



REGOLAMENTO

Il presente regolamento ha lo scopo di informare le famiglie sulle varie forme di organizzazione all'interno della nostra scuola le quali non si limitano solo alla pratica ma ad un'articolazione più complessa e strutturata. Ogni nostro praticante iscritto è già informato, in base all'età, su tutte le tematiche inerenti a questo regolamento.

1) DOJO – REQUISITI FONDAMENTALI

Il Dojo è il luogo in cui si pratica il Karate. Si entra nel Dojo in silenzio e cortesia almeno 15 minuti prima dell'inizio del proprio turno fermandosi all'ingresso e salutando con l'inchino (rei) in segno di rispetto per il luogo dove ci si allena. Allo stesso modo si esce dal Dojo dopo il saluto con maestri e compagni rimanendo ordinati. Ai genitori, per motivi educativi, non è consentito assistere alle lezioni, accompagneranno i figli all'ingresso del Dojo in anticipo rispetto all'orario della lezione in maniera tale da dare la possibilità al bambino di potersi cambiare in autonomia e avere la possibilità di ripassare prima della seduta. Eventuali ritardi o imprevisti vanno comunicati alla segreteria. Gli allievi impossibilitati a partecipare attivamente alla lezione possono seguire lo svolgimento e le spiegazioni come spettatori. In conclusione il Dojo non è un tempio sacro ma nemmeno una piazza o un bar: è semplicemente una palestra dove si pratica karate. Il tempo a disposizione deve essere impiegato per la pratica del karate tramite le varie metodologie di insegnamento applicate e studiate dai tecnici. Per altre attività e in altri orari ci sono l'oratorio, la piazza, il bar. Non sono ammessi dispositivi elettronici i quali, se presenti dovranno essere tenuti negli spogliatoi in modalità silenziosa.

2) SEGRETERIA, COMUNICAZIONI, PRESENZE, ORARIO LEZIONI

La segreteria è il primo punto di riferimento e accoglienza che mettiamo a disposizione delle famiglie e praticanti. La conferma della presenza alle lezioni è scontata quindi i genitori dovranno comunicare sul gruppo Whatsapp solo l'eventuale assenza del praticante. Tutte le comunicazioni ufficiali verranno condivise sempre sul gruppo Whatsapp; si ricorda che il gruppo deve essere usato solo ed esclusivamente per il karate. Chiediamo alle famiglie di impegnarsi a rispettare le tempistiche date dalla società e a comunicare gli eventuali ritardi e assenze. L'orario delle lezioni è indicato in base all'età del soggetto, sarà prevista una breve pausa invernale e una pausa estiva.

3) CURA DEI LUOGHI E DELLA PERSONA

Il Dojo deve sempre essere pulito e ordinato. Tutti contribuiscono affinché ciò avvenga; ciò vale anche per il tatami (il tappeto sul quale ci si allena), altrettanto vale per gli spogliatoi nei quali vi deve essere ordine. Si raccomanda la massima pulizia personale e del Karategi. In particolare è norma di sicurezza che le unghie delle mani e dei piedi siano tagliate corte, non si devono portare catenine, anelli, bracciali, forcine, o altri oggetti che possano procurare danni durante gli allenamenti.

4) KARATEGI E ATTREZZATURA

Nel Dojo si indossa il Karategi, cioè la divisa di Karate composta da pantaloni lunghi bianchi, giacca bianca, maglietta intima bianca (facoltativa per i maschi, obbligatoria per le femmine) e la cintura del proprio grado (la quale non deve essere lavata). Il kit di base fornito dalla società (maglietta e pantaloncini sportivi) saranno da indossare obbligatoriamente durante gli allenamenti per i nuovi praticanti per introdurre il concetto di uniforme di allenamento, mentre per chi possiede già il karategi, potrà utilizzare maglietta e pantaloncini come sostituzione temporanea (esempio lavaggio uniforme). Oltre agli indumenti basilari forniti dalla società per l'inizio pratica vi saranno altri indumenti sia di rappresentanza che per il combattimento (protezioni kumite) quali la società raccomanda e consiglia l'acquisto da parte delle famiglie per creare un'identità e un riconoscimento durante gli eventi che si andranno a svolgere.



Attrezzatura fornita dalla società: La società per ammortizzare il più possibile la spesa economica da parte delle famiglie e rendere i praticanti responsabili e indipendenti mette a disposizione dei kit da combattimento i quali saranno forniti individualmente a ogni singolo praticante. Il kit fornito evento per evento è in genere formato da caschetto, corpetto e paratibie con parapiedi, il tutto all'interno di un borsone; al termine dell'evento dovrà essere disinfettato e restituito.

