

Затверджено Радою ГО «Всеукраїнська  
Федерація ходьби Олександра Шимка»-  
25.10.2015 р.

Доповнення затверджені Радою ГО  
«Всеукраїнська Федерація ходьби  
Олександра Шимка» - 09.10.2016 р.

## **КОДЕКС**

члена Громадського об'єднання  
«ВСЕУКРАЇНСЬКА ФЕДЕРАЦІЯ ХОДЬБИ ОЛЕКСАНДРА ШИМКА»  
(надалі ФЕДЕРАЦІЯ)

### **1. Загальні положення**

**1.1.** Цей КОДЕКС являє собою перелік загальних принципів основних правил поведінки та етики членів ФЕДЕРАЦІЇ під час тренувань, та поза ними;

**1.2.** Як член ФЕДЕРАЦІЇ, я усвідомлюю і погоджуюся із цим КОДЕКСОМ і буду виконувати його в процесі тренувань та загальних заходів, що проводить ФЕДЕРАЦІЯ;

**1.3.** Я усвідомлюю, що чинний КОДЕКС встановлює етичні норми та правила поведінки мої, як члена ФЕДЕРАЦІЇ, заради зміцнення престижу і авторитету ФЕДЕРАЦІЇ;

**1.4.** Виконуючи вимоги цього КОДЕКСУ – я підвищую ефективність ФЕДЕРАЦІЇ;

**1.5.** Я усвідомлюю, що КОДЕКС є основою для формування моралі ФЕДЕРАЦІЇ, поважного ставлення до членів ФЕДЕРАЦІЇ, самоорганізації та самоконтролю;

**1.6** Мої знання КОДЕКСУ і виконання його вимог це:

1.6.1. Критерій якості моєї поведінки і ставлення до своїх колег – членів ФЕДЕРАЦІЇ;

1.6.2. Засіб підвищення авторитету, престижу і популярності ФЕДЕРАЦІЇ у соціумі.

### **2. Основні принципи і правила поведінки членів ФЕДЕРАЦІЇ**

Як член ФЕДЕРАЦІЇ, я визнаю відповідальність перед усіма членами ФЕДЕРАЦІЇ і:

**2.1.** Я пам'ятаю, що усі члени ФЕДЕРАЦІЇ є вільними і рівними у своїй гідності та правах;

**2.2.** Я виключаю дії, пов'язані з особистими фінансовими та іншими інтересами, які можуть перешкоджати діяльності, авторитету та престижу ФЕДЕРАЦІЇ;

**2.3.** Я проявляю повагу до звичаїв та традицій членів ФЕДЕРАЦІЇ усіх регіонів України;

**2.4.** Я не допускаю випадків примушення чи агітації членів ФЕДЕРАЦІЇ до участі у діяльності політичних партій чи інших об'єднань, які суперечать Законодавству України та СТАТУТУ ФЕДЕРАЦІЇ;

**2.5.** Створюючи інформацію про ФЕДЕРАЦІЮ, я узгоджую цю інформацію з керівництвом;

**2.6.** Я проявляю активність у поширенні інформації про спортивно-оздоровчу ходьбу, діяльність і здобутки членів ФЕДЕРАЦІЇ;

**2.7.** Я виконую вдома спеціальні вправи для ходьби, для гнучкості та правильної постави, дотримуюсь раціонального харчування і режиму дня;

**2.8.** Під час змагань я підтримую членів ФЕДЕРАЦІЇ оплесками і добрими словами, повідомляю їм час після старту, відрив від суперника, роблю все можливе для досягнення кращого результату, не порушуючи при цьому ПРАВИЛ ЗМАГАНЬ;

### **3. Етичні правила поведінки членів ФЕДЕРАЦІЇ**

**3.1.** Проявляю толерантність, повагу та доброзичливість у спілкуванні;

**3.2.** Дотримуюсь встановленого ФЕДЕРАЦІЄЮ порядку озвучення запитань – здійснюю перед цим догори руку, не перебиваю тренера або доповідача;

**3.3.** У своїй поведінці я контролюю себе і повністю утримуюся від:

3.3.1. Некоректних коментарів, висловлювань щодо віку, національності, мови, громадянства, соціального положення, політичних та релігійних уподобань;

3.3.2. Грубості, прояви зневажливого тону, образливих реплік, тощо.

**3.4.** У стосунках я не допускаю панібратства і фамільярності, а моїм девізом є:

3.4.1. Усмішка – моя візитка;

3.4.2. Говорить тренер, я – слухаю та присікаю розмови поруч;

3.4.3. Я – сама доброзичливість.

**3.5.** Виконую правило “fair play” (чесна гра), а саме: я не вступаю до інших громадських організацій, інтереси яких можуть конфліктувати з інтересами ФЕДЕРАЦІЇ.

### **4. Естетичні правила поведінки членів ФЕДЕРАЦІЇ**

**4.1.** Зовнішній вигляд члена ФЕДЕРАЦІЇ на тренуваннях:

4.1.2. Спортивний одяг – у кольорах прапора ФЕДЕРАЦІЇ і з її атрибутами (шеврон, шильд, лампаси);

4.1.3. Я не допускаю демонстрації своєї нижньої білизни з-під спортивного одягу;

4.1.4. На змаганнях поза ФЕДЕРАЦІЄЮ – мій одяг або ж у кольорах України, або у кольорах прапора ФЕДЕРАЦІЇ, з подвійним (на груди і спину) номером учасника;

**4.2.** Мій зовнішній вигляд – охайний, чепурний, привабливий.

### **5. Методичні правила поведінки членів ФЕДЕРАЦІЇ**

**5.1.** Під час тренування, використання будь-яких інших методів, вправ чи авторських ідей, я узгоджую з Радою ФЕДЕРАЦІЇ або ж з Президентом ФЕДЕРАЦІЇ.

**5.2.** Під час тренування, щоб не зменшувати його ефективність, я не розмовляю з іншими членами ФЕДЕРАЦІЇ і не заважаю їм.

**5.3.** У кожному тренуванні я пам'ятаю, що розвиваю інерцію ходи.

**5.4.** У кожному тренуванні я розвиваю само відновлюваність систем організму.

**5.5.** Кожне тренування я починаю у одному стані, а закінчую у кращому!