



Uimahyppyjen kevättiedote 1/2017

Tiedotteen sisältö:

- 1 Seurakyselyt harrastajille ja vanhemmille
- 2 Pääsiäisleiri 14.-16.4.
- 3 Merkkihyppy 13.5.
- 4 Kesä 2017 - leirit ja ryhmät
- 5 Seuran keskustelutilaisuus 22.3. ja kevätkokous 26.4.
- 6 Ryhmien tavoiteliikkeet löytyvät nettisivuilta
- 7 Huippuhyppääjien kuulumisia
- 8 Seuravaatteet
- 9 Tärkeitä päivämääriä (mm. perutut harjoitukset)

1 Seurakyselyt harrastajille ja vanhemmille

Vantaa Divingissa tehtiin päätös aloittaa Sinettiseurasertifikaatin tavoittelu, jotta voisimme arvioida laatukriteerien avulla seuran nykytilaa entistä tarkemmin ja kehittää seuran toimintaa yhä laadukkaammaksi. Sinettiseura on tunnustus laadukkaasta lasten ja nuorten toiminnasta. Moni sertifikaatin edellyttämä kriteeri jo täyttynytkin, mutta prosessin myötä on ilmennyt myös selkeitä kehityskohtia. Vuorovaikutus ja seuran jäsenten mielipiteet tuovat vielä lisää ymmärrystä siihen, missä todella ollaan menossa, joten siksi toteutamme kyselyn heti prosessin alussa. Kerro meille mikä seuran nykytilassa on hyvää ja toisaalta mitä voitaisiin vielä entisestään kehittää?

Vantaa Diving on ensimmäinen uimahyppyseura joka sertifikaattia hakee ja tästä syystä emme ole vielä varsinaisessa lajiluettelossa (ks. Lomake). Jotkin kysymysasettelut, esim. kilpailuun tai joukkueurheiluan liittyvät kysymykset eivät koske valtaosaa harrastajistamme sillä toimintamme painottuu uimahyppyopetuksessa kilpailullisuuden sijaan tavoitteelliseen harjoitteluun ja

taitojen oppimiseen, joten, jos jokin kysymysasettelu tuntuu vieraalta, voi tällaisen kohdan ohittaa yksinkertaisesti ”vastaamalla jotain”, sillä tiedostamme nämä epäkohdat kysymyslomakkeiden sisällöissä, emmekä huomioi näitä vastauksia tuloksien analysoinnissa.

Jos toimit seurassamme useammassa roolissa, niin käytän täydentämässä lomakkeen erikseen jokaisesta roolista käsin (esim. vanhempi, aikuisten uimahyppyryhmän jäsen, johtokunnan jäsen).

[Vanhempien kyselylomake](#)

[Lasten \(alle 14-vuotiaat\) kyselylomake](#)

[Nuorten ja aikuisharrastajien kyselylomake](#)

[Ohjaajien, seuratoimijoiden ja valmentajien kyselylomake](#)

Kiitokset palautteestasi! Täydennä 18.3.2017 mennessä!

2 Ilmoittautuminen uimahyppyleireille on käynnissä

Pääsiäisleiri järjestetään pe-su 14.-16.4. klo 10-15 Tikkurilassa. Leirille voivat osallistua kaikäntasoiset hyppääjät aloittelijoista edistyneisiin. Osallistua voi joko kaikkina päivinä tai niin monena kuin haluaa. Jos osallistujia tulee paljon, jaetaan ryhmää mahdollisuuksien mukaan uimahyppyaustan mukaisesti.

Altaalla harjoitellaan uimahyppyjen perusteita monipuolisesti altaan reunalta, ponnahduslaudoilta ja kerroksilta. Harjoitteluun kuuluu myös akrobatiaharjoittelua voltitradalla. Päivään sisältyy aina kaksi harjoitusta, joiden välissä on lounastauko. Hinta 35e/pv. [Ilmoittautuminen](#)

3 Merkkihyppy 13.5.2017

Tapahtuman ilmoittautuminen on avautunut ilmoittautumisohjelmassa – tervetuloa mukaan! Merkkihyppy on koko perheen tapahtuma, joka järjestetään 13.5. klo 10-18 Tikkurilan uimahallissa. Tapahtumassa voi suorittaa joko starttimerkkejä, tempumperkkejä tai arviointiin ja pisterajoihin perustuvia taitomerkkejä. [Ilmoittautuminen](#) 29.4.2017 mennessä.

