

JALKAPALLON NUORISO TOIMINTA LINJA

Jalkapalloa jokaiselle –



– Fair Play –

– Omalle huipulle –



– Illoisuus –

– Kaikki Pelaa –



– Tunnusta Väriä –



*” Silloin, kun tunnet itsessäsi
innostuksen tuomaa energiaa,
tiedät olevasi lähellä
elämäntehtävääsi”.*

Paulo Coelho

NUORISOTOIMINTALINJA

Julkaisija: Suomen Palloliitto ry

Toimitus: Marko Viitanen, nuorisopäällikkö

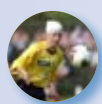
Nuorisotoimintalinjan työstöön osallistuneet:

Palloliiton seura- ja nuorisotoiminnon työntekijät, liiton valmentajat ja koulutustoiminto sekä liiton nuorisovaliokunta. Palloliiton piirien nuoriso- ja valmennuspäälliköt sekä nuorisovaliokunnat. Useiden seurojen juniori- ja valmennuspäälliköt. Lasten ja nuorten urheilun asiantuntijat

Taitto: Samu Vahteristo

Kuvat: Jussi Eskola

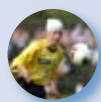
Painopaikka: Edita, 2008





Sisällys

ESIPUHE	4
1. JALKAPALLOA JOKAISELLE	6
2. OMALLE HUIPULLE	8
2.1 Pelaajakoulutuksen portaat	11
2.1.1 Perustan luominen: tytöt ja pojat 6–10-vuotiaat	11
2.1.2 Harjoitteluun opettelu: pojat 10–14-v. ja tytöt 10–13-v.	13
2.1.3 Kilpailemisen opettelu: pojat 14–18-v. ja tytöt 13–17-v.	15
2.1.4 Voittamiseen opettelu: pojat 18-v. ja tytöt 17-v. ja vanhemmat	16
2.1.5 Urheilu-ura ja sen jälkeinen vaihe	17
2.2 Leikki-, Kaveri- ja Tulevaisuusmaailman yleissuositukset harjoitus- ja kilpailutoiminnasta	18
2.2.1 Jalkapallon Leikkimaailma (11-vuotiaat ja nuoremmat tytöt ja pojat)	20
2.2.2 Jalkapallon Kaverimaailma (12–15-vuotiaat tytöt ja pojat)	22
2.2.3 Jalkapallon Tulevaisuusmaailma (16–19-vuotiaat tytöt ja pojat)	24
2.3 Lahjakuudesta erityislahjakuudeksi	27
3. KAIKKI PELAA	30
3.1 Lasten ja nuorten suojeleminen jalkapalloharrastuksessa	32
3.2 Monipuolinen toimintatarjotin	33
3.3 Kaikki Pelaa -ohjelman päätoimenpiteet	36
3.4 Muut nuorisotoiminnan kehitysprojektit	47
4. LASTEN JA NUORTEN JALKAPALLON TOIMIJAT JA ROOLIT	49
5. OHJAAJA- JA VALMENTAJAKOULUTUS	56
5.1 Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen pääperiaatteet ja tulevaisuus	57
LÄHTEET	59
LIITTEET	60



ESIPUHE

Suomalainen jalkapallo voi paremmin kuin koskaan. Seuratoiminnan laatu ja moninaisuus, maajoukkueiden menestys sekä harrastajien kasvanut määrä, ovat osoituksena siitä. Nyt onkin aika asettaa uusia tavoitteita tämän kehityssuunnan vahvistamiseksi. Voimme kehittää jo hyvin toimivia asioita edelleen ja ottaa joitakin aivan uusia haasteita.

Nuorisotoimintalinjan tavoitteena on toimia ohjenuorana ja apuna seuraväelle. Erityisesti se on suunnattu seurojen juniori- ja valmennuspäälliköille sekä seuran kehittämistä pohtiville seurajohtajille. Linjaus on ”punainen lanka” koko liiton lasten ja nuorten jalkapallolle.

Tämän linjauksen keskeisimmät painotukset kumpuavat suomalaisen jalkapallon visiosta ja arvoista. Nuorisotoiminnan osalta painottuu arvoistamme erityisesti iloisuus. Ilo syntyy kannustavasta ilmapiiristä ja maailman suosituimman leikin – jalkapallon pelaamisen kokemuksista. Yksilön oppiminen ja yhteiset onnistumisen kokemukset synnyttävät iloa aidoimmillaan.

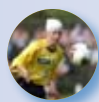
Nuorisotoimintalinja tähtää entistä suunnitelmallisempaan pelaajakoulutukseen. Linjauksessa on eri ikävaiheita koskevat ohjeistukset opetuksen sisällöistä ja toiminnan määrästä eri tavoin jalkapalloa harrastaville. Lahjakkuuden tukeminen on olennainen osa pelaajakoulutustamme.

Kaikki Pelaa -osuudessa kuvataan käytännönläheisesti nuorisotoimintalinjamme peruslähtökohtia ja käytännön toimenpiteitä pelaajakoulutuksen, koulujalkapallon, tyttöjalkapallon, nuorten harraste- ja vaikuttajatoiminnan sekä monien muiden toimenpiteiden osalta. Erityinen painopiste tuleville vuosille on ohjaajien ja valmentajien sekä seurajohtajien osaaminen. Ohjelma on kypsytetty vaiheeseen, jossa moni alkuvuosina otettu kehitysaskel on jo pysyvä osa seurojen ja piirien perustoimintaa. Nyt on aika hioa ja tehostaa toimintaa.

Tämä nuorisotoimintalinja on laadittu erinomaisessa yhteistyössä liiton ja piirien työntekijöiden, lajimme luottamusihmistien sekä useiden asiantuntijoiden ja kansainvälisten kollegojemme osaamista hyödyntäen. Yhteistyö seurojen juniori- ja valmennuspäälliköiden kanssa on ollut antoisaa. Kiitos kaikille.

Olemme ainutlaatuinen jalkapallomaa. Yhteistyöllä huipulle!

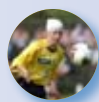
Marko Viitanen
nuorisopäällikkö, Suomen Palloliitto





**” Kehittää urheilijana, kasvattaa ihmisenä,
siinä seuratyön suuret haasteet.**

Pekka Wallenius, Sinikeltainen kaupunki



1. JALKAPALLOA JOKAISELLE

Suomen Palloliitto ry (SPL) on jalkapallon erikoisliitto, joka kansainvälisen jalkapalloliiton (FIFA) jäsenenä vastaa maamme kaikista organisoidusta jalkapallotoiminnasta. Suomen Palloliiton jäsenenä on n. 1000 jalkapalloseuraa ja 12 piirijärjestöä, jotka yhdessä liikuttavat yli 115 000 rekisteröityä pelaajaa. Kaiken kaikkiaan jalkapalloperheessä on tällä hetkellä noin 500 000 aktiivista toimijaa.

Olemme määritelleet toiminta-ajatuksemme eli missiomme selkeästi ja yksinkertaisesti: **Jalkapalloa jokaiselle.**

Jalkapalloa jokaiselle -missio määrittelee liiton ja sen jäsenjärjestöjen olemassaolon syyn. Samalla se kertoo jalkapallotoiminnan moninaisuudesta ja järjestöimme yhteiskunnallisestakin tehtävästä.

Jalkapalloa jokaiselle perustuu yhdenvertaisuuteen; kaikilla suomalaisilla on oltava mahdollisuus olla mukana sukupuolesta, kyvyistä, rodusta, uskonnosta tai muusta taustasta riippumatta. Jokaisella on myös oikeus osallistua jalkapallotoimintaan oman tasonsa ja kiinnostuksensa mukaisesti: pelaajana tai valmentajana, erotuomarina tai huoltajana, vanhempana tai katsojana, harrastajana tai huippuna.

Jalkapallo on yhä useammalle lapselle ja nuorelle paitsi rakas harrastus myös tärkeä elämäntapa. Suomen Palloliitto jäsenineen kantaa siksi myös sen kasvatusvastuun, jonka Suomen suurimman järjestäytyneen nuorisoliikkeen pitääkin.

Visio 2020

Olemme myös asettaneet suomalaiselle jalkapalloseuralle erittäin kunnianhimoisen vision, jonka mukaan haluamme olla vuonna 2020 Euroopan 10 parhaan jalkapallomaan joukossa jokaisella toiminnan osa-alueella. Vaikka visio on unelma, eikä niinkään konkreettinen tavoite, olemme rakentaneet lyhyemmän aikavälin päämääriä, jotka edesauttavat unelman toteutumista. Tavoitteenamme on muun muassa kaksinkertaistaa rekisteröityjen harrastajien määrä vuoteen 2020 mennessä ja kasvattaa jalkapalloseuran koko yli miljoonaan suomalaiseen.

Olemme jo hyvässä vauhdissa kohti unelman toteutumista. Tästä konkreettisena osoituksena on syksyllä 2007 Euroopan jalkapalloliitolta (UEFA) saadut täydet viisi tähteä ruohonjuuritason jalkapallo-ohjelmista. Suomi sai tämän parhaan mahdollisen luokituksen UEFA:n Grassroots Charterissa kuudentena maana Euroopassa.



Fair Play

Ensimmäisen kerran jo vuonna 1991 julkistettu Vihreän Linjan arvopohja nojautuu kansainvälisessä jalkapallossa noudatettavaan Fair Play -filosofiaan. Fair Play on lajivastuuta, johon kuuluu Reilu Peli kaikessa käytännön toiminnassa sekä aktiivinen rasismin, dopingin ja väkivallan vastustaminen. FIFA on uudistanut jalkapallon yhteistä tahtotilaa tehdä lajista parempi ja viedä se maailman jokaiseen kolkkaan. FIFA haluaakin korostaa lajin mahdollisuutta tehdä maailmasta parempi paikka. Sosiaalinen vastuu otetaan vielä aiempaa vakavammin ja erilaisiin yhteiskunnallisiin haasteisiin tartutaan suunnitelmallisesti.

Suomalaiselle jalkapallolle tärkeitä perusarvoja ovat **luotettavuus, yhteisöllisyys, iloisuus** ja **menestys**. Näiden arvojen näkyminen käytännössä on jokapäiväisen jalkapallotyömme lähtökohtana ja valintojemme perustana. Nuorisotoimintamme linja korostaa iloista tekemisen meininkiä ja toisten huomiointia ja kannustamista – seuratoiminnan yhteisöllisyyttä. Nämä arvot luovat ilmapiirin, jossa missiomme, jalkapalloa jokaiselle, toteutuu. Menestys merkitsee tavoitteellisuutta ja suunnitelmallisuutta. Haluamme tehdä kaikki asiat aiempaa paremmin, olla kunnianhimoisia ja tavoittaa Euroopan huippu monilla mittareilla. Me jalkapalloihmiset toivomme myös, että meitä pidetään avoimina ja luotettavina yhteistyökumppaneina.

” Make the Game better, take it to the world and make the world a better place!”

Joseph S. Blatter, FIFA
President



2. OMALLE HUIPULLE

”Vaatii 8–12 vuotta kyvykkäälle urheilijalle saavuttaa huipputason.”

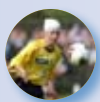
(Bloom 1985; Ericsson et al. 1993; Ericsson ja Charness 1994)

Suomalainen koulujärjestelmä on todistetusti kansainvälistä huipputasoa. Koulujärjestelmässämme korostuu asiantuntevasti laadittu opetussuunnitelma, opettajien osaaminen ja yhteistyö perheiden kanssa. Koulumaailmassa on myös erilaisia tukitoimia oppimisvaikeuksia kohtaaville sekä eri tavoin lahjakkaille oppilaille. Kun toimintamalliin yhdistetään jatkuva arviointi ja panostus hyvään kasvatukselliseen ja turvalliseen ilmapiiriin, saadaan peruspilarit menestyvälle koulujärjestelmälle. Samat tekijät on huomioitava, kun kehitämme jalkapallon pelaajakoulutuksen kokonaisuutta.

Jotta suomalaisen jalkapallon pelaajakoulutuksen laatu saadaan nostettua Euroopan huipulle, vaatii se hyvien ohjaajien ja valmentajien lisäksi aikaisempaa paremmat kirjalliset suunnitelmat. Sen vuoksi tähän nuorisotoimintalinjaan kirjataan aiempaa tarkemmin eri ikävaiheiden valmennusten päälinjaukset. Palloliiton varsinaisessa valmentajakoulutuksessa pureudutaan tarkemmin opettamiseen, opetuksellisiin sisältöihin sekä lapsen ja nuoren kasvuun ja kohtaamiseen.



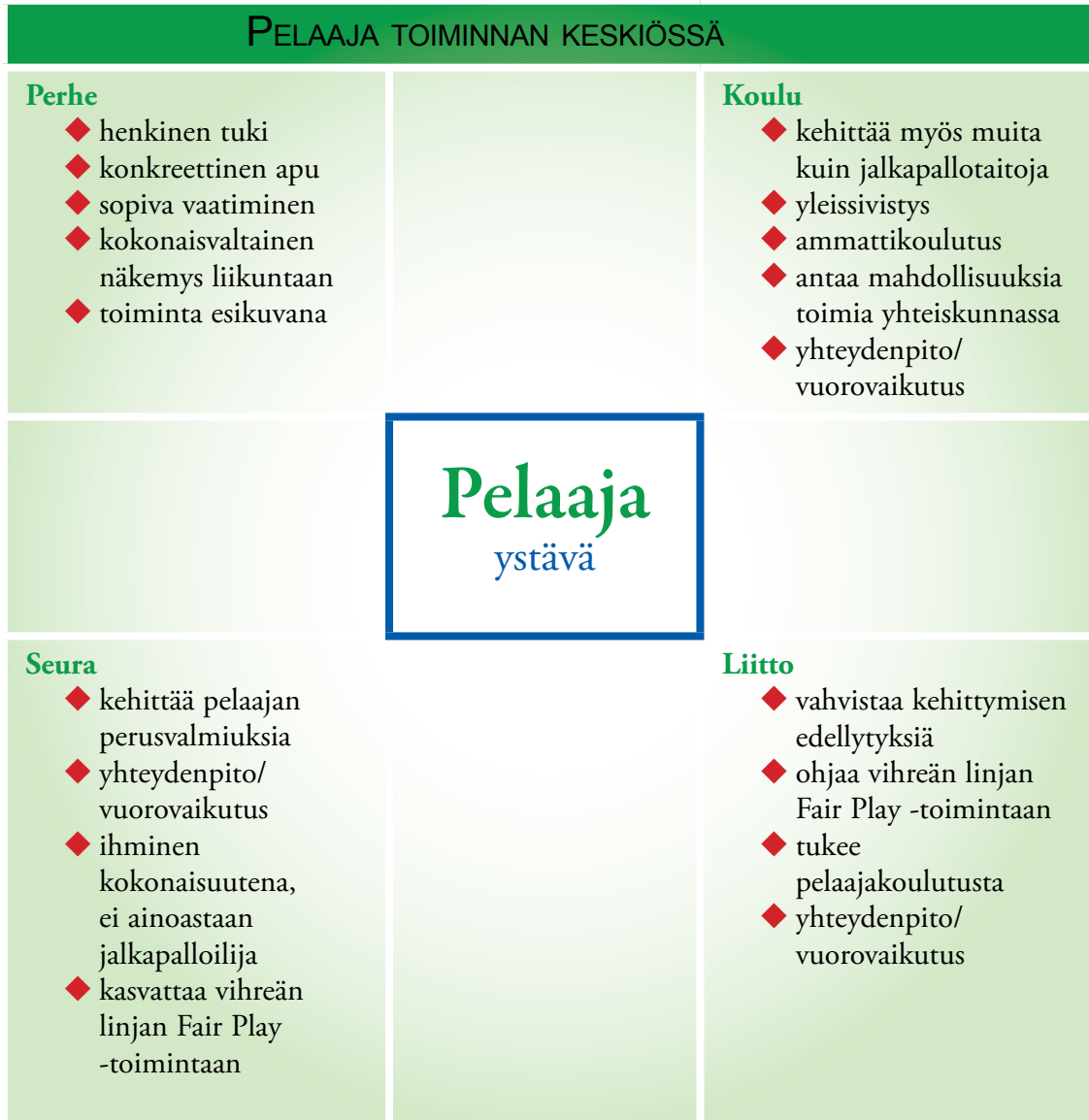
Tämä pelaajakoulutuksen suunnitelma on laadittu pääosin kilpailusuuntautuneen harrastajan näkökulmasta. Jossakin vaiheessa tavoitteellisesta kilpa- ja huippuvaihtoehdosta sivuun siirtyvä pelaaja vain valitsee kevyemmän vaihtoehdon ja nauttii oppimista asioista - omalla huipullaan.



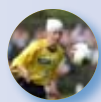
ONKO YKSILÖN KEHITTÄMINEN OMALLE HUIPULLE MAHDOLLISTA?

Kyllä, kun pelaaja itse on toiminnan keskiössä ja toiminnassa on iloista tekemisen meininkiä.

Ei, kun pelaajan ympärillä olevat ihmiset ja asiat ovat keskeisiä ja toiminnasta on leikkimielisyys kaukana.



