

VERHALTENSREGELN¹ FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE ATHLET*INNEN

Unser Ziel ist, dass Kinder, Jugendliche und erwachsene Athlet*innen sicher, motiviert und erfolgreich am Sport teilnehmen können. Deshalb erwarten wir, dass sie sich an die folgenden Verhaltensregeln halten:

Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene Athlet*innen haben das Recht, ...

1. Spaß und Freude zu erleben und in der Gemeinschaft akzeptiert zu sein.
2. sich jederzeit sicher und wohlfühlen zu können.
3. dass ihre Gesundheit immer an erster Stelle steht.
4. mit gleichen Rechten und Pflichten und ohne Diskriminierung am Sport teilzunehmen.
5. von allen fair, freundlich, respektvoll und mit Verständnis und Unterstützung behandelt zu werden.
6. ihre Meinung zu sagen zu allen Angelegenheiten, die sie betreffen.
7. dass ihre Vorschläge und Meinungen gehört und ernst genommen werden.
8. zu wissen, an wen sie sich wenden können, wenn sie sich unsicher, angegriffen oder ungerecht behandelt fühlen.
9. dass persönliche Informationen über sie vertraulich behandelt werden.

Wir erwarten von allen Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Athlet*innen, dass sie ...

10. sich bei Mobbing-Vorfällen Unterstützung suchen und Vorfälle ansprechen, auch wenn sie selbst nicht betroffen sind, sofern sie sich dazu in der Lage fühlen.
11. alle Unfälle, Verletzungen und andauernde Schmerzen der Trainerin oder dem Trainer sowie den Erziehungsberechtigten² mitzuteilen.
12. keine unzulässigen Mittel einzunehmen und sich an die Anti-Doping Richtlinien zu halten.

Allen Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Athlet*innen ist nicht erlaubt ...

13. sich an Gewalt oder Mobbing zu beteiligen – das gilt sowohl im persönlichen Kontakt als auch über soziale Medien.

Allen Kindern und Jugendlichen im Sport ist nicht erlaubt ...

14. Mittel einzunehmen, von denen die Erziehungsberechtigten nicht Bescheid wissen (z.B. ein Nahrungsergänzungsmittel, welches von einer anderen Person aus dem Sportumfeld empfohlen wurde).

¹ Die Verhaltensregeln basieren auf denen des Deutschen Turner-Bundes, welcher dieser in Zusammenarbeit mit der Universität Münster entwickelt hat. Das Projekt wurde durch das BiSp gefördert.

² Verhaltensregeln oder Anteile davon, die sich auf Erziehungsberechtigte beziehen, gelten nicht für erwachsene Athlet*innen.

Alle Kinder, Jugendliche und Erwachsene Athlet*innen sollten ...

15. Nein! sagen zu allem, was ihnen schlechte Gefühle macht und bei dem sie sich unwohl fühlen.
16. offen, ehrlich und respektvoll im Umgang miteinander sowie gegenüber Trainer*innen und Betreuer*innen kommunizieren.
17. es nie als Geheimnis behalten, wenn eine Person sie seelisch (gefühlsmäßig) oder körperlich verletzt hat.
18. für ihre Sicherheit sorgen, indem sie sich an die Anweisungen und Regeln halten.
19. daran denken, dass Leistungsunterschiede nichts mit dem Wert einer Person zu tun haben, sondern dass alle Athlet*innen den gleichen Wert haben.
20. sich als Mitglied ihres Teams verhalten und die anderen Teammitglieder unterstützen, wenn diese ihre Sache gut machen, aber auch, wenn es nicht gut läuft.
21. zu jeder Zeit fair sein, mit Engagement und Trainingsbereitschaft an ihrer sportlichen Entwicklung arbeiten, um ihre Ziele zu erreichen und geduldig sein, wenn sie ihre Ziele noch nicht erreicht haben.
22. bereit sein, Feedback anzunehmen, ihr Verhalten zu reflektieren und eigenes Fehlverhalten anzusprechen.
23. Trainer*innen, Mitathlet*innen, Wettkampfgegner*innen und Kampfrichter*innen stets mit Respekt behandeln.
24. Wertschätzung gegenüber Trainer*innen, Mitathlet*innen und Unterstützungsstrukturen zeigen.
25. die Privatsphäre von Trainer*innen respektieren und deren Erreichbarkeit außerhalb von Trainings- und Organisationszeiten achten.
26. mit jemandem darüber sprechen, wenn sie Schwierigkeiten, Sorgen oder Probleme haben oder sich von Trainer*innen, Kampfrichter*innen oder Offiziellen ungerecht behandelt fühlen.
27. im Trainings- und Wettkampfbetrieb ein angemessenes Maß an Selbständigkeit und Zuverlässigkeit zeigen.
28. sich im Training zu konzentrieren und Ablenkungen – insbesondere durch digitale Medien – situationsangemessen zu begrenzen.
29. ihre schulischen Ziele und Leistungen ernst nehmen, auch wenn sie Leistungssport mit hohen Trainingsumfängen betreiben.
30. pünktlich kommen und ihre Trainerin oder ihren Trainer benachrichtigen, wenn sie zu spät kommen.
31. die Geräte und Ausrüstungen wie die eigenen behandeln.
32. auf eine der Sportart und Situation angemessene und funktionale Kleidung achten.

Mit deiner Unterschrift bestätigst du, dass du diese Regeln zur Kenntnis genommen hast und dein Bestes tun wirst, dich daran zu halten.

Name Athlet*in: _____

Datum: _____

Unterschrift

Athlet*in: _____

Erziehungsberechtigte: _____