

# PPJ Laru 2013

Vanhempainilta 6.10.2019

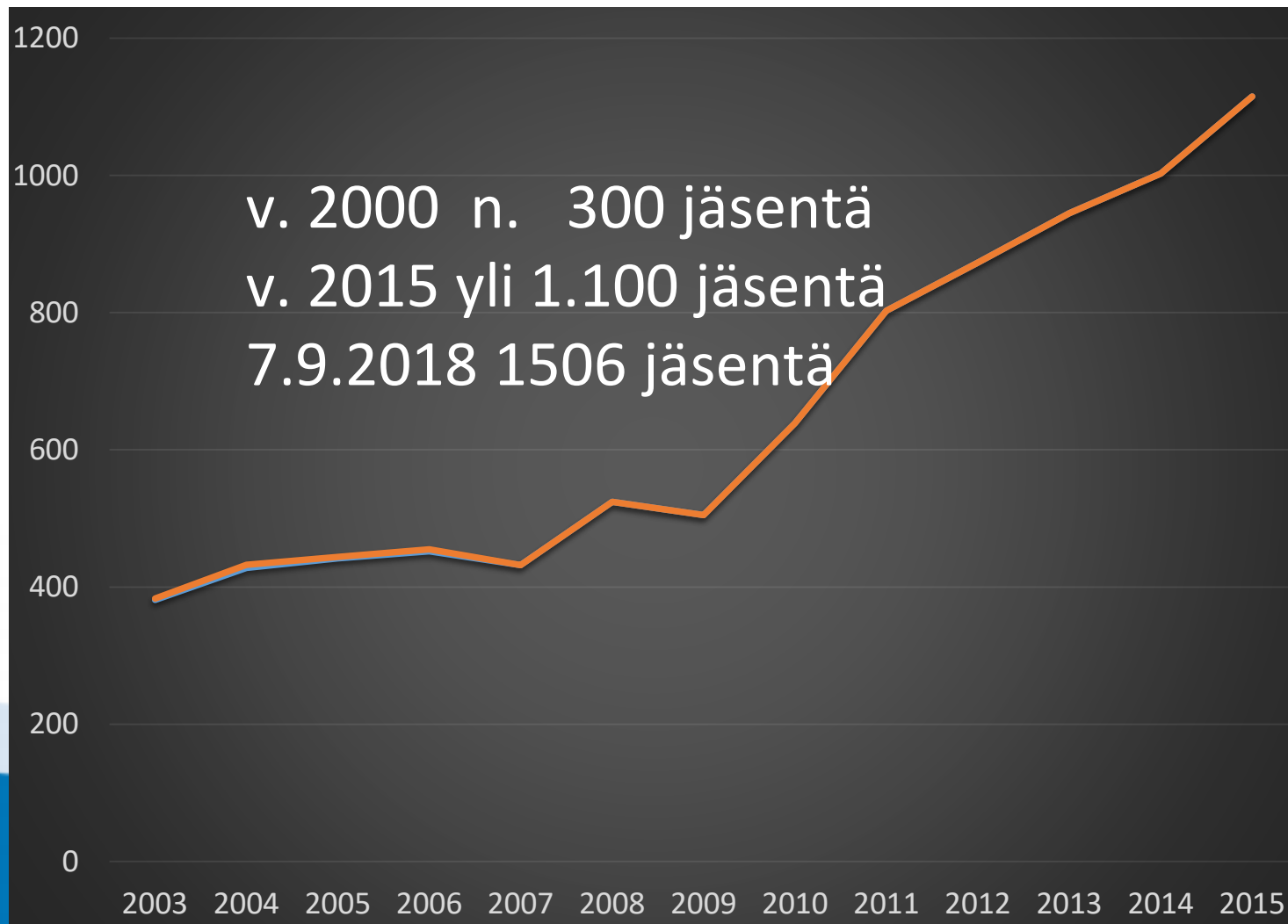


# Agenda

- PPJ:stä ja PPJ Laru 2013 –joukkueesta yleisesti
- Katsaus tähänastisesta ja suunnitelma tulevaan
- Valmennuksen painopisteet
- Budjetti
- Taustajoukot ja valmentaja(t)
- Keskustelu, toiveet, palautteet



