

# **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2017**

**Tämä toimintasuunnitelma 2017 on hyväksytty syyskokouksessa 21.11.2016**

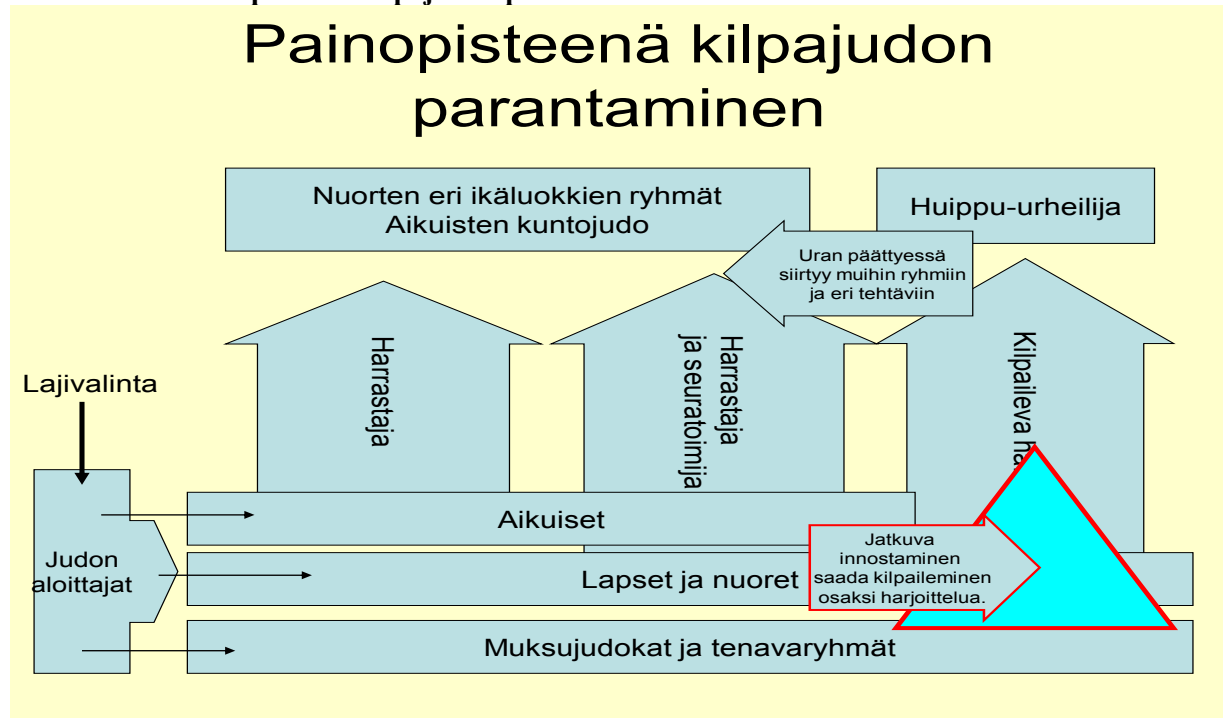
- 1. YLEISTÄ**
- 2. HALLINTO**
- 3. NUORISOTOIMINTA**
- 4. AIKUISTOIMINTA**
- 5. KILPAILUTOIMINTA**
- 6. KOULUTUSTOIMINTA**
- 7. TAPAHTUMIEN JÄRJESTÄMINEN**
- 8. KEHITTÄMISHANKKEET**
- 9. VIESTINTÄ**

## 1. YLEISTÄ

Vuosi 2017 on seuran 41. toimintavuosi.

Seura on päivittänyt strategian vuosille 2013–2020. Tavoitteena on edelleen, että Tikkurilan Judokat ry on Suomen johtava judoseura vuonna 2020.

**Kaaviokuva: Painopisteenä kilpajudon parantaminen**



Tikkurilan Judokat ry on toteuttanut viime vuosina monta uutta kehittämishanketta. Ne ovat vieneet seuraa hyvään suuntaan. Se näkyy ryhmien suuressa määrässä ja nuorten hyvissä kilpailutuloksissa, aikuisjudon kehityksessä sekä kata-toiminnan laajuudessa sekä harrastajaryhmien monipuolisuudessa. Olemme olleet mukana myös useissa Judoliiton pilottihankkeissa.

Seurassa on yksi palkattu työntekijä: toiminnanjohtaja Juha Turunen. Tavoitteena on palkata päätoiminen valmennuspäällikkö alkuvuoden 2017 aikana. Lisäksi toimintaa tukemaan ja kehittämään voidaan palkata tuntipalkkaisia ja / tai osa-aikaisia työntekijöitä. Tavoitteena on palkata tuntipalkkaisuun tehtäviin sekä nuoria koululaisia ja opiskelijoita että eläkkeelle jääneitä senioreita tai työttömänä olevia ohjaajia ja valmentajia. Seura tarjoaa töitä myös TET-jaksolla oleville koululaisille.

Seuran talouden ja kilpailutoiminnan kehittämisen tueksi tavoitteena on, että palvelutoiminnan määrä 2017 on kaksinkertainen vuoden 2013 tasosta. Palvelutoiminta kattaa judon esittelyn ja opettamisen seuran ulkopuolella mm. päiväkodeissa, kouluissa, työpaikoilla ja iltapäiväkerhoissa. Palvelutoiminta on myös vahva osa seuran jäsenhankintaa.

### **Teemavuosi 2017: Valmentajan ja ohjaajan kasvun mahdollistaminen**

Kilpailullisten ja muiden tavoitteiden saavuttamiseksi tarvitsemme oikean määrän valmentajia ja ohjaajia. Ohjaajien määrä ja osaaminen on riittävällä tasolla. Valmentajien määrää on sen sijaan kasvatettava voimakkaasti.

Valmentaminen on mielenkiintoista ja tärkeää työtä. Paras tapa kehittyä valmentajaksi on aloittaa kokeneen valmentajan apuvalmentajana. Valmentajaksi kehittymistä tukee oma urheilutausta ja koulutus. Oma lajिताusta ei kuitenkaan ole aivan välttämätön.

Alusta alkaen onkin tärkeää lähteä kouluttautumaan. Valmentaminen on oma tieteen ja taiteen lajinsa, jossa on paljon mielenkiintoista opittavaa. Urheilijalla on usein paljon kokemusta valmentautumisesta, mutta valmentajan osaaminen ei synny vain urheilijakokemuksesta. Koulutuspolkuja on tarjolla monia.

Koulutuksia voi ja kannattaakin yhdistää. Koulutuspolku voi rakentua monella tavalla. Valmentajana voi edetä lajiliittojen 1–3-tasojen koulutusten kautta Valmentajan ammattitutkinnolle ja Erikoisammattitutkinnolle. Valmentaja voi myös aloittaa koulutuspolun Liikunnan perustutkinnolla tai korkea-asteen tutkinnolla ja yhdistää siihen vaikka opintojen kuluessa lajiliittojen koulutuksia.

