

# **Joensuun Kataja Voimistelijaosto**

## **Toimintakäsikirja**

Päivitys: 13.6.2021\*

\*Toimintakäsikirja on jatkuvasti päivitettävä dokumentti

## 1. Yleistä

### 1.1. Toiminnan tarkoitus

Joensuun Katajan voimistelujaoston toiminta-ajatuksena on tarjota monipuolista ja laadukasta harraste- ja kilpavoimistelua. Jaosto järjestää telinevoimistelun, TeamGymin, kilpa-aerobicin, joukkuevoimistelun ja tanssillisen voimistelun harrasteohjausta ja kilpavalmennusta sekä cheerleadingin, erilaisten voimistelukonseptien ja monilajista harrastetoimintaa. Voimistelujaosto järjestää myös tapahtumia, leirejä ja kilpailuja.

### 1.2. Visio 2030

Voimistelu Kataja on arvostettu jaosto, joka tarjoaa laadukasta harraste- ja kilpavoimistelua ja edistää voimistelun olosuhteita.

### 1.3. Arvot

#### 1. Tasa-arvoisuus

Voimistelutarjontamme on monipuolista ja kohtuuhintaista. Jokainen harrastaja on tärkeä. Pyrimme tarjoamaan jokaiselle sopivan ryhmän harrastaa liikkujan taito- ja ikätason huomioiden. Toimimme tasapuolisesti eri harrastajaryhmiä ja lajeja kohtaan. Jaoston työntekijöitä arvostetaan ja heillä on mahdollisuus vaikuttaa seuran toiminnan suunnitteluun.

#### 2. Laadukkuus

Joensuun Katajan voimistelujaosto on hyvä työpaikka ja työilmapiiri on kannustava. Voimistelujaostossa on ammattitaitoiset ohjaajat ja valmentajat, ja heitä koulutetaan jatkuvasti. Jaosto pyrkii järjestämään laadukkaat voimistelutilat ja -välineet. Jaostoa johdetaan huolellisesti huomioiden jäsenten tarpeet.

#### 3. Avoimuus

Ylläpidämme avointa keskusteluyhteyttä kaikkien jaoston toiminnassa mukana olevien kesken. Jaoston tiedottaminen on avointa, ajantasaista ja toteutetaan kohderyhmille sopivilla viestintäkanavilla. Jokainen harrastaja on tervetullut jaoston toimintaan.

#### 4. Tavoitteellisuus

Toiminnassa on tärkeää liikkumisen ilo ja hyvinvoinnin edistäminen. Joensuun Katajan voimistelujaosto on innovatiivinen ja kehittyvä jaosto. Haluamme saada jaostomme voimistelijat ja muut toimijat pysymään pitkään mukana toiminnassa. Tarjoamme jokaiselle mahdollisuuden kehittää itseään taitotasosta riippumatta. Kilpailevissa ryhmissä tavoittelemme vastuullisesti kilpailumenestystä.

### 1.4. Voimistelujaoston eettiset linjaukset

Urheiluyhteisön Reilun Pelin ihanteet ja tavoitteet on koko urheiluyhteisöä sitova eettinen ohjeisto ja vastuullisuustyön perusta. Se sisältää viisi pääperiaatetta:

- jokaisen tasavertainen mahdollisuus liikuntaan ja urheiluun

- vastuu kasvatuksesta
- terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen
- rehellisyys ja oikeudenmukaisuus
- luonnon kunnioittaminen ja kestävään kehitykseen pyrkiminen.

Miten seura linjaa eettisen toiminnan ja miten se otetaan huomioon jokapäiväisessä toiminnassa? Olympiakomitea on tehnyt urheiluyhteisöjä koskevan vastuullisuusohjelman. Ohjelmaan kannattaa tutustua ja peilata oman seuran toimintaa sen periaatteisiin.

Olympiakomitea: Urheiluyhteisön vastuullisuusohjelma 2020–2024

## 2. Voimistelujaoston strategia

Perustehtävä ja visio muodostavat yhdessä pohjan seuran strategialle. Strategia määrittelee, miten organisaatio toteuttaa perustehtävänsä. Strategia tarkoittaa päämäärät, valinnat ja suunnitelmat vision saavuttamiseksi. Strategiassa on hyvä huomioida esimerkiksi kasvatukselliset, urheilulliset ja taloudelliset tavoitteet. Strategiassa mietitään mihin ihmisten osaamista, aikaa sekä rahaa käytetään. On tärkeää miettiä mitä jätetään tekemättä, jotta saadaan tehokkaasti edistettyä haluttuja asioita tulevina vuosina.

Strategiaan kirjataan:

- Mitä halutaan tehdä?
- Miten tehdään?
- Kuka tekee?
- Millä aikataululla?
- Mitä resursseja toteutus vaatii? (raha ja ihmiset).

Tarkka suunnitelma helpottaa johtamista ja toimintaa. Strategia on hyvä pitää mukana kuukausittaisessa johtokuntatyöskentelyssä.

