



## **Saukkolan Pallo ry:n toimintalinjaus 2008-2009**

### ***Valmennusvastaava***

Valmennusvastaava vastaa nappulatoimintalinjauksen suunnittelusta. Tämän jälkeen valmennusvastaavan tehtävä on auttaa valmentajia toteuttamaan yhteistä linjaa nappuloiden harjoittelussa. Valmennusvastaava vastaa seuran sisäisestä ohjaaja- ja valmentajakoulutuksesta. Valmennusvastaava järjestää valmentajapalavereja vähintään kaksi kertaa vuodessa ja osallistuu eri tiimien järjestämiin tilaisuuksiin tarvittaessa.

SauPan Valmennusvastaava on Arto Westman p 050-5351920

### ***Nappulafutis Saukkolan Pallossa***

#### ***Toiminta-ajatus***

Lapsella ja nuorella on oikeus liikkua, oikeus kokea itsensä liikkeessaan. Lapsella ja nuorella on myös oikeus nauttia liikkumisestaan urheiluseurassa. Kiitoksen ja kannustuksen ilmapiiri sekä turvallisen aikuisen läsnäolo vahvistavat merkittävästi lapsen ja nuoren tunnetta oman elämänsä hallinnasta. Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus kannustavaan ja turvalliseen jalkapalloharrastukseen. Varsinaisia kilpailullisia tavoitteita ei juniorijoukkueilla ole. Nuorten toimintaa leimaa leikinomaisuus, lasten urheiluharjoituksista pyritään ryppyotsainen tuloksiin tuijottaminen pitämään loitolla. Sovitaan yhteisistä pelisäännöistä ja opitaan pitämään niistä kiinni

***Kaikki ovat tervetulleita kykyihin katsomatta.***

#### ***Arvopohja***

Nappulafutiksen perusarvot koostuvat:

Rehellisyydestä ja avoimuudesta

Lähimmäisen arvostamisesta ja huomioonottamisesta sekä

Positiivisesta elämänsenteestä

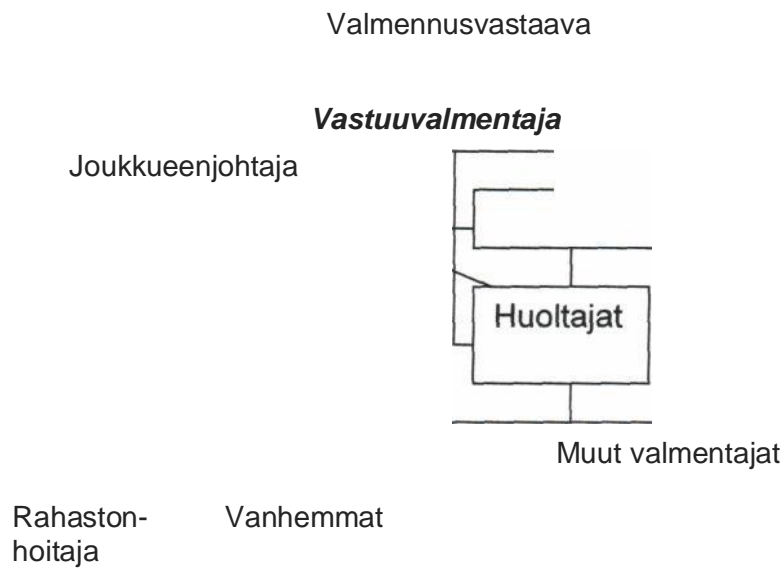
***Tavoitteet***

Nappulafutistiimin jalkapalloilullisena tavoitteena on pelaajien kasvattaminen nuorisjoukkueisiin. Kasvatuksellisena tavoitteena on lapsen liikunnallisen ja aktiivisen elämäntavan kehittäminen yhdessä vanhempien kanssa.

## ***Joukkueiden toiminta***

Vuosittain loka-marraskuussa joukkueet järjestävät vanhempainkokouksen, jossa päätetään tulevan toimintakauden ajaksi joukkueenjohto, sekä jaetaan muita mahdollisia vastuita. Joukkueen toiminnan turvaamiseksi sekä mahdollistamiseksi kaikkia hallinnollisia tehtäviä ei saa jättää yhden henkilön hoidettavaksi.

## ***Nappulajoukkueen organisaatio***



## ***PELAAJAT***

### ***Joukkueen toimintaan osallistuvien roolit ja vastuut***

#### ***Vastuuvallmentaja***

Joukkueella tulee olla vastuullinen valmentaja. Hänen vastuulleen kuuluvat tulevan kauden suunnittelu harjoitusten suunnittelu) ja ohjaaminen, harjoitusten tallentaminen arkistoon, otteluiden ja turnausten etsiminen, peluuttaminen (Kaikki Pelaa), pelaajien kehittäminen sekä yhteydenpito nappulapäällikön.

Jokaisen vastuvalmentajan tulee suorittaa SPL:n D-tason valmentajatutkinto heti Joukkueen aloitettua toimintansa tai mahdollisimman pian. Vanhempien ikäluokkien (E- ja F-juniorit) vastuvalmentajien tulee suorittaa C-tason tutkinto.

**Valmentaja** Valmentaja toimii vastuullisen valmentajan apuna ja sijaisena. Vastuvalmentajan poissa ollessa valmentaja suunnittelee ja toteuttaa harjoitukset, ottelut tai muut tapahtumat sekä raportoi tapahtuneesta vastuvalmentajalle erikseen sovitulla tavalla.

## Joukkueenjohtaja

Tehtäviin kuuluvat:

- joukkueen toiminnan yleinen koordinointi
- toimia yhteyshenkilönä nappulapäällikön ja muiden seuran toimihenkilöiden sekä joukkueen välillä
- perustaa joukkueen johtoryhmä
- talousarvion laatiminen, talousasioiden hoitaminen ja seuranta
- ellei joukkueeseen ole valittu rahastonhoitajaa
- huolehtii joukkueen ilmoittautumiset kilpailuihin ja vastaa muista siihen liittyvistä organisoinneista
- huolehtii joukkueen matkojen järjestämisestä
- laatii joukkueen toimintakertomuksen yhdessä muiden toimihenkilöiden kanssa
- toimittaa kauden päätyttyä nappulapäällikölle toimintakertomuksen ja heti vuoden vaihduttua tilinpäätöksen vastaa siitä, että joukkueen pelaajien lisenssi- ja seuran jäsenmaksut suoritetaan ajallaan
- laatii vastuuvallmentajan kanssa pelaajille ja vanhemmille pelisäännöt

**Huoltaja** Tehtäviin kuuluvat:

- huoltaa pelaajat otteluissa ja harjoituksissa
- huolehtii joukkueen varusteista ja tarvikkeista
- toimii joukkueen ensiapuhenkilönä.

## **Pelaajat**

Vastuuvallmentajan ja joukkueenjohtajan tulee tehdä pelaajien kanssa yhteistyössä toimintasäännöt sekä vahvistaa sääntöjen laatimisen jälkeen ne vuosittain. Pelaajien tulee noudattaa yhdessä laadittuja sääntöjä. Toistuvien rikkomusten seurauksena tulevan seuraamuksen päättävät vastuuvallmentaja sekä joukkueenjohtaja. Rikkomuksen vakavuudesta riippuen vastuuvallmentaja voi keskustella toimenpiteistä myös seuran nappulapäällikön kanssa.

