



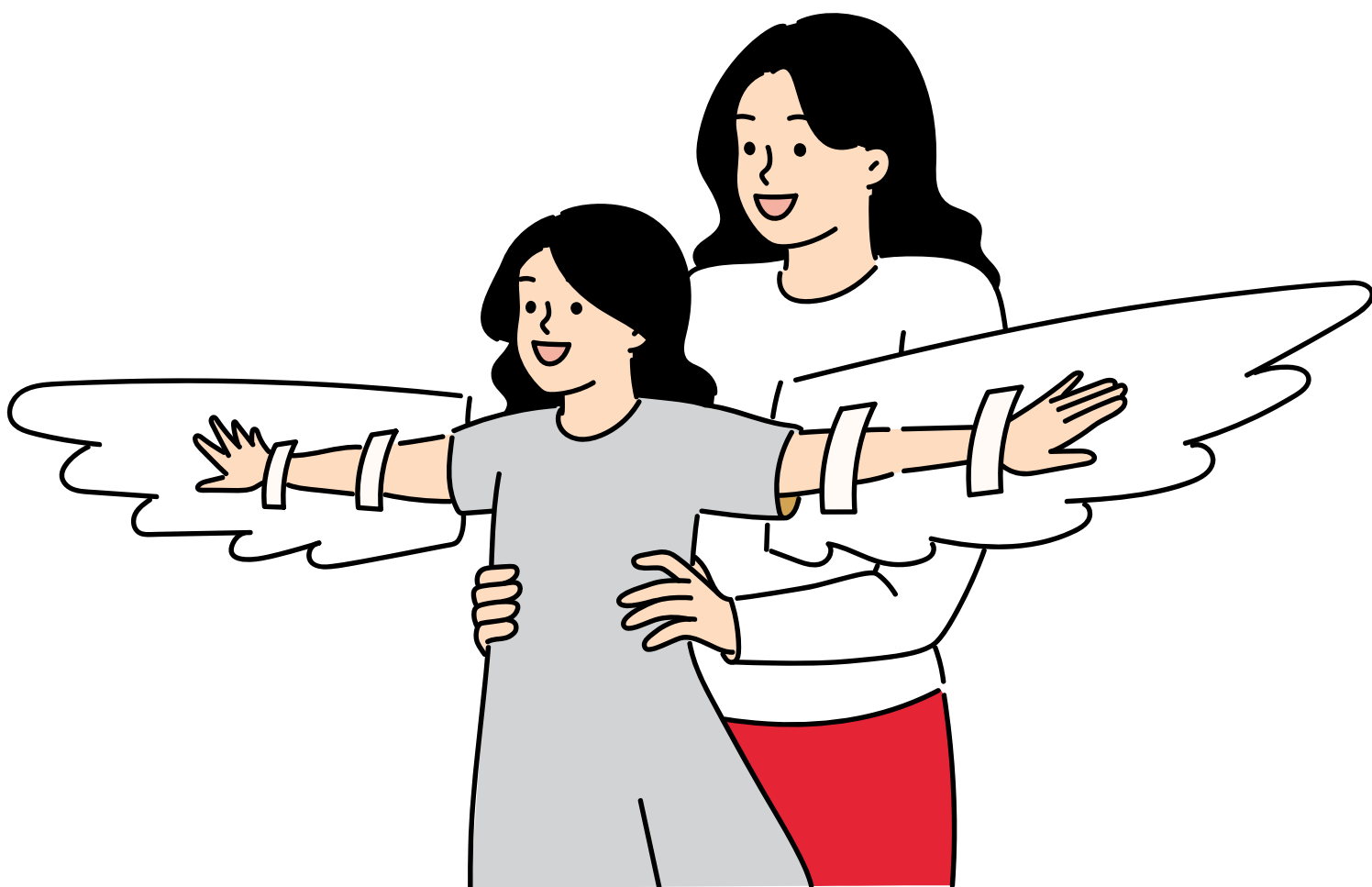
POLSKI ZWIĄZEK SPORTU  
NIEPEŁNOSPRAWNYCH <sup>1952</sup>  
**START**



POLITYKA  
OCHRONY  
**DZIECI**

# ZASADY BEZPIECZNYCH RELACJI RODZIC - DZIECKO

Polskiego Związku  
Sportu Niepełnosprawnych „Start”



# ZASADY BEZPIECZNYCH RELACJI

## RODZIC - DZIECKO



### Polskiego Związku

### Sportu Niepełnosprawnych „Start”

Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych „Start” z dumą wspiera aktywność sportową dzieci z niepełnosprawnościami, dążąc do ich wszechstronnego rozwoju i przygotowania do dorosłego życia. Sport, niezależnie od dyscypliny, jest nie tylko drogą do poprawy zdrowia fizycznego i psychicznego, ale także kluczowym elementem budowania pewności siebie, kształtowania umiejętności społecznych oraz nawiązywania nowych, wartościowych relacji.

Różne dyscypliny sportowe oferują dzieciom możliwość przełamywania barier, zdobywania nowych doświadczeń i osiągnięcia wyznaczonych celów. Poprzez sport dzieci uczą się wytrwałości, samodyscypliny i współpracy, co stanowi fundament do rozwijania postaw, które będą zachęcać je do dbania o aktywność fizyczną przez całe życie.

