



SUOMEN
VOIMISTELULIITTO

TeamGymin Seurafoorumi

31.1.2022

Voimistelu liikuttaa!

Aiheina:

- TeamGymin seuratoiminnan kehittäminen: Valmennuksen linjaus (Tähtiseura laatutekijä)
Seurakehityksen asiantuntija Tiina Koljander ja seuraesimerkki Lahjan Tytöt –seurasta
- Aluevalmentajajärjestelmän esittely
TG LAR Pj Pipsa Saarenketo
- Maajoukkue toiminnan esittely
MJ vastuvalmentajat Janniina Väänänen, Iida Vuori ja Nuutti Schwartz
- Alkupolkuleirit, koulutukset
TG Lajivastaava Sonia

TEAMGYMIN VALMENNUSJÄRJESTELMÄN KEHITTÄMINEN 2022-2024

TeamGymin leirimuotoisen valmennusjärjestelmän eri osien tavoitavuus on hyvä. **Se tavoittaa noin 80% kilpailevista joukkueista.** Olemassa olevan järjestelmän kehittämisen painopisteet on määritelty seuraavasti:

- **Alkupolkuleiritys** aloittaville joukkueille ja/tai seuroille omilla kotisaleilla

Vahva kontaktointi, matala kynnyks

- **Luokkaleirit** Vierumäellä ja Kuortaneella

Tasokartoitus, työkalujen tarjoaminen

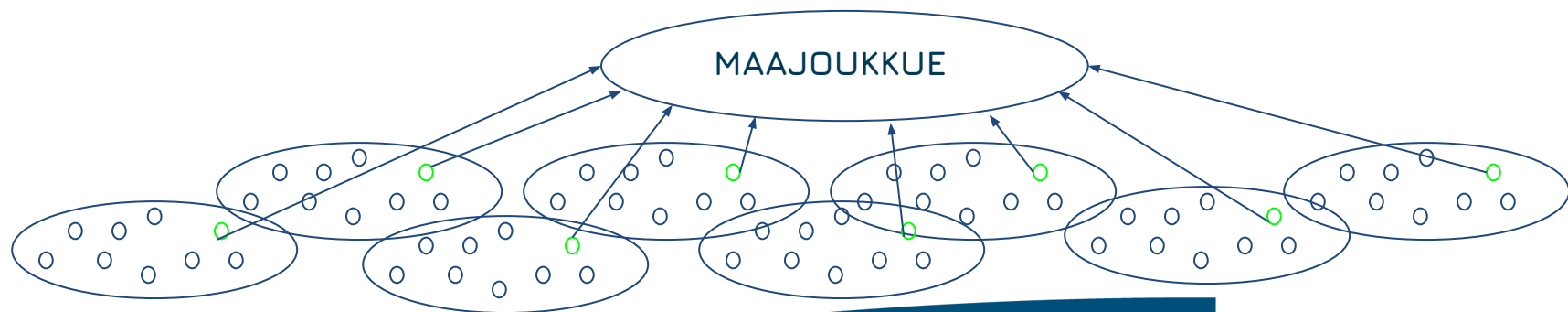
- **Yläkoululeiritys** kahdella ryhmällä Vierumäellä

Talenttiryhmä = nouseva ikäluokka

- **Maajoukkuevalmennus** (tytöt, naiset ja sekajoukkue)

Voimistelijoiden tukeminen ammattimaisella valmennuksella

TeamGymin maajoukkueet muodostetaan eri seurojen kärkivoimisteliijoista. **Laaja sekä laadukas seuratyö ja voimistelijatuotanto** ovat tulevaisuudessa maajoukkueemme kehittymisen ja kilpailumenestyksen elinehto. Viime vuosien laadukkaan seuratyön ansiosta naisten maajoukkue saavutti vuoden 2021 EM-kisoissa pronssia.



