



31.8.2021

VALMENNUSLINJA

OSA 2



Pelaamalla jalkapalloa saavuttaa paljon muutakin.

Kentällä syntyy ennakkoluulottomia ja tavoitteellisia nuoria.
Vastuullisuus ja avoimuus kasvavat joukkueessa.
Opitaan voittamisen taito — myös peliajan ulkopuolella.

Jalkapallo kasvattaa juuret espoolaisille.

Kasvattiseura jalkapalloon ja elämään.

ESPOO VOITTA AINA.



00

Valmennuslinja lyhyesti

01

Seuran rakenne, pelaajapolku ja ikäluokkamalli

02

Toimintakulttuuri

03

Valmentajaprofiili



Tämä valmennuslinja on osa EPS Metodia. EPS Metodi on *Positional Play:n* pohjalta luotu harjoitus- ja pelifilosofia sekä metodologia.

Valmennuslinja on jaettu kahteen osaan, joista tämä on Osa 2. Tämä osa sisältää työkaluja valmennukselle, joukkueenjohdolle sekä joukkueen toimihenkilöille, muunmuassa kertoen miten toimia pelin ulkopuolella, mitä odotamme valmentajiltamme sekä miten suunnittelemme toimintaamme.

Tämä valmennuslinja vastaa enemmän kysymyksiin *Mitä?* ja *Milloin?* Mutta vähemmän kysymyksiin *Miten?* ja *Miksi?*

ESPOO VOITTAA AINA.



Seuran rakenne, pelaajapolku ja ikäluokkamalli

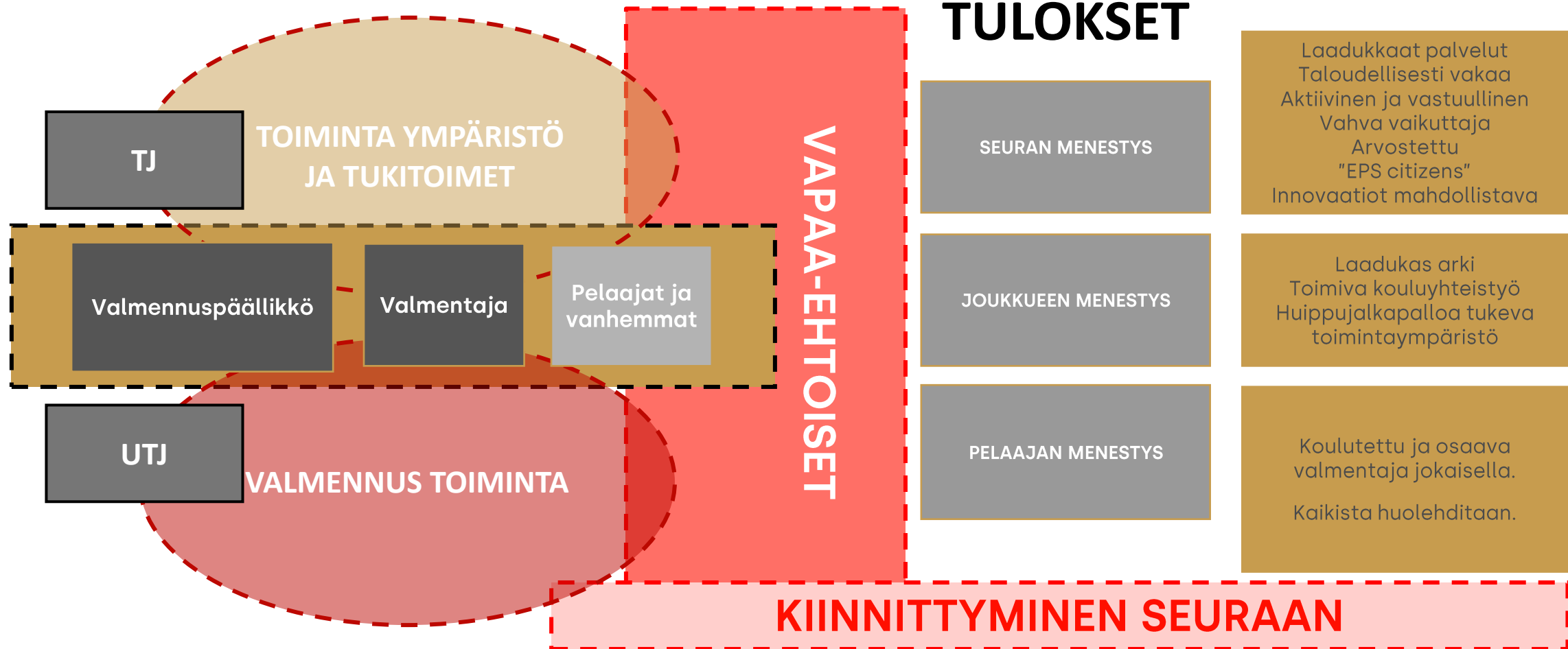


RAKENNE VALMENNUS & TUKITOIMET

Tiimit ja vastuuhenkilöt

Päätöksenteon ryhmät, päätöksenteon prosessit, päätöksenteon roolitukset, päätöksenteon vastuut

