

**NAVODILA ZA PRIPRAVE ITALIJA – LIGNANO 2023**

Cilj zimskih nogometnih priprav selekcij, ki jih organizira nogometna šola NK Brežice 1919 je športna priprava igralca na spomladanski del sezone 2022/23. Hkrati je cilj zagotoviti zdravo, pozitivno in varno okolje za vse udeležence zimskih nogometnih priprav. Ekipa ima vedno prednost! Igralca, ki zamudi na zbor ne čakamo, avtobus bo enostavno odpeljal. Enako velja za pravila napisana v nadaljevanju. Kdor se ne bo držal pravil, bo moral nositi posledice sam. Vsak igralec s svojo dobro voljo in s spoštljivim vedenjem prispeva k uspehu zimskih nogometnih priprav! Na zimskih nogometnih pripravah igralec ni na zasebnem oddihu, ampak na vadbenem kampu, ki ga organizira nogometna šola NK Brežice 1919

Za uspešno izvedbo zimskih nogometnih priprav je odgovorna skupina trenerjev in strokovnega osebja. Vse odločitve ter navodila oz. ukazi so zavezujoči za vsakega igralca. Od vsakega igralca posamezne selekcije, ki se udeleži teh zimskih nogometnih priprav 2022/23 se pričakuje, da bo sledil tem smernicam vedenja, ki temeljijo na vrednotah, ter da bo ustrezno sodeloval pri ustvarjanju pozitivnega vzdušja znotraj posamezne selekcije in posledično v sklopu celotne ekipe.

**Osnovne vrednote, ki jih sledim:**

Spoštovanje, odgovornost, strpnost, pozitiven odnos do dela, sodelovanje, poštenost, solidarnost in medsebojna

pomoč, prijateljstvo, vzorno vedenje in prijaznost, zaupanje in pozitivni medsebojni odnosi.

**Dolžnosti Igralca:**

* Ves čas zimskih priprav upošteva navodila trenerjev in spremljevalne ekipe.
* Brez dovoljenja zanj odgovornega trenerja ali spremljevalca ne zapusti skupine.
* Skrbi za lastno zdravje in varnost, ne ogroža zdravja in varnosti ter osebe integritete drugih igralcev, trenerjev, spremljevalne ekipe.
* Sooblikuje ugled nogometne šole NK Brežice 1919.
* Na priprave ne jemlje s sabo alkoholnih pijač in drugih nedovoljenih drog, ne pije alkoholnih pijač, ne kadi in ne uživa nobenih drugih prepovedanih snovi ter jih tudi ne kupuje.
* Pazi na inventar in čistočo v prevoznih sredstvih (avtobus, vlak, letalo,…), v restavracijah, domovih in drugih prenočiščih (dom, hotel ipd.). Vsak igralec povsod prispeva svoj del k redu in čistoči. Še posebej v sobah, na stranišču in pod tušem, v skupnih prostorih itd. Odpadke zmeraj odlagamo v zato namenjene zabojnike. Velja tudi za športne terene in objekte, kjer izvajamo trenažni proces in nogometne aktivnosti.
* V primeru nezgode nudi pomoč in o nesreči obvesti trenerja ali spremljevalca.
* Če se izgubi, se mora oglasiti na najbližji policijski postaji.
* Poravna škodo, ki jo je namenoma povzročil (v hotelu, domovih, na avtobusu, ladji ipd.).
* Udeležuje se vseh aktivnosti, ki so del programa priprav.
* Spoštuje navodila o nočnem počitku (spanje od 22:00/23:00 naprej), zlasti določilo o nočnem miru po 22. uri v prenočitvenih objektih.
* Vsi obroki so zavezujoči, to je edini način, da igralec kvalitetno trenira. V jedilnici se drži vsak igralec pravil vedenja, ki jih določi hotelska služba.
* Soba v hotelu se pospravi pred zajtrkom in jutranjo vadbo. V sobi sta hrana in pijača dovoljena le v omejenem obsegu. Kaj je dovoljeno uživati določi trenerska ekipa.
* S hotelom in ponudnikom ohranjamo dober odnos.
* Uporablja mobilni telefon le v določenem času "prosti čas", ki ga določi trener. Med aktivnostmi zimskih priprav je telefon izključen.

Če igralec krši zgoraj navedena pravila, mora pričakovati ustrezne posledice. V primeru hujših kršitev (igralec ogroža ugled kluba, svojo varnost ali varnost ostalih, ne sledi navodilom, rokuje s strelnim orožjem, izvede tatvino, uživa alkohol ali droge, je agresiven, ustrahuje ali se diskriminatorno vede, je vulgaren, itd.) se igralcu lahko izreče prepoved nadaljnje udeležbe na pripravah. Obvesti se starše, ki igralca prevzamejo na lokaciji priprav na lastne stroške brez pravice do refundacije sredstev! Ob najhujših kršitvah je lahko izrečena tudi izključitev iz nadaljnjega trenažnega procesa v nogometni šoli.

Na oddaljeni destinaciji lahko treniramo brez vsakodnevnega stresa in okrepimo timski duh – vsekakor pa bomo poskrbeli tudi za zabavo. Ne nazadnje bo sobivanje ekipe pozitivno vplivalo na timski duh. Tako imajo igralci in trenerji priložnost, da se lahko pobližje spoznajo. S tem, da ekipa preživi več dni skupaj in si deli isto okolje 24h/dan, ekipa raste še bolj, kot je to mogoče skozi proces običajnih treningov in aktivnosti.

**Izjava starša/skrbnika in igralca**

S svojim otrokom sem preučil te vedenjske smernice. Razumem in se strinjam z vsemi predstavljenimi dejstvi v tem dokumentu.

Ime in priimek starša/skrbnika Podpis starša/skrbnika Datum podpisa

Ime in priimek igralca Podpis igralca Datum podpisa

****

Spodaj navajamo seznam potrebne opreme za izvedbo priprav, razdeljen na tri dele:

**OPREMA ZA TRENING:**

* Nogometni čevlji
* Športni čevlji za tek
* Hlačke, ščitniki in štucni za tekmo
* Trenirka za trening
* 3x kratke športne hlače
* 6x kratke majice oz. Klubske majice – možno jih je dokupiti v klubu
* Anorak
* Kapa
* 6x spodnje perilo
* Bidon – možno ga je kupiti v klubu
* Nahrbtnik

**OPREMA ZA PROSTI ČAS:**

* Trenirka za prosti čas
* Nogavice
* Spodnje perilo
* Kratke hlače
* Kratke klubske majice – možno jih je dokupiti
* Copati, Natikači
* Pižama
* DRUŽABNE IGRE

**OSTALO:**

* Pribor za osebno higieno
* Vrečka za umazano perilo
* Denar igralci praviloma ne rabijo (vse potrebno je vključeno v ceno), razen kakšen evro mogoče za zadnji dan, ko bomo imeli pozen zajtrk

**POMEMBNO:**

**Ob odhodu mora imeti vsak udeleženec priprav urejen dogovorjeni del plačila za priprave (1. in 2. obrok) in poravnane mesečne položnice za tekoči mesec;**

Lep pozdrav,

NK Brežice 1919