

MAALIVAHTIPOLKU

MAALIVAHdit	TOIMINANAN TAVOITE	TOIMINNAN MÄÄRÄT	VALMENNUKSEN KOULUTUS	LAJITAIdot	PELITAIdot	FYYSISET TAIdot	LUONNE	LIIKUNNALLISUUS
U20	Kasvaminen jääkiekkoilijana, ammattilaisuuden tavoittelu	4. harjoitusta viikossa + pelit, Akatemia aamuharjoittelu 3. kertaa viikossa, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK. VAT, VEAT, AMK	Määrätietoinen yksilön lajitaidoista pelitaidoiksi kehittäminen, maalintekotilanteiden pelaamisen suoritusvarmuus ja nopeus, mailapelin kehittäminen	omapeli-identiteetti, pelitaitojen jalostaminen->nopeus taitavuuden kehittäminen, pelitilanteiden tunnistaminen/pelinluku, maalivahdin ja pelaajien yhteistyö	Voima, nopeus, kestävyys, liikkuvuus ja silmä-käsi koordinaatio ominaisuuksien jatkuva kehittäminen lajivaatimusten mukaisesti	Oma elämä hallussa, paras versio itsestään joka päivä, oman roolin arvostaminen joukkueessa, laadukas harjoittelu, voittava pelaaminen	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua lajiharjoittelua ja ¾ omatoimista liikuntaa (mm. muut lajit)
U18/Naiset	Kasvaminen urheilijana	4. harjoitusta viikossa + pelit, Akatemia aamuharjoittelu 3. kertaa viikossa, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK. VAT, VEAT, AMK	Määrätietoinen yksilön lajitaidoista pelitaidoiksi kehittäminen, maalintekotilanteiden pelaamisen suoritusvarmuus ja nopeus, mailapelin kehittäminen	omapeli-identiteetti, pelitaitojen jalostaminen->nopeus taitavuuden kehittäminen, pelitilanteiden tunnistaminen/pelinluku, maalivahdin ja pelaajien yhteistyö, erikoistilannepelaaminen	Voima, nopeus, kestävyys, liikkuvuus ja silmä-käsi koordinaatio ominaisuuksien jatkuva kehittäminen lajivaatimusten mukaisesti	Kehittyminen kohti huippua tapahtuu urheilijan elämän vaatimilla valinnoilla harjoittelun, ravinnon, unen ja palautumisen näkökulmasta	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua lajiharjoittelua ja ¾ omatoimista liikuntaa (mm. muut lajit)
U16	Kilpailullisuuden kasvaminen	4. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, joukkueen oma YKA toiminta, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK. VAT, VEAT, AMK	Lajitaidoista pelitaidoiksi harjoittaminen, monipuolinen lajitekniikoiden käyttäminen eri maalintekotilanteissa, torjunta- ja liikkumistaidot terällä ja jäissä hyvällä tasolla	Pelitaitojen kehittäminen, tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, tieto miten maalintekotilanteissa pyritään pelaamaan ja valmius pelata eri maalintekotilanteissa, erikoistilannepelaaminen, maskipelaaminen	Voima, nopeus, kestävyys, liikkuvuus ja silmä-käsi koordinaatio ominaisuuksien jatkuva kehittäminen lajivaatimusten mukaisesti	Ominaisuudet kehittyvät vain harjoittelemalla, kehittymiseen vaikuttavat kaikki arkiset valinnat	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua lajiharjoittelua ja ¾ omatoimista liikuntaa (mm. muut lajit)
U15	Oppiminen kilpailullisuuteen	4. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, sekä YKA toimintaan, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK	Aktiivisen peliasennon sisäistäminen, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen ja perustorjuntojen kehittäminen, mailapeli, "liikkuminen pystyssä on maalivahdin mukavuusaluetta"	Pelitaitojen kehittäminen, tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, tieto miten maalintekotilanteissa pyritään pelaamaan ja valmius pelata eri maalintekotilanteissa, maskipelaaminen	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva aerobinen harjoittelu, koko kehon lihaskestävyysharjoittelu, voimaharjoittelutekniikoiden opettelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus	Ymmärrys siitä, että omat valinnat vaikuttavat sekä joukkueen toimintaan, mutta erityisesti pelaajan itsensä kehittymiseen ja kasvamiseen, kasvun asenne	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¾ omatoimista liikuntaa
