



KOKONAISVALTAINEN KEHITTÄMISEN SEURANTA JALKAPALLOSSA

KUNTOTESTAUSPÄIVÄT 18.3.2016

Hannele Forsman, LitM
Kehityspäällikkö, valmennuskeskus, EUO
Jatko-opiskelija, JYU, KIHU

SISÄLTÖ

SHA
SAMI HYYPIÄ ACADEMY

1. Uusinta uutta – tiivistelmä väitöskirjatutkimuksesta ”Nuorten suomalaisten jalkapalloilijoiden kehitymisprosessi – kokonaisvaltainen näkökulma”
2. Teoriasta käytäntöön - Sami Hyypiä Akatemian kokonaisvaltainen kehittymisen seuranta –konsepti



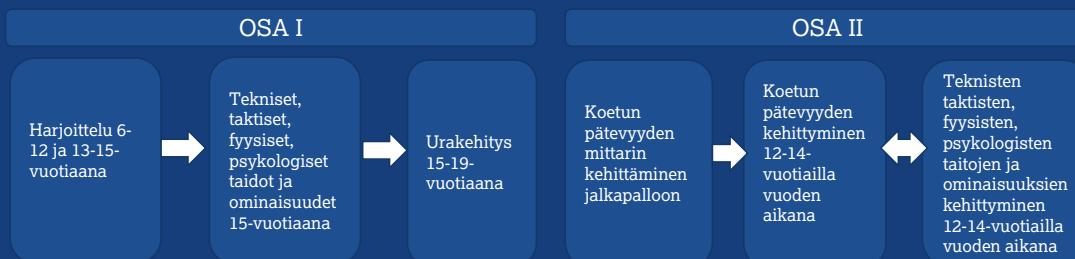
EERIKKILÄ
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

ekono METHOD

1. UUSINTA UUTTA

SHA
SAMI HYYPIÄ ACADEMY

TIIVISTELMÄ VÄITÖSKIRJATUTKIMUKSESTA ”NUORTEN SUOMALAISTEN JALKAPALLOILIJOIDEN KEHITYMISPROSESSI – KOKONAISSVALTAINEN NÄKÖKULMA”



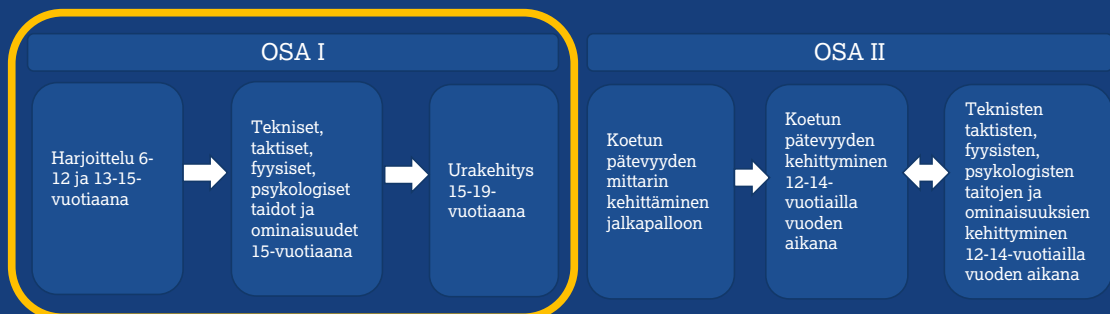
EERIKKILÄ
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

