



Raision Jumpparien SEURATOUHUKKAAN käsikirja

Sisällys

| | |
|---|----|
| Tervetuloa Raison Jumppareihin | 4 |
| Seuran arvot | 5 |
| Sinun vastuusi | 6 |
| Apuohjaajana | 6 |
| Perustuntien ja valmennusryhmien ohjaajana/valmentajana | 7 |
| Ryhmäliikunnan ohjaajana | 8 |
| Yleisiä ohjeita | 9 |
| Yhteystiedot | 9 |
| Sijaiskäytäntö | 9 |
| Tiedotuskanavat | 10 |
| Treenisalilla | 10 |
| Avaimet | 10 |
| Välineet ja ensiaputarvikkeet | 10 |
| Turvallisuus | 11 |
| Pelisäännöt jaetuille salivuoroille | 11 |
| Mattojen imurointi | 11 |
| Tarrapassit | 11 |
| Kuvauslupa | 12 |
| Kauden kulku | 12 |
| Yleistä kauden kulusta | 12 |
| Katselmukset | 13 |
| Kilpailut | 13 |
| Leirit | 13 |
| Näytös | 13 |
| Koulutukset | 14 |
| Loma-ajat | 14 |
| Työntekijäedut | 14 |
| Seuratuotteet ja palvelut | 14 |
| Rajulan varaus | 14 |

| | |
|---|----|
| Seuratuotteet..... | 15 |
| Seuratoiminnan eri muodot ja roolit | 16 |
| Hallitus..... | 16 |
| Nuorten Hallitus..... | 16 |
| Raju Akatemia..... | 16 |
| Akatemiatutor..... | 17 |
| Jojo | 17 |
| Raho..... | 17 |
| Tuomarit ja Arvit | 18 |
| Sosiaalinen media | 18 |
| Instagram..... | 18 |
| Facebook..... | 19 |
| TikTok | 19 |
| Paperityöt..... | 19 |
| Seuratouhukkaaksi ilmoittautuminen..... | 19 |
| Työsopimukset..... | 19 |
| Rikostaustaselvitys | 19 |
| Ohjauspalkkio ja muut korvaukset..... | 20 |
| Hoika..... | 20 |

Hyvä seuratouhukas - ohjaaja, valmentaja, apuohjaaja, joukkueenjohtaja, rahastonhoitaja, hallituksen jäsen

Edessäsi on käsikirja, josta saat vastauksia mieltä askarruttaviin asioihin. Käsikirjaa päivitetään tarpeen mukaan, joten jos mieleesi tulee asioita käsikirjaan liitettäväksi, niin ota yhteyttä toimistolle. Viimeisin versio Käsikirjasta löytyy aina seuran nettisivun materiaalipankista.

Tervetuloa Raision Jumppareihin

Onneksi olkoon, olet valinnut hienon seuran työskennellä! Raision Jumpparit on 35-vuotias monipuolinen ja lämminhenkinen raisiolainen liikuntaseura. Raision Jumpparit on innovatiivinen ja aktiivinen seura, joka tekee toiminnallista ja luovaa yhteistyötä useiden lähialueiden toimijoiden kanssa. Tarjolla on runsas kattaus laadukasta harrasteliikuntaa lapsille, nuorille, aikuisille ja perheille eri lajeissa, esimerkiksi Freegym, baletti, cheerleading, perheliikunta sekä ryhmäliikunta. Seuran kilpalajeja ovat joukkuevoimistelu, telinevoimistelu, tanssi, rytminen voimistelu ja kilpa-aerobic.

Jäsenmäärältään Raision Jumpparit on Raision suurin urheiluseura ja yksi Suomen Voimisteluliiton suurimpia seuroja. Raision Jumpparit on valittu Olympiakomitean lasten ja nuorten, sekä aikuisten liikunnan Tähtiseuraksi ja saanut erityistä tunnustusta ja huomiota mm. edelläkävijän roolistaan, seuran hyvistä sisäisistä käytänteistä sekä palkitsemiskulttuurista ja yhteistyökyyvystä. Raision Jumpparit valittiin vuoden 2017 valtakunnallisen urheilugaalan vuoden urheiluseuraäänestyksen finalistiviisikkoon. Vuonna 2019 Raision Jumpparien upea työ palkittiin Olympiakomitean valtakunnallisella Vuoden lasten liikunnan Tähtiseura-palkinnolla. Palkinnon sanoin ”Raision Jumpparit on seura, joka edistää esimerkillisellä tavalla lasten ja nuorten toimintaa. Seuran toiminta mahdollistaa lapsille monipuolisen ja innostavan harrastamisen, kustannukset eivät ole este harrastamiselle ja seura on yhteistyöhaluinen toimintaympäristön muiden toimijoiden kanssa.”

Seuran arvot

Raision Jumpparien toimintaa ohjaavat seuran arvot - **reiluus, reippaus ja riemukkuus.**

RaJu on REILU:

Raision Jumpparin toimintaa ohjaavat yhdessä sovitut pelisäännöt. Pelisäännöt on laadittu niin kaikille seuran jäsenille yhteisesti, kuin myös ohjaajille ja valmentajille sekä kilpavalmennuksessa mukana oleville ryhmille erikseen. Pelisäännöissä keskeisiä arvoja ovat lapsuuden kunnioittaminen, tasavertaisuus ja urheilullisuus. Seuratouhukkaiden vapaaehtoinen ja ansiokas työ huomioidaan mm. kiittämällä, palkitsemalla ja tarjoamalla erilaisia kouluttautumismahdollisuuksia.

RaJu on REIPAS:

Raision Jumpparit tarttuu tämän päivän suureen kysymykseen; koko kansan liialliseen liikkumattomuuteen, reippain ottein. RaJu tarjoaa hauskaa ja monipuolista yhdessä tekemistä liikunnan keinoin koko perheelle. Liikunnan pariin tuleminen on helppoa ja kaikille avointa.

