

Síðareglur unglingaráðs Víðis

Yngri iðkendur Víðis

- 1 Virðir allar reglur sem settar eru.
- 2 Leggur þig alltaf 100% fram á æfingum og leikjum félagsins.
- 3 Sýnir getu og hæfileikum annarra virðingu.
- 4 Neikvætt tal og niðurlægjandi köll eru ekki leyfileg á æfingum eða í leikjum.
- 6 Þrætir ekki eða deilir við dómara.
- 7 Mætir alltaf á réttum tíma á æfingar og leiki.
- 8 Mætir alltaf með skó og legghlífar á æfingar.
- 9 Ber virðingu fyrir búningnum og notar hann einungis á leikjum en ekki á æfingum.
- 10 Koma fram við aðra eins og þið viljið að aðrir komi fram við þig.

Eldri iðkendur Víðis

- 1 Virðir allar reglur sem settar eru.
- 2 Leggur þig alltaf 100% fram á æfingum og leikjum félagsins.
- 3 Hefur heilbrigði alltaf að leiðarljósi og neytir aldrei ólöglegra lyfja til að bæta árangur þinn.
- 4 Forðast neikvæð ummæli eða skammir á æfingum og leikjum.
- 5 Sýnir aldrei ógnandi eða ofbeldisfulla tilburði.
- 6 Þrætir ekki eða deilir við dómara.
- 7 Berð virðingu fyrir búningi og nafni Víðis.
- 8 Berð sjálfur höfuðábyrgð á framförum þínum og þroska.
- 9 Þú ert fyrirmynd yngri iðkenda.
- 10 Sýnir félaginu ætíð virðingu.

Þjálfari

- 1 Vera vel undirbúinn og skipulagður.
- 2 Skapa öryggi og veita aðhald.
- 3 Styrkir jákvæða hegðun og framkomu meðal iðkenda.
- 4 Hafa verkefni við hæfi sem skapa þroska hvers og eins.
- 5 Góð fyrirmynd og reglusemi í fyrirrúmi.
- 6 Tekur á neikvæðu tali og köllum.
- 7 Sýnir aldrei eða leyfir ógnandi eða ofbeldisfulla tilburði.
- 8 Viðurkennir og virðir ákvarðanir sem dómara taka.
- 9 Ert meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmynd, bæði utan vallar og innan.
- 10 Sýnir félaginu ætíð virðingu.

Unglingaráð

- 1 Koma eins fram við alla iðkendur óháð kyni, kynþætti og trúarbrögðum.
- 2 Standa vörð um gildi og anda Víðis.
- 3 Mun sjá til þess að allir iðkendur æfi við bestu aðstæður hverju sinni og hafi þjálfara með þekkingu og reynslu.
- 4 Hafa ávallt lýðræðisleg vinnubrögð í fyrirrúmi.
- 5 Bera virðingu fyrir skoðunum annarra.
- 6 Tekur og beitir gagnrýni á jákvæðan hátt.
- 7 Heldur félagsmönnum vel upplýstu.
- 8 Vinna saman sem ein heild við ákvörðunartökur þannig uppskerum við best.
- 9 Tekur alvarlega þá ábyrgð sem þú hefur gagnvart félaginu og iðkendum.
- 10 Góð fyrirmynd og reglusemi í fyrirrúmi.

Foreldri / forráðamaður

- 1 Þú ert fyrirmynd.
- 2 Það er þitt hlutverk að hvetja barnið þitt til að fara eftir og virða reglur og bera virðingu fyrir störfum þjálfara.
- 3 Þú átt að styðja og hvetja öll börn og ungmenni þó að móti blási ekki bara þín eigin.
- 4 Vera jákvæð og góð fyrirmynd.
- 5 Hrósa öllum við öll tækifæri.
- 6 Aldrei að gera grín að barni eða hrópa að því af það gerir mistök.
- 7 Tryggja að barnið mæti á réttum tíma á æfingu og hafi meðferðis skó og legghlífar.
- 8 Láta þjálfara vita ef því finst barnið vera að missa áhuga eða eitthvað annað sem liggur á hjarta.
- 9 Láta þjálfara vita ef barnið kemst ekki á æfingu eða er að fara í frí o.s frv.
- 10 Meta þátttöku sjálfboðaliða hjá félaginu sem leggja grunn að starfi þess.

**það sem ég heyri – því gleymi ég
það sem ég sé – það man ég
það sem ég geri – það læri ég**

