

Gedragsregels voor junior leden

Algemeen

1. Als ik last heb van haarluis, dan blijf ik thuis totdat het weg is.
2. Ik laat kostbare spullen thuis. Ik kan ze dan niet kwijtraken.
3. Ik blijf af van doping, drugs en dergelijke.

Hal

4. Ik doe mijn schoenen uit vóóordat ik in de kantine kom. Mijn schoenen leg ik netjes in de schoenenrekken.
5. Ik blijf van de spullen van anderen af. Als ik dat toch doe, weet ik dat ik geschorst kan worden.

Kantine

6. Ik eet en drink alleen in de kantine

Kleedkamer

7. Ik neem mijn budo pak mee en kleed me om in de kleedkamers.
8. Na de training kan ik eventueel douchen.
9. Ik doe sieraden, piercings, horloges en dergelijke af. Zo zorg ik ervoor dat ik niemand daarmee pijn doe.
10. Als ik lang haar heb, zorg ik ervoor dat mijn haar in een staart of vlecht gebonden wordt met een elastiekje.
11. Als ik een jongen ben, heb ik alleen mijn budo pak aan. Als ik een meisje ben, dan draag ik ook nog een (wit) T-shirt.

Dojo

12. Ik leg mijn tas netjes op de daarvoor bestemde plek als ik in de dojo kom.
13. Als ik ziek of geblesseerd ben, dan meld ik dat aan het begin van de les aan de meester/leraar/assistent.
14. Ik sta met blote voeten op de mat.
15. Als ik last heb van wratten of eczeem, dan houd ik een sok aan. Ik meld het ook aan mij leraar.
16. Judo, Jiu Jitsu, Aikido of een andere sport beoefen ik alleen op de mat.
17. Ik zorg ervoor dat mijn vinger- en teennagels netjes geknipt zijn. Zo zorg ik ervoor dat ik niemand daarmee pijn doe.
18. Als ik in de les een wondje krijg, dan doe ik er gelijk een pleister of verband op. Bloed op de mat verwijder ik direct.
19. Ik hou mijn mouwen en broekspijpen netjes naar beneden.
20. Ik luister naar wat de meester/leraar/assistent zegt en volg instructies op.
21. Als ik van de mat af wil, dan vraag ik eerst of dat mag.
22. Als er iets uitgelegd wordt dan ga ik netjes zitten of blijf ik netjes staan.
23. Ik oefen met iedereen die mij uitnodigt of die mij aangewezen wordt.
24. Ik groet netjes aan het begin van de les, maar ook voor en na het oefenen met een maatje.
25. Ik heb respect voor mijn maatje en gedraag me netjes en fatsoenlijk.
26. Ik blijf rustig en beleefd en draag bij aan een leuke les.
27. Ik kom alleen op de mat als ik les heb of me heb aangemeld voor een proefles.
28. Ik zorg ervoor dat mijn mobiel, mp3 speler, console uit/stil staat als ik in de les kom. Ik snap dat het geluid en gebruik ervan storend kan zijn.
29. Als ik met maatregelen te maken krijg, dan zorg ik ervoor dat ik in de lessen erna extra mijn best doe. Als dat nodig is, volgt er een gesprek met mijn ouders/verzorgers.