TEAMGYMIN HUIPPU-URHEILUTOIMINTA

TAVOITTEET 2024

- Kurotaan kiinni eroa kärkimaihin vaikeus- ja suorituspisteissä (10 voimistelijaa tasolla: suorintupla taaksepäin volttiradalla ja suorintupla 2,5 kierteellä trampetilla)
- 2 joukkuetta 5 parhaan joukossa tulevilla EM-kilpailuissa

PAINOPISTEET 2022-2024

- Maajoukkueen **valmennustoiminnan kehittäminen ammattimaisempaan suuntaan**

- **Aluevalmentajajärjestelmän luominen** maajoukkuetoiminnan tueksi
- Nuorten ikäluokkien **seuravalmentajien osaamisen kehittäminen**
- **Urapolun ja fyysisen polun jalkauttaminen** seuroihin kehittämään laadukasta päivittäisvalmennusta



Vetovoimaisen lasten voimistelun tavoitteet:

- Seurojen toiminta mahdollistaa laadukkaan lasten voimistelun. Voimistelijan polkuja on harrasteesta huippu-urheilijaksi saakka.
- Jokaiselle lapselle tarjotaan turvallinen toimintaympäristö.
- Lasten ohjaamisesta ja valmennuksesta kasvaa arvostettu harrastus ja ammatti.
- Voimistelutoiminnassa mukana olevien lasten määrä kasvaa.
- Voimistelun rooli yhteiskunnallisena vaikuttajana nousee näkyvämmäksi. Lasten voimistelun mielikuva muuttuu strategian suuntaisesti positiivisemmäksi.

TeamGymin menestyssuunnitelman ja Voimisteluliiton strategian mukaisesti haluamme valmennusjärjestelmän **seuraavan kehitysaskeleen** tukevan seuroja lähellä **konkreettista arkea**.

Uusi toimintamuoto kohdentuu **huippuvaihetta edeltäviin ikäluokkiin**, jotta toimintamallista hyötyy mahdollisimman **moni lajin harrastaja sekä seura**.

MAAJOUKKUE NUORET JA AIKUISET

ALUEVALMENTAJA

4. Luokka

SM-TASO

3. Luokka

2. Luokka

Alkupolkuleiritys

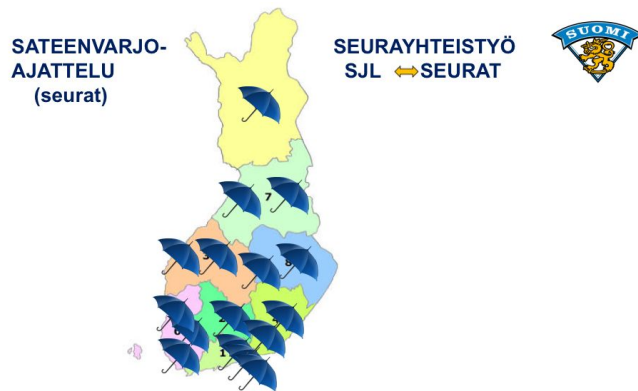
SUOMEN LINJA - "AMMATTIMAISSUUS JA SYSTEMAATTISUUS MENESTYKSEN PERUSPILAREINA"

Tavoitteena liittojohtoisen valmennuksen ammattimaistaminen urheilullisten tavoitteiden saavuttamiseksi

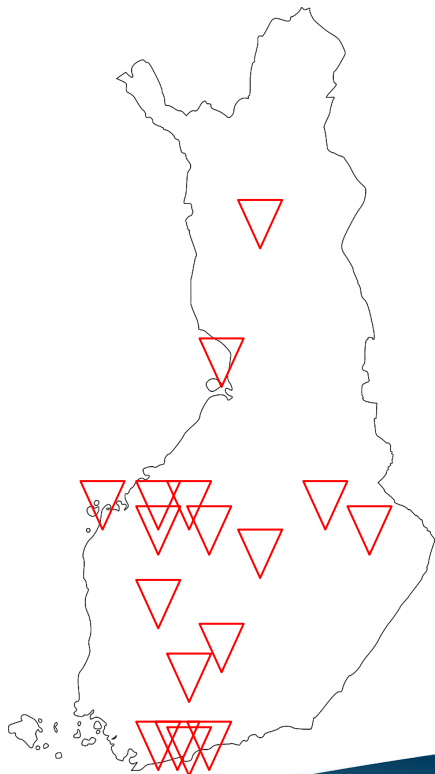


Syksyllä 2022 käynnistetään valmennusjärjestelmän osaksi aluevalmentajajärjestelmä, joka pohjautuu Jääkiekkoliiton malliin lajiliiton sekä seurojen välisen yhteistyön ja viestinnän tiivistämisestä.

