

# Toimintatavat osana seurakulttuuria

- Toimintatavat ovat kaikille yhteisiä
- Seurakulttuuri ilmenee tapana ajatella ja toimia.
- Seurojen, joukkueiden ja jalkapallotoimijoiden arjessa toistuvat pienet arjen asiat.
- Seuran toiminnan perusta.
- Linjaukset ja dokumentit palvelevat jatkuvuutta seurassa ihmisten vaihtuessa.
- Toimintatavat ja seurakulttuuri ovat meidän kaikkien yhteinen asia.
- Joukkueiden toimihenkilöt huolehtivat toimintatapojen toteutumisesta omissa joukkueissaan ikäluokasta riippumatta

# 1. Arvot

- Avoimuus, laadukkuus, oikeudenmukaisuus ja yhteisöllisyys
- Arvot kulkevat mukana seuran toiminnassa kautta linjan

## 1.2. Antidoping

- Dopingaineiden käyttö on ehdottomasti kaikin tavoin kielletty.
- Joukkueen taustaryhmän tulee tutustua aiheeseen ja Suekin sivuilta löytyvään Puhtaasti paras verkkokoulutukseen. Suositus on suorittaa kyseinen koulutus.
- Joukkueen toimihenkilöt huolehtivat, että asiasta keskustellaan myös pelaajien kanssa ikä huomioiden.
- Myös pelaajat voivat tehdä Suekin Puhtaasti paras verkkokoulutuksen (yläkouluikä).
- Pelaajilla tulee olla ymmärrys dopingvalvonnan merkityksestä, kiellettyjen aineiden käytöstä, ja mitä on erivapauskäytäntö. Sekä mistä tarvittaessa voi selvittää lääkkeen sopivuuden, ja sen onko se kiellettyjen aineiden listalla.

## 2. Yhteisöllisyys – Näkyvyys

### 2.1. Seura-asut

- FC Nokian asusteet ovat Adidas-merkkisiä ja seuravärit ovat sininen, musta ja valkoinen.
- Eri tarkoitukseen erilaisia asukokonaisuuksia – pelaajille sekä muulle seuraväelle.
- Yhtenevät seura-asut lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sitovat seuraväkeä toisiinsa.
- Peliasun lisäksi tarjolla kattava paketti vaatteita, joilla joukkueesta kootaan ulkonäöllisestikin joukkue – harjoitukseen, peleihin, pelimatkoille ja vapaa-aikaan.
- Yhtenäiset vaatteet ovat osa seuran toimintakulttuuria.
- Pelaajille suositellaan seuravaatetusta myös harjoitteluun - ainakin vaatetuksen tulisi olisi asiaan kuuluvaa. Ei balettitunnillakaan hypitä pelishortseissa.
- Valmentaja toimii omalla pukeutumisellaan esimerkkinä ja viestii arvostusta joukkuetta, seuraa ja itse peliä kohtaan.
- Joukkueiden tehtävä on huolehtia, että harjoittelussa käytetään niihin tarkoitettuja vaatteita ja varusteita.

- ❑ Harjoitteluun ja alkulämmittelyyn sopii hyvin musta pitkähihainen lämmittelypaita, kun taas seuran huppari on tarkoitettu vapaa-ajan asuksi esim. treeni – ja pelimatkoille tai muuten pidettäväksi (edustusasu).
- ❑ Huppari ei ole harjoitusvaate myöskään turvallisuussyistä – hupun takia.
- ❑ Pelipaidat eivät ole harjoitusasuja, vaan tarkoitettu peleihin. Pelipäivä on aina juhlapäivä – ei arkenakaan pidetä juhlavaatteita.
- ❑ Seuralla on tarjolla vaaleansininen treeni t-paita harjoittelua varten.
- ❑ Joukkueet (joukk.johtaja) tilaavat asunsa joukkueena seuran varustevastaavalta tai yksittäisinä kappaleina ellei tarve ole koko joukkueelle ( esim. uudet pelaajat, hukuneet varusteet, pieneksi tulleet)
- ❑ Jos joukkue ei joukkueena tilaa jotakin asustetta, niin yksittäisillä pelaajilla on kuitenkin halutessaan mahdollisuus asusteen hankkimiseen ja tilaamiseen. Tällöinkin tilaus hoidetaan oman joukkueen kautta – ei sisaruksen joukkueen.
- ❑ Suuri osa asusteista on tilattavissa myös muille perheenjäsenille.

## 2.2.Seuran Logo

- Seuran logon käytöstä päättää johtokunta. Joukkueet eivät voi omavaltaisesti painattaa seuran logoa haluamiinsa varusteisiin. Painatusasiat kulkevat aina varustevastaavan tai toiminnanohjaajan kautta.
- Seuran logoa ei voi muokata oman mielensä mukaan.

