

## 6. JOUKKUEIDEN HARJOITTELU SEKÄ PELAAMINEN JA PELUUTTAMINEN

Joukkueen vastuvalmentajan velvollisuutena on laatia yhdessä joukkueenjohtajan ja valmentajien kanssa joukkueen toimintasuunnitelma ennen kauden alkua. Toimintasuunnitelmasta tulee käydä ilmi harjoittelun painopistealueet sekä alustavat suunnitelmat harjoittelumääristä ja pelattavista otteluista. Kausisuunnitelman on oltava sopusoinnussa joukkueen taloussuunnitelman kanssa. Suunnitelmat toimitetaan valmennuspäällikön hyväksyttäväksi sekä esitellään myös joukkueen vanhemmille.

Joukkueilla on jääharjoittelukaudella jääharjoittelun lisäksi oheisharjoituksia. Nämä voivat olla joko kokonaan erillisiä harjoituksia omalla vuorollaan tai jääharjoitusten yhteydessä tapahtuvaa toimintaa (esim. lihaskuntoharjoitteet, keppijumppa, puukuulaharjoitteet, loikat, pallopelit). Tavoitteena oheisharjoittelussa eritoten nuoremmissa ikäryhmissä on monipuolinen pelaajan kehittäminen yleisliikunnallisia ja lajitaitoja kehittävin harjoituksin. Vanhemmissa ikäryhmissä oheisharjoittelussa keskitytään monipuolisuuden lisäksi jääkiekon edellyttämien fyysisten ominaisuuksien ja erityistaitojen kehittämiseen. Kesäharjoittelukausi alkaa toukokuussa ja jatkuu elokuulle, kesäharjoitteluun voi sisältyä omatoimijaksoja esim. heinäkuu. Kesäharjoittelua suositellaan järjestettävän 1-3 kertaa viikossa, riippuen ikäluokasta.

Seura järjestää maalivahtien erikoisharjoittelua omalla vuorollaan (mv – valmentaja organisoii) tai joukkueharjoitusten yhteydessä. Jos joukkueella ei ole omaa mv – valmentajaa, on valmentajien sovittava keskuudestaan mv – valmennuksesta vastaava henkilö.

Valmentajien tulee, sekä innostaa, että kannustaa pelaajiaan omatoimiseen liikkumiseen ja harjoitteluun. Se on tärkeää liikunnallisten ja terveiden elämäntapojen omaksumisen kannalta. Omatoiminen harjoittelu on myös tärkeässä roolissa taitojen oppimiseksi vaadittavien toistomäärien saavuttamiseksi, siihen eivät seuraharjoitukset yksin riitä.

Valmennuspäällikkö linjaa erityisesti juniorijoukkueiden harjoittelua ja seuraa kehitystä niin yleisesti joukkueen, kuin yksilöidenkin osalta.

Seuran linjan mukaiset harjoittelumäärät, painopistealueet sekä muut harjoitteluun liittyvät asiat on linjattu seuran pelaajapolku (Noppapolku) -materiaaleissa, sekä ikäluokkakohtaiset taitovaiheet valmennuksen linjauksessa.

### 6.1 Jäävuorot

Seuran valmennuspäällikkö jakaa seuran joukkueiden jäävuorot huomioiden joukkueiden pelaajien iän, harjoitusmäärävaatimukset ja monet muut seikat. Tarkoituksena on saada harjoittelun rytmittämisen sekä valmentajien työskentelyn näkökannalta toimiva kokonaisuus.

Valmennuspäällikkö kartoittaa jääajan tarpeen joukkueille yhdessä vastuvalmentajien kanssa. Jäävuoroista pidetään ennen jääharjoituskauden alkua palaveri, jossa valmennuspäällikön esitys käydään läpi yhdessä vastuvalmentajien ja joukkueenjohtajien kanssa.

## 6.2 Pelaaminen ja harjoittelu joukkueissa

Kaikkiin Fortunan joukkueisiin on aina uudet harrastajat tervetulleita eikä ketään käännytetä pois jos halua harrastamiseen on.

Uuden pelaajan aloittaessa harrastusta, kartoitetaan hänen osaamisen tasonsa, jotta hänelle voitaisiin tarjota sopivan haasteellisia harjoitteita ja näin tukea kehittymistä ja harjoittelumotivaatiota. Tästä johtuen, pelaaja ei välttämättä pelaa oman ikäluokkansa joukkueessa, vaan hän voi pelata ikäisiään nuorempien, tai sitten vanhempien pelaajien ikäryhmässä, taitotasonsa näin edellyttäessä. Tämä toimintamalli pätee myös kokeneempien pelaajien kohdalla, joille pyrimme tarjoamaan yhtälailla taitotason mukaisia haasteellisia harjoituksia ja pelejä. Pelaajan harjoittelu- ja peliryhmä Fortunassa määräytyy ensisijaisesti iän mukaan.