### **Valmentamisesta ammatti**

Tikkurilan Judokat tukee jokaista, jotka tavoittelevat valmentamisesta ammattia. Ensimmäisenä askeleena tavoitteenamme on palkata kokopäiväinen valmennuspäällikkö, jonka tehtävää on oman valmennustyönsä lisäksi kehittää seuran valmennusta ja tukea jo toimivien vapaaehtoisten valmentajien ja aloittavien uusien vapaaehtoisten valmentajien valmentajauraa. Seura jatkaa myös käytäntöä, jossa erikseen sovittujen ryhmien valmentajille voidaan maksaa tuntipalkkaa leiri- ja kilpailumatkoista.

Toiminnan kehittämiseksi tarjoamme Suomen Judoliiton ja Valon huippuvalmennus-tietoutta jokaiselle seuramme valmentajalle ja ohjaajalle yksilöllisesti sopeutuvasti.

### **Tavaratalo toimii ja voi hyvin**

Koko perheen harrastuksen mahdollistaminen, ”judon tavaratalo” – periaate, säilyy vahvana. Kehittämisen painopisteen on perhejudo. Lisäksi panostamme naisten ja tyttöjen judokursseihin. Uutena ryhmänä alkaa nuorten näkövammaisten ryhmä yhteistyössä eri toimijoiden kanssa.

### **Keskeiset tavoitteet**

- Seuran jäsenmäärän kasvun lisäksi seuraamme ohjaajien määrää, heidän ja jäsentemme koulutus- ja graduointiaktiivisuutta.
- Panostamme kilpaurheilun kannustamalla seuran jäseniä osallistumaan SM-kilpailuihin kaikilla kilpailutasoilla.
- Seuraamme seuran toiminnan aktiivisuutta myös toimittamiemme pukujen, passien yms. tarvikkeiden määrässä.
- Seuran laadun varmistamiseksi toteutamme pelisääntö- ja palautekyselyjä harrastajille ja heidän vanhemmilleen.
- Varsinaisen seuratoiminnan ulkopuolella käymme Tikkurilan ja Hakunilan alueilla pitämässä päiväkotijudoa ja koulujudoa.
- Seuraamme julkisuuskuvan kehitystä esim. Vantaan Sanomien printtijulkaisujen määrässä.

Seuran ohjaajien kanssa pidetään yhteispalaveria aina ennen uuden kauden alkua, joiden tarkoituksena on sopia ohjaajien ja valmentajien yhteisistä toimintatavoista ja samalla tiedottaa kauden tapahtumista. Tavoitteena on aidon vuorovaikutuksen lisääminen.

Vuonna 2017 seura panostaa markkinointiin ja viestintään mm. kehittämällä kotisivujen sisältöä.

Jäsenmäärää on tavoitteena kasvattaa 10 %. Harjoittelun hinnoittelua kehitetään osana markkinointia. Vyökokeissa käy 180 judokaa.

Jatkamme Oma Sali – hanketta. Tavoitteena on teettää kartoitus eri vaihtoehtoista helmikuun 2017 loppuun mennessä. Salihanke pyritään toteuttamaan muutaman eri seuran ja Vantaan kaupungin kanssa.

Seura jatkaa kansainvälisten kilpailujen järjestämistä. Kilpailujen ja tapahtumien järjestäminen tukee nuorten valmennusta sekä seuratoiminnan kehittämistä.

Seura jatkaa yhteistoimintaa Etelä – Suomen Judo ry:n kanssa. Seuran toiminnanjohtaja Juha Turunen toimii yhdistyksen toiminnantarkastajana sekä seuran valmentaja Teija Meling yhdistyksen hallituksen jäsenenä.

Seura on VAU:n (Suomen Vammaisurheilu ja – liikunta ry) jäsenseura ja Suomen Judoliiton jäsenseura.

Tammikuussa seura järjestää EM-kilpailut päätöstilaisuuden Suomen Urheilugaalan yhteydessä.

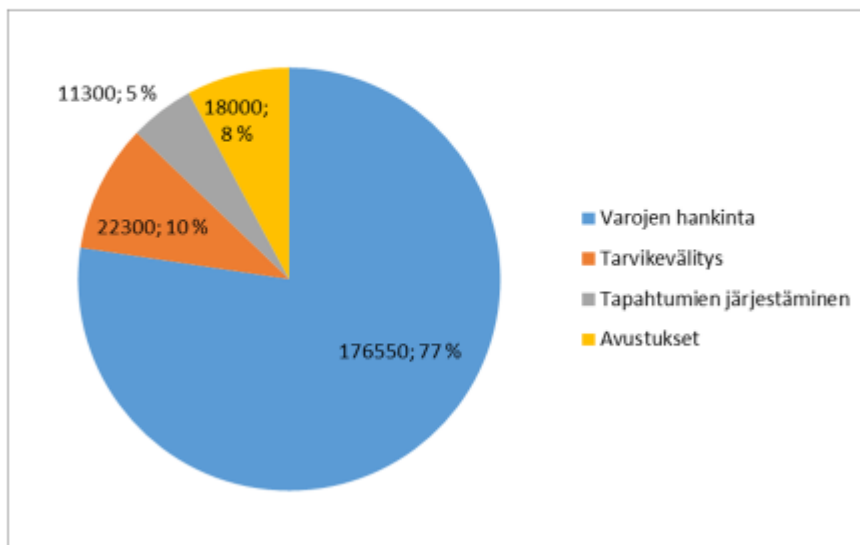
Yhteisöllisyyden lisäämiseksi tavoitteena on järjestää kisamatka Budapestin MM-kisoihin syksyllä 2017.

## Talous

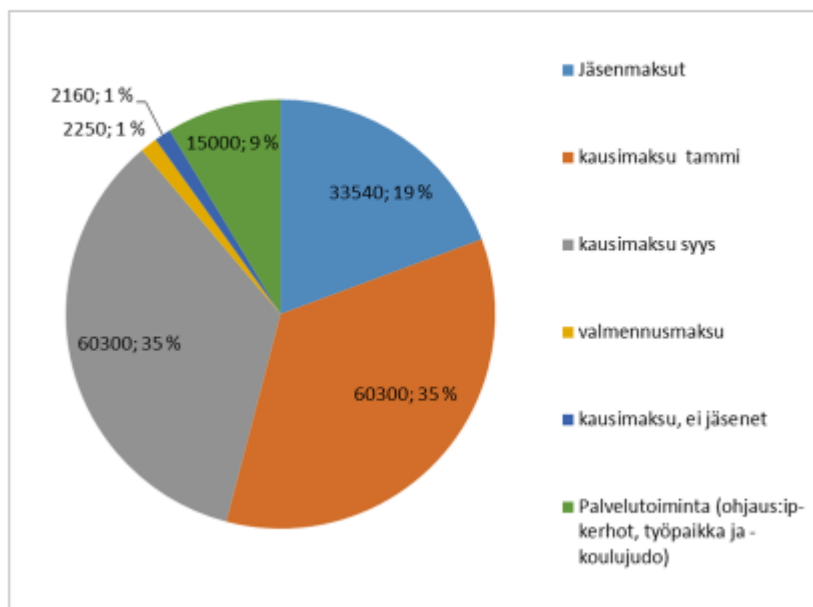
Seuran taloudenhoidossa jatketaan nykyistä toimintatapaa uuden tilitoimiston kanssa.