## 2.3.Sosiaalinen media

- Joukkueen edustajien tarvitsee tarkoin harkita mitä ja miten julkaisee sosiaalisessa mediassa.
- Mitään tai ketään loukkaavaa materiaalia ei tule julkaista.
- Pelaajien kuvien näkymiseen tulee olla lupa. Lupa julkaisemiseen kysytään mm. uusien pelaajien lomakkeessa seuran sivuilla sekä MyClubissa.
- Jokaisella joukkueella on mahdollisuus päivittää oman joukkueen sivustoa seuran nettisivuilla. Tähän saa tunnukset seuran toiminnanohjaajalta.
- Joukkueita kannustetaan näkymään sosiaalisessa mediassa positiivisella tavalla esim. Instagramissa luomalla joukkueelle oma tili. Myös seuralla on tili Instagramissa sekä facebookissa.
- Joukkueet käyttävät tiedottamiseen sähköpostia, mutta myös esim. Whats upp ryhmä on hyvä keino pitää yhteyttä pelaajien ja vanhempien kanssa. Täytyy kuitenkin muistaa hyvät käytöstavat sekä noudattaa yhdessä sovittuja sääntöjä. Yleisohjeena voidaan sanoa, että ryhmissä viestirauha on klo 22-08.

### 3. Joukkue toiminta

- FC Nokian joukkueet pyritään perustamaan ikävuosittain. Joukkue toiminta alkaa sinä vuonna, kun pelaaja täyttää seitsemän vuotta. Tähän asti pelaaja on pallokoulu/viskari ja eskari toiminnan piirissä.
- Tarvittaessa esim. pelaajamäärän tai pelaajien kehittymisen takia, voidaan ikäluokkia yhdistää.
- Joukkueissa voi olla yksittäisiä vuoden vanhempia tai nuorempia pelaajia mukana, jos tämä on pelaajakehityksellisesti kyseiselle pelaajalle parempi vaihtoehto. Pyrkimyksenä kuitenkin on, että samana vuonna syntyneet ovat samassa joukkueessa.
- Päätöksen pelaajan kuulumisesta muuhun kuin oman ikäluokan joukkueeseen tekee urheilutoiminnan johtoryhmä.
- Joukkueet saavat määrittää toimintansa aika pitkälle itse, kunhan se noudattaa seuran toimintaperiaatteita.
- Joukkueet toimivat talkooperiaatteella ja valmentajat ja joukkueen muut toimihenkilöt tulevat pääsääntöisesti pelaajien vanhemmista, näin pyritään mm. pitämään kustannukset matalina.
- Seura tarkistaa joukkueidensa toimihenkilöiden rikosrekisteriotteet sopivin väliajoin.
- Seura maksaa kulukorvausta sopimuksen tehneelle ikäluokan vastuvalmentajalle erillisen taulukon mukaisesti.
- Joukkueen muut valmentajat ovat vapautettuja seuran talkoovelvoitteista. Tämä koskee myös joukkueenjohtajaa, rahastonhoitajaa sekä huoltajaa. Toimijoiden määrä sovitaan yhdessä (toiminnanohjaaja)

### 3.1. Uudet pelaajat

- Seuran toimintaan voi tulla mukaan uusi pelaaja koska tahansa.
- Mukaan toimintaan pääsee ilmoittautumalla seuran nettisivuilla uudet pelaajat- lomakkeella, jonka jälkeen seurasta otetaan yhteyttä. Tai ottamalla yhteyttä suoraan ikäluokan valmentajaan tai joukkueenjohtajaan. Voi myös vain ilmestyä kaverin mukana treeneihin.
- Seuran ideologian mukaisesti kaikki ovat matkalla kohti omaa huippu ja tämän takia pelaajia jaetaan tarvittaessa tasoryhmiin.
- Uuden pelaajan vakuutusturva tulee tarkistaa, sillä vahingon sattuessa seuralla ei ole automaattisesti vakuutusta uudelle tutustujalle.
- Uudet pelaajat eivät automaattisesti pääse heti mukaan pelitoimintaan vaan harrastus aloitetaan harjoittelemalla. Peleihin mukaan pääseminen on yksilöllistä.



## 3.2. Joukkueentoimihenkilöt

- Valmentajille, joukkueenjohtajille ja rahastonhoitajille olemassa erilliset ohjeistukset, joissa käydään läpi kyseisen toimijan tehtäviä. Nämä ohjeistukset löytyvät seuran nettisivuilta, ja ne saa tarvittaessa seuran toiminnanohjaajalta.
- Toimihenkilöiden velvollisuus on perehtyä omiin tehtäviinsä ja kysyä tarvittaessa apua seuran toiminnanohjaajalta, junioripäälliköltä tai seuran omilta tutoreilta.

