

LASTEN JA NUORTEN JALKAPALLOVALMENNUKSEN PEDAGOGISET PERUSTEET

Pertti Kempainen



Sisällysluettelo

Johdanto.....	3	Yksilö vastaan joukkue – erilaiset lähtökohdat, yhteinen tavoite?.....	42
Kun kaikki eivät liiku samalla tavalla – pedagogiikkaa vaihtelevien valmiuksien kentällä.....	4	Voimmeko oppia yli lajirajojen?.....	42
Kasvattava kenttä: Pedagogiikka ja didaktiikka lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa.....	6	Pedagogiikkaa vain alkeisvaiheeseen – vai myös huipulle?.....	42
Jalkapallon opettaminen ja oppiminen – pedagogisesta näkökulmasta.....	8	Harjoitteiden korjaaminen – taidon ohjaamista, ei arvostelua.....	42
Ohjattu löytäminen vai suora komento?.....	9	Havainnointi – nähdä olennaiseen.....	43
Jalkapallo kasvatuksen välineenä.....	9	Opetuksen metodologinen kokonaisuus – järjestys, merkitys ja ymmärrys.....	44
Sosiaalistava voima – kentällä ja sen ulkopuolella.....	11	Valmentajan pedagoginen olemus ja harjoituksen käytännön toteutus.....	46
Jalkapalloseura koulutuksen areenana: kasvatuksen kokonaisvaltainen kenttä.....	11	Harjoituksen pedagoginen rakenne: metodi, rytmi ja tarkoitus.....	47
Oppimisen ehdot – mitä lasten ja nuorten jalkapallo todella vaatii?.....	15	5 opetusmenetelmää.....	50
Mitä pelaamaan oppiminen vaatii?.....	18	Suora opetus.....	52
Oppimisen mielihyvä ja tyytymättömyys – jalkapallon pedagoginen jännite.....	19	Epäsuora opetus.....	54
Pedagoginen perusta lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa.....	23	Vuorovaikutteinen opetus.....	57
Mitä pedagoginen perusta tarkoittaa?.....	23	Kokemuksellinen opetus.....	58
Didaktinen siirtäminen – tieteestä opittavaan muotoon...24	24	Itsenäinen opiskelu.....	60
Didaktinen sopimus – yhteinen ymmärrys valmennustilanteessa.....	24	Synteesi ja pedagogiset suositukset.....	66
Mitä on koulutus?.....	26	Opetuksen nyky menetelmät jalkapallossa.....	65
Pedagogiikkaa käytännössä – Tanoke-esimerkki.....	28	Pelaaja, järjestelmä ja ympäristö.....	67
Oppiminen ei ole jakamista – vaan rakentamista.....	31	Nuoren jalkapalloilijan harjoitteluprosessi toimintamenetelmien periaatteiden mukaisesti.....	71
Perusteellinen pohja ennen nopeita tuloksia.....	32	Leikkisät sovellukset.....	73
Pedagoginen kolmio.....	32	Kohti yhdistävää valmennusta.....	75
Päätelmä: Pedagogiikka on valmentajan perusta.....	33	Opastettu tutustuminen jalkapalloon.....	76
Psykopedagogiset komponentit jalkapallotunnilla – pedagogisen valmennuksen kulmakivet.....	35	Opettaminen ja oppiminen jalkapallossa.....	78
Soveltaminen, sopeuttaminen ja valmennuksen moninaiset käytännöt.....	37	Opetuksen mallit jalkapallossa.....	79
Mitä opetamme – ja mitä nuoret jalkapalloilijat todella oppivat?.....	41	Futis kasvatuksellisena ympäristönä.....	80
		Opetuksen nyky menetelmät jalkapallossa.....	80
		Ymmärrykseen perustuva lähestymistapa.....	83
		Lopuksi.....	85
		Lähdeluettelo.....	88

Johdanto

Tervetuloa jalkapallovalmennuksen pedagogiikan kiehtovaan maailmaan. Tämä teos kutsuu sinut pohtimaan, mitä opettaminen ja oppiminen merkitsevät – ei vain kentällä, vaan koko elämän tasolla. Pedagogiikka ei ole pelkästään menetelmiä ja malleja. Se on tapa kohdata toinen ihminen, ohjata kasvua ja rakentaa merkityksellisiä oppimiskokemuksia. Valmennus, parhaimmillaan, on vuorovaikutusta, jossa syntyy luottamusta, oivalluksia ja kehitystä – yksi harjoitus, keskustelu ja päätös kerrallaan. Tällä matkalla pysähdymme myös ajatusten äärelle, jotka ovat syntyneet historian valovoimaisimpien ajattelijoiden ja valmentajien mielissä. Heidän näkemyksensä ovat vanginneet pedagogiikan ja oppimisen ytimen – ajatuksia, jotka edelleen ohjaavat meitä etsimään,

ymmärtämään ja kasvattamaan. Tartu mukaan. Tämä kirja ei tarjoa pelkkiä vastauksia – se tarjoaa kysymyksiä, näkökulmia ja ennen kaikkea mahdollisuuden syventyä siihen, mitä on hyvä valmennus – ja mitä on hyvä oppiminen.

Lasten ja nuorten jalkapallovalmennus tarvitsee tuekseen selkeän pedagogisen ja didaktisen perustan, jotta oppiminen olisi tavoitteellista ja kestävä. Tämän kirjan ytimessä on ajatus siitä, että valmennuksen tulee perustua muuhunkin kuin pelkkään tekemiseen – sen on oltava opetuksellisesti johdonmukaista. Tarkoituksena on rakentaa valmennusprosessi, jossa harjoitusterojen määrä ei lisäännä vain määrällisesti, vaan myös laadullisesti. Ohjelma nojaa lajin erityispiirteisiin, suunnitelmallisiin harjoi-

tusmenetelmiin ja nykyaikaisiin opetuksen malleihin. Tavoitteena on tarjota lapsille ja nuorille enemmän kuin harjoituksia – tarjota oppimista, kasvua ja kehittymistä kokonaisvaltaisesti.

Pertti Kemppinen

Vantaalla 8.7.2025



Kun kaikki eivät liiku samalla tavalla – pedagogiikkaa vaihtelevien valmiuksien kentällä

Jalkapallo lajina on rakenteeltaan monikerroksinen: siinä yhdistyvät fyysiset kontaktit, nopeatempoiset tilanteet, vaativat motoriset suoritukset, pallonkäsittelyn hienomekaniikka, jatkuva päätöksenteko ja yhteispeli. Tämä kompleksisuus tekee lajista pedagogisesti erityisen haastavan, kun kohderyhmänä ovat lapset ja nuoret, jotka ovat yksilöinä monella tapaa erilaisia. Liikkumistaito, motorinen kehitys, fyysinen kypsyys, psyykkinen valmius, motivaatio ja oppimistavat voivat vaihdella suurestikin samanikäistenkin kesken. Tähän kun lisätään erilaiset persoonallisuudet ja temperamentit – toiset kokeilevat rohkeasti, toiset vetäytyvät helposti – ollaan valmennuksellisessa

tilanteessa, joka vaatii sekä yksilön että ryhmän tarpeiden jatkuvaa havainnointia ja ymmärrystä.

Haastetta lisää se, että lasten ja nuorten taustat voivat olla hyvin erilaisia. Sosioekonominen asema vaikuttaa esimerkiksi mahdollisuuteen osallistua harrastustoimintaan, varusteiden hankintaan, perheen tukeen ja arjen vakauteen. Joillakin lapsilla on arjessaan vakaita rutiineja ja tukea oppimiseen, toisilla taas kasautuneita haasteita, jotka vaikuttavat keskittymiskykyyn ja jaksamiseen. Näiden taustatekijöiden merkitys ei ole vain sosiaalinen tai kasvatuksellinen, vaan ne heijastuvat suoraan siihen, miten valmennettava pystyy osallistumaan ja omaksumaan opittavaa.

Pedagogisesta näkökulmasta tämä tarkoittaa, että yksi tapa opettaa ei voi kos-

kaan riittää kaikille. Lapsi, joka kamppailee motoristen perustaitojen kanssa, tarvitsee aikaa ja rakentavaa ohjausta, jotta ei jää kokemaan epäonnistumista. Toinen, joka etenee nopeammin teknisissä taidoissa, tarvitsee haastetta ja tilaa luovuudelle. Kolmas voi tarvita ennen kaikkea turvallisuuden ja hyväksytyksi tulemisen tunteen voidakseen ylipäättään osallistua aktiivisesti. Pedagogiikan on oltava tilanteeseen mukautuvaa, monikanavaista ja aidosti ihmisläheistä – vasta silloin valmennuksesta voi muodostua kehitystä tukeva, merkityksellinen ja yksilöllinen prosessi.

Haasteita syntyy erityisesti silloin, kun yritetään yhdistää erilaiset tarpeet toimivaksi ryhmäkokonaisuudeksi. Harjoitteiden suunnittelussa on osattava tasapainotella yksilöllisten tavoitteiden ja koko joukkueen pelillisten tavoitteiden välillä. Lisäksi valmentajalta

vaaditaan kykyä luoda ympäristö, jossa erilaisuus ei ole este vaan voimavara. Tämä ei ole helppoa – se vaatii valmentajalta pedagogista herkkyyttä, suunnitelmallisuutta ja ennen kaikkea jatkuvaa reflektointia omasta toiminnastaan. Valmentaminen muuttuu tällöin teknis-taktisen osaamisen rinnalla myös kasvatukselliseksi ja yhteiskunnalliseksi tehtäväksi, jossa pyritään tukemaan nuoren kokonaisvaltaista kasvua.

Lopulta kysymys ei ole vain siitä, miten hyvin pelaaja oppii hallitsemaan palloa tai puolustamaan 1v1-tilanteessa, vaan siitä, millä tavoin hän saa mahdollisuuden kasvaa omaksi itsekseen lajin parissa. Kun pedagogiset haasteet tunnistetaan – eivätkä niitä sivuuteta – voidaan rakentaa valmennuskulttuuria, joka ei vain tuota parempia pelaajia, vaan myös tasapainoisempia ja elämänsä luottavaisesti suhtautuvia nuoria.



Kasvattava kenttä: Pedagogiikka ja didaktiikka lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa

Jalkapallovalmennus nuorille ei ole pelkkää pelikirjojen soveltamista tai toistoharjoitteiden läpivientiä, vaan se on harkittua ja vastuullista kasvatustyötä, jossa korostuvat sekä pedagoginen ymmärrys että didaktinen taito. Se on kokonaisvaltaista ohjaamista, jonka keskiössä ovat kasvu, oppiminen ja inhimillinen kehitys. Tässä yhteydessä pedagogiikka ja didaktiikka muodostavat valmennuksen kivijalan – kaksi käsitettä, jotka täydentävät toisiaan ja tekevät valmennuksesta merkityksellistä, vaikuttavaa ja kasvatuksellista.

Pedagogiikka tarkoittaa laajasti ymmärrettynä kasvatuksen ja opetuksen periaat-

teita – niitä arvoja, asenteita ja tavoitteita, jotka ohjaavat valmentajan toimintaa. Pedagoginen valmentaja näkee pelaajan ennen kaikkea ihmisenä, jolla on yksilöllinen kehityspolku, tunteet ja tarpeet. Hän rakentaa valmennustilanteet siten, että ne tukevat lapsen fyysistä, sosiaalista, psyykkistä ja kognitiivista kasvua. Pedagogiikassa korostuvat arvot, kuten tasa-arvo, kunnioitus ja turvallisuus. Sen keskiössä on lapsikeskeisyys: valmennus suunnitellaan lapsen eikä pelkästään lajin ehdoilla.

Didaktiikka puolestaan viittaa opettamisen käytännön toteutukseen. Se käsittelee kysymyksiä, kuten mitä opetetaan, miten opetetaan ja milloin opetetaan. Didaktisen osaamisen ytimessä on kyky rakentaa harjoituskerrat loogisesti, kehitysvaiheeseen sopivasti ja tavoitteellisesti. Jalkapallossa tämä voi tarkoittaa esimerkiksi taitoharjoi-

tusten järjestämistä pienpeleiksi, oppimista tukevan palautteen antamista tai yksittäisen harjoituksen nivomista pidempään valmennussuunnitelmaan. Didaktiikka antaa välineet pedagogisten arvojen viemiseksi käytäntöön.

Oppiminen ei kuitenkaan synny yksisuuntaisesta tiedonsiirrosta, vaan vuorovaikutuksesta, toiminnasta ja kokemuksesta. Jalkapalloharjoitusten on oltava aktiivisia, innostavia ja lapselle merkityksellisiä. Pelinomainen, leikillinen lähestymistapa tukee lasten luonnollista tapaa oppia – oivaltamalla, kokeilemalla ja toistamalla. Pedagogisesti taitava valmentaja huomioi, että jokainen pelaaja oppii omalla tavallaan ja omassa tahdissaan. Hän ymmärtää, että ohjaaminen ei ole vain opettamista, vaan yhteistä matkaa kohti oppimista.



Opettamisen ja oppimisen erottaminen toisistaan on tärkeää myös valmennuskontekstissa. Vaikka valmentaja olisi valmistellut harjoituksensa huolellisesti, oppimista ei välttämättä tapahdu ilman toimivaa vuorovaikutusta, sopivaa haastetasoa ja lapsen sisäistä motivaatiota. Tämän vuoksi arviointi ja reflektio ovat oleellinen osa sekä pedagogista että didaktista prosessia. Valmentajan on arvioitava paitsi pelaajien edistymistä myös omaa toimintaansa: millaiset valinnat tukivat oppimista ja millaisia muutoksia kannattaisi seuraavalla kerralla tehdä.

Kasvattava valmennusympäristö on turvallinen, innostava ja oppimista tukeva. Sen rakentaminen vaatii valmentajalta monipuolista osaamista: tietoa lasten kehityksestä, taitoa suunnitella ja toteuttaa harjoituksia sekä kykyä kohdata nuori yksilönä ja osana ryhmää. Tämä ympäristö ei synny sattuu-

malta, vaan se on tietoisien pedagogisen ja didaktisen suunnittelun tulos. Lapsen kehitystä tukevassa valmennuksessa korostuu myös ryhmädynamiikan ymmärtäminen, sosiaalisten taitojen vahvistaminen ja tunne siitä, että jokainen on tärkeä osa joukkuetta.

Pedagoginen ote näkyy myös siinä, miten valmentaja suhtautuu virheisiin ja epäonnistumisiin. Ne eivät ole esteitä vaan osa oppimisen prosessia. Pedagogisesti valveutunut valmentaja kannustaa kokeiluun, uskallukseen ja oma-aloitteisuuteen. Didaktisesti osaava valmentaja puolestaan osaa sovittaa harjoitukset niin, että jokainen lapsi kokee onnistumisia ja sopivaa haastetta omalla taitotasollaan.

Pedagogiikka ja didaktiikka yhdistyvät valmennuksessa arjen teoissa: siinä, miten valmentaja suunnittelee harjoituksen, miten

hän kohtaa pelaajan, miten hän palauttaa huomion tärkeimpään – siihen, että oppiminen on prosessi, joka tapahtuu yhdessä, ihmisten välillä. Hyvä valmentaja ei ole vain lajiosaaja, vaan ennen kaikkea oppimisen mahdollistaja, joka toimii kasvun tukipilarina. Jalkapallokenttä voi olla elinikäisen oppimisen alusta – paikka, jossa opetellaan taitojen lisäksi yhteisöllisyyttä, sinnikkyyttä ja itseluottamusta.

Pedagogiikan ja didaktiikan yhdistäminen tekee jalkapallovalmennuksesta enemmän kuin pelin opettamista. Se tekee siitä kasvattavaa toimintaa, jolla voi olla elinikäinen vaikutus nuoreen urheilijaan – niin kentällä kuin sen ulkopuolellakin.

Jalkapallon opettaminen ja oppiminen – pedagogisesta näkökulmasta

Jalkapallopedagogiikka alkaa varhain, usein jo leikin varjolla toteutetuissa ensimmäisissä kosketuksissa palloon. Se ei ole vain teknisten taitojen harjoittamista, vaan koko elämän mittainen sosiaalistumisen ja kasvun prosessi, jossa pelaaja oppii itsestään, toisista ja maailmasta pelin kautta. Jalkapallo on yhtä aikaa peli, kieli, kulttuuri ja yhteisö – ja valmennus sen ytimessä on ennen kaikkea pedagogista toimintaa.

Ei valmiita kaavoja – mutta yhteisiä periaatteita

Jalkapallon opettamiseen ei ole olemassa yhtä oikeaa tyyliä. Menetelmiä ja lähestymistapoja on yhtä paljon kuin on valmentajia ja pelaajia. Kukaan valmentaja ei voi

pakottaa oppimista tapahtumaan – pelaajan on haluttava oppia. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että valmentaja olisi voimaton. Päinvastoin: valmentajan vastuulla on luoda oppimisen olosuhteet, joissa pelaaja kokee onnistumisen mahdollisuuksia, innostuu, sitoutuu ja kehittyy.

Keskeistä on ymmärtää, että motivaatiota ei voi kaataa päähän ulkopuolelta – se täytyy herättää. Harjoitusten tulee olla houkuttelevia, luovia ja dynaamisia. Taitojen opettaminen ei ole vain toiston määrää, vaan myös ympäristön laatua: kuinka haastava, mukaansatempaava ja merkityksellinen tilanne on oppijalle?

Ohjattu löytäminen vai suora komento?

Jos tavoitteena on kehittää pelaajia, jotka osaavat ajatella pelissä, reagoida tilantei-

siin ja sopeutua muuttuvaan ympäristöön, tarvitaan oppimismenetelmiä, jotka tukevat näitä taitoja. Yksi tällainen lähestymistapa on ohjattu löytäminen – menetelmä, jossa pelaajalle tarjotaan tilaisuuksia kokeilla, tutkia ja oivaltaa ratkaisuja itse. Valmentaja ei anna valmista vastausta, vaan ohjaa ajattelua oikeaan suuntaan.

Jos sen sijaan käytetään pelkästään suoran komennon menetelmiä, vaarana on kasvattaa pelaajia, jotka jäävät riippuvaisiksi valmentajan ohjauksesta. He voivat oppia suorittamaan, mutta eivät välttämättä ymmärrä, mitä tekevät tai miksi. Tällöin pelaajalla on vaikeuksia soveltaa oppimaansa aidossa pelitilanteessa – tai siirtää harjoituksessa opittua ottelutilanteeseen.

Todellinen, merkityksellinen oppiminen tapahtuu silloin, kun pelaaja nauttii siitä,

mitä tekee. Leikki ja peli eivät kuulu vain lapsuuteen – ne ovat osa kaikkea oppimista. Pelit ja pelinomaiset harjoitteet eivät vain viihdytä – ne opettavat taitoja, arvoja ja ajattelua tavalla, joka on mielekäs ja mieleenpainuva.

Jalkapallo kasvatuksen välineenä

Kasvattaminen ei tarkoita vain paremmaksi pelaajaksi tekemistä, vaan ennen kaikkea paremmaksi ihmiseksi kasvattamista. Pedagogiikassa puhutaan älyllisten, moraalisten ja emotionaalisten valmiuksien kehittämisestä – samat ulottuvuudet kuuluvat myös jalkapallovalmentajan tehtäväkenttään.

Jalkapallo ei yksin kasvata. Kentälle osallistuminen ei takaa arvojen, vastuullisuuden tai toisten kunnioittamisen oppimista. Nämä kasvun kohdat vaativat tietoista valmennuk-

sellista tukea ja esimerkkiä. Pelaajille on tehtävä näkyväksi se, mitä jalkapallo voi opettaa myös kentän ulkopuolella: yhteistyötä, sitoutumista, reiluutta ja yhteisen tavoitteen eteen toimimista. Yksi merkittävimmistä moraalisisista haasteista valmennuksessa on tasapainon löytäminen yksilön ja ryhmän välillä. Pelaajia tulee rohkaista ilmaisemaan itseään, kehittämään henkilökohtaisia vahvuuksiaan – mutta samalla heidän on opittava, että jalkapallo on yhteispeliä, jossa oma onnistuminen saa merkityksensä osana joukkuetta.



Jalkapallovalmennuksen kontekstissa pedagogiikka tarkoittaa ennen kaikkea kykyä jäsentää harjoitustilanteita siten, että ne tukevat oppimista, muistia ja ymmärrystä. Harjoitukset eivät ole vain fyysistä toistoja, vaan ne rakentavat ymmärrystä pelistä ja sen lainalaisuuksista. Valmentajan tehtä-

vänä on ohjata pelaajia näkemään, miksi jokin toimii tai ei toimi tietyssä tilanteessa. Tämä vaatii opettajalta tai valmentajalta didaktista herkkyyttä ja kykyä tulkita kunkin oppijan tilannetta. Pelkät teoriat eivät riitä, jos niitä ei osata soveltaa elävään, muuttuvaan kontekstiin. On tärkeää, että valmenta-

ja säilyttää kriittisen otteen omaan toimintaansa ja uskaltaa tarkastella, mikä todella tuottaa oppimista. Opetus ei ole mallin siirtämistä, vaan tilanteen rakentamista, jossa oppiminen tapahtuu. Vasta silloin pedagogiikalla on todellista vaikutusta pelaajan kehittymiseen.

Sosiaalistava voima – kentällä ja sen ulkopuolella

Valmentaja seuraa pelaajaa usein vuosien ajan – joskus läpi koko nuoruuden. Tässä suhteessa valmentajasta tulee osa pelaajan kasvun verkostoa, sosiaalisaation keskeinen agentti, jonka vaikutus voi ulottua pitkälle kentän ulkopuolelle. Kuten filosofi **Aristoteles** sanoi: *”Ihminen on luonteeltaan sosiaalinen eläin.”* Jalkapallo tekee tästä näkyvää ja totta: yksikään pelaaja ei saavuta tavoitteitaan yksin. Tarvitsemme pelikavereitamme, kommunikaatiota, yhteistä rytmiä ja keskinäistä luottamusta.

Silti valmentajat kohtaavat arjessaan usein yksilökeskeisen ajattelun ilmentymiä: “Näinkö mun maalin?”, “Miten mä pelasin?” Tämä ei ole yksilön syy – se on heijastusta yhteiskunnasta, jossa media, some ja fanikulttuuri

nostavat yksittäiset onnistujat jalustalle. Valmentajana meidän tehtävämme on tietoisesti vastustaa tätä vinoumaa ja ohjata pelaajia ymmärtämään, että yksilöllinen panos saa arvonsa yhteisessä onnistumisessa.

Jalkapallon valmentaminen ei ole vain lajin opettamista – se on kasvattamista. Pedagogisesti taitava valmentaja ymmärtää, että jokainen harjoitus on tilaisuus vaikuttaa, ei vain pelillisesti, vaan myös inhimillisesti. Meidän tehtävämme ei ole muokata vain pelaajia – vaan myös ajattelevia, osallistuvia ja vastuullisia ihmisiä.

Tämä ei tapahdu sattumalta. Se vaatii ymmärrystä oppimisesta, motivaatiosta, ryhmädynamiikasta ja yksilöllisistä kehityspoluista. Se vaatii kykyä kuunnella, tulkita, kohdata ja ohjata. Pedagoginen ote ei ole lisä jalkapallovalmennukseen – se on sen ydin.

Jalkapalloseura koulutuksen areenana: kasvatuksen kokonaisvaltainen kenttä

Lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa jalkapalloseuraa tulisi tarkastella ennen kaikkea koulutuksellisenä yhteisönä. Kyse ei ole vain teknisten, taktisten tai fyysisten taitojen kehittämisestä, vaan kokonaisvaltaisesta kasvatuksesta, jossa pelaaja kasvaa yksilönä, sosiaalisena olentona ja yhteisön jäsenenä. Tämä kasvatuksellinen näkemys kytkeytyy **Bronfenbrennerin** ekologis-systeemiseen teoriaan, jonka mukaan lapsen kehitykseen vaikuttavat useat kerrokselliset ympäristöt. Jalkapalloseura toimii yhtenä näistä kehitysympäristöistä – mikrosysteeminä, jossa vuorovaikutukset valmentajien, joukkueovereiden, vanhempien ja muiden toimijoiden kanssa muovaavat nuorta ihmistä.

Valmennusympäristö ei toimi tyhjässä. Systeemiin vaikuttavat myös media, vertaisryhmät ja yhteiskunnalliset toimijat, joiden kulttuuriset ja arvolatautuneet viestit muovaavat käsitystä siitä, mitä on "onnistuminen" tai "hyvä pelaaja". Vallitsevassa urheilukulttuurissa menestyksen ja voittamisen korostus saattaa horjuttaa kasvatuksellisia tavoitteita. Tämän vuoksi jalkapalloseuran ja valmennustiimin tulee tietoisesti rakentaa kasvatuksellisesti kestävää toimintakulttuuria, joka ei palkitse epärehellisyyttä, simuloimista tai oman edun ajamista joukkueen kustannuksella.

Valmentajan rooli on erityisen keskeinen. Hän on arjen pedagogi, jonka vuorovaikutustaidot, kieli, toiminta ja esimerkki muokkaavat lasten ja nuorten moraalista kehitystä. Esimerkiksi lapsen kehumisen tönäisemisestä tai "likaisen pelin" oikeuttaminen

kiekas kasvatuksellisen viestin pois arvopohjaisesta valmennuksesta. Valmentajan ja vanhempien on muodostettava yhteinen, johdonmukainen linja kasvatuksen periaatteista.

Kasvatusvalmennuksessa nähdään jalkapallo toimintana, joka kehittää samanaikaisesti neljää persoonallisuuden ulottuvuutta: motorista, kognitiivista, emotionaalista ja sosiaalis-relaationaalista. Motorinen kehitys kytkeytyy teknisiin ja taktisiin taitoihin sekä fyysiseen kapasiteettiin. Kognitiivisella tasolla pelaaja kehittää ongelmanratkaisua, paineensietoa ja pelinlukutaitoa. Emotionaalinen kehitys sisältää esimerkiksi motivaation, itsetunnon, tunteidensa säätelyn ja vastuunottamisen. Sosiaalisessa ulottuvuudessa korostuvat empatia, viestintä, ryhmätyö ja yhteistoiminta.