RaJu on RIEMUKAS:

Liikunnan ilo on yksi keskeisimmistä arvoista koko Raision Jumpparien toiminnassa. Kaikessa seuran toiminnassa on riemukas meininki, josta saa energiaa sekä hyvää oloa ja hyvää mieltä

Sinun vastuusi

Tutustu seuramme kaikkien ohjaajien ja valmentajien yhteisiin toimintasääntöihin (löytyvät nettisivujemme materiaalipankista). Ole ajoissa paikalla asianmukaisesti pukeutuneena (liikunnalliset vaatteet), älä käytä roikkuvia koruja tai voimakasta meikkiä ja vältä puhelimen käyttöä tunnin aikana sekä aseta puhelimesi äänetön- tilaan tunnin ajaksi. Tupakointi on kiellettyä tuntiemme aikana ja harjoituspaikan läheisyydessä.

Muista, että olet ryhmäsi esikuva ja seuramme tärkein käyntikortti, lapset muistavat sinun opetuksesi koko ikänsä.

Apuohjaajana

Apuohjaaja on ohjaajan oikea käsi, joka auttaa aktiivisesti vastuuhjaajan opastuksen ja toiveiden mukaan huolehtien lastentunnin onnistumisesta. Apuohjaaja ottaa kontaktia lapseen aktiivisesti ja näyttää omalla toiminnallaan urheilullista, aktiivista ja positiivista esimerkkiä kannustaen, konkreettisesti auttaen ja innostaen lapsia.

Apuohjaajan muistilista:

1. Ole ajoissa paikalla, n. 10min ennen tunnin alkua.
2. Auta ohjaajaa ottamaan välineet ja telineet esille
3. Tervehdi kaikkia ystävällisesti; lapsia ja aikuisia. Huomioi tasapuolisesti ja opettele lasten nimet.
4. Monelle pienelle tuottaa vaikeuksia jäädä yksin tunnille. Lohduta pientä murehtijaa ja itkijää. Mene ovelle vastaan häntä, joka epäröi.
5. Auta vessakäynneillä.
6. Jos joku häiriköi tunnilla (etuilee, tönii, riehuu, yms.), puutu välittömästi siihen!
7. Tunnin lopussa auta korjaamaan taas tavarat paikoilleen.
8. Ilmoita poissaolostasi ajoissa ohjaajalle.
9. Hanki sijainen itse, jos olet poissa. Ohjaajalla on yleensä tiedossa henkilöitä, jotka tulevat tuuraamaan. Saat häneltä apuohjaajien yhteystiedot. Seurallamme on myös Facebookissa oma foorumi, jossa voit kysellä tuuraajia jo hyvissä ajoin.
10. Kysy rohkeasti, jos olet epävarma jostakin.
11. Näytä esimerkkiä pienille, rohkaise, kehu.
12. Ole oma-aloitteinen, jos huomaat (liikuntapaikalla, tunnilla, salissa) jotakin puutteita tai jotakin, mihin pitää puuttua.

Perustuntien ja valmennusryhmien ohjaajana/valmentajana

Tunneille osallistuvat lapset ja nuoret ovat tunnin ajan ohjaajan vastuulla. Huolehdi siitä, että sinulla on kaikkien tunnilla mukana jumppaavien lasten huoltajien yhteystiedot saatavillasi. Huolehdi että saat lajivastaavaltasi jäsenrekisterin ilmoittautujalistan ennen syyskauden alkua, sekä päivitetyn nimilistan vielä uudelleen, kun kausi on jo lähtenyt käyntiin. Vaihtoehtoisesti voit pyytää toimistolta ryhmän vastuukäyttäjän roolia jäsenrekisteristä, jolloin näet osallistujat jäsenrekisteristä itse omilla tunnuksillasi. Nimilistasta tulee myös tarkastaa. Sinun tehtävänäsi on infota toimistolle mahdollisimman nopeasti, jos joku osallistujista ei ole ilmoittautunut lainkaan mukaan tunnille tai joku ilmoittautunut ei ole lainkaan osallistunut kauden tunneille.

Jokaisen tunnin alussa pidetään nimenhuuto ja läsnäolijat kirjataan muistiin. Läsnäolijat merkitään muistiin jäsenrekisteriin. Tiedot tulee kirjata viikon sisällä pidetystä tunnista.

Jokainen ohjaaja kerää vanhemmilta ryhmänsä jumpparien tiedot itselleen aina kauden alussa. Ohjaajana tarvitset vanhempien yhteystietojen lisäksi tiedon esim. lapsen mahdollisesta sairaudesta tm. erityistarpeesta. Näppärimmin tämä käy infoamalla vanhempia sähköpostitse, ja pyytämällä heitä ilmoittamaan vastauspostina suoraan sinulle, jos lapsen kohdalla on jotain erityistä mainittavaa. Muistathan ohjata pienempien lasten vanhemmat tuomaan jumpparin tunnille aina WC-käynnin jälkeen.

Pienten lasten tunneilla tulee aina olla paikalla sekä nimetty vastuuhjaaja, että apuohjaaja. Ohjaaja lähtee jumppapaikalta aina viimeisenä. Pienemmät lapset osaavat olla vikkeliä kintuistaan ja esim. mahdolliset karkaamisyritykset tulee ottaa huomioon tuntien suunnittelussa ja toteutuksesta huolellisesti. Vastuuhjaajat ovat ennen kauden alkua yhteydessä apuohjaajiinsa ja opastavat heidät kauden alkuun.

Tiedota ryhmääsi sähköisesti sopivin väliajoin, vanhemmat kaipaavat vaikka ihan pientäkin infoa tunneista. Ensimmäinen näytösinfo on hyvä lähettää jo heti kauden alussa.