### 3.3. Valmentaminen

- Seuran valmentajat tutustuvat seuran arvoihin ja toimintatapoihin ja toimivat niiden mukaan. Lisäksi he tutustuvat seuran valmennuslinjaukseen, jossa on tarkemmin avattuna valmentamista FC Nokiassa ja eri vastuualueita.
- Valmentajat valmentavat pelaajia seuran valmennuslinjauksen mukaisesti.
- Valmentajat kasvattavat pelaajia omalla esimerkillään myös ihmisinä.
- Valmentajat ovat harjoituksissa ja peleissä läsnä pelaajille.
- Valmentajat ovat kiinnostuneita siitä mitä tekevät ja haluavat kehittää itseään.
- Valmentajat kohtelevat pelaajia tasaveroisesti. Toiminta on kaikin puolin avointa.
- Valmentajat pystyvät perustelemaan päätöksensä mm. pelaajavalinnat peleihin.
- Vuorovaikutustaidot ovat tärkeä osa valmentamista.
- Valmentaminen on kokonaisuus, jossa pelaajia kasvatetaan kohti urheilijan elämää. Valmentamisessa pitää huomioida lajitaitojen lisäksi kokonaisvaltainen valmentaminen. Tärkeä osa urheilijaksi kasvamisesta on kokonaisuuden ymmärtäminen, siksi myös valmennuksessa huomioidaan ravinnon, unen, levon ja hygienian merkitys ja tämä tuodaan osaksi valmennusta.
- Pelaajan aktiivinen arki
- Huomioidaan myös psyykkisen valmentamisen osuus.

- Valmentaja pukeutuu seuran tapahtumiin tapahtumien edellyttämällä tavalla esim. peleihin ja harjoituksiin seuran vaatteet.
- Myös valmentajaa koskee päihteettömyys eikä nuuska kuulu harjoitus- ja pelitapahtumiin.
- Valmentaja käy jokaisen pelaajan kanssa vähintään kerran kauden aikana henkilökohtaisen keskustelun T10 ikäluokasta lähtien.
- Joukkueen vastuupalmentaja pitää huolen, että joukkueella on kausisuunnitelma, joka pohjaa valmennuslinjaukseen. Yhdessä joukkueen muiden valmentajien kanssa suunnitelmaa toteutetaan.
- Vastuupalmentajalla on viime kädessä vastuu tasoryhmiin jaosta seuran ohjeita noudattaen.
- Sen lisäksi, että joukkueen omavalmentaja käy pelaajan kanssa keskustelun 1-2 kertaa kaudessa, käydään jokaisen pelaajan kanssa keskustelu seuran toimesta ikäluokassa T14 ja vanhemmat.
- Seura tekee valmentajien kanssa kirjallisen sopimuksen. Vastuupalmentajalle maksetaan kulukorvauksia erillisen taulukon mukaan.
- Valmentaja huolehtii, että pelaajat noudattavat seuran toimintatapoja, ohjeita ja sääntöjä.
- Yksittäinen valmentaja/valmentajat eivät voi sooloilla ja päättää itse mikä on tärkeää ja mikä ei. Meidän seurassa on yhteinen seurakulttuuri!

### 3.4. Pelaaja

- ❑ Myös FC Nokian pelaajat omaksuvat seuran arvomaailman.
- ❑ Pelaajat ovat sitoutuneita toimintaan ja toimivat niiden ohjeistusten mukaan, mitä seurassa on pelaajille laadittu. Näihin kuuluvat mm. aktiivinen osallistuminen toimintaan, oikeanlainen varustus harjoituksissa, toisten kunnioittaminen- myös vastustajan, hyvät käytöstavat, omasta terveydestä huolehtiminen.
- ❑ Pelaajia kasvatetaan olemaan ylpeitä omasta seurastaan.
- ❑ Kiusaamisen suhteen nollatoleranssi kaikella tavalla.
- ❑ Pelaajat osallistuvat aktiivisesti seuran toimintaan ja kantavat oman vastuunsa joukkueena toimimisesta.
- ❑ Pelaajilla on oikeus tulla kuulluksi ja ilmapiirin pitää olla avoin keskustelulle.
- ❑ Pelaaja käy 1-2 kertaa kaudessa henkilökohtaisen keskustelun oman valmentajan kanssa. (Ikäluokasta T10 lähtien ).  
Tämän lisäksi seura pyrkii järjestämään pelaajalle keskustelun seuran edustajan kanssa vähintään kerran kaudessa ikäluokasta T14 lähtien.