Muokattu lähteestä: Fallby J. (2006), Spelarutveckling – ett helhetsperspektiv. SFF



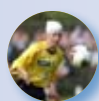
PITKÄJÄNTEINEN PELAAJAKOULUTUS PITÄÄ SISÄLLÄÄN KASVATUKSELLISTEN ASIOIDEN LISÄKSI SEURAAVAT OSA-ALUEET

1. hyvin suunniteltu ja toteutettu harjoittelu
2. kehittymistä ja oppimista tukeva kilpailujärjestelmä
3. palautuminen ja itsestä huolehtiminen
4. oma ja ohjaajan / valmentajan jatkuva arviointi

Aikaista ja myöhäistä erikoistumista vaativat urheilulajit

Aikaista lajierikoistumista vaativat lajit ovat esimerkiksi voimistelu ja taitoluistelu. Myöhäistä lajierikoistumista vaativia lajeja ovat esimerkiksi yleisurheilu ja joukkuepelit. Näissä lajeissa tulee painottaa yleistä liikunnallista ja teknis-taktista perustan luomista harrastuksen alkuvaiheissa.

Jalkapallo sijoittuu jaloin pelattavana taitolajina aikaisen ja myöhäisen erikoistumisen mallin välimaastoon. Käytännössä se merkitsee sitä, että lajinomaisia taitoja tulee harjoitella jo perusliikuntataitojen oppimisen yhteydessä liikunnallisen perustan luomisen vaiheessa. Seuraavassa on kuvattuna pitkäjännteisen pelaajakoulutuksemme eri vaiheet ja sisällöt. Ikäluokat ovat suuntaa antavia, ja aina on huomioitava suuret yksilölliset erot pelaajien välillä! Saman ikäluokan yksilöiden väliset biologiset kehityserot saattavat olla jopa 3–4 vuotta.



2.1 Pelaajakoulutuksen portaat

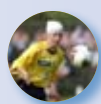
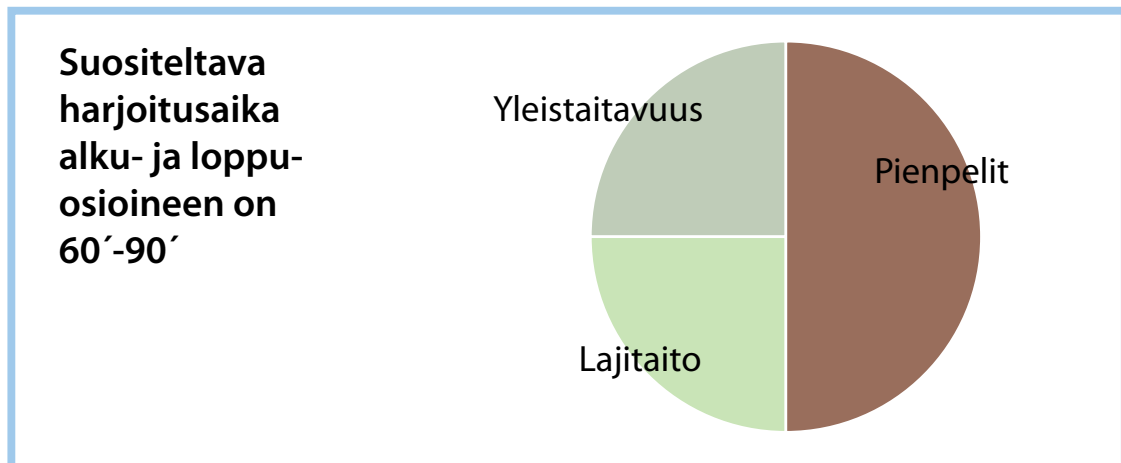
2.1.1 Perustan luominen: tytöt ja pojat 6–10-vuotiaat

Ensimmäinen ja tärkein jalkapallon suunnitelmallisen pelaajakoulutuksen ikävaihe on 6–10-vuotiaat tytöt ja pojat. Kutsumme tätä ikävaihetta perustan luomisen vaiheeksi. Lapsi tutustuu lajiin ja kaiken mentyä suunnitellusti myös ihastuu toimintaan.

Useissa seuroissa 6–8-vuotiailla toiminta on monipuolista futisleikkis- tai temppukoulu -toimintaa, jossa jalkapallon lajitaidoilla on sopiva rooli. Koska jalkapallo on jaloilla pelattava vaativa taitolaji, tulee jalkapalloa sisällyttää leikkeihin ja tehtäväratoihin jo 6-8-vuotiaiden toiminnassa. Joillakin seuroilla on myös yhteistyötä esim. judon ja erilaisten voimisteluseurojen osaajien kanssa. Tämä yhteistyö täydentää erityisen hyvin jalkapallosta lajina puuttuvia liikunnan osa-alueita.

Lajipainotteisempi ympärivuotinen toiminta alkaa usein noin 9-vuotiaana. Aikaisempi vahvasti lajipainotteinen toiminta ei ole järkevää, sillä oikaiseminen motoristen perustaitojen monipuolisessa opettelussa aiheuttaa vaikeuksia lajitaitojen oppimisessa myöhemmin. Niitä puutteita ei voi jälkeempään korjata.

6–10-vuotiaiden toiminnan suositukset





” Jokaisessa harjoituksessa tulee olla aikaa leikille!”

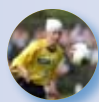
Jukka Karvinen, Nuori Suomi

Erilaisten leikkien avulla lapsi oppii lajitaitoja, motorisia perustaitoja ja toimimista ryhmässä. Lajitaitojen ja liikunnallisen taitavuuden harjoittelua kannattaa yhdistellä paljon. Pelien ja leikkien osuuden tulee olla 50 % toiminnasta. Suositeltava harjoitusaika alku- ja loppuosioineen on 60´–75´ minuuttia sopiiviin osioihin rytmitettyinä. Seuraavassa ikävaiheen toiminnan keskeiset suositukset.

- ◆ toiminta on hyvin suunniteltua, kaikkia osallistujia aktivoivaa
- ◆ päähuomio on yleisessä liikunnallisessa kehittämisessä
- ◆ opetellaan lajin perustaitoja ohjatusti ja omalla ajalla
- ◆ pelataan paljon ja pelataan pienpelejä 2v2, 3v3 ja 4v4
- ◆ nopeutta, ketteryyttä, voimaa ja kestävyyttä kehitetään hauskojen pelien ja leikkien avulla
- ◆ opetetaan pelin yksinkertaiset säännöt ja Fair Play -toiminta
- ◆ ohjattu seuran toiminta 1–2 krt/vko (6–8-vuotiaat) ja 2–3 krt/vko (9–10-vuotiaat)
- ◆ yhtä peliä kohti on noin 2 joukkueharjoitusta

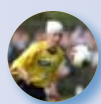
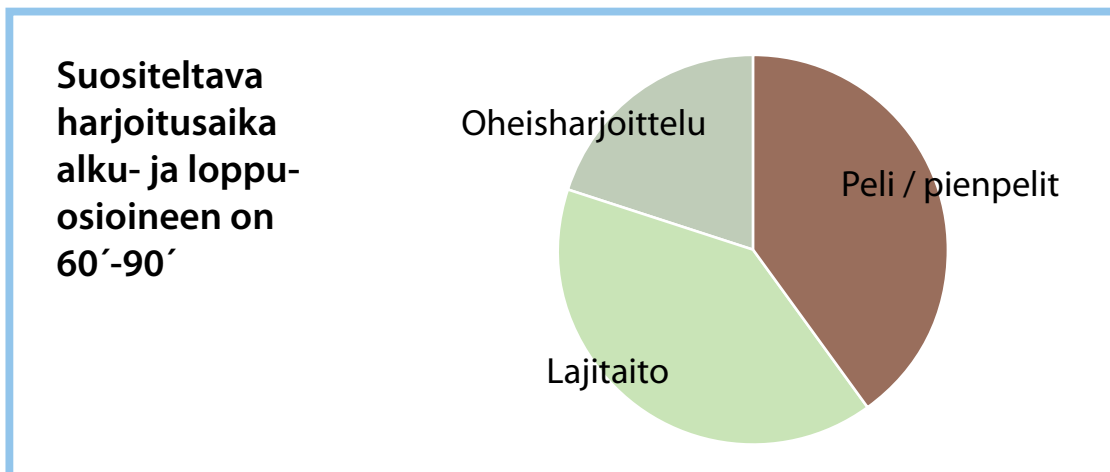
” Jalkapallossa on tärkeää antaa lasten pelata pidempiä peliaikoja (ei pätkävaihtoja) ja pienpelejä, joissa lapsi on aktiivinen peliin osallistuja lähes koko peliajan. Tehkää otteluihin pieniä joukkueita vähillä vaihtopelaajamäärillä! ”

Sami Vehkakoski, nuorten maajoukkuevalmentaja



2.1.2 Harjoitteluun opettelu: pojat 10–14-v. ja tytöt 10–13-v.

Tyttöjen ja poikien fysiologisessa kehityksessä on merkittäviä eroja. Ne korostuvat murrosikää lähestyttäessä. Tyttöjen kehitys kulkee keskimäärin lähes 2 vuotta poikia edellä. Sen vuoksi pelaajakoulutuksessa on sukupuolten välisiä eroja.

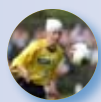


Pelien ja pienpelien osuuden tulee olla noin 40% toiminnasta. Noin 40% ohjatusta harjoittelusta keskittyy lajitekniikoiden opetteluun ja niiden pelinomaiseen käyttöön. Omalla ajalla lajitaitoharjoittelua tehdään mahdollisimman pelinomaisesti yksin (esim. syöttö- ja laukaisuseinät) ja yhdessä parin kanssa. Fyysistä oheisharjoittelua tehdään paljon omalla keholla ja osassa pallo on mukana. Suositeltava harjoitusaika alku- ja loppuosioineen on 60´–90´ minuuttia sopiviin osioihin rytmitettyinä.

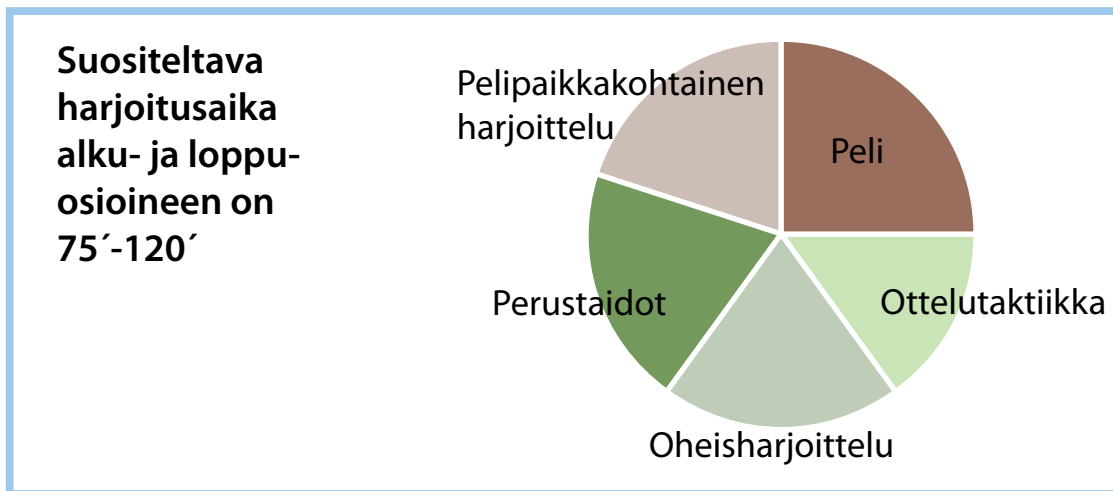
- ◆ opetellaan harjoittelemaan ja opetellaan huolellisesti lajin perustaitoja
- ◆ ohjataan tiettyjen tuki- ja täydennyslajien valintaan
- ◆ opetellaan teknis-taktisten perusasioiden lisäksi alkuverryttely, jäähdyttely, ravintoasioiden perusteet, palautumisen vaiheet ja toimenpiteet, keskittymisen ja mielikuvaharjoittelun alkeet sekä kilpailusuoritukseen tähtäävät ennakkovalmistautumiset
- ◆ kilpailun aikana pelaajat pelaavat voittaakseen ja tekevät parhaansa, mutta päähuomio on perusasioiden opettelussa
- ◆ kilpailun ja harjoittelun suhde on tärkeä, sillä liika kilpailu aiheuttaa arvokkaan harjoitusajan vähenemistä ja taas liian vähäinen kilpailu ei mahdollista harjoiteltavien teknisten, pelikäsityksellisten, fyysisten ja henkisten asioiden harjoittelua haasteellisissa tilanteissa kilpailun aikana: ~ 75% harjoittelua ja ~ 25% kilpailua on suositus tähän vaiheeseen
- ◆ tässä vaiheessa pelaaja harjoittelee myös kilpailullisissa tilanteissa päivittäisissä harjoituksissa, peleissä ja leikeissä
- ◆ yhtä peliä kohti on noin 3 joukkueharjoitusta

”Harjoittelemalla vahvistetaan haluttua tapaa toimia tehokkaasti ja nopeasti. Niin pelaat kuin harjoittelet!”

Timo Liekoski, nuorten maajoukkuevalmentaja



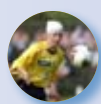
2.1.3 Kilpailemisen opettelu: pojat 14–18-v. ja tytöt 13–17-v.



Tämä vaihe tulee kyseeseen, kun edellisen harjoitteluun opettelun vaiheen tavoitteet on saavutettu. Harjoituksissa pelien osuus toiminnasta on noin 25%. Joukkuetaktisia harjoituksia, joissa harjoitellaan ottelutaktiikkaan liittyviä osa- ja kokojoukkueasioita, tulee joukkueen harjoitteluun mukaan noin 15%. Pelipaikkakohtainen ja yksilöllisten vahvuuksien hiomiseen liittyvä harjoittelu sekä perustaitojen harjoittelu ovat yhdessä noin 40% kokonaisuudesta. Fyysistä oheisharjoittelua tehdään aiempaa intensiivisemmin ja monipuolisemmin. Suositeltava harjoitusaika alku- ja loppuosioineen on 75´–120´ minuuttia sopiviin osioihin rytmittynä.

- ◆ 50 % ajasta käytetään teknisten ja taktisten taitojen sekä fyysisten ominaisuuksien kehittämiseen ja 50 % toiminnasta on kilpailuun liittyvää harjoittelua ja itse kilpailua
- ◆ tavoitteellisille pelaajille intensiivinen urheilu on ympärivuotista
- ◆ tämän vaiheen pelaajat ovat valmiita yhdistämään perus- ja lajitaidot kilpailullisissa harjoitustilanteissa
- ◆ kunto- ja palautumishjelmat, psyykkinen valmistautuminen ja tekninen kehittyminen hiotaan yksilöllisesti seuraavalle tasolle ja huomioidaan toiminnassa yksilön heikkoudet ja vahvuudet
- ◆ harjoitus- ja kilpailumäärien noustessa monet yksilöt joutuvat tekemään ”ykköslajin” valinnan

Joidenkin harrastajien kilpaurheilu-ura päättyy jo tähän vaiheeseen. Kaikki Pelaa -ohjelman mukaisesti on tärkeää, että nuorille on tarjolla harrastejalkapalloa, nuoren seuratoimijan roolia, Pelinohjaajan ja futisfanin roolia. Jalkapalloa jokaiselle -periaate tarkoittaa muun muassa tähän tarpeeseen vastaamista!



2.1.4 Voittamiseen opettelu: pojat 18-v. ja tytöt 17-v. ja vanhemmat

Opetellaan voittaamaan vaihe on pelaajan viimeinen valmistautumisvaihe kohti omaa mahdollista kilpa- ja huippu-urheilijan uraansa. Pelaajan fyysinen, tekninen, taktinen ja henkinen kokonaiskapasiteetti on täydessä iskussa ja kaikki toiminta tähtää huippusuorituksiin. Joukkuetaktiset asiat ja joukkueena menestyminen on aikaisempaa tärkeämpää.

- ◆ harjoittelu on intensiteetiltään ja vaatimustasoltaan korkeaa
- ◆ useat lyhyet tauot vuoden aikana auttavat ehkäisemään fyysistä ja psyykkistä loppuun palamista
- ◆ harjoittelun ja kilpailukeskeisen harjoittelun/kilpailun suhde on 25:75
- ◆ tehdään urasuunnittelua ja valmistaudutaan myös urheilurajan jälkeiseen vaiheeseen

” En ole ikinä pelannut ottelussa, jota ei olisi pitänyt voittaa. Se on ensimmäinen asia, jonka opin jalkapallossa.”

Henrik Larsson: Aamulehti 7.7.2007



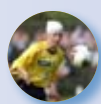
Voiton tavoittelu on osa pelaajakoulutusta jokaisessa ottelussa. Sitä ei kuitenkaan tule lasten ja nuorten jalkapallossa korostaa niin, että se haittaa pelaajana kehittymistä. Iloinen tekemisen meininki, me-henki ja kannustava ilmapiiri lisäävät jokaisen viihtymistä ja laadukasta oppimista.

2.1.5 Urheilu-ura ja sen jälkeinen vaihe

Pitkäjänteisen pelaajakoulutuksen huipentuma ajoittuu noin 20–35 ikävuoden vaiheille, jolloin pelaaja nauttii lapsena ja nuorena tehdyn harjoittelun hedelmistä.

- ◆ oman huipun tavoittelu ja yhteiset unelmat omien joukkueiden kanssa innostavat edelleen kehittymiseen.
- ◆ pelaajan on tärkeää valmistautua myös urheilu-uran jälkeiseen aikaan.

