



Tampereen Kisatoverit

Ohjaavat arvot ja toimintaperiaatteet:

Tampereen Kisatoverien arvoja ovat yhteisöllisyys ja tasa-arvo.

- kaikilla on mahdollisuus harrastaa itseään kiinnostavaa lajia omalla tasollaan
- kunnioitamme toisiamme ja toimintamme on kaikille avointa.

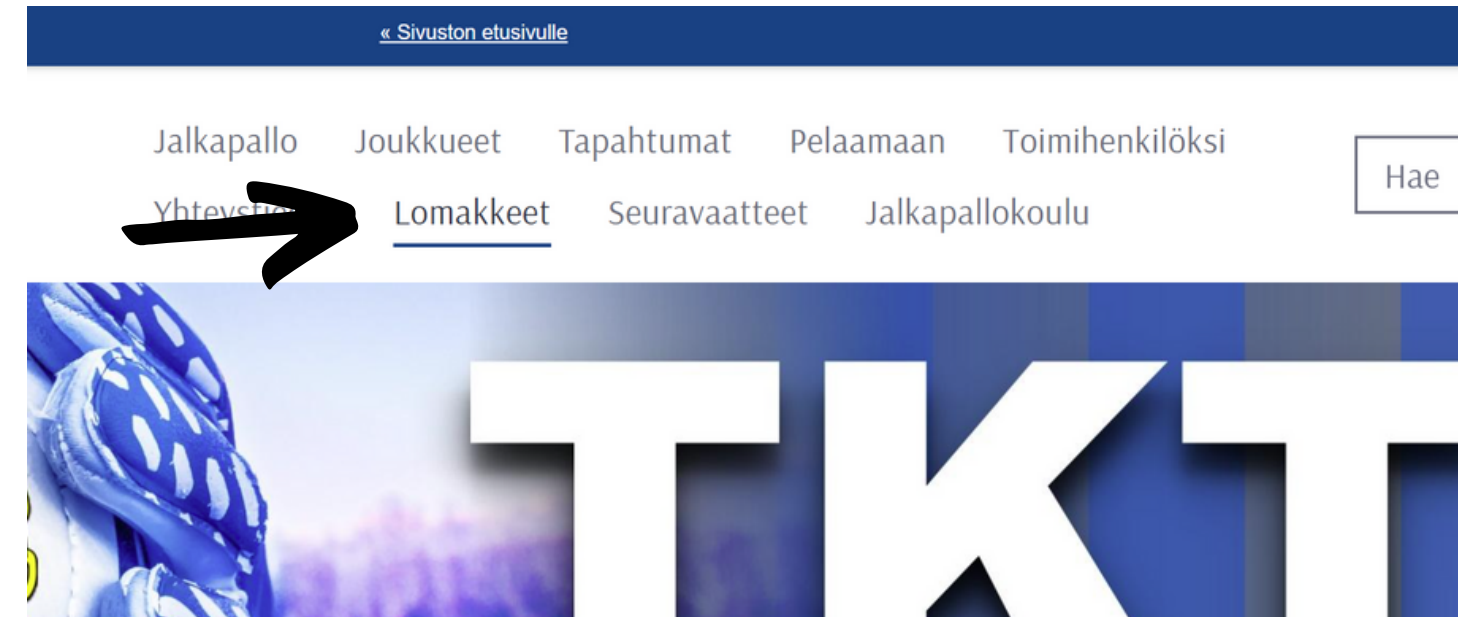
Toimintamme kantavana voimana on yhdessä tekeminen ja me-henki, jota myös siniharmaaksi sydämeksi nimitetään.

- toiminnassamme on tärkeintä liikunnan ilon kokeminen hyvässä seurassa
- toiminta noudattaa yhdessä laadittuja sääntöjä

Toimintamme perustuu kasvatukseen, oppimiseen ja itsensä kehittämiseen. Kannustamme kehittymään ja tuemme kouluttautumista.


- kaikilla valmentajilla, toimihenkilöillä ja seuran toimintaan osallistuvilla on yhtäläiset mahdollisuudet osallistua koulutuksiin ja kehittää itseään.

Valmentaja, joukkueenjohtaja tai jalkapallon parissa toimija: tarkistathan, että olet ilmoittanut tietosi meille.



