Οι γονείς συχνά εγγράφουν το παιδί τους σε ένα αθλητικό όμιλο με απώτερο σκοπό την καλλιέργεια του χαρακτήρα του παιδιού. Η αθλητική συμμετοχή από μόνη της, ωστόσο, δεν αναπτύσσει χαρακτήρα στους αθλητές.

Όπως και κάθε φυσική ικανότητα, οι αθλητές πρέπει να διδάσκονται θετικές συμπεριφορές. Οι προπονητές διαδραματίζουν ζωτικό ρόλο στην ανάπτυξη θετικών στάσεων και συμπεριφορών στους αθλητές τους. Δύο σημαντικοί τρόποι με τους οποίους οι προπονητές μπορούν να αναπτύξουν καλή συμπεριφορά στον αθλητισμό είναι μέσω της παρουσίασης θετικών προτύπων και της ενεργού διδασκαλίας της καλής συμπεριφοράς στον αθλητισμό.

***Τι είναι η καλή συμπεριφορά στον αθλητισμό;***

Η καλή συμπεριφορά στον αθλητισμό ή η αθλητική συμπεριφορά είναι η ευγενής άμιλλα που πρέπει να δείχνει ένας αθλητής.

Ο υγιής αθλητισμός εμφανίζεται όταν οι αθλητές δείχνουν σεβασμό και ενδιαφέρον στους αντιπάλους, τους συμπαίκτες, τους προπονητές και τους διαιτητές. Με άλλα λόγια, οι προπονητές θα πρέπει να διδάξουν στους αθλητές το : **«να φέρεστε στους άλλους, όπως θα θέλατε να σας φέρονται »**. Ο σεβασμός είναι ένα σημαντικό θέμα που αντιμετωπίζουν όλοι οι άνθρωποι που ασχολούνται με τον αθλητισμό. Τα επεισόδια προπονητών, γονέων και αθλητών που συμπεριφέρονται κακώς σε αθλητικές εκδηλώσεις αναφέρονται συχνά σε εφημερίδες και τηλεοπτικές εκπομπές.

***Παραδείγματα καλής συμπεριφοράς στον αθλητισμό περιλαμβάνουν:***

* χειραψία με τους αντιπάλους μετά από ένα παιχνίδι
* βοηθώντας έναν αντίπαλο να σηκωθεί μετά από διεκδίκηση
* το ενδιαφέρον για τους τραυματίες αντιπάλους
* αποδοχή όλων των αποφάσεων των διαιτητών
* ενθάρρυνση στους λιγότερο ικανούς συμπαίκτες
* **Συγχαίρουμε πάντα τους συναθλητές μας για την όποια επιτυχία τους δείχνοντας έτσι ότι είμαστε μια δεμένη ομάδα , η ευγενής άμιλλα είναι η δύναμη του αθλητή.**
* συγχαίροντας μια εξαιρετική προσπάθεια από τους αντιπάλους

***Παραδείγματα κακής συμπεριφοράς στον αθλητισμό περιλαμβάνουν:***

* Άσχημη γλώσσα κατά τη διάρκεια του αγώνα
* Σκόπιμος τραυματισμός αντίπαλου
* Επίτευξη αποτελέσματος με δόλια μέσα
* Το να κοροϊδεύεις τις προσπάθειές, ικανότητες , κ.α των συμπαιχτών , αντιπάλων.
* Το να ηατηγορείς τους άλλους για λάθη και ήττες

***Μοντέλο καλής συμπεριφοράς στον αθλητισμό***

Υπάρχουν πολλοί τρόποι με τους οποίους μπορείτε να διδάξετε τεχνικές στους παίκτες σας, αλλά το πιο σημαντικό είναι να τους διδάξετε καλή συμπεριφορά στον αθλητισμό.

Ο Knute Rockne, πρώην προπονητής ποδοσφαίρου της Notre Dame, δήλωσε: "Ένας άνθρωπος που δείχνει εμπράκτως καλή αθλητική συμπεριφορά είναι πολύ καλύτερος από 50 άλλους που το κάνουν μόνο στα λόγια".

