

Sinettiseuraprojekti Tampereen Uimaseuralle

Taavetti Nuto

Opinnäytetyö

Vierumäen yksikkö

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma

Kevät 2013



<p>Tekijä tai tekijät Taavetti Nuto</p>	<p>Ryhmä tai aloitusvuosi Lot 11/aik</p>
<p>Opinnäytetyön nimi Sinettiseuraprojekti Tampereen Uimaseuralle</p>	<p>Sivu- ja liitesivumäärä 29+38</p>
<p>Ohjaaja tai ohjaajat Maria Ruutiainen</p>	
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää Tampereen Uimaseuran toimintaa, jotta seura voi hakea Nuoren Suomen Sinettiseuraksi. Nuoren Suomen Sinetin saamiseksi Tampereen Uimaseuralta puuttuivat Sinettikriteereihin kuuluvat seuran toimintalinja sekä pelisääntösopimukset. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa Tampereen Uimaseuralle seuran toimintalinja sekä pelisääntö-, uimari-, valmentaja- ja ohjaajasopimukset.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä, joka sisälsi kolme kokonaisuutta. Uimarisopimukset laadittiin uimarisopimuskokouksessa syksyllä 2011. Kokoukseen osallistuivat uimarien vanhempia, johtokunnan edustajia sekä seurasihteri. Pelisäännöt laadittiin ryhmäkohtaisissa pelisääntökeskusteluissa syksyllä 2012. Pelisääntökeskusteluissa olivat mukana uimarit, uimarien vanhemmat, ryhmän valmentajat sekä seurasihteri. Valmentaja- ja ohjaajasopimukset valmistuivat syksyllä 2012 seuran valmennuspäällikön, seurasihterin sekä kilpaurintiryhmien koordinaattorien toimesta. Seuran toimintalinja toteutettiin yhteistyössä johtokunnan sekä seuran työntekijöiden kanssa.</p> <p>Opinnäytetyöprosessin loppuvaiheessa syksyllä 2012 kolme tamperelaista uimaseuraa aloittivat yhdistymisneuvottelut. Yhdistymisneuvotteluihin osallistuivat Tampereen Uimaseura, Tampereen Työväen Uimarit sekä KooVeen uintijaosto. Neuvottelun tuloksena tammikuussa 2013 kaksi seuraa yhdistivät toimintansa. Tampereen Uimaseurasta sekä KooVeen uintijaoksesta syntyi uusi uimaseura, Uinti Tampere. Tampereen Uimaseuralle aloitettu kehittämistyö vietiin loppuun seurayhdistymisestä huolimatta.</p> <p>Opinnäytetyön tavoite Tampereen Uimaseuran osalta saavutettiin. Uusia hankkeita varainkeruuseen keskittyvälle seuralle ei tulevaisuudessa enää tehdä. Kaikki toiminnot keskitetään Uinti Tampereeseen. Sopimukset sekä toimintalinja tulevat soveltuvin osin uuden seuran käyttöön. Uinti Tampereen tavoitteena on hakea sinettiä toiminnalleen lähitulevaisuudessa. Kehittämisehdotus Uinti Tampereelle on toiminnan laatumittariston laatiminen.</p>	
<p>Asiasanat Tampereen Uimaseura, urheiluseura, Sinettiseura, Nuori Suomi</p>	

<p>Authors Taavetti Nuto</p>	<p>Group or year of entry Lot11/aik</p>
<p>The title of thesis Sinettiseuraprojekt for Tampere Swimming Association</p>	<p>Number of pages and appendices 29+38</p>
<p>Supervisor(s) Maria Ruutiainen</p>	
<p>The aim of this thesis was to develop the operational activities of Tampere Swimming Association, in order to meet the criteria needed to apply for the nomination of a Nuoren Suomen Sinetti. Tampere Swimming Association was lacking proper operational guidelines as well as an agreement for rules of play, both compulsory for the Sinetti. The thesis also aimed to produce contracts for swimmers, coaches, and instructors in Tampere Swimming Association.</p> <p>The thesis was carried out as development work, consisting of three entities. Swimmer contracts were composed in a meeting in autumn 2011. Partaking were swimmers' parents, representatives of the board and the association secretary. The coach and instructor contracts were composed in autumn 2012 by the Tampere Swimming Association's head of coaching, association secretary and coordinator of competitive swimming teams. The operational guidelines were accomplished co-operationally by the association board and employees.</p> <p>Toward the end of the thesis process, in autumn 2012, three swimming associations from Tampere began negotiating for a merge. The three negotiating parties were Tampere Swimming Association, Tampereen Työväen Uimarit and the swimming division of KooVee. As a result, in January 2013, two of the associations were merged. Tampere Swimming Association and the swimming division of KooVee became mutually known as Uinti Tampere. The development work initiated for Tampere Swimming Association was concluded in spite of the merge.</p> <p>The goal of the thesis, for the part of Tampere Swimming Association, was accomplished. Focusing on fundraising, no projects will be carried out for the association in the future. All operational activity will concentrate on Uinti Tampere. The contracts and operational guidelines will be made use of by the new association for all applicable parts. Uinti Tampere has set a goal of applying for a Nuoren Suomen Sinetti in the near future. The thesis suggests creating a quality indicator for Uinti Tampere.</p>	
<p>Key words Tampere Swimming Association, sportclub, Sinettiseura, Nuori Suomi</p>	

Sisällys

1 Johdanto	1
2 Urheiluseuratoiminta Suomessa	3
2.1 Urheiluseuratoiminnan kehitys	4
3 Tampereen Uimaseuran historia	7
3.2 Uinnin opetus	7
3.3 Kilpailutoiminta	8
3.4 Uimaliiton perustajajäsen	10
4 Tampereen Uimaseura nykyään	11
4.1 Kurssitoiminta	11
4.2 Valmennus ja kilpailutoiminta	13
4.3 Johtokunta ja valiokunnat	15
5 Nuori Suomi	16
5.1 Sinettiseura	17
5.2 Pelisäännöt	18
5.3 Urheiluseuran toimintalinja	18
6 Kehittämistyön tavoite	19
7 Kehittämistyön laadinnan vaiheet	20
8 Tampereen Uimaseuran toimintalinja ja sopimukset	23
9 Pohdinta	24
Lähteet	27
Liitteet	30
Liite 1. Uimarin urapolku	30
Liite 2. Sinettikriteerit	31
Liite 3. Uimarisopimus	34
Liite 4. Kilpaintyöryhmän pelisääntösopimus	37
Liite 5. Teknikko- ryhmien pelisääntösopimus	38
Liite 6. Valmentajasopimus	39
Liite 7. Ohjaajasopimus	41
Liite 8. Tampereen Uimaseuran toimintalinja	42

1 Johdanto

Tampereen Uimaseura on vuonna 1904 perustettu urheiluseura. Seura on ensisijaisesti kilpauintiseura, jonka tavoitteena on tuottaa uimareita suomalaisen uinnin huipulle. Huippu-uimarin urapolku lähtee muodostumaan jo lapsuuden uimakouluista. Tampereen Uimaseura panostaa vahvasti lasten ja nuorten kurssitoimintaan. Sitä kautta seura saa kasvatettua uimareita omiin kilpauintiryhmiin ja ammattimaiseen valmennukseen. Tämän opinnäytetyön tavoite on kehittää Tampereen Uimaseuran toimintaa, jotta seura voi hakea Nuoren Suomen Sinettiseuraksi.

Nuori Suomi on vuonna 1987 perustettu valtakunnallinen lasten ja nuorten liikkumisen edunvalvoja. Nuori Suomi on kehittänyt historiansa aikana erilaisia toimintoja lasten ja nuorten liikkumisen kehittämiseksi. Sinettiseuratoiminta on saanut alkunsa vuonna 1992. Sinettiseuratoiminnan tarkoituksena on tunnustaa ne urheiluseurat, jotka toimivat Nuori Suomi-ideologian mukaan. Sinetti on laatumerkki ja lupaus siitä, että seurassa pidetään hyvää huolta lapsista ja nuorista.

Toiminnalle Sinetin saadakseen urheiluseuran on täytettävä Sinetikriteerit. Kriteerien täyttymistä arvioidaan seuralle tehtävässä auditoinnissa. Auditoinnin suorittaa lajiliiton edustaja. Sinetin myöntämisen jälkeen toimintaa arvioidaan kahden vuoden välein järjestettävissä uusissa auditoinneissa. Tämä takaa toiminnan säilymisen Sinettiin vaadittavalla tasolla.

Tampereen Uimaseuran toiminta on ollut laadukasta pitkään. Seura on asettanut tavoitteen, että Nuori Suomi tunnustaa laadukkaasti työn. Tampereen Uimaseura teki ensimmäisen askeleen kohti Sinettiseuraa palkatessaan seurasihteerin / nuorisotoiminnan koordinaattorin. Hänen yksi tehtävänsä on hankkia seuralle Nuori Suomi- Sinetti. Prosessi on lähtenyt liikkeelle syksyllä 2011. Tavoitteena on, että Tampereen Uimaseura on Sinettiseura keväällä 2013.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa Tampereen Uimaseuralle seuran toimintalinjat sekä pelisääntö-, uimari-, valmentaja- ja ohjaajasopimukset joita tarvitaan laadukkaampaan toimintaan pyrkiessä. Toimintalinjan on tarkoitus selkiyttää seuran toimintaa jäse-

nille ja muille seuran toiminnasta kiinnostuneille. Tampereen Uimaseuran toiminnalle Sinetin saaminen on tärkeää. Sinetti tuo paikallista näkyvyyttä. Kasvavalla näkyvyydellä on positiivinen vaikutus harrastajamääriin. Tämän lisäksi korkea laatu seuran toiminnassa lisää harrastajien sitoutumista. Näiden elementtien avulla Tampereen Uimaseura tulee tulevaisuudessa saamaan enemmän uimareita kansalliseen kärkeen.

2 Urheiluseuratoiminta Suomessa

Suomalainen seuratoiminta sai alkunsa 1800-luvulla, jolloin Suomeen leviää kasvatustilosophia, jossa painotetaan liikuntaa ja terveyttä suosivaa elämäntapaa. Urheilun varhaiset muodot ja moderni liikunta rantautuvat suomalaiseen kulttuuriin. Urheilutapahtumat olivat osa kansallista herätystä. Liikuntakulttuurin rantautumisen myötä ensimmäinen suomalainen urheiluseura perustettiin vuonna 1856. Ensimmäinen urheiluseura sai nimen Segelföreningen i Björneborg. Vuosisadan lopussa urheiltiin jo 341:ssä eri urheiluseurassa. Toiminta perustui vapaachtoisuuteen, urheilumuotoja oli yli 20. (Liikunnan ja Urheilun Maailma 17/2003, 5.)

Liikunta ja urheilu ovat aina olleet ja ovat edelleen tärkeä osa suomalaista elämäntapaa. Liikuntalaissa on määritelty, että päävastuu liikuntatoiminnan tuottamisesta on ihmisryhmien sekä yksittäisten ihmisten aktiivisuuden varaan rakentuvalla liikunnan kansalaistoiminnalla. Tämä tarkoittaa käytännössä liikunta- ja urheilujärjestöjä sekä paikallistasolla liikuntaseuroja. Liikunnan kansalaistoiminta on suomalaisen liikuntakulttuurin peruspilari. Sen toimintakyky peilautuu niin aikuisten harrasteliikunnan, kilpa- ja huippu-urheilun ja etenkin lasten ja nuorten liikunnan tilasta. (Koski 2009, 5.)

Liikunnan ja urheilun järjestö rakenne koki ison muutoksen 1990-luvun alussa. Suomen Valtakunnan Urheiluliitto, Työväen Urheiluliitto, palloliitto sekä Finlands Svenska Idrott lakkasivat keskusjärjestöinä olemasta. Rakennemuutoksessa perustettiin uusi liikunnan kattojärjestö Suomen Liikunta ja Urheilu vuonna 1993. (Liikunnan ja Urheilun Maailma 17/2003, 17.)

Suomen Liikunnan ja Urheilun selvityksen mukaan (2005) Suomessa on 18 000 liikunta- ja urheiluseuraa, joista 9000 on toimivia ja 9000 passiivisia. Toimivista seuroista noin 6000 on niin aktiivista ja merkittävää, että kunta antaa seuran käyttöön liikuntatiloja sekä suoraa taloudellista tukea. Liikunta- ja urheiluseurojen kokonaislukumäärä on noussut merkittävästi 1990-luvun alun 14 000:sta. Kuntien taloudellisen avustamien seurojen määrä ei kuitenkaan ole muuttunut sitten 1980-luvun alun. (Liikunnan ja urheilun maailma 13/05.) Seuramäärän runsas kasvu on tulosta liikunnan kirjon monipuolistumisesta sekä toimintamuotojen variaatioiden lisääntymisestä. Uusia seuroja on

perustettu ihmisten tarpeiden tyydyttämiseksi. Esimerkiksi kaveriporukalla perustetut seurat ovat kasvattaneet suosiotaan. Tällaisten pienseurojen etuna on, että seuran toimintaan osallistuvat voivat keskittyä omien intressiensä ja tavoitteidensa mukaiseen toimintaan ilman isomman seuran muodollisuuksia, hallinnollista taakkaa sekä ulkopuolisten odotuksia. (Koski 2009, 126.)

Yhteiskunnalliset muutokset heijastuvat liikunta- ja urheiluseuroihin. Yhteiskunnan ja kansalaisten odotukset liikunnalta ja seuratoiminnalta ovat kirjavoituneet. Päällimmäisiä trendejä viimeisinä vuosikymmeninä ovat olleet ammattimaistuminen, toiminnan monimuotoistuminen, ikärakenteen vanheneminen sekä vaatimustason kasvu. Vaatimustaso liikunta- ja urheiluseuroja kohtaan on noussut yhteiskunnan taloudellisen vaurastumisen myötä. Enää ei kelpuuteta vaatimattomia suorituspaikkoja eikä puutteellista välineistöä. Monissa liikunta- ja urheiluseuroissa harjoitteluolosuhteet ovat merkittävästi parantuneet muun muassa jäähalli-, sisähalli, tekonurmi- ja hiihtoputkirakentamisen myötä. Nämä mahdollistavat harjoittelukauden pidentymisen, mutta vastaavasti harjoittelumaksujen nousun. (Koski 2009, 126.)

Urheiluseuratoiminnassa kohtaavat useat eri mielenkiinnon kohteet. Seurassa liikuntaa harrastavat voivat olla mukana tavoitteellisesti kilpaillen, mukavasta liikunnasta nauttien tai yhteisöllisyyden vuoksi. Lapsensa seuratoimintaan tuovista vanhemmista osa on mukana kilpailukeskeisesti, osa vanhemmista tuo lapsensa liikunnalliseen kasvuympäristöön ja osalle syy on lapsen viikoittainen liikuntamäärän täytyminen. Näiden tarpeiden täyttäminen on seuratoimijoille iso haaste nyt ja tulevaisuudessa. (Koski 2009, 126.)

2.1 Urheiluseuratoiminnan kehitys

Liikunnan asema yhteiskunnassa on hyvä. Liikunta ja urheilu ovat lasten ja nuorten suosituin harrastus. Aikuisten liikunnan harrastamisen osalta Suomi on maailman kärkimaita. Liikunnan merkitys osana yhteiskunnallista hyvinvointia on merkittävä ja se tulee korostumaan tulevaisuudessa. Kansalaisten hyvinvoinnin lisääminen nostaa esiin erityisesti liikunta- ja urheiluseurojen roolin liikuttajana. Ohjatun liikunnan kysyntä tulee kasvamaan. Liikuntakulttuurin kehityksessä hyvinvoinnin tie on noussut kilpailun ja kunnan teiden rinnalle. Tämä tarjoaa erilaisia toiminta- ja resurssimahdollisuuksia lii-

kunta- ja urheiluseuroille mutta samalla edellyttää perinteistä poikkeavia toimintatapoja. (Pekkala & Heikkala 2007, 26.)

Liikuntatoiminta on ammattimaistunut. Seuratoiminnassa ovat nousseet esiin systemaattisuus, suunnitelmallisuus sekä määrätietoisuus. Seurojen jäsenkunnista on tullut asiakaskuntia, jäsenet ovat vaihtumassa kuluttajiksi. Jatkuvan kasvun, kehittymisen ja kuluttamisen yhteiskunnassa myös liikuntakulttuuri on muuttunut kulutusorientoituneeksi monelta osin. Tämä trendi tulee jatkumaan ja jopa voimistumaan tulevaisuudessa. Tulevaisuuden urheiluseurojen jäsenten vaatimustaso tulee kasvamaan ja he osaavat vaatia entistä laadukkaampaa palvelua. Jäsenistön vaatimustason kasvaminen nostaa velvoitteita seuran toiminnalle. (Pekkala & Heikkala 2007, 27.)

Urheiluseuroissa tulevaisuuden avainkysymys on vapaaehtoisten määrä ja sen kehitys. Vapaaehtoisen kokonaismäärä on viimeisinä vuosikymmeninä kasvanut. Vapaaehtoisten suhteellinen osuus seuratoiminnassa on kuitenkin vähentynyt, koska seurojen määrä on kasvanut. Suurin muutos on tapahtunut vapaaehtoisuuden laadussa. Pitkäjänteinen sitoutuminen on vähentynyt ja projektiluontoisuus lisääntynyt. Vapaaehtoiset muodostavat urheiluseuratoiminnan perustan myös tulevaisuudessa. (Pekkala & Heikkala 2007, 27.)

Liikuntakulttuuri on keskiluokkaistunut ja seuratoiminnasta ollaan valmiita maksamaan enemmän. Seurojen tarjoamia palveluja saatetaan kokeilla ja vaihdella kuten muitakin kulutustuotteita. Vapaaehtoisten tueksi tulevaisuuden seuratoiminta tarvitsee myös palkattua henkilökuntaa, jotta seurat pysyvät mukana liikuntakulttuurin kehityksessä sekä pystyvät vastaamaan sen tuomiin haasteisiin. Jotta liikuntatoiminta menestyy kilpailussa muiden vapaa-ajantoimintojen kanssa, sen tulee olla laadukasta. Laadukkuus syntyy ammattimaisuudesta niin vapaaehtoisten toimijoiden kuin palkattujen ammattilaistenkin toimesta. Palkkaamalla seuran päätoiminen työntekijä hoitamaan hallinnollisia velvoitteita, vapaaehtoistoimijoille jää tilaa tehdä sitä mitä he useimmiten haluavat eniten tehdä: liikuntaa, ohjausta ja valmennusta. Tämä on tulevaisuuden lisääntyvä trendi, joka varmistaa ammattimaisen urheiluseuratoiminnan. (Pekkala & Heikkala 2007, 29-31.)

