



Nina Makuc

Preventivni protidopinški programi v Sloveniji

Izvleček

Nedavni dopinški primeri pri nas in v tujini pričajo o tem, da doping postaja problem celotne družbe, ne le vrhunskih športnikov. Preventivni protidopinški programi morajo biti ravno zaradi tega zasnovani čim širše, da v določenih fazah vključujejo tudi celotno populacijo, ne le perspektivnih in vrhunskih športnikov. Preko osnovnih vrednot v športu lahko mlade že v zgodnjem otroštvu naučimo pomena fair-play-a, poštenosti, spoštovanja pravil itd., kar jim bo kasneje v življenju prav gotovo prišlo prav ne glede na to, ali se bodo s športom ukvarjali na tekmovalnem ali rekreativnem nivoju. Slovenci prav gotovo sodimo med »športne« narode, zato je še toliko pomembneje, da na nacionalnem nivoju izvajamo dolgoročni, dobro zasnovan, preventivni program za šport brez dopinga. Slovenska antidoping organizacija (SLOADO) v zadnjih letih daje velik poudarek preventivnim programom, v katere poleg športnikov vključujejo tako osnovnošolce kot tudi rekreativne športnike in celotno športno javnost. Rezultati njihovega delovanja bodo najverjetneje vidni šele po daljšem časovnem obdobju rednega izvajanja sistemsko zasnovanega programa, a upamo si trditi, da korak za korakom SLOADO skupaj z Olimpijskim komitejem Slovenije in Nacionalnimi panožnimi športnimi zvezami ustvarja generacijo slovenskih športnikov, ki na svoji športni poti ne bo uporabljala v športu prepovedanih snovi.

Ključne besede: izobraževanje, ozaveščanje, informiranje, vrednote, anti-doping.

Preventive anti-doping programmes in Slovenia

Abstract

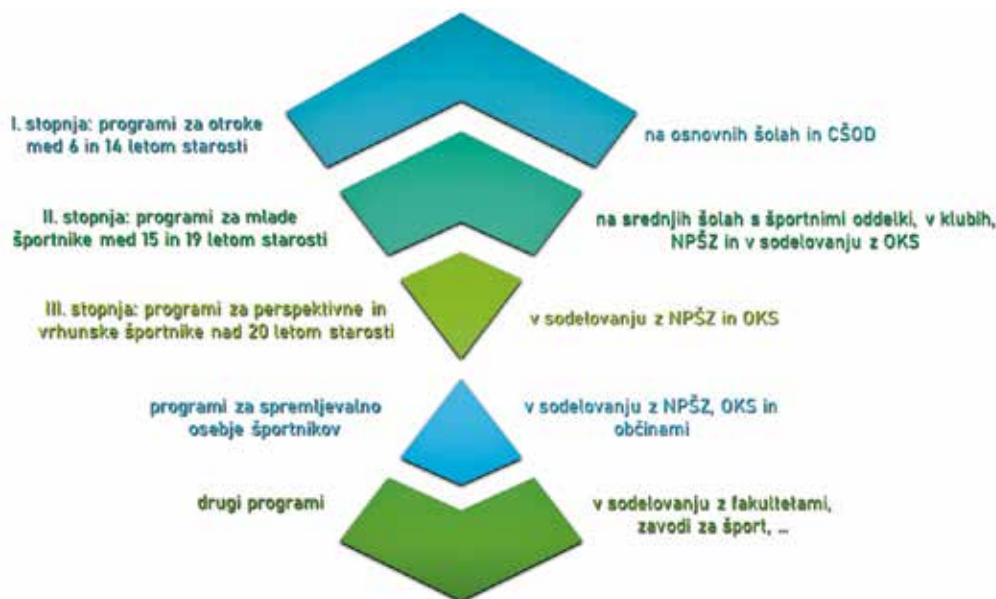
The recent doping affairs in Slovenia and abroad testify that doping has become a problem of all of society, not only elite athletes. For this reason, preventive anti-doping programmes must be designed as broadly as possible to include the entire population in specific phases, not only promising and elite athletes. Through basic values in sport people can be taught from early childhood about the meaning of fair play, honesty, compliance with the rules, etc., all of which will be useful for them later in life, regardless of whether they engage in sport on a competitive or recreational level. Slovenians are undoubtedly a 'sporting nation', which is why it is even more important to implement a long-term national prevention programme for sport without doping, which should be well-conceived from scratch. In recent years, the Slovenian Anti-Doping Organisation (SLOADO) has put a greater emphasis on prevention programmes which include not only professional athletes but also primary school pupils, recreational athletes and the entire sporting public. The results of their activity will most probably be seen only after a longer period of regular implementation of this systematic programme. However, we dare say that step by step SLOADO, together with the Slovenian Olympic Committee and other national sports associations, has been creating a new generation of Slovenian athletes who will not use prohibited substances in their sports career.

