

SeMi



Seinäjoen Mimmiliiga ry.
Huhtalantie 2, II-Kerros, 60220 Seinäjoki
kotisivu: www.semi.fi
P. 050-527 1220
sähköposti: mimmiliiga@kolumbus.fi

Tervetuloa hyvään seuraan!!

Tiesitkö, että jalkapallo on maailman suosituin joukkueurheilumuoto. Sitä pelaavat lapset, nuoret ja aikuiset kaikkialla. Tervetuloa mukaan kesyttämään pallo, nauttimaan mukavasta yhdessäolosta, kokemaan pelaamisen riemu ja otteluiden tuoma jännitys! Teemme kaikkemme, että viihdyt ja kehityt pelaajana Seinäjoen Mimmiliigan riveissä.

Seinäjoen Mimmiliiga on vuonna 1971 perustettu tyttö- ja naisjalkapallon erikoisseura. Kasvavassa joukossamme pelaa ja harrastaa jalkapalloa yli 270 tyttöä ja naista. Seuramme muodostuu edustusjoukkueesta, ikäkausijoukkueista ja pallokoulusta.

MITÄ ALOITTAVA PELAAJA TARVITSEE?

Pallo: Aloittavan joukkueen pelipallon koko on kolme (3) aina 10-vuoden ikään asti. 12 – 13-vuotiaana pelataan pallokoolla neljä (4) ja 14-vuotiaana otetaan käyttöön aikuisten pallokooko viisi (5).

Harjoitusten tehokas läpivienti ja oma harjoittelu on mahdollista vain, kun jokaisella pelaajalla on oma pallo. Pallon tulee olla hyvälaatuinen. Pallon tulee aina olla riittävän täynnä, liian tyhjällä pallolla harjoittelu ei hyödytä ketään. Suositeltavaa on hankkia myös oma pallopumppu mutta jos sellaista ei löydy niin huoltajan tai valmentajan kassista sellainen varmasti löytyy. Kirjoita palloosi pysyvällä tussilla nimesi, seura, joukkue ja vaikka puhelinumero. Näin pallosi voi löytää takaisin oikealle omistajalle, jos se unohtunut kentän laidalle.

Kengät: Jalkapallokengät eli nappikset eivät saa olla liian pienet, eikä liian isot. Liian pieni kenkä puristaa, hiertää ja vaikeuttaa potkaisemista. Liian isoilla kengillä on pallotuntuman hakeminen erittäin vaikeaa. Kovalla alustalla (Keinonurmella) matalanappulaiset kengät ovat nuoremmille parempia, pehmeälle alustalle normaalit kiintonappulat. Yhden kauden aikana voi pelaaja ”potkia puhki” jopa kahdet jalkapallokengät. Kun hoidat jalkapallokengkiä hyvin (puhdistus, kuivaus ja plankkaus/rasvaus), saat ne kestämään kauemmin.

Säärisuojat: Säärisuojat ovat pakolliset jokaisella vakuutetulla pelaajalla. Tästä säännöstä joukkueiden on pidettävä kiinni tinkimättä. Vakuutus ei korvaa jalkavammoja, jotka ovat aiheutuneet ilman säärisuojuksia pelaavalle. Säärisuojat ovat tärkeät myös oman turvallisuutesi vuoksi. Nykyaikaiset suojukset suojaavat nilkan arkoja luita ja nivelsiteitä. Hanki oikean kokoiset säärisuojat! Liian isot säärisuojat vaikeuttavat liikkumista ja pallon hallintaa.

Hiekka- /Hallihousut Hiekkakentällä pelattaessa ja harjoiteltaessa on hyvä olla hiekkahousut, sillä ne ovat huomattavasti kestävämmät kuin verryttelyhousut. Shortsit eivät sovi hiekkakentälle!

Pelipaita: Joukkueet saavat pelipaidat käyttöön seuralta. Paidat ovat tällöin seuran omaisuutta ja ne tulee palauttaa. Joukkueet voivat myös hankkia pelaajilleen uudet pelipaidat. Tällöin pelipaidat ovat joukkueen omaisuutta mutta niiden hankkimisessa tulee noudattaa seuran ohjeita.

Pelishortsit ja sukat: Pelishortsit ja sukat jokainen pelaaja hankkii itse. Valmentajaltasi ja joukkueenjohdolta saat tietää minkälaiset shortsit ja sukat tulee hankkia.

