

NOMBRE: \_\_\_\_\_

## **COMPROBACION NORMAS, COMPORTAMIENTO Y ACTITUDES..**

POR PARTE DE LOS DEPORTISTAS:

- Elegiré mi deporte y jugaré por el placer de hacerlo, no por satisfacer a mis padres y entrenadores.
- Cumpliré siempre las reglas.
- Respetaré las normas de las instalaciones deportivas y cuidaré de las mismas y de todos sus materiales.
- Tendré una actitud respetuosa con compañeras, entrenadoras y miembros de otros Clubes.
- No cuestionaré las decisiones de los jueces.
- Controlaré mis emociones y reacciones.
- Me esforzaré por mi bien y por el de mi equipo.
- Haré amigos a través del deporte.
- Trataré a todos como quisiera ser tratado.
- No olvidaré que el deporte es diversión.
- Colaboraré con lo que me rodea.
- Trabajará y seré disciplinado ya que formo parte de un equipo de competición.
- Asistiré a los entrenamientos con puntualidad. Si coincide la salida del colegio con la hora de los entrenamientos, agilizaré el proceso de traslado y preparación para entrar en el entrenamiento, ya que llego más tarde de la hora de comienzo.
- Compaginaré los estudios con mis entrenamientos evitando siempre faltar ya que realizo un deporte en equipo.
- Trabajará con disciplina diaria, al margen de si estoy con entrenadora o con trabajo autónomo.
- Aceptaré las decisiones de las entrenadoras todos los aspectos técnicos incluso sobre las suplencias y titularidad.
- Asistiré a todos los eventos deportivos, tanto si he sido convocada de titular o suplente.
- Aceptaré el diseño de maillot de cada temporada.
- Trabajará para mejorar día a día, mes a mes y año a año.

POR PARTE DE LOS FAMILIARES:

- Me comprometo a la asistencia de mi hija a todos los entrenamientos.

- Justificaré las faltas de asistencia por email en el caso de falta por enfermedad, lesión, etc.
- Acepto las decisiones de las entrenadoras sobre las suplencias y titularidad, competiciones, niveles etc.
- Entiendo que las decisiones tomadas por las entrenadoras, son cuestiones técnicas y por ello respeto y asumo la autonomía de estas en sus decisiones y no interferiré en ellas.
- No cuestionaré las decisiones de los jueces y técnicos.
- Respetaré los resultados de las competiciones enseñando así a mi hija Deportividad y juego limpio.
- Aceptaré el diseño del maillot. Se hará un consenso con el conjunto para decidir sobre los cristales y se tomará la decisión acorde con la mayoría de los integrantes del equipo siendo necesario que todos los maillots sean iguales.
- Me comprometo a la asistencia de mi hija a todos los eventos deportivos planificados, tanto si ha sido convocada de titular o suplente.
- No asistiré a los entrenamientos, ni desde las gradas, ni pasillos, respetando así el buen desarrollo de estos.
- Comunicaré a las entrenadoras las cuestiones que puedan afectar el entrenamiento y bienestar de las gimnastas

POR PARTE DE LAS ENTRENADORAS:

- Entrenaré y exigiré a los deportistas siempre en función de la edad y posibilidades de cada uno de ellos.
- Mi objetivo es conseguir siempre el mejor rendimiento deportivo en función de las características individuales y con respeto a estas.
- Adaptaré los entrenamientos a la capacidad de los deportistas.
- Seguiré las prescripciones facultativas para saber cuándo una gimnasta está en condiciones de volver a entrenar en caso de lesión u enfermedad.
- Fomentaré el respeto a rivales, jueces y resultados deportivos.
- Incentivaré el cumplimiento de las reglas del juego como un acuerdo de todos para poder disfrutar del deporte.
- Les mostraré los aspectos lúdicos y recreativos de la competición.
- Adaptaré mis conocimientos a las reglas del código.
- Adaptaré nuestros objetivos a los intereses de los niños, no a los de los padres, entrenadores, público, etc.
- Actualizaré mis conocimientos sobre las reglas de este deporte.
- Fomentaré el respeto a las normas de las instalaciones deportivas y a cuidar de las mismas, así como de todos sus materiales.
- Nunca les ridiculizaré por cometer errores.
- Les recordaré que el deporte es diversión.

**Si en algún momento, las entrenadoras valoran que la gimnasta no tiene el nivel suficiente o su actitud no es la adecuada para formar parte de un equipo de competición o precompetición, tienen la potestad de cambiarla de conjunto, grupo o nivel.**

Firmando esta carta nos comprometemos a cumplir los puntos anteriores.

**Firma deportista:**

**Firma padre/madre/tutor:**