Kodex hráče

* Jsem jedinečná osobnost, svoji přítomnost dávám najevo již když přicházím. Proto **zdravím, zdravím hlasitě, slušně a dívám se při tom druhému do očí**. Zdravíme dospělé v našich sportovních areálech, ale samozřejmě i na hřištích soupeřů, na turnajích a podobně. Zdravíme se i s kluky z dalších týmů, se spoluhráči a s trenéry si tlesknu, při příchodu i při rozloučení.
* Svým **pozitivním chováním** a jednáním vždy a všude, tedy na hřišti, ve škole, na veřejnosti reprezentuji nejen sám sebe, ale i klub, jehož znak nosím na srdci.
* Rodiče za mnou nemusí chodit do šatny, **vše zvládnu sám, popřípadě za pomoci trenéra.**
* Věci na trénink nebo zápas si **připravuji sám**, stejně jako si je sám nosím. **Rodiče maximálně požádám o kontrolu.** V případě že zapomenu část výstroje, trénovat mohu, **bez pití bohužel, ne!!!**
* Snažím se na tréninky, na zápasy chodit včas. Ne vždy se to podaří, v takovém případě předstoupím před trenéra, **omluvím se a vysvětlím důvod zpoždění**. Bez vysvětlení se nemůžu zapojit do tréninku, do utkání.
* Plně respektuji svého trenéra. Pokud mluví, něco nám předvádí, vysvětluje, **pozorně ho sleduji, poslouchám**, abych věděl co mám dělat a mohl se tak neustále zlepšovat.
* Před tréninkem, při tréninku, ve chvílích, kdy ještě nebyla zadána žádná organizovaná činnost, se snažím **maximálně využít čas na hřišti**. Dělám převalovačky, nožičky, hlavičky, zkouším kličky, přihrávky, zpracování, vždyť každý dotek s mým nejlepším přítelem, míčem, **mě posouvá o kousek v před,** k mému cíli, tedy být co možná nejlepším fotbalistou.
* Pokud něčemu nerozumím, **nestydím se zeptat**. Trenér mi vždy **rád pomůže**, předvede, poradí.
* Občas se mi něco nepovede, ale to znamená jedině to, že to **zkusím znovu. A znovu, a znovu, dokud danou činnost nezvládnu.** Nebojím se dělat chyby, vždyť "kdo nic nedělá, nic nezkazí". Říkám si **"zkusím to ještě, znovu", "dokážu to", "příště to vyjde" ..**
* **Nepoužívám slova** "nemůžu", "neumím", "nezvládnu to". Vše mám ve svých rukách (nebo spíš nohách), ve své hlavě, v srdci. Je jen otázkou tréninku a času, kdy se co naučím, kdy co zvládnu. **Nic a nikdo mě nezastaví!!**
* Nebojím se dát najevo**radost** z každé nově získané dovednosti, z povedené kličky, střely, z gólu.
* Během turnajů **trávím čas s týmem.** Pokud trenér neurčí jinak, utužujeme týmového ducha společnou činností včetně společného stravování se. Znamená to tedy, že **svačinu budu mít již od začátku u sebe.**
* Nedílnou součástí mého fotbalového života je i**hygiena.** Po každém tréninku, utkání nebo turnaji se proto **vysprchuji.** Sprcha je významnou částí regeneračního procesu po namáhavém tréninku nebo utkání.
* V případě, že trenér zadá **domácí úkol**, snažím se jej, podle svých schopností a možností plnit. I taková činnost má pozitivní vliv na růst **mojí osobnosti, nejen fotbalové.**
* Můj **školní prospěch plně souvisí s fotbalem.** Pokud nebudu mít dobré výsledky ve škole, nebudu moc trénovat, být s týmem, nebudu mít možnost se zlepšovat.

Fotbal je pro nás zábava a fotbalem se chceme bavit!
Fotbal chceme tvořit, chceme se neustále něco nového učit a soupeře překvapit!
Když získáš míč, první pohled udělej dopředu - podporuj útočnou myšlenku!
Když ztratíš míč, buď dravec a chtěj ho hned získat zpět!
Ještě před tím než dostaneš míč koukni kolem, kde jsou protihráči, nebo spoluhráči!
Když získáš míč, vždy se s ním dostaň z místa a nestůj nad ním - udělej kličku!
V útoku buď odvážný s míčem i bez něj!
Hraj i když nemáš míč - hledej prostor, nabíhej a uvolňuj se změnou směru a rychlosti pohybu!
Snaž se předvídat, co nejspíše udělají protihráči, ale i spoluhráči!
Zkus přemýšlet nad tím, kdy by bylo lepší přihrát a kdy udělat další, druhou, kličku!