

# TuPS 8-11 -v ikävaihekoulutus syksy 2020

IKV yhdistetty – malliohjelma

## Ennakkotehtävät

### 1. lähijakso (8,5 h) 21.11

- 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 (8,5 h) auki

- 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 jatkosteipit

## **Kokemuskortin seuraavat tehtävät**

### **Seuraavan jakson ennakkomateriaaliin tutustuminen, Futsalin verkkomoduuli**

#### **3. lähijakso (8 h) auki**

9.00 – 9.15 Avaus

9.15 – 10.45 Peruspelaamisen teknis-taktinen sisältö 3 (10-11v)

11.00 – 12.30 Teknis-taktinen malliharjoitus salissa / saliharjoittelu käytäntö

12.30 – 13.30 Lounas

13.30 – 14.45 Lapsuusvaiheen fyysinen harjoittelu

15.00 – 17.00 Lasten maalivahtivahtitaitojen edellytykset käytäntö

17.00 – 17.30 Yhteenveto ja reflektointi

#### **Tutorointi omassa seuraympäristössä, palautekysely sekä kokemuskortti**