### 3.5. Harjoittelu

- Harjoittelu FC Nokiassa on kivaa ja innostavaa.
- Harjoituksissa tulee hiki ja hommia tehdään hymy huulilla tsempten.
- Harjoitteluilmapiiri on motivoiva, kannustava, tsemppaava ja ennen kaikkea turvallinen.
- Harjoituksissa on lupa epäonnistua.
- Seurassa harjoitellaan monipuolisesti ympäri vuoden.
- Harjoituksissa käytetään niihin kuuluvia varusteita.
- Pallollisiin harjoituksiin kuuluvat myös säärisuojat.
- Joukkueet suosivat treenivaatteina seuran värimaailmaa ja mahdollisuuksien mukaan seuran valikoimassa olevia asuja huomioiden, että eri asuilla on eri käyttötarkoitukset.
- Harjoitteluun kuuluu olennaisena osana alkulämmittely ja loppuveryttely, jotka suoritetaan ainakin osittain kenttävuoron ulkopuolella, varsinkin silloin, kun kenttäaika on rajallista.
- Harjoitteluun sisällytetään ikä huomioiden paljon nopeus-, ketteryyss-, koordinaatio-, tasapainoharjoitteita sekä keskivartalon hallintaa vahvistavia liikkeitä (esim. erilaiset eläinliikkeet).
- Fyysinen harjoittelu on luonteva osa muuta harjoittelua (seuralla erillinen fyysisen valmennuksen linjaus valmistuu 2021).  
Myös voimaharjoittelu on mukana, mutta aina ikätason mukaisesti.

- Harjoitukset suunnitellaan palvelemaan koko joukkuetta, ja sen kaikkia pelaajia pitäen mielessä, että jokainen tähtää omalle huipulleen.
- Toimintaa ja pallokosketuksia pitää tulla paljon – jonottelu pois!
- Pelaajia jaetaan myös harjoituksissa tasoryhmiin, jotta jokaiselle pelaajalle voidaan taata mahdollisuus kehittymiseen. Näin harjoitteiden vaatimustaso saadaan oikealle tasolle ja harjoittelu pysyy kaikille mielekkäänä. Eihän maantiellekään lähdetä apupyörien kanssa.
- Motivoituneen ja taidokkaan pelaajan harjoittelusta esim. vanhemman ikäluokan mukana sovitaan yhdessä valmentajien, seuran (juniorivastaava, toiminnanohjaaja) sekä pelaajan ja tämän huoltajien kanssa.
- Pelaajista halutaan kasvattaa kentällä aktiivisia, ajattelevia pelaajia, jotka eivät pelkää tehdä töitä joukkueensa eteen. Pallo halutaan pitää oman joukkueen hallussa. Kentällä tehtävät ratkaisut ovat tarkoituksenmukaisia.
- Harjoituskentälle mennessä ja sieltä poistuttaessa huolehditaan, ettei häiritä muiden harjoittelua.
- Kentälle ei mennä ennen oman harjoitusvuoron alkua kysymättä lupaa siellä harjoittelevalta joukkueelta.
- Harjoituksilla on selkeä alku ja loppu.
- Harjoituksissa valmentaja pyrkii huomioimaan jokaisen pelaajan, esim. paikalle tullessa tervehditään jokaista, jokainen joukkue voi kehittää oman tapansa – kättelyt, läpyt tms.

- Harjoitukseen saavutaan paikalle ajoissa.
- Mahdollisuuksien mukaan harjoitukset alkavat pukukopista ja päättyvät pukukoppiin (T14 ja vanhemmat).
- Pukukopit ovat pelaajille ja joukkueenjohdolle ei vanhemmille.
- Pelaajia opetetaan pitämään huolta omista ja joukkueen varusteista.
- Harjoitusympäristö pidetään siistinä ja tavarat palautetaan aina niille kuuluville paikoilleen.
- Käyttämättä jäävistä harjoitusvuoroista informoidaan seuraa (toiminnanohjaaja) ja mahdollistetaan muiden lisäharjoittelu.
- Pelaajille annetaan myös taukoja harjoituksista. Nämä on hyvä suunnitella joukkueen kausisuunnitelmaan (esim. kesäloma, syysloma, joululoma, talviloma, pääsiäisloma).
- Harjoittelu pohjautuu joukkueen kausisuunnitelmaan ja on näin ollen suunniteltua ja tarkoituksenmukaista.
- Harjoittelussa ei kiirehdi asioiden edelle, vaan opetellaan ikävaiheittain oikeita asioita. Jos jossakin asiassa, mikä jo pitäisi olla hallussa, huomataan puutteita, niin tätä aletaan vahvistamaan. Hyvän pohjan päälle on helppo rakentaa jatkossakin.
- Joukkueet käyttävät tapahtumista ilmoittamiseen MyClub-palvelua.
- Pelaajia kannustetaan omatoimiseen harjoitteluun.
- Harjoituksissa ollaan asiaankuuluvissa varusteissa sekä pitkät hiukset kiinni ja korut pois.
- Pimeällä esim. lenkkeillessä käytetään heijastinliivejä.
- Vanhemmilla ikäluokilla käytössä CoachTools-työkalu rasituksen seurantaan ja palautteen antoon.

