



Förhållningsregler på match, cup, sammandrag, träningsläger, lagaktiviteter och träningar

För att alla ska ha roligt och känna att de utvecklas på träningarna är det viktigt att vi alla följer gemensamt uppsatta regler.

Grundregeln är att vi alla följer RIK:s värdegrund, bryter man mot värdegrunden kan man få en varning. Efter tre varningar får man ett rött kort. Vid rött kort får man stå över en träning och vid nästa träningstillfälle måste en förälder medverka under hela träningspasset. Löser sig inte problemet då, får en individuell handlingsplan utarbetas tillsammans med barnet/föräldrarna och respektive tränare eller så kan barnet tvingas sluta idrotta i RIK.

Alla regler är till för att vi tillsammans ska ha en fin verksamhet för alla.

Regler:

1. Vi passar tiderna
2. Vi är bra kompisar & respekterar varandra! Vi är positiva och undviker ALLA elaka kommentarer som exempelvis: *"va dåligt, du är värdelös"* etc... Sådan handling leder direkt till en varning!
3. Vi hjälper varandra med instruktioner, beröm, push och hejarop.
4. Vi lyssnar på ledarna och följer instruktioner. Man går inte iväg och gör annat.
5. Som aktiva är vi med på det som planerats av ledarna.
6. Om en övning upplevs svår, försök så gått det går. Ingen kan något första gången man testar. Kom ihåg att träning ger färdighet.
7. Våga ta i och kämpa. Det viktigaste är att man utvecklas och har roligt, inte att man vinner.
8. Förrådet är ingen lekplats, utan nyttjas främst av ledarna.
9. Är du skadad eller sjuk stannar du hemma, eller deltar vid sidan av träningen som medhjälpare eller hejarklack.
10. Säg till din tränare eller annan vuxen direkt om ett problem uppstår.