

# *Seurojen Ääni 2025*

## *7.2.2025*

Tilannekuva – urheilupolkuja, kv-näkymiä, löydöksiä  
harjoittelusta

*Alustus*

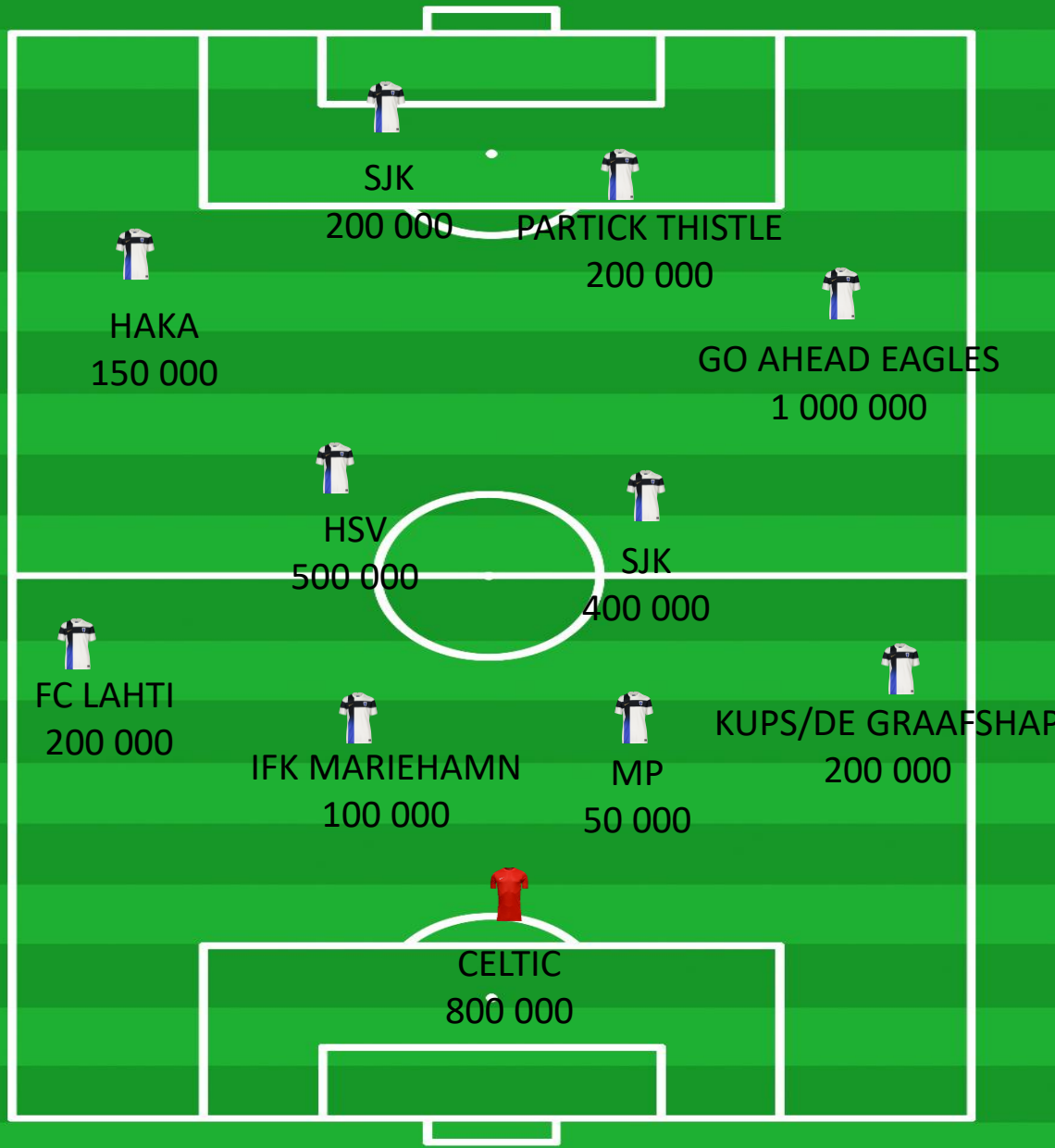
*Juho Rantala*





••• Tanska U19 (2001) – Transfermarkt nyt: 43 600 000€

Suomi U19 (2001) - Transfermarkt nyt: 3 800 000€



*Suomi nuorten kv-  
otteluissa*





# *Missä olemme hyviä*

- Pelaajat ovat hyviä oppimaan teoriaa ja sääntöjä
- Pelaamme organisoidusti
  - joukkuetaktiikassa emme jää isosti jälkeen, jos ollenkaan - halu noudattaa sovittua taktiikkaa (joukkueena ja yksilöinä)
- Ihan hyviä pelaajia enemmän kuin aiemmin
  - (silti ihan huippuja ei ole aiempaa enemmän - ehkä jopa vähemmän)
- Olemme ihan hyviä avaamaan peliä - MV:t usein jopa erinomaisia
