

Hyvä koripalloharjoitus

Lämpö ja laatu



Sisältö

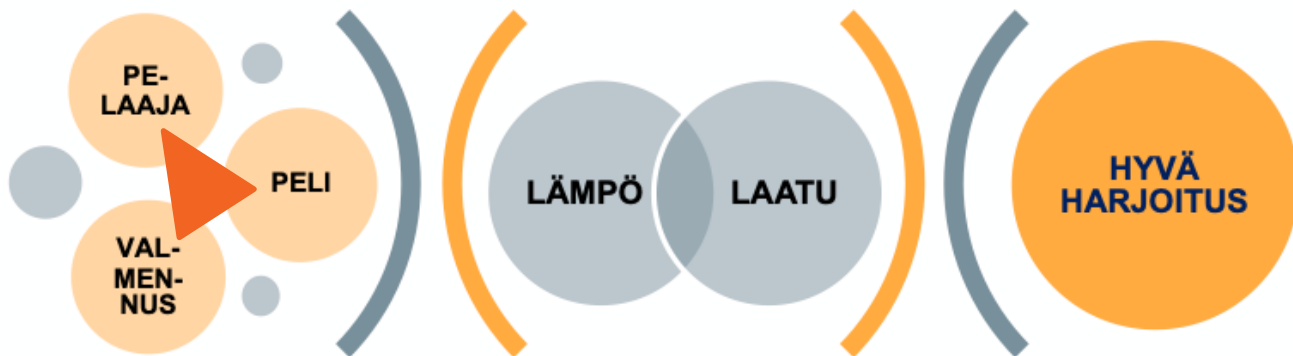
Osaava juniorivalmentaminen sisältää sekä lämpöä että laatua.

Osaavalla juniorivalmentajalla on sekä pedagogista että didaktista osaamista.

Lasten valmennuksen **keskiössä ovat osallistuva lapsi, yksilöllinen kohtaaminen ja onnistumisten mahdollistaminen.**

LÄMPÖ JA LAATU

Lämpöä ja laatua lasten koripalloon



Lapsilähtöisyys = lapsi ja lapsen kokemus keskiössä
- Kohtaamista, iloa ja laadukasta tekemistä -

Lämpö

- Syntyy:
 - Tunteista – välittämisestä – inhimillisyydestä – kohtaamisesta – vuorovaikutuksesta – yhteisöllisyydestä – huomaavaisuudesta – suvaitsevaisuudesta
- Syntyy myös:
 - Rajojen asettamisesta – johdonmukaisuudesta – vaatimustasosta – rehellisyydestä
- Vahvistaa samalla sitä, mistä on rakentunut
 - Turvallinen ilmapiiri – Rohkeus rikkoa omia rajoja kiinnittyminen, sitoutuminen, merkityksellisyys

Sisältöosaamisella ei voi korvata kykyä aitoon kohtaamiseen.



Laatu

Hyvältä lasten valmentajalta löytyy:

- Ikäryhmän erityispiirteiden ymmärtäminen.
- Vahva arvopohja: kasvatuksellisuus ja kaikki osallistuvat.
- Kyky kehittää omaa osaamistaan.
- Korkea vaatimustaso turvallisessa ilmapiirissä.
 - Kyky innostaa pelaajat omien rajojen ylittämiseen.
- **Didaktinen osaaminen** eli kyky opettaa.

Kohtaamisella ei voi korvata tarvittavaa sisältöosaamista.



PEDAGOGINEN JA DIDAKTINEN OSAAMINEN

Pedagoginen osaaminen

KYKYÄ RAKENTAA JA VAHVISTAA OPPIMISEN MAHDOLLISUUKSIA
Valmistelua, ryhmän ohjaamista ja yksilön kohtaamista

- Oppimisympäristö
 - Vuorovaikutustaidot
 - Sopivat sisällöt
 - Suunnittelu- ja arviointitaidot
-
- Yksilöllistäminen, osallistaminen
→ Omistajuus ja sisäinen motivaatio



