

MATKARAPORTTI SKOTLANNIN SULKAPALLOKOULUTUKSESTA

TIIVISTELMÄ

<i>Ahos-apurahan turvin tehty tutustumis/koulutusmatka Skotlannin vammaissulkapallon maajoukkue leirille</i>	
<i>Osallistujat: Tero Kallio, valmentaja/avustaja Kauko Oksanen, pelaaja Juhani Pippuri, pelaaja Olli Pulkkinen, Sulkapalloliitto</i>	

Vammaissulkapallon harrastajia on arvioitu tällä hetkellä olevan 60-80 harrastajapelaajaa. Tämä arvio on tehty ottamalla yhteyttä alueellisiin yhteys henkilöihin, paikallisiin invalidiyhdistyksiin sekä huomioimalla leiritapahtumissa ja kilpailuissa mukana olleet. Vammaissulkapalloa on käytetty yhtenä kuntoutuksen osa-alueena laitosjaksoilla ja avokuntoutuksessa. Puolentoista vuoden ajan lajia on vietyä eteenpäin aktiivisemmin. Lajia halutaan kehittää hyvänä harrastusmuotona eri pelaajaryhmille. Valmennukseen ja koulutukseen on haluttu tietoutta. Kansainvälistä näkemystä lähdimme hakemaan ensin Ruotsista pohjoismaisena yhteistyönä. Ensimmäinen leiri ei kuitenkaan toteutunut ja etsimme uusia vaihtoehtoja leirin toteuttamiselle. Lyndon Williamsin kautta pääsimme Skotlannin maajoukkueleirille, jossa oli mukana eri pelaajaryhmiä. Näimme vahvasti, että sulkapallo sopii todella monelle. Skotlannin maajoukkueessa on pelaajia, pyörätuoli-, alaraaja-amputoitujen-, CP- ja lyhytkasvuisten luokissa

Vammaissulkapalloa halutaan viedä eteenpäin ja kehittää eri alueilla. Tämän vuoksi ensimmäiset toimenpiteet on tehty koulutuksen kehittämiseen. Kansainväliseltä leiriltä on haettu uutta tietoa koulutuksen kehittämiseen. Samalla haluamme saada valmiuksia kouluttajakoulutuksen aloittamiseen

Skotlannissa on huomattavasti enemmän eri vammaisryhmiä mukana vammaissulkapallossa kuin Suomessa, meidän pyörätuolipelaajien runsas määrä yllätti Skotlannin sulkapalloliiton Alex Birdin ja muut mukana olleet valmentajat.

Sulkapallossa tarvitaan nopeaa ja räjähtävää liikkumista. Tämän vuoksi pyörätuolin on oltava tiivis paketti istuimen osalta. Etu- ja takatukipyörällä on tärkeä merkitys, mikä pitää pyörän tasapainossa. Sopivat pyörät ja oikea painopiste tuo liikkumiseen paljon nopeutta.

Nopea ja räjähtävä liikkuminen toi mukanaan muitakin uusia elementtejä. Molemmat pelaajamme huomasivat, että räjähtävä liikkuminen on helpompaa painopisteen ollessa pyörätuolissa matalammalla. Nähdessämme Skotlannin pelaajien liikkumista vahvistui käsityksemme, että pyörätuolilla voi liikkua todella räjähtävästi ja nopeasti.

PERJANTAI

Perjantaipäivä oli varattu tutustumiseen Scotstoun Badminton Centerissä. Hienoa sulkapallokeskusta oli esittelemässä Skotlannin sulkapalloliiton Alex Bird. Keskuksessa ehdimme nähdä Skotlannin maajoukkueen

pelaajia iltapäivän harjoituksissa. Tärkeää oli myös päästä pelaamaan kentälle ja verryttelemään viikonlopun harjoittelua varten. Leirivalmentaja Alex antoi osuvaa palautetta Jussin ja Kaukon pelaamisesta. Lyönnit olivat vahvoja, mutta pyörätuolilla liikkumisessa kaivattiin lisää harjoittelua.

LAUANTAI

Leiripäivä alkoi vauhdikkaasti lämmittelyllä ja heti oli selvää, että liikkuminen oli vahvin päivän teema. Saimme totutella hieman vauhdikkaampaan menoon pyörätuolilla. Keskittymistä kaivattiin erityisesti räjähtävään lähtöön ja suunnanmuutoksiin. Tämän myötä kävi erityisen selväksi, että pyörätuolipelaajien ylävartaloon tarvitaan paljon räjähtävää voimaa. Myös kansainvälinen sijoittuminen oli erilaista. Kansainvälisissä peleissä on tärkeää sijoittua siten, että lyhyen syötön saa vastaanotettua varmasti. Sijoittumalla eteen pakotetaan vastustaja lyömään puolustavampi syöttö

Uusi sijoittuminen toi mukanaan myös taaksepäin liikkumisen merkityksen. Syöttöä vastaanottaessa on käsien oltava alhaalla valmiina liikkumaan taaksepäin lyömään lob-lyöntiä

SUNNUNTAI

Sunnuntaina meille tarjoutui tilaisuus seurata nuorten sulkapallo maajoukkueen leiritystä samassa hallissa, missä jatkoimme Skotlannin vammaissulkapalloilijoiden kanssa.

Alkulämmittelyjen jälkeen paneuduiimme ”kansainvälisiin” kaksinpelin harjoituseriin.

Kake alkoi lämmitä päivän kuluessa ja nappasikin Skotlannin ykköspelaajalta, Davidiltä ,erän.

Kävimme rajallisen aikataulumme puitteessa läpi päivän pelejä ja jätimme Skotlannin maajoukkueen jatkamaan leiriä.

Loistavasta leirityksestä KIITTÄEN lähdimme kohti Glasgown kansainvälistä lentokenttää

Kaukon pelillinen anti Skotlannista

- Kaukon ydinajatuksena Skotlannin matkan perusteella on hyvän pyörätuolin merkitys liikkumisen oppimiselle

-kentälle sijoittuminen

Jussi

- oikean istumakorkeuden merkitys pyörätuolilla liikkumiseen

- korkealla istuminen vie liikkuvuudesta liikaa

- syötön vastaanotossa kentälle sijoittuminen , yleensäkin pelin aikana sijoittuminen ja palaaminen oletettuun kentän keskipisteeseen.

Terveisin

Leirikuvien ja videoklippien

www.vammaissulkapallo.fi

Tero

Kake

Jussi

Olli