## **Vanhemmat**

Vanhempien rooli on lapsen harrastuksen tulevaisuuden kannalta ratkaiseva. Tämän takia on erittäin tärkeätä muistaa, että lapset harrastavat oman innostuksensa mukaan. On myös hyvä muistaa, että lapsi saa ohjeet pelaamiseen sekä harjoitteluun omalta valmentajaltaan. Vanhemmilla on oikeus

kannustaa lastaan ja auttaa häntä pääsemään epäonnistumisesta tulleen masennuksen yli tai antaa lapsen nauttia viime hetken maalistaan!

## **5.7 Nappulavastaavan toimenkuva**

Tehtäväkuvaan kuuluu nappulafutistiimin toiminnan kehittäminen, jalkapallokoulujen organisointi, länskäriiliiga, valmentajien ohjaaminen ja ohjaus- ja valmennusmateriaalin jako, nappulafutistiimin sisäiset yhteistyöhankkeet ja niiden organisointi sekä perustettavien uusien ryhmien toiminnan organisointi ja toiminnan seuranta. Valmentajien kouluttamisesta vastaa Arto Westman

SauPan nappulavastaava Arto Westman

### **Suunnitelmallisuus**

Vastuuvallmentajan tulee tehdä itselleen selkeä suunnitelma siitä, kuinka tuleva kausi tulee menemään. Suunnitelman tekeminen vaatii hieman aikaa ja kärsivällisyyttä, mutta se kannattaa. Tehdyt suunnitelmat tulee esitellä vanhemmille vanhempainkokouksessa ennen vuoden vaihdetta, jotta koko joukkue pystyy sitoutumaan joukkueen toimintaan.

### **Kausisuunnitelma**

Kausisuunnitelmaan tulee mahduttaa jaksoittain harjoitusmäärät viikossa, mitä missäkin jaksossa harjoitellaan, ottelut kuukaudessa, mahdolliset turnaukset, lomarat, palaverit sekä mahdolliset testit ja talkoot.

### **Kuukausisuunnitelma**

Kausisuunnitelman jaksot jaetaan kuukausitasolle. Esimerkiksi tammi-huhtikuun jakso jaetaan niin, että mm. tammikuun harjoitusten painopisteet, turnaukset, ottelut, palaverit tms. ovat selvästi nähtävissä yhdellä silmäyksellä. Pelaajat pystyvät myös hahmottamaan tulevan kuukauden tai jakson harjoitusten painopisteet ja näin osaavat myös varautua mm. koulutehtävien osalta.

### **Viikkosuunnitelma**

Kuukausisuunnitelman jokainen kuukausi tulee jakaa viikkotasolle. Kun on olemassa tietty harjoituspainopiste jokaisena kuukautena, pystytään helposti suunnittelemaan tulevien harjoitusten harjoitteet. Harjoitusten taso tulisi lahtea joukkueen yleisen tason mukaan ja asteittain vaikeutua esimerkiksi viikon loppua kohden. Kaikkien harjoituksen harjoitteiden ja kokonaisten harjoitusten tulee tukea asetettua tavoitetta.

### **Harjoitussuunnitelma**

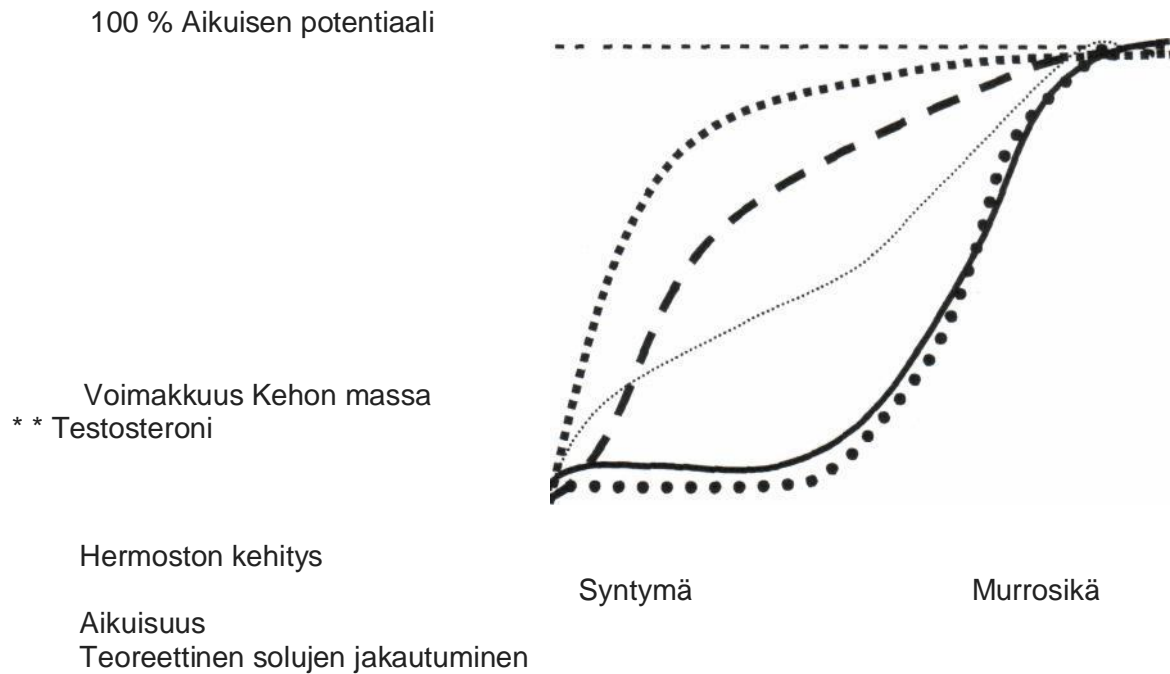
Vastuuvallmentajan, tai tämän poissa ollessa sijaisen, tulee kirjata kaikki suunnittelemansa sekä toteuttamansa harjoituksensa kirjallisena sekä arkistoida itselleen. Harjoitusta rakennettaessa tulee muistaa eri opetusosiot (alkuverryttely, perustaito, pelitaito, pienpelit/loppupeli ja loppuverryttely).

Kasvavan luusto luutuu lopullisesti vasta 17-21-vuotiaana, jolloin pituuskasvu päättyy. Nuoren luukudoksen toiminnallinen rakenne on vasta kehittymässä ja näin ollen sen taivutuslujuus on heikompi. Tämän takia luuston kuormitettavuus aikuiseen verrattuna pienenee. Pituus ja paino eivät kehity jatkuvasti vaan vaiheittain. Puhutaan kasvu- ja painonnousukausista. Puberteetti-ikä myötä vuosittainen noin 4 cm pituuskasvu nousee 8-10 cm:iin. Nopea kasvu vaikuttaa myös motorisiin toimintoihin heikentävästi.

