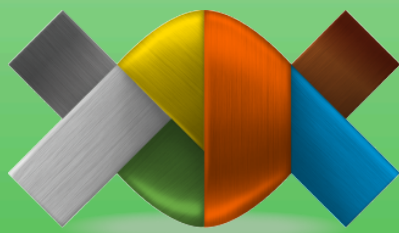


TIKKURILAN JUDOKAT R.Y.
Vantaa
Toimintasuunnitelma vuodelle 2023

TOIMINTASUUNNITEL MA VUODELLE 2023



**TIKKURILAN
JUDOKAT**

Hallituksen 18.11.2023 (kokous xx.2023) hyväksymä toimintakauden 1.1.2023 – 31.12.2023 toimintasuunnitelma. Esitetään seuran syyskokoukselle 2023.

SISÄLLYS

1. YLEISTÄ	1
2. HALLINTO	4
3. NUORISOTOIMINTA	5
4. AIKUISTOIMINTA	7
5. KILPAILUTOIMINTA	8
6. KOULUTUSTOIMINTA	9
7. GRADUOINNIT	10
8. VIESTINTÄ	11
9. KEHITTÄMISHANKKEET	13



TIKKURILAN JUDOKAT R.Y.

Vantaa

Toimintasuunnitelma vuodelle 2023

1

1. YLEISTÄ **ekku päivittänyt**

Vuosi 2023 on seuran 47. toimintavuosi. Suunnittelussa olemme vielä varovaisia, sillä toimintaa saattaa rajoittaa koronapandemiaan liittyvät rajoitukset.

Vuoden 2023 teemaksi muodostuu "Toiminnan vakiinnuttaminen". Harrastajamäärää, vapaaehtoistyön määrää sekä tapahtumien määrää pyritään kasvattamaan kohti seuran "normaalitasoa". Haluamme panostaa etenkin koronan takia seuran toiminnasta etääntyneisiin. Tauon jälkeen tatamille palaamista tuemme tietoisesti mm kannustamalla nykyisiä harrastajia toimimaan "äänitorvina".

Vuosi aloitetaan ilman toiminnanjohtajaa. Työntekijän palkkaamista arvioidaan kevään aikana, ja siihen keskeisesti vaikuttaa jäsenmäärän kasvu. Hallinnossa siirrymme jo tehtyjen sääntömuutosten myötä yhteen vuosikokoukseen.

2023 tavoitteet:

- ☐ Jäsenmäärä on syksyllä 2023 kasvanut edellisvuodesta 230 jäseneseen
- ☐ Kasvatamme säännöllisten ohjaajien määrää kasvatetaan syksyyn mennessä 30:een (+5)
- ☐ Pyrimme järjestämään "normaalivuoteen" kuuluvat tapahtumat
- ☐ Jäsenten suorittamien uusien vyöarvojen määrä on vuonna 2023 100 kpl
- ☐ Toteutamme palautekyselyn vapaaehtoisille, harrastajille, harrastajien vanhemmille. Tavoitteena on 1-5 -asteikolla keskimääräinen arvosana 4+.

Strategia 2023-2024: "Tikkurilan Judokat - monipuolinen menestyjä"

1) Visio / identiteetti:

Olemme Suomen monipuolisin judoseura
"Monipuolinen menestyjä"

2) Arvomme:

Vastuullinen

Laadukas

Edelläkävijä

3) Toimintamuodot:

Kurssit ja harjoitukset

Kilpailut

Leirit

Koulutus

"Palvelutoiminta" = matalan
kynnyksen toiminta ja
lajiyhteistyö markkinointi- ja
jäsenhankintamielessä

Tapahtumat

Yhteistyö yhteistyökumppanien verkostossa

4) Menestystekijät / "kulmakivet":

Kilpailamisen edistäminen

Viestinnän
kehittäminen

Ohjaajien ja valmentajien
rekrytointi ja tukeminen

Vanhemmat
voimavarana

TIKKURILAN JUDOKAT R.Y.

