



# **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΣΤΗΝ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ**

## **Project Partners**

**Aristotle University of Thessaloniki (Greece)**

**National University of Physical Education and Sports Bucharest (Romania)**

**International Council for Coaching Excellence (UK)**

**Sheffield Hallam University (UK)**

**Hungarian Coaching Association (Hungary)**

**Coaching Portugal (Portugal)**

**Saval (Finland)**

**Code Fair Play (Greece)**

## Διαφάνεια 1



Να συζητηθεί σύντομα η έννοια της διαφθοράς. Γιατί θεωρείται απειλή για τον αθλητισμό; Γιατί είναι ενάντια στη δεοντολογία του αθλητισμού; Γιατί πρέπει να καταβληθούν προσπάθειες για την αντιμετώπιση της διαφθοράς στον αθλητισμό;

Εκτιμώμενος χρόνος: 3 λεπτά

## Διαφάνεια 2



Δώστε τον ορισμό της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες την κατανόηση του όρου.

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

### **Συνηθισμένες δραστηριότητες διαφθοράς**

- Ντόπινγκ
- Στημένα παιχνίδια
- Τυχερά παιχνίδια
- Δωροδοκία
- Χειραγώγηση του σκορ ενός αγώνα
- Νοθεία σε ψηφοφορίες
- Κατάχρηση εξουσίας
- Υπεξαίρεση

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union   

Περιγράψτε τις πιο κοινές δραστηριότητες διαφθοράς. Παρέχετε γνωστά παραδείγματα για κάθε δραστηριότητα διαφθοράς

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

### **Συνέπειες της διαφθοράς**

- Βλάπτει τους ανθρώπους του αθλητισμού και τη δημόσια αντίληψη της ηθικής και της δεοντολογίας του αθλητισμού.
- Στερεί τη μη-προβλεψιμότητα του αποτελέσματος ενός αγώνα.
- Επιδρά στην αθλητική αρετή.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union   

Παρουσιάστε τις συνέπειες της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες τη σημασία τους για το μέλλον και τη δημόσια εικόνα του αθλητισμού.

Εκτιμώμενος χρόνος: 10 λεπτά

## Μέθοδοι καταπολέμησης της διαφθοράς 1/2

- Διαφάνεια
  - Χρηστή διακυβέρνηση
- Μείωση πιθανοτήτων δωροδοκίας
  - Μείωση χρηματοδότησης ενός διεφθαρμένου οργανισμού
- Μηδενική ανοχή στη διαφθορά
  - Ανάπτυξη νομοθεσίας
  - Εφαρμογή νομοθεσίας
- Ενθάρρυνση της αναφοράς παρατυπιών στον αθλητισμό  
Ανάπτυξη πλατφορμών
  - Δημιουργία νοοτροπίας υπέρ της αναφοράς παρατυπιών στον αθλητισμό

Co-funded by the  
European Union



GO INTEGRITY



Περιγράψτε τον ρόλο της διαφάνειας στην καταπολέμηση της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες πόσο αποτελεσματική είναι η διαφάνεια στην αντιμετώπιση της διαφθοράς.

Περιγράψτε τον ρόλο της μείωσης των πιθανοτήτων δωροδοκίας ως μέσου για την καταπολέμηση της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες πόσο αποτελεσματική μπορεί να είναι η μείωση των πιθανοτήτων δωροδοκίας ως μέσου για την αντιμετώπιση της διαφθοράς.

Περιγράψτε το ρόλο της μηδενικής ανοχής στην καταπολέμηση της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες πόσο αποτελεσματική είναι η στρατηγική της μηδενικής ανοχής για την αντιμετώπιση της διαφθοράς.

Περιγράψτε το ρόλο της αναφοράς παρατυπιών στην καταπολέμηση της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες πόσο αποτελεσματική είναι η αναφορά παρατυπιών στην αντιμετώπιση της διαφθοράς.

