

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2017

Joen Yawara ry toimii judoharrastuksen ylläpitämiseksi Joensuun alueella. Vuosi 2017 on seuran 49. toimintavuosi. Ohjattuja harjoituksia on nuorille ja lapsille, aikuisille, vanhoille ”konkareille” sekä lisäksi pienimmille tarkoitettu perhejudo. Aikuisille ja junioreille järjestetään peruskurssi mahdollisuuksien mukaan. Pääasiallinen harjoituspaikka on Joensuun Urheilutalo. Judokursseja järjestetään myös Kontiolahden liikuntahallilla sekä Paloaukean koululla Ylämyllyn Jyrinkylällä.

PERUS- JA JATKOKURSSIT

Toimintavuonna 2017 järjestetään judon perus- ja jatkokursseja seuraavasti.

Aikaisempina vuosina aloittaneet juniorit jatkavat junioreiden jatkoryhmässä ja vanhimmat juniorit siirtyvät yleisiin harjoituksiin.

Kontiolahdella judotoimintaa jatketaan yhteisenä kurssina sekä aloitteleville että jatkaville junioreille.

Ylämyllyllä juniorijudoa jatketaan ja siihen otetaan uusia osallistujia mahdollisuuksien mukaan sekä keväällä että syksyllä.

YLEISET HARJOITUKSET JA OMAT LEIRIT

Ohjattuja judoharjoituksia järjestetään talvikaudella 5 päivänä viikossa. Lisäksi järjestetään mahdollisuus 1 vapaaseen tatamivuoroon. Kesäkaudella vapaita judoharjoituksia on 2 päivänä viikossa. Lajiharjoitusten lisäksi järjestetään punttisalinkäyttömahdollisuus 2-3 kertaa viikossa.

Valmennuksessa ja harjoituksissa huomioidaan seuran aikuiskilpailijoiden, nuorten kilpailijoiden ja kuntoilijoiden erilaiset tavoitteet.

Seura osallistuu yhteistoimintaan lähiseurojen kanssa. Omalla dojolla järjestetään judoleiri loppuvuodesta mahdollisuuksien mukaan.

Tekniikkaharjoituksissa käydään läpi perustekniikoita, kilpailutekniikoita ja eri katoja. Kunto- ja konkarijudossa painopiste on tekniikoiden harjoittelussa ja lisäksi ylläpidetään fyysistä kuntoa.

KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA

Kilpailuihin osallistumista kannustetaan ja tuetaan seuran taloudellisten resurssien mukaan. Seuran kilpailijat osallistuvat valmennus ja kilpailuohjelmansa mukaisesti kansallisiin ja Suomessa järjestettäviin kansainvälisiin kilpailuihin. Huippukilpailijoiden osallistumista ulkomailta järjestettäviin kansainvälisiin kilpailuihin tuetaan.

Seuran kilpailijat osallistuvat aktiivisesti lähialueen, randori-, kotisali- ja kesäleireille. Huippukilpailijat osallistuvat myös edustusvalmennusleireille ja muutamalle kansainväliselle judoleirille valmennusohjelman mukaisesti. Seuran tuki edustusurheilijalle määritellään erillisessä liitteessä.

Järjestetään Yawara shiai judokilpailu syksyllä.

Junioreiden kilpailu- ja valmennustoiminta käsitellään seuraavana olevassa kohdassa Nuorisotoiminta.

NUORISOTOIMINTA JA MUKSUJUDO

Erillistä muksujudoa ei enää järjestetä, vaan pienimmät lapset pääsevät harjoittelemaan vanhempiensa kanssa perhejudo-kurssilla tai Ylämyllyn harjoituksissa.

Junioreiden kursseilla tarkoituksena on kehittää nuorten liikunnallisia valmiuksia ja judollisia taitoja.

Junioreiden kilpailutoimintaa pyritään lisäämään ja pitämään yllä rohkaisemalla aloittelevia kilpailijoita lähtemään kilpailumatkoille ja lähialueen leireille.

