

*TanssiDance*

KIRKKONUMMI FINLAND

# TOIMINTALINJA

# SISÄLLYS

SISÄLLYS	2
1 YLEISTÄ	3
2 SEURAN VISIO	3
3 SEURAN EETTISET LINJAUKSET	3
4 SEURAN TAVOITTEET	4
4.1 Kasvatukselliset tavoitteet	4
4.2 Urheilulliset tavoitteet	4
4.3 Viihtymiseen ja ilmapiiriin liittyvät tavoitteet	5
4.4 Terveellisiin elämäntapoihin liittyvät tavoitteet	6
4.5 Eettiset tavoitteet	6
4.6 Taloudelliset tavoitteet	7
5 KÄYTÄNNÖN TOIMINTAPERIAATTEET	7
5.1 Ryhmien muodostus	7
5.2 Harjoitusmäärät	8
5.3 Osallistuminen kilpailuihin	8
5.4 Kummiparitoiminta	8
5.5 Osallistumismaksut eri ryhmille	9
5.6 Tiedotus seurassa	10
5.7 Seuran linja päihteiden käytön suhteen	11
5.8 Talkootyö ja seuratoimijoiden rekrytointi	11
5.9 Seuratyöntekijöiden kiittäminen	11
5.10 Esiintymiset	12
5.11 Suhde yhteistyökumppaneihin	12
5.12 Seuran toimintamuodot	13
6 YHTEISET SÄÄNNÖT	16
6.1 Muutamia esimerkkejä ryhmien yhteisistä säännöistä	17
6.2 Harjoitustuntien sisältöä	17
7 SEURAN ORGANISAATIO	18
8 VASTUUHENKILÖIDEN TOIMENKUVAT	19
8.1 Hallitus	19
8.2 Tukitoiminnot	20

# 1 YLEISTÄ

TanssiDans ry on kirkkonummelainen v. 1998 perustettu tanssiurheiluseura. Seuran tarkoituksena on edistää liikuntaa ja erityisesti tanssiharrastusta, tanssiurheilua, tanssiurheiluvallmentajien ja -tuomareiden lajitaidon ja -tiedon tason ylläpitämistä ja kehittämistä sekä kehittää ja lisätä erityisesti lasten ja nuorison tanssiurheilua ja -harrastusta.

Seura toteuttaa tarkoitustaan järjestämällä jäsenistölleen tanssiurheilun alkeis- ja jatkotason harrastustoimintaa, tanssia kuntoilumuotona, tanssiurheiluvallmennusta ja kilpailutoimintaa.

## 2 SEURAN VISIO

TanssiDans ry:n tavoitteena on tarjota monipuolinen ja kasvattava tanssiurheiluharrastus lapsille, nuorille ja aikuisille taitotasoon katsomatta. Erityisenä visiona on tukea tanssijoiden elämänkaarimallin mukaista kasvua harrastuksen kautta, missä huomioidaan harrastajien eri ikäkausiin ja elämäntilanteisiin liittyvät haasteet ja siirtymävaiheet. Harrastajien kehitystä tuetaan jokaisen omien tavoitteiden mukaisesti.

TanssiDans ry:n toimintaa kehitetään vastaamaan uutta v. 2016 voimaan astunutta esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmaa. Sama arvomaailma koulun, kodin ja harrasteseuran välillä vahvistaa lapsen kokonaisvaltaista kehitystä ja lisää lapsen turvallisuuden ja kuulumisuuden tunnetta. Kehitys tulee koskemaan kaikkia seuran ryhmiä lastentanssista nuoriin ja aikuisiin.

TanssiDans ry pyrkii kasvattamaan jäsenmääräänsä. Uusia ryhmiä pyritään keskittämään kasvukeskuksiin parhaille ajoille. Salivuorojen haussa pyritään tekemään hyvää yhteistyötä kunnan kanssa.

## 3 SEURAN EETTISET LINJAUKSET

- Kaikki lapset ja nuoret ovat tasa-arvoisia ja heitä tuetaan ja kannustetaan tasa-arvoisesti taitotasosta riippumatta.
- Seuran toiminta on päihteetöntä ja lapsille ja nuorille korostetaan terveellisten elintapojen merkitystä.
- Seuran toiminnassa korostetaan hyviä tapoja, toisen huomioon ottamista ja suvaitsevuuutta.
- Harrastustoiminta tarjoaa iloa, mielihyvää ja onnistumisen kokemuksia.

## 4 SEURAN TAVOITTEET

Seuran tavoitteet voidaan jakaa kasvatuksellisiin, urheilullisiin, viihtymiseen ja ilmapiiriin liittyviin, terveellisiin elämäntapoihin liittyviin, eettisiin ja taloudellisiin tavoitteisiin.

### 4.1 Kasvatukselliset tavoitteet

Valmennuksen yksi tärkeimmistä tavoitteista on ns. kolmen k:n kohta:

1.käyttäytyminen 2. keskittyminen 3. kilpaileminen.

*Tavoitteena on, että lapset ja nuoret sisäistäisivät hyvät käytöstavat ja tietoisuus omasta toiminnasta ja sen vaikutuksesta ympäristöön selkiintyisi.*

Suvaitsevaisuus, toisen huomioon ottaminen sekä kunnioittaminen kuuluvat tärkeänä osana seuran toimintaan ja niiden merkitystä korostetaan ja tuodaan konkreettiseksi osaksi harjoittelua ja valmennusta.

*Tavoitteena on, että lapsen ja nuoren luottamus omiin taitoihin kasvaisi.*

Kannustamalla ja positiivisella palautteella tuetaan jokaista omien tavoitteiden mukaisesti ja näin myös tanssijan itsetunto vahvistuu.

