

Πρόγραμμα σπουδών μικτής μάθησης για προπονητές



Η παρούσα εργασία δημοσιεύεται υπό την ευθύνη της κοινοπραξίας του έργου INCLUDE. Οι απόψεις που εκφράζονται και τα επιχειρήματα που χρησιμοποιούνται σε αυτήν δεν αντανακλούν απαραίτητα τις επίσημες απόψεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής.

Παρακαλούμε αναφέρετε αυτή τη δημοσίευση ως:

Έργο INCLUDE (2022). Πρόγραμμα σπουδών μικτής μάθησης για προπονητές. Διαθέσιμο στη διεύθυνση <https://include-project.com/about/>



Πρόγραμμα σπουδών μικτής μάθησης για προπονητές © 2022 by INCLUDE project is licensed under CC BY-NC-SA 4.0. Για να δείτε ένα αντίγραφο αυτής της άδειας, επισκεφθείτε το <http://creativecommons.org/licenses/by-ncsa/4.0/>.

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν. Αριθμός έργου: 101050474

Συνεργάτες

[CARDET](#), Κύπρος (Συντονιστής)

[Ινστιτούτο Ανάπτυξης "N. Χαραλάμπους"](#), Κύπρος

[Ευρωπαϊκό Δίκτυο Αθλητικής Εκπαίδευσης](#), Αυστρία

[CESIE](#), Ιταλία

[The Rural Hub](#), Ιρλανδία

[KMOP - Κέντρο Κοινωνικής Δράσης & Καινοτομίας](#), Ελλάδα





Co-funded by
the European Union



Πίνακας περιεχομένων

Εισαγωγή.....	3
ΜΟΝΑΔΑ 1:.....	4
ΜΟΝΑΔΑ 2: Ο ρόλος των προπονητών	17
ΜΟΝΑΔΑ 3: Διακρίσεις στον αθλητικό σας σύλλογο	24
ΜΟΝΑΔΑ 4: Δημιουργία μιας εκπαιδευτικής συνεδρίας εργαστηρίου	36
Αναφορές.....	53



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

Εισαγωγή

Το έργο INCLUDE προτείνει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα που περιλαμβάνει έρευνα, άμεση δράση και ανάπτυξη μαθησιακών πόρων για την εκπαίδευση και υποστήριξη των προπονητών, των στελεχών και του προσωπικού των αθλητικών ακαδημιών που εργάζονται με νεαρούς αθλητές (12-18 ετών), ώστε να μπορούν να συμβάλουν ενεργά στην αντιμετώπιση των διακρίσεων στον νεανικό αθλητισμό. Το INCLUDE προωθεί την ένταξη και τη διαφορετικότητα με την ανάληψη συγκεκριμένων δράσεων για την αντιμετώπιση των εμποδίων που συνδέονται με τις διακρίσεις στον αθλητισμό νέων.

Το πρόγραμμα σπουδών για προπονητές μεικτής μάθησης βασίζεται σε εθνικές και διακρατικές εκθέσεις και έρευνες. Τόσο οι προπονητές όσο και οι αθλητές στις χώρες εταίρους Κύπρος, Ελλάδα, Ιρλανδία και Ιταλία αντιμετωπίζουν συμπεριφορές διακρίσεων στον αθλητισμό νέων. Το πρόγραμμα σπουδών μεικτής μάθησης εστιάζει στα τρία βασικά θέματα των διακρίσεων, της ένταξης και της διαφορετικότητας και επικεντρώνεται στην ομάδα-στόχο τους προπονητές, με στόχο να βελτιώσει τις γνώσεις και τις ικανότητες των προπονητών, ενδυναμώνοντάς τους έτσι να καταπολεμήσουν τη βία και να αντιμετωπίσουν τις διακρίσεις. Το πρόγραμμα σπουδών περιλαμβάνει ένα θεωρητικό πλαίσιο που συμπληρώνεται από δραστηριότητες, μελέτες περιπτώσεων, βίντεο και παραδείγματα από την πραγματική ζωή. Η δομή του προγράμματος σπουδών είναι η ακόλουθη:





Co-funded by
the European Union



ΜΟΝΑΔΑ 1:

Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της Ενότητας, θα πρέπει να είστε σε θέση να:

- Να κατανοήσουν τις θεμελιώδεις θεωρητικές πτυχές των διακρίσεων, συμπεριλαμβανομένων των απαρχών και των επιπτώσεών τους, και να προσδιορίσουν τους επικρατέστερους τύπους διακρίσεων στον αθλητισμό.
- Δημιουργία παραδειγμάτων που αποδεικνύουν πώς ο αθλητισμός μπορεί να προωθήσει την ένταξη, την ποικιλομορφία και την ισότητα των φύλων.
- Αναλύστε τη σημασία των πρωτοβουλιών κατά των διακρίσεων στην προπόνηση νεαρών αθλητών και κατανοήστε τον αντίκτυπό τους στην προώθηση ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος.
- Περιγράψτε αποτελεσματικές στρατηγικές και παραδειγματοποιήστε βέλτιστες πρακτικές για την αντιμετώπιση της ομοφοβικής γλώσσας σε αθλητικούς χώρους, δίνοντας έμφαση στη δημιουργία μιας ατμόσφαιρας χωρίς αποκλεισμούς και σεβασμό.

Τι είναι οι διακρίσεις στην προπόνηση νέων;

Σε αυτή την ενότητα, θα μάθετε για τις διακρίσεις στην προπονητική νέων και τη σημασία της ένταξης, της πολυμορφίας και της ισότητας.

Ωστόσο, προτού σας δώσουμε θεωρητικές πληροφορίες για το θέμα, αφιερώστε λίγο χρόνο για να παρακολουθήσετε το εισαγωγικό βίντεο που ακολουθεί.

Συμβουλή: Χρησιμοποιήστε τους υπότιτλους στα αγγλικά:
<https://www.youtube.com/watch?v=mW7LhqIPqc8>



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Αφού παρακολουθήσετε το βίντεο, προσπαθήστε να απαντήσετε στις ακόλουθες ερωτήσεις. Να θυμάστε ότι οι ερωτήσεις αυτές έχουν σκοπό να καθοδηγήσουν τον προβληματισμό σας και να ενθαρρύνουν τη βαθύτερη σκέψη σχετικά με το περιεχόμενο του βίντεο. Μη διστάσετε να κάνετε παύση, να γυρίσετε πίσω ή να ξαναδείτε συγκεκριμένα μέρη του βίντεο για να εξερευνήσετε πλήρως τις σκέψεις και τις ιδέες σας:

1. Τι είδους διακρίσεις αντιμετώπιζαν τα δύο κορίτσια όταν αθλούνταν;
2. Πώς το βίντεο παρουσιάζει τους τρόπους των διακρίσεων εις βάρος των γυναικών και ποιες συμβουλές έχουν οι πρωταγωνίστριες για να ξεπεράσουν τις διακρίσεις;
3. Έχετε βιώσει ποτέ παρόμοιους τρόπους διάκρισης στον αθλητισμό; Αν ναι, ενημερώστε μας με ποιον τρόπο. Αν όχι, έχετε βιώσει ότι φίλοι σας έχουν αισθανθεί διακρίσεις σε αθλητικό περιβάλλον;
4. Ως προπονητής, πώς μπορείτε να υποστηρίξετε και να προωθήσετε τη συμμετοχικότητα στον αθλητισμό;



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Ποιος είναι ο ορισμός της διάκρισης στο πλαίσιο του αθλητισμού;

Το άρθρο 2 της οδηγίας για τη φυλετική ισότητα ορίζει τη διάκριση "όταν ένα πρόσωπο τυγχάνει λιγότερο ευνοϊκής μεταχείρισης από ό,τι ένα άλλο πρόσωπο τυγχάνει, έχει τύχει ή θα τύγχανε σε συγκρίσιμη κατάσταση λόγω φυλετικής ή εθνοτικής καταγωγής".
([Καταπολέμηση των διακρίσεων στον αθλητισμό - Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο](#)).

Οι διακρίσεις στον αθλητισμό αναφέρονται στην άδικη ή διαφορετική μεταχείριση ατόμων ή ομάδων με βάση διάφορα χαρακτηριστικά, όπως:

- Αγώνας
- Φύλο
- Σεξουαλικός προσανατολισμός
- Θρησκεία
- Αναπηρία
- Κοινωνικοοικονομική κατάσταση

Αυτό το είδος διακρίσεων μπορεί να λάβει διάφορες μορφές, όπως αποκλεισμός, άνισες ευκαιρίες, παρενόχληση, προκατάληψη και προκατάληψη. Εμποδίζει τις αρχές του ευ αγωνίζεσθαι, της ισότητας και της συμμετοχικότητας στον αθλητισμό.

Ωστόσο, είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι όλες οι μορφές διαφοροποίησης δεν μπορούν να θεωρηθούν διακρίσεις. Οι διακρίσεις εμφανίζονται όταν η διαφοροποίηση έχει τις ρίζες της σε άδικους ή παράνομους παράγοντες. Πρακτικά, συνεπάγεται τη διαφορετική μεταχείριση ατόμων σε παρόμοιες συνθήκες, με βάση τουλάχιστον ένα κριτήριο που απαγορεύεται από το νόμο. Επιπλέον, οι κοινωνιολόγοι τονίζουν ότι οι διακρίσεις μπορεί να είναι μια υποκειμενική, εσωτερική εμπειρία. Έρευνες που διεξήγαγε η Eurostat δείχνουν ότι η αντίληψη των διακρίσεων είναι πιο διαδεδομένη από τις πραγματικές διακρίσεις. Είτε συμβαίνει στον εργασιακό χώρο είτε στις δραστηριότητες αναψυχής,



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



είναι ζωτικής σημασίας η διερεύνηση των διακρίσεων τόσο από αντικειμενική όσο και από υποκειμενική σκοπιά, με την επιμέλεια ενός ερευνητή.

Πλοήγηση στην ενσωμάτωση και την αποκλειστικότητα στο χώρο του αθλητισμού

Το άθλημα παρουσιάζει μια αντίφαση. Από τη μία πλευρά, είναι μια δημοφιλής και χωρίς αποκλεισμούς δραστηριότητα που καλωσορίζει άτομα από κάθε υπόβαθρο και φύλο, φαινομενικά χωρίς διακρίσεις. Ωστόσο, τα ανταγωνιστικά αθλήματα μπορούν επίσης να θεωρηθούν ως μέσο κατηγοριοποίησης και κατάταξης των συμμετεχόντων με βάση τα επίπεδα δεξιοτήτων τους, δημιουργώντας μια μορφή αποκλεισμού για όσους δεν έχουν τόσο καλές επιδόσεις. Αυτός ο αποκλεισμός μπορεί να φαίνεται ως διάκριση, αλλά συνήθως δεν βασίζεται σε παράγοντες όπως η κοινωνική θέση, η γέννηση, η θρησκεία ή το υπόβαθρο. Τα περισσότερα αθλήματα έχουν κανόνες και κατηγορίες, όπως ηλικιακές ομάδες, κατηγορίες βάρους και κατατάξεις, που έχουν σχεδιαστεί για να διασφαλίζουν τη δικαιοσύνη και την ίση μεταχείριση, ώστε να επιτρέπουν στους καλύτερους αθλητές να επιτύχουν, ανεξάρτητα από το χρώμα του δέρματός τους.

Η κύρια διάκριση είναι μεταξύ των φύλων, όπου οι ξεχωριστοί αγώνες για άνδρες και γυναίκες θεωρούνται "φυσικοί". Ακολουθώντας τις αρχές του αθλητισμού, οι επιδόσεις θεωρούνται δίκαιο μέτρο στις κοινωνίες που εκτιμούν τη θεμελιώδη ισότητα μεταξύ των ατόμων. Κατά συνέπεια, ο αθλητισμός παρέχει ουσιαστικά ισότιμους όρους ανταγωνισμού και μια ευκαιρία για ενσωμάτωση για όλους τους συμμετέχοντες, ανεξάρτητα από την πολιτιστική ή εθνική προέλευσή τους. Αυτό αντικατοπτρίζει την ανθρωπιστική παράδοση του αθλητισμού που υπερασπίστηκε ο Pierre de Coubertin, ο ιδρυτής των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων, ο οποίος είχε ως στόχο να συγκεντρώσει αθλητές από διαφορετικά γεωγραφικά, πολιτιστικά, θρησκευτικά και κοινωνικά υπόβαθρα για να αγωνιστούν με τους ίδιους κανόνες και σε ένα κοινό ηθικό πλαίσιο, σχηματίζοντας μια ενιαία "αθλητική κοινότητα".



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Ωστόσο, μια πιο προσεκτική ματιά αποκαλύπτει ότι αυτές οι ηθικές αρχές συχνά αγνοούνται. Στην πράξη, ορισμένοι συμμετέχοντες και φίλαθλοι, είτε λόγω της ένταξής τους σε μια συγκεκριμένη ομάδα είτε λόγω της υποτιθέμενης ένταξής τους, βιώνουν αδικίες, ρατσισμό και διακρίσεις, αποκαλύπτοντας το παράδοξο του αθλητισμού. Επιπλέον, τα ανταγωνιστικά αθλήματα που επικεντρώνονται στη σωματική απόδοση διαχωρίζουν όχι μόνο τους άνδρες και τις γυναίκες αλλά και τους αθλητές με αναπηρία από τους άλλους. Στο υψηλότερο επίπεδο, εκδηλώσεις όπως οι Παραολυμπιακοί Αγώνες διοργανώνονται ξεχωριστά, υπογραμμίζοντας ότι η κοινωνία δεν ευθυγραμμίζεται πάντα με τις αρχές και τις προθέσεις της. Παρά την έννοια της οικουμενικότητας του αθλητισμού στην πολιτική, οι καθημερινές πρακτικές και οι δράσεις των αθλητικών θεσμών καταδεικνύουν ότι ο αθλητισμός εξακολουθεί να επηρεάζεται από ισχυρισμούς που βασίζονται στην ταυτότητα και διάφορες μορφές διακρίσεων, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που σχετίζονται με το φύλο, την εθνικότητα, τη σωματική εμφάνιση και τον σεξουαλικό προσανατολισμό, μεταξύ άλλων.

Διακρίσεις: μια νομική έννοια στην αυξανόμενη ευαισθητοποίηση της Ευρώπης

Οι πολιτικές κατά των διακρίσεων εμφανίστηκαν αρχικά στο πλαίσιο της πρόσβασης στην απασχόληση. Σύμφωνα με τον γαλλικό εργατικό κώδικα, ως διάκριση ορίζεται η διαφορετική μεταχείριση που βασίζεται σε διάφορους παράγοντες, όπως η καταγωγή, το φύλο, τα ήθη, ο σεξουαλικός προσανατολισμός, η ηλικία, η οικογενειακή κατάσταση, η εθνοτική ή φυλετική ένταξη (πραγματική ή υποτιθέμενη), οι πολιτικές πεποιθήσεις, η συμμετοχή σε συνδικάτα ή κοινωνίες αλληλοβοήθειας, οι θρησκευτικές πεποιθήσεις, η εξωτερική εμφάνιση, το όνομα, η κατάσταση της υγείας ή η αναπηρία. Οι διακρίσεις απαγορεύονται απερίφραστα στη Γαλλία, όπως και στα περισσότερα ευρωπαϊκά κράτη ([Μη διάκριση. \(n.d.\). Ευρωπαϊκή Επιτροπή](#)). Η διαδικασία της ευρωπαϊκής ολοκλήρωσης συνέβαλε σημαντικά στην ενσωμάτωση διαφόρων μορφών διακρίσεων στις δημόσιες πολιτικές, είτε χωριστά είτε σε συνδυασμό, με ιδιαίτερη έμφαση στις εθνοτικές διακρίσεις.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Η Συνθήκη του Άμστερνταμ, της 20ής Νοεμβρίου 1997, σηματοδότησε μια κομβική στιγμή, καθώς εισήγαγε την ευρωπαϊκή ευθύνη για την αντιμετώπιση των διακρίσεων. Το άρθρο 13 αυτής της συνθήκης διεύρυνε την έννοια της διάκρισης πέρα από τις διακρίσεις λόγω φύλου για να συμπεριλάβει όλες τις μορφές διακρίσεων, ιδίως εκείνες που έχουν τις ρίζες τους στην πραγματική ή αντιληπτή εθνοτική καταγωγή. Κατά συνέπεια, οι αρχές της ισότητας, της μη διάκρισης και της διαφορετικότητας κατοχυρώνονται συχνά στη νομοθεσία των κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ).

Ο Χάρτης των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της Ευρωπαϊκής Ένωσης, που εγκρίθηκε το 2000, τονίζει την απαγόρευση των διακρίσεων για οποιονδήποτε λόγο, συμπεριλαμβανομένου του φύλου, της φυλής, του χρώματος, της εθνοτικής ή κοινωνικής καταγωγής, της συμμετοχής σε εθνική μειονότητα και άλλων. Επιπλέον, υπογραμμίζει τη δέσμευση της ΕΕ να σέβεται την πολιτιστική, θρησκευτική και γλωσσική πολυμορφία.

Με αυτόν τον ολοκληρωμένο ορισμό κατά νου, τίθεται το ερώτημα: **εξακολουθούν να υφίστανται διακρίσεις στον αθλητισμό;** Δεδομένης της παρουσίας εθνικών κοινοτήτων διάσπαρτων σε διάφορες ευρωπαϊκές χώρες, ο αθλητισμός θεωρείται συχνά ως μέσο ενσωμάτωσης ομάδων πληθυσμού που αντιμετωπίζουν διακρίσεις. Αυτή η ευρέως διαδεδομένη πεποίθηση για τον αθλητισμό ως ενοποιητική και ενοποιητική δύναμη επιβεβαιώθηκε από μια έρευνα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής του 2004, η οποία διαπίστωσε ότι το 64% των πολιτών της Ευρωπαϊκής Ένωσης θεωρούν τον αθλητισμό ως μέσο για την καταπολέμηση των διακρίσεων (Ειδικό Ευρωβαρόμετρο 213 (2004), "Οι πολίτες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και ο αθλητισμός", δημοσκόπηση που διενεργήθηκε κατόπιν αιτήματος της Γενικής Διεύθυνσης Εκπαίδευσης και Πολιτισμού και συντονίστηκε από τη Γενική Διεύθυνση Τύπου και Επικοινωνίας, Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Νοέμβριος 2004).



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΧΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΧΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Το Συμβούλιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης επανέλαβε αυτό το σκεπτικό τον Δεκέμβριο του 2000, περιγράφοντας τον αθλητισμό ως παράγοντα που προάγει την ενσωμάτωση, την κοινωνική συμμετοχή, την ανεκτικότητα και την αποδοχή των διαφορών. Αυτό ευθυγραμμίζεται με τις αρχές που περιγράφονται στον Ευρωπαϊκό Αθλητικό Χάρτη του 1992, ο οποίος όχι μόνο επαναλαμβάνει το δικαίωμα πρόσβασης στον αθλητισμό για όλους (που αρχικά περιλαμβάνονταν στον Ευρωπαϊκό Χάρτη του 1975 για τον αθλητισμό για όλους), αλλά υπογραμμίζει επίσης τη σημασία της διατήρησης του αθλητισμού απαλλαγμένου από διακρίσεις που σχετίζονται με τη θρησκεία, τη φυλή, το φύλο ή τις πολιτικές πεποιθήσεις.

Το 2007, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή επαναβεβαίωσε τη δέσμευσή της σε αυτά τα οικουμενικά ιδεώδη στον ευρωπαϊκό αθλητισμό μέσω της "Λευκής Βίβλου για τον αθλητισμό" ([EUR-Lex - I35010 - EN - EUR-Lex](#). (n.d.). Το έγγραφο αυτό περιγράφει τους στόχους της προώθησης της κοινωνικής ένταξης μέσω του αθλητισμού και της ανάπτυξης σχετικών δραστηριοτήτων.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Ας σκεφτούμε!

1. Αναλογιστείτε τις εμπειρίες σας ως προπονητής. Ποιες είναι κάποιες συγκεκριμένες περιπτώσεις στις οποίες παρατηρήσατε διακρίσεις;

.....
.....
.....

2. Έχετε ακούσει ποτέ για διακρίσεις στο επίπεδο της υψηλής ελίτ; Αναφέρετε ορισμένα περιστατικά που μπορεί να έχετε δει ή ακούσει.

.....
.....
.....

3. Σκεφτείτε την προσπάθεια της Ευρωπαϊκής Ένωσης να καταπολεμήσει τις διακρίσεις στον αθλητισμό. Πόσο αποτελεσματικές είναι κατά τη γνώμη σας οι αναφερόμενες συνθήκες;

.....
.....
.....





Οι πιο συνηθισμένες μορφές διακρίσεων στον αθλητισμό (νέων)

Υπάρχουν διάφορες μορφές διακρίσεων, τις οποίες θα μάθετε σε βάθος κατά τη διάρκεια αυτού του μαθήματος. Ο παρακάτω πίνακας εξηγεί τους διάφορους λόγους διάκρισης:

Όρος (ή έδαφος)	Ορισμός/περιγραφή	Παραδείγματα
Σεξισμός	"Ο σεξισμός συνδέεται με την εξουσία, δεδομένου ότι οι έχοντες εξουσία συνήθως αντιμετωπίζονται ευνοϊκά, ενώ οι μη έχοντες εξουσία συνήθως υφίστανται διακρίσεις. Ο σεξισμός συνδέεται επίσης με τα στερεότυπα, καθώς οι ενέργειες ή οι στάσεις που εισάγουν διακρίσεις βασίζονται συχνά σε λανθασμένες πεποιθήσεις ή γενικεύσεις σχετικά με το φύλο και στο να θεωρείται το φύλο σχετικό, ενώ δεν είναι. ¹	Οι γυναίκες αθλήτριες αμείβονται λιγότερο από τους άνδρες συναθλητές τους και λαμβάνουν λιγότερη (ή διαφορετική) κάλυψη από τα μέσα ενημέρωσης όταν ένα τρανσέξουαλ άτομο δεν γίνεται δεκτό σε μια αθλητική ομάδα ή δεν του επιτρέπεται να αγωνιστεί σε αθλήματα.
Ρατσισμός	"Ιδέες ή θεωρίες ανωτερότητας μιας φυλής ή ομάδας ατόμων ενός χρώματος ή μιας εθνικής καταγωγής". ²	Όταν οι αθλητές με μαύρη επιδερμίδα υφίστανται λεκτική κακοποίηση από το κοινό (σκόπιμη διάκριση). Προκαταλήψεις κατά των αλλοδαπών αθλητών που εκφράζονται μη λεκτικά ή στον τόνο της φωνής (ακούσια διάκριση)
Διακρίσεις αναπηρίας (Ableism)	λόγυ "Ο ableism είναι η διάκριση και η κοινωνική προκατάληψη κατά των ατόμων με αναπηρία που βασίζεται στην πεποίθηση ότι οι τυπικές ικανότητες είναι ανώτερες. Στην καρδιά του, ο ableism έχει τις ρίζες του στην υπόθεση ότι τα άτομα με αναπηρία χρειάζονται "διόρθωση" και ορίζει τους ανθρώπους με βάση την αναπηρία τους. Όπως ο ρατσισμός και ο σεξισμός, ο ableism κατατάσσει ολόκληρες ομάδες ανθρώπων ως "λιγότερο από" και περιλαμβάνει επιβλαβή στερεότυπα, λανθασμένες αντιλήψεις και γενικεύσεις για τα άτομα με αναπηρία. ³	Όταν τα άτομα με αναπηρία δεν μπορούν να έχουν πρόσβαση στις αθλητικές εγκαταστάσεις. Όταν οι αθλητικές ομοσπονδίες (ή το κράτος) παρέχουν λιγότερη υποστήριξη (π.χ. οικονομική στήριξη για ταξίδια σε διεθνείς διοργανώσεις) σε αθλητές με αναπηρία σε σύγκριση με άλλους αθλητές του ίδιου αθλήματος.

¹ [Τι είναι ο σεξισμός](#): (2023, 19 Οκτωβρίου). Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο για την Ισότητα των Φύλων.

² [Ρατσισμός](#).. Μετανάστευση και εσωτερικές υποθέσεις.

³ Eisenmenger, A. (2022). [Ableism 101](#). Access Living.



<p>Διακρίσεις λόγω θρησκείας ή πεποιθήσεων</p>	<p>Όταν οι άνθρωποι αντιμετωπίζονται λιγότερο ευνοϊκά λόγω της θρησκείας ή των πεποιθήσεών τους.</p>	<p>Όταν μια αθλητική ομοσπονδία απαιτεί από όλους τους αθλητές να φορούν έναν συγκεκριμένο τύπο αθλητικού ρουχισμού/στολής, αυτός δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί από ορισμένους αθλητές επειδή απαγορεύεται από τη θρησκεία τους (έμμεση διάκριση).</p>
<p>Κλασικισμός</p>	<p>"Ο ταξισμός είναι η διαφορετική μεταχείριση με βάση την κοινωνική τάξη ή την αντιλαμβανόμενη κοινωνική τάξη. Ο ταξισμός είναι η συστηματική καταπίεση των υποτελών ταξικών ομάδων προς όφελος και ενίσχυση των κυρίαρχων ταξικών ομάδων. Είναι η συστηματική απόδοση χαρακτηριστικών αξίας και ικανότητας με βάση την κοινωνική τάξη."⁴</p>	<p>Σε ορισμένους αθλητικούς συλλόγους (π.χ. γκολφ ή τένις), για να γίνει κάποιος μέλος πρέπει να υποβάλει αίτηση και να έχει ορισμένες συστάσεις (για την ιδιότητα και τη θέση του).</p>
<p>Ηλικιωτισμός</p>	<p>"Ο ηλικιακός ρατσισμός ορίζεται ως η διάκριση εις βάρος των ηλικιωμένων λόγω αρνητικών και ανακριβών στερεοτύπων - και είναι τόσο βαθιά ριζωμένος στον πολιτισμό μας που συχνά δεν τον αντιλαμβανόμαστε καν. Οι περισσότεροι οργανισμοί διαθέτουν πλέον τμήματα ποικιλομορφίας, ισότητας και ένταξης (DEI) για την αντιμετώπιση του ρατσισμού και των προκαταλήψεων λόγω φύλου."⁵</p>	<p>Όταν οι αθλητές συνεχίζουν να αγωνίζονται μετά τη "κατάλληλη" ηλικία, δέχονται αρνητική προσοχή και σχόλια από τα μέσα ενημέρωσης.</p>
<p>Lookism</p>	<p>"Η προκατάληψη ή η διάκριση με βάση τη σωματική εμφάνιση και ιδίως η σωματική εμφάνιση θεωρείται ότι υπολείπεται των κοινωνικών αντιλήψεων περί ομορφιάς".⁶</p>	<p>Οι αθλήτριες που ανταποκρίνονται στα πολιτισμικά ιδεώδη της ομορφιάς και της θηλυκότητας λαμβάνουν μεγαλύτερη (και θετικότερη) κάλυψη από τα μέσα ενημέρωσης από ό,τι άλλες αθλήτριες.</p>
<p>Ομοφοβία</p>	<p>"Η ομοφοβία μπορεί να οριστεί ως ο παράλογος φόβος και η αποστροφή προς την ομοφυλοφιλία και τα λεσβιακά, ομοφυλόφιλα, αμφιφυλόφιλα και τρανσέξουαλ άτομα (ΛΟΑΤ) που βασίζεται σε προκαταλήψεις και είναι παρόμοια με τον ρατσισμό, την ξενοφοβία, τον αντισημιτισμό και τον σεξισμό".⁷</p>	<p>Αποκλεισμός ΛΟΑΤΚΙ+ ατόμων στον αθλητισμό, π.χ. όταν μια τρανς γυναίκα αποκλείεται από το να αθλείται μαζί με άλλες γυναίκες.</p>

⁴ [Τι είναι η ταξικότητα](https://www.classism.org/): Από το Class Action: classism.org)

⁵ Weir, K.. *Ο ηλικιακός ρατσισμός είναι μια από τις τελευταίες κοινωνικά αποδεκτές προκαταλήψεις. Οι ψυχολόγοι εργάζονται για να το αλλάξουν αυτό.*

⁶ [Ορισμός του lookism](https://www.merriam-webster.com/dictionary/lookism). Στο λεξικό Merriam-Webster.

⁷ [Η ομοφοβία στην Ευρώπη](https://www.europarl.europa.eu/media/infocentre/press_corner/press_corner_en/press_corner_en_20160118/press_corner_en_20160118_en.htm) - Τετάρτη, 18 Ιανουαρίου 2006. (n.d.). © Ευρωπαϊκή Ένωση, 2006 - Πηγή: European Union, 2006: Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.





<p>Πολλαπλές διακρίσεις (διατομεακότητα)</p>	<p>"Όποιοσδήποτε συνδυασμός μορφών διακρίσεων εις βάρος προσώπων λόγω φύλου, φυλετικής ή εθνοτικής καταγωγής, θρησκείας ή πεποιθήσεων, αναπηρίας, ηλικίας, σεξουαλικού προσανατολισμού, ταυτότητας φύλου ή άλλων χαρακτηριστικών, καθώς και διακρίσεις που υφίστανται όσοι έχουν ή θεωρούνται ότι έχουν αυτά τα χαρακτηριστικά".⁸</p>	<p>Ένας έγχρωμος τρανσέξουαλ αθλητής μπορεί να υφίσταται διακρίσεις για πολλαπλούς λόγους (π.χ. φυλή/χρώμα δέρματος και ταυτότητα φύλου).</p>
---	--	---

Ας σκεφτούμε!

1. Μπορείτε να σκεφτείτε άλλους τρόπους διάκρισης; Αν ναι, παρακαλώ γράψτε τους.

.....

.....

.....

Πληροφορίες και συμβουλές πολιτικής: Ομοφοβία στον αθλητισμό

Παρά το εκτεταμένο νομοθετικό πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, τα περιστατικά ρατσισμού και ομοφοβίας στον αθλητισμό παραμένουν διαδεδομένα. Οι διακρίσεις στον αθλητισμό συχνά επικεντρώνονται γύρω από εξωτερικά χαρακτηριστικά όπως το χρώμα του δέρματος, το σχήμα του σώματος και το φύλο, με στατιστικά στοιχεία από το 2017 να δείχνουν ότι το 3% των ερωτηθέντων ανέφεραν ότι βίωσαν ρατσιστική βία κατά το προηγούμενο έτος, ενώ το 24% αντιμετώπισαν ρατσιστική παρενόχληση κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Επιπλέον, μια δημοσκόπηση του 2018 αποκάλυψε ότι το 90% των ερωτηθέντων αντιλαμβάνεται την ομοφυλοφοβία/τρανσφοβία ως σημαντικό ζήτημα στον αθλητισμό, με τους ομοφυλόφιλους άνδρες να θεωρούν ότι η ομοφοβία

⁸ [Πολλαπλές διακρίσεις](#). (2023, 19 Οκτωβρίου). Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο για την Ισότητα των Φύλων.





Co-funded by
the European Union



αποτελεί σημαντικότερο πρόβλημα σε σύγκριση με τις λεσβίες/ομοφυλόφιλες γυναίκες και τα αμφιφυλόφιλα άτομα (Katsarova, 2021).

Όσον αφορά την ομοφοβία στον αθλητισμό, μια έρευνα του 2018 παρείχε στοιχεία σχετικά με τις διακρίσεις που σχετίζονται με τον σεξουαλικό προσανατολισμό και την ταυτότητα φύλου LGBTQI+ σε διάφορους αθλητικούς τομείς στην ΕΕ. Η έρευνα διαπίστωσε ότι η πλειονότητα των ερωτηθέντων (90%) αναγνώρισε την ομοφυλοφοβία/τρανσφοβία ως διαδεδομένο ζήτημα στον αθλητισμό, ενώ οι ομοφυλόφιλοι άνδρες την αντιλαμβάνονται ως σημαντικότερο πρόβλημα από ό,τι οι λεσβίες/ομοφυλόφιλες γυναίκες και τα αμφιφυλόφιλα άτομα.

Ένα [βίντεο](#) που δημιουργήθηκε από ερευνητές του Πανεπιστημίου Monash και του Πανεπιστημίου της Βρετανικής Κολομβίας εξετάζει θέματα που σχετίζονται με την ομοφοβική γλώσσα στον αθλητισμό και πώς οι αλλαγές στα κοινωνικά πρότυπα μπορούν να δημιουργήσουν ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς για την LGBTQ κοινότητα.

Παρακολουθήστε το βίντεο και κρατήστε σημειώσεις σχετικά με την αντιμετώπιση της ομοφοβίας στον αθλητισμό. Σκεφτείτε τον σύλλογό σας και πώς μπορείτε να εφαρμόσετε στρατηγικές για την υποδοχή της ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητας.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



.....

.....

.....

.....

.....

.....



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

ΜΟΝΑΔΑ 2: Ο ρόλος των προπονητών

Εισαγωγή

Οι μαθησιακοί στόχοι αυτής της ενότητας είναι να εξοπλίσει τους προπονητές σε αθλήματα νέων με τις γνώσεις και τις δεξιότητες για την αντιμετώπιση περιστατικών διακρίσεων και προκαταλήψεων στους συλλόγους τους. Οι προπονητές θα κατανοήσουν καλύτερα την παρουσία και τον αντίκτυπο των διακρίσεων, επιτρέποντάς τους να εντοπίζουν και να προβληματίζονται σχετικά με την εμφάνισή τους στο περιβάλλον του συλλόγου.

Διακρίσεις στο σύλλογό σας

Οι διακρίσεις σε ένα αθλητικό σωματείο νέων μπορεί να έχουν εκτεταμένες συνέπειες στη συνολική ευημερία των αθλητών και στην κουλτούρα του σωματείου. Ως προπονητές, είναι ζωτικής σημασίας να προβληματιστείτε και να αναγνωρίσετε την τρέχουσα κατάσταση όσον αφορά τις διακρίσεις εντός του συλλόγου σας. Με τον τρόπο αυτό, μπορείτε να κατανοήσετε καλύτερα τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι αθλητές και τον βαθμό στον οποίο μπορεί να υπάρχουν διακρίσεις.

Αναστοχαστική άσκηση

Ξεκινήστε εξετάζοντας τη σύνθεση της λέσχης σας και την ποικιλομορφία της. Σκεφτείτε αν υπάρχει εκπροσώπηση από άτομα με διαφορετικό φυλετικό, εθνοτικό, έμφυλο, θρησκευτικό και κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο. Σημειώστε τυχόν ανισορροπίες και πιθανές περιοχές υποεκπροσώπησης ή αποκλεισμού.

Στη συνέχεια, αναλύστε τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ των αθλητών και του προπονητικού προσωπικού. Υπάρχουν περιπτώσεις ευνοιοκρατίας ή άνισης μεταχείρισης βάσει προσωπικών χαρακτηριστικών; Είναι σημαντικό να δώσετε προσοχή στον τρόπο με τον οποίο ενσωματώνονται στην ομάδα αθλητές με διαφορετικό υπόβαθρο και κατά πόσο τους παρέχονται ίσες ευκαιρίες συμμετοχής και διάκρισης.

Εξετάστε το ενδεχόμενο διεξαγωγής ανώνυμων ερευνών ή ανοικτών συζητήσεων με αθλητές και προπονητές για να συγκεντρώσετε τις απόψεις και τις εμπειρίες τους



Co-funded by
the European Union



σχετικά με τις διακρίσεις. Δημιουργήστε έναν ασφαλή και μη επικριτικό χώρο για να μοιραστούν τα άτομα τις ανησυχίες και τις παρατηρήσεις τους.

Περιστατικά προκατάληψης

Κατανόηση των προκαταλήψεων στον αθλητισμό: Ο ρατσισμός αποτελεί ένα ιδιαίτερα ανησυχητικό ζήτημα. Ο ρατσισμός περιλαμβάνει την πίστη στην ανωτερότητα μιας φυλής έναντι άλλων, που οδηγεί σε στάσεις και συμπεριφορές διακρίσεων απέναντι σε άτομα με διαφορετικό φυλετικό υπόβαθρο. Για την αποτελεσματική καταπολέμηση του ρατσισμού, οι προπονητές πρέπει πρώτα να κατανοήσουν τα βαθύτερα αίτια και τις επιπτώσεις του.

Θεωρητικό κείμενο 1: "Ο ασφαλής αθλητισμός δεν είναι για όλους: Οι προοπτικές, οι εμπειρίες και οι συστάσεις των αθλητών που αξίζουν την ισότητα για ασφαλή αθλητισμό"

Το κείμενο αυτό διερευνά την ανησυχία ότι οι αθλητές, ιδίως εκείνοι που ανήκουν σε ομάδες που χρήζουν ισότητας, συχνά παραβλέπονται κατά την ανάπτυξη πρωτοβουλιών για ασφαλή αθλητισμό. Η υπάρχουσα βιβλιογραφία εκτός του αθλητισμού δείχνει ότι τα άτομα που προέρχονται από περιθωριοποιημένα περιβάλλοντα βιώνουν περισσότερη βία. Για να αντιμετωπιστεί αυτό, η μελέτη πήρε συνεντεύξεις από αθλητές με περιθωριοποιημένες ταυτότητες για να κατανοήσει πώς ερμηνεύουν και βιώνουν τον Ασφαλή Αθλητισμό. Τα ευρήματα αποκάλυψαν ότι οι εν λόγω αθλητές θεωρούν τον Ασφαλή Αθλητισμό ως ένα ανέφικτο ιδανικό, ιδίως για εκείνους που προέρχονται από ομάδες που δικαιούνται ισότητας. Ανέφεραν ότι αντιμετωπίζουν σχόλια και συμπεριφορές διακρίσεων και συστημικά εμπόδια από προπονητές και συναθλητές και στο πλαίσιο των δομικών πτυχών του αθλητισμού. Η μελέτη υποδηλώνει ότι η ενσωμάτωση των αρχών της ισότητας, της πολυμορφίας και της ένταξης είναι ζωτικής σημασίας για τη διασφάλιση των αθλητών που αξίζουν την ισότητα.

Θεωρητικό κείμενο 2: "Επίδραση των στερεοτύπων και των προκαταλήψεων στην απόδοση των αθλητών"



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Αυτό το κείμενο εξετάζει τις επιζήμιες επιπτώσεις των φυλετικών στερεοτύπων και των προκαταλήψεων στην απόδοση και την ευημερία των αθλητών. Επισημαίνει πώς ο φόβος της επιβεβαίωσης των αρνητικών στερεοτύπων μπορεί να οδηγήσει σε ένα φαινόμενο γνωστό ως απειλή στερεοτύπων, επηρεάζοντας την αυτοπεποίθηση και τις ικανότητες των αθλητών που προέρχονται από φυλετικές μειονότητες. Οι προπονητές θα αποκτήσουν γνώσεις σχετικά με τις τεχνικές για τη δημιουργία ενός ενδυναμωτικού και υποστηρικτικού περιβάλλοντος, μετριάζοντας τις επιπτώσεις των στερεοτύπων και καλλιεργώντας μια θετική νοοτροπία μεταξύ όλων των αθλητών.

Ρόλοι και ευθύνες των προπονητών

Οι προπονητές στην κοινωνία έχουν πολλούς ρόλους και ευθύνες στην καταπολέμηση των διακρίσεων στον αθλητισμό και στη δημιουργία ενός ασφαλούς και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλοντος, καθώς και στην υποστήριξη των αθλητών που πλήττονται από τέτοια γεγονότα. Ορισμένοι από αυτούς περιλαμβάνουν:

- Αντιμετώπιση του ρατσισμού μέσω του αθλητισμού: Ο αθλητισμός μπορεί να αποτελέσει μια ισχυρή πλατφόρμα για την καταπολέμηση του ρατσισμού και την προώθηση της κοινωνικής συνοχής. Οι προπονητές διαδραματίζουν ζωτικό ρόλο στην καλλιέργεια ενός περιβάλλοντος όπου οι αθλητές μπορούν να αμφισβητήσουν τα στερεότυπα, να αγκαλιάσουν τη διαφορετικότητα και να μάθουν να σέβονται ο ένας τον άλλον.
- Προώθηση των πολιτιστικών ανταλλαγών: Διοργάνωση προγραμμάτων ή εκδηλώσεων πολιτιστικής ανταλλαγής για τη διευκόλυνση της αλληλεπίδρασης και της κατανόησης μεταξύ αθλητών με διαφορετικό υπόβαθρο.
- Εκπαίδευση αθλητών: Παροχή εκπαιδευτικών συνεδριών για το ρατσισμό, την πολιτιστική ευαισθησία και τη σημασία της ένταξης στον αθλητισμό για την ευαισθητοποίηση και την καταπολέμηση των προκαταλήψεων.
- Οδηγώντας με το παράδειγμα: Οι προπονητές πρέπει να επιδεικνύουν συμπεριφορά χωρίς αποκλεισμούς, να δείχνουν ότι ο ρατσισμός δεν έχει θέση στον αθλητισμό και να καθιστούν τους αθλητές υπόλογους για τις πράξεις τους.

Με την αντιμετώπιση περιστατικών προκατάληψης και την ενεργή προώθηση των προσπαθειών κατά του ρατσισμού, οι προπονητές μπορούν να συμβάλουν σε ένα



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



αθλητικό περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς και σεβασμό, όπου οι αθλητές από όλες τις καταβολές μπορούν να ευδοκιμήσουν και να διαπρέψουν.

Ο ρόλος σας ως προπονητής

Ως προπονητής στα νεανικά αθλήματα, ο ρόλος σας είναι να αναπτύσσετε τις δεξιότητες των αθλητών και να δημιουργείτε ένα ασφαλές, χωρίς αποκλεισμούς και με σεβασμό περιβάλλον προπόνησης. Η κατανόηση των πραγματικών σεναρίων διακρίσεων σε μια προπονητική κατάσταση θα σας βοηθήσει να αναγνωρίσετε τις πιθανές προκλήσεις και να αναπτύξετε αποτελεσματικές στρατηγικές για την αντιμετώπιση τέτοιων ζητημάτων. Ακολουθούν δύο παραδείγματα κειμένων που απεικονίζουν περιστατικά διακρίσεων στον αθλητισμό νέων:

Παράδειγμα 1: Lee Chin, παίκτης GAA



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Όλα τα δικαιώματα ανήκουν στην Irish Mirror

Ο Λι Τσιν είναι ένας ιδιαίτερα αξιόλογος Ιρλανδός αθλητής, ευρέως αναγνωρισμένος για τα επιτεύγματά του στο hurling, εκπροσωπώντας το Wexford τόσο σε επίπεδο κομητείας όσο και σε επίπεδο συλλόγων. Γεννημένος από Μαλαισιανό Κινέζο πατέρα και Ιρλανδή μητέρα, ο Chin έχει μοιραστεί ανοιχτά τις εμπειρίες ρατσιστικής κακοποίησης που υπέστη ο ίδιος και η οικογένειά του, τόσο στους δρόμους όσο και κατά τη διάρκεια των αγώνων.

Στις 8 Απριλίου 2023, ένα ατυχές περιστατικό εκτυλίχθηκε κατά τη διάρκεια ενός φιλανθρωπικού αγώνα hurling, όπου ο Lee Chin, εξέχουσα μορφή της ομάδας hurling του Wexford, αντιμετώπισε ρατσιστικές προσβολές από ορισμένους θεατές. Η κατάσταση κλιμακώθηκε σε βαθμό που ο αγώνας έπρεπε να διακοπεί λόγω της απαράδεκτης συμπεριφοράς που επέδειξε ένα τμήμα του πλήθους.

Τα κρούσματα ρατσισμού στον αθλητισμό παραμένουν ένα βαθιά ανησυχητικό ζήτημα, υπογραμμίζοντας την επιτακτική ανάγκη να καταβληθούν σταθερές προσπάθειες για την καταπολέμηση των διακρίσεων και την προώθηση της συμμετοχικότητας εντός της αθλητικής κοινότητας. Η συνάντηση με τον Lee Chin υπογραμμίζει την κρισιμότητα της καλλιέργειας ενός ασφαλούς και σεβαστού περιβάλλοντος για τους αθλητές, απαλλαγμένου από κάθε μορφή διακρίσεων.

Ως προπονητές, είναι ζωτικής σημασίας να αναγνωρίσουμε τη σοβαρότητα τέτοιων περιστατικών και να συμμετάσχουμε στην ευαισθητοποίηση, την παροχή εκπαίδευσης και τη λήψη αποφασιστικών μέτρων για την καταπολέμηση του ρατσισμού όχι μόνο στον αθλητισμό αλλά και στην ευρύτερη κοινωνία. Προωθώντας μια κουλτούρα σεβασμού και κατανόησης, μπορούμε να προσπαθήσουμε να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον όπου όλοι οι αθλητές θα αισθάνονται ότι εκτιμώνται, θα εξυμνούνται και θα έχουν τη δυνατότητα να ακολουθούν τα αθλητικά τους πάθη χωρίς το φόβο των διακρίσεων.

Σας ενημερώνουμε ότι το παρακάτω βίντεο απεικονίζει μια εκδήλωση στην οποία υπάρχει ρατσιστική βία. Συνιστάται η διακριτικότητα του θεατή, καθώς το περιεχόμενο μπορεί να προκαλέσει ή να προκαλέσει ανησυχία σε ορισμένα άτομα. Παρακαλείστε να είστε προσεκτικοί κατά την προβολή και να εξετάζετε τις πιθανές επιπτώσεις του στον εαυτό σας ή σε άλλους που το παρακολουθούν. Εάν θεωρείτε το περιεχόμενο



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



ανησυχητικό, είναι σημαντικό να δώσετε προτεραιότητα στη συναισθηματική σας ευημερία και να αναζητήσετε υποστήριξη εάν χρειάζεται.



[Βίντεο από το GAA MAN στο YouTube](#)

Παράδειγμα 2: Ομάδα Γυναικών της Δημοκρατίας της Ιρλανδίας



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Όλα τα δικαιώματα ανήκουν στην Irish Mirror

Το 2017, η εθνική ομάδα ποδοσφαίρου γυναικών της Δημοκρατίας της Ιρλανδίας προχώρησε σε απεργία. Η απεργία ήταν αποτέλεσμα συνεχιζόμενων ζητημάτων που αφορούσαν την ευημερία των παικτών, τις συνθήκες εργασίας και την υποστήριξη που παρέχεται στη γυναικεία ομάδα. Οι παίκτριες υπερασπίζονταν την καλύτερη μεταχείριση και εκπροσώπηση, εκφράζοντας τις ανησυχίες τους για την ισότητα των φύλων και τις διακρίσεις στο άθλημα. Οι παίκτριες υπέστησαν, μεταξύ άλλων, κοινές φόρμες και αλλαγή στις τουαλέτες.

Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι στα αθλήματα νεότητας για την πρόληψη παρόμοιων περιστατικών με την προώθηση της συμμετοχικότητας, την υποστήριξη της ευημερίας των παικτών, την ενθάρρυνση της ανοιχτής επικοινωνίας, τη δημιουργία θετικών παραδειγμάτων και τη συνεργασία με οργανισμούς για την αντιμετώπιση των διακρίσεων και την προώθηση της ισότητας.

Κάντε κλικ εδώ για να παρακολουθήσετε ένα εντυπωσιακό βίντεο που αναρτήθηκε αρχικά στον ιστότοπο Independent. ie, με μια συνέντευξη της γυναικείας ομάδας της Δημοκρατίας της Ιρλανδίας του 2017. Στη συνέντευξη αυτή, οι παίκτριες εκφράζουν τα παράπονά τους και τους λόγους πίσω από τη στάση τους στην κατάσταση.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



ΜΟΝΑΔΑ 3: Διακρίσεις στον αθλητικό σας σύλλογο

Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της Ενότητας, θα πρέπει να είστε σε θέση να:

- Να κατανοήσετε τα βασικά θεωρητικά στοιχεία των διακρίσεων, τις αιτίες και τις συνέπειές τους και τις πιο συνηθισμένες μορφές διακρίσεων στον αθλητισμό.
- Να δημιουργήσετε ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς για εσάς ως προπονητή και τους νεαρούς αθλητές σας
- Εκμάθηση μετρήσεων αναφοράς με διακρίσεις στην πραγματική ζωή ως προπονητής
- Να είναι σε θέση να αποσαφηνίζουν τους ρόλους των γονέων σε περίπτωση διακρίσεων στον αθλητισμό νέων και τις ευθύνες των προπονητών σε πραγματικά σενάρια.

Δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς.

Σε αυτή την ενότητα, θα μάθετε πώς μπορούμε να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς στον αθλητισμό νέων και τη σημασία της ένταξης, της διαφορετικότητας και της ισότητας. Πριν σας δώσουμε μια θεωρητική εισαγωγή στο θέμα, αφιερώστε λίγο χρόνο για να παρακολουθήσετε το παρακάτω βίντεο:

<https://www.youtube.com/watch?v=3y0aRM5Ib5o>



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



The Inclusion Spectrum Framework in Sport

ICoACHKIDS World
4.23k subscribers

Subscribe

Like Share Download

Προσπαθήστε να δώσετε απαντήσεις στις ακόλουθες ερωτήσεις αφού παρακολουθήσετε το βίντεο. Λάβετε υπόψη σας ότι ο σκοπός αυτών των ερωτήσεων είναι να διευκολύνουν τον προβληματισμό σας και να προωθήσουν μια πιο εμπειριστατωμένη συζήτηση για το θέμα του βίντεο. Μη διστάσετε να διακόψετε, να προχωρήσετε μπροστά ή να γυρίσετε πίσω το βίντεο για να εξερευνήσετε διεξοδικά τις ιδέες και τις αποκαλύψεις σας:

1. Πώς μπορούμε να επιτύχουμε την ένταξη στον αθλητισμό;
2. Τι περιλαμβάνεται στο φάσμα ένταξης;
3. Σε τι εξαρτώνται οι λύσεις ένταξης;
4. Στο πλαίσιο του ρόλου σας ως προπονητής, ποιες δραστηριότητες κάνετε για την προώθηση της συμμετοχικότητας στον αθλητισμό;

Το κείμενο που ακολουθεί παρέχει μια επισκόπηση του θεωρητικού υπόβαθρου για ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς στον αθλητισμό.

Όλοι θα πρέπει να αισθάνονται ότι τους εκτιμούν, τους σέβονται, είναι ασφαλείς και τους επιτρέπουν να ασχοληθούν με τη δραστηριότητα της επιλογής τους για ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς στον αθλητισμό. Ακολουθούν ορισμένες ιδέες για την προώθηση της πολυμορφίας στον αθλητισμό. Το πρώτο βήμα είναι να αυξήσουμε τις ευκαιρίες και



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



να κάνουμε διευκολύνσεις για τα άτομα με αναπηρίες- στη συνέχεια, πρέπει να εκπαιδεύσουμε όλους τους παίκτες σχετικά με τον σεβασμό, την ενσυναίσθηση και την ομαδική εργασία και, το σημαντικότερο, να ενθαρρύνουμε τους προπονητές και το προσωπικό να είναι διαφορετικοί και πολιτισμικά ικανοί.

Ο αθλητισμός πρέπει να είναι χωρίς αποκλεισμούς προκειμένου να έχει καλό αντίκτυπο στους ανθρώπους, στις ομάδες και στην κοινωνία στο σύνολό της. Ο αθλητισμός μπορεί να αυξήσει την ποικιλομορφία και την εκπροσώπηση διαφόρων φυλετικών, εθνοτικών και πολιτισμικών ομάδων σε ηγετικές και διοικητικές θέσεις εντός του αθλήματος και στην ευρύτερη κοινότητα με το να είναι χωρίς αποκλεισμούς. Για τους ανθρώπους που αθλούνται, η συμμετοχικότητα μπορεί να τους βοηθήσει να αναπτυχθούν προσωπικά, κοινωνικά και ακαδημαϊκά, ενώ ασκούνται και αναπτύσσουν τις ικανότητες, τις σχέσεις και το ήθος τους. Επιπλέον, καθώς οι αθλητές μαθαίνουν να αποδέχονται, να κατανοούν και να συνεργάζονται, η συμμετοχικότητα μπορεί να ενισχύσει την αίσθηση της κοινότητας, της ανεκτικότητας και της αλληλεγγύης μεταξύ τους. Τέλος, με το να είναι φιλόξενη και προσιτή σε όλους, η συμπερίληψη συμβάλλει στην εξασφάλιση της μακροπρόθεσμης επιβίωσης και επέκτασης των αθλητικών συλλόγων, βοηθώντας τους να προσελκύσουν και να διατηρήσουν περισσότερα μέλη, εθελοντές και χορηγούς.

Επανεξετάστε τις πολιτικές και τις πρακτικές του συλλόγου σας για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των διακρίσεων.

Οι σύλλογοι και οι αθλητικές ομάδες πρέπει να λειτουργούν χωρίς διακρίσεις ή θυματοποίηση, και η υποχρέωση αυτή επεκτείνεται στο να μην γίνονται διακρίσεις σε βάρος οποιουδήποτε αιτείται να ενταχθεί στον σύλλογο. Μπορεί επίσης να είναι υπόλογοι για τη διατήρηση των χώρων και των εκδηλώσεών τους ασφαλείς και απαλλαγμένες από τη σεξουαλική παρενόχληση.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις ακόλουθες οδηγίες και διαδικασίες:



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



- Καθιέρωση πολιτικής κατά των διακρίσεων που περιγράφει τη δέσμευση του συλλόγου σας για ισότητα και ποικιλομορφία.
- Ενημερώστε και εκπαιδεύστε τους υπαλλήλους, τους προπονητές, τους εθελοντές και τα μέλη σας σχετικά με τον τρόπο αναγνώρισης, αποφυγής και αντιμετώπισης της παρενόχλησης και των διακρίσεων,
- Δημιουργήστε μια διαδικασία καταγγελίας που θα επιτρέπει σε οποιονδήποτε αντιμετωπίζει ή βλέπει διακρίσεις ή παρενοχλήσεις να τις αναφέρει και να λάβει βοήθεια.
- Λαμβάνετε τα κατάλληλα μέτρα, όπως προειδοποιήσεις, ποινές ή αποπομπές, κατά οποιουδήποτε επιδεικνύει συμπεριφορά που εισάγει διακρίσεις ή παρενόχληση.

Πρωθήστε μια κουλτούρα ένταξης και σεβασμού στον αθλητικό σας σύλλογο

Η αποφυγή των διακρίσεων και η αναγνώριση της διαφορετικότητας, με ταυτόχρονη δημιουργία καλών σχέσεων μεταξύ όλων των μελών του αθλητικού σας συλλόγου, αποτελούν μέρος της δημιουργίας μιας ατμόσφαιρας χωρίς αποκλεισμούς. Μπορείτε να ενθαρρύνετε ένα περιβάλλον σεβασμού και συμμετοχικότητας με διάφορους τρόπους, όπως

- Εμπνέοντας ανθρώπους με διαφορετικό υπόβαθρο, ικανότητες και ταυτότητες να λάβουν μέρος στις αθλητικές σας εκδηλώσεις.
- Δημιουργία ευκαιριών για άτομα από διάφορες ομάδες να αλληλεπιδρούν και να αποκτούν γνώσεις το ένα από το άλλο
- Εκτίμηση των συνεισφορών και των επιτευγμάτων κάθε μέλους του αθλητικού σας συλλόγου.
- Βοηθώντας εκστρατείες όπως το Rainbow Laces ή το No Room for Racism που προωθούν την ευαισθητοποίηση και καταρρίπτουν τους μύθους σχετικά με διάφορες ομάδες στον αθλητισμό.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



 **Ας σκεφτούμε!**

1. Αναλογιστείτε τις εμπειρίες σας ως προπονητής. Ποιες πτυχές της συμμετοχικότητας εφαρμόζετε στην ομάδα σας;

.....
.....
.....

2. Γράψτε μερικές δραστηριότητες που κάνετε με την ομάδα σας.

.....
.....
.....
.....



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Εκμάθηση μετρήσεων αναφοράς ως προπονητής.

Η ευημερία, η απόδοση και οι ευκαιρίες των αθλητών και των προπονητών μπορούν να επηρεαστούν αρνητικά από τις διακρίσεις στην αθλητική προπόνηση. Οι διακρίσεις μπορεί να βασίζονται σε διάφορα πράγματα, όπως το φύλο, η φυλή, η εθνικότητα, η αναπηρία, ο σεξουαλικός προσανατολισμός και η θρησκεία. Το συντομότερο δυνατό, θα πρέπει να αναφέρετε τυχόν περιπτώσεις διακρίσεων στην αθλητική προπόνηση στον αρμόδιο αθλητικό οργανισμό ή φορέα, όπως ο σύλλογος, η ομοσπονδία, το πρωτάθλημα ή η ένωση. Για τη διαχείριση τέτοιων ανησυχιών και τη λήψη κατάλληλων μέτρων, θα πρέπει να διαθέτουν πολιτικές και διαδικασίες. Προκειμένου να διασφαλίσετε τα δικαιώματά σας και να επιδιώξετε τη δικαιοσύνη, θα πρέπει επίσης να ζητήσετε νομική συμβουλή ή υποστήριξη από οργανώσεις κατά των διακρίσεων ή οργανώσεις ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Θα πρέπει να παρακολουθείτε τα γεγονότα και να συγκεντρώνετε αποδείξεις προκατάληψης, όπως αποσπάσματα, μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, κείμενα, φωτογραφίες ή βίντεο που μπορούν να ενισχύσουν την υπόθεσή σας. Μοιραζόμενοι την εμπειρία σας, συμμετέχοντας σε κινήματα ή εκστρατείες ή ερχόμενοι σε επαφή με τα μέσα ενημέρωσης ή τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, θα πρέπει επίσης να μιλήσετε και να επιστήσετε την προσοχή στο πρόβλημα. Αυτό θα μπορούσε να συμβάλει σε μια πιο ποικιλόμορφη και χωρίς αποκλεισμούς ατμόσφαιρα στον αθλητισμό, αμφισβητώντας τις προκαταλήψεις και τις παραδοχές που υποστηρίζουν τις διακρίσεις. Τέλος, θα βοηθούσε αν αναζητούσατε βοήθεια από συνομηλίκους, μέντορες, συμβούλους ή άλλες πηγές που μπορούν να σας δώσουν κατεύθυνση και έμπνευση, ενώ παράλληλα θα σας βοηθούσαν να αντιμετωπίσετε τις συναισθηματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις των διακρίσεων.

Ως προπονητής, είστε υπεύθυνος για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των διακρίσεων στον αθλητικό σας σύλλογο. Αυτό μπορείτε να το επιτύχετε με:

- Ενημερώστε τον εαυτό σας και τους αθλητές σας για τους κανονισμούς και τις κατευθυντήριες γραμμές που αποσκοπούν στην πρόληψη των προκαταλήψεων στον αθλητισμό
- Προώθηση ενός περιβάλλοντος που σέβεται και προωθεί την πολυμορφία και την ένταξη



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



- Εξασφαλίζοντας ότι όλοι οι αθλητές σας λαμβάνουν ίσες ευκαιρίες και υποστήριξη, ανεξάρτητα από τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους
- Αντιμετώπιση τυχόν προκαταλήψεων, μεροληψιών ή διακρίσεων που μπορεί να υπάρχουν στην αθλητική σας ομάδα ή στην κοινωνία γενικότερα
- Θέτοντας υπόψη των αρμόδιων αρχών τυχόν περιπτώσεις ή ισχυρισμούς περί διακρίσεων

Παρακάτω μπορείτε να δείτε ορισμένες δηλώσεις.

- Διακρίσεις είναι όταν κάποιος αντιμετωπίζεται άδικα ή άνισα εξαιτίας αυτού που είναι ή αυτού που αντιπροσωπεύει, συμπεριλαμβανομένου του φύλου, της φυλής, του σεξουαλικού προσανατολισμού ή της ικανότητάς του.
- Οι διακρίσεις μπορεί να έχουν αρνητικό αντίκτυπο στις επιδόσεις, τις ευκαιρίες και τη συμμετοχή ενός ατόμου στον αθλητισμό και την κοινωνία, καθώς και στη σωματική, ψυχική και συναισθηματική του υγεία.
- Η προώθηση της συμμετοχικότητας, της ποικιλομορφίας και του σεβασμού στον αθλητισμό και η ανάληψη νομικής δράσης κατά όσων προβαίνουν σε διακρίσεις ή παρενοχλήσεις είναι αποτελεσματικοί τρόποι καταπολέμησης και πρόληψης των διακρίσεων.
- Οι διακρίσεις είναι ένα κοινωνικό και διαρθρωτικό πρόβλημα που απαιτεί συλλογικό καθήκον και υπευθυνότητα από τους αθλητικούς οργανισμούς, την κυβέρνηση, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και τους φιλάθλους. Δεν είναι μόνο ένα προσωπικό ζήτημα.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Ας σκεφτούμε!

1. Επανεξετάστε τις παραπάνω δηλώσεις και σημειώστε τρόπους αναφοράς τους.

.....

.....

.....

.....

Ο ρόλος των γονέων.

Στον αθλητισμό, η δουλειά των γονέων είναι να υποστηρίζουν και να προωθούν τη συμμετοχή, τα επιτεύγματα και την ευχαρίστηση του παιδιού τους. Οι γονείς είναι υπεύθυνοι για την έκθεση των παιδιών τους στη φυσική αγωγή ή στις αθλητικές δραστηριότητες και η υποστήριξή τους έχει συνδεθεί με την πρώιμη αθλητική ενασχόληση. Οι γονείς μπορούν επίσης να επηρεάσουν την ορμή, την αυτοεκτίμηση, την ευημερία, τη συμπεριφορά και την αθλητική απόδοση του παιδιού τους. Ως εκ τούτου, οι γονείς πρέπει να διατηρούν ανοιχτές γραμμές επικοινωνίας με τους προπονητές και τους συλλόγους, ώστε όλοι να εργάζονται για τους ίδιους στόχους. Οι ρόλοι των γονέων στον αθλητισμό μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Προσφέρει βοήθεια για τη μεταφορά, τις προμήθειες, τα δίδακτρα και το φαγητό.
- Παροχή συναισθηματικής υποστήριξης, όπως κομπλιμέντα, κριτική, παρηγοριά και ενθάρρυνση.
- Προσφέρει ενημερωτική βοήθεια σε συμβουλές, κατευθύνσεις, εκπαίδευση και πόρους.



Co-funded by
the European Union



Από την άλλη πλευρά, έχουμε τις ευθύνες των προπονητών.

- Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι για τη διδασκαλία των βασικών αρχών του αθλητισμού, όπως η ανάπτυξη δεξιοτήτων, ο δίκαιος ανταγωνισμός και το αθλητικό πνεύμα.
- Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι για το σχεδιασμό και την εφαρμογή αθλητικών στρατηγικών, τον προγραμματισμό και τη διεξαγωγή προπονήσεων της ομάδας, τη συντήρηση του αθλητικού εξοπλισμού, τον προγραμματισμό και την προεδρία των αγώνων, τη βελτίωση της ενότητας και του αθλητικού πνεύματος της ομάδας και τη διασφάλιση ότι όλα τα μέλη της ομάδας έχουν ίσο χρόνο συμμετοχής.
- Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι για την ενθάρρυνση της υγιούς ανάπτυξης των παικτών. Μπορούν να επηρεάσουν τη σωματική, ψυχολογική, κοινωνική και συναισθηματική τους ευεξία.
- Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι για τη δημιουργία ενός ασφαλούς, θετικού και με σεβασμό περιβάλλοντος για όλους τους παίκτες, ανεξαρτήτως φυλής, εθνικότητας, φύλου, θρησκείας ή ικανότητας. Μπορούν να προωθήσουν την ποικιλομορφία, την ένταξη και την ισότητα στον αθλητισμό νέων.

Η πιθανότητα διαφωνίας ή κακής επικοινωνίας μεταξύ γονέων και προπονητών είναι μία από τις δυσκολίες στον αθλητισμό των νέων. Οι συγκρούσεις σχετικά με τον χρόνο παιχνιδιού, η παρέμβαση του προπονητή, η κακοποίηση ή η εχθρότητα και η έλλειψη επικοινωνίας είναι εξέχουσες αιτίες συγκρούσεων. Η σχέση προπονητή-γονέα, η υγεία και η απόδοση του αθλητή, καθώς και ολόκληρη η αθλητική εμπειρία μπορεί να πληγούν από αυτά τα προβλήματα. Προκειμένου να χειρίζονται τις διαφορές, να σέβονται τα όρια, να επικοινωνούν με σαφήνεια και να υποστηρίζουν τον αθλητή, ο προπονητής και οι γονείς θα πρέπει να συνεργάζονται.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by
the European Union



Ας σκεφτούμε!

Περιγράψτε τη διαφορά μεταξύ ενός υποστηρικτικού και ενός πιεστικού γονέα. Το παρακάτω βίντεο θα σας βοηθήσει. https://www.youtube.com/watch?v=g9K5bhefo_0

.....

.....

.....

.....

Υποστηρικτικοί vs πιεστικοί γονείς στα αθλήματα νέων

- Ένας υποστηρικτικός γονέας δείχνει στο παιδί του σταθερή αγάπη και υποστήριξη, ανεξάρτητα από το πόσο καλά τα καταφέρνει ή πώς τα καταφέρνει το παιδί του. Δεν αλλάζουν τα σχέδιά τους ανάλογα με τα αποτελέσματα των αγώνων και αντιμετωπίζουν το παιδί τους το ίδιο είτε κερδίσει είτε χάσει.
- Ένας υποστηρικτικός γονέας σέβεται επίσης την αυτονομία και τις επιλογές του παιδιού, το ενθαρρύνει να διασκεδάζει με τον εαυτό του και τις δραστηριότητές του, δίνει προσοχή στα συναισθήματα και τις ανησυχίες του, αναγνωρίζει τις προσπάθειες και τις προόδους του και του παρέχει μηχανισμούς αντιμετώπισης στρεσογόνων καταστάσεων.
- Ένας πιεστικός γονέας ασκεί υπερβολική πίεση στα παιδιά του να πετύχουν, να κερδίσουν ή να επιτύχουν ορισμένους στόχους. Ανάλογα με τις επιδόσεις ή τα



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



αποτελέσματα του παιδιού, μπορεί να επικρίνουν, να τιμωρούν ή να στερούν τη στοργή τους.

- Εκτός από το να παρεμβαίνουν στη συμμετοχή του παιδιού τους στον αθλητισμό, οι πιεστικοί γονείς μπορεί επίσης να διαφωνούν με τις αρχές ή τους προπονητές ή να κάνουν συγκρίσεις μεταξύ του παιδιού τους και άλλων παικτών. Θα μπορούσαν επίσης να αγνοήσουν την ψυχική και σωματική υγεία του παιδιού, για παράδειγμα, μη αναγνωρίζοντας τραυματισμούς, εξουθένωση ή συμπτώματα άγχους.

Πώς οι προπονητές μπορούν να βοηθήσουν τους πιεστικούς γονείς να γίνουν πιο υποστηρικτικοί

- Θέστε σαφείς κατευθυντήριες γραμμές και προσδοκίες για τη συμπεριφορά τους, αναγνωρίζοντας παράλληλα τις προθέσεις και τις ανησυχίες τους. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη φράση "Εκτιμώ το ενδιαφέρον σας για το άθλημα του παιδιού σας, αλλά σας παρακαλώ να μην προπονείτε από το περιθώριο ή να φωνάζετε στους διαιτητές" ως παράδειγμα.
- Βοηθήστε τους να αναγνωρίσουν πώς η πίεσή τους βλάπτει τα κίνητρα, την ευημερία και την ευχαρίστηση του παιδιού τους από τη δραστηριότητα. Μπορείτε, για παράδειγμα, να συζητήσετε μελέτες ή παραδείγματα που καταδεικνύουν πώς η βίαιη γονική συμπεριφορά μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα οι νεαροί αθλητές να βιώνουν κόπωση, άγχος ή χαμηλή αυτοεκτίμηση.
- Ενθαρρύνετε τους να αποδέχονται την ελευθερία επιλογής και την αυτονομία του παιδιού τους, δίνοντας παράλληλα προσοχή στα συναισθήματα και τις ιδέες του. Για παράδειγμα, θα μπορούσατε να τους ζητήσετε να μιλούν συχνά με το παιδί τους για την ενασχόλησή του με τον αθλητισμό και να το ενθαρρύνετε να επιδιώκει τους δικούς του στόχους και τα δικά του πάθη.



Co-funded by
the European Union



- Διδάξτε τους πώς να δίνουν στο παιδί τους τόσο θετική όσο και εποικοδομητική κριτική με βάση τις προσπάθειες και τις προόδους του και όχι τα αποτελέσματα ή τις συνέπειες. Αντί να λένε πράγματα όπως "Έπρεπε να είχες βάλει περισσότερα γκολ" ή "Απογοήτευσες την ομάδα", μπορείτε να τους συμβουλευσετε να λένε κάτι όπως "Είμαι περήφανος για το πόσο σκληρά δούλεψες σήμερα" ή "Έδειξες πολύ καλό αθλητικό πνεύμα".
- Υπενθυμίστε τους ότι ο νεανικός αθλητισμός έχει ως επί το πλείστον να διασκεδάσουν και να αναπτύξουν νέες ικανότητες, όχι να κερδίσουν, να γίνουν διάσημοι ή να πάρουν υποτροφίες. Ζητήστε τους να τονίσουν τα πλεονεκτήματα που έχει το παιδί τους από τη συμμετοχή του σε αθλήματα, όπως το να κάνει φίλους, να παραμείνει υγιές ή να αποκτήσει χαρακτήρα.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

ΜΟΝΑΔΑ 4: Δημιουργία μιας εκπαιδευτικής συνεδρίας εργαστηρίου

Δημιουργία ενός εργαστηρίου περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς

Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της Ενότητας, θα πρέπει να είστε σε θέση να:

- Εξηγήστε την αναγκαιότητα ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς στον τοπικό σας αθλητικό σύλλογο,
- Δώστε πρωτότυπα παραδείγματα αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς και αποκλειστικών περιβαλλόντων,
- Συζητήστε τη σημασία της εφαρμογής εκπαιδευτικών εργαστηρίων για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς στον σύλλογό σας,
- Εφαρμόστε κατευθυντήριες γραμμές για τον αποτελεσματικό σχεδιασμό εργαστηρίων,
- Περιγράψτε τις πιθανές προκλήσεις στον προγραμματισμό και την υλοποίηση του εργαστηρίου.

Τα οφέλη των αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς

Σε αυτή την ενότητα, θα μάθετε για τα οφέλη των αθλητικών περιβαλλόντων που προωθούν την ένταξη, την ποικιλομορφία και την ισότητα. Πριν όμως βουτήξετε στα βαθιά, αφιερώστε λίγο χρόνο για να παρακολουθήσετε το εισαγωγικό βίντεο που ακολουθεί:



Co-funded by
the European Union



Αφού παρακολουθήσετε το βίντεο, προσπαθήστε να απαντήσετε στις ακόλουθες ερωτήσεις προβληματισμού. Να θυμάστε ότι οι ερωτήσεις αυτές έχουν σκοπό να καθοδηγήσουν τον προβληματισμό σας και να ενθαρρύνουν τη βαθύτερη σκέψη σχετικά με το περιεχόμενο του βίντεο. Μη διστάσετε να κάνετε παύση, να γυρίσετε πίσω ή να ξαναδείτε συγκεκριμένα μέρη του βίντεο για να εξερευνήσετε πλήρως τις σκέψεις και τις ιδέες σας:

1. Ποια είναι η αρχική σας συναισθηματική αντίδραση στο βίντεο; Σας προκάλεσε κάποια συγκεκριμένα συναισθήματα ή αντιδράσεις;
2. Πώς το βίντεο τονίζει τη σημασία της ένταξης στον αθλητισμό; Ποια παραδείγματα ή σενάρια το καταδεικνύουν αυτό;
3. Πώς το βίντεο αναδεικνύει τη μεταμορφωτική δύναμη του αθλητισμού για τα άτομα με αναπηρία; Πώς συμβάλλει στη σωματική, συναισθηματική και κοινωνική τους ευημερία;
4. Πώς οι προπονητές, οι εθελοντές και τα μέλη της κοινότητας που παρουσιάζονται στο βίντεο υποστηρίζουν και προωθούν τη συμμετοχικότητα στον αθλητισμό; Τι αντίκτυπο έχουν οι προσπάθειές τους στους αθλητές;



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Η δημιουργία ενός **περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς** σε έναν αθλητικό σύλλογο είναι ζωτικής σημασίας για διάφορους λόγους. Παρακάτω παρατίθενται ορισμένα επιχειρήματα που εξηγούν την αξία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς για όλα τα ενδιαφερόμενα μέρη.

Ίσες ευκαιρίες

Οι αθλητικοί σύλλογοι χωρίς αποκλεισμούς παρέχουν ίσες ευκαιρίες στα άτομα να συμμετέχουν και να διαπρέπουν στις αθλητικές δραστηριότητες. Αυτό καλλιεργεί το αίσθημα της δικαιοσύνης και προάγει την κοινωνική δικαιοσύνη.

Οφέλη για τη σωματική και ψυχική υγεία

Η συμμετοχή στον αθλητισμό έχει πολλά οφέλη για τη σωματική και ψυχική υγεία, όπως η βελτίωση της καρδιαγγειακής κατάστασης, η ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων, η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και η μείωση των επιπέδων άγχους. Ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς διασφαλίζει ότι τα οφέλη αυτά είναι προσβάσιμα σε όλους, ανεξάρτητα από τις ικανότητες ή την κατάστασή τους.

Κοινωνική ενσωμάτωση

Οι αθλητικοί σύλλογοι χωρίς αποκλεισμούς προωθούν την κοινωνική ενσωμάτωση φέρνοντας κοντά άτομα με διαφορετικό υπόβαθρο και ικανότητες. Βοηθά στην άρση των στερεοτύπων και δημιουργεί ευκαιρίες για κοινωνική αλληλεπίδραση, οικοδομώντας ενσυναίσθηση, κατανόηση και φιλίες.

Ανάπτυξη δεξιοτήτων

Οι αθλητικοί σύλλογοι χωρίς αποκλεισμούς προσφέρουν μια πλατφόρμα για τα άτομα να αναπτύξουν τις αθλητικές τους δεξιότητες, ανεξάρτητα από τις ικανότητες ή την κατάστασή τους. Παρέχοντας την κατάλληλη προπόνηση και υποστήριξη, οι αθλητές μπορούν να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους, να βελτιώσουν τις επιδόσεις τους και να επιτύχουν προσωπική ανάπτυξη.

Εκπαιδευτικές δεξιότητες και δεξιότητες ζωής

Οι αθλητικοί σύλλογοι χωρίς αποκλεισμούς προσφέρουν στους συμμετέχοντες πολύτιμες εκπαιδευτικές δεξιότητες και δεξιότητες ζωής. Διδάσκουν ομαδική εργασία, επικοινωνία, επίλυση προβλημάτων, καθορισμό στόχων, πειθαρχία και ανθεκτικότητα. Οι δεξιότητες αυτές είναι μεταβιβάσιμες και συμβάλλουν στη συνολική προσωπική ανάπτυξη.

Οικοδόμηση θετικών συμπεριφορών

Ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς σε έναν αθλητικό σύλλογο συμβάλλει στην αμφισβήτηση των στερεοτύπων και των προκαταλήψεων που σχετίζονται με τις αναπηρίες ή την κατάσταση. Εκπαιδεύει τους συμμετέχοντες και τους θεατές, καλλιεργώντας θετικές στάσεις απέναντι στην ένταξη και τη διαφορετικότητα. Αυτό επηρεάζει θετικά όχι μόνο τον αθλητικό σύλλογο αλλά και την κοινωνία στο σύνολό της.



Co-funded by
the European Union



Παραδείγματα αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς και διακρίσεις

Αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς	Αθλητικά περιβάλλοντα που εισάγουν διακρίσεις
Σε ένα πρωτάθλημα ποδοσφαίρου, σχηματίζεται μια ομάδα με παιδιά τυπικής ανάπτυξης και παιδιά με αναπηρίες. Οι προπονητές διασφαλίζουν ότι όλοι οι παίκτες έχουν ίσες ευκαιρίες συμμετοχής, συνεισφοράς και ανάπτυξης των δεξιοτήτων τους.	Ένας προπονητής χρησιμοποιεί συχνά υποτιμητικές εκφράσεις ή προσβλητικά αστεία κατά τη διάρκεια της προπόνησης, χωρίς να γνωρίζει τον αντίκτυπό τους σε ορισμένους αθλητές.
Σε έναν αγώνα στίβου, οι αθλητές με σωματικές αναπηρίες εφοδιάζονται με προσαρμοστικό εξοπλισμό, όπως αγωνιστικά αμαξίδια ή προσθετικά.	Ένας νεαρός αθλητής με σωματική αναπηρία εκδηλώνει ενδιαφέρον να ενταχθεί στον σύλλογο, αλλά το προπονητικό προσωπικό δεν είναι σίγουρο για την προσαρμογή των προπονήσεων στις ανάγκες του.
Τα αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς δίνουν προτεραιότητα στην ανοικτή επικοινωνία και συνεργασία μεταξύ προπονητών, αθλητών, γονέων και οποιουδήποτε εμπλεκόμενου προσωπικού υποστήριξης. Αυτό διασφαλίζει ότι όλοι γνωρίζουν τις ατομικές ανάγκες, τους στόχους και την πρόοδο, επιτρέποντας την πρακτική υποστήριξη και προσαρμογή.	Οι προπονητές επιλέγουν συστηματικά την ίδια ομάδα αθλητών για ανταγωνιστικούς αγώνες, παραμελώντας τις δεξιότητες και τις δυνατότητες άλλων μελών της ομάδας που προέρχονται από διαφορετικά υπόβαθρα ή έχουν λιγότερη εμπειρία.
Οι αθλητικοί οργανισμοί νεολαίας συχνά διεξάγουν πρωτοβουλίες ευαισθητοποίησης και εκπαίδευσης για την προώθηση της συμμετοχικότητας μεταξύ των αθλητών, των γονέων και της ευρύτερης κοινότητας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει εργαστήρια, σεμινάρια ή εκστρατείες που ευαισθητοποιούν για τις διαφορετικές ικανότητες, προωθούν την ενσυναίσθηση και αμφισβητούν τα στερεότυπα.	Μια ομάδα αθλητών στοχοποιεί και εκφοβίζει συστηματικά έναν συμπαίκτη που θεωρείται διαφορετικός λόγω της φυλής, του φύλου ή οποιουδήποτε άλλου χαρακτηριστικού του.
Σε ένα αθλητικό περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς, ενθαρρύνεται η καθοδήγηση και η υποστήριξη από ομοτίμους. Οι μεγαλύτεροι ή πιο έμπειροι αθλητές μπορούν να γίνουν εθελοντές	Κατά τη διάρκεια των δοκιμαστικών ή της επιλογής ομάδας, οι προπονητές, εν αγνοία τους, επιδεικνύουν προκατάληψη με βάση την εμφάνιση, το φύλο ή τις προκαταλήψεις για ορισμένες αθλητικές ικανότητες.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



<p>μέντορες για να βοηθήσουν και να καθοδηγήσουν τους νεότερους ή λιγότερο έμπειρους συμμετέχοντες, καλλιεργώντας την αίσθηση της ένταξης, της ηγεσίας και της συντροφικότητας.</p>	
<p>Ορισμένα αθλητικά προγράμματα για νέους δημιουργούν περιβάλλοντα φιλικά προς τις αισθήσεις για παιδιά με προβλήματα αισθητηριακής επεξεργασίας ή διαταραχές του φάσματος του αυτισμού. Αυτά τα προγράμματα τροποποιούν τις αισθητηριακές πτυχές των αθλητικών δραστηριοτήτων, όπως τα επίπεδα θορύβου, ο φωτισμός και ο εξοπλισμός, ώστε να εξασφαλίζουν μια άνετη και χωρίς αποκλεισμούς εμπειρία για όλους τους συμμετέχοντες.</p>	<p>Ένας αθλητής αποκαλύπτει ότι είναι ΛΟΑΤΚΙ+, και κάμποι συμπαίκτες ή προπονητές δείχνουν δυσφορία, οδηγώντας σε αποκλεισμό ή ασεβή συμπεριφορά.</p>
<p>Τα αθλητικά περιβάλλοντα για νέους με αποκλεισμούς συχνά συνεργάζονται με εξωτερικές οργανώσεις υπεράσπισης, σχολεία και κοινοτικές ομάδες για να διασφαλίσουν μια ολιστική προσέγγιση της ένταξης. Αυτές οι συνεργασίες μπορούν να παρέχουν πρόσβαση σε πόρους, εμπειρογνωμοσύνη και δίκτυα υποστήριξης που ενισχύουν τη συμμετοχικότητα των αθλητικών προγραμμάτων.</p>	<p>Οι προπονητές οργανώνουν δραστηριότητες ή γιορτές ομαδικής ανάπτυξης χωρίς να λαμβάνουν υπόψη τους το διαφορετικό πολιτισμικό υπόβαθρο των αθλητών τους, αποκλείοντας ή αποξενώνοντας ακούσια συγκεκριμένα άτομα.</p>



Ας σκεφτούμε!

1. Αναλογιστείτε τις εμπειρίες σας από την προπόνηση στον σύλλογό σας. Σε ποιες συγκεκριμένες περιπτώσεις παρατηρήσατε τα οφέλη της συμμετοχικότητας για τους εμπλεκόμενους αθλητές;

.....

.....





Co-funded by
the European Union



.....
.....

2. Αναλογιστείτε τυχόν **προκλήσεις ή εμπόδια που** αντιμετωπίσατε κατά τη δημιουργία ή τη διατήρηση ενός αθλητικού περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς στον σύλλογό σας. Πώς αντιμετωπίσατε ή ξεπεράσατε αυτές τις προκλήσεις και ποια διδάγματα αποκομίσατε από αυτές;

.....
.....
.....
.....

3. Αναλογιστείτε τα **κίνητρα και τη δέσμευσή** σας για την προώθηση αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς. Πώς η κατανόηση των πλεονεκτημάτων της συμμετοχικότητας εμπνέει και καθοδηγεί τη φιλοσοφία και τις πρακτικές προπονητικής σας;

.....
.....
.....
.....



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

Δημιουργία ενός εκπαιδευτικού εργαστηρίου στο σύλλογό σας

Τι είναι ένα εκπαιδευτικό εργαστήριο για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς και γιατί πρέπει να με ενδιαφέρει;

Ένα εκπαιδευτικό εργαστήριο για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς είναι μια δομημένη συνεδρία μάθησης που έχει ως στόχο να εφοδιάσει τους προπονητές με τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις στρατηγικές που απαιτούνται για τη δημιουργία ενός αθλητικού περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς και με υποστήριξη για αθλητές όλων των ικανοτήτων. Το εργαστήριο θα πρέπει

- επικεντρώνονται στην προώθηση της συμμετοχικότητας, την αντιμετώπιση των εμποδίων και την προώθηση θετικών εμπειριών για αθλητές με διαφορετικό υπόβαθρο και ικανότητες,
- Στόχος είναι η ευαισθητοποίηση, η προώθηση της κατανόησης και ο εφοδιασμός των προπονητών με πρακτικά εργαλεία για να διασφαλίσουν ότι τα αθλητικά τους προγράμματα είναι φιλόξενα, προσβάσιμα και υποστηρικτικά για τους αθλητές με διαφορετικές ανάγκες.

Ως προπονητής, η διοργάνωση ενός εκπαιδευτικού εργαστηρίου για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς είναι σημαντική για διάφορους λόγους:

1. Ενισχύει τις προπονητικές σας δεξιότητες με την εκμάθηση συγκεκριμένων τεχνικών και στρατηγικών για την αποτελεσματική εμπλοκή και υποστήριξη αθλητών με διαφορετικές ικανότητες. Σας εξοπλίζει με τις γνώσεις και τα εργαλεία για να δημιουργείτε προπονητικές συνεδρίες χωρίς αποκλεισμούς, να προσαρμόζετε προπονητικές προσεγγίσεις και να υποστηρίζετε κατάλληλα μεμονωμένους αθλητές.
2. Μπορείτε να διασφαλίσετε ότι το αθλητικό σας πρόγραμμα είναι χωρίς αποκλεισμούς, καλλιεργώντας την αίσθηση του ανήκειν, προωθώντας την κοινωνική αλληλεπίδραση και προσφέροντας ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη και ανάπτυξη δεξιοτήτων για όλους τους ενδιαφερόμενους.
3. Σας βοηθά να κατανοήσετε και να ανταποκριθείτε στις νομικές και ηθικές ευθύνες για ευκαιρίες χωρίς αποκλεισμούς για όλους, διασφαλίζοντας ότι ο αθλητικός σας



σύλλογος ή οργανισμός συμμορφώνεται με τη σχετική νομοθεσία και προωθεί την ισότιμη πρόσβαση και τις ίσες ευκαιρίες.

4. Συμβάλλετε ενεργά στον κοινωνικό αντίκτυπο του αθλητισμού χωρίς αποκλεισμούς, κάνοντας τη διαφορά στη ζωή των αθλητών και της ευρύτερης κοινότητας.

5. Παρέχει μια ευκαιρία για την επαγγελματική σας ανάπτυξη ως προπονητής. Σας επιτρέπει να διευρύνετε τη βάση των γνώσεών σας, να μάθετε από ειδικούς στον τομέα και να συνδεθείτε με άλλους προπονητές και επαγγελματίες που μοιράζονται μια παρόμοια δέσμευση για την ενσωμάτωση στον αθλητισμό.

6. Επιδεικνύει τη δέσμευσή σας για συμμετοχικότητα και σας τοποθετεί ως ηγέτη στη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς. Ενισχύει τη φήμη του συλλόγου ή του οργανισμού σας και προσελκύει αθλητές, οικογένειες και μέλη της κοινότητας που εκτιμούν και θέτουν ως προτεραιότητα τη συμμετοχικότητα.



- **Είμαι προπονητής. Μπορώ να οργανώσω ένα εκπαιδευτικό σεμινάριο για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς;**

Ως προπονητής, μπορείτε να οργανώσετε ένα εκπαιδευτικό εργαστήριο για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς. Μια τέτοια πρωτοβουλία αποδεικνύει τη δέσμευσή σας για τη δημιουργία ενός αθλητικού περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς και την επιθυμία σας να βελτιώσετε τις προπονητικές σας δεξιότητες.

- **Για ποιον μπορώ να οργανώσω ένα εκπαιδευτικό σεμινάριο για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς;**



Co-funded by
the European Union



Ως προπονητής, μπορείτε να οργανώσετε ένα εκπαιδευτικό εργαστήριο για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς για διάφορα κοινά-στόχους. Θυμηθείτε, η επιλογή του κοινού-στόχου εξαρτάται από τους στόχους σας, τους πόρους και τις ειδικές ανάγκες της προπονητικής σας κοινότητας. Εξετάστε τις ομάδες που θα επωφεληθούν περισσότερο από το εργαστήριο και θα ευθυγραμμιστούν με τους στόχους σας για την προώθηση αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς.

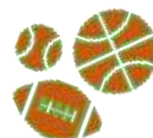
Προπονητές στο σύλλογο/οργανισμό σας: Αυτό σας επιτρέπει να επηρεάσετε άμεσα το προπονητικό προσωπικό και να ενισχύσετε την κατανόηση και τις δεξιότητές τους στη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς.

Προπονητές από άλλους συλλόγους ή οργανισμούς: Αυτό επιτρέπει στους προπονητές να μοιράζονται γνώσεις, να ανταλλάσσουν ιδέες και να συνεργάζονται για τη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς σε διαφορετικά περιβάλλοντα.

Διαχειριστές Αθλητισμού Νέων: Τα άτομα αυτά διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο στη διαμόρφωση των πολιτικών, των δομών και της κουλτούρας των αθλημάτων νέων. Η παροχή γνώσεων σχετικά με τη συμμετοχικότητα μπορεί να έχει ευρύτερο αντίκτυπο σε ολόκληρο το αθλητικό οικοσύστημα.

Οι γονείς των αθλητών: Η στόχευση στους γονείς των αθλητών θα συμβάλει στην παροχή κατάλληλης υποστήριξης, ενθάρρυνσης και συνηγορίας για τα παιδιά τους, προωθώντας μια θετική και χωρίς αποκλεισμούς αθλητική εμπειρία. Θα ενθαρρύνει επίσης την υιοθέτηση μιας συνεργατικής προσέγγισης μεταξύ προπονητών, γονέων και αθλητών.

Καθηγητές Φυσικής Αγωγής: Μπορείτε να επηρεάσετε τις εμπειρίες των μαθητών με διαφορετικές ικανότητες σε σχολικά αθλήματα και σωματικές δραστηριότητες, εφοδιάζοντας τους καθηγητές φυσικής αγωγής με γνώσεις και στρατηγικές για αθλήματα χωρίς αποκλεισμούς.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

Κατευθυντήριες γραμμές για την οργάνωση και την υλοποίηση του εργαστηρίου

Βήμα 1: Καθορισμός των στόχων του εργαστηρίου

Ρωτήστε τον εαυτό σας:

- Τι θέλετε να μάθουν και να επιτύχουν οι προπονητές μέσα από αυτό το εργαστήριο;
- Ποιες είναι οι βασικές προκλήσεις ή οι τομείς βελτίωσης που σχετίζονται με τα αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς που θέλετε να αντιμετωπίσετε;
- Ποια είναι τα επιθυμητά αποτελέσματα ή οι αλλαγές που ελπίζετε να δείτε στην κατανόηση ή τη συμπεριφορά των συμμετεχόντων μετά την παρακολούθηση του εργαστηρίου;
- Ποιοι είναι οι συμμετέχοντες-στόχοι και ποια είναι τα υφιστάμενα επίπεδα γνώσεων ή εμπειριών τους σχετικά με τα αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς;
- Υπάρχουν συγκεκριμένες πολιτικές, κατευθυντήριες γραμμές ή νομικές απαιτήσεις που σχετίζονται με αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς και πρέπει να εξεταστούν στο εργαστήριο;
- Πώς μπορεί το εργαστήριο να ενδυναμώσει τους συμμετέχοντες ώστε να γίνουν υποστηρικτές της ένταξης στις δικές τους αθλητικές κοινότητες;
- Ποιες είναι οι συγκεκριμένες προκλήσεις ή εμπόδια που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι συμμετέχοντες στη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς και πώς μπορεί το εργαστήριο να βοηθήσει στην αντιμετώπισή τους;
- Πώς μπορεί το εργαστήριο να προωθήσει τη συνεργασία και τη δικτύωση μεταξύ των συμμετεχόντων για την ανταλλαγή βέλτιστων πρακτικών και την αλληλοϋποστήριξη;

Βήμα 2: Σχεδιάστε την υλικοτεχνική υποδομή του εργαστηρίου

- Καθορίστε την ημερομηνία, τη διάρκεια και την τοποθεσία του εργαστηρίου. Βεβαιωθείτε ότι ο χώρος είναι προσβάσιμος και μπορεί να φιλοξενήσει τον αριθμό των συμμετεχόντων που θα παρακολουθήσουν.



Co-funded by
the European Union



- Οργανώστε τον εξοπλισμό, τα υλικά και τους πόρους για τις δραστηριότητες και τις παρουσιάσεις του εργαστηρίου.

Βήμα 3: Προσδιορισμός συντονιστών εργαστηρίων

- Προσδιορίστε έμπειρους διαμεσολαβητές με εξειδίκευση στην καθοδήγηση χωρίς αποκλεισμούς, στην ποικιλομορφία και στις επικοινωνιακές δεξιότητες. Επιλέξτε διαμεσολαβητές που είναι προσαρμόσιμοι, ευέλικτοι και πολιτισμικά ικανοί.
- Εάν είναι δυνατόν, εξετάστε το ενδεχόμενο να προσκαλέσετε προσκεκλημένους ομιλητές που μπορούν να προσφέρουν πολύτιμες γνώσεις και εμπειρίες σχετικά με τη συμμετοχικότητα στην αθλητική προπόνηση.

Βήμα 4: Ανάπτυξη περιεχομένου εργαστηρίου

- Με βάση τους στόχους του εργαστηρίου, δημιουργήστε ένα περίγραμμα ή μια ατζέντα που περιλαμβάνει τα θέματα και τις δραστηριότητες που θα διεξαχθούν.
- Χωρίστε το περιεχόμενο σε συνεδρίες και διαθέστε τον κατάλληλο χρόνο για κάθε θέμα.

Βήμα 5: Προετοιμάστε το υλικό του εργαστηρίου

- Ανάπτυξη φυλλαδίων, φύλλων εργασίας ή διαφανειών παρουσίασης για την υποστήριξη του περιεχομένου του εργαστηρίου.
- Συμπεριλάβετε σχετικά παραδείγματα, μελέτες περιπτώσεων και πρακτικές ασκήσεις για την εμπλοκή των συμμετεχόντων και την ενίσχυση της μάθησης.

Βήμα 6: Προωθήστε το εργαστήριο

- Δημιουργήστε μια συνοπτική περιγραφή του εργαστηρίου που να υπογραμμίζει τα οφέλη και τη σημασία της συμμετοχής.
- Χρησιμοποιήστε διάφορα κανάλια επικοινωνίας, όπως το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα ενημερωτικά δελτία των συλλόγων και τους πίνακες ανακοινώσεων για να προωθήσετε το εργαστήριο στους ενδιαφερόμενους.
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να εγγραφούν στο εργαστήριο για να λάβετε έναν εκτιμώμενο αριθμό συμμετεχόντων.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Βήμα 7: Διεξαγωγή του εργαστηρίου

- Ξεκινήστε το εργαστήριο με μια εισαγωγή, καλωσορίζοντας όλους τους συμμετέχοντες και παρέχοντας μια επισκόπηση των στόχων και της ημερήσιας διάταξης του εργαστηρίου.
- Ακολουθήστε το περίγραμμα που αναπτύχθηκε, καλύπτοντας κάθε θέμα με δομημένο τρόπο.
- Ενθαρρύνετε την ενεργό συμμετοχή μέσω ομαδικών συζητήσεων, διαδραστικών δραστηριοτήτων και συνεδριών ερωτήσεων και απαντήσεων.
- Παρέχετε ευκαιρίες στους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις εμπειρίες, τις προκλήσεις και τις ιδέες τους σχετικά με τη συμμετοχικότητα στον αθλητισμό νέων.
- Διασφαλίστε ότι οι διαμεσολαβητές διατηρούν ένα περιβάλλον με σεβασμό και χωρίς αποκλεισμούς καθ' όλη τη διάρκεια του εργαστηρίου.

Βήμα 8: Αξιολόγηση και συλλογή ανατροφοδότησης

- Στο τέλος του εργαστηρίου, διανείμετε έντυπα αξιολόγησης ή έρευνες για να συγκεντρώσετε ανατροφοδότηση από τους προπονητές.
- Επανεξετάστε τα σχόλια που λάβατε για να αξιολογήσετε την αποτελεσματικότητα του εργαστηρίου και να εντοπίσετε τομείς βελτίωσης.
- Εξετάστε το ενδεχόμενο διεξαγωγής συνεδριών παρακολούθησης ή παροχής πρόσθετων πόρων με βάση την ανατροφοδότηση και τις διαπιστωθείσες ανάγκες.

Βήμα 9: Παρακολούθηση της πρόοδου και συνεχής βελτίωση

- Να αξιολογείτε τακτικά την πρόοδο του συλλόγου όσον αφορά τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς.
- Ζητήστε ανατροφοδότηση από τους αθλητές και τους προπονητές σχετικά με τις εμπειρίες τους και τυχόν πρόσθετους τομείς βελτίωσης.
- Προσαρμογή και βελτίωση των πρακτικών και των πολιτικών προπόνησης με βάση την ανατροφοδότηση και τις μεταβαλλόμενες ανάγκες.



Σημεία που πρέπει να λάβετε υπόψη σας κατά το σχεδιασμό του εργαστηρίου σας

Κατά το σχεδιασμό των εργαστηρίων σας, θα πρέπει να θυμάστε ότι μπορεί να αντιμετωπίσετε διάφορες προκλήσεις ή/και απρόβλεπτα ζητήματα. Δεν μπορούμε, φυσικά, να αναφέρουμε όλες τις απρόβλεπτες καταστάσεις στις οποίες μπορεί να εμπλακείτε κατά τη διάρκεια των εκπαιδευτικών σας συναντήσεων, αλλά οι παρακάτω καταστάσεις θα σας βοηθήσουν να προετοιμαστείτε για τις πιο συνηθισμένες:

Διαφορετικά επίπεδα γνώσης και ευαισθητοποίησης των συμμετεχόντων σχετικά με τα αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς

Περιορισμένος χρόνος και πόροι για την παροχή ολοκληρωμένου περιεχομένου στο πλαίσιο του εργαστηρίου

Εξισορρόπηση της θεωρητικής γνώσης με την πρακτική εφαρμογή σε περιορισμένο χρονικό διάστημα

Αντιμέτωπιση ευαίσθητων θεμάτων που σχετίζονται με τη συμμετοχικότητα και μπορεί να προκαλέσουν έντονα συναισθήματα ή διαφορετικές απόψεις

Εξασφάλιση της ενεργού συμμετοχής και εμπλοκής όλων των συμμετεχόντων καθ' όλη τη διάρκεια του εργαστηρίου

Διαχείριση διαφορετικών μαθησιακών στυλ και προτιμήσεων μεταξύ των συμμετεχόντων

Διαχείριση διαφορετικών μαθησιακών στυλ και προτιμήσεων μεταξύ των συμμετεχόντων

Υπέρβαση της αντίστασης ή του σκεπτικισμού των συμμετεχόντων που μπορεί να είναι ανθεκτικοί στην αλλαγή ή να μην είναι εξοικειωμένοι με τις

Αντιμέτωπιση πιθανών υλικοτεχνικών προκλήσεων, όπως η εξασφάλιση κατάλληλου χώρου διεξαγωγής ή η απόκτηση του

Διαχείριση της δυναμικής των ομάδων και προώθηση ενός περιβάλλοντος σεβασμού και χωρίς αποκλεισμούς για ανοιχτές συζητήσεις.

Διασφάλιση ότι το περιεχόμενο του εργαστηρίου είναι σχετικό και εφαρμόσιμο στα συγκεκριμένα αθλητικά πλαίσια των





Ενδεικτική ημερήσια διάταξη - Θέματα

Η παρακάτω ημερήσια διάταξη παρέχει ένα γενικό πλαίσιο για ένα ολοήμερο εργαστήριο. Ανάλογα με τον διαθέσιμο χρόνο, μπορεί να χρειαστεί να προσαρμόσετε τη διάρκεια κάθε συνεδρίας ή να εξετάσετε το ενδεχόμενο διοργάνωσης πολυήμερου εργαστηρίου για την πληρέστερη κάλυψη του περιεχομένου. Συνιστάται η συμπερίληψη διαλειμμάτων και διαδραστικών δραστηριοτήτων καθ' όλη τη διάρκεια του εργαστηρίου, ώστε να διατηρείται η δέσμευση των συμμετεχόντων.

Ατζέντα εργαστηρίου: (8 ώρες)		
Θέματα	Υπο-θέματα	Εκτιμώμενη διάρκεια
Εισαγωγή και δραστηριότητες παγοθραύστη	<ul style="list-style-type: none"> Καλωσόρισμα και συστάσεις Δραστηριότητα που σπάει τον πάγο για την προώθηση της σύνδεσης και τη δημιουργία θετικής ατμόσφαιρας 	30 λεπτά
Κατανόηση των αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς	<ul style="list-style-type: none"> Ορισμός των αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς και η σημασία τους Οφέλη της ένταξης για τους αθλητές, τους προπονητές και την αθλητική κοινότητα Διερεύνηση κοινών εμποδίων και προκλήσεων στη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς 	60 λεπτά
Νομικές και δεοντολογικές εκτιμήσεις	<ul style="list-style-type: none"> Επισκόπηση των σχετικών νόμων, πολιτικών και κατευθυντήριων 	30 λεπτά



	<p>γραμμών που σχετίζονται με τη συμμετοχικότητα στον αθλητισμό</p> <ul style="list-style-type: none">• Κατανόηση των νομικών ευθυνών και υποχρεώσεων των προπονητών και των αθλητικών οργανισμών• Δεοντολογικά ζητήματα για την προώθηση της ένταξης και της ισότητας στον αθλητισμό	
Προοπτικές των αθλητών και των οικογενειών	<ul style="list-style-type: none">• Προσκεκλημένος ομιλητής (αθλητής/γονέας) που μοιράζεται προσωπικές εμπειρίες και γνώσεις για αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς• Διαδραστική συζήτηση και συνεδρία ερωτήσεων και απαντήσεων για τη διερεύνηση των προοπτικών και των προβληματισμών των συμμετεχόντων	60 λεπτά
Προσαρμογή τεχνικών Coaching	<ul style="list-style-type: none">• Κατανόηση των ατομικών αναγκών των αθλητών και ανάλογη προσαρμογή του στυλ προπόνησης• Τεχνικές για αποτελεσματική επικοινωνία, παρακίνηση και ανατροφοδότηση σε αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς	90 λεπτά



	<ul style="list-style-type: none">• Πρακτικές επιδείξεις και δραστηριότητες παιχνιδιού ρόλων για την παρουσίαση προσαρμοστικών στρατηγικών προπόνησης	
Δημιουργία συνεδριών κατάρτισης χωρίς αποκλεισμούς	<ul style="list-style-type: none">• Σχεδιασμός προπονήσεων που να εξυπηρετούν αθλητές διαφορετικών ικανοτήτων• Προσαρμογή των ασκήσεων, του εξοπλισμού και των ασκήσεων για την προώθηση της συμμετοχικότητας• Ομαδική δραστηριότητα: για συγκεκριμένα αθλητικά σενάρια	90 λεπτά
Συνεργασία και επικοινωνία	<ul style="list-style-type: none">• Οικοδόμηση αποτελεσματικών συνεργασιών μεταξύ προπονητών, αθλητών, γονέων και αθλητικών διοικητικών στελεχών• Στρατηγικές για την προώθηση της συνεργασίας, της επικοινωνίας και της κοινής λήψης αποφάσεων• Μελέτες περιπτώσεων και ομαδικές συζητήσεις για επιτυχημένες συνεργασίες σε αθλητικά περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς	60 λεπτά



Ανακεφαλαίωση και σχεδιασμός δράσης	<ul style="list-style-type: none">• Ανακεφαλαίωση των βασικών διδαγμάτων και συμπερασμάτων από το εργαστήριο• Ατομικός και ομαδικός προβληματισμός σχετικά με τα προσωπικά σχέδια δράσης για τη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς• Αξιολόγηση και ανατροφοδότηση του εργαστηρίου	30 λεπτά
Συμπέρασμα	<ul style="list-style-type: none">• Τελικές παρατηρήσεις και ευχαριστίες• Διανομή πιστοποιητικών συμμετοχής (κατά περίπτωση)	15 λεπτά



Αναφορές

- Gasparini, W. (20120). Αθλητισμός και διακρίσεις στην Ευρώπη. Ανακτήθηκε από <https://rm.coe.int/sport-and-discrimination-in-europe-the-perspectives-of-young-european-/1680734be3>
- Katsarova, I. (2021) Καταπολέμηση των διακρίσεων στον αθλητισμό. Ανακτήθηκε από [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/696163/EPRS_BRI\(2021\)696163_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/696163/EPRS_BRI(2021)696163_EN.pdf)
- Byrne, E. (2017, 4 Απριλίου). "Αλλάζουμε σε δημόσιες τουαλέτες": Οι γυναίκες της Δημοκρατίας της Ιρλανδίας απειλούν με απεργία. The Guardian. Ανακτήθηκε από <https://www.theguardian.com/football/2017/apr/04/republic-ireland-women-strike>.
- Η κοινότητα της GAA καταδίκασε την επαίσχυντη ρατσιστική κακοποίηση προς τον Lee Chin. (2023). Ανακτήθηκε από https://www.youtube.com/watch?v=TExZT1t_Xgg
- Fitzmaurice, A. (2017, 4 Απριλίου). Μοιράζονται φόρμες και αλλάζουν στις τουαλέτες - Η γυναικεία ομάδα της Ιρλανδίας χτύπησε τη μεταχείριση, καθώς η FAI απαντά με ανακοίνωση. Independent.Ie. Ανακτήθηκε από <https://www.independent.ie/sport/soccer/international-soccer/sharing-tracksuits-and-changing-in-toilets-irish-womens-team-hit-out-at-treatment-as-fai-respond-with-statement/35592523.html>.
- Gasparini, W., & Talleu, C. (2010, Σεπτέμβριος). Αθλητισμός και διακρίσεις στην Ευρώπη. Στρασβούργο: Συμβούλιο της Ευρώπης.
- Gurgis, J. J., Kerr, G., & Darnell, S. (2022). "Ο ασφαλής αθλητισμός δεν είναι για όλους": Οι προοπτικές, οι εμπειρίες και οι συστάσεις των αθλητών που αξίζουν την ισότητα για ασφαλή αθλητισμό. *Frontiers in psychology*, 13, 832560. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.832560>
- Moran, S. (2023, 8 Απριλίου). Φιλανθρωπικός αγώνας hurling διακόπτεται μετά από ρατσιστικές προσβολές που δέχεται ο Lee Chin του Wexford. The Irish Times. Ανακτήθηκε από <https://www.irishtimes.com/sport/gaelic-games/2023/04/08/charity-hurling-match-abandoned-after-wexfords-lee-chin-suffers-racist-abuse/>



Co-funded by
the European Union



- UK Coaching. (2021). Ανακτήθηκε από <https://www.ukcoaching.org/about/news/uk-coaching-news/tackling-racism-in-sport-requires-systemic-change>
- Ηνωμένα Έθνη. (2013). Ανακτήθηκε από <https://www.ohchr.org/en/stories/2013/03/time-kick-racism-out-football>.
- Κάβουρα, Α (2016). *ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ ΒΑΣΗΣ: ΈΝΑ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΓΙΑ ΔΑΣΚΑΛΟΥΣ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ*. Ανακτήθηκε από https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/4d2f699d-69b9-459d-8767-9a68f734e338/Handbook_EN.pdf



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]