

**JALKAPALLOVALMENTAJIEN KOULUTTAUTUMINEN SUOMEN  
PALLOLIITON VALMENNUSPOLULLA: LISÄKOULUTTAUTUMISTA  
TUKEVAT JA ESTÄVÄT TEKIJÄT SEKÄ UEFA C -KOULUTUKSEN  
KÄYTÄNNÖN HYÖDYT**

Elias Martikainen & Olli Pöyliö

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma  
Liikuntatieteellinen tiedekunta  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2022

## TIIVISTELMÄ

Martikainen, E & Pöyliö, O. 2022. Jalkapallovalmentajien kouluttautuminen Suomen Palloliiton valmennuspolulla: lisäkouluttautumista tukevat ja estävät tekijät sekä UEFA C -koulutuksen käytännön hyödyt. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, 51s., 1 liite

Tämän tutkielman tarkoituksena oli tutkia, millaisena jalkapallovalmentajat kokevat Suomen Palloliiton järjestämän UEFA C -valmentajakoulutuksen ja selvittää millaisia käytännön hyötyjä valmentajat saavat valmentajakoulutuksesta. Sen lisäksi tutkittiin valmentajan aikomusta jatkaa seuraavalle koulutustasolle, sekä minkälaiset tekijät tukevat tai estävät jatkamista. Tutkimuksessa taustamuuttujia olivat valmentajakokemus, valmennettava ikäluokka sekä Palloliiton seurojen laatuja järjestelmä.

Tutkimukseen osallistui 63 UEFA C -valmentajakoulutuksen käynnystä valmentajaa ja he vastasivat sähköiseen kyselylomakkeeseen vähintään kuukausi koulutuksen päättymisen jälkeen. Tutkimusaineisto analysoitiin IBM SPSS Statistics 26 -ohjelmaa apuna käyttäen. Tulosten analyysimenetelminä käytettiin kuvailevina menetelminä keskiarvoja ja keskihajontoja sekä näiden lisäksi ristiintaulukointia, korrelaatiota ja t-testiä.

UEFA C -valmentajakoulutuksen sisältöalueet ovat urheilu- ja lajiosaaminen, ihmissuhdetaidot sekä itsensä kehittämisen taidot. Verrattaessa eri sisältöalueiden käytännön hyödyllisyyttä valmentajien näkökulmasta, niin sisältöalueet korreloivat vähintään kohtuullisesti toistensa kanssa ja niiden keskiarvojen välillä ei ollut suuria eroja. Huomioitavaa oli, että nuorempia ikäluokkia valmentavat hyötyivät enemmän urheilu- ja lajiosaamisen sisällöistä. Valmentajista 83 prosenttia aikoi jatkaa UEFA B -valmentajakoulutukseen. Valmentajan jatkokouluttautumisen kannalta tärkeimpiä tukevia tekijöitä olivat valmentajana toimimiseen liittyvät tekijät. Tärkeimmät tukevat tekijät olivat kouluttautumisen tärkeyden kokeminen, koulutuksen hyödyllisyys, halu kehittyä valmentajana, oman osaamisen arvostus ja pelaajakehityksen tärkeys. Eniten estäviä tekijöitä jatkokouluttautumiseen olivat elämäntilanteeseen liittyvät tekijät. Yksittäisiä estäviä tekijöitä olivat ajan riittämättömyys, päivätyö, opiskelu ja koulutuksen hinta.

Tämän tutkimuksen mukaan valmentajat ovat innokkaita jatkokouluttautumiselle. Valmennuskoulutuksia järjestettäessä olisi hyvä pohtia, miten koulutukset huomioivat valmentajakoulutusta tukevia ja estäviä tekijöitä. Palloliiton tavoitteena on koulutettu ja osaava valmentaja jokaiselle pelaajalle, joten näitä tekijöitä huomioimalla Suomen Palloliitolla voisi olla parempi mahdollisuus tavoittaa ja kouluttaa enemmän jalkapallovalmentajia strategiansa mukaisesti.

Asiasanat: valmentajakoulutus, jalkapallo, valmentaminen

## **ABSTRACT**

Martikainen, E. & Pöyliö, O. 2022. Football coaches' education by Finnish Football Association: promoting and inhibiting factors and practical benefits of UEFA C coaching course. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis, 51pp, 1 appendix.

The purpose of this study was to investigate football coaches' perceptions of the UEFA C coaching course and its practical benefits. The study also examines coaches' willingness to continue to UEFA B coaching course and find elements that promotes and inhibits continuing. In the study data was divided according to the participants coaching experience, the age of the coached team and the Finnish Football Association's ranking system.

The participants of the study were 63 UEFA C licensed coaches who answered the questionnaire at least month after the UEFA C coaching course. Data were measured with an electronic questionnaire and analyzed with IBM SPSS Statistics 26 -program. In the study a quantitative approach including means, standard deviations, crosstabs, correlations and t-test was used.

UEFA C coaching course contents include sports skills, interpersonal skills and self-management skills. All the contents have at least moderate correlation to each other on how important they were in practical so there were not any differences from the coaches' point of view. Also the means were close to each other. Results showed difference in sport skills when comparing the coaches of younger teams to the coaches of adolescent or adult teams. The Finnish Football Association's ranking system or participants coaching experience did not affect coaches' perceptions of UEFA C coaching course. 83 percent of coaches were willing to continue into the UEFA B coaching course. Key points that promote coaches' further education were found under the Acting as a coach -topic. The most important factors were perceived importance of education, the value of the education, desire to develop as a coach, seeing the value of own skills and the importance of player development. Factors that inhibit coaches' willingness to further education were associated with their life situations. Disposable time, career, studying and the price of the education were found most common single factors which inhibit further education.

The results of this study indicated that coaches are willing to proceed their education. Organizers of football education should assess the factors which promote or inhibit coaches' participation in the courses. Taking these into account the Football Association of Finland can reach their strategic goal of educated and competent coach to everyone.

Key words: coaching education, football, coaching

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	1
2	JALKAPALLOVALMENTAJIEN KOULUTTAUTUMINEN.....	4
2.1	Valmentajien koulutuspolut Suomessa.....	6
2.2	Suomen Palloliiton valmentajakoulutukset .....	8
2.3	UEFA-valmentajakoulutukset .....	9
2.4	UEFA C -valmentajakoulutus .....	11
2.4.1	Urheilu- ja lajiosaaminen.....	12
2.4.2	Ihmissuhdetaidot.....	13
2.4.3	Itsensä kehittämisen taidot .....	14
3	VALMENTAJAKOULUTUS KÄYTÄNNÖN VALMENNUKSEN KANNALTA...	16
3.1	Valmentajien kokemuksia valmentajakoulutuksista .....	16
3.2	Koulutuksen odotukset ja saadut valmiudet .....	18
3.3	Työelämän vaatimukset ja odotukset .....	19
4	VALMENNUSPOLULLA ETENEMINEN .....	22
4.1	Kouluttautumista mahdollistavat tekijät.....	22
4.2	Kouluttautumista estävät tekijät .....	23
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, VIITEKEHYS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET ..	25
5.1	Viitekehys.....	25
5.2	Tutkimusongelmat .....	26
6	TUTKIMUSAINEISTO JA -MENETELMÄT .....	27
6.1	Tutkimusaineisto ja aineiston keruu .....	27
6.2	Aineiston keruu .....	29
6.3	Tutkimuksen mittari .....	30
6.4	Aineiston analyysimenetelmät.....	31

6.5	Reliabiliteetti ja validiteetti .....	31
7	TULOKSET .....	34
7.1	Keskeiset sisällöt käytännön valmentamisen kannalta .....	34
7.2	Jatkokouluttautuminen .....	38
7.3	Jatkokouluttautumista estävät ja tukevat tekijät .....	40
8	POHDINTA.....	42
8.1	Käytännön hyödyt koulutuksesta.....	42
8.2	Valmentajat motivoituneita jatkokouluttautumaan .....	43
8.3	Valmentajana toimiminen kouluttautumisen tukena, elämäntilanne esteenä .....	44
8.4	Tutkimuksen eettisyys, rajoitteet ja jatkotutkimusehdotukset.....	45
	LÄHTEET .....	47
	LIITE	
	Liite 1: Webropol kyselylomake UEFA C valmentajille.	

# 1 JOHDANTO

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on perehtyä Suomen jalkapallovalmentajien kokemuksiin Suomen Palloliiton järjestämästä UEFA C -koulutuksesta. UEFA C -koulutus on uusittu viime vuosien aikana ja validoitu ensimmäisten eurooppalaisten maiden joukossa viralliseksi UEFA:n koulutukseksi vuonna 2021 (Suomen Palloliitto 2021b). Tämän takia on tärkeää tuottaa tietoa siitä, miten valmentajat kokevat uuden koulutuksen ja koetaanko koulutuksen tuovan hyötyä arjessa tapahtuvaan käytännön valmennustyöhön. Tutkimuksessa perehdytään tarkemmin siihen minkälaisia hyötyjä valmentajat saavat koulutukselta käytännön valmentamiseen UEFA C -valmentajakoulutuksen eri tavoitteiden näkökulmasta. Tavoitteet jaotellaan Suomen Palloliiton UEFA C -valmentajakoulutuksessa urheilu- ja lajiosaamiseen, ihmissuhdetaitoihin ja itsensä kehittämisen taitoihin.

Lisäksi tässä tutkimuksessa on tarkoituksena kartoittaa valmentajan halukkuutta lisäkouluttautumiselle ja tutkia sitä millaiset tekijät tukevat valmentajan lisäkouluttautumista ja mitkä estävät sitä. Tutkimuksessa tullaan jaottelemaan nämä tekijät koulutukseen-, valmentajana toimimiseen- ja elämäntilanteeseen liittyviin tekijöihin. Valmentajien kokemuksia tutkitaan heidän valmennuskokemuksensa, valmennettavan ikäluokan ja seuran tason mukaan. Tämän jaottelun tarkoituksena on saada kattavampaa kuvaa valmennuskoulutukseen osallistuvasta otoksesta.

Suomen Palloliiton suomalaisen jalkapallon ja futsalin strategiassa vuosille 2020–2024 nostetaan esiin tavoite koulutetusta ja osaavasta valmentajasta jokaiselle. Tavoite on kunnianhimoinen, sillä Suomen Palloliiton alaisuudessa on 136 055 rekisteröitynyttä pelaajaa. (Suomen Palloliitto 2020a) Suomen Palloliitto on vastuussa jalkapallo- ja futsalvalmentajien kouluttamisesta Suomessa. Vuosittain Suomen Palloliitto kouluttaa tuhansia valmentajia, joista pääpaino on lapsuus- ja nuoruusvaiheen koulutuksissa. Vuonna 2019 Suomen Palloliitto koulutti 3200 lapsuus- ja nuoruusvaiheen valmentajaa ja 79 UEFA-valmentajaa. (Suomen Palloliitto 2021a.) UEFA C -valmentajakoulutuksen perimmäinen tarkoitus on kouluttaa valmentajia juuri ruohonjuuritasolle (UEFA 2020). Suomen Palloliiton valmennuskoulutuspolku uudistui vuonna 2018 ja sen jälkeen aloitettiin kehittämään uutta UEFA C -valmentajakoulutusta korvaamaan vanhan kansallisen C –koulutuksen, jonka voi päivittää täydennyskoulutuksilla vastaamaan UEFA C -tason koulutusta (Suomen Palloliitto 2021b; Suomen Palloliitto 2018a).

Valmentajakoulutuksia tutkiessa on usein vaikeuksia todentaa syy-seuraussuhteita valmentajan koulutuksesta saaman opin ja valmentajan kehittymisen välille (Hammond & Perry 2015; Nieminen 2011). Tämän vuoksi on tärkeää, että tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään uuden UEFA C -koulutuksen tavoitteiden ja sisältöjen siirtymistä käytännön valmennukseen valmentajan arkeen.

Suomen Palloliiton tavoite koulutetusta ja osaavasta valmentajasta voidaan myös kytkeä selkeästi valmentajakoulutukseen liittyväksi asiaksi (Suomen Palloliitto 2020a). Tutkimuskirjallisuudessa onkin huomattu, kuinka valmentajakoulutukset ovat vain yksi osa valmentajan oppimisesta osaavaksi valmentajaksi. On kuitenkin pystytty todistamaan, että valmentajakokemus on kasvattanut ja laajentanut valmentajan oppimisprosessia verrattaessa valmentajiin, jotka eivät ole kouluttautuneet. Koulutuksesta oppiminen on siis kehittänyt valmentajan tietoutta ja harjoituskäyttäytymistä käytännössä. (Stodter & Cushion 2019)

Suomen Palloliiton järjestämiin valmentajakoulutuksiin osallistuu valmentajia varsin erilaisista taustoista. Valmentajien motiivit ja tavoitteet koulutuksille eroavat varmasti toisistaan ja juuri ensimmäisen vaiheen koulutuksissa osallistujajoukko voi olla vielä varsin polarisoitunutta. Suomen Palloliitto huomio UEFA C -valmentajakoulutuksen tavoitteissa monipuolisesti jalkapallovalmentajana toimimisen keskeisimmät sisällöt ja tavoitteet. (Suomen Palloliitto 2022a) Valmentajakoulutukseen osallistuvat valmentajat valmentavat eri ikäisiä joukkueita, tulevat varsin erilaisista seuroista ja heidän valmennuskokemuksensa voivat erota paljon. Tutkimuksessa tarkastellaan miten edellä mainitut asiat vaikuttavat kokemuksiin koulutuksesta.

Suomen Palloliiton 2020–2024 strategian (2020a) mukaan pyritään tukea tavoitteellisten valmentajien jatkuvaa oppimista. Valmentajakoulutukset ovat yksi keino valmentajien jatkuvan oppimisen tukemiseen, joten on tärkeä pyrkiä selvittämään aikovatko valmentajat edetä koulutuspoluilla eteenpäin. Kirjallisuuden perusteella valmentajat ovat halukkaita etenemään koulutuspolulla. (Kubayi, Coopoo & Morris-Eyton 2016)

Aiemmin esiteltiin tavoite koulutetusta ja osaavasta valmentajasta kaikille jalkapalloa ja futsalia pelaaville Suomessa. Tämän perusteella on syytä tutkimuksen avulla perehtyä tekijöihin, jotka tukevat tai estävät valmentajien lisäkouluttautumista ja etenemistä Suomen Palloliiton järjestämällä valmennuspolulla. Aikaisemmassa tutkimuskirjallisuudessa

kouluttautumista mahdollistavina tekijöinä on nähty muun muassa sarjojen asettamat vaatimukset esimerkiksi lisenssistä ja mielenkiintoiset koulutussisällöt (Vargas-Tonsing 2007). Estäviä tekijöitä kouluttautuessa ovat olleet esimerkiksi elämäntilanteeseen kytkettävät seikat, kuten ajan riittämättömyys (Blomqvist 2019). Myös naiset ovat olleet huomattavassa vähemmistössä valmentajakoulutuksissa (Lämsä, Potinkara & Puska 2016).



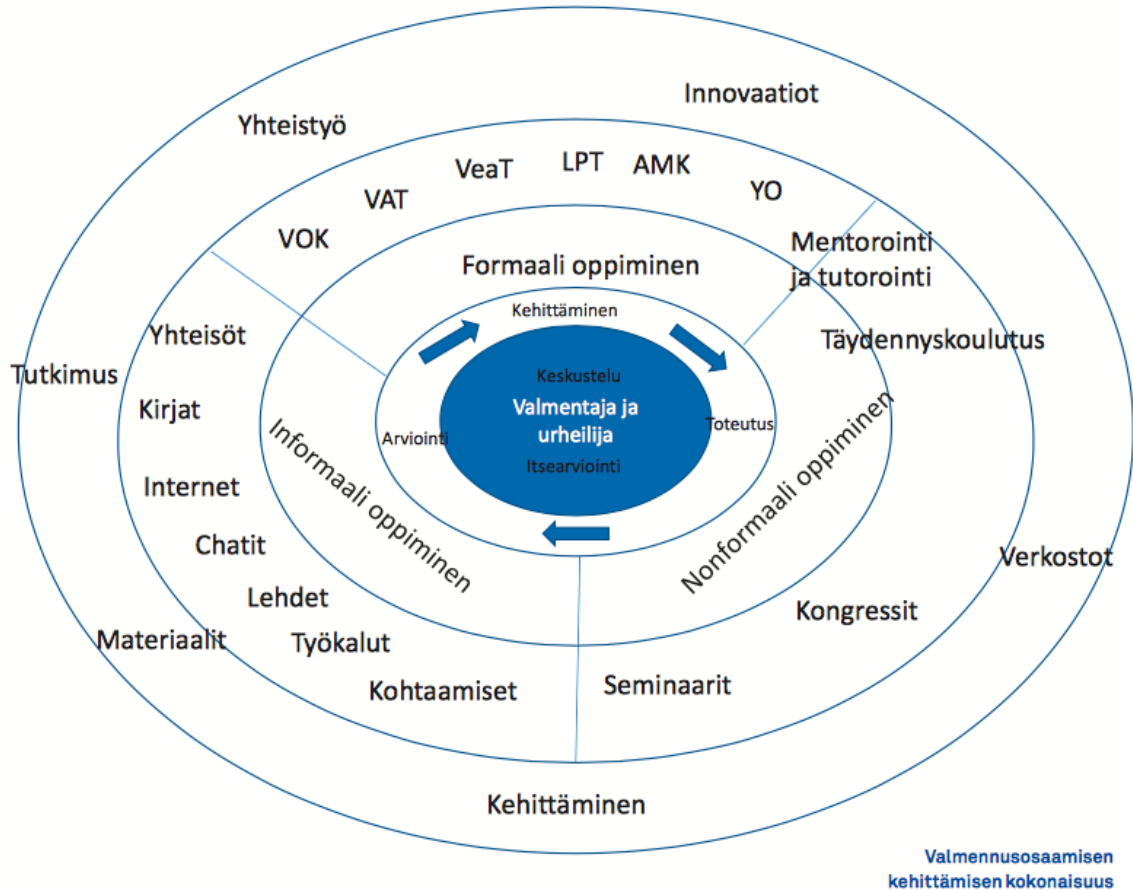
## 2 JALKAPALLOVALMENTAJIEN KOULUTTAUTUMINEN

Côtè (2006) kuvailee kolme keskeisintä asiaa siitä, miten valmentajat oppivat valmentamaan. Valmentajat oppivat valmentamaan valmentajakoulutuksien kautta, kokemuksistaan urheilijana sekä kokemuksistaan valmentajana. Valmentajakoulutuksiin liittyy kaksi keskeistä ongelmaa: teoriapohjaisuus sekä ongelmat muuttaa valmentajan työskentelytapoja käytännössä. Harvaa aloittavaa valmentajaa pelkkä teoria ja valmennustiede auttavat käytännön valmentamisessa. Toinen kritiikkiä herättävä asia on valmentajien käyttäytymisen muuttaminen, sillä koulutuksessa opetetut asiat eivät siirry heille käytäntöön, kun he palaavat takaisin joukkueensa pariin. (Côtè 2006) On tärkeää, että koulutuksissa koulutettavia valmentajia lähestytään heidän tarpeistaan riippuen. Näin he pystyvät toteuttamaan opittuja asioita seuroissaan. (Hertting 2019)

Valmentajakoulutuksiin liittyy laajasta riippumatta usein tiettyjä samankaltaisuuksia, kuten yleiset valmentamisen teoriat, lajikohtaiset tekniikat ja taktiikat sekä ohjattua valmennusharjoittelua (Côtè 2006). Bolter, Petranek ja Dorsch (2018) tutkivat valmentajien, vanhempien ja koulutusta järjestävien mielipiteitä siitä, tulisiko nuorten urheiluun osallistuvilta valmentajilta vaatia valmentajakoulutuksiin osallistumista. Tulokset osoittivat, että valtaosa kaikista vastaajista oli sitä mieltä, että valmentajilta tulisi vaatia koulutusta. Toisaalta tulokset osoittavat sen, että vanhemmat ja koulutuksen järjestäjät olivat huolissaan valmentajien määrän riittävydestä, mikäli koulutus olisi pakollista. (Bolter ym. 2018) Vargas-Tonsing (2007) tutki vapaaehtoisesti lapsia ja nuoria valmentavien mielipiteitä siitä, tulisiko koulutuksen olla pakollista ja tulisiko valmentajilta vaatia valmennuslisenssiä. Tulokset osoittivat, että yli 80 prosenttia valmentajista piti pakollista koulutusta ja lisenssiä valmentajalta vaadittavana asiana. (Vargas-Tonsing 2007)

Valmentajat hankkivat valmentamiseen liittyviä tietoja monista eri lähteistä. Oppimistilanteet voivat olla virallisia tilaisuuksia (formal), epävirallisia tilaisuuksia (non-formal) ja arkisia tilanteita (informal). (Nelson, Cushion & Potrac 2006) Formaaliset koulutukset ovat järjestettyjä ja virallisia tilaisuuksia, jotka huipentuvat tutkintoon tai erilaisiin lisensseihin. Erilaiset valmennuskoulutukset ja valmentajien tutkinnot kuten valmentajan ammattitutkinto (VAT) sekä valmentajan erikoisammattitutkinto (VeAT) ovat osa formaalia koulutustarjontaa. Nonformaaliset koulutukset ovat myös virallisia ja järjestettyjä koulutustapahtumia, mutta ne eivät johda tutkintoon ja näitä ovat esimerkiksi täydennyskoulutukset. Informaalia oppimista

tapahtuu esimerkiksi valmentajien päivittäisissä keskusteluissa. Informaalia oppimista tukee myös erilaiset materiaalipankit, kirjat, blogit ja lehdet. (Hämäläinen 2013; Hämäläinen 2016) Kuvassa 1 on havainnollistettu tarkemmin valmentajien valmennusosaamisen kehittämistä.