### 3.6. Maksut

- ❑ Seura kerää pelaajiltaan seuramaksun, joka on ikäluokkakohtainen. Maksuluokkia on kaksi iän mukaan. Seuramaksussa on sisaralennus nuoremmalle sisarukselle -50%. Seuramaksu on kaksiosainen. Maksun ensimmäinen osa on kaikille yhteinen ja toisen osan voi joko maksaa rahalla tai suorittaa erilaisilla seuran talkoilla. Myös seuramaksun toisessa osassa on sisaralennus.
- ❑ Seuramaksun kumpikaan osa ei koske seuran joukkueiden toimihenkilöitä, jotka tekevät jo seuralle talkoita toimimalla aktiivisesti joukkueessa.
- ❑ Seuramaksun lisäksi pelaajien maksu koostuu joukkuemaksusta, jonka suuruuden joukkue määrittää itse omien kulujensa mukaan. Joukkue määrittää itse miten maksut kerätään pelaajilta (kuukausittain/kerralla).
- ❑ Seuralla on tukimuoto myös vähävaraisille perheille, ja heillä on mahdollisuus hakea tukea lapsensa harrastukseen seuran rahastosta. Yhteydenotto seuran nettisivujen kautta. Joukkueenjohtajat tiedottavat tästä mahdollisuudesta perheitä.



### 3.7. Vanhempainpalaverit

- ❑ Joukkueet järjestävät vanhemmille palaverin vähintään kaksi kertaa vuodessa. Palaverissa käydään läpi joukkuetta koskevia asioita mm. peluutukset, turnaukset, varusteet ja talousasiat, niin että toiminta on mahdollisimman avointa.
- ❑ Seurassa on kirjattuna vanhempia varten erillinen ohjeistus (valmennuslinjauksessa). Vanhempainpalaverejä varten on olemassa erillinen palaveripohja, jossa on eriteltyinä kauden aika vanhempien kanssa läpikäytävät asiat (saatavissa toiminnanohjaajalta)

### 3.8. Seurasiirrot

- Seurasiirron tullessa ajankohtaiseksi syystä tai toisesta, tulee pelaajan ja vanhemman ennen päätöksen tekoa keskustella asiasta oman valmentajan kanssa. Toiminnan tulee olla avointa puolin ja toisin. Yhdessä arvioidaan ( tarvittaessa mukana seuran toiminnanohjaaja/juniorivastaava) siirtymisen järjestyys ja aikataulu sekä puntaroidaan muut vaihtoehdot. Asioista sovitaan hyvässä hengessä, jolloin mahdollinen palaaminen on helpompaa ja kaverisuhteisiin ei tule ikäviä säröjä.
- Jos toisesta seurasta otetaan yhteyttä suoraan pelaajaan ja vanhempiin, tulee tämä viipymättä ilmoittaa oman joukkueen valmentajalle ja sitä kautta seuralle (toiminnanohjaaja/juniorivastaava).
- Seurasiirrot suuntaan ja toiseen tehdään aina noudattaen avoimuuden periaatetta.
- Jos jostakin toisesta seurasta on siirtymässä useampi pelaaja kerrallaan, otetaan yhteys oman seuran toiminnanohjaajaan, joka selvittää siirtymisen taustat – yhteistyö ja kunnioitus muita seuroja kohtaan.

### 3.9. Harrastuksen lopettaminen

- ❑ Pelaajan päätyessä syystä tai toisesta lopettamaan harrastuksensa, olisi lopettamiseen johtuvat syyt hyvä aina selvittää.
- ❑ Pelaajan lopettamispäätös on aina ikävä asia ja ikä huomioiden asiasta kannattaa keskustella pelaajan ja huoltajien kanssa ennen lopullista päätöstä. Tyttöillä mielenvaihtelut ovat isoja ja kritiikki omaa tekemistä/osaamista kohtaan saattaa olla yllättävänkin suurta. Motivaatio katoaa yhtä nopeaan kuin taas löytyy. Heti ei siis kotonakaan kannata luovuttaa. Joskus pieni tauko on paikallaan, tämän jälkeen kuitenkin kannattaa sopia, että harjoitukseen palataan vielä muutamiksi kerroiksi, tauolta ei suoraan lopeteta.
- ❑ Pelaajia ja vanhempia tulisi kasvattaa sitoutumiseen. Pelataan yksi pelikausi kerrallaan.
- ❑ Lopettamispäätöstä ei tehdä kesken pelikauden, kun sarjat ovat jo käynnissä. Sarjojen luovuttaminen on kallista ja ikävää kaikille osapuolille (vastustajat, omat pelikaverit, valmentajat, tuomarit, kenttävaraukset peleihin jne.). Yksilölajit ovat vähän eri asia kuin joukkuelajit.
- ❑ Pelaajakeskusteluissa valmentajat saavat arvokasta tietoa pelaajien ajatuksista ja suunnitelmista (lopettamisen ennaltaehkäisy mahdollista).
- ❑ Jos lopetuspäätökseen kaikesta huolimatta päädytään, niin pyritään pitämään huoli siitä, että pelaajalle ja perheelle jää positiivinen fiilis ja näin mahdollinen paluu toiminnan pariin on helpompaa.