ekono METHOD

TAUSTAA

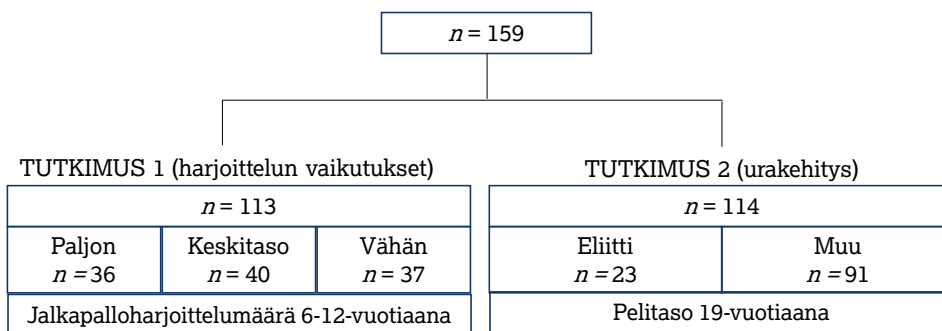
- Harjoittelu
 - Aikainen erikoistuminen, aikainen kiinnittyminen vai myöhäinen erikoistuminen
 - Oma päälaji vs. muut lajit
 - Ohjattu harjoittelu vs. omatoiminen pelaaminen
- Jalkapallossa vaadittavat taidot ja ominaisuudet
 - Tekninen, taktinen, fyysinen, psykologinen
 - Biologisen kypsymisen ja harjoittelun vaikutus kehittymiseen
- Urakehitys
 - Lahjakkuuden tunnistaminen ja varhaiset valinnat
 - Pitkän tähtäimen potentiaalin arviointi
 - Eri taitojen ja ominaisuuksien merkitys
- Koettu pätevyys
 - Sisäisen motivaation osatekijä
 - Asia- ja tilannespesifiä
 - Koettuun pätevyyteen vaikuttavia tekijöitä

OSALLISTUJAT, MENETELMÄT, PÄÄTULOKSET



OSALLISTUJAT - OSA I

- 1995-syntyneitä jalkapalloilijoita 12 parhaasta suomalaisesta junioriseurasta (tutkimuksen alkaessa 15-vuotiaita)



MENETELMÄT - OSA I

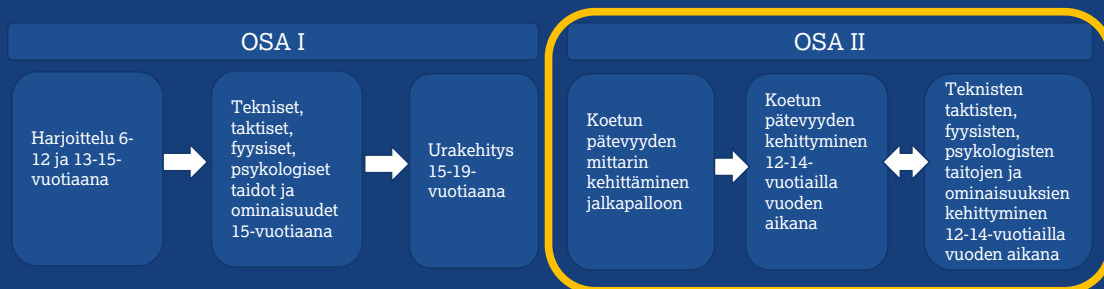
Mitä mitattiin?	Miten mitattiin?
Harjoitteluhistoria 6-15v	Kyselylomake (pohjautuen Ward et al., 2007)
Tekniset taidot	Syöttö ja pujottelu syöttö ja keskitys
Taktiset taidot	Itsearviointilomake (TACSIS, Elferink-Gemser et al., 2004)
Fyysiset ominaisuudet	Nopeus, ketteruus , kevennyshyppy, kestävyys
Psykologiset taidot	Itsearviointilomake (PSIS-R-5, Mahoney et al., 1987)

PÄÄTULOKSET OSA I

- Pelaajat, jotka harjoitelleet ja pelanneet enemmän jalkapalloa ohjatusti ja omalla ajalla lapsuusvaiheessa
 - Harjoittelivat enemmän jalkapalloa myös nuoruusvaiheessa
 - Olivat parempia teknisiltä, taktisilta, fyysisiltä ja henkisiltä ominaisuuksiltaan 15-vuotiaana
- Pelaajat, joilla oli paremmat syöttö- ja keskitystaidot, ketteryysominaisuudet ja korkeampi motivaatio 15-vuotiaana, menestyivät todennäköisemmin 19-vuotiaana

