

Lempäälän Kisa Yleisurheilu ry:n toimintasuunnitelma vuodelle 2022

TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Hakkarin urheilukentän puitteet ovat huippukunnossa, ja ne testataan toden teolla tulevissa 16/17-vuotiaiden SM-kisoissa elokuussa. Suurin suorituspaikkoihin liittyvä kehittämistarve on pitkien heittojen harjoituspaikan saaminen Lempäälään.

Jatkamme hyvää ja monipuolista yhteistyötä Lempäälän kunnan kanssa erilaisten urheiluaktiviteettien järjestämiseksi ja liikuntamahdollisuuksien kehittämiseksi. Tavoitteemme on olla hyvä kumppani kunnalle kuntalaisten liikuntatoiminnan edistämiseksi.

On mahdollista, että koronarajoituksia on yhä vuonna 2022. Seuraamme Lempäälän kunnan ja viranomaisten ohjeistuksia ja suosituksia sekä sopeutamme toimintamme tarvittaessa mahdollisten rajoitusten mukaan. Toimimme seurana turvallisesti ja vastuullisesti sekä viestimme asioista aktiivisesti harrastus- ja kilpailutoiminnassamme mukana oleville.

YLEISURHEILULEIKKIKOULU JA YLEISURHEILUKOULU

Talvikausi

Talvikauden 2021–22 yleisurheilukoulussa on viisi ryhmää, joille järjestämme harjoituksia kolmena päivänä viikossa Lempoisten liikuntahallissa.

Vihreät (2016-17 syntyneet), Keltaiset (2014-15) ja Oranssit (2012-13) harjoittelevat kerran viikossa. Sinisillä (2010-11) ja Punaisilla (2009 ja aiemmin syntyneet) on kaksi erillistä ryhmää, jotka harjoittelevat kahdesti viikossa. Jokaiselle ryhmälle järjestetään lisäksi leiri-iltapäiviä syksyn ja kevään aikana Liikuntakeskus Parkissa.

Kilpailullisesti tavoitteellisille urheilijoille (11-14 -vuotiaat) muodostetaan urheilukouluryhmien lisäksi erillinen kilparyhmä. Kilparyhmässä luodaan edellytykset kilpailla eri yleisurheilulajeissa menestyksekkäästi yksilöinä ja joukkueina. Harjoittelu on tavoitteellisempaa kuin normaalissa yleisurheilukouluryhmässä ja helpottaa siirtymistä jatkossa nuorisovalmennuksen piiriin.

Talvella 2021-22 kilparyhmänä on Punaisten (-2009) ryhmä. Ryhmän vetäjät suunnittelevat harjoitukset itsenäisesti ja tiedotus tapahtuu ryhmäkohtaisesti vetäjien toimesta.

Kesäkausi

Kesällä 2022 jatkamme yleisurheilukoulutoimintaa edellisten vuosien tapaan aloittaen kesäkauden jo huhti-toukokuun vaihteessa maastojuoksucupilla. Lasten ja nuorten urheilukouluryhmien lisäksi järjestetään aikuisille oma ryhmä.

Viikkoharjoituksia pidetään kahdessa vuorossa tiistaisin ja torstaisin. Nuoremmat (Vanhempi-lapsi, Vihreät ja Keltaiset ryhmät) harjoittelevat tiistaisin ensimmäisessä vuorossa yleisurheiluleikkikoulussa (1 h). Yleisurheilukoulu-nimikkeen alla jatkavat edelleen Oranssit, Siniset, Punaiset ja Aikuisten ryhmät, jotka harjoittelevat (1,5 h) tiistaisin toisessa vuorossa sekä torstaisin keskittyen enemmän lajitekniikan harjoitteluun. Laji-iltoihin kutsutaan sekä oman että lähikuntien seurojen valmentajia opastamaan nuoria eri lajien tekniikan saloihin. Näin omat ohjaajat saavat samalla koulutusta.

Ryhmien sisällä osallistujat jaetaan vielä tarvittaessa pienempiin ryhmiin osaamisen perusteella, jolloin ohjelmat ja harjoitteet voidaan paremmin kohdentaa eritasoisille lapsille. Kaikki 8-14-vuotiaat yleisurheilukoululaiset voivat halutessaan osallistua myös maanantaisin ja keskiviikkoisin pidettäviin aamupäivätreeneihin koulujen loma-aikana.

