

# 10 Spielregeln

**Ich verpflichte mich, alles mir mögliche zu tun, dass niemand den mir anvertrauten Menschen Gewalt antut und der Sport ein geschützter Raum für alle ist. Ich bin nicht alleine. Ich kann jederzeit Hilfe im Team, beim Sportbund / der Sportjugend oder bei Fachkräften holen.**



## 1 Ich achte auf körperliche Unversehrtheit

Ich weiß, dass Gewalt im Sport keinen Platz hat. Ich akzeptiere ein „Nein“, setze niemanden unter Druck und zwingt niemanden, etwas zu tun, was er oder sie nicht möchte. Ich beziehe gegen jegliches gewalttätiges, diskriminierendes und sexistisches Verhalten aktiv Stellung. (UN-KINDERRECHTSKONVENTION Art. 19)

1



## 2 Ich behandle alle gleich

Herkunft, Hautfarbe, Religion, Sprache, Geschlecht oder Behinderung spielen für mich keine Rolle – jeder ist gleich wertvoll und willkommen. (UN-KRK Art. 2)

2

**Alle haben das Recht, respektvoll und freundlich behandelt zu werden. Niemand wird von mir gedemütigt oder verletzt.**

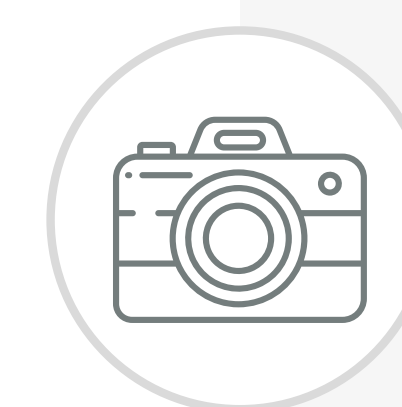


## 3 Ich höre zu

Ich teile meine Wünsche offen, nehme die Ansichten anderer ernst und respektiere persönliche Grenzen. (UN-KRK Art. 12)

3

**Ich übe keinen Druck aus und überrede niemanden, Dinge zu tun, die er oder sie nicht will.**



## 4 Ich achte die Privatsphäre anderer

Ich gehe verantwortungsvoll mit Nähe und Distanz um, wahre die Intimsphäre und die persönlichen Grenzen der jungen Menschen. (UN-KRK Art. 16)

4

**Fotografieren oder Filmen ist ohne Zustimmung untersagt, insbesondere in Schlaf- und Waschräumen, Zelten und Umkleidekabinen.**



## 5 Ich achte auf die Gesundheit

Ich handle stets respektvoll und vermeide alles, was die persönliche Entwicklung oder das Wohlbefinden gefährdet. Überforderung und zu viel Druck haben keinen Platz. (UN-KRK Art. 24)

5

**Ich achte auf körperliche und mentale Gesundheit und informiere mich über mögliche Vorerkrankungen, um im Notfall handlungsfähig zu sein. Gesundheit steht an oberster Stelle.**

# 10 Spielregeln

## Ich fördere Fähigkeiten



Ich unterstütze junge Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und stärke sie darin, ihre Rechte wahrzunehmen.  
(UN-KRK Art. 29)

6

**Ich lasse zu, dass alle anderen ihre Gefühle und Wünsche frei äußern können.**

## Ich achte auf Spaß und Pausen



Ich sehe Sport nicht nur als Leistung, sondern auch als Freude, Erholung und Kreativität. Ich respektiere, dass jeder seine Freizeit nach eigenen Bedürfnissen gestalten darf.  
(UN-KRK Art. 31)

7

**Ich habe Spaß am Sport und baue auch Zeit zum Spielen, Erholen und Kreativ-Sein ein.**

## Ich achte auf sauberen Sport



Ich halte mich an Regeln, verzichte auf Manipulation, Doping und Mobbing und stelle das Miteinander über den Wettbewerb.  
(UN-KRK Art. 33)

8

**Ich bin mir meiner Vorbildfunktion und pädagogischen Verantwortung bewusst.**

## Ich achte die Selbstbestimmung



Ich verzichte auf Mutproben oder Rituale, die andere bloßstellen oder demütigen, und behandle andere so, wie ich selbst behandelt werden möchte.  
(UN-KRK Art. 36)

9

**Ich unterstütze andere, wenn sie gerade nicht in der Lage sind, sich selbst zu helfen.**

## Ich hole Hilfe



Ich informiere, wenn ich Verletzungen oder Ausgrenzungen bemerke und suche Hilfe – zum Schutz aller. Ich dokumentiere den Vorfall nach internen Vorgaben und informiere sofort die BSB-Ansprechperson.  
(UN-KRK Art. 39)

10

**BSB-Ansprechperson  
Schutz vor Gewalt  
0761 152 46-37**

Durch meine Unterschrift stimme ich den zehn Spielregeln zu.

--	--	--	--

**Vorname / Nachname**

**Datum / Ort**

**Unterschrift**