



FORTUM TUTOR
Peli-iloa koko perheelle –
Jalkapallojuniorin vanhemman
opas

20.6.2012

Fortum Tutor -ohjelma

- **Fortumin ja Suomen Palloliiton** vuonna 2009 aloittama valtakunnallinen ohjelma
- Kohderyhmänä erityisesti alle 12-vuotiaiden lasten valmentajat



Fortum Tutor -ohjelman tavoitteet

- > Taata jokaiselle alle 12-vuotiaalle lapselle osaava ja kannustava valmentaja
- > Lisätä lasten peli-iloa
- > Taata turvallinen ja iloinen tie pitkäaikaiseen jalkapalloharrastukseen ja liikunnalliseen elämäntapaan kannustavassa yhteisössä



Mikä on tutor?



- > Valmentajan henkilökohtainen sparraaja — valmentajan valmentaja
- > Tutoreiksi on valittu huippuvalmentajia, entisiä maajoukkuepelaajia sekä kasvatus- ja liikunta-alan ammattilaisia



Fortum

Kaikki pelaa -Leikkimaailma



- > ”Parempi muokata peliä lasten tarpeisiin kuin lapsia pelin tarpeisiin.”



Fortum

Kaikki Pelaa -Leikkimaailman pelimuodot ja säännöt



Ikäluokka	F5, F6	F7,F8	F9	E10,E11
Kouluvuosi	-	1 – 2	3	4 -5
Pallonkoko	3	3	3	4
Pelimuoto	4v4	5v5	5v5	7v7
Kentänkoko	30 m x 20 m	40 m x 30 m	40 m x 30 m	60 m x 40 m
Maalinkoko	1 x 3/2 x 3	2 x 3/2 x 5	2 x 3/2 x 5	2 x 5
Peliaika *	2 x 20 min	2 x 25 min	2 x 25 min	2 x 30 min
Paitsioalue	ei käytössä	ei käytössä	ei käytössä	käytössä
PPT	Puolen pelin takuu peliajasta jokaiselle pelaajalle.			
Varoitukset	Punainen tai keltainen kortti eivät ole käytössä.			
Vihreäkortti	Reilun pelaajan vihreä kortti jaetaan kaikissa otteluissa.			
Vaihdot	Vaihdot ovat edestakaiset ja lentävät.			
Lisäpelaaja	Häviöllä oleva joukkue saa lisäpelaajan kun ero on suurempi kuin 5 maalia, mutta menettää sen kun ero laskee 2 maaliin.			
Rajaheitto /rajasyöttö	rajasyöttö	rajasyöttö	rajaheitto	rajaheitto
Maalipotku/ Maaliheitto	heitto tai potku	heitto tai potku	heitto tai potku	maalipotku
Pelaajia/otteluu(maksimi)	4 – 7 (8)	5 – 8 (10)	5 – 8 (10)	7– 11 (14)



Kaikki Pelaa -Leikkimaailma käytännössä



- > 5-11-vuotiaat lapset
- > Luodaan perusta jalkapallotaidoille ja peliajatukselle
- > Futisleikit ja pienpelit keskeisenä opetusmenetelmänä
- > Pieni pelikenttä ja vähäinen pelaajamäärä mahdollistaa
 - enemmän kosketuksia palloon
 - enemmän laukauksia
 - enemmän tilaisuuksia omiin ratkaisuihin
 - enemmän onnistumisia
 - helpomman pelitilanteiden hahmottamisen ja ymmärtämisen
 - ämpärikaupalla peli-iloa kaikille



Kaikki Pelaa –Leikkimaailma käytännössä



- > Rohkea ja aktiivinen pelaaminen auttaa oppimaan ja kehittymään
- > Kannusta yrittämään ja tekemään omia ratkaisuja
- > Paljon peliaikaa hyvällä peluuttamisen suunnittelulla
- > Asteittain kasvava määrä joukkue- ja omatoimiharjoittelua
- > Operaatio Pelisäännöt
- > Erotuomari = Pelinohjaaja
- > Taitokilpailulajit 8-11-vuotiailla



Fortum Tutorin vinkit 5-6-vuotiaan lapsen vanhemmille

- > Näytä mallia omalla hyvällä käytökselläsi ja ohjaa lapsia kohtelemaan toisiaan kunnioittavasti
- > Opetta lapset kuuntelemaan lyhyet ohjeet ja ole itse kärsivällinen harrastuksen alkuvaiheen haasteissa ja tunnemyrskyissä
- > Auta paljon käytännön asioissa!



Fortum Tutorin vinkit 7-8-vuotiaan lapsen vanhemmille



- > Ohjaa lapsia kunnioittamaan ohjaajia, pelinohjaajia ja pelikavereita
- > Ohjaa lapsia keskittymään kuuntelemaan lyhyet ohjeet tarkkaavaisesti
- > Kannusta lapsia omiin ratkaisuihin peleissä ja leikeissä – anna lapselle ratkaisurauha
- > Anna paljon kiitosta ja myönteistä palautetta – huomaa onnistumiset ja innosta voittamaan myös haasteet



Fortum Tutorin vinkit 9-11-vuotiaan lapsen vanhemmille



- > Tue lapsen vastuuntunnon kehittymistä
- > Kannusta yrittämään ja tekemään parhaansa
- > Ohjaa lapsia luomaan ja ylläpitämään positiivista joukkuehenkeä
- > Auta oppimaan ja vahvistamaan jalkapalloilijan lajitaitoja ja pelikäsitystä myös kotona





Fortum Tutorin vinkit lasten omatoimiseen jalkapalloharjoitteluun

> 5-6-vuotiaat:

- > pallonkäsittely jalan eri osilla kuljettaen ja kääntyen
- > 1 v 1, 2 v 2 tai 3 v 3 pelit, joissa ohitetaan vastustajia hyökätessä ja ”rosvotaan” palloja vastustajalta puolustettaessa

> 7-8-vuotiaat:

- > jalkapalloilijan yksilötaidot: kuljettaminen, käännökset, harhautukset, laukaukset, haltuunotot ja pääpelin alkeet
- > 1 v 1, 2 v 2 pienpelit

> 9-11-vuotiaat:

- > yksilötaitojen vahvistaminen: kuljettaminen, käännökset, harhautukset, laukaukset, haltuunotot, pääpeli
- > pienpelit kavereiden kanssa kehittävät pelikäsitystä ja taitoja



Fortum Tutorin vinkit lasten omatoimiseen jalkapalloharjoitteluun

- > Lisätietoa omatoimisesta harjoittelusta löydät:
 - www.kuukaudenkikat.fi



Vanhemman roolit seuratoiminnassa

- Valmentaja/Lasten ohjaaja
- Apuvalmentaja
- Joukkueenjohtaja
- Huoltaja
- Talkootoimija
- Turnaus- tai tapahtumatoimija
- Varustetoimija
- Rahastonhoitaja



Jokainen seura tarvitsee vanhempia luodakseen turvallisen ja iloisen harjoitteluympäristön joukkueen pelaajille.



Fortum Tutorin muistilista jokaiselle jalkapalloilevan lapsen vanhemmalle



- > Tuothan lapsesi ajoissa harjoituksiin
- > Huolehdithan varusteista
- > Katsothan, että lapsesi syö hyvin
- > Huolehdithan lapsesi riittävästä yöunesta
- > Täytähän juomapullon harjoituksiin
- > Annathan valmentajalle työrauhan
- > Kannusta ja osallistu positiivisen joukkuehengen luomiseen



Käy tutustumassa ja kerro valmentajille ja vanhemmille



- > valmentajille treenivinkkejä ja muuta aineistoa, myös vanhemmille www.fortumtutor.fi
- > vanhemmille: kerro valmentajalle, millainen lapsesi on www.fortumtutor.fi/tunne-pelaajasi
- > turnaukscalenteri, vanhempien muistilista, uutisia ja videoita: www.facebook.com/fortumtutor