Urheilusta saadut kokemukset antavat hyvän perustan siirtyä urheiluun liittyville uravaihtoehdoille esim. valmennukseen ja ohjaukseen, hallintoon, liike-elämään, urheilutahtumajärjestelyihin tai vaikka mediatehtäviin.



2.2 Leikki-, Kaveri- ja Tulevaisuusmaailman yleissuositukset harjoitus- ja kilpailutoiminnasta

Ohjatussa harjoittelussa laatu on tärkeintä

Seuraavassa taulukossa on suosituksemme lajin ja muun liikunnan kokonaismäärän osalta. Nuori Suomi ry suositaa lapselle päivittäin intensiteetiltään vaihtelevaa liikkumista tunnin verran koulupäivän aikana ja noin tunnin muuna aikana. Osan liikkumisesta tulee olla selvästi hengästyttävää. Viikon liikuntasuositus on noin 14 tuntia. Viikon liikuntamäärässä ohjatulla lajiharjoittelulla on pieni, mutta laadullisesti tärkeä ja muuhun liikkumiseen innostava osansa. Taulukossa oleva otteluiden osuus vaihtelee hieman eri vuodenaikoina, mutta ne on pohdittava erillisenä osana joukkueen vuosisuunnitelmaa.

Taulukossa on eroteltuna aktiivisesti ja tavoitteellisesti harrastavat ja lajia kevyemmin harrastavat pelaajat. Harrasteryhmille on ohjattuja harjoituksia vaihtelevasti eri vuodenaikoina, noin 1–2 krt/vko, ja toiminnan sisältöön pelaajat vaikuttavat itse erittäin paljon. Harrasteryhmienkin toiminnassa kilpailullisilla peleillä muita vastaan on suuri motivoiva merkitys. On lisäksi tärkeää saada järjestymään yhteisiä pelitapahtumia muita samantasoisia harrasteryhmiä vastaan. Myös harrasteryhmissä tulee pyrkiä säännöllisyyteen, jotta saavutetaan harrastuksen kuntoa kohottava ja ylläpitävä vaikutus.

Taulukon muu liikunta -osiossa huomioidaan omalla ajalla tapahtuva harjoittelu ja liikunta sekä muut liikuntaharrastukset, koululiikunta ja yleinen hyötyliikunta. Muun liikunnan määrässä lajiharjoittelun osuus kasvaa iän mukaan.



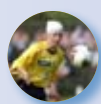
Ikä	Ohjattu lajiharjoittelu	Ohjatun harjoituksen kesto (min)	Otteluiden osuus	Omaehtoinen lajiharjoittelu ja muu liikunta / vko	Viikon liikunta yhteensä
6–7	1–2krt /vko – n. 1–2t	60	20%, 1/vko	~12t	~14t
8–9	1–3krt /vko – n. 1- 4,5t	60–75	30 %, 1/vko	~12t	~14t
10–11	2–3krt/vko – n. 4,5t	60–90	30 %, 1/vko	~12t	~14t
12–13	3–4krt/vko – n. 6t	75–90	25 %, 1/vko	~10t	~16t
14–15	5–7krt/vko – n. 7,5-10t	75–90	25 %, 1 /vko	~10t	~18t
16–19	6–9krt/vko – n. 7,5-13t	75–120	1–2 /vko	~10t	~18t–21t
Harraste-ryhmät 12–	0 - ? / vko	~ 45–90	50–100%	~10t	~14t/vko

Otteluiden osalta on tärkeää tavoitella eritasoisia pelejä. Onnistumiset tuovat iloa ja itse-luottamusta. Tappiot laittavat miettimään mitä tehdä paremmin. Pelin selvä hallinta on hyvää pelinomaista harjoittelua.

~25% - haastavia, omaa perustasoa kovempia vastustajia

~50% - sopivan haastavia, oman perustason mukaisia pelejä

~25% - pelejä, joissa joukkue on selvästi hallitseva osapuoli

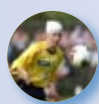


2.2.1 Jalkapallon Leikkimaailma (11-vuotiaat ja nuoremmat tytöt ja pojat)

- ◆ Harjoitusten ja pelitapahtumien järjestämisessä suositetaan lähialueita.
- ◆ Harjoituksiin ja peleihin osallistumisen tulee olla lapsille vapaaehtoista. On kuitenkin toivottavaa, että lapset osallistuvat harrastustoimintaan säännöllisesti ja ilmoittavat mm. poissaoloista joukkueen sopimalla tavalla.
- ◆ Lasten harjoitukset tulee järjestää niin, että ne päättyvät klo 20:een mennessä.
- ◆ Kaikkien pelaajien tulee käyttää säärisuojia (myös muissa ikäluokissa jatkossa).
- ◆ Henkilökohtaisen taidon kehittäminen on Leikkimaailmassa tärkein jalkapalloilullinen opetussisältö.
- ◆ Leikkimaailman ikävaiheessa lajiin kiinnittymistä lisäävät myös hyvin järjestetyt jalkapalloleirit ja -koulut sekä säännöllinen ja laadukkaasti hoidettu taitokoulutoiminta yhdessä taitokilpailulajien harjoittelun ja kisailun kanssa.
- ◆ Organisoitujen viikonloppujen määrästä on tärkeää keskustella joukkueen pelisääntöjen yhteydessä. Palloliitto suosittaa 2–3 vapaata viikonloppua/kk.
- ◆ Yön yli tehtävien turnausten määrästä on myös sovittava joukkueen ja seuran pelisäännöissä. Leikkimaailmassa (8–11-vuotiaat) Palloliiton suositus on noin 2–4 turnausta ja Kaverimaailmassa 4–5 turnausta vuoden aikana.

” Ennen murrosikää on hermoston kehittäminen tärkeää kaikissa lajeissa. Päivittäinen taitoa, tasapainoa, ketteryyttä ja nopeutta kehittävä monipuolinen liikkuminen ja harjoittelu tukee erityisen hyvin tätä tavoitetta. ”

- Harri M. Hakkarainen, LL, LitM, valmentaja



Suunniteltua peluuttamista

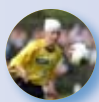
Peliaikaa ei vielä ainakaan Leikkimaailmassa tarvitse ansaita ”kovan työn” kautta, vaan jokaisella seuran ja/tai joukkueen toiminnassa mukana olevalla on oikeus seuran määrittelemällä tavalla Puolen Pelin Takuuseen. Vain otteluissa käyminen ei kuitenkaan ole suotavaa, vaan lapset on opetettava käymään myös harjoituksissa ennen kuin on ”juhlan” (pelin) aika. Puolen Pelin Takuu käsitteenä ei välttämättä tarkoita orjallisesti sitä, että joukkueen jokainen pelaaja sen jokaisessa ottelussa pelaa vähintään 50 % peliajasta, vaan aikamääritelmää voidaan tarkastella joukkueessa myös peli-illan aikana. Olennaisen tärkeää on, että joukkue on Pelisääntökeskusteluissaan sopinut, miten peliaika jakautuu pelin/peli-illan, turnauksen ja kauden aikana.

Hyvä keino helpottaa peluuttamistehtävää ja lisätä lasten peliaikaa on riittävän pieni joukkuekoko ja hyvin tehty peluuttamissuunnitelma lyhyelle ja pidemmälle aikavälille. Esimerkiksi 5v5-pelimuodossa suositeltava joukkuekoko on 7–9 pelaajaa ja 7v7-pelimuodossa noin 10 pelaajaa. Tauot puoliaikojen välillä ovat luontevia paikkoja tehdä vaihtoja.

ON TÄRKEÄÄ, ETTÄ LAPSET SAAVAT

- ◆ pelata välillä kokonaisen pelin
- ◆ aloittaa vuorollaan otteluita
- ◆ pelata eri pelipaikoilla joukkueessa
- ◆ olla vuorollaan kapteeneita

Lasten pelit tulee järjestää tapahtumamuotoisina, jolloin samalla matkustamisella joukkueet (pelaajat) saavat kaksi tai jopa useampia otteluita. Tästä hyvänä esimerkkinä käy piirien peli-iltatoiminta.



2.2.2 Jalkapallon Kaverimaailma (12–15-vuotiaat tytöt ja pojat)

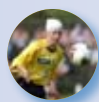
*”Kaverimaailma on omaehtoisen
harjoittelun kulta-aikaa.”*

Michael Käld, naisten maajoukkuevalmentaja

Kaverimaailmassa keskitytään edelleen pelaajien henkilökohtaisten taitojen kehittymiseen. Yksilön kehittyminen urheilijana ja ihmisenä osana joukkuetta on tärkeämpää kuin joukkueena menestyminen. Joukkuetaktiikkaa ja pelisysteemiä ei saa painottaa liikaa.

- ◆ Kaverimaailma on elämäntaitojen opetteluun aikaa.
- ◆ Peluuttaminen on edelleen tärkeä asia. On tärkeää, että joukkue on Pelisääntökeskusteluissaan sopinut, miten peliaika jakautuu pelin, turnauksen ja kauden aikana.
- ◆ 3 peliä kahdessa viikossa on maksimimäärä / yksilö, jotta aikaa jää riittävästi harjoittelulle.
- ◆ Kykykouluille ja kilpailullisesti jalkapalloa harrastaville on luotava kehittymistä tukeva kilpailujärjestelmä. On suositeltavaa käyttää 7v7- tai 8v8-pelimuotoa etenkin 12–13-vuotiaille.
- ◆ Kaverisarjat ja FUNBALL-tapahtumat tarjoavat kevyemmän harrastusmuodon niille, jotka koulutyön, toisen harrastuksen, ystävien tai jonkin muun syyn vuoksi eivät halua sitoutua kilpatavoitteisten joukkueiden toimintaan.
- ◆ Pelaamisen rinnalle nostetaan Kaikki Pelaa -koulutustoiminta ja seurojen nuorten ryhmien (Nuorten Foorumi) toiminta, jotka tarjoavat nuorille toimintamahdollisuuksia pelaamisen lisäksi.

Keskivartalon ja yleisen lihaskunnan sekä lihaskoordinaation kehittäminen on tärkeää ennen kasvuspurtin loppumista. Monipuolinen ja määräpainotteinen harjoittelu vahvistaa ja kehittää luustoa, jänteitä ja niveliä. Huomioi murrosiän vamma-alttius ja motoriikan häiriöt! Kehityssykyäisiin vaikuttaa erityisesti rasituksen ja levon suhde sekä ravinto.



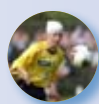
” Aerobinen liikunta on pohja kaikelle harjoittelulle ja sitä tulee olla ohjelmassa joka päivä. Se luo myös pohjan murrosiän jälkeiselle kovalle maitohapolliselle harjoittelulle. Maitohapon käsittely vaatii maksan ja munuaisten kehittyneisyyttä. Ne kehittyvät murrosiässä. Sen vuoksi kova maitohapollinen harjoittelu on ajankohtaista vasta murrosiän jälkeen.”

Harri M. Hakkarainen, LL, LitM, valmentaja

Kaverimaailmaikäisten lajissa mukana pysymistä lisää, kun nuorten erilaisiin tarpeisiin pyritään löytämään vastauksia toiminnan järjestämisen kautta. Nuoret on tärkeää ottaa mukaan vaikuttamaan toiminnan määrään ja sisältöön.

Lajiin tosissaan panostaville kannattaa tarjota lisäharjoitusmahdollisuuksia omien ohjelmien ja laadukkaasti toteutetun Kykykoulutoiminnan kautta. Kovempia haasteita tarvitsevia yksilöitä kannattaa nostaa vuotta vanhempien mukaan harjoittelemaan ja pelaamaan ainakin ajoittain. Kilpailujärjestelmässä korostuu samantasoisten joukkueiden pelaaminen vastakkain. Käytännössä tarvitaan yli piirirajojen ulottuvaa kilpailutoimintaa ja seurojen kykykoulujen välisiä pelejä.

Myös kansainväliset turnaus- ja pelikokemukset ovat tässä ikävaiheessa kehityksen ja jalkapalloelämysten kannalta hyviä. Kansainvälisen ja kansallisen turnaustoiminnan osalta tulee toimia suunnitelmallisesti ja maltillisesti, sillä niiden rasitus (henkisesti ja taloudellisesti) on suuri.



2.2.3 Jalkapallon Tulevaisuusmaailma (16–19-vuotiaat tytöt ja pojat)

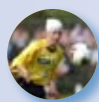
Leikkimaailman lajiin rakastuminen ja Kaverimaailman lajiin kiinnittyminen saa jatkukseen Tulevaisuusmaailman lajiin sitoutumisen nuoren itse valitsemalla tavalla ja tasolla. Osa nuorista tähtää jalkapalloammattilaisiksi, jotkut saavat lajista kesätyötä ja joillekin futis on kiva ajanviettomuoto hyvien ystävien seurassa.

- ◆ Tulevaisuusmaailman ikävaiheessa kiinnitetään aiempaa enemmän huomiota myös joukkueena pelaamiseen ja voittamiseen.
- ◆ Harrastesarjat ja -tapahtumat tarjoavat kevyemmän harrastusmuodon niille, jotka opiskelun, toisen harrastuksen, ystävien tai jonkin muun syyn vuoksi eivät halua sitoutua kilpatavoitteisten joukkueiden toimintaan.
- ◆ Kaverimaailmassa alkaneet Kaikki Pelaa -koulutukset ovat jo suunnanneet osan nuorista pelin ohjaajan, erotuomarin tai lasten ohjaajan tehtäviin jalkapalloseuroissa.
- ◆ Talenttiakatemiatoiminta yhdessä nuorten maajoukkue toiminnan kanssa vahvistavat huipulle tähtäävien nuorten pelaajapolkua Sinivalkoisella tiellä kohti entistä haasteellisempia kenttiä sekä kotimaassa että ulkomailla.

Huom! Kilpatavoitteisten jalkapalloilijoiden kohdalla on erittäin tärkeää pyrkiä yhdistämään tavoitteellinen urheileminen ja opinnot. Suomessa hyvin toimiva urheilulukio ja -akatemia-toiminta tarjoaa nuorelle urheilijalle erinomaisen tien kehittyä kohti lajin huippua ilman että kaikki elämässä olisi laitettu yhden kortin (pelaajaura) varaan.

Koulutyö ja jalkapallon harrastaminen

Jalkapallon harrastamisen tulee tapahtua siten, että se ei haittaa koulunkäyntiä. Vanhempien ja joukkueen ohjaajien on syytä yhdessä lasten ja nuorten kanssa käytävissä pelisääntökeskusteluissa luoda pelisäännöt myös sille, miten nuoret jalkapalloilijat huolehtivat koulutyöstään. Harjoitus- ja peliaikatauluja laadittaessa on tärkeätä varmistaa, että lapselle ja nuorelle jää riittävästi aikaa lepoon, ruokailuun, kouluun ja ystäville. Vaikka nuorella on usein kunnianhimoisia ja pitkälle yltäviä tavoitteita pelaajana, on hänen hoidettava koulutyönsä tunnollisesti. Paras vaihtoehto nuoren kannalta on aina sellainen, jossa hän hoitaa kouluttautumisen ajallaan. Seurojen on aktiivisesti ohjattava pelaajia ottamaan vastuuta koulutyöstään.

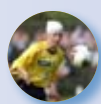


Kaverimaailmaikäisille tavoitteellisille ja kyvykkäille nuorille järjestetään piirien, Palloliiton ja seurojen toimesta jonkin verran toimintaa, joka menee koulutyön kanssa päällekkäin. Näissä pelaajakoulutustapahtumissa on erityisen tärkeää huolehtia koulutehtävien hoitamisesta ja poissaololuvista yhteistyössä vanhempien ja koulun kanssa. Tapahtumien järjestämiseen ja opetukselliseen sisältöön on myös kiinnitettävä erityistä huomiota, sillä poissaoloja koulusta tulee olla vain hyvin perustelluista syistä. Suomen Palloliitto haluaa edistää myös yläkoulujen ja toisen asteen oppilaitosten liikuntapainotteisuutta. 1–2 valinnasta lisäharjoitusmahdollisuutta normaalien liikuntatuntien lisäksi olisi tärkeä ja hyvä lisä tavoitteellisen nuoren harjoitusviikkoon. Valinnaiset lisäharjoitukset sopisivat nuoren harjoitusrytmiin parhaiten niiden ollessa aamulla. Näin pelaaja ehtisi palautua iltaharjoitukseen ja hoitaa koulutehtävät.

Tasoryhmät ja tasojoukkueet eriyttämisen keinoina

Suomen Palloliitto korostaa yksilön kehitystason, osaamisen ja innostuksen huomioimista pelaajakoulutuksessa. Koulutetut ja asiansa osaavat ohjaajat ja valmentajat eriyttävät ohjaustoimintaa harjoitusten sisällä siten, että eri kehitysvaiheissa olevat lapset ja nuoret saavat itselleen sopivaa opetusta. Innokkaimmille ”himoharjoittelijoille” ja kyvykkäimmille lapsille ja nuorille seurat tarjoavat Taitokoulu-, Kykykoulu- ja Talenttiakatemiatoimintaa.