Opetus- ja kulttuuriministeriö tukee seuratoiminnan kehittymistä ja on jakaa projektiluontoisesti suoraa tukea urheiluseuroille. Seuraava seuratoiminnan kehittämistuki on vuosille 2013- 2015 ja se on tarkoitettu urheilu- ja liikuntaseurojen perustoiminnan kehittämiseen. Seuratuen avulla vahvistetaan seuratoiminnan laatua, kehitetään ja uudistetaan seuran perustoimintaa, vahvistetaan yhteisöllisyyttä sekä tuetaan seurojen tekemää vapaaehtoistyötä. Tuen saamisen myötä seurat voivat palkata toimintaansa päätoimisen tai osa-aikaisen työntekijän. (Opetus ja Kulttuuriministeriö.)

3 Tampereen Uimaseuran historia

Käyttäytymissäännöt 1800-luvun lopussa olivat tiukat ja tästä syystä uimaseurojen perustaminen oli hankalaa. Uimahuoneet olivat pieniä aidattuja alueita. Julkisesti tai toisen sukupuolen läsnäollessa ei uima-asussa sopinut esiintyä. Sisävesistöjen ympäröimällä Tampereella oli hyvät mahdollisuudet uinnin harrastamiseen. 1900-luvun alkuvuosina oli merkkejä siitä, että uinnista kiinnostuneita sekä uimaopetusta haluavia henkilöitä Tampereella oli riittävästi uimaseuran perustamiseen. (Pellinen 2004, 7.)

Elis Siven sekä H. W. Lageström kutsuivat 6.11.1904 uimaseuran perustamiskokouksen koolle. Kokoukseen oli kutsuttuna kaikki uinnin harrastajat Tampereelta ja sen tuloksena perustettiin Tampereen Uimaseura. Kokouksessa valittiin ensimmäinen johtokunta, johon kuului seuraavat henkilöt: Puheenjohtaja Elis Siven, kirjuri H. W. Lageström, E. Lindfors, V. Helander, Wäinö Sarlin, W. Toivonen ja K. Reunanen. Seuran jäsenmäärä oli aluksi hieman yli 40. Myöhemmin seuralle laadittiin säännöt, jotka hyväksyttiin ensimmäisessä vuosikokouksessa 25.3.1905. (Pellinen 2004, 8.)

3.1 Uinnin opetus

Uinnin opettaminen ja valistustyö uinnin osaamisen tärkeydestä on aina ollut uimaseurojen tärkein tehtävä. Näitä arvoja on noudatettu myös Tampereen Uimaseuran historian alusta asti. Uimakoulutoimintaa Tampereen uimaseurassa on järjestetty heti perustamisvuodesta alkaen. Perustamisvuonna Tampereen kaupunki luovutti seuran käyttöön Mustalahden uimahuoneen sekä vuotta myöhemmin Pyhäjärven rannalla sijaitsevan uimahuoneen naisjaostoa varten (Tampereen Uimaseura ry. 2012a). Seuran järjestämät uimakoulut kesäisin olivat monipuolisia kesäleirejä, joissa ohjelmaan uinnin lisäksi on sisältynyt pallopelejä, leikkejä, kilpailuja, retkiä sekä hengenpelastusta. (Pellinen 2004, 24.)

Uimakoulujen oppilasmäärät olivat alkuvuosina noin 100, mutta kahdessa vuodessa määrä oli moninkertaistunut 500- 600:aan. Tämä aiheutti tungoksen uimahuoneissa, jolloin seuran aktiivit ottivat yhteyden Kaupungin päättäjiin uuden uimalaitoksen rakentamiseksi. Päätös tuli nopeasti ja uutta uimalaitosta alettiin rakentaa. Palomäen ui-

malaitos valmistui keväällä 1908. Se toimi Tampereen Uimaseuran toiminnan keskuksena yli viidenkymmenen vuoden ajan, vuoteen 1963. Uimakoulun oppilasmäärä koho- si heti vuoden 1907:n vajaasta 600:sta yli 1100:aan. (Pellinen 2004, 18.)

Uimahallin valmistumisen myötä 1957 uimaopetuksen painopiste siirtyi seuralta Sauna- säätiölle. Tampereen Uimaseuran asema muuttui uimataidottomien opettajasta, uima- taitoisten kehittäjäksi. Uimakoulutoiminta seurassa vilkastui taas 1970- luvulla peruste- tun tekniikkakoulun sekä 1980-luvulla perustetun kilpauintikoulun myötä. (Pellinen 2004, 26, 72-78.)

Tampereen uimaseura on antanut myös monille aikuisyhteisöille uinnin- ja hengenpe- lastuksen opetusta: palomiehille, sotilasyksiköille, eri tehtaiden henkilökunnalle sekä poliiseille. Seura on aina historiansa aikana huolehtinut Tampereen kaupunkilaisten uinnin opetuksesta sekä uinnin valistustyöstä lapsista aikuisiin ja eri työyhteisöihin. (Pellinen 2004, 25.)

3.2 Kilpauintitoiminta

Seuran perustamisen ensimmäisinä vuosina ei juuri ollut kilpailutoimintaa. Käänteente- kevä vuosi oli Palomäen uimalaitoksen perustamisvuosi 1908. Tämän jälkeen pystyttiin pitämään kilpailuja mitatuilla matkoilla. Samana vuonna Tampereen Uimaseura sai jär- jestettäväkseen Suomen mestaruuskilpailut. Silloin seura sai myös ensimmäisen Suo- men mestaruutensa. (Pellinen 2004, 30- 31.)

Ensimmäiset kansainväliset edustukset Tampereen Uimaseura sai 1910-luvulla. 1912 Regina Kari ja V. Lindgren valittiin Suomen olympiajoukkueeseen. 1920- luku toi seu- ralle suuria voittoja sekä lisää kansainvälisiä edustuksia. Viljo Viklund oli vuosikymme- nen menestynein tamperelaisuimari tuoden neljä Suomen mestaruutta. Hänet valittiin Pariisin olympialaisiin vuonna 1924. 1920- luvun menestyksen jälkeen, Tampereen Ui- maseura sai odottaa seuraavaa Suomen mestaruusmitalia aina vuoteen 1945. Vuonna 1928 Helsinkiin valmistui Suomen ensimmäinen uimahalli. Tämä vaikutti suoraan hal- liin harjoittelemaan päässeiden uimareiden kilpailumenestykseen. Suomen mestaruus-

mitalit päättyivät tulevat vuodet lähes yksinomaan helsinkiläisuiimareille. (Pellinen 2004, 35- 47.)

Tampereella innostus uintiin 30-luvulla oli laantunut ja vilkastui vasta sotien jälkeen 1945. 1940- luvun loppupuoli oli seuralle hyvää kilpauintikautta vaikka Suomen mestaruusmitaleja ei tullut. Vuonna 1948 Tampereen Uimaseura sai kiinnityksen Maakuntain Sarveen, joka annettiin seurojen välisen pistekilpailun voittajalle maakuntain mestaruusinneissa. (Pellinen 2004, 48- 49.)

Vuosi 1957 oli merkittävä Tampereen Uimaseuralle, sekä tamperelaiselle uinnille. Silloin valmistui Tampereelle ensimmäinen uimahalli, Pyyntikin uimahalli. Tämän jälkeen uimarit pääsivät harjoittelemaan lajia ympärivuotisesti. Tulokset alkoivat näkyä 1960-luvulla, jolloin seura saavutti Suomen ennätyksiä, Suomen mestaruuksia sekä Pohjoismaiden mestaruuden. 1960 Tampereen Uimaseura oli Suomen paras nuorten seurajoukkue. Vuonna 1936 Heimo Toivonen voitti Pohjoismaiden mestaruuden. (Pellinen 2004, 55- 64.)

1970- luku oli Tampereen Uimaseuran menestyksekkäin vuosikymmen. Vuonna 1975 seura saavutti ensimmäisen Kalevan Maljan, Suomen mestaruusuintien parhaana seurana. Mitaleita tuli 52, joista mestaruuksia 23. Kalevan Malja pysyi Tampereen Uimaseuralla vuoteen 1979 asti. (Pellinen 2004, 72- 74.)

1980- luvun menestys jäi muutamaaan Suomen mestaruusmitaliin. 1990- luvulla yhteistyö tamperelaisten uimaseurojen (Tampereen Uimaseura, Tampereen Työväen Uimarit ja Koovee) välillä tiivistyi. Kilpailuja järjestettiin yhteisvoimin ja vuonna 1999 seurat yhdistettiin virallistettiin perustamalla Tampereen Uinnin Tuki ry. 1990-luku oli menestyksen kannalta hyvä. Etenkin 1999 seura saavutti useita Suomen mestaruusmitaleja ollen seurapisteissä kuudes. (Pellinen 2004, 77- 83.)

Uudelle vuosituhatluvulle siirtyminen oli tuloksellisesti nousujohteinen. Uimarimäärät olivat kasvussa. Tampereen Uimaseura osallistui kilpailuihin kaikilla tasoilla ollen osanottajamääriltään yksi maan suurimmista seuroista. 2000-luku huipentui seuran kuuden-

teen ja toistaiseksi viimeiseen saavutettuun Kalevan Maljaan vuonna 2006. (Pellinen 2004, 90.)

3.3 Uimaliiton perustajajäsen

Tampereen Uimaseura on yksi maan vanhimmista uimaseuroista, vain Helsinkiin ja Vaasaan on perustettu uimaseurat aiemmin. Tampereen Uimaseuran perustamisen jälkeen alkoi uimaseuroja syntyä ympäri Suomen. Uintitoiminta oli levittäytynyt, tuli tarve perustaa keskusliitto. Sääntöluonnosta alettiin laatia ja talvella 1906 kokoontuivat uimaseurojen jäsenet perustamaan kokoukseen. Tampereen Uimaseurasta perustamiskokouksessa mukana olivat Elis Siven ja H.V.Lagerström. (Pellinen 2004, 166.)

Suomen Uimaliitto perustettiin 24.2.1906 ja nimeksi tuli Finska Simförbundet – Suomen Uimaliitto. Tampereen Uimaseuran lisäksi muut perustajaseurat olivat HSS, Vaasan uimaseura, Turun Urheilun Ystävät, Kotkan uimaseura, Viipurin uimaseura ja Kuopion uimaseura. (Liikunnan ja Urheilun Maailma 8/06.)

4 Tampereen Uimaseura nykyään

Tampereen Uimaseura kuuluu SLU (Suomen Liikunta ja Urheilu) ry:n Hämeen piiriin. Seuran tarkoituksena on ”edistää liikuntaharrastusta seuran toiminta-alueella siten, että mahdollisimman moni seuran jäsen harrastaisi kunto-, kilpa- tai huippu-urheilua edellytystensä tai tarpeidensa mukaisesti”. Tarkoitustaan seura toteuttaa tarjoamalla jäsenistölle nuorisotoimintaa, kilpailutoimintaa, koulutustoimintaa, valmennus- ja harjoitustoimintaa, tiedotus- ja suhdetoimintaa sekä valistus- ja kasvatustoimintaa. Lisäksi seura pyrkii liikunnan kehittämiseen sekä harjoituspaikkojen ja välineiden hankkimiseen tämän toteutumiseksi. (Tampereen Uimaseura ry. 2012b.)

Vuosi 2012 on Tampereen Uimaseuran 109. toimintavuosi. Seurassa toimivien ja jäsenmaksujen maksaneiden jäsenten määrä on noin 900. Palkattuja henkilöitä on kolme: valmennuspäällikkö, seurasihteeri / nuorisotoiminnan koordinaattori sekä toiminta-koordinaattori. (Tampereen Uimaseura ry. 2012c.)

Tampereen Uimaseura toimii tiiviisti yhteistyössä muiden Tamperelaisten uimaseurojen kanssa, Koovee:n sekä Tampereen Työväen Uimareiden. Tampereen Uimaseura toimii edelleen osana vuonna 1999 perustettua seurayhtymää Tampereen Uinnin Tuki ry:tä. Seurayhtymän yhteistyön tuloksena perustettiin Swimming Team Tampere vuonna 2011. Swimming Team Tampereessa ui 11 tamperelaisten seurojen parasta alle 18-vuotiasta uimaria. Teamin tavoitteena on saada uimareita Euroopan mestaruus / Nuorten Euroopan mestaruustasolle vuonna 2014. (Roive-Viteli, J. 24.10.2012.)

Tampereen Uimaseura hoitaa ympärivuotisesti Kaukajärven uimalaa. Kesäisin rannalla on uimavalvontaa sekä kioski. Kioskin hoitajina toimii kilpauintiryhmien uimareita (Tampereen Uimaseura ry. 2012c). Talvisin uimala tarjoaa avantouintimahdollisuuden saunan yhteydessä. (Tampereen Uimaseura ry. 2012h.)

4.1 Kurssitoiminta

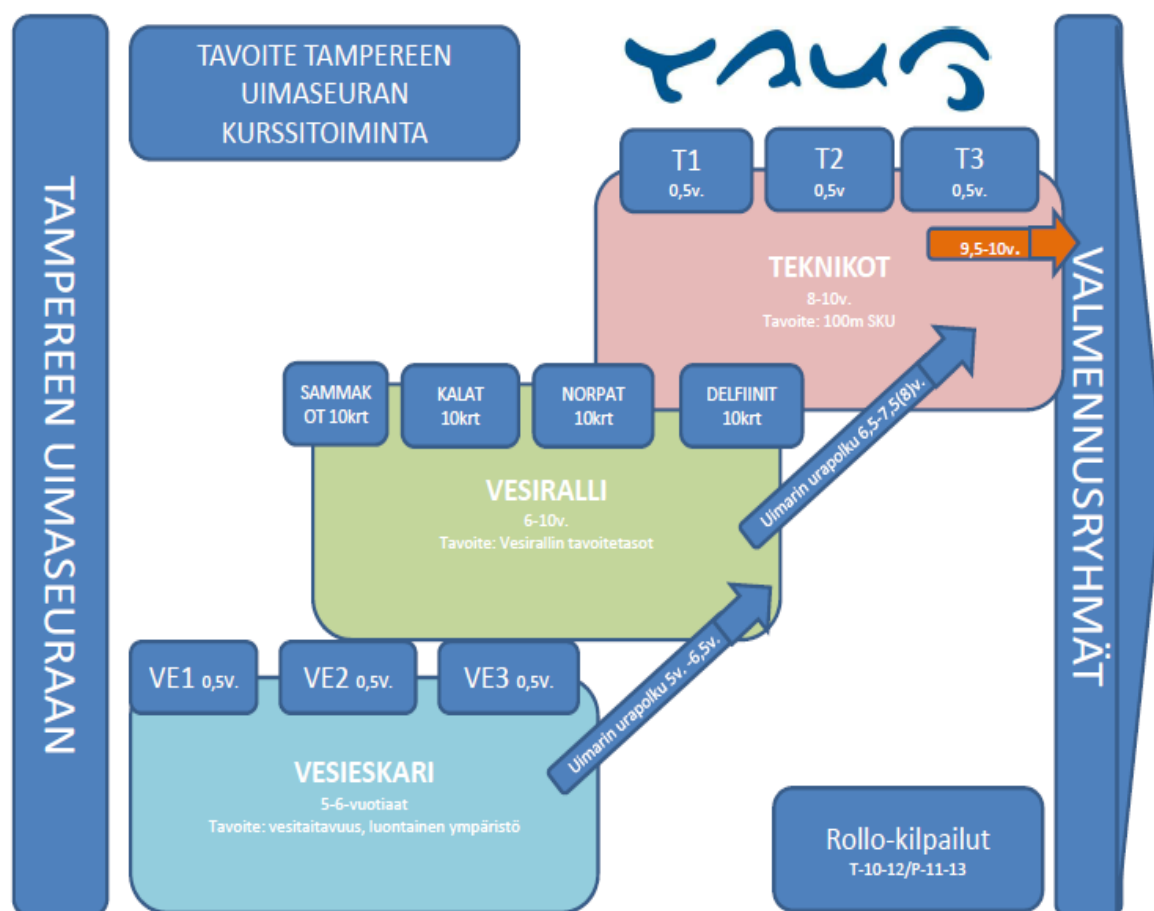
Tampereen Uimaseurassa kurssitoiminta on jaettu aikuisten ja lasten kurssitoimintaan. Lasten kurssitoimintaa ovat Vesieskari, Vesiralli, Teknikot sekä Vesipallokoulu. Aikuis-

ten kurssitoimintaa on aikuisten tekniikkakurssi. Kurssien uimarimäärät vuosittain ovat seuraavat: Vesieskari noin 70, Vesiralli noin 500, Teknikot noin 60, Vesipallokoulu noin 30 ja Aikuisten Tekniikkakurssi noin 90. (Räikkönen, S. 1.11.2012.)

Vesirallitoiminta on käynnistynyt Tampereen Uimaseurassa 2010 syksyllä, ja se on saavuttanut nopeasti suuren suosion. Vesirallitoimintaa järjestetään Kalevan ja Hervannan uimahalleissa. Vesirallissa toimii seitsemän uimaliiton koulutuksen käynnyttä ohjaajaa. Vesieskaritoiminta on aloitettu vuonna 2003. Vesieskaria järjestetään sekä Hervannan, että Kalevan uimahalleissa. Ohjaajia Vesieskarissa toimii neljä. Teknikoissa ohjaajia on kahdeksan ja harjoituksia järjestetään Kalevan uimahallissa, Hervannan uimahallissa sekä Varalan Urheiluopistolla. Teknikot on Tampereen Uimaseurassa pisimpään toiminut kurssimuoto, joka on aloitettu kilpauintikouluna vuonna 1987 (Pellinen 2004, 80). Vesipallokoulu on alkanut syksyllä 2011. Vesipallokoulussa toimii kolme ohjaajaa ja harjoitukset ovat Kalevan uimahallissa. Aikuisten tekniikkakurssia on järjestetty 90-luvulta lähtien. Ohjaajia toiminnassa on viisi ja harjoitukset järjestetään Kalevan uimahallissa. Näiden lisäksi Tampereen Uimaseura järjestää tarvittaessa ryhmille ohjatusti tekniikkakursseja, muun muassa yritysten työkykyä ylläpitävien (TYKY) päivien yhteydessä. (Räikkönen, S. 1.11.2012.)

