



Peli-ilon puolesta





Tämä on Fortum Tutor -ohjelma!

- Palloliiton ja Fortumin vuonna 2009 aloittama valtakunnallinen yhteishanke, jonka tavoitteena on kehittää juniorijalkapalloilijoiden valmennusta.
- Ohjelmassa on mukana jalkapallon ja kasvatuksen asiantuntijoita, tutoreita, jotka auttavat kokemattomampia valmentajia ja ohjaajia.
- Tutor vierailee joukkueiden harjoituksissa, havainnoi valmennustyötä ja sparraa valmentajaa henkilökohtaisesti.
- Tutoreita on yhteensä noin 50, joista kukin tapaa 15 joukkueen valmentajat. Tutorit jakavat siis oppejaan tuhansien lasten valmentajille.
- Tutoreiden valinnasta ja kouluttamisesta vastaa Palloliitto.
- Haku ohjelmaan on kerran vuodessa.

Lue lisää ohjelmasta myös osoitteessa www.fortumtutor.fi.



Sytytetään yhdessä pelaamisen kipinä!

Fortum Tutor on Palloliiton ja Fortumin yhdessä käynnistämä ohjelma, jonka avulla kehitetään juniorijalkapalloilun parissa toimivien valmentajien taitoja. Hankkeen tavoitteena on taata jokaiselle lapselle innostava harrastus ja osaava valmentaja.

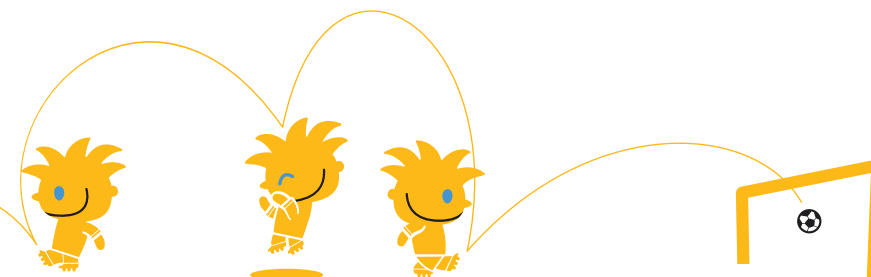
Pähkinänkuoressa idea on tämä: lasten valmentaja saa henkilökohtaisen sparraajan, tutorin, joka auttaa häntä kehittämään omia taitojaan ja antaa hänelle välineitä valmennustyöhön.

Tutor vierailee joukkueen harjoituksissa useamman kerran kauden aikana, havainnoi harjoitustapahtumaa ja antaa valmentajalle konkreettisia keinoja sen parantamiseen. Tutor ei varsinaisesti valmenna lapsia, vaan hän on valmentajien valmentaja. Hänen tehtävänä on tukea valmentajia ja edistää laadukkaan valmennustoiminnan leviämistä juniorijalkapalloilussa.

Tutoreiksi on löydetty todellisia jalkapallovalmentamisen osaajia: huippuvalmentajia, entisiä maajoukkuepelaajia sekä vuosien kokemuksen omaavia juniorivalmentajia ja opetusalan ammattilaisia. Kaikki tutorit on myös koulutettu tehtävään. Jalkapallo-osaamisen lisäksi heiltä edellytetään kasvatus- ja vuorovaikutustaitoja.

Ensisijaisena kohderyhmänä ovat alle 12-vuotiaiden lasten valmentajat, joilla yleensä on vähiten valmennuskokemusta ja aikaa syventyä taitojensa kehittämiseen. Alle 12-vuotiaat lapset ovat myös lajin aakkosten oppimisen kannalta herkimmissä iässä.

Kaikista lapsista ei tule huippupelaajia, mutta kaikilla on oikeus kannustavaan ja innostavaan harrastusyhteisöön. Kuten ohjelman kummi Jyrki Heliskoski toteaa: "Junioritoiminnan tulee olla laadultaan sellaista, että lapsilla roihuaa pelaamisen kipinä."





Pelaaminen on kivaa!
Hyvä valmentaja ei huuda
hirveästi ja kuuntelee
ideoita. Meillä on tosi hyvä
valmentaja. – Mikael, 7 v.


Kiva valmentaja saa
käskeä, mutta ei olla
ankara. Meillä on treenit
kaksi kertaa viikossa, se on
just sopiva. – Matias, 7 v.

Olen pelannut futista neljä
vuotta. Tykkään tehdä
maaleja. Pelaaminen ja jouk-
kuekaverit on parasta futik-
sessa. – Tommi, 7 v.