Ryhmän vastuuhjaajana huolehdi myös apuohjaajiesi perehdytyksestä ja tuntisuunnitelmista niin, että tehtävänjaot ja suunnitelmat ovat kaikkien tiedossa hyvissä ajoin ennen tunnin alkua. Suunnittele tuntisi huolella, sillä se edesauttaa ryhmäsi kehittymistä ja uuden oppimista. Valmennusryhmiltä edellytetään tuntisuunnitelman tekoa koko kauden ajalle.

Jos tiimissäsi on monta ohjaajaa, pitääkää tarkkaa kirjaa treenien pitovuoroista, jotta myös ohjausilmoitukset menevät oikein.

Lasten ja nuorten ohjaajat tekevät yhdessä ryhmänsä/joukkueensa kanssa Pelisäännöt, jotka annetaan tiedoksi vanhemmille. Halutessa vanhemmat voivat osallistua pelisääntöjen tekemiseen. Materiaalia pelisääntöjen tekemiseen löytyy Olympiakomitean nettisivulta (<https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/lasten-urheilu/urheilun-pelisaannot/>).

Muistathan, että ryhmäsi on sinun vastuullasi. Pidä huoli, että he käyttäytyvät kouluilla, esiintymispaikoilla ja kisamatkoilla esimerkillisesti, seuraa edustaen ja sääntöjä noudattaen.

Ongelmatilanteissa ole yhteydessä toimistoon ja mahdollisesti myös johtokuntaan.

Ryhmäliikunnan ohjaajana

Ryhmäliikuntatunneille on käytössä **10 x jumppakortit**, joihin jokaisen ryhmäliikuntaohjaajan tunnin alussa tulee merkitä rasti tai muu oma puumerkki, jotta käytetty kerta tulee merkityksi. Lisäksi seuralla on käytössä ryhmäliikuntatunneilla **jäsenkortti**, joka jokaisella jumpparilla tulee olla jumpissa mukanaan. Kaikilla ryhmäliikunnassa mukana olevilla jäsenillä tulee olla näyttää ohjaajalle kauden jäsenkortti, joka tänä syksynä on toimitettu pyynnöstä mobiiliversiona. Toivomme, että teette **pistokokeita** muutamia kertoja kaudessa ja tarkastatte, onko kaikilla jäsenkortti voimassa. 10 x jumppakortti tulee olla mukana heti kauden alusta alkaen.

Tunneille ilmoitaudutaan Vello- paikkavarausjärjestelmän kautta, tarkistathan osallistujat siis sieltä.

Yleisiä ohjeita

Yhteystiedot

Rajun yhteystiedot: toimisto@raisionjumpparit.fi & seurakoordinaattori Laura Häkkinä 040 187 2112. Toimistolla viesteihinne vastaa myös Nina Litja 040 1949420. Toimisto sijaitsee osoitteessa Tasalanaukio 5A, 21200 Raisio ja se on avoinna pääsääntöisesti klo 9-15, poikkeuksena tiistaisin klo 12-18. Sovithan vierailustasi etukäteen. Puheenjohtaja Teija Koskisen tavoittaa yhteystiedoista teija.koskinen@gmail.com / 040 3558908.

Raision Jumpparien luovuttamia sähköpostilistoja ei saa käyttää muuhun tarkoitukseen kuin seuran sisäisten asioiden välittämiseen omalle ryhmälle / joukkueelle tai seuran ohjaajille / valmentajille / johtokunnan jäsenille.

Sijaiskäytäntö

Toimintasäännön mukaan ohjaaja järjestää tarpeen vaatiessa itse itselleen sijaisen. Sijaistuksesta tulee aina ilmoittaa toimistolle sekä mahdolliselle apuohjaajalle ja tilanteen mukaan myös jumppareille/jumpparien kotiväelle. Facebookin RaJun Seuratouhukkaiden ryhmä on hyvä paikka kysellä sijaista tarvittaessa. Voit olla myös yhteydessä lajivastaavaasi ja muihin valmentajakollegoihisi. Jos omasta lajista ei löydy sijaista, voit hyvin myös kysellä muiden lajien osajia pitämään ryhmällesi spesiaalitunnin. Ennalta tiedossa olevat poissaolot on ilmoitettava heti.

Raision Jumppareissa on reilu ja reipas auttamisen kulttuuri- ollaan jatkossakin apuna toisillemme, kun se tilanne tulee. Jos peruutus kuitenkin täytyy tehdä, ohjaaja sitoutuu pitämään korvaavan tunnin myöhemmin kauden aikana.

Raision Jumpparien hallitus on ottanut seuralle sijaistuksiin liittyen käyttöön hälytyslisäkäytännön, jonka mukaan nopealla aikataululla ohjaustyötä tekemään tullut ohjaaja saa ohjaamastaan kerrasta korotetun korvauksen seuraavin perustein: kun ilmoitus sijaistarpeesta tulee 24h sisällä pidettävistä tunneista, ohjaaja saa hälytyslisän +10e jokaisesta pidettävästä tunnista. Jos ohjaaja esimerkiksi sijaistaa kolme tuntia peräkkäin, hän saa näistä jokaisesta hälytyslisän. Hälytyslisä tulee kirjata ohjausilmoitukseen ”lisätieto” kohtaan.

Tiedotuskanavat

Ensisijainen tiedotuskanava on sähköposti. Tämän lisäksi infoa julkaistaan RaJun seuratuuhukkaat-Facebook ryhmään. Myös Whatsapissa on käytössä RaJu valmennuksen info- ryhmä. Jos et ole vielä näissä ryhmissä, olethan toimistoon yhteydessä.