Vuonna 2011 Uimaliitto julkaisi huipulle tähtävän uimarin urapolun (LIITE 1).

Tampereen Uimaseuran nuorten kurssitoiminta on suunniteltu uimarin urapolun mukaisesti (Kuvio 1.)



Kuvio 1. Tampereen Uimaseuran uimarin urapolku (nuoret). (Tampereen Uimaseura ry, 2012d).

4.2 Valmennus ja kilpailutoiminta

Lasten kurssitoiminnan (Teknikot, Vesiralli ja Vesieskari) tarkoituksena on oikeiden uintitekniikoiden opettaminen. Teknikko -ryhmässä 100 metrin sekauinnin suorittaminen oikealla tekniikalla antaa mahdollisuuden siirtyä tasovalmennuksen ensimmäiselle tasolle. Tampereen Uimaseurassa on käytössä viisiportainen tasovalmennusjärjestelmä. Järjestelmän ansiosta seura pystyy takaamaan jokaiselle nuorelle oman tasoista valmennusta. Tasovalmennuksen tavoitteena on tuottaa uimareita liiton valmennusryhmiin ja maaotteluedustuksiin eri ikäluokissa (Tampereen Uimaseura ry, 2012f.)

Kilpaintyryhmiä on 11 ja valmennettavien lisenssiuimareiden määrä on noin 160 (Räikkönen, S. 1.11.2012). Kilpaintyryhmät eli Teamit ovat jaettu tasoihin 1-5. Jokainen Team on lisäksi jaettu 1-3:n eritasoiseen ryhmään. Jokaisella Teamilla (1, 2, 3, 4 ja 5) on yksi vastuukoordinaattori, joka vastaa ryhmäkohtaisesta valmennussuunnitelmasta yhdessä valmennuspäällikön kanssa. (Tampereen Uimaseura ry.2011.)

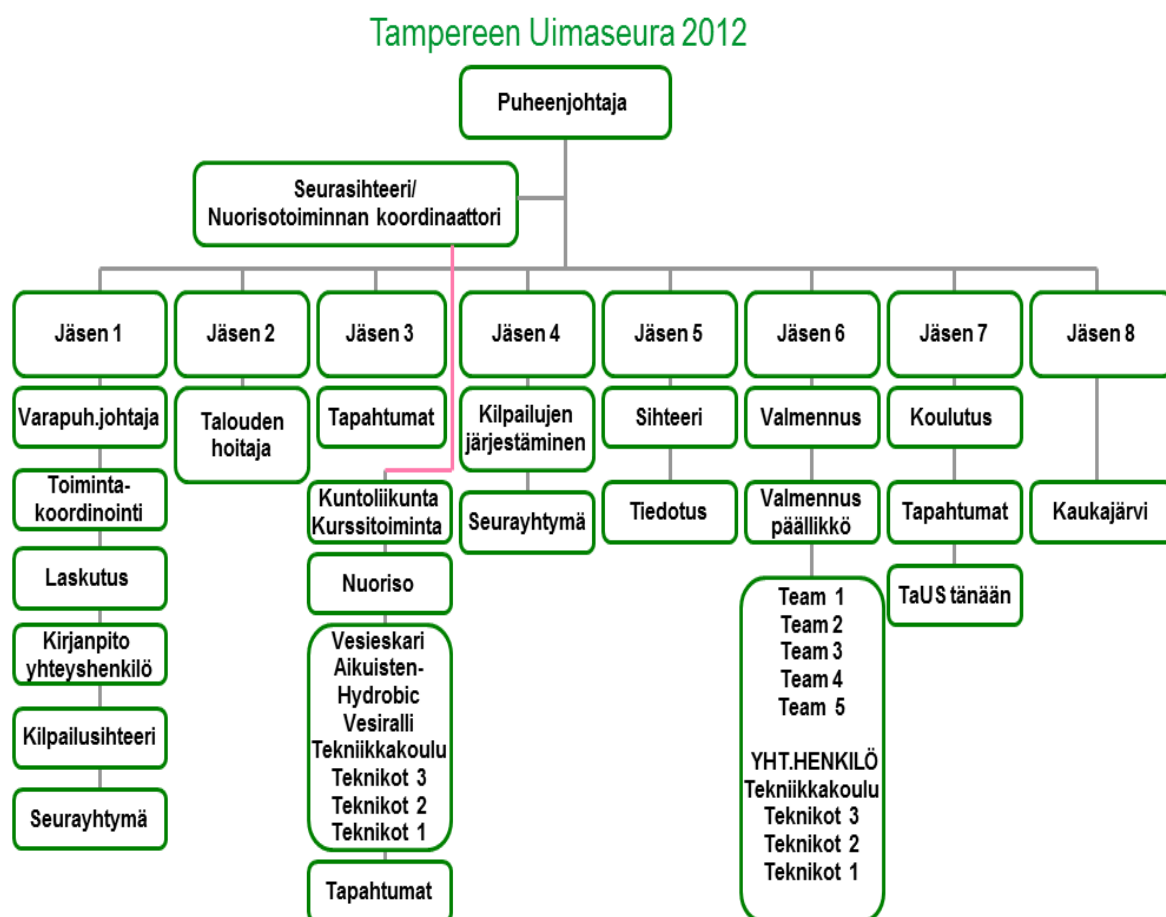
Tampereen Uimaseuran valmennuksen tavoitteena on kehittyä valmennuspäällikön johdolla. Seura tilaa ja järjestää koulutuksia yhteistyössä Uimaliiton, Suomen Valmentajien, Hämeen Liikunnan ja Urheilun sekä Varalan Urheiluopiston kanssa. Valmennusta rakennetaan yhteistyössä eri tahojen kanssa. Vuonna 2012 seura teki yhteistyötä seuraavien asiantuntijoiden kanssa: fysiologi, fysioterapeutti, ravintoterapeutti sekä henkisen valmennuksen asiantuntija. (Tampereen Uimaseura ry. 2012f.)

Tampereen Uimaseura järjestää vuosittain kolmet omat kilpailut: NääsSpeedot syksyisin, ManseSpeedot keväisin sekä lisenssittömille uimareille tarkoitetut Nappulauinnit syyskauden päätteeksi joulukuussa. Tämän lisäksi Tampereen Uimaseura on mukana järjestämässä seurayhtymän (Tampereen Uinnin Tuki) organisoimia kilpailuja. Tampereen Uinnin Tuki järjestää vuosittain Tampereen avoimet mestaruusuinnit sekä Pyynikin olympialaiset seurojen pienimmille uimareille. Vuonna 2011 Tampereen avoimet mestaruusuinnit valittiin vuoden uintikilpailuksi suomessa (Tampereen Uinnin Tuki ry. 2012). Seurayhtymä järjesti lisäksi Suomen ikäkausimestaruusuintien finaalin vuonna 2011. (Tampereen Uimaseura ry. 2012c.)

2000- luvun arvokilpailuissa Tampereen Uimaseuran menestys on ollut vaihdellut sijoituksesta 32 sijoitukseen yksi, ollen keskimäärin kymmenes uimaseurojen välisissä pistetilastoissa (Tampereen Uimaseura ry. 2012g). Seuran tavoitteena on saada mahdollisimman paljon osallistujia eri ikäluokkien arvokilpailuihin, joita ovat: Rollo-uinnit, lyhyen ja pitkän radan ikäkausimestaruusuinnit, nuorten lyhyen ja pitkän radan mestaruusuinnit, aikuisten lyhyen ja pitkän radan Suomen mestaruusuinnit sekä Masters Suomen mestaruuskilpailut. (Tampereen Uimaseura ry. 2012f.)

4.3 Johtokunta ja valiokunnat

Johtokunta toimii Tampereen Uimaseuran päättävänä elimenä. Johtokuntaan kuuluu puheenjohtaja sekä kahdeksan jäsentä, jotka ovat seuran syyskokouksen valitsemia. Puheenjohtaja sekä jäsenet valitaan aina kahdeksi toimintavuodeksi. Jäsenistä puolet on erovuorossa vuosittain. (Tampereen Uimaseura ry. 2012b.)



Kuvio 2. Tampereen Uimaseuran organisaatiokaavio. (Tampereen Uimaseura ry. 2012e).

Seuran valiokunnat koostuvat johtokunnan jäsenistä, sekä työntekijöistä. Valiokuntien tehtävänä on valmistella johtokunnalle esitettävät toimialueensa asiat sekä toteuttaa päätökset. Tampereen Uimaseurassa toimivat seuraavat valiokunnat: tiedotusvaliokunta, talousvaliokunta, Kaukajärvi valiokunta, varustevaliokunta sekä nuorisovaliokunta. (Tampereen Uimaseura ry. 2012c.)

5 Nuori Suomi

Suomen Valtakunnan Urheiluliitto (SVUL) teetti 80-luvun alkupuolella perustutkimuksen, jossa todettiin tarve nuorisoa koskevalle urheiluohjelmalle. Lasten vanhemmat odottivat urheiluseuroilta toimintaa, jossa liikuntaa voi harrastaa ilman kilpailullisia tavoitteita. Vuonna 1986 SVUL teetti kyselyn 46:lle lajiliitolle. Kyselyn tulokset vahvistivat SVUL:n toimijoille uuden nuorisojärjestön tarpeellisuuden. Nuori Suomi ohjelma käynnistyi virallisesti 1987. (Haarma 2008, 11-15.)

Nuori Suomi ohjelman alkuvaiheessa toiminta keskittyi lajiliittoyhteistyöhön. Keskeisimpänä tavoitteena oli kehittää lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaa. Nuori Suomi ohjelma pyrki tuomaan urheiluseurojen toimintaan monipuolisuutta, kasvatuksellisuutta sekä terveiden elämäntapojen edistämistä. Painopiste alkuvaiheessa oli ohjaajien kouluttaminen ja ideologiasta viestittäminen. (Alaja 2007, 1.)

Nuori Suomi on toiminut itsenäisenä yhdistyksenä vuodesta 1993 lähtien, jolloin se irtaantui SVUL:sta. Tällä hetkellä se on yksi Suomen Liikunnan ja Urheilun jäsenistä. Suomen Liikunnan ja Urheilun jäsenyyden Nuori Suomi sai 1994. Nuoren Suomen tärkein tehtävänä on edistää suomalaisten lasten ja nuorten hyvinvointia liikunnan avulla. Toimet joilla tavoitteeseen päästään ovat lajiliittojen tukeminen, nuorisourheilun strategia- ja kehittämistyön varmistaminen, sekä konkreettisten palvelujen tarjoaminen. (Haarma 2008, 28-30.) Vuonna 2012 Nuoren Suomen jäsenenä on 54 lajiliittoa (Nuori Suomi ry. 2012a).

Nuori Suomi on kehittänyt seuraavia toimintoja lasten ja nuorten liikuntaan: Sinettiseurajärjestelmä (1992), koulu toimintakeskuksena- hanke (1993), liikuntaleikkikoulu (1995), lasten kilpailutoiminnan kehittäminen (1996), Pro Nuori Suomi- kannustejärjestelmä (1997), lapsella on oikeus liikkua (1998), operaatio pelisäännöt (1998), liikkuva iltapäivä- hanke (1998), lasten ja nuorten liikuntaohjelma (1999), varpaat vauhtiin- kampanja (1999), unelma hyvästä urheilusta (2001), liikuntaseikkailu maapallon ympäri (2001), Sinettiseuratoiminnan kehitysohjelma (2003), löydä liikunta- kerhot (2006), nuorten harrasteliikuntahanke (2006) ja koululaiset liikkeelle- hanke (2006). (Haarma 2008, 35-57.)

Nuori Suomi on nykyään johtava valtakunnallinen lasten ja nuorten liikkumiseen liittyvien etujen valvoja. Laadukkaan toimintansa ansiosta Nuori Suomi on saavuttanut aseman, jossa se saattaa vaikuttaa ja tulla kuulluksi eri ministeriöissä, valiokunnissa sekä eduskunnassa. Nuori Suomi haluaa levittää viestiä lasten ja nuorten liikkumisen tärkeydestä, vaikuttaa yleiseen mielipiteeseen sekä suomalaisten tietotasoon. (Haarma 2008, 66-67.)

5.1 Sinettiseura

90-luvun alussa Nuorella Suomella oli tarve tunnistaa ne seurat, jotka toimivat Nuori Suomi -ideologian mukaan. Nuori Suomi yhdessä lajiliittojen kanssa alkoi suunnitella lasten ja nuorten urheiluseuratoiminnan laatuohjelmaa. Nuori Suomi Sinettiseurajärjestelmä valmistui vuonna 1992. Sinettiseuroille laadittiin yhteiset laatukriteerit toiminnan arvioimiseen, kriteerejä oli aluksi viisi. (Haarma 2008, 22.) Sinettiseurojen valinnasta vastaavat lajiliitot. Nuoren Suomi ylläpitää järjestelmää ja valvoo, että lajiliitot hoitavat tehtävänsä yhteisesti sovittujen sääntöjen mukaisesti. (Alaja 2007, 1.)

Vuonna 2005 valvontajärjestelmää haluttiin kehittää ja aloitettiin auditointijärjestelmä. Auditointijärjestelmässä Sinettiseuroiksi pyrkivien seurojen toimintaa arvioidaan ennen sinetin myöntämistä. Sinetin myöntämisen jälkeen Sinettikriteerien toteutumista arvioidaan kahden vuoden välein. Auditoinnin suorittaa lajiliiton vastuhenkilö sekä hänen apunaan auditointiin perehtynyt henkilö liikunnan aluejärjestöstä (Alaja 2007, 1-2). Sinettikriteerejä on nykyään 12. Niitä arvioidaan seuran, yksilön ja ryhmän perspektiivistä neljällä toiminnan osa-alueella (Nuori Suomi ry. 2012b); (LIITE 2). Tämän lisäksi lajiliitot voivat lisätä lajikohtaisia kriteereitä. (Haarma 2008, 48.)

Nuori Suomi Sinetti on laatumerkki, jota Sinettiseurat saavat käyttää muun muassa markkinoinnissa. Laatumerkki on lupaus, että seurassa pidetään hyvää huolta lapsista ja nuorista sekä toiminta on laadukasta. Sinettiseuratoimintaa kehitetään jatkuvasti niin Nuoren Suomen, lajiliittojen kuin seurojenkin toimesta. (Alaja 2007, 1-10.) Vuonna 2012 Sinettiseuroja on 599 (Nuori Suomi ry. 2012c).

5.2 Pelisäännöt

Nuoren Suomen Operaatio Pelisäännöt käynnistettiin vuonna 1998. Pelisääntöjä olivat kehittämässä seurojen ohjaajat, lajiliittojen nuorisovastaavat sekä lasten vanhemmat. Pelisääntöjen tavoitteena on aikaansaada tasavertaisuutta, leikkimielisyyttä, positiivisia liikuntakokemuksia sekä näiden kautta laadukkaampaa seuratoimintaa. Hankkeen tarkoituksena on päästä eroon aikuismaisesta toiminnasta, vähäisestä kannustamisesta sekä virheiden etsimisestä. Pelisäännöillä halutaan synnyttää keskustelua lasten ja nuorten urheilutoiminnan periaatteista ohjaajien, vanhempien sekä lasten välillä. Nuori Suomi on tuottanut materiaaleja seuroissa järjestettävien pelisääntökeskusteluiden tueksi. (Haarma 2008, 48.)

5.3 Urheiluseuran toimintalinja

Urheiluseuran toimintalinjan tarkoituksena on selkiyttää seuran toimintaa sekä seuraväen yhteispelejä. Toimintalinja selvittää seuran jäsenille sekä muille seuran toiminnasta kiinnostuneille seuraavia asioita: miten käytännön asiat seurassa hoidetaan, millaisille arvoille seuran toiminta perustuu, miksi seura on olemassa sekä millaisia palveluja seura tarjoaa. Urheiluseuran linjauksiin vaikuttavat olemassa oleva seurakulttuuri, seuran historia sekä seuran omat lähtökohdat. Toimintalinja on osa urheiluseuran imagoa. (Nuori Suomi, 2.)

Toimintalinjasta viestiminen seuran sisällä on tärkeä osa prosessia. Toiminnan linjaukset alkavat vaikuttaa seuran toimintaan sekä yhtenäistämään sitä vasta kun mahdollisimman moni seuran jäsen on niistä tietoinen sekä sitoutunut toimimaan linjausten mukaan. Toimintalinjaan on hyvä palata seuran sisällä aika ajoin sekä tarkistettava mahdollisista lisäyksistä tai tarkennuksista. Nuoren Suomen suositusten mukaan toimintalinjan tarkempi päivitys on hyvä tehdä muutaman vuoden välein. (Nuori Suomi, 4.)

6 Kehittämistyön tavoite

Kehittämistyön tärkeimpänä tavoitteena on saada Tampereen Uimaseuran toiminta Nuoren Suomen Sinetikriteerejä vastaavalle tasolle. Tavoitteen saavuttamiseksi seuraan on luotava toiminnallisia muutoksia laadun parantamiseksi. Suurimmat muutokset ovat pelisääntö-, uimari-, valmentaja- ja ohjaajasopimusten laatiminen sekä seuran toimintalinjan tekeminen.

Alajan (2007) tutkimuksen mukaan Sinetin saamisen jälkeen urheiluseurojen jäsenmäärä on kasvanut yli 50 prosentissa Sinettiseuroista (Alaja 2007, 17). Tampereen Uimaseuran tavoitteet ovat toiminnan kehittäminen, laadun parantaminen, jäsenmäärän kasvu sekä henkilöstön lisääminen. Kehittämistyö tukee vahvasti näitä seuran tavoitteita. Sinetin saamisella on positiivinen vaikutus seuran kannalta myös seuran arvostuksen kasvuun, yhteistyön lisääntymiseen eri tahojen kanssa (lajiliitto ja SLU- alueet) sekä vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön paranemiseen toimintaperiaatteiden selkiytymisen kautta (Alaja 2007, 19-20).

Toimintalinjan laatiminen urheiluseuraan tuo toiminnan selkiytymisen lisäksi myös työkalun seuratyöhön. Toimintalinjaa voidaan käyttää esimerkiksi valmentajan tai uuden työntekijän perehdytysmateriaalina. Toimintalinjasta löytyy valmentajalle kaikki tarpeellinen tieto valmennusrakenteesta sekä valmentajan tehtävistä. Toimintalinjan tarkoitus on auttaa henkilöstöä seuran perustyössä ja luoda yhtenäiset toimintamallit seuratoimijoiden kesken.

