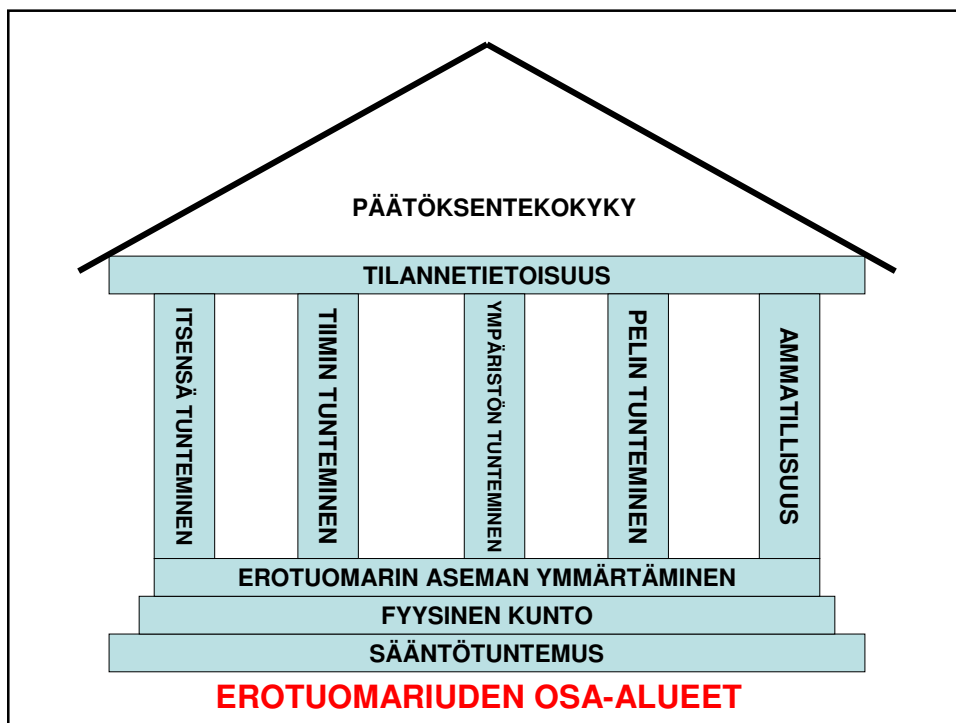


EROTUOMARIUS



SÄÄNTÖTUNTEMUS

- Kaiken perusta
- Pelaajatausta ei riitä
- Teet päätökset yksin – apuja ei yleensä tule
- Yleensä et:n toiminta on sääntöjen soveltamista ja tilanteiden tulkintaa, mutta joskus voi tulla tilanne...
- Vaatii jatkuvaa kertaamista ja usein todella syvällistä miettimistä
- Kaiva vanhoja sääntötestejä ja laita osaamisesi koko ajan ”puntariin”

FYYSINEN KUNTO

- Läheisyys luo luottamusta, hommaa ei hoideta keskiympyrästä
- Hyvällä fyysisellä kunnolla saat toimintaasi myös näyttävyyttä
- Kun et:a todella koetellaan, hyvä fysiikka on suurin apu vahvan psyykkeen säilymiseen
- Ulkonäkö: urheilullinen, hyvä ryhti -> uskottavuus
- Ravinto: mitä olet, mitä syöt
- Helppo johtaa peliä, kun ei tarvitse miettiä jaksako spurtata tilanteisiin -> voi keskittyä muuhun oleelliseen
- Älä reena kuntotestejä varten, vaan ole aina kunnossa
- Hiilareita ennen peliä, tauolla ja pelin jälkeen
- Monipuolista reeniä ja hyvää lihashuoltoa
- Porukkalenkit



EROTUOMARIN ASEMAN YMMÄRTÄMINEN

- Olet pelin palvelija, mieti mitä se tarkoittaa
 - Pidä sääntökirjan noudattaminen kunniaissa
 - Pelaajien turvallisuus on aina etusijalla; suhtautuminen rikkeisiin
 - Tasavertainen – isän asema – tasavertainen
 - Huomaamaton – esillä
 - Jos luulet et:n aseman olevan kuninkaana oloa, kannattaa varmasti vielä hetki miettiä...