Lisätietoja [täältä](#)

4 Kesä 2017

Vantaa Divingin uimahyppyharjoitukset - kesä 2017						
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
7-17% kesäleirit klo 10-15:00	7-17% kesäleirit klo 10-15:00	7-17% kesäleirit klo 10-15:00	7-17% kesäleirit klo 10-15:00	7-17% kesäleirit klo 10-15:00		
4-6v, mielit ja perhehyppyt klo 17:30-19:30	11-16v, Freestyle tunti klo 17:00-19:30	4-6v, mielit ja perhehyppyt klo 17:30-19:30	11-16v, Freestyle tunti klo 17:00-19:30	4-6v, mielit ja perhehyppyt klo 17:30-19:30		
	Aikuisen kesäleirit klo 19:30-20:30		Aikuisen kesäleirit klo 19:30-20:30			

Kesäleireillä (arkisin klo 10-15 ma-pe) harjoitellaan etupäässä uimahyppien perusteita eli opetussuunnitelmaan perustuvia sisältöjä. Näiden lisäksi järjestetään ns. Freestyle –ryhmiä x 2 viikossa - ilmoittautuminen tapahtuu aina viikoksi kerrallaan. Aikuisille järjestetään kauden alussa ja lopussa starttikurssit (10h).

Viikoittaiset harjoitukset järjestetään mineille ja perheille (ma, ke, pe) sekä aikuisille (ti, to). Näihin ryhmiin osallistuttaessa hyppääjä valitsee itse, mihin harjoitukseen osallistuu.

[Kesäleirien ilmoittautuminen](#) on jo avautunut. Loput ryhmät ilmoittautumistietoineen ja –linkkeineen päivitetään seuran sivuille parin viikon sisällä.

5 Seuran keskustelutilaisuus 22.3. ja kevätkokous 26.4.

Vantaa Divingin toiminta-ajatukseen ja arvoihin kuuluu yhteistyö, joka tarkoittaa vuoropuhelua ja toiminnan kehittämistä yhdessä johtokunnan jäsenten, seuran ohjaajien, valmentajien ja muiden seuratyöntekijöiden kesken. Jäsenillämme on mahdollisuus vaikuttaa ja tuoda mielipiteitä esiin päätöksentekoa ajatellen seuran vuosikokouksissa ja keskustelutilaisuuksissa sekä päätöksenteon ytimessä johtokunnan jäsenenä.

Urheiluseura voi hyvin silloin, kun seuratoiminnassa on paljon aktiivisia toimijoita mukana. Kaikenlaiselle osaamiselle ja rakentaville näkemyksille löytyy tilaa ja paikkansa. Jos olet henkilö jolla on intohimoa luoda edellytyksiä kaikenikäisten harrastajien toiminnan mahdollistamiseksi uimahyppissä, niin suosittellemme

ehdottomasti osallistumaan ainakin seuran keskustelutilaisuuksiin ja tuleviin kokouksiin. Myös johtokuntaan haetaan uusia jäseniä.

