

SEURATOIMINTALINJA – päivitetty 04 / 2024

Imatran Voimistelijat

Imatran Voimistelijat ry on innovatiivinen Suomen Voimisteluliitto Svolin jäsenseura. Imatran Voimistelijat on voittoa tavoittelematon yleishyödyllinen yhdistys. Seura on perustettu vuonna 2011. Seurassa valmentavat ja ohjaavat vain liikunnan ammattilaiset tai kokeneet ja koulutetut ohjaajat. Seurassa on noin 100 aktiivijäsentä, joista suurin osa alle 15 vuotiaita tyttöjä.

SEURAN ARVOT:

AVOIMUUS kaikkien seuran toimijoiden välillä.

LUOTTAMUS seuraa ja sen toimintaa kohtaa.

OSAAMINEN on tae laadukkaaseen toiminnan järjestämiselle.

TASAPUOLISUUS seuran kaikkien toimijoiden kesken.

STRATEGIA, VISIO ja TOIMINNAN TAVOITTEET:

STRATEGIA - ImVo tarjoaa monipuolista voimisteluliikuntaa lapsille ja laadukasta valmennusta kilpailutoiminnasta kiinnostuneille lapsille ja nuorille.

VISIO - vetovoimainen ja kehittyvä matalan kynnyksen voimisteluseura

TOIMINNAN TAVOITTEET - Seura, josta voimistelijat, heidän perheet sekä muut seuratoimijat ovat ylpeitä, ja jonka tapahtumiin he aktiivisesti ja mielellään osallistuvat.

Eettiset linjaukset

Seuran eettiset linjaukset ohjaavat päätöksentekoa ja ilmaisevat seuran tahdon. Niitä noudatamme kaikessa toiminnassa. Imatran Voimistelijoiden eettiset linjaukset ovat:

- Toimintamme lähtökohtana on liikunnan ilo ja riemu.
- Tarjoamme taito-, tavoite- ja ikätasoa vastaavaa monipuolista toimintaa.
- Toimintamme edistää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia ja tuemme liikunnallisen elämäntavan omaksumista.
- Tuemme sosiaalista ja yhteisöllistä kasvua tarjoamalla toimintaa vertaisryhmässä, turvallisessa ohjauksessa.
- Toimintamme korostaa elämyksellisyyttä ja yhdessä tekemistä.

Voimistelukoulu

Imatran Voimistelijat tarjoaa lapsille liikunnan iloa ja elämyksiä monipuolisessa ja turvallisessa voimistelukoulussa. Siemen elinikäiseen liikunnan harrastamiseen kylvetään jo lapsena. Positiiviset liikuntakokemukset vertaisryhmässä kannustavat liikkumaan läpi elinkaaren. Lasten vanhempien tehtävänä on tukea ja kannustaa lasta harrastamaan.

Kilpavoimistelu

Imatran Voimistelijoissa kilpailutoiminta on tavoitteellista, turvallista ja terveellisiä elämäntapoja korostavaa. Tavoitteet asetetaan yhteistyössä ryhmän ja valmentajan kanssa vanhempien mielipiteitä kuunnellen. Tavoitteissa otetaan huomioon kunkin voimistelijan ikä- ja taitotaso. Valmennuksen laatu varmistetaan aktiivisella koulutuksella ja toimivan seuratoiminnan kautta. Imatran Voimistelijoissa joukkuehenki on hyvä ja toiminnassa korostuvatyhdessä tekeminen, hyvä käytös ja kaikkien tasapuolinen huomioiminen. Voimistelu kilpaurheilua, jossa urheilijat oppivat pitkäjänteisyyttä, yhteisten pelisääntöjen mukaan toimimista, sitoutumista sekä aktiivista seuratoimintaa.

Vapaaehtoistyö

Imatran Voimistelijoissa tarjotaan mielenkiintoisia omaan osaamiseen ja aikatauluun sopivia vapaaehtoistehtäviä. Tavoitteena on kokea elämyksiä ja onnistumisia yhdessä. Seura tarjoaa näköalapaikan paikkakunnan liikuntaelämässä. Seuratoiminnassa pääsee järjestämään näytöksiä, tapahtumia ja kilpailuja sekä kehittämään seuran toimintaa yhdessä aktiivisen johtokunnan ja muun vapaaehtoisväen kanssa.

