



# Psykokineestiikka Master Practitioner -koulutus

**“Mieli liikuttaa lihaksia. Siksi mielen harjoittaminen on välttämätöntä pyrittäessä huipputasoihin.”**

Kannustusvalmennus P. & K Oy:n Tanoke Taitokoulu on toteuttanut ensimmäisenä Suomessa psykokineettisen palloilulajien valmentajien koulutusohjelman, jonka tulokset ovat innostaneet uudentyyppiseen valmentamiseen. Kun olet suorittanut Psykokineestiikka Coach -koulutuksen, sinulla on mahdollisuus jatkaa itsesi kehittämistä Psykokineestiikka Master Practitioner -koulutuksella.

Psykokineestiikka Master Practitioner -koulutuksessa keskitytään entistä enemmän pelikäsityksen kehittämiseen. Olemme koonneet ja työstäneet koulutusta varten runsaasti uutta materiaalia. Näin sinulla on mahdollisuus saada tuoreimpia käytännönläheisiä ideoita kärkeijoukossa.

## Entistä nopeampaa pelitempoa

Pallopelejä kehitetään jatkuvasti nopeuttamalla pelitempoa. Pelin nopeuttaminen tapahtuu psykokineetiikassa aivotointojen selkiinnyttämisen ja nopeuttamisen kautta. Nopea pelaaminen vaatii nopeaa aivotointia, jolloin asioilla on oltava mahdollisimman selkeä järjestys aivoissa. Nopeassa pelitavassa kognitiivinen ja motorinen oppiminen kohtaavat automaattisella tasolla.

Miten tämä toteutetaan pelikäsityksen opettamisessa? Psykokineestiikka tarjoaa arvokkaita työvälineitä pelin nopeuttamiseen. Psykokineestiikka Master Practitioner -koulutuksessa harjoitellaan ja laajennetaan Psykokineestiikka Coach -koulutuksessa annettuja tietoja ja taitoja. Kurssilla käsitellään myös runsaasti uusia psykokineettisiä toimintamalleja, ajattelutapoja ja sovelluksia.

## Psykokineesteettinen ohjelmointi

Psykokineesteettisessä ohjelmoinnissa on kysymys pelin nopeuttamisen tutkimisesta ja pelaajien sekä valmentajien kokemusrakenteen mallintamisesta. Olemme mallintaneet monenlaista psykokineesteettistä osaamista. Näiden mallien kautta olemme havainneet monenlaisia muutostiloja sekä harjoituksissa että peleissä.

Tule toteamaan nämä muutostilat. Nyt psykokineetiikan käyttömahdollisuudet ovat entistä suuremmat, sillä sitä voidaan soveltaa pelikäsityksen opettamiseen ja pienpelien pelaamiseen.

Psykokineesteettinen ohjelmointi edistää ja nopeuttaa ajattelua monella tavalla. Se on automaattisen ja tiedostamattoman osaamisen tietoista käyttöönottamista, opittujen ajatusmallien tunnistamista, kyseenalaistamista ja tarvittaessa muuttamista.

Psykokineestiikka on tärkeä osa johtavien jalkapallomaiden valmentamisen mallintamista. Psykokineestiikka pyrkii mallintamaan aivoihin pelin kannalta tärkeitä asioita. Esimerkiksi tietynlaisia pienpelejä pelaamalla voidaan kognitiivisten mallien kautta ratkaista monenlaisia pelaamiseen liittyviä ongelmia.

- Psykokineestiikka -koulutuksiin osallistuneet ovat kokeneet psykokineetiikasta olevan suurta hyötyä arkisessa valmennustyössä. Koulutukseen osallistuneet ovatkin toimineet muutosagentteina suomalaisen jalkapallon kehittämistyössä.
- Psykokineesteettisen osaamisen mallintamisen avulla sen käyttömahdollisuudet ovat nyt entistä suuremmat, sillä sitä voidaan soveltaa pelikäsityksen opettamiseen ja pienpelien pelaamiseen.
- Muuttamalla pelaajien aivotointia, voidaan psykokineesteettisesti saavuttaa yhtä merkittäviä tuloksia kuin espanjalaisessa tai italialaisessa jalkapallovalmennuksessa!