Pelisääntö- ja uimarisopimusten laatimisen sekä ryhmätasolle käyttöön ottamisen tavoitteet ovat vastuullisuudessa ja eettisyydessä. Sopimusten tarkoituksena on tuoda vanhempien, uimareiden, valmentajien sekä seuran välille vuorovaikutteinen luottamus toiminnan eettisyydestä sekä selkeät ryhmäkohtaiset toimintamallit. Valmentaja- ja ohjaajasopimuksen tavoitteena on toimijoiden sitouttaminen seuran toimintamalleihin sekä lasten ja nuorten ohjauksen vastuukysymysten esille nostaminen.

7 Kehittämistyön laadinnan vaiheet

Kehittämistyön toimeksianto on tullut Tampereen Uimaseuralta. Seuralla on tavoitteena saavuttaa Sinetti toiminnalleen. Kehittämistyö on käynnistynyt syyskuussa 2011 Tampereen Uimaseuran puheenjohtajan kanssa käydystä kehityskeskustelusta. Kehityskeskustelussa seura asetti tavoitteekseen olla Sinettiseura vuoden 2013 keväällä. Prosessin alussa kartoitettiin Tampereen Uimaseuran kehittämiskohteet Nuoren Suomen Sinetikriteereihin peilaten. Kartoituksen tuloksena todettiin seuraavaa:

1. Tampereen Uimaseura tarvitsee uimarisopimukset kahdelle kilpauintiryhmälle (Team 1 ja Team 2).
2. Seura tarvitsee pelisääntösopimukset muihin kilpauintiryhmiin, sekä teknikoihin.
3. Valmentajasopimukset tehdään kaikkien kilpauintiryhmissä toimivien valmentajien kanssa.
4. Ohjaajasopimukset tehdään tekniikkakoulun ohjaajien kanssa.
5. Seuraan on luotava toimintamalli, jotta toiminnan tavoitteet, eettiset lähtökohdat sekä muut toiminnan periaatteet ovat kaikkien seuratoimijoiden tiedossa.

Seuran toimintalinjaa sekä sopimuksia tehdessä menetelmänä ovat tutkimuksellisen kehittämistyön prosessin vaiheet. Aluksi määritellään kehittämistyön haasteet ja tavoitteet sekä tehdään suunnitelma miten tavoitteisiin päästään. Tämän jälkeen tulee suunnitelman toteutusvaihe ja lopuksi arvioidaan miten kehittämistyö on onnistunut. Ojasalo, Moilanen & Ritalahti ovat edellä mainitun lisäksi määritelleet tarkemman kuusivaiheisen kehittämistyön prosessin. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2009, 23-24). Tämä on viety Tampereen Uimaseuran kehittämistyöhön seuraavasti:

1. Kehittämiskohteen tunnistaminen ja alustavien tavoitteiden määrittäminen

- Kehityskeskustelu Tampereen Uimaseuran puheenjohtajan kanssa. Syyskuu 2011.
- Tavoite: Tampereen Uimaseura Sinettiseuraksi 2013.



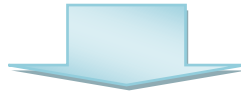
2. Kehittämiskohteeseen perehtyminen teoriassa ja käytännössä

- Tampereen Uimaseuran toimintamalleihin sekä seuratoimijoihin tutustuminen. Syksy 2011.
- Yhteys Uimaliittoon toimintalinjan suunnittelun tukemiseksi. Joulukuu 2011.



3. Kehittämistehtävän määrittäminen ja kehittämiskohteen rajaaminen

- Uimarisopimukset Team 1 ja Team 2. Syyskuu 2011.
- Pelisääntösopimukset Team 3-5 sekä Teknikot 1-3. Kesäkuu 2012.
- Valmentajasopimukset kilpaurintiryhmien valmentajille. Kesäkuu 2012.
- Ohjaajasopimukset Teknikkoryhmien ohjaajille. Kesäkuu 2012.
- Toimintalinjan sisällysluettelon hyväksyttäminen seuran johdolla. Kesäkuu 2012.



4. Tietoperustan laatiminen sekä lähestymistavan ja menetelmien suunnittelu

- Uimarisopimuksen laatiminen. Uimarisopimuskokouksessa mukana olivat johtokunnan edustus, uimarien vanhemmat sekä seurasihtööri. 29.9.2011.
- Pelisääntökeskustelut ryhmittäin
 - o Team 3 → 23.8.2012.
 - o Team 3c → 3.10.2012.
 - o Team 4 → 20.9.2012.
 - o Team 5 → 21.8.2012.
 - o Teknikot → 20.9.2012.
- Valmentaja- ja ohjaajasopimusten laatiminen. Mukana Teamien koordinaattorit, valmennuspäällikkö sekä seurasihtööri. 6.9.2012.
- Toimintalinjan laatimisen aloittaminen, sekä vastuualueiden jakaminen johtokunnalle ja työntekijöille. Elokuu 2012.



5. Kehittämistyön toteuttaminen ja julkistaminen eri muodoissa

- Uimarisopimukset otettiin käyttöön heti suunnittelupalaverin jälkeen lokakuussa 2011.
- Pelisääntösopimukset otettiin käyttöön välittömästi pelisääntökeskusteluiden jälkeen ryhmästä riippuen ajanjaksolla elokuu-lokakuu 2012.
- Valmentaja- ja ohjaajasopimukset otettiin käyttöön heti johtokunnan hyväksynnän jälkeen syyskuussa 2012.
- Toimintalinjan julkistaminen maaliskuussa 2013



6. Kehittämistyön ja lopputulosten arviointi (maaliskuu 2013)

- Seuran kehittämistyön laadinta sujui hienosti eri yhteistyötahojen kanssa ja lopputulos oli hyvä. Sopimusten suunnittelun ja pelisääntökeskusteluiden kautta vanhemmat ja muut seuratoimijat kokivat saavansa vaikuttaa seuran asioihin.
- Toimintalinja oli onnistunut kokonaisuus ja tukee vahvasti seuran kehitystä.

Kuvio 3. Kehittämistyön vaiheet.

Kehittämistyö eteni kolmena erillisenä kokonaisuutena: uimarisopimukset, pelisääntö-, valmentaja- ja ohjaajasopimukset sekä toimintalinja. Jokainen osa toteutui omalla aikataululla noin puolentoista vuoden aikana.

8 Tampereen Uimaseuran toimintalinja ja sopimukset

Tampereen Uimaseuran kehittämisen tuloksena seuralle syntyi toimintalinja sekä pelisääntö-, uimari-, valmentaja- ja ohjaajasopimukset. Toimintalinjaa olivat laatimassa seurasihteerit, valmennuspäällikkö, toimintakoordinaattori sekä johtokunnan jäseniä. Toimintalinja laadittiin pääsääntöisesti Nuoren Suomen Urheiluseuran toimintalinja -työvihon mukaisesti, jossa runkona ovat seuraavat asiat: urheiluseuratoiminnan visio, urheiluseuratoiminnan tavoitteet, urheiluseuran eettiset linjaukset, urheiluseuran organisaatio, käytännön toimintaperiaatteet, pelisäännöt sekä urheiluseuran tarjoamat toimintamuodot ja palvelut (Nuori Suomi, 3). Tämän lisäksi toimintalinjaan lisättiin muita tärkeitä asioita Tampereen Uimaseurasta, joita olivat seuran markkinointi sekä lyhyt historiikki. Toimintalinja löytyy liitteestä (Liite 8).

Pelisääntösopimukset on muodostettu ryhmäkohtaisesti. Sopimukset muodostuvat yleisistä pelisäännöistä sekä ryhmäkohtaisista pelisäännöistä. Poikkeuksena tähän ovat Teknikot – ryhmien pelisäännöt, joissa on vain ryhmäkohtaiset säännöt (Liite 5). Yleiset pelisäännöt ovat kaikilla ryhmillä samat, ryhmäkohtaiset pelisäännöt luotiin vanhempainilloissa käydyissä pelisääntökeskusteluissa ja ne muodostuivat jokaiselle ryhmälle erilaisiksi. Liitteessä kilpauintiryhmän Team 3:n pelisääntösopimus (Liite 5)

Uimarisopimuksia luotiin vain yksi versio ja se on käytössä kilpauintiryhmissä Team 1 ja Team 2. Sopimus muodostuu seuran velvollisuuksista, uintiurheilijan velvollisuuksista, muista ehdoista sekä sopimuksen voimassaoloajasta. Sopimus löytyy liitteestä (Liite 3). Valmentajasopimukset muodostuvat seuran sekä valmentajan velvoitteista. Valmentajasopimukset ovat käytössä kaikilla kilpauintiryhmien valmentajilla sekä ryhmien valmentajakoordinaattoreilla. Sopimus löytyy liitteestä (Liite 6). Ohjaajasopimukset ovat käytössä teknikko-ryhmien ohjaajilla ja ne muodostuvat ohjaajille tehdyistä pelisäännöistä. Sopimus löytyy liitteestä (Liite 7).

9 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli Tampereen Uimaseuran toiminnan kehittäminen Nuoren Suomen sinettikriteerejä vastaavalle tasolle. Tavoitteisiin pääsemiseksi seuran luotiin toimintalinja sekä neljä eri sopimusta: uimarisopimus, pelisääntösopimukset, valmentajasopimus sekä ohjaajasopimus. Sopimuksia ja toimintalinjaa tehtäessä yhteistyö eri seuratoimijoiden välillä korostui. Kehittämistyö ei olisi onnistunut ilman Tampereen Uimaseuran aktiivista johtokuntaa sekä työntekijöitä.

Nykypäivän urheiluseuratoiminta isoissa seuroissa on ammattimaista ja laajaa. Tampereen Uimaseuran toimintalinjassa päädyttiin kertomaan laajemmin seuran toimintamuodoista sekä seuran tarjoamista palveluista. Tästä syystä se palvelee parhaiten uusia uimareita, valmentajia, työntekijöitä sekä muita seuran jäseniä. Toimintalinjaan käytetyn materiaalin valinta ja priorisointi oli haasteellista. Yksi toimintalinjan tarkoituksista on toimia perehdytyskansiona uusille uimareille ja työntekijöille. Liian tiiviisti esitetyt asiat toimintalinjassa saattavat heikentää tarkoitusta perehdytyskansiona, toisaalta liian yksityiskohtainen toimintalinja ei ole lukijaystävällinen. Toimintalinja on sivumäärällisesti laaja, mutta siitä löytyvät helposti tarvittavat tiedot. Tietyt asiat jouduttiin käsittelemään suppeammin. Suppeammin käsitellyt asiat on käsitelty laajemmin seuran omilla kotisivuilla. Kotisivut ja toimintalinja täydentävät toisiaan hyvin.

Sopimuksissa haluttiin ottaa huomioon kaikkien sopimusosapuolien näkemykset sopimuksen sisällöstä. Valmentaja- ja uimarisopimusten laatimisessa oli eniten yhteensovittamista eri osapuolten välillä. Valmentaja- ja uimarisopimukset ovat kattavimmat ja eniten eri osapuolia sitovat. Pelisääntökeskustelut sujuivat hyvin. Vanhemmat pitivät sopimusten käyttöönottoa hyvänä asiana. Sopimukset rakentuivat nopeasti seuran tekemän ehdotelmasopimuksen pohjalta. Sopimusten laatimisen toimintamalli osoittautui hyväksi. Mahdollisimman moni taho oli mukana suunnittelemassa sisältöä. Tulevaisuudessa uudet pelisääntökeskustelut voidaan toteuttaa vielä tarkemmin Nuoren Suomen ohjeistuksen mukaan. Ennakkokyselystä vanhemmille voi saada lisähyötyä pelisääntökeskusteluun ja sopimuksen sisältöön. Toinen hyödyllinen toimenpide tulevaisuudessa on kyselyn tekeminen valmentajille, uimareille ja vanhemmille sopimusten toimivuus-

desta. Kysely kannattaa tehdä noin vuoden kuluessa sopimusten käyttöönotosta. Toimintalinjan sisältö tulee päivittää kahden vuoden kuluessa sen käyttöönotosta.

Opinnäytetyöprosessin suurin haaste oli tuoreen tutkimustiedon löytäminen suomalaisesta urheiluseuratoiminnasta. Ainoastaan dosentti Pasi Kosken seuratutkimukset ovat kartoittaneet laajemmin suomalaisen seuratoiminnan tilaa viime vuosina. Seuratoiminta suomessa on murrosvaiheessa ja seuratutkimusta kaivataan lisää. Opinnäytetyöprosessi pysyi pääosin laaditussa aikataulussa. Seuran toimintalinjan tekemiseen osallistui eri tahoja, mikä vaikutti aikataulutukseen. Koko prosessi oli erittäin työelämälähtöinen. Motivaatio opinnäytetyön tekemiseen pysyi korkeana alusta loppuun. Oman työn kehittäminen yhdessä seuran kehittämisen kanssa oli koko prosessin ydin.

Suomalainen liikuntakulttuuri on muutoksessa (Pekkala & Heikkala 2007, 26). Uudet tuulet puhaltavat niin urheilun kattojärjestöissä kuin paikallisessa seuratoiminnassa. Yhdistymisiä sekä uusia organisaatioita on tullut vastaamaan nykypäivän haasteisiin. Kesäkuussa 2012 suomalainen liikuntakenttä sai uuden kattojärjestön, jonka nimeksi tuli Valtakunnallinen liikunta- ja urheiluorganisaatio ry (Valo). Valon perustivat Suomen Liikunta ja Urheilu SLU, Nuori Suomi, Kuntoliikuntaliitto sekä Suomen Olympiakomitea. Valon toiminnan visio on seuraava ”olemme maailman liikkuvien urheilukansain 2020”. Valon vaikutus tulee tulevaisuudessa näkymään varmasti myös paikallistasolla seuratoiminnassa.

Myös Tampereen Uimaseuran toimintaympäristö on muutoksessa. Tampereella on ollut kolme uimaseuraa pitkään. Tampereen Uimaseura, Tampereen Työväen Uimarit sekä KooVeen uintijaosto ovat vastanneet tamperelaisen huippu-uinnin kehittämistä sekä uimakoulutoiminnasta yhdessä kaupungin kanssa. Kilpailua uinnin harrastajista on seurojen välillä ollut aina. Tampereen kasvavan talousalueen sekä harrastajamäärien lisääntymisen vuoksi seuroissa alettiin miettiä yhdistymisen etuja syksyllä 2012. Viralliset yhdistymisneuvottelut alkoivat hieman tämän jälkeen. Yksi isompi seura olisi uskottavampi toimija seurakentällä. Seurojen ei sen jälkeen tarvitsisi kamppailla harrastajamäärästä keskenään vaan ne voisivat keskittyä tamperelaisen uinnin kehittämiseen yhteisenä. Neuvottelut lopuivat tuloksettomina joulukuussa 2012 kolmen seuran osalta. Tämän jälkeen neuvotteluja jatkoivat Tampereen Uimaseura sekä KooVeen uintijaosto.

Tämä neuvotteluasetelma toi tuloksen nopeasti ja Tampere sai uuden uimaseuran tammikuun lopussa 2013. Uuden uimaseuran nimeksi tuli Uinti Tampere (UiTa). Uinti Tampere on Suomen toiseksi suurin uimaseura lisenssiuimareiden määrässä mitattuna. Tulevaisuuden tavoitteena Uinti Tampereella on tuottaa laadukkaita uimareita oman seuran kasvateista aina olympiatasolle asti. Tampereen Uimaseuralle tehdyt sopimukset sekä toimintalinja siirtyvät soveltuvin osin uuden seuran käyttöön. Uinti Tampereen yksi tavoite on tulla Sinettiseuraksi lähitulevaisuudessa. KooVeen uintijaosto on ollut pitkään Sinettiseura ja heillä on olemassa oleva toimintalinja sekä pelisääntösopimukset. Uuden seuran toimintojen yhdistyessä on hyvä mahdollisuus täydentää Tampereen Uimaseuralle tehdyn toimintalinjan sisältöä sekä käyttää hyväksi KooVeen uintijaoksen toimintalinjaa. Nämä toimintalinjat yhdistämällä sekä Uinti Tampereen käytäntöjä lisäämällä uuteen seuraan saadaan kasattua toimintalinja nopealla aikataululla. Uinti Tampere sai yhdistymisessä toimintaansa seura-aktiiveja, jotka olivat mukana KooVeen saadessa Sinettiä toiminnalleen. Tampereen Uimaseuralle tehty seuran kehittämistyö yhdessä KooVeen uintijaoston kokemuksen kanssa tukevat vahvasti Uinti Tampereen hakuprosessia Sinettiseuraksi.

Urheiluseuratoiminta on jatkuvaa toiminnan kehittämistä. Palveluja pyritään tuottamaan kasvaneeseen kysyntään. Seuran toimintaan on saatu uusia ulottuvuuksia. Opinnäytetyön tavoite Tampereen Uimaseuran osalta on saavutettu. Toimintamuodot kehittyivät prosessin aikana, koska niitä mietittiin eri lähtökohdista ja eri tekijöiden toimesta. Urheiluseuratoiminta on hektistä ja toiminnan kehittämiseen jää usein liian vähän aikaa. Tämä prosessi on antanut mahdollisuuden Tampereen Uimaseuralle palata perusasioiden ääreen, mitä tehdään ja miksi tehdään.

Tampereen Uimaseuralle uusia kehittämishankkeita ei tulevaisuudessa enää tehdä. Seuraa ei lopeteta vaan sen toiminta keskittyy ainoastaan varainhankintaan. Uinti Tampereen tulevaisuus on valoisa. Isona seurana sen mahdollisuudet toiminnan laadun kehittämiseen ovat hyvät. Seuraava kehittämishanke Uinti Tampereelle voisi olla esimerkiksi erilaiset laadunmittarit, jotka ovat yleisiä nykypäivän yritystoiminnassa.

Lähteet

Alaja, E. 2007. Nuori Suomi Sinettiseurojen kehittäminen. HAAGA-HELIA Ammatti-korkeakoulu. Opinnäytetyö.

Haarma, M. 2008. Nuori Suomi. Lasten ja nuorten liikuntaa 20 vuotta. Savion kirjapaino. Kerava.

Koski, P. 2009. Liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa. SLU-Paino.