U14	Tavoitteellisuuden opettelu	4. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, sekä YKA toimintaan, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Aktiivisen peliasennon sisäistäminen, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen ja perustorjuntojen kehittäminen, mailapeli	Tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, valmius pelata eri maalintekotilanteissa, torjunnat syötön jälkeen pysähtyneessä tilassa, maskipelaaminen	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva aerobinen harjoittelu, koko kehon lihaskestävyysharjoittelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus ja hyppelyt	Palautteen vastaanottaminen, kokeileminen ja toteuttaminen, ymmärrys että oppiminen vaatii epäonnistumisia eikä kaikkea voi vielä osata	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¾ omatoimista liikuntaa
U13	Kehittymisen tavoittelu	3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Aktiivisen peliasennon sisäistäminen, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen ja perustorjuntojen kehittäminen, mailapeli	Tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, valmius pelata eri maalintekotilanteissa, maskipelaaminen	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva aerobinen harjoittelu, koko kehon lihaskestävyysharjoittelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus ja hyppelyt	Sääntöjen noudattaminen ja oikeudenmukaisuus sekä tunnetilojen ymmärtäminen ja kehitymisestä motivoituminen	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¾ omatoimista liikuntaa
U12	Harjoittelemalla kehittymiseen	2.-3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Aktiivisen peliasennon harjoittelua, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen, perustorjuntojen, RVH:n kehittäminen, mailapeli	Pelien ja peliharjoitteiden avulla pelitaitojen kehittämistä, valmius pelata eri maalintekotilanteissa, kiekottomien pelaajien tunnistaminen, maalintaustapeli	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva koko kehon lihaskestävyysharjoittelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus ja hyppelyt	Muiden kunnioitus, kohteliaisuus itsestään ja tavaroista huolehtiminen sekä omatoimisuuteen pyrkiminen myös harjoittelun osalta	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¾ omatoimista liikuntaa
U11	Intohimoa harjoitteluun	2.-3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Luistelu- ja liikkumistaidon, sekä perustorjuntapatterin "sisäänajoa", Kiekonhallinta käsillä vartalon edestä ja painonsiirto torjunnan puolelle, Hallitaan jäissä V-liuku ja V-potku	Pelien ja peliharjoitteiden avulla pelitaitojen kehittämistä, torjunnan jälkeen jatkopeli, lavan ja laukauksen lukeminen, kiekollisen pelaajan ratkaisujen lukeminen	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva kehonhallinta ja parikamppailut, ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittäminen	Vastoinkäymiset ja pettymykset ovat osa toimintaa ja niitä pitää opetella käsittelemään	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¾ omatoimista liikuntaa
U10	Oppimista harjoitteluun	2.-3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Monipuolisen luistelu- ja liikkumistaidon, sekä perustorjuntataitojen harjoittelu pystyssä ja jäissä, Hallitaan nopea ja tasapainoinen jäistä ylösnousu "oikealla jalalla"	Pelien ja peliharjoitteiden avulla opettelua syvyys- ja sivuttaissijoittumiseen, pelivalmius ja jatkopelivalmius, Havainnointi/pelinluku, maalintaustapelin periaatteet	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittäminen	Iloitsemista harjoittelusta ja oppimisesta sekä kaikkien onnistumisista	min. 20 tuntia/vko, josta 2/5 ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), 1/5 koulujääkiekkoa ja pihapelaamista sekä 2/5 omatoimista liikuntaa
U9	Intohimoa uuden oppimiseen	2.-3. harjoitusta viikossa, MV-harjoittelu oman joukkueen mukana + pelit elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Monipuolisen luistelu- ja liikkumistaidon, sekä perustorjuntataitojen harjoittelu pystyssä ja jäissä, harjoitellaan torjumaan peliasennosta pysähtyneessä tilassa sekä ylösnousua jäistä "oikealla jalalla".	Pelien ja peliharjoitteiden avulla opettelua syvyys- ja sivuttaissijoittumiseen, pelivalmius ja jatkopelivalmius, havainnointi/pelinluku	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittäminen	Parhaansa yrittäminen ja halu uusien asioiden oppimiselle	min. 20 tuntia/vko, josta 2/5 ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), 1/5 koulujääkiekkoa ja pihapelaamista sekä 2/5 omatoimista liikuntaa
