REGOLE DI COMPORTAMENTO PER ATLETI E GENITORI

La pallacanestro è una fantastica disciplina sportiva di squadra. Nel rispetto delle regole si cresce, si gioca e ci si diverte tra amici e compagni: INSIEME.

Far parte di un qualunque gruppo di Asd Basket Basket Venegono significa prendersi l'IMPEGNO di rispettare e tutelare l'intera SQUADRA, attraverso il rispetto delle sottocitate "buone abitudini".

Il Regolamento contiene una serie di regole che hanno l'intento di favorire la realizzazione del progetto socio - educativo e sportivo di Asd Basket Venegono , regole che dovranno essere rigorosamente osservate per evitare in seguito inutili polemiche e incomprensioni, che spesso possono incrinare il rapporto di fiducia tra Soci e Associazione.

NORME GENERALI

Ogni Socio qualunque sia il suo ruolo:

a) Ha il dovere di tenere nei confronti degli altri Soci un atteggiamento di massimo rispetto sia nel linguaggio che nei modi;

b) Durante lo svolgimento delle attività pubbliche, rappresenta Asd Basket Basket Venegono ed è pertanto tenuto ad un comportamento improntato alla massima serietà, correttezza e lealtà.

c) Da ogni ragazzo ci si attende il massimo impegno, entusiasmo e voglia di fare fatica al fine di divertirsi crescendo e migliorandosi;

NORME ED INDICAZIONI COMPORTAMENTALI

Partecipa alle attività dando sempre un senso a ciò che stai facendo. Impegnati sempre in prima persona, senza demandare ad altri le tue responsabilità ed i tuoi compiti. Nessuno ti obbliga a far parte di Asd Basket Basket Venegono; se lo vuoi fare devi avere un'adeguata mentalità sportiva e devi necessariamente impegnarti a rispettare e a far rispettare le seguenti semplici regole:

1. Ogni atleta è tenuto a comportarsi sempre educatamente in ogni occasione, trattando con il dovuto rispetto, tutte le persone che operano all'interno della Associazione. Porgi sempre il tuo saluto a chiunque. Non usare linguaggi scurrili o tanto meno le bestemmie. Rispetta sempre i compagni, gli atti di bullismo saranno pesantemente sanzionati.

2. Nello spogliatoio gli atleti dovranno tenere un comportamento corretto e nel pieno rispetto delle buone regole di educazione sia in casa che in trasferta. E' severamente vietato fumare. Ogni comportamento inadeguato sarà sanzionato e verrà chiesto il risarcimento per eventuali danni.

3. L'Atleta dovrà avere massima cura del materiale tecnico consegnatogli. Per quanto riguarda la divisa da gioco (pantaloncini e canottiera) non dovrà mai in nessun caso utilizzarla in contesti estranei a quelli societari (attività sportive in genere, partitelle con gli amici, ecc.). E' responsabilità dell'atleta controllare il materiale al termine dell'allenamento e/o gara prima di uscire dallo spogliatoio.

4. Per la propria incolumità personale gli atleti non devono portare anelli, orologi e orecchini in genere, sia durante gli allenamenti e/o nelle partite amichevoli e ufficiali.

5. Tutte le attività proposte dall'associazione, (manifestazioni, tornei, riunioni, ecc.), devono essere partecipate, rispettate ed onorate (quindi per cui tutti gli impegni presi dall'associazione vanno portati a termine, fino alla fine).

6. Gli atleti che hanno sottoscritto il tesseramento o iscrizione di durata annuale, salvo diversi accordi con Asd Basket Basket Venegono, non possono firmare un altro tesseramento o iscrizione nella stessa stagione sportiva, pena il deferimento agli Ordini di Giustizia Sportiva della Federazione o degli Enti di Promozione Sportiva a cui l'Associazione è affiliata e con seguenti sanzioni disciplinari.

7. I programmi di allenamento settimanale e il calendario partite, notizie ed informazioni di vario genere sono reperibili attraverso i social network o il sito di Asd Basket Basket Venegono

8. L'Atleta deve curare la Propria salute, assumendo stili di vita consoni alla pratica sportiva (alimentazione, igiene, riposo, ecc. ...). Ricorda che il fumo e l'alcool non solo limitano le tue prestazioni ma ti rovinano l'esistenza per sempre. Droga e doping sono assolutamente in contrasto con la filosofia e la mentalità di Asd Basket Basket Venegono.

9. Per la sola prima squadra Tutto il materiale da gara consegnato a inizio stagione, è concesso solo in uso e va riconsegnato al termine dell'annata sportiva.

ALLENAMENTI

10. Presentarsi all'allenamento sempre puntuali. L'orario che viene comunicato indica l'ora entro la quale dovrete essere pronti ad iniziare l'allenamento, in campo. La puntualità è una forma di rispetto verso le persone che vi seguono e verso i vostri compagni.