KUVA 1. Valmennusosaamisen kehittämisen kokonaisuus (Hämäläinen 2016).

Christensen (2011) lähestyi jalkapallovalmentajien valmennusosaamisen kehittämistä tutkimalla tasokkaiden valmentajien oppimistilanteita ja koulutuspolkuja. Tutkimuksessa huomattiin, että erityisesti erilaiset vuorovaikutustilanteet ovat valmentajan oppimisen kannalta tärkeässä roolissa. Tällaisia vuorovaikutustilanteita ovat 1) yhteiset opintomatkat 2) valmentajien ja muiden asiantuntijoiden tapaaminen ja valmennusfilosofiasta keskusteleminen sekä 3) roolimallien löytäminen ja mentorointi. (Christensen 2011)

Useimmiten toteutuneet ja samalla tärkeimmiksi koetut oppimistilanteet suomalaisvalmentajille ovat olleet arkivalmennuksesta saatava kokemus ja tieto oman lajin

valmentajalta, oppiminen ja yhteistyö valmentajakollegoiden kanssa, sekä omat kokemukset urheilijana (Blomqvist, Hämäläinen & Häyrinen 2012). Arjen valmennuksella ja epävirallisilla oppimismuodoilla on havaittu olevan enemmän vaikutusta valmentajaksi oppimiseen kuin virallisilla oppimisjaksoilla (Nelson ym. 2006). Valmentajakoulutuksien merkitystä ei tule myöskään vähätellä, sillä esimerkiksi Blomqvistin ym. (2012) raporttista käy ilmi, että noin 80 prosenttia valmentajista oli osallistunut lajiliiton tasokoulutukseen ja puolet heistä koki sen erittäin tärkeäksi valmentajana oppimisen ja kehittymisen kannalta. Tutkimuksen tulokset tukevat näkemystä siitä, että yhtä ja ainoaa oikeaa kehityspolkua valmentajaksi on vaikea määrittellä. Oppimista ja kehittymistä valmentajana tapahtuu niin kokemusten kuin koulutusten kautta sekä hyvin monenlaisissa tilanteissa ja yhteyksissä. (Blomqvist ym. 2012)

## **2.1 Valmentajien koulutuspolut Suomessa**

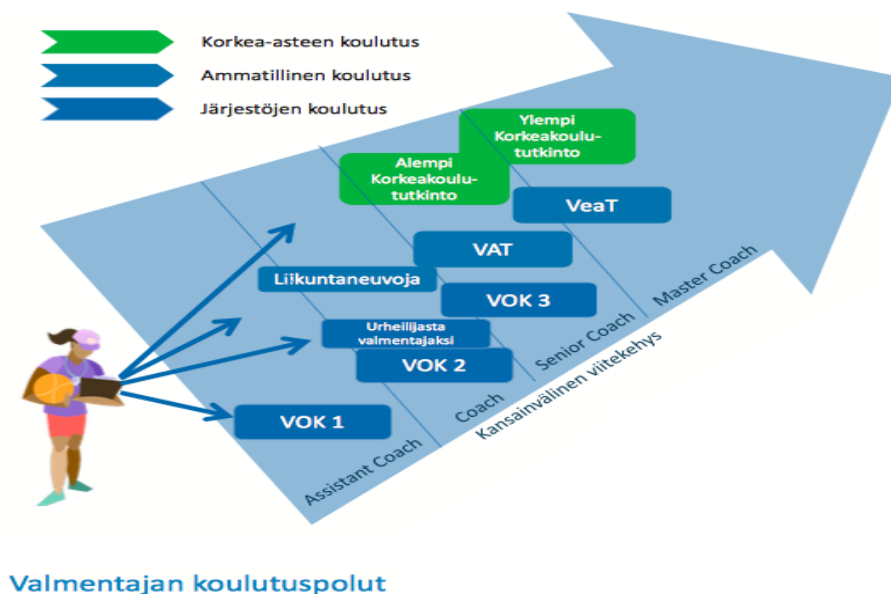
Suomalainen koulutusjärjestelmä tarjoaa paljon erilaisia vaihtoehtoja valmentajaksi kouluttautumiseen. Ammatilliseen ja korkea-asteen koulutustarjonnan lisäksi on mahdollista osallistua järjestöjen ja lajiliittojen tarjoamiin koulutuksiin. Koulutuspolku kuvaa koulutus mahdollisuuksia hyvin verrattuna koulutusjärjestelmään, joka antaa kuvan järjestelmällisesti edettävästä portaittaisesta rakenteesta. (Hämäläinen 2016)

Suomessa valmentaja- ja ohjaajakoulutus on jaettu viisiportaiseksi, joka perustuu ENSSEE:n (European Network of Sport Science, Education & Employment) yleiseurooppalaiseen vertailujärjestelmään. Suomessa järjestelmä otettiin käyttöön vuonna 1994. (Suomen Liikunta- ja Urheilu ry ym. 2007) Tasot 1–3 kuuluvat vapaan sivistystyön kenttään ja näistä valmentaja- ja ohjaajakoulutuksista (VOK) vastaa kunkin lajin oma lajiliitto. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksille on olemassa suuntaviivat rakenteesta ja sisällöistä, joita lajiliittojen tulee koulutuksissaan noudattaa. (Aarresola 2010) Suomen Liikunta- ja Urheilu ry:n ym. (2007) laatima valmentaja ja ohjaajakoulutuksen perusteet määrittelee osaamistavoitteet ja oppimissisällöt, joiden täytyy sisältyä lajiliittojen järjestämiin koulutuksiin. Ensimmäisen tason koulutukseen voi hakea kuka tahansa, mutta seuraaviin koulutuksiin siirryttäessä täytyy alemmat koulutukset olla suoritettuna. Urheilijoille on olemassa erillinen polku urheilijasta valmentajaksi (URVA), jossa otetaan huomioon urheilijana hankittu osaaminen. URVA-

koulutuksesta voidaan edetä suoraan VOK 3 -tasolle, ammattivalmentaja- tai erikoisammattivalmentajatutkintoihin. (Suomen olympiakomitea 2021)

Neljännestä tasosta vastaavat liikunnan koulutuskeskukset, eli ammatilliset koulutukset ja ammattikorkeakoulut (Aarresola 2010). Valmentajan ammattitutkinto sekä valmentajan erikoisammattitutkinto, ovat ammatillisia näyttötutkintoja, eli valmentajan tulee osoittaa tutkinnon perusteissa edellytetty ammattitaito. Osaaminen on voinut kertyä niin työkokemuksen, opintojen tai muun toiminnan kautta. (Suomen olympiakomitea 2021) Ylimmän viidennen tason koulutuksesta vastaavat yliopistot ja ammattikorkeakoulut (Aarresola 2010). Korkea-asteen opintoihin voi hakea, mikäli hakija täyttää hakukelpoisuusehdot (Suomen olympiakomitea 2021).

Tutkintoja ja muuta osaamista voidaan vertailla lisäksi eurooppalaisen viitekehyksen (EQF) avulla. Viitekehyksessä on kahdeksan tasoa ja jokaiselle tasolle on omat kriteerit tiedon, taidon ja osaamisen suhteen (Sergio Lara-Bercia ym. 2016). Suomessa ylemmät korkeakoulututkinnot sijoittuvat tasolle 7, alemmat korkeakoulututkinnot tasolle 6, valmentajan erikoisammattitutkinto tasolle 5 ja ammattitutkinnot tasolle 4. (Suomen olympiakomitea 2021; Opetushallitus 2021). Kuvassa 2 on esitelty valmentajan koulutuspolut Suomessa sekä se, miten koulutus sijoittuu kansainväliseen viitekehykseen.



KUVA 2. Valmentajan koulutuspolut (Hämäläinen 2016).

## 2.2 Suomen Palloliiton valmentajakoulutukset

Vuonna 2010 Suomen Palloliitossa alkoi valmentajalisenssien uudistustyö, jotta päästäisiin eroon päällekkäisistä lisenssijärjestelmistä (Suomen Palloliitto 2012). Valmentajakoulutuksen uudistus otti suurimman harppauksen eteenpäin vuonna 2018, jolloin Suomen Palloliitto julkaisi uuden valmentajakoulutusjärjestelmän, jossa muokattiin valmentajakoulutuksen rakennetta, sisältöjä, sekä koulutustapoja ja menetelmiä. Uudistuksen tavoitteena on tarjota jokaiselle lapselle ja nuorelle osaava ja koulutettu valmentaja. (Suomen Palloliitto 2018b)

Suomen Palloliiton järjestämät koulutukset alkavat Futisvalmentajan startilla, josta siirrytään lapsuusvaiheen valmennukseen. Lapsuusvaiheen valmennuksesta voi valita joko 5–7-vuotiaiden tai 8–11-vuotiaiden ikävaihekoulutuksen. Ikävaihekoulutukset ovat kestoaltaan samanlaiset ja eroavat sisällöiltään ainoastaan eri ikäkausiin suuntautumisena. Tavoitteet on jaettu urheiluun ja lajiosaamiseen, ihmissuhdetaitoihin ja itsensä kehittämisen taitoihin. (Suomen Palloliitto 2020b; Suomen Palloliitto 2020c) Lapsuus- ja nuoruusvaiheen suoritettujen valmentajakoulutusten määrä on kasvanut viime vuosien aikana. Vuonna 2015 koulutettiin yhteensä noin 1800 valmentajaa ja vuonna 2019 valmentajia koulutettiin vuoden aikana 4000. (Suomen Palloliitto 2020d) Valmentajille on tarjolla lisäksi teemakoulutuksia, joista tulee olla käytynä vähintään yksi ennen etenemistä UEFA C -valmentajakoulutukseen. Suomen Palloliiton järjestämien koulutuksien jälkeen on mahdollista edetä UEFA C, -B, -A ja Pro -valmentajakoulutukseen. Valmentajan polku Suomen Palloliiton valmentajakoulutuksissa on havainnollistettu kuvassa 3. (Suomen Palloliitto 2021c)

# VALMENTAJAN POLUT



## TEEMAKOULUTUKSET

Valinnaiset teemakoulutukset (min. 1 ennen UEFA C:tä ja muutoin omaan polkuun sopivassa vaiheessa)



## ERIKOISTUMISKOULUTUKSET



Valmentajapolun, UEFA-koulutusten, täydennyskoulutusten sekä valinnaisten teemakoulutusten tarkemmat kuvaukset, pääsyaatimukset ja polkuvaihtoehdot Palloliiton valmentajakoulutuksen sivustolla.

KUVA 3. Jalkapallovalmentajien koulutuspolut Suomessa. (Suomen Palloliitto 2021c)

## 2.3 UEFA-valmentajakoulutukset

UEFA:n säädökset jäsenmaiden järjestämille lisensoiduille valmentajakoulutuksille ovat tiukat. UEFA C -lisenssi ja sen jälkeen mahdollisesti suoritettavat UEFA B-, A- ja Pro -lisenssit ovat UEFA:n myöntämiä. Valmentajakoulutuksen järjestämiseen liittyy erilaisia sääntöjä ja pykälää, joita jäsenmaan täytyy noudattaa. Säännöt ja pykälät koskevat koulutuksen sisältöjä, koulutusta järjestävien henkilöiden osaamista sekä osallistuvien valmentajien kriteereiden täyttymistä. (UEFA 2020b)

Jokaisen UEFA:n valmentajakoulutuksen tulee olla vuorovaikutteinen ja käytännönläheinen. Koulutuksia tulee järjestää siten, että ne suosivat oppimista seuroissa todellisten tilanteiden ympärillä. Koulutuksien tulee kannustaa ja ohjata valmentajien elinikäiseen oppimiseen. Lisäksi järjestäjiltä vaaditaan formatiivista ja summatiivista arviointia jokaisen valmentajan osaamisesta. Valmentajakoulutuksien vetäjiä koskevat määräykset kertovat, että kouluttajilla tulee olla suoritettuna vähintään koulutettavan tason lisenssi. UEFA:n valmentajakursseille osallistuvan valmentajan tulee osoittaa riittävät suulliset- sekä kirjoitustaidot kurssia järjestettävällä kielellä. Vaaditut asiakirjat tulee toimittaa ja valmentajan tulee täyttää

järjestävän tahon pääsykriteerit. Valmentajalla ei sovi olla rikosrekisteriä, joka on ristiriidassa valmentajan ammattiin. (UEFA 2020b)

UEFA-lisenssejä omaavia valmentajia oli Suomessa vuonna 2019 yhteensä 1635. UEFA Pro -valmentajia oli 138, UEFA A valmentajia 318, UEFA B -valmentajia 1104, UEFA Futsal B-valmentajia 58 sekä UEFA Goalkeeping A -valmentajia 17. UEFA C -valmentajakoulutus järjestettiin ensimmäistä kertaa maaliskuussa 2019, jonka jälkeen koulutus on pyörinyt valtakunnallisesti. (Suomen Palloliitto 2020d).

UEFA C -valmentajakoulutuksen jälkeen valmentajan täytyy valmentaa vähintään kuusi kuukautta ennen kuin voi edetä koulutuksen seuraavaan vaiheeseen. UEFA B:n ja UEFA A:n jälkeen koulutuksien välissä tulee toimia valmentajana vähintään vuoden verran. Valmentajakoulutuksissa on huomioitu myös valmentajan aiempi kokemus pelaajana. Taulukossa 1 on esitelty UEFA:n järjestämien valmentajakoulutuksien minimituntimäärä, jota koulutusta järjestävän tahon tulee noudattaa. (UEFA 2020b)

TAULUKKO 1. UEFA:n valmentajakoulutuksien minimituntimäärä sekä valmennuslisenssien lukumäärä koulutuksittain.

	UEFA C	UEFA B	UEFA A	UEFA Pro
Koulutusta vähintään yhteensä (tuntia)	60	120	180	360
Teoriaa ja käytännön opetusta kentän ulkopuolella vähintään (tuntia)	30	60	90	140
Käytännön harjoittelua kentällä sisältäen työkokemuksen vähintään (tuntia)	30	60	90	220
Valmennuslisenssien määrä Suomessa	-	1104	318	138

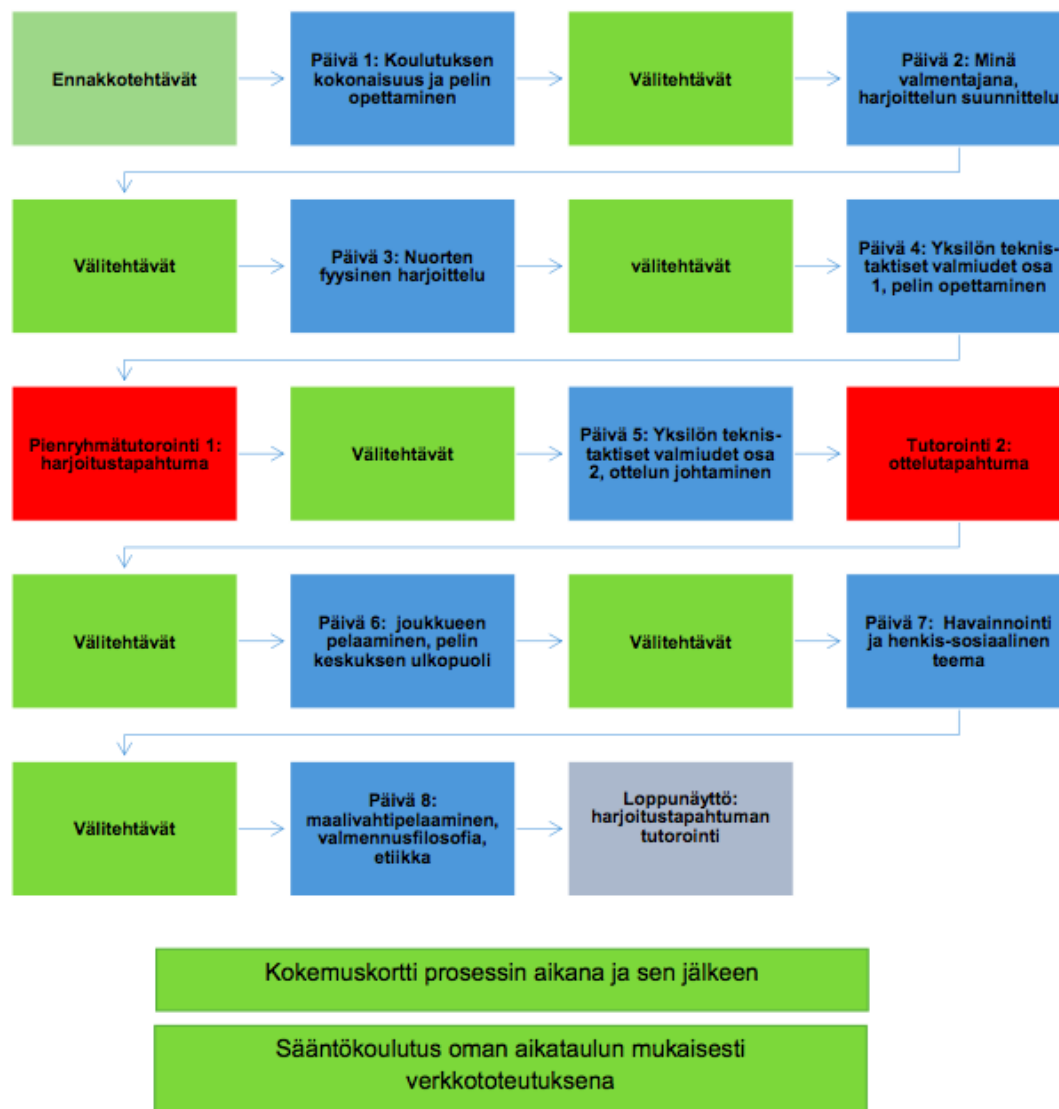
Valmentajakoulutukset valmistavat valmentajia valmentamaan varsin eri tasoisissa ympäristöissä. UEFA:n eri tasojen jalkapallokoulutuksen opetussuunnitelmissa annetaan esimerkkejä sekä suuntaa millä tasolla kullakin lisenssillä tulisi valmentaa. UEFA C -

valmentajakoulutus on suunnattu ruhonjuuritason valmennukseen ja sen tehtävänä on kannustaa pelaajia elinikäiseen toimimiseen jalkapallon parissa. (UEFA 2020) UEFA B -valmentajakoulutuksen käyneen valmentajan tulisi työskennellä ruhonjuuritason sekä huipputason välillä niin nuorten ja aikuisten parissa (UEFA 2020c). UEFA A -valmentajakoulutuksen opetussuunnitelmassa (UEFA 2020d) kerrotaan koulutuksen tähtäävän päävalmentajan rooliin amatööritasolle esimerkiksi Suomessa tämä tarkoittaisi lupaa valmentaa muualla paitsi Veikkausliigassa. UEFA Pro -lisenssi on korkein UEFA:n myöntämä lisenssi jalkapallovalmentajille ja se oikeuttaa valmentamaan ammattilaissarjoissa kuten Veikkausliigassa. (Suomen Palloliitto 2021d; UEFA 2020e) Valmentajakoulutuksilla on merkitystä myös kansainvälisten otteluiden kannalta. Euroopassa jalkapallojoukkueen valmentajan ehdoissa sanotaan, että päävalmentajalla täytyy olla korkein jäsenmaassa saavutettava UEFA:n jalkapallovalmennuslisenssi tai sitä vastaava lisenssi, joka on saavutettu jossain muussa maanosassa, jotta maajoukkue voi osallistua esimerkiksi EM-karsintoihin. (UEFA 2020b)