- Itseluottamus kasvanut
  - kuvien kumartaminen vähentynyt

# *Missä jäämme jälkeen*

- Vaikeuksia kaksinkamppailuissa - ja sekavissa ”ei kenenkään” -tilanteissa
- Molemmissa bokseissa haasteita
- Pitkien pallojen puolustaminen
- Ihan huiput on vähissä
- Vähän maalintekijöitä ja yläalueen ratkaisijoita
- Vähän hyviä 1v1 -pelaajia: vähän hyviä ohittajia/vähän hyviä 1v1 - puolustajia

*Mikä huipulle päässeitä  
yhdistää?*





# SAMAT TAVAT, ERILAISET TARINAT – SUOMALAISTEN PELAAJIEN URHEILUPOLUT JALKAPALLON A-MAAJOUKKUEESEEN

## Selvityksen työryhmä:

Mihaly Szerovay; Alexander Hölttä; Markus Paananen; Henri Louste; Samu Koski; Juho Rantala; Jenni Niku

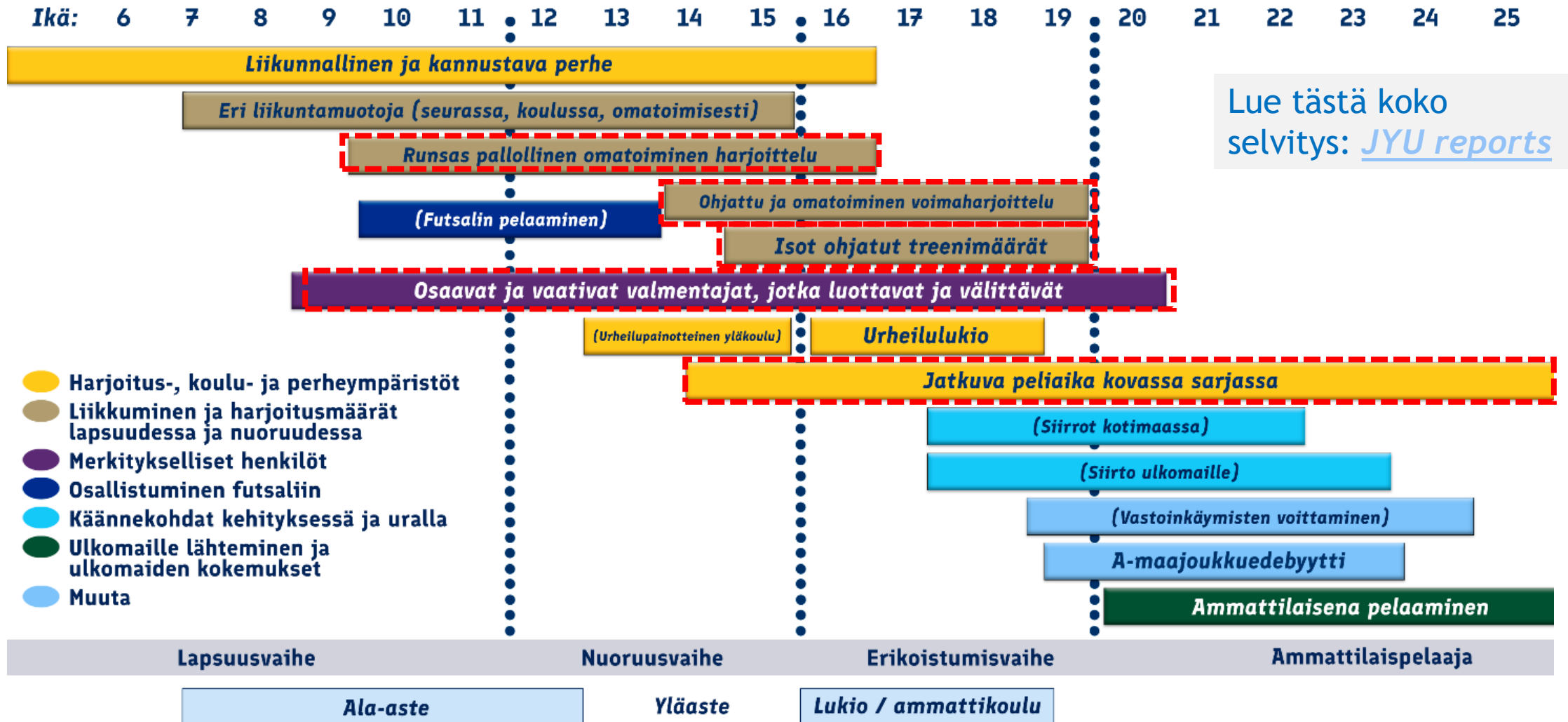
Lue tästä koko selvitys: [JYU reports](#)