Sisältöä:

- Toimivat tilat: Sirkkala-sali 2023
- Uudistunut organisaatio
- 

## 3. Säännöt

Toiminnassa noudatetaan Joensuun Kataja ry:n sääntöjä (vahvistettu 31.12.1999), Joensuun Kataja ry:n johtosääntöä, talousohjesääntöä ja asiakirjaa Jaostoja koskevien sopimusten hyväksyntä ja nimenkirjoitukset (20.6.2017).

## 4. Voimistelujaoston talous

### 4.1. Talousohje

Täytetään tänne kun valmistuu

## Varainhankinta

Johtokunta, yhteistyössä lasten ja nuorten vanhempien kanssa, voi ottaa vastaan lahjoituksia, solmia sponsorisopimuksia, anoa valmentajastipendejä, järjestää arpajaisia ja myyjäisiä tai toteuttaa muuta johtokunnan hyväksymää varainhankintaa. Ryhmien tai joukkueiden keräämät varat ohjataan pääasiassa sen ryhmän toimintaan, joka varat on hankkinut. Jaoston järjestämän varainhankinnan ja tilaisuuksien tuotot jää jaostolle.

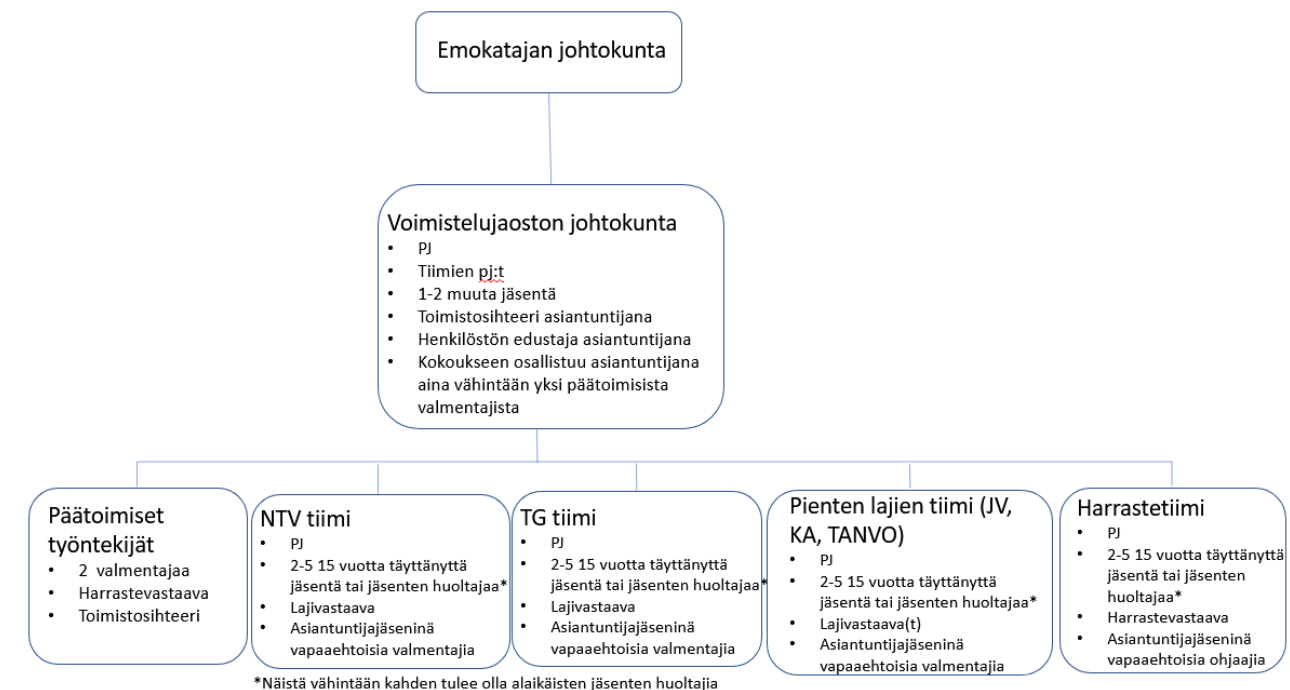
## 4.2. Ohjaajien ja valmentajien palkkausjärjestelmä

Ohjaajalle maksetaan työsopimuksen mukainen palkkio. Maksettavan ohjauspalkkion suuruuteen vaikuttavat ohjaajan koulutus, ohjaajakokemus sekä ohjausrooli ryhmässä. Ohjaajapalkkion maksamisen ehtona on, että palkanmaksua varten toimitettavat asiakirjat ovat saapuneet ajallaan palkanmaksajalle.

Palkkataulukko on työsopimuksen liitteenä.

