

Decálogo por la Igualdad en el Deporte

- Estás en un espacio deportivo donde se practica una actividad física, de carácter educativo e igualitario. Cumple con las normas de convivencia en igualdad.
- El deporte no entiende de etnias, religiones, edad, género, clase social ni diversidad funcional. No hagas comentarios discriminatorios. Disfrútalo.
- Todas las personas deben tener las mismas oportunidades. Enséñales de la misma manera y educales bajo los mismos principios.
- La educación igualitaria es responsabilidad de todas las personas involucradas en el deporte: familia, cuerpo técnico, tutores, colectivo arbitral...
- El lenguaje sexista también es violencia.
- A igualdad de logros, igualdad de reconocimientos.
- Existen referentes femeninos y masculinos en el deporte. Conozcámoslos para que las niñas y niños se puedan identificar respectivamente.
- Colabora con la visibilización de las deportistas por sus éxitos.
- Las emociones no son femeninas o masculinas: Cualquier deportista puede luchar y llorar.
- Cualquiera puede ser un profesional del deporte.

Decálogo de Valores del Club

- Solidaridad y compañerismo.
- Cooperación y trabajo en equipo.
- Liderazgo.
- Sentido de pertenecer a un grupo.
- Respeto por las normas.
- Respeto a los demás miembros del equipo, a los equipos rivales y al colectivo arbitral.
- Aprender a interactuar socialmente.
- Aprender a valorar diferencias, capacidades y destrezas.
- Fortalecer la autoestima y autoconfianza.
- Disciplina y paciencia.

Decálogo de la Deportividad

- Deberás manifestar respeto y consideración hacia el equipo adversario.
- En la competición mostraremos un comportamiento ejemplar que sirva de modelo.
- Por encima de los resultados, valoraremos las relaciones humanas de la competición.
- Organizaremos las competiciones adaptadas a las características de quienes participen.
- Reconozcamos el buen hacer de rivales y demás componentes del equipo.
- Tanto saber ganar como perder son dos actitudes que debemos desarrollar.
- Inculcar en la familia la idea de disfrutar del juego por encima de otro interés.
- Vivamos los encuentros con buen ánimo y disfrutemos del espectáculo.
- Informar, junto a los resultados, de las acciones positivas y humanas.
- Debemos condenar el uso de la violencia física y verbal. Aceptamos las decisiones del personal encargado del cumplimiento de las reglas del juego.

Kirolean Berdintasunerako Dekalogo

- Berdintasunean oinarrituta eta hezitzailea den ekintza fisikoaren praktikarako kirol espazioan zaude. Berdintasunean elkarbizitzarako arauak bete itzazu.
- Kirolak ez du, etniaz, erlijioez, adinez, generoez, klase sozialez eta dibertsitatez ulertzen. Ez egin aipamen diskriminatzaileak. Gozatu.
- Pertsona guztiek aukera berdina izan behar dituzte. Era berean irakatsi eta balio berdinetan oinarrituta hezi itzazu.
- Kirolean murgilduta dagoen ororen ardua da berdintasunean hezitzea: familia, talde teknikoak, tutoreak, epaileak...
- Hizkuntza sexista biolentzia da ere.
- Lorpen berdinen aurrean aitorten berdina.
- Kirolean emakumeen zein gizonen erreferenteak daude. Ezagut ditzagun neskatoak eta mutikoak haiekin identifikatu daitezten.
- Emakume kirolarien arrakasten ikusgarritasunarekin kolaboratu.
- Emozioak ez dira emakumerenak edo gizonenak: edozeinek egin dezake borroka eta negarra.
- Edozein izan daiteke kirolean profesional.

Klubeko balioen Dekalogo

- Elkartasuna eta adiskidetasuna.
- Kooperazioa eta talde lana.
- Lidergoa.
- Taldekide izatearen zentzua.
- Arauei errespetua.
- Beste taldekideei, aurkariei eta epailei errespetua
- Gizarte elkarrekintza ikasi.
- Ezberdintasuna, gaitasuna eta trebetasuna baloratzen ikasi.
- Autoestimua eta Norberarekin konfiantza indartu.
- Disziplina eta pazientzia.

