



# TAITOLUISTELUJAOSTON VANHEMPAINILTA

2.10.2019 KLO 18→

ISLO (LÄNSIKATU 15)



# ESITTELYT

- **KUKA JA KENEN VANHEMPI**
- **LAJITAUSTA**
- **JÄRJESTÖ/VAPAAEHTOISTAUSTA**
- **MITÄ TAHANSA MUUTA?**



# AJANKOHTAISTA - LAJIKULTTUURITUTKIMUS

- UUTISOINTI (MEDIA+KORPI):

- "HENKINEN HYVÄKSIKÄYTTÖ, VÄHÄTTELY JA KIUSAAMINEN OVAT ARKIPÄIVÄÄ"
- "SYNKKÄ TODELLISUUS"
- "VALMENNUKSEEN TARVITAAN RADIKAALI MUUTOS"
- "HUUTAMINEN ON ARKIPÄIVÄÄ"
- JNE.

→ EN TUNNISTA ENKÄ OSAA YHDISTÄÄ NÄITÄ MEIDÄN SEURAAN — OSAATKO SINÄ?

→ ÄÄRETTÖMÄN TÄRKEÄ AIHE KÄSITELLÄ, MIKÄLI TÄSSÄ KOETAAN OLEVAN MEILLÄ ONGELMIA!



# AJANKOHTAISTA - LAJIKULTTUURITUTKIMUS

- LAJIKULTTUURITUTKIMUS: KEVÄT 2019/TALOUSTUTKIMUS ([LINKKI TUTKIMUSRAPORTTIIN](#))
  - 97% VASTANNEISTA LUISTELIJOISTA SUOSITTELSI LAJIA MUILLE
  - 75% URHEILIJOISTA KERTOI NAUTTIVANSA HARJOITTELEMISESTA
  - 71% KOKI HARJOITTELUMOTIVAATION OLEVAN AINA KOHDILLAAN
  - 96% LUISTELIJOISTA ARVIOI VALMENTAJIEN OLEVAN YSTÄVÄLLISIÄ
    - HEITÄ KUVATTIIN SANOILLA POSITIIVINEN, KANNUSTAVA JA HELPOSTI YMMÄRRETTÄVÄ
    - VALMENTAJAAN LIITETTIIN OMINAISUUTENA MYÖS VAATIVUUS, PÄÄASIASSA POSITIIVISESSA MIELESSÄ
- → PALJON HYVIÄ ASIOITA, NEGATIIVISESTA UUTISOINNISTA HUOLIMATTA

# AJANKOHTAISTA MUUTA

- **SEKSUAALINEN AHDISTELU TAI MIKÄ TAHANSA MUU EPÄASIAALLINEN KOHTELU**
  - LAJIMME EI OLE ERILLINEN SAAREKE MUUSTA MAAILMASTA EROSSA
  - MITÄ TAHANSA VOI TAPAHTUA
  - TOISTEMME SEKÄ LUISTELIJOIDEN TUNTEMINEN, PÄIVITTÄINEN KOHTAAMINEN YM. TÄRKEÄÄ
  - JÄÄHALLI ON OSALTAAN HAASTAVA YMPÄRISTÖ JA PALJON ERI TOIMIJOITA
  - JOS JOSKUS TULEE TUNNE, ETTÄ ASIAT EI OLE OIKEIN → MITEN TOIMIT?

PIDETÄÄN YHDESSÄ HUOLTA, ETTÄ SEURASSAMME TUNNETAAN TOISEMME RIITTÄVÄN HYVIN JA ETTÄ KESKUSTELUYHTEYS JOKA SUUNTAAN TOIMII



# VALMENNUKSEN OSUUS



# VALMENNUSTIIMI

**PÄÄVALMENTAJA:** Miia Hyttinen

vastuu koko seurasta, päivittäinen vastuu silmuista ylöspäin, kilpailukalenterin ylläpito, valmennuksen esimies, kevätnäytös

- **VASTUUVALMENTAJA:** Laura Iljin  
päivittäinen vastuu minit ja tintit, sekä pikkutähdet. Testeihin liittyvän toimistotyön vastuu
- **LUISTELUKOULUVASTAAVA:** Oona Hyttinen  
vastuu luistelukoulusta
- **VASTUUVALMENTAJA:** Emmi Tankka  
päivittäinen vastuu Tähtikilpurit
- **VASTUUVALMENTAJA:** Viivi Hyttinen  
päivittäinen vastuu Aikuiset
- **FYSIIKKAVALMENTAJA:** Päivi Kyllönen  
Fysiikkaohjeistukset. Omalla toiminimellä henkilökohtainen vammojen ehkäisy ja hoito, hieronta, mentaalipalvelut, ravinto-ohjeistus
- **BALETTI:** Hanna Renvall
- **KOREOGRAFIA:** Paula Korvajärvi (ohjelmien teko sekä vierailut)
- **MUSIIKKI:** Rob Colling (musiikkien editointi, cdt, mp3-tiedostot, näytöksien musiikit) Musiikkiasiat kulkevat valmentajien kautta.

