



Δικαιώματα των Παιδιών στον Αθλητισμό





Περιεχόμενα

- Χαιρετισμός Υπουργού Παιδείας και Πολιτισμού,
κ. Κώστα Χαμπαούρη 4
- Χαιρετισμός Επίτροπου Προστασίας
των Δικαιωμάτων του Παιδιού, κας. Λήδας Κουρσουμπά 6
- Πρόλογος Προέδρου της Κυπριακής Ολυμπιακής Επιτροπής,
κ. Ντίνου Μιχαηλίδη 8
- Οι Αρχές των Δικαιωμάτων των Παιδιών στον Αθλητισμό 10
- Αθλητισμός - Δύναμη για ολοκληρωμένη
ανάπτυξη του παιδιού 30
- Δικαίωμα του Παιδιού η προστασία της υγείας του 35
- Η Διακήρυξη της ΔΟΕ για τα Δικαιώματα
και τις Ευθύνες των Αθλητών 42

Χαιρετισμός Υπουργού Παιδείας και Πολιτισμού, κ. Κώστα Χαμπαούρη



«Η παρούσα έκδοση θα αποτελέσει χρήσιμο εργαλείο»

Με ιδιαίτερη ευχαρίστηση προλογίζω την αξιόλογη αυτή έκδοση του έντυπου «Διακήρυξη των Δικαιωμάτων των Παιδιών στον Αθλητισμό», η οποία προέκυψε μετά από πρωτοβουλία της Κυπριακής Ολυμπιακής Επιτροπής για μετάφραση της πρωτότυπης αγγλικής έκδοσης της Επιτροπής της UNICEF Ιαπωνίας: «Children's Rights in Sport Principles».

Αναντίλεκτα, η ενασχόληση των παιδιών μας με τον αθλητισμό και τις αξίες που αυτός προσβύει, έχει πολλά να τους προσφέρει τόσο όσον αφορά στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς τους, αλλά και σε κοινωνικό επίπεδο. Παράλληλα, συμβάλλει καταλυτικά στη βελτίωση της υγείας και ευημερίας τους.

Σήμερα, δυστυχώς, παρατηρούνται φαινόμενα τα οποία όχι μόνο εκφεύγουν του Ολυμπιακού πνεύματος, των αρετών και των ιδεωδών που προσβύει ο αθλητισμός, αλλά πλήττουν και τα δικαιώματα των παιδιών που ασχολούνται με αυτόν. Τέτοια φαινόμενα είναι η σωματική τιμωρία, ο εκφοβισμός και η υπερβολική άθληση κατά τη διάρκεια των προπονήσεων και των αγώνων, η έκθεση των παιδιών σε απαγορευμένες ουσίες (ντόπινγκ), καθώς και τα φαινόμενα εμπορευματοποίησης και πολιτικής εκμετάλλευσης του αθλητισμού.

Το έντυπο που κρατάτε στα χέρια σας αποσκοπεί, ακριβώς, στην εξάλειψη τέτοιων φαινομένων, αφού καλεί όλους τους εμπλεκόμενους στον αθλητισμό φορείς –συμπεριλαμβανομένων εκπαιδευτικών ιδρυμάτων, αθλητικών οργανισμών, προπονητών, ενήλικων αθλητών, χορηγών, γονέων/κηδεμόνων– να αναλάβουν δράση για την εφαρμογή των Άρχων της Διακήρυξης των Δικαιωμάτων των Παιδιών στον Αθλητισμό. Τους

προτρέπει, επίσης, να αναπτύξουν τη μεταξύ τους συνεργασία, με στόχο τη διαφύλαξη των εν λόγω δικαιωμάτων.

Ως εκ τούτου, το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, ως καθ' ύλην αρμόδιο για τον Αθλητισμό Υπουργείο, δεν μπορεί παρά να συγχαρεί την Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή για την αξιόπαινη πρωτοβουλία της, η οποία συνάδει με τις προτεραιότητες που έχουμε θέσει για εκσυγχρονισμό και διαμόρφωση του αθλητικού γίγνεσθαι στον τόπο μας, όπως και για διαφύλαξη των δικαιωμάτων των παιδιών μας.

Είμαι πεπεισμένος ότι η παρούσα έκδοση θα πετύχει τον σκοπό της και θα αποτελέσει χρήσιμο εργαλείο για όλους όσους χαράσσουν πολιτικές ή/και εργάζονται επαγγελματικά στον χώρο του αθλητισμού για παιδιά. Το ίδιο ισχύει, ασφαλώς, και για όσους ευρύτερα ενδιαφέρονται και δρουν για τη διαφύλαξη των δικαιωμάτων των παιδιών στον αθλητισμό.

Καταληκτικά, δράττομαι της ευκαιρίας για να εξάρω την Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή για το έργο που διαχρονικά επιτελεί, αλλά και για την αγαστή συνεργασία που διατηρεί με το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού. Εύχομαι να συνεχίσετε να αναλαμβάνετε σημαντικές πρωτοβουλίες για το καλό του τόπου και των παιδιών μας.

Χαιρετισμός Επιτρόπου Προστασίας των Δικαιωμάτων του Παιδιού, κας Λήδας Κουρσουμπά



«Σημαντικό βήμα στην προώθηση και εμπέδωση των δικαιωμάτων του παιδιού»

Η απόφαση της Κυπριακής Ολυμπιακής Επιτροπής να μεταφράσει στα ελληνικά την έκδοση της UNICEF, «Children's Rights in Sport Principles», είναι ένα σημαντικό βήμα στην προώθηση και εμπέδωση των δικαιωμάτων του παιδιού γενικά και ειδικότερα τα δικαιώματα του παιδιού στο χώρο του αθλητισμού.

Με την υιοθέτηση της Σύμβασης για τα Δικαιώματα του Παιδιού, από τη Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών, στις 20 Νοεμβρίου 1989, την οποία η Κυπριακή Δημοκρατία έχει κυρώσει και ενσωματώσει στην εθνική νομοθεσία, η διασφάλιση των δικαιωμάτων του παιδιού δεν είναι επιλογή αλλά ρητή νομική επιταγή.

Η Σύμβαση, θεμελιώνεται στην αντίληψη ότι, κάθε παιδί είναι διακριτή, ξεχωριστή και μοναδική ανθρώπινη ύπαρξη, με εγγενή αξιοπρέπεια και αναφαίρετα ανθρώπινα δικαιώματα. Η Σύμβαση εστιάζει στο παιδί, μεταγράφοντας το σύνολο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, σύμφωνα με τις ιδιαιτερότητες και τις ανάγκες της παιδικής ηλικίας. Τα δικαιώματα του παιδιού, όπως αυτά κατοχυρώνονται στη Σύμβαση, συγκροτούν ένα ενιαίο σύνολο, ισότιμων μερών με ισχυρή αλληλεξάρτηση, το οποίο χαρακτηρίζεται από μια, εν γένει, εσωτερική ένταση: είναι το αποτέλεσμα της αναζήτησης δυναμικής ισορροπίας ανάμεσα, από τη μια, στα δικαιώματα που ενισχύουν την προστασία και την ασφάλεια του παιδιού, και, από την άλλη, εκείνα που προωθούν την ενδυνάμωση και τη λειτουργία του, ως αυτόνομης προσωπικότητας, μέσα από τη συμμετοχή του.

Η Κυπριακή Πολιτεία, όπως κάθε άλλο Κράτος που συμμετέχει στη Σύμβαση, έχει υποχρέωση και ευθύνη, να μεριμνά, μέσα από την θέσπιση νομοθεσιών και την υιοθέτηση πολιτικών, προκειμένου, κάθε παιδί, που βρίσκεται στην επικράτειά της, να μπορεί και να είναι σε θέση να απολαμβάνει τα δικαιώματά του. Το δικαίωμα του παιδιού να συμμετέχει σε αθλητικές δραστηριότητες, εδράζεται στο Άρθρο 31 της Σύμβασης, σύμφωνα με το οποίο το παιδί έχει δικαίωμα «στην ανάπαυση και στις δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου, στην ενασχόληση με ψυχαγωγικά παιχνίδια και δραστηριότητες που είναι κατάλληλα για την ηλικία του και στην ελεύθερη συμμετοχή στην πολιτιστική και καλλιτεχνική ζωή».

Το Κράτος έχει νομική υποχρέωση να διασφαλίζει ότι κάθε παιδί, χωρίς καμιά διάκριση, θα έχει πρόσβαση στην ενασχόλησή του με τον αθλητισμό. Ταυτόχρονα, έχει ευθύνη να λαμβάνει όλα εκείνα τα μέτρα, που θα επιτρέπουν σε κάθε παιδί που επιλέγει να ασχοληθεί με τον αθλητισμό να το πράττει μέσα σε συνθήκες που θα σέβονται απόλυτα τις ιδιαιτερότητες της παιδικής ηλικίας, σε ένα περιβάλλον υγιές το οποίο θα εγγυάται την ασφάλειά του. Η ενασχόληση του παιδιού με τον αθλητισμό, σε ένα τέτοιο παιδοκεντρικό πλαίσιο, συνιστά, ταυτόχρονα, δικαίωμα του παιδιού, αλλά και ουσιαστικό εργαλείο για την υλοποίηση άλλων δικαιωμάτων του, μέσα από τα οφέλη που προσφέρει η άσκηση και ο αθλητισμός στα παιδιά. Η παρούσα έκδοση, συνιστά ένα εξαιρετικό εργαλείο για όλους όσους ενδιαφέρονται να εργαστούν στο χώρο του αθλητισμού, ώστε να συμβάλουν στην υλοποίηση στην πράξη του δικαιώματος του παιδιού στον αθλητισμό και στην Κύπρο. Θέλω να πιστεύω ότι, θα λειτουργήσει ως οδηγός για όσες και όσους χαράσσουν πολιτικές ή/ και εργάζονται επαγγελματικά ή όχι στο χώρο του αθλητισμού για παιδιά.

