



## Ohje pelisääntöjen luomiseen ja lasten oikeuksista kertomiseen

Tämä ohje on tarkoitettu valmentajalle tai ohjaajalle käytettäväksi harrastuskauden alussa.

### 1. Lasten ja nuorten pelisääntöjen luominen

Pelisäännöt tulee luoda yhdessä joukkueen tai harrastusryhmän kanssa aina kauden alussa. Lasten ja nuorten turvallisuuden tunnetta lisää se, että he voivat osallistua heitä koskevien asioiden päättämiseen. Helppo tapa osallistaa lapsia ja nuoria on ottaa heidät mukaan heitä koskevien yhteisten pelisääntöjen luomiseen.

Ohjaaja voi kehottaa lapsia tai nuoria itse miettimään sääntöjä, joita he toivoisivat kaikkien noudattavan harjoituksissa ja kisoissa. Ohjaaja kirjoittaa säännöt ylös ja kysyy jokaisen säännön yhteydessä, ovatko kaikki samaa mieltä säännöstä. Lapsia tai nuoria voi pyytää kuvailemaan, mitä säännöt heidän mielestään käytännössä tarkoittavat. Ohjaaja voi lopussa ehdottaa lisäsääntöjä, jos jotain aikuisen mielestä tärkeää ei ole vielä mainittu. Ohjaaja pyytää kaikkia lapsia tai nuoria allekirjoittamaan säännöt.

Säännöt voivat sisältää erilaisia asioita liittyen toivottuun käyttäytymiseen harjoituksissa. Alla on ehdotuksia, jotka olisi aina hyvä sisällyttää lasten ja nuorten pelisääntöihin.

- Kunnioitan toisia
- Puhun kaikille ystävällisesti (myös somessa)
- En käytä väkivaltaa: lyö, potki, raavi, nipistä, vedä tukasta yms.
- Puolustan toisia
- Kannustan kaikkia
- Otan kaikki mukaan (myös viestiketjuissa ja somessa)
- Kunnioitan toisten oikeutta kokemattomuuteen
- En tee seksuaalista tai sukupuoleen perustuvaa häirintää
- En käytä rasistista tai syrjivää kieltä
- Kerron aikuiselle, jos näen, että jotain häiritään tai kiusataan tai jos minua häiritään tai kiusataan

Ohjaaja kopioi säännöt kaikille tai esimerkiksi ottaa allekirjoitetuista säännöistä kuvan ja lähettää sen kaikille. Ohjaaja pitää allekirjoitettuja sääntöjä mukana niin, että ne voidaan ottaa esiin aina, jos tulee tarve muistuttaa säännöistä. Sääntöjen tekemisessä voi käyttää esimerkiksi Olympiakomitean [mallipohjaa](#) pelisääntöihin tai kirjoittaa säännöt paperille



## 2. Lapsen ja nuoren oikeuksista kertominen

On tärkeää, että joukkueen yhteisten pelisääntöjen luomisen lisäksi lapsille ja nuorille kerrotaan aikuisia koskevista säännöistä ja siitä, mihin lapsilla ja nuorilla on oikeus. Valmentaja voi käyttää tätä pohjaa muokaten sitä itselle ja urheilijoiden ikätasoon sopivaksi.

Välillä on hyvä pysähtyä kysymään lasten tai nuorten omia esimerkkejä ja tulkintoja. "Mitä teidän mielestänne kunnioittava kohtelu tarkoittaa?"

Ohjaaja pohjustaa ensin oikeuksien läpikäyntiä. Apuna voi käyttää alla olevaa tekstiä:

*"Seurassamme lasten ja nuorten turvallisuus- ja hyvinvointi ovat tärkeitä. Olemme tehneet yhdessä tähän ryhmään säännöt ja sopineet, miten toimimme yhdessä. Myös kaikki seurassamme toimivat aikuiset ovat sitoutuneet noudattamaan yhdessä sovittuja sääntöjä, joita käydään nyt yhdessä läpi."*