*Tavoitteena on, että lapset ja nuoret oppisivat luonnollisesti suhtautumaan*

*vastakkaiseen sukupuoleen.* Koska kilpatanssi on pariurheilua, opetellaan kunnioittamaan toista ja ottamaan huomioon tanssipari hänen omine tapoineen ja tottumuksineen. Toisaalta opetellaan myös joustavuutta ja yhteisten päätösten tekemistä myös perheiden kesken.

*Tavoitteena on myös tukea lasta pettymyksen ja epäonnistumisen hetkellä ja*

*auttaa negatiivisten tunteiden käsittelyssä.* Lapsille ja nuorille korostetaan oman itsensä voittamista ja edistymistä, ei keskinäisen paremmuuden vertailua. Pyritään karsimaan voimakkaat ylilyönnit pettymyksen hetkellä, mutta sallimaan tunteiden ilmaisu myös epäonnistumisen hetkellä.

### 4.2 Urheilulliset tavoitteet

*Tavoitteena on, että seura tukee tanssijan/parin urheilullisia tavoitteita,*

*yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti.* Valmennus tähtää jokaisen yksilöllisen taitotason kehittymiseen. Harjoittelussa otetaan huomioon fyysiset ja psyykkiset kehitysvaiheet. Tällä pyritään siihen, että tanssiliikunta kehittää jokaista kokonaisvaltaisesti niin fyysisellä, psyykkisellä kuin emotionaalisellakin osa-alueella.

Kehitys taataan sillä, että valmennus on suunnitelmallista, yksilön taidot ja tarpeet huomioonottavaa sekä mahdollisimman monipuolista. Harjoittelussa pyritään hyödyntämään myös muita lajeja ja tuntien suunnittelussa otetaan huomioon tanssijan ikä ja taitotaso.

*Seuran tavoitteena on tukea ja kannustaa jokaisen kilpailullisia tavoitteita. Pareilla on vapaa valinta osallistua kilpailutoimintaan. Laadukkaan valmennuksen sekä seuran tuen puitteissa kaikilla on mahdollisuus edetä kilpailutavoitteissaan itse asettamaansa päämäärään, josta pari sopii yhdessä valmentajan kanssa kaksi-kolme kertaa vuodessa pidettävissä ns. paripalaverieissa. Keskusteluun voivat osallistua myös parin vanhemmat; etenkin lapsi- ja junioriluokan pariin kohdalla tämä on erittäin suositeltavaa.*

### 4.3 Viihtymiseen ja ilmapiiriin liittyvät tavoitteet

*Seuran toiminnan tavoitteena on luoda seuran sisälle sellainen ilmapiiri, jossa jokainen tuntee itsensä hyväksytyksi ja tasavertaiseksi jäseneksi. Toiminnan lähtökohdaksi on, että jokainen on yhtä tärkeä, ainutkertainen yksilö. Arvostaminen ei saa olla riippuvainen voittamisesta eikä kilpailumenestyksestä.*

Hyvä ilmapiiri saavutetaan avoimella ja kannustavalla toiminnalla. Seurassa pyritään keskustelemaan ja tiedottamaan toiminnasta ja tavoitteista tasapuolisesti, jotta asiat eivät jää arvailujen varaan. Tiedottaminen ja toiminta ovat avointa, ettei syntyisi erillisiä kuppikuntia. Pyritään myös siihen, että ilmapiirissä uskalletaan sanoa, jos on paha olla.

Valmennuksessa korostetaan fyysisten taitojen lisäksi myös sosiaalisia taitoja, yhdessä tekemistä ja yhdessä iloittamista. Tämä saavutetaan mm. järjestämällä yhteisiä kilpailumatkoja, leirejä ja aktiivipäiviä.

*Tavoitteena on saada koko perhe mukaan seuran toimintaan. Tavoitteena on myös, että lapset ja nuoret oppisivat tanssin ja yhteisen tekemisen kautta suhtautumaan myönteisellä tavalla ympäristöönsä. Tämä kuitenkin edellyttää, että aikuisten antama malli on myönteistä. Näin ollen seuran toiminnan tavoitteena on myös tavoittaa perheet, jotta he omaksuisivat positiivisen toimintatavan joka sisältää myönteisiin asioihin keskittymisen sekä toisen perheen tapojen ja tottumusten kunnioittamisen.*

*Seuran tavoitteena on myös kannustaa ja kiittää niin aktiivisia harrastajia kuin heidän perheitään työstä ja toiminnasta omien taitojen kartuttamisessa kuin myös seuran yhteisten asioiden hoitamisessa. Tästä esimerkkinä seura jakaa kevätnäytöksessään "Kannustuspokaaleja" esimerkillisestä toiminnasta jollain*

urheilun osa-alueella (esim. "paras kaveri" tai "vuoden tunnollisin harjoittelija"). Kevätnäytöksen yksi tavoite onkin aktivoida kaikki perheet osallistumaan seuran toimintaan tai suoda heille tilaisuus nauttia harrastajien huikeista esityksistä. Näillä pienillä toimilla pyritään lisäämään jokaisen yksilön omaa kehittymishalua ja ryhmässä viihtymistä.

#### 4.4 Terveellisiin elämäntapoihin liittyvät tavoitteet

*Seuran toiminta on päihteetöntä ja terveellisiä elämäntapoja korostavaa.* Lapsille ja nuorille kerrotaan alkoholin, tupakan ja huumeiden aiheuttamista vaaroista ja niiden vaikutuksesta niin fyysiseen kuin psyykkiseenkin suorituskyykyyn. Koska lapset oppivat mallista, tavoitteena on informaatiolla saavuttaa lasten vanhemmat, valmentajat ja toimihenkilöt. On tärkeää, että aikuiset ymmärtävät olevansa vastuussa siitä, millainen päihdekulttuuri siirretään lapsille. Seuran periaatteena on, että seuran järjestämissä tilaisuuksissa seuran jäsenet tai vanhemmat eivät esiinny päihtyneinä.