Yleistä systeemi- ja kasvatusteoreettista näkemystä tukee myös Ludvig von Bertalanffyn kehittämä systeemiteoria. Se korostaa, ettei yksittäisten elementtien tutkiminen riitä, vaan näiden väliset suhteet, vuorovaikutus ja kokonaisuuden dynamiikka ovat ensisijaisia. Tämä soveltuu mainiosti jalkapalloseuran tarkasteluun: seura ei ole vain pelaajista koostuva yksikkö, vaan kokonaisuus, jota ohjaavat vuorovaikutussuhteet valmentajien, vanhempien, johdon ja muiden toimijoiden kesken.

Koulutuksen käsite laajenee tässä kontekstissa. Kouluttaminen ei ole vain tiedon tai taidon siirtämistä, vaan ihmiseksi kasvattamista. Se on elinikäinen prosessi, johon liittyy jatkuva reflektio ja kyky tarkastella omaa roolia kasvattajana. Valmentajan koulutus ja elinikäinen oppiminen ovat tärkeitä tekijöitä, jotta hän osaa toimia kasvat-

Jalkapallovalmennuksen kontekstissa pedagogiikka on tieteenala, joka tutkii ja ohjaa oppimisprosessia pelillisen ja inhimillisen kehityksen näkökulmasta. Se ei rajoitu pelkkään tekniikoiden opettamiseen, vaan pyrkii ymmärtämään harjoittelun ja oppimisen taustalla vaikuttavia sosiokulttuurisia ilmiöitä. Jalkapallossa pedagogiikka auttaa valmentajaa rakentamaan koulutusprosessin, jossa huomioidaan yksilön kokemusmaailma, ympäristö, ikäkausi ja yhteisö, johon hän kuuluu. Valmennuksessa pedagogiikka pohjaa tietoonsa muun muassa psykologiasta, sosiologiasta ja kehityspsykologiasta – tieteenaloista, jotka auttavat ymmärtämään, miten pelaaja oppii, motivoituu ja kehittyy. Perinteisestä koulukasvatuksesta poiketen valmentaja toimii pedagogisena oppimisprosessin ohjaajana myös nuorten ja aikuisten urheilijoiden kanssa, jolloin andragoginen lähestymistapa korostuu: oppimista tarkastellaan suhteessa aiempaan elämäkokemukseen ja kunkin pelaajan sosiaaliseen kontekstiin. Nykyaikainen pedagoginen valmennus nojaa osallistaviin ja yksilöllisiin menetelmiin, joiden juuret ovat ajattelijoiden kuten Deweyn, Piaget’n ja Montessorin teorioissa – näissä korostuu oppijan aktiivinen rooli ja oppimisen kokemuksellisuus. Jalkapallon harjoitusprosessi on tällöin pedagogisesti suunniteltu tapahtumaketju, jossa tekninen, taktinen ja sosiaalinen oppiminen limittyvät. Pedagogiikka ei siis ole vain taustatietoa valmentajalle, vaan se on päivittäistä toimintaa ohjaava ajattelutapa, jonka avulla pelaajien potentiaali voidaan tuoda esiin kokonaisvaltaisesti ja inhimillisesti.



tajana, ei vain teknisenä ohjaajana. **Duccio Demetrio** ja **Raimon Panikkar** korostavat molemmat tietämisen ja oppimisen merkitystä ihmisyyden rakentumisessa.

Koulutuksellinen prosessi jalkapallossa ei ole lineaarinen. Kuten **Emanuela Coccever** toteaa, koulutus tapahtuu ”oikea-aikaisesti ja kestossa”. Osa oppimisesta tapahtuu odottamattomissa hetkissä, sattumien, kohtaamisten ja pienten tapahtumien kautta, jotka saavat merkityksensä vasta myöhemmin. Tämä edellyttää valmentajilta herkkyyttä, kykyä kuunnella, reflektoida ja dokumentoida näitä hetkiä esimerkiksi valmennuspäiväkirjan avulla.

Kirjoittaminen ja kieli ovat keskeisiä pedagogisia työvälineitä. Ne auttavat jäsentämään kokemuksia, tekemään reflektioita tietoisempaa ja rakentamaan yhteistä

ymmärrystä valmennusryhmän kesken. Myös nuoret pelaajat voidaan ottaa tähän mukaan omilla harjoitusmuistiinpanoillaan ja palautteillaan.

Yhteistyö perheiden, koulujen ja muiden yhteisöjen kanssa on välttämätöntä. Yhteisesti sovitut kasvatukselliset päämäärät ja yhteinen kieli luovat johdonmukaisuutta lapsen kehitykseen. Tähän kuuluu myös koulutuksen sisällön suunnittelu ikäryhmittäin, monimuotoisten peliharjoitteiden rakentaminen ja systemaattinen arviointi.

Kokonaisuutena jalkapalloseuran on tunnistettava vastuunsa nuoren ihmisen kasvussa. Seuran toiminta on koulutuksellista siitä hetkestä lähtien, kun lapsi saapuu kentälle. Jokainen teko, sana ja suunniteltu harjoitus on osa laajempaa kasvatusprosessia. Seura ei voi olla vain suorituspaikka, vaan

sen tulee olla paikka, jossa pelaaja voi kasvaa taitavaksi jalkapalloilijaksi sekä eheäksi, vastuulliseksi ja yhteisölliseksi ihmiseksi.

Jalkapallovalmennuksen kontekstissa pedagogiikka on tieteenala, joka tutkii ja ohjaa oppimisprosessia pelillisen ja inhimillisen kehityksen näkökulmasta. Se ei rajoitu pelkkään tekniikoiden opettamiseen, vaan pyrkii ymmärtämään harjoittelun ja oppimisen taustalla vaikuttavia sosiokulttuurisia ilmiöitä. Jalkapallossa pedagogiikka auttaa valmentajaa rakentamaan koulutusprosessin, jossa huomioidaan yksilön kokemusmaailma, ympäristö, ikäkausi ja yhteisö, johon hän kuuluu. Valmennuksessa pedagogiikka pohjaa tietoonsa muun muassa psykologiasta, sosiologiasta ja kehityspsykologiasta – tieteenaloista, jotka auttavat ymmärtämään, miten pelaaja oppii, motivoituu ja kehittyy. Perinteisestä koulukasva-

tuksesta poiketen valmentaja toimii pedagogisena oppimisprosessin ohjaajana myös nuorten ja aikuisten urheilijoiden kanssa, jolloin andragoginen lähestymistapa korostuu: oppimista tarkastellaan suhteessa aiemman elämänkokemukseen ja kunkin pelaajan sosiaaliseen kontekstiin. Nykyaikainen pedagoginen valmennus nojaa osallistaviin ja yksilöllisiin menetelmiin, joiden juuret ovat ajattelijoiden kuten Deweyn, Piaget'n ja Montessorin teorioissa – näissä korostuu oppijan aktiivinen rooli ja oppimisen kokemuksellisuus. Jalkapallon harjoitusprosessi on tällöin pedagogisesti suunniteltu tapahtumaketju, jossa tekninen, taktinen ja sosiaalinen oppiminen limittyvät. Pedagogiikka ei siis ole vain taustatietoa valmentajalle, vaan se on päivittäistä toimintaa ohjaava ajattelutapa, jonka avulla pelaajien potentiaali voidaan tuoda esiin kokonaisvaltaisesti ja inhimillisesti.

Oppimisen ehdot – mitä lasten ja nuorten jalkapallo todella vaatii?

Yksi kiinnostavimmista näkökulmista lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa on se, miten eri yksilöt kehittyvät eri tahtiin, eri tavoin ja eri ympäristöissä. Kyse ei ole vain siitä, kuka oppii ensimmäisenä kuljettamaan palloa tai syöttämään tarkasti, vaan syvemmästä kysymyksestä: miten lapsi kiinnittyy jalkapalloon – miten peli tulee merkitykselliseksi osaksi hänen arkeaan ja identiteettiään. Tämä kiinnittyminen rakentuu monikerroksisesti: leikin ja ilon kautta, ryhmään kuulumisen kokemuksesta sekä vähitellen omaksutun jalkapallokulttuurin arvoista ja tavoista. Se, miten nuori pelaaja kohtaa pelin hengen, on suoraan sidoksissa siihen, millaisia tavoitteita ja merkityksiä seura, valmentaja tai joukkue asettaa toiminnalleen

– ja miten nämä liittyvät laajempaan urheilukulttuuriin ja yhteiskunnallisiin kasvatusihanteisiin.

Valmennus ei ole irrallinen saareke, vaan sen tulisi olla kiinteä osa lapsen ja nuoren kokonaisvaltaista kehitystä. Jalkapallojoukkue ei ole vain urheilullinen yksikkö, vaan sosiaalinen ja kulttuurinen oppimisympäristö, jossa harjoitellaan myös elämän taitoja: pettymyksen sietoa, sitoutumista, tiimityötä ja pitkäjänteisyyttä. Valmennusympäristön arjen ratkaisuilla – palautteella, vuorovaikutuksella ja rakenteilla – on ratkaiseva rooli siinä, tukeeko vai estääkö se lapsen yksilöllistä kasvua.

Pedagoginen ja didaktinen neutraalius on harhaa – jokainen valmennusratkaisu on valinta, joka joko mahdollistaa tai rajoittaa oppimista. Siksi on tärkeää kysyä: mil-

laisessa joukkueessa lapsi pelaa? Millainen valmentaja hänellä on? Mistä lähtökohdista valmennusta tehdään, ja millaisia tavoitteita, toiveita tai odotuksia asettavat pelaaja, vanhemmat tai seura? Valmennusympäristö ei koskaan ole neutraali tila – se rakentuu arvoista, käytännöistä ja asenteista, jotka vaikuttavat suoraan siihen, millaiseksi lapsen tai nuoren jalkapallokokemus muodostuu.

Erityisen puhuttelevaa on se, miksi kaksi samassa joukkueessa harjoittelevaa lasta voi kehittyä täysin eri suuntiin. Suomalaisessa jalkapallokentässä on tavallista, että lapsi harjoittelee neljä-viisi kertaa viikossa usean vuoden ajan, mutta ei silti kehity merkittävästi pelaajana. Tällöin puhutaan ilmiöstä, jota voidaan kutsua kumulatiiviseksi harjoitusvajeeeksi. Vaikka harjoittelun määrä on suuri, laatu tai yksilöllinen vaikuttavuus

ei vastaa pelaajan tarpeita. Vaje alkaa keräytyä pieninä eroina, mutta vuosien mittaan ne kasautuvat – ja lopulta ero tavoitteellisesti etenevän ja paikalleen jäävän pelaajan välillä voi kasvaa eksponentiaalisesti. Tämä kehitysvaje ei usein johdu motivaation puutteesta, vaan valmennuksen rakenteista, kohtaamisen laadusta ja kyvystä rakentaa yksilöllisesti mielekäs oppimispolku.

Humanistisesti ja lapsikeskeisesti ajatellen lapsi tulee joukkueeseen ensisijaisesti lapsena – tuntevana, kokevana ja oppivana yksilönä. Keskeinen kysymys on, miten hänet kohdataan. Millaiseksi hän muodostuu valmentajalle – yhtenä muiden joukossa vai ainutkertaisena yksilönä? Miten joukkueessa, jossa on kaksikymmentä eri taustois- ta tulevaa lasta, varmistetaan, että jokainen saa tilaa kasvaa? Miten joukkueen arki rakentuu, kun mukana on lapsia erilaisista

kulttuurisista ympäristöistä, sosiaalisista asemista, harjoitushistoriallisista taustoista ja jalkapalloon suhtautumisen tavoista?

Tässä kohtaa on tärkeää ymmärtää, että kulttuuria, perhettä tai yksittäistä pelaajaa ei voida niputtaa yleistysten alle. Jokaiselle pelaajalle – ja jokaiselle perheelle – jalkapallokulttuuri muotoutuu ja kohdataan yksilöllisesti. Kulttuurinen merkitys ei ole pysyvä tai yhtenäinen, vaan se elää arjessa: siinä, miten harjoitteluun suhtaudutaan, miten urheilulliset tavoitteet jäsennetään ja millaisia arvoja lapsi tuo mukanaan kentälle. Sosiaaliekonomiset lähtökohdat, urheilullinen tietoisuus, perheen aikaresurssit ja motivaatio vaihtelevat suuresti. Yhdellä perheellä voi olla vahva kilpaurheilun eetos, toisella korostuu liikunnan ilo tai sosiaalinen yhteenkuuluvuus. Näillä tekijöillä on suora vaikutus siihen, miten lapsi kokee ympäris-

tönsä ja miten hän siihen kiinnittyy. Valmennuksen tehtävänä on tunnistaa nämä erot – ja sopeuttaa toimintansa niin, että jokainen lapsi voi tulla aidosti kohdatuksi.

Jalkapallon valmennuskulttuurissa elää edelleen vahvana kaksijakoinen tapa jäsentää oppimista ja pelaajuutta. Yhtäältä korostetaan luovuutta, yksilöllisiä ratkaisuja ja pelaajan omaa ajattelua. Tällaisessa lähestymistavassa arvostetaan pelirohkeutta, aloitteellisuutta ja kykyä toimia itsenäisesti pelitilanteissa. Yksilökeskeinen näkökulma tukee erityisesti teknisten ja taktisten taitojen kehittämistä pelaajan omista vahvuuksista käsin, ja kannustaa henkilökohtaiseen vastuuseen pelissä.

Toisaalta vallitsee myös näkökulma, jossa keskiöön nousevat kurinalaisuus, joukkueeseen sopeutuminen ja kollektiivisten rakenteiden noudattaminen. Tällöin pelaajalta odotetaan roolien tunnistamista, sään-

töjen noudattamista ja joukkueen toiminnan tukemista järjestelmällisesti. Tämän lähestymistavan ytimessä ovat yhteisölliset arvot, lojaaluis ryhmää kohtaan ja kyky pelata osana kokonaisuutta.

Kumpikaan tapa ei ole sinänsä väärä tai toista parempi. Molemmissa on omat vahvuutensa, ja molemmat voivat tukea oppimista eri tavoin. Ongelmia syntyy silloin, jos jokin lähestymistapa pääsee dominoimaan liikaa – jos luovuutta tukevasta ympäristöstä puuttuu ryhmässä toimimisen periaatteet, tai jos sääntöjä korostava ympäristö ei jätä tilaa yksilölliselle kasvulle. Valmennuksen kannalta olennaista on tunnistaa nämä painotukset ja kysyä: miten luomme oppimisympäristön, joka mahdollistaa sekä yksilöllisen kehittymisen että yhteisöllisen osallistumisen?

Tässä kontekstissa esimerkiksi pienpelit ja futsal voivat toimia arvokkaina oppimis-

ympäristöinä. Niissä peliä pelataan tiiviisti, nopeatempoisesti ja jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Pelin säännöt, tila ja rytmi pakottavat pelaajan tekemään päätöksiä, ottamaan vastuuta ja ratkaisemaan tilanteita yhdessä muiden kanssa. Tällaiset tilanteet eivät kehitä ainoastaan teknisiä valmiuksia, vaan myös sosiaalista ajattelua ja pelin ymmärrystä. Kun harjoitusrakenteet ohjaavat pelaajaa osallistumaan, havainnoimaan ja keskustelemaan vaihtoehtoista, ne tukevat oppimista syvällisemmällä tasolla.

Oppiminen ei siis ole pelkästään toistoa – se on myös tulkintaa, merkityksen rakentamista ja vastuullista osallistumista. Harjoitteet eivät vain siirrä taitoja, vaan rakentavat myös pelaajan identiteettiä. Valmennuksen tärkein tehtävä ei ole ohjata valmiiseen muottiin, vaan luoda tila, jossa jokainen lapsi saa kasvaa omalla tavallaan pelaajaksi – ja ihmiseksi.

Oppimisen ehdot – mitä lasten ja nuorten jalkapallo todella vaatii?



Mitä pelaamaan oppiminen vaatii?

Kymmenen oppimisen ehtoa lasten ja nuorten jalkapallossa

1. Turvallinen ilmapiiri – oppiminen alkaa luottamuksesta

Lapsi uskaltaa yrittää, epäonnistua ja oppia, kun ympäristö on psyykkisesti turvallinen ja kannustava.

2. Yksilön kohtaaminen – jokainen oppii omalla tavallaan

Harjoittelu on rakennettava yksilöllisesti: erilaiset taustat, kehitysvaiheet ja oppimistyy-
lit on otettava huomioon.

3. Merkityksellisyys – tunne siitä, että tällä on väliä

Oppiminen syvenee, kun harjoittelu koetaan
mielekkääksi, hauskaksi ja osaksi pelaajan

omaa maailmaa.

4. Vuorovaikutus – opitaan yhdessä, ei yksin

Pedagogiikka perustuu dialogiin: kysymyksiin, kuuntelemiseen ja yhteiseen oivaltamiseen.

5. Laadukkaat toistot – tekeminen, joka kehittää ajattelua

Toistot kehittävät vain, jos ne liittyvät peliin ja haastavat lasta ajattelemaan tilanteita, ei vain suorittamaan liikkeitä.

6. Pelin ymmärtäminen – pelaaminen on ajattelulaji

Jalkapallo on jatkuvaa päätöksentekoa. Pelaaja kehittyy ymmärtämällä peliä, ei vain hiomalla tekniikkaa.

7. Luovuuden tila – uskalla kokeilla, uskalla epäonnistua

Oppiminen vaatii mahdollisuuden leikkiin, luovuuteen ja omien ratkaisujen etsimiseen.

8. Elävä tempo – harjoittelun pitää miututtaa peliä

Harjoitusten rytmin ja intensiteetin on herättävä pelaaja mukaan. Pelimäinen harjoittelu kehittää eniten.

9. Reflektointi ja palaute – oppiminen syvenee pysähtymällä

Lapsen pitää saada ajatella, mitä hän tekee ja miksi. Palaute auttaa, kun se on ymmärrettävää, ajankohtaista ja kannustavaa.

10. Pitkäjänteisyys – taito ei synny hetkessä

Pelaamaan oppiminen on vuosien polku. Valmennuksen pitää olla johdonmukaista, etenevää ja kehitystä seuraavaa.

Oppimisen mielihyvä ja tyytymättömyys – jalkapallon pedagoginen jännite

Lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksen ytimessä on oppimisen emotionaalinen kaksijakoisuus: toisaalta innostus, ilo ja onnistumisen kokemus, toisaalta pettymys, epävarmuus ja turhautuminen. Näiden tunteiden välinen jännite on väistämätön osa oppimisprosessia. Tätä voidaan kutsua oppimisen mielihyvä-tyytymättömyysparadoksiksi – asetelmaksi, jonka jokainen oppija kohtaa ja johon jokaisen valmentajan on vastattava pedagogisin keinoin. Tavoitteena on rakentaa sellainen oppimisympäristö, jossa lapsi tai nuori kokee saavansa yrittää, epäonnistua ja kasvaa – ei pakon vaan sisäisen motivaation, merkityksellisyyden ja vuorovaikutuksen kautta.



Oppimisen mielihyvä ja tyytymättömyys – jalkapallon pedagoginen jännite

Jalkapallo itsessään tarjoaa monikerroksisen, emotionaalisesti latautuneen oppimisympäristön. Pelaaja ei kohtaa ainoastaan pelin teknisiä tai taktisia vaatimuksia, vaan myös vertaisryhmän odotuksia, valmentajan ohjausta, vanhempien katseita sekä omia sisäisiä paineitaan. Tunteet – innostus, pettymys, epäonnistumisen pelko ja onnistumisen riemu – muodostavat kehollisen ja psyykkisen virityksen, jonka kautta oppiminen tapahtuu. Tässä mielessä jalkapallo ei ole vain urheilulaji, vaan myös sosiaalinen, symbolinen ja emotionaalinen tila, jossa jokainen suoritettu syöttö, maali tai virhe kantaa merkitystä. Tässä tilassa opetuksen ja valmennuksen tehtävä on rakentaa oppimisprosessia, joka ei pyri poistamaan tunteita, vaan hyödyntämään niitä oppimisen voimavarana.

Voimme tarkastella tätä jännitettä neljän pedagogisen painopisteen kautta, jotka avaavat erilaisia näkökulmia siihen, miten oppiminen, tunne ja toiminta kietoutuvat yhteen.

Ensimmäinen painopiste liittyy toiminnan symboliseen kaikuun. Jalkapallo ei ole mekaaninen suorite, vaan kokemuksellinen tapahtuma. Jokaisella tilanteella – olipa kyseessä onnistuminen tai epäonnistuminen – on merkitystä, joka ulottuu lajin ulkopuolelle: se voi vahvistaa pelaajan itsetuntoa tai horjuttaa hänen uskoaan itseensä. Symbolinen kaiku näkyy siinä, miten lapsi kokee esimerkiksi valmentajan palautteen, joukkueoverin eleen tai vanhemman ilmeen pelin aikana. Näitä ei tulisi vähätellä tai ohittaa. Päinvastoin: valmennuksen tulisi rakentua siten, että se tunnistaa pelaajien tunteet ja ottaa ne osaksi oppimista – ei

esteenä vaan osana ihmisenä kasvamisen prosessia.

Toinen painopiste on uuden ruudukon ajatus. Jalkapallossa eletään koko ajan kahden ajan (harjoittelu vs. peli) ja neljän hetken (odotus, reagointi, toiminta ja palaute) rytmissä. Nämä hetket herättävät erilaisia tunteita, jotka kertovat oppimisesta enemmän kuin pelkkä tekninen onnistuminen. Tunteiden tarkastelu auttaa valmentajaa näkemään, missä tilanteissa pelaaja kokee painetta, turvaa tai epävarmuutta. Tämän ymmärryksen pohjalta voidaan suunnitella harjoituksia, jotka tukevat sekä pelaajan taitojen kehittymistä että emotionaalista sietokykyä. Tavoitteena ei ole minimoida tunteita vaan käyttää niitä oppimisen karttana – apuna, jonka avulla voidaan suunnistaa kohti parempaa pelin ymmärrystä ja itseluottamusta.



Kolmas näkökulma liittyy optimaaliseen emotionaaliseen muutokseen. Oppiminen edellyttää haasteita, jotka herättävät epävarmuutta ja pakottavat tarkastelemaan omaa toimintaa uudella tavalla. Näiden hetkien tulee kuitenkin olla riittävän turvallisia, jotta ne eivät murskaa pelaajan uskoa itseensä. Tässä korostuu valmentajan kyky rakentaa harjoitustilanteita, joissa pelaaja joutuu kohtaamaan epämukavuutta, mutta kokee samalla olevansa tuettu. Kun pelaaja oppii sietämään hetkellistä tyytymättömyyttä – epäonnistumisen tunnetta tai oman rajallisuutensa tiedostamista – hän on kypsä uudelle oppimiselle. Tällöin myös hänen peliaikamuksensa voivat muuttua: hän ei pelaa enää vain välttääkseen virheitä, vaan uskaltaa kokeilla, oivaltaa ja tehdä itsenäisiä ratkaisuja.

Neljäs ja viimeinen painopiste on toiminnan pukeminen – se, miten harjoitustilanne rakennetaan emotionaalisesti mielekkääksi. Kyse ei ole vain siitä, mitä tehdään, vaan miten tehdään. Valmentajan äänenpaino, kehonkieli, ohjeiden rytmi, sääntöjen joustavuus ja harjoitusten dynamiikka vaikuttavat suoraan siihen, millaisen tunnemaiseman harjoitus synnyttää. Pedagogisesti taitava valmentaja osaa säätää näitä elementtejä niin, että harjoitus tuntuu innostavalta, ei pelottavalta; haastavalta, ei ylivoimaiselta. Tunnekokemuksen intensiteetti ei ole satumaa – se voidaan rakentaa, hienosäätää ja muokata osaksi oppimisen polkua.

Pelaamaan oppiminen ei siis ole vain tekniikan, taktiikan tai fysiikan kehittämistä. Se on oppimista elämän emotionaalisessa rytmissä – iloa, epäonnistumista, ponnistelua, onnistumista ja yhteisöllisyyttä. Taitava val-

mentaja tunnistaa tämän ja osaa rakentaa oppimisen ehdot niin, että pelaaja uskaltaa tulla näkyväksi, kokeilla uutta ja kasvaa sekä jalkapalloilijana että ihmisenä. Tunteet eivät ole oppimisen häiriö – ne ovat sen syvintä ydintä.

Pedagoginen perusta lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa

Ilman ymmärrystä oppimisesta ei ole opetusta – ja ilman kasvatuksellista perustaa ei ole valmennusta.

Lasten ja nuorten jalkapallovalmennus ei ole pelkkää tekniikan siirtoa tai taktiikan opettamista. Se on ennen kaikkea kasvatuksellinen kohtaaminen – prosessi, jossa jokainen harjoitus, ohje ja palautetilanne rakentaa jotain syvempää kuin seuraavaa peliä. Se rakentaa suhdetta oppimiseen, itseensä ja

peleihin. Valmentaja ei ainoastaan siirrä tietoa – hän muovaa ajattelua, asennetta ja identiteettiä. Tämän vuoksi valmentajan toiminnan ytimessä tulisi olla selkeä pedagoginen perusta: ymmärrys siitä, mitä oppiminen on, miten se tapahtuu ja miten valmentaja voi sitä tukea.

Mitä pedagoginen perusta tarkoittaa?

Pedagoginen perusta viittaa prosessi- ja arvopohjaan, jonka varaan koko valmennus rakentuu. Se vastaa kysymykseen:

"Miksi teen näin – ja mitä tällä tavoitteen?"

Kyse ei ole pelkästään opetustekniikasta, vaan kokonaisvaltaisesta näkemyksestä ihmisestä, oppimisesta ja kasvatuksen mer-

kityksestä. Se on sisäinen kartta, joka ohjaa valmentajaa päätöksenteossa – ei hetkellisen tunteen, vaan tiedostetun ymmärryksen kautta. Kun valmennus perustuu pedagogiseen ajatteluun, sen tavoitteena ei ole vain pelin kehittäminen, vaan myös pelaajan kasvu kokonaisvaltaiseksi urheilijaksi ja ihmiseksi.