#### **2.4 UEFA C -valmentajakoulutus**

Suomessa järjestettävien UEFA C -valmentajakoulutuksien kesto on yhteensä noin 100 tuntia, joka ylittää reilusti UEFA:n vähimmäisvaatimuksen, joka on 60 tuntia (Suomen Palloliitto 2022a; UEFA 2020). UEFA C -valmentajakoulutuksen eteneminen on havainnollistettu kuvassa 4. Koulutus pitää sisällään ennakkotehtäviä, läsnäolopäiviä, tutorointia, loppunäytön, verkkokoulutuksia sekä kokemuskortin täytön. (Suomen Palloliitto 2022b) UEFA C -valmentajakoulutuksen käyneen on kyettävä luomaan positiivinen ilmapiiri, joka kehittää pelaajien tietoja ja taitoja sekä antaa pelaajille nautintoa jalkapallon parissa. UEFA C -valmentajakoulutuksessa tavoitellaan, että valmentaja osaisi valmentaa ruohonjuuritasolla kaiken ikäisiä amatööripelaajia. (UEFA 2020b)





KUVA 4. UEFA C -valmentajakoulutuskokonaisuus. (Suomen Palloliitto 2022b)

## 2.4.1 Urheilu- ja lajiosaaminen

Suomen Palloliiton UEFA C -koulutuksen eri osa-alueista eniten tavoitteita sisältyy urheilu- ja lajiosaamiseen. (Suomen Palloliitto 2022a). Blomqvistin, Monosen ja Hämäläisen (2019) tutkimuksessa urheiluvalmentajilta tutkittiin heidän osaamisensa kehitystarpeita. 90 prosenttia vastaajista piti urheiluosaamisen osa-alueen tärkeänä tai erittäin tärkeänä. Suurin tarve valmentajilla oli oppia fysiologiaa, anatomiaa ja biomekaniikkaa sekä lajitietoja ja -taitoja. (Blomqvist ym. 2019) Voidaan siis päätellä, että urheilu- ja lajiosaamisen osa-alue on todella tärkeä osa Palloliiton UEFA C -valmentajakoulutusta. Suomen Palloliiton (2022a) UEFA C -valmentajakoulutuksen urheilu- ja lajiosaamisen oppimistavoitteet ovat:

1. Suunnittelee, analysoi ja toteuttaa nuorten vaiheen harjoituksia, harjoitusviikkoja ja jaksoja huomioiden lajin ja ikävaiheen vaatimukset kokonaisvaltaisesti
2. Erilaisten harjoitetyyppien ja valmennustyylien käytön vaikutukset oppimisprosessiin ja harjoitusten intensiteettiin ja rasittavuuteen
3. Ikävaiheen yksilölliset teknis-taktiset puolustus- ja hyökkäyspelaamisen valmiudet pelin keskuksessa ja joukkuepelaamisen perusteet pelin keskuksen ulkopuolella
4. Nuorten maalivahtipelaamisen perusteet
5. Nuorten pelin ymmärryksen ja havainnoinnin kehitysvaihe
6. Nuoren kasvun ja kehityksen vaiheet (fyysinen, henkinen, sosiaalinen)
7. Fyysisten ominaisuuksien kehittämisen periaatteet, sekä vammojen ennaltaehkäisy
8. Seuran ja/tai Palloliiton valmennukselliset linjaukset
9. Johtaa ottelutapahtuman pelaajien oppimista tukevasti, analysoi peliä pelin aikana ja pelin jälkeen itsenäisesti sekä yhdessä pelaajien kanssa
10. Tuntee lajin säännöt

#### **2.4.2 Ihmissuhdetaidot**

Suomen Palloliiton UEFA C -valmentajakoulutuksessa ihmissuhdetaidot ovat yksi kolmesta koulutuksen osa-alueesta (Suomen Palloliitto 2022a). Tämä on tärkeä osa koulutusta, sillä valmentaminen ei ole vain pelkästään lajitekniistä osaamista. Suomen urheiluvalmentajat kaipaavatkin fyysisen lajiopin lisäksi koulutusta myös psyykkiseen valmennukseen ja vuorovaikutustaitoihin. (Kärmeniemi 2012)

Joukkueurheilussa valmentajan on oltava vuorovaikutuksessa useisiin ihmisiin jatkuvasti. Ihmissuhdetaitoja pystyy oppimaan, kuten muitakin taitoja (Gordon 2006, 23). Ihmissuhdetaidot sisältävät ihmissuhteiden rakentamisen, erilaisissa ryhmissä toimimisen ja ristiriitatilanteiden käsittelyn. Kun ihmiset vaikuttavat toisiinsa ja ovat toistensa kanssa tekemisissä, alkaa tällöin muodostua ihmissuhteita (Talvio & Klemola 2017) Tätä tapahtuu joukkueurheilun valmennuksessa jatkuvasti. Urheiluvalmentajalla tulisi olla ihmissuhdetaitoja, jotta voi luoda ja kehittää suhteita pelaajiin, vanhempiin, muihin ihmisiin seurassa ja esimerkiksi tiedotusvälineisiin (Kokkonen 2017, 201). Esimerkiksi pelaajien kanssa vuorovaikuttaessa erilaisten valmennustyylien käyttö vaikuttaa pelaajiin eri tavoin ja liian kontrolloivat valmennustyyli voi vaikuttaa negatiivisesti pelaajan hyvinvointiin verrattuna autonomisempiin valmennustyyliin (Bartholomew, Ntoumanis & Thøgersen-Ntoumani

2009). Suomen Palloliiton (2022a) UEFA C -valmentajakoulutuksen ihmissuhdetaitojen oppimistavoitteet ovat:

1. Tukee ja edistää pelaajien omistajuutta ja antaa nuorille vastuuta harjoittelusta ja pelaamisesta, niiden suunnittelusta ja omasta kehittymisestään urheilijana sekä ihmisenä
2. Rakentaa positiivista toimintailmapiiiriä
3. Huomioi nuorten erilaiset motivaation tasot
4. Pelaajan pystyvyyden tunnetta tukeva vuorovaikutus harjoituksissa ja otteluissa
5. Toimii kehittäväällä otteella yhteistyössä pelaajan toimintaympäristöön vaikuttavien tahojen, kuten valmennustiimin, vanhempien, kouluvalmennuksen ja liiton/alueen valmentajien kanssa
6. Tunnistaa eettiset ongelmatilanteet ja hakee niihin ratkaisumalleja

### **2.4.3 Itsensä kehittämisen taidot**

Urheiluvalmentajia tutkittaessa on todettu, että 96 prosenttia valmentajista piti oman toiminnan reflektointia tärkeänä asiana (Blomqvist ym. 2020). Yleisesti valmentajakoulutuksia onkin kritisoitu siitä, että ne perustuvat liialti strukturoituihin ja perinteisiin oppimiskäsityksiin, eikä niinkään valmentajan omaa reflektointia kehittäviin oppimistapoihin. On todettu, että valmentajakoulutusten tulisi kiinnittää huomiota valmentajan vahvuuksiin, taitoihin ja kykyihin. Myös nykyaikaiset mahdollisuudet kokemusten jakamisesta tulisi huomioida. Tämä mahdollistaisi paremman oman toiminnan reflektoinnin. (Dixon, Lee & Ghaye 2013) On myös todettu, kuinka nykyiset eliittitason valmentajat olisivat kaivanneet uransa alkuvaiheilla oppia omien tunteiden käsittelyyn valmentajana (Hodgson, Butt & Maynard 2017). Voidaan siis todeta, että valmentajan oman toiminnan reflektointi, toiminnan kriittinen tarkastelu, kokemusten jakaminen ja tunteiden käsittely helpottavat valmentajan monipuolisessa roolissa työskentelyä ja kehittymistä (Morgan, Jones, Gilbourne & Llewellyn 2013). Suomen Palloliiton (2022a) UEFA C -valmentajakoulutuksen itsensä kehittämisen taitojen oppimistavoitteet ovat:

1. Tuntee valmennusosaamisen mallin, tunnistaa sen avulla omia vahvuuksiaan ja kehittämiskohteitaan ja hyödyntää erilaisia tapoja osaamisen lisäämiseen
2. Arvioi ja seuraa omaa toimintaa ja pelaajien kehittymistä

3. Suunnittelee omaa toimintaansa ja ymmärtää sen vaikutuksen omaan jaksamiseen ja hyvinvointiin
4. Dokumentoi valmennusfilosofiansa

### **3 VALMENTAJAKOULUTUS KÄYTÄNNÖN VALMENNUKSEN KANNALTA**

On epäselvää ja vaikeaa arvioida, kuinka valmentajakoulutukset vaikuttavat valmentajien toimintaan käytännössä (Sovik ym. 2017). Suomessa on julkaistu vain vähän tutkimuksia valmentajakoulutuksien vaikuttavuudesta. Valmentajakoulutuksien vaikuttavuutta on todella vaikea arvioida, sillä on lähes mahdotonta sanoa johtuvatko valmentajassa tapahtuneet muutokset juuri valmentajakoulutuksesta. (Nieminen 2011) Vaikuttavuutta tarkasteltaessa pyritään löytämään syy-seuraussuhteita, mikä on todettu melko haastavaksi valmentajien kehittymistä seuraavissa vaikuttavuus tutkimuksissa (Hammond & Perry 2015; Nieminen 2011). Valmentajakoulutuksien tulisi asettaa entistä konkreettisempia tavoitteita, jotta olisi mahdollista arvioida vaikuttavuutta. (Nieminen 2011)

Koulutuksien ja käytännön valmentamisen välillä on vaikea nähdä selvää yhteyttä. Iso-Britanniassa useita lajeja kattavassa tutkimuksessa osoitettiin valmennuskoulutuksien tuovan lisää osaamista urheilun ja lajin näkökulmasta. Valmentajakoulutukset eivät silti onnistuneet täyttämään valmentajien odotuksia, sillä valmentajat kaipasivat koulutuksen sisältöön enemmän valmentamiseen, pedagogiseen osaamiseen ja urheilupsykologiaan liittyviä asioita. (Nash & Sproule 2012)

Englannissa UEFA A -valmentajakoulutuksessa valmentajilla oli vaikeuksia sisäistää ja ottaa käyttöön kurssilla esitettyjä sisältöjä ja opetusmenetelmiä. Useat valmentajat hylkäsivät kurssilla esitetyt sisällöt ja menetelmät heti, kun taas toiset yrittivät toteuttaa uusia lähestymistapoja seurassa, mutta hylkäsivät ne sen silti nopeasti. Valmentajat uskoivat, etteivät kouluttajan suosittelemat harjoitteluohjeet ja menetelmät sopineet käytettäväksi heidän seurassaan. Syinä tähän oli ristiriita omiin uskomuksiin, kokemuksiin ja odotuksiin hyvästä valmennuksesta. (Chesterfield, Potrac & Jones 2010) On osoitettu, että aiemmin opitut asiat vaikuttivat tiedollisesti tai tiedostamatta uuden asian oppimiseen uudessa tilanteessa (Christensen 2011).

#### **3.1 Valmentajien kokemuksia valmentajakoulutuksista**

Osa valmentajista on kokenut valmentajakoulutuksissa huonona asiana, että valmentajat joutuivat itse osallistumaan harjoituksiin, jolloin he eivät päässeet tarkkailemaan ja analysoimaan harjoituksia. Näiden havaintojen pohjalta voidaan sanoa, että

valmentajakouluttajat voivat hyötyä opetettavien tietojen, menetelmien ja näkökulmien tarkoituksenmukaisuuden tarkastelusta. Kouluttajien tulee miettiä, miten he saavat valmentajat ostamaan ja tunnistamaan koulutuksen arvon paremmin. (Chesterfield ym. 2010) Stephenson ja Jowett (2009) ovat tutkineet jalkapallovalmentajan kehittymistä Englannissa. He huomasivat, että kokeneemmat valmentajat arvostivat enemmän valmentajakoulutuksia kuin kokemattomat. Kokeneet valmentajat pitivät koulutuksia elintärkeänä osana heidän kehityksissään valmentajana. (Stephenson & Jowett, 2009) Valmentajiin vaikuttaminen ja heidän vakuuttamisensa voisi johtaa parempiin kokemuksiin kurssista, jolloin valmentajat voisivat kurssin sisältöjä myös paremmin käytäntöön. (Chesterfield ym. 2010)

Jalkapallon valmentajakoulutuksia käsitellyissä tutkimuksissa on tutkittu valmentajien kokemuksia niin sisällöstä, järjestämisestä sekä hyödyllisyydestä. Valmentajakoulutuksista saadut kokemukset riippuivat paljon siitä, minkä tason jalkapallokoulutus oli kyseessä. Ruohonjuuritason koulutusten palautteet liittyivät usein koulutusten keston. (Blomqvist ym. 2012; Sovik ym. 2017) Sen lisäksi ruohonjuuritason koulutuksista palautetta on annettu niiden liiallisesta teoreettisesta lähestymistavasta. Koulutuksiin osallistujat ovat kaivanneet enemmän käytännönläheistä harjoittelua. (Hertting 2019; Nash & Sproule 2012) Myöhemmässä vaiheessa, kuten esimerkiksi UEFA A -valmentajakoulutuksessa palautetta tuli siitä, että sisältöjen sisäistäminen oli hankalaa, sekä omat kokemukset valmentamisesta olivat ristiriidassa koulutusten sisältöjen kanssa (Chesterfield, Potrac & Jones 2010; Christensen 2011).

Nelson, Cushion & Potrac (2013) ovat sen sijaan tutkineet kokeneiden ja pätevien valmentajien kokemuksia valmentajakoulutuksista Iso-Britanniassa. Osa tutkimukseen osallistuneista oli jalkapallovalmentajia. Tutkimuksen mukaan valmentajat ovat moittineet, kuinka koulutukset eivät ole onnistuneet haastamaan heidän ajatteluaan ja opiskeltavat asiat eivät ole olleet uusia heille. Kokeneet valmentajat olisivat halunneet koulutusten olevan enemmän provosoivia ja haastavia. (Nelson ym. 2013) Voidaan siis todeta, että koulutuksessa on hyvin tärkeää huomioida koulutettavien osaamis pohja, tausta ja kompetenssi, jotta sisällöt ovat oikeantasoisia ja tätä myöten motivoivia (Deek, Werthner, Paquette & Culver 2013).

Nelson ym. (2013) ovat tutkimuksessaan huomanneet, kuinka valmentajat ovat kokeneet, että heitä ei osallisteta koulutuksessa tarpeeksi ja heitä ei huomioida yksilöinä. Valmentajakouluttajien tulisi siis olla asettamatta valmentajaa tietynlaiseen muottiin.

Valmentajat ovat kokeneet, että he eivät ole saaneet apua omiin heikkouksiinsa ja eivät ole saanut apua tarpeidensa mukaisesti. Tutkimukseen osallistuneet haluaisivat, että oppimassa oleva valmentaja nousisi kurssin keskiöön. (Nelson ym. 2013)

### **3.2 Koulutuksen odotukset ja saadut valmiudet**

Valmentajien osaamisen kehitystarpeita kartoitettaessa suomalaisista valmentajista yhdeksän kymmenestä piti tärkeänä tai erittäin tärkeänä kehittymistään vuorovaikutusosaamisessa, itsensä kehittämisen taidoissa ja urheiluosaamisessa. Valmentajat kokivat kehittymistarpeensa suureksi tai erittäin suureksi fysiologian, anatomian ja biomekaniikan, psykologian, pedagogiikan ja didaktiikan, lajitietojen ja lajitaitojen sekä harjoittelun suunnittelun alueilla. (Blomqvist ym. 2012). Valmentajat kaipaavat koulutuksen sisältöön enemmän käytännön valmentamiseen, pedagogiseen osaamiseen ja urheilupsykologiaan liittyviä asioita. (Nash & Sproule 2012) Valmentajat haluaisivat myös, että koulutuksista saatava tieto olisi päivitettyä ja ennen kaikkea relevanttia. Relevantin tiedon lisäksi toivottiin, että opittava tieto olisi siirrettävissä helposti käytäntöön. Tällöin linkki opitun teorian ja käytännön välillä olisi selkeämpi. (Nelson ym. 2013)

Valmentajakoulutuksissa valmentajat halusivat oppia enemmän vuorovaikutuksesta. Valmentajat kaipasivat apua sekä vanhempien että valmennettavien kanssa käytävään vuorovaikutukseen. Lisäksi valmentajat olivat erityisen kiinnostuneita opettavaisten harjoitusten luomisesta. Vähiten kiinnostusta herättäviä aiheita olivat sukupuolierot sekä kielletyt doping aineet. (Vargas-Tonsing 2007)

Valmentajakoulutuksia käyneet valmentajat vaikuttavat positiivisemmin nuoriin urheilijoihin kuin kouluttamattomat valmentajat. Koulutetut valmentajat vaikuttivat etenkin nuorien urheilijoiden psyykkiseen hyvinvointiin ja urheilun pitkäaikaiseen harrastamiseen. (Sullivan, Paquette, Holt & Bloom 2012) Tämän lisäksi on huomattu, että koulutuksen käyneet valmentajat pystyvät paremmin syventyä ja keskittyä myös yksilöihin joukkueen sisällä. (Stodter & Cushion 2019).

