

Kirjoittajat

Päälukujen kirjoittajat:

Kirsi Hämäläinen, *LitT, Olympiakomitean valmennusosaamisen kehittämisen asiantuntija*

Aikaisemmin opettajana lähes 30 vuotta, erityisesti liikunnanohjaaja- ja valmentajakoulutuksissa. Tutkinut valmentajuutta ja toiminut useissa luottamustehtävissä urheilujärjestöissä ja valtionhallinnossa.

Kristiina Danskanen, *FM, VeAT, JET, Suomen Valmentajat ry:n toiminnanjohtaja*

Aikaisemmin mm. Soutuliiton toiminnanjohtajana ja lasten monilajisen liikuntailtapäiväkerhon toimitusjohtajana. Sulkapallossa valmennukseen liittyvissä tehtävissä 30 vuoden ajan: valmentajana, valmentajakouluttajana ja tuomarina sekä liitossa koulutusvastaavana. Toiminut valmentajana ja valmentajakouluttajana Badminton Europessa. Luottamustehtävissä mm. Suomen Sulkapalloliiton Huippusulkapallon johtoryhmän ja lajin koulutuksen kehittämisryhmän puheenjohtajana sekä Badminton European Women in Badminton -ryhmän puheenjohtajana ja jäsenenä.

Harri Hakkarainen, *LitM, LL, valmentaja (EU:n korkein valmentajadiplomi), urheilulääkäri- ja valmentaja, Diacor Terveyspalvelut Oy*

Suomen jääkiekkomaajoukkueen ylläääkäriä sekä fyysisen kunnan vastuuvallmentajana 10 vuotta (saavutuksina MM-kisoista kulta, hopea ja kolme pronssia sekä kaksi olympiapronssia). Olympiakomitean konsultoiva soveltavan urheilulääketieteen asiantuntija. Takana yhteensä kaudet olympialaiset. Lisäksi mm. 20 vuotta yleisurheilumaajoukkueen, 5 vuotta hiihtomaajouk-

kueen ja 2 vuotta lentopallomaajoukkueen mukana sekä toiminut useiden F1-kuljettajien urheilulääketieteen konsulttina ja useiden Venäjän KHL-liigan joukkueiden fyysisen harjoittelun, urheilulääketieteen ja kuntoutuksen konsulttina. Toiminut lähes sadan yleisurheilun, jääkiekon tai maastohiihdon arvokisamitalistin valmentautumisen mentorina tai valmentajana ja kymmenien mitalistien henkilökohtaisena lääkäriä. Kouluttanut valmentajia vuodesta 1997. Toimittanut mm. Lasten ja nuorten urheiluvallennuksen perusteet -kirjan sekä Urheiluvien lasten ja nuorten fyysis-motorinen harjoittelu -selvityksen.

Taru Lintunen, *LitT, urheilupsykologi (sert.), liikunnanopettaja, liikuntapsykologian professori Jyväskylän yliopistossa, kasvatustieteen dosentti Oulun yliopistossa*

Kehittänyt suomen- ja englanninkielisiä liikuntapsykologian yliopistollisia maisteri- ja tohtoritason koulutusohjelmia. Liikuntapsykologian sertifiointilautakunnan puheenjohtaja. Perehtynyt tunne-, vuorovaikutus- ja ryhmäilmiöihin liikunnassa.

Timo Jaakkola, *LitT, liikuntataitojen oppimisen ja opettamisen dosentti, liikuntapedagogiikan lehtori Jyväskylän yliopistossa*

Opetusalueena perusliikunta ja taitojen oppiminen sekä opettaminen. Tieteellisiä artikkeleita lasten ja nuorten motorisista taidoista, liikuntamotivaatiosta ja liikunta-aktiivisuudesta. Lisäksi kirjoja mm. liikuntataitojen oppimisesta ja taitoharjoittelusta sekä liikuntapedagogiikasta. Runsaasti erilaisia tekstejä ja tutkimusartikkeleita lasten ja nuorten urheilusta.

Kim Forsblom, *luokanopettaja (KM), liikuntap-
sykologian tohtoriopiskelija*

Valmentanut eri joukkueita ringeten naisten SM-sarjassa 20 vuoden ajan. Toiminut ringetes-
sä naisten maajoukkuevalmentajana yli 10 vuot-
ta. Väitöskirjan aiheena kollektiivisten tavoittei-
den asettaminen naisten palloilujoukkueissa.