Vantaa

Toimintasuunnitelma vuodelle 2023

2

Toteutamme kattavasti seuran strategiaa. Painopisteessä on neljä menestystekijää: **kilpailemisen edistämistä, viestintää, ohjaajien rekrytointia ja tukemista sekä vanhempien hyödyntämistä voimavarana.**

Keskitymme toimintakaudella omien ja alueellisten tapahtumien järjestämiseen. Alueellisista tapahtumista lupaudumme järjestämään Startti Cupin ja Etelä-Suomen mestaruuskilpailut keväällä 2023. Mahdollisten kansainvälisten tapahtumien järjestämisoikeuden hakua Judoliiton kanssa arvioimme aina erikseen.

2023 kehityshanke on näkövammaisten judotoiminnan vakiinnuttaminen.

Toimintatapoja ja keskeisiä periaatteita Tikkurilan Judokoissa

Olemme kuvanneet seuran strategiassa vuosille 2023-2024 Tikkurilan Judokoiden keskeisiksi toimintaa ohjaavia arvoja sanoilla *Vastuullinen, Laadukas ja Edelläkävijä*.

Vastuullinen*Hyvä hallinto, yhdenvertaisuus***Laadukas***Ammattimaisuus, erinomaisuus***Edelläkävijä***Rohkeus*

2. HALLINTO

Seuran sääntöjen mukaan yhdistys pitää yhden varsinaisen kokouksen. Yhdistystä edustaa hallitus, johon kuuluu varsinaisessa kokouksessa kaksivuotiskausiksi valitut puheenjohtaja ja kuusi muuta jäsentä.

Hallitus kokoontuu fyysisesti, verkon välityksellä tai hybridimallilla aikana tarpeen mukaan. Hallitus nimeää varsinaisen kokouksen valtuuttamana tarpeelliset jaostot hoitamaan toiminnan keskeisiä tehtäviä. Perinteisesti hallituksessa on ollut valmennus-, nuoriso-, viestintä- ja koulutusjaostot.

Harjoittelu Tikkurilan Judokoiden harjoituksissa edellyttää pääsääntöisesti seuran jäsenyyttä ja kausimaksun maksamista. Muiden seurojen jäsenet, jotka harjoittelevat säännöllisesti seuran harjoituksissa, maksavat kausimaksun. Kausimaksun suuruuden päättää hallitus. Toiminnanjohtajalla on valtuus tehdä kausimaksuun liittyviä tarjouksia ja poikkeushintoja.

Seuran pääkirjanpito on ulkoistettu Countmaster oy:lle



TIKKURILAN JUDOKAT R.Y.

Vantaa

Toimintasuunnitelma vuodelle 2023

4

3. NUORISOTOIMINTA

Hallituksessa lasten ja nuorten toiminnasta vastaavat nuorisosaaston vastaavat valvovat nuorisotoiminnan toteuttamista sekä vastaavat etenkin tapahtumien suunnittelusta ja järjestämisestä. Lasten ja nuorten harjoitusryhmät jakautuvat peruskurssi- / alkeisryhmiin ja "värivöisten ryhmiin" / jatkoryhmiin. Yli 12-vuotiaat nuoret harjoittelevat peruskurssilla aikuisten kanssa, mutta pyrimme tulevalla toimintakaudella kasvattamaan harrastajamäärää ja muodostamaan tarkoituksenmukaisemmat ryhmät myös peruskurssitasolla. Sovelletun judon kaksi ryhmäämme ovat lasten sovellettu judo sekä aikuisten ja nuorten sovellettu judo. Pyrimme jatkamaan kerran viikossa harjoittelevaa kilpahenkistä treeniä ja saamaan siihen lisää tavoitteellisesta harjoittelusta kiinnostuneita jäseniä. Pitkän aikavälin tavoitteena on muodostaa Tikkurilan Judokoiden nuorista koostuva, yhdessä harjoitteleva kilparyhmä, joka kiertää yhdessä myös kilpailuissa.

