

Päivitetty 9.4.2009

# TUUSULAN LUISTELIJAT RY (TL)

## SEURAN TOIMINTALINJA 2008–2009



*tuusulan luistelijat*



## Sisällysluettelo

1. Tuusulan Luistelijat ry:n esittely	3
2. Tuusulan Luistelijat ry:n visio	3
3. Seuran toiminnan eettiset linjaukset ja tavoitteet	3
4. Seuran tarjoamat toimintamuodot ja käytännön toimintaperiaatteet	5
4.1 Valmennus	5
4.2 Kilpaileminen	8
4.3 Näytökset ja juhlat	8
4.4 Tiedottaminen	9
4.5 Talous ja varainhankinta	9
5. Seuran organisaatio ja vastuuhenkilöiden tehtävät	10
5.1 Vastuvalmentajien roolit ja tehtävät	10
5.2 Ryhmävalmentajien ja ohjaajien tehtävät	10
5.3 Ryhmävastaavan tehtävät	11
5.4 Johtokunnan jäsenten tehtävät	11
5.5 Nuori Suomi -vastaavan tehtävät	14
6. Harrastusryhmät	14
7. Nuori Suomi- pelisäännöt	16

## 1. Tuusulan Luistelijat ry:n esittely

Tuusulan Luistelijat ry (TL) on perustettu 10.6.2008. Kausi 2008–2009 on seuran ensimmäinen toimintakausi. TL:n taustalla on Tuusulan kaksi aiempaa taitoluisteluseuraa, Jade Club Tuusula ja Tuusulan Taitoluisteluseura, jotka yhdistivät voimavaransa kevään 2008 aikana ja pyrkivät nyt tarjoamaan luisteliijoille entistä laadukkaampaa valmennusta ja opetusta taitoluistelun ja oheisharjoittelun parissa.

Seura tarjoaa yksinluisteluvalmennusta kilpaluisteliijoille ja harrastajaluisteliijoille eritasoisissa ryhmissä henkilökohtaisten taitojen ja tavoitteiden mukaisesti. Seuran luistelukouluissa lapsilla on mahdollisuus tutustua lajiin ja harjoitella luistelun alkeita koulutettujen ohjaajien ja valmentajien ohjauksessa. Seuralla on myös aikuisryhmät kuntoluistelun ja taitoluistelun alkeiden muodossa. Oheisharjoitteluina luistelijoiden ohjelmassa on mm. tanssia, balettia, telinevoimistelua ja kuntosaliharjoittelua. Seuran tavoite on innostaa luisteliijoita pitkäjänteiseen, terveelliseen ja mahdollisesti jopa elinikäiseen liikuntaharrastukseen.

Seurassa luistelee kaudella 2008 - 2009 aktiivisesti noin 230 luistelijaa eri ryhmissä. Tavoitteena on, että seuralla on ammattitaitoiset valmentajat ja ohjaajat. Heidän kouluttautumistaan tuetaan voimakkaasti. Seuran yksinluisteluvalmennuksesta vastaa kaksi ammattitaitoista vastuvalmentajaa yhdessä muiden aiemmin edellisten seurojen toiminnassa mukana olleiden valmentajien ja ohjaajien kanssa. Seuran kilpailutoiminta on aktiivista. Kilpailuihin osallistumisessa noudatetaan tasapuolisuutta ja tuetaan jokaista luistelijaa yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti. Seura järjestää aktiivisesti myös omia kilpailuja kauden aikana.

## 2. Tuusulan Luistelijat ry:n visio

Tuusulan luistelijat ry tarjoaa yhteistyössä valmentajien, luistelijoiden ja heidän vanhempiansa, koulujen ja päiväkotien, muiden urheiluseurojen ja yhteisöjen sekä kunnan kanssa mahdollisimman hyvät mahdollisuudet luisteluopetukseen ja taitoluistelun sekä sen oheislajien harrastukseen ja kilpailutoimintaan Tuusulassa.

## 3. Seuran toiminnan eettiset linjaukset ja tavoitteet

### **Luistelijat**

- Lasten ja nuorten fyysisen sekä psyykkisen kehityksen monipuolinen tukeminen (onnistumisten ja pettymysten kokeminen yhdessä ja toisia tukien)
- Luistelijoiden ohjaaminen terveellisiin ja urheilullisiin elämäntapoihin (ravinto, päihteettömyys, lepo, harjoittelu)
- Luistelijoiden ohjaaminen vastuullisuuteen (harrastusvälineistä ja yhteisistä tiloista huolehtiminen)
- Kannustava, kohtelias ja ystävällinen käytös harjoituksissa
- Ilo ja mielihyvä luistelussa ja muussa harjoittelussa
- Kilpailemiseen osallistuminen on vapaaehtoista
- Luistelijoiden tasavertainen huomioiminen

- Jokainen lapsi ja nuori voi harrastaa ja harjoitella taitoluistelua omaa tasoaan vastaavassa kilpa- tai harrastajaryhmässä

### **Valmennus**

- Valmennus on ammattitaitoista
- Valmentajille ja ohjaajille tarjotaan tasapuoliset mahdollisuudet kouluttautumiseen (STLL:n ja alueelliset/seurakohtaiset koulutukset)
- Seura osallistuu taloudellisten mahdolluuksiensa mukaan valmentajien ja ohjaajien koulutuskustannuksiin
- Johtokunnan jäsenten ja valmentajien välinen vuorovaikutus ja viestintä on säännöllistä ja avointa
- Valmentajat pitävät vuosittain kehityskeskustelut luistelijoiden ja pienempien luistelijoiden sekä heidän vanhempien kanssa, vanhempia luistelijoina tuetaan itsearviointiin
- Palautteen antaminen luistelijoina on rakentavaa ja henkilökohtaista kehitystä tukevaa
- Seuran johtokunta tukee valmentajia sekä ohjaajia ja takaa heille työrauhan
- Ammattitaitoiset ja kokeneemmat valmentajat tukevat muita valmentajia ja ohjaajia.

### **Seuratoiminta**

- Seuratoimintaa kehitetään jatkuvasti ja monipuolisesti, niin urheilulliset, kasvatukselliset kuin seuratoiminnallisesti näkökulmat huomioiden mm. Nuori Suomi-toimintalinjan mukaisesti.
- Seura haluaa tehdä monipuolista yhteistyötä alueellisesti muiden urheiluseurojen kanssa
- Seuran taloutta hoidetaan pitkäjänteisesti ja huolellisesti. Kausimaksut pyritään pitämään kohtuullisina
- Vanhempia aktivoidaan seuratoimintaan heille mieleisiin tehtäviin (uusiksi johtokunnan jäseniksi, vastuuhenkilöiksi, talkootyöhön ja kilpailutoimintaan)
- Seuran nuoria luistelijoina kannustetaan osallistumaan seuratoimintaan (näytössuunnitteluun ja kisajärjestelyihin)
- Kilpaluistelun lopettaneita luistelijoina tuetaan jatkamaan lajin parissa ja seuratoiminnassa (luottamushenkilöinä, ohjaajina, valmentajina ja tuomareina)
- Ryhmien jatkuvuuden turvaamiseksi lajin ja seuran tunnettavuutta lisätään alueellisesti ja jäsenmäärä pidetään toimintaedellytyksiä (esim. jäätunnit) vastaten vakaana.

### **Kilpailutoiminta**

- Kilpaileminen tapahtuu yksilöllisin tavoittein
- Seuran luistelijat osallistuvat tasapuolisesti kehitystasonsa ja taitotasonsa mukaisiin kilpailuihin
- Jokaisella luistelijalla on yhdenvertainen oikeus kokea kilpailemisen ilo sekä kilpailun mukanaan tuoma myönteinen jännitys
- Luistelijoina taataa turvallinen mahdollisuus tunteiden käsittelyyn kilpailemisessa
- Seurassa voi kilpailla kaikissa tasoryhmissä aluekisojen Tinteistä SM-tason luistelijoihin saakka
- Palaute kilpailemisesta on yksilöllistä kehitystä tukevaa, ei keskinäiseen paremmuuteen perustuvaa
- Kilpaileminen kannustaa osallistumiseen ja harjoittelun jatkuvuuteen henkilökohtaisin tavoittein

- Harrastajaryhmille tarjotaan yhtäläiset kilpailumahdollisuudet kilparyhmien kanssa, seura järjestää joka vuosi vähintään yhden omat kilpailut Taitajille

## **Ilmapiiri**

- Harjoitusten tunnelma on mukava
- Nuorimpien luistelijoiden harjoittelussa pääpaino on leikinomaisuudessa
- Seuran toiminta perustuu kannustavaan, toisia kunnioittavaan ja hyväksyvään asenteeseen
- Seuran luistelijoiden onnistumisista ja kisamenestyksestä iloitaan yhdessä
- Hyvillä käytöstavoilla ja toisten huomioimisella (tervehtiminen) luodaan hyvää ilmapiiriä
- Aikuisten esimerkki kannustaa myös luistelijoita avoimeen ja keskustelemaan ilmapiiriin

## **Terveelliset elämäntavat**

- Lapsia ja nuoria ohjataan terveellisiin ruokatottumuksiin sekä välttämään makeisten syöntiä harjoitusten aikana
- Seuran tavoite on edistää terveellisiä ja päihteettömiä elämäntapoja
- Päihteettömyys koskee kaikkia henkilöitä, jotka ovat mukana seuran toiminnassa (luistelijat, valmentajat, ohjaajat, vanhemmat ja johtokunnan jäsenet)
- Päihteettömyys koskee harjoittelua, kilpailutoimintaa, näytöksiä ja päätösjuhlia

## **Ongelmatilanteiden ratkaisu**

- Seuratoiminnassa ilmeneviin sisäisiin (harrastajien väliset sekä harrastajan ja seuran väliset) ongelmiin tartutaan aktiivisesti
- Asian käsittely tapahtuu asianosaisten kesken ratkaisukeskeisesti
- Ongelma käsitellään ensisijaisesti keskustellen niiden asianosaisten kesken, joita asia koskee
- Kaikki asianosaisia kuullaan keskustelussa
- Tarvittaessa seuran edustajina keskusteluun ja asian käsittelyyn osallistuvat Nuori Suomi vastaava ja ko. luisteluryhmän ryhmävastaava
- Seuran puheenjohtajaa tiedotetaan asian käsittelyyn liittyvistä asioista
- Asianosaisen niin halutessa keskusteluun voidaan pyytää edustaja ko. ryhmän vanhemmista ja/tai ko. ryhmän 15 vuotta täyttäneistä harrastajista
- Asia käsitellään tarvittaessa myös seuran johtokunnassa luottamuksellisesti
- Käsittelyn kulku ja ongelman ratkaisu kirjataan tarvittaessa ja Nuori Suomi vastaava informoi ratkaisun johtokunnalle.

## **4. Seuran tarjoamat toimintamuodot ja käytännön toimintaperiaatteet**

### **4.1 Valmennus**

Seuramme tarjoaa kaikille luistelijoille taitotasoa ja tavoitteita vastaavaa ammattitaitoista valmennusta. Valmentajat tarkistavat syys- ja kevätkauden alussa luisteluryhmien ryhmäjaon ja -siirtymiset siten, että ryhmän sisällä luistelijoiden taitotaso ja tavoitteet ovat

mahdollisimman yhtenevät. Jokaiselle ryhmälle suunnitellaan ryhmäkohtaiset tavoitteet ja harjoitusten painopisteet. Tämän lisäksi luistelijan kanssa käytävissä henkilökohtaisissa keskusteluissa selvitetään hänen henkilökohtaiset tavoitteensa ja niiden realismi. Valmennus toteutetaan ensisijaisesti omilla valmentajilla ja toissijaisesti ulkoa hankituilla valmentajilla. Valmennuksessa noudatetaan seuralle vahvistettua Nuori Suomi – toimintalinjaa. Resursseista, päätavoitteiden asettamisesta ja periaatelinjauksista vastaa seuran johtokunta.

Johtokunnasta nimetään valmennusvastaava. Hän muodostaa päätoimisten vastuupalmentajien kanssa valmennustoimikunnan, joka käytännössä johtaa valmennustyötä. Valmennustoimikuntaan voidaan valita myös vanhempien ja R1- ryhmän luistelijoiden joukosta 1-2 muuta jäsentä. Vastuupalmentajat kokoontuvat valmennusvastaavan johdolla noin kerran kuukaudessa keskustelemaan ajankohtaisista asioista. Johtokunnan ja päätoimisten valmentajien, johtokunnan ja muiden valmentajien ja ohjaajien sekä päätoimisten valmentajien ja muiden valmentajien ja ohjaajien välille luodaan säännölliset yhteistyö- ja seurantamuodot.

Seuramme panostaa ammattitaitoiseen valmennukseen ja kannustaa valmentajia ja ohjaajia kouluttautumiseen. Valmennusvastaava pitää kirjanpitoa valmentajien ja ohjaajien suorittamista koulutuksista. Kauden alussa jokaiselle valmentajalle ja ohjaajalle laaditaan koulutussuunnitelma tarpeiden pohjalta. (Liite 1.)

## **Luistelukoulu**

Luistelukouluun otetaan uudet luistelijat kahdesti vuodessa, syys- ja kevätkauden alkaessa. Luistelukoululla on nimetty vastuupalmentaja. Hänen tuellaan ohjaajat jakavat luistelukoululaiset 4-5 ryhmään luistelutaidon mukaan. Luistelukoulun voi aloittaa jo 3-4 -vuotiaana. Luistelukoulun yhteydessä harjoittelee erityisryhmä Futuuri, joka on tarkoitettu lievästi liikuntaesteisille ja kehitysvammaisille lapsille.

## **Kehitysryhmät**

Kehitysryhmät on jaettu Kehitys A ja Kehitys B – ryhmiin ja molemmissa ryhmissä luistelijat ovat iältään noin 5-7-vuotiaita siten, että ikä ja/tai taitotaso vaikuttaa kummassakin ryhmässä luistelijan harjoitteluun. Luistelukoulun jälkeen lapsi voi jatkaa taitoluistelun harjoittelua Kehitys B -ryhmässä, kun luistelijan tavoitteena on mahdollinen kilpaileminen jatkossa. Luistelukoulun vastuupalmentaja tekee ehdotukset Kehitys B -ryhmään siirtymisestä joko syys- tai kevätkauden päättyessä. Siirtymisessä huomioidaan luistelijan taitotaso, ikä ja innostuneisuus. Ryhmän harjoittelussa toteutuu vielä leikinomaisuus.

Kehitys B-ryhmästä siirytään Kehitys A-ryhmään siten, ryhmien valmentajat ja ohjaajat tekevät ehdotukset siirtymisestä. Kehitys B -ryhmä harjoittelee luistelun perusasioita ja tavoite on saada taidot kehittymään siten, että luistelijat voivat siirtyä Kehitys A -ryhmään.

Kehitys A -ryhmä harjoittelee jo vaikeampia taitoluistelun elementtejä kuten helpoimmat yksöishypyt, peruspiruetit sekä luonnollisesti myös samoja perusluisteluun ja askeliin / käännöksiin liittyviä asioita. Tavoite on taitojen kehittyminen siten, että luistelijat voivat siirtyä taitojen kehittyessä kilparyhmään.

## **Kilparyhmät**

Kilparyhmien tavoitteellisesta ja monipuolisesta valmennuksesta vastaavat seuramme kaksi vastuvalmentajaa. Vastuvalmentajat tekevät jääharjoitusohjelmat kilparyhmille ja suunnittelevat luistelua tukevat oheisharjoittelumuodot. He tekevät luistelijoiden kilpailuohjelmia ja tukevat heitä psyykkisesti mm. tunteiden käsittelyssä harjoituksissa ja kilpailutilanteissa.

Kilparyhmiä ovat R4, R3, R2 ja R1 -ryhmät. Kilparyhmissä eteneminen tapahtuu luistelijan taitotason, motivaation ja seuran resurssien mukaisesti. Siirtymisistä päättää seuran valmennustoimikunta tai johtokunta vastuvalmentajien esitysten pohjalta.

Vastuvalmentajat laativat kilpaluisteliijoille kausisuunnitelmat ja asettavat kauden tavoitteet yhdessä luistelijan (tai pienen luistelijan ja vanhempien) kanssa syksyllä kauden alussa. Tavoitteiden saavuttamista seurataan ja henkilökohtainen palautekeskustelu vastuvalmentajien kanssa käydään vähintään kerran vuodessa (tavoitekeskustelu → seuranta → palautekeskustelu). Kilparyhmien luistelijat sitoutuvat tavoitteelliseen harjoitteluun ja laaditun kilpailuohjelman suorittamiseen.

## **Harrastajaryhmät**

Taitajaryhmiin (Taitajat A ja B) siirrytään luistelukoulusta tai muista luisteluryhmistä, jos lapsi haluaa jatkaa lajin harrastamista ilman kilpailullisia tavoitteita. Taitajaryhmän luisteliijoille tehdään heidän halutessaan kilpailuohjelma ja he voivat osallistua seuran ja alueen kutsukilpailuissa harrastajaluistelijoiden sarjoihin.

Taitaja B – ryhmässä harjoittelevat kouluikäiset lapset, jotka ovat motivoituneita ja innostuneita oppimaan lisää taitoluistelun tekniikoita. Taitaja A – ryhmässä harjoittelevat entiset kilpaluistelijat tai Taitaja B – ryhmästä siirtyneet luistelijat.

## **Oheisharjoittelu**

Oheisharjoittelu kuuluu jääharjoittelua tukevana harjoitteluna kaikille kehitys-, kilpa ja taitajaryhmille. Oheisharjoittelu tapahtuu erilaisina hyppy-, askel- ja lihaskuntoharjoitteluna jäähallin juoksusuoralla, ulkona tai tanssisalissa urheilukeskuksen tennishallilla, uimahallin kuntosalilla tai muussa seuran varaamassa tilassa. Oheisharjoitteluun kuuluu lisäksi balettitunnit kerran viikossa. Alle 12-vuotiaat luistelijat osallistuvat kerran viikossa telinevoimisteluun, ja yli 12-vuotiailla kilparyhmien luisteliijoilla on viikko-ohjelmassa kuntosaliharjoittelu, joka nuorimpien kohdalla tarkoittaa lähinnä kuntosalilaitteisiin tutustumista ohjaajan valvonnassa. Valmentajat ja ohjaajat suunnittelevat oheisharjoitteet siten, että ne tukevat luistelijoiden kehittymistä eri ikäkaudet huomioiden. Myös erilaiset pelit ja yhteisleikit ovat osa oheisharjoittelua.

## **Leiritoiminta**

Kesällä ja syyskauden alussa järjestetään viikon mittaisia luisteluleirejä: kesän leirien paikkana on Tanhuvaaran urheilupuisto ja elokuun alun leiri järjestetään Tuusulan kunnan hallissa. Leirien ohjelma koostuu tehoharjoittelusta jäällä ja oheisharjoittelusta. Leirin valmennuksesta vastaavat seuran vastuvalmentajat. Tarpeen mukaan leirillä on mukana lisävalmentajia/ohjaajia. Leireille voidaan ottaa myös muiden seurojen luisteliijoita.

Mahdollisuuksien mukaan seura järjestää kauden aikana viikonloppuleirejä. Luistelijoita kannustetaan lisäksi osallistumaan kesäloman aikana liiton, liikuntakeskusten tai muiden seurojen järjestämille taitoluisteluleireille.

### **Muista seuroista siirtyminen**

Luistelija voi siirtyä Tuusulan Luistelijoihin muista seuroista vastuvalmentajien katselmuksen ja keskustelun jälkeen. Vastuvalmentajat tekevät ehdotuksen uudesta luistelijasta ja sopivasta ryhmästä johtokunnalle, joka päättää resurssien mukaisesti luistelijan siirtymisestä seuraamme.

### **Seuran sisäiset ryhmävaihdokset**

Seuran vastuvalmentajat suosittelevat ryhmävaihdokset luisteliijoille fyysisten ja psyykkisten valmiuksien ja luistelijan motivaation mukaisesti, sekä ryhmien kokonaistilanteen ja seuran valmennusresurssien mukaisesti. Siirtymiset ovat mahdollisia myös kilpa- ja harrastajaryhmien välillä. Siirtymisistä päättää valmennustoimikunta tai johtokunta vastuvalmentajien esitysten pohjalta.

Ryhmän valmentaja/ohjaaja kertoo luisteliijoille ennakoon ryhmän uusista luisteliijoista ”ryhmäytymisen” edistämiseksi. Siirtymisvaiheissa valmentajan/ohjaajan, ryhmävastaavan sekä vanhempien välinen yhteydenpitoon kiinnitetään huomioita ja näin pyritään varmistamaan onnistunut siirtyminen uuteen ryhmään.

## **4.2 Kilpaileminen**

Seuran luistelijat osallistuvat Suomen Taitoluisteluliiton järjestämiin virallisiin kilpailuihin sekä muiden taitoluistelu-seurojen järjestämiin alue- ja kutsukilpailuihin. Luistelijat lähetetään kilpailuihin Nuori Suomi -pelisääntöjen mukaisesti tasapuolisuutta noudattaen kaikista ikäluokista. Luistelijamme osallistuvat myös mahdollisuuksien mukaisesti ulkomailla järjestettäviin kilpailuihin. Luistelijoita kannustetaan osallistumaan kilpailemiseen yksilöllisin tavoittein ja he osallistuvat kehitystasonsa ja taitotasonsa mukaisesti kilpailusarjoihin vastuvalmentajien ehdotusten mukaisesti

Seura järjestää aktiivisesti omia alue- ja kutsukilpailuja sekä Suomen Taitoluisteluliiton alaisia valintakisoja. Järjestämme myös perinteisesti harrastajaryhmien kilpailut joulukuun aikana vuosittain. Seura pyrkii järjestämään vuosittain myös leikkimieliset musiikkiluistelukilpailut, jossa pienimmätkin kehitysryhmäläiset ja taitajat pääsevät harjoittelemaan kilpailemista.

## **4.3 Näytökset ja juhlat**

Seura järjestää joka kevät perinteisen jäänäytöksen luistelukauden päätteeksi. Näytös esitetään yleisönäytösten lisäksi koululais- ja päiväkotiyhteisölle näytöspäivää seuraavana arki-aamuna. Näytöksessä kaikilla luisteliijoilla on mahdollisuus esiintyä. Luistelijat esiintyvät lisäksi joulujuhlassa.

Kauden päätteeksi järjestään seuran kevätjuhlan, jossa seuran luistelijat, vanhemmat, valmentajat, ohjaajat ja johtokunnan jäsenet kokoontuvat yhteen. Tilaisuudessa jaetaan mm. mahdolliset valmennusstipendit, seuran kiertopalkinnot ja kunnianosoitukset parhaista saavutuksista kauden aikana.

#### **4.4 Tiedottaminen**

Tiedottaminen perustuu aktiivisuuteen, monipuolisuuteen ja avoimuuteen. Seuran tiedottaja tekee kuukausitiedotteen, joka ilmestyy kuukauden ensimmäisellä viikolla sähköisessä muodossa nettisivuillamme ja lähetetään ryhmävastaavien kautta sähköisessä muodossa kaikille luistelijaille. Kuukausitiedote on nähtävillä myös seuran ilmoitustaululla. Seuran ilmoitustaululla on nähtävillä myös tärkeimmät tiedot seuratoiminnasta, kilpailukalenteri ja kilpailutuloksia. Seuran uusille luistelijaille ja luistelukoululaisille jaetaan liittymisen yhteydessä infolehtinen, jossa kerrotaan tiivistetysti tärkeimmät tiedot seuran toiminnasta.

#### **Kausitiedote**

Kausitiedote ilmestyy kerran vuodessa ja siinä kerrotaan perustietoa seuran tarjoamasta harrastus- ja kilpailutoiminnasta. Kausitiedotteesta löytyvät myös kauden tapahtumakalenteri, luisteluryhmät, valmentajien, ohjaajien ja johtokunnan jäsenien sekä ryhmävastaavien yhteystiedot.

#### **Kotisivut [www.tlry.net](http://www.tlry.net)**

Seura panostaa kotisivujensa ajantasaisuuteen ja laatuun sekä opastaa jäsenistöä niiden aktiiviseen seuraamiseen. Kotisivuilta ja ilmoitustaululta löytyvät mahdolliset äkilliset muutokset tai tiedotettavat asiat.

#### **Muu tiedottaminen**

Lisäksi seura pyrkii siihen, että luistelukoulujen aikana on jäähallilla ainakin yksi johtokunnan jäsen, jolta voi tulla kyselemään seuran toiminnasta. Seuran toiminnasta ilmoitetaan lisäksi syyskauden alkaessa alueen lehdissä, jakamalla kauden aloitustiedote Hyrylän ja lähialueen talouksiin (noin 5000 kpl) sekä mainoksia Tuusulan kunnan tärkeimpiin liikuntapaikkoihin ja yleisille ilmoitustauluille. Seuramme esittely löytyy myös Tuusulan kunnan nettisivuilta.

#### **4.5 Talous ja varainhankinta**

Seura on yleishyödyllinen yhteisö eikä tarkoitus ole tuottaa voittoa. Taloutta hoidetaan pitkäjänteisesti ja huolellisesti jatkuvuuden turvaamiseksi ja harrastusmaksujen pitämiseksi kohtuullisina. Seuran merkittävin tuloerä on toiminnassa mukana olevien harrastemaksut. Suurimmat menoerät ovat jäämaksut ja valmennuksen henkilöstökulut.

Lisätuloja seura hankkii talkootyöllä, pienimuotoisella kioskimyynnillä, mainostilan myynnillä, näytöstuloilla yms. Seuralla voi olla taloudellista tukea seuralle antavia pitkäaikaisia yhteistyökumppaneita.

Seuran toimintaa kehitetään monipuolisesti taloudellisten resurssien mukaan.

## **Talkootyö**

Seuran jäsenet keräävät yhteisiä varoja luisteluseuralle erilaisilla talkootöillä. Talkootöitä ovat mm. inventaariot, siivous- ja pakkaustehtävät. Tavoite on kannustaa mahdollisimman monen luistelijan perhe osallistumaan talkootyöhön ja aktivoida uusia vanhempia mukaan. Talkootöihin osallistuminen on vapaaehtoista ja siitä saadut tulot menevät kokonaisuudessaan seuratoimintaan koko jäsenistön hyväksi.

## **Kahvio**

Seuran kahvio pyritään pitämään avoinna harjoituskautena maanantaisin ja tiistaisin jäähallilla harjoitusten aikana. Kahviovastaava organisoii toimintaa. Kilparyhmien luistelijoiden perheitä kannustetaan vähintään yhden kahviovuoron pitämiseen kaudessa. Toiminnan ylläpitämiseksi tarvitsemme myös muita aktiivisia vanhempia. Kahvion tuotto menee kokonaisuudessaan seuratoimintaan koko jäsenistön hyväksi.

## **5. Seuran organisaatio ja vastuuhenkilöiden tehtävät**

### **5.1 Vastuupalmentajien roolit ja tehtävät**

Tuusulan Luistelijat ry:llä on kaksi päätoimista vastuupalmentajaa, jotka toimivat johtokunnan alaisuudessa vastuualueenaan seuran luistelijoiden valmennus, kilpailutoiminnan suunnittelu ja Nuori Suomi -pelisääntöjen noudattaminen valmennus- ja kilpailutoiminnassa. Vastuupalmentajat:

- laativat yhdessä muiden ryhmävalmentajien ja ohjaajien kanssa eri ryhmien jääharjoitusohjelmat ja oheisharjoitukset
- arvioivat ja suunnittelevat valmentajien ja ohjaajien koulutustarpeet
- valvovat, ohjaavat ja tukevat muiden valmentajien ja ohjaajien toimintaa
- laativat kilpaluistelijoiden valmennussuunnitelmat
- laativat kilpaluistelijoiden kilpailuohjelmia
- vastaavat seuran luistelijoiden kilpailutoiminnasta yhdessä muiden valmentajien kanssa
- ovat tiiviissä yhteistyössä johtokunnan valmennusvastaavan ja muiden johtokunnan jäsenten kanssa ja osallistuvat tarvittaessa johtokunnan kokouksiin
- toimivat yhteistyössä Suomen Taitoluisteluliiton ja alueen muiden seurojen kanssa
- valvovat Nuori Suomi -pelisääntöjen toteutumista seuran harjoitus- ja kilpailutoiminnassa ja laativat valmentajien pelisäännöt yhdessä muiden ryhmävalmentajien ja ohjaajien kanssa
- osallistuvat joulujuhlan, kevätnäytöksen, leiritoiminnan ja muiden erityistapahtumien suunnitteluun ja toteutukseen
- ovat avoimesti yhteistyössä luistelijoiden vanhempien kanssa

## 5.2 Ryhmävalmentajien ja ohjaajien tehtävät

- ryhmävalmentajat ja ohjaajat toteuttavat Nuori Suomi-pelisääntöjä valmennuksessa ja pyrkivät ideoimaan ja edistämään seuran toimintaa
- tekevät yhteistyötä vastuvalmentajien, johtokunnan valmennusvastaavan, muiden johtokunnan jäsenten, ryhmävastaavien ja luistelijoiden vanhempien kanssa
- ovat velvollisia järjestämään sijaisvalmentajan/ohjaajan ollessaan estyneitä itse pitämään tuntejaan ja informoivat poissaoloista vastuvalmentajia ja valmennusvastaavaa
- osallistuvat johtokunnan ja valmentajien yhteistyökokouksiin tarvittaessa
- osallistuvat joulujuhlan, kevätnäytöksen ja muiden tapahtumien suunnitteluun ja toteutukseen

## 5.3 Ryhmävastaavan tehtävät

Jokaisella kilpa- ja harrastajaryhmällä on nimetty ryhmävastaava. Heidän tehtäviään ovat:

- tiedottaa kaikki omaa ryhmää koskevat harjoitus- ja kilpailutoimintaan liittyvät asiat (sähköposti, tekstiviesti)
- toimia yhteyshenkilönä luistelijoiden vanhemmille ja välittää tiedotettavat asiat tarvittaessa johtokunnan käsiteltäväksi
- kokoaa ryhmän vanhemmat syksyisin pelisääntökeskusteluun yhteistyössä Nuori Suomi vastaavan kanssa
- järjestää vanhemmille infotilaisuuksia yhdessä kilpailuvastaavan ja muiden toimikuntien vastuuhenkilöiden kanssa
- pyrkiä kaikella toiminnallaan edistämään seuran harrastustoimintaa ja avointa tiedottamista ja keskusteluilmapiiriä

## 5.4 Johtokunnan jäsenten tehtävät

Tuusulan Luistelijat ry valitsee vuosikokouksessaan (syys-lokakuu) seuralle johtokunnan, joka koostuu puheenjohtajasta ja viidestä yhdeksään muusta johtokunnan jäsenestä. Johtokunnan jäsenistä valitaan varapuheenjohtaja, sihteeri, rahastonhoitaja sekä muita vastuuhenkilöitä. Johtokunnan jäsenet valvovat seuran toimintaa ja taloudenhoitoa. Johtokunta kokoontuu kerran kuukaudessa, järjestää ja kutsuu seuran jäsenet sääntömääräisiin kokouksiin.

### Johtokunnan tehtävät

- toimii seuran ylimpänä toimeenpanevana ja valvovana elimenä niin, että seuran tarkoituksen ja tavoitteiden mukaiset toiminnot toteutetaan suunnitelman mukaisesti
- vastaa seuran toiminnasta
- suunnittelee ja kehittää seuran kokonaistoimintaa sekä johtaa seuran toimintaa seuran tarkoituksen ja tavoitteiden mukaan
- vahvistaa tehtäväjaon keskuudessaan sekä valitsee tarvittavat toimikunnat ja työryhmät suorittamaan niille määrättyjä tehtäviä
- vastaa seuran ulkopuolelle suuntautuvasta toiminnasta
- vastaa seuran kokousten antamista velvoitteista

- hoitaa seuran taloutta ja tiedotustoimintaa
- tarvittaessa valitsee sekä erottaa seuran palkatut työntekijät sekä sopii heidän eduistaan

### **Puheenjohtajan tehtävät**

- vastaa seuran toiminnan johtamisesta yhdessä seuran johtokunnan kanssa.
- vastaa toimintasuunnitelman ja talousarvion teosta (voi delegoida valmistelutehtävän halutessaan jollekin muulle johtokunnan jäsenelle)
- valvoo seuran taloutta yhdessä rahastonhoitajan ja johtokunnan jäsenten kanssa
- tekee valmentajasopimukset ja haastattelee uudet työntekijät
- hoitaa suhteita monipuolisesti yhteistyökumppaneihin (Tuusulan kunta, muut urheiluseurat, Suomen Taitoluisteluliitto) ja edustaa seuraa yhteistyökokouksissa
- kutsuu johtokunnan jäsenet kokouksiin ja kaikki seuran jäsenet sääntömääräisiin kokouksiin
- valvoo Nuori Suomi -ideologian toteutumista seuran toiminnassa
- puheenjohtaja voi jakaa osan tehtävistään erikseen sovitusti varapuheenjohtajalle, joka myös toimii puheenjohtajan sijaisena tarvittaessa

### **Sihteerin tehtävät**

- laatii kokouspöytäkirjat ja huolehtii, että ne ovat hyvässä järjestyksessä ja allekirjoitettuna ennen tilintarkastajille toimittamista
- hoitaa aktiivisesti suhteita yhteistyökumppaneihin (kunta, muut jäähallin käyttäjäseurat)
- informoi johtokuntaa, ryhmävastaavia ja valmentajia/ohjaajia harjoituspaikkojen aikataulumuutoksista
- pitää kirjaa seuran jäsenistöstä (jäsenluettelo)
- osallistuu tiedottamiseen
- valvoo seuran toimintasääntöjen toteutumista

### **Rahastonhoitajan tehtävät**

- seuraa huolellisesti seuran taloutta ja ilmoittaa siitä säännöllisesti johtokunnan kokouksissa
- laatii talousarvion yhdessä puheenjohtajan kanssa
- vastaa valmentajien, ohjaajien ja kilpailutuomareiden palkkojen laskennasta ja maksusta
- hoitaa seuran maksuliikenteen (verot, työeläkevakuutusmaksut ja laskut)
- laatii seuran veroilmoituksen
- lähettää seuran jäsenille jäsen-, harraste- ja kilpailumaksut
- seuraa maksujen toteutumista tarkasti
- pitää yhteyttä kirjanpitäjään seuran kirjanpidon ja tilinpäätöksen laatimiseksi

### **Valmennusvastaavan tehtävät**

- kokoaa valmennustoimikunnan, johon kuuluu vastuvalmentajat ja yhdestä kahteen muuta seuran jäsentä
- toimii valmennustoimikunnan vetäjänä ja kutsuu valmennustoimikunnan yhteiseen kokoukseen kerran kuukaudessa
- laatii kokouksissa käsitellyistä asioista pöytäkirjan ja toimittaa sen tiedoksi johtokunnalle

- valmennustoimikunta laatii vähintään kerran syyskaudella ja kerran kevätkaudella johtokunnalle esiteltävän valmennussuunnitelman, jossa esitellään ryhmäkohtaisesti kauden olennaisimmat valmennukselliset tekijät (esim. ryhmäjako, ryhmäsiirrot, ryhmien valmentajat ja heidän työnjako, ryhmien tavoitteet)
- muut valmentajat ja ohjaajat sekä ryhmävastaavat osallistuvat myös tarvittaessa valmennustoimikunnan kokouksiin
- puheenjohtaja ja ryhmävastaavat tukevat valmennusvastaavaa tehtävässä

### **Kilpailuvastaavan tehtävät**

- toimii seuran yhteyshenkilönä Suomen Taitoluisteluliittoon ja sen jäsenseuroihin kilpailutoimintaan liittyen
- kokoaa kilpailutoimikunnan, joka koostuu vähintään yhdestä johtokunnan jäsenestä ja kahdesta kolmeen seuramme aikuisesta jäsenestä ja kahdesta vastuvalmentajasta
- jakaa tehtävät kilpailutoimikunnan jäsenten kesken erillisen tehtäväkuvauksen mukaisesti
- kutsuu kilpailutoimikunnan yhteiseen palaveriin noin kerran kuukaudessa
- informoi johtokuntaa ja tiedottajaa kuukausittain kilpailutoimintaa koskevista asioista
- välittää kilpailukutsut seuran vastuvalmentajille
- ilmoittaa seuran luistelijat kilpailuihin
- välittää kilpailutulokset tiedottajalle ja pitää päiväkirjaa käydyistä ja tulevista kilpailuista yhdessä vastuvalmentajien kanssa
- vastaa seuran omien kisojen organisoinnista ja osallistuvien seurojen laskutuksesta yhdessä rahastonhoitajan kanssa

### **Tiedottajan tehtävät**

- huolehtii seuran sisäisestä tiedottamisesta (ulkoisesta tiedottamisesta vastaavat puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja sihteeri, he ovat yhteistyössä paikallisen lehdistön kanssa mm. kirjoittaen kilpailu- ja tapahtumaraportteja niihin julkaistavaksi)
- vastaa seuran sisäisen tiedottamisen kokonaisuudesta ja toimii tiedotustoimikunnan vetäjänä
- laatii seuran kuukausitiedotteen ja välittää sen seuran kotisivujen ylläpitäjälle sekä ryhmävastaaville eteenpäin toimitettavaksi
- huolehtii seuran ilmoitustaulusta
- valvoo kotisivujen ylläpitoa yhdessä puheenjohtajan ja sihteerin kanssa

### **Varainhankintavastaavan tehtävät**

- suunnittelee ja organisoii kauden varainhankintaprojektit (talkoot, myyntitempaukset) sekä valvoo kahviotoiminnan toteutumista
- valitsee avukseen kahviövastaavan (ei tarvitse olla johtokunnan jäsen), joka huolehtii kahviotoiminnan käytännön järjestelyistä ja tarvikkehankinnoista
- ohjeistaa kahvion myyjiä hygieniasäännöistä, myynnin kirjaamisesta ja tilityksestä
- tekee kahvion myyntivuorolistat syys- ja kevätkaudelle
- huolehtii, että kaikille vuoroille löytyy tekijä.
- organisoii kahviomyynnin omissa kisoissa, juhlissa ja kevätnäytöksessä

## **Tapahtumavastaavan tehtävät**

- toimii tapahtumatoimikunnan vetäjänä ja valitsee avukseen kahdesta neljään muuta seuran jäsentä
- tekee aikataulun ja koordinoi tapahtumien suunnittelu- ja valmisteluprosessia yhdessä tapahtumatoimikunnan kanssa (joulujuhla, kevätnäytös, kevätjuhla, leirit)
- laatii tapahtumien vaatimat budjetit (kevätinäytös) yhdessä rahastonhoitajan kanssa
- nimeää yhteistyössä toimikunnan kanssa tapahtumiin liittyvien eri vastuualueiden vastuuhenkilöt ja huolehtii vastuualueiden toimintaedellytyksistä
- vastaa tapahtumien tiedottamisesta yhteistyössä sisäisen ja ulkoisen tiedottajan kanssa

## **Luistelukouluvastaavan tehtävät**

- toimii luistelukoulutoimikunnan vetäjänä ja valitsee avukseen kaksi muuta seuran jäsentä
- ottaa vastaan luistelukouluun ilmoittautumiset ja huolehtii luistelukoululaisten sijoittumisesta ryhmiin tasaisesti
- huolehtii tiedottamisesta luistelukoululaisille
- toimii yhteyshenkilönä vastuvalmentajan ja luistelukoululaisten vanhempien välillä
- huolehtii luistelukouluun tarvittavan määrän avustajia
- huolehtii luistelukoulusta kehitysryhmään siirtymisistä yhdessä vastuvalmentajan kanssa
- on paikalla luistelukoulun aikaan tai huolehtii, että joku seuran edustaja tai luistelukoulutoimikunnan jäsen on paikalla

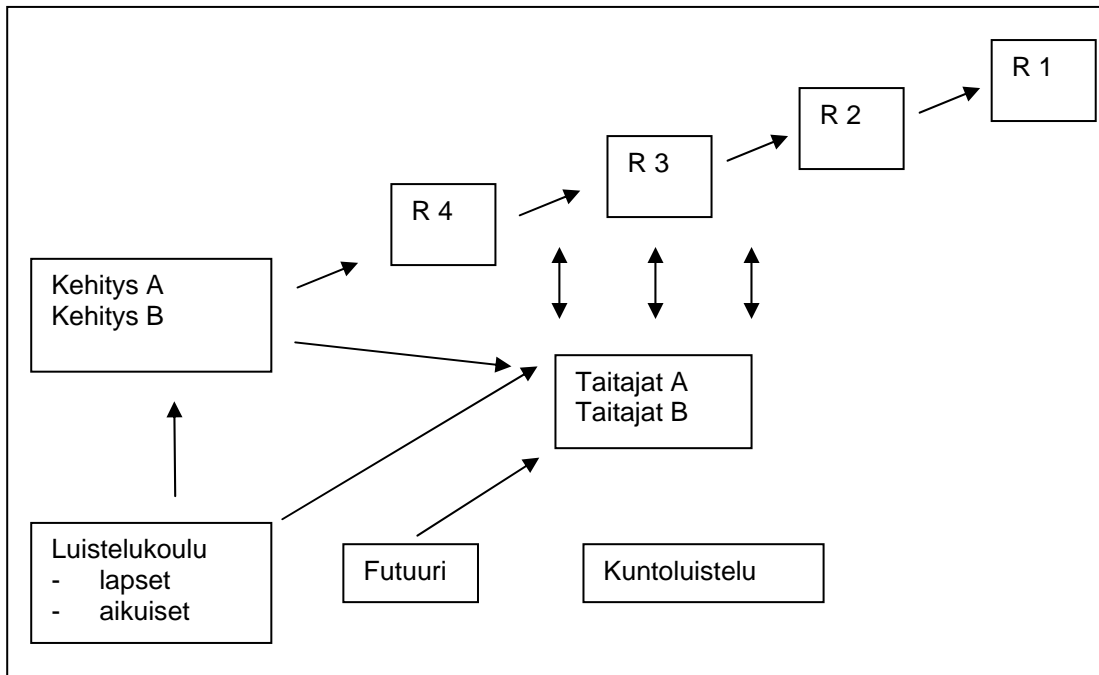
## **5.5 Nuori Suomi- vastaavan tehtävät**

- toimii seuran tiedotustoimikunnan jäsenenä
- edustaa itse tai järjestää seuran edustajan Nuori Suomi- tapahtumiin (Sinettiristeily, seurojen sinettitapaamiset, seminaarit)
- toimii seuran ja Nuoren Suomen välisenä yhteishenkilönä
- valvoo, että vuosittain tehtävät pelisäännöt kirjataan ja lähetetään Nuoreen Suomeen ja tarvittaessa Suomen Taitoluisteluliittoon
- huolehtii seuran toimintalinjan säännöllisestä päivitystyöstä
- huolehtii seuran ilmapiirikyselyn toteuttamisesta
- osallistuu tarvittaessa ristiriitatilanteiden selvittämiseen
- valvoo ja kehittää aktiivisesti seuran sinettitoimintaa

## **6. Harrastusryhmät (ryhmien taso- ja ikäsuositukset)**

Seura tarjoaa yksinluisteluvalmennusta kilpaluistelijoille ja harrasteluistelijoille eritasoisissa ryhmissä henkilökohtaisten taitojen ja tavoitteiden mukaisesti. Seuran luistelukouluissa lapset voivat tutustua lajiin ja harjoitella luistelun alkeita koulutettujen ohjaajien ja valmentajien ohjauksessa. Aikuisille on ryhmät kuntoluistelun ja taitoluistelun alkeiden muodossa. Oheisharjoitteluna luistelijoille on tarjolla erilaisia hyppy-, askel- ja lihaskuntoharjoitteita, tanssia, balettia, telinevoimistelua ja kuntosaliharjoittelua.

## Ryhmät



## Luistelukoulu

Kerran viikossa käyville aloitteleville tai pienille luistelijoille 3-4 vuotiaista alkaen. Luistelukoulussa harjoitellaan pienryhmissä luistelun perustaitoja leikinomaisesti: luistelu eteenpäin ja taaksepäin, jarrutuksia ja yksinkertaisia liukuja. Kullakin harjoituskerralla on oma teema mm. liuku, leikit, tempurata, musiikkiluistelu, naamiaiset, ystäväluistelu ja merkkisuoritukset. Kaikki luistelukoululaiset osallistuvat seuran joulujuhlaesitykseen sekä kevätnäytökseen

## Futuuriyhmä

Futuuriyhmä harjoittelee luistelukoulun kanssa samaan aikaan. ryhmä on erityisryhmä lievästi liikuntarajoitteisille ja kehitysvammaisille lapsille. Ryhmällä on oma koulutettu ohjaaja ja vastuuvallmentaja osallistuu myös ohjaukseen.

## Kuntoluistelu ja taitoluistelun alkeet aikuisille

Seura tarjoaa aikuisluistelijoille kaksi ryhmää: kuntoluistelu ja taitoluistelun alkeet. Molempiin ryhmiin voivat tulla mukaan sekä naiset että miehet, jotka haluavat kohentaa luistelutaitoaan tai entiset lajin harrastajat. Kuntoluistelu on lihaskuntoharjoittelua yhdistettynä vauhtiin. Lihaskunnan ja kestävyuden ohella kehityy tasapaino, kun kehon asentoa ylläpitävät lihakset työskentelevät. Kuntoluistelutunnit koostuvat alkuverryttelystä, lihaskunto ja/tai kestävyysharjoitteista ja peleistä sekä loppuverryttelystä. Taitoluistelutunneilla harjoitellaan kunkin luistelijan taitojen mukaisesti perusluistelua, sirklausta, kaaria ja muita taitoluistelun elementtejä ryhmän toiveiden pohjalta.

## **Kehitysryhmät (Kehitys B)**

Kehitysryhmä B on luistelukoulun jälkeinen kehitysryhmä 5- 6 -vuotiaille lapsille. Harjoitteluun kuuluu kaksi jääharjoitusta ja yksi oheisharjoitus viikossa. Ryhmässä harjoitellaan perusluistelutaitoja, eteen - ja taaksepäin luistelua, sirklausta, yksinkertaisia liukuja, sisä- ja ulkokaaren erottamista, kolmosia ja helpoimpia piruetteja ja hyppyjä (kukkopiruetti, valssihyppy). Ryhmän harjoittelussa toteutuu leikinomaisuus. Valmentajat ja ohjaajat suosittavat luistelijat kehitysryhmiin.

## **Kehitysryhmät (Kehitys A)**

Kehitysryhmä A:n luisteliijoilla on kolme jääharjoitusta viikossa ja sen lisäksi kerran viikossa telinevoimistelu ja oheisharjoitukset. Jäällä harjoitellaan perusluistelua, kaaria, sirklausta, yksöishyppyjä ja peruspiruetteja. Ryhmän luistelijat ovat iältään 5-7-vuotiaita ja tavoitteena on jatkaa luistelua myöhemmin kilpaluisteluryhmässä. Valmentajat ja ohjaajat suosittavat luistelijat kehitysryhmiin. Ryhmän harjoittelussa toteutuu leikinomaisuus.

## **Kilparyhmä (R4)**

Kilparyhmä R 4 on tarkoitettu aloitteleville kilpaluisteliijoille. Ryhmällä on neljä jääharjoitusta, yksi oheisharjoitus, baletti ja telinevoimistelu viikossa. R4- ryhmän luistelijat ovat iältään 6-9 -vuotiaita. Ryhmän luisteliijoilta edellytetään, että perusluistelu on jo sujuvaa. Heidän tulee osata kolmonen, valssihyppy, kaaret ja sirklaus eteen- ja taaksepäin Ryhmässä harjoitellaan peruspiruetteja ja kaikkia yksöishyppyjä. R4-ryhmän luisteliijoille voidaan tehdä yhteinen kilpaohjelma ja he voivat harjoitella kilpailemista Tintit - sarjassa omissa ja alueen kutsukilpailuissa.

## **Kilparyhmä (R3)**

Nousevat kilpaluistelijat, joilla jääharjoitukset viisi tai kuusi kertaa viikossa. Lisäksi ohjelmaan kuuluu oheisharjoitukset kolme kertaa sekä baletti ja telinevoimistelu kerran viikossa. R3-ryhmän luistelijat ovat iältään 8-10 -vuotiaita. Ryhmän luisteliijoilta edellytetään yksöishyppyjen hallintaa. Ryhmä harjoittelee Axel-hyppyä, kaksoishyppyjä ja vaikeampia piruetteja (jalanvaihtopiruetti). R3-ryhmän luistelijat kilpailevat sarjoissa minit ja tintit .

## **Kilparyhmä (R2)**

R2 – ryhmän kilpaluistelijat harjoittelevat kuusi kertaa viikossa jäällä. Lisäksi heidän viikoittaiseen ohjelmaan kuuluu kolme oheisharjoitusta sekä baletti. Ryhmän nuorimmat luistelijat osallistuvat myös telinevoimisteluun kerran viikossa ja vanhemmilla luisteliijoilla on kuntosali kerran viikossa. Ryhmän luisteliijoilta edellytetään akselin hallintaa, kaksoishyppyvalmiuksia ja riittävää askeltekniikan hallintaa. Ryhmässä harjoitellaan mm. yhdistelmäpiruetteja ja kaikkia kaksoishyppyjä. Luistelijat ovat iältään 10–15-vuotiaita. Luistelijat kilpailevat sarjoissa silmut, aluedebytantit, aluenoviisit ja aluejuniorit.

## **Kilparyhmä (R1)**

R1 – ryhmän luisteliijoilla on jääharjoitukset 6-7 kertaa viikossa. Lisäksi oheisharjoitukset 3-4 kertaa viikossa sekä baletti ja kuntosali kerran viikossa. R1-ryhmään siirtyminen edellyttää

vastuuvallmentajien suositusta. Ryhmän luistelijat harjoittelevat omien taitojen mukaisesti kaksois- ja kolmoishyppyjä ja vaikeampia yhdistelmäpiruetteja. Luistelijat ovat iältään 13–18-vuotiaita. R1-ryhmän luistelijat kilpailevat mm. kansallisen- ja SM-tason sarjoissa: debytantit, noviisit, juniorit ja seniorit.

### **Taitajat (Taitaja A, Taitaja B)**

Taitajaryhmiä on kaksi; kolme ja kaksi kertaa jäällä harjoittelevat ryhmät. Heillä on lisäksi yksi oheisharjoitus viikossa. Luisteliijoille tehdään heidän halutessaan kilpailuohjelma ja he voivat osallistua seuran ja alueen kutsukilpailuihin harrastajaluistelijoiden sarjoihin. Kilpailemista ei edellytetä. Luisteliijoita kannustetaan heille sopivien ratkaisujen ja tavoitteiden tekemiseen.

## 7. Nuori Suomi pelisäännöt

Seuramme luistelijat, valmentajat ja ohjaajat tekevät joka syyskausi vuosittaiset pelisääntösopimukset, joita sitoudutaan noudattamaan kaikessa harrastus- ja seuratoiminnassa. Luistelukoulussa ja nuorimpien harrastajien Nuori Suomi -pelisäännöt tehdään yhdessä vanhempien kanssa. Vanhemmat luistelijat tekevät pelisäännöt valmentajien ja / tai ryhmävastaavien kanssa. Pelisääntöjen laatimisessa käytetään apuna eri ikäkausien Nuori Suomen Pelin henki -vihkosia. Pelisäännöt ovat nähtävillä seuran nettisivuilla. Esimerkkejä sovitusta pelisäännöistä:

- Liikunnan ilo ja riemu
- Innostava ja kannustava ilmapiiri
- Olemme ajoissa harjoituksissa
- Tervehdimme kaikkia seuran jäseniä
- Kuuntelemme valmentajaa
- Huolehdimme varusteistamme ja pidämme harjoituspaikat siisteinä
- Emme syö karkkia harjoituksissa
- Päihteettömyys

Kauden 2008-2009 pelisäännöt liitteenä 2.

LAPSI,

*jota kohdellaan suvaitsevasti,  
oppii olemaan kärsivällinen*

*jota kannustetaan,  
oppii luottamaan itseensä*

*jota kiitetään,  
oppii antamaan arvoa*

*joka tuntee turvallisuutta,  
oppii luottamaan kanssaihmiisiin*

*joka hyväksytään ja jota kohdelleen ystävyydellä,  
oppii tuntemaan rakkautta maailmassa*

*jota rakastetaan,  
oppii rakastamaan*

*(Dorothy Law Notte)*

