

Oppijan ja ajattelijan taidot:

Oppiminen urheilussa

1.1 KORIPALLOVALMENTAJAN PERUSOPINNOT



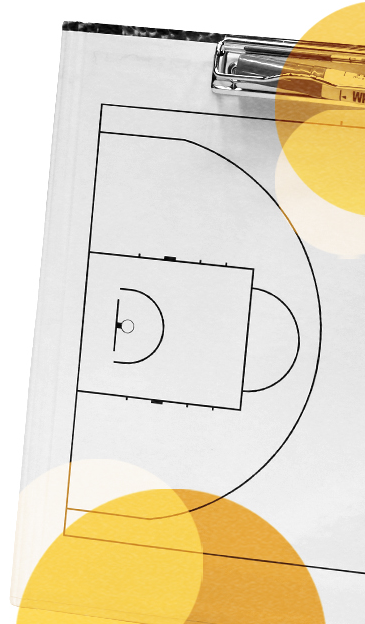
Oppiminen urheilussa

Tavoitteet

OPPIMINEN URHEILUSSA – PERUSTEET

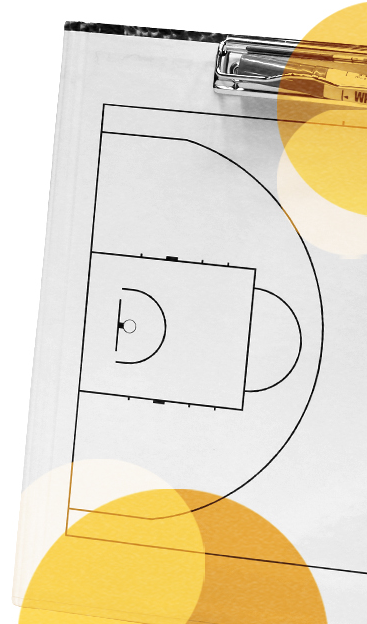
TOIVOTTU HARJOITUSVAIKUTUS – TOISTOT – ARVIOINTI

HYVÄ STATION



Oppiminen urheilussa

OPPIMINEN ON SUURELTA OSIN OLEMASSA OLEVIEN
HERMOSOLUJEN VÄLILLE SYNTYVIÄ UUSIA YHTEYKSIÄ JA
AIKAISEMPIEN YHTEYKSIEN NOPEUTUMISTA.



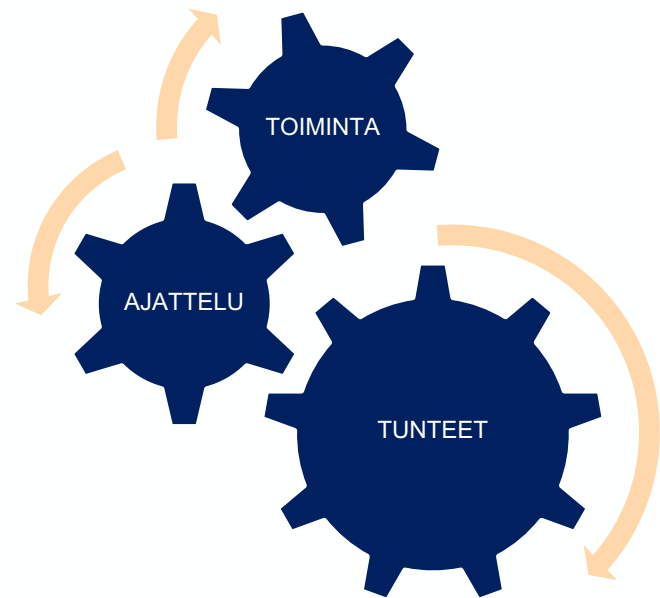
Oppiminen urheilussa

**OPPIMINEN ON AKTIIVINEN JA
KOKONAISVALTAINEN PROSESSI.**

AJATTELU, TUNTEET JA TOIMINTA VAIKUTTAVAT
JATKUVASTI TOINEN TOISIINSA.

IHMINEN OPPII SITÄ, MITÄ HÄN TOISTAA PALJON.