Valmentajakoulutukset ovat onnistuneet tuomaan myös lisää osaamista urheilun ja lajin näkökulmasta, vaikka eivät silti onnistuneet täysin täyttämään valmentajien odotuksia (Nash &

Sproule 2012). Lajiosaamisen kehittymistä puolsi myös Stodterin ja Cushionin (2019) tutkimus, jossa verrattiin jalkapallovalmentajia, joista osa kävi valmentajakoulutuksen ja osa ei. Koulutuksen käyneet valmentajat kokivat, että koulutuksen jälkeen he pystyivät harjoituksissa keskittymään teknisten seikkojen lisäksi myös enemmän taktisiin asioihin. He muun muassa pystyivät kyselemään koulutuksen jälkeen taktisia kysymyksiä pelaajilta helpommin. Koulutuksen käyminen vaikutti myös valmentajan reflektoinnin kehittymiseen ja pelaajan yksityiskohtaisempaan kohtaamiseen ja harjoitusten sisältöön. Voidaan siis päätellä, että vaikkei valmentajan oppiminen tule vain yhdestä lähteestä, niin valmentajakoulutus kasvatti ja laajensi valmentajan oppimiskokemusta verrattuna valmentajiin, jotka eivät käyneet koulutusta. Oppiminen siis myös muutti valmentaja tietoutta ja harjoituskäyttäytymistä käytännössä. (Stodter & Cushion, 2019) Monen eri lajin valmentajia tutkittaessa on myös tehty samoja huomioita, kuinka valmentajat muuttivat koulutuksen jälkeen harjoituksiaan sekä heidän itsetietoisuutensa parani (Deek, Werthner, Paquette & Culver 2013).

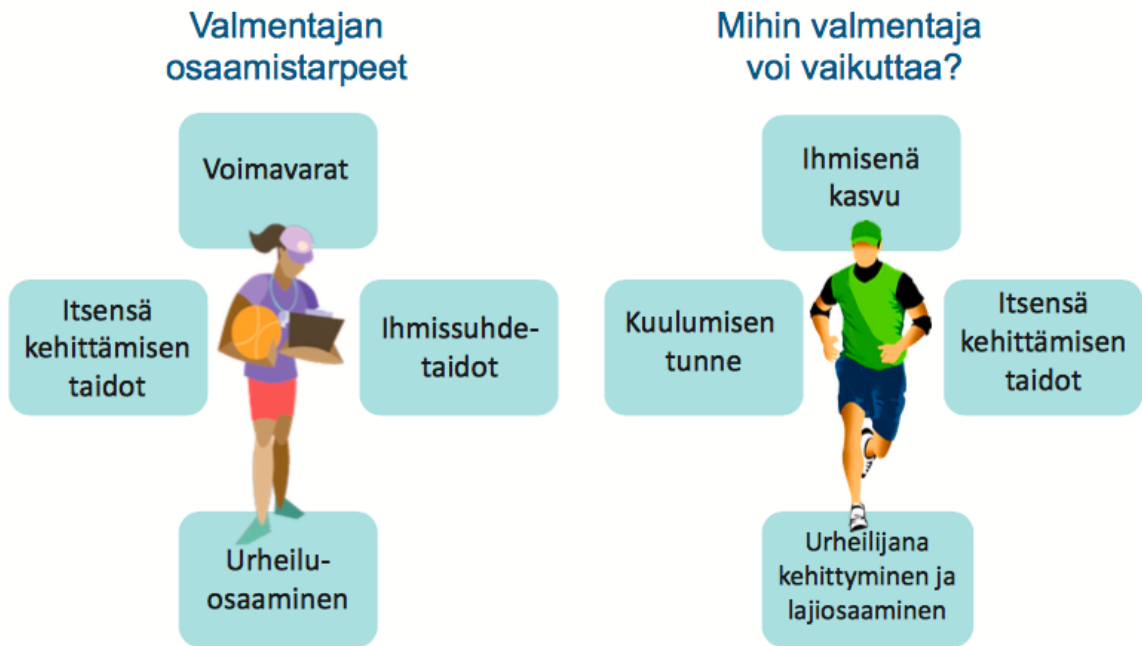
### **3.3 Työelämän vaatimukset ja odotukset**

Tarkasteltaessa jalkapallovalmentajien toimenkuvaa Suomessa voidaan huomata, että jalkapallovalmentajat toimivat suurimmaksi osaksi vapaaehtois pohjalta. Valmentajakyselyn 2019 mukaan jalkapallovalmentajista 76 prosenttia valmensi vapaaehtoisesti, 16 prosenttia osa-aikaisesti ja 8 prosenttia täysipäiväisesti. Lisäksi vapaaehtoisvalmentajat sekä osa-aikaiset valmentajat valmensivat pääosin harraste-, paikallis- ja kansallisella -tasolla kun taas täysipäiväiset valmentajat valmensivat kansallisella tai kansainvälisellä tasolla. Valmennukseen käytetty aika lisääntyi valmennettavien iän ja valmennettavien tason mukaan. Vapaaehtoiset valmentajat käyttivät keskimäärin vähiten aikaa valmentamiseen, osa-aikaiset hieman enemmän ja täysipäiväiset valmentajat eniten. (Blomqvist ym. 2012)

Suomessa valmentajan työelämän osaamisvaatimukset voidaan pohjata suomalaiseen valmennusosaamismalliin. Se koostuu neljästä osa-alueesta. Näistä kolme ovat urheilu- ja lajiosaaminen, ihmissuhdetaidot ja itsensä kehittämisen taidot. Näistä kolmesta muodostuukin siis myös Suomen Palloliiton UEFA C -valmentajakoulutuksen sisältöalueet. Neljäs valmennusosaamismallin osa-alue on valmentajan voimavarat. Oma jaksaminen ja voimavarat on UEFA C -koulutuksessa sisällytetty itsensä kehittämisen taitojen alle. Valmentajan työelämänvaatimukset eivät siis ole pelkästään urheilu- ja lajiosaamista, vaan vaatimukset ovat



paljon monipuolisemmat, kuten valmennusosaamisenmalli osoittaa kuvassa 5. (Hämäläinen 2015, 25; Suomen Palloliitto 2022a) Onkin tärkeää, että valmennusosaamisenmallissa on huomioita valmentajan omat voimavarat, sillä valmentaja kohtaa työelämässään usein paljon stressiä. Eliittivalmentajia tutkittaessa huomattiin, kuinka heidän oli vaikea hallita liiallista ajankäyttöä ja he kokivat, että heidän tulee jatkuvasti todistella tasoaan muille. Stressi oli myös kovempaa päävalmentajan tehtävässä ja kovemmissa sarjoissa. (Hassmen ym. 2019)



KUVA 5. Valmennusosaamisen malli (Hämäläinen 2016).

Hämäläisen (2008) mukaan valmentaja on ennen kaikkea kehittää harjoittelun avulla urheilijaa ja näin mahdollistaa menestyminen. Asiantuntijuus on erityisen tärkeä osa valmentamista ja urheilija voi tulkita valmentajan välinpitämättömäksi, mikäli ei koe valmentajaa asiantuntevaksi. Urheilijan näkökulmasta toivotaan valmentajille käytännönläheisiksi työelämän vaatimuksiksi muun muassa virheiden myöntämistä, omistautumista työlleen, riittävän kurin ylläpitämistä, oikeudenmukaisuutta ja keskusteluvaisuutta. (Hämäläinen 2008)

Valmentajien omien näkemyksien mukaan valmentajan tärkeimmät tehtävät vaihtelivat sen mukaan minkä ikäisiä valmennettavat olivat. Aikuisurheilijoita valmentajat pitivät tärkeimpänä tehtävänä urheilijan taitojen ja urheilusuorituksen kehittämisen sekä tulosten saavuttamisen. Nuorten valmentajat kokivat taitojen ja urheilusuorituksen kehittämisen lisäksi tärkeäksi myös valmennettavan kasvattamiseen ja kehittämiseen ihmisenä. Lapsia valmentavat kokivat

tärkeäksi harjoitteluun innostamisen ja motivaation vahvistamisen sekä nautinnon ja myönteisten kokemusten tuottamisen. (Blomqvist ym. 2012) Havainnot ovat mielenkiintoisia, sillä on todettu, että urheilijoiden kertomuksissa aikuisiässä valmentajalla korostuvat ennen kaikkea myös vuorovaikutustaidot (Hämäläinen 2008).

## 4 VALMENNUSPOLULLA ETENEMINEN

Huippuvalmentajaksi kehittyminen on usein pitkän ajan tulos. Ericksonin, Côtèn & Frasen-Thomasin (2007) tutkimuksessa tutkittiin huipputasoon saavuttaneita valmentajia, jossa löydettiin viisivaiheinen polku huippuvalmentajaksi. Vaihteita olivat: 1. monipuolinen, aikainen osallistuminen urheiluun 2. kilpaurheiluun osallistuminen 3. voimakas kilpaurheiluun osallistuminen ja tutustuminen valmentamiseen 4. osa-aikainen varhainen valmentaminen ja 5. korkeatasoinen päävalmentaminen. Edellä mainitut ensimmäiset vaiheet ovat esimerkkejä erilaisista oppimisympäristöistä, joissa valmentajat oppivat valmentamisesta paljon aiempien kokemustensa perusteella. Myöhempään vaiheeseen tulee mukaan valmentajakoulutusta. (Erickson ym. 2007) Myös Suomessa on tutkittu valmentajien ensiaskelia valmennuspolulla. 42 prosenttia valmentajista piti omaa harrastustaustaa lajista merkittävimpänä syynä aloittaa valmentaminen. Neljännes valmentajista aloitti oman lapsen harrastuksen takia ja 13 prosenttia koki tärkeimmäksi syyksi ammattivalmentamisesta kiinnostuneisuuden. (Blomqvist ym. 2019)

### 4.1 Kouluttautumista mahdollistavat tekijät

On monia tekijöitä, jotka vaikuttavat valmentajien päätöksiin lisäkouluttautumisesta ja jatkamisesta seuraavaan koulutukseen. On tutkittu, että suurimmat syyt lisäkouluttautumiseen eri lajien valmentajilla olivat sarjan asettama vaatimus ja olennaiset aiheet (Vargas-Tonsing 2007). Kubayi, Coopoo ja Morris-Eyton (2016) käyttivät samaa kyselylomaketta kuin Vargas-Tonsing (2007) ja heidän tuloksensa olivat saman suuntaisia. Kyseisessä tutkimuksessa suurin syy lisäkouluttautumiseen oli halu valmentaa korkealla tasolla, jonka jälkeen tulivat olennaiset aiheet sekä sarjan asettama vaatimus. Valmentajilta kysyttiin lisäksi aikomusta edetä valmentajakoulutuksissa ja 87 prosenttia valmentajista aikoi edetä valmentajakoulutuksessa. (Kubayi, Coopoo & Morris-Eyton 2016) On myös huomattu, että vanhempia ikäluokkia valmentava valmentaja on todennäköisemmin kiinnostunut huippuvalmentajaksi kehitymisestä, kuin nuorempia valmentava (Blomqvist ym. 2019).

Ruohonjuuritason jalkapallovalmentajien kouluttautumista tutkittaessa on huomattu, kuinka valmentajien olisi helpompi osallistua koulutuksiin, jos samasta seurasta seuran johto ohjaisi kaikki valmentajat yhdessä koulutukseen. Tämä voisi helpottaa valmentajakoulutuksen positiivisten asioiden jakamista valmentajien kesken, ja se helpottaisi koulutuksesta opittujen asioiden siirtämistä oman seuran harjoituksiin. Seuran johdon pitäisi myös tukea ja kannustaa

valmentajia käyttämään valmentajakoulutuksen oppeja käytännössä. Valmentajakoulutusten hyödyntäminen tulisi siis olla koko seuran yhteinen tavoite, eikä vain pelkästään riippuvainen yksilön teoista tai yksittäisen valmentajan motivaatiosta. (Søvik ym. 2017)

#### **4.2 Kouluttautumista estävät tekijät**

Maclean & Lorimer (2006) ovat tutkimuksessaan todenneet kolme merkittävintä syytä esteiksi valmentajan kouluttautumiselle. Nämä ovat koulutuksen sisältö, kustannukset ja koulutuksen tavoitettavuus. Koulutuksen sisältöön liittyen valmentajat kokivat muun muassa kouluttajan kontrolloivan liikaa ja näin estettiin oman valmennustyylin kehittyminen. Tutkimuksessa todettiin myös, kuinka haastateltava oli kokenut, että koulutuksen läpäisee aivan liian helposti. (Maclean & Lorimer 2006) Kustannukset ovat nousseet merkittäväksi tekijäksi muussakin tutkimuskirjallisuudessa, ja esiin on noussut, kuinka koulutuksen hinta on valmentajille estävä tekijä. Myös se koettiin ongelmaksi, ettei koulutuksen käymisestä maksettu valmentajalle. (Vargas-Tonsing 2007) Koulutuksen tavoitettavuus nousi esiin ongelmana myös Blomqvistin ym. (2019) valmentajakyselyssä. Koulutuksen huono saavutettavuus oli toiseksi merkittävin este lisäkouluttautumisella ja se ettei sopivaa koulutusta ollut tarjolla, oli kolmanneksi merkittävin estävä tekijä. (Blomqvist ym. 2019)

Yksi merkittävä estävä tekijä kouluttautumiselle on aika (Søvik ym. 2017; Blomqvist ym. 2019). Blomqvistin ym. valmentajakyselyssä ajan puute oli merkittävin estävä tekijä valmentajakoulutuksiin osallistumisessa. Reilut puolet vastaajista koki sen isoimmaksi haasteeksi. Ajan puute koettiin myös merkittäväksi tekijäksi kokonaan lopettaneiden valmentajien joukossa. (Blomqvist 2019)

Naiset ovat huomattavassa vähemmistössä jalkapallon valmentajakoulutuksissa (Lämsä, Potinkara & Puska 2016). Yhdeksän kymmenestä naisesta kohtasi kurssilla halventavaa ja seksististä kielenkäyttöä, ja lisäksi he kokivat tarvetta todistaa tasonsa ja arvonsa. Englantilaisia naisvalmentajia koskevassa tutkimuksessa lähes kaikki valmentajat kaipasivat ainoastaan naisille suunnattuja kursseja. Kouluttajat olivat pääsääntöisesti miehiä ja valmentajat kaipasivat naisia kouluttajiksi. (Lewis, Roberts & Andrews 2015) Saksalaisia naishuippuvalmentajia tutkittaessa todettiin kuitenkin, etteivät naiset kokeneet kouluttautumista naisena miesvaltaisessa ryhmässä häiritsevänä tai estävänä asiana, vaan koulutukset olivat silti

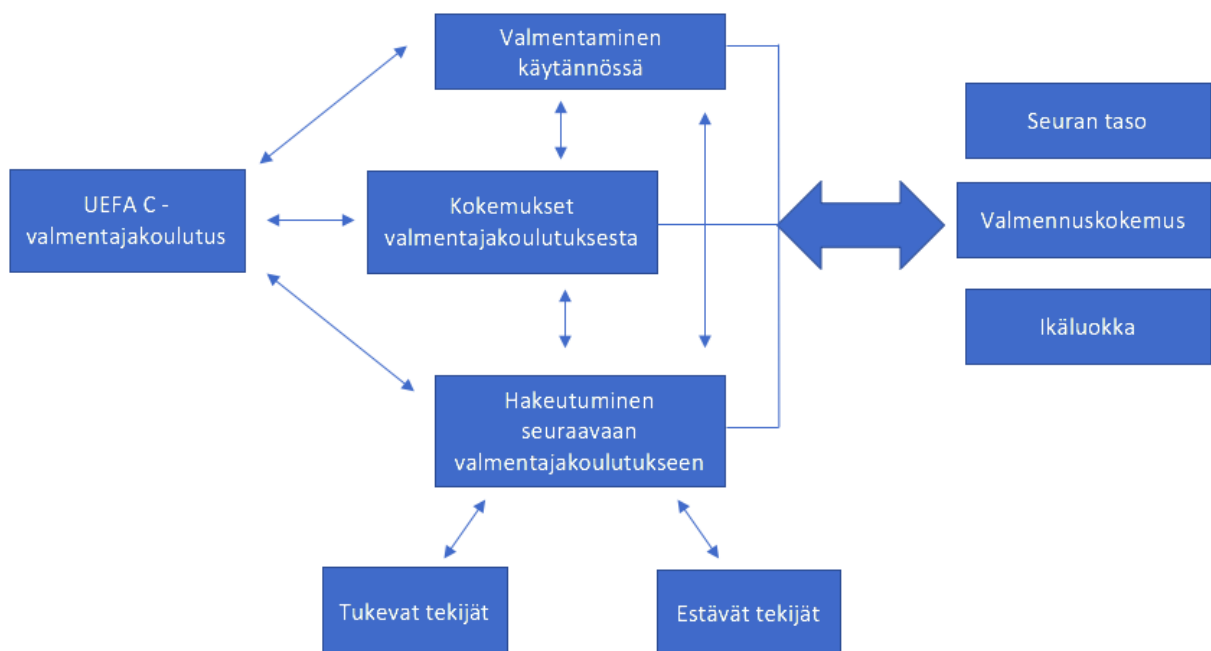
inspiroivia. On huomioitava, että valmentajat olivat huipputason valmentajia, mikä saattoi vaikuttaa muiden suhtautumiseen. (Hofmann ym. 2014)

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, VIITEKEHYS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

### 5.1 Viitekehys

Koulutuksen yhteyttä työvalmiuksiin ja koulutustyytyväisyyttä on tutkittu aiemmin monissa liikuntatieteellisen Pro gradu -tutkimuksissa, joissa on tarkasteltu liikunnanopettajien tyytyväisyyttä koulutukseen (Huhtiniemi 2011; Pöyry 2018). Koulutuksen käytännön hyödyistä ei ole tehty kattavaa tutkimusta jalkapallovalmennuksen saralta, joten tutkimuksessa hyödynnettiin työvalmius- ja koulutustyytyväisyystutkimuksien rakennetta. Tässä pro gradu -tutkimuksessa teoreettisena viitekehysenä toimii Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen julkaisema Valmentajakysely 2019, jossa on tutkittu laajasti valmentamisen nykykuvaa Suomessa. (Blomqvist, Mononen & Hämäläinen 2020).

Valmennettava ikäluokka, valmennuskokemus sekä seuran taso valikoituivat valmentajia jaotteleviksi tekijöiksi kirjallisuuden perusteella (Blomqvist, Hämäläinen & Häyriäinen 2012; Christensen 2011; Stephenson & Jowett 2009). Tämän tutkimuksen teoreettinen viitekehys on esitelty kuvassa 6.



KUVA 6. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys.