Πρόλογος Προέδρου της Κυπριακής Ολυμπιακής Επιτροπής, κ. Ντίνου Μιχαηλίδη



«Ο Αθλητισμός διαμορφώνει χαρακτήρες»

Ο αθλητισμός στη σημερινή του μορφή αποτελεί ένα κοινωνικό πεδίο, το οποίο διαμορφώνει χαρακτήρες. Οι αρχές που διέπουν τον αθλητισμό αποτελούν το καλύτερο συστατικό στοιχείο της διαμόρφωσης του χαρακτήρα.

Αυτές οι αρχές, όμως, δεν είναι κάτι το θεωρητικό, και ούτε μπορεί να τις εφαρμόσει το άτομο ως αποτέλεσμα μάθησης. Οι αρχές του αθλητισμού βρίσκουν εφαρμογή, εφόσον το άτομο βιώσει τον αθλητισμό.

Η συμμετοχή στον αθλητισμό υπό οποιανδήποτε μορφή δημιουργεί ερεθίσματα βίωσης, τα οποία το άτομο τα φέρνει μαζί του μέχρι τέλους.

Από την άλλη μεριά όμως, η βίωση του αθλητισμού πρέπει να γίνεται με το σωστό τρόπο. Τα παιδιά δημιουργούν το είναι τους με βάση τις γενετικές καταβολές και την επίδραση του περιβάλλοντος. Για το νεαρό αθλητή, το περιβάλλον είναι ο χώρος άθλησης, οι συναθλητές και κυρίως το ανθρώπινο περιβάλλον (προπονητές, διοικητικοί, παράγοντες).

Από τη σωστή συμπεριφορά του περιβάλλοντος, το παιδί – αθλητής, θα βιώσει παράλληλα με την αγωνιστική πλευρά και τον τρόπο συμπεριφοράς του. Είναι λοιπόν σημαντικό το περιβάλλον να αποτελεί παράδειγμα καλής συμπεριφοράς και ηθικής αντίληψης όλων των καταστάσεων που δημιουργούνται γύρω από το παιδί – αθλητή. Ο αθλητισμός στην ουσία είναι παιδεία και αγωγή.

Η αγωγή είναι πολύπλευρη και χωρίζεται σε διάφορους τομείς οι οποίοι αλληλοεξαρτώνται και συνδυάζονται με τέτοιο τρόπο, ώστε όλοι να συγκλίνουν και να κατευθύνονται προς το γενικό σκοπό της καλύτερευσης του ίδιου του ατόμου.

Ο αθλητισμός είναι ένας από τους τομείς αγωγής. Η αξιοποίηση όσων προσφέρει ο αθλητισμός δημιουργεί προϋποθέσεις για καλύτερευση. Ο σεβασμός, η αξιοπρέπεια, η περηφάνεια, η χαρά, η κοινωνικοποίηση, η φιλία, η αλληλογνωριμία είναι αξίες που μόνο ο αθλητισμός μπορεί να βιώσει μαζί.

Είναι αξίες που συνιστούν τη συμπεριφορά που πρέπει να έχει ο κάθε αθλητής.

Είναι γενικά παραδεκτό ότι η σημερινή εποχή παρουσιάζει μια έντονη κρίση αξιών. Τα πάντα αμφισβητούνται και οι ιδεολογίες δεν αποτελούν πλέον τρόπο ζωής. Αποτέλεσμα αυτής της κρίσης και αμφισβήτησης είναι να εισχωρήσουν στον αθλητισμό, που είναι μια κοινωνική προέκταση της σημερινής, φαινόμενα αντικοινωνικής συμπεριφοράς που επικρατεί.

Αυτό δημιούργησε μεγάλο πρόβλημα στον αθλητισμό, μέχρι σημείου να αμφισβητηθεί και αυτή ακόμα η κοινωνική του συνεισφορά. Υπάρχει, μάλιστα η λανθασμένη εκτίμηση ότι η αντικοινωνική συμπεριφορά προάγεται μέσα από τον αθλητισμό. Αυτή η εκτίμηση είναι λανθασμένη και καταστροφική. Ο αθλητισμός στη σωστή του έκφραση αποτελεί μια μορφή εκδήλωσης αρχών και αξιών με στόχο την αγωγή.

Ο αθλητισμός ως κοινωνικό φαινόμενο καταξιώθηκε και αναπτύχθηκε, γιατί εκτός των βιολογικών ωφελημάτων έχει και την ιδιότητα να προσαρμόζεται στις διάφορες κοινωνικές τάσεις κάθε εποχής. Έχει ακόμα την ιδιότητα να επηρεάζεται αλλά και να επηρεάζει άλλα κοινωνικά φαινόμενα, είτε θετικά είτε αρνητικά.

Οι θετικές επιδράσεις του αθλητισμού μπορούν να εκφραστούν μέσα από τη διαμόρφωση ηθικής συμπεριφοράς, που βιώνεται από τη συμμετοχή στον αθλητισμό και να επικρατήσουν των αρνητικών φαινομένων.

Για να επιτευχθούν αυτοί οι στόχοι και οι θετικές επιδράσεις του αθλητισμού στο παιδί που επιλέγει να ασχοληθεί με τον Αθλητισμό, θα πρέπει να διαμορφωθούν τέτοιες συνθήκες, ώστε να εξασφαλίζονται τα δικαιώματα του παιδιού, ως οντότητα σύμφωνα και με το πνεύμα της Συνθήκης του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών (Ο.Η.Ε.).

Ο τρόπος, οι λεπτομέρειες και ο έλεγχος εφαρμογής των διατάξεων της Σύμβασης στους αντίστοιχους Αθλητικούς Οργανισμούς, επαφίεται στους καθηκόντως αρμοδίους, ώστε να συνάδουν με τις ανάγκες και την κουλτούρα της περιοχής, χωρίς όμως να ξεφεύγουν από τις γενικές αρχές της Σύμβασης του Ο.Η.Ε.

Οι Αρχές των Δικαιωμάτων των Παιδιών στον Αθλητισμό

Τα κεφάλαια

Οι Προσδοκίες για τους Αθλητικούς Οργανισμούς, τα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα και τους Προπονητές:

- 01 Δεσμευτείτε στο σεβασμό και στην υποστήριξη των δικαιωμάτων των παιδιών
- 02 Υποστηρίξτε την ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών μέσω του αθλητισμού
- 03 Προστατεύστε τα παιδιά από τους κινδύνους του αθλητισμού
- 04 Προστατεύστε την υγεία των παιδιών
- 05 Αναπτύξτε σύστημα διακυβέρνησης για την προστασία των δικαιωμάτων των παιδιών
- 06 Εξασφαλίστε την κατανόηση και εμπλοκή των ενηλίκων που ασχολούνται με τα παιδιά στον αθλητισμό

Οι Προσδοκίες για τους Χορηγούς:

- 07 Ενσωματώστε τα δικαιώματα του παιδιού στις χορηγικές συμφωνίες
- 08 Συνεργαστείτε με τους οργανισμούς που χορηγούνται

Οι Προσδοκίες για Ενηλίκες Αθλητές:

- 09 Προσεγγίστε και ανοίξτε διάλογο με τα ενδιαφερόμενα μέρη

Οι Προσδοκίες για τους Γονείς και τους Κηδεμόνες:

- 10 Υποστηρίξτε την υγιή ανάπτυξη των παιδιών μέσω του αθλητισμού



Εισαγωγή

Ο αθλητισμός έχει τη σημαντική δύναμη να προάγει την ασφαλή και ολοκληρωμένη ανάπτυξη των παιδιών και να μεταφέρει ένα ευρύ και ενεργό μήνυμα στον κόσμο μέσω της τεράστιας επιρροής του.

Κάθε παιδί έχει «το δικαίωμα να ασχολείται με δραστηριότητες παιχνιδιού και αναψυχής, κατάλληλες για την ηλικία του και να συμμετέχει ελεύθερα στην πολιτιστική ζωή και τις τέχνες». Παρόμοια με την εκπαίδευση, έτσι και το παιχνίδι και ο αθλητισμός μπορούν να έχουν ιδιαίτερα θετική επίδραση στη ζωή των παιδιών. Τα παιδιά μπορούν να μάθουν για την κοινωνία που ζουν μέσω της συμμετοχής τους στη σωματική αγωγή, άσκηση και αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένης της συνεργασίας με άλλους, του αυτοέλεγχου, της τήρησης των κανόνων και του σεβασμού προς τους άλλους. Τα προγράμματα συμφιλίωσης μέσω αθλητικών δραστηριοτήτων έχουν επίσης εφαρμοστεί σε όλο τον κόσμο και αποτελούν μια μέγιστη θετική δύναμη.

Ο αθλητισμός είναι κοινά αποδεκτός σε όλο τον ανθρώπινο πολιτισμό, βασισμένος στην εθελοντική συμμετοχή. Η δια βίου συμμετοχή στον αθλητισμό μπορεί να προωθήσει την ευημερούσα διαβίωση και την πολιτιστική ανάπτυξη και αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της επιδίωξης της υγείας και της ευημερίας και για τα παιδιά.

