

Pelissäntökeskustelut

Kauden alussa jokaisessa ryhmässä käydään keskustelu ”pelissäännöistä”. Keskusteluun osallistuvat ohjaaja ja voimistelijat.

Ohjaaja vastaa keskustelusta ja sen etenemisestä. Keskustelussa sovitaan ryhmälle omat säännöt. Tarkoituksena olisi, että voimistelijat ideoivat säännöt itse ja ohjaaja kokoaa ne. Säännöissä voidaan sopia esimerkiksi käyttäytymisestä, harjoittelemisesta, toisten huomioon ottamisesta, ohjeiden kuuntelemisesta ym. Lisäksi sovitaan seuraamuksista, mikäli sääntöjä ei noudateta.

Tärkeintä on pohtia ja herätellä jumpparit miettimään, kuinka yhdessä harrastamisesta tehdään mielekästä. Sääntöjen muotoilu on sivuseikka. Sääntöjen tulee soveltua ikäryhmälle ja lajille. Varsinkin pienille riittää muutama selkeä sääntö. Huomioi, onko kyseessä harraste- vai kilparyhmä, joukkue- vai yksilölaji. Ohjaa keskustelu käsittelemään asioita, jotka lisäävät turvallisuutta, ystävällistä käyttäytymistä ja toiminnan sujuvuutta. Näin kaikilla on jumpassa kivaa.

Alla olevia kysymyksiä voi ohjaaja käyttää apunaan pelissäntökeskustelussa:

- Mitä haluaisit oppia? Mitä toivot jumpalta?
- Mitä jumpassa pitäisi tehdä? Mitä ei saisi tehdä?
- Mitkä ovat ohjaajan tehtävät?
- Mitkä ovat jumppaajan tehtävät?
- Mitä jos sääntöjä ei noudateta? (esim. jäähypenkki 2min tms.)

Pelissäntökeskustelu vanhempien kanssa:

Ryhmässä sovittuja sääntöjä voi käyttää keskustelun pohjana vanhempien kanssa. Vanhemmat voi kutsua paikalle esimerkiksi ennen harjoitusten alkua. Varsinkin pienemmät voimistelijat tarvitsevat vanhempien tukea harrastuksessaan. Harrasteryhmien vanhemmille riittänee lyhyempi tapaaminen/info sähköpostitse. Varsinkin kilpailevan joukkueen vanhempien kanssa on hyvä keskustella tarkemmin mm. poissaoloista ilmoittamisesta, kilpailumatkoista ja varainkeruusta.

Keskustelun voi avata esim. kysymällä, että mistä asioista olisi hyvä sopia yhdessä, jotta lasten/voimistelijoiden on mukava harrastaa ryhmässä? Mitä olisi hyvä ottaa huomioon, ennen kuin tuo lapsen jumppaan jne.

Vanhempien kanssa käytävään pelissäntökeskusteluun saa tarvittaessa tukea seuralta. Kysy rohkeasti apua!

Alla erään kuvitteellisen jumpparyhmän keksimät pelisäännöt:

Ryhmän nimi: _____

1. Olen ajoissa paikalla.
2. Minulla on jumppaamisen sopivat varusteet päälläni.
3. Hiukseni ovat kiinni.
4. Kuuntelen ohjaajan neuvot.
5. Keskityn harjoitteluun ja teen parhaani.
6. Puhun ystävällisesti toisille.
7. En kiusaa.
8. Kannustan ja autan kaikkia.
9. Jätän korut, purkat ja kännykät reppuun.
10. Pidän sovituista asioista kiinni.
11. Ohjaajamme pitää kivoja ja monipuolisia tunteja. Hän kysyy välillä meidänkin toiveitamme.
12. Ohjaaja ei huuda.

Sitoudun noudattamaan yllä olevia sääntöjä. (Allekirjoitukset kaikilta, myös ohjaajalta)