

Rovaniemen Voimistelu ja Liikunta ry:n (RoiVoLi) yleiset periaatteet, linjaukset ja säännöt

Sisällysluettelo

RoiVoLin yleiset periaatteet ja linjaukset.....	4
1. Arvot ja toimintakulttuuri.....	4
2. Turvallinen ja kannustava harrastusympäristö.....	4
3. Kaikille avoin harrastustoiminta.....	4
4. Yhdenvertaisuus ja osallisuus.....	5
5. Avoin viestintä ja yhteistyö.....	5
6. Harrastamisen ilo.....	5
7. Kestävä ja vastuullinen arki.....	5
RoiVoLin yleiset säännöt.....	6
1. Seuran yleiset periaatteet ja toiminta-ajatus.....	6
1.1 Arvot ja toimintakulttuuri.....	6
1.2 Toiminnan tavoitteet.....	6
1.4 Seuran jäsenyys ja jäsenlajit.....	6
2. Hallinto ja päätöksenteko.....	7
2.1 Yhdistyksen kokoukset.....	7
2.2 Hallituksen tehtävät ja kokoonpano.....	7
3. Joukkuevoimistelun lajiperiaatteet.....	8
3.1 Ikäkausiryhmien rakenne ja sisältö.....	8
3.2 Valmennus - ja harrasteryhmien erot.....	8
3.3 Voimistelijan polku seurassamme.....	9
3.4 Leiritoiminta.....	9
3.5 Tuntien peruutukset.....	9
4. Valmennustyö.....	9
4.1 Valmentajien roolit.....	9
4.1.1 Vastuuvalmentaja.....	9
4.1.2 Valmentaja.....	10
4.1.3 Apuvalmentaja.....	10
4.2 Joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja.....	10
4.3 Valmennuksen suunnittelu ja seuranta.....	11
4.4 Valmennuksen eettiset linjaukset seurassamme.....	12
5. Voimistelijan ja valmentajan yhteiset toimintalinjat.....	12
5.1 Voimistelijan oikeudet ja velvollisuudet.....	12
5.2 Voimistelijan pelisäännöt.....	12
5.3 Uudet voimistelijat.....	13
5.4 Voimistelijan halu lopettaa/erottaminen.....	13
5.5 Valmentajan oikeudet ja velvollisuudet.....	14
5.6 Valmentajan pelisäännöt.....	14
5.8 Valmentajan työsuhte.....	16
6. Huoltajien rooli.....	16
6.1 Yhteistyö valmentajien kanssa.....	16
6.2 Vanhempainillat ja viestintä.....	16

6.3 Huoltajien vapaaehtoistyö.....	17
7. Kilpailutoiminta.....	17
7.1 Kilpailutoiminnan periaatteet.....	17
7.2 Kilpailuihin osallistuminen.....	17
7.3 Matkustus kisapaikalle.....	17
7.4 Turvallisuusohjeet kilpailumatkoilla.....	18
7.5 Huoltajat kilpailumatkoilla.....	18
7.6 Koreografiapalkkiot.....	18
8. Viestintä.....	19
8.1 Sisäinen viestintä.....	19
8.2 Ulkoinen viestintä ja julkisuus.....	19
8.3 Sosiaalinen media ja somekäytännöt.....	19
8.4 Kuvien ja videoiden käyttö.....	19
8.5 Sponsorointi ja yhteistyökumppanit.....	19
9. Talous ja maksukäytännöt.....	20
9.1 Harrastusmaksut ja niiden muodostuminen.....	20
9.2 Muiden kulujen jakautuminen.....	20
9.3 Taloudellinen tuki ja avustukset.....	20
9.4 Maksujen perintä ja maksamattomuus.....	21
10. Turvallisuus ja vastuullisuus.....	21
10.1 Tapaturmien ennaltaehkäisy ja muut turvallisuusasiat.....	21
10.2 Vakuutukset ja lisenssit.....	21
10.3 Seuratoiminnan arviointi ja kehittäminen.....	21

RoiVoLin yleiset periaatteet ja linjaukset

1. Arvot ja toimintakulttuuri

RoiVoLissa tärkeintä on lämminhenkinen, turvallinen ja innostava ympäristö, jossa jokainen voi harrastaa omana itsenään.

Toimintamme perustuu seuraaviin arvoihin:

Ilo – Liikunnan riemu, yhdessä tekeminen ja onnistumisen kokemukset ovat kaiken ytimessä.

Yhteisöllisyys – Pienessä seurassa jokainen tunnetaan nimeltä. Tuemme toisiamme ja luomme kannustavaa ilmapiiriä.

Saavutettavuus – Tarjoamme mahdollisuuksia kaikenikäisille ja -tasoisille harrastajille, taustasta riippumatta.

Hyvinvointi – Tavoitteemme on edistää kaiken ikäisten henkistä ja fyysistä hyvinvointia liikunnan avulla.

2. Turvallinen ja kannustava harrastusympäristö

Toimimme lasta ja nuorta kuunnellen, yksilöllisiä tarpeita ja kehitysvaiheita kunnioittaen. Valmentajat ja ohjaajat koulutautuvat tarpeen mukaan ja sitoutuvat noudattamaan Suomen Voimisteluliiton eettisiä periaatteita.

Seurassamme ei hyväksytä kiusaamista, syrjintää tai epäasiallista käytöstä. Jokaisella on oikeus tulla kohdatuksi kunnioittavasti. Lapsilla ja nuorilla on oikeus turvalliseen harrastusympäristöön ilman painostusta, hyväksikäyttöä, syrjintää, häirintää tai väkivaltaa. Voimistelijoilla on myös oikeus fyysiseen ja henkiseen koskemattomuuteen sekä kasvu- ja kehorauhaan.