Pituuskasvu on nopeimmillaan pojilla noin 14-vuotiaana ja tytöillä noin 12-vuotiaana, jonka jälkeen se hidastuu. Paino, leveys ja ympärysmittat sen sijaan

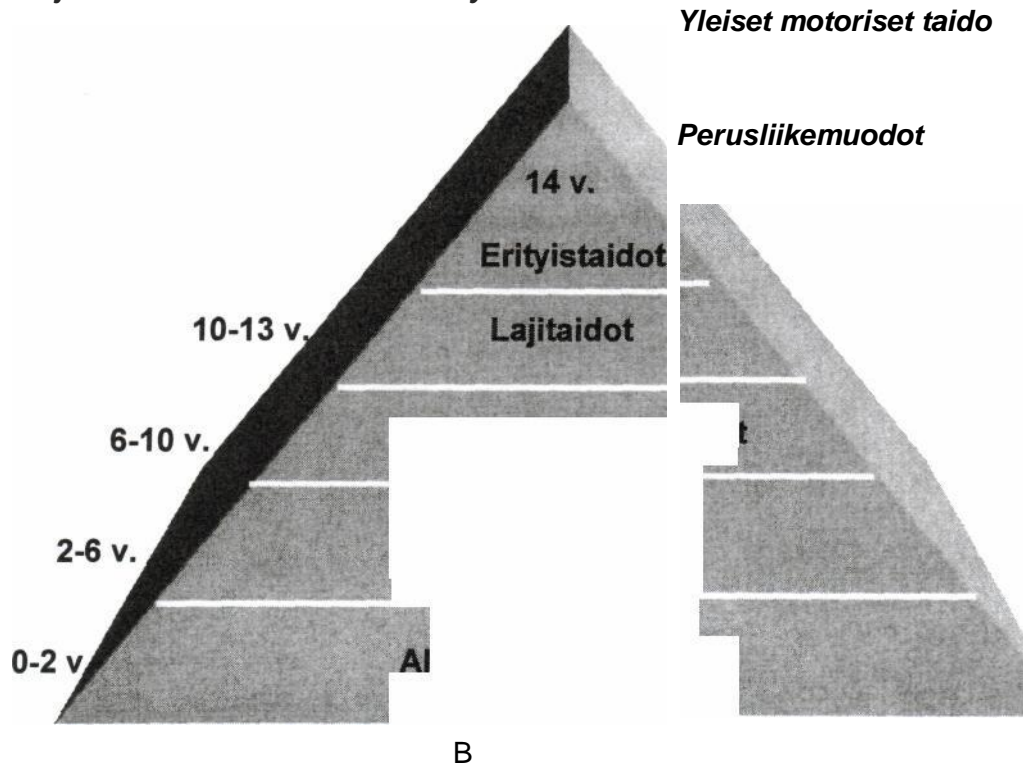
kasvavat. Aikuisen mittasuhteet ovat muodostuneet usein jo 16-17-vuotiaana pojilla, Tytöillä jo aikaisemminkin. Hermosto on kehittynyt lähes täyteen kokoonsa jo murrosiän loppuvaiheessa ja sen kehittyminen sen jälkeen on selvästi muun elimistön kehittymistä hitaampaa. Lihassolujen määrä syntymän

jälkeen ei lisääny, mutta solun massa lisääntyy. Murrosiässä testosteronin lisääntymisen myötä onkin lihasmassan kasvu suurimmillaan. Testosteroni lisää yleistä aineenvaihduntaa, samoin proteiinisynteesiä sekä monien suolojen kertymistä elimistöön (anabolinen vaikutus). Lihasmassan suhteellinen osuus kehon painosta suurenee mikä merkitsee selvää voimantuoton paranemista.



**Kuva.** Teoreettinen malli voiman kehittymisen tekijöistä miehillä Kraemerin ja Fleckin mukaan

## Lapsuuden ja nuoruuden motorinen kehitys



**Kuva.** Motorisen kehityksen vaiheet: Mitä vankempi ja laajempi on nuoren perustaitojen luoma "pohja", sitä korkeammalle ja taitavammaksi voidaan erityistaitojen osalta yltää.

### Herkkyykskaudet

Jokaisella fyysisellä ominaisuudella (nopeus, voima, koordinaatio, kestävyys, liikkuvuus) on tiettyjä luonnollisen kehittymisen, heikkenemisen ja pysyvyyden periodeja (taulukko). Harjoittelun optimaalinen koventaminen luonnollisen nousun aikana mahdollistaa nopeuttaa fyysisten ominaisuuksien kehittymistä.

Herkkyykskaudet on suorassa yhteydessä ihmisen fyysisen kehittymisen antamiin mahdollisuuksiin: Motorisessa kehittämisessä voidaan erottaa kaksi herkkyykskautta. Ensimmäinen ajoittuu ikävuosien 5-8 vaiheille, jolloin lapset pitävät mielikuvitusleikeistä, ovat seikkailunhaluisia, uteliaita ja kokeilevat mielellään kaikkea uutta. Toinen herkkyykskausi on ikävuosina 9-12. Tällöin opitaan erittäin herkästi ja tarkasti erilaisia uusia liikesuorituksia. Monien tutkijoiden mielestä lapset oppivat herkemmin ja nopeammin kuin missään muussa vaiheessa ihmisen elämässä.

**Taulukko:** Fyysisten ominaisuuksien kehittyminen % vuodessa Volkovin mukaan

Pojat/ikä v.	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16
Nopeusvoima	4	18	10	4	6	11	7

Nopeus	5	7	5	2	13	6	9
Liikkuvuus	-3	4	-2	-3	-3	0	0
Taito	5	7	10	4	-3	0	1
Kestävyys	-	-	-	-	8	4	-5

**Taulukko:** Harjoitettavien ominaisuuksien herkkyyksikaudet eri-ikäisillä.

<b>Ominaisuus</b>	<b>6v.</b>	<b>9v.</b>	<b>12 v.</b>	<b>15 v.</b>	<b>18 v.</b>	<b>21 v.</b>
-------------------	------------	------------	--------------	--------------	--------------	--------------

**Aerobinen**

**kestävyys** xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx

**Anaerobinen**

**kestävyys** xxxxxxxx xxxxxxxx

**Lihaskestävyys**

**Nopeusvoima**

xxxxxxx

**Maksimivoima** xxxxxxxx xxxxxxxx

**Liikenopeus**

**Elastisuus** xxxxxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx

**Motorinen**

**oppiminen** xxxxxxxx

xxxxxx

**Liikkuvuus** xxxxxxxx

**Tasapaino**

**Ketteryys** xxxxxxxx

xxxxxxx

**Koordinaatio** xxxxxxxxxxx

**Harjoittelun Syvennetty**

**etapit Yleinen Taidon Suuntautunut Taidon**

**syventaminen**

**edellytykset Taidon opettaminen**

Valmistavat xxxxxxxx herkkyyksikausi harjoittelu

harjoitukset

Lyhyesti voidaan todeta ikävuosien 6-12 v. olevan taidon, koordinaatiokyvyn ja tasapainon monipuolista harjoittamista. Ikävuosina 13-15 v. keskitytään nopeuden ja kimmoisuuden kehittämiseen jalkapalloilijan harjoittelussa. Sen jälkeen ominaisuuksia täydennetään voiman ja kestävyuden harjoittelulla.