U8	Innostamisesta intohimoon	2. harjoitusta viikossa, MV-harjoittelu oman joukkueen mukana + pelitällejä syyskuu-maaliskuu	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT	Sijoittuminen, peliasento ja peliasennossa liikkuminen, luistelu- ja liikkumistaidon ja perustorjuntojen harjoittelu yhdistettynä leikkeihin, kisoihin, ratoihin ja peleihin.	Pelien avulla opettelua syvyys- ja sivuttaissijoittumiseen, pelivalmius ja jatkopelivalmius, rintamasuunta aina kiekkoon	Eri lajien kokeilua, omatoimista ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, koordinaatio ja nopeus taitojen kehittämistä	Muiden huomioiminen, kyky kuunnella ja keskittyä	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit) ja ¾ omatoimista liikuntaa
LUISTELU- JA KIEKKOKOULU	Lasten innostaminen	1. harjoitus viikossa syyskuu-maaliskuu	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT	Leikkien, kisojen, ratojen avulla luistelun ja liikkumisen perusteet	Pelien kautta sijoittumisen perusteiden opettelu, kiekon seuraaminen	Eri lajien kokeilua, omatoimista ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio ja nopeus taitojen kehittämistä	Ryhmassä toimiminen, yhteisten sääntöjen opettelu, tervehtiminen, kiittäminen, anteeksi pyytäminen	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit) ja ¾ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U20
TOIMINNAN TAVOITE	Kasvaminen jääkiekkoilijana, ammattilaisuuden tavoittelu
TOIMINNAN MÄÄRÄT	4. harjoitusta viikossa + pelit, Akatemia aamuharjoittelu 3. kertaa viikossa, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK. VAT, VEAT, AMK
LAJITAIIDOT	Määrätietoinen yksilön lajitaidoista pelitaidoiksi kehittäminen, maalintekotilanteiden pelaamisen suoritusvarmuus ja nopeus, mailapelin kehittäminen
PELITAIIDOT	omapeli-identiteetti, pelitaitojen jalostaminen->nopeus taitavuuden kehittäminen, pelitilanteiden tunnistaminen/pelinluku, maalivahdin ja pelaajien yhteistyö
FYYSISET TAIIDOT	Voima, nopeus, kestävyys, liikkuvuus ja silmä-käsi koordinaatio ominaisuuksien jatkuva kehittäminen lajivaatimusten mukaisesti
LUONNE	Oma elämä hallussa, paras versio itsestään joka päivä, oman roolin arvostaminen joukkueessa
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ¾ ohjattua lajiharjoittelua ja ¼ omatoimista liikuntaa (mm. muut lajit)



PELAAJAT	U18/Naiset
TOIMINNAN TAVOITE	Kasvaminen urheilijana
TOIMINNAN MÄÄRÄT	4. harjoitusta viikossa + pelit, Akatemia aamuharjoittelu 3. kertaa viikossa, elokuu-huhtikuu kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK. VAT, VEAT, AMK
LAJITAI DOT	Määrätietoinen yksilön lajitaidoista pelitaidoiksi kehittäminen, maalintekotilanteiden pelaamisen suoritusvarmuus ja nopeus, mailapelin kehittäminen
PELITAI DOT	omapeli-identiteetti, pelitaitojen jalostaminen->nopeus taitavuuden kehittäminen, pelitilanteiden tunnistaminen/pelinluku, maalivahdin ja pelaajien yhteistyö, erikoistilannepelaaminen
FYYSISET TAI DOT	Voima, nopeus, kestävyys, liikkuvuus ja silmä-käsi koordinaatio ominaisuuksien jatkuva kehittäminen lajivaatimusten mukaisesti
LUONNE	Kehittyminen kohti huippua tapahtuu urheilijan elämän vaatimilla valinnoilla harjoittelun, ravinnon, unen ja palautumisen näkökulmasta
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta $\frac{3}{4}$ ohjattua lajiharjoittelua ja $\frac{1}{4}$ omatoimista liikuntaa (mm. muut lajit)



PELAAJAT	U16
TOIMINNAN TAVOITE	Kilpailullisuuden kasvaminen
TOIMINNAN MÄÄRÄT	4. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, joukkueen oma YKA toiminta, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK. VAT, VEAT, AMK
LAJITAI DOT	Lajitaidoista pelitaidoiksi harjoittaminen, monipuolinen lajitekniikoiden käyttäminen eri maalintekotilanteissa, torjunta- ja liikkumistaidot terällä ja jäissä hyvällä tasolla
PELITAI DOT	Pelitaitojen kehittäminen, tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, tieto miten maalintekotilanteissa pyritään pelaamaan ja valmius pelata eri maalintekotilanteissa, erikoistilannepelaaminen, maskipelaaminen
FYYSISET TAI DOT	Voima, nopeus, kestävyys, liikkuvuus ja silmä-käsi koordinaatio ominaisuuksien jatkuva kehittäminen lajivaatimusten mukaisesti
LUONNE	Ominaisuudet kehittyvät vain harjoittelemalla, kehittymiseen vaikuttavat kaikki arkiset valinnat
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta $\frac{3}{4}$ ohjattua lajiharjoittelua ja $\frac{1}{4}$ omatoimista liikuntaa (mm. muut lajit)



PELAAJAT	U15