## 5. Organisaatio ja tehtävät

### 5.1. Organisaatiokaavio



### 5.2. Tehtävät

#### Katajan johtokunta

- Seuratason säännöt ja ohjeistukset
- Talousseuranta
- Työterveyshuolto

- Toimistotilat
- Kirjanpito, talouspalvelut

Seuraavat jaostojen sopimukset vaativat Joensuun Kataja ry:n sääntöjen mukaisen seuran nimen kirjoituksen:

- Toistaiseksi voimassa olevat vakituiset työsopimukset
- Yli yhden vuoden pituiset määräaikaiset työsopimukset
- Sopimukset, joissa sitoudutaan taloudellisesti merkittäviin vastuisiin (yli 3000€)
- Viranomaisasioihin liittyvät sopimukset:
  - Veroasiat
  - Taloudellisesti merkittävien tapahtumien järjestäminen
  - Rahoitushakemukset esim. seuraturkihakemukset
- Urheilujärjestöille ja -liitoille seuran nimissä tehtävät selvitykset/ilmoitukset

### **Voimistelijaoston johtokunta**

Jaoston johtokunta koostuu puheenjohtajasta, tiimien puheenjohtajista ja 1-2 muusta johtokunnan jäsenestä. Johtokunnan jäsenistä valitaan varapuheenjohtaja, sihteeri ja laatuvaastaava. Jaoston johtokunnan jäsenistä vähintään yli puolet on 15 vuotta täyttäneitä jäseniä tai jäsenten huoltajia. Tiimien puheenjohtajat voivat toimia myös tähtiseuravaastaavana, varapuheenjohtajana, talousvaastaavana ja viestintävaastaavana. Johtokunnan kokouksiin asiantuntijana aina vähintään yksi päätoimisista valmentajista ja toimistosihteeristä. Heidän lisäksi sivutoiminen henkilöstön edustaja voi osallistua kokouksiin asiantuntijajäsenenä.

Johtokunta kokoontuu noin 10 kertaa vuodessa kasvokkain tai etäkokouksessa. Jaoston johtokunta kutsutaan koolle vähintään kolme päivää ennen kokousta puheenjohtajan parhaaksi katsomalla tavalla siten, että kaikki jäsenet saavat tiedon kokouksesta. Jaosto voi kokoontua myös lyhyemmällä varoitusajalla, mikäli kaikki johtokunnan jäsenet tämän ja tehdyt päätökset yksimielisesti hyväksyvät. Johtokunta on päätösvaltainen, kun paikalla on vähintään 3 johtokunnan jäsentä, joista yksi on puheenjohtaja tai sihteeri.

Tehtäviä:

- Valvoa, että seuran kokousten päätökset toteutuvat
- Jaoston yhteisistä asioista päättäminen: toimintaohjesääntö, talousohjesääntö
- Kausimaksuista päättäminen
- Palkkataulukosta päättäminen
- Budjetti ja talouden seuranta
- Toimintasuunnitelman kokoaminen ja hyväksyminen
- Hankinnat
- Työsopimusten sisältö
- Toiminnan kehittäminen: tähtiseurastatus ja yhteiset palvelut (esim. järjestelmät)
- Ulkopuoliset haut
- Yhteisistä koulutuksista päättäminen
- Näytöksistä päättäminen
- Avustusten myöntäminen
- Epäasiallisen käytöksen käsittely, jos ei ratkea tiimeissä

- Valmentajakoulutukseen osallistumisesta päättäminen (maksut)
- Seura-asuista päättäminen
- Sponsorisopimusten hyväksyminen
- Jaostoa koskeva viestintä/tiedottaminen
- Pitää jäsenluetteloa

### **Voimistelujaoston puheenjohtaja**

- Edustaa voimistelujaostoa Katajan johtokunnassa.
- Hyväksyy laskut
- Kutsuu jaoston johtokunnan kokoukset koolle ja laatii asialistan, ellei tapauskohtaisesti muuta sovita.
- Toimii voimistelujaoston työntekijöiden esimiehenä, ellei toisin sovita tai Joensuun Katajan johtokunnan toimesta määrätä.
- Johtaa ja valvoo johtokunnan työskentelyä
- Johtaa ja valvoo tehtyjen päätösten toteuttamista

Jaostoja koskevien sopimusten laatimisesta ja niiden sisällöstä vastaa kunkin jaoston puheenjohtaja/toiminnanjohtaja. Jaoston puheenjohtaja voi hyväksyä ja allekirjoittaa sopimuksia joissa ei synny merkittäviä vastuita Joensuun Kataja ry:lle. Tällaisia sopimuksia ovat mm:

- a) Määräaikaiset (alle yksi vuosi) olevat työsopimukset
- b) Normaaliit jaostolle saadut tukisopimukset, jotka eivät sisällä merkittäviä kustannuksia aiheuttavia velvoitteita Joensuun Katajalle
- c) Jaoston normaaliin omaan urheilutoimintaan liittyvät sopimukset

### **Lajitiimit**

Lajitiimi koostuu puheenjohtajasta, lajivastaavasta sekä 2-5 15 vuotta täyttäneestä jäsenestä tai jäsenten huoltajasta, joista vähintään kahden tulee olla alaikäisten jäsenten huoltajia. Vapaaehtoiset valmentajat voivat toimia asiantuntijajäseninä lajitiimissä.

Tiimit kokoontuvat 10-15 kertaa vuodessa kasvokkain tai etäkokouksessa.

