

# **TOIMINTALINJA 2017-2020 TAPANILAN ERÄ RY/KARATEJAOS**



## SISÄLLYSLUETTELO

1. Yleistä .....	3
2. Visio .....	3
3. Missio .....	4
4. Toiminta-ajatus .....	4
5. Eettinen linja .....	4
6. Jaoksen ohjaustoiminnan tavoitteet .....	5
7. Ohjaajien koulutus .....	6
8. Tiedotus .....	7
9. Palkitseminen ja kannustaminen .....	8
10. Talous .....	8
11. Jaoksen organisaatio ja vastuujaot .....	9
1 Harrastaja .....	9
2 Apuohjaaja .....	10
3 Ohjaaja .....	10
4 Vastuuohjaaja .....	11
5 Kilpailija .....	12
6 Sopimusurheilija .....	12
7 Tuomari .....	12
8 Kilpavalmentaja .....	13
9 Harrastajien edustaja johtoryhmässä (1.1.2018 lähtien) .....	13
10 Rahastonhoitaja .....	13
11 Varapuheenjohtaja .....	14
12 Lajipäällikkö .....	14
13 Puheenjohtaja .....	14
14 Johtoryhmä .....	15
12. Syyskokous .....	16
13. Kevätkokous .....	16
14. Jaoksen organisaatiokaavio .....	17

## 1. Yleistä

Tapanilan Erän Karatejaoksen toimintalinja on tarkoitettu ohjaamaan jaoston toimintaa. Toimintalinjaa säilytetään sähköisenä jaoston sähköisessä arkistossa sekä paperiversiona Tapanilan Erä ry:n toimistossa. Toimintalinja on nähtävissä jaoksen internetsivuilla ilman liitteitä ja kokonaisuudessaan ohjaajien kaapissa. Jaoksen toimintalinja on työkalu, jonka avulla arvioimme, dokumentoimme ja kehitämme toimintaamme. Toimintalinja tarkistetaan muutamien vuosien välein ja aina Sinettiauditoinnin yhteydessä. Toimintalinjassa ei toisteta seuran säännöissä kuvattuja asioita.

Tapanilan Erä ry Karatejaos on voittoa tavoittelematon itsenäinen lajijaos, joka on perustettu vuonna 1986 Tapanilan Erä ry:n lajijaokseksi. Erän Karatejaoksen toiminnan perusta on emoseuran Tapanilan Erän toimintasäännöt, jonka pohjalta jaoksen toimintalinja muodostuu. Kts. lisää liitteestä nro yksi (1).

Karatejaoksen tarkoituksena on edistää karaten harrastusta pääkaupunkiseudun alueella, kehittää lajia Suomessa, valmentaa kilpailemisesta kiinnostuneita jäseniään ottamaan osaa kansallisiin ja kansainvälisiin kilpailuihin sekä kannustamaan jäseniään kouluttautumaan karatetuomareiksi ja -ohjaajiksi. Haluamme tarjota jäsenillemme liikunnan iloa ja ohjata aktiiviseen elämäntapaan.

Jaoksen päivittäistä toimintaa ja hallintoa johtaa jaoksen palkattu lajipäällikkö, jonka esimiehenä toimii jaoksen puheenjohtaja. Harrastajille tarkoitetuista harjoituksista suurimman osan hoitavat vapaaehtoiset ohjaajat.

## 2. Visio

Tapanilan Erän Karatejaos on arvostettu ja menestyvä karateseura, joka tarjoamallaan laadukkaalla ja monipuolisella harrastus- ja kilpatoiminnallaan johtaa hyvinvoinnin, liikunnan ja kilpaurheilun kehittämistä Suomessa yli lajirajojen. Toimintamme on innovatiivista, motivoivaa ja kehittävää karateopetusta kaikille, ketään syrjimättä.

Tulemme tarjoamaan nykyisen toiminnan lisäksi harrastus- ja/tai kilpailutoimintaa niin erilaisille yhteisöille kuin erityisryhmille yhä laajemmin. Tällä tavoin pyrimme edistämään karatea uusin tavoin Suomessa. Haluamme olla seura, jonka jäsenet edustavat Suomea Olympialaisissa ja/tai Paralympialaisissa.

Esimerkillinen ja laadukas toimintamme tunnetaan ympäri karatemaailmaa niin harrastus- kuin kilpaurheilun saralla. Seuramme tämän hetken omat junioriharrastajat tulevat kehittämään Karatejaoksen toimintaa aikuisiällään yhä eteenpäin.

### 3. Missio

Jaostomme on urheiluseurana ensimmäinen vaihtoehto uuden tai jo tutun liikuntamuodon aloittavalle laadukkaan ja turvallisen ohjaustoiminnan vuoksi. Ohjauksemme valmistaa seuramme jäsenille selkeän kehityspolun nousta omalle huipputasollensa. Tulemme nostamaan suomalaisen liikunnan ja urheilun tietoisuuteen jaoksemme laadukkaan harrastus- ja kilpakaratetoiminnan harrastajiemme, kilpailijoidemme ja ohjaajiemme onnistumisten kautta.

### 4. Toiminta-ajatus

Tapanilan Erän Karatejaoksen seuratoiminta on monipuolista harraste- ja kilpakaratetoimintaa. Jaoksen asiakkaina ovat jaoksen jäsenet ja junioriharrastajat.

Tarjoamme jäsenillemme ja junioriharrastajillemme turvallisen ja monipuolisen karateharjoittelun sekä karatea tukevan oheisharjoittelun. Näin toimien pyrimme edistämään liikunnallista elämäntapaa. Harrastajamme koostuvat lapsista, nuorista, nuorista aikuisista ja varttuneemmista, jotka voivat harjoitella karatea seurassamme omista lähtökohdistaan ja määrittellä mitä eri karaten osa-alueita kukin haluaa harrastaa kokematta syrjintää tai pelkoa.

### 5. Eettinen linja

Karatejaos pitää huolta jokaisesta mukana olevasta lapsesta, nuoresta ja aikuisesta.

Kaikki harrastajat huomioidaan tasavertaisesti ja heitä kannustetaan taitotasosta riippumatta. Kaikkia harrastajia kannustetaan tasavertaisesti osallistumaan erilaisiin tapahtumiin kuten leireille, kilpailuihin ja koulutuksiin.

Karatejaoksen kilpailutoiminta on Suomen Karateliiton ja Valon lasten ja nuorten kilpailutoiminnan suositusten mukaista. Kaikkia harrastajia arvostetaan ja heistä ollaan aidosti kiinnostuneita. Jokainen harrastaja saa palautetta omasta onnistumisestaan rakentavasti ja positiivisessa hengessä. Jaos pitää säännöllisesti yhteyttä lasten huoltajiin mm. vuosittaisen vanhempainillan avulla.

Tapanilan Erän Karatejaoksessa kaikkia kohdellaan tasapuolisesti. Kilpailemiseen ja kouluttautumiseen kannustetaan, joihin osallistuminen on vapaaehtoista. Kasvatuksellisuus otetaan huomioon kaikessa junioritoiminnassa.



Ohjaajia kannustetaan ja heille tarjotaan jatkuvasti mahdollisuutta kouluttautumiseen sekä ohjaajana kehittymiseen.

Tapanilan Erän Karatejaos on sitoutunut Karateliiton jäsenseurana noudattamaan yhdenvertaisuusperiaatteita.

Jaoksemme noudattaa Suomen Karateliiton ja Valon arvoja, joita ovat:

- Tasapuolisuus
- Tasa-arvo
- Toisen kunnioitus
- Väkivallan välttäminen
- Sosiaalisuus ja kannustavuus
- Yksilöllisyys ja yhteisöllisyys

Jaoksemme toiminta on päihteetöntä ja terveellisiä elämäntapoja korostava.

- Lasten ja nuorten sekä huoltajien päihteiden käyttöön on nollatoleranssi kilpailumatkoilla.
- Tupakka- ja muut nikotiinituotteet ovat kiellettyjä lasten ja nuorten toiminnassa
- Noudatamme kansallisia ja kansainvälisiä antidoping-säännöstyjä dopingin ehkäisemiseksi.

Kilpaurheilun osalta jaoksemme noudattaa myös seuraavia arvoja toiminnassaan:

- Vastuullisuus
- Intohimo
- Yhdessä tekeminen
- Puhdasta ja päihteetöntä sekä dopingvapaata urheilua

## 6. Jaoksen ohjaustoiminnan tavoitteet

Jaoksen tarjoamassa on monipuolista liikuntaa, joka tukee karaten ja liikunnallisten taitojen kehittymistä. Karatekids-, juniore - ja aikuisryhmillä harjoitusten sisältö jakautuu pääsääntöisesti alla kuvatusti.

Harjoituksissa painotetaan lajiharjoittelun ohella seuraavien fyysisten ominaisuuksien kehittymistä.

