

# Twoje prawo do gry

Jakie prawa ma małoletni zawodnik, czego może od niego wymagać klub i gdzie zgłosić nadużycie

Ten poradnik składa się z dwóch części. **Część I** jest dla rodzica lub opiekuna prawnego – mówi o umowach, obowiązkach klubu i procedurach. **Część II** jest napisana wprost do zawodnika i można ją czytać osobno. Na końcu są **załączniki** do wydrukowania: karta „gdzie zgłosić”, lista pytań do klubu i wzór notatki ze zdarzenia.

## Zanim zaczniesz czytać

Trzy rzeczy, które warto wiedzieć od razu.

- **Znajomość praw nie jest wotum nieufności wobec klubu.** Dobry klub sam chce, żeby rodzic je znał – bo wtedy rozmowa toczy się o konkretach, a nie o domysłach.
- **Większość konfliktów w akademii nie jest sporem prawnym.** Są sporem o oczekiwania, których nikt nie nazwał na początku. Dlatego pierwsza część poradnika zaczyna się od papierów, a nie od procedur skargowych.
- **Sprawy dotyczące bezpieczeństwa dziecka mają inną wagę niż wszystko pozostałe.** Tu nie ma etapu „poczekajmy, może samo minie”. Jest ścieżka i są terminy – opisuje je rozdział o zgłaszaniu nadużyć.

**Zastrzeżenie.** Ten materiał jest opracowaniem informacyjnym, a nie poradą prawną i nie zastępuje kontaktu z prawnikiem ani z instytucją. Stan prawny i przepisy związkowe opisano na dzień **27 sierpnia 2026 r.** Przepisy Polskiego Związku Piłki Nożnej bywają nowelizowane kilka razy w roku – przed powołaniem się na konkretny zapis sprawdź aktualny tekst jednolity na **pzpn.pl**. Poradnik nie zastępuje też pomocy psychologicznej ani medycznej.

## Skąd biorą się prawa Twojego dziecka

Prawa małoletniego zawodnika nie są zapisane w jednym miejscu. Składają się na nie cztery warstwy – i to jest praktyczna informacja, bo do każdej z nich idzie się inną drogą, gdy coś nie działa.

| Warstwa            | Co reguluje                                                                                                 | Gdzie szukać                                                                  |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Prawo powszechne   | Bezpieczeństwo, ochrona przed krzywdzeniem, odpowiedzialność za wypadek, dane osobowe, wizerunek            | Kodeks cywilny i karny, ustawa o sporcie, ustawa o ochronie małoletnich, RODO |
| Przepisy związkowe | Status zawodnika, zmiana klubu, ekwiwalent za wyszkolenie, badania, ubezpieczenie, standardy ochrony dzieci | Uchwały PZPN i Polityka Bezpieczeństwa Dzieci PZPN                            |
| Dokumenty klubu    | Wysokość składek, regulamin treningów, zasady wyjazdów, kary porządkowe                                     | Statut, regulamin akademii, umowa członkowska                                 |
| Umowa z rodzicem   | To, co dziecko i klub obiecali sobie nawzajem                                                               | Podpisany egzemplarz – ten, który masz w domu                                 |

**Reguła praktyczna:** warstwa niższa nie może odebrać tego, co daje wyższa. Regulamin klubu ani podpisana umowa **nie mogą** znieść praw dziecka do bezpieczeństwa, do opieki medycznej ani do zgłoszenia krzywdzenia. Zapis sprzeczny z prawem powszechnym po prostu nie obowiązuje – niezależnie od tego, że go podpisałaś lub podpisał.

## Ustawa o ochronie małoletnich — co zmieniła w klubach

Od 15 lutego 2024 roku obowiązek wdrożenia **standardów ochrony małoletnich** obejmuje także podmioty prowadzące działalność sportową – kluby, akademie, stowarzyszenia i fundacje szkolące dzieci. To ta sama regulacja, o której mówi się publicznie jako o „ustawie Kamilka”.

Dla rodzica oznacza to trzy konkretne rzeczy, których wolno oczekiwać od każdego klubu:

1. **Klub ma spisane standardy ochrony małoletnich** i udostępnia je – na stronie internetowej i w siedzibie. Nie jest to dokument poufny.

2. **Każda osoba dopuszczona do pracy z dziećmi jest zweryfikowana** w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym oraz w Krajowym Rejestrze Karnym. Dotyczy to również wolontariuszy i osób pomagających przy wyjazdach.
3. **Klub ma procedurę interwencji** – czyli wie, co robi w dniu, w którym ktoś zgłosi podejrzenie krzywdzenia, i kto konkretnie to zgłoszenie przyjmuje.

Brak tych trzech elementów nie jest drobiazgiem formalnym. To jest pierwszy sygnał ostrzegawczy przy wyborze klubu – i pierwsze pytanie, jakie warto zadać.

**Uwaga o stanie prawnym.** W sierpniu 2025 r. Sejm uchwalił nowelizację, która miała złagodzić obowiązki weryfikacyjne (m.in. zastąpić część zaświadczeń z KRK oświadczeniami). **Nowelizacja została zawetowana** 29 sierpnia 2025 r. i nie weszła w życie – obowiązują przepisy w brzmieniu sprzed nowelizacji. Zanim klub powie Ci, że „przepisy się zmieniły i zaświadczenia już nie trzeba”, poproś o wskazanie podstawy prawnej.