Tavoitteena on talouden raportoinnin ja seurannan parantaminen. Oman pääoman määrän tulisi vastata kuuden kuukauden kuluja ja sen tulee sisältää varoja mahdollisiin investointeihin, tai kehityshankkeisiin. Todennäköinen investointi on oma-Sali-hanke 2017.

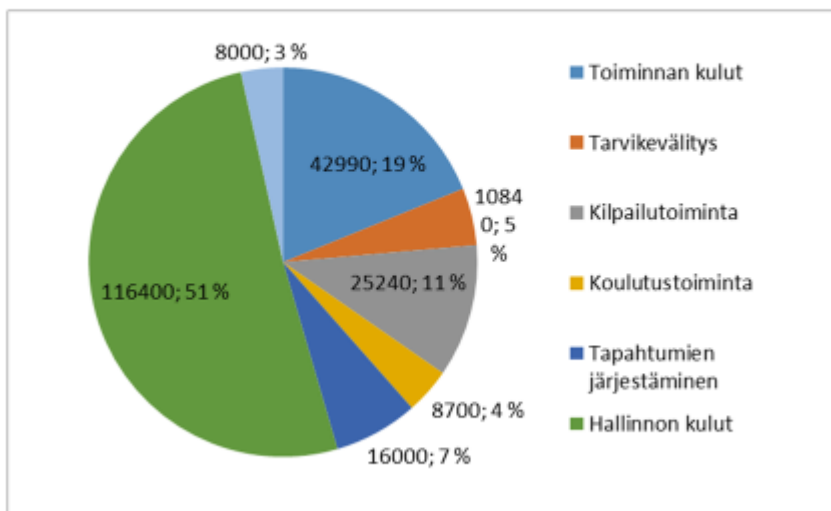
## Tuotot yhteensä



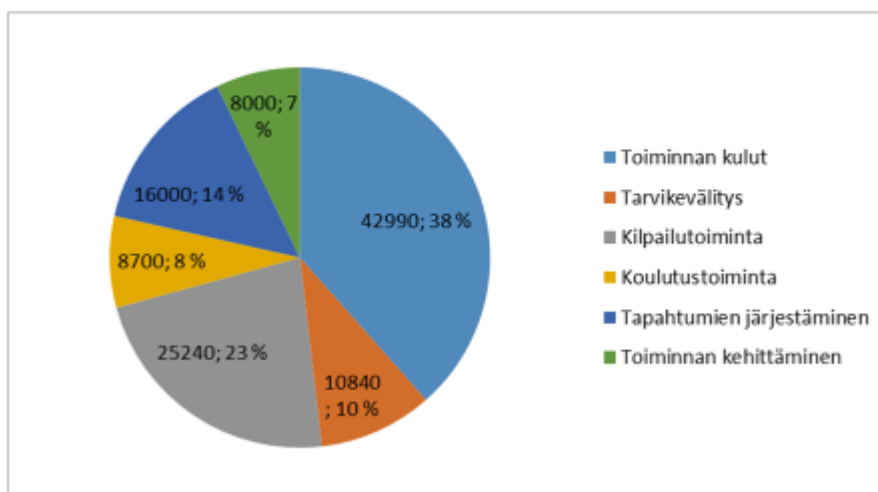
## Varojen hankinta



## Kaikki kulut



## Kulut ilman hallintokuluja





## **Toiminnan tavoitteita ja määritteitä**

### **Yhdenvertaisuus**

Kaikkia seuran harrastajia kohdellaan yhdenvertaisesti. Kaikilla jäsenillä on täten samat oikeudet ja velvollisuudet.

### **Päätäminen**

Päätökset perustuvat hyvään asian valmisteluun. Päätösten teko on oikeudenmukaista ja läpinäkyvää. Asioista tiedottaminen on avointa.

### **Muita asioita**

Seuran perustavoitteena on toimia edelleen judon johtavana seurana Suomessa ja laaja-alaisena judon "tavaratalona".

Omien tapahtumien lisäksi järjestämme tai olemme mukana monessa muussa tapahtumassa. Seura jatkaa Valo ry:n sinettiseuralle tunnusomaista Sinettiseura – toimintaa.

Seuran strategiasuunnitelmaa vuosille 2013–2020 viedään käytäntöön myös vuoden 2017 osalta. Strategiasuunnitelman lisäksi jatketaan aloitettuja kehittämissuunnitelmia, joihin on jo saatu ja haetaan 2017 taloudellista tukea.

### **Harjoitustoiminta**

Harjoitustoiminta jatkuu Tikkurilan Urheilutalossa ja Hakunilan väestönsuojassa.

Vantaan kaupungin, päiväkotien ja koulujen kanssa jatketaan yhteistyötä myös iltapäivä - liikuntakerhojen ja ohjattujen liikuntatuntien pitämällä.

Olemme myös mukana Vantaan Urhea-pilottihankkeessa.

Sovellettua judoa kehitetään näkövammaiset harrastajat huomioiden. Tavoitteena on rakentaa yhteistyötä eri toimijoiden ja organisaatioiden kanssa sekä tarjota näkövammaisille lapsille ja nuorille harrastusmahdollisuus liikunnan alueella. Tavoitteena on perustaa yksi uusi ryhmä.

Muksujudoryhmät jatkavat edelleen Tikkurilassa ja Hakunilassa.

Perhejudo tukee seuran tavoitetta toimia koko perheen yhteisenä liikuttajana.

Toteutamme matalan kynnyksen liikuntaa päiväkodeissa ja kouluissa. Toiminta palvelee jäsenhankintaa.

## **2. HALLINTO**

Seuran sääntöjen mukaan yhdistys pitää kaksi varsinaista kokousta: kevät- ja syyskokouksen. Yhdistystä edustaa hallitus, johon kuuluu syyskokouksessa valittu puheenjohtaja ja lisäksi 6 muuta jäsentä.

Hallitus kokoontuu vuoden 2017 aikana 8-9 kertaa tarpeen mukaan.

Henkilökuntaan kuuluu toiminnanjohtaja. Henkilökuntaan voi kuulua myös tuntipalkkaisia työntekijöitä. Tavoitteena on valita kokopäiväinen valmennuspäällikkö alkuvuodesta 2017. Jokaisella työntekijällä tehdään toimenkuva sekä työ sopimukset.

Henkilökunnan esimies on seuran puheenjohtaja tai hänen estyneenä ollessa varapuheenjohtaja. Toiminnanjohtaja vastaa työntekijöiden työnjohdosta.

