SK KUŘIM HANDBALL

ETICKÝ KODEX KLUBU

2026

Etický kodex SK Kuřim Házená shrnuje hodnoty a zásady, kterými se v klubu řídíme na hřišti a mimo něj, a připomíná nám, jakým týmem a klubem chceme být.

JAK SE JAKO HRÁČ MÁM CHOVAT?

Respekt k sobě samému v praxi

- **Soustředím se na házenou** a během tréninku i zápasu odevzdávám maximum.
- **Připravuji si věci na trénink a zápas** samostatně a zodpovědně.
- **Na trénink i zápas chodím v klubovém dress code** – nošením klubového oblečení vyjadřuji sounáležitost s týmem a hrdost na náš klub SK Kuřim.
- **Na trénink nikdy nechodím v zápasovém dresu**, ale v tréninkovém oblečení. Dres je výjimečné oblečení, které reprezentuje klub a oblékám ho výhradně při utkání.
- **Mobil a tablet nechávám v tašce** – při vstupu do sportovního zázemí (šatna, hala, hřiště) elektroniku odkládám. Čas s týmem věnuji týmu.
- **Dbám na regeneraci a protažení**, abych mohl předcházet zraněním. Po tréninku nebo zápase se starám o osobní hygienu a sprchuji se. Péče o tělo je přirozenou součástí zotavení po sportovním výkonu.
- **Hlídám si stravu a spánek.** Vím, že můj výkon nezačíná až příchodem do haly. Bez dostatečného spánku dochází k poklesu síly, pomalejším reakcím a nárůstu rizika zranění. Během spánku tělo uvolňuje největší množství růstového hormonu. Správná strava zase zkracuje dobu potřebnou na obnovu sil až na polovinu.
- **Školní prospěch je pro mě důležitý** – sport a vzdělání jdou ruku v ruce. Oba jiným způsobem stimulují mozkovou kůru, zlepšují kognitivní funkce a pomáhají růstu osobnosti mladého člověka.
- **Reprezentuji SK Kuřim i mimo hřiště.** Svým chováním na turnajích, cestách, ve škole i na veřejnosti vytvářím obraz klubu. Vše začíná tím, že zvládnu na sportovišti slušně pozdravit dospělého.

Respekt ke spoluhráči v praxi

- **Uvědomuji si, že každý umí něco** – nehraji sám a respektuji silné stránky ostatních.
- **Pomáhám mladším spoluhráčům** a jsem pro ně spolehlivým parťákem.
- **Podporuji, neponižuji.** Chyba spoluhráče není důvodem k výsměchu, nadávkám ani obviňování. Každý má právo na chybu.
- **V šatně se bavím se spoluhráči, ne s mobilem** – čas v šatně patří týmu, společné přípravě a budování dobré party.
- **Novák je Petr!** V týmu jsme si blízcí, proto se oslovujeme především křestními jmény. Respektuji identitu a jedinečnost každého spoluhráče.
- **Jsme jeden tým** – držíme při sobě při výhrách i porážkách. Úspěch je společný a společně zvládáme i neúspěch.

Respekt k trenérovi v praxi

- **Věnuji se naplno tréninku** a neruším ostatní při práci.
- **Udržuji sebekázeň** a po každém tréninku pomáhám s úklidem pomůcek.
- **Respektuji a plním pokyny trenéra.** Rozhodnutí o taktice, sestavě a střídání jsou odpovědností trenéra.

- **Mám právo se zeptat a mluvit s trenérem.** Pokud něčemu nerozumím nebo mě něco trápí, řeším to s ním slušně, otevřeně a ve vhodnou chvíli.
- **Chodím včas a omlouvám se předem** – vážím si času trenéra i spoluhráčů. Na trénink přicházím s předstihem a případnou neúčast hlásím včas.
- **Přijímám zpětnou vazbu** – trenérova připomínka mi má pomoci být lepším hráčem i spoluhráčem.

Respekt k protihráči v praxi

- **Hraji fair play** za každého stavu utkání.
- **Bráním důrazně, ale férově** a v mezích pravidel házené. Nikdy vědomě neohrožuji zdraví soupeře.
- **Pozdravím se s protihráčem** před zápasem i po něm.
- **Při zranění upozorním rozhodčího**, pokud si situace na hřišti nevšiml.
- **Po tvrdém střetu podám ruku** – na palubovce bojuji na maximum, ale po faulu nebo pádu pomohu soupeři na nohy.
- **Umím vyhrát i prohrát se ctí.** Vítězství mě neopravňuje k ponižování soupeře a porážka není důvodem ke ztrátě respektu.

Respekt k rozhodčímu v praxi

- **Nehádám se s rozhodčím** za žádné situace a respektuji jeho autoritu.
- **Nehodnotím jeho rozhodnutí** na hřišti ani mimo něj.
- **Neradím rozhodčímu**, a to ani ze střídačky.
- **Nemávám rukou nad jeho verdikty, neposmívám se jim ani je ironicky nekomentuji.**
- **Pamatuji, že i rozhodčí může udělat chybu** – stejně jako hráč nebo trenér. Respekt k rozhodčímu je součástí respektu ke hře.

ZÁSADY PRO RODIČE A FANOUŠKY

Respekt k hráčům, trenérům, rozhodčím a soupeřům

- **Podporujeme své děti a celý tým férově** – povzbuzujeme sportovním způsobem, pozitivně a v duchu fair play.
- **Nezasahujeme do trénování** – vedení týmu, taktika, sestava a herní čas jsou odpovědností trenérů, nikoliv rodičů.
- **Nekomentujeme výroky rozhodčích** a respektujeme jejich rozhodnutí.
- **Nekritizujeme ani neurážíme soupeře** – naopak k němu chováme respekt a uznání za sportovní výkon.
- **Nevytváříme na děti zbytečný tlak.** Chceme, aby měly radost ze sportu, učily se, zlepšovaly se a chtěly se na sportoviště vracet.
- **Po zápase jsme především rodiče.** Hodnocení výkonu a herních situací necháváme na trenérech. Dítěti nabízíme podporu bez ohledu na výsledek.
- **Případné problémy řešíme přímo, slušně a ve vhodnou chvíli.** Neřešíme je během utkání, z tribuny ani prostřednictvím dětí.
- **I my reprezentujeme SK Kuřim Házená.** Na tribuně, na turnajích i mimo sportoviště svým chováním vytváříme obraz našeho klubu.

CO NÁS SPOJUJE?

Respekt. Fair play. Tým. Odpovědnost. Radost ze hry.

Tento kodex není sadou zákazů, ale mapou, která nás vede k úspěchu, skvělé partě a radosti ze hry. Házená je radost – proto se jí bavíme.

HLAVNÍ ZÁSADY KLUBOVÉHO KODEXU SK KUŘIM HANDABLL

1. **REPREZENTUJ KLUB NA HŘIŠTI I MIMO NĚJ**
2. **BUĎ VŽDY PŘIPRAVENÝ**
3. **HRAJ PRO TÝM**
4. **HRAJ FAIR PLAY**
5. **RESPEKTUJ SOUPEŘE I ROZHODČÍ**
6. **PODPORUJ SPOLUHRÁČE**
7. **NASLOUCHEJ TRENÉROVI**
8. **VYHRÁVEJ S POKOROU A PROHRÁVEJ SE CTÍ**
9. **FANDI S RESPEKTEM A TOLERANCÍ**
10. **MĚJ RADOST ZE HRY**