Lopullisen päätöksen siitä, missä kukin pelaaja pelaa, tekee valmennuspäällikkö. Joukkuevalintaan vaikuttavat seuraavat asiat:

- pelaajan ikä
- pelaajan taitotaso
- säännöt
- kulkuyhteydet
- joukkueiden muodostamiseen vaikuttavat seikat

Aina pelaajan taitotasolle sopivaa pelijoukkuetta ei pystytä tarjoamaan, johtuen joukkueiden rajallisesta määrästä. Sopivan tasoinen harjoitteluryhmä on kuitenkin aina tarjota.

Fortuna ei aseta sijoitustavoitteita joukkueillensa niiden pelaamissa sarjoissa.

## 6.3 Ongelmatilanne pelaajan kanssa

Pelaajan rikkoessa seuran tai joukkueen sääntöjä vastaan menetellään seuraavasti:

1. Rikkeestä ja tilanteesta riippuen vastuuvallmentaja tai joukkueenjohtaja keskustelee pelaajan kanssa. Asianomaiselle selvitetään, miten jatkossa tulee toimia.
2. Pelaajan uusiessa rikkeen hänet voidaan poistaa joukkueen harjoitus- tai ottelutapahtumasta. Pelaajalle on kerrottava, miksi hänet poistettiin tapahtumasta. Asiasta tiedotetaan alaikäisen pelaajan vanhempia.
3. Pelaajalle voidaan langettaa toistuvista rikkeistä määräaikainen osallistumiskielto joukkueen harjoituksiin sekä otteluihin. Päätöksen tekevät joukkueen johtoryhmä sekä ongelmanratkaisuelin yhdessä. Alaikäisen pelaajan vanhempia tiedotetaan asiasta ja keskustellaan heidän kanssaan tilanteesta.

4. Seuran ongelmaratkaisuelin voi erottaa pelaajan seurasta, jos toiminta jatkuu edeltävistä toimenpiteistä huolimatta muuttumattomana. Ongelmanratkaisuelin kuulee kaikkia tilanteeseen liittyviä osapuolia. Hallitus käsittelee ja vahvistaa ongelmaratkaisuelimen päätöksen.

## 6.4 Pelaajakysely

Kauden lopulla seurassa suoritetaan alle 18 – vuotiaille joukkue toiminnassa mukana oleville pelaajille pelaajakysely.

Pelaajakyselyssä kartoitetaan seuraavia asioita:

- pelaajan mielipiteitä joukkueen ja seuran toiminnasta, niiden kehittämiseksi
- pelaajan seuraavan kauden jatkosuunnitelmia, joukkueiden muodostamisen apuvälineeksi
- pelaajan liikuntatottumuksia, seuratoiminnan ulkopuolella tapahtuvan omatoimisen liikuntamäärän selvittämiseksi
- pelaajan tavoitteita jääkiekossa

## 6.5 Pelaajan kehittymisen arviointi

Fortuna arvioi pelaajiaan useasti vuodessa erilaisilla lajitaito- ja kuntotesteillä. Testejä tehdään pelaajien taitojen ja ominaisuuksien kehittymisen seuraamiseksi sekä valmennuksen suunnittelun avuksi ja terveellisten elämäntapojen edistämiseksi. Lisäksi seura kerää testituloksista materiaalia, jolla osaltaan arvioidaan myös seuran urheilutoiminnan laadukkuutta ja kehittämistarpeita.

Testit koskevat pelaajia, jotka ovat seuran varsinaisten juniorijoukkueiden toiminnassa mukana. Varsinaisiksi juniorijoukkueiksi katsotaan U9-U19 –juniorijoukkueet, jotka pelaavat tai tulevat pelaamaan Suomen Jääkiekkoliiton sarjoissa.

## 6.6 Pelaajakartoitus

Seuran sisäinen pelaajakartoitus ei perustu yksittäisiin tapahtumiin, vaan joukkueiden valmentajat ja valmennuspäällikkö kartoittavat arjen valmennustyössä seuran pelaajia ja havainnoivat niiden kehityksessä tapahtuvia muutoksia. Pelaajien kehittymistä arvioidaan mm. harjoitusten, peliesityksien ja erilaisten testien avulla.

Pelaajakartoituksen tavoitteita:

1. Antaa kuvan sekä pelaajien henkilökohtaisten taitojen, että joukkueiden tasosta ja kehittämistarpeista.

2. Tukea ja vahvistaa sekä lisätä motivaatiota ja kehittymistä kartoittamalla pelaajan osaamistaso ja tarjoamalla sopiva harjoitus- ja peliryhmä.
3. Potentiaalisempien yksilöiden eteenpäin vieminen Ilves-yhteistyön avulla
4. Antaa informaatiota joukkueiden muodostamista varten.

