesti, lähinnä aluetoiminnassa vahvasti käydyistä asioita. Muuten ilmanpiirin luonti ja tutustuminen uudestaan.

Videon käyttö (konkreettinen palautteenantotapa yksilöille ja joukkueelle).

- Ennen harjoitusta > kerrataan aluetoiminnan teemoja.
- Palautteissa leirillä ja leirin jälkeen.

Etukäteismateriaalia leirin teemoista, joka mahdollistaa uuden tiedon opettamisessa kyselytekniikan ja **reflektoinnin** myös luentosaleissa ja kentällä paremmin kuin aluetoiminnassa. Leirin jälkeen vielä materiaalia, jossa nostettu esiin mikä oli uutta.

Palaute > tuetaan pelaajan valmiutta vastaanottaa ja antaa palautetta (luottamus ja turvallinen ilmapiiri), leirin jälkeen materiaalia pelaajille, jotka **reflektovat omaa ja joukkueen suoritusta** suhteessa omaan kehityssuunnitelmaan ja tapahtuman tavoitteisiin.



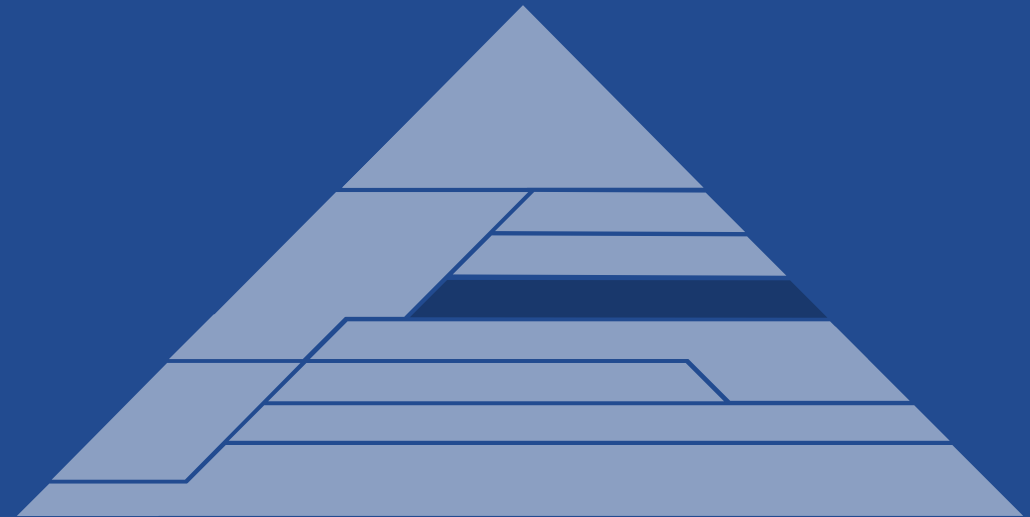
16- ja 17-vuotiaiden maajoukkueet

U16- ja U17-maajoukkuetoiminnan tavoitteena ja tarkoituksena on potentiaalisten pelaajien löytäminen ja tukeminen aina A-maajoukkueeseen asti (tämän hetken taso vs. kehityspotentiaali).

- Voittamisen opettelu ja sen arvon ymmärtäminen (ei kehittyminen vs. voittaminen).
- Tulostavoitteena pääsy vähintään EM-jatkokarsintaan ja siellä viimeisessä ottelussa pelaaminen kisapaikasta (enemmän paineenalaisia otteluita).

Kansainvälisten vaatimusten realiteettien selventäminen ja konkretisoiminen pelaajille ja heidän kehityksestään vastaaville valmentajille.

- Tavoite, että jokaisella maajoukkuepelaajalla olisi seurassa tehty pelaajakortti ja kehityssuunnitelma > tämän täydentäminen ja tukeminen aina maajoukkuetapahtuman jälkeen.





