



Charte de bonne conduite

Le karaté est une école de vie. La présente charte de bonne conduite a pour but de connaître et adopter les règles de vie à respecter dans un dojo de karaté. Ces règles sont valables avant, pendant et après les cours. Elles permettent de pratiquer pleinement la discipline dans un cadre sécurisant et dans une ambiance de pratique saine.

RESPECT

Le respect est une valeur fondamentale des arts martiaux et de la vie de tous les jours. Je respecte mon enseignant, mes camarades et toute personne autour de moi, je les traite avec courtoisie.

PONCTUALITÉ

Les cours commencent à une heure précise. Je veille à être ponctuel et prêt dans le dojo/la salle en ligne avec mes camarades. Si je sais que je vais être en retard ou absent, j'en avise le responsable en charge des cours.

PROPRETÉ ET SÉCURITÉ

Par respect pour mon enseignant, mes camarades et moi-même, je veille à être propre et à avoir une tenue correcte en venant aux cours. Je me lave les mains et les pieds, je me coupe les ongles (pour éviter les blessures) et je m'attache les cheveux si besoin (élastique sans élément métallique). Ma tenue d'entraînement est propre. Par sécurité, je retire mes bijoux ou autres accessoires avant l'entraînement, car ils peuvent me blesser ou blesser mes camarades. Je prends part au nettoyage du dojo et veille à ce que les lieux soient propres pour les prochains utilisateurs.

DISCIPLINE

Lorsque l'enseignant donne des instructions et des consignes, je me dois de regarder et d'écouter avec attention les indications qu'il me donne, sans l'interrompre d'aucune manière. Si j'ai besoin, je lève la main et j'attends que l'enseignant me donne la parole. Je vais aux toilettes avant et après le cours, pas pendant. Je peux prendre une gourde d'eau pour la pause boisson durant le cours. Je ne mange pas durant le cours (pas de chewing-gum). J'ai toutes mes affaires et tout mon matériel pour chaque entraînement (karate-gi, ceinture, protections, etc...).



ENGAGEMENT

L'entraînement doit être un plaisir. Je m'engage à apprendre et à donner mon maximum durant les entraînements, en fonction de mes capacités et de ma forme du jour.

SELF-CONTROL

Avant d'agir, je réfléchis. Je contrôle ce que je dis et ce que je fais pour ne pas blesser mes camarades. Si j'ai un problème, je peux aviser l'enseignant pour trouver une solution ensemble.

FAIR-PLAY

Je suis bon joueur et j'accepte autant la victoire que la défaite. Je tolère les avis différents des miens. J'aide mes camarades lorsque je sens qu'ils en ont besoin et je participe à les motiver pour pratiquer dans une bonne ambiance et pouvoir s'amuser ensemble.

Par ma signature et celles de mes parents/représentants légaux, j'atteste avoir pris connaissance de la charte de bonne conduite et des règles de vie qui la constituent. Je m'engage à respecter ces règles durant mon apprentissage du karaté.

*Lieu et date : _____

*Signature de l'élève :

*Signature du/des représentant(s) légal(aux) :