Koulussa pelaan joka väli-
tunti futista. Isona haluai-
sin ulkomaille pelaamaan.
– Eetu, 8v.

Futiksessa reilu peli on
tärkeintä ja kaverit tosi mukavia.
Treenit ja matsit on yhtä kivoja.
Hyvä valmentaja ei suutu.
– Samuel, 8 v.

Futis on kivaa!

HJK:n junnujen mielestä futisharrastuksessa tärkeintä on pelaaminen ja kaverit. Treenit ja matsit ovat yhtä kivoja. Hyvän valmentajan tunnuspiirteet tulevat kaikilta  lähes yhdestä suusta: hyvä valmentaja ei ole liian ankara, ei liian kilttikään, ei huuda, mutta saa käskeä, keksii hauskoja treenejä ja kannustaa kaikkia tasapuolisesti. Miksi kaikki pelaavat? Koska futis on kivaa!



Onnistuminen ja innostuminen juniorityön ytimessä

Fortum Tutor -ohjelman kummit Jyrki Heliskoski, Mika Lehtosuo ja Mika Nurmela uskovat, että panostus pikkufutareihin ja näiden valmentajiin kannattaa. Sen vuoksi he haluavat olla mukana tässä tärkeässä hankkeessa.



Kokeneet jalkapalloammattilaiset ovat kaikki yhtä mieltä siitä, että juniorityöhön panostaminen on ensiluokaisen tärkeää. He lähtivät mukaan Fortum Tutor -hankkeeseen, koska sen avulla tässä asiassa voidaan vihdoin siirtyä sanoista tekoihin.

– Suomessa on jo vuosia puhuttu siitä, kuinka junioreihin tulisi panostaa enemmän. Fortum Tutor -ohjelma on hyvä mahdollisuus siirtyä sanoista tekoihin, toteaa Heliskoski.

– Yhteiskunnan kannalta on tärkeää huomata, kuinka arvokasta työtä seuroissa tehdään nuorten puolesta. On tosi hyvä, että sponsoroidaan myös nuorisotyötä ja autetaan seuroja, jatkaa Nurmela.

– Huippujalkapalloilun kannalta on tärkeää, että nuoret saavat laadukkaampaa valmennusta. Esimerkiksi Espanjassa keskitytään juuri 5–10-vuotiaiden harjoitusten laatuun ja monipuolisuuteen. Tämä ei tietenkään tarkoita, etteikö harjoituksissa tulisi olla myös hauskaa, Lehtosuo lisää.

Oikeita asioita tekemällä maaliin

Fortum Tutor -ohjelmassa keskitytään alle 12-vuotiaiden joukkueisiin. Heitä valmentavat usein vanhemmat, joilla jalkapallotietämystä ei ole välttämättä parhaalla mahdollisella tasolla.

– Näiden nuorempien junnujen valmentajilta on tullut sellaista palautetta, että mielellään oppia otettaisiin vastaan. Intoa on paljon, mutta valmentamistaitoa halutaan lisää, kertoo Oulussa juniorityötä seurannut Nurmela.

– Kyllä minä ainakin uskon, että on suhteellisen helppo opastaa näitä kokemattomampia valmentajia tekemään oikeita asioita.

Oikeilla harjoituksilla pystytään samanaikaisesti kehittämään tekniikkaa, pelisilmää ja kestävyyttä, sanoo Lehtosuo.

Heliskoski vertaa oikein tekemistä suunnistukseen:

– Ei ole mitään hyötyä juosta johonkin suuntaan, jos ei ole tiedossa, missä se maali on. Tutorit auttavat junnujengien valmentajia valitsemaan sen oikean suunnan.

Innostumisen positiivinen kierre

Fortum Tutor -ohjelman yhdeksi tärkeimmistä tavoitteista kummit nostavat innostuneen ilmapiirin luomisen.

– Onnistumisen elämykset ovat tärkeitä. Lapset huomaavat oppivansa ja innostuvat oppimaan lisää. Positiiviset kokemukset puolestaan kannustavat mahdollisimman monia jatkamaan lajin parissa, sanoo Heliskoski.

Lehtosuo painottaa, että sama mekanismi toimii valmentajienkin kohdalla.

– Kun lasten valmentajat saavat enemmän ammattitaitoa ja huomaavat kehittyvänsä, se palkitsee ja tuo intoa koko seuratoimintaan joukkuetta ja jokaista pelaajaa myöten.

