



Gedragscode ouders en kinderen

SEIKUKAN JKA KARATE CENTER ANTWERPEN hecht veel belang aan **sportiviteit en respect** in karate. Om dit te kunnen uitdragen, is een gedragscode opgesteld in '10 geboden' die elke karateka, vanaf z'n eerste inschrijving zou moeten volgen. Ook de ouders spelen een zeer belangrijke rol in de opbouw van sportief gedrag bij jonge karateka's. Alle(e)n tezamen kunnen we fair-play realiseren!

De 10 Geboden zijn:

1. Regelmatig en op tijd aanwezig zijn.
2. Zich verontschuldigen bij laattijdigheid.
3. Fair-play zijn en respect hebben voor coach/trainer, medekarateka, scheidsrechters en tegenstrevers.
4. Serieus meedoen aan alle oefeningen en 100% van jezelf geven.
5. Respecteer de spelregels en overtreed ze niet moedwillig.
6. Kunnen erkennen dat de tegenstrever sterker is.
7. Verlies met nederigheid en win met bescheidenheid.
8. Respect hebben voor de vrijwilligers die zich voor jullie inzetten in hun vrije tijd.
9. Respecteer de infrastructuur (de dojo, de kleedkamers,...) en het materiaal dat jullie ter beschikking wordt gesteld.
10. Neem enthousiast deel aan het leven van je club en je team, beleef en bewaak samen het plezier van de karatesport.

Hoe kunnen ouders hieraan meewerken?

Gedurende het hele jaar...

- de kinderen positief en enthousiast steunen in hun inzet en in hun sportieve doelstellingen.
- fier zijn op de kinderen en ze feliciteren voor hun inzet.
- de kinderen aanmoedigen maar hen niet forceren (de sport niet dwingend opleggen).
- een goed evenwicht vinden tussen sport en studies.
- toelichten aan het kind, waarom en wanneer het voor u niet mogelijk is om een voor hem/haar belangrijk sportmoment bij te wonen.
- tijd maken voor uw kind om rustig over zijn/haar ambities en ontgoochelingen te praten.
- altijd eerst vragen: heb je je geamuseerd? en niet heb je gewonnen? na een wedstrijd.

- een aangenaam contact onderhouden met coach en trainer.
- de kinderen helpen op hun weg naar zelfstandigheid en hen te begeleiden bij het nemen van hun verantwoordelijkheid wat betreft communicatie en gedrag met ploeggenoten, scheidsrechters, trainers, coaches en publiek.
- maak afspraken met je kind over het engagement naar het team, zowel wat betreft de trainingen als de te spelen wedstrijden (proberen om voor elke wedstrijd beschikbaar te zijn, tijdig melden van eventuele afwezigheid, ...).

Voor elke wedstrijd:

- aan uw kind laten blijken dat u fier bent ongeacht het resultaat.
- niet tegen uw kind zeggen: « winnen is niet belangrijk » want voor het kind is dit het wel.
- proberen om een gezond idee van competitie op te bouwen waarin de deelnemers er sportief het beste van maken en zich spelenderwijs amuseren.
- belangstellend uw kind vragen te tonen wat het bijgeleerd heeft.

Tijdens elke wedstrijd:

- de gouden regel is: behandel de tegenstrever, de trainers, de coach, de scheidsrechters, maar ook uw kind zoals u zelf graag behandeld zou worden.
- laat de trainer/coach zijn werk doen in volle vertrouwen en houd zelf enige afstand. Breng uw kind niet in de war door zelf als tweede coach op te treden, met soms tegenstrijdige opmerkingen ten opzichte van de trainer/coach.
- geef ovatie en moedig beide teams aan.
- moedig elke ouder aan om geen negatieve kritiek te uiten, om hun emoties en opmerkingen te controleren in het bijzijn van de kinderen.
- respecteer de scheidsrechters, eender welke beslissing hij ook mag nemen, hij doet zijn best, en iedereen kan wel eens een fout maken.
- vermijd dat uw kinderen zich moeten schamen voor uw gedrag, hoe positief of betrokken ook bedoeld.

Ná de wedstrijd:

- betreed de shiai jo niet.
- neem even tijd om de scheidsrechter en coach te bedanken.
- Feliciteer de ouders van de teamgenoten, alsook de tegenstrevers en hun ouders.
- geef gerust -maar op rustige wijze- je commentaar en beoordeel het gespeelde spel niet enkel op de winnende partij.
- help bij het aanvaarden van een verlies door het aankaarten van de positieve aspecten en moedig uw kind hierin aan omdat het zijn best gedaan heeft.

Gedrag ten opzichte van de coach:

- de coaches en trainers moeten steeds gerespecteerd en aangemoedigd worden door de ouders en de kinderen.
- Indien de ouders nadere toelichting wensen van de coach/trainer, is het in ieders belang om dit in sereniteit te doen en te zorgen dat de discussie privé blijft.
- de emoties gecontroleerd blijven en dat de standpunten rustig worden uitgelegd, dat naar elkaar wordt geluisterd zonder te onderbreken.
- men open blijft voor verdere discussie.

- dat de ouders en de kinderen accepteren, dat er een verschil blijft tussen de rol van de ouders en die van de coach/trainer.
- vermijd negatieve uitingen betreffende de coach/trainer, zeker in het bijzijn van de kinderen.

Ten slotte: karate oefenen rijmt op:

- plezier beleven
- fysieke conditie en zelfvertrouwen verbeteren
- concentratie en stress beheren
- leren winnen en verliezen, wat eigen is aan elke sport
- fair-play zijn, eerlijkheid en rechtvaardigheid stimuleren
- communicatie, groepsleven en management ontwikkelen
- langdurige vriendschap ontwikkelen
- zelfdiscipline en verantwoordelijkheid stimuleren

Algemene gedragsregels:

1. Iedereen is welkom in onze karateclub. Er worden inspanningen geleverd zodat iedereen er zich thuis kan voelen.
2. Er wordt op een medisch en ethisch verantwoorde manier getraind en aan wedstrijden deelgenomen (gelijkwaardigheid van kampers, ...).
3. De karateka wordt beschermd tegen de negatieve effecten die sport kan veroorzaken zoals stress, prestatiedruk, blessures, gezondheidsrisico's, dopingmisbruik, intimidatie, pestgedrag, machtsmisbruik, agressie en geweld.
4. Er wordt respect getoond voor anderen, zowel clubleden, tegenstrevers, trainers, scheidsrechters als supporters, ongeacht hun geslacht, culturele achtergrond, geaardheid, herkomst, sociale status of handicap.
5. Sportiviteit en fair play worden hoog in het vaandel gedragen.
6. Regels en reglementen worden gerespecteerd.
7. Er wordt zorg gedragen voor het eigen materiaal, het materiaal van de club en de sportaccommodatie.
8. Er wordt specifieke begeleiding voorzien voor de kinderen waarin rekening gehouden wordt met hun ontwikkelingsniveau. Kinderen zijn geen volwassenen in een kleiner formaat.
9. De positieve waarden in de jeugdsport worden nagestreefd (cfr. Panathlonverklaring).
10. Sport is cruciaal in de totaalontwikkeling van een individu, maar het gebruik van de aangeleerde karatetechnieken moet zich beperken tot de club en mag daarbuiten niet worden toegepast. Seikukan JKA Karate center Antwerpen wil hierbij een belangrijke maatschappelijke rol spelen.



社団法人 **日本空手協会**

Japan Karate Association