## 4. Pelitoiminta

- ❑ FC Nokiassa on ikäkausijoukkueet, joihin kaikilla lajista kiinnostuneilla tytöillä on mahdollisuus liittyä mukaan.
- ❑ Seuran peli – ja urheilutoimintaa linjaa Johtokunnan alaisuudessa toimiva urheilutoiminnan johtoryhmä.
- ❑ Joukkueet osallistuvat erilaisiin tarjolla oleviin sarjoihin oman tasonsa mukaan. Taso valitaan sen mukaan, että joukkueen pelaajilla on mahdollisuus kehittyä.
- ❑ Tarkoituksenmukaista ei ole liian selvät voitot tai suurinumeroiset tappiot. Joukkueen sisällä on kehityksen eri vaiheissa olevia pelaajia ja tämä pitää huomioida sarjoja valittaessa. Joskus voi olla tarpeen yksittäisten pelaajien kehityksen kannalta pelata vanhemman ikäluokan pelejä. Näistä sovitaan kuitenkin aina erikseen valmentajien, seuran (juniorivastaava, toiminnanohjaaja) sekä pelaajan ja hänen huoltajien kanssa.
- ❑ Pelaajien pitäisi päästä pelaamaan enimmäkseen tasaisia pelejä samantasoisia vastustajia vastaan, mutta myös jonkin verran tasoltaan helpompia sekä vaikeampia pelejä.

- ❑ Joukkueissa voi olla mukana tavoitteeltaan erilaisia pelaajia, tällöin pitää muistaa, että jokainen matkaa omaa huippuaan kohti. Tämä aiheuttaa myös haasteita valmentajille.
- ❑ Pelaaminen FC Nokiassa on ennen kaikkea kivaa ja pelaajat ovat ylpeitä kantaessaan seuran värejä. Epäonnistumiset ja virheet ovat sallittuja, periksi ei kuitenkaan anneta.
- ❑ Pelaamista kuvaa tietynlainen sitkeys.
- ❑ Peli-aika jaetaan joukkueen säännöissä määritellyn mukaan, kuitenkin siten, että nuoremmissa joukkueissa (5v5) on puolen pelin takuu. Tämän ei tarvitse toteutua yhden pelin aikana. Peliajassa voidaan kuitenkin huomioida pelaajan harjoitusaktiivisuus sekä aktiivisuus kentällä. Pelaajia opetetaan tässäkin aktiivisuuteen. Peli-aikaa ei voi ostaa rahalla, vaan se ansaitaan aktiivisella osallistumisella harjoitukseen.
- ❑ FC Nokian joukkueiden sisällä pelaajat voidaan jakaa tasoajattelun mukaisesti tasoryhmiin.
- ❑ Sininen- kilpa, valkoinen-haaste ja sini-valkoinen harraste.
- ❑ Pelaajien liikkuminen eri tasojen välillä tulee olla joustavaa ja tasoajattelun perustana on yksilön kehittyminen. Tiedottaminen pelaajien tasovalinnoista tulee olla kaikinpuolin avointa.
- ❑ T8 ikäluokassa peluuttaminen ei vielä perustu tasoajatteluun, joskin harjoituksissa voidaan tarvittaessa pelaajia jakaa myös tason mukaan.

- T9 ikäluokasta eteenpäin peliryhmiä voidaan muodostaa tasoajattelun periaatteella, jotta kaikille saadaan oman tason mukaisia pelejä. Tämä ei saa kuitenkaan olla liian hallitseva ajattelumuoto.
- Pelaajien tasopeluuttamisessa täytyy koko ajan muistaa laaja pelaajarinki.
- Siirryttäessä 8v8 peleihin tulisi sinisen peliryhmän vahvuus olla vähintään 12 pelaajaa. Tätä määrää tulisi kasvattaa siten, että kun joukkue siirtyy 11v11 peleihin olisi sinisten joukkueen vahvuus 16-18 pelaajaa.