Tasojoukkueet ovat yksi keino eriyttää toimintaa. Tasojoukkueiden muodostaminen on tarpeellinen etenkin pelaajamääriltään suurissa seuroissa. Suomen Palloliitto suosittelee tasojoukkueiden käyttöönottamista aikaisintaan Kaverimaailmaikäisenä (D12-C15) seuran omasta valinnasta ja tilanteesta riippuen. Sen sijaan erilaista tasoryhmittelyä on tärkeää tehdä jo pienestä pitäen.



Tasojoukkue = seuran pelaajista sen hetkisen osaamistason mukaan valittu joukkueyksikkö

Tasoryhmä – vaihtoehto 1 = joukkueen harjoitusten sisällä tehty eriyttävä ratkaisu, jolla eritasoiset pelaajat saavat pienryhmissä tasonsa mukaista opetusta

Tasoryhmä – vaihtoehto 2 = seuran tai seurojen yhteinen tasoryhmä, johon eri-ikäiset pelaajat valikoituvat esim. osaamisen tai innostuksen mukaan (Kyky- ja Taitokoulut)

Klinikkaharjoittelu = Seura järjestää eri osa-alueiden esim. motoriiikan, potkutekniikan tai maalinteon erityisharjoituksia pienryhmille. Pelaajat ohjautuvat klinikoihin itse valiten tai valmentajan ohjauksesta.

Uskomme, että Leikkimaailmassa paras toimintamalli pitkäjänteisen pelaajakoulutuksen näkökulmasta on panostaminen perusjoukkueen tai ikäluokan harjoitusten laatuun ja seuran järjestämään Taitokoulutoimintaan. Jo Leikkimaailmaikäisenä tehdyt kiinteät tasojoukkueet saattavat aiheuttaa liian aikaisen valinnan johdosta suuria määriä lopettamisia ja vääriä valintoja. Lapsen liikunnalliset taitotekijät kehittyvät hurjasti ennen murrosikää ja murrosiän aikana. Pelaajien aikaisesta jakamisesta tasojoukkueisiin tekee vaikean myös se, että yksilöiden välillä on suuria kehityseroja. Nämä johtuvat biologisesta kehityksestä, harrastuskokemuksista ja ympäristötekijöistä.

Lasten on tärkeää harrastaa omassa tutussa kaveriporukassa, tuttujen aikuisten ympäröimänä ja lähellä omaa kotiaan. Tasojoukkueet saattavat rikkoa tätä hyvää kasvualustaa. Uskomme myös, että ”tavallisissa” jalkapallojoukkueissa kehittyneimmät ja kyvykkäimmät yksilöt ottavat ison roolin ja sitä kautta ratkaisevat tilanteita hyökkäys- ja puolustusuuntaan keskimääräistä enemmän.

Kun tasojoukkuejako tehdään, on tärkeää, että vaikea ja tunteita herättävä muutos on hyvin suunniteltu ja tiedotettu sekä pelaajille että vanhemmille. Tasojoukkueiden jako pitää tehdä seuran (ei yksittäisen joukkueen) määrittelemällä ohjeella, josta selviää ketkä jaon tekevät, milloin, millä perusteilla (onko testit?) ja miten pelaajien liikkuminen eri tasojen välillä mahdollistetaan. Usein jakoperusteina on käytetty pelaajan omaa halua harjoitella sekä pelaajan taito-, pelikäsitys- ja nopeusominaisuuksia. Tasojoukkueiden jakamisvaiheessa on tärkeää huolehtia siitä, että jokaisella on mahdollisuus pelata jossakin hyvin hoidetussa ryhmässä. Lisäksi jakovaiheessa on myös muistettava, että kyseessä ei ole lopullinen, vaan sen hetkinen jako. Kukaan ei osaa ennustaa, miten jonkun nuoren innostus tai kehittyminen etenee.



2.3 Lahjakkuudesta erityislahjakkuudeksi

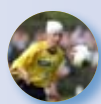
LAHJAKAS JALKAPALLOILIJ

- ◆ on motivoitunut liikkumaan ja oppimaan,
- ◆ nauttii harjoittelusta ja suhtautuu sopivan kilpailullisesti kehittymiseen (vaarana on, että nauttii vain voittamisesta, ei kehittymisestä),
- ◆ on älykäs (osaa arvioida tekemisiään), luova ja rohkea
- ◆ harjoittelee omalla ajalla paljon
- ◆ on taitava liikkuja (hyvät perusliikuntataidot, sulava ja oikea-aikainen liikkuminen ja tilan hahmottaminen)

Mukailtu lähteestä: Istvan Balyi, LTAD. 2001.

Lahjakkaille lapsille on taattava mahdollisuus tasapainoiseen kasvuun, jolloin tunne-elämä ja kyvyt saavat kehittyä suotuisasti. Lapsen suoritukset eivät saa koskaan olla aikuisen hyväksymisen tai rakkauden edellytyksenä. Suurin riski varhain havaittaville lahjakkuuksille ovat aikuiset, jotka odottavat häneltä kohtuuttomasti ja pettyvät, kun tähti ei sytykään.

Iloinen harrastus ja huipulle nousu eivät ole toistensa vastakohtia. Annetaan lapsille ja nuorille aikaa ja mahdollisuuksia kehittyä. Tiedostetaan myös, että synnynnäisesti lahjakas tarvitsee perheen ja ympäristön tukea ja kannustusta, mutta ei palvomista.



Synnynnäiset kyvyt

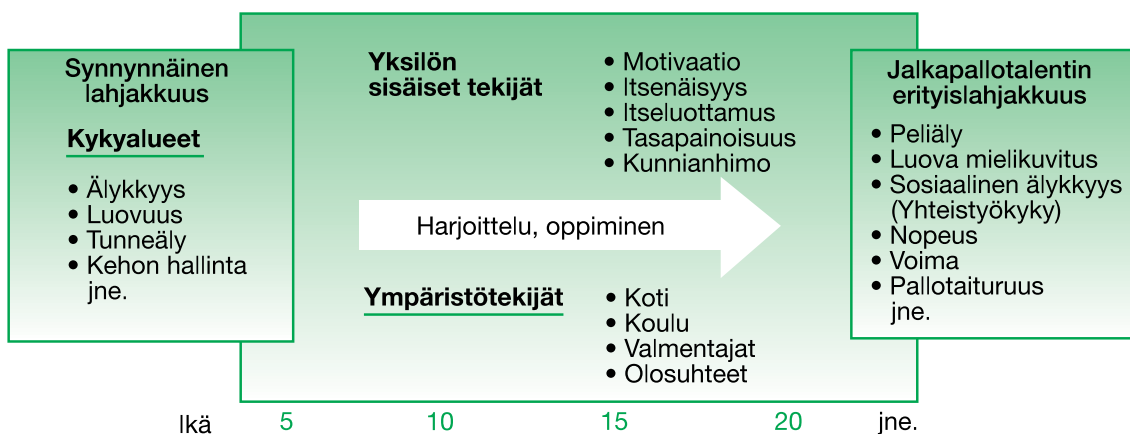
Synnynnäiset kyvyt selittävät ihmisen saavutuksista suuren osan. Kyvyillä on siis geneettinen pohja. Kykyalueita ovat mm. älykkyys, luovuus, tunneäly sekä kehon ja motoriikan hallinta lukuisine alalajeineen. Jalkapalloilijan lahjakkuus koostuu ainakin kehon ja motoriikan hallinnasta sekä spatiaalisesta (avaruudellinen hahmottaminen) lahjakkuudesta. Joukkuepelissä myös hyvät vuorovaikutustaidot ovat tärkeitä.

” Monet lapsilahjakkaat hiipuvat aikuisikään mennessä ja monen keskinkertaisena pidetyn lahjakkuus alkaa tulla esiin vasta murrosiässä. ”

Kari Uusikylä, kasvatustieteen professori

Samat kyvyt antavat mahdollisuuden kehittyä monen alan lahjakkuudeksi. Kukaan ei tietenkään synny varustettuna ”jalkapallogeenillä”. Ensin tulee tutustua jalkapalloon, ihas-tua ja aloittaa vuosia kestävä harjoittelu. Jos ihastusta seuraa palava rakkaus ja pysyvä kiintymys jalkapalloon, yksilön sisäinen motivaatio antaa mahdollisuuden kehittyä jalkapalloilahjakkuudeksi, talentiksi. Jalkapalloon rakastunut lahjakkuus voi oikein tuettuna kasvaa erityislahjakkuudeksi.

JALKAPALLOILIJAN KEHITYSMALLI LUPAUKSESTA TALENTIKSI

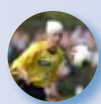


(Kari Uusikylä, 1999)



LAHJAKKUUKSIEN TUKEMINEN

- ◆ Vanhempien on tärkeää toimia tukijana (ravinto, lepo, kuljetus, kustannus, kuuntelu).
- ◆ Koulun liikuntakulttuuri voi monipuolisuudellaan ja laadullaan tukea innokkaita liikkujia.
- ◆ Olosuhteiden merkitys on suuri. Hyvät treeniolosuhteet mahdollisimman lähellä kotia ja hyvät välineet, esim. syöttöseinät innostavat omalla ajalla harjoitteluun.
- ◆ Hyvillä harjoittelukavereilla on merkitystä. Ihannetilanteessa lapsella ja nuorella on kavereina muita jalkapalloon ihastuneita, joiden kanssa voi harjoitella. Yksin harjoittelu kun ei ole niin kivaa eikä palvele pelaajana kehittymistä yhtä hyvin kuin kaverin kanssa harjoittelu.
- ◆ Erittäin tärkeää on huomioida myös levon ja rasituksen suhde sekä ravinto.



3. KAIKKI PELAA

Kaikki Pelaa -ohjelma on jaoteltu lasten ja nuorten kasvun linjauksen mukaan Leikki- (alle 12-vuotiaat), Kaveri- (12–15-vuotiaat) ja Tulevaisuusmaailmaan (16–19-vuotiaat). Vuonna 1999 käyttöön otettu Kaikki Pelaa -ohjelma on kokonaisvaltainen lasten ja nuorten jalkapallon kehittämisohjelma, joka rakentuu kahdeksalle tasaveroiselle periaatteelle, jotka yhdessä muodostavat lasten ja nuorten jalkapalloilun arvopohjan.



1. Leikinomaisuus merkitsee erityisesti tekemisessä vallitsevaa asennetta ja ilmapiiriä.

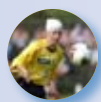
Ilo, mielihyvä, jännitys, vapauden tunne ja monet muut syvät tunteet ovat leikin ja hyvin toteutetun urheilun ydin. Hyvin toteutettu toiminta pitää yllä leikkimielistä ja halua leikkiä. Tätä tunnetta ei saisi kadottaa aikuistenkaan urheilusta, mutta se katoaa entistä helpommin myös lasten ja nuorten harrastuksesta. On huolehdittava siitä, ettei lasten ja nuorten jalkapalloharrastuksesta tule vakavahenkistä ja ylioijailtua vaan mukana olevat saavat nauttia peleistä ja leikeistä ikään katsomatta.

Leikinomaisuudella tarkoitetaan myös sitä, että jokaisessa pelissä ja turnauksessa pyritään voittoon ja onnistumisiin. Näin leikki säilyttää jännityksen ja innostuksen tuoman energian. Leikinomaisuuden säilyttäminen kilpailutilanteessa on välillä haastavaa. Siinä auttaa, kun ei ylikorosta voittamista vaan arvostaa itse leikkiä kivana tapahtumana.

2. Tasavertaisuus on sitä, että jokainen mukana oleva lapsi ja nuori saa osakseen huomiota, kannustusta ja onnistumisen mahdollisuuksia. Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus osallistua lajin huippuhetkiin: yhdessä pelaamiseen kavereiden kanssa. Jalkapallossa tätä perusoikeutta pyritään toteuttamaan Leikkimaailmaikäisten Puolen Pelin Takuu -säännöllä.

3. Yksilökeskeisyys tarkoittaa sitä, että yksilön kehittyminen on joukkueen pelillistä menestystä tärkeämpää. Kehittymistä pitää verrata lapsen ja nuoren omiin aikaisempiin tekemisiin - ei muiden joukkueessa olevien. Yksilöllisyys, erilaisuus ja persoonallisuus ovat vahvuuksia, eivät uhkatekijöitä. Joukkuelajissa yksilöllisyyttä tulee erityisesti vaalia.

4. Taito on jalkapallon perusta. Taidon kehittäminen tarkoittaa enemmän yksilöllistä harjoitteleminen ja vähemmän isoilla joukkueilla pelaamista. Oikea malli ja osaava opettaja saa aikaan oikean mielikuvan, ja lapsi innostuu. Innostus tuo mukanaan riittävät toistot.



” Taito on enemmän kuin pelkkä tekniikka. Se on kykyä soveltaa opittua tekniikkaa peliin.”

Kimmo Lipponen, nuorten maajoukkuevalmentaja

5. Monipuolisuus on liikunnallisen taitavuuden perusta. Hyvät motoriset perustaidot ovat lajitaitojen ja kokonaisvaltaisen kehittymisen kannalta keskeisiä. Useampien liikuntalajien harrastaminen on lapsen etu ja siihen tulee seuroissa aktiivisesti kannustaa. Seurojen ja joukkueiden oma harjoittelu on myös tärkeä toteuttaa monipuolisesti erilaiset kasvun herkkyskaudet huomioiden.

6. Turvallisuus syntyy oman roolinsa ymmärtäneiden aikuisten läsnäolosta. Turvallisuuden huomioiminen on osa jokaisen valmentajan harjoitussuunnitelmaa. Aikuisten vastuulla on tarkkailla niin fyysistä, kuin henkistäkin (esim. kiusaaminen) turvallisuutta uhkaavia asioita. Paikallisuuden suosiminen ja lasten kotien ja turvallisten kulkureittien lähellä tapahtuva toiminta lisäävät lasten turvallisuuden tunnetta harrastuksessaan.

7. Suvaitsevaisuus on erilaisuuden kunnioittamista. Jokainen on erilainen. Kansainväliseen jalkapalloperheeseen kuuluu ihmisiä kaikkialta maailmasta. Jalkapalloihmiset toivottavat jokaisen tervetulleeksi ihonväriin, uskontoon, kieleen, kansallisuuteen, sukupuoleen ja mihin tahansa muuhun erilaisuuteen katsomatta.

8. Päihteettömyys on lasten ja nuorten jalkapallotoiminnassa jokaisen mukana olevan harrastajan oikeus. Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus savuttomaan ilmaan ja päihteettömään harrastusympäristöön jalkapalloseurojen toiminnassa niin harjoitus- ja pelitapahtumissa kuin turnausmatkoillakin. Alkoholipitoiset saunaillat, olutteltat ja alkoholimainokset eivät kuulu alle 18-vuotiaiden jalkapalloharrastukseen.



3.1 Lasten ja nuorten suojeleminen jalkapalloharrastuksessa

Lapsella ja nuorella on oikeus turvalliseen ja kannustavaan jalkapalloharrastukseen. Lasten ja nuorten turvallisuudesta huolehtiminen on jokaisen mukana olevan aikuisen velvollisuus rooliin katsomatta.

SUOJELUN PÄÄPERIAATTEET

1. Lasten hyvinvoinnista varmistuminen kaikilla toiminnan tasoilla.
2. Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus tasavertaiseen kohteluun riippumatta
 - ♦ iästä
 - ♦ sukupuolesta
 - ♦ fyysisestä kehitystasosta tai valmiudesta
 - ♦ kulttuuritaustasta
 - ♦ ihon väristä
 - ♦ uskonnollisesta katsomuksesta
 - ♦ seksuaalisesta identiteetistä tai
 - ♦ mistä tahansa erilaisena pidetystä asiasta.
3. Jokaiseen väärinkäyttöön tai sen epäilyyn pitää puuttua viipymättä ja se tulee selvittää perusteellisesti. Vakavammissa tilanteissa on järkevää turvautua asiantuntijoiden apuun.

Yksilöllinen koskemattomuus kaikissa muodoissaan on asia, jonka loukkauksiin on välittömästi puututtava. Lasten ja nuorten hyvinvoinnista huolehtiminen on ennen kaikkea vastuun kantamista ja välittämistä. Yhteistyö kaikkien lasten ja nuorten kanssa toimivien välillä on erittäin tärkeää.



” Luonnollisen kehityskulun mukaan lasten tulisi olla lapsia ennen kuin he tulevat aikuisiksi. Jos me yritämme muuttaa tätä luonnon omaa järjestetystä, saavutamme aikuisuuden etuajassa, mutta ilman vankkaa perustaa.”

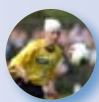
Jean J. Rousseau

3.2 Monipuolinen toimintatarjotin

Suomen Palloliiton ja Nuoren Suomen teettämien useiden tutkimusten perusteella voidaan sanoa, että useimpien lasten ja nuorten harrastuksestaan poisjäämisen syyksi on ilmennyt liiallinen kiire. Lapsilla ja nuorilla ei ole aikaa koulunkäynnille, muille harrastuksille, kaverille ja perheelle. Samaa viestiä on saatu myös lasten vanhemmilta, jotka kiristyneen työelämän tahdin ohella pyrkivät tukemaan lastensa harrastuksia. Nämä viestit on otettava erittäin vakavasti toimintaa järjestävillä tahoilla. Seurojen, piirien ja liiton tehtävänä on tuottaa riittävän monipuolisia vaihtoehtoja, jotta erilaisilla odotuksilla mukaan haluavat harrastajat löytävät oman kiinni tarttumisen paikkansa.

Seuraan on tulijoita – onko toimijoita ja olosuhteita?

Vuoden 2007 kesällä Suomen Palloliitossa oli 113 000 lisenssipelaajaa, joista tyttöjen ja naisten osuus on noin 23 000. Keväällä 2006 julkaistussa Kansallisessa Liikuntatutkimuksessa 230 000 lasta ja nuorta (alle 18-vuotiaista) ilmoittaa viikoittain pelaavansa jalkapalloa harrastuksenaan. Pojista 36 % (1995: 26 %) ja tytöistä 10 % (1995: 4%) ilmoittaa jalkapallon omalla kohdallaan suosituimmaksi urheilulajikseen. Naisten maajoukkueen hieno EM -kisamenestys Englannissa vuonna 2005 sekä vuoden 2009 naisten EM-kotikisat lisäävät tyttöfutisbuumia entisestään. Potentiaalisia uusia harrastajia riittää.

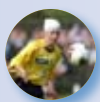




**” 50 000 lasta ja nuorta ilmoittaa
haluavansa aloittaa jalkapalloharrastuksen
seuratasolla.”**

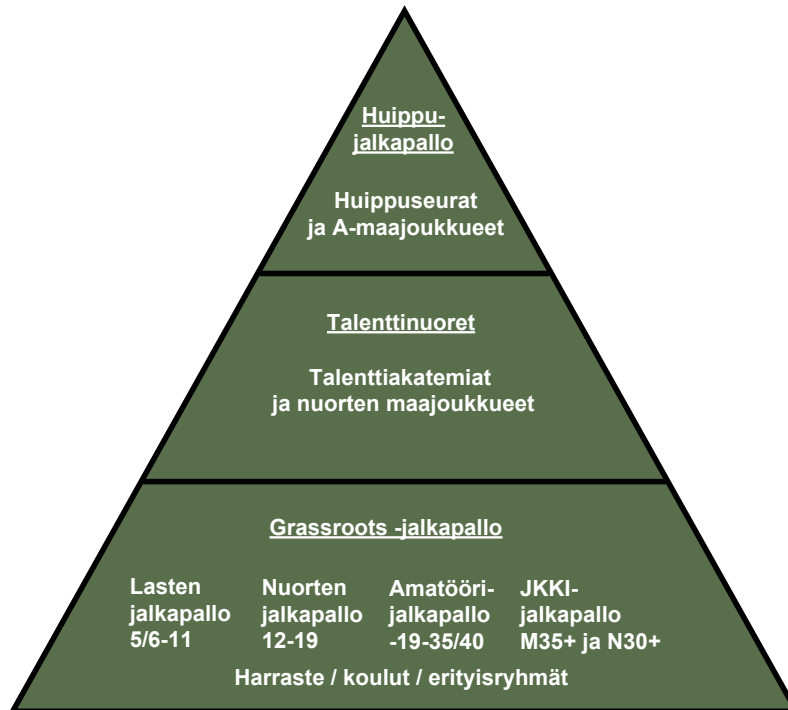
Kansallinen Liikuntatutkimus (2005–2006).

Seurojen ja piirien toimintatarjottimen monipuolistaminen on ollut yksi syy jalkapallon suosion merkittävään kasvuun. Mukana olevien nuorten lajista luopuminen (drop out) on vähentynyt ja uusilla harrastajilla on ollut paremmat mahdollisuudet tulla mukaan. Uudet harrastepainotteiset sarjamuodot, perinteisten kilpasarjojen joustavammat säännöt (kaksois-edustus- ja yli-ikäisyysluvut), uudet pienemmät pelimuodot ja joukkuekoot sekä lajin ympärivuotisuuden lisääntyminen ovat lisänneet harrastajamääriä. Tärkeässä asemassa on ollut pääosin talvikaudella saleissa pelattavan futsalin kehitys. Futsalin harrastajia on jo yli 25 000 (2007) ja kaudella 2006–2007 liiton ja piirin futsal-sarjoihin osallistui yli 1700 joukkuetta. Futsalin merkitys on erityisen suuri myös pelaajakoulutuksellisesti sen taitoa ja nopeaa pelinlukua kehittävän luonteensa vuoksi. Seuratoimijoiden ja tekonurmikenttien määrän edelleen lisääminen on tärkeää sekä harrastajamäärien että laadukkaan ympäri-
vuotisen harjoittelun kannalta.



Huippu-, kilpa- ja harrastejalkapallo

Kansalliseksi huippujalkapalloksi Suomessa katsotaan Veikkausliiga, Ykkönen sekä Naisten Liiga, joissa pelaa yhteensä noin 800 pelaajaa. Kilpajalkapalloksi luetaan Kakkonen, naisten I divisioona, Nuorten Talenttiakatemioiden, A- ja B -poikien sekä B -tyttöjen SM-sarjat.



UEFA:n Grassroots Charter -järjestelmä, jossa Palloliitto on jäsenenä, pyrkii lisäämään huippu-, kilpa- ja harrastetason välistä yhteistyötä. Jalkapallon haaste lajina on varmistaa, että harrastajalla on omien kykyjensä niin salliessa mahdollisuus siirtyä joustavasti huippu-, kilpa- ja harrastejalkapallon välillä, ilman että pelaaminen joudutaan lopettamaan vaihtoehtojen puutteeseen. Lisäksi haasteena on lisätä huipputason ja harrastetason välistä yhteistyötä. Esikuvat lajin huipulta antavat lapsille ja nuorille pelaamisen ja urheilijana olemisen mallia. Suomen tasolla tätä vuorovaikutusta huipputason ja harrastetason välillä pitää entisestään lisätä. Urheilijoiden on jalkauduttava lasten ja nuorten luokse ja lisäksi lasten ja nuorten on tärkeää mennä katsomaan ja kannustamaan esikuviaan ja suosikkijoukkueitaan.

”Aikuisten tehtävänä on opettaa lapsille ja nuorille fanikulutturia. Tunnusta väriä on koko Suomifutiksen juttu!”

Jan Walden, Veikkausliigan toimitusjohtaja



3.3 Kaikki Pelaa -ohjelman päätoimenpiteet

Kaikki Pelaa -ohjelma pitää sisällään monia käytännön toimenpiteitä lasten ja nuorten jalkapallotoiminnan edistämiseksi. Alla on listattuna keskeisimmät toimenpiteet, joista tarkemmin Palloliiton nettisivuilla www.palloliitto.fi/kaikkipelaa.

Kaikki Pelaa -säännöt

Kaikki Pelaa -säännöt on jaoteltu Kaikki Pelaa -ohjelman mukaisesti Leikki- (alle 12-vuotiaat), Kaveri- (12–15-vuotiaat) ja Tulevaisuusmaailmaan (16–20-vuotiaat). Säännöissä on keskeiset ikävaiheeseen liittyvät yleisohjeet, ohjeet peluuttamisesta, ohjeet joukkueen sisäisten pelisääntöjen ”Operaatio Pelisäännöt” tekemisestä, yli-ikäisyys- ja kaksoisedustussäännöt, ohjeet eri ikävaiheiden erityissäännöistä (esim. lisäpelaajan käytöstä) sekä kunkin ikäluokan pelimuodot, kenttä- ja maalikoot, pallon koko, peliaika ja suositeltava pelaajamäärä / ottelu. Säännöissä on myös turnauskriteerit. Sääntöjen kehitystyötä tehdään yhdessä seurojen kanssa ja ne vahvistetaan vuosittain liittohallituksen kokouksessa.

Jatkuvaa kehittymistä

Kaikki Pelaa -ohjelma on sääntöjen avulla pyrkinyt löytämään lapsen oppimisen kannalta parhaan mahdollisen pelimuodon jokaiseen ikäluokkaan. Lapsen ja nuoren kehitysvaiheelle sopivan kokoisella kentällä ja pelaajamäärällä lapselle tulee paljon tilanteita ratkaistavaksi. Yksilön pelissä suorittamien syöttöjen, haltuunottojen, laukausten, 1v1-tilanteiden ja muiden perusasioiden määrä on tärkeä asia tarkkailtavaksi.

Yleinen suuntaus maailmalla on edetä lasten pelimuodoissa nykyistä pienempiin pelimuotoihin. Pienemmissä pelimuodoissa pelaajat oppivat lähes kaikki ison pelin tekniset ja taktiset elementit monta kertaa nopeammin, sillä pienellä pelaajamäärällä ja lyhyemmillä etäisyyksillä pelaaminen vaatii jatkuvaa osallistumista ja aktiivisuutta. Tätä kehitystä tukevat mm. lukuisat tutkimukset.

Manchester United selvitti 2002/2003 9-vuotiaiden aktiivisuutta 8v8- ja 4v4-pelimuodoissa. Manchesterin Metropolitan yliopisto analysoi molempia pelimuotoja 15 pelin ajan. Tulosten mukaan pelaajat olivat merkittävästi enemmän mukana 4v4-pelimuodossa kuin 8v8-pelimuodossa (Insight, the FA Coaches Association Journal, issue 4, Vol. 6, Autumn 2003).



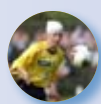
- ◆ 135% enemmän syöttöjä
- ◆ 260% enemmän maalintekotilanteita
- ◆ 500% enemmän maaleja
- ◆ 225% enemmän 1v1 tilanteita
- ◆ 280% enemmän harhautuksia ja käännöksiä

Alla olevassa taulukossa on koostettu muutamien maiden suosituksheet eri ikävaiheiden pelimuodoista.

Ikä	Norja	Sveitsi	Espanja	USA	Ruotsi	Tanska 2005	Tanska 2006	Suomi 2008
-6	5v5	5v5	5v5	3v3	5v5	5v5	3v3	3v3
6-8	5v5	5v5	5v5	4v4	5v5	7v7	5v5	5v5, futsal
9-10	5v5	7v7	5v5	6v6	9/ 5v5 10/ 7v7	7v7	5v5	7v7, 5v5, futsal
11-12	7v7	7v7	7v7	8v8	7v7	11v11	7v7	9v9, 7v7, 5v5, futsal
13-14	11v11	9v9	7v7	11v11	11v11, 9v9	11v11	9v9	11v11, 7v7, futsal, 5v5

Muokattu lähteestä: Tanskan liiton nuorisotoimintalinja, Den nye vej

Myös Suomessa on jatkuvaa tarvetta arvioida käytössä olevia pelimuotoja ja sääntöjä. Erytisesti seurojen kortteliliigoissa on tärkeää ottaa käyttöön 3v3- ja 5v5-pelimuodot.



Sinettiseurat

Sinettiseurat ovat nuorisourheilun laatuseuroja, jotka ovat saaneet Nuori Suomi Sinetin tunnustuksena laadukkaasta nuorisotoiminnastaan. Sinettitoiminta on kaikkien lajien yhteinen laatujärjestelmä. Nuori Suomi Sinetin seuralle myöntää lajiliitto. Sinettiseurat ovat lajin nuorisotoiminnassa usein edelläkävijöitä ja hyvin johdettuja seuroja.

Lasten ja nuorten liikunnan kattojärjestö Nuori Suomi on määritellyt kaikille Sinettiseuroille yhteiset säännöt. Seuran toiminnan tulee olla

- ◆ monipuolista ja kasvatuksellista
- ◆ seuran on pidettävä huolta jokaisesta mukana olevasta lapsesta ja nuoresta
- ◆ seuran ohjaajat ovat saaneet tehtävänsä asianmukaisen koulutuksen

Lisää tietoa Nuoren Suomen Sinettipalveluista
www.nuorisuomi.fi/sinettiseurat.

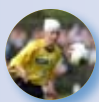
Jalkapallon omat sinettikriteerit

Sinettiseuratoiminta on osa Kaikki Pelaa -laatujärjestelmää. Jalkapalloseurojen Sinettiseurakriteerit löytyvät Kaikki Pelaa laatujärjestelmäoppaasta, jossa on tarkemmin ohjeet viiden keskeisen laatuseuran osa-alueen: a) koulutus, b) ohjaus ja valmennus, c) Fair Play, d) viestintä sekä e) talous ja hallinto, vaatimuksista.

Näiden viiden yhteisen laatuaiheen lisäksi seura voi ottaa yhden tai useampia omia aiheita, joita se toteuttaa toiminnassaan. Laatuaiheet ovat seuran omia lupauksia jäsenistölleen ja toimintaympäristölleen. Laatuaiheet ovat eräänlainen muistilista, joka auttaa seuran toimihenkilöitä jäsentämään seuratyön kokonaisuutta osa-alueittain.

Footpass-auditointijärjestelmä

Seuratoiminnan laadun arviointiin ja edelleen kehittämiseen Palloliitto on kehittänyt Footpass-auditointijärjestelmän. Footpass-auditointijärjestelmässä on huomioitu vahvasti lasten ja nuorten ruohonjuuritason jalkapallo. Footpass-työkalun avulla seurat saavat palautteen lukuisista seuratoiminnan osa-alueista. Lisätietoa Footpass-arviointityökalusta: www.palloliitto.fi/seura/seuratoiminta/footpass/ ja Palloliiton Sinettiseurakriteereistä: www.palloliitto.fi/kaikki_pelaa/sinettiseuratoiminta/.



Kaikki Pelaa -koulutukset

Kaikki Pelaa -ohjaajakurssilla tutustutaan lasten ja nuorten jalkapallomaailmaan sekä pyritään saamaan valmiuksia lasten ja nuorten ohjaajatoiminnan aloittamiseen jalkapallo-seurassa.

Ohjaajakurssit on suunnattu erityisesti lasten ja nuorten ohjaustoimintaa aloitteleville henkilöille, mutta tervetulleita ovat kaikki lasten ja nuorten ohjaamisesta kiinnostuneet - myös ohjaajakokemusta jo saaneet seuraihmiset. Tavoitteena tulee olla, että jokainen lasten ja nuorten ohjaustoiminnassa mukana oleva on osallistunut Kaikki Pelaa -ohjaajakurssille. Koulutus on ensimmäinen porras Palloliiton ohjaaja- ja valmentajakoulutusjärjestelmässä (E-taso).

Koulutustilaisuuksia järjestävät tavallisesti jalkapalloseurat, joiden Kaikki Pelaa -kurssien vetäjiksi koulutetut henkilöt sekä piirien nuorisopäälliköt vastaavat kurssien toteuttamisesta.

Kaikki Pelaa -Pelinohjaajakurssi toimii ponnahduslautana erotuomariuralle ja on hyvä kasvatus tehtävä erilaisiin rooleihin. Koulutustilaisuuksia järjestävät Palloliiton piirit, erotuomarikerhot ja myös jalkapalloseurat.

Leikkimaailman lasten otteluissa erotuomarin olisi otettava ”tuomitsemisen” sijaan ohjaava ja kannustava rooli. Siksi heitä lasten ”Leikkimaailmassa” kutsutaankin pelinohjaajiksi.



PELINOHJAAJA

OHJAA reiluun peliin reagoimalla reilun pelin ja sääntöjenvastaiseen käyttäytymiseen.

OPASTAA oikeisiin suorituksiin antamalla mahdollisuuden uuteen yritykseen.

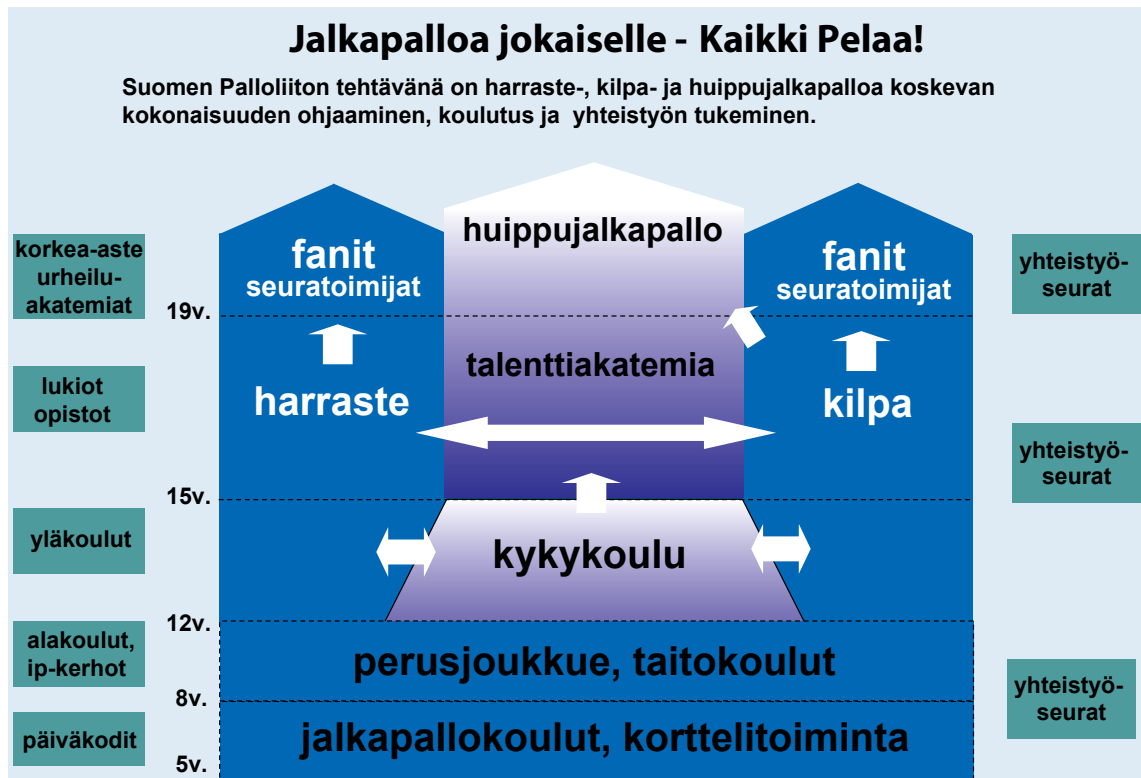
KANNUSTAA yrittämään ja rohkaisee pelaajia myös epäonnistumisen hetkellä.