Pelitavalliset päävalinnat



PUOLUSTUSPELI

- Prässi ja sen tukitoimet (vaihtelu otteluiden välillä > ottelun sisällä).
- Viimeisen kolmanneksen puolustaminen > keskitysten puolustaminen / estäminen, yhteistyö, pallon voittaminen, laukausten blokkaminen.
- Puolustuspelin tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi.
> aluksi korostuu pallonhallinnan säilyttäminen > siitä kohti valintaa nopean hyökkäyksen ja hitaan hyökkäyksen välillä.

TAKTISET MUUTOKSET PELIN SISÄLLÄ

- Pelin tilanne (johtoaseman turvaaminen, tappioasemassa maalin hakeminen), ulosajo, vastustajan muutokseen reagointi jne.

ERIKOISTILANTEET



Pelitavalliset päävalinnat



Dynaamisissa alueissa alueiden koko ja sijainti muuttuvat jatkuvasti pelitilanteen mukaan.

HYÖKKÄYSPELI

- Avaaminen erilaisia prässejä vastaan.
- Pallonhallintapelaaminen.
 - Ota pallonhallinta aina, kun mahdollista.
 - Pelaajien etäisyydet > hyökkäysvaihtoehdot ja tasapaino.
 - Erilaiset roolit hyökkäyspelissä vahvuuksien mukaan.
 - Vastustajan liikuttaminen ja vaarallisuus aina, kun mahdollista.
 - Kentän keskustan hallinta.
- Murtautuminen (vaarallisin vaihtoehto, 2. ja 3. liikkeet, laadukkaan maalipaikan luominen, liikkeet maalintekoaalueelle ja -alueella).
- Hyökkäyspelin tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi (pallon voittaminen, nopean hyökkäyksen estäminen, puolustettavan alueen pienentäminen ja ylivoiman luominen).

TAKTISET MUUTOKSET PELIN SISÄLLÄ

ERIKOISTILANTEET



Valmennuksen toiminta: opettaminen/oppiminen

Henkilökohtainen pelaajakeskustelu korvaamaton (opi tuntemaan ihmisenä, miten pelaaja oppii, tuntemaan taustoja, motivaatiota, saamaan luottamus > helpompi vaatia, antaa ja saada palautetta, keskustella vaikeistakin asioista) > turvallinen ja luottamuksellinen **ilmapiiri**. Pelaajien osallistuttaminen ryhmän toimintakulttuurin ja sääntöjen luomiseen > yhteinen vastuu ilmapiiristä.

Pelaajan näkökulma (harjoittelussa, pelaamisessa, vaatimisessa, tavassa syventää tietoa, informaation määrässä, arjen suunnittelussa) > **mitkä tavat pelaaja kokee itselleen toimivimmiksi oman oppimisensa kannalta.**

Videon käyttö (konkreettinen palautteenantotapa yksilöille ja joukkueelle).

- Ennen harjoitusta.
- Palautteissa leirillä ja leirin jälkeen.
- Seurassa pelaaja-seuravalmentaja-maajoukkuevalmentaja-palavereissa > **pelaaja paljon äänessä**, jotta tiedetään paljonko on omaksunut.
 - Ennen harjoitusta hyvä tapa saada pelaajat sisälle aiheeseen ja monet omaksuvat helpommin.

Ennen leirejä pelaajille materiaalia > edellisen tapahtuman kertausta, tulevan tapahtuman tavoitteisiin ja pääsisältöihin perehtyminen jo ennen leiriä > tieto siitä paljonko pelaajat ovat omaksuneet edellisestä tapahtumasta, mistä jatketaan sekä **millä tasolla osaaminen on uudesta tiedosta.**

Palaute > tuetaan pelaajan valmiutta vastaanottaa ja antaa palautetta (luottamus ja turvallinen ilmapiiri), leirin jälkeen materiaalia pelaajille, jotka **reflektoivat omaa ja joukkueen suoritusta** suhteessa omaan kehityssuunnitelmaan ja tapahtuman tavoitteisiin. Kokonaisuudessaan laajempaa ja spesifimpää palautetta pelaajan suoriutumisesta ja kehittymisestä.



