

CODICE COMPORTAMENTO

10 REGOLE PER STARE BENE INSIEME NELLO SPORT

1. **Rispetta tutti, sempre**

Che siano compagni di squadra, allenatori, avversari o arbitri, il rispetto è alla base di ogni bel gioco.

2. **Gioca con correttezza e lealtà**

Vince davvero chi segue le regole e dà il massimo, non chi bara per arrivare primo.

3. **Sii un esempio positivo per gli altri**

Il tuo atteggiamento può ispirare i più piccoli. Gioca con entusiasmo, rispetto e spirito di squadra.

4. **Parla e ascolta con gentilezza**

Le parole hanno peso. Evita insulti o linguaggio offensivo, anche per scherzo.

5. **Aiuta e sostieni i compagni**

Lo sport è condivisione: una squadra unita è più forte di qualunque avversario.

6. **Accetta le sconfitte con dignità**

Imparare a perdere fa parte del gioco. L'importante è dare sempre il meglio.

7. **Rispetta te stesso e il tuo corpo**

Vivi in modo sano, evitando comportamenti dannosi come l'uso di sostanze nocive o pericolose.

8. **Fatti sentire se qualcosa non va**

Se ti senti a disagio o noti situazioni strane, parlane con adulti di fiducia o con chi si occupa della tua sicurezza.

9. **Prenditi cura dello spazio in cui giochi**

Rispetta palestre, spogliatoi, attrezzature e ambienti. Un luogo pulito e ordinato è più piacevole per tutti.

10. **Gioca per divertirti, non per forza per vincere**

Lo sport deve farti stare bene. Impegnati, ma ricorda che il vero obiettivo è crescere, imparare e divertirsi.