

Koivukylän Palloseura

Harjoittelun seuranta-työkalun käyttö seurassamme

Tavoitteet, seuranta, palaute, kehittyminen

Koivukylän Palloseura lukuina



n. 1000 jäsentä

8+1 työntekijää

n. 800 harrastajaa

90 koulutettua
valmentajaa

n. 700 pelaajaa

119 valmentajaa

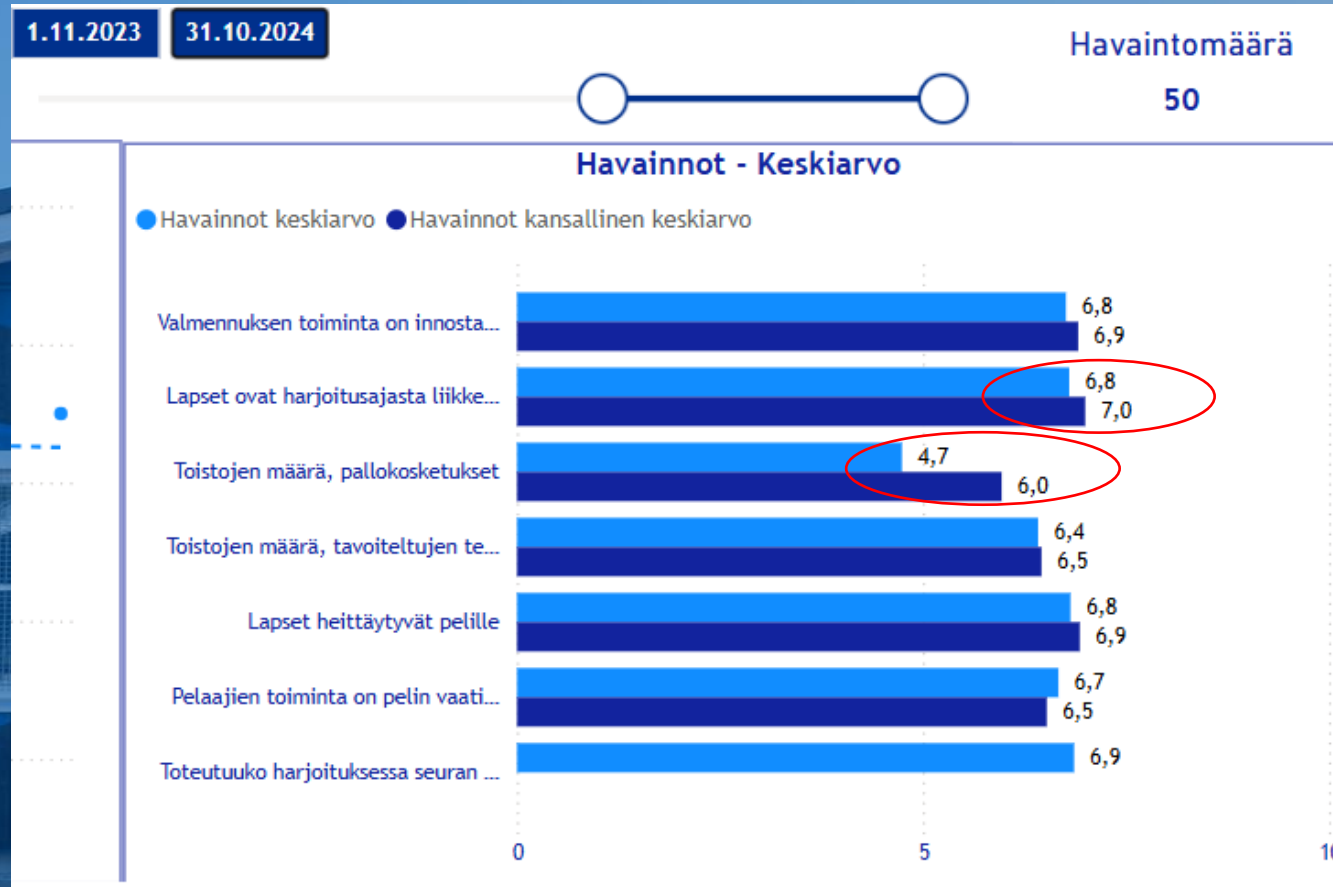
19 juniorijoukkuetta



Harjoittelun seurantamallin toteutus

- Ikäluokat U6-U15, yhteensä 18 joukkuetta
- Nimetyt kolme henkilöä toteuttaa seurantaa
 - Urheilutoimenjohtaja Simo Miettinen, 12 kpl
 - Liikuntakoordinaattori Severi Vartti, 2 kpl
 - VOK Mika Sandberg, 4 kpl
- Seurantaa toteutetaan 1 krt. / jakso per joukkue
- Observoitava valmentaja valikoituu sitoutuneimmista valmentajista
 - Palaute valmentajalle
- Havaintoja käytetään pohjana kehityskeskusteluissa

