



Helsinki 04.10.21

## **Ikävaihekoulutus Malmin Palloseura**

### **Koulutuksen aikana valmentaja: JAKSOT 1-3**

#### **Urheilu ja lajiosaaminen**

- suunnittelee ja vetää ikävaiheelle kokonaisvaltaisen ja teeman mukaisen intensiivisen harjoituksen
- tutustuu ikävaiheen taktiseen, teknis-taktiseen ja teknisten asioiden sisältöihin ja kokeilee erilaisia keinoja auttaa pelaajia taitojen oppimisessa
- tutustuu ja saa keinoja valmentaa ikävaiheen fyysisen harjoittelun painopistealueita
- saa keinoja aktivoita lapsia ja perheitä omaehtoiseen harjoitteluun ja liikkumiseen
- tutustuu lasten maalivahtipelaamisen harjoitteluun ja maalivahtitaitoihin
- tutustuu futsaliin ja saa vinkkejä ikävaiheen teknis-taktisten asioiden opettamiseen
- saliympäristössä
- tunnistaa ja huomioi lasten kehittymisen vaihteita

#### **Ihmissuhdetaidot**

- tunnistaa oman ohjaustyylinsä sekä erilaisten valmennus- / ohjaustyylien vaikutuksen valmentamiseen
- saa keinoja rakentaa ryhmän henkeä ja toimintaa
- tukee lasten omistajuuden ja määrätietoisuuden ja sisäisen motivaation kasvua ottelu- ja harjoitustapahtumissa

#### **Itsensä kehittämisen taidot**

- tuntee Palloliiton valmentajuuden osaamisen kehittämisen polut ja seuran tukitoimet
- valmentajana kehittymiseen
- tiedostaa ja tunnistaa omia voimavarojaan ja mahdollisuuksiaan valmentajana kehittymiseen
- tekee itsearviointin sekä suunnittelee oman jatkokouluttamisen

### **Kouluttaja(t): Joni Ilvonen ja Ville Suojala**

<b>Kesto:</b>	<b>24h lähiopetusta + ennakkotehtäviä + kokemuskortin tehtäviä +opetusharjoitukset+ottelu- ja harjoitustutorointi</b>
<b>Varustus:</b>	Muistiinpanovälineet, urheilullinen harjoitusvarustus ja oma pallo
<b>Hinta:</b>	???
<b>Henkilömäärä:</b>	Minimissään 10 kurssilaista ja maksimissaan 24 kurssilaista
<b>Ilmoittautumiset ja materiaalit:</b>	moodle.palloliitto.fi (ilmoittautumisessa tarvitaan henkilökohtainen PalloID)

---

Kouluttaja  
Joni Ilvonen  
040-9669976  
ilvonenjoni78@gmail.com

Kouluttaja  
Ville Suojala  
044-9739299  
ville.suojala@gmail.com

## 1. LÄHIJAKSO

### 6.2.2022 klo 9.00-18:30 MPS toimisto (Lyhtytie 24) ja Mosan Wembley (Moisiontie 1)

9.00 – 9.45	Tervetuloa koulutukseen
9.45 – 10.45	Lapsi jalkapallon harrastajana (5-7v ja 8-11v)
11.00 – 12.30	Peruspelaamisen teknis-taktinen sisältö 1 (5-7v)
12.30 – 13.30	Lounas
13.30 – 15.00	Harjoitusten suunnittelu ja valmennustyyli
15.30 – 18.00	Harjoitusten johtamiset pienryhmissä
18.00 – 18.30	Reflektointi ja välitehtävät

#### Kokemuskortin ensimmäiset tehtävät

Seuraavan jakson ennakkomateriaaleihin tutustuminen

## 2. LÄHIJAKSO

### 6.3.2021 klo 9.00-18:30 MPS toimisto (Lyhtytie 24) ja Mosan Wembley (Moisiontie 1)

9.00 – 9.15	Avaus
9.15 – 10.45	Havainnointi (5-7 v ja 8-11 v)
10.45 – 12.30	Sytytetään kipinä! & Toimiva ja kehittyvä joukkue.
12.45 – 14.00	Keho haltuun ja jalat vikkeliiksi, taitava ja nopea pelaaja – 1 h käytäntö
14.00 – 15.00	Lounas
15.00 – 17.00	Peruspelaamisen teknis-taktinen sisältö 2 (8-9v)
17.00 – 18.00	Lasten ottelutapahtumat 8-11v + Fun Games
18.00 – 18.30	Reflektointi ja jatkostepit

#### Kokemuskortin seuraavat tehtävät

Seuraavan jakson ennakkomateriaaliin tutustuminen

## 3. LÄHI JAKSO:

### 20.3.2022 klo 9:00-18:30 MPS toimisto (Lyhtytie 24) ja Mosan tekonurmi (Moisiontie 3)

09.00 – 09.30	Avaus ja tutustuminen
09.30 – 10.30	Futsal lajina ja tukena pelin oppimisessa / teoria
10.45 – 12.15	Futsal lajina ja tukena pelin oppimisessa / saliharjoittelu käytäntö
12.15 – 13.00	Lounas
13.30 – 15.00	Taitoharjoittelu ja lasten monipuolinen kehittyminen
15.00 – 15.30	Ohjeistukset tutorointeihin ja jatkosuunnitelmiin
16.00 – 18.00	Lasten maalivahtivahtitaitojen edellytykset käytäntö
18.00 – 18.30	Yhteenvedo ja reflektointi

#### **4. JAKSO: TUTORINTI OMASSA TOIMINTAYMPÄRISTÖSSÄ**

**Koulutuksen jälkeen kurssilainen ohjaa opetusharjoituksen tai opetusharjoitteen henkilölle, joka on esim. seuran/seurayhteisön tutor tai kouluttaja.**

**Tästä kurssilainen saa palautteen ja tämän jälkeen hänellä on mahdollisuus edetä Uefa C:lle.**