



Автономная некоммерческая организация «Спортивная школа «Бийская Футбольная Академия»

КОДЕКС ИГРОКА

Правила поведения на футбольном
поле и за его пределами

Данный документ является обязательным для ознакомления перед зачислением игрока в Академию «БФА».

Без согласия игрока с принципами и правилами, прописанными в данном кодексе, любые обязательства Академии перед игроком теряют свою силу.



Данные принципы не могут противоречить друг другу.

Правильным поведением игрока Академии «БФА» считается такое, которое соответствует всем пяти принципам одновременно.



Основные принципы:

- *Все можно сделать лучше, чем делалось до сих пор.*
- *Непрерывное развитие. Жизнь – это перемены, а чтобы жить идеально, нужно меняться постоянно.*
- *Культура дисциплины: дисциплинированные люди с дисциплинированным мышлением, которые затем дисциплинированно действуют.*
- *Чистота и порядок на спортивной площадке, в раздевалке. Не могут быть терпимы разбросанные бутылки, инвентарь и т.п. Должен быть порядок в работе и в делах. Без чистоты нет морали.*
- *Проактивное поведение. Время, проведенное на тренировке, может быть использовано с максимальной пользой или потрачено впустую.*
- *Никакие заслуги в прошлом не гарантируют наш успех в будущем. Успех требует постоянной энергии лидера и его команды.*
- *Если будете делать те же действия, что вчера, вряд ли добьетесь даже вчерашних результатов.*
- *Если считаешь что-либо невозможным, значит пока не нашел способ «как». Ищи!*
- *В Академии не наказывают за ошибки, но расстаются с теми, кто выкладывается на 99%.*
- *Истинная конкуренция между футболистами – стимул для роста. Зависть и грязная конкуренция – орудие разрушения. Если ты победил благодаря тому, что партнер проиграл, знай – ты проиграл тоже. Мы уважаем соперника, как партнера, и стремимся вместе с ним к достижению совместных лучших результатов.*
- *Быть, а не казаться. Мы хотим быть лидерами, действуем как лидеры.*



Обязательства игрока

- *Тренироваться и играть с полной самоотдачей в каждом эпизоде, несмотря на счет на табло.*
- *Играть честно и на позитиве.*
- *С уважением относиться к официальным лицам матча, болельщикам и сопернику.*
- *Всегда благодарить соперника и судью за игру, а болельщиков за поддержку.*
- *Ставить командные интересы выше своих собственных.*
- *Всегда поддерживать товарищей по команде.*
- *Посещать исправно тренировки и всегда выполнять указания тренера.*
- *Заниматься дополнительно для развития своего мастерства и таланта.*
- *Бережно относиться к экипировке, инвентарю и инфраструктуре спортивного сооружения.*
- *Быть достойным представителем Академии во вне игровое и тренировочное время (прилежно учиться, соблюдать законы и нормы поведения).*
- *Никогда не допускать публичных действий или высказываний, способных оказать негативный эффект на Академию.*
- *Не использовать в общении ненормативную лексику, оскорбительные выражения и пренебрежение.*
- *Ознакомить родителей или опекунов (для несовершеннолетних игроков) с их ролью в развитии игрока.*
- *Незамедлительно сообщить тренеру или другому официальному лицу Академии о любой ситуации, которая противоречит данным принципам.*



Роль родителей (опекунов)

- *Футбол это прежде всего игра, не превращайте ее в жертвоприношение.*
- *Обеспечьте ребенку условия для всестороннего развития.*
- *Поставьте интересы ребенка выше ваших собственных амбиций.*
- *Всегда на позитиве поддерживайте ребенка как на поле, так и вне его.*
- *Принимайте его таким каким он есть, и не важно, что кто-то на данный момент может быть сильнее.*
- *Будьте для него примером поведения.*
- *Не вмешивайтесь ни в тренировочный процесс, ни в управление игрой во время матчей.*
- *Воздержитесь во время матчей от советов тренеру и судье и от негативных комментариев их действий.*
- *Не допускайте публичной критики в адрес Академии «БФА».*
- *Старайтесь создать во время матчей дружелюбную, позитивную атмосферу.*
- *Болейте за Академию «БФА» азартно, но с достоинством.*



Менталитет воспитанника Академии

- Командный игрок
- Обучаемый и стремящийся к победам в учёбе и спорте
- Дисциплинированный
- Воспитанный
- Требовательный к себе
- Эмоционально устойчивый
- Инициативный
- Склонный к риску в игре
- Уверенный в себе
- Коммуникабельный
- Сознательный
- Мотивированный на достижение успеха
- Стремящийся к лидерству



Ценности

- КОМАНДНЫЙ ИГРОК

Понимает, что результат команды выше личной выгоды

- ВОСПИТАННОСТЬ

Уважительно относится к товарищам по команде, тренеру, учителям и всем окружающим людям

- ЛОЯЛЬНОСТЬ

Предан клубу и осознаёт ответственность за то, что является лицом клуба

- САМОРАЗВИТИЕ

Самостоятельно улучшает свои физические, технические, тактические, психологические и теоретические навыки. Индивидуальная подготовка вне групповых тренировок является обязательной, чтобы соответствовать высоким стандартам Академии.

- ДИСЦИПЛИНА

Самодисциплина. Дисциплинированное мышление и действия.



Требования к игрокам во время тренировочного процесса

- **АКТИВНОСТЬ И СМЕЛОСТЬ**

Мы хотим получить мяч, открываемся, двигаемся. Хотим показать себя. Страх перед мячом не должен иметь места.

- **ТЕМП**

Стараемся все делать быстро. Думать, действовать.

- **МЫШЛЕНИЕ**

Сначала мысль, потом действие. Суета — это не быстрота, суета - когда нет решения.

- **ИДТИ В ДАВЛЕНИЕ**

Забирать мяч, а не выбивать.

- **ПСИХОЛОГИЯ**

Не расстраиваемся, включаемся сразу в игру после неудачного действия. Каждый игрок имеет право на ошибку.

- **НИЧЕГО ЛИШНЕГО**

Убирать лишние бестолковые движения/действия, суету.

- **ОТВЕТСТВЕННОСТЬ**

Самостоятельное принятие решений позволяет детям формировать свой личный опыт, проявлять инициативу и творчество. Мы учимся на своих ошибках.



О дисциплине

«Для меня **дисциплина** означает **«дисциплину мысли»**, то есть быть дисциплинированным мыслителем. Я также использую «остановку мысли» . Это значит: если у меня есть негативные убеждения, которые ограничивают меня, тянут вниз или заставляют сомневаться, то я говорю себе вслух **«Стоп!»** и снова думаю в другом направлении. Девиз: **«Выйти из задумчивости и начать ДЕЛАТЬ»**.

Когда речь идет о повседневных вещах или занятиях, которые я не очень люблю делать, я всегда говорю себе **«Мне это нравится»** и **улыбаюсь**. Это помогает, потому что только так я могу получить энергию, необходимую для выполнения задачи. И только так я могу учиться и делать хорошую работу в любых ситуациях. **Успешные игроки также всегда дисциплинированно мыслят и действуют»**.



Уве Нойхаус, многолетний тренер Бундеслиги



Что такое дисциплина?



Дисциплина на футбольном поле: выполнять установку, играть через не могу, подстраховывать других, жертвовать собой, не терять концентрацию



Дисциплина вне футбольного поля: всегда стремиться к совершенствованию, заботиться о своем здоровье, хорошо знать свое тело и действовать ради собственного блага - все это имеет отношение к самодисциплине. Четкий план, фиксированные процедуры и повторяющиеся ритуалы также являются его частью



Высокая форма дисциплины: наполнение повседневных дел страстью и преданностью, как будто каждое занятие, каким бы банальным оно ни было, является чем-то особенным. Инструкция для игроков как пример: *“Я люблю однообразные тренировки, я люблю сталкиваться с трудностями, а также добросовестно работать вне поля (питание, восстановление и т.д.)”*



Дисциплинированные игроки – какие они?



ХАРАКТЕРИСТИКИ:

- Проявляют силу воли, жертвуют собой и готовы отрабатывать за себя и за партнера
- Уделяют внимание хорошей окружающей среде и соответствующему образу жизни
- Независимы, берут на себя ответственность
- Тренируются с самоотдачей - регулярно
- Всегда приходят на тренировки, если это возможно, и не имеют отговорок
- Могут справиться с неудачами
- Амбициозны
- Трудолюбивы и стремятся к новым целям
- Живут в соответствии с четким режимом, установленными процедурами и ритуалами



Как стать дисциплинированным?



ИГРОКИ СТАНОВЯТСЯ БОЛЕЕ ДИСЦИПЛИНИРОВАННЫМИ, УЧАСЬ...

- ... все доводить до конца и не бросать на половине пути
- ... серьезно относиться к каждой тренировке и каждой игре
- ... всегда быть готовыми
- ... быть сосредоточенным и сконцентрированным на поставленной задаче
- ... быть благодарными своим родителям и наставникам



Дисциплина

Не приветствуется:

- *Опоздание на командное мероприятие (тренировку, игру и т.д.).*
- *Пропуск тренировочного занятия без уважительной причины (предупреждения врачей/тренеров).*
- *Несоблюдение экипировочной формы (парадной, тренировочной, игровой).*
- *Невыполнение установки на игру или тренировку, требований тренера, споры с тренером.*
- *Несоблюдение режима дня на сборах, турнирах.*
- *Несвоевременное оповещение тренера / медперсонала о травмах и повреждениях во время игр, тренировок, а также вне расположения команды.*
- *Несоответствие спортивной экипировки погодным условиям на игре / тренировке.*
- *Использование мобильных телефонов на теоретическом занятии, в автобусе, на игровой установке и т.п.*
- *Использование ненормативной лексики на тренировочном занятии и вне его.*
- *Необоснованные желтые и красные карточки (разговоры, откидка мяча, отмашка и т.д.).*
- *Причинение вреда имуществу Академии и небрежное отношение к спортивному инвентарю.*
- *Распространение информации, причиняющей вред имиджу клубу.*
- *Неспортивное поведение на тренировочном занятии и в быту (драки, брань, некорректные поступки и т.д.)*



Дисциплина

"Все хотят быть как Криштиано. Я дам вам все инструкции" — говорит он.

Секрет в дисциплине — это самая трудная вещь. И не только в спорте, но и в жизни.

Постоянство — самая тяжёлая вещь: просто делать что-то каждый день. Ты должен бросить себе вызов и быть постоянным.

— Тебе нравится тренироваться каждый день?

— Конечно, нет! Это неправда. Никто не любит тренироваться каждый день. Но ты должен это делать.

Потому что твоя внутренняя сила зависит от этих моментов. От этих тяжелых моментов постоянства. И ты знаешь, что ты должен это сделать... и можешь это делать.

Значит ты можешь и что-то другое!



Мотивация

Хороший игрок знает, где мяч. Великий знает, где все остальные.

«Создайте собственные правила, установите цели и следуйте им. Никто не сможет сделать этого за вас»

Криштиану Роналду

«Я всегда хочу больше. Будь то цель или победа в игре, я никогда не доволен. Вы должны бороться, чтобы достичь своей мечты. Вы должны жертвовать и работать ради этого»

Лионель Месси

«Успех – это не случайность. Это тяжелый труд, настойчивость, обучение, учеба, жертва и, прежде всего, любовь к тому, что вы делаете или чему учитесь»

Пеле

«Когда футболисты добиваются успеха, это благодаря тяжелой работе. Удача не имеет ничего общего с успехом»

Диего Армандо Марадона

«Футбол прост, но гораздо сложнее играть в простой футбол»

Йохан Кройф

«Худшая слепота в футболе – это видеть только мяч»

Нельсон Фалькао Родригес (журналист и писатель)

«Самое главное – играть и жить с чистой совестью»

Роналдиньо



Санкции

Зачисление игрока в Академию «БФА» означает, что игрок ознакомился с Кодексом, полностью разделяет его принципы и понимает, что в случае нарушения своих обязательств, к нему могут быть применены следующие санкции со стороны Академии:

- Публичные извинения перед лицом или лицами, которые стали объектом неподобающего поведения игрока или его представителей (опекунов).*
- Официальное предупреждение от Академии о недопустимости нарушения Кодекса (**желтая карточка**).*
- Отстранение от тренировок, сборов, матчей до выполнения требований Академии по соответствию Кодексу.*
- Исключение из Академии с невозможностью восстановления (**красная карточка**).*