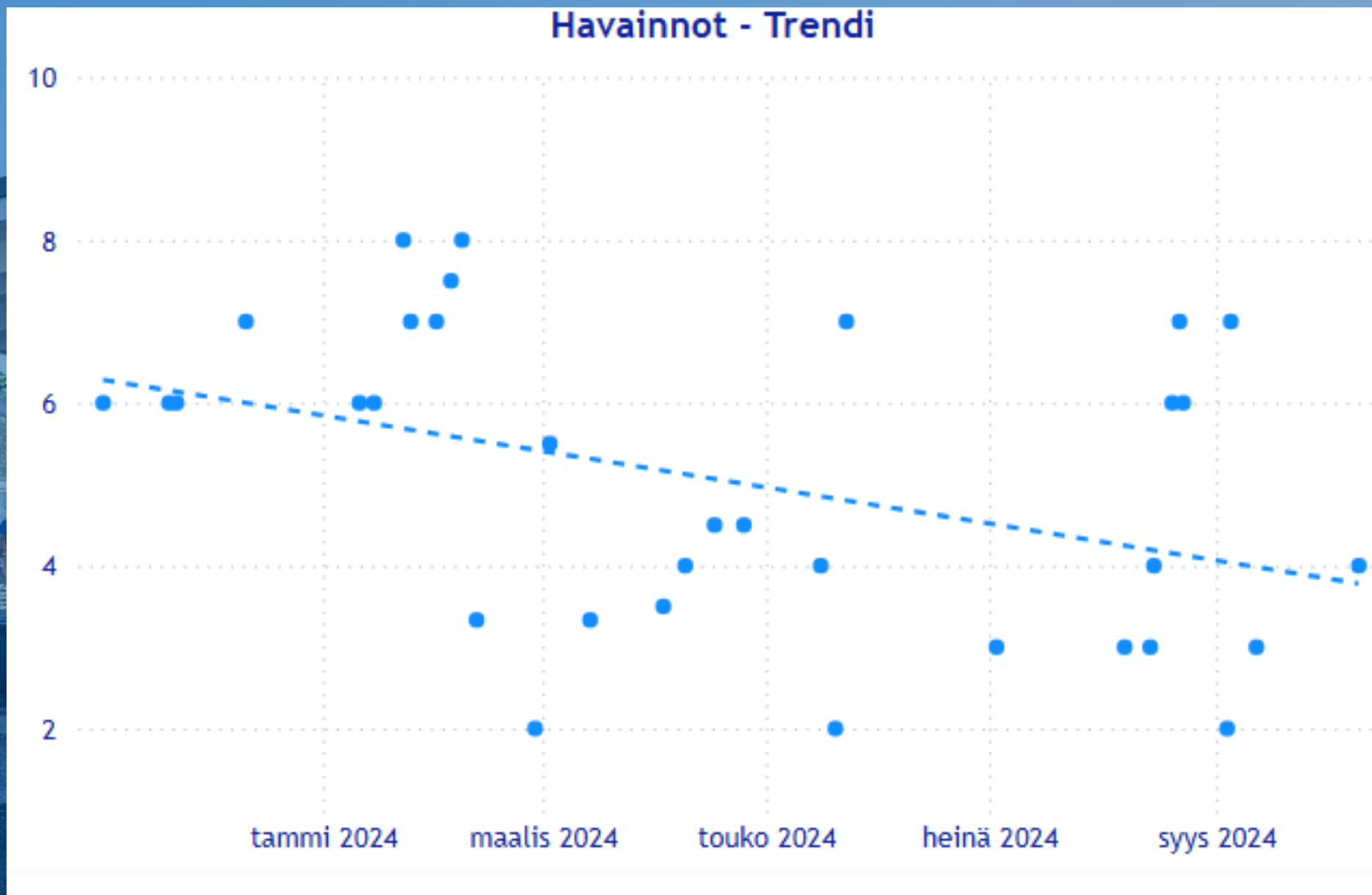
Keskiarvot kausi 2024



Kansalliseen tasoon verrattuna eniten tekemistä pallokosketusten määrässä. Liikkumisen määrä harjoituksissa pitäisi saada lähemmäksi 80 %.

Kaudelle 2025 tavoitteena tuplata observointien määrä.

Pallokosketusten määrä



esim. 6 = 600 pallokosketusta



Tavoitteet U6-U11

1. Valmennuksen toiminta on innostavaa: **8/10**
2. Lapset ovat harjoitusajasta liikkeessä: **80 %/100 %**
3. Toistojen määrä, pallokosketukset (100 kosketusta = 1 p): **6/10**
4. Lapset heittäytyvät pelille: **8/10**
6. Toteutuuko harjoituksessa seuran oma tavoite: **8/10**
 - *Onko tilanteenvaihto mukana harjoitteissa?*
 - *Maksimoidaanko harjoitteissa pallokosketusten määrä valmennuksen ja pelaajien toiminnalla?*
 - *Näkyykö harjoituskokonaisuudessa seuran ydinharjoitteet?*
 - *70 % kenttäajan harjoitteista maalit mukana?*

Tavoitteet U12-U15

1. Valmennuksen toiminta on innostavaa: **8/10**

2. Lapset ovat harjoitusajasta liikkeessä: **80 %/100 %**

3. Toistojen määrä, pallokosketukset (100 kosketusta = 1 p): **6/10**

4. Toistojen määrä, tavoiteltujen teknis-taktisten toimintojen määrä: **8/10**

