

2020

# Musan Salama - Joukkuemanuaali



## Sisällys

<b>TOIMIHENKILÖT</b> .....	2
<b>VALMENNUS</b> .....	2
Vastuuvallmentaja .....	2
Kakkosvalmentaja .....	2
Valmentaja.....	2
<b>JOUKKUEEN JOHTO</b> .....	2
Joukkueenjohtaja .....	3
Rahastonhoitaja .....	3
Talkoovastaava .....	3
Kioskivastaava.....	4
Tapahtumavastaava .....	4
Varustevastaava.....	4
Leikkimaailmavastaava.....	4
<b>OTTELUTAPAHTUMAT</b> .....	4
Turnaukset.....	5
Joukkuejaot .....	5
<b>HARJOITTELU</b> .....	7
<b>VARUSTEET</b> .....	8
<b>HYGIENIA</b> .....	9
<b>VANHEMPAINILLAT</b> .....	9



# TOIMIHENKILÖT

## VALMENNUS

Seura määrittää valmentajien tehtävät valmentajasopimuksissa tapauskohtaisesti. Alla olevat tehtäväkuvaukset ovat suuntaa-antavia.

### Vastuvalmentaja

- noudattaa seuran valmennuslinjaa
- laatii toiminnallisen kausi- ja harjoitussuunnitelman
- Suunnittelee joukkueen harjoitukset
- ohjaa pelaajia harjoituksissa ja otteluissa
- huolehtii pelaajien peluuttamisesta otteluissa
- osallistuu vanhempainiltoihin
- osallistuu seuran valmentajakoulutustapahtumiin
- osallistuu pelaajien kesken käytävään pelisääntökeskusteluun
- käyttää harjoituksissa ja otteluissa seuran virallisia asuja

### Kakkosvalmentaja

- toimii vastuvalmentajan tukena suunnittelussa ja tämä sijaisena poissaolotapauksissa.

### Valmentaja

- noudattaa seuran valmennuslinjaa
- toimii vastuvalmentajan tukena ja apuohjaajana harjoituksissa ja otteluissa
- osallistuu vanhempainiltoihin
- osallistuu seuran valmentajakoulutustapahtumiin( D-taso pakollinen kaikille valmentajille)
- osallistuu pelaajien kesken käytävään pelisääntökeskusteluun
- toimii vastuvalmentajan sijaisena tämän ollessa estynyt
- käyttää harjoituksissa ja otteluissa seuran virallisia asuja

## JOUKKUEEN JOHTO

Alla olevat joukkueen johdon roolit ovat malleja, joita voi soveltaa. Eri toimijoilla voi olla useita eri rooleja.

### Joukkueenjohtaja

Joukkueen toimintojen koordinointi ja toteutuksen valvonta.  
Laati suunnitelman vuosibudjetista ennen kauden alkua yhdessä rahastonhoitajan kanssa.  
Laatii vuosikellon yhdessä joukkueen muiden toimihenkilöiden kanssa.  
Seuraa vuosikellon toteutumista.  
Hoitaa harjoituksiin ja pelitapahtumiin liittyvät kenttävuorot.  
Pitää joukkueen kalenteria ajan-tasalla.  
Toimii linkkinä pelaajien vanhempiin.  
Tiedottaa joukkueen yleisistä asioista ja pitää pelaajien vanhemmat ajan-tasalla joukkueen tapahtumista.  
Ylläpitää joukkueen julkisia internetsivuja.  
Toimii linkkinä joukkueen ja seuran välillä.  
Ottaa vastaan uusien pelaajien ilmoittautumiset joukkueeseen ja hoitaa heille palloliiton lisenssin ja vakuutuksen sekä tiedottaa muita toimihenkilöitä asiasta.  
Lisää uudet pelaajat toiminnanohjausjärjestelmään ja lähettää heille tunnukset joukkueen pukukoppiin.  
Ohjeistaa uusia pelaajia joukkueeseen liittyvissä asioissa.  
Hoitaa joukkueen ilmoittautumiset sarjoihin ja turnauksiin.  
Toimittaa toimintakertomuksen päättyneestä kaudesta seuran toiminnanjohtajalle.  
Tekee sponsorisopimukset sponsoreiden kanssa ja arkistoi tehdyt sopimukset.