– Oppia saaneet valmentajat luultavammin jatkavat seuroissa oman lapsen peliuran jälkeenkä ja hommaan tulee jatkuvuutta. Lisäksi he voivat saada muitakin innostumaan valmentamisesta, summaa Nurmela ohjelman mahdollisuuksista vaikuttaa suomalaisen jalkapalloilun juniorityöhön.



Mika Lehtosuo on entinen maajoukkuepelaaja, joka nykyään toimii FC Hongan valmentajana.

Mika Nurmela on pitkän maajoukkueuran tehnyt keskikenttäpelaaja. Nurmela on pelannut Suomen kenttien lisäksi Ruotsissa, Alankomaissa ja Saksassa.

Jyrki Heliskoski on pitkän valmennus- ja valmentajakoulutusuran tehnyt Palloliiton emeritusvalmennuspäällikkö. Hän on toiminut useiden maajoukkueeryhmien sekä mm. HJK:n edustusjoukkueen valmentajana.



“Vuonna 1974 tein nappuloiden SM-lopputurnauksessa maalin yläriman ja kahden tolpan kautta. Sellaista on jalkapallo – suuret tunteen hetket jäävät ikuisesti mieleen!”

Uudenmaan piiri/Lahti

Petri Kurki

Fortum Tutor

Lahtelainen liikunnanopettaja Petri Kurki oli yksi ohjelman ensimmäisistä tutoreista vuonna 2009. Hän jatkaa ohjelmasa myös kaudella 2010. Vuosien kokemusta jalkapallosta ja lasten opettamisesta on palkitsevaa jakaa myös muille.

Milloin kiinnostuit ensi kerran jalkapallosta?

Päysin isäni mukana katsomaan pääsarjapelejä Lahdessa noin 8-vuotiaana. Innostuin, ilmoittauduin nappulakouluun ja sillä tiellä ollaan!

Miksi lähdit alun perin mukaan Fortum Tutor -ohjelmaan?

Seuramme valmennuspäällikkö kertoi minulle tutor-toiminnasta ja kysyi, kiinnostaisiko minua. Halusin mukaan, sillä mitä aikaisemmin lasten liikunnan tasoon pääsee vaikuttamaan, sitä parempi. Ajattelin myös, että kokemuksestani olisi valmentajille apua. Jalkapalloilun tason kannalta on tärkeää, että lapsena harjoitellaan oikeita asioita ja samalla peli-ilo säilyy.

Miksi sinä olet hyvä tutor?

Pitkän peliuran, opettaja- ja valmentajakokemukseni ansiosta. Minulla on lajista ymmärrystä ja ns. hiljaista tietoa, joka hyödyntää valmentajia.

Millainen on hyvä valmentaja?

Asiantunteva, innostava ja oppimishaluinen.

Mitä olet saanut itsellesi tutoroinnista?

Tutoroinnin tärkeimpiä teemoja on ollut oikeanlaisen ilmapiirin luominen harjoituksiin ja hyvien harjoitusten organisoiminen. Näiden asioiden pohtiminen on vaikuttanut omaankin valmentamiseen.

En osannut odottaa ohjelmalta kauhean paljon, vaan lähdin mukaan avoimin mielin ja ajattelin, että katsotaan mitä tämä tuo tullessaan. Odotin, että pääsisin vähän vaikuttamaan, ja se odotus toteutui. Olen tavannut valmentajia ja päässyt jakamaan osaamista. Molemmien puolin tämä on ollut varmasti hedelmällistä.

Mikä on ollut parasta tutor-vuotesi aikana?

Parasta on ollut nähdä pienten lasten valtava ilo ja palo lajia kohtaan. Toinen sydäntäni lämmittävä asia on se, miten pyyteettömästi lasten valmentajat vetävät toimintaa. Muistan eräät harjoitukset, joissa keskustelin kentän laidalla yhden isän kanssa, ja vieressämme touhotti harjoituksissa olevan juniorin 5-vuotias pikkuveli. Pikkuveijari muisti kaikki huippupelaaajat ulkoa, eikä pysähtynyt hetkeksiäkään. Se riemu ja ilo, joka lapsista välittyy, on kaikkein parasta.

Millaista palautetta olet saanut työstäsi?

Poikkeuksetta on tullut kiitoksia. Ei vain minulle, vaan siitä, että tällaista toimintaa on.

Mitä sanoisit heille, jotka harkitsevat hakevansa tutoriksi?