Key words: education, awareness-raising, sharing information, values, anti-doping Uvod

Protidopinško ozaveščanje in informiranje je sestavni del preventivnih programov, ki ga mora v skladu s Svetovnim protidopinškim kodeksom (18. člen) (WADA, 2014) izvajati vsaka podpisnica Kodeksa. Preventivni programi so v prvi vrsti namenjeni športnikom (predvsem mladim), a morajo hkrati vključevati tudi ostale deležnike športa, od otrok, ki so šele na začetku svoje športne poti, pa vse do rekreativnih športnikov ter vseh ostalih, ki na tak ali drugačen način delujejo v športu oziroma se z njim ukvarjajo.

Preventivni programi za šport brez dopinga se med seboj nadgrajujejo in potekajo na več stopnjah (Slika 1):

- I. stopnja: programi za otroke med 6. in 14. letom starosti,
- II. stopnja: programi za mlade športnike med 15. in 19. letom starosti,
- III. stopnja: programi za perspektivne in vrhunske športnike nad 20. letom starosti.



Slika 1. Shema preventivnih programov za šport brez dopinga.

Ob tem potekajo še programi, namenjeni spremljevalnemu osebju športnikov (predvsem trenerjem), ter t. i. drugi programi, namenjeni populaciji rekreativnih športnikov, študentom fakultet (FŠ, MF, PF, FF), zdravnikom ter ostalim deležnikom športa.

■ Preventivni programi za čisti šport

Protidopinško izobraževanje in ozaveščanje

I. stopnja: programi za otroke med 6. in 14. letom starosti

Otroštvo je tisti del življenja, ko otroci ustvarjajo svoje prve izkušnje, vrednote in osebna prepričanja tako na zasebnem kot tudi na športnem področju. Kako otrokom na pristen in primeren način predstaviti vrednote v športu, da jih bodo razumeli, spoštovali in se s športom ukvarjali v skladu z njimi? Posredovanje vrednot otrokom, ki so šele na začetku svoje športne poti, je ena najpomembnejših dejavnosti vsake vzgoje. Ni pomembno, ali bodo otroci nekoč postali vrhunski športniki ali se bodo s športom ukvarjali le na rekreativnem nivoju, pomembno je, da ob tem dajejo prednost zdravemu načinu življenja, upoštevanju pravil, spoštovanju sebe in tistih, s katerimi delijo športni način življenja.

SLOADO je na podlagi izkušenj pri izvajanju preventivnih programov ugotovila nujnost umestitve osnovnih protidopinških vsebin v osnove šole. Protidopinški program »Vrednote v vsakem razredu osnovne šole« je bil v manjšem obsegu osnovnim šolam prvič predstavljen v šolskem letu 2017/18 in na podlagi pozitivnih povratnih informacij s strani sodelujočih šol (učiteljev) je bil program v šolskem letu 2018/19 nadgrajen, v šolskem letu 2019/20 pa je celoten program na voljo tudi v tiskani obliki, kar je poenostavilo samo izvedbo na šolah.

Program »Vrednote v vsakem razredu osnovne šole« (Makuc in Dobida Verdnik, 2019) za vsak razred predvideva 45 minutno aktivnost, ki temelji na pomembnih vrednotah v športu, aktivnosti pa se med seboj povezujejo in nadgrajujejo. Aktivnosti imajo natančna navodila za učitelje, so pripravljene v obliki učnih priprav

ter delovnih in učnih listov ter se lahko izvajajo v sklopu različnih predmetov. Vsa gradiva so na voljo na <https://www.sloado.si/kategorija/vrednote>.

