

Korzystanie z szatni i sanitariatów

STANDARDY
OCHRONY

dzieci

KLUBY SPORTOWE

Jako trener wiem, że życie sportowca nie kończy się na boisku. Wiele emocji i interakcji między zawodnikami toczy się w szatniach i łazienkach. Zadbanie o bezpieczeństwo dzieci również w tych miejscach jest priorytetem moim i klubu. Naszymi działaniami zmniejszamy ryzyko niewłaściwych zachowań, zarówno ze strony dzieci, jak i dorosłych.

1. Przed zajęciami lub zawodami w nieznanym miejscu sprawdzamy, czy dzieci mają osobne łazienki i szatnie, czy nie są one udostępniane innym użytkownikom obiektu w tym samym czasie.
2. Dbamy, aby dorośli nie przebierali się w obecności dzieci oraz nie przebywali w szatniach i łazienkach, gdy dzieci są rozebrane poprzez wyznaczenie osobnych godzin dla dorosłych i dzieci lub oddzielając przestrzeń (np. za pomocą parawanów). Zasada ta dotyczy również niepełnoletnich sędziów, trenerów i innych dzieci pełniących funkcje kadry.
3. Jako trener mam dostęp do szatni jedynie w celu przeprowadzenia odprawy przed meczem. Planuję godzinę odprawy wcześniej i informuję dzieci, aby mogły się przygotować. Zawsze pukam przed wejściem do szatni.
4. W przypadku zajęć koedukacyjnych zapewniamy dzieciom osobne łazienki i szatnie.
5. Jeżeli dziecko czuje się niekomfortowo, przebierając się lub biorąc prysznic w otoczeniu rówieśników, nie będę wywierać na nim presji. Zamiast tego zachęcę je do zadbania o higienę osobistą w domu.
6. Zapewniamy dostępność szatni i sanitariatów dzieciom z niepełnosprawnościami. Uzgadniamy z dzieckiem i jego rodzicami zakres udzielanej pomocy.
7. Zapewniamy dzieciom warunki do bezpiecznego przechowywania osobistych rzeczy oraz dbamy o komfortowe warunki do przebierania się i korzystania z pryszniców (np. działające zamki do szatni i łazienek, parawany etc.).
8. Rekomendujemy nieużywanie telefonów komórkowych oraz innego sprzętu z funkcją nagrywania w szatniach i łazienkach. Zasada ta dotyczy zarówno dzieci, jak i dorosłych, którzy mogą znaleźć się w tych przestrzeniach.
9. Jako trener reaguję na każde zgłoszone zachowanie, którego celem jest ośmieszenie lub zawstydzenie (m.in. rozbieranie się dla „zabawy”, komentarze dotyczące wyglądu, wynikające np. z różnego stopnia rozwoju poszczególnych dzieci).



Zasady bezpiecznych relacji trener / trenerka – dziecko

STANDARDY
OCHRONY

dzieci

KLUBY SPORTOWE

Dla moich zawodników i zawodniczek jestem wzorem do naśladowania. Wiem, jaka wiąże się z tym odpowiedzialność, więc nie wykorzystuję swojej pozycji do osobistych celów. W bezpieczny sposób prowadzę moich podopiecznych i podopieczne do sukcesu. Stosuję reguły fair play i zachęcam do ich przestrzegania. Wiem, że moje relacje między członkami i członkiniami personelu oraz rodzicami modelują zachowania dzieci. Budowanie zaufania i szacunek do osobistych granic są fundamentem mojej relacji z dziećmi. Moje działania są jawne i przejrzyste. Kibicuję dzieciom i wspieram je psychicznie.