Didaktinen siirtäminen – tieteestä opittavaan muotoon

Keskeinen osa pedagogista perustaa on didaktinen siirtäminen. Se tarkoittaa valmennuksellista prosessia, jossa valmentaja muokkaa sen, mitä hän itse tietää, muotoon, jota valmennettava voi ymmärtää, sisäistää ja käyttää.

Ranskalainen tutkija **Yves Chevallard** kutsui tätä prosessia ”transpositioksi” – siirty-

mäksi tieteellisestä tiedosta kasvatukselliseksi ymmärrykseksi ja edelleen sovellettavaksi oppisisällöksi. Taito ei siis siirry sellaisenaan, vaan se täytyy havainnoida, käsitteellistää, selittää, yksinkertaistaa ja kontekstualisoida.

Tämä ei ole tekninen toimenpide – vaan pedagoginen teko. Kyky kertoa monimutkainen asia tavalla, joka kasvattaa eikä latis-ta, joka innostaa eikä sulje, on yksi valmentajan tärkeimmistä tehtävistä. Harjoitus ei ole valmentajan osaamisen näyttämö, vaan pelaajan ymmärryksen kehittämisen tila.

Didaktinen sopimus – yhteinen ymmärrys valmennustilanteessa

Toinen keskeinen käsite on didaktinen sopimus. Se muodostuu niistä kirjoitetuista tai sanattomista pelisäännöistä, joiden varas-

sa valmennustilanne toimii. Se vastaa kysymykseen:

”Mitä pelaaja voi odottaa valmentajalta – ja mitä valmentaja odottaa pelaajalta?”

Nämä sopimukset vaikuttavat kaikkien. Ne määrittävät, saako kysyä, saako epäonnistua, kuinka palaute annetaan, miten hiljaisuutta tulkitaan tai milloin tehtävää saa muuttaa. Ne eivät ole kiveen hakattuja, vaan elävät tilanteen, ryhmän dynamiikan ja yksilöiden mukaan.

Kun didaktinen sopimus on selkeä – vaikka olisi osin sanaton – se luo turvallisen tilan oppimiselle. Hämmennys syntyy usein silloin, kun nämä pelisäännöt ovat epäselviä tai muuttuvat yllättäen. Siksi valmentajan on jatkuvasti rakennettava yhteistä ymmärrystä, ei vain ohjeilla, vaan myös olemuksellaan ja vuorovaikutuksellaan.



**Ihanteellisessa
valmennustilanteessa
yhdistyvät sekä
deduktiivinen että
induktiivinen
lähestymistapa**

Mitä on koulutus?

Koulutuksen käsitettä voidaan lähestyä monesta näkökulmasta, mutta erityisesti jalkapallon ja kasvatuksen kontekstissa se saa moniulotteisen ja kokemuksellisen ulottuvuuden. Usein koulutus mielletään kognitiiviseksi tapahtumaksi – tiedon siirroksi, jossa korostuvat rakenteellinen suunnittelu, sisältöjen jäsentäminen ja tehokkaat oppimisen todentamis- ja analysointivälineet. Tämä näkökulma kuitenkin jättää varjoon- sa koulutuksen kokonaisvaltaisemman olemuksen, jossa keskeistä ei ole vain se, mitä opitaan, vaan miten, miksi ja kenen kanssa oppiminen tapahtuu.

Jalkapallon viitekehyksessä koulutus ei rajoitu pelkkään tekniseen suoritukseen tai sääntöjen opetteluun. Koulutuksella tarkoi-

tetaan tekemisen kautta syntyvän ymmärryksen, kokemuksen ja vuorovaikutuksen siirtämistä, jossa opetustilanteet rakennetaan monimutkaisista ja jatkuvasti muuttuvista vuorovaikutusprosesseista. Esimerkiksi deduktiivinen menetelmä, jossa valmentaja osoittaa mallisuorituksen ja valmennettava toistaa sen, ilmentää formaalia, valmentajakeskeistä lähestymistapaa. Tällöin valmentaja on se, joka tietää, määrittelee tavoitteen ja ratkaisun – ja valmennettavan rooli rajoittuu usein toiminnan jäljittelyyn. Tämä voi olla tehokasta tietyissä tilanteissa, mutta yksipuolisesti toteutettuna se jättää huomiotta valmennettavan aktiivisen roolin ja kokemuksellisen ymmärryksen merkityksen.

Ihanteellisessa valmennustilanteessa yhdistyvät sekä deduktiivinen että induktiivinen lähestymistapa. Induktiivisessa

menetelmässä valmentaja ei tarjoa valmiita vastauksia, vaan kutsuu valmennettavaa osallistumaan ongelmanratkaisuun, pohtimaan vaihtoehtoja ja kokeilemaan erilaisia ratkaisuja. Tämä ei ainoastaan kehitä pelaajan pelillistä älykkyyttä, vaan myös hänen kognitiivisia, sosiaalisia ja emotionaalisia taitojaan – kokonaisvaltaista kasvua yksilönä.

Analogiat koulun ja jalkapalloseuran välillä ovat ilmeisiä: molemmissa rakennetaan oppimista ohjatuissa, mutta vuorovaikutteisissa rakenteissa, joissa korostuvat kognitiivisten taitojen ohella emotionaaliset ja sosio-relaationaaliset ulottuvuudet. Sekä koulu että jalkapalloseura ovat ympäristöjä, joissa yksilön identiteetti muotoutuu suhteessa toisiin, aikaan ja paikkaan. Erityisesti jalkapallon yhteisöllinen luonne – jatkuva vuorovaikutus, ryhmadynamiikka ja yhteinen tavoite – tekee siitä merkittävän kasva-

tuksellisen voiman. Pelin sisällä tapahtuvat tilanteet voivat heijastaa koulussa käsiteltäviä käsitteitä ja siten tukea oppimista myös muodollisen koulutuksen ulkopuolella.

Kasvatusprosessin kokemuksellinen ulottuvuus on keskeinen osa koulutusta, ja juuri tämä erottaa mekaanisen tiedonsiirron merkityksellisestä oppimiskokemuksesta. Bertinin ja Bertolinin koulutuskokemuksen määritelmät korostavat ihmisen kokonaisvaltaista kehitystä ja viestinnän roolia yksilön kasvussa. Koulutus on aina kontekstuaalista: nuoren jalkapalloilijan oppiminen tapahtuu vuorovaikutuksessa muiden kanssa, yhteisössä, joka kantaa mukanaan kulttuurisia merkityksiä ja arvoja. Tämä ei ole vain taitojen kehittymistä, vaan identiteetin rakentumista.

Pedagogiikan käsite, joka juontuu sanasta paidagogos – orja, joka johdatti lapsen



Antiikin Kreikan paidagogos johdattaa nuorukaisen kouluun – varhaisen pedagogiikan symboli, jossa rinnalla kulkeminen, ohjaus ja arvokas vuorovaikutus korostuvat oppimisen perustana.

kouluun – viittaa liikkeeseen, ohjaamiseen ja rinnalla kulkemiseen. Se ei ole vain staattista tiedon siirtämistä, vaan dynaaminen suhde, jossa kasvattaja, olipa hän valmentaja tai muu toimija, toimii saattajana oppimisprosessin matkalla. Hän ei ainoastaan opeta, vaan jakaa arvoja, auttaa yksilöä löytämään suuntansa ja rakentaa yhteyttä ympäröivään maailmaan. Jalkapalloseurassa tämä näkyy käytännön tasolla valmentajan, huoltajan ja muun henkilöstön roolissa: he eivät vain ohjaa teknisesti, vaan kulkevat rinnalla nuoren ihmisen kasvussa – ihmisenä, pelaajana ja yhteisön jäsenenä.

Kasvatuksellisen prosessin uskottavuus ja vaikuttavuus edellyttävät myös avoimuutta ja vuoropuhelua. Kun perheet valitsevat jalkapalloseuraa, heidän tulisi olla tietoisia siitä, millaisia arvoja ja tavoitteita seura edustaa. Harjoitusprosessin kirjallinen ja kielellinen (kommunikatiivinen) viestintä ovat keskeisiä elementtejä tässä avoimuudessa. Vanhem-

mat, kuten valmentajat, osallistuvat myös koulutuksen kokonaisuuteen – he toimivat siltana lapsen ja yhteisön välillä.

Koulutus ei ole yksisuuntainen polku valmentajasta valmennettavaan, vaan vastavuoroinen ja elävä prosessi, jossa sekä valmennettava että valmentaja muuttuvat. Jalkapallon ja kasvatuksen yhdistäminen tarjoaa erinomaisen tilaisuuden kehittää nuorten elämäntaitoja: vastuullisuutta, sitkeyttä, empatiaa ja kykyä toimia yhteisössä. Näitä taitoja tarvitaan paitsi pelikentällä, myös luokkahuoneessa – ja ennen kaikkea elämässä.

Pedagogiikkaa käytännössä – Tanoke-esimerkki

Tanoke-valmennusta kehittäessäni olen joutunut pohtimaan yhä uudelleen pedagogiikan roolia jalkapalloharjoittelussa. Tavoitteena on aina ollut sama: rakentaa vahvat perusvalmiudet taidon, nopeuden ja ketteryyden kautta.

Tanoken taitovalmennus ei tähtää vain yksittäisten temppujen hallintaan, vaan pyrkii rakentamaan pelaajalle laajan ja laadukkaan pelikompetenssin – kyvyn hallita palloa kaikilla kehonosilla, liikkua sulavasti ja sopeutua pelin jatkuvasti muuttuviin vaatimuksiin. Samalla se kehittää pelaajaa henkisesti: kyky tehdä päätöksiä, kantaa vastuuta ja reagoida pelin psykologisiin haasteisiin kasvaa kuin huomaamatta.

Tanokessa taito ei ole yksilön temppurepertuaari, vaan kyky käyttää osaamistaan joukkueen hyväksi. Pelillinen ymmärrys, liikkeen taloudellisuus ja itseluottamus kehittyvät rinnakkain fyysisen kasvun ja biologisen iän kanssa – mutta myös persoonan ehdoilla. Pelaajasta ei tehdä kopioita, vaan itsensä näköisiä kokonaisuuksia.

Tanoke-valmennuksen tavoitteena on, että pelaaja ei kanna mukanaan vain taitoa, vaan myös tapaa ajatella peliä, omaa kehitystään ja harjoitteluaan. Tanoke ei tuota valmiita muotteja – vaan kasvattaa valmiuksia kasvaa läpi koko uran. Jalkapallon valmentaminen lasten ja nuorten parissa on ennen kaikkea kasvatustehtävä, joka kietoutuu yhteen urheilullisen, pedagogisen ja kulttuurisen ymmärryksen kanssa. Tanoke-valmennusfilosofia perustuu ajatukseen, että pelaamisen mielekkyys ja onnistumisen

kokemus kumpuavat riittävästä taidollisesta osaamisesta – pelaaminen on haus Kempaa ja tehokkaampaa, kun taidot mahdollistavat vapaan, luovan ja taktisesti älykkään osallistumisen peliin. Taitovalmennus nähdään siten pedagogiseksi lähtökohdaksi, jossa pelaajan kehitys rakentuu teknisen, fyysisen, taktisen ja psyykkisen kasvun vuorovaikutuksessa.

Taitovalmennuksessa keskeistä on pelaajan kyky hallita pelivälinettä – palloa – tilanteessa kuin tilanteessa. Taitava pelaaja kykenee säilyttämään hallinnan paineen alla, suorittamaan nopeita suunnanmuutoksia, syöttämään eri etäisyyksille tarkasti ja viimeistelemaan monipuolisesti. Näiden taitojen hallinta antaa pelaajalle vapauden valita pelihetkessä paras ratkaisu, mikä puolestaan luo perustan taktisen ymmärryksen ja päätöksenteon kehittymiselle. Taito

on enemmän kuin temppu – se on väline kommunikoida pelin kautta.

Fyysiset ominaisuudet, kuten nopeus, kestävyys, voima ja ketteryys, ovat tärkeitä, mutta ne eivät saa nousta harjoittelun ainoaksi tavoitteeksi. Ilman teknistä ja taktista kontekstia fyysisyys jää irralliseksi. Sama pätee pelilliseen älykkyyteen: pelin lukeminen, sijoittuminen ja päätöksenteko vaativat, että pelaaja ymmärtää pelin rakenteen ja omat vaikutusmahdollisuutensa siihen. Tätä ei opita irrallisissa drilleissä, vaan oppiminen tapahtuu pelin ja sen simulointien kautta. Tällöin valmentajan pedagoginen tehtävä on järjestää tilanteita, joissa pelaaja kohtaa toistuvasti päätöksentekoa vaativia hetkiä, mutta saa riittävästi tukea – joko ohjauksena, palautteena tai harjoitusrakenteena – jotta oppiminen voi tapahtua.

Henkinen valmennus ei ole erillinen osa-alue, vaan läpäisee kaiken harjoittelun. Kurinalaisuus, keskittyminen, itseluottamus ja ryhmätyötaidot eivät kehity käskyillä vaan kohtaamisissa, joissa pelaaja tulee nähdyksi ja jossa hän saa mahdollisuuden harjoitella epävarmuuden, pettymyksen ja onnistumisen käsittelyä. Valmentajan tehtävä on rakentaa ympäristö, jossa pelaajalla on lupa erehtyä ja kehittyä, mutta jossa myös vaaditaan. Tämä on pedagogiikkaa, joka tasapainottaa vaatimustason ja inhimillisyyden.

Taktisen periodisoinnin malli, kuten **Faria** (1999) tai **Frade** (2003) sen esittävät, on hyvä viitekehys ymmärtää jalkapalloa kokonaisvaltaisena ilmiönä. Jalkapalloa ei tulisi paloitella erillisiin komponentteihin, vaan valmennuksen tulisi rakentua pelin logiikasta käsin: fyysinen, tekninen, taktinen ja

psykykinen ovat kaikki sidoksissa toisiinsa ja ilmenevät samanaikaisesti pelissä. Tämä vaatii valmentajalta syvällistä pelinlukutaitoa ja kykyä suunnitella harjoitteita, jotka ovat spesifisiä sekä pelille että yksittäisen pelaajan kehitysvaiheelle.

Tanokessa uskotaan, että mitä paremmat tekniset valmiudet pelaajalla on, sitä vapaammin hän voi toteuttaa peliä – tätä kutsutaan pelilliseksi autonomiaksi. Esimerkiksi Messin ja Neymarin kaltainen peliäly ja estetiikka kumpuavat syvästä teknisestä hallinnasta, joka antaa mahdollisuuden improvisoida ja hallita peliä myös kaoottisissa tilanteissa. Tämä on erityisen tärkeää lasten ja nuorten valmennuksessa, jossa peliympäristö on jatkuvasti muuttuva ja vastustajan sekä omien joukkueovereiden ratkaisut ovat vaikeasti ennustettavia.

Pedagoginen vastuu tarkoittaa myös kulttuurin huomioon ottamista. Jalkapallo ei ole pelkästään urheilua, vaan myös kulttuurinen ilmiö. Brasilialainen jalkapallo on esimerkki pelityylistä, joka korostaa yksilöllisyyttä, luovuutta ja pelin kauneutta. Tällainen lähestymistapa vaatii, että valmennus tukee rohkeutta yrittää, iloa liikkua ja kykyä heittäytyä peliin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita kurinalaisuuden tai rakenteen puutetta, vaan että kurinalaisuus syntyy pelaajien sisäisestä motivaatiosta – ei pelosta epäonnistua.

Valmentajan tehtävänä on ohjata, ei kontrolloida. Hän rakentaa siltoja pelaajan nykytilanteen ja tavoitetilan välille – pedagogisia siltoja, jotka ottavat huomioon yksilön biologisen kehityksen, pelillisen ymmärryksen ja sosioemotionaalisen kasvun. Tämä tarkoittaa jatkuvaa vuoropuhelua pelaajan kanssa, reflektiota omasta valmennustyylistä

tä ja halua kasvaa yhdessä joukkueen kanssa. Vain siten voidaan luoda ympäristö, jossa kehittyy taitavia, älykkäitä ja intohimoisia jalkapalloilijoita – ei vain voittajia, vaan pelaajia, jotka rakastavat peliä ja ymmärtävät sitä syvästi. Se on jalkapallon pedagogiikkaa parhaimmillaan.

Oppiminen ei ole jakamista – vaan rakentamista

-Optimismi on uskoa, joka johtaa saavutuksiin; mitään ei voida tehdä ilman toivoa ja luottamusta.

- Helen Keller.

Pedagogisesti ajatteleva valmentaja ei näe oppijaa passiivisena vastaanottajana, vaan aktiivisena toimijana, joka rakentaa ymmärrystä kokemuksen, kokeilun ja reflektion

kautta. Valmentajan tärkein tehtävä ei ole täyttää, vaan sytyttää. Siksi painopiste ei saa olla siinä, mitä valmentaja tietää – vaan siinä, mitä pelaaja pystyy oivaltamaan.

Oppiminen ei ole siirtoa. Se on kasvua. Se on oman ajattelun rakentamista yhdessä

toisten kanssa. Harjoitus ei ole paikka, jossa jaetaan tietoa, vaan tila, jossa rakennetaan ymmärrystä.



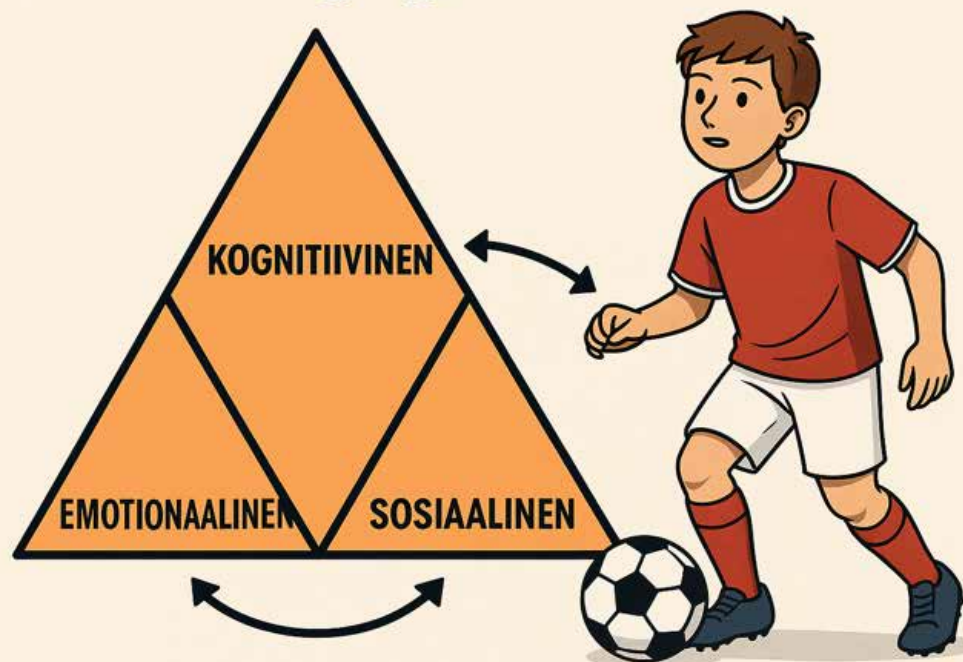
Perusteellinen pohja ennen nopeita tuloksia

Mitä korkeammalle tähdätään – valmentajana tai pelaajana – sitä tärkeämpää on, ettei oikaista perustyön kohdalla. Ne asiat, jotka jäävät oppimatta lapsena, tulevat eteen myöhemmin: epävarmuutena, loukkaantumisina, teknisinä puutteina tai ilon katoamisena.

Ja kun ilo katoaa, mikään määrä kurinalaisuutta ei tuo peliä takaisin.

Pedagoginen pohjatyö, jatkuva oppiminen ja sitoutuminen palkitsevat aina – tavalla tai toisella. Peli muistaa ne, jotka ovat tehneet työnsä – ei niitä, jotka kiersivät polut ohi.

Pedagoginen kolmio



Pedagoginen kolmio

Pedagoginen kolmio nuorten jalkapalloharjoittelussa viittaa kokonaisvaltaiseen lähestymistapaan, jossa yhdistyvät kognitiivinen, emotionaalinen ja sosiaalinen ulottuvuus. Harjoittelu ei tarkoita pelkästään rationaa-

lista tietoa, vaan myös kokemuksellista ja kehollista ymmärrystä, jota nuori jalkapalloilija rakentaa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Tiedon aktiivinen luonne korostuu: pelaaja ei vain vastaanota ohjeita, vaan tarkentaa, kokeilee ja oivaltaa itse. Tämä prosessi tapahtuu jatkuvassa kierrossa yksilön

sisäisen kasvun ja ryhmän vuorovaikutuksen välillä. Yksilöllinen osaaminen kehittyy rinnakkain kulttuurisen ja sosiaalisen tietämyksen kanssa. Valmennusmenetelmät, jotka ottavat huomioon nämä ulottuvuudet, tukevat nuoren kokonaisvaltaista kehitystä. Toiminnallinen harjoittelu perustuu havainnointiin, tunteiden käsittelyyn ja tekniseen soveltamiseen, ei vain sääntöjen mekaniiseen noudattamiseen. Pedagoginen kolmio ohjaa valmentajaa olemaan enemmän saat-taja kuin käskyttäjä. Harjoittelu muuttuu täl-löin myös kasvatukseksi, jossa korostuvat merkityksellisyys ja osallisuus. Nuori jalka-palloilija ei kasva vain pelaajana, vaan myös ihmisenä yhteisön jäsenenä.

Päätelmä: Pedagogiikka on valmentajan perusta

Jos pedagogiikka on kasvatustieteen ydin

– ”tieteenalojen tieteenala”, kuten sanotaan – silloin valmennuksen tehtävä on asettua kasvatuksen palvelukseen. Jalkapallopeda-gogiikka voidaan määritellä valmennuksen ja oppimisen systemaattiseksi tutkimuk-seksi. Se on tieteenala, joka pyrkii ymmär-tämään valmennusprosesseja eri näkökul-mista – mukaan lukien psykologiset, sosio-logiset ja kulttuuriset tekijät. Pedagogiikka jalkapallossa käsittelee sitä, miten peliin liittyvää tietoa välitetään, kuinka pelaajat rakentavat merkityksiä harjoittelun ja peli-tilanteiden kautta, ja millä tavoin yksilön tai-toja ja pelillistä ymmärrystä voidaan kehit-tää.

Sen merkitys jalkapallovalmennuksessa korostuu erityisesti opetuksen ja oppimisen laadun parantamisessa. Kun pedagogisia teorioita ja menetelmiä sovelletaan suunnitelmallisesti, voidaan tukea pelaajien koko-

naisvaltaista kehittymistä – niin teknisten, taktisten kuin myös kognitiivisten, sosiaalis-ten ja eettisten taitojen osalta. ällä hetkellä jalkapallovalmennuksessa toteutetaan usei-ta strategioita, joiden tavoitteena on paran-taa valmennuksen laatua ja vaikuttavuutta. Yksi keskeisimmistä ja näkyvimmistä tren-deistä on pelaajakeskeinen lähestymistapa, jossa korostetaan aktiivista osallistumista ja yhteistä tiedon rakentamista. Tämä tarkoit-taa, että pelaajia ei nähdä pelkästään ohjei-den vastaanottajina, vaan aktiivisina toimi-joina, jotka havainnoivat, ajattelevat, tekevät päätöksiä ja vaikuttavat oppimiseensa.

Yliopistot ja valmennusorganisaatiot ovat viime vuosina kehittäneet ja tukeneet erilai-sia pedagogisia menetelmiä, kuten ongel-malähtöistä oppimista, yhteistoiminnallista harjoittelua sekä opetusteknologian hyö-dyntämistä vuorovaikutuksen ja oppima-

teriaalien saavutettavuuden tukena. Digitaalisen työkalut voivat esimerkiksi rikastaa pelaajien pelianalyyssejä, mahdollistaa itse-reflektiota ja luoda uusia tapoja käsitellä pelitilanteita myös kentän ulkopuolella.

Toinen vahvistuva suuntaus on osallistavan ja yhdenvertaisen valmennuskulttuurin korostaminen. Seurat ja joukkueet pyrkivät tietoisesti rakentamaan oppimisympäristöjä, joissa arvostetaan pelaajien moninaisuutta ja taustoja – ja joissa jokaisella pelaajalla on mahdollisuus kehittyä osana yhteisöä. Tämä linja tukee myös modernia jalkapallolokäsitystä, jossa peli nähdään jatkuvana yhteistyönä, päätöksenteon ja älykkyyden kehittämisen tilana, ei pelkästään fyysisenä suorituksena.

Kautta historian valmennuksen ja oppimisen menetelmät ovat muuttuneet ja sopeu-

tuneet ajan haasteisiin – pelin vaatimuksiin, nuorten pelaajien tarpeisiin ja yhteiskunnan kehitykseen. Yksi asia on kuitenkin säilynyt muuttumattomana: nuoret omaksuvat tehokkaimmin sen, mitä heidän valmentajansa kykenevät heille merkityksellisesti opettamaan.

Valmentaja ei ole pelkästään teknisten ja taktisten taitojen siirtäjä, vaan kasvattaja, suunnannäyttäjä ja oppimisen mahdollistaja. Parhaat valmentajat ymmärtävät, että heidän vaikutuksensa ulottuu kentän ulkopuolelle – asenteisiin, ajatteluun ja elämänhallintaan.

Vaikuttavia pedagogisia ajatuksia on kuulu-
tu useilta valmentajilta, jotka ovat tunnettuja paitsi pelillisestä osaamisestaan, myös tavastaan kohdata pelaaja ennen kaikkea ihmisenä. Mukana ovat muun muassa Johan

Cruyff, Carlo Ancelotti, Emma Hayes, Jürgen Klopp, Arsène Wenger, Marcelo Bielsa, Pep Guardiola ja Pia Sundhage – valmentajia, jotka ovat yhdistäneet syvän pelin ymmärryksen inhimilliseen ja kasvatukselliseen näkemykseen.

