



Regler for spillere, trenere og lagledere i IL Jutul fotball

Klubbens regler som er felles for alle lag

- 1) Vi møter til riktig tid, til riktig sted og med riktig utstyr, og vi gir beskjed i god tid dersom vi ikke kommer på trening eller kamp.
- 2) Vi er stille og følger med når trenerne blåser i fløyta og gir beskjeder, og vi rekker opp hånda når vi skal si noe.
- 3) Vi trener og spiller kamper med godt fokus, god disiplin og godt humør.
- 4) Vi vinner og taper sammen som et lag, og vi gleder oss alltid over lagets og andres prestasjoner.
- 5) Vi følger prinsippet om Fair Play, og vi viser respekt og omsorg for hverandre.
- 6) Vi hjelper til med å rydde utstyr, og vi tar med oss alt søppel fra banen og garderoben uansett hvor vi trener og spiller kamper.
- 7) Under trening og kamper i barnefotballen må en voksen, eller barn i følge med voksen, hente baller som triller nedover veien mot hovedveien.

Forslag på regler som dere kan velge for deres lag/årskull i tillegg til de ovenfor

- Vi hilser på hverandre før og etter trening og kamper
- Vi er støttende og hjelpsomme, og unngår negative kommentarer og kroppsspråk
- Vi henter ballen med en gang når vi skyter den bort (NB! Husk punkt nr. 7)
- Vi legger igjen mobilen hjemme eller i bagen
- Vi tar korte, men effektive drikkepauser uten å bable om alt mulig annet
- Vi er opptatt av å øve, og vi trenger ikke å vinne for å være flink
- Vi tenker gjennom egen innsats på trening, kamp og som lagvenn/lagvenninne
- Vi lar trenerne bestemme hvem som skal spille på samme lag
- Vi knyter skoene godt slik at lissene ikke går opp under kamp og trening
- Det er ikke lov til å si at en ikke vil spille på samme lag som andre spillere
- Vi ønsker å bli litt bedre på hver trening – litt er mye!

Konsekvenser for brudd på regler

Før 10-års alder er det viktig med mest mulig hygge og positiv feedback. Fra 10-års alder begynner spillerne å få et bevisst forhold til oppmøte – fokus – oppførsel, og de er veldig opptatt av rettferdighet. Samtidig lever ikke fotballen i et vakuum, men er en del av en generell samfunnsstruktur. Vi har derfor en viktig rolle innenfor oppdragelse og sosialisering. Følgelig ønsker klubben at dere, sammen med spillerne og foreldre, bestemmer hvilke konsekvenser som skal gjelde for å følge og bryte regler. For eksempel Fair Play pause. Husk også belønning!