

REGOLE di COMPORTAMENTO dell'ATLETA dell'A.S.D. ROTELLISTICA APUANA

Lo sport deve accostarsi alla dimensione ludica tipica della natura del bambino e in questo progetto i genitori devono essere degli alleati valorizzando più gli aspetti etici insiti nella pratica sportiva piuttosto che vedere nel proprio figlio un piccolo campione.

Nella nostra scuola di pattinaggio i bambini trovano un ambiente in cui poter misurarsi in un sano agonismo e imparare attraverso lo sport le regole del vivere comune.

Nella nostra programmazione tecnico-didattica vengono definiti obiettivi relativi sia alla qualificazione tecnica, sia alla formazione di un bambino capace di superare le avversità, di accettare le delusioni, di rispettare gli altri e di sapersi valutare serenamente; finalità ed obiettivi che, per essere perseguiti e realizzati, richiedono la collaborazione di tutti gli interessati: atleti, istruttori, dirigenti e genitori.

Siamo convinti che solo l'azione congiunta e coerente di queste forze potrà aiutare l'atleta nel raggiungimento degli obiettivi precedentemente concordati, fissati ed aspirati.

Le norme comportamentali di seguito riportate richiamano sul piano della concretezza quotidiana i principi generali formativi legati alla pratica sportiva in generale e del pattinaggio in particolare.

Ai genitori si chiede:

Condivisione sulla linea di principio ed un contributo costruttivo per la parte che loro compete.

Puntualità nel pagamento dell'iscrizione, delle mensilità e di ogni altro contributo concordato.

Ai tesserati dell'A.S.D. Rotellistica Apuana viene richiesto di:

In generale:

Essere sempre leali, corretti ed educati nei rapporti con compagni, avversari, tecnici, dirigenti e giudici

Utilizzare il materiale, i mezzi e le strutture a disposizione con il massimo rispetto, cura e diligenza.

Rispettare il presente regolamento, le elementari regole di vita comune, gli orari stabiliti per gli allenamenti, i ritrovi per le gare, gli stage le esibizioni e quant'altro previsto. Se impossibilitati, avvisare con congruo anticipo il tecnico.

Divertirsi, onorare al meglio delle proprie possibilità gli impegni presi e rispettare il tecnico e le sue decisioni.

In particolare:

PRIMA DELL'ALLENAMENTO

Presentarsi agli allenamenti puliti e profumati con qualche minuto di anticipo rispetto all'orario stabilito.

Salutare i compagni, i tecnici, gli addetti alla struttura.

Rispettare i compagni ed i nuovi atleti ed i loro oggetti personali

Indossare esclusivamente l'abbigliamento consono richiesto dalla Società.

Curare il proprio abbigliamento sportivo, imparando a preparare, da soli e scrupolosamente, la borsa con tutto il materiale necessario per l'allenamento:

pattini, ruote, cuscinetti, dadi ruote e piastra, freni, chiavi per cambio ruote e freni, estraattore, stringhe di riserva, asciugamano, scarpe da ginnastica - se richieste -, calzini, calze, copripattini, tutino o gonnellino, maglietta, felpa, tuta, guanti e berretto di lana o fascia o paraorecchie - se richiesto dalla stagione e dalle condizioni climatiche ed allenamenti all'aperto.

Occuparsi della manutenzione dei propri pattini, controllare che siano sempre in buono stato ed idonei all'uso.

Saper gestire tutto il proprio materiale ed abbigliamento e lasciare ordinato lo spogliatoio o lo spazio appositamente dedicato.

DURANTE L'ALLENAMENTO

Distinguere fra il momento da dedicare all'attenzione ad all'impegno e quello in cui si può allentare la concentrazione.

Partecipare all'allenamento in modo collaborativo e propositivo.

DOPO L'ALLENAMENTO

Non dimenticare indumenti personali nello spogliatoio o nello spazio appositamente dedicato.

Ritirare e consegnare l'abbigliamento dimenticato dai compagni agli stessi o all'allenatore presente.

Porgere il saluto a compagni, tecnici, dirigenti, addetti alla struttura.