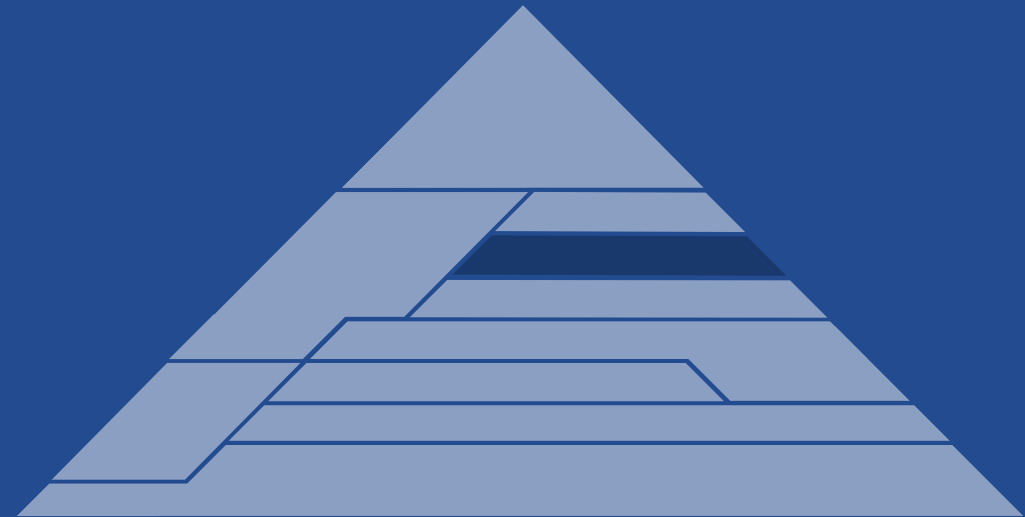
18- ja 19-vuotiaiden maajoukkueet

U18- ja U19-maajoukkuetoiminnan tavoitteena on potentiaalisten pelaajien löytäminen ja tukeminen Subway Kansalliseen Liigaan, kansainväliselle kentille ja [aina A-maajoukkueeseen asti](#).

- Pelaajatarkkailun ja palautteenannon kattavuus (pelaajamäärä kapeampi kuin nuoremmissa ikäluokissa).
- Pelaajan henkilökohtaisten kehityssuunnitelmien tukeminen yhteistyössä seuravalmentajien ja pelaajan kanssa.

Tarkoituksena on myös kansainvälisten vaatimusten realiteettien konkretisoiminen ja tiedon jakaminen pelaajille ja heidän kehityksestään vastaaville valmentajille.

- [Tavoite päästä EM-lopputurnaukseen.](#)
- Useita pelejä Euroopan kärkimaita vastaan.





Pelitavalliset päävalinnat



PUOLUSTUSPELI

- Puolustaminen vastustajan kenttäpuoliskolla.
 - Prässin käynnistäminen, prässiansat, pelipaikkakohtaisten roolien muokkaaminen vastustajan mukaan.
- Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla.
 - Toiminta +26m omasta maalista.
 - Toiminta 0-26m omasta maalista (boksin puolustaminen).
- Puolustuspelein tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi.
 - Välittömän maalitekotilanteen luominen/hyökkäysrytmin ylläpitäminen/pallonhallintavaiheeseen siirtyminen.
 - Tilanteenvaihtoroolit ja toiminnot vastustajan kenttäpuoliskolla.
 - Tilanteenvaihtoroolit ja toiminnot omalla kenttäpuoliskolla.

TAKTISET MUUTOKSET PELIN SISÄLLÄ

- Pelin tilanne (johtoaseman turvaaminen, tappioasemassa maalin hakeminen), ulosajo, vastustajan muutoksiin reagointi.

ERIKOISTILANTEET

- Vastustajan heikkouksien ja vahvuuksien mukaan rakentaminen.



Pelitavalliset päävalinnat



Dynaamisissa alueissa alueiden koko ja sijainti muuttuvat jatkuvasti pelitilanteen mukaan.

