

**Parempia pallonkäsittelijöitä: Teknisen**

**taitavuuden oppiminen, innostavan tekemisen**

**kautta**

---

*Vili Suntinen, Lasten valmennusseminaari 2026*



# Vili Suntinen

---

Isä, koripallovalmentaja

Koripallovalmentajana:

Helsingin NMKY, Pohjois-Haagan yhteiskoulu, Susi All-Stars

Kasvattajaseura: Lahden NMKY

Valmennuskokemus/saavutukset:  
6-19-vuotiaden valmennus, tyttöjä ja poikia 10-vuoden ajan päätoimisena

Valmennustyötäni kuljettavat arvot:  
uteliaisuus, taitavuus, ahkeruus, rohkeus

- Parempia pallonkäsittelijöitä
- Teknisen taitavuuden oppiminen
- Innostavan tekemisen kautta



# Mitä kaikkea on pallonkäsittely koripallossa?

- Syöttämistä
- Kuljettamista
- Ajamista
- Oman ohittamista
- Pallon suojaamista
- Harhauttamista

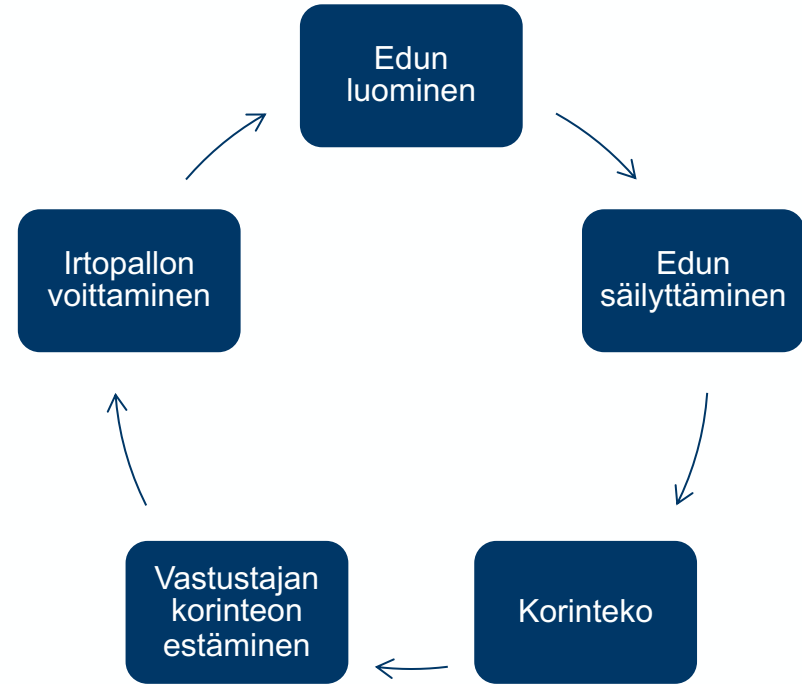
= pallonkäsittely vaatii paljon taitoa



# Taitavuus – yksi esimerkki

## ”Ongelman ratkaiseminen”

- Eräänlaisen taitokäsityksen mukaan, taitavuus on ongelmanratkaisua (Bernstein)
- Pelin näkökulmasta valmentaja voisi luoda ongelmia pelaajille ratkaistavaksi, muokkaamalla puolustusta tai hyökkäämistä
- Oikealla esimerkki omasta viiden ydinongelman jaottelusta



# Parempia pallonkäsittelijöitä – valmennuksen taito

- Peli ohjaa kehittymistä, pelaajat taidollistuvat pelin sisällä, halusi valmentaja tai ei.

Siksi ajattelen että:

- Peliä ei tarvitse kontrolloida, vaan muokata oppimisille suotuisaksi – taitotaso huomioiden
- Taitava valmennus muokkaa peliä niin, että olisi mahdollista ennustaa mikä asia sillä hetkellä peliä pelaamalla kehittyä
- Jos tavoite on saada parempia pallonkäsittelijöitä, kannattaa pelata peliä niin, että taitava pallonkäsittely mahdollistuu.



# Oma esimerkki

---



# Opetusjärjestys ja ”pallonkäsittely lasit”

- Pelaamalla (valmentajien johdolla) opetellaan koripallon säännöt
- Pelin vauhtia yritetään kasvattaa (erilaisilla valmennuksen toimilla)
- Pelissä opetellaan käyttämään tilaa (pelaamaan puolella kentällä)



# Ensiksi opetellaan pelin säännöt

- Kun harjoitellaan kilpailemaan/ pelin sääntöjä, keskittyminen pallonkäsittelyn näkökulmasta on:

## **A) Pää ylhäällä pelaamisessa, vapaalle pelaajalle syöttämisessä**

B) Sääntöjen mukaisessa kuljetuksessa

C) Pallon suojaamisessa (puolustajan opettaminen riistämään)



# Vauhti kasvaa...

- Kun opetellaan vauhdin lisäämistä peliin (koko kentän hyökkäämistä), pallonkäsittelyn rooli taitavassa pelaamisessa kasvaa.