# PPJ:n pelaajamäärät

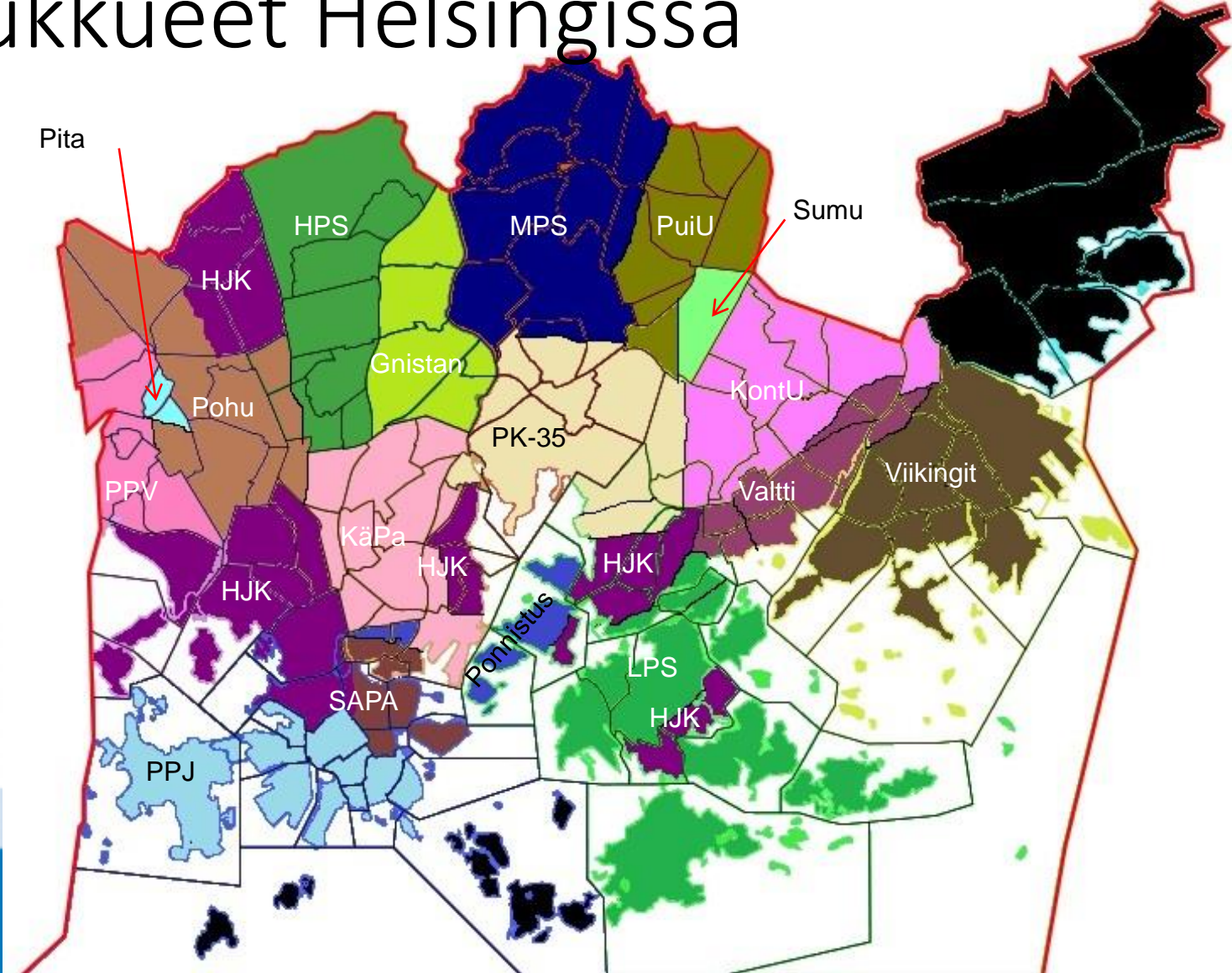


	2010	2014	2015	2016	2017
Jalkapallopelipasseja	674	958	1100	1299	1386
Tyttöjä	175	201	254	279	278
Poikia	499	757	846	1020	1043
Täysi-ikäisiä	78	126	151	155	141
Alaikäisiä	596	832	949	1144	1245
	2010	2014	2015	2016	2017
Tyttöjä	26,0 %	21,0 %	23,1 %	21,5 %	20,1 %
Poikia	74,0 %	79,0 %	76,9 %	78,5 %	75,3 %
Täysi-ikäisiä	11,6 %	13,2 %	13,7 %	11,9 %	10,2 %
Alaikäisiä	88,4 %	86,8 %	86,3 %	88,1 %	89,8 %

7.9.2018  
1506 jäsentä  
Helsingin piirin  
toiseksi suurin  
seura!!



