

Paikallislitot kouluttavat, osa 5

Kuopiossa painopiste nuorissa - muita ikäryhmiä unohtamatta

teksti ja kuvat:
ESA KAUNISKANGAS

Täältä voitte poimia omiin paikallislittoiinne sopivat ja parhaat koulutusmallit ja ideat. Näin saamme yhdessä laajennettua laadukasta koulutustoimintaa Suomessa ja saamme toivon mukaan uusia jäseniä rakkaan harrastuksemme pariin. Viimeisenä on vuorossa Kuopion Keilailuliitto.

Kuopion Keilailuliitto Fakta:
Perustettu 1957
Jäsenmäärä 284
Juniorijäseniä 23

Kuopion Keilailuliitto on perustettu vuonna 1957, liittona se on Suomen neljänneksitoista vanhin. Toiminta alkoi kaupungin keskustassa 6-rataisessa hallissa. Vuoden 1974 alusta nykyinen 16-ratainen keilahalli on toiminut jäähallin vieressä keskustan välittömässä läheisyydessä. Yrittäjä Hannu Saikko on pyörittänyt hallin toimintaa vuodesta 1993 saakka. Toinen liiton halleista sijaitsee Siilinjärvellä kylpylä Fontanelan alakerrassa. Vuoden 1992 lopulla perustettua 6-rataista hallia isännöi nykyisin Tommi Poutiainen.

Menestyksekkäimpiä kuopiolaisia keilaaajia ovat olleet 1960-luvun Mai-

re ja Aarre Rautakoski sekä Kirsti Miettinen. Ehkäpä heidän innostamaan kuopiolaisen juniorikeilailun huiputetket sijoituivat 1970- ja 1980-luvuille, jolloin Jere Rautakoski, Aaro Tanskanen ja Marja-Liisa Ilvoaara, muutamia mainitakseni, tulivat tutuiksi kansainvälisten ja kotimaisten juniorikilpailujen kaudella. Viimeisen parin vuosikymmenen aikana menestystä ei ole tullut niiden aikojen malliin.

Nuoria keilaaajia kaivataan

Kuopion Keilailuliiton jäsenten ikärakenne on muuttunut ja nykyisin toiminta painottuu veteraaneihin. Liiton 284 jäsenestä 115 eli 40% on veteraaneja. 1990-luvun lopulla ja 2000-luvun alussa juniori-iässä olleet puuttuvat lähes täysin, nuoria on liiton jäsenistössä vain kuusi. Viime vuosina junioreiden määrä on lisääntynyt etenkin Siilinjärvellä. Tällä hetkellä rekisterissä on 23 junioria ja muutamia uusia on tulossa.

Paljolti junioreiden lisääntyminen on pohjautunut valmentaja Esa Ikäheimon tekemään työhön. Hän aloitti valmennuksen vuonna 1993, kun oma poika Olli aloitti keilaamisen. Esa kouluttautui I- ja II-tason valmentajaksi ja valmensi liiton molemmissa halleissa 1990-luvulla ja 2000-luvun alkupuoliskolla pientä joukkoa innokkaita junioreita. Heistä parhaiten tunnettu on SKL:n koulutusviedoi-



Keilakerholaisten harjoituksissa Siilinjärvellä riittää vilskettä ja vipinää opeteltaessa keilailun perussuoritusta. Tietojen ja taitojen kartuttua nuoret pääsevät siirtymään Pro Teamiin.

den "mannekiini" Teemu Pekkarinen, jonka nykyaikaisen keilailusvingin pohjatyön Ikäheimo on tehnyt.

Ikäheimon siirryttyä 2000-luvun puolivälissä valmentamaan yksinomaan Siilinjärven halliin, jäi Kuopion valmennustoiminta lähinnä hallissa työskennelleen Pentti Hyvärisen harteille, joka ohjasi keilaaajia sen mitä ratamestarin tehtäviltä jäi aikaa. Junioreita ja nuoria Kuopiossa on tällä hetkellä keilaseura Tiimissä yhteensä 12 ja nytemmin heitä on liittynyt pari vuotta sitten perustettuun vastaanottoseuraan, Sportia Teamiin.