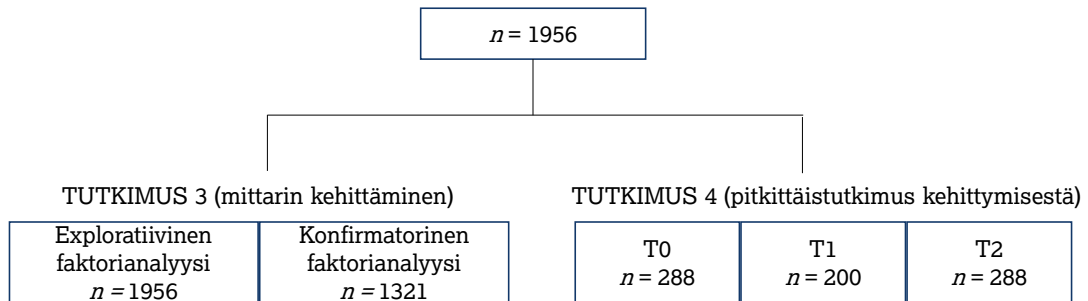


OSALLISTUJAT, MENETELMÄT, PÄÄTULOKSET



OSALLISTUJAT - OSA II

- 10-15-vuotiaita pelaajia 21 suomalaisesta Sami Hyypiä Akatemian kehittymisen seuranta-konseptiin osallistuvasta junioriseurasta



MENETELMÄT - OSA II

Mitä mitattiin?	Miten mitattiin?
Koettu pätevyys	Alustava versio kehitetystä mittarista Perceived Game-Specific Soccer Competence Scale (Forsman et al. 2015)
Tekniset taidot	Pujottelu, syöttö
Taktiset taidot	Itsearviointilomake (TACSIS, Elferink-Gemser et al., 2004)
Fyysiset ominaisuudet	Nopeus, ketteryys
Psykologiset taidot	Itsearviointilomake (PSIS-R-5, Mahoney et al., 1987)

PÄÄTULOKSET OSA II

SHA
SAMI HYYPIÄ ACADEMY

- Koettu pätevyys ja motivaatio olivat korkeita ja säilyivät samalla tasolla vuoden seurantajakson aikana
- Tekniset ja taktiset taidot sekä nopeus- ja ketteryysominaisuudet pysyivät lähes samalla tasolla vuoden seurantajakson ajan
- Positiiviset yhteydet
 - koettu pätevyys ja motivaatio (taso ja muutos)
 - koettu pätevyys ja nopeus- ja ketteryys (taso)