Seppo Pulkkinen, *FT, LitM, valmentaja, rehto-
ri, liikunnanopettaja ja tutkija, Kuokkalan yhte-
näiskoulun rehtori ja yhteistyötä Jyväskylän yli-
opiston kanssa*

Taustalla vahva koulutustausta, laaja työ-
kokemus ja mittava valmentajaura. Toiminut
valmentajana 40 vuotta. SM-sarja ja -liigaval-
mentajana kahdessa eri lajissa, lentopallossa
ja salibandyssä, yhteensä yli 20 vuotta sekä eri
maajoukkueiden päävalmentajana molemmissa
lajeissa yhteensä 14 vuotta. Valmentajavuodet,
väitöskirja sekä useat julkaisut antaneet laajan
näkemyksen erityisesti palloilulajien valmenta-
misesta. Tunnetaan vahvana tiimityön kannatta-
jana ja pidetään jaetun johtajuuden edelläkävijä-
nä niin koulu- kuin urheilumaailmassa. Saliban-
dyn vuoden valmentaja vuonna 2014.

Kati Pasanen, *FT, TtM, fysioterapeutti, urheilu-
hieroja, liikuntaneuvoja, UKK Instituutin Tam-
pereen Urheilulääkäriaseman tutkimus- ja kehittä-
mispäällikkö*

Työssään vastuualueena urheiluvammojen
epidemiologiaa, syntymekanismia, riskitekij-
öitä ja ehkäisyä selvittävät tutkimukset. Tutki-
nut 12 vuotta ja tehnyt väitöskirjan urheiluvam-
mojen ehkäisystä. Työskennellyt aikaisemmin
fysioterapian opettajana, fysioterapeuttina, lii-
kunnanohjaajana ja valmentajana. Valmenta-
jana palloilulajeissa (jääkiekko, kaukalopallo,
salibandy) yli 20 vuotta mm. naisten saliban-
dymaajoukkueessa, naisten ja miesten saliban-
dyliigajoukkueissa ja Tampereen urheiluakate-
miassa.

Sami Kalaja, *LitT, Kilpa- ja huippu-urheilun tut-
kimuskeskuksen johtaja*

Aikaisemmin mm. yläkoulun rehtorina. Val-
mennuskokemusta useista eri lajeista. Maajouk-
kueen päävalmentajana telinevoimistelussa ja
kilpa-aerobicissa. Fysiikkavalmentajana näiden
lisäksi esimerkiksi pesäpallossa, koripallossa ja
uinnissa. Suomen Olympiakomitean huippu-ur-
heiluyksikön johtoryhmän jäsen. Väitöskirjan
aiheena perusliikuntataitojen oppiminen.

Jarmo Riski, *LitM, fysioterapeutti, suoritusky-
vyn parantamiseen erikoistuneen Anorin Liekki
Oy:n toimitusjohtaja ja valmentaja*

Aikaisemmin seitsemän vuoden ajan val-
mennus- ja vapaa-aikapääällikkönä Santasport
-keskuksessa. Reilun vuosikymmenen kokemus
valmentajien kouluttajana sekä asiantuntijana.
Huippu-urheiluvalmentajana vuodesta 1995
alkaen. Valmennettavat saavuttaneet 21 aikuis-
ten arvokisamitalia MM- ja olympiakisoissa,
parhaina saavutuksina 10 maailmanmestaruut-
ta ja viisi olympiapronsia sekä yli 130 palkin-
tokorokesijoitusta maailmancupissa.

Paula Arajärvi, *PsM, urheilupsykologi (sert.),
ammattivalmentaja, ratkaisukeskeinen psykote-
rapeutti, urheilupsykologiyrittäjä Valmennustiimi
SportFocus Oy:ssä*

Urheilupsykologina mm. Pääkaupunkiseu-
dun Urheiluakatemiassa ja yhteistyössä Para-
lympiakomitean sekä eri lajien maajoukkuei-
den kanssa huippu-urheilijoiden psyykkisenä
valmentajana. Taustana pitkä oma kilpaurhei-
lu- ja valmennusura lasten, nuorten ja aikuisur-
heilijoiden parissa. 'TrainingFocus' -verkkoympä-
ristön sekä -työkalupakin kehittäjä.

Terhi Lehtoviita, *LitM, Master Studies in
Sport and Exercise Psychology, psyykinen val-
mentaja (sert.), ratkaisukeskeinen työnohjaa-
ja, yrittäjä Valmennustiimi SportFocus Oy:ssä*
Psyykkisenä valmentajana Pääkaupunkiseudun
Urheiluakatemiassa ja Mäkelänrinteen urheilu-
lukiossa sekä useiden yksilö- ja joukkueurheili-

joiden ja valmentajien kanssa. Suomen Urheilupsykologisen yhdistyksen puheenjohtaja 2010–2014. Kilpaurheilu- ja valmennustausta muodostelmaluistelussa.

Teema-artikkeleiden kirjoittajat:

Päälukujen kirjoittajista myös teema-artikkeleita kirjaan ovat kirjoittaneet Hämäläinen, Jaakkola ja Pasanen.

Erillisiä teema-artikkeleita on kirjoittanut:

Sami Kokko, TtT

Outi Aarresola, LitM

Jarkko Finni, LitM

Martti Iivonen, idrottslärare

Karoliina Ketola, MMM, terveydenhoitaja (AMK)