

# LASTEN LUISTELUN LINJAUS

Hyväksytty hallituksen kokouksessa 26.11.2024  
Linjaus astuu voimaan 1.6.2025



# LASTEN LUISTELUN LINJAUKSEN PERUSTEET

- ◆ Tässä dokumentissa on esitelty Suomen Taitoluisteluliiton ja jäsenseurojen yhdessä työstämät linjaukset lasten urheilun laadun turvaamiseksi taitoluistelussa. Kaikki alle 18-vuotiaat ovat lapsia. Linjauksissa on rajattu lasten ikäryhmiä myös tapauskohtaisesti.
- ◆ Linjaukset koskettavat kaikkia luistelevan yhteisön toimintaan osallistuvia, joita ovat esimerkiksi luistelijat, valmentajat, seuratoimijat, huoltajat, arvioijat, kouluttajat, liiton henkilöstö ja luottamushenkilöt. Liiton tehtävänä on tukea jäsenseurojensa toimintaa.
- ◆ Linjausten perustana on Suomen Taitoluisteluliiton arvot Ilo, Kannustus, Turvallisuus ja Tavoitteellisuus.
- ◆ Linjausten taustalla ovat lajikulttuuritutkimusten ja liittotoiminnan palautekyselyiden kautta esiin nostetut kehitystarpeet sekä yhteiskunnallinen tarve tuoda lapsen oikeudet näkyvämmiksi lajissamme.
- ◆ Linjaukset ovat konkreettinen keino jalkauttaa [Taitoluisteluliiton vastuullisuusohjelman](#) ydinperiaatteita osaksi lajin valmennustoimintaa.
- ◆ Dokumentti sisältää toimijoita velvoittavia linjauksia sekä suosituksia ja yhteisiä toimintatapoja. Linjaukset linkittyvät Taitoluisteluliiton eettiseen säännöstöön ja kurinpitösääntöihin. Linjauksen törkeä rikkomus voidaan katsoa kurinpitösäännön 4§ mukaisesti rangaistavaksi rikkomukseksi.

# LAPSEN OIKEUDET

Tässä dokumentissa esiteltyjen linjausten ja suositusten tarkoituksena on vaikuttaa lasten asemaan taitoluistelussa. Tavoitteena on turvata lapsille turvallinen harjoitteluympäristö ja mahdollistaa lajin harrastaminen mahdollisimman pitkään.

Lapsen oikeudet velvoittavat kaikkia. Erityinen suojeluvelvoite tulee sekä kansallisesta lainsäädännöstä, että kansainvälisistä ihmisoikeussopimuksista, erityisesti lasten omasta ihmisoikeussopimuksesta eli YK:n lapsen oikeuksien sopimuksesta.

Kun lapsilla on oikeuksia, aikuisilla on vastuu niiden toteutumisesta.

[Yleissopimus lapsen oikeuksista](#)



# ILO JA KANNUSTUS

- ◆ Suomen Taitoluisteluliiton arvot Ilo ja Kannustus liittyvät vahvasti koko taitoluisteluuyhteisön hyvinvointiin.
- ◆ Ilo ja nautinto toimivat lapsen urheiluharrastuksen sisäisinä motivaatiotekijöinä. Kun lapsi nauttii harrastuksestaan, hän on todennäköisemmin motivoitunut harjoittelemaan ja oppimaan uutta. Positiivisessa ja inspiroivassa harjoitusympäristössä lapsilla on turvallinen tila onnistua ja epäonnistua. Näin lapset harjoittelevat rohkeasti vaikeitakin liikkeitä ja oppivat käsittelemään myös kilpailujännitystä oikein.
- ◆ Iloinen ja kannustava ilmapiiri edistää yhteisöllisyyttä ja tiimihenkeä. Yhdessä mukavien luistelukavereiden kanssa lapset jakavat positiivisia kokemuksia ja rakentavat läpi elämän kestäviä ihmissuhteita. Kannustava ilmapiiri ehkäisee myös kiusaamista ja syrjintää, sekä edistää yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa.
- ◆ Kannustus sisältää positiivisen palautteenannon, yhteisön tuen, psyykkisen hyvinvoinnin edistämisen sekä eettisten arvojen ja reilun pelin periaatteiden noudattamisen. Tämä tarkoittaa rehellisyyttä, kunnioitusta ja oikeudenmukaisuutta kaikkia kohtaan.



