



Futisvalmentajan startti tavoitteet

Koulutuksen jälkeen valmentaja:

- on tutustunut Palloliiton valmennuslinjaan, kokonaisvaltaisen valmennuksen ideaan ja liikuntamäärien merkitykseen lapsen kasvussa ja kehityksessä ja saa keinoja innostaa pelaajia harjoittelemaan myös omalla ajalla
- on saanut valmiuksia suunnitella ja toteuttaa innostavia harjoituksia, joissa pelaajat ovat aktiivisia/liikkeessä vähintään 70% harjoitusajasta
- on saanut valmiuksia kannustavan, turvallisen ja rohkean ilmapiirin rakentamiseen
- antaa pelaajien kokeilla ja oivaltaa sekä antaa pelaajille vaikuttamisen mahdollisuuksia
- on saanut tietoa nykyaikaisesta oppimisen mallista ja keinoja rakentaa oppimista tukevia ympäristöjä
- tunnistaa omia mahdollisuuksiaan valmentajana kehittymiseen ja innostuu itsensä kehittämisestä

Futisvalmentajan startti -kokonaisuus

Futisvalmentajan startti -kokonaisuus muodostuu kontaktiopetuksesta, itseopiskelusta, verkkomoduleista, sekä kokemuskortista. Kokonaisuus on rakennettu palvelemaan Palloliiton valmentajakoulutuksen aloittelevia valmentajia.

Alla olevaan kaavioon on purettuna valmentajuuden startti oppikokonaisuuksiksi, joista voidaan rakentaa eri mittaisia kontaktiopetusjaksoja ja prosesseja. Erilaisia toteuttamismalleja on kuvattu kappaleessa 5. Kokonaisuuden suorittamisen prosessiin on ajateltu käytettävän n. 3 kk.

Tuntimäärät:

Itseopiskelua (ennakko- ja välitehtävät, verkkomodulit): 6 h

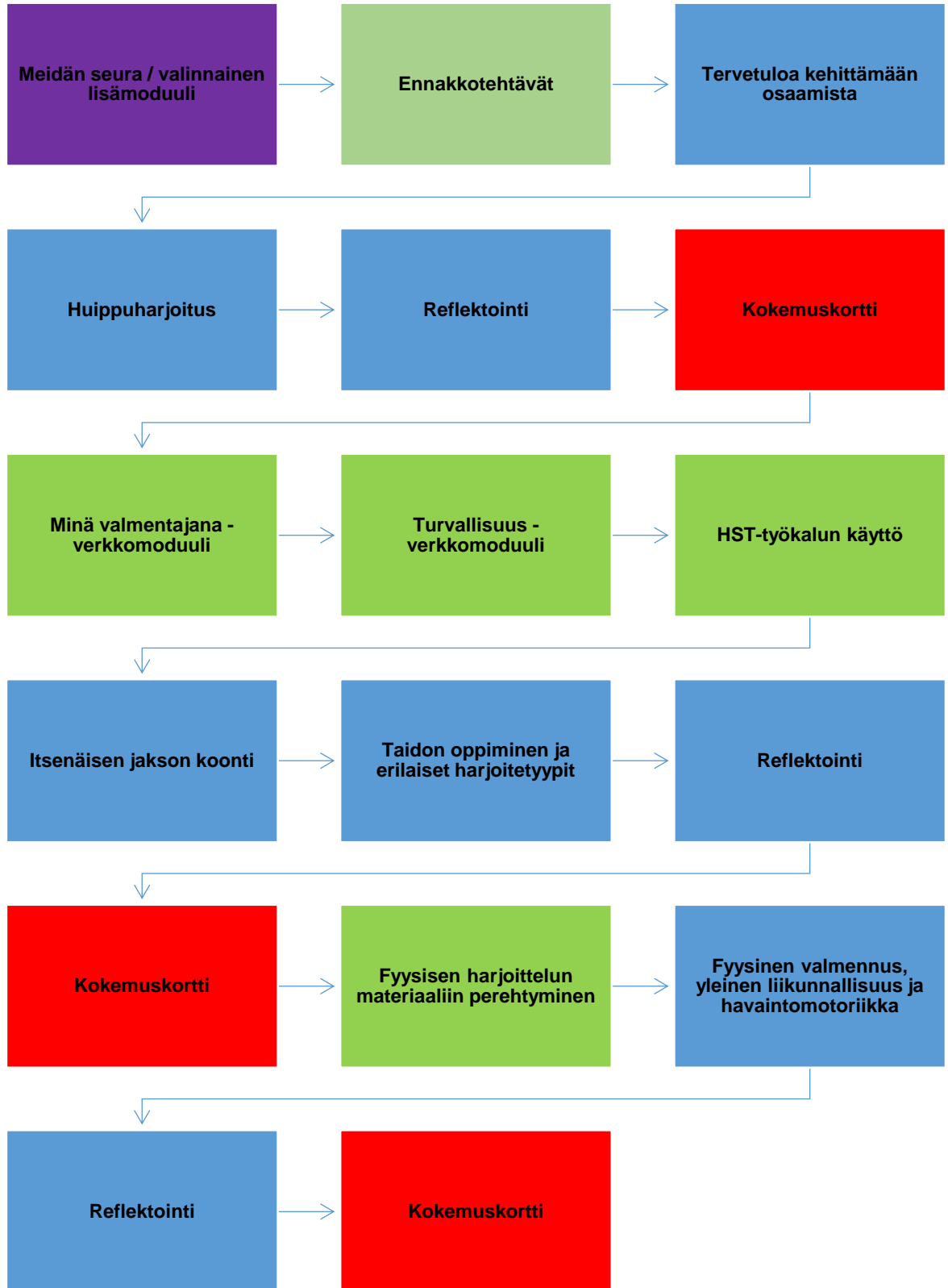
Kontaktijaksoja: 20 h

Kokemuskortti: tuntimäärä yksilöllinen n. 15 – 20h

Tutorointi: 2 h (harjoitus)

Meidän seura: 2 h (seuran oma vapaavalintainen sisältö)

Valmentajuuden startti koulutuksen ja kokemuskortin suorittamisen jälkeen valmentaja voi hakeutua ikävaihekoulutuksiin.



Kuva 4. Prosessin eteneminen



Koulutuksen ohjelman yksi esimerkki

- kolmena kokonaisuutena (2,5 kontaktipäivää)
- Voi olla myös useammissa osissa

Ennakkotehtävät

1. lähijakso

9.00 – 10.00	Tervetuloa koulutukseen
10.00 – 11.00	Huippuharjoitus
11.00 – 11.45	Yhden harjoituskerran suunnittelu alkaa
11.45 – 12.30	Lounas
12.30 – 14.00	Harjoitusten suunnittelu pienryhmissä
14.00 – 15.00	Kuinka valmennan taidot
15.30 – 18.00	Harjoitusten johtamiset pienryhmissä
18.30 – 19.00	Reflektointi ja välitehtävät

Kokemuskortin ensimmäiset tehtävät

Minä Valmentajana verkkomoduuli

Turvallisuus verkkomoduuli

HST-työkalun asentaminen ja harjoitteen suunnittelu

2. lähijakso

9.00 – 10.00	Tervetuloa toiselle lähijaksolle, itsenäisen jakson purku
10.00 – 11.15	Oppiminen
11.15 – 12.15	Lounas
12.15 – 14.00	Alustus harjoitetyyppeihin, harjoitteiden suunnittelu
14.30 – 17.00	Harjoitteiden johtaminen ja keskustelu
17.30 – 18.30	Oppimisen tarkistaminen, reflektointi ja jatkostepit



Kokemuskortin seuraavat tehtävät

Fysiikkaharjoittelun ennakkomateriaaliin tutustuminen

3. lähijakso

16.45 – 17.00	Kuulumiset itsenäiseltä jaksolta ja isoimman opin jakaminen
17.00 – 18.00	Fyysisen valmennuksen kokonaisuus, yleinen liikunnallisuus ja havaintomotoriikka
18.30 – 20.30	Havaintomotoriikka käytännössä
20.30 – 21.30	Reflektointi ja jatkosteipit

