

Osaamispolku – Tavoitteet Leijonakiekkokoulu ja G- ikäluokissa

Pelaajana kehittyminen
"Peli"

Ihmisenä kehittyminen
"Luonne"

Urheilijana kehittyminen
"Luistelu"

Pelin oppiminen

Henkisten valmiuksien kehittäminen

Lajitekniikoiden- ja taitojen
opettelu

- Pelaamisen kultaiset säännöt
- "Katse ylhäällä" -pelaaminen, pelin havainnointi
- Rajatun alueen pelit sovelletuin säännöin pelin opettamisessa
- Leikit ja kisailut
- Pelisääntöjen omaksuminen
- Ryhmässä toimiminen
- Kaverin kanssa pelaaminen
- Kiertävät pelipaikat

- Liikunnalliseen elämäntapaan innostaminen
- "Terveen itsetunnon kehittyminen – jokaista huomioidaan
- Parhaansa yrittäminen
- Kuunteleminen ja keskittyminen
- Urheilijan itseluottamus – kyvykkyyden tunne

Tekniset perustaidot luistelun, kiekonkäsittelyn, syöttämisen ja laukomisen osalta

Fyysismotoristen valmiuksien
kehittäminen

Monipuoliset liikunnalliset perusvalmiudet; ketteryys, koordinaatio, tasapaino ja nopeus

Säännöllistä ja monipuolista liikuntaa ympäri vuoden

Leijonakiekkokoulussa kannustetaan lapsia liikkumaan – Perheiden vastuu

Osaamispolku – Sisällöt Leijonakiekkokoulu ja G- ikäluokissa

Pelaajana kehittyminen
"Peli"

Ihmisenä kehittyminen
"Luonne"

Urheilijana kehittyminen
"Luistelu"

Pelin oppiminen

Henkisten valmiuksien
kehittäminen

Lajitekniikoiden- ja taitojen
opettelu

HYÖKKÄYSPELIN VIISI KULTAISTA SÄÄNTÖÄ

- Hyökkäyspeli alkaa heti, kun saadaan kiekko
- Kiekko on aina pelaajaa nopeampi
- Kiekottomat hakevat vapaata paikkaa
- Maalinteko alkaa laukauksesta
- Kiekollinen ahtaasta tilasta väljään tilaan

PUOLUSTUSPELIN VIISI KULTAISTA SÄÄNTÖÄ

- Puolustaminen alkaa heti, kun kiekko menetetään
- Aina yksi häiritsemässä vastustajan kiekollista pelaajaa
- Ohjaa kiekollista laitoihin ja nurkkiin
- Näe pidettävä vastustaja ja kiekko
- Vartioi ennen kaikkea vastustajan mailaa (pelaa maila pois)

Millaisia leikkejä?

Aloittelijoille on hyvä valita leikkejä, joissa ei tarvitse kilpailla muita vastaan. Tällaisia leikkejä ovat mm. esineiden keräilyleikit. Edistyneemmille voidaan aloittaa hippaleikit, joissa ei käytetä mitään välineitä vaikeuttamassa suoritusta. Tällainen leikki on esim. kuka pelkää jäämiestä ilman mailaa ja mailan kanssa. Erilaiset pelit antavat paljon mahdollisuuksia, jotta jokainen lapsi saa omalle osaamisen tasolleen soveltuvia tehtäviä.

Jääkiekkoleikit

Luisteluleikeillä voidaan luistelutaitoa kehittää monipuolisesti. Luisteluleikki on hyvä valinta jonkin tietyn tavoitteen esim. kaarreluistelun kehittämiseksi. Tarkkuusleikeillä voidaan kehittää mm. syöttö- ja laukaisutaitoja. Tarkkuusleikit vaativat hyvää keskittymistä tehtävään. Hippaleikeillä voidaan kehittää mm. kiekon kuljetus, syöttö- ja laukaisutaitoja. Hippaleikit ovat vaativia leikkejä, joissa lapsi yrittää samanaikaisesti huolehtia oman välineensä hallinnasta ja tarkkailla ympäristöään. Pelitilanneroleissa toimimista voidaan harjoitella leikkien avulla. Leikkiessä voidaan oppia jääkiekkoon liittyviä eri käsitteitä ja liittää niihin konkreettista toimintaa.