Hakekaa ehdottomasti, jos haluatte tukea oman alueenne jalkapallon ja lasten liikunnan kehittymistä. Jos tutor-toiminnan kautta saadaan arjen pienet asiat kohdalleen, niin yhdessä voidaan saada jotain suurta aikaiseksi. Tutorina pääsee seuraamaan myös aitiopailta alueen eri ikäluokkien kehittymistä.

Miksi seurojen kannattaa mielestäsi hakea mukaan ohjelmaan?

Seurat saavat laadukkaampaa toimintaa ja pystyvät toiminnan kautta kehittämään ilmapiiriä. Valmentajille asetetaan paljon odotuksia. Nuorimpien ikäryhmien valmentajat ovat usein itsekin nuoria ja voivat kokea tehtävänsä joskus haastavaksi. Tutor-ohjelman avulla seurat voivat tarjota kokeneemman valmentajan näkemyksiä ja kokemuksia. Kaikkien ei tarvitse oppia asioita kantapään kautta – riittää, että meillä vanhemmilla on jo kantapää kipeinä.

Miksi päätit jatkaa tutorina myös toisen kauden?

Ensimmäisenä vuonna on työ saatu alkuun ja kontaktit ja suhteet luotua. Toisena vuonna toiminta on varmasti vielä antoisampaa puolin ja toisiin.

Kuka on suurin futisidolisi?

Meillä Lahdessa sanotaan, että on vain yksi kuningas: Jari Litmanen. Jari on legenda, mutta minun kuninkaani on hollantilainen Johan Crujff, luova ja älykäs jalkapalloilija.



Valmentaja on joukkueen selkäranka

Valmentajalla on muitakin tehtäviä kuin saada joukkue voittamaan. Varsinkin juniorijoukkueiden valmentamisessa ensisijalla on pelaajien henkilökohtainen kehittyminen ja muutkin kuin suoraan pelaamiseen liittyvät asiat. Kysyimme eri-ikäisiltä jalkapalloihmisiltä, millainen on hyvä valmentaja.



"Hyvä valmentaja auttaa pelaajia onnistumaan"
Teemu Tainio, 30 v.,
Birmingham, Englannin valioliiga

25-vuotisen pelaajaurani aikana olen ollut onnekas, sillä olen saanut oppia lukuisilta eri valmentajilta useissa eri maissa. Parasta valmentajaa en osaa

nimetä. Kaikilla on ollut jotain annettavaa.

Hyvä valmentaja on inspiroiva, luotettava ja saa asiansa perille. Parhaat valmentajat osaavat antaa pelaajille myös uusia haasteita. Valmentaja auttaa pelaajaa onnistumaan ja kokemaan positiivisia tunteita pelikentällä.

Käyn itsekin tällä hetkellä valmentajakurssia pelaamisen ohessa, ja tavoitteena on oppia pelaamisen ohella myös valmentamaan.

"Hyvä valmentaja antaa myös henkilökohtaista palautetta"
Tiina Vatanen, 18 v., TPS

Pelaan Naisten Liigassa, joka on jalkapallossa naisten korkein sarjataso. Aloitin pelaamisen viisivuotiaana, joten matkan varrella on ollut monenlaisia valmentajia. Koulutuksen lisäksi val-



mentajalla on hyvä olla vahva pelaajatausta. Vanhoja pelaajia pitäisi saada innostumaan valmentamisesta.

Hyvä valmentaja on sosiaalinen ja osaa kannustaa pelaajia. Valmentajan tulee pyrkiä kehittämään yksilöitä, sillä yksilöistähän joukkue koostuu. Pidän siitä, että valmentaja antaa henkilökohtaista palautetta.

Olisi hienoa joskus pelata ammattilaisena, mutta ei se vielä ole ajankohtaista. Ehkä joskus tulevaisuudessa.

"Valmentaja on myös tukihenkilö pelaajille ja heidän vanhemmilleen"
Simo Syrjävaara, 66 v., futisseniori

Olen tehnyt töitä jalkapallon parissa yli 50 vuotta. Runsaat 30 vuotta valmensin eri maajoukkueita. Tämän hetken tähdistä olen valmentanut muun muassa Jari Litmasta, Joonas Kolkkaa, Petri Pasasta ja Mika Väyrystä.

Hyvällä valmentajalla on iso sydän. Joukkueessa hän näyttää suunnan ja vetää mukaan nekin, jotka ovat putoamassa kyydistä. Hyvä valmentaja osallistuu. Hän opettaa, ohjaa, kannustaa ja kasvattaa. Laajosaamisen ohella valmentaja on myös ihmistuntija.