Yleisurheilukoulun ryhmien lisäksi kesällä toimii edelleen erillinen kilparyhmä, jossa harjoitellaan 1-2 kertaa viikossa ryhmälle sopivaan aikaan.

Pidämme yleisurheiluleikkikoulun ja yleisurheilukoulun ohjaajiemme koulutustason nykyisellä hyvällä tasolla. Pyrkimyksenä on, että yleisurheiluleikkikoulun ohjaajilla on vähintään yleisurheiluohjaajan koulutus, urheilukoulun ohjaajilla nuorten yleisurheiluohjaajan koulutus. Lähetämme uudet ohjaajat tarpeen mukaan sopiville HämSYn kursseille.

LAJIRYHMÄKOHTAINEN NUORISOVALMENNUS

Lajiryhmäkohtainen nuorisovalmennus on tarkoitettu pääosin vanhimpien urheilukouluikäluokkien tai valmennusryhmäikäluokkien nuorille, jotka haluavat harjoitella kilpailullisesti ja lajitavoitteellisesti. Näissä ryhmissä on siis jo valmennusryhmissäkin olevia nuoria, jotka ovat yhteisharjoituksiin osallistuvan urheilijan nimikkeellä.

Tarkoituksena on harjoitella yhdessä kerran tai useamman kerran viikossa kohti tavoitteita. Harjoituspaikkoja on talvisin Lempoisissa, Hakkarissa tai Pirkkahallissa ja kesäisin Hakkarin suorituspaikoilla ryhmäkohtaisesti sovittuina ajankohtina. Ryhmien vetäjät suunnittelevat harjoitukset itsenäisesti ja tiedotus tapahtuu ryhmäkohtaisesti vetäjien toimesta. Ryhmäläisten tavoitteina on menestyminen esim. oman ikäluokan 14/15v, 16/17v sekä 19-22v pm-, ja SM-kilpailuissa.

Ryhmiä on kaudella 2021-2022 ainakin heittoryhmä.

Urheilijoiden on mahdollista käydä vielä useammassakin eri ryhmässä, jos ei ole vielä selkeää kuvaa omasta lajistaan.

Tavoitteena on, että ryhmien vetäjien koulutus olisi vähintään nuorisovalmentajatutkinto. Ryhmän valmentajien omaa jatkokoulutustautumista valmentajakursseilla ja erilliskoulutuksissa tuetaan osallistumalla kurssikustannuksiin.

VALMENNUSTOIMINTA

Lempäälän Kisa Yleisurheilun valmennustoiminta koostuu pääosin 16v sarjan ja sitä vanhempien sarjojen urheilijoista, mutta osaksi olemme nostaneet ja nostamme valmennusryhmän urheilijoiksi myös edellisen kesän SM-kilpailuiden 14-15v ikäluokan urheilijoita. Kaudelle 2021-2022 nostettiin valmennusryhmiin SM-kisoissa mukana olleita 2007 ikäluokan urheilijoita, jotka yhdistettiin myös 2006 ryhmän jatkeeksi. Nämä kaksi ikäluokkaa toimivat siis yhteisharjoitusryhmänä kaudella 2021-2022 ja ovat valmennusryhmän alla. Näissä nuoremmissa ryhmissä on tarkoitus harjoitella ja kilpailla monipuolisesti yleisurheilussa ottaen myös muiden mahdollisten urheilulajien harjoitukset huomioon. Tavoitteena on, että ryhmässä kehitettäisiin monipuolisesti eri ominaisuuksia ja se loisi pohjan myöhemmälle erikoistumiselle johonkin tiettyyn yu-lajiin yhä paremmin.

Panostamme valmennuksessa laadukkaaseen toimintaan ja tuemme monin eri tavoin urheilijoita ja valmentajia kohti tavoitteitaan. Pidemmällä tähtäimellä pyritään tekemään Lempäälän Kisa Yleisurheilusta valmennuksessa sekä alueen, että Suomen kärkiseuroja, joka tarjoaa urheilijoilleen mahdollisuuden kehittyä jokaisessa ikäluokassa ja saada laadukasta valmennusta eri lajeissa. Mietimme myös mikä on parasta urheilijoiden kehitykselle missäkin ikävaiheessa ja tuemme sitä ja urheilijoiden ratkaisuja eri elämäntilanteissa.