Lataa lomake

→  [Jalkapallon toimihenkilöinfo.pdf](#) 1005 KB

→  [ARVOISA JOUKKUEENJOHTAJA.pdf](#) 208 KB
Joukkueenjohtajaohjeistus 2023 - LUE TÄMÄ

epassi Mikäli maksat tykvyälneillä, rasti lomakkeesta kohta 'tykymaksu', voit lisätä maksutapasi lisätiedot kohtaan.

Tykvyälneillä maksettuasi ilmoitathan siitä laskutus@tampereenkisatoverit.fi, jotta tämä voidaan huomioida laskutuksessa.

smcrtun! 

-  [Player info English 2023.pdf](#) 113 KB
Information for football players and their parents.
-  [Pelaajien infokirje 2023.pdf](#) 122 KB
Infokirje pelaajille ja heidän vanhemmilleen.

Joukkueenjohtaja, toimihenkilö, valmentaja - ilmoittaudu alla olevalla lomakkeella

→

Etu- ja sukunimi *

Sähköpostiosoite *

Puhelinnumero

Toimin * Joukkueenjohtajana
 Valmentajana

Jalkapallon valmennuslinja 2023- 2024



Tampereen Kisatoverit ry

Toimintakulttuuri

TKT Jalkapallon keskeiset toimintaa ohjaavat periaatteet:

- Meillä pelaajat voivat harrastaa ympärivuotisesti tai osan vuodesta.
 - Meille useamman lajin tai harrastuksen taitajat ovat rikkaus.
 - Tarjoamme kaupungin parhaat olosuhteet pelaajillemme kaupungin kenttien ja oman harjoituskeskuksen myötä.
 - Jalkapallo kuuluu kaikille. Meillä harrastus on hinta-laatusuhteeltaan erinomainen eikä ketään jätetä ulkopuolelle.
 - Toiminta-alueemme painopiste on tällä hetkellä Itä-Tampere
 - Meille voi aina tulla kokeilemaan. Nuoremmissa ikäluokissa on tärkeintä innostus lajia kohtaan.
 - Kaikki valmentajamme ovat koulutettuja ja kannustamme kaikkia valmentajia kehittämään jatkuvasti osaamistaan.
 - Innostamme pelaajiamme omatoimiseen harjoitteluun ja urheilulliseen elämäntapaan.
 - Kunnioitamme toisiamme ja käyttäydymme kunnioittavasti toisiamme kohtaan
- Kaikki juniorijoukkueemme ovat tällä hetkellä poikajoukkueita, mutta nuorempiin ikäluokkiin ovat tervetulleita myös tytöt. Tavoittemme on aloittaa oma tyttöjoukkue lähivuosina.

Pelaajapolku

TKT Jalkapallon keskeiset periaatteet:

- Lasten aloittavat joukkueet aloitetaan 5-7 vuotiaiden ikäluokassa
- Mahdollisuuksien mukaan aloitetaan myös tyttöjen oma joukkue em. Ikäluokassa
- Juniorijoukkueemme on jaettu ikäkausiin 8-11 -vuotiaat, 12-15 -vuotiaat ja 16-20 -vuotiaat
- 12-vuotiaista eteenpäin muodostetaan mahdollisesti YJ-joukkueita, mikäli se edistää pelaajakehitystä ja tarjoaa mielekkään toiminnan kaikille ikäluokan pelaajille
- Ikäluokkien joukkueita on mahdollista yhdistää. Yhdistämisestä keskustellaan aina joukkueiden pelaajien, vanhempien, joukkueiden toimihenkilöiden ja valmennuspäällikön kanssa
- Pyrimme järjestämään taito-, kyky- ja mv-kouluja joukkueharjoittelun lisäksi

Pelaajakehityksen arvot ja tavoitteet

- Meidän tärkein tavoittemme on kehittää jokainen pelaaja omalle huipulleen:
 - Ammattuurheilija
 - Reipas kuntoliikkuja
 - Aktiivinen seuratyöntekijä / vapaaehtoinenTärkeintä on, että jokainen löytää meidän kautta itselleen sopivan tavan toteuttaa yhteisöllistä toimintaa lajin parissa vaikka läpi elämänsä.
- Meille tärkeää on jalkapallon ohella yksilön henkinen kehittyminen, terveen minä-kuvan rakentuminen ja elinikäinen oppiminen.
 - Pidämme kaikki innokkaat pelaajat mukana harrastamassa (erityisesti ikävaiheissa 5-15-vuotiaat).
 - Ohjaamme pelaajia muihin seuroihin isompien haasteiden pariin aina kun se on pelaajan oman kehityksen mukaista. Olemme aidosti ylpeitä pelaajista, jotka saamme siirrettyä korkeammalle tasolle.