Seura noudattaa Palta ry:n ja JHL ry:n allekirjoittamaa Urheilujärjestöjä koskevaa työehtosopimusta. Toiminnanjohtaja on kokonaistyöajan piirissä. Henkilökunnan kanssa käydään kehityskeskustelut vähintään kaksi kertaa vuodessa. Näistä keskusteluista tehdään muistiot.

Seuran johto toimii siten, että työntekijät kokevat Tikkurilan Judokat ry:n vastuullisena ja luotettavana työnantajana. Työntekijät ovat seuran jäseniä.

Harjoittelu Tikkurilan Judokat ry:n harjoituksissa edellyttää jäsenmaksun ja kausimaksun maksamista seuran jäseniltä ja muiden seurojen jäseniltä harjoittelumaksun maksamista. Kausimaksun suuruuden päättää hallitus. Toiminnanjohtajalla on valtuus tehdä kausimaksuun liittyviä tarjouksia ja poikkeushintoja.

Kilpailusaavutuksista ja seuran toiminnasta ulospäin tiedottaminen tapahtuu pääasiassa Vantaan Sanomien kumppanuussivuilla, Suomen Judoliiton Judolehdessä sekä seuran omilla internet-sivuilla ja Facebookissa. Viestinnässä toteutetaan seuran viestintäsuunnitelmaa.

Seuran kirjanpidosta vastaa Nettomaster Oy.

### 3. NUORISOTOIMINTA

Nuorisotoiminta toteutetaan seuran nuorten toimijoiden toimesta omaehtoisesti ja itsenäisesti. Täten toiminta tukee parhaiten lasten ja nuorten judourien alkutaivalta.

Seuran toiminnanjohtaja auttaa ja tukee nuorten toiminnassa.

#### **Vuosi 2017 tulee olemaan nuorisotoiminnan kannalta jälleen täynnä tapahtumia:**

- Lasten leirit talvi- ja kesälomien aikaan ovat osittain nuorten vetäjien vastuulla: vetäjille voidaan maksaa leirien vetämisestä palkkaa
- Koko seuran väelle järjestetään kevättapahtuma toukokuussa
- Osallistumme yhdelle judon kesäleirille isolla joukolla
- Kilpailun järjestely- ym. toimintoihin valjastamme myös seuran nuoret jäsenet – Tixi-cupit 4 kertaa vuodessa, alue-tehostamis- ja kesäleirit.
- Joulukuussa järjestetään Joulujuhla sekä menneen vuoden huomionosoitusten jakotilaisuus
- Nuoria tiedotetaan eri mahdollisuuksista aktiivisena toimijana: vaikuttaminen seura-aktiivina eri tehtävissä, tuomaritoiminnassa, kilpailijana, ohjaajana sekä hallituksen jäsenenä.
- Seuran aikuisia sekä nuoria ohjaajia kannustetaan osallistumaan koulutuksiin. Ohjaajille myös annetaan rakentavaa palautetta ja kannustetaan käyttämään VALO:n materiaaleja ohjatessaan.
- Pidämme huolen että toimintaan osallistuminen on lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen helppoa ja toimijan on pystyttävä valitsemaan oma aktiivisuuden määrä. Toiminta pidetään riittävän pienenä ja helppona etenkin alkuvaiheessa, ja vastuu kasvaa iän ja kokemuksen myötä.
- Kannustamme nuoria osallistumaan monipuolisesti eri ryhmien vetämiseen apuohjaajana ja kiertämään mahdollisuuksien mukaan eri ryhmissä katsomassa, millaisia harjoituksia missäkin ryhmässä vedetään. Näin nuoret saavat laajemman kuvan toiminnasta ja hahmottavat samalla, minkälaisen ryhmän vetäminen voisi olla heille itselleen mieluisaa tulevaisuudessa, jolloin he voivat ohjautua helpommin myös oikeanlaisiin koulutuksiin (esim. muksujudo vs. kilpajudo). Ryhmien pääohjaajia kannustetaan antamaan vastuuta sopivissa määrin vieraileville ohjaajille.

#### **Pelisäännöt**

Tatamalla tapahtuvan toiminnan pääperiaatteena seura toteuttaa Valon Sinettiseura-periaatteiden mukaista toimintaa. Seura on lupautunut lisäksi noudattamaan niitä periaatteita, joita Sinettiseuralta edellytetään. Sinettiseurojen yhtenä laatukriteerinä on, että seuran jokaisessa lasten ryhmässä on laadittu ns. pelisäännöt yhdessä lasten ja lasten vanhempien

kanssa. Pelisääntöjä tullaan päivittämään tammikuun aikana. Pelisäännöt tulevat jokaisen ryhmän omille sivuille kaikkien nähtäväksi ja luettavaksi.

Seurassa on sinettiseuravastaava.

Vanhempainillat järjestetään 2 – 4 kertaa vuodessa Tixi-Cupien yhteydessä ja näistä luodaan muistiot seuran nettisivuille kaikkien luettavaksi.

Lasten ja nuorten toiminta 2,5-vuotiaista alkaen jatkuu normaaliin tapaan. Myös nuorten Sovelletun judon ryhmä jatkaa edelleen.

Valon tyytyväisyyskysely toteutetaan lasten peruskurssi-ryhmille 2 kertaa vuodessa (kevät ja syksy) sekä arvioidaan ja muokataan toimintaa palautteen perusteella paremmin ryhmille sopivaksi.

#### **Nuorisajaoksen kilpailuihin liittyvät vastuut 2017:**

- Toteuttaa kotisalikisajärjestelmää, Tixi-Cup, joka tukee ”Minun polkuani, nuori kamppailija”
- Kannustaa seuran junioreita liittymään E-, D- ja C-nuorten kilparyhmiin.
- Kartoittaa ja etsii potentiaaliset E-, D- ja C-nuorten kilparyhmän jäsenet sekä kehittää lasten ja nuorten kilparyhmien toimintaa
- E-, D- ja C-nuorten kilparyhmäehdokkaat viedään valmentajan johdolla kilpailuihin ja alueleireille
- Nimetään erillinen E-, D- ja C-nuorten kilparyhmä ja tehdä sen yksilöt huomioiva harjoitus- ja kilpailusuunnitelma kaudelle 2017–2018 ja tarjotaan säännöllisiä ”tehostamisharjoituksia” normaalin ryhmäharjoittelun lisäksi.
- Kilpailusuunnitelman puitteissa Tikkurilan Judokoista on kilpailupaikalla tälle ryhmälle myös oma valmentaja.
- Luodaan E- D- ja C-nuorten kilparyhmän tukiryhmä kyseisten nuorten vanhemmista ja saada mm. huolto-, kuljetus-, joukkueenjohto- ym. tehtävät toimimaan kilpailusuunnitelman puitteissa.
- Järjestää yksi koko seuran yhteinen kilpailumatka johonkin kotimaiseen kisaan keväällä ja/tai syksyllä 2017.
- Huolehtia siitä, että Junnu Cup osakilpailumarkkinointi toteutuu ja Tikkurilan Judokoista saadaan isot ryhmät kaikkiin vuoden 2017 Junnu - Cupeihin. Pyritään Junnu Cupin kokonaiskilpailun voittoon myös vuonna 2016. Junnu-cup kilpailuja ennen toteutetaan kilpailuperehdytys omissa ryhmissä sekä Tixi-Cupien yhteydessä.