Działania z dziećmi

1. Każde przemocowe działanie jest niedopuszczalne.
2. Priorytetem jest bezpieczeństwo dziecka, jego dobrostan i radość z uprawiania sportu.
3. Nie stawiam na wyniki za wszelką cenę, unikam wywierania presji, która może prowadzić do kontuzji.
4. Mój kontakt z dzieckiem zawsze jest jawny.
5. Buduję ducha zespołu poprzez odpowiedzialność. Wspólnie ustalamy zadania, zapewniając równość i wzajemne wsparcie.
6. Natychmiast reaguję na każdą formę przemocy rówieśniczej oraz ze strony innych dorosłych.
7. Nie toleruję plotek i zachęcania do agresji.
8. Buduję autorytet na szacunku do zasad, nigdy na zastraszeniu.
9. Doceniam zaangażowanie dzieci, nie obwiniam ich za niepowodzenia, nie oceniam tylko przez pryzmat osiągnięć.
10. Aktywnie angażuję wszystkie dzieci, traktuję je równo niezależnie od ich cech. Dostosowuję treningi i stawiane wyzwania do umiejętności i możliwości dzieci.
11. Szanuję prywatność dzieci, w szczególności w szatniach i łazienkach.
12. Szanuję czas dzieci, nie zmieniając terminu treningów w ostatniej chwili.
13. Jeśli przebywam sam na sam z dzieckiem, staram się być w zasięgu wzroku lub słuchu innych członków personelu.
14. Nie faworyzuję dzieci i nie otaczam ich osobistą opieką, której nie potrzebują.
15. Nie nawiązuję z dzieckiem relacji romantycznych lub seksualnych, w tym nie stosuję seksualnych komentarzy, żartów, gestów ani nie udostępniam treści erotycznych. Raportuję ryzykowne sytuacje związane z zauroczeniem dziecka przez personel lub personel przez dziecko. Reaguję z wyczuciem, ale stanowczo.
16. Nie pozwalam na utrwalanie wizerunku dzieci bez zgody klubu, rodziców i dzieci.
17. Nie proponuję dzieciom alkoholu, wyrobów tytoniowych i nielegalnych substancji, ani nie używam ich w obecności dzieci.
18. Nie przyjmuję pieniędzy ani prezentów od dzieci lub rodziców. Unikam sytuacji, mogących prowadzić do podejrzeń o nierówne traktowanie.
19. W przypadku uprawiania przez dziecko sportu zawodowego, mam prawo odstąpić od treningów, jeśli dziecko nie przejawia predyspozycji do profesjonalizacji. W tej sytuacji komunikacja z dzieckiem musi być dostosowana do jego wieku i wrażliwości oraz nie może prowadzić do jego zawstydzania ani zniechęcenia do sportu.
20. W przypadku uprawiania przez dziecko sportu zawodowego, nie mam prawa, z pobudek osobistych, angażować w treningi dziecka nieprzejawiającego predyspozycji do profesjonalizacji.

Kontakt fizyczny z dziećmi

1. Zawsze pytam dziecko o zgodę na kontakt fizyczny.
2. W sytuacji korygowania postawy dziecka, wyjaśniam co i z jakiego powodu będę robił/robiła.
3. Jestem zawsze przygotowany/przygotowana na wyjaśnienie swoich działań.
4. Zachowuję szczególną ostrożność wobec dzieci, które doświadczyły krzywdzenia. Reaguję stanowczo i z wyczuciem, pomagając dziecku zrozumieć znaczenie granic.
5. Nie dotykam dziecka w sposób uznany za nieprzyzwoity lub niestosowny, a kontakt fizyczny nigdy nie jest motywowany gratyfikacją ani relacją władzy.
6. Nie biję, nie szturcham, nie popycham, nie szarpie, nie kopię, nie rzucam rzeczami w dziecko ani nie naruszam integralności fizycznej dziecka.
7. Nie angażuję się w łaskotanie, udawane walki ani brutalne zabawy fizyczne.
8. Na wyjazdach nigdy nie śpię z dzieckiem sam na sam w pokoju.

