



Guraso agurgarriak,

Hil honetan Bizikidetza taldetik kirolarekin loturiko bi dekalogo dakarkizuegu. Bat, joko garbiarena eta bestea ikusle onarena. Interesgarria ikusten dugu etxean honen inguruko lanketa bat egitea.

Bizikidetza Taldea

JOKO GARBIAREN DEKALOGOA

1. Eman animoak kirolari guztiei, gauzak txarto egiten dituztenean, eta txalotu joko ona, norik egin duen kontuan hartu gabe.
2. Ikasi eta errespetatu joko-arauak, baita arauak betearazten dituzten pertsonak ere: kirolean ezinbestekoak dira.
3. Errespetatu zure entrenatzailearen erabakiak, nahiz eta zure gustukoak ez izan: erabakiak hartzea da entrenatzailearen eginkizunetako bat. Geroago emango dizkizu arrazoiak.
4. Jokabide ustelak dira lesioen edo lesio larrien plantak egitea, edota zigorrak eskatzea partida bat irabazten saiatzeko.
5. Ez da beharrezkoa zoritzarreko egoerei (lesioak) probetxua ateratzea, kiroltasunik gabeko trikimailuak erabiltzea (denbora galtzea), edo inori irain egitea.
6. Ez onartu kiroltasunik gabeko jokabideak, ez parte-hartzaileenak, ez entrenatzaileenak, ez ikusleenak berenak.
7. Ez gutxietsi zure aurkaria, bere maila zurea baino txikiagoa bada; eta irabazten baduzu, ez egin gehiegizko ospakizunik bere aurrean: geroago ere izango duzu ospatzeko denbora. Eman animoak galdu duenari.
8. Zure aurkariari kalte edo minik eginez gero, itaundu berehala nola dagoen, eta eskatu barkamena. Era berean, lesiorik ikusten baduzu, gelditu jokia, eta esaiozu arbitroari.
9. Zelaian eztabaidarik sortuz gero, ahalegindu zaitetz alderdi biak adiskidetzen. Ez ezazu parte hartu eztabaidak biziagotzeko.
10. Eman parte-hartzaile guztiei zeuretzat nahi duzun tratua.

ESKOLA KIROLAREN IKUSLE ONEN DEKALOGOA

1. Umeeek ez dute jolasten jendea entretenitzeko, ezta garaile izateko ere; umeeek ondo pasatzeko eta kirolaren bitartez hezten joateko jolasten dute. Ez ezazu hori inoiz ahaztu!
2. Parte hartzaile guztien ahaleginak txalo itzazu. Garrantzitsuenak ez du emaitzak izan behar.
3. Hutsegiteagatik ez iezaiezu agirakarik egin; Ikasten ari dira! Diozun guztia positiboa izan dadila, motibagarria hori da, ez agirika egitea.
4. Jardueran parte har dezatenekiko errespetua ager ezazu (ikasleak, entrenatzaileak, arbitroak eta jendea). Derrigorrezkoak ditugu!.
5. Zuk zeuk jakingo duzu zer egin behar duten, baina ez itzazu "telebideratu" zer egin behar duten esanez. Eman iezaiezu jardueraz gozatzeko eta erabakiak hartzeko askatasuna!
6. Arbitroen erabakiak errespetatu itzazu eta umeeek hori egitera, eta ezarritako araudiaren arabera jokatzeko animatu itzazu.
7. Uko egin iezaiezu jendeak edota edozein parte hartzailek sortutako edozein motako indarkeriei edo jarrera ezegokiei.
8. Jarduerari amaiera ematerakoan balora ezazu benetan garrantzia daukana, hau da, bakoitzaren hobekuntza, eta ez lortutako emaitza.
9. Ikusleek arau hauek bete ditzaten ahaleginak egin itzazu, era horretara jarduera denentzat onuragarriagoa izan dadila lortuko duzu.
10. Ez ezazu inoiz ahaztu zeure portaera zeure seme-alabentzako eredu izango denik, eta batez ere benetako protagonistak eurak direnik.