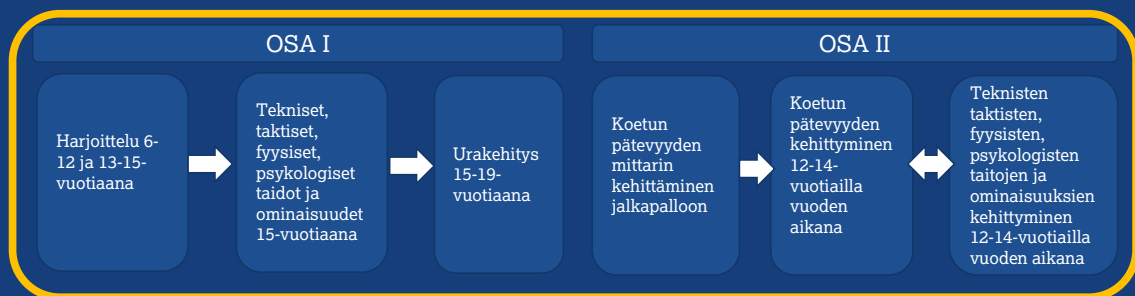


EERIKKILÄ
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

ekono METHOD

JOHTOPÄÄTÖKSET

SHA
SAMI HYYPIÄ ACADEMY



EERIKKILÄ
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

ekono METHOD

JOHTOPÄÄTÖKSET

1. Lapsuusvaiheessa on tärkeää harjoitella jalkapalloa sekä omalla ajalla että ohjatusti
 - Onnistuminen → oppiminen → innostus → motivaatio harjoitella myös nuoruusvaiheessa
 - Omatoimisen ja ohjatun harjoittelun rooli kehitymisessä erilainen
2. Pelaajan potentiaalia tulee arvioida kokonaisvaltaisesti, yksilöllisesti ja pitkällä aikajänteellä
 - Painotus muuttujissa, jotka eivät ole niin herkkiä biologiselle kehitymiselle
3. Pelaajan koetun pätevyyden kehittymistä tulee tukea osana valmennusprosessia
 - Vaikutus motivaatioon, harjoitteluun, kehittymiseen
 - Huomio etenkin myöhemmin kehittyviin pelaajiin



LISÄTIETOA

- Forsman, H., Blomqvist, M., Davids, K., Konttinen, N. & Liukkonen, J. 2016. The Role of Sport-specific Play and Practice during Childhood in the Development of Adolescent Finnish Team Sport Athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching* 11 (1), 69-77.
- Forsman H., Blomqvist, M., Davids, K., Liukkonen, J. & Konttinen, N. 2016. Identifying Technical, Physiological, Tactical and Psychological Characteristics that contribute to Career Progression in Soccer. *International Journal of Sports Science & Coaching*. (in press)
- Forsman H., Gråstén, A., Blomqvist, M., Davids, K., Liukkonen, J. & Konttinen, N. 2015. Development and Validation of the Perceived Game-Specific Soccer Competence Scale. *Journal of Sports Sciences*. doi: 10.1080/02640414.2015.1125518
- Forsman H., Gråstén, A., Blomqvist, M., Davids, K., Liukkonen, J. & Konttinen, N. 2015. Development of perceived competence, tactical skills, motivation, technical skills, and speed and agility in young soccer players. *Journal of Sports Sciences*. doi: 10.1080/02640414.2015.1127401

2. TEORIASTA KÄYTTÄNTÖÖN



SHA:N KOKONAISVALTAINEN KEHITTÄMISEN SEURANTA - KONSEPTI JALKAPALLOSSA

PELAAJAN KOKONAISVALTAINEN KEHITTÄMINEN – PELI KESKIÖSSÄ

Pelaamisen
perusvalmiudet

Pelitaidot

Urheilullinen
elämäntapa

Urheilu ja muu
elämä

EERIKKILÄ
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

ekono 
METHOD

NÄKÖKULMIA



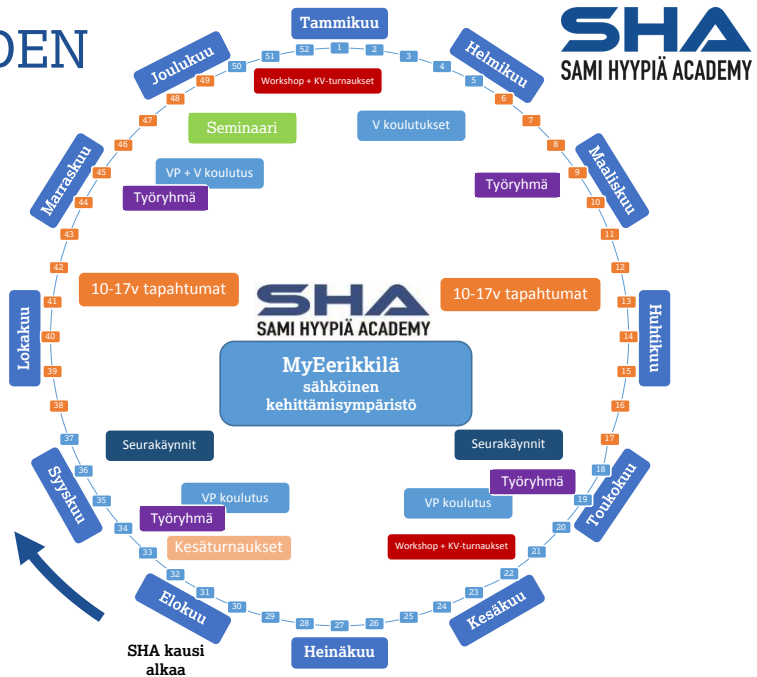
1. Yksilön kehittämisnäkökulma
 - Välitön palaute tasosta ja kehitymisestä pelaajalle ja valmentajalle
2. Joukkueen/ seuran kehittämisnäkökulma
 - Välitön palaute tasosta ja kehitymisestä valmentajalle ja valmennuspäällikölle
3. Suomalaisen jalkapallon kehittämisnäkökulma
 - Tutkimus- ja kehittämistyö
 - Valmentajakoulutus

