



Lähteet:

Damian Farrow: The Value of Modification in Children's Sport to Enhance Skill Development. Keynote presentation. 2nd Motor skills Acquisition Conference. 2017

Tomi Vänttinen: Growth-associated variation in body size, hormonal status, physical performance characteristics and perceptual-motor skills in Finnish young soccer players : a two-year follow-up study in the U11, U13 and U15 age groups. Studies in sport, physical education and health. University of Jyväskylä. 2013



Modification Advocate

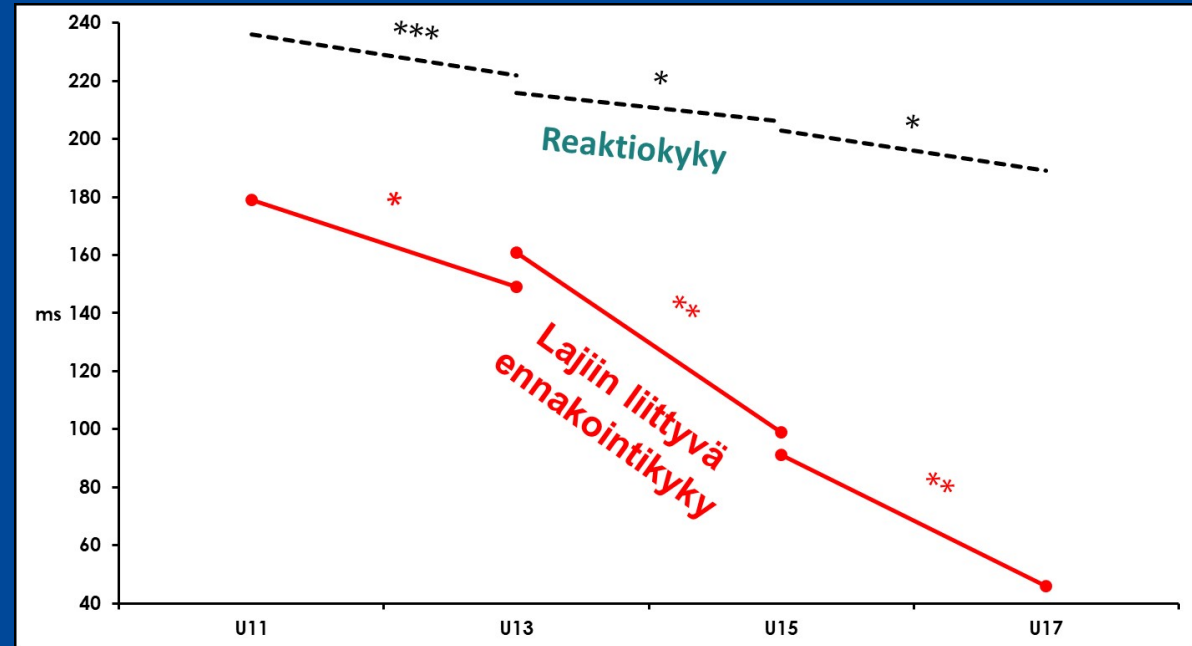
An appropriately modified sport will be more immune to poor coaching

