



ПРУЖАМ
РУКУ
НЕ ПОДМЕЋЕМ НОГУ

ПРИРУЧНИК ЗА ТРЕНЕРЕ
ПЛАЗМА СПОРТСКЕ ИГРЕ МЛАДИХ (ПЛАЗМА СИМ)

Београд, 2024.

ПРИЈАТЕЉ ОД ДЕТИЊСТВА

ЗБОГ ЧЕГА ПЛАЗМА СПОРТСКЕ ИГРЕ МЛАДИХ ПОКРЕЋЕ, КРЕИРА И СПРОВОДИ ОВУ КАМПАЊУ?

Различита насилна понашања су, нажалост, свакодневица и код нас и у свету. Остављају траг на души оних који га трпе, али остају последице и на оне који се насилно понашају, као и на оне који то посматрају. Овај негативан друштвени феномен захтева **заједничко деловање свих, нарочито оних који раде са децом и младима.**

Овим пројектом се, као друштвено одговорни субјекти, придружујемо напорима оних који се труде да деци и младима осигурају безбедно одрастање без насиља. Желимо да на најбољи начин подстичемо њихов укупни развој и различитим активностима делујемо на све који су укључени у ово велико аматерско спортско такмичење - на одрасле и на децу и младе.

Сматрамо да смо сви ми, одрасли, и наше понашање посебно значајни за развој младих и за систем вредности који ће усвојити.

Верујемо да ће наш пример деловати позитивно јер је свако од нас узор другима, а нарочито деци и младима. Ваша подршка и посвећеност су важни, па је значајно да се активно укључите у кампању у оквиру свог поља деловања. То ће допринети заједничком успеху овог важног задатка.

ЦИЉЕВИ КАМПАЊЕ

- Промоција позитивног система вредности
- Развијање осетљивости свих учесника ПЛАЗМА Спортске игре младих (ПЛАЗМА СИМ) и јавности за препознавање насилног понашања
- Јачање капацитета за конструктивно реаговање
- Укључивање што већег броја деце и одраслих у активности у вези са заштитом од насиља
- Смањивање различитих врста насилног понашања, нарочито на спортским такмичењима

ЦИЉНЕ ГРУПЕ

- Деца, учесници такмичења
- ПЛАЗМА СИМ координатори
- Тренери
- Судије
- Родитељи
- Јавност

АКТИВНОСТИ

Кампања укључује све учеснике такмичења. Обухвата разноврсне активности и садржаје подржане од стране различитих стручњака, спортиста и спортских радника:

- Креирање
 - слогана за кампању
 - слогана за корнер студио и промотивне активности
 - едукативних материјала (за координаторе и тренере)
 - порука за навијаче/родитеље (дистрибуција преко друштвених мрежа)
 - порука за тренере/вође екипа
 - поруке за судије(да би се подстакло што правичније суђење);
- Израда критеријума за избор „нај фер” такмичара, екипе/тима, публике, тренера, града/места;
- Избор „жирија” који ће пратити и бодовати понашање учесника такмичења;
- Бодовање;
- Избор и додела похвалница/признања;
- Припрема деце, такмичара за креирање слогана за наредну годину;
- Изложба слогана, избор најбољих, додела признања;
- Промоција изабраних слогана (на утакмицама, у медијима и друго);
- Израда календара са изабраним слоганима;
- Израда мајица и другог материјала са слоганима;
- Учествовање деце са порукама на утакмицама клубова (приликом представљања играча, на почетку утакмице) са циљем промоције ненасиља и фер плеја;

- Снимање видео порука – одговора деце и вођа екипа на питања шта је за њих фер плеј, како правилно навијамо, како се понашамо на спортском терену/такмичењу, шта радимо кад губимо а шта кад побеђујемо итд;
- Учествовање познатих спортиста у кампањи;
- Едукација ПЛАЗМА СИМ координатора и тренера за подршку смањењу насиља и имплементацији кампање (обуке, материјали);
- Промоције на дигиталним СИМ платформама, у оквиру СИМ емисија;
- Друго у складу са концептом пројекта/кампање.