Lapsille, nuorille ja heidän vanhemmilleen korostetaan terveellisiä elämäntapoja, joihin kuuluvat esimerkiksi monipuolisen ravinnon ja riittävän unen merkitys. Yhteisillä aktiivipäivillä järjestetään luentoja ja keskusteluja koskien terveellisiä elämäntapoja ja sitä millaisia vaikutuksia monipuolisella ravinnolla ja riittävällä levolla on suorituskyykyyn sekä yleiseen kasvuun ja kehitykseen. Luentoja järjestetään lapsille, nuorille ja aikuisille sekä myös lasten ja nuorten vanhemmille.

#### 4.5 Eettiset tavoitteet

Eettisiin tavoitteisiin sisältyvät kaikki edelliset tavoitteet.

*Yhtenä keskeisenä tavoitteena on taata kaikille lapsille, nuorille, aikuisille ja heidän taustajoukoilleen tasa-arvoinen kohtelu.* Tämä sisältää sen, että jokaisella on mahdollisuus osallistua seuran toimintaan ja valmennukseen tasapuolisesti taitotasoon katsomatta. Seura kannustaa ja tukee kaikkia jäseniään heidän omissa tavoitteissaan, tähtäsivät ne sitten kuntotason ylläpitämiseen, harrastustoimintaan tai taitotason kehittymiseen ja sitä kautta kilpailullisiin tavoitteisiin.

## 4.6 Taloudelliset tavoitteet

*Seuran tavoitteena on taloudellisesti taata lapsille, nuorille ja aikuisille laadukas valmennus.*

Tähän tavoitteeseen päästään huolehtimalla taloudesta ja kasvattamalla jäsenmäärää, jotta seuralla jatkossakin olisi mahdollisuuksia satsata ammattitaitoisiin ammattivalmentajiin.

Seuran toimesta pareille järjestetään harjoituskaudella leirejä ja aktiivipäiviä. Seura osallistuu myös mahdollisuuksien mukaan kustannuksiin esim. yhteisten kisamatkojen järjestelyissä. Jotta taloudellisiin tavoitteisiin päästäisiin, tarvitaan seuran kaikkien jäsenten yhteistä panostusta talkootoimintaan ja osallistumista erilaisiin varainhankintakampanjoihin. Myös suhde Kirkkonummen kuntaan pyritään pitämään hyvänä.

Tavoitteena on, että seura pystyy järjestämään keskimäärin kahdet tanssiurheilukilpailut vuodessa Kirkkonummen kunnan alueella ja näin ollen tuomaan tanssiurheilua esille kunnassa aktiiviharrastajia laajemmalti.

Seura kannustaa jäseniään monipuoliseen itsensä kehittämiseen kustantamalla heille toimihenkilö-, valmentaja- ja ohjaajakoulutuksia mahdollisuuksien mukaan. Näin seura saa uusia resursseja toiminnan kehittämiseen ja ylläpitämiseen.

Seuran tavoitteena on tukea taloudellisesti (kilpailun osallistumismaksun maksaminen) niitä pareja, jotka osallistuvat SM-arvoisiin kilpailuihin sekä seuran omia maajoukkuepareja. Lisäksi seura myöntää matka-avustusta omille A-B -luokan pareille ulkomaille suuntautuville leiri- tai kisamatkoille.

## 5 KÄYTÄNNÖN TOIMINTAPERIAATTEET

### 5.1 Ryhmien muodostus

Seuran valmennusryhmät muodostetaan pääsääntöisesti tanssijan tai parin iän mukaan. Tanssiminen aloitetaan alkeisryhmässä, minkä jälkeen siirrytään ikä- ja taitotason mukaiseen ryhmään. Seuralla on useita lasten ryhmiä. Lasten ryhmissä nuorimmat tanssijat tai parit ovat 3-4 -vuotiaita. Lasten ryhmissä tanssitaan aina siihen vuoteen saakka, jolloin lapsi täyttää 11 vuotta. Juniorien ja nuorten ikähaitari asettuu 12-18 vuoden välille. Aikuiset harjoittelevat omana ryhmänään.

Ryhmien muodostamiseen voi myös vaikuttaa tanssijan tai parin harrastuksen kesto sekä ryhmäkoko.

## 5.2 Harjoitusmäärät

Seuramme järjestää säännöllistä tanssiurheiluvallmennusta viikoittain kaikille seuran tanssijoille, niin kilpailijoille kuin kunto- ja harrasteliikkujillekin. Seuramme tarjoaa alkeisopetusta lapsille ja nuorille vähintään kerran viikossa. Kilpailevilla pareilla on mahdollisuus osallistua ryhmäharjoituksiin kaksi kertaa viikossa. Lisäksi parit voivat osallistua kerran viikossa pidettäviin ohjattuihin harjoituksiin (practice). Vallmennusta annetaan vakio - ja latinalaistansseissa. Ryhmätuntien lisäksi seura tarjoaa useita vapaaharjoitusvuoroja omatoimiseen harjoitteluun. Seuran valmentajat kannustavat pareja ottamaan yksityistunteja yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti sekä osallistumaan leireille.

Aikuisille seura tarjoaa vallmennusta monta kertaa viikossa. Ryhmiä on kilpatanssista, kuntotanssista ja keuhohallinnasta kiinnostuneille.

Lisäksi seura järjestää Cross Over -ryhmiä, joiden tavoitteena on yhdistää seuran vallmennusryhmät toimimaan yhdessä sekä luoda harjoittelukulttuuri, jossa pystytään auttamaan yksilöitä erilaisilla tanssijan poluilla. Tätä toimintaa tullaan monipuolistamaan jäsenistön ja valmentajien toiveiden mukaan.

Kilpaileville pareille seura järjestää paripalavereita kaksi-kolme kertaa vuodessa parisuunnitelmien varmistamiseksi.