TOIMINTAA OHJAAVAT STRATEGISET TAVOITTEET





SEURAN RAKENNE

HALLITUS

Toiminnanjohtaja

URHEILUTOIMI

Urheilutoimenjohtaja

Pelaajakehitys

Valmennuspäälliköt

Kilpailu

Ikäluokkavalmentaja

Joukkue toiminta

Valmentajakoulutus

Joukkueen
vastuuvalmentaja

Joukkueenjohtaja

Valmentaja

Muut toimihenkilöt

LIIKUNTAPALVELUT

Jalkapallokoulut

Matalan kynnyksen toiminta

Kerhot

Leirit

Soveltava jalkapallo

Kotouttamishankkeet

SEURAHALLINTO

Viestintä & markkinointi

Talous

Varustemyynti

Vuorot ja olosuhteet

Varainhankinta

Jäsenpalvelut

Vapaaehtoistoiminta

Tapahtumat

EPS PELAAJAPOLKU

Haluamme, että jokaiselle mahdollistuu liikunnan ilon ja oman huipun löytäminen. Laadukkaalla jalkapallotoiminnalla luomme pohjan päämäärätietoiselle toiminnalle, periksiantamattomuudelle ja reilulle pelille.

EPS kasvattaa jalkapallotaitojen lisäksi arvokkaita nuoria, jotka eivät pelkää kovaa työtä, uskovat itseensä ja taitoihinsa, ymmärtävät yhteen pelaamisen voiman ja ovat tottuneet saamaan ja antamaan tukea - ja janoavat menestystä. Kun oppii tavoitteellisen joukkuepelin hengen kentällä, on loistava pelaaja myös sen ulkopuolella.

EPS kasvattaa kilpailuhenkisiä jalkapalloilijoita ja erinomaisia espoolaisia.





IKÄLUOKKAMALLI

Espoon Palloseurassa on käytössä ikäluokkamalli. Jokaisella ikäluokalla on ammattivalmentaja, jonka tehtävänä on huolehtia ikäluokasta kokonaisuutena.

Joukkueilla on omat vastuuvälmentajansa sekä valmennusryhmänsä – ikäluokkavalmentaja toimii näiden apuna ja johtajana arjessa.

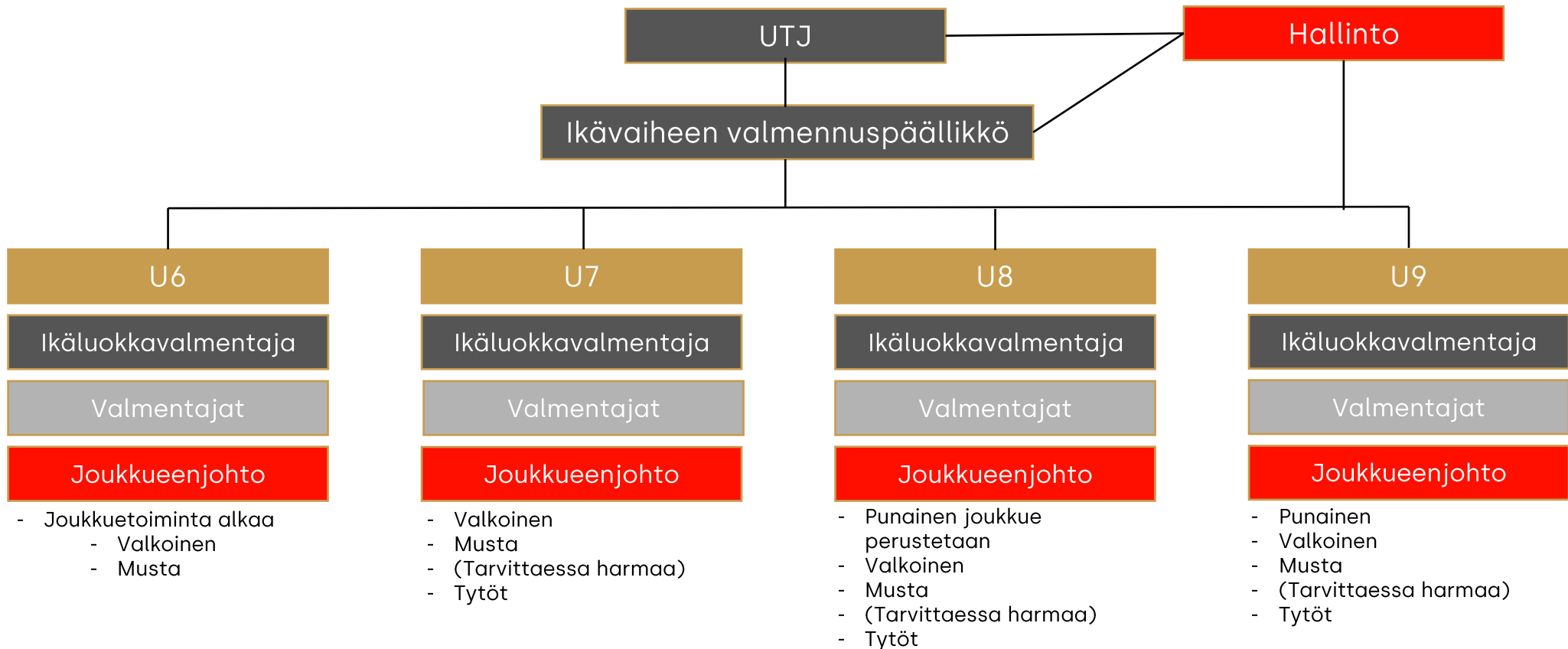
Ikäluokkavalmentajan tehtävänä on myös kouluttaa ikäluokan vanhemmista valmentajia sekä tukea heitä jalkapalloarjessa.