Informarsi direttamente dall'allenatore su eventuali cambi di programma degli allenamenti o dell'orario o del luogo di ritrovo degli allenamenti, degli stage, delle gare, delle esibizioni o quant'altro.

Giunti a casa fare sempre la doccia.

Risistemare e aerare il materiale usato per l'allenamento, con particolare attenzione ai pattini; queste operazioni devono essere fatte – gradualmente - dall'atleta, i genitori sono pregati di collaborare solo durante la fase iniziale di apprendimento, favorendo un progressivo sviluppo dell'autonomia.

Aggiornarsi attraverso i canali informativi predisposti dalla Società su eventuali cambi di programma degli allenamenti o dell'orario o del luogo di ritrovo degli allenamenti, degli stage, delle gare, delle esibizioni o quant'altro: facebook, sms, telefonate, mail.

PRIMA DELLA GARA

Presentarsi nel luogo stabilito per il ritrovo all'orario concordato.

Presentarsi in divisa di rappresentanza della Società e con il materiale da gara in ordine, in particolare:

- borsa della Società;
- pattini puliti e funzionali: ruote idonee alla pista, cuscinetti puliti ed oliati, freni idonei all'uso, stringhe non usurate, dadi di tenuta piastra/scarpa ben avvitati;
- materiale di ricambio per evitare problemi logistici indesiderati e destabilizzanti per la concentrazione necessaria alla gara: ruote idonee alla pista, cuscinetti, freni, dadi e stringhe;
- chiavi ed estrattore;
- tutino, gonnellino, maglietta rappresentativi della Società;
- tutino/i di gara;
- calzini, calze, copripattini idonei all'uso e relativi ricambi;
- asciugamano da usare in pista e fuori pista all'occorrenza;
- cd di riserva;
- eventuali trucchi, elastici, mollette ed ogni altro accessorio concordato con l'allenatore
- asciugamano, sapone/bagnoschiama, salviette, crema, deodorante e fazzoletti.

* * *

Prepararsi alla gara concentrandosi:

- durante la fase di riscaldamento concordato con l'allenatore;
- prima di entrare in pista per la prova ufficiale e/o non ufficiale;
- prima di entrare in gara.

Non considerare la gara come una prestazione che possa generare ansia, affrontarla con impegno e serenità.

Accettare e rispettare le decisioni dell'allenatore o eventualmente concordarle.

DURANTE LA PROVA-PISTA

Ascoltare le indicazioni dell'allenatore.

Mantenere la calma e la concentrazione.

Ottimizzare il tempo a disposizione.

DURANTE LA GARA

Saper mantenere un controllo emotivo nei diversi momenti della gara.

DOPO LA GARA

Lavarsi e struccarsi con sapone/bagnoschioma ed acqua, se c'è la disponibilità, in alternativa usare salviette apposite, darsi crema e deodorante e apporre un filo di trucco per la premiazione e le foto successive.

Indossare la divisa e/o tutino rappresentativi della Società.

Riporre ordinatamente l'abbigliamento e tutto il materiale che l'atleta ha portato con sé.

Rispettare in via assoluta le strutture (spogliatoio, doccia, bagni).

DURANTE LA PREMIAZIONE

Mantenere un comportamento improntato alla sportività, alla lealtà, alla correttezza gestuale e verbale nei confronti dei compagni, dei tecnici, dei giudici, degli avversari e del pubblico.

DOPO LA PREMIAZIONE

Non dimenticare indumenti personali nello spogliatoio.

Ritirare e consegnare l'abbigliamento dimenticato dai compagni agli stessi, se sono già andati via, consegnarli all'allenatore presente.

Rispettare in via assoluta le strutture (spogliatoio, doccia, bagni).

Salutare l'allenatore, i compagni, i dirigenti, gli avversari, indipendentemente dagli esiti della gara.

Si ricorda che quanto sopra vale anche per gli stage, le esibizioni e quant'altro organizzato dalla Società o a cui la società ha deciso di partecipare.

Lo Società

Lo staff Tecnico