Kuopiossa on viime vuosina järjestetty säännöllisesti keilakouluja, joiden osallistujista pääosa on kuitenkin ollut aikuisia. Suurimmalle osalle heistä keilailusta on tullut lähinnä mukava harrastus. Viime kaudella keilakouluja pidettiin kaksi. Vastuuvallmentajana niissä oli Jouni Heino, joka on käynyt Kuortaneella SKL:n perusvalmentajakurssin muutama vuosi sitten. Samalta kurssilta on valmistunut Ikäheimon "apuvalmentajana" Siilinjärvellä toimiva Merja Rissanen. 2000-luvun alussa ovat keilailun I-tason valmentajatutkinnon suorittaneet

Siilinjärveltä Olli Ikäheimo ja Birgitta Lundström sekä Elina Halonen.

Huoli Kuopion keilahallin juniorimäärästä on aktivoitunut liiton tehtävissä olevia toimihenkilöitä. Anne ja Esa Kauniskangas valmistuivat 2008 perusvalmentajiksi ja 2009 kilpavalmentajiksi Kuortaneelta. Kuluvaan syksyn kurssilta valmistuivat perusvalmentajiksi Raimo Tossavainen ja Antero Mustola.

Valmentajien määrä alkaa olla Kuopiossa hyvällä tasolla, edessä on kuitenkin kova työ saada taantunut junioreiden määrä nousemaan. Junnuttu on pyörinyt useita vuosia, kuluvalle kaudelle se on siirtynyt koulutettujen valmentajien vedettäväksi. Tässä ryhmässä valmennetaan vasta-alkajien lisäksi niitä muutamaa kuopiolaista junioria, jotka haluavat valmennusta.

Myös varttuneempien ikäluokkien valmennusta järjestellään. Keväällä 2009 Sami Järvilä kävi Kuopiossa ja Joensuussa peräkkäisin iltoina koulutuksessa aikuisia keilaaajia mm. ratojen lukemiseen, pallojen ominaisuuksiin ja nykyaikaiseen paikkotekniikkaan. Oli ilo nähdä kuinka innostuneita 20 - 30

vuotta keilanneet veteraanit olivat oikeassa valmennuksessa, osa ensimmäistä kertaa. Tästä rohkaistuneina ollaan järjestämässä paikallisin voimin jatkoa tänä alkaneena vuonna.

Siilinjärvellä toimii keilakerho, jossa on kaksi ryhmää. Nuoremmat kokoontuvat hallille keskiviikkoisin klo 16 - 17. Kehittyneempien ryhmän, ProTeamin harjoitukset ovat klo 17 - 18. Valmennustunti maksaa kolme euroa kerholaista kohden. Tällä kaudella aloittelijoiden ryhmässä on käynyt yhdeksän ja ProTeamissa kolmetoista jäsentä.

Edistyneempien ryhmässä on pyritty siihen että samalla radalla on kaksi valmennettavaa. Esa Ikäheimon valmentamissa ryhmässä ikähahtari on 6 - 18 vuotta. Nuorempien ryhmästä ProTeamiin voi siirtyä, kun hallitsee heilurin aloituksen, nykyaikaisen korkean heilurin, viiden askeleen vauhdin ja irrotuksen siten että pyörintä ja pallon liike näkyvät. Tulostasokriteeriä ei enää ole.

Toisen valmentajan Merja Rissanen mukaan junioreiden aktiivisuutta seura-

vuotta keilanneet veteraanit olivat oikeassa valmennuksessa, osa ensimmäistä kertaa. Tästä rohkaistuneina ollaan järjestämässä paikallisin voimin jatkoa tänä alkaneena vuonna.

Puheenjohtajan ajatuksia

Keilailussa ollaan viimeinkin pääsemässä golfin kaltaiseen "green card" järjestelmään, jossa keilakoulu, lajin alkeiden oppiminen, on edellytys rekisteröinnille ja kilpakeilailun aloittamiselle. SKL:n järjestelmällinen valmentajakoulutus on lisännyt ja lisäämässä valmentajien määrää eri puolilla maata.