### Rahastonhoitaja

Laati suunnitelman vuosibudjetista ennen kauden alkua yhdessä joukkueenjohtajan kanssa.  
Pitää tarkkaa kirjanpitoa kauden aikana joukkueen taloudesta.  
Hoitaa laskutuksen.  
Joukkueen kaikki varainkäyttö tapahtuu hänen kauttaan.  
Toimii linkkinä joukkueen ja tilitoimiston välillä.  
Kaikki maksuun menevät laskut kulkevat hänen kauttaan.  
Säilyttää joukkueen mahdollista käteiskassaa.  
Tilittää joukkueen käteisvarat.  
On yhteydessä toimistolle joukkueen sponsorilaskutuksesta.

### Talkoovastaava

Vastaa joukkueen talkoilla tehdystä varainhankinnasta.

Järjestää yhdessä kioskvastaavan ja tapahtumavastaavan kanssa kioskin ottelutapahtumiin ja turnauksiin.

### Kioskvastaava

Toimii vastuuhenkilönä yhdessä talkoovastaavan ja tapahtumavastaavan kanssa ottelutapahtumiin ja turnauksiin järjestettävissä kioskeissa.

Toimii vastuuhenkilönä edustuksen peleissä joukkueen kioski + pallopoika talkoovuoroilla.

Vastaa joukkueen kioskitavaroiden säilytyksestä ja inventoinnista.

### Tapahtumavastaava

Järjestää majoituksen, kuljetukset, ruokailut ja muut oleelliset asiat joukkueen suorittamalla pelimatkoilla.

Toimii vastuuhenkilönä joukkueen leireillä.

Järjestää joukkueen kauden päättäjäiset.

Hoitaa järjestelyt joukkueen vanhempainilloissa.

Järjestää yhdessä kioskvastaavan ja talkoovastaavan kanssa kioskin ottelutapahtumiin ja turnauksiin.

### Varustevastaava

Hankkii uusille pelaajille peliasun ja harkkapaidan.

Toimii yhteyshenkilönä joukkueen ja varustetoimittajan välillä.

Tekee yhteistilauksia joukkueelle ja pelaajille hankittavista varusteista ja tarvikkeista.

### Leikkimaailmavastaava

Toimii leikkimaailman yhteyshenkilönä palloliittoon.

Ilmoittaa joukkueet leikkimaailman sarjoihin.

Kirjaa pelaaja luettelot tasoon ennen otteluita.

Kirjaa vastuuturnauksissa otteluiden lopputulokset tasoon ja hyväksyy ottelupöytäkirjat tasossa.

Järjestää pelinohjaajat/ tuomarit vastuuturnauksiin.

Lisää leikkimaailman ottelutapahtumat ajoissa joukkueen kalenteriin.

Informoi mahdolliset ottelusiirrot vastustajille ja pelinohjaajille.

## OTTELUTAPAHTUMAT

Ottelutapahtumat voidaan jakaa F ja E -ikäkaudella harjoitusotteluihin ja turnauksiin.

Valmennuksen tulee kuitenkin muistaa, että **KAIKKI ottelut ovat vielä harjoittelua**, jossa

valmennuksen tehtävänä on kehittää peliä ja pelaajia. Valmennuksen tulee opetella katsomaan tuloksen taakse. Jokaisesta ottelusta on löydettävä myös positiivista. Valmennuksellisesti hyvä ohjenuora on se, että jokaiseen peliin/turnaukseen asetetaan teema, jonka toteutumista valmennus seuraa.

Voittaminen ei saa olla itseisarvo. Laadukkaalla valmennuksella ja toiminnalla voittoja saavutetaan väijäämättä. Voittamisen merkitystä ei kuitenkaan tule aliarvioida. Voittaminen hinnalla millä hyvänsä ei kuitenkaan ole tavoiteltavaa.

Joukkueen valmennustiimi rakentaa ikäkaudelle sopivan turnaus-/ottelukalenterin. Tässä valmennuksen tulee huomioida pelaajien se, ettei pelaajien ottelukuorma kasva kohtuuttomaksi. Turnauksia on tarjolla runsaasti läpi vuoden, joten valinnat tulee tehdä tarkkaan ja harkiten.

Ikäkauden turnauksalenterin tulee tarjota jokaiselle pelaajalle oman tason pelejä.

Valmentajat pyrkivät valmentamaan ottelutapahtumissa eri joukkueita ja eri tasoilla mahdollisuuksien mukaan. Toki niin, että samat valmentajat ovat joukkueen kanssa aina yhden tapahtuman (turnauksen). Tämä käytäntö E10 -joukkueessa ja siitä alaspäin.

