

# Tekniikkaa vai taitoa?

---

*Blokki- ja randomharjoittelun erottaminen ja  
hyödyntäminen heittotaidon opettamisessa*



# Taustaa

- Oma lähestyminen pelin kautta opettamiseen: termien oppiminen on helpompaa kuin asian sisäistäminen
- Ristiriita "old schoolin" ja oppimisen uuden mallin välillä (??)
- Ihmettely → kiinnostuminen → selvittäminen → selittäminen

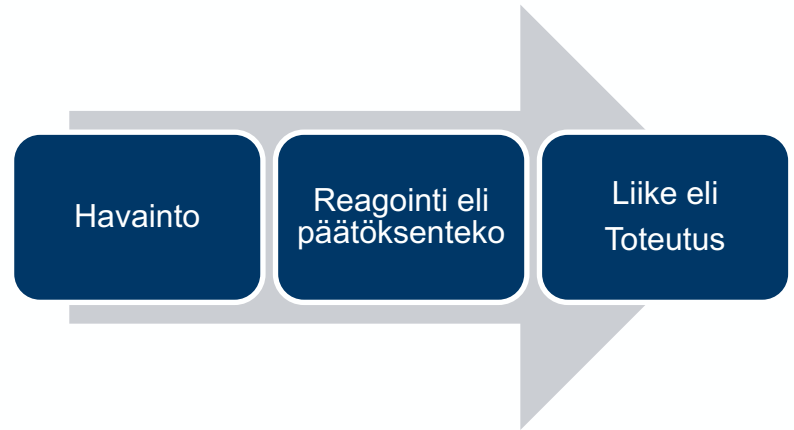


# Käsitteet

- Blokkiharjoittelu = peräkkäisiä samanlaisena toistuvia suorituksia (peräkkäisharjoittelu, suljettu harjoite)
  - Sama ratkaisumalli toimii aina
  - Harjoittelu on osaamisen vahvistamista
- Randomharjoittelu = ulkopuolisen syötteen määräämä tilanne – toistoja ilman toistoja (satunnaisharjoittelu, avoin harjoite)
  - Ratkaisu muodostetaan tilannekohtaisesti
  - Uuden oppimista ja vanhan laajentamista



- Taito = kyky ratkaista kentällä vastaan tulevia muuttuvia tilanteita
  - Kyseessä aina oppijan, tehtävän ja ympäristön vuorovaikutus
- Tekniikka = kyky toteuttaa tehtyjä valintoja tehokkaalla ja halutulla tavalla
  - Työkaluja pelaamiseen



**Tekniikka ei ole synonyymi taidolle. Ei sekoiteta niitä keskenään!**

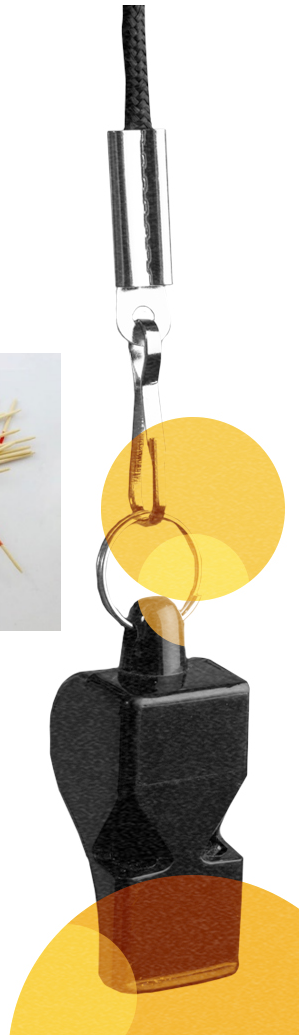
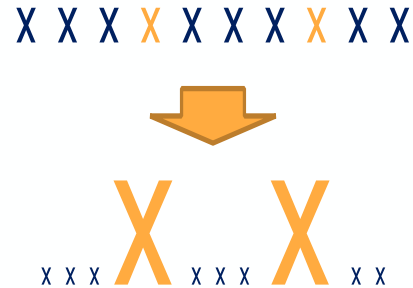
# Perustelu: Miksi pyörittelemme termejä