## 5.3 Osallistuminen kilpailuihin

Seuran toiminnan periaatteena on, että jokaista paria rohkaistaan ja parille annetaan mahdollisuus osallistua kilpailuihin. Parit luovat omat kilpailulliset tavoitteensa yhdessä valmentajien kanssa. Seura ja valmentajat tukevat tavoitteiden asettamisessa sekä tavoitteisiin pääsemisessä. Kilpaileville pareille osoitetaan vastuuvallmentaja, joka suunnittelee parin ja tarvittaessa vanhempien kanssa kauden aikataulun ja tavoitteet.

## 5.4. Kummiparitoiminta

Seurassa aloitettiin kesällä 2013 kummiparitoiminta. Jokaisella pienellä parilla on oma kummipari seuran isommista juniori- ja nuorisoikäisistä pareista. Tarkoituksena on lisätä eri ikäluokkien tutustumista seurassa ja antaa nuorisoikäisille vallmentajakokemusta. Pikkuparit saavat puolestaan henkilökohtaista vallmennusta sekä loistavan esimerkin ja kannustajan.



Kummitapaamisissa harjoitellaan yhdessä oman kummin kanssa pikkuparien tarpeiden mukaan. Kummit opastavat sekä vakio- että latinalaistansseissa. Kummit ovat myös joissain kilpailuissa mukana auttamassa. Lisäksi leirien ja aktiivipäivien yhteydessä voidaan harjoitella omien kummien kanssa.

Kummiparitapahtumat koskevat nimettyjä lapsipareja ja heidän juniori- ja nuorisoikäisiä kummiparejaan. Kummiparitapahtumat ovat maksuttomia ja luonteeltaan yksityistuntien kaltaisia.

Kummitoiminnasta vastaavat lastentanssien ohjaajat, jotka suunnittelevat kummitoimintaa ja ovat mukana kummitapaamisissa.

## 5.5 Eri ryhmien osallistumismaksut

Seuran sääntömääräisessä syyskokouksessa vahvistettiin jäsenmaksut vuodelle 2017:

alle 16-v	18 €
yli 16-v	30 €
perhe	65 €

Seuran hallituksen vahvistamat lukukausimaksut/hlö (ilman jäsenmaksua) syksy 2016-kevät 2017:

### Lastentanssi 3-6 v.

Lastentanssi 3-4 v./Kartanonranta	85 €
Lastentanssi 4-5 v./Kartanonranta	85 €
Lastentanssi 5-6 v./Kartanonranta	85 €
Lastentanssi 5-6 v./Heikkilä	85 €
Lastentanssi 3-4 v./Kirkkoharju	85 €
Lastentanssi 4-6 v./Heikkilä	85 €
Lastentanssi 3-4 v./Veikkola	85 €
Lastentanssi 5-6 v./Veikkola	85 €

### Lasten tanssiurheilun alkeet:

Lasten alkeet 7-12 v./Heikkilä	85 €
Lasten alkeet 7-12 v./Kirkkoharju	85 €
Lasten alkeet 7-12 v./Veikkola	85 €
Lasten alkeisjatko/Veikkola	85 €
Latino Show/Kirkkoharju	85 €
Ballroom Mix/Kirkkoharju	85 €

<u>Pariryhmät</u>	
Muksu mix (2008-2010)	150 €
Lapsi 1 & 2 E	150 €
Lapsi 1 & 2 ja Jun 1 E-D-C	170 €
C-B -luokan juniorit ja nuoriso	190 €
A-luokan nuoriso ja yleinen	190 €
Aikuisten alkeet/Kirkkoharju	100 €
Aikuisten jatko/Kirkkoharju	100 €
Aikuisten harrastajaryhmä	150 €
Kilpailevat seniorit	150 €
KEHO-ryhmä	100 €

Useammassa ryhmässä käyvät maksavat kalleimman ryhmän kokonaisuudessaan ja lisäryhmistä he saavat alennusta 50%.

Kilpailevien pariin lukukausimaksuun sisältyy suunnittelupalaveri vastuvalmentajan kanssa syys-, kevät- ja kesäharjoittelukauden alussa.

Lisäksi kaikille seuran jäsenille kustannetaan ilmainen aktiivipäivä syys- ja kevätlukukaudella.

## 5.6 Tiedotus seurassa

Seuran hallitus nimeää tiedotusvastaavan, joka pääsääntöisesti vastaa toiminnan tiedottamisesta. Seuran sisäisen tiedottamisen tärkein kanava on nettisivusto, MyClub -järjestelmä sekä jäsenistölle sähköpostitse lähetettävät tiedotteet. Lisäksi vanhemmille järjestetään tiedotustilaisuuksia, joissa jaetaan tietoa seuran toiminnasta ja vastaanotetaan palautetta. Palautetta jäsenistöltä kerätään myös parin vuoden välein toteutettavalla jäsenkyselyllä.

Seuran kotisivuilla on monipuolista tietoa sekä omalle jäsenistölle että ulkopuolisille käyttäjille. Nettisivusto ja sosiaalinen media toimivatkin myös seurasta ulospäin suuntautuvan tiedottamisen kanavina. Seuran kotisivuilla ilmoitetaan muutoksista ja peruutuksista sekä muista ajankohtaisista asioista. Kotisivujen lisäksi viime hetken muutoksista ja peruutuksista tiedotetaan jäsenistölle myös sähköpostilla MyClub-järjestelmän kautta.

Jäsenistölle pyritään tiedottamaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa tulevista tapahtumista.

Seuran virallisena ilmoituslehtenä on Kirkkonummen Sanomat, johon kirjoitetaan juttuja niin kilpailumenestyksestä kuin erilaisista tapahtumista. Vuosittain järjestettävillä Kirkkonummipäivillä seura esittelee toimintaansa ja innostaa kirkkonummelaisia tanssin monista mahdollisuuksista.

Hallituksen pöytäkirjoihin voi tutustua tarvittaessa. Kaikille uusille jäsenille jaetaan 'Tervetuloa TanssiDansiin' -esite, joka sisältää keskeiset tiedot jäsenyydestä sekä seuran toiminnasta. Lisäksi kilpailu-uraa aloittaville on kotisivuille koottu kattava infopaketti, joka sisältää tietoa kilpailemisesta, esimerkiksi Tanssiurheiluliiton ja seuran parikortistoon ja kisoihin ilmoittautumisesta sekä kilpailulisenssin hankkimisesta.

### 5.7 Seuran linja päihteiden käytön suhteen seuran tilaisuuksissa

Seuran järjestämät tilaisuudet ovat päihteettömiä. Jäsenistölle tiedotetaan päihteiden vaikutuksesta sekä dopingtietoisuutta pyritään lisäämään ja päivittämään.

### 5.8 Talkootyö ja seuratoimijoiden rekrytointi

Jotta seura pystyy järjestämään erilaisia tapahtumia, vaatii se seuraväeltä talkoohenkeä. Periaatteena on, että talkootyö perustuu jokaisen vapaaehtoisuuteen. Seura pyrkii kannustamaan talkoisiin osallistumista mm. sillä, että yhteisellä työllä parannetaan seuran yhteishenkeä ja ilmapiiriä sekä pystytään taloudellisesti turvaamaan laadukas valmennus, leiritoiminta sekä mahdollisuus järjestää kilpailutoimintaa.

Kaikkia seuran jäseniä pyritään aktivoimaan ja etenkin uusia vanhempia toivotaan aktiivisesti mukaan seuratoimintaan. Tämä edesauttaa myös uusien jäsenten tutustumista seuran käytäntöihin ja toimintaan.

### 5.9 Seuratyöntekijöiden kiittäminen

Hallitus pyrkii muistamaan ja kiittämään aktiivisia seuran työntekijöitä. Hallitus muistaa erilaisten tapahtumien yhteydessä työntekijöitä, jotka omalla panoksellaan mahdollistivat tapahtuman.

## 5.10 Esiintymiset

Erilaisilla yhteisöillä ja yrityksillä on mahdollisuus tilata seuran pareja esiintymään omiin tilaisuuksiinsa. Vaikka seura ja valmentajat kannustavat pareja osallistumaan niihin, perustuu se kuitenkin vapaaehtoisuuteen. Esiintymisten tavoitteena on tehdä tanssiurheilua tunnetuksi ja lisätä pariien esiintymiskokemusta. Esiintymisillä on myös kasvattava vaikutus, sillä näin lapset ja nuoret näkevät kuinka omalla panoksellaan voi vaikuttaa yhteisten tavoitteiden saavuttamisessa.

## 5.11 Suhde yhteistyökumppaneihin

TanssiDans ry on Suomen tanssiurheiluliiton jäsen joka taas on IDSF:n jäsen. Vuoden 2007 alussa seura sai ESLU:n jäsenyyden. TanssiDans on myös aktiivisesti yhteydessä Kirkkonummen kunnan sekä kunnan koulujen ja niiden rehtoreiden kanssa. Yhteistyötä tehdään myös muita urheilulajeja edustavien tahojen kanssa. Kirkkonummen kunta on tukenut seuran toimintaa sekä taloudellisesti että antamalla koulujen liikuntasaleja harjoitustiloiksi.

Seura pyrkii pitämään hyvät suhteet yhteistyökumppaneihin tiedottamalla omasta toiminnastaan ja osallistumalla näiden tarjoamiin palveluihin ja koulutuksiin. Seuralla on parhaillaan työn alla sponsorointistrategia, jonka avulla seuran toimintaa tukevaa sponsorointia pyritään kehittämään jatkossa aktiivisesti ja suunnitelmallisesti.

TanssiDans ry:n toiminnan perusteena on Suomen laki, yhdistyslaki sekä TanssiDans ry:n, Valon ja Suomen tanssiurheiluliiton sääntöjen noudattaminen kaikessa toiminnassaan.

## 5.12 Seuran toimintamuodot

TanssiDans järjestää jäsenistölleen tanssiurheilun alkeis- ja jatkotason harrastustoimintaa, tanssia kuntoilumuotona, tanssiurheiluvalmennusta ja kilpailutoimintaa sekä ryhdin parannusta kehon hallinnan avulla.

Seuralla on toimintaa kolmesta ikävuodesta ylöspäin.

Seuran ammattivalmentajat kuuluvat Suomen tanssinopettajain liitto STOL ry:hyn ja sitä kautta WDC:hen. Opettajilla on ulkomainen ISTD-ammattitutkinto tai -tutkinnot. Seuralla on myös Suomen tanssiurheiluliiton kouluttamia valmentajia.