Usein valmentaja on se, jolle pelaajat soittavat ja kertovat murheitaan. Myös vanhemmat pyytävät valmentajalta apua: "Sano sinä juniorille tämä asia, koska sinun sanaasi hän uskoo".



Systemaattisella työllä Suomi arvokisojen vakiovieraaksi

Suomen miesten A-maajoukkueen päävalmentaja Stuart Baxter näkee, että tahtotila jalkapalloilun kehittämiseen on Suomessa korkea. Baxterin mukaan panostamalla suomalaisen jalkapalloiluun mikä tahansa on mahdollista.

– En näe mitään syytä, ettei Suomi voisi olla arvokisojen vakiovieras. Ruotsi on hyvä esimerkki siitä, mitä systemaattisella työllä pystytään saavuttamaan.

Baxter korostaa, että arvokisoihin voi päästä kerran, jos vain sillä hetkellä sattuu olemaan hyvä joukkue. Siihen, että on arvokisojen vakiokalustoa, tarvitaan hyvät rakenteet ja pitkäjänteistä työtä.

– Afrikan maat, kuten Nigeria, Etelä-Afrikka ja Ghana, ovat esimerkkejä siitä, että arvokisoihin voi päästä onnistumalla karsinnoissa. Nämä maat eivät kuitenkaan ole kisoissa jatkuvasti, mikä on osoitus siitä, että siellä keskitytään liikaa vain tähän päivään.

Mallia parhaista

Baxterin mukaan paras keino suomalaisen jalkapalloilun kehittämiseen on se, että seurataan tämän hetken suurten jalkapallomaiden esimerkkiä.

– Hyvä tapa on katsoa, mitä esimerkiksi Ranskassa tai Brasiliassa on tehty: miten näiden jalkapallon suurmaiden olosuhteet, kuten esimerkiksi valmentajakoulutus, poikkeavat suomalaisista ja siitä, mitä täällä pystyttäisiin kehittämään.

– Jalkapalloilu on kehitettävä kaikilla tasoilla, eikä vain huipulla. Ei riitä, että meillä on 11 hyvää pelaajaa, vaan meillä on oltava riittävä pohja. Fortum Tutor -ohjelmalla tehdään tärkeää pohjatyötä sille, että joistakin pelaajista lopulta tulee huippujalkapalloilijoita, Baxter jatkaa.

Valmentajan tärkeä rooli

Valmentajalla on iso, muttei ratkaisevin, rooli pelaajan kehityksessä.

– Valmentajan tehtävänä on auttaa ja haastaa pelaajia kehittymään. Valmentaja pitää pelaajan oikealla polulla, Baxter kertoo.

Baxterin 12-vuotias poika pelaa myös jalkapalloa, joten Baxter on miettinyt myös isän roolissa, mitä nuoret pelaajat tarvitsevat.

– Kehityksen kannalta on tärkeää, ettei pelaajille aina anna suoria vastauksia. Nuoria pitää rohkaista ajattelemaan itse. Pelaajan itseluottamus kasvaa, kun hän huomaa pystyvänsä itse ratkaisemaan ongelmia. Hyvä valmentaja osaa arvioida, kuinka paljon hänen apuaan tarvitaan.



“Kansainvälinen menestys toisi suomalaiseseen jalkapalloiluun vielä lisää nostetta. Olen nähnyt ympäri maailmaa tämän ilmiön. Innostus lähtee kannattajista sekä junioripelaajista ja tarttuu koko jalkapallokulttuuriin. Siinä vaiheessa ei kuitenkaan saisi ajatella, että tavoitteet on saavutettu, ja lopettaa työntekoa.”

Suomen jalkapallomaajoukkuetta vuoden 2008 alusta lähtien valmentaneella **Stuart Baxterilla** on pitkän pelaajauran lisäksi maineikas ura valmentajana muun muassa Englannin alle 19-vuotiaiden maajoukkueen ja Etelä-Afrikan A-maajoukkueen päävalmentajana. Baxter valmentaa Huhkajia näillä näkymin ainakin vuoden 2012 Euroopan mestaruusturnaukseen asti. Kuvassa Baxter vastailee junioreiden kysymyksiin Fortum Tutor -ohjelman lanseeraustilaisuudessa keväällä 2009.

Pallo pyörii paremmin

FC Konnun junioritoiminta sai uutta jäämäkkyyttä tutor Inka Railon avustamana. Valmentaja Sami Hultman on saanut kullanarvoisia vinkkejä, kuinka lapset kohdataan yksilöinä ja kuinka heitä ohjataan ryhmänä.

