



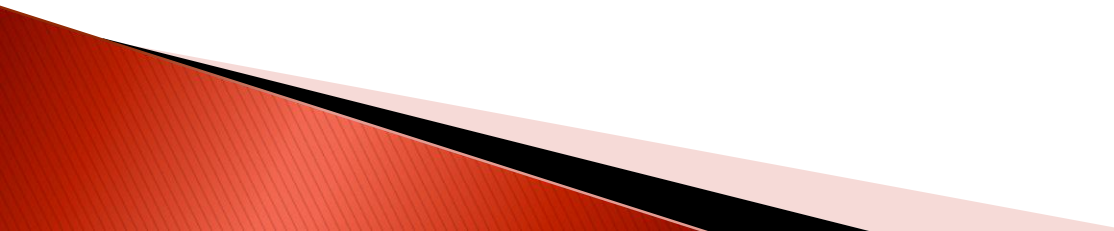
Vanhempainilta

Syksy 2016

TERVETULO!



Sisältö

- ❑ Yleiskatsaus seuran toimintaan
 - ❑ Vanhempien toimintamahdollisuudet
 - ❑ Junioritoiminnan esittely ja toimintatavat
 - ❑ Ajankohtaiset asiat
- 

Viipurin Urheilijat (VU)

- ❑ "Yleisurheilua ajassa perinteitä kunnioittaen"
- ❑ Vuonna 1918 Viipurissa perustettu yleisurheilun erikoisseura
- ❑ Kotipaikka Helsinki
- ❑ Suomen menestyneimpiä yu-seuroja
 - Kalevan malja 7 kertaa
 - Yli 300 Suomen mestaruutta
 - Suomen mestaruuskilpailuissa kolmen parhaan joukkoon yli tuhat kertaa!
- ❑ Suomen Urheiluliiton, Helsyn ja Suomen Aikuisurheiluliiton jäsenseura
- ❑ Sinettiseura

Toiminta

- ❑ Nuorisourheilu
- ❑ Aikuisten kilpaurheilu (Toukokuun kisat, Vuosaaren kisat)
- ❑ Massatapahtumat
 - Klassikot: Länsiväyläjuoksu, Pääkaupunkijuoksu, HCM
- ❑ Henkilöstö
 - Puheenjohtaja Taina Vilén
 - Toiminnanjohtaja Ville Hyvärinen
 - Valmennuspäällikkö Sanna Saarman
 - Tuntipalkkaiset valmentajat ja ohjaajat

Sinettiseura

- ❑ Myönnettiin syksyllä 2012 osoituksena laadukkaasta nuorisotyöstä
- ❑ Valon ja urheilun lajiliittojen yhteinen toimintamalli, joka rakentuu lapsen ja nuoren kasvun ja kehityksen tukemiselle sekä lapsuuden kunnioittamiselle
- ❑ Sinettiseurakriteerit
 - Yhteisöllisyys ja yksilöllisyys
 - Harjoittelemine ja kilpaileminen
 - Ohjaaminen ja valmentaminen
 - Viestintä ja organisointi
- ❑ Sinetti on lupaus laadusta!



Yleisurheilulisenssi

- ❑ Kaikille junnutoimintaan osallistuville ja yu-koulumaksun maksaneille seura hankkii yleisurheilulisenssin
- ❑ Sisältää Ifin tapaturmavakuutuksen
 - Lisenssi, joka on ostettu 1.10.2015 jälkeen ja vakuutus ovat voimassa maksupäivästä 31.12.2016 saakka
- ❑ Spurtti News -lehti 8–13 vuotiaille (1 kpl/perhe, 2003–2008 välisenä aikana syntyneet)
- ❑ Kilpailulupa SUL:n alaisissa kilpailuissa
- ❑ Kilpailukalenteri-ilmoittautuminen
- ❑ Seuran ryhmävakuutus

