

## “Code of Conduct” for ESAA talenter i folkeskolen

Som ESAA udøver indgår du ikke blot i et program, der understøtter og optimerer din egen sportslige og uddannelsesmæssige udvikling. Ved at blive ESAA udøver repræsenterer du også et partnerskab mellem lokale klubber, byens uddannelsesinstitutioner, Team Danmark og DIF og Aarhus Kommune ved fonden Eliteidræt Aarhus.

ESAA søger via nedenstående værdier at skabe de optimale rammer, så du kan udnytte dine sportslige og uddannelsesmæssige ressourcer bedst muligt, og samtidig opnå en balanceret hverdag (sport/life balance).

### ESAA værdier

- Elitesportsudøveren som “det hele menneske”
- Ligeværd mellem uddannelse og sport
- Ansvarlig træning
- Kvalitet

Du har i samarbejde med ESAA hovedansvaret for, at ovenstående værdier kommer til at afspejle din hverdag gennem ESAA “Code of Conduct”. Det betyder, at du som ESAA udøver:

- 1) Altid er forberedt til træning og konkurrence. Melder afbud (i god tid), hvis ikke det er muligt at deltage
- 2) Forsøger altid at forbedre dig og udvikle dit potentiale ved at stille krav og udfordringer til dig selv og dine omgivelser.
- 3) Er bevidst om, at du er “en rollemodel” både på og udenfor sportsarenaen og agerer som et godt eksempel for andre unge sportsudøvere.
- 4) Er ansvarlig for din egen udvikling.
- 5) Er en udøver, der praktiserer din sport med etisk ansvarlighed angående bl.a. antidoping og betting
- 6) Accepterer, at du er ambassadør for sporten, din klub og ESAA
- 7) Accepterer ESAA regler, politikker og procedurer for arrangementer og konkurrencer, hvori du deltager

## Hvad er ESAA Code of Conduct

- **ESAA Code of Conduct** er nogle retningslinjer for ansvarlighed og god praksis for udøvere og organisationen. ESAA Code of Conduct er et dokument, som konkret beskriver, hvilke krav vi stiller til os selv, vores udøvere og samarbejdspartnere vedrørende sportslige, sociale og etiske forhold.
- **ESAA Code of Conduct** skal ses som et redskab udøveren kan bruge til at forcere de forhindringer denne møder på vejen mod en elitekarriere.
- **ESAA Code of Conduct** er et redskab, der skal bidrage til, at både ESAA og udøveren får det optimale ud af samarbejdet. Derfor kan begge parter bruge dette dokument som en ledetråd i forhold opretholdelse af kvaliteten af ESAA's værdier.

## Fra "Code of Conduct" på papir til virkeligheden

ESAA "Code of Conduct" er udtryk for, at vi ønske at skabe en elitesportskultur, hvor ambitioner og adfærd matches. Hvis det alene bliver et stykke papir, er det ikke værdifuldt – men bliver det en guide og et arbejdsredskab, der bidrager til at øge kvaliteten i talentudviklingen, bliver det brugbart.

Vi har nedenfor listet nogle forventninger op til udøver, forældre, klub og uddannelsesinstitution, som kan være med til at sætter rammerne for ESAA "Code of Conduct". Forventningerne skal ses som en uddybning af ESAA "Code of Conduct"

### Forventninger til ESAA udøvere:

De generelle forventninger er listet i punkt 1-7 foran, derudover forventes følgende:

### Skader og overbelastninger

- Som ESAA udøver er man ikke fritaget fra morgentræning ved overbelastning og skader. Det forventes, at udøveren møder omklædt, og at denne træner i det omfang, det er muligt. Planlægningen og udførelsen af et individuelt genoptræningsforløb forventes tilrettelagt af udøverens træner i samarbejde med enten klubbens eller ESAA's fysioterapeuter.

### Kost, tobak og alkohol

- Som ESAA udøver skal man sigte imod at give kroppen de bedste muligheder for at fungere optimalt i dagligdagen, hvilket også indebærer timingen og indholdet af den kost og ernæring som indtages i løbet af dagen. Udøveren har selv det overordnede

ansvar for dette, men kan søge hjælp til optimering af dette via de kurser ESAA tilbyder i løbet af året samt via vejledning gennem de tilknyttede kost- og ernæringskonsulenter.

- Som ESAA udøver forventes det, at du er ikke-ryger.
- Som ESAA udøver forventes det, at du ikke indtager alkohol.