**Nopeusharjoittelun painopisteet ikäluokittain**

**E- I-juniorit:** vartalon hallinta: lähtö, hyppy, juoksu, pysähdys, pallo tutuksi, taitavuus

D-juniorit: vartalon ja jalkojen voimistaminen, ei lisäpainoja, notkeus, taitavuus, ei intervalleja yli 10 sekunnin

C-juniorit: juoksukoulu, tekniikan automatisointi, juoksun analysointi, intervalleja, nopeustaitavuus pallon kanssa

**B-juniorit:** räjähtävän voiman harjoittelu, nopeusintervallit, pallon

hallinta tempojuoksussa

**A-juniorit:** nopeustaitavuuden automatisointi, nopeuskestävyys, määrä ja laatu harjoittelu, henkilökohtaiset rajat

**Aikuiset:** motoristen ominaisuuksien stabilisointi, nopeuden vahvuuksien vahvistaminen, nopeus-ja nopeuskestävyysharjoittelun optimointi.

## Harjoittelu

5-9 -vuotiaat (K-G)

### Toimintaperiaatteet

Innostavan ilmapiirin luominen  
säilytä leikinomaisuus ja hauskuus  
paljon pallokosketuksia ja toistoja teknisesti oikein  
paljon pienpelejä (2 v 2 - 6 v 6) > noin puolet harjoitusajasta  
koordinaatio + ketteryys-osa joka harjoitukseen  
kaikki pelaa ja kokeilee eri pelipaikkoja  
kannusta monipuoliseen urheiluun > motoriikka ja  
yleistaitavuus kehittyy  
joukkueharjoituksen kesto noin 60 min  
kertoja talvikaudella 1-2, pelikaudella 2-3 viikossa

Taito/lajitekniikka (osuus harjoittelusta 2030%)

#### Painopistealueet:

yleistuntuma palloon  
lyhyet syötöt maata pitkin (sisäsyryjä + nilkka + ulkoterä)  
syötöt aluksi paikallaan olevasta pallosta, taidon lisääntyessä  
liikkuvalla pallolla  
haltuunotot (sisäsyryjä + jalkapohja oikea/vasen)  
laukaukset, oikea potkutekniikka (nilkkapotku > paikallaan  
olevaan palloon, kuljetuksesta, liikkuvaan palloon)  
pallon kuljetus eteenpäin (sisä- ja ulkoterällä, pysäyttäminen  
sisäsyryjällä ja jalkapohjalla, kääntyminen pallon kanssa)  
puskut omasta heitosta eteenpäin (osumakohta, katse  
palloon, vartalon liike)  
harhautukset (vartalo- ja potkuharhautus edistyneille  
pelaajille)

#### Painopistealueet:

pallollisen pelaajan ratkaisut > syötäkö, kuljetanko,  
laukaisenko?  
pallottomana liikkuminen

## ***Fyysinen harjoittelu***

### ***Painopistealueet:***

koordinaatio + ketteryys  
nivelten liikkuvuus  
nopeusharjoittelussa huomio askeltiheyteen  
kestävyys paranee leikkien ja pelaten

## ***10-11 -vuotiaat (F-E)***

### ***Toimintaperiaatteet:***

luo innostava ilmapiiri  
säilytä leikinomaisuus ja hauskuus  
paljon pallokosketuksia ja toistoja  
pienryhmaharjoitteita  
paljon pienpelejä (2 v 2 - 6 v 6) > noin puolet  
harjoitusajasta  
kaikki pelaa > muista eri pelipaikkojen kokeilu  
maalivahtivalmennusta aloitellaan  
anna kotitehtäviä/yllytä omatoimiseen "kikkailuun"  
kannusta monipuoliseen urheiluun  
joukkueharjoituksen kesto noin 6075 min  
  
kertoja 2-3 viikossa

## ***Taito/lajitekniikka (osuus harjoittelusta 3550%)***

### ***Painopistealueet:***

tuntuma liikkuvaan palloon  
pitkät syötöt maata pitkin (sisäterä), kaarisyöttö (nilkka) ja  
lyhyt ulkoteräsyöttö  
syötöt liikkuvaan palloon  
haltuunotot maasta (sisäsyörjä + ulkoterä), ilmasta (reisi +  
rinta) ja liikkeessä  
laukaukset (nilkalla sivulta tuleviin palloihin + puoli- ja  
kokovolleyn kokeilut)  
pallon kuljetus (tempo muutokset, suunnanvaihdot,  
pujottelu käännökset sisä- ja ulkoterällä sekä jalkapohjalla)  
puskut ilman hyppyä (suuntaaminen, vartalon käyttö)  
harhautukset (syöttö- ja askelharhautus)  
taitotestit, -kilpailut ja fyysisten ominaisuuksien testaus

halukkaille

Pelikäsitys

***Painopistealueet:***

hyökkäyspelin leveys, etäisyydet kanssapelaajiin, liikkuminen pelattavaksi, pois syöttövarjosta  
puolustuspelissä sijoittuminen pallolliseen vastustajaan nähden + joukkueen tiiviys

***Fyysinen harjoittelu***

***Painopistealueet:***

koordinaatio + ketteryys  
nopeus (liiketiheys, reaktiot)  
kestävyys edelleen aerobisesti pelien kautta  
lihaskuntoliikkeisiin totuttaminen oma vartalo vastuksena

***Turnaukset ja ottelut***

Vastuuvallmentajan vastuulla on pelaajien peluuttaminen sekä turnauksissa että harjoitus- ja sarjaotteluissa. Vastuuvallmentajan tulee pitää kirjaa kaikkien pelaajiensa peliminuuteista sekä arkistoida pelatun ottelun tai turnauksen jälkeen tiedot arkistoonsa. Viimeistään kauden päätyttyä vastuuvallmentaja esittää tilastot seuralle, joukkueenjohdolle sekä vanhemmille toimintakertomuksessaan.

***Turnauskriteerit 2006***

Lasten ja nuorten valtakunnalliset turnauskriteerit Suomessa  
Turnauslupa myönnetään piiristä seuran tekemän anomuksen perusteella.

1. Noudatetaan Kaikki Pelaa -sääntöjä (Säännöt 2006)
2. Pelitapa ja sarjajärjestelmä tarjoavat kaikille tasaveroisen mahdollisuuden pelata (joukkueiden ottelumäärät)
3. Palkitseminen ei kohdistu joukkueisiin ainoastaan kilpailullisen menestyksen perusteella, sillä jokaisen mukana olevan joukkueen ja pelaajan osallistuminen on yhtä arvokasta. Ei rahapalkintoja.
4. Leikkimaailmassa pisteitä ei lasketa ja sarjataulukoita ei tehdä  
Tämä kohta on sääntö G9 ja sitä nuoremmille ikäluokille sekä suositus F10 ja E11 -ikäluokissa.
5. Turnausten peliaikamaksimi/joukkue/päivä ikäluokittain:  
90min-H8, G9, F10  
120minE11,D12,D13  
150minC14-C15
6. Turnauksella on nimetty jury, johon kuuluvat järjestäjän, yhden vierasjoukkueen ja erotuomareiden/peliohjaajien edustajat. Jury vastaa siitä, että turnauksessa noudatetaan Kaikki Pelaa -sääntöjä.



