RaiFu P02 joukkuesäännöt 18.3.2017

- Kannustan omaa joukkuettani ja joukkuekavereitani. En hauku, en arvostele, en solvaa, enkä kiusaa joukkuekavereitani millään lailla. Kannustan myös taitotasoltaan heikompia positiivisella tavalla. Tsemppaan heitä ja opastan, jos itse kerran osaan. En myöskään hauku, arvostele, solvaa tai kiusaa joukkuekavereitani somessa. En harrasta minkäänlaista rasismia!!!

- Olen treeneissä, peleissä ja muissa tapahtumissa ajoissa ja vaadittavat varusteet päällä (myös säärisuojat) silloin, kun treenit/pelit/muut tapahtumat on merkattu alkaviksi.

- Tulen treeneihin positiivisella ja keskittyneellä asenteella. Keskityn treeneissä jalkapalloon enkä sählää, pelleile tai paini joukkuekavereideni kanssa. Kuuntelen ja keskityn valmentajan antamiin ohjeisiin ja toimin niiden mukaisesti. EN KIROILE!!!

- Käymällä treeneissä oikealla asenteella, motivaatiolla ja kaikkeni antamalla sekä osoittamalla kehittymistä, takaan itselleni peliaikaa peleissä. Harjoittelen myös omalla ajalla, jolloin kehittymiseni varmasti huomaa nopeammin. Käyn myös kaikissa oheistreeneissä, vaikka ne eivät välttämättä olekaan aina mieluisia. Poistumalla välillä omalta mukavuusalueeltani kehityn nopeammin.

- Valmentaja päättää pelipaikkani ja peli-aikani. Peleissä en kysele tai neuvottele valmentajan kanssa kentälle pääsystä tai paikan vaihdosta. Jalkapallo on joukkuelaji ja jokainen lenkki on tärkeä. Minä muodostan yhden lenkin joukkueessa. Valmentaja katsoo parhaan mahdollisen/toimivan kokoonpanon treenien ja taitotason mukaan.

- En arvostele vastustajaa, tuomaria, valmentajaa tai muita toimihenkilöitä millään lailla.

- Ilmoittaudun treeneihin/peleihin/muihin tapahtumiin hyvissä ajoin. Jos laitan out, laitan myös syyn. Nimenhuudosta löytyy treenit, pelit, kokoonpanot ja muut tapahtumat. Jos sairastun viime hetkellä, ilmoitan siitä suoraan valmentajalle tekstiviestillä, WhatsAppissa tai puhelinsoitolla. Merkkaan sen myös nimenhuutoon. Jos loukkaannun niin, että en pysty osallistumaan treeneihin, silloin pyydän huoltajaani ilmoittamaan siitä valmentajalle. Jos en pysty loukkaantumisen takia käymään treeneissä, silloin en myöskään ole pelikunnossa pelipäivänä.

- Koulu on tärkeä osa minun elämääni tällä hetkellä ja hoidan sen niin hyvin kuin mahdollista. Siitäkin huolimatta ehdin kyllä käydä harjoituksissa. Aloitan kokeisiin valmistautumisen hyvissä ajoin, jotta jää aikaa käydä myös treeneissä.

- Huolehdin, että syön terveellisesti ja säännöllisesti, jotta jaksan paremmin. Juon riittävästi vettä ja pidän huolen siitä, että treeneissä ja peleissä minulla on sitä mukana. Sipsit, karkit, limut ynnä muut herkut eivät kuulu treeneihin ja peleihin. Energiajuomat ovat totaalikiellettyjä, urheilujuomat ovat ok.

- Joukkueemme on päihteetön. Olen tietoinen, että päihteiden käytöstä seuraa automaattisesti ilmoitus kotiin ja määrämittainen treeni/pelikielto.

Sitoudun noudattamaan edellä olevia sääntöjä. Jos rikon sääntöjä, hyväksyn seuraamukset. Minut voidaan poistaa treeneistä/peleistä ja minulle voidaan antaa määrämittainen osallistumiskielto kaikkiin joukkueen tapahtumiin. Valmentaja päättää tapahtumakohtaisesti seuraukset sääntörikkomuksista!