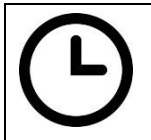


## Gedragcode deelnemers Jespo

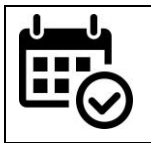
“Goede afspraken maken goede vrienden.”

### Wat verwachten we van jou?

---



Je komt op tijd naar de sportles

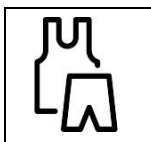


Je probeert elke les aanwezig te zijn

*Ben je langer dan 1 les afwezig (bijv. ziekte), dan laat je dit weten aan de lesgever.*



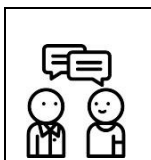
Je zegt altijd hallo tegen de lesgever(s) als je aankomt en meld je aan



Je draagt sportieve kledij en aangepaste schoenen

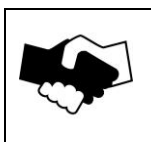


Je luistert goed naar de lesgever(s) én naar de andere kinderen



Je spreekt Nederlands tijdens de lessen

*Begrijp je iets niet? Vraag het aan je lesgever.*



Je bent vriendelijk en hebt respect voor iedereen

*We proberen ruzies altijd op te lossen door naar elkaar te luisteren én met elkaar te praten.*

## Welke andere regels vinden we bij Jespo ook belangrijk?

---

- **Kledij & schoenen:**
  - Sport je **buiten**? Pas je kledij dan aan aan het weer. Is het koud? Doe extra lagen aan én een lange broek. Regent het? Trek dan een regenjas aan...
  - Sport je **binnen**? Je mag enkel binnenschoenen dragen die je nooit buiten draagt en met een propere zool. Er mogen geen strepen op de vloer komen.
  - Voor sommige sporten (bijv. karate, zwemmen, waterpolo, ski, enz.) zijn er specifieke regels over de kledij. Die vind je op de volgende pagina.
  - Houd je sportkledij fris én proper.
  - Draag het juiste schoeisel voor de juiste sport. Draag geen turnpantoffels.
- **Sportlocatie & sportmateriaal:**
  - Je helpt de lesgevers met **opruimen** en houd je **sportlocatie** mee **proper**.
  - Je gebruikt het sportmateriaal zoals het hoort. Maak je per ongeluk toch iets stuk (eigen materiaal, materiaal van Jespo, materiaal van een andere deelnemer of materiaal van de infrastructuur), dan kom je dat zelf tegen de lesgever zeggen.
- **Gezond sporten:**
  - Eet iets voor je komt sporten.
  - Neem water mee naar de les in een drinkbus met je naam op.
  - Ga voor elke les nog even naar de WC.
  - Neem een stuk fruit mee om na de sportles op te eten.
  - Heb je tijdens het sporten ergens pijn? Dan zeg je dat onmiddellijk tegen de lesgever. Blijf je pijn hebben, vraag verzekeringspapieren en ga naar de sportarts. Op <http://www.vvsport.be> vind je een overzicht van sportartsen in jouw buurt.
  - Douchen kan niet op elke sportlocatie, maar als het kan, doe het dan.
- **Plezier maken:**
  - Leef je uit, maak veel vrienden en veel plezier!
  - Winnen en verliezen hoort ook bij het sporten. Ga er sportief mee om.
  - Help elkaar en moedig elkaar altijd aan.
- **Dure spullen** (horloge, juwelen of smartphone) laat je best thuis.
- Je **gsm of smartphone** gebruik je niet tijdens de lessen of in de kleedkamer. Na de les, eens uit de kleedkamer, kan dit wel.
- Is de **lesgever eens niet op tijd? Wacht dan rustig** aan de deur of in de zaal.

## Welk gedrag kan écht niet bij Jespo?

---



Je bent niet welkom bij Jespo als je:

- iemand pest
- Regelmatig de les verstoort
- iemand slaat of op eender welke manier pijn doet
- Racistische of discriminerende opmerkingen maakt
- iets steelt
- Drugs, alcohol of doping gebruikt
- ...

## Welke regels zijn belangrijk voor mijn sport(activiteit)?

---

De lesgever maakt tijdens de eerste lessen nog extra afspraken met jou. Noteer hier de regels die belangrijk zijn voor jouw sport(activiteit):

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-