Muita valmentajia: Nina Lius, Aino Kettunen, Aurora Huovinen, Elli Schubin, Johanna Putkuri, Aino Korhonen, Pinja Puruskainen, Riina Svensk, Emmi Tuunainen



# HARJOITTELU

- Vakioryhmät, jaksot minulle ajoissa.
- Jousto vain koulun mukaisesti. Muut menot on omia valintoja.
- Syyslomaviikko / Hiihtoloma / Joulun aika
- ALKUverryttely sekä LOPPUverryttely.
- Harjoittelu VAIN jäällä ei riitä.
- Katsomossa kiipeillessä ja leikkiessä vaarana on vammat.
- Varusteista huolehtiminen
- Jokaisella luistelijalla oma polku ja suunnitelma. Sisäinen motivaatio.
- Pelkät hypyt eivät ole kehittymisen mittari ja ainut tavoite ei ole SM-taso





# HARJOITTELU

- Loukkaantumiset kuuluvat välillä kilpaurheiluun. Kehonhuolto on todella merkittävää. Säännöllinen hieronta läpi. Kehon palautuminen ei hoidu vain lepäämällä. 2 vapaapäivää silloin tällöin.
- Harmistuksen ja tunteiden osoittaminen on sallittua ja suotavaakin. Turhat itkut pois. On pystyttävä sietämään pettymyksiä, suunnataan harmistus treenaamiseen ja asioiden parantamiseen.
- Luistelijat ovat miettineet pelisäännöt ja sitoutuneet niihin. Koppikäyttäytyminen ja auttaminen.
- Urheilijaan koskettaminen
- Akatemiaharjoitukset
- Yksityistunnit



# KILPAILEMINEN

- Kaikki kilpailut tiedossa, mutta ei kutsuttavia seuroja. Katso kalenteri ja tee suunnitelma / tehdään yhdessä suunnitelma
- Valintakilpailuihin pääsee kaikki ja oletan että osallistutaan, jos ei muuta ilmoiteta
- Testipassit mukaan valintakilpailuihin sekä IC-kilpailuihin, koska niissä suoritetaan elementtitestejä kilpailusuorituksen aikana.
- Muihin kisoihin karsintaa, ja ilmoittautumisjärjestyksessä otetaan huomioon, että kaikki pääsee kisaamaan. Aluefinaaleihin karsinta.
- Valmentajille aktiivisesti kyydin tarjoamista. Kisan 5 ensimmäistä (meno) ja 5 viimeistä (paluu). Päivän ensimmäinen ja viimeinen (hotellilta).
- Oman suorituksen arviointi ja kilpailujen tavoitteet. Kilpailuissa on oltava realistiset odotukset sekä totuudenmukainen peilaus harjoituksiin. Ohjelma on se millä kisataan, ei yksittäinen hyppy.



# KILPAILEMINEN

- Kilpailumenestystä tavoitellessa on otettava monta asiaa huomioon. Valmennuksen linjaus on myös nostaa luistelijaa haasteellisempaan kilpailusarjaan nuorena, mutta ketään ei mihinkään pakoteta.
- Jokainen kilpailee itseään vastaan ja muiden kannustaminen. Vanhempien ja luistelijoiden on syytä aktiivisesti poistaa kateuden tunnetta muita kohtaan. Se ei ole keltään pois, että toinen onnistuu. Kopista olen kuullut ikäviä kommentteja tyttöjen välillä.
- Vanhempien rooli. Vanhemmat ovat katsomossa, ja vain luistelijat ja valmentajat ovat kopeissa ja käytävillä. Kannustetaan lapsia omatoimisuuteen valmistautuessa sekä kilpailun jälkeen. Kilpailuissa olisi aina hyvä videoida suoritus, jonka voi automaattisesti lähettää vastuvalmentajalle. Tämä video on syytä katsoa riippumatta siitä, miten se meni. Jokaisen kilpailun jälkeen on pohdittava palautelomakkeen kysymykset ja palautettava minulle esim. viestillä.