ЗБОГ ЧЕГА СУ СПОРТ И СПОРТСКЕ ИГРЕ ВАЖНИ?

Спорт је физичка и ментална активност људи која доприноси развоју, одржавању здравља, омогућава нам да се такмичимо, играмо и забавимо.

Спортот и спортским активностима се бави велики број људи свих узраста - од најмлађих до најстаријих. Постоји велики број спортова, различитих карактеристика и одређених правила. Свако може да нађе активност која му одговара, па је масовност важна карактеристика спорта.

Бавећи се спортом, деца се играју на организован начин и тако уче многе важне ствари, нове активности, спортска правила, као и правила понашања, комуникацију са другима и друго, чиме обогаћују свој живот.

Спорт и спортске игре су важне јер нам омогућавају и помажу да упознамо себе и друге и да развијамо:

- свест о сопственим могућностима, као и могућностима других;
- свест о сопственом телу и телесним границама;
- снагу, брзину, издржљивост;
- самоконтролу;
- упорност;
- другарство;
- тимски дух и сарадњу са другима;
- иницијативност, креативност;
- спремност да подржимо друге;
- одговорност;
- самопоуздање;
- пожртвованост;
- фер плеј приступ;
- спремност за поштовање правила и ненасилно решавање конфликта и друго.

Из свега наведеног, недвосмислено је јасно да спорт и спортске активности имају велики потенцијал за развијање позитивног, хуманог система вредности и заштиту од насиља.

На нама је да тај потенцијал искористимо на најбољи могући начин.

За спорт се везује и термин ФЕР ПЛЕЈ, који подразумева позитивна понашања и представља позитиван систем вредности исказан кроз поштовање правила и противника.

Фер плеј је и више од тога - то су правичност/праведност, поштење и интегритет без обзира на интерес.

Наш циљ је да подстичемо пуно разумевање и примену фер плеја од стране деце, учесника такмичења, као и судија, тренера, навијача и родитеља.

Желимо да смањимо насиље током спортског надметања, међу самим такмичарима, али и да утичемо на навијаче и родитеље, чије понашање је посебан изазов јер се догађа да су управо они пример насилног и нефер понашања и некоректног поступања. Својим поступцима некад угрожавају безбедност (туче), а навијањем против другог тима уз коришћење погрдних и увредљивих речи прави су пример насилног понашања. Догађа се да родитељи због свог субјективног става изазивају нетрпељивост, чак и међу децом из исте екипе. Уместо да буду позитиван пример за своју и другу децу, таквим односом доприносе тензијама и насилном реаговању других одраслих као и деце.

УЛОГА ТРЕНЕРА - НЕКИ АСПЕКТИ

Тренер увек треба да има на уму да је значајна особа у развоју деце и да својим понашањем даје пример. Он је модел који усмерава децу. То га обавезује да се сам понаша у складу са спортским правилима, правилима фер плеја, да поштује децу, све са којима сарађује и односи се према њима са уважавањем. Требало би да у сопственом животу примењује оно чему учи децу.

У супротном, раскорак између онога што говори, промовише и онога што сам чини збуњује децу, осећају се несигурно, непријатно и не знају шта треба да раде: оно што им тренер говори или оно како се тренер понаша.

Да би однос детета и тренера био квалитетан, подстицајан и добар, осим осталог, дете би требало да уважава тренера, да га поштује, да има позитивне емоције и **никако не сме да га се боји** - то је један од посебно важних задатака сваког тренера.

Посебно би се требало осврнути на улогу тренера у спортском развоју деце. Тренери би морали да буду веома обазриви и тактични, да не подстичу неосноване наде, да подстакну на рад оне који су талентовани, а свакако да код свих развију позитиван однос према целоживотном физичком вежбању и спортским активностима.

