



MV C valmentajakoulutuksen kokonaisuus

Tuntimäärät:

Itseopiskelua (ennakkotehtävät): ~4h

Kaksi harjoitusnäyttöä, niiden suunnittelu ja tutorointi: ~14h

Kontaktijaksoja: 22h

Prosessiin on varattava ennakkotehtävät ja kontaktijakso, kokonaisuudessaan 40h.

MV C koulutuksen jälkeen valmentaja:

Urheilu ja lajiosaaminen

- suunnittelee, analysoi ja toteuttaa maalivahtien sekä kenttäpelaajien harjoituksia kokonaisvaltaisesti.
- osaa huomioida ja hyödyntää
 - o erilaisten harjoitetyyppien ja valmennustyylien käytön vaikutukset oppimisprosessiin
 - o kaikkien ikävaiheiden maalivahdin teknis-taktiset puolustus- ja hyökkäyspelaamisen valmiudet pelin keskuksessa ja sen ulkopuolella
 - o referenssit ja niiden havainnointi
 - o maalivahdin alueen puolustaminen
 - o maalivahdin rangaistusalueen puolustaminen
 - o maalivahdin fyysinen harjoittelu ja rytmitys
 - o maalivahdin mindset ja tavoitteen asettelu
 - o talent id ja lahjakkuuden tunnistaminen
 - o seuran ja/tai Palloliiton valmennukselliset linjaukset

Ihmissuhdetaidot

- tukee ja edistää pelaajien omistajuutta ja antaa nuorille vastuuta harjoittelusta ja pelaamisesta, niiden suunnittelusta ja omasta kehitymisestään urheilijana sekä ihmisenä
- rakentaa positiivista toimintailmapiiiriä
 - o huomioi nuorten erilaiset motivaation tasot ja tavoitteen asettelun

Itsensä kehittämisen taidot

- ymmärtää pelaajan kokonaisvaltaisen kehityksen kaaren
- ymmärtää taktisen ja fyysisen kehittymisen kaaren



Valmistautuminen MV C kurssille ja ennakkotehtävät

- Miten tällä hetkellä suunnittelet maalivahdin harjoittelun ja periodisoinnin?
 - Millaisia taktisia valmiuksia 15-vuotiaalla maalivahdilla pitäisi olla?
 - Mitä asioita on otettava huomioon lahjakkuuden tunnistamisessa?
 - Millaisia asioita maalivahdin päätöksentekoketju sisältää?
- Lähetettävä kouluttajalle Jani Mariläinen (jani.merilainen@fcinter.fi) viimeistään viikko ennen kurssin alkua

Ohjelma MV C Tku ja Tre 2021 (aikataulun muutokset mahdollisia johtuen kenttävuoroista)

1.Päivä (etänä): 19.5. ke klo 17.00-21.00

Tämä lähijakso toteutetaan etänä. Kouluttajalta tulee ohjeistus ja linkki Teams/Zoom koulutukseen. Tähän lähijaksoon osallistuvat kaikki kurssilaiset.

Koulutuksen avaus ja prosessin kuvaus	0,5h
Maalivahdin referenssit	1,5h
Maalivahdin boksen puolustaminen	2h

2. Päivä (etänä): 22.5. la klo 9.00-13.00

Tämä lähijakso toteutetaan etänä. Kouluttajalta tulee ohjeistus ja linkki Teams/Zoom koulutukseen. Tähän lähijaksoon osallistuvat kaikki kurssilaiset.

Maalivahdin alueen puolustaminen	2h
Maalivahti ja pelin keskuksen ulkopuoli	1,5h
Maalivahdin periodisointi ja plyometria	1h



3.Päivä: Turku 29.5. la klo 9.00-15.00 ja/tai Tampere 30.5. klo 9.00-15.00

Tämä lähijakso toteutetaan paikan päällä kontakti päivänä. Jos osallistujia vähän niin pidetään vain toinen päivistä (29.5. la Tku tai 30.5. su Tre).

Päivän avaus ja Nuoren maalivahdin harjoittelu	2h
Malliharjoitukset (koulutettavat malliryhmänä, jollei saa maalivahteja)	1,5h
Lounas ja kahvitauko	1h
Malliharjoitukset (koulutettavat malliryhmänä, jollei saa maalivahteja)	1,5h
Harjoituksen reflektointi	1h
Mindset, Talent ID ja urheilijaksi kasvaminen	2h
Reflektointi kontaktijaksosta ja jatko-ohjeet	0,5h

Koulutuksen hinta

300 € (sisältää koulutuksen, materiaalit, ruokailut ja kahden harjoitusnäytön tutoroinnit)

Ilmoittautuminen viimeistään 12.5.21 klo 12.00

<https://moodle.palloliitto.fi>

Kirjaudu omalla Pallo-ID kaikille lähipäiville (huom! 3. päivän valitse itsellesi parempi aikataulu/paikka) sekä moodle, materiaalit ja ennakkotehtävät

Valmentajan muistilista tapahtumaan

- Muistiinpanovälineet mukaan tapahtumaan
- Urheilullinen varustus, mahdollisuus olla malliryhmänä
- Etätehtävien palautus ajoissa