- Valmennuksen:
  - Tavoite on pelaamisen parantaminen
  - Tehtävä on löytää keino, miten siihen päästään
- Pelaamisen parantaminen vaatii:
  - Teknistä osaamista, että saadaan asioita toteutettua
  - Pelitaitoa, että osaamme valita tilanteeseen sopivan tekniikan
- Valmentajan tehtävä on tunnistaa avun tarve:
  - Blokkiharjoittelu on tehokas tapa opettaa rajattua taitoa
  - Randomharjoittelua tarvitaan, koska pelissä ei voi tehdä päätöksiä etukäteen



# Johtoajatukset oppimisen synnyttämiseksi

- 20% → 80%
  - Löydä olennaiset asiat, niin yksityiskohdat korjaavat itsensä
  - Kokonaisuus ennen palapelin palasia
- TLC-metodi = opetusmalli
  - Opettamista, oppimista, kilpailua
  - Toimivaksi todettu opetusmalli: kilpaile, opeta, opettele, kilpaile



# Drillit

- Competition – Tools (Teaching & Learning) – Competition
- Drilli 1 – kilpailu: 2v2 flash vaparille
- Drilli 2 – opetus: työkaluja
  - Koppi: viritetty koppi, löydä oma heittotasku
  - Rytmi: kopista valmis, jalkatekniikat
  - Saatto: kyynärpää korkealle, ranne napsahtaa

! LÄHTÖ !

! SUJUVUUS !

! LOPPU !





- Drilli 3 – oppiminen: 2v1
  - Valinnan tekeminen
  - Heti valmis, heitto vai syöttö
- Drilli 4 – oppiminen: 1v ¼ → 1v1
  - Tilan luominen
  - Rajattu puolustaja (kylmä, lämmin, kuuma)
- Drilli 5 – kilpailu: takaisin ensimmäiseen (hieman huijaten)
  - 2v2 flash vaparille: annetaan hyökkääjälle vähän hyvää





# Tiivistelmä

BLOKKI

RANDOM

- Eron vääranlaisesta lokeroinnista
- Tarvitsemme sekä teknistä osaamista että pelitaitoa
- Valmentajan tehtävä on: Hallita, tunnistaa, toteuttaa
- Tekemisen laatu ratkaisee!
  - Huono randomharjoittelu tuottaa kaoottista epäkoripalloa
  - tyhjästä ei synny oppimista
  - Typerä blokkiharjoittelu tekee teknisesti taitavan pelaajan, joka ei osaa pelata



# Tiivistelmä

BLOKKI

- Eroon vääränlaisesta harjoittelusta
- Tarvitsemme enemmän teknistä osaamista
- Valmentajan tärkeys
- Tekemisen laatu
  - Huono random harjoittelu
  - tyhjästä ei syntyä mitään
  - Typerä blokkiharjoitus, jossa on paljon tekemistä, mutta ei tuloksia, koska ei osaa pelata

KILPAILUA,  
TYÖKALUJA,  
KILPAILUA

JUOKSEMISTA JA  
KAMPPAILEMISTA

BLOKKIHARJOITTEULLA  
TEKNISTÄ OSAAMISTA,  
RANDOMHARJOITTELLA  
PELITAITOA

RANDOM



# Tiivistelmä

Parhaimmillaan pystymme tukemaan pelaajan teknistä osaamista ja sen siirtymistä pelikentälle taidoksi.

...sillä...

Loppujen lopuksi kyse valmentamisessa on vain siitä, kuinka onnistumme auttamaan pelaajiamme saavuttamaan enemmän onnistumisia ja sitä kautta pelaamisen iloa.

- Typerä blokkiharjoitus, jossa pelaaja, joka ei osaa pelata

PELITAITOJA

DOM