Ikäluokkamallin tavoitteet

- Varmistaa laadukas valmennus kaikille lapsille
- Varmistaa tavoitteellisuus, mahdollistaa kehittyminen kansainvälisen tason pelaajaksi
- Varmistaa pelaajien yksilöllinen kehittyminen
- Mahdollistaa monipuolinen harrastaminen
- Yhtenäistää valmennus- ja toimintatavat seuran sisällä



URHEILUTOIMEN RAKENNE U6-U9





IKÄLUOKKAMALLI U6-U9

Ikäluokkamalli rakentuu tässä ikävaiheessa korttelijoukkueista (musta, valkoinen, harmaa) sekä U8 ikäluokan syksyllä käynnistettävästä punaisesta ryhmästä. Korttelijoukkueita muodostetaan ikäluokkien pelaajamäärien mukaan. Joukkueissa pyritään pitämään 20-25 pelaajaa.

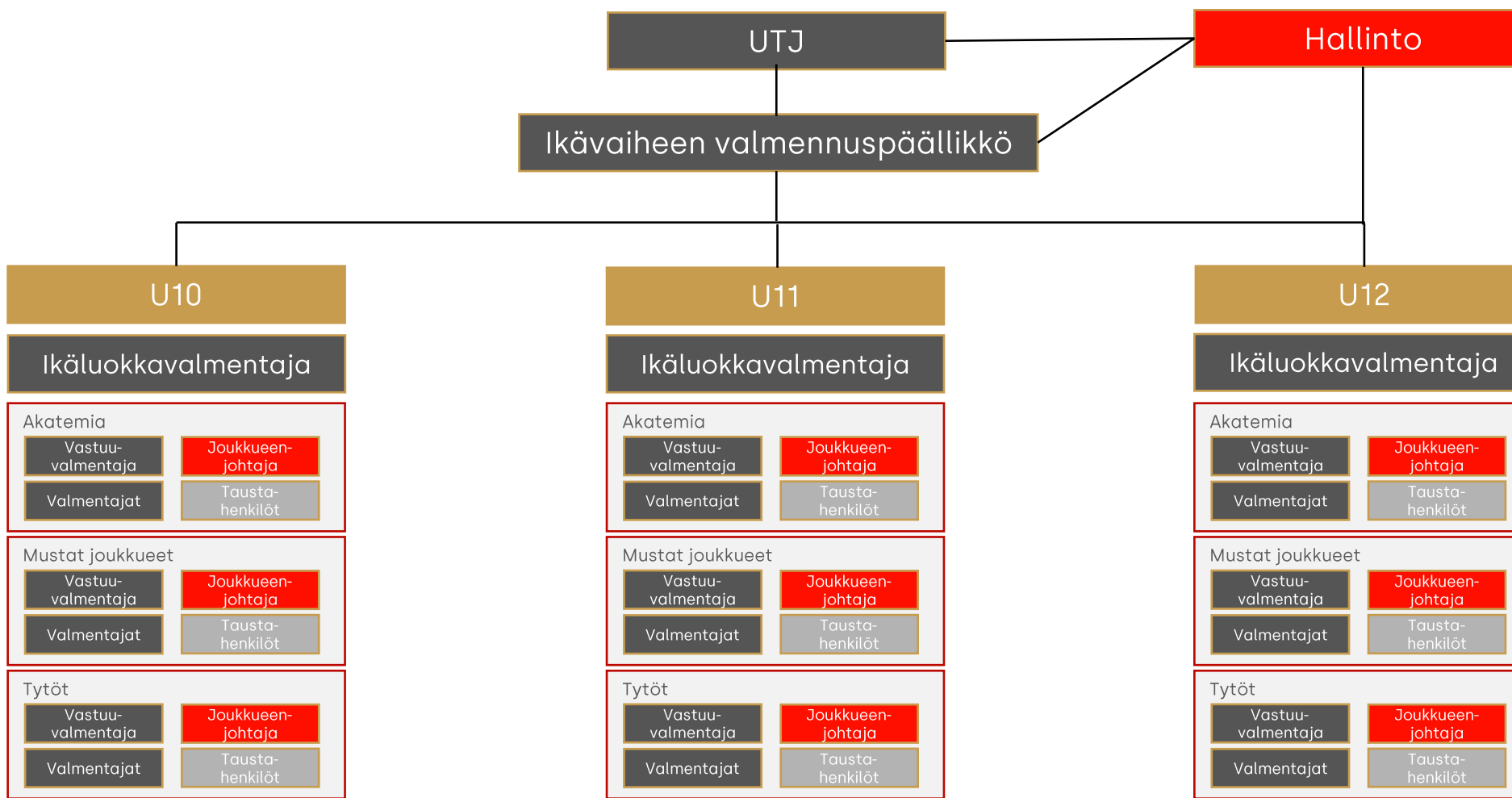
Punaiseen ryhmään pyydetään kilpailuorientoituneimmat pelaajat. Korttelijoukkueet eivät ole tasojoukkueita ja ovat avoinna kaikille. Tapahtumamäärä on sama kaikissa joukkueissa, pois lukien punaiset.

