PATVIRTINTA:

Tarptautinės grappling federacijos

Prezidento

2021 m. kovo d. įsakymu Nr. 21IGF-18

**GRAPPLING MORALĖS KODEKSAS**

* **MANDAGUMAS**
* **DRĄSA**
* **NUOŠIRDUMAS**
* **SAVITVARDA**
* **GARBĖ**
* **KUKLUMAS**
* **DRAUGYSTĖ**
* **PAGARBA**

**Mandagumas** – visur ir visada elgtis taip, kad būtų sukuriamos tinkamos elgesio normos vienas kito atžvilgiu. Kultūringas bendravimas, pagarbos rodymas, taisyklinga kūno laikysena, etiketo išmanymas, padorumas – vieni iš pagrindinių mandagumą įtakojančių veiksnių.

**Drąsa** – tai asmenybės bruožas, leidžiantis žmogui konkrečioje (dažniausiai sudėtingoje, ekstremalioje) situacijoje ryžtingai veikti, siekiant tikslo. Drąsiam žmogui būdingos tokios savybės kaip ryžtingumas, iniciatyvumas, savitvarda bei pasitikėjimas savimi. Drąsą įrodyti galima ne vien veiksmu (metus iššūkį stipriam varžovui), bet ir žodžiu, t. y. kalbėti atvirai, nors žinotum, kad jam dauguma nepritars. Asmuo dažniausiai taip elgiasi gindamas ne tik savo, bet ir kitų žmonių bei visuomenės interesus.

**Nuoširdumas** – santykių pagrindas, vedantis į supratimą ir pasitikėjimą. Melo ir veidmainystės priešingybė. Nuoširdus žmogus – linkintis gera, širdingas, atviras.

**Savitvarda** – savęs tvardymas, susivaldymas. Tai asmenybės bruožas pasireiškianti dažniausiai sunkioje, nepatogioje situacijoje priimant sprendimus ar veiksmus. Savitvarda padeda išvengti nepagrįstų ir neapgalvotų sprendimų. Aukštą savitvardos laipsnį turintį žmogų dažniausiai apibūdina, kaip šaltakraujis, stiprių nervų asmuo.

**Garbė** – visuomenės pripažįstama pagarba už nuopelnus, pasiektus aukštus pasiekimus, kilnius darbus ir poelgius. Garbės negalima atimti, ją galima prarasti.

**Kuklumas** – Neišpuikimas. Kuklus žmogus vengia girtis savo sugebėjimais, laimėjimais bei turtais.

**Draugystė** – ją kiekvienas žmogus vertina savaip. Dažniausiai tai stiprūs pasitikėjimu, atvirumu, nuoširdumu, emocijomis, paslaptimis, prieraišumu grįsti ryšiai. Draugystė yra kuriama, auginama, puoselėjama.

**Pagarba** – Tai elgesio savybė, kurią išreiškiamas aukštas įvertinimas, pripažinimas, kartu ir tam tikra padėka kitam žmogui už jo įdėtas pastangas, suteiktas žinias ar pasiaukojimą. Sporte pagarba dažnai tapatinama su žodžiu „Kilnus elgesys“.