**OHJAUS**

**Ohjaajien määrä:**

Perusajatuksena, on max.**10 lasta/per ohjaaja**.

Eli jos harjoituksissa käy yleensä noin 7-8 lasta, ei kahden ohjaajan mukanaolo ole perusteltua. Kuitenkin liikuntaleikkikouluryhmät (3-6v) tarvitsevat usein enemmän ohjaajien läsnäoloa eli Länsi-Uudenmaan Urheilijat luottaa siihen, että ohjaajat osaavat itse arvioida ohjaustarpeen kussakin ikäryhmässä ja reagoida lasten määrän kasvaessa tai pienentyessä myös ohjaajien määrään. Tärkeintä on kuitenkin se, että homma toimii!

**Ohjaajan poisjäänti harjoituksista:**

Jos ohjaaja on estynyt tulemaan harjoituksiin sovittuna ajankohtana, tulee hänen itse yrittää saada tuuraaja paikalle. Pelkkä vastuun siirtäminen vastuuohjaajalle ei siis ole vaihtoehto. Jokaisesta poisjäännistä tulee ilmoittaa myös nuorisopäällikölle (Johanna Harju).

**Ohjauksessa aina mukana (materiaalit ryhmän omassa boxissa):**

* **Ilmoittautumisohjeet uusille harrastajille**

ks. ohjeet ilmoittautuminen kohdasta

* **Tapahtumakalenteri** (ks. kohdasta ohjaajapalaverit ja tapahtumakalenteri)
* **Urheilevien lasten nimilista**

Nimilistassa on kaikkien urheilevien lasten nimet sekä vanhempien yhteystiedot ja ohjaajat päivittävät listaa jatkuvasti uusien ja lopettavien urheilijoiden myötä. Nimilistaan merkataan myös jokaiselle harjoituskerralla rasti ruutuun kaikkien läsnäolijoiden kohdalle. Nimilistasta ohjaaja näkee, ketkä käyvät harjoituksissa ja näin ollen osaa ilmoittaa seuran toimistoon edellisen kauden (ks. kaudet kausimaksut kohdasta) lopussa aina seuraavan kauden jatkavat urheilijat.

* **Ensiapulaukku**

Jokaisella ryhmällä on omassa laukussa ensiapulaukut ja ne tulee olla lähettyvillä harjoituksissa. Jos ensiapulaukusta puuttuu jotain (esim. kylmäpussit loppu), ota yhteys toimistoon tai nuorisopäällikköön/valmennuspäällikköön.

* **Ohjauskerran suunnitelma**

Harjoituksesta pitäisi aina olla kirjallinen suunnitelma, jonka joku ohjaajista on sovitusti koonnut ja palauttanut nuorisopäällikölle kunkin kuukauden alussa. Vaikka harjoituksen on suunnitellut yksi ohjaajista, pitää muiden myös olla kartalla harjoituskerran rakenteesta ja aikataulusta.

Talvella harjoittelu yritetään pitää mahdollisimman monipuolisena, myös kaikkien lajien huomiointi on tärkeää. Kesällä ohjaajat suunnittelevat harjoitukset kilpailuja (mm. op-viikkokisat) silmällä pitäen. Kevään ohjaajapalaverissa vastuuohjaajat rakentavat yhdessä harjoitussuunnitelman kentälle pahimpien päällekkäisyyksien välttämiseksi.

LUU:n harjoituksissa pyritään myös siihen, että lapset joutuvat jonottamaan mahdollisimman vähän. Tällöin varmistetaan se, että lapsi on varmasti saanut liikuntaa tarpeeksi. Ryhmän sisäinen jako-/kiertosysteemi on usein tarpeellista niin ulko- kuin sisäharjoituksissa. Lisäksi onnistunut harjoitus vaatii ohjaajalta aina 100% keskittymisen lapsiin. Ohjaajien välinen kommunikointi on ilman muuta paikallaan, mutta muu ei-aiheeseen liittyvä keskustelu ei ole asianmukaista.

* **Seuran yhtenäiset (Ryhmäkohtaiset) pelisäännöt (kuuluu Sinettiseurojen velvollisuuksiin)**

Pelisääntöjen tavoitteena on edistää keskustelua ja sopimista lasten ja nuorten urheilun periaatteista. Keskustelun käydään ryhmien sisällä. Pelisäännöt kasataan lasten kanssa yhdessä ja siinä sovitaan yhteisistä pelisäännöistä ja toimintatavoista.

Ohjeita ja materiaalia pelisääntökeskusteluihin löytyy Nuoren Suomen kotisivuilta. Pelisääntökeskustelut olisi hyvä käydä **kunkin kauden alussa** ryhmän kesken.