

## Valintakriteerit U19 liittoryhmä toimintaa

### Yleiset periaatteet

Valintakriteereiden tarkoitus on luoda raamit valmennuskeskuksen alaisiin pelaajavalintoihin niin leireille kuin muihinkin harjoituksiin. Kriteereillä tuodaan myös selkeyttä ja läpinäkyvyyttä kaikille urheilijoille ja heidän tukijoukoilleen. Urheilijavalinnat tekevät Sulkapalloliiton valmennuspäällikkö ja liittoryhmävalmentajat kriteerien mukaisesti. Kriteereiden ja päätöksen teon tukena on myös huippusulkapallon valmennus- ja sparrausryhmä. Valintakriteerit ovat voimassa toistaiseksi.

### Valintoihin vaikuttavat kriteerit

- Urheilijan valmentautuminen on sitoutunutta ja tavoitteellista, sekä urheilijalla on selkeä halu kehittyä.
- Urheilija kiertää kansallisia junior eliitti-kilpailuja, aikuisten eliitti-kilpailuita ja mahdollisesti muita kansallisia kilpailuita, sekä osallistuu nuorten U19 mestaruuskilpailuun. Etuna katsotaan myös nuorten ulkomaan kilpailuissa käyminen.
- Valitsijat katsovat kilpailumenestystä ja ne vaikuttavat asenteen sekä motivaation lisäksi valintoihin.
- Harjoittelun pitää olla tavoitteellista ja pelaajalla tulee olla selkeä viikkoharjoitus ohjelma. Monipuoliset liikuntataidot katsotaan eduksi ja oheisharjoittelussa tulisi huomioida eri ominaisuuksien kehittäminen. Lajiharjoituksia olisi hyvä olla 6-8 kertaa viikossa, oheisharjoituksia 3-4 kertaa viikossa ja muuta liikuntaa noin 4+ tuntia viikossa. Kokonaisliikuntamäärä olisi hyvä olla tavoitteellisella urheilijalla 20+ tuntia viikossa. (tähän lasketaan kaikki liikunta, kilpailut, oheisharjoittelu, palauttavat harjoitteet ym.)
- Pelaajan kokonaisvaltainen harjoittelu katsotaan eduksi, jolloin harjoituspäiväkirja, ruokavalio, uni, fysiikkaohjelma ja muut asiantuntijapalvelut ovat kunnossa.
- Pelaajan on käytävä Suomen urheilun eettisen keskuksen (SUEKin) puhtaasti paras-verkkokoulutus ja sitouduttava noudattamaan Antidopingsäännöstöjä. [www.suek.fi](http://www.suek.fi) → koulutukset → puhtaasti paras.
- Mahdollisten loukkaantumisien takia väliin jääneet kilpailut tai poikkeuksellinen viikkoharjoittelu katsotaan tapauskohtaisesti. Esimerkkinä urheilija, joka on loukkaantunut tai sairastunut.
- Urheilija voi menettää liittoryhmä paikkansa, mikäli sitoutuminen, käyttäytyminen ja asenne toimintaan leireillä ja kilpailuissa on riittämätöntä. Kommunikointi merkitys korostuu näissä tilanteissa, ja ensisijaisesti tapaukset pyritään selvittämään

keskustelemalla. Tarvittaessa päätöksen liittoryhmäpaikan menettämisestä tekee liittoryhmävalmentajat valmennuspäällikön kanssa.