## 5.2 Tutkimusongelmat

Tutkimuskysymykset:

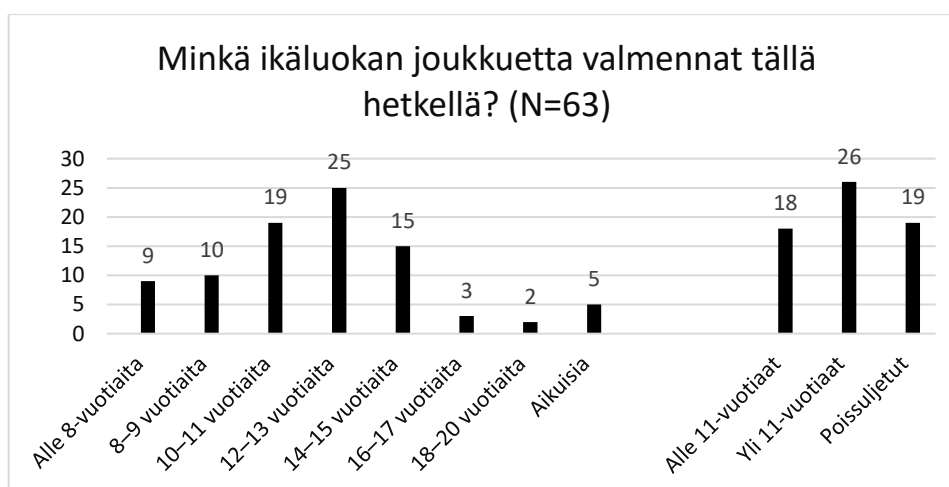
1. Miten valmentajat kokevat jalkapallovalmentajakoulutuksen keskeiset sisällöt käytännön valmennuksen kannalta?
  - 1.1. Onko valmennettavan joukkueen ikäluokalla yhteyttä valmentajan kokemuksiin?
  - 1.2. Onko valmentajan jalkapallon valmennuskokemuksella yhteyttä valmentajan kokemuksiin?
  - 1.3. Onko seuran laatujärjestelmän taso yhteydessä valmentajan kokemuksiin?
2. Mitkä ovat valmentajan aikomukset jatkaa koulutuksen seuraavalle tasolle
  - 2.1. Onko valmennettavan joukkueen ikäluokalla yhteyttä valmentajan aikomukseen jatkaa koulutuksen seuraavalle tasolle?
  - 2.2. Onko valmentajan valmennuskokemuksella yhteyttä aikomukseen jatkaa koulutuksen seuraavalle tasolle?
  - 2.3. Onko seuran laatujärjestelmän tasolla yhteyttä aikomukseen jatkaa koulutuksen seuraavalle tasolle?
3. Mitkä tekijät estävät tai tukevat valmentajan jatkamista koulutuksen seuraavalle tasolle?

## 6 TUTKIMUSAINEISTO JA -MENETELMÄT

### 6.1 Tutkimusaineisto ja aineiston keruu

Tutkimusjoukon muodosti UEFA C -valmennuslisenssin omaavat valmentajat, jotka olivat käyneet valmentajakoulutuksen uudistetuilla materiaaleilla. Tutkimukseen osallistui yhteensä 63 valmentajaa ja tutkimuksen aineisto kerättiin Webropol-kyselyn (liite 1) avulla vuoden 2021 aikana. Tutkimukseen osallistuneista miehiä oli 95 prosenttia ja 5 prosenttia oli naisia. Valmentajista kolmannes (35 %) oli 41–45-vuotiaita, jonka jälkeen suurimmat ikähaarukat olivat 36–40 vuotta (13%) sekä 46–50 vuotta (11%).

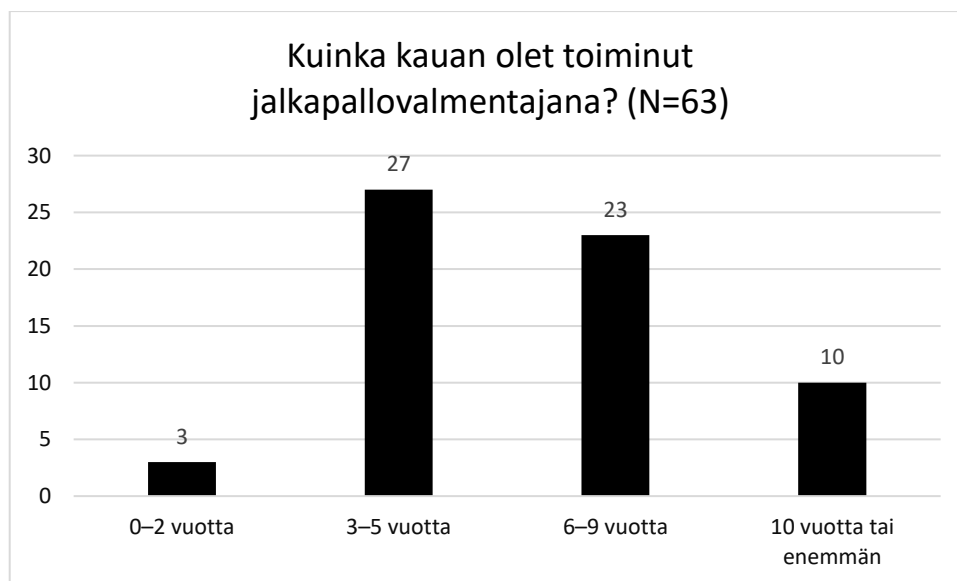
Valmennettavan joukkueen ikäluokassa oli yhteensä 8 eri ikäluokkaa. Valmennettava ikäluokka oli kyselyssä jaoteltu Suomen Palloliiton ikäkausijoukkueiden mukaisesti. Kuvasta 7 selviää, minkä ikäluokan valmennukseen valmentaja osallistui kyselyn tekohetkellä. Huomioitavaa on, että valmentaja on voinut valita useamman ikäluokan valmennettavakseen. Muuttujaa jouduttiin luokittelemaan uudelleen, jotta se vastaisi paremmin tutkimuskysymykseen. Jaottelussa pyrittiin jakamaan ryhmät lapsia valmentaviin sekä nuoria ja aikuisia valmentaviin. Valmentajat jaettiin alle 11-vuotiaita valmentaviin (n=18) ja yli 11-vuotiaita valmentaviin (n=26). Lisäksi tällä jaottelulla otoskoot olivat lähellä toisiaan. Koska valmentajilla oli mahdollisuus valita valmennettavaan ikäluokkaan useampi eri ikäluokka, niin jaottelussa täytyi yhdistää ja tarvittaessa poistaa valmentajia, jos heidän valmentamat ikäluokat eivät kuuluneet selkeästi joko alle tai yli 11-vuotiaisiin.



KUVA 7. Valmentajien valmentama ikäluokka sekä jako alle 11-vuotiaiden ja yli 11-vuotiaiden valmentaviin.



Valmennuskokemus jaoteltiin kyselyssä Blomqvistin ym. (2019) mukaan neljään eri luokkaan, joita olivat 1–2 vuotta, 3–5 vuotta, 5–10 vuotta sekä 11 vuotta tai enemmän. UEFA C -valmentajakoulutuksen valmentajilla oli varsin vaihteleva määrä valmennusvuosia. Kuvasta 8 selviää, että ainoastaan kolmella valmentajalla oli alle 2 vuotta valmennuskokemusta ja 27 valmentajalla oli 3–5 vuoden valmennuskokemus, mikä muodosti suurimman ryhmän. Noin puolella valmentajista (48 %) oli valmennuskokemusta alle 5 vuotta ja hieman yli puolella (52 %) valmentajista valmennuskokemusta oli kertynyt yli 5 vuotta. Analysointivaiheessa valmennuskokemus jaettiin alle 5 vuotta valmentaneisiin sekä yli 5 vuotta valmentaneisiin.



KUVA 8. Jalkapallovalmentajien valmennuskokemus UEFA C -valmentajakoulutuksessa.

Tutkimuksessa tarkasteltiin valmentajan seuran tasoa Suomen Palloliiton luokittelemassa seurojen laatujärjestelmässä. Suomen Palloliiton laatujärjestelmässä seura voi kuulua yhdelle kuudesta eri tasosta. Osa valmentajista (n=6) ei ilmoittanut valmentamaansa seuraa, joten ne suljettiin tutkimuksen ulkopuolelle, kun tutkimuskysymys koski seuran laatujärjestelmän tasoa. Ongelmaksi muodostui valmentajien tietämättömyys siitä, että mihin laatujärjestelmän tasoon seura kuului, sillä 42 prosenttia valmentajista ei osannut vastata kysymykseen. Valmentajat kuitenkin ilmoittivat seuran lisäkenttään, mikä mahdollisti tietojen syöttämisen uudelleen SPSS-ohjelmassa. Valmentajista hieman alle kolmannes (27 %) tuli korkeimman, eli tason 5 seuroista, ja noin viidennes (21 %) tason 2 ja 3 seuroista. Taulukossa 2 on esitelty, minkä tason seuroihin valmentajat kuuluvat. Seuran laatujärjestelmän taso luokiteltiin tutkimuksessa uudelleen kolmeen eri ryhmään dokumentoitujen kohtaamisien mukaan. Ensimmäisen ryhmän

muodosti Suomen Palloliiton laatu järjestelmän tasot 0,1 ja 2, toisen ryhmän muodosti taso 3 ja kolmannen ryhmän muodostivat tasot 4 ja 5.

TAULUKKO 2. Suomen Palloliiton laatu järjestelmän eri tason seuroihin kuuluvat valmentajat sekä niiden uusi ryhmittely.

Palloliiton laatu järjestelmä	Dokumentoidut kohtaamiset	Valmentajien määrä		Uusi ryhmittely	
		n	%	n	%
Ei tiedossa	-	6	9,5	-	-
Taso 0	1	6	9,5		
Taso 1	1	4	6,3	23	40,4
Taso 2	1	13	20,6		
Taso 3	2	13	20,6	13	22,8
Taso 4	3	4	6,3	21	36,8
Taso 5	3	17	27		
Yhteensä	-	63	100	57	100

Seurojen laatu järjestelmästä ei ole tehty aiempaa tutkimusta, joten oli olennaista tarkastella, että toteutuuko Suomen Palloliiton laatu järjestelmän kriteeri dokumentoiduista kohtaamisista käytännössä. Korrelaatiota tarkasteltiin seuran laatu järjestelmän tason ja seuran tuen välillä. Seuran tukea kysyttiin seuraavasti: ”Onko seurasi tukenut sinua koulutuksen jälkeen UEFA C -koulutuksen keskeisten sisältöjen suuntaisesti?”. Laatu järjestelmän taso korreloi matalasti ja negatiivisesti (-.364) seuran tuen kanssa eli mitä alemmalla tasolla valmentajan seura oli, sitä vähemmän hän sai todennäköisesti tukea seuralta. Tulos oli tilastollisesti merkitsevä ( $p < .05$ ).

## 6.2 Aineiston keruu

Suomen Palloliiton jalkapallon valmentajakoulutuksien uudistustyö aloitettiin vuonna 2017, jolloin koulutusmateriaalit uudistettiin täysin ja koulutus järjestelmään tuotiin mukaan UEFA C -valmentajakoulutus (Suomen Palloliitto 2018). UEFA C -valmentajakoulutuksen kouluttajakoulutus järjestettiin maaliskuussa 2019, jonka jälkeen kouluttajat aloittivat UEFA C -valmentajakoulutuksen pilotoinnin (Suomen Palloliitto 2019). Virallisesti uudet UEFA C -

valmentajakoulutukset käynnistyivät vuoden 2021 tammikuussa, mutta vuoden 2020 koulutukset on käyty pääosin läpi uudistetulla opetussuunnitelmalla. Koronapandemian takia hyväksyimme osallistujiksi valmentajat, jotka ovat suorittaneet UEFA C -valmentajakoulutuksen lopullisella koulutussuunnitelmalla. Näin ollen kyselyyn saivat vastata 2020 syksyllä UEFA C -valmentajakoulutukseen osallistuneet valmentajat. Lisäksi kysely oli auki 2021 lokakuun loppuun asti yli puoli vuotta alkuperäistä suunnitelmaa pidempään.

Tutkimuksen suunnitteluvaiheen aikana käynnistyi yhteistyö Suomen Palloliiton kanssa, joka osaltaan mahdollisti aineiston keräämisen. Tutkimuksessa hyödynnettiin yli kymmentä UEFA C -valmentajakouluttajaa ympäri Suomen, jotka järjestävät UEFA C -valmentajakoulutuksia uudistetuilla materiaaleilla. Jokaiselta kouluttajalta varmistettiin, että hän käytti valmentajakoulutuksissa uudistettua UEFA C -valmentajakoulutus materiaalia. Kouluttajien tehtävä oli kertoa kyselystä valmentajakoulutuksissa, sekä välittää kysely sähköpostin välityksellä koulutuksen käyneille valmentajille, vähintään kuukausi valmentajakoulutuksen päättymisen jälkeen. Suomen Palloliitolla on lisäksi rekisteri valmentajista, jotka ovat osallistuneet ja saaneet UEFA C -valmentajalisenssin. Järjestelmän kautta lähetettiin muistutusviesti kaikille UEFA C -lisenssin valmentajille, jotka olivat valmistuneet syksyn 30.9.2020 jälkeen.

Tutkimuksen kannalta on oleellista, että jokainen valmentaja on osallistunut koulutukseen, jossa on noudatettu yhdenmukaista koulutussuunnitelmaa. Koulutuksen täytyi noudattaa uutta yhdenmukaista koulutussuunnitelmaa, jotta tutkittava pystyi osallistumaan tutkimukseen.

### **6.3 Tutkimuksen mittari**

Webropol-kysely (liite 1) toimi tutkimuksen mittarina ja se on suunniteltu UEFA C -valmentajakoulutuksen käyneille valmentajille. Suunnittelussa otettiin huomioon UEFA C -valmentajakoulutuksen sisällöt ja tavoitteet

Koulutuksen keskeisien sisältöjen hyödyllisyyttä käytännön valmentamisen kannalta tutkittiin UEFA C -valmentajakoulutuksen tavoitteiden kautta (Suomen Palloliitto 2019). Tavoitteita oli yhteensä 23 ja ne olivat jakautuneet urheilu- ja lajiosaamiseen, ihmissuhdetaitoihin sekä itsensä kehittämisentaitoihin. Valmentajat arvioivat tavoitteen hyödyllisyyttä 5-portaisella asteikolla (1= Ei ole hyödyttänyt... 5= hyödyttänyt paljon).

Jatkokouluttautumista tiedusteltiin kysymyksellä: ”Aiotko jatkaa UEFA B -koulutukseen?” Koulutusta tukevia ja estäviä tekijöitä tutkittiin Blomqvistin ym. (2019) valmentajakyselyssä esiin nousseiden koulutuksen osallistumista vaikeuttaneiden tekijöiden avulla (Blomqvist ym. 2019). Lisäksi vaihtoehdoissa huomioitiin kustannuksien vaikutus, halu valmentaa korkeammalla tasolla, sekä seuran tuki (Kubayi, Coopoo, Morris-Eyton 2016; Maclean & Lorimer 2006; Søvik ym. 2017). Kysymyksenä oli ”Miten koet seuraavien asioiden vaikuttavan jatkamiseksi UEFA B -koulutukseen?”. Valmentajat arvioivat 26 eri väittämää ja vastasivat niihin 5-portaisella asteikolla (1= estää jatkamistani, 2= estää jonkin verran 3= en osaa sanoa, 4= tukee jonkin verran 5= tukee jatkamistani).

#### **6.4 Aineiston analyysimenetelmät**

Webropol-ohjelmasta saatu aineisto siirrettiin ja analysoitiin IBM SPSS Statistics (versio 26) -ohjelmaa apuna käyttäen. Tutkimusaineiston analysoinnissa käytettiin korrelaatiota, riippumattomien otosten t-testiä sekä ristiintaulukointia. Tilastollisesti merkitsevyyden rajana käytettiin p-arvoa ( $p < .05$ ). Lisäksi tulosten raportoinnissa käytettiin frekvenssejä, prosentteja, keskiarvoja ja keskihajontoja aineiston kuvailuun.

Korrelaatiokerroin voi saada arvoja väliltä  $-1$ – $1$  ja sääntönä voidaan pitää sitä, mitä suurempi arvo sen parempi korrelaatio. Kyseessä on ”erittäin korkea” korrelaatio, mikäli korrelaatiokerroin osuu välille  $0.8$ – $1.0$ . Näin suurta korrelaatiokerrointa saavutetaan vain harvoin ihmistieteissä.  $0.60$ – $0.80$  väliin jäävää korrelaatiokerrointa kuvataan ”korkeaksi” ja  $0.40$ – $0.60$  väliin jäävää ”melko korkeaksi” tai ”kohtuulliseksi”. (Metsämuuronen 2005, 345–346) Tässä tutkimuksessa  $0.3$ – $0.4$  väliin jäävää korrelaatiota kutsuttiin ”matalaksi” korrelaatioksi.

#### **6.5 Reliabiliteetti ja validiteetti**

Tutkimuksessamme käytettiin kvantitatiivisia tutkimusmenetelmiä. Näiden luotettavuus voidaan katsoa perustuvan validiteettiin ja reliabiliteettiin, joista muodostuu tutkimuksen kokonaisluotettavuus. (Heikkilä 2004, 185; Metsämuuronen 2000, 50–57). Tutkimukseen päätyneet kysymykset olivat harkittuja, pohjautuivat kirjallisuuteen sekä sopivat tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen vastaten tutkimuskysymyksiin. Kysymykset olivat

monivalintakysymyksiä ja kyselyyn pystyi vastamaan tietokoneella, älypuhelimella sekä tabletilla. Vastaaminen vei keskiarvollisesti 9 minuuttia.

Reliabiliteetti tarkoittaa sitä, kuinka hyvin tutkimus on toistettavissa niin, että mittarin antamat tulokset eivät perustu sattumaan (Metsämuuronen 2005, 64–65). Tässä tutkimuksessa tutkimuksen reliabiliteettia nostaa se, että kyselylomake esitettiin neljällä UEFA C -valmentajakoulutuksen aikaisemmin käyneillä valmentajilla. Valmentajat olivat osallistuneet UEFA C -valmentajakoulutukseen vuonna 2019, joten kurssin päättymisestä oli ehtinyt kulua jo lähes kaksi vuotta. Osin varmasti tästä johtuen valmentajat kokivat, etteivät kaikki tavoitteet näkyneet kurssin toteutuksessa. Tästä johtuen lisäsimme kyselylomakkeeseen kohdan, jossa valmentaja pystyy tuomaan ilmi sisällöt, joita kokivat, ettei kurssilla käsitelty. Esitestauksen tarkoituksena oli selvittää kyselyn rakennetta, kysymyksien selkeyttä ja ymmärrettävyyttä sekä kyselylomakkeen täyttämiseen kulunutta aikaa. Kyselylomake koettiin selkeäksi ja siihen oli esitestaajien mukaan helppo vastata.

Reliabiliteettia lisäävä asia on myös se, että kyselylomake täytettiin henkilökohtaisesti koulutuksen jälkeen, joten kouluttaja tai tutkija ei voinut vaikuttaa vastaajaan. Kyselyyn vastanneet vastasivat myös lähes poikkeuksetta kaikkiin kysymyksiin, mikä on hyvä asia reliabiliteetin näkökulmasta. Kysely on myös vietävissä Webropol-ohjelmasta suoraan SPSS-aineistonanalyysiohjelmaan, joten virheitä aineiston siirtelyssä ei pitäisi syntyä.