Pomembno je, da otroke začnemo pravočasno usmerjati v pošteno ukvarjanje s športom, saj je doping ena izmed tistih stvari, ki močno krši osnovna pravila športa. Želimo si, da bi gradiva uporabili tudi na vaši šoli in nam s tem pomagali ustvariti generacijo mladih slovenskih športnikov, ki trenirajo in tekmujejo brez uporabe prepovedanih snovi in postopkov.

Program zajema:

- gradivo »Vrednote v športu v vsakem razredu osnovne šole« v tiskani in spletni obliki, namenjeno vsem osnovnim šolam in Centrom šolskih in obšolskih dejavnosti:
 - o natančna navodila za izvajanje za učitelje,
 - o aktivnosti, učni in delovni listi za vsak razred OŠ v obsegu ene šolske ure,
- programi ozaveščanja na šolskih športnih tekmovanjih v ekipnih športih, atletiki, teku na smučeh, plavanju, judu in kolesarstvu ter na Festivalu športa mladih,
- programi ozaveščanja na množičnih prireditvah, namenjenim otrokom (Olimpijski festival, Razgibajmo Ljubljano, Mini olimpijada ...).

II. stopnja: programi za mlade športnike med 15. in 19. letom starosti

Največji izziv preventivnih programov za športnike je v zadnjih letih predstavljala dostopnost do športnikov – kdaj, kje in kako organizirati predavanja, da se jih bodo športniki lahko udeležili v kar največjem številu. Nekatere Nacionalne panožne športne zveze so za preventivne protidopinške programe pokazale več interesa kot druge, posledično so bili športnikov določenih zvez primerno informirani, drugi pač ne, saj SLOADO do njih ni imela dostopa. V smislu dostopnosti protidopinškega izobraževanja je zato SLOADO v zadnjem letu naredila velik korak naprej, saj imajo tako športniki

kot trenerji na voljo e-izobraževanje v slovenskem jeziku (za športnike na voljo od aprila, za trenerje pa od decembra 2019). E-izobraževanje (dostopno na <https://www.sloado.si/kategorija/e-izobrazevanja>) omogoča, da se prav vsak športnik in trener seznani z osnovnimi protidopinškimi vsebinami ne glede na njegov spol, starost in športno panogo.

a) programi za dijake in dijakinje srednjih šol

SLOADO ob podpori Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport od šolskega leta 2011/12 dalje izvaja preventivni protidopinški program za dijake, ki obiskujejo športne oddelke srednjih šol in gimnazij v Sloveniji. V šolskem letu 2011/12 je bil program namenjen dijaku od 1. do 4. letnika, v naslednjih šolskih letih pa le novim generacijam, torej 1. letnikom. V šolskem letu 2016/17 je SLOADO v sodelovanju v Zavod za šport Planica začel izvajati program ozaveščanja na izbranih šolskih športnih tekmovanjih in na zaključni prireditvi – Festivalu športa mladih.

Programi zajemajo:

- programi za dijake-športnike na srednjih šolah in gimnazijah s športnimi oddelki:
 - o protidopinška predavanja za dijake 1. letnikov športnih oddelkov (program, ki poteka že od leta 2011 dalje),
 - o e-izobraževanje v slovenskem jeziku (WADA ALPHA) za dijake-športnike vseh letnikov,
- na pobudo srednjih šol predavanja v sklopu medpredmetnega povezovanja,
- programi ozaveščanja na izbranih šolskih športnih tekmovanjih v ekipnih športih, atletiki, teku na smučeh, plavanju, judu in kolesarstvu ter na Festivalu športa mladih za dijake vseh ŠŠ.

b) programi za mlade športnike (kadete, mladince), člane klubov in nacionalnih reprezentanc v posameznih športnih panogah ter člane nacionalnih reprezentanc na Olimpijskih festivalih evropske mladine (OFEM) in mladinskih olimpijskih igrah (MOI)

Namen programa je posvariti športnike pred nevarnostmi dopinga, jih naučiti, da zaupajo v svoje lastne sposobnosti, da so pošteni in dober zgled drugim športnikom ter da zavrnejo doping, če jim ga kdo ponudi in se tako pridružijo vsem tistim, ki se borimo za čist šport.

Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez mora kot podpisnik Svetovnega protidopinškega Kodeksa zagotavljati pogoje za čisti šport na nacionalnem nivoju, kamor sodi tudi protidopinško ozaveščanje in informiranje za udeležence (športnike in spremljevalno osebje) velikih mednarodnih tekmovanj. Od leta 2011 dalje tako SLOADO izvaja preventivne programe v sklopu priprav nacionalnih reprezentanc na Olimpijske festivale evropske mladine (OFEM) in mladinske olimpijske igre (MOI).

Nacionalne panožne športne zveze so kot nosilke športnih programov v Sloveniji dolžne spodbujati in podpirati dejavno sodelovanje športnikov in spremljevalnega osebja v preventivnih programih za čisti šport. Programi ozaveščanja na izbranih prireditvah oz. tekmovanjih in kampanja Dan čistega športa so vsako leto sestavni del programa in se izvajajo v dogovoru z NPŠZ.

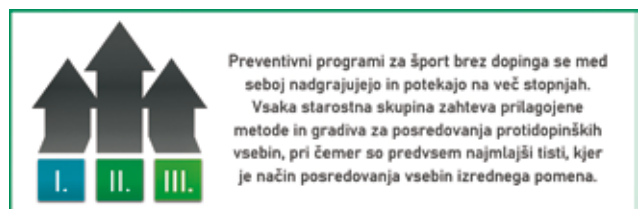
Programi zajemajo:

- e-izobraževanje v slovenskem jeziku (WADA ALPHA),

- protidopinška predavanja na pobudo klubov oz. nacionalnih panožnih športnih zvez,
- programi ozaveščanja na nacionalnih in mednarodnih športnih tekmovanjih,
- protidopinška predavanja na skupnih pripravah kandidatov za nastop na OFEM in MOI na pobudo Olimpijskega komiteja Slovenije.

III. stopnja: programi za perspektivne in vrhunske športnike nad 20. letom starosti

- e-izobraževanje za športnike v slovenskem jeziku (WADA ALPHA),
- protidopinška predavanja pred svetovnimi prvenstvi in olimpijskimi igrami,
- izobraževanja za uporabo spletnega orodja ADAMS,
- programi ozaveščanja na izbranih nacionalnih in mednarodnih tekmovanjih.



Slika 2. Zasnova preventivnih protidopinških programov.

Programi za trenerje in drugo spremljevalno osebje športnikov

Trenerji in drugo spremljevalno osebje športnikov predstavljajo enega ključnih igralcev v čistem športu. So tisti, ki v športnikih postavljajo, oblikujejo in razvijajo temeljne vrednote v športu – torej tisti, ki poleg staršev športnike vzgajajo. Športniki se na svoji športni poti pri doseganju ciljev zanašajo na znanje, usmeritve in nasvete spremljevalnega osebja.

Člen 21.2 Kodeksa (WADA, 2020) jasno definira vloge in obveznosti spremljevalnega osebja, med katere med drugim sodijo: poznavanje vseh veljavnih protidopinških politik in pravil, sprejetih na podlagi Kodeksa, in ki veljajo zanje ali za športnika, ki mu zagotavljajo podporo, ter skladnost z njimi; sodelovanje s programom testiranja športnikov; uporaba svojega vpliva na športnikove vrednote in vedenje ter s tem pospeševanje protidopinškega odnosa do športa (Svetovni protidopinški kodeks, 2015). Preventivni programi za spremljevalno osebje tako poleg osnovnih vsebin boja za čisti šport vključujejo tudi spodbujanje njihove vloge v zaščiti čistih športnikov, saj lahko le z njihovo pomočjo pomagamo športnikom pri sprejemanju pravih odločitev ter s tem zmanjšamo možnost za namerni ali nenamerni doping.

Programi zajemajo:

- e-izobraževanje za trenerje v slovenskem jeziku (WADA Coach True),
- protidopinška predavanja (skupaj s športniki v sklopu programov za športnike),
- protidopinški seminarji za trenerje, ki so sofinancirani s strani MIZŠ ali občine (vsake 2 leti).

Drugi programi:

Preventivni protidopinški programi v Sloveniji so v največji meri namenjeni vrhunskim in mladim športnikom, vendar pa je potrebno v programe vključiti tudi druge ciljne skupine, kot so študentje, medicinsko osebje, rekreativni športniki itd. Ob tem morajo potekati tudi kampanje, namenjene celotni športni in splošni javnosti z namenom približati boj za čisti šport čim večjemu številu ljudi.

