



LAJILIITOT

# Lasten ja nuorten urheilun laatutekijät

Laatutekijät täyttävät myös  
eurooppalaisen Sports Club for  
Health –ohjelman periaatteet



# Innostuksesta intohimoon

- Seura on tehnyt tyytyväisyyskyselyt ja käsitellyt kyselyn tulokset seurassa. Kyselyyn ovat vastanneet
  - + lapset
  - + nuoret
  - + valmentajat
  - + Vanhemmat
- Seurassa on hyvä ja kannustava ilmapiiri. Mitä keinoja seura käyttää tämän asian edistämiseksi?
- Lasten urheilemisessa näkyy innostus ja ilo. Miten tätä seurataan?
- Lapset ja nuoret pääsevät osallistumaan omaan harjoitteluun, valmennukseen ja kilpailuihin vaikuttaviin päätöksiin.
- Urheilun Pelisääntökeskustelut on käyty lasten ja nuorten sekä heidän vanhempien kanssa.

# Monipuolisista liikuntataidoista lajitaitoihin ja fyysisestä harjoitettavuudesta systemaattiseen harjoitteluun

- Lasten/ nuorten kokonaisliikuntamäärää seurataan.
- Omaehtoiseen liikkumiseen kannustetaan.
- Monipuolisuus: Lapsilla on ohjelmassa muiden lajien harjoittelua varsinkin sellaisilla lapsilla, jotka harjoittelevat seurassa useita kertoja viikossa – miten monipuolisuus näkyy harjoituskerran sisällä. Seura ei estä muiden lajien harrastamista.
- Harjoitukset on hyvin organisoitu ja ne varmistavat jokaiselle osallistujalle mahdollisimman paljon suorituksia.
- Seura tarjoaa eri tavalla kehittyneille / motivoituneille tai erityistarpeita omaaville lapsille ja nuorille vaihtoehtoja harrastamiseen. Seura voi olla profiloitunut pelkästään kilpa- tai harrasteurheiluseuraksi ja on kertonut siitä selvästi omassa viestinnässä.
- Lapsella ja nuorella on mahdollisuus seurata omaa kehittymistään taidoissa ja fyysisissä ominaisuuksissa.

# Urheilulliset elämäntavat

- Urheilullisten elämäntapojen edistäminen
- Urheilullisista elämäntavoista viestiminen
- Monipuolisen harjoittelun merkityksestä sekä lasten kehityseroista viestiminen vanhemmille
- Toiminnassa mukana olevien aikuisten esimerkillisyys
- Antidopingasiat tutuiksi

# Kilpaileminen ja harrastaminen kehittävät

- Kilpaileminen ja harrastaminen on innostavaa
- Kilpailuihin osallistuminen
- Kaikilla halukkailla on mahdollisuus osallistua
- Tasojoukkueiden/-ryhmien muodostaminen
- Kilpailufiilikset
- Kilpailusuoritusten arviointi
- Harrastaminen on arvokasta