Seura – asut: Seinäjoen Mimmiliigalla on virallisia seuran edustusasuja esim. tuulipuku ja college-asu. Näitä voit hankkia ja tilata itsellesi joko seuran toimistolta tai keskitetysti joukkueesi kautta. Toimistolta voit ostaa myös edullisia treeni T-paitoja.

Seuran varustesopimus: Seuralla on sopimuksia joidenkin valmistajien kanssa. Joukkueet voivat hankkia itselleen myös muita yhteisiä varusteita kuin seuran kautta saatavat mutta silloin on pitää ehdottomasti tarkistaa, että hankinnat eivät ole ristiriidassa seuran tekemien sopimusten kanssa. Kaikkien hankintojen ostamispaikaksi seura suosittelee Seinäjoen Intersports’ia. Jokaisella

joukkueella on liikkeeseen asiakasnumero, jolla voi kerryttää ostohyvitystä joukkueen hyväksi. Hyvitys kertyy kaikista ostoista. Muistakaa mainita asiakasnumero ostosten yhteydessä.

Harjoittelu: Ilman harjoittelua ei tule mestareita. Harjoittelu on pelaajan kehittymisen edellytys. Hyväksi pelaajaksi tulet osallistumalla aktiivisesti harjoituksiin ja touhutessasi pallon kanssa myös vapaa-aikana.

PELAAMINEN JOUKKUEESSA: Jalkapallossa junioritoiminta perustuu ikäluokkiin, eli pelaajat jakautuvat ryhmiin syntymävuotensa perusteella. Uusi joukkue perustetaan kauden alkaessa vuosittain F9- ikäluokkaan kuuluvista ja nuoremmista pelaajista. Uusi joukkue pyritään muodostamaan mahdollisimman nopeasti ennen alkavan vuoden harjoituskauden alkua. Tämä tarkoittaa pääosin alkutalvea.

Hieman vanhemmasta ikäryhmästä lähtien joukkueita voidaan muodostaa myös kilpailullisin perustein. Nuorempi voi pelata myös vanhemmassa ikäluokassa, mutta vanhempi ei nuoremmassa.

Joukkueen jäsenet: Jalkapallojoukkueen muodostavat pelaajat, valmentajat ja joukkueen toimihenkilöt. Joukkueiden toimihenkilöt valitaan pääosin vanhempainillassa, paitsi valmentajat, joiden valinnasta vastaa valmennuspäällikkö ja puheenjohtaja. Toimihenkilöitä ovat joukkueenjohtaja, huoltajat sekä tilivastaava. Toimihenkilöt vastaavat yhteisesti joukkueen asettamien urheilullisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden noudattamisesta sekä näihin pyrkimisestä.

Vanhempien rooli seurassa ja joukkueessa:

Ilman vanhempien osallistumista jalkapalloseuran toimintaan ei olisi seuraa eikä joukkueita.

Vanhemmilla on mahdollisuus osallistua moniin asioihin Seinäjoen Mimmiliigan toiminnassa:

turnauksiin, kökkiin, joukkueiden auttamiseen ja muihin tapahtumiin.

Kökät/Talkoot ja muut tapahtumat tarjoavat vanhemmille mukavia hetkiä yhdessä tekemiseen ja toisiinsa tutustumiseen. Seuratoiminnassa voit saada itsellesi uusia ystäviä! Vanhemmat kantavat valmentajan ohella vastuun tyttöjen jalkapalloonostuksen kipinän säilyttämisestä läpi juniorivuosien.

SeMin pelaajien vanhemmat tunnistaa otteluissa siitä, että:

- Kaikkia joukkueita kannustetaan reiluun peliin ja hyviä vastustajia arvostetaan.
- Pelin ohjaaminen jätetään valmentajan tehtäväksi. Pelaajat eivät kaipaa tai tarvitse kentällä pelatessaan isien ja äitien ohjeita, tuntuivatpa ne meistä vanhemmista kuinka tärkeitä ja asiantuntevilta tahansa. Annetaan tyttöjen oppia jalkapalloa omilla ehdoillaan. Joukkueen taustoihin kuulumattomat vanhemmat seuraavat ottelua ja kannustavat joukkuetta eri puolella kenttää kuin pelaajat ja valmennusjohto antaen näin vaihtopelaajille, valmentajille jne. vaihtopenkille oleville keskittymisrauhan.
- Kentän reunalta ei kommentoida erotuomarin työskentelyä ottelun aikana. Etenkin, kun on kysymyksessä nuori aloitteleva tuomari, vanhemmilta ja valmentajilta voi edellyttää aikuismaista otetta pelin seuraamisessa. Erotuomari tuomitsee ottelun ja osallistuu inhimillisenä resurssina jalkapallopeliin. Siihen kuuluu mm. se, että erotuomari ei voi nähdä ihan kaikkea, erotuomari saattaa joskus tehdä virheitä ja, että erotuomari saa tulkita tilanteita. Tuomitseminen jätetään yksinomaan erotuomarin tehtäväksi.
- Kaikki osallistuvat pelisääntökeskusteluihin sekä sitoutuvat yhdessä laadittuihin joukkueen pelisääntöihin ja hyväksyvät ne. Toimimalla näin tuemme valmentajia työssään ja annamme oikean käyttäytymismallin omille lapsillemme.
- Reilu ja kitkaton toiminta ei aina ole helppoa, mutta tavoittelemisen arvoista se silti aina on. Kaiken lisäksi positiivisella asenteella saamme ystäviä yli seurarajojen ja hyvän mielen, joka kestää kauemmin kuin yhden ottelun tai turnauksen ajan.
- Valmentajat, huoltajat ja katsojat kannustakoot rehdisti kaikkia joukkueita sääntöjenmukaiseen ja reiluun peliin. Jokainen ottelu on lasten peleissä yhtä tärkeä, eikä koskaan kuitenkaan niin tärkeä, että sen vuoksi tulisi toimia vastoin hyviä tapoja tai lasten etuja!

Muita tärkeitä vanhempien tehtäviä:

- ole kiinnostunut lapsesi harrastuksesta!
- osallistu joukkueen toimintaan - jokaiselle riittää tehtäviä!
- käy vanhempainkokouksissa tutustumassa muihin vanhempiin. Osallistumalla ja olemalla aktiivinen autat myös omalla ajallaan ahertavia valmentajia ja joukkueenjohtajaa sekä muita toimihenkilöitä
- kannusta lastasi harjoittelemaan myös vapaa-aikana kotona ja pihalla, mene itsekin mukaan potkimaan palloa lapsesi kanssa
- älä aseta lapsellesi liian nuorena menestymistavoitteita. Parhaat tulokset syntyvät, kun lapsi tuntee harrastuksen omaksi jutukseksi. Menestys ei saa olla ainoa palkitsemisen aihe, myös yrittämisestä tulee palkita.

Oppimisen kannalta keskeistä on turvallinen ympäristö, joka sallii epäonnistumiset. Siksi palautteen tulee olla pääosin positiivista ja kannustavaa ja kritiikin erittäin varovaista.

SeMissä kannustetaan ikäluokkien väliseen yhteistyöhön kaikessa toiminnassa missä se on mahdollista. Pelaajan kehittyminen SeMi pyrkii luomaan pelaajilleen mahdollisimman hyvät olosuhteet tavoitella oman potentiaalinsa rajoja.

Joukkueharjoittelun lisäksi SeMi tarjoaa nuoremmille junioreille taitokoulua ja Talent ryhmiä ja yli 12-vuotiaat voivat päästä mukaan kykykouluun, joka tarjoaa lisäharjoittelua oman joukkueharjoittelun lisäksi.

MAKSUT

Seuramaksu Seuralle vuosittain maksettava maksu, jonka suuruuden seuran johtokunta päättää.

Seuramaksuilla seura rahoitetaan suurimpia menoeriä: kenttävuokrat, peliasut, toimiston kulut, kirjanpidon ja valmentajien palkkiot.

Seuramaksulla saat:

- Seuran jäsenyyden (jäsenmaksu)
- Pelipaidan käyttöön (Pienessä päässä)
- Valmennuksen

Seuramaksulla katetaan myös joukkueen

- Osa valmentajakustannuksista
- Osa kenttämaksuista
- Osa sarjojen ilmoittautumismaksuista
- Osa pelipalloista
- Osa treeni ja huoltotarvikkeista

Joukkuemaksu: Joukkuemaksu, jonka suuruuden joukkue määrittelee itse maksetaan, joukkueen tilille ja on tarkoitettu käytettäväksi

- piirisarjan pelimatkoihin ja valmennukseen
- tuomaripalkkioihin
- lääkelaukun täydennyksiin, ylimääräisiin varustehankintoihin yms.

Tervetuloa Seinäjoen Mimmiliigaan Nauttimaan jalkapallon iloista pelaajana ja vanhempana.