## 4.1. Peliasu

- ❑ Seuralla on kaksi pelipaitaa – tummansininen ja pinkki. Sininen on ns. ykköspelipaita eli kotipelipaita ja pinkki on tarkoitettu kakkospaidaksi eli vieraspelipaidaksi, jos joukkueiden paitojen värit ovat liian yhtenevät. Ensisijaisesti joukkueet hankkivat käyttöönsä ykköspelipaidan ja kakkospaita on joukkueen oman harkinnan mukaan hankittavissa. On kuitenkin suositeltavaa, että joukkueiden pelaajilla on molemmat pelipaidat siinä vaiheessa, kun aletaan pelaamaan sarjapelejä.
- ❑ Molempien pelipaitojen kanssa käytetään mustia pelishortseja.
- ❑ Pelisukat ovat mustat tai valkoiset. Kakkospaidan kanssa käytettäväksi on ajateltu valkoiset sukat, mutta myös mustat käyvät. Pääsääntö peliasussa on tummansininen paita – mustat shortsit - mustat sukat (pinkki paita – valkoiset sukat).
- ❑ Maalivahdeille on tarjolla erillinen eri värinen peliasu - vihreä. ( Paita, shortsit, sukat)
- ❑ **Kaikissa otteluissa pelaajat käyttävät seuran peliasua – mustat tai valkoiset sukat, mustat shortsit, pinkki tai tummansininen pelipaita kautta linjan. Tämä koskee seuran kaikkia ikäluokkia! Yhtenäinen joukkue!!!**Poikkeuksena maalivahdit, joilla oma värimaailmansa.
- ❑ Varusteasioissa yhteys seuran varustevastaavaan (Ilari Turkka).

## 4.2. Pelimatkat

- ❑ Pelimatkoilla suositaan kimppakyytejä. Pidemmällä pelimatkoilla bussia. (ympäristö ja yhteenkuuluvuus).
- ❑ Pidemmällä pelimatkoilla joukkueilla yhteinen ruokailu esim. ABC tms. etukäteen sovittu ruoka perusruokaa ( seisova pöytä, pasta, lihapullat tms.).
- ❑ Pelaajilla yhteinen matka-asu esim. seuran huppari tai matkustukseen tarkoitettu t-paita. (yhtenäisyys).
- ❑ Vieraspelieihin lähdetään aina nappikset ja säärisuojat repussa (kaikki ikäluokat).
- ❑ Pelipaita ei ole matka-asu.
- ❑ Vaihtovaatteet ja peseytymisvälineet ovat mukana aina pidemmällä vieraspelimatkoilla – sadekeli voi yllättää koska tahansa ja kesähelteillä hiki virtaa pelaamattakin. Kun nuoresta asti opetellaan oikeille tavoille, niin vanhempana homma sujuu rutiinilla.
- ❑ Vaihtovaatteet mukana myös lyhyemmällä pelimatkoilla. Nappiksilla ja säärisuojilla ei koskaan tulla pelipaikalle, vaan ne vaihdetaan kentän laidalla tai pukukopissa. Polkupyöräily nappikset jalassa on turvallisuusriski. Nappikset on tarkoitettu jalkapallon harjoitteluun ja pelaamiseen ei kaupassa käyntiin. Ei kukaan luistimet tai monot jalassakaan kaupassa käy.



### 4.3. Pelaaminen toisessa seuran joukkueessa

- Syitä pelaamiseen toisessa seuran joukkueessa voi olla erilaisia, kuten pelaajan oma henkilökohtainen taitotaso (ks. edellinen kappale). Muita syitä esim. vähäinen pelaajamäärä joukkueessa.
- Syystä riippumatta pelaaminen tulee AINA sopia joukkueiden vastuvalmentajien kesken. Valmentajat tai muut toimihenkilöt eivät voi pyytää toisen joukkueen pelaajia suoraan mukaan oman joukkueen peleihin. Nuorempien lisäpelaajien tarpeessa ollaan ensisijaisesti yhteydessä edelliseen ikäluokkaan.
- Sisarussuhde ei ole peruste valita pelaajaa pelaamaan toisen ikäluokan pelejä.
- Pelaajia ei valita pelaamaan toisen ikäluokan/joukkueen pelejä pelin voittamisen takia, vaan valintoja tehtäessä lähtökohta on ensisijaisesti pelaajan/pelaajien kehittyminen.
- FC Nokiassa pelaajia halutaan kehittää laajalla rintamalla.