11. Portate il massimo rispetto per la palestra, le attrezzature ivi contenute e a chi è preposto alla loro manutenzione. Non fate confusione negli spogliatoi.

12. Non usate, mai, durante gli allenamenti, nessun capo della divisa ufficiale da gara.

13. Le scarpe usate per l'allenamento non vanno usate al di fuori della palestra e devono essere pulite.

14. Ogni atleta è responsabile del materiale messo a disposizione dalla Società, qualsiasi capo smarrito o comunque mancante dovrà essere sostituito a spese dell'atleta.

15. Attendete il vostro turno di allenamento in silenzio, mantenendo un comportamento corretto, e rispettate chi sta facendo allenamento prima di voi.

16. Durante le spiegazioni, ascoltate con la massima attenzione, non parlate con i compagni e mantenete fermi i palloni senza palleggiare.

17. Bere e sedersi, è consentito, solo con il permesso dell'allenatore.

18. Durante l'allenamento o nelle pause non parlate ad amici o parenti che assistono.

19. Al termine dell'allenamento, riponete immediatamente tutti i palloni negli appositi contenitori e sistemate il materiale utilizzato e abbandonate velocemente il campo per favorire l'inizio dell'allenamento del gruppo successivo.

20. Nel caso di sovrapposizioni di gruppi nella stessa palestra, il gruppo a bordo campo, che svolgerà attività di attivazione o di scarico o comunque in autonomia non dovrà in alcun modo essere di disturbo ai gruppi che occupano la palestra: sia che siano di Asd Basket Basket Venegono che di altre società.

ASSENZE

21. Eventuali assenze devono essere comunicate tempestivamente e, in ogni caso, non oltre le ore 13.00 ai propri Allenatori/Istruttori/accompagnatori.

22. Verificate, immediatamente dopo l'allenamento contattando il proprio allenatore, che non siano state effettuate variazioni al programma settimanale.

23. Ricordate che le troppe assenze non aiutano il percorso di crescita insieme al resto della squadra.

IGIENE PERSONALE E SALUTE

24. Al termine dell'allenamento o della partita, fare la doccia negli spogliatoi della palestra in cui si svolgerà l'Attività sportiva.

25. Per evitare malattie trasmissibili dal contatto coi luoghi umidi degli spogliatoi (dermatiti, micosi e verruche), è indicato indossare sempre le ciabatte.

26. Il bello dello sport di squadra è la "vita nello spogliatoio" e nessuno vuole negarlo, ma è bene ricordare che spesso fuori ci sono genitori che aspettano e che hanno anche altre cose da fare, oltre a permettere l'utilizzo dello spogliatoio ad altri gruppi, ecco quindi che la doccia deve essere accurata ma veloce, per consentire un agevole uso dello spogliatoio.

27. Lo stato di abbandono dello spogliatoio deve essere misurato a come lo si vorrebbe trovare: non abbandonare una cartaccia o bottiglia per terra è certamente un gesto di rispetto verso se stessi e verso gli altri.

28. Ogni giocatore è responsabile del proprio stato di salute, e restare in buona salute permetterà un'attività costante e prolungata: permettendo, così, grandi soddisfazioni personali.

29. L'alimentazione è molto importante, prima di un impegno sportivo, poiché fornisce il giusto sostentamento all'attività stessa; fai attenzione perchè non tutti i cibi sono uguali e i tempi sono altrettanto importanti. Prima di ogni attività sportiva: • mangiare in anticipo di un paio d'ore; • consumare cibi a base di carboidrati ed evitare le proteine.

30. Prevenire i malanni della brutta stagione: • vestire adeguatamente; • asciugare i capelli dopo la doccia e coprire la testa quando uscite dalla palestra; • non scambiare borracce o bottiglie.

PARTITE

31. Assicuratevi che il documento di identità sia in possesso della Società e che il materiale messo a disposizione sia perfettamente in ordine e completo; preoccupatevi di rientrarne in possesso al termine di ogni partita.

32. Nel rispetto di tutti i componenti della squadra è importante arrivare sul luogo prefissato all'ora comunicata dall'Allenatore/Istruttore/accompagnatore , ed è cosa gradita ricevere tempestivamente un avviso in caso contrario.

33. Dal momento che si entra nello spogliatoio inizia l'Attività della Squadra, per cui si esce dallo spogliatoio per entrare in campo, insieme ai propri compagni. L'attenzione e la concentrazione, durante la partita, non è richiesta solamente ai giocatori impegnati in campo, ma è pretesa da tutti quanti gli elementi della squadra: quindi, anche quelli seduti in panchina dovranno essere pronti in qualsiasi momento ad entrare in campo e partecipare attivamente, incoraggiando e incitando i compagni.

