

# Sportief jeugdcharter volleybalclub FH Nijlen

FH Nijlen wil als volleybalclub een vereniging zijn waar iedereen op zijn/haar niveau kan komen sporten. Zowel de competitieve sporters als de meer recreatieve spelers trachten we een aangenaam seizoen te bezorgen.

Volleybal is een ploegsport, niet alleen de individuele sporter is van belang maar ook de ploeg. Daarom is het toch belangrijk om enkele afspraken te maken.

## Algemeen

- ✓ Roken is verboden in de sporthal, kleedkamers en cafetaria.
- ✓ Alcoholgebruik en gebruik van glazen flesjes is verboden in de sporthal en kleedkamers.
- ✓ Lidgeld wordt tijdig betaald.
- ✓ Er wordt steeds op een beleefde, correcte en sportieve manier omgegaan met medespelers, tegenspelers, trainers, coaches, scheidsrechters en supporters.
- ✓ Pestgedrag wordt niet toegestaan
- ✓ GSM-gebruik is verboden tijdens trainingen en wedstrijden.

## Trainingen

- ✓ De spelers zorgen ervoor tijdig aanwezig te zijn. Wie toch te laat komt, meldt zich eerst bij de trainer alvorens deel te nemen aan de training.
- ✓ Intapen, andere verzorging en toiletbezoek gebeuren voor de training.
- ✓ Er wordt niet getraind met sportschoenen van buiten, enkel propere sportschoenen zijn toegelaten.
- ✓ Tijdens de training worden er geen kettingen, oorbellen, horloges of andere sieraden gedragen.
- ✓ Kauwgom is verboden tijdens de training
- ✓ Lang haar wordt in een staart bijeengehouden zodat dit niet hindert tijdens training.
- ✓ Na de training worden lege flesjes in de vuilbak gedaan of terug meegenomen.
- ✓ Als je niet komt trainen meld je dit tijdig aan de trainer. (niet aan een medespeler)
- ✓ Je verlaat de training niet zonder toestemming van de trainer.
- ✓ Op trainingen toon je respect voor de trainer/medespelers door te luisteren/kijken tijdens uitleg/demonstratie.
- ✓ Je behandelt al het materiaal met het nodige respect.

- ✓ Volleyballen zijn geen voetballen.
- ✓ Je traint steeds met volle inzet, je toont dat je wilt beter worden. Je gedrag bepaalt ook mee de training voor de medespelers/trainer.
- ✓ Je zoekt geen contact met personen buiten je ploeg tijdens de training.
- ✓ Enkel water en sportdrank zijn toegestaan. (Geen frisdrank)
- ✓ Bij een blessure kom je indien mogelijk toch naar de training kijken, of in beperkte mate deelnemen. Dit in overleg met je trainer.
- ✓ Na de training wordt er aangeraden om te douchen.
- ✓ Elke trainer kan eventueel bijkomende afspraken maken met zijn ploeg

## Wedstrijden

- ✓ In het begin van het seizoen krijgt iedereen een kalender, je houdt deze zelf mee in het oog. De coach deelt mee waar/wanneer je aanwezig dient te zijn voor de wedstrijden.
- ✓ Je zorgt ervoor steeds tijdig aanwezig te zijn.
- ✓ Voor uitwedstrijden wordt het vertrek uur op voorhand afgesproken.
- ✓ Als je met een wedstrijd niet kan meedoen, laat je dit zo snel mogelijk weten aan de coach! Het is aangeraden om deze kalender bij aanvang van het seizoen meteen te overlopen op eventuele vakanties, feesten en dergelijke.
- ✓ Je zorgt ervoor steeds je volledige wedstrijdtruiting bij te hebben.
- ✓ Het wedstrijdtruitje krijg je ter beschikking voor 1 seizoen. Deze blijft eigendom van FH Nijlen, draag er dus zorg voor zodat dit het seizoen erna opnieuw gebruikt kan worden.
- ✓ GSM's, portefeuilles en andere waardevolle voorwerpen worden niet achtergelaten in de kleedkamer maar meegenomen in de sportzak of overhandigt aan de coach/ouders.
- ✓ Tijdens een time-out verzamelen alle spelers zich rond de coach en luisteren aandachtig.
- ✓ Alleen de ploegkapitein mag met de SR spreken.
- ✓ Ook de spelers die niet op het plein staan volgen de wedstrijd. Er worden geen gesprekken over andere onderwerpen gevoerd. De spelers moedigen mee aan en staan klaar om indien nodig in te vallen.
- ✓ Na de wedstrijd geven alle spelers de tegenpartij en scheidsrechter een hand.
- ✓ Na de wedstrijd wordt er aangeraden om te douchen
- ✓ Indien een speler door een andere ploeg gevraagd wordt om mee te gaan, gebeurt dit steeds in overleg met de trainer.

Iedereen die aanwezig is op training en inzet toont, zal speelkansen krijgen tijdens de competitiewedstrijden. Kampioen spelen met een jeugd ploeg is uiteraard fijn maar mag geen doel op zich zijn. Spelvreugde creëren voor alle speelsters moet dit wel zijn, en dit kan alleen door iedereen te laten spelen.

Tijdens bekerwedstrijden is het doel om zo ver mogelijk te geraken. Deze wedstrijden zijn belangrijk voor de uitstraling van de club en geven de kans om te meten met de sterkere ploegen. Hier kan het dus zijn dat alleen de 'betere' spelers zullen meespelen.

## Trainers/coaches

- ✓ Als trainer/coach heb je een voorbeeldfunctie naar de spelers toe.
- ✓ Je zorgt ervoor steeds tijdig aanwezig te zijn in de sporthal.
- ✓ Als er nieuwe spelers zijn, worden de nodige gegevens doorgegeven aan het secretariaat.
- ✓ Je moedigt gekwetste spelers aan om toch naar de training te komen kijken en eventueel laat je hen in beperkte mate deelnemen.
- ✓ Heeft tijdens de wedstrijd aandacht voor de spelers op het plein maar ook naast het plein.
- ✓ Doet zijn best om zijn spelers gemotiveerd te laten trainen en spelen.
- ✓ Zorgt voor een duidelijke communicatie met de ouders/spelers i.v.m. trainingen en wedstrijden.

## Ouders

- ✓ Supporteren voor de ploeg en niet alleen voor het eigen kind
- ✓ Supporteren voor een ploeg en niet tegen een ploeg
- ✓ Tonen respect voor de scheidsrechter, trainers/coaches en spelers
- ✓ Zijn er om te supporteren niet om te coachen
- ✓ Zorgen ervoor dat hun kind steeds tijdig aanwezig is in de sporthal voor trainingen/wedstrijden
- ✓ Zorgen ervoor dat bij wedstrijden op verplaatsing ze zelf meerijden of hun kind kan meerijden
- ✓ Bij opmerkingen of problemen spreken ze de trainer/coach persoonlijk aan op een beleefde en correcte manier