- Perusliikuntataitojen kehittäminen eri ikäkausilla
- motoriikan kehittäminen eri ikäkausilla
- nopeusominaisuuksien kehittäminen
- ketteryysominaisuuksien kehittäminen
- liikkuvuusominaisuuksien kehittäminen

Henkisistä ominaisuuksista keskitytään

- ryhmässä toimimiseen
- keskittymiskyvyn ja kärsivällisyyden kehittämiseen

Harjoittelu ei ole ryppyotsaista puurtamista, vaan liikkumisen iloa ja mielen kasvua iästä riippumatta. Etenkin Karatekids- ja junioriharjoituksissa ruokitaan lasten innostusta ja annetaan mahdollisuudet monipuoliseen kehittymiseen. Erilaiset pelit ja leikit ovat olennainen osa lasten harjoituksia. Usein tuttuihin peleihin ja leikkeihin sovelletaan lajinomaisia osioita.

Tytöt ja pojat sekä naiset ja miehet harjoittelevat yhdessä.

Aikuisjäsenille suunnatut harjoitukset muodostuvat samoista sisällöistä paitsi, että tekniikkaharjoitteiden määrä on selkeästi suurempi aikuisten paremman keskittymiskyvyn vuoksi.

#### Jaoksen toiminta on kasvatuksellista

- Kaikille opetetaan budo- sekä salikäyttäytymistä ja toisten huomioimista
- Lapsille opetetaan hyvän käytöksen merkitystä niin salilla, koulussa kuin kotonakin
- Jaos ottaa ja kantaa vastuuta lasten kasvattamisesta.
- Jaoksen ohjaajat näyttävät hyvää esimerkkiä omalla käyttäytymisellään.
- Jaoksen lähtökohtana on harjoittelijan paras.
- Lapset ja nuoret nauttivat viikoittain monipuolisesta liikunnasta ja saavat perustan läpi elämän kestävään liikuntaan.
- Jaoksen ohjaajat sisäistävät Suomen Karateliiton ja Valon arvot ja ovat motivoituneita ohjaamaan kasvatuksellista ja väkivaltaa ehkäisevää liikuntaa sekä toimimaan edellä mainittujen arvojen mukaisesti, eettisesti ja turvallisuuden huomioon ottaen.
- Jaos ja sen ohjaajat ovat sitoutuneet laadukkaan toiminnan kehittämiseen ja toimivat vuorovaikutuksessa lasten ja nuorten sekä heidän vanhempiansa kanssa.
- Jaos tukee ja kannustaa ohjaajia huolehtimaan omasta hyvinvoinnistaan ja osaamisen kehittämisestä sekä kiittää ohjaajia heidän antamasta panoksesta.
- Jaoksessa pyritään siihen, että kaikissa harjoitusryhmissä tutut ohjaajat säilyvät samoina mahdollisimman pitkään.

## 7. Ohjaajien koulutus

Harjoituksiamme ohjaa aina koulutettu ohjaaja tai valmentaja. Jaos tukee kaikkien ohjaajien kouluttautumista. Jaos pyrkii järjestämään kaikille ohjaajille yhteisen koulustilaisuuden kerran vuodessa. Suomen Karateliiton koulutuksiin osallistumista kannustetaan. Kokeneempia ohjaajia ja valmentajia kannustetaan osallistumaan Suomen Valmentajat ry:n koulutuksiin sekä ammattiin valmentaviin koulutuksiin.

Karatejaoksen ohjaajien kouluttamisen oleellisia osia ovat lajitaitoja kehittävien osioiden (esim. jaoksen ja muiden ulkopuolisten tahojen tyyliuuntaseminaarit) lisäksi ohjaamista ja valmentamista kehittävät osiot. Etenkin kamppailulajien yhteisesti järjestämät junioriohjaajakoulutukset ovat perusteellisia ja hyödyllisiä ohjaajillemme. Alla on ohjaajien koulutustoimintaa johtavat periaatteet lueteltuina:

- Jaoksessa panostetaan ohjaajien säännölliseen ja jatkuvaan koulutukseen ja siihen ohjataan taloudellisia resursseja.
- Kaikille ohjaajille tarjotaan samat mahdollisuudet osallistua ohjaaja- ja valmentaja-koulutukseen.
- Jaoksessa pyritään siihen, että kaikki jaoksen ohjaajat ovat käyneet vähintään yhden seuraavista tai vastaavasisältöisen koulutuksen
  - Kamppailulajien yhteinen junioriohjaajakoulutus (tasot I ja II)
  - Lasten urheilun perusteet
  - Nuorten urheilun perusteet
- Jaoksen ohjaaja koulutetaan ensiaputaidoissa ja turvallisuusasioissa (kts. Lisätietoja liitteestä 2.)

## 8. Tiedotus

Karatejaos käyttää viestinnässään jäsenilleen ja ulkopuolisille tahoille seuraavia kanavia:

- MyClub –jäsenrekisteri (jäsenistön tiedotus sähköpostitse ja tapahtumailmoittautuminen)
- Jaoksen nettisivut, [erankarate.fi](http://erankarate.fi)
- Jaoksen Facebook -sivusto
- Jaoksen Instagram -tili
- Harjoitukset
- Harjoittelusalin ilmoitustaulu

Viestinnästä vastaavat jaoston lajipäällikkö ja puheenjohtaja. Viestintään kuuluu mm:

- kauden aloitus ja lopetus –tiedote
- kuukausi-tiedote
- Ja muut tiedotteet
- Karateliiton ohjeistuksen mukainen antidoping-tiedotus jaoston urheilijoille ja kilpailijoille
- Nettisivujen päivitys ja aikuisten kausisuunnitelmien julkaiseminen

Tiedotuksen tavoite on jakaa kaikki tieto karatejaoksen tarjoamista tapahtumista ja koulutuksista ja menestyksestä jaoksen jäsenien kanssa.

Tiedotuksesta tehdään vuosittainen tiedotussuunnitelma. Tiedotussuunnitelma on osa toimintasuunnitelmaa.

## 9. Palkitseminen ja kannustaminen

Erän Karaten palkitseminen perustuu kollektiiviseen palkitsemiseen, jossa kauden päätteeksi pyritään järjestämään eri ryhmille yhteistapahtuma(t). Lapsille ja nuorille pyritään järjestämään kerran vuodessa yhteinen tapahtuma. Samaten aikuisharrastajille pyritään järjestämään vuosittain yhteinen tapahtuma.

Tärkein palkitsemisen kohde ovat karatejaoksen vapaaehtoistoimijat. Kannustusjärjestelmällä ja os palkitsee vapaaehtoistoimintaa tekevät jaoksen ohjaajat, joiden toimesta jaoksen toiminta mahdollistuu. Kannustusjärjestelmällä ei makseta palkkaa, vaan mahdollistetaan esimerkiksi edullinen koulutus tai edullinen liikuntaan ja valmennukseen liittyvä tapahtuma vapaaehtoiselle Tapanilan Urheilukeskuksessa tai kulukorvauksena ulkopuolisen järjestäjän toimesta. Kannustusjärjestelmästä löytyy lisätietoa liitteestä 5. Tästä poikkeuksena on mahdolliset yhteistyökumppaneiden kanssa toteutettavat ei jaoksen perusharjoitukset.

Jäseniä kannustetaan osallistumaan koulutuksiin, leireille, kilpailuihin ja muihin karatetapahtumiin.

Arvokilpailuihin osallistuvia ja valmentautuvia maajoukkueen jäseniä avustetaan henkilökohtaisessa urheilijasopimuksessa määritettyjen ehtojen mukaisesti. Jos urheilijan sopimus ei kata mm. yllättäviä kuluja arvokilpailujen osalta ja hänen kehitys sopimuskauden aikana johtaa edustuspaikkaan arvokilpailussa, Erän Karaten johtoryhmä voi tehdä erillispäätöksen rahallisesta tuesta urheilijalle kohdistuvista kuluista arvokilpailun osalta.

Kaikkia jaoksen jäseniä koskeva palkitseminen on riippuvainen jaoksen taloudesta.

## 10. Talous

Jaoksen toiminta rahoitetaan pääosin jäsenmaksuilla, Helsingin Kaupungin avustuksella ja mahdollisella Opetus- ja Kulttuuriministeriön tuella. Pyrimme aktiivisesti hakemaan myös uusia yhteistyökumppaneita, joiden kanssa teemme eripituisia kehityshankkeita.

Tilinkäyttöoikeudet ovat puheenjohtajalla ja rahastonhoitajalla sekä lajipäälliköllä. Lajipäällikkö on ensisijainen tilinkäyttäjä. Tilinkäyttöoikeutetuille ei ole määritelty euromääräistä maksuoikeuskattoa. Tilitapahtumien tulee olla budjetin ja toimintasuunnitelman mukaisia. Mikäli ne poikkeavat näistä merkittävästi, päättää johtoryhmä maksusta ennen kuin lajipäällikkö suorittaa tilitapahtuman. Lisätietoja taloudenhoidosta saa liitteestä 1. Tapanilan Erä ry Lajijaostojen toimintaohjeet.



