

10 tietoisuutta futaajan vanhemmille

1. Liikunta vaikuttaa ihmiseen kokonaisvaltaisesti. Liikunnasta saa fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Terveet ja liikunnalliset elämäntavat opitaan jo lapsena ja varhain aloitettu aktiivinen liikuntaharrastus ennustaa aktiivista elämää myös aikuisena. Lapsen tulisi päivittäin liikkua vähintään kolme tuntia, joka koostuu kuormittavuudeltaan monipuolisesta liikkumisesta: kevyestä liikunnasta, reippaasta ulkoilusta sekä erittäin vauhdikkaasta fyysisestä aktiivisuudesta.
2. Jokainen lapsi on erilainen. Jokainen lapsi on hyvä liikkuja omine luontaisine ominaisuuksineen – juuri sellaisena kuin hän on. Vanhemman tehtäväksi jää liikunnan mahdollistaminen ja tarjoaminen. Lapsi ei liiku järkisyistä, vaan liikunnan ilosta, uteliaisuudesta sekä halusta kokeilla taitojaan ja testata rajojaan. Arempaa lasta on hyvä rohkaista mukaan, mutta pitää muistaa, että jokainen lapsi löytää liikunnan ilon ja riemun omassa tahdissaan. Tiedosta lapsesi tapa oppia ja kohdata uusia asioita sekä hyväksy hänen oma vauhtinsa kypsyä. Ole lapsen tukena ja rohkaise häntä kehumalla uusien taitojen kehittämisestä sekä onnistumisesta.
3. Lapsi ei vielä pysty keskittymään ja kuuntelemaan pitkiä ohjeistuksia, joten mielenkiinnon kohde saattaa välillä karata muualle. Tämä vaatii vanhemmilta sietokykyä ja ymmärrystä. Lapselta voi vaatia reipasta käytöstä tapahtumissa sekä kannustaa aina yrittämään parhaansa. Lapsi oppii tekemällä ja kokeilemalla. Lapsi harvoin onnistuu ensiyrittämällä, joten epäonnistumisten hetkellä tuen ja kannustamisen tarve korostuu.
4. Kannusta ja ole läsnä, sillä lapselle on tärkeää, että huomioit hänen tekemisensä kentällä. Katso mieluummin häntä kuin puhelintasi. Lapsi voi hämmentyä, jos ohjeita tulee monesta suunnasta. Myös elekielelläsi on vaikutusta, joten tunnista oma toimintatapasi. Jätä pelien ohjaaminen valmentajalle ja tuomitseminen tuomareille. Liiallinen huutaminen tapahtumassa saattaa jopa aiheuttaa häpeän tunnetta lapselle. Lapsi on kentän tähti, joten annathan hänen myös olla pääroolissa. Aikuisen on hyvä innostua ja innostaa puhuttaessa harrastuksesta, koska erityisesti pienemmille lapsille tällä on motivaatioon osallistua valtava myönteinen vaikutus. Ole myös vuorovaikutuksessa muiden vanhempien kanssa, he ovat sinun vertaisiasi ja te yhdessä luotte joukkueen ilmapiiriin. Joukkueen ilmapiiriin vaikuttavat kaikki joukkueen toimihenkilöistä vanhempiin ja hyvä ilmapiiri välittyy lapsille myönteisenä toimintaympäristönä.
5. Lasten harrastus on turvallinen paikka oppia sietämään pettymyksiä. Usein lapset pääsevät pettymyksen yli nopeammin kuin aikuiset. On luonnollista, että elämme vahvasti mukana oman lapsen pettymyksessä. Pettymyksistä on tietenkin hyvä keskustella ja tarvittaessa yhdessä valmentajan tai muiden joukkueen toimihenkilöiden kanssa. Valmentajan kritisointi lapsen kuullen ei ole millään muotoa toivottavaa. Palaute aikuisten tavalla aikuisten kesken.