Junioriharjoituksia ei pidetä kesäkaudella, mutta junioreille tarjotaan mahdollisuus osallistua yleisiin harjoituksiin.

Junioreiden vanhempia pyritään aktivoimaan mukaan seuran toimintaan esim. yhteisharjoituksilla vanhempien kanssa sekä kartoittamalla vanhempien mahdollista halukkuutta toimitsija- tai talkootehtäviin.

KUNTO- JA KONKARIJUDO

Kuntojudolla on 2-3 harjoitusta viikossa. Konkarijudokoilla on 2 harjoitusta viikossa päiväaikaan. Kuntoilijoita ja konkareita rohkaistaan suorittamaan ylempiä vyöarvoja.

KOULUTTAUTUMINEN

Seurassa jatketaan ohjaajien, valmentajien ja seuran muiden toimihenkilöiden kouluttamista. Seura huolehtii siitä, että kaikki harjoitusten vetäjät ja apuvetäjät täyttävät seuran sisäiset ohjaajavaatimukset (käytyt koulutukset, vyöarvo, kokemus, ikä). Tämä on yksi tae seuran toiminnan laadun tasosta.

Seuran jäsenet osallistuvat Pohjois-Karjalan Liikunnan, Judoliiton ja muihin koulutustapahtumiin. Uusien valmentajien ja ohjaajien koulutusta jatketaan tarpeen mukaan. Pyritään siihen, että kaikki ohjaajat ovat käyneet Judon perusteet ja Ohjaamisen ja opettamisen perusteet kurssit tai vastaavat koulutukset. Seuran harjoitusten vetäjille annetaan valmentaja- ja ohjaajakoulutusta myös seuran sisäisin resurssein.

Valmentajiksi tai ohjaajiksi suuntautuvat hankkivat lisäkoulutusta Judoliiton ja muiden kouluttajien erikoiskursseilla mahdollisuuksiensa mukaan.

Seura kannustaa ja tukee tuomarilisenssin hankkimiseen ja ylläpitoon. Graduioijia kannustetaan myös ylläpitämään taitojaan graduointitapahtumissa. Kilpailujen toimitsijoiden valmiuksista seura huolehtii sisäisellä koulutuksella.

GRADUOINNIT

Seuran omissa graduoinneissa voidaan myöntää vyöarvo keltaisesta ruskeaan vyöhön (5k-1k). Valtakunnallisessa liittograduoinnissa voidaan suorittaa kaikkia dan-asteita.

Alempien vöiden vyökokeita järjestetään siten, että kaikilla graduointiin oikeutetuilla on mahdollisuus vyöarvon korottamiseen. Kurssigraduointeja järjestetään tarpeen mukaan.

TALOUS JA VARAINHANKINTA

Talouden tasapainossa pitämiseen kiinnitetään huomiota jatkuvalla seurannalla.

Kurssien kustannukset pyritään pitämään kohtuullisina. Toimihenkilöille ei makseta palkkioita. Seuran kirjanpidon hoitaa seuran ulkopuolinen kirjanpitäjä.

Judolehti ja lisenssivakuutus sisältyvät seuran jäsenten jäsenmaksuun.

MUU TOIMINTA

Kevätkauden päätteeksi palkitaan jokaisesta junioriryhmästä muutamia ansioituneita judokoita harjoitusaktiivisuudesta, judotekniikoiden kehittymisestä, hyvän yhteishengen luomisesta ja kilpailumenestyksestä.

Aikuisille järjestetään omat kevät- ja syyskauden päätöstilaisuudet.

Helmikuussa järjestetään Talvirieha-niminen ulkoilutapahtuma.

Seuran johtokunta kokoontuu tarvittaessa (noin 7-10 kertaa vuodessa).

Seuran ja Itäjudon nettisivuja, sekä Facebook-sivustoa käytetään sisäiseen ja ulkoiseen tiedottamiseen ja Yawaran nettisivuja ylläpidetään. Yawaran ja Itäjudon sähköpostilistoja käytetään tiedottamiseen.

Suhteita paikallisiin tiedotusvälineisiin pidetään yllä tiedottamisella merkittävistä judoasioista.