

Johdanto

Tämä dokumentti kirjaa Espoon Sulkapallo Badminton ry:n toiminnalliset linjaukset. Dokumentti perustuu Nuori Suomen julkaisemaan dokumenttiin ”Urheiluseuran toimintalinja”.

Visio

ESB tarjoaa mahdollisuuden harrastaa sulkapalloa vauvasta senioreihin, erinomaista valmennusta jokaiselle omalla tasollaan sekä polun kehittyä maailman huipputason pelaajaksi.

Eettiset linjaukset

ESB johdattaa kaikenikäisiä, kokoisia, värisiä ja lajiosaamiseltaan eritasoisia ihmisiä viihtymään ja kehittymään sulkapallon parissa.

Kaikki saavat tasapuoliset mahdollisuudet osallistua kilpailutoimintaan ilman, että ketään painostetaan tähän vasten tahtoaan. Rohkaisemme ihmisiä osallistumaan myös kansainväliseen kilpailutoimintaan.

Toiminnan tavoitteet

Autamme lapsia kehittymään yksilöinä ja urheilijoina turvallisessa, viihtyisässä, luovassa ja rakentavassa yhteisössä.

Pyrimme innostamaan lapsia pelaamaan sulkapalloa ja urheilemaan enemmän ja monipuolisesti.

Tarjoamme kaikille lapsille ja nuorille heidän taito- ja tavoitetasonsa mukaista ohjausta ja valmennusta.

Annamme jäsenillemme mahdollisuuden kehittyä maailmanluokan huippu-urheilijaksi. Kannustamme henkisesti ja taloudellisesti pelaajia osallistumaan mahdollisimman laajasti kansalliseen- ja kansainväliseen kilpailutoimintaan.

Pidämme toimintamme taloudellisesti kannattavana, että pystymme saavuttamaan toimintamme tavoitteet.

Toimintaperiaatteita

Valmennus ja harrastusryhmät

Toimintamme nivoutuu harjoitusryhmien ympärille. Nämä jakaantuvat minisulkis-, junnu-, koululais-, kilpapelaja- ja harrasteryhmiin.

Minisulkis on SSUL:n ohjeiden ja materiaalin mukaisesti vedetty leikkiryhmä kaikkein pienimmille. Niitä vetävät Minisulkis-toimintaan koulutetut ohjaajat.

Junnuryhmät on tarkoitettu lapsille ja aloitteleville nuorille. Kunkin ryhmän sisältö sovitetaan vastaamaan osallistujien tasoa. Junnuryhmistä voi halutessaan siirtyä kilpapelajaajaksi harjoittelemaan aktiivisemmin tai koululaisryhmiin pitämään hauskaa ja oppimaan uutta sulkapallon ja kavereiden kanssa.

Harrasteryhmät on tarkoitettu varttuneille nuorille sekä aikuisille. Ryhmien ohjelma sovitetaan osallistujien taitoihin.

Kilparyhmät on tarkoitettu henkilöille, jotka haluavat kilpailla kansallisella ja kansainvälisellä tasolla.

Sopimus pelaajien ryhmät on tarkoitettu henkilöille, jotka määrätietoisesti pyrkivät huipulle.

Harjoitusryhmien yleiset periaatteet

Seuran valmennuspäällikkö suunnittelee vuosittain harjoitusryhmät toimintatavoitteiden, käytettävissä olevien resurssien sekä kysynnän mukaan. Jokaiseen ryhmälle osoitetaan riittävä määrä kenttätilaa sekä ohjaajia.

Ryhmät jaotellaan ikä- ja tasoluokittain. Ryhmän koko vaihtelee välillä 2 - 12 lasta ja nuorta. Ryhmää kohden on yhdestä kolmeen ohjaajaa.

Lapset ja nuoret harjoittelevat eri määriä tavoitteidensa mukaisesti. Osa lapsista harrastaa sulkapalloa leikkimielellä kerran viikossa koululaisryhmissä. Osa hieman tavoitteellisemmin harjoitellen kaksi tai kolme kertaa viikossa.

Kilpatoimintaan tähtääville tarjoamme kuukausisopimuksia, joiden perusteella järjestämme valmennusta halukkaille jopa jokaiselle päivälle viikossa. Valmentajamme ohjaavat nuoria harjoittelemaan ikäryhmälleen sopivan määrän.

Koulutetut valmentajat suunnitelevat ryhmien ohjelmat vastaamaan ryhmän tyyppiä ja tasoa.

Ryhmien jäseniä rohkaistaan osallistumaan kilpailutoimintaan ja järjestämme joka kuukausi seuran sisäiset ranking-kisat, joissa jokainen pääsee kilpailemaan omantasoisten vastustajien kanssa.

Viestintä

Yksi hallituksen jäsenistä toimii viestintävastaavana. Päävalmentajamme tuottavat suuren osan materiaalista ja tekevät viestintää koko ajan. Lisäksi käytämme mahdollisuuksien mukaan osittain palkattua viestintäharjoittelijaa.