Tytöt kuuluvat samaan ikäluokkamalliin ja voivat kuulua mihin tahansa joukkueeseen. Tytöille käynnistetään myös oma joukkue ikäluokan sisällä.

URHEILUTOIMEN RAKENNE U10-U12

Tasojoukkue-toiminta alkaa. Joukkueet toimivat vahvemmin omina yksikköinä.

Palloliiton kilpailulliset sarjat alkavat





IKÄLUOKKAMALLI U10-U12

Tässä ikävaiheessa käynnistetään tasojoukkueet.

Pojilla käynnistetään tasojoukkueet U10 vaiheessa: Akatemia ja mahdollisuuksien mukaan myös Musta A. Muut ikäluokan joukkueet toimivat korttelijoukkueina ja soveltavat tasoryhmätoimintaa joukkueen sisällä.

Tytöillä erillinen akatemiajoukkue pyritään käynnistämään U12 ikäluokassa. U10 ja U11 ikäluokissa tyttöjen joukkueissa tehdään tasoryhmätoimintaa joukkueen sisällä.

Pojat ja tytöt voivat harjoitella ja pelata missä tahansa ikäluokan joukkueessa. Päätöksen tästä tekee ikäluokkavalmentaja sekä seuran valmennusjohto.

Tasojoukkueet

Akatemia on ikäluokan kilpajoukkue, jonka tarkoituksena on kehittää mahdollisimman hyviä jalkapalloilijoita sekä kilpailla seuran väreissä. Pelaajilta ja perheiltä odotetaan sitoutumista sekä runsaasti omalla ajalla harjoittelua.

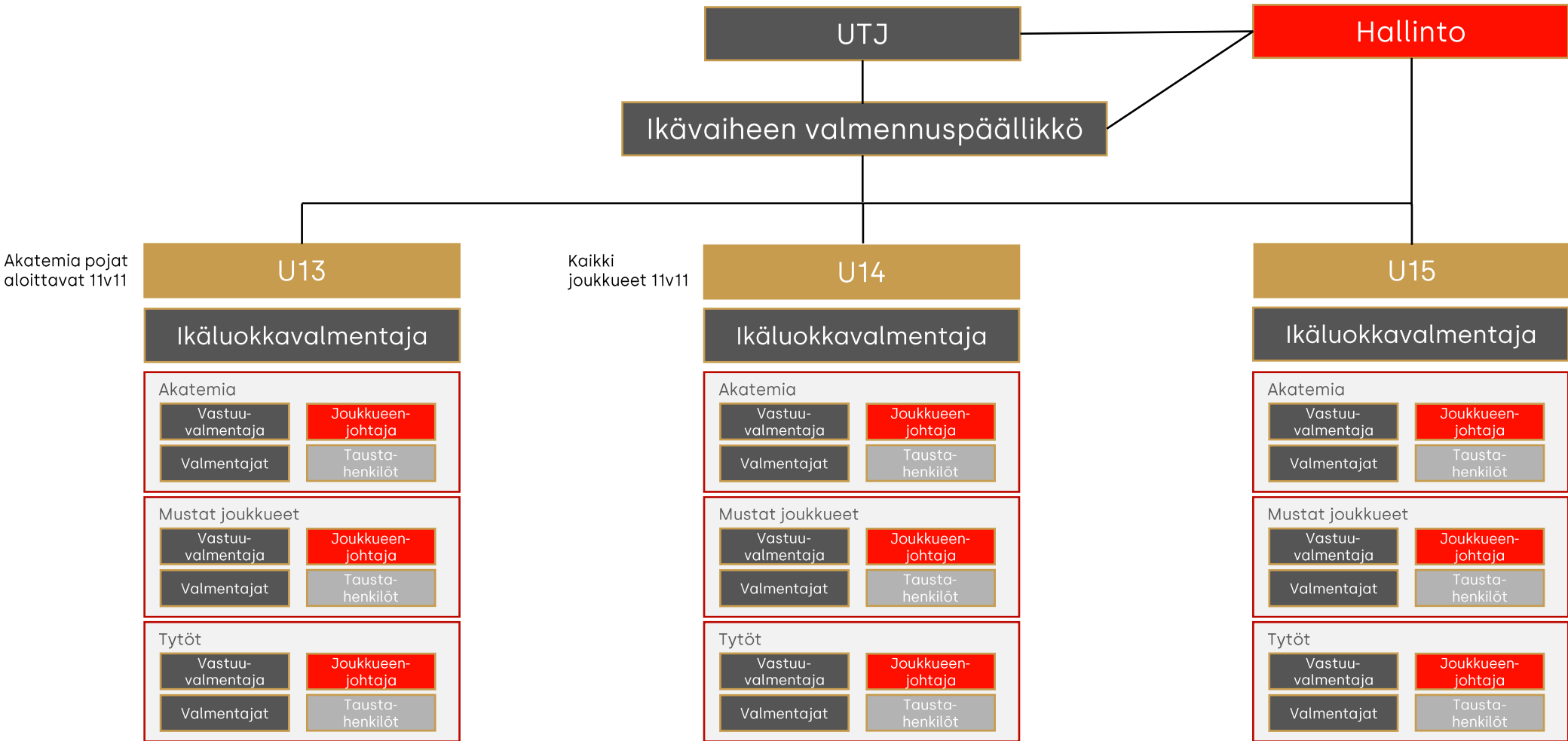
Musta A on poikien ikäluokan haastejoukkue, jonka tarkoituksena on toimia ponnahduslautana akatemiaan. Sopii myös pelaajille, joille akatemian vaatimustaso on toistaiseksi liian korkealla.