Jaos pyrkii terveeseen ja kestävään taloudenpitoon. Se pyrkii pitämään harjoitusmaksut mahdollisimman edullisina niin, että karate säilyy kaikkien harrastettavana lajina.

Jaoksen toiminnan rahoitukseen haetaan lisätuloja mm. yhteistyösopimuksilla ja varustemyynnillä. Karatejaos anoo aktiivisesti toimintaansa erilaisia tukia kuten Opetus- ja Kulttuuriministeriön seuratoimintatukea ja Karateliiton aluetoiminnan tukea.

## 11. Jaoksen organisaatio ja vastuujaot

Erän Karatessa toimii seuraavissa eri rooleissa henkilöitä alla kuvatun mukaisesti. Johtoryhmän kokoukseen voidaan kutsua jaoksen tai muiden sidosryhmän edustajia puheoikeudella.

Rooli	Vapaaehtoinen / palkattu	Jaoksen johtoryhmä
<b>Harrastajajäsen</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Kilpailija</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Sopimusurheilija</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Tuomari</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Apuohjaaja</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Ohjaaja</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Vastuuohjaaja</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Kids/Juniori –vastaava</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Aikuisvastaava</b>	Vapaaehtoinen	Ei
<b>Harrastajien edustaja</b>	Vapaaehtoinen	Kyllä –puheoikeus & äänestysoikeus (valitaan syyskokouksessa 2017. Toimi käynnistyy 1.1.2018)
<b>Rahastonhoitaja</b>	Vapaaehtoinen	Kyllä - puheoikeus & äänestysoikeus
<b>Varapuheenjohtaja</b>	Vapaaehtoinen	Kyllä - puheoikeus & äänestysoikeus
<b>Lajipäällikkö</b>	Palkattu henkilö	Kyllä – puheoikeus
<b>Puheenjohtaja</b>	Vapaaehtoinen	Kyllä - puheoikeus & äänestysoikeus

### 1 Harrastaja

- Jaoston harrastajan määrittäminen
  - Jaoston jäsen on henkilö, joka on maksanut vuosittaisen jäsenmaksun. Jäsenmaksun suuruus määritetään emoseuran vuosittaisessa syyskokouksessa ja se veloitetaan harjoitusmaksun yhteydessä tammikuussa.
- Velvollisuudet

- Jaoksen harrastaja on maksanut kuluvan kauden harjoitusmaksun ja jäsenmaksun (sisältyy harjoitusmaksuun), joka on osoitettu hänen ryhmälleen.
- Jaoksen harrastaja sitoutuu Emoseuran sääntöihin (Liite 1.) ja jaoksen toimintalinjassa asetettujen arvojen noudattamiseen tatamilla ja tatamin ulkopuolella.
- Etuudet
  - Mahdollisuus osallistua oman tasoryhmänsä harjoituksiin ja jaoksen sisäisiin sekä ulkoisiin tapahtumiin, jotka ovat suunnattu harrastajajäsenille. Junioriharrastajilla on näiden lisäksi mahdollisuus osallistua aloittelijoille suunnattuihin kilpa- tekniikkaharjoituksiin.
- Lähin ohjaaja
  - Tasoryhmänsä ohjaajat toimivat harrastajajäsenen ohjaajina
  - Lajipäällikkö avustaa harrastajia kaikkeen harrastamiseen liittyvissä asioissa

## 2 Apuohjaaja

- Velvollisuudet
  - Jaoksen apuohjaaja on maksanut kuluvan kauden harjoitusmaksun ja jäsenmaksun (sisältyy harjoitusmaksuun), joka on osoitettu hänen ryhmälle.
  - Auttaa ryhmässängä ohjaajia toteuttamaan ohjausta auttamalla ryhmässä harjoittelevia karatekoita ja muita ohjaajia
  - Ohjaa ryhmää tarvittaessa ohjaajan/vastuuohjaajan/lajipäällikön/puheenjohtajan pyynnöstä
  - Kannustaa positiivisella asenteella harjoittelijoita.
  - Sitoutuu jaoksen toimintalinjassa asetettujen arvojen noudattamiseen tatamilla ja tatamin ulkopuolella.
- Etuudet
  - Mahdollisuus osallistua jaoksen sisäisiin ja ulkoisiin tapahtumiin, jotka on suunnattu harrastajajäsenille ja ohjaajille.
  - Apuohjaaminen antaa mahdollisuuden kehittää omaa ja ohjattavien karatea sekä kehittyä itsenäiseksi ohjaajaksi.
  - Kannustusjärjestelmän mukainen mahdollinen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 5.
- Toiminnassa tukeva henkilö
  - Ryhmän vastuuohjaaja

## 3 Ohjaaja

- Velvollisuudet

- Suunnittelee ja toteuttaa yksittäisessä harjoituksessa ohjauksen vastuuhjaajan laatiman suunnitelman mukaisesti.
- Kannustaa ryhmässä harjoittelevia karatekoita positiivisella asenteella.
- Varmistaa turvallisen harjoittelun ja ilmapiirin harjoittelijoille ja apuohjaajille harjoituksen aikana.
- Sitoutuu jaoksen toimintalinjassa asetettujen arvojen noudattamiseen tatamilla ja tatamin ulkopuolella.
- Etuudet
  - Mahdollisuus osallistua jaoksen sisäisiin ja ulkoisiin tapahtumiin, jotka on suunnattu harrastajajäsenille ja ohjaajille.
  - Ohjaaminen antaa mahdollisuuden kehittää omaa ja ohjattavien karatea sekä omaa ohjausta vastuuhjaajaksi.
  - Kannustusjärjestelmän mukainen mahdollinen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 5.
- Lähin esimies
  - Ryhmän vastuuhjaaja

## 4 Vastuuhjaaja

- Velvollisuudet
  - Toteuttaa vastuuryhmänsä harjoitussuunnitelman teon koko kaudelle lajipäällikön asettamien ohjeiden pohjalta.
  - Vastaa kaudelle asetettujen ohjaustavoitteiden onnistumisesta
  - Koordinoi vastuuryhmänsä ohjaajien vetovuorot
  - Kids- ja junioriryhmien vastuuhjaajat vastaavat pelisääntöjen laatimisesta ryhmässä ja niiden jalkauttamisessa harjoittelijoiden ja ohjaajien keskuuteen.
  - Sitoutuu jaoksen toimintalinjassa asetettujen arvojen noudattamiseen tatamilla ja tatamin ulkopuolella.
- Etuudet
  - Mahdollisuus osallistua jaoksen sisäisiin ja ulkoisiin tapahtumiin, jotka ovat suunnattu harrastajajäsenille ja ohjaajille.
  - Ohjaaminen antaa mahdollisuuden kehittää itseään sekä karatessa että ohjaamisessa. Vastuuhjaaja saa myös esimieskokemusta johtaessaan vapaaehtoisia ohjaajia.
  - Kannustusjärjestelmän mukainen mahdollinen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 5.
- Lähin esimies
  - Vastuuhjaajan lähin esimies on puheenjohtaja
  - Lajipäällikkö avustaa vastuuhjaajaa kausisuunnittelussa ja mahdollisissa pulmatilanteissa

## 5 Kilpailija

- Velvollisuudet
  - Jaoksen kilpailija on maksanut kuluvan kauden harjoitusmaksun, joka on osoitettu hänen tasoryhmälle.
  - Jaoksen kilpailija sitoutuu jaoksen toimintalinjassa asetettujen arvojen noudattamiseen tatamilla ja tatamin ulkopuolella.
  - Yli 13-vuotias vihreän vyön omaava kilpailija osallistuu jaoksen ohjaustoimintaan tarvittaessa.
  - Kilpailija sitoutuu noudattamaan kilpailijoiden pelisääntöjä. Kts. Liite 4.
- Etuudet
  - Mahdollisuus osallistua oman tasoryhmänsä harjoituksiin ja jaoksen sisäisiin sekä ulkoisiin tapahtumiin, jotka ovat suunnattu harrastajajäsenille. Junioriharrastajilla on näiden lisäksi mahdollisuus osallistua aloittelijoille suunnattuihin kilpa- tekniikkaharjoituksiin.
  - Mahdollisuus edustaa seuraa kilpailuissa ja muissa tapahtumissa.
- Lähin valmentaja
  - Lajipäällikkö vastaa Erän Karatejaoksen kokonaisvalmennuksesta ja kilpailutoiminnasta.
  - Tiettyyn kilpailuun erikseen nimetty valmentaja vastaa kilpailupäivän valmennuksesta

## 6 Sopimusurheilija

- Velvollisuudet
  - Jaoksen sopimusurheilija/kilpailija sitoutuu jaoksen toimintalinjassa asetettujen arvojen noudattamiseen tatamilla ja tatamin ulkopuolella sekä hänen henkilökohtaisessa urheilijasopimuksessa määrättyjen ehtojen noudattamiseen.
  - Lisäksi kilpailija sitoutuu noudattamaan kilpailijoiden pelisääntöjä. Kts. Liite 4.
- Etuudet
  - Sopimusurheilija saa etuudet, jotka hänen henkilökohtaisessa urheilijasopimuksessa on määritelty.
- Lähin valmentaja
  - Lajipäällikkö toimii sopimusurheilijan henkilökohtaisena valmentajana, ellei toisin sovita.