Matalan kynnyksen kilpailutoiminta ja sen laadukas järjestäminen liittyy olennaisesti laadukkaaseen nuorisotoimintaan. Tarkoituksena ei ole pakottaa nuoria judokoita kilpauralle, vaan mahdollistaa kilpailemisen liittämisen rikastavaksi osaksi judon harrastusta riittävän matalalla kynnyksellä. Motivaatio tavoitteliselle kilpauralle lähtemiseen syntyy aina omaehtoisesti. Jatkamme Tiksi Cup -salikilpailujen järjestämistä ja tavoitteena on neljä matalan kynnyksen kilpailumahdollisuutta nuorille jäsenillemme. Marraskuussa järjestämme salikisan sijaan Etelä-Suomen alueen Startti Cup -osakilpailun ja voimme järjestää salikisat mahdollisesti lähialueen seurojen kanssa yhteistyössä. Pyrimme siihen, että sekä matalan kynnyksen kilpailuista että alueen shiai -kilpailuista tiedotettaisiin riittävällä tavalla ja että kilpailuissa olisi aina seuravalmentaja tukemassa kilpailijoita.

Keväällä 2021 aloitettu valtioavusteinen kehittämishanke "Lasten ja nuorten judotoiminnan monipuolinen kehittäminen" jatkuu vuodelle 2023 ja haemme myös toisen avustuskauden tukea. Hankkeesta enemmän kohdassa [9. Kehittämishankkeet](#)

Nuorisotoiminnan tavoitteet vuodelle 2023:

- ☐ Seuran omat nuorten kilpaharjoitukset jatkuvat vuodelle 2023 ja kasvattavat merkitystään. Osanottajataavoite n. 10.



- ☐ Seuran juniorit osallistuvat alueharjoituksiin (U15 - U21) ja Etelä-Suomen tehotiimiin (U11-U13)
- ☐ Järjestämme Startti Cupin syksyllä 2023
- ☐ Järjestämme Tiksi Cup -kotisalikilpailut x3. Voidaan korvata myös alueen yhteissalikisoilla
- ☐ Järjestämme kevään päätöstapahtuman sekä syksyn aloituksen ja päätöksen
- ☐ Vanhempainvartit x2, syys- ja kevätkauden alussa

- ☐ Toteutamme palautekyselyn lasten ja nuorten ryhmille, kevät- ja syyskauden lopussa. Tavoitteena keskimääräinen arvosana 4.



4. AIKUISTOIMINTA ekku päivittänyt

Aikuisliikunnan Tähtiseurastatus velvoittaa laadukkaaseen ja monipuoliseen liikuntatarjontaan. Aikuisjäsenistöömme kuuluu pitkään mukana olleita mustavöisiä judokaita sekä lajissa etenemisen eri vaiheissa olevia aikuisharrastajia vasta-alkajista värvöisiin. Toteutamme aikuisille useita viikkoharjoituksia: perinteisen kuntojudoharjoituksen, tekniikkapainotteisen ”vyökoekoulu” -harjoituksen, pidemmälle judourallaan edenneiden judoakatemiaharjoituksen, kata-harjoituksen, erityistä tukea vaativien aikuisten harjoituksen sekä ”Fitjudo”-harjoituksen peruskurssin lisäksi.

Aikuisliikunnan tavoitteita 2023:

- Aikuisharrastajiamme osallistuu salikisoihin ja alueen matalan kynnyksen kisoihin
- Toteutamme aikuisharrastajille suunnatun palautekyselyn kevät- ja syyskauden lopussa. Keskimääräinen arvosanatavoite on 4+
- Panostamme aikuistoiminnan näkyvyyteen viestinnässämme
- Järjestämme kaikille jäsenille avoimen syksyn avaustapahtuman ja aikuisille suunnatun pikkujoulutapahtuman
- Kannustamme aikuisharrastajia osallistumaan leireille, kisoihin, koulutuksiin ja vyökokeisiin



TIKKURILAN JUDOKAT R.Y.

Vantaa

Toimintasuunnitelma vuodelle 2023

7

5. KILPAILUTOIMINTA **Jaakko**

Kilpailutoiminta nivoutuu osaksi seuran harjoitusryhmien toimintaa ja strategisena tavoitteenamme (Strategia 2023-24) on muun muassa lisätä kilpailemisen ja kilpailijoiden määrää. Kilpailutoiminta koostuu sekä shiaista että aikuisten puolella myös katasta. Valmennusta valvoo ja suunnittelee hallituksen valmennusjaosto, jossa on hallitusvastaava ja puheenjohtaja. Valmennusjaosto määrittelee muun muassa rahallisen kilpailutuen määräytymisperusteet ja enimmäismäärät kullekin vuodelle.