Seuraorganisaatio

Imatran Voimistelijoiden seuraorganisaatiota kehitetään jatkuvasti vastaamaan toiminnan asettavia haasteita. Tärkeimpiä toimijoita ovat seuran valmentajat sekä vapaaehtoiset toimijat, joita ovat johtokunta ja voimistelijoiden vanhemmat.

Tyytyväinen jäsen on Imatran Voimistelijoiden toiminnan tavoitteena. Jäsenen velvollisuudet ja oikeudet määräytyvät jäsenyyden perusteella.

Jäsen:

- maksaa vaadittavan jäsen- ja jumppamaksun (jumppa-/valmennusmaksulla pääsee osallistumaan tunneille)
- toimii ohjaajan ohjeiden mukaan liikuntatiloissa
- on tervetullut seuran tapahtumiin ja seuratoimintaan
- saa osallistua seuran syys- ja kevätkokouksiin

Jäsenmaksu on vuosittain 20€. Johtokunta määrittelee erikseen kullekin toimintakaudelle harrasteryhmien ja valmennusryhmien maksut. Harrasteryhmien maksut sisältävät vakuutuksen. Valmennusryhmäläiset huolehtivat itse tarvittavan vakuutuksen ja kilpailulisenssin.

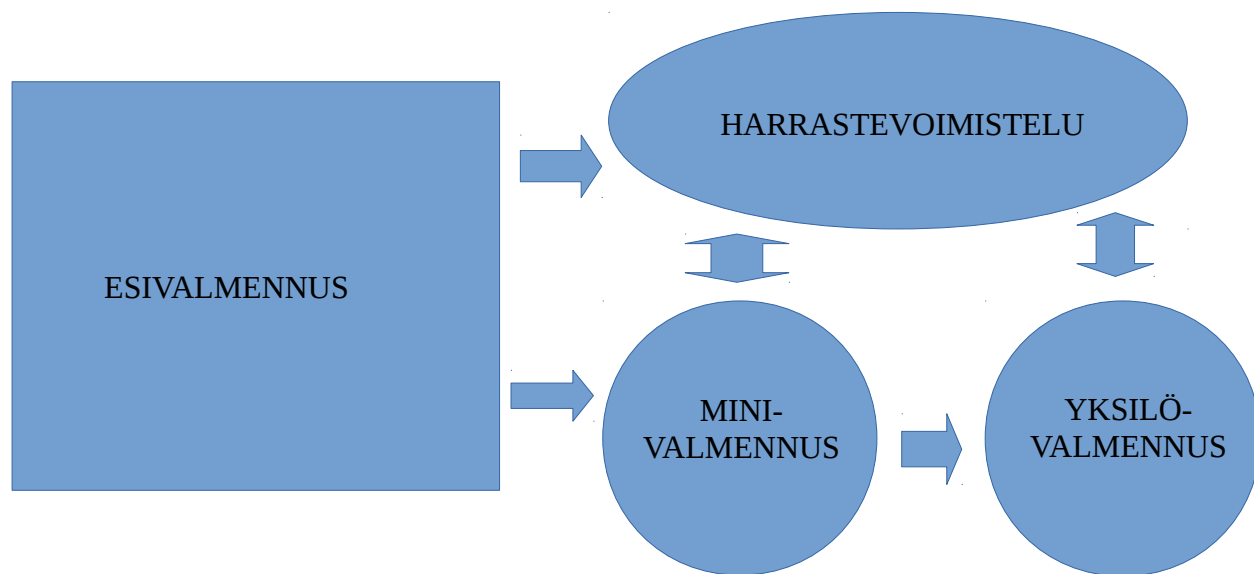
Imatran Voimistelijat ry:n toiminnasta vastaa johtokunta. Johtokunnan tehtävänä on seuran toiminnan yleislinjauksien suunnittelu ja organisointi, seuran taloudellisesta tilanteesta vastaaminen ja toiminnan kehittäminen. Johtokunta kokoontuu noin kahdeksan kertaa vuodessa. Seuran jäsenet voivat vaikuttaa yleissuunnitelmiin ja toimintalinjauksiin osallistumalla vuosikokouksiin, joita on kaksi vuodessa.

