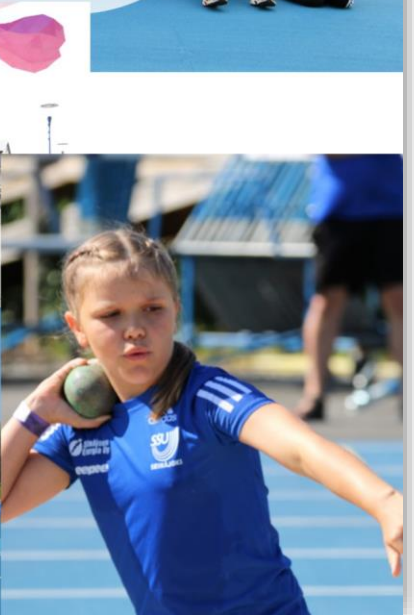




Seinäjoen Seudun Urheilijat ry TOIMINTAKÄSIKIRJA



Versiohistoria

| Versio | JulkaisuPvm | Hyväksynyt | Kommentit |
|-------------|-------------|--------------|--|
| Versio 0.9 | 31.3.2011 | | Ensimmäinen alustava versio kommentoitavaksi hallitukselle ja eri tiimeille |
| Versio 0.95 | 5.8.2011 | | Tiimien korjaukset tehty |
| Versio 1.0 | 27.9.2011 | SSU Hallitus | Tehty auditoijien ehdottamia muutoksia; seuran visiota täsmennetty (kpl 2.2), mentorointiin liittyviä täsmennyksiä (kpl 4.3.1), seuran säännöt nähtävissä www-sivuilla – poistettiin teksti käsikirjasta (kpl 3.5), kilpailutiimin vuosikellon koko muutettu paremmin luettavaksi (kpl 5.3), sisällysluettelo päivitetty |
| Versio 1.1 | 03.11.14 | - | |
| Versio 2.0 | 24.5.2022 | | Seuran nykytoimintaa vastaavat toimintakäsikirjan muutokset |

Seinäjoen Seudun Urheilijoiden Toimintakäsikirja

| Sisälllys | Sivu |
|--|-----------|
| 1. Johdanto | |
| 2. Mikä meille on tärkeää; seuran arvot, strategia ja toiminta-ajatus | 5 |
| 2.1. Eettiset linjaukset | |
| 2.2. Seinäjoen Seudun Urheilijoiden visio | |
| 2.3. Toiminta-ajatus | |
| 2.4. Seuran strategia vuosille 2022–2026 | |
| 3. Miten seura toimii; organisaatio, säännöt, vastuut ja talous | 8 |
| 3.1. Toimintakausi ja sääntömääräiset kokoukset | |
| 3.2. Toiminnan organisointi | |
| 3.3. Organisaatiokaavio | |
| 3.4. Tiimien vastualueet | |
| 3.5. Määritellyt vastuuhenkilöt | |
| 3.6. Seuran säännöt | |
| 3.7. Seuran toimintasuunnitelma | |
| 3.8. Seuran talous | |
| 3.9. Seuran korvaamissäännöt, lisenssit ja maksut | |
| 4. Miten seura liikuttaa; toimintaa lapsista veteraaneihin | 12 |
| 4.1. Yleisiä toimintaperiaatteita ja pelisääntöjä | |
| 4.2. Nuorisotoiminta (3v-13v) | |
| 4.3. Nuoriso- ja aikuisvalmennus (14v-) | |
| 4.4. Harraste- ja kuntoliikunta sekä TYHY-toiminta | |
| 4.5. Triathlon | |
| 4.6. Parayleisurheilu | |
| 4.7. Aikuisyleisurheilu | |
| 5. Kilpailutoiminta | 24 |
| 5.1. Kilpailutoiminnan organisointi ja vastuuhenkilöt | |
| 5.2. Kilpailutiimin toiminta-ajatus | |
| 5.3. Kilpailutoiminnan vuosikello | |
| 5.4. Tuomari- ja toimitsijakoulutus | |
| 6. Mitä muuta seura tekee; jäsenhankinta, viestintä, markkinointi, yhteistyö, varainhankinta, palkitseminen ja muu huomioiminen | 26 |
| 6.1. Jäsenhankinta ja -edut | |
| 6.2. Viestintä ja markkinointi | |
| 6.3. Yhteistyö | |
| 6.4. Varainhankinta | |
| 6.5. Seuran urheilijoiden huomioiminen, palkitseminen ja stipendit | |
| 6.6. Seuratoimijoiden huomioiminen | |
| 6.7. Muut asiat | |
| 7. Miten me kehitetään; toiminnan laatu, arviointi ja kehittäminen | 29 |
| 7.1. Määrä- ja laatukriteereitä | |
| 7.2. Toiminnan arvioinnin organisointi ja kehittäminen | |

1. Johdanto

Toimintakäsikirjan tarkoituksena on kuvata Seinäjoen Seudun Urheilijoiden toimintaa ja toiminnan periaatteita. Käsikirjan tarkoituksena on selkeyttää ja yhtenäistää seurassamme vallitsevia toimintatapoja sekä määrittää keskeiset vastuualueet. Tällä käsikirjalla haluamme helpottaa kaikkien seuramme jäsenten työtä ja perehdyttää uudet jäsenemme seuran toimintaan ja sen toimintatapoihin. Haluamme kehittää tämän käsikirjan avulla entistä laadukkaammin toimivan seuran. Käsikirjan avulla myös yhteistyökumppanimme saavat selkeän kuvan toiminnastamme.

Vuoden 2009 alusta voimaan tulleen kuntaliitoksen myötä Seinäjoen alueella toimi neljä yleisurheilua harjoittavaa seuraa: Nurmon Urheilijat-99, Peräseinäjoen Toive, Seinäjoen Urheilijat ja Ylistaron Kilpa-Veljet. Seurat järjestivät yhteistyössä 21.–23.8.2009 nuorten 16–17 v. yleisurheilun SM-kilpailut Seinäjoella. Kisat onnistuivat erinomaisesti sekä toiminnallisesti että taloudellisesti. Kisat olivat jatkumoa jo aiemminkin viriteltyyn yhteistyöhön ja niinpä yhteinen tahtotila syntyi seurojen yhdistämiseksi. Yleisurheilun ja triathlonin erikoisseura Seinäjoen Seudun Urheilijat ry:n toiminta käynnistyi Nurmon Urheilijat-99:n syyskokouksessa 1.11.2009 seuran nimen ja sääntöjen muutoksella.

Suuren seuran toiminnalliset ja taloudelliset edut oli helppo tunnistaa. Suurimmat edut löytyivät valmennuksen, harjoitusten, kilpailutoiminnan sekä talouden sektoreilta. Tunnistimme myös suuren seuran uhat. Paikallisuus, läheisyys ja me-henki ovat vaarassa kadota. Nämä mahdollisuudet ja uhat tunnistaen tavoitteena on rakentaa seura, jossa on suuren seuran raamit ja pienen seuran sielu.

Ihmiset tekevät seuran ja ihmiset tekevät seurasta juuri niin hyvän kuin yhdessä päätetään. Seuran tavoitteena on olla myös merkittävä vaikuttaja oman alueen ja koko maakunnan liikuntaharrastuksen kehittäjänä. Seuran tavoitteena on ihmisen kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista huolehtiminen. Näitä tavoitteita lujittamaan on tehty tämä toimintakäsikirja.

Seinäjoen Seudun Urheilijat on koko toimintansa ajan ollut vahvasti valtakunnallisten tilastojen mukaan 20 parhaan seuran joukossa ja oli mm. vuonna 2021 EPU:n alueen ainoa superluokan urheiluseura. Seura on lyhyen historiansa aikana järjestänyt jo kolmet SM-kilpailut. Vuonna 2014 järjestimme 19–22-vuotiaiden SM kilpailut, vuonna 2015 SM-viestit ja vuonna 2017 oli vuorossa Kalevan kisat.

Seinäjoen Seudun Urheilijat on Suomen Urheiluliiton (SUL), Suomen Aikuisurheiluliiton (SAUL), Etelä-Pohjanmaan Yleisurheilun (EPU), Suomen Vammaisurheilu ja – liikunta (VAU) ja Pohjanmaan Urheilun (PLU) jäsenseura. Seinäjoen Seudun Urheilijoiden toiminnassa noudatetaan Suomen lakien ja kattojärjestöjemme sääntöjen lisäksi seuran sääntöjä ja päätöksiä.

Tämä toimintakäsikirja kertoo siitä, miten toimimalla me olemme jatkossakin valtakunnallisesti merkittävä yleisurheiluseura. Toimintakäsikirja auttaa meitä myös tarkastelemaan, arvioimaan ja kehittämään toimintaamme entistä laadukkaammaksi. Haluamme käsikirjalla myös korostaa toiminnan avoimuutta sekä tasapuolisuutta urheilijoitamme, jäseniämme ja yhteistyökumppaneitamme kohtaan.

2. Mikä meille on tärkeää; seuran arvot, strategia ja toiminta-ajatus

2.1. Eettiset linjaukset

Motto: Kivaa, Kavereita, Kuntoa!

Tasavertaisuus:

Seinäjoen Seudun Urheilijat on urheiluseura, joka kutsuu riveihinsä urheilijat, valmentajat, vanhemmat, toimitsijat sekä seuratyöntekijät tasa- arvoisina, riippumatta heidän poliittisesta tai uskonnollisesta vakaumuksestaan, ihonväristään tai syntyperästään. Kaikkia urheilijoita, valmentajia ja seuratoimijoita kohdellaan samanarvoisina riippumatta heidän urheilussa saavuttamasta menestyksestään. Seura pitää huolta kaikista urheilijoista, heidän valmentajistaan sekä vanhemmistaan.

Rehtiys ja avoimuus:

Seura toimii rehdisti. Tämä pitää sisällään puhtaan urheilun, oikeudenmukaisuuden urheilijoiden kesken sekä avoimen kaikkien saatavilla olevan tiedotuksen. Seurassa kuunnellaan urheilijoiden, vanhempien ja kaikkien muiden seuran toiminnassa olevien mielipiteitä.

Muun elämän arvostaminen:

Seura arvostaa ja huomioi urheilijoidensa elämän kokonaisuutena. Tämä käsittää mm. koulunkäynnin, opiskelun, työnteon ja muut harrastukset. Seuran toimihenkilöt ja seuratyöntekijät toimivat aina ja kaikessa urheilijoiden parhaaksi.

Kasvatus:

Seura kasvattaa urheilijat rehtiyteen, rehellisyyteen sekä iloiseen elämän- myönteiseen asenteeseen. Hyvät käytöstavat ja terveet elämäntavat ovat olennainen osa seuran kasvatuksellista toimintaa

Yhteistyö ja huomioiminen:

Seura tekee aktiivista yhteistyötä yhteistyökumppaneiden kuten liikuntatoimen, alueen koulujen ja opettajien kanssa. Yhteistyökumppaneiden kanssa toimitaan yhdessä sovittuja sopimuksia kunnioittaen. Seura palkitsee ja huomioi urheilijansa, valmentajansa sekä muut seuratyöntekijänsä sovittujen periaatteiden mukaisesti.

Valmennuksen etiikkaa:

- Valmennamme urheilijaa ihmisenä, emme tulostavineen.
- Yhtä tärkeää kuin urheilijan fyysinen valmennus, on hänen huomioimisensa kokonaisena persoonana; on otettava huomioon hänen fyysisten ominaisuuksiensa lisäksi urheilijan tunteet, tavoitteet, taustat ja elämäntilanne.
- Valmentajan on edettävä urheilijan ehdoilla ja aina urheilijan edun mukaisesti.
- Valmentajan tulee kunnioittaa urheilijan fyysistä ja henkistä koskemattomuutta.
- Urheilija ei saa olla valmentajan vallankäytön tai pätemisentarpeen väline.
- Kun valmentaja huomioi urheilijan kokonaisena ihmisenä, hänen tuloksensakin paranevat.
- Valmentaja on aina urheilijan tukena niin voiton kuin tappionkin hetkellä.
- Hyvä valmentaja on seurassa kultaakin kalliimpi, koska hän osaa joustaa ja kannustaa tarvittaessa sekä huomioida myös urheilijan urheilun ulkopuolisen elämän; ihmissuhteet, opiskelun ja muut harrastukset.

Toimitsijoiden etiikkaa:

- Toimitsijat tekevät työnsä rehdisti ja rehellisesti kunkin urheilulajin sääntöjä noudattaen.
- Toimitsijoiden työskentelyn tulee olla ystävällistä ja urheilijoita kannustavaa.
- Toimitsijat eivät arvostele urheilijoiden suorituksia.

- Toimitsijoiden oma käytös olkoon mallina myös urheilijoille.
- Toimisijat tekevät kilpailun ensi sijassa kilpailijoita ja yleisöä varten

Seuratyöntekijöiden etiikkaa:

- Seuratyöntekijät toimivat aina ja kaikessa urheilijoiden parhaaksi.
- Seuratyöntekijät huomioivat kaikki urheilijat ja heidän valmentajansa sekä vanhempansa tasapuolisesti ja kohtelevat heitä arvostaen ja heidän tavoitteitaan kunnioittaen.
- Seura huolehtii seuratyöntekijöidensä jaksamisesta.
- Seura kiittää työntekijöitään huomioimalla heidän saavutuksensa ja merkkipäivänsä.

2.2. Seinäjoen Seudun Urheilijoiden visio

Seinäjoen Seudun Urheilijat on kansallisesti menestyvä sekä parasta alueellista liikuntaharrastusta ja kilpailutoimintaa yleisurheilun ja triathlonin parissa tarjoava urheiluseura.

Toiminnan korkealla laadulla urheilijoille, vanhemmille, muille seuratoimijoille ja yhteistyökumppaneille varmistetaan innostava ja huomioiva ilmapiiri, jossa halutaan olla mukana.

2.3. Toiminta-ajatus

Seinäjoen Seudun Urheilijat järjestää laadukasta harrastus-, valmennus- sekä kilpailutoimintaa kaiken ikäisille ja tasoisille urheilijoille Seinäjoen seudulla. Seura toimii yleisurheilun ja triathlonin erikoisseurana. Monipuolisella eri-ikäisten liikuttamisella tarjotaan hyviä elämyksiä urheilun parissa.

Seura tarjoaa myös monipuolisia urheiluun ja yhdistyksen toimintaan liittyviä tehtäviä mm. ryhmien ohjaajana ja valmentajana, jäsenenä tai vastuutehtävässä eri tiimeissä ja hallituksessa, kilpailujen toimitsijana, työntekijänä talkoissa sekä seuran muissa tehtävissä. Seurassa vapaaehtoiset toimivat kukin omien kykyjen, tavoitteiden ja halujen mukaan. Tehtävien hoitamiseksi seura tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia kouluttautumiseen.

Seura on aktiivisesti mukana alueellisella ja kansallisella tasolla urheilutoiminnan kehittämisessä muiden seurojen ja järjestöjen kanssa.

2.4. Seuran strategia vuosille 2022–2026

Seuran strategia seuraavalle nelivuotiskaudelle perustuu seuraaviin tärkeisiin teemoihin: Entistä vahvempi SSU, positiivisen imagon SSU ja digitaalinen SSU. Nämä sisältävät lisäksi useita tärkeitä kehityksen painopisteitä, joilla vahvistetaan seuran toiminnan edellytyksiä, mutta toisaalta myös lajin houkuttelevuutta nuorten parissa. Hallitus koordinoi strategiaan liittyviä toimenpiteitä yhdessä tiimien kanssa.

Entistä vahvempi SSU

Rakennamme toimivan ja saumattomasti organisoidun laadukkaan urheilijan polun aina nuoresta yleisurheilukoululaisesta aikuisurheilijaksi. Seuran ydintoiminnan ympärille eli nuorten liikuttamisen ja positiivisten urheilukokemusten kautta saamme urheilijoita aina kansainväliselle tasolle asti seuran riveihin. Kaikki lähtee seuran perustustyöstä. Olemme innostuneita jokaisesta seuran urheilukouluun tulleesta lapsesta hyvän harrastuksen parissa. Erityistä panostusta tehdään poikien lajiin mukaan saamiseksi.

Vakiinnutamme talouden pohjan, joka hyödyttää vahvasti koko seuran ydintoimintaa. Ennakoitavissa olevan talouden turvin voimme rakentaa paremmin suunnitelmia seuraaville kausille ja pystymme organisoidusti kehittämään toimintaa siellä, missä se on tärkeintä. Vahvana tavoitteena on seuran toimesta mahdollistaa ammattimainen valmennus aikuisurheilun kynnykselle saakka. Pyrimme jatkossakin tukemaan vähintään kansallisen huipun aikuisurheilijoitamme taloudellisesti.

Organisoimme ja hyödynnämme vahvemmin vapaaehtoistyötä, jolla saamme leveämmät hartiat asioiden tekemiseen. Samalla seuran ydintoimijoiden määrä kasvaa ja yksittäisten vastuuhenkilöiden työkuorma vähenee. Uusia aktiivisia seuratoimijoita pyritään rekrytoimaan mukaan positiivisella asenteella.

Seuran vahvaa kumppaniverkosta pyritään laajentamaan entisestään. Sitä myös pyritään tehokkaasti hyödyntämään aina kun yhteistyö nähdään järkevänä. Yhteistyökumppanit nähdään tärkeinä ja heidän intressejään koitetaan tukea aina kun se on mahdollista. Suhtaudumme positiivisesti kumppanien omiin hankkeisiin ja niissä ollaan mukana aina kun se on mahdollista ja ne hyödyttävät seuran urheilijoita tai muuta seuran toimintaa.

Positiivisen imagon SSU

Seuran eettiset linjaukset, vahva kumppaniverkosto sekä positiivinen asenne tekemiseen antavat vahvan pohjan rakentaa entistä positiivisempaa imagoa. Samalla pyritään vaikuttamaan myös koko Suomen yleisurheilun kiinnostavuuteen harrastuksena. Positiivisen ilmeen rakentamista edistetään niin ydintoiminnassa, kumppaniviestinnässä kuin viestinnässä ulospäin. Erityisesti säännöllisen ulospäin tehtävään viestintään panostetaan.

Digitaalinen SSU

Maailma muuttuu hurjaa vauhtia ja digitaalisuus on läsnä kaikkialla. Vuodesta 2020 asti kestänyt pandemia on haastanut myös urheiluseuroja uudelleen tekemiseen. Nuoriso käyttää jatkuvasti uudistuvia medioita ja urheiluseuran on oltava kehityksessä mukana. Seura pyrkii hyödyntämään jatkossa entistä tehokkaammin digitaalisia välineitä niin ydintoiminnassa, seuran talouden tukena kuin kommunikaatiossa sidosryhmiinkin. Hyvillä välineillä vähennämme myös seuran vakituisen työvoiman työtaakkaa.

Harjoitusryhmien toimintaa kehitetään digitaalisuuden hyödyntämiseen niin harjoituksiin ilmoittautumisissa kuin kilpailuihin osallistumisessa. Vapaaehtoistoimintaa organisoidaan jouhevammin digitaalisin välinein ja seuraväkeä innostetaan osallistumaan myös digitaalisen SSU:n toimintaan.

Kaikessa digitaalisessa toiminnassa SSU noudattaa tietosuojan liittyviä lakeja, suosituksia ja hyviä turvallisia käytäntöjä. Seuran jäsenten tiedoista huolehtiminen on seuralle ensiarvoisen tärkeää.

3. Miten seura toimii; organisaatio, säännöt, vastuut ja talous

3.1. Toimintakausi ja sääntömääräiset kokoukset

Seuran toimintakausi on kalenterivuosi ja seuraavan kauden hallituksen jäsenet päätetään seuran syyskokouksessa. Tiimien jäsenet vahvistetaan hallituksessa kauden ensimmäisessä kokouksessa. Tiimien kokoonpanoja voidaan tarvittaessa muuttaa toimintakauden aikana.

Seura pitää vuosittain kaksi varsinaista kokousta. Seuran kevätkokous pidetään helmi-toukokuussa ja syyskokous syys-joulukuussa hallituksen määräämänä ajankohtana. Ylimääräinen kokous pidetään, kun seuran kokous niin päättää tai kun hallitus katsoo sen tarpeelliseksi tai kun vähintään 1/10 seuran äänioikeutetuista jäsenistä kirjallisesti sitä hallitukselta vaatii. Kokous on pidettävä kolmenkymmenen vuorokauden kuluessa siitä, kun pyyntö on esitetty seuran hallitukselle.

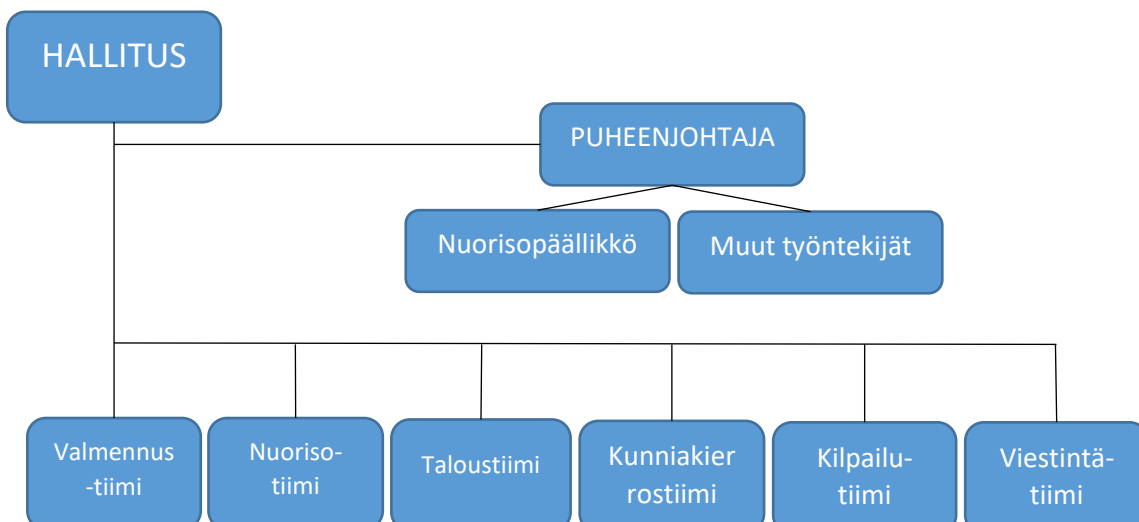
Seuran kokouksissa on jokaisella varsinaisella jäsenellä yksi ääni. Kokouksen päätökseksi tulee se mielipide, jota on kannattanut yli puolet annetuista äänistä. Äänten mennessä tasan ratkaisee kokouksen puheenjohtajan ääni, vaaleissa kuitenkin arpa.

3.2. Toiminnan organisointi

Seinäjoen Seudun Urheilijoiden käytännön toiminta on jaettu eri tiimien vastuulle. Tiimit tekevät työtä vastuualueillaan ja valmistelevat mm. päätettävät asiat hallitukselle. Hallituksessa päätettäviin asioihin kuuluvat mm. kaikki talouteen ja koko seuran toimintaan vaikuttavat asiat. Hallitus vahvistaa toimintakauden aikana toimivat tiimit ja niiden puheenjohtajat kauden alussa. Vakitukselta toimivia tiimejä ovat: kilpailutiimi, nuorisotiimi, valmennustiimi, viestintätiimi, taloustiimi ja kunniakierrostiimi. Tiimien kokoonpanoissa pyritään monipuolisuuteen ja mm. kaupungin eri alueiden tasapuoliseen huomioimiseen.

Seurassa on palkattuna päätoiminen nuorisopäällikkö ja osapäiväinen toimistos sihteeri. Seuran kirjanpito hankitaan ostopalveluna. Seura on järjestänyt yhteistyössä Seinäjoen kaupungin kanssa iltapäiväkerhotoimintaa ja sen puitteissa palkattuna on osapäiväisiä ohjaajia. Valmennustoiminta toteutetaan kuitenkin pääosin vapaaehtoisvoimin. Valmennus ja nuorisotiimin alaisien harjoitusryhmien vetäjille ja ohjaajille maksetaan korvausta hallituksessa päätetyillä periaatteilla. Erilaisiin projekteihin seura voi ulkopuolisella tukirahoituksella tarvittaessa palkata myös muita henkilöitä. Palkattujen henkilöiden kanssa tehdään työsopimus, johon työtehtävät kirjataan.

3.3. Organisaatorakenne



3.4. Tiimien vastualueet

Kilpailutiimi:

- Kilpailutiimin tarkoituksena on saada aikaan ja ylläpitää SSU:ssa tasokasta kilpailutoimintaa, jota myös sijoitetaan kenttäteknisten resurssien salliessa koko Seinäjoen kaupungin alueen kilpailupaikoille.
- Toimitsijoiden ja tuomarien sääntöosaamisen kehittäminen
- Yhteistyö kilpailupaikkojen kehittämisessä liikuntatoimen kanssa

Valmennustiimi:

- Valmennustiimi organisoii ja kehittää valmennustoimintaa 14-vuotiaille ja sitä vanhemmille SSU:n toiminta-alueella. Tiimi vastaa myös osaltaan urheilijavalinnoista edustusjoukkueisiin sekä niihin liittyvistä pelisäännöistä.

Nuorisotiimi:

- Nuorisotiimi järjestää, kehittää ja organisoii yu-koulu- ja harjoitustoimintaa 2–13-vuotiaille SSU:n toiminta-alueella.

Taloustiimi:

- Vastaa seuran talouteen liittyvistä toimista
- Talouden seuranta ja rahoitusideat

Kunniakierrostiimi:

- Vastaa seuran kunniakierrostapahtuman koordinoinnista

Viestintätiimi:

- Vastaa seuran ulkoisen ja sisäisen viestinnän kehittämisestä ja toteuttamisesta

3.5. Määritellyt vastuuhenkilöt

Seuran toiminnan kannalta keskeiset vastuuhenkilöt valitaan joko vuodeksi tai kahdeksi vuodeksi kerrallaan. Seuran puheenjohtaja valitaan kahdeksi vuodeksi seuran syyskokouksessa. Hallituksen varapuheenjohtajan valitsee hallitus keskuudestaan vuodeksi eteenpäin. Hallitus päättää myös hallituksen sihteerin vuodeksi kerrallaan. Hallitus lisäksi vahvistaa valmennus- ja nuorisotiimien ehdottamat vastuuhenkilöt sekä tiimien puheenjohtajat vuosittain. Ajantasaiset tiedot vastuuhenkilöistä löytyvät seuran [www-sivuilta www.ssu-yu.fi](http://www.ssu-yu.fi) kohdasta ”Seura/hallitus ja seura/tiimit”. Hallitus päättää myös kaikki muut koko seuran toimintaa koskevat erityisvastuut esimerkiksi erilaissa hankkeissa ja projekteissa.

Puheenjohtajan tehtävänä on suunnitella, johtaa ja kehittää seuran toimintaa sekä johtaa hallituksen kokousta. Puheenjohtajan tehtäväkenttä ydintoiminnan lisäksi sisältää:

- Markkinointi, varainhankinta ja yhteistyösopimukset yhdessä hallituksen ja taloustiimin kanssa
- Edustaminen ja suhdetoiminta
- Asiakasverkostojen luominen ja ylläpitäminen
- Työsopimusten ja laskujen hyväksyntä
- Taloustiimin jäsen, tarvittaessa jäsen myös muissa tiimeissä
- Palkitsemiset

Varapuheenjohtaja toimii puheenjohtajan varahenkilönä hallituksen kokouksissa sekä muissa tehtävissä puheenjohtajan ollessa estyneenä.

Sihteerin tehtäviin kuuluu mm. hallituksen ja vuosikokouksen kokouspöytäkirjojen pitäminen sekä päätöksistä tiedottaminen. Sihteerin toimenkuvaan liittyvät muut vastuut sovitaan vuosittain erikseen.

Toimistosihteerin tehtäviä ovat mm:

- Tarpeellisten tositteiden ja muiden seuran asiakirjojen arkistointi
- Jäsenrekisterin ylläpito
- Seuran toimiston kautta kulkevien asioiden hoito (laskujen maksu, ilmoittautumiset jne.)

Nuorisopäällikön sekä tiimien puheenjohtajien tehtävät on määritelty kohdassa 4. Talous- sekä kunniakierrostiimin puheenjohtajat koordinoivat omien tiimiensä toimintaa.

3.6. Seuran säännöt

Seuran säännöt löytyvät seuran www-sivuilta www.ssu-yu.fi kohdasta seurainfo.

3.7. Seuran toimintasuunnitelma

Seuran toimintasuunnitelma seuraavalle toimintakaudelle vahvistetaan seuran syyskokouksessa. Seuran toiminnalliset tiimit valmistelevat omat toimintasuunnitelmansa ja niiden pohjalta hallituksessa päätetty vastuhenkilö kokoaa toimintasuunnitelman. Hallituksen jäsenet osallistuvat toimintasuunnitelman tekemiseen ja toimintasuunnitelma käsitellään hallituksen kokouksessa.

Seuran ajantasainen toimintasuunnitelma löytyy virallisilta www-sivuilta: www.ssu-yu.fi kohdasta "seurainfo/toimintasuunnitelma"

3.8. Seuran talous

Seuran vuosittainen liikevaihto liikkuu 200.000–250.000 euron tuntumassa. Seuran tulo- ja menoarvio valmistellaan siten, että tärkeimmät tiimit tekevät ensin omat tulo- ja menoarvionsa ja taloustiimi kokoaa niistä sitten koko seuran tulo- ja menoarvioesityksen, joka vahvistetaan hallituksessa esitettäväksi yleiselle kokoukselle syksyllä.

Tulo- ja menoarvion toteutumista sekä seuran talouden tilaa seurataan tuloslaskelmien ja tilannekatsausten pohjalta jokaisessa hallituksen kokouksessa. Hallituksen kokouksia pidetään noin 10 kertaa vuodessa.

Seuran talous koostuu useista eri tulonlähteistä. Jatkuvaa, säännöllistä tulonlähdeä ei seuralla toistaiseksi ole. Taloustiimiideoi ja toteuttaa jatkuvasti uusia tulonhankkimismuotoja. Seuran tavoitteena on säännöllisen tulonlähteen löytäminen mahdollisimman nopeasti.

3.9. Seuran korvaamissäännöt, lisenssit ja maksut

Seuran hallitus päättää vuosittain urheilijoille maksettavista korvauksista. Korvaukset pitävät sisällään: korvattavat lisenssit, leirityskorvaukset, hallimaksut, sekä kilpailuihin liittyvät osallistumismaksut, ruokarahat, kilometrikorvaukset, majoitukset ja muut korvaukset.

Samoin seuran hallitus päättää vuosittain vetäjille ja ohjaajille maksettavista korvauksista. Korvaukset pitävät sisällään: kulut koulutuksesta, korvaukset harjoituskerroista sekä muista korvauksista.

Seuran ajantasaiset korvaamissäännöt löytyvät www-sivuilta: www.ssu-yu.fi kohdasta "Seura/korvaamissäännöt"

Seuran hallitus päättää vuosittain urheilijoiden harjoitus ja muut maksut. Seuran jäsenmaksut päätetään seuran syyskokouksessa.

Seura hankkii pääsääntöisesti urheilijoilleen lisenssit, jotka sisältävät SUL:in sopimusten mukaisesti vakuutuksen kilpailuissa ja seuran harjoituksissa. Mikäli urheilija käy seuran harjoituksissa, kuuluu lisenssi harjoitusmaksuun. Muita seuran urheilijoita ohjeistetaan lisenssin ja vakuutuksen hankinnassa.

Voimassa olevat harjoitusmaksut löytyvät seuran www-sivuilta www.ssu-yu.fi kohdista ”Yleisurheilukoulu, nuorisovalmennus ja huippu-urheilu”.

4. Miten seura liikuttaa; toimintaa lapsista veteraaneihin

4.1. Yleisiä toimintaperiaatteita ja pelisääntöjä

Seinäjoen Seudun Urheilijat pyrkii tarjoamaan positiivisia liikuntaelämyksiä kaiken ikäisille ja tasoisille urheilijoille Seinäjoen seudulla. Seuran pääasialliset lajit ovat yleisurheilu ja triathlon, mutta esimerkiksi tyhy-toiminnassa tarjotaan myös muita liikuntamahdollisuuksia ja terveyden edistämispalveluita kuten ravinto- tms. luentoja. Toimintaa suunnitellaan vuosittain kohderyhmien tarpeiden mukaan olemassa olevat resurssit huomioiden.

Liikuntatoiminnan organisointi yleisurheilussa on jaettu siten, että lasten toimintaa 13 ikävuoteen saakka koordinoi nuorisotiimi ja 13 vuotta vanhempien toimintaa valmennustiimi. Lisäksi seuralla on tarpeen mukaan muita tiimejä kuten tyhy-toimintaa, vammaisurheilua ja aikuisurheilua koordinoimassa. Seuran triathlon-toimintaa järjestää myös oma ryhmänsä.

Eri tiimien välistä yhteistyötä ylläpidetään välittämällä tiimien kokousmuistiot toisten tietoon sekä pyytämällä tarvittaessa eri tiimien jäseniä kokouksiin. Tarvittaessa voidaan muodostaa työryhmiä, joissa on edustus tiimeistä tai/ja hallituksesta. Jokainen tiimi tekee osaltaan toimintasuunnitelman ja ne liitetään soveltuvin osin osaksi koko seuran toimintasuunnitelmaa. Ajantasainen toimintasuunnitelma löytyy seuran www-sivuilta.

4.2. Nuorisotoiminta (2v-13v)

Toiminta-ajatus

Nuorisotiimi kehittää sekä organisoii 2–12-vuotiaiden harrastus ja kilpailutoimintaa SSU:n toiminta-alueella.

Tiimin tavoitteena on tarjota alle 12-vuotiaille lapsille ja nuorille laadukasta sekä monipuolista harrastus-, valmennus- ja kilpailutoimintaa. Tiimin tavoitteena luoda yleisurheilusta houkutteleva ja kiinnostava laji ja näin saada uusia harrastajia lajin pariin sekä tuottaa valmennustiimille uusia valmennettavia.

Nuorisotiimi huolehtii, että harjoituksia pidetään lasten ehdoilla ottaen huomioon lasten oikeudet urheilussa eli oikeus vapaaehtoisesti osallistua urheiluun lahjakkuudesta riippumatta, oikeus osallistua oman ikänsä ja kehitystasonsa mukaisesti, oikeus, että häntä kohdellaan lapsena arvokkaasti ja ymmärrettävästi riippumatta urheilumenestyksestä. Lisäksi hänellä on oikeus nauttia urheilusta ja pitää hauskaa.

Kausien alussa päivitetään pelisäännöt ja ne käsitellään aloittavien ryhmien perheiden kanssa. Pelisääntöihin tulee kaikkien sitoutua ollessaan tekemisissä seuratoiminnan kanssa.

Nuorisotiimi organisoii uusien toimintaan tulevien lasten vanhempien rekrytoinnin erilaisiin seuran tehtäviin mm. ohjaamaan harjoituksia, mukaan tiimin toimintaan ja avustamaan seuran järjestämien kisojen läpiviennissä.

Nuorisotiimin vastuulla on perehdyttää ja kouluttaa urheilukoulujen ohjaajat ja suunnitella ohjaajille henkilökohtaiset koulutuspolut. Kouluttautuminen nostaa toiminnan laatua ja harjoitusten turvallisuutta.

Nuorisotiimi tekee toimintasuunnitelman, joka käsitellään ja hyväksytään hallituksessa. Toimintasuunnitelma pitää sisällään seuraavan vuoden tapahtumat, niiden vastuuhenkilöt sekä arvion tuloista ja menoista.

Toiminnan onnistumista mitataan 2–12-vuotiaiden lisenssimäärillä, yleisurheilukoululaisten ja juniorivalmennusryhmäläisten määrällä, lastenkilpailuiden osallistujamäärällä, sisupisteillä sekä yu-ohjaajakurssin käyneiden ohjaajien määrällä.

Työnjako

Nuorisotiimiä johtaa nuorisotiimin puheenjohtaja, jonka tehtävät ovat seuraavat:

- Kutsuu koolle nuorisotiimin
- Tekee kokoukselle asialistan nuorisopäällikön avustuksella
- Huolehtii, että tiimin koko ja osaamistaso on riittävä
- Jakaa vastuuta tiimin jäsenille
- Osallistuu kutsuttaessa hallituksen kokoukseen ja esittelee tiimin asiat sekä lähettää tiimin kokousten pöytäkirjat hallitukselle
- Tiedottaa uusista asioista

Nuorisopäällikön tehtävät:

- Tiedottaa urheilijoita ja vanhempia seuran asioista (yu-koulut, juniorivalmennusryhmien harjoitukset, kilpailut ja joukkuevalinnat)
- Huolehtii, että toimintaan saadaan uusia vetäjiä ja tekee vetäjille ohjaajakoulutussuunnitelman.
- Kehittää ja koordinoi yu-koulujen, nuorisoharjoitus ja –kilpailutoimintaa
- Vastuuttaa ohjaajia ja valmentajia huolehtimaan heidän harjoitusryhmistään
- Tekee vuosittaisen toimintasuunnitelman luonnoksen nuorisotiimille
- Tekee yhteistyötä valmennustiimin ja valmentajien kanssa tiimien toiminta-alueiden rajapinnassa.
- Tiedottaa SUL:n uusista tuotteista, säännöistä jne. seura-aktiiveja.
- Osallistuu tarvittaessa valmennustiimin ja hallituksen palavereihin, toimii yhteyslinkkinä.
- Toimii yhteyshenkilönä eri yhteistyötahojen välillä

Yhteisvastuu (pj ja np):

- Vastaavat seuran lasten ja nuorten asioista seuran organisaatiossa sekä seuraavat toiminnan toteuttamista.
- Vastaavat yhdessä joukkueiden kasaamisesta kilpailuihin, pj. voi halutessaan kutsua nuorisotiimin kokoukseen nimeämään joukkueita kilpailuihin, joukkueet vahvistaa seuran johtoryhmä.

Harjoitustoiminta ja tapahtumat

Harjoituksia järjestetään kesällä perustettujen harjoitusryhmien mukaisesti Seinäjoen Keskuskentällä, Nurmon Haalinkentällä ja Peräseinäjoen urheilukentällä. Talvikaudella harjoitellaan Elisa Monitoimihallilla, Nurmon Liikuntahallilla, Seinäjoki Areenassa sekä Peräseinäjoen Ritola-hallilla.

Talvikaudella harjoituksia pidetään pääsääntöisesti loka-huhtikuun välisen ajan. Kesällä harjoitellaan kesäelokuun ajan.

Yleisurheilukoulut (2–12-vuotiaille)

- Yleisurheilukoulusta vastaa nuorisotiimi seuran nuorisopäällikön johdolla.
- Yleisurheilukoulussa noudatetaan ns. ottelupohjaista ”ELMO”-harjoittelua. Yleisurheilukoulussa tutustutaan kaikkiin yleisurheilulajeihin.
- Harjoittelu on ryhmäharjoittelua, leikinomaista ja sisältää runsaasti toistoja.
- Lapsia kannustetaan harrastamaan muitakin lajeja.

SSU Juniorit (9–13-vuotiaille)

Kilpailuun tähtääville 9–13-vuotiaille lapsille oikea ryhmä on SSU Juniorit. Tässä ryhmässä harjoittelu keskittyy urheilukoulua tehokkaammin lajitaitojen ja perusominaisuuksien kehittämiseen. Ryhmiin pääsemiseksi ei tarvita erikoislahjakkuutta, vaan innostunut asenne harjoittelua kohtaan on tärkeintä. Harjoittelun luonne on innostavaa ja tulevaisuuteen tähtäävää.

SSU Junioreiden viikko-ohjelmaan sisältyy pika- ja kestävyysjuoksuharjoitukset, heittoharjoitukset, hyppyharjoitukset sekä yleisharjoitukset. Urheilijat valitsevat huoltajiensa kanssa viikko-ohjelmasta itselleen sopivat harjoitukset tarvittaessa nuorisopäällikön avustuksella.

SSU Juniorit jaetaan kahteen tasoryhmään; kilpa- ja starttiryhmään. Kilparyhmässä edellytetään vähintään vuoden kokemusta yleisurheilusta ja siihen voi siirtyä kokemuksen ja taitojen karttuessa.

Yhteistyö

SSU Juniorit -ryhmäläisiä kannustetaan osallistumaan EPU:n sisuleiripäiville, piirileireille sekä piirin juoksuleireille ja lajipäiville. Junioreita kannustetaan osallistumaan myös valtakunnallisille lajikarnevaaleille ja karnevaalikelkailuihin.

Nuorisotiimi tekee yhteistyötä eri tahojen kanssa. Tiimi järjestää vuosittain tapahtumia yhteistyökumppaneiden kanssa mm. lasten kilpailut ja harrastetapahtumat.

Nuorisotiimi pyrkii järjestämään alakouluilla yleisurheilupäiviä ja iltapäiväkerhoja. Nuorisotiimi on mukana jakamassa seuran esitteitä koulujen välisissä kilpailuissa.

Kilpailutoiminta

Nuorisotiimi organisoii yhdessä kilpailutiimin kanssa Seinäjoen, Haalin, Peräseinäjoen ja Ylistaron kentillä sekä Nurmon Liikuntahallilla ja Monitoimihallilla lasten kisoja / seurakisoja / harjoituskisoja vuosittaisen suunnitelman mukaisesti. Ns. virallisten kilpailujen organisoinnista vastaa seuran kilpailutiimi. Seuran järjestämissä kilpailuissa noudatetaan lasten ja nuorten kilpailutoiminnan suosituksia.

Ohessa on alustavia suunnitelmia kisojen läpiviemiseksi:

- kisojen toimitsijat kerätään siltä alueelta, jossa kisat pidetään
- rekrytoidaan ilmoittautumisen yhteydessä lasten vanhempia toimitsijatehtäviin
- laaditaan toimitsijalistat ja kilpailuohjeet
- tehdään toimitsijarekisteri

Osallistuminen kilpailuihin

SSU kannustaa erityisesti 8–13-vuotiaita urheilijoitaan osallistumaan piirin järjestämiin ja valtakunnallisiin kisoihin:

- Osallistutaan juoksukoulun piirikisan osakilpailuihin: hallitonnit, sisumaantiet, sisumaastot, juoksukoulun pikamatkat, tonnikisa ja pitkät ratamatkat
- Osallistutaan juoksukoulun valtakunnalliseen Flying Finns-sarjan osakilpailuihin
- Osallistutaan piirin cupeihin; kiekkuu, moukari, seiväs
- Osallistutaan Seuracupin osakilpailuihin -tavoitteena Seuracup-finaaliin pääsy ja kuuden parhaan joukkoon sijoittuminen.
- Osallistutaan piirin Sisuhuipentumiin sisumaantien, sisumaastojen ja sisuviestien lisäksi
- Sisu- ja supersisuotteluihin T/P9 - 13 v.
- Aluehuipentumiin T/P12 - 13 v.

Sisupisteissä pyritään rikkomaan 1000 pisteen raja ja olemaan piirin paras seura.

Osallistutaan ja panostetaan vuosittain järjestettäviin seuraotteluihin. Seuraotteluissa on hyvä aloittaa uusien aloittelevien kilpailijoiden sisäänajo kilpailun maailmaan. Seuran www-sivuilta www.ssu-yu.fi kohdasta ”kilpailutoiminta” löytyy ohjeita aloitteleville kilpailijoille.

Osallistutaan loppuvuodesta pidettävään piirin Eliittifinaaliin, edellytyksenä sijoittuminen sisupisteissä piirin 12 parhaan seuran joukkoon. SSU:n tavoite on voittaa finaali.

Nuorisotiimi koordinoi 8–13-vuotiaiden kisoihin lähettämisen yhdessä valmennustiimin kanssa. Jokaiseen joukkuekilpailuun nimetään joukkueen huoltajat ja tarvittaessa joukkueen johtaja. Joukkueen johtajalle ja huoltajille laaditaan kirjallinen tehtäväkuvaus heille kuuluvista tehtävistä.

Kilpailijat ilmoittautuvat kilpailuihin kilpailukalenterin kautta, elleivät kilpailutiedot seuran sivulla toisin ohjeista mm. viestit ja seuracupfinaalit, joissa seura ilmoittaa joukkueet seuran yhteisilmoituksena.

Piirin sisukisoissa ilmoittautumismaksuissa huomioidaan seuran maksukatto, jotta vältetään turhilta maksuilta. Huomioidaan edelleen, että maksukatto ei koske jälki-ilmoittautumisia ja turhaan maksetut ilmoittautumismaksut peritään urheilijalta pois.

Ohjaajien tehtävät ja koulutus

Ohjaajina urheilukouluissamme käytämme seuran omia nuoria urheilijoita tai muita opiskelijoita sekä seuran aikuisohjaajia. Lasten vanhempia kysymme säännöllisesti mukaan ohjaustoimintaan. Lasten kanssa toimivien osalta hankitaan rikostaustaote.

Koko seuran urheilukoulunohjaustiimin määrällinen tavoite on n.20–30 ohjaajaa, jolloin yhdelle ei tule liian raskaaksi ja aina löytyy tarpeellinen määrä ohjaajia kuhunkin harjoitukseen. Urheilukouluissa suositus on 10 lasta kohden yksi ohjaaja. Urheilukoululaisten määrä sanelee tarvittavien ohjaajien määrän. Jokaisessa ryhmässä on yksi vastuuohjaaja, joka suunnittelee harjoituksen etukäteen. Vastuuohjaaja on yleensä yli 18-vuotias.

Kaikki uudet ohjaajat perehdytetään aluksi tehtävään, jolloin he toimivat apuohjaajina kokeneen ohjaajan/valmentajan parina jonkin aikaa ennen varsinaista koulutusta ohjaajaksi. Uudet tulokkaat voivat myös käydä PLU:n 3 - 5 tunnin Tervetuloa ohjaajaksi koulutuksen.

Yleisurheilukoulun ohjaajat käyvät 7–11-vuotiaiden ohjaukseen tarkoitetun SUL:n koulutusjärjestelmän 12 tunnin Yleisurheiluohjaajatutkinnon, joka järjestetään seuran sisäisesti. Ohjaajat voivat vaihtoehtoisesti osallistua myös EPU:n järjestämään koulutukseen.

11–14-vuotiaiden ohjaajat käyvät SUL:n järjestämän 40 tunnin Nuorten yleisurheiluohjaajatutkinnon. Koulutukseen pyritään ohjaamaan vetäjät, joilla on jo hieman kokemusta ohjaajana toimimisesta tai edellinen tutkinto suoritettu.

Seuran järjestäessä myös 4–5-vuotiaille liikuntaleikkikouluja ja lasten urheilukouluja tarvitaan näihin erikoistuneita ohjaajia, joita koulutamme PLU:n kautta.

Ohjaajille maksetaan korvausta ohjaajan koulutuksen mukaisesti. Ohjaajille korvaukset maksetaan verokortilla tai matkakuluina. Hallitus vahvistaa vuosittain maksettavat korvaukset.

Pelissäännöt

Nuorisotiimin ajantasainen pelisääntöpohja liitetään vuosittaiseen toimintasuunnitelmaan, joka löytyy seuran [www-sivuilta www.ssu-yu.fi](http://www.ssu-yu.fi) kohdasta ”yleisurheilukoulu”. Pelissäännöt käsitellään jokaisessa harjoitusryhmässä.

SSU:n lasten urheilu- ja yleisurheilukoulun pelissäännöt (pohja)

Minä ohjaajana/valmentajana lupaan ja vannon, että

- 1) Olen ajoissa paikalla
- 2) Haluan esimerkilläni edistää hyviä käytöstapoja
- 3) Olen tasapuolinen ja kohtelen jokaista samanarvoisesti
- 4) Kiitän ja kannustan aina, kun se vain on mahdollista
- 5) Huolehdin, että käyttämäni välineet palautuvat oikeille paikoilleen
- 6) Puutun asiattomuuksiin
- 7) Olen harjoituksissa urheilijoita varten
- 8) Tuen heikompia/arempia yrittämään parhaansa ja kehittämään osaamistaan
- 9) Tiedotan tärkeistä asioista mahdollisimman ajoissa
- 10) Suunnittelen harjoituksen etukäteen

Minä urheilijan vanhempana lupaan ja vannon, että

- 1) En lannista vaan kannustan lastani yrittämään parhaansa ja kehittämään osaamistaan
- 2) Tuen valmentajia heidän arvokkaassa työssään
- 3) Haluan esimerkilläni edistää hyviä käytöstapoja
- 4) Olen aidosti kiinnostunut lapseni harrastuksesta ja tuen häntä siinä
- 5) Kannustan myös lapseni kavereita
- 6) Luen seuran ilmoittelua seuran tiedottamiskanavoista.

Minä urheilijana lupaan ja vannon, että

- 1) Harjoittelen ja annan muiden harjoitella
- 2) Kerron vetäjälle heti, jos tunnen oloni sairaaksi harjoituksessa
- 3) Kannustan kavereita ja autan osaltani muita viihtymään yhteisissä treeneissä
- 4) Saavun ajoissa harjoitukseen
- 5) Muistan käyttäytyä kohteliaasti toisia kohtaan
- 6) Tsemppaan myös kavereita
- 7) Harjoittelen ja opin mielelläni uusia taitoja, yritän parhaani
- 8) Kuuntelen ja noudatan annettuja ohjeita ja sovittuja pelisääntöjä
- 9) Pyydän ohjaajalta luvan ennen, kun poistun harjoituspaikalta

Ja jos sanani syön, mörökölli minut viekään

4.3. Nuoriso- ja aikuisvalmennus (14 v-)

Toiminta-ajatus

Valmennustiimi organisoii ja kehittää valmennustoimintaa 14 v sarjassa kilpaileville ja sitä vanhemmille SSU:n toiminta-alueella. Tiimi vastaa myös osaltaan urheilijavalinnoista edustusjoukkueisiin sekä niihin liittyvistä pelisäännöistä.

Tiimin tavoitteena on luoda nuoriso- ja aikuisurheilijoita parhaalla mahdollisella tavalla palveleva laadukas valmennusorganisaatio sekä riittävät resurssit valmennukselle. Tiimi pyrkii myös edistämään valmennustiedon jakamista seuran sisällä koordinoimalla seuran sisäistä valmentajakoulutusta. Tavoitteena on saada nuoremista sarjoista nousevat urheilijat pysymään mukana yleisurheilun harrastamisessa ja kilpailemisessa sekä luoda yleisurheilusta varteenotettava vaihtoehto pääalajiksi aina aikuisurheilijaksi saakka. Lisäksi tavoitteena on saada mukaan myös uusia urheilijoita.

Valmennustoiminnassa huomioidaan urheilijoiden tarpeet ikäkausittain ja yksilöllisesti. Valmennustoiminta pohjautuu nuoremmassa ikäluokissa pääosin lajiryhmätoimintaan ja vanhemmissa ikäryhmissä pääosin yksilölliseen valmentamiseen ja sen tukemiseen. Nuorten alle 16-vuotiaiden ryhmässä sovitaan pelisäännöt nuorten ja heidän vanhempien kanssa. Nuorten 16–18-vuotiaiden osalta sovitaan pelisäännöt nuorten ja heidän valmentajien kanssa. Ryhmissä urheilijoita kohdellaan tasapuolisesti tarpeidensa mukaan huomioiden lasten oikeudet.

Valmennustoiminnan laatu taataan osaavilla ja koulutetuilla valmentajilla sekä riittävillä muilla resursseilla. Valmentajille järjestetään mahdollisuuksia kouluttaa itseään ja valmennustoiminta pyritään järjestämään valmentajille mielekkääksi.

Tiimi tekee vuosittain toimintasuunnitelman, jonka hallitus hyväksyy. Toimintasuunnitelma sisältää seuraavan vuoden erityiset tavoitteet ja tiimiin liittyvät tapahtumat, niiden vastuhenkilöt sekä arviot menoista ja tuloista. Toimintasuunnitelma yhteen sovitetaan muiden tiimien toimintasuunnitelmien kanssa. Ajantasainen valmennustiimin toimintasuunnitelma löytyy seuran [www-sivuilta](http://www.sivuilla) www.ssu-yu.fi kohdasta ”seurainfo/toimintasuunnitelma”.

Toiminnan onnistumista mitataan 14-vuotiaiden ja sitä vanhempien lisenssimäärillä, maksetuilla valmennusmaksuilla, kilpailuissa saavutetuilla pisteillä ja mitaleilla eri tasoilla, valmennustoiminnassa olevien valmentajien määrällä sekä valmennuksen koulutuksessa käyneiden määrällä.

Työnjako

Valmennustiimin kokoonpano ja erityisvastualueet päätetään toimintakausittain. Ajantasainen tiimin kokoonpano löytyy seuran [www-sivuilta](http://www.sivuilla) www.ssu-yu.fi kohdasta ”seura/tiimit”.

Valmennustiimin puheenjohtaja

- toimii valmennustiimin puheenjohtajana ja koollekutsujana
- valmistele valmennustiimin kokouksien asialistat yhdessä sihteerin ja valmentajien kanssa
- toimii yhteyshenkilönä ja tiimin asioiden esittelijänä seuran hallituksessa tai sopii tiimistä toisen henkilön ko. tehtävään
- toimii yhteyshenkilönä nuorisotiimille tiimin asioiden osalta tai sopii tiimistä toisen henkilön ko. tehtävään
- vastaa valmennustiimin talouteen liittyvien asioiden valmistelusta yhdessä valmentajien kanssa

Valmentajat

- valmistelee suunnitelmat oman osa-alueen valmennusjärjestelmästä lajin kehitysryhmän kanssa
- vastaa oman osa-alueensa valmennuksen organisoinnista
- toimii oman osa-alueen yhteyshenkilönä urheilijoilla ja valmentajille
- osallistuu tehtäväkuvauksensa mukaisesti seuran ulkopuoliseen valmennustoimintaan, mikäli niin on sovittu
- valmentaja huolehtii oman valmennusryhmänsä näkyvyydestä esimerkiksi sosiaalisessa mediassa sekä muilla keinoin
- myös mahdolliset muut tehtävät mm. Tyhy-toiminta ja nimettyjen kilpailujen vastuupalmentajatehtävät

Lajien kehitysryhmät

- lajien kehitysryhmän jäsenet valitaan vuosittain valmennustiimissä
- valmistelee suunnitelmat oman lajiryhmänsä valmennusjärjestelmästä
- vastaa oman lajiryhmänsä valmennuksen organisoinnista
- jäsenet toimivat oman lajiryhmänsä yhteyshenkilöinä urheilijoille ja valmentajille
- muistuttaa urheilijoita ja vetäjiä lajin tärkeistä tapahtumista
- vastaa valmentajien rekrytoinnista omassa lajiryhmässään

Akatemiavastaava

- toimii yhteyshenkilönä Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemian ja valmennustiimin välillä
- tiedottaa Akatemiaan liittyvistä asioista

Valmennustiimi

- koordinoi koko toiminta-alueen valmennusjärjestelmän suunnittelua
- vastaa koko toiminta-alueen valmennusjärjestelmän organisoinnista
- koordinoi valmentajien koulutusta
- tekee hallitukselle esitykset valmennustiimin talouteen liittyvistä asioista
- jakaa valmennustietoutta seuran sisällä järjestämällä mm. vuosittaisen suunnitelman mukaan seuran sisäisiä valmennuskoulutuksia ja yhteisharjoituksia.
- tekee hallitukselle esitykset palkittavista urheilijoista
- päättää vuosittain edustusjoukkueiden valintakriteerit ja vastuuhenkilöt
- linjausten tekeminen kilpailusuunnitelmiin
- tekee valmennustiimin vuosittaisen toimintasuunnitelman
- järjestää tarvittaessa lajipäiviä yhteistyössä nuorisotiimin kanssa
- voi tarvittaessa valita muita vastuutehtäviä esimerkiksi leiritysvastaavan
- valitsee vuosittain lajien kehitysryhmien jäsenet
- valmennustiimin jäsenillä on velvollisuus informoida seuran tiedotusvastaavalle omasta mielestään tärkeistä informoitavista asioista kuten tulevista kilpailuista, hyvistä kilpailusuorituksista, piirin järjestämistä leireistä, lajipäivistä jne.

Harjoitustoiminta

Valmentajat ja lajiryhmävastaavat valmistelevat vuosittain valmennussuunnitelmat, jotka käsitellään valmennustiimissä. Harjoittelu perustuu lajiryhmäpohjaiseen toimintaan. Lajiryhmät ovat: nopeusvalmennus, kestävyysvalmennus, hypyt, heitot ja moniottelut.

Seurassa on erilaisia valmennusryhmiä, joihin urheilija voi hakea mukaan. Urheilija voi kysyä seuran valmentajilta neuvoja, ellei ole varma minkä lajiryhmän harjoitusryhmään hänen kannattaisi hakeutua. Urheilijalle pyritään löytämään juuri hänelle sopiva harjoitusryhmä.

Harjoitus- ja lajiryhmää saa vaihtaa sopimalla siitä valmentajien kanssa etukäteen. Pääsääntöisesti kesken harjoituskauden ei suositella ryhmien vaihtoja vaan ne pyritään ajoittamaan harjoituskauden vaihtumisajankohtaan. Myös valmentajat voivat suositella urheilijalle muitakin ryhmiä, mikäli urheilijan lahjakkuus selvästi viittaa tiettyyn suuntaan, joka kehittyisi paremmin toisessa ryhmässä. Kiireellisissä muutostarpeissa harjoitusryhmien suhteen kesken harjoituskauden asiaa sopivat valmennustiimin puheenjohtaja ja seuran puheenjohtaja yhdessä valmentajien sekä urheilijan/urheilijan vanhempien kesken. Ensisijaisena tavoitteena näissä on urheilijan etu silloin kuin ryhmän vaihto on mahdollinen.

Siirtyessä valmennustiimin vastuualueelle urheilija siirtyy samalla ryhmä- tai yksilövalmennuksen piiriin (13–15 v). Viikoittaisten ohjattujen harjoitusten määrä nousee 3–5 harjoitukseen. Tässä vaiheessa urheilijan ei tarvitse sitoutua valmennusohjelman noudattamiseen vaan voi harjoitella jossain lajiryhmässä viikko-ohjelman mukaisesti. Kaikille ei heti pyritä osoittamaan henkilökohtaista valmentajaa. Joissa harjoitusryhmissä osallistumisen edellytyksenä on sitoutuminen harjoitusohjelmaan ja kilpailemiseen.

Seuran valmennusryhmiin kuuluvat saavat ohjeistuksen viikoittain vastuuvetäjiltä harjoituksista ja harjoituspaikoista. Harjoitusrunko suunnitellaan kesäkaudeksi huhtikuun ja talvikaudeksi elokuun loppuun mennessä. Harjoitusrunkoa kehitetään kauden aikana, mikäli siihen nähdään tarvetta. Harjoitukset suunnitellaan resurssien puitteissa niin, että eri ikäiset ja tasoiset urheilijat saavat riittävästi harjoitusmahdollisuuksia. Harjoitusten valmentajat seuraavat urheilijoiden harjoitteluaktiivisuutta sekä kannustavat urheilijoita säännölliseen ja määrällisesti riittävään harjoitteluun.

Tavoitteellisissa nuorten valmennusryhmissä harjoitellaan ohjatusti 3–6 kertaa viikossa. Tässä ikäluokassa riittävän tulostason saavuttaneilla urheilijalla on mahdollisuus hakeutua leirityksiin. Seura kannustaa urheilijoita osallistumaan leirityksiin.

Leiritysten lisäksi seura kannustaa urheilijoita osallistumaan alueellisiin leiripäiviin ja laji-iltoihin, joita pyritään mahdollisuuksien mukaan järjestämään myös itse.

Viimeistään, kun urheilija siirtyy 16-vuotiaiden sarjaan ja hän haluaa harjoitella tavoitteellisesti, pyritään hänelle osoittamaan henkilökohtainen valmentaja. Menestyneimmillä urheilijoilla on mahdollisuus päästä tässä vaiheessa myös maaotteluryhmiin ja sen mukanaan tuomiin leirityksiin.

Harjoittelu

Seuran järjestämä harjoitustoiminta rytmitetään normaalin kausiharjoittelun periaatteiden mukaan.

Peruskuntokausi I (loka-joulukuu):

- Harjoittelussa hyödynnetään mahdollisimman paljon maasto-olosuhteita niin pitkään kuin sääolot sen mahdollistavat. Harjoittelussa korostuu runsas kevyttehoinen harjoittelu ja eri lajiryhmät harjoittelevat paljon yhdessä.
- Kun säät kylmenevät ja lumi sataa maahan, aletaan hyödyntämään lajiryhmien tarpeiden mukaan sisäharjoituspaikkoja. Edelleen kuitenkin muistetaan suorittaa osa lämmittelystä ulkona.

Hallikausi/Peruskuntokausi II (tammi-helmikuu/tammi-maaliskuu):

- Harjoittelussa korostuu lajitaitojen osuus, määrät kasvavat varsinkin niillä, jotka eivät aio kilpailla paljoa hallikaudella.
- Sisätiloja hyödynnetään harjoittelussa paljon.
- Seuran käytössä on seuraavia harjoittelupaikkoja: Areena, Elisa monitoimihalli, Kuortaneen Urheiluopisto, Botnia-halli, Ritola-halli, Nurmon liikuntahalli, Kirmaushalli, Uimahalli-Urheilutalo ja eri koulujen liikuntasalit

Peruskuntokausi II/ Kilpailuun valmistavakausi

- Perusharjoittelu siirtyy osin ulos ja hallien käyttö loppuu huhtikuun puolessa välissä säävarauksella.
- Yksi painopiste harjoittelussa on maastojuoksu heti kun olosuhteet sen mahdollistavat. Maastoa hyödynnetään mahdollisimman paljon koko tämän harjoituskauden. Lisäksi urheilukentät otetaan käyttöön heti kun liikuntatoimi antaa siihen luvan.
- Seura tarjoaa urheilijoille mahdollisuuden ulkomaanleiriin ja siellä ohjattuun harjoitteluun.

Kilpailukausi:

- Harjoittelussa hyödynnetään ulkoratoja ja maastoa. Yksi harjoittelun painopiste on viesteihin valmistautuminen.

Osallistuminen kilpailuihin

Ensisijaisesti kilpailut ovat mittareita, joilla urheilijat näkevät kuinka omat tulokset ovat kehittyneet valmennuskauden aikana. Urheilijat oppivat asettamaan itselleen kilpailullisia tavoitteita ja tekemään työtä tavoitteiden saavuttamiseksi.

Kilpailijoita valmistetaan kohtaamaan kilpailuissa tulevat onnistumisen elämykset ja pettymykset. Tavoitteena on, että seuran urheilijat oppivat olemaan hyviä kilpailijoita, jotka osaavat arvostaa kilpakumppaneitaan niin voiton kuin tappion hetkellä.

Seura kannustaa urheilijoita mukaan kilpailutoimintaan. Kaikille tarjotaan samat mahdollisuudet osallistua kilpailuihin. Kilpailutoiminnasta tiedotetaan seuran tiedottamiskanavissa, joista löytyy myös ohjeita kilpailijoille ja huoltajille. Ohjeilla pyritään tekemään kilpailutilanteesta turvallinen kokemus.

Viestijoukkueissa ja kilpailuissa, joissa seuran osanottajamäärää on rajoitettu, valmennustiimi tekee valinnat omalla vastuualueellaan. Valmennustiimi tiedottaa urheilijoille valintaperiaatteet hyvissä ajoin, niin että kaikilla urheilijoilla tasapuoliset mahdollisuudet kilvoitella edustuspaikoista. Valinnoissaan valmennustiimi on avoin ja tasapuolinen.

Valmennustiimi valitsee myös joukkueenjohtajan ja huoltajat kilpailuihin, joihin seurasta osallistuu paljon kilpailijoita.

Seura osallistuu aluemestaruuskilpailuihin, SUL:n järjestämiin SM-kilpailuihin, sisutason kilpailuihin, seuracup:iin sekä muihin alueellisiin ja valtakunnallisiin kilpailuihin. Seura järjestää myös omia kilpailuja, joiden lajivalikoimassa pyritään huomioimaan omien urheilijoiden tarpeet.

Kilpailutoiminnan onnistumista seurataan alueellisella nuorten luokittelupisteiden ja valtakunnallisten seuraluokittelupisteiden avulla. Seura asettaa itselleen kilpailullisia tavoitteita ja tekee työtä tavoitteiden saavuttamiseksi.

Ohjaajien tehtävät ja koulutus

Ohjaajat ja valmentajat laativat harjoitusryhmänsä kausisuunnitelman sekä suunnittelevat itsenäisesti viikoittain vetämänsä harjoitukset ja pitävät kirjaa ryhmänsä harjoituskäynneistä. Harjoitusten vetämisestä saavat vetäjäpalkkiot perustuvat em. kirjanpitoon.

Harjoitusryhmien vetäjät pitävät tarpeen mukaan infotilaisuuksia urheilijoiden huoltajille tulevasta harjoitus- ja kilpailutoiminnasta sekä tarvittaessa myös jo tapahtuneesta toiminnasta. Tarpeen mukaan he käyvät kahdenkeskisiä keskusteluja huoltajien kanssa.

Vetäjät ja valmentajat vastaavat siitä, että heidän ryhmässään kaikilla urheilijoilla on tasapuoliset mahdollisuudet urheilla ja kehittyä. Ryhmissä noudatetaan ”reilun pelin henkeä”.

Seuran tavoitteena on, että vetäjät pyrkivät systemaattisesti kehittämään itseään osallistumalla aktiivisesti seuran, piirin ja liiton järjestämiin koulutustilaisuuksiin.

Seuran kokeneemmat valmentajat sekä lajivalmentajat opastavat tarpeen mukaan nuorempia ohjaajia. Valmennustiimi pyrkii osaltaan aktiivisesti tukemaan valmentajia ja koordinoimaan yhteistoimintaa.

Tavoitteet eri ryhmien vetäjien koulutustasoista:

- Yleisurheilukoulujen ohjaajista kaikki ovat käyneet vähintään SUL:n Tason I Lasten Yleisurheiluohjaajakurssin. Usealta löytyy myös Tason I Nuorten Yleisurheiluohjaajakurssi.
- Tavoitteena on, että valmennusryhmissä valmentajat ovat käyneet vähintään SUL:n Tason II Nuorisovalmentajatutkinnon ja osa on kouluttautunut tästäkin pidemmälle.
- Näiden koulutuksien lisäksi ohjaajilta ja valmentajiltamme löytyy toisen asteen ja kolmannen asteen koulutustaustoja liikunnan parista, sekä erityyppisiä koulutuksia muualta kuin lajiliiton valikoimasta (liikunnan opettaja yms).
- Lajiryhmävalmentajat pitävät osaltaan huolen toiminnan laadusta ja kertaavat keskeisimpiä asioita. He myös perehdyttävät uudet ohjaajat/valmentajat toimintatapoihimme, periaatteisiimme ja ohjaus/valmennuslinjauksiimme.
- Lisäksi koulutusta annetaan valmennustiimin järjestämissä tietoisuuksissa ja infotilaisuuksissa.
- Käytännön kokemusta uudet vetäjät saavat toimiessaan apuvetäjinä kokenempien kouluttajien pareina normaaliharjoituksissa, lajipäivissä jne.
- Seuran tavoitteena on resurssien puitteissa nimetä vähintään osapäiväinen valmennuspäällikkö. Valmennuspäällikön puuttuessa, töitä jaetaan valmentajille, lajiryhmävastaaville ja valmennustiimille.

Pelissäännöt

Yleiset periaatteet: Valmennusryhmät jaetaan urheilijan kehitystaso huomioiden. Kaikille annetaan mahdollisuus oman tason ja tavoitteensa mukaiseen harrastamiseen tasavertaisessa ja kooltaan sopivassa ryhmässä koulutetun valmentajan opastuksella.

Pelissääntökeskustelut käydään kaikissa valmennusryhmissä. Seuran alle 16-vuotiaiden ryhmässä on sovittu pelissäännöt sekä lasten että lasten vanhempien kanssa. 16–18-vuotiaiden ryhmässä pelissäännöt on sovittu nuorten ja valmentajien kesken.

Pelissäännöt (pohja):

Valmentajat sitoutuvat

- Olemaan ajoissa sovitulla harjoituspaikalla
- Esimerkillään edistämään hyviä käytöstapoja
- Olemaan tasapuolinen ja kohtelemaan jokaista samanarvoisesti
- Kiittämään ja kannustamaan aina, kun se vain on mahdollista
- Huolehtimaan välineet oikeille paikoilleen ja harjoitustila järjestyksestä
- Puutumaan asiattomuuksiin

- Olemaan harjoituksissa urheilijoita varten
- Tukemaan heikompia/arempia yrittämään parhaansa ja kehittämään osaamistaan
- Tiedottamaan tärkeistä asioista mahdollisimman ajoissa
- Suunnittelemaan harjoituksen etukäteen

Urheilijan huoltajat ja vanhemmat sitoutuvat

- kannustamaan lastansa yrittämään parhaansa ja kehittämään osaamistaan
- Tukemaan valmentajia heidän arvokkaassa työssään
- Esimerkillään edistämään hyviä käytöstapoja
- Olemaan aidosti kiinnostunut lapsensa harrastuksesta ja tukemaan häntä
- Kannustamaan myös lapsensa kavereita
- Lukemaan seuran ilmoittelua seuran tiedottamiskanavoista.

Urheilijat sitoutuvat

- Harjoittelemaan ja antamaan muille harjoittelurauhan
- Kertomaan vetäjälle heti, jos tuntee olonsa sairaaksi harjoituksessa
- Kannustamaan kavereita ja auttamaan osaltaan muita viihtymään yhteisissä treeneissä
- Saapumaan ajoissa harjoitukseen ja huolehtimaan välineistä
- Käyttäytymään kohteliaasti toisia kohtaan
- Tsemppaamaan myös kavereita
- Harjoittelemaan ja oppimaan myös uusia taitoja, yrittämään parhaansa
- Kuuntelemaan ja noudattamaan annettuja ohjeita ja sovittuja pelisääntöjä
- Pyytämään valmentajalta luvan ennen, kun poistuu harjoituspaikalta

4.4. Harraste- ja kuntoliikunta sekä TYHY-toiminta

Seinäjoen Seudun Urheilijat järjestää myös mahdollisuuksien mukaan harrastus- ja kuntoliikuntatapahtumia, joissa kaikki voivat liikkua ilman erityisiä kilpailutavoitteita. Aikuisten harrasteliikuntaa tuetaan myös järjestämällä TYHY-toimintaa (työhyvinvointi) resurssien niin salliessa. TYHY-toiminnalla tarkoitetaan toimintaa, jolla työnantaja ja työntekijät sekä työpaikan yhteistyöorganisaatiot yhteistyössä pyrkivät edistämään ja tukemaan jokaisen työelämässä mukana olevan työ- ja toimintakykyä sekä hyvinvointia hänen työuransa kaikissa vaiheissa. Ajan tasalla olevat vakuutusyhtiöt korvaavat kustannukset jopa 100 prosenttisesti.

TYHY-toiminnasta löytyy tarkemmin tietoa seuran sivuilta www.ssu-yu.fi tai soittamalla seuran toimistolle.

4.5. Triathlon

Seinäjoen Seudun Urheilijoiden toimintaan kuuluu myös triathlon ja seura on yksi Suomen Triathlonliiton jäsenseuroista. Triathlonissa seuran tavoitteena on antaa perusopetusta triathloniin kaikille lajista kiinnostuneille. Tavoitteena on järjestää myös yhteisharjoituksia ja leirityksiä esim. Kuortaneella. Harjoitus- ja muusta toiminnasta tiedotetaan mm. seuran [www-sivujen](http://www.ssu-yu.fi) kautta löytyvällä keskustelufoorumilla.

Seura on järjestänyt menestyksekkäästi myös triathlonin SM-tason kilpailut useana vuonna ja tavoitteena on jatkossakin vuosittain saada järjestettäväksi yhden SM-tason kilpailun. Lisäksi pyritään järjestämään keväisin ja kesäisin harjoituskilpailuja duathlonissa ja triathlonissa. Suunnitelmissa on myös mahdollinen citytriathlon kuntotapahtuma.

Meidän aktiivisesti kisailevat urheilijamme tulevat ottamaan osaa lajinsa kisoihin, niin kotimaassa kuin ulkomaillakin tavoitteenaan olla Suomen seurojen kärkikastissa.

4.6. Parayleisureilu

Seinäjoen Seudun Urheilijoissa toimii myös aktiivisia parayleisureilijoita. Parayleisureilijat harjoittelevat pääosin seuran normaaleissa harjoitusryhmissä. Parayleisureilua voi harrastaa aina huippu-urheilijaksi saakka. Paralympialaisten ja muiden arvokisamenestysten myötä vammaisyleisureilijat ovat tulleet myös suurelle yleisölle tutuksi Leo-Pekka Tähden johdolla. Arvokisamenestystä paralympialaisista Suomella aina 1976 luvulta asti on yleisureilussa peräti 152 mitalin verran.

Seinäjoen Seudun Urheilijoiden riveissä urheilee useita sarjassaan Suomen parasta parayleisureilijaa. Esimerkiksi kaudella 2021 seuran parayleisureilijamme saavuttivat kolmetoista SM-italia. Lisätietoja löydät seuran sivuilta www.ssu-yu.fi kohdasta ”parayleisureilu”.

4.7. Aikuisyleisureilu

Aikuisurheilu on yli 30-vuotiaiden kunto- ja kilpaurheilu. Aikuisurheilun lajit ja säännöt ovat pääpiirteissään samat kuin junioreilla tai yleisessä sarjassa. Urheilijat jaetaan ikänsä mukaan sarjoihin, joita on viiden vuoden välein. Naisille ja miehille on omat sarjansa. Sarjoja on jokaiselle, vuosittain on yleisesti kilpailijoita 80- ja 85-sarjoissa. Kilpailijoita on jopa 90-, 95 sarjoissa.

Aikuisurheilussa järjestetään kilpailuja aivan kuten yleisessä sarjassa. Suomen mestaruuksista kilpaillaan vuosittain eri puolilla Suomea. Aikuisurheilijoita on Suomessa tuhansia, jotka jäsenseurojensa kautta kuuluvat Suomen Aikuisurheiluliittoon. Kaikki toiminta tapahtuu liiton jäsenseurojen kautta.

Seinäjoen Seudun Urheilijat on Suomen Aikuisurheiluliiton jäsenseura. Seurassa toimii aktiivisia aikuisurheilijoita, jotka ovat myös saavuttaneet menestystä. Seuran aikuisurheilijoilla on toiminnassa ajatuksena reilun pelin henki ja aito urheilun ilo. Mukana toiminnassa on kaikenlaisilla motiiveilla liikkuvia: yhdelle voitto ja huipputulos on pääasia, toiselle on tärkeää yhdessä oleminen, kolmannelle liikkuminen on elämäntapa.

Lisätietoja aikuisurheilutoiminnasta löytyy Suomen Aikuisurheiluliiton nettisivuilta www.saul.fi.

5. Kilpailutoiminta

5.1. Kilpailutoiminnan organisointi ja vastuutehtävät

Kilpailutoimintaa seurassa organisoi liitolle ilmoitettujen kilpailuiden sekä muiden laajojen tapahtumien osalta kilpailutiimi. Lasten massakilpailuissa, joita ei kilpailukalenteriin ilmoiteta, kantaa järjestelyvastuun nuorisotiimi. Seuran järjestämissä lasten ja nuorten kilpailuissa noudatetaan Nuori Suomi ry:n kilpailutoiminnan suosituksia.

Kilpailutiimin kokoonpano päätetään vuosittain ja sitä voidaan täydentää kauden aikana. Vuosittain valitaan ainakin tiimin puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja sihteeri. Ajantasainen kokoonpano löytyy seuran [www-sivuilta www.ssu-yu.fi](http://www.ssu-yu.fi) kohdasta ”seurainfo/tiimit”.

5.2. Kilpailutiimin toiminta-ajatus

Kilpailutiimin tarkoituksena on saada aikaan ja ylläpitää SSU:ssa tasokasta kilpailutoimintaa, jota myös sijoitetaan kenttäteknisten resurssien salliessa koko Seinäjoen kaupungin alueen kilpailupaikoille.

Tiimi ylläpitää keskisuurten kilpailujen osalta kahden kansallisen kilpailun määrää vuosittain ja haluaa täyttää veloitteensa Etelä-Pohjanmaan Yleisurheilun osana piirin- ja aluemestaruuskilpailun järjestäjänä kilpailukautta kohti. Suomenmestaruuskilpailuiden kiertojärjestyksen mukaisesti tiimin edustaja EPU ry:n kilpailutiimissä pyrkii edesauttamaan kansallisten mestaruuskilpailuiden saamisesta seuralle. Lisäksi tiimi organisoi tai edesauttaa pienempien kilpailutapahtumien järjestämistä, jossa yhteydet muiden tiimien kanssa ovat merkittäviä.

Toimitsijoiden ja tuomarien sääntöosaamisen kehittäminen kuuluvat tiimin keskeisiin tavoitteisiin. Tähän päämäärään päästään pyrkimällä järjestämään keskisuuretkin kilpailutapahtumat mahdollisimman suurella intensiivisyydellä, mahdollisimman hyvin mittavampia haasteita silmällä pitäen. Näin saadaan yhtäältä ylläpidettyä koko koneiston osaamista ja toisaalta – mikä tärkeintä – luotua jokainen kilpailutapahtuma urheilijoiden menestystä ja yleisön huomioimista tukeviksi. Tuomarikoulutuksia järjestetään säännöllisesti, jotta valtaosalla toimijoista olisi muodollinen tuomari- tai lajijohtajapätevyys ja kaikilla mahdollisuus päivittää syntyneet sääntömuutokset. Kilpailutiimin vetäjä huolehtii siitä, että tuoreimmat säännöt ovat saatavilla ja tuomarikoulutus järjestettävissä.

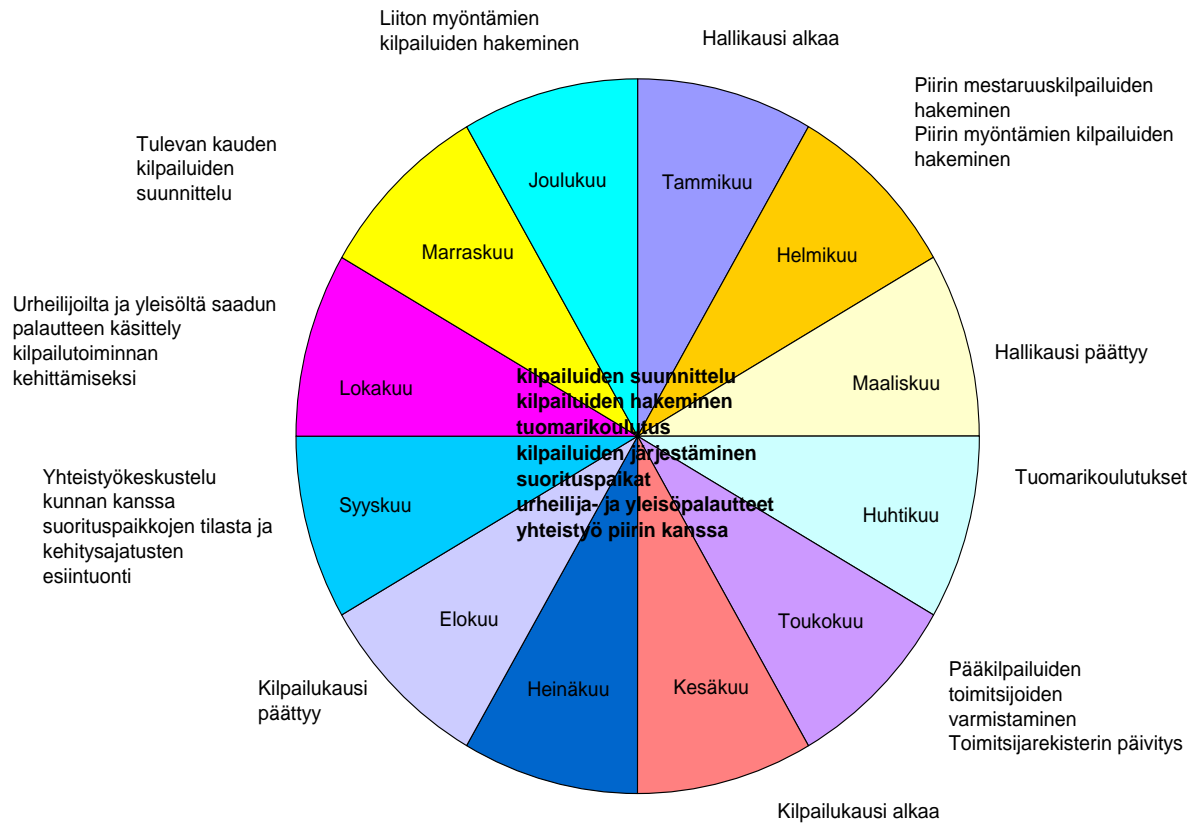
Kilpailutiimi pitää yllä toimitsijarekisteriä. Siitä käyvät ilmi yhteystiedot, suunniteltu tehtävä ja tuomarikoulutustaso (toimitsija/ tuomari/ lajinjohtaja/ lähettäjä / kävelytuomari jne.) Henkilöille, jotka ovat rekisterissä, tiedotetaan jo kauden alussa tulevista velvoitteista. Samalla tehdään ero viikkokisojen tms. toimitsijoiden ja kalenterikilpailuiden välillä, jotta ei imettäisi varsinaista toimitsijakaartia kuiviin. Viikkokisat pyritään saamaan pääasiassa vanhempien voimin toimiviksi, mutta kokeneiden tuomareiden ohjaamiksi tapahtumiksi.

Koska hyvä organisaatio tarvitsee tuekseen moitteettomat suorituspaikat, on tiimi aktiivisesti yhteydessä kaupungin liikuntatoimeen hyvien olosuhteiden ylläpitämiseksi. Kilpailutiimi pitää kirjaa suorituspaikkoihin ja välineisiin liittyvistä puutteista ja toiveista, jotka vuosittain esitetään liikuntatoimelle. Tämä helpottaa kaupungin liikuntapaikkojen talouden suunnittelua ja antaa meistä kuvan olosuhteiden johdonmukaisena kehittämiskumppanina - suunnitelmallisuus herättää luottamusta. Vaikka kehittäminen tulee olla alueellisesti tasapuolista, suurin odotustaso on tietysti keskuskentän varustelussa.

Kilpailutiimi tekee vuosittain toimintasuunnitelman seuraavan kauden osalta. Ajantasainen tiimin toimintasuunnitelma löytyy seuran [www-sivuilta www.ssu-yu.fi](http://www.ssu-yu.fi) kohdasta ”seurainfo/toimintasuunnitelma”.

5.3. Kilpailutoiminnan vuosikello

Tiimillä on havainnollinen "vuosikello", josta kaikki näkevät, milloin mitäkin kisoja on haettava ja milloin mitkäkin asiat tulevat vuoden varrella ajankohtaisiksi (kilpailujen hakemiset, tuomarikoulutukset ym.), jotta kaikki tiimin jäsenet ovat tasavertaisesti ajan tasalla eri vuodenaikoihin liittyvistä velvoitteista. Lisäksi se auttaa uusia toimijoita nopeaan sisäänpääsyyn tiimin toimintaan.



Kilpailutiimin vuosikello

5.4. Tuomari- ja toimitsijakoulutus

Kilpailutiimi järjestää riittävästi tuomari- ja toimitsijakoulutusta, jotta osaavan kilpailuorganisaation vaatima resurssi olisi seuralla aina käytettävissä. Suomen Urheiluliiton tuomarikoulutusjärjestelmä on viisiportainen. Lähtötasona koulutuksissa on ykköstason toimitsijakoulutus, jota seurassamme voivat antaa tason 4 tuomarit Matti Toivonen ja Reijo Koivisto. Piirin (EPU ry.) tuomarikouluttajana (tason 5 tuomari) Tapio Pesu on lisäksi oikeutettu kouluttamaan myös tason 2 tuomareita ja tason 3 lajinjohtajia.

6. Mitä muuta seura tekee; jäsenhankinta, viestintä, markkinointi, yhteistyö, varainhankinta, palkitseminen ja muu huomioiminen

6.1. Jäsenhankinta ja –edut

Jäsenhankintaa toteutetaan kaiken aikaa seuran kotisivuilla olevan jäsenhankintatiedotteen kautta.

Jäsenhankintaa tehdään myös seuran tiedotteiden ja tiimien kautta tehtävän viestinnän kautta. Seuralla voi sääntöjen mukaan olla henkilöjäseniä, perhejäseniä tai ainaisjäseniä.

Kaikkiin harjoitusmaksuihin jäsenmaksu sisältyy automaattisesti. Ajantasainen lista jäseneduista löytyy seuran www-sivuilta www.ssu-yu.fi kohdasta ”seura/jäsenyys”.

6.2. Viestintä ja markkinointi

Seuran viestintä on rakennettu pääosin sähköisten välineiden käyttöön. Seuran viestintää suunnittelee ja ohjeistaa seuran viestintätiimi. Tärkein viestintäkanava on seuran omat kotisivut www.ssu-yu.fi, joita päivitetään jatkuvasti. Seurassa eri tehtävissä toimiville on annettu sivujen päivittämismahdollisuus ja tavoite on, että tietoja päivittävät sivuille ne tahot, joilta informaatio on peräisin. Näin madalletaan seuran sivuilla tiedottamisen kynnyksiä. Seura myös järjestää sivujen ylläpitämiseen opastusta. On laadittu mm. someohjeistus somejulkaisemisen periaatteista. Tärkeitä viestinnän välineitä ovat sosiaalisen median kanavat (kuten Facebook, Instagram), mutta myös sähköposti sekä eri tarkoituksiin käytetyt mobiililaitteiden viestintäsovellukset.

Lisäksi seura on ottanut käyttöön sähköpostitse lähetettävän seuratiedotteen/seurakirjeen, joka ilmestyy tarpeen mukaan, kuitenkin vähintään kuudesti vuodessa. Seurakirje on mahdollista julkaista myös MyClub-palvelun kautta. Seuratiedotteessa kerrotaan kootusti ajankohtaisista asioista, kannustetaan osallistumaan kisoihin ja talkoisiin, annetaan tietoa seuratuotetilauksista ja tehdään juttuja seuratoimijoista ja näin tehdään seuraa entistä tutummaksi. Seuratiedote lähtee laajalla jakelulla niin, että se tavoittaa kaikki seuratoimijat, urheilijat ja heidän vanhempansa. Seuratiedote julkaistaan myös kotisivuilla.

Kirjallisia viestejä lähetetään myös postitse ja jaetaan urheilijoiden koteihin urheilukoulujen yhteydessä. Lisäksi paikallislehtien seuratoimintapalstoilla kerrotaan seuran tapahtumista ja toiminnasta.

Markkinoinnissa ja seuran toiminnassa käytetään lisäksi myös muita paikallislehtiä. Myös tiedotustilaisuuksia järjestetään mm. isompien tapahtumien ja toimintojen yhteydessä. Alueella ilmestyviin lehtiin lähetetään juttuvinkkejä seuran toiminnasta, ja on myös itse toimitettu valmista juttumateriaalia kuvineen.

Harjoitusryhmissä kuten muussakin toiminnassa pyritään avoimeen ja tasapuoliseen viestintään. Kaikissa harjoitusryhmissä käydään pelisääntökeskustelut. Vanhempia ja muita seurassa toimivia rohkaistaan palautteen antamiseen sekä mielipiteiden esittämiseen. Siksi mm. kaikkien tiimiläisten yhteystiedot ovat seuran www-sivuilla ja sivuilla on yhteydenottolomake. Lisäksi seurassa toimivien tiimien tiedotusperiaatteista on sovittu. Jokainen tiimi käy kokousten yhteydessä läpi miten käsitellyistä asioista tiedotetaan.

Tavoitteena on, että viestintää ja markkinointia hoitavat kaikki seuran vastuulliset henkilöt mm. hallituksen jäsenet, tiimien puheenjohtajat, ohjaajat ja seuran toimihenkilöt.

Seurassa on laadittu myös kriisiviestintäsuunnitelma, joka ohjaa viestintää poikkeustilanteissa/kriisin sattuessa.

6.3. Yhteistyö

Seura ei voi toimia ilman hyviä yhteistyökumppaneita. Seuran toiminnallisia yhteistyötahoja ovat mm. koulut, kaupungin liikuntatoimi, muut alueen urheiluseurat sekä alueelliset ja kansalliset järjestöt kuten EPU, PLU, SUL ja Suomen Olympiakomitea.

Seura järjestää kaupungin kanssa yhteistoiminnassa IP-kerhotoimintaa. Päätös kerhotoiminnassa mukana olemisesta tehdään aina tapauskohtaisesti lukukausi kerrallaan hallituksessa. Lisäksi seura toimii yhteistyössä koulujen kanssa järjestämällä mahdollisuuksien mukaan tutustumiskäyntejä koulujen liikuntatunneilla sekä kilpailujen järjestämisessä.

Seura osallistuu yhteiseen toimintaan alueen muiden yleisurheiluseurojen kanssa yhteisesti sovitulla tavalla. Seura osallistuu alueellisten järjestöjen toimintaan aktiivisesti. Seuran edustaja osallistuu EPU ry:n valitsemana edustajana SUL:n liittovaltuuston kokouksiin. Järjestöjen tuottamia palveluja myös käytetään aktiivisesti.

Seuran kannalta tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat myös tukirytykset, joilta seura saa taloudellista tukea. Seuran tavoitteena on toimia luotettavana yhteistyökumppanina, jonka kanssa on turvallista tehdä pitkäjänteistä yhteistyötä.

6.4. Varainhankinta

Kuten kohdassa 3.8 tulee esille, niin seuran talous koostuu useista eri tulolähteistä. Tärkeimmistä tulolähteistä mainittakoon mm. harjoitus- ja valmennusmaksut, urheilukoulumaksut, kunniakierrosto- ja sponsori- ja talkootuotot, konserttituotot, myyntituotteet, kilpailu- ja kioskituotot jne. Kaupungin avustus on seuran liikevaihdosta noin 3 %:n luokkaa. Seuran varainhankinta edellyttää seuran toimijoilta erittäin suurta vapaaehtoistyön määrää. Selkeänä tavoitteena on löytää seuralle säännöllinen tulolähde muun varainhankinnan lisäksi.

Varainhankinnassa yhtenä tärkeänä osana on vuosittain toistuva kunniakierros, joka on Suomen Urheiluliiton ja sen jäsenseurojen yhteinen varainkeruukampanja, jonka urheiluseurat organisoivat paikallisesti. Kunniakierrosperinne on jatkunut jo 40 vuotta ja seurat ovat keränneet varoja toimintaansa yli 33 miljoonaa euroa. Kampanjan tuotto käytetään yleisurheilutyöhön seuroissa, piireissä ja SUL:ssa.

Kunniakierrostoiminnan toteutuksessa vastaa SSU:ssa kunniakierrostiimi, jonka puheenjohtajan valitsee hallitus vuosittain. SSU:n kunniakierrostoiminnassa on ollut alueen merkittäviä urheiluvaikuttajia vuodesta toiseen, ja keräyksen summat ovat olleet valtakunnallista kärkeä. Lisätietoja kunniakierroksesta: kunniakierros.fi.

Kunniakierrostiimi tekee läheistä yhteistyötä taloustiimin kanssa, mutta myös muiden tiimien kanssa. Myös seuran omaa väkeä aina urheilijoita myöten pyritään innostamaan keräykseen mukaan.

6.5. Seuran urheilijoiden huomioiminen, palkitseminen ja stipendit

Kaikki seuran urheilijat huomioidaan seuran päättäjäistilaisuudessa vähintään pienin palkinnoin tai kunniakirjoin. Nuorten sarjoissa voidaan palkinnon suuruutta vaihdella sovittujen periaatteiden mukaan. Vanhemmille urheilijoille myönnettävien stipendien ajantasaiset myöntämisperusteet ovat seuran sivuilla kohdassa stipendijärjestelmä. Hallitus päättää kuitenkin vuosittain stipendien myöntämiseen liittyvän kokonaissumman.

Seuralla on käytössä myös urheilijasopimusjärjestelmä, jonka piiriin pääsee pääosin Kalevan kisojen osallistumisoikeuden saaneet. Urheilijasopimukset valmistelevat seuran puheenjohtaja ja valmennustiimin puheenjohtaja. Sopimukset päätetään hallituksessa.

Hallitus sopii toimintatavan vuosittain erityispalkittavien osalta. Valinnassa kuullaan erityisesti valmennustiimin, nuorisotiimin ja nuorisopäällikön ehdotuksia. Erityispalkittavien valintaperusteet voivat vaihtua vuosittain, mutta erityispalkittavia ovat esimerkiksi vuoden urheilija, -viestijoukkue, -yllättäjä, -nuori urheilija, -sisu-urheilija, -triathlonisti, -vammaisurheilija ja –valmentaja.

Kilpailujen yhteydessä huomioiminen tapahtuu nuorten osalta valmentajien toimesta. Seuran tasolla muistetaan SM-tason suorituksista ikäluokissa 14 - yleinen. Maajoukkue ja muut edustustehtävät huomioidaan seuran

hallituksen jäsenen tai valmennustiimin puheenjohtajan toimesta esim. tekstiviestein mahdollisimman pian tiedosta. Kaikista kilpailusuorituksista pyritään viestittämään mahdollisimman pian seuran viestintäkanavissa.

6.6. Seuratoimijoiden huomioiminen

Seuratoimijoiden huomioiminen nähdään seuran toiminnassa erityisen tärkeäksi. Niinpä tähän huomioimiseen on laadittu omat pelisäännöt. Aktiivitoimijoille haetaan hallituksen päätöksellä mm. vuosipäivien yhteydessä SUL:n ja EPU ry:n ansiomerkkejä. Seura on kehittänyt myös oman muistamistavan. Toimijoille jaetaan mm. vuosipäivinä seuran numeroituja sisupuukkoja.

Kauden päätöstilaisuudessa palkitaan yleensä mm. vuoden urheilijaperhe, vuoden toimitsija, vuoden talkooperhe ja ”Hyvä kello kauas kuuluu”-palkittavat. Erityisen aktiivisille toimijoille annetaan hallituksen päätöksellä seura-asuja ym. seuran tuotteita.

Kilpailujen toimitsijoille ja muille talkoolaisille tarjotaan aina nisukahvit, usein myös makkarat. Myös yhteisiä koulutus- ja hengenkohotustilaisuuksia järjestetään mahdollisuuksien mukaan.

6.7. Muut asiat

Seura järjestää vuosittain myös resurssien puitteissa kulttuuritapahtumia mm. konsertteja ja lasten tapahtumia. Näiden tapahtumien järjestäminen palvelee paitsi seuran varainhankintaa, niin myös uusien ihmisten saamista mukaan seuran toimintaan.

Seura on vuosien saatossa saanut hallituksen päätöksellä ja pyynnöstä seurakummeiksi Jukka Uunilan, Kosti Rasinperän, Matti Lähdesmäen, Esa Riihimäen ja Kaappoo Jouppilan, jotka ovat olleet merkittävässä roolissa niin valtakunnallisesti kuin paikallisesti yleisurheilun kehittämisessä. Seurakummeiksi voidaan hallituksen päätöksellä kutsua vuosittain uusia seuran ja urheilutoiminnan kannalta keskeisiä vaikuttajia.

7. Miten me kehitymme; toiminnan laatu, arviointi ja kehittäminen

7.1. Määrä- ja laatukriteereitä

Seuran toiminnan onnistumista vuosittain seurataan mm. seuraavilla kriteereillä:

- lisenssien määrä
- toiminnassa mukana olleiden urheilijoiden määrä (lapset, nuoret, aikuiset)
- tapahtumissa olleiden määrä
- jäsenmäärä
- järjestetyt kilpailut
- seuraluokittelu
- SM-tason menestys (osallistujamäärät, pisteet, mitalit)
- pm- ja sisulisämenestys (osallistujamäärät, pisteet, mitalit)
- Seuracup-menestys
- maajoukkue-edustukset
- arvokisaedustukset
- arvokisamitalit
- talouden tunnusluvut
- edustajien määrä alueellisissa ja valtakunnallisissa järjestöissä

Toiminnan laatua mitataan mm. valmentajien, ohjaajien ja toimitsijoiden koulutustasolla. Toiminnan laatua arvioidaan myös seuran saaman palautteen perusteella. Lisäksi seura pyrkii järjestämään vuosittain arviointikyselyn toiminnastaan jäsenistölle, jonka tulokset käsitellään hallituksessa, tiimeissä ja ryhmissä.

7.2. Toiminnan arvioinnin organisointi ja kehittäminen

Seuran toiminnan arviointia tehdään jatkuvasti niin jokaisessa harjoitusryhmässä, tiimissä kuin hallituksessakin. Kuitenkin yhteenveto seuran toiminnasta tehdään syksyllä kesän kilpailukauden päätyttyä - ennen seuraavan kauden toimintasuunnitelman tekoa. Arviointiyhteenvedon organisoinnista vastaa seuran hallitus, mutta yhteenvedon tekemiseen osallistuu jokainen tiimi osaltaan.

Seuran toiminnan arviointi tehdään hallituksessa ja sen pohjalta seuraavan vuoden erityiset toimintasuunnitelmaan kirjattavat kehittämiskohteet päätetään.

Seura pyrkii aktiivisesti tekemään yhteistyötä mm. oppilaitosten kanssa ja hyödyntämään toimintansa kehittämisessä opinnäytetöitä.