Δυστυχώς, έχουν παρατηρηθεί ποικίλες περιπτώσεις άθλησης που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών, όπως η σωματική τιμωρία, ο εκφοβισμός και η υπερβολική άθληση των παιδιών κατά τη διάρκεια των αθλητικών διδασκαλιών, προπονήσεων και αγώνων. Καθώς συνεχίζεται η κλιμάκωση, η εμπορευματοποίηση και η έγκαιρη εξειδίκευση στον αθλητισμό, έχει επισημανθεί ότι η κατανόηση και η ανάπτυξη συστημάτων που σχετίζονται με την προστασία των δικαιωμάτων των παιδιών είναι ανεπαρκής.

Στο πλαίσιο της Σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα του Παιδιού -η οποία προβλέπει την προστασία των παιδιών από κάθε μορφή σωματικής και ψυχικής βίας, άδικης μεταχείρισης και εκμετάλλευσης- η πραγματικότητα ότι ο αθλητισμός μπορεί να αποτελέσει ένα πλαίσιο όπου λαμβάνει χώρα τέτοια κακοποίηση, σταδιακά αναγνωρίζεται και αντιμετωπίζεται τα τελευταία χρόνια.

Όταν ασκούμε σωστά τον αθλητισμό, μπορούμε να έχουμε ευρύτερες επιπτώσεις σε άλλες πτυχές της ζωής των παιδιών λόγω της μεγάλης επιρροής που έχει ο αθλητισμός. Σε αυτό το πλαίσιο, υπάρχουν ορισμένα κινήματα που έχουν

αναλάβει δράση. Για παράδειγμα, η Παγκόσμια Ένωση Αθλητών (World Players Association), στην οποία συμμετέχουν περισσότερες από 100 επαγγελματικές αθλητικές ενώσεις από περισσότερες από 60 χώρες, έχει υιοθετήσει τη Διακήρυξη για τη Διαφύλαξη των Δικαιωμάτων των Παιδιών-Αθλητών. Ενώ η δύναμη του αθλητισμού προσελκύει παγκόσμια προσοχή λόγω των διαφόρων μεγάλων αθλητικών εκδηλώσεων όπως οι Ολυμπιακοί/ Παραολυμπιακοί, Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου και άλλες διοργανώσεις, καθώς και η διασπορά των αθλητικών διοργανώσεων εκτός συνόρων, είναι εξαιρετικά σημαντικό για ένα ευρύ φάσμα ενδιαφερομένων να συνεργαστούν για να εξασφαλίσουν ότι ο αθλητισμός στηρίζει πραγματικά την υγιή ανάπτυξη των παιδιών και δεν επηρεάζει αρνητικά τα δικαιώματά τους.

Οι Αρχές των Δικαιωμάτων των Παιδιών στον Αθλητισμό υπάρχουν έτσι ώστε όλοι οι εμπλεκόμενοι φορείς στον αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένων των αθλητικών οργανώσεων, των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων, των χορηγών και των οργανισμών, των ενήλικων αθλητών και των οργανώσεών τους, των προπονητών, των γονέων και των κηδεμόνων, να υποστηρίζουν αυτές τις αρχές με τις ακόλουθες ενέργειες:

* Εκδηλώνοντας τη δέσμευσή τους να αναλάβουν δράση για την εφαρμογή των Αρχών.

* Προσπαθώντας να προωθήσουν και να επεξηγήσουν ενεργά την κατάσταση αυτών των Αρχών, με σκοπό την προώθηση της αμοιβαίας συνεργασίας και του διαλόγου σε αυτόν τον τομέα.

Ορισμοί

Παιδιά: Κάθε άτομο ηλικίας κάτω των δεκαοκτώ ετών.

Παιδιά στον Αθλητισμό: Παιδιά που συμμετέχουν, υπό οποιαδήποτε μορφή, στη φυσική αγωγή, τη σωματική άσκηση και τον αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που φιλοδοξούν να γίνουν επαγγελματίες αθλητές και εκείνοι που παίζουν αθλήματα ή συμμετέχουν σε άλλες πτυχές του αθλητισμού για λόγους αναψυχής, ψυχαγωγίας και άσκησης. Οι νέοι, ηλικίας 18 ετών και άνω, μπορούν να λάβουν προστασία σύμφωνα με τις εν λόγω αρχές εάν έχουν παρόμοιες ανάγκες προστασίας και υποστήριξης.

Αθλητικοί Οργανισμοί: Οι αθλητικοί οργανισμοί περιλαμβάνουν όλες τις οργανώσεις όπου ο κύριος σκοπός τους είναι η διεξαγωγή ή η επίβλεψη των αθλητικών δραστηριοτήτων.



Οι Προσδοκίες για τους Αθλητικούς Οργανισμούς, τα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα και τους Προπονητές

01 Δεσμευτείτε στο σεβασμό και στην υποστήριξη των δικαιωμάτων των παιδιών:

Δεσμευτείτε να σεβαστείτε και να υποστηρίξετε τα δικαιώματα των παιδιών, με βάση το πνεύμα της Σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα του Παιδιού. Συγκεκριμένα, επικυρώστε τις ακόλουθες καθολικές αξίες και μοιραστείτε τις εντός και εκτός των οργανισμού τους.

α. Πάντα να ενεργείτε προς το καλύτερο συμφέρον του παιδιού

Να αποδίδετε την ύψιστη σημασία στα συμφέροντα του παιδιού σε όλες τις ενέργειες που αφορούν τα παιδιά. Σημειώστε ότι η «νίκη με κάθε κόστος» δεν εξυπηρετεί πάντα τα συμφέροντα του παιδιού, ούτε ενισχύει τη δια βίου συμμετοχή των παιδιών στον αθλητισμό.

β. Σεβαστείτε τις απόψεις του παιδιού

Σεβαστείτε ότι τα παιδιά μπορούν να εκφράσουν ελεύθερα τις απόψεις τους σε όλα τα θέματα που τα αφορούν, συμπεριλαμβανομένης της προθυμίας τους ή της απροθυμίας τους να συμμετάσχουν σε αγώνες και προπονήσεις, ανάλογα με την ηλικία και την ωριμότητα τους. Σεβαστείτε τις απόψεις των παιδιών σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο επιθυμούν να συμμετάσχουν και να απολαύσουν τον αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένων αυτών που στοχεύουν να γίνουν επαγγελματίες αθλητές και όσοι επιθυμούν να απολαύσουν τον αθλητισμό ως δραστηριότητα αναψυχής.

γ. Μη διάκριση των παιδιών

Βεβαιωθείτε ότι κανένα παιδί δεν υφίσταται διακρίσεις σχετικά με τα βασικά στοιχεία του φύλου, της εθνικότητας, του σεξουαλικού προσανατολισμού ή της ταυτότητας, της γλώσσας, της θρησκείας, του πολιτισμού, της πολιτικής ή άλλης άποψης, της εθνικής ή κοινωνικής προέλευσης, της αναπηρίας ή του οικονομικού ή άλλου καθεστώτος του παιδιού ή των γονέων ή κηδεμόνων.

Για τα παιδιά με αναπηρία θα πρέπει να ληφθούν μέτρα για την παροχή παραθλητικών δραστηριοτήτων ή για την προσαρμογή του αθλητισμού έτσι ώστε να

μπορούν να απολαμβάνουν τη συμμετοχή μαζί με παιδιά χωρίς αναπηρία. Αυτό μπορεί να συνεπάγεται στη δημιουργία εγκαταστάσεων καθολικής χρήσης, την εξασφάλιση της κατάλληλης υποστήριξης τους από επισήμους, προπονητές και άλλο προσωπικό υποστήριξης ή την προσαρμογή των κανόνων του αθλήματος ή του εξοπλισμού ώστε να είναι ανοιχτό για αθλητές με ειδικές ανάγκες.

δ. Προστατεύστε τα παιδιά από κάθε μορφή βίας και από αρνητικές επιπτώσεις στα δικαιώματά τους

Εξαλείψτε όλες τις μορφές βίας και κακομεταχείρισης παιδιών και αντιμετωπίστε ζητήματα που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών.

ε. Υποστηρίξτε τα δικαιώματα των παιδιών μέσω του αθλητισμού

Δεσμευτείτε να υποστηρίξετε ενεργά τα δικαιώματα των παιδιών, υποστηρίζοντας την υγιή σωματική και πνευματική ανάπτυξη μέσω του αθλητισμού, καθώς και την προώθηση των θεμελιωδών αξιών του αθλητισμού, συμπεριλαμβανομένου του δίκαιου παιχνιδιού, της ομαδικής εργασίας και του σεβασμού.

02 Υποστηρίξτε την ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών μέσω του αθλητισμού:

Βοηθήστε τα παιδιά να επιτύχουν ολιστική και ολοκληρωμένη προσωπική ανάπτυξη, εξετάζοντας πώς να εξισορροπηθούν με άλλες μη αθλητικές δραστηριότητες, όπως η ανάπαυση, ο χρόνος που περνάνε με την οικογένεια, ο ελεύθερος χρόνος, η αναψυχή και η μάθηση. Συγκεκριμένα, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ακόλουθες απόψεις και πρέπει να καταβληθούν προσπάθειες ανάλογα με το μέγεθος, τον χαρακτήρα και τις δραστηριότητες κάθε οργανισμού.