Liikunnan ja Urheilun Maailma 8/06. Uimaliitto 100 vuotta. SLU:n verkkolehti. Luettavissa:

http://www.slu.fi/lum/08_06/uutiset/uimaliitto_100_vuotta/. Luettu 13.9.2012.

Liikunnan ja Urheilun Maailma 13/05. Suomessa jo 9000 liikunta- ja urheiluseuraa. SLU:n verkkolehti. Luettavissa:

http://www.slu.fi/lum/13_05/uutiset/suomessa_jo_9_000_liikunta-ja_u/. Luettu 14.11.2012.

Liikunnan ja Urheilun Maailma 7/2003, erikoispainos. Liikunnan ja urheilun tarina. SLU:n verkkolehti. Luettavissa:

http://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/4367af587bff5f3458cea104dc16b539/1352822458/application/pdf/120775/Liik_ja_urh_tarina_72_dpi.pdf. Luettu 13.11.2012.

Nuori Suomi. Urheiluseuran toimintalinja. Työvihko urheiluseuran oman toimintalinjan tekemistä varten. Julkaisu.

Nuori Suomi ry. 2012a. Jäsenjärjestöt. Luettavissa:

<http://www.nuorisuomi.fi/jasenjarjestot>. Luettu 11.10.2012.

Nuori Suomi ry. 2012b. Sinettiseuratoiminnan kriteerit. Luettavissa:

<http://www.nuorisuomi.fi/sinettikriteerit>. Luettu 14.10.2012.

Nuori Suomi ry. 2012c. Sinettiseurat. Luettavissa:

http://www.nuorisuomi.fi/lista_sinettiseuroista. Luettu 14.10.2012.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2009. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. WSOYpro Oy. Helsinki.

Opetus ja Kulttuuriministeriö. Seuratoiminnan kehittämistuki (seuratuki) 2013-2015.

Luettavissa:

http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/avustukset/Avustukset_seuratoiminnan_kehittamiseen.html?lang=fi. Luettu 12.2.2013.

Pellinen, M. 2004. Tampereen Uimaseura 100 vuotta. Domus- Offset Oy. Tampere.

Pekkala, J. & Heikkala, J. 2007. Liikunnan kansanliikkeen `neljäs tie`. Näkökulmia yhteiskunnan ja liikunnan kansalaistoiminnan tulevaisuuteen. Raportti. SLU. Luettavissa:

<http://slu-fi->

bin.directo.fi/@Bin/c4a01225f3514cf034073e4e703c7582/1360665364/application/pdf/120799/TheTulevaisuusraportti.pdf. Luettu 12.2.2013.

Roive-Viteli, J. 4.10.2012. Swimming Team Tampere Koordinaattori. Tampereen Uinnin Tuki ry. Haastattelu. Tampere

Räikkönen, S. 1.11.2012. Varapuheenjohtaja. Tampereen Uimaseura ry. Haastattelu. Tampere.

Tampereen Uimaseura ry. 2011. Valmennuksen työkirja 2011-2012.

Tampereen Uimaseura ry. 2012a. Luettavissa: <http://www.taus.fi/seuran-esittely2/>. Luettu 13.9.2012.

Tampereen Uimaseura ry. 2012b. Toimintasäännöt. Luettavissa: <https://taus-fi-bin.directo.fi/@Bin/c725b1cc08db7f97028fatee0cb79e4d/1348123121/application/p>

df/179952/TaUS%2bs%C3%A4%C3%A4nn%C3%B6t%2b1989.pdf. Luettu 20.9.2012.

Tampereen Uimaseura ry. 2012c. Tampereen Uimaseura ry:n toimintakertomus vuodelta 2011. TaUS johtokunta. Tampere.

Tampereen Uimaseura ry. 2012d. Tampereen Uimaseuran uimarin urapolku (nuoret). . Jari-Roive-Viteli. Tampere.

Tampereen Uimaseura ry. 2012e. Tampereen Uimaseuran organisaatiokaavio. Jari Rääkkönen. Tampere

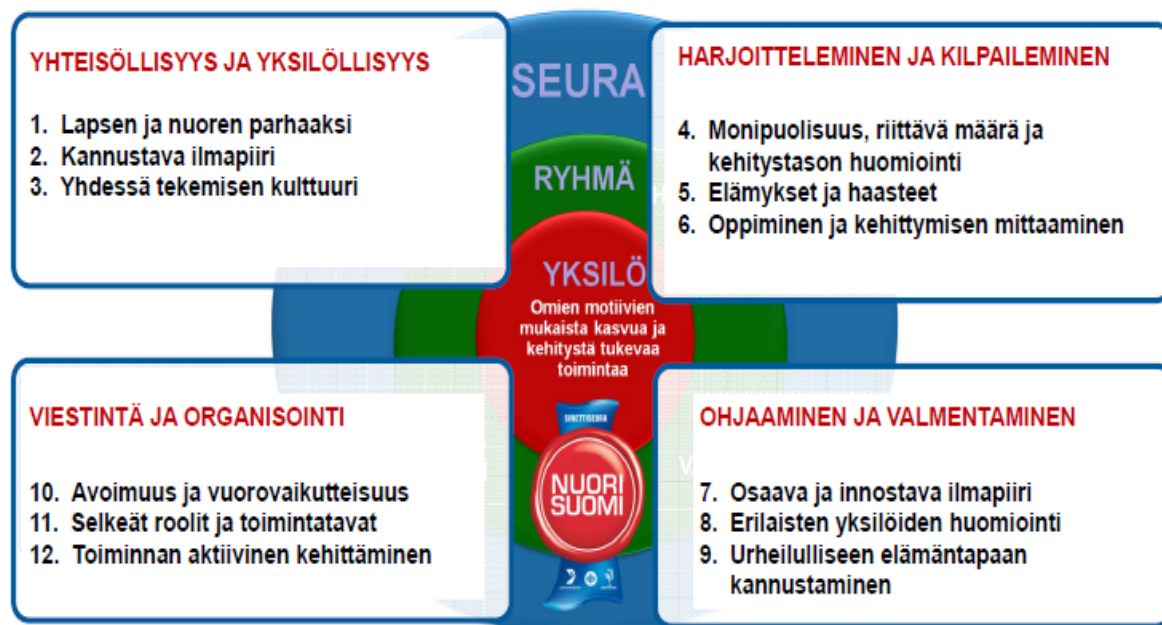
Tampereen Uimaseura ry. 2012f. Yleis ja toimintasuunnitelma vuodelle 2012. Luettavissa: <http://taus-fi-bin.directo.fi/@Bin/ec18c46fa9444eb144067f4a49b53b1d/1348759671/application/pdf/425799/2012%20toimintasuunnitelma.pdf>. Luettu 27.9.2012.

Tampereen Uimaseura ry. 2012g. Luettavissa: <http://www.taus.fi/valmennus/valmennustietoa/menestys/>. Luettu 8.10.2012.

Tampereen Uimaseura ry. 2012h. Luettavissa: <https://taus-fi.directo.fi/kaukajarvi/>. Luettu 24.10.2012.

Tampereen Uinnin Tuki ry. 2012. Luettavissa: <https://tre--uinti-fi.directo.fi/?x206763=207559>. Luettu 24.10.2012.

Sinettiseurakriteerit



YHTEISÖLLISYYS JA YKSILÖLLISYYS

1. Lapsen ja nuoren parhaaksi
2. Kannustava ilmapiiri
3. Yhdessä tekemisen kulttuuri

Seura

- Arvot, kasvatukselliset periaatteet ja toimintatavat on kirjattu seuran toimintalinjaan
- Kaikille yhteisiä "Me-henkeä" edistäviä tilaisuuksia järjestetään vuosittain
- Palkitsemisessa huomioidaan vuosittain eri rooleissa toimivat henkilöt
- Seura toimii yhteistyössä sidos-ryhmien kanssa

Ryhmä

- Ryhmien vastuuhenkilöt toimivat kasvatuksellisesti ja esimerkillisesti
- Jokaisessa alle 15-vuotiaiden ryhmässä on sovittu pelisäännöt yhdessä lasten ja lasten vanhempien kanssa.
- Kaikkia lapsia/nuoria kannustetaan
- Ryhmät osallistuvat seuran yhteisiin tilaisuuksiin

Sinettiseurassa jokainen lapsi ja nuori saa

...kokea, että hän on tärkeä ja että hänet huomioidaan yksilönä. Toiminta on iloista ja innostavaa. Lapsia ja nuoria kannustetaan, heidän itsetuntonsa sekä sosiaaliset taitonsa kehittyvät ja he oppivat toimimaan yhdessä muiden kanssa reilun pelin hengessä.

HARJOITTELEMINEN JA KILPAILEMINEN

4. Monipuolisuus, riittävä määrä ja kehitystason huomiointi
5. Elämykset ja haasteet
6. Oppiminen ja kehittymisen mittaaminen

Seura

- Seura viestii omaehtoisen harjoittelun ja liikkumisen tärkeydestä ja kannustaa liikkumaan riittävästi sekä harrastamaan muita lajeja
- Seura linjaa, millaista harjoittelua ja kilpailua se edistää
- Kaikilla mukaan otetuilla on mahdollisuus motiivien ja kehitystason mukaiseen toimintaan

Ryhmä

- Ominaisuuksia ja taitoja harjoitetaan monipuolisesti
- Liikunnan määrää ja monipuolisuutta seurataan
- Harjoituksia ja kilpailuja tarjolla kaikille mukaan otetuille

Sinettiseurassa jokainen lapsi ja nuori saa

...harjoitella tehokkaasti oman kehitystasonsa ja motiivinsa mukaisesti sekä kokee haasteita, onnistumisia ja epäonnistumisia. Lasten ja nuorten taidot sekä fyysiset ja psyykkiset ominaisuudet kehittyvät ja he saavat myös mahdollisuuden mitata omaa kehittymistään.

OHJAAMINEN JA VALMENTAMINEN

7. Osaava ja innostava ilmapiiri
8. Erilaisten yksilöiden huomiointi
9. Urheilulliseen elämäntapaan kannustaminen

Seura

- Seuralla on koulutussuunnitelma.
- Seuralla on toimintatapa, jolla ohjaajat ja valmentajat saavat tukea toimintaansa ja osaamisensa kehittämiseen
- Ohjaajat ja valmentajat sitoutetaan yhteisen toimintalinjan toteuttamiseen.
- Tasoryhmiä muodostettaessa seuralla on siitä suunnitelma, josta on avoimesti viestitty.

Ryhmä

- Jokaisella ryhmällä vähintään yksi valmentaja, joka on suorittanut lasten/nuorten valmentamiseen tarkoitetun koulutuksen. Suositus, että paikalla on vähintään yksi täysi-ikäinen vastuhenkilö.
- Ryhmän toiminta on suunnitelmallista ja innostavaa.
- Erilaiset yksilöt voidaan huomioida eriyttämisen keinoin
- Tasoryhmiä muodostettaessa varmistettava, että jokaisella on mahdollisuus jatkaa harrastusta

Sinettiseurassa jokainen lapsi ja nuori saa

... yksilöllistä, osaavaa ja innostavaa ohjausta ja valmennusta. Urheiluharrastuksensa kautta lapset ja nuoret saavat kipinän omatoimiseen harjoitteluun sekä liikunnalliseen ja urheilulliseen elämäntapaan.

VIESTINTÄ JA ORGANISOINTI

10. Avoimuus ja vuorovaikutteisuus
11. Selkeät roolit ja toimintatavat
12. Toiminnan aktiivinen kehittäminen

Seura

- Seuralla on kirjallinen toimintalinja ja yhteiset ohjeet pelisääntökeskusteluihin
- Toimijoiden roolit on määritelty ja tehtäviin on nimetty vastuuhenkilöt.
- Viestintä on suunnitelmallista ja avointa.
- Toimintaa arvioidaan säännöllisesti
- Talous ja hallinto on vastuullista

Ryhmä

- Vastuista ja pelisäännöistä on sovittu
- Toiminnasta vastaavien tiedot omasta seurasta ja Sinettiseuratoiminnasta ovat ajantasalla
- Toimintaan osallistuvilla on mahdollisuus vaikuttaa ja antaa palautetta.

Sinettiseurassa jokainen lapsi ja nuori saa

... mahdollisuuden kertoa mielipiteensä itseään koskevista asioista ja hän tietää mitä tapahtuu, miten ja miksi

Liite 3. Uimarisopimus

Uintiurheilijasopimus

Tampereen Uimaseura ry.

1. Osapuolet

Urheilija _____

Osoite _____

Postinumero _____

Puhelinnumero _____

Sähköposti _____

Henkilötunnus _____

Yhteyshenkilö sopimusasioissa on seuran puheenjohtaja

Jari Räikkönen

Puhelinnumero +358 xx xxxxxxxx

Sähköposti xxxxxxx@taus.fi

2. Sopimuskausi

Tämän sopimuksen voimassaolo alkaa allekirjoituspäivänä ja on voimassa toistaiseksi.

3. Seuran velvollisuudet

- 3.1. Seuralta (Valmennuspäälliköltä) on saatavissa tieto mistä viimeisimmät lajin kansainväliset ja kansalliset kilpailu- ja dopingsäännöt sekä kansalliset urheilun Reilun Pelin säännöt ovat saatavissa. Seura (Valmennuspäällikkö) tiedottaa em. sääntöihin tehdyistä muutoksista sekä selvittää tarvittaessa sääntöjen sisältöä.
- 3.2. Seura valitsee urheilijan niihin kansallisiin ja kansainvälisiin kilpailuihin, joihin urheilija on kunkin tapahtumaan määriteltujen valintakriteerien perusteella oikeutettu.
- 3.3. Seuralla on hankittuna urheiluvarusteita seuran tekemien varustesopimusten mukaisesti. Seura tiedottaa seuran verkkosivuilla sopimustoimittajista ja varustesopimuksista. Urheilija voi hankkia urheiluvarusteita seuran sopimushinnoilla kulloinkin voimassa olevilta sopimustoimittajilta tai seuralta.
- 3.4. Seura tarjoaa urheilijalle valmennusta ja erikseen sovittavia tukipalveluita
- 3.5. Seuralla on matkavakuutus ulkomaanmatkoja varten kattava tapaturmavakuutus sekä vastuuvakuutus. Vakuutusehdot ovat saatavissa seuran käyttämältä vakuutusyhtiöltä. Vahingot ja kustannukset, jotka eivät kuulu vakuutuksen piiriin, kattaa urheilija itse.
- 3.6. Seuran internetsivuille laitetaan ne sopimukset sekä säännöt, joihin tässä sopimuksessa viitataan tai linkki, josta pääsee tässä sopimuksessa mainittuihin sopimuksiin ja sääntöihin vedottaan, pääsee.
- 3.7. Seuran kilpailu- ja harjoitusmatkoille nimeämä matkanjohtaja valvoo, että urheilijat noudattavat tässä sopimuksessa mainittuja sääntöjä kilpailu- sekä harjoitusmatkoilla.

4. Urheilijan velvollisuudet

- 4.1. Urheilija sitoutuu tutustumaan kansainvälisen ja kansallisen liiton sääntöihin, kansallisiin urheilun Reilun Pelin sääntöihin sekä ADT:n julkaisuun kielletyt ja sallitut aineet urheilussa sekä noudattamaan niitä omalta osaltaan.
- 4.2. Urheilija sitoutuu käyttämään seuran edustusasuja kansallisissa ikäluokkansa arvokilpailuissa sekä muissa edustustilaisuuksissa. Urheilija voi halutessaan hankkia uima-asun seuran varustetoimittajilta.
- 4.3. Urheilija sitoutuu kilpailu- ja harjoitusmatkojen aikana käyttäytymään siten, ettei hän menettelyllään tai epäurheilijamaisella tai muulla epäasiallisella käyttäytymisellään aiheuta vahinkoa tai huonoa mainetta seuralleen, liitolleen, lajilleen tai urheilulle yleensä. Lisäksi urheilija sitoutuu noudattamaan seuran kilpailutoimintaa ohjaavia sääntöjä ja niihin liittyviä kurinpitomääräyksiä.
- 4.4. Alkoholien, tupakan, nuuskan tai muiden päihdyttävien aineiden käyttö on seuran alaisissa tapahtumissa kielletty. Mikäli urheilija rikkoo tätä kieltoa tai rikkoo yleistä järjestystä koskevia määräyksiä ja ohjeita, voidaan hänet kotiuttaa matkanjohtajan toimesta välittömästi. Tällöin kotiuttamiskustannuksista vastaa urheilija tai huoltaja.
- 4.5. Urheilija sitoutuu noudattamaan lajin kansainvälisen ja kansallisen liiton dopingsääntöjä sekä hyväksyy sääntöjen mukaisen rangaistuksen, mikäli jää kiinni dopingin käytöstä.

5. Muut ehdot

- 5.1. Seura saa käyttää urheilijan nimeä ja/tai kuvaa seuran julkaisuissa.
- 5.2. Omia sopimuksia tehdessään urheilija/huoltaja saa seuran luvalla tehdä seuran alaisia tapahtumia koskevia sopimuksia.

6. Osallistuminen seuran määräämiin muihin tehtäviin

- 6.1. Urheilija sitoutuu osallistumaan niihin julkistamis- ja tiedotustilaisuuksiin, jotka kuuluvat kansallisiin ja kansainväliseen kilpailuohjelmiin tai seuran ja urheilijan yhteisiin valmennustapahtumiin. Kustakin tapahtumasta sovitaan erikseen.