Musta B, Musta C ovat poikien korttelijoukkueita, joissa voi harrastaa ja kehittyä omaan tahtiin. Joukkueiden sisällä voi olla useamman tason pelaajia.

Tytöillä on ennen akatemiavaihetta tasoryhmiä joukkueen sisällä: **Punainen, valkoinen ja musta**. Ryhmäjakoja vaihdellaan tarpeen mukaan.



URHEILUTOIMEN RAKENNE U13-U15





IKÄLUOKKAMALLI U13-U15

Tässä ikävaiheessa toiminta ikäluokkien sisällä selkeämmin haarautuu. Akatemiajoukkueiden pelaajat keskittyvät tavoitteellisempaan ja vaativampaan harjoitteluun, kun taas mustille joukkueille varmistetaan heidän motivaatiotekijöille sopivaa toimintaa.

Ikäluokkavalmentajien tehtävänä on luoda pelaajille ympäristö, joka sopii heidän tarpeisiin. EPS:an tavoitteena on rakentaa jokaiselle ikäluokalle juuri heille sopiva jalkapalloharrastus. Mustien joukkueiden pelaajien toiveita ja tavoitteita kuunnellaan vahvasti heidän toimintaansa suunniteltaessa.

Ikävaiheen erikoisuudet

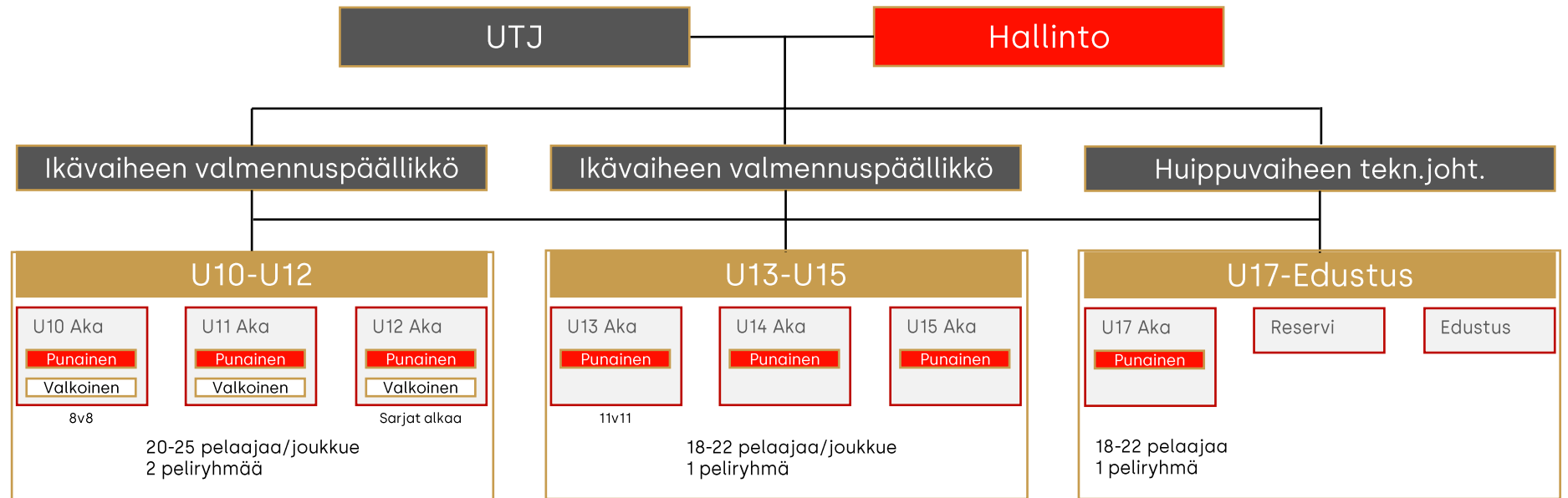
Pelaajien kasvu on hyvin yksilöllistä – sekä fyysisesti, sosiaalisesti että henkisesti. Pelaajille on annettava aikaa ja tilaa kasvaa.