# #SEURASYDÄN

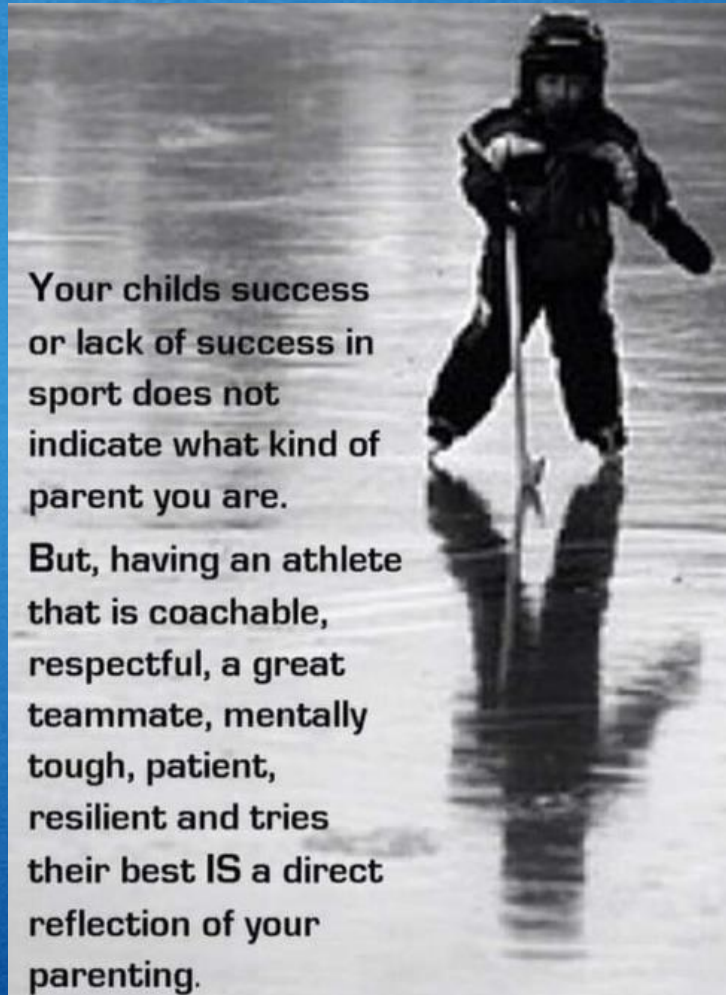
- **ILMAPIIRIN LUOMINEN**
- **YHTEISHENKI**
- **PÄIVITTÄISET KOHTAAMISET**



→ **YHTEINEN VASTUU SEURASTAMME**

# #SEURASYDÄN

- **VANHEMPIEN ROOLI – LUISTELIJAN KÄYTTÄYTYMINEN**
  - **ESIMERKKI**
  - **PUUTTUMINEN JA OHJAAMINEN OIKEAAN**
- **LUISTELIJOIDEN RYHMÄYTYMINEN –  
HYVÄLLÄ TAVALLA ILMAN KUPPIKUNTIA**
- **TSEMPPAAMINEN – KIITOS – ONNEA**



Your child's success or lack of success in sport does not indicate what kind of parent you are.

But, having an athlete that is coachable, respectful, a great teammate, mentally tough, patient, resilient and tries their best IS a direct reflection of your parenting.



# TEKIJÄT VS. TEKEMINEN

- **JOHTOKUNNASSA 4 HLÖ + KISAVASTAAVAT INGRID/ROBERT**
- **TARVIIKO SANOA, ETTÄ TEKEMISTÄ ON PÄIVITTÄIN PALJON**
  - VAIN VALMENNUKSEEN LIITTYVÄT TEHTÄVÄT ON PALKALLISTEN HENKILÖIDEN HOIDOSSA
  - KAIKKI MUU HOIDETAAN VAPAAEHTOISTYÖNÄ — VAI HOIDETAANKO JATKOSSA?
- **PARI AKTIIVISTA LISÄKÄSIPARIA OLISI ERITTÄIN TERVETULLUTTA**
  - TOIMINNAN KEHITTÄMISTÄ JA ETEENPÄIN VIEMISTÄ OLISI PALJON
  - JATKUVUUS VS. ERITTÄIN KAPEA VASTUUNJAKO