Elinikäinen voimistelupolku

Imatran Voimistelijoiden liikuntatoiminnan perustana toimivat voimistelupolut, joilla varmistetaan erilaisten harrastustavoitteiden toteutuminen. Voimistelupolut ohjaavat seuran liikuntatoiminnan kehittämistä. Tavoitteena on turvata ensisijaisesti perustoiminta voimistelussa ja sen jälkeen ottaa erilaisia uutuuksia ja tanssipuolen tunteja toimintaan. Ohjaajien riittävyys ja osaaminen sekä kunnalta saatavat salivuorot ohjaavat tuntisuunnitelman tekoa käytännön tasolla.

Voimistelupolut ohjaavat seuran suunnittelua ja ne toimivat pohjana sille mikä on seuran ydintehtävä. Uutuuksia saa ja pitääkin olla unohtamatta kuitenkaan seuran perustehtävää. Ennakkoilmoittautuminen on mahdollista vanhoille jäsenille harrastuksen jatkumisen takaamiseksi. Voimistelupolut alkavat voimistelukoulusta ja esivalmennuksesta. Nämä ryhmät ovat 3-12 -vuotiaille. Eri voimistelupoluissa tarjotaan erityylyisiä tuntisisältöjä, jotta jokainen löytäisi itselleen sopivan ryhmän. On erittäin tärkeää, että poluilta voi vaihtaa toiselle: esimerkiksi kilparyhmästä voi vaihtaa harrasteryhmään. Jokaisella ikätasolla (yli 4-v) pyritään varmistamaan sekä kilpa- että harrasteryhmätoimintaa siten, että siirtyminen ryhmästä toiseen olisi luontevaa.

Ohjaajien ja valmentajien tehtävänä on opastaa lapsia ja nuoria löytämään itselleen sopiva ryhmä.



Liikuntaryhmien toimintaperiaatteet

Kaikissa ryhmissä otetaan huomioon harrastajien taito-, ikä- ja tavoitetasot. Liikuntaryhmien toimintaperiaatteet ja valmennuksen ja ohjauksen periaatteet on kuvattu dokumentissa "Valmennuksen ja ohjauksen toimintalinja". Ohjaajat ja valmentajat Imatran Voimistelijoiden toiminnassa on suuri joukko eri toimijoita. Ohjaajat, valmentajat ja apuohjaajat ovat avainasemassa laadukkaasti liikuntatoiminnan järjestämisessä. Koulutus, kiittäminen ja tukeminen ohjaustoiminnassa on osa normaalia seuratoimintaa.

Ohjaajien ja valmentajien perehdyttäminen

Kun uusi ohjaaja aloittaa, johtokunnan edustaja käy tarvittaessa uuden ohjaajan kanssa läpi seuran ryhmien toimintaperiaatteet, turvallisuussuunnitelman ja muita käytännön asioita. Ohjaajasopimusta allekirjoitettaessa käydään läpi vielä avoimet asiat yhdessä puheenjohtajan kanssa. Ohjaajia kannustetaan lukemaan säännöllisesti seuran nettisivuja. Kauden aikana ohjaajat saavat apua tarvittaessa muilta ohjaajilta/valmentajilta tai muilta johtokunnan jäseniltä.

Työsopimukset ja koulutus

Kunkin toimintavuoden ohjaajat ja valmentajat kartoitetaan keväällä ja kesällä ennen kauden alkua. Johtokunta selvittää ohjaajatarpeen ja valmentajien / ohjaajien kanssa yhteistyössä linjaa tulevat tunnit. Elokuussa allekirjoitetaan ohjaajasopimukset harrasteohjaajien kanssa. Valmentajien palkkauksesta on erikseen sovitut periaatteet.

Ohjaajat koulutetaan liiton koulutusjärjestelmän mukaisesti. Ohjaajakoulutuksen ja –kokemuksen seuraamiseen käytetään liiton ohjaajarekisteriä. Jokaisen toivotaan käyvän vähintään yhdellä kurssilla toimintavuoden aikana. Tällä varmistetaan täydennyskoulutus. Uudet ohjaajat opastetaan oikeaan koulutukseen jo mahdollisuuksien mukaan jo ennen kauden alkua.