3. Kaikille avoin harrastustoiminta

Meillä voi harrastaa omaksi ilokseen, kehittää omia taitojaan ja osallistua halutessaan matalan kynnyksen kilpailuihin ja esiintymisiin. Valmennusryhmissä voi harrastaa tavoitteellisesti ja osallistua oman sarjan kilpailuihin. Harrastamisen kustannukset pyritään pitämään kohtuullisina. Tarjoamme ryhmiä eri ikäisille ja tasoisille – alkeista pidempään harrastaneisiin.

4. Yhdenvertaisuus ja osallisuus

Jokainen harrastaja, valmentaja ja toimija on yhtä tärkeä. Seurassa saa olla oma itsensä – taustasta, kielestä, kehonkuvasta, iästä tai muista ominaisuuksista riippumatta. Pyrimme kuulemaan harrastajien ja perheiden toiveita ja kehitämme toimintaa yhdessä.

5. Avoin viestintä ja yhteistyö

Viestimme selkeästi ja säännöllisesti harrastajille ja huoltajille harjoituksista, tapahtumista ja muista käytännöistä. Teemme tiivistä yhteistyötä huoltajien kanssa ja arvostamme heidän panostaan seuran arjessa. Teemme yhteistyötä myös Rovaniemen kaupungin sekä muiden liikuntaseurojen kanssa. Voimme järjestää esimerkiksi lajinvaihtotunteja toisessa lajissa. Pidämme tärkeänä yhteishenkeä myös harjoitusten ulkopuolella – yhteiset tapahtumat, juhlat ja esiintymiset luovat yhteenkuuluvuutta.

6. Harrastamisen ilo

Meillä onnistumista mitataan ilolla, kehittymisellä ja yhdessä olemisellä – ei vain suorituksilla tai kilpailumenestyksellä. Harjoituksissa keskitymme myönteiseen palautteeseen, rohkaisuun ja kannustavaan ilmapiiriin. Kaikilla on lupa yrittää, oppia, epäonnistua ja onnistua turvallisesti.

7. Kestävä ja vastuullinen arki

Toimimme resurssiemme mukaan vastuullisesti. Kierrätämme välineitä, lainaamme pukuja ja suosimme yhteiskuljetuksia harjoituksiin, kilpailuihin ja tapahtumiin.

RoiVoLin yleiset säännöt

1. Seuran yleiset periaatteet ja toiminta-ajatus

Yhdistyksen tarkoituksena on edistää jäsenistönsä keskuudessa liikuntaharrastusta siten, että mahdollisimman moni voisi harrastaa monipuolista voimistelua ja liikuntaa eri toiminta- ja tavoitetasoilla taustastaan riippumatta.

1.1 Arvot ja toimintakulttuuri

Ilo: Liikunnan riemu ja yhdessä tekeminen.

Yhteisöllisyys: Jokainen tunnetaan nimeltä.

Saavutettavuus: Avoin kaikenikäisille ja -tasoisille.

Hyvinvointi: Henkinen, fyysinen ja sosiaalinen hyvinvointi liikunnan avulla.

Keskiössä lapsilähtöisyys, eettiset periaatteet, kiusaamisen ja syrjinnän nollatoleranssi.

1.2 Toiminnan tavoitteet

- Tarjota laadukasta valmennusta eri tasoryhmille, niin kilpa - kuin harrastetasolla
- Mahdollistaa voimistelijan kehittyminen ja hyvinvointi
- Osallistua oman tason kilpailuihin ja tapahtumiin
- Luoda yhteisöllinen ja turvallinen harrastusympäristö

Yhdistyksen viralliset säännöt määrittelevät hallinnon ja päätöksenteon raamit. Muutokset hyväksytään hallituksen kokouksissa.

1.4 Seuran jäsenyys ja jäsenlajit

Seura toimii yhdistyspohjalta. Hallitus johtaa toimintaa ja tekee päätökset viime kädessä.

Jäseniä ovat harrastajat, valmentajat, hallituksen jäsenet ja muut jäsenmaksun maksaneet sekä ainaisjäsenet. Huoltaja voi edustaa alle 15-vuotiasta jäsentä.

2. Hallinto ja päätöksenteko

2.1 Yhdistyksen kokoukset

Vuosittain pidetään kaksi virallista kokousta. Kevätkokouksessa hyväksytään edellisen vuoden tilinpäätös ja toimintakertomus ja syyskokouksessa laaditaan tulevan vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio sekä valitaan hallitus.

Hallitus kokoontuu tarvittaessa päättämään sen hetkistä asioista.

2.2 Hallituksen tehtävät ja kokoonpano

Hallituksen muodostavat yhdeksi vuodeksi kerrallaan valittu puheenjohtaja ja vähintään kolme ja enintään kuusi jäsentä. Hallituksen puheenjohtajan, varapuheenjohtajan sekä jäsenten toimintakausi on kalenterivuosi. Hallitus valitsee vuosittain keskuudestaan varapuheenjohtajan ja nimeää muut tarvittavat vastuu- ja toimihenkilöt.

Hallitus vastaa toiminnan suunnasta, taloudesta, budjetista ja rekrytoinnista. Talousasioiden läpinäkyvyys on keskeistä, ja kaikesta rahankäytöstä pidetään kirjaa. Kirjanpito on ulkoistettu Lapin Liikunnalle.