Kilpailuikäluokat shiaissa ovat U9, U11, U13, U15, U18, U21 ja avoin/aikuiset ja seurassamme on osallistuttu kilpailuihin kaikilla tasoilla. Varsinainen valmennustoiminta alkaa U15 -ikäluokasta ylöspäin. Jatkamme tulevilla toimintakaudella alle 15-vuotiaille suunnattua nuorten kilpaharjoitusta ja pyrimme kasvattamaan ryhmän kokoa ja yhtenäisyyttä. Tavoitteellisesti asennoituneilla nuorilla viikkoharjoitteluun kuuluu myös joko URHEA-hallin Etelä-Suomen yhteisharjoitukset (U15-U21) tai Etelä-Suomen tehotiimi (U11-U13). Järjestämme keväällä 2023 myös seuran junioreille suunnatun tehostamisleirin kotisalilla.

Sovelletussa judossa kilpailuorientoituneet judokat harjoittelevat sovelletun judon ryhmässä ja omatoimisesti. Sovelletun judon kilpailukalenteriin kuuluu SM-kisojen lisäksi isompana kilpailuna Pajulahti Games.

Ikäluokissa U11-U15 pääasiallisena tavoitteena on harjoittelemaan oppiminen ja kilpailukokemuksen kerryttäminen. Kilpailuina toimivat näille ikäluokille pääasiassa Tiksi Cup, Etelä-Suomen alueen Startti Cupit, Samurai Cup sekä alueen Shiai-kilpailut.

Mitali- ja menestystavoitteet (aikuiset, U21, U18)

U21 -ikäluokassa tavoitteena on maajoukkueurheilijoidemme tukeminen matkalla kohti maailman huippua. Tavoitteena on **3-4 SM-mitalia, 2 PM-mitalia** sekä **EM-kisaedustus**.

Aikuisissa kansallisen tason kilpailijoilla tavoitteena on menestyä SM-kisoissa ja muissa kansallisissa kilpailuissa. Tavoitteena **3 SM-mitalia**.

Katan SM- ja kansainvälisissä kilpailuissa pyritään jatkamaan edellisvuosien hyvää menestystä. Tavoitteena on **6-8 SM-mitalia, EM-mitali** sekä



TIKKURILAN JUDOKAT R.Y.
Vantaa
Toimintasuunnitelma vuodelle 2023

8

MM-finaalipaikka.

Sovelletussa judossa tavoitteena on lisätä kilpailijoiden ja leireilijöiden määrää ja menestystä sekä kotimaisissa että kansainvälisissä kilpailuissa. Tavoitteena on **6-8 SM-mitalia**.



6. KOULUTUSTOIMINTA **Pia**

Hallituksen koulutusjaosto koordinoi jäsenistön kouluttautumista. Tavoitteena on tukea ja kannustaa seuran ohjaajia, harrastajia, valmentajia, tuomareita, toimihenkilöitä ja kilpailijoita kouluttautumaan, kehittämään ja ylläpitämään osaamistaan. Seuran toimijoiden kouluttautuminen on avainasemassa laadukkaan toiminnan takaamisessa, ja tavoitteena on, että mm. ohjaajat saavat uusien ideoiden ja kokemusten kautta mielekkyyttä ohjaustyöhön. Seuran tavoitteena on, että ohjaajat rakentavat itselleen koulutuspolun, johon voivat saada taloudellista tukea.

Judon vyöarvojärjestelmään liittyy useita suoritettavia koulutuksia kuten judon perusteet, jonka järjestäminen on koulutusjaoston tavoitteena. Lisäksi kannustamme jäsenistöä osallistumaan Judoliiton, Etelä-Suomen liikunnan ja urheilun, Olympiakomitean sekä Paralympiakomitean koulutuksiin, joista viestimme kotisivuillamme ja sosiaalisen median kanavilla.