#### **Seuran järjestämät kilpailut ja tapahtumat:**

Tixi-cupit järjestetään 4 kertaa vuodessa, esim.:

1. Tixi-cup I, tammikuu,
2. Tixi-cup II, maali-/huhtikuu
3. Tixi-cup III, syyskuu
4. Tixi-cup IV, marraskuu

Ajankohdat tarkentuvat vuoden 2017 kisakalenterin valmistuttua.

Tixi-cupit järjestetään aina ennen Junnu-Cup-kisaa niin, että lapset pääsevät harjoittelemaan kilpailemista.

Tehostamisleirit järjestetään sovittaen nuorten tapahtumien (kisat, leirit) kanssa (katsotaan nuorten kisakalenterin kanssa sopiva ajankohta).

Hallituksessa on nuorisotoiminnasta vastaavat jäsenet sekä seurassa on sinettiseuravastaava.

#### 4. AIKUISTOIMINTA

Seura tukee aikuisten judoa järjestämällä useita erilaisia ohjattuja harjoituksia aikuisille. Aikuisille suunnataan ryhmät kuntojudoon, kilpajudoon, kataharjoituksiin sekä sovellettuun judoon. Lisäksi judon akatemiaharjoitukset jatkuvat Tikkurilassa. Muita ryhmiä ja erityiskursseja / liikuntapalveluja järjestetään tarpeen mukaan.

Judon peruskurssit alkavat tammikuussa ja syyskuussa, jonne otetaan aloittajia mukaan non-stop myös kesken harjoittelukauden. Aikuisten, nuorten ja lasten peruskursseille houkutellessa uusia aloittavia harrastajia. Lisäksi jatkamme kampanjaa jo lopettaneiden aikuisjudokoiden saamiseksi takaisin jäseniksi.

Perhejudo ja tenavajudo jatkuvat myös suosittuina. Ryhmien erityispiirteisiin kuuluu lasten ja vanhempien yhdessä liikkuminen ohjatuissa harjoituksissa.

Perhejudo on yksi tärkeimmistä hankkeeseen liittyvistä painopistealueista. Perhejudon kehittäminen jatkuu sen monipuolistamisen osalta.

Seura jatkaa KKI – hanketuen innoittamana yhteisöille ja yrityksille suunnattujen judomaisten liikuntapalvelujen tarjoamista. Tämä tukee aiempaa toimintamallia, jossa judon avulla voidaan ylläpitää kuntoa ja harjoitella mm. kaatumista.

Dojon (judosalin) ulkopuolella tapahtuva toiminta ja erilaiset tapahtumat ovat tärkeitä ja vahvistavat yhteisöllisyyttä. Siksi tulemme jatkamaan näitä toimintoja, sekä kehittämään niitä edelleen. Näihin lasketaan kaupungin opetustoimelle mahdollisesti järjestettävä koulujen kerhotoiminta.

Toukokuussa järjestetään kevätrieha. Tammikuussa, ennen kevätkauden alkua, sekä elokuussa, ennen syyskauden alkua, järjestetään ohjaajien tapahtuma, missä yritetään saada aikuisia ohjaamaan harjoitteluryhmiä sekä innostaa jo lopettaneita palaamaan judoharjoittelun pariin. Joulukuussa järjestetään sekä lapsille että aikuisille pikkujoulut. Yhtenä tavoitteena on saada mukaan judoa harrastavien lasten ja nuorten vanhempia vapaaehtoistyöhön.

Vanhempainiltoja järjestetään kahdesti. Näiden tarkoituksena on lisätä yhteyttä judoa harrastavien lasten ja nuorten vanhempiin.

Seuran aikuisia kehoitetaan myös osallistumaan talkootoimintaan. Aikuiset jäsenet, jotka ovat suorittaneet järjestyksenalvojatutkinnon, voivat osallistua tilaisuuksiin, joissa tarvitaan järjestyksenalvoja.

Hallituksessa on aikuistoiminnasta vastaava jäsen.

## 5. KILPAILUTOIMINTA

### Valmennusjaos vastaa ja koordinoi seuran kilpailutoiminnasta

Seuran kilpa- ja valmennusryhmien organisointia jatketaan vuonna 2017.

Kilpaileminen on hyvä keino testata judotaitoja käytännössä. Tästä syystä jokaisella seuran judokalla on oikeus kokeilla kilpailemista, ja siihen tarjotaan helppoja mahdollisuuksia kotisalilla mm. Tixi – Cupin merkeissä.

Teemavuosi 2017: Valmentajan / ohjaajan kasvun mahdollistaminen auttaa työssä kehittämään edelleen seurassa toimivaa valmennusjaostoa, jonka toimintaa koordinoi hallituksen valmennuspäällikkö.

Valmennusjaoston pääasiallisena tehtävänä on koordinoida aikuisten ja A- sekä B-nuorten valmennusta.

Valmennuspäällikön muina tehtävinä on:

- kerätä ympärilleen valmennusjaoston muut toimijat
- kannustaa valmentajia koulutuksiin ja mukaan kilpailutapahtumiin
- tehdä yhteistyötä eri junioriryhmien ja heidän vetäjiensä kanssa

Tavoitteena on, että alkuvuoden 2017 aikana seura palkkaa päätoimisen valmennuspäällikön.

Tavoitteena on myös eri keinoin nostaa lasten ja nuorten judokan urapolun näkyvyyttä ja luoda sen toiminnalla jatkuvuus. Seura jatkaa mm. vahvasti yhteistoimintaa Etelä – Suomen Judo ry:n kanssa.

### Harjoittelu kilpatasolla (aikuiset, A-, B- ja C-juniorit)

Urheilijoiden harjoitusmahdollisuudet omalla salilla

- Sunnuntain ja maanantain treenien käyttöönotto
- Sunnuntaina klo 18.30 – 20.00, B-nuorten ryhmä, jossa viimeisen vuoden C-junnut sekä aikuiset
- Maanantain ryhmä Tikkurilan urheilutalolla klo 20.00 – 21.30, tekniikka-klinikaksi samalle ryhmälle
- Aluetreenien hyödyntäminen
  - tehotiimi C-junnuille tiistaisin klo 18.15 -19.30,

- B-, A-, aikuiset -> tiistaina klo 16.45–18.15
- Nuorten harjoittelu (D- ja C-juniorit)
  - Kehitetään lasten ja nuorten harjoituksia kohti kovempaa portaittain
- Rakennetaan selkeät tavoiteportaavat, esitettäväksi salien seinillä

Valitaan nuorten (viim. vuoden D- sekä C- juniorit) valmentaja, jonka tehtävänä on ottaa päävastuu nuorten harjoittelusta. Osallistuu kilpailuihin, luoden nuorille oman ryhmän hengen.