# Joukkueet Helsingissä



# PPJ Laru 2013

- Joukkue perustettu keväällä 2018
- Yksi PPJ:n n. 45:stä joukkueesta
- Aktiivisia pelaajia 48
- Tapahtumat 2019-2020
  - Treenejä 2 krt/vko
  - Matseja/turnauksia 1-2kpl/kk
- Sisarjoukkueet: PPJ Eira 2013 ja PPJ Jätkäsaari 2013



# Suunnitelma 2019

## Treenit

### Talvi/kevät 2020 (sisäkausi)

Hernesaaren kuplahalli  
(Hernesaarenranta 12)  
Ke ja Su klo 17.45-19

## Pelit/turnaukset

- Talviliiga 2 joukkuetta | 6 pelipäivää  
Käpylä/Pihlajamäki
- Herneliiga 2-3 joukkuetta | 4  
pelipäivää
- Harjoitusottelut PPJ Eira ja Jätkä jne.
- Yksittäiset turnaukset

## Muut

PPJ Gaala 2.11.2019

### Kesä/syksy 2020 (ulkokausi)

2 krt viikossa Pyrkällä (Touko-Lokakuu)  
Taitokoulu 1krt/vko  
(Tehotreenit ja kerhot iltapäivisin)

- Piirin pelit
- Turnaukset 1krt/kk
- Helsinki Cup 6.-11.7.2020

Eerikkilän leiri 4.-5.7.2020  
PPJ kesäleiri (kesäkuun alku)



# Valmentajat

## Axel Orrström

- PPJ Valmennuspäällikkö 1.8.2009
- Sotungin Lukion jalkapallovalmentaja (pojat), Sotungin lukion liikunnanopettaja (pojat)
- Uefa B, Liikunnanohjaaja (AMK)
- Piirin kouluttaja E- ja D-tasot
- Peliura: Junnu: I-HK, VJS, FC Jokerit, HJK  
Aikuiset: FC jokerit, Klubi 04, Atlantis, Dumbarton, FC(SCO), AC Oulu, Kiffen  
Muut: 19 poikamaaottelua (U15-U19)

## Viljami Araviita

- PPJ

## Apuvalmentajat ja peluuttajat (vanhemmat)



Mikko Hyppönen

Edustusjoukkueet D12- C15  
Oto Valmentaja

Kaupunginosa joukkueet D12- C15  
Oto valmentajat  
Tarvittaessa yhdistymiset

JOUKKUETOIMINTA  
(Sitoutuminen)

VALINTA

FunFitFutis  
(Ilman sitoutumista)

LARU E10 – E11  
Ikäluokkavastaavat  
Timo Ikkala  
Fredrik Vikström

Jätkäsaari E10 – E11  
Ikäluokkavastaavat  
Fabian Wallgren  
Adel Eid

EIRA E10 – E11  
Ikäluokkavastaavat  
Miro Olsoni  
Tommi Haavisto

LARU F8- F9  
Ikäluokkavastaavat  
Lasse Nikander  
Mateus Decat

Jätkäsaari F8- F9  
Ikäluokkavastaavat  
Julius Rantakangas  
Muhammed Jama

EIRA F8- F9  
Ikäluokkavastaavat  
Matias Anthoni  
Olli Seppälä

TAITOKOULU (F7-E11 )

Laru F5- F8  
Axel Orrström

Jätkäsaari F5- F8  
Topi Pietilä

Eira F5- F8  
Jussi Korpinen

Edustusjoukkueet/  
Ikäluokkajoukkueet  
D12- C15  
Aki- Matti Alanen  
Peetu Leplistö

T E10- E11  
Henrik Suonio

T F8-F9  
Harri Westerlund  
Melinda Andler

Taitokoulu (F7-E11)

T F7  
Jussi Korpinen

T F6 Laru  
Axel Orrström

T F6 Eira  
Jussi Korpinen





# Harjoitusten teema

Joka kuukausi harjoitellaan tiettyä jalkapallon taidon osa-aluetta: syöttö/haltuunotto, laukaus, harhautukset/käännökset.

