



## Verwachtingen van onze jeugdspelers

### Algemeen:

Je toont altijd respect voor medespelers, leiders en trainers, voor de tegenstander, de scheidsrechter en het materiaal dat je gebruikt.

Discriminatie, schelden, grof taalgebruik, treiteren, pesten, irriteren of kwetsen van wie dan ook wordt binnen Sporting H.A.C. niet geaccepteerd. Indien het toch voorkomt zal dit door de club per geval worden bekeken en kan eventueel sancties tot gevolg hebben.

Je neemt deel aan alle trainingen en wedstrijden en meldt je tijdig af bij trainer en/of leider als niet aan een training of wedstrijd kan worden deelgenomen.

Je geeft 100% inzet en probeert positief gedrag van anderen te stimuleren (bijvoorbeeld door het geven van een compliment). Dit zal door medespelers of begeleiding worden gewaardeerd!

Je meldt aan leider, trainer of andere vertegenwoordiger van de vereniging als iets kapot of verloren is gegaan.

Je laat geen waardevolle spullen achter in de kleedkamer en neemt deze ook niet mee naar het veld, maar geeft deze in bewaring bij trainer, begeleider of kantinepersoneel.

Sport en roken/alcoholische dranken verdragen elkaar niet; daarom is roken/drinken van alcoholische dranken tijdens alle jeugdwedstrijden en trainingen een niet gewenst gedrag.

### Regels bij het trainen:

Als je een keer niet kunt trainen, meld je je uiterlijk 1 uur voor de training met duidelijke reden af bij de trainer. Afmelden doe je bij voorkeur zelf via de telefoon of laat je doen door je ouders. De exacte invulling hiervan wordt in het begin van seizoen per team afgesproken met de trainers/leiders.

Bij aankomst op de training zet je je tas in het kleedlokaal en je gaat direct naar het trainingsveld. Je blijft dus niet hangen in het kleedlokaal en zorgt dat je tussen de 10 en 5 minuten vóór aanvang van de training op het veld staat!

In het kleedlokaal komen alleen spelers en trainers (een uitzondering geldt voor ouders/verzorgers van de leeftijdscategorieën tot en met JO8).

Bij een training met vervoer kom je op gewone schoenen naar het sportpark zodat je niet met je voetbalschoenen in de auto zit.

Tijdens de training is het niet de bedoeling om naar de WC te gaan; Zorg dat je vooraf even gaat of ophoudt tot na de training.

Bij trainingen zijn scheenbeschermers verplicht en draagt iedereen gepaste sportkleding.

Tijdens de wintertijd (eind oktober tot eind maart) begint iedereen de training in gepaste kleding (trainingspak). Afhankelijk van de temperatuur bepaalt de trainer of hier van afgeweken wordt.

Als de trainer (of teamspeler) praat, zijn de anderen stil en luisteren.

Op een training neem je een actieve houding aan; dus geen handen in de zakken, niet op de grond of op de bal gaan zitten en niet in de netten van de goal gaan hangen!

Na de training helpt iedereen met het opruimen van de spullen

De voetbalschoenen worden buiten zuiver gemaakt op de borstels bij de ingang van de kleedlokalen en niet in de kleedkamers.

De kleedlokalen worden opgeruimd en droog getrokken achter gelaten, de trainer zal dit controleren.

Regels bij de wedstrijden:

Als je tijdens een wedstrijd niet kunt komen, meld je je 1 week van tevoren met duidelijke reden af bij de leider. Als je ziek bent geef je dat zo snel mogelijk door. Afmelden doe je bij voorkeur zelf of laat je doen door je ouders. De exacte invulling hiervan wordt in het begin van seizoen per team afgesproken met de trainers/leiders.

Als je te laat komt of je niet hebt afgemeld voor een wedstrijd, begin je in principe als reserve. Per team kunnen er extra afspraken worden gemaakt over reservebeurten; dit wordt dan natuurlijk aan team (en ouders) gecommuniceerd.

In het kleedlokaal komen alleen spelers en leiders (een uitzondering geldt voor ouders/verzorgers van de leeftijdscategorieën tot en met JO8).

Bij een uitwedstrijd kom je op gewone schoenen naar het sportpark zodat je niet met je voetbalschoenen in andermans auto zit.

Als de leider (of medespeler) praat, zijn de spelers stil en luisteren.

Je zorgt dat je tenue in orde is. Dus altijd voetbalschoenen, scheenbeschermers, sokken en broek zoals uitgegeven.

Tijdens de wintertijd doe je de warming-up in een trainingsjack. Je hebt bij alle wedstrijden ook buiten de winterperiode je trainingsjack in je tas.

Na het omkleden ga je als team het veld op en begin je aan de warming-up volgens de gegeven richtlijnen van goede warming up.

Voor de wedstrijd geef je de tegenstander een hand en wenst hem/haar een prettige wedstrijd.

De reservespelers zitten tijdens de wedstrijd in de dug-out, of zijn in de omgeving van de leider. In de dug-out zitten alleen reservespelers en leiders.

Tijdens de wedstrijd zijn de scheidsrechter (en grensrechters) de baas.

Je volgt onder de wedstrijd de aanwijzingen van de leiders en positieve coaching van de medespelers (en niet die van het publiek).

Mocht je rare opmerkingen horen uit het publiek meldt dit dan aan je leider, deze kan dan het publiek hierop aanspreken. Dit geldt ook wanneer publiek niet achter de omheining staat.

Na de wedstrijd geef je de tegenstander en de scheidsrechter een hand en gaat iedereen douchen.

De voetbalschoenen worden buiten zuiver gemaakt op de borstels bij de ingang van de kleedlokalen.

De kleedlokalen worden opgeruimd en droog getrokken achter gelaten, ook dat van de tegenstander. De leider zal dit controleren.