### Oikeus kunnioittavaan kohteluun

- Lapsille ja nuorille on oikeus kunnioittavaan kohteluun. Lapsia ja nuoria ei saa vähätellä, haukkua, uhkailla tai nöyryyttää missään tilanteessa.
- Jokaisella on oikeus tulla tasapuolisesti huomioiduksi
- Racistista tai syrjivää kielenkäyttöä ei sallita missään tilanteessa.
  - Rasisimi on ihmisen tai ihmisryhmän asettaminen muita alempiarvoisempaan asemaan esim. ihonvärin, kulttuurin, etnisen taustan, äidinkielen, seksuaalisen suuntautumisen tai uskonnon takia. Tämä voi ilmetä esimerkiksi loukkaavina vitseinä.
  - Syrjintä voi ilmetä esimerkiksi ulkopuolelle jättämisenä sukupuolen, ihonvärin, uskonnon, seksuaalisen suuntautumisen tms. takia
- Seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä ovat kiellettyjä.
  - Seksuaalista häirintää on esimerkiksi..
    - epäasialliset seksuaaliset puheet, esimerkiksi vitsit, vartaloa tai intiimiä yksityiselämää koskevat seksuaaliväritteiset huomautukset tai kysymykset
    - seksuaalisesti vihjailevat eleet tai ilmeet



- epäasialliset seksuaaliset sisällöt eri sosiaalisen median kanavissa, WhatsApp-, Snapchat- yms. viestit, tekstiviestit, sähköpostit, puhelinsoitot
  - yhdyntää tai muita seksuaalisia tekoja koskevat ehdotukset tai vaatimukset
- Sukupuoleen perustuvaa häirintää on esimerkiksi
    - halventava puhe toisesta sukupuolesta
    - toisen sukupuolen alentaminen
    - kiusaaminen silloin, kun se perustuu kiusatun sukupuoleen.

## Oikeus koskemattomuuteen

Jokaisella on oikeus koskemattomuuteen, mikä tarkoittaa sitä, että yksilö itse päättää, kuka hänen kehoonsa saa koskea. Kukaan ei saa koskea toiseen ilman lupaa. On olemassa hyvää ja huonoa kosketusta.

Hyvää koskemista voi olla myös esimerkiksi lohduttaminen halaamalla tai selkään taputtamalla tai vaikka onnistumisen juhliminen ylävitosisilla. Huono kosketus on sellaista, mistä ei itse voi kieltäytyä tai kosketus tuntuu epämiellyttävältä, oudolta tai se tekee kipeää.

Ohjaajan tulee myös kertoa lajiin kuuluvasta koskettamisesta. Apuna voi käyttää alla olevaa tekstiä.

*”Tähän lajiin kuuluu joskus avustaminen ja kehon asentojen näyttäminen, jolloin valmentaja koskee, koska se takaa teidän turvallisuutenne. Yritän aina valmentajana kertoa silloin, kun kosken teitä avustaessa ja miksi niin teen. Minulle voi aina kertoa, jos jokin kosketus tuntuu epämiellyttävältä.”*

## Oikeus päihteettömään harrastusympäristöön

Valmentajat ja muut lasten ja nuorten kanssa työskentelevät aikuiset eivät käytä alkoholia tai muita päihteitä leireillä, harjoituksissa tai kisareissuilla, eivätkä ole päihteiden vaikutuksen alaisena urheilijoiden läsnä ollessa.

Aikuiset eivät tarjoa alkoholia tai päihteitä urheilijoille tai kannusta heitä käyttämään päihteitä.



## Oikeus saada apua ja tulla kuulluksi

Ohjaaja kannustaa lapsia tai nuoria puhumaan valmentajalle, jos he kohtaavat epäasiallista kohtelua. Ohjaaja kertoo myös kenelle muulle henkilölle seurassa voi kertoa koetusta epäasiallisesta kohtelusta ja miten prosessi sen jälkeen etenee.

Jos lapsi tai nuori ei uskalla kertoa kokemastaan epäasiallisesta kohtelusta tai on joku aihe, mistä haluaa jutella nimettömästi, hän voi olla yhteydessä Väestöliiton Et ole yksin-palveluun. Palvelu tarjoaa apua puhelimitse, chatissa ja kirjelaatikon kautta. Et ole yksin palvelusta saa neuvoja ja tukea. Palvelussa vastaavat Väestöliitossa töissä olevat ammattilaiset. [www.etoleyksin.fi](http://www.etoleyksin.fi)

Lähteet:

<http://www.punainenkorttirasismille.fi/wp-content/uploads/Kasvatuspaketti-PKR-1.pdf>

<https://www.tasa-arvo.fi/seksuaalinen-hairinta>