7. Sopimuksen voimassaolo

- 7.1. Jäsen, joka haluaa erota seurasta, tekköön siitä kirjallisen ilmoituksen seuran johtokunnalle tai sen puheenjohtajalle tai ilmoittakoon siitä suullisesti seuran kokouksessa pöytäkirjaan merkitsemistä varten. Ero katsotaan tapahtuneeksi heti, kun ilmoitus on tehty. Eroava on velvollinen suorittamaan maksunsa sekä muut näiden sääntöjen edellyttämät velvoitteet kuluvan kalenterivuoden loppuun asti.
- 7.2. Johtokunta voi erottaa seurasta jäsenen, joka
 - laiminlyö jäsenmaksunsa suorittamisen
 - toimii seuran sääntöjen vastaisesti
 - rikkoo lakeja ja esiintyy urheiluhengen vastaisesti
 - toimii seuran ja sen jäsenliittojen ja piirien tarkoituspöytäkirjojen vastaisesti

Sitoudumme noudattamaan tämän sopimuksen ehtoja

Paikka _____

Aika _____

Uintiurheilijan allekirjoitus _____

Alaikäisen urheilijan huoltajan allekirjoitus _____

TAMPEREEN UIMASEURA RY

Jari Räikkönen
Puheenjohtaja

Taavetti Nuto
Seurasihtööri

Uintiurheilijan Pelisäännöt

Tampereen Uimaseura ry

Me Tampereen Uimaseuran ryhmän (3) uimarit sitoudumme noudattamaan seuraavia pelisääntöjä:

Seuran yleiset Pelisäännöt

1. Kaikilla uimareilla on oltava voimassa oleva Blue Card/ kilpailulisenssi.
2. Harjoitukseen saavutaan ajoissa – mikäli et pääse, on valmentajalle ilmoitettava asiasta. Harjoituksista poissaoloista on ryhmäkohtaiset säännöt.
3. Uimahallin sääntöjä ja henkilökunnan ohjeita noudatetaan.
4. Uimaritovereihin suhtaudutaan aina lajista ja/tai ryhmästä riippumatta kohteliaasti
5. Muihin hallin käyttäjiin suhtaudutaan kohteliaasti kaikissa tilanteissa – myös tilanteissa, joissa muut hallin käyttäjät kommentoivat esim. tilojen ahtautta.
6. Uimarin tehtävä on huolehtia itse omista ruokailuistaan ja riittävästä yönestä
7. Uimari huolehtii itse omasta terveydentilastaan. Sairaana ei tulla harjoitukseen. Uimari antaa keholle riittävän mahdollisuuden parantua – rankka fyysinen rasitus sairaana voi johtaa entistä vakavampaan sairastumiseen.

Ryhmän omat pelisäännöt:

1. Tulen harjoitukseen ajoissa ja huolehdin varusteistani.
2. Harjoitukseen tullaan harjoittelemaan, ei seurustelemaan kavereiden kanssa.
3. Harjoituksissa kuuntelen valmentajien ohjeet ja toimin niiden mukaan.
4. Harjoituksissa ja kisoissa yritän aina parhaani.
5. Harjoituksissa en koskaan kiusaa, syrji, ärsytä tai häiritse muita.
6. Ilmoitan kiusaamisesta aikuisille.
7. Sekä harjoituksissa että kisoissa kannustan kaikkia.
8. Kiroileminen on ehdottomasti kiellettyä.
9. Harjoituksissa toimin esimerkkinä muille (myös muille uimahallin käyttäjille).
10. Ennen kisoja ja kisoissa en syö herkkuja.

Tämän sopimuksen voimassaolo alkaa allekirjoituspäivänä ja on voimassa toistaiseksi.

Tampere ___ ___ _____

Liite 5. Teknikko- ryhmien pelisääntösopimus

Uimarin Pelisäännöt

Tampereen Uimaseura ry

Me Tampereen Uimaseuran Teknikot- ryhmän uimarit sitoudumme noudattamaan seuraavia pelisääntöjä:

Ryhmän Pelisäännöt

1. Sairaana ei harjoitella. Jos olen ollut sairaana aiemmin samalla viikolla, ilmoitan siitä vastuvalmentajalle ennen harjoitusten alkua.
2. Harjoituksissa kuuntelen valmentajien ohjeet ja toimin niiden mukaan.
3. Harjoituksissa ja kisoissa yritän aina parhaani.
4. Harjoituksissa en koskaan kiusaa, syrji, ärsytä tai häiritse muita.
5. Ilmoitan kiusaamisesta aikuisille.
6. Sekä harjoituksissa että kisoissa kannustan kaikkia.
7. Kiroileminen on ehdottomasti kiellettyä.
8. Harjoituksissa toimin esimerkkinä muille (myös muille uimahallin käyttäjille).
9. Ennen kisoja ja kisoissa en syö herkkuja.

Tämän sopimuksen voimassaolo alkaa allekirjoituspäivänä ja on voimassa toistaiseksi.

Tampere ___ ___ _____

Tampereen Uimaseura ry

VALMENTAJASOPIMUS

Tällä sopimuksella me allekirjoittaneet valmentajana ja seurana sitoudumme seuraaviin asioihin.

1. Koordinaattorin ja uintivalmentajan velvoitteet

- 1.0 Koordinaattori sitoutuu tekemään urheilijalle harjoittelun vuosisuunnitelman ja kausittaiset harjoitusohjelmat sekä valvomaan niiden toteutumista yhdessä ryhmän valmentajien kanssa. Koordinaattori vastaa valmentajien läsnäolosta harjoituksissa ja valmennusvuorossa oleva valmentaja vastaa harjoituksen toteutumisesta läsnäolollaan ja tekemällä jokaisesta harjoituksesta laadukkaan.
- 1.1 Valmennus sitoutuu vastaamaan urheilijan lajitaitojen kehittymisestä henkilökohtaisesti ja tarvittaessa käyttämällä eri valmennussegmenttien/ammattilaisten apua. Koordinaattori yhdessä valmennuspäällikön kanssa päättää lisäavusta tapauskohtaisesti.
- 1.2 Valmennus sitoutuu muuttamaan ja kehittämään harjoittelua mahdollisuuksien puitteissa siten, että urheilijan kokemat harjoitteluun liittyvät ongelmat vähenisivät.
- 1.3 Valmennus sitoutuu seuraamaan urheilijan yleistä terveydentilaa harjoituksissa, leireillä ja kiisoissa sekä ryhtymään aina tarvittaessa sen edellyttämiin toimenpiteisiin.
- 1.4 Koordinaattori informoi uimarien vanhempia tarpeellisista asioista kauden alussa sekä kauden kuluessa.
- 1.5 Valmentaja ja koordinaattori kokoavat kuukausittain tunneistaan tilastointiin tarvittavat tiedot ja ilmoittaa ne seurasihteerille.
- 1.6 Valmennus sitoutuu käyttämään vain eettisesti hyväksyttäviä harjoitusmenetelmiä ja harjoitustukitoimia. Kiellettyjä menetelmiä ovat esimerkiksi Doping- aineet.
- 1.7 Valmentaja sitoutuu valmentamaan osana seuran tasovalmennusjärjestelmää. Tasolta siirtyminen päätetään yhdessä Teamien valmennuksen ja valmennuspäällikön kanssa.
- 1.8 Valmentaja on velvollinen ilmoittamaan seuralle kuukautta ennen, jos aikoo lopettaa valmennustehtävät kesken harjoituskauden.
- 1.9 Valmentaja osallistuu seuran järjestämään koulutukseen mahdollisuuksien mukaan, sekä osallistuu yhdessä ennakkoon suunniteltuun muuhun koulutukseen.
- 1.10 Valmentaja kunnioittaa hänen ja seuran välistä valmentajasopimusta ja -suhdetta paljastamatta julkisuudessa seuraa tai urheilijaa mahdollisesti vahingoittavia seikkoja.
- 1.11 Valmentaja toimii seuran perusarvojen hengessä ja noudattaa ryhmän pelisääntöjä. Tärkeää on mm. saapuminen ajoissa harjoituspaikalle sekä pidättäytyminen päihteistä ja tupakkatuotteista uintikilpailujen sekä harjoitusten yhteydessä.

2. Seuran velvoitteet

- 2.0 Seura korvaa valmennuksesta aiheutuneet kustannukset seuran yleisten kulukorvausperiaatteiden mukaisesti. Tällaisia kustannuksia ovat matkustukseen, majoittumiseen sekä valmentamiseen suoraan liittyvät kustannukset (esimerkiksi kellot yms.). Korvauksista tehdään selvitys seuran kulloinkin voimassa olevan ohjeistuksen mukaisesti.

- 2.1 Seura tarjoaa valmentajalle mahdollisuuden kouluttautua eteenpäin Uimaliiton tai muissa koulutusjärjestelmissä valmennuspäällikön tai valmentajan esityksen pohjalta.
- 2.2 Seura kunnioittaa valmentajan ja seuran välistä valmentajasopimusta ja -suhdetta paljastamatta julkisuudessa valmentajaa mahdollisesti vahingoittavia seikkoja.

3. Voimassaolo

Tämä sopimus on voimassa toistaiseksi.

4. Allekirjoitukset

Tätä sopimusta on tehty kaksi kappaletta, yksi kummallekin sopijapuolelle.

Paikka ja aika

Tampere ____ ____ ____

Valmentaja _____ Nimenselvennys _____

Seura _____

Jari Räikkönen
Tampereen Uimaseura

Liite 7. Ohjaajasopimus

Tampereen Uimaseura ry

OHJAAJASOPIMUS

Tällä sopimuksella me allekirjoittaneet ohjaajana ja seurana sitoudumme seuraaviin asioihin.

Ohjaajan velvoitteet

1. Ohjaaja/ vastuuhjaaja sitoutuu Tampereen Uimaseura ry:n sekä Suomen Uimaliiton yleisiin periaatteisiin ja arvoihin ohjaustyössään.
2. Ohjaaja/ vastuuhjaaja on velvollinen ilmoittamaan seuran vastuuhenkilölle, mikäli ei pääse sovitulle vuorolle.
3. Ohjaaja/ vastuuhjaaja on velvollinen ilmoittamaan seuralle kuukautta ennen, jos aikoo lopettaa ohjaustyönsä kesken harjoituskauden.
4. Vastuuhjaaja on velvoitettu mahdollisuuksien mukaan käymään seuran ohjaajatapaamisissa (Teknikkopalaverit)
5. Ohjaaja/ vastuuhjaaja kokoaa kuukausittain tunneistaan tilastointiin tarvittavat tiedot ja ilmoittaa ne seurasihteerille.
6. Vastuuhjaaja informoi lasten vanhempia tarpeellisista asioista kauden alussa sekä kauden kuluessa.
7. Ohjaajalle/ vastuuhjaajalle järjestetään tarvittaessa koulutuksia. Koulutukseen menosta voi sopia seuran vastuuhenkilön kanssa.
8. Vastuuhjaajan tulee aina ilmoittaa vanhemmille jos harjoituksissa uimarille sattuu jotakin. Vanhemmille tulee soittaa heti jos tilanne on vakava. Hallilla olevalle valvojalle sekä seuran yhteyshenkilölle on myös ilmoitettava asiasta.
9. Ohjaaja tai vastuuhjaaja huolehtii, että kukaan lapsi ei jää allastiloihin yksin harjoitusten jälkeen.
10. Ohjaajalla sekä vastuuhjaajalla on vastuuvakuutus seuran puolesta.

Voimassaolo

Tämä sopimus on voimassa toistaiseksi.

Allekirjoitukset

Tätä sopimusta on tehty kaksi kappaletta, yksi kummallekin sopijapuolelle.

Paikka ja aika

Tampere ____ ____ _____

Valmentaja _____ Nimenselvennys _____

Seura _____

Jari Räikkönen
Tampereen Uimaseura

Toimintalinja



Tampereen Uimaseura ry.

Sisällysluettelo

1 Johdanto	1
2 Historia	2
3 Nykypäivän toimintamuodot.....	4
3.1 Valmennustoiminta	4
3.2 Kurssitoiminta	4
3.3 Vesipallo	7
3.4 Kaukajärven uimala.....	7
4 Toiminnan tavoitteet.....	8
5 Seuran arvot.....	9
5.1 Pelisäännöt ja sopimukset	10
6 Seuran organisaatio	11
6.1 Organisaatiokaavio	11
6.2 Valiokunnat	11
7 Seuran vakituiset tapahtumat	12
8 Tiedotus	13
9 Uimarit	14
9.1 Tasovalmennus	14
10 Uintiharrastuksen kustannukset.....	15
10.1 Kilpauinti.....	15
10.2 Kurssitoiminta	16
10.3 Uimahallimaksut.....	16
10.4 Blue Card- lisenssi	16
11 Palkitseminen	17
11.1 Palkitsemisstrategia	17
11.2 Stipendijärjestelmä.....	18
12 Valmentajat.....	19
12.1 Valmentajan toimenkuva.....	19
12.2 Seuran koulutusjärjestelmä.....	19
13 Toimitsijat	23
14 Huoltajat	24

1 Johdanto

Tampereen Uimaseuran toimintalinjan tarkoituksena on selkiyttää seuran toimintaa. Toimintalinja on tietopaketti seuran valmentajille, uimareille, uimareiden vanhemmille, kurssilaisille, seuran jäsenille sekä muille seuran toiminnasta kiinnostuneille. Toimintalinjassa kerrotaan nykypäivän toimintamuodoista, toiminnan tavoitteista, seuran tarjoamista palveluista, arvoista sekä muista yleisistä seuran asioista. Etenkin uusille toimintaan mukaan tuleville valmentajille, työntekijöille sekä muille jäsenille toimintalinjasta on iso hyöty tutustuessa seuraan.

Tampereen Uimaseura pyrkii menemään eteenpäin ja kehittämään toimintaansa jatkuvasti. Tästä syystä myös toimintalinjaa päivitetään 1-2 vuoden välein, koska käytänteet tietyissä asioissa voivat muuttua. Toimintalinja on laadittu yhteistyössä johtokunnan sekä seuran työntekijöiden kanssa.

2 Historia

1800-luvun lopulla oli Tampereella harrastettu jonkin verran uintia pienissä uimahuoneissa, joita kaupungin rannoilla oli yleiseen käyttöön tarkoitettuna kolme kappaletta. Moraalisäännöt olivat tuohon aikaan kuitenkin varsin tiukat. Vastakkaisen sukupuolen silmien eteen ei voinut ilmestyä uima- asussa. Nämä säännöt rajoittivat mahdollisuuksia uinnin harrastamiseen. Veden ja hukkumisen pelko ja sitä kautta uimataidottomuus oli yleistä. Uimataidon oppimisen kannalta oivallisessa iässä olevia nuoria ei hukkumisvaaran pelossa päästetty lainkaan veteen. Vuoden 1904 kesä antoi kuitenkin merkkejä siitä, että kiinnostusta uintiin Tampereella olisi löytymässä. Alkutalveen mennessä päästiin jo niin pitkälle, että kutsu uimaseuran perustavaan kokoukseen komeili Aamulehdessä. Ilmoitus oli tuloksekas, tilaisuuteen saapui runsaasti innostunutta uimarijoukkoa. Kokouksessa todettiin jäsenluvun nousevan yli neljäkymmenen, ja kokouksen tuloksena perustettiin Tampereen ”uimaseura” 6. päivänä marraskuuta 1904.

Toiminnan käynnistyessä Tampereen kaupunki luovutti uimaseuran käyttöön Mustalahden uimahuoneen ja seuraavana vuonna vielä Pyhäjärven rannalla sijaitsevan uimahuoneen naisjaoston toimintaa varten. Alkuvuosina seuran tärkeimpänä tehtävänä oli valistustoiminta ja uimakoulujen järjestäminen. Uimakoulujen oppilasmäärä kohosi nopeasti ja tungos uimahuoneilla alkoi olla vaarallisen kovaa. Seuran puuhamiehet ja – naiset kovistelivat kaupungin päätöksentekijöitä varsin tuloksekkaasti, sillä jo keväällä 1908 valmistui Palomäen rantaan uimalaitos. Palomäen uimalaitos oli Tampereen Uimaseuran toiminnan keskuksena yli viidenkymmenen vuoden ajan – aina purkamiseen asti talvella 1963. Liki yhtä kauan eli viidenkymmenen vuoden ajan oli myös uimahalli ollut uimarien ikuinen haave. Vuonna 1953 Tampereen kaupunki pani toimeen uimahallin suunnittelukilpailun ja uuden, upean Pyynikin uimahallin vihkiäisiä vietettiin 5.1.1957.

Uimaseurojen tärkeänä tehtävänä on aina ollut uinnin opettaminen ja valistustyö uintitaidon tärkeydestä. Tämä on ollut johtavana periaatteena myös Tampereen Uimaseurassa koko sen satavuotisen toiminnan ajan. Uimakoulujen suosio onkin pysynyt vuodesta toiseen vankkumattomana.

Pelkkä uimataidon hankkiminen ei etenkään salskeille nuorille miehille riittänyt, vaan kilpailuvietti ajoi myös testaamaan omaa kuntoa ja nopeutta kilpailuissa. Alkuvuosien kilpailuista ei kuitenkaan tilastotietoja löydy, sillä uimahuoneista puuttuivat mitatut radat ja kisoja pidettiin vain ”tuosta tuonne” -matkoilla. Vuosi 1908 oli käännteentekevä kilpauintaharrastukselle. Palomäen uintilaitoksen valmistuttua voitiin kilpailuja järjestää mitatuilla matkoilla. Seuran menestys kilpauinnissa juontaa juurensa jo viime vuosisadan alkupuolelle, jolloin mm. Regina Karl ja V. Lindgren edustivat Suomea Tukholman Olympialaisissa 1912 ja Vilho Viklund Pariisin Olympialaisissa 1924. Vahvoina lajeina vuosisadan puoleenväliin asti olivat myös vesipallo ja uimahypyt. 1960-luvulla seuran uimarit saavuttivat useita Pohjoismaiden mestaruuksia. Kansallisella tasolla kohokohtia todistettiin vuosina 1975-79, jolloin Tampereen Uimaseura voitti viidesti peräkkäin parhaana seurana Suomen mestaruuskilpailujen tavoitellun ja himoitun Kalevan maljan. Toistaiseksi viimeisen Kalevan maljan TaUS on voittanut vuonna 2006.

3 Nykypäivän toimintamuodot

3.1 Valmennustoiminta

Tampereen Uimaseura on ensisijaisesti kilpauintiseura, joka pyrkii edistämään uintiharrastusta kaupungissa. Jos joku haluaa menestyä uinnissa, me yritämme luoda hänelle mahdollisimman hyvät puitteet siihen. Yksi kilpauintiseurun kulmakivi ovat osavat valmentajat. Kaikilla valmentajilla on uimareiden tason vaatima koulutus. Seura kouluttaa valmentajiaan aktiivisesti.

Teknikoiden, Vesirallin ja Vesieskarin tarkoituksena on oikeiden uintitekniikoiden opettamisen ohella kykyjen löytäminen ratavalmennukseen. Tasovalmennuksen tavoitteena on tuottaa seurastamme eri ikäluokkien uimareita liiton valmennusryhmiin ja maaotteluedustuksiin kohti kansainvälistä tasoa. Pää tarkoituksena on luoda seuran valmennuspolitiikkaan toimiva ja joustava järjestelmä, joka sopii seuran valmentajille ja nuorille uimareille. Valmennuspäällikkö toteuttaa johtokunnan hyväksymää tarkennettua suunnitelmaa ja johtaa koko seuran valmennusta. Vuosittain seura järjestää jokaiselle Teamille vähintään yhden kotimaan valmennusleirin.

