



TOIMINTASUUNNITELMA 2023

Jaoston kokoonpano

Puheenjohtaja	Sami Kotijärvi
Sihteeri	Marjo Niskakangas
Jäsenet	Katri Ukkola Pia Hurmelinna-Laukkanen Maisa Hyypä

Toiminnanjohtaja, esittelijä Hannu Saikanmäki

Edustaja johtokuntaan Sami Kotijärvi, varalla Katri Ukkola

Edustukset Hannu Saikanmäki
TUL:n uimajaoston puheenjohtaja

Jaoston toiminta

Vuosi 2023 on jaoston juhlavuosi, jaoston perustamisesta tulee kuluneeksi 20 vuotta. Jaoston tehtävä on huolehtia jo olemassa olevasta toiminnasta ja kehittää uintitoimintaa tarpeen mukaan, sekä taata kaikille harrastajille tasapuoliset toimintaolosuhteet sekä lisätä yhteistoimintaa TUL:n Uintijaoston sekä muiden uimaseurojen kanssa. Yhteistoiminta tapahtuu lähinnä kilpailu- ja koulutustoiminnassa. Tavoitteena on osallistua TUL:n pohjoisen alueen uimaleireille. Lisäksi tehdään Heiton uimajaostoa tutuksi myös kansainvälisesti, olla mukana CSIT:n kisoissa Italiassa 2023, sekä osallistua muissa Pohjoismaissa tapahtuviin kisoihin sekä mahdollisesti Masters:n EM kisoihin. Lisäksi jaoston tehtävänä on jo saadun Tähtiseura statuksen kehittäminen. Seuraava auditointi on helmikuussa 2023.

Uuintoiminnan jatkuva kasvaminen tuottaa myös ongelmia tilojen ja harjoitusvuorojen kannalta, koska uimahallista on vaikea enää saada lisää ratavuoroja. Kehittämistoiminnan pääpaino on edelleen kehittyvien nuorten menestyksen tukemisessa. Jaosto lisää yhteistyötä Voimistelu- ja Salibandyjaostojen kanssa. Nämä kolme jaostoa ovat yhdessä mukana OKM hankkeessa, jossa on tarkoitus lisätä lasten ja nuorten harrastustoimintaa eri lajeissa.

Ostopalveluna tarjotaan myös edellisen vuoden tapaan liikuntakerhotoimintaa, sekä Vikkelille Vekaroille suunnattua uinti- ja liikuntasalitoimintaa. Lisäksi ollaan kehittämässä uusia palveluita kaupungin kanssa.

Jaosto kouluttaa tarpeen mukaan uusia toimijoita vuoden 2023 aikana, sekä takaa nykyisille ohjaajille ja valmentajille mahdollisuuksia lisäkoulutuksiin.

Jaosto keskittää tiedotus- ja markkinointitoiminnan seuran nettisivustolle ja sosiaaliseen mediaan. Nettisivut tullaan päivittämään heti vuoden 2023 alussa. Tärkeitä tiedotuskanavia ovat myös erilaiset liikuntatapahtumat ja messut, mm. LiikukkoNää-tapahtuma, johon olemme osallistuneet jo useamman kerran. Heiton-päivillä ja vanhempain palaverissa tuodaan Heiton uintitoimintaa tutuksi myös uimareiden vanhemmille ja uinnista kiinnostuneille. Jaosto on mukana järjestämässä lapsille kesätoimintaa kesäkuun aikana Heiton talolla.

Jaostossa jatkaa kaksi palkattua työntekijää, joiden tehtävänä on kehittää Heiton uintitoimintaa.

Varainhankinta

Toiminnan varainhankinta tapahtuu edelleen suurelta osin uimakoulujen tuotoilla, lisäksi varoja kertyy kaupungin ostopalveluista saaduista tuloista sekä talkootoiminnasta.

Uimakoulut Kirput ja Delfiinit

Suosittu lasten uimakoulut järjestetään edelleen viikonloppuisin. Vuoden aikana tullaan järjestämään kuusi Kirppu- ja Delfiini uimakoulujaksoa, jotka kaikki sisältävät kymmenen harjoituskertaa. Uimakoulut kokoontuvat aiempien vuosien tapaan lauantaisin ja sunnuntaisin. Nämä uimakoulut on tarkoitettu 4–10-vuotiaille lapsille. Uimakoulun tulee vuoden aikana käymään noin 650 lasta. Ilmoittautuminen tapahtuu seuran nettisivujen kautta. Erityistä tukea tarvitseville lapsille ei ole järjestetty erillisiä ryhmiä, vaan heitä voidaan ohjata samoissa ryhmissä oman avustajan turvin.

Haukir ryhmä

Haukir ryhmä on tarkoitettu uimareille, jotka pystyvät uimaan 25 metriä. Ryhmässä harjoitellaan eri uintitekniikoiden hallintaa. Ryhmä kokoontuu lauantaisin kerran viikossa. Haukir ryhmässä ui vuoden aikana noin 160 uimaria. Haukir ryhmässä uivat lapset ovat noin 7–11-vuotiaita. Laadukkaan harjoittelun näissä ryhmissä takaavat hyvin koulutetut uimaopettajat.

Alkeistekniikkaryhmä

Haukir ryhmän jälkeen uimarin polku jatkuu Alkeistekniikkaryhmiin. Näissä ryhmissä harjoittelee tulevan vuoden aikana yhteensä noin 80 lasta. Valmennuksessa ja ohjauksessa näissä ryhmissä ovat Heiton omat entiset kilpauimarit.

Tekniikkaryhmä

Tekniikkaryhmissä harjoittelee tulevan vuoden aikana yhteensä noin 40 nuorta. Tekniikkaryhmä ovat hyvä ponnahduslauta kilpauimarin uralle tai siirtyä jatkamaan uintia nuorten harrasteryhmään. Ryhmässä syvennetään uintitekniikoiden hallintaa.

Kilparyhmät

Uudessa ryhmien jaossa kilparyhmät on jaettu neljään ryhmään. Nuorimmat uimarit uivat Kilpa III ryhmässä ja osallistuvat kaupungin sisällä tapahtuviin kisoihin. Ryhmä harjoittelee kolme kertaa viikossa.

Kilpa-ryhmässä ui keskimäärin 18-20 uimaria, jotka eivät tähtää uintiurallaan ns. isoihin kisoihin mutta osallistuvat säännöllisesti Oulun alueella tapahtuviin kisoihin.

Rollo-ryhmässä on keskimäärin 16-20 uimaria, joilla on mahdollisuus osallistua Oulun lähistöllä oleviin kilpailuihin. Ryhmä harjoittelee neljä kertaa viikossa. Tähtäimenä ovat oman ikäluokkansa SM-kisat eli Rollo-uinnit.

Edustusryhmässä on 12-15 uimaria, jotka kilpailevat pääsääntöisesti Pohjois-Suomen alueella. Valmentajat vastaavat ryhmän toiminnasta ja valmennuksesta ja suunnittelevat uimareille kannustavan ja omalle tasolle sopivan kilpailukalenterin. Ryhmä harjoittelee altaalla viisi kertaa viikossa, lisäksi heillä on ns. kuivaharjoitukset aina ennen uintiharjoituksia. Päätähtäimenä on Ikäkausimestaruus- ja SM-kilpailut.

Kilparyhmille pyritään järjestämään kaksi leiriä vuoden aikana.

Kilpailutoiminta

18.3.2023 järjestetään juhluvuoden merkittävin tapahtuma, omat Hauki – uinnit. Uinnit järjestetään Oulun uimahallissa Raksilassa. Lisäksi järjestetään Kempeleen Pyrinnön ja Oulun Lohien kanssa yhteinen LHP-cup 3–5 kertaa vuodessa. Edellisten vuosien tapaan kannustetaan uimareita osallistumaan muihinkin kilpailuihin, lisäksi nuorimmille uimareille järjestetään kaudenpäättäjäiset, Vesipetouinnit keväisin ja joulun alla.

Nuorten harrasteryhmä

Ryhmä koostuu nuorista uimareista, jotka haluavat harrastaa uintitoimintaa mutta eivät halua osallistua kilpailutoimintaan. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa, aina keskiviikkoisin, jolloin on ohjattu harjoitus. Lisäksi harrastajilla on mahdollisuus omatoimiseen harjoitteluun lauantaisin ja sunnuntaisin uinnin perhevuorolla.

Aikuisten harrasteryhmä

Ryhmä kokoontuu kerran viikossa, aina maanantaisin. Ryhmä koostuu vanhemmista uimareista, jotka haluavat harrastaa uintitoimintaa ja näin pitää kuntoa yllä.

Masters-ryhmä

Ryhmä kokoontuu kaksi kertaa viikossa, aina lauantaisin ja sunnuntaisin uinnin perhevuorolla. Tässä ryhmässä on mahdollista saada ohjausta omaehtoiseen uintiharrastukseen ja vinkkejä kunnonkohotukseen vesiliikunnan keinoin. Pääpaino on uintitekniikoiden parantaminen. Masters-ryhmäläiset osallistuvat lähialueella tapahtuviin kilpailuihin sekä SM-kilpailuihin.