"Vanhemmat vei meitä  
lapsena kaikkiin  
liikuntajuttuihin, jos  
haluttiin ja perheenä  
liikuttiin paljon ulkona,  
ihan perusliikuntaa."

"...sellaisia valmentajia,  
jotka on osannut luoda  
mulle sitä fiilistä, että että  
mä oon tärkeä ja mä  
osaan...mutta että samalla  
myös vaatinut..."

"Valmentajat sanoi että  
pitäis saada tollainen 20  
tuntia liikuntaa, niin mä aloin  
laskee niitä ja parissa  
vuodessa kehittyi tekninen  
suorittaminen."

# Urheilupolkujen keskeiset yhdistävät teemat



Lue tästä koko selvitys: [JYU reports](#)

- Harjoitus-, koulu- ja perheympäristöt
- Liikkuminen ja harjoitusmäärät lapsuudessa ja nuoruudessa
- Merkitykselliset henkilöt
- Osallistuminen futsaliin
- Käännekohtat kehityksessä ja uralla
- Ulkomaille lähteminen ja ulkomaiden kokemukset
- Muuta



*Harjoittelemmeko riittävästi ja riittävän monipuolisesti?*



*Ovatko harjoituksemme riittävän  
innostavia ja kehittäviä?*





**MITÄ  
TARKOITTA  
OSAAVA  
VALMENTAJA?**

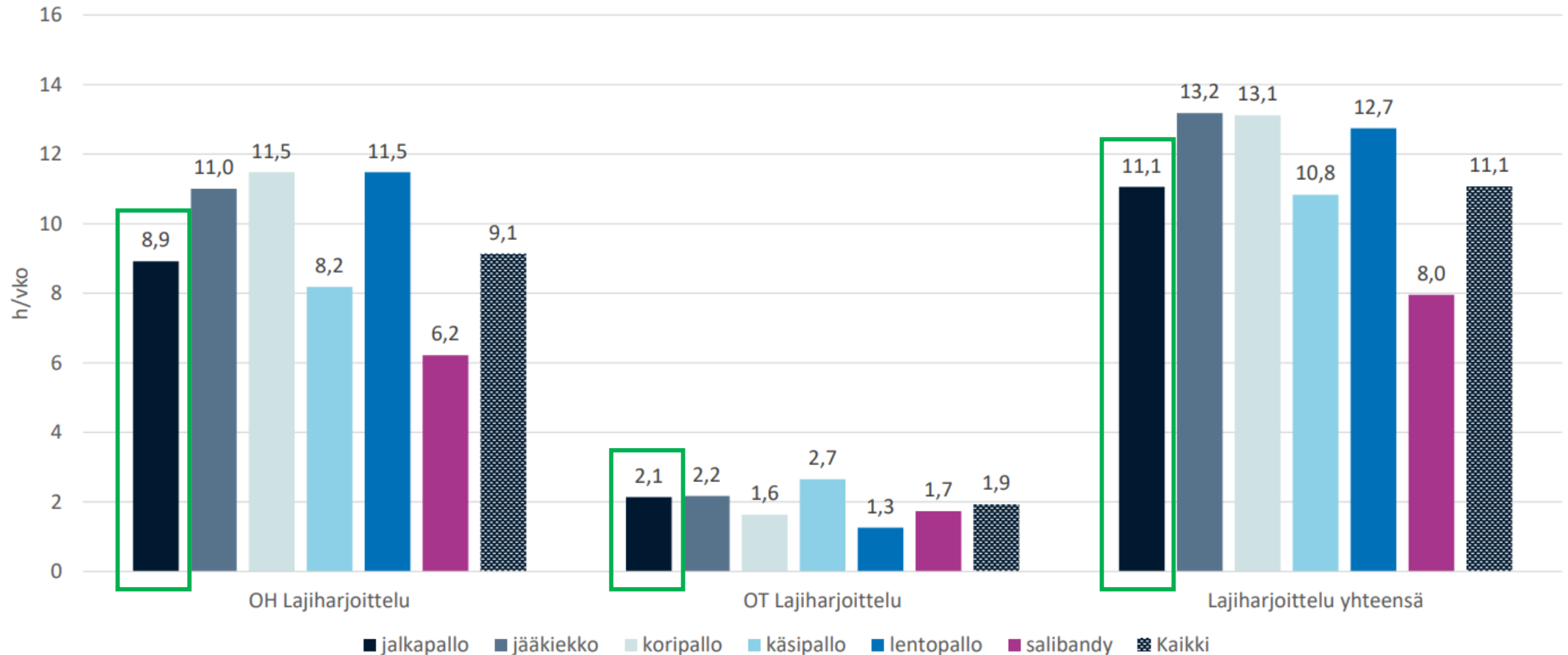
**SISÄINEN  
TIETOTARVESELVITYS  
SYKSY 2022**

## *Osaava valmentaja*

*”Kun valmentajan urheilijat osoittavat **positiivisia muutoksia oppimisessa** kauden aikana, hän on osoittanut valmentamisen **tehokkuutta.**”*

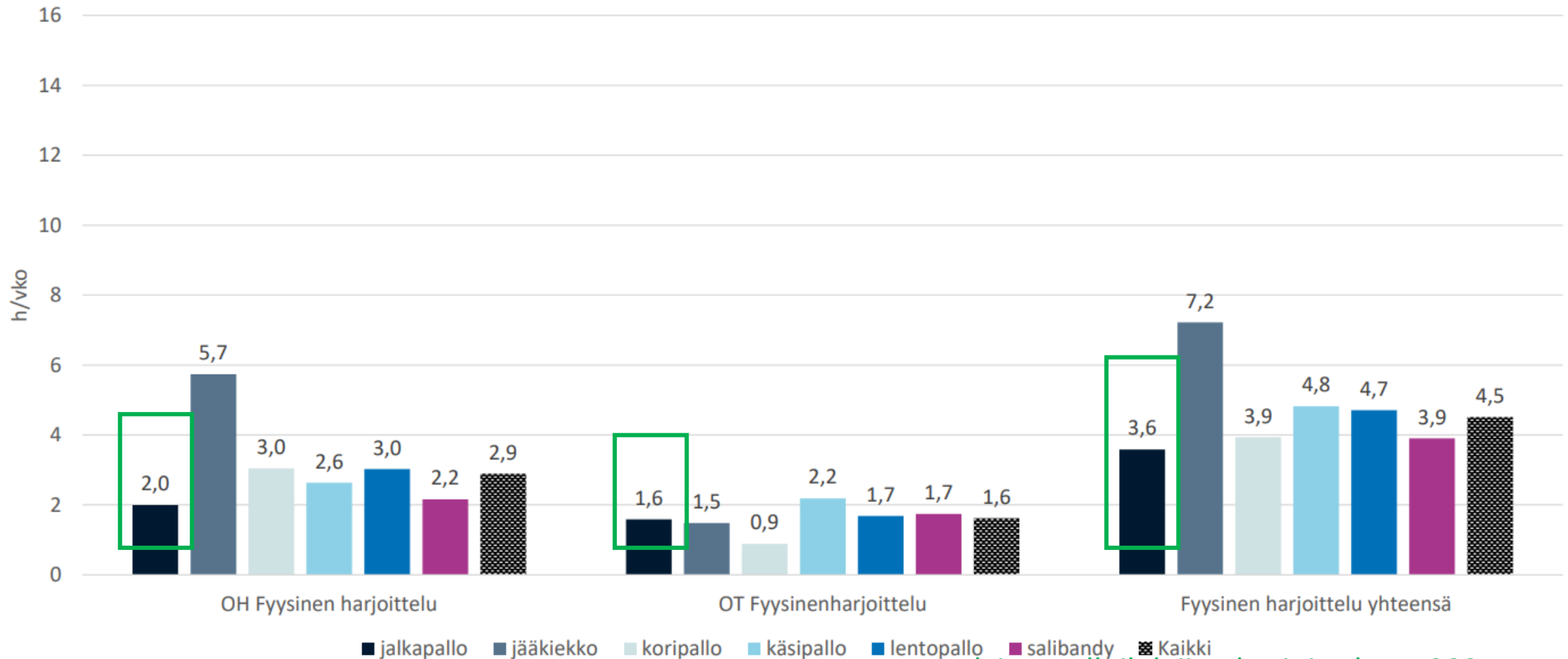
(Côtéa & Gilbertiä mukailten, 2009)