Reliabiliteettia tässä tutkimuksessa heikentää se, että se oli pilottitutkimus ja mittaria ei täten ole käytetty aikaisemmin. Osittain koronapandemian ja aineiston keruun venymisen vuoksi tutkimuksessa ei pystytty myöskään vakioimaan sitä aikaa, kuinka kauan koulutuksen jälkeen valmentaja vastasi kyselyyn. Myöskään esimerkiksi vastaajan mielialaa tai paikkaa, jossa hän kyselyyn vastasi ei voida tietää tai määrittää.

Validiteetti tarkoittaa sitä, kuinka hyvin mittari mittaa sitä, mitä sen on tarkoitus mitata. (Metsämuuronen 2005, 64–65). Tutkimuksen validiteettia parantaa sen hyvä reliabiliteetti (Uusitalo 2001, 84–87). Kuten todettu, tutkimuksessa ei käytetty vakioitua kyselylomaketta, joten se heikentää validiteettia. Tutkimuksen validiteettia voidaan katsoa parantaneen se, että koulutuksessa käyneet valmentajat ovat hyvin kiinnostuneita kehittämään itseään valmentajana, joten voidaan olettaa heidän olevan motivoituneita vastaamaan ja vastaavan kyselyyn ajatuksella ja kriittisesti. Tutkimuksella ei kuitenkaan tavoitettu kaikkia koulutuksen käyneitä,

joten se ei ole täysin kattava kuvaus koulutuksen käyneistä valmentajista. Tämä tutkimus voidaan katsoa luotettavasti mitattavan sitä mitä halutaan, koska palaute koulutuksesta ei mene esimerkiksi suoraan kouluttajalle vaan ulkopuolisille tutkijoille. Tutkimuskysymykset pohjattiin myös aiempaan tutkimuskirjallisuuteen, joten voidaan kokea, että ne olivat hyvin tieteellisesti perusteltuja ja näin parantavat tutkimuksen validiteettia.

Tutkimuksen eettisyyteen kiinnitettiin huomioita. Tutkimus toteutettiin täysin anonymina ja siihen vastaaminen oli vapaaehtoista. Kyselylomakkeen vastauksia on käytetty ainoastaan tämän tutkimuksen tekemiseen ja ne kadotettiin välittömästi tutkimuksen valmistumisen jälkeen.

## 7 TULOKSET

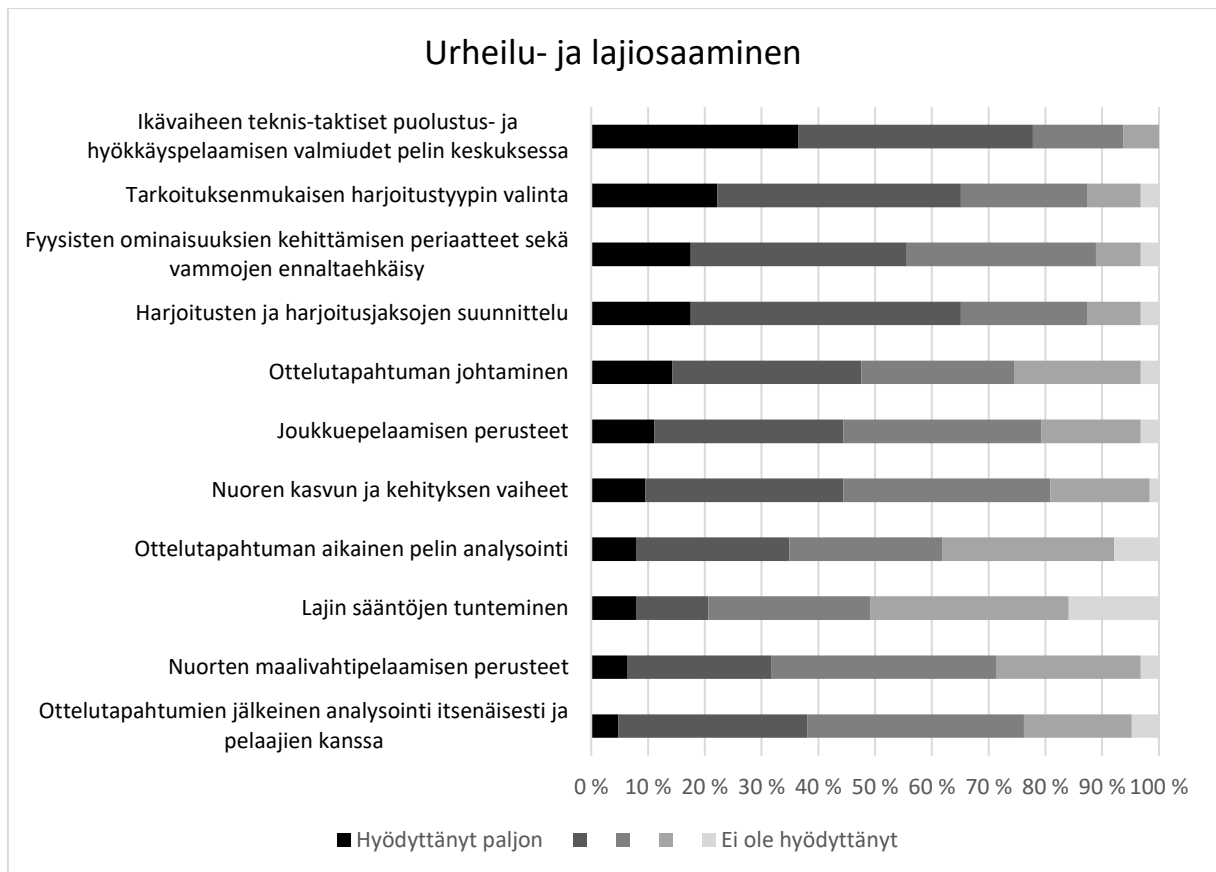
### 7.1 Keskeiset sisällöt käytännön valmentamisen kannalta

Tutkimuksessa tarkasteltiin UEFA C -valmentajakoulutuksen sisältöjä hyödyllisyydestä käytännön valmentamisen näkökulmasta. Verrattaessa eri sisältöalueiden hyödyllisyyttä, niin tuloksissa ei ollut nähtävissä merkittäviä eroja sisältöjen välillä. Jokaisesta sisältöalueesta muodostettiin oma summamuuttuja ja taulukossa 3 on esitelty eri sisältöalueiden keskiarvot ja keskihajonnat.

TAULUKKO 3. UEFA C -jalkapallokoulutuksen sisältöjen keskiarvot ja keskihajonta.

	Keskiarvo	Keskihajonta
Urheilu- ja lajiosaaminen	3,35	0,65
Ihmissuhdetaidot	3,18	0,76
Itsensä kehittämisen taidot	3,48	0,79
Yhteensä	3,34	0,74

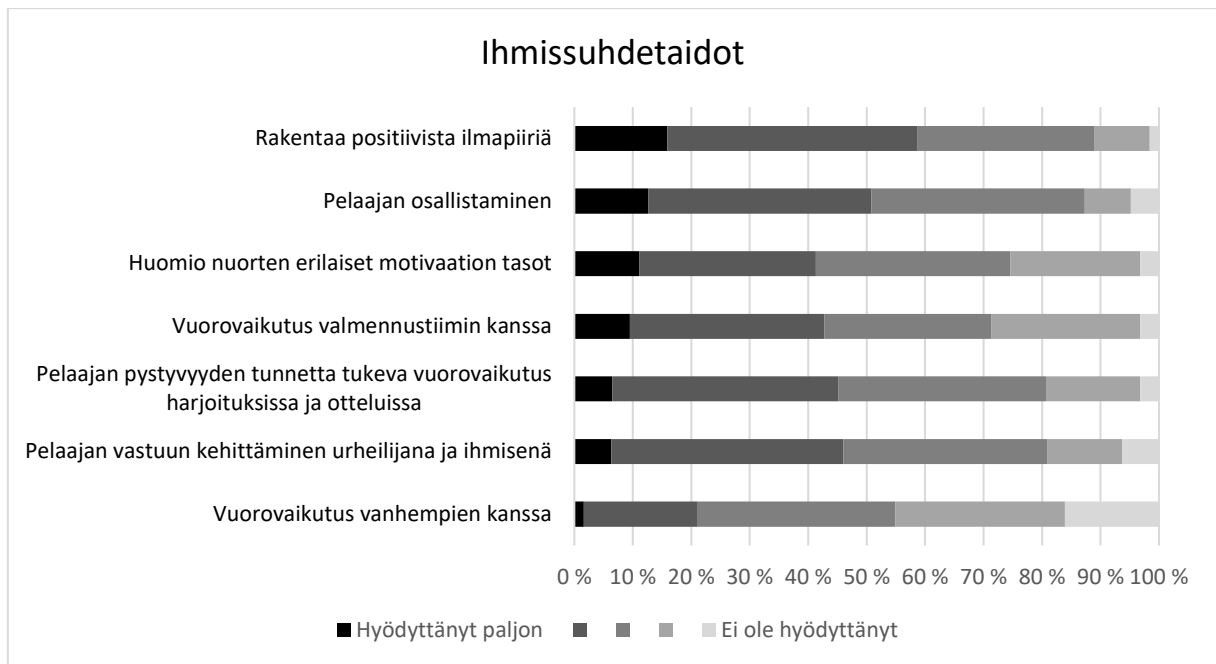
Kuvassa 9 on UEFA C -valmentajakoulutuksen urheilu- ja lajiosaamisen tavoitteet, sekä valmentajien kokema hyödyllisyys tavoitteesta käytännön valmennuksessa. Valmentajista yli kolmannes koki ikävaiheen teknis-taktisten puolustus- ja hyökkäyspelaamisen valmiuksien pelin keskuksessa hyödyttäneen heitä paljon. Lisäksi noin joka viides koki tarkoituksenmukaisen harjoitustyypin valinnan (22,2 %), fyysisten ominaisuuksien kehittämisen periaatteiden sekä vammojen ennaltaehkäisyyn (17,5 %) ja harjoitusten ja harjoitusjaksojen suunnittelun (17,5 %) hyödyttäneen paljon valmentajia. Sen sijaan noin joka kuudes (15,9 %) valmentaja koki, ettei ollut hyötynyt lainkaan lajin sääntöjen tuntemisen tavoitteesta.



KUVA 9. UEFA C -valmentajakoulutuksen urheilu- ja lajiosaamisen tavoitteet sekä valmentajien kokema hyödyllisyys käytännön valmennukseen.

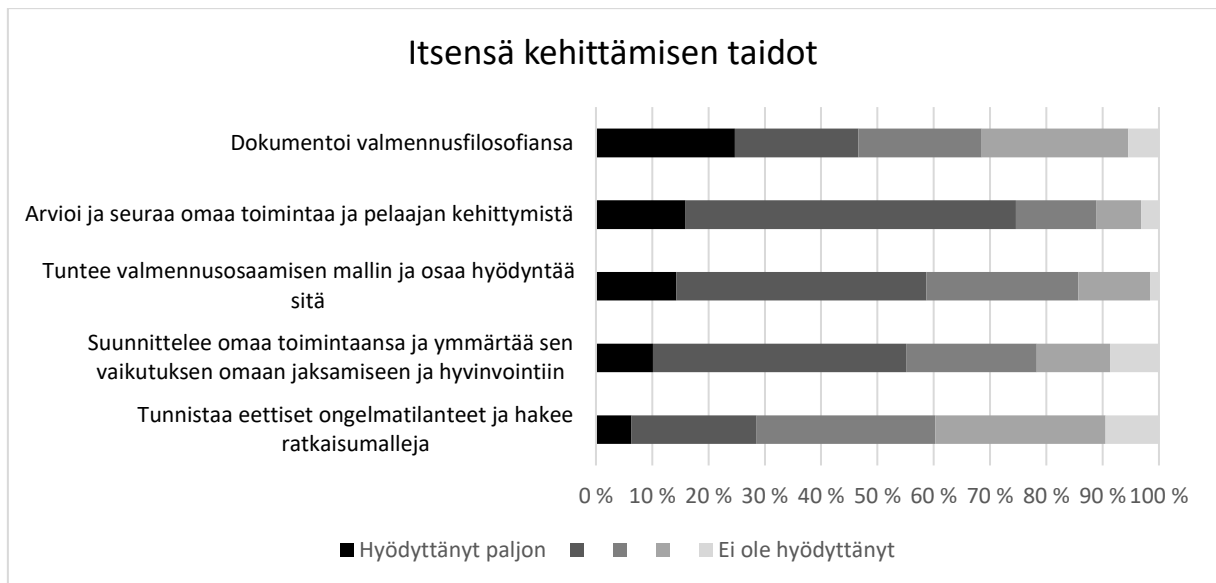
UEFA C -valmentajakoulutuksen ihmissuhdetaitojen tavoitteista valmentajat kokivat hyödyllisimmäksi tavoitteeksi positiivisen ilmapiirin rakentamisen, sillä noin 16 prosenttia koki hyötynen siitä paljon ja yli 40 prosenttia koki hyötynensä siitä. Vähiten hyötyä valmentajat saivat tavoitteesta, joka koski vuorovaikutusta vanhempien kanssa. Kuvassa 10 on eritelty jokainen UEFA C -valmentajakoulutuksen ihmissuhdetaitojen tavoite, ja kuinka valmentajat kokivat sen hyödyllisyyden käytännön valmentamisen kannalta.





KUVA 10. UEFA C -valmentajakoulutuksen ihmissuhdetaitojen tavoitteet sekä valmentajien kokema hyödyllisyys käytännön valmennukseen.

Valmentajia eniten hyödyttänyt asia itsensä kehittämisen taidoissa oli valmennusfilosofian dokumentoiminen, sillä valmentajista 29 prosenttia koki hyötyneen siitä paljon. Lisäksi hieman alle 75 prosenttia koki oman toiminnan ja pelaajien kehittymisen arvioinnin sekä seuraamisen hyödyttäneen valmentajaa paljon tai jonkin verran. Kuvasta 11 selviää itsensä kehittämisen taitojen tavoitteet ja kuinka paljon kukin tavoite on hyödyttänyt valmentajaa käytännön valmennuksessa.



KUVA 11. UEFA C -valmentajakoulutuksen itsensä kehittämisen taitojen tavoitteet sekä valmentajien kokema hyödyllisyys käytännön valmennukseen.

Valmennettavan joukkueen ikäluokan, valmennuskokemuksen ja seuran tason yhteyttä tarkasteltiin UEFA C -valmentajakoulutuksen sisällöistä muodostettuihin summamuuttujiin. Yhteyttä tarkasteltiin korrelaatiokertoimien avulla. Valmennettava ikäluokka korreloi matalasti ( $r=-0.353$ ), mutta tilastollisesti merkitsevästi ( $p<.05$ ) urheilu- ja lajiosaamisen kanssa. Tämä tarkoittaa, että nuorempia ikäluokkia valmentavat valmentajat hyötyivät enemmän urheilu- ja lajiosaamisen sisällöistä. Taulukosta 4 on nähtävissä, että urheilu- ja lajiosaaminen korreloi korkeasti ihmissuhdetaitoihin ( $r=0.674$ ). Lisäksi urheilu- ja lajiosaaminen korreloi itsensä kehittämisen taitoihin kohtuullisesti ( $r=0.472$ ) ja ihmissuhdetaidot korreloi itsensä kehittämisentaitoihin kohtuullisesti ( $r=0.529$ ).

TAULUKKO 4. Valmennettavan ikäluokan, valmennusvuosien, seuran tason, urheilu- ja lajiosaamisen, ihmissuhdetaitojen sekä itsensä kehittämisen taitojen väliset korrelaatiot.

	Valmennettava ikäluokka	Valmennusvuodet	Seuran taso	Urheilu- ja lajiosaaminen	Ihmissuhdetaidot	Itsensä kehittämistäidot
Valmennettava ikäluokka	1					
Valmennusvuodet	,096	1				
Seurantas	,046	-,071	1			
Urheilu- ja lajiosaaminen	-,353*	-,064	-,128	1		
Ihmissuhdetaidot	-,167	-,065	-,023	,674***	1	
Itsensä kehittämistäidot	-,180	,231	-,055	,472***	,529***	1

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

Olennaista käytännön hyödyllisyyden kannalta on kiinnittää huomiota myös tavoitteisiin, joita ei käsitelty. Tutkimuksessa kysyttiin, että oliko koulutuksen tavoitteissa sisältöjä, joita ei käsitelty ollenkaan. 21 prosenttia, eli 13 vastaajaa koki, että joitain sisältöjä jäi käymättä. Tutkittavat nimesivät nämä sisällöt ja useimmiten mainittiin tavoite vuorovaikutus vanhempien kanssa, 6 kertaa. 5 kertaa mainittiin, että käsittelemättä jäi vuorovaikutus valmennustiimin kanssa sekä se, että tunnistaa eettiset ongelmatilanteet ja hakee niihin ratkaisumalleja. Tavoite, dokumentoi valmennusfilosofiansa, mainittiin 4 kertaa. Kaiken kaikkiaan 16 eri tavoitetta sai vähintään yhden maininnan. Tulee kuitenkin muistaa, että 79 prosenttia vastaajista koki, että kaikki tavoitteet huomioitiin kurssilla.

## 7.2 Jatkokouluttautuminen

Tutkimuksessa selvitettiin, mitkä ovat valmentajien aikomukset jatkaa Suomen Palloliiton koulutuksien seuraavalle tasolle. Kyselyyn vastanneista 83 prosenttia (n=52) vastasi aikovansa

jatkaa seuraavan tason UEFA B -koulutukseen. Tutkittaessa valmennettavan joukkueen ikäluokan yhteyttä haluun jatkaa UEFA B -valmentajakoulutukseen, niin voidaan huomata, että alle 11-vuotiaita valmentavat olivat keskiarvoja tarkasteltaessa hieman halukkaampia jatkokouluttautumiselle. Taulukosta 5 selviää, että ryhmien välinen ero ei kuitenkaan ollut tilastollisesti merkitsevä ( $p=0.061$ ). Yli viisi vuotta valmentaneet valmentajat olivat niin ikään keskiarvoja tarkasteltaessa hieman halukkaampia UEFA B -jatkokouluttautumiselle kuin alle viisi vuotta valmentaneet, mutta näidenkään ryhmien välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa ( $p=0,429$ ).

TAULUKKO 5. Valmennettavan joukkueen ikäluokan sekä valmentajan valmennusvuosien yhteys jatkokouluttautumis halukkuuteen.

Valmennettavan joukkueen ikäluokka	n	ka	kh
Alle 11-vuotiaat	18	1,11	0,323
Yli 11-vuotiaat	26	1,35	0,485
$p=0.061$ ; $df=41,966$ ; $t=-1,928$			
Valmentajan valmennuskokemus			
Alle 5	30	1,13	0,346
Yli 5	33	1,21	0,4
$p=0.429$ ; $df=61$ ; $t=-0,814$			

Seuran tason yhteyttä valmentajan halukkuuteen edetä UEFA B -valmentajakoulutukseen tutkittiin ristiintaulukoinnin avulla. Taulukossa 6 selviää, että seuran tasolla ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä siihen jatkavatko valmentajat UEFA C -valmentajakoulutukseen.

