



# Riktlinjer för spelare

## Att vara spelare i Sörskogens IF

Sörskogens IF bedrivs på ideell basis där verksamheten bygger på ett samspel mellan ledare, spelare, föräldrar och styrelse. Idrott ska vara roligt, det ska vara en plats för lek och glädje med sina kompisar men det ska också vara en plats för utveckling, både på det personliga planet och det idrottsligt. Vi vill att alla de som ser spelare från Sörskogens IF ska se duktiga tjejer och killar på planen men även utanför planen i form av gott uppförande, sportsliga och kamratliga.

Att vara spelare i Sörskogens IF innebär att:

- Känna till och följa föreningens värdegrund.
- Ha en positiv attityd, vi heja på varandra, glädjas åt varandras framsteg och berömmar och uppmuntrar varandra.
- Du följer reglerna som finns på och runt idrottsplatsen och i idrottshallen.
- Vara en bra kompis alltid mot alla, inte bara på planen och inte bara mot lagkamraterna.
- Du säger ifrån och sträcker ut en hand om någon utsätts för fula eller kränkande ord. Alla är välkomna som spelare i Sörskogens IF.
- Prata med en vuxen om man ser att någon kompis far illa eller inte mår bra.
- Du alltid gör ditt bästa på såväl träning som på match. Ingen kan någonting från början men med träning lär man sig och alla har kommit olika långt och kan olika mycket.
- Vid alla våra aktiviteter är det tränarna som leder och det är självklart att vi lyssnar och gör som tränaren säger.

- Komma i tid, komma ombytta och ha med dig relevant utrustning.
  - Kom rätt förberedd till träning och match, se till att du har ätit och druckit ordentligt.
  - Bara träna när du är fullt frisk och rådgör med din tränare om du är osäker.
  - Visa respekt mot tränare, föräldrar, andra spelare, motståndare och domare. När du bär Sörskogens kläder representerar du föreningen.
- *De nya riktlinjerna gäller från 2019-10-01 och beslutades av styrelsen 2019-09-11*