EERIKKILÄ
BRINGING OUT THE BEST SINCE 1949

ekono 
METHOD

KONSEPTI VUODEN SISÄLLÄ

- 2015-2017 yhteistyö 21 seuran kanssa
 - 10-17-vuotiaat
 - 150- 300 pelaajaa/ ikäluokka → 2200 pelaajaa
 - 110-220 valmentajaa, 24 valmennuspäällikköä
- Tutkimus- ja kehittämissyhteistyö
 - KIHU
 - UKK-instituutti
- Yhteistyö jalkapallon teknis-taktiset asiat, valmentajakoulutus
 - Soccer Services Barcelona

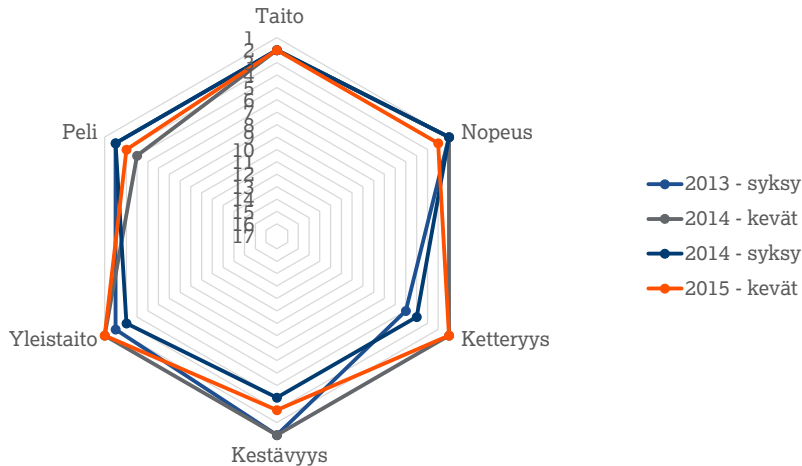


KOKONAISVALTAINEN KEHITTÄMISEN SEURANTA –TAPAHTUMAN SISÄLTÖ

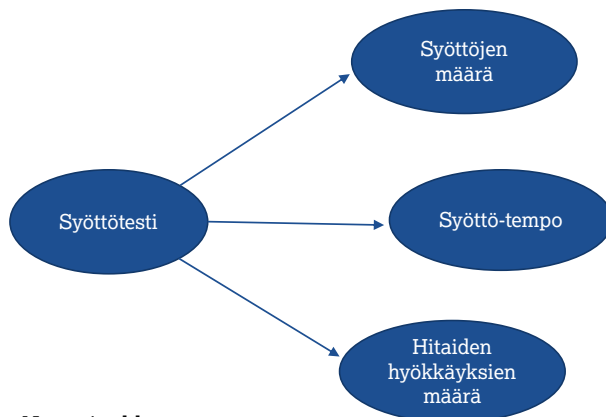
SHA
SAMI HYYPIÄ ACADEMY

- Kokonaisvaltaisen kehittämisen seurantatapahtuman aikana **joukkueet pelaavat 3-4 peliä ja tekevät kokonaisvaltaisen kehittämisen seurantakokonaisuuden**, joka pitää sisällään:
 - Tapahtuman aikana toteutettavat:
 - ”Hyökkään pallollisena/pallottomana ja puolustan pallollista/pallotonta” + ”joukkue kentällä” (peliin kuvaukset, pelianalyysit)
 - ”Syötän, kuljetan, lauan ja otan haltuun” (lajitaidot)
 - ”Orientaationi, kehonhallintani, tasapainoni ja rytmini” (yleistaidot)
 - ”Ehdin ja jaksan” (fyysiset ominaisuudet)
 - ”Vältykö vammoilta” (terve futaaaja testit)
 - ”Millainen olen ja miksi pelaan?” (itsearviointi)
 - Tapahtuman ulkopuolella kerättävät
 - ”Harjoittelenko riittävästi ja oikein kehittyäkseni” (harjoittelu)
 - ”Pelaammeko riittävästi ja oikean tasoisia pelejä” (pelimäärät)

KOKONAISVALTAINEN KEHITTYMINEN - ESIM. JOUKKUEVERTAILU