α. Προωθήστε την ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών

Σεβαστείτε τον χρόνο που περνούν τα παιδιά με τις οικογένειές τους και εξασφαλίστε το δικαίωμά τους στην οικογενειακή ζωή. Για να βοηθήσετε το παιδί να αναπτύξει την προσωπικότητά του, τα ταλέντα και τις ψυχικές και σωματικές ικανότητές του στο έπακρο, προωθήστε την ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών, παρέχοντάς τους επαρκείς ευκαιρίες να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες μάθησης, παιχνιδιού, αθλητισμού, αναψυχής, πάντοτε αναλόγως της ηλικίας του παιδιού και βοηθώντας τους να συμμετέχουν ελεύθερα σε πολιτιστικές και καλλιτεχνικές δραστηριότητες. Προωθήστε την ειλικρίνεια, τη δικαιοσύνη και την ακεραιότητα στον αθλητισμό και την αρετή του δίκαιου παι-

χνιδιού και της ομαδικής εργασίας των παιδιών και παρέχετε τις απαραίτητες πληροφορίες για να προωθήσετε την ισορροπημένη ανάπτυξη, όπως και τη σπουδαιότητα της εκπαίδευσης, την ανάγκη για υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή και ενός τρόπου ζωής προστατευμένο από όλες τις μορφές βίας κατά των παιδιών, συμπεριλαμβανομένου του εκφοβισμού. Παρέχετε επίσης πληροφορίες σχετικά με τους κινδύνους που σχετίζονται με την αθλητική σταδιοδρομία, συμπεριλαμβανομένου και του ότι η διάρκεια ζωής των ελίτ αθλητών μπορεί να είναι σύντομη και ότι οι ευκαιρίες για αθλητική επιτυχία μπορεί να διακοπουν απότομα λόγω ατυχήματος ή τραυματισμού.

β. Εξασφαλίστε ευκαιρίες για εκπαίδευση/ μάθηση

Επιτρέψτε σε όλα τα παιδιά που ασχολούνται με τον αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένων όσων επιθυμούν να είναι ελίτ αθλητές, αρκετό χρόνο για μάθηση. Παρέχετε στα παιδιά πρόσβαση σε κατάλληλα ειδικευμένους ακαδημαϊκούς και συμβούλους ζωής εκτός αθλητισμού και βοηθήστε στην προετοιμασία τους για μετάβαση στην επόμενη φάση της ζωής τους, συμπεριλαμβανομένης ενδεχόμενης μελλοντικής απασχόλησης εκτός του αθλητισμού.

03 Προστατεύστε τα παιδιά από τους κινδύνους του αθλητισμού:

Προστατεύστε τα παιδιά από κινδύνους όπως βία και κακοποίηση και εξασφαλίστε ένα περιβάλλον στο οποίο τα παιδιά μπορούν να ασχοληθούν με διάφορα αθλήματα με ασφάλεια. Συγκεκριμένα, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ακόλουθες απόψεις και οι ενέργειες πρέπει να εξεταστούν σύμφωνα με το μέγεθος, τον χαρακτήρα και τις δραστηριότητες κάθε οργανισμού.

α. Προστατεύστε τα παιδιά από τη βία και την κακοποίηση

Σε όλη τη διάρκεια της αθλητικής πορείας, σε προπονήσεις και αγώνες, εξαλείψτε όλες τις μορφές σωματικής ή πνευματικής βίας, τραυματισμού, κακοποίησης (συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής κακοποίησης), υπερβολικής προπόνησης, παρενόχλησης (σεξουαλική και εξουσιαστική παρενόχληση), εκφοβισμού, καταπίεσης, παραμέλησης, αμέλειας, κακομεταχείρισης, εκμετάλλευσης, τους υπερβολικούς κανόνες ή/και την τιμωρία και την εμπορία. Μην ανεχτείτε καμία σωματική ή διανοητική κακοποίηση ή μειονεκτική γλώσσα ή απρεπή συμπεριφορά προς τα παιδιά, συμπεριλαμβανομένης αυτής που διεξάγεται από άλλα παιδιά ή μέσω μέσων κοινωνική δικτύωσης. Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με περιπτώσεις τραυματισμού κατά τη διάρκεια της αθλητικής πορείας, της προπόνησης και των αγώνων και αναλύστε τις υποκείμενες αιτίες.



β. Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά διδάσκονται από εξειδικευμένο προσωπικό με τις κατάλληλες δεξιότητες καθοδήγησης.

Βεβαιωθείτε ότι όλο το προσωπικό που ασχολείται με τη διδασκαλία, την καθοδήγηση, την ιατρική υποστήριξη και τη διοίκηση του αθλητισμού διαθέτει τα κατάλληλα προσόντα, εκπαίδευση και πρόσβαση σε συνεχή επαγγελματική εξέλιξη.

γ. Εξασφαλίστε ένα ασφαλές αθλητικό περιβάλλον για τα παιδιά

Εξασφαλίστε ένα ασφαλές περιβάλλον για τα παιδιά για να αγωνιστούν και να ασκηθούν με τον αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένης της πρόληψης των ατυχημάτων που σχετίζονται με τον αθλητισμό και την εξασφάλιση ασφαλούς αθλητικού περιβάλλοντος, το οποίο είναι προσβάσιμο μόνο σε άτομα που έχουν περάσει από έλεγχο του ιστορικού τους. Παρέχετε στα παιδιά ασφαλή και ποιοτικές μεταφορές, στέγαση και σίτιση όταν ταξιδεύουν για να λάβουν μέρος σε αθλητικές διοργανώσεις.

δ. Εξασφαλίστε αθλητικό περιβάλλον για παιδιά χωρίς δόλιες συμπεριφορές

Εξασφαλίστε ότι τα παιδιά μπορούν να παίξουν αθλήματα χωρίς να εμπλέκονται σε δόλιες συμπεριφορές (π.χ. στημένους αγώνες, διαφθορά και χειραγώγηση) που προκαλείται από οικονομικά ή αγωνιστικά συμφέροντα. Αναγνωρίζοντας ότι τα παιδιά είναι πιο πιθανό να πέσουν θύματα τέτοιων παραπτώματων σε σύγκριση με τους ενήλικες και καθώς η εμπορευματοποίηση του αθλητισμού συνεχίζεται, εκπαιδεύστε και πειθαρχήστε τα άτομα που ασχολούνται με τον παιδικό αθλητισμό (γνωστά και ως «περιβάλλον»). Αποτρέψτε άτομα, συμπεριλαμβανομένων των προπονητών, που έχουν την εξουσία να αποφασίσουν αν θα επιτρέψουν στα παιδιά να συμμετάσχουν σε παιχνίδια, να λάβουν οικονομικά ή άλλα οφέλη που θα μπορούσαν να επηρεάσουν τις αποφάσεις τους, για να διασφαλίσουν δίκαιη μεταχείριση και διαφάνεια.

ε. Προστατεύστε τα παιδιά από όλες τις μορφές εκμετάλλευσης

Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά προστατεύονται από όλες τις μορφές εκμετάλλευσης, συμπεριλαμβανομένης της πολιτικής, κοινωνικής και οικονομικής εκμετάλλευσης.

04 Προστατεύστε την υγεία των παιδιών:

Προστατεύστε τη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών, συμπεριλαμβανομένης της προστασίας τους από το ντόπινγκ. Συγκεκριμένα, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ακόλουθες απόψεις και πρέπει να καταβληθούν προσπάθειες ανάλογα με το μέγεθος, τον χαρακτήρα και τις δραστηριότητες κάθε οργανισμού.

α. Προστατεύστε τη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών

Εξετάστε το κατάλληλο είδος, την ένταση και τη μέθοδο διδασκαλίας του αθλητισμού ανάλογα με την ηλικία και την ανάπτυξη του παιδιού.

Με βάση τις επιστημονικές και ιατρικές γνώσεις, να διασφαλιστεί ότι ο αθλητισμός δεν θα επηρεάσει αρνητικά τη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών, μεταξύ άλλων μέσω της εξουθένωσης από την υπερβολική εκπαίδευση. Αναγνωρίστε ότι η ώθηση των παιδιών σε αυτές τις καταστάσεις μπορεί να αποτελέσει μορφή κακοποίησης παιδιών. Συμβάλτε στη θέσπιση κανόνων σχετικά με το όριο και την έκταση της προπόνησης και της συμμετοχής σε αγώνες, σε συνεργασία με τους σχετικούς ενδιαφερόμενους εκτός του οργανισμού, ανάλογα με την περίπτωση.

Αναγνωρίστε ότι οι ενήλικες τείνουν να έχουν μη ρεαλιστικές προσδοκίες που μπορούν να προκαλέσουν την υπερβολική προπόνηση των παιδιών χωρίς να ληφθούν δεόντως υπόψη οι κίνδυνοι σοβαρών τραυματισμών, που θα μπορούσαν να επηρεάσουν τη μελλοντική τους ζωή.

Να ενθαρρύνονται τα παιδιά να παίρνουν ήρεμες αποφάσεις δίνοντας τους την κατάλληλη ενημέρωση για τους κινδύνους στον αθλητισμό και δημιουργώντας έτσι αποτελεσματική προστασία της ψυχικής και σωματικής υγείας των παιδιών, μέσα από ένα περιβάλλον στο οποίο όλοι οι εμπλεκόμενοι θα σέβονται την κρίση των παιδιών χωρίς να τους επιβάλλουν υπερβολική πίεση.

