

SEPSI-78
PELISÄÄNNÖT
JA
JOUKKUEEN ROOLIT



SISÄLLYSLUETTELO

1	Seuran yhteiset pelisäännöt	2
2	Joukkueen roolit ja tehtävät	3
2.1	Valmentajien tehtävät	3
2.2	Joukkueen kapteenien tehtävät	3
2.3	Pelaajien tehtävät	3
2.4	Joukkueenjohtajan tehtävät	3
2.5	Huoltajan tehtävät	4
2.6	Vanhempien pelisäännöt	4

1 Seuran yhteiset pelisäännöt

Seuramme pelisääntöjä sitoutuvat noudattamaan kaikki joukkueiden pelaajat, pelaajien vanhemmat ja taustahenkilöt.

- Lapsuus ja nuoruusiässä kaverit ovat kaikki kaikessa. Joukkueissa on paljon myös vapaa-aikana toistensa seurassa viihtyviä kavereita. Tällöin on myös todennäköistä, että jalkapallon lopettaminen on vähäisempää ja pelaajat ovat sitoutuneempia harjoitteluun.
- Pelaajan itsekritiikki lisääntyy eri ikävaiheiden myötä ja paineet kasvavat kentän ulkopuolella. Joukkueen harjoitusmäärää lisätään eri ikävaiheissa mutta vain jos joukkue on siihen valmis. Omatoimista harjoittelua korostetaan, pääpaino tulee olla henkilökohtaisten taitojen lisäämisellä.
- Hyvän joukkuehengen kannalta on ensiarvoisen tärkeää huolehtia kaikkien pelaajien yhteenkuuluvuuden tunteesta. Tämä on osa jalkapallon toimintaa.
- Näkyvä ja oleellinen perusta harjoittelulle ja pelaamiselle ovat varusteet, joita pelaajat, valmentajat ja muut toimihenkilöt käyttävät harjoituksissa, peleissä ja pelimatkoilla.
- Pelaajille, jotka harrastavat myös toisia urheilulajeja, annetaan mahdollisuus jatkaa jalkapallon pelaamista sillä tasolla, johon pelaajan taitotaso ja motivaatio kohdistuvat. Toisten lajien harrastaminen on rikkaus, joka tulee nähdä pelaajan kehityksen kannalta hyvänä asiana.
- Motivaatiolla tarkoitetaan yksilön sisäistä vireystilaa. Se on hyvin yksilökohtainen ja vaihtelee pelaajasta riippuen hyvinkin paljon. Yksi motivaation osa-alueista on asenne, joka on erittäin tärkeä pelaajan kehityksen kannalta.
- Iloinen ja kannustava ilmapiiri edesauttaa monissa motivointiin liittyvissä asioissa. Jos tekeminen on hauskaa, siitä saa eniten irti. Muista antaa positiivista palautetta.
- Pelaajien täytyy oppia myös häviämään. Kun tappioista osaa ottaa opiksi, tuntuu voittaminenkin paljon paremmalta. Kun pelaaja näkee positiivista niin voitoissa kuin tappioissakin, hänen motivaationsa on silloin terveellä pohjalla.

2 Joukkueen roolit ja tehtävät

2.1 Valmentajien tehtävät

- Toimintasuunnitelman laatiminen
- Valmennuksen suunnittelu
- Harjoitusten suunnittelu ja vetäminen
- Ennakkovalmistelut
- Positiivisen harjoitteluympäristön luominen
- Pelaajien motivointi ja kannustaminen
- Palautteen antaminen, palkitseminen
- Pelaajien peluuttaminen pelitilanteissa
- Harjoituspäiväkirjan pitäminen (joukkueenjohtaja apuna)

2.2 Joukkueen kapteenien tehtävät

- Toimii yhteyshenkilönä pelaajien ja valmentajien välillä
- Hoitaa alkulämmittelyt ja venytykset joukkueen harjoituksissa ja peleissä
- Kannustaa pelikavereitaan Fair Play -hengessä
- On esimerkkinä pelikavereilleen, uskaltaa ottaa vastuuta ja myös jakaa sitä
- Toimii ottelutilanteissa joukkueen edustajana keskusteluissa erotuomareiden kanssa
- Edustaa joukkuetta mahdollisissa edustustehtävissä