Heidän johtamisensa perustuu siihen, että oppiminen, motivaatio ja kehitys eivät synny vain taktiikoista ja toistoista, vaan vuorovaikutuksesta, luottamuksesta ja pelaajan kokonaisvaltaisesta tukemisesta.

Pelaaja ei ole harjoituksen jatke. Harjoitus on väline, jonka kautta pelaaja kasvaa.

Pedagoginen perusta ei ole valmennuksen ylimääräinen osa – se on sen kivijalka. Ilman sitä valmennus voi ajautua toistoksi, kiireeksi tai vallankäytöksi. Mutta kun valmennus rakentuu ymmärrykselle oppimisesta, lap-

sen kehityksestä ja pelin luonteesta, syntyy jotakin kestävää. **Ilo. Ajattelu. Kasvu.**

Psykopedagogiset komponentit jalkapallotunnilla – pedagogisen valmennuksen kulmakivet

”Lapset ovat kuin märkää sementtiä, mikä tahansa putoaa heidän päälleen, jättää vaikutuksen.”

Harjoitusyksikön – tai laajemmin valmennustilanteen – onnistuminen ei ole kiinni vain siitä, mitä valmentaja opettaa, vaan ennen kaikkea siitä, miten oppimisprosessi rakennetaan ja millaisessa ilmapiirissä se tapahtuu. Psykopedagogiset komponentit muodostavat sen näkymättömän perustan, jonka varaan koko valmennuskokemus rakentuu. Ne vaikuttavat suoraan harjoituk-

sen kulkuun, valmennettavien osallistumiseen ja siihen, kuinka merkitykselliseksi ja toimivaksi harjoitus lopulta koetaan. Näitä tekijöitä ei tule koskaan ohittaa – ne voivat joko vahvistaa tai heikentää koko harjoituksen vaikutusta.

Motivaatio on keskeinen psykologinen voima, joka voi sytyttää valmennettavassa sisäisen halun oppia, liikkua ja kehittyä. Se syntyy usein tilanteista, jotka puhuttelevat valmennettavaa henkilökohtaisesti. Vierailu kentällä ammattilaispelaajan toimesta, valmentajan innostunut ja lämmin olemus, tai ryhmässä syntyvä vahva me-henki voivat herättää aidon, sisäisen motivaation. Kun kiinnostus syntyy, harjoittelu ei enää tunnu pakolta, vaan muuttuu mahdollisuudeksi, jonka valmennettava haluaa itse ottaa vastaan.

Selityksen laatu on toinen keskeinen komponentti valmennuksen pedagogiikassa. Selkeä, lyhyt ja tarkka selitys luo ymmärrystä ja antaa valmennettavalle suunnan. Epämääräiset ohjeet tai liian pitkät monologit katkaisevat harjoituksen virran ja voivat herättää epävarmuutta. Hyvä valmentaja puhuu valmennettavan kieltä, tunnistaa hänen kehitystasonsa ja muotoilee viestinsä ymmärrettäväksi.

Näyttö toimii selityksen konkreettisena tukena. Se voidaan toteuttaa valmentajan toimesta, mutta usein voi olla pedagogisesti arvokasta käyttää mallina myös taitavaa valmennettavaa. Näin syntyy vertaistilanne, joka paitsi havainnollistaa harjoiteltavan taidon, myös kannustaa muita ryhmän jäseniä oppimaan toisiltaan.

Valmennettavien asettelu kentällä on olennainen tekninen ratkaisu, jolla on suora vaikutus harjoituksen pedagogiseen laatuun. Järjestelmällinen ja tilannekohtaisesti mietitty sijoittelu estää turhaa odottelua, parantaa näkyvyyttä, luo järjestystä ja mahdollistaa jatkuvan oppimisen. Samalla se antaa valmentajalle mahdollisuuden havainnoida ja reagoida oikea-aikaisesti.

Asteittainen eteneminen on kaiken liikunnallisen oppimisen perusta. Jalkapallotaito ei synny hetkessä, vaan se rakentuu vaiheittain. Valmentajan tehtävä on pilkkoa opeteltava taito selkeiksi, eteneviksi osakokonaisuuksiksi, jotta valmennettava saa mahdollisuuden onnistua omalla tasollaan ja kehittyä johdonmukaisesti. Hyvän jalkapalloilijan valmentaminen ja kasvattaminen kestää tyyppillisesti yli kymmenen vuotta. Kyse ei ole pikavoitosta, vaan pitkästä, tavoitteellisesta

ja johdonmukaisesta oppimisprosessista.

Asteittainen eteneminen on kaiken liikunnallisen oppimisen perusta. Jalkapallotaito ei synny hetkessä, vaan rakentuu vähitellen – vaihe vaiheelta. Oppiminen vaatii toistoa, aikaa, sopivia haasteita ja ennen kaikkea pitkäjänteistä ohjausta.

Valmentajan keskeinen tehtävä on pilkkoa opeteltava taito selkeisiin, eteneviin osakokonaisuuksiin, jotka vastaavat pelaajan ikä- ja taitotasoa. Tällöin valmennettava saa mahdollisuuden onnistua ja kokea edistymistä omalla tasollaan. Tämä kasvattaa motivaatiota ja tukee kehittymistä kohti yhä vaativampia taitoja ja pelin vaatimuksia.

Pedagogisesti taitava valmentaja osaa rakentaa polun, jossa haasteet lisääntyvät loogisesti ja jossa jokainen vaihe valmistaa

seuraavaan. Näin syntyy vahva, kestävä ja monipuolinen jalkapallotaito, joka kantaa läpi pelaajan uran.

Toisto on taitojen oppimisen kivijalka. Alkuvaiheessa toisto luo valmennettavalle perustan, jonka päälle voidaan rakentaa varmuutta, taloudellista liikettä ja pelitilanteissa toimivaa tekniikkaa. Ilman toistoa ei synny oppimista – ja juuri sen vuoksi harjoitteita ei tule kiirehtiä eteenpäin ennen kuin perusteet ovat kunnossa.

Harjoittelun vaihtelevuus puolestaan ehkäisee yksitoikkoisuutta ja edistää syvempää oppimista. Kun samaa liikemallia harjoitellaan eri tilanteissa, erilaisilla rytmeillä ja pelillisissä muodoissa, valmennettava oppii soveltamaan taitoa joustavasti. Monipuolisuus pitää mielen virkeänä ja vahvistaa oppimisen pysyvyyttä.

Kannustaminen on valmennuksellinen taito, joka ei maksa mitään, mutta vaikuttaa ratkaisevasti motivaatioon ja itseluottamukseen. Jokainen valmennettava tarvitsee palautetta, nähdyn tulemisen tunnetta ja uskoa omiin mahdollisuuksiinsa. Pieni huomio, kiitos tai katsekontakti voi sysätä valmennettavan eteenpäin epävarmuudesta kohti onnistumista.

Korjaukset ovat oppimisen välttämätön osa. Valmennuksessa niitä ei anneta moitteena vaan suunnanmuutoksena. Rakentava, oikea-aikainen ja yksilöllisesti muotoiltu palaute auttaa valmennettavaa ymmärtämään, mitä hänen kannattaa muuttaa ja miksi. Tärkeää on, että korjaukset tukevat kehitystä eivätkä lannista. Ne ovat osa oppimisprosessia – merkki siitä, että valmentaja välittää ja seuraa tarkasti.

Harjoituksen jatkuvuus on rytmin ja flow'n hallintaa. Harjoitustilanteessa tulee säilyä liikettä, tarkoituksenmukaisuutta ja tehävakeskeisyyttä. Kun toiminta katkeilee jatkuvasti, valmennettavien keskittyminen herpaantuu ja tehokkuus laskee. Jatkuvuus rakentuu suunnittelulla, ryhmien tarkoituksenmukaisella jakamisella, välineiden järkevällä käytöllä sekä selkeillä siirtymillä osatehtävien välillä. Myös yhteisesti sovitut pelisäännöt, kurinalaisuus ja tehtävien progressiivinen vaikeuttaminen tukevat harjoituksen sujuvuutta. Valmennuksessa taukoja ei vältetä, mutta ne ajoitetaan ja rytmitetään niin, että harjoituksen intensiteetti säilyy. Korjauksia tehdään osana liikettä – pysähdytään vain, jos on aivan selvää, ettei asia ole mennyt perille.

Kun valmentaja hallitsee nämä psykopedagogiset osa-alueet ja tuo ne osaksi

suunnitteluaan ja vuorovaikutustaan, hän ei pelkästään opeta jalkapallotaitoja – hän rakentaa kokonaisvaltaista oppimiskokemusta, jossa kasvaa yhtä aikaa osaaminen, itseluottamus ja yhteisöllisyys. Tämä on valmennuksen syvin pedagoginen ydin: auttaa valmennettavaa tulemaan paremmaksi – ei vain pelaajana, vaan myös ihmisenä.

Soveltaminen, sopeuttaminen ja valmennuksen moninaiset käytännöt

”Hyvät kasvattajat koskettavat tulevaisuutta.”

Jalkapallovalmennuksessa teoreettinen suunnittelu kohtaa aina konkreettiset olosuhteet – tilan, välineistön, sääolosuhteet ja valmennettavien yksilölliset erot. Siksi valmentajan on opetustilanteessa kyettävä



vä jatkuvaan sopeutumiseen. Harjoitusten hyödyntäminen suhteessa käytettävissä olevaan materiaaliin ei ole vain organisoitkysymys, vaan osoitus pedagogisesta joustavuudesta ja tilanneherkkyydestä. Olipa kyseessä rajallinen kenttä, puuttuva väline tai suuri osallistujamäärä, valmentajan tehtävä on löytää ratkaisu, joka tukee oppimista eikä rajoita sitä. Sopeutumiskyky valmennustilaan, osallistujamäärään ja välineistöön kertoo valmentajan kyvystä luoda olosuhteista riippumatta oppimista mahdollistava ympäristö.

Tähän liittyy läheisesti valmennuksen suunnittelun joustavuus. Valmentaja ei voi sitoa itseään jäykkiin harjoitusrunkoihin, vaan hänen on säilytettävä valmius muuttaa suunnitelmaa lennosta. Jos jokin harjoite ei toimi, se korvataan toisella. Jos aikaa jää yli tai harjoituksen dynamiikka yllättää, tilan-

teesta otetaan pedagoginen hyöty. Juuri tällaisissa hetkissä valmentajan todellinen asiantuntemus näkyy: kyvyssä improvisoida, valita oikea hetki ja nähdä mahdollisuuksia siellä, missä toiset näkevät esteitä.

Tärkeä osa valmennuksen laatua on myös luovuuden salliminen. Harjoitteiden ei tule tukahduttaa valmennettavan omaa mielikuvitusta tai luontaista liikunnallisuutta, vaan antaa tilaa luovalle ajattelulle ja yksilölliselle ilmaisulle. Jalkapalloa ei opita vain mallintamalla, vaan myös kokeilemalla, oivaltamalla ja epäonnistumalla. Luova harjoittelu voi ilmetä vaikkapa leikillisten elementtien kautta, sääntöjen muunteluna tai roolien vaihteluna pelitilanteissa. Lapsi tai nuori valmennettava toimii kehitystasonsa mukaisesti – hänelle on ominaista leikki, kokeilu ja oman voimansa testaaminen. Kun valmentaja tunnistaa tämän ja antaa sille tilaa,

oppiminen juurtuu syvemmin.

Kurinalaisuus ei ole luovuuden vastavoima, vaan sen mahdollistaja. Harjoitus, jossa valmennettavat ovat motivoituneita, läsnä ja ymmärtävät säännöt, etenee sujuvasti. Kuria ei saavuteta pelolla, vaan kiinnostuksella, arvostuksella ja johdonmukaisuudella. Valmentaja, joka kykenee luomaan harjoitukseen selkeät pelisäännöt, mutta myös antaa tilaa ilolle ja osallistumiselle, saa enemmän irti niin yksilöstä kuin ryhmästä.

Kun siirrytään teknisten harjoitteiden valintaan, nousee esiin useita pedagogisesti merkittäviä tekijöitä. Ensinnäkin ikä. Eri-ikäiset valmennettavat tarvitsevat erilaista sisältöä, eri kuormitusta ja eri tason ärsykeitä. Pieni lapsi ei ole pieni aikuinen, eikä nuori pelaaja ole vielä valmis ammattilainen. Fyysiset, motoriset ja kognitiiviset

erot on tunnistettava, jotta valmennus on aidosti kehitystä tukevaa. Ikää tärkeämpi mittari on kuitenkin aiempi harjoitustausta. Kokenut nuori voi kyetä suoriutumaan huomattavasti vaativammista tehtävistä kuin aloittelija, vaikka he olisivat samanikäisiä.

Harjoitteiden valinnassa on tärkeää säilyttää tasapaino ydinsisällön ja tukevien elementtien välillä. Jokainen harjoitus ei voi olla ”kaikkea kaikille”, vaan on osattava keskittyä – yhdistellen uusia taitoja aiemmin opetettuihin. Tällainen integroiva lähestymistapa kehittää valmennettavan kokonaisymmärrystä ja mahdollistaa teknisten taitojen siirtymisen pelitilanteisiin.

Valmentajan tulee huomioida myös valmennettavan senhetkinen tila – fyysinen, emotionaalinen ja psyykkinen. Jos valmennettava saapuu harjoitukseen juuri kokees-



ta, väsyneenä tai nälkäisenä, harjoitusvaste ei ole optimaalinen. Silloin suunnitelmaa voi keventää tai painottaa toiminnallisempia, energisoivia osioita.

Suuren ryhmän kohdalla valmennuksellinen haaste on jakaa huomio oikeudenmukaisesti ja pitää kaikki aktiivisina. Pitkät odotusjaksot passivoivat, ja siksi harjoitteet tulee suunnitella niin, että ne tarjoavat jatkuvaa tekemistä mahdollisimman monelle samanaikaisesti. Harjoitteiden pitää olla helposti ymmärrettäviä ja korjattavissa lennosta – vain näin suurten ryhmien valmennus voi pysyä pedagogisesti tehokkaana.

Valmennus ei tapahdu tyhjiössä. Kenttäolosuhteet, käytössä oleva tila ja sää vaikuttavat suoraan siihen, millaisia harjoitteita kannattaa valita. Tilanteet,

joissa välineitä on niukasti, vaativat valmentajalta luovuutta ja kekseliäisyyttä. Samalla korostuu valmentajan kyky ohjata toimintaa niin, että yksinkertaisillakin resursseilla syntyy laadukasta ja tavoitteellista harjoittelua.

Sääolosuhteet viimeistelevät suunnitellun realiteetit. Kylmässä tarvitaan aktiivista, koko kehoa liikuttavaa toimintaa, joka pitää valmennettavat lämpiminä ja keskittyneinä. Kuumalla sen sijaan harjoitukset suunnitellaan niin, että rasitus on hallittua ja palautuminen riittävää. Valmentajan kyky havainnoida olosuhteita ja mukauttaa toiminta niiden mukaiseksi heijastaa hänen kokonaisvaltaista pedagogista osaamistaan.

Kaikki edellä mainittu palaa lopulta yhteen ytimekkääseen kysymykseen: tietääkö valmentaja, mitä hän tekee ja miksi? Hyvä valmentaja ei toista kaavaa rutiinin vuoksi,

vaan toimii tarkoituksellisesti ja tietoisesti – suhteessa sisältöön, tilanteeseen ja yksilöihin. Hän ohjaa, ei määrää. Hän havainnoi, ei oletta. Hän rakentaa yhteyttä ja kasvattaa taitoa.

Tässä kohtaa nousevat esiin myös pedagogiikan peruspilarit: esimerkin voima, jäljittelyn luontainen tarve ja sisäinen kilpailu. Kun valmentaja toimii itse esimerkkinä, on hänen vaikutuksensa syvempi kuin yksikään käsky. Kun valmennettavat saavat jäljitellä taitavaa toveria tai arvostettua valmentajaa, oppiminen tapahtuu huomaamatta. Kun ryhmän sisällä syntyy terve halu kehittyä – ei toista vastaan, vaan itsensä voittamiseksi – syntyy kasvuympäristö, jossa urheilullinen ja inhimillinen kehitys kulkevat käsi kädessä.

Mitä opetamme – ja mitä nuoret jalkapalloilijat todella oppivat?

Lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa on syytä pysähtyä pohtimaan: onko tärkeämpää se, mitä valmentaja pyrkii opettamaan – vai se, mitä pelaaja lopulta omaksuu ja sisäistää?

Valmennuksen onnistumista ei voi mitata vain harjoitussuunnitelman tai malliharjoitteen toteutuksella, vaan sillä, miten harjoiteltu asia siirtyy pelaajan käytännön toimintaan kentällä.

Miten varmistamme, että opetuksemme johtaa todelliseen oppimiseen ja pelaajan kokonaisvaltaiseen kehittymiseen? Painotuuiko valmennuksessa liikaa se, mitä me opetamme, sen sijaan että keskittyisimme siihen, mitä pelaaja oppii?

Yksilö vastaan joukkue – erilaiset lähtökohdat, yhteinen tavoite

Vaikka jalkapallo on joukkuepeli, yksilön kehittäminen on valmennuksen ytimessä. On tärkeää ymmärtää, millä tavoin yksilölajien ja joukkuelajien opetukselliset painotukset eroavat.

Yksilölajeissa korostuu urheilijan oma vastuu ja henkilökohtainen suorituskyyky, kun taas jalkapallossa yksilö toimii jatkuvasti vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Tämä vaikuttaa myös valmennusmenetelmiin: pitäisikö jalkapalloharjoittelussa silti hyödyntää enemmän yksilölajien tapaa pureutua teknisiin yksityiskohtiin ja henkilökohtaiseen valmennukseen?

Voimmeko oppia yli lajirajojen?

Onko joukkuelajien pedagogiikasta hyötyä yksilölajien valmennuksessa – ja toisin päin? Lasten ja nuorten jalkapallossa on paljon opittavaa esimerkiksi telinevoimistelun tai yleisurheilun yksityiskohtaisuudesta, kehonhallinnasta ja rytmytyksestä.

Samalla jalkapallo tarjoaa yksilölajien urheilijoille mallia pelillisestä ajattelusta, päätöksenteosta ja vuorovaikutusta vaativista tilanteista. Lajirajat ylittävien menetelmien käyttö voi tuoda uusia näkökulmia ja monipuolistaa valmennusta – mutta niiden soveltaminen vaatii ymmärrystä molempien lajityyppien erityispiirteistä.

Pedagogiikkaa vain alkeisvaiheeseen – vai myös huipulle?

Liikunnan ja urheilun pedagogiikkaa pidetään usein aloittelijoiden ohjauksen perustana, mutta voisiko sitä soveltaa yhtä lailla edistyneiden pelaajien tai kilpajoukkueiden valmennukseen?

Myös huipputason pelaaja tarvitsee selkeitä oppimisprosesseja, palautetta.

Harjoitteiden korjaaminen – taidon ohjaamista, ei arvostelua

Yksi keskeisimmistä valmentajan pedagogisista taidoista on osata erottaa virheen syy sen näkyvästä ilmenemismuodosta. Usein

ei ole kysymys siitä, etteikö valmennettava haluaisi onnistua, vaan siitä, ettei hän vielä pysty. Tästä syystä korjaamisen lähtökoh- ta ei saa olla tuomitseva, vaan tutkiva. Val- mentajan tehtävä on selvittää, onko kyse taidollisesta puutteesta, keskittymisen het- kellisestä herpaantumisesta vai kenties siitä, ettei harjoitteen tavoitetta ole ymmärretty oikein.

Korjauksen on oltava selkeä, rauhallinen ja perusteltu. Valmentajan tulee ohjata val- mennettavaa kohti ratkaisua ennemmin kuin yksinkertaisesti osoittaa virhe. Tässä pedagoginen hienovaraisuus on korvaa- matonta. Esimerkiksi kysyvä muoto – ”Huo- masitko mihin asetit tukijalan?” – voi avata enemmän kuin suora toteamus ”Sinun pitäi- si laittaa se eri paikkaan.”

Yleiset virheet voidaan käsitellä koko ryh-

män kanssa yhdessä, mutta yksilölliset kor- jaukset on viisainta antaa henkilökohtaisesti ja hienotunteisesti. Tämä vaatii valmentajal- ta herkkyyttä, tilanteenlukutaitoa ja jatku- vaa läsnäoloa kentän laidalla. Harjoitus ei ole vain suoritusten seuraamista, vaan jat- kuvaa vuorovaikutusta, jossa palaute on osa oppimisprosessia – ei sen keskeytys.

Korjauksia ei myöskään tulisi tehdä jatku- valla syötöllä. Valmennettavan pitää saada aikaa kokeilla, oivaltaa ja korjata itse. Oppi- minen ei tapahdu silloin, kun valmenta- ja puhuu, vaan silloin, kun valmennettava ajattelee ja toimii. Hyvä korjaus on ajoitet- tu tarkasti, ja se rakentaa valmennettavan luottamusta siihen, että hän kykenee kehit- tymään.

Havainnointi – nähdä olennaiseen

Havainnointi on valmentajan toinen silmä – se, jolla nähdään syvemmälle kuin pelk- kiin suorituksiin. Kyse ei ole pelkästään siitä, mitä kentällä tapahtuu, vaan siitä, miten ja miksi se tapahtuu. Havainnoinnin kautta val- mentaja oppii tuntemaan valmennettavien vahvuudet, haasteet, tavat reagoida sekä ryhmän dynamiikan. Ilman systemaattista havainnointia valmennus jää helposti pin- tapuoliseksi.

Tärkeää on myös rajata oma tarkkailu. Jos valmentaja yrittää nähdä kaiken koko ajan, ei hän lopulta näe mitään. Harjoituksen aikana on viisasta päättää etukäteen, mitä osa-aluetta tarkkaillaan: onko tavoitteena seurata ryhmän yhteistyötä, yksittäisen tai- don kehitystä vai vaikkapa pelipaikkakoh- taista suoriutumista?

Havainnointi on paitsi teknistä myös vuorovaikutteista. Katse, ele, palaute ja läsnäolo luovat turvallisen ilmapiirin, jossa valmennettavat uskaltavat yrittää ja kehittyä. Parhaimmillaan havainnointi johtaa palautteeseen, joka ohjaa oppimista – ei keskeytä sitä. Taitava valmentaja osaa havainnoida niin koko kentän tilaa kuin yksilön tunnetilaa. Molemmat vaikuttavat suoraan harjoittelun tuloksellisuuteen.

Opetuksen metodologinen kokonaisuus – järjestys, merkitys ja ymmärrys

Valmennuksen ytimessä on metodi, eli järjestelmällinen tapa lähestyä oppimista ja ohjaamista. Harjoituksia ei suunnitella satumanvaraisesti, vaan niiden tulee perustua tavoitteisiin, kehitysvaiheeseen ja opettettavaan sisältöön. Hyvä menetelmä ei

ainoastaan palvele tekniikan oppimista – se rakentaa eettistä ja esteettistä suhdetta itse peliin.

Jalkapallossa – erityisesti nuorten ja kehittyvien pelaajien kohdalla – suosituimpia ovat kolme pääasiallista menetelmää: analyyttinen, synteettinen ja dogmaattinen.

Analyyttinen menetelmä pilkkoo suori-tuksen osiin. Esimerkiksi potkuharjoituksessa keskitytään ensin tukijalkaan, sitten vartalon asentoon ja lopuksi kontaktipintaan pallossa. Tämä lähestymistapa sopii erityisesti silloin, kun opitaan uutta tai korjataan virheitä yksityiskohdissa. Se kehittää teknistä tarkkuutta ja kehotietoisuutta.

Synteettinen menetelmä puolestaan rakentaa osista kokonaisuuden. Se sopii tilanteisiin, joissa valmennettavalla on jo

perustaidot hallussa ja halutaan siirtää ne pelinomaisiin tilanteisiin. Osat integroidaan toiminnalliseksi kokonaisuudeksi, joka kehittää päätöksentekoa ja pelillistä ymmärrystä.

Dogmaattinen menetelmä perustuu valmiiksi testattuihin toimintamalleihin ja harjoitteisiin, joita sovelletaan toistuvasti. Tässä menetelmässä toistolla, rutiinilla ja luottamuksella valmentajan asiantuntemukseen on suuri rooli. Se toimii erityisesti tilanteissa, joissa aika on rajallinen tai toimitaan kilpailullisesti orientoituneessa ympäristössä.

Metodi ei ole itseisarvo. Se on väline. Valmentajan tehtävä on valita tilanteeseen sopiva tapa, joka ei vain opeta miten, vaan myös miksi – miksi tehdään, miksi toistetaan, miksi oivalletaan. Näin harjoitus muuttuu yksinkertaisesta fyysisestä toistosta ymmärrystä kehittäväksi prosessiksi.



VALMENNUS ON METODI- EI SATTUMAA

Valmentajan pedagogi- nen olemus ja harjoituksen käytännön toteutus

Valmentajan merkitys jalkapalloharjoituksen onnistumisessa ei rajoitu tekniseen osaamiseen. Valmennettavien oppimisen ja kehittymisen kannalta ratkaisevaa on, millaisella otteella valmentaja toimii kentällä – miten hän puhuu, miten hän liikkuu, miten hän kohtaa. Harjoituksen laatu ei synny yksittäisestä harjoitteesta vaan kokonaisuudesta, jonka ytimessä on valmentajan persoona ja pedagoginen viisaus.

Valmentajan on tärkeää olla selkeä, rauhallinen ja vakuuttava. Kun hän osaa ilmaista itseään johdonmukaisesti ja ymmärrettävästi, valmennettavat pysyvät mukana ja oppivat enemmän. Sisäinen varmuus

välittyy kehonkielestä, katseesta ja äänen sävystä – valmentaja, joka luottaa itseensä, saa myös ryhmänsä luottamaan. Harjoitus muuttuu tällöin yhteiseksi tilaksi, jossa on lupa yrittää, epäonnistua ja onnistua.