TAULUKKO 6. Valmentajien jatkokouluttautumishalukkuus seuran tason mukaan.

Seuran taso	n	Kyllä f (%)	Ei f (%)
Tasot 0,1 ja 2	29	22 (42,3)	7 (63,6)
Taso 3	13	12 (23,1)	1 (9,1)
Tasot 4 ja 5	21	18 (34,6)	3 (27,3)
Yhteensä	63	52 (100%)	11 (100%)

$$\chi^2 = 1,905; df = 2; p = 0.396$$

### 7.3 Jatkokouluttautumista estävät ja tukevat tekijät

Taulukon 7 kuvailevista tuloksista voidaan nähdä, että tärkeimpiä tukevia tekijöitä seuraavaan tason koulutukseen jatkamisessa ovat; koen kouluttautumisen tärkeäksi, koulutuksen hyödyllisyys, halu kehittyä valmentajana, oman osaamisen arvostus ja pelaajakehityksen tärkeys. Kaikkien näiden tekijöiden arvo oli 4.5 tai enemmän. Eniten seuraavaan koulutukseen jatkamista estäviä tekijöitä olivat; aika, päivätyö, opiskelu ja koulutuksen hinta. Näiden tekijöiden arvo oli 3.0 tai vähemmän. Jokaisen kysymyksessä olleen tekijän yhteenlaskettu keskiarvo oli 3.8, joten tekijät olivat kaiken kaikkiaan enemmän jatkamista tukevia kuin estäviä. Jatkamista näytti eniten tukevan valmentajana toimimiseen liittyvät tekijät, sillä niiden muuttujien yhteenlaskettu keskiarvo oli 4.1. Sen sijaan seuraavan tason koulutukseen etenemistä estivät eniten elämäntilanteeseen liittyvät tekijät, sillä niiden yhteenlaskettu keskiarvo oli 3.2.

TAULUKKO 7. Miten koet seuraavien asioiden vaikuttavan jatkamiseesi UEFA B - koulutukseen? (1= estää jatkamistani, 2= estää jonkin verran 3= en osaa sanoa, 4= tukee jonkin verran 5= tukee jatkamistani)

Tukee/estää jatkamistani n=62–63	Keskiarvo	Keskihajonta
Koulutus	3,9	
Koen kouluttautumisen tärkeäksi	4,7	0,7
Koulutuksen hyödyllisyys	4,5	0,9
Koulutuksen hinta	2,9	0,8
Koulutuksen kesto	3,3	1,0
Koulutuksen vaatimustaso	3,7	0,9
Koulutuksen sisällöt	4,0	0,8
Koulutuksen läsnäolovaatimus	3,3	1,1
Kouluttajien taso	4,0	1,0
Kokemukset UEFA C -koulutuksesta	4,0	0,9
Kouluttajien tuki	3,9	1,0
Koulutuksesta saatava lisenssi	4,2	1,0
Valmentajana toimiminen	4,1	
Mahdollisuus edetä valmennusuralla	4,0	1,0
Kiinnostuneisuus huippujalkapallosta	4,2	0,9
Ammattivalmentaja-ammatin arvostus	3,5	1,2
Jalkapallon yhteiskunnallinen arvostus	3,6	1,1
Halu kehittyä valmentajana	4,7	0,6
Oman osaamisen arvostus	4,5	0,8
Pelaajakehityksen tärkeys	4,7	0,6
Verkostoituminen	4,1	0,9
Seuran tuki	3,8	1,1
Elämäntilanne	3,2	
Aika	3,0	1,2
Lähipiirin tuki	3,8	1,1
Päivätyö	2,9	1,4
Opiskelu	3,0	1,2
Taloudellinen tilanne	3,4	1,1
Oma pelaajaura	3,1	1,1
Kaikki yhteensä	3,8	0,4

## 8 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää UEFA C -valmentajakoulutuksen käyneiden valmentajien kokemuksia koulutuksesta käytännön valmennuksen kannalta. Lisäksi tutkimuksessa pyrittiin selvittämään haluavatko valmentajat jatkaa korkeampaan UEFA B -koulutukseen. Tutkimuksessa tarkasteltiin myös sitä millaisia tukevia tai estäviä tekijöitä valmentajilla olisi jatkamisessa seuraavalle koulutustasolle. Vertailua tehtiin valmentajan kokemuksen, valmennettavan ikäluokan ja seuran laadun perusteella.

Tutkimuksen perusteella UEFA C -valmentajakoulutuksen sisältöalueet korreloivat vähintään kohtuullisesti keskenään, eikä niiden keskiarvojen välillä ollut selviä eroja. Nuorempia ikäluokkia valmentavat hyötyivät enemmän urheilu- ja lajiosaamisen sisältöalueesta. Valmentajista 83 prosenttia ilmoitti aikovansa jatkaa UEFA B -valmentajakoulutukseen.

### 8.1 Käytännön hyödyt koulutuksesta

UEFA C -valmentajakoulutuksen tavoitteet ja sisällöt on lajiteltu kolmeen kategoriaan, jotka ovat urheilu- ja lajiosaaminen, ihmissuhdetaidot ja itsensä kehittämisen taidot (Suomen Palloliitto 2022a). Tässä tutkimuksessa ei löydetty eroja siitä, että jokin UEFA C:n isoista sisältöalueista olisi ollut valmentajien mielestä hyödyllisempi, kuin jokin toinen.

Blomqvist ym. (2020) ovat tutkimuksessaan huomanneet, kuinka 90 % urheiluvalmentajista piti urheiluosaamisen osa-alueita tärkeinä tai erittäin tärkeinä valmentajakoulutuksissa. Suurin tarve valmentajilla oli oppia fysiologiaa, anatomiaa, biomekaniikkaa ja lajitietoja- ja taitoja. (Blomqvist, Mononen & Hämäläinen 2020) Tässä tutkimuksessa tavoite, fyysisten ominaisuuksien kehittämisen periaatteista ja vammojen ennaltaehkäisystä, oli koettu yli puolet valmentajien mielestä hyödyttäneen tai hyödyttäneen paljon käytännön valmennusta. Urheilu- ja lajitiedoista tämän tutkimuksen perusteella UEFA C -valmentajakoulutuksessa valmentajaa hyödytti eniten urheilu- ja lajiosaamisen tavoite: ”teknis-taktisten puolustus- ja hyökkäyspelaamisen valmiuksista pelin keskuksen kontekstissa”.

Blomqvistin ym. (2020) tutkimuksessa huomattiin myös, kuinka 96 prosenttia valmentajista piti oman toiminnan reflektointia tärkeänä. UEFA C -valmentajakoulutuksen itsensä kehittämisen sisältöaluetta tutkiessa huomattiinkin, että oman valmennusfilosofian

dokumentointi oli eniten valmentajia hyödyttänyt tavoite. Myös ihmissuhdetaitoja, kuten pedagogista osaamista ja urheilupsykologiaa on kaivattu koulutuksiin (Nash & Sproule 2012). Kuten tutkimuksessa on todettu niin ihmissuhdetaidot ovat iso osa uutta UEFA C - valmentajakoulutusta ja sen sisältöalueen sisällä valmentajat hyötyivät eniten ihmissuhdetaitojen tavoitteesta positiivisen ilmapiirin rakentamisesta.

Aikaisemmassa tutkimuskirjallisuudessa on huomattu, kuinka kokemattomat valmentajat arvostivat koulutuksia kokeneita enemmän (Stephenson & Jowett 2009). Käytännön valmennuksen kannalta tässä tutkimuksessa ei syntynyt kuitenkaan tilastollisesti merkitsevää eroa valmentajissa valmennuskokemuksen perusteella. On kuitenkin mielenkiintoista, että valmentajan valmennettavan ikäluokan perusteella löydettiin tilastollisesti merkitsevää matalaa korrelaatiota kokemuksiin urheilu- ja lajiosaamisen sisältöalueen viemisestä käytännön valmennukseen. Näin voidaan todeta, että nuorempia valmentavat valmentajat ovat hyötynet enemmän urheilu- ja lajiosaamisen sisällöistä UEFA C -koulutuksessa. Aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa kuten esimerkiksi Blomqvist ym. (2012) ovat todenneet, kuinka aikuisurheilijoita valmentavat kokivat tärkeimmäksi tehtäväkseen urheilijan taitojen kehittämisen ja tulosten saavuttamisen. Nuorten valmentajat kokivat sen sijaan myös tärkeäksi valmennettavan kasvattamisen ja kehittämisen ihmisenä. (Blomqvist, Hämäläinen & Häyriäinen 2012) Näiden löydösten kanssa on hieman ristiriitaista, että juuri nuoria valmentavat hyötyivät tilastollisesti merkitsevästi nimenomaan urheilu- ja lajiosaamisen sisällöistä.

On myös hyvä pohtia, että miksi jopa 21 prosenttia valmentajista koki, että kurssin tavoitteissa oli sisältöjä, joita ei käsitelty ollenkaan. Esimerkiksi hyödylliseksi koettu valmennusfilosofian dokumentointi oli jäänyt monissa koulutuksissa kokonaan pois samoin kuin vuorovaikutus vanhempien ja valmennustiimin kanssa oli myös melko laajasti pois jätetty sisältöalue. Syyt tähän voi olla moninaiset ja on hankalaa tehdä johtopäätöksiä, mistä tämän kaltainen koulutusten sisältöjen erilaisuus voisi johtua.

## **8.2 Valmentajat motivoituneita jatkokouluttautumaan**

Tutkimuksessa 83 prosenttia (n=52) valmentajista halusi jatkaa UEFA B - valmentajakoulutukseen. Tuloksia ja tutkimuksia, jotka koskevat aikomusta edetä Suomen Palloliiton jalkapallon valmentajakoulutuspolulla, ei ole aiemmin tehty. Kubayi, Coopoo ja



Morris-Eyton (2016) selvittivät halukkuutta jatkokouluttautumiseen eri lajien valmentajilta ja saivat tulokseksi, että 87 prosenttia valmentajista aikoi edetä koulutuksen seuraavalle portaalle. Viitteitä valmentajien halukkuuteen valmennuspolulla etenemiseen antaa Blomqvist ym. (2019) valmentajakysely, jossa 62 prosenttia oli ajatellut osallistua valmentajakoulutukseen seuraavan 12 kuukauden aikana ja kolmasosa (32 %) piti lisäkouluttautumista erittäin tärkeänä. UEFA C:n käyneiden halukkuutta jatkokouluttautumiselle voidaan pitää tämän tutkimuksen perusteella verrattain korkeana ja samankaltaisena aikaisempaan tutkimuskirjallisuuteen verrattaessa.

Tutkimuksessa kävi myös ilmi, että valmennettava ikäluokka, valmennuskokemus sekä Suomen Palloliiton laatu järjestelmän taso eivät olleet tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä aikomukseen edetä koulutuksen seuraavalle tasolle. Olisi voinut ajatella, että esimerkiksi korkeamman tason seuroissa halukkuus jatkokouluttautumiselle olisi korkeampaa. Tämän tutkimuksen perusteella on kuitenkin tärkeä huomata, että jatkokouluttautumista tulee mahdollistaa tasapuolisesti eri lähtökohdista tuleville valmentajille.

### **8.3 Valmentajana toimiminen kouluttautumisen tukena, elämäntilanne esteenä**

Tutkimuskirjallisuudessa on huomattu, että muun muassa eri sarjojen asettamien vaatimusten takia hakeudutaan valmentajakoulutukseen (Vargas-Tonsing 2007). Kiinnostuneisuutta lisäkoulutukseen on lisännyt myös halu valmentaa korkealla tasolla ja olennaiset opittavat aiheet (Kubayi, Coopoo ja Morris-Eyton 2016). Tässä tutkimuksessa merkittävimmäksi tekijöiksi tukevana tekijänä koulutuspolulla jatkamisessa nousivat; koen kouluttautumisen tärkeäksi, halu kehittyä valmentajana, oman osaamisen arvostus ja pelaajakehityksen tärkeys. Näistä halu kehittyä valmentajana täsmää hyvin aiempaan tutkimuskirjallisuuteen. Kuitenkin myös tutkimuskirjallisuudessa eniten esiin nousut koulutuksesta saatava lisenssi, oli valmentajille tässä tutkimuksessa tärkeä tekijä, vaikka ei noussutkaan yllä mainittujen tasolle. On arvostettavaa ja tärkeä huomata, että myös esimerkiksi pelaajankehityksen tärkeyttä pidetään isona arvona kouluttautumisessa. Kaiken kaikkiaan koulutukseen ja kouluttautumiseen liittyvät tekijät olivat eniten valmentajan jatkamista tukevia tekijöitä.

Tutkimuskirjallisuudessa esiin nousseita estäviä tekijöitä valmentajan lisäkouluttautumiselle ovat koulutuksen kustannus, -sisältö ja -tavoitettavuus. Tutkimuksissa oli myös todettu, kuinka koulutukset olivat liian helppo läpäistä ja koulutuksissa kontrolloidaan valmentajaa liikaa.

Merkittävä estävä tekijä lisäkouluttautumiselle on myös todettu olevan aika. (Maclean & Lorimer 2006; Vargas-Tonsing 2007; Blomqvist ym. 2019) Tässä tutkimuksessa huomattiinkin, kuinka eniten jatkamista estäviä tekijöitä olivat ajan riittämättömyys, päivätyö, opiskelu ja koulutuksen hinta. Tulokset vahvistivat pääosin aiempaa tutkimuskirjallista näkemystä pääosin. (Blomqvist ym. 2019; Sjøvik ym. 2017; Vargas-Tonsing 2007) Kuitenkin koulutuksen vaatimustason koettiin olevan enemmän tukeva kuin estävä tekijä lisäkouluttautumisessa. Myös kouluttajan tuki koettiin enemmän jatkamista tukevaksi seikaksi, joten sekään ei tue aiemmin tutkimuskirjallisuudessa esiin nousutta liikaa kontrollointia kouluttajan taholta. Kuten aiemmin todettiin, niin koulutukseen liittyvät tekijät olivat eniten kouluttautumista tukevia tekijöitä ja tutkimuksen perusteella voidaan myös todeta, että elämäntilanteeseen liittyvät tekijät vaikuttaisivat olevan eniten kouluttautumista estäviä tekijöitä.

#### **8.4 Tutkimuksen eettisyys, rajoitteet ja jatkotutkimusehdotukset**

Tutkimuksen eettisen toteutuksen voidaan katsoa onnistuneen hyvin ja siihen kiinnitettiin läpi tutkimusprojektin tarkasti huomiota. Tutkimuksessa ei missään vaiheessa kysytty vastaajien tarkkoja henkilötietoja. Yksityisyydensuojasta huolehdittiin niin ettei kyselyn vastauksia voitu yhdistää vastaajiin, ja tutkimusaineisto poistettiin välittömästi tutkimuksen tulosten valmistuttua. Tutkimuksessa informoitiin tarkasti mihin tutkimuskyselyn tuloksia tullaan käyttämään ja tutkijoiden yhteystiedot olivat saatavilla kysymyksiä varten. Tutkimukseen osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen, ja siihen nähden valmentajat osallistuivat kyselyyn vastaamiseen aktiivisesti, sillä tutkimus tavoitti merkittävän osan uuden UEFA C -valmentajakoulutuksen suorittaneista valmentajista.

Tutkimusprojektissa tulee huomioida, että sen otoskoko (n=63) jäi lopulta ennen kaikkea koronapandemian vuoksi kuitenkin hieman pieneksi, ja täten oli vaikeampi muodostaa tilastollisesti merkitseviä tuloksia. Koulutus on myös juuri uusittu ja voidaan pohtia, että onko sen sisällöllinen reliabiliteetti ollut koulutusten välillä ympäri Suomea vahva. Myös ennen kaikkea valmennettavaa ikäluokkaa tutkiessa otoskoko jäi pieneksi, sillä niin moni kyselyyn vastanneista valmensivat monia eri ikäluokkia, ja heitä piti sitä tutkiessa sulkea otoksen ulkopuolelle.

UEFA C -valmentajakoulutuksen käyneiden valmentajien rekrytointi oli hankalaa, koska heitä valmistui tutkimusprojektin aikana suhteellisen vähän. Tähän varmasti vaikuttanee

maailmanlaajuinen pandemiatilanne, sillä koulutuksia jouduttiin Suomen Palloliiton kouluttajien mukaan lykkäämään todella useassa paikassa ja niitä oli vaikeuksia saada päätökseen. Tämä vaikeutti ja hidasti myös tutkimusprojektin etenemistä.

Tämän tutkimuksen pohjalta jatkotutkimusongelmia muodostaessa voidaan kuitenkin pohtia, että miksei valmentajia hakeudu enempää UEFA C -valmennuskoulutukseen? Voisiko tähän koronan lisäksi vaikuttaa esimerkiksi koulutuksen laajeneminen, sillä aika on merkittävä tekijä valmentajien koulutuksia estävänä tekijänä, kuten tämä tutkimus ja aiempi tutkimuskirjallisuus osoittaa (Blomqvist 2020). Myös tutkimuskirjallisuudessa esiin noussut estävä tekijä koulutuksen saavutettavuus on mielenkiintoinen asia (Maclean & Lorimer 2006). Voiko esimerkiksi koulutusrakenteen muutos enemmän seurojen vastuulle heikentää vai vahvistaa koulutuksen saatavuuden tunnetta valmentajille? Merkittävä tekijä lisävalmentajien rekrytoimisessa tulee myös tulevaisuudessa olla naisten rekrytointi koulutuksiin, sillä tämän tutkimuksen otoskoosta vain 5 prosenttia oli naisia. Aikaisemmin toteutetussa suuressa monilajisessa valmentajakyselyssäkin naisten osuus oli vain 10 prosenttia vastanneista (Blomqvist 2020). Suomen Palloliitto panostaa tällä hetkellä naisten ja tyttöjen jalkapallon kehitykseen, joten tämän huomioiminen myös valmennuskoulutuspuolella on tärkeää (Palloliitto 2021a).

Koulutuksiin osallistumisen kannalta olisi myös mielenkiintoista tietää, että minkälaisia tukikeinoja valmentajille voisi luoda, jotta elämäntilannetta ei koettaisi niin vahvasti estävänä tekijänä lisäkouluttautumiselle? Se osoittautui kuitenkin selkeästi enemmän estäväksi tekijäksi, kuin koulutukseen- tai valmentajana toimimiseen liittyvät asiat.