### **Valmentaminen keskushermoston toiminnanohjaukseen**

Psykokinesteettisen valmennuksen perustana on löytää aivoihin ja kehoon oikea tila, joka ilmenee pelitilanteisiin sopivana - tuloksiin ja menestymiseen vaikuttavana käyttäytymisenä. Jokaisen nopean suorituksen toteuttamiselle on olemassa optimaalinen aivojen tila. Tällainen suoritus vaatii koko kehon tehokasta toimintaa, jossa erilaisilla aivotoinnoina on hyvin keskeinen rooli.

Hyvin opittuja pelikäyttäytymismalleja ohjaavat skeemat - opitut kognitiiviset mallit ja sisäistetyt motoriset liikekuvamallit. Keskushermoston toiminnanohjauksen on toimittava pelissä mahdollisimman tehokkaasti. Aivojen ja vartalon toimiessa oikealla tavalla, pelinopeutta voidaan nopeuttaa oleellisella tavalla.

### **Koulutus tarjoaa olennaista ja konkreettista hyötyä valmennustoiminnan uudistamisessa**

Psykokinesteettinen valmennus on kehittynyt pisimmälle Espanjassa, Italiassa, Ranskassa ja Portugalissa, mutta sen merkitystä ei ole vielä tiedostettu Pohjoismaissa. Liian usein Suomessa saavutetaan se piste, jossa pelitaidot ja koko pelaaminen eivät enää kehity toivotulla tavalla. Toteutettu valmennus ei suosi tällöin nopeaa ajattelua ja/tai liikkumista. Tule löytämään ja etsimään vastauksia ko. ongelmavyyhtiin - osaa-van ryhmän kanssa.

Psykokinestiikan koulutusohjelma soveltuu kaikille palloilulajien valmentajille. Yhä useampi maamme eturivin valmentajista on käynyt Psykokinestiikka Coach -koulutusohjelmamme, ja nyt heillä on mahdollisuus jatkaa entistä pidemmälle Psykokinestiikka Master Practitioner -koulutuksemme myötä.

Kurssikerrat sisältävät erilaisia harjoituksia ja keskustelutehtäviä samalla tavalla kuin NLP Practitioner -koulutuksissa. Koulutuspäivät omistetaan tietyille teemoille. Teemoja kevennetään tarpeen mukaan erilaisilla "välipaloilla".

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kohderyhmä           | Pallopelien valmentajat                                                                                                                                                                                                                                  |
| Kouluttajat          | Tanoke ammattivalmentajat ja kouluttajat                                                                                                                                                                                                                 |
| Kesto                | 4 - 5 päivänä tai iltana, 4-6 tuntia / kerta                                                                                                                                                                                                             |
| Hinta                | 600 eur + alv / osanottaja                                                                                                                                                                                                                               |
| Ajankohdat ja paikat | Tiedotetaan kurssikalenterissamme <a href="http://www.tanoke.com">www.tanoke.com</a> web-sivulla ja Tanoke News postituslistalla. Voit myös kasata porukan ja tilata oman kurssin pidettäväksi Kannustusvalmennuksen tai teidän omissa koulutustiloissa. |
| Kurssimateriaali     | Sisältää runsaasti ennenjulkaisematonta koulutusmateriaalia, jota päivitetään ja kehitetään jatkuvasti.                                                                                                                                                  |
| Lisätietoja antaa    | Pertti Kempainen, puh 040-7009171                                                                                                                                                                                                                        |

**Lue lisää psykokinestiikasta Tanoke taitokoulun websivuilta**

**www.tanoke.com**