## Prawa małoletniego zawodnika

Poniższa lista pochodzi z Polityki Bezpieczeństwa Dzieci PZPN i stanowiącego jej część **Kodeksu postępowania dla dzieci** (załącznik nr 12), uzupełnionych o Konwencję o prawach dziecka. To nie są postulaty – to obowiązujące standardy, do których przestrzegania klub jest zobowiązany.

| Prawo                  | Co to znaczy w praktyce                                                                                                  |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Do zabawy i rozwoju    | Dziecko ma prawo dobrze się bawić i rozwijać umiejętności – wynik nie jest jedynym celem                                 |
| Do bezpieczeństwa      | Środowisko wolne od nadużyć, molestowania i wykorzystywania; ochrona także przed złym zachowaniem rówieśników            |
| Do bycia wysłuchanym   | Zdanie dziecka musi być brane pod uwagę w decyzjach, które go dotyczą – zwłaszcza gdy mówi, że nie czuje się bezpiecznie |
| Do informacji          | Dziecko ma wiedzieć, do kogo pójść po pomoc i gdzie tę osobę znaleźć                                                     |
| Do opieki medycznej    | Odpowiednia pomoc przy urazie i wypadku, także na wyjeździe                                                              |
| Do braku dyskryminacji | Ze względu na wiek, płeć, pochodzenie, religię, orientację czy poziom umiejętności                                       |
| Do odpoczynku          | Czas wolny, zabawa i zajęcia stosowne do wieku (art. 29 i 31 Konwencji o prawach dziecka)                                |

| Prawo          | Co to znaczy w praktyce                                                                      |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Do prywatności | Szatnia, prysznic i przebieranie się bez presji i bez obecności dorosłych w tym samym czasie |

Dziecko ma prawo powiedzieć „nie czuję się z tym dobrze” — i to zdanie samo w sobie jest wystarczającym powodem, żeby dorosły się zatrzymał.

Kodeks postępowania dla dzieci, załącznik nr 12 do Polityki Bezpieczeństwa Dzieci PZPN

## Czego klub ma prawo wymagać

Ta lista jest równie ważna jak poprzednia — bo poradnik o prawach, który nie mówi o obowiązkach, uczy roszczeniowości, a nie sprawczości. Klub **ma prawo** wymagać:

- **terminowego opłacania składek** w wysokości i terminie wynikających z umowy oraz regulaminu — składka jest zobowiązaniem rodzica, nie dziecka;
- **przestrzegania regulaminu treningów i zawodów** — punktualności, stroju, sprzętu, zasad zachowania na obiekcie;
- **aktualnych badań lekarskich** i orzeczenia o zdolności do uprawiania piłki nożnej — bez ważnego orzeczenia zawodnik nie może grać w zawodach;
- **kompletu podpisanych zgód** — na udział w treningach, na opiekę medyczną, na przetwarzanie danych, na wyjazdy;
- **informowania o nieobecnościach** i o istotnych zmianach stanu zdrowia dziecka;
- **szacunku wobec kadry, rywali i sędziów** — ze strony zawodnika i ze strony rodzica na trybunach;
- **zaangażowania adekwatnego do poziomu grupy** — czyli obecności, wysiłku i pracy nad błędami.

Klub może również stosować **kary porządkowe** przewidziane w regulaminie (upomnienie, rozmowa z rodzicem, czasowe odsunięcie od zawodów), o ile są w regulaminie opisane, proporcjonalne i nie polegają na wysiłku fizycznym ani na upokorzeniu.

# Czerwone linie: czego wymagać nie wolno

Poniższe zachowania są niedopuszczalne niezależnie od tego, co mówi regulamin, jaki jest poziom rozgrywek i jak ważny jest mecz. Każde z nich jest wprost nazwane w dokumentach PZPN jako zła praktyka albo nadużycie.

| Nie wolno                              | Dlaczego                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zmuszać do gry z urazem                | Trener ma obowiązek zwolnić zawodnika, który zgłasza uraz lub złe samopoczucie. Tolerowanie gry mimo złego stanu zdrowia bywa kwalifikowane jako czyn niedozwolony |
| Karać wysiłkiem fizycznym              | Nadmierne obciążenie i „kara okrążeniami” są w PBD PZPN wskazane jako niedopuszczalna praktyka                                                                     |
| Stawiać wynik ponad dobrostan          | „W przypadku dzieci wydajność nigdy nie powinna odbywać się kosztem radości ze sportu i rozwoju”                                                                   |
| Obwiniać dziecko za przegraną          | Umniejszanie wysiłku i publiczne obarczanie winą to przemoc emocjonalna                                                                                            |
| Przebierać się i kąpać razem z dziećmi | Dorośli nie może korzystać z szatni i prysznicza w tym samym czasie i miejscu co dzieci                                                                            |
| Wymuszać prysznic w klubie             | Dziecko, które odczuwa dyskomfort, ma się przebrać w domu – bez presji i komentarzy                                                                                |
| Kontaktować się prywatnie w sieci      | Zakaz prywatnych rozmów, zapraszania do znajomych i kontaktu z prywatnych kont; w grupach mają być co najmniej dwaj dorośli moderatorzy                            |
| Nocować z dzieckiem w pokoju           | Na wyjazdach dorośli nie dzieli pokoju z dziećmi ani nie zostaje z dzieckiem sam na noc                                                                            |
| Wymagać kontaktu fizycznego            | Dotyk wykraczający poza potrzeby gry, uzasadniany „dobrem zawodnika”, jest formą nadużycia                                                                         |
| Żądać milczenia                        | Klub nie może wymagać zachowania w tajemnicy sytuacji krzywdzenia ani przedkładać reputacji nad zgłoszenie                                                         |
| Podawać substancje zabronione          | Podanie małoletniemu dopingu – także bez jego wiedzy – jest przestępstwem zagrożonym karą pozbawienia wolności do lat 3                                            |

| Nie wolno                       | Dlaczego                                                                          |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Wykorzystywać do celów własnych | Angażowanie zawodnika do prywatnych lub zarobkowych celów dorosłego jest zakazane |

**Jak używać tej tabeli.** Nie jako listy zarzutów na zebranie. Jako progu: dopóki rozmawiamy o metodzie treningowej, stylu prowadzenia zespołu czy liczbie minut na boisku – to jest dyskusja i można ją prowadzić. Gdy przekroczona zostaje któraś z tych linii, przestaje to być kwestia opinii, a zaczyna być kwestia procedury opisanej w rozdziale 10.

## Dokumenty do podpisu

Za małoletniego zawodnika dokumenty podpisuje rodzic albo opiekun prawny. Wynika to z przepisów o zdolności do czynności prawnych:

- **dziecko poniżej 13 lat** nie ma zdolności do czynności prawnych – każde oświadczenie składa za nie przedstawiciel ustawowy;
- **od 13 do 18 lat** zawodnik ma ograniczoną zdolność do czynności prawnych – umowa wymaga zgody rodzica, a zawarta bez niej jest ważna dopiero po potwierdzeniu przez rodzica (art. 17 i 18 § 1 Kodeksu cywilnego);
- **po ukończeniu 16 lat** zgody dotyczące zdrowia (hospitalizacja, pobranie krwi, opieka medyczna) wymagają obok podpisu rodzica także **czytelnego podpisu samego zawodnika** – to jego zdrowie i jego głos.

## Zestaw dokumentów, który powinien być kompletny

| Dokument                         | Na co zwrócić uwagę                                                                                        |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Umowa lub deklaracja członkowska | Wysokość i termin składki, co obejmuje, zasady rezygnacji, okres wypowiedzenia, kary umowne                |
| Deklaracja gry amatora           | To dokument rejestracyjny wiążący zawodnika z klubem – zapytaj o okres obowiązywania i warunki rozwiązania |
| Regulamin akademii               | Powinien być załącznikiem do umowy, a nie dokumentem „dostępnym u trenera”                                 |

| Dokument                   | Na co zwrócić uwagę                                                                                                                   |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zgody zdrowotne            | Opieka medyczna w czasie zajęć, hospitalizacja i zabieg w nagłym wypadku, pobranie krwi, badania zdolności do gry                     |
| Klauzula informacyjna RODO | Cel, podstawa prawna i czas przetwarzania danych dziecka; klub ma ją przedstawić <b>przed</b> rozpoczęciem szkolenia                  |
| Zgoda na wizerunek         | Sprawdź zakres: gdzie, jak długo, w jakich kanałach. Zgoda jest <b>dobrowolna</b> – odmowa nie może skutkować niedopuszczeniem do gry |
| Zgody na wyjazdy           | Osobno dla obozów i turniejów; przy wyjeździe klub ma podać program, regulamin i numery alarmowe do opiekunów                         |
| Polisa NNW                 | Poproś o numer polisy i zakres – to nie jest informacja poufna                                                                        |

## Kontrakt profesjonalny — od kiedy

Przepisy PZPN dopuszczają zawarcie przez zawodnika **kontraktu po ukończeniu 15. roku życia**. Tak zwany kontrakt U18 może podpisać osoba, która ukończyła 15 lat i nie ukończyła 18 lat, na czas określony **nie dłuższy niż trzy lata**, a warunkiem jego ważności jest **pisemna zgoda rodziców lub opiekunów prawnych**. Gdy rodzic zgody nie wyraża, małoletni może wystąpić o nią do sądu opiekuńczego.

Zawodnik może być w danym czasie związany **tylko jednym obowiązującym kontraktem**. Jeżeli ktoś proponuje drugą umowę „na wszelki wypadek” – to jest sygnał ostrzegawczy, nie dowód zainteresowania.

**Menedżer i pośrednik.** Działalność agentów opiera się w Polsce na ogólnych przepisach o zleceniu. Kluczowe ograniczenie wobec małoletniego jest proste: **każda** umowa z menedżerem i każdy kontrakt zawierany za jego pośrednictwem wymaga udziału i zgody rodziców. Umowa podpisana z samym nastolatkiem, bez rodzica, nie wiąże. Przed podpisaniem czegokolwiek warto pokazać dokument prawnikowi – to jeden z nielicznych momentów, w których jednorazowy koszt porady zwraca się wielokrotnie.

# Zmiana klubu i ekwiwalent za wyszkolenie

---

Zmiana barw klubowych to formalnie zmiana przynależności klubowej, dokonywana na podstawie porozumienia między klubem odstępującym a pozyskującym. Dwie rzeczy warto zapamiętać.