Komunikacja z dziećmi

1. Zachowuję cierpliwość i szacunek w kontaktach z dziećmi.
2. Uważnie słucham i udzielam odpowiedzi adekwatnych do wieku dziecka i sytuacji.
3. Informuję dzieci o decyzjach i staram się brać pod uwagę ich oczekiwania.
4. Szanuję ich prywatność i zachowuję zasadę poufności. Jeśli konieczne jest odstępnie od niej, by chronić dziecko, informuję je o tym.
5. Zapewniam możliwość zgłaszania niekomfortowych sytuacji.
6. Nie zawstydzam, nie upokarzam, nie lekceważę, nie poniżam.
7. Nie krzyczę. Wyjątek stanowią okrzyki sportowe zagrzewające do walki oraz sytuacje wynikające z bezpieczeństwa dzieci.
8. Wszystkim dzieciom zapewniam jednakowy dostęp do informacji o treningach.
9. Nie komentuję wyglądu dzieci. Jeśli warunki fizyczne dziecka wymagają zmiany, sugestie przekazuję na osobności, z wyczuciem.

Kontakty poza godzinami treningów i innymi aktywnościami klubu

1. Kontakt z dziećmi ograniczam do godzin treningów, zawodów i wydarzeń sportowych. W wyjątkowych sytuacjach, gdy dziecko szuka u mnie pomocy, mogę odstąpić od tej zasady, informując innego dorosłego o kontakcie przy zachowaniu poufności i nie ujawniając zwierzeń dziecka.
2. Nie zapraszam dzieci do swojego domu ani nie spotykam się z nimi poza treningami bez zgody klubu i rodziców.
3. Poza treningami komunikuję się z dziećmi przez kanały służbowe (e-mail, telefon) lub grupy w mediach społecznościowych z obecnością innego dorosłego wyłącznie za zgodą rodziców dzieci oraz klubu.
4. Zachowuję poufność i nie faworyzuję dzieci, jeśli znam ich rodziny.
5. Nie towarzyszę dziecku w podróży bez obecności jego rodzica, chyba że jest to wyjazd związany z działalnością klubu, a podróż odbywa się za zgodą rodzica dziecka.

Bezpieczeństwo w kontaktach online

1. Jestem świadomy/świadoma zagrożeń związanych z moją aktywnością w sieci np. w mediach społecznościowych, szczególnie jeśli mogą tam być dzieci, z którymi mam kontakt.
2. Komunikacja działań klubu odbywa się przez oficjalne media społecznościowe klubu. Mogę udostępniać posty klubu na swoim profilu, ale zachowuję ostrożność, by nie zagrażać dobru dziecka.
3. Nie nawiązuję kontaktów z dziećmi poprzez przyjmowanie lub wysyłanie zaproszeń w mediach społecznościowych.

Bezpieczeństwo dzieci podczas wyjazdów lub obozów

STANDARDY
OCHRONY

dzieci

KLUBY SPORTOWE

Do zadań klubu, trenera i innych dorosłych opiekunów należy:

1. Dbłość o bezpieczeństwo i dobre samopoczucie dzieci podczas wyjazdów i obozów, poprzez wcześniejszą ocenę ryzyka, uwzględniającą transport i zakwaterowanie.
2. Świadomość tego, co robią i gdzie przebywają dzieci w każdym momencie trwania wyjazdu.
3. Uważność na fizyczne i emocjonalne potrzeby dzieci oraz pomoc w ich zabezpieczeniu. Upewnienie się, że dzieci wiedzą komu mogą zgłaszać swoje obawy lub niewłaściwe zachowania.
4. Zgłoszenie obaw dotyczących bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia dzieci do kierownictwa lub innej wyznaczonej do tego osoby.
5. Zapewnienie transportu na wyjazdowe zawody i turnieje, jeśli nie leży to w gestii organizatora wydarzenia. Przejazdy prywatnymi samochodami pod opieką trenera lub innego dorosłego opiekuna możliwe są tylko po uzyskaniu zgody rodziców lub opiekunów prawnych.
6. Niedopuszczenie, by dziecko opuściło grupę z jednym dorosłym, chyba że jest to członek rodziny lub zgodzili się na to rodzice lub opiekunowie prawni dziecka albo wynika to ze względów bezpieczeństwa.
7. Dbłość o to, aby odpowiednio rozmieścić dzieci w pokojach:
 - Preferowany jest pobyt całej grupy na jednym piętrze. Jeśli jest to niemożliwe, to co najmniej jeden opiekun powinien spać na każdym piętrze zajmowanym przez dzieci.
 - Niedopuszczenie, by dziecko opuściło grupę z jednym dorosłym (chyba, że jest to członek rodziny lub zgodzili się na to rodzice lub opiekunowie prawni dziecka albo wynika to ze względów bezpieczeństwa).
 - Rekomendowane jest, aby osoby niepełnoletnie pełniące rolę kadry (trenerzy, sędziowie) spały w oddzielnych pokojach (nie z dziećmi i nie z dorosłymi).
8. Unikanie sytuacji, w których personel jest sam na sam w pokoju z dzieckiem. Jeśli nie jest to możliwe, drzwi powinny pozostać otwarte. Przed wejściem do pokoi zawodników opiekunowie powinni zapukać.
9. Zadbanie o bezpieczne i higieniczne warunki, w tym sprawny sprzęt i ekwipunek oraz zapewnienie dostępu do szybkiej pomocy medycznej (dostęp do apteczki pierwszej pomocy, możliwość wezwania pogotowia).

Zasady bezpiecznych relacji RODZIC – DZIECKO

STANDARDY
OCHRONY

dzieci

KLUBY SPORTOWE

Z dumą obserwujemy nasze dziecko, które odnalazło swoją pasję i źródło satysfakcji. Z zaangażowaniem wspieramy jego rozwój. Wiemy, że nasza rola jako rodziców jest bardzo ważna. Stoimy obok, jesteśmy ramieniem, na którym można się oprzeć. Jednocześnie nie odbieramy dzieciom sprawczości i samodzielnego dojścia do planowanych celów. Wiemy, że dziecko spełnia swoje ambicje, a nasze (choć czasem jest to trudne) powinniśmy pozostawić z boku. Kiedy dziecko czuje, że jego praca przyczyniła się do wygranej, wtedy sukces smakuje najlepiej! Kibicując naszemu dziecku, spotykamy innych rodziców i inne dzieci, którzy, tak jak my, odczuwają silne emocje. Szanujemy ich wysiłki i tworzymy zgraną społeczność.

Wspierając nasze dziecko kierujemy się zasadami:

1. Stawiamy na pierwszym miejscu dobrostan dzieci i ich radość z uprawiania sportu.
2. Włączamy dziecko w proces decydowania o jego planach sportowych i życiowych, zgodnie z jego osobistymi celami.
3. Nie umniejszamy wysiłków dziecka włożonego w mecz. Doceniamy i szanujemy jego zaangażowanie, nie koncentrując się wyłącznie na wydajności i wynikach. Nie obwiniamy dziecka za przegraną.
4. Równoważymy potrzebę nadzoru z prawem dziecka do prywatności, w szczególności nie wchodzimy do toalet, pod prysznice i do szatni, gdy przebywają tam dzieci.
5. Nie wywieramy presji w celu osiągnięcia korzystnych wyników za wszelką cenę, bez zwracania uwagi na możliwe negatywne konsekwencje (np. kontuzje). Pozwalamy dzieciom przeżyć porażkę wewnętrznie.
6. Dbamy o zdrowie dziecka poprzez odpowiednią dietę, badania sportowe i czas na regenerację.
7. Zapewniamy akcesoria niezbędne do wykonywania treningu w bezpieczny i efektywny dla dziecka sposób (buty, ubrania, okulary sportowe etc.).