Tehtäviä:

- Lajien/harrasteryhmien käytännön toiminnasta päättäminen ja niiden ongelmien ratkaiseminen
- Sovittujen asioiden valmisteleminen jaoston kokouksiin
- Lajin toiminnan kehittäminen
- Ryhmistä ja joukkueista päättäminen: mitä ryhmiä, mille ikäluokalle, ryhmäsiirrot (ehdotus lajivastaavilta)
- Lajin toimintasuunnitelman tekeminen
- Lajin talousarvion tekeminen yhdessä toimistosihteerin kanssa
- Valmentajien työsopimusten sisältöjen määrittäminen
- Kauden aloituskokouksen pitäminen
- Valmentajien tuntilaskujen tarkistaminen (vastuu lajitiimien puheenjohtajat)
- Laskujen asiataarkastus
- Kilpailusuunnitelman ja itse järjestettävien kilpailujen (hakemisen) hyväksyminen

- Lajin sisäinen viestintä (sposti, jäsenjärjestelmä, netti, some)
- Voi olla jäsenenä myös valmentajia/ohjaajia vapaaehtoisena
- Puheenjohtajana tai lajitiimin äänivaltaisena jäsenenä ei voi toimia työsuhteessa oleva valmentaja

### **Toimistos sihteeri**

- Laskutus
- Maksujen seuranta, tarvittaessa maksumuistutukset + viestiminen harjoittelun keskeytyksestä valmentajalle
- Laskujen muutosten tallentaminen järjestelmään
- Laskujen lähettäminen oikealle henkilölle hyväksyttäväksi
- Budjetin koostaminen, talousseuranta
- Palkanmaksu
- Jäsentietojärjestelmän ylläpito, ryhmien luominen ilmoittautumisjärjestelmään
- Ohjaaja-avustusten haku
- Seuran spostin seuranta ja viestien jakaminen oikealle taholle
- Seuran tilaisuuksien organisoinnissa auttaminen, talkoolaisten koordinointi
- Kisamajoitusten ja -kyytien varaaminen
- Työterveysyhteyshenkilö
- Työsuojeluvaltuutettu
- Päivittäistavaroiden osto
- Seura-asujen hankinta ja jakelun organisointi
- Jaoston yhteisten tilaisuuksien tilavaraukset
- Jaoston materiaalipankin ylläpito
- Jäsenmäärätilastot Voimisteluliitolle ja kaupungille
- Työsopimusten ja työtodistusten + muiden todistusten valmistelu (työtodistusten allekirjoittaminen jaoston puheenjohtaja)

### **Päätoimiset valmentajat**

- Toiminnan suunnittelu
- Lajin toiminnan koordinointi, ongelmien ratkaisu tai niiden tuominen lajitiimiin
- Some-viestintä, media
- Salivuorojen haku
- Salivuorojen jakaminen lajeille ja ryhmille (salikartta)
- Sisäisten valmentajakoulutusten suunnittelu ja toteutus
- Valmennuslinjat
- Valmentajaviestintä
- Salivuorojen peruutusten seuranta ja korvaavat vuorot
- Valmentajien mentoriverkosto
- Valmentaminen
- Sähköpostit lajivastuittain
- Uusien työntekijöiden perehdyttäminen

### **Lajivastaavien esimies** (yksi päätoimisista valmentajista)

- Lajivastaavien esimies jokapäiväiseen valmennukseen liittyvissä asioissa
- Lajivastaavien tuki ongelmatilanteissa

- Seuran lajien tasapainoisen toiminnan ja kohtelun seuranta

### **Lajivastaavat** (= syksyllä 2021 päätoimiset valmentajat)

- Lajin toiminnan kehittäminen
- Valmentajien osaamistason kehittäminen (ehdotukset lajitiimille ja päätoimisille koulutusten suunnittelua varten)
- Kilpailujen ja niiden matkajärjestelyjen koordinointi
- Lajin ongelmien tuominen lajitiimin tietoon
- Ehdotuksen tekeminen lajitiimille ryhmistä ja joukkueista: mitä ryhmiä, mille ikäluokalle, ryhmäsiirrot
- Toive harjoitusajoista ja saleista päätoimisille valmentajille
- Koosteet voimistelijoilta edelleen laskutettavista kustannuksista?
- lajin valmentajien yhteyshenkilö ja viestinviejä/-tuoja akselilla lajitiimi - päätoimiset valmentajat - lajin ohjaajat?
- kilpailujen tuloksista ym. ilmoittaminen paikallismedialle tai delegointi muille valmentajille
- SOME-viestintävastuu

### **Ohjaajat**

Ohjaajat kohtelevat ohjattavia lapsia ja nuoria tasapuolisesti jaoston toimintaperiaatteita noudattaen. Ohjaaja perehtyy huolellisesti ohjaajan käsikirjaan. Ohjaaja laatii ryhmälleen kausisuunnitelman. Ohjaajat toimittavat ajallaan tuntilistat ohjeiden mukaisesti. Ohjaajat tarkistavat jäsenrekisteristä ryhmään osallistuvat ja ilmoittavat muutoksista johtokunnalle.