Keinutien ala-asteen liikuntasalissa Helsingin Kontulassa käy vilske ennen FC Konnun P 03 poikien treenien alkua. Lapset saadaan rauhoittumaan jakamalla heidät ryhmiin ja harjoittelu leikkien varjolla alkaa. Yksi poikajoukon valmentajista on **Sami Hultman**.

Hultmanin oma aktiivinen peliura loppui polvivammaan ja hän siirtyi valmennustehtäviin. Esikoisen syntymän jälkeen 2003 valmennustyö jäi, mutta pojan kasvaessa junnuiäkään valmentamisen jatkaminen tuntui luonnolliselta. Nyt Samin vanhin poika Henri pelaa hänen luotsaamassaan joukkueessa.

– Valmennus on kivaa vastapainoa työlle, ja olisin täällä kentän laidalla joka tapauksessa, Sami toteaa.

Laitetaan homma toimimaan

Pari vuotta sitten FC Konnun junnutoiminta ei ollut aivan yhtä organisoitua.

– Alussa ei ollut tarkkaan sovittuja vastualueita. Usein sai miettiä, että kuka tämän tai tuon asian hoitaa, Sami muistelee.

Osansa muutokseen toi FC Konnun tutorina toimiva **Inka Railo**. Inka on A-valmentaja, jolla on valmennuskokemusta maajoukkue-tasolta asti. Tutor-toiminnan tavoitteena oli FC Konnussa auttaa aloittelevia junnujoukkueita.

– Nyt olen yksi joukkueemme viidestä valmentajasta, eli homma pyörii hienosti, Sami kertoo.

“Inkalla on positiivinen asenne ja hän ymmärtää lapsia. Ja lasten kanssa toimiessa on hyvä, että on niin paljon malttia kuin Inkalla on.”

– Tuntui mahtavalta, kun saimme ensimmäisen joukkueen kaikine toimihenkilöineen kasaan. Haluan omasta puolestani synnyttää positiivista mielialaa. Ei tämä ole niin vaikeaa, Inka toteaa.

Lasten valmentaminen on oma juttunsa

Vaikka Samilla on pitkä pelaajatausta ja kokemusta valmentamisesta, oli lapsilauman ohjaamisessa omat haasteensa.

– Olen ehkä eniten voinut olla avuksi siinä, kuinka lasten kanssa kannattaa toimia, Inka sanoo ja Sami nyökkää.

– Se, että olen valmentajana saanut kasvaa ja kehittyä lasten mukana on parasta koko toiminnassa, Sami jatkaa.

Pikkulasten treeneissä ei kilpailla paremmuudesta vaan pidetään hauskaa yhdessä jalkapallon varjolla.

– Suosittelen tutor-toimintaa kaikille seuroille ja valmentajille. Me kaikki, Inka ja muut valmentajat, täydennämme ja tuemme toisiamme. On hienoa, että saa jakaa vastuuta ja tekemistä, Sami sanoo.

“Samilla on vahva pelaajatausta ja hän on aina avoin uusille ideoille.”



Äidit ja isät: kuunnelkaa, kannustakaa ja ymmärtäkää

Kasvatustieteen emeritusprofessori Kari Uusikylä ja luokanopettaja Teemu Tiihonen keskusteleivat juniorijalkapallosta, harrastuksen merkityksestä lapsille ja siitä, mikä on vanhempien vastuu harrastuksen tukemisessa.

Miksi jalkapallo on hyvä laji lapsille?

Tiihonen: Suhteessa moneen muuhun urheilulajiin jalkapallo on herrasmieslaji. Fyysisistä ominaisuuksista se kehittää monipuolisesti tasapainoa ja koordinaatiokykyä.

Uusikylä: Jalkapallo ei ole syyttä maailman suosituin urheilulaji, sillä se tarjoaa lapsille valtavasti elämyksiä. Lajin sosiaalinen ulottuvuus on myös tärkeä. Joukkueessa viihtyminen, pelaaminen ja voittaminen voi olla melkoinen nautinto.

Minkä verran vanhempien tulisi osallistua lasten jalkapalloharrastukseen?

Uusikylä: Mielihyvän tuottaminen lapselle harrastuksiin osallistumalla on helppoa. Yksinkertaisimmillaan riittää, että vanhempi lähtee mukaan kentän laidalle. Seuratoimintaan voi osallistua omien kykyjen ja mahdollisuuksien mukaan.

Milloin osallistuminen menee fanaattisuuden puolelle?