KUKAAN TOINEN EI VOI OPPIA TOISEN PUOLESTA.
OSAAMINEN EI SIIRRY OPPIJAAN, VAAN OPPIJA KONSTRUOI
SEN ITSE.



Oppiminen urheilussa

Oppimista tapahtuu, kun...

OPPIMISPROSESSI ON **TASAPAINOISESTI**

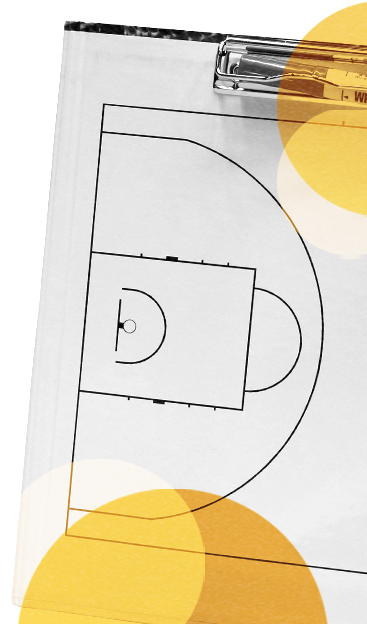
REFLEKTOIVAA

POHDINTAA
KESKUSTELUA
ARVIOINTIA



VAHVISTAVAA
TOISTOA
KERTAUSTA
MIELEEN PALAUTUSTA

UUDISTAVAA
OPETUSTA
MALLEJA
VIRIKKEITÄ

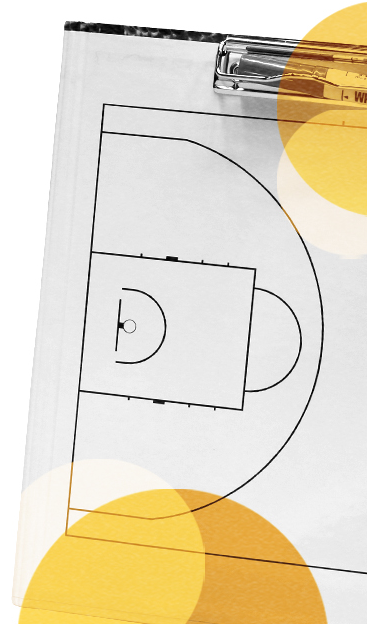


Oppiminen urheilussa

Oppimista tapahtuu, kun...

KUN **LEIKKI, MIELIKUVITUS JA ILO** OVAT LÄSNÄ

DYNAAMISUUS
HAUSKUUS
VAIHTELEVVUUS
AUTONOMISUUS
HELPPOUS
VAIHTOEHTOISUUS
VAPAAEHTOISUUS
YHTEISÖLLISYYS
SATUNNAISUUS
LUOVUUS