## Turnaukset

Turnausten rakenne Länsi-Suomen alueella on pääsääntöisesti sellainen, että niissä pelataan kahdella sarjatasolla (kilpa ja haaste). Etelä-Suomen alueelta löytyy turnauksia, joissa tasoja voi olla jopa neljä (kutsu/kilpa/haaste/harraste). Lisäksi ajoittain saatetaan järjestää kutsuturnauksia, joissa on pääsääntöisesti vain kilpasarja, johon ei ole avointa ilmoittautumista. Joukkueen on hyväksyttävää osallistua kutsuturnauksiin, vaikka haastetasolle ei vastaavia tapahtumia olisikaan tarjolla. Noin kolme kutsuturnausta/kausi on sopiva määrä.

Joukkueiden rakentamisessa turnauksiin käytetään seuraavia periaatteita:

1. valmentaja nimeää ennalta pelaajat, jotka turnaukseen voivat ilmoittautua.
2. Turnaukseen voivat osallistua kaikki halukkaat

Mikäli turnauksessa on useampia sarjatasoja, otetaan ilmoittautumiset ensin ja vasta tämän jälkeen valmentaja rakentaa joukkueet ja ilmoittaa ne Jopoxissa. Näin valmentajalla on mahdollisuus muokata joukkueita vielä ennen turnauksen alkua.

Turnauksista lähetetään aina erillislasku turnaukseen osallistuvalla pelaajalle eli turnausten kuluja ei makseta joukkueen yhteisestä kassasta. Näin vanhempien on mahdollista vaikuttaa lapsensa harrastuksen kuluihin.

Turnauksiin voidaan järjestää erillisiä varainkeruukampanjoita tai hakea erillisiä sponsoreita.

## Joukkuejaot

Valmennus tekee ikäkauden joukkuejaot.

Joukkuejaoissa ohjaavana tekijänä on pelaajan taso. Tärkeää on kuitenkin huomioida se, että jokaiselle pelaajalle on tarjottava mahdollisuus haastaa itseään ja vastaavasti mahdollisuus myös helpompiin peleihin.

Ohjenuorana tässä 25-50-25

- 25% helppoja pelejä
- 50% tasaisia pelejä
- 25% vaikeita pelejä

Joukkuejaot eivät ole lukittuja. Joukkueiden tulee elää kauden aikana joustavasti, jotta mahdollistetaan kaikille tarpeelliset haasteet. Pelaajia tulee liikutella eri sarjatasojen välillä rohkeasti. Pelipaikkaa ja roolia vaihtamalla saadaan myös taattua tarpeelliset haasteet. Pelipaikat eivät ole lukittuja.

**Se, paljonko pelaajia nimetään pelitapahtumaan / joukkue, riippuu paljolti ikäluokasta ja tapahtuman tasosta.**

**Esimerkiksi Junnuliigaan tulee pyrkiä antamaan mahdollisuus jokaiselle joukkueen pelaajalle osallistua. Tämä saattaa tarkoittaa esimerkiksi sitä, että pelaajia on joukkueessa ”kaksi kentällistä”. Vaikka tämä vaikuttaisikin pelaamisen tasoon, tulee kaikille antaa mahdollisuus osallistua.**

**5 vs 5 pelimuodossa optimaalisin pelaajamäärä/joukkue on 7 pelaajaa.**

**8 vs 8 pelimuodossa optimaalisin pelaajamäärä on 10 – 11 pelaajaa, peliajasta riippuen.**

**Valmennuksen tulee rohkeasti ottaa pelaajia mukaan pelitapahtumiin, vaikka optimaalisen tason yli mentäisiinkin.**

Valmennuksen tulee huolehtia siitä, että nimeämiset pelitapahtumiin ovat tasapuolisia.

**Vastuuvallmentaja nimeää pelaajat pelitapahtumiin. Nimeäminen tulee tehdä tasapuolisesti niin, että jokaisella pelaajalla on mahdollisuus osallistua yhtä moneen pelitapahtumaan. Pitkän kauden aikana tämä saattaa olla mahdotonta saada ottelutapahtumien nimeämiset täysin tasapuolisiksi 1 – 2 tapahtuman erot ovat vielä hyväksyttäviä.**

**Suosittelava toimintatapa on nimetä pelaajat kuukausikohtaisesti tapahtumiin. Tässä tulee huomioida se, että kaikille saadaan pelejä kuukausittain.**

**U10 ikäluokista ylöspäin nimeämiset voivat olla jo pidemmällekin aikavälille, mutta nuorimpien ikäluokkien osalta pyritään nimeämiset tekemään kuukausittain, jotta tasapuolisuus ja vaihtelu joukkueiden kokoonpanoissa mahdollistuu.**

## HARJOITTELU

Joukkueen on määritettävä harjoituksiin ilmoittatumiseen takaraja, esimerkiksi 2 h ennen harjoituksen alkua. Tämä sen takia, että valmennus pystyy suunnittelemaan harjoituksen tarkemmin. Mikäli vanhempi myöhästyy ilmoittatumisesta tai unohtaa sen, hänen tulee informoida vastuuvallmentajaa, mikäli lapsi on tulossa harjoituksiin. Ilmoittaminen on vanhemman vastuulla, lasta ei siitä pidä syyttää.