Seuran keskustelutilaisuus järjestetään 23.3.2017 Peltolan koululla klo 18:30. Keskustelutilaisuuteen voivat osallistua kaikki seuratoiminnasta ja seuran kehittämistä kiinnostuneet jäsenet. [Lisätietoja jäsenyydestä täältä](#)

Keskustelutilaisuudessa esitellään mm. seuran toimintasuunnitelmaa kaudelle 2017-2018. Lisäksi keskustellaan vapaamuotoisesti seuraan ja toimintaan liittyvistä asioista

Alla esitellyn toimenpiteen jälkeen voit:

- Ilmoittautua [seuran keskustelutilaisuuteen](#)
- [Asettua ehdolle johtokunnan jäseneksi](#)

Huoltajan profiili kuntoon

1. [Rekisteröidy Jäsentieto-ohjelmaan](#)
2. Lisää alle 15-vuotias lapsesi alikäyttäjäksi
3. Ilmoittaudu Jäsentiedossa omalla nimelläsi (ei lapsen) ryhmään: *"Vanhemman/huoltajan ilmoittautuminen alle 15-vuotiaan harrastajan edustajajäseneksi"*

Ilmoittautumislinkki keskustelutilaisuuteen

<https://www.jasentieto.fi/user/TapahtumaanIlmoittautuminen.aspx?sid=447&TapahtumaID=3533>

Seuran sääntömääräinen kokous järjestetään ke 26.4.2017 klo 18:30 Tikkurilan uimahallin kokoustilassa (Akvaario). Kaikki sitä koskevat valmistelut ja päätöksiin liittyvät tärkeimmät keskustelut käydään kuitenkin läpi keskustelutilaisuudessa, lukuun ottamatta uusien henkilöiden valintaa tulevaan johtokuntaan. Johtokuntaan ehdolle asettuneiden henkilöiden tulee olla paikanpäällä vuosikokouksessa jossa valinta tehdään. [Täydentämällä lomakkeen](#) seuran nettisivuilla www.vantaadiving.fi/seura su 23.4.2017 mennessä voit asettua ehdolle johtokunnan jäseneksi tai varajäseneksi. [Ehdolle voi asettua myös paikan päällä vuosikokouksessa.](#)

6 Ryhmien tavoiteliikkeet ja

ryhmäsuositukset

Minien, alkeisryhmien ja tasoryhmien opetussisällöt perustuvat ryhmien opetussuunnitelmaan. Ryhmien tavoiteliikkeet löytyvät seuran nettisivuilta

<https://www.vantaadiving.fi/uimahyppy/ryhmien-taitotavoitteet/>

Vantaa Divingin uimahyppyopetus perustuu opetussuunnitelmaan, jossa seuraavalle taitotasolle siirytään kun nykyisen ryhmän osaamistavoitteet on saavutettu. Tämä ei automaattisesti tarkoita sitä että seuraavaan ryhmään olisi pakko siirtyä, mutta usein uudet taidolliset haasteet pitävät innostusta yllä.

Tasolta toiselle siirretään vain jos kaikki perusasiat ovat hyppääjällä riittävällä tasolla, eikä siirtyminen ole itseisarvo tai saavutus jota tulisi yksinomaan tavoitella, vaan tärkeintä on se, että ryhmät kootaan samojen periaatteiden mukaan ja että taso tukee pitkäaikaista harrastamista ja helpottaa ohjaajan osalta ryhmän hallintaa sekä harjoitussuunnitelmien laadintaa.

Ryhmäsuositusten julkaisun jälkeen alkavat harjoitusvuoden 2017-2018 ilmoittautumiset. Ilmoittautuminen alkaa alustavan aikataulun mukaan 5.6.2017. Osa tasoryhmistä - varsinkin suositut arkiajat - täyttyy nopeasti, joten tästä syystä ilmoittautuminen on hyvä tehdä ajoissa jos mieltä pääsyä johonkin tiettyyn ryhmään.

7 Huippuhyppääjien kuulumisia

- [Nuorten EM-pisterajoja rikottiin urakalla](#)
- Vantaa Diving oli HM eli hallimestaruuskilpailuiden toiseksi menestynein joukkue
- [Tule seuraamaan Finn Cup –tapahtumaa](#)
- seuraavat kv-näyttökilpailut huhtikuussa, Bergen, Amsterdam ja Dresden – [Uimaliiton kilpailukalenteri](#)



8 Seuran edustusvaatteet

Kaikki harrastajat voivat tilata Stadiumin verkkokaupasta seuran logolla varustettuja seuravaatteita. Tilaus tehdään täydentämällä sivuston alta löytyvä lomake ohjeiden mukaisesti. [Kaikki seuratuotteet ja tilauslomake löytyy täältä](#) SOC:n loput hajakoot kilpahyppääjien uima-asuista on myös myynnissä. Näitä voi kysellä suoraan tarulax@gmail.com

Vantaa Divingin pipojen tilausohjeet löytyvät seuran nettisivuilta [täältä](#).