Harjoittelu ja harjoituspaikat

- Harjoittelupaikkoja ovat pääasiassa kaupungin nurmikentät, tekonurmikentät ja lämmitettävät kentät sekä kaupungin sisäliikuntapaikat.
- Lisäksi keskeinen toimintaympäristö on oman harjoituskeskus Ensilän kenttä ja alue. Oman harjoituskeskuksen käyttöä edellytämme joukkueiltamme siten kuin se palvelee toimintaa.
- Tyypilliset harjoitusmäärät ja sarjat ikäkausivaiheittain
- Futsal kuuluu vaihtoehtoisena harjoitus-/pelimuotona osalla joukkueista talvikauden ohjelmaan

P8-P11

Harjoitusmäärä: tyypillisesti 2-3 kenttäharjoitusta / vko

Kilpailutoiminta: Kaupunginosasarjat ja Palloliiton alueelliset sarjat sekä erilaiset turnaukset

P12-P15

Harjoitusmäärä: tyypillisesti 2-3 kenttäharjoitusta / viikko ja 1 oheisharjoitus / vko

Kilpailutoiminta: Palloliiton alueelliset sarjat sekä erilaiset turnaukset

P16-P20

Harjoitusmäärä: tyypillisesti 2-3 kenttäharjoitusta / vko ja 1 oheisharjoitus / vko

Kilpailutoiminta: Palloliiton alueelliset ja valtakunnalliset sarjat



Ikäkausivaiheet

Kaikkien toimintojen ytimessä ovat:

Tekemisen meininki, vauhti, tempo, pelille heittäytyminen

Teeman mukaista pelinomaista harjoittelua 75 % ajasta kaikissa ikäluokissa
Sytytä innostus -> Ruoki intohimoa -> Kohti urheilullisuutta -> Urheilijaksi kasvaminen

P8-PII

Sosiaalinen / psyykkinen:

- Sytetään pelaajan innostus lajia kohtaan
- Luodaan joukkuehenki ja pidetään se elossa myös haasteiden hetkellä
- Luodaan joukkueen yhteisiä sääntöjä ja harjoitellaan niihin sitoutumista

Teknis-taktinen (yksilön ja osajoukon toiminta)

- Paljon pallokosketuksia
- Pelinomaisia harjoitteita
- Äänen käyttö ja puhuminen kentällä

Fyysinen

- Punaiset posket ja vähän hiki

PI2-PI5

Sosiaalinen / psyykkinen:

- Herkkyyks lajin hienouksille. ”Rakkaus” lajia kohtaan.
- Kehitetään me-henkeä. Urheilujoukkueena toimiminen. ”Laitan itseni likoon muiden puolesta”
- Tunnistetaan pelaajan omat ominaisuudet.
- Pelaajalle kokemus omasta pätevyydestä.

Teknis-taktinen (yksilön ja osajoukon toiminta)

- Ensimmäinen kosketus ja kosketusten määrä
- 3-4 pelaajan yhteistyö, linjojen välinen pelaaminen
- Aktiivinen ja nopea pallollinen pelaaminen (tila / aika)
- Havaintoanalyysi / päätösketjuja
- Äänen käyttö ja puhuminen kentällä
- Taktinen (joukkueetaso)
- Joukkueena pelaaminen / pelitapa
- Pelipaikkakohtaiset tehtävät, oma paras rooli osana joukkuetta

Fyysinen

- Oheisharjoittelu / terveenä ja kunnossa pysyminen
- Voimaharjoittelun järkevä hyödyntäminen osana oheisharjoittelua
- Terveelliset elämäntavat

PI6-P20

Sosiaalinen / psyykkinen:

- Joukkue toimii esimerkkinä nuoremmille
- Joukkueen vahva me-henki ja joukkueelaisten kannattelu
- Koulun ja opiskelun / kasvun tarkka huomiointi

Teknis-taktinen (yksilön ja osajoukon toiminta)