Lyhyemmän tähtäimen suunnitelmassa kaudella 2021-2022 urheilijat harjoittelevat niin omatoimisesti, kuin yhteisharjoituksissakin. Yhteisharjoituksiin varattuja tiloja talvikaudella on Hakkarin punttisalissa keskiviikkoisin ja lauantaisin. Muita harjoituspaikkoja on tarjolla Lempoisten koulun juoksusuoralla sekä Pirkkahallissa sen aukioloaikoina. Kesäkaudella 2022 varattuja harjoitusvuoroja tulee olemaan Hakkarin koulun punttisalissa

alustavan suunnitelman mukaan keskiviikkoisin sekä Hakkarin urheilukentällä olevilla vuoroilla tai muina vapaina aikoina.

Nuorten kohdalla haetaan ja tuetaan pitkäjänteistä harjoittelua ja kehittymistä kohti tavoitteita. Henkilökohtaisessa valmennuksessa olevat urheilijat harjoittelevat jo paljon yksilöllisesti, omatoimisesti ja omien ohjelmiensa mukaan, mutta ryhmäharjoittelua pyritään suosimaan mahdollisuuksien mukaan.

Pyrimme tukemaan valmennusryhmän urheilijoita sekä heidän valmentajiaan myös taloudellisesti eri tavoin. Haemme ja neuvomme hakemaan myös erilaisia ulkopuolisia stipendejä eri säätiöiltä ym. millä urheilijoiden ja valmentajien toimintaedellytyksiä parannetaan.

Valmennusryhmän leiritys muuttui kaudelle 2021-2022 ja pidämme nyt kaksi päiväleiriä jonne kutsumme lähinnä 2007-2003 ikäluokan urheilijoita. Laji-, ikäryhmä- tai valmentajakohtaisesti ryhmällä voi olla myös omia leirejä tai leiripäiviä. Uutuutena meillä on myös Metarax-nimellä kulkeva ryhmä 2005-2006 ikäluokan urheilijoita joilla on tähtäin Hakkarissa pidettävissä 16-17v SM-kilpailuissa kesällä 2022.

Valmentajia kannustetaan hakemaan oppia toisilta valmentajilta sekä kehittymistä tuetaan seurana osallistumalla erilaisten koulutusten ja seminaarien kustannuksiin erillisillä päätöksillä. Pyritään lisäksi löytämään uusia pidemmälle koulutettavaksi haluavia valmentajia seuramme riveistä. Lisäksi pyritään löytämään oman seuramme urheilijoille yhteistyöllä valmentajia seuramme ulkopuolelta, mikäli kyseiseen lajiin riittävän osaavaa valmentajaa ei seurastamme löydy.

KILPAILUT

Maastajuoksupuolue pidetään aiempien vuosien tapaan kauden alussa.

Ratakisoja, joissa kohderyhmä on seuramme urheilukoululaiset, pidämme 4-5, joista yksi on seuran mestaruuskilpailut. Kilpailuissamme on tarkoituksena pitää heittolajeja myös seuramme valmennusryhmäikäisille.

Vuonna 2022 järjestettävistä kilpailuistamme merkittävin on 16-17 vuotiaiden SM-kilpailut elokuussa. Järjestämme myös hyppykarnevaalien kilpailut vuoden 2021 tapaan. HämSY:n kisoja anomme järjestettäväksi mahdollisuuksiemme mukaan.

Vastaamme kunnan liikuntapalveluiden järjestämien kunnanmestaruuskilpailuiden (maastajuoksu ja yleisurheilu) järjestelyistä ja tulospalvelusta.

VARAINHANKINTA

Varainhankinnassa jatkamme edellisen vuoden hankintakeinoja, joita ovat mm. kuusimyyjäiset, kausijulkaisujen ja kilpailutapahtumien mainosmyynti, kilpailujen sponsorointi ja seuratoiminnan avustukset (OKM, Lempäälän kunta ja muut mahdolliset tahot). Pääosin pitäydymme varainhankinnassa urheiluun liittyviin aktiviteetteihin.