Valmentajan olemuksesta tulisi huokua sekä optimismia että inhimillisyyttä. Kyky yhdistää hyvä huumorintaju ja tarkoituksenmukainen vakavuus tekee harjoituksista eläviä ja mielekkäitä. Yhtä tärkeää on rakentaa valmennettaviin kunnioittava ja rehellinen suhde, joka perustuu avoimuuteen, arvostukseen ja aidosti jaettuun tavoitteeseen. Kun valmentaja myös itse osoittaa iloa omasta työstään, sytyttää se kipinän myös valmennettaviin.

Kielellinen tarkkuus on osa tätä pedagogista karismaa. Kun valmentajalla on johdonmukainen ja teknisesti oikea sanasto, se

ei ainoastaan selkiytä opetusta, vaan myös viestii valmennettaville hänen ammattitaidostaan. Terminologia ei ole pelkkä muoto, vaan sisällön peili – se kertoo, että valmentaja tietää mitä tekee ja miksi.

Harjoitusten valmistelu on avain siihen, että kokonaisuus pysyy hallussa. Harjoitusta ei tulisi vain improvisoida hetken mieli-johteesta, vaan sen rakenne ja sisältö tulisi olla mietitty etukäteen. Kun valmentaja tietää, miten harjoitus etenee ja mitä siinä pyritään saavuttamaan, hän kykenee myös reagoimaan tilanteisiin, jotka vaativat joustavuutta. Tämä valmistautuminen näkyy paitsi ohjeiden selkeydessä, myös koko harjoituksen rytmissä ja tavoitteellisuudessa.

Jalkapallo on laji, joka edellyttää monipuolista fyysistä valmiutta. Motoriset ominaisuudet – kuten voima, nopeus, kestävyys,

liikkuvuus ja ketteryys – eivät ole erillisiä teknisistä taidoista, vaan ne muodostavat perustan, jonka varaan koko pelaaminen rakentuu. Hyvin suunniteltu valmennus kehittää näitä ominaisuuksia rinnakkain teknisten ja taktisten valmiuksien kanssa.

Valmennuksen metodologiset ratkaisut – eli ne tavat, joilla harjoitteita johdetaan, rytmitetään ja muotoillaan – vaikuttavat suoraan siihen, kuinka hyvin asetetut tavoitteet saavutetaan. Näillä menetelmillä ei ainoastaan rakenneta osaamista, vaan myös varmistetaan, että harjoitus on tehokas, sujuva ja oppimista tukeva.

Harjoitusten tulee olla myös elämyksellisiä. Aika on rajallinen resurssi, ja sen käyttö vaatii huolellista organisointia. Pelilliset harjoitteet – pienpelit, leikit, pelinomaiset tehtävät – ovat erityisen tärkeitä. Niissä tulisi huo-

mioida kentän rajat, pelaajien sijoittuminen ja etenkin se, että tekeminen säilyy mielekkäänä. Jos harjoitus hetkellisesti menettää energiansa, hyvä peli voi palauttaa ryhmän fokuksen ja virkeyden.

Harjoituksen tulee myös tuntua. Parhaimmillaan harjoitteet päättyvät maalintekoyrityksiin, jotka paitsi aktivoivat pelaajia, myös tutustuttavat heidät yhteen jalkapallon keskeisimmistä tavoitteista – päättää hyökkäys. Kun valmentaja osallistuu itse harjoitteisiin, hän paitsi syventää suhdettaan valmentaviin myös rakentaa vahvempaa ryhmähengen perustaa. Näin syntyy yhteisö, jossa kaikki kokevat olevansa osa jotakin suurempaa.

Opetettavan sisällön järjestys vaihtelee iän ja kehitystason mukaan. Aikuisten kohdalla valmennuksen eteneminen rakentuu

ensiksi fyysisestä valmistautumisesta, sitten teknisestä osaamisesta – jaoteltuna hyökkäykseen ja puolustukseen – ja lopuksi taktiikasta ja strategiasta. Nuorempien kohdalla painotus on toisenlainen. Lapselle opetus alkaa tekniikasta, jota seuraa kevyt fyysinen harjoittelu ja vasta viimeisenä elementtinä yksinkertainen taktiikka. Tämä pedagoginen järjestys heijastaa ymmärrystä kehityksen kulusta: ensin rakennetaan välineet, vasta sitten opetetaan niiden käyttö.

Harjoituksen pedagoginen rakenne: metodi, rytmi ja tarkoitus

Jalkapalloharjoitus ei ole sattumanvarainen kokoelma tehtäviä, vaan huolellisesti suunniteltu pedagoginen kokonaisuus, jossa jokaisella osalla on tehtävänsä. Taitojen oppiminen, pelillisen ymmärryksen kasvu

ja fyysinen kehitys eivät tapahdu irrallisissa hetkissä, vaan ne rakentuvat tarkoituksenmukaisesti etenevässä prosessissa. Harjoituksen pedagoginen rakenne nojaa kolmeen keskeiseen käsitteeseen: metodiin, rytmiin ja tarkoitukseen.

Metodi on valmentajan opetuksellinen kompassi. Se määrittää sen, miten opetus etenee ja millaisilla välineillä valmennettava johdatellaan kohti ymmärrystä, hallintaa ja soveltamista. Jalkapallossa käytetyt opetukselliset metodit voidaan karkeasti jakaa kolmeen päälinjaan: analyttiseen, synteettiseen ja dogmaattiseen lähestymistapaan.

Analyttinen metodi on purkamista ja erottelua. Siinä monimutkainen taito pilkotaan osiin – liikerata, kehon asento, kon-taktikohta, rytmi – ja kutakin osa-aluetta harjoitellaan erikseen. Tämä metodi toimii

erityisen hyvin tilanteissa, joissa opetellaan uutta tai korjataan virheitä, sillä se tuo esiin suorituksen rakenteen. Se kehittää tietoisuutta liikkeestä ja auttaa valmennettavaa ymmärtämään, mitä hän tekee ja miten sen pitäisi tapahtua.

Synteettinen metodi puolestaan lähtee kokonaisuudesta ja rakentaa yksityiskohdat sen sisälle. Tässä lähestymistavassa harjoite muistuttaa mahdollisimman paljon peliä: se on elävä, kontekstissa tapahtuva ja vaatii päätöksentekoa. Tämä metodi kehittää erityisesti pelisilmää ja pelinopeutta – kykyä havaita, reagoida ja soveltaa opittua taitoa muuttuvissa tilanteissa. Se sopii hyvin jatko-vaiheen oppimiseen, jossa yksittäinen taito on jo sisäistetty.

Dogmaattinen metodi pohjaa opettamiseen valmiiksi testatuilla malleilla. Se perus-

tuu siihen, että valmentaja tietää, mikä toimii ja ohjaa pelaajat läpi harjoitusten selkeän kaavan mukaisesti. Tämä metodi ei ole mekaaninen pakko, vaan tarkoituksenmukainen tapa rakentaa luottamusta toistoon, rytmiin ja rooleihin – erityisesti kilpailullisessa ympäristössä tai ryhmän sisäisessä jäsentämisessä. Se tuo turvallisuutta, vakautta ja selkeyttä tilanteisiin, joissa vaaditaan järjestystä ja tehokkuutta.

Rytmi tekee harjoituksesta elävän. Se ei tarkoita vain aikataulua tai pelillistä tempo-a, vaan myös harjoituksen sisäistä kulkua: nousuja ja laskuja, tiivistymisiä ja hengähdyksiä. Pedagogisesti laadukas harjoitus rakentuu vaiheista, jotka virittävät kehon ja mielen aktiivisuuteen, syventävät taitoa ja lopulta siirtävät opitun sovellettavaksi. Jokainen osa on valmistautumista seuraavaan. Harjoitus ei ole sarja yksittäisiä hetkiä,



vaan jatkumo – jossa jokainen siirtymä on osa oppimista.

Hyvin rytmitetty harjoitus jättää tilaa oivalluksille. Siinä on aikaa kokeilla, toistaa ja ymmärtää. Liiallinen kiire katkaisee oppimi-

sen virran; liian hidas tempo taas hukuttaa keskittymisen. Rytmi on valmentajan instrumentti – sillä voi nostattaa intensiteettiä, rauhoittaa mieliä tai keskittää energiaa. Hyvä valmentaja tunnistaa ryhmän vireystilan ja osaa säätää rytmiä sen mukaan.

Tarkoitus on harjoituksen ydin. Ilman selkeää tarkoitusta harjoitus on vain toimintaa, ei oppimista. Jokaisen tehtävän, pelin ja toiston tulisi palvella jotakin suurempaa päämäärää – se voi olla tekninen oppimistavoite, taktinen tilanne, pelipaikkakohtainen roolitus tai henkisen valmiuden kehittäminen. Kun valmentaja tietää, miksi harjoitus tehdään, hän osaa myös ohjata valmentavat tiedostamaan sen itse. Tämä lisää motivaatiota ja tekee oppimisesta syvempää ja merkityksellisempää.

Tarkoituksen tulee olla myös läsnä valmentajan vuorovaikutuksessa: millaisia kysymyksiä hän esittää, milloin hän pysäyttää, miten hän ohjaa huomiota. On suuri ero sillä, käsketäänkö tekemään, vai autetaanko oivaltamaan. Jälkimmäinen sitouttaa, kasvattaa ja jättää jäljen.

Kun metodi, rytmi ja tarkoitus muodostavat ehjän kokonaisuuden, harjoitus muuttuu enemmän kuin osiensa summaksi. Siitä tulee oppimisen tila – paikka, jossa valmentava ei ainoastaan kehity pelaajana, vaan kasvaa myös itsensä johtajaksi. Hyvä harjoitus ei ainoastaan paranna teknistä suoritusta, vaan kehittää ajattelua, vastuullisuutta ja pelin ymmärrystä. Juuri näistä aineksista rakentuu valmennuksen todellinen pedagoginen arvo.

5 opetusmenetelmää

Jalkapallossa valmentaminen on ennen kaikkea niiden olosuhteiden järjestämistä, joissa pelaajat voivat ymmärtää, sisäistää ja soveltaa oppimaansa peliin – sekä kentällä että sen ulkopuolella. Menetelmät, joita valmentaja valitsee, eivät ole pelkkiä harjoitustekniikoita, vaan ne ovat syvällisiä pedago-

gisia valintoja, jotka heijastavat valmentajan käsitystä oppimisesta ja pelaajan roolista. Valmennus on näin ollen aina myös kasvatuskysymys, joka asettaa pelaajan keskelle oppimisprosessia.

Kysymys kuuluu: miten voidaan varmistaa, että pelaaja ei pelkästään toista valmiita ratkaisuja tai sääntöjä, vaan että hän ymmärtää pelin logiikan, osaa kyseenalaistaa sen, tehdä päätöksiä ja reagoida luovasti kentän tapahtumiin? Tulisiko valmentajan järjestää harjoitukset niin, että tieto on selkeästi jäsenneltyä ja suoraan annettua, vai tulisiko pelaajalle antaa enemmän tilaa tutkia, kokeilla ja oppia omien kokemustensa kautta? Vastaus ei ole yksiselitteinen. Kyse on valmentajan asenteesta, tarkoituksesta ja ennen kaikkea siitä kontekstista, jossa valmennus tapahtuu.

Valmennusmenetelmä voidaan ymmärtää tapana organisoida oppimista. Se perustuu siihen, miten valmentaja toimii, mikä on pelaajan paikka harjoituksissa, miten vuorovaikutus rakennetaan ja millaisia välineitä harjoittelussa käytetään. Mutta mikään menetelmä ei ole universaali eikä pysyvä. Jokainen harjoitus, peli tai keskustelu vaatii mukauttamista. Menetelmän onnistuminen ei ole kiinni sen nimestä tai muodollisesta rakenteesta, vaan siitä, miten taitavasti valmentaja osaa soveltaa sitä tilanteeseen ja pelaajiensa tarpeisiin.

Siksi on tärkeää luopua ajatuksesta, että perinteiset ja nykyaikaiset menetelmät olisivat automaattisesti toisiaan poissulkevia. Perinteisessä valmennuksessa korostuu selkeä ohjeistus, mallintaminen ja toisto – nämä ovat erittäin tärkeitä erityisesti nuorempien tai vähemmän kokeneiden pelaajien kans-

sa. Toisaalta nykyaikaiset menetelmät, joissa pelaaja itse toimii aktiivisesti oppimisen subjektina, tarjoavat arvokkaita mahdollisuuksia itsetuntemuksen, päätöksenteon ja pelin ymmärtämisen kehittymiseen. Molemmilla on paikkansa. Valmentajan tehtävä ei ole valita niistä jompaakumpaa, vaan sovittaa ne toisiinsa.

Otetaan esimerkiksi suora ohjaus – metodi, jota usein kritisoidaan sen ”ylhäältä-alas”-luonteesta. Se on kuitenkin korvaamaton, kun rakennetaan pelaajalle selkeää perustietoa: esimerkiksi syötön mekaniikkaa, sijoittumista puolustuksessa tai avaavan pelin rakenteita. Kun tämä perusta on olemassa, voidaan siirtyä kohti vuorovaikutteisempaa lähestymistapaa, jossa pelaaja osallistuu enemmän analyysiin, tekee valintoja ja oppii omista päätöksistään pelin sisällä. Tällöin pelistä tulee myös mielekkäämpää ja



pelaajasta kehittyy aktiivinen, älykäs toimija.

Valmennusmenetelmät voidaan karkeasti jakaa viiteen ryhmään, joita voidaan yhdistellä kontekstin mukaan. Suora valmennus tukee selkeää osaamisen rakentamista. Vuorovaikutteinen valmennus luo tilaa keskustelulle, kysymyksille ja yhteiselle oivaltamiselle. Kokemuksellinen valmennus, jossa pelaaja kohtaa ongelmia ja oppii tekemällä, auttaa liittämään opitun käytännön tilanteisiin. Itsenäinen harjoittelu kehittää pelaajan vastuuta ja omistajuutta omasta kehityksestään. Ja lopuksi simuloitu harjoittelu – esimerkiksi pelinomaiset tilanteet – yhdistää teknisen, taktisen ja henkisen puolen autenttisessa kontekstissa.

Tehokas valmennus rakentuu näiden eri lähestymistapojen harkitulle ja tarkoituksenmukaiselle yhdistämiselle. Yksi menetel-

mä ei koskaan riitä. Vahva valmentaja kykenee lukemaan tilanteita ja tunnistamaan, milloin pelaaja tarvitsee ohjausta, milloin tukea, milloin haasteita. Lopulta kyse ei ole siitä, mitä menetelmää käytetään, vaan siitä, miten hyvin pelaaja pääsee oppimaan ja kehittymään. Valmentaminen on kykyä rakentaa ympäristö, jossa jokainen pelaaja voi löytää oman tapansa oppia ja kasvaa – ei vain pelaajana, vaan ajattelevana ja toimivana urheilijana.

1. Suora opetus

Suora opetus jalkapallovalmennuksessa toimii tehokkaana pedagogisena viitekehyksenä, erityisesti lasten ja nuorten oppimisessa. Sen keskeinen periaate on yksinkertainen: valmentaja toimii tiedon ja taidon pääasiallisena lähteenä. Tämä ei tarkoita passiivista pelaajaa, vaan ohjattua ja jäsenneltyä

oppimisprosessia, jossa valmentaja ohjaa, havainnollistaa ja tukee pelaajaa vaihteittain kohti ymmärrystä ja itsenäistä toimintaa. Suora opetus ei jätä pelaajaa yksin oppimistehtävänsä kanssa, vaan valmentaja ottaa aktiivisen roolin selittäjänä, mallintajana ja ohjaajana.

Jalkapallovalmennuksessa suora opetus etenee usein selkeän progressiivisen rakenteen mukaan. Ensin valmentaja johdattelee pelaajat harjoituksen teemaan esimerkiksi keskustelun, kysymysten tai aiemman oppimisen muistelun avulla. Harjoituksen tavoite asetetaan selkeästi: esimerkiksi ”tänään harjoittelempa pallottoman pelaajan liikkeitä hyökkäysvaiheessa”. Tämän jälkeen seuraa jäsennelty esitystapa, jossa valmentaja selittää käsitteet ja periaatteet, antaa konkreettisia esimerkkejä ja havainnollistaa toimintaa. Hän saattaa näyttää liikeratoja kentällä,



käyttää kartioita, pelaajia tai piirroksia visuaalisina apuvälineinä. Tavoitteena on, että pelaaja ymmärtää harjoitteen merkityksen ja tavoitteet jo ennen käytännön toteutusta.

Ohjatun harjoittelun vaiheessa valmentaja seuraa läheltä, antaa palautetta ja pysäyttää harjoitteita tarvittaessa korjataksaan suuntaa. Pelaajat harjoittelevat opittua osa-aluetta vaiheittain, usein ilman painetta onnistua heti, mutta jatkuvassa vuorovaikutuksessa valmentajan kanssa. Kun ymmärrys syvenee, siirrytään itsenäiseen harjoitteluun, jossa pelaajat saavat mahdollisuuden soveltaa oppimaansa pelitilanteessa vähemmällä ohjauksella. Tämä vaihe antaa tilaa kokeilulle ja tukee pelillistä itsenäisyyttä. Lopuksi seuraa arviointi, jossa valmentaja ja pelaajat yhdessä reflektovat oppimista: mikä onnistui, mikä jäi epäselväksi ja mihin keskitytään seuraavaksi.

Suoran opetuksen soveltaminen jalkapallossa näkyy erityisesti tilanteissa, joissa pelaajilta vaaditaan taktista ymmärrystä, tilannetaajua tai teknisten taitojen hallintaa. Esimerkiksi prässipelin, avaamisen tai murtautumisen opettaminen edellyttää usein valmentajan mallia: ensin näytetään, sitten kokeillaan. Harjoittelu etenee yksinkertaisesta kohti monimutkaista, ja pelaajalle tarjotaan riittävästi toistoja ja onnistumisen mahdollisuuksia. Tämä rakenne ei kuitenkaan tarkoita, että pelaaja olisi passiivinen vastaanottaja – päinvastoin, hyvä suora opetus tarjoaa pelaajalle aktiivisen roolin. Valmentaja voi esittää kysymyksiä, haastaa pelaajaa pohtimaan vaihtoehtoja ja rohkaista tekemään päätöksiä harjoitustilanteissa. Pelaajan osallistaminen on tärkeää sitoutumisen ja pitkäkestoisen oppimisen kannalta.

Jalkapallovalmennuksessa suora opetus

tarjoaa erityisesti nuorille ja aloitteleville pelaajille turvallisen oppimisen kehyksen. Selkeät ohjeet, jäsennelty eteneminen ja rakentava palaute tukevat itseluottamusta ja rohkaisevat ottamaan vastuuta omasta oppimisesta. Valmentaja toimii paitsi tiedon jakajana, myös oppimisen mahdollistajana – rakentaa ”telineet” oppimisen tueksi. Vasta näiden tukirakenteiden avulla pelaaja voi vähitellen siirtyä kohti autonomista toimintaa kentällä. Suoran opetuksen vahvuus piilee juuri tässä: se tekee oppimisesta ymmärrettävää, ennustettavaa ja johdonmukaista, mikä on erityisen tärkeää lapsille ja nuorille, jotka ovat vielä oppimisen polun alkupäässä

2. Epäsuora opetus

Epäsuora opetus jalkapallovalmennuksessa tarjoaa valmentajalle mahdollisuuden siirtyä

ohjaajan roolista kohti oppimisen mahdollistajaa. Se haastaa perinteisen ajatuksen valmentajasta tiedon antajana ja nostaa pelaajan oman toiminnan ja oivaltamisen keskiöön. Pelaaja ei ole enää passiivinen vastaanottaja, vaan aktiivinen tutkija, joka rakentaa omaa ymmärrystään tilanteiden kautta. Tämä lähestymistapa korostaa sitä, että pelaaminen ei ole vain sääntöjen ja rakenteiden seuraamista, vaan jatkuvaa havainnointia, valintojen tekemistä ja päätöksentekoa. Jotta nämä taidot kehittyisivät, valmennuksessa on tarjottava tilanteita, joissa pelaaja joutuu itse etsimään ratkaisuja – ei saa suoraa vastausta, vaan tukea ja suuntaa omalle ajattelulleen.

Epäsuora opetus ei kuitenkaan tarkoita sitä, että harjoittelu olisi hallitsematonta tai täysin pelaajan vastuulla. Päinvastoin – se edellyttää valmentajalta erittäin tarkkaa

Epäsuora opetus

Pelilähtöisyys

Ohjattu oivaltaminen

Kysymysten käyttö

Harjoitusten manipulointi

Pelaajien vastuuttaminen



suunnittelua ja tilanteiden rakentamista siten, että ne herättävät pelaajassa kysymyksiä ja kiinnostusta. Harjoitteet suunnitellaan niin, että ne sisältävät ongelman, johon ei ole vain yhtä oikeaa vastausta, vaan joka vaatii havainnointia, päätöksentekoa ja aiemman osaamisen soveltamista. Esimerkiksi pelinomaisessa tilanteessa, jossa hyökkääjä kohtaa kaksi puolustajaa, ei opeteta suoraan, miten toimia, vaan luodaan olosuhteet, joissa pelaaja itse kokeilee eri vaihtoehtoja: pitäisikö harhauttaa, syöttää vai rytmittää peliä uudelleen? Valmentaja voi kysyä tilanteen jälkeen: "Miksi valitsit juuri tuon ratkaisun?" Näin pelaaja alkaa reflektoida omaa ajatteluaan ja rakentaa tietoa sisältä päin.

Keskeinen osa epäsuoraa opetusta on myös kysyvä lähestymistapa. Valmentajan tehtävä ei ole antaa mallivastausta, vaan

esittää kysymyksiä, jotka pakottavat pelaajan perustelemaan toimintansa. "Mikä sai sinut siirtämään pallon tuohon suuntaan?" tai "Mitä näkisit toisin, jos puolustaja olisi peittänyt keskikentän linjan?" Tällaiset kysymykset kehittävät pelaajan pelinäkemyksiä ja syventävät hänen ymmärrystään taktisista ratkaisuksista. Samalla rakennetaan oppimista, joka ei perustu ulkoa opetteluun vaan sisäiseen oivallukseen.

Ongelmapohjainen oppiminen ja tapaus- tutkimusten kaltaiset lähestymistavat sopivat erinomaisesti jalkapalloon, sillä peli itsessään on jatkuvaa ongelmanratkaisua. Valmentaja voi aloittaa harjoituksen esittämällä tilanteen: "Joukkueesi on tappiolla viimeisillä minuuteilla – miten järjestät hyökkäyksen, jotta saadaan vielä yksi paikka?" Tällaiset skenaariot vaativat pelaajilta ajattelua, ryhmässä keskustelua ja yhteisten ratkaisujen kokeilua kentällä. Pelaajat eivät vain

harjoittele teknisiä taitoja, vaan he oppivat tekemään päätöksiä paineen alla – juuri kuten oikeassa pelissä.

Epäsuora opetus jalkapallovalmennuksessa etenee usein viiden didaktisen vaiheen kautta. Ensimmäisessä vaiheessa pelaajien huomio herätetään konkreettisella pelitilanteella tai visuaalisella ärsykkeellä – esimerkiksi pelivideolla tai havainnollistuksella. Toisessa vaiheessa valmentaja haastaa pelaajia pohtimaan tilannetta esittämällä kysymyksiä ja nostamalla esiin eri näkökulmia. Kolmannessa vaiheessa pelaajat saavat kokeilla eri ratkaisuja kentällä, joko yksin tai ryhmissä. Neljännessä vaiheessa opittu jäsenellään yhdessä: valmentaja auttaa kokoamaan oivallukset ja antaa tarvittaessa selkeyttä. Lopuksi pelaajat arvioivat omaa oppimistaan: he kertovat, mitä ymmärsivät ja miksi valitsivat tietyt ratkaisut.

Tämän lähestymistavan etu on syväoppiminen. Pelaaja ei vain muista toimintatapoja, vaan hän ymmärtää niiden taustalla olevat syyt. Hän ei pelkästään toista opittua mallia, vaan osaa soveltaa taitojaan muuttuvissa tilanteissa. Tällainen oppiminen on pysyvämpää ja joustavampaa – se antaa pelaajalle työkalut toimia itsenäisesti kentällä. Epäsuora opetus kehittää niin taktista ajattelua kuin itseluottamustakin: pelaaja kokee, että hänellä on valta ja vastuu omasta pelaamisestaan.

Jalkapallovalmennuksessa epäsuora opetus ei siis korvaa suoraa opetusta, vaan täydentää sitä. Kun pelaajalla on perustaidot hallussa, epäsuora opetus syventää ymmärrystä ja lisää autonomiaa. Se on tärkeä askel kohti ajattelevampaa, oivaltavampaa ja peliä paremmin lukevampaa pelaajaa – ja lopulta kohti parempaa jalkapalloa.

3. Vuorovaikutteinen opetus

Jalkapallovalmennuksessa vuorovaikutteinen opetus tarjoaa voimakkaan ja käytännönläheisen lähestymistavan pelaajien kehittämiseen. Kentällä oppiminen ei ole koskaan yksilöllinen tapahtuma – jokainen pelaaja toimii vuorovaikutuksessa muiden kanssa: joukkuekaverien, vastustajien ja valmentajan kanssa. Taito, päätöksenteko ja pelin ymmärtäminen rakentuvat kommunikation, yhteisten kokemusten ja jaettujen havaintojen kautta. Tämä on vuorovaikutteisen opetuksen ydin – oppiminen tapahtuu yhteistoiminnassa, ei yksinään.

Valmentajan rooli ei ole vain ohjeiden antaminen, vaan pelillisten tilanteiden rakentaminen, joissa pelaaja joutuu ajattelemaan, keskustelemaan ja tekemään valintoja. Esi-



merkiksi kun pelaajille annetaan tehtävä, kuten miten murtaa vastustajan prässä, he saattavat aloittaa suunnatulla aivoriihityöskentelyllä. Ryhmässä pohditaan eri ratkaisuja, testataan hypoteeseja harjoitustilanteissa ja reflektoidaan lopputulosta yhdessä. Tämä ei ole vain tekninen oppimistehtävä, vaan vuorovaikutteinen ajatteluprosessi, jossa näkemykset törmäävät, yhdistyvät ja jalostuvat.