## **6. Voimistelujaoston toiminta**

### **6.1. Vuosikello**

#### **Toukokuu**

- Kesäkauden ryhmien & ilmoittautumisen tekeminen jäsentietojärjestelmään
- Harrasteryhmien kausi päättyy xx.5.
- Vuosikokous
- Jaostojen johtokuntien jäsenten vahvistaminen seuraavalle kaksivuotiskaudelle
- Lajijaostojen jäsenten vahvistaminen
- Ohjaajien rekrytointi-ilmoitus
- Tilinpäätöksen valmistelu
- Toimintakertomuksen tekeminen

#### **Kesäkuu**

- Kaupungin ohjaaja-avustuksen haku
- Toimintavuoden syys- ja kevätkauden kestosta päättäminen
- Yhteisistä syksyn markkinointitoimenpiteistä päättäminen
- Voimistelupäivät
- Johtokunnan järjestäytyminen

#### **Heinäkuu**



- 

#### Elokuu

- Syyskauden ryhmien ja ilmoittautumisen tekeminen jäsentietojärjestelmään
- Vuosikellojen päivitys
- Lehti-ilmoitus, syyskauden markkinointi
- Harrasteryhmien syyskausi alkaa viikolla xx

#### Syyskuu

- Voimisteluviikko vko 36
- Seurapaitapäivä
- Kehittämisen painopistealueiden toiminnan suunnittelu
- Talousohjesäännön päivitys
- Johtokunnan toimintakäsikirjan päivitys
- Tilinkäyttöoikeuden ja pankkikortin omaavien tarkistus

#### Lokakuu

- Toimintavuoden jäsenten hyväksyminen
- Liikuntakasvatussäätiön avustuksen haku
- Pokalin seura-aamiainen

#### Marraskuu

- Voimisteluliiton vuosikokous
- Kaupungin koulutusavustusten haku

#### Joulukuu

- Kevätkauden markkinointi
- Kaupungin ohjaaja-avustusten haku
- Kevätkauden teko jäsentietojärjestelmään
- Kevätkauden ilmoittautumisen avautuminen
- Lehti- ilmoituksen suunnittelu
- Mahdollinen seuratuon haku
- Harrasteryhmien kausi päättyy xx.xx.

#### Tammikuu

- Lehti-ilmoitus
- Harrasteryhmien kausi alkaa xx.1
- Voimisteluliiton vuositilasto

#### Helmikuu

- Kauden 202x-202x jäsenten hyväksyminen

#### Maaliskuu

- 

#### Huhtikuu

- Budjetin ja toimintasuunnitelman tekeminen
- Palautekyselyt
- Rekrytointi syksylle (johtokunta, lajitiimit)
- 

## 6.2. Viestintä

Voimistelijaoston virallisesta viestinnästä ulospäin vastaa pääasiassa seuran puheenjohtaja. Päivittäisistä ja tapahtumaviestinnästä vastaavat päätoimiset työntekijät (internet-sivut, Facebook ja Instagram). Sisältöä em. kanaville tuottavat xx. Ryhmien / joukkueiden omia viestintäkanavia koskee samat ohjeistukset ja linjaukset kuin seurankin kanavia. Seurajohtolla on oikeus tarvittaessa puuttua ryhmien /joukkueiden omaan viestintään. Asiattomat tai SOME-kanaville kuulumattomat viestit poistetaan mahdollisimman pian seuran SOME-kanavan ylläpitäjän toimesta.

Sisäisen viestinnän pääasialliset viestintäkanavat ovat jäsenrekisterin kautta tai seuran tililtä lähetettävä sähköposti ja whatsapp-ryhmät. Koko seuran jäsenistölle lähetetään seuraviesti sähköpostilla 2 kertaa vuodessa (vastuu puheenjohtaja). Lajien viestinnästä vastaavat lajitiimit ja lajivastaavat.

Lajitiimien, joukkueiden ja ryhmien asioista viestitetään myös niiden Whatsapp-ryhmissä. Vain muutamaa henkilöä koskettavat asiat tulee viestiä suoraan niiden kesken, joita asia koskettaa. Vastuu viestittelyn sisällöstä on aina jokaisella käyttäjällä itsellään. Lähtökohtaisesti kaikki Whatsapp-keskustelut ovat ryhmän sisäisiä ja luottamuksellisia, eikä asioita saa ilman lupaa jakaa ryhmän ulkopuolelle.

## **SOME-viestinnän säännöt**

Voimistelijaostossa SOME-viestintä kuuluu kaikille heidän omien SOME-kanavien kautta. Voimistelijat, työntekijät ja vapaaehtoiset levittävät omaa tarinaansa voimistelijaoston toiminnasta.

Ohjeita seuran työntekijöille ja vapaaehtoistoimijoille – miten toimin omassa ja seuran sosiaalisessa mediassa:

1. Seuran ja lajitiimien käytössä olevat sosiaalisen median palvelut ovat Facebook ja Instagram.
2. Voimisteliijoille ja valmentajille tehdään omat sosiaalisen median ohjeet.
3. Jos mainitset somen henkilöprofiilissasi Joensuun Katajan työnantajanasasi, esiinnyt tällöin vähintäänkin seuran epävirallisena edustajana. Käyttäydy somessa sen mukaisesti.
4. Henkilökohtaisessa SOMEssa voi yhteisistä asioista kertoa vasta, kun asioista on ensin tiedottanut valmentaja/seura.
5. Jokaisella on oikeus yksityisyyteen. Kilpailevien voimistelijoiden kuvien julkaisemiseen on kysytty lupa kauden alussa. Harrastajien kuvien julkaisemiseen on kysyttävä erikseen lupa, jos kuvaa ei ole otettu julkisessa tilaisuudessa. Alaikäisten nimiä ei tule esittää, jos ei ole aivan välttämätöntä.
6. Valokuvat ja videot tulee olla hyvän maun mukaisia. Pääsääntöisesti epäonnistumisista otettuja kuvia ja videoita ei tule esittää.
7. Päivityksissä ei kuulu arvostella muiden tai oman joukkueen/seuran jäseniä, kisojen järjestäjiä, toimitsijoita ja tuomareita. Palautteelle on olemassa yksityiset kanavat.
8. Joukkueella, ryhmällä tai seuralla voi olla yhteistyökumppaneita, joiden satsausta toimintaan tulee kunnioittaa. Sosiaalisessa mediassa ei kannata ottaa kantaa kumppaneita vastaan tai räikeästi ajaa kilpailevien yritysten asiaa.

### 6.3. Kriisiviestintä

Mahdollisessa kriisitilanteessa kaikki johtokunnan ja lajitiimien jäsenet ja valmentajat/ohjaajat ovat velvoitettuja ilmoittamaan tilanteesta mahdollisimman nopeasti joko lajitiimin puheenjohtajalle tai seuran puheenjohtajalle. Kriisitilanteita voivat olla esimerkiksi vakavat henkilöonnettomuudet, tulipalot, varkaudet, pahoinpitelyt, häirintä, ilkivalta, väärinkäytökset, väärät huhut tai uutiset, taitamaton viestintä, julkiset reklamaatiot, syömishäiriöt ja doping.

Jos kyseessä on selkeästi lajin sisäisellä kriisiviestinnällä hoidettava asia, lajitiimin puheenjohtaja vastaa viestinnästä jaoston viestintävastaavan ja mahdollisesti päätoimisten valmentajien avulla.

Jos asia koskettaa koko seuraa, voi aiheuttaa mainehaittaa seuralle tai vaatii seuran ulkopuolista viestintää, viestinnästä vastaa seuran puheenjohtaja jaoston puheenjohtajien ja viestintävastaavien avustuksella. Seuran puheenjohtaja vastaa ulkoisesta mediatyöstä kriisitilanteessa ja yrittää korjata mahdolliset väärinymmärrykset mahdollisimman nopeasti. Puheenjohtaja tiedottaa jäsenistöä kriisitilanteesta ja sen ratkaisusta tilanteen mukaan.

### 6.4. Ongelmanratkaisupolku

Kaikki johtokunnan ja lajitiimien tietoon tulevat ongelmatilanteet käsitellään luottamuksella kuunnellen ongelman kaikkia osapuolia. Alaikäisten kohdalla ohjaaja tai seuratoimija ottaa yhteyttä kotiin ja keskustelee vanhemman kanssa tilanteesta.

Ensisijaisesti ongelmasta ilmoitetaan ryhmän tai joukkueen valmentajalle/ohjaajalle. Jos ongelma ei ratkea tai jostain syystä häneen ei voida olla yhteydessä, tulee ottaa yhteyttä lajitiimin puheenjohtajaan (tähän osoitteet). Jos ongelma ei ratkea lajitiimissä, pyydetään jaoston puheenjohtaja mukaan ongelman käsittelyyn. Asioita ei käsitellä ulkopuolisten kuullen eikä lasten kuullen salilla.

Joensuun Katajan voimistelujaosto ei hyväksy minkäänlaista häirintää tai epäasiallista kohtelua omassa toiminnassaan. Kohdatessasi tai havaitessasi epäasiallista käytöstä seurassamme, toimi näin:

- Ilmoita selkeästi ja yksiselitteisesti epäasiallisesti kohtelevalle henkilölle, ettet hyväksy hänen toimintaansa ja vaadi sen lopettamista.
- Kirjaa muistiin tapahtuma-aika ja -paikka sekä se, mitä tapahtui ja keitä oli läsnä.
- Ota yhteys tai jätä soittopyyntö **XX:lle: sposti-osoite** tai tule käymään Joensuun Katajan toimistolla päivystysaikaan **xx klo xx-xx. XX** päättää tapauskohtaisesti jatkotoimenpiteistä: selvittää itse asiaa, tai vie hoidettavaksi joko jaoston johtokunnassa tai lajitiimissä.

Voit ottaa yhteyttä myös valtakunnalliseen Et ole yksin -palveluun: <https://etoleyksin.fi/>

### 6.5. Koulutustoiminta

Valmentajien ja ohjaajien lisäksi on tärkeää huomioida myös hallitusten jäsenten, vapaaehtoistoimijoiden, tuomareiden ja muiden toimihenkilöiden kouluttautuminen. Selkeä koulutuspolku voi motivoida tulemaan mukaan seuran toimintaan. Koulutustoiminnan puitteissa olisi hyvä miettiä vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

- Miksi seura haluaa kouluttaa toimijoitaan?
- Millaista sisäistä koulutusta seura järjestää?
- Miten hyödynnetään aluejärjestöjen ja lajiliiton koulutuksia?
- Miten kouluttautuminen kustannetaan?
- Millä perusteella toimijat pääsevät koulutuksiin?