Παρέχετε στα παιδιά εύκολη πρόσβαση σε πιστοποιημένους αθλητικούς προπονητές ή/και ιατρούς, καθώς και άλλους συναφείς επαγγελματίες για να εκπαιδεύσουν και να συμβουλευθούν τα παιδιά σχετικά με τη σωματική και ψυχική υγεία.

β. Προστατεύστε τα παιδιά από το ντόπινγκ και παρέχετε διατροφική καθοδήγηση

Με βάση τις επιστημονικές και ιατρικές γνώσεις, να προστατεύονται τα παιδιά από το ντόπινγκ και να εξασφαλίζεται ότι οι νόμιμες ουσίες, όπως τα συμπληρώματα διατροφής για βελτίωση της απόδοσης, δεν παρέχεται ποτέ στα παιδιά χωρίς να λαμβάνεται δεόντως υπόψη η επίδραση στη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών, βραχυπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα. Αναγνωρίστε ότι η ώθηση των παιδιών σε ντόπινγκ μπορεί να αποτελεί μορφή κακοποίησης τους.

Παρέχετε σε όλους τους εμπλεκόμενους, συμπεριλαμβανομένων των προπονητών, του ιατρικού προσωπικού και των φροντιστών, πρόσβαση στην εκπαί-

δευση για σωστή διατροφή, την ανάγκη για υγιεινή διατροφή και την κατάλληλη χρήση των φαρμάκων και των συμπληρωμάτων για παιδιά από κατάλληλα καταρτισμένο επαγγελματία. Παρέχετε σε όλα τα αρμόδια άτομα τις πληροφορίες που χρειάζονται για να εντοπίσουν και να ζητήσουν υποστήριξη, σε περιπτώσεις διαταραχών διατροφής στα παιδιά που συμμετέχουν στον αθλητισμό, αναγνωρίζοντας τους ιδιαίτερους κινδύνους στα αθλήματα που συσχετίζονται με το βάρος.

γ. Βοηθήστε στη δημιουργία ενός κατάλληλου και ισορροπημένου τρόπου ζωής

Αναγνωρίζοντας ότι οι 24 ώρες της μέρας δεν είναι όλες για τον αθλητισμό, δημιουργείτε έναν κατάλληλο και ισορροπημένο τρόπο ζωής για τα παιδιά, ορίζοντας κατάλληλη χρονική κατανομή για τον αθλητισμό σε σχέση με το χρόνο μάθησης και άλλες δραστηριότητες, καθώς και για ξεκούραση και ύπνο.

05 Αναπτύξτε σύστημα διακυβέρνησης για την προστασία των δικαιωμάτων των παιδιών:

Αναπτύξτε σύστημα διακυβέρνησης για την αποτελεσματική εφαρμογή των αρχών 1 έως 4. Συγκεκριμένα, τα ακόλουθα μέτρα θα πρέπει να εφαρμοστούν ανάλογα με το μέγεθος, τον χαρακτήρα και τη δραστηριότητα κάθε οργανισμού.

α. Δημιουργήστε και δημοσιεύστε βασικές πολιτικές

Διαμορφώστε μια πολιτική δέσμευσης στις αρχές 1 έως 4 (συμπεριλαμβανομένων εκείνων που καλύπτουν ευρύτερες πτυχές, όπως επίσης και των δικαιωμάτων των παιδιών) και δημοσιοποιήστε την πολιτική εντός και εκτός του οργανισμού.

β. Προσδιορίστε και αξιολογήστε κινδύνους και λάβετε κατάλληλα μέτρα ανάλογα με το επίπεδο των κινδύνων

Προσδιορίστε και αξιολογήστε τυχόν πραγματικές ή δυνητικές δυσμενείς επιπτώσεις στα δικαιώματα των παιδιών σύμφωνα με τη φύση και τις δραστηριότητες κάθε αθλητικού οργανισμού και εφαρμόστε μέτρα ανάλογα με τους προσδιορισμένους κινδύνους.

γ. Καθιερώστε και εφαρμόστε κανόνες, κατευθυντήριες γραμμές και κώδικα συμπεριφοράς

Να θεσπιστούν συγκεκριμένοι κανόνες, κατευθυντήριες γραμμές και κώδικες δεοντολογίας για την εφαρμογή της πολιτικής για τον σεβασμό και την υπο-



στήριξη των δικαιωμάτων των παιδιών που ορίζονται στις αρχές 1 έως 4 και να εξασφαλιστεί ότι ακολουθούνται από όλα τα εμπλεκόμενα πρόσωπα.

δ. Παρακολουθήστε και συνεχώς να βελτιώνεστε

Παρακολουθήστε τακτικά κατά πόσο η βία, η υπερβολική προπόνηση και άλλα ζητήματα που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών εμφανίζονται κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης, της πρακτικής και των αγώνων. Να συνεχίσετε να εξετάζετε και να βελτιώνετε τις προσπάθειες για το σεβασμό και την υποστήριξη των δικαιωμάτων των παιδιών βάσει των αποτελεσμάτων της παρακολούθησής.

ε. Ασφαλείς μηχανισμοί αναφοράς και διορθωτικά κανάλια για την αντιμετώπιση προβλημάτων

Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες για να αναφέρουν και να συμβουλευούνται με ασφάλεια και αυτοπεποίθηση τη βία, την υπερβολική προπόνηση και άλλα ζητήματα που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματά τους. Παρέχετε στα παιδιά πληροφορίες για τα δικαιώματά τους και για το πώς μπορούν να αναφέρουν και να συζητήσουν τις ανησυχίες τους. Προετοιμάστε μηχανισμούς που επιτρέπουν σε τρίτους ή σε οποιονδήποτε ανησυχούν να αναφέρουν ή να γνωστοποιήσουν τις ανησυχίες τους σε θέματα που ενδέχεται να επηρεάσουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών.

Εξασφαλίστε πρόσβαση σε αποτελεσματικές λύσεις κατάλληλες για τις ανάγκες των παιδιών, τοποθετώντας το συμφέρον του παιδιού ως προτεραιότητα κατά την παραλαβή καταγγελιών. Βεβαιωθείτε ότι τα κανάλια θεραπείας είναι προσβάσιμα στα παιδιά και ότι τα παιδιά μπορούν να συμμετέχουν σε αυτά ουσιαστικά.

06 Εξασφαλίστε την κατανόηση και εμπλοκή των ενηλίκων που ασχολούνται με τα παιδιά στον αθλητισμό:

Πρωθήστε την κατανόηση και το διαλόγο μεταξύ όλων των εμπλεκόμενων ατόμων για την εξασφάλιση της αποτελεσματικής εφαρμογής των αρχών. Συγκεκριμένα, θα πρέπει να εφαρμοστούν τα ακόλουθα μέτρα σύμφωνα με το μέγεθος, τον χαρακτήρα και τη δραστηριότητα του οργανισμού.

α. Εξασφαλίστε κατάλληλη πρόσληψη και εκπαίδευση των ατόμων που στηρίζουν τα παιδιά στον αθλητισμό

Να υιοθετηθούν τα κατάλληλα πρότυπα για την πρόσληψη ατόμων που στηρίζουν τα παιδιά στον αθλητισμό, συμπεριλαμβανομένων των προπονητών,

των υπαλλήλων, των εκπαιδευτικών, των εκπαιδευτών και των εθελοντών, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι δεν επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών, ελέγχοντας παράλληλα τον πρότερο τους βίο.

Να διατηρούν τακτικές ευκαιρίες εκπαίδευσης και κατάρτισης για να προωθήσουν την ορθή κατανόηση και εφαρμογή αυτών των αρχών, σε συνεργασία με τους αρμόδιους οργανισμούς, ανάλογα με την περίπτωση.

β. Προωθήστε την κατανόηση όλων των ενδιαφερομένων μέσω δέσμευσης

Προωθήστε την κατανόηση των αρχών απ' όλους τους εμπλεκόμενους μέσω τακτικών διαλόγων εντός του οργανισμού, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών και των εξωτερικών ενδιαφερομένων συμπεριλαμβανομένων των κηδεμόνων, των σχολείων και των ενήλικων αθλητών, ώστε οι αρχές να εφαρμόζονται σωστά ανάλογα με κάθε συγκεκριμένη κατάσταση. Παρέχετε στα παιδιά ένα ασφαλές χώρο για να μοιραστούν τα θέματα, τις ανησυχίες και τις ιδέες τους.



Οι Προσδοκίες για τους Χορηγούς:

07 Ενσωματώστε τα δικαιώματα του παιδιού στις χορηγικές συμφωνίες:

Για να αποφασίσετε αν θα υποστηρίξετε ή όχι έναν αθλητικό οργανισμό ή ένα εκπαιδευτικό ίδρυμα, λάβετε υπόψη την κατάσταση των προσπαθειών του αθλητικού οργανισμού όσον αφορά την τήρηση και την υποστήριξη των δικαιωμάτων των παιδιών όπως καθορίζονται στις αρχές 1 έως 6.

Όπου ενδείκνυται, ζητήστε από τον αθλητικό οργανισμό ή το εκπαιδευτικό ίδρυμα να δεσμευτεί ρητά να σέβεται και να υποστηρίζει τα δικαιώματα των παιδιών, σύμφωνα με τις αρχές 1 έως 6, ως προϋπόθεση της χορηγίας.

