

UNIVERSITETI I PRISHTINËS  
FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT



***FairPlay***

**Në Sport**

Prof.Ass.Dr.Bahri Gjinovci

## Çka është lojë e ndershme? --(Çka është fer-plej )

Ndershmeri do të thotë rrespektimi dhe aplikimi i rregulave, të heqë dorë nga avantazhi i fituar padrejtë, që të kenë mundësi të barabarta, veprim i vëmendshëm, respektojmë kundërshtarin (rivalin) tonë. Sjellja fer-ndershm si normë sportive dhe një normë morale sot është e kërcënuar jo vetëm në sport, por edhe në sferat tjera të shoqërisë. Në të njëjtën kohë rregullat e ndershme-fer mund të jetë pikë referimi për sjelljen e mundshme në një botë të plotë të shpirtit konkurrues.



**Dhjetë Parimet e edukimit per një lojë të ndershme.**

1. Fair play është një shprehje e sjellje njerëzore, e cila është reflektuar në sjellje të vëmendëshme ndaj vetes, ndaj të tjerëve, por edhe me mjedisin. Fair plej gjendet në sport, por edhe në fusha të tjera të jetës.



2. Fair play është baza e cilësisë së sjelljes në marrëdhëniet njerëzore dhe në marrëdhëniet e njerëzve në mjedisin e tyre. Ankesa, ndalimet ose gjokat nuk janë burime të plota, ata nuk ndikojnë në të gjitha situatat dhe nuk punojnë në mënyrë të përhershme. është e nevojshme për të zgjedhur metoda që janë më të efektshme.



3. Për një sjellje të ndershme-fer është e nevojshme për të përmbushur disa parakushte si; Maturin, ndershmërin, vetë -besimin, të dinë se si të sjellen me humbjen si dhe ndjeshmërin, janë parakushte që janë të nevojshme ti zbatojm dhe ti mbshsim në jetë. Mësimi moral do të thotë punë e vazhdueshme në zhvillimin e personaliteteve të tyre. Sjellja e ndershme-fer nuk mund të mësohet si lëndë shkollore, por sjellja e ndershme mund të perjetohet-përvetsohet nga ana e të tjerëve me pervojë dhe të mësohet nga ata.

4. Këto aftësi të nxënësit mund të shohin në klasë në të cilën nuk ka armiqësi midis nxënësve, ku mbizotron harmonia dhe të kuptuarit në mes tyre.

5. Parimet e suksesit që janë shënuar gjatë garave, të fitoret apo humbjet duhet të evitohet ashpërsia. Ne duhet të promovojmë punën në grup, për të zhvilluar ndjenjat për një lojë kualitative të cilat ngacmojnë ndjenjat e lojtarëve.

6. Nuk është e rëndësishme vetëm atë që ne bëjmë, por edhe në çfarë mënyre e bëjmë atë.

7. Në mësimdhënsi duhet të jemi model para të rinjve - jo me fjalë tona, por me punën tonë që e bëjmë dhe mënyrën se si ne sillemi me nxënës dhe si ti zgjidhim mosmarrveshtjet nëse ka tek ta. Kjo është ajo që neve na bënë pedagog të mirë.



8. Ndikimi moral kërkon pavarësinë dhe ndjenjën e përgjegjësisë. Për të zhvilluar këto aftësi, ata duhet të krijojnë kushte për këtë, për shembull - për tu ofruar nxënësve mundësinë për të marrë pjesë në përgatitjen e mësimin ose në bërjen e rregullave formale dhe jo formale në shkollë.

9. Gatishmëria dhe aftësia për zgjidhjen e konflikteve duhet të transferohen dhe të inkurajohen më herët. Konfliktet nuk duhet të gjykojnë vetëm negativisht, ato

duhet të paraqesin veten si mundësinë që situata mund të ndryshojë ose të zhvillohet në një mënyrë pozitive, por edhe si një sfidë për të punuar më tej në temën e lojës së ndershme dhe sjellje të drejtë .

10. Objektivi-qellimi i fer plejit gjatë një aktiviteti sportiv është mirë që referi të kët sa ma pak angazhim.Referi duhet të jetë i sinqert-real me secilin prej tyre.

[Shoqata Olimpik canadian1989; aus: Schë eizerischer Verband Olympischer në dispozicion në lidhje me der deutschen Gesellschaft olympische (Hg.): Erziehung zu mehr Fairplay. Anregungen zoom sozialen Lernen - im Sport, aber nicht nur dort! Bern 1998]

#### **Artikujtë tjerë mbi temën e "Fair Play":**

- ▶ A ka ndonji chansë sjellja e ndershme-fer plej.
- ▶ Njëmbëdhjetë rregulla për lojë të ndershme
- ▶ Jo fer-jo ndershem! Nëntë shkallet në rrugënë konflikt të përgjakshëm
- ▶ Fer sjellja fillon me zgjedhjen e pajisjeve

### **PLAY FAIR: ORIGJINA E TERMIT DHE KUPTIMI I TIJ NË SPORT DHE SHOQËRI**

**Roland RENSON;** Fakulteti i Kinesiologji dhe Rehabilitimit Shkencave

Fair plej është i njohur në mbarë botën si koncept i kuptueshem, i cili origjinën e tij e ka nga sporti. Fair plej nuk është vetëm një element thelbësor i sportit, por është bërë edhe një filozofi shumë e përgjithshme e respektit për të tjerët dhe të respektimit të rregullave, si në fushën e sportit dhe në punë apo sipërmarrje të tjera konkurruese.

Ky kerkim shqyrton origjinën dhe nocionin e lojës së ndershme dhe e lidh atë me origjinën e sportit modern në Britani të Madhe. Format tradicionale të lojrave dhe aktiviteteve rekreative në Britani shpesh janë të lidhura me kalendarin e kishës dhe kishin karakter shumë ritual. Rregullat ishin shumë të ndryshme nga vendi në vend. Lojrat e tilla tradicionale ishin shpesh kaotike dhe të dhunshme, e kundërshtonin garuesit që ishin nga fshatrat fqinje dhe qytete ose nga pjesë të ndryshme të qytetit.

Në të kundërtën, sportet moderne karakterizohen nga një qasje më racionale dhe të rregullta. Është pranuar përgjithësisht se sporti modern është projektuar në gjykatat e shkollave private britanike gjatë shekujve 18 dhe 19.

Fair play është krijuar në Britani të Madhe, si pjesë e karakterit të ri sportiv. Për këtë arsye, ajo është eksportuar në kontinentin evropian dhe më vonë në tërë botën. Gjenerata e parë e fanatikëve sportiv evropian, siç ishte Pierre de Coubertin i Francës, ishte i hipnotizuar nga kjo mënyrë e jetesës së re sportive, të cilat janë perceptuar si një formë e re praktike dhe aplikuar si:

#### Zhvillim i sportit modern

Historianët sportiv, të till si Manfred Lammer, Ingomar Eeiler, David Young dhe disa të tjerë kanë shkatërruar mitin se grekët e lashtë e kanë shpikur lojën e ndershme fer-plejn në bazë të argumenteve të dhëna nga ana e tyre.

Bastet kanë luajtur një rol të madh në transformimin e sportit dhe konkurrencës në sport dhe në zhvillimin e drejtësisë sportive në Angli.

-Shtatë karakteristikat themelore të sportit modern, sipas Allen Guttmann janë : sekularizmi, barazia, specializimi, racionalizimi, burokracia, sasisë dhe regjistrimin- (evidentimin). Parimi i barazisë do të thotë se të gjithë, teorikisht, duhet të jetë në gjendje të barabart për të konkurruar, dhe kushtet e konkurrencës duhet të jenë të barabarta për të gjithë pjesëmarrësit.

Rregullat, duke përfshirë edhe ato të cilat sigurojnë drejtësi që parashikojnë, shanse të barabarta për të fituar të gjithë konkurrentët, janë bërë të rrepta. Rregullat janë bërë më të sakta, dhe monitorimi tyre në mënyrë më efikase.

Autori britanik Peter McIntosh nga fushat e edukimit fizik, ishte i shqetësuar në lidhje me qështjën serioze në edukimin moral në sport dhe humbjen e shpirtit amator dhe frymën e lojës së ndershme në sport. Lëvizja amatore, sport për të gjithë përbente demokratizimin e aktivitetit fizik për të dy gjinitë për të gjitha moshat dhe të gjitha shtresat shoqërore. Sporti modern u krijuar në Britani si produkt kulturor modern, duke e theksuar barazin dhe konkurrencën, ku fer plej ishte një bindje morale e një etike të re sportive. Disa autor janë më pak optimist në dukjen dhe etikën e lojës së ndershme në mjedisin arsimor dhe një udhëzim të drejtë moral, ndoshta edhe në kontekstin e sportit rekreativ.

Disa janë shumë ma pak optimist në etikën e lojën së ndershme, fer plej në garat gjysëm profesionale në mjediset sportive në të cilat fitoret dhe humbjet shifen vetën nga një këndvështrim ekonomik.

Qeverisja e të drejtave dhe detyrave profesionale në aspektin e ligjit duhet ti udhëheqin (qeverisin) sportistet profesional, duke garantuar kështu karakterin ligjor dhe etiken profesionale. Tashmë ka kaluar një kohë e gjatë ku sporti nuk mirret mjaftushëm seriozisht.

Ruajtja e vlerave morale të fer plejt në sport gjithnjë e ma shumë do të ballafaqohen me sfida serioze qeshtje të vështira që kërkojnë përgjigje.

Fer plej është një nga kontributet më të rëndësishme që sporti ka dhënë etikën moderne.

Pa fer plej sporti dhe aktivitetet sportive do të kishin për qëllim për të ardh deri të fitorja me cdo kusht që do të thotë „ një lloj lufte pa plumba”.



## **Fair play në sport**

Morali në sport është manifestuar në lojë të ndershme dhe të drejtë. Fer Plej ka në thelb respektimin e rregullave, respektin për gjyqtarët dhe respekt për kundërshtarët. Fer plej nuk parashef që atletet (sportistet) të shërbehën me mjete jo adekuate të pa lejshme sikur të ishin në luftë në mes vete. Ti referohet kundërshtarit (rivalit) me respekt të plot dhe të barabartë. Kur ju dilni fitues, mos e fyeri rivalin, dhe kur të humbësh të dish që ta ruash dinjitetin tend dhe kundërshtarit (rivalit) sportiv ti shprehesh mirënjohje të sinqertë.

Marëdhënjet ndërnjerzore në sport çdo her të vehenë nën kontrollë. Rrallë mund të kontrollohet vlera morale si dhe marëdhënjet në mes të njerzve gjatë zhvillimit të garave sportive. Fakti është se në fushën sportive kemi ngritje dhe rënje të individit (sportistit) dhe ekipës apo (grupit). Pasi që garat sportive përcillen me emocione të larta, tek garuesit është vështirë për të gjykuar objektivisht pasi që sportistet reagojnë në mënyrë afekti gjatë takimit sportiv. Sportistet nuk guxojnë çdo herë të sillen ashtu siq kërkon publiku, por me veprimet dhe me sielljen e tyre të krijojnë tek publiku kritere humane në vlersimin e veprimeve njerzore.

Sportisti duhet të kujdeset për kundërshtarët e tij, sepse ai kishte nevojë të peshoj forcat me te, dhe ai ka nevojë për shikuesin për të vlersuar arritjet e tij (saj) sportive. Midis sportistit dhe spektatorit duhet të jetë të kuptuarit e sinqert, sepse e vetmja mënyrë e një sportisti mund ti kapërcej momentet e dopsive, për të realizuar atë që është konsideruar e pa realizueshme. Nuk ka asgjë më të këndshme dhe ma njerzore se sa kur atleti (sportisti) për një përpjekje të dështuar në fushën e sportit merr duartrokitje të spektatorve dhe përkrahje për përpjekje të mëtejshme.

Çdo sportist ka dëshirë që të jetë më i suksesshëm se rivali. Për të arritur një qëllim të till shpesh sportisti përdor mjete jo të ndershme, të cilat përfshijn mjetet e pa lejshme me të drejtat sportive dhe normat morale.

Sporti është një „pasqyrë e shoqërisë”. Ajo që po ndodh në sport është një reflektim i asaj që po ndodh në shoqëri.

Disa shembuj të lojës së ndershme në vepër:

Ngjarja e pa zakont është shenuar në ligën Meksikane në mes ekipeve PAQURE DHE ESTUDIANTËS 3:0, kur trajneri i Estudiantes urdhëroi lojtaret e tij, që me qellim të humbin një penallti, pasi të zgjedhurit e tij nuk e kanë fituar më mënyrë të ndershme (fer-play) që është prekur drejt për drejt në rezultat nga kjo penallti.

Një tjetër ndeshje që do të mbahet në mend gjatë është ndeshja në mes të Ascollit dhe Regjinës ku trajneri vendas për të zbatuar fer plejn-(lojën e ndershme) urdhëroi lojtarët e ekipit të tij që mos të shënojnë golë por tu mundësohet ekipit musafir të shënojnë gol dhe të barazohet rezultati që ishte i pa meritueshëm për ekipin vendas deri në at kohë.

