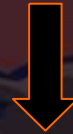


MAALIVAHTIPOLKU U15-U22 JUNIORIT



KJT HAUKAT MAALIVAHTIPELIN PAINOPISTEET

MAALIVAHTIPELIN TAVOITTEET
URHEILULLISEMPIA MAALIVAHTEJA



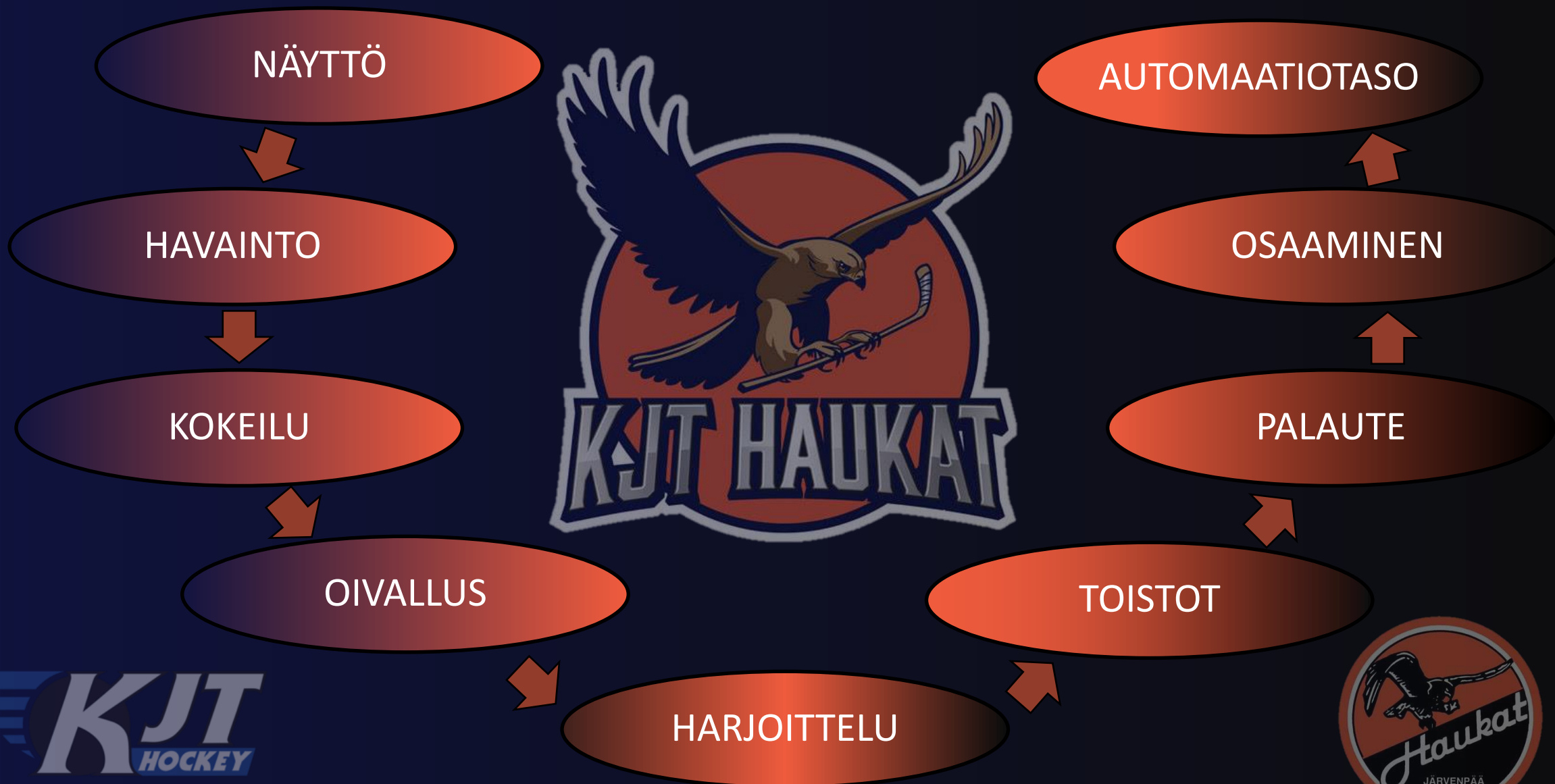
PAREMPIA MAALIVAHTEJA



HYVÄSTÄ
LOISTAVAKSI



OPPIMISPROSESSIN ETENEMINEN



PELITILANNE

JATKOPELAAMINEN

TORJUNTA

SIJOTTUMINEN

LIKKUMINEN

RATKAISUN TEKO

PELINLUKU



U15 - U16 JUNIORIT



U15 – U16 JUNIORIT

- Joukkueessa on maalivahtivalmentaja.
- Urheilulliseen elämäntapaan ohjaaminen, voittavaksi ja itseohjautuvaksi maalivahdiksi jalostuminen, pelinopeuden (liikkuminen, kiekonhallinta, reagointi maalintekotilanteessa, pelin lukeminen) kehittäminen.
- Maalivahti/pelaaja yhteistyö, pelikäsitys, oma peli, kilpakiekon vaatimukset.
- Luistelu, peliasento, liikkumistekniikat, perustorjunnat, mailapeli, sijoittuminen, "minun tekniikat".



U15 – U16 JUNIORIT

- Urheilija ja maalivahti; pelitaitoja tukevien fyysisten ominaisuuksien kehittäminen

- Omatoimisuus
- Tavoitteellisuus
- Suoritustunne
- Elämänhallintataitojen kehittäminen
- Keskittyminen
- Tunnetilojen tunnistaminen ja hallinta
- Minäkuva/Identiteetti
- Harjoittelun laatu



U17 – U22 JUNIORIT



U17 – U22 JUNIORIT

- Joukkueessa on maalivahtivalmentaja.
- Lajitekniikoiden ja lajitaitojen laadukas hallitseminen.
- Kokonaisvaltaisuus kaikilla toiminnan tasoilla.
- Kyky pelata potentiaalin ylärajoilla tasaisesti.
- Paineensietokyky- taito/keinot hallita ja ohjata tunnetiloja.
- Urheilijaksi kasvaminen.
- Fyysisten valmiuksien kehittäminen ja ylläpito.



U17 – U22 JUNIORIT

- Pelikäsiytyys → pelin lukeminen → ratkaisu.
- Luistelu, peliasento, liikkumistekniikat, perustorjunnat, mailapeli, sijoittuminen, "minun tekniikat".
- Maalivahti hallitsee joukkuekohtaiset pelistrategiat.
- Omatoimisuus, vastuullisuus/tavoitteellisuus, suoritustunne, elämönhallintataitojen kehittäminen, keskittyminen, tunnetilojen tunnistaminen ja hallinta, minäkuva/identiteetti, harjoittelun laatu.
- Tavoitteellinen kehittyminen.



KAIKKI ON OTETTAVISSA