A) Syöttäminen vapaalle pelaajalle (pää ylhäällä pelaaminen)

B) Tyhjään tilaan hyökkääminen ja oman ohittaminen

Puolustuksella pitää avittaa hyökkäyksen kehittymistä: riistä pallo – pysäytä pallo, kaikki valmiina auttamaan ja vaihtamaan, ehkä tuplaamaan?



# Ja sitten tarvitaan tilaa

Kun opetellaan pelin näkökulmasta tilankäyttöä (puolella kentällä hyökkäämistä), pallonkäsittelyn taitavuuden rooli muuttaa muotoaan

Tässä vaiheessa tuodaan harjoitteluun mukaan:

- A) Oman ohittamista
- B) Ajosta syöttämistä
- C) Leikkaukseen syöttämistä

Tässä vaiheessa puolustuksen pitää osata luoda ongelmia: riistä pallo - pysäytä pallo, muut kohti palloa, estä syöttöjä ja leikkauksia, ei helppoja koreja



# Organisoin peliä:

- Tarvitaan **paljon** ongelmia ratkaistavaksi, ei niinkään "raiteita" tai kiskoja joita pitkin kuljetaan.

- Suosin periaatteita

Pallolliselle: syötä tai hyökkää

Pallottomille: liiku tyhjään tilaan (puolustajan taakse, etupuolelle, korille, tai palloa vastaan) tai screenaa.



# Miksi ajattelen näin?

- Kilpaileminen on koripallon luonnollinen dynamiikka, siksi sen pitää olla läsnä harjoituksissa heti.
- Pelaajan kehitysmatkan alkuvaiheissa pelaajien tulisi saada pelata peliä monipuolisesti, kokeileminen ja rohkea toiminta on helpompaa kun kokemusta (lukkiutumista) on vähemmän. Tavoitteena koripalloilijan "yleissivistys"
- Fyysiset erot ovat pienimillään biologisen iän puolesta, joten kaikilla on mahdollisuus oppia esim. ohittamaan oma pelaaja tai voittamaan leikkauksia



# Teknisen taitavuuden oppiminen

(?)

Taito on kykyä ratkaista ongelmia, tekniset työkalut auttaa ratkaisemaan ongelmia tehokkaalla tavalla

Näkökulma:

- "Oikeita" tekniikoita voi oppia avoimien peliharjoitteiden kautta, tekniikkaharjoittelua voisi taas soveltaa silloin kun pelaajan valitsema tapa ratkaista ongelma on täysin väärä tai epäedullinen



# Tekniikan harjoittaminen?

- Kehotan jakamaan sen harjoitusten sisälle niin kuin vihannekset lasten ruokaan. Sopivan vähän...

Sitten kun harjoitellaan tekniikoita, tehdään se:

Terävästi = kisa/hippa

Tarkasti = valitse yksi ja rajattu aihe

Toistuvasti = samaa asiaa useasti ja useassa harjoituksissa



# Miten olen päätenyt ajattelemaan näin?

- Valmentajan tärkein tehtävä harrastuksen alkumatkalla on innostaa lapset pelaamaan koripalloa.

Jolloin pitää kysyä:

Miksi lapset tulevat korisharjoituksiin?

Mikä on heidän mielestä mielekästä?

Miten harjoittelu saadaan kuitenkin eteenpäin liikkuvaksi?



# Hyvä muistaa

- Keskittyminen on taito, jota kasvava lapsi oppii. Turha soutaa vastavirtaan, vaikka sen takia että saisi oman tahtonsa läpi...
- Suomessa pihapelikulttuuri, spontaani pelaaminen ja sitä myötä kisailu on hiljentynyt... Meidän pitäisi urheilutoimijoina olla valistuneita ja opettaa siihen...



# Innostavan tekemisen kautta?

---

Mitä on innostava tekeminen?

- Pelin kautta oppimista → pelitilanteesta edustavasti mallinnettujen pienpelien kautta oppimista
- Työkalujen oppimista → Keinoja ratkaista ongelmia, joita koripallokentällä ilmenee

# Innostavan tekemisen kautta

- Vauhtikuljetushippa (vauhtikuljetus)
- Kilpihippa (harhauttaminen)
- Peli ilman kuljetusta (syöttäminen)
  - Esimerkki puolustajan toiminnan muokkaamisesta
  - esimerkki suljetusta tekniikkaharjoittelusta
- 1vs1:  
ohittaminen (rajoitus) ja tilamanipulaatio
- 4vs4
  - A) Palosäntö, jos kuljetat saat syöttää vasta 3 sek. alueelta
  - B) Kaksi perättäistä syöttöä ja puolenvaihto ennen koria pl. suora syöttö leikkaukseen



# Kysymyksiä?



**Kiitos**