



Iisalmen naisvoimistelijat ry
Toimintakäsikirja

SISÄLLYSLUETTELO

Johdanto	4
1. Yleistä	5
1.1 Perustiedot	5
1.2 Seuran ydintoiminta, toiminta-ajatus ja visio	5
1.3 Säännöt	6
2. Seuran talous	6
2.1 Tulojen ja menojen muodostuminen	6
2.2 Toiminnan hinnoittelu	6
2.2.1 Jäsenmaksut	6
2.2.2 Salivuoromaksut	6
2.2.3 Ohjaajien, valmentajien ja toimihenkilöiden palkkiojärjestelmä	7
2.2.4 Koulutuskulut	7
2.2.5 Seuran hallinnolliset kulut	7
2.2.6 Iinalan vastike	7
2.2.7 Joukkueiden kuukausimaksut	7
2.2.8 Perusryhmien kausimaksut	8
2.3 Talousohjesääntö	8
2.4 Varainhankinta	8
3. Organisaatio ja tehtävät	8
3.1 Johtokunta	8
3.1.1 Tehtävälähtöinen työnjako johtokunnassa	9
3.1.2 Johtokunnan kokoontumiset ja toimintaperiaatteet	10
3.2 Seuran vapaaehtoisten toimenkuva	10
3.3 Ohjaajien ja valmentajien toimenkuva	10
4. Seuraorganisaation toiminta	10
4.1 Seuran toimintaan vaikuttavat lait, asetukset ja määräykset	10
4.2 Vuosikello	10
4.3 Seuran sääntömääräiset kokoukset ja niistä tiedottaminen	11

4.4 Viestintä ja markkinointi	12
4.5 Toiminnan arviointi	12
4.6 Tähtiseura-toiminta	13
4.7 Sidosryhmätyöskentely	13
5. Harrastaminen ja ohjaaminen	13
5.1 Harraste- ja valmennusryhmät	13
5.1.1 Voimistelijan rooli	13
5.2 Harrasteliikunta	13
5.2.1 Harrastajan rooli	13
5.3 Ryhmien ja joukkueiden toiminta	14
5.4 Voimistelijan polku	14
6. Turvallisuus ja ongelmatilanteet seurassa	14
6.1 Turvallisuusohjeet	14

Johdanto

Tämä toimintakäsikirja on työväline johtokunnalle, ohjaajille, valmentajille ja kaikille seuratoimijoille. Iisalmen naisvoimistelijoiden toimintakäsikirjassa käydään läpi seuramme tärkeitä periaatteita, ohjeita ja käytäntöjä. Toimintakäsikirja antaa jäsenistölle tarpeellista ja merkittävää perustietoa seuratoiminnasta ja samalla perehdyttää myös seuran jäseniä tehtäviinsä. Tätä toimintakäsikirjaa päivitetään säännöllisesti seuran vaatimusten ja toimintasuunnitelmien mukaiseksi.

1. Yleistä

Toimintakäsikirja on laadittu 2022.

1.1 Perustiedot

Seuran nimi ja lyhenne: Iisalmen naisvoimistelijat ry, IINA

Y-tunnus: 1023607-6

Perustamisvuosi: 1927

Yhteystiedot: toimisto@iina.fi ja 044 3610318

Varasto: IINALA, Satamakatu 3, 74100 Iisalmi

Laskutusosoite: Koulutie 11, 74120 Iisalmi

Verkkolaskuosoite: 003710236076 , operaattori ITELFIHH

Paperiset laskut: Koulutie 11, 74120 Iisalmi

Lajit: tanssillinen voimistelu, tanssi, cheerleading, lisäksi seurassa on perusrhythmitoimintaa lapsille ja nuorille sekä aikuisille

1.2 Seuran ydintoiminta, toiminta-ajatus ja visio

IINA on liikuttanut iisalmelaisia ja lähikuntien lapsia, nuoria ja aikuisia voimistelun saralla jo vuodesta 1927 lähtien. IINA tarjoaa laadukkaita ja monipuolisia liikuntaelämyksiä monen ikäisille liikkujille. Toiminnassamme näkyy pitkät perinteet laadukkaasta valmennuksesta.

