



Valmennus- organisaatio

Alkaen 1.11.2019

Hallitus 10.10.2019



HJS:n strategiatiivistelmä

VISIO

”Kanta-Hämeen alueen merkittävin liikuttaja”

MISSIO

Matala kynnyks harrastuksen aloittamiselle

Tarjoamme mahdollisuuden harrastaa tai nousta huipulle

Kannamme yhteiskuntavastuun

STRATEGISET TAVOITTEET

Harrastajamäärän hallittu kasvu

Vakaa ja ennustettava talous

Laadukas pelaajakehitys

Turvallinen kasvuympäristö

ARVOT

Avoimuus, Yhteisöllisyys, Tavoitteellisuus, Turvallisuus



Sininen lanka





Valmennusorganisaatio 1.11.2019->

Huippuvaihe

Lauri Hakanen

A – B -juniorit

URLI

Valmennuslinja

Maajoukkue-
yhteistyö

Nuoruusvaihe

Mika Pulkkinen

C15 - D12

Aamuvalmennus

Yksilövalmennus

Huuhkaja/Helmari

Aluejoukkueet

Lapsuusvaihe

Joni Reijo

E11 – F8

Koulutus

Yhteistyöseurat

Taitokulttuuri

Naperovaihe

Ville Lilja

Naperot

Päiväkodit

Iltapäiväkerhot

Koulut

Alueellinen Valmennuskeskustoiminta

Talviturnaukset ikäluokittain

Testaaminen/HJS

Terve Urheilija HJS:ssä! / Tomi Mäkelä



Tehostamistoimenpiteet 2019-2020

TOIMENPITEET

HJS
Testaaminen

Yksilövalmennus

Terve
Urheilija
HJS:ssä!

Joukkuetuki
ja
-yhteistyö

Maalivahdit

Valmennuslinja

AIKATAULU

1.9.2019 ->
1.11.2019 ->

1.11.2019 ->

1.11.2019 ->

1.11.2019 ->

1.12.2019 ->

- 31.10.2020

TAVOITE

Kehittymisen
seuranta/
Valmennuslinjan
päivittäminen

Huippu-
yksilöiden
tukeminen
arjessa!

Terveet
pelaajat/
Vammojen
ennaltaehkäisy

Päätoimisten
tuki arjessa /
Joukkueiden
välinen yhteistyö

Maalivahtien
tukeminen/
Pelaamisen
syventäminen

Yhtenäinen
tapa toimia!
HJS
Sininen lanka



HJS testaaminen seuraympäristössä

- AVK = Suomen Palloliiton alueellinen Valmennuskeskustoiminta kohdistuu toimintakaudella 2019-2020: E11 (2009) – C14 (2006) -ikäluokkien tyttö- ja poikapelaajiin. Tapahtumat Eerikkilässä/Hämeenlinnassa.
- Lisäksi HJS aloittaa ko. toiminnan esivaiheen jo E10 (2010) ikäluokkien tyttö- ja poikapelaajille.
- Aloitetaan myös Sinisten-joukkueiden säännöllinen testaaminen (halukkaille) marraskuussa 2019.
- Säännöllisen testaamisen kautta pelaajien yksilöllinen kehittyminen ja sen seuranta mahdollistaa tulevaisuuden kehitystoimenpiteet.

AIKATAULU: AVK 1.9.2019-
HJS 1.11.2019-

VASTUU: Valmennuspäälliköt



Yksilövalmennus

- HJS aloittaa yksilövalmennuksen kohdistuen 1. vaiheessa D12-C14 – ikäluokan pelaajiin sekä pojissa että tytöissä.
- Ryhmään valitaan yhteensä 8 kpl sekä tyttö- että poikapelaajaa.
- Ytimessä pelaajan menestyksekkäs kehittäminen seuraympäristössä.
- Teemat: Urheilijaksi kasvaminen, yksilöllinen ohjelmointi ja viikkorytmi, koulun käynnin yhdistäminen huippu-urheiluun, yksilöllinen harjoitus sekä yksilöllinen seuranta ja palaute.

AIKATAULU: Aloitus 12.11.2019

VASTUU: Mika Pulkkinen



Terve Urheilija HJS:ssä!

- Kehittää Terve Urheilija HJS:ssä! -konseptia sekä siihen kuuluvia toimintamalleja, kuten ”matalan kynnyksen fysioterapiaa”.
- Yhtenäistää ja monipuolistaa seuran eri ikäluokkien/joukkueiden tapoja valmistautua pallolliseen harjoitukseen (alkuveryttelyt).
- Tuottaa selkeämpiä ikäluokkakohtaisia malleja säännölliseen tuki- ja liikuntaelimestön ns. suojaharjoitteluun (lihaskunto- ja voimaharjoittelu).
- Pituusmittauksen aloittaminen D12-ikäluokasta ylöspäin.
- Hallin fyysiikka-alueen käyttöönotto sekä lisäharjoittelun mahdollistaminen.

AIKATAULU: Aloitus 1.11.2019

VASTUU: Tomi Mäkelä



Joukkuetuki/-yhteistyö

- Seuran päätoimiset eivät toimi joukkueiden valmennustiimeissä vaan heidän tuki ja seuranta keskitetään joukkueiden laadukkaan arjen tukemiseen 100 %.
- HJS turnaukset osana joukkueiden kehitystyötä seuran valmennuspäälliköiden johdolla.
- Sinivalkoisten – Sinisten joukkueiden yhteistyön lisääminen ja kehittäminen.
- Ikäluokkien välisen, myös tyttö- ja poikajoukkueet, yhteistyön lisääminen ja kehittäminen.

AIKATAULU: Aloitus 1.11.2019

VASTUU: Tommi Laitila (joukkuetuki)
Joni Reijo (joukkueyhteistyö)



Maalivaahdit

- Innostaa ja motivoida pelaajat kokeilemaan maalivahtina pelaamista nuoremmissa ikäluokissa.
- Tarjota kaikille seuran maalivahdeille mahdollisuus erikoisharjoitteluun.
- Yhtenäistää ja kehittää maalivahtipelaamista osana joukkuetta.
- Luoda HJS Maalivahti -polku

AIKATAULU: Aloitus 1.12.2019

VASTUU: Ville Kalervo (pojat) / Niina Päärnä (tytöt)



Valmennuslinja

- Luodaan seuralle oma valmennuslinja, joka vastaa jalkapallon nykypäivän vaatimuksiin.
- Valmennuslinjan tulee ohjata ja tukea seuran eri käytänteitä myös kentän ulkopuolella.
- Ikäluokkakohtaisiin tavoitteisiin ja mittareihin kiinnitetään erityistä huomiota ja näiden tulee ohjata harjoittelun sisältöjä.
- Valmennuslinjan ja valmentajakoulutuksen yhdistäminen on suuri voimavara laadukkaan lopputuloksen saavuttamiselle.
- Aamuvalmennuksen kehittäminen osaksi joukkue toiminnan kokonaisuutta.

AIKATAULU: Valmis 31.10.2020 mennessä

VASTUU: Lauri Hakanen