## 6.7 Peluuttaminen Fortunan joukkueissa

**U7-U10** – junioreissa pelaajia pyritään peluuttamaan tasapuolisesti siten, että jokainen saa ottelussa yhtä paljon peliaikaa vaihdoissa mitattuna. Pelattujen vaihtojen määrässä voi olla pieniä heittoja, johtuen rangaistuksista, pelaajien lukumäärästä tai muista erikoistilanteista, kuten loukkaantumisesta.

Lisäksi edellytetään pelaajien kierrättämistä jaksoittain kaikilla pelipaikoilla. Näissä ikäluokissa kaikkien halukkaiden on saatava kokeilla myös maalivahdin pelipaikkaa.

**U11-U12** – junioreissa pyritään peluuttamaan tasaisesti kaikkia pelaajia siten, että vaihtoja tulisi ottelua kohden kaikille pelaajille suurin piirtein saman verran. Yli- ja alivoimatilanteissa ei suositella käyttämään erikoiskentällisiä. Harjoitusaktiivisuus voi vaikuttaa pelimäärään.

Maalivahdit pelaavat pelit puoliksi, jos kokoonpanoon on merkitty kaksi maalivahtia.

Pelaajia kierrätetään tasapuolisesti eri pelipaikoilla. Päätöksen pelipaikoista tekevät valmentajat.

**U13-U15** – junioreissa peluutetaan jokaista kokoonpanoon merkittyä pelaajaa ja tasapuolisuus mitataan kauden aikana pelattujen ottelujen määrällä. Peliaikaa ei mitata sekuntikellon kanssa. Yli- ja alivoimatilanteet ja muut erikoistilanteet voivat aiheuttaa hyväksyttäviä eroja yksittäisten pelaajien kentällä oloaikoihin. Maalivahdit pelaavat kokonaisia otteluita. Pelipaikkoja kierrätetään valmentajien näkemyksen mukaisesti.

Pelaajan saamisen edellytyksenä on kaikkien seurassa yleisesti hyväksytyjen käyttäytymis- ja pelaajasääntöjen sekä joukkueen sääntöjen noudattaminen. Myös harjoitusaktiivisuus saattaa vaikuttaa saatuun peliaikaan.

**U17-U19** – junioreissa toimitaan niin, että kaikkia pystytään peluuttamaan kauden aikana siinä määrin, että harrastus pysyy mielekkäänä. Joukkueet sopivat keskenään, miten peluuttaminen hoidetaan. Valmentajat päättävät pelipaikkakohtaisesta peluuttamisesta. Pelaajan saamisen edellytyksenä on kaikkien yleisesti hyväksytyjen käyttäytymis- ja pelaajasääntöjen sekä joukkueen sääntöjen noudattaminen. Harjoitusaktiivisuus ja määrätietoisin harjoittelun omaksuminen vaikuttavat saatuun peliaikaan.

Yli-ikäisten pelaajien kohdalla noudatetaan kilpailusääntöjä pelaamisoikeudesta ja sen pohjalta pelaajille nimetään tasapuolisesti edustus ottelutapahtumiin. Tasapuolisuus lasketaan otteluihin nimeämisen perusteella, ei osallistumiskertojen perusteella.

### **6.7.1 Yleistä peluuttamisesta ja pelaamisesta**

Sairaita ja loukkaantuneita ei tule peluuttaa missään tilanteessa terveyden kustannuksella. Sairauden tai loukkaantumisen aiheuttaman tauon jälkeen toimintaan palataan vain harjoittelun kautta ja peleihin osallistutaan vasta, kun fyysinen terveydentila sallii pelaamisen. Ottelua edeltäneestä harjoituksesta poissa ollutta pelaajaa ei nimetä peliin, jos hän ei ole ilmoittanut poissaolon syytä, sillä hän voi olla sairas tai loukkaantunut. Joukkueen vastuuvallmentaja voi käyttää harkintavaltaansa asiassa tapauskohtaisesti.

Jos joukkueessa pelataan vuorotteluperiaatteella ja pelaajaa ei pysty käyttämään hänelle tarjottua pelivuoroa joukkueen otteluissa esteen tai sairastumisen vuoksi, joukkue ei ole velvollinen järjestämään hänelle korvaavaa peliä poissaolon tilalle. Kirjanpito pelivuoroista tehdään tarjottujen pelivuorojen mukaan. Pelaajia, jotka eivät ole pelivuorossa tai jostain muusta syystä eivät pelaa, ei voi velvoittaa vasten tahtoaan seuraamaan ottelua paikan päällä.

Mahdollisissa junioriharrastejoukkueissa kaikkia peluutetaan yhtä paljon niin yksittäisessä ottelussa, kuin koko pelikaudenkin mittaan, riippumatta harjoittelumääristä tai -tehokkuudesta.

Jos pelaaja pelaa useammassa kuin yhdessä joukkueessa, ovat sen joukkueen ottelut etusijalla, johon pelaajan katsotaan varsinaisesti kuuluvan