



# VADEMECUM EMMECIQUADRO

**“Se le formiche si mettono d’accordo,  
possono spostare un elefante”**

*Indice:*

- *“Atleta EmmeCiquadro” ;*
- *“Allenatore EmmeCiquadro” ;*
- *“Genitore EmmeCiquadro” ;*
- *“Dirigente EmmeCiquadro” .*

# L'ATLETA EMMECIQUADRO

1. Onora lo sport e le sue regole impegnandosi sempre al massimo delle proprie possibilità, rispettando Squadra, Avversari, Arbitri, Pubblico, Allenatori e Addetti ai lavori mantenendo un comportamento educato, considerando il principio di solidarietà e i valori sportivi più importanti del perseguimento dei propri successi.
2. Non esprime giudizi che possano in qualche modo, essere lesivi nei confronti della propria o altra Associazione Sportiva, o costituire incitamento alla violenza o alla discriminazione.
3. Indossa con il massimo decoro possibile qualunque capo che riporti il nome/logo dell'Associazione Sportiva, anche al di fuori delle attività e delle competizioni societarie.
4. Vince senza presunzione e perde senza eccessiva amarezza.
5. Rifiuta ogni forma di doping.
6. In occasioni di allenamenti o partite si presenta puntuale all'appuntamento portando con sé tutto il materiale necessario per non creare contrattempi per sé e per la propria squadra, (maglia da allenamento, divisa da gioco, tuta societaria, scarpe, ginocchiere, acqua, documento per il riconoscimento); non porta catenine, orecchini, anelli, braccialetti, orologi e se con capelli lunghi si adopera a fermarli per non dare intralcio all'attività.
7. In occasione delle gare in casa anche se non convocato si presenta alla partita per sostenere la squadra.
8. Si assenta solo in casi eccezionali per valorizzare il proprio lavoro e quello della squadra.
9. Utilizza con rispetto e a lascia pulite le attrezzature, gli spogliatoi e tutti i materiali per gare e allenamenti, rispettando il lavoro altrui.
10. Si impegna a rispettare le scadenze dei contributi societari o lo ricorda ai propri genitori; capisce l'importanza della certificazione medica per l'idoneità sportiva, per la propria integrità e per permettere alla società di essere in regola con la documentazione.

# L'ALLENATORE EMMECIQUADRO

1. Condivide con i tesserati della società i valori di sportività e rispetto, considerando il Fair Play elemento fondamentale dello sport.
2. Facilita la socializzazione, l'inclusione e la coesione fra gli Atleti, fornendo loro occasioni per comprendere ed apprezzare le diversità.
3. Si impegna a tenere costantemente aggiornato il proprio livello di qualificazione.
4. Mantiene un costante dialogo con i Dirigenti per consentire un continuo miglioramento dell'Associazione Sportiva.
5. Cerca di rappresentare un modello di comportamento coerente ai principi dell'Associazione Sportiva, cosciente della propria influenza sul comportamento degli Atleti, in particolare dei più giovani.
6. Nel programmare l'attività considera la sicurezza e la salute dell'Atleta condizioni fondamentali e più importanti rispetto al successo sportivo o ad altra considerazione.
7. Sa che non esistono solo i campioni e quando ha modo di allenarne uno, lo allena anche ad essere umile.
8. Aiuta l'Atleta ad avere aspettative proporzionate alla sue potenzialità.
9. Tiene conto dell'importanza del rispetto dell'impegno scolastico, adottando specifiche azioni volte ad affiancare tale attività a quella sportiva.
10. Controlla che gli Atleti non facciano uso di sostanze non ammesse riconducibili a Doping.

# IL GENITORE EMMECIQUADRO

1. Ha cura dell'educazione sportiva dei propri figli aiutandoli a ricercare le giuste motivazioni per fare sport.
2. Rispetta le competenze dell'Allenatore e non interferisce sulle sue disposizioni nè durante le gare nè durante gli allenamenti, evitando comportamenti assimilabili allo staff tecnico.
3. Sostiene le squadre dell'Associazione Sportiva con sportività ed educazione.
4. Accetta le decisioni dei Giudici di gara con sportività ed educazione.
5. Cerca di mantenere un comportamento sportivo ed educato in ogni situazione.
6. Non critica l'Allenatore o i Dirigenti dell'Associazione Sportiva in presenza dei figli.
  7. Oltre alla prestazioni dei propri figli riconosce anche quelle degli altri.
    8. Non fa carico delle proprie ambizioni sui figli.
9. Si preoccupa di rimanere aggiornato sulle iniziative promosse dall'Associazione e di collaborare affinché ci sia partecipazione da parte dei propri figli.
10. Si impegna a rispettare le scadenze dei contributi societari; capisce l'importanza della certificazione medica per l'idoneità sportiva, per l'integrità dei propri figli e per permettere all'Associazione Sportiva di essere in regola con la documentazione.

# IL DIRIGENTE EMMECIQUADRO

1. Ha cura di costruire e rafforzare un rapporto di fiducia con tutti i componenti dell'Associazione Sportiva.
2. Offre un costante supporto al Direttivo dell'Associazione Sportiva.
3. Fornisce supporto agli Allenatori per il costante aggiornamento delle loro qualifiche.
4. Si adopera affinché gli Atleti e gli Allenatori si riconoscano nell'Associazione Sportiva, ancor prima che nella squadra di appartenenza.
5. Dà visibilità alle attività promosse dall'Associazione attraverso tutti i canali ufficiali concordati con il Direttivo.
6. Rispetta i regolamenti e fornisce un costante supporto affinché i collaboratori dell'Associazione Sportiva facciano lo stesso.
7. Verifica che non si manifesti alcun genere di discriminazione all'interno delle squadre.
8. Si impegna a tenere costantemente aggiornato il proprio livello di competenza.
9. Cerca di rappresentare un modello di comportamento coerente ai principi dell'Associazione Sportiva, cosciente della propria funzione di rappresentanza considerando l'applicazione dell'etica sportiva il più importante dei risultati sportivi.
10. Indossa con il massimo decoro possibile qualunque capo che riporti il nome/logo dell'Associazione Sportiva, anche al di fuori delle attività e delle competizioni societarie.