Guraso agurgarriak,

Hil honetan Bizikidetzta taldetik kirolarekin loturiko bi dekalogo dakarkizuegu. Bat, joko garbiarena eta bestea ikusle onarena. Interesgarria ikusten dugu etxean honen inguruko lanketa bat egitea.

Guraso agurgarriak,

Este mes el grupo de Bizikidetzta queremos compartir con vosotros estos dos decálogos relacionados con el deporte. Uno trata sobre el juego limpio y el otro sobre el buen espectador. Creemos que es interesante trabajar estos dos decálogos en casa.

Bizikidetzta Taldea

DECÁLOGO DEL JUEGO LIMPIO

1. Anima a todos y todas las deportistas cuando las cosas no les salgan bien, y aplaude el buen juego independientemente de quien lo haya realizado.
2. Aprende y respeta las reglas del juego y a las personas que se encargan de hacerlas cumplir, son imprescindibles en el Deporte.
3. Respeta las decisiones de tu entrenador o entrenadora aunque no sean de tu agrado, ya que ésta es una de sus funciones. En otro momento te podrá explicar las razones de sus decisiones.
4. Al fingir o exagerar lesiones, así como el solicitar sanciones, son prácticas innobles para intentar ganar un partido.
5. Tampoco necesitamos buscar ventaja de situaciones desgraciadas (lesiones), utilizar artimañas antideportivas (pérdidas de tiempo), ni provocar mediante insultos.
6. Desaprueba las acciones antideportivas realizadas por participantes, entrenadores y entrenadoras o incluso por el público.
7. No desprecies a tu rival si su nivel es inferior al tuyo, ni celebres exageradamente la victoria en su presencia, ya habrá tiempo para ello. ¡Anímale en la derrota!
8. Si realizas alguna acción que haya podido ocasionar daño a tu oponente, interesarse inmediatamente por su estado y pide disculpas. Igualmente en caso de observar una lesión, paraliza el juego y avisa al árbitro o árbitra del encuentro.
9. En caso de producirse discusiones en el terreno de juego, intenta conciliar a ambas partes a al menos no intervengas para agudizarlas.
10. Trata a las y los participantes como quisieras que te trataran a ti.

DECÁLOGO DE LAS Y LOS BUENOS ESPECTADORES DE DEPORTE ESCOLAR

1. Los niños y las niñas no juegan para el entretenimiento del público, ni para quedar los primeros, sino para divertirse y para formarse como personas a través del Deporte. ¡Tenlo siempre en cuenta!
2. Aplaudes los esfuerzos y las buenas actuaciones de todos y todas las participantes. El resultado no es lo más importante.
3. No les regañes por cometer errores, ¡Están aprendiendo! Puedes hacer comentarios positivos, éstos si que son motivadores.
4. Muestra respeto por los y las participantes de la actividad (escolares, entrenadores y entrenadoras, árbitros y público) ¡Son imprescindibles!
5. Aunque seguramente tengas conocimientos, no les "teledirijas" diciendo lo que tienen que hacer ¡Dales libertad para que disfruten de la actividad y tomen sus propias decisiones!
6. Respeta las decisiones arbitrales y anima a los y las escolares a que lo hagan, así como a jugar de acuerdo al reglamento establecido.
7. Rechaza el uso de cualquier forma de violencia o de comportamientos incorrectos, ya sean éstos generados por el público, o por cualquiera de los y las participantes.
8. Al terminar la actividad valora lo realmente importante, es decir, la mejora personal y colectiva, y no el resultado obtenido.
9. Fomenta en todo momento el uso de estas normas entre el resto de las y los espectadores, con ello conseguirás que la actividad sea más beneficiosa para todos y todas.
10. Ten en cuenta que tus acciones son un modelo a imitar por tus hijos e hijas, sobre todo, que el verdadero protagonismo es tuyo.