

DECÁLOGO DE LOS Y LAS DEPORTISTAS

1. **EL DEPORTE ES OCIO.** Hago deporte para pasarlo bien, forma parte de mi tiempo de ocio y ganar no es lo más importante: hago deporte para competir pero el fin último es pasarlo bien y crecer como persona.
2. **TODOS Y TODAS SOMOS IMPORTANTES.** Cuando hago deporte, todas las personas somos igual de importantes: mis compañeros y compañeras de equipo, nuestros adversarios y adversarias, nuestros entrenadores y entrenadoras, el árbitro y la árbitra, etc.: sin todos ellos y ellas no podría practicar mi deporte, así que todos y todas son mis compañeros y compañeras
3. **HAY QUE CUMPLIR EL REGLAMENTO.** El reglamento está para conocerlo y para cumplirlo, tengo que respetarlo para poder disfrutar del juego, sin hacer trampas: todos y todas debemos cumplir el reglamento.
4. **DEBO RESPETAR A LAS Y LOS ENTRENADORES.** Debo respetar a mi entrenador o entrenadora que se preocupa de mí y desea lo mejor para mí.
5. **DEBO RESPETAR A MIS ADVERSARIOS Y ADVERSARIAS.** Debo respetar y tratar a mis adversarios y adversarias como me gustaría que me trataran a mí: con respeto.
6. **DEBO RESPETAR LA FIGURA ARBITRAL.** Debo respetar a la figura arbitral: sin ella no podría practicar mi deporte y se encarga de velar por el juego limpio y el cumplimiento del reglamento.
7. **PUEDO ANIMAR, NUNCA INSULTAR.** No es lo mismo animar que insultar: está muy bien animar a un equipo pero no se debe insultar ni al equipo contrario ni a sus deportistas o entrenadores/as ni a la persona que arbitra.
8. **MI FAMILIA DEBE DAR EJEMPLO.** Mi familia debe tener un comportamiento y una actitud deportiva: quiero que me anime pero que no falte el respeto de las demás personas deportistas, entrenadores/as y árbitros/as.
9. **DEBO SABER PERDER Y TAMBIÉN GANAR.** Hay que saber ganar y saber perder, felicitando al equipo contrario cuando gana y no haciendo burla cuando es mi equipo quien gana.
10. **MI LEMA ES EL JUEGO LIMPIO.** En la práctica deportiva es muy importante el respeto, el esfuerzo y la tolerancia: nuestro lema debe ser “el juego limpio”