KASVATTAA esimerkillään olemalla turvallinen ja luotettava Pelinohjaaja.



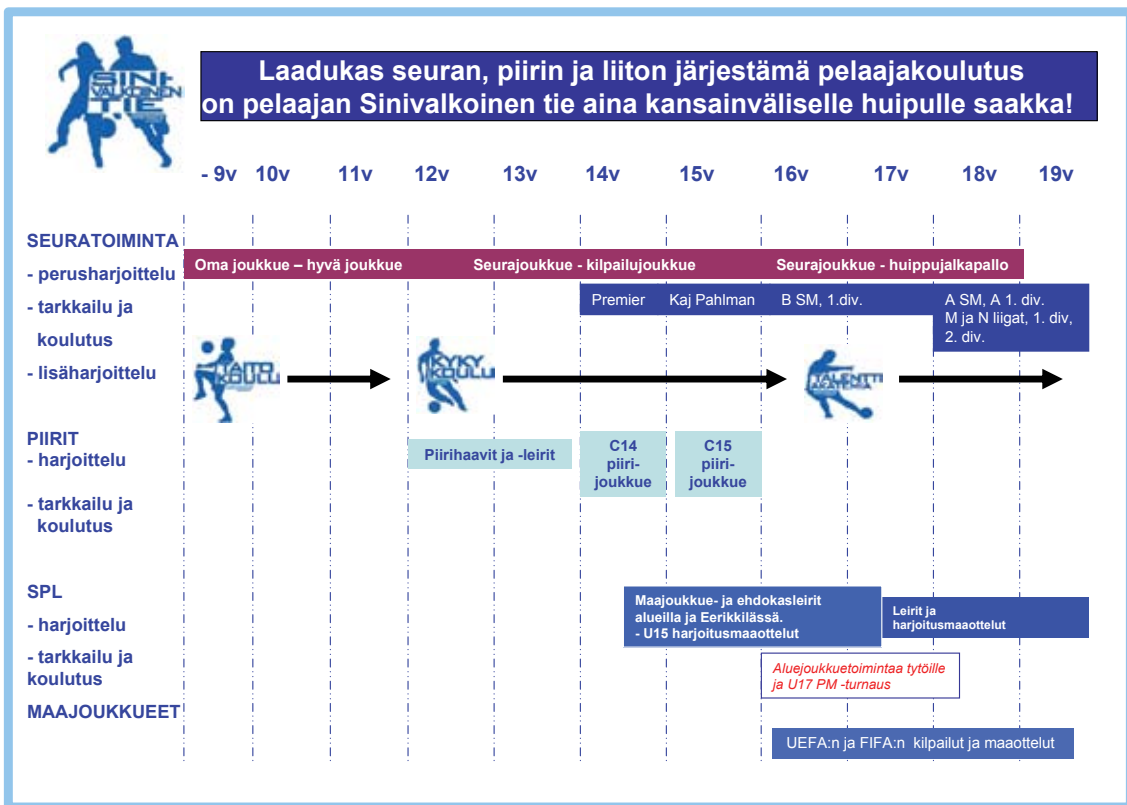
Pelaajakoulutusohjelmat

Palloliiton ohjeistama pelaajakoulutus rakentuu perusseuratoiminnan varaan. Osana seurojen pelaajakoulutusta ovat jalkapallokoulut ja -leirit. Perusseuratoiminnan lisäksi Kaikki Pelaa -nuoriso-ohjelmassa kiinnitetään erityistä huomiota innokkaimpien ja lahjakkaimpien lasten riittävän laadukkaaseen ohjaus- ja valmennustoimintaan. Sitä varten on kehitetty perusjoukkuetoiminnasta yksilöllisempi ja perinteiset seuran joukkuerajat ylittävä pelaajakoulutusmalli. Alle 12-vuotiaille malli toimii nimikkeellä Taitokoulu ja 12–15-vuotiaille Kykykoulu.



Taito- ja Kykykoulut ovat suunnitelmallinen osa huippujalkapalloiluun tähtäävän Sinivalkoisen tien -ohjelmaa. Seurojen järjestämän perusjoukkue- ja erityisryhmätoiminnan lisäksi Palloliiton piiriorganisaatiot järjestävät lahjakkaille Kaverimaailmaikäisille pelaajille piirivalmennusta. Omia valmennusryhmiä on myös maalivahdeille mm. maalivahtitallien nimikkeillä sekä seurojen että piirien järjestäminä. Taito- ja Kykykouluista saa parhaiten tietoa www.kaikkipelaa.fi nettisivuilta. Sinivalkoisesta tiestä ja nuorten Akatemiatoiminnasta lisää huippujalkapallon maajoukkuetoiminnon nettisivuilta www.palloliitto.fi/maajoukkuet.



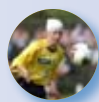


Taitokulttuuri kulmakivenä

Maailmanlaajuisestikin ansiokkaan perinteen omaava Taitokilpailujärjestelmä on saanut rinnalle lasten turnaus- ja pelitapahtumiin uudenlaisia taitoratoja ja -tehtäviä. Seurojen ja piirien erilaiset Oma Enkka -kortit ja kampanjat ovat vauhdittaneet lasten ja nuorten omaehtoista harjoittelua. Joukkuetaitokilpailut ovat osa C-nuorten lopputurnauksia ja jonglööriys kansainvälisen tason taituriesikuvien innoittamana on tullut osaksi harjoittelu- ja kilpailutoimintaa. Taitokilpailulajien sääntöjä ja sisältöjä on vuosien aikana pyritty muokkaamaan entistä pelinomaisemmiksi.

Taitokilpailulajien tarkoituksena on motivoida taitoharjoitteluun seurajoukkueissa ja sitä kautta omalla ajalla. Ohjaajilla ja valmentajilla on ratkaiseva merkitys taitojen opettajina ja harjoitteluun innostajina. Taitokilpailu on yksilölaji joukkuepelimme maailmassa. Kilpailutilanne on lapselle kova ja haastava juttu, jota pitää opetella siinä missä lajin taitojakin! Ketään ei saa pakottaa kilpailemaan, mutta sen opettelua on tärkeä edistää. Toivomme, että vanhemmat toimivat kilpailutilanteissa rohkaisijoina ja paineen ”tasaajina” lapsilleen. Lisää ajatuksia kilpailun ilon ja kilpailusta nauttimisen tavoittelusta Nuoren Suomen sivuilta: www.nuorisuomi.fi/kilpailo.

Taitotoiminnan vahvistaminen tulee olemaan jatkossakin keskeinen osa Palloliiton nuorisotoimintaa. Yli 50 vuoden tuloksekas taitokilpailuperinne on koostettu Palloliiton netti-



sivuilla. Tulevina vuosina kehitetään taitokulttuuria pelitaitoa edistävään yksilö-, pari- ja ryhmätaitotoimintaan. Tavoitteena on lisätä monipuolisia liikunnallisia perustaitoja, lajitaitoja yhdistäviä tehtäviä sekä musiikin ja rytmin hyödyntämistä. Lapsia kannustetaan omaehtoiseen harjoitteluun mm. netissä olevan liikkuvan kuvan ja kannustejärjestelmän avulla.

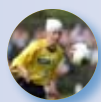
” Kun kilpaillaan, on muistettava, että lasten ja nuorten urheilussa kehittyminen on aina voittamista! Erityisesti oppimisen herkkyyskausiin liittyvissä asioissa kannattaa myös kilpailla. Taitava pärjää ja nauttii aina!”

Jyrki Heliskoski, Palloliiton valmennuspäällikkö

Tyttöjalkapallossa valtava potentiaali

Tyttö- ja naisjalkapallon edistämiprojekti F.U.N. (Futaa, Unelmoi ja Nauti) toimi kuuden vuoden ajan (2001–2006) tavoitteenaan lujittaa tyttö- ja naisjalkapalloilua Suomessa. Projektin aikana tyttö- ja naislisenssipelaajamäärä kasvoi 60 %:lla. Vuonna 2007 Suomessa oli jo yli 24 000 tyttö- ja naisjalkapalloilijaa. Jalkapallo on ylivoimaisesti suosituin tyttöjen ja naisten palloilulaji maassamme. Vuodesta 2007 alkaen F.U.N. -toimet tyttö- ja naisjalkapallon edistämiseksi ovat jatkuneet osana normaalia toimintaa Palloliiton ja piirien nuorisotoiminnassa.

Suomalainen tyttö- ja naisjalkapallo ovat vahvassa myötätulessa. Tekemistä ja haasteita kuitenkin riittää. 15 000 tyttöä ilmoitti kansallisessa liikuntatutkimuksessa (-05/-06) halunsa aloittaa jalkapalloharrastus. Haasteena on lisäksi saada jalkapallon pariin reilusti lisää naistoimijoita jokaiselle toiminnan tasolle päättäjistä valmentajiin.



Miten tytöt mukaan toimintaan?

Maassamme on kasvava määrä tyttöjä, jotka haluaisivat aloittaa jalkapalloharrastuksen. Kun yhä useampi, aikaisemmin vain poikajalkapalloon keskittynyt seura, ottaa ohjelmaansa myös tyttöjalkapallon, kasvaa tyttöpelaaajien määrä suuresti. Tyttöjen osallistumista edesauttavat etenkin omat, vain tytöille tarkoitetut, toimintaryhmät. Seurojen kouluvierailut/tapahtumat ja tyttöjalkapallon esittelypäivät ovat ensiarvoisen tärkeitä tilaisuuksia tytöille lajiin tutustumiseksi. Toiminnan järjestämisessä ja markkinoinnissa on hyvä ottaa huomioon myös se, että tytöt tulevat usein jalkapallon pariin yhdessä kaverin kanssa.

Kaikki Pelissä -koulujalkapallossa

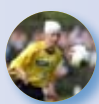
Palloliiton nuorisotoiminnassa koulujalkapalloa edistetään Kaikki Pelissä -nimikkeen alla monella eri tavalla. Koulujalkapallon edistämistyössä seuran, piirin ja liiton yhteistyö on tärkeää. Seurat järjestävät toimintaa oppilaille, piirit kouluttavat opettajia ja liitto kehittää mm. tukimateriaaleja ja koulutuksia sekä hallinnoi kokonaisuutta.

JALKAPALLO ALAKOULUISSA

- ◆ lapsille järjestetään Kaikki Pelissä -koulujalkapallotapahtumia
- ◆ opettajille laaditaan materiaaleja jalkapallon ja yleisen palloilun opetuksen tueksi
- ◆ opettajien koulutuksessa tehdään yhteistyötä Suomen opettajankoulutuslaitosten kanssa ja järjestetään opettajien täydennyskoulutuksia.
- ◆ kouluille annetaan mahdollisuuksien mukaan väline ja ohjausapua

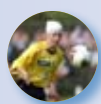
”Koulujalkapallon tulee pitää sisällään paljon lapsille sovellettua peliä ja lajitaitoa kehittäviä leikkejä!”

Pekka Lumela, liikuntapedagogiikan lehtori



Jalkapallo yläkouluissa

Jalkapallosta kiinnostuneille nuorille on joissakin kouluissa mahdollisuuksia käydä erityisillä jalkapallotunneilla vuosikursseilla 7–9. Koululla on mahdollisuus profiloitua jalkapallon kautta ja se antaa mahdollisuuden oppilaille saada jalkapallokoulutusta kouluajalla. Yläkouluille on tarjolla kuntien ja koululiikuntaliiton järjestämiä koulujen välisiä kilpailuja. Yläkouluikäisille nuorille on tärkeää järjestää myös jalkapallon harrastetapahtumia, joissa kaikki voivat olla mukana. Tapahtumien järjestämisessä kannattaa antaa oppilaille itselle mahdollisimman paljon vastuuta. Palloliiton nuorten harraste- ja vaikuttajatoimintaa edistetään myös koululiikunnan kautta.





Jalkapallo urheilulukiossa ja urheiluakatemoissa

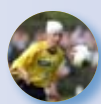
Aikuisten huipputasolle tähtääville nuorille on jalkapallolukioita ja urheiluakatemoita. Oppilaat saavat näin mahdollisuuden oman lajin valmennukseen koulupäivien aikana ja samalla pystyvät hoitamaan opintonsa tavoitteellisesti. Palloliiton hallinnoimaan TaNSM-sarjaan hyväksytyllä joukkueella tulee olla oppilaitosyhteistyötä toisen asteen oppilaitosten kanssa. Näissä oppilaitoksissa panostetaan urheilijoiden yksilölliseen opintojen ohjaukseen ja kokonaisvaltaiseen elämänhallintaan liittyviin asioihin. Monissa oppilaitoksissa on myös urheilijoiden terveydenhuoltoon tehty erityisiä panostuksia. Näille oppilaitoksille on tarjolla omia kilpailutapahtumia. Harrastejalkapallo yhtenä koululiikuntamuotona on osana koulujen liikuntasuunnitelmaa.

Nuorten harraste- ja vaikuttajatoiminta

Poisjäänti jalkapallosta ja seuratoiminnasta on suurinta nuorten ikäluokissa. Nuorten harraste- ja vaikuttajatoiminnan keskeisenä tavoitteena on luoda nuorille pelaamisen lisäksi muita mahdollisuuksia toimia lajin parissa. Monipuolisten osallistumismahdollisuuksien avulla on jo onnistuttu vähentämään drop out -ilmiötä ja kasvattamaan lajin pariin mm. tulevaisuuden erotuomareita, valmentajia, seuratohtajia, kannattajia jne.

Funball ja Nuorten Foorumit

Viime vuosina nuorisotoiminnassa on panostettu nuorten oman harrastejalkapallotapahtumamallin kehittämiseen ja nuorten vaikuttajatoimintaan. Nämä kaksi suuntaa ovat myös tulevien vuosien valintoja. Harrastejalkapallotapahtumat toimivat FUNBALL -tunnuksen alla ja nuorten vaikuttajaryhmät ovat Nuorten Foorumeja.





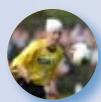
Nuorten Foorumi muodostuu seuran nuorista sekä aikuisesta tukihenkilöstä, harrastemanagerista. Sitä voi verrata koulujen oppilaskuntiin. Ideana on, että joukko seuran nuoria kokoontuu tapaamisiin, joissa he työstävät asioita, joihin haluaisivat seurassaan vaikuttaa. Nuorten Foorumi tarjoaa nuorille mahdollisuuden vaikuttaa seuratoiminnan sisältöihin ja kehitykseen. Usein nuoret haluavat toimia seuroissa mm. tapahtumien suunnittelu- ja järjestelytehtävissä (esim. nappulaliigat, turnaukset, päättäjäiset, leirit), harrastejalkapallon organisoinnissa, asuvalinnoissa ja ohjaajarekrytoinnissa. Nuorten Foorumeista kasvaa seuroihin tulevaisuuden aktiivitoimijoita.

Harrastemanageri nuorten tukena

Nuoret osaavat itse tehdä hyviä suunnitelmia ja päätöksiä. Siitä huolimatta on tärkeää, että nuoret seuratoimijat saavat aikuistukea. Seuran nuorten tukihenkilöä kutsutaan harrastemanageriksi. Tavoitteena on, että harrastemanagerin valitsevat nuoret ja aikuiset yhdessä.

Harrastemanageri toimii seurassa nuorten tukena. Hän kuuntelee, kannustaa, innostaa, auttaa ja mahdollistaa. Harrastemanagerin tärkein tehtävä on toimia nuorten puolestapuhujana seurassa. Hän toimii linkkinä seuran aikuisten ja nuorten välillä.

Lisätietoa nuorten harraste- ja vaikuttajatoiminnasta: www.palloliitto.fi/nuoret.



3.4 Muut nuorisotoiminnan kehitysprojektit

Erityislasten ryhmät osana monen seuran arkea

Erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten jalkapallotoiminta on osa seuratoiminnan kehittämistä. Kaikki Pelaa -ohjelma on nimensä mukaisesti pyrkinyt edistämään kaikkien mahdollisuutta olla mukana. Koulutustilaisuudet, pelitapahtumat ja välinelahjoitukset sekä koulujalkapallotoiminnan tapahtumat ovat vauhdittaneet erityislasten jalkapallotoimintaa. Lisätietoa erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten jalkapallosta saa myös nettisivujen kautta: www.palloliitto.fi/erityisryhmienjalkapallo.



Vihreä kortti

Suomalaisen jalkapallon arvomaailman, Vihreän Linjan, symboliksi ja keulakuvaksi syntyi 90-luvun puolivälissä Vihreä Kortti. Vuodesta 1996 Vihreä Kortti on toiminut erotuomarin ainoana korttina alle 12-vuotiaiden tyttöjen ja poikien jalkapallo-otteluissa. Vihreää Korttia on näytetty Reilun Pelin suorituksista: näin rankaisemisen sijaan kannustetaan. Erotuomarille kortti on merkinnyt astumista kasvattajan ”saappaisiin”.