# Viimeisimmän harjoituskauden OH/OT lajiharjoittelu lajin mukaan (n=468)





# Viimeisimmän harjoituskauden OH/OT fyysinen harjoittelu lajin mukaan (n=468)



# *Osaava valmentaja auttaa pelaajaa saavuttamaan oman potentiaalinsa*

- Laadukas joukkue- ja yksilöharjoittelu
- Omatoiminen urheileminen ja valtavat määrät pallon kanssa
- Pelaaminen sopivassa haasteessa, ja paljon

*Nämä kaikki pitää toteutua (ja todentaa). Kuinka moni asia näistä pelaajiesi arjessa toteutuu?*





*Kiitos ja  
eteenpäin!*





*Millä eväillä laadukkaampaa  
pelaajakehitystä?*



SUOMEN  
PALLOLIITTO

RESPECT



Liiga PK-35 ry

## PK-35 harjoitusohjelma maaliskuu 1998

Päivä	Pvm	Klo	Paikka	Tapahtuma
Maanantai	2.maalis	10.30	Pihlis	Treenit
Maanantai	2.maalis	17.00	Tali	Treenit
Tiistai	3.maalis	10.30	Tali	Treenit
Tiistai	3.maalis	18.00	Tali	Treenit
Keskiviikko	4.maalis	15.30	Stadion	Treenit
Torstai	5.maalis	11.00	Tali	Treenit
Torstai	5.maalis	18.00	Tali	Treenit
Perjantai	6.maalis	16.30	Tali	<b>PK-35 vs. TPV</b>
Lauantai	7.maalis	10.30	Pihlis	Treenit
Maanantai	9.maalis	17.00	Tali	Treenit
Tiistai	10.maalis	10.30	Tali	Treenit
Tiistai	10.maalis	17.00	Tali	<b>Liigacup FinnPa vs. PK-35</b>
Keskiviikko	11.maalis	15.30	Stadion	Treenit
Torstai	12.maalis	11.00	Tali	Treenit
Torstai	12.maalis	18.00	Tali	Treenit
Perjantai	13.maalis	16.30	Tali	Treenit
Lauantai	14.maalis	10.30	Pihlis	Treenit

HUOM!





# Osaava valmentaja auttaa pelaajaa saavuttamaan oman potentiaalinsa

1. Lajiharjoittelun vaikuttavuus seuraavalle tasolle:

toistomäärien kasvattaminen ja pelin vaateiden mukaisen intensiteetin lisääminen.

Tarvitsemme harjoitteluun lisää kilpailua, kamppailua, pelin ongelmatilanteiden ratkaisemista, pallokosketuksia.

2. Kasvatetaan lasten ja nuorten kokonaisliikkumisen ja omatoimisen harjoittelun määrää.

3. Koulutetaan perheitä ymmärtämään entistä syvemmin heidän tärkeä roolinsa osana pelaajakehitystä ja urheilullisen elämäntavan oppimista.



# PELINOMAISTA HARJOITTELUA JA INTENSITEETTIÄ

