

JUNIORI-ÄSSÄT

PATAJUNNULIIGA



JUNIORI 

PATAJUNNUPOLKU

- Leijonakiekkokoulu osa Patajunnupolkua
 - LK-PJL-F-E-D-C-B-A
- Patajunnuliigassa pelaavat 2011 ja myöhemmin syntyneet pelaajat
 - Joukkueita on viisi kappaletta, jotka on nimetty NHL –seurojen mukaan (Chicago, Detroit, Minnesota, Montreal ja Toronto).
 - Jokaisessa joukkueessa pelaa 2015 – 2011 syntyneitä pelaajia.
 - Harjoituksissa pelaajat jaetaan ikä- / tasoryhmiin.
 - Harjoitukset pääsääntöisesti kaksi kertaa viikossa, viikonloppuisin.
 - Ohjaajina ja toimihenkilöinä toimivat pääasiassa lasten vanhemmista valitut henkilöt.
- Patajunnuliigan keskeiset asiat
 - Innostumisen lisääminen
 - Kasvattaminen omatoimiseen liikuntaan
 - Monipuolisen liikunnan merkityksen korostaminen



TIEDOTTAMINEN

- Joukkueenjohtajat ja valmentajat käyttävät tiedotuskanavina pääasiassa Jopoxia.
- Junioriässien sivuilta löytyy myös tietoa koko seuran toiminnasta www.porinassat.fi
- Vanhemmat saavat jopox-tunnukset muutaman päivän kuluttua ilmoittautumisesta. Varmistakaa, että tiedot ovat oikein, jotta saatte postia.
- Harjoituksiin ja turnauksiin ilmoitaudutaan aina sovitun aikataulun mukaisesti Jopoxissa.
- Patajunnujoukkueella on oma Jopox. Patajunnuliigajoukkueen tapahtumiin ilmoitaudutaan Patajunnuliigajoukkueen Jopoxissa.
- Ikäkausijoukkueilla on oma Jopox. Ikäkausijoukkueen tapahtumiin ilmoitaudutaan Ikäkausijoukkueen Jopoxissa.

- Jos / kun vanhemmilla on kysyttävää, Kaukalon sisäpuoliset asiat kysytään vastuvalmentajalta ja kaukalon ulkopuoliset asiat kysytään Joukkueenjohtajalta.



HARJOITTELU

- Harjoittelun tavoite
 - Innokas Ässä-pelaaja, joka osaa jääkiekon perustaidot.
 - Pelaaja ja vanhemmat tietävät olevansa hyvässä ja turvallisessa paikassa
- Harjoitukseen tullaan ajoissa. Vanhemmat auttavat tarvittaessa varusteiden pukemisessa, mutta tavoitteena on omatoimisuus mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Valmennus auttaa tarvittaessa luistimien kiristämisessä. Harjoitusten ja pelien yhteydessä vanhemmat välttävät pukuhuoneissa olemista.
- Harjoitusten ajan vanhemmat pysyvät katsomossa tai mahdollisesti nauttivat itse liikunnan riemuista 😊
 - Valmentajille ja ennen kaikkea lapsille annetaan työrauha.
- Jokainen harjoitustapahtuma on purettu seuraaviin osa-alueisiin
 - Lajitaidot
 - Luistelu ja kiekonkäsittely
 - Kisat, leikit ja pelit
- Harjoitustapahtuman voi toteuttaa niin, että kaikilla harjoitusalueilla on samantasoisia lapsia tai niin, että eri alueilla on eri tasoiset harjoitusryhmät. Tärkein asia on löytää lapsien kannalta oikea tapa toimia harjoituksen sisällä.