W zachowaniach wobec innych dzieci kierujemy się zasadami:

1. Szanujemy godność i wartość wszystkich osób biorących udział w wydarzeniu sportowym, bez względu na ich wiek, rasę, kolor skóry, pochodzenie etniczne, płeć, niepełnosprawność, język, religię, poglądy polityczne lub inne, status majątkowy, orientację seksualną, poziom umiejętności sportowych, cechy fizyczne.
2. Wszystkich traktujemy podmiotowo. Nie komentujemy w sposób obraźliwy gry innych zawodników oraz decyzji sędziów. Nie krzyczymy i nie stosujemy agresji słownej wobec uczestników treningu / zawodów.
3. Nie nastawiamy dzieci przeciwko sobie, nie namawiamy do przemocy (np. trash talkingu). Nie przeszkadzamy zawodnikom przeciwnych drużyn w momentach wymagających skupienia (np. moment skoku, serw, rzut karny).
4. Nie publikujemy zdjęć, filmów ani innych informacji o dzieciach i ich rodzinach w osobistych mediach społecznościowych lub na stronach internetowych, bez zgody dzieci i ich rodziców. Obejmuje to także zamieszczanie komentarzy na portalach społecznościowych, które mogą wyrządzić krzywdę innym.
5. Nie komentujemy wyglądu innych dzieci.
6. Jesteśmy wyczuleni na wszelkie formy zastraszania lub zagrożenia wynikające z używania telefonów komórkowych do robienia zdjęć, filmów przez dzieci.
7. W żadnym wypadku nie stosujemy przemocy oraz zawsze reagujemy na jej wszelkie formy, w tym na każde obraźliwe, niewłaściwe, dyskryminacyjne zachowanie lub słowa oraz inne formy zastraszania.

RODZIC – TRENER / TRENERKA

Żeby osiągnąć sukces i czerpać radość z uprawiania sportu nasze dziecko potrzebuje obok siebie dwóch ważnych dorosłych – rodzica oraz trener / trenerka. To autorytety, z których zdaniem liczy się najbardziej. Jako rodzice jesteśmy świadomi, że nasze relacje z innymi rodzicami, trenerami i sędziami modelują zachowania dzieci. Swoim zachowaniem dajemy przykład dzieciom i jesteśmy wzorem do naśladowania. Stosujemy reguły fair play i zachęcamy innych do ich przestrzegania. Stanowimy zgraną zespół, który dodaje dzieciom skrzydeł!

My rodzice i my trenerzy / trenerki kierujemy się zasadami:

1. Nasza komunikacja na linii „rodzic – trener / trenerka” zawsze jest oparta na szacunku, szczerości i wzajemnym wysłuchaniu.
2. Rodzic nie wchodzi w rolę trenera, a trener nie wchodzi w rolę rodzica. Rodzice udzielają wsparcia trenerowi / trenerce, a ten / ta udziela wsparcia rodzicom. Nie podważamy wzajemnie swojego autorytetu w oczach dziecka. Nie stawiamy go w sytuacji, w której będzie musiało wybierać między nami.
3. W trakcie rozgrywek rodzice nie podważają decyzji trenerów lub trenerek i i sędziów. Udzielamy sobie informacji zwrotnych bez obecności dzieci, dbając o tonowanie emocji, bez użycia agresji.
4. Rodzice w miarę swoich możliwości wspierają trenera / trenerkę i pozostałe dzieci trenujące w klubie w działaniach logistycznych.
5. Rodzice mają prawo wyrażać swoje obawy dotyczące bezpieczeństwa i ochrony dzieci i przekazywać je trenerowi / trenerce, kierownictwu klubu bądź innej wyznaczonej osobie. Powinni zgłaszać usterki zagrażające bezpieczeństwu dzieci, a trenerzy i klub mają obowiązek reagowania na te obawy oraz poszukiwać rozwiązań zwiększających bezpieczeństwo dzieci.
6. Rodzice zawsze mają możliwość porozmawiania z trenerem / trenerką i wyrażenia wszelkich obaw dotyczących swojego dziecka oraz mają gwarancję, że ich wątpliwości zostaną potraktowane poważnie, a odpowiednie procedury wdrożone, w przypadku, gdy sytuacja wymaga reakcji ze strony klubu.
7. Nie tworzymy sojuszy sprzyjających faworyzacji. Potrafimy rozdzielić relacje prywatne od oficjalnych. Trener / trenerka podejmując decyzje sportowe, nie kieruje się swoją sympatią wobec rodzica.
8. Wspólnie ustalamy zasady uczestniczenia w treningach, np. poprzez opracowanie harmonogramu treningów otwartych dla rodziców (np. raz w miesiącu).