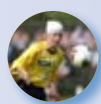
Kaikki Pelaa -ohjelma vahvistaa Vihreän Kortin kulkua jalkapallon nuorisotoiminnassa. Vihreä Kortti on Suomen Palloliiton rekisteröity tavaramerkki vuodesta 1998.

Nollatoleranssi

Palloliitto käynnisti vuoden 2007 alusta lähtien Nollatoleranssihankkeen, jonka tarkoituksena on puuttua epäurheilijamaiseen kielenkäyttöön jalkapallokentillä. Vastuu kielenkäytöstä on kaikilla jalkapallotoimintaan osallistuvilla ja varsinkin esimerkkeinä toimivilla aikuisilla.

Säännöllinen tutkimustyö

Tutkimuksia Kaikki Pelaa -ohjelmasta ja sen vaikutuksista tehdään Jyväskylän yliopiston kanssa. Lisäksi nuorisotoimi tekee yhteistyötä lukuisten opiskelijoiden ja työharjoittelijoiden kanssa. Osallistumme aktiivisesti myös mm. Nuoren Suomen ja Olympiakomitean ja mui-



den yhteistyötahojen laajempiin tutkimuskokonaisuuksiin.

Jääkiekkoliiton ja Palloliiton yhteistyö

Suomen Jääkiekkoliitto ja Suomen Palloliitto ovat sopineet yhteisesti lasten jalkapallon ja jääkiekon harrastamisen yhteensovittamisen pääperiaatteista. Sopimuksessa on kiinnitetty huomiota seurojen sellaisiin käytännön asioihin, jotka koskevat molempia lajeja harrastavien lasten urheilutoimintojen yhteen sovittamista paikallistasolla. Esimerkiksi lajien päätoimintakaudet on sopimuksessa määritelty. Vuodesta 2001 voimassa olleen lajiliittotasaisen sopimuksen jälkeen on syntynyt kymmeniä paikallistason sopimuksia. Kahden suuren lajin välinen sopimus on toiminut esimerkkinä myös muille lajeille ja korostanut lasten monipuolisen harrastamisen mahdollistamista.

Keskustelua ja sopimista tarvitaan tulevaisuudessa entistä enemmän ja yhä useamman lajin välillä. On tärkeää turvata niin ajallisesti kuin taloudellisesti lasten mahdollisuus harrastaa useampia liikuntamuotoja. Lajien välisessä kilpailussa jalkapallo haluaa korostaa yksilön vapaata valintaa. Lajivalinta päälajin suhteen tapahtuu noin 15. ikävuoden vaiheilla, kun kilpailusuuntatuneiden ryhmien harjoitus- ja pelimäärät kasvavat. Päälajin valinta ei tarkoita kaiken muun urheilun lopettamista kokonaan, vaan muut lajit jäävät aikapaineessa vähemmälle.



4. LASTEN JA NUORTEN JALKAPALLON TOIMIJAT JA ROOLIT

Lapset ja nuoret

Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus turvalliseen ja kannustavaan jalkapalloharrastukseen hänen omilla ehdoillaan. Vanhempien, ohjaajien, valmentajien, pelin ohjaajien ja erotuomareiden sekä muiden jalkapalloperheessä lukuisin eri tavoin toimivien tehtävänä on tukea lasten ja nuorten harrastamista. Lapsia ja nuoria yhdistää tarve aikuisten tukeen ja hyväksyntään.

Jalkapallon pelaaminen antaa parhaimmillaan lapselle ja nuorelle elämäniloa ja edesauttaa tunnetta oman elämän hallinnasta. Urheiluharrastus ja seuraan kuuluminen on lapselle ja nuorelle arvokas ja tärkeä kokemus, josta voi muodostua oleellinen kasvuympäristön osa perheen, koulun ja kavereiden rinnalle. Yhdessä kavereiden kanssa tehdyissä leikeissä, harjoituksissa ja peleissä lapsen ja nuoren keskittymiskyky, tunteiden hallinta, pitkäjänteisyys ja yhteisöllisyys kehittyvät.

Lapset eivät ole aikuisia pienoiskoossa. Jokainen kaipaa oman kehitystasonsa mukaista toimintaa ja jokaiselle on tarjolla tie omalle huipulle. Leikkimaailmaikäisillä (alle 12-vuotiaat) lapsilla jalkapalloharrastukseen kohdistuvat odotukset ovat yhteneväisempiä. Nuoruusiän koittaessa tarpeiden kirjo ja odotukset sirpaloituvat, mikä voi aiheuttaa harrastuksesta syrjäytymistä. Kaveri- (12–15-vuotiaat) ja Tulevaisuusmaailmaikäisille (16–20-vuotiaat) on ensiarvoisen tärkeää tarjota runsaasti erilaisia kiinnittymisen paikkoja harrastustoimintaan. Suurin haaste näissä ikävaiheissa on mahdollisimman laajan toimintatarjottimen rakentaminen sekä nuorten omien tarpeiden huomioiminen.

” Jokainen lapsi ja nuori tarvitsee jakamatonta huomiota. Henkilökohtaisen huomion tuoma turvallisuuden ja välittämisen tunne antaa vahvan pohjan ponnistaa elämään ja urheiluun”.

Juhani Lehto, Nuori Suomi



LASTEN JA NUORTEN OIKEUDET JALKAPALLOHARRASTUKSESSA

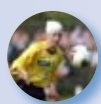
Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus

- ◆ leikkiin ja hauskanpitoon
- ◆ onnistumiseen ja epäonnistumiseen
- ◆ osallistumiseen tasavertaisesti muiden kanssa
- ◆ pelaamiseen ja harjoitteluun oman ikänsä ja kehitystasonsa mukaisesti
- ◆ päihteettömään harrastusympäristöön
- ◆ mielipiteensä ja halunsa ilmaisemiseen
- ◆ kaikkien tunteiden ilmaisemiseen
- ◆ reiluun peliin ja toisten kunnioitukseen
- ◆ aikuiseen ohjaajaan ja turvalliseen vanhempaan
- ◆ asiantuntevaan ja vastuuntuntoiseen ohjaukseen
- ◆ oppia asettamaan tavoitteita omien kykyjensä edellyttämällä tasolla

LASTEN JA NUORTEN VELVOLLISUUDET JALKAPALLOHARRASTUKSESSA

Jokaisella lapsella ja nuorella on velvollisuus

- ◆ kuunnella valmentajaa
- ◆ kehittää omia taitoja harjoituksissa ja omalla ajalla
- ◆ toimia reilusti ja edistää hyvää joukkuehenkeä
- ◆ noudattaa joukkueen yhdessä laatimia sääntöjä





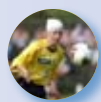
Vanhemmat

Oman äidin tai isän lisäksi vanhempi voi olla joku muu lapselle tuttu ja turvallinen aikuinen, joka tavalla tai toisella osallistuu lapsen jalkapalloharrastukseen. Vanhemmat ovat seura-toiminnan tärkeimpiä tukijoita ja heillä on mahdollisuus osallistua moniin asioihin seuran ja joukkueen toiminnassa. Vanhemmat ovat harrastuksen mahdollistajia. He huolehtivat lapsen kaikenpuolisesta hyvinvoinnista ja ovat mukana kustantamassa toimintaa. Usein harrastuspaikat ovat oman pihapiirin ulkopuolella, minkä vuoksi vanhempien apua tarvitaan myös harjoitusmatkoilla.

Vanhemmilla on oikeus olla mukana päättämässä lasten ja nuorten harrastustoiminnan pääperiaatteista. Seuran linja on pohjana vuosittain käytävien Nuoren Suomen Pelisääntökeskusteluille. On kaikkien lasten ja nuorten jalkapalloharrastuksessa toimivien kannalta erittäin tärkeää, että vuosittain sovitaan tulevan kauden toimintatavoista ja niiden onnistumista arvioidaan kauden aikana ja kauden jälkeen.

Vanhemmilla on valmentajien/ohjaajien ohella vastuu pelaajien viihtymisessä harrastuksen parissa. Lapsi ja nuori tarvitsee runsaasti henkistä tukea ja motivointia varsinkin silloin, kun kokee epäonnistuvansa tai tulee harrastamista ja kehittymistä hidastavia loukkaantumis-ia.

Vanhemmat ovat aikuisina malleja lapsille ja nuorille. Aikuisten esimerkin voima on arvaamattoman suuri voimavara, minkä vuoksi kannattaa miettiä, minkälaista mallia annamme lapsille. Lasten ja nuorten Fair Play -kasvatusta parhaimmillaan on vanhempien kohtelias ja huomaavainen käyttäytyminen, siisti kielenkäyttö, kaikkien harrastuksessa mukana olevien kunnioittaminen sekä ottelun lopputuloksen hyväksyminen.



// *Don't talk to the man with the ball – he's busy.*

Steen Jorgensen, Dansk Boldspil Union (DBU)

VINKKEJÄ VANHEMMILLE

- ◆ Kannusta, sen sijaan, että olisit virheidenetsijä. Kannustus antaa lapsille ja nuorille itseluottamusta.
- ◆ Tue omaa ja muiden lapsia ja nuoria hyvillä ja huonoilla hetkillä.
- ◆ Anna valmentajan/ohjaajan ja tuomarin rauhassa hoitaa omaa tehtäväänsä.
- ◆ Toimi yhtenä kasvattajana ja osallistut joukkueen sisäisten pelisääntöjen laadintaan aktiivisesti.
- ◆ Ymmärrä, että edustat joukkueenne lisäksi aina seuraa ja lajia.
- ◆ Kuuntele lasta ja nuorta sekä kyselet hänen tuntemuksiaan.
- ◆ Muista, että harrastus on pääosin lapsen ja nuoren oma juttu.
- ◆ Innosta lasta ja nuorta omaehtoiseen harjoitteluun.

Ohjaajien ja valmentajien roolit

Ohjaajat, valmentajat, erotuomarit ja muut jalkapalloharrastuksessa vaikuttavat toimijat ovat pelaajia varten. Jokaisella mukana olevalla lapsella ja nuorella on omat motiivinsa ja toiveensa harrastukselleen. Ohjaajien ja valmentajien tehtävän onnistumisen kannalta on tärkeätä olla selvillä yksilöiden toiveista, sillä huomioimalla harrastajan omat odotukset, ohjaaja onnistuu tehtävässään paremmin.



VINKKEJÄ VALMENTAJILLE

- ◆ Ole valmis itsesi jatkuvaan kehittämiseen.
- ◆ Kiinnitä joukkuelajissa erityistä huomiota yksilöllisyyteen.
- ◆ Anna pelaajalle rakentavaa ja kannustavaa palautetta.
- ◆ Suhtaudu pitkäjänteisesti lasten ja nuorten valmennukseen.
- ◆ Toimi kasvattajana ja esikuvana.
- ◆ Vaadi lapsilta keskittymistä ja omaa kehitystasoa vastaavia suorituksia.
- ◆ Innosta pelaajaa omaehtoiseen harjoitteluun.
- ◆ Tunne pelaajat ja heidän taustansa.
- ◆ Käytä aikaa yhteistyöhön lasten vanhempien kanssa.

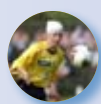
Joukkue on ohjaajiensa ja valmentajiensa näköinen! Kun mukana olevat aikuiset kannustavat ja kiittävät, lapset oppivat kannustamaan. Positiivisiin asioihin keskittymällä lapsi löytää harrastustoiminnan avulla myönteisiä asioita myös ympäristöstään. Hyvä käyttäytyminen ja yhteishenki syntyy joukkueessa useimmiten aikuisten antamien mallien pohjalta.

” Kehitä pelaajia kehittääksesi myös itseäsi.”

Ikuinen oppija Markku ”Rive” Kanerva, olympiavalmentaja

Erotuomarit ja Pelinohjaajat

Erotuomarit (12-vuotiaiden ja vanhempien pelit) ja Pelinohjaajat (Leikkimaailman pelit) ovat pelaajia ja peliä varten. Heidän haastava ja arvostettu tehtävänsä on pelin sujumisesta ja pelaajien turvallisuudesta huolehtiminen. Jalkapallon säännöt on laadittu pelin sujumisen ja pelaajien turvallisuuden näkökulmista. Innostus itsensä kehittämiseen, sääntöjen tuntemus ja halu opettaa Fair Play -ajattelua, antavat erotuomarille ja Pelinohjaajalle hyvän mahdollisuuden kokea onnistumisia tehtävässään. Kaikki Pelaa -pelinohjaajakoulutus on usein ensimmäinen askel erotuomarin uralle.



” Pelinohjaaja tai tuomari! Annathan vihreän kortin jokaisen lasten ja nuorten ottelun yhteydessä!

Katriina Elovirta,
kehityspäällikkö,
naisten MM-kisatuomari
1999 ja 2003.



Joukkue

Joukkue koostuu ryhmästä tyttöjä ja/tai poikia, jotka haluavat harrastaa jalkapalloa. Pelaajien lisäksi joukkueeseen kuuluu 1–3 ohjaajaa/valmentajaa, 1–2 huoltajaa, joukkueenjohtaja, rahastonhoitaja ja joskus myös muita toimintaa mahdollistavia henkilöitä. Joukkue on lapselle ja vanhemmille tärkeä ”kotipesä”. Joukkueiden on kuitenkin muistettava, että ne ovat osa koko seuran toimintaa. Joukkueen edustajien osallistuminen koko seura koskevien asioiden hoitamiseen edistää parhaiten koko paikkakunnan jalkapallotoiminnan kehittymistä. Monessa suuressa seurassa yksi ikäluokka muodostaa toimintaryhmän, jolla on yksi vastuvalmentaja ja useita apuvalmentajia. Otteluita ja turnauksia varten ryhmä jaetaan pelaaviin joukkueisiin. Tämän toimintamallin avulla seurat haluavat varmistaa pelaajakoulutuksen laadun ja välttää liiallista joukkuekeskeisyyttä.

Seura

Seurat ovat rekisteröityjä yhdistyksiä ja osallistuakseen kansalliseen leikki-, peli- ja kilpailutoimintaan niiden tulee olla Palloliiton jäseniä. Seurojen toimintaa ohjaa yhdistyslaki. Kaikki Pelaa -laatujärjestelmä tähtää seurojen erilaisuuden, erilaisten toimintatapojen ja seurakulttuurien sekä seuran yhtenäisyyden tukemiseen ja huomioimiseen.

” Hyvin toimivassa seurassa on seuran oma toimintamalli, jonka arvojen ja käytäntöjen mukaan ihmiset toimivat ja johon he ovat sitoutuneet.”

Jukka Vakkila, seurakouluttaja, ex. A-maajoukkuevalmentaja



Laatujärjestelmän huipulla ovat Sinettiseurat. Sinetti on julkinen tunnustus laadukkaasta työstä lasten ja nuorten hyväksi.

Yhä useammassa seurassa on vapaaehtoistoimijoiden, seuran hallituksen ja jaostojen tukena osa- tai kokopäivätoimisia ammattilaisia. Seuraavassa joitakin esimerkkejä ja lyhyt kuvaus henkilöiden työnkuvista.

Toiminnanjohtaja tai seurasihtööri vastaa talous- ja hallintoasioista sekä yhteydenpidosta kuntaan, piiriin, liittoon, yhteistyökumppaneihin ja muihin sidosryhmiin. Toiminnanjohtajan apuna on joissakin seuroissa markkinointityöstä vastaava henkilö.

Junioripäällikkö vastaa esim. alle 12-vuotiaiden lasten toiminnan kehittämisestä sekä lajin suosion kasvattamiseen tähtäävistä toimenpiteistä.

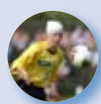
Valmennuspäällikkö nimikkeellä toimivat henkilöt keskittyvät useimmiten ikäkausijoukkueiden valmennuksellisen suunnitelmallisuuden, laadun sekä valmentajien osaamisen kehittämiseen. Valmennuspäällikkö organisoii myös seuran Taito- ja Kykykoulutoiminnan innokkaimmille ja lahjakkaimmille pelaajille.

Palloliiton piirit

Suomen Palloliiton 12 piiriä järjestää paikallisesti monipuolista leikki-, peli- ja kilpailutoimintaa omalla alueellaan. Piirit järjestävät alueellaan myös nuorten piirivalmennus- ja piirijoukkueuimintaa sekä monipuolista koulutusta. Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen lisäksi piireissä järjestetään koulutusta tuomareille, huoltajille, joukkueenjohtajille ja muille seuratoiminnan eri tehtävissä toimiville.

Piiriorganisaatiossa seurojen ihmisiä palvelevat taloudesta ja hallinnosta vastaava piiri johtaja, nuorisotoiminnasta vastaava nuorisopäällikkö sekä peli- ja kilpailutoiminnan järjestämisestä vastaava kilpailupäällikkö. Joissakin piireissä on lisäksi valmennuspäällikkö, erotuomaritoiminnan vastaava ja nuorisosihtööri.

Piiriorganisaatiossa tärkeässä asemassa ovat piirihallituksen lisäksi piirin eri seuroista valitut eri valiokuntien vapaaehtoistoimijat.



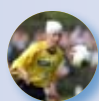
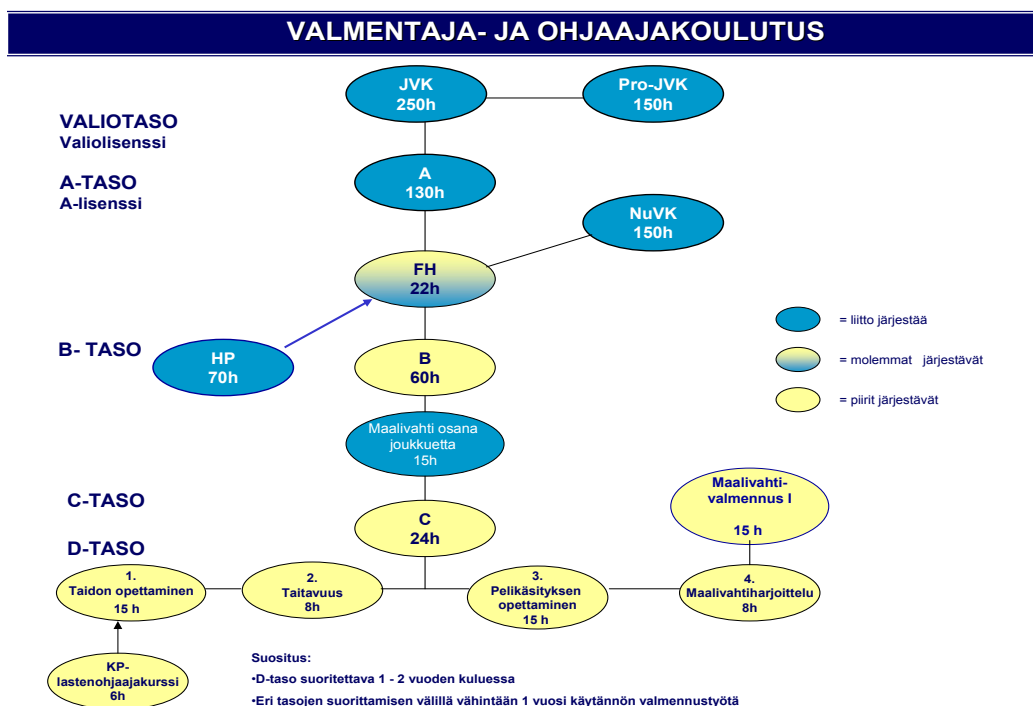
5. OHJAAJA- JA VALMENTAJAKOULUTUS

Suomen Palloliitto ja sen 12 piiriä tarjoavat koulutusta jokaiselle sitä haluavalle. Liitto järjestää korkeamman tason valmentajakoulutukset (B-huippu, A, NuVK, JVK) sekä täydennyskoulutukset eri tasojen valmentajille. Piirit järjestävät alemman tason koulutukset (B-, C, D ja Kaikki Pelaa -taso). Piirit ja liitto kouluttavat yhdessä seurojen Taito- ja Kykykoulutoiminnasta vastaavia.

Seurat kouluttavat sisäisesti eri rooleissa toimivia seuraihmiä varmistaen näin yhteisten periaatteiden mukaisen toiminnan. Kaikki Pelaa -koulutukset toteutetaan usein seurasalilla seuran omien koulutettujen Kaikki Pelaa -vastaavien toteuttamina.

Palloliitto vastaa yhdessä piirien kanssa koko koulutustoiminnan suunnittelusta ja toteutuksesta koulutuspäällikön johdolla. Suomalaisen jalkapallon valmennus- ja koulutuskeskuksessa Eerikkilän urheiluopistolla järjestetään valtaosa Palloliiton ylemmän tason koulutuksesta. Suomen Palloliiton koulutus toteutetaan UEFA:n laatuvaatimusten mukaisesti. Koulutuksilla on UEFA:n myöntämät lisenssit jokaiselle tasolle aina Grassroots tasolta (C-taso) Pro -lisenssiin saakka (Pro JVK).

Palloliiton, piirien ja seurojen laajan ja laadukkaan koulutustoiminnan lisäksi Nuori Suomi ja Suomen Liikunnan ja Urheilun alueet järjestävät monipuolista koulutusta kaikkien lajien seuraihmiä. Koulutuksiin osallistumalla jalkapalloihmiä on erinomainen mahdollisuus laajentaa näkemystään lasten ja nuorten liikunnan sekä seuratoiminnan kehittämisen suhteen vaihtamalla ajatuksia muiden lajien seuraihmiä kanssa.



5.1 Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen pääperiaatteet ja tulevaisuus

Kokonaisvaltainen valmentaminen

Palloliiton ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen lähtökohtana on korostaa ohjaajan ja valmentajan ratkaisevaa roolia paitsi jalkapallotaitojen opettajana myös kasvattajana.

Kokonaisvaltainen valmentaminen on lapsen ja nuoren kehitysvaiheen sekä häneen vaikuttavien tekijöiden huomioon ottamista. Ohjaajan/valmentajan on tiedostettava ja ymmärrettävä nuoren pelaajan elämäntilanne, jotta hän pystyy tukemaan tätä kaikin keinoin. Kokonaisuuteen kuuluvat jalkapallon lisäksi pelaajan oma kehitysvaihe henkisesti ja fyysisesti, perhe, ystävä koulu, muut harrastukset sekä muu ympäristö.

Pelaajakeskeisyys

Ohjaaja/valmentaja on pelaajaa varten. Hän on eräänlainen pelaajan tukihenkilö ja auttaja. Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen toinen peruslähtökohta on pelaajakeskeisyys. Nuorelle pelaajalle tarjotaan apua ja onnistumisen mahdollisuuksia. Ohjaajan ja valmentajan tehtävänä on tukea nuoren pelaajan kehittymistä tämän toiveiden ja tarpeiden sekä kehitysvaiheen mukaisesti. Ohjaaja ja valmentaja kannustaa pelaajaa ottamaan itse vastuuta omasta kehittymisestään. Pelaajan kehittyminen itseohjautuvuuteen on tärkeää niin jalkapallouran kuin muunkin elämän kannalta. Pelaajan motto: ”Tämä on minun juttuni!” ohjaa ohjaus- ja valmennusprosessia.

Monipuolisempaa koulutusta

Ohjaajien ja valmentajien koulutuksessa on entistä monipuolisemmin tarjottava eri kohderyhmille sopivia koulutuksia. Pienten lasten ohjaaminen vapaaehtois pohjalta kerran viikossa eroaa monella tavalla tavoitteellisten nuorten tai aikuisten valmentamisesta. Suuresta erosta huolimatta ohjaajan ja valmentajan toiminnassa on neljä yhteistä oppisäältäaluetta, joiden perusteella koulutukset rakennetaan.



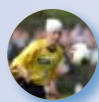
OHJAAJAN JA VALMENTAJAN

1. on osattava toimia käytännön tilanteessa, suunnitella, organisoida ja arvioida toimintaa. Yhä useammin ohjaamista ja valmentamista tehdään tiimityönä ja seuran linjausten mukaisesti, kun aiemmin valmentaminen oli melko yksinäistä puuhaa.
2. on tiedettävä miten ihminen fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti kehittyy.
3. on tunnettava laji, lajin nykyaikaiset vaatimukset ja kehitysnäkymät.
4. on huomioitava terveyskasvatusnäkökulmat ja toimittava yleisesti hyväksytyjen eettisten periaatteiden mukaisesti.

Erilaiset tavat kouluttaa ja järjestää koulutusta edellä mainittujen oppisisältöjen osalta ovat kehittymässä. Perinteisen luokkasali ja kalvot -menetelmän lisäksi koulutus on prosessimaisempaa ja monipuolisempaa. Ennakkotehtävät, sähköinen oppiminen, omien ja muiden kokemusten kautta oppiminen, kokeneen tutorin avulla käytännön tilanteissa oppiminen, sekä yleensä kenttätyössä oppiminen tietopainotteisen koulutuksen lisäksi on nykyaikaa. Koulutusten aikajänne on myös monipuolisempi. Ohjaajille ja valmentajille on tarjolla enemmän lyhyempiä teemakoulutuksia, joihin on matala kynnys osallistua. Vaihtoehtoisesti ammattiin tähtääville on tutkintoon johtavia laajoja koulutuskokonaisuuksia.

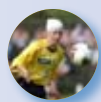
Lajin ja kasvatuksen osaajat ohjaamaan ja valmentamaan

Kasvatuksellisen koulutuksen ja pelaajataustan omaavien henkilöiden rekrytoiminen lasten ja nuorten ohjaajiksi/valmentajiksi on tärkeää. Pelaajakokemusta omaavalla ohjaajalla/valmentajalla on kyky näyttää oikeat suoritussmallit ja ymmärrystä pelistä. Koulutuksen kautta hän saa tietotaitoa lasten ja nuorten kasvusta, opettamisen taidosta ja monista muista asioista, joita ei pelaajana tule välttämättä ajatelleeksi. Yhdistelmä lajiosaamista ja kasvatuksen asiantuntijuutta sekä kokemusta on laadukkaan lasten ja nuorten valmennuksen onnistumisen edellytys.



LÄHTEET

- Football for hope, FIFA (2005)
- Fotbollens spela, lek och lär, Svenska FotbollFörlaget AB (2006)
- Handlinger och holdninger, Dansk Bolspil Union (2006)
- Harri M. Hakkarainen, fyysinen kehitys ja kilpaurheilu –seminaarimateriaali (2007)
- Holdninger och handlinger, Dansk Bolspil Union (2006)
- Horst Wein, Success in Soccer (2007)
- Istvan Balyi, Long-term Athlete development (2001)
- Kaikki Pelaa -julkaisut, Suomen Palloliitto (1999–2006)
- Kaikki Pelaa -koulutusmateriaalit, Suomen Palloliitto (2000–2006)
- Kari Uusikylä – Jane Piirto, Luovuus (1999)
- Nuoren Suomen kilpailutoiminnan suositukset, Nuori Suomi (2003)
- Nuoren Suomen opas kerho-ohjaajalle, Nuori Suomi 2006
- Nuori Suomi, Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006 (2006)
- Palloliiton valmentajakoulutusmateriaalit, Suomen Palloliitto (2000–2007)
- Pekka Lumela, Palloilun oppimisen seminaarimateriaali, Jyväskylä (2007)
- UEFA Grassroots Course –materiaalit, UEFA (2007)
- The FA Child Protection Policy, The FA of England (2000)
- Unelma hyvästä urheilusta, lasten ja nuorten urheilun eettiset linjaukset, Nuori Suomi ja Suomen Liikunta ja urheilu (2001)



LIITTEET

10 FAIR PLAY -VINKKIÄ

1. Yritä aina parhaasi. Voitot ja tappio ovat osa jalkapalloa.
2. Pelaa oikeudenmukaisesti.
3. Eläydy otteluun. Säilytä pelissä leikinomaisuus ja peli-ilo. Kukaan ei halua harrastukseltaan sellaista pahaa mieltä, jota fair play -vastainen käytös tuo mukanaan.
4. Iloitse kaverinkin onnistumisesta. Kannusta ja rohkaise pelikavereita – ja miksei vastustajiakin.
5. Muista kunnioittaa jalkapallon sääntöjä, joita ilman kilpaileminen olisi mahdotonta. Erotuomarin huijaaminen esimerkiksi filmaamalla ei kuulu jalkapallokentille. Muista, että jalkapallossa kaikki ovat samalla viivalla ja säännöt ovat samat kaikille.
6. Hyvä joukkuehenki on tärkeä osa reilua peliä. Auta loukkaantunutta pelikaveria ja tue pelaajaa, jolla ei peli kulje. Älä syyttele muita tai pakene vastuuta. Arvosta niitäkin pelikavereita, joista et välttämättä pidä yhtä paljon kuin muista. Koko joukkueen yhteen hiileen puhaltaminen on tärkeää.
7. Fair Play on erilaisuuden ymmärtämistä ja arvostamista. Fair Play on myös toisen arvostamista ihonväristä riippumatta. Rasismi ei kuulu elämään eikä jalkapalloon.
8. Fair Play on myös hyviä tapoja. Ei haistatella tiukoissakaan paikoissa. Ole hyvä esimerkki oman seuran nuoremmille pelaajille.
9. Ympäristöstä huolehtiminen on myös osa Fair Playta. Pidä kentät ja pukukopit siisteinä.
10. Muista Fair Play myös elämän muissa asioissa. Ota reilu peli tavaksi myös kentän ulkopuolella.

Pelaajasiirtojen eettiset suositukset

Jalkapalloseurojen keskinäisiä suhteita koetellaan, kun pelaajasiirtoja tapahtuu seurojen välillä. Haluamme kannustaa kaikkia toimijoita vastuulliseen ja muut lajin parissa toimivat seurat kunnioittavaan toimintaan pelaajasiirtoihin sekä muuhun toimintaan liittyvissä kysymyksissä.

Etenkin leikkimaailmassa (alle 12-vuotiaissa) pyritään siihen, että lapsi voi harjoitella paikallisessa seurassa lähellä omaa kotia!”

Timo Huttunen, kenttäpäällikkö

Pelaajan omaehtoinen siirtyminen

Toiminnan lähtökohtana on varmistaa omia kykyjä ja toiveita vastaavaa toimintaa, joka tukee parhaiten kokonaisvaltaista kehitystä. Emme estä sopimuksettoman, velvoitteensa täyttäneen pelaajan omaehtoista halua vaihtaa toiseen seuraan.

1. Kehotamme pelaajaa informoimaan asiasta välittömästi omaa valmentajaansa.
2. Ilmoitamme yhteydenotosta vanhan seuran valmennus- tai junioripäällikölle tai jos sellaista ei ole nimetty, niin seuran / joukkueen yhteyshenkilölle.
3. Yhdessä pelaajan (hänen vanhempiansa) ja vanhan seuran edustajan kanssa pyrimme varmistamaan sen, että siirto edesauttaa pelaajan kehittymistä ja minimoimme siirron aiheuttamia ongelmia.
4. Vanha seura luovuttaa pelaajan aikaisempaan kehittymiseen liittyvät informaatiot (testitulokset, harjoitusmäärät, mahdolliset aikaisemmat loukkaantumiset jne.).
5. Epävarmoissa tilanteissa mahdollistetaan siirron väliaikaisuus ja paluu vanhaan seuraan ilman vaatimuksia.

Siirto uuden seuran aloitteesta

Toiminnan lähtökohtana on varmistaa omia kykyjä ja toiveita vastaavaa toimintaa, joka tukee parhaiten kokonaisvaltaista kehitystä. Halutessamme pelaajan siirtyvän edustamaan seuraamme, on yhteydenottojärjestys seuraavanlainen:

1. Yhteys vanhan seuran valmennus- tai junioripäällikköön tai jos sellaista ei ole nimetty, niin seuran / joukkueen yhteyshenkilölle
 - ♦ pelaajan etu aina käsittelyn pohjana
 - ♦ ei suoraa yhteydenottoa pelaajaan
2. Uuden joukkueen valmentajan yhteydenotto pelaajaan ja vanhempiin
 - ♦ Mitä etua pelaaja saa siirrosta ?
 - ♦ uuden joukkueen esittely sekä toimintatapojen selvittäminen
 - ♦ mahdolliset siirtoon liittyvät riskit (esim. matkustaminen harjoituksiin pitenee..)
3. Uuden ja vanhan joukkueen valmentajien välinen keskustelu
 - ♦ mahdollisen paluun sopiminen vanhaan seuraan
 - ♦ pelaajan kehittymiseen liittyvien informaatioiden vaihtaminen (testitulokset, harjoitusmäärä, mahdolliset aikaisemmat loukkaantumiset jne.)
4. Pelaajan velvoitteet vanhan seuran ja joukkueen osalta kuntoon, esim. maksut ym. asiat.
5. Pelaajan edustus oikeuden muutoksen rekisteröinti. Mahdollinen poikkeuslupamenettely edustus oikeuden rekisteröinnin jälkeen.
6. Uuden seuran vastuu uudesta pelaajasta.
 - ♦ uuden pelaajan vastaanotto (tutustuttaminen)
7. Vanha seura hyväksyy siirron ja kohtelee vanhaa pelaajaansa kannustavasti myös jatkossa.

Koko joukkueen siirtyminen seurasta toiseen

1. Seurajohdon väliset keskustelut ennen siirtymistä
 - ◆ käytännön järjestelyistä sopiminen
 - ◆ sarjapaikkaan liittyvien asioiden sopiminen
2. Joukkueen pelaajien vanhempien keskustelu
 - ◆ Miten siirto vaikuttaa pelaajien matkustamiseen harjoituksiin ja opiskeluun?
3. Uuden seuran / joukkueen esittely vanhemmille ja pelaajille
 - ◆ toimintatapojen esittely (maksut jne.)
 - ◆ pelaajien määrä siirron jälkeen ja kuinka se vaikuttaa peluuttamiseen joukkueessa (esim. kuinka monella joukkueella osallistutaan kilpailutoimintaan)

**” Lapsi, jota rohkaistaan, oppii luottavaiseksi.
Lapsi, jota kohdellaan suvaitsevasti, oppii kärsivälliseksi.
Lapsi, joka saa kokea reilua peliä, oppii oikeudenmukaiseksi.
Lapsi, jota kunnioitetaan, oppii arvostamaan.
Lapsi, jota rakastetaan, oppii rakastamaan.**

Dorothy Law Nolte



SUOMALAINEN VOITTA AINA.

SUOMEN PALLOLIITTO

www.palloliitto.fi