Valmentaja koordinoi ja tukee nuoria, vie eteenpäin sekä kannustaa kilpailuissa että harjoituksissa.

B-junioreiden valmennusryhmään kutsutaan 2002 ja aiemmin syntyneet kilpailevat nuoret. Ryhmän ensisijainen tavoite on nuorten, alle 18 vuotisten kadettien EM-kilpailut 2018. Harjoitukset ovat viikoittain ma, ti, ke, to ja su.

Lasten kilpajudon kehitys (F-, E- ja D- juniorit)

- Kilpatoiminta otetaan harjoitteluun mukaan aikaisemmin, Tixi- ja Junnu-Cup

Uusiin ryhmiin siirrytään aina pienryhminä, ettei tarvitse siirtyä yksin, toteutus myös vaihteittain, esim. 1 krt / vko.

Sovelletun judon aikuiset kilpailusta kiinnostuneet osallistuvat Pajulahti Gamesiin tammikuussa 2016 sekä osallistuvat / järjestävät 2 – 3 SM-kisa tehostamisleiriä.

### **Seuran kilpailijoiden tavoitteet iän ja tason mukaan:**

- E- ja D-nuorilla tavoite on oppia harjoittelemaan.
- C- ja B-nuorilla tavoitteena on oppia harjoittelemaan ja kilpailemaan sekä kilpailurutiinin hankkiminen, kansallisissa arvokisoissa menestyminen ja kansainvälisen kilpailukokemuksen hankkiminen sekä pääsy B-nuorten maajoukkue-edustajaksi. Tavoitteena on 3-4 SM-mitalia.
- A-nuorilla tavoite on kansainvälisen kilpailukokemuksen hankkiminen ja menestyminen sekä kansallisissa, että kansainvälisissä arvokilpailuissa ja turnauksissa tavoitteena mitali- ja pistesijoja EJU:n nuorten turnauksissa ja EM-kilpailussa. Tavoitteena on yksi SM-mitali.

Seura tukee lapsia ja nuoria tavoitteidensa ja kokemustensa saavuttamisessa.

- Kansallisen tason kilpailijoilla tavoite on menestyä kansallisissa kilpailuissa ja hakea kansainvälistä kilpailukokemusta naapurimaista. Tavoitteena on yksi SM-mitali.
- Aikuisten SM-joukkuekilpailuista tavoitteena on saada joukkue kilpailuun mukaan sekä miehet että naiset.



- Maajoukkueetason kilpailijoita tuetaan heidän haasteellisella matkallaan kohti maailman huippua. Tavoitteena on saavuttaa paikka Tokion 2020 olympiajoukkueessa sekä yksi EM-kisamitali.
- Katan SM- ja kansainvälisissä kilpailuissa pyritään jatkamaan edellisvuoden hyvää menestystä. Tavoitteena on kuusi SM-mitalia, yksi EM-mitali sekä yksi MM-finaalipaikka.
- Kannustetaan uusia sovelletun judon harrastajia osallistumaan SM-kisoihin sekä Pajulahti Gamesiin. Tavoitteena on kuusi SM-mitalia.
  
- Hallituksessa on kilpailutoiminnasta vastaava jäsen.

## 6. KOULUTUSTOIMINTA

Koulutustoiminnan tavoitteena on tukea ja kannustaa seuran valmentajia, eri ryhmien ohjaajia, kilpailijoita, tuomareita ja toimihenkilöitä kouluttautumaan ja ylläpitämään omaa osaamistaan ja itsensä kehittämistä. Koulutuksen avulla pyritään laadukkaaseen ohjaustoimintaan seuran eri ikäryhmien harrastajille, valmennustyöhön sekä omalla judopolulla etenemiseen. Ohjaajana toimiminen on tärkeä vaihtoehto nuoren judokan urapolulle. Seuratoiminnan tärkeänä osa-alueena on riittävä osaaminen tuomari- ja toimihenkilötyössä, jossa tarvitaan riittävää ja jatkuvaa kouluttautumista.

Koulutustoiminta kattaa seuran ohjaajille omaan ohjaustyöhön tarvittavan koulutuksen ja seuran harrastajille tarkoitetut maksulliset koulutukset. Ohjaustyöhön tarvittavan koulutuksen tavoitteena on kouluttaa lisää

- lasten ja nuorten ohjaajia
- erityistä tukea tarvitsevien lasten, nuorten ja aikuisten ryhmien ohjaajia

Ohjaajakoulutusta ja kouluttautumista voidaan toteuttaa osallistumalla:

- Judoliiton, ESLUn, VALOn ja VAU:n järjestämille kursseille
- ohjausosaamisen hankkiminen olemalla apuohjaajana lasten ja nuorten ryhmissä
- Judon perusteet sekä oppiminen ja opettaminen – koulutuksiin
- Etelä – Suomen Judon ry:n järjestämiin ohjaajien, valmentajien ja harrastajien perustekniikkakoulutuksiin
- tuomari- ja graduointsijakoulutuksiin
- Dan-Kollegion kata- ja perustekniikan koulutuksiin
- seuratoimitsijan koulutukseen tarpeen mukaan

Lisäksi:

- Seuran katan maajoukkue-edustajat järjestävät kata koulutukset oman toimintabudjettinsa vahvistamiseksi. Koulutuksiin voivat osallistua myös seuran ulkopuoliset harrastajat
- Osallistumme ESLUn seuratoiminnan koulutuksiin
- Apuohjaajille ja uusille ohjaajille tarjotaan ohjauksen tueksi kokeneempaa ohjaajaa mentoriksi, jonka kanssa ohjaaja voi ideoida harjoituksia tai kysyä vinkkejä harjoitusten vetämiseen

Koulutustoimintaan kuuluvat lisäksi seuran järjestämä sisäinen koulutus, jota ovat:

- Viikoittaiset kata- ja tekniikkaharjoitukset
- Ohjaajille järjestetään tema-aiheisia harjoituksia aina ohjaajapalaverien yhteydessä 2

kertaa vuodessa

- Ohjaajille ja seuran harrastajille pyritään järjestämään seuran sisäisenä koulutuksena judon perusteet ja tervetuloa ohjaajaksi koulutusta. Näiden lisäksi järjestetään tarvittaessa koulutusta, joka tukee ohjaajien taitoja ohjata eri-ikäisiä harrastajia
- Ohjaajien oma akatemiaharjoitus 3-4 kertaa kaudessa
- Kilpailutoimitsijakoulutusta ennen seuran järjestämiä kilpailuja
- Järjestetään valmentajakoulutusta nuorten valmentajille

Ryhmien ohjaajia tuetaan kouluttautumaan, jotta kaikkien ryhmien pääohjaajilla on vähintään EU 1 koulutustaso. Vuoden 2017 aikana pidetään yllä seuran ohjaajien tasokartoitusta.