Kiroltasunaren Dekalogo

- Taldea aurkariarekin errespetua eta begirunea adierazi behar duzu.
- Lehiaketan etsenpluzko portaera izango dugu besteentzat eredu izan dadin.
- Lehiaketan, emaitzen gainetik giza harremanak balioan jarriko ditugu
- Partehartzaileen ezaugarrien arabera antolatuko ditugu lehiaketak
- Aurkarien eta taldeko beste kideen ekintza onak aitortu.
- Irabazten eta galtzen jakitea garatu behar ditugun jarrerak dira.
- Beste interesen gainetik jokoaz gozatzearen ideia zabaldu familietan.
- Topaketak humore onean bizi eta espektakuluaz gozatu dezagun.
- Emaitzez gain ekintza sozial eta positiboaz informatu.
- Hitzeko zein fisikoa den biolentzia gaitzetsi behar dugu. Joko arauak betetzeaz arduratzen diren pertsonen erabakiak onartuko ditugu.

Decálogo del Personal Técnico

- Recuerda que ante todo cumples una labor educativa y que influyes en el desarrollo de cada deportista.
- Respeta a tu contrincante y a la labor arbitral. Será la mejor forma de respetarte tú también.
- Sé la primera persona en conocer y respetar las normas.
- Tu preparación y conocimientos son claves en la formación de cada deportista.
- Márcate objetivos adecuados y alcanzables para la edad de cada deportista.
- Da más importancia a la acción deportiva que a los resultados.
- Sé paciente en la explicación de las tareas y en la corrección de los errores, No pierdas la compostura.
- Debes mostrar motivación y confianza ante la tarea a desarrollar.
- Valora el trabajo y el esfuerzo de todos tus deportistas y dales un trato igualitario. Dialoga sin caer en la humillación y en la evidencia.
- Sé humilde en la victoria y acepta la derrota.

Decálogo del Deportista

- Demuestra capacidad de superación, sacrificio y constancia.
- Practica el juego limpio; respeta las normas. El juego limpio dignifica.
- Disfruta del entrenamiento y la competición.
- Celebra la victoria con humildad y respeta al contrincante.
- En la derrota, no busques excusas y aprende de los errores.
- Respeta las decisiones arbitrales.
- El equipo contrario no es tu enemigo. Trata a cada rival como si fuera de tu equipo.
- Cuídate: practica hábitos saludables.
- Respeta a todos los miembros del equipo independientemente de su categoría.
- No antepongas el éxito personal al colectivo. Los intereses del equipo están por encima del lucimiento personal.

Decálogo del Directivo

- Contribuye con tu imagen a engrandecer la de tu club. Que los éxitos nunca justifiquen la falta de principios ético-deportivos, que están por encima de todo.
- Antes de tomar decisiones, escucha y valora.
- Tu persona debe ser garantía de objetividad.
- Mantén tu integridad.
- Tu presencia es importante en los éxitos, pero mucho más en los fracasos.
- Nunca achaques los fracasos de tu club a lo demás.
- Respeta la autonomía del cuerpo técnico.
- No utilices las influencias, envilecen la amistad y degradan la imagen de tu club.
- Nunca intentes ganar con presiones e influencias lo que se debe dirimir en el campo.
- Respeta las decisiones arbitrales sin mediatizarlas.

Decálogo del Espectador

- Quien solo va a ver ganar, corre el riesgo de ver perder.
- El precio de la entrada no incluye la bajeza de insultar.
- El "forofismo" niega la racionalidad.
- No te ampaces en el anonimato de la masa, compórtate con dignidad.
- Apoya y Anima, nunca descalifiques.
- Valora los méritos sean de quien sean. Aplauda acciones aunque sean del rival deportivo.
- Apártate de quien incita y reclama conductas violentas
- El conocimiento de las reglas contribuye a la objetividad.
- Valora el esfuerzo y el trabajo al juzgar los hechos, nunca el éxito o el fracaso.
- El equipo contrario no es un enemigo. Solo cada persona puede ser enemiga de sí misma.