Uusikylä: Lapsen ei pitäisi ikinä joutua luulemaan, että lajissa onnistuminen tai menestys olisi ehtona vanhempien rakkaudelle. Tuen tulisi olla rakentavaa, ”hyvää fanaattisuutta”.

Tiihonen: Kentän laidalla näkee toisinaan vanhempia, jotka ottavat lapsensa harrastuksen valtavan tosissaan. Lapsen on hyvä antaa pelata, kuten hän itse tahtoo. Harrastuksen kannattaa toki antaa

”Mielihyvän tuottaminen lapselle harrastuksiin osallistumalla on helppoa. Yksinkertaisimmillaan riittää, että vanhempi lähtee mukaan kentän laidalle.”

edetä vakavammalle tasolle, jos se on edetäkseen, mutta asioiden edelle ei pidä mennä.

Viettävätkö lapset nykyään liikaa aikaa sisällä ja tietokoneen parissa?

Uusikylä: Huoli on ilman muuta perusteltu – lapset liikkuvat ja ulkoilevat paljon vähemmän kuin ennen. Sinänsä sisätilaharrastuksia ei pitäisi kuitenkaan tuomita, varsinkaan jos lapsi itse niitä pitää tärkeinä.

Tiihonen: Lasten parissa työskennellessä näkee hyvin, että jakauma liikuntaa harrastavien ja harrastamattomien välillä on usein jyrkkä: monet eivät liiku vapaa-ajallaan lainkaan, kun taas osa urheilee jatkuvasti. Jollakin tasolla liikunnan tulisi olla osa jokaisen lapsen elämää.

Kuinka lasten kiinnostusta jalkapalloa ja liikuntaa kohtaan voi herätellä?

Tiihonen: Liikuntaan innostamisessa vanhempien oma aktiivinen ja urheilullinen esimerkki merkitsee todella paljon.

Uusikylä: Sovittujen sääntöjen johdonmukainen noudattaminen on tärkeää kaikessa kasvatuksessa. Vastuu ajankäytön suunnittelusta on vanhemmilla. Sen kautta tulisi tarjota lapsille olosuhteet ja mahdollisuudet, joiden puitteissa kiinnostus liikuntaa kohtaan voi herätä. Lopulta valinnan tulisi olla lapsen käsissä.

Luokanopettaja **Teemu Tiihonen** on kahden jalkapalloa pelaavan pojan isä. Hänen jalkapalloinnostuksensa on syttynyt poikien harrastuksen myötä.

Helsingin yliopiston kasvatustieteen emeritusprofessori **Kari Uusikylä** on pelannut jalkapalloa koko ikänsä. Hän kannattaa intohimoisesti vanhaa joukkuettaan VPS:a.

Kuinka merkittävä roolimallien lähde harrastuspiiri on lapselle?

Uusikylä: Ensisijaisesti roolimallina on aina aikuinen, harrastuspiirissä siis valmentaja, ja siksi hänen on osattava toimia oikein lasten kanssa. Toisaalta lapset katsovat myös toisiaan ja oppivat kavereiltaan niin hyviä kuin pahojakin tapoja.

Tiihonen: Harrastuksen piiristä saadulla mallilla on selkeästi merkitystä. Kentän laidalta on helppo havaita lasten pyrkivän samaan suoritukseen, kun aikuinen valmentaja näyttää esimerkkiä.

Kuinka lapsia voi kannustaa jatkamaan jalkapalloharrastusta, jos into meinaa hiipua?

Uusikylä: Käytännössä ainoa vaihtoehto on kuunnella lasta. Hänelle tulisi tarjota tukea, kannustusta ja ymmärrystä. Pakottamisella ja lahjomisella ei saavuta mitään, sillä jalkapalloilijaksi ei kasveta ilman omaa halua ja rakkautta palloon.

Tiihonen: Tukea voi yksinkertaisimmillaan osoittaa esimerkiksi kyyditsemällä lasta otteluihin. Lapsi ei kaipaa vanhempiaan kentän laidalle katselemaan loputtomiin, joten mahdollisuudesta kannattaa ottaa itsekin kaikki irti ajoissa.

Kuinka on parasta menetellä, jos lapsen aika ei enää riitä kahden harrastuksen jatkamiseen?

Uusikylä: Tällaiset tilanteet vaativat aina keskustelua lapsen kanssa. Päätöstä ei kukaan voi tehdä hänen puolestaan. Paljon riippuu siitä, mille tasolle harrastuksessa pyrkii: huipulle tähdätessä valinta on väistämättä tehtävä jossakin vaiheessa.