08 Συνεργαστείτε με τους οργανισμούς που χορηγούνται:

Ζητήστε από τους αθλητικούς οργανισμούς και τα εκπαιδευτικά ιδρύματα που χρηματοδοτούνται να εξηγήσουν τις προσπάθειές τους στον σεβασμό και στην προώθηση των δικαιωμάτων των παιδιών, όπως ορίζεται στις αρχές 1 έως 6, σύμφωνα με τους κινδύνους τους, και να χρησιμοποιούν την επιρροή τους για να τους ενθαρρύνουν να εφαρμόσουν τα μέτρα που δεν έχουν έχουν εφαρμοστεί πλήρως.

Οι Προσδοκίες για Ενήλικες Αθλητές:

09 Προσεγγίστε και ανοίξτε διάλογο με τα ενδιαφερόμενα μέρη:

Δεδομένου ότι τα παιδιά συχνά τοποθετούνται σε θέση που τους καθιστά δύσκολο να μιλούν για ζητήματα που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματά τους και αυτά των άλλων παιδιών λόγω των ευπαθειών τους, των προσδοκιών και της πίεσης από τους τους και της έκτασης της ικανότητάς τους να διατυπώνουν τους ανησυχίες τους, ενήλικες αθλητές που μπορεί να έχουν παρόμοια εμπειρία και να εκπροσωπούν ή να υποστηρίζουν τα παιδιά ή να μοιράζονται τους ανησυχίες τους, θα πρέπει να ενθαρρύνονται να συνεργάζονται με τους ενδιαφερόμενους για την υποστήριξη των παιδιών με τους ακόλουθους τρόπους.

α. Ενθαρρύνεται τους ενδιαφερόμενους, συμπεριλαμβανομένων των αθλητικών οργανώσεων, να υποστηρίζουν και να προστατεύουν τα παιδιά

Με βάση τους δικές τους εμπειρίες, να διεξάγουν διαλόγους με τους ενδιαφερόμενους, συμπεριλαμβανομένων των αθλητικών οργανώσεων και των χορηγών, σχετικά με το πώς θα σέβονται και θα στηρίζουν τα δικαιώματα των παιδιών και θα τους παροτρύνουν να εφαρμόσουν πρωτοβουλίες σύμφωνα με τους αρχές 1 έως 8.

β. Συζητήστε με τα παιδιά

Μοιραστείτε, στο μέτρο του δυνατού και με τον κατάλληλο τρόπο, τους εμπειρίες τους με τα παιδιά και τους κηδεμόνες τους, αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση και την κατανόηση των προβλημάτων που μπορούν να αντιμετωπίσουν τα παιδιά στα αθλήματα, διευκολύνοντας τα παιδιά να συζητούν και να αναζητούν βοήθεια σε θέματα τους η βία, η υπερβολική προπόνηση και άλλα ζητήματα που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών.



Οι Προσδοκίες για τους Γονείς και τους Κηδεμόνες:

10 Υποστηρίξτε την υγιή ανάπτυξη των παιδιών μέσω του αθλητισμού:

Οι γονείς και οι κηδεμόνες των παιδιών πρέπει να υποστηρίξουν την υγιή και ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών τους λαμβάνοντας τα ακόλουθα μέτρα λαμβάνοντας υπόψη το σημαντικό ρόλο που διαδραματίζουν για την παροχή σωματικής και ψυχικής υποστήριξης στα παιδιά και το ρόλο τους στην επκοινωνία της δύναμης και των ευκαιριών του αθλητισμού, και τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να υποστηρίξουν τις δραστηριότητες των αθλητικών οργανώσεων και των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων.

α. Υποστηρίξτε την υγιή και ισορροπημένη ανάπτυξη των παιδιών

Αναγνωρίζοντας τη σημασία του ρόλου τους ως πρωταρχικού προστάτη των παιδιών τους, βοηθήστε τους να αξιοποιήσουν τις δυνατότητές τους και να απολαύσουν τον χρόνο τους στον αθλητισμό, φροντίζοντάς τους με ισορροπημένο τρόπο ζωής. Βεβαιωθείτε ότι συζητούν με το παιδί τους πώς επιθυμεί να συμμετάσχουν και να απολαύσουν τον αθλητισμό, ποια υποστήριξη το παιδί αισθάνεται ότι χρειάζεται και ότι δεν δημιουργούν αρνητικές επιπτώσεις στα παιδιά, μεταξύ άλλων λόγω υπερβολικών προσδοκιών ή συμμετοχής. Αναγνωρίστε ότι τα παιδιά μπορούν μερικές φορές να ωθούνται πολύ σκληρά και οι ενήλικες ίσως χρειαστεί να ορίσουν κατάλληλα όρια για να τα προστατεύσουν από αυτό.

β. Ανοίξτε διάλογο με τα ενδιαφερόμενα μέρη και αναλάβετε δράσεις για την προστασία των δικαιωμάτων των παιδιών

Εφαρμόστε τα σχετικά στοιχεία στις αρχές 1 έως 4 από τη σκοπιά των γονέων και των κηδεμόνων, ενώ διεξάγετε επικοινωνιακούς διαλόγους με άλλους συναφείς ενδιαφερόμενους, συμπεριλαμβανομένων των αθλητικών οργανώσεων.

γ. Υποστηρίξτε την αντιμετώπιση των θεμάτων που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα των παιδιών

Να παρακολουθείτε συνεχώς αν υπάρχουν ζητήματα που επηρεάζουν αρνητικά τα δικαιώματα του παιδιού. Εάν το παιδί αναφέρει οπδήποτε σχετικό ή εάν εντοπίζουν τις παραβιάσεις των δικαιωμάτων του παιδιού, στηρίξτε την ανάπτυξη λύσης στο πρόβλημα με τρόπο που δίνει ύψιστη προτεραιότητα στο καλύτερο συμφέρον του παιδιού.





«ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ - Δύναμη για ολοκληρωμένη ανάπτυξη του παιδιού»

Ισορροπημένη Βιολογική ανάπτυξη - αναφαίρετο δικαίωμα του παιδιού

Ορισμός

Η ολοκλήρωση της ωρίμανσης του παιδιού εξαρτάται αποκλειστικά, από τη σωστή και ορθολογιστική βιολογική – πνευματική – ψυχολογική και σωματική ανάπτυξη του παιδιού. Ο αθλητισμός σύμφωνα και με τη διακήρυξη για τα δικαιώματα του παιδιού, έχει τη δύναμη να προάγει την ασφαλή και ολοκληρωμένη ανάπτυξη.

Για να επιτευχθεί όμως αυτό χρειάζεται απαραίτητα η σωστή εκπαιδευτική και παιδαγωγική διαδικασία, στην οποία ασφαλώς συμπεριλαμβάνεται και η σωστή καθοδήγηση από το περιβάλλον του παιδιού που αθλείται.

Οι διαφοροποιήσεις και αλλαγές των ατομικών χαρακτηριστικών σ' ένα χρονικό διάστημα που προκαλούνται κάτω από τις συνθήκες και απαιτήσεις του περιβάλλοντος και που συνδέονται με την ενεργητικότητα και δραστηριότητα του ατόμου χαρακτηρίζουν και καθορίζουν την ΑΝΑΠΤΥΞΗ.

Με βάση αυτή την αρχή η ωρίμανση ενός ατόμου δεν είναι μόνο το αποτέλεσμα της βιολογικής ανάπτυξης, αλλά εξαρτάται από το περιβάλλον και τις ενέργειες και δραστηριότητες του ατόμου.

Ένας νεαρός αθλητής της Κολύμβησης ή της Γυμναστικής ή οποιοδήποτε ομαδικού αθλήματος δε θα γινόταν ποτέ πρωταθλητής, αν δεν είχε έλθει σε επαφή με το άθλημα μέσω του κοινωνικού περιβάλλοντος. Δεν θα είχε αναπτύξει τέτοιο επίπεδο κίνησης και συναρμογής, αν δεν υποβαλλόταν σε προπόνηση.

Εξίσου σημαντικό είναι το γεγονός ότι κάθε ατομική ανάπτυξη είναι πάντα ΜΟΝΑΔΙΚΗ, όχι συγκρίσιμη και όχι επαναλαμβανόμενη. Σε καμιά περίπτωση δεν υπάρχουν όμοιες διαδικασίες ανάπτυξης ούτε ακόμα και για δίδυμους. Κάθε άτομο εξελίσσεται με διαφορετικές ατομικές προσαρμογές σαν μια ξεχωριστή – μοναδική προσωπικότητα.

Δομικά στοιχεία ανάπτυξης

Είναι γεγονός ότι η ανάπτυξη συντελείται από την αλληλεπίδραση Ανάπτυξης – Περιβάλλοντος – Ωρίμανσης – Δραστηριότητας. Για να υπάρξει όμως πλήρης συσχετισμός θα πρέπει να έχουμε υπόψη μας τα τέσσερα δομικά στοιχεία που επηρεάζουν αυτή την αλληλεπίδραση και που με την κατάλληλη αγωγή μέσα από την άσκηση και ενεργό συμμετοχή στον αθλητισμό συμβάλουν ουσιαστικά στην ανάπτυξη:

1. ΩΡΙΜΑΝΣΗ

2. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

3. ΜΑΘΗΣΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ

4. ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ

1. ΩΡΙΜΑΝΣΗ

Οι διαδικασίες ωρίμανσης αφορούν τη ψυχοσωματική λειτουργική και αρμονική ανάπτυξη μέχρι την ωριμότητα. Συντελεστές αυτής της φάσης είναι:

- (α) Η ανάπτυξη του σώματος
- (β) Η ανάπτυξη του νευρομυϊκού συστήματος
- (γ) Η ανάπτυξη του καρδιοκυκλοφοριακού συστήματος
- (δ) Η λειτουργία των ενδοκρινών αδένων

Στην εφαρμογή ενός προγράμματος εκγύμνασης στην παιδική ηλικία θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη και ο βαθμός ανάπτυξης των τεσσάρων συντελεστών. Κανένας αναπτυσσόμενος οργανισμός δεν μπορεί να πραγματοποιήσει μια ενέργεια ή να έχει απόδοση, αν προηγουμένως δεν έχουν αναπτυχθεί οι απαραίτητες ζωτικές λειτουργίες. Κανένα μικρό παιδί δεν μπορεί να αναρριχηθεί ή να εκτελέσει ένα άλμα, αν το νευρομυϊκό του σύστημα δε φτάσει τον απαιτούμενο βαθμό ωρίμανσης, αντίθετα ένα πιο μεγάλο παιδί θα μπορούσε.