Selkeä suunnitelma ensiapukoulutuksen järjestämiselle.

## 6.6. Toiminnan arviointi

Jotta seuran toimintaa voidaan kehittää, on toimintaa arvioitava säännöllisesti. Arvioitavia osa-alueita voivat olla muun muassa jäsenten ja harrastajien tyytyväisyys, valmentajien ja ohjaajien tyytyväisyys, urheilullinen menestys, seuratoiminnan kehittyminen ja sidosryhmäyhteistyö. Seura määrittää mitä eri osa-alueita arvioidaan, miten usein arviointeja tehdään, mitä kanavia arviointeihin käytetään ja kenen vastuulla arvioiden toteutuminen on. Myös vuosikellossa on merkittynä, milloin vuosittainen toiminnan arviointi tapahtuu. Toimintakäsikirjassa tulee näkyä miten toiminnan arvioinnista ja kehittämisestä tullaan tiedottamaan sisäisesti ja ulkoisesti.

## 6.7. Tähtiseura-statusen hakeminen

Tavoite, ml. Tähtiseuravastaava

## 7. Urheilutoiminta eli valmennuksen linjaus

### 7.1. Toimintaperiaatteet

Seuran arvot ja eettiset linjaukset toimivat valmennuslinjausten pohjana. Arvoja ja linjauksia voidaan tarkentaa valmennustoiminnassa siten, että ne ohjaavat valmentajien päivittäistä toimintaa.

- Millaisten periaatteiden mukaan toimitaan ja tehdään valintoja erilaisissa tilanteissa?
- Mikä on valmentajan rooli ja vastuu?
- Mitkä ovat seuran valmennuksen tavoitteet?
- Miten turvallisuusasiat on huomioitu?

Seuran hallitus määrittelee koko seuraa koskevat yhteiset toimintaperiaatteet, jotka läpileikkaavat kaikki seuran ryhmät ja joukkueet. Periaatteista kannattaa määritellä:

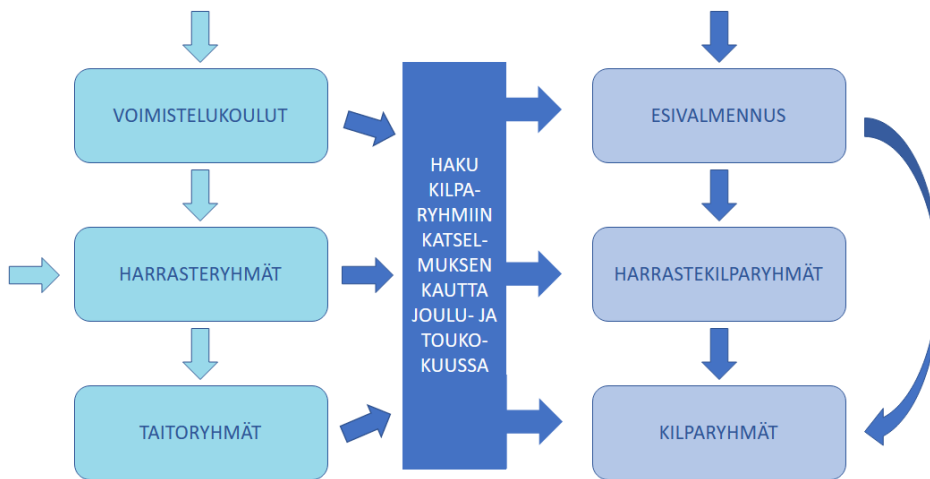
- kaikkia joukkueita koskevat yhteiset pelisäännöt ja eettiset linjaukset
- toimintaohje uuden harrastajan aloittaessa
- toimintaohje harrastajan lopettaessa

- harrastamisen hinnoittelu
- ryhmien ja joukkueiden valmentajavalinnat
- laji- ja oheisharjoitteluun liittyvät määrät
- harjoitusvuorojen jakaminen

## 7.2. Harrastajan polku

Harrastajan polku on kuvaus siitä, miten harrastaja voi edetä lajissa.

- Mitä erilaisia harrastusmahdollisuuksia seuralta löytyy?
- Millaisia sisältöjä, osaamistavoitteita, harjoitus- ja kilpailumääriä missäkin ikävaiheessa on?
- Millä periaatteella ryhmästä toiseen edetään?
- Muodostetaanko ryhmät tai joukkueet ikä- vai taitotason mukaan?
- Mikä on vanhempien rooli missäkin ikävaiheessa?



