

# Etisk kodeks - god opførsel på og uden for idrætsbanen

DIF og Team Danmark har lavet et sæt etiske retningslinjer som vejleder om god opførsel - både på og udenfor idrætsbanen

Målet er, at idrætsforeninger over hele landet skal bruge det etiske kodeks som en rettesnor for opførsel både på og udenfor idrætsbanen.

## De følgende normer henviser til handlinger og holdninger, der kendetegner den gode træner:

1. Behandl alle udøvere individuelt og på udøverens præmisser!
2. Sørg for, at træning og konkurrencer er passende i forhold til udøverens alder, erfaring, talent og modenhed!
3. Overhold idrættens regler og normer for fair play i din idrætsgren!
4. Respektér de afgørelser, som er truffet af dommere og andre officials!
5. Inddrag udøverne i beslutninger, som berører dem, og lær den enkelte udøver at tage sin del af ansvaret for sin opførsel og idrætslige udvikling!
6. Vær fair, omsorgsfuld og ærlig over for udøveren!
7. Giv konstruktiv kritik og undgå overdreven negativ kritik!
8. Prioritér altid dine udøvers helbred og undgå, at de udsættes for unødvendige helbredsrisici!
9. Vis interesse og omsorg for syge og skadede udøvere!
10. Søg samarbejde med andre trænere og specialister, hvor det tjener udøveren!
11. Anerkend udøverens ret til at modtage råd og vejledning fra andre trænere!
12. Acceptér aldrig truende og voldelig adfærd!
13. Undgå enhver seksuel tilnærmelse af og intim kontakt med udøverne!
14. Bevar en høj standard for din personlige opførsel i og uden for konkurrence! Vær opmærksom på din betydning som rollemodel!
15. Vær aktiv modstander af misbrug af doping og illegale rusmidler! Vær aktiv modstander af brug af alkohol og tobak i idrætslig sammenhæng!
16. Behandl alle udøvere ligeværdigt - uafhængigt af køn, race, etnisk, politisk og religiøst tilhørsforhold samt seksuel orientering!
17. Udnyt aldrig din virksomhed som træner til at fremme egne interesser på bekostning af udøvernes og/eller idrættens interesser!

## God opførsel for voksne udøvere:

1. Gør altid dit bedste!
2. Vis værdighed både ved sejr og nederlag!
3. Overhold idrættens regler og normerne for fair play i din idrætsgren!
4. Prioritér altid dit helbred og undgå unødvendige helbredsrisici!
5. Respektér de afgørelser, som er truffet af dommere og andre officials!
6. Respektér andre udøvers talent, potentiale og dygtighed - uafhængigt af køn, race, etnisk, politisk og religiøst tilhørsforhold samt seksuel orientering!
7. Undgå brug af nedsættende tale og skældsord i forhold til alle idrættens aktører!
8. Samarbejd åbent og ærligt med dine trænere og andre, som støtter dig!
9. Tag selv hovedansvaret for din idrætslige udvikling og præstationer!
10. Bevar en høj standard for din personlige opførsel i og uden for konkurrence! Vær opmærksom på din betydning som rollemodel!
11. Acceptér aldrig truende og voldelig adfærd!
12. Undgå intim kontakt med din træner!
13. Involvér dig ikke i dopingmisbrug!
14. Acceptér aldrig truende og voldelig adfærd!

## God opførsel for forældre

Forældre spiller en vigtig rolle i børns idræt. Det er vigtigt at opmuntre børn til at opføre sig ordentlig - samtidig med at man selv gør det fra sidelinjen som tilskuer.

1. Husk, at dit barn deltager for at glæde sig selv og ikke dig!
2. Tilskynd kun dit barn til at deltage, tving det ikke!
3. Tilskynd dit barn til at spille eller udøve sin idræt efter reglerne og til at løse konflikter uden fjendtlighed eller vold!
4. Støt og opmunter alle børn og unge i træning og konkurrence - ikke bare dine egne!

5. Vær positiv både i modgang og medgang!
6. Latterliggør aldrig et barn og råb ikke ad det, hvis det har begået en fejl!
7. Husk, at børn og unge lærer bedst med/gennem eksempler. Værdsæt altid godt spil og gode præstationer fra alle børn og unge!
8. Respektér dommeres og officials' afgørelser og lær børn og unge at gøre det samme!
9. Værdsæt frivillige trænere, ledere og officials. Uden dem kunne dit barn ikke deltage i nogen kamp/konkurrence!
10. Respektér ethvert barns rettigheder og værdighed - uafhængigt af køn, race, etnisk og religiøst tilhørsforhold!

## **God opførelse for børn op til 15 år:**

1. Gør altid dit bedste!
2. Overhold idrættens regler og normerne for fair play i din idrætsgren!
3. Deltag i idræt for din fornøjelses skyld, ikke fordi du skal behage dine forældre eller trænere!
4. Vis respekt over for alle udøvere, både medspillere og konkurrenter!
5. Lad være med at diskutere med dommere eller andre officials!
6. Vis respekt og vær åben og ærlig i forhold til de trænere og ledere, som har ansvar for dig!
7. Undlad hånende eller nedladende tilråb til eller udtalelser om medspillere og konkurrenter, dommere, andre officials, trænere eller ledere!
8. Opfør dig over for andre, som du selv gerne vil have, at de opfører sig over for dig!

## **God opførelse for dommere og officials**

Dommerne og officials spiller en nøglerolle i udviklingen af idrætten. De skal nemlig sætte rammerne for acceptable og unacceptable handlinger og opretholde retfærdighed og fairness.

1. Vær upartisk!
2. Hav altid som mål at realisere de præstationsidealer, der gælder inden for din idræt!
3. Prioriter udøverens sikkerhed og velfærd over alt andet!
4. Vis respekt for udøvere, trænere og dem, der støtter dem, og vær åben for at begrunde dine beslutninger!
5. Tag ansvaret for de beslutninger, der tages!
6. Søg kundskab og vær altid opdateret om din idræts udvikling!
7. Undgå brug af nedsættende tale og skældsord i forhold til alle idrættens aktører!
8. Behandl alle udøvere ligeværdigt - uafhængigt af køn, race, etnisk, politisk og religiøst tilhørsforhold samt seksuel orientering!
9. Udnyt aldrig din virksomhed som dommer til at fremme egne interesser på bekostning af udøvernes og/eller idrættens interesser!