PELAAMISEN PERUSVALMIUKSIEN JA PELITAITOJEN YHTEYDET – ESIM. SYÖTTÖ



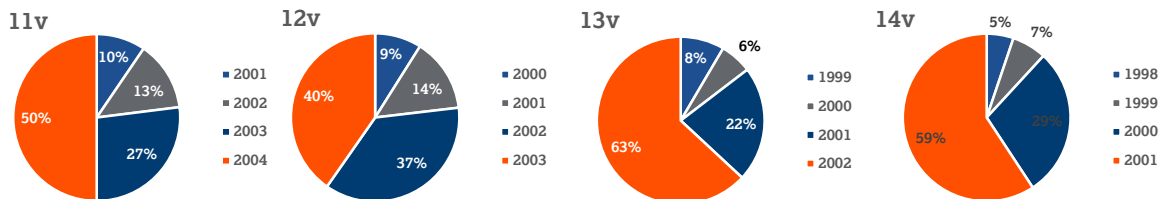
N= 64 joukkuetta

- Mitä parempi syöttötestin keskiarvo joukkueella sitä
 - ...suurempi syöttömäärä pelissä
 - ...sitä korkeampi syöttötempo pelissä
 - ...sitä suurempi hitaiden hyökkäysten määrä pelissä
- Hyvät perussyöttötaidot mahdollistavat
 - tarkat ja nopeat syötöt pelitilanteessa
 - pelin rakentamiseen pallonhallinnan kautta

KEHITTYMINEN YKSITTÄISELLÄ OSA-ALUEELLA ESIM. SYÖTTÖTESTI POJAT (2011-2015)



	11v (n=496)	12v (n=524)	13v (n=503)	14v (n=501)
Mediaani	41.8 s	39.4 s	37.7 s	35.9 s
Parhaat 25% *	40.0 s	37.4 s	35.7 s	34.4 s
Parhaat 10%	37.4 s	35.7 s	34.5 s	33.2 s
SHA ennätys	33.6 s	31.0 s	30.5 s	28.6 s



Kuinka suuri osuus parhaat 25% rajan saavuttavista pelaajista syntynyt minäkin vuonna



ESIMERKKI "HYVÄ" KEHITTYMINEN YKSILÖTASOLLA VUODESSA – SYÖTTÖTESTI POJAT



	Lähtötaso heikko		Lähtötaso keskiverto		Lähtötaso hyvä	
	s	%	s	%	s	%
Kasvu						
Hidas	17.1	32.0	5.9	13.5	2.1	5.5
Keskiverto	14.8	27.5	5.7	13.5	2.3	6.0
Nopea	16.2	29.0	5.8	14.0	3.5	8.5

Huom. Kaikki ikäluokat samassa – jaettu ensin ryhmiin omassa ikäluokassaan kasvun ja lähtötason mukaan

Hyvä kehittyminen = 25% pelaajista saavuttaa tämän kehittymisen tason riippuen

- [Kasvusta \(hidas 25%, keskiverto 50%, nopea 25%\)](#)
- Lähtötasosta (heikko 25%, keskiverto 50%, hyvä 25%)



Kiitos!

In Co-operation with:

