

Gedragscode



Trainers



Trainers

## Gedragcode - TRAINERS

### ➤ beschikt over de nodige sporttechnische capaciteiten:

- Laat iedere sporter ontwikkelen op zijn niveau.
- Differentieer waar mogelijk.  
Geef trainingen die aangepast zijn aan de leeftijd, het individueel ritme en de mogelijkheden.
- Wees redelijk in je sportieve eisen.
- Geef concrete en duidelijke tips aan je sporters.
- Hou je uitleg eenvoudig. Pas je uitleg te allen tijde aan aan het niveau van je sporters.
- Werk aan je eigen competentieniveau: school je regelmatig bij.
- Werk met duidelijke afspraken en routine. Dit zorgt voor rust en vertrouwdheid bij je sporters.

### ➤ behandelt elke sporter gelijkwaardig:

- Toon belangstelling voor al je sporters.
- Betrek elke sporter maximaal bij de training of wedstrijd.
- Zorg voor een clubklimaat waarbinnen elke sporter wordt opgenomen.
- Focus op de mogelijkheden van de sporters; schenk niet teveel aandacht aan hun tekortkomingen.
- Vermijd dat getalenteerde spelers meer speel- en trainingstijd krijgen dan de andere. De minder goede sporters hebben zeker evenveel tijd nodig en hebben daar ook recht op.

### ➤ is zich bewust van zijn opvoedkundige taak:

- Besteed naast het aanleren van de sport ook aandacht aan het gedrag van je sporters tijdens de training.
- Bewaak de fysieke en psychische integriteit van elke sporter.
- Wees niet enkel verantwoordelijk voor uw eigen gedrag maar ook voor dat van uw atleten, hun ouders en fans.
- Ontwikkel respect voor de vaardigheid van de tegenstander, voor de beslissingen van de scheidsrechter en voor de trainer van de tegenstander, voor het materiaal en de accommodatie.
- Leer uw spelers dat de spelregels afspraken zijn waar niemand zich aan mag onttrekken; leer hen sportief te zijn. Leer hen niet enkel om te winnen, maar leer hen ook een waardig verliezer te zijn.

### ➤ Heeft een voorbeeldfunctie binnen de sportclub:

- Draag een gezonde levensstijl uit.
- Rook niet en drink geen alcohol in het bijzijn van je sporters.
- Keur verbaal en fysiek geweld af.
- Wees een voorbeeld van Fair Play en Sportiviteit.
- Heb oog voor de problematiek van je sporters.
- Contacteer de API (Aanspreek Punt Integriteit of vertrouwenspersoon) indien nodig.  
[api@triatlon.be](mailto:api@triatlon.be)

➤ Toont betrokkenheid:

- Wees op de hoogte van wat er 'leeft' in je groep.
- Houd rekening met de leefwereld van je sporters.
- Respecteer het recht op privacy.
- Geef aandacht aan de bezorgdheden van ouders en begeleiders.
- Toon bereidheid tot samenwerking en communicatie met ouders, andere trainers, bestuurders,...

Zorgt voor een positieve sfeer:

- Laat het spelplezier primeren op het resultaat van je sporters.
- Sporten moet in de eerste plaats plezierig zijn; zorg voor voldoende spelelementen in je training.
- Geef uw sporters de kans om kampioen te worden, maar geef ze ook de kans om geen kampioen te worden.
- Behandel je sporters zoals je zelf behandeld zou willen worden.
- Communiceer positief: ook non-verbaal!
- Maak van de sportclub een plaats waar iedereen welkom is en zich thuis voelt.
- Doe je best om een veilige omgeving te creëren voor alle sporters.