

## **Pelissäntökeskustelu vanhemmille**

13.12.2015

Junnupikkujoulujen yhteydessä vanhemmille pidetyssä pelissäntökeskustelussa käytiin yhdessä läpi asioita, jotka vaikuttavat junioreiden toimintaan harrastuksen parissa. Pyrimme löytämään sellaiset pelissännöt ja ohjenuoran toiminnalle, jotka takaavat parhaalla mahdollisella tavalla mielekkään ja kehittävän harrastuksen.

Keskustelu toteutettiin pienryhmissä, jotka kaikki keräsivät mielestään tärkeitä asioita viiden erilaisen osa-alueen ympärille. Lopuksi ryhmien kokoamat ajatukset käytiin yhdessä läpi keskustellen. Alla on koottuna esiin tulleet ohjeet ja pelissännöt osa-alueittain.

### **Käyttäytyminen**

Toisten huomioon ottaminen

Hyvät käytöstavat (Ei kiroilla, kohteliaisuus, tervehtiminen, kielen ja äänenkäyttö)

Salin ulkopuolella ei käytetä karatetaitoja

Valmentajien ohjeiden kuunteleminen ja noudattaminen

Kannustaminen

Salin yleiset käyttäytymissännöt (Kengät hyllyihin, kumarrukset, sukat tai sisäkengät, ...)

Keskittyminen ja harjoittelurauhan antaminen

Asenne (yrittää parhaansa)

### **Ilmapiiri**

Ei kiusata

Kannustaminen ja positiivisuus kaikkia kohtaan

Reilu peli

Tasapuolisuus (Tasoerot ja lähtökohdat täytyy huomioida)

Huolenpito, ei jätetä ketään yksin

Hyväksyvä ilmapiiri (Ei vaadita liikaa)

Ilon kautta, virheet ei haittaa

Ryhmähenki

Avoimuus

### **Vanhemmat**

Lasten kannustaminen ja tukeminen

Vanhemmat antaa valmentajan valmentaa

Keskustellaan kotona treeneistä (Mitä tehtiin, oliko kivaa,...)

Aikataulusta huolehtiminen, ajoissa treeneihin

Käyttäytymissäntöjen kertaaminen/muistuttelu

Huonoon käytökseen ja sääntörikkeisiin puuttuminen

Ei pakoteta lasta treeneihin

Ei kipeänä treeneihin

### **Seura ja valmentajat**

Rento asenne, riittävän jämäkkä valmentaja

Hyvä ja selkeä viestintä vanhemmille ja lapsille

Helposti lähestyttävä

Kärsivällisyys

Kannustaminen (Yksilöllinen positiivinen palaute)  
Ryhmäkoon arviointi, valmentajien määrä (Resurssien tiedostaminen ja järkevä jakaminen)  
Kuntokaratessa vaihtuvat ohjaajat  
Tasapuolisuus treeneissä, yksilön huomioiminen  
Palaute vanhemmille tarvittaessa  
Harjoittelurauhan takaaminen

### **Terveellinen elämäntapa**

Riittävä uni ja lepo  
Säännöllinen ja terveellinen ruokailu  
Liikunnan monipuolisuus  
Ruutuaika kohtuulliseksi (TV, tietokone, yms. )  
Säännöllinen elämänrytmi  
Sairastetaan flunssat loppuun asti

**Olemme keskustelleet näistä asioista ja sopineet yhteisistä pelisäännöistä, joita me kaikki vanhemmat sekä ryhmän vastuhenkilöt ja KKS:n valmentajat sitoudumme noudattamaan ollessamme mukana lasten toiminnassa.**

**Kuopiossa 13.12.2015 KKS:n juniorivalmentajat ja junioreiden vanhemmat.**