



Valmennuslinjaus seuratoiminnan työkaluna

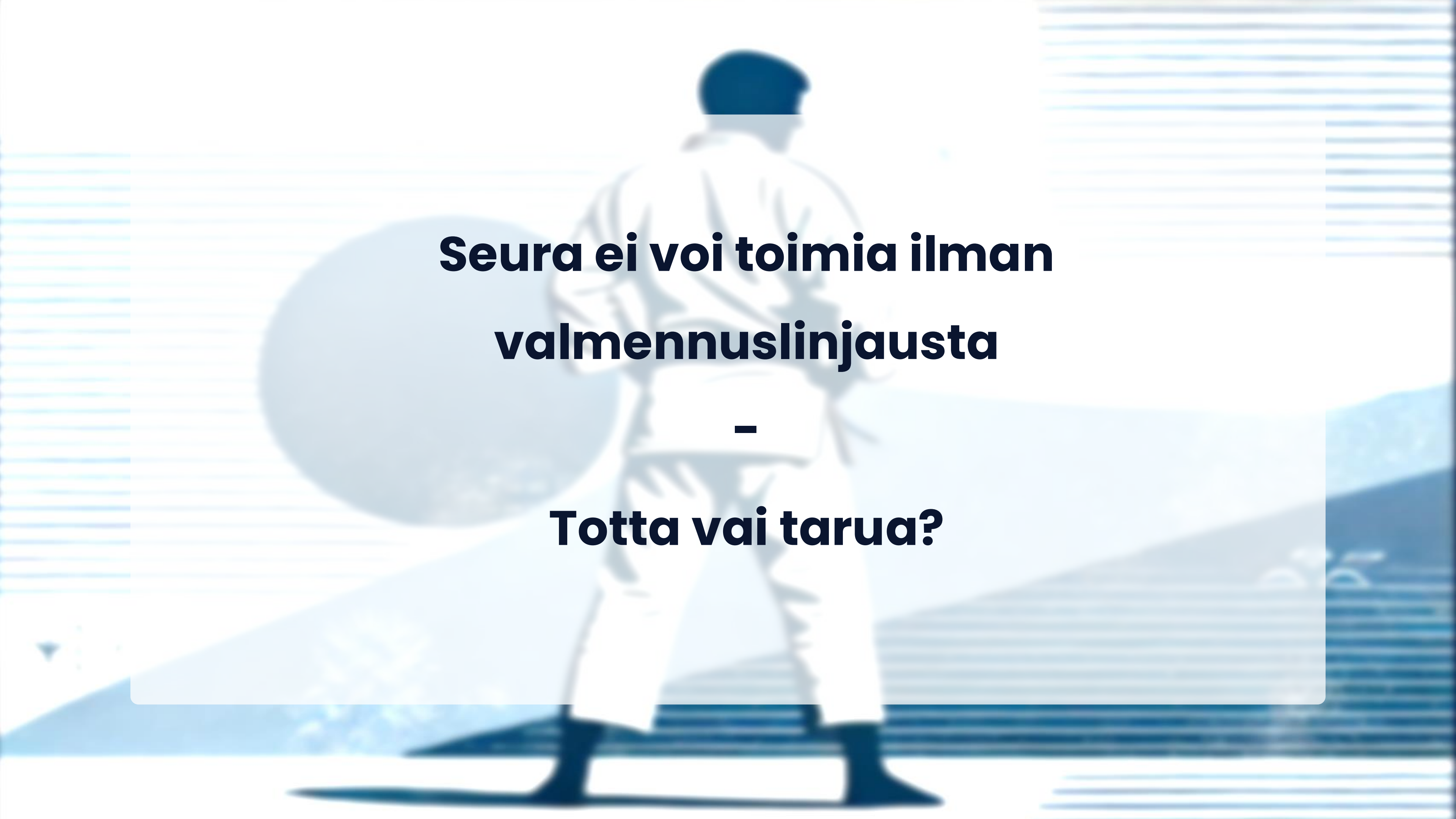
Kokemuksia Espoon Urheilijoista

Lauri Särkilahti, LitM



Miksi Espoon Urheilijat?