Robi Fauler përpiket për ta bindur një gjygtar se nuk ka pas nderhyrje të pa lejshme ndaj tij që është akorduar penallti. Referi nuk e ka ndërruar vendimin, por lojtari ka egzekutuar penallti vetëm formalisht dhe nuk shënon gol. Më në fund, ai tha se nuk e ka humbur me qellim por nuk mundi ta realizoj penalltin, për shkak se kjo do të ishte diçka e keqe ta humbesh me qëllim penalltin. Fauler për këtë gjest fitoj shpërblim nga FIFA, për fat të keq shembuj të lojës së ndershme ka shumë pak, por edhe këta pak shembuj që ndodheshin kishin një ndikim pozitiv jo vetëm tek të rriturit por edhe tek të rinjtë (fëmijët).

Sportistët e rinjë filluan të kenë idolet e tyre nëpër sporte. Bënin imitim të tyre ku është desht të nderhyjnë trajnerët e tyre nëpër shkollë që ti largojnë këto sjellje. Një nga funksionet e rëndësishme të sportit është të ushqej dhe të zhvillojë miqësinë mes atletëve, (sportistëve). Specifika e sportit është që sportistët gjatë ushtrimeve me ngarkesa bukur të larta për të kryer trajnimet e tyre, ne duhet të kemi parasysh që ngarkesat gjatë ushtrimeve të përshtaten moshës, gjinis dhe aftësive paraprake që posedon sportisti, konkurrenca në mes tyre duhet të jetë fer dhe e ndershme.

Sportistët e një ekipi ndajnë së bashku gëzimin apo hidhërimin pas fitores apo humbjes. Ata mbështetën njëri tek tjetri gjatë kohës së përgaditjeve, udhetimeve, garave nëpër turnire të ngajshme.

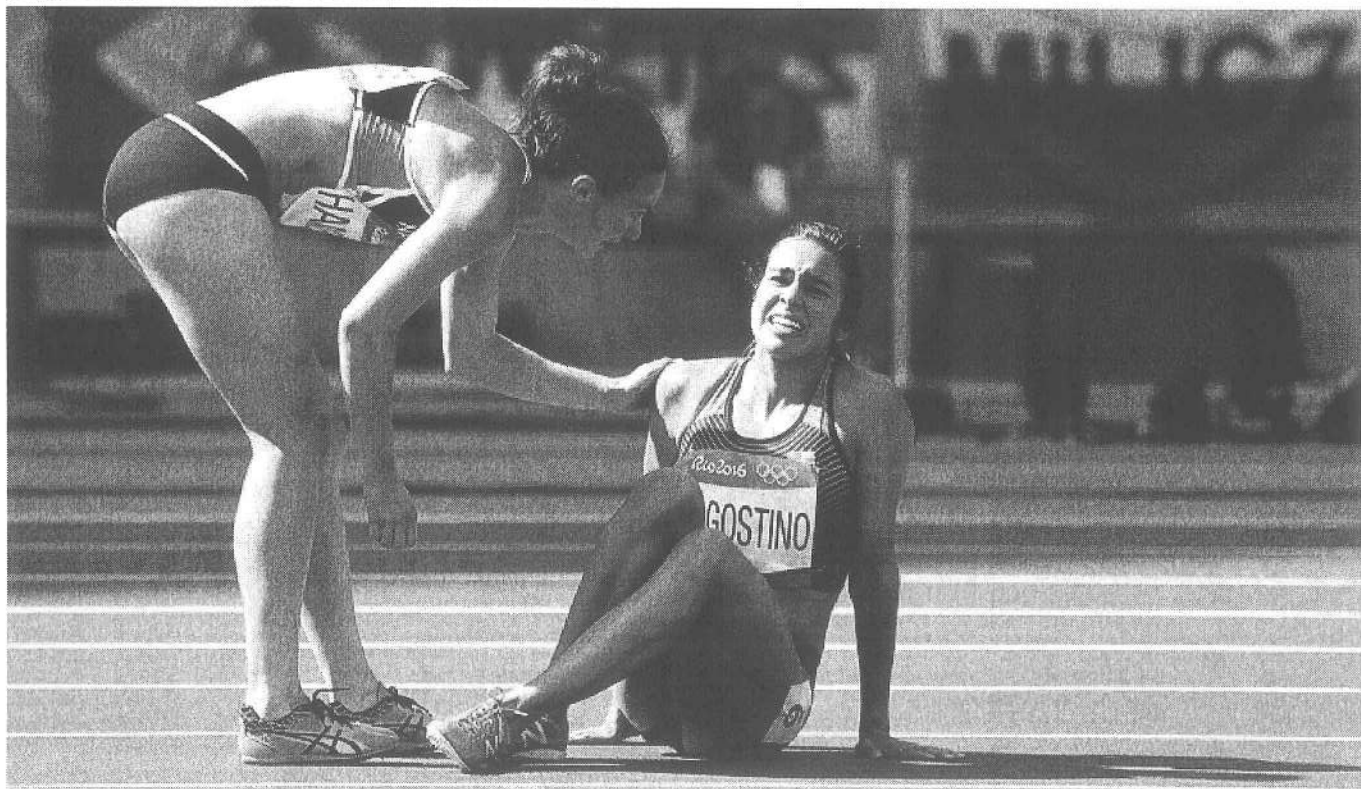
Ata takohen dhe bisedojnë, ta ndihmojnë njëri tjetrin, shpesh bisedojnë edhe për problemet personale, në këtë mënyrë bëhen miq të mirë.

Megjithse, dallimet ne fe, racë, etni, tek femijt ishin në të shumten e rasteve shkaktar i keqkuptimeve, debateve dhe konflikteve. Për këtë shkak gjeneratat e reja të sportistëve të mësojnë dhe edukohen në atë mënyrë, ku bashkjetesa, dhe bashkpunimi duhet të respektohet edhe nga të tjetër pavarësisht nga feja e tyre, racës, përkatsis etnike dhe gjinisë.

Në komunitetet multietnike, të cilat zakonisht dallonin në besim, kjo është një detyrë shumë serioze, për shkak të respektit dhe tolerancës varen edhe mardhenjet e përgjithshme ndërmjet njerzve të cilet punojn së bashku, shoqrohen në shkollë, në punë, në sport dhe forma tjera të jetës.

Sporti ofron mundësi të jashtzakonshme për bashkjetës, pa marr parasysh këto dallime , sepse në thelb ekipet sportive që kanë një qellim të përbashket të gjitha këto dallimë zhduken. Pjesmarrja shumë vjeqare në sport u ka mundësuar gjeneratave të sportistve, të mësojnë dhe zhvillojnë vlerat pozitive, tolerancës dhe respektit të ndërsjellt.

Egzistojn shembuj të shumt të sportistëve të rinjë të cilat më vonë janë bërë sportiest kulmor,të cilët edhe më tutje kanë mbajtur numër të madhë të shokve me prejardhje të ndryshme etnike dhe fetare.



## ÇKA ËSHTE FER

Fer do të thotë respektimi i përgjigjësive të rregullave, të hiqet dorë nga avansimi i përparsisë së padrejtë, të kenë mundësi të barabarta, sjellje të vëmendëshme, ta respektoni kundërshtarin tuaj në sport, drejtësia nuk është vetëm në sport, por edhe në fushat tjera të shoqërisë.

Parimet e edukimit të drejtë-Fer plej.

Fer-play është një shprehje dhe sjellje njerzore, është pasqyrë e sjelljeve për vetveten, për të tjerët dhe për mjedisin e vet. Fer-plej gjindet në sport por edhe në fusha të tjera të jetës. Fer-plej është baza e sjelljes, e cila në marrëdhënjet njerzore, dhe marrëdhëniet e ndërmjetme ndaj rrethit të tyre.

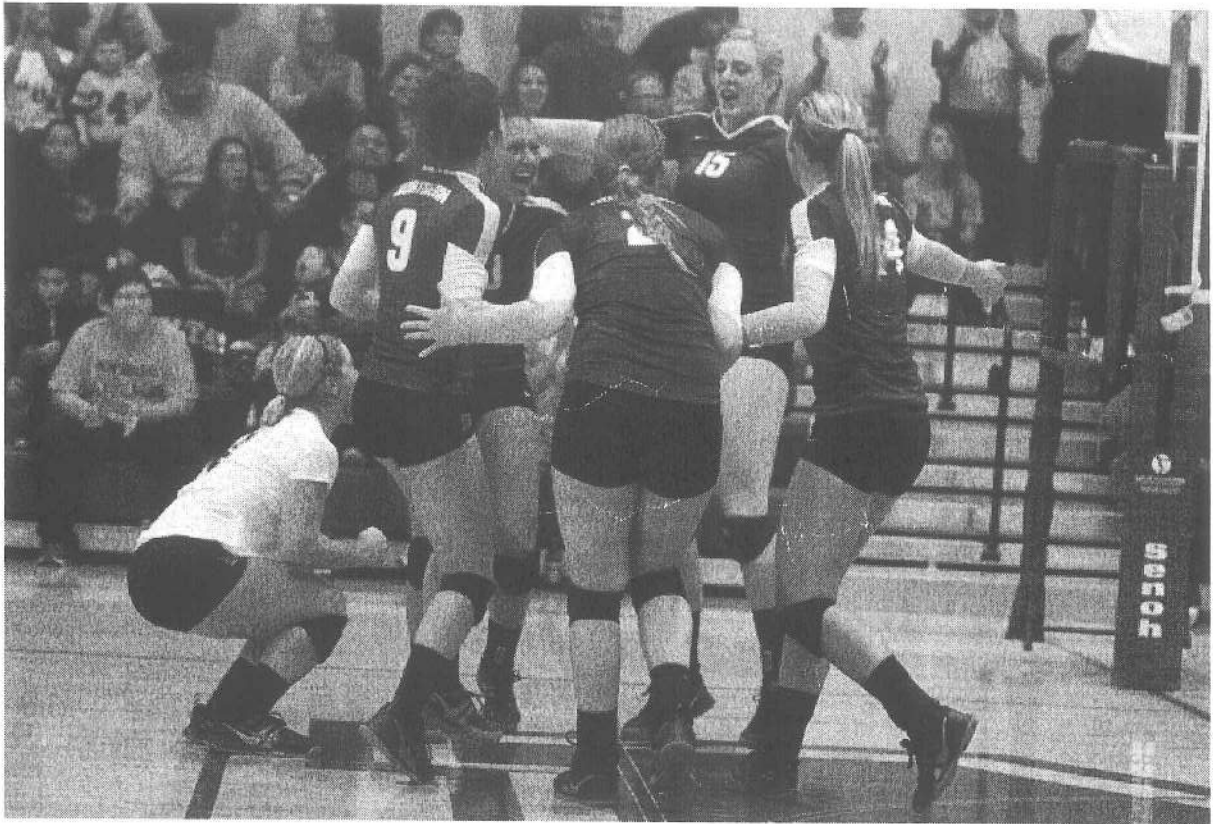
Apelet për ndalime apo denime nuk janë mjete të gjithanshme, ato nuk ndikojnë në mënyrë të përhershme. Është e nevojshme për të zgjedhur metoda që janë më efektive, për një sjellje fer është e nevojshme të përmbushin disa parakushte si:

Maturimi, sinqeritetin, vetbesimin, pranimin e humbjes si dhe ndjeshmëria, janë parakushtet për një sjellje fer – ndershme, e cila duhet të kultivohet.

Mësimi moral është një punë e vazhdueshme në zhvillimin e personaliteteve të tyre. Drejtësia nuk mund të mësohet si lëndë shkollore, por mund të jetë një përvojë nga të tjerët.

Këto aftësi mund të shifin në klasë në të cilën nuk ka armiqësi në mes të nxënësve, ku mbizotëron një atmosferë e mirkuptimit. Parimi i suksesit i cili është shënuar në gara, në fitore apo humbje duhet të privohet nga ashpërsia. Ne duhet të promovojmë punën në grup, të zhvillohet ndjeshmëria për lojë kualitative, që theksojnë ndjenjat e lojtarëve. Nuk është me rëndësi vetëm atë që e bëjmë, por në çfarë mënyre e bëjmë atë.

Objektivi i fer-plejit arsimit të drejtë në lojë duhet të jetë sa më pak i përfshirë gjyqtari. Gjyqtari duhet të jetë në secilin prej nesh, fëmijëve, nxënësve dhe sportistëve.