**#SEURASYDÄN**



# TULEVIA TEHTÄVIÄ

- **KOTIKILPAILUT (8.)9.-10.11.2019 (PE) LA-SU**
  - SM-SEN+SEM-JUN VALINTAKILPAILU + KUTSUKILPAILU, MIKÄLI OSALLISTUJIA RIITTÄVÄSTI
  - HYVÄ TREENI KISOJEN JÄRJESTÄMISESTÄ: SM2021 (JOULUKUUSSA 2020)
  - TALKOOTEHTÄVÄT JA NIIDEN TÄYTTÄMINEN: VAPAAEHTOISESTI VAI KILPAILUORGANISAATION TOIMESTA? TARVE 2-3 VUOROA PER PERHE.
- **JOULUJUHLA MA 16.12.2019 — LUISTELUESITYSTEN JÄLKEEN PUUROT LUISTELIJOILLE+VANHEMMILLE+VALMENTAJILLE**
- **KEVÄTNÄYTÖKSEN (5.4.2020) SUUNNITTELU ON JO KÄYNNISTYNYT: NÄYTÖSTIIMI + VETÄJÄ?**

# VARAINHANKINTAA JA KILPAILUA

- LUMILYHTY-ARVAT (KATAJA-ARVAT)

- 8€/KPL → 50% TUOTTO
- 400 KPL MEILLE VARATTUJA
- MYYNTIAIKA 15.12.2019 SAAKKA

- GREENGO –MYyntI

- LAADUKKAAT SUKAT, SUKKAHOUSUT, SAUNATEKSTIILIT YM.
- LAUTAPELEJÄ, KAUSITUOTTEITA
- 30% TUOTTO
- MYyntIAIKA 23.10.2019 SAAKKA







# VARAINHANKINTAA JA KILPAILUA

- SUKULAISET, NAAPURIT, YSTÄVÄT, KUMMIT...
- SUKKIA KÄYTTÄNEE MYÖS JOKAINEN ITSE?
- ARPOJA VOI MYYDÄ VAIKKA KUINKA PALJON → HELPPO MYYDÄ MYÖS OVELTA OVELLE JA LUISTELIJAT OSAAVAT TEHDÄ SEN ITSE
- 3 PARASTA MYYJÄÄ PALKITTAAN JOULUJUHLASSA YLLÄTYSPALKINNOIN 😊
- JOULUKUUSET — TÄLLÄ HETKELLÄ KUUSITOIMITTAJAA EI TIEDOSSA. IDEOITA?



# KILPAILUKUSTANNUKSET

- **TÄHÄN SAAKKA OLLUT SEURAN KUSTANTAMAA:**
  - 2 VALINTAKILPAILUA (STLL ISU) TAI
  - 3 KUTSUKISAA
  - MUUT OMAKUSTANTEISIA
- **KILPAILUJEN KULUT HUONOSTI ENNAKOITAVISSA (OSALLISTUJIEN MÄÄRÄ, MATKA+MAJOITUS, TUOMARIKULUT JNE)**
- **KILPAILUISTA AIHEUTUVAT, SEURAN MAKSAMAT KULUT JYRKÄSSÄ KASVUSSA PARI VIIMEISTÄ VUOTTA → TUOMARIKULUJEN KASVU OLLUT PAIKOIN TÄYSIN POSKETONTA → KESKUSTELU JA KEHITYSEHDOTUKSET LIITTOON**



# KILPAILUKUSTANNUKSET – UUSI MALLI

- ISU 2 OHJELMAN KISA: 90€
- ISU 1 OHJELMAN KISA: 60€
- TÄHTIKILPAILU (EI TINTIT): 30€
- TINTIT: 20€
- → HINTA SISÄLTÄÄ OSALL.MAKSUN, TUOMARIKULUT SEKÄ VALMENTAJAN KULUT
- → VOIMASSA KUTSU-, VALINTA- JA IC-KISOISSA KOTIMAASSA (MYÖS TALLINNA JOS LÄHTIJÖITÄ)



# KILPAILUKUSTANNUKSET – UUSI MALLI

- → SAMA HINTA KAIKISTA KISOISTA, HELPPO ENNAKOIDA (POIKKEUS: SM-FINAALI MAKSUTON)
- → MAKSUTAAKKA LASKETTU PYSYVÄN LÄHELLÄ VANHAA SYSTEEMIÄ, MAHDOLLINEN PIENI NOUSU ENTISEEN MUTTA SE KOMPENSOI KOHONNEITA KUSTANNUKSIA
- → KK-MAKSUISSA EI TARVETTA NOSTOON
- HALLINNOLLISESTI HELPOMPI KÄSITELLÄ, KUN JOKAISTA LASKUTUSTA EI TARVITSE LASKEA ERIKSEEN
- NOPEAMPI LASKUTUS → EI TARVITSE ODOTELLA JÄRJESTÄVÄN SEURAN LASKUJA



**JOTAIN MUUTA?**



**KIITOS!**