### **Forventninger til ESAA forældre**

- Forældre til en ESAA udøver forventes, at støtte udøveren i dennes beslutning om at dyrke sport på eliteplan i kombination med en uddannelse, og sikre at udøveren matcher **ESAA Code of Conduct**.
- ESAA forældre spiller en væsentlige rolle for udøverens succes i den fremtidige karriere. ESAA forældre forventes derfor at være ligeså seriøse og positivt indstillet på forløbet, som udøveren er.
- ESAA forældre bør især støtte udøveren i perioder, hvor motivationen mangler eller i situationer hvor udøveren er udelukket fra træning pga. skader eller overbelastninger.
- ESAA forældre forventes at medvirke til et højt informations- og kommunikationsniveau mellem udøveren, ESAA, klubben/træner samt skole/lærer.
- ESAA forældre har en vigtig rolle i forhold til at skabe en personlig eliteidentitet hos udøveren. De bør hjælpe udøveren med at opbygge sunde vaner i forhold til bl.a. kost, søvn, restitution, ryge- og alkoholadfærd i forbindelse med sport og skole (ESAA tilbyder en række kurser og foredrag til inspiration).

### **Forventninger til ESAA uddannelsesinstitution**

- Uddannelsesinstitutionen opstiller en ramme, der giver mulighed for en balanceret hverdag, således at der prioriteres både sport på eliteplan og uddannelse i den unges hverdag. Uddannelsesinstitutionen udpeger en ESAA koordinator, der sammen med ledelsen indgår i tæt samarbejde med ESAA, og som har til opgave at skabe et tæt samarbejde mellem institutionen, klub, trænere, elev og forældre. Herunder medvirker til en optimal kommunikation mellem partnerne. Uddannelsesinstitutionen indgår i et samarbejde med ESAA om, at kunne tilbyde eleverne relevante kursusforløb inden for bl.a. kost og ernæring, mentaltræning, skadesforebyggende træning.

## Forventninger til klubben/forbund

- ESAA samarbejdsclubber og –forbund forventes at prioritere og fremme ligeværd mellem sport og uddannelse. Således skal klubben hjælpe udøveren med at prioritere og tilrettelægge sin træningsplan, så der sikres sport/life balance for udøveren.
- ESAA samarbejdspartnere, der har fast morgentræning, udpeger en ESAA disciplinkoordinator, som er bindeled mellem klub, forbund, ESAA, skole og udøver. Koordinatorens rolle er bl.a. at medvirke til et højt informationsniveau, og deltager derfor løbende i møder med ESAA.
- Samarbejdsclubben/-forbundet sørger for morgentræning med højt kvalificerede trænere. Denne træning tilrettelægges ansvarligt med fokus på individuel træning.
- I forbindelse med optagelse af udøvere på ESAA skal samarbejdsclubben komme med en sportslig motivation for optagelsen. Samarbejdsclubben indgår desuden i et sportsfagligt udvalg, der sammen med ESAA sportsligt vurderer de indkomne ansøgninger.

## Brud på ESAA Code of Conduct

- En ESAA udøver er en 24 timers udøver. Det er ikke kun under træning og konkurrence, at **ESAA Code of Conduct** forventes at blive respekteret og overholdt. I tilfælde hvor skolen forsømmes eller eleven udviser en opførsel i skolen, der ikke modsvarer **ESAA Code of Conduct**, kan det få indflydelse på udøverens fortsatte deltagelse i ESAA-træningen.
- I tilfælde hvor retningslinjerne i **ESAA Code of Conduct** gentagende gange overskrides af udøveren, vil dokumentet ligge til grund for en samtale mellem udøveren, klubtræneren samt ESAA træneren.
- Ved gentagende grove brud på **ESAA Code of Conduct**, vil dokumentet bruges som udgangspunkt for en vurdering af udøverens videre deltagelse i ESAA´s sportslige tilbud, her inddrages forældre også.

## Tilbage melding på ESAA Code of Conduct via Facebook

ESAA forventer, at alle ESAA udøvere tilkendegiver deres tilsagn til dette "Code of Conduct" via facebook. Sådan gør du:

- 1) Log på facebook
- 2) Skriv **ESAA "code of conduct" for ESAA talenter 2011/12** i søgefeltet
- 3) Klik "I like"/"synes godt om" til "ESAA Code of Conduct".
- 4) Søg efter **ESAA - Elite Sport Akademi Aarhus** -> klik "I like"/"synes godt om"

Ved at "like" ESAA´s facebook side, får udøveren vigtig information om kurser, information samt mulighed for at kommunikere med andre ESAA udøvere.

Forældre, lærere, klubtrænere og alle andre må også tilkendegive deres "I like" til "ESAA Code of Conduct".