## 4.4. Turnaukset

- Joukkueita kannustetaan osallistumaan turnauksiin lähellä ja kaukana.
- Varsinkin kutsuturnaukset ovat seurallemme kunnia-asia ja niihin pyritään osallistumaan mahdollisuuksien mukaan.
- Yön yli turnauksissa pelaajat yöpyvät yhdessä joukkueen kanssa.
- Puhelimien käytöstä turnausreissulla joukkueen kannattaa sopia erikseen. Hyvä tapa on kerätä puhelimet ainakin yön ajaksi pelaajilta pois – muistetaan kuitenkin, että puhelimet ovat osa nykyarkea.
- Turnauksissa edustetaan seuraa ja muistetaan käyttäytyä hyvien tapojen mukaisesti.
- Turnaushenkeä pidetään yllä mm. erilaisia turnaus ja tsemppihuutoja iloisesti huutaen.
- FC Nokian joukkueet näkyvät ja kuuluvat turnauksissa positiivisella yhteishengellä.

## 4.5. Yhteistyö muiden seurojen kanssa

- Joukkueita kannustetaan tekemään yhteistyötä muiden seurojen ja joukkueiden kanssa.
- Esimerkiksi yhteiset leiri- ja harjoitustapahtumat ovat oiva tapa tutustuttaa eri seurojen pelaajia toisiinsa.
- Joskus voi tulla eteen tilanne, että on tarpeen tai hyödyllistä perustaa esimerkiksi YJ-joukkue johonkin ikäluokkaan. Joukkueet eivät voi itsenäisesti tehdä päätöstä yj-joukkueen perustamisesta, vaan asian tiimoilta tulee ottaa yhteys toiminnanohjaajaan.

## 5. Kestävä kehitys

- Seurassamme kunnioitetaan luontoa ja halutaan säilyttää sen tarjoama liikunnallinen ilo myös seuraaville sukupolville.
- Seuran perustoiminnassa huomioidaan ympäristöä säästävät toimintatavat.
- Arjen pienet ja hiukan isommatkin teot.
- Pelaajia kannustetaan kulkemaan harjoitukseen mahdollisimman mukaan omatoimisesti esim. kävellen ja polkupyörillä huomioiden realiteetit.
- Perheitä ohjeistetaan ja kannustetaan myös kimppakyytien sopimiseen.
- Pelimatkat kuljetaan kimppakyydeillä sekä yhteiskuljetuksin pikkubussilla.
- Kierrätettävissä olevia varusteita kierrätetään joukkueelta toiselle kuten esim. harjoitusliivit ja pallot.
- Joukkueiden sisällä kierrätetään pieniä ja ylimääräisiä varusteita.
- Kierrättämistä kannattaa suosia myös yli joukkuerajojen. Tätä helpottamaan on perustettu Facebookiin varusteiden kierrätysryhmä. Erilaisissa seuran tapahtumissa on myös silloin tällöin mukava varusteiden vaihtotori tai kirpputori.
- Pelaajilla on harjoituksissa ja peleissä omat juomapullot mukana. Vanhimmillä junioreilla myös joukkueilla on omat joukkueen juomapullot.

- ❑ Joukkueiden tulee omissa palaverissaan sopia pelaajien kanssa säännöistä, joissa huolehditaan bussin ja pukukoppien siisteydestä. Myöskään pelikentän vaihtopenkille ei jätetä roskaa.
- ❑ Pidemmällä pelireissuilla suositetaan joukkueiden yhteisiä ruokailuja – ei pikaruokaa.
- ❑ Valmentajat ja pelaajat ottavat harjoittelussaan huomioon kentän kunnossa pysymisen. Harjoittelun suunnittelussa ja toteuttamisessa otetaan huomioon mm. nurmikentän turha vahingoittaminen (vrt. sadekeli ja koordinaatitikkaat, maalin edusta).
- ❑ Saleista ja halleista poistuttaessa huolehditaan myös roskat roskiin sekä valot pois päältä. Ovet myös suljetaan ja lukitaan asianmukaisesti.
- ❑ Seura ja joukkueet käyttävät tiedottamiseen mahdollisimman paljon sähköisiä menetelmiä ja paperinen tiedottaminen on minimissä. Seuran toimistolla huolehditaan siitä, että valot eivät ole turhaan päällä.
- ❑ Pelimatkoilla ja mahdollisesti harjoitusten jälkeen tapahtuva suihkuttelu hoidetaan ripeästi turhia lotraamatta.

## 6. Seuratutorit

- ❑ Seura hyödyntää kokeneempien seuratoimijoiden tietotaitoa käyttämällä heitä aloittelevien toimijoiden tutoreina tarvittaessa.
- ❑ Tutortoiminnalla on tarkoitus auttaa toiminnassa alkuun ja pienentää kynnystä osallistua seuratoimintaan.

**YHDESSÄ ME OLEMME ME –  
FC NOKIA**