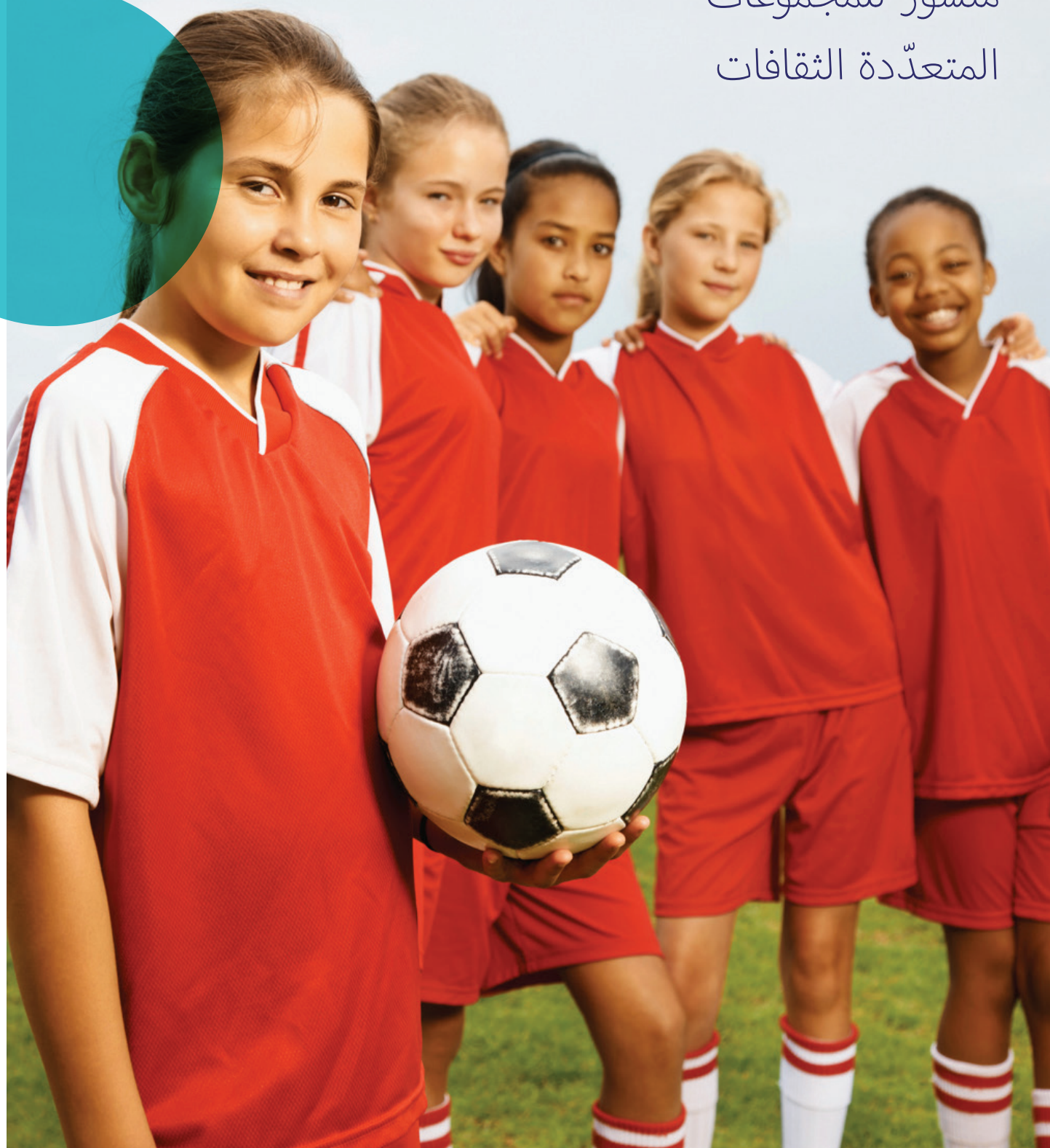


هل تريد الانضمام لنادٍ رياضيّ؟

منشور للمجموعات
المتعدّدة الثقافات



هل تريد الانضمام لنادٍ رياضيّ؟

تُساهم الرياضة في بناء الصداقات وتعزيز الصحة والسعادة وتقوية روابط المجتمعات وتُحسّن من مستوى نوعية الحياة. الكلُّ مُرحّبٌ به في أستراليا للانضمام إلى النوادي الرياضية.



للاضمام إلى نادٍ رياضي
في منطقتك، تفضّل زيارة
sportandrecreation.nsw.gov.au/findaclub/sport
وتعرّف على النوادي الرياضية القريبة منك



اطرح الاسئلة التالية عند تواصلك مع نادٍ رياضي

- هل يُمكنني المشاركة باللعب حتى وإن لم أَلعب من قبل؟
- كيف أعرف الفريق الذي سأُنضم إليه؟
- هل يُمكنني الحضور وتجربة الرياضة قبل الانضمام؟
- متى تجري التدريبات وأين مكانها؟
- متى يبدأ التدريب ومتى ينتهي؟
- متى تجري المنافسات وأين؟
- ما المعدات الرياضية التي سأحتاجها؟ هل أشتريها أم سؤوّر لي؟
- ما تكلفة اللعب، هل توجد تكاليف إضافية غير رسوم التسجيل؟
- ما هي أيام التسجيل وأوقاته؟
- هل هناك توقّعات أخرى من اللاعبين أو والديهم؟

متى سألعب؟

تختار كل رابطة رياضية محلية أيام المنافسات التي سُنجرها وأوقاتها. بعد إغلاق باب التسجيل، تُحدّد التواريخ والأوقات والأماكن المعيّنة لإجراء المنافسات إما بجدولتها أو عن طريق القرعة. راجع ناديك الرياضي المحليّ لمزيدٍ من التفاصيل.

الرياضات الشتوية

من نيسان/أبريل إلى آب/أغسطس

التسجيل كانون الثاني/يناير - شباط/فبراير

كرة القدم

دوري كرة القدم الأسترالي

دوري الركي

الهوكي

اتحاد الركي

كرة الشبكة

الرياضات الصيفية من أيلول/

سبتمبر حتى آذار/مارس

التسجيل آب/أغسطس - أيلول/سبتمبر

الكريكت

كرة الماء

بايسبول

سوفتبول

ألعاب القوى

كرة القدم الليلية

الرياضات على مدار العام

يجري التسجيل في أوقاتٍ مختلفة من العام

كرة المضرب (التنس)

كرة السلة

كرة الطائرة

تنس الريشة

كرة الصالات

الجمباز

الغولف

متى أسجّل ي ألعب؟

يجري التسجيل لأغلب الرياضات قبل شهرين من تاريخ بدء المنافسات. هذا ما يُعطي الفرصة لتنظيم الفريق والمتطوعين والتدريبات.

ما هو المُتوقّع حين تنضم أنت، أو أحد أفراد عائلتك إلى نادٍ رياضي.

- حضور التدريبات ومباريات المنافسات لرياضاتك المختارة
- حضور التدريبات والمباريات لدعم أطفالك أو أفراد عائلتك، بما في ذلك مرافقة أطفالك إلى الملاعب أو أماكنها الخاصة
- مساعدة النادي عبر تطوّعك

ما هي تكلفة اللعب؟

تختلف التكلفة باختلاف الرياضات والنوادي، لذا عليك مراجعة ناديك الرياضي عند التسجيل. توقّر بعض النوادي إما رسوم أو أسعاراً خاصة للاشتراكات العائلية أو كليهما. تُدفع الرسوم قبل بدء كل تدريب، وقد تشمل التالي:

- رسوم التسجيل - المال المدفوع مقابل العضوية في النادي الرياضي
- رسوم التأمين - تكاليف التغطية في حال إصابة أي عضو أثناء اللعب
- البدلات - الثياب الضرورية لممارسة الرياضة بأسلوب آمن، ويشعر الجميع بأنهم أفراد فريق واحد

هل هناك فارق بين التدريب والمنافسة؟

نعم، يجري التدريب في العادة أثناء أيام الأسبوع، ويشارك فيه لاعبو الفريق عينه، أمّا المنافسات فتجري في نهايات الأسابيع حين تلعب مع فريقك ضدّ فريق من منطقة أخرى أو مجتمع آخر.



كُن متطوعاً في نادي رياضي

المتطوع هو شخص يُساعد الآخرين في وقته الخاص مجاناً. يُشارك المتطوع خبرته، ويُساعد الآخرين، ويبني صداقاتٍ جديدة. تحتاج النوادي للدعم من أعضائها وبالأخص خلال المنافسات. يُمكن للأعضاء المساهمة ببعض من وقتهم للمساعدة في ضمان سريان المباريات بأسلوب آمن وممتع.

ما الذي قد يُطلب منك عند عملك متطوعاً

- تجهيز الملاعب ليوم المنافسات
- تحضير الطعام لأيام المنافسات
- المساعدة في إدارة المباريات (النتيجة، حمل المعدات)
- غسل البدلات والاهتمام بالمعدات الرياضية
- المساعدة في أيام التدريب والمنافسات
- المساعدة في التدريب أو التحكيم أو في شؤون النادي الإدارية

هل تريد أن تكون مدرباً رياضياً؟

من طرق المشاركة بالرياضة أيضاً أن تكون مدرباً رياضياً أو مساعد مدرب.

لدى أغلب الرياضات برامج تدريب ابتدائية محدّدة، اسأل ناديك الرياضي المحليّ أو رابطةك الرياضية عن ذلك. للوصول إلى ملف "مقدمة في المهارات الأساسية للتدريب" الخاص بمعهد الرياضة الأستراليّ، انقر على الرابط التالي
www.ausport.gov.au/participating/coachofficial/generalprinciples/community_coaching_general_principles

