

# Credo Nachwuchs VBC Köniz

Das „Credo Nachwuchs VBC Köniz“ richtet sich an die Juniorinnen und Junioren im VBC Köniz Nachwuchs, an ihre TrainerInnen, den VBC Köniz und weitere Partner.

Es setzt Leitlinien des gemeinsamen Miteinanders und ist verpflichtend für die TrainerInnen und Mitarbeitenden der Nachwuchsabteilung des VBC Köniz.

Im Credo werden die Ziele, Voraussetzungen und Anforderungen der Zusammenarbeit beschrieben.

## Ziel der Nachwuchsabteilung des VBC Köniz

Jugendliche im Nachwuchs des VBC Köniz sollen eine solide und bedürfnisgerechte Volleyball-Ausbildung erhalten. Die Nachwuchsabteilung bietet Volleyball und Beachvolleyball sowohl für leistungs- wie auch für mehr funorientierte Jugendliche an. Das „Leitbild für eine erfolgreiche Ausbildung“ definiert die Richtung unseres Engagements.

## Voraussetzungen

Die Teilnahme an Aktivitäten des VBC Köniz Nachwuchs ist freiwillig und erfolgt aus eigener Motivation. Mit der Teilnahme an Trainings, Matches oder Anlässen des Nachwuchs werden Jugendliche Mitglied beim VBC Köniz - dem Gesamtverein - und bei seiner Nachwuchsabteilung. Damit gelten für die Mitgliedschaft beim Nachwuchs des VBC Köniz die im Folgenden erläuterten Anforderungen und Leitlinien.

## Anforderungen aus der Sicht der Jugendlichen

Als junge Volleyballerin / junger Volleyballer weiss ich, dass in der Teamsportart Volleyball gewisse Leitlinien gelten, die das Funktionieren des Trainings-, Spiel- und Vereinsumfeldes erst ermöglichen. Die folgenden Punkte sind darum für mich und für alle NachwuchsspielerInnen wichtig. Mündige Jugendliche ab 16/18 Jahren sind teilweise bzw. ganz selbstverantwortlich für ihr Handeln und betrachten das Credo als partnerschaftliche Vereinbarung der Zusammenarbeit zwischen ihnen und dem Nachwuchs des VBC Köniz.

### Rahmenbedingungen

- Ich bin mir bewusst, dass Sporttreiben eine gewisse **Priorität** in meiner Freizeit genießt. Ich bin bestrebt, eine Agenda zu führen und Aktivitäten vorausschauend und zusammen mit den TrainerInnen zu planen. Damit erleichtere ich mir und meinem Team die Planung.
- Meine **Lebensweise** steigert mein **Wohlbefinden** und ist vernünftig:
  - **Gesundheit:** Ich bin für meine Gesundheit verantwortlich und höre auf meinen Körper. Wenn ich gesundheitliche Probleme habe, liegt es auch in meiner Verantwortung zu intervenieren und dies (unter anderen den TrainerInnen) mitzuteilen.
  - **Erholung, Schlaf, Pausen:** Schule, Beruf, körperliche sowie geistige Aktivität im Wettkampf und Training ermüden und verlangen nach Erholung: Genügend Schlaf, Pausen tagsüber, aktive Erholung und ein regelmässiger Tagesablauf sind für mich wichtig.

- **Ernährung:** Ich ernähre mich ausgeglichen, mit Genuss, regelmässig und abwechslungsreich. Beispielsweise frühstücke ich täglich, trinke tagsüber und vor/während/nach dem Sport viel.
- Ich sage **nein zu Doping, Drogen, Alkohol und Tabak**. Mein Selbstbewusstsein ist stark genug, unterem anderem auch dank dem Sport: Ich brauche solche Produkte nicht. Sie sind während allen Team- und Nachwuchsaktivitäten tabu. Das Dopingreglement der SOA (Swiss Olympic Association) gilt auch für Nachwuchssportler und wird von uns anerkannt.
- **Zuverlässigkeit** erleichtert mir das Erreichen meiner Ziele: Ich bin pünktlich, vorbereitet (körperlich und mental) und verhalte mich im und neben dem Training und Match korrekt.
- Ich lege Wert auf **Toleranz** und **Fairplay**:
  - Ich bin **fair, ehrlich und tolerant** gegenüber meinen Mitspielerinnen, TrainerInnen, SchiedsrichterInnen, Funktionären und mir.
  - Ich nehme **Anregungen** meiner TrainerInnen an, setze sie um und unterstütze meine Ausbildung.
  - Ich akzeptiere andere **Ideen, Mentalitäten und Meinungen** im Team und im Club.
- Meine **Ausrüstung** und mein Material ist zweckmässig und bei der Aktivität dabei (Schuhe, Bekleidung, Getränke, Trainingsunterlagen, medizinische Artikel ...).

### Trainingsbedingungen

- Ich **unterstütze mein Team** in seinen Aktivitäten und Verpflichtungen. Dazu gehören die Trainings, Meisterschaftsspiele, einige Helferaufgaben und weitere Teamaktivitäten.
- Ich **entscheide** mich jeweils zu Beginn der Saison (im Frühjahr) zusammen mit den Verantwortlichen für mindestens eine Saison für ein Team und die damit verbundenen Teamaktivitäten. Ich unterstütze durch mein Engagement die damit eingegangene partnerschaftliche Verpflichtung.
- Ich **kenne die Arbeit im Hintergrund**, die unseren Verein lebensfähig machen und leiste im Rahmen meiner Möglichkeiten meinen Beitrag an die zahlreichen Aufgaben im Club (z.B. als gelegentlicheR HelferIn, SchreiberIn, beim Ballrollen, als Jugendschiri/Schiri, etc.)
- Regelmässige Teamgespräche legen (zusammen mit dem Nachwuchs-Leitbild und der Rahmentrainingskonzeption) die gemeinsamen **Ziele der Teams** fest.
- Ich regle mein **sportliches Engagement**: Meine konkreten sportlichen Aktivitäten werden im Leistungssektor des Nachwuchs schriftlich festgehalten (Aktivitätsübersicht) und regelmässig von den TrainerInnen visitiert. Bei Überlastung gibt mir meine Aktivitätsübersicht das Recht zur Intervention.
- Ich erhalte bei hohem, zufriedenstellendem Engagement im Stammteam auf Wunsch oder Vorschlag Gelegenheit für **zusätzliche Trainingsbesuche** im Nachwuchs oder im Club.
- Ich erhalte bei hohem Engagement in meinem Nachwuchsteam die Möglichkeit, an Sichtungsanlässe der **Auswahlteams** aller Stufen gehen zu können.

## Umgebung

Zum Umfeld zähle ich Familie, FreundInnen und KollegInnen, Schule und Beruf, Club und Auswahlen, Freizeit und Ferien. Mein Umfeld bietet mir die Unterstützung, die ich auch im Sport brauche. Mein Umfeld ist für mich unverzichtbar und wichtig. Ich respektiere die Menschen um mich und ihren Einsatz, so wie sie auch mich und mein Engagement für den Volleyballsport respektieren.