**Po pierwsze – płaci klub, nie rodzic.** Opłaty transferowe i ekwiwalent za wyszkolenie obciążają **klub pozyskujący**. Żądanie od rodzica, by „wykupił” dziecko, nie ma oparcia w przepisach związkowych. Jeżeli takie żądanie pada, poproś o wskazanie podstawy na piśmie.

**Po drugie – klub nie może zatrzymać zawodnika po wygaśnięciu umowy.** Uzależnianie zmiany klubu od zapłaty, gdy zawodnika nie wiąże już ważna umowa, jest sprzeczne z zasadami wypracowanymi w orzecznictwie europejskim (sprawa Bosmana). Ekwiwalent za wyszkolenie ma pokrywać **rzeczywiste koszty szkolenia**, a nie działać jak kara za odejście – tak wynika z wyroku w sprawie Bernarda.

**Jak liczony jest ekwiwalent.** PZPN określa zasady jego ustalania osobną uchwałą; ekwiwalent liczy się według wzoru uwzględniającego okres rejestracji zawodnika w klubie szkolącym (co do zasady między 12. a 21. rokiem życia), kategorię wiekową oraz klasę rozgrywkową klubu pozyskującego. Kwota jest więc **wyliczalna**, a nie negocjowana dowolnie – i to jest dobra wiadomość dla rodzica, bo pozwala sprawdzić, czy podana liczba ma sens. Przed powołaniem się na konkretną wartość sprawdź aktualny tekst uchwały na [pzpn.pl](http://pzpn.pl).

## Gdy dojdzie do urazu

---

### Badania i orzeczenie o zdolności do gry

Do udziału w zawodach potrzebne jest orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania piłki nożnej. Badania z zakresu medycyny sportowej u dzieci i młodzieży **do ukończenia 21. roku życia są finansowane ze środków publicznych** (art. 29 ust. 6 ustawy o sporcie w związku z przepisami o świadczeniach opieki zdrowotnej). Wykonuje je lekarz medycyny sportowej albo – w zakresie przewidzianym przepisami – lekarz podstawowej opieki zdrowotnej. Zakres i częstotliwość badań wstępnych, okresowych i kontrolnych określa rozporządzenie Ministra Zdrowia.

## Ubezpieczenie NNW

Zawodnik uczestniczący we współzawodnictwie organizowanym przez polski związek sportowy **podlega obowiązkowemu ubezpieczeniu od następstw nieszczęśliwych wypadków**, a obowiązek zawarcia umowy ubezpieczenia spoczywa **na klubie** (art. 38 ust. 2 ustawy o sporcie). To nie jest uprzejmość klubu ani dodatkowa usługa – to jego ustawowy obowiązek.

## Kto odpowiada za wypadek

| Podstawa          | Kiedy wchodzi w grę                                                                              |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| art. 415 KC       | Odpowiedzialność trenera na zasadzie winy – np. gdy zignorował zgłoszony uraz i kazał grać dalej |
| art. 430 KC       | Odpowiedzialność klubu za szkodę wyrządzoną z winy trenera podlegającego jego kierownictwu       |
| art. 429 KC       | Odpowiedzialność klubu za powierzenie zajęć osobie bez wymaganych uprawnień (wina w wyborze)     |
| art. 427 KC       | Odpowiedzialność za nienależyty nadzór nad małoletnim                                            |
| art. 444 i 445 KC | Roszczenia: koszty leczenia i rehabilitacji oraz zadośćuczynienie za krzywdę                     |

Poważniejsze przypadki – brutalność, dopuszczenie do niebezpiecznego wysiłku, narażenie na utratę zdrowia – mogą rodzić odpowiedzialność karną (m.in. art. 156, 157, 160 i 217 Kodeksu karnego).

**Co zrobić w dniu wypadku.** Zadbaj o pomoc medyczną, a potem o trzy rzeczy: **dokumentację medyczną** (opis urazu z datą), **pisemne zgłoszenie zdarzenia do klubu** z prośbą o potwierdzenie przyjęcia oraz **zgłoszenie z polisy NNW**. Pamięć zacierza szczegóły w kilka dni – notatka spisana tego samego wieczora jest warta więcej niż najlepsze wspomnienie po miesiącu. Wzór notatki znajdziesz w załączniku C.

## Psychologiczna strona gry

### Bezpieczeństwo psychologiczne — co to właściwie jest

Bezpieczeństwo psychologiczne to stan, w którym zawodnik **może zaryzykować** – zagrać odważnie, przyznać się do błędu, powiedzieć, że coś boli, zapytać, czego nie rozumie – **bez obawy, że**

**zapłaci za to ośmieszeniem, karą albo utratą miejsca w składzie.** To nie jest miękkie dodatkowe dobro. To warunek uczenia się: zawodnik, który boi się popełnić błąd, przestaje próbować nowych rozwiązań i gra zachowawczo. Wtedy rozwój się zatrzymuje – a wynik zwykle też.

Dziecko, które boi się stracić miejsce w składzie, nie zgłosi urazu.  
Dziecko, które boi się kary za błąd, nie zaryzykuje podania do przodu.  
Bezpieczeństwo psychologiczne nie jest przeciwieństwem wymagań —  
jest warunkiem tego, żeby wymagania miały sens.