# TURVALLISUUS JA TAVOITTEELLISUUS

- ◆ Suomen Taitoluisteluliiton arvoja täydentävät Turvallisuus ja Tavoitteellisuus.
- ◆ Turvallisuus koskettaa kaikkia yhteisön jäseniä fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Fyysinen turvallisuus varmistetaan oikeiden varusteiden, harjoitteluolosuhteiden ja ensiapuvalmiuden kautta. Psykkinen turvallisuus saavutetaan luomalla harjoitukseen positiivinen ja kunnioittava ilmapiiri, tarjoamalla henkistä tukea ja edistämällä avointa viestintää.
- ◆ Taitoluistelun lajit ovat monipuolisia ja fyysisesti vaativia. Vaativien liikkeiden ja taitojen oppiminen vaatii paljon harjoittelua. Lajin harjoittaminen perustuu lapsuusvaiheen loppupuolella selkeiden tavoitteiden asettamiseen ja määrätietoiseen harjoitteluun.
- ◆ Tavoitteellisuus ohjaa lapsien harjoittelua, motivoi kehittymään ja auttaa suuntaamaan ponnistelut kohti konkreettisia tuloksia, olipa kyse henkilökohtaisista kehitystavoitteista, kilpailumenestyksestä tai muista saavutuksista.

*Tärkeämpää kuin menestyminen, on harjoittelun turvallisuus ja terveellisyys.  
Omaa työtä tärkeämpää on toisen työn arvostaminen.*



# YHDENVERTAISUUS JA TASA-ARVO

- ◆ Taitoluisteluseuroissa on tilaa kaikille. Toiminta on tasa-arvoista ja yhdenvertaista riippumatta sukupuolesta, iästä, etnisestä tai kansallisesta alkuperästä, kansalaisuudesta, kielestä, uskonnosta ja vakaumuksesta, mielihiteestä, toimintarajoitteesta, terveydentilasta, seksuaalisesta suuntautumisesta tai muusta henkilöön liittyvästä syystä.
- ◆ Jokaisella lapsella on oikeus olla oma itsensä. Jokaisella on oikeus määritellä sukupuolensa, osallistua taitoluistelutoimintaan luistelijana tai toimihenkilönä sekä osallistua kansallisiin kilpailuihin identiteettinsä mukaisesti.
- ◆ Laadukkaassa lasten ohjauksessa ja valmennuksessa ei puhuta tytöistä ja pojista, vaan lapsia kutsutaan heidän omilla nimillään tai muilla sukupuolineutraaleilla ilmaisuilla (esimerkiksi lapset, luistelijat, joukkueenjäsenet).
- ◆ Kaikessa toiminnassa huomioidaan *mahdollisuuksien mukaan* saavutettavuuden ja esteettömyyden eri osa-alueet. Seura voi joutua tekemään erityisjärjestelyjä saavuttaakseen toiminnan tosiasiallisen yhdenvertaisuuden. Osa-alueet ovat toimintaympäristön esteettömyys, sosiaalinen saavutettavuus sekä viestinnän, tiedonsaannin ja palveluiden saavutettavuus.
- ◆ Keskeinen osa yhdenvertaisuutta on viestintä, joka kuuluu kaikkien vastuulle. Seurojen verkkosivuilla ja sosiaalisessa mediassa tulee nostaa esiin erilaisia harrastajia. Pelkkä kilpailutulosten tiedottaminen ei tue yhdenvertaisuuden periaatteita.
- ◆ Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo taitoluistelussa on linjattu tarkemmin [Taitoluisteluliiton vastuullisuusohjelmassa](#) sekä [Yhdenvertaisuussuunnitelmassa](#)



