

La charte des boucs



Règles communes et fondamentales

- * Je suis poli. Je dis bonjour quand j'arrive et au revoir à tout le monde lorsque je repars...
Je ne crie pas sur la glace, je ne hurle pas sous les douches et dans le vestiaire !
- * Je montre l'exemple, sur la patinoire comme en dehors !
- * Je joue au hockey, alors je porte mon sac et ma crosse !
- * Je respecte tous les membres de mon équipe car le hockey est un sport collectif ! Sans équipe, tu ne peux pas jouer au hockey !
- * Je fais preuve de loyauté et de fair-play sur la glace comme dans la vie.
- * Je respecte mon adversaire, l'arbitre comme les entraîneurs et les dirigeants, dans mes actes comme dans mes paroles.
- * Je respecte le matériel et les locaux mis à ma disposition.
- * Je laisse propre les endroits que je fréquente car ici ou en déplacement je représente mon équipe.
- * J'entretiens mon matériel, je le range et j'en prends soin.
- * Je respecte les affaires des autres. Le vol n'a pas sa place dans un vestiaire encore moins au sein d'une équipe sportive.
- * Je dois tenir mon casier rangé et fermé à clef et ne pas laisser mes affaires roulées en boule ou sales à l'intérieur,
- * Je ne traîne pas en petite tenue dans les couloirs.

Implication dans la vie du club, assiduité et responsabilisation

- * Je suis assidu et ponctuel aux matchs comme aux entraînements ! On ne progresse pas pendant les matchs mais on s'améliore lors des entraînements.
- * Je préviens de mes absences, et respecte les horaires.
- * J'apprends à me débrouiller sans mes parents.

Comportement attendu lors des entraînements et des matchs

- * Je salue mon entraîneur, l'arbitre et mes adversaires.
- * Je prends plaisir à jouer avec intensité sans me décourager face à l'échec, je suis motivé pour progresser et je m'applique à rechercher la qualité des gestes techniques.
- * J'écoute l'entraîneur avec attention et je respecte ses consignes.
- * Je reconnais dignement la supériorité de l'adversaire dans la défaite.
- * J'accepte la victoire avec modestie, sans vanité et sans ridiculiser mon adversaire.
- * Je me mesure à un opposant dans l'équité, en tentant de me dépasser et en ne comptant que sur mon seul talent et celui de mes camarades pour tenter d'obtenir la victoire, tout en refusant d'utiliser des moyens illégaux et une tricherie pour l'atteindre.
- * Je refuse que la violence physique et/ou verbale prenne le dessus.
- * Je respecte les décisions de l'arbitre même si elles paraissent injustes.

Conseils importants

- Je dors suffisamment et j'effectue régulièrement des temps de repos.
- Je bois de l'eau et je mange des aliments équilibrés, (produits céréaliers, produits laitiers, fruits (frais, secs, compotes), boissons hydratantes... En évitant les produits trop gras ou trop sucrés).
- Je n'oublie pas que jouer à Fortnite ne fera pas de moi un bon hockeyeur...
- J'utilise ma crosse pour jouer, pas pour blesser.
- Je prends une douche parce qu'après un entraînement je suis sale ! Si tu n'as pas transpiré, c'est que tu ne t'es pas assez entraîné.
- Je range mon sac et mes affaires.