## 7 Tuomari

- Velvollisuudet
  - Jaoksen jäsen, joka toimii tuomarin roolissa kilpailuissa, edustaa itsensä lisäksi seuraa sekä Suomen Karateliittoa ja sitoutuu noudattamaan



jaoksen toimintalinjan arvoja ja Karateliiton tuomareille asettamia arvoja sekä ehtoja tatamilla ja tatamin ulkopuolella.

- Etuudet
  - Suomen Karateliitto määrittelee palkkiot vuosittaisen suunnitelmansa mukaisesti kilpailuissa toimiville tuomareille.
  - Tämän lisäksi tuomaritoiminta kehittää tuomarin omaa karatea sekä omaa ohjausta/valmennusta.
- Lähin esimies
  - Suomen Karateliitto koordinoi ja johtaa tuomaritoimintaa

## 8 Kilpavalmentaja

- Velvollisuudet
  - Jaoksen jäsen, joka toimii valmentajan roolissa kilpailuissa. Sitoutuu noudattamaan jaoksen toimintalinjan arvoja ja Karateliiton kilpailusääntöjä, jotka koskevat valmentajia. Sitoutuu noudattamaan Karate Do:n kilpailuarvoja sekä tatamilla ja tatamin ulkopuolella. Toimii Erän Karatejaoksen kilpavalmentajan pelisääntöjen mukaisesti. Pelisäännöt löytyvät liitteestä 3.
- Etuudet
  - Tapanilan Erän Karatejaoksen kilpailuun ennalta nimetty valmentaja saa Suomen Karateliiton matkustussäännön mukaisen korvauksen kilpailupäivältä
- Lähin esimies
  - Lajipäällikkö

## 9 Harrastajien edustaja johtoryhmässä (1.1.2018 lähtien)

- Velvollisuudet
  - Osallistuu jaoksen johtoryhmän kokouksiin.
    - Puhe- ja äänioikeus johtoryhmän kokouksissa.
- Etuudet
  - Johtoryhmän kokouspalkkion mukainen mahdollinen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 6.
- Lähin esimies
  - Puheenjohtaja
  - Syyskokous valitsee joka toinen vuosi harrastajan edustajan johtoryhmään

## 10 Rahastonhoitaja

- Velvollisuudet
  - Vastaa jaoksen taloudesta vuositasolla ja raportoinnin oikeellisuudesta seuralle.

- Osallistuu jaoksen johtoryhmän kokouksiin.
  - Puhe- ja äänioikeus johtoryhmän kokouksissa.
  - Allekirjoituksellaan hyväksyy laskut yhdessä puheenjohtajan kanssa.
  - Toimii allekirjoitusoikeudellisena jaoksen nimissä yhdessä puheenjohtajan kanssa (tai puheenjohtajan estyessä varapuheenjohtajan kanssa).
- Etuudet
  - Johtoryhmän kokouspalkkion mukainen mahdollinen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 6.
- Lähin esimies
  - Puheenjohtaja
  - Syyskokous valitsee joka toinen vuosi rahastonhoitajan

## 11 Varapuheenjohtaja

- Velvollisuudet
  - Vastaa jaoksen puheenjohtajan työnkuvasta puheenjohtajan estyessä.
  - Osallistuu jaoksen johtoryhmän kokouksiin
    - Puhe- ja äänioikeus johtoryhmän kokouksissa.
    - Toimii johtoryhmän kokouksessa puheenjohtajana puheenjohtajan estyessä.
    - Toimii allekirjoitusoikeudellisena jaoksen nimissä yhdessä puheenjohtajan tai rahastonhoitajan kanssa.
- Etuudet
  - Johtoryhmän kokouspalkkion mukainen mahdollinen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 6
- Lähin esimies
  - Puheenjohtaja
  - Syyskokous valitsee joka toinen vuosi varapuheenjohtajan

## 12 Lajipäällikkö

- Velvollisuudet
  - Lajipäällikkö toimii Karatejaoksen työntekijänä
  - Lajipäällikkö tekee työtä työsopimuksen ja toimenkuvan mukaisesti
- Etuudet
  - Lajipäällikkö on jaoksen palkattu henkilö.
- Lähin esimies
  - Puheenjohtaja

## 13 Puheenjohtaja

- Velvollisuudet
  - Vastaa jaoksen toiminnasta kokonaisuudessaan.
  - Vastaa johtoryhmän toiminnasta.
  - Kehittää jaosta yhteistyössä lajipäällikön ja johtoryhmän kanssa.
  - Toimii allekirjoitusoikeudellisena jaoksen nimissä yhdessä varapuheenjohtajan tai rahastonhoitajan kanssa.
- Etuudet
  - Vuosittainen puheenjohtajan toimen palkkio.
  - Johtoryhmän kokouspalkkion mukainen palkitseminen. Kts lisää liitteestä nro 6
- Lähin esimies
  - Syyskokous valitsee joka toinen vuosi jaoksen puheenjohtajan.

## 14 Johtoryhmä

Erän Karaten johtoryhmän tärkeimmät tehtävät ovat

- kehittää ja toteuttaa jaoksen hyväksytyä toimintalinjaa
- valvoa ja toteuttaa kuluvan vuoden toimintasuunnitelmaa
- valvoa kuluvan vuoden budjetin toteutumista
- suunnitella ja valmistella asiat jaoksen sääntömääräisiin kokouksiin (syys- ja kevätkokous) sekä mahdollisiin ylimääräisiin kokouksiin
- määrittellä jaoksen eri työryhmät, työryhmien vetäjät ja niiden tehtävät
- johtoryhmän jäsenet avustavat puheenjohtajaa lajipäällikön esimiehenä puheenjohtajan esityksestä

1.1.2018 lähtien jaoksen johtoryhmässä on viisi (5) jäsentä. He ovat:

- puheenjohtaja
- varapuheenjohtaja
- rahastonhoitaja
- harrastajien edustaja
- lajipäällikkö

Johtoryhmän jäsenet valitaan syyskokouksessa lajipäällikköä lukuun ottamatta. Johtoryhmä toimii syyskokouksessa hyväksytyin budjetin ja toimintasuunnitelman puitteissa ja kehittää jaoksen toimintaa sekä tekee operatiivisia päätöksiä, joita lajipäällikkö toteuttaa jaoksen resursseja hyväksi käyttäen.

Johtoryhmän kokouksien puheenjohtajana toimii ensisijaisesti jaoksen puheenjohtaja, hänen estyessä jaoksen varapuheenjohtaja. Kokouksien sihteerinä toimii ensisijaisesti lajipäällikkö.

Johtoryhmä kokoontuu vähintään kerran kahdessa kuukaudessa. Kokouksen minimiosallistujamäärä on 3 johtoryhmän henkilöä. Kokouksen asialista sekä tehdyt päätökset dokumentoidaan.

Johtoryhmän kokouspalkkiot löytyvät liitteestä nro 6.

## 12. Syyskokous

Karatejaoksessa ylin päättävä elin on syyskokous. Karatejaos pitää vuosittaisen syyskokouksen jäsenistölleen loka-marraskuussa.

Syyskokous hyväksyy johtoryhmän laatiman toimintasuunnitelman ja budjetin seuraavalle toimintavuodelle.

Syyskokous valitsee joka toinen vuosi kaksivuotiselle toimikaudelle jaokselle puheenjohtajan, varapuheenjohtajan ja rahastonhoitajan. Lisäksi syyskokous valitsee vuosittain muut johtoryhmän jäsenet.

Emoseuralla, Tapanilan Erä ry:llä, on johtokunta, joka valvoo ja tarvittaessa ohjeistaa emoseuran jaoksia, kuten karatejaosta toiminnassa. Syyskokous järjestetään emoseuran toimintasääntöjen mukaisesti.

Lisätietoja Tapanilan Erän toimintasäännöistä ja ohjeista löytyy liitteestä nro 1.

## 13. Kevätkokous

Karatejaos pitää vuosittaisen kevätkokouksen jäsenistölleen maaliskuu-toukokuussa. Karatejaoksen kevätkokouksessa hyväksytään edellisen vuoden toimintakertomus ja taloudellinen tulos.

