

Suomen Salibandyliitto Valmennuskoulutusjärjestelmä

Tason I Salibandyvalmentajakoulutus | SBV1

Valmentajakoulutus / tasot I-III

Perusteet / tavoitteet

TIETÄÄ → YMMÄRTÄÄ

- Sähköinen oppimisympäristö → EeNet
- Valmistautuminen kohtaamiskoulutukseen perusasioiden hallinnasta
← omista haasteista

OSAA → HALLITSEE

- Kohtaamiskoulutus → Etäjaksot ← Oppimistehtävät käytännön valmennustoiminnassa
- Käytännön valmennustyön lähdöt → Käytännön valmennustyössä oppiminen ← Reflektio → Itsearviointia ja sen kehittäminen
- Kouluttajan aktiivinen ohjaus / "sparraus" koulutusprosessin aikana sekä oman toimintaympäristön osaavien ja kokeneempien valmentajien ohjaus/sparraus

Valmentajakoulutuksen vaikuttavuus ja valmennusprosessien hallinta kokonaisvaltaisen oppimisen näkökulmasta

Tason I valmentajakoulutus

Valmentajakoulutuksen laajuus

- 50 tuntia lähiopetusta → OSAA / HALLITSEE
- 50 tuntia itseopiskelua → YMMÄRTÄÄ

Valmentajakoulutuksen lähtökohta

- Valmentajalla on urheilija/urheilijoita/joukkue valmennuksessaan
- Valmennusprosessin tavoitteena on yksilön kokonaisvaltainen kehittyminen (fyysismotorinen, kognitiivinen, emotionaalinen ja sosiaalinen)
- Ihmiskäsitys ja oppimiskäsitykset yksilöllisen valmennusfilosofian takana

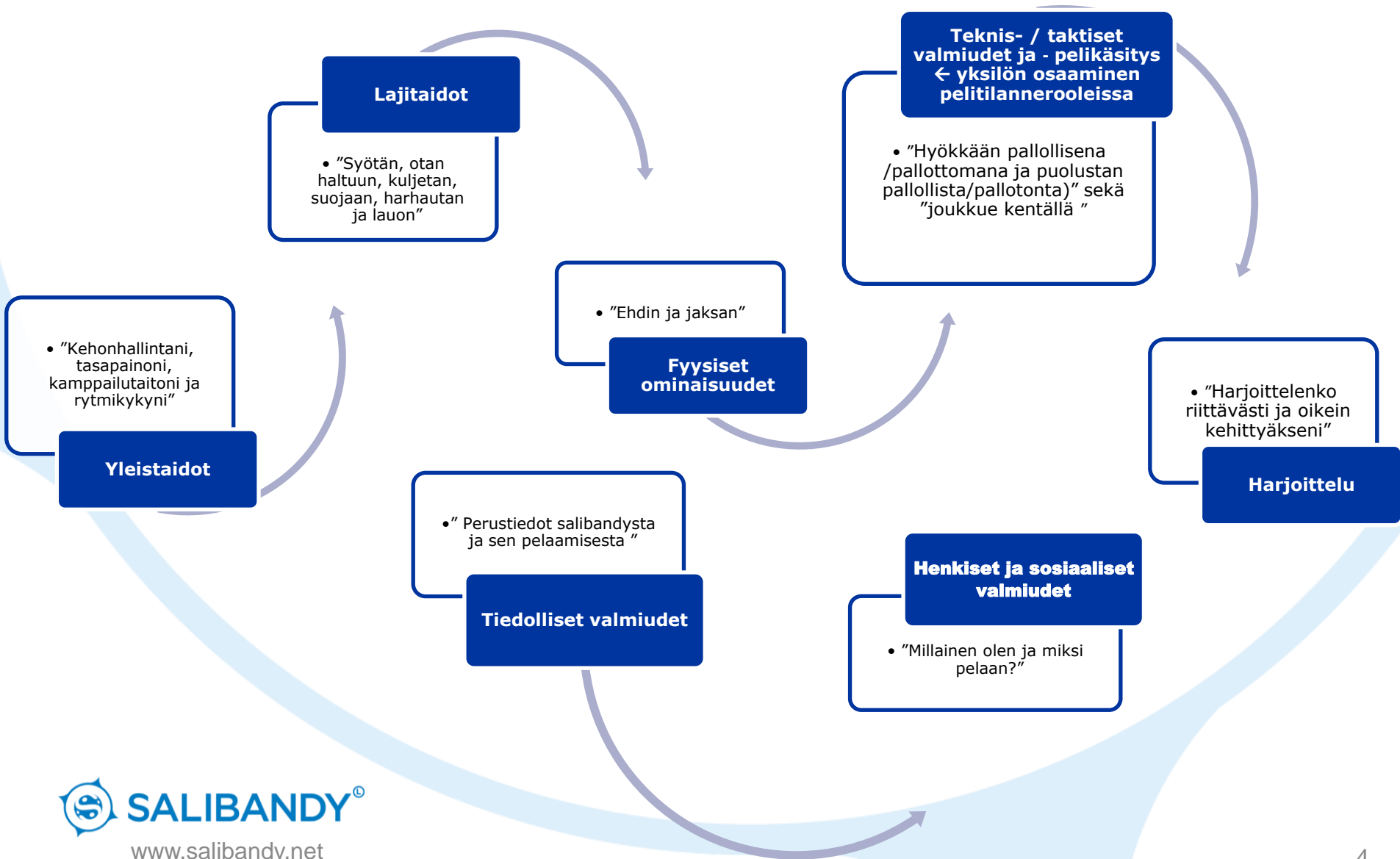
Valmentajakoulutuksen tavoitteet

- Tason I valmentaja hallitsee yksittäisen harjoituskokonaisuuden sekä 4 – 6 viikon harjoittelujakson suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin omassa valmennustoiminnassa
- Valmentaja oppii käyttämään tehokkaasti käytettävissä olevan ajan painopisteeksi valittavien asioiden kehittämiseen
- Valmentaja osaa kehittää pelaajiaan lähtökohtana peli, pelinomainen harjoittelu
- Valmentaja oppii pallollisella harjoittelulla kehittämään pelaajiensa teknisiä taitoja, taktisia taitoja, fyysisiä ominaisuuksia, sosiaalisia/vuorovaikutusvalmiuksia
- Jokainen valmentaja oppii toteuttamaan lajiharjoittelun yhteydessä vaadittavia ”oheisharjoittelurutiineita / kehittäviä alku- ja loppuverryttelyitä” salibandyharjoitusten osana.

Valmentajakoulutuksen avainasiat

- Yhden harjoituksen kokonaishallinta (rakenne ja perusasiat käytännössä)
- Yksilön kehittäminen → myönteinen valmennusote, positiivisen/kannustavan ilmapiirin luonti, pelaajakeskeisyys
- Taitojen, nopeuden, ketteryyden, liikkuvuuden kehittäminen

Kokonaisvaltaisen kehittymisen kokonaisuus käytännössä



Tason I valmentajakoulutusprosessi

VALMISTAUTUMISTEHTÄVÄT JAKSOLLE 1

- Koulutettavan lähtökohdat ja tavoitteet
- Valmentajana kehittyminen ja valmennustaidot
- Salibandyyn lajitaidot /-valmiudet
- Laji- ja harjoitusanalyysi
- Lapsen ja nuoren kasvu ja kehitys
- Oppimiskäsitykset

LÄHIJAKSO 1

TOIMINTATAVAT

- Valmistautumistehtävien purku → Alustus → ryhmätyöt ← keskustelu

JAKSON TEEMAT

- Yksilön kokonaisvaltainen valmennus / -kehittyminen
- Lapsen ja nuoren kasvu ja kehitys → monipuolisuus käytännössä
- Taitavuuden osatekijät ja taitavuus käytännössä
- Lajitaidot /-tekniset valmiudet
- Nopeuden ja ketteryyden kehittäminen
- Videot valmennuksessa / yksilön kehittämisessä

OPPIMISTEHTÄVÄT JAKSOLTA 1

- Harjoittelun suunnittelu ja toteutus → neljän viikon harjoitusjakso

VALMISTAUTUMISTEHTÄVÄT JAKSOLLE 2

- Harjoittelun viikkosuunnitelma
- Kehittävä alku- ja loppuverryttely
- Urheilijan ravinto

LÄHIJAKSO 2

TOIMINTATAVAT

- Alustukset → Ryhmätyöt → Demoharjoitukset ← Keskustelut / reflektointi
- Oppimistehtävien purku

JAKSON TEEMAT

- Yksilön kokonaisvaltainen kehittyminen
- Valmentajana kehittyminen