Perustellut väittelyt voivat saada muodon vaikkapa videopalautteesta, jossa pelaajat analysoivat omaa ja toisten toimintaa pelissä. "Miksi valitsit tämän syötön?" tai "Mitä vaihtoehtoja sinulla olisi ollut?" ovat kysymyksiä, jotka pakottavat pelaajan sanallistamaan ajatteluaan – ja kuuntelemaan muiden perusteluita. Näin syntyy jaettua ymmärrystä pelistä, ei vain sääntöjen tai mallien toistamista.

Yhteistoiminnallinen oppiminen korostuu pelinomaisissa harjoitteissa, joissa ryhmän onnistuminen riippuu kaikkien panoksesta. Kun pelaajille annetaan tehtävä, esimerkiksi rakentaa hyökkäys kolmea puolustajaa vastaan, heidän on sovittava yhteen omat vahvuutensa ja luotava ratkaisu, joka ei ole valmentajan antama malli, vaan ryhmän oma tuotos. Tässä tilanteessa tieto ja pelitaito eivät siirry ylhäältä alas, vaan rakentuvat pelaajien välillä – vuorovaikutuksessa, kokeilun ja reflektion kautta.

Jalkapallossa kokemuksellinen oppiminen on erityisen vahva ulottuvuus: pelaajat eivät vain keskustele tai kuuntele, vaan elävät tilanteet kentällä kehollisesti ja emotionaalisesti. Tämä ruumiillinen kokemus – onnistumisen riemu, epäonnistumisen turhautuminen, intuitiivinen oivallus – muodostaa pohjan aidolle oppimiselle. Tiedon rakentumi-

nen ei tapahdu pelkästään sanojen tasolla, vaan toiminnan ja tunteen kautta.

Vuorovaikutteinen opetus murtaa perinteisen valmentaja–pelaaja-asetelman. Se tekee valmentajasta ohjaajan ja pelaajasta aktiivisen oppijan. Kun harjoitukset rakennetaan vuoropuhelulle ja yhteistyölle, pelaajat eivät vain opi liikkeitä tai taktiikoita – he oppivat ajattelemaan peliä. Ja juuri tässä ajattelun kehittämisessä piilee jalkapallovalmennuksen suurin potentiaali.

4. Kokemuksellinen opetus

Kokemuksellinen oppiminen jalkapallovalmentamisessa tarjoaa vaihtoehtoisen lähestymistavan perinteiseen, suoraan opetukseen verrattuna. Kun suora opetus perustuu valmentajan antamaan jäsenneltyyn selitykseen ja käsitteiden opettamiseen ennak-

koon, kokemuksellinen oppiminen kääntää tämän järjestyksen pääläelle. Sen sijaan, että pelaajalle kerrotaan, mitä tehdä ja miksi, pelaaja pääsee ensin kokemaan tilanteen käytännössä, tekemään valintoja, ratkaisemaan ongelmia ja elämään tilanteen todeksi. Vasta tämän jälkeen seuraa tapahtuneen analysointi, ymmärtäminen ja käsitteellistäminen. Tämä lähestymistapa korostaa toiminnan kautta oppimista: kokeilua, manipulointia ja pelinomaisia tilanteita, jotka heijastavat todellista peliympäristöä.

Kokemuksellinen oppiminen rakentuu usein syklinä, jossa pelaaja ensin kohtaa pelitilanteen tai haasteen, kuten pienpelin tai simuloidun ottelutilanteen. Tämän jälkeen tapahtunutta tarkastellaan yhdessä – keskustellaan, mitä onnistui, mitä olisi voinut tehdä toisin. Tällainen reflektointi auttaa pelaajaa tunnistamaan syy-seuraussuhteita.



ta ja kehittämään pelinlukutaitoaan. Kun havaintoja liitetään aiemmin opittuun jalkapallotietoon, kuten sijoittumiseen, tilankäyttöön tai rytmitykseen, pelaaja alkaa muodostaa teoreettista ymmärrystä kokemuksestaan. Lopuksi opittua sovelletaan uudessa tilanteessa: seuraavassa harjoituksessa, pelissä tai pelin sisäisessä muutostilanteessa. Tämä sykli – kokemus, analyysi, teoretointi ja soveltaminen – auttaa rakentamaan syvempää ja pitkäkestoisempaa oppimista kuin pelkkä ulkoa oppiminen.

Vuorovaikutteinen ja kokemuksellinen oppiminen ovat erityisen hyödyllisiä silloin, kun tavoitteena on kehittää pelaajien kriittistä ajattelua ja peliymmärrystä. Kun pelaajat otetaan mukaan keskusteluun ja yhteiseen pohdintaan, he eivät ainoastaan reagoi tilanteisiin, vaan alkavat myös ennakoida ja ymmärtää niitä. Tämä lisää heidän sitou-

tumistaan harjoitteluun ja pelitilanteisiin. Oppiminen ei enää ole vain valmentajalta tulevaa tietoa, vaan yhteistä tutkimusmatkaa, jossa pelaajat saavat aktiivisen roolin. Lisäksi kokemukset ja itse löydetty ratkaisut jäävät usein mieleen vahvemmin kuin ohjeet, jotka on kuultu, mutta joita ei ole koskaan kokeiltu käytännössä.

On kuitenkin tärkeää huomata, että tällaiset menetelmät eivät ole ongelmattomia. Jos kokemuksellista oppimista ei tueta riittävällä rakenteella ja ohjauksella, on vaarana, että toiminta jää hajanaiseksi eikä johda syvälliseen ymmärrykseen. Valmentajan rooli on tällöin ratkaiseva: hänen on ohjattava prosessia niin, että kokemuksesta todella opitaan, eikä pelaaja eksy pelkkään tekemiseen ilman reflektointia. Tasapaino vapauden ja suunnan välillä on tärkeä, jotta toiminta ei ole vain mielekästä, vaan myös

pedagogisesti vaikuttavaa.

Kokemuksellinen oppiminen ei ainoastaan kehitä taitoja ja peliymmärrystä, vaan kasvattaa myös ajattelevia, itseohjautuvia ja motivoituneita pelaajia. Se tekee oppimisesta elävää, konkreettista ja merkityksellistä – aivan kuten itse peli parhaimmillaan on.

5. Itsenäinen opiskelu

Itsenäinen opiskelu jalkapallovalmennuksen kontekstissa tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden kehittää pelaajien ajattelua, oivalluksia ja henkilökohtaista kasvua pelin ulkopuolella. Vaikka jalkapallo näyttäytyy usein kollektiivisena pelinä, jossa yhteistyö ja ryhmäharjoittelu ovat keskiössä, on jokaisella pelaajalla oma roolinsa sekä vastuu omasta kehityksestään. Tämän vuoksi itsenäinen opiskelu ei ole ainoastaan hyödyllinen lisä, vaan välttämätön osa modernia valmennus-

prosessia. Valmentajan rooli muuttuu tässä yhteydessä tiedon yksisuuntaisesta jakajasta mahdollistajaksi, joka rakentaa ympäristön, jossa pelaaja voi tutkia peliä itsenäisesti, reflektoida kokemuksiaan ja muodostaa omia johtopäätöksiään.

Jalkapallossa itsenäinen opiskelu voi ilmetä monin tavoin. Pelaaja voi esimerkiksi katsoa ottelutallenteita ja analysoida omaa tai joukkueen toimintaa. Hän voi tutkia taktisia variaatioita videoilta, seurata ammattilaisten pelitapoja tai laatia itselleen henkilökohtaisen harjoitussuunnitelman. Tämä ei tarkoita, että pelaaja jätetään yksin – päinvastoin, hänelle tarjotaan suunnitelmallisesti rakennettuja työkaluja, ohjeita ja välineitä, joiden avulla hän kykenee suuntaamaan omaa oppimistaan tehokkaasti. Valmentaja voi antaa pelaajalle tiettyjä fokuksia: mitä pelin vaihetta tarkastellaan, mitä havainnoi-



daan tai miten havaintoja dokumentoidaan. Tällainen ohjattu autonomia kehittää sekä pelinlukutaitoa että vastuunottoa omasta oppimisesta.

Motivaatio on keskeinen tekijä itsenäisessä opiskelussa, ja sen ylläpitäminen vaatii, että tehtävät koetaan merkityksellisiksi ja tavoitteet saavutettaviksi. Pelaajalle asetettu analyysitehtävä, jossa hän tutkii esimerkiksi oman pelipaikkansa roolia korkeatasoisessa pelissä, voi sytyttää uteliaisuuden ja halun ymmärtää peliä syvällisemmin. Kun oppiminen sidotaan pelaajan omiin tavoitteisiin – kuten pääsy edustusjoukkueeseen tai halu parantaa sijoittumista kentällä – kasvaa myös sitoutuminen tehtävään. Itsereflektio on tärkeä osa tätä prosessia: pelaajaa voidaan rohkaista pohtimaan, miten hän oppii parhaiten, millaisia esteitä hän kohtaa ja mitä menetelmiä hän voisi käyttää kehittyäkseen.

Erilaiset oppimistekniikat voivat tukea jalkapalloilijan itsenäistä oppimista. Esimerkiksi matalan panoksen tietokilpailut pelin sääntöihin tai taktiikoihin liittyen voivat toimia tehokkaina palautteenantajina ja muistamisen vahvistajina. Flash-kortit voivat auttaa esimerkiksi pelipaikkakohtaisten avainperiaatteiden mieleen painamisessa. Käänteinen oppiminen – kuten pelianalyysin tekeminen ennen joukkueharjoituksia – voi lisätä pelaajan osallistumista keskusteluihin ja syventää ymmärrystä harjoitusten sisällöstä. Tärkeintä on kuitenkin, että pelaaja kokee itsenäisen opiskelun keinona vaikuttaa omaan kehitykseensä, ei pelkästään velvollisuutena.

Itsenäinen opiskelu jalkapallossa ei ole irrallinen osa harjoittelua, vaan sen ydin. Se on tapa rakentaa silta teorian ja käytännön välille, pelikentän ja mielen välille. Kun

pelaaja oppii oppimaan – havainnoimaan, jäsentämään, soveltamaan – hänestä tulee tietoisempi ja älyllisesti vahvempi urheilija. Tämä ei ainoastaan kehitä pelillisiä taitoja, vaan myös tukee pelaajan kasvua kokonaisvaltaisena ajattelijana, joka pystyy sopeutumaan muuttuviin tilanteisiin kentällä ja sen ulkopuolella. Juuri tämän vuoksi itsenäinen opiskelu on yksi tärkeimmistä työkaluista valmennuksen työkalupakissa.

Synteesi ja pedagogiset suositukset

Valmentaminen on valintaa. Valinta siitä, miten tietoa jäsennetään, miten pelaajia ohjataan, millainen asenne omaksutaan, jotta oppiminen – tai tässä tapauksessa kehittyminen – olisi mahdollista. Tämä valinta ei ole koskaan toissijainen. Se kertoo valmentajan näkemyksestä oppimisesta, se vaikut-

taa suoraan pelaajien onnistumismahdollisuuksiin ja muokkaa heidän suhdettaan lajiin, harjoitteluun ja jopa itseensä. Jokainen harjoitus, jokainen opastettu pelitilanne on pedagoginen teko, ja sen taustalla oleva valmennusmetodi ohjaa, mitä ja miten pelaaja oppii.

Miten valita oikea valmennusmenetelmä? Tämä kysymys on keskeinen jokaiselle valmentajalle, eikä siihen ole yksinkertaista vastausta. Mikään yksittäinen metodi ei ole tehokas kaikille tai kaikissa tilanteissa. Menetelmän onnistuminen riippuu aina siitä, kuinka hyvin se vastaa tiettyihin valmennustilanteen vaatimuksiin – niihin kriteereihin, joiden mukaan valmentajan on tehtävä päätöksensä arjessa kentän laidalla.

Ensimmäinen näistä kriteereistä on pelaajien ikä ja taso. Nuorempien tai vas-

ta-alkajien kanssa tarvitaan usein jäsennellympiä menetelmiä: toistoja, havainnollistamista ja selkeää ohjausta. Näin rakennetaan vankka pohja tekniselle osaamiselle ja pelin perusymmärrykselle. Kun taas siirrytään vanhempiin junioreihin tai aikuistasolle, on mahdollista käyttää yhä enemmän vuorovaikutteisia ja pelaajalähtöisiä menetelmiä. Tällöin painopiste siirtyy pelin ymmärtämiseen, päätöksenteon kehittämiseen ja vastuun ottamiseen omasta toiminnasta.

Toinen valintaperuste on se, millaista tietoa tai taitoa pyritään opettamaan. Toiminnallisten taitojen, kuten laukauksen tai syötön tekniikan, opettaminen vaatii usein tarkkaa ohjausta ja toistoa. Sen sijaan taktiset tai pelilliset ilmiöt, kuten pelin rytmitys tai prässin purku, hyötyvät tutkimammista ja reflektoivista harjoitustavoista. Näissä tilanteissa kysymysten esittäminen, yhteinen

pelianalyysi tai pelaajien omien havaintojen hyödyntäminen rikastuttavat oppimisprosessia.

Kolmantena tekijänä on pelaajien yksilöllinen profiili. Kaikki pelaajat eivät opi samalla tavalla. Jotkut kaipaavat selkeitä raameja ja vaiheistettua oppimista, toiset innostuvat omasta oivaltamisesta ja yhteisestä ongelmanratkaisusta. Hyvä valmentaja tunnistaa, ketkä tarvitsevat enemmän rakenteita ja ketkä hyötyvät vapaammasta tutkimisesta. Kyse on yksilöllisestä tuesta – ei siitä, että kaikki pelaajat saisivat saman harjoitteen, vaan siitä, että jokainen saa sen, mitä juuri hän tarvitsee kehittyäkseen.

Myös valmennustilanne ja resurssit vaikuttavat. Suuressa ryhmässä saattaa olla tehokainta käyttää selkeästi johdettuja harjoitteita, joissa edetään yhdessä. Pienemmissä

ryhmissä vuorovaikutteinen työskentely ja pelaajien keskinäinen yhteistyö voivat tuoda enemmän hyötyä. Nykyään myös digitaaliset välineet – esimerkiksi videopalautteet tai taktiikka-analyysiohjelmat – tarjoavat uusia keinoja itsenäisen oppimisen tukemiseen. Niiden käyttö ei kuitenkaan ole itseisarvo, vaan niitä on sovellettava valmennuksen tavoitteisiin sopivalla tavalla.

Kaiken ytimessä on yhdistelyn ja mukautamisen taito. Valmennuksen ei pitäisi perustua yhden menetelmän jäykkään käyttöön, vaan kykyyn muokata ja säätää menetelmiä pelaajien ja tilanteiden mukaan. Hyvä valmentaja ei sovelle metodia sellaiseen – hän elää siinä, hän tulkitsee, muuntaa ja tekee siitä tarkoituksenmukaisen. Hän käyttää suoraa ohjausta, kun pohja pitää rakentaa. Hän hyödyntää vuorovaikutteisuutta, kun haluaa herättää ajattelua. Hän

rakentaa kokemuksellisia oppimistilanteita, joissa pelaaja kohtaa pelin haasteet aidosti ja kehittää ymmärrystään. Ja hän ohjaa itsenäiseen oppimiseen, jotta pelaaja kasvaa omatoimiseksi urheilijaksi, joka ei ole riippuvainen jatkuvasta ohjauksesta.

Valmentaminen ei siis ole menetelmän mekaanista soveltamista. Se on kykyä lukea tilannetta, pelaajia ja heidän kehityspolkujaan. Se on jatkuvaa sovittamista ja uudestaan ajattelemista. Loppujen lopuksi kyse ei ole pelkästä siitä, mitä kentällä tapahtuu, vaan siitä, miten olosuhteet rakennetaan niin, että jokainen pelaaja voi aidosti kasvaa ja oppia.

Harjoittelu jalkapallovalmennuksen kasvualustana

Luonnollinen rytmi ja lasten oma kehoellinen viisaus

Lapset lopettavat itse, kun väsyvät.

Pelin aikana he osallistuvat vähemmän, mutta syke nousee rajusti – eikä siitä ole haittaa. He tekevät fyysisesti jo kaiken tarpeellisen omalle kehitystasolleen.

Ylävartalon voimaa ehtii kehittää myöhemmin.

Vammat tulevat yleensä vain silloin, kun ulkopuolelta pakotetaan liikaa. Rajoituksia tulee olla vähän – erityisesti kosketusten määrässä.

Toimintaa ei pidä liikaa ohjata numeroilla tai sääntöjen kautta.

Mitä enemmän he koskevat palloon, sitä parempi.

Mielikuvituksen tulee saada lentää.

10–11 vuoden iässä lapset ovat motorisen oppimisen ”kultaisessa vaiheessa”.

Tämä on kriittinen hetki, jolloin pelitaidot, liikkeen hallinta ja pelin ymmärtäminen kehittyvät nopeasti – mutta vain, jos

harjoittelu on motivoivaa, leikinomaista ja rikasta.

Harjoittelu on enemmän kuin toistojen kertymistä tai yksittäisten taitojen mekaanista hiomista. Se on prosessi, jossa tapahtuu oppimista, rakentumista ja muovautumista – ei vain pelaajan liikkeissä, vaan myös hänen ajattelussaan, asenteissaan ja identiteetissään. Jalkapallovalmennuksen kontekstissa harjoittelu on olennainen osa kasvatuksellista kokonaisuutta, jonka tavoitteena on kehittää yksilön potentiaalia lajin ehdoilla mutta ihmistä kunnioittaen.

Useat urheilupedagogiikan tutkijat ovat tarkastelleet harjoittelua prosessina, jossa fyysinen, tekninen ja psykologinen kehitys kietoutuvat toisiinsa. Weineck on määritellyt harjoittelun määrätietoiseksi harjoitusprosessiksi, jonka eri vaiheet rakentuvat

tavoitteiden ympärille ja tähtäävät niiden parantamiseen. Nitsch puolestaan painottaa, että harjoittelu ei ole vain sarja toimintoja, vaan rakenteellinen kokonaisuus, joka sisältää suunnittelua, sisältöjä, menetelmiä ja niiden yhteensovittamista. **Grosser, Starischka** ja **Zimmermann** näkevät harjoittelun pitkäjänteisenä polkuna, jossa yksilön nykyinen suorituskky toimii lähtökohtana ja tavoitteena on laajamittainen kehitys – mutta vain, jos suunnitelma on systemaattinen ja sitä seurataan tarkasti.

Horswein ajattelu täydentää näitä näkemyksiä korostamalla harjoittelun emotionaalisia ja sosiaalisia ulottuvuuksia. Hänen mukaansa harjoittelu ei kehitä ainoastaan fyysistä kuntoa tai lajikohtaista osaamista, vaan myös kykyä toimia ryhmässä, hallita tunteita ja kokea tekemisensä merkitykselliseksi. Harjoitus ei ole vain väline kehittyä,

vaan myös paikka kuulua – olla osa jotain suurempaa. Tämä näkökulma on erityisen tärkeä lasten ja nuorten valmennuksessa, jossa urheilullisen kehityksen rinnalla tapahtuu identiteetin ja sosiaalisen minäkuvan rakentumista.

Pedagogisesti ajatellen harjoittelussa tulisi huomioida valmennettavan kokonaisuus: hänen fyysiset valmiutensa, tekninen taitotasonsa, psykologinen kypsyytensä ja sosiaalinen ympäristönsä. Harre on esittänyt, että harjoittelun suunnittelussa tulee ottaa huomioon tehtävät, sisällöt, menetelmät ja organisointi – kaikki nämä muodostavat viitekehyksen, jonka sisällä valmentaja toimii ja jonka kautta urheilija oppii. Tärkeää on, että nämä elementit eivät ole irrallisia, vaan ne liittyvät toisiinsa ja vaikuttavat oppimisprosessin laatuun.

Tämä kokonaisvaltainen ajattelu on erityisen tärkeää lasten valmennuksessa. Pienimmillä pelaajilla kehittyvät samanaikaisesti niin motoriset perustaidot kuin psyykkisen itsesäätely ja ryhmätaito. Jos harjoitus nojaa liian vahvasti yhteen osa-alueeseen – esimerkiksi tekniseen hiomiseen ilman ymmärrystä psykologisesta kasvusta – jää kokonaiskehitys vajaaksi. Dietrich kuvaa harjoittelua monitasoisena muutosprosessina, jossa muuttuvat yhtä aikaa kehon, liikkeen, ajattelun ja tunteiden tasot. Tällöin harjoitus on sekä fyysinen että henkinen kokemus – jotain, mikä jättää jäljen syvemmälle kuin lihasmuistiin.

Valmentajan rooli tässä prosessissa ei ole vain tehtävien ohjaaja vaan myös kehityksen seuraaja, tulkitsija ja mahdollistaja. Hän ei vain ohjaa liikettä, vaan myös lukee tilanteita: milloin tarvitaan korjaus, milloin

kysymys, milloin hiljainen katse, joka kertoo, että nyt mentiin oikeaan suuntaan. Issurin korostaa valmentajan tehtäviä näyttämässä, selittämässä, havainnoinnissa ja palautteessa – kaikki nämä palvelevat sitä, että oppimisesta tulee merkityksellistä ja tavoitteellista.

Kilpaurheilussa harjoittelun logiikka noudattaa tiettyjä tarkkoja kaavoja, ja tavoitteenä on yksilöllinen huippusuoritus. Mutta lasten jalkapallossa harjoittelu on ensisijaisesti tilanne, jossa opetellaan pelaamaan peliä ja kasvamaan sen kautta. Tässä kontekstissa kilpailullinen tulos ei saa olla tärkein mittari. Benedek muistuttaa, ettei koulu- tai seurojoukkueiden tulisi tavoitella menestystä hinnalla millä hyvänsä – menestys on merkityksetöntä, jos sen mukana ei tule kehitystä. Kun lapselta jäävät iänmukaiset taidot oppimatta, ei menestys kannu pitkälle. Siksi

laadukas harjoittelu tähtää oppimiseen, ei pelkästään voittamiseen.

Kun harjoittelu nähdään pedagogisena tapahtumana, se muuttuu. Se ei ole vain prosessi, jossa parannetaan suoritusta – vaan tila, jossa rakennetaan suhdetta itsen, peliin ja toisiin. Se ei ainoastaan luo parempia jalkapalloilijoita, vaan valmiimpia ihmisiä.

Opetuksen nykymenetelmät jalkapallossa

Jalkapallon kehittyessä myös opetusmenetelmät ovat uudistuneet. Tämän päivän opetuksessa siirrytään yhä enemmän pois perinteisestä, teknisesti painottuneesta näkökulmasta kohti kokonaisvaltaista oppimista, jossa keskiössä ovat pelaajan ymmärrys pelistä, päätöksentekokyky sekä sosiaa-

linen ja emotionaalinen kasvu.

Pacheco (2004) korostaa, että oppiminen on tehokasta vain silloin, kun käytettävät menetelmät tukevat tiedon omaksumista ja sen soveltamista merkityksellisellä tavalla. Tiedepohjaiset metodit eivät ainoastaan selitä oppimista, vaan ne tukevat valmentavien kokonaisvaltaista kehitystä.

Perinteisesti urheiluopetuksessa on korostettu teknisiin suorituksiin perustuvaa mallia, jossa oppiminen rakentuu toiston ja mallintamisen kautta. Hopper (2002) on kuitenkin huomauttanut, että tällaiset menetelmät voivat rajoittaa syvällisempää pelin ymmärrystä, etenkin joukkuelajien kontekstissa.

García ym. (2022) nostavat esiin nyky menetelmien keskeisen piirteen: ne luopuvat

mekaanisesta näkemyksestä urheilusta ja siirtävät oppijan passiivisesta roolista aktiiviseksi toimijaksi. Oppimisprosessista tulee osallistava, pohdiskeleva ja luova. Oppija ei ainoastaan opi sääntöjä ja suoritustekniikoita, vaan ymmärtää tilanteita ja rakentaa omia ratkaisujaan pelitilanteiden kontekstissa.

Tämä paradigma siirtää opetuksen fokuksen pois pelkästä suorituksen tuottamisesta kohti laajempaa kompetenssia. Kyse on pelaajan kyvystä havainnoida, tehdä päätöksiä, toimia muiden kanssa ja oppia virheistä. Näin syntyy oppimisen tila, jossa mukana ovat myös tunne, yhteisöllisyys ja yksilöllinen kasvu.

Ekologinen lähestymistapa, jota esimerkiksi Torrents ym. (2011) ja **Serra-Olivares** ym. (2015) ovat kuvanneet, perustuu pelaajan ja ympäristön vuorovaikutukseen. Oppi-

misympäristö ei ole staattinen, vaan rakentuu suhteessa pelin tilanteisiin ja oppijan omiin valmiuksiin. Tällainen lähestymistapa mahdollistaa yksilöllisen eriyttämisen, yhteisöllisen oppimisen ja pelillisen luovuuden tukemisen.

Tämän kaltaisessa opetuksessa korostuvat seuraavat elementit:

1. Pelitilanteiden kontekstuaalisuus

2. Päätöksenteon tukeminen

3. Sopeutuvat, vaihtelevat harjoitteet

4. Reflektiivinen palaute ja oppijan rooli ajattelijana

Näin jalkapalloharjoitus ei ole vain fyysinen suorituspaikka, vaan oppimisen ja



Kuvassa oranssi kissa syöksyy hiiren perään luonnonläheisellä polulla, samalla kun taustalla seisova mies tarkkailee tilannetta rauhallisesti. Tilanne symboloi ekologisen valmennuksen dynamiikkaa – luontainen käyttäytyminen, vuorovaikutus ja ympäristön tarjoamat mahdollisuudet (affordanssit) kohtaavat hetkessä, jossa oppiminen tapahtuu toiminnan kautta.

rovaikutusta. Harjoitteet eivät ole pelkäämistä keino oppia teknisiä suorituksia, vaan välineitä pelaajan pelillisen ymmärryksen kehittämiseen.

kasvun tila, jossa pelaaja on mukana kokopersonaallaan. Oppiminen ei tapahdu irrallaan pelistä – vaan sen ytimessä. Valmentaja toimii tämän prosessin ohjaajana, ei tiedon jakajana, vaan oppimisen mahdollistajana.