### **Lastentanssi 3-6 v.**

#### ***Lastentanssi 3-4 v.***

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 16.00-16.45*

#### ***Lastentanssi 4-5 v.***

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 16.45-17.30*

#### ***Lastentanssi 5-6 v.***

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 17.30-18.15*

#### ***Lastentanssi 5-6 v.***

*Paikka: Heikkilän koulu*

*Aika: Ke klo 16.00-16.45*

#### ***Lastentanssi 3-4 v.***

*Paikka: Kirkkoharjun koulu*

*Aika: To klo 17.30-18.15*

#### ***Lastentanssi 4-6 v.***

*Paikka: Heikkilän koulu*

*Aika: Pe klo 17.00-17.45*

#### ***Lastentanssi 3-4 v.***

*Paikka: Veikkolan koulu*

*Aika: Su klo 10.00-10.45*

**Lastentanssi 5-6 v.**

*Paikka: Veikkolan koulu*

*Aika: Su klo 10.45-11.30*

**Lasten tanssiurheilun alkeet**

**Lasten alkeet 7-12 v.**

*Paikka: Heikkilän koulu*

*Aika: Ke klo 17.45-18.45*

**Lasten alkeet 7-12 v.**

*Paikka: Kirkkoharjun koulu*

*Aika: To klo 18.15-19.00*

**Lasten alkeet 7-12 v.**

*Paikka: Veikkolan koulu*

*Aika: Su klo 11.30-12.30*

**Lasten alkeisjatko**

*Paikka: Veikkolan koulu*

*Aika: Su klo 11.30-12.30*

**Latino Show**

*Paikka: Kirkkoharjun koulu*

*Aika: To klo 16.00-16.45*

**Ballroom Mix**

*Paikka: Kirkkoharjun koulu*

*Aika: To klo 16.45-17.30*

**Pariryhmät**

**Muksu mix (2008-2010)**

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 18.15-19.00*

*+ Practice pe klo 18.00-19.30 Heikkilän koulu*

*Heikkilän koulu*

*Ke klo 17.00-17.45*

**Lapsi 1 & 2 E**

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 18.00-19.00*

*+ Practice pe klo 18.00-19.30 Heikkilän koulu*

*Nissnikun koulu*

*Ti klo 19.00-20.00*

### **Lapsi 1 & 2 ja Jun 1 E-D-C**

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 17.00-18.00*

*+ Practice pe klo 18.00-19.30 Heikkilän koulu*

*Nissnikun yläkoulu*

*Ti klo 17.00-18.00 (Maskin kanssa)*

*Ti klo 18.00-19.00*

### **C-B luokan juniorit ja nuoriso**

*Paikka: Balanssi Studiot*

*Aika: Ke klo 18.00-19.00*

*+ Practice pe klo 18.00-19.30 Heikkilän koulu*

*Balanssi Studiot*

*To klo 18.00-19.00*

### **A-luokan nuoriso ja yleinen**

*Paikka: Balanssi Studiot*

*Aika: Ke klo 20.00-21.00*

*+ Practice pe klo 18.00-19.30 Heikkilän koulu*

*Balanssi Studiot*

*To klo 20.00-21.00*

### **Aikuisten alkeet**

*Paikka: Kirkkoharjun koulu*

*Aika: To klo 18.15-19.30*

### **Aikuisten jatko**

*Paikka: Kirkkoharjun koulu*

*Aika: To klo 19.30-21.00*

*+ Practice pe klo 18.00-19.30 Heikkilän koulu*

### **Kilpailevat seniorit**

*Paikka: Kartanonrannan koulu*

*Aika: Ma klo 19.00-20.00*

*+ Practice pe klo 18.00-20.30 Heikkilän koulu*

*Heikkilän koulu*

*Ke klo 19.00-20.00*

### **Aikuisten harrastajaryhmä**

*Paikka: Nissnikun yläkoulu*

*Aika: Ti klo 19.00-20.00*

*+ Practice pe klo 18.00-20.30 Heikkilän koulu*

*Veikkolan koulu*

*Su klo 12.30-14.00*

### **Keho**

*Paikka: Heikkilän koulu*

*Aika: Ke klo 20.00-21.00*

## Seuran vapaaharjoitusvuorot

*Paikka: Kirkkoharjun koulu D-sali*

*Aika: To klo 20.15-21.45*

*Paikka: Heikkilän koulu*

*Aika: Pe klo 19.30-21.00 practicen jälkeen*

*La klo 11.00-15.00 (jos ei leiriä)*

*Paikka: Veikkolan koulu*

*Aika: Ti klo 19.00-20.00 ja Su klo 10.00-14.00*

*Vapaaharjoitusvuoroihin on ilmoittauduttava **MyClubissa** viimeistään harjoituksia edeltävänä päivänä.*

Lisäksi seuran pareilla on mahdollisuus varata valmentajilta yksityistunteja. Seura järjestää kaikille pareille kevät- ja syyskaudella yhden Aktiivipäivä -valmennuspäivän ja kesällä useamman päivän kesäleirin. Lisäksi syyskauden alussa järjestetään starttileiri kilpaileville pareille, kevät- ja syyskaudella yksi minileiri lapsipareille ja syksyn alussa lastentanssipäivä perheille. Leiripäivillä tutustutaan myös muihin lajeihin, jotka tukevat tanssiurheilua.

## 6 YHTEISET SÄÄNNÖT

Seuramme kaikkien lasten ja nuorten valmennusryhmien kanssa käydään läpi keskustelu yhteisistä säännöistä. Yhdessä valmentajan kanssa lapset ja nuoret miettivät mitkä asiat ovat tärkeitä juuri sen ryhmän kannalta, jotta jokainen voisi nauttia ja osallistua valmennukseen motivoituneena ja iloisella mielellä.

Valmentaja käy vuoden alussa jokaisen ryhmän kanssa keskustelun, jossa kirjataan ylös yhteiset säännöt. Vanhemmille järjestetään tiedotustilaisuuksia, joissa käydään läpi lasten ja nuorten tekemät sopimukset yhteisistä säännöistä ja tehdään vastaavat myös heidän kanssaan. Sopimuksia tarkastellaan aika-ajoin kauden aikana valmennuksen ohessa ja niihin palataan seuran leirien ja aktiivipäivien yhteydessä.

Valmentajat, lapset ja nuoret sekä vanhemmat pohtivat myös yhdessä miten toimitaan, jos yhteisiä sääntöjä ei noudateta. Osa ryhmistä on asettanut omat ryhmän sisäiset ohjeet yhteisten sääntöjen rikkomustapauksille.

Vanhempien keskustelussa on noussut esille, ettei erillisiin sanktiojärjestelmiin ole tarvetta.