Lasten- ja nuorten liikunnan painopisteenä on monipuolinen voimistelu, joka luo vahvan peruspohjan monille muille harrastelajeille. Pyrimme kausittain uudistamaan lasten- ja nuorten liikuntatarjontaa. Seurassamme on myös mahdollisuus harrastaa tanssillista voimistelua valmennus- tai harrastekilparyhmissä sekä cheerleadingiä omalla ikätasollaan. Tanssillisen voimistelun valmennusryhmät tarjoavat harrastajille ammattitaitoisen lajiohjauksen ja upeita mahdollisuuksia päästä esiintymään ja kilpailemaan oman ikäluokkansa huipulla.

IINA:n visiona ovat hyvinvoivat ja liikunnallisen elämäntavan omaavat ihmiset, jotka ovat ylpeitä iinalaisuudestaan, missä ikinä liikkuvatkaan!

Iisalmen naisvoimisteliijoilla on Uskollisuuden kilta, mikä on perustettu 24.11.1959. Killan toimintamuotoja ovat mm. retket, vapaamuotoiset tapaamiset ja kokoukset.

1.3 Säännöt

Säännöt ohjaavat seuran toimintaa, jonka vuoksi ne tulee pitää ajan tasalla ja päivittää tarpeen mukaan. Sääntömuutosten tekeminen on tarkennettu yhdistyksen säännöissä ja ne hyväksytään yhdistyksen sääntömääräisessä kokouksessa. Säännöt tulee olla jäsenistön nähtävillä ja vastaavasti seuraan kuuluvat jäsenet ovat velvoitettuja noudattamaan seuran sääntöjä. Säännöt ohjaavat IINAN toimintaa, ja ne ovat nähtävissä seuran nettisivuilla. Lisäksi seurassa on säännöt perusryhmille ja valmennusryhmille.

Seuran säännöt:

<http://www.iina.fi/uploads/1/3/3/2/133294507/s%C3%A4%C3%A4nn%C3%B6t.pdf>

Valmennusryhmien säännöt:

http://www.iina.fi/uploads/1/3/3/2/133294507/valmennusryhmien_sa%C3%A4%C3%A4nn%C3%B6t_2021-2022.pdf

Perusryhmien säännöt:

http://www.iina.fi/uploads/1/3/3/2/133294507/perusryhmien_sa%C3%A4%C3%A4nn%C3%B6t_2021-2022.pdf

2. Seuran talous

2.1 Tulojen ja menojen muodostuminen

Seuran toiminnan tuotot tulevat jäsen- ja harrastemaksuista, kaupungin avustuksesta, tapahtumista, talkoista, sponsoreilta sekä haetuista avustuksista. Niillä katetaan salivuokrat, ohjaajien ja valmentajien palkat sivukuluineen, toimintaan tarvittavat välineet, hallintokulut ja koulutuskulut. Jäsenet ilmoittautuvat kirjautumalla IINAN jäsentietorekisteriin (Hoika).

2.2 Toiminnan hinnoittelu

2.2.1 Jäsenmaksut

Jäsenmaksut vahvistetaan aina kevätkokouksessa seuraavalle vuodelle. Jokainen harrastaja maksaa 20€ jäsenmaksun vuosittain. Jäsenmaksun voi maksaa myös, vaikkei kuuluisikaan mihinkään ryhmään tai ei ostaisi kausikorttia. IINAN jäsenet kuuluvat myös Suomen Voimisteluliittoon. Seuraamme voi liittyä myös kannattajajäseneksi 15€ hintaan. Seura kuuluu myös Cheerleadingliittoon.

2.2.2 Salivuoromaksut

Iisalmen kaupungissa salivuorot ovat hinnoiteltu niin, että alle 18-vuotiaiden ryhmiltä laskutetaan halvempi tuntihinta kuin aikuisten ryhmiltä. Salivuorojen hinnat löytyvät Iisalmen kaupungin nettisivuilta.

2.2.3 Ohjaajien, valmentajien ja toimihenkilöiden palkkiojärjestelmä

Seurassamme ryhmiä ohjaavat koulutetut ja osaavat ohjaajat ja valmentajat, jotka ylläpitävät omaa osaamistaan aktiivisesti. Maksamme ohjaajille ja valmentajille palkkaa erillisen palkkataulukon mukaisesti. Palkan suuruus määräytyy myös koulutuksen ja ohjauskokemuksen perusteella. Perusryhmissä on vastuuhjaajan lisäksi myös apuohjaajia, jotka mahdollistavat sujuvan toiminnan myös suurissa ryhmissä. Ensimmäinen ohjausvuosi IINAssa on palkaton harjoitteluvuosi, tällöin harjoittelijat pyrkivät myös käymään ensimmäiset ohjaajakoulutukset (Voimistelukoulu ja Voimistelijaohjaajan startti).