Да би деца прихватила културу ненасиља, правила спортског понашања и фер плеј потребно је да у томе имају суштинску, аутентичну подршку тренера и његово понашање као позитиван пример, модел.

Однос тренера са родитељима је специфичан. Неопходно је да заједно анализирају понашање детета; предложи шта све може да се учини да би се исправиле начињене грешке, да сами примењују договорено и сви се убудуће понашају што више (још више) у духу фер плеја и ненасиља. Тренер мора да помогне родитељу да што реалније сагледа капацитете детета за бављење спортом, спортским и физичким активностима. Потребно је да то раде у договору са дететом и у његовом најбољем интересу.

УЛОГА ТРЕНЕРА У РЕАЛИЗАЦИЈИ ПЛАЗМА СИМ

Тренери су један од основних стубова квалитетне реализације ПЛАЗМА СИМ због своје специфичне позиције. Због сарадње са свима, тренер мора да, осим осталог, има развијене вештине конструктивне комуникације.



Тренери су у прилици да добро упознају децу, да прате њихова постигнућа, реаговање, понашање у разноврсним ситуацијама. Тренинзи, као и такмичења и надметања, пружају бројне прилике да тренер уочи различите особине детета и да, примењујући своје компетенције, подстиче развој позитивних особина и понашања и да у свакој прилици инсистира на фер понашању.

Посебно је значајна сарадња са родитељима и размена запажања и важних података о деци. Родитеље би требало информисати о кампањи, указати им колико је важно да је подрже својим понашањем, како на спортским теренима тако и у комуникацији са децом.

Професионална сарадња са судијама је добробит и за једне и друге, а самим тим и за децу/спортисте. Уколико се и тренери и судије понашају у складу са принципима струке, када постоји узајамно поштовање и уважавање одлука, шаље се снажна порука деци о важности постојања правила и њихове непристрасне, доследне примене.

Сви коментари, примедбе, неслагања и недоумице могу да се размене у одговарајућим условима, контексту и у складу са елементарном културом опхођења.

Координатори и тренери су једни другима подршка и помоћ, како у организацији активности, тако и заједничким усаглашеним деловањем у решавању евентуалних изазова који могу да се јаве у свим фазама спортских игара. Њихова комуникација са организаторима доприноси бољем разумевању и ефикаснијој реализацији такмичења, али и кампање која је веома важна за развој позитивних, хуманих вредности.

ДОПРИНОС ТРЕНЕРА ОСТВАРИВАЊУ ЦИЉЕВА КАМПАЊЕ „ПРУЖАМ РУКУ НЕ ПОДМЕЋЕМ НОГУ“

Сами прихватају циљеве кампање, у потпуности их подржавају;

Доследно се понашају без примене било каквог насиља;

Активно се укључују у активности кампање кад год за то постоји могућност;

Током тренинга и такмичења подстичу поштовање правила игре и фер понашања и инсистирају на томе;

Иницирају активности у оквиру такмичења које могу да допринесу смањивању насилног понашања;

Сарађују са родитељима усмеравајући их ка фер навијању и смањивању тензија, нарочито на такмичењима;

У својим локалним заједницама и преко локалних медија промовишу кампању;

Сарађују са школама у својој локалној заједници у вези са активностима на заштити од насиља;

Прате садржаје и активности на друштвеним платформама које промовишу кампању;

Кад се догоди насилна ситуација, без оклевања и одлагања се укључују реаговање и смиривање.