## Po czym poznać, że jest

- Błąd jest omawiany jako **informacja**, nie jako przewinienie — rozmowa dotyczy decyzji i rozwiązania, nie charakteru zawodnika.
- Zawodnik **zgłasza uraz** i nie ponosi za to konsekwencji w postaci chłodniejszego traktowania.
- Trener **potrafi przyznać się do własnej pomyłki** — to najsilniejszy sygnał, jaki może wysłać zespołowi.
- Krytyka jest **kierowana do konkretnej osoby i na osobności**, pochwała może być publiczna.
- Dziecko **wie, do kogo pójść**, gdy coś go niepokoi, i potrafi tę osobę nazwać z imienia.
- Po słabym meczu w szatni **da się rozmawiać** — nie zapada cisza ze strachu.

## Po czym poznać, że go nie ma

- Dziecko przed treningiem regularnie **ma objawy somatyczne** — boli brzuch, głowa; w weekend objawy znikają.
- **Przestaje opowiadać** o treningach, zbywa pytania jednym słowem.
- Mówi o sobie językiem oceny: „jestem beznadziejny”, „i tak mnie nie wystawi”.
- **Ukrywa ból** albo prosi, żeby nie mówić trenerowi o kontuzji.
- Boi się konkretnej osoby lub konkretnej sytuacji (szatnia, przejazd, nocleg).
- Nagle chce rzucić sport, którego jeszcze niedawno nie mógł się doczekać — **bez zdarzenia, które by to tłumaczyło**.

**Uwaga o granicach tego rozdziału.** Powyższe sygnały nie są diagnozą. Są powodem do rozmowy — a przy ich utrzymywaniu się także do kontaktu ze specjalistą: psychologiem, pedagogiem szkolnym lub lekarzem. Trening mentalny i praca nad nastawieniem nie zastępują pomocy psychologicznej ani leczenia. Gdy dziecko mówi o braku sensu życia albo o samookaleczeniu — to nie jest temat na rozmowę o sporcie. Telefon zaufania dla dzieci

i młodzieży: **116 111** (całodobowo, bezpłatnie). Kryzysowy telefon dla dorosłych: **116 123**.

## Rodzic przy boisku

Ten rozdział nie dotyczy klubu. Dotyczy nas. Bo najczęstszym źródłem presji, jaką odczuwa młody zawodnik, nie jest trener – jest **cisza w samochodzie w drodze powrotnej**.

| Zamiast                          | Spróbuj                                                                   |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| „Dlaczego nie podałeś?”          | „Co dziś było najtrudniejsze?”                                            |
| „Trener cię nie docenia”         | „Czego chcesz się nauczyć do następnego meczu?”                           |
| Analiza meczu w samochodzie      | „Chcesz o tym pogadać teraz, czy później?” – i uszanowanie odpowiedzi     |
| „Musisz bardziej chcieć”         | „Widziałem, że walczyłeś do końca”                                        |
| Instrukcje z trybun w czasie gry | Kibicowanie bez podpowiadania – dziecko ma słuchać jednego głosu, trenera |
| Porównania do kolegów z drużyny  | Porównanie do niego sprzed trzech miesięcy                                |

### SZEŚĆ SŁÓW

Zdanie, które według trenerów młodzieżowych działa lepiej niż jakakolwiek analiza: **„Lubię patrzeć, jak grasz”**. Nic więcej. Bez „ale”, bez „choć”, bez wniosków na przyszłość. Reszta rozmowy odbędzie się wtedy, kiedy dziecko samo ją zacznie – a zacznie, jeśli będzie wiedziało, że nie skończy się oceną.

## Gdzie zgłosić krzywdzenie dziecka

Ścieżka opisana niżej pochodzi z Polityki Bezpieczeństwa Dzieci PZPN. Ma jedną cechę, którą warto znać zawczasu: **da się z niej wejść na dowolnym poziomie**. Nie musisz zaczynać od klubu, jeżeli to właśnie klub jest problemem.

## Krok po kroku

1. **Zagrożenie życia lub zdrowia – dzwoń natychmiast: 112 albo 999.** Robi to osoba, która pierwsza dowiedziała się o zdarzeniu. Nie czeka się na zgodę klubu ani na potwierdzenie „czy na pewno”.
2. **Zgłoszenie w klubie.** Przyjmuje je zarząd organizacji albo lokalny koordynator do spraw bezpieczeństwa dzieci, jeżeli został powołany. Jego dane kontaktowe klub ma podać do wiadomości personelu, dzieci i rodziców.
3. **Formularz zgłoszenia incydentu** (załącznik nr 16 do Polityki). Zgłoszenie **może być anonimowe**. Zawiera m.in. opis zdarzenia, datę, miejsce, rodzaj nadużycia, dane świadków oraz informację, czy sprawę zgłoszono już gdzie indziej.
4. **Karta interwencji** (załącznik nr 17). Osoba przyjmująca zgłoszenie sporządza ją niezwłocznie, wpisuje do rejestru interwencji i **przekazuje Koordynatorowi PZPN do spraw bezpieczeństwa dzieci**.
5. **Odsunięcie osoby podejrzewanej.** Jeżeli podejrzenie dotyczy pracownika klubu, zostaje on **natychmiast odsunięty** od kontaktu z dziećmi do czasu wyjaśnienia sprawy. To nie jest kara – to środek ochronny.
6. **Zgłoszenie zewnętrzne.** Zarząd zawiadamia policję lub prokuraturę, sąd rodzinny albo ośrodek pomocy społecznej – w zależności od charakteru sprawy. **Złożenie zawiadomienia nie wymaga zgody rodziców** dziecka.
7. **Informacja zwrotna.** Jeżeli zgłosiłaś lub zgłosiłeś obawy, a postępowanie ich nie potwierdziło, klub ma obowiązek poinformować o tym **na piśmie**.