Toimihenkilöt (johtokunta ja joukkueiden tukitiimit) eivät saa palkkaa, vaan toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen.

2.2.4 Koulutuskulut

Seura huolehtii harrastetuntiansa ja valmennustoimintansa laadusta tarjoamalla aktiivisesti valmentajille ja ohjaajille mahdollisuuksia koulutuksiin. Ohjaajat ja valmentajat koulutautuvat säännöllisesti seuran koulutussuunnitelman mukaisesti, minkä pohjana on pääsääntöisesti Suomen Voimisteluliiton ja Cheerleadingliiton koulutusjärjestelmät. Koulutukset toteutetaan tilauskoulutuksena Iisalmessa tai osallistutaan mahdollisuuksien mukaan lähialueen koulutuksiin tai etäkoulutuksiin. Seura kustantaa koulutukset kokonaisuudessaan. Toteutuneisiin koulutuskuluihin haemme tukea mm. Iisalmen kaupungilta.

2.2.5. Seuran hallinnolliset kulut

Seuralla ei ole palkattuja työntekijöitä, vaan kaikki käytännön asiat hoidetaan vapaaehtoisvoimin. Seuran toiminnasta vastaa viime kädessä johtokunta, jonka jäsenillä on tietyt vastuutehtävät. Rahaa käytetään myös mm. toiminnan markkinointiin, pankkipalveluihin sekä tilitoimiston kuluihin.

2.2.6 Iinalan vastike

Seuralla on omistuksessa varasto Satamakatu 3:ssa, jossa säilytetään mm. esiintymisasuja, tarvikkeita, seuratuotteita, arkistoa ja seuran historiaan liittyvää materiaalia.

2.2.7 Joukkueiden kuukausimaksut

Joukkueiden kuukausimaksut lasketaan aina ennen kauden alkua. Kuukausimaksu määräytyy palkka- ja salikulujen suhteesta joukkueiden jäsenten määrään ja harjoituskertoihin. Kuukausimaksu lasketaan koko kauden toimintaviikoille ja jyvitetään 11 kuukaudelle (elo-kesäkuu). Kuukausimaksu ei sisällä esiintymispukuja, kilpailumatkoja tai muita esiintyvien ryhmien kuluja. Mikäli ryhmä joudutaan lopettamaan seurasta johtuvista syistä, palautetaan maksettu harjoitusmaksu toimistokuluilla vähennettynä.

Jos ryhmän harjoitusvuoro perutaan joukkueen omasta syystä tai vuoro joudutaan perumaan seurasta riippuvista syistä (esim. koulujen perumat salivuorot), hyvitämme tällöin maksuja puolivuositain. Jos joukkue pitää ylimääräisiä harjoitusvuoroja, siitä veloitetaan maksut joukkueelta puolivuositain. Hyvitykset ja lisämaksut lasketaan valmentajien palkkakustannusten keskiarvolla. Kuukausimaksu ei sisällä myöskään Voimisteluliiton ja Cheerleadingliiton tapahtumiin osallistumiseen vaadittavia lisenssejä. Joukkue maksaa kuukausimaksun kuukauden 19.pv mennessä joukkueen tililtä seuran tilille.

2.2.8 Perusryhmien kausimaksut

Perusryhmien kausimaksut vahvistetaan aina kaudeksi kerrallaan. Seura pyrkii määrittelemään perusryhmien kausikorttien hinnat kohtuullisiksi, ettei harrastaminen kävisi kenellekään liian kalliiksi.

2.3 Talousohjesääntö

Talousohjesääntö on laadittuna johtokuntaa ja tukitiimejä varten.

2.4. Varainhankinta

Seura suorittaa varainhankintaa erilaisin toimenpitein. Seura saa tuloja myös näytöksistä, arpajaisista, talkoista sekä järjestetyistä tapahtumista.

Seura pyrkii käyttämään kaikki tarjolla olevat tukimahdollisuudet, joista tärkeimmät ovat Opetus- ja kulttuuriministeriön seuratuki, Olvisäätiön tuki, A.E. Aminoff säätiön tuki, Ylä-Savon säätiön tuki, Iisalmen kaupungin tuki sekä mahdolliset alueen tukikampanjat. Seuralla on pääsponsorit ja joukkueilla voi olla omia sponsoreita.