2.3 Pelaajien tehtävät

- Jos pelaaja on harjoituksista ja peleistä poissa, on hänen itse ilmoitettava valmentajille tai joukkueenjohtajalle
- Osallistua harjoituksiin ja peleihin reippaalla mielellä ja tulla ajoissa
- Harjoituksissa ja peleissä valmentajien sana on laki
- Kannustaa pelikavereitaan niin kentällä kuin kentän reunallakin
- Otteluissa erotuomarin kommentointi on vain valmentajilla
- Käyttää harjoituksissa ja pelimatkoilla seuran hankkimia asuja ja varusteita
- Nauttia jalkapallosta ja kasvaa joukkueen mukana

2.4 Joukkueenjohtajan tehtävät

Jokainen joukkueenjohtaja on oma persoonansa ja kaikilla on oma tapansa hoitaa asioita. Pääasia on, että asiat hoituvat ajallaan. Yksi joukkueenjohtajan tärkeimmistä tehtävistä on huolehtia siitä, että joukkueen sisällä kaikki sitoutuvat noudattamaan valmennuksen kokonaissuunnitelmaa. Joukkueenjohtaja vastaa yhdessä vastuvalmentajien kanssa suunnitelmien toteutuksesta joukkueessa ja kiinnittää huomiota yhteiseen tavoitteeseen sekä kasvattaa nuoria pelaamaan Fair Play -hengen mukaisesti. Joukkueenjohtaja toimii yhdyshenkilönä seuran ja joukkueen välillä ja osallistuu seuran joukkueenjohtajien kokouksiin aktiivisesti sekä pyrkii kehittämään toimintaa parhaan kykynsä mukaan. Joukkueenjohtaja on myös luomassa joukkueen ilmettä, joten positiivinen mieli aina mukana.

- Joukkueen toiminnan vetäminen yhdessä valmentajien kanssa
- Toimii joukkueen vanhempien toiminnan vetäjänä
- Hoitaa leirivaraukset, matkajärjestelyt peleihin ja turnauksiin
- Vastaa joukkueen tiedostustoiminnasta
- Osallistuu seuran joukkueenjohtajien kokouksiin
- Hoitaa tapaturma- ja vahinkoilmoitukset
- Huolehtii joukkueiden velvoitteiden hoitamisesta
- Huolehtii kenttien ja salivuorojen varaamisesta joukkueen harjoituksia ja pelejä varten
- Edustaa joukkuetta yhdessä valmentajien kanssa
- Huolehtii joukkueen taloudesta ja seurannasta

- Kartoittaa ja suorittaa joukkueen varustehankinnat
- Huolehtii siitä, että jokaisella pelaajalla on voimassa oleva pelilisenssi ja vakuutus
- Toimii omissa turnauksissa turnauksen johtajana
- Pitää yllä pelaajaluetteloa yhteystietoineen
- Valitsee tarvittaessa itselleen sijaisen

2.5 Huoltajan tehtävät

- Huolehtia varusteista mm. Juomapullot, lääkelaukku, peliasut
- Opastaa pelaajia huolehtimaan omista tavaroistaan ja varusteistaan
- Otteluissa huolehtii juomahuollosta (riittävä nesteytys)

2.6 Vanhempien pelisäännöt

On tärkeää, että vanhemmat jaksavat kannustaa lapsia ja nuoria tässä hyvässä harrastuksessa. Vanhempien positiivinen rooli, ajatukset ja kannustus ovat tärkeitä. Vanhemmat pyrkivät omalla toiminnallaan edesauttamaan joukkueen tavoitteiden täyttymistä ja takaamaan joukkueen toimihenkilöille työrauhan niin harjoituksissa kuin peleissäkin. Vanhempien rooli voidaan kiteyttää kolmen K:n periaatteeksi: KANNUSTA, KULJETA ja KUSTANNA.

- Vanhempien tulisi seurata pelejä vaihtoaition vastakkaiselta puolelta kenttää
- Kentän laidalla saa ja on suotavaakin kannustaa pelaajia. Epäonnistumisia ei kuitenkaan tulisi kommentoida.
- Valmentaja on sopinut pelaajien kanssa miten pelataan, joten vanhempien ei tulisi huudella pelillisiä ohjeita, ne kuuluvat valmentajille kuten peluuttaminenkin
- Auttaa omalta osaltaan mahdollisuuksien mukaan joukkueen toimintaa niin, että toiminta olisi hyvää ja positiivista
- Kunnioittaa valmentajia, jotka uhraavat omaa aikaansa nuorten hyväksi
- Osallistuvat aikataulujensa puitteissa joukkueen yhteisiin tapahtumiin joukkueenjohtajan johdolla
- Osallistuvat seuran talkoisiin ja joukkueen omiin projekteihin (mm. Varainhankinta)