

# DECALOGO DEL BUON ATLETA



- 1** Fai di ogni incontro sportivo, qualunque sia la posta in gioco, un momento privilegiato, una festa
- 2** Evita cattiverie, aggressioni, offese; non usare artifici o inganni per ottenere il successo
- 3** Accetta le decisioni degli arbitri
- 4** Resta degno, sia nella vittoria che nella sconfitta
- 5** Vivi il calcio come sport di squadra: le esigenze del gruppo vengono prima delle tue personali
- 6** Coltiva e mantieni vivo il rapporto di amicizia con tutti i compagni di squadra, tenendo un comportamento sempre rispettoso delle persone, della loro cultura, della loro religione
- 7** Rispetta le scelte dell'allenatore, evitando comportamenti disinteressati e di disturbo
- 8** Organizza il tuo tempo e concilia impegni scolastici con quelli calcistici; avvisa con congruo anticipo in caso di assenza/ritardo
- 9** Utilizza correttamente locali ed attrezzature; tieni pulito ed in ordine il tuo abbigliamento sportivo
- 10** Rispetta la tua salute: tempi di riposo e alimentazione corretta (quantità e qualità) sono alla base delle tue prestazioni