Motivaatiotekijät pelaajilla vaihtelevat vahvasti. Jotkut haluavat harjoitella sekä pelata paljon, jotkut vähemmän. Sosiaalinen ympäristö on entistä merkittävämmässä roolissa.

Autonomian tunne on pelaajille tärkeää. Heidän ajatuksilla ja sanomisilla tulee olla painoarvoa toimintaa suunniteltaessa.



POIKIEN AKATEMIAPUTKI



Ensimmäiset poikien akatemiajoukkueiden pelaajavalinnat tehdään 9v syksyllä. Valinnan tekevät valmennuspäälliköt yhdessä U10 akatemian vastuvalmentajan kanssa. Pelaajavalinnat pyritään tekemään ilman erillistä koejaksoa.

Halukkaat pelaajat voivat ilmoittaa kiinnostuksestaan pelata akatemiassa ikävaiheen valmennuspäällikölle.

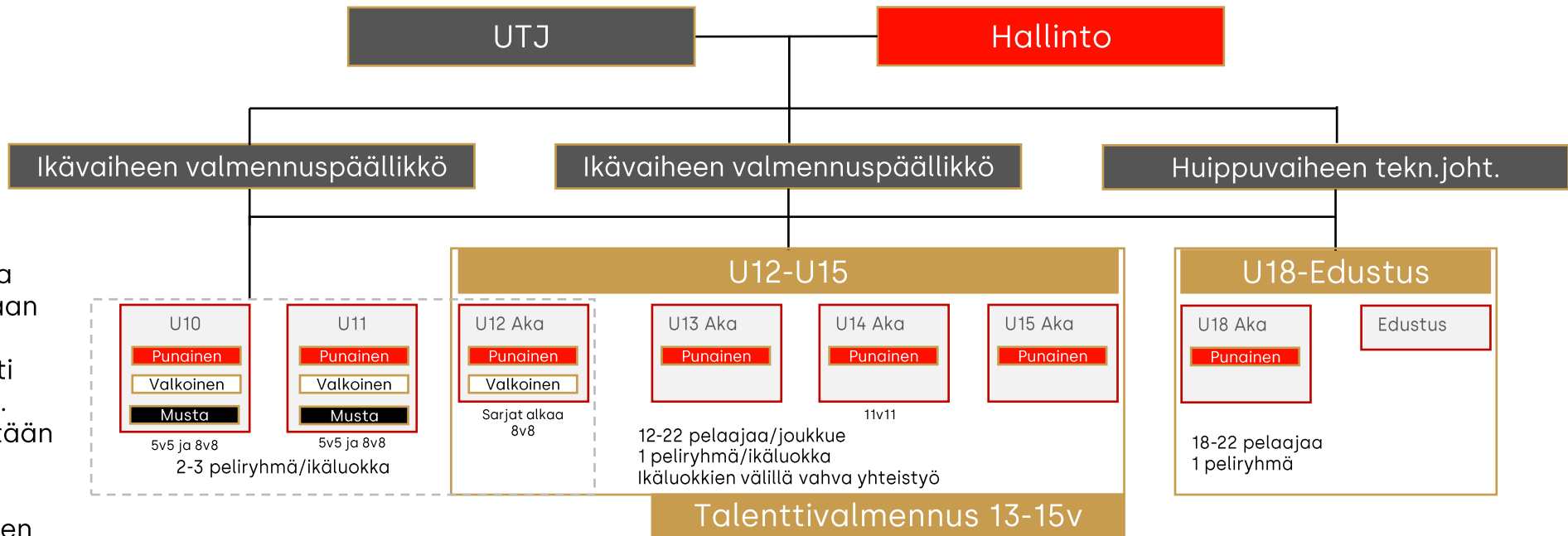
Pelaajasiirrot seuran sisällä ovat mahdollisia kauden aikana milloin tahansa. Sekä ikäluokan sisällä (akatemia-mustat joukkueet) että ikäluokkien välillä.

Seuran ulkopuolelta on myös mahdollista liittyä akatemiaan. Yhteydenotto ikävaiheen valmennuspäällikköön.

Kaikki huippuvaiheeseen liittyvät tiedustelut tekniselle johtajalle.



TYTTÖJEN AKATEMIAPUTKI



U10 ja U11 ikäluokissa pyritään valmistamaan punainen ryhmä toimintakulttuurisesti akatemiatoimintaan. Pelaajamäärää pyritään myös kasvattamaan siten, että joukkue voidaan jakaa kahteen tasojoukkueeseen U12 vaiheessa.

