

Naisten maajoukkue – valinnat kohti menestystä

Pia Pekonen
Valmentajakerhon seminaari 6.9.2025



Take your start positions

Miksi maajoukkue on olemassa?

Mitkä ovat leirityskauden tavoitteet?

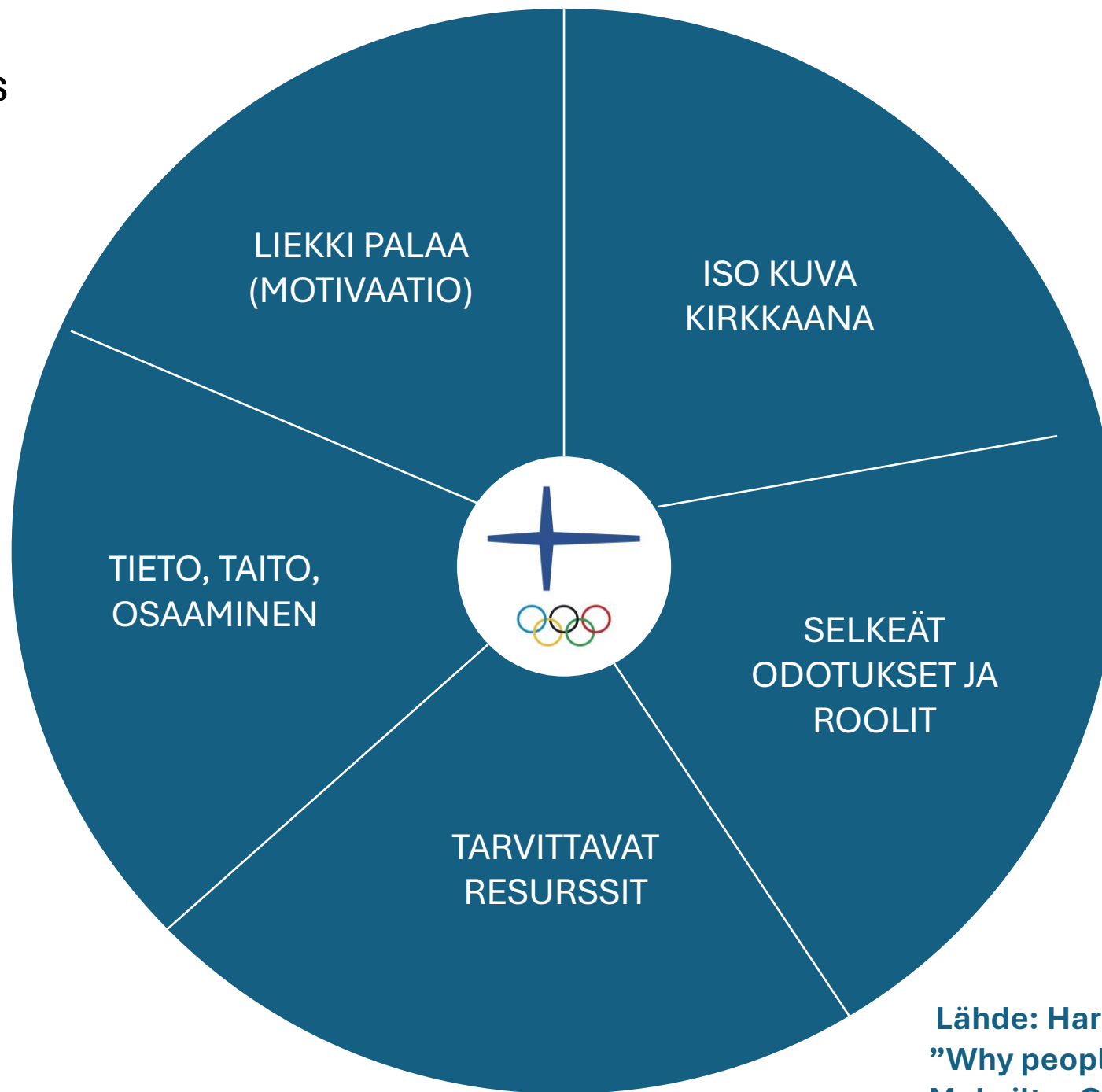
- Kun olemme yhdessä, teemme sellaisia harjoituksia, missä hyödynnetään ryhmää
- Olympialadut ovat suunnannäyttäjänä yhteisille valinnoille
- Liikesuorituskyky
 - Urheilijoiden oma ymmärrys siitä, mitä liikkeessä tapahtuu
 - Tekoälyn hyödyntäminen tekniikan analysoinnissa onnistuisi

Ymmärretään, että osa urheilijoista on tekemässä parasta tulostaan tulevalla kaudella ja osa vasta myöhemmin

Keskinäinen vuorovaikutus ja roolit Reijon kanssa



Menestysrengas



Lähde: Harvard
"Why people don't perform",
Mukailtu: Olympiakomitea, Pekonen & Toroi

Toimintakulttuuri ja toimintatavat

- Kehittävä toimintakulttuuri, jossa kaikilla on turvallista tavoitella omaa potentiaalia
- UBUNTU
- Reflektointi – urheilijat, valmentajat
- Henkilökohtaiset valmentajat, yhteiset teamsit
- Asiantuntijatapaamiset
- Ryhmän ulkopuoliset hiihtäjät
- Dialogisuus: urheilijoiden vahvasti mukaan ottaminen asioiden arkeen

Erilaiset näkemykset – kuuntelu erittäin tärkeää – sen jälkeen päätöksenteko

- Yhdessä harjoittelemine
- Nainen valmentajana ensimmäistä kertaa
- Valmentajien oma hyvinvointi



UBUNTU

"Ubuntu" tarkoittaa alunperin eteläafrikkalaista käsitettä, joka viittaa "inhimillisyyteen muita kohtaan" tai "minä olen, koska me olemme".

Se on humanistinen filosofinen ajatus, joka korostaa ihmisten välistä yhteyttä, keskinäistä riippuvuutta ja moraalista velvollisuutta huolehtia toisista.



Keskustelu, jota olemme käyneet, on ollut merkityksellistä





KIITOS