ITSENSÄ TUNTEMINEN

- Tärkein osa-alue oman toiminnan kehittämisessä (itseä voi muuttaa, mutta...)
- Erotuomarius vaatii jatkuvaa itsearviointia
 - Vahvuuksien ja heikkouksien löytäminen
 - Ominaisuustavoitteiden asettaminen
 - Vertaisarvioinnit erittäin hedelmällisiä
 - Miten tsekkaat oman vireesi ennen peliä
 - Miten psyykkaat itsesi ennen peliä
- Toivotut/ei toivotut ominaisuudet
 - Päätäväisyys, periksiantamattomuus, itseluottamus, iloisuus ym.
 - Nollauskyvyn puute, liian kovat kierrokset, apeus ym.

TIIMIN TUNTEMINEN

- Saumaton yhteistyö syntyy syvemmän siteen kautta – erotuomaritoiminnassa se on harvoin mahdollista
- Arvosta – auta – anna posia - noudata yhdessä sovittuja pelisääntöjä – suorituksen läpikäynti pelin jälkeen
- Ymmärrä tarkkailijan asema; niin metsä vastaa... (mutta älä slurppaa)

YMPÄRISTÖN TUNTEMINEN

- Olosuhteet vaikuttavat aina pelin luonteeseen
 - Fyysiset (kenttä, sää, valot/ei)
 - Pelin tärkeys joukkueille
 - Yleisö, televisio ym.
 - Kv –peli ulkomailla
- Miten valmistaudut mentaalisesti?

PELIN TUNTEMINEN

- Kun ymmärrät jalkapalloa ja sen periaatteita, pelin lukeminen on huomattavasti helpompaa
- Em jälkeen taktiikka on helppo havaita, mikä jälleen helpottaa omaa toimintaa
- Pystyt nauttimaan pelin sisällä hyvistä suorituksista
- Erotuomaritoiminta on osa jalkapallokulttuuria; kulttuuri pitää tuntea ja olla siitä kiinnostunut

AMMATILLISUUS

- "Työmoraali"
- Sitoutuminen
- Suunnitelmallisuus
- Tavoitteellisuus
- Oman tekemisen vaatimustaso
- "90% valmistautuminen -> 50% suoritus"
- Vakioidut menetelmät (harjoittelu, valmistautuminen, debrief ym)
- Käyttäytyminen kentän ulkopuolella
- Lojaalisuus kollegoita kohtaan



TILANNETIETOISUUS

- Jatkuvan hyvän päätöksentekokyvyn perusta on aukoton tilannetietoisuus
- Jos pelissä tulee ongelmia, ne yleensä aiheutuvat tilannetietoisuuden puutteellisuudesta
- Pelkkä näkeminen ei riitä
- Tulee pystyä määrittämään
 - Pelin henki
 - Pelaajien tunnetaso
 - Myrkyttäjät, johtajat
 - Tarkoituksellisuus
 - Mahdollista/ei mahdollista
- Avustavien apu, nelosen apu

PÄÄTÖKSENTEKOKYKY

- Jatkuva oikea päätöksenteko vaatii koko temppelein osien hallitsemista
- Päätöksenteko ja siihen liittyvä elekieli on näkyvin osa erotuomarin esiintymistä
- Kuitenkin on olemassa erilaisia luonteita: tilannetietoisuuden perusteella rike oli punaisen paikka, mutta et antoi keltaisen. Mikä avuksi?
- Nopea päätöksenteko on toivottavaa, mutta on myös tilanteita, joita kannattaa katsoa tarkemmin ennen lopullista ratkaisua