



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



DECÀLEG ESPORTS INDIVIDUALS: TÈCNICS

- 1.** Definiu clarament els valors i actituds que voleu transmetre i que el nen o nena adopti.
- 2.** Eduqueu els hàbits de salut i d'higiene que han d'acompanyar el desenvolupament de la pràctica esportiva.
- 3.** Sigueu un exemple de conducta i actitud a seguir pels nens, ja que la vostra influència en ells és molt important.
- 4.** Sigueu coherents, les vostres accions i les vostres paraules han de coincidir.
- 5.** Busqueu moments per a mostrar la vostra aprovació i recolzament tant als nens com als familiars que els acompanyen.
- 6.** Mostreu un cert grau de flexibilitat a l' hora de resoldre els conflictes que sorgeixin.
- 7.** Controleu les vostres reaccions davant els errors o els encerts dels nens i nenes.
- 8.** Establiu espais i moments per a reunir-vos amb els pares i mares, ja sigui de manera informal o amb reunions ja concretades durant la temporada.
- 9.** Demaneu el compromís i implicació en el vostre projecte formatiu i amb els objectius que us heu marcat.
- 10.** Resoleu i informeu sobre els dubtes que sorgeixin respecte la vostra activitat.