- Monipuolisen liikunnan mahdollistaminen
 - Viestiminen sidosryhmille
 - Aikataulujen suunnittelu
- Jokaisen kannustaminen ja huomioiminen -
- Turvallisuuden tunteen luominen
- Ei vertaamista muihin, vaan omaan tekemiseen
- Ryhmän pelisääntöjen luominen yhdessä
- Onnistumisten kautta kyvykkyyden vahvistaminen
- Lasten mukaan ottaminen toiminnan suunnitteluun – osallistaminen esimerkiksi leikkien ja pelien valinnassa
- Tunteiden näyttämisen salliminen

LUISTELU

Kaatuminen
Ylösnouseminen
Eteenpäin luistelu

- Lähtö
- Suora eteenpäin luistelu
- Pysähtyminen

Kaarreluistelu eteenpäin (sirklausluistelu 1-2 potkua, kaarreluistelun esivaihe)

Taaksepäin luistelu

- Lähtö
- Suora taaksepäin luistelu
- Pysähtyminen

Käännökset

- Vauhtikäännös
- ETPL-TPL
- TPL-ETPL

KIEKONHALLINTA

Kiekonkäsitteily peliasennossa painonsiirron vartalon edessä ja sivulla kämmenellä ja rystyllä
Kiekon kuljettaminen / työntäminen kämmenellä kahdella kädellä, vartalon edessä vuorotellen kämmenellä ja rystyllä

SYÖTTÄMINEN JA VASTAANOTTO

Vetosyöttö paikaltaan ja luistelusta
Vastaanotto kämmenpuolelta paikaltaan ja luistelusta

LAUKOMINEN

Vetolaukaus paikaltaan ja luistelusta
Rystylaukaus

Osaamispolku – Mittarit Leijonakiekkokoulu ja G- ikäluokissa

Pelaajana kehittyminen
"Peli"

Ihmisenä kehittyminen
"Luonne"

Urheilijana kehittyminen
"Luistelu"

Pelin oppiminen

Henkisten valmiuksien kehittäminen

Lajitekniikoiden- ja taitojen
opettelu

- Rajatun alueen pienpelit (2v2, 3v3, 4v4) sovelletuin säännöin
 - Lajitekniikoiden ja taitojen sekä pelin oppiminen
 - Jään tehokas käyttö ja organisointi
 - Toistomäärät → Liikutaan koko tunti, ei vaihtopelaajia→ Pelaamisen kultaiset säännöt
- Harjoitusryhmien muodostaminen
 - Tasoryhmät
 - Tasavahvat ryhmät
 - Kaverit huomioon
 - Eri pelipaikkojen kokeilu
- Jokaisessa harjoituksessa mukana
 - Lajitekniset sisällöt (luistelu-, kiekonkäsittely- ja mailatekniikka)
 - Kisat, leikit ja radat (tukevat aina lajiteknisten sisältöjen oppimista)
 - Pelin oppimiseen liittyvät sisällöt (tukevat pelin oppimisen lisäksi lajiteknisten sisältöjen oppimista)
 - Kasvatukselliset sisällöt→ "Puolet ajasta peliä"

- Sidosryhmäyhteistyö monipuolisen liikunnan mahdollistamiseksi
 - Vanhempain-illat (määrä, sisältö)
 - Muu viestintä
- Toiminnan suunnittelu ja toteuttaminen
Leijonakiekkokoulun sisältöjen pohjalta
- Jokaisen tunteminen ja puhuttelu
nimellä - nimitarrat
- Pelisääntöjen luominen

- Suunnitelmien toteutus ja seuranta
 - Kirjatut suunnitelmat
 - Harjoituskirjan täyttö
 - TJ / VP / TV nähtävissä
- Toistomäärät harjoituksissa
 - Aktiivisen työajan seuranta- kaavake – "kellotus"
- Harjoitusryhmien muodostaminen
 - Tasoryhmät
 - Tasavahvat ryhmät
 - Kaverit huomioon
 - Eri pelipaikkojen kokeilu

- Hockey Centre
- LKK materiaalit
- Kausisuunnitelmat
- Juniorivalmentajan käsikirja
- Paikallaoloseuranta / maaliwahtiseuranta
- Pelaamisen kultaiset säännöt

- Hockey Centre
- LKK materiaalit
- Kausisuunnitelmat
- Juniorivalmentajan käsikirja

- Hockey Centre
- LKK materiaalit
- Kausisuunnitelmat
- Harjoituskirja
- Aktiivisuus- lomake
- Paikallaoloseuranta / maaliwahtiseuranta
- Juniorivalmentajan käsikirja