Yksi keskeinen osa nykyaikaista valmen-

nusta on pelilähtöinen oppiminen (game-based learning), jossa harjoitteet rakennetaan todellisten pelitilanteiden ympärille. Tämä ei tarkoita vain pienpelien käyttöä, vaan oppimisen integroimista jatkuvasti muuttuviin tilanteisiin, jotka vaativat pelaajilta havaintokykyä, päätöksentekoa ja vuo-

Toinen ajankohtainen näkökulma on valmentajan rooli oppimisen mahdollistajana. Sen sijaan, että valmentaja kontrolloisi jokaista yksityiskohtaa, hänen tehtävänsä on luoda rakenteita, joissa pelaajat voivat kokeilla, tehdä virheitä ja oppia omien kokemustensa kautta. Tämä vaatii valmentajalta

herkkyyttä lukea ryhmää ja yksilöä, kykyä antaa tilaa ja tukea oikealla hetkellä sekä taitoa esittää kysymyksiä, jotka ohjaavat pelaajaa ajattelemaan itse.

Kolmantena noussut painopiste on pelaajien välinen sosiaalinen vuorovaikutus ja sen hyödyntäminen opetuksessa.

Oppiminen tapahtuu yhä useammin ryhmän sisällä, vertaispalautteen, keskustelun ja yhteisen ongelmanratkaisun kautta. Tällainen oppimisympäristö vahvistaa paitsi pelitaitoja myös sosiaalista vastuuta, empatiaa ja kykyä toimia tiimin jäsenenä – taitoja, jotka ovat keskeisiä niin kentällä kuin sen ulkopuolella.

Pelaaja, järjestelmä ja ympäristö

Kaksi pedagogista lähestymistapaa lasten ja nuorten jalkapallovalmennukseen

Miten lasten ja nuorten jalkapallotaitoja tulisi opettaa? Tuleeko yksilötaitoja harjoitella erillään vai osana pelillistä kokonaisuutta? Ohjataanko pelaajaa valmiisiin malleihin vai annetaanko hänen oivaltaa itse? Näihin kysymyksiin vastaavat osaltaan kaksi pedagogista lähestymistapaa: globalistinen teoria ja globaali pedagogiikka sekä ekologis-dynaaminen lähestymistapa.

Nämä lähestymistavat tarjoavat erilaisia näkökulmia siihen, miten jalkapallon oppiminen tulisi järjestää – ja millaisessa roolissa pelaaja, valmentaja ja ympäristö ovat oppimisprosessissa.

Globalistinen lähestymistapa – pelaaja osana kollektiivista rakennetta

Globalistisessa teoriassa keskeistä on, että yksittäinen tekninen ele saa merkityksensä vain osana joukkueen kollektiivista rakennetta. Jalkapallossa tämä tarkoittaa sitä,

että syötöllä, liikkeellä tai sijoittumisella on arvoa vain, kun se toteuttaa pelijärjestelmän logiikkaa. Pelaaja toimii osana tarkasti organisoitua järjestelmää – “rattaana koneistossa”.

Globaali pedagogiikka, joka pohjautuu tähän teoriaan, pyrkii opettamaan taitoja pelijärjestelmän kautta. Pelaajan toiminta ei perustu niinkään yksilölliseen päätökseen, tekoon kuin hänen asemaansa pelijärjestelmässä. Hän toteuttaa pelipaikalle määritellyjä tehtäviä muiden kanssa koordinoitusti, muodostaen synergisen ja harmonisen joukkueen.

Tässä lähestymistavassa joukkue on valmennuksen perusyksikkö, ja pelaajan rooli syntyy siitä, miten hän täyttää oman tehtävänsä suhteessa muihin. Järjestelmä on ensisijainen – yksilö toimii sen sisällä.

Ekologis-dynaaminen lähestymistapa – pelaaja aktiivisena havainnoijana ja päättäjänä

Toisessa ääripäässä ekologis-dynaaminen lähestymistapa lähtee liikkeelle ajatukselta, että pelaaminen on jatkuvaa vuorovaikutusta yksilön ja ympäristön välillä. Taito ei ole etukäteen opetettu suoritus, vaan kyky toimia tehokkaasti alati muuttuvissa tilanteissa. Pelaaja ei toista mallia, vaan luo sen – tilanteessa, hetkessä.

Keskeinen käsite on affordanssi: pelaaja havainnoi kentän tarjoamia toiminnan mahdollisuuksia ja valitsee niistä tarkoituksenmukaisimman. Hän ei noudata ennalta määrättyä ratkaisua, vaan etsii ja oivaltaa.

Ekologis-dynaamisessa pedagogiikassa ympäristö toimii valmentajana. Harjoitukset suunnitellaan niin, että ne haastavat pelaaja

ratkaisemaan pelitilanteita itse – ei matkimaan mallisuoritusta, vaan kehittämään omaa päätöksentekokykyä, pelilukutaitoa ja luovuutta. Jalkapallovalmennuksessa ekologinen dynamiikka tarjoaa viitekehyksen, jossa pelaajan oppiminen nähdään jatkuvana vuorovaikutuksena yksilön, tehtävän ja ympäristön välillä. Rajoitteeseen perustuva lähestymistapa (CLA) ohjaa valmentajaa muokkaamaan näitä kolmea osa-aluetta – esimerkiksi kentän muotoa, sääntöjä tai pelaajamääriä – ohjatakseen toimintaa epäsuorasti. Epälineaarinen pedagogiikka korostaa, että oppiminen tapahtuu harpauksin, yksilöllisesti ja ennalta arvaamattomasti. Valmentaja voi käyttää provokatioita – tarkoituksellisia haasteita tai yllättäviä ärsykeitä – pakottaakseen pelaajan

etsimään luovia ja kontekstiin sopivia ratkaisuja. Edustava suunnittelu varmistaa, että harjoitukset säilyttävät pelin todelliset infor-

maatiopiirteet, kuten ajoituksen, paineen ja vastustajan läsnäolon. Näin pelaajat oppivat havaitsemaan ja reagoimaan tilanteisiin, ei vain suorittamaan mekaanisia liikkeitä. Affordanssit – eli ympäristön tarjoamat toiminnan mahdollisuudet – nousevat keskeiseen rooliin: pelaajat oppivat tunnistamaan, mitä tilanteessa voi tai kannattaa tehdä juuri siinä hetkessä. Näiden havaintotoimintaketjujen tukeminen kehittää pelisilmää ja päätöksentekoa pelitilanteissa. Metastabiilissa tilassa pelaaja tasapainoilee jatkuvasti tutun ja uuden välillä, mikä synnyttää tilaa oppimiselle ja oivalluksille. Ekologinen lähestymistapa muuttaa valmentajan roolia: hänestä tulee ohjaava ympäristön muotoilija, ei mekaaninen ohjeiden jakaja.

Globalistinen lähestymistapa toimii hyvin tilanteissa, joissa halutaan luoda kurinalainen, kollektiivinen ja taktisesti yhtenäinen

joukkue. Se sopii erityisesti pelillisten periaatteiden, roolitusten ja kenttätasapainon opettamiseen. Haittana voi olla yksilön luovuuden ja päätöksenteon kaventuminen – varsinkin, jos pelaaja ei ymmärrä miksi hän toimii tietyllä tavalla.

Ekologis-dynaaminen malli puolestaan tukee pelaajan itsenäisyyttä, havainnointikykyä ja pelitilanteiden ymmärrystä. Se rohkaisee kokeiluun, virheisiin ja oivalluksiin – ja kehittää erityisesti pelaajia, joilla on halu ottaa vastuuta ja ratkaista tilanteita itse. Riski piilee rakenteen ja yhteispelin epäjohdonmukaisuudessa, jos ympäristö ei ohjaa riittävästi haluttuihin pelillisiin ratkaisuihin.

Nuoren jalkapalloilijan harjoitteluprosessi toimintamenetelmien periaatteiden mukaisesti

Jalkapallo pelinä asettaa urheilijalle erityislaatuisia vaatimuksia: se ei ole ennalta ohjelmoitua liikesarjojen suorittamista, vaan jatkuvaa päätöksentekoa dynaamisessa, muuttuvassa ympäristössä. Pelaajan on kyettävä havaitsemaan, käsittelemään ja soveltamaan tietoa äärimmäisellä nopeudella, usein sekunnin murto-osassa, ja samalla liikkumaan, reagoimaan ja sopeutumaan taktisiin ärsykkeisiin. Tämän vuoksi jalkapallon harjoitteluprosessia ei voida rakentaa mekaanisen toiston varaan, vaan sen täytyy perustua havainto-kognitiivisen toiminnan aktivoimiseen ja motoristen ratkaisujen jatkuvaan säätelyyn. Tilanurheiluna jalkapallo perustuu pelaajien kykyyn lukea ympäristön affordansseja –

eli mahdollisuuksia toimintaan, joita tilanne kulloinkin tarjoaa. Näiden affordanssien tunnistaminen ja hyödyntäminen vaativat vahvaa havaintotaitoa, kokemuksen kautta rakentunutta pelisilmää ja kykyä muodostaa ennakoivia hypoteeseja pelitilanteen kehittymisestä.

Ekologisen dynamiikan näkökulmasta oppiminen ei ole yksittäisten taitojen sisäistämistä irrallaan ympäristöstään, vaan systeminen ilmiö, jossa yksilö sopeutuu jatkuvasti ympäristöönsä. Tällöin motorinen suoritus ei ole vain fyysinen vastaus, vaan osa laajempaa, aistimiseen, päätöksentekoon ja liikkeeseen liittyvää vuorovaikutusketjua. Epälineaarinen pedagogiikka huomioi, että oppiminen etenee yksilöllisesti ja arvaamattomasti – edistys ei ole suoraviivaista, vaan usein harppaavaa ja vaihtelevaa. Harjoittelussa tämä tarkoittaa sitä, että valmentajan

on rakennettava harjoitusympäristöjä, joissa virheet, kokeilut ja oivallukset saavat tilaa. Näin syntyy metastabiili tila, jossa pelaaja operoi tasapainon ja epätasapainon väli- maastossa – tilassa, joka parhaimmillaan ruokkii luovuutta, soveltamista ja uuden oppimista.

Toimintamenetelmien mukainen pedagoginen lähestymistapa tunnistaa pelaajan aktiivisena tiedon rakentajana. Pelaaja ei vain omaksu mallia, vaan osallistuu oppimisprosessiin tulkitsemalla, kokeilemalla ja tekemällä päätöksiä. Harjoitusten suunnittelussa korostuu edustava suunnittelu, jonka ytimessä on pelin todellisten olosuhteiden säilyttäminen: harjoitusten tulee sisältää samoja informaatiotekijöitä, jotka ohjaavat toimintaa varsinaisessa pelissä – kuten vastustajien liikkeet, tila, aika ja paine. Valmentajan rooli siirtyy käskyttäjistä oppimisympä-

ristön muotoilijaksi, joka hyödyntää provokaatioita – tarkoituksellisia ärsykeitä ja haasteita – laukaistakseen oppijan havainnointia ja päätöksentekoa. Näin tekninen suoritus ei erotu taktisesta kontekstistaan, vaan molemmat kehittyvät samanaikaisesti pelillisten tilanteiden kautta.

Taktinen käyttäytyminen ei ole vain rationaalista valintaa, vaan se on tiiviisti sidoksissa havaintotoimintaan ja kokemukseen. Pelaaja havaitsee tilanteen, vertaa sitä aiempiin tilanteisiin, muodostaa toimintasuunnitelman ja toteuttaa sen – usein uudelleen säätäen toimintaa sen edetessä. Tällöin ei voida erotella selvästi ”ensin havainnoin, sitten ymmärrän, sitten toimin”, vaan prosessi on syklinen ja jatkuva. Juuri tämän vuoksi harjoitusten tulee sisältää vaihtelevuutta, ärsykeketjuja ja oppimista haastavia tilanteita, joissa valintojen tekeminen on pelaajan vastuulla.

Tämä ajattelu näkyy myös toimintaprosessin nelivaiheisessa rakenteessa – tarkkaavaisuus, syrjintä, analyysi ja saatavuus – joka ohjaa pelaajaa kehittämään havaintokykyään, priorisoimaan olennaista ja tekemään pelitilanteisiin sopivia päätöksiä.

Toimintametodologian pedagoginen ydin löytyy sen kyvystä muovata oppimispolkuja yksilöllisesti: helppoa-vaiheittaiseen vaikeaan, yksinkertaisesta monimutkaiseen ja tunnetusta tuntemattomaan. Tämä kehityspolku ei tarkoita pelkkää tehtävien vaikeuttamista, vaan ympäristön ja ärsykkeiden säätelyä siten, että ne tarjoavat jatkuvasti uusia affordansseja – mahdollisuuksia oppimiseen. Pelaaja siirtyy tilanteesta toiseen aktiivisena havainnoijana ja ratkaisijana, ei passiivisena toistajana. Esimerkiksi taktisen modulaation – kuten lukumääräisen ylivoi-

man, tilan kaventamisen tai pelaajan rajoittamisen – avulla voidaan ohjata pelaajia kohti pelin kannalta olennaisia päätöksiä. Näin puolustajakaan ei ole enää reaktiivinen toimija, vaan aktiivinen provokaattori, joka rajoittaa, ohjaa ja luo valintoja vastustajalle.

Lopulta nuoren pelaajan kehittyminen tapahtuu siellä, missä tekninen, taktinen ja kognitiivinen kohtaavat: kentällä, pelitilanteissa, ympäristössä, joka on suunniteltu stimuloimaan havaintoa, päätöksentekoa ja toimintaa samanaikaisesti. Valmentajan tärkein tehtävä ei ole opettaa valmiita vastauksia, vaan tukea pelaajaa kysymään parempia kysymyksiä ja löytämään vastaukset itse. Ekologinen ja toiminnallinen lähestymistapa antaa lapselle tilan rakentaa oma jalkapallollinen identiteettinsä – ei jäljittelemällä, vaan oivaltamalla.

Leikkisät sovellukset

Leikkisällä soveltamisella tarkoitetaan harjoitusten esittämistä tavalla, joka herättää iloa, osallistumishalua ja sisäistä motivaatiota. Sen pedagoginen ydin ei ole vain haastavassa sinänsä, vaan siinä, että leikkisyys toimii välineenä motoristen taitojen syventämiseen ja automatisointiin. Kun harjoitus esitetään leikkimielisesti, se voi keventää oppimisen kuormittavuutta ja lisätä sitoutumista myös silloin, kun kyse on toistuvista tai rakenteellisesti yksinkertaisista liikkeistä. Leikkimielisyys voi olla mukana kaikissa harjoitteluvaiheissa, mutta erityisesti se rikastaa oppijan soveltamista silloin, kun opittua motorista käyttäytymistä testataan muuttuvissa olosuhteissa tai tarkoituksellisesti luoduissa pelinomaisissa tilanteissa. Leikki – erityisesti peli – on tässä yhteydessä leikkisyyden puhtain muoto, jonka ydin

on mielihyvän kokemus, mutta on tärkeää ymmärtää, ettei kaikki leikkimielinen toiminta ole peliä eikä pelin tarvitse olla kevyttä leikittelyä. Leikkimielisen sovelluksen suunnittelu perustuu kolmeen keskeiseen kriteeriin: sen on oltava helposti lähestyttävä ja asteittain haastava, säännöiltään joustava ja kestoltaan osallistujien motivaation mukaan mitoitettu.

Pelin affektiivinen ulottuvuus – ilo, yhteys, kuuluvuus, itseluottamus ja osallisuus – tekee siitä paitsi motivoivan myös emotionaalisesti merkityksellisen opetusvälineen. Pelillinen lähestymistapa antaa mahdollisuuden harjoitella aiemmin opittuja taitoja autenttisissa, tavoitteellisissa tilanteissa, jolloin pelaaja ei vain toista liikemallia, vaan käyttää sitä ratkaistakseen konkreettisen peliongelman. Esimerkiksi syöttämisen ja vastaanottamisen taitoja voidaan harjoi-

tella strukturoimalla pelillinen tilanne, jossa kyseiset eleet ovat onnistumisen edellytys, ei irrallinen harjoitus. Tällainen harjoitteiden jäsentäminen tekee liikkeistä merkityksellisiä, jolloin oppija kykenee heti yhdistämään opitun konkreettiseen sovellukseen. Monipuolinen harjoittelu, jossa sisältöjä lähestytään eri muodoissa, takaa, että motorinen oppiminen ei jää yksipuoliseksi, vaan saa tilaa kehittyä eri näkökulmista.

Yksilösuoritus tarjoaa tärkeän perustan oppimiselle ja teknisen eleen vakiinnuttamiselle, sillä se mahdollistaa suoran ja häiriöttömän suhteen oppijan ja motorisen tehtävän välillä. Pareittain toteutetut harjoitteet syventävät tätä oppimista lisäämällä vuorovaikutusta, rytmien yhteensovittamista ja vertailumahdollisuuksia. Ne kehittävät sekä teknisiä että sosiaalisia taitoja motivoivassa kontekstissa, jossa yhteistyö ja palautteen-



anto ovat keskeisiä. Pienryhmätyöskentely tuo harjoitteluun lisää muuttujia ja dynamiikkaa, mikä haastaa oppijan tarkkaavaisuuden, päätöksenteon ja soveltamiskyvyn. Se toimii myös siltana kohti pelinomaisia tilanteita, joissa motorinen toiminta tapahtuu nopeasti muuttuvassa ympäristössä.

Yhteistyöharjoitteet korostavat tavoitteen jakamista, roolien tunnistamista ja yhteistoinnallista ongelmanratkaisua, mikä tekee niistä erityisen arvokkaita taktisen ajattelun kehittämisessä. Kilpailutilanteissa korostuvat päätöksenteon nopeus, ennakointi ja emotionaalinen säätely – elementit, joita ei

voida rakentaa pelkästään teknisten toistojen kautta.

Harjoitusten sisällöllinen vaihtelu tuo monipuolisuutta ja varmistaa, että oppiminen ei perustu ainoastaan automatisoituihin malleihin, vaan soveltamiseen, sopeutumiseen ja taitoon lukea tilannetta. Spatiaaliset muuttujat – kuten etäisyys, korkeus tai tila – vaativat oppijaa säätämään liikkeen sä voimakkuutta ja suuntaa. Aikamuuttujat puolestaan haastavat rytmitajua, ajoitusta ja reaktiokykyä, kun taas laadulliset muuttujat liittyvät välineiden ominaisuuksiin, kuten painoon tai muotoon, jotka vaikuttavat liikkeen hallintaan. Kvantitatiiviset muuttujat lisäävät harjoituksen intensiteettiä muuttamalla suorituskertojen määrää tai lisäten samanaikaisten ärsykkeiden lukumäärää. Toimeenpanomuuttujat vaikuttavat siihen, missä muodossa liike toteutetaan – paikal-

laan, liikkeessä, hyppyssä tai epätasapainossa – mikä kehittää liikkeen mukauttamista eri konteksteissa. Ympäristömuuttujien kautta valmentaja voi säätää alustan haastavuutta tai tilan kokoa, jolloin oppija joutuu sopeuttamaan toimintansa uuteen tilanteeseen säilyttäen motorisen tavoitteen. Koordinaatiomuuttujat liittyvät tehtävän monimutkaisuuteen ja siihen, kuinka monta kehonosaa tai liikemallia yhdistetään yhteen suoritukseen. Havaintomuuttujat ohjaavat pelaajaa tarkentamaan tarkkaavaisuuttaan valikoivaan tietoon: yksinkertaisista ärsykeistä monimutkaisiin, useiden ärsykkeiden yhtäaikaiseen hallintaan.

Kaikki nämä muuttujat tukevat pedagogista periaatetta, jonka mukaan oppiminen ei ole yhden mallin sisäistämistä, vaan kykyä muokata, mukauttaa ja soveltaa opittua erilaisissa tilanteissa. Leikkisän soveltamisen

kautta harjoitus saa muodon, jossa tekninen, taktinen, motorinen ja emotionaalinen kehitys etenevät käsi kädessä. Nuoren pelaajan näkökulmasta tämä tarkoittaa kokemusta, jossa harjoittelu tuntuu merkitykselliseltä, osallistavalta ja innostavalta – sellaiselta, johon halutaan palata yhä uudelleen.

Kohti yhdistävää valmennusta

Valmentajan tehtävänä ei ole valita vain toista näkökulmaa, vaan ymmärtää molempien arvot. Lapset ja nuoret tarvitsevat sekä selkeitä rakenteita että tilaa oivaltaa itse. Pelaaja ei kehity, jos hän ei ymmärrä pelin logiikkaa – mutta ei myöskään, jos hän ei saa mahdollisuuksia oppia pelaamalla.

Parhaimmillaan valmennus yhdistää nämä kaksi tapaa: se tarjoaa järjestelmän, joka antaa suun-

nan ja roolin, ja rakentaa tilanteita, joissa pelaaja voi tutkia, kokeilla ja kehittyä.

Opastettu tutustuminen jalkapalloon

Ohjattu löytäminen jalkapallossa tarkoittaa lähestymistapaa, jossa pelaajia kannustetaan tutkimaan, kokeilemaan ja itse löytämään ratkaisuja pelikentällä ilmeneviin taktisiin ja teknisiin haasteisiin. Perinteisen mallin sijaan, jossa valmentaja antaa suorat käskyt ja ohjeet, ohjattu löytäminen perustuu ajatukseen, että pelaaja kehittyy parhaiten silloin, kun hän osallistuu aktiivisesti omaan oppimiseensa. Valmentaja ei tällöin ole pelkästään tiedon siirtäjä, vaan oppimisprosessin ohjaaja, joka rakentaa pelaajalle tilaa oivaltaa, kysyä, kokeilla ja epäonnistua turvallisesti.

Tämä lähestymistapa saa tukea muun muassa oppimisteoreetikko Jerome Brunerin ajatuksista, joiden mukaan ihminen oppii parhaiten, kun hän saa itse osallistua tiedon rakentamiseen. Jalkapallokontekstissa tämä tarkoittaa sitä, että pelaajalle ei syötetä valmiita vastauksia, vaan annetaan mahdollisuus tutkia pelin ilmiöitä – ja sitä kautta kasvaa paitsi paremmaksi pelaajaksi, myös ajattelevaksi urheilijaksi. Ohjattu löytäminen vaatii pelaajalta aktiivisuutta, mutta se palkitsee kehittämällä syvällistä pelin ymmärrystä, päätöksentekokykyä, kriittistä ajattelua ja siirrettäviä taitoja, jotka ulottuvat pelikentän ulkopuolellekin.

Tällä menetelmällä on monia kiistattomia etuja. Ensinnäkin se lisää pelaajien motivaatiota ja sitoutumista, sillä oma vaikutusmahdollisuus vahvistaa tunnetta siitä, että

oppiminen on pelaajan omaa työtä, ei vain valmentajan ohjaamaa suorittamista. Pelaajat kokevat vastuuta omasta kehittymisestään, mikä näkyy usein myös asenteessa ja pitkäjänteisessä harjoittelussa. Toiseksi ohjattu löytäminen kehittää kykyä siirtää opittuja asioita uusiin tilanteisiin. Kun ratkaisut eivät ole ulkoa opeteltuja, vaan itse löydettyjä, niitä on helpompi soveltaa pelin muuttuviin olosuhteisiin. Kolmanneksi se tukee luovuutta ja rohkaisee pelaajia ajattelemaan laatikon ulkopuolelta. Kentällä syntyy ratkaisuja, joita ei olisi koskaan saatu aikaan, jos valmentaja olisi pitänyt ohjat tiukasti käsissään. Samalla pelaaja oppii lukemaan peliä, arvioimaan riskejä ja tekemään parempia päätöksiä.

Ohjattu löytäminen ei kuitenkaan ole vailla haasteita. Koska oppiminen perustuu tutkimiseen, se on usein hitaampaa kuin suora opettaminen. Pelaaja saattaa tarvita enem-

män aikaa ratkaistakseen tilanteita, mikä voi tuntua valmentajasta tehottomalta – varsinkin, jos tavoitteet tai aikataulut painavat päälle. Kaikki pelaajat eivät myöskään ole valmiita ottamaan vastuuta heti. Osa tarvitsee enemmän tukea, enemmän ohjausta, ja osa voi turhautua, jos ei löydä ratkaisua riittävän nopeasti. On myös riski, että ilman selkeitä tavoitteita ja rakenteita virheet toistuvat, eikä oppimista tapahdu toivotulla tavalla. Näin voi käydä erityisesti tilanteissa, joissa valmentaja ei ole läsnä tukemassa oikeaan suuntaan ohjaavalla palautteella. Lisäksi on muistettava, että ohjattu löytäminen ei sovi kaikkiin tilanteisiin. Esimerkiksi korkean paineen ottelutilanteissa tai pelin osa-alueilla, joissa vaaditaan nopeaa ja täsmällistä reagointia, tarvitaan usein suurempaa, valmiimpiin ratkaisuihin perustuvaa opetusta.

Jotta ohjattu löytäminen olisi toimiva osa valmennusprosessia, valmentajan on suunniteltava harjoitukset tarkasti. Vapaus ei tarkoita kaaosta. Pelaajat tarvitsevat rakenteen, selkeät tavoitteet ja ymmärryksen siitä, mitä heiltä odotetaan. Harjoitteen on tarjottava vaihtoehtoja ja haastetta, mutta myös rajoja, joiden sisällä pelaaja voi turvallisesti kokeilla ja erehtyä. Palaute on ratkaisevassa roolissa. Sen on oltava täsmällistä, rakentavaa ja oikea-aikaista, jotta pelaaja voi tunnistaa sekä onnistumisensa että kehityskohteensa. Samalla valmentajan tulee tukea yhteistoimintaa ja luoda ympäristö, jossa pelaajat uskaltavat ottaa riskejä ja oppia toisiltaan. Turvallinen oppimisilmapiiri ei synny itsestään – se rakennetaan luottamuksesta, kunnioituksesta ja siitä, että virhe nähdään mahdollisuutena, ei epäonnistumisena.