Pertsonal teknikoaren dekalogo

- Lehenik eta behin, gogoan izan kirolari bakoitzaren garapenean eragin zuzena duen hezitzailea zarala.
- Errespetatu itzazu zure aurkaria eta baita epaileen lana ere. Zure burua errespetatzeko modu egokiena bait da.
- Izan zaitetz arauak ezagutu eta errespetatzen dituen lehena.
- Zure prestakuntza eta ezagutza ezinbestekoak dira kirolari bakoitzeko formakuntzan.
- Kirolari bakoitzaren adinerako egokiak eta egingarriak diren helburuak aukeratu itzazu.
- Garrantzi gehiago emaitzazu kirol jardunari emaitzari baino.
- Eginkizunak azaltzeko garaian eta akatsak zuzentzerakoan pazientziaz joka ezazu. Ez ezazu neuririk galdu.
- Motibazioa eta konfiantza erakutsi behar dituzu aurrera eraman beharreko eginkizunean.
- Kirolari guztien lana eta esfortzua balora itzazu eta berdintasunean tratatu itzazu. Irain eta ebidentzian erori gabe mintzatu zaitetz.
- Izan zaitetz apala garaipenean eta onartu ezazu porrota.

Kirolariaren dekalogo

- Hobetzeko eta sakrifikatze ahalmena eta iraunkortasuna erakutsi itzazu.
- Joka garbia praktika ezazu arauak errespetatuz. Garbi jolasteak duin bihurtzen gaitu.
- Entrenamendu zein konpetizioaz goza ezazu.
- Garaipena apaltasunez ospatu eta aurkaria errespetatu ezazu.
- Porrotaren aurrean, ez aitzakiarik bilatu eta akatsetatik ikas ezazu.
- Epaileen erabakiak errespetatu itzazu.
- Aurkako ekipoa ez da zure etsaia. Aurkari bakoitza zure ekipokoa balitz bezala tratatu ezazu.
- Zaindu ezazu zure burua; ohitura osasuntsuak praktika itzazu.
- Ekipoko kide guztiak errespetatu itzazu beraien kategoria edozein dela ere.
- Ez ezazu arrakasta pertsonala taldekoaren aurretik jarri. Taldearen interesak norberaren ospearean ginetik daude.

Zuzendariaren Dekalogo

- Zure elkartearen irudi ona areagotzeko balio dezala zure jarduerak. Arrakasta ez dezazula jarri etikaren gainetik.
- Erabaki aurretik ondo pentsatu.
- Objektibotasuna zeurekin izan dezazula.
- Zuzentasunaren adierazle beharko zenuke izan.
- Arrakastaren garaian garrantzitsua bazara, are gehiago porrotean.
- Ez inoren bizkarrera bota elkartearen porrotak.
- Kirol teknikoaren autonomia errespetatu ezazu.
- Ez itzazu influentziak erabili, adiskidetasuna eta elkartearen irudia zikindu egiten ditu.
- Jokoa erabaki behar dena, ez saiatu influentzia edota presioa erabiliz irabazten.
- Epaileen erabakiak errespetatu itzazu, baldintzatu gabe.

Ikuslearen Dekalogo

- Bakar-bakarrik irabazten ikustera doanak, galtzen ikustera joateko arriskua du.
- Iraina eta portaera makurra ez dira sarreraren prezioan sartzen.
- "Forofismoa" arrazionaltasunaren aurka doa.
- Ez zaitetz jendartearen anonimatuaren ezkutatu, zintzo jokatu.
- Lagundu eta bultzatu, ez gutxietsi.
- Merituak goraiatu norenak diren begiratu gabe. Ekintzak txalotu nahiz eta aurkakoarenak izan.
- Biolentziara zaramatzanetik urruti ibili.
- Araudiaren ezaguerak objektibotasunean laguntzen du.
- Lana eta esfortzua baloratu itzazu arrakasta edo porrota baloratu beharrean.
- Ez da etsaia aurkako taldea. Norbera bakarrik izan daiteke norberaren etsaia.