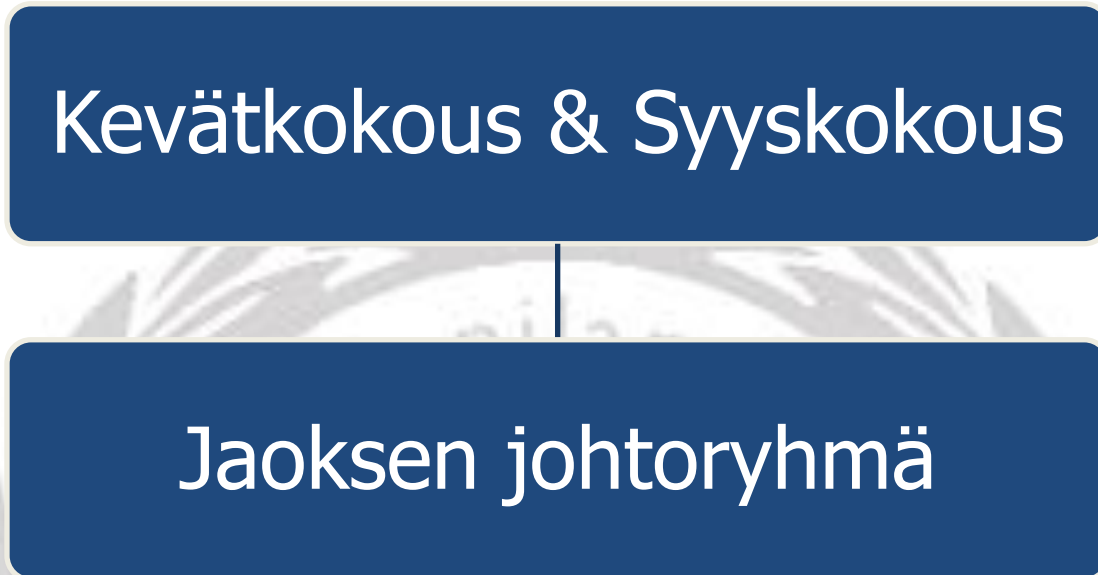
Emoseuralla, Tapanilan Erä ry:llä, on johtokunta, joka valvoo ja tarvittaessa ohjeistaa emoseuran jaoksia, kuten karatejaosta toiminnassa. Kevätkokous järjestetään emoseuran toimintasääntöjen mukaisesti.

Lisätietoja Tapanilan Erän toimintasäännöistä ja ohjeista löytyy liitteestä nro 1.

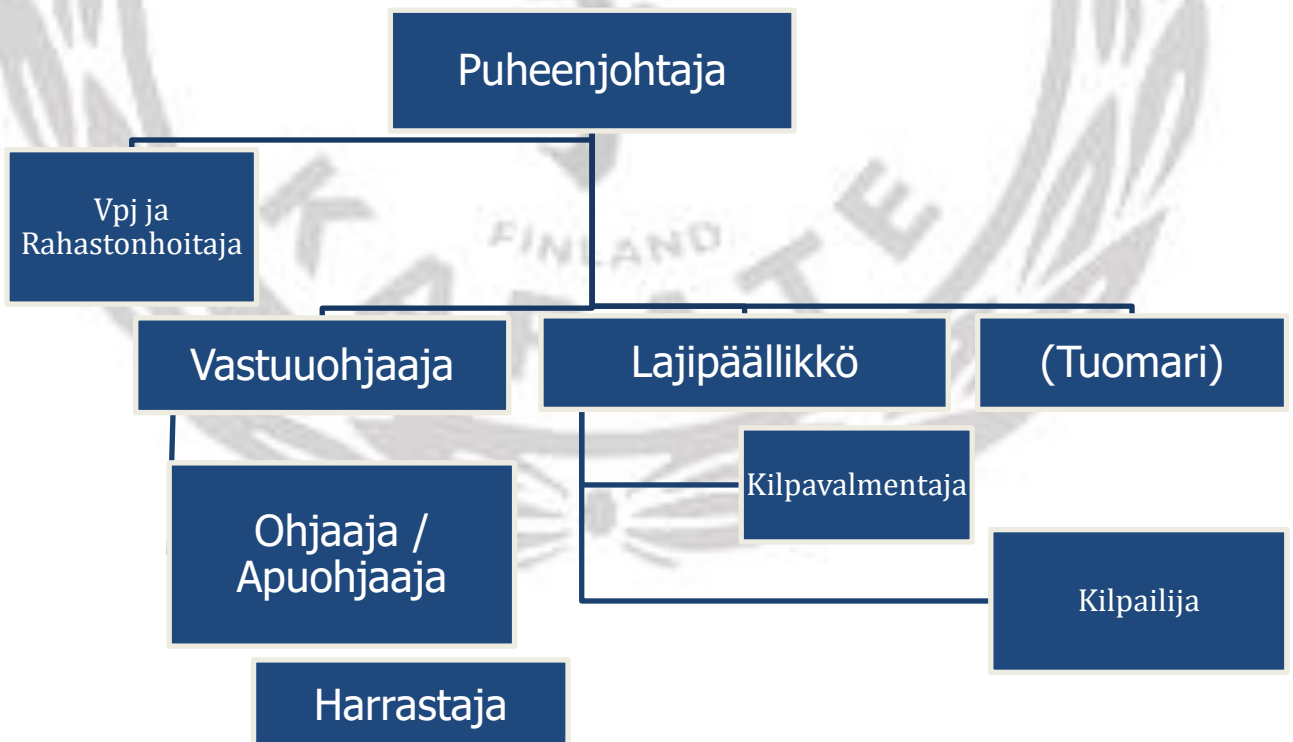


## 14. Jaoksen organisaatiokaavio

Kuva 1. Päätösprosessi



Kuva 2. Organisaatiokaavio



## LIITE NRO 1

### **Tapanilan Erä ry:n lajijaostojen toimintaohjeet**

Nämä toimintaohjeet on hyväksytty Tapanilan Erä ry:n johtoryhmän kokouksessa 1.12.2010, ja ne korvaavat aiemmat 21.5.2002 hyväksytyt toimintaohjeet.

#### **Jaoston käsite**

Tapanilan Erä ry:n johtoryhmä voi yhdistyslain ja omien toimintasääntöjensä puitteissa perustaa rekisteröimättömiä alaosastoja harjoittamaan seuran piirissä sen sääntöjen 6 §:n mukaista toimintaa jossakin urheilu- tai liikuntalajissa. Näitä alaosastoja kutsutaan lajijaostoiksi.

Toiminnallisesti itsenäisiksi lajijaostoiksi voidaan seuran toimintasuunnitelmassa määritellä ne lajijaostot, jotka Tapanilan Erä ry:n johtoryhmän harkinnan mukaan toimivat oman lajinsa osalta ohjauksellisesti ja valmennuksellisesti riittävän korkeatasoisesti, ja joiden harrastajamäärät jaostossa ovat lajin ominaispiirteet huomioonottaen riittävän suuria.

Jaostolla on harjoittamansa toiminnan puitteissa itsenäinen lajiasiantuntemukseen perustuva päätöksentekovalta ottaen huomioon se, mitä yhdistyslaissa ja seuran toimintaohjeissa määritellään. Jaostoilla on oma taloudenhoitonsa ja jaoston määräämälle henkilölle voidaan Tapanilan Erä ry:n pankkijärjestelmän pääkäyttäjien toimesta antaa oman jaostonsa tilinkäyttöoikeus. Jaostojen tulee laatia omat Tapanilan Erä ry:n toimintasääntöjen kanssa yhdenmukaiset toimintasäännöt. Toimintasäännöissä tulee noudattaa sovelletusti Tapanilan Erä ry:n toimintasääntöjen 13 § , 14§ ja 15 §. Tapanilan Erä ry:n johtoryhmä hyväksyy jaostojen toimintasäännöt.

Muut urheilu- tai liikuntaryhmät toimivat osana Tapanilan Erä ry:n hallinnon alaista harrasteliikuntaa ilman toiminnallista itsenäisyyttä.

#### **Yleiset toimintaohjeet**

Jaoston toiminnasta ja hallinnosta huolehtii jaoston syyskokouksessa valittu ja Tapanilan Erä ry:n syyskokouksessa jaoston esityksen perusteella vahvistama johtoryhmä. Jaoston harjoitusohjelmasta päättää jaoston johtoryhmä, ja se kutsuu myös jaoston ohjaajat ja valmentajat tehtäviinsä. Jaostot ovat velvollisia pitämään yhdistyslain mukaista jäsenrekisteriä jäsenistöstään Tapanilan Erä ry:n puolesta. Jaostot ovat velvollisia keräämään jäseniltään jäsen- ja harjoitusmaksut (toiminta- tai osallituumismaksut). Seuran jäsenmaksun suuruuden määrää vuosittain seuran syyskokous. Jaosto voi sisällyttää jäsenmaksuosuuden harjoitusmaksuihinsa.

#### **Jaostojen kokoukset**

Jaostojen tulee toimintasääntöjensä mukaisesti ylläpitää jaostonsa puitteissa järjestedemokratiaa pitämällä vuosittain jaostojen kevätkokoukset ja syyskokoukset. Äänioikeutettuja ovat jäsenvelvoitteensa suorittaneet 15 vuotta täyttäneet jäsenet. Kokoukset kutsutaan koolle 7 päivää ennen kokousajankohtaa jaoston pääasiallisen harjoituspaikan ilmoitustaululla. Mikäli

harjoituspaikkoja on useita, kutsu tulee toimittaa jokaisen sellaisen harjoituspaikan ilmoitustaululle, jossa on säännöllistä harjoitustoimintaa.

