Adfærdskodeks for konkurrenceafdelingen – Vallensbæk Svømmeklub (VI39)

Formål

I Vallensbæk Svømmeklub ønsker vi et ambitiøst kultur og træningsmiljø, hvor alle trives, udvikler sig og føler sig som en del af et stærkt fællesskab. Vi tror på, at sportslige resultater og menneskelig udvikling går hånd i hånd.

Som svømmer i konkurrenceafdelingen er du en ambassadør for klubben – både i og uden for svømmehallen. Dette adfærdskodeks beskriver de forventninger, vi har til dig, hvordan vi omgås hinanden, og hvilke rammer der gælder for acceptabel og uacceptabel adfærd.

Kodekset gælder til træning, stævner, træningslejre, rejser og i alle sammenhænge, hvor du repræsenterer klubben.

Forventinger til svømmerne

Som svømmer i klubben forpligter du dig til følgende:

Mødepligt og punktlighed

Du møder til tiden og er klar til landopvarmning, styrketræning eller vandtræning. Afbud skal meldes til pågældende træner så tidligt som muligt og altid i god tid.

Stævnetilmelding og afbud

Når du er udtaget og tilmeldt et stævne, forventes det, at du deltager og gennemfører dine starter. En stævnestart er en forpligtelse – både sportsligt og økonomisk – da tilmeldinger koster både dig og klubben penge.

Afbud til stævner skal meldes hurtigst muligt og allerhelst inden vi tilmelder til stævnet. Hvis der opstår sygdom eller andre særlige forhold, forventes det, at dette kommunikeres til trænerteamet hurtigst muligt.

Manglende eller gentagne sene afbud uden gyldig grund vil blive taget op i dialog med svømmeren og forældre med fokus på ansvar og forventningsafstemning.

Holdkap og holdansvar

Ved holdkap repræsenterer du ikke kun dig selv, men hele holdet og klubben. Det forventes derfor, at du bakker op om den holdkap, du er udtaget til, og gennemfører den med engagement og loyalitet over for holdet.

Træningsindsats

Du yder dit bedste og møder træningen med fokus og seriøsitet. Du lytter til trænerens anvisninger, tager imod feedback og arbejder aktivt med dine tekniske, fysiske og mentale mål.

Positiv attitude

Du bidrager til god energi på kanten og i bassinet. Vi løfter hinanden – også når træningen er hård, og resultaterne ikke kommer af sig selv.

Respekt og ansvarlighed

Du taler og opfører dig respektfuldt over for trænere, holdkammerater og ansatte i svømmehallen. Du tager ansvar for egne handlinger også hvis du har gjort noget forkert.

Klubtøj og fælles identitet

Som konkurrencesvømmer repræsenterer du Vallensbæk Svømmeklub og den kultur og ånd, vi står for. Derfor forventes det, at du benytter klubbens officielle klubtøj og badehætte når vi er ude og repræsentere klubben.

Klubtøj er ikke blot påklædning, men et symbol på fællesskab, professionalisme og sammenhold. Når vi står på kanten eller til start, gør vi det som ét hold.

Den gode adfærd

I konkurrenceafdelingen lægger vi vægt på:

- En ordentlig og respektfuld tone
- Samarbejde og opbakning til holdkammerater
- Evnen til at håndtere både sejre og nederlag konstruktivt
- Ansvarlig adfærd, når du optræder som svømmer i klubben

Som svømmer er du samtidig et forbillede for klubbens yngre svømmere. Din adfærd, både i og uden for bassinet, er med til at definere, hvad det vil sige at være svømmer i Vallensbæk Svømmeklub.

Vi forventer derfor, at du:

- Udviser modenhed og ansvarlighed i din opførsel
- Taler ordentligt og konstruktivt, også når du er frustreret eller presset
- Bidrager aktivt til et trygt, inkluderende og motiverende miljø

At være rollemodel er en naturlig del af det ansvar, der følger med at være svømmer i klubben.

Trænernes ansvar og rolle

Trænerne i Vallensbæk Svømmeklub har ansvaret for de pågældende hold. Det indebærer planlægning og gennemførelse af træning, holdudtagelser, stævneprioritering, daglig struktur og den langsigtede sportslige udvikling.

Forventninger til trænerne

Klubben forpligter sig til, at trænerne:

- Arbejder professionelt, engageret og velforberedt
- Behandler alle svømmere respektfuldt, fair og ordentligt
- Skaber et trygt, motiverende og udviklende træningsmiljø
- Kommunikerer tydeligt og sagligt med svømmere og forældre
- Træffer sportslige beslutninger ud fra faglige vurderinger og klubbens værdier
- Er bevidste om deres rolle som ledere og rollemodeller

Trænerne skal være tydelige i deres ledelse og samtidig åbne for dialog i aftalte rammer. Feedback og spørgsmål er velkomne, men den daglige træning og sportslige beslutninger er ikke til forhandling.

Beslutningskompetence

Svømmere forventes at følge trænernes anvisninger uden diskussion eller modarbejdelse i træningssituationen. Spørgsmål kan stilles på relevante tidspunkter og i en respektfuld tone.

Forældre har ikke indflydelse på den daglige træning eller sportslige beslutninger. Dialog kan foregå i aftalte rammer, men altid med respekt for, at det er trænerne, der sætter den sportslige dagsorden.

Hvis en svømmer eller forældre grundlæggende ikke kan acceptere klubbens rammer, værdier eller ledelsesstruktur, er det legitimt at søge et andet træningsmiljø. Medlemskab i konkurrenceafdelingen forudsætter opbakning til klubbens præmisser.

Nultolerance

Følgende handlinger betragtes som grove brud på klubbens værdier og vedtægter og vil medføre øjeblikkelig handling:

- Fysisk vold eller trusler herom
- Tyveri af klubbens eller andres ejendele

- Brug af alkohol, tobak, snus eller euforiserende stoffer i forbindelse med klubaktiviteter
- Diskrimination, chikane eller nedværdigende adfærd baseret på køn, etnicitet, religion, seksualitet eller andre personlige forhold
- Bevidst og gentagen undladelse af at følge trænernes anvisninger

Hvis en svømmer gentagne gange vælger ikke at følge trænernes instrukser, på trods af gentagne påtaler og dialog, betragtes dette som et alvorligt brud på samarbejdet og den sportslige struktur. Sådanne situationer vil medføre handling i henhold til afsnittet om konsekvenser.

Konsekvenser

Hvis adfærdskodekset ikke overholdes, kan det føre til følgende konsekvenser afhængig af sagens alvor:

Samtale

En uformel og pædagogisk samtale mellem træner og svømmer om den uacceptable adfærd med fokus på forståelse og forbedring.

Advarsel og forældrekontakt

En formel advarsel gives. Forældre orienteres og kan indkaldes til samtale (for svømmere under 18 år).

Hjemsendelse / karantæne

Svømmeren kan udelukkes fra træning, stævner eller træningslejr i en tidsbegrænset periode.

Eksklusion

Ved gentagne grove overtrædelser eller brud på nultolerance-reglerne kan medlemskabet i Vallensbæk Svømmeklub opsiges permanent.

Klubben forbeholder sig retten til at vurdere hver sag individuelt og handle herefter.

Dette adfærdskodeks er et fælles fundament for kulturen i klubbens konkurrenceafdeling. Målet er at skabe et miljø, hvor svømmere kan udvikle sig sportsligt på højt niveau og samtidig vokse som mennesker.

Kodekset revideres løbende og tilpasses efter behov.