Syyskuu: Harhautukset/käännökset

Lokakuu/heinäkuu: Laukaus

Marraskuu: Syötöt/haltuunotot

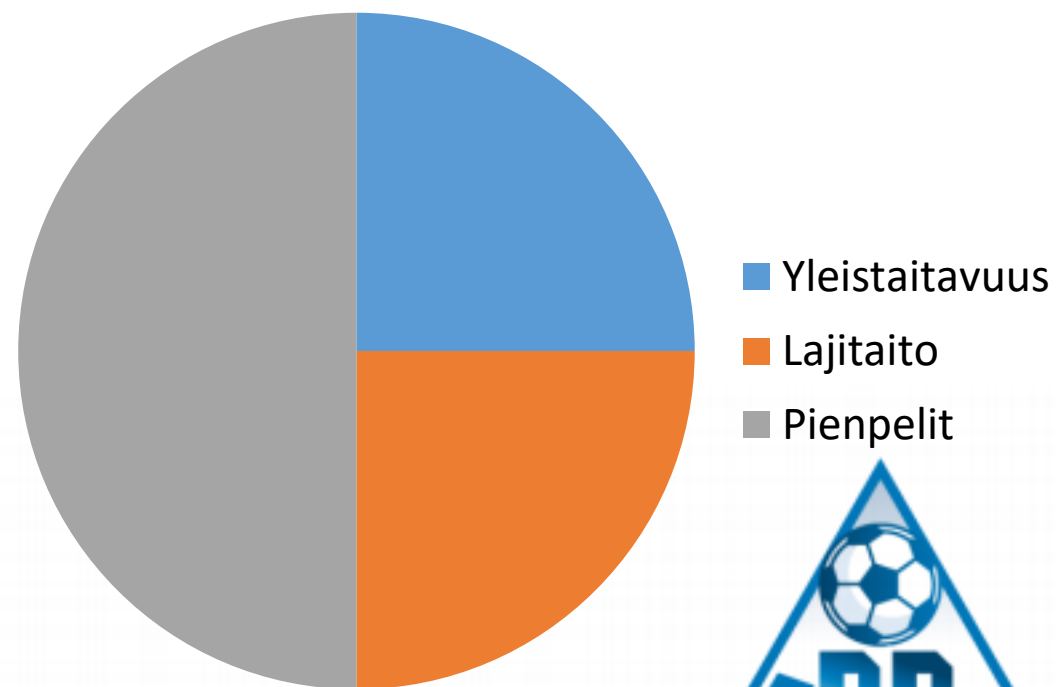
## Harjoitusten rakenne

25% yleistaitavuus

25% lajitaito

50% peli

**Rakenne 1 tunti**



# Palloliiton suositukset lajin ja muun liikunnan kokonaismäärästä

Monipuolisuus  
Säännöllisyys

Vaihtelee eri vuodenaikoina; pohdittava erillisenä osana vuosisuunnitelmaa, otteluissa tärkeää eritasoiset pelit

Muu liikunta – osiossa huomioidaan omalla ajalla tapahtuvat harjoittelu sekä muut liikuntaharrastukset, koululiikunta ja hyötyliikunta (lajiharjoittelun osuus kasvaa iän mukaan)

Ikä	Ohjattu lajiharjoittelu	Ohjatun Harjoituksen kesto (min)	Otteluiden osuus	Omaehtoinen lajiharjoittelu ja muu liikunta /vko	Viikon Liikunta yhteensä
6–7	1–2krt /vko – n. 1–2t	60	20%, 1/vko	~16t	~18t
8–9	1–3krt /vko – n. 1- 4,5t	60–75	30 %, 1/vko	~16t	~18t
10–11	2–3krt/vko – n. 4,5t	60–90	30 %, 1/vko	~16t	~18t
12–13	3–4krt/vko – n. 6t	75–90	25 %, 1/vko	~14t	~20t
14–15	5–7krt/vko – n. 7,5-10t	75–90	25 %, 1 /vko	~14t	~20t
16–19	6–9krt/vko – n. 7,5-13t	75–120	1–2 /vko	~14t	~20t–25t
Harraste ryhmät 12–	0 - ? / vko	~ 45–90	50–100%	~12t	~16t/vko