Syyskokous tulee pitää loka-marraskuussa siten, että sen hyväksymät esitykset voidaan valmistella Tapanilan Erä ry:n syyskokouksen päätettäviksi. Syyskokouksessa valitaan Tapanilan Erä ry:n johtoryhmälle tehtävänä esityksenä jäsentensä joukosta lajijaoston puheenjohtaja, sihteeri ja taloudenhoitaja sekä muut tarpeelliseksi katsottavat toimihenkilöt 2 vuotta kestäviksi toimikausiksi. Toimikausi on 2 kalenterivuotta. Puheenjohtajan, sihteerin ja taloudenhoitajan tulee olla eri henkilöitä. Syyskokouksessa jaosto hyväksyy esityksen seuraavan toimintakauden toimintasuunnitelmaksi ja talousarvioksi. Kokouksessa hyväksytään jaoston toimintamaksujen suuruus.

Jaoston kokouksissa on Tapanilan Erä ry:n johtoryhmän jäsenillä ja vakituisilla toimihenkilöillä läsnäolo- ja puheoikeus. Kokouksissa ratkaistaan asiat yksinkertaisella ääntenemmistöllä. Henkilövaaleissa äänten mennessä tasan vaali ratkaistaan arvalla. Muissa asioissa voittaa se mielipide, johon kokouksen puheenjohtaja on yhtynyt. Jokaisella jäsenveloitteensa suorittaneella viisitoista vuotta täyttäneellä jaoston jäsenellä on yksi ääni. Kokouksista pidetään pöytäkirjaa, ja niiden tarkastetut kopiot tulee toimittaa Tapanilan Erä ry:n toimistoon tiedoksi Tapanilan Erä ry:n johtoryhmälle.

## **Jaoston syyskokouksen esityslista**

1. Kokouksen avaus
2. Valitaan kokoukselle puheenjohtaja, sihteeri, kaksi pöytäkirjan tarkastajaa, kaksi ääntenlaskijaa
3. Todetaan läsnäolijat ja äänioikeutetut jäsenet
4. Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus.
5. Vahvistetaan jaoston johtoryhmän laatima esitys tulevan toimintakauden toimintasuunnitelmaksi ja talousarvioksi Tapanilan Erä ry:n syyskokouksen lopullisesti hyväksyttäväksi.
6. Valitaan jaostolle sen täysi-ikäisten jäsenten joukosta seuraavaksi kahden kalenterivuoden mittaiseksi toimikaudeksi puheenjohtaja, sihteeri ja taloudenhoitaja, joiden tulee olla eri henkilöitä, sekä tarvittavat muut jaoston toimihenkilöt seuraavaksi toimintakaudeksi hyväksyttäväksi Tapanilan Erä ry:n toimintasääntöjen 10 §:n mukaisesti. Toimintakausi on kalenterivuosi.
7. Vahvistetaan jaoston jäsenten toimintamaksujen suuruus.
8. Käsitellään jaoston johtoryhmän tai jäsenten vähintään 7 päivää ennen kokousta kirjallisesti jaoston johtoryhmälle esittämällä vireille panemat asiat.
9. Kokouksen päättäminen.

Jaoston kevätkokous pidetään helmi-maaliskuussa siten, että sen hyväksymät esitykset voidaan valmistella Tapanilan Erä ry:n kevätkokouksen päätettäväksi. Jaoston kevätkokouksessa hyväksytään jaoston johtoryhmän laatima esitys jaoston toimintakertomuksesta esitettäväksi Tapanilan Erä ry:n kevätkokoukselle. Toimintakertomuksesta tulee ilmetä jaoston toimintakauden hallinto ja toimihenkilöt, tapahtunut valmennus-, ohjaus- ja kilpailutoiminta, toimintakauden tärkeimmät kilpailu- ja muut tapahtumat ja kilpailumenestys.

## Jaoston kevätkokouksen esityslista

1. Kokouksen avaus
2. Valitaan kokoukselle puheenjohtaja, sihteeri, kaksi pöytäkirjan tarkastajaa, kaksi ääntenlaskijaa
3. Todetaan läsnäolijat ja äänioikeutetut jäsenet.
4. Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus.
5. Vahvistetaan johtoryhmän laatima esitys Tapanilan Erä ry:n kevätkokoukselle jaoston edellisen kauden toimintakertomuksesta ja esitellään kokoukselle edellisen toimintakauden tilikertomus.
6. Käsitellään jaoston johtoryhmän tai jäsenten vähintään 7 päivää ennen kokousta kirjallisesti johtoryhmälle esittämällä vireille pannut asiat.
7. Kevätkokouksen päättäminen.

## Ylimääräiset jaostojen kokoukset

Jaoston ylimääräinen kokous pidetään silloin, kun jaoston johtoryhmä katsoo sen tarpeelliseksi, tai kun jaoston jäsenistä vähintään yksi kymmenesosa on tehnyt siitä jaoston johtoryhmälle kirjallisen esityksen. Ylimääräinen kokous on pidettävä 14 päivän kuluessa siitä, kun jäsenet ovat tehneet esityksensä. Ylimääräisen jaoston kokouksen kutsussa on mainittava asia, minkä vuoksi kokous on koolle kutsuttu.

Asioista, joita jaoston jäsenet haluavat jaoston syys- tai kevätkokouksen käsiteltäväksi, on tehtävä jaoston johtoryhmälle kirjallinen esitys viimeistään 7 päivää ennen kokousta.

## Jaostojen taloudenpito

### Yleistä

Jaostojen toiminnan tulee noudattaa hyväksytyjä toimintasuunnitelmia. Myös jaostojen toimielinten kokouksista tulee pitää pöytäkirjaa, jonka kopio tulee toimittaa Tapanilan Erä ry:n toimistoon. Jaostojen kirjanpidon tarkastavat seuran tilintarkastajat. Kirjanpitomateriaali tulee kuukausittain toimittaa Tapanilan Erä ry:n toimistoon kirjanpidon laatimista varten.



## **Maksuliikenne**

Taloudenhoidossa jaoston taloudenhoitaja, saatuaan jaoston tilinkäyttöoikeuden, maksaa jaoston laskut. Niiden tulee olla jaoston puheenjohtajan tai jaoston kokouksen päätöksellä määrätyn henkilön hyväksymiä. Myös seuran pankkijärjestelmän pääkäyttäjillä on tilinkäyttöoikeus kaikkiin seuran tileihin.

Kilpailu-, leiri- ja harjoitusmatkoista tms. tulee laatia matkalasku jonka puheenjohtaja hyväksyy. Matkalaskusta tulee ilmetä osallistujat, osallistujien henkilötunnukset, ajankohta, matkan tarkoitus, käytetyt kulkuvälineet sekä muut tarvittavat tiedot sekä siihen tulee liittää kaikki kyseiseen matkaan kohdistuvat tositteet. Kaikkien palkkioiden, esimerkiksi erotuomaripalkkioiden kohdalla tositteissa täytyy näkyä saajan henkilötunnus.

## **Toimintasuunnitelmasta oleellisesti poikkeava toiminta**

Mikäli jaoston toiminnassa tapahtuu hyväksytystä toimintasuunnitelmasta oleellisesti poikkeavaa, huomattavia taloudellisia sitoumuksia tai oleellisia kustannuksia aiheuttavaa toimintaa, tulee kyseinen toiminta saattaa Tapanilan Erä ry:n johtoryhmän tietoon ja hyväksyttäväksi.

## **Jaostojen suorittamat hallintomaksut**

Tapanilan Erä ry perii lajijaostoiltaan hallintomaksua joka on määrätty seuran johtoryhmän päätöksellä (27.9.2010) suhteessa jaoston kirjanpitomateriaalin määrään. Hallintomaksu peritään vuosittain toukokuun ja joulukuun lopussa.

## **Jaoston aseman muutos**

Mikäli jaosto ei kykene noudattamaan toimintasääntöjään eikä suoriudu velvoitteistaan äitiseuraan kohtaan tai sen toiminta muuttuu oleellisesti jäsenmäärän, ohjauksen tai valmennuksen suhteen, voi Tapanilan Erä ry:n johtoryhmä evätä jaostolta itsenäisen aseman ja samalla sen taloudenhoitajalta itsenäisen tilinkäyttöoikeuden .