Imatran Voimistelijat maksaa koulutuksen yhteisesti sovittujen periaatteiden mukaisesti. Koulutukseen osallistumisesta on aina kysyttävä vahvistus johtokunnalta. Luvan kysymisen jälkeen ohjaaja/valmentaja ilmoittautuu liiton koulutuksiin internetin kautta. Laskutusosoitteena toimii seuran virallinen osoite.

Ohjaajan/valmentajan vastuut ja velvollisuudet

Ohjaajan/valmentajan yhteisiin seuratoiminnallisiin vastuihin ja velvollisuuksiin kuuluvat:

- Laadukkaat tunnit
- tunnit hyvin suunniteltu
- jokainen ryhmän vastuuohjaaja tekee kausisuunnitelman
- ohjaaja käy läpi kausisuunnitelman apuohjaajan kanssa
- Valmentaja, ohjaaja ja apuohjaaja = seuran käyntikortti
- ohjaajat ja valmentajat edustavat seuraa eli esimerkillinen käyttäytyminen AINA
- tieto seuran toiminnasta pitää olla ajan tasalla
- seuran toimintaa ei arvostella julkisesti eikä sähköisessä mediassa (facebook, twitter, jne...)
- ohjaaja hankkii itselleen tarvittaessa sijaisen
- apuohjaaja ilmoittaa ohjaajalle, mikäli on estynyt tulemaan paikalle
- ongelmatilanteet hoidetaan ongelmanratkaisupolkua pitkin
- ohjaaja vastaa ryhmänsä vapaiden paikkojen täydentämisestä
- Pelisääntöjen tekeminen ryhmän ja vanhempien kanssa syyskauden alussa
- kaikissa alle 16-v ryhmissä tehdään pelisäännöt myös vanhempien kanssa.

Koulutus

- jokainen koulutetaan liiton I-tason koulutuksissa tai vastaavissa
- vuosittain käydään vähintään yhdessä jatkokoulutuksessa/ideapäivässä
- koulutustiedot päivittyvät liiton koulutusrekisteriin, jossa jokainen ohjaaja on käynyt rekisteröitymässä, itsenäisesti kirjataan myös karttunut ohjaajakokemus

Ikäryhmäkohtaiset taitotavoitteet

Ohjaajien toiminnan tueksi on tehty ikäryhmäkohtaiset taitotavoitteet, joilla varmistetaan tiettyjen perustaitojen oppiminen kussakin ikäryhmässä. Tällöin siirtyminen ikäryhmästä toiseen on luontevaa ja seuraava ohjaaja tietää mitä lapset ovat oppineet aiemmin. Taitotavoitteet ohjaavat kausisuunnitelman tekemisessä. Voimistelutaitoja opitaan erilaisissa liikuntaryhmissä temppujen avulla, voimistellen, telmien ja leikkien.

Kausisuunnitelma

Ohjaaja/valmentaja on vastuussa laadukkaista liikuntatunneista. Laatua ohjataan tekemällä ennen kauden alkua kausisuunnitelma, jonka tehtävänä on toimia ohjaajan toiminnan tukena pitkäjänteisessä taitojen opettamisessa.

Läsnäololistat

Kaikilla tunneilla ylläpidetään läsnäololistoja, jotka palautetaan seuran sihteerille kevätkauden päätyttyä.

Yleiset toimintaperiaatteet

Imatran Voimistelijat tarjoaa jäsenille laadukasta liikuntatoimintaa. Toiminta vaatii suuren joukon vapaaehtoisia, laajaa tiedottamista, yhteisten toimintatapojen kehittämistä sekä mittavan yhteistyöverkoston.

Ilmoittautuminen

Imatran Voimistelijoiden käytössä on Voimisteluliiton rekisteriohjelma, Hoika, jonka kautta tapahtuu ilmoittautuminen liikuntaryhmiin, sähköinen tiedotus jäsenistölle sekä laskutus. Kaikilla vanhoilla jäsenillä on mahdollisuus ennakoilmoittautua ennen varsinaista avointa ilmoittautumista. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja ryhmiä täydennetään tarvittaessa kesken kautta, jotta mahdollisimman moni pääsisi mukaan liikkumaan.