Jury tehtäviin kuuluu myös puuttua mahdollisesti esiintyvien rikkeisiin keskustelemalla yhdessä saantojen vastaisesti toimivan joukkueen vastuuhenkilöiden kanssa sekä tarvittaessa raportoida turnausluvan myöntäneelle piirille sääntörikkomuksista. Järjestäjän edustaja juryssa toimii samalla, turnauksen Kaikki Pelaa -vastaavana (nimettynä turnausta hakiessa).

Pelien rinnalle suositellaan järjestettäväksi muutakin toimintaa, jotta turnaustapahtumista saadaan tapahtumaa korostava, ei voittamista tai häviämistä: taitoratoja, muiden lajien kokeilua (yhteistyö muiden lajien kanssa) sekä mitä tahansa lapsia ja nuoria kiinnostavaa oheistoimintaa ohjattuna tai itse kokeilua varten.

Nämä" ohjeet koskevat kaikkia Suomessa järjestettäviä kansallisia tai kansainvälisiä turnauksia

### ***Kaikki Pelaa toiminta***

Saukkolan Pallo ry noudattaa Suomen Jalkapalloliiton Kaikki Pelaa -sääntöjä. Säännöt kaudelle 2006 liitteenä.

### ***Jalkapallokoulut ja leiritoiminta***

Joukkueet pyrkii järjestämään E-ikäluokasta alaspäin muutamia kertoja vuodessa erilaisia leiritapahtumia ikäluokittain. Jalkapallokouluja järjestetään samalla periaatteella kuin leirejäkin, koulut ovat vain suunnattu kaikille pelaajille kun taas leireille kutsutaan pelaajat joukkueittain.

### ***Pelaajan uramahdollisuudet Saukkolan Pallossa nappulaiän jälkeen***

Nappulafutistiimi palvelee pelaajaa 11-ikävuoteen asti. Tämän jälkeen pelaaja siirtyy halutessaan Dn- joukkueeseemme.

## ***Jalkapallon Leikkimaailma (11-vuotiaat ja sitä nuoremmat tytöt ja pojat)***

Jalkapallon Leikkimaailmassa jokaisella tytöllä ja pojalla on oikeus monipuoliseen ja turvalliseen harrastamiseen aikuisen ohjauksessa. Leikki on lapsen työtä. Se on myös paras tapa oppia ja kokeilla uusia sekä kehittää aikaisemmin opittuja taitoja. Toimintaa järjestetään lapsen lähtökohdista ja lapsia varten. Paikallisten olosuhteiden huomioiminen sekä joustavuus erilaisten tapahtumien järjestämisessä on tärkeää. Lapsia kannustetaan harrastamaan myös muita urheilumuotoja. Otteluissa on mukana Pelinohjaaja hoitamassa erotuomarin tehtäviä. Vähintään Kaverimaailmaikäisen Pelinohjaajan tulee olla koulutettu ja vähintään 2-3 vuotta pelaavien joukkueiden pelaajia vanhempi.

### ***Operaatio Pelisäännöt***

Jokaisessa toimintaan osallistuvassa joukkueessa tehdään Operaatio Pelisäännöt. Pelisääntökeskustelut käydään seuran oman kasvatuksen ja ohjauksen linjan pohjalta (seuran linjan puuttuessa Palloliiton Nuorisotoimintalinjan). Leikkimaailmaikäisten joukkueiden on sovittava ainakin Puolen Pelin Takuusta, joukkueiden taustojen/vanhempien päihteettömyydestä harrastustapahtumissa sekä varmistettava myönteinen ja kannustava suhtautuminen muihin harrastuksiin. Sopimukset toimitetaan sähköisesti ([www.palloliitto.fi/kaikkipelaa](http://www.palloliitto.fi/kaikkipelaa)) piirin antamien ohjeiden mukaisesti piirin nuorisopäällikölle kerran vuodessa, kuitenkin ennen seuran joukkueiden ensimmäisten sarjaottelujen tai turnausten alkua.

### ***Puolen Pelin Takuu (Peluuttaminen)***

Puolen Pelin Takuu sääntö (=PPT) on voimassa: ennen kautta käytävien pelisääntökeskustelujen yhteydessä vanhempien ja pelaajien kanssa sovitaan yhdessä, miten joukkueen jokaisen pelaajan tasainen peluuttaminen varmistetaan sekä ottelu-, turnaus- että kausitasolla. Kun joukkueeseen kuuluu paljon pelaajia, se kannattaa jakaa ottelutapahtumiin riittävän moneen joukkueeseen niin, että PPT toteutuu kaikille. F9 ja nuoremmilla pelaajilla jakautuu neljään jaksoon. Jokainen pelaaja pelaa vähintään kahden jakson ajan otteluissa. Jokainen pelaaja on kentällä ja vaihdossa sekä saa mahdollisuuksia kokeilla eri pelipaikoilla. Jos joukkueen koko pelitapahtumissa on suurempi kuin ilmoitettu maksimi, on joukkueen sovittava pelisääntökeskusteluissaan, miten tasaisen peluuttamisen takuu toteutuu kaikkien joukkueen toimintaan osallistuvien kesken. Suosittelemme joukkueiden osallistuvan toimintaan siinä ikäluokassa, johon suurin osa sen pelaajista ikänsä perusteella kuuluu.

### ***Kaksoisedustus- ja yli-ikäisyysoikeuksien myöntäminen***

Piirillä on oikeus seuran anomuksesta myöntää yksittäisen pelaajan edun perusteella kaksoisedustus-oikeus, jolloin pelaaja voi pelata kahdessa eri seurassa tai kahdessa eri joukkueessa samassa ikäluokassa. Piirillä on oikeus myöntää samalla perusteella yli-ikäisyyslupa, jolloin pelaaja voi pelata nuoremmassa ikäluokassa kuin mitä pelaajan ikä edellyttää. Myönnetty lupa on voimassa pelikauden kerrallaan ja se on valtakunnallinen. Mikäli joukkueessa on enemmän kuin kolme poikkeusluvalla pelaavaa, pitää oman piirin ulkopuoliseen tapahtumaan saada järjestäjän lupa. Piiri voi antaa omia erillismääräyksiä, joilla luvan myöntämisperusteita tarkennetaan ja asettaa omia rajoituksia. Pelaajasiirtojen takaraja 31.8. ei koske Leikkimaailman ikävaihetta.

### ***Taito-osio, turnausten päiväkohtainen maksimipelaaja***

Taito-osioita suositellaan osaksi ottelutapahtumia. Turnauksissa, joissa pelataan useampia pelejä saman päivän tai illan aikana, pelaajaa voidaan soveltaa (=lyhentää) käytettävissä olevan ajan ja tapahtumassa pelattavan ottelumäärän mukaan (katso turnauskriteerit).