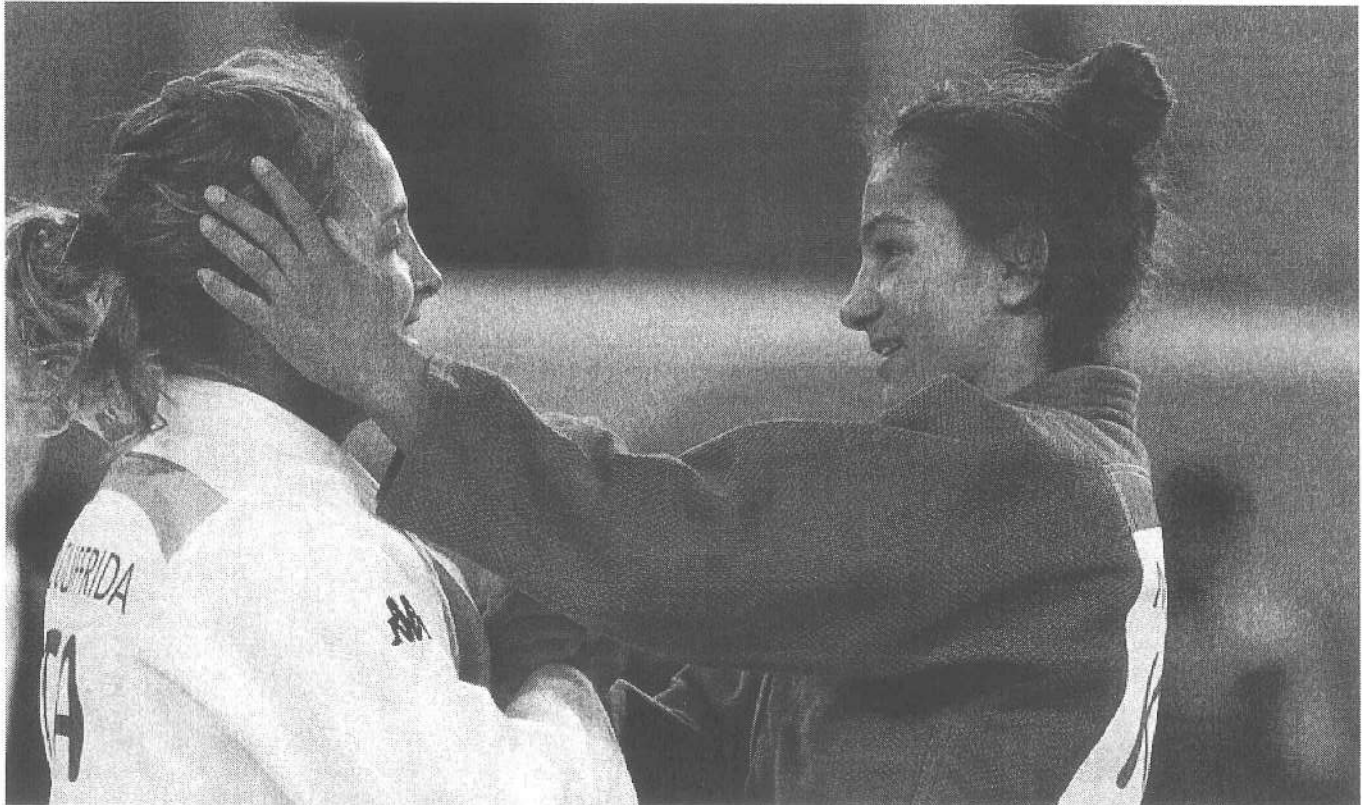


## **KARTA NDERKOMBTARE E FER-PLEJIT**

Dhjetë shembuj të fer-plejt

1. Fer plej është para së gjithash dhe mbi të gjitha, respektim rigoroz të të gjitha rregullave, fer-plej nuk është goditja me qellim apo mashtrimet.
2. Fer-plej është respekti për gjygtarët, prezenca e gjygtarit dhe juris është kritike dhe jo e lehtë për çdo ngjarje sportive, gjygtari ka rol të pakëndshëm .Ai meriton respektin tonë të plotë.
3. Fer-plej është të pranoshë të gjitha vendimet e gjygtarit .
4. Fer-plej është pranimi me dinjitet i kundërshtarit kur ai pëson humbje.

5. Fer-plej është pranimi modest i fitorës ,të mos nënçmojë kundërshtarin (rivalin)
6. Fer-plej është vetëdija për cilësinë e kundërshtarit (rivalit)
7. Fer-plej është një garë me rivalin me të njëjtat kushte duke u mbështetur vetëm në aftësitë që posedojnë.
8. Fer-plej është refuzimi që të mos vij deri te fitorja me goditje dhe mjete të dhunshme.
9. Për referencë fer-plej është të njohësh detalisht të gjitha rregullat dhe zbatimin e tyre në mënyrë të ndershme.
10. Fer-plej është ruajtja e dinjitetit të tyre në të gjitha rrethanat, nuk guxon të humb vet kontrollin, ky është një mohim i dhunës fizike dhe verbale.



## DHJETË URDHËRIMET PËR SPORTISTET

1. Gjithmonë sportisti të jetë i sinqertë.
2. Gjithmonë ta jepni gjithqka nga vetja në gara, edhe nëse fitorja u largohet .
3. Qëndroni të qetë gjatë garës, mos lejoni që të ju ndodh diçka e nxituar (pamenduar mirë).
4. Pavarësisht nga rrethanat në menyrë rigoroze zbatoni rregullat sportive, dhe respektoni rregullat për një jetë të shëndetshme sportive.
5. Vlersoje vlerën e kundërshtarit tuaj dhe uroje fitoren. Mos kërkoni arsyetime për humbjen, mos të jeni të prekur (zhgënjyer)
6. Nëse ju jeni fitues, qëndroni të thjeshtë (modest) dhe vlerësoni përpjekjet e kundërshtarit (rivalit) tuaj gjatë atij takimi.
7. Respektoni referet, personat zyrtar dhe shikuesit.
8. Mos e diskriminoni jetën personale për shkak se ajo është një garanci për një sukses të ardhshëm në shoqëri.
9. Mos harroni se kjo është përgjegjësia e juaj për të mbrojtur parimet e lojës së ndershme (fer-plej) aq më mirë kur ju arrini rezultate të larta, sepse ju do të konsideroheni një i ri, e re ku sjellja e juaj do të shërbejë si shembull.
10. Luftoni –angazhohuni vetëm për sport, dhe gjithnjë mundohuni të jeni edhe më të mirë.



## **-DHJETË URDHËRIMET PËR NJË SPORTIST PROFESIONAL -**

1. Rrespektoni sponzoret tuaj zyrtar, trajneret, shoket në ekip ,dhe gjithë të tjeret që janë të përfshir në aktivitetin tuaj sportiv,dhe bëhu i dashur dhe lojal në bashkpunim me ta .
2. Të binden patronet, tekniket të angazhuar për aktivitetin e juaj sportiv.
3. Ruajeni shoqërinë me ekipin tuaj , gjithashtu me koleget e juaj.
4. Sigurohuni se do të jemi në formë të mire, që është e nevojshme për aktivitetin tuaj sportiv.
5. Të jeni besnikë ndajë kontratës suaj sportive, dhe dispozitat e saj.
6. Rrespektoni rregullat sportive , në veqanti dispozitat që lidhen me veprimtarinë e juaj sportive .
7. Në fushë (teren) respektojeni referin, rivalin dhe publikun, pasi që sjellja juaj mundë të ndikoi në audiencë dhe mundë të japim një shembull për të rinjtë.
8. Arritja e rezultateve ma të mira duhet të dalin nga trajnigu i cili nuk guxon të ndikojë në shëndetin e sportistit profesional .
9. Pranojeni humbjen me qetësi ,në rrugën deri te suksemi keni një numer te shumt pengesash të cilat me anë të aktiviteve sportive mundë të eliminohen .
10. Sportisti profesional duhet të jetë shembull për të gjithë, sjellja e juaj jashta terenit duhet të jetë në kuader të parimeve të jetës profesionale dhe shoqërisht modest .



## DHJETË URDHËRIMET PËR TRAJNERË

1. Mundohuni të imagjinoni që ju jeni përgjegjës për edukimin e sportistave në përputhje me idealet sportive .
2. Mos harroni se ju jeni një shembull i gjallë për të gjithë sportistet të cilet më vonë do të kryejn punën që e keni bër ju.
3. Asnjherë mos e largoni nga mendja që së pari duhet të formoni një personalitet të edukuar,e tek pastaj kampion.
4. Mundohuni që ju të gjithë ta kuptoni se sporti nuk është një objektiv , por një mjet për përmisimin e personalitetit të sportistet ,fëmijës.
5. Mos harroni se njeriu nuk është një makin po një qenje e gjallë , që mendon , ndjen dhe vepronë.
6. Kujdesuni për zhvillimin e aftësive fizike të sportistve , njokosisht për zhvillimin e tijë –saj të aftësive intelektuale.
7. Gjithmonë mësojeni sportistin që në të gjitha rrethanat , në mënyrë rigoroze të respektoi rregullat.
8. Mos harroni se drejtimi i një anshëm në performancë nuk është një shenjë e efikasitetit.
9. Respektoni vendimet dhe rregullat e zyrtarve sportiv, dhe në qofse nuk je në dakort me to.
10. Mundoni ti zbatoni në praktikë ,parimet arsimore të idealve sportive.



## DHJETË URDHËRIMET PËR REFER –(GJYGJTAR-ARBITRA)

- 1.Mundohuni që ju në detale ti dini të gjitha rregullat dhe dispozitat për arbitrash.
- 2.Të jetë i vetëdëshëm për përgaditjen e vet kondicionale, ky është një element me rëndësi për kryrjën e detyrave ashtu di duhet .
- 3.Të jeni të sigurt se sjellja e juaj gjithmonë është në përputhje me parimet e marrjës së vendimit të drejtë.
- 4.Ndaj drejtorve dhe liderve të klubit duhet te keni një qëndrim të fortë dhe dinitoz.
- 5 .Gjatë garave të keni vetkontroll, të jeni këmngulës dhe dinitoz.
- 6 .Beni qortim publik nese ka veprime jo fer plej për të rritur vetbesimin tek ju dhe sportistet .
7. Asnjë herë mos hezitoni për ti nxitur , motivuar dhe informuar koleget e rinjë .
- 8 .Mos kritikoni haptazi punën e kolegve tu, dhe mos lejoni të tjerët të bëjnë një gjë të tillë.
- 9.Gatshëm pranoj këshillat teknike nga palët e treta përshkak se ato kanë rezultuar nga vëzhgimi i punës tuaj dhe mund të kontriboj në trajnimin tuaj teknik.
- 10.Kritika juaj duhet të jetë një arsyeje për të menduar dhe analizuar punën e vetë ,e jo zemrim, paknaqësi dhe kotësi.



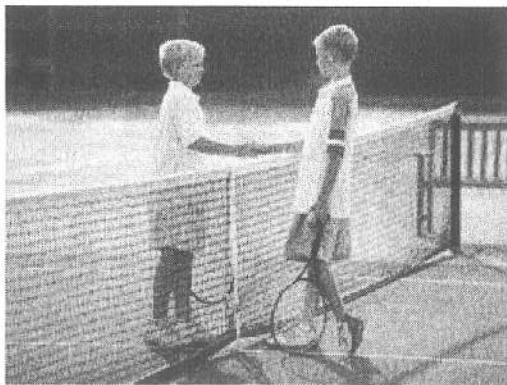
## DHJETË URDHËRIMET PËR SHIKUESIT

1. Mos harro se një ngjarje sportive është një akt shumë i civilizuar .
2. Ideat e ngjarjeve sportive është e një rëndësie të madhe, jo vetëm për sportistet, por edhe për spektatorët .
3. Mos harroni se qëndrimi pozitiv i shikuesve reflektohet tek sportistet që të bëjnë gara të ndershme .
4. Inkurajoni me entuziazmin dhe sinqeritetin ma të madhë, ata sportista dhe ekupe që më të vërtet i admironi, mos lejoni që tek ju të mbizotrojnë sjellja jo e drejt.
5. Të jeni objektiv në pritjen e rezultateve të garave dhe mos harroni edhe sportistat janë njeriz . Rezultatet të cilat ata i arrijn janë të kushtzuara me zakonet fizike dhe psikologjike .
6. Të kemi besim në integritetin e gjyqtarit dhe ta respektojm vendimin e tij.
7. Festoni për fitusin dhe ti pranoni përpjekjet dhe vlerat e humbsit.
8. Respektoni mendimet e ndryshme gjatë një takimi sportiv .
9. Sjellja fer e shikuesit në ngjarjet sportive e rrit suksesin e sajë dhe ia lehtëson punën e organizatorit.
10. Mundohuni që sa ma mirë ti mbron parimet e lojës së ndershme ferp-lej.



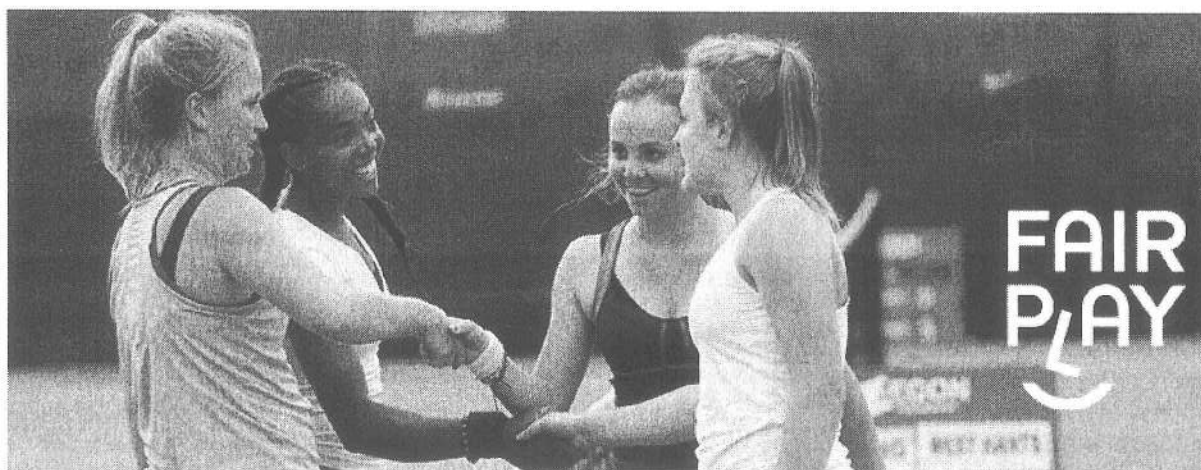
## KOMITETI NDERKOMBËTAR I FER PLEIT PËR TË RINJË

- 1.Fer plej është e vetmja rrugë e imja
- 2.Duhet ti shfrytëzoi aftësit e mija fizike intelektuale e morale gjatë kohës së trajnimit dhe të konkurrencës.
- 3.Duhet respektuar rregullat e shkruara dhe te pa shkruara ne sportë .
- 4.Duhet respektuar rivalet ( kundërshtaret)në të njejtën mënyrë sikur qe kisha dashtë të trajtohem edhe unë .
- 5.Gjatë kohës së garës ,qëllimi imë është ta mundi kundërshtarin (rivalin)por jo ta nënqmoj (fyej) atë .
- 6.Duhet ti dijshe dhe ti pranosh aftësit dhe vendimet e gjygtarit(referit)
- 7.Duhet të pranoi në mënyrë të sinqert si fitoren gjithashtu dhe humbjen.
- 8.Falenderimi im ma i madh është drejtuar kah prinderit e mi,mësusve dhe trajnerve pa të cilet nuk kasha mundë ti arrij këto rezultate ku jamë tashë.
- 9.Unë jame i gatshëm ti ndimoj dikujt nese kjo është e nevojshme ,edhe pse rrezikoi vetën për të qenë fitues.
- 10.Do ta përfaqsoi atëdheun timë me krenari dhe ndershmëri të madhe .
- 11.Kisha dasht të jemë shembull i të rinjëve në atdheun timë me sportin qe mirrem.



## PARIMET NË SPORT PËR NJË LOJË TË NDERSHME (FER-PLEJ) TEK SPORTISTET

1. Gjithënjë luajn sipas rregullave .
2. Përpiqem në përputhje me forcen time për të dhënë mundësit ma të mira.
3. Unë i respektoj vendimet e referit .
4. I largohem grindëjeve dhe përleshjeve.
5. Lavdëroi lëvizjet e mira te të gjithë pjesëmarrsve .
6. Pranoj gabimet e mija dhe parregullsit.
7. Kujdesem se si shprehem.
8. Pas fitorës ose humbjes , shtrengoj duart me rivalin-(kundershtarin).
9. Argëtohem se sporti është lojë .
- 10 .Prano vetem sport të pastert , apliko luften kundër dopingut.
11. Të gjithë ne sportistët jemi shok (miq) dhe për këtë i ndihmoj dhe inkurajoj të tjeret për aq sa di dhe mundem.



## PARIMET PËR TRAJNER

1. Parimet arsimore janë ma të vleshme, se rezultatet e suksesshme tek një sportist i rinëj.
2. Në konkurrencë kërkoi respektimin e rregullave dhe lojën në frymën e lojës së ndershme .
3. Kujdesem (shqetsohem ) për të gjithë pjesëmarrsit që të marrin përkrahjen dhe nxitjen e duhur.
4. Une punoj në at mënyrë që fëmijët përjetimet e tyre në sport të jenë pozitive dhe mos të ekzagjerohen kërkesat e konkurrencës.
5. Pavarisht rezultatit, gjithmonë përgëzoi përpjekjet dhe nxjerr në pah gjerat e mira.
6. Shqetësohen (kujdesem) për sigurin në trajning dhe shfrytëzoi përdorimin e metodave që përshatën me moshën e fëmijëve.
7. Respektoi vendimin e gjyqtarit, të njëjten e kerkoi edhe nga fëmijet (sportistet)
8. Bashkpunoi me prindërit për të mirën e të gjithë fëmijëve.
9. Unë jam i vetëdijshëm se jam model për fëmijët dhe në përputhje më rrethanat sillem.



## PËR PRINDËRIT

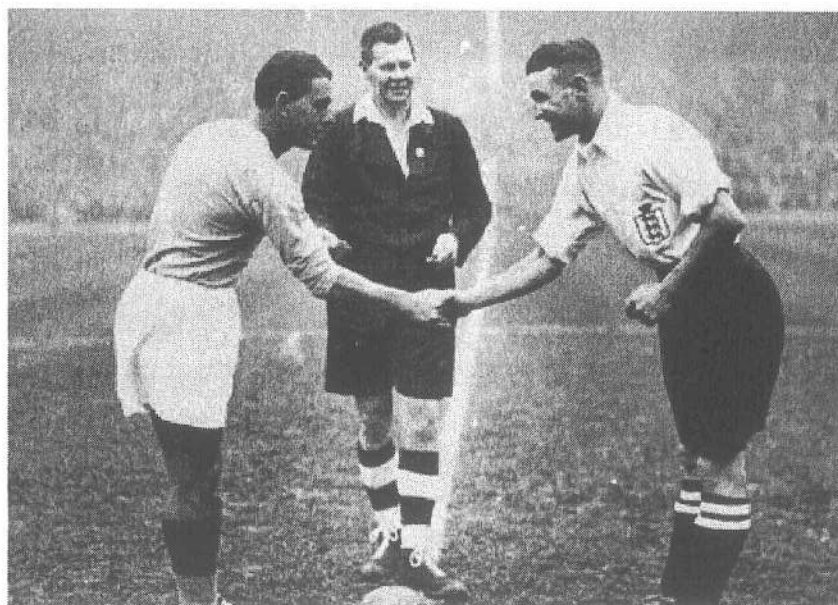
- 1.Nxis fëmion të mirret me sport,por nuk e detyroj me çdo kusht.
- 2.E di që fëmiju merr pjesë në aktivitetet sportive me dëshirë të vet jo për kënaqesinë time.
- 3.Këshillojë(inkurajoj) fëmion tim për të luajtur sipas rregullave dhe në frymën e lojës së ndershme (fer plej)
- 4.Të bindim fëmion se fitorja nuk është gjithçka. E njejta gjë duhet të vlersohet pjesmarrja dhe përpjekjet gjatë aktivitetit.
- 5.Kujdesem qe fëmiju të ndihet fitues nese luan sinqerisht dhe mas së miri që mundet.
- 6.Asnjëher nuk e nenqmoj, dhe nuk bërtas në fëmion nese fëmiju gabon.
- 7.Fëmijët më shpejt e mësojnë atë që ata e shohin. Lavdroni lëvizjet e mira te të gjithë pjesmarrsit.
- 8.Para fëmijut nuk e sfidoj autoritetin e trajnerit apo arbitrit.
- 9.Mbështes ndalimin e abuzimit verbal dhe fizikë të fëmijëve në sport.
- 10.Lere fëmijën që vet të përcaktoi qellimin sportive dhe një gjë e till të përkrahet.



0

## PËR ORGANIZATORET

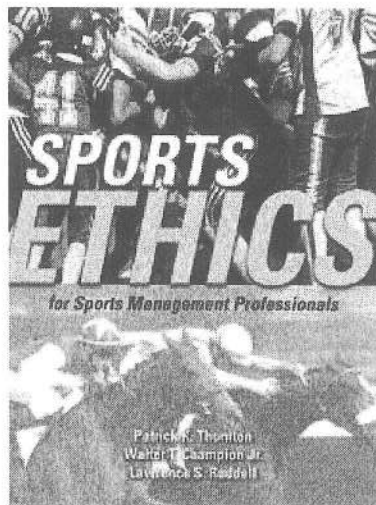
1. Të gjithë fëmijët të kanë mundësi të barabarta për të marr pjesë, pavarisht nga aftësit e tij.
2. Fëmijet sportist nuk janë mjete për argëtim të audiences, ata tregojn aftësit e tyre në sport.
3. Sporti për fëmijë është një llojë loje që i lejon atyre ta dëshmojnë talentin e tyre.
4. Kujdesimi në lidhje me përshtatshmërinë dhe sigurimin e fushës sportive.
5. Rregullat dhe proporcionet e konkurrencës janë të përshtatura për nivelin e zhvillimit dhe aftësive të fëmijëve.
6. Për fëmijët tanë dhe për gjithë fëmijët tjer pjesmarrës ju ndajm të njëjtat shpërblime.
7. Bëjmë thirrje tek trajnerët dhe gjyqtarët për të vepruar dhe ndikuar në mënyrë edukative.
8. Kërkoi nga simpatizuesit përkrahja të jetë pozitive e drejtuar dhe dedikuar fëmijëve tanë.



## ÇKA ËSHTË ETIKA DHE MORALI

Etika është një degë e filozofisë, ku përveq etikës llogaritet edhe estetika. Në praktikë termi moral nënkupton atë që është mirë dhe çfarë nuk është mirë (e pa tolerueshme, e keqe) në radhë të parë nga aspekti i marrëdhënieve ndërpersonale dhe marrëdhënjet e individit ndaj shoqërisë në tërësi.

Termi më i afërt me sportin është autonomia morale që nënkupton pranimin e normave morale që do të zbatohen nga njohurit dhe të kuptuarit që në kemi një përgjegjësi njerëzore që del nga vetja, çka nënkupton pranimin e parimeve morale të tolerancës, humanizmit si dhe të respektoj dhe plotësoi nevojat e të tjerëve.



## ETIKA NË SPORT

Në librin e bardh mbi sportin, dokumenti i parë strategjik në sport në Bashkimin Eeuropian, ku përfshin sportin dhe të gjitha format e aktivitetit fizikë, si dhe krijimin e marëdhënieve shoqërore dhe arritjen e rezultateve në gara në të gjitha nivelet.

Sporti është një fushë e aktivitetit fizik dhe intelektual të njeriut që në mas të madhe qytetarëve të unionit europian ju intereson që ti llogarisin si të arritura në afrimin njerzoz pa marr parasysht moshën apo gjinin.

Përveq përmisimit të shëndetit të qytetarve të BE-së, sporti ka një dimension edukativ dhe luan një rol të lartë shoqërorë, kulturor, dhe rekreativ.

Roli shoqërorë i sportit mund ti forcoj marëdhëniet e mbrendshme mbrenda Bashkimit Europian. Në aspektin shëndetsor, definicioni i sportit do të thoshte ky është aktivitet trupor i cili përmison karakteristikat fizike dhe psikologjike të një individi.

Kur lidhen termet ETIKA-SPORTI, më së shpeshti mendohet në aspektet jo etike të sportit, të till si, doping, ryshfeti dhe korrupsioni, kurdisja e ndeshjeve, fyrije në baza të ndryshme, huluganizmi në ngjarjet sportive. Plani i veprimit për zbatimin e masave të edukimit në luftën kunder dhunës në sport, garat sportive dhe jasht tyre duhet të punohet në këtë aspekt si:

- Edukimi në familje , shkollë dhe shoqëri
- Arsimi
- Nevoja për të rritur ndërgjegjësimin në lidhje me sportin si një veprimtari të shëndetshme dhe positive në të cilat i respektojnë rregullat e caktuara.

Njerzit që adhurojnë garat sportive, ata duan të konkurojnë në menyrë të drejt-fer dhe në bazë të rregullave të vendosura më heret, rregullat që garantojnë një fitore të aftit dhe të mirit, e jo ai që shkelë këto rregulla.

Fer plej dhe rregullat sportive të themeluara me dëshirën që neve të na mësojnë me vlerat positive si gëzimi në fitore, por edhe pranimi me dinjitet të humbjes.

Pra mund të themi se Fer-pleji (loja e ndershme) është një kategori që përket etikës në sport, a racizmi i përket qeshtjeve etike në shoqëri.

Fer plejn mundemi ta vezhgojm si vlerë morale në sport, si një garanci e konkurrencës së drejt, pranimin e rregullave, duke shprehur respect për sportin si një marveshje apo si një thënie-fair play as play-lojë të ndershme si luajnë.

## **SPORTI DJEP I VLERAVE MORALE**

Sporti lidh njerzit me kultura të ndryshme, duke lejuar atyre që të takohen, komunikojn dhe ju sherben për të luftuar paragjykimet ndaj këtyre llojeve të besimeve që nxisin urrejtjen dhe jo tolerancën. Ngjarjet sportive japin mundësi (raste) ku njerzit mund të hapen ndaj të tjerëve të cilët janë të ndryshëm, dhe të mësojnë diçka rreth tyre.

Edukimi ofron një qasje për të ardhmen e sportit i cili përbëhet nga transmetimi i vlerave, respektit dhe tolerancës. Arsimit në kuader të lëndës së edukimit fizik në shkollë si dhe jashtë shkollor, përfaqësonë zona të rëndësishme për të promovuar ndergjegjësin e sportit si një veprimtari të shëndetëshme dhe të balansuar në të cilat respektohen disa parime dhe rregulla.

Rëndësia e arsimit në sport është e njohur me Manifestimin Nderkombëtar në veçanti në deklaratat ku thuhetë: ideali i fer plejit (lojës së ndershmë) duhet të jetë veçanërisht i theksuar si mësim në lëndën e edukimit fizik dhe në të gjitha aktivitetet tjera sportive që mirren fëmijët dhe të rinjtë.

Si pjesë e planit sportiv janë bërë dhe shpërndarë në të gjitha institucionet arsimore, si dhe materialet për të punuar me fëmijët nga parashkollor deri në shkollë të mesme, duke ju referuar sjelljes së duhur në ngjarjet sportive, tolerancës dhe sjelljes pas humbjes. Aktivitetet e fer plejt përfshijn promovimin e lojës së ndershme, programet arsimore të veqanta sportive ku theksohen aktivitetet për zhvillimin e lojës së ndershme dhe të ncjerr në pah shembujt pozitiv në publik si dhe ndarja e shpërblimeve.

Shumë vende Europiane po organizojn aktivitete të ndryshme nga fer plej si: festivale, kampeve të organizuara, kampeve në shkolla etj..

Fer plej mund ti nxise të gjitha insitucionet përgjegjëse për sportin si; bordin olimpik, federatat kombëtare sportive, sportistet, shkollat, klubet sportive, mediumet, si dhe të gjithë aktoret tjer që mirren me sport.

Nga parimet baze të lojës së ndershme(fer plej) për të cilen ne duhet ti informojm nxënësit gjatë edukimit fizik, gjatë mesimit të rregullt, si dhe gjatë kryrjeës së aktiviteteve jashtë mësimore duhet ti përmbahemi këtyre parimeve:

1. Ti rrespektoim rregullat e lojës.
2. Rrespektoim referet (gjygtarët) dhe vendimet e tyre.
3. Rrespektoje rivalin (kundershtarin) në sport
4. Të gjithë duhet të kenë mundësi të barabarta për të marrë pjesë.
5. Me shembuj personal të promovoi lojën fer-plej (lojen e ndershme)

Kjo është veqanërisht e rëndësishme që para nxënësve të dal publikisht kur kemi të bëjm diçka me lojën fer plej apo lojën e ndershme .Për shembull theksojm rastet kur nxënësi pranon gabimet e veta, kur gjygtari nuk e kishe vrejt apo shokët e tjer, kur nxënësi i ndihmon pjesëmarrësit tjer kur është e nevojshme gjatë lojës pavarisht se cilit grup i takojnë, posaqërisht si rreximet, lëndimet etj.

Publikisht të nxjerr në pah rëndësinë e parimeve të fer plejit (lojës së ndershme) dhe arsimimin e nxënësve që nga klasa e parë shkollës fillore mund të kontribuojnë në mënyrë të konsiderushme që nxënësit nëpër mes sportit të fitojn vlerat edukative të nevojshme për jetën e përditshme siq janë:

-Pergjegjësia

-Drejtësia

-Respekti për fituesin dhe

-Ofrimi i ndihmës dhe mbështetje për të gjithë ata që kanë nevojë.

Dhenja e betimit të nxënësit duhet të jetë pjesë e pa ndashme në garat sportive, ngjarjet sportive. Në fillim të pjesëmarrjes betimi të lexohet me zë të lartë dhe të gjithë pjesëmarrësit me zë të lartë marrin për sipër se do ti respektojnë rregullat për të gjithë pjesëmarrësit.

### **TË JETOSH FER PLEJ**

Një shembull i betimit për nxënës nga fer plej;

-Une do të luaj në pajtim me rregullat e lojës

- Unë do të respektoj vendimet (mësuesit, trajnerit, udhëheqsit të garave etj) e referit dhe organizatorit.

-Do të jemë shembull për të mirë, pa marr parasysh a gjindem në terrenet sportive apo në publik.

-Në mënyrë të denj do ta përballoj humbjen ku do të jemë shembull.

-Do të luaj ndershëm, duke i respektuar të tjerët në lojë.

-Do tua uroj dhe haptazi do ta pranoi lojën e mirë të lojtarve në fushë.

Përveq nxënësve, për të promovuar lojën e ndershme mund të përfshihen prindrit si dhe shikuesit duke i informuar ata me mendimin e nxënësve.

-Inkurajoni fëmijën, sidomos në momentet kur bëhet fjalë për renjen e përqendrimit, motivimit etj. Jepi prioritet kënaqësis dhe pjesëmarrjes në lojë se sa rezultatit e lojës.

- Përgëzojm pjesëmarrjen e fëmijve, theksojeni përparimin.

-Diskutoni për të përcaktuar qëllimet reale se çka prisni.

-Shembulli personal i inkurimit për të ushtruar rregullisht ushtrimet fizike.

-Mos e ngrit zërin ndaj fëmijut gjatë lojës , në kundërshtar(rival) apo refer.

-Mos komentoni më zë vendimet e referave dhe vendimet e trajnerve.

-Nuk është kulturë të anosh në atë masë ku do të bëhet shtypje psikologjike tek fëmiju, rivali dhe trajneri.

## **Bokseri Leonardo Astana Arllans-çka thot për fer plejn;**

Për mua fer plej është një qendrim (sjellje) që ka të bëj me jetën e përditëshme, që kemi të bejm me njerëz si dhe me sport. Për mua çdo shkelje e rregullave është dobësi dhe mungesë e vet besimit. Unë jam fer në çdo paraqitje time sportive, respektoi çdo rival (kundershtar) dhe të gjitha rregullat, gjithëashtu edhe shumica e rivalëve të mi, e di që ka shumë, se di se kënd ta ceki . Unë dikur gjithashtu kam hasur në situatë të jo fer plejt në ring, ku rivali (kundershtari) janë munduar të më godasin me kokë ,brryl, nen brez etj..

Ky thot bëhuni fer si në sport gjithashtu dhe në jetën e përditshme.

Fer plej sipas tij është:

-Është respektimi i rivalit (kundershtarit) si qenje njerzore.

- Përpiqu të jesh më i miri, por jo me çdo kusht me ardh deri te fitorja me mjete jo të lejshme në sport.

-Do të thot të kenë guxim për të pranuar që kemi thyer rregullat direkt apo indirekt.

-Fer plej është gjithashtu pranimi i humbjës.

-Fer plejn mund ta bartim përmes kohës përgaditore. Jo të gjithë sportistet janë trajnuar në të njejtat kushte, paisje dhe mjete.

-Fer plej do të thot të kenë të gjith të njejtat përgaditje.Sigurisht është e pamundur për të zbatuar në praktikë, sepse arsyet janë të natyrës kryesisht politike dhe financiare.

Unë besoj që fer plej është një fenomen i rëndësishëm në sport në përgjiithësi.

Fjala shprehja dhe mendja dhe shpërblimi për lojë fer plej të vijnë në shprehje në çdo sport i cili ka të bëjë për të gjith sportistat dhe trajneret e tyre dhe udhëheqsin, a mas shumti prinderit që janë të parët në listen e edukimit (arsimimit) të sportistëve të sinqert.

Ka shumë fjal të mira për legjendat sportive të cilat asnjëher nuk kanë qenë kampion botëror apo olimpik por kanë qenë lojtar fer që janë model dhe në fund sportist të mëdhenj por edhe njerzë të mëdhenj.

Dhe në fund sa ju vlejn të gjitha medalet dhe sukseset nese nuk jemi në gjendje ta shiqoni në fytyrë rivalin e juaj për sukseset jo të ndershme

## **SHPËRBLIMET E KOMITETIT NDERKOMBËTAR PËR FER PLEJ**

Komuniteti ndërkombëtar i fer plejt është themeluar nga UNESCO në vitin 1963 dhe që nga atëher ndan shpërblimet vjetore për fer plej personave që kanë provuar të jenë ambassador të shkëlqyer të lojës së ndershme(fer plej)

Shperblimet vjetore për fer plej janë të ndara në tri kategori:

1. Për një akt (veprim) të drejt gjatë lojës.
2. Për qendrim dinitoz dhe korektësi gjatë karrierës sportive (për një qendrim korrekt dhe të përgjithëshem në sport)
3. Promotor, nxitës i lojës së ndershme (fushatat, publikimet, raportimet e mediave) etj..

Që nga viti 2012 në bashkpunim me komitetin olimpik ndërkombëtar ndahet shpërblimi për fer plej për të rinjet nën kujdesin e presidentit olimpik.

### **Komuniteti ndërkombëtar për fer plej ndan tri lloj shpërblimesh:**

1.Falenderimi (letër urimi)

2. Diploma e nderit dhe

3.Trofeu botëror për fer plej i cili ndahet në tri kategori:

-Trofeu botëror Pierre de Coubertin- për fer plej për pjesmarrje të ekipit apo sportistit.

-Trofeu botëror Jean Borota -për karieren dhe jetën e sportistëve në frymen e fer plejit.

-Trofeu botëror Ëilli Daume-për person ose organizatë që promovon lojën e ndershme fer plej.Në disa shtete tjera ndahen trofe dhe diploma nderi për çdo vit nëpër ceremonit e rastit.

## **Gjesti human i një sportistje**

Në vitin 2013 Hana Dragojevic u bë fituesja botërore e fer plejt për të reja „Shpërblimin e kryetarit ndërkombëtar olimpik,, për gjestin fer plej për të reja.

Gjatë garave ne barkat me vela për kadet Hana e shpetoi nga mbytja të riun Mark Smolica ku ju kish rrokullis varka me vela ku ai ishte mberthyer në litarët e varkës e pa ndihmen e dikujt nuk do të shpetonte. Hana ishte ndër garueset e para në garë e cila dëgjoji një zë që kërkonte ndihm, nderpret garën dhe shkon në drejtim të tij i jep ndihmen dhe shpeton jetën e një të riu.

## **SHPËRBLIMET EUROPIANE PËR FER PLEJ**

Lëvizja Europiane për fer plej në bashkpunim dhe nën kujdesin e Komiteteve Olimpikë Europiane (KOE) me qëllim të promovimit të fer plejt në europ jep shpërblimin fer plej European për disa kategori:

- Medalioni European për fer plej dhe diplomave për Komitetin Kombëtar për fer plej.
- Organizatave sportive apo organizatave arsimore për kontributin e tyre në përhapjen e fer plejt dhe tolerancës .
- Mbështetësit dhe iniciatorët që kanë për qëllim ruajtjen e vlerave etike në sport.
- Diplomë Europiane fer plej për organizat ose personit për ruajtjen dhe zbatimin e vlerave etike në sport.

Përveq shpërblimeve të cekura më lartë, Komiteti European për fer plej vendosi për të dhënë një shpërblim të ri për fer plej që ka fillua ta jap në vitin 2015:

Flaka europiane për fer plej (European fair play flame)

Frymë eurpiane për fer plej (european fair play spirit) dhe

Zëri i fer plejt (fer play voice)

## **Kongresi European i fer pleit**

Kongresi European për fer plej që mbahet çdo viti që nga viti 1995 është një „pikë takim,, i komunitetit european për fer plej i cili është plotësisht i angazhuar për të siguruar kontributin e tij në zbatimin e sportit më të mirë dhe rrjedhimisht krijimin e një bote më njerzore humane dhe të qetë. Ky kongres u mbajt nën patronatin e presidentit kroat, ministris së arsimit shkencës dhe sportit, Komitetit European Olimpik (EOC) dhe këshillit ndërkombëtar për sport shkencë dhe kultur fizike.

Tema e kongresit ishte:

Sporti si pjesë e kultures, fer plej si pjesë e kulturës fizike, si dhe nën temat:

Ndikimi i sportit në ndryshimet morale në shoqëri

Sjellja etike e trajnerit

Mediat dhe dhuna në sport

Fer plej dhe sjellja e adhurusve (mbeshtetësve)

Një shembull i fer plejt të sportistëve këtë e tregon edhe reprezentuesja kroate. Ana Jelushiq skiatore, fituese e medalës së argjentit në kampionatit botëror për junior në vitin 2005.

Ajo thot: pas ushtrimeve finale të mbajtura me trajner në Ushuaju në jug të Argjentinës kemi udhtuar 24 orë udhtimi deri në qendren e skijimit. Jemi vendos në hotel , çka ishte më e keqja e gjithkësaj se pasi kishim nderrua edhe aeroplanet me lajmruan se tër përgaditja sportive e imja kishte marrë kahje tjetër.

U vendosa në një hotel në qendren sportive ku veç po fillonin përgaditjet për pjesmarrje në gara, e puna ime për shumë muaj që isha përgadit nuk do të realizohet. Për fat te mirë në hotelin ku isha vendosur ishte i vendosuar edhe reprezentacioni i Italis që merrte pjesë në gara. Kështu kur kuptuan për problemet që i kisha, se kisha humbur paisjet ato dolen në veprim. Me quan nga dhoma në dhomë duke mi mbushur duart nga një pjesë prej çdo dhome nga paisjet e tyre të skijimit. Në kohën prej 10 minutave kam pasur të gjitha çka me duheshin, nga qorapet, kombilizonet deri te skijat.

Pjesmarrja në garë ka qenë e suksesshme për mua ku i kam fituar edhe disa nga vajzat që më kishin dal në ndihmë duke më huazuar përgaditjen e tyre. Për fat timin të mirë asnjë nga gatuesit nuk ishte e hidheruar por fitoren time e festuan me mua duke ditur se pa gjestin human, fer plej të tyre unë nuk do të isha fituese e njerës prej medaleve në gara. Paisja ime ka mberri me shumë vones.

Ky ishte një gjest i Fer plejt nga ana e sportsteve Italiane, unë kurr nuk do të hezitohë në situata të ngjajshme, unë do të jem e lumtur në qoftëse se unë mund të ndihmoj dikën.

Fer plej është qelsi i suksesit dhe gjërave të mira që janë në sport, nëse mungon fer plej atë nuk ka asnjë kuptim në atë garë. Kjo është një qeshtje kyçe në një nivel global, në të gjitha garat e mëdha, në të gjitha organizatat e medha sportive si nga Fifa , NBA, të gjitha organizatat e nivelit të lartë. Të gjithë të rinjtë si dhe të gjithë sportistët e ardhshëm duhet tua rrënjosim vetdijën për një lojë të ndërsjeme (fer plej) që ta aplikoin gjatë jetës së tyre.

### **Agresioni-Kembëngulsia dhe fer plej**

Pytja është a ka sporti në vetvete një dozë të agresivitetit apo këmbëngulsis. Nuk është çdo sjellje sgresive në sport dhunë apo përkatësisht sjellje agresive në qoftëse pjesmarrsit në sport i sjellin lëndime atyre që janë të kyqur në aktivitetet sportive. Sportisti duhet të sillet në bazë të rregullave të lejuara të cilat duhet të jenë vendimtare për të arrit qellimin pa i demtuar të drejtat e të tjerëve.

Mund të konstatoim se të gjitha format e sjelljeve në sport kanë një lidhëshmeri në mes veti.

### **Për gjeneratën e re të simpatizuesve**

Sigurimi i shikuesit, si parandalues i dhunës në ngjarjet sportive duhet të jetë pjesë globale e politikës sportive. Shumë shtete kanë filluar formimin dhe promovimin e institusioneve arsimore në parandalimin e dhunës në sport me qëllim të krijimit të një brezit të ri të tifozëve.

Pas një sërë aktiviteteve të veçanta kanë ardhur në përfundim se pa zbatimin sistematik dhe të vazhdueshëm të masave parandaluese dhe edukimin që nga moshën e hershme, nuk do të ketë rezultatë afatgjatë si rrjedhojë e shtetit ku ministria e sportit duhet ta propozoi programin për zhvillimin e sportit, me qëllim për të tërhequr vëmendjen publikut mbi problemin e dhunës në sport, dhe të jemi në gjendje të marrim hapa serioz për të edukuar gjeneratën e re të simpatizuesve dhe të rinjëve për sa më pak dhunë në sport.

Në sport ka shumë forma të sjelljeve të përshtatshme, madje dhe agresive me anë të cilët tifozët –huliganet janë vetëm disa nga format më të dukshme të dhunës.

Në simpatizimin e dhunëshëm, egzistojnë dhe forma tjera të dhunës ku duhet të kyqen gjithë akteret kundër këtij fenomeni në sport si (trajner, gjyqtar, sportist, prindert etj) me qëllim që të mos lejohet që edhe ma tutje të rritet dhuna në sport. Organet kompetente duhet të përgaditin planin dhe programin e punës në lidhje me dhunën në sport, dhe rezultatet që duhet të priten për rrjedhjen e matejshme të punës me fëmijet dhe të rinjtë.

Ligji për parandalimin e incidenteve në ngjarjet sportive duhet të konstatojë sjelljet e paligjshme si para, gjatë, dhe pas ngjarjeve sportive. Duhet të evidentohen detyrimet dhe përgjegjësitë e organizatave dhe pjesëmarrësve në garat sportive, federatave sportive dhe organizatat tjera sportive në shumë nivele, si shikuesit në ndeshjet sportive, sportistët, trajnerët referet dhe personalitetet e tjera që janë të kyqura në organizimin dhe zbatimin e informacioneve.

Njoftimi i adhuruesve se fer plej është pjesë dhe obligim që të respektohet nga ana e tyre, çka do të ishte një ndihmesë e madhe e organeve shtetërore dhe akteve tjera për evitimin e dhunës nga adhurueset ekstrem.

Qeveria e shtetit në bashkpunim me aktoret tjerë dhe bazuar në njohuritë e fituara në mënyrë objektive duhet të shfrytëzojmë dhunën në mënyrë të kombinuar e cila është e pashmangshme ku vetëm represioni nuk është zgjedhje e duhur e adekuate për të zgjedhur një problem. Në parandalimin e dhunës herë pas here është e udhës të ketë bashkpunim edhe me Ministrinë e Punëve të Brendshme në bashkpunim me organizatat sportive, qeveritë lokale, institucionet arsimore dhe të tjeret si shoqatat dhe tifozet e klubeve.

Ky bashkpunim mund të jetë shumë i dobishëm dhe duhet të kenë kontakte të drejtpërdrejta dhe të vazhdueshme si dhe me kryesin e grupeve të tifozëve në stadium dhe vende tjera të grumbullimit ku ka aktivitet sportive për zbatimin e aktiviteteve të ngjashme parandaluse dhe edukative .

Zbatimi i planit të veprimit ka për qëllim të tërheqë vëmendjen për problemet e dhunës në sport .Sportit duhet ti kthehet loja, argetimi dhe loja e ndershme dmth. fer plej.

Vetëm një sport i till mund ti mësoj (edukoj) fëmijët dhe të rinjët me aftësi të vlefshme të jetës

### **MESAZHET E TRAJNERVE PËR FER PLEJ (LOJË TË NDERSHME)**

Trajneret janë pjesë e sistemit të organizuar në sport . Ata duhet te jenë të arsimuar për punë në sport ,duhet të kenë licenc për trajner .

Në të kaluerën shumica e energjis është investuar në sportist , në atë se si të trajnoj që të zhvilloin stabilitetin e vet emocional . Siq mund të shofim në vitet e fundit interesi ka ndryshuar për të punuar me trajner .Ata janë vija e parë bazë për sportistet, në hulumtim mund te shofim se mendimet e sportistve ,vlerat, sjellja morale dhe ligjet tjera sportive janë të mvarura nga sjellja e puna e trajnerit të tyre .

Roli i trajnerit sportiv është të sjellë me vete të drejtat dhe përgjegjesisit që i takojnë. Përgjegjësia e trajnerve sportiv në krijimin e një përvoje të sigurt, progressive dhe të knaqshme për pjesmarrsit në sport.

Kodi i Etikës është struktur kryesore për trajner profesionist dhe në shumë vende si dhe federatat ndërkombëtare kanë zhvilluar kode të veçanta në lidhje me procesin e trajnimit. Në rastet e tjera etika, përgjegjësia etike e trajnerit është përfshirë në kodet ma të gjëra të sjelljes .

Këshilli Ndërkombëtar për edukimin e trajnerve është trupi (forumi) global për promovimin e praktikave të mira që ti aplikojnë trajneret gjatë stërviitjeve dhe arsimimit e të rinjëve në sport.

Këshilli Evropian për trajner ka përkrahur propozimin për njohjen e kualifikimeve dhe kompetencave si dhe zhvillimin „Zëri i trajnerit” në kuader të Unionit Evropian .

Këshilli Evropian ka filluar një pilot projekt për krijimin e modulit në internet të titulluar „Prurja e vendimeve etike “

Ky modulë përfshinë pesë parime bazë :

- Sigurinë fizike dhe shëndetin e sportistve
- Përgjegjësia e trajnimit
- Integriteti në marrëdhënjet trajner-sportist
- Rrespekti i dyanshëm dhe
- Zbulimi e përkujtimi në sport .

Shumica e trajnerve kanë qenë të kyqur në sport në një kohë kur medijet nuk bëjshin presion dhe ndikim medial mbi trajner dhe sportist të cilët nuk kishinë përvojë në punë, por tash ka kërkësa të shumta për suksese. Për të arritur sukses ata dhe ma tutje duhet të mësojnë, përgaditen për profesionin e tyre.

Si udhëheqës sportiv, trajner ata shpesh përdorin mjete të pa lejshme tek sportistët vetëm për të pasuar suksese pa llogaritur në dëmtimin e shëndetit tek të rinjtë si : mjetet stimulative , droga, manipulimet në sport , aplikimi i lojës jo fer plej ndaj rivalit (kundërshtarit) lejimi i agresivitetit të tepruar, tejkalimi i normave të lejshme , stimulimi në lëndime të pa qena. Me këto sjellje trajneri formon një të rinjë apo një „djall të keq në sport”.

Duhet të bëhen ndryshime në sistemin e arsimit me të rinjë me qëllim që të bëjmë ndryshim tek efektet negative tek të rinjtë .Trajneri nuk mundë të ndryshoj gjithë shoqërin , por duhet të përpiqet që me punën e vet të ndikoi tek te ata të rinjë që të largohen nga rruget e këqija që i cekem ma lart, por të jenë e ardhmja e një kombi në sport ashtu edhe në jetën e përditshme.

## **MESAZHET E FER PLEJT PËR GJYGJTAR-ARBITRA**

Fer plej (lojë e ndershme) është para se gjithash rrespektimi i të gjithë njerzve në teren. Natyrishtë të gjithë duam të fitojmë lojën ku emocijonet barten nëpërmjet lojës, por në ndjekje të triumfit, ne duhet ti respektojm rregullat e lojës rivalet (kundershtaret ) në lojë, gjygtaret dhe tifozet .

Fyrjet , sharjet , nënçmimet , gjestet e pa hijshme , lëndimet e rivalit, këto gjëra nuk mund të ndodhin te sportistet e vërtet. Në fund ne të gjithë jemi në këtë fushë ambasadoret e sportit, dhe nese ne veprojm në frymën e lojës së ndershme , ather ne do të prezentojmë sportin në mënyrë të drejtë për gjeneratat e reja për të parë dhe në një farë mënyre për ti kopijuar sjelljet tona.

## **FER PLEJN DUHET TA KULTIVOJM DHE STIMULOJM**

Loja e nderëshme është dicka shumë e rëndësishme dhe çdo ditë duhet të punojmë në këtë drejtim . Trajneri i edukuar dhe i shkolluar në nivel të duhur asnjëher nuk u thotë lojtarve të vet qe të vien deri te fitorja me gjeste dhe sjellje të pa lejushme gjatë lojës .

Trajneri ka të drejt që të kërkoj nga lojtaret që të luajnë fortë por në kufijt e lejuar, ku në fund të fundit kjo është edhe bukuria e një sporti .

Një trajner i mirë si gjatë trajningut ashtu dhe gjatë lojës kur e shef se lojtari i tij bën sjellje dhe lojë jo fer e ka për obligim ta terheq nga loja edhe nese referi se vren apo se merr një vendim të till.

Puna me të rinjë më vendin tonë nuk është në nivel të duhur (mungon një punë e mirëfilld).

Treningjet duhet të jenë intensive në at nivel që tju ndimojn të rinjëve së pari të zhvillohen si njerz dhe pastaj si sportista, të zhvillojnë tolerancën rastet që mund të ndodhin gjatë ndeshjës .

Trajningu intenziv çdo ditë do tu ndimoi që tu ikun situatave të vështira , të dinë si të gjinden kunder provokimeve , sepse pas trajningjeve të tilla sportistiti do të dal ma i qendrushem dhe ma i fortë .

### **-Çfarë është në të vërtetë fer plej sipas medimeve**

Mediat mbushen me përplot lajmesh senzacionale .Tituj nëpër gazeta ceken gjërat të cilat krejtësisht janë diskutabile . Gjërat dalin jasht kontekstit dhe krijojn skandale atëje ku asë që ka ndodhur . Gjithashtu gjera të tilla ndodhin edhe në sport nga ana e mediave . Shpesh shkruhen gjëra në shtypinë e përditshëm pa u verifikuar dhe marr informata të sakta ,ku shpesh as që lodhen ti kërkoin .

Gazetaret e rinjë e shfrytëzojn internetin si burim i të dhënave i shfrytëzojn pa kurfar verifikimi i qesin në publik ato që ata mendojn se e flasin (shkruajn) të vërteten .

Medijat sotë ende luajnë një rolë të rëndësishëm në krijimin dhe zhvillimin e një kulture demokratike dhe kulturës në përgjithsi .Të ashtuquajtura ndeshjet derbi i quajn ndeshje me rrezikë të lartë duke e shfrytzuar terminologjin ushtarake.

Trajneri konsiderohet si udhëheqës ushtrie i cili me manovrimet e tij në lëvizjet teknike dhe strategjike të vij deri të sukcesi . Objektet sportive quhen arena ,a ndeshjet i shpallin lufta apo konflikte në mes sportistëve . Disa ndeshje (takime ) i kanë quajtur luftë deri në piken e fundit të gjakut. Ndeshjet e humbura i përjetojn si humbje të cilat ndonjëher i trajtojn si një turp, një fitore festohet si madhështore. Kështu retorika që e shërbejnë shumica e medimeve ma shumë i përngjajn atyre që u vëjn zjarrin dhe ngrisin temperaturë te shikusit sikur që po digjet stadiumi. Kur ky fakt i është shtuar gazetarve sportiv apo komentatorve të cilet kryesit janë tifozët zyrtar, është lehtë të konkludohet se çdo lojë parafrazon pjesë të doktrinës së luftës , apo vazhdimi i lojës me mjete të tjera të pa lejueshme.

Shtrohet pytja: a guxonë një gazetar të luaj ndershtëm . A guxon një gazetar të jetë i panshtëm (i drejtë). Apo shtrohet pytja ndrëyshe a mundet një gazetar të jetë i njejtë për të gjithë pjesmarrsit në një ndeshje sportive?

Në sportet individuale sponzoruesi ka vetëm një dëshirë: fitoren. Kjo është natyrisht e drejt e tyre. Dallimi në mes sportit kolektiv dhe ati individual është vetëm atëher kur sportisti apo garuesi zë vend në podium sipas suksesit të arritur në gara. Momenti ceremonial është momenti ma prekës për garuesin kur bëhet ndarja e medaleve apo kur bëhet këndimi i himnit.

Arritjet e sportistit nuk bien drejtëpërdrejt në punën e gazetarit .Gjatë shpalljës ceremoniale gazetari ,komentatori e kanë për detyrë që të komentoj me një tonë të qetë, jo të lartë, me lavdrim të arsyshëm. Për sportistin ky moment do të jetë gëzimi dhe buzëqeshja e jetës së tij. Çdo gjë tjetër të thuhet në këtë moment është në kundërshtim me frymën pozitive. Për këtë arsye një gazetarë që në të vërtet ka krye një punë të drejt duhet të jemi jashtëzakonisht mirënjohës.

### **Dhuna dhe sporti**

Dhuna për fatë të keq ka qenë konstante në të gjitha shoqërit moderne, si në familje, shkollë, në vendet publike po gjithashtu edhe në sport.

Çdo shtet e ka për detyrë ta kuptoj rëndësin e siguris të qytetarve të saj në terenet sportive dhe jasht tyre, dhe të fillojn me zbatimin e masave që synojn reduktimin e dhunës.

Qëllimi është për të marrë përgjegjje nga po vjen dhuna dhe mos respektimin e fer plejt (lojës së ndershme) kush janë akteret, cilat janë viktimat, mosha e viktimave dhe sulmusit, përfshirja e sportit, trajtimi i mediave ndaj dhunës etj.

Dëshira është që të marrin njohuri të plota për sjelljet e papërshtatëshme në sport, dhe të përqendrohen në parandalimin dhe për të reduktuar incidentin dhe dhunën në sport. Njihërit të ndikojm ne respektimin e fer plejt për të gjitha palet e interesuara për sport.

Holanda ka aplikuar një model „politikë të tolerancës zero” dhe programin kombëtar „mjedis të sigurt sportive” i cili nder të tjera përfshin programet si „së bashku për korrektësi dhe respekt” me qëllim të një qasje të gjerë dhe të integruar në sportë.

Programi Holandez „mjedis të sigurt sportive” përfshinë pesë fusha:

- 1.Ndërgjegjesimi , që përfshin, sportistet olimpik, futbollistet, trajneret, gjygtaret, antarët udhëheqës të administratës sportive që veprojn si ambasadorë.
- 2.Klubet sportive dhe antarët e oragnizatave lokale të administatës sportive që luajnë një rol të rëndësishem në krijimin e nje mjedisi sportiv.

3. Instruktoret dhe trajneret, për të cilët është futur edukimi në vendet e punës.

4. Gjygtaret të cilët kanë nevojë të avansohen.

5. Ekceset dhe rregullat disiplinore duhet të përmissohen dhe të sillen në përputhje dhe në bazë të tyre të zhvillohen protokolet dhe procedurat për veprim në rast të dështimit.

Me anë të këtyre faktorëve jemi përpjek për të rritur ndërgjegjësimin, të nxisim dhe të nxjerrim në pah faktoret më të rëndësishëm të përfshirë në krijimin e një mjedisi sportiv ku kjo hapsirë ende është një hapsirë e madhe e pa shfrytëzuar para nesh dhe se vetëm me punë të përbashkët mund të ndikojmë në mjedis të sigurt sportiv që në të ardhmen të presim rezultatet më të mira.

Të vetëdijshëm së faktet që i kemi cekë më lartë është një hap i vogël në promovimin e parimeve të drejtafer plej ndaj të rinjëve që është pasuria më e madhe e një shteti.

Bëjmë ftesë që të na bashkohen në zbatimin e vlerave të fer plejit në jetën e përditëshme si: në shkollë, në programet jashtë mësimore, në të gjitha forumet sportive, nga niveli parashkollor deri te niveli më i lartë që ka ndonjë rol në shoqëri (sportist, prind, mik, trajner, mësues, refer-gjykatës, tifoz, delegat etj) me qëllim që çdo ditë të jetojmë me njëdenjë e lojës së ndershme -fer plejt.

### **TË DREJTAT E SPORTISTAVE TË RINJË SIPAS KARATËS NDERKOMBËTARE JANË:**

-E drejta e një të riut për të marrë pjesë në sport.

-E drejta për të marrë pjesë në sport në një nivel që është në përputhje me nivelin e pjekurisë dhe aftësive të secilit fëmijë.

-E drejta për tu angazhuar në sport në një mjedis të shëndetshëm dhe të sigurt.

-E drejta për të kërkuar që të udhëheqë personi me kualifikime të larta në profesion.

-E drejta për tu angazhuar në sport si fëmijë, jo si të rritur.

-Te drejtën për mundësi, kushte të barabarta në gara për të arritur suksese.

-Te drejten që edhe ky të mbrohet me ligj kunder dopingut, mjeteve stimulative. Të njoftohet i riu për të drejtat e tij sipas Kartës Ndërkombëtare përgjegjësit për avansimin dhe edukimin e një të riut ti marrin trajneri, zyrtaret, referi, prindi, gazetari (raporteri) për punën që bëhet me të rinjtë.

## **KODI I MIRËSJELLJËS PËR SPORTIST**

-Të gjithë sportistet, trajneret, gjyqtarët, prindërit dhe spektatorët do të trajtohen me dinjitet dhe respekt. Me ta do të komunikojmë në mënyrë educative dhe respekt duke përdorur fjalorin dhe tonin e duhur.

-Do të kontrollojë temperamentin tim.

-Nuk do të provokoj rivalin në lojë, referin dhe simpatizuesin.

-Në çdo trajning dhe garë do të demostroj sjellje sportive dhe fer plejin, si person sportiv tek bashkëlojtaret e mi, trajner, refer, dhe prindër.

-Ndaj të gjithë personave do të sillemi fer pa marrë parasysh gjinin e tyre, orgjina etnike, racës fesë etj.

-Unë nuk do të marr, as nuk do të lejoj shokun në përdorimin e duhanit ose të pijeve alkoolike, drogë apo substanca të dopingut për të rritur aftësit e veta fizike në formë të pa lejuara.

-Do të bashkëpunoj me personelin mjekësor në përpjekjet e tyre për tu kujdesur për shëndetin tim.

-Në çdo trajning , garë, tubim do të paraqitem në kohë.

-Do të jem i sinqert, nuk do të gënjej, mashtroj apo të marr (grabis) gjërat që nuk janë të mijat.

-Unë do të përpiqem të jep maksimumin tim në shkollë dhe sport.

-Do të respektoj rregullat sportive gjatë lojës, do të sjellem si sportist do të veprojmë në mënyrë dinjitoze si në fitore ashtu dhe në humbje.

-Do të mbrojt integritetin e garave (ndeshjes) nuk do të marr pjesë në bastet sportive dhe kurdisjen e rezultateve.

-Do të shmangemi çfardo kontakti me njerz të till.

-Do të jep maksimumin për suksesin tim dhe suksesin e ekipit, çdo sukses i ekipit është edhe sukses i imi

-Do të inkurajoj dhe ndihmoj shokët e klubit që të jenë sportista më të mirë, si dhe njerz të mirë.

## **KODI ETIK I TRAJNERIT DHE ARSIMTARIT TË EDUKIMIT FIZIK**

-Unë gjithmonë do të jemë i vetëdijshëm se unë kam një ndikim të madhë në edukimin e sportistëve të rinjën, dhe për këtë arsye nuk e vlerësoj fitoren më lartë se vlerat e idealet dhe karakterit të sportistit-- fëmijut.

-Nuk do të harroi se të rinjët angazhohen në sport për knaqësi , dashuri për të mësuar, a fitorja është vetëm pjesë e procesit . Prandaj parimi themelor i filozofisime në stërvitje do të jetë : Sportisti është primar ,fitorja është dytësore .

-Kur jamë në kontakt me sportist të rinjë do të shmangem përdorimit e alkoholit dhe duhanit.

-Ne gjithashtu kemi për ti mbështetur, gjygtaret në lojë . Lojtaret dhe spektatoret nuk do ti nxisë kundër gjygtarve ose në ndonjë mënyrë tjetër si lojtart e mi apo ata kundërshtar , a posaqerisht të mos ndikojë te shikosit për ndonjë sjellje jo të mirë .

-Para çdo ndeshje , trajnerit të ekipit kundërshtar do ti deshiroj urime të përzemerta për një ngjarje korrekte para ,gjatë dhe pas lojës.

-Do të mundohem që kohën që sportistet e kalojnë me mua të fitojn një përvojë positive . Do të shmangem favorizimit të ndonjë sportisti , sepse të gjithë të rinjët meritojnë shanse të barabarta në konkurrencën për sukses .

-Do të dha çdo gjë nga vehtja që të gjithë sportistave tu mundësojme kushte të sigurta për trajning dhe gara , të organizojmë trajningje të cilat janë për të rinjë argetuese dhe të dobishme .

- Unë premtoj se do ti aplikoj principet bazë për dhënjën e ndimës së parë dhe do të jem i kujdesëshëm për ti zbatuar udhëzimet e mjekut tek sportistet e smuar apo të lënduar , duke mos rrezikuar që ata të kthehen ata të kyqen ende pa u sheruar në trajningje apo gara sportive .

-Ti respektoj të drejtat, dinjitetin dhe personalitetin e të gjithë sportistëve të rinjë, pavarësisht nga gjinia e tyre, aftësin e sportistit, racen, fen apo përkatësin kombëtare, kulturen etj.

-Do të mundohem që të gjitha aftësit e mija potenciale si ekspert ti vej në shërbim të mirëqenjes së përgjithshme, në shëndetin fizik, mendor dhe emocional të sportistet e rinjë.

### **KODI I MIRËSJELLJËS PËR PRIND**

- Gjithnjë do ta kem në mendje që fëmijet të marrinë pjesë në sport për vetvete e jo për shkak tonin (prindit)por për kënaqësin e tyre .

- Fëmiun tim do ta inkurajoj që të mirret me sport , por jo edhe të detyrohet .

- Emocionet dhe të mirat fizike të fëmiut tim do ti vej gjithnjë para dëshirave të mija për të fituar.

- Fëmijut tim do ti ofroj mbështetje dhe inkurajim pavarësishtë nese fiton apo humb

- Fëmijut tim do ta inkurajoj që ti respektoi rregullat sportive dhe vendimet e gjygtarve, për të treguar karakter të mirë, lojë të ndershme dhe respekt për të gjithë pjesëmarrësit në sport, dhe mos ti shkelin rregullat me qëllim për ti lënduar të tjerët, ose sjellje të dhunshme dhe jo sportive.

-Gjatë garave dhe ndeshjeve do të jem në mesin e shikuesve.

-Unë do të bejë ç'mos që sporti për fëmiun tim të jetë një kënaqësi, një burim i përvojës positive dhe një vend për të mësuar.

-Do ti kontrolloj emocionet e mija. Unë gjithmon do të kem parasysh se ky është një sport, gara në mes të të rinjëve, e jo e sportistëve të rritur.

-Unë si prind do të insistoj që fëmiju im të mirret me sport në vendet e sigurta, me një shoqëri të shëndoshë pa drogë,alkool dhe duhan, dhe të jem çdo her kunder një mjedisi të till në të gjitha ngjarjet sportive ku marrin pjesë të rinjt.

## **KODI I MIRËSJELLJËS PËR SPORTIST ZYRTARË**

-Përfshihen njerzit e rinj në procesin e planifikimit, menagjimit,vlersimin dhe marrjen e vendimeve në lidhje me aktivitetet e tyre sportive.

-Të gjithë të rinjeve tu japim mundësi të barabarta për të marr pjesë në sport, jo vetëm si sportist, por si trajner, gjygtar, zyrtar etj..

-Tu sigurojm paisjet (mjetet) e duhura, orarin e trajnimit rregullat dhe zgjatja e garave tu përshtatet moshës së fëmijëve aftësive dhe njohurive të tyre paraprake.

-Ti siguroi të gjithë pjesëmarrësit në sport të qasim në pah rëndësinë e lojës së ndershme dhe korrektësis, jo për të ardh deri të fitorja me çdo kusht.

-Unë do të mbështes zbatimin e strategjis kombëtare për rini dhe sport.

-Të gjithë pjesëmarrësve që marrin pjesë në udhëheqjen e garave rinore do tu bëhet me dije se çdo keqëpordorim i sportistve të rinjë është i papranushm (i ndaluar ) dhe do të ndëshkohet rëndë.

-Do ti respektoi të drejtat , dinitetin dhe vlerat personale te çdo i ri, pavarsishtë nga gjina e tyre , aftësit, racën, kombësin, fen apo kulturën.

## ETIKA SPORTIVE E GJYGJTARVE

-Si gjygtar në garat sportive nuk do të kem kurfar detyrimi apo interesi tjetër, por vetëm një gjykim të pa anshëm dhe të drejtë.

- Gjygtaret tjer do ti trajtoj me dinjitet profesional dhe mirësjellje , unë nuk do ti kritikoj dhe denoi publikisht , i vedishëm për atë se kritika publike nuk është e pranushme .

-Si gjygtar sportiv do ta mbroj publikun si (simpatizusit , zyrtaret, trajneret, lojtaret dhe të tjeret) nga të pa përgjegjëshmit për sjellje të pa hijshme dhe do të përpiqem që ti eliminoi të gjitha veprimet që mund të më diskretitojn mua si gjygtar.

## KODI MIRËSJELLËS PËR SHIKUSIT

- Si një shikues çdo herë do të kem parasysh që të rinjët të mirren me sport dhe të garoin për argtimin, gëzimin, haren e tyre jo për knaqsin time.

- Do ti duartrokas akcionit të mirë, dhe lëvizjeve të mira të gjithë sportistve dhe ekipeve sportive.

- Do ti përshëndes të gjithë pjesmarrësit për punën e tyre , pavarësisht nga rezultatet e arritura gjatë asaj ndeshje .

- Respektoim vendimet e gjygtarve dhe apeloj tek sportistet e rinjë bëjnë të njëjten gjë.

- Une kurrë nuk do të tallem dhe nuk do të kërkoj komente ofenduese kur sportistet e rinjë gaboin, do të dha komente positive duke i motivuar dhe inkurajuar

- Denojm çdo sjellje të dhunshëme, pavarësisht nese ajo vjen nga publiku , gjygtaret, trajneret apo lojtaret.

-Do të tregoi respekt për kundërshtarin (rivalin) ku pa të nuk do të kishim as ndeshje .

-Nuk do të fyej, shai, polemizoi , nuk do të bërtas dhe nuk do ti fyej lojtaret, trajneret dhe gjygtaret .

## KARAKTERI ËSHTË VLERË ME RËNDËSI NË SPORT

- Duhet të jemi të sinqert, morali nuk është për të dobtit .Nuk është lehtë të jesh njeri i mirë, nuk është lehtë të jesh i sinqert kur sinqeriteti të kushton.Te luash lojën fer kur kundërshtari nuk e luan një lojë të tillë. Jo nuk është e lehtë të jesh në jetë një person me karakter dhe moral të fortë.

## NDIHMONI FËMIJET TA SHIJOJN SPORTIN

Të jesh prind nuk është punë e lehtë, por ajo është një kënaqësi e madhe dhe një sfidë.

Nëse dëshiron që fëmiju juaj me të vërtetë të kënaqet dhe gëzohet në sport, të ndihet si fitues, të zhvilloi vetëbesimin dhe qendrimet e drejta ndaj sportit , është e nevojshme , që rolin e juaj të një prindi ta mbani në nivelin e duhur dhe të drejt .

Eksperti botror i njohur , ishë sportist , trajner sportiv dhe psikolog sportiv Rik Volf thotë se në kohën e tanishme është shumë vështirë se si ti ofrohmi fëmiut në mënyren më të mirë , si ta udhëheqim, ushtroim, motivojm dhe të punoim për ta .

### Disa nga rregullat :

**Rregulli -1.** Mos rri duar kryq, përfshihuni dhe ju.

Merrni përgjegjësi dhe tregoni interesim për sportin me të cilin mirret fëmiju juaj. Rezultatet e garave për fëmijun nga mosha 6 dhe 7 nuk është me rëndësi.

Nese ju pyet fëmiju juve se a kemi fituar , përgjigjuni se për ju më rëndësi është pjesëmarrja dhe falenderoje për pjesëmarrje dhe angazhim. Sa ma i rritur me vite dhe me moshë të jetë fëmiju, fitorja do të bëhet gjithnjë ma e vlefshme .

Përcillenit se si po silllet fëmiju i juaj në trajning dhe gara, kyquni dhe ju në aktivitetet dhe përgjegjësit e ekipës ku fëmiju juaj ushtron .

**Rregulli-2.**Të kujdeseni për veteveten dhe sjelljet e fëmijut .

Për shumë prind kjo nuk është një punë e lehtë, kur fëmiju juaj gjindet në vështërsi, kur humbë ndeshjen e fituar, apo luan nën mundsit dhe aftësit e tija. Detyrë e juaj është që të jeni pranë tij dhe të jeni burimi i insperacionit dhe optimizmit tek fëmiju juaj, pasi që fëmiju mundohet ti kopijoj sjelljet e prindit , mundohuni që ju si prind te mos reagoni në mënyrë agresive , jo sportive dhe të papërshtatshme , për shkak se një sjellje e till mund të shfaqet tek fëmiju juaj .

**Rregulli 3.**Gjithmonë të jeni pozitiv dhe të kujdesëshëm me komentet e juaja .

Prindrit harrojnë se fëmijët i kanë arsyet e tyre për angazhimin në sport , por e shofin pak ma ndryshe se fëmijet ma të rritur. Për fëmijet fitoret dhe humbjet janë koncepte abstrakte , por fëmiju shumë shpejt e kupton se fitorja e tyre në gara, nënën dhe babin i bën të lumtur , ndersa humbja e qon tek komentimi si:

Nëse donë të fitosh duhet të ushtrosh në mënyrë ma intensive gjatë përgaditjeve .

Nëse deshironi që përvoja sportive tek fëmijet e juaj të jenë positive vazhdoni ta shpërbleni mundin dhe angazhimin e fëmijut të juaj dhe bashklojtaret e tij.

Mos harroni se fëmijet e juaj rregullisht do t'ju përcjellin dhe do të mësojn nga ju . Në të njejtën mënyrë që sjellni ju dhe ata do te reagojnë gjatë garave sportive .

Në qofse ju bërtitni ne refer,apo shani kur gjerat në teren shkojn keq , edhe fëmiju do ta bëjë të njejten gjë fëmiju do t'ju imitoj.

**Rregulli 4.** Fëmijët mësojn se si të sillën nga prindrit e tyre.

Shumica prindërve posa fillon ndeshja janë të nervozuar , ndezin një cigare, ku se bashku me timin e cigarës nxjerrë një zë për të përkrah fëmijun e vetë dhe bashklojtaret e tijë.

Kurë fëmiju degjonë zërin e prindit se si po reagon , me sharje , bërtima , fyrje a thua se çka do të mendoj fëmiju në fush ?, dyshonë se ai nuk është duke e dhënë atë çka pritet nga ajë në fushë dhe nuk është duke i plotësuar dëshirat e prindrve si me lojë dhe angazhimë në fushë.

Në qofse përsëriten gjërat të tilla disa herë mundë të ndikojn tek fëmijet dhe ata filloin të dushoj në aftësit e veta dhe nuk duan të mirren me sport, ku do të arsyetohen se janë të lënduar apo të smuar , apo deshiron të mirret me diqka tjetër.

**Rregulli 5.** Kombinim i fuqishëm i mbështetjës prindrore në reagimet positive .

Para se gjithash , mos harroni se fëmijët reagojn edhe në reagimet positive qe vinë nga ana e prindërve . Megjithatë kjo nuk është e lehtë për tu mbështetur me reagimet positive gjithmonë dhe të jetë prioritet i juaji .

Sjellja juaj varet nga ajo qe ju dëshironi që fëmiu të marr nga sporti . Në qoftëse ju dëshironi që ai vetëm të fitoi , atëher do të thoni: „Pas çdo fitorje do t’ju dhuroj picë, lëngë apo akullorë’’. Në këtë mënyrë fëmiju shpëjt do të kuptoj që fitorja do të sjell ushqim apo shpërblim, a në humbje do të shkosh në shtëpi si i uritur. Një sjellje e till nga ana e prindit nuk është edukative as arsimore për një të rinjë . Fëmiun duhet ta lajmrojmë se gjatë jetës do të has në fitore gjithashtu edhe në humbje si sportist ti përballoj me dinjitet.

Është e nevojshme që ti afrohet fëmiut përkrahja e vërtet , ta shpërbleni mundin dhe angazhimin e tyre pa marr parasysh a ke fituar apo humbur dhe jo të shpërblehet vetëm fitorja.

**Rregulli 6.** Kjo është jeta e fëmijës tuaj e jo e juaja .

Kjo tingëllon e thjesht dhe e lehtë të anashkalohet . Fëmija juaj veq ka përfunduar dhe mos u mundoni që përsiëri të përjetoni fëmirin e dikurshme . Mos harroni se ju jeni një i rritur , i pjekur dhe prind dhe nuk guxoim te biem në nivel me sportistet e rinjë . Është detyrë dhe obligim i juaji që të dini se ku është kufiri i kritikës dhe lavdrimi mos të teprohet me asnjëren po të thuhet realiteti.

Në rregullë është që të mburreni me fëmiun e juaj për të arriturat e fëmijut në sportë, por nuk është në rregull ti mbivlersoni aftësit dhe njohurit e fëmijut tuaj. Duhet të jesh real ndaj fëmijut tuaj dhe bashkëlojtarve të tij. Prindrit e fëmijve të tjer nuk do të konsiderojn si më pak të vlefshëm në qofse fëmiju juaj nuk do të bëhet lojtari ma i mirë .

Gjithashtu mos harroni se fëmijet fizikisht rriten me ritme të ndryshme biologjike, disa fëmij janë më të avancuar si në aspektin fizik dhe psikik ku kjo ka ndikim të madhë në sport dhe në avansimin e tyre.

**Rregulli 7.** Që loja të jetë argtuese, në te duhet të punohet.

Kjo rregullë mundë të duket kontradiktore por sa ma shumë kamë menduar për atë që ju ta kuptoni se loja është një element argtimi në fakt kjo është vërtet . Mos harroni se përceptimi i fëmijve për sportin ndryshon krejtësisht nga ato të juajat .

Studimet e shumta nga psikologjia kanë vërtetuar se procesi i lojës për fëmij nuk është lojë . Kjo është një detyrë e vështirë e të mësuarit dhe zhvillimin e aftësive dhe shkathtësive siq janë ; gjuajtjet, pranimet, pasimet e topit, vrapimet deri te caku, kthimi i topit mbi rrjetë shërbimet etj. Prandaj për fëmijt ata që më shpesh lojën e quajm „loja me topa” është me të vërtet punë e rënd . Fëmiu sa ma mirë që të zotroi dhe përsos një aftësi , ai më shumë do ti gëzoi ndjenjat personale .

Sotë shumë fëmijë e kanë vështir të trajnohen dhe të shijojn sportin . Për këtë arsye trainingu nuk guxonë të jetë vetëm përpjekje (vështirsi) por edhe argetim, si për fëmiun njashtu dhe për prindin . Sipas një statistike vërtetohet se më shumë se 75% e fëmijve të cilet në sport kanë filluar në moshen 6-7 vjeqare deri në moshen 15 vjeqare kanë lëshuar garat apo ushtrimet. Arsyeja që këta të rinjë kanë lëshuar sportin , shkaktar ka qenë se nuk ka pas ma lojëra dhe argtime, por ma shumë angazhime dhe ngarkesa fizike jo adekuate për këtë moshë.



Portjeri i kthyer me shpind nga rivali gjatë egzekutimit të penaltisë, a është rër plej apo diçka tjetër ? . A është nençmim ndaj rivalit, apo shkaktar i kësaj është referi me vendimet e tij jo të drejta.

## Vlona Maloku dhe Linor Çitaku të nominuar për Fair play nga Federata Botorore e Pingpongut

06.12.2015 | 12:54

Në adresë të Federates së Pingpongut të Kosovës ditë më parë ka marrë një ftesë nga Federata Botërore e Pingpongut ITTF që Linor ÇITAKU dhe Vlona MALOKU, anëtar të Përfaqësueses së Kosovës dhe anëtarë të KPP Prishtina, janë të nominuar për çmimin "2015 ITTF Fair Play World Star". Ata janë ftuar të marrin pjesë në ceremoninë e shpalljes së më të mirëve nga Federata Botërore e Pingpongut, që mbahet në Lisbonë të Portugalisë më 9 dhjetor 2015. Kjo është një mirënjohje e madhe për pingongistët në fjalë, por edhe për për Federatën e Pingpingut të Kosovës të cilët janë shembull në botë për sjellje dhe edukatë sportive.