Seuran koulutuspäällikkö esittää seuran hallitukselle hyväksyttäväksi koulutuksia ja kursseja ohjaajien esille tuoman koulutustarpeen mukaan.

Hallituksessa on koulutustoiminnasta vastaava jäsen.

## **7. TAPAHTUMIEN JÄRJESTÄMINEN**

Arvokilpailun järjestämisellä tavoitellaan erityisesti näkyvyyttä Judolle. Laajempi, myönteinen näkyvyys tuo lajille lisää harrastajia.

Kasvava harrastajamäärä mahdollistaa puolestaan laajemman ja laadukkaamman toiminnan ja takaa paremmat resurssit esimerkiksi valmentamiseen.

Suuri tapahtuma itsessään voi tuoda myös hyvän taloudellisen tuloksen. Tavoitteenamme on aloittaa uuden, kansainvälisen kilpailu- ja leiritapahtuman valmistelutyöt.

Järjestämme kevään 2017 aikana katan SM-kilpailut Tikkurilan urheilutalolla, Vantaalla. Kilpailun yhteydessä toteutetaan Katan Work Shop kotimaisten maajoukkuekilpailijoiden kanssa. Tavoitteena on saada mukaan uusia Katan harrastajia Tikkurilan Judokoista.

Järjestämme seuran aloitteleville kilpailijoille tarkoitetun Tixi – Cup -kisan 4 kertaa vuodessa. Tavoitteena on saada 50 osanottajaa jokaiseen kilpailuun.

Järjestämme:

- Alueleirin kahdesti keväällä ja kerran syyskaudella
- Sovelletun judon tehostamisleirit järjestetään kaksi – kolme kertaa ennen kevään SM-kisoja.
- Nuorten tehostamisviikonloput, 4 kertaa
- Katavaliokunnan kanssa yhteistyössä kataleirejä Hakunilassa.

Muita tapahtumia ovat mm. lasten ja nuorten leirit talvi- ja kesälomien aikaan sekä osallistuminen mm. Vantaan kaupungin järjestämään kaupunkijuhlaan sekä Vantaan liikuntayhdistyksen tempauksiin.

## 8. KEHITTÄMISHANKKEET

Vuonna 2016 saadulla Opetus- ja kulttuuriministeriön seuratuella jatkamme toimintamme kehittämistä. Toiminnan kohderyhmänä ovat lapset, 5-8 vuotiaat ja nuoret, 9-13 vuotiaat, sekä 7-13 vuotiaiden tyttöjen äidit; (projekti 2).

Tavoitteena on hankkeen lopussa, matalan kynnyksen kautta:

- seuran toiminnan monipuolistaminen
- jäsenmäärän kasvattaminen 375 -> + 25 % hankkeen aikana (2 vuotta)
- tavoitteena ryhmien määrän lisääntyminen 20 -> + 25 %
- tuntipalkkaisten ohjaajien lukumäärän kasvu kymmeneen ohjaajaan ja/tai valmentajaan
- tatamiajan lisääminen 25 %

Kaikissa projekteissa matala kynnyks toteutetaan siten, että

- Harjoitukset tuodaan lähelle harrastajaa
- Harjoitusaikavaihtoehtoja laajennetaan päiväaikoihin
- Tutustumisjakson aikana voi lainata judopuvun
- Tutustumisjakso on normaalia peruskurssia lyhempi ja edullisempi

### **PROJEKTI 1: Judoesittelytunnit koulujen liikuntatunneilla**

Projektin tavoitteena on saavuttaa uusia harrastajia, jotka voivat tutustua lajiin helpommin oman koulun liikuntatunnilla sekä aloittaa harrastus seuran ikäluokkansa mukaisissa vakioryhmissä.

Markkinointi kohdistetaan koulun oppilaisiin, jotka osallistuvat judollisille liikuntatunneille.

Ohjaajina toimivat seuran palkatut tuntiohjaajat.

Projektilla on vastuhenkilö hallituksessa.

## **PROJEKTI 2: Judoa lähiöihin**

Toiminnan ja ryhmien laajentaminen lähelle harrastajia, lähiöihin. Lähiöt, jotka eivät ole ihan Tikkurilan ja Hakunilan tuntumassa ja liikkuminen nykyisiin harjoittelupaikkoihin on hankalaa. Kartoitetaan mahdollisuus koulujen liikuntasalien käyttöön sekä voisiko koulun liikuntavarastossa säilyttää tatameja. Kartoitetaan lähiöt, joissa lapsiperheitä, mutta ei niinkään paljon harrastusmahdollisuuksia.

Tutustumisjakso kestää kokonaisuudessaan 2 kuukautta kunkin kauden alussa. Projektissa matala kynnyks toteutuu harrastuspaikan läheisyyden ja aikataulun helppouden kautta.

Toimintaa jatketaan harjoittelutamatien läheisissä lähiöissä, kuten Jokiniemi, Tikkurila, Kuusikko, Hakunila ja Viertola.

Syksyn 2016 aikana kartoitetut, sovittujen alueiden koulut, joissa toiminta voidaan toteuttaa

Projektin tavoitteena on saavuttaa uusia harrastajia, jotka voivat aloittaa uuden harrastuksen lähellä kotia sekä tutustua lajiin helpommin. Tutustumisjakso kestää 2 kuukautta.

Tutustumisjakson jälkeen 25 % harrastajista jatkaa lajin parista ja siirtyy harrastamaan judoa seuran ikäluokkansa mukaisissa vakioryhmissä.

Tutustumisjakson aikana seura lainaa judopuvun 20 € panttia vastaan. Jos harrastaja ei jatka judoa, hän palauttaa puvun ja saa pantin takaisin. Jos hän jatkaa judoa, hän ostaa käyttämänsä puvun itselleen. Hinnasta vähennetään pantin määrä.

Projektin matala kynnyks toteutuu, kun harrastuspaikan läheisyys, aikataulun helppous, hinnoittelu ja välineiden helppo saatavuus toteutuu.

Toiminta aloitetaan harjoittelutamatien läheisissä lähiöissä, kuten Jokiniemi, Tikkurila, Kuusikko, Hakunila ja Viertola.

Projektin pilottivaihe starttaa tammikuussa 2017, seuraava jakso huhtikuussa.

Markkinointi kohdistetaan koulun oppilaisiin, joiden koulussa toiminta toteutetaan, huomioidaan myös lähikoulut. Ohjaajina toimivat seuran palkatut tunti ohjaajat.

Projektilla on vastuhenkilö hallituksessa.

### **PROJEKTI 3: Judoa hauskesti tytöille ja äideille**

Tarjoamme uuden, monipuolisen ja hyödyllisen liikuntaharrastukseen tytöille ja äideille kohderyhmänä maahanmuuttajataustaiset tytöt ja äidit, 12–16 vuotiaat tytöt sekä 25 – 40 vuotiaat naiset.