Jonkinlainen aluevalmentajajärjestelmä voisi olla paikallaan nostamaan junioreita valtakunnallisiin valmennus- ja maajoukkueeryhmiin myös muualta kuin pääkaupunkiseudulta. Paikallista valmennustoimintaa helpottaisi se, että saimme sponsorit innostumaan lajiimme, jonka vapaa-aikanhoitovalloineen on jo nostanut suuren yleisen tietoutteen. Etenkin aloittelevien junioreiden on vaikea saada tukea harjoittelulle.

Useampi harjoitustunti viikossa normaalityyppisessä koulutuksessa josta jääkiekkoyhdistysten kuukausittaiset jäämaksut. On muistettava että 6 - 12 vuoden iässä luodaan pohja taitolajien tekniselle osaamiselle. Keilailunkaan oppimiseen ei ole oikotietä, taitavuuteen tarvitaan satojatuhansia toistoja. ●

Syntymälahjakas vai talentti?

Nuoren Suomen ja Suomen Olympiakomitean yhdessä urheilun asiantuntijatyöryhmän kanssa laatima Lahjakkuus lasten ja nuorten urheilussa -raportti pyrkii rohkeasti lahjakkuuden lähteille. Raportin laaja-alaiseen sisältötyöhön on osallistunut eri alojen erityisasiantuntijoita sekä lajiliittojen, valmentajien ja urheiluopistojen edustajia. Raportissa tuodaan esille lahjakkuuden eri ulottuvuuksia ja sen tavoitteena on avata keskustelua: mitä lahjakkuus lasten ja nuorten urheilussa on ja mitä sen eteen tulisi tehdä?

Marraskuussa pidetyssä raportin julkistamisminäarissa kasvatustieteen emeritusprofessori Kari Uusikylä kiteytti lahjakkuuden peruskysymyksiä olevan kolme: Mitä lahjakkuus on? Onko lahjakkuus perittyä vai hankittua? Miten lahjakkuutta voi kehittää ja miten sen voi tappaa?

Parhaana lähestymistapana niin kasvattajille, valmentajille kuin opettajillekin Uusikylä piti Gagnen (1991) lahjakkuusmallia. Gagne jakaa lahjakkuuden käsitteellisesti synnynnäiseen lahjakkuuteen (giftedness) ja erityislahjakkuuteen (talent). - Gagnen mukaan meillä on synnynnäisiä kykyalueita geeneissämme. Jo 5-6-vuotiaista lapsista näkee, kuinka he hakeutuvat itselleen luontaisten puuhien pariin, mutta ydinasia on, mitä noille lahjoille tapahtuu matkalla kohti aikuisuutta. Erityislahjakkuudet kehittyvät vain määrätietoisella harjoittelulla. Matka synnynnäisestä lahjakkuudesta erityislahjakkuudeksi on pitkä eikä siihen ole olemassa valmista käsikirjaa.

"Sisäistä motivaatiota, halua ja rakkautta"

Vuodesta 1986 lahjakkuutta tutkineen Kari Uusikylän viesti oli selvä.

- Keskeisin asia lahjakkuudessa on motivaatio, oma sisäinen halu kehittyä. Mutta miksi joku onnistuu, joku ei? Ja kuinka valmennuksessa onnistutaan kymmenen vuoden ajan säilyttämään tuo innokkuus lahjakkuuden kehittämiseen?

Siinä on valmennuksen ydin, joka vaatii Uusikylän sanoin "hivestä taitoa".

- Hyvä valmentaja ymmärtää, että kaiken pitää olla kunnonssa; kehon, mielen ja elämäntilanteen. Valmentajan vastuulla on yhdistää tunne-elämältään tasapainoisen nuoren urheilijan rohkeaa ja luova itsensä toteuttaminen harjoittelun tehokkuuteen ja huipputuloksiin.

- Oletteko kuulleet juoksijasta nimeltä Jukka Keskisalo? Hän lopetti urheilunsa 15-vuotiaana kun palkintokaappi pysyi tyhjänä. 16-vuotiaana valmentaja haki hänet takaisin. Hän on aika hyvä juoksija nykyään, totesi Uusikylä.