# LINJAUKSET JA SUOSITUKSET

Seuratoiminta, valmennusosaaminen, harjoittelemine, kilpaileminen



# SEURATOIMINNAN LINJAUKSET

- ◆ Seura nimeää hallituksesta tai palkatusta henkilöstöstä vastuullisuusvastaavan, jonka tehtäviin kuuluu:
  - ◆ Huolehtia, että seuran luistelijoilta sekä toimihenkilöiltä löytyy voimassa olevat luistelu- tai toimihenkilöpassit.
  - ◆ Huolehtia, että jokainen seuran ohjaaja ja valmentaja on suorittanut maksuttomat Seura työnantajana, Vastuullinen valmentaja, Et ole yksin sekä Nuori Mieli – urheilussa verkkokurssit.
  - ◆ Huolehtia, että seuran kaikki SM-urheilijat perheineen sekä hallituksen jäsenet ovat suorittaneet maksuttomat Puhtaasti paras ja Reilusti paras – verkkokoulutukset.
  - ◆ Tutustua Taitoluisteluliiton lasten urheilua koskevaan toimintamalliin, epäasialliseen käytökseen puuttumisen malliin sekä vastuullisuus-sivustoon ja tiedottaa seuran jäsenistöä kyseisistä asioista.
  - ◆ Toimia epäasialliseen käytökseen puuttumisen mallin ohjaamana seuran yhteyshenkilönä.
- ◆ Seuralla on ajantasainen epäasialliseen käytökseen puuttumisen malli ja se viestitään jäsenistölle selkeästi.
  - ◆ Seuralla on kanava, jonka kautta vastuullisuusvastaavaan voi olla yhteydessä myös nimettömästi.
- ◆ Seuran hallituksen jäsenet käyvät vuosittain maksuttoman ”Taitoluisteluseuran hallinto” – verkkokoulutuksen (alkaen 1.6.2025).
- ◆ Yhdistyksen toimintasäännöt ovat ajantasaiset.
- ◆ Seuralla on ohjauksen ja valmennuksen linjaus. (ohje löytyy [TÄÄLTÄ](#))
- ◆ Seura tekee vuosittain palautekyselyn jäsenistölleen ja henkilökunnalleen sekä ottaa huomioon palautetulokset päätöksiä tehdessään.
  - ◆ Joko valmis Taitoluisteluliiton luoma kysely, Olympiakomitean kysely tai itse tehty kysely. Oleelliset asiat esimerkiksi linjaukseen liittyen löytyttävä kyselystä.
- ◆ Seura tarkastaa jokaiselta lasten kanssa työskentelevältä työntekijältä sekä vapaaehtoiselta rikosrekisteriotteen.
- ◆ Seuralta löytyy ajantasainen kriisiviestintäsuunnitelma.
- ◆ Jokaista Suomen Taitoluisteluliiton jäsenseuran suositellaan liittyvän mukaan Tähtiseura-ohjelmaan ja liiton tarjoamaan Tähtiseura-akatemiaan.



# VALMENNUSOSAAMISEN LINJAUKSET JA SUOSITUKSET

- ◆ Jokainen valmentaja on suorittanut maksuttomat Seura työnantajana (Taitoluisteluliitto, 1.6.2025 alkaen ), Vastuullinen valmentaja (Olympiakomitea), Et ole yksin (Väestöliitto) sekä Nuori mieli urheilussa (Mieli ry) -verkkokoulutukset.
  - ◆ Koulutusten suorittamista valvoo seurojen nimeämät vastuullisuusvastaavat.
  - ◆ Koulutuksista saa todistukset, joiden avulla seuran vastuullisuusvastaava voi merkitä koulutuksista meriitit Suomisport-järjestelmään.
- ◆ Jokainen valmentaja kehittää omaa valmennusosaamistaan vähintään kahden vuoden välein.
  - ◆ Kouluttautumista valvoo työnantaja.
- ◆ Jokaisessa ryhmässä tai joukkueessa tulee olla vähintään yksi valmentaja, jolla on voimassa oleva EA-koulutus.
  - ◆ Taitoluisteluliitto suosittelee, että jokainen valmentaja on suorittanut EA-koulutuksen.
- ◆ Valmentajien suositellaan hankkivan osaamista ravintovalmennuksesta, mielen harjoittamisesta sekä huolen puheeksi ottamisesta.