5. Pelaajien toiminta on pelin vaatimusten mukaisesti täysivauhtista: **8/10**

6. Toteutuuko harjoituksessa seuran oma tavoite: **8/10**

- *Onko tilanteenvaihto mukana harjoitteissa?*

- *Maksimoidaanko harjoitteissa pallokosketusten/tekniis-taktisten toimintojen määrä valmennuksen ja pelaajien toiminnalla?*

- *Näkykö harjoituskokonaisuudessa seuran ydinharjoitteet?*

- *70 % kenttäajan harjoitteista maalit mukana?*

Toimenpiteitä kaudeksi 2025



- Monenkeskiset pelit
- Valmentajalta uusi pallo nopeasti peliin jokaisessa harjoitteessa
- Valmennus miettinyt organisoinnin tarkasti jo suunnitteluvaiheessa
 - Pienemmät harjoitusryhmät
 - Samojen harjoitteiden toistaminen
- Sisäiset valmentajakoulutukset → seuran toimintakulttuuri ja -tavat
- Joukkueiden valmennuspalaverit → vähintään yksi nosto per valmennuspalaveri

Miksi harjoitteluseurantatyökalu?

- Systemaattinen tapa kerätä tietoa ja tiedolla johtaa
 - Harjoitustapahtumat tehokkaammiksi
 - Pohja keskusteluille valmentajien kanssa
- Valmentajien kehittyminen → pelaajien kehittyminen

KIITOS!



Koivukylän Palloseura – "Yksin en ole mitään, mutta yhdessä ME voimme olla!"