10 tietoisiskua futaajan vanhemmille

6. Joukkueen kaikkia vanhempia tarvitaan ilmapiirin luojina. Vapaaehtoisuus sekä osallistuminen ovat seuratoiminnan perusolettamuksia. Seurat toiminnan mahdollistajina tarvitsevat osaa aikuisista aktiivisina toimijoina – joukkueenjohtajina, huoltajina, jne. Seuratoiminta on yhdessä tekemistä jäsenistön hyväksi. Kannusta ja ole läsnä. Lapselle on tärkeää, että huomioit hänen tekemisensä kentällä. Vaali seuran ja joukkueenne toimintakulttuuria yhdessä muiden vanhempien kanssa sovittujen sääntöjen puitteissa. Lasten mielekäs ja innostava harrastus on yhteinen päämäärämme.
7. Jokaisella Palloliiton kilpailutoimintaan osallistuvalla pelaajalla on oltava pelipassi ja vakuutus. Seura hankkii jokaiselle toimintamaksun maksaneelle pelaajalle pelipassin sekä vakuutuksen, joka kattaa myös matkat harjoituksiin ja peleihin. Perhe voi hankkia vakuutuksen myös itse tai hyödyntää jo olemassa olevia vakuutuksia. Huomioithan, että vakuutuksen tulee korvata myös kilpaurheilussa sattuneet vahingot. Pelipassilaisena lapsesi voi osallistua virallisiin jalkapallo-otteluihin pelaajana. Pelipassilaisena olette myös jalkapalloperheen jäsen.
8. Vanhemman rooliisi kuuluu huolehtia turvallisesta matkasta kodin ja harrastuksen välillä sekä lapsellesi asianmukaisista varusteista. Varustukseen kuuluvat ainakin sään ja muiden olosuhteiden mukaiset kengät, säärisuojat, jalkapallosukat sekä muu vaatetus.... varustukseen eivät kuulu mm. korut, kello, aurinkolasit tai muita toimintaa vaarantavia tekijöitä. Toejoen Veikoilla on seuran värejä myötäileviä varusteita. Varusteisiin liittyviä lisätietoja kannattaa kysyä joukkueen tai seuran toimihenkilöiltä.
9. Suomalaisen jalkapallon toiminnan tarkoituksena on tarjota jalkapalloa jokaiselle. Jalkapallo on maailman suosituin leikki ja pelaajat katsomatta ihonväriin, uskontoon tai kieleen ovat kaikki tervetulleita. Joukkueissa pelaajat voivat kokea omana itsenään turvallisesti erilaisia tunnetiloja ja yhdessäolon hetkiä yhdessä kenenkään kiusaamatta ja nolaamatta. Onnistumiset ja epäonnistumiset ovat molemmat tärkeä osa turvallista oppimista ja kuuluvat kaikki luonnollisena osana toimintaa. Joukkueen turvallinen ilmapiiri on jokaisen joukkueeseen kuuluvan vastuulla (joukkueen toimihenkilöt, pelaajat ja vanhemmat). Yritteliäisyys, kannustus, tsemppaus, toisten myönteinen huomiointi ja ristiriitojen ennaltaehkäisy kuuluvat turvalliseen oppimisympäristöön. Avoin vuorovaikutus, rehellisyys, oikeudenmukaisuus ja johdonmukaisuus synnyttävät luottamusta ja turvallisuutta joukkueessasi.
10. Seuratoiminta pohjautuu useasti vapaaehtoisuudelle ja lapsesi joukkuekin kaipaa toimiakseen tukiryhmää vanhemmista. Joukkueen toiminta on yhdessä tekemistä ja sisältää on erilaisia rooleja, joihin tarvitaan vapaaehtoisia mukaan. Joukkueen toiminnassa mukana oleminen on palkitsevaa ja pääset osallistumaan lapsesi kanssa harrastuksen tuomiin ilon ja onnen hetkiin sekä viettämään yhteistä aikaa.