### Voimistelukoulut

- Voimistelun alkeita monipuolisesti ja laadukkaasti
- Mahdollisuus valita useampi viikkotunti ja laskutus tapahtuu kokonaistuntimäärän mukaan
- Sis. perheliikunta, voimistelukoulut, volttikoulut sekä alkeisryhmät jaettuna lattia- ja telinelajeille
- Pienillä keskitytään motorisiin perustaitoihin, isommilla lajin perusteisiin
- Ryhmissä voi harrastaa useamman vuoden tai jatkaa harrasteryhmiin
- Kilparyhmiin voi hakea osallistumalla taitokatselmukseen joului/toukokuussa

### Harrasteryhmät

- Telinevoimistelun, TeamGymin ja kilpa-aerobicin ryhmiin suositellaan aiempaa kokemusta
- Tanssillisen voimistelun ja cheerleadingin ryhmiin voi osallistua myös uudet harrastajat
- Harjoitukset 1–1,5 t viikossa, voi valita useamman viikkotunnin ja laskutus tapahtuu kokonaistuntimäärän mukaan
- Lajiliikkeiden lisäksi harjoitellaan perusvoimistelutaitoja sekä ominaisuuksia
- Osa ryhmistä kokoontuu heti koulun jälkeen
- Suositellaan useampaa viikkotuntia, mikäli tavoite kilparyhmässä

- Ryhmissä voi jatkaa ikäryhmien mukaisesti tai edetä taitoryhmään
- Kilparyhmiin voi hakea taitokatselmuksen kautta joulu/toukokuussa

#### Taitoryhmät

- Harrasteryhmät voimistelijoille useamman vuoden lajikokemuksella
- Kilparyhmästä voi siirtyä ”jäähdyttelemään”
- Lajikohtaiset vaatimukset
- Ei kilpailullisia tavoitteita
- Ei sitoutumista ja välinehankintoja
- 2 kertaa viikossa 1,5–2 t kerrallaan

#### Esivalmennus

- Kilpasarjoihin tähtäävät valmennusryhmät
- Uusia ryhmiä perustetaan tarpeen ja lajin mukaan 2–3 vuoden välein
- Aloitetaan merkkijärjestelmän alusta ja harjoitellaan tavoitteellisesti kohti kilpailutaitoja
- Harjoitukset 3 kertaa viikossa
- Uusiin ryhmiin voi hakea ilman kokemusta
- Perustamisvaiheessa sekä joulu/toukokuussa taitotestit ryhmään hakijoille

#### Harrastekilparyhmät

- Kilpaillaan harrastesarjoissa, Stara-tapahtumissa sekä alimmissa luokissa
- Sitoudutaan harjoitukseen, hankintoihin ja kilpailuihin kuluineen
- Harjoitukset 3 kertaa viikossa
- Hakeminen taitotestien kautta joulu/toukokuussa tai erikseen sovittuna aikana, aiempaa kokemusta voimistelusta tai tanssista suositellaan

#### Kilparyhmät

- Yksilöt ja joukkueet, joilla tavoitteet kansallisissa kilpailuissa ja/tai maajoukkueetasolla
- Sitoudutaan harjoitukseen, leireihin, hankintoihin ja kilpailuihin kustannuksineen
- Harjoitusmäärät tavoitteiden, iän ja lajin vaatimusten mukainen 3+/vko
- Osallistuminen joukkueen, seuran ja Voimisteluliiton leireille
- Haku pääsääntöisesti katselmuksen kautta tai valmentajan ehdotuksesta

### 7.3. Valmentajan polku

Valmentajan polku on seuran ajatus siitä, miten valmentajat toimivat ja kehittyvät seurassa.

- Millaista kouluttautumista tai osaamista vaaditaan missäkin vaiheessa?
- Millaisia erilaisia valmennusrooleja tai -mahdollisuuksia seurasta löytyy?
- Miten valmentaja voi kehittyä eteenpäin ja kouluttautua seurassa?

### 7.4. Kilpaileminen

Kilpailutapahtumien toimintaa on hyvä linjata, sillä kilpailutilanteet nostattavat vahvoja tunteita. Kun pelisäännöt on mietitty yhdessä etukäteen, niin valmentajan on helpompi toimia kilpailutilanteissa.

- Mitä muita tavoitteita kilpailutapahtumissa on, kuin urheilulliset tavoitteet?
- Miten toimitaan, jos kilpailukokoonpanoa joudutaan valitsemaan? Kuka vastaa valinnoista?
- Mikä on valmentajan rooli kilpailutilanteessa?
- Miten halutaan näkyä seurana ulospäin? Miten suhtaudutaan kilpakumppaneihin, tuomareihin jne.
- Millaista on palautteen anto kilpailutilanteissa ja sen jälkeen?

## 7.5. Kilpailujen järjestäminen

Kuvataan millaisia tapahtumia (ottelut, pelit, turnaukset, kilpailut, näytökset ja muut) seura järjestää säännöllisesti ja vuosittain. Kuka päättää kilpailujen hakemisesta, kuka hakee kilpailut, kuka vastaa organisoinnista? Kirjataan toimintakäsikirjaan tai lisätään sen liitteeksi ohjeet mitä asioita pitää tehdä ennen tapahtumaa, tapahtumapäivänä ja sen jälkeen.

## 8. Turvallisuus voimistelujaostossa

### 8.1. Voimistelujaoston turvallisuusohjeistus

Toiminnassa tulee noudattaa Joensuun Katajan turvallisuussuunnitelmaa (liite x). Valmentajien käsikirjassa on voimistelun ensiapuohjeet.