# HARJOITTELEMISEN LINJAUKSET

- ◆ Valmennusta voi toteuttaa vain valmentaja, jolla on voimassa oleva Taitoluisteluliiton toimihenkilöpassi.
  - ◆ Ostamalla toimihenkilöpassin valmentaja sitoutuu Taitoluisteluliiton eettiseen säännöstöön.
- ◆ Lapsilla on oikeus turvalliseen harrastusympäristöön ilman epäasiallista kohtelua, häirintää, kiusaamista tai väkivaltaa
  - ◆ Linjauksessa sovelletaan [Taitoluisteluliiton eettisen säännösten](#) määritelmiä kyseisiin kokonaisuuksiin.
  - ◆ Linjaus koskee myös yhteisöllisiä tapahtumia, kuten illanviettoja ja kauden alun "kastetilaisuuksia".
- ◆ Lapsella on oikeus fyysiseen ja henkiseen koskemattomuuteen sekä kasvu- ja kehorauhaan.
  - ◆ Taitoluisteluharjoitteluun kuuluu lapsen koskettaminen oikeaa liikerataa opettaessa. Koskettamisen tulee tapahtua kuitenkin etukäteen kommunikoidusti ja luistelijan suostumuksella. Asiaa kysytään kausittain, ei joka kerta.
  - ◆ Lapsen kehoa ei kommentoida missään olosuhteissa pois lukien mahdollisesti herännyt huoli lapsen terveydestä.
- ◆ Jokaisen ryhmän tai joukkueen harjoituksissa on paikalla vähintään yksi täysi-ikäinen henkilö.
- ◆ Jokaisen ryhmän ja joukkueen kesken on luotu yhteiset pelisäännöt tai toimintatavat, jotka on esitelty myös huoltajille.
  - ◆ Huoltajille on luotu seurassa omat toimintatavat tai pelisäännöt.
  - ◆ Lapset, valmentajat ja huoltajat tietävät miten toimitaan, jos yhteisistä toimintatavoista poiketaan.



# RYHMÄSIIRTOJEN LINJAUKSET

- ◆ Ryhmäsiirrot ovat valmentajan tekemiä urheilutoimintaa koskevia päätöksiä.
- ◆ Ryhmää muodostettaessa kriteerit ryhmään pääsyyllä tulee olla kaikille avoimia. Lapsille ja huoltajille tulee ilmoittaa etukäteen kriteerit sekä valinnoista vastaavat henkilöt.
- ◆ Valmentajan on otettava huomioon lapsen kehityksen yksilöllisyys yksiselitteisten ikävuosien lisäksi.
  - ◆ Samana kalenterivuonna syntyneiden lapsien välillä voi olla suuria kehityseroja fyysisen ja sosiaalisen sekä kognitiivisen kasvun välillä.
- ◆ Mikäli ryhmällä on etukäteen määriteltäviä tavoitteita, on niistä tiedotettava avoimesti ennen kauden alkua lapsille ja huoltajille.
- ◆ Lapsi voi pyytää palautetta ryhmäsiirroista oman kehittymisensä tueksi. Perustelut joukkue- ja ryhmäkokoontamien valinnoista tulee antaa lapselle ikätasolla sopivalla ja ymmärrettävällä tavalla ja tarkkuudella.
- ◆ Taitoluisteluliitto määrittää kausittain pelisäännöt muodostelmaluistelujoukkueiden seurojen välisistä siirtoajoista ja käytänteistä, jotka ovat voimassa tämän linjauksen rinnalla.