TOIMINNAN TAVOITE	Oppiminen kilpailullisuuteen
TOIMINNAN MÄÄRÄT	4. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, sekä YKA toimintaan, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT/MVK
LAJITAITDOT	Aktiivisen peliasennon sisäistäminen, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen ja perustorjuntien kehittäminen, mailapeli, "liikkuminen pystyssä on maalivahdin mukavuusaluetta"
PELITAITDOT	Pelitaitojen kehittäminen, tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, tieto miten maalintekotilanteissa pyritään pelaamaan ja valmius pelata eri maalintekotilanteissa, maskipelaaminen
FYYSISET TAIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva aerobinen harjoittelu, koko kehon lihaskestävyys harjoittelu, voimaharjoittelutekniikoiden opettelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus
LUONNE	Ymmärrys siitä, että omat valinnat vaikuttavat sekä joukkueen toimintaan, mutta erityisesti pelaajan itsensä kehittymiseen ja kasvamiseen, kasvun asenne
LIIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ½ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¼ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U14
TOIMINNAN TAVOITE	Tavoitteellisuuden opettelu
TOIMINNAN MÄÄRÄT	4. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, sekä YKA toimintaan, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAITOT	Aktiivisen peliasennon sisäistäminen, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen ja perustorjuntien kehittäminen, mailapeli
PELITAITOT	Tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, valmius pelata eri maalintekotilanteissa, torjunnat syötön jälkeen pysähtyneessä tilassa, maskipelaaminen
FYYSISET TAIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva aerobinen harjoittelu, koko kehon lihaskestävyys harjoittelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus ja hyppelyt
LUONNE	Palautteen vastaanottaminen, kokeileminen ja toteuttaminen, ymmärrys että oppiminen vaatii epäonnistumisia eikä kaikkea voi vielä osata
LIIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ½ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¼ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U13
TOIMINNAN TAVOITE	Kehittymisen tavoittelu
TOIMINNAN MÄÄRÄT	3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu (heinäkuu omatoimi)
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAITOT	Aktiivisen peliasennon sisäistäminen, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen ja perustorjuntien kehittäminen, mailapeli
PELITAITOT	Tolppien hyödyntäminen pelitilanteissa, tunnistaa maalintekotilanteet, valmius pelata eri maalintekotilanteissa, maskipelaaminen
FYYSISET TAIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva aerobinen harjoittelu, koko kehon lihaskestävyys harjoittelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus ja hyppelyt
LUONNE	Sääntöjen noudattaminen ja oikeudenmukaisuus sekä tunnetilojen ymmärtäminen ja kehittämisestä motivoituminen
LIIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ½ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¼ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U12
TOIMINNAN TAVOITE	Harjoittelemalla kehittymiseen
TOIMINNAN MÄÄRÄT	2.-3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAITOT	Aktiivisen peliasennon harjoittelua, pystyssä ja jäissä liikkumisen taidon monipuolinen kehittäminen, sijoittumisen, perustorjuntien, RVH:n kehittäminen, mailapeli
PELITAITOT	Pelien ja peliharjoitteiden avulla pelitaitojen kehittämistä, valmius pelata eri maalintekotilanteissa, kiekottomien pelaajien tunnistaminen, maalintaustapeli
FYYSISET TAIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva koko kehon lihaskestävyysharjoittelu, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, monipuolinen nopeustaitavuus, sekä kimmoisuus ja hyppelyt
LUONNE	Muiden kunnioitus, kohteliaisuus, itsestään ja tavaroista huolehtiminen sekä omatoimisuuteen pyrkiminen myös harjoittelun osalta
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ½ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¼ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U11
TOIMINNAN TAVOITE	Intohimoa harjoitteluun