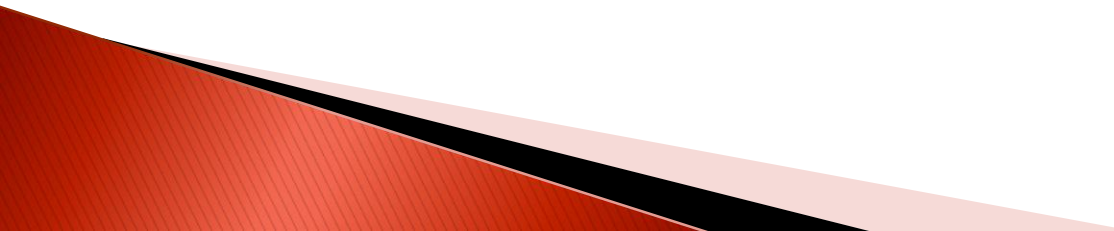
Vanhempaintoiminta

- ❑ Toimia linkkinä seuran ja lasten vanhempien välillä ja saada uusia toimijoita seuraan
 - Kisoihin huoltajia, toimitsijoita, ohjaajia, valmentajia
 - Seura opastaa tehtäviin ja järjestää koulutusta
- ❑ Kuluvin kauden tavoitteena on, että jokaisesta ryhmästä löytyisi vanhempi(a), joka organisoisi oman ryhmänsä vanhempaintoimintaa ->vanhempainjaosto!
- ❑ Seuran talouden kannalta on välttämätöntä, että vanhemmat osallistuvat massatapahtumien järjestämiseen
- ❑ Mikset lähtisi treenien ajaksi vaikkapa lenkille hyvässä seurassa!

Junioritoiminta

- ❑ 5–15-vuotiaiden lasten ja nuorten toiminta
- ❑ Ryhmäjaottelu: aloittavat, jatkavat ja kilparyhmät
 - Viikoittaiset harjoitukset
 - Seurakisat
 - Muut kilpailut
 - Pajulahden leiri keväällä
 - Kesäurheilukoulu
 - Muu yhteinen toiminta
- ❑ Mielekkään harrastuksen lisäksi tavoitteena on myös kasvattaa osasta junnu-urheilijoita kansallisen ja kansainvälisen tason huippu-urheilijoita

Harjoittelemine

- ❑ Monipuolisuus ja perusliikkumistaidot harjoittelun pohjana
 - ❑ Haasteena se, että lasten arkinen perusliikunta on vähentynyt → lasten osaamis- ja kuntotasossa on suuria eroja
 - ❑ Seuraharkkojen lisäksi tarvitaan myös muuta liikuntaa → liikuntaläksyt/omatoimiset harjoitukset
 - ❑ Ohjaajat vastaavat harjoitusten suunnittelusta ja vetämisestä, valmennuspäällikkö seuraa ohjaajien toimintaa
- 

Seuran omat kisat

- ❑ Harjoitusten aikana järjestettävät omat seurakilpailut
 - 2 seurakisaa hallikaudella
 - 2–3 Silja Line seurakisaa kesällä/ulkokaudella
 - Maastajuoksukilpailut
 - Vanhemmat toimitsijoina ja kisojen järjestäjinä
 - Ohjaajat opastavat lämmittelyissä, valmistautumisessa ja tsemppaavat kisaajia
 - Opitaan toimimaan kilpailuissa
- ❑ Rohkeasti kaikki kilpailemaan!

Muut kilpailut

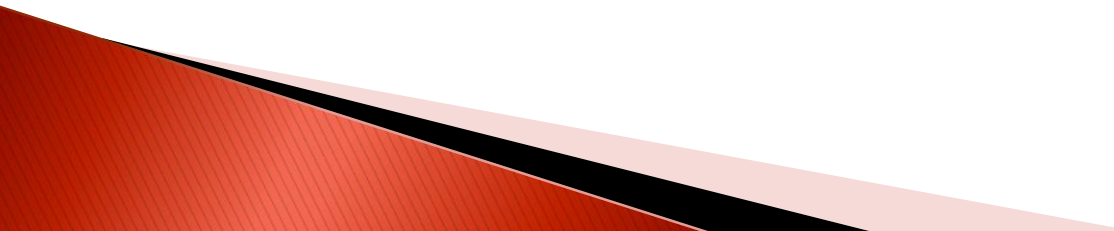
- ❑ Helsyn kilpailut (halliviestit, maastajuoksut, ottelut, viestit, huipentumat)
- ❑ Seura ilmoittaa urheilijat Helsyn kisoihin, muodostaa viestijoukkueet ja maksaa osallistumismaksut
- ❑ Tampere Junior Indoor Games maaliskuussa
- ❑ Vattenfall Seuracup – seura valitsee joukkueen
- ❑ Youth Athletics Games kesäkuussa
- ❑ Omakustanteisesti myös muita kisoja pääkaupunkiseudulla ja muualla
- ❑ Tietoa kisoista: www.kilpailukalenteri.fi