### ***Yleisiä ohjeita kaikille LeikkiMaailman ikäluokille:***

Vaihdot ovat edestakaiset ja lentävät. Pelinohjaaja ei katkaise peliä vaihdon suorittamista varten, vaan joukkueen suorittaa koko kentällisen vaihtonsa kun pallo on tulossa omalle joukkueelle (esim. sivurajaheitto tai kulmapotku). Pelinohjaaja käyttää vain vihreätä erotuomarikorttia. Tilanteen niin vaatiessa pelaajaa voidaan huomauttaa tai hänet voidaan jopa poistaa kentältä, mutta joukkue saa jatkaa täysilukuisena. Paitsiosääntö ei ole voimassa.

Joukkue saa ottaa kentälle yhden lisäpelaajan, kun vastustaja johtaa vähintään viidellä (5) maalilla. Etu menetetään eron vähentyessä kahteen (2) maaliin.

5v5 pelimuodossa maalipotkun tilalla on maaliheitto. Maalivahti ei saa tehdä maalia suoraan pelaamalla palloa omalta rangaistusalueeltaan (5v5). Pelissä olevan pallon maalivahti saa potkaista käsistään.

Kulmapotku potkaistaan ns. lyhyenä maali- ja rangaistusalueen rajan kulmasta ja epäsuorana paitsi 5v5 pelissä suorana kentän kulmasta.

5v5 pelissä maalin tekeminen suoraan aloituspotkusta johtaa maalin hylkäämiseen ja maaliheittoon vastustajalle. Maaliheitto annetaan mistä tahansa osasta rangaistusaluetta, samoin puolustavan joukkueen hyväksi tuomittu vapaapotku. Vastustajien on oltava alkupotkuissa, vapaapotkuissa, maaliheitoissa, kulmapotkuissa ja rangaistuspotkuissa vähintään 5,5 metrin etäisyydellä pallosta. Kentän pituuden pitää aina olla leveyttä suurempi.

### ***F8 ja sitä nuoremmat tytöt ja pojat: (1.1.1998 ja sen jälkeen syntyneet)***

Pelimuodot

Pelimuoto Peluuttami-Pallo Kenttä pxl Kenttä Peli aika Maalin Pelaajia/Ottelun (suositus) pxl Koko (suositus)

(minimi)

5v5 PPT/OP 3 40mx30m 30mx204x8min 2x3/2x5 5-10

m

7v7 PPT/OP 3 50mx40m 40mx304x8min 2x3/2x5 7-14 (9-11)

m

Futsal PPT/OP 3 40mx20m 25mx154x8min 2x3 5-10

m

### ***F9 -ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1997 -syntyneet)***

Pelimuodot

Pelimuoto Peluuttami-Pallo Kenttä pxl Kenttä Peli aika Maalin Pelaajia/Ottelun (suositus) pxl Koko (suositus)

(minimi)

7v7 PPT/OP 3 60mx40m 45mx404x10min 2x5 7-14 (9-11)

m

5v5 PPT/OP 3 40mx30m 35mx254x10min 2x3/2x5 5-10

m

Futsal PPT/OP 3 40mx20m 25mx154x8min 2x3 5-10

m

### ***E10 -ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1996 syntyneet)***

Pelimuodot

Pelimuoto Peluuttami-Pallo Kenttä pxl Kenttä Peli aika Maalin Pelaajia/Ottelun (suositus) pxl Koko (suositus)

(minimi)

7v7 PPT/OP 3 60mx40m 45mx402x20min 2x5 7-14 (9-11)

m

5v5 PPT/OP 3 40mx30m 35mx252x20min 2x3/2x5 5-10

m

Futsal PPT/OP 3 40mx20m 25mx152x15min 2x3 5-10

m

## ***E11 -ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1995 syntyneet)***

Pelimuodot:

Pelimuoto Peluuttami-Pallo Kenttä pxl Kenttä Peli aika Maalin Pelaaja/Ottelun  
nen (suositus) pxl Koko (suositus)

(minimi)

9v9 PPT/OP 4 70mx50m 60mx40x25min 2x5 9-18 (12-14)

m

7v7 PPT/OP 4 60mx40m 45mx40x25min 2x5 7-14 (9-11)

m

5v5 PPT/OP 4 40mx20m 25mx15x15min 2x5 5-10

m

Futsal/ PPT/OP 4 40mx20m 25mx15x15min 2x3 5-10

m

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta (7v7, 5v5). 9v9 pelin kulmapotku potkaistaan lyhyenä ja epäsuorana. Maalipotku potkaistaan maalialueelta (max. 4m maalirajasta). Vastustajien on oltava alku-, vapaa-, kulma- ja rangaistuspotkuissa vähintään 5,5 metrin päässä pallosta.

## ***Jalkapallon Kaverimaailma (12 15 -vuotiaat tytöt ja pojat)***

Jalkapallon Kaverimaailmassa jokaisella tytöllä ja pojalla on oikeus ohjattuun, monipuoliseen ja turvalliseen harrastamiseen. Kaveruus, yksilöllisyyden kunnioittaminen ja hyväksyminen sekä opettaminen ja oppimisen tukeminen ovat ikävaiheen kannalta keskeisiä tekijöitä. Erittäin tärkeitä on huomioida pelaajien erilaiset tarpeet ja mahdollisuus osallistua joukkueen toimintaan. Pelaajia kannustetaan harjoittelemaan myös seuran ohjattujen harjoitusten ulkopuolella kunhan se vain perustuu pelaajien omaan haluun. Seuran kykykoulujen ja -ryhmien harjoituksia järjestämällä annetaan innokkaimmille mahdollisuus kehittyä pelaajana. Kykykouluryhmiin pääsemisen tulisi ainakin vielä D junioreiden ikävaiheessa perustua pelaajien innokkuuteen taitojen vertailemisen sijasta.

### ***Operaatio Pelisäännöt***

Jokaisessa toimintaan osallistuvassa joukkueessa tehdään Operaatio Pelisäännöt. Pelisääntökeskustelut käydään seuran oman kasvatuksen ja ohjauksen linjan pohjalta (seuran linjan puuttuessa Palloliiton Nuorisotoimintalinjan). Kaverimaailmaikäisten joukkueiden on sovittava ainakin peluuttamisesta, joukkueen pelaajien ja taustojen/vanhempien päihteettömyydestä harrastustapahtumissa sekä varmistettava myönteinen ja kannustava suhtautuminen muihin harrastuksiin. Sopimukset lähetetään toimitetaan sähköisesti ([www.palloliitto.fi/kaikkipelaa](http://www.palloliitto.fi/kaikkipelaa)) piirin antamien ohjeiden mukaisesti piirin nuorisopäällikölle kerran vuodessa joukkueiden kokoamisen jälkeen, kuitenkin viimeistään ennen seuran joukkueiden ensimmäisten sarjaottelujen tai turnausten alkua.