Treenisalilla

Avaimet

Jokaisen ohjaajan omalla vastuulla on huolehtia avain harjoituspaikalle. Kaikille Raision kouluille ja Rajulaan vaaditaan avain saliin päästäkseen, liikuntahallille et tarvitse avainta. Kerttulan liikuntahallilta voit lunastaa itsellesi avaimen kouluille 50e panttia vastaan. Huolehdithan avaimen palauttamisesta Kerttulaan välittömästi kauden päätyttyä. Kerttulan liikuntahalli on avoinna ma-pe klo 8–22 ja la-su klo 10–17.

Välineet ja ensiaputarvikkeet

Kaikilta Raision kouluilta löytyy RaJun oma musiikinsoitin lukuunottamatta Tahvion koulua ja Raision Lukiota. Musiikinsoittimet toimivat AUX- pihalla ja/tai bluetoothilla. Jokaisessa soittimessa on seuran AUX- piuha, mutta varmuudeksi kannattaa jokaisen musaa soittavan ohjaajan hankkia myös oma piuha treenikassiin.

Kouluilta löytyviä välineitä voit vapaasti käyttää, mutta huolehdithan, että ne pysyvät ehjinä ja ilmoitat heti vahingoista tai rikkoutumisesta toimistollemme. Huolehdithan, että myös sinulla on aina treenirepussasi laastareita ja kylmäpusseja. Voit täyttää varastojasi toimistolta tai Kerttulan kaapeista. Kerttulan liikuntahallilta löydät seuran omat kaapit pukukoppikäytävältä (kaappi 11 ja 12). Avaimen kaappeihin saat vahtimestarin kopista. Kyseisistä kaapeista löydät välineitämme, ensiaputarvikkeita, soittimia, tarrapasseja ja tarroja.

Ensiaputarvikkeet päivitetään kauden alkua varten liikuntapaikoille (Lukiolla ja Tahvion koululla seuroilla ei valitettavasti ole mahdollisuutta säilyttää mitään). Sinulla ohjaajana ja valmentajana on velvollisuus huolehtia siitä, että ensiaputarvikkeet ovat saatavilla joten infoathan, jos jotain on loppumassa. Jokainen tunnin vastuuohjaaja kuljettaa mukana treenikassissaan perusensiaputarvikkeet, kuten pikakylmät ja laastarit. Muistuttelethan mieleesi perusensiaputaidot hyvissä ajoin ennen kauden alkua. Jos tarvitset ensiapukoulutusta, hihkaise asiasta toimistolle.

Turvallisuus

Jumppasaleilla ja jumppapaikoilla tulee noudattaa turvallisuusohjeita. Tutustuthan kauden alkaessa jumppapaikkasi turvallisuusohjeistuksiin, kuten hätäpoistumistiet. Pidä jumppasalin ovet lukittuina jumppatuntien aikana, ulkopuolisia ei päästetä saliin sisälle. Kouluilla on hälytysjärjestelmät, jotka lähettävät hälytyksen ulko-ovien ollessa auki pidemmän aikaa. Huolehdi aina vuorosi jälkeen paikat siisteiksi, tavarat lukkojen taakse ja avaimet mukaasi.

Pelisäännöt jaetuille salivuoroille

Jos ryhmäsi jakaa salivuoron toisen ryhmän kanssa, otathan huomioon, että salin yhteiskäyttö sujuu mutkattomasti. Jätä kaikki ylimääräinen tavara pukuhuoneisiin, pyri soittamaan musiikkia vuorotellen (kisamusiikin soitto etusijalla) ja pidä musiikin sekä valmentajien ja voimistelijoiden äänenvoimakkuus muita huomioivalla tasolla. Voimistelumattoja käytetään vuoroviikoin tai puolet treeniajasta, sopikaa tästä toisen ryhmän kanssa. Matot rullataan siististi varastoon takaisin hyvissä ajoin ennen salivuoron päättymistä. Joustakaa molempiin suuntiin kisakaudella, jolloin sillä viikolla kisaavilla voi mahdollisesti olla enemmän mattoaikaa. Ylläpidetään salissa positiivista ja kannustavaa ilmapiiriä sekä hyödynnetään yhteistyön mahdollisuus.

Muistathan myös ilmoittaa käyttämättömästä vuorosta toimistolle tai esimerkiksi jollain seuran kanavalla, jotta jokin muu ryhmä voi halutessaan käyttää vuoron.

Mattojen imurointi

Kerttulan voimistelumatot imuroidaan kahden viikon välein. Vuorot jakautuvat niitä käyttävien joukkueiden välille tasaisesti, jolloin imurointivuoroja yhdelle kaudelle kertyy noin 2-3/joukkue. Imurointi kannattaa tehdä vanhempien apua käyttäen, jolloin imurointi ei ole treeniajasta pois. Imurointiin käytetään pääasiassa voimistelijoiden perheiden omia imureita, mutta niiden lisäksi Kerttulassa on mahdollisesti yksi imuri käytettävissä.

Tarrapassit

Kaikilla alle kouluikäisten tunneilla on käytössä tarrakortit, joihin pikkujumpparit innoissaan keräävät kauden aikana tarroja. Jokaisesta jumppakerrasta ohjaaja antaa korttiin tarran, jonka yleensä tunnin apuohjaajat tunnin kuluessa liimaavat kortteihin. Tarrakortteihin kirjoitetaan reippaan jumpparin nimi ja ohjaajan yhteystiedot. Tarrakortteja ja tarroja voit noutaa toimistolta tai Kerttulan käytäväkaapista.

Kuvauslupa

Huomioithan, että ilman kuvauslupaa et voi julkaista kuvia, joissa näkyy seuran jumppareita. Ohjaaja pääsee tarkistamaan jumpparien kuvausluvut ryhmän osallistujien tiedoista. Jos sinulle tulee kysyttävää kuvien julkaisusta, olethan yhteydessä toimistoon.