## Gdy sprawcą jest trener albo gdy klub nie reaguje

Polityka przewiduje to wprost: jeżeli zgłoszenie dotyczy osoby wyznaczonej do prowadzenia interwencji albo członka zarządu organizacji, **interwencję prowadzi Koordynator PZPN do spraw bezpieczeństwa dzieci**. Wtedy ścieżkę klubową się pomija i pisze bezpośrednio na adres **ochronadzieci@pzpn.pl**.

Niezależnie od tego **każdy dorosły** może – a w sprawach przemocy domowej ma prawny obowiązek – zawiadomić policję lub prokuraturę z pominięciem struktur klubu.

## Dokąd, do kogo, pod jaki numer

| Gdzie                                      | Kiedy i jak                                                                            |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>112 / 999 / 997</b>                     | Zagrożenie życia lub zdrowia – natychmiast                                             |
| Koordynator PZPN ds. bezpieczeństwa dzieci | <b>ochronadzieci@pzpn.pl</b> – zgłoszenia, pytania i obawy; także gdy klub nie reaguje |
| PZPN, centrala                             | ul. Bitwy Warszawskiej 1920 r. 7, 02-366 Warszawa                                      |
| Wojewódzki związek piłki nożnej            | Poziom regionalny, współpracuje z koordynatorem krajowym                               |
| Prokuratura rejonowa                       | Zawiadomienie o podejrzeniu przestępstwa – na piśmie lub ustnie do protokołu           |
| Sąd rodzinny                               | Wniosek o wgląd w sytuację dziecka lub rodziny                                         |
| Ośrodek pomocy społecznej                  | Wniosek o wgląd w sytuację dziecka; procedura „Niebieskie Karty”                       |
| <b>116 111</b>                             | Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – całodobowy, bezpłatny                        |
| <b>800 12 12 12</b>                        | Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka – bezpłatny                          |
| <b>800 100 100</b>                         | Telefon dla rodziców i profesjonalistów – wsparcie prawne i psychologiczne             |
| <b>22 626 94 19</b>                        | Komitety Ochrony Praw Dziecka                                                          |

**Dokumentacja zgłoszeń** przechowywana jest w zabezpieczonym archiwum przez okres do pięciu lat. Zachowaj kopię własnego zgłoszenia i potwierdzenie jego wysłania – to Twój jedyny dowód na to, że i kiedy sprawa została zgłoszona.

## Sygnaly ostrzegawcze przy wyborze klubu

- Klub **nie ma spisanych standardów ochrony małoletnich** albo nie potrafi wskazać, gdzie są dostępne.
- Nikt nie potrafi podać, **kto jest koordynatorem** do spraw bezpieczeństwa dzieci.

- Regulamin i cennik są **ustne** — „u nas wszyscy wiedzą, jak to działa”.
- Umowa nie ma **zasad rezygnacji** albo przewiduje karę za odejście w trakcie sezonu w wysokości oderwanej od realnych kosztów.
- Klub **uzależnia grę od zgody na wizerunek** — ta zgoda ma być dobrowolna.
- Trener kontaktuje się z dzieckiem **prywatnie** przez media społecznościowe.
- Na pytanie o polisę NNW pada odpowiedź wymijająca.
- Rozmowa o błędach zawodników odbywa się **publicznie i z podniesionym głosem**, a rodzice tłumaczą to „charakterem trenera”.

Pojedynczy punkt nie przesądza niczego. Trzy naraz — warto zadać pytania z załącznika B, zanim podpiszesz cokolwiek.

# Ta część jest napisana do Ciebie

Możesz ją przeczytać sam. Możesz też poprosić kogoś dorosłego, żeby przeczytał ją razem z Tobą.

---

## Masz prawo

---

Grasz w klubie, więc masz wobec niego obowiązki: przychodzisz na treningi, słuchasz trenera, szanujesz kolegów, rywali i sędziego. To jest uczciwy układ. Ale ten układ działa w dwie strony – i oto Twoja połowa.

- Masz prawo **dobrze się bawić**. Piłka ma być trudna, ale ma też sprawiać radość. Jedno nie wyklucza drugiego.
- Masz prawo **popęłniać błędy**. Bez tego nikt się niczego nie nauczył.
- Masz prawo **powiedzieć, że coś boli** – i nie grać, kiedy jesteś kontuzjowany. Nikt nie może kazać Ci grać z urazem.
- Masz prawo **być wysłuchany**. Zwłaszcza gdy mówisz, że coś jest nie tak.
- Masz prawo **wiedzieć, do kogo pójść po pomoc**.
- Masz prawo do **prywatności** w szatni i pod prysznicem. Jeśli czujesz się z tym niepewnie – możesz przebrać się w domu i nikt nie może z tego robić problemu.
- Masz prawo być traktowany **tak samo**, niezależnie od tego, skąd jesteś, jak wyglądasz, w co wierzysz i jak Ci idzie na boisku.
- Masz prawo **odpocząć**. Jesteś zawodnikiem, ale najpierw jesteś dzieckiem.

