

Urheilijan taidot ja ominaisuudet: Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

2.2 KORIPALLOVALMENTAJAN JATKO-OPINNOT

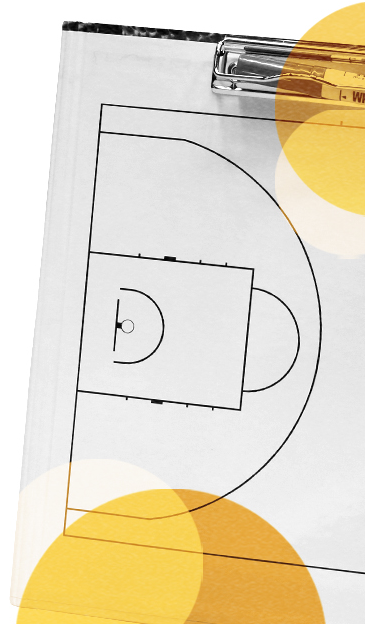


Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

Tavoitteet

SUSI-PELAAJAN HUONEENTAULU

**VALMENTAJA VALMENTAA MUUALLAKIN KUIN
KORIPALLOSALISSA**



Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

Susi-pelaajan huoneentaulu

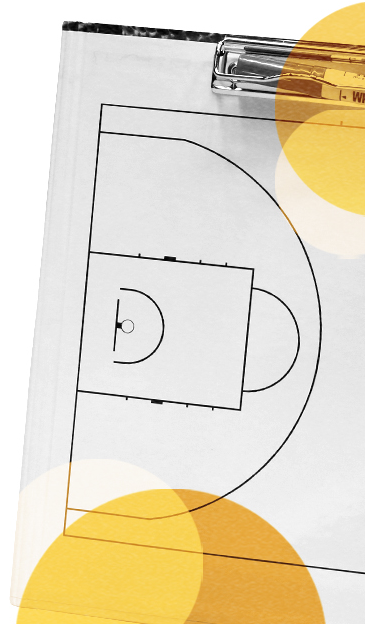
24/7 -urheilijana

Winner's mind -
compete



Me ennen minua

Act first

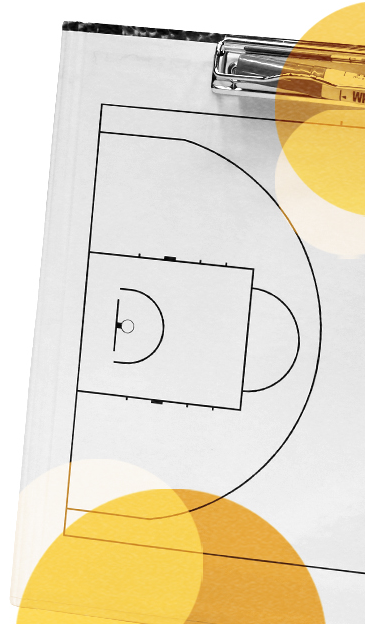


Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

24/7 -urheilijana

TEE JOKA PÄIVÄ UUSI ENNÄTYS

- VALMISTAUDU HENKISESTI, FYYSISESTI JA ÄLYLLISESTI
- SYÖ TERVEELLISESTI JA MONIPUOLISESTI
- JÄTÄ KAIKKI KENTÄLLE
- LIHASHUOLTO, LEPO JA UNI



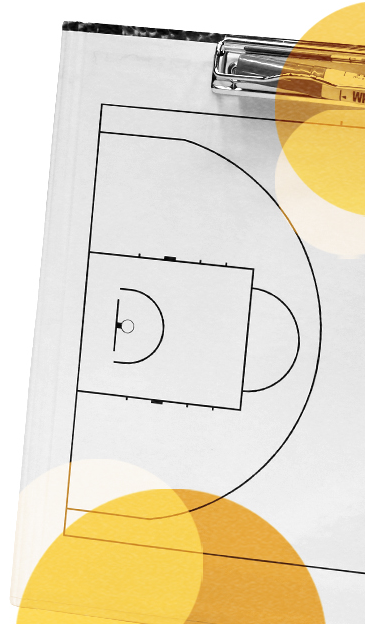
Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

Winner's mind - compete

KEHITÄ ITSEÄSI JOKA PÄIVÄ PAREMMAKSI

VOITA KAKSINKAMPPAILUT

- VOITTAJAN AJATTELUTAPA JA KEHON KIELI
- EI TEKOSYITÄ
- PELAA PARHAASSA PELIASENNOSSA
- VOITA 1VS1 –PELITILANTEET, OMA METRI JA IRTOPALLOT
- OTA ENSIMMÄINEN KONTAKTI, VOITA LEVYPALLOT

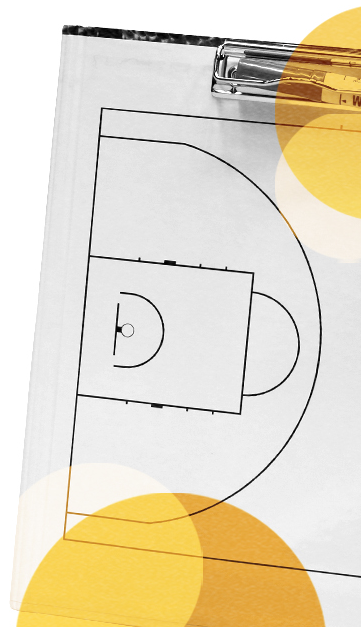


Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

Me ennen minua

RAKENNA JOKA PÄIVÄ PAREMPAA JOUKKUEHENKEÄ

- KOMMUNIKOI – PUHU PALJON, KUUNTELE VIELÄ ENEMMÄN
- AUTA JA NEUVO KAVEREITA
- TEE PARHAASI MYÖS VAIHTOPENKILLÄ
- ÄLÄ VIESTITÄ JOUKKUEEN ASIOITA ULKOPUOLISILLE

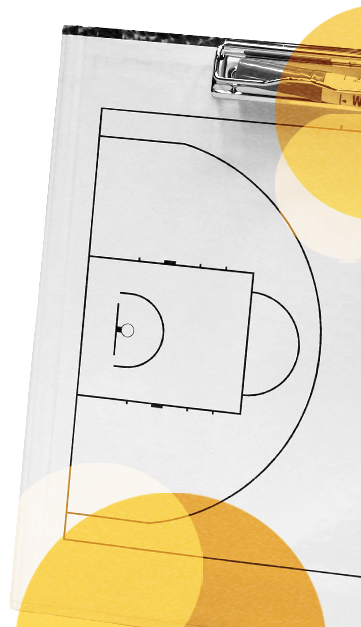


Urheilijan tavat hyvien tapojen näkökulmasta

Act first

OLE JOKA HETKI PELISSÄ SISÄLLÄ

- HAVAINNOI, ENNAKOI JA TOIMI AJOISSA
- PELAA PARHAASSA PELIASENNOSSA
- SYÖTÄ PALLO VAPAALLE PELAAJALLE, ÄLÄ POMPUTA TURHAAN
- HYÖKKÄÄ – OLE AKTIIVINEN JA TEE ALOITE



Valmentajan rooli on keskeinen

TEE AJATUSKARTTA. KESKELLÄ VALMENTAJA,
YMPÄRILLÄ HUONEENTAULUN OTSIKOT.

MITEN VALMENTAJA OMALLA TOIMINNALLAAN
VAIKUTTAA URHEILIJAN HYVIEN TAPOJEN
VAHVISTAMISEEN?

ESITTELE AJATUSKARTTASI TOISELLE.