Εκτιμώμενος χρόνος: 10 λεπτά

## Μέθοδοι καταπολέμησης της διαφθοράς 2/2

- Εκπαίδευση
  - Προώθηση του πνεύματος του αθλητισμού
  - Ενδυνάμωση των ανθρώπων του αθλητισμού ώστε να αντιστέκονται στη διαφθορά


**Εκπαίδευση «Ηθικής Ενίσχυσης»**


- Η λήψη ηθικών αποφάσεων και ο ηθικός συλλογισμός μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την καταπολέμηση των πρακτικών διαφθοράς στον αθλητισμό και μπορούν να καλλιεργηθούν μέσω της εκπαίδευσης.
- Αυτή είναι μια συνηθισμένη μέθοδος για τη μείωση των πρακτικών διαφθοράς σε οργανισμούς εκτός αθλητισμού.

(Elbe & Brand, 2016)

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union








University of Ioannina

Περιγράψτε τον ρόλο της εκπαίδευσης στην καταπολέμηση της διαφθοράς. Συζητήστε με τους συμμετέχοντες πόσο αποτελεσματική είναι η εκπαίδευση στην αντιμετώπιση της διαφθοράς.

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

## Ντόπινγκ σύμφωνα με τη WADA

Αναφέρεται στην παραβίαση ενός από τους 10 κανόνες κατά του ντόπινγκ (ADVRs) που εξηγούνται από τα Άρθρα 2.1 έως 2.10 του κώδικα του WADA (WADA, 2015).



Ζητήστε από τους συμμετέχοντες την κατανόηση του όρου ντόπινγκ. Προσδιορίστε τον ορισμό του ντόπινγκ. Διευκρινίστε ότι το ντόπινγκ δεν περιλαμβάνει μόνο τη χρήση ουσιών όπως συνήθως γίνεται αντιληπτό. Αντ' αυτού, το ντόπινγκ είναι η παραβίαση ενός ή περισσότερων από τα 10 κανόνες που περιλαμβάνονται στον Κώδικα του WADA.

Εκτιμώμενος χρόνος: 3 λεπτά

## Διαφάνεια 8



Παρέχετε πληροφορίες και εξηγήστε τις 10 παραβάσεις του Κώδικα που συνιστούν ντόπινγκ.

Εκτιμώμενος χρόνος: 10 λεπτά

## Διαφάνεια 9



Παρουσιάστε τα κριτήρια για την προσθήκη μιας ουσίας στη λίστα. Εξηγήστε γιατί κάθε κριτήριο είναι σημαντικό και πώς σχετίζεται με το πνεύμα του αθλητισμού.

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά



## Διαφάνεια 10

Σε όλες τις περιπτώσεις		Μόνο στον αγώνα
Ουσίες	Μέθοδοι	Ουσίες
Μη εγκεκριμένες ουσίες	Χειρισμός του αίματος και των συστατικών του	Διεγερτικά
Αναβολικοί παράγοντες	Χημικός ή φυσικός χειρισμός	Κανναβινοειδή
Πεπτιδικές ορμόνες, αυξητικοί παράγοντες και συναφείς ουσίες	Γονιδιακό ντόπινγκ	Ναρκωτικά
Βήτα-2 αγωνιστές		Γλυκοκορτικοειδή
Ορμόνες και μεταβολικοί ρυθμιστές		Αλκοόλ (μόνο σε ορισμένα αθλήματα) Βήτα αναστολείς (μόνο σε ορισμένα αθλήματα)

Παρουσιάστε στους συμμετέχοντες τις πιο κοινές απαγορευμένες ουσίες και μεθόδους. Συζητήστε κατά πόσον απαγορεύεται κάθε ουσία (στον αγώνα, εκτός αγώνα, και σε συγκεκριμένα αθλήματα). Εξηγήστε γιατί οι ουσίες αυτές δεν απαγορεύονται σε όλες τις περιπτώσεις.

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

## Διαφάνεια 11

### Αρχή της Αποκλειστικής Ευθύνης

- Η αρχή της αποκλειστικής ευθύνης εφαρμόζεται σε περιπτώσεις δυσμενούς αποτελέσματος ανάλυσης.
- Η αρχή αυτή εφαρμόζεται κάθε φορά που μια απαγορευμένη ουσία βρίσκεται στο δείγμα, ανεξάρτητα από το αν ο αθλητής/τρια χρησιμοποίησε την απαγορευμένη ουσία σκόπιμα ή εξ αμελίας.