Vuonna 2023 tavoitteenamme on:

- ☐ Kannustaa jäseniä kouluttautumaan järjestämällä ryhmien välisen “koulutuskisan”.
- ☐ Järjestää Judon perusteet -koulutus
- ☐ Järjestää jäsenistölle oman seuran koulutuksia esimerkiksi voimaharjoitteluun liittyen.
- ☐ Järjestää Judokan urapolku -koulutus.
- ☐ Kartoittaa yhä ohjaajien kouluttautumista sekä jäsenistön tarvetta kouluttautumiseen.



7. GRADUOINNIT **ekku päivittänyt**

Judon vyöarvojärjestelmässä seuran vastuulla on vyökokeista, eli graduoinneista 5. Kyu (keltainen) - 1. Kyu (ruskea) vyöarvot. Vyökokeita voivat järjestää pätevyyden vyökoesuoritusten vastaanottoon hankkineet seuragraduoijat. [Seuran graduoiijat](#).

Vyökokeista ja niihin ilmoittautumisesta viestitään jäsenille silloin kun niitä järjestetään. Vyökokeita järjestetään riittävän usein. Vyon Järjestämme kaksi vyökoetta sekä keväällä että syksyllä. Vyökokeeseen ilmoittaudutaan ja graduointimaksu suoritetaan toimintakaudella 2023 aina SuomiSportiin luodun tapahtuman kautta.

Toimintakaudella 2023 pyrimme lisääntyneen jäsenmäärän myötä jäsentemme **100 uuteen vyöarvoon**, joka on ollut seuran “normaalivuoden” uusien vyöarvojen tavoite. Säilytämme seuramme korkean graduoiijien määrän (9) tukemalla halukkaita vanhoja graduoijia oikeuksiensa uusimiseen tai uusia graduoijia graduointikouluttautumisessa.



8. VIESTINTÄ **Salla-Serena ja Juho**

Toimiva viestintä kuuluu urheiluseuran ydintoiminnan ympärillä tärkeimpiin tukitoimintoihin. Riittävä ja selkeä tiedonkulku sisäisesti ja toisaalta riittävä panostus seuran toiminnasta kertomiseen seurasta ulospäin ovat meille elintärkeitä asioita, jotta voimme palvella jäseniämme riittävästi ja kasvattaa jäsenmäärää vuodesta toiseen. Viestinnän osa-alueesta vastaa seurassa hallituksen viestintäjaosto. Viestinnän toteuttamiseen osallistuvat myös toiminnanjohtaja sekä halukkaat ohjaajat ja seura-aktiivit.

Viestinnässä hyödynnämme seuraavia kanavia: nettisivut, sosiaalisen median profiilit sekä sivut, jäsenrekisterin sähköpostiosoitteet, paikallismedia, omat ilmoitustaulut saleilla ja ilmoittelutila vaikutusalueellamme.

Sisäisen viestinnän tavoitteita vuodelle 2023

Sisäisen viestinnän osa-alueelle kuuluu muun muassa jäsenten ajan tasalla pitäminen harjoitusaikatauluista, vyökokeista, kilpailuista ja jäsentapahtumista. Seura tiedottaa myös muista toiminta-alueella järjestettävistä jäseniä koskevista tapahtumista. Hallituksen jaostot tekevät yhteistyötä viestinnän kanssa, jotta kaikista olennaisista tapahtumista ja toiminnasta viestitään jäsenille. Hallituksen jaostot osallistuvat siis viestintään omalla toiminnan osa-alueellaan.

Harjoitusryhmiä koskevista asioista ja tapahtumista viestimisessä avainasemassa ovat ryhmän ohjaajat. Ohjaajille pyritään antamaan tiedottamisen tueksi esimerkiksi paperisia tiedotteita. Ryhmäkohtaisessa viestinnässä olemme ottaneet käyttöön myös sähköisiä työkaluja (nyk. SuomiSport).