Εξάγεται λοιπόν το συμπέρασμα ότι η οποιαδήποτε κινητική δεξιότητα μπορεί να επιτευχθεί και να καλυτερευτεί με την άσκηση, εφόσον η απαραίτητη για τη συγκεκριμένη δραστηριότητα λειτουργία αναπτυχθεί σε ανάλογο βαθμό.

Το ίδιο ισχύει και για την τεχνική. Μια εκλεπτυσμένη μορφή τεχνικής μπορεί να διδαχθεί και να εκτελεσθεί, όταν και εφόσον αναπτυχθούν σε τέτοιο βαθμό οι ψυχοκινητικές λειτουργίες, ώστε το παιδί να μπορεί να συντονίσει τις κινήσεις του.

2. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

Το δεύτερο δομικό στοιχείο ανάπτυξης που δεν είναι ορατό, είναι η Κοινωνικοποίηση. Οι διαδικασίες του στοιχείου αυτού συντελούνται μέσω του περιβάλλοντος. Η οικογένεια, το σχολείο, η περιοχή που μεγαλώνει, η γλώσσα, οι ιδιαίτερες συνθήκες διαβίωσης, το κοινωνικό στρώμα που ανήκει, η πολιτική κατάσταση, τα έθιμα, η παράδοση, οι συνήθειες, το είδος της εργασίας, η συμπεριφορά, οι οικονομικές συνθήκες, οι κοινωνικές τάσεις καθορίζουν την κοινωνική υπόσταση του παιδιού.

Η επίδραση από τέτοιες επιρροές είναι τόσης έκτασης, ώστε δημιουργεί στο παιδί πρότυπα συμπεριφοράς καθώς και προσδοκίες. Η ψυχολογία έχει αποδείξει ότι ο τρόπος ζωής και το περιβάλλον μπορούν να επηρεάζουν ακόμα και τις κινητικές ενέργειες ή και αντίθετα να δημιουργήσουν κινητικά φράγματα.

Για το νεαρό αθλητή, που αφιερώνεται στον αθλητισμό, πρότυπο είναι ο δάσκαλος - προπονητής και η ομάδα. Το περιβάλλον που αποτελείται από τα βιώματα που παίρνει από τη συμπεριφορά, δράση και προσέγγιση του προπονητή - δασκάλου, του ιθύνοντα. Η συνειδητοποίηση της ευθύνης, κυρίως από τους παράγοντες θα οδηγήσει το παιδί στην κοινωνικοποίηση.

Οι γνώσεις του προπονητή - δασκάλου παιδαγωγού για τις διαδικασίες ωρίμανσης θα βοηθήσουν το νεαρό αθλητή και στην αθλητική του ανάπτυξη, το αντίθετο θα του δημιουργήσει κινητικά φράγματα.

3. ΜΑΘΗΣΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ

Οι διαδικασίες μάθησης και άσκησης στον Αθλητισμό εξαρτώνται από την εκπαίδευση. Τα παιδιά μισούνται σ' αυτές τις διαδικασίες από τον υπεύθυνο - εκπαιδευτή. Η μείωση της ηλικίας κατά την οποία επιτυγχάνονται υψηλές επιδόσεις αποδεικνύει την αποτελεσματικότητα της σκόπιμης μάθησης. Οι υψηλές αποδόσεις που παρατηρούνται στις μικρές ηλικίες μόνο εν μέρει οφείλονται στις διαδικασίες ωρίμανσης. Κυρίως είναι αποτέλεσμα της συστηματικής μεθοδικής άσκησης και της συλλογής κινητικών εμπειριών που προσεγμένα διδάσκονται.

4. ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ

Ο άνθρωπος αποδεδειγμένα δεν είναι εξωτερικά καθοδηγούμενος. Από πολύ μικρή ηλικία με τη βοήθεια των δικών του εμπειριών και δικής του θέλησης έχει ενεργητική συμμετοχή στην ολοκλήρωση του. Σε καμιά περίπτωση τα παι-

διά δεν είναι αβοήθητα στις εξωτερικές πιέσεις και τάσεις. Από μόνα τους δίνουν λύσεις στις ανάγκες τους και αλλάζουν πολλές φορές το ρόλο του περιβάλλοντος που λειτουργούν. Οι διαδικασίες καθοδήγησης συμβάλλουν ουσιαστικά στην εξελικτική πορεία της ανάπτυξης του παιδιού, γιατί μέσα από αυτές δημιουργείται το αίσθημα της ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ και του ΕΓΩ.

Η προαγωγή και η ενθάρρυνση της αυτοκαθοδήγησης, αποτελεί βασικό παράγοντα διαπαιδαγώγησης, που πρέπει να επιτυγχάνεται μέσα από την αθλητική εκπαίδευση και παιδεία.

Συνοψίζοντας, συμπεραίνουμε ότι οι διαδικασίες ανάπτυξης λειτουργούν πάντα ενιαία. Ο διαχωρισμός στα τέσσερα δομικά στοιχεία που αναλύθηκαν αποτελεί τη θεωρητική προσέγγιση. Η εφαρμογή στην προπόνηση στοιχείων διαπαιδαγώγησης αφορά ολόκληρη την ανθρώπινη υπόσταση.

Με αυτή τη λογική η άσκηση προσαρμόζεται στις αναπτυξιακές, βιολογικές και άλλες διαδικασίες κατά τέτοιο τρόπο, ώστε να επηρεάζει θετικά και να υποστηρίζει τη φυσιολογική ανάπτυξη κάθε νεαρού αθλητή ατομικά.

Η ενασχόληση με τον αθλητισμό και η αθλητική εκπαίδευση αποτελεί ένα σύνολο πρακτικών εφαρμογών με κεντρικό σημείο το παιδί και τις ανάγκες του.

Ντίνας Μιχαηλίδης





ANDREY & JULIA DASHIN'S FOUNDATION

1214

YOUTH RACE

OPAP CYPRUS MARATHON 600

ANDREY & JULIA DASHIN'S FOUNDATION

1126

YOUTH RACE

OPAP CYPRUS MARATHON 600

pvc

Δικαίωμα του παιδιού η προστασία της υγείας του

Σημεία προσοχής για την υγεία των αθλούμενων παιδιών

Κάθε παιδί που εμπλέκεται στον κόσμο του Αθλητισμού έχει το δικαίωμα ορθής αθλητικής καθοδήγησης και κατάλληλης υγειονομικής φροντίδας και προστασίας, ώστε η σωματική του δραστηριότητα να είναι αποτελεσματική και μαζί ασφαλής.

Τα εύλογα ερωτήματα που τίθενται σχετικά με το αθλούμενο παιδί είναι:

- (α) Ποιο είναι το επίπεδο ανάπτυξης.
- (β) Πως αυτό το συγκεκριμένο επίπεδο συσχετίζεται με τις απαιτήσεις της ίδιας της άθλησης.
- (γ) Πως μπορούν τα παιδιά να ομαδοποιούνται με δίκαιο τρόπο.
- (δ) Ποια είναι η ενδεδειγμένη προετοιμασία για κάθε παιδί στο κάθε άθλημα.
- (ε) Ποιες γνώσεις και ποιες εμπειρίες πρέπει να διαθέτει ο προπονητής.
- (στ) Πως το περιβάλλον άθλησης να είναι όσο μπορεί πιο ασφαλές.
- (ζ) Με ποιο τρόπο η άσκηση να γίνεται ώστε να προσφέρει στο παιδί μεγαλύτερη αίσθηση σεβασμού της αξιοπρέπειας του.
- (η) Πως κατοχυρώνεται η προστασία της υγείας του.

Το ουσιαστικότερο ερώτημα το οποίο απαραίτητα πρέπει να απαντηθεί είναι η εξασφάλιση της προστασίας της υγείας του παιδιού. Το αθλούμενο παιδί επιβαρύνεται ψυχο-σωματικά στο μέγιστο βαθμό με αποτέλεσμα οι απαιτήσεις της προσπάθειας που καταβάλλει να υπερβαίνουν τα βιολογικά όρια των δυνατοτήτων του με αναπόφευκτη συνέπεια να εκτίθεται σε κινδύνους.

Η προφύλαξη του οργανισμού του αθλούμενου παιδιού, η ενίσχυση της υγείας του και η θεραπεία τυχόν εμφανιζόμενης ασθένειας ή τραυματισμού αποτελούν βασικούς άξονες πάνω στους οποίους θα επικεντρωθεί η όλη αθλητική αγωγή του παιδιού.