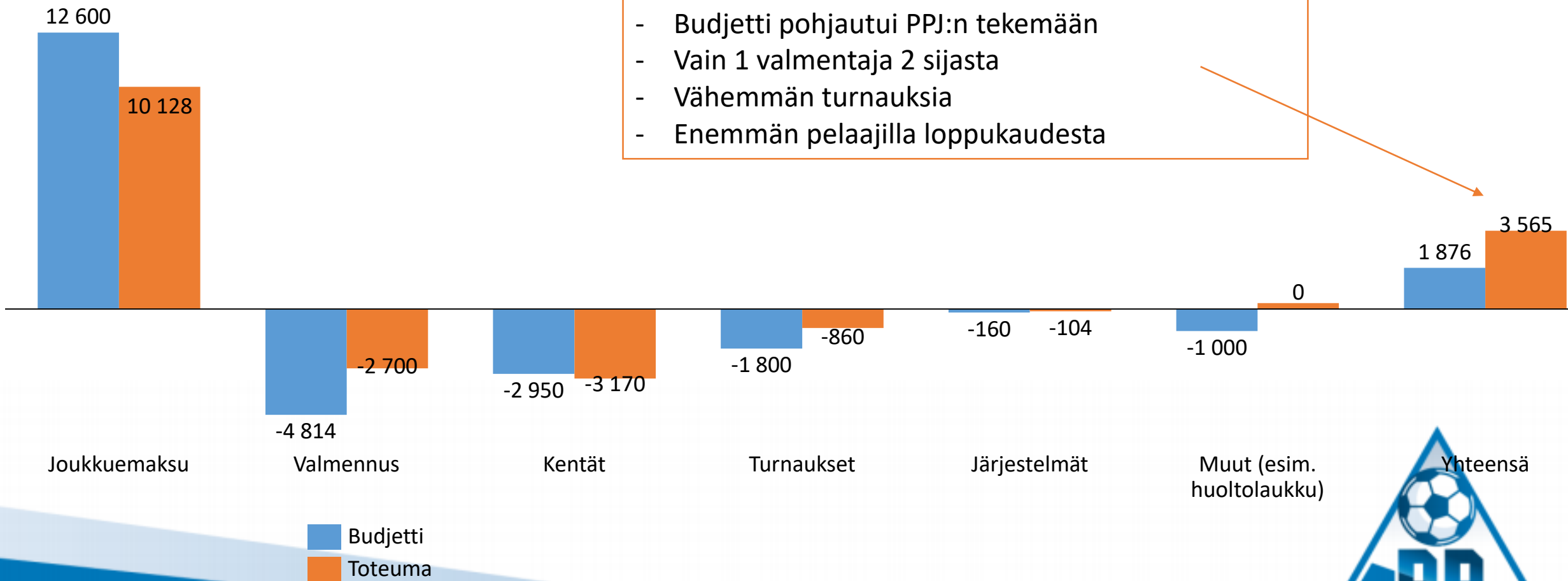
## Motto

*"Treeneihin tullaan näyttämään,  
mitä omalla ajalla ollaan opittu"*