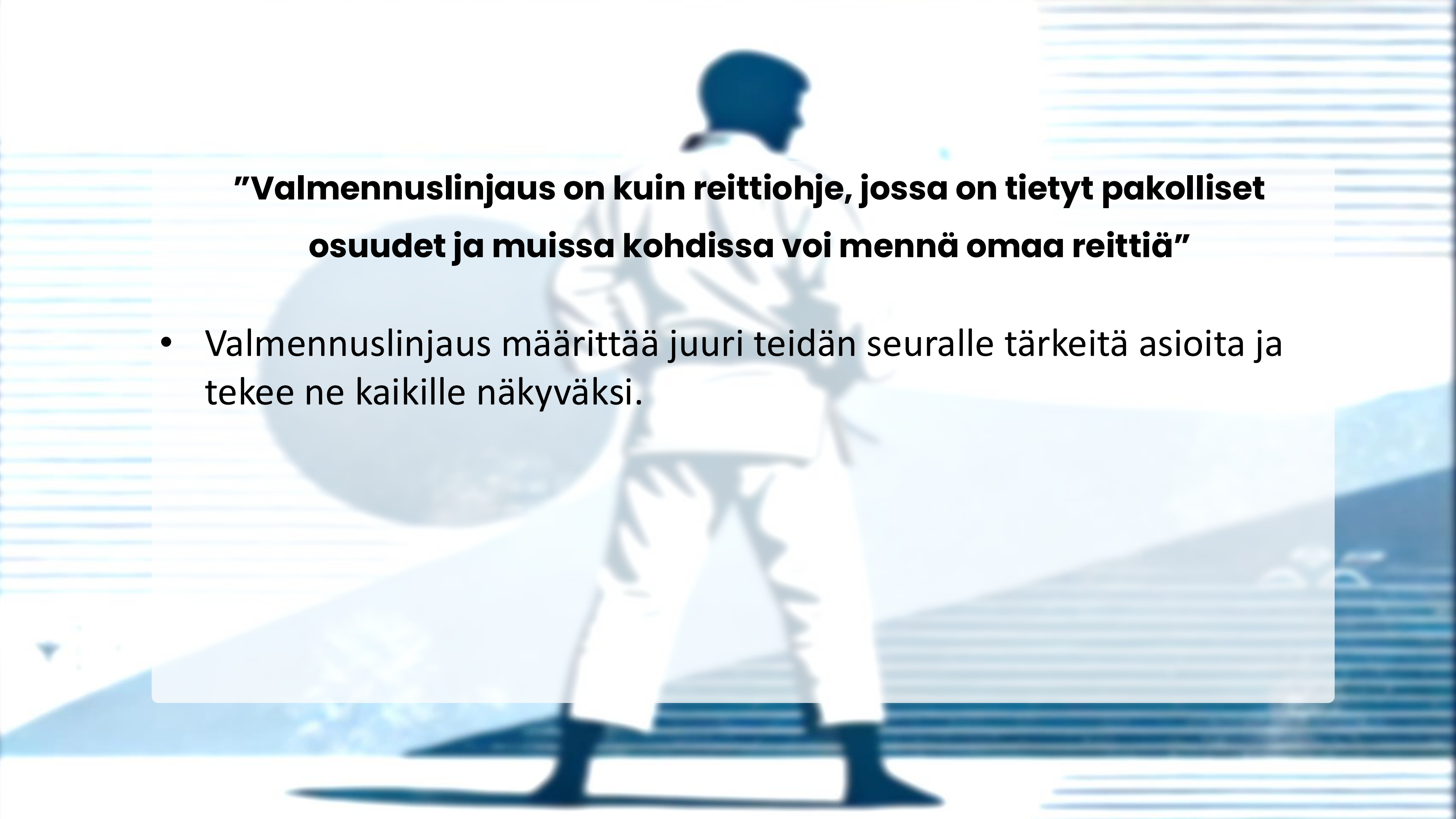
Valmennuslinjaus ei ole vastaus kysymykseen "Miten judoa opetetaan oikein?". Se on vastaus kysymykseen "Millaista judoa juuri meidän seuramme haluaa opettaa – ja miksi?"



