

KODEX SPORTOVCE ROZŠÍŘENÉ SPORTOVNÍ PŘÍPRAVY NA GYMNÁZIUM TURNOV

1. *Preamble:* každý student zařazený do Programu se chová tak, aby nepoškodil dobrou pověst „Programu“, školy, sportu i svoji osobní. Dodržuje zásady fair play při sportu, školní řád a zásady slušného chování v celém životě. Dodržování těchto zásad je zásadní podmínkou účasti v Programu.

2. Požadované vlastnosti účastníka Programu

2.1. Vytrvalost

Vrcholová sportovní příprava spolu se studijními povinnostmi je náročný proces. Odhodlanost, houževnatost, vytrvalost a cílevědomost by měly být základními vlastnostmi každého sportovce.

2.2. Slušnost

Chová se slušně nejen k trenérům, členům Programu, ale i ke všem ostatním. Jde příkladem, pomáhá slabším. Všichni účastníci jsou jeden tým a vzájemně se respektují, povzbuzují, pomáhají si a motivují se navzájem. Neprojevují se nevhodně ve škole, při sportu ani v běžném osobním životě. Upřímnost k sobě i ostatním a odvaha prosazovat správné věci jsou nedílnou součástí Kodexu.

2.3. Svědomitost při plnění školních povinností

Školní povinnosti si plní pečlivě a řádně. I přes náročnost sportovní přípravy jsou školní povinnosti základem. Všechny případné problémy či nedostatky řeší neprodleně s učitelem, poradcem či trenérem Programu tak, aby včas předcházel větším problémům.

2.4. Dodržování životosprávy

Patří mezi nutné podmínky efektivity tréninkového a vzdělávacího procesu a souvisí úzce s pěstováním sebekázně. Alkohol, cigarety i jiné návykové látky nepatří ani do tréninkového, ani do vyučovacího procesu. Dodržování zdravého životního stylu včetně kvalitního stravovacího režimu, dostatku spánku a regenerace do správné životosprávy přirozeně patří.

2.5. Dodržování Zásad fair play ve sportu

1. Při sportu bojuji vždy čestně a podle pravidel.
2. Uznám, že soupeř je lepší, v cíli nebo po zápase mu podám ruku, vzdám mu tím čest.
3. Vítězství není důvodem k nadřazenosti.
4. Důležitější než vítězství je cesta, která k němu vedla.
5. Respekt a úcta k poraženému soupeři.
6. Soutěž má rovné podmínky pro všechny hráče či závodníky.
7. V soutěži respektuji pokyny a nařízení rozhodčích a pořadatelů, řídím se jimi.
8. Chci vyhrát, ne však za každou cenu.
9. Divák je součástí sportovní akce, potleskem vzdá čest vítězi i poraženému.
10. Čestné sportovní chování je mi vlastní i v každodenních životních situacích.
11. Svým chováním jdu příkladem mladším sportovcům.

Kodex není platný jen v čase tréninku, sportování, pobytu ve škole, ale po celý život. Dodržování zásad fair play při sportu je součástí Kodexu.