## 6.1 Muutamia esimerkkejä ryhmien yhteisistä säännöistä

Lasten ja nuorten sekä vanhempien luomat yhteiset säännöt kulkevat käsi kädessä. Juniorien ja nuorten ryhmän säännöissä mainitaan esimerkiksi se, että kaikki pyrkivät olemaan harjoituksissa ajoissa ja asianmukaisissa varusteissa. Myös vanhemmat pitivät tätä asiaa tärkeänä. Lapset ja nuoret korostivat myös toisten huomioon ottamista ja sitä, että toisten kannustaminen niin harjoituksissa että kilpailuissa on tärkeää. Vanhempien keskustelussa tämä nousi erittäin tärkeäksi asiaksi. Vanhempien mielestä seuran sisällä toisen kannustaminen on todella tärkeää ja tällä hetkellä se on myös hyvin näkyvää. Lapset/nuoret kannustavat toisiaan aidosti niin kilpailutilanteessa kuin muutenkin. Vanhemmat korostivat myös hyvien suhteiden merkitystä toisiin vanhempiin. Lisäksi terveelliset elämäntavat ja päihteettömyys nousi esille vanhempien säännöistä. Vanhemmat myös korostivat omaa esimerkkiään päihteiden käytössä. Lasten ja nuorten mielestä oli myös tärkeää, että jokainen yrittää täysillä sekä keskittyy siihen mitä on tekemässä.

## 6.2 Harjoitustuntien sisältöä

Valmentajat suunnittelevat tunnin harjoitteet aina ottaen huomioon lasten/nuorten iän ja taitotason.

Tunti aloitetaan yhteisellä piirillä, jossa keskustellaan kuulumiset, tarkistetaan varusteet ja katsotaan että kaikki ovat paikalla. Tämän jälkeen aloitetaan kehon venyttely ja lämmittely. Tanssiin valmistaudutaan kehon eri aistimuksia hyväksikäyttäen, jotta koko keho olisi hereillä ja valmiina tanssiin. Yleensä jokaisella tunnilla käydään läpi kaikki tanssit, mutta keskitytään tarkemmin johonkin tiettyyn asiaan ja parantamaan kaikkien suoritusta siinä. Asiaa harjoitellaan sekä yksin että parin kanssa. Lopussa keräännytään taas yhteiseen piiriin, jossa valmentajalla sekä lapsilla/nuorilla on mahdollisuus antaa palautetta tai kysyä, jos jokin asia jäi askarruttamaan mieltä.

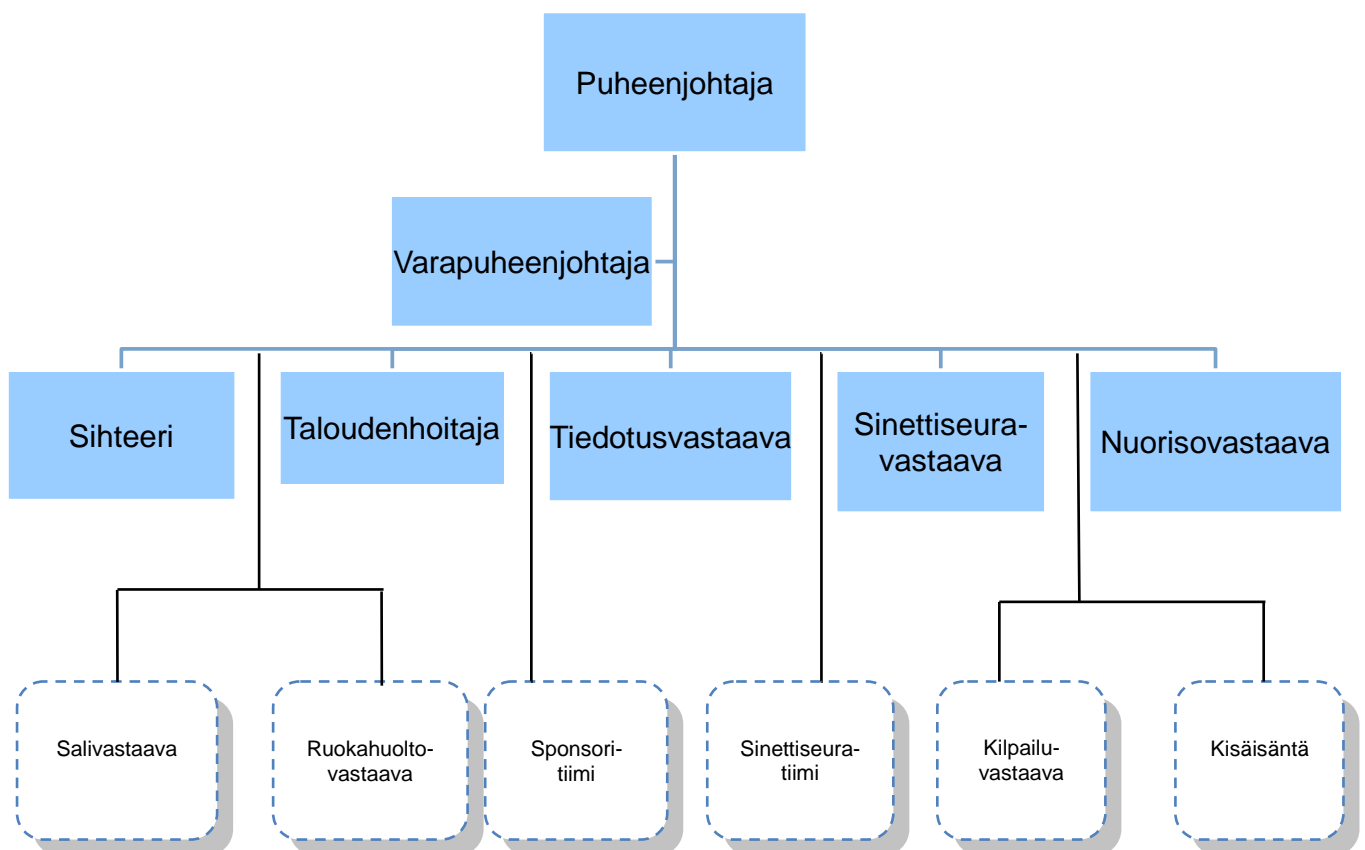
Vaikka monet lapset/nuoret tähtäävätkin kilpailuihin ja niitä silmälläpitäen harjoitellaan, harjoitukset eivät kuitenkaan luo kilpailutilanteita. Harjoituksissa pyritään siihen, että lasten/nuorten taito kehittyy kokonaisvaltaisesti. Tavoitteena on, että lapsille ja nuorille kehittyy omaehtoinen tarve oppia ja kehittyä lajissa. Tähän päästään luomalla valmennustilanteet sellaisiksi, joissa vapaus ja vastuu kulkevat käsi kädessä. Näin ollen harjoitukset eivät muodostu pakonomaisiksi, vaan tilanteiksi, joissa lapset ja nuoret ovat vastuussa itselleen ja ryhmälle omasta suorituksestaan. Omaehtoisen motivaation löytyessä lapselle/nuorelle kehittyy luonnollinen tarve kehittyä ja oppia uusia asioita ja taitoja.