HYÖKKÄYSPELI

- Hyökkäysedun luominen ja edulla eteneminen.
 - Eteneminen erilaisia prässejä vastaan > kentän täyttäminen ja täyttäjien muokkaaminen.
- Korkean todennäköisyyksien maalitekotilanteiden luominen.
 - Vastustajan puolustustasapainon rikkominen ja isoimman edun pelaajan käyttäminen.
 - Määritetty alue boksin sisällä, jonne tavoite päästä.
- Hyökkäyspelin tasapaino.
- Tilanteenvaihdon ennakointi.
 - Välittömän maalitekotilanteen estäminen/pallon riistäminen takaisin/vastustajan etenemisen estäminen ja/tai hidastaminen.
 - Tilanteenvaihtoroolit ja toiminnot vastustajan kenttäpuoliskolla.
 - Tilanteenvaihtoroolit ja toiminnot omalla kenttäpuoliskolla.

TAKTISET MUUTOKSET PELIN SISÄLLÄ

- Pelin tilanne (johtoaseman turvaaminen, tappioasemassa maalin hakeminen), ulosajo, vastustajan muutoksiin reagointi.

ERIKOISTILANTEET

- Vastustajan heikkouksien ja vahvuuksien mukaan rakentaminen.



Valmennuksen toiminta: opettaminen/oppiminen

Henkilökohtainen pelaajakeskustelu korvaamaton (opi tuntemaan ihmisenä, tuntemaan taustoja, motivaatiota, saamaan luottamus > helpompi vaatia, antaa ja saada palautetta, keskustella vaikeistakin asioista) > turvallinen ja luottamuksellinen **ilmapiiri**. Pelaajien osallistuttaminen ryhmän toimintakulttuurin, sääntöjen luomiseen, arvojen ja tavoitteiden luomiseen > yhteinen vastuu ilmapiiristä ja toiminnasta.

Pelaajan näkökulma (harjoittelussa, pelaamisessa, vaatimisessa, tavassa syventää tietoa, informaation määrässä, arjen suunnittelussa) > **mitkä tavat pelaaja kokee itselleen toimivimmiksi oman oppimisensa kannalta.**

Videon käyttö (konkreettinen palautteenantotapa yksilöille ja joukkueelle).

- Ennen harjoitusta esim. pienryhmissä, jossa pelaajat pystyvät opettamaan toisiaan > Tämän jälkeen tärkeää käydä asiat läpi yhdessä valmennuksen kanssa, jotta saadaan vahvistettua.
- Palautteissa leirillä ja leirin jälkeen.
- Seurassa pelaaja-seuravalmentaja-maajoukkuevalmentaja-palavereissa > **pelaaja paljon äänessä**, jotta tiedetään paljonko on omaksunut.
 - Ennen harjoitusta hyvä tapa saada pelaajat sisälle aiheeseen ja monet omaksuvat helpommin.

Ennen leirejä pelaajille materiaalia > edellisen tapahtuman kertausta, tulevan tapahtuman tavoitteisiin ja pääsisältöihin perehtyminen jo ennen leiriä > tieto siitä paljonko pelaajat ovat omaksuneet edellisestä tapahtumasta, mistä jatketaan sekä **millä tasolla osaaminen on uudesta tiedosta.**