- Tempopelit, pelinopeus
- Sisäiset ratkaisumallit
- Äänen käyttö ja puhuminen kentällä
- Linjojen läpi pelaaminen
- Pelipaikkakohtaiset harjoitukset
- Taktinen (joukkueetaso)
- Tunnistettava pelitapa (hyökätessä / puolustettaessa)
- Pelitavan sisäistäminen pelipaikkakohtaisesti
- Joukkueena reagointi pelin sisällä
- Tulokset / otteluiden ratkaiseminen

Fyysinen

- Voiman ja nopeuden tarkoituksenmukainen harjoittelu
- Levon ja rasituksen suhde
- Lihashuolto
- Urheilijan elämäntavat



Pallokoulu

Kun toimit alkavan pallokoulun valmentajana, tärkeintä on, että:

- Pelaajat tulevat innostuneina treeneihin ja lähtevät innostuneina
- Treenien rakenne on yksinkertainen ja kaikille selkeä
- Kommunikointi / äänen käyttö ja puhuminen pelikentällä opetellaan varhaisessa vaiheessa
- Keskitytään jalkapallon perustaitoihin
- Pallokosketuksia tulee paljon
- Harjoitteet ovat vahvasti pelinomaisia
- Lasten väliset konfliktitilanteet ratkaistaan aktiivisesti ja keskustellen.
- Jokainen pelaaja saa onnistumisen kokemuksia

-KEHU, KANNUSTA, KIITÄ!

Aikuisjoukkueet

TKT:n keskeinen arvo liikunta kaikissa ikäryhmissä. Seurassa toimii eritasoisia aikuisjoukkueita jalkapallossa ja futsalissa.

- Edustusjoukkueet
- Kilpailullinen lähtökohta
- Tuloksellinen menestyminen
- Sitoutuminen joukkueen toimintaan
- Heittäytyminen lajille

- Harrastejoukkueet
- Liikunnallinen elämäntapa
- Sosiaalinen harrastus
- Perheen yhteinen harrastus





Missio: "SPORTTIA JA SPIRITTIÄ KOKO PERHEELLE"

Visio ja toiminta-ajatus

TKT Jalkapallon tavoitteena on olla merkittävä **koko perheen urheiluseura** Tampereella.

Harjoittelu on tavoitteellista, mutta meille urheilu on muutakin kuin tuloksia. Tarjoamme **luontevan pelaajapolun** omien joukkueiden ja seurayhteistyön kautta harrasteliikunnasta aina lajin korkeimmalle huipulle saakka.

Seuran toimihenkilöt, lasten vanhemmat ja muut aikuiset ovat mukana luomassa **liikunnallista elämäntapaa**, joka tukee lasten terveyttä. Vanhemman 4K-sääntö: kuljeta, kustanna, kannusta, kuntoile. Kannustamme aikuisia osallistumaan seuran aikuisten harrasteryhmiin ja omaehtoiseen liikuntaan esimerkiksi seuran harjoituskeskuksessa tai lasten harjoitusten yhteydessä.

Panostamme alueellisesti **kestävään lähiliikuntaan**, jota tuemme myös oman harjoituskeskuksen Ensilän aktiivisella käytöllä.

Matkalla parempaan

Toiminta- ja valmennuslinja kompassina

Vanhemmat mukaan liikkumaan

Taloudellinen periaateohjelma

Laadukas viestintä näyteikkunana

Onnistumisen avaimet

- Yleiset toimintatavat ja -ohjeet kootaan helposti saataville ja hyväksi havaitut käytännöt ovat kaikkien toteutettavissa
- Valmennuslinja tukemaan valmentajien ja joukkueiden toimintaa

- TKT:ssa harrastetaan koko perheen voimin
- Aikuisten harrasteryhmät
- Ensilän hyödyntäminen oma-toimiliikunnassa
- Kuntoliikuntaan kannustaminen ja verkostoituminen

- Taloudelliset realiteetit ja arvovalinnat on avattu harrastajille
- Joukkueet saavat tukea oman budjetointinsa tekemiseen
- Varainhankinnan mahdollisuuksista laadittu yleisohjeet.

- Seuran nykyisten ja mahdollisesti uusien viestintä- sekä somekanavien tehokas ja tarkoituksenmukainen käyttö
- Yhteiset pelisäännöt viestintään

Arvostamme: TASA-ARVOA, YHDESSÄ TEKEMISTÄ & ERILAISUUTTA