

Kilpailutoiminnan suositukset

Kaikilla lapsilla ja nuorilla on yhdenvertainen oikeus kokea kilpailemisen riemu ja kilpailun mukanaan tuoma jännitys.

Jokaisella on oikeus osallistua tai olla osallistumatta kilpailuun.

Suosituksia on tehty yhteistyössä urheilun lajiliittojen, Suomen Olympiakomitean, asiantuntijoiden ja Nuoren Suomen kanssa.



Suomen Lentopalloliitto



Mikä vikana lasten ja nuorten kilpailutoiminnassa?

- vakavahenkisyys, aikuismaisuus
- eriarvoisuus (vilttiketjut, kaikkien tasapuolinen huomiointi...)
- liika kilpaileminen häiritsee fyysis-motorista kehitystä
- liian aikainen voittamisen ylikorostaminen ohjaa vääränlaiseen harjoitteluun
- kustannuksia nostava vaikutus
- kiire: aikainen aloitusikä, aikainen erikoistuminen, aikainen lopettaminen
- murrosiässä paljon lopettajia
- harrasteurheilua ei huomioida tarpeeksi



Suosittelusten tavoitteet



Suomen Suunnistusliitto

1. Kilpailujärjestelmät innostavat liikkumaan ja tukevat iloista, monipuolista ja edullista tapaa harrastaa liikuntaa.
2. Kilpailutoiminta vahvistaa itsetuntoa, kehittää sosiaalisia taitoja ja tarjoaa turvallisen mahdollisuuden tunteiden käsittelyn harjoitteluun.
3. Kilpailutoiminnassa huomioidaan lapsen ja nuoren fyysiset ja psyykkiset kehitysvaiheet.
4. Kilpailutoiminnassa kiinnitetään huomiota enemmän yksilön edistymiseen, ei niinkään paremmuuden vertailuun.
5. Kilpailujärjestelmät kannustavat osallistumaan kilpailuun kehitystasosta tai taitotasosta riippumatta ja yksilöllisin tavoittein.



Suosittelusten taustalla käsitys lapsen ja nuoren kehityksestä



Suomen Ringeteliitto

Motoriset perustaidot hallintaan ja paljon liikettä.

Fyysinen kehitys ei ole suoraviivaista.

Kannustus ja hyväksyvä ilmapiiri ovat tärkeitä
itseluottamuksen kehittymisen kannalta.

Hyvien kilpailukokemusten kannalta on tärkeää,
että aikuiset osaavat suhtautua kilpailuun tavalla,
joka tukee lapsen kehitystä.



Kilpailun säännöt, olosuhteet ja välineet

**7-9 -vuotiaat, jos
on järjestettyä
kilpailutoimintaa**

Säännöt ovat yksinkertaiset. Olosuhteet ja välineet on valittu ikäryhmille sopiviksi ja edullisiksi.

10-13 -vuotiaat

Säännöt, olosuhteet ja välineet on valittu ikäryhmille sopiviksi ja edullisiksi.

**14-18 -vuotiaat,
tavoitteellinen
kilpaurheilu**

Sääntöjä, olosuhteita ja välineitä on kilpailijan kehitystaso huomioiden muokattu aikuisten kilpailumuodosta. Kustannukset pidetään järkevinä.

**14-18 -vuotiaat,
harrasteurheilu**

Nuorten rinnakkaissarjoissa säännöt, olosuhteet ja välineet on valittu siten, että jokaisella kilpailusta kiinnostuneella nuorella on onnistumisen mahdollisuuksia.

Monipuolisuus

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Kilpailutoiminta kehittää monipuolisesti lapsen liikkumisen taitoja sekä lajin perustaitoja.

10-13 -vuotiaat

Kilpailutoiminta kehittää monipuolisesti lapsen liikkumisen taitoja sekä lajin perustaitoja.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Kilpailutoiminta kehittää nuoren fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ominaisuuksia sekä teknistä ja taktista osaamista.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Kilpailumuoto / -muodot kehittävät sekä lajitaitoja että kuntotekijöitä. Useammassa eri taidossa kilpaileminen kannustaa erilaisia osallistujia.

Ilmapiiri

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Kilpailu on leikinomaista. Kaikilla mukana olevilla aikuisilla on kannustava ja ohjaava rooli.

10-13 -vuotiaat

Kaikilla mukana olevilla aikuisilla on kannustava ja ohjaava rooli.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Kilpailujen ilmapiiri on jokaista osallistujaa kannustava. Nuoria kannustetaan osallistumaan toiminnan järjestämiseen.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Kilpailujen ilmapiiri on jokaista osallistujaa kannustava, riippumatta tavoite- tai taitotasosta. Nuoria kannustetaan osallistumaan toiminnan järjestämiseen.

Palaute

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Rakentava / myönteinen palaute henkilökohtaisesta kehittämisestä, ei keskinäisestä paremmuudesta.

10-13 -vuotiaat

Rakentavaa / myönteistä palautetta henkilökohtaisten taitojen kehittämisestä. Kilpailun tulee kannustaa osallistumaan ja harjoittelemaan.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Realistinen ja kannustava palaute omasta kehittämisestä ja osaamisesta verrattuna muihin. Tavoitteena nuoren itsearviointi.

14-18 -vuotiaat, harrasturheilu

Osallistuja saa halutessaan palautetta omasta edistymisestään. On myös mahdollista osallistua ilman arviointia tai tulosta.

Palkitseminen

7-9 -vuotiaat, jos on järjestetty kilpailutoimintaa

Jokainen osallistuja huomioidaan palkitsemalla, kannusteella tai tunnustuksella. Palkitaan monipuolisesti erilaisista asioista.