### ***Kaksoisedustus- ja yli-ikäisysoikeuslupien myöntäminen***

Piirillä on oikeus seuran anomuksesta myöntää yksittäisen pelaajan edun perusteella piirin kilpailuihin kaksoisedustus oikeus, jolloin pelaaja voi pelata kahdessa eri seurassa tai kahdessa eri joukkueessa samassa ikäluokassa. Piirillä on oikeus myöntää samalla perusteella yli-ikäisyyslupa, jolloin pelaaja voi pelata nuoremmassa ikäluokassa kuin mitä pelaajan ikä edellyttää. Myönnetty lupa on voimassa pelikauden kerrallaan ja se on valtakunnallinen. Mikäli joukkueessa on enemmän kuin kolme poikkeusluvalla pelaavaa, pitää oman piirin ulkopuoliseen tapahtumaan saada järjestäjän lupa. Piiri voi antaa omia erillismääräyksiä, joilla luvan myöntämisperusteita tarkennetaan ja asettaa rajoituksia sarjanousuille. Pelaajasiirtoja voidaan tehdä myös 31.8. jälkeen yksittäisen pelaajan edun sitä vaatiessa, esim. paikkakunnalta muuton vuoksi. Luvan myöntää uuden seuran piiri.

***Nuorten Kaikki Pelaa koulutukset ja liiton järjestämä toiminta***

Jalkapallon Kaverimaailman pelaajille järjestetään Pelinohjaaja- ja Lastenohjaajakoulutusta vähintään joka toinen vuosi. Peli- ja kilpailutoimintaa järjestävät seurat ja piirit. Liitto järjestää C tyttöjen F.U.N. lopputurnauksen C15 tytöille, C poikien Kai Pahlman lopputurnauksen C15 pojille sekä tyttöjen ja poikien piirijoukkueiden Pohjola Cup turnaukset (C pojat ja C14 - tytöt). Liiton turnauksissa noudatetaan kilpailukohtaisia erillismääräyksiä ja sääntöjä, joista tiedotetaan ilmoittautumisvaiheessa tai sarjaohjelmien julkaisun tai turnauksutsun yhteydessä.

### ***Peluuttaminen ja turnausten päivakohtainen maksimipeli-aika***

Kaikki Pelaa - sääntö on voimassa eli joukkue on valmentajiensa kanssa sopinut, millä perusteella peliaika jakautuu kauden aikana pelaajien kesken (Operaatio Pelisäännöt). Pelaajamäärän ylittäessä 20 joukkueen kannattaa harkita sarjatoimintaan osallistumista kahdella joukkueella, jolloin toinen joukkueista voi osallistua esimerkiksi harraste- tai kaverisarjaan (7v7 pelimuoto). Turnauksissa, joissa pelataan useampia pelejä saman päivän aikana, peliaikaa kannattaa soveltaa käytettävissä olevan ajan ja pelattavan ottelumäärän mukaan (vrt: turnauskriteerit).

### ***Vaihto-, paitsio- ja jokeripelaajasäännöt***

Vaihdot ovat edestakaiset ja lentävät. 5v5 ja 7v7 peleissä paitsiosääntö ei ole voimassa. 5v5 ja 7v7 peleissä joukkue saa ottaa kentälle yhden lisäpelaajan, kun vastustaja johtaa vähintään viidellä (5) maalilla. Etu menetetään eron vähentyessä kahteen (2) maaliin.

### ***D12 - ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1994 syntyneet)***

Pelimuodot

			Kenttä pxl	Kenttä pxl	Peliaika	Maalin	Pelaajia/Ottelu
<b>Pelimuoto</b>	<b>Pall</b> (suositus)	(minimi)	koko	(suositus)	<b>o Peluuttao</b>		
	<b>minen</b>						
9v9	OP	4	70mx50m	65mx45m	2x30min	2x5	9-18 (12-14)
	OP	4	60mx40m	50mx40m	2x25min	2x5	7-14 (9-11)
<b>7v7</b>							
	OP	Fu/4	40mx20m	25mx15m	2x20min	2x3/2x5	5-10
<b>Futsal/5v</b>							
<b>5</b>							

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta (7v7, 5v5). 9v9 pelin kulmapotku potkaistaan epäsuorana vähintään 15m päästä etutolpasta. Maalipotku potkaistaan maalialueelta (max. 4m maalirajasta). Vastustajien on oltava alku-, vapaa-, kulma- ja rangaistuspotkuissa vähintään 5,5 metrin päässä pallosta.

### ***D13 - ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1993 syntyneet)***

Pelimuodot

			Kenttä pxl	Kenttä pxl	Peliaika	Maalin	Pelaajia/Ottelu
<b>Pelimuoto</b>	<b>Pall</b> (suositus)	(minimi)	koko	(suositus)	<b>o Peluuttao</b>		
	<b>minen</b>						
11v11	OP	4	90mx60m	90mx45m	2x30min	normaali	11-22 (15-17)
7v7	OP	4	65mx45m	50mx40m	2x25min	2x5	7-14 (9-11)

Futsal/5v5 OP Fu/4 40mx20m 25mx15m 2x20min 2x3/2x5 5-10

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta (7v7, 5v5). 11v11 pelin kulmapotku potkaistaan lyhyenä ja epäsuorana.

### **C14 ja C15 - ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1992 ja v. 1991 syntyneet)**

Pelimuodot:

Kenttä pxl Kenttä pxl Peli aika Maalin Pelaaja/Ottelu

#### **Pelimuoto P Pall (suositus) (minimi) koko (suositus) o Peluuttaminen**

11v11 OP 5 100mx60 90mx45m 2x35min normaali 11-22 (15-17)

m

7v7 OP 5 65mx45m 50mx40m 2x25min 2x5 7-14 (9-11) Futsal/5v5 OP Fu/5 40mx20m 25mx15m 2x20min 2x3/2x5 5-10

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta.

### **Va *Jalkapallon Kaverimaailma (12 15 -vuotiaat tytöt ja pojat)***

Jalkapallon Kaverimaailmassa jokaisella työllä ja pojalla on oikeus ohjattuun, monipuoliseen ja turvalliseen harrastamiseen. Kaveruus, yksilöllisyyden kunnioittaminen ja hyväksyminen sekä opettaminen ja oppimisen tukeminen ovat ikävaiheen kannalta keskeisiä tekijöitä. Erittäin tärkeitä on huomioida pelaajien erilaiset tarpeet ja mahdollisuus osallistua joukkueen toimintaan. Pelaajia kannustetaan harjoittelemaan myös seuran ohjattujen harjoitusten ulkopuolella kunhan se vain perustuu pelaajien omaan haluun. Seuran kykykoulujen ja -ryhmien harjoituksia järjestämällä annetaan innokkaimmille mahdollisuus kehittyä pelaajana. Kykykouluryhmiin pääsemisen tulisi ainakin vielä D junioreiden ikävaiheessa perustua pelaajien innokkuuteen taitojen vertailemisen sijasta.