Jaottemme viestinnän hallituksen sisäiseen, seuran sisäiseen, seuran ja harrastajien sekä heidän vanhempien väliseen sekä julkiseen.

Hallituksen sisäinen viestintä hoidetaan henkilökohtaisin tapaamisoin, kokouksissa sekä sähköpostin välityksellä. Käytössä on postituslista, joka kattaa kaikki hallituksen jäsenet. Kaikki hallituksen jäsenet käynnistävät viestiketjuja tarpeen mukaan. Tavoitteemme on pitää kaikki

hallituksen jäsenet tietoisena aktiivisista asioista. Käytämme myös tarvittaessa apuna yhteisiä levyalueita kuten Dropbox:ia.

Seuran viestinnässä käytämme verkkosivustoamme www.espoonsulkapallo.net, MyClub-järjestelmällä ylläpidettyjä sähköpostilistoja, suullista kommunikaatiota harjoitusryhmissä, ja paljon myös Whatsapp-pikaviestinohlemaa. Facebook ja Instagram tänä päivänä tärkeimpinä sosiaalisen median välineinä toimivat sisäisen viestinnän lisäksi myös markkinointikanavina. Hallin seinillä olevat julisteet ja jäsenille jaettavat esitteet toimivat kuitenkin vielä vahvoina välineinä.

Ulkomaan- tai muihin suurempiin kisoihin laaditaan kilpailuesite, jossa luetellaan pelisäännöt, yksityiskohtaiset tiedot kilpailuista sekä muuta matkaan liittyvää tietoa.

Organisaatio ja toimenkuvat

Seuran toimintaa johtaa johtokunta, jossa on 6 jäsentä ja puheenjohtaja. Johtokunnan jäsenillä on erilaisia rooleja ja painotuksia, kuten viestintä, talous, sopimukset ja henkilöstöhallinta.

Johtokunnan tukena toimivat erilliset toiminnanjohtaja sekä talousvastaava, jotka molemmat hoitavat suuren osan seuran valmennus- ja kilpailutoiminnan ulkopuolisista operatiivisista asioista, kuten palkanmaksuista, jäsenten laskuttamisesta ja välineostoista.

Valmennuksen pääsisällöstä vastaavat palkatut ammattivalmentajamme. Heidän lisäksi käytämme osa-aikavalmentajia. Molempia auttamassa on apuvalmentajia, jotka useimmiten ovat sopimuspelaajiamme.

Valmentajien esimiehenä toimii johtokunnan puheenjohtaja.

Kilpailuja ja muita tapahtumia varten kokoamme erikseen ryhmän johtokunnan jäsenistä ja muista vapaaehtoisista. Ryhmän jäsenille määritellään toimenkuvat. Tässä käytämme apuna aiemmista kisoista koottua muistilistaa.

Tavoitteenamme on tarjota mahdollisuuksia nuorille myös seuran hallinnollisissa tehtävissä. Valmentajan ja apuvalmentajan rooleissa toimineet saavat työkokemuksen, jolla on kasvattanut ryhmänjohtajuustaitojaan, mutta esimerkiksi tehtävät seuran viestinnän ja siihen liittyvän mediatuotannon parissa ovat työllistäneet nuoria aiemmin ja toivottavasti myös jatkossa.

Valmentajien ja ohjaajien koulutussuunnitelma

Seuramme valmennustoiminnalla on kolme tukijalkaa: huipputason ammattivalmentajat, OTO-valmentajat sekä apuohjaajat. Kaikille tarjotaan koulutusta halujen ja tarpeiden mukaan.

Päävalmentajan vastuulla on tiedottaa muille tarjolla olevasta koulutuksesta.

Ammattivalmentajat

Valmentajien tehtävänä on pysyä perillä lajivalmennuksen huipulla tapahtuvista suuntauksista. Seura tarjoaa heille mahdollisuuksia hakeutua sopiviin koulutuksiin seuratoiminnan asettamien

rajoitusten puitteissa. Verkostoituminen niin suomalaisten kuin ulkomaalaisten valmentajien kanssa on tärkeää tietouden ja osaamisen kasvattamiseksi.

OTO-valmentajat

Osa valmentajistamme toimii valmentajana oman päätoimensa tai opiskelun ohella. He ovat tyypillisesti seuran kilpapelaaajia tai kokeneita harrastepelaajia. He kehittävät osaamistaan omien resurssiensa puitteissa.

Heitä rohkaistaan osallistumaan SSUL:n järjestelmään sekä muuhun valmennuskoulutukseen. Seura maksaa SSUL:n koulutuksen. Muissa koulutuksissa seura sopii valmentajan kanssa kuluista.

Apuohjaajat

Pyrimme aktiivisesti rohkaisemaan sulkapalloa harrastavien lapsien vanhempia ja pelaajia ryhtymään ryhmien apuohjaajiksi. Apuohjaajille tarjotaan sisäistä opastusta sekä SSUL:n järjestelmiä kursseja.