Mallissa alueellisesti keskeiseen seuraan (sateenvarjon kannattaja -seura) palkattava henkilö jalkauttaa lajiliiton strategiaa vastuualueensa seurojen arkeen.



Jokaisella Suomalaisella jääkiekkoilijalla on mahdollisuus kilpailla aikuisena maailman parhaan jääkiekkoilijan tittelistä niin halutessaan – Suomi Kiekko järjestelmä luo mahdollisuuden



TeamGymin aluevalmentajajärjestelmä

- 3 aluevalmentajaa
- Kaksivuotiskausi 8/2022-7/2024
- Työaika 1 pv/viikko/aluevalmentaja
- Korvaus ostopalvelutukena sijoitusseuralle
- Tehtäviin sisältyy toimiminen kohdeikäryhmien liittoleirityksessä sekä vastuualueen seurojen tukeminen etä- ja lähikontaktein (kts. tarkemmin vuosikelloluonnos)
- Ostopalvelutuesta järjestetään avoin hakukierros

Aluevalmentajalta toivotaan

- intohimoa TeamGymin tavoitteelliseen kehittämiseen
- vähintään 2-tason tai vastaavaa valmentajakoulutusta
- kokemusta 3.-4.luokan voimistelijoiden valmentamisesta
- valmiutta viikonlopputyöhön ja matkustamiseen alueella
- mahdollisuutta sitoutua aluevalmentajan työhön kahdeksi vuodeksi (1.8.2022-31.7.2024)

Ostopalvelutuen saavalta seuralta odotetaan sitoutumista

- TeamGymin kehittämiseen seurassa
- Voimisteluliiton strategiaan ja laadukkaan lasten voimistelun edistämiseen
- lajin suoritusmerkkien käyttämiseen valmennuksessa ja seuran joukkueiden kuulumista liiton valmennusjärjestelmään
- valmentajien suunnitelmalliseen kouluttamiseen
- aluevalmentajan työn suorittamiseen mahdollistavaan aikataulutukseen valmentajan muiden työtehtävien osalta
- lasten- ja nuorten Tähtiseura-laatuksiteereihin (seuralle myönnetty Tähtiseura-status tai seura on aloittanut prosessin Tähtiseuraksi)

- Vahvempi seurayhteistyö =
Seuratoiminnan ja arkiharjoittelun laadun
parantaminen strategian mukaisesti
 - Valmentajien osaamisen lisääminen sekä
pitkäjänteisyys (seuravalmentajat)
 - Ammattivalmentajuuden edellytysten ja
houkuttelevuuden parantaminen
(aluevalmentajat)
- = Urheilijapotentiaalin laajentaminen
sekä taitotason nosto maajoukkueeseen
hakeuduttaessa. "Jokainen maajoukkue
edellistä vahvempi".

Aluevalmentajan vuosikelloluonnos

48 työpäivää/vuosi

- Liittoleirivalmennus (14 päivää)
- Lähikäynnit seuroissa (14 päivää)
- Seurakohtainen etäkontakti / mentorointi (12 päivää)
- Alueen yhteiset etätapaamiset / lisäkoulutukset (4 päivää)
- Jory-yhteistyö (4 päivää)

Aluejakoluonnos

Läntinen/Pohjoinen

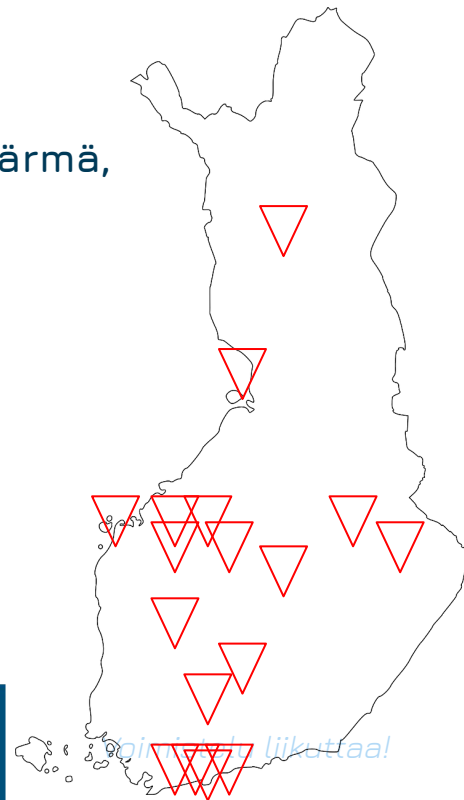
-Vaasa, Seinäjoki, Alavus, Härmä,
Oulu, Rovaniemi