3. Organisaatio ja tehtävät

3.1. Johtokunta

Seuran säännöt ohjaavat johtokuntaa. Säännöt löytyvät seuran nettisivuilta. Seuran toimintaa ja taloutta johtava johtokunta valitaan seuran syyskokouksessa. Johtokuntaan kuuluu kahdeksi vuodeksi kerrallaan valittu puheenjohtaja ja kahdeksi vuodeksi kerrallaan valitut vähintään kahdeksan jäsentä. Johtokunta valitsee keskuudestaan varapuheenjohtajan ja sihteerin vuosittain ja nimeää muut tarvittavat toimihenkilöt.

Johtokunnan tehtävänä on:

- Kutsua koolle, valmistella ja panna seuran kokousten päätökset täytäntöön.
- Edustaa seuraa sekä johtaa ja kehittää seuran toimintaa.
- Vastata seuran omaisuudesta ja taloudesta.
- Hyväksyä ja erottaa jäsenet sääntöjen mukaisesti (8§ mukaisesti) sekä pitää jäsenluetteloa.
- Nimetä työryhmiä.

- Tehdä seuran toiminta- ja taloussuunnitelma seuraavaa toimintavuotta varten.
- Tehdä seuran toimintakertomus ja tilinpäätös.
- Hankkia ja kouluttaa ohjaajia ja valmentajia sekä muita seuratoimijoita.
- Hoitaa seuran tiedotustoimintaa.
- Päättää jäseniä koskevista kurinpitotoimista.
- Laatia toiminnasta vuosittain vuositilastot ja lähettää ne liiton sääntöjen mukaisesti liittoon.
- Valita ja erottaa seuran palkatut toimihenkilöt.
- Päättää seuran ansiomerkkien myöntämisestä sekä tekee esitykset muista kunnia- ja ansiomerkeistä.
- Suorittaa muut yhdistyslain tai sääntöjen vaatimat määräaikaisten toimenpiteet.

3.1.1 Tehtävälähtöinen työnjako johtokunnassa

Puheenjohtaja

- Johtaa puhetta johtokunnan kokouksissa ja avaa syys- ja kevätkokoukseen
- Kokoo ja laatii johtokunnan kokousten sekä kevät- ja syyskokousten esityslistat
- Huolehtii, että seuran toiminta etenee perustehtävän suuntaisesti
- Tekee seuran toimintasuunnitelman yleisen osan ja kokoo toimintasuunnitelman
- Vastaa tehtävien delegoinnista johtokunnan jäsenille sekä työryhmille
- Hoitaa edustustehtäviä, huolehtii yhteistyökumppaneista ja sidosryhmistä sekä etsii uusia yhteistyökumppaneita
- Toimii turvallisuusvastaavana
- Toimii laatuseurayhteyshenkilönä
- Toimii seuran nimenkirjoittajana

Sihteeri

- Kirjoittaa johtokunnan kokouksen pöytäkirjat
- Pitää yllä arkistoa

Varapuheenjohtaja

- Toimii pj:n sijaisena hänen ollessa estyneenä tai hänen määräämissään tehtävissä

Rahastonhoitaja

- Laatii kaupungin toiminta-avustuksen (huhtikuu)
- Maksaa laskut
- Laatii budjetin yhdessä puheenjohtajan kanssa
- Seuraa budjetin toteutumista kauden aikana
- Laskuttaa seuran jäseniä ja yhteistyökumppaneita
- Huolehtii vuositilaston toimittamisesta liittoon (tammikuu)

Lisäksi muilla johtokunnan jäsenillä on erillisiä vastuualueita, mm. talkoovastuu, vastuu koulutusten organisoinneista.

Lisäksi seuralla on johtokunnan ulkopuolinen some-vastaava.

3.1.2 Johtokunnan kokoontumiset ja toimintaperiaatteet

Seuran johtokunnan kokouksia järjestetään keskimäärin kuukausittain. Kokouksiin on mahdollista osallistua etänä. Johtokunnan jäsenet tuovat esille kokouksessa käsiteltäviä asioita, joiden pohjalta puheenjohtaja laatii esityslistan. Esityslista lähetetään johtokunnan jäsenille viimeistään viikkoa ennen kokousta. Kokouspöytäkirjan kirjoittaa seuran sihteeri. Pöytäkirjat arkistoidaan paperiversiona ja säilytetään linalassa. Johtokunta on päätösvaltainen silloin, kun puheenjohtaja tai hänen estyneenä ollessaan varapuheenjohtaja ja hänen lisäkseen vähintään puolet johtokunnan jäsenistä on läsnä. Johtokunnan sisäisessä viestinnässä käytetään sähköpostia sekä WhatsApp-sovellusta. Johtokunnan kokouksissa tehdyt päätökset ovat aina johtokunnan päätöksiä, jotka perustuvat enemmistön mielipiteeseen.