# KILPAILUKOKOONPANON LINJAUKSET

- ◆ Kilpailukokoonpanot ovat valmentajan tekemiä urheilutoimintaa koskevia päätöksiä.
- ◆ Kilpailukokoonpanoa muodostettaessa kriteerit kokoonpanoon pääsulle tulee olla kaikille avoimia. Lapsille ja huoltajille tulee ilmoittaa etukäteen kriteerit sekä valinnoista vastaavat henkilöt.
  - ◆ Saman ryhmän lapsien välillä voi olla suuria kehityseroja fyysisen ja sosiaalisen sekä kognitiivisen kasvun välillä.
- ◆ Tulokas- ja minorijoukkueissa kaikkien lasten tulee päästä esiintymään kauden aikana. Kokoonpanon on suositeltavaa perustua vuorotteluperiaatteeseen.
- ◆ Toisen lajin harjoittelu ei saa estää lasta pääsemästä mukaan taitoluistelun kilpailutoimintaan.
- ◆ Lapsi voi pyytää palautetta kilpailukokoonpanosta oman kehittymisen tueksi. Perustelut kokoonpanon valinnoista tulee antaa lapselle ikätasolle sopivalla ja ymmärrettävällä tavalla ja tarkkuudella.



# KILPAILEMISEN LINJAUKSET

- ◆ Arvioitava kilpailutoiminta taitoluistelussa alkaa aikaisintaan 7-vuotiaana.
  - ◆ Suositaan alle 7-vuotiaille kilpailunomaisia tapahtumia kilpailemisen sijaan.
- ◆ Yksinluistelussa, jäätanssissa ja pariluistelussa sallitaan meikit yli 12-vuotiaille. Muodostelmaluistelussa saa meikata noviiseista lähtien
  - ◆ Poikkeuksena näytökset tai teemakilpailut, joissa käytetään kasvomaalausta.
- ◆ Kilpailuasut ovat ikätasolle sopivia, eivät liian paljastavia.
  - ◆ Huomioidaan lapsen oikeus näyttää lapselta.
  - ◆ Alle 10-vuotiaille suositellaan olkapäät peittäviä kilpailuasuja.
- ◆ Kilpailumusiikin tulee olla ikätasolle sopiva.
- ◆ Koppilahjoista / jäälle heitettävistä lahjoista luovutaan kokonaan.
- ◆ Yksinluistelussa, jäätanssissa ja pariluistelussa ulkomaan kilpailuihin, -tapahtumiin ja -leireille saavat osallistua yli 10-vuotiaat luistelijat.
- ◆ Muodostelmaluistelussa ulkomaan kilpailuihin, -tapahtumiin ja -leireille on sallittua osallistua junioreista lähtien.
- ◆ Suomessa voidaan järjestää kansainvälistä toimintaa yli 10-vuotiaille lapsille.



# KILPAILEMISEN SUOSITUKSET

## alle 12-vuotiailla lapsilla

- ◆ Kilpailumääräsuositukset yksinluistelussa julkaistaan Taitoluisteluliiton sivuilla.
- ◆ Seuran ulkopuolista koreografia ei suositella.
- ◆ Seura- ja kutsukilpailut voi järjestää myös virtuaalikelpailuna.
- ◆ Kilpailupuvut ovat kierrätettäviä. Pukua voi käyttää useana vuonna pienillä muokkauksilla.
  - ◆ Asuja suunniteltaessa huomioidaan taloudelliset näkökulmat ja kestävän kehityksen periaatteet.
  - ◆ Suositellaan yksinkertaisia ja hillitysti koristeltuja asuja.
- ◆ Palkintojenjako ja sijoitukset kilpailuissa.
  - ◆ Pientä muistamista suositellaan kaikille osallistujille, jos se on kustannusnäkökulmasta mahdollista.
  - ◆ Sijoituksien lisäksi korostetaan erityismainintoja.
  - ◆ Pienten lasten kilpailuissa julkaistaan vain sijoitukset 1-3 ja muut luetellaan luistelujärjestyksessä.
  - ◆ Palkintojenjaon sijaan voidaan järjestää pieni yhteisöllinen tapahtuma tai karnevaali kaikille kilpailuun osallistuneille jäällä tai sen ulkopuolella.



# TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMISEN SUOSITUKSET

- ◆ Kilpailusarjojen luistelujärjestys ja alustava aikataulu tulee julkaista mahdollisimman varhain, jotta kaukaa kilpailuun osallistuvat voivat suunnitella kisoihin osallistumisen lapsen edun mukaisesti.
- ◆ Kilpailutapahtumat ja näytökset tulee järjestää *mahdollisuuksien mukaan* paikoissa, jotka ovat saavutettavia kaikille.
  - ◆ Liikuntarajoitteisten henkilöiden tulee päästä kilpailupaikalle katsojiksi ja/tai osallistujiksi tapahtuman luonteen mukaisesti, eikä vamman perusteella rajoiteta ketään.
- ◆ Kilpailu- ja esiintymistapahtumissa tulee huomioida turvallisen tilan periaatteet.
  - ◆ Tapahtumassa on syytä olla nimettynä vastuullisuusvastaava, johon läsnäolijat voivat olla yhteydessä tarpeen mukaan. Yhteystiedot tulee ilmoittaa tapahtuman ennakkotiedoissa.



# VASTUUNJAKO

Taitoluisteluliitto, seura, valmentaja, luistelijä, huoltaja





# TAITOLUISTELULIITON VASTUU

- ◆ Kehittää taitoluistelun turvallisuuteen ja terveellisyteen liittyviä tukitoimia yhteistyössä seurojen ja yhteistyökumppaneiden kanssa sekä lisätä toimijoiden tietoisuutta.
- ◆ Valvoa linjausten toteutumista ja puuttua havaittuihin epäkohtiin tarvittaessa kurinpidollisesti.
- ◆ Tukea jäsenseurojen toimintaa monipuolisesti.
- ◆ Tarjota osaamisen kehittämisen mahdollisuuksia ohjaajille, valmentajille, arvioijille ja seuratoimijoille.
- ◆ Huolehtia, että koulutusjärjestelmässä korostuu pedagoginen osaaminen ja jokainen koulutuspolun suorittanut valmentaja saa työkaluja ryhmäytymiseen, vuorovaikutukseen ja ihmisten kohtaamiseen, rakentavan palautteen antamiseen, kannustamiseen, kiusaamisen ehkäisemiseen sekä harjoittelun suunnitteluun.
- ◆ Huolehtia, että taitoluisteluliiton valmennuslinja ja kilpailujärjestelmä ohjaavat monipuoliseen harjoitteluun.
- ◆ Huolehtia Taitoluisteluliiton vastuullisuusohjelman kehittämisestä ja tiedon jakamisesta.
- ◆ Tehdä kansainvälistä, valtakunnallista ja alueellista vaikuttamistyötä muun muassa sääntöjen, lajikulttuurin, tunnettuuden, olosuhteiden ja yhteistyön kehittämiseksi.