TURNAUKSET

- Turnauksia 11 kappaletta
 - Yhteistyöseurat järjestävät jokainen yhden turnauksen (Kankaanpää, Luvia, Harjavalta, Vammala ja Merikarvia).
 - Ässistä jokainen PJK-joukkue järjestää yhden turnauksen.
 - Lisäksi lähtevän ikäluokan järjestämä päätöstapahtuma, josta järjestetään hieman suurempi tapahtuma.
- Pelit pelataan neljällä tasolla.
 - Black: Taso, joilla pelaavat pääasiassa 2011 –syntyneet pelaajat.
 - Red: Taso, jolla pelaa pääasiassa 2012-syntyneet pelaajat.
 - Blue: Taso, jolla pelaa pääasiassa 2013-syntyneet pelaajat.
 - Baby Blue: Taso, jolla pelaa pääasiassa 2014-syntyneet ja nuoremmat pelaajat.
 - Pelaaja voi kehittymisen mukaisesti pelata yhden tason ylempänä tai alempana. Poikkeukset käsitellään erikseen.
 - Jokaisen tason joukkueella on turnauksessa 2 - 3 peliä. Kaukalo on jaettu kahteen tai kolmeen kenttään.
 - Ei tuomareita vaan pelin ohjaajia - Valmentajat ja vanhemmat toimivat pelinohjaajina.
 - Peli-aika 15-25 minuuttia / peli.
- Tarjoilu (Järjestävä joukkue vastaa, vanhemmilla on vastuu osallistua pelinohjaajiksi, kioskiin, arpajaisien myyntiin yms.).
 - Kahvio, arpajaiset, makkaran myyntiä.
- Tuotto turnauksista menee aina lähtevän ikäluokan hyväksi ensimmäisen ikäkausivuoden hankintoja varten. Jokainen ikäluokka saa hyödyn vuorollaan.



1. VUOSIKURSSI (2013 ja myöh. syntyneet)

- Keskimäärin kaksi tapahtumaa viikossa; harjoitukset, patajunnupelit ja kerran kuussa pienpelipäivä
 - Jääharjoitukset pääsääntöisesti 2 kertaa viikossa.
 - Patajunnujoukkueen jäät
 - Mahdollisuus osallistua luistelukoulun jäälle tekojääradalla marras – maaliskuussa.
 - Ikäkausiviikonloppu
 - Muutaman kerran kauden aikana, jolloin myös mahdollisesti pienpelejä.
 - Patajunnuliigan turnauspelit (11 turnausta)
- Luistelutaidoton pelaaja
 - Ensimmäisellä kerralla erityisohjaus
 - Vanhempi mukaan jäälle (Elo-, syys- ja lokakuu)
 - Luistelukouluun marras-, jouluku-, tammi-, helmi- ja maaliskuu.
- Yhteensä vuositasolla noin 80 - 90 tapahtumaa
- Kauden hinta 270€



2. VUOSIKURSSI (2012 syntyneet)

- Keskimäärin kaksi - kolme tapahtumaa viikossa; harjoitukset, patajunnupelit ja kerran kuussa pienpelipäivä
 - Jääharjoitukset pääsääntöisesti 2 – 3 kertaa viikossa
 - Patajunnujoukkueen jäät
 - Tekojääkaukalossa marraskuu-maaliskuu oman ikäkausijoukkueen vuoro
 - Ikäkausiviikonloppu muutaman kerran kauden aikana
 - Patajunnuliigan turnauspelit (11 turnausta)
- Keväällä 2020 pelipäivä / pelipäiviä
 - Harjoituspeleistä ei saa tulla kustannuksia hallinnolle (poislukien jäävuorot), eikä vanhemmille (poislukien oma kyyditys pelipaikalle)
- Yhteensä vuositasolla noin 100 - 110 tapahtumaa
- Kauden hinta 290€



3. VUOSIKURSSI (2011 syntyneet)

- Keskimäärin kolme - neljä tapahtumaa viikossa; harjoitukset, patajunnupelit ja kerran kuussa pelipäivä
 - Kaksi tai kolme jääharjoitusta
 - Patajunnujoukkueen jää
 - Ikäluokkajää (Syyskuu-huhtikuu)
 - Jään jälkeen oheisharjoitus
 - Herkkyyskausi: Liikunnan perustaidot
 - Ikäkausiviikonloppu muutaman kerran kauden aikana
 - Patajunnuliigan turnauspelit (11 turnausta)
 - Vierasturnaus Loppiaisena vastavierailuperiaatteella jossain. (Ei lisäkustannuksia hallinnolle tai vanhemmille)
 - Kauden päätöstapahtuma / Uuden kauden aloitus.
 - Oma turnaus yhdessä F1-ikäluokan kanssa
 - Yhteensä vuositasolla noin 120 - 130 tapahtumaa
 - Kauden hinta 360€