Kluczową rolę w procesie rozwoju sportowego dzieci odgrywają rodzice i opiekunowie. Ich wsparcie, zrozumienie i aktywne zaangażowanie mają bezpośredni wpływ na wyniki sportowe dzieci oraz ich dobre samopoczucie i bezpieczeństwo podczas zajęć i zawodów. Razem tworzymy środowisko, w którym każde dziecko może rozwijać swoje talenty, przekraczać własne granice i czerpać radość z aktywności fizycznej.

### Szanowny Rodzicu / Opiekunie

Poniższe zasady bezpiecznych relacji zostały stworzone, aby zapewnić bezpieczne i pozytywne środowisko dla wszystkich uczestników zajęć sportowych, szczególnie dzieci. Prosimy o zapoznanie się z nimi i ich przestrzeganie, aby wspólnie budować przyjazną i wspierającą atmosferę.

Dziękujemy za Twoją współpracę i zrozumienie.

1. Stawiaj na pierwszym miejscu dobrostan swojego dziecka oraz jego radość z uprawiania sportu.
2. Daj dziecku prawo do wyboru własnej drogi rozwoju, zarówno w sporcie rekreacyjnym, jak i wyczynowym. Włączaj dziecko w proces decydowania o jego planach sportowych i życiowych.
3. Szanuj godność i wartość wszystkich uczestników wydarzeń sportowych, bez względu na ich wiek, rasę, kolor skóry, pochodzenie etniczne, płeć, niepełnosprawność, język, religię, poglądy polityczne lub inne, status majątkowy, orientację seksualną czy poziom umiejętności sportowych.
4. Traktuj wszystkich uczestników zajęć, treningów i innych form aktywności organizowanych przez PZSN „Start” z szacunkiem. Unikaj obraźliwych komentarzy dotyczących umiejętności innych zawodników. Nie krzycz i nie stosuj agresji słownej wobec uczestników zajęć czy zawodów.
5. Podczas zawodów, rozgrywek powstrzymaj się od obraźliwych komentarzy dotyczących gry innych zawodników oraz decyzji sędziów lub trenerów.
6. Nigdy nie stosuj przemocy i zawsze reaguj na jej wszelkie formy, w tym na każde obraźliwe, niewłaściwe, dyskryminacyjne zachowanie lub słowa, oraz na wszelkie formy zastraszania, zarówno wśród dzieci, jak i dorosłych, w tym trenerów i innych rodziców.

7. Nie nastawiaj dzieci przeciwko sobie i nie namawiaj ich do przemocowych praktyk, takich jak trash talking. Trash talking<sup>1</sup> to używanie obraźliwych, prowokacyjnych lub złośliwych komentarzy w celu zdeprecjonowania, zdemotywowania lub wytrącenia z równowagi przeciwnika.
8. Nie umniejszaj wysiłków swojego dziecka ani innych dzieci włożonych w treningi lub wyniki osiągnięte podczas zawodów.
9. Doceniaj i szanuj wkład dzieci, nie koncentrując się wyłącznie na wynikach i wydajności, i nie obwiniaj ich za przegraną.
10. Szanuj prywatność dzieci, zwłaszcza nie wchodząc do toalet, pod prysznicę ani do szatni, gdy przebywają tam dzieci.
11. Nie wywieraj presji na dziecko w celu osiągnięcia korzystnych wyników za wszelką cenę, zwracając uwagę na możliwe negatywne konsekwencje i pozwalaj dziecku na samodzielne przeżywanie porażek.
12. Nie publikuj zdjęć, filmów ani innych informacji o dzieciach i ich rodzinach w osobistych mediach społecznościowych, takich jak Facebook, bez zgody zainteresowanych dzieci i ich rodziców. Powstrzymaj się także od zamieszczania komentarzy, które mogą wyrządzić krzywdę innym.
13. Powstrzymaj się od komentowania wyglądu innych dzieci.
14. Bądź wyczulony na wszelkie formy zastraszania lub zagrożenia wynikające z używania telefonów komórkowych do robienia zdjęć lub filmów przez dzieci.
15. Dbaj o zdrowie swojego dziecka, zapewniając odpowiednią wartość odżywczą posiłków, aktualne badania sportowe oraz wystarczająco długi czas na regenerację po treningach i kontuzjach.
16. Zapewnij swojemu dziecku odpowiednie wyposażenie potrzebne do bezpiecznego i efektywnego treningu, zgodnie z jego potrzebami i celami (np. buty, ubrania, okulary sportowe).

---

<sup>1</sup> Trash Talking to termin określający sposób komunikacji, w którym używa się obraźliwych, prowokacyjnych lub złośliwych komentarzy w celu zdeprecjonowania, zdemotywowania lub wytrącenia z równowagi przeciwnika. Często jest stosowany w kontekście rywalizacji sportowej, ale może pojawiać się także w innych sytuacjach, gdzie występuje konkurencja. Przykłady Trash Talkingu to: obraźliwe komentarze: mówienie rzeczy mających na celu obrażenie przeciwnika, np. wyśmiewanie ich umiejętności, wyglądu czy osiągnięć. Złośliwe uwagi: używanie sarkazmu lub ironii, by sprawić, że przeciwnik poczuje się gorzej. Prowokacyjne gesty: wykonywanie gestów mających na celu wywołanie gniewu lub frustracji u przeciwnika.