# SEURAN VASTUU

- ◆ Valvo esihenkilönä henkilöstön toimintaa ja tämän mallin linjausten ja suositusten jalkautumista omassa toimintaympäristössä.
- ◆ Valvo koko seuran yleistä etua yksittäisen toimijan tai pienemmän yhteisön edun sijaan.
- ◆ Tukea ohjaajien ja valmentajien osaamisen kehittymistä ja varmistaa, että valmentajilla on riittävästi tukea (esim. mentorointi tai työnohjaus), joka auttaa heitä jaksamaan ja kehittymään työssään.
- ◆ Huolehtia, että jokaisella jäällä on vähintään yksi täysi-ikäinen aikuinen.
- ◆ Laatia ja ylläpitää turvallisuusohjeet, jotka kattavat harjoitteluun liittyvät tilanteet, kuten varusteiden käyttö, harjoitusolosuhteet ja hätätilanteet, sekä viestiä aiheesta perheille.
- ◆ Suositella lapsille kypärää tai turvapantaa sekä erilaisia turvavarusteita, kuten pehmustehousuja ja viiltosuojia vaikeampien liikkeiden harjoittelussa.
- ◆ Järjestää vanhempainiltoja huoltajille säännöllisesti.
- ◆ Tarjota lapsille mahdollisuuksia kiinnittyä yhteisöön seuran tapahtumissa sekä osallistua päätöksentekoon.
- ◆ Kannustaa luistelijoita ja perheitä ylläpitämään tasapainoa urheilun ja muiden elämänalueiden välillä, kuten koulun, perheen ja ystävien kanssa vietetyn ajan ja huomioida koulujen loma-ajat harjoitusrytmiä suunnitellessa.
- ◆ Mahdollistaa lapsille myös muiden lajien harrastamisen joustavilla ja yhteistyökykyisillä ratkaisulla. Toisen lajin harjoituksissa käymistä arvostetaan ja se voidaan jyvittää osaksi harjoitusohjelmaa.
- ◆ Huolehtia, että kustakin lapsesta on kuvauslupa. Lapselta itseltään on kysyttävä, haluaako hän näkyä kuvissa. Suosia lasten some-esittelyissä tunnistetietoina vain lasten etunimiä.

# VALMENTAJAN VASTUU

- ◆ Valvoa linjausten ja suositusten toteutumista omassa toimintaympäristössä. Ilmoittaa havaitsemistaan puutteista esihenkilölle.
- ◆ Tuntea lapsen oikeudet ja ottaa selvää oikeuksista, jos ne eivät ole itselle tuttuja.
  - ◆ Lapsille tulee kertoa heidän oikeuksistaan ja turvataidoista sekä keneen ottaa yhteyttä, jos kokee turvattomuutta.
- ◆ Laatia luisteluryhmät ja kokoonpanot lasten ikä- ja taitotaso huomioiden, jotta harjoittelu on turvallista.
- ◆ Laatia sellainen harjoitusohjelma, joka ottaa huomioon riittävän levon ja mahdollisuuden palautumiseen yksilöllisesti kunkin luistelijan tarpeita kuunnellen.
- ◆ Sisällyttää harjoituksiin leikkilisiä ja luovia elementtejä, jotka edistävät iloa ja lisäävät harjoittelun monipuolisuutta.
  - ◆ Kannustaa lasta monilajisuuteen.
- ◆ Huomioida harjoittelun suunnittelussa lasten arki ja siihen liittyvät merkittävät tapahtumat sekä vapaa-ajan riittävyys.
  - ◆ Lapsella tulee olla mahdollisuus esimerkiksi juhlia kaverin syntymäpäivää tai osallistua koulun retkelle, jotta sosiaalisen elämän kehittyminen luistelun rinnalla on mahdollista.
- ◆ Valvoa, että lapsi ei harjoittele sairaana tai vammautuneena.
- ◆ Luoda turvallinen harjoitusympäristö ja huolehtia asianmukaisesta kielenkäytöstä ja toisia arvostavasta kohtelusta.
- ◆ Puuttua aina syrjintään, epäasialliseen käytökseen, häirintään, kiusaamiseen ja väkivaltaan.
- ◆ Auttaa lasta asettamaan henkilökohtaisia tavoitteita, jotka ovat sopuosoinnussa lapsen taitotason, vahvuuksien ja kehitystarpeiden kanssa.
  - ◆ Tukea kaikkia harjoitusryhmän lapsia samalla tavalla tavoitteiden saavuttamisessa, tarjota rakentavaa palautetta ja auttaa kehittämään keinoja haasteiden ylittämiseen.
- ◆ Pitää avoin kommunikaatioyhteys lapsiin ja heidän huoltajiinsa tarjoten mahdollisuuksia tulla kuulluksi. Kenenkään lapsen ei tarvitse pelätä epäonnistua, kertoa mielipidettensä tai huoltansa valmentajalle.
- ◆ Järjestää lapsille mahdollisuuksia ylläpitää fanikulttuuria järjestämällä mahdollisuuksia mennä seuramaan kilpailuita ja tapahtumia, joissa lasten esikuvat urheilevat.