Kauden kulku

Yleistä kauden kulusta

Seura ilmoittaa aina kauden aloitus- ja lopetuspäivän. Ennen kauden alkua seura järjestää kaikille ohjaajilleen yhteisen, työsäännöissä pakolliseksi määritetyn infotilaisuuden, jossa käydään läpi tulevan kauden suunnitelmat ja ajankohtaiset asiat.

Kaveri- ja vanhemmuudenviikot pidetään molemmat kerran kaudessa. Ajankohdat päätetään aina kauden alussa. Tällöin seuran tunneille saa tuoda kaverin vapaasti mukaan ja vanhemmuudenviikolla vanhemmat pääsevät treeneihin mukaan.

Kauden alussa vastuuvallmentaja luo kausisuunnitelman ja suunnittelee kauden tavoitteet. Kilpailevien ryhmien kausisuunnitelmat tulee toimittaa johtokunnalle lajivastaavan kautta. Myös perustunnin ohjaajan on hyvä tehdä kausisuunnitelma välitavoitteineen, jotta kausi kulkee sujuvasti ja liikkujat kehittyvät.

Kausi on hyvä aloittaa vanhempainillalla. Vanhempainillassa käydään läpi kauden tärkeät päivämäärät, kuten kilpailut ja leirit. Kilpailevien valmennusryhmien tulee nimetä jumpparien / jumpparien vanhempien keskuudesta joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja (myös joukkueenjohtaja voi toimia rahastonhoitajana). Jojo ja raho voivat olla kiertäviä tehtäviä niin, että jokainen toimii tehtävässä kerrallaan esimerkiksi yhden vuoden eli kaksi kautta. Jos tehtävään ei löydy vapaaehtoisia, valinnan voi suorittaa arpomalla. Valmentajat suunnittelevat valmennusryhmän kausikohtaisen talousarvion yhdessä joukkueenjohtajan ja rahastonhoitajan kanssa ja informoi siitä valmennusryhmän vanhempia kauden alussa. Talousarviota suunniteltaessa tulee huomioida valmennusryhmään kuuluvien lasten ikä ja uran vaihe.

Vastuuohjaaja informoi aktiivisesti jumppareita ja heidän kotiväkeään kauden aikana kaikkia seuran jäseniä koskevista asioista. Myös kauden aloitustervehdys, tärkeät päivämäärät ja loma-ajat on hyvä lähettää hyvissä ajoin. Uusia jumppareita voi tulla tunneille myös pitkin kautta ja heillekin lähetetään sama aloitusinfo tärkeine päivämäärineen.

Katselmukset

Katselmus järjestetään yleensä kerran kaudessa ennen kisakauden alkua. Katselmus voi olla lajien yhteinen tai vain tietyn lajin oma.

Kilpailut

Kauden kilpailut julkaistaan Kisanet- palveluun, jossa myös ilmoittautuminen tehdään. Ilmoittautumisen tekee vastuvalmentaja tai joukkueenjohtaja. Kilpailujen määrää ei ole rajoitettu, sillä kilpailijat maksavat itse kisojen osallistumismaksut.

Leirit

Ryhmä voi kauden aikana osallistua eri tahojen järjestämiin leireihin. Leirit täytyy huomioida kauden talousarviossa. Seura voi järjestää leirejä joko lajeittain tai lajien välisenä yhteistyönä.

Näytös

Kausi huipentuu Rasion Jumppareiden näytökseen, johon osallistuvat kaikki seuran harraste- taitoja kilparyhmät joko omilla kilpailuohjelmillaan tai näytöstä varten tehdyillä esityksillä. Näytös noudattaa aina jotain teemaa, minkä ympärille esitysten tarina rakennetaan.

Näytöstiimi on vastuussa näytöksen järjestämisestä ja siihen voi liittyä ihan kuka vain. Näytöstiimi lähettää ohjaajille ja valmentajille hyvissä ajoin ensimmäisen näytösinfon, jossa kerrotaan näytöksen aika ja teema. Näytökseen ilmoitaudutaan tiettyyn päivämäärään mennessä ja esiintymismusiikit lähetetään näytöstiimille heidän ohjeistamallaan tavalla. Näytösviikolla järjestetään näytöksen kenraalit.

Ryhmän vastuuhajaajan vastuulla on lähettää näytöstiimiltä saatu info eteenpäin jumpparien kotiväelle hyvissä ajoin. Muunmuassa ohjeet vaatetuksesta on hyvä laittaa ajoissa ja selkeästi.

Näytöksessä valmennusryhmillä on erilaisia tehtäviä, kuten kahvilan pito, lipunmyynti ja narikka. Valmennusryhmät on jaettu kahteen ryhmään niin, että molemmilla ryhmillä on vain toisessa näytöksessä (kevät tai talvi) tehtäviä. Koska jumpparit esiintyvät lavalla, jumpparien kotiväki osallistuu talkootehtäviin. Jokainen ohjaaja auttaa näytöksen jälkeisessä siivouksessa.

Koulutukset

Voimisteliliitto järjestää laadukkaita ja monipuolisia koulutuksia ympäri vuoden. Voimisteluliiton koulutuskalenterista pääset tutustumaan ja ilmoittautumaan koulutuksiin <https://www.voimistelu.fi/fi/Osaamisen-kehitt%C3%A4minen>. Työsäännöistä löydät seurasi toimintatavan koulutusten osalta. Raision Jumpparit kannustaa ohjaajia ja valmentajia osaamisen lisäämiseen ja ilolla tukee inspiroitumista koulutusten avulla.

Raision Jumppareissa ohjaajan koulutustaso vaikuttaa ohjauspalkkion suuruuteen. Käytyään koulutuksessa ohjaajan vastuulla on ilmoittaa koulutustasonsa muutokset hallitukselle ja toimittaa vapaamuotoinen palkankorotuspyyntö. Näin koulutukset voidaan huomioida myös ohjauspalkkioissa.