Ryhmien pelisäännöt

□ Junnuryhmissä "reilun pelin" –säännöt

- Tullaan ajoissa harjoitukseen
- Harjoitusvarusteet
- Sovitulla alueella toimiminen
- Toimitaan annettujen harjoitusohjeiden mukaan
- Kurinalaisuus
- Kunnioitetaan muita hallilla olijoita
- Autetaan kaveria
- Annetaan muille harjoittelurauha
- Ja ehdottomasti ei kiusata ketään!

Aikuisten pelisäännöt

- ❑ Tuo lapsesi ajoissa, ”ravittuna” ja oikeat varusteet mukana
 - ❑ Ohjaajille ohjausrauha
 - ❑ Muista, että lasten välillä on eroja ominaisuuksissa, harjoittelutaustassa ja lasten urheilullinen kehitys ei ole suoraviivaista
 - ❑ Älä tuo lastasi harjoitukseen kipeänä/jos on jokin harjoittelua olennaisesti haittaava kipu/vamma
- 

Yhteydenotot

❑ Ryhmän ohjaajaan

- Harjoituksiin liittyvät asiat (harkka-ajat, sisällöt)
- Pidemmät poissaolot harjoituksista (sairaudet, lomamatkat tms.) → nimenhuuto

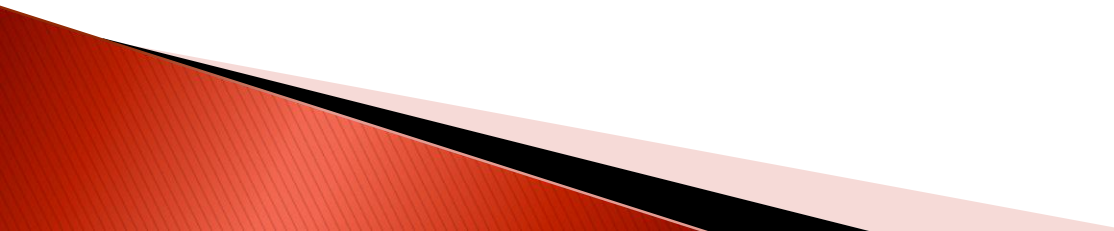
❑ Valmennuspäällikköön

- Junnuryhmiin ilmoittautumiset
- Kausimaksut
- Yhteystietojen muuttuminen
- Suuremmat ongelmatilanteet treeneissä

❑ Toiminnanjohtaja/hallituksen nuorisovastaava

- Seuran yleiset asiat
- Suuremmat ongelmatilanteet treeneissä
- Palautteet ja ideat seuran kehittämiseksi

Tiedottaminen

- ❑ Harjoituksissa
 - ❑ Kuukausittainen junnutiedote
 - ❑ Sähköpostitiedotteet
 - ❑ Nimenhuuto.com
 - ❑ Nettisivut
 - ❑ Facebook
 - ❑ Instagram
- 

Ajankohtaista

- ❑ Yhteystiedot
 - Pidä huoli, että yhteystietosi ovat ajan tasalla, ilmoita mahdollisista muutoksista
- ❑ Urheilukoulumaksut
- ❑ Seuran Noname–vaatetilaus
 - Urheilukoulupaidat
- ❑ Joulujuhla la 17.12 klo 14 –kaikki tervetulleita!
 - ❑ Joulutauko: viimeiset harjoitukset tiistaina 20.12.
kevätkausi jatkuu ti 3.1.2017