5) COMPORAMENTO

Fuori dal Dojo non si praticherà né s'insegnerà qualsiasi tecnica dell'arte del karate se non dopo averne chiesta esplicita autorizzazione al Maestro. Il contegno deve essere sempre corretto, sia durante, sia fuori l'orario di lezione come in strada che in famiglia. L'atleta di Karate rispetta tutti senza distinzione di sesso, aspetto fisico, età, nazionalità o etnia, colore della pelle, religione, opinione politica o classe sociale; fuori dal Dojo il praticante non si vanta di conoscere l'Arte Marziale né ha comportamenti aggressivi verso gli altri ma contrasta in modo adeguato e senza paura gli episodi di violenza, teppismo o bullismo, difendendo sempre i più deboli. Un comportamento adeguato è anche richiesto ai genitori sia in palestra che in gara. Per evitare situazioni spiacevoli che potrebbero svilupparsi intendiamo porre un'informativa comportamentale con l'obiettivo di ricordare che la nostra scuola basa il proprio lavoro su principi etici e morali i quali vanno ben oltre il risultato agonistico ribadendo che a differenza di molte scuole amatoriali qui troviamo una struttura professionale. Rispetto e disciplina sono i pilastri del Karate; serenità, crescita e divertimento il nostro obiettivo. Situazioni in opposizione, per rispetto degli altri praticanti, non verranno accettate. Gli utenti saranno quindi liberi e invitati a intraprendere una strada più appropriata alle proprie esigenze presso altre realtà. Il karate va avanti indipendentemente da tutto.

6) METODOLOGIA APPLICATA, ALLIEVI E MAESTRI

Il karate è una disciplina individuale praticata in gruppo. Quest'ultimo infatti è di vitale importanza poiché il praticante, grazie al confronto con i compagni ha la possibilità di migliorare. Gli allenamenti sono quindi sviluppati in gruppo, ma strutturati tenendo conto che ogni bambino ha la propria chiave di comunicazione e sviluppo; pertanto si entra in una sfera individuale dove i maestri sono visti come facilitatori dell'apprendimento, essi si pongono obiettivi individualizzati "a misura di bambino/ragazzo/adulto"; quindi ogni praticante avrà un proprio diario individuale stilato stagionalmente dai maestri i quali si pongono obiettivi prendendo nota sul lavoro impostato. Non esistono atleti migliori o privilegiati. Tutti sono uguali, infatti indossano lo stesso Gi bianco; l'unica differenza è nella cintura, il cui colore indica il grado di esperienza acquisita. L'atleta che dimostra capacità superiori lo deve innanzitutto a sé stesso e alle sue doti, agli insegnamenti dell'Istruttore e soprattutto ai compagni con cui si allena, che gli permettono di esprimersi al meglio. A sua volta egli, con umiltà, deve mettere il suo talento a disposizione degli altri, affinché tutto il gruppo ne possa trarre beneficio. Capiamo quindi quanto sia importante e necessario nel karate l'intreccio continuo tra gruppo e singolo.

7) MOMENTI DI CONFRONTO CON LE FAMIGLIE, I COLLOQUI INDIVIDUALI

Come citato nei punti precedenti i genitori non potranno essere spettatori alle lezioni, salvo allenamenti aperti al pubblico durante l'anno. Rimarranno comunque 4 tappe sia di condivisione sulla situazione del praticante sia informative. I colloqui singoli coi genitori saranno 2 e verranno effettuati a metà e fine della stagione rispettivamente nei mesi di dicembre e maggio prendendo appuntamento con la segreteria la quale comunicherà alle famiglie giorni e orari di ricevimento da parte dei maestri. Un incontro a inizio anno in comune con tutte le famiglie avrà l'obiettivo di definire i vari punti, sviluppi, obiettivi per la nuova stagione oltre che la lettura e la condivisione del regolamento, un quarto e ultimo incontro sempre individuale verrà inserito come informativa agonistica sui regolamenti agonistici in maniera da rendere le famiglie consapevoli di quello che assisteranno durante le competizioni. Per eventuali situazioni rilevanti e urgenti si potrà richiedere sia da parte delle famiglie sia da parte dei maestri un confronto al di fuori delle tempistiche ordinarie. La società crede che un buon scambio di informazioni con le famiglie va a influire positivamente sul processo di crescita del soggetto sviluppando quindi un filo di intesa diretto e un metodo di pensiero unidirezionale tra famiglie e società, sia a casa che nel Dojo.