3.2 Kurssitoiminta

Kurssitoiminta on jaettu kahteen osaan: aikuisten kurssitoimintaan sekä lasten/nuorten kurssitoimintaan. Lasten/nuorten kurssitoimintaa ovat Vesieskari, teknikit ja Vesiralli. Aikuisten kurssitoimintaa on Aikuisten Tekniikkakoulu.

Kurssitoiminnan sisällöt ryhmittäin:

Vesieskari



- Vesieskari 3
- Vesieskari 2
- Vesieskari 1

- Vesieskari on tarkoitettu 5–6 vuotiaalle lapsille
- Vesieskarissa lapsi oppii liikkumaan leikkien ja pelien kautta veden ihmeellisessä maailmassa
- Vesieskariin tullessa ei tarvitse olla aiempaa osaamista uinnista
- Kurssi kestää kerrallaan 12 kertaa
- Vesieskari 3:sen jälkeen lapsi voi siirtyä vesirallin Kalat-ryhmään

Vesiralli



- Barracudat
- Delfiinit
- Norpat
- Kalat
- Sammakot

- Vesiralli on 6–9 vuotiaalle lapsille tarkoitettu uinnin monipuolisuuskurssi
- Vesiralliin ovat tervetulleita kaikki uimataitoiset lapset
- Vesirallin suorittamisen jälkeen lapsi voi siirtyä Teknikot 1 ryhmään, johon otetaan uusia uimareita kaksi kertaa vuodessa (elokuu, tammikuu)
- Uudet kurssit käynnistyvät 4 kertaa vuoden aikana. Jokainen kurssi kestää kerrallaan 9 kertaa.
- Tasoja on neljä + vesirallin jatkoryhmä Barracudat. Barracudat järjestetään vain kaksi kertaa vuodessa, silloin kun Teknikoihin ei pääse suoraan siirtymään (lokakuu, maaliskuu)

Teknikot

Teknikot 3

- Teknikot on tekniikkakoulu kilpauinnista ja hyvästä harrastuksesta kiinnostuneille nuorille
- Tavoitteena tekniikkoryhmillä on oppia 100m sekauinti
- Teknikot kestää kerrallaan syys/kevätkauden
- Ikäsuositus on 8-10 vuotta
- Teknikoiden jälkeen siirrytään Uimaseuran valmennusryhmiin (Team 5)

Teknikot 2

Teknikot 1

Aikuisten tekniikka

Aikuisten tekniikka

- Tekniikkakurssilla opetellaan uintitekniikoita kurssilaisten toiveiden mukaan
- Pääsääntöisesti kuitenkin vapaa- ja rintauintia
- Tarkoituksena opetella miellyttävä ja taloudellinen uintitekniikka kuntouintia ajatellen
- Aiheena mm. hengitystekniikka, vapaa- ja rintauinnin perusteet, käännökset ja starttihyppy
- Vaatimuksena kurssille noin 25m uimataito
- Kurssin kesto: 5 kertaa (45min)

3.3 Vesipallo

Tampereen Uimaseurassa on pelattu naisten vesipalloa vuodesta 2002 alkaen. Aluksi joukkue koostui seuran valmentajista ja entisistä uimareista, mutta nykyään mukana on myös muiden lajien kautta mukaan tulleita. Naisten SM-sarjaan joukkue on osallistunut vuosittain 2002 lähtien. Joukkue harjoittelee kaksi kertaa viikossa ja mukaan mahtuu aina uusia pelaajia. Pelaajan tavoitteet voivat olla joko SM-sarjaan osallistuminen, maa-joukkueetehdävät tai pelkästään harjoituksiin osallistuminen. Kilpauintitausta ei ole välttämätön, mutta siitä on hyötyä.

Tampereen Uimaseuran vesipallokoulu on tarkoitettu 8-14 -vuotiaille lapsille ja nuorille. Mukaan voivat tulla sekä tytöt että pojat. Vesipallokoulussa harjoitellaan pallon käsittelyä, uintitekniikoita, veden polkemista ja tietenkin pelataan. Vesipallokoulu harjoittelee kaksi kertaa viikossa.

3.4 Kaukajärven uimala

Kaukajärven uimala on avoinna ympäri vuoden. Avantouinnin suosio on viime vuosina selvästi lisääntynyt, ja on nähtävissä että varsinkin talviaikaan kävijämäärät ovat kasvaneet. Saunarakennus on vuodelta 1982, joten vuonna 2012 tuli täyteen 30 vuotta toimintaa näissä tiloissa. Sauna- ja pesutiloja on remontoitu kaupungin toimesta vuosien saatossa. Nykyisin käytössä on kaksi saunaa alkuperäisen yhden sijasta. Uimaportaita on uusittu ja laiturille hankittu lämpömattoja. Saunojen yhteydessä toimii myös kioskki, jossa seura pyrkii työllistämään nuoria. Kuluneiden vuosien aikana työntekijöinä ovat toimineet nuoret opiskelijat ja varsinkin kesäaikaan seuran omat uimarit. Kävijämäärä vuosittain on noin 22 000. Kaukajärven tuotot käytetään seuran toiminnan tukemiseen.

4 Toiminnan tavoitteet

Tampereen Uimaseuran tavoitteena on kasvattaa nuorista itsenäisiä ja osaavia tulevaisuuden aikuisia. Mahdollistaa halukkaille harjoittelu huipputasolla ja tukea huipulle pyrkiviä. Seura pyrkii tarjoamaan allas- ja valmentajaresurssien rajoissa mahdollisimman monelle lapselle mahdollisuuden tulla mukaan uinnin pariin.

Tampereen Uimaseuran strategia vuosille 2013- 2018:

- Henkilöstömäärän kasvattaminen
- Toiminnan laajentaminen
- Toiminnan laadun pysyvyys ja kehittäminen
- Ammattimaisuus kaikilla tasoilla (kilpauinti, kurssitoiminta, valmennus sekä hallinto)
- Olympia/ MM-mitali

5 Seuran arvot

Tampereen Uimaseuran arvot perustuvat Suomen Liikunnan ja Urheilun eettisiin periaatteisiin:

1. Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen

- Liikunta ja urheilu edistävät fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia
- Uintiharrastus tarjoaa fyysisiä ja kilpailullisia haasteita sekä yhdessäoloa liikunnan parissa kavereiden kanssa.

2. Avoimuus, demokratia, rehellisyys ja oikeudenmukaisuus

- Kaiken liikunnan ja urheilun lähtökohta on reilu peli. Reilun pelin ideologiaa toteutamme ryhmäkohtaisilla pelisäännöillä, uimarisopimuksilla sekä valmentajasopimuksilla.

3. Kaikilla tasavertainen oikeus liikuntaan ja urheiluun

- Liikunta ja urheilu edistää ja toteuttaa laaja-alaista tasa-arvoa
- Kaikille pyritään tarjoamaan mahdollisuus harrastaa lajia omalla tasollaan.

4. Dopingin vastaisuus

- Doping ei kuulu liikuntaan ja urheiluun ja on ehdottomasti kielletty Tampereen Uimaseuran toiminnassa.

5. Päihteiden ja lääkkeiden vastuukäyttö

- Liikuntaan ja urheiluun ei liitetä tupakan, nuuskan, alkoholin, huumeiden ja muiden päihteiden käyttöä tai lääkaineiden väärinkäyttöä.
- Perusperiaate on päihteettömyys kilpailu ja harjoitusmatkoilla sekä tapah- tumissa.

6. Kestävä kehitys ja luonnon kunnioittaminen

- Liikunta ja urheilu edistävät kestävästä kehitystä sekä toimii ympäristökasvattajana ja ympäristövastuullisen käyttäytymisen lisääjänä
- Ekologisuus otetaan huomioon muun muassa yhteiskuljetuksina kilpailumatkoilla sekä kannustamalla kimpakyydytyksiin harjoituksiin tullessa

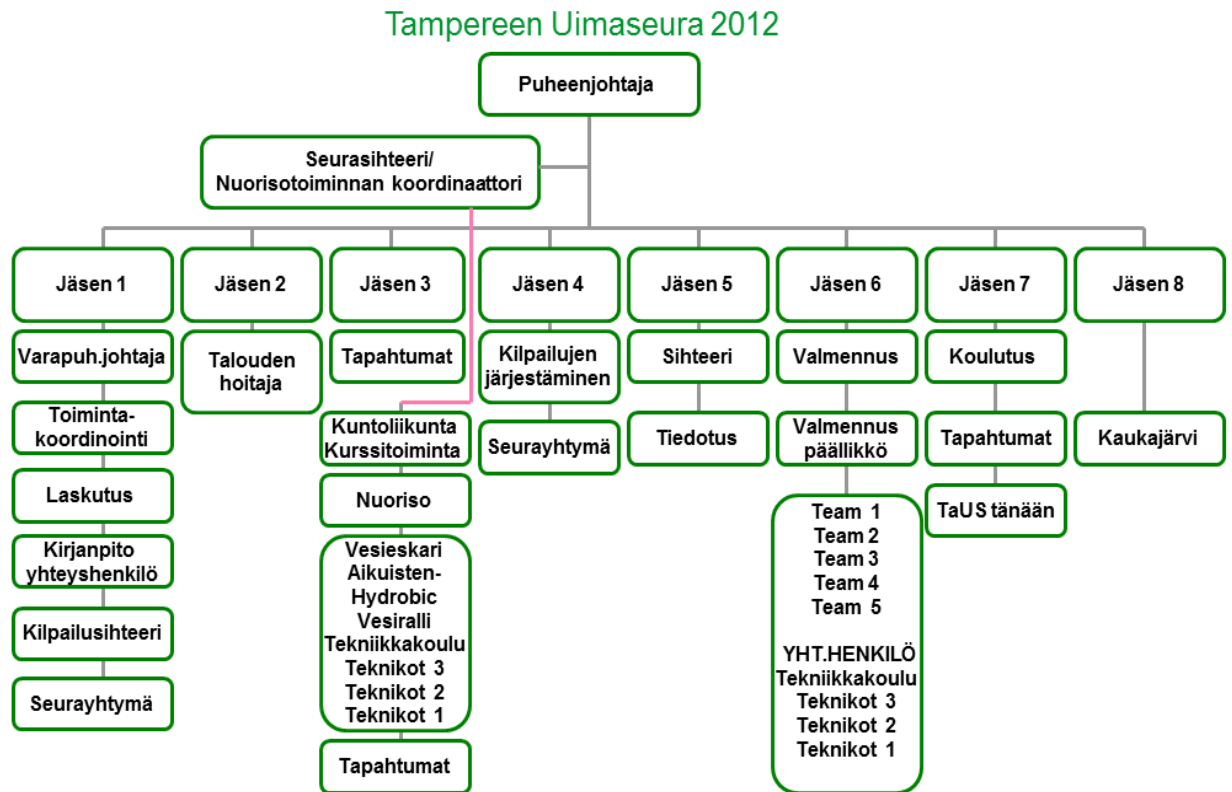
5.1 Pelisäännöt ja sopimukset

Tampereen Uimaseurassa on käytössä pelisääntösopimukset, uimarisopimukset, ohjaajasopimukset sekä valmentajasopimukset. Pelisääntösopimukset tehdään ryhmäkohtaisesti (Teknikot, Team 5, Team 4, Team 3c, Team 3) käytävissä pelisääntökeskusteluissa. Pelisäännöt ovat voimassa aina yhden kauden. Jokainen syksy ryhmä käy uudet pelisääntökeskustelut. Uimarisopimukset ovat henkilökohtaisia sopimuksia uintiurheilijan sekä seuran välillä. Uimarisopimukset ovat voimassa toistaiseksi. Uimari allekirjoittaa sopimuksen siirtyessään Team 2:seen ja sama sopimus on voimassa myös Team 1:ssä.

Valmentajasopimus/ ohjaajasopimus tehdään seuran ja valmentajan/ ohjaajan välille. Valmentajasopimukset ovat käytössä kaikkien kilpauintiryhmien valmentajilla. Ohjaajasopimukset ovat käytössä Teknikko-ryhmien ohjaajilla. Sopimukset ovat voimassa toistaiseksi. Uuden valmentajan/ ohjaajan tullessa seuraan, hän allekirjoittaa sopimuksen.

6 Seuran organisaatio

6.1 Organisaatiokaavio



6.2 Valiokunnat

Tampereen Uimaseurassa toimivat seuraavat valiokunnat:

- Valmennusvaliokunta
- Talousvaliokunta
- Tiedotusvaliokunta
- Nuorisovaliokunta
- Kaukajärvi-valiokunta
- Varustevaliokunta

Valiokuntien tehtävänä on hoitaa oma rajattu toimintakenttensä. Valiokunnan jäsenten määrä riippuu valiokunnan toimenkuvasta. Valiokunnat koostuvat pääosin hallituksen jäsenistä, mutta mukana voi olla myös henkilökuntaa tai muita seura-aktiiveja.

7 Seuran vakituiset tapahtumat

ManseSpeedot

- Kansalliset Uimaliiton hyväksymät kilpailut maalis-huhtikuun vaihteessa.

NääsSpeedot

- Kansalliset Uimaliiton hyväksymät kilpailut lokakuussa

Nappulauinnit

- Seuran sisäinen ei lisenssiuimareille tarkoitettu epävirallinen kilpailu. Teknikotryhmillä mahdollisuus suorittaa 100m sekauinti ja siirtyä kilpauintiryhmiin

Tampereen avoimet mestaruusuinnit

- Tampereen Uimaseuran sekä Koovee:n ja TaTU:n (Tampereen Uinnin Tuki ry.) järjestämät kilpailut toukokuussa

Pyynikin Olympialaiset

- Tampereen Uinnin Tuen järjestämät kilpailut toukokuussa seuran nuoremmille uimareille

Uimaripalkintojen jakotilaisuus

- Kilpauintiryhmien uimareille ja vanhemmille tarkoitetussa tilaisuudessa joulukuussa jaetaan palkintoja uimareille vuoden aikana saavutetuista tuloksista.

Syyskauden avajaiset/kevätkauden päättäjäiset

- Seuran jäsenille sekä kilpauintiryhmien vanhemmille seura järjestää vuosittain joko syyskauden avajaiset tai kevätkauden päättäjäiset. Tapahtuma järjestetään Kaukajärven uimalassa.

Kesäleirit

- Seuran järjestämät kesäleirit järjestetään kesä- elokuussa Kalevan uimahallilla. Leirit kestävät viikon ja ohjelmaa on päivisin 8-16 välisenä aikana.

8 Tiedotus

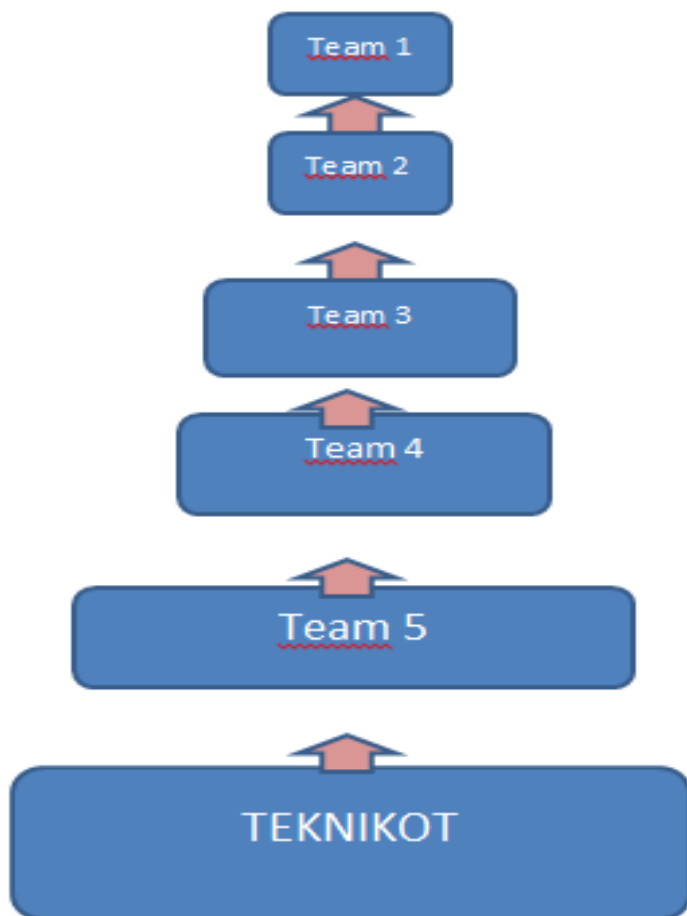
Seuran yleisistä tiedotusasioista vastaa pääsääntöisesti seurasihteerit sekä valmennuspäällikkö. Seuran tiedotusta hoidetaan kotisivujen kautta, facebookissa, uimahallin ilmoitustaululla sekä sähköpostilla suoraan seuran jäsenille, valmennukselle sekä uimareiden vanhemmille. Valmennuspäällikkö julkaisee noin kaksi kertaa kuukaudessa sähköisen valmennustiedotteen, jonka jakelussa on mukana uimarit, uimareiden vanhemmat, valmennus sekä johtokunta.

Seuran kotisivujen päivitysvastuu on pääsääntöisesti seurasihteerillä sekä valmennuspäälliköllä. Teamien ryhmäkohtaisia sivuja päivittävät ryhmien koordinaattorit. Tämän lisäksi koordinaattorit hoitavat muut tiedotusasiat oman ryhmänsä vanhemmille sekä uimareille. Kurssitoiminnan tiedotusasiat hoitaa nuorisotoiminnan koordinaattori.

9 Uimarit

9.1 Tasovalmennus

Tampereen Uimaseurassa on vuoden 2013 alussa 157 lisenssiuimaria. Seurassa on käytössä viisiportainen tasovalmennusjärjestelmä. Jokaisella tasolla on lisäksi 1-3 eritasoista ryhmää. Seura noudattaa mahdollisuuksien mukaan valmennuslinjauksessa Uimarit Urapolkua. Alla tasovalmennuskaavio ja siinä eteneminen.