3.2 Seuran vapaaehtoisten toimenkuva

Tukitiimien ja huoltajien toimenkuvat löytyvät valmennusryhmien säännöistä.

3.3 Ohjaajien ja valmentajien toimenkuva

Ohjaajien toimenkuvat löytyvät perusryhmien säännöistä ja valmentajien toimenkuvat löytyvät valmennusryhmien säännöistä.

4. Seuraorganisaation toiminta

4.1 Seuran toimintaan vaikuttavat lait, asetukset ja määräykset

Seuran toiminnassa noudatetaan yhdistyslakia, työsopimuslakia, työaikalakia, ennakkoperintälakia, tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuslakia, arpajaislakia sekä kokoontumislakia. Seura on ottanut ohjaajille ja valmentajille vastuuvakuutuksen ja jäsenet huolehtivat itse tapaturmavakuutuksestaan ja matkavakuutuksesta. Voimisteluliitto huolehtii jäsenseurojen Teosto-luvan voimassaolosta..

4.2 Vuosikello

elokuu: Louhenkatupäivä
LYI- tapahtuma liikuntahallilla
Kauden aloitustapahtuma
Kausi alkaa, avoimet ovet perusryhmiin 1vk
Olvisäätiön tukihakemus

syyskuu: A.E. Aminoff-säätiön tukihakemus
Varainkeruu
valmentajien palaveri
Johtokunnan ja tukitiimien palaveri

- lokakuu: LANU-palaveri
JÄSENKIRJE ja ohjeistus näytökseen osallistumisesta
- marraskuu: Seuratuen haku
- joulukuu: Syyskokous
LANU- ja valmentajien palaveri näytökseen liittyen
- tammikuu: Kevätkausi alkaa, avoimet ovet perusryhmien tunneille 1vk
Talvinäytös
JÄSENKIRJE
- helmikuu: Kysely syksystä valmentajille ja ohjaajille
Olvisäätiön tukihakemus
LANU-palaveri
- maaliskuu: Valmentajien palaveri
Varainkeruu
JÄSENKIRJE ja ohjeistus näytökseen osallistumisesta
Ylä-Savon säätiön tukihakemus
- huhtikuu: Salivuorohakemuksen laatiminen 30.4. mennessä
LANU- ja valmentajien palaveri näytökseen liittyen
- toukokuu: Kevätnäytös
Kysely seuratoimijoille ja perusryhmäläisille
Ohjaajien ja valmentajien kaudenpäättöstilaisuus
- kesäkuu: Kevätkokous
Kesäleirit
Seuraavan kauden tuntivaraukset ja lukujärjestyksen teko
- heinäkuu: JÄSENKIRJE

Seura järjestää tammikuussa ja toukokuussa perinteisesti näytökset, mitkä ovat voimistelijoille vuoden kohokohta päästä näyttämään taitonsa. Kauden aikana pyrimme myös järjestämään erilaisia liikuntatapahtumia.

4.3 Seuran sääntömääräiset kokoukset ja niistä tiedottaminen

Seura pitää vuosittain kaksi sääntömääräistä kokousta. Kevätkokous pidetään huhti-kesäkuussa ja siinä päätetään jäsenyydestä muissa järjestöissä ja yhteisöissä, vahvistetaan tulevan kauden jäsenmaksujen suuruus, toimintasuunnitelma ja talousarvio. Sekä valitaan tilintarkastaja ja varatilintarkastaja. Syyskokous pidetään loka-joulukuussa ja siinä vahvistetaan johtokunnan laatima vuosikertomus, tilinpäätös ja tilintarkastajien antama lausunto sekä päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä. Lisäksi syyskokouksessa valitaan johtokunnan

jäsenet erovuoroisten tilalle. Syyskokouksessa valitaan joka toinen vuosi johtokunnan puheenjohtaja.