8) ATTIVITA' AGONISTICA

Le competizioni rappresentano una grande momento di confronto, amicizia e di crescita in quanto l'allievo si trova in prima persona a doversi confrontare con altri praticanti provenienti da altre realtà, vivere le vittorie mediante il raggiungimento di obiettivi tecnici e morali, perché prima di tutto la gara è contro noi stessi, ma soprattutto accettare le sconfitte per potersi migliorare sempre più. Questi sono concetti che l'allievo applicherà nei vari scenari e contesti della vita, dalla scuola alla famiglia e così via. Il comportamento durante la gara conta più di qualsiasi prestazione positiva o buon risultato; infatti la prestazione o risultato è importante, ma non quanto il comportamento necessario per raggiungerla. Le regole in gara rispecchiano quelle del Dojo:

- Puntualità al ritrovo (per il rispetto di tutti)
- I genitori non potranno durante la gara interferire con gli agonisti (chiacchierate, abbracci, passaggio di succhi, merendine ecc.)
- Gli istruttori hanno la responsabilità sul gruppo agonistico e pertanto a loro è affidata la gestione.
- Invitiamo i genitori a rimanere sugli spalti e godersi la gara del proprio figlio.

Convocazioni: Ogni praticante ha un proprio percorso agonistico il quale lo vede affrontare e superare ostacoli individualmente. Per via di questa esigenza la partecipazione alle gare, una volta dato il consenso agonistico da parte delle famiglie, sarà espressa dalla convocazione dell'atleta da parte della società comunicata alle famiglie o al singolo per tempo in modo tale da potersi organizzare. La metodologia delle convocazioni è utile per due motivi; il primo è quello di garantire all'agonista la giusta assistenza e presenza della figura del tecnico il quale funge da supporto e stimolo, il secondo è offrire a ogni praticante il giusto approccio all'evento più idoneo alle proprie capacità così da poterne trarre il massimo profitto in termini di crescita; d'altro canto se un praticante va a cimentarsi in un contesto tecnico/educativo con richieste troppo elevate o inferiori alle proprie caratteristiche, non si andrà a ottenere il risultato sperato. Questo non significa che un atleta è più o meno bravo dell'altro né tanto meno bisogna fare paragoni; il primo avversario che incontriamo siamo noi stessi e quindi il lavoro è mirato per migliorarsi sempre di più.

9) ESAMI DI GRADUAZIONE

Esami di graduazione: Il colore della cintura indica il grado di esperienza raggiunto dal praticante il quale ogni anno apprende tecniche, terminologia, destrezza e abilità sempre più elaborate; il processo di assimilazione, sviluppo e applicazione di questi campi verranno esaminati al termine dell'anno sportivo con gli esami di graduazione con conseguente passaggio di livello acquisendo una cintura superiore. Le modalità pratiche e teoriche richieste durante l'esame saranno trattate durante la stagione; i praticanti sono ammessi all'esame dai maestri i quali comunicheranno l'ammissione un mese prima della prova. I criteri per essere ammessi all'esame sono i seguenti:

- Dimostrare di fare karate
- Buona e cospicua presenza alle lezioni.
- Comportamento adeguato, rispetto e impegno durante gli allenamenti.
- Partecipazione ad almeno un evento esterno i quali sono indicati e comunicati dalla società come evento formativo per l'esame di graduazione (esempio gare, allenamenti condivisi con altre palestre, eventi vari).

La commissione d'esame è composta da Maestri anche esterni alla società i quali conferiranno un punteggio per le sezioni kihon, kata, kumite, teoria.

La data dell'esame viene comunicata dalla società con largo anticipo, in genere esso si svolge tra il mese di maggio e giugno in base agli impegni federali. Chi dovesse essere impossibilitato a sostenere l'esame a fine stagione, per una valida motivazione degna di nota, si stabilizzerà una data di recupero a inizio della nuova stagione la quale rappresenterà l'ultima finestra per poter sostenere l'esame. Ricordiamo comunque che questi sono casi eccezionali e gli esami si sostengono alla fine della stagione corrente.



Criteri di graduazione

Ogni singolo caso è valutato individualmente quindi potrebbero esserci eccezioni; in genere la società si attiene ai seguenti criteri per la graduazione:

- Fino ai 12 anni mezze cinture
- Dopo i 12 anni cinture piene
-

10) MENSILITA' E MODALITA' DI CONTRIBUZIONE

Il pagamento della quota mensile dovrà essere effettuato entro e non oltre i primi 10 giorni del mese corrente di lezione. In caso di mancato pagamento del mese, il soggetto non potrà accedere alle lezioni del mese successivo sino a quando non avrà saldato il precedente.

La mensilità è da versare secondo le modalità indicate dalla segreteria e entro i termini stabiliti. Non sono previsti rimborsi in caso di mancata frequenza alle lezioni.