Ilmoittatunsaika pitenee aina ikäluokan mukaan. Esimerkiksi C-junioreissa pelaajan tulee tietää osallistumisensa jo useita päiviä aiemmin (akuutit tilanteet pois lukien)

D13 ikäluokasta eteenpäin annetaan pelaajille omat tunnukset Jopox -järjestelmään.

F9 ikäkaudella ja siitä eteenpäin pelaajat kokoontuvat mahdolliseen pukukoppiin, jonne ei vanhemmilla ole asiaa ennen eikä jälkeen harjoituksen.

**Karhuhallissa** joukkueen kulkemiseen tulee kiinnittää huomiota:

- pukukopista pelaaja voi siirtyä lämmittelyalueelle itsenäisesti silloin, kun joukkueen valmennusta on jo alueella ottamassa pelaajat vastaan. Pukukopissa tulee olla vähintään yksi valmentaja ohjeistamassa ja valvomassa.
- Joukkue voi halutessaan siirtyä harjoitusalueelle myös yhtenäisesti.
- harjoitusten jälkeen joukkue siirtyy yhtenäisenä jonona pukukoppiin valmennuksen valvonnan alla.
- **PALLOJEN KÄYTTÄMINEN ON KARHUHALLIN PUNAISELLA ALUEELLA KIELLETTY.**
- **Käyttäytyminen lämmittelyalueella tulee olla rauhallista ja hyvää. Muut alueen käyttäjät tulee huomioida.**
  - *Lämmittelyalueella ei riehuta ja kohelleta.*
- **RAUTAPIHALLE ei pelaajilla ole asiaa ilman valmentajan valvontaa!**

**Harjoitusten säännöt ovat voimassa harjoituspaikoilla ja harjoitusmatkoilla.**

- **Valmennus huolehtii, että pelaajien varusteet ovat siististi. Tämä koskee niin harjoituksia, kuin pelitapahtumiakin**
  - **pullot pullotelineissä**
  - **pallot siististi yhdessä paikassa**
  - **lenkkikengät siistissä rivissä.**

**Harjoitusten sisältö** vaihtelee teemoittain.

**Rakenne** harjoituksissa on kuitenkin syytä rakentaa yhteneväiseksi:

1. **alkulämpö**
  - **pallon kanssa aina, kun se on mahdollista**
2. **Lajiharjoitus kiertopistemuodossa:**
  - **tämä takaa sen, että jokainen paikalla oleva valmentaja tapaa jokaisen pelaajan**



- ***Vaihtoehtona kiertopisteille on se, että yksi/useampi valmentaja treenauttaa yhden harjoitusryhmän koko harjoituksen ajana. Tässä etuna se, että pelaajiin saadaan henkilökohtaisempi ote.***
  - Edellisiä vaihtoehtoja on hyvä kierrättää
3. Pelaaminen
  4. Loppuverryttely

Valmennus ohjeistaa vanhempia siitä, missä harjoituksia seurataa, jos vanhempi niitä seurata haluaa. Pääsääntönä se, että harjoitusalueella ei vanhempia ole.

**HARJOITUKSEN FYSIIKKAOSUUDET TULEE TEHDÄ SEURAN FYSIIKKALINJAN MUKAISESTI.**

## **VARUSTEET**

Harjoituksissa pelaaja käyttää harjoituspaitaa, tms seuravaatetta. Harjoituksissa EI KÄYTETÄ pelipaitaa. Milloinkaan.

Ottelutapahtumissa alkulämmöt suoritetaan harjoituspaidan tms kanssa. Pelipaita näkyvillä vain pelin aikana.

Harjoituspaitaan tulee painattaa pelaajan nimi (etunimi, sukunimi tai lempinimi)

Karhuhallin punaisella alueella suoritettavat lämmittelyt on hyvä opetella tekemään lenkkikengillä, jotta säästetään pelaajien jalkoja. Esimerkiksi tasapainoharjoituksia on turhauttavaa tehdä nappulakengillä.

Pelaajalla tulee olla harjoituksissa mukana pakollisten jalkapallovarusteiden lisäksi oma pallo (ellei joukkue ole hankkinut tarvittavaa määrää joukkuepalloja) ja juomapullo.