Hallitus ja sen tehtävät (hallituksen jäsenille ei makseta palkkioita)

- seuran toimintasuunnitelman laatiminen ja toteutuksen valvonta
- vastaa seuran hallinnosta ja taloudesta
- hallituksella on seuran ylin operatiivinen päätösvalta eli hallituksen tekemiä päätöksiä noudatettava
- valmentajien neuvonta ja tukeminen heidän työssään
- osallistuminen tarvittaessa huoltajien kanssa pidettäviin palaveriinhin

Kriisitilanteissa hallitus vastaa tiedottamisesta. Seuralla on perussuunnitelma kriisitilanteiden varalle (esim. loukkaantuminen, vakava häirintä, onnettomuus kisamatkalla). Valmentajat ja hallitus tietävät toimintatavat ja tiedotusvastuun. Tarvittaessa seura tekee yhteistyötä viranomaisten kanssa ja tarjoaa jälkipuintia tilanteen osapuolille.

3. Joukkuevoimistelun lajiperiaatteet

Valmennusryhmien toiminnassa noudatetaan Voimisteluliiton lajisääntöjä ja eettisiä ohjeita.

Harrasteryhmien toiminta on vapaampaa ja niissä noudatetaan seuran yleisiä sääntöjä ja periaatteita sekä Voimisteluliiton yleisiä linjauksia.

3.1 Ikäkausiryhmien rakenne ja sisältö

Seurassamme on ryhmiä seuraaville ikäkausiryhmille:

Harrasteryhmissä

- Luode Hiput 3-4-vuotiaat
- Luode Kiteet/Hileet 5-6-vuotiaat
- Luode Hilla 7-8-vuotiaat
- Luode Halla 9-11-vuotiaat
- Ailis aikuiset

Valmennusryhmissä

- 8-10-vuotiaat
- 10-12-vuotiaat
- 14-16-vuotiaat
- yli 18-vuotiaat

Ryhmärakenne tarkistetaan vuosittain ja tarvittaessa perustetaan uusia ryhmiä.

3.2 Valmennus - ja harrasteryhmien erot

Valmennusryhmät harjoittelevat tavoitteellisesti joukkuevoimistelua ja osallistuvat kausittain kilpailuihin ja seuran näytöksiin. Harrasteryhmät voimistelevat ja liikkuvat monipuolisesti ja osallistuvat kausittain vähintään seuran näytöksiin. Harrasteryhmät voivat osallistua myös Stara-kilpailuihin.

Syyskausi kestää elokuusta joulukuuhun ja kevätkausi on tammikuusta toukokuuhun.

Valmennusryhmien kesätreenit kestävät kesäkuun ajan.

3.3 Voimistelijan polku seurassamme

Polku etenee lapsuudesta kilpaurheiluun tai aktiiviseen harrastamiseen voimistelijan omien tavoitteiden mukaan. Harrasteryhmissä edetään iän, ei taitotason tai motivaatiotason mukaisesti.

Valmennusryhmissä lapsi siirtyy joukkueen mukana seuraavaan ikäluokkaan, kun ikää karttuu. Voimistelijalle voidaan ehdottaa seuraavaan ikäluokkaan siirtymistä, mikäli se on taitotason puolesta paras ratkaisu. Voimistelijalle voidaan myös esimerkiksi ehdottaa tarvittaessa siirtymistä harrasteryhmästä valmennusryhmään kokeilutreenien kautta tai toisinpäin.

3.4 Leiritoiminta

Leirejä voidaan järjestää osana valmennuskautta. Leirit ovat omakustanteisia.

3.5 Tuntien peruutukset

Seura ei yleisesti korvaa harrastustunteja, mikäli ne joudutaan perumaan seurasta riippumattomista syistä, kuten salivuorojen peruutukset kaupungin toimesta tai yllättävästä valmentajatilanteesta.

Ryhmäkohtaisesti tunteja pyritään kuitenkin em. tilanteissa korvaamaan yhteistreeneillä, ulkona tehtävillä treeneillä tai mahdollisesti saatavalla korvaavalla salivuorolla.

4. Valmennustyö

4.1 Valmentajien roolit

4.1.1 Vastuupalmentaja

- vähintään 16-vuotias
- kilpajoukkueessa täysi-ikäinen, harrasteryhmissä vähintään 16-vuotias
- hallitus hyväksyy vastuupalmentajan
- ryhmässä on vain yksi vastuupalmentaja
- vastuupalmentaja on vastuussa toiminnastaan ja työnkuvansa toteutumisesta hallitukselle
- vastuun ottaminen kausisuunnitelmasta, kokonaisvastuu valmentamisen toteutumisesta
- valmentajan/apuvalmentajan ohjaaminen ja tehtävien antaminen
- vastuu joukkueen ryhmähengestä ja viihtyvyydestä

- yhteydenpito huoltajien kanssa
- tiedottaminen ajoissa ajankohtaisista asioista huoltajille, voimistelijoille, hallitukselle, kuten muutoksista, suunnitelmista, jne.

Valmennusryhmät (kilpailevat ryhmät):

- vanhempainillan suunnittelu ja pitäminen
- yhteistyö joukkuejohtajan ja rahastonhoitajan kanssa: jojon ja rahastonhoitajan opastaminen tarvittaessa sekä työnjaosta sopiminen heidän kanssaan
- huoltajien maksettavaksi tulevista maksuista tiedottaminen ajoissa, yhteistyössä rahastonhoitajan kanssa. Esim. välineet, asut, matkat jne.
- kisoihin ilmoittautumiset, pukujen, välineiden yms. hankkiminen yhdessä jojon kanssa
- kisamatkojen ja leirien varaukset, suunnittelu ja muut järjestelyt yhdessä jojon kanssa
- suunnittelee mahdolliset kokeilutreenit ja tiedottaa kokeilijoille tuloksista

4.1.2 Valmentaja

- vähintään 16-vuotias
- valmentaja on vastuussa toiminnastaan ja työnkuvansa toteutumisesta hallitukselle
- kausisuunnitelman suunnittelu ja toteutus
- treenien suunnittelu ja ohjaaminen
- vastuupalmentajan auttaminen tarpeen mukaan
- vastuu joukkueen ryhmähengestä ja viihtyvyydestä
- huoltajien kanssa yhteydenpito
- matkojen suunnittelu yhdessä vastuupalmentajan kanssa

4.1.3 Apuvalmentaja

- vähintään 13-vuotias
- omat pienet vastuualueet treenien vetoon liittyen. Esim. venyttely tai leikit
- treeneissä lasten auttaminen henk. kohtaisesti.
- Korkeampaa palkkaa noudatetaan, kun on toiminut apuvalmentajana vuoden ajan tai suorittanut voimisteluohjaajan starttikoulutuksen

4.2 Joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja

Jokaisella valmennusryhmällä tulee olla joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja. Vanhemmat valitsevat kauden ensimmäisessä vanhempainillassa keskuudestaan joukkueenjohtajan eli jojon ja joukkueen

rahastonhoitajan. Joukkueenjohtaja saa seuran ryhmissä harrastavan lapsensa kausimaksusta 20%:n alennuksen. Mikäli kyse on sisaruksista, 20% alennuksen saa toisen lapsen normaalihintaisesta kausimaksusta. Toisen lapsen kausimaksusta saa sisaralennuksen, mutta ei enää jojo-alennusta.

Jojon tehtävät:

- edustaa huoltajia kausisuunnitelman laatimisessa
- vastaa kisamatkojen järjestelyistä (matkat, majoitus, ruokailu)
- vastaa varustehankinnoista yhdessä vastuuvälmentajan kanssa (tossut, sukkahousut, väline, puku, ym.)
- vastaa kilpailumatkalle lähtevien huoltajien tiedottamisesta (liput, aikataulut, maksut, ym.)
- huolehtii, että jokaisella voimistelijalla on kyyti kilpailumatkalle

Rahastonhoitajan tehtävät:

- vastaa joukkueen mahdollisesta tilistä
- laatii joukkueen kauden talousarvion yhdessä vastuuvälmentajan ja jojon kanssa
- tiedottaa huoltajille tulevista maksuista ja eräpäivistä sekä pitää kirjaa jo maksetuista laskuista
- huolehtii laskujen oikea-aikaisesta maksamisesta

Valmentajat eivät huolehdi joukkueenjohtajan tai rahastonhoitajan tehtävistä.

4.3 Valmennuksen suunnittelu ja seuranta

Jokaisella ryhmällä on kausisuunnitelma ja säännöllinen arviointi. Liikunnan, levon ja muun vapaa-ajantoiminnan välinen tasapaino on tärkeää kasvavalle lapselle. Koulun loma-aikoja ei voi täyttää täysin lajin leiritoiminnalla, vaan lapsen oikeus lepoon on huomioitava.

Alle 7-vuotiailla harjoittelussa tulee hyödyntää monipuolista perusliikuntataitojen harjoittelua. Leikki on suuri ja kiinteä osa harjoittelua.

7–9-vuotiailla harjoittelu seuran tunneilla tulee olla monipuolista ja fyysisiä ominaisuuksia monipuolisesti kehittävää, jotta jokaisella lapsella olisi riittävä liiketaitojen pohja lajitaitojen harjoittelulle ja kehittämiselle. Leikin tulee olla vielä olennainen osa harjoittelua.

Yli 10-vuotiaiden valmennuksessa tulee huomioida korkea aktiivisuustaso perustaitojen varmistamiseksi ja teknisen pohjan rakentaminen. Leikillisuus on osana treenaamista.

Kaikissa ikäryhmissä tulee kannustaa lasta myös monipuoliseen liikkumiseen ja ulkoiluun urheiluseuratoiminnan ulkopuolella sekä mahdollisesti muissakin urheiluseuroissa.

Valmennusryhmät laativat kausittain dokumentin omista säännöistä, jotka ovat linjassa seuran yleisten sääntöjen ja linjausten kanssa, ja joihin jokainen joukkueen jäsen ja huoltaja sitoutuu.

4.4 Valmennuksen eettiset linjaukset seurassamme

Valmennustyö perustuu kannustamiseen, turvallisuuteen ja yksilön kunnioitukseen. Palaute on osa kehittymistä ja sitä annetaan rakentavasti valmentajilta urheilijoille ja päinvastoin. Valmentaja ottaa huomioon yksilön vahvuudet, tarpeet, toiveet ja kehitysvaiheet. Harjoitukset laaditaan urheilijan kehitystason mukaan. Palautumiselle ja levolle annetaan arvoa.

Valmennusryhmiin valittujen lasten (alle 12 v.) on päästävä osaksi jotakin joukkuetta, eikä ketään voi rajata ulkopuolelle. Poikkeuksena vain sairas- ja loukkaantumistilanteissa tai jos lapsi itse kaipaa taukoa kilpailutoiminnasta.

5. Voimistelijan ja valmentajan yhteiset toimintalinjat

5.1 Voimistelijan oikeudet ja velvollisuudet

Voimistelijalla on oikeus turvalliseen ja tasa-arvoiseen harjoitteluympäristöön sekä velvollisuus noudattaa voimistelijan pelisääntöjä.

Kaikilla lapsilla tulisi olla mahdollisuus harrastaa riippumatta perheensä taloudellisesta tilanteesta ja ilman kustannuksiin liittyviä paineita. Hallitus tekee päätöksiä (mm. koskien harrastuskustannuksia) nojaten tähän periaatteeseen.

5.2 Voimistelijan pelisäännöt

1. Noudatan seuran ja joukkueeni pelisääntöjä harjoituksissa, leireillä ja kilpailumatkoilla – kaikkia koskevat samat säännöt. Noudatan treeneissä myös valmentajien antamia ohjeita.
2. Kunnioitan toisia ja toimin hyvien käytöstapojen mukaisesti – edustan aina itseni lisäksi myös seuraani.
3. Yritän aina parhaani.
4. Annan kaikille treenirauhan. Keskityn omaan suoritukseeni, enkä häiritse toisten suoritusta.

5. Tulen harjoituksiin asianmukaisissa treenivaatteissa, hiukset kiinni.
6. Kisamatkoilla edustan seura-asussa, jos minulla on sellainen.
7. Poissaoloista ilmoitan hyvissä ajoin valmentajalle.
8. Huolehdin omalta osaltani terveellisistä elintavoista ja riittävästä palautumisesta.
9. Kannustan muita joukkueeni jäseniä, muita seurani joukkueita/ryhmiä ja kilpakumppaneita positiivisessa hengessä.
10. Seurassa ei hyväksytä syrjintää tai kiusaamista minkään syyn perusteella.

5.3 Uudet voimistelijat

Ryhmiin ilmoittautuminen on syyskaudelle heinäkuun lopulla ja kevätkaudelle joulukuussa.

- Harrasteryhmiin ilmoittaudutaan avoimen ilmoittautumisen kautta Hoika-jäsenrekisterissä.
- Valmennusryhmiin sovitaan kokeilutreeneistä erikseen kyseisen joukkueen valmentajien kanssa.

Joukkuetta muodostettaessa kriteerit ryhmään tulee olla kaikille avoimia. Niistä tulee ilmoittaa avoimesti etukäteen ja kertoa, ketkä ovat ryhmävalinnoista vastaavat henkilöt. Mikäli ryhmällä on etukäteen määriteltäviä tavoitteita, on niistä myös hyvä tiedottaa avoimesti ennakkoon. Lapsi voi pyytää palautetta oman kehittymisen tueksi. Perustelut kokoonpanon valinnoista tulee antaa lapselle ikätasolle sopivalla ja ymmärrettävällä tavalla ja tarkkuudella.

Alle 10-vuotiaiden valmennusryhmät: Aikaisemmasta lajitaustasta (esim. seuran harrasteryhmässä, rytminen voimistelu, telinevoimistelu, taitoluistelu, tanssi, teamgym tms.) on hyötyä, mutta se ei ole pakollista.

Yli 10-vuotiaiden valmennusryhmät: Aikaisempaa lajitaustaa (esim. seuran harrasteryhmässä, rytminen voimistelu, telinevoimistelu, taitoluistelu, tanssi, teamgym tms.) vaaditaan.

5.4 Voimistelijan halu lopettaa/erottaminen

Harrasteryhmässä voimistelemisen voi lopettaa ilmoittamalla asiasta vastuovalmentajalle/valmentajalle.

Valmennusryhmään sitoudutaan koko kauden ajaksi. Valmennusryhmässä lopettamisesta tulee ilmoittaa kyseisen joukkueen vastuovalmentajalle/valmentajalle ennakoidusti ennen seuraavan kauden alkua.

Seurassamme on käytössä huomautuskäytäntö, joka tarkoittaa, että voimistelijalle/seuran jäsenelle voidaan antaa huomautus, mikäli hän rikkoo tai laiminlyö seuran sääntöjä toistuvasti. Mikäli tällaista esiintyy, valmentaja huomautuksista keskustellaan aina etukäteen lapsen, huoltajan ja hallituksen edustajan kanssa. Huomautuksia on annettavissa kolme. Kolmannen huomautuksen jälkeen astuu voimaan oikeus asettaa väliaikainen harjoittelukielto tai seurasta erottaminen väliaikaisesti tai kokonaan.

Voimistelija/seuran jäsen voidaan erottaa seurasta väliaikaisesti tai kokonaan ilman huomautuskäytäntöä äärimmäisissä tilanteissa, joissa hän on vaaraksi itselleen tai muille. Esimerkiksi väkivaltaisen käytöksen, toistuvan kiusaamisen tai muun vastaavan vuoksi.

5.5 Valmentajan oikeudet ja velvollisuudet

Valmentajalla on oikeus turvalliseen ja tasa-arvoiseen työympäristöön sekä velvollisuus noudattaa valmentajan pelisääntöjä. Valmentajalla on myös oikeus tarvittaessa kehittää itseään osallistumalla Voimisteluliiton koulutuksiin seuran kustannuksella.

5.6 Valmentajan pelisäännöt

1. Seuran työntekijät kunnioittavat seurassa tehtyjä päätöksiä ja sääntöjä.
2. Lapsille ja nuorille tulee puhua rohkaisten ja itsetuntoa vahvistaen.
3. Lapsia ja nuoria ei saa vähätellä, haukkua, uhkailla tai nöyryyttää missään tilanteessa.
4. Racistista tai syrjivää kielenkäyttöä ei sallita missään tilanteessa.
 - Ei ole soveliaista olettaa tai kyseenalaistaa lapsen taustoja tms. ihonvärin, murteen tai muun vastaavan syyn perusteella.
5. Ketään ei jätetä vaille huomiota.
6. Huonon tai asiattoman treenikäytöksen ilmetessä, on tilanteeseen puututtava reilusti, kunnioittavasti ja lapsen kehitystason huomioiden.
7. Lapsille ja nuorille tulee antaa selkeät ohjeet, ja huonoa käyttäytymistä ilmetessä antaa mahdollisuus pyytää anteeksi ja korjata toimintaansa.
8. Lapsen ja nuoren kanssa tulee keskustella rauhallisesti ja asiallisesti tapahtuneesta.
9. Kaikenlaiset rangaistukset ovat kiellettyjä.
10. Seksuaalinen tai sukupuoleen perustuva häirintä on kielletty.
 - Seksuaalista häirintää on esimerkiksi seksuaalissävytteiset vitsit ja huomautukset, kehon ja ulkonäön kommentointi, epäasiallisten viestien lähettäminen, seksuaalisesti vihjailevat eleet ja ilmeet, seksuaaliset puheet ja kaksimieliset vitsit, homottelu ja huorittelu, vartaloa, pukeutumista tai yksityiselämää koskevat huomautukset ja

kysymykset, epäasialliset seksuaaliset viestit, kuvat ja videot, ja seksiä koskevat ehdotukset tai vaatimukset

- Sukupuoleen perustuvaa häirintää on esimerkiksi halventava puhe toisesta sukupuolesta tai toisen sukupuolen alentaminen.

11. Lapsilla ja nuorilla on oikeus koskemattomuuteen ja sitä tulee kunnioittaa.

- Fyysisen kontaktin tulee aina perustua lapsen tai nuoren tarpeeseen, esimerkiksi ohjaamiseen ja avustamiseen, kannustamiseen sopivalla tavalla tai lohduttamiseen.
- Lapsella tai nuorella on oikeus kieltäytyä fyysisestä kontaktista milloin vain, ellei siitä kieltäytyminen uhkaa hänen turvallisuuttaan.
- Jos nuoresta tai lapsesta kiinnipitäminen on välttämätöntä hänen toiveidensa vastaisesti, esimerkiksi tilanteessa, jossa lapsi tai nuori voi vahingoittaa itseä tai muita, on siitä kerrottava heti tilanteen päätyttyä lapsen huoltajalle ja seuran johdolle.
- Liikkuvuusharjoittelun tulee olla turvallista ja asennoissa kivuliaasti painaminen on kiellettyä. Valmentajalla on velvollisuus korjata (virhe)asentoja, mutta avustamisen ja painamisen ero tulee tunnistaa toiminnassa.

12. Lapsilla ja nuorilla on oikeus päihteettömään harrastusympäristöön.

13. Valmentaja tai muu urheilijan tukijoukkoon kuuluva aikuinen ei...

...flirttaile alaikäisen urheilijan kanssa, vaikka urheilija pyrkisi flirttailemaan aikuisen kanssa.

...utele urheilijan yksityiselämästä, ellei ole huolissaan tämän turvallisuudesta. Tässä tapauksessa asiasta on ilmoitettava myös seuran johdolle.

...pyri jatkuvaan kanssakäymiseen urheilijan kanssa harrastuksen ulkopuolella tai siihen liittymättömissä asioissa esimerkiksi soittelemalla tai viestittelemällä.

...peseydy tai pukeudu urheilijoiden kanssa samassa tilassa samaan aikaan. Julkisissa pukuhuoneissa lasten ja nuorten turvallisuus on kuitenkin taattava ja tiloja valvottava tarvittaessa.

...kutsu urheilijaa kotiinsa ellei muitakin urheilijoita tai valmentajia ole läsnä.

...järjestä kahdenkeskisiä harjoituksia.

...pidä matkoilla ollessaan kahdenkeskisiä tapaamisia kummankaan huoneessa, vaan aina julkisissa tiloissa.

...anna urheilijalle lahjoja tai rahaa.

14. Jos valmentaja havaitsee kenenkään rikkovan näitä sääntöjä, on ilmoitettava asiasta välittömästi seuran hallituksen yhteyshenkilölle, Suvi Ohenojalle.

Hallituksen ensisijainen yhteyshenkilö

Suvi Ohenoja

0415322309

KATSO MYÖS:

<https://www.etoleyksin.fi/wp-content/uploads/2023/02/2023-ohje-valmentajalle-kiusaamiseen-puuttu-miseen.pdf>

LÄHDE:

<https://www.etoleyksin.fi/wp-content/uploads/2023/02/2023-mallisaannot-lasten-ja-nuorten-kanssa-ty-oskenteleville-ja-vapaaehtoisille.pdf>

5.8 Valmentajan työsuhde

Valmentajille tehdään työsopimukset kausittain. Valmentajien palkka/työkorvaus määräytyy rooleittain. Valmentaja toimittaa tunti- tai kerran kaudessa määräpäivään mennessä Eijalle. Palkanmaksupäivä on kuukauden viimeinen arkipäivä.

6. Huoltajien rooli

6.1 Yhteistyö valmentajien kanssa

Avoin, kunnioittava ja rakentava vuorovaikutus on keskeistä. Huoltajia kannustetaan olemaan yhteydessä matalalla kynnyksellä ja ennakoiden valmentajiin tai tarvittaessa hallitukseen. Huoltajilla on velvoite tiedottaa valmentajia ennakoiden asioista, jotka saattavat vaikuttaa toimimiseen tai käytökseen niin treeneissä kuin kilpailu- tai tapahtumamatkoilla. Huoltajan tulee ottaa kantaa tai kysyä, mikäli jokin on epäselvää tai askarruttaa.

6.2 Vanhempainillat ja viestintä

Valmennusryhmien huoltajille järjestetään kausittain vähintään yksi vanhempainilta tiedotusta ja keskustelua varten. Viestintä valmentajan ja huoltajan välillä tapahtuu inhimillisten aikojen puitteissa viestitse, joko huoltajien Whatsapp-ryhmässä tai yksityisviestillä. Valmentajamme ovat tavoitettavissa myös puhelimitse tarpeen vaatiessa. Huoltaja voi olla seuran sähköpostitse yhteydessä (roivoli.ry@gmail.com), mikäli asia pitää tuoda hallituksen tietoon.

Harrasteryhmien vanhemmille luodaan kausittain Whatsapp-ryhmä tiedottamista ja avointa viestintää varten. Harrasteryhmien ohjaajat ovat tavoitettavissa myös yksityisviestillä tai puhelimitse tarvittaessa. Huoltajan olisi hyvä ilmoittaa, mikäli ei käytä Whatsappia.

6.3 Huoltajien vapaaehtoistyö

Huoltajia kannustetaan osallistumaan tapahtumien järjestämiseen ja seuran toiminnan tukemiseen. Seurassamme huoltajat noudattavat viiden K:n periaatetta; kannusta, kuuntele, kuljeta, kustanna ja keskustele. Valmennusryhmien huoltajien tehtäviin kuuluu osallistua kausittain vuorossa olevan joukkueen näytösbuffetin pitämiseen tai lipunmyyntiin. Huoltajat myös sitoutuvat tukemaan lapsensa hyvinvointia ja välttämään painostamista.

Kilpailumatkoille valitaan valmennusryhmistä tietty määrä huoltajia mukaan joukkueen kustantamana (ellei joukkue itse toisin sovi) huolehtimaan lasten hyvinvoinnista.

7. Kilpailutoiminta

7.1 Kilpailutoiminnan periaatteet

Kilpailutoiminta on tavoitteellista, mutta se ei saa olla itsetarkoitus. Kilpailu on osa lasten harrastamista, mutta sen on tapahduttava lasten ehdoilla. Kilpailutoiminnassa on keskiössä toiminnan riemu, joukkuehenki, kilpailuun oppiminen ja tunteiden hallinta, eikä kilpailumenestys ja ulkonäkökeskeiset seikat. Lapsia ei myöskään saa liikaa verrata toisiinsa.

7.2 Kilpailuihin osallistuminen

Kilpailuihin osallistuvat ryhmät päätetään valmennusryhmien valmentajien ja jojojen kanssa yhdessä. Valmentajat ehdottavat kausittain, mihin kilpailuihin osallistutaan.

7.3 Matkustus kisapaikalle

Vanhempainillassa päätetään, mihin kilpailuihin osallistutaan ja miten sinne kuljetaan. Suositetaan yhteiskuljetuksia ja julkisia kulkuvälineitä.

Mikäli jojat ja valmentajat päättävät yhdessä, että kisamatkalle tilataan yhteinen bussi, kaikki samaan kisaan lähtevät ryhmät huoltajineen sitoutuvat bussikuljetukseen. Matkan hinta jaetaan lähtijöiden kesken. Jos joku matkustaa muulla kyydillä, hän maksaa bussiosuuden silti.

Mikäli jojat ja valmentajat päättävät, että kilpailumatka kuljetaan junalla, on huolehdittava, että huoltajia on mukana riittävästi.

Jos päädytään kulkemaan kilpailumatka kokonaan omilla autoilla, suositetaan tässäkin tapauksessa kimpapakyytejä.

Joukkueenjohtaja huolehtii, että jokaisella voimistelijalla on kyyti kilpailumatkalle.

7.4 Turvallisuusohjeet kilpailumatkoilla

Kilpailumatkoilla valmentajat ja huoltajat huolehtivat vastuullisesta toiminnasta ja alaikäisten turvallisuudesta.

7.5 Huoltajat kilpailumatkoilla

Alle 12-vuotiaiden kilpailumatkoille huoltajia lähtee yksi viittä lasta kohden, joissa yövytään. Mikäli huoltajia ei löydy tarpeeksi, kyseiselle kilpailumatkalle ei voida lähteä. Kilpailumatkoille, jotka ovat lähempänä, eikä yöpymistä vaadita, huoltajia lähtee yksi seitsemää lasta kohden. Muussa tapauksessa kilpailumatka peruutetaan.

12-16-vuotiaiden kilpailumatkoille huoltajia lähtee yksi kymmentä lasta kohden, joissa yövytään. Mikäli huoltajia ei löydy tarpeeksi, kyseiselle kilpailumatkalle ei voida lähteä. Kilpailumatkoille, jotka ovat lähempänä, eikä yöpymistä vaadita, huoltajia lähtee yksi joukkuetta kohden. Muussa tapauksessa kilpailumatka peruutetaan.

Kilpailuihin mukaan lähtevät huoltajat on ilmoitettava hyvissä ajoin ennen kilpailuun ilmoittautumista.

7.6 Koreografiapalkkiot

Valmennusryhmien koreografiat tekevät yleensä joukkueen valmentaja/valmentajat.

Koreografi/koreografitiimi tulee ilmoittaa puheenjohtajalle kauden alussa. Valmentajat saavat tehdystä työstä koreografiapalkkion.

8. Viestintä

8.1 Sisäinen viestintä

Tiedotus harrastajille/huoltajille tapahtuu WhatsApp-ryhmissä. WhatsApp-ryhmissä on mukana hallituksen edustaja, jotta viestintää voidaan tarvittaessa valvoa.

Seurassamme ylläpidetään sujuvan kommunikoinnin ylläpitämiseksi myös valmentajien omaa sekä hallituksen omaa Whatsapp-ryhmää.

8.2 Ulkoinen viestintä ja julkisuus

Seura viestii aktiivisesti somessa ja paikallisissa medioissa sekä verkkosivuilla. Valmentajat vastaavat joukkueiden omista sometileistä. Seuramme käyttää vain Facebookia ja Instagramia somealustana. Seuran tai seuran joukkueiden nimissä olevia tilejä ei voi perustaa ilman hallituksen lupaa.

8.3 Sosiaalinen media ja somekäytännöt

Seura noudattaa sosiaalisen median käytössä harkintaa ja kunnioitusta. Kuvien ja videoiden julkaisuun pyydetään lupa huoltajilta alaikäisten osalta. Henkilökohtaisessa viestinnässä noudatetaan asiallisuutta. Seura ylläpitää virallisia kanavia tiedottamiseen.

8.4 Kuvien ja videoiden käyttö

Kuvamateriaalin käyttö perustuu huoltajien suostumukseen. Kuvia käytetään vain seuran viestintään ja markkinointiin.

8.5 Sponsorointi ja yhteistyökumppanit

Joukkueiden johtajat ja huoltajat hankkivat halutessaan yhteistyökumppaneita toiminnan tueksi. Sponsorointi on avointa ja sopimuksin ohjattua.

9. Talous ja maksukäytännöt

9.1 Harrastusmaksut ja niiden muodostuminen

Kausimaksut valmennusryhmissä maksetaan kokonaan kerralla tai kahdessa erässä. Harrasteryhmissä maksu suoritetaan yhdessä erässä, ellei toisin sovita. Käytössä kaikilla ryhmillä on myös sisarusalennus, joka myönnetään, mikäli samasta perheestä osallistuu useampi lapsi seuran ryhmiin. Alennus on huoltajien vastuulla, jolloin huoltaja itse ottaa yhteyttä (eijajs60@gmail.com) 10% alennuksen saamiseksi toisen lapsen kausimaksusta.

Valmennusryhmissä on kausimaksun lisäksi myös muita huoltajia velvoittavia kuluja:

- Kilpailujen osallistumismaksu
- Kilpailumatkat ovat omakustanteisia
- Voimistelun kilpailupuku maksaa tavallisesti koristeineen n. 140€ ja samaa pukua käytetään yleensä sekä kevät- että syyskaudella
- Seuravaatteiden hankinta sovitusti
- Kesätreenit ovat omakustanteiset ellei toisin mainita

Valmennusryhmät ja huoltajat voivat halutessaan tehdä varainhankintaa, jolla katetaan kilpailumatkojen kuluja.

Harrasteryhmissä ei toistaiseksi ole muita, kuin esiintymisasuihin liittyviä lisäkuluja sovittaessa. Kustannuksia tulee maksimissaan 20-30€ / kausi.

9.2 Muiden kulujen jakautuminen

Kausimaksuilla kustannetaan valmentajien/ohjaajien palkat, valmentajien kilpailumatkat, harjoituspaikkavuokrat, seuran hallinnolliset kulut, ym.

9.3 Taloudellinen tuki ja avustukset

Seura voi myöntää stipendejä tai tukea perhettä taloudellisesti haastavassa tilanteessa. Perheen pitää olla seuran yhteydessä asian tiimoilta itse ennen asetettua eräpäivää.

9.4 Maksujen perintä ja maksamattomuus

Kausimaksut tulee maksaa eräpäivään mennessä. Maksujen laiminlyöntiin puututaan.

Maksamattomuus voi johtaa tilanteesta riippuen harjoitteluoikeuden keskeytykseen. Huoltajat voivat sopia maksusuunnitelmasta tilanteen niin vaatiessa lähettämällä sähköpostia (ejajis60@gmail.com).

Uuden kauden alkaessa edellisen kauden maksut tulee olla suoritettuna.

10. Turvallisuus ja vastuullisuus

10.1 Tapaturmien ennaltaehkäisy ja muut turvallisuusasiat

Harjoitukset suunnitellaan turvallisiksi ja välineitä tarkistetaan säännöllisesti. Ryhmän vastuuhenkilöt huolehtivat turvallisuusjärjestelyistä. Harjoituksissa on aina vastuuhenkilö paikalla.

Seura ei hyväksy dopingin käyttöä missään tilanteessa.

10.2 Vakuutukset ja lisenssit

Kaikilla kilpavoimistelijoilla tulee olla voimassa oleva ja asianmukainen lisenssi.

Seura ei ole vastuussa voimistelijoiden vakuutuksesta, vaan siitä vastuussa ovat voimistelijan huoltajat.

10.3 Seuratoiminnan arviointi ja kehittäminen

Toimintaa arvioidaan jatkuvasti palautekyselyiden ja keskustelujen pohjalta. Kehittämistoimet kirjataan toimintasuunnitelmaan ja ne raportoidaan hallitukselle.