

REGULAMIN ZAWODNIKA UKS PRIMERA

1. Na trening staram się przychodzić 10 minut przed zajęciami. Częste spóźnianie się nie pomaga mi w byciu lepszym sportowcem.
2. Przed i po treningu pomagam trenerowi, przynieść bądź zanieść sprzęt sportowy (piłki, tyczki, pachołki, krążki).
4. Napój (wodę) zostawiam poza boiskiem w miejscu do tego wyznaczonym, nie zapominając, że woda jest najlepsza do picia podczas treningu. Spożywam napój tylko za zgodą trenera, w określonych przerwach podczas zajęć.
5. Podczas treningu skupiam się na ćwiczeniach, zabawach i grach, pamiętając, że rozmowa z osobami, które nie uczestniczą w treningu rozprasza mnie i przeszkadza w nim.
6. Będąc na boisku pamiętam, iż ze względów bezpieczeństwa nie wolno dotykać żadnych urządzeń sportowych (np. bramek, trenażerów, płotków) bez zgody trenera.
7. Po treningu nie zostawiam żadnych śmieci po sobie (puste butelki, reklamówki, itp.), tylko wyrzucam je do pojemnika na śmieci.
8. W czasie wolnym na podwórku wykonuje ćwiczenia, które poznałem na treningu, a których nie opanowałem dobrze na zajęciach.
9. Obowiązki szkolne (odrabianie lekcji, itp.) staram się wykonywać jak najlepiej, gdyż mając problemy w nauce nie będę mógł uczestniczyć w treningach oraz w meczach i turniejach.
10. Jeżeli nie jestem pewien odnośnie godziny treningu, meczu, bądź jakiegokolwiek innej sprawy pytam rodziców, a jeśli to nie wystarcza, dzwonię do trenera lub do klubu.
11. Jeżeli źle się czuję bądź odczuwam inne dolegliwości, natychmiast informuję o tym trenera.
12. Będąc zawodnikiem klubu UKS PRIMERA nie używam wulgarnych, obraźliwych słów wobec przeciwników i kolegów, gdyż mam szacunek do siebie i wszystkich osób.
13. W domu, na podwórku i w szkole staram się być grzeczny, wiedząc, że moje zachowanie jest „wizytówką” Naszego Klubu UKS PRIMERA
14. Jeżeli nie będę na treningu, bądź na meczu i turnieju zawsze powiadamiam trenera jak najwcześniej.
15. Dbam o swój sprzęt sportowy (sprzęt meczowy, treningowy, piłki, trenażery, bramki itp.).
16. Będę prowadził (a) prawidłowy tryb odżywiania i pamiętał (a) o nawadnianiu w czasie treningów, meczów czy zawodów.
17. Zobowiązuję się do punktualnego stawiania na zbiórkę przedmeczową (jest to co najmniej pół godziny)

NIE PRZESTRZEGANIE REGULAMINU MOŻE SPOWODOWAĆ NASTĘPUJĄCE KONSEKWENCJE:

1. Trzy upomnienia zawodnika podczas zajęć – skutkują zawieszeniem zawodnika do końca treningu.
2. Nie przyjście na mecz/turniej, bez wcześniejszego usprawiedliwienia skutkuje zawieszeniem na kolejny mecz/turniej.

.....
(podpis zawodnika oraz rodzica/ opiekuna prawnego)

REGULAMIN RODZICA UKS PRIMERA

1. Postaram się dostarczać moje dziecko 10 minut przed treningiem. Opuszczenie rozgrzewki zwiększa ryzyko poniesienia kontuzji.
2. Do 10 dnia bieżącego miesiąca zobowiązuję się do uiszczenia składki członkowskiej według aktualnej stawki w danej grupie bez względu na liczbę obecności na zajęciach. (wyjątkiem jest długotrwała, przewlekła choroba lub kontuzja, o czym należy bezzwłocznie poinformować trenera lub przedstawiciela klubu).
3. Podczas zajęć treningowych nie będę kontaktował się z dzieckiem oraz będę stał (a) w odległości kilkunastu metrów od miejsca treningu.(np. trybuny). Koncentracja dziecka na treningu jest bardzo słaba przy kontakcie z rodzicem i powinna się skupić na trenerze i czynnościach treningowych.
4. Podczas rozgrywania meczu, powstrzymuję się od udzielania wskazówek mojemu dziecku, bo mam zaufanie do trenera prowadzącego. Słowa: "wyjazd", "wywal", "odpal", nie występują w słowniku młodego piłkarza UKS PRIMERA. Unikaj ich.
5. Podczas rozgrywek, turniejów lub meczów kontrolnych jestem zobligowany do kulturalnego dopingu.
6. W czasie rozgrywania meczów powstrzymuje się od komentarzy, krytyki lub innych epitetów w stosunku do rodziców, kibiców i trenera z drużyny przeciwnej oraz sędziów prowadzących mecz.
7. Podczas rozgrywek, turniejów lub meczów kontrolnych przebywam na trybunach po przeciwnej stronie niż trener z zawodnikami /jeżeli warunki na to pozwalają/.
8. Jako rodzic mam prawo w razie wątpliwości, zastrzeżeń co do sposobu prowadzenia drużyny przez trenera do kontaktu z koordynatorem oraz członkami zarządu.
9. Zobowiązuję się do jak najszybszego dostarczenia dokumentów klubowych (deklaracja członkowska, regulaminy, zgody, badania, itp.).
10. O powołaniach na mecze decyduje trenerzy prowadzący daną grupę.
11. Zobowiązuję się w dniu meczu/zawodów do terminowego dostarczenia zawodnika na zbiórkę przedmeczową minimum pół godziny przed meczem.

W SKRAJNYCH PRZYPADKACH NIE STOSOWANIE SIĘ RODZICÓW DO PROCEDUR OKREŚLONYCH W REGULAMINIE, MOŻE SPOWODOWAĆ ZAWIESZENIE ZAWODNIKA W ZAJĘCIACH TRENINGOWYCH.

.....
(data i podpis rodzica / opiekuna prawnego)