Ensimmäiset tyttöjen akatemiajoukkueiden pelaajavalinnat tehdään 11v syksyllä. Valinnat tekevät valmennuspäälliköt yhdessä U12 akatemian vastuuvallmentajan kanssa. Tyttöjen U12 akatemiajoukkue, kuuluu U13-U15 ikävaiheen valmennuspäällikön alaisuuteen.

Pelaajavalinnat pyritään tekemään ilman erillistä koejaksoa.

Halukkaat pelaajat voivat ilmoittaa kiinnostuksestaan pelata akatemiassa ikävaiheen valmennuspäällikölle.

Toimintakulttuuri



Tavoitteena on arvoihimme perustuva toimintakulttuuri

ILO
URHEILU
YHTEISÖ
VASTUU

ESPOO VOITTAA AINA.



TOIMINTAKULTTUURIAMME HARJOITUKSISSA

- Tervehdimme toisiamme kättelyin ennen tapahtuman aloittamista
- Toiminta aloitetaan yhdessä
 - Pienemmille lapsille ympyrässä istuen, myös valmentaja
 - Isommille ympyrässä seisten – puolet ympyrästä pelaajat, toinen puoli valmennus ja huolto





TOIMINTAKULTTUURIAMME HARJOITUKSISSA

- Harjoituskenttä ja –tilanne on tärkein ja sitä tulee suojella:
 - Harjoitellaan aina täysillä ja tosissaan, pelistä nauttien
 - Harjoituskentältä tulee poistaa kaikki sinne kuulumattomat asiat sekä ihmiset
 - Harjoituskentälle ei astuta ilman varmistusta valmentajalta
 - Harjoituskenttä siivotaan poikkeuksetta täysin tyhjäksi
 - Harjoituskentällä tapahtuvat valmentajien erimielisyydet ratkaistaan aina pelaajien ulottumattomissa



- Kaiken tulee olla suunnitelmallista, organisoitua ja sujuvaa
- Huoltovarusteet, harjoitusvälineet sekä pullot tulee sijoittaa yhtenäisesti kenttäalueen ulkopuolelle



TOIMINTAKULTTUURIAMME HARJOITUKSISSA

- Työrauha valmentajalle harjoitustapahtumassa. Älä keskeytä harjoitusta valmentavaa valmentajaa.
- Valmennuksen, huollon sekä joukkueenjohdon tulee keskittyä vain oleelliseen harjoitusten aikana.



PELIPÄIVÄ ON JUHLAPÄIVÄ.



JA SEN TULEE NÄKYÄ TEKEMISESSÄMME



TOIMINTAKULTTUURIAMME OTTELUTAPAHTUMISSA

Peliasu on juhla-asu. Se on osa seuramme identiteettiä. Sitä tulee kunnioittaa.

”Logo rinnassa on tärkeämpi, kuin nimi selässä. On syynsä miksi logo löytyy rinnan vasemmalta puolelta – juuri sydämen vierestä”

- Joukkue toimii joukkueena kokoontumisesta loppupalaveriin asti
- Pelaajat sekä valmennus, joukkueenjohto ja huolto saapuvat paikalle valmistautuneina, latautuneina ja keskittyneinä ilmoitettuna ajankohtana
- Pelaajat saapuvat tapahtumiin lenkkareilla sekä lämmittelypaidassa. Pelivarusteet vaihdetaan vasta pukukopissa tai kentän laidalla yhdessä muun joukkueen kanssa. Tapahtuman jälkeen pelivarusteet riisutaan ennen kotiinlähtöä.
- Joukkueen välittömässä läheisyydessä ovat vain valmentajat sekä joukkueen huoltajat



TOIMINTAKULTTUURIAMME OTTELUTAPAHTUMISSA

Toiminta vaihtopenkillä:

- Tunnelma tulisi luoda rauhalliseksi, keskittyneeksi ja rennoksi
- Läsnä vain pelaajat, valmennus, huolto ja tarvittaessa joukkueenjohtaja
- Kaikilla taustoilla yhtenäinen asu
- Pelaajat istuvat sovitussa paikassa seuraten peliä
- Peliä ohjaa vain vastuvalmentaja
- Tuomareiden tuomioihin tyydytään
- Vaihtoon tulevaa pelaajaa kiitetään aina suorituksesta läpsyin, kättelyin tai halauksin



TOIMINTAKULTTUURIAMME OTTELUTAPAHTUMISSA

Toiminta kentällä:

- Pelaajien peliasut ovat yhtenäiset, puhtaat ja tyylikkääät
- Kapteeni menee teikkaukseen. Teikkauksen jälkeen koko joukkue kerääntyy yhtenäiseen huutoon. Joukkueeseen kuuluu kaikki kentällä ja vaihtopenkillä olevat.
- Kentälle mennään kilpailemaan – nauttimaan pelin ehdoin
- Maaleja juhlimme aina joukkueena
- Vaadimme toisiltamme mutta emme lytäten – reaktion epäonnistumiseen tulee ensisijaisesti olla pelillinen!