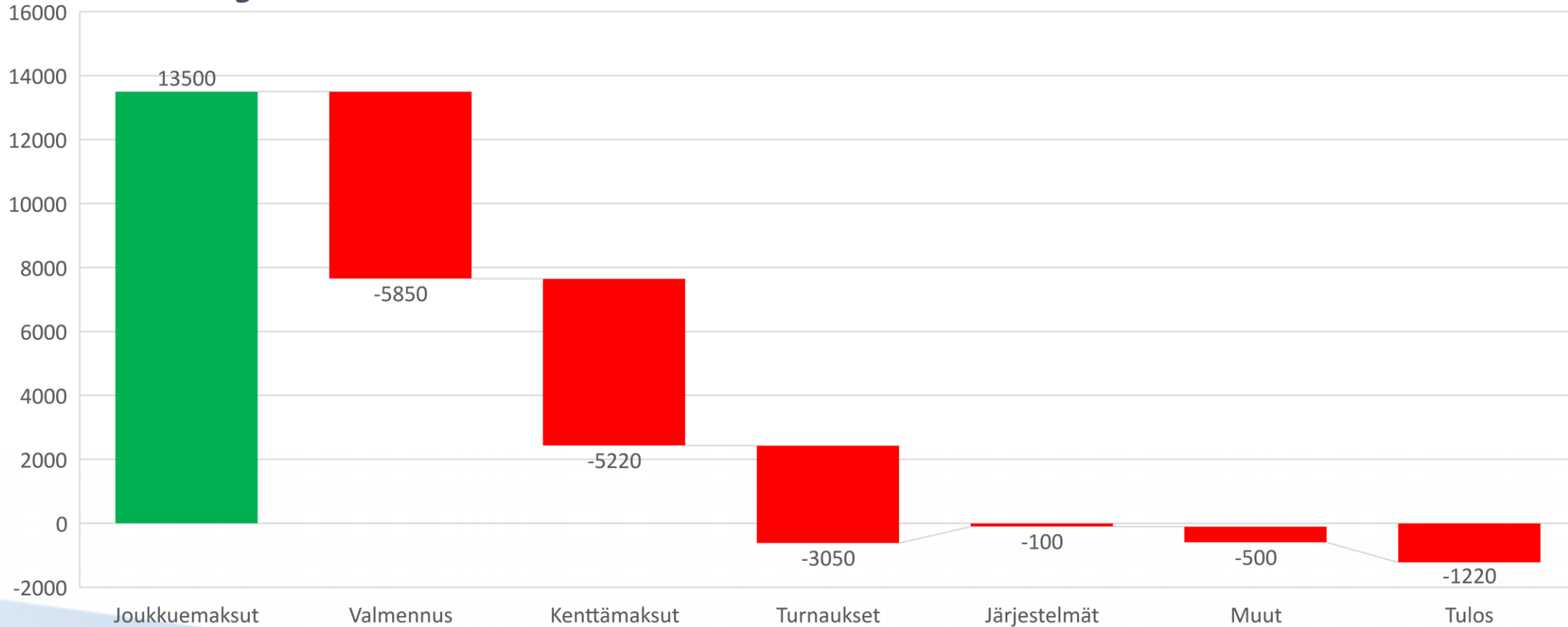
*"Valmentajat ovat innostajia,  
sytyttävät futiksen liekin"*