## **Muut jaoston yleiset velvoitteet**

Lajijaoston tulee oman toimintansa osalta valmistella toimintakauden alussa (tammikuisin) Helsingin kaupungille tehtävän vuosi-ilmoituksen aineisto ja toimittaa se Tapanilan Erä ry:n toimistoon. Jaoston tulee kirjata kaikki säännöllinen harjoitustoiminta jaoteltuna aikuisiin ja nuoriin (alle 19 v) viikoittaisen harjoitustapahtuman tarkkuudella, ja kunkin harjoituksen vastaavan ohjaajan nimi sekä osallistujat tulee kirjata. Jaosto on velvollinen ylläpitämään jäsenrekisteriä jossa ilmenee jäsenen nimen lisäksi kotikunta ja syntymävuosi.

Jaostojen tulee suunnitella huolellisesti toimintaansa ja harjoitusvuoroesitykset tulee toimittaa hyvissä ajoin seuraavia toimintakausia varten Tapanilan Erä ry:n toimistoon jaostoille annettavien ohjeiden mukaisesti. Kaikki harjoitustilavaraukset säännöllistä kausiharjoittelua varten hoidetaan koordinoitusti Tapanilan Erä ry:n toimiston kautta. Jaostojen tulee toimittaa harjoitusvuoroaikansa ja kurssiensa aikataulut ja ilmoittautumistiedot Tapanilan Erä ry:n toimistoon sekä huolehtia siitä,

että ne saadaan seuran verkkosivuille ja muuhun julkaistavaan materiaaliin ennen syyskauden ja kevätkauden alkua. Tiedot tulee saattaa myös jaoston jäsenille tiedoksi.

Kaikki normaalista harjoitustoiminnasta poikkeavat tapahtumat kuten leirit, kurssit tai kilpailut ja tilavaraukset **Tapanilan Urheilukeskuksessa** tulee ilmoittaa etukäteen sekä Tapanilan Erä ry:n toimistoon sekä Tapanilan Urheilukeskuksen asiakaspalveluun. Mikäli järjestelyt edellyttävät muiden jaostojen harjoitusvuorojen käyttöä, mahdollisuus poikkeusjärjestelyihin on neuvoteltava asianomaisen jaoston kanssa. Mikäli tapahtumien osanottajat tarvitsevat kahvilapalveluita, Tapanilan Urheilukeskuksessa toimivaa kahvilanpitäjää tulee informoida asiasta.

Kaikessa toiminnassa lajijaostojen tulee noudattaa yhdistyslakia ja Tapanilan Erä ry:n toimintasääntöjä. liikunnan eettisiä arvoja kunnioittaen. Mikäli toiminnassa on jaoston sisäisesti ratkaisemattomissa olevia ristiriitaisuuksia, Tapanilan Erä ry:n johtoryhmä on velvollinen käsittelemään asian. Mahdollisissa kurinpitoasioissa noudatetaan seuran sääntöjä ja yhdistyslakia.



## LIITE NRO 2.

### TURVALLISUUSUUNNITELMA – Erän Karate

OHJAAJAT SUUNNITTELEVAT HARJOITUKSET NIIN, ETTÄ NE OVAT KAIKILLE OSALLISTUJILLE TURVALLISIA

Lajiosaamisen lisäksi ohjaajia koulutetaan jatkuvasti huolehtimaan harjoitusten aikana turvallisuudesta ja ennakoimaan hätätilanteet. Riittävä lämmittely auttaa minimoimaan loukkaantumisia harjoituksissa.

Ohjaajia koulutetaan yhteisiin käytäntöihin hätätilanteiden varalta. Ohjaajia koulutetaan lisäksi ensiaputoimintaan aktiivisesti. Ohjaajan tärkein tehtävä äkillisissä sairaskohtauksissa tai vakavissa loukkaantumistapauksissa on soittaa hätäkeskukseen numeroon 112. Harjoituksemme pidetään pääsääntöisesti Tapanilan Urheilukeskuksen tatamilla (Erätalo) tai studiossa (Keilahalli/kahviorakennus). Tarkka osoite Tapanilan Urheilukeskukseen on: Erätie 3, Helsinki. Lähin defibrillaattori sydänkohtaustilanteita varten löytyy Tapanilan Urheilukeskuksen keilahallirakennuksen kahvion vierestä.

Karatejaos tarjoaa ohjaajilleen aktiivisesti mahdollisuutta kouluttautua Suomen Punaisenristin tai vastaavan tahon toimesta ensiapuasioissa.

### TURVALLISUUS SALILLA

Erän Karatejaoksen harjoituksissa lasten harjoituksissa on pääsääntöisesti vähintään kaksi ohjaajaa ohjaamassa harjoituksia. Alaikäinen ohjaaja ei saa koskaan ohjata yksin harjoituksia, vaan hänellä on apunaan aina täysi-ikäinen henkilö.

Tapaturmien varalta seuralla on ohjaamisen kattava vakuutus. Harjoittelijat huolehtivat itse omasta vakuutusturvastaan, ja heitä opastetaan ohjaajien puolelta hankkimaan vakuutus, joka kattaa myös budolajit.

Harjoittelusalin turvallisuudesta ja siisteydestä pidetään yhdessä huolta ja harjoituksen ohjaaja vastaa että tatami on siisti seuraavaa harjoitusta varten. Pääsääntöisesti harjoitusalueen vuokranantaja vastaa harjoitustilan siisteydestä ja turvallisuudesta, mutta karatejaoksen harjoitussalin käyttäjä vastaa, että vie käyttämänsä harjoitusvälineet aina takaisin paikoilleen.

Mahdollisten vaaratilanteiden varalta ohjaajat ilmoittavat Tapanilan Urheilukeskuksen kassalle ja huoltohenkilökunnalle mahdollisesta rikkineisestä esineestä ja/tai rakenteesta harjoituspaikalla (esim. vesi- tai sähköpisteitä tai rikkoutunut peili). Harjoittelijoita opastetaan myös omalla toiminnallaan vähentämään potentiaalisia vaaratilanteita.

Lasten harjoituksissa alkuun kuuluu harjoittelijoiden määrän laskeminen. Koko harjoituksen ajan tulee tarkastaa aika ajoin, että koko ryhmä on kasassa. Koska tatamilta ei saa poistua ilman lupaa, minkä harrastajat oppivat jo peruskurssin alusta saakka, ohjaajat ovat koko ajan tietoisia siitä, missä harjoittelijat milloinkin ovat.

Harjoittelu itsessään pyritään pitämään mahdollisimman turvallisena tiukan kurinpidon avulla. Jo peruskurssista lähtien harrastajat opetetaan tekemään vain se, mitä käsketään, ja vain silloin, kun käsketään.

Harjoittelusalilla on aina ensiapupakkaus, josta lajipäällikkö pitää huolta saamiensa ohjeiden mukaisesti. Kaikilta seuraan liittyviltä jäseniltä kysytään mahdollisesti harjoitteluun vaikuttavat sairaudet, ja ne pyritään ottamaan huomioon harjoituksissa. Luonnollisesti harjoittelijalla itsellään on vastuu omasta sairaudestaan tiedottamisesta. Yleensä pitkäaikaissairautta sairastavat harrastajat osaavat itse kertoa valmentajalle sairaudestaan. Kids- ja junioriharrastajien osalta sen tekee jompikumpi vanhemmista, jos harrastaja ei osaa kertoa asiaa. He myös antavat yleensä toimintaohjeita erityistilanteita varten.

Kaikesta ennakoinnista huolimatta joskus salilla tapahtuu vahinkoja ja yllätyksiä. Tärkeintä on, että ohjaajat säilyttävät harkinta- ja toimintakykynsä ja pyrkivät rauhoittamaan tilanteen nopeasti. Yleensä harjoituksissa on aina läsnä kaksi ohjaajaa, joista toinen keskittyy loukkaantuneeseen harjoitteliijaan ja toinen ottaa haltuunsa muun ryhmän. Loukkaantunut harjoittelija siirretään varovaisesti mahdollisuuksien mukaan mukavaan paikkaan, jossa hän ei joudu alttiiksi lisävammoille muun ryhmän harjoitellessa. Mikäli vamma vaatii välitöntä hoitoa, paikalle hälytetään sekä lääkintähenkilöstöä (112) että harrastajan omainen. (Aikuisharrastaja tai junioriharrastajan huoltaja vastaa, että Myclubin yhteystiedot ovat ajan tasalla.)

Muutoin tarvittaessa odotellaan omaisen saapumista paikalle hakemaan harrastaja harjoituksesta, ja tuolloin harjoituksen vastaava ohjaaja juttelee omaisen kanssa tilanteesta, kertoo tapahtuneen sekä jälkitoimet. Jos harrastajaa ei omainen pääse hakemaan, on ohjaajan pyrittävä saamaan harrastajalle turvallinen kyyti kotiin/sairaalaan.

Jos harjoituksissa on vain yksi ohjaaja paikalla, hän käskää muun ryhmän seiza-istuntaan tiettyyn paikkaan tai itsenäiseen harjoitteluun, josta hän pystyy tarkkailemaan ryhmää sivusilmällä keskittyessään loukkaantuneen harjoittelijan hoitamiseen. Jos ryhmässä on mukana korkeamman vyöarvon omaavia harjoittelijoita, ohjaaja voi antaa ryhmälle tehtäväksi jatkaa tekniikkaharjoitusta ylimmän vyöarvon johdolla.