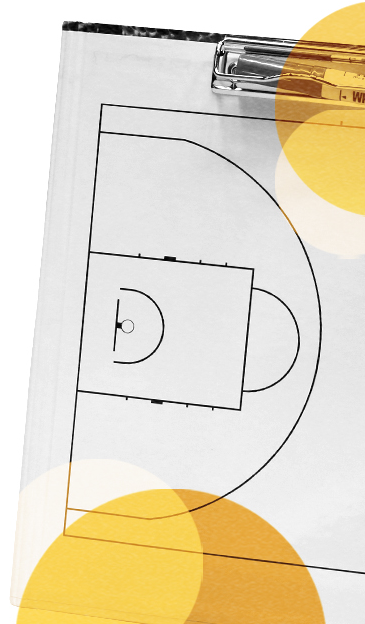
Oppiminen urheilussa

Toivottu harjoitusvaikutus – Toistot - Arviointi

TOIVOTTU HARJOITUSVAIKUTUS

TOISTOT

ARVOINTI



Oppiminen urheilussa

Toivottu harjoitusvaikutus – Toistot - Arviointi

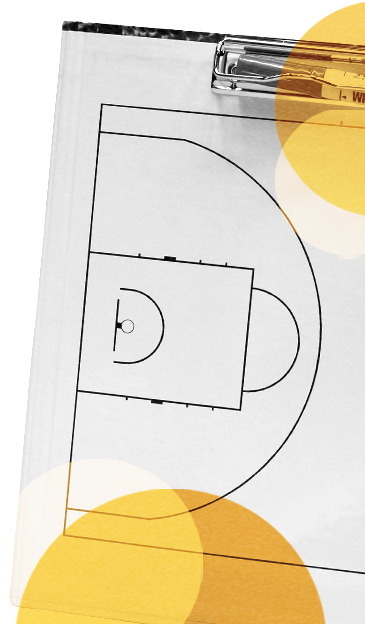
TOIVOTTU HARJOITUSVAIKUTUS

ON VALMENNUSTOIMINNAN ”PUNAINEN LANKA” – TOIMINTAA OHJAAVA PERIAATE

KOHDISTUU NIIHIN OPPIMISTAVOITTEISIIN JA TEEMOIHIN, JOIHIN VALMENTAJA VOI TOIMILLAAN VAIKUTTAA

MÄÄRITTÄÄ HARJOITELTAVAT SISÄLLÖT, TOISTOMÄÄRÄT, VALMENNUKSEN INTERVENTIOT JA ARVIOINTIMENETELMÄT

JOHTAA KESTÄVÄÄN OPPIMISEEN



Oppiminen urheilussa

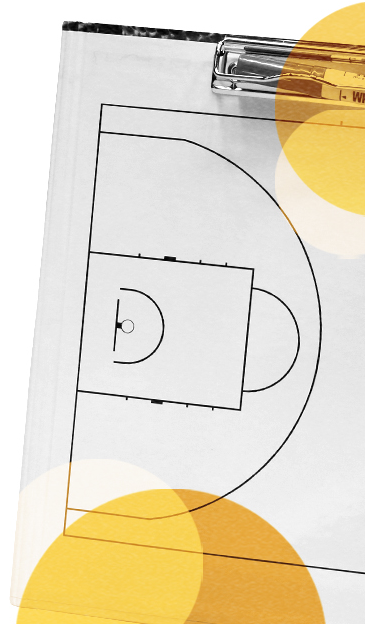
Toivottu harjoitusvaikutus – Toistot - Arviointi

TOISTOT

RYHMITTELYN JA ORGANISOINNIN AVULLA VARMISTETAAN TOIVOTTU TOISTOJEN JA LIIKKEEN MÄÄRÄ SEKÄ INTENSITEETTI.

JOHTAA SIIHEN, ETTÄ HARJOITUKSESSA ON VÄHÄN JOUTOAIKAA.

MATALAN INTENSITEETIN HARJOITTEISSA TOISTOJEN MÄÄRÄ KOROSTUU.



Oppiminen urheilussa

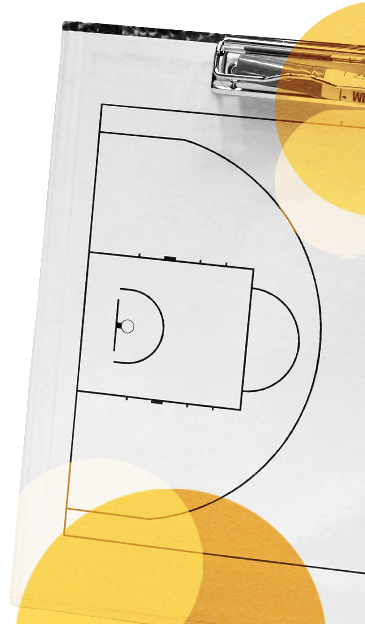
Toivottu harjoitusvaikutus – Toistot - Arviointi

ARVOINTI

TOTEUTUIKO TOIVOTTU HARJOITUSVAIKUTUS?

TULIKO RIITTÄVÄSTI TOISTOJA?

KOHDISTUIVATKO VALMENTAJAN INTERVENTIOT ”OIKEISIIN ASIOIHIN”?



Oppiminen urheilussa

Hyvä station

OPPIMISTA EDISTÄVÄ ILMAPIIRI

TAIDOT JA TEHTÄVIEN ASETTAMAT VAATIMUKSET TASAPAINOSSA

RIITTÄVÄSTI TOISTOJA

SYNNYTTÄÄ MONISUUNTAISTA VUOROVAIKUTUSTA

OPPIMISTA EDISTÄVÄ PALAUTE