Eteneminen Tampereen Uimaseuran tasovalmennuksessa

10 Uintiharrastuksen kustannukset

10.1 Kilpauinti

Kilpauintiryhmien maksut muodostuvat valmennusmaksusta, ratamaksusta sekä seuran jäsenmaksusta. Hintaan vaikuttaa harjoitusten lukumäärä sekä valmennustaso. Hinnat ovat vuoden 2012 hintoja:

Kevät

Team	valm maksu	ratamaksu	jäsenmaksu	yht
Team 1	289	52	0	341
Team 2, junior edustus	262	52	0	314
Team 2A	256	52	0	308
Team 3A	241	49	0	290
Team 3B	218	46	0	264
Team 3C	200	43	0	243
Team 4	200	43	0	243
Team 5	184	40	0	224

Syksy

Team	valm maksu	ratamaksu	jäsenmaksu	yht
Team 1	359	52	30	441
Team 2, junior edustus	332	52	30	414
Team 2A	326	52	30	408
Team 3A	301	49	30	380
Team 3B	278	46	30	354
Team 3C	250	43	30	323
Team 4	250	43	30	323
Team 5	224	40	30	294

10.2 Kurssitoiminta

Kurssitoiminnan kustannukset ovat seuraavat:

Vesieskari: 12 kertaa/ 131e (kurssimaksu 121e, 10e seuran jäsenmaksu)

Vesiralli: 9 kertaa / 110e (kurssimaksu 100e, 10e seuran jäsenmaksu)

Teknikot (syyskausi): 30 kertaa/ 217e (Valmennusmaksu 147e, ratamaksu 40e ja seuran jäsenmaksu koko vuodeksi 30e)

Teknikot (kevätkausi): 30 kertaa/ 187e (Valmennusmaksu 147e, ratamaksu 40e)

Vesipallokoulu (syyskausi): 217e (Valmennusmaksu 147e, ratamaksu 40e ja seuran jäsenmaksu koko vuodeksi 30e). Harjoitukset kaksi kertaa viikossa

Vesipallokoulu (kevätkausi): 187e (Valmennusmaksu 147e, ratamaksu 40e). Harjoitukset kaksi kertaa viikossa

Aikuisten tekniikkakurssi: 5 kertaa/ 78e (Valmennusmaksu 68e, seuran jäsenmaksu 10e)

10.3 Uimahallimaksut

Uimahallin sisäänpääsymaksu sisältyy kurssi- ja valmennusmaksuihin. Jokaisella Tampereen Uimaseuran uimarilla ja kurssilaisella on uimahalliin harjoituskortti. Harjoituskortilla pääsee hallin kulunvalvontalaitteiden kautta uimahalliin sisään. Kortti lunastetaan kerran (5e) ja se on henkilökohtainen. Tampereen Kaupunki laskuttaa seuraa ratatilasta. Ratatilamaksu sisällytetään uimarin ja kurssilaisen kausimaksuun.

10.4 Blue Card- lisenssi

Jokaisella liiton tai uimaseuran kilpailuun osallistuvalla uintiurheilijalla tulee olla voimassa oleva Blue Card kilpailija -kortti sekä vakuutusurva. Uintiurheilija joka lunastaa Blue Card- kilpailija -kortin sitoutuu noudattamaan liiton sääntöjä sekä kilpailumääräyksiä. Uintiurheilun uusi kilpailukausi käynnistyy 1. syyskuuta. Vakuutus/ Blue Card- kortti on hankittava heti syksyllä valmennuksen alkaessa. Jokainen uimari hoitaa itse Blue Card- lisenssin hankinnan.

Kurssitoimintaan osallistuvien nuorten uimareiden Blue Card- vesipetolisenssin hankkii seura. Vesipetolisenssin hinta kuuluu kurssimaksuun.

11 Palkitseminen

11.1 Palkitsemisstrategia

Tampereen Uimaseuran palkitsee uimareitaan, valmentajiaan sekä muita seuratoimijoita vuosittain. Palkintoja jaetaan seuraavissa kategorioissa:

Vuoden uimari

- Vuoden Uimarina palkitaan seuran menestynein uimari

Seuraleijona

- Seuraleijona palkinnon toi Uimaliitto seurojen palkitsemistyökaluksi vuonna 2006. Seuraleijonalla palkitaan vuosittain ansioitunut seuran eteen tehnyt seura-toimija.

Vuoden toimitsija

- Vuoden toimitsijana huomioidaan vuosittain esimerkillinen toimitsija.

Vuoden erikoispalkinto

- Erikoispalkinto myönnetään Tampereen Uimaseuran eteen tehdystä teosta

Vuoden Rollo

- Vuoden Rollo- palkinto myönnetään Rollo- uintien energisemmälle uimarille

Vuoden nuori uimari

- Vuoden Nuori Uimari palkinto jaetaan menestyneimmälle nuorelle uimarille

Vuoden juniori

- Vuoden Juniori palkinto jaetaan vuoden parhaalle juniorille

Vuoden poikauimari

- Vuoden Poikauimari palkinto jaetaan vuoden parhaalle nuorelle poikauimarille

Vuoden tyttöuimari

- Vuoden tyttöuimari palkinto jaetaan vuoden parhaalle nuorelle tyttöuimarille

N200m SKU

- Vuoden parhaalle naissekauimarille menestyksen mukaan

M200m VU (Lauri Nurmala)

- Vuoden nopein tulos 200m vapaauintissa

Vuoden yllättäjä

- Yllättävin uintiteko vuoden aikana

Vuoden tulokas

- On nimensä mukaisesti murtautunut uintieliittiin vuoden aikana

Vuoden taistelija

- Sisukkain teko uinnissa vuoden aikana

Vuoden valmentaja

- Vuoden paras valmentaja

Sarjojen parhaat

- Sarjojen parhaat palkitaan ikäluokissa eri lajien yhteenlaskettujen FINA- pisteiden mukaan:
 - o Sarjoissa P-18/T-17, P-16/T-15, P-14/T-13: 100m vu, ru, su, pu, 200m sku ja 400m vu
 - o Sarjoissa P-12/T-11: 100m vu, ru, su, 50m pu, 200m sku, 200m vu
 - o Sarjoissa P-11/T-10: 50m vum ru, su, pu, 100m sku, 100m vu
 - o Huonoin tulos tippuu pois

Luokkamerkit

- Seura jakaa myös edistymisestä kertovia uimaliiton lanseeraamia luokkamerkkejä (rauta, pronssi, hopea, kulta, mestari ja suurmestari)

11.2 Stipendijärjestelmä

Toimiva stipendijärjestelmä luo menestysnälkää uimareille, halua tehdä parhaansa ja kokea, että seura tukee tunnollisesti harjoittelevaa sekä kilpailullisesti menestyvää urheilijaa. Seura luo urheilijalle parhaat mahdolliset olosuhteet, sekä pyrkii keventämään kodin taloudellista taakkaa uintiurheilijan tukemisessa. Toimivassa stipendijärjestelmässä seuran on helppo seurata menestystä ja menestyskriteerit ovat avoimen helppolukuiset kaikille seuran jäsenille sekä urheilijoille.

Tampereen Uimaseuran stipendijärjestelmä perustuu menestykseen arvokilpailuissa, tuloksen kovuuteen kansainvälisesti (RT- pisteet), harjoitukseen osallistumiseen sekä urheilijan innokkuuteen ja motivaatioon. Tukijärjestelmä huomioi myös viestimenestyksen osana Tampereen Uimaseuran menestyskulttuuria. Stipendijärjestelmä löytyy seuran kotisivuilta.

12 Valmentajat

Tampereen Uimaseuran valmentajilla on pääsääntöisesti itsellään uintitausta. He ovat joko seuran vanhoja uimareita, tai toisesta seurasta siirtyneitä. Valmentajan uintitaustasta on hyötyä, mutta se ei ole pakollinen. Seuran valmentajat toimivat vapaaehtoisuuden periaatteella.

12.1 Valmentajan toimenkuva

- Valmennusvuorossa oleva valmentaja vastaa harjoituksen toteutumisesta läsnäolollaan ja tekemällä jokaisesta harjoituksesta laadukkaan
- Valmentaja vastaa urheilijan lajitaitojen kehittymisestä henkilökohtaisesti ja tarvittaessa käyttämällä eri valmennussegmenttien/ammattilaisten apua
- Valmentaja valmentaa osana seuran tasovalmennusjärjestelmää. Uimarin tasolta seuraavalle siirtyminen päätetään yhdessä Teamien valmennuksen ja valmennuspäällikön kanssa
- Teameissa olevat koordinaattorit hoitavat viestinnän uimareiden vanhemmille. Koordinaattorit toimivat lisäksi yhteistyössä valmennuspäällikön kanssa kehittämien kilpauintia

12.2 Seuran koulutusjärjestelmä

Seura tarjoaa valmentajille ja ohjaajille koulutuksen kustannuksitta (poikkeuksena VAT ja VEAT). Aloite koulutukseen menosta voi lähteä seuralta tai valmentajalta itseltään. Valmentaja sitoutuu valmentamaan koulutuksen käymisen jälkeen ennen koulutusta seuran kanssa sovitun ajan, kuitenkin vähintään kuluvan kauden loppuun.

Tampereen Uimaseuran koulutussuunnitelma:

- Team 1: VAT, VEAT – valmennuksella
- Team 2: Tavoitteena Tason III-koordinaattori, tason II-valmentajat
- Team 3: Tavoitteena Tason II-koordinaattori, tason I-valmentajat
- Team 4: Tavoitteena Tason II-koordinaattori, tason I-valmentajat
- Team 5: Tavoitteena Tason I-valmennus, Vesiralli/Tason I-valmentajat
- Teknikot: Tason I –koulutus

- Vesiralli: Vesiralliohjaajakoulutus
- Vesieskari: Uimaopettajakoulutus

Koulutussuunnitelma on tavoite johon pyritään. Valmentaa voi myös ilman ryhmäkoh-
taista minimikoulutusta, jos on hankkinut ammattitaidon muilla tavoin.

Mikäli valmentajalla ei ole mitään koulutusta, pyritään käymään ensimmäinen koulu-
tus ensimmäisen valmennusvuoden aikana. Esimerkiksi uintiuransa lopettaneiden
uusien valmentajien kohdalla ensimmäinen koulutus on Tervetuloa ohjaa-
jaksi- koulutus, josta he saavat perustiedot lasten ohjauksesta.

Koulutukset:

Tervetuloa ohjaajaksi- koulutus (3h)

Koulutus on suunnattu urheiluseurojen uusille ja aloittaville pääasiassa 6–11-vuotiaiden
lasten valmentajille ja ohjaajille. Kyseessä on yleiskoulutus, joka soveltuu kaikkiin lajei-
hin. Tavoitteena on antaa aloittaville ohjaajille perustietoja ja -taitoja lasten ohjaamises-
tä sekä innostaa heitä etenemään koulutuspolulla. Koulutuksen sisältöalueet ovat lasten
liikunnan ja urheilun lähtökohdat, valmentajana ja ohjaajana toimiminen sekä ohjaami-
sen perusteet.

Vesiralli- ohjaajakoulutus (10 h)

7-12-vuotiaiden uimareiden valmentajille sekä tekniikkakoulujen ohjaajille suunnattu
kurssi. Kurssilta saa vinkkejä ja ideoita monipuoliseen harjoitteluun ja ohjaamiseen.
Kurssin käyneet ohjaajat ovat oikeutettuja ottamaan vastaan vesirallisuorituksia.
Kurssin sisältö: Lapsen keho ja herkkyykskaudet, uintitekniikat sekä uintitekniik-
koiden opettaminen. Tämän lisäksi kurssilla käydään läpi uimahyppyjen ja
taitouinnin alkeita.

Uimaopettajakoulutus (100h)

Kurssivuonna 18 vuotta täyttävälle ja monipuolisen uimataidon omaaville henkilöille
suunnattu koulutus, joka antaa tiedot ja taidot uimaopetuksen alkeista eri uintilajien
opettamiseen asti. Kurssin aikana opetellaan eri uintilajien opettamisen metodeja.

Tason I valmentajakoulutus (50 h)

Tason I peruskurssilla on tavoitteena antaa valmentajille perustiedot 10 -13-vuotiaiden uimareiden valmentamisesta ja kehityksestä

Kurssin sisältö ja kesto:

Uimarin kehitys; herkkyykskaudet sekä psyykinen- ja fyysinen kehitys. Kilpauinnin perusteet; tekniikka ja säännöt sekä monipuolisuus uintiharjoittelun tukena. Uintivalmennuksen käsitteistö ja termistö; ohjelmointi ja tehoalueet.

Taso II valmentajakoulutus (100 h)

II- tason valmentajakoulutus painottuu yli 13-vuotiaiden kilpauimareiden valmennukseen. Koulutus on tarkoitettu valmentajille, jotka ovat suorittaneet I- tason valmentajatutkinnon ja omaavat kokemusta käytännön valmennustyöstä. Tason II valmentajatutkinnon laajuus on 100 tuntia, joista 70 tuntia kattaa kolme peruskurssiviikonloppua kotitehtävineen. Loput 30 tuntia suoritetaan vapaavalinnaisten täydennysosien avulla, joita ovat mm. itseopiskelupaketit ja seminaarit. Taso II on todellinen perustietopaketti, jonka tarkoitus on vahvistaa osallistujien valmennuksellista näkemystä ja antaa "työkaluja" käytännön valmennustyöhön.

Taso III valmentajakoulutus (150h)

Tason III valmentajakoulutus on suunnattu Nuorten mestaruus- ja SM-kisoihin tähtäävien uimareiden valmentajille. Kurssille osallistuminen edellyttää Tason II valmentajatutkinnon suorittamista ja käytännön valmennuskokemusta. Tason III valmentajatutkinnon laajuus on 150 tuntia, joista neljä peruskurssiviikonloppua kotitehtävineen kattavat 90 tuntia. Loput 60 tuntia suoritetaan vapaavalintaisten täydennysosien avulla, joita ovat mm. seminaarit ja itseopiskelupaketit. Tasolla III syvennetään tietämystä mm. uinnin tekniikan, perusomaisuuksien kehittämisen, testauksen, ohjelmoinnin ja psyykkisen valmennuksen osa-alueilla

Valmentajan ammattitutkinto, VAT

Valmentajan ammattitutkinto on Opetushallituksen hyväksymä virallinen tutkinto. Koulutus antaa mahdollisuuden kehittää omaa käytännön valmennustyötä. Koulutukseen voi hakeutua kaikkien lajien valmentajat. Tutkinnon voi suorittaa valmistavan kou-

lutuksen yhteydessä vuoden aikana. Koulutus antaa valmiudet tehdä vaativia valmennustehtäviä.

Valmistavan koulutuksen ohessa toteutetaan valmentajan ammattitutkinnon näytöt, joiden hyväksymisen perusteella saa valmentajan ammattitutkinnon tutkintotodistuksen. Valmistava koulutus sisältää kolme tutkinnon osaa, jotka ovat: valmentaminen, lajivalmentaminen sekä kilpaileminen ja toimintaympäristö.

Valmentajan erikoisammattitutkinto, VEAT

Koulutus on suunnattu kansainvälisen tason huippu-urheilun parissa työskenteleville valmentajille. Koulutus antaa valmiuden kehittää ja johtaa valmennustoimintaa urheiluorganisaation palveluksessa tai yrittäjänä. Tutkintoon osallistuvalta edellytetään kokonaisvaltaista tietoa lajin kehittamisestä, valmennusjärjestelmän johtamisesta sekä urheilijan tai joukkueen suoritukseen vaikuttavista tekijöistä. Pääsääntöisesti koulutukseen osallistujalta edellytetään valmentajan ammattitutkinnon tai vastaavan koulutuksen suorittamista sekä usean vuoden työkokemusta valmentamisesta.

Valmentajan erikoisammattitutkinto koostuu kolmesta pakollisesta tutkinnonosasta.

1. Kansainvälinen huippu-urheilu
2. Lajin huippu-urheilun kehittäminen
3. Johtaminen huippu-urheilussa
4. Ammatillisen valmentamisen perustaidot (täydentävä osio)

13 Toimitsijat

Suuri osa toimintaamme ovat uintikilpailut, joita on vuoden aikana useita. Uintikilpailujen järjestämiseksi vaaditaan iso joukko toimijoita, jotta kilpailut saadaan pidettyä. Toimitsijatehtäviä on useita ja mukaan toimitsijaksi voi tulla myös lajista tietämätön henkilö. Osa toimitsijatehtävistä vaatii vähintään 2. luokan tuomarikortin, johon seura järjestää vuosittain päivän mittaisia koulutuksia. Alla löytyy listaus uintikilpailuissa vaadittavista toimitsijoista.

Ilman tuomarikorttia:

Järjestelijät (uinti), järjestelijä (palkintojen jako), ajanottajat, kisainfo, järjestysmiehet (järjestysmieskortti vaaditaan), toimitsijamuonitus ja korinkantajat

Tuomarikortilliset 1 ja 2. taso:

Ratatuomari, ajanottajien johtaja, kilpailunjohtaja, käännöstarkastajat ja käännöstarkastajien esimies

Tarkemmat tehtäväkuvaukset löytyvät seuran kotisivuilta.

14 Huoltajat

14.1 Huoltajan rooli seuratoiminnassa

Vanhemmat mahdollistavat seuramme toiminnan. Ilman lastensa harrastukseen osallistuvia vanhempia ei olisi myöskään uimaseuraamme. Vanhemmat toimivat lastensa kannustajina, kuljettajina ja harrastuksen kustantajina. Ilman harrastusta tukevaa perhettä ei lapsella ole parhaat mahdolliset edellytykset menestyä uinnissa. Tämän lisäksi uimarien vanhempien rooli kilpailutoimitsijoina on ensiarvoisen tärkeää seuralle. Ilman vanhempia emme pystyisi järjestämään uintikilpailuita.

Jokaiselle kilpauintiryhmän vanhemmille järjestetään kauden alussa vanhempainilta. Vanhempainillassa käydään läpi ryhmän käytänteet, pelisääntösopimukset sekä kuluvan kauden tapahtumia. Tähän palaveriin olisi hyvä kaikkien vanhempien osallistua.

Vanhemmat voivat halutessaan tulla mukaan valmennustoimintaan. Etenkin jos vanhemmalla on omaa uintitaustaa, tarvetta varmasti löytyy. Seura kouluttaa uusia valmentajia tarpeen mukaan. Jokaiselle halukkaalle pyritään löytämään hänelle sopivia tehtäviä, joilla tukea lasten harrastusta Tampereen Uimaseurassa.