Johtokunta kutsuu seuran kokouksen koolle vähintään kahdeksan päivää ennen kokousta ilmoittamalla siitä seuran somessa sekä jäsenkirjeissä. Kokouskutsussa on huomioitava yhdistyksen 24 §:n määräykset. Seuran ylimääräinen kokous pidetään silloin, kun johtokunta katsoo sen tarpeelliseksi, seuran kokous niin päättää tai kun vähintään 1/10 seuran äänioikeutetuista jäsenistä jonkin määrätyn asian takia sitä johtokunnalta vaatii. Ylimääräisen kokouksen kutsussa on mainittava asia, jonka vuoksi kokous on kutsuttu koolle. Ylimääräisen kokous on pidettävä vähintään kahden kuukauden kuluessa siitä, kun jäsenet ovat tehneet siitä edellä 31 mainitulla tavalla esityksen. Kokouskutsussa noudatetaan seuran kokouksen koollekutsumissäntöjä.

4.4 Viestintä ja markkinointi

Seura pyrkii tiedottamaan toiminnastaan mahdollisimman avoimesti ja ennakoivasti hyödyntäen useita eri tiedotuskanavia. Seuran nettisivut, Facebook ja Instagram toimivat päätiedotuskanavina. Näiden päivittämistä on jaettu seuratoimijoiden kesken. Johtokunnan lisäksi seuralla on erillinen tiedottajana toimiva henkilö, joka vastaa seuran markkinoinnista some-kanavissa. Seura pyrkii julkaisemaan kisatulokset ja tapahtumat lehdessä ja sosiaalisessa mediassa. Seuran jäseniä tiedotetaan myös jäsenkirjeellä noin 4-6 kertaa vuoden aikana.

Seuran sääntöjen mukaisesti johtokunnassa tulee olla edustus jokaisesta valmennus- ja harrastekilpajoukkueesta, jolloin jokaisen joukkueen tilanne auttaa johtokuntaa tekemään päätöksiä. Johtokunnalla ja tukitiimeillä on yhteinen Whatsapp-ryhmä, missä tiedottaminen hoituu jouhevasti.

Johtokunta ja seuran valmentajat ja ohjaajat tekevät yhteistyötä, ja pääsääntöisenä tiedotuskanavana on myös Whatsapp-ryhmä, missä on mukana johtokunnasta nimetyt yhteyshenkilöt. Lasten- ja nuorten ohjaajia sekä valmentajia sekä tukitiimejä tavataan määräajoin, ja aina tarvittaessa.

4.5 Toiminnan arviointi

Toimintakauden aikana johtokunta arvioi seuran toiminnan laatua ja tekee tarvittavat korjausliikkeet välittömästi. Ohjaajat, valmentajat ja tukitiimit käyvät keskustelua harrastajien ja huoltajien kanssa kauden aikana. Seura järjestää palautekyselyitä kauden aikana.

4.6 Tähtiseuratoiminta

Iisalmen naisvoimistelijat ry on nimetty Olympiakomitean Tähtiseuraksi lasten ja nuorten sekä aikuisten seuratoiminnan osalta. Tähtiseura on Olympiakomitean, lajiliittojen ja liikunnan aluejärjestöjen seurojen laatuohjelma. Tähtimerkki on lupaus laadusta nykyisille ja uusille seuran jäsenille sekä heidän lähipiirille ja tukijoille. Seurassa hyödynnetään Olympiakomitean materiaaleja, mm. palautekyselyjä.

4.7 Sidosryhmätyöskentely

Seuran keskeiset sidosryhmät ovat Voimisteluliitto, Cheerleadingliitto, Iisalmen kaupunki sekä Pohjois-Savon Liikunta ry. Seura pyrkii tekemään yhteistyötä alueen muiden seurojen kanssa.

5. Harrastaminen ja ohjaaminen

5.1 Harrastekilpa- ja valmennusryhmät

Valtaosa seuran valmennus- ja harrastekilparyhmistä on tanssillisen voimistelun joukkueita. Lisäksi seurassa on toiminut cheerleading- valmennusryhmiä vuodesta 2020 alkaen. Harrastekilpa- ja valmennusryhmiin voi hakea iinahdusten kautta.

Tanssillisen voimistelun valmennus- ja harrastekilparyhmillä harjoittelun painopisteenä on lajitekniikka ja ilmaisu. Joukkueilla voi myös olla ikä- ja kehityskauteensa nähden oheisharjoittelua, mikä tukee tanssillista voimistelua. Joukkueet esiintyvät seuran näytöksissä ja tapahtumissa sekä kilpailevat Suomen voimisteluliiton järjestämissä kisoissa.