**Οι αθλητές/τριες είναι υπεύθυνοι για τις ουσίες που βρίσκονται στο σώμα τους**

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTEGRITY

Εθνικό Κέντρο Αντιντόπινγκ

Παρουσιάστε στους συμμετέχοντες την έννοια της αποκλειστικής ευθύνης. Είναι αυτή η αρχή δίκαιη ή άδικη για τους αθλητές; Γιατί;

<https://www.wada-ama.org/en/questions-answers/strict-liability-in-anti-doping>

Εκτιμώμενος χρόνος: 10 λεπτά



## Εξαίρεση Χρήσης για Θεραπευτικούς Σκοπούς (ΕΧΘΣ)

Η Εξαίρεση Χρήσης για Θεραπευτικούς Σκοπούς (ΕΧΘΣ) είναι μια διαδικασία που επιτρέπει σε έναν αθλητή ή μια αθλήτρια να χρησιμοποιεί, για θεραπευτικούς σκοπούς μόνο, μια κατά τα άλλα απαγορευμένη ουσία ή μέθοδο.

- Οι αθλητές/τριες που αγωνίζονται σε εθνικό επίπεδο ή σε υψηλότερο επίπεδο πρέπει να υποβάλουν αίτηση για ΕΧΘΣ εκ των προτέρων.
- Οι αθλητές/τριες που αγωνίζονται κάτω από το εθνικό επίπεδο μπορούν να τις υποβάλουν αναδρομικά εάν κληθούν για έλεγχο.

Παρουσιάστε στους συμμετέχοντες την έννοια της εξαίρεσης χρήσης για θεραπευτικούς σκοπούς (ΤΥΕ). Συζητήστε τις επιπτώσεις για τους αθλητές.

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

## Κριτήρια για ΕΧΘΣ

1. Μπορεί να υπάρξει βλάβη στην υγεία εάν δεν πραγματοποιηθεί η θεραπεία.
2. Η ΕΧΘΣ δεν θα ενισχύσει την απόδοση πέρα από την επιστροφή του αθλητή σε κανονική κατάσταση υγείας.
3. Δεν υπάρχουν άλλες επιτρεπόμενες εναλλακτικές θεραπευτικές λύσεις.
4. Η ανάγκη χρήσης δεν πρέπει να προκύπτει από προηγούμενη χρήση απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου.



Περιγράψτε στους συμμετέχοντες πώς μπορεί να αποκτηθεί μια ΕΧΘΣ. Περιγράψτε τα κριτήρια που πρέπει να πληροί ο αθλητής για να αποκτήσει ΕΧΘΣ.

Εκτιμώμενος χρόνος: 3 λεπτά

Διαφάνεια 14

## Συνέπειες της χρήσης ντόπινγκ



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

 **INTEGRITY**

 Aristotle  
University of  
Thessaloniki

Παρουσιάστε τις κύριες κατηγορίες συνεπειών που μπορεί να αντιμετωπίσει ένας χρήστης ουσιών ντόπινγκ.

Εκτιμώμενος χρόνος: 2 λεπτά

Διαφάνεια 15

# Νεφρική νόσος από χρήση στεροειδών



- Ο Flex Wheeler, επαγγελματίας bodybuilder, παραδέχτηκε τη μακροχρόνια χρήση στεροειδών.
- Ανέπτυξε νεφρική νόσο και χρειάστηκε μεταμόσχευση.
- Αναγκάστηκε να συνταξιοδοτηθεί σε ηλικία μόλις 37 ετών.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

INTEGRITY



Δώστε στους συμμετέχοντες το παράδειγμα του Flex Wheeler (ή άλλο παράδειγμα σχετικά με ένα άθλημα). Συζητήστε τις επιπτώσεις του ντόπινγκ στην υγεία.