# LUISTELIJAN VASTUU

- ◆ Keskittyä omaan harjoitukseen ja huolehtia omasta käytöksestä niin, että kaikki voivat tuntea olonsa turvalliseksi.
- ◆ Keskittyä nauttimaan harjoituksista ja kilpailuista etsien iloa oppimisesta ja itsensä haastamisesta.
- ◆ Olla avoin vastaanottamaan palautetta valmentajilta, nähden sen mahdollisuutena kehittyä.
- ◆ Antaa palautetta valmennuksen ja seuran kehittämiseksi tarvittaessa. Olla aktiivinen toimija seurayhteisössä.
- ◆ Noudattaa urheiluyhteisön Reilun pelin periaatteita. Luistelija ei kiusaa eikä käyttäydy epäasiallisesti.
- ◆ Noudattaa liiton Reilu kilpailu –ohjelmaa. Käydä Puhtaasti paras ja Reilusti paras -koulutukset, kun ne ovat luistelijalle ajankohtaiset.
- ◆ Kuunnella omaa kehoaan ja kertoa valmentajalle ja huoltajalle, jos tuntee kipua tai epämukavuutta. Harjoittelua tai kilpailemista ei tule jatkaa sairaana tai vammautuneena.
- ◆ Keskustella avoimesti valmentajan ja huoltajan kanssa, jos harjoittelemisen tai kilpailemisen aiheuttaa negatiivisia tunteita. Avun pyytämistä ei tarvitse pelätä.
- ◆ Tukea muita luistelijoita harjoituksissa ja kilpailuissa, elää mukana onnistumisen ja epäonnistumisen hetkissä

# HUOLTAJAN VASTUU

- ◆ Vastuu lapsen turvallisesta ja terveellisestä kasvusta kokonaisuutena on huoltajan. Vastuu lapsen urheilutoiminnan johtamisesta on valmentajan.
- ◆ Luottaa valmentajan ammattitaitoon lajia, harjoittelemista ja kilpailemista koskevissa kysymyksissä.
  - ◆ Toimia yhteistyössä seuran ja valmentajan kanssa avoimesti ja rakentavasti vuorovaikuttaen.
  - ◆ Antaa työrauha lasten valmentajille, ja tukea lapsen ja valmentajan välisen turvallisen vuorovaikutussuhteen rakentumista.
- ◆ Huolehtia lapselle asianmukaiset ja hyväkuntoiset varusteet, kuten hyvin istuvat, oikean kokoiset ja riittävän tukevat luistimet, joiden kunto tarkastetaan säännöllisesti. Valmentaja ei määrittele, millaiset luistimet luistelijan tulee ostaa.
- ◆ Huolehtia lapsen riittävästä levosta, ravitsemuksesta ja palautumisesta.
- ◆ Huolehtia, ettei lapsi harjoittele sairaana tai vammautuneen. Lapsi ei saa palata rasittavaan harjoitteluun liian pian sairastelun jälkeen.
- ◆ Huolehtia, että lapsella on tarvittava luistelupassi.
- ◆ Osoittaa kiinnostusta lapsen luistelu-harrastusta kohtaan ja kannustaa lasta hänen omilla tavoitteillaan.
- ◆ Osallistua seuran toimintaan katsojana ja toimihenkilönä. Urheiluseuran toiminnan mahdollistaa huoltajien tekemä vapaaehtoistyö.
- ◆ Toimia roolimallina lapselle ja näyttää esimerkkiä positiivisesta asenteesta ja reilusta pelistä. Suhtautua onnistumiseen ja epäonnistumiseen rakentavasti ja korostaa oppimista tulosten sijaan.
  - ◆ Sitoutua seuran luomiin vanhemman pelisääntöihin.
- ◆ Auttaa lasta löytämään tasapaino urheilun, koulun ja vapaa-ajan välillä. Varmistaa, että lapsella on aikaa myös rentoutua, tavata ystäviä ja nauttia muista aktiviteeteista.
  - ◆ Kannustaa lasta monilajisuuteen.