Vuonna 2023 pyrimme:

- tehostamaan viestintää ryhmätasolla ja lisäämme muun muassa SuomiSportin käyttöä tässä. Riittävä ja luotettava sisäinen viestintä lisää jäsenistön tyytyväisyyttä.
- seuraamaan verkkosivujen lukemisaktiivisuutta (Google Analytics).
- panostamaan nettisivujen informaation ajantasaisuuteen
- luomaan seuran nettisivuille paremman toiminnan vuosikellon



- jatkamaan vuonna 2023 aloitettua kuukausikirjettä, kehittämään sisältöjä ja kasvattamaan lukijoiden osuutta
- parantamaan hallituksen sisäistä viestintää

Ulkoinen viestinnäksi tavoitetta vuodelle 2023

Ulkoisessa viestinnässä keskiössä on positiivisen, inklusiivisen, uskottavan ja kiinnostavan mielikuvan luominen toiminnasta. Nettisivut ovat viestintämme “kasvot”, mutta pyrimme näkyvyyteen verkossa myös googlessa ja sosiaalisessa mediassa.

Käytössä on tällä hetkellä somepalveluista Facebook ja Instagram. Ulkoisen viestinnän funktiota toteuttavat myös mahdolliset jutut ja mainokset paikallislehdissä sekä fyysinen ilmoitustila saleillamme, Vantaan muissa liikuntatiloissa ja muualla vaikutusalueellamme.

Vuonna 2023 pyrimme:

- parantamaan viestinnän suunnitelmallisuutta ja hyödyntämään paremmin hallituksen viestintäkalenteria.
- parantamaan seuramme hakukoneoptimisaatiota ja “jalanjälkeämme” verkossa
- kasvattamaan sosiaalisen median seuraajamääriä 5 %
- tuomaan kohderyhmiä monipuolisemmin esille someviestinnässä ja uutisoinnissa
- luomaan yhteisen someviestintätavan seurassa (esimerkiksi seuran tilin tägääminen omiin postauksiin harjoituksista ja tapahtumista)
- luomaan seuran nettisivuille kunniajäsenten gallerian, ohjaajaesittelyt ja urheilijaesittelyt



9. KEHITTÄMISHANKKEET Pia&Eku > lähinnä näkövammaisten judosta ja mielestäni tuota nyrkkeilyä kannattaa jatkaa

OKM:n seuratoiminnan kehittämistukea (15 000 €) vuoden 2020 määrärahoista saanut hanke "Lasten ja nuorten judotoiminnan monipuolinen kehittäminen" oli määrä aloittaa syksyllä 2020. Hankkeen päätavoitteisiin kuului kouluissa järjestettävän judon lisääminen, uusien erityisryhmille suunnattujen toimintaryhmien perustaminen sekä olemassa olevien harjoitusryhmien toiminnan parantaminen palkatun nuorisopäällikön avulla. Hanke päästiin aloittamaan ja nuorisopäällikkö palkkaamaan alkuvuodesta 2023. Jatkamme nuorisopäällikön palkkausta ja haemme hankkeelle jatkorahoitusta vuoden 2023 määrärahoista syksyllä 2023.

Hankkeen viivästymisen johdosta toteutamme useita ensimmäisen hankekauden tavoitteita vasta keväällä 2023. Kokeilemme keväällä esimerkiksi suunniteltua, pelkästään tytöille suunnattua judoryhmää sekä pyrimme toteuttamaan näkövammaisille suunnattua toimintaa. Jatkamme syksyllä Vantaan kouluissa aloitettuja judoviikkoja keväällä 2023 ja otamme kohteeksi eri luokka-asteita kuin syksyllä. Targetoimme myös päiväkoteja.

Aloitamme keväällä myös Ylä-Tikkurilan Kipinän kanssa yhteistyössä judon ja nyrkkeilyn yhteisen lyhytperuskurssin, jossa kokeilijat pääsevät kokeilemaan yhdellä maksulla molempia lajeja urheilutalolla lyhyen jakson ajan. Lisäksi toteutamme judopukujen lainausjärjestelmän uusille judon aloittajille. Puvun saa seurasta lainaan panttia vastaan aluksi ja myöhemmin puvun voi lunastaa itselleen tietyn ajan jälkeen puvun hinnan ja pantin erotusta vastaan. Tuemme tällä vähävaraisten perheiden lasten harrastamista ja madallamme kynnystä judon aloittamiseen.