A large, dark blue number '4' is positioned in the center of the slide, serving as a background for the text.

Valmentajaprofiili

**ILO
URHEILU
YHTEISÖ
VASTUU**





ARVOMME

ILO menestyminen, onnistuminen, kehittyminen, oppiminen, ystävyys

URHEILU kasvattaminen, menestyminen, kilpaileminen, työnteke, kehittyminen

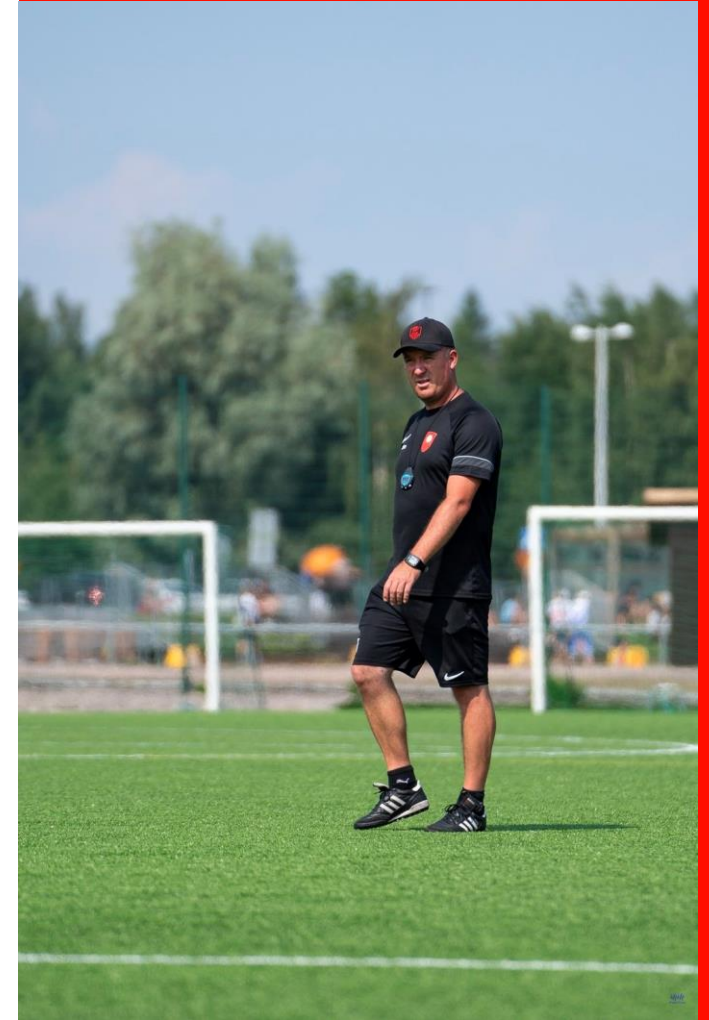
YHTEISÖ kollektiivisuus, suvaitsevaisuus, monikulttuurisuus, avoimuus, samanarvoisuus

VASTUU ekologisuus, eettisyys, ihmisistä huolehtiminen, kestävä kehitys



VALMENTAJAMME

- Kilpaillullinen – tavoite on pyrkiä voittamaan ja menestymään
- Pelaajan kehitys edellä
- Vaatii pelaajilta, välittää pelaajista
- Sietää pelaajien epäonnistumista
- Innostava – sytyttää pelaajissa liekin. Nostaa pelaajien itseluottamusta.
- Sosiaalinen – kykenee laadukkaaseen vuorovaikutukseen pelaajien sekä vanhempien kanssa
- Työskentelee seuralle, ei joukkueelle
- Edustaa jatkuvasti – kielenkäyttö, ulkoasu, elämäntavat
- Sitoutuu seuran arvoihin ja metodologiaan
- Järjestelmällisyys – suunnittelu, analysointi, raportointi





ODOTAMME VALMENTAJILTAMME

- Varmistat hyvän harjoittelun ja kilpailullisuuden
- Opetat arvojemme mukaisesti
- Vahvistat seuraylpeyttä
- Hankit tietoa oma-aloitteisesti
- Olet ammattimainen ja nöyrä
- Olet innostunut
- Suunnittelet toimintaa
- Olet perusteellinen
- Toimintasi tähtää kilpailuun
- Toimintasi tähtää harjoitteluun
- Otat vastaan myös muita seuran tarjoamia tehtäviä
- Huomioit joukkueen ja sen yksilöt
- Kehität itseäsi jatkuvasti
- Teet yhteistyötä – olet seuran valmentaja
- Omaat ongelmanratkaisukykyä



EMME ODOTA VALMENTAJILTAMME

- Heikompien pelaajien väheksymistä
- Eristäytymistä seurasta, sen arvoista ja sen metodeista
- Vanhempien kanssa keskustelua joukkueen pelaamisesta, peluuttamisesta tai pelaajista
- Oman joukkueen asettamista muiden edelle
- Kehittymishaluttomia valmentajia

ESPOON PALLOSEURA



ESPOON PALLOSEURA

www.espoonpalloseura.fi