## LÄHTEET

- Aarresola, O. 2010. VOK-hankkeen vaikuttavuus Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishankkeen arviointi 2010. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHU:n julkaisusarja 21.
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N. & Thøgersen-Ntoumani, C. 2009. A review of controlling motivational strategies from a self-determination theory perspective: Implications for sports coaches. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2 (2), 215–233.
- Blomqvist, M., Hämäläinen, K. & Häyriäinen, M. 2012. Valmentajakysely. Kuvaus suomalaisten valmentajien taustoista ja valmentajauran aikaisista oppimistilanteista. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHU:n julkaisusarja 31.
- Blomqvist, M., Mononen, K. & Hämäläinen, K. 2019. Valmentajakysely 2019. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHU:n julkaisusarja 71.
- Bolter, N., Petranek, L. & Dorsch, T. 2018. Coach, parent, and administrator perspectives on required coaching education in organized youth sport. *Sport Science & Coaching* 13 (3), 362–372.
- Chesterfield, G., Potrac, P. & Jones, R. 2010. “Studentship” and “impression management” in an advanced soccer coach education award. *Sport, Education and Society* 15 (3), 299–314.
- Christensen, M. 2011. Exploring biographical learning in elite soccer coaching. *Sport, Education and Society* 19 (2), 204–222.
- Côtè, J. 2006. The development of coaching knowledge. *International Journal of Sports Science & Coaching* 1 (3), 217–222.
- Deek, D., Werthner, P., Paquette, K. & Culver, D. 2013. Impact of a Large-Scale Coach Education Program from a Lifelong-Learning Perspective. *Journal of Coaching Education* 6 (1), 23–42.
- Dixon, M., Lee, S. & Ghaye, T. 2013. Reflective practices for better sports coaches and coach education: Shifting from a pedagogy of scarcity to abundance in the run-up to Rio 2016. *Reflective Practice* 14 (5), 585–599.
- Erickson, K., Côtè, J. & Fransen-Thomas, J. 2007. Sport Experiences, Milestones, and Educational Activities Associated With High-Performance Coaches` Development. *The Sport Psychologist* 21, 302–316.
- Gordon, T. & Savolainen, M. 2006. Toimiva koulu. Helsinki: LK-kirjat.

- Hammond, J. & Perry, J. 2005. A multi-dimensional assessment of soccer coaching course effectiveness. *Ergonomics* 48, 1698–1710.
- Hassmen, P., Kenttä, G., Hjälm, S., Lundkvist, E. & Gustafsson, H. 2019. Burnout symptoms and recovery processes in eight elite soccer coaches over 10 years. *International Journal of Sports Science & Coaching* 14 (4), 431–443.
- Hertting, K. 2019. More Practise-based Courses and Not Just a Load of Papers to Read”: Youth Soccer Coaches Reflections on Coach Education Programs in Sweden. *Physical Culture and Sport* 83 (1), 39–49.
- Hodgson, L., Butt, J. & Maynard, I. 2017. Exploring the psychological attributes underpinning elite sports coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching* 12 (4), 439–451.
- Hofmann, A., Sinning, S., Shelton, C., Lindgrend, E. & Barker-Ruchtid, N. 2014. “Football is like chess - you need to think a lot”: women in a men’s sphere. National female football coaches and their way to the top. *International Journal of Physical Education* 51 (4), 20–31.
- Huhtiniemi, M. 2011. Vaikuttavia valmiuksia liikunnalta Vuosina 2001–2005 valmistuneiden liikunnanopettajien työnkuva, koulutuksesta saadut valmiudet sekä koulutustyytyväisyys. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 22.4.2022. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2011052010893>.
- Hämäläinen, K. 2016. Valmennusosaamisen käsikirja 2016. Suomen Olympiakomitea.
- Hämäläinen, K. 2013. Valmennusosaamisen kehittäminen. Teoksessa K. Hämäläinen (toim.) Valmennusosaamisen käsikirja 2013. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Hämäläinen, K. (2008). Urheilija ja valmentaja urheilun maailmassa: eetokset, ihanteet ja kasvatus urheilijoiden tarinoissa. Jyväskylän yliopisto. *Studies in sport, physical education and health* 127. Väitöskirja. Viitattu 3.5.2022. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-3098-1>.
- Kokkonen, M. 2017. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet: Opi tunteiden säätelyn taito. 3. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Kärmeniemi, M. 2012. Valmentaminen ammattina suomessa 2012. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHU:n julkaisusarja 34.
- Lara-Bercial, S., North, J., Petrovic, L., Oltmanns, K., Minkhorst, J., Hämäläinen K. & Livingstone, K. 2016. Qualification Frameworks and Employment and Mobility Tools in the European Union Implications for Sport Coaching and the European Sport Coaching Framework. CoachLearn Report 1.

- Lewis, J., Roberts, S. & Andrews, H. 2015. "Why am I putting myself through this?" Women football coaches' experiences of the Football Association's coach education process. *Sport, Education and Society* 23, 1–12.
- Lämsä, J., Potinkara, P. & Puska, M. 2016. Valmentaminen ammattina Suomessa 2016. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHU:n julkaisusarja 53.
- Metsämuuronen, J. 2005. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 3. laitos. Helsinki: International Methelp KY.
- Maclean, J. & Lorimer, R. 2016. Are coach education programmes the most effective method for coach development? *International Journal of Sports Science & Coaching* 10 (2), 72–90.
- Morgan, K., Jones, R., Gilbourne, D. & Llewellyn, D. 2013. Nuances estudos sobre Educação 24 (1), 486–496.
- Nash, C. & Sproule, J. 2012. Coaches perceptions of their coach education experiences. *International Journal of sports Science and coaching* 43 (1), 33–52.
- Nelson, L., Cushion, C. & Potrac, P. 2006. Formal, Nonformal and informal Coach Learning: A Holistic Conceptualisation. *International Journal of sports Science and coaching* 1 (3), 247–259.
- Nieminen, M. 2011. Fortum Tutor -ohjelman arviointi. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHU:n julkaisusarja 24.
- Opetushallitus. 2021. Tutkintojen viitekehykset. Viitattu 30.3.2021. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tutkintojen-viitekehykset>.
- Pöyry, S. 2018. Liikunnan aineopinnot suorittaneiden työelämään sijoittuminen, koulutustyytyväisyys sekä koulutuksen antamat valmiudet. Turun yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 22.4.2022. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018050823654>.
- Sovik, M., Larsen, T., Tjomstad, H., Samdal, O. & Wold, B. 2017. Barriers in Implementing Coach Education in Grassroots Youth Football in Norway. *International Sport Coaching Journal* 4, 162–176.
- Stodter, A. & Cushion, C. 2019. Evidencing the impact of coaches' learning: Changes in coaching knowledge and practice over time. *Journal of Sports Sciences* 37 (2), 1–8.
- Sullivan, P., Paquette, K., Holt, N. & Bloom, G. 2012. The relation of coaching context and coach education to coaching efficacy and perceived leadership behaviors in youth sport. *The Sport Psychologist* 26, 122–134.

- Suomen Liikunta- ja Urheilu ry, Nuori Suomi ry, Suomen olympiakomitea, Suomen kuntoliikuntaliitto ry & Suomen Valmentajat ry. 2007. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet.
- Suomen Olympiakomitea 2021. Valmentajat. Viitattu 3.3.2021.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/osaamisohjelma/valmennusosaaminen/valmentajat/>.
- Suomen Palloliitto. 2012. Vuosikertomus 2011. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto. 2018a. Suomen Palloliitto toimintasuunnitelma 2018. Viitattu 20.4.2022.  
[https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/spl\\_vk\\_toiminta2018.pdf](https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/spl_vk_toiminta2018.pdf)
- Suomen Palloliitto. 2018a. Valmentajakoulutus uudistuu. Viitattu 12.3.2021.  
<https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/valmentajakoulutus-uudistuu-0>.
- Suomen Palloliitto. 2020a. Suomalaisen jalkapallon ja futsalin strategia. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto. 2020b. Ikävaihekoulutus 8–11-vuotiaat. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto. 2020c. Ikävaihekoulutus 5–7-vuotiaat. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto. 2020d. Vuosikertomus 2019. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto. 2021a. Vuosikertomus 2020. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto 2021b. Nyt validoitiin UEFA C – Suomen valmennuskoulutusjärjestelmän kehitystyö saa UEFA:ta laajalti kiitosta. Viitattu 25.3.2022.  
<https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/nyt-validoitiin-uefa-c-suomen-valmennuskoulutusjarjestelman-kehitysty-o-saa-uefalta>.
- Suomen Palloliitto. 2021c. Valmentajan polut. Viitattu 15.3.2021.  
<https://www.palloliitto.fi/valmentajan-polut>.
- Suomen Palloliitto 2021d. Suomen Palloliiton Liigalisenssimääräykset 2021. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Suomen Palloliitto. 2022a. UEFA C -valmentajakoulutus. Viitattu 19.4.2022.  
<https://www.palloliitto.fi/palvelut/valmentajakoulutus-lapset-ja-nuoret/uefa-c-valmentajakoulutus#uefacviralliseksiuefankoulutukseksi>.
- Suomen Palloliitto. 2022b. UEFA C -kokonaisuus. Viitattu 12.4.2022.  
[https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/uefa\\_c\\_koulutuksen\\_kuvaus.pdf](https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/uefa_c_koulutuksen_kuvaus.pdf).
- Talvio, M. & Klemola, U. 2017. Toimiva vuorovaikutus. Jyväskylä: PS-Kustannus
- UEFA. 2020a. Coaching Convention Syllabus of minimum content: UEFA C Diploma. Nyon: UEFA.
- UEFA. 2020b. UEFA Coaching Convention 2020. Nyon: UEFA.

- UEFA. 2020c. Coaching Convention Syllabus of minimum content: UEFA B Diploma. Nyon: UEFA.
- UEFA. 2020d. Coaching Convention Syllabus of minimum content: UEFA A Diploma. Nyon: UEFA.
- UEFA. 2020e. Coaching Convention Syllabus of minimum content: UEFA Pro Diploma. Nyon: UEFA.
- Uusitalo, Hannu 2001: Tiede, tutkimus ja tutkielma. Johdatus tutkielman maailmaan. Helsinki: WSOY.
- Vargas-Tonsing. 2007. Coaches' Preferences for Continuing Coaching Education. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2 (1), 25–35.



## LIITE 1. Webropol kyselylomake UEFA C valmentajille.

### Pro Gradu Kyselylomake

#### TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

#### TUTKIMUKSEN NIMI JA REKISTERIN PITÄJÄ

Valmentajien kokemukset UEFA C -valmentajakoulutuksen keskeisistä sisällöistä käytännön valmennuksen kannalta ja valmentajan eteneminen koulutuksissa

#### Rekisterinpitäjä:

Elias Martikainen  
elias.a.martikainen@student.jyu.fi

#### Olli Pöyliö

olli.v.s.poylio@student.jyu.fi

#### PYYNTÖ OSALLISTUA TUTKIMUKSEEN

Sinua pyydetään osallistumaan tähän kyselytutkimukseen, jossa tutkitaan Palloliiton UEFA C -koulutuksen keskeisiä sisältöjä käytännön valmennuksen kannalta sekä halua jatkaa koulutuksen seuraavalle portaalle. Tämä kysely on osa liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkimusta, joka toteutetaan yhteistyössä Suomen Palloliiton kanssa.

Pyydämme sinua perehtymään tähän tiedotteeseen. Jos sen jälkeen päätät osallistua tutkimukseen, sinulta pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Suostumalla tutkimukseen pääset itse kyselyyn.

#### TUTKIMUKSEN TARKOITUS

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää jalkapallovalmentajien UEFA C -koulutuksen keskeisiä sisältöjä käytännön valmennuksen kannalta ja halua jatkaa UEFA B-koulutukseen.

#### TUTKIMUKSEN KULKU

Tämä tutkimus on kyselytutkimus, joka sisältää monivalintakysymyksiä. Kyselyyn vastataan täysin anonyymisti eikä vastauksia pysty yhdistämään vastaajiin.

#### TUTKIMUKSEEN LIITTYVÄT HYÖDYT

Vastaamalla kyselyyn annat arvokasta tietoa tutkimukseen, jonka avulla Palloliitto voi kehittää valmentajakoulutuksia, joka osaltaan palvelee suomalaista jalkapalloperhettä ja ennen kaikkea pelaajakehitystä mahdollisimman hyvin. Mahdollisimman monen osallistujan panoksella tutkimuksesta saadaan laadukkaampi ja luotettavampi.

#### LUOTTAMUKSELLISUUS, TIETOJEN KÄSITTELY JA SÄILYTTÄMINEN

Sinusta kerättyä tietoa ja tutkimustuloksia käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolain edellyttämällä tavalla. Tutkimustuloksia säilyttävät tutkimukseen osallistuvat tutkijat eikä tietoja anneta tutkimuksen ulkopuolisille henkilöille. Tutkimuksessa ei kysytä yksilöiviä tunnistetietoja yksityisyydensuojan lisäämiseksi. Lopulliset tutkimustulokset raportoidaan ryhmätasolla eikä yksittäisten tutkittavien tunnistaminen ole mahdollista. Tutkimustietoa säilytetään ja käsitellään ainoastaan salasanojen takana, jotka ovat ainoastaan tutkimuksen toteuttajien tiedossa.

#### VAPAAEHTOISUUS

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista.

#### TUTKIMUSTULOKSISTA TIEDOTTAMINEN

Tutkimuksesta valmistuu pro gradu –opinnäytetyö, joka julkaistaan Jyväskylän yliopiston

JYX-julkaisuarkistossa (<https://jyx.jyu.fi>) 2021 aikana.

Mikäli sinulla on kysyttävää tutkimuksesta, voit ottaa yhteyttä sähköpostitse.

Yhteystiedot

Elias Martikainen

Liikuntatieteiden kandidaatti

Jyväskylän yliopisto

[elias.a.martikainen@student.jyu.fi](mailto:elias.a.martikainen@student.jyu.fi)

Olli Pöyliö

Liikuntatieteiden kandidaatti

Jyväskylän yliopisto

[olli.v.s.poylio@student.jyu.fi](mailto:olli.v.s.poylio@student.jyu.fi)

Työn ohjaaja:

Pertti Huotari, LitT

Liikuntapedagogiikan lehtori

Jyväskylän yliopisto

[pertti.huotari@jyu.fi](mailto:pertti.huotari@jyu.fi)

### 1. Haluan osallistua kyselyyn

Kyllä

Ei

### 2. Ikä?

20v tai alle

21-25v

26-30v

31-35v

36-40v

41-45v

46-50v

51-55v

60v tai vanhempi

### 3. Sukupuoli

- Nainen
- Mies
- Muu

**4. Kuinka kauan olet toiminut jalkapallovalmentajana?**

- 0-2 vuotta
- 3-5 vuotta
- 6-9 vuotta
- 10 vuotta tai enemmän

3 / 8



**5. Minkä ikäluokan joukkuetta valmennat tällä hetkellä?**

(Jos et valmenna tällä hetkellä, niin vastaa kyselyyn edellisen valmennettavan joukkueen perusteella)

- Alle 8-vuotiaita
- 8-9 vuotiaita
- 10-11 vuotiaita
- 12-13 vuotiaita
- 14-15 vuotiaita
- 16-17 vuotiaita
- 18-20 vuotiaita
- aikuisia

**6. Millä tasolla valmennettava joukkueesi pelaa?**

- Harraste
- Paikallinen/piiri/alue
- Kansallinen
- Kansainvälinen

**7. Minkä tason seurassa valmennat? (Palloliiton seurojen laatujärjestelmän perusteella)**

- SPL Taso 0
- SPL Taso 1
- SPL Taso 2
- SPL Taso 3
- SPL Taso 4
- SPL Taso 5
- En tiedä, seura jossa valmennan = \_\_\_\_\_

**8. Mikä on roolisi valmentajana tällä hetkellä?**

- Päävalmentaja
- Valmentaja
- Maalivahtivalmentaja
- Fyysinen valmentaja
- Valmennuspäällikkö/junioripäällikkö
- Akatemiavalmentaja
- Joku muu, mikä? \_\_\_\_\_

4 / 8



**9. Miten koet näiden UEFA C:n keskeisten sisältöjen hyödyttäneen sinua käytännön valmennuksessa? (1= Ei ole hyödyttänyt, 5= Hyödyttänyt paljon)**

	1	2	3	4	5
<b>Urheilu ja lajiosaaminen:</b>					
1. Harjoitusten ja harjoitusjaksojen suunnittelu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Tarkoituksenmukainen harjoitustyyppin (valmennustyyli) valinta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Ikävaiheen teknis-taktiset puolustus- ja hyökkäyspelaamisen valmiudet pelin keskuksessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Joukkuepelaamisen perusteet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1	2	3	4	5
5. Nuorten maalivahtipelaamisen perusteet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Nuoren kasvun ja kehityksen vaiheet (Fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Fyysisten ominaisuuksien kehittämisen periaatteet, sekä vammojen ennaltaehkäisy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Ottelutapahtuman johtaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ottelutapahtuman aikainen pelin analysointi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Ottelutapahtumien jälkeinen analysointi itsenäisesti ja pelaajien kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Lajin sääntöjen tunteminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Ihmissuhdetaidot:</b>					
12. Pelaajan osallistaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Pelaajan vastuun kehittäminen urheilijana ja ihmisenä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Rakentaa positiivista ilmapiiriä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Huomioi nuorten erilaiset motivaation tasot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Pelaajan pystyvyyden tunnetta tukeva vuorovaikutus harjoituksissa ja otteluissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Vuorovaikutus valmennustiimin kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Vuorovaikutus vanhempien kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Tunnistaa eettiset ongelmatilanteet ja hakee niihin ratkaisumalleja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Itsensä kehittämisen taidot:</b>					
20. Tuntee valmennusosaamisen mallin, ja osaa hyödyntää sitä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Arvioi ja seuraa omaa toimintaa ja pelaajien kehittymistä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Suunnittelee omaa toimintaansa ja ymmärtää sen vaikutuksen omaan jaksamiseen ja hyvinvointiin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Dokumentoi valmennusfilosofiansa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



**10. Oliko kysymyksessä yhdeksän sisältöjä, joita koit ettei kurssilla käsitelty ollenkaan? (Jos vastaus on kyllä, listaa sisältönumerot tekstikenttään)**

Ei

Kyllä

\_\_\_\_\_

**11. Onko seurasi tukenut sinua koulutuksen jälkeen UEFA C -koulutuksen keskeisten sisältöjen suuntaisesti?**

Lähes viikottain

Noin kerran kuukaudessa

Ei

**12. Aiotko jatkaa UEFA B-koulutukseen?**

Kyllä

En

**13. Kuinka tärkeää lisäkouluttautuminen on sinulle valmentajana?**

	1	2	3	4	5
1 = Ei ollenkaan tärkeää, 5 = todella tärkeää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**14. Miten koet seuraavien asioiden vaikuttavan jatkamiseesi UEFA B -koulutukseen? (1= estää jatkamistani, 2= estää jonkin verran 3= en osaa sanoa, 4= tukee jonkin verran 5= tukee jatkamistani)**

	1	2	3	4	5
<b>Koulutus:</b>					
Koen kouluttautumisen tärkeäksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen hyödyllisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen hinta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1	2	3	4	5
Koulutuksen kesto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen vaatimustaso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen sisällöt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen läsnäolovaatimus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kouluttajien taso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kokemukset UEFA C -koulutuksesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kouluttajien tuki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksesta saatava lisenssi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Valmentajana toimiminen:</b>					
Mahdollisuus edetä valmennusuralla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiinnostuneisuus huippujalkapallosta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ammattivalmentaja-ammatin arvostus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jalkapallon yhteiskunnallinen arvostus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Halu kehittyä valmentajana	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oman osaamisen arvostus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pelaajakehityksen tärkeys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verkostoituminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seuran tuki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Elämäntilanne:</b>					
Aika	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähipiirin tuki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Päivätyö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Taloudellinen tilanne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oma pelaajaura	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**15. Kuinka tyytyväinen olin UEFA C- koulutukseen?**

1 2 3 4 5

1= Todella tyytymätön, 5= Todella tyytyväinen

1

2

3

4

5