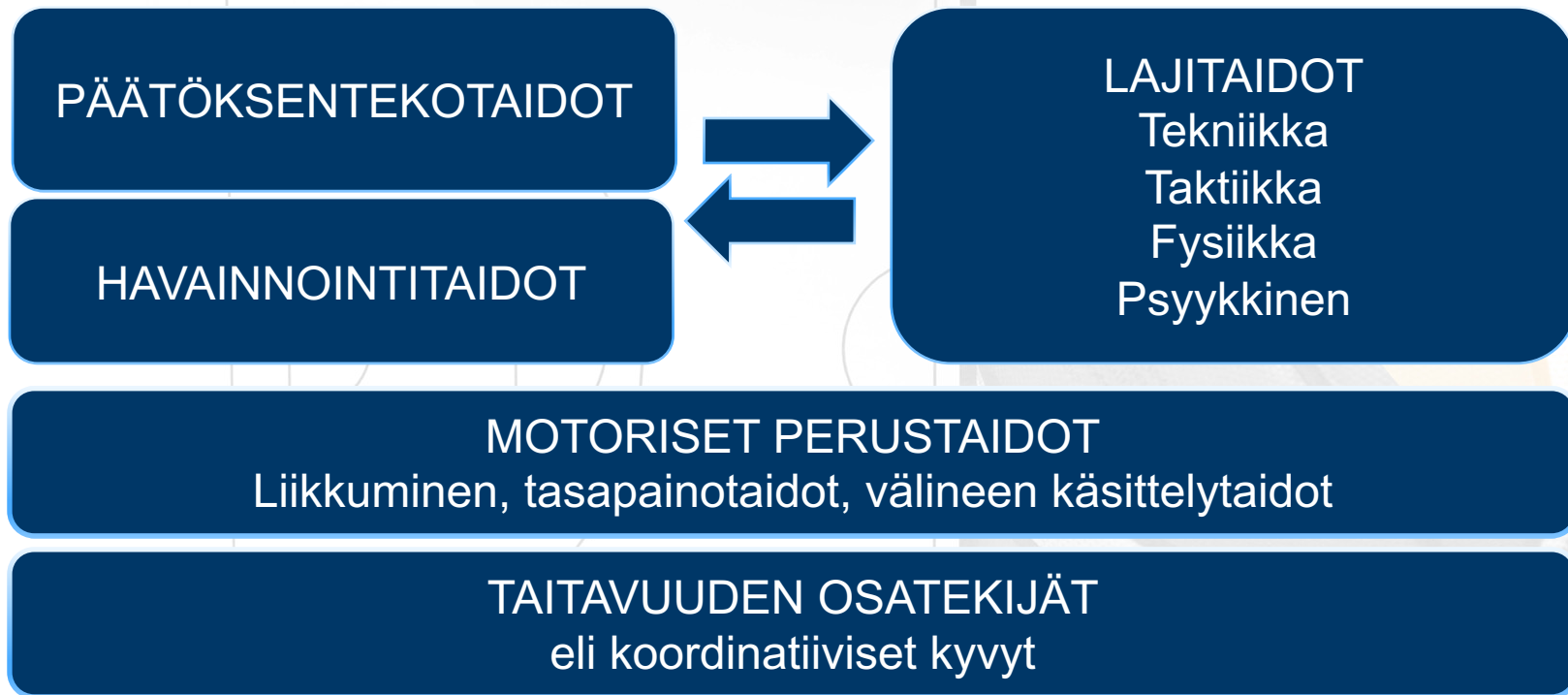


Taito ja taitavuus

LVV 2025-2026
Lähijakso 3



Mitä tarkoitamme, kun puhumme taidosta?



Mitä on taito?



- Opittua kykyä ratkaista pelissä vastaantulevia ongelmia.
- Perustuu liikkeeseen ja havainnointiin
- Tilanne- ja kontekstisidonnaista
- Kykyä soveltaa liikettä sujuvasti muuttuvaan tilanteeseen

- Taito on enemmän kuin vain tekniikka
- Tekniikka on kykyä toteuttaa tehtyjä valintoja.



Miltä taito näyttää?



Mutta taito näyttää myös tältä

LIVE NOW

TURKISH AIRLINES EuroLeague

MOZZART

uludağ

BE SRAD

TURKISH AIRLINES EuroLeague

TURKISH AIRLINES EuroLeague

TURKISH AIRLINES EuroLeague	PARTIZAN	26	I. BONGA	3FG
1 ST 47.0	21	PARIS	34	FOULS 2/2

04:44 / 15:53

280120...I SUUNIA how bas...and.docx 2025.xlsx koulutus...062024 Oppimisesta



Kyvyt eli Taitavuuden osatekijät

Orientoitumis- eli suuntautumiskyky	Kyky tajuta raajojen ja kehon asennot sekä niiden muutokset	Yhdistelykyky	Osaliikkeiden yhdistäminen Yhtäaikaisten liikkeiden tekeminen
Erottelukyky	Kyky säädellä lihasjännitystä ja rentoutta sekä liikesujuvuutta ja taloudellisuutta	Muuntelu-, mukautumis- ja sopeutumiskyky	Kyky sopeuttaa liikeradat ja voimankäyttö muuttuviin tilanteisiin ja olosuhteisiin
Reaktiokyky	Kyky reagoida tarkoituksenmukaisesti ja nopeasti eri aisteilla vastaanotettuihin ärsykkeisiin	Ohjauskyky	Liikkeen tarkkuus ja vakiointi
Rytmikyky	Kyky liikkeiden/suorituksen tarkoituksenmukaisen rytmin löytämiseen ja toteuttamiseen	Kyky erilaistumiseen	Kykyä tehdä erot läheisesti samankaltaisten liikkeiden välillä
Tasapainokyky	Tasapainon ylläpitäminen (säilyttäminen) ja sen uudelleen saavuttaminen	Ketteryyskyky	Kyky nopeaan kehon liikesuunnanmuutokseen
		Ennakointi	Liikevaraston suuruus ja hyväksikäyttö