34. Durante una sostituzione, spronare il compagno che entra in campo, e comunicargli l'uomo da marcare.

35. Il comportamento dei Giovani Giocatori di Asd Basket Basket Venegono sarà sempre contraddistinto dal Fair Play: fondato sul principio generale del rispetto, della solidarietà, della correttezza nei confronti dei Compagni, degli Avversari, dell'Arbitro e del Pubblico.

GITE E TORNEI SCOLASTICI

36. In previsione di gite ed attività extra scolastiche è buona norma informare con largo anticipo l'allenatore/istruttore. E' fatto assoluto divieto di partecipare ad allenamenti e/o tornei presso altre società o qualsivoglia organizzazione, senza il nulla-osta della Asd Basket Basket Venegono

STUDIO

37. Prefissate le priorità di ogni giovane, un ruolo di grandissima importanza sarà il rendimento scolastico. Occorrerà organizzare il proprio tempo per riuscire a vivere al meglio la vita famigliare, gestire gli spazi dedicati allo studio e al tempo stesso non compromettere le attività della propria squadra, evitando di saltare allenamenti o altri eventi programmati in tempo utile.

PER I GENITORI

L'esperienza di tanti anni in palestra ci insegna che i genitori sono parte attiva del progetto e quanto sia importante il loro coinvolgimento: "attivo" e "propositivo". 'Remando' nella stessa direzione della società sarà possibile crescere giorno dopo giorno e con grande slancio, ma come in ogni squadra di canottaggio servono regole per muovere l'imbarcazione più veloce delle altre. Prendete a cuore le seguenti direttive che la società si impegnerà a far rispettare:

a. aiutare gli allenatori e i dirigenti di Asd Basket Basket Venegono, al rispetto del sopra indicato regolamento, sarà di grande importanza nel percorso educativo dei vostri figli;

b. vivere l'Attività Sportiva del proprio figlio con entusiasmo, è molto importante;

c. avere un dialogo con l'allenatore del gruppo del proprio figlio: l'allenatore/istruttore sarà sicuramente a vostra disposizione ogni volta che lo si ritiene opportuno. Avere dei chiarimenti nel rispetto reciproco dei ruoli, dei modi e dei tempi aiuta a capire cosa si sta facendo in palestra;

d. l'attività sportiva non deve essere un mezzo coercitivo nell'educazione dei propri figli: di conseguenza non è corretto utilizzare il ricatto dell'allenamento per ottenere il rispetto delle regole famigliari. Se tutti utilizzassero la pallacanestro come mezzo repressivo probabilmente il gruppo non sarebbe mai al completo durante gli allenamenti settimanali;

e. assumere un atteggiamento sempre positivo nei confronti di tutti i (compresi gli avversari), degli allenatori e dell'arbitro; non cedere a provocazioni di genitori scorretti che ignorano l'importanza del "buon esempio" degli Sportivi e dei loro Genitori;

f. mantenere silenzio e non rumoreggiare con "chiacchiericcio" durante lo svolgimento degli allenamenti e ricordarsi di impostare il cellulare in modalità silenziosa per coloro che vogliono assistere agli allenamenti al fine di non recare disturbo ai giocatori e agli allenatori/istruttori: è importante mantenere alto il livello di concentrazione del gruppo;

g. non parlare con i ragazzi durante lo svolgimento degli allenamenti, in caso di emergenze sarà possibile parlare con l'assistente del gruppo per sottoporre la problematica e nel caso di grave urgenza si disturberà il giocatore;

h. non parlare con i ragazzi durante lo svolgimento delle partita (a partire dal riscaldamento) né per comunicazioni personali né per suggerimenti tecnico o tattici. Il gioco è un momento di grande dinamismo (indifferentemente dall'età e dalle capacità) e ogni intervento esterno sui giocatori (oltre ai compagni ed allo staff che segue la squadra) è motivo di grande confusione.

PROVVEDIMENTI DISCIPLINARI / SANZIONI

Chiunque non dovesse osservare i principi e le norme presenti nel presente Regolamento potrebbe incorrere in provvedimenti disciplinari che andrebbero dalla sanzione pecuniaria, al richiamo scritto, alla sospensione dagli allenamenti, all'allontanamento dalla squadra e/o al definitivo allontanamento dall'Associazione.

Per la sola DR1 in caso di ammende alla società per espulsioni del giocatore durante le partite , la società provvederà a trattenere sul compenso mensile il 25 % della sanzione .

In caso di tecnici la sanzione è definita dalla squadra .

RESPONSABILITA'

Asd Basket Basket Venegono declina ogni responsabilità per eventuali incidenti, furti o danni subiti all'interno degli impianti sportivi per comportamenti che vanno oltre all'attività sportiva e i responsabili saranno chiamati a risarcire eventuali danni recati oltre a subire i provvedimenti disciplinari sanzionati dalla società senza ulteriori motivi di polemica e discussione.

Grazie e buon lavoro a tutti coloro che condividono con noi i nostri ideali.

ASD BASKET VENEGONO