Itäinen/Keskinen

-Jyväskylä, Keuruu, Kuopio,
Joensuu, Tampere

Eteläinen

-Lahti, Tuusula, Espoo,
Helsinki (4 seuraa)



2022-2023

elokuu: jory 2 pv, liittoleirit 4 pv

syyskuu: etäkontaktit 4 pv

lokakuu: lähikäynnit 7 pv

marraskuu: Jory 1pv, alueelliset etätapaamiset 2 pv

joulukuu: liittoleirit 3 pv, etäkontaktit 4 pv

tammikuu: liittoleirit 3 pv

helmikuu: lähikäynnit 7 pv

maaliskuu: alueelliset etätapaamiset 2 pv

huhtikuu: Jory 1 pv

toukokuu: etäkontaktit 4pv (tulevan kauden suunnittelu)

kesäkuu: liittoleirit 4 pv, alueelliset etätapaamiset 1 pv

2023-2024

elokuu: jory 2 pv, liittoleirit 4 pv

syyskuu: etäkontaktit 4 pv

lokakuu: lähikäynnit 7 pv

marraskuu: Jory 1pv, alueelliset etätapaamiset 2 pv

joulukuu: liittoleirit 3 pv, etäkontaktit 4 pv

tammikuu: liittoleirit 3 pv

helmikuu: lähikäynnit 7 pv

maaliskuu: alueelliset etätapaamiset 2 pv

huhtikuu: Jory 1 pv

toukokuu: etäkontaktit 4pv (tulevan kauden suunnittelu)

kesäkuu: liittoleirit 4 pv, alueelliset etätapaamiset 1 pv



TeamGymin Maajoukkueetoiminnan esittely

- Maajoukkue toiminta on osa liittojohtoista TeamGymin valmennusjärjestelmää
- Tarkoituksena on tukea voimistelijan kokonaisvaltaista kehittymistä ja valmistaa voimistelijaa arvokilpailuihin
- Tärkeitä arvoja ovat yhteisöllisyys, positiivisuus ja ahkera harjoittelu
- Maajoukkue toimintaan osallistuvista voimistelijoista muodostuu EM-kilpailujen kokoonpano parillisten vuosien keväällä (poikkeuksellisesti koronan takia 2021)

- Parillisina vuosina
- Käydään maajoukkueina, kun taas PM-kilpailut käydään seurajoukkueina
- Poikkeustilanteen vuoksi EM-kisat 2021 ja 2022, seuraavat 2024
- Suomesta 2021 aikuisissa naisten joukkue ja sekajoukkue, nuorissa tyttöjen joukkue
- Nuoret 14 - 17 v, Aikuiset 16 -
- Joukkueen koko 10 kilpailevaa voimistelijaa + 2 varavoimistelijaa

- Maajoukkueeseen voi hakea vuosittain
Varsinaiselle maajoukkueen katsastusleirille kutsutaan voimistelijoita videohakemusten perusteella
Myös kevään/syksyn kilpailukauden, SM-tason leirityksen näyttöjen tai muun vastaavan näytön perusteella voi tulla kutsutuksi maajoukkueleirille
- Maajoukkueeseen valitaan yllä olevien katsastusten perusteella kunkin ikäryhmän parhaat voimistelijat.