9 Tärkeitä päivämääriä 2017

Kevät 2017

- 18.3. **Uimahyppykisat** Finn Cup, Tikkurila
klo 10:00 -> alkavat ryhmät peruttu (vauvauinti normaalisti)
- 22.3. **Seuran keskustelutilaisuus** klo 18:30, Peltolan koulu
- 8.4. **Uintikisat** Ryhmät peruttu uintikisojen takia, myös vauvauinti
- 13.4. **Kiirastorstai** Kaikki klo 17:00 ja myöhemmin alkavat ryhmät peruttu (halli sulkeutuu)
- 11.-17.4. **ti-ma Pääsiäinen** Pääsiäisloma, lauantaita lukuun ottamatta ei normaaleja harjoituksia
- 15.4. **Lauantairyhmien** harjoitukset normaalisti (ei vauvauintia)
- 14.-16.4. **Pääsiäisleiri**, Tikkurila
- 23.4. Hakemukset seuran johtokuntaan – viimeinen hakupäivä
- 26.4. **Kevätkokous** klo 18:30 Tikkurilan uimahallin kokoustila (Akvaario)
- 30.4. **Vappuaatto** harjoitukset normaalisti
- 1.5. **Vapunpäivä** Uimahallit suljettu, ei harjoituksia
- 11.5. **Kokeile liikuntaa** -tapahtuma klo 8:00-15:30, Myyrmäki
- 13.5. **Merkkihyppy**, harjoitukset vauvauinteja lukuun ottamatta peruttu
- 20.5.-21.5. **Uintikisat** Ryhmät ja vauvauinti Tikkurilassa peruttu uintikisojen takia
- 25.5. **Helatorstai** Klo 17:00 ja myöhemmin alkavat ryhmät peruttu (halli sulkeutuu)
- 22.5.-28.5. **Viimeinen harjoitusviikko**
- 3.6. **Vauvauinnin korvauskerta**, Tikkurila
- 29.5.-4.6. **Ryhmäsuositukset** alkeisryhmien ja tasoryhmien harrastajille
- 5.6. **Kauden 2017-2018 ilmoittautuminen** aukeaa

Kesä 2017

- 6.6. Kesäkausi alkaa
- 6.-20.6. Starttikurssi aikuisille
- 5.-9.6. Kesäleiri vko 23, Tikkurila
- 5.-9.6. Kesäleiri vko 23, Myyrmäki
- 12.-16.6. Kesäleiri vko 24, Tikkurila
- 12.-16.6. Kesäleiri vko 24, Myyrmäki
- 19.-22.6. Kesäleiri vko 25, Myyrmäki halli sulkeutuu klo 13:00, altaista poistuminen klo 13:30 mennessä
- 26.-30.6. Kesäleiri vko 26, Myyrmäki
- 3.-16.7. Toimisto kesälomalla
- 17.-21.7. Kesäleiri vko 29, Tikkurila
- 24.-28.7. Kesäleiri vko 30, Tikkurila
- 31.7.-4.8. Kesäleiri vko 31, Tikkurila
- 3.-17.8. Starttikurssi aikuisille
- 7.-11.8. Kesäleiri vko 32, Tikkurila

Kausi 2017-2018

- 26.8. Suomi 100 – ”varhaiskasvatuksen Urheilugaala”, Tikkurila
- 2.9. **Kauden avajaisjuhla**, Tikkurilan uimahallin piha
- 25.11. **Kyntilähyyt ja seuran 5-vuotisjuhla**, Tikkurila
- 26.5. **Merkkihyppy**, Tikkurila