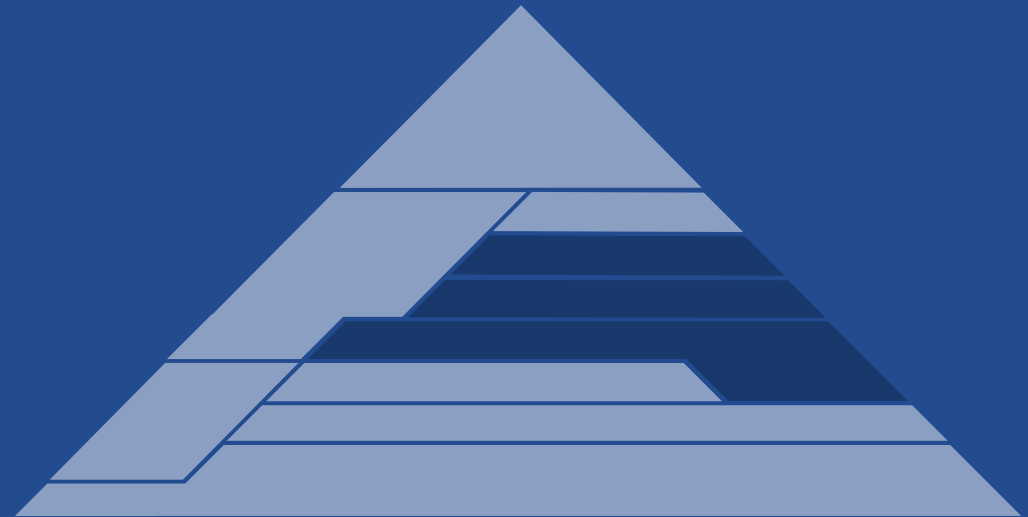
Palaute > tuetaan pelaajan valmiutta vastaanottaa ja antaa palautetta (luottamus ja turvallinen ilmapiiri), leirin jälkeen materiaalia pelaajille, jotka **reflektovat omaa ja joukkueen suoritusta** suhteessa omaan kehityssuunnitelmaan ja tapahtuman tavoitteisiin. Haastetaan pelaajia menemään koko ajan enemmän oman mukavuusalueen ulkopuolelle esim. ennen valmentajapalautetta pelaajat tekevät itse ensin palautteen itselleen ja joukkueelle suhteessa tavoitteisiin.



Maalivahdit



Nuorten maajoukkue toiminnan maalivahtikoulutuksen tavoitteena on lisätä pelaajien ymmärrystä huippu-urheilusta (kilpailu, urheilijana eläminen), täyttää kansainvälisen jalkapallon vaatimukset (lajitaidot, fyysiset ja henkiset ominaisuudet), tukea seurojen toimintaa lisäämällä tietoa kansainvälisen pelaamisen vaatimuksista (palautteet tapahtumista - videot) sekä varmistaa riittävä määrä potentiaalisia maalivahteja, joilla on mahdollisuus kilpailla A-maajoukkuepaikasta (tukitoimet pelaajille/seuroille).





Maalivahtikoulutuksen päävalinnat



Maajoukkueen pelitapa vastustajat huomioiden

Hyökkäyspelin pääpainopisteet

- Referenssit
- Pelin avaaminen
 - Vapaan pelaajan tunnistaminen
 - Tukipelaaminen - prässin tunnistaminen
 - Vastustajien scouttaaminen - tieto ennen peliä + pelin aikana informaation kerääminen ja mukautuminen pelin aikana
- Eteneminen
 - Etenemishetken tunnistaminen
 - Tilat mistä päästään etenemään
 - Vastustajien scouttaaminen - tiedon kerääminen pelin aikana - mahdolliset muutokset
 - Valmius mahdolliseen menetykseen - uhkien tunnistaminen
- Maalipaikan luominen
 - Tasapainon ylläpitäminen
 - Valmius mahdolliseen menetykseen
 - Vastustajan uhat

Puolustuspelin pääpainopisteet

- Referenssit
- Prässääminen
 - Etäisyyden ylläpitäminen
 - Uhkien tunnistaminen ja niistä kommunikointi
 - Vastustajien scouttaus - tieto ennen peliä ja pelin aikana
 - Alueet joiden kautta haluavat edetä
- Boxin puolustaminen
 - Scouttaaminen - miten vastustaja pyrkii luomaan maalipaikat
 - Miltä alueilta laukaukset - miten täyttävät boxin ja monellako pelaajalla
 - Uhkien havainnointi ja niistä kommunikointi
 - Selkeät vastualueet
 - Vaarallisimman juoksulinjan tunnistaminen
 - Sijoittuminen
 - Päätöksenteko