Motoriset perustaidot

Liikkumistaidot

- käveleminen
- juokseminen
- loikkiminen
- hyppiminen
- kiipeileminen
- laukkaaminen
- liukuminen
- kinkkaaminen

Tasapainotaidot

- pystyasennot
- pää alaspäin asennot
- pyöriminen
- heiluminen
- pysähtyminen
- väistäminen
- koukistaminen
- ojentaminen
- kieriminen

Välineen käsittelytaidot

- vierittäminen
- heittäminen
- potkiminen
- työntäminen
- lyöminen
- pomputteleminen
- kiinniottaminen

ÄLÄ KIIREHDI - ÄLÄ TUHLAA AIKAA

Varhaisessa vaiheessa et voi voittaa vielä mitään, mutta saatat hävitä jo hyvin paljon.

Ajatuksia taidon oppimiseen

YHTEISKESKUSTELU

”Tekemällä oppii”

”Toistoja ilman toistoja”

”Mestaria ei voi kopioida”

”Kyllä keho tietää”

”Minkä ilotta oppii, sen surutta unohtaa”

Taustateoriat taidon oppimiselle

Taidon oppimisen taustateoriat

INFORMAATIO- PROSESSOINTI	EKOLOGINEN MALLI
Mieli ohjaa	Ympäristö ohjaa
Tietoinen toiminta	Jatkuva vuorovaikutus INFORMAATIO ja LIIKE
Valmiit, opitut mallit	”Keho tietää” Kaikki liikkeet erilaisia

ENNAKOIVA PROSESSOINTI

”Taitavuus on ennakointia – todennäköisyyksien tiedostamatonta laskemista: harjoittelu parantaa onnistumista”



Taidon oppiminen

MONIPUOLISUUS

Paljon erilaista ja vaihtelevaa tekemistä

HAUSKUUS
Tarkoittaa paljon toistoja ja oppimista

LAPSILÄHTÖISYYS

Innostuminen ja motivoituminen lähtee tekijästä ei valmentajasta



Taidon oppimisen kolme vaihetta

Kognitiivinen vaihe (karkeamotorinen)	Vaatii tietoista mietintää. Hidasta, epävakaata, kuormittavaa.
Assosiatiivinen vaihe (hienomotorinen)	Suoritukset sujuvoituu, keventyy. Kyky havainnoida laajenee.
Automaatiovaihe (automatisoitunut)	Tiedostamatonta toimintaa. Nopeaa, sujuvaa, muokkautuvaa ja yksityiskohtaista.



Vinkkejä taidon oppimiseen

- Paljon toistoja – edellyttää iloa, innostusta, motivaatiota
- Paljon variaatiota – samaa asiaa erilaisissa tilanteissa
"toistoja ilman toistoja"
- Vuorovaikutusta ja osaavaa palautteen antamista
- Monilajisuus ja monipuolisuus – Parkour (siirtovaikutus)
- Aistien poissulkeminen – "Mitä opit kun suljet silmät?"
- Taitava valmentaja on lapsen ja oppimisen taustalla
"Ympäristö ja liike opettavat"
- Pihapeliä taika!



Anna ympäristön opettaa

- HYVÄ OPPIMISYMPÄRISTÖ ON PARAS OPETTAJA!
 - Innostaa
 - Haastaa
 - Tarjoaa tilaa kokeilulle
 - On muunneltavissa
 - On turvallinen
 - Tukee luontaista vuorovaikutusta
 - Saavutettavuus tärkeämpää kuin laatu!





PatchFitness

VIVA

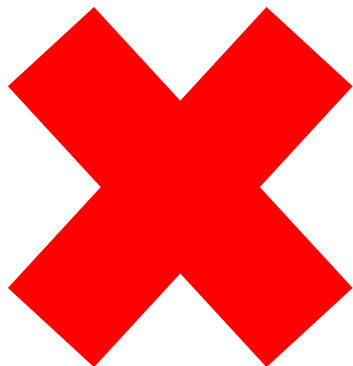


YHTEENVETO – Taito ja taitavuus

”Luo vahva perusta tulevalle kehittämiselle”

Oppiminen ei synny tyhjästä!

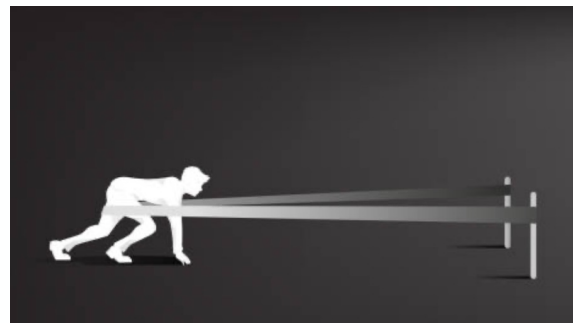
Ovatko motoriset perustaidot pelaajillesi oppimisen



ESTE



HIDASTE



vai KATAPULTTI

**Monipuolisesti
Riittävästi
Innostavasti**

**Ilman kiirettä, mutta
aikaa hukkaamatta**