**Seura ei voi toimia ilman
valmennuslinjausta**

–

Totta vai tarua?



“Valmennuslinjaus on kuin reittiohje, jossa on tietyt pakolliset osuudet ja muissa kohdissa voi mennä omaa reittiä”

- Valmennuslinjaus määrittää juuri teidän seuralle tärkeitä asioita ja tekee ne kaikille näkyväksi.

LÄHTÖPISTE
Missä olemme nyt?



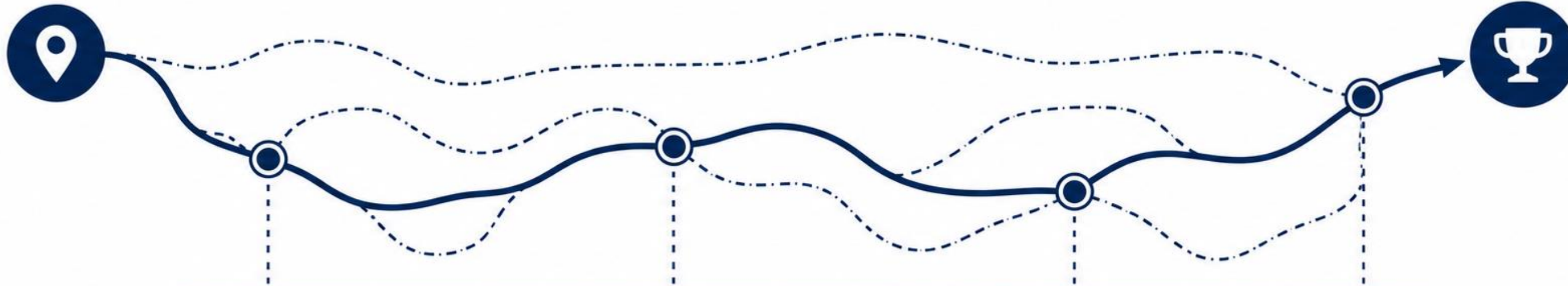
SEURAN STRATEGIA
Määrittää tavoitteen,
mihin olemme menossa.



VALMENNUSLINJAUS
Määrittää reittiä ohjaavat
pakolliset periaatteet ja valinnat.



TAVOITE
Visio / päämäärä,
minne haluamme päästä.



**PAKOLLISET
PÄTKÄT REITILLÄ**

- Seuran arvot
 - Pedagogiset periaatteet
 - Tärkeät toimintatavat
 - Yhteiset linjaukset
- Nämä asiat huomioidaan aina, **riippumatta reitistä.**



MONTA MAHDOLLISTA REITTIÄ
Samaan tavoitteeseen pääsee
montaa reittiä. Reitin valintaan
vaikuttavat mm.



Seuran arvot
ja kulttuuri



Valmentajien
pedagogiset
näkemykset



Ryhmän tarpeet
ja yksilöt



Resurssit ja
olosuhteet



Muut tekijät
ja mahdollisuudet

Mitä meidän valmennuslinjauksessa linjataan?

Mitä kohti valmennuksella pyritään?

- Tarjoamme nuorille (ja aikuisille) monipuolista motorista harjoittelua, mikä tukee heitä tulevaisuudessa jatkavat he sitten judoa tai vaihtavat toiseen lajiin (vrt. kaikki harjoitteet puhtaasti judollisia)

Mitkä asiat ohjaavat valmennusta?