Tiedotus

Tiedotuksen suunnittelusta vastaa johtokunnan tiedoittaja. Seuran sisäinen tiedottaminen tapahtuu pääosin sihteerin toimesta sähköpostilla. Internetsivut ovat tärkein tiedotuskanava niin seuran sisällä kuin ulkoisessa viestinnässäkin. Toimintavuoden liikuntatarjontaa mainostetaan paikallislehdissä ilmoituksin sekä lehtijuttujen kautta laajasti elokuun aikana.

Seuran toimintaa markkinoidaan Imatralla ja lähiseudulla järjestettävillä messuilla ja muissa tapahtumissa. Viestinnässä ja markkinoinnissa käytetään aktiivisesti hyväksi kaikki Svolistä saatu materiaali.

Avoin palaute

Jäsenistön on mahdollisuus antaa palautetta toiminnasta jatkuvasti kotisivuilla olevan lomakkeen kautta. Saatu palaute käsitellään seuran johtokunnassa tarvittaessa.

Lasten ja nuorten ryhmien palaute

Lasten ja nuorten vanhemmille lähetetään kerran vuodessa palautekysely seuran toiminnasta. Kysely toteutetaan kevätkaudella ja sen tulokset käsitellään johtokunnassa. Tulokset julkaistaan seuran kotisivuilla sekä lähetetään kaikille ohjaajille ja valmentajille tiedoksi.

Valmennusryhmien palaute

Vanhemmilta kysytään säännöllisesti palautetta sekä suullisesti että kirjallisesti. Vanhemmille järjestetään kahdesti toimintavuoden aikana vanhempainilta. Myös voimistelijoilta kerätään palautetta valmentajien toimesta jatkuvasti. Palautteita käsitellään tarvittaessa seuran johtokunnassa.

Vapaaehtoisten rekrytointi ja kiittäminen, talkootyöt

Aktiivisia seuratoimijoita etsitään mukaan toimintaan koko ajan. Uusia johtokuntalaisia pyritään saamaan voimistelevien lasten vanhemmista ja aktiivisista ohjaajista. Kaikki johtokuntalaiset ovat vastuussa vapaaehtoisten rekrytoinnista.

Talkooväkeä etsitään seuran omista jäsenistä sekä voimistelijoiden vanhemmista. Talkootyöt jaetaan pieniin osiin, jotta jokainen voi löytää itselleen sopivan tehtävän. Lisäksi talkootöihin saadaan apuja niin seuran ohjaajista kuin entisiä voimistelijoitakin. Kaikkia talkootyöntekijöitä kiitetään tapahtuman jälkeen. Imatran Voimistelijoiden pidetään huolta kaikista ohjaajista, valmentajista ja vapaaehtoisista. Kaikki ohjaajat, valmentajat ja seuratoimijat esitellään kevätnäytöksessä ja heidät kukitetaan. Seura pyrkii muistamaan seuratoimijoita myös eri elämäntilanteissa (ylioppilaat, vihkiminen, lapsen syntymä jne.).

Päihitteet ja doping

Imatran Voimistelijoissa ei hyväksytä päihteiden käyttöä. Seuran vanhempien pelisäännöissä kannustetaan päihteettömyyteen. Valmentajat käyvät tyttöjen kanssa päihdekeskusteluja samoin kuin muitakin terveyteen liittyviä keskusteluja mm. ruokavaliosta, kuukautisista, riittävästä levosta jne. Voimistelijoita pyritään ohjaamaan terveellisiin elämäntapoihin myös treenisalilla.

Yhteistyökumppanit

Imatran Voimistelijat toimii aktiivisesti yhteistyössä paikkakunnan muiden yhdistysten kanssa. Seura on aktiivisesti yhteydessä kunnan liikuntatoimeen sekä paikallisiin päätöksentekijöihin. Yhteistyötä tehdään myös lähiseurojen kanssa.

Ongelmanratkaisu

Kaikki ongelmatilanteet hoidetaan seuran sisällä ja niihin reagoidaan nopeasti. Toiminnanjohtajan tulee tietää tilanteesta mahdollisimman pian. Kauden alussa ryhmien vanhempia informoidaan ongelmanratkaisupoluista.

