

Värdegrund och riktlinjer

C4-gymnasterna

1. Vi ger utövarna möjlighet att uppleva glädje och gemenskap i gymnastiken.

Detta gör vi genom att: Se och uppmärksamma alla unika gymnaster. Ha gemensamma aktiviteter på och utanför gymnastiken

2. Vi underlättar individernas utveckling med utgångspunkt i den enskilda utövarens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.

Det gör vi genom att: Ha god dialog ledare-gymnast. Anpassa träningen utifrån gymnastens individuella behov. Ge tränare möjlighet till fortbildning.

Tävling: Se och lyssna till gymnastens individuella behov och förutsättningar och tillsammans sätta upp individuella mål i syfte att främja fortsatt utveckling.

3. Vi är goda förebilder.

Detta är vi genom att: Ledare och styrelse bemöter gymnaster, föräldrar och varandra med respekt. Ledare bemöter gymnaster så som de önskar att själva bli bemötta, genom att komma i tid och sprida glädje. Vidare ska ledare vara lyhörda, positiva och engagerade.

Ledaren använder bara mobil vid behov och kommer med träningskläder.

Tävling: Representerar föreningen på tävling på ett föredömligt sätt.

4. Vi respekterar allas lika värde.

Detta gör vi genom att: Se och lyssna på varje gymnast och skapa förutsättningar för att alla ska kunna delta i aktiviteter. Vi har även nolltolerans mot kränkningar.

5. Vi respekterar utövarnas personliga integritet.

Detta gör vi genom att: Ha en dialog med gymnasten om varför man gör som man gör. Respekterar allas olika personligheter och förutsättningar.

6. Vi bidrar till utövarnas utveckling genom att på olika sätt göra dem delaktiga i beslut som rör deras träning och tävling, samt skapar en miljö där individen reflekterar och tar eget ansvar.

Detta gör vi genom att: Bjuda in till att vara med i beslut. Stötta och motivera gymnasten. Ha dialog med gymnasten.

7. Vi ansvarar för utövarnas personliga säkerhet i samband med gymnastikverksamhet.

Detta gör vi genom att: Erbjuder ledare utbildning i bland annat HLR och skador. Har en sjukvårdsväska på plats vid varje träningstillfälle och ser till att denna är uppdaterad. Har gemensamma regler i hallen. Har förebyggande träning i syfte att främja en sund och skadefri utveckling. Tydliga instruktioner vid övningar.

8. Vi ansvarar för utövarnas hälsa och välmående i samband med gymnastikverksamhet.

Detta gör vi genom att: Ha regler för när man inte får träna och har dialog med föräldrar vid oro.