- Yhteinen näkemys taidon opettamisesta kamppailulajeissa
- Tekniikoiden mekaniikan opettaminen keskiössä (vrt. kuvailevat ohjeet)

Miten haluamme valmentaa?

- Ensisijaisen tärkeää on valmentajien ystävällinen ja asiallinen toiminta kaikkia harrastajia kohtaan
- Opetuksessa käytetään kyselemistä, jotta harrastajista saadaan itse ajattelevia ja asioita oikeasti ymmärtäviä judokoita (vrt. kaikki vastaukset valmiina)

Mitä haluamme tehdä johdonmukaisesti?

- Tekniikat opetetaan realistisista tilanteista (oppijoiden taso huomioiden)
- Pyritään opettamaan tekniikka ja vastatekniikka samalla, jotta saadaan oppia myös kamppailun kautta

Miten valmennuslinjaus meillä jalkautetaan käytäntöön?

"Kartasta ei ole hyötyä, jos sitä ei käytä"

Linjaus perehdytetään ja sitä kerrataan

- Uusille apuohjaajille joka syksy pakollinen koulutus, missä linjaus esitellään
- Myös kokeneet ohjaajat osallistuvat vuosittain koulutukseen, missä harjoitellaan linjauksen toteutusta käytännössä

Linjaus toimii ohjaajien työkaluna

- Ryhmäkohtaiset tavoitteet useassa kategoriassa, jotka saavutettuaan voi siirtyä seuraavaan ryhmään
- Harjoitussuunnitelman pohja, joka ohjaa harjoitusten sisältöä linjauksen mukaiseksi

Linjaus näkyy seuran arjessa

- Vuosittainen valmennuspalaveri
- Vuosittainen valmennuskoulutus
- Ohjaajien väliset valmennuspalaverit
- Uusien ohjaajien mentorointi

Linjauksen kehittäminen

- Linjausta tarkastellaan ja sitä päivitetään
 - Tämä päivitystyö on parhaillaan käynnissä

Espoon Urheilijoiden valmennuslinjauksen lyhyt esittely



Miten valmennuslinjaus on auttanut meitä?

Seura

- Tuonut seuralle yhteisen näkemyksen siihen miten/mitä opetetaan ja mihin tähdätään
- Uusien apuohjaajien ja pääohjaajien on helpompi omaksua seuran valmennuskulttuuri
- Seuran oma identiteetti aiempaa selkeämpi

Valmentajat

- Harjoitusten suunnittelu helpottunut yksittäisten harjoitusten ja pidemmän aikavälin osalta
- Henkinen selkänoja mihin nojata päätöksiä tehdessä

Harrastajat

- Johdonmukaisempi valmennus
- Nopeampi kehitys

Lasten ja nuorten huoltajat

- Helpompi ymmärtää mitä ja miten seurassa tehdään
- Helpompi luottaa seuran toimintaan

Mitä tekisimme jälkiviisaina toisin?

"Älkää tehkö niin kuin minä teen, tehkää niin kuin minä sanon"

Linjauksen tekoon koko seura mukaan

- Meillä alkuperäinen työ oli yhden ihmisen tekemä, mikä vaikeutti kaikkien hyväksynnän saamista
- Joukossa on voimaa -> linjauksessa on todella paljon työtä

Linjauksen rakenne selkeämmäksi

- Selkeä tekstimuotoinen dokumentti
- Linjauksen esittelyyn voidaan edelleen käyttää dia-esitystä

Vielä aktiivisempaa työtä jalkautuksessa

- Seuran valmennusvastaavalle enemmän vastuuta/työtä
- Esim. eri ohjaajien harjoitusten seuranta ja keskustelut

An illustration of a person in a white lab coat standing on a large globe. They are holding a magnifying glass over a smaller globe. The background is a light blue sky with a large sun or moon. The text is overlaid on a semi-transparent white box.

***Kun mietitte valmennuslinjauksen
kirjoittamista, miettikää mistä ette halua
tinkiä***