

# Futisstartti



FUTISSTARTTI ON OSA SUOMEN PALLOLIITON JA LÄHITAPIOLAN YHTEISTYÖTÄ.

# Tervetuloa Futisstarttiin!



Käy vastaamassa kyselyyn

<https://ahaslides.com/FCHIK1>



Meidän seura on  
**FC HIK!**



# Jalkapalloa jokaiselle



# Meidän seura pähkinänkuoressa



Perustettu 1903



Toiminta-alue: nuorten  
ja aikuisten jalkapallo



Seitsemän  
juniorijoukkuetta/  
miesten edustusjoukkue



20 tyttöpelaaajaa  
120 poikapelaajaa  
30 miespelaajaa



Noin 30 valmentajaa,  
huoltajaa ja  
joukkueenjohtajaa



Johtokunta ja  
junioripäällikkö

# Meidän seuran



toiminnan tavoitteena on tarjota tytöille ja pojille mahdollisuus monipuoliseen jalkapalloilun harrastamiseen. Samalla lasten vanhemmille ja huoltajille annetaan tilaisuus osallistua seuran toimintaan oman joukkueensa välityksellä, joko varsinaisessa seuratoiminnassa tai kannatusjäsenenä. Seuran jalkapallotoimintaa pyöritetään vapaaehtois pohjalta ja sen kahdeksassa joukkueessa on yhteensä yli 20 taustatoimijaa.



## Into ja ilo

Teemme yhdessä innostuneesti, rakkaudesta lajiin. Into ja ilo motivoi laadukkaaseen toimintaan ja kannustaa oppimiseen.

## Laatu

Teemme kaiken hyvin ja laadukkaasti. Laatu näkyy peleissä, valmennuksessa, seuran hallinnossa ja kumppanuuksissa.

## Oppiminen

Kehitymme koko ajan ja opimme myös virheistämme. Meillä oppii vastuullisuutta. Meillä oppii pelaamaan, oppii hyväksi kaveriksi ja tekemään yhdessä.



**Tavoite: FC HIK on kiinnostava ja houkutteleva jalkapalloseura, joka liikuttaa säännöllisesti yli 200 hankolaista**

# Seura olemme me

## Vuosikokous, jäsenet

Johtokunta: Mauri Forsblom (pj), Kristian Järvinen (vpj), Mikael Alopaeus (sihteeri), Mikael Österlund (talous), Harry Ojala, Aki Wiinamäki

Junioripäällikkö Milko Saramo

Itämeri Cup: turnauspäällikkö Henriikka Hallikainen, turnauskoordinaattori Mikael Alopaeus, kilpailujohtaja Aki Wiinamäki

Valmennusvastaavat: edustusjoukkue: Robert Wahlstedt, P16: Robert Wahlstedt, P14: Magnus Hellström, P12: Kim Danielsson, P11: Jyrki Pellikka, P9: Erik Mäntyala, Tytöt: Linda Teeriniemi, P7: Milko Saramo, Perhefutis: Milko Saramo

Joukkueenjohtajat: edustusjoukkue: Johan Sommardahl, P16: Timo Pulliainen, P14: Fredrik Berglund, P12: Piia Kiljunen, P11: Piia Kiljunen, P9: Jessica Mäntyala, Tytöt: Linda Teeriniemi, Pallokoulu: Milko Saramo



# Me olemme täällä sinua varten!



Erik Mäntylä on P9-joukkueen vastuuvälmentaja



Takarivissä Niklas Kaihoniemi, Erik Mäntylä, Jesse Granholm



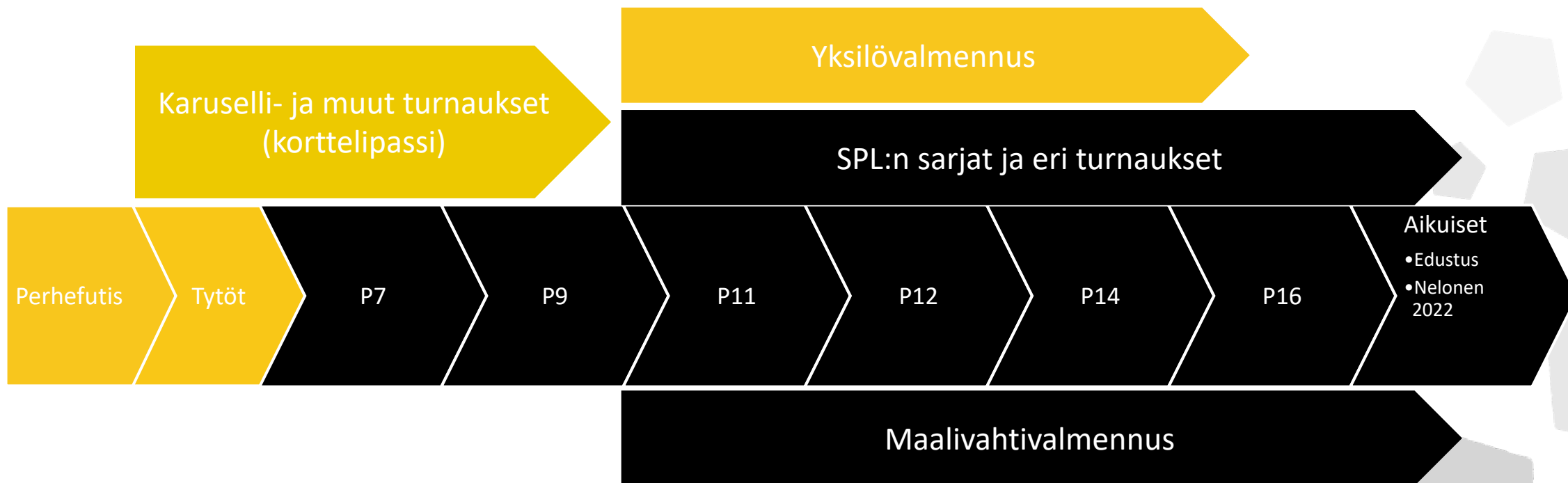
Milko Saramo on FC HIK:n junioripäällikkö



Takarivissä: Marcus Friman, Jessica Mäntylä (jojo), Erik Mäntylä



# Pelaajapolku seurassamme



# Seuramme toimintakulttuuri

Ilman harjoittelua ei tule mestareita. Harjoittelu on pelaajan kehittymisen edellytys ja hyväksi pelaajaksi tullaan valmennusohjelman avulla ja touhutessa pallon kanssa myös vapaa-aikana. On tärkeää sitoutua toimintaan alusta asti ja käydä harjoituksissa säännöllisesti.

Tärkeintä ensimmäisinä pelivuosina on tutustuttaa lapset jalkapalloon. Tässä vaiheessa ei vielä ”tehdä” huippufutaajia, mutta voidaan pilata monta hyvää lupautsa sammuttamalla nuoren innostuksen kipinä.



# Nuorimmissa ikäluokissa FC HIK tarjoaa:

- myönteisiä onnistumisen kokemuksia ja elämyksiä, mutta myös epäonnistumisen ja pettymysten kokemuksia turvallisessa ympäristössä
- mukavaa ja kehittävää toimintaa joukkueen jäsenenä
- leikkimielistä kisailua jalkapallon parissa
- monipuolista, kehityskaudet huomioon ottavaa liikuntaa
- liikunnallisen harrastuksen, jonka parissa on mahdollista jatkaa omien kykyjen ja kiinnostuksen puitteissa mahdollisimman pitkään, aikuisiälle saakka



# Suomalainen jalkapalloperhe



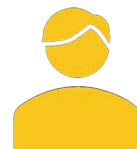
**136 055**

REKISTERÖITYNYTTÄ  
PELAAJAA



**27 304** TYTTÖPELAAJAA

**5 100** NAISPELAAJAA



**81 159** POIKAPELAAJAA

**22 488** MIESPELAAJAA



**2 719**

EROTUOMARIA



**~ 11 000**

VALMENTAJAA



**878**

JÄSENSEURAA



**66 066**

VIRALLISTA OTTELUA



**~ 375 000**

HARRASTEPELAAJAA



**~ 99 000**

VAPAAEHTOISTA



**298/310**

REKISTERÖITYNEITÄ  
PELAAJIA ON 298  
SUOMEN KUNNASSA.



**661**

PÄÄTOIMISTA PALLOLIITON  
JÄSENSEUROISSA, JOISTA  
JUNIORI- JA VALMENNUS-  
PÄÄLLIKÖITÄ TAI  
VALMENTAJIA ON 411



**1,2 MILJARDIA EUROA**  
JALKAPALLON SROI\*

\* Suomalaisen jalkapallon arvo terveys-, sosiaali ja taloushyötyinä yhteiskunnallemme vuosittaisella tasolla.



# Näin tuen lapseni harrastusta



# Harjoituksissa me...



...leikimme



...kisailemme



...pelaamme



Toiminnan taustalla itsemääräämisteoria.

Lue lisää: [www.trainer4you.fi/blogi/motivaatioteoriat-itsemaaraamisteoria](http://www.trainer4you.fi/blogi/motivaatioteoriat-itsemaaraamisteoria)

# Peleissä toimimme näin...



...ennen peliä



...pelin aikana



...pelin jälkeen

**SOPIVA MÄÄRÄ TIETOA**

Leikki-ikäinen ei kykene hallitsemaan suurta määrää informaatiota kerrallaan.



# Perheen rooli harrastuksessa



Ravinto



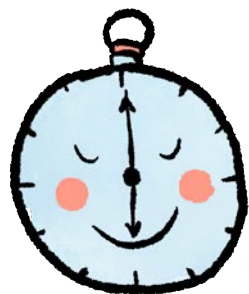
Lepo



Varusteet



Yhteydenpito



Aikataulut



... JA KANNUSTUS



# Liikkuminen ja aktiivisuus



**2 tuntia**  
kevyttä liikuntaa ja ulkoilua

*Koulumatkoja, välituntileikkejä,  
treenimatkoja, pallonpomputtelua,  
hyppynarulla hyppimistä...*



**1 tunti**  
vauhdikasta liikuntaa

*Jalkapalloa, hippaa, uintia,  
hiihtoa, kiipeilyä,  
trampoliinihyppelyä...*



# Perheen rooli aktiiviseksi liikkujaksi kasvamisessa



## LIIKUNTATAIDOT

Ennen kuin lapsen voidaan olettaa hallitsevan palloa, hänen tulee opetella monipuolisesti erilaisia kehonhallintataitoja

## OMALLA AJALLA TAPAHTUVA LIIKUNTA

Perheen yhteinen harrastus, liikuntahetket.

## Perheen esimerkki

Perheen liikuntatottumukset ja tavat, seuraavat lasta läpi elämän.

# Pohdi vieruskaverisi kanssa, miten tuet omalla toiminnallasi lapsesi...



## ILOA

harjoituksissa  
ja peleissä

## INTOA

Aktiiviseksi  
liikkujaksi  
kasvamista

## JALKA- PALLON

oppimista  
omalla ajalla

**Minustako  
vapaaehtoinen?**

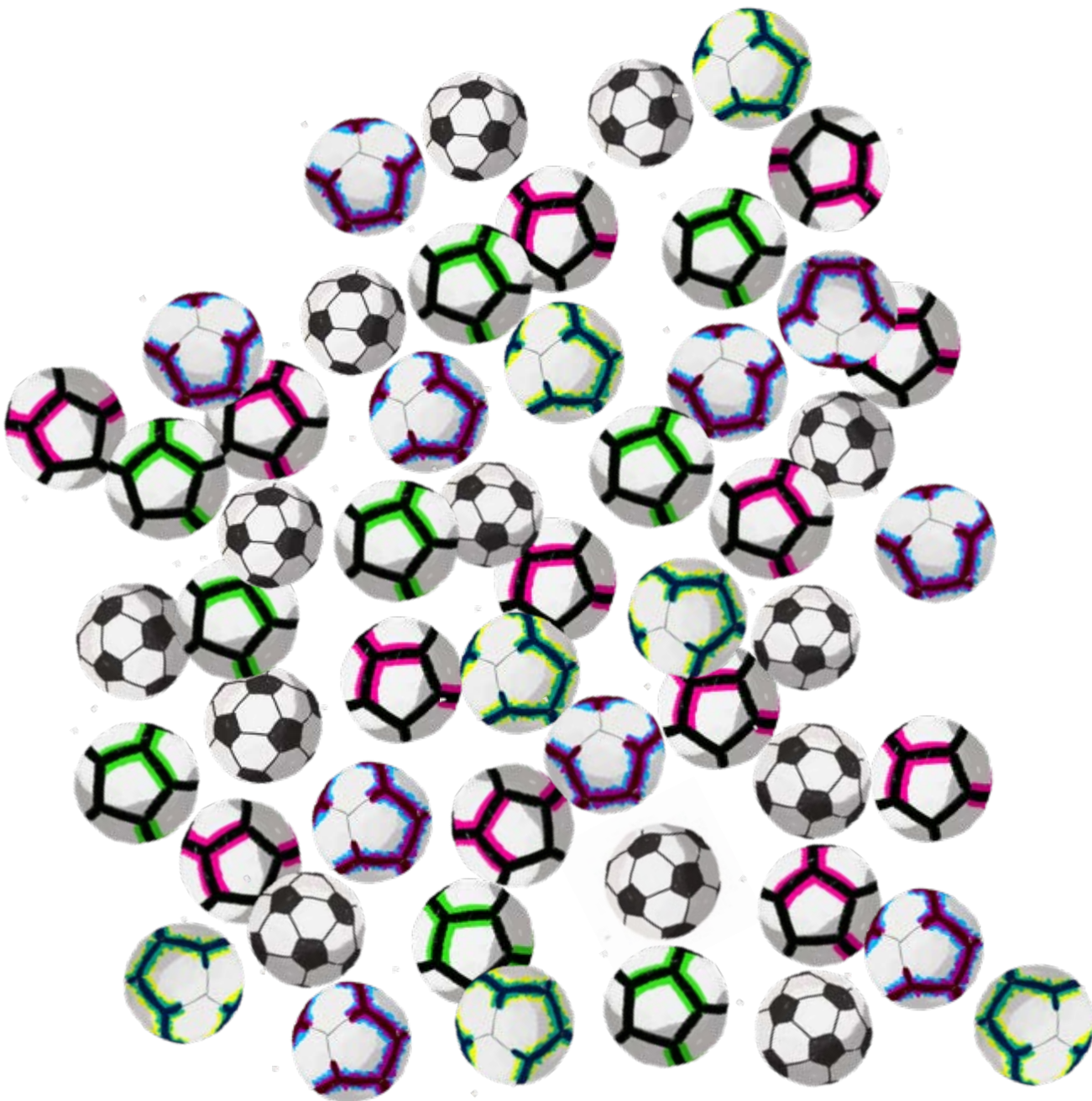




# TIESITKÖ?

Vapaaehtoistyön  
vuosittainen arvo  
suomalaisessa  
jalkapallossa on

**408 000 000 €**





# TIESITKÖ?

Arvon synnyttää

## 99 000

vapaaehtoista  
seuratoimijaa

# Heidän ansiostaan seuramme...



...toiminta on  
yleensä  
mahdollista.

...on  
moniääninen  
yhteisö.

...toiminta on  
laajaa ja  
laadukasta.

...liikuttaa  
suurta määrää  
lapsia ja  
nuoria.

...koostuu  
monilukuisesta  
sydämeltään  
sitoutuneesta  
seuratoimija-  
joukosta.

# Heidän ansiostaan...

**...toiminta on  
mahdollista  
myös  
pienituloisille.**





## TIESITKÖ...

että liikkumattomuus  
maksaa yhteiskunnalle  
vähintään  
**3 000 000 000 €**  
vuodessa?

**SEURAMME TEKEE**

tärkeää työtä ja

**VAPAAEHTOISTOIMIJAT**

mahdollistavat sen



# Mihin tarvitsemme sinua?



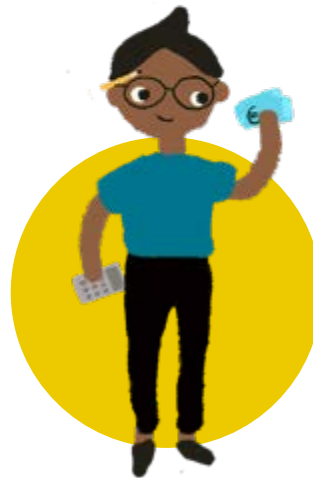
Valmentajaksi



Joukkueen-  
johtajaksi



Huoltajaksi



Talouden-  
hoitajaksi



Talkoo-  
vastaavaksi

Harjoitus-  
kalenterin  
hoitajaksi

Varuste-  
vastaavaksi

Peli-  
vastaavaksi

Ja lapsesi  
**TÄRKEIMMÄKSI**  
kannustajaksi.



Jos sinä lähdet mukaan,  
me lupaamme, että...



...olemme matalalla kynnyksellä  
tavoitettavissa.

**...saat perehdytyksen tehtävääsi.**

...tiedät, mitä tehtäviisi kuuluu.

**...tiedät, mitä tehtäviisi ei  
kuulu ja mikä on riittävästi.**

...käytettävissäsi on ohjeistukset, jotta  
sinun ei tarvitse keksiä asioita uudestaan.



...uskomattomia kokemuksia  
ja uuden oppimista.



**...aidosti merkityksellistä tekemistä.**

...yhteistä aikaa ja innostavaa  
tekemistä oman lapsesi kanssa.

**... onnellisuutta, terveyttä  
ja pitkää ikää. \***

\*Vapaaehtoistutkimus Anne Birgitta Pessi (2011)



Käy vielä vastaamassa kyselyyn

<https://ahaslides.com/FCHIK2>





# **Kiitos, kun osallistuit!**

**Suomen Palloliitto ja LähiTapiola yhdessä  
FC HIK:n kanssa toivottavat upeaa futisstarttia!**

**Nähdään kentän laidalla!**