Myyttisyydestä menestykseen

Kari Niemi-Nikkola, Suomen Olympiakomitean valmennuksen johtaja, totesi lahjakkuuden käsitteeseen liittyvän hankaluutta ja jopa myyttisyyttä, joita on hyvä avata.

- Toivottavasti käsitteitä selkeyttämällä pystytään luomaan yhtenäisyyttä tämän teeman käsitteilyyn myös käytännön arjessa, harjoittelussa ja valmennuksessa sekä saadaan suuntaviivoja ja ohjeistusta siihen, kuinka lahjakkaita nuoria urheilijoita tulisi valmentaa.

- Käsite, joka kiehtoo sekä itseäni että valmennusta maailmanlaajuisesti, on harjoitettavuus. Missä määrin se on lahjakkuutta tai harjoitettava ominaisuus? hän kysyi uskoen itse sen olevan lahjakkuuden osa-alue. Myös Niemi-Nikkola totesi, että ilman sinnikäästä työntekoa lahjakkuutta ei saa esille.

Lahjakkaat harjoittele!

Kehitysohjtaja Pasi Mäenpää Nuoresta Suomesta kuvasi lahjakkuuden avaamista hyväksi startiksi ja toivoi käsitteilyä jatkuvan lasten ja nuorten urheilun eri tasoilla.

- Lahjakkuuden parempi ymmärtäminen auttaa kaikkia lasten ja nuorten urheilun parissa toimivia, hän sanoi ja viittasi lahjakkaiden urheilijoiden olevan omalla tavallaan erityisryhmän edustajia.

Hän totesi käytännön kehittämistarpeita olevan lukuisia lahjakkuustiedon laajasta levittämisestä yksilöiden tukemiseen. Nuoren Suomen toimenpiteistä hän mainitsi 12-15-vuotiaille suunnatun Kasva urheilijaksi -ohjelman, jolla pyritään aktivoimaan erityisesti murrosikäisten urheilijoiden omatoimista harjoittelua. Sen, kuinka syntymälahjakas voi kehittyä talentiksi, Mäenpää kiteytti muotoon:

- Lahjakkaat harjoittele!

Kiinnostuitko?

Raportti (2009) on laadittu yhteistyössä Nuoren Suomen ja Suomen Olympiakomitean sekä urheilun asiantuntijatyöryhmän kanssa. Erityisasiantuntijoina on toiminut Kari Uusikylä, Jarmo Liukkonen, Jari Lämsä, Harri Hakkarainen ja Sami Kalaja. Työryhmän jäseninä ovat toimineet Manu Kangaspunta, Pasi Mäenpää, Asko Härkönen, Kari Niemi-Nikkola, Minna Blomqvist, Tomi Vantinen, Heikki Kyröläinen, Hannele Forsman, Pekka Potinkara, Erkka Westerlund, Antti Paananen, Kari Ukkonen, Jani Lakanen, Laura Tast ja Anna Kirjavainen. Laaja työryhmä pääsi raportissa yksimielisyyteen siitä, että lahjakkuus on haasteellinen asia ymmärtää, pikatesteistä on päästävä pidemmän ajan profilointiin, lahjakkuuden kehittyminen on yksilöllistä ja huomio on kiinnitettävä toimintaympäristön kehittämiseen

Jos kiinnostuit, tilaa raportti: manu.kangaspunta@nuorisuomi.fi. Hinta on 10 euroa. ●

teksti: PAULA SALMELA



ProTeam: Ossi Hakkarainen (alhaalla vasemmalla), Roope Reijonen, Juha-Pekka Tiirikainen, Niko Raatikainen (ylhäällä vasemmalla), Matias Hartikainen, valmentaja Merja Rissanen, Sami Korhonen ja Juho Rissanen. Kuvasta puuttuvat harjoituksissa olleet Eetu Raatikainen ja Henri Leskinen sekä Janne Juntunen, Henri Heiskanen, Mikko Keinänen ja Lauri Leppänen.