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

Διαφάνεια 16

## Η υπόθεση Krieger



<https://www.youtube.com/watch?v=tRf24MH2SU>

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

INTEGRITY



Το βίντεο (διάρκειας 8 λεπτών περίπου) είναι αποκαλυπτικό, οπότε απαιτείται μικρή μόνο εισαγωγή από τον εκπαιδευτή. Μετά το βίντεο συζητήστε με τους συμμετέχοντες τις σκέψεις και τις αντιλήψεις της. Η συζήτηση θα πρέπει να επικεντρωθεί στις παρενέργειες του ντόπινγκ, δηλαδή στο τι συμβαίνει στο σώμα κατά την εισαγωγή ουσιών που δεν είναι απαραίτητες σ' αυτό.

<https://www.andreas-krieger-story.org/en/>

Εκτιμώμενος χρόνος: 15 λεπτά

Διαφάνεια 17

## Επιπτώσεις στην ψυχική υγεία

- Αλλαγές στη διάθεση
- Επιθετικότητα
- Μανία & Κατάθλιψη
- Συμπτώματα εξάρτησης & απόσυρσης
- Τάσεις αυτοκτονίας



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

 INTEGRITY

 Aristotle  
University of  
Thessaloniki

Παρουσιάστε τις ψυχικές / ψυχολογικές παρενέργειες του ντόπινγκ.

Ο επαγγελματίας Αμερικανός εγκληματίας Chris Benoit (που παρουσιάζεται στην εικόνα) σκότωσε την οικογένειά του και κατηγορήθηκε για διπλή δολοφονία. Η κοινή γνώμη απέδωσε τη συμπεριφορά του στη χρήση στεροειδών  
<https://www.historicmysteries.com/chris-benoit/>

Εκτιμώμενος χρόνος: 5 λεπτά

Διαφάνεια 18



# Κοινωνικές και επαγγελματικές συνέπειες

- Δημόσια κατακραυγή
- Ταπείνωση
- Τερματισμός καριέρας
- Νομικές κυρώσεις



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Παρουσιάστε τις κοινωνικές/ καριέρας συνέπειες του ντόπινγκ. Παρέχετε παραδείγματα αθλητών που αντιμετωπίζουν τέτοιες συνέπειες.

Εκτιμώμενος χρόνος: 3 λεπτά

Διαφάνεια 19

## Η υπόθεση Armstrong

- Τα παιδιά του Armstrong εκφοβίστηκαν στο σχολείο όταν παραδέχθηκε δημοσίως το ντόπινγκ
- Αναγκάστηκε να επιστρέψει χρήματα σε χορηγούς.
- Δικάστηκε για εξαπάτηση της κυβέρνησης.



[Lance Armstrong interview with Oprah FULL Part 2](#)

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Το βίντεο είναι άκρως αποκαλυπτικό γι' αυτό μόνο μια μικρή εισαγωγή είναι απαραίτητη από τον εκπαιδευτή. Μετά το βίντεο συζητήστε με τους συμμετέχοντες τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους. Η συζήτηση θα πρέπει να επικεντρωθεί στις κοινωνικές και επαγγελματικές επιπτώσεις του ντόπινγκ.

Εκτιμώμενος χρόνος: 15 λεπτά

Διαφάνεια 20

## Σύνοψη

- Διαφθορά στον αθλητισμό
  - Ορισμός
  - Συνέπειες
  - Μέθοδοι καταπολέμησης διαφθοράς
- Ορισμός του ντόπινγκ και των σχετικών συμπεριφορών
  - Τύποι ντόπινγκ
  - Η απαγορευμένη λίστα
  - Η Αρχή της Αποκλειστικής Ευθύνης
  - Επιπτώσεις από τη χρήση του ντόπινγκ

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Συνοψίστε τα πιο σημαντικά θέματα που συζητήθηκαν σε αυτή τη συνεδρία. Ορισμοί της διαφθοράς και του ντόπινγκ. Παρουσιάστε το ουσιαστικό μήνυμα ότι το ντόπινγκ αποτελεί απειλή για τον αθλητισμό, είναι παράνομο και μπορεί να έχει σοβαρές συνέπειες για τα εμπλεκόμενα πρόσωπα.

Διαφάνεια 21

## Δήλωση αποποίησης ευθυνών

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

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