12th July 2014



Yksilölliset erot

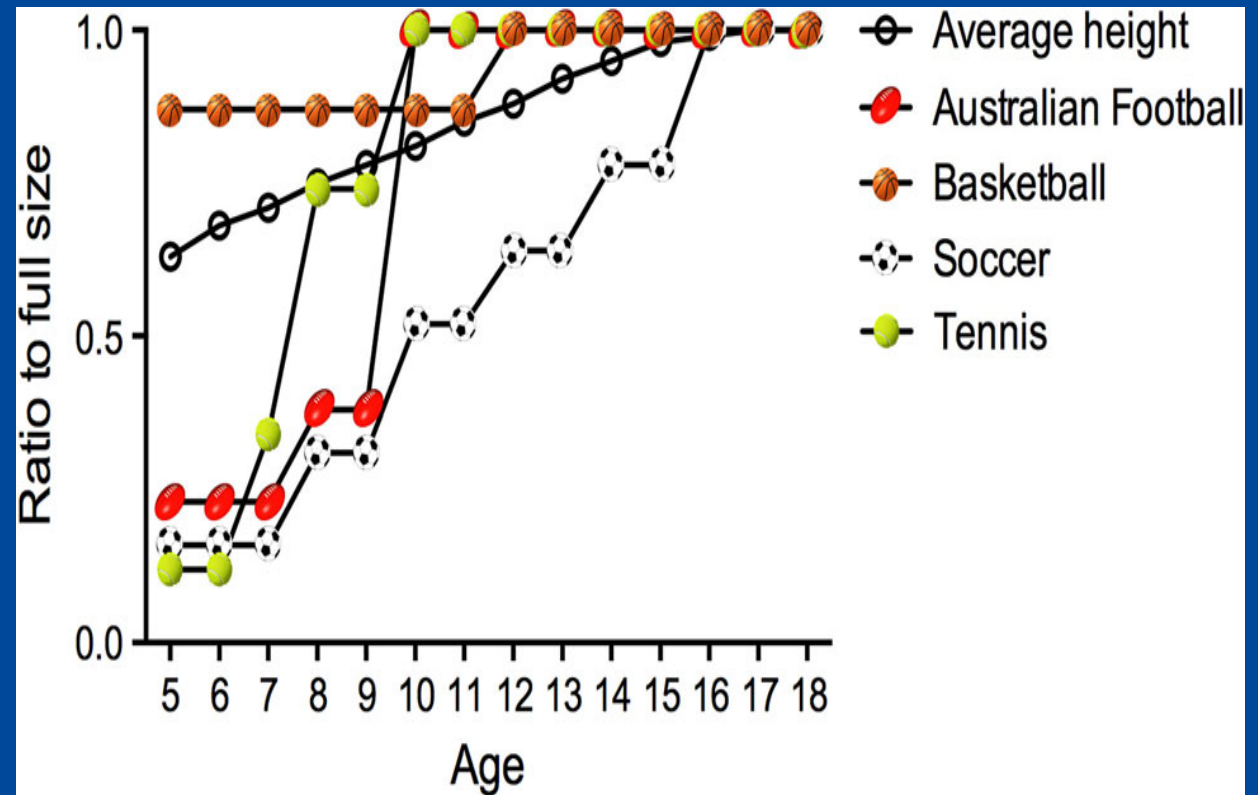
- Kasvu aina yksilöllistä
- Myöhäisen murrosiän omaavat saavat aikaisen murrosiän urheilijat kiinni ja menevät jopa ohitse kasvun edetessä
- Olisi tärkeää mahdollistaa mukana olo ja sisäisen motivaation syntyminen ja ylläpito erityisesti murrosiässä
- Useita esimerkkejä lajin sisällä myöhään kehittyneistä, mutta menestyneistä pelaajista



- Reagointikyky kehittyy koko nuoruuden
- Lajiin liittyvä ennakointikyky kehittyy erityisesti murrosiästä lähtien
- Olisi hyvä huomioida opetettavissa asioissa ja painottaa tiedostamatonta oppimista ennen murrosikää



Välineiden ja kentän koon suhde omaan kokoon



5 v. -ikäluokan korinkorkeus vastaa aikuisilla n. 400-430 cm!

5 v. ikäluokan pallonpaino (450 g) vastaa aikuisilla 1,5 kg painoa!



Luottamus omiin kykyihin kasvaa sopivan kokoisilla välineillä



- Lasten oma uskomus mahdollisuudesta onnistua kasvoi kevyemmän pallon ja matalamman korin ansiosta
- Junioripallo paransi tulosta kaikissa ikäryhmissä, mutta heittotaito parani merkittävästi, kun lapset saivat itse valita käyttämänsä pallon
- Oppiminen ja motivaatio (pätevyys) linkittyvät vahvemmin



Välineen merkitys



- Havainnointi pelitilanteessa (80 pelaajaa 9-11 v.), jossa käytössä sääntöjä kevyempi pallo:
 - Enemmän kuljetuksia ja syöttöjä
 - Korkeampi heittomäärä ja onnistumisprosentti
 - Korkeampi % lay-up -yrityksiä
 - Enemmän 1-1 tilanteita
- Oppiminen ja motivaatio (pätevyys) linkittyvät vahvemmin



Tutkimuksia eri välineistä



- Heittotekniikka taantui, kun pallon läpimitta kohosi lapsen käden kokoa isommaksi
- Isompi pallo “lyhensi backswingiä” ja aiheutti “kuulantyöntötekniikan” tai kahdenkädenheiton-heittotyylin
- Lapset siirtyivät “halutun mukaiseen” tekniikkaan, kun saivat paremman otteen pallosta.
- Lapset kykenevät valitsemaan omaan tekniikkaansa parhaiten sopivat mailan
 - Toimii todennäköisesti myös koripallon kanssa



Aloittelijoilla huonompi suoritus kaksoistehtävässä, kun käytössä aikuisten välineet