Ymmärrys lasten urheilusta

- Lasten urheiluharjoittelun kolme kerrosta
 - Ilo ja innostuminen
 - Liike ja toistot
 - Opetussisällöt
- Kokonaisvaltaisuus: mukana
 - teknis-taktinen
 - fyysis-motorinen
 - psyykkis-sosiaalinen näkökulma
- Lapsilähtöinen kilpailu toiminnan keskiössä



Didaktinen osaaminen

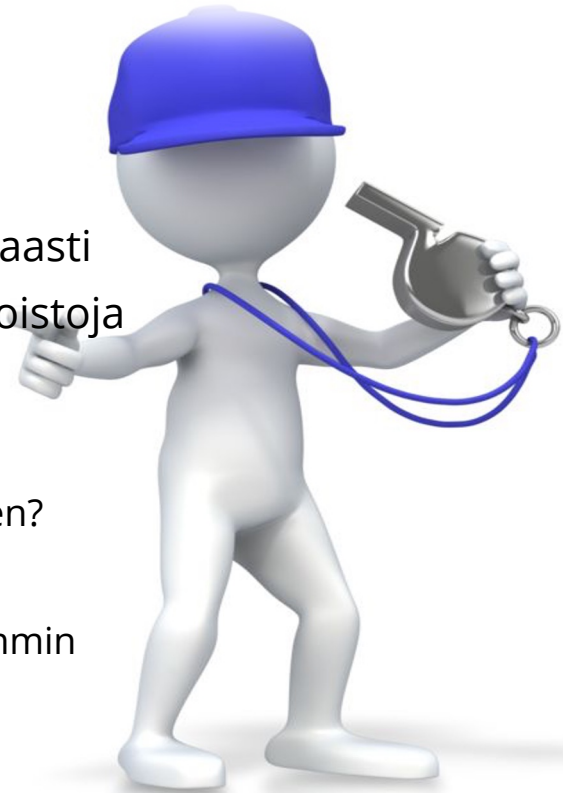
KYKYÄ LAADUKKAASEEN OPETTAMISEEN

- Selkeästi määritelty toivottu harjoitusvaikutus
 - Kun harjoittelemme tätä, **mikä kehittyy?**
- Tarkoituksenmukainen intensiteetti
- Koripalloa kehittävää toimintaa korkealla vaatimustasolla.
 - Pelin ydin: juoksupeli, korintekopeli, päätöksentekopeli



Laadukas opettaminen

- Enemmän oppimista kuin opettamista
- Kun opetamme: usein, vähän, äärimmäisen laadukkaasti
- Oppiminen ei tapahdu ilman (oikean intensiteetin) toistoja
- Selkeästi määritelty toivottu harjoitusvaikutus
 - Millä harjoitteella, millä intensiteetillä, miten valmentaan?
- Selkeästi määritelty vaatimustaso suoritukselle
 - Lasten urheilussa oltava erilaiset kriteerit kuin myöhemmin
- Mietitty suunnitelma sille, mitä täytyy opettaa
 - Parempi jotakin hyvin kuin kaikkea huonosti



Tekninen

(blocked)

- Määrätietoinen valmentaminen
 - Tarkat tehtävät
 - Korkea vaatimustaso
 - Korjaaminen!
- Työkaluja pelaamiseen
→ parempaa peliä
- Lyhyitä pätkiä, mutta silkkaa timanttia 💎



Pelin kautta

(random)

- Myös pelaamista voi (pitää?) valmentaa
- Keskeyttämisen ja pelaamisen tasapaino
- Selkeät säännöt, johdonmukaisuus
- Vaatimus pelaamiselle, esimerkiksi:
 - Front Rim-juoksu
 - Pois laavasta

YHTEENVETO



Lasten suusta

Mikä
urheiluharrastuksessa on
kivointa?
Entä tylsintä?

LAPSEN KASVU JA KEHITYS KESKIÖSSÄ

Tapahtuu ilon, innostumisen ja liikkeen kautta

YKSIÖ-
LÄHTÖISYYS

INNOSTUNUT
OSAAVA
VALMENTAJA

OPPIMISEN JA
OPETTAMISEN
TASAPAINO