# To nie jest w porządku

Czasem trudno ocenić, czy coś jest normalną wymagającą pracą, czy już przekroczeniem granicy. Poniższa lista jest prosta: **to wszystko jest przekroczeniem granicy**. Zawsze. Także gdy dorosły mówi, że „tak się hartuje charakter”.

- Ktoś **każe Ci grać, gdy jesteś kontuzjowany**.
- Ktoś **karze Cię bieganiem**, pompkami albo innym wysiłkiem za błąd.
- Ktoś **ośmiesza Cię przy innych**, przezywa, wyzywa albo obwinia za przegraną.
- Ktoś **dotyka Cię** w sposób, który sprawia, że czujesz się nieswojo — niezależnie od tego, jak to tłumaczy.
- Dorosły **przebiera się albo bierze prysznic razem z Wami**.
- Dorosły **pisze do Ciebie prywatnie** z prywatnego konta, prosi o zdjęcia albo chce, żeby to była Wasza tajemnica.
- Ktoś mówi Ci, żebyś **nikomu nie mówił** o czymś, co się stało.
- Ktoś **daje Ci coś do wypicia albo do poćnięcia**, żebyś „lepiej grał”.
- Na wyjeździe dorosły chce, żebyś **został z nim sam w pokoju na noc**.

**Zapamiętaj jedno zdanie:** tajemnica, której dorosły każe Ci dochować przed rodzicami, **nigdy nie jest bezpieczną tajemnicą**. Niezależnie od tego, kto ją zaproponował i jak miłą jest na co dzień osobą.

## Co zrobić, gdy

| Sytuacja                 | Co możesz zrobić                                                                                                                  |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Coś Cię boli na treningu | Powiedz od razu trenerowi. Jeśli usłyszysz „graj dalej” — powiedz rodzicom tego samego dnia                                       |
| Ktoś przekroczył granicę | Powiedz dorosłemu, któremu ufasz. Jeśli pierwsza osoba Cię zbagatelizuje — <b>powiedz drugiej</b> . To nie jest zdradzanie nikogo |

| Sytuacja                               | Co możesz zrobić                                                                                                |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Boisz się mówić na głos                | Napisz. Kartka, wiadomość, notatka w telefonie – to też jest zgłoszenie                                         |
| Nie masz komu powiedzieć               | Zadzwoń: <b>116 111</b> . Bezpлатnie, całą dobę, anonimowo. Możesz też napisać na <b>ochrona-dzieci@pzpn.pl</b> |
| Widzisz, że dzieje się to komuś innemu | Zgłoś tak samo, jakby chodziło o Ciebie. Twoje zgłoszenie może zostać anonimowe                                 |
| Jest naprawdę groźnie                  | <b>112</b> . Nie zastanawiaj się, czy to nie za duża sprawa                                                     |

**Trzy zdania, od których możesz zacząć trudną rozmowę.** Nie musisz opowiedzieć wszystkiego naraz – wystarczy zacząć.

- „Chcę Ci o czymś powiedzieć, ale trudno mi zacząć.”
- „Coś się stało na treningu i nie wiem, czy to normalne.”
- „Nie chcę, żebyś się zdenerwował. Możesz najpierw wysłuchać?”

## Twoja sieć wsparcia

Wypisz trzy osoby, do których możesz pójść, gdy coś Cię niepokoi. Warto zrobić to **teraz**, a nie wtedy, kiedy będzie trzeba – bo wtedy jest znacznie trudniej myśleć.

| Kto                                            | Imię i kontakt                         |
|------------------------------------------------|----------------------------------------|
| W domu                                         | _____                                  |
| W klubie                                       | _____                                  |
| W szkole                                       | _____                                  |
| Koordynator ds. bezpieczeństwa dzieci w klubie | _____                                  |
| Zawsze: telefon zaufania                       | <b>116 111</b> – całą dobę, bezpłatnie |

## Załącznik A. Karta pomocowa

### Gdy dzieje się krzywda — gdzie dzwonić

|                                               |                                                                 |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>112</b>                                    | Zagrożenie życia lub zdrowia — natychmiast                      |
| <b>116 111</b>                                | Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, całodobowo, bezpłatnie |
| <b>800 12 12 12</b>                           | Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka               |
| <b>800 100 100</b>                            | Telefon dla rodziców i profesjonalistów                         |
| <b>116 123</b>                                | Kryzysowy telefon zaufania dla dorosłych                        |
| <b>ochronadzieci@pzpn.pl</b>                  | Koordinator PZPN ds. bezpieczeństwa dzieci                      |
| Koordinator w naszym klubie: _____ tel. _____ |                                                                 |

Wytnij tę kartę i powieś tam, gdzie dziecko ją zobaczy

## Załącznik B. Pytania do klubu przed zapisem

1. Czy klub ma spisane **standardy ochrony małoletnich** i gdzie są dostępne?
2. Kto jest **koordynatorem do spraw bezpieczeństwa dzieci** i jak się z nim skontaktować?
3. Czy **cała kadra** — w tym wolontariusze i opiekunowie na wyjazdach — jest weryfikowana w rejestrach?
4. Jakie **uprawnienia trenerskie** ma osoba prowadząca grupę mojego dziecka?
5. Ile wynosi **składka**, co obejmuje i jakie są zasady rezygnacji?
6. Jakie są **dodatkowe koszty** w sezonie: sprzęt, turnieje, obóz, przejazdy?
7. Czy klub ma **polisę NNW** — jaki jest jej zakres i numer?
8. Jak wyglądają **zasady szatni** i kto ma do niej wstęp?
9. Jak klub **komunikuje się** z zawodnikami — przez rodziców czy bezpośrednio?
10. Jakie są zasady **wykorzystania wizerunku** i czy zgoda jest dobrowolna?