TOIMINNAN MÄÄRÄT	2.-3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAIIDOT	Luistelu- ja liikkumistaidon, sekä perustorjuntapatterin "sisäänajoa", Kiekonhallinta käsillä vartalon edestä ja painonsiirto torjunnan puolelle, Hallitaan jäissä V-liuku ja V-potku
PELITAIIDOT	Pelien ja peliharjoitteiden avulla pelitaitojen kehittämistä, torjunnan jälkeen jatkopeli, lavan ja laukauksen lukeminen, kiekollisen pelaajan ratkaisujen lukeminen
FYYSISET TAIIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva kehonhallinta ja parikamppailut, ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittäminen
LUONNE	Vastoinkäymiset ja pettymykset ovat osa toimintaa ja niitä pitää opetella käsittelemään
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ½ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), ¼ koulujääkiekkoa ja pihapelaamista ja ¼ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U10
TOIMINNAN TAVOITE	Oppimista harjoitteluun
TOIMINNAN MÄÄRÄT	2.-3. harjoitusta viikossa, seuran MV-harjoitukset + pelit, elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAITOT	Monipuolisen luistelu- ja liikkumistaidon, sekä perustorjuntataitojen harjoittelu pystyssä ja jäissä, Hallitaan nopea ja tasapainoinen jäistä ylösnousu "oikealla jalalla"
PELITAITOT	Pelien ja peliharjoitteiden avulla opettelua syvyys- ja sivuttaissijoittumiseen, pelivalmius ja jatkopelivalmius, Havainnointi/pelinluku, maalintaustapelin periaatteet
FYYSISET TAIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittäminen
LUONNE	Iloittsemista harjoittelusta ja oppimisesta sekä kaikkien onnistumisista
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta 2/5 ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), 1/5 koulujääkiekkoa ja pihapelaamista sekä 2/5 omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U9
TOIMINNAN TAVOITE	Intohimoa uuden oppimiseen
TOIMINNAN MÄÄRÄT	2.-3. harjoitusta viikossa, MV-harjoittelu oman joukkueen mukana + pelit elokuu-huhtikuu, kesäharjoittelujakso touko-kesäkuu
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAITOT	Monipuolisen luistelu- ja liikkumistaidon, sekä perustorjuntataitojen harjoittelu pystyssä ja jäissä, harjoitellaan torjumaan peliasennosta pysähtyneessä tilassa sekä ylösnousua jäistä "oikealla jalalla".
PELITAITOT	Pelien ja peliharjoitteiden avulla opettelua syvyys- ja sivuttaissijoittumiseen, pelivalmius ja jatkopelivalmius, havainnointi/pelinluku
FYYSISET TAIDOT	Harjoitustapahtuman yhteyteen kuuluva ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittäminen
LUONNE	Parhaansa yrittäminen ja halu uusien asioiden oppimiselle
LIIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta 2/5 ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit), 1/5 koulujääkiekkoa ja pihapelaamista sekä 2/5 omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	U8
TOIMINNAN TAVOITE	Innostamisesta intohimoon
TOIMINNAN MÄÄRÄT	2. harjoitusta viikossa, MV-harjoittelu oman joukkueen mukana + pelitällejä syyskuu-maaliskuu
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT/MVPT
LAJITAITOT	Sijoittuminen, peliasento ja peliasennossa liikkuminen, luistelu- ja liikkumistaidon ja perustorjuntien harjoittelu yhdistettynä leikkeihin, kisoihin, ratoihin ja peleihin.
PELITAITOT	Pelien avulla opettelua syvyys- ja sivuttaissijoittumiseen, pelivalmius ja jatkopelivalmius, rintamasuunta aina kiekkoon
FYYSISET TAIDOT	Eri lajien kokeilua, omatoimista ketteryyttä, tasapaino, liikkuvuus, koordinaatio, silmä-käsi koordinaatio ja nopeus taitojen kehittämistä
LUONNE	Muiden huomioiminen, kykyä kuunnella ja keskittyä
LIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jääkiekko ja muut lajit) ja ¾ omatoimista liikuntaa



PELAAJAT	Luistelu- Kiekkokoulut
TOIMINNAN TAVOITE	Lasten innostaminen
TOIMINNAN MÄÄRÄT	1. harjoitus viikossa syyskuu-maaliskuu
VALMENNUKSEN KOULUTUS	Maalivahtivalmentaja koulutus SJL MVLT
LAJITAITOT	Leikkien, kisojen, ratojen avulla luistelun ja liikkumisen perusteet
PELITAITOT	Pelien kautta sijoittumisen perusteiden opettelu, kiekon seuraaminen
FYYSISET TAIDOT	Eri lajien kokeilua, omatoimista ketteryys, tasapaino, liikkuvuus, silmä-käsi koordinaatio, koordinaatio ja nopeus taitojen kehittämistä
LUONNE	Ryhmässä toimiminen, yhteisten sääntöjen opettelu, tervehtiminen, kiittäminen, anteeksi pyytäminen
LIIKUNNALLISUUS	min. 20 tuntia/vko, josta ¼ ohjattua harjoittelua (jäähiekko ja muut lajit) ja ¾ omatoimista liikuntaa