YHTEISET PELISÄÄNNÖT

- Selkeät yhteiset pelisäännöt
 - Tasaisin välein lapsien kanssa puhutaan yhteisistä pelisäännöistä (Valmentajat harjoituksissa, vanhemmat kotona)
 - Alla esille nostettavia asioita
 - Toisen kunnioittaminen
 - Kaverin auttaminen
 - Kuunteleminen ja puhuminen
 - Rehellisyys
 - Harrastamisen hauskuus
 - Valmentajien tulee huolehtia näiden arvojen toteutumisesta ja vaatia itseltään
 - Avoimuutta, rehellisyyttä
 - Oikeudenmukaisuutta
 - Suvaitsevuuutta
 - Hyvänä esimerkkinä oloa omalla käytöksellään



YHTEISET PELISÄÄNNÖT

- Selkeät yhteiset pelisäännöt vanhempien kanssa
 - Tasaisin välein vanhempainiltoja / keskusteluja vanhempien kanssa
 - Alla esille nostettavia asioita
 - Kunnioittaminen
 - Arvostaminen
 - Kuunteleminen
 - Rehellisyys
 - Puhuminen
 - Kannustaminen
 - Harrastamisen hauskuus
- Vanhemmat ostavat pelaajalle pelaajalisenssin <https://info.suomisport.fi/>
- Jos lapsella on vakuutus, joka pitää sisällään mahdolliset tapaturmat peleissä ja harjoituksissa, riittää vakuutuseton pelaajalisenssi. Toimita Joukkueenjohtajalle vakuutusyhtiön todistus vakuutuksen kattavuudesta.



VANHEMMILLE MUISTETTAVAA

- Vakuutus ja lisenssi pelaajalle
- Ilmoittautuminen tapahtumiin Jopoxissa
- Ajoissa tapahtumiin
- Talkootyöt joukkueen järjestämässä turnauksessa
- Tue lapsen unelmia ja tavoitteita, älä elä omia unelmia



KUINKA MONI LIIKKUU VÄHINTÄÄN 25 H / VKO?

- KOULUMATKAT?
- LIIKUNTATUNNIT?
- VÄLITUNNIT?
- ILTAPÄIVÄT / ILLAT / PERHEEN YHTEINEN ARKI?
- PELIT / HÖNTSYT / MUUT PUIHIN KIIPEILYT?
- PIHATYÖT / OSALLISTUMINEN ARKEEN KOTONA?
- OHJATUT HARJOITUKSET?
- MONTAKO LAJIA?
- LIIKUNTA VÄHINTÄÄN 16 TUNTIA / VIKKO OMAN TERVEYDEN KANNALTA!



KEHITTYMINEN

KEHITTYMINEN VAATII KOLMEN KOKONAISUUDEN HAHMOTTAMISTA JA TOTEUTTAMISTA:

- LAADUKASTA HARJOITTELUA JA MONIPUOLISTA LIIKUNTA 25 H / VKO
 - OMATOIMINEN
 - OHJATTU
- LAADUKASTA RAVINTOA
 - RUOKAILUIDEN MÄÄRÄ
 - MONIPUOLISUUS
- LAADUKASTA LEPOA
 - MÄÄRÄ
 - SÄÄNNÖLLISYYS
- PUHUTAAN LAPSESTA EI URHEILIJASTA

NÄMÄ KOLME ASIAA OPITAAN KOTONA JA TUKEA NIIDEN TOTEUTTAMISEEN SAADAAN HARRASTUKSEN KAUTTA.

