

# 合約-泳員和家長

巨流社游泳會冀透過各項訓練及活動，培養孩子成為一個獨立，關愛，**尊重**，**誠實**，**勤奮**和負責任的人。

我（泳員）能夠：

- 登入巨流社的網站從而獲取個人的游泳信息。
- 在家長的指導下，閱讀由巨流泳會發出的電子郵件/ whatsapp 信息。
- 親自向教練告假及解釋遲到的原因。
- 知道進行體能的地點。
- 帶著笑容和有禮貌地稱呼別人的名字，在別人需要幫助時伸出援手。
- 尊重所有隊員，教練，家長，工作人員和比賽中的對手。
- 尊重任何我隊在訓練，訪問或比賽期間使用的設施：我不會弄污，破壞，不適當使用或濫用設施。不遵守這一規定將導致我立即喪失使用這些設施的權利。
- 尊重別人的財物：我不會竊取，破壞，隱藏或濫用別人的財物。如果我發現不屬於我的東西，我會把它交給父母或教練。
- 拒絕對我的教練，家長，隊友或職員說謊話。若我說了謊話，我身邊的朋友，便會對我不信任；當我是一個不誠實的人，別人們不可能想要幫助我或與我一起工作。我要誠實地對待我自己和我身邊的人。
- 在訓練之前和在訓練期間，我不會在更衣室閒逛，而會儘速返回泳池。
- 在訓練游泳期間，我會不間斷地來回游泳，亦不會在遇到淺水區便走路。
- 帶著正面思想和用心地完成每一項訓練和比賽。
- 學習管理時間，從而不會因為參加了游泳訓練而影響學業。
- 準時在每期的第一堂課開始前報名。每次訓練、參與活動或比賽的時候，我都會記著我的個人最佳時間。如果我希望別人認真對待我的游泳，我必須是第一個認真對待自己的人，認真該是由我開始！
- 在代表 CUC 比賽時，會穿上印有 CUC 隊的服裝。
- 在比賽之前和完成比賽之後會向教練檢討，以便獲得意見或比賽的技巧。
- 為自己制定短期和長期的個人游泳目標。我明白到，我可能不會是一個完美的人，但我必須繼續改善我生活的每一方面。我的教練會在這個過程中幫助我，所以我必須與他們分享我的目標和願望，以便他們能夠協助我。

我（家長）能夠：

- 著重提醒孩子們能恰當地參與運動項目，特別是在更衣室和任何 CUC 舉辦活動的場地。明白到孩子們若果採取不正常參與運動，CUC 會要求他們離開場地。
- 明白成功的定義：泳員倘若打破自己的個人最佳游泳記錄，便為成功。而不是將他們和其他泳員比較；獲得獎牌而未能打破個人最佳游泳記錄也不算成功。
- 向孩子們強調擁有良好禮儀和正面行為的重要性。
- 引導和協助孩子們達到 CUC 對他們的期望。
- 準時支付有關游泳的一切費，並將收據交給孩子轉交教練。
- 鼓勵孩子們定期參加練習並且積極參與比賽。
- 在不影響孩子游泳訓練下去計劃家庭聚會或活動。明白到學習和發展良好習慣的黃金時期是在兒童和少年階段。

我同意上述游泳隊的合約條款，並會採取相應的行動以配合巨流社對泳員的期望。

泳員姓名		簽署		日期	
家長姓名		簽署		日期	

接納：

教練姓名		簽署		日期	
------	--	----	--	----	--