## 7 SEURAN ORGANISAATIO

Seuraa johtaa sen syyskokouksessaan valitsema hallitus, joka vastaa ja huolehtii sen talouden ja omaisuuden hoidosta ja toiminnasta. Hallitukseen kuuluu yhdeksi toimintavuodeksi valittu puheenjohtaja sekä kahdeksi toimintavuodeksi valitut 4-8 varsinaista jäsentä ja lisäksi 0-8 varajäsentä.

Hallitus jakaa sille kuuluvat tehtävät järjestäytymiskokouksessaan. Hallitus nimeää keskuudestaan varapuheenjohtajan vuodeksi kerrallaan ja voi lisäksi valita tarpeelliset toimihenkilöt hallituksen ulkopuolelta.

# TanssiDans ry:n organisaatio



## 8 VASTUUHENKILÖIDEN TOIMENKUVAT

### 8.1 Hallitus

#### *Puheenjohtaja*

- johtaa ja koordinoi koko seuran toimintaa
- toimii hallituksen kokousten puheenjohtajana
- ylläpitää yhteyksiä Suomen Tanssinopettajain Liittoon

#### *Varapuheenjohtaja*

- toimii hallituksen kokousten puheenjohtajana puheenjohtajan poissa ollessa
- ylläpitää yhteyksiä kunnan liikuntatoimeen mm. laatimalla raha-avustusanomukset
- ylläpitää yhteyksiä Suomen Tanssiurheiluliittoon

#### *Sihteeri*

- laatii hallituksen kokousten esityslistat sekä toimii kokoussihteerinä ja kirjoittaa kokouspöytäkirjat
- ylläpitää seuran arkistoa
- hoitaa seuran postin
- ylläpitää osaltaan yhteyksiä Suomen Tanssiurheiluliittoon

#### *Taloudenhoitaja*

- vastaa seuran kirjanpidosta
- hoitaa jäsen-, lukukausi- ym. laskutuksen
- maksaa palkat ja seuran laskut

#### *Tiedotusvastaava*

- informoi jäsenistöä (esim. tiedot valmentajilta, hallitukselta, Stulilta)
- informoi tapahtumista
- päivystää seuran sähköpostia
- ylläpitää seuran nettisivuja
- MyClubin pääkäyttäjä
- tarjoaa lehdistölle juttuja ja kuvia sekä hoitaa seuran lehti-ilmoitukset

### *Sinettiseuravastaava*

- pitää yhteyksiä Nuori Suomi ry:hyn
- tarkkailee, että seurassa toimitaan Nuori Suomi -sääntöjen ja TanssiDansin toimintalinjan etiikan mukaisesti
- huolehtii pelisääntöjen, seuran toimintalinjan ja laatukäsikirjan päivityksistä

### *Nuorisovastaava*

- seuraa lasten, juniorien ja nuorten asioita
- yhteyshenkilö nuorten ja hallituksen välillä

## 8.2 Tukitoiminnot

### *Salivastaava*

- hakee kunnalta salivuorot sähköisesti
- pitää yhteyttä kouluihin ja peruutusten (sali koulun omassa käytössä) sattuaessa etsii tarvittaessa uudet tilat
- ilmoittaa saliperuutukset tiedottajalle

### *Ruokahuoltovastaava*

- organisoii ruoka- ja kahvitarjoilut seuran järjestämille leireille, aktiivipäiville sekä kevät- ja joulunäytöksiin

### *Sinettiseuratiimi*

- yhteyden pitäminen Nuori Suomi ry:hyn
- pelisääntöjen, seuran toimintalinjan ja laatukäsikirjan päivitys
- tarkkailee, että seurassa toimitaan Nuori Suomi -sääntöjen ja TanssiDansin toimintalinjan etiikan mukaisesti

### *Sponsoritiimi*

- erilaisten avustushakemusten laatiminen (mm. OKM seuratuki, paikallisten yritysten tuet) ja niiden raportointi
- erilaisten varainkeruuhankkeiden organisoiminen (esim. Unelma-arvat, esitteiden jakaminen)

### *Kilpailuvastaava*

- vastaanottaa saapuvat kilpailukutsut ja saattaa ne seuran kilpaileville pareille tiedoksi
- hoitaa seuran parien kilpailuilmoittautumiset
- ylläpitää seuran parikortistoa
- seuraa parien luokkanousupisteiden kehitystä ja päivittää uudet paritiedot Tanssiurheiluliittoon

### *Kisaisäntä*

- toimii seuran järjestämissä kilpailuissa pääkoordinaattorina