Joukkue hankkii pelaajille juomapullot (STADIUM) joihin voidaan painattaa pelaajan numero. (voidaan merkitä myös tarralla)

Pelaajan kaikkien varusteiden tulee olla nimikoituja eli vanhempien tulee merkitä oman lapsensa varusteet.

Pelaajan tulee pukeutua harjoitukseen sään mukaisesti. Myös harjoitusmatkat tulee huomioida. Pelaajalla tulee olla ulkovaatteet päällään harjoitukseen tullessaan ja sieltä poistuessaan. Pelaajia opetetaan vaihtamaan hikinen aluspaita/treenipaita harjoituksen jälkeen kuivaan jo kopissa.

Turnauksissa pelaajia ohjeistetaan riisumaan säärisuojat, jalkapallokengät ja pelipaita aina otteluiden välissä.

Ottelutapahtumissa vaihtopelaajille liivit päälle E10 ikäluokasta eteenpäin.

## Jalkapallokenkiä käytetään vain harjoituksen aikana. Ei harjoitusmatkoilla.

Mikäli pelaaja tulee harjoitukseen polkupyörällä, tulee hänen noudattaa seuraavia sääntöjä:

1. Pyöräilykypäri on päällä. Aina. Poikkeuksetta.
2. Jalkapallokengillä ei pyöräillä.
3. Polkupyörässä tulee olla tarvittavat ja toimivat turvavarusteet.
4. Pelaajan olisi hyvä syksyllä ja talvella käyttää seuran mahdollisesti hänelle toimittamaa turvaliiviä. Tämä siksi, että pelaajan näkyvyys paranee.

Turvaliivin käyttö koskee myös pelaajaa, joka tuodaan autolla tai joka tulee kävellen harjoitukseen syksyllä/talvella.

## HYGIENIA

E10 ikäluokasta eteenpäin tulee pelaajien käydä suihkussa AINA vieraspelien jälkeen. Kotipelien jälkeen tämä on vapaaehtoista. Harjoitusten jälkeen suihkussa käymiseen tulee kannustaa, mutta se on vapaaehtoista. Tähän vaikuttaa myös pukukoppitilanne harjoituspaikoilla.

## VANHEMPAINILLAT

Joukkue järjestää vanhempainillan vähintään kaksi kertaa kauden aikana niin, että ensimmäinen vanhempainilta avaa uuden kauden ja toinen avaa kesäkauden. Vanhempainillat ajoittuvat siis loka-marraskuu ja huhti-toukokuu.

Vanhempainiltojen sisältö:

- toimihenkilöiden esittely
- Seuran osuus (kasvatusvastaava, valmennuspäällikkö tai ikäkausivastaava)
- valmennukselliset asiat
  - harjoittelun teemat
  - harjoitusten säännöt
- joukkuejakojen periaate
- ottelutapahtumat
  - toiminta ottelutapahtumissa
- vanhemman rooli
- varainhankinta
- varusteet
- BUDJETTI
- KASVATUKSELLISET TEEMAT
  - käytös

- o ravinto
- o uni
- o hygienia

Vanhempainilloissa on hyvä varata aikaa kysymyksille ja keskustelulle. Hyvä tapa on ilmoittaa vanhempainillan asiat vanhemmille etukäteen ja toimittaa materiaali sähköisesti, jotta he voivat tutustua siihen ja kotona.

Joukkueen toimihenkilöiden tulee valmistella vanhempainillan asiat parhaalla mahdollisella osaamisellaan, jotta illasta tulee selkeä.

Vanhempainiltaan tulee valmistaa powerpoint -esitys, jossa tärkeimmät asiat ovat esillä. Powerpoint -pohjan voi ladata itselleen seuran one drivesta.

Vanhempainillasta toimitetaan tieto myös seuran valmennusvastaavalle ja kasvatusvastaavalle. Valmennusvastaava, kasvatusvastaava tai ikäkausivastaava mielellään mukaan vanhempainiltaan joukkueen toimihenkilöiden tueksi.

Toimihenkilöiden tulee valmistautua mahdollisiin kysymyksiin ja vastata niihin asiallisesti ja avoimesti. Mikäli vastausta ei osata antaa, ollaan tässäkin rehellisiä.

Kauden jälkeen vanhemmille tehdään palautekysely, jotta he pääsevät antamaan palautetta joukkueen toiminnasta. Palautekysely tulee toteuttaa sähköisesti ja siihen vastaaminen vaatii nimen. Palautekyselyn tekemiseen apua kasvatusvastaavalta.