Toimintamuodot

Minisulkis

Tavoite:	Antaa lapsille mahdollisuus aloittaa liikuntaharrastus sulkapallon ja leikin merkeissä.
Kenelle:	Lapsille.
Kuinka usein:	Viikottainen ryhmä.
Sisältö:	SSUL:n minisulkismateriaalin mukainen.

Koululaisryhmät

Tavoite:	Tarjota koululaisille mahdollisuus harrastaa liikuntaa sulkapallon parissa ja edistää heidän teknistä osaamistaan.
Kenelle:	Koululaisille (6 – 18 v). Pyritään kokoamaan ryhmät siten, että jäsenien taitotaso olisi sama.
Kuinka usein:	Useita ryhmiä viikossa. Tyypillisesti yksittäiset harrastajat osallistuvat yhteen tai kahteen ryhmään.
Sisältö:	Teknisiä ja taktisia harjoitteita, palaamista ja yhdessäoloa. Nuoremmille lapsille leikinomaisemmin.

Junnuryhmät

Tavoite:	Tarjota mahdollisuus sarrastaa sulkapalloa tavoitteellisesti. Auttaa pelaajia kehittymään pelaajan polulla.
Kenelle:	7 – 18 v
Kuinka usein:	3 – N kertaa viikossa.
Sisältö:	Systemaattista harjoittelua ja pelaamista tavoitteena pelitaitojen kehittyminen. Valmentamista kilpailutoimintaan.

Aikuisharrastajaryhmät

Tavoite:	Tarjota mahdollisuus aikuisille harrastajille liikuntaan sulkapallon parissa ja mahdollisuus kehittää teknisiä ja taktisia taitoja.
Kenelle:	Aikuisille miehille ja naisille.
Kuinka usein:	Useita ryhmiä viikossa. Pelaajat tyypillisesti osallistuvat 1- 3 ryhmään viikossa.
Sisältö:	Systemaattista harjoittelua ja pelaamista tavoitteena pelitaitojen kehittyminen.

Kilpapelajaat

Tavoite:	Auttaa pelaajia kehittymään kansalliselle ja kansainväliselle huipputasolle.
Kenelle:	Nuorille ja aikuisille sulkapalloon tavoitteellisesti panostaville pelaajille.
Kuinka usein:	Useita ryhmiä. Jokaiselle mahdollisuus harjoitella useita kertoja viikossa sekä aamuisin, että iltaisin. Myös kilpapelajille suunnattuja leirejä.
Sisältö:	Systemaattista harjoittelua ja pelaamista tavoitteena pelitaitojen kehittyminen.

Leirit

Tavoite:	Antaa harrastajille ja kilpapelajilla mahdollisuus kehittää taitojaan tiiviissä harjoitusrupeamassa (tyypillisesti 1 viikko)
Kenelle:	Riippuu leiristä. Joko kilpapelajille tai kaikille.
Kuinka usein:	Muutaman kerran vuodessa. Esimerkiksi kauden päätyttyä järjestetään kesäleirit.
Sisältö:	Vaihtelee leirin tavoitteen mukaan. Harjoittelua, pelaamista, leikkejä ja yhdessäoleamista.

Seuran sisäinen ranking kisa

Tavoite:	Antaa mahdollisuus testata taitojaan ja harjoitella kilpailutoimintaa.
Kenelle:	Kaikille seuran jäsenille.
Kuinka usein:	Kerran kuussa, kuukauden ensimmäinen sunnuntai.
Sisältö:	3-5 hengen ranking sijoituksen mukaan jaetuissa pooleissa pelattava kilpailu, joka määrittää pelaajan sijoituksen.

Ulkopuolisille tarkoitettu kilpailutoiminta

Tavoite:	Annetaan mahdollisuus eri seuroista tulevien pelaajien väliseen kilpailuun ja osaltaan ylläpitää kansallista ja kansainvälistä sulkapallokilpailutoimintaa Suomessa.
Kenelle:	Kaikille rekisteröityneille kilpapelajille (riippuen kilpailun määrittelistä).
Kuinka usein:	Muutaman kerran vuodessa.
Sisältö:	Riippuu kilpailusta.

Seuran sisäiset muut tapahtumat

Tavoite:	Kasvattaa seuran yhteishenkeä.
Kenelle:	Kaikille seuran jäsenille.
Kuinka usein:	Pyritään pitämään vähintään kerran vuodessa.
Sisältö:	Riippuu tapahtumasta. Tyypillisesti epämuodollista verkottumista ja sulkapalloon liittyviä aktiviteettejä.

Muut ulkoiset tapahtumat

Tavoite:	Pitää yllä sulkapallon ja seuran näkyvyyttä yhteiskunnassa.
Kenelle:	Kaikille ihmisille.
Kuinka usein:	Muutaman kerran vuodessa. Esim. Espoo -päivä.
Sisältö:	Riippuu tapahtumasta. Tyypillisesti annetaan ihmisille mahdollisuus kokeilla lajia, kerrotaan seuratoiminnasta ja aktivoidaan ihmisiä liikkumaan.