Οι νέοι παίκτες βλέπουν τους προπονητές τους ως πρότυπα και είναι πιθανό να μιμηθούν τις συμπεριφορές των προπονητών τους. Είναι απίθανο οι αθλητές να μπορούν να ελέγχουν τις συμπεριφορές τους, αν οι προπονητές τους δεν είναι σε θέση να ελέγξουν τη δική τους συμπεριφορά. Οι προπονητές που δείχνουν σεβασμό στους διαιτητές και τους αντιπάλους πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τα παιχνίδια ,μπορούν πραγματικά να περιμένουν από τους παίκτες τους να κάνουν το ίδιο.

***Παραδείγματα σεβασμού προς τους διαιτητές***

* αποφύγετε να τους απευθύνεστε με το όνομα τους
* μην αμφισβητείται ανοιχτά τις αποφάσεις τους
* να έχετε στο νού σας ότι πιθανότατα ο ref έχει δίκιο
* βάλτε τον εαυτό σας στη θέση τους

***Παραδείγματα σεβασμού προς τους αντιπάλους***

* δώστε τον καλύτερο σας εαυτό στον αγώνα
* πανηγυρίστε τη νίκη με σεβασμό
* χειραψία πριν και μετά το παιχνίδι
* αναγνώριση της ανωτερότητας του αντιπάλου

Κατά τη διάρκεια των προπονήσεων και των παιχνιδιών, είναι επιτακτική ανάγκη οι προπονητές να είναι κόσμιοι με τους παίκτες, τους βοηθούς προπονητές, τους διαιτητές και τους αντιπάλους προπονητές.

Οι γονείς που παρατηρούν την καλή συμπεριφορά του προπονητή των παιδιών τους θα καταλάβουν σύντομα την ευθύνη που έχουν να φέρονται σωστά ως θεατές.

Διδάξτε ενεργά τον σεβασμό

Ορίστε τους κανόνες της αθλητικής συμπεριφοράς ή έναν κώδικα δεοντολογίας στην αρχή της σεζόν. Βεβαιωθείτε ότι έχετε συμπεριλάβει συνέπειες για το σπάσιμο του κώδικα. Αυτοί οι κανόνες και οι συνέπειες πρέπει να ισχύουν για όλους τους αθλητές σε όλες τις καταστάσεις.

**Απαιτήστε στην σωστή συμπεριφορά τόσο κατά τη διάρκεια της προπόνησης όσο και του αγώνα.**

Φέρτε παραδείγματα της καλής ή κακής συμπεριφοράς επαγγελματιών ή απλών αθλητών κατα τη προπόνηση . Συζητήστε τη συμπεριφορά αυτών των αθλητών με την ομάδα σας.

Ενθαρρύνετε τους αθλητές να σκέφτονται τις συμπεριφορές τους θέτοντάς τους ερωτήσεις. Μία μορφή συζήτησης που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί είναι η εξής.

* εντοπίστε το πρόβλημα
* εντοπίστε αρνητικές και θετικές ενέργειες
* προσδιορίστε τον τρόπο με τον οποίο κάθε δράση επηρεάζει τους εμπλεκόμενους
* επιλέξτε την καλύτερη ενέργεια

**Επιβραβεύστε τους αθλητές της ομάδας σας που συμπεριφέρονται με υγιές αθλητικό πνεύμα, και επιπλήξτε αυτούς που δεν το κάνουν.**

**Επιτρέποντας την κακή συμπεριφορά στην ομάδα σας, διδάσκετε στους αθλητές ότι η κακή συμπεριφορά είναι αποδεκτή.**

**Διδάξτε τους αθλητές σας να συμπαραστέκονται τόσο στους συμπαίκτες τους όσο και στους αντιπάλους τους είτε κερδίζουν είτε χάνουν.**

**Δώστε έμφαση στο σεβασμό των αντιπάλων και των διαιτητών τόσο στη νίκη όσο και στην ήττα.**

Τονίστε τη σημασία της ευγενής άμιλλας στις συνεδριάσεις των γονέων. Βεβαιωθείτε ότι οι αθλητές σας γνωρίζουν και ακολουθούν τους κανόνες του αθλήματος

**Jennifer J. Waldron,** Ph.D. School of Health, Physical Education, and Leisure ServicesUniversity Of Northern Iowa.