Πρώτιστο καθήκον όλων όσων ασχολούνται με την άσκηση είναι η πρόληψη και αποτροπή βλαβών που δυνατόν να προκληθούν λόγω της σημαντικής οργανικής επιβάρυνσης που δέχονται τα αθλούμενα παιδιά. Βλάβες οι οποίες αν δεν προσεχθούν πολλές φορές μπορούν να καταστούν μόνιμες.

Παρόλο που είναι πάρα πολύ δύσκολο να προσδιορισθεί ο κίνδυνος αθλητικής κάκωσης στα παιδιά εν τούτοις θα πρέπει να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα ώστε να εκμηδενίζονται οι οποιοσδήποτε αρνητικές προϋποθέσεις. Για το λόγο αυτό θεωρείται αναγκαίο η οργάνωση ενός συστήματος παρακολούθησης και ανάλυσης της παθολογίας των αθλούμενων παιδιών.

Η υγεία των παιδιών σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (W.H.O.) δεν είναι μόνο η απουσία πάθησης αλλά και η πλήρης σωματική, ψυχική, ηθική και κοινωνική ευεξία. Σ' αυτούς τους τομείς πρέπει να κατευθύνεται η όλη οργάνωση παρακολούθησης των αθλούμενων παιδιών.

Το πρώτο απαραίτητο μέτρο που λαμβάνεται είναι ο περιοδικός έλεγχος ο οποίος πρέπει να περιλαμβάνει:

1. ΚΛΙΝΙΚΟ ΕΛΕΓΧΟ

2. ΜΟΡΦΟΛΟΓΙΚΟ ΕΛΕΓΧΟ

3. ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΟ ΕΛΕΓΧΟ

1. Ο Κλινικός έλεγχος αφορά την εξέταση του μυοσκελετικού συστήματος, του καρδιαγγειακού, την κατάσταση του στόματος, των δοντιών, τον έλεγχο των αυτιών, του αναπνευστικού συστήματος, των οφθαλμών, των γεννητικών οργάνων, τον έλεγχο για τυχόν ύπαρξη χρόνιων νοσημάτων, ψυχολογικών προβλημάτων, διαταραχών συμπεριφοράς και της σεξουαλικής ωρίμανσης.
2. Ο Μορφολογικός έλεγχος αφορά τις μετρήσεις του σωματικού βάρους, αναστήματος και του θώρακα. Οι μετρήσεις αυτές θα πρέπει να συγκρίνονται με τα αντίστοιχα πρότυπα ανάπτυξης.
3. Ο Εργαστηριακός έλεγχος περιλαμβάνει τη γενική εξέταση αίματος, την κλινική εξέταση ούρων, το ηλεκτροκαρδιογράφημα, τον ακτινολογικό έλεγχο του θώρακος και τη δοκιμασία κόπωσης.

Ο έλεγχος στους τρεις αυτούς τομείς θα πρέπει να γίνεται μια τουλάχιστον φορά το χρόνο.

Ιδιαιτερότητες που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη:

1. Η περίοδος ηλικίας των παιδιών από 6 ετών μέχρι την έναρξη της εφηβείας χαρακτηρίζεται από σχετικά σταθερό ρυθμό ανάπτυξης.
2. Η μέση αύξηση του σωματικού βάρους των παιδιών κατά την περίοδο αυτή είναι 3 – 3.5kg το χρόνο.



3. Η μέση αύξηση του αναστήματος είναι περίπου 6cm το χρόνο.
4. Το υποδόριο λίπος είναι στην ηλικία των 6 χρόνων περιορισμένο. Από ηλικίας 8 ετών στα κορίτσια και 10 στα αγόρια αρχίζει να αθροίζεται προοδευτικά.
5. Ο εγκέφαλος του παιδικού αποκτά το κανονικό μέγεθος στο τέλος της προεφηβικής ηλικίας.
6. Οι ανδρογόνες ορμόνες αυξάνουν την παραγωγή τους κοντά στην ηλικία των 10 ετών.

Σημεία προσοχής στην άθληση παιδικής ηλικίας

1. Το αθλούμενο παιδί είναι σε θέση να ακολουθήσει αθλητικές επιβαρύνσεις εφόσον επανέλθει πλήρως από προηγούμενες επιβαρύνσεις. Αυτό επιτυγχάνεται με 9 – 10 ώρες ύπνου.
2. Στα παιδιά παρουσιάζεται ανωριμότητα στο θερμορυθμιστικό τους σύστημα. Ως εκ τούτου έχουν περιορισμένη ικανότητα αντοχής σε θερμό περιβάλλον. Χρειάζονται μεγάλο διάστημα εγκλιματισμού σε θερμό κλίμα και οδηγούνται σχετικά εύκολα σε αφυδάτωση.
3. Σε ψυχρό επίσης περιβάλλον χάνουν μεγάλο ποσό θερμαντικού, με αποτέλεσμα να εκτίθενται σε λοιμώξεις.
4. Η σωματική άσκηση είναι αποτελεσματική για την υγεία του παιδιού, όταν προηγείται επαρκής ύπνος, γίνεται σε καθαρό αέρα, υπάρχει σχετική ανοσία στις λοιμώξεις και η διατροφή είναι σωστή.
5. Η άθληση του παιδιού πρέπει να περιορίζεται ή και να διακόπτεται σε περιπτώσεις λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος. (Ο περιορισμός ή η διακοπή εξαρτάται από τη βαρύτητα της κατάστασης του παιδιού)
6. Σε περίπτωση πυρετού, η άθληση είναι απαγορευτική στους 39ο C. Στους 38ο C, η άθληση εξαρτάται από τη διάθεση του παιδιού. Σ' αυτή όμως την περίπτωση η επιτρεπόμενη μυϊκή προσπάθεια είναι περιορισμένη. Η σωματική και οργανική επιβάρυνση του παιδιού με ελάχιστο έστω πυρετό απαγορεύεται σε θερμό περιβάλλον λόγω της ανωριμότητας του θερμορυθμιστικού του συστήματος.
7. Σε περιπτώσεις μεταδοτικής λοιμώδους ασθένειας, τα παιδιά απομακρύνονται όσο το δυνατό νωρίτερα από την προπόνηση.

Αθλητικές κακώσεις στην παιδική ηλικία

Το αθλούμενο παιδί εκτίθεται σε μεγάλο κίνδυνο αθλητικών κακώσεων. Οι κακώσεις που προκαλούνται στα παιδιά διακρίνονται σε Οξείες και Χρόνιες.

Όταν ο μηχανισμός που επιδρά ενεργεί στιγμιαία είναι ισχυρός προκαλεί τραύμα που είναι εμφανές. Τότε έχουμε οξεία κάκωση. Όταν όμως ο μηχανισμός που επιδρά είναι μικρής έντασης και ενεργεί επαναληπτικά για μεγάλο χρονικό διάστημα δημιουργείται χρόνια κάκωση.

Ενώ για την οξεία κάκωση, η διάγνωση είναι εύκολη και φυσικά η θεραπεία, η χρόνια κάκωση είναι ιδιαίτερα επικίνδυνη για τα παιδιά. Παρατηρείται, μάλιστα μια επιρρέπεια για χρόνια πάθηση στα παιδιά, λόγω του γεγονότος ότι οι ιστοί των παιδιών αναπτύσσονται όπως φυσικά και όλος ο οργανισμός είναι σε περίοδο ανάπτυξης.

Ιδιαίτερα επιρρεπείς σε χρόνιες κακώσεις είναι οι χόνδροι στα παιδιά, λόγω της ευαισθησίας που παρουσιάζουν στη φάση της ανάπτυξης των οστών. Όπως είναι γνωστό, οι χόνδροι είναι οι συντελεστές ανάπτυξης των οστών, η δε διαδικασία ανάπτυξης των οστών, η δε διαδικασία ανάπτυξης τους προκαλεί μείωση της ευκαμψίας των αρθρώσεων και της ελαστικότητας των μυών με αποτέλεσμα να προδιαθέτουν τα παιδιά σε κάκωση.

Η κάκωση θα είναι χρόνια εφ' όσον συμβεί σε ασκήσεις ταχύτητας, αλμάτων, περπάσματος εμποδίων και είναι επαναλαμβανόμενες.

Προληπτικά μέτρα για την αποφυγή αθλητικών κακώσεων στα αθλούμενα παιδιά:

1. Σωστή τεχνική καθοδήγηση.
2. Καλή φυσική κατάσταση.
3. Επαρκής προθέρμανση και αποθεραπεία.
4. Επαρκής αθλητική εμπειρία.
5. Γνώση του κινδύνου για κάκωση.
6. Προ-αγωνιστικός ιατρικός έλεγχος.
7. Κατάλληλη αθλητική εξάρτηση και κατάλληλοι αθλητικοί χώροι.
8. Ορθός σχεδιασμός και παρακολούθηση της αθλητικής δραστηριότητας.
9. Συνετή επαναδραστηριοποίηση μετά από κάκωση.
10. Αντιμετώπιση περιβαλλοντικών προβλημάτων.
11. Εξασφάλιση κανονικής ηλικίας έναρξης αγωνιστικού τύπου αθλητικής δραστηριότητας.
12. Επιλεκτική επιλογή παιδιών για αθλητική δραστηριότητα ανάλογα με την βιολογική τους ηλικία, την τεχνική τους κατάρτιση και την αγωνιστική εμπειρία.

Ντίνος Μιχαηλίδης





Η