



HAVAINTOJA JA KOKEMUKSIA KANSAINVÄLISESTÄ KORIPALLOSTA

Joonas Iisalo
joonasiisalo.com
joonas.iisalo@gmail.com



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI

AGENDA

1. Valmennus
2. Pelaajat / Joukkue
3. Harjoittelun tehostaminen
4. Kysymykset

HAVAINNOT SEURAAVISTA KOKEMUKSISTA

Eurocup ja VTB-liiga apuvalmentaja

3 vuotta juniorimaajoukkueen apuvalmentajana

3 x junioreiden MM-kisat observoijana

2 x junioreiden EM-kisat observoijana

3 x jenkeissä opintomatalla

VAT, HKVT, FECC

Kansainvälisiä valmentajaklinikoita

Juniorimaajoukkuepelaaja

KONTEKSTI

Kansainvälinen huippupelaaja.

Kansainvälinen huippuvalmentaja.

Pyramidin huippu.





1. Valmennus

BASKETFI

VALMENNUS

KORISTA 24/7

VALMENNUS

Mitä pelissä oikeasti tapahtuu?

Kuinka monta staattista peliasentoa?

Kuinka monta rannesyöttöä suorassa linjassa?

Kuinka monesti katsekontaktia syötöissä?

BASKETFI

VALMENNUS

Opeta koripalloa
niinkuin näet
huippupelaajien
tekevän äläkä
niinkuin sinua
on opetettu.



FEDERATION INTERNATIONALE DE BASKETBALL
INTERNATIONAL BASKETBALL FEDERATION

BASKETBALL FOR YOUNG PLAYERS

GUIDELINES FOR COACHES



EUROPEAN ASSOCIATION BASKETBALL COACHES



WORLD ASSOCIATION BASKETBALL COACHES

VALMENNUS

PÄÄVALMENTAJA asettaa standardit:
Kulttuuri, Staffi, Joukkue, Pelaajat



VALMENNUS

Tavoitteet:

Prosessi => Suoritus => Tulos



VALMENNUS

Katsoja ja fani
vai
valmentaja ja analysoija?



VALMENNUS

Negatiivisuus vai kriittinen ajattelu?

Ongelma vai ratkaisu?

VALMENNUS

Kova työ ei riitä.
Extratyo.



VALMENNUS

Huippuvalmentajan työ:

Ylityötunnit. Yötyötunnit. Oudot työtunnit.



VALMENNUS

Pelaajia ei kiinnosta kuinka paljon tiedät, ennen kun he tietävät kuinka paljon välität.



VALMENNUS

Kuinka paljon kosketuksia / halauksia harjoituksissa ja otteluissa?



VALMENNUS

Konsepti.

2 minuuttia.

2 tuntia.

VALMENNUS

Valmius muuttua ja kehittyä.

“What’s interesting is that he always pushes his coaching staff to argue with him. Sometimes he reminds me of one of those Greek philosophers, the sophists, who tried to find the truth through arguments. He really encourages discussion on a variety of opinions, seeing them as a means to improve as a unit.”

- Ettore Messina on Gregg Popovich



APUVALMENTAJILLE

Käyttäydy kunnioituksella päävalmentajaa kohtaan. Kysy kysymyksiä. Tee kompromisseja. Ole valppaana aina. Tee muistiinpanoja. Tee ei pyydettyä työtä. Mikään työ ei ole liian iso tai pieni. Tiedä mitä et tiedä. Feikkaa ennen kun opit. Hae tietoa menneestä. Opiskele itseäsi varten.

90% analysointia, 10% tunnetta.

Ole valmis.

2. Pelaajat / Joukkue

PELAAJAT / JOUKKUE

Kohtaavatko tavoitteet ja toiminta?

BASKETFI

PELAAJAT / JOUKKUE

Luonne. Voittajatyyppeä. Persoonaa.

PELAAJAT / JOUKKUE

Mitä positiivisia asioita pelaaja tuo joukkueen kokonaispanokseen?

Doc Rivers: Jos otat pelaajan parhaan ominaisuuden pois niin mitä jää jäljelle?



PELAAJAT / JOUKKUE

Päätöksenteko:

Huippupelaaja.

OK pelaaja.

Huono pelaaja.

BASKET.FI

PELAAJAT / JOUKKUE

KORISTA 24/7

PELAAJAT / JOUKKUE

Päätöksenteko:

Huippupelaaja. Oikea ennakointi.

OK pelaaja. Oikea reagointi.

Huono pelaaja. Ei kumpaakaan.

PELAAJAT / JOUKKUE

0.5 sekunnin sääntö.

”There's game speed and there's anticipation and instincts. Those things can neutralize some testing measurables.” - Bill Belichick



PELAAJAT / JOUKKUE

Erikoisominaisuus.

Esimerkki. Läheltä viimeistely.

BASKET.FI

PELAAJAT / JOUKKUE

KORISTA 24/7

3. Harjoittelun tehostaminen

Harjoittelun tehostaminen

Pelaajien tempo.

Valmentajien tempo.

Huippu-urheilu:

1. 100% tai yli
2. 50-75%
3. 75-90%

Harjoittelun tehostaminen

Taitoharjoittelu:

Aloita heikommalla.

Voimaharjoittelu:

Aloita vahvemmallalla.



Harjoittelun tehostaminen

Kentällä.

Pelipaikat.

Puolustajat.

Harjoittelun tehostaminen

Hyökkäys:

Pienennä tilaa. Pienennä aikaa. Pakoita etelä/pohjoinen.

Puolustus:

Suurena tilaa. Suurena aikaa. Pakoita itä/länsi.

Harjoittelun tehostaminen

Opetta heitonvalinnat alusta alkaen.

Pistä järjestykseen heittojen arvo:

Vapaaheitot

Lay-upit/Postaukset/Rullaukset

Keskietäisyyden heitot

Kolmen pisteen heitot

4. Kysymykset

BASKETFI

Kiitos.

KORISTA 24/7