Urheilutoimintaan liittyvinä varainhankintana järjestämme kilpailuja, joiden osallistumismaksuista ja buffettimyynnistä saamme tuloja, sekä hyppykarnevaalien leirin.

MARKKINOINTI JA VIESTINTÄ

Markkinointi ja viestintä perustuu seuran arvoihin, missioon ja visioon. Markkinoinnin tavoitteena on positiivisen imagon vahvistaminen niin itse lajin kuin seuran näkökulmasta.

Markkinoinnin toimenpiteet tapahtuvat pääasiassa verkossa ja sosiaalisessa mediassa. Markkinointia tehdään myös suoraan kouluihin erilaisten lajiesittelyiden ja -kerhojen avulla sekä osallistumalla Lempäälän kunnan hankkeisiin ja tapahtumiin. Yhteistyökumppaneiden sekä jäsenetujen hankinta tehdään henkilökohtaisten yhteydenottojen ja tapaamisten kautta.

Ajankohtaista sisäistä viestintää toteutetaan uudistuneiden verkkosivujen ja uutiskirjeiden kautta, kesä- ja talvikauden kausivihkosella, urheilukentän ilmoitustaululla sekä paperisten tiedotteiden avulla.

Toimintakauden aikana otetaan käyttöön uudet kotisivut.

Lempäälän-Vesilahden Sanomien kanssa jatketaan aktiivista yhteistyötä paikallisesti Lempäälässä.

HALLINTO JA KEHITTÄMINEN

Palkkasimme seuralle päätoimisen toiminnanjohtajan vuonna 2021 ja saimme palkkaukseen OKM:n seuratukea vuosiksi 2021-22. Palkkatuen jälkeiseen taloudelliseen tilanteeseen pitää alkaa varautua.

Palkkaamme kesän urheilukoulua/hyppykarnevaaleja varten lisäksi kesätyöntekijöitä sekä omalla että hankerahoituksella.

Vapaaehtoisten toimintatapoja pyritään kehittämään niin, että vastuuhenkilövetoisuudesta siirrytään enemmän tiimeihin, jotka vastaavat eri toiminta-alueista.

Toimintakauden aikana otetaan käyttöön Olympiakomitean Suomisport -seurapalvelujärjestelmä. Järjestelmän avulla on mahdollista hoitaa jäsenrekisteri- ja jäsenkorttiasiat, ryhmiin ilmoittautuminen, toimintamaksujen laskutus, tapahtumien hallinta ja ryhmäkohtainen viestintä.

Strategiset tavoitteemme on laadittu vuoteen 2022 asti. Niitä on seurattu ja arvioitu koko strategiakauden ajan, tällä toimintakaudella on tehtävä laajempi uudelleenarviointi ja asetettava uudet tavoitteet.

MISSION JA ARVOJEN TOTEUTTAMINEN

Kasvattaaksemme ja ylläpitääksemme Lempäälän Kisa Yleisurheilun yleisurheilijoiden yhteenkuuluvaisuudentunnetta korostamme viestien, seuraotteluiden ja muiden joukkuetapahtumien osuutta toiminnassa, ja pyrimme saamaan entistä useammat mukaan erilaisiin joukkueisiin. Panostamme myös harjoitusryhmien toiminnan tukemiseen ja monipuolistamiseen.

Pyrimme edistämään kaikkien toiminnassa mukana olevien lasten, nuorten, heidän perheidensä ja muiden seuratoimijoiden fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia järjestämällä monenlaisia mahdollisuuksia yhdessäoloon urheilun merkeissä sekä tarjoamalla kaikille mahdollisuuksia uuden oppimiseen ja henkilökohtaiseen kehittymiseen.

Yleisurheiluperhe - Harrastajista huippuihin (Missio)

Tavoitteenamme on lempääläinen yleisurheiluperhe, jossa eri-ikäiset ja -tasoiset urheilijat ja muut seuratoimijat voivat harrastaa yleisurheilua yhdessä, toisiaan tukien ja hyvässä hengessä.