САРАДЊА ПЛАЗМА СИМ СА ТРЕНЕРИМА

- **Требало би да буду информисани о кампањи, планираним активностима и њиховим обавезама у вези са тим;**
- **Важно је да тренери знају да ће се посебно пратити** понашање играча, тренера и публике што ће утицати на избор „нај фер“ учесника овогодишњих ДО СИМ у разним категоријама. О томе би затим тренери требало да информишу и децу, такмичаре и њихове родитеље и навијаче.
- **Указати тренерима на улогу коју имају у понашању играча, а мање или више посредно и навијача:** уколико се сам тренер понаша непримерено (виче, вређа, протестује на одлуке судија и то чини на драматичан начин, а нарочито у ситуацијама када такмичари нису успешни), осим што се и сам насилно понаша, подиже тензију код такмичара и код публике/навијача. Може да подстакне, односно, изазове њихова неприхватљива понашања.
- Треба их упознати са чињеницом да су свим нашим прописима забрањени вређање, говор мржње и ружне речи, псовање и примена сваког, дакле и физичког насиља (чупање за уши, шамарање итд.), као и други недолични видови понашања према деци и одраслима.
- **Код деце/такмичара развијати доследно поштовање правила игре, али и правила понашања на спортском терену и ван њега. Требало би да у овоме буду доследни, независно од резултата.**
- **Тренер не би требало да исказује и подстиче став да је искључиви и једнини приоритет победа, да је све осим тога неприхватљиво и тотални неуспех и „пропаст“.** Постављање превисоких захтева у вези са такмичењем, резултатима које екипа треба да оствари и да све друго није важно, ствара код деце још већу тензију која може да резултира чак и лошијим постигнућем, али и непримереним неспортским понашањима и емоцијама које су негативне и неконструктивне (викање, ударање, бес, плач и друго).

- **Тренер би требало да организује различите превентивне активности** као што су: састанци са децом и родитељима - добродошлица у екипу, разговор и заједничко доношење правила понашања у тиму, информисање о кампањи и друго. То може да ради у сарадњи са родитељима и различитим сарадницима који су спремни да се укључе (психолози, педагози, наставници школа у које иду деца коју тренирају, родитељи, координатори ПЛАЗМА СИМ, НВО које се баве овом облашћу и други).

ПРЕВЕНТИВНЕ АКТИВНОСТИ ДАЈУ МНОГО БОЉИ РЕЗУЛТАТ НЕГО ДА СЕ РЕАГУЈЕ КАД СЕ НАСИЉЕ ДОГОДИ!

ПРИМЕРИ СИТУАЦИЈА

СИТУАЦИЈА 1

Комуникација са родитељима који су субјективни, мешају се у посао тренера, имају непримерене, нереалне захтеве, не уважавају тренерова објашњења и аргументе, користе неодговарајући речник према својој и другој деци и друго.

Први корак је индивидуални разговор са родитељима у коме би тренер требало да родитеља јасно информише о томе шта је чији задатак, улога и да постави границе. То може да помогне успостављању „здравих“ основа за сарадњу и дефинисање шта је чија улога. Такви родитељи делују неповољно на општу атмосферу и подстичу непримерена, чак и насилна понашања других тако да би требало реаговати што пре, на прави начин. Потребно је јасно рећи родитељу да то чини на штету свог, али и друге деце и да одрасли морају да буду позитивни примери деци.

Некад је неопходно да се примене и оштрије мере и да се родитељ удаљи са тренинга или утакмице, што је важно учинити на смирен, али одлучан начин, без увреда и ружних речи. Може се договорити увођење жутог и црвеног картона за понашање родитеља и правила за њихово коришћење. Посебно је значајно да се та правила доследно, без изузетка спроводе и да то сви знају.

На жалост, дешава се да својим понашањем навијачи и/или родитељи прекрше договоре и правила, угрозе јавни ред и мир и наруше регуларност такмичења. Тада би требало позвати органе задужене за чување реда и мира да интервенишу.

Да би деловали превентивно и предупредили неке неприхватљиве захтеве и понашања родитеља, тренер уз подршку својих сарадника може да одржи “родитељски састанак” на коме ће предочити правила која ће се примењивати (на пример: родитељи не присуствују тренингу, не мешају се у састав екипе и позицију свог детета у екипи итд.). Важно је да се унапред координатор и тренер договоре око тих правила и без изузетка их поштују. Такав заједнички приступ може да донесе добробит, јер сведочи о тимском раду и узајамној подршци и никако није знак било чије некомпетентности. Тиме се шаље порука да су правила и њихово поштовање важни и да тај приступ заступају и тренери и организатори ПЛАЗМА СИМ.

СИТУАЦИЈА 2

Дошло је до физичког обрачуна, туче, гурања, цимања, ружних речи и псовки међу децом-играчима /такмичарима.

Када дође до овакве ситуације, обавеза свакога је да одмах реагује и заустави насиље, прекине тучу, гурање, вербалне увреде.

Том приликом тренери не смеју сами да користе силу (некога ударе), вређају, користе непримерене речи и свакако би, уколико је потребно, требало да потраже помоћ других.

Да би били ефикасни, морају да знају шта да ураде, дакле да разумеју и добро знају који су кораци у интервенцији, односно поступању када се насиље догоди.

Да би тренери знали шта да ураде, наводимо кораке које би требало поштовати и спровести.

ПРИКАЗ ОСНОВНИХ КОРАКА ЗА ПОСТУПАЊЕ У СИТУАЦИЈАМА НАСИЉА

Одмах прекинути насилно понашање.
Раздвојити сукобљене стране.
Проверити да ли је неко повређен - уколико јесте, обезбедити хитну медицинску помоћ.
Осигурати да се насиље не понови, прошири, настави - смирити ситуацију.
Обавестити одмах родитеље.
Разговарати са учесницима - без стављања на било чију страну, без осуђивања, етикетирања.
Прикупити и утврдити чињенице.
Предузети, спровести мере у складу са правилима игре и понашања, одмах.
Организовати активности које воде разумевању и промени понашања.
Спровести активности заједно са сарадницима.

ОПИС ПОСТУПАЊА И АКТИВНОСТИ У ОКВИРУ ОСНОВНИХ КОРАКА:

- Одмах прекинути насилно понашање, зауставити га;
- Раздвојити стране које су се укључиле у насиље, како се насиље не би наставило и/или проширило;
- Проверити да ли је неко повређен. Уколико јесте, неопходно је обезбедити стручну медицинску помоћ. Уколико је ту координатор, или неко од сарадника и родитеља, може то да преузме и да позове лекара.
 - Брига о здравственом стању је приоритет;

- **Осигурати да се остали не умешају и насилно понашање прошири.** У оваквим ситуацијама је корисно да буде више оних који конструктивно реагују, како би свако могао прво појединачно да разговара са учесницима туче. Помоћници тренера и координатори ПЛАЗМА СИМ могу да се придруже и помогну смиривању ситуације и укључе у разговор.
- **Посебно је важно да тренер одмах обавести родитеље свих који су укључени у насилно понашање.**
 - » **Приоритет за обавештавање су родитељи повређених! Они морају одмах да сазнају да им је дете повређено, али и где и како је збринуто.**
- ✓ **Кад се учесници конфликта заиста смире, са њима може да се разговара о ономе што се догодило.** Тренеру могу да се придруже и сарадници (помоћни тренер уколико постоји, координатор ПЛАЗМА СИМ). Требало би да воде рачуна о томе да мирно, без упадица и прекидања воде разговор. Свакоме пружити прилику да каже шта је видео. Уколико са децом разговара још неко осим тренера, требало би да буду усклађени, без изношења супротних ставова и различитих мишљења. Стога је важно да имају иста знања и разумевање о томе како се поступа у оваквим ситуацијама.
- ✓ **Разговор може да започне питањем о ономе што се догодило: „Кажите/испричајте шта се догодило“ - прво једни па други.** Инсистирати да говоре без упадања у реч једни другима. Требало би пажљиво слушати шта говоре. Наш задатак није да арбитрирамо, да се одмах постављамо на нечији страну, да судимо ко је крив, већ да допринесемо смиривању; чујемо шта се догодило, стекнемо што тачнију слику и дамо им прилику да се додатно смире. Можемо свима да поновимо оно што смо разумели да се догодило - изнети само чињенице.
- ✓ **Требало би повести рачуна да се одрасли не сукобе утврђујући ко је крив - када се сви смире, доћи ће се до сазнања.**
- ✓ **Корисно је да се деца питају** да ли је било неких других решења за ту ситуацију, која би то решења била, да ли би сад кад на то гледају мирније могли да предложе шта би требало да се уради како се ситуација не би поновила.

- ✓ **Требало би обратити пажњу да се сукоб не понови касније.** Због тога је важно да се са свима разговара док не будемо сигурни да нема више тензије и да могу да наставе да комуницирају без насиља било које врсте.

Они који су учествовали у насилној ситуацији би требало без изузетка да сносе последице због туче и инцидента, у складу са правилима и мерама предвиђеним за таква понашања и са проценом о томе какву је ко имао улогу у тучи.

Посебна пажња би требало да се обрати на оне који су стајали и посматрали и нису се било коме обратили за помоћ или су чак навијали и подржавали оне који су се тукли. Њих не би требало искључити само зато што нису учествовали у тучи.

Требало би имати на уму да је њихова реакција могла да буде конструктивна - овако су и они директно (ако су навијали) или индиректно (ако су ћутали), подржали насиље. То је нешто што би требало да схвате и да се у евентуалној, наредној сличној ситуацији друкчије понашају. Уколико не могу сами да допринесу прекиду и смиривању, требало би да позову неког одраслог ко би то учинио.

» Да би сагледали да морају да промене своје понашање, потребно је у том смислу креирати и спровести неку активност за све који су учествовали у инциденту.

На пример: на следећој утакмици учесници туче воде рачуна о реду; други чланови припреме пример фер понашања на утакмицама и то испричају другима пре почетка тренинга/утакмице; размотре како су све могли да реше проблем и да им о томе испричају пред следећи тренинг /утакмицу и слично. Добро је да се о таквим ситуацијама разговара и да свако има прилику да каже шта мисли.

Ако постоји могућност, екипе могу да се измешају па за наредну утакмицу буду у истом тиму они који су учествовали у тучи, чиме се стављају у ситуацију да сарађују. Коју би активност деца и млади требало да остваре, зависи од различитих фактора, али свакако би те активности требало прилагодити узрасту, примењивати и ако је потребно прилагођавати да би се постигао жељени циљ.

Ово су само неке идеје и примери а свако може да осмисли активност која је примерена деци са којом ради.

Извињење се подразумева, под условом да је стварно и резултат искреног разумевања погрешног понашања, а не само „реда ради“.

Овакве ситуације би требало да буду повод за појачан заједнички рад са децом у вези са самоконтролом, конструктивним решавањем сукоба, начинима „излажења на крај“ са „неправдом“, понашањем и реаговањем у ситуацијама насиља итд, као и за планирање неких превентивних активности у овој области које би довеле до развоја позитивног система вредности.

Драгоцену стручну помоћ могу да пруже и стручни сарадници (психолог и/или педагог) у школама из локалне заједнице, као и ДО СИМ координатори.

Тренер може да се обрати некој од школа у коју иду деца из тиме/екипе коју тренира, оствари сарадњу, договори са директором, психологом или педагогом да се за чланове екипе/ тима и родитеље одржи радионица на неку од ових тема.

Ово може да буде модел сталне сарадње на нивоу локалне заједнице.

Напомена: свака школа у Србији обавезно има Тим за заштиту у коме су, поред директора, и психолог/ педагог, као и наставници. Они, као стручњаци, могу да помогну тренеру, родитељима и екипи у вези са превентивним радом у области заштите од насиља.

ПРИЈАТЕЉ ОД ДЕТИЊСТВА



**ДУНАВ
ОСИГУРАЊЕ**