- Maajoukkueessa voimistelee tällä hetkellä voimistelijoita 11 eri seurasta, 35 tyttöä / naista ja 7 poikaa / miestä. Maajoukkuekatsastus vuodelle 2022 pidetään ensi viikonloppuna.
- Maajoukkueen valmennustiimiin kuuluvat:
 - naisten vastuvalmentaja** Janniina Väänänen
 - tyttöjen vastuvalmentaja** Iida Vuori
 - sekajoukkueen vastuvalmentaja** Nuutti Schwartz
 - vapaaohjelmavalmentajat** Elina Luomala ja Ringa Aflatuni
 - telinevalmentajat** Jatta Koistinen ja Paulina Sundman
 - fysioterapeutti** Lasse Hytönen

Helmikuu

Kevät rauhoitettu seurajoukkueille

Toukokuu

Kesäkuu (Gymnaestrada)

Kesä-heinäkuu

Heinäkuu

Elokuu 1

Elokuu 2 (harjoituskilpailu)

Syyskuu:

su 11.9. viimeistelypäivä

EM-kilpailuja varten

12.-18.9. EM-kilpailut, Luxemburg

Maajoukkuejärjestelmä

- Päivittäisvalmennus tapahtuu seuroissa, seurajoukkueissa, joten päivittäinen vastuu laadukkaasta valmentautumisesta on seuroilla, voimistelijoilla ja seuravalmentajilla yhdessä
- Tiivis kommunikointi ja yhteistyö seuravalmentajien ja maajoukkueetiimin välillä tärkeää

- Voimisteluliitto tukee voimakkaasti TeamGymin maajoukkuetoimintaa lajibudjettiin nähden, mutta ison joukkuekoon myötä myös urheilijoille jää maksettavaa kokonaisuudesta.
- Voimisteluliiton ja Vierumäen yhteistyösopimus, jossa TeamGym päälajina. Priorisoitu maajoukkuetoimintaa ja sopimus tehty TG lähtöisesti.

TG lajibudjetista:

- MJ valmentajien kustannukset maajoukkueleireillä ja EM-kilpailuissa
- Leirien tilat ja osa voimistelijoiden ylläpidosta leireillä
- MJ leirien kokonaisuus noin 36000€/vuosi, voimistelijoiden leirimaksu 120€/leiri/hlö
- 50% voimistelijoiden EM-kisamatkasta tuetaan (kokonaiskustannus noin 43000€) Voimistelijan omavastuu noin 500-600€

2021 ja 2022 Voimisteluliitto on myöntänyt urheilijatukea Naisten EM-joukkueille 10000€ ja Tyttöjen EM-joukkueille 4000€.

Joukkuekohtainen tuki, jota lajivastaava hallinnoi. Voidaan käyttää mm. omavastuuosuuksiin, kisat, leirit jne.

TeamGymin Alkupolkuleirit

- Matalan kynnyksen leiritoiminta, joka toteutetaan tilauskoulutuksina seurojen koti- tai lähisaleilla.
- Hyödynnetään samoja olosuhteita, jotka ovat käytössä myös joukkueiden arkiharjoittelussa, ja näin tuoda laatua ja uusia ideoita joukkueiden perusharjoitteluun.
- **Leirien yhteydessä järjestetään valmentajakoulutus**, joka räätälöidään seuran/valmentajien tarpeiden mukaan.
- Suunnattu STARA ja 1.lk joukkueille.
- Vaihtoehtona 1- tai 2-päiväinen leiri.
- Tilataan valmennusleirihakujen yhteydessä tai suoraan lajivastaavalta.

Uusien sääntöjen myötä kaikki **tuomarikortit tulee uusia syksyn 2022** kilpailukaudelle.

- **II-taso (TK2)** etäpäivä to 26.5. lähipäivät 28.-29.5.
HUOM! pätevyys arvostella luokkia 1-3
- **III-taso (TK3)** etäillat ti-ke 14.-15.6. ja lähipäivät 18.-19.6.
HUOM! pätevyys arvostella luokkia 4-6

Syksylle tulossa vielä molempien tasojen kurssit, joiden tarkat ajankohdat päivitetään koulutuskalenteriin helmikuun aikana.

Valmentajakoulutukset

- Lajitaidon 1-taso koulutus tulossa syyskuussa
- 2-taso on nyt käynnissä ja seuraava tulossa 2023
- VAT alkaa marras-joulukuu 2022, haku huhti-toukokuu.



Kiitos!