10-13 -vuotiaat

Palkitaan osallistumisesta ja/tai useampi parhaista. Palkitaan monipuolisesti erilaisista asioista.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Parhaita palkitaan. Palkitaan monipuolisesti erilaisista asioista.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Palkitaan monipuolisesti erilaisista asioista.

Tulokset

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Yksilölajit: Tuloksia ei laiteta paremmuusjärjestykseen. Tulokset julkistetaan esim. suoritus- tai aakkosjärjestyksessä.

Joukkuelajit: Ottelut ovat yksittäisiä pelejä, joissa maalit tai pisteet lasketaan. Sarjataulukoita, pistepörssejä tai ranking-listoja ei ylläpidetä. Turnausvoittajaa ei ratkaista.

Arvostelulajit: Yksilö-/joukkuekohtainen arviointi perustuu vahvuuksiin ja osaamiseen. Arviointi ei ole vertailevaa, ei pisteitä.

10-13 -vuotiaat

Yksilölajit: Tulokset julkistetaan ryhmiteltyinä tai siten, että kolme/kuusi parasta tai paras kolmasosa osallistujista julkistetaan paremmuusjärjestyksessä. Muiden tuloksia ei aseteta paremmuusjärjestykseen.

Joukkuelajit: Ottelut ovat yksittäisiä pelejä, joissa maalit tai pisteet lasketaan. Sarjataulukoita, pistepörssejä tai ranking-listoja ylläpidetään harkiten.

Arvostelulajit: Yksilö-/joukkuekohtainen arviointi perustuu vahvuuksiin ja osaamiseen sekä oleellisiin kehittämisen kohteisiin. Arviointi ei ole vertailevaa ja pistetuloksia käytetään harkiten.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Yksilölajit: Tuloslistat julkistetaan

Joukkuelajit: Sarjataulukoita, pistepörssejä tai ranking-listoja ylläpidetään. Monenlaiset listat kannustavat erilaisia yksilöitä.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Yksilölajit: Tuloslistat voidaan julkistaa paremmuusjärjestyksessä.

Joukkuelajit: Sarjataulukoita, pistepörssejä tai ranking-listoja voidaan ylläpitää. Monenlaiset listat kannustavat erilaisia yksilöitä. Tarjotaan mahdollisuus osallistua myös ilman tulosta.

Kilpailutarjonta

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Kaikille halukkaille luodaan mahdollisuus omien motiivien mukaiseen kilpailemiseen useita kertoja vuodessa.

10-13 -vuotiaat

Kaikille halukkaille luodaan mahdollisuus omien motiivien mukaiseen kilpailemiseen useita kertoja vuodessa.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Tavoitteellisesti urheileville tarjotaan vuosittain useita kehittäviä, motivoivia ja riittävän haastavia kilpailuja.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Kaikille halukkaille luodaan mahdollisuus omien motiivien mukaiseen kilpailemiseen useita kertoja vuodessa, myös myöhemmin lajiin mukaan tulleille harrastajille.

Tasavertaisuus

**7-9 -vuotiaat, jos
on järjestettyä
kilpailutoimintaa**

Kaikilla on tasapuolinen mahdollisuus osallistua kilpailuun.

10-13 -vuotiaat

Kaikilla on tasapuolinen mahdollisuus osallistua kilpailuun.

**14-18 -vuotiaat,
tavoitteellinen
kilpaurheilu**

Kilpailuun osallistumisen tai joukkueeseen valinnan kriteerinä voi olla taitotaso, tulosraja, karsintakilpailu tai harjoitusvelvoite.

**14-18 -vuotiaat,
harrasteurheilu**

Kaikilla on tasapuolinen mahdollisuus osallistua kilpailuun.
Nuorille on tarjolla erilaisia kilpailemisen vaihtoehtoja.

Kilpailun taso

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Kilpaillaan oman ikäluokan sarjassa pääasiallisesti paikallisissa kilpailuissa, kuitenkin enintään oman alueen / piirin alueella.

10-13 -vuotiaat

Kilpaillaan oman ikäluokan sarjassa lähinnä oman alueen / piirin alueella. Valtakunnallisia kilpailuja on harkiten, eikä SM-kilpailuja tai vastaavia järjestetä.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

SM-kilpailuja voidaan järjestää 14 vuoden iässä alkaen. Kansainvälisiin turnauksiin ja tapahtumiin ulkomailla voi osallistua 14-vuotiaat ja sitä vanhemmat harkinnan mukaan.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Tarjotaan tapahtumaluonteisia kilpailuja, joissa on nuoria kiinnostavaa oheisohjelmaa ja mahdollisuus tavata muita nuoria. Kansainvälisiin turnauksiin ja tapahtumiin ulkomailla voi osallistua 14-vuotiaat ja sitä vanhemmat harkinnan mukaan.

Kilpailujen määrä

7-9 -vuotiaat, jos on järjestettyä kilpailutoimintaa

Yksilölajit: Kilpailukausi on lyhyempi kuin lajin harrastuskausi vuoden aikana. Kilpailujen määrä on kohtuullinen.
Joukkuelajit: Lapsi osallistuu kilpailuun korkeintaan kerran viikossa.

10-13 -vuotiaat

Yksilölajit: Kilpailukausi on lyhyempi kuin lajin harrastuskausi vuoden aikana. Kilpailujen määrä on kohtuullinen.
Joukkuelajit: Lapsi osallistuu kilpailuun korkeintaan kaksi kertaa viikossa.

14-18 -vuotiaat, tavoitteellinen kilpaurheilu

Kilpailujen määrää ei rajoiteta. Kilpaileminen ei nouse määrältään harjoittelua ja kehittymistä haittaavaksi tekijäksi.

14-18 -vuotiaat, harrasteurheilu

Kilpailuja on sopivasti lisäämään innostusta urheilemiseen.