Ongelmanratkaisupolut

Harrasteryhmien ongelmanratkaisupolku:

1. Ongelmat pyritään ratkaisemaan ohjaajan ja ryhmän jäsenten kesken.
2. Ohjaaja informoi johtokuntaa välittömästi ongelmatilanteista.
3. Ohjaaja ottaa yhteyttä vanhempiin.
4. Tarvittaessa vanhemmat kutsutaan yhteiseen tapaamiseen.
5. Vanhempia kannustetaan ensisijaisesti hoitamaan ongelmatilanteet ohjaajan kanssa. Tarvittaessa vanhemmat voivat olla yhteydessä seuran johtokuntaan.

Valmennusryhmien ongelmanratkaisupolku:

1. Ongelmat pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti valmentajan ja urheilijoiden kesken.
2. Vanhemmat ovat yhteydessä ensisijaisesti joukkueenjohtajaan.
3. Joukkueenjohtaja ottaa yhteyttä tarvittaessa valmentajaan.
4. Tarvittaessa valmentaja ottaa yhteyttä voimistelijan vanhempiin.
5. Valmentaja ottaa yhteyttä vastuvalmentajaan.
6. Valmentaja ottaa tarvittaessa yhteyttä puheenjohtajaan ja/tai johtokuntaan tilanteesta riippuen.
7. Tarvittaessa järjestetään joukkueen kesken palaveri, jossa on mukana valmentaja ja/tai puheenjohtaja.
8. Tarvittaessa järjestetään vanhempainilta, jossa on mukana valmentaja, joukkueenjohtaja ja puheenjohtaja.

Toimintaperiaatteet erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuttamisessa harrasteryhmissä

Imatran Voimistelijoiden tavoitteena on tarjota voimisteluharrastus mahdollisimman monelle lapselle ja nuorelle. Joskus ryhmässä on yksi tai useita haastavasti käyttäytyviä lapsia tai nuoria, joiden käyttäytyminen vaikuttaa koko ryhmän toimintaan. Ohjaajat toimivat vapaaehtois pohjalta ja ohjaamisen tulee antaa positiivisia kokemuksia. Ohjaajien ei tarvitse selviytyä tilanteista yksin.

Toiminnan lähtökohtia:

- Harrasteryhmien osallistujamäärä ja ohjaajakapasiteetti on mitoitettu siten, että lapsi/nuori pystyy liikkumaan ohjatulla tunnilla ilman erityistä tukea.
- Ryhmiin ilmoittautuminen on kaikille avointa.

- Kauden alussa vanhemmat täyttävät harrastajan yhteystietolomakkeen, jossa pyydetään mm. lapsen mahdollisesta lääkityksestä tai muusta tunnin onnistumiseen liittyvistä tekijöistä. Vanhempien oletetaan kertovan lapsen mahdollisista erityistarpeista avoimesti.
- Jos lapsi/nuori ei sopeudu ryhmään, pyritään hänelle löytämään sopivampi ryhmä.
- Seuran johtokunta seuraa säännöllisesti ryhmien toimivuutta ja tukee ohjaajia haastavissa tilanteissa.
- Seuran toiminta perustuu vapaaehtoistyöhön. Seuran ohjaajat on koulutettu ohjaamaan voimisteluliikuntaa. Heidän ei oleteta hallitsevan erityistä tukea tarvitsevien lasten/nuorten kasvatusta. Ohjaustyön tulee olla rikastavaa ja tuottaa liikunnan riemua niin koko ryhmälle kuin ohjaajallekin.

Pelisäännöt

Tavoitteet

Pelisääntöjen tarkoituksena on selkeyttää ja jämäköittää voimisteluryhmien toimintaa ja ennaltaehkäistä konfliktitilanteita. Tavoitteena on vanhempien tuki ja se, että kaikki mukanaolevat aikuiset, vanhemmat ja ohjaajat sitoutuvat yhteiseen arvopohjaan.

Pelisääntöjen tekeminen

Jokaisessa ryhmässä laaditaan kauden aluksi pelisäännöt yhdessä lasten kanssa tai ohjaaja voi tarvittaessa laatia ne, ja käydä läpi pienimpien harrastajien kanssa.