## LIITE NRO 3.

### Kilpavalmentajien pelisäännöt

#### **TAPANILAN ERÄN KARATEJAOXSEN KILPAVALMENTAJIEN PELISÄÄNNÖT**

1. Tapanilan Erän valmentajat ilmoittavat puolivuositain kilpailut kilpailijoille ja heidän huoltajille, joihin seura lähettää valmentajan
2. Valmentaja valmentaa kilpailuissa kaikkia jaoksen jäseniä tasapuolisesti.
3. Valmentaja valmentaa päihteittä
4. Jos kilpailuun osallistuu useampi jaoksen valmentaja, sovitaan valmennusvastuista etukäteen valmentajien WhatsApp-ryhmässä
5. Erän valmentaja käyttää jaoksen edustusasua kilpailuissa
6. Jokaisesta kilpailusta laaditaan juttu jaoksen internetsivuille, facebookiin ja tarjotaan juttua lähialueen medioihin
7. Valmentajat sopivat kisajutun tekijän etukäteen
8. Valmentaja organisoii herättelyn ja lämmittelyn ja käy kilpailutaktiikkaa läpi kilpailijan kanssa ennen jokaista ottelua
9. Valmentaja antaa kilpailijalle palautetta kilpailun jälkeen
10. Valmentaja tiedottaa muita valmentajia kilpailijoiden suorituksista WhatsApp-ryhmässä
11. Valmentaja tiedottaa kilpailijoita ADT-asioista Karateliiton antamien ohjeiden mukaisesti
12. Valmentaja ylläpitää hyvää henkeä kaikkien seuran kilpailutoimintaan osallistuvien kesken

## LIITE 4.

### Kilpailijoiden pelisäännöt

#### **TAPANILAN ERÄN KARATEJAKSEN KILPAILIJOIDEN PELISÄÄNNÖT**

1. Jokaiselle jaoksen jäsenelle annetaan mahdollisuus kilpailla
2. Kilpailija kilpailee päihteittä ja ilman dopingia. Lääkityksestä tai sairaudesta tulee ilmoittaa ennakkoon jaoksen valmentajalle ja hankkia tarvittavat dokumentit ADT testejä varten.
3. Kilpailija käyttää jaoksen edustusasua kilpailuissa
4. Enemmän kilpailemisesta kiinnostuneille tarjotaan mahdollisuus harjoitella mm. Pro-ryhmän kata- ja kumiteharjoituksissa
5. Kilpailijoille tiedotetaan puolivuositain kilpailut, joihin jaos lähettää valmentajan mukaan
6. Kilpailutoiminnassa mukana oleva jäsen osallistuu jaoksen talkootyöhön
7. Kilpailija ei osallistu kilpailuihin sairaana
8. Kilpailija ilmoittautuu kisoihin Myclubin kautta sovitussa aikataulussa

## LIITE 7.

### HARRASTAJAN SIIRTYMINEN ERI HARJOITUSRYHMISSÄ

#### Karatekidsit

Karatekidsit aloittavat harrastuksen 5-6-vuotiaina. Karatekids-ryhmässä harjoitellaan kaksi vuotta niin, että ensimmäisen vuoden aikana suoritetaan valkoinen + natsavyö ja toisen vuoden lopulla juniorikeltainen. Kidseistä lapsi siirtyy juniorikeltaisten ryhmään kahden vuoden jälkeen.

#### Juniorit

Juniorit aloittavat harrastuksen 7-12-vuotiaina. Juniorialkeiskurssilla suoritetaan puolen vuoden harjoittelun jälkeen valkoinen + natsa ja vuoden lopulla juniorikeltainenvyö. Lapsi siirtyy junioriryhmissä eteenpäin omassa tahdissa suorittaen puolittaisia voita puolivuositain tai vuosittain riippuen harjoittelukertojen määrästä ja lajitaidon tasosta.

Aikuisten ryhmään siirrytään 12-15-vuoden iässä riippuen nuoren koosta ja lajitaidoista sekä omasta motivaatiosta. Nuori suorittaa tasovyökokeen siirryttäessä kokonaan harjoittelemaan aikuisten ryhmiin.

#### Tasovyökoe

Tasovyökoe on tarkoitettu juniorille, joka siirtyy junioriharjoituksista harjoittelemaan aikuisten harjoituksiin ja haluaa suorittaa ensimmäisen kyu-vyöarvon (aikuisten vyö) nykyisen mon-vyöarvon (juniorivyö) tilalle.

Tasokokeeseen tähtäävän juniorilla suositellaan olevan aktiivista karateharjoittelua takana aikuisten harjoituksissa puoli vuotta ennen tasokokeeseen osallistumista. Junioriharrastaja ohjataan aikuisharjoituksiin ja häntä autetaan oman junioriryhmän ohjaajien toimesta siirtymään aikuisharjoituksiin sekä havaitsemaan oma lajitaitotasonsa ennen vyötasokoetta.

Toimenpiteillä pyritään ehkäisemään junioriharrastajien harrastuksen loppuminen, eli "dropout"-ilmiö, aikuisten harjoituksiin siirryttäessä.

Osallistuminen vyötasokokeeseen toteutetaan seuraavan prosessin mukaisesti:

- Rinnakkaisharjoittelu aikuis- ja junioriharjoituksissa

Junioriharrastaja aloittaa rinnakkaisharjoittelun aikuisten harjoituksissa omien junioriharjoitusten lisäksi.

Seura ei suosittele siirtymään kokonaan aikuisharjoituksiin yhdellä kertaa, jotta muutos ei ole liian suuri. Oman junioriryhmän vastuuohjaaja suosittelee juniorille harjoituksia, jotka sopivat hänen tasolleen.

Erityisesti aikuisten alempien vöiden arkena pidettävät harjoitukset tai viikonloppuisin pidettävät aikuisten yhteisharjoitukset ovat suositeltavat harjoitukset junioreille.

- Aikuisharjoituksissa on harjoitettava vähintään yksi harjoituskausi aktiivisesti ennen osallistumista vyötasokokeeseen  
Tämä tarkoittaa vähintään yhtä harjoitusta kahden viikon välein harjoituskauden aikana. Harjoituskausi on syksy tai kevät. Harjoittelun aikana junioriharrastajan junioriryhmän vastuuhjaaja tai muu nimetty henkilö käy harrastajan kanssa läpi hänen kehitystään sekä vyötasoa, johon tasokokeessa tähdätään.
- Vyökoekatselmus  
Junioriharrastaja osallistuu aikuisten vyökoekatselmukseen, joka järjestetään samalla harjoituskaudella kuin tasokoe.
- Tasokoe  
Tasovyökokeessa junioriharrastaja osallistuu kyu-vyökokeeseen, johon junioriryhmän vastuuhjaajan tai muun nimetyn henkilön kanssa on yhdessä sovittu.
- Siirtyminen aikuisharjoituksiin  
Junioriharrastaja siirtyy aikuisille suunnattuihin harjoituksiin kokonaisuudessaan, kun tämä on suorittanut kyu-vyöarvon.

## Aikuiset

Aikuisten alkeiskurssille osallistuvat 13-vuotta täyttäneet. Yläikärajaa ei ole osallistumiselle. Aikuisten alkeiskurssilla suoritetaan puolen vuoden harjoittelun jälkeen 7. kyu, eli keltainen vyö. Vuoden lopulla aikuisharrastaja yleensä suorittaa oranssin vyön.

Oranssi-vihreän vyön omaava harrastaja harjoittelee aikuisten alemmissä vöissä ja sinisestä vyöstä ylöspäin harjoitellaan aikuisten ylemmissä vöissä.

Vyötasoharjoitusten lisäksi aikuisharrastajille tarjotaan yhteisharjoituksia ja vapaita harjoitusaikoja omatoimiseen harjoitteluun.

Mustan vyön voi suorittaa lyhimmillään noin 6-8 vuodessa. Tämä vaatii erittäin ahkeraa ja monipuolista harjoittelua.

## Kilpailutoiminta

Kaikkia karatejaoksen harrastajia kannustetaan osallistumaan kilpailutoimintaan. Kilpailutoimintaan voi osallistua kilpailijana, huoltajana, valmentajana, toimitsijana taikka tuomarina.

Junioreille Karatejaos tarjoaa mahdollisuuden osallistua kilpaharjoituksiin tähtäimenä kilpailuihin osallistuminen kilpailijana. Kilpaharjoitukset on tarkoitettu



lapsille ja nuorille, jotka ovat suorittaneet vähintään juniorioranssinvyön ja ikää on vähintään 10-vuotta.

Enemmän kilpailemisesta kiinnostuneille jaos tarjoaa mahdollisuuden harjoitella suunnitelmallisemmin ja mm. omat fysiikkaharjoitukset. Lukioikäisille kilpailijoille karatejaos tarjoaa aamuharjoituksia.

