

## Regler NGIS P-11

—

### **Hej bästa spelare och föräldrar!**

Att vara med i ett lag kan vara utmanande och det är mycket som vi måste tänka på för att alla ska kunna trivas och känna att man är en del av laget.

Alla i ett lag är lika viktiga.

Därför har vi tänkt att vi ska ha några grundregler. Läs reglerna tillsammans med era barn och prata gärna om dem.

### **Spelare**

- Visa respekt mot tränare, lagkamrater och föräldrar (detta gäller även andra lag vid match, poolspel, osv).
- Lyssna när dina tränare eller kamrater pratar.
- Vi ger bara positiva kommentarer till våra lagkamrater. Ge råd och energi.
- Man följer tränarens instruktioner och inget annat. Om något känns fel kom gärna och prata med någon av tränarna.
- Respektera lagindelningen.
- Man gör alltid sitt bästa på träningen.

### **Det är förbjudet att.**

- Kasta utrustningen ex. vattenflaska eller handskar.
- Slå, Sparka eller skada dina lagkamrater med flit.
- Göra annat när tränarna pratar eller under träningsövningar.
- Svära/skrika till tränarna, lagkamrater, föräldrar eller domare.
- Säga negativa kommentarer till lagkamrater och motspelare under träning eller match, vi uppmuntrar och ger råd.

### **Om man inte håller sig till reglerna kan det bli följande konsekvenser.**

#### **På träning.**

- Tillsägelse/Varning som kan leda att man får sitta vid sidan en del av träningen.
- Avstängning från kommande match.
- Avstängning från träningen

#### **På Match**

- Stå över ett byte.
- Stå över resten av halvleken.
- Stå över resten av matchen.
- Stå över kommande match.

## **Föräldrar**

Vi är glada att få möjligheten att träna ditt barn, som förälder har du en viktig roll att spela, både för ditt barn och för laget. Det finns även regler som förväntas följas.

- Du förväntas att ställa upp i lagets aktiviteter och kunna hjälpa till i dem.
  - Du förväntas att prata och förklara för ditt barn om ovanstående regler.
  - Hjälpa till och göra sitt bästa på lagets försäljningar/insamlingar.
  - Du får gärna uppmuntra vid träning och match (Heja NGIS, Bra jobbat) men **lämna instruktionerna till tränarna (Skiut, passa)** detta kan förvirra barnen.
  - Du ansvarar för att anmäla om ditt barn kommer/inte kommer till träning/match.
- Det är extra viktigt vid match, är inte ditt barn anmält men dyker upp ändå finns det möjlighet att någon annan tilldelats hans plats. Detta leder till att barnet inte får delta i den matchen.

Anmälningar görs via Laget (saknar man inlogg prata med en Ledare så får ni hjälp).

### Kläder

Benskydd och vattenflaska är obligatorisk (spelaren ansvarar själv för sin vattenflaska). Fotbollsskor är inte obligatorisk vid de första träningarna men därefter ska alla ha fotbollsskor.

Man kommer alltid till träningen med rena kläder för allas trivsel.

Extra noga den kalla delen av året att man anpassar kläderna efter vädret.

## **Tränare**

- Tränarna ska behandla spelare och föräldrar med respekt.
- Tränarna ansvarar för att se till att reglerna hålls under träning/match.
- Tränarna ansvarar för innehåll och planering av träningar.
- Tränarna ansvarar för att det alltid finns någon på plats under träning/match.
- Tränarna ansvarar för att alla barn ska känna sig rätt behandlade och tillhörande i laget.
- Tränarna ansvarar för att det ska finnas aktiviteter såsom poolspel, cuper, träningsmatcher mm.
- Tränarna ansvarar för att lyssna, ta del och förstå vad barnen säger samt låta dem medverka i lagets planeringar/beslut.
- Tränarna ansvarar för att det ska finnas utrustning på träningar såsom bollar, koner, mm. Även för att det ska finnas matchställ på alla matcher för alla barn.

Tack för att ni har läst och tack för att du är en del av vårt lag.

MVH

Tränarna.