



SAJL valmentajakirje 3/2018

helmikuu 2018

Verkkokurssi eScouting

Lämpimästi tervetuloa SAJL:n ensimmäiselle valmennuksen [verkkokurssille](#). Voit suorittaa kurssin omaan tahtiin verkossa perehtymällä kurssimateriaaleihin ja suorittamalla kokeen.



Sisältö: Verkkokurssilla maajoukkueen päävalmentaja Tuomas Heikkinen kristallisoi scouttaamisen perusasiat lyhyillä **videopätkillä**. Valmentajan **taktiikkoppaasta** voi kerrata ja opiskella aiheeseen liittyviä teemoja kuten kellonkäyttöä, 2-minuutin pelaamista, yleisiä ottelustrategiaan liittyviä tekijöitä. Oppaassa esitellään eri hyökkäämiseen, puolustamiseen sekä erikoispelaamiseen taktiikkaan liittyviä osatekijöitä. Coach Ken Meyerin ajatukset ovat oppaan viimeisenä lukuna. Lisäksi kurssilta löytyy itsekouluttautumiseen liittyvää **lisämateriaalia**.

Näiden osuuksien jälkeen todennat kurssimateriaaleihin perustuvilla kokeilla osaamistasi ja ymmärrystä kurssin sisällöistä. **Koe** tulee suorittaa hyväksytysti läpi, jonka jälkeen täyttämällä kurssipalautteen saat scouting -kurssin hyväksytyt suorituksen.

Verkkokurssi suoritetaan **itsenäisesti ja itseohjautuvasti** kokonaissuoritusajan puitteissa, joka alustalle kirjautumisesta lähtien 6 kuukautta. Kurssi on osa 2-tason valmennuskoulutusta ja suositeltavaa on, että 1. taso olisi suoritettu. Pilottikurssille halutaan kuitenkin paljon käyttäjiä ja se on avoin kaikille valmennuksesta kiinnostuneille.

Hinta: 40€ ja se maksetaan ilmoittautuessa. Tämän jälkeen vastausviestissä on ohjeet kuinka kurssille kirjaututaan.

Ilmoittautuminen Kurssille voi kirjautua milloin vain. Onnea eScouting-verkkokurssin suorittamiseen.

Tiedustelut:

Heikki Halttunen Miia Liukkonen
Koulutuspäällikkö Koulutusvaliokunnan pj
SAJL SAJL
heikki.halttunen(at)sajl.fi miia.liukkonen(at)sajl.fi



Joukkuepallolajien fysiikkavalmennusseminaari la 24.3. Vierumäki

Liikuntatieteellinen Seura järjestää lauantaina 24.3. **avoimen ja ilmaisen** joukkuepallolajien fysiikkavalmennusseminaarin Suomen Urheiluopistolla Vierumäellä.

Lauantaina 24.3. Kuntotestauspäivien "jatkoilla" pureudutaan palloilulajien fysiikkavalmennukseen. Tarjolla on kaikille **avoin ja maksuton seminaari**, jossa puhujina mm. **Marko Yrjövuori, Tommi Pärämäkoski ja Magni Mohr**.

Katso tarkempi ohjelma ja ilmoittaudu ilmaiseen valmennusseminaariin:

<http://www.lts.fi/koulutus/kuntotestauspäivät/kuntotestauspäivät-2018>

Viimeinen ilmoittautumispäivä on tiistai 27.2.2018.

Lisätietoja ilmoittautumisesta: Linda Raivio linda.raivio@lts.fi /puh. 010 778 6602

Kuntotestauspäivien 2018 ja valmennusseminaarin suunnittelusta ja järjestelyistä vastaa Liikuntatieteellinen Seura (LTS) ja LTS:n kuntotestauksen asiantuntijaryhmä kumppanuudessa Suomen Urheiluopiston kanssa.

1-tason Run- valmentajakurssi Pajulahdessa su 18.3.2018

Kurssipaikka: [Pajulahden Urheilukeskus](#), Pajulahdentie 168, Nastola

Aika: su 18.3.2018



Sisältö: Run-kursilla keskitytään juoksuhyökkäyksen ja –puolustuksen rakentamisen työkaluihin. Tavoitteena on antaa kurssilaisille eväitä oman joukkueensa pelin parantamiseen molemmilla osa-alueilla. Kurssin sisältö rakennetaan käytännönläheiseksi osallistujien valmentamien joukkueiden ikä- ja sarjatasen pohjalta ja huomioiden niiden erityispiirteet (pelaajamäärä, yleisimmin käytössä olevat muodostelmat ja pelitavat).

Heads Up-blokkaamisen ja taklaamisen periaatteita yhdistetään joukkuehyökkäämiseen ja –puolustamiseen käytännön harjoitteissa.

Tavoitteena on että kurssille osallistujilla on kotiin lähtiessään uusia ajatuksia oman joukkueensa juoksuhyökkäyksen ja –puolustamisen kehittämisestä ja työkaluja ajatusten toteuttamiseen käytännössä.

Kurssilaiset saavat myös tutkittavakseen suomenkielistä materiaalia aihealueiden teorian opiskeluun, kurssi on kuitenkin sisällöltään hyvin käytäntökeskeinen.

Lisäksi aiheina ovat ajankäyttö, tehtävien priorisointi sekä jaksaminen. **Huomioi tähän liittyvä ennakkotehtävä**

[Ilmoittautuminen](#) 9.3.2018 mennessä

Kouluttajat: Tuomas Heikkinen

Aikataulu su 18.3.2018:

klo 10.30-12.00 luokka, juoksuhyökkääminen, luokka 5-6

klo 12.00-12.30 lounas

klo 12.30-14.00 luokka, juoksupuolustaminen, luokka 5-6

klo 14.00-15.20 Juoksupuolustamisen perusteet demo, päärakennus palloilusali

klo 15.20-17.15 Juoksuhyökkäämisen perusteet + pallonkantajan perustekniikat, päärakennus palloilusali

klo 17.15-17.30 valmentajan hyvinvointi, luokka 5-6

Kurssimaksu: Kurssimaksu on 90 € on seurakiintiön ulkopuolelta tuleville osallistujille. Jos lajiseura ei ole maksanut SAJL jäsenmaksua 2018, ei ilmaista koulutuspaikkaa ole tällöin

tarjolla. Sisältää kahvin ja koulutuksen Ilmoittautuminen on sitova. Jokaisesta peruutuksesta veloitetaan 20 euron käsittelykulun. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen tehdystä peruutuksesta veloitamme 50 % kurssin hinnasta. Peruutuksesta tulee aina ilmoittaa kirjallisesti (sähköposti käy). Ilman ilmoitusta kurssille poisjääneiltä peritään koko kurssin hinta. Sairaustapauksissa palautamme kurssimaksun lääkärintodistusta vastaan vähennettynä toimituskuluilla 20 € Kurssi voidaan peruuttaa järjestäjän taholta, mikäli ilmoittautuneita ei ole riittävästi. SAJL pidättää oikeuden muutoksiin

Tiedustelut

Heikki Halttunen, SAJL koulutuspäällikkö
heikki.halttunen(at)sajl.fi, 0405696644

Pete McCulley valmennuskirjeitä OSA 2

Pete McCulley toimi Suomen miesten maajoukkueen päävalmentajana vuodet 1988-1991. Suomi pääsi EM-finaaleihin sekä 1989 että 1991, mutta hävisi Isolle-Britannialle molemmilla kerroilla. McCulley toimi toisen Suomessa valmentaneen amerikkalaisvalmentajan Ken Meyerin lailla hetken aikaa San Fransisco 49ersin päävalmentajana. McCulley kertoi pelaajille ja valmentajille tarinoita valmentamisen ohessa. Ohessa hänen ennen julkaisemattomia valmennuskirjeistään kolmenkymmenen vuoden takaa.



[A BRIDGE TO YOUR GOAL & THINK BIG](#)

Yhteystiedot

Osoitelähde: Asiakasrekisteri
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.