Pelisääntökeskustelussa ohjaajat ja lapset ja/tai vanhemmat yhdessä pohtivat kullekin ikätasolle sopivat, ryhmässä toimivat peli-säännöt, jotka kirjataan ylös. Lasten kanssa käytetään ratkaisukeskeistä tavoitekieltä (esim. ”Tulen ajoissa salille”). Pelisääntöjä pienimmille harrastajille on vähän ja niissä tulee näkyä kohderyhmän ikätaso. Ohjaaja ja valmentaja ja ovat teoillaan, sanoillaan ja esimerkillään lapsen malli. Pelisäännöissä määritellään ryhmän toimintatavat: Mitä? Missä? Milloin? Miten? Keskustelun vetäjänä toimii ohjaaja/valmentaja tai muu sopiva henkilö. Tärkeintä lapsen liikunnassa on viihtyminen ja hyvä ilmapiiri. Alle kymmenvuotiaan lapsen pääasiallinen toimintamuoto on leikki. Leikinomaisuuden tulee näkyä lapsen harjoituksissa sekä kilpailuissa. Isompien lasten ja nuorten ryhmissä korostuvat edellä mainittujen lisäksi tavoitteet ja kilpailumatkat. Keskustelun tulee olla ratkaisukeskeistä. Pelisääntökeskustelu voi sisältää esimerkiksi tapakasvatuskysymyksiä liittyen kielenkäyttöön, kohteliaisuuteen, auttamiseen, toisten huomioon ottamiseen ja kunnioittavaan kohteluun.

Voimistelukoulut 4-12v

- Pelisäännöt tehdään yhdessä ryhmän kanssa ohjaajan hyväksi näkemällä tavalla, ikäryhmä huomioon ottaen.
- Vanhemmilla on yleiset ”Vanhemman pelisäännöt” internetissä ja ohjaaja voi jakaa ne vanhemmille tarvittaessa.

Valmennusryhmät 4-18v

- Pelisäännöt tehdään ryhmän kanssa ja vanhemmille erikseen (vanhempainilta tmv.)

Seuran pelisäännöt

S eurassa tuemme ja koulutamme ohjaajiamme

E distämme liikunnallista ja tervettä elämäntapaa

U skomme yhdessä tekemiseen

R akennamme lasten tervettä kasvua ja kehitystä yhdessä kotien kanssa

A rvostamme liikunnan iloa ja elämyksiä

Ohjaajien ja valmentajien pelisäännöt

O sallistun aktiivisesti ohjaajatiimien toimintaan
H uolehdin kausisuunnitelmista ja laadukkaista tunteista
J ärjestän itselleni sijaisen tarvittaessa ja ilmoitan muutoksista ajoissa
A nsioluetteloni on ajan tasalla ja käyn vuosittain koulutuksessa
A siallinen ja esimerkillinen käyttäytyminen
J aan ajankohtaista tietoa seurasta ja vastaan nopeasti viesteihin
A nnan ryhmäni/ryhmän vanhempien tehdä Pelisäännöt

Vanhempien pelisäännöt (yhteiset kaikille ryhmille)

V älitän ja vastaan lapsesta
A nnan lapsen yrittää ja hyväksyn lapsen tuloksista riippumatta
N oudatan yhteisesti sovittuja pelisääntöjä
H uolehdin lapsen riittävästä levosta, ravinnosta ja kunnollisista liikuntavarusteista
E län mukana ja kannustan terveisiin elämäntapoihin
M altan mieleni, annan ohjaajan ohjata
P uhun positiivisesti enkä kiroile
I nnostan ja kannustan

Turvallisuussuunnitelma

Imatran Voimistelijat on koonnut ohjaajien ja johtokunnan jäsenten aktiiviseen käyttöön turvallisuussuunnitelman, joka käsittää koko toiminnan. Suunnitelman ohjeistus on tehty kaikkien seuran jäsenten turvallisuuden takaamiseksi. Suunnitelman tavoitteena on ennakoida mahdollisimman hyvin erilaisia turvallisuutta uhkaavia tekijöitä, niin tuntien aikana saleilla sekä tuntien ulkopuolella esimerkiksi näytöksissä, kisoissa ja leireillä. Tavoitteena on myös antaa ohjaajille ja muille seurassa toimijoille ohjeistus siihen, kuinka jo tapahtuneen häiriön tai onnettomuuden jälkeen voidaan mahdollisimman nopeasti ja hallitusti saavuttaa tilanne, jossa seuran toiminta voi jatkua normaalilla tavalla samassa laajuudessa kuin ennen tapahtumaa.