Ohjattu löytäminen ei ole ainoa oikea tie, mutta se tarjoaa arvokkaan näkökulman jalkapallopedagogiikkaan. Se antaa pelaajalle tilaa ajatella, kehittyä ja kasvaa vastuuseen omasta oppimisestaan. Se ei tee valmentajasta tarpeetonta – päinvastoin, se korostaa valmentajan roolia oppimisen ohjaajana, kysymysten esittäjänä ja oivallusten mahdollistajana. Kun tämä menetelmä toteutetaan johdonmukaisesti ja pelaajalähtöisesti, se voi muuttaa harjoittelun mekaanisesta toistosta eläväksi, innostavaksi ja opettavaksi prosessiksi. Ja juuri tällöin jalkapalloharjoitus ei ole enää vain harjoitus – vaan kasvun mahdollisuus.

Opettaminen ja oppiminen jalkapallossa

”Mitä 8–9-vuotiaille kannattaa opettaa on nauttimaan pelaamisesta, kosketuksesta palloon, luovuudesta, keksimisestä ja omien vahvuuksien hyödyntämisestä. Virheitä voi korjata ilman, että vahvuuksia tukahdutaan – juuri päinvastoin kuin mitä useimmat valmentajat näyttävät pakonomaisesti yrittävän opettaa.”

– Johan Cruyff

Lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksessa kasvuvaiheiden ymmärtäminen on olennainen osa laadukasta valmennustyötä. Eri ikävaiheet tuovat mukanaan erilaisia haasteita ja kehityksen painopisteitä, joiden huomioiminen auttaa valmentajaa tukemaan nuorta urheilijaa kokonaisvaltaisesti. Esimerkiksi varhaisessa lapsuudessa kogni-

tiivinen kehitys on keskiössä, jolloin oppiminen tapahtuu leikin ja oivallusten kautta, kun taas murrosiässä fyysiset muutokset vaativat valmennukselta erityistä herkkyyttä ja sopeutumista. Psykologisten tekijöiden, kuten itsetunnon tukeminen ja myönteisen ryhmähengen rakentaminen, ovat tärkeitä niin pelaajien viihtyvyyden kuin kehittymisenkin kannalta. Samalla valmentajalta edellytetään sopeutumiskykyä ja kykyä tunnistaa yksilöllisiä eroja pelaajien välillä. Kaikki saman ikäiset lapset eivät kehity samassa tahdissa, joten valmennuksen tulisi vastata sekä teknisiin että emotionaalisiin tarpeisiin. Kuunteleminen ja pelaajien tarkkailu auttavat valmentajaa mukauttamaan harjoituksia niin, että jokainen saa mahdollisuuden onnistua omalla tasollaan. Näin voidaan rakentaa valmennuskulttuuria, jossa sekä oppiminen että innostus säilyvät vahvoina läpi kasvun eri vaiheiden.

Opetuksen monista lähestymistavoista erityisen merkittäväksi nousee sellainen näkemys, jossa oppija on aktiivinen toimija – ei vain tiedon vastaanottaja, vaan ymmärryksen rakentaja. Tämä lähestymistapa mahdollistaa merkityksellisen vuorovaikutuksen opettajan ja oppijan välillä, syventää oppimiskokemusta ja luo pohjaa kestävälle kehitykselle.

Paulo Freire korosti kasvatuksellista suhdetta, jossa opetuksen ei tule perustua yksisuuntaiseen tiedonsiirtoon, vaan dialogiin. Hänen mukaansa opettajan on tunnistettava oppijan kulttuuri, historia, kiinnostuksen kohteet ja kokemukset, jotta oppimisesta voi tulla yhteistä merkitysten rakentamista. Tällöin oppimisella on mahdollisuus koskettaa oppijaa koko ihmisyyden tasolla – ei vain teknisesti, vaan myös eettisesti ja emotionaalisesti.



Tätä lähestymistapaa vahvistaa myös **John Deweyn** kokemuksellinen oppimismalli. Deweyn mukaan oppiminen syntyy toiminnasta, jota seuraa pohdinta – ”learning by doing” – ja tämän jälkeen uusi toiminta. Tätä sykliä voidaan soveltaa suoraan jalkapallo-

harjoitteluun: pelaaja kohtaa pelitilanteen, kokeilee ratkaisua, saa siitä palautetta ja ymmärtää tilanteen uudella tavalla. **Deweyn** mallissa korostuvat kokemuksen reflektio, ongelmanratkaisu ja soveltaminen, jotka ovat kaikki keskeisiä myös pelin oppimisessa.

Rojanon mukaan pedagogiikka on toimintaa, joka perustuu systemaattisiin käytäntöihin ja menetelmiin. Didaktiikka taas viittaa erityisesti opettajan valitsemiin keinoihin ja rakenteisiin, joiden avulla hän tukee oppijan matkaa. Kun nämä yhdistyvät Freiren dialogisuuteen ja Deweyn kokemuksellisuuteen, syntyy oppimisympäristö, jossa pelaaja ei vain toimi kentällä – vaan myös ajattelee, kokee ja kasvaa.

Opetuksen mallit jalkapallossa

Perinteinen malli nojaa vahvasti tekniseen ihanteeseen. Se rakentuu jäljittelyyn, toiston ja opettajakeskeisen käskytyksen varaan. Harjoitteet ovat usein analyttisiä ja irrotettuja pelin kontekstista. Tässä mallissa oppiminen tapahtuu ulkoa sisään – ensin tekninen ele, sitten sen soveltaminen pelissä.

Rakennepohjainen malli taas siirtää keskiön oppijaan ja päätöksentekoon. Pelaaja asetetaan tilanteisiin, joissa hänen tulee lukea peliä ja valita tarkoituksenmukainen ratkaisu. Tämä malli vastaa kollektiivisten lajien luonteeseen: se rakentaa ymmärrystä pelin periaatteista ja rooleista, ja se kannustaa pelilogiikan omaksumiseen.

Bayerin ja Blázquezin mukaan oppiminen rakentuu vaiheittain: aluksi kohdataan ongelma, sitten totutaan pelin elementteihin ja lopulta tuotetaan joustavia ratkaisuja. **Antón** (1998) lisää tähän taktiikan kehityspolun: yksinkertaisista pelitilanteista kohti paikkakohtaista ymmärrystä ja lopulta pelinomaisiin kilpailutilanteisiin. Harjoittelussa käytetään konkreettista ohjausta, tarkkaa palautetta ja sääntömuunnoksia, joiden kautta oppija omaksuu pelin sisäisen logiikan.

Futis kasvatuksellisenä ympäristönä

Castelon mukaan jalkapallo on joukkuelaji, jossa vastustajuus ja yhteistyö nivoutuvat tiiviisti toisiinsa. Juniorivalmennuksessa jalkapallo on kuitenkin paljon enemmän kuin pelkkä peli – se toimii välineenä arvojen, identiteetin ja sosiaalisten taitojen kehittämiseksi. Kenttä toimii oppimisympäristönä, jossa harjoitellaan myös sitoutumista, pettymyksen sietämistä, tiimityötä ja pitkäjänteisyyttä.

FIFA (2016) korostaa nuorten pelaajien kokonaisvaltaista kehittämistä: teknisten ja fyysisten ominaisuuksien ohella tärkeää on persoonan, sosiaalisten taitojen ja arvojen kasvattaminen. Kyse ei ole vain tulevista pelaajista, vaan tulevista ihmisistä.

Päätelmä

Yhdistämällä **Freiren** dialogisuus, **Deweyn** kokemuksellisuus ja nykyaikaisen jalkapallopedagogiikan rakenteet, voidaan rakentaa oppimisympäristö, jossa pelaaja ei vain kehity – vaan myös kasvaa. Valmentaja ei ole tiedon jakaja, vaan merkitysten mahdollistaja. Opetus ei ole vain harjoitteen antamista, vaan yhteisen oppimisen rakentamista. Ja peli – se on väline, jonka kautta tämä kaikki tapahtuu.

Opetuksen nykymenetelmät jalkapallossa

Jalkapallon kehittyessä myös sen opettamisen tavat ovat muuttuneet. Enää ei riitä, että harjoitteet ovat fyysisesti kuormittavia tai teknisesti haastavia – niiden on tuettava pelaajan kokonaisvaltaista kasvua. **Pacheco** (2004) korostaa, että oppiminen on tehokasta vain silloin, kun käytetyt mene-

telmät mahdollistavat merkityksellisen tiedon omaksumisen ja käytäntöön soveltamisen. Tiedepohjainen lähestymistapa ei ole vain teoreettinen lisä valmennukseen, vaan perusta, jonka varaan kestävä osaaminen rakentuu.

Viime vuosina kansainvälisessä valmennuskustelussa on noussut esiin kolme metodia, jotka ovat levinneet laajasti erityisesti Euroopasta käsin, mutta saavuttaneet tunnustusta myös globaalisti. Nämä ovat **Coerver Coaching, espanjalainen integroitu malli sekä taktinen periodisaatio**. Yhdistävänä tekijänä näillä menetelmillä on ajatus siitä, että pelaaja oppii parhaiten, kun harjoittelu rakentuu pelin todellisuuden ympärille – ei sen ulkopuolelle.

Coerver Coaching on hollantilainen menetelmä, jonka kehitti **Wiel Coerver**. Sen yti-

messä on teknisten perustaitojen vahvistaminen – ei sattumanvaraisesti, vaan järjestelmällisesti. Menetelmä etenee vaiheittain: yksilöllisestä pallokontrollista 1v1-tilanteisiin, nopeuden ja viimeistelyn kehittämiseen sekä lopulta pienryhmäpelaamiseen. Harjoitukset rakentuvat pyramidimaisesti, jossa jokainen taso tukee seuraavaa. Tavoitteena on yksilön taitojen hiominen sellaiselle tasolle, että hän kykenee toimimaan tehokkaasti pelin vaatimissa tilanteissa.

Espanjalainen integroitu malli puolestaan lähestyy harjoittelua pallokeskeisesti. Harjoitteet suunnitellaan niin, että pelaajalla on jatkuva suhde palloon. Valmennus etenee vaiheittain: ensin yksilöllinen tekeminen, sitten mukaan tuodaan vastustaja, tämän jälkeen harjoitellaan pallonhallintaa ryhmässä, siirrytään kollektiiviseen taktiseen peliin ja lopuksi vapaaseen peliin. Tavoitteena ei ole

pelkästään tekninen suoriutuminen, vaan pelaajan taktisen ajattelun ja pelin lukemisen kehittäminen tilanteessa, jossa kaikki pelin elementit ovat läsnä.

Taktinen periodisaatio, portugalilaislähtöinen metodi, vie ajatuksen vielä pidemmälle. Se jakaa pelin neljään ydinhetkeen – hyökkäys, puolustus sekä siirtymät näiden välillä – ja rakentaa harjoittelun näiden ympärille. Harjoituksissa ei treenata ominaisuuksia irrallaan, vaan kaikki – fysiikka, tekniikka, psykologia ja taktiikka – kietoutuvat yhteen. Pelaajaa valmennetaan ajattelemaan peliä, tekemään nopeita päätöksiä ja toimimaan dynaamisesti eri pelitilanteissa. Taktinen periodisaatio ei siis ole pelkkä fyysinen ohjelma, vaan mentaalinen ja taktinen ajattelumalli, joka ohjaa koko harjoitusprosessia.

Näitä metodeja yhdistää yksi tärkeä periaate: kontekstuaalisuus. **Harjoittelu ei tapahdu erillään pelistä, vaan pelin logiikka ohjaa sen muotoa, rytmiä ja sisältöä.** Harjoitus ei ole kopio pelistä, vaan itse peli tiivistettynä ja pedagogisesti muotoiltuna. Samalla valmentajan tehtävänä on tukea pelaajan ajattelua – rakentaa tilaa, jossa päätöksenteko, taito ja ymmärrys voivat yhdistyä. Tällaisessa ympäristössä oppiminen ei ole sattumaa, vaan johdonmukaisen pedagogisen työn tulosta.

Tämän päivän opetuksessa siirrytään yhä enemmän pois perinteisestä, teknisesti painottuneesta näkökulmasta kohti kokonaisvaltaista oppimista, jossa keskiössä ovat pelaajan ymmärrys pelistä, päätöksentekokyky sekä sosiaalinen ja emotionaalinen kasvu.

Oppiminen on tehokasta vain silloin, kun käytettävät menetelmät tukevat tiedon omaksumista ja sen soveltamista merkityksellisellä tavalla. Tiedepohjaiset lähestymistavat eivät ainoastaan selitä oppimista, vaan ne tukevat valmennettavien kokonaisvaltaista kehitystä.

Perinteisesti urheiluopetuksessa on korostettu tekniisiin suorituksiin perustuvaa mallia, jossa oppiminen rakentuu toiston ja mallintamisen kautta. On kuitenkin huomautettu, että tällaiset menetelmät voivat rajoittaa syvällisempää pelin ymmärrystä, etenkin joukkuelajien kontekstissa.

Nykyiset lähestymistavat luopuvat mekaanisesta näkemyksestä urheilusta ja siirtävät oppijan passiivisesta roolista aktiiviseksi toimijaksi. Oppimisprosessista tulee osallistava, pohdiskeleva ja luova. Oppija ei aino-

astaan opi sääntöjä ja suoritustekniikoita, vaan ymmärtää tilanteita ja rakentaa omia ratkaisujaan pelitilanteiden kontekstissa.

Tämä paradigma siirtää opetuksen fokuksen pois pelkästä suorituksen tuottamisesta kohti laajempaa kompetenssia. Kyse on pelaajan kyvystä havainnoida, tehdä päätöksiä, toimia muiden kanssa ja oppia virheistä. Näin syntyy oppimisen tila, jossa mukana ovat myös tunne, yhteisöllisyys ja yksilöllinen kasvu.

Ekologinen lähestymistapa perustuu pelaajan ja ympäristön vuorovaikutukseen. Oppimisympäristö ei ole staattinen, vaan rakentuu suhteessa pelin tilanteisiin ja oppijan omiin valmiuksiin. Tällainen lähestymistapa mahdollistaa yksilöllisen eriyttämisen, yhteisöllisen oppimisen ja pelillisen luovuuden tukemisen.

Tämän kaltaisessa opetuksessa korostuvat seuraavat elementit:

1. Pelitilanteiden kontekstuaalisuus

2. Päätöksenteon tukeminen

3. Sopeutuvat, vaihtelevat harjoitteet

4. Reflektiivinen palaute ja oppijan rooli ajattelijana

Näin jalkapalloharjoitus ei ole vain fyysinen suorituspaikka, vaan oppimisen ja kasvun tila, jossa pelaaja on mukana koko persoonallaan. Oppiminen ei tapahdu irrallaan pelistä – vaan sen ytimessä. Valmentaja toimii tämän prosessin ohjaajana, ei tiedon jakajana, vaan oppimisen mahdollistajana.

Ymmärrykseen perustuva lähestymistapa

Perinteiset opetustavat ovat osoittautuneet ongelmallisiksi erityisesti heterogeenisissä ryhmissä, joissa urheilullinen suorituskky ei ole ensisijainen tavoite. Ongelmia ovat esimerkiksi pelaajien heikko taktinen ymmärrys, harjoitusten kontekstista irrottaminen, passiivinen oppijan rooli, vaikeus siirtää opittua todelliseen peliin, sekä oppimismotivaation ja reflektiivisen ajattelun puute.

Näihin haasteisiin vastaa ymmärrykseen perustuva lähestymistapa, jossa korostuu kokemuksellinen ja aktiivinen oppiminen. Malli painottaa pelaajan roolia ajattelevana toimijana: hän oppii tekemällä, oivaltamalla ja ratkaisemalla pelitilanteita. Oppiminen tapahtuu vuorovaikutuksessa ympäristön ja kokemuksen kautta, ei mekaanisen toiston avulla.

Tällainen lähestymistapa vahvistaa erityisesti joukkuelajien opetusta. Oppiminen on osallistavaa ja reflektiivistä: oppilas saa mahdollisuuden tarkastella, analysoida ja ratkaista pelitilanteita sekä yksin että yhdessä muiden kanssa. Opetus keskittyy pelin logiikkaan ja päätöksenteon kehittämiseen, ei pelkästään tekniseen suorittamiseen.

Avoimet ja muokatut pelitilanteet edistävät motivaatiota ja tarjoavat onnistumisen mahdollisuuksia eri taitotasolla. Oppimisprosessista tulee henkilökohtainen ja merkityksellinen.

On kuitenkin hyvä tunnistaa, että malli tuo mukanaan myös haasteita. Kokeneet pelaajat saattavat vierastaa lähestymistapaa, joka ei tue suoraa suorituslähtöisyyttä. Liiallinen keskustelun painottaminen voi vähentää

fyysistä aktiivisuutta, ja ryhmäkeskusteluis-
sa jotkut oppilaat saattavat jäädä taka-alal-
le. Myös opettajan tai valmentajan pedago-
ginen osaaminen ja lajituntemus ovat kes-
keisiä mallin onnistuneessa soveltamisessa.

Kaikista haasteista huolimatta tämä lähes-
tymistapa on osoittautunut tehokkaaksi
useilla oppimisen osa-alueilla. Se tarjoaa
työkalut pelin ymmärtämiseen, päätöksen-
teon kehittämiseen ja pelaajien kokonaisval-
taiseen kasvuun.

Lopuksi

Valmennus ei ole vain tekniikoiden opettamista tai suunnitelmien toteuttamista – se on ennen kaikkea inhimillistä kohtaamista, ymmärrystä ja kasvun tukemista. Hyvin sisäistetyt pedagogiset taidot ja ideat auttavat valmentajaa jaksamaan paremmin, kehittämään osaavampia pelaajia ja kasvattamaan omia vuorovaikutus- ja opetusaitojaan. Tämän kirjan keskeinen viesti on, että pedagogiikka tarjoaa työkaluja ja ajattelumalleja, joiden avulla voidaan kohdata sekä yksilölliset että ryhmän sisäiset tarpeet jalkapallovalmennuksessa.

Lasten ja nuorten valmennus on moniulotteinen kokonaisuus, jossa fyysinen kehitys, psyykkinen kypsyys, motoriset taidot, oppimistavat ja motivaatio voivat vaihdella suurestikin – jopa samanikäisten

välillä. Kun tähän lisätään vielä persoonallisuudet, temperamenttiero ja yksilölliset taustat, ymmärrämme, miksi valmennus ei voi perustua pelkästään yhteen malliin tai menetelmään. Se vaatii herkkyyttä, joustavuutta ja jatkuvaa havainnointia.

Pedagogiikka ei ole pelkkää teoriaa – se on tapa kohdata. Se on mahdollisuus rakentaa luottamusta, herättää oivalluksia ja synnyttää oppimista. Parhaimmillaan valmennus on vuorovaikutusta, jossa jokaisella pelaajalla on mahdollisuus tulla nähdyksi ja kehittyä omalla tavallaan.

Tämä kirja, Lasten ja nuorten jalkapallovalmennuksen perusteet, tarjoaa näkökulmia ja konkreettisia työkaluja siihen, miten valmentaja voi kehittää omaa toimintaansa oppimisen, vuorovaikutuksen ja osallisuuden näkökulmista. Olemme pysähtyneet myös ajattelemaan pedagogiikkaa suurten

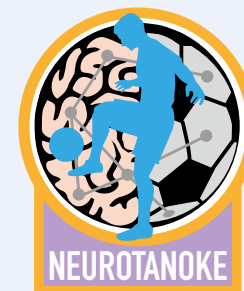
ajattelijoiden ja valmentajien näkökulmasta – heidän, jotka ovat avanneet meille oppimisen syvimpiä kerroksia.

Toivon, että tämän kirjan äärellä olet saanut ajatuksia, työkaluja ja ennen kaikkea varmuutta kohdata erilaisia valmennustilanteita – lapsia, nuoria ja heidän kehityspolkuun, joka ei koskaan ole suora tai ennustettava, vaan täynnä mahdollisuuksia.

Kiitos, että luit.

Ystävällisin terveisin,

Pertti Kemppinen



- Absialimov, A., Gairat, y otros.** (1977). Fundamentos generales de la teoría y metodología de la educación física. La Habana: Unidad Impresora José Antonio Huelga.
- Antón, J. A.** (1998). Teaching Team Sports and Games: A Tactical Approach. Barcelona: Paidotribo.
- Atjonen, P.** (2017). Pedagoginen johtajuus. Helsinki: PS-kustannus.
- Bailey, R., & Collins, D.** (2013). The role of physical education and sport in education. Routledge.
- Barrio, J.** (1973). Manual de fútbol, técnica y táctica. Barcelona: Hispano-Europea, Colección Herakles.
- Bayer, C.** (1992). The Teaching of Team Sports Through Game Situations. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Blázquez, D.** (1999). Didactics of Physical Education: A Practical Approach. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Bronfenbrenner, U.** (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J. S.** (1961). The act of discovery. Harvard Educational Review, 31(1), 21-32.
- Bruner, J. S.** (1966). Toward a theory of instruction. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J. S.** (1977). The process of education. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J. S.** (1996). The culture of education. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Castelo, J.** (1999). Football: Teaching and Training. Barcelona: Paidotribo.

- Coccever, E.** (2006). Educare al tempo: Riflessioni su formazione, relazione e narrazione. Milano: FrancoAngeli.
- Coerver, W.** (1986). Soccer Fundamentals for Players and Coaches. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Côté, J., & Hancock, D. J.** (2016). Evidence-based policies for youth sport programmes. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8(1), 51–65.
- Demetrio, D.** (1996). L'educazione nella vita adulta. Milano: Guerini e Associati.
- Dewey, J.** (1910). *How we think*. Boston: D.C. Heath and Company.
- Dewey, J.** (1938). *Experience and education*. New York: Kappa Delta Pi.
- Dietrich, R.** (2003). Consciousness and cognition: Flow states ja muutosprosessi. *Consciousness and Cognition*, 12, 231–256.
- FIFA.** (2016). *FIFA Youth Football Development Manual*. Zurich: Fédération Internationale de Football Association.
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J.** (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40.
- Freire, P.** (1970). *Pedagogy of the oppressed*. New York: Herder and Herder.
- García, J., Pérez, A., López, M., & Romero, C.** (2022). Metodologías activas en la enseñanza de los deportes colectivos. *Revista de Educación Física y Ciencia*, 24(1), 34–49.
- Grosser, M., Starischka, S., & Zimmermann, E.** (2008). *The New Fitness Training*. München: BLV Verlag.
- Horst Wein.** (2007). *Developing youth football players*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Hopper, T. (2002). Teaching games for understanding: The importance of student emphasis over content. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 73(7), 44–48.

Husu, J., Toom, A., & Patrikainen, S. (2010). Opettajaksi oppiminen: Perusteita ja käytäntöjä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hämäläinen, R., & Cincinnato, S. (2014). The use of technology in education: The role of national culture. *Educational Research and Evaluation*, 20(4), 245–262. <https://doi.org/10.1080/13803611.2014.940827>

Issurin, V. I. (2008). Block Periodization: Breakthrough in sport training. Champaign, IL: Ultimate Athlete Concepts.

Klemola, U., & Tiirikainen, M. (2021). Vuorovaikutustaitoja opettajille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Laine, T. (2022). Tunteet opetustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lanas, M., & Zembylas, M. (2021). Pedagoginen rakkaus ja vastarinta. Jyväskylä: PS-kustannus.

Light, R. (2008). Positive pedagogy for sport coaching: Athlete-centered, inquiry-based approaches. *Sport, Education and Society*, 13(3), 273–290.

Lindfors, P., & Rantala, T. (2016). Oppiminen ja pedagoginen asiantuntijuus. Helsinki: Gaudeamus.

López Cuadra, G. (1977). Manual del entrenador (4.^a ed.). Barcelona: Hispano-Europea.

Mera Carrasco, J. (1978). Fútbol, método moderno de preparación físico-atlética. México: Editores Mexicanos Unidos S.A.

Moraga Paredes, G. (1978). Campeones del 86 (2.^a ed.). Medellín: Ediciones Gráficas.

- Niemi, H.** (2002). Active learning — a cultural change needed in teacher education and schools. *Teaching and Teacher Education*, 18(7), 763–780.
- Ojanen, S.** (2006). Ohjauksesta oivallukseen: Ohjausteorian käsittelyä. Helsinki: Yliopistopaino.
- Pacheco, C.** (2004). La enseñanza del deporte escolar: Metodologías para una educación significativa. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Pacheco, C.** (viitattu). Viittaus teokseen ilman tarkkaa julkaisua. Ks. tekstiviite.
- Pila Teleña, A.** (1976). Preparación física. Madrid: Rubio y Castro.
- Rinne, R., Silvonen, J., & Kivirauma, J.** (2003). Pedagoginen kateus: Koulutus, kasvatus ja tasa-arvoisuuden ihanne. Helsinki: WSOY.
- Rojano, J.** (2008). Pedagogical and Didactic Foundations of Education. [Kustantaja ja kaupunki puuttuvat].
- Saloviita, T.** (2019). Yhteisopettajuus: Opettajien yhteistyö koulussa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Serra-Olivares, J., García-López, L. M., & Calderón, A.** (2015). Game-based approaches, pedagogical principles and tactical constraints: Examining games for understanding (GFU) through the pedagogy of complexity. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(5), 517–529.
- Smith, A. L., & Smoll, F. L.** (2007). Social-cognitive approach to coaching behaviors. In S. Jowett & D. Lavalley (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 75–90). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Torrents, C., Balagué, N., Ric, A., Hristovski, R., & Kelso, J. A. S.** (2011). Game understanding and tactical knowledge in sports: An ecological dynamics perspective. *Movement & Sport Sciences*, 75, 31–39.
- Uljens, M.** (2001). On the philosophical foundations of educational research. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 45(3), 275–286. <https://doi.org/10.1080/00313830120074287>

Weineck, J. (2010). Optimales Training: Leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings. Balingen: Spitta Verlag.