#### **Operaatio Pelisäännöt**

Jokaisessa toimintaan osallistuvassa joukkueessa tehdään Operaatio Pelisäännöt. Pelisääntökustelut käydään seuran oman kasvatuksen ja ohjauksen linjan pohjalta (seuran linjan puuttuessa Palloliiton Nuorisotoimintalinjan). Kaverimaailmaikäisten joukkueiden on sovittava ainakin peluuttamisesta, joukkueen pelaajien ja taustojen/vanhempien päihteettömyydestä harrastustapahtumissa sekä varmistettava myönteinen ja kannustava suhtautuminen muihin harrastuksiin. Sopimukset lähetetään toimitetaan sähköisesti ([www.palloliitto.fi/kaikkipelaa](http://www.palloliitto.fi/kaikkipelaa)) piirin antamien ohjeiden mukaisesti piirin nuorisopäällikölle kerran vuodessa joukkueiden kokoamisen jälkeen, kuitenkin viimeistään ennen seuran joukkueiden ensimmäisten sarjaottelujen tai turnausten alkua.

#### **Kaksoisedustus- ja yli-ikäisysoikeuslupien myöntäminen**

Piirillä on oikeus seuran anomuksesta myöntää yksittäisen pelaajan edun perusteella piirin kilpailuihin kaksoisedustus oikeus, jolloin pelaaja voi pelata kahdessa eri seurassa tai kahdessa eri joukkueessa samassa ikäluokassa. Piirillä on oikeus myöntää samalla perusteella yli-ikäisyyslupa, jolloin pelaaja voi pelata nuoremmassa ikäluokassa kuin mitä pelaajan ikä edellyttää. Myönnetty lupa on voimassa pelikauden kerrallaan ja se on valtakunnallinen. Mikäli joukkueessa on enemmän kuin kolme poikkeusluvalla pelaavaa, pitää oman piirin ulkopuoliseen tapahtumaan saada järjestäjän lupa. Piiri voi antaa omia erillismääräyksiä, joilla luvan

myöntämisperusteita tarkennetaan ja asettaa rajoituksia

sarjanousuille. Pelaajasiirtoja voidaan tehdä myös 31.8. jälkeen yksittäisen pelaajan edun sitä vaatiessa, esim. paikkakunnalta muuton vuoksi. Luvan myöntää uuden seuran piiri.

### **Nuorten Kaikki Pelaa koulutukset ja liiton järjestämä toiminta**

Jalkapallon Kaverimaailman pelaajille järjestetään Pelinohjaaja- ja Lastenohjaajakoulutusta vähintään joka toinen vuosi. Peli- ja kilpailutoimintaa järjestävät seurat ja piirit. Liitto järjestää C tyttöjen F.U.N. lopputurnauksen C15 tytöille, C poikien Kai Pahlman lopputurnauksen C15 pojille sekä tyttöjen ja poikien piirijoukkueiden Pohjola Cup turnaukset (C pojat ja C14 - tytöt). Liiton turnauksissa noudatetaan kilpailukohtaisia erillismääräyksiä ja sääntöjä, joista tiedotetaan ilmoittautumisvaiheessa tai sarjaohjelmien julkaisun tai turnauksutsun yhteydessä.

### **Peluuttaminen ja turnausten päiväkohtainen maksimipelaika**

Kaikki Pelaa - sääntö on voimassa eli joukkue on valmentajiensa kanssa sopinut, millä perusteella pelaika jakautuu kauden aikana pelaajien kesken (Operaatio Pelisäännöt). Pelaajamäärän ylittäessä 20 joukkueen kannattaa harkita sarjatoimintaan osallistumista kahdella joukkueella, jolloin toinen joukkueista voi osallistua esimerkiksi harraste- tai kaverisarjaan (7v7 pelimuoto). Turnauksissa, joissa pelataan useampia pelejä saman päivän aikana, pelaikaa kannattaa soveltaa käytettävissä olevan ajan ja pelattavan ottelumäärän mukaan (vrt: turnauskriteerit).

### **Vaihto-, paitsio- ja jokeripelaajasäännöt**

Vaihdot ovat edestakaiset ja lentävät. 5v5 ja 7v7 peleissä paitsiosääntö ei ole voimassa. 5v5 ja 7v7 peleissä joukkue saa ottaa kentälle yhden lisäpelaajan, kun vastustaja johtaa vähintään viidellä (5) maalilla. Etu menetetään eron vähentyessä kahteen (2) maaliin.

### **D12 - ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1994 syntyneet)**

Pelimuodot

			Kenttä pxl	Kenttä pxl	Pelaika	Maalin	Pelaaja/Ottelu
<b>Pelimuoto</b>	<b>Pall</b> (suositus)	(minimi)	koko	(suositus)	<b>o Peluuttao</b>		
	<b>minen</b>						
9v9	OP	4	70mx50m	65mx45m	2x30min	2x5	9-18 (12-14)
	OP	4	60mx40m	50mx40m	2x25min	2x5	7-14 (9-11)
<b>7v7</b>							
	OP	Fu/4	40mx20m	25mx15m	2x20min	2x3/2x5	5-10
<b>Futsal/5v</b>							
<b>5</b>							

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta (7v7, 5v5). 9v9 pelin kulmapotku potkaistaan epäsuorana vähintään 15m päästä etutolpasta. Maalipotku potkaistaan maalialueelta (max. 4m maalirajasta). Vastustajien on oltava alku-, vapaa-, kulma- ja rangaistuspotkuissa vähintään 5,5 metrin päässä pallosta.

### **D13 - ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1993 syntyneet)**

Pelimuodot

<b>Pelimuoto</b>	<b>P</b>	<b>Pall</b> (suositus)	Kenttä pxl (suositus)	Kenttä pxl (minimi)	Pelikaika	Maalin koko	Pelaaja/Ottelu (suositus)
<b>o</b>	<b>Pelutta</b> <b>minen</b>	<b>o</b>					

11v11 OP 4 90mx60m 90mx45m 2x30min normaali 11-22 (15-17) 7v7 OP 4 65mx45m 50mx40m 2x25min 2x5 7-14 (9-11) Futsal/5v5 OP Fu/4 40mx20m 25mx15m 2x20min 2x3/2x5 5-10

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta (7v7, 5v5). 11v11 pelin kulmapotku potkaistaan lyhyenä ja epäsuorana.

### **C14 ja C15 - ikäiset tytöt ja pojat: (v. 1992 ja v. 1991 syntyneet)**

Pelimuodot:

<b>Pelimuoto</b>	<b>P</b>	<b>Pall</b> (suositus)	Kenttä pxl (suositus)	Kenttä pxl (minimi)	Pelikaika	Maalin koko (suositus)	Pelaaja/Ottelu
<b>o</b>	<b>Pelutta</b> <b>minen</b>	<b>o</b>					

11v11 OP 5 100mx60m 90mx45m 2x35min normaali 11-22 (15-17)

m

7v7 OP 5 65mx45m 50mx40m 2x25min 2x5 7-14 (9-11) Futsal/5v5 OP Fu/5 40mx20m 25mx15m 2x20min 2x3/2x5 5-10

Muita ohjeita:

Kulmapotku potkaistaan kentän kulmasta.