# Budjetti 9/2018 - 8/2019



# Budjetti 9/2019 – 8/2020



45 pelaaja \* 25  
€/kk

2 valmentajaa

Hernesaari &  
Pyrkka

Talviliiga,  
Herneliiga,  
Helsinki Cup

Nimenhuuto

Peluttajalaukut

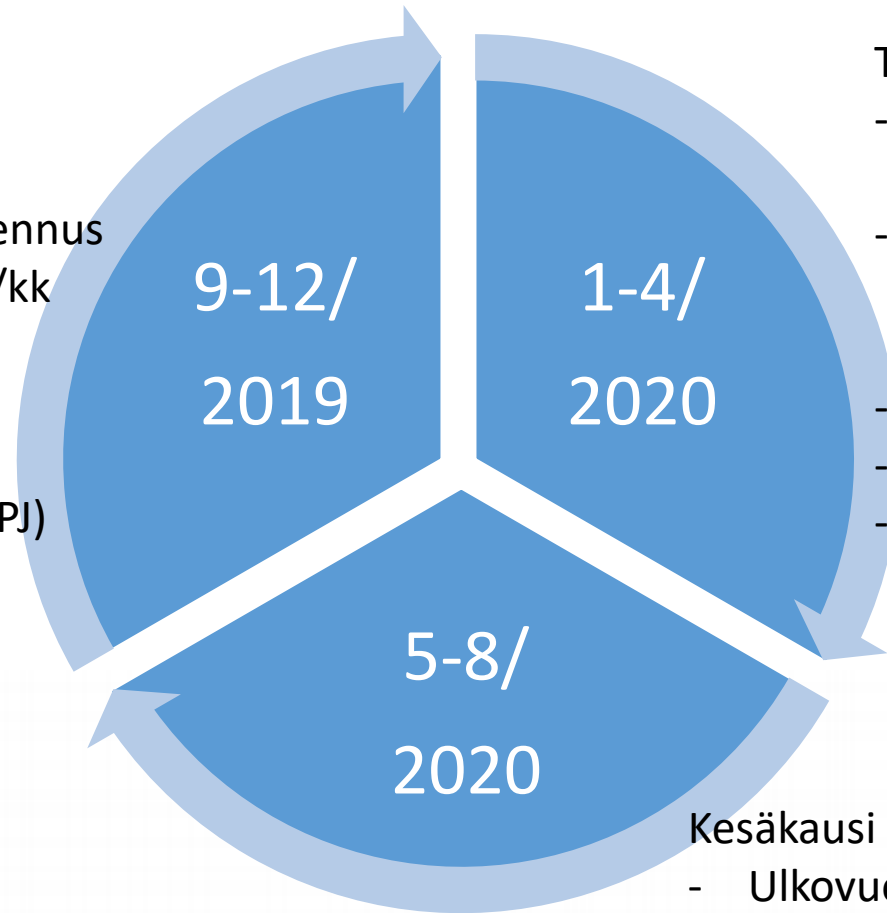
Vararahasto  
= 2 345 €



# Vuosikello 2019-2020

## Syyskausi

- Sisävuorot + valmennus
  - Joukkumaksu 25 €/kk
- Turnauksia
  - Talviliiga
  - Herneliiga
- Olosuhdemaksu 100 € (PPJ)



## Talvikausi

- Sisävuorot + valmennus
  - Joukkumaksu 25 €/kk
- Turnauksia
  - Talviliiga
  - Herneliiga
- PPJ:n jäsenmaksu 130 € (PPJ)
- AON vakuutusmaksu 4 € (joukkue)
- Korttelipassi 5 € (joukkue)

## Kesäkausi

- Ulkovuorot + valmennus
  - Joukkumaksu 25 €/kk
- Turnauksia
  - Hesa Cup



# Muut asiat

- Kahvilavuorot Herneliigassa
  - 16-17.11.2019
- PPJ Gaala:
  - Vuoden pelaaja (valitaan valmentajan kanssa)
  - Kaikki voivat ehdottaa vuoden 1. Valmentajaa, 2. Joukkuetta, 3. Joukkueenjohtajaa →anu@ppj.fi (perustelujen kanssa)
- Junnulehti:
  - Vuoden kohokohta?
  - Mediamyynti:



Adobe Acrobat  
Document



# Taustajoukot ja valmennus 2020

- Valmentaja: Axel (Akke) Orrström 050 378 2939
- Jojo: Vesa Tarvainen 050 532 1897
- Apujojo: Tom Lindfors 040 533 4263
- Pelikoordinaattori:
- Rahastonhoitaja: Annika Järvinen 050 353 3403
- Varustevastaava: Kira Lahdenperä 045 168 0590
- Peluuttajat 2020:  
2019: Petri Säkkinen, Tatu Harviainen, Benjamin Kalliola, Jose Martins, Roger Enlund, Tom Lindfors, Vesa Tarvainen





# Toiveita vanhemmille

- Nimenhuuto
  - Varmistakaa, että omat tietonne ovat oikein ja riittävät
  - IN/OUT ilmoittautumiset jokaiseen tapahtumaan ajoissa
- Varusteet:
  - Pallo pumpattuna, vesipullo mukana
  - Tapahtumaan ja säähän sopiva vaatetus (pelipaita, säärisuojat)
  - Alustaan sopivat kengät
- Treeneissä ja treenien ulkopuolella:
  - Lapsi kuuntelee ohjeita ja vaikuttaa joukkueeseen positiivisesti
  - Älä tuo lasta pelaamaan jos hän on sairas, mieti myös jos lapsi on innoton tai väsynyt
  - Vanhemman tehtävä on kannustaa ja kuunnella – kaikkia joukkueen pelaajia!
- Emme ole vain pelaamassa jalkapalloa:
  - PPJ on Lauttasaassa merkittävä toimija, joka vaikuttaa lapsiin positiivisesti
  - Olemme reiluja niin pelissä kuin pelin ulkopuolella



# Kysymyksiä, kommentteja?