Arvot

| | |
|---|---|
| <p>Lasten ja nuorten urheilu on meille sydämen asia.</p> | <p><i>Tuemme yhtäläillä kaikenikäisiä urheilijoitamme, mutta lapset, nuoret ja heidän vanhempansa ovat toimintamme ydin ja liikkeellä pitävä voima.</i></p> |
| <p>Teemme seuratyötä yhdessä hyvässä hengessä.</p> | <p><i>Tahdomme olla porukka, johon kaikki haluavat ja jossa kaikki viihtyvät; siksi meidän on pidettävä huolta toisistamme.</i></p> |
| <p>Haluamme seurana ja yksilöinä kehittyä pitkäjänteisesti.</p> | <p><i>Haluamme, että toimintamme on asiantuntevaa ja laadukasta ja että sillä on tulevaisuus. Meidän kanssamme voi kasvaa huipulle asti.</i></p> |

STRATEGIAN TOTEUTTAMINEN / VISIO 2022

LEMPÄÄLÄN KISA
YLEISURHEILU RY
**VISIO
2022**

JÄSENET 2022

1000

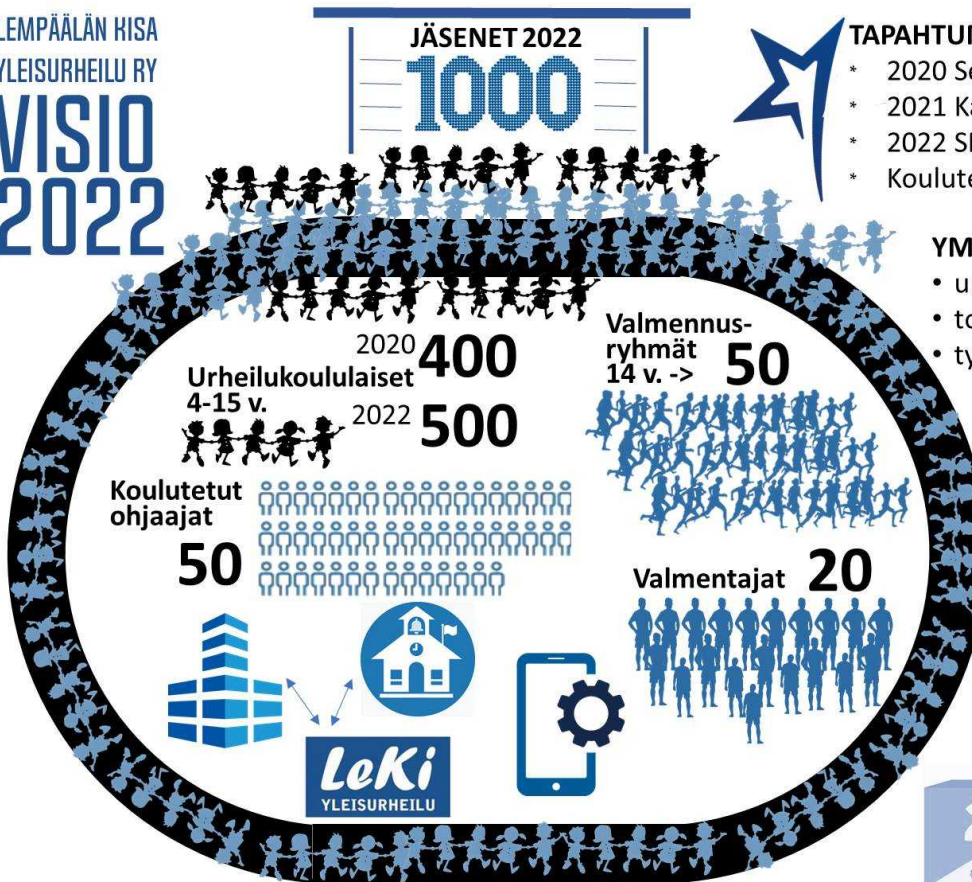
TAPAHTUMAT

- * 2020 Seuracup-finaali
- * 2021 Kansalliset kilpailut
- * 2022 SM-kisat 16-17 v.
- * Koulutetut toimitsijat

YMPÄRISTÖ

- uusi kenttä
- toimisto
- työntekijät

2



URHEILUMENESTYS

- | | |
|-----------------------|------------|
| Aikuisten EM | 2 |
| Kalevan kisat | 15 |
| SM-juniorit | 40 |
| Seuracup Superfinaali | 4-6 |