Tiihonen: Prosessi voi olla lapselle hyvin raskas. Päätös ei usein muodostu nopeasti, eikä niin tarvitsekaan tapahtua. Päätöksen tulee palvella ensisijaisesti lasta itseään, ja siksi hänelle on syytä antaa tilaa sen muodostamiseen.

Kuinka tärkeä vaihe lapsen kehitykselle juniorivaihe on?

Uusikylä: Kehitysvaihe on keskeinen niin fyysisesti kuin psyykkisesti: viisivuotias on aivan erilainen kuin kaksitoistavuotias. Fortum Tutor -ohjelma painottuukin viisaasti ottaessaan valmentajien koulutuksessa huomioon eri-ikäisten juniorien vaihtelevat tarpeet.

Painotetaanko joukkueurheilussa menestymistä oikeassa suhteessa liikkumiseen itsessään?

Uusikylä: Menestyksen tavoittelu voi aina mennä liian pitkälle. Tavoitteet on syytä asettaa realistisesti, eikä niitä kannata nostaa esille liian varhain. Oikea aika tulee omalla painolla.

Tiihonen: Nuorimmilla lapsilla liikkumisen ja pelaamisen riemun tulisi olla jalkapallon ensisijainen motiivi. Kilpailuhalu herää aikaan, sitä ennen varsinaisia menestystavoitteita ei ole syytä asettaa.

Missä vaiheessa harrastus alkaa haitata koulunkäyntiä ja kuinka sen tunnistaa?

Tiihonen: Päävastuu ajankäytön suunnittelussa on tässäkin asiassa vanhemmilla. Siihen on syytä kiinnittää huomiota, jos harjoituksia on usein. Työssäni olen kohdannut eräänkin nuoren oppilaan, joka käy harjoituksissa viisi kertaa viikossa, ja se näkyy hänen koulumenestyksessään vain positiivisesti.

”Junioritoiminnan tulee olla laadultaan sellaista, että lapsilla roihuaa pelaamisen kipinä.”

– Fortum Tutor -ohjelman kummi
Jyrki Heliskoski

Tutor-ohjelman ylpeänä esittävät

”Meille Fortum Tutor -ohjelma merkitsee ensisijaisesti mahdollisuutta parantaa lasten valmennuksen laatua. Ohjaajien vaativan tehtävän tukeminen hyödyttää heidän itsensä lisäksi konkreettisesti myös junioreita. Näin juniorit saavat kokea harrastuksensa parissa entistä enemmän oppimisen ja pelaamisen iloa. Yhteinen haaveemme on, että jokainen lapsi saisi harrastaa hyvän valmentajan opissa, mikä tällä hetkellä vielä on liian sattumanvaraista.”

Marko Viitanen, nuorisopäällikkö, Suomen Palloliitto

”Jokaisella lapsella on oikeus onnistumisen tunteeseen, kavereipiiriin sekä harrastukseen, joka parhaassa tapauksessa jatkuu läpi koko elämän.

Kannamme vastuuta tulevaisuudesta myös omissa liiketoiminnassamme. Olemme maailman vastuullisimpien energiyhtiöiden joukossa. EU-alueella tuottamastamme sähköstä yli 90 prosenttia on tuotettu ilman hiilidioksidipäästöjä. Tavoitteenamme on täysin hiilidioksiditon tuotanto.

Tämän päivän teot vaikuttavat tulevien sukupolvien elämään. Siksi olemme mukana Fortum Tutor -ohjelmassa.”

Katarina Ylikorkala, johtaja, Fortum Oyj

Kuvat: Seppo Samuli, Johanna Kokkola, Jussi Eskola ja Jaakko Lukumaa.



”Nuorimmilla lapsilla liikkumisen ja pelaamisen riemun tulisi olla jalkapallon ensisijainen motiivi.”





Peli-ilo jatkuu verkossa!

Lisää pelaamisen kipinää löytyy verkosta. Fortum Tutor -ohjelman sivuilta löydät tietoa jalkapallosta ja valmennuksesta, tapaat kaikki tutorimme sekä hankkeen kummit ja paljon muita jalkapalloasiantuntijoita.

Voit myös kysyä tutoreiltamme mieltäsi askarruttavista asioista ja katsoa, miten sinun seurasi voi päästä mukaan tutor-toimintaan.

Verkko heiluu osoitteessa www.fortumtutor.fi
ja Facebookissa ryhmässä Fortum Tutor