Med druge programe sodijo predvsem:

- izobraževalni programi v obliki izbirnih vsebin na fakultetah:
 - o izbirni predmet »Šport brez dopinga« na Fakulteti za šport – začetek v študijskem letu 2020/21,
 - o predstavitev protidopinških vsebin v sklopu izbirnega predmeta "Izbrana poglavja iz klinične biokemije" na Fakulteti za farmacijo,
 - o nadaljevanje postopka umestitve izbirnega predmeta »Šport brez dopinga« na Medicinski fakulteti in Fakulteti za Farmacijo v Ljubljani;
- programi za zdravstvene delavce:
 - o podiplomsko izobraževanje: "Javno zdravje otrok, mladostnic in mladostnikov" (katedra za pediatrijo),
 - o protidopinške vsebine kot del podiplomskega tečaja iz medicine športa z naslovom "Posebna znanja iz medicine športa";
- v sodelovanju s Slovensko univerzitetno športno zvezo informiranje študentov – športnikov na tekmovanjih pod njihovim okriljem;
- programi ozaveščanja udeležencev športne rekreacije (dogodki Razgibajmo Ljubljano, Olimpijski festival);
- kampanja ozaveščanja športne in splošne javnosti: PLAY TRUE DAY – Dan čistega športa – 10. april.

a) Informiranje

Informiranje je namenjeno celotni javnosti s poudarkom na posredovanju osnovnih informacij o boju za čist šport ter posledicah uporabe prepovedanih snovi in postopkov. Za potrebe informiranja uporabljamo različne metode in oblike:

- spletna stran SLOADO www.sloado.si,
- socialna omrežja (Facebook, Twitter, Instagram, You Tube),
- tiskana gradiva (plakati, zloženke, letaki, knjižice, priročniki ...),
- promocijski materiali (kemični svinčniki, večnamenske vrečke, frizbiji, zapestnice ...),
- kampanja Dan čistega športa.

■ Zaključek

Preventivni protidopinški programi na eni strani športnikom zagotavljajo osnovno pravico do informiranja in izobraževanja, kot jo zahteva Kodeks, na drugi strani pa celotni športni javnosti zagotavljajo osnovne protidopinške informacije. Nacionalna shema preventivnih protidopinških programov vključuje že osnovnošolce, od njihovega prvega stika z organiziranim športom (ne glede na to, ali to poteka v obliki športa v sklopu šole ali v obliki treningov in tekmovanj pod okriljem športnega društva). S tem je zagotovljeno, da bodo vrednote v športu spoznali vsi mladi ne glede na to, ali se bodo s športom ukvarjali na profesionalen ali rekreativen način.

Dopolnjevanje in nadgrajevanje preventivnih programov skozi razvoj športnikov (preko srednjih šol, društev, NPŠZ in OKS) zagotavlja primerno število intervencij, preko katerih tisti posamezniki, ki se s športom ukvarjajo na višjem nivoju, postopno pridobivajo vse potrebne informacije, ki jim dajejo osnovo, da se na svoji športni poti izognejo dopingu – namernemu ali nenamernemu.

Nacionalni preventivni protidopinški program je zasnovan na način, da vključuje različne institucije – osnovne in srednje šole, Centre šolskih in obšolskih dejavnosti, fakultete, športna društva, nacionalne panožne športne zveze in Olimpijski komite Slovenije ter posameznike, ki vplivajo na razvoj posameznika na športni poti – starše, učitelje, trenerje in drugo spremljevalno osebje športnikov. Aktivno sodelovanje zgoraj naštetih institucij in posameznikov je ključnega pomena za preprečevanje dopinga v športu, saj gre za kompleksno problematiko, ki je rešljiva zgolj ob doslednem izvajanju preventivnih programov v daljšem časovnem obdobju.

■ Literatura

1. Svetovni protidopinški kodeks (2015). Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
2. Makuc, N. in Dobida Verdnik, M. (2019). *Vrednote v športu v vsakem razredu osnovne šole*. Ljubljana: Slovenska antidoping organizacija.
3. WADA (2020, 15. februar). Pridobljeno s https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f%5B0%5D=field_resource_collections%3A228

dr. Nina Makuc
Slovenska antidoping organizacija
nina.makuc@sloado.si