Projektin tavoitteena on lisätä nuorten naisten ja tyttöjen säännöllistä, monipuolista liikuntaa sekä kasvattaa seuran jäsenmäärää. Tutustumisjakson ajan tyhmien ohjaajat ovat naisia.

Ohjelmaan sisältyy myös itsepuolustusta ja ohjausta lihaskuntoharjoitteluun. Tutustumisjakso kestää 2 kuukautta. Tutustumisjakson aikana seura lainaa judopuvun 20 € panttia vastaan. Jos harrastaja ei jatka judoa, hän palauttaa puvun ja saa pantin takaisin. Jos hän jatkaa judoa, hän ostaa käyttämänsä puvun itselleen. Hinnasta vähennetään pantin määrä.

Projektin matala kynnys toteutuu, kun harrastuspaikan läheisyys ja suljettavuus, aikataulun helppous, hinnoittelu sekä välineiden helppo saatavuus toteutuu. Toiminta aloitetaan Hakunilan väestönsuojassa.

Toiminnan suunnittelu aloitetaan kevään 2017 aikana ja toiminta aloitetaan syksyllä 2017. Markkinointi toteutetaan FB-kohdemainontana, kohdennettuna postituksena Hakunilan ja lähialueen talouksiin sekä Vantaan Sanomien urheilusivuilla. Toimintaa toteuttamaan etsitään seuran sisältä naisohjaajat (2).

Projektilla on vastuhenkilö hallituksessa.

### **PROJEKTI 4: Judoa näkövammaisille**

Projekti käynnistetään syksyn 2017 aikana.

Matala kynnys toteutuu, kun harrastuspaikan suljettavuus ja rauhallisuus, aikataulun helppous, hinnoittelu sekä välineiden helppo saatavuus toteutuvat. Toiminta aloitetaan Hakunilan väestönsuojassa.

Projektilla on vastuhenkilö hallituksessa.

### **PROJEKTI 5: Judoa työpaikoilla**

Projekti käynnistetään syksyn 2017 aikana.

Matala kynnyks toteutuu, kun harrastuspaikan suljettavuus ja rauhallisuus, aikataulun helppous, hinnoittelu sekä välineiden helppo saatavuus toteutuvat. Toiminta aloitetaan Hakunilan väestönsuojassa.

Projektilla on vastuhenkilö hallituksessa.

### **PROJEKTI 6: Perheleiri**

Projekti käynnistetään syksyn 2017 aikana.

Matala kynnyks toteutuu, kun harrastuspaikan suljettavuus ja rauhallisuus, aikataulun helppous, hinnoittelu sekä välineiden helppo saatavuus toteutuvat. Toiminta aloitetaan Hakunilan väestönsuojassa.

Projektilla on vastuhenkilö hallituksessa.

Haemme vuosille 2017 – 2018 OKM seuratukea.

Seuratoiminnan kehittämistukea (seuratuki) jaetaan seuran toiminnan kehittämiseen. Seuratuki on tarkoitettu valtionavustukseksi silloin, kun seura haluaa kehittää lasten ja nuorten matalan kynnyksen toimintaa, kokeilla innovatiivisia uusia juttuja, lisätä toimintaan monipuolisuutta uusien lajien kautta tai kehittää lajitoiminnan sisällä harrastustoimintaa. Seuratuen avulla voidaan myös vahvistaa toiminnan laatua ja yhteisöllisyyttä, sekä tukea vapaaehtoistyötä. Seuratuen avulla edistetään monimuotoisen liikunnan kansalaistoiminnan toteutumista.

Haemme myös KKI-tukea aikuisten monipuoliseen liikuttamiseen.



## 9. VIESTINTÄ

Viestinnän osa-alueiden tavoitteet ovat:

- Seuran sisäisen viestinnän tavoitteena on seuran jäsenten tyytyväisyys ja yhteenkuuluvuuden tunne.
- Seuran sisäisen viestinnän tavoitteet seuratoimijoille: vapaaehtoisten johtamisessa innostetaan ja sitoutetaan eri tehtäviin pystyviä toimijoita, jaetaan vastuuta ja ehkäistään tehtävien kasaantumista.
- Seuran ulkoisella viestinnällä tavoitellaan eri kanavissa riittävää näkyvyyttä, uskottavuutta, kiinnostavuutta, uusien jäsenten hankintaa ja yhteistyökumppanien näkyvyyttä.

Hallituksessa on kaksi viestinnästä vastaavaa jäsentä, joiden tehtävänä on seurata yhdessä muun viestintäjakson kanssa viestinnän toteutumista ja kehittää sitä. Viestintää toteutetaan viestintäkalenterin ja viestintäsuunnitelman mukaisesti ([www.tikkurilanjudokat.fi/seura/viestinta](http://www.tikkurilanjudokat.fi/seura/viestinta)).

Viestintäkalenteri perustuu tapahtumakalenteriin ([www.tikkurilanjudokat.fi/tapahtumat](http://www.tikkurilanjudokat.fi/tapahtumat)), johon toiminnanjohtaja kokoaa ja päivittää judoliiton, Etelä-Suomen alueen ja seuran kilpailu-, koulutus-, leiri- ja muut tapahtumat.

Hallituksen jäsenet vastaavat siitä, että heidän vastuualueensa tapahtumat päivitetään tapahtuma- ja viestintäkalenteriin ajantasaisesti. Hallituksen jäsenet osallistuvat oman vastuualueensa viestintään yhdessä toiminnanjohtajan kanssa. Hallituksen jäsenten ja jaostojen vastuualueet kuvataan seuran sivuilla helpottamaan yhteydenpitoa seuran jäsenten kanssa ([www.tikkurilanjudokat.fi/seura](http://www.tikkurilanjudokat.fi/seura)).

Kilpailu- ja muiden tapahtumien viestinnästä huolehditaan viestintäkalenterin mukaisesti ennakkotiedotuksella ja kutsuilla. Jokaisesta tapahtumasta pyritään viestimään ennakolta ainakin kahdesti: viimeistään kymmenen päivää ennen tapahtumaa ja kaksi päivää ennen ilmoittautumisen päättymistä.

Harjoitusryhmien tapahtumista tiedotetaan ryhmien jäsenille suoraan ja ohjaajien kautta. Ohjaajille tarjotaan kauden alussa tietoa ryhmän tapahtumista sekä ajantasaista tietoa kauden kuluessa. Jäsenille ja lasten ryhmien vanhemmille tarjotaan tietoa lajista, harjoitusryhmistä ja erilaisista poluista seuran toiminnassa.

Seuran etusivulle toimitetaan juttuja seuran toiminnan eri alueista. Seuran jäsenten osallistumisista tapahtumiin viestitään sisäisesti seuran kotisivujen uutisilla ja etusivun jutuilla sekä Vantaan Sanomien kumppanisivuilla, seuran Facebook-sivulla ja muissa viestintäkanavissa.

Tikkurilan Judokat ry:n hallitus