Loma-ajat

Kauden alussa sovitaan, pidetäänkö lomien (esimerkiksi hiihtoloman) aikana tunnit erikoisaikataulujen mukaan. Pyhäpäivinä ei järjestetä harrastetunteja, mutta valmennusryhmät päättävät itse treenaamisestaan. Työntekijöiden loma on yleisesti juhannuksesta eteenpäin heinäkuun loppuun asti.

Työntekijäedut

- Rajun palkattuna työntekijänä saat osallistua maksutta mukaan ryhmäliikuntatunneille. Ilmoittaudu mukaan haluamillesi tunneille sekä ilmoita toimistolle, että osallistut, niin tiedämme korjata laskun. Varaathan paikkasi Vello-paikkavarauksjärjestelmästä. Ohjeet tähän löydät Rajun nettisivuilta. Aikataulun näet Rajun netistä tai suoraan jäsenrekisteristä.
- Kilpajoukkueiden kausimaksusta myönnetään työntekijöille 50 % alennus heti ensimmäisestä kaudesta alkaen. Jäsenmaksu normaalihintainen.
- Seuratakki puoleen hintaan
- Rajulan varaus puoleen hintaan

Seuratuotteet ja palvelut

Rajulan varaus

Rajulassa on kaksi jumppasalia, joissa molemmissa on peilit.

Välineistöä salissa on mm. balettitangot (3kpl), jumppamatot (40kpl), levypainotangot painoineen (25 tankoa), step-laudat (25kpl), käsipainoja, kahvakuulia, foamrollerit (10kpl), musiikkivälineistö, pallovarjo, erikokoisia värikkäitä palloja, sirkusteltoa ja tunnelit.

Harjoittelu RaJulassa on ilmaista RaJun valmennusryhmille. Lisäksi valmennusryhmät saavat käyttää RaJulaa maksutta 2h/kausi muuhun kuin harjoitteluun (esimerkiksi pikkujouluihin). Lisäksi ohjaajat / valmentajat voivat käyttää RaJulaa sen ollessa muutoin vapaana valmennukseen kiinteästi liittyvään toimintaan, kuten ohjelman suunnitteluun.

Seuran työntekijä tai luottamushenkilö voi vuokrata RaJulan myös omaan käyttöönsä, jolloin tilavuokrasta myönnetään 50 % alennus eli hinta on 15e/h (normaalisti 30e). Varaa haluamasi aika toimiston kautta (toimisto@raisionjumpparit.fi) ja kerro varauksessasi mihin tarkoitukseen haluat vuoroa käyttää.

Seuratuotteet

Raision Jumppareiden seuratuotevalikoimaan kuuluu:

- **Seuratakki**
 - Nonamen valmistama upea seuratakki on saatavilla koossa 130, 140, 150, XXS, XS, S, M, L ja XL.
 - Ellei toimistolta löydy kokoasi, voit tehdä tilauksen seuran nettisivuilla olevan tilauslomakkeen kautta. Tilauksen kesto on noin 8 viikkoa ja tilaukset lähtevät toimistolta eteenpäin, kun tilauksia on sisällä vähintään 10 kappaletta.
 - Hinta 78 €
- **Treenitopit**
 - Painijaselkäinen Moven musta treenitoppi logopainatuksella, materiaalina sportneulos
 - Juniorikoot 30 €, seniorikoot 35 €
- **Kevytoppatakki**
 - RaJun logolla varustettu tyylikäs ja laadukas CRAFT-merkkinen kevytoppatakki on tilattavissa Forsportin myymälästä Raision ja Naantalin rajalta. Tilaus lähtee eteenpäin painatukseen aina torstain jälkeen. Painatukseen lähtevä tilaus on sitova.
 - Juniorikoot 66 €, seniorikoot 79 € (hinta sisältää brodeerauksen)
- **Treenireppuja**
 - RaJun logolla varustetut CRAFT-merkkiset seuratuotteet on tilattavissa Forsportin myymälästä Raision ja Naantalin rajalta.
 - Narureppu 18,50 € (sisältää painatuksen)
 - Treenikassi 43,50 € (sisältää painatuksen)
- **Pannat ja pipot**
 - Raision Jumpparien pipoja ja pantoja löytyy väreissä punainen, musta ja sininen.
 - Tuotteita voit ostaa toimistoltamme tai kysellä toimitusta esimerkiksi Kerttulaan osoitteesta toimisto@raisionjumpparit.fi.
 - Pannan hinta on 10 € ja pipon 12 €.

- **Hihamerkki**
 - Voit ostaa seuran toimistolta tai seuran eri tapahtumista
 - Hinta 3 €
- **30- vuotishistoriikki**
 - Nouda omasi RaJun toimistolta
 - Hinta 20 €

Seuratoiminnan eri muodot ja roolit

Hallitus

Seuran toimintaa johtaa ja sen taloudesta vastaa johtokunta yhdessä toiminnanjohtajan kanssa. Johtokuntaan kuuluu seuran puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja viestintävastaavat, sihteeri, jokaisen lajin lajivastaava ja muut jäsenet. Johtokunnan tehtävänä on johtaa, kehittää ja edustaa seuraa ja sen toimintaa. Toiminnanjohtaja toimii johtokunnan esittelijänä ja edustaa johtokuntaa.

Nuorten Hallitus

Nuorten Hallitus koostuu 12-17- vuotiaista hallitustyöskentelystä ja seurakehityksestä innostuneista nuortista, jotka ideoivat, suunnittelevat ja järjestävät nuorille suunnattua toimintaa. Tavoitteena on nuorten avustuksella saada lisää aktiivisia harrastajia ja toimijoita mukaan Raision Jumppareihin. Seuran hallitukseen kuuluva nuorisovastaava toimii linkkihenkilönä hallitusten välillä ja auttaa nuoria toiminnassa.

Raju Akatemia

Raju Akatemia on Raision Jumppareiden nuorten ohjaajien koulutusjärjestelmä, jonka pääasiallisena tarkoituksena on sekä kouluttaa että innostaa nuoria erilaisiin rooleihin ja tehtäviin seurakentällä ja tuoda seuratyön mahdollisuuksia tutummaksi nuorille.

Akatemian tavoitteena on kasvattaa 13-18-vuotiaiden sekä harrastajien että seuratoimijoiden määrää seuran toiminnassa sekä innostaa, aktivoida ja rohkaista heitä mukaan seuratyöhön. Tavoitteena on perehdyttää, rohkaista ja kasvattaa osaavia, vastuuntuntoisia ja sitoutuneita tulevaisuuden seuratoimijakkaita.

Akatemiaoppilaan tehtävänä on osallistua Akatemiatutorin pitämiin tapaamisiin ja luoda tämän kanssa oppimissuunnitelma, kouluttautua ja käydä Akatemia- koulutuksen aikana seuraamassa kolmea eri seuran tuntia, sekä suorittaa niin sanottu ”finaali” koulutuksen päättyessä.

Akatemiakoulutus sisältää 1. tason koulutuksia sekä vapaavalintaisia koulutuksia, ideapäiviä ja tutustumisia. Akatemiaoppilaat pääsevät tutustumaan myös hallitustyöskentelyyn ja pääsevät mukaan erilaisiin tiimeihin ja projekteihin. Kaikki Akatemian koulutukset ovat oppilaille maksuttomia ja koulutuksen päättyessä jokainen saa suorituksestaan Akatemiatodistuksen.

Akatemiatutor

Akatemiatutor tukee Akatemiaoppilasta koulutuksen eri vaiheissa, pitää yhteyttä, antaa vinkkejä ja toimii luotettavana linkkihenkilönä. Akatemiatutor pohtii oppilaan kanssa yhdessä koulutuspolkua ja muita seuratyön mahdollisuuksia. Hän on mukana koulutuksen loppuun saakka ja tulee jakamaan Akatemiasta valmistuneiden todistukset ja mahdolliset stipendit.

Akatemiatutor kehittää jatkuvasti Akatemiakokonaisuutta matkan varrella, kerää materiaalia ja muistiinpanoja myös seuraavan Akatemiatutorin perehdyttämiseksi. Hän myös pyörii treenisaleilla, keskustelee ohjaajien ja valmentajien kanssa, tarkkailee, sparraa, kerää palautetta ja välittää viestiä toimistolle ja hallitukselle. Akatemiatutor toimittaa raportin työtehtävistään kuukausittain.

Akatemiatutorin työnkuvaan kuuluu myös muu tutortoiminta. Jokainen ohjaaja voi hakea RaJun netistä löytyvällä lomakkeella tutoria, joka antaa sinulle vinkkejä ohjaustilanteisiin tai tukee kehityksessäsi. Tutor voi auttaa myös ratkaisemaan haastavia tilanteita seurassamme, tunneilla tai vaikka vanhempien kanssa. Tuen on tarkoitus olla hetkellistä, esim. pari ohjauskertaa.

Jojo

Jokaiselle valmennusryhmälle valitaan jojo eli joukkueenjohtaja. Joukkueenjohtajan tehtävä on hallinnoida joukkueen toimintaa ja toimia linkkinä valmentajien ja jumpparien kotiväen sekä seuran ja jumpparien kotiväen välillä. Joukkueenjohtaja, rahastonhoitaja ja valmentajat suunnittelevat yhdessä valmennusryhmän budjetin, jonka tulee olla kohtuullinen. Budjetti hyväksytään joukkueen vanhempainillassa.

Raho

Jokaiselle valmennusryhmälle nimitetään joukkueen rahastonhoitaja eli raho. Raho vastaa joukkueen raha-asioista ja kirjanpidosta seuran ohjeiden sekä yleisten säännösten mukaisesti. Tarkemmat tilinhoidon ohjeet löydät seuran nettisivujen materiaalipankista kohdasta ”Jojoille ja Rahoille”.

Joukkueenjohtajille ja rahastonhoitajille on seuran puolesta koottu oma WhatsApp-ryhmä. Ellet kuulu kyseiseen ryhmään, pyydäthän ryhmään pääsyä toimistolta. Facebookissa kaikille Rajun seuratoihukaille löytyy oma suljettu ryhmä nimellä "Rajut seuratoihukkaat", jonne suosittelemme myös liittymispyynnön laittamaan. Käythän myös jäsenrekisterissämme ilmoittautumassa kohtaan "seuratoihukkaat".

Tuomarit ja Arvit

Voimistelija, apuohjaaja, ohjaaja tai valmentaja voi koulutautua Arvi-tuomariksi ja sen jälkeen arvioida ja innostaa lapsia voimistelun maailmaan Stara-tapahtumissa. Arvi-koulutus on loistava polku, jos haluaa esimerkiksi jonkin lajin tuomariksi tulevaisuudessa. Tutustu tuomarien ja arvien työsääntöön seuran nettisivujen materiaalipankissa.

Koulutuskustannukset seura korvaa tarpeen mukaan kokonaan. Arveille ja tuomareille seura maksaa palkkiota sellaisilta tuomarointipäiviltä, joihin on pakko mennä ja joista liitto tai järjestävä seura ei maksa palkkiota.

- Arvin palkka on 40 €/kilpailupäivä
- Tuomarin palkka on 80 €/kilpailupäivä

Sosiaalinen media

Instagram

Raision Jumpparit löytää instagramista käyttäjänimellä @raisionjumpparit.

Joukkueet voivat tehdä oman Instagram- käyttäjän halutessaan. Myös tietyille lajille voi olla yksi yhteinen käyttäjä, josta voi seurata lajin kaikkien joukkueiden kuulumisia. Käyttäjää ylläpitää valmentaja tai esimerkiksi joukkueenjohtaja. Vanhemmillä ryhmillä myös voimistelijat itse voivat hallinnoida käyttäjää.

Muistathan aina huomioida kuvausluvut ja keskustelethan tilin perustamisesta ensin jumpparien vanhempien kanssa. Instagramin ikäraja on 13 vuotta, joten nuorempien jumppareiden vanhemmat eivät välttämättä ole tietoisia sen toiminnasta.

Tilin yleisilmeen tulee olla linjassa seuran arvojen kanssa. Seuran käyttäjän voi myös mielellään merkata julkaisuihin, jotta niitä voidaan jakaa myös Raision Jumppareiden profiilissa kurkistuksina seuran toimintaan.

Facebook

Raision Jumpparit ovat myös Facebookissa.

Facebookissa on myös Rajun seuratouhukkaiden yksityinen ryhmä, joka toimii infokanavana.

TikTok

Raision Jumpparit löytää nyt myös TikTokia käyttäjänimellä @raisionjumpparit.

Ryhmät tai lajit voivat tehdä omia Tiktok- käyttäjiä ottaen huomioon myös edellä mainitut asiat. Jotkin TikTokin trendit tai esimerkiksi tanssit eivät välttämättä vastaa seuran arvoja, joten niihin on kiinnitettävä huomiota. Myös TikTokin ikäraja on 13 vuotta.

Paperityöt

Seuratouhukkaaksi ilmoittautuminen

Syyskauden alussa ilmoita itsesi jäsenrekisterissä RaJun seuratouhukasryhmään. Tämä tehtävä kuuluu jokaiselle, joka toimii Raision Jumppareissa (apuhjaaja, ohjaaja, valmentaja, jojo, raho, kurssiohjaaja, toiminimi, hallituksen jäsen ym.) ja koskee samalla sekä syys- että kevätkautta.

Työsopimukset

Hoidathan työsopimuksen kirjoittamisen toimiston työntekijöiden kanssa. Työsopimus kirjoitetaan aina vuodeksi kerrallaan eli syys- ja kevätkaudelle. Seurakoordinaattori työskentelee toimistolla pääsääntöisesti ma-pe klo 9-15, poikkeuksena tiistai klo 12-18, mutta suosittelemme varmistamaan paikallaolon etukäteen soittamalla tai tekstaamalla jumppaluuriin 040 1872112040 / 1949420. Tule siis pistäytymään toimistolla ja nouda samalla tarrakortit, ea-tarvikkeet yms. Työsopimuksen saat allekirjoitettavaksesi myös sähköpostitse, kun sovit asiasta toimiston kanssa.

Rikostaustaselvitys

Raision Jumpparit ry haluaa osaltaan kantaa vastuunsa lasten ja nuorten turvallisen harrastustoiminnan takaamiseksi. Tämän vuoksi kaikilta ohjaajilta pyydetään suostumus rikostaustan selvittämiseksi. Allekirjoita suostumus ja toimita toimistolle/toimiston postilaatikkoon

tai lähetä skannattuna sähköpostiin toimisto@raisionjumpparit.fi. Suostumus pyydetään kaikilta, uusilta ja vanhoilta seuratoimijoilta.

Ohjauspalkkio ja muut korvaukset

Tutustu työsääntöön palkan määräytymisen kriteereistä.

Kevään ja kesän palkkionmaksu tapahtuu syyskuun viimeisenä päivänä ja syyskauden palkkionmaksu tapahtuu tammikuun viimeisenä päivänä, ellei toisin ole työntekijän kanssa sovittu. Ohjausilmoitukset ja verokortti tulee olla toimitettuna toimistolle heti kauden päätyttyä. Kuukausipalkkalaisille maksetaan palkkiot kuun viimeinen päivä, joka edellyttää ohjausilmoituksen palauttamista toimistolle viimeistään joka kuun 22. päivä. Ensimmäinen kausi apuohjaajana on palkaton.

Täytä ohjausilmoitus huolellisesti! Päivämäärä, ohjauksen kesto, ryhmien määrä ja merkkää erityisen tarkasti olitko vastuu- vai apuohjaajana. Muista myös merkata viikonpäivä, sillä se vaikuttaa palkanmaksuun.

Palkkio maksetaan kertakohtaisesti, ei tuntikohtaisesti. Seura maksaa palkkion lähtökohtaisesti yhdelle ohjaajalle / valmentajalle ja yhdelle apuohjaajalle / - valmentajalle / ohjauskerta.

- **Kilpailuista** seura maksaa yhden ohjauskerran ohjauspalkkion yhdelle valmentajalle / kilpailupäivä / jokaista alkavaa 10 jumpparia kohti.
- **Näytöksistä** työntekijöille maksetaan yhden ohjauskerran palkkio.
- **Leireistä** seura maksaa yhden ohjauskerran palkkion päivässä jokaiselle ohjaajalle.
- **Raision Jumpparien järjestämistä infotilaisuuksista** seura maksaa yhden ohjauskerran palkkion.

Hoika

Jokainen tunti ja sen osallistujatiedot kirjataan Raision Jumppareiden jäsentietopalveluun Hoikaan. Tiedot tulee olla kirjattuna viikon kuluessa pidetystä tunnista. Vastuuohjaaja/-valmentaja voi antaa tiedot täytettäväksi myös apuohjaajalle. Vastuu täyttämistä on kuitenkin aina tunnista vastaavalla henkilöllä. Sijaistustilanteissa sijainen ilmoittaa osallistujat vastuuohtajalle- / valmentajalle, ja hän merkkää osallistujat palveluun sekä kirjaa sijaisen nimen harjoituskerralle.

Tarkat ohjeet Hoikan käyttöön löydät seuran nettisivujen materiaalipankista.