11. Co się dzieje, gdy dziecko **zgłosi uraz** – kto podejmuje decyzję o powrocie do gry?
12. Jak wygląda **rozmowa o błędach** i czy zawodnik dostaje informację zwrotną indywidualnie?
13. Jakie są zasady **zmiany klubu** i czy klub stawia w tej sprawie warunki?

## Załącznik C. Notatka ze zdarzenia

Spisz ją **tego samego dnia**. Nie oceniaj – opisuj fakty. Ta kartka bywa później jedynym punktem odniesienia.

| Element                              | Zapisz |
|--------------------------------------|--------|
| Data i godzina zdarzenia             |        |
| Miejsce                              |        |
| Kto brał udział                      |        |
| Kto był świadkiem                    |        |
| Co dokładnie się stało               |        |
| Co dokładnie zostało powiedziane     |        |
| Jak zareagowało dziecko              |        |
| Co zrobiono bezpośrednio potem       |        |
| Komu i kiedy zgłoszono               |        |
| Kto potwierdził przyjęcie zgłoszenia |        |

## Załącznik D. Kontrakt rodzica z samym sobą

Do przeczytania przed sezonem i jeszcze raz po pierwszym słabym meczu.

- Nie będę trenerem z trybun. Dziecko ma słuchać **jednego** głosu.
- Nie zacznę analizy w samochodzie. Zapytam, czy chce rozmawiać.
- Nie porównam go do kolegi z drużyny.
- Zauważę wysiłek, zanim zauważę wynik.

- Zgłoszę uraz, nawet jeśli to oznacza opuszczenie ważnego meczu.
- Zapytam o zdanie dziecka, zanim zdecyduję o zmianie klubu.
- Zapamiętam, po co to wszystko: żeby moje dziecko **lubiło** to, co robi.

Data \_\_\_\_\_ Podpis \_\_\_\_\_

## Podstawy prawne i materiały

### Prawo powszechne

- Ustawa z 25 czerwca 2010 r. o sporcie – w szczególności art. 14 (wizerunek w stroju reprezentacji), art. 29 ust. 6 (finansowanie badań), art. 37 (orzeczenia lekarskie) i art. 38 ust. 2 (obowiązkowe ubezpieczenie NNW).
- Kodeks cywilny – art. 17 i 18 (zdolność do czynności prawnych małoletniego), art. 415, 427, 429, 430 (odpowiedzialność za szkodę), art. 444 i 445 (naprawienie szkody, zadośćuczynienie), art. 471 i nast. (niewykonanie zobowiązania), art. 734–751 (zlecenie i usługi – podstawa umów z agentami).
- Kodeks karny – art. 155–157, 160, 217.
- Ustawa o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich (standardy ochrony małoletnich, weryfikacja w rejestrach; obowiązek dla podmiotów prowadzących działalność sportową od 15 lutego 2024 r.).
- Ustawa o prawie autorskim i prawach pokrewnych – art. 81 (rozpowszechnianie wizerunku).
- Konwencja o prawach dziecka – art. 29 i 31.
- RODO – obowiązek informacyjny wobec rodziców i zawodników.

### Przepisy i dokumenty PZPN

- **Polityka Bezpieczeństwa Dzieci PZPN** wraz z załącznikami – w szczególności nr 9 (kodeks postępowania dla trenerów i opiekunów), nr 12 (kodeks postępowania dla dzieci), nr 14 (zasady bezpieczeństwa online), nr 16 (formularz zgłoszenia incydentu), nr 17 (karta interwencji), nr 21 (zakres obowiązków koordynatora).
- Uchwała w sprawie **statusu zawodników oraz zasad zmian przynależności klubowej** (uchwała nr VIII/124 z 2015 r. z późniejszymi zmianami).
- Uchwała w sprawie **minimalnych wymagań dla standardowych kontraktów zawodników** (kontrakt U18 – od ukończenia 15. roku życia, maksymalnie trzy lata, za pisemną zgodą rodziców).

- Uchwała w sprawie **zasad ustalania ekwiwalentu za wyszkolenie zawodników**.

## Orzecznictwo przywoływane w opracowaniu

- Wyrok TSUE w sprawie **Bosman** (C-415/93) – swoboda zmiany klubu po wygaśnięciu umowy.
- Wyrok TSUE w sprawie **Bernard** (C-325/08) – ekwiwalent za wyszkolenie musi odpowiadać rzeczywistym kosztom szkolenia, a nie stanowić sankcji.

**Sprawdź aktualność, zanim się powołasz.** Uchwały PZPN są nowelizowane kilka razy w roku, a teksty jednolite publikowane są na **pzpn.pl**. Ten poradnik opisuje stan na 27 sierpnia 2026 r. i ma charakter informacyjny – w sprawie indywidualnej skontaktuj się z prawnikiem specjalizującym się w prawie sportowym.

### KONTAKT

Barbara Jacińska

+48 509 339 336 • kontakt@zycie.info.pl • barbarajacinska.pl