Zasady bezpiecznych relacji dziecko – dziecko w klubie sportowym

STANDARDY
OCHRONY

dzieci

KLUBY SPORTOWE

Uprawiam sport, bo chcę się rozwijać, osiągać sukcesy i poznawać nowych przyjaciół. Sport to świetna zabawa! Czasami wymaga też ode mnie wysiłku i pracy. Wiem, że mam prawo czuć się szczęśliwie i bezpiecznie, żeby nadal czerpać radość z treningów i zawodów. Wiem też, że ja, moi koledzy i koleżanki mamy prawo czuć się ze sobą dobrze. Dbamy o siebie nawzajem i stanowimy zgrany zespół.

ZAWSZE

1. Zawsze będę zachowywać się fair play. Będę cieszyć się sukcesami, ale także umiejętnie znosić porażki, bo to część sportu.
2. Będę wspierać swoich kolegów i koleżanki na treningach, pomagając im osiągać cele sportowe. Razem tworzymy zgrany zespół.
3. Szanuję prywatność innych i nie biorę ich rzeczy bez pytania.
4. Staram się być dla swoich kolegów i koleżanek dobrym wzorem. Nie używam alkoholu, narkotyków ani obraźliwych słów.
5. Traktuję wszystkich tak samo, niezależnie od tego, jak wyglądają, skąd są czy w co wierzą.
6. Szanuję trenera, kolegów z mojej drużyny i drużyny przeciwnika oraz sędziów.
7. Zgłaszam, jeśli widzę nękanie lub mam jakieś obawy dotyczące bezpieczeństwa.
8. Mam prawo decydować, jakie cele chcę osiągnąć w sporcie.
9. Na wszelkie aktywności z dorosłym potrzebuję zgody rodzica. Sam/a też mam prawo się na nie zgodzić lub z nich zrezygnować.
10. Mam prawo czuć się bezpiecznie, dobrze się bawić i rozwijać swoje umiejętności.

NIGDY

1. Nigdy nie stosuję przemocy i reaguję, gdy widzę, że ktoś ją stosuje.
2. Nie używam słów, które mogą sprawić, że ktoś się źle poczuje.
3. Nie używam słów ani gestów prowokujących seksualnie.
4. Nie łamię zasad gry ani nie zachowuję się agresywnie.
5. Nie krzywdzę innych ani nie wykluczam ich ze wspólnych działań.
6. Podczas obozów lub wycieczek będę spać tylko w wyznaczonym pokoju z innymi dziećmi/koleżankami i kolegami.
7. Nie nawiązuję prywatnego kontaktu w internecie z dorosłymi z klubu.
8. Nie muszę mówić trenerowi o swoich prywatnych sprawach.
9. Nie używam telefonu w szatni i łazience, ani nie rozpowszechniam zdjęć kolegów bez ich zgody.



Publikacja współfinansowana ze środków organizacji Terres des Hommes. Terres des Hommes nie ponosi odpowiedzialności za treść niniejszej publikacji.