Cheerleading- valmennusryhmät osallistuvat cheerleadingliiton järjestämiin kilpailuihin.

5.1.1 Voimistelijan rooli

Voimistelijan vastuista on kerrottu valmennusryhmien säännöissä.

5.2 Harrasteliikunta

Seura tarjoaa monipuolista liikuntaa lapsille, nuorille ja aikuisille. Perusryhmien tarkoitus on olla matalankynnyksen ryhmiä, mihin kaikki halukkaat voivat osallistua. Tunteja järjestetään Iisalmen koulujen liikuntasaleissa ympäri kaupunkia.

5.2.1 Harrastajan rooli

Harrastajan vastuista on kerrottu perusryhmien säännöissä.

5.3 Ryhmien ja joukkueiden toiminta

Jokainen ryhmä ja joukkue laatii kauden alussa itselleen pelisäännöt, joissa he määrittelevät omaa toimintaansa ohjaavat ohjeet kausittain. Ryhmät ja joukkueet laativat myös kauden alussa kausisuunnitelman. Ryhmät ja joukkueet sitoutuvat toimimaan seuran ja liiton sääntöjä noudattaen.

5.4 Voimistelijan polku

http://www.iina.fi/uploads/1/3/3/2/133294507/iina_polku3_1_.pdf

6. Turvallisuus ja ongelmatilanteet seurassa

6.1 Turvallisuusohjeet

Toiminnan turvallisuutta varmistetaan ennakkoon hyvällä suunnittelulla. Seuran ohjaajat ja valmentajat ovat tehtäväänsä koulutettuja. Jokaiselta ohjaajalta ja valmentajalta edellytetään ensiaputaitojen hallintaa ja heille järjestetään ensiapukertausta vuosittain. Koulutuksessa käydään läpi tyypillisimmät tapaturmat, joihin ohjaaja voi törmätä toiminnassamme, lisäksi käydään läpi mm. diabetes- ja epilepsia-asioita.

Ohjaajat ja valmentajat suunnittelevat harjoitukset huomioiden ryhmän koko ja osallistujien ikä, toimintakyky sekä taitotaso. Lasten ja nuorten harrastekilpa- ja valmennusryhmissä on kaksi valmentajaa, aikuisten valmennusryhmässä yksi valmentaja. Perusryhmissä on vähintään 1 ohjaaja/ 10 lasta. Ohjaajamäärää/ryhmä lisätään, jos ryhmässä on esimerkiksi erityistä tukea tarvitsevia harrastajia. Jokaiselta lasten kanssa toimivalta yli 15-vuotiaalta ohjaajalta ja valmentajalta pyydetään nähtäväksi rikostaustaote.

Harjoitussaleilla on ensiaputarvikkeet kaikkien ohjaajien ja valmentajien käytettävissä. Niillä saleilla, joissa ei ole mahdollisuutta säilyttää tarvikkeita, valmentajat kuljettavat tarvikkeita mukanaan. Kun jokin ensiaputarvikkeista loppuu, ohjaaja/valmentaja ilmoittaa siitä välittömästi ensiapuvastaavalle.

Ohjaajilla ja valmentajilla tulee olla ryhmänsä lasten/nuorten vanhempien yhteystiedot saatavilla harjoituksen aikana. Lasten vanhempien tulee tiedottaa ohjaajia ja valmentajia lapsensa mahdollisista harjoitteluun ja toimintaan vaikuttavista perussairauksista kauden alussa. Terveystiedot jäävät ainoastaan ohjaajan, valmentajan ja mahdollisen joukkueenjohtajan tietoon siksi ajaksi, kun lapsi harrastaa seuran ryhmässä.

Mahdollisissa ongelmatilanteissa valmentajia on ohjeistettu olemaan yhteydessä joukkueenjohtajaan tai johtokunnan vastuuhenkilöihin, ja perusryhmien osalta johtokunnan vastuuhenkilöön. Mikäli harjoituksissa henkeä uhkaava tilanne, ohjaajat/valmentajat soittavat 112.

Seurassa on nolliatoleranssi kiusaamisen ja epäasiallisen käyttäytymisen suhteen. Se koskee myös seuratoiminnan ulkopuolista aikaa. Kiusaaminen voi johtaa seurasta erottamiseen.