



VAASAN
SPORTIN
JUNIORIT

SPORT-PELAAJA JA PELAAJAPOLKU

SPORT PELAAJA



LUISTELEVA

- Monipuolisuus
 - Käännökset / lähdöt joka harjoituksessa!
 - Kaarreluistelu arkeen!
- Urheilullisuus
 - Pelaajan “moottori”
 - Itseluottamus (tieto siitä, että “kunto” ei petä)
- Nopeus
 - Täysivauhtista suoraluistelua / “suoraa” kaarretta
 - Stop & Go

HIEN MÄÄRÄ RATKAISEE!

AVOIMUUS – KUNNIOITUS – YHTEISÖLLISYYS

SPORT PELAAJA



REAGOIVA

- Pelitilanneroolit
 - U12 loppuun mennessä pt-roolit tutut
 - U13-U14 pt-roolit kiinni pelitilanteisiin / pelipaikattomuus / roolin vaihto
 - Prioriteettien kautta opettaminen (Meidän Peli)
 - Arvostus kaikkiin neljään rooliin
- Sekunnin sääntö
 - PT-roolin vaihdon viive minimiin
- Ennakointi-Havainto-Päätöksenteko-Toiminta-Ketju
 - Täydestä vauhdista valintojen tekemistä

**Harjoite alkaa PT-roolissa X ja jatkuu PT-roolissa Y!
Pelin jatkumo!**

AVOIMUUS – KUNNIOITUS – YHTEISÖLLISYYS

SPORT PELAAJA



KILPAILULLINEN

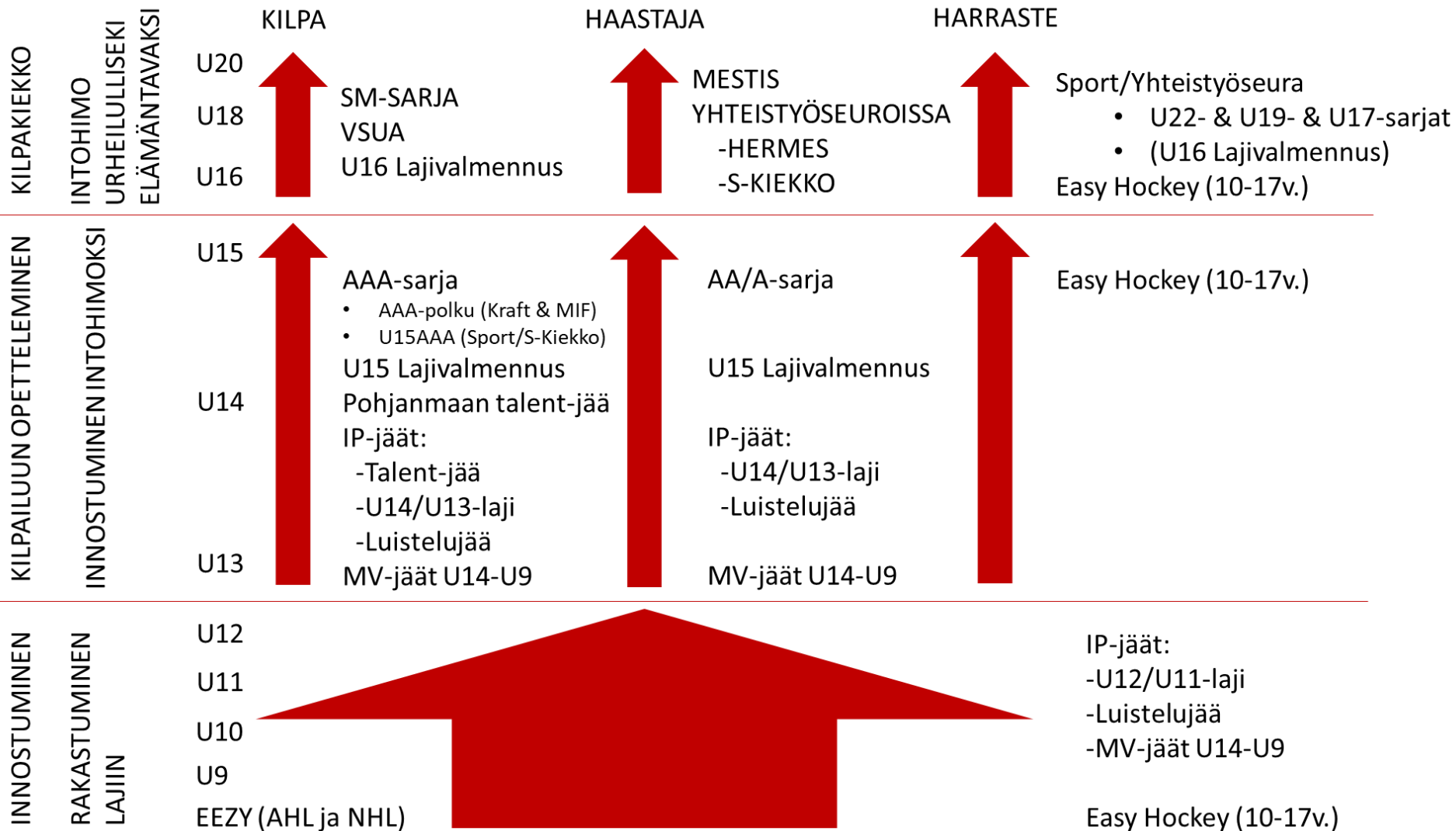
- Halu olla paras versio itsestään
 - Tavoitteen asettaminen (joukkue / yksilö)
 - Mittarit (joukkue/yksilö)
- Arki ratkaisee
 - Joka päivä töitä tavoitteen eteen (halu harjoitella / “harjoittelulahjakkuus”)
- Voittaminen
 - Pienet asiat erinomaisesti
 - Sietäminen (rooli, väsymys, kipu, kilpailu, jne.)
- Heittäytyminen
 - Uskallus/Lupa yrittää ja epäonnistua
 - Arjessa ja peleissä

PELI ON HARJOITTELUN PEILI!

VAATIMUSTASO!

AVOIMUUS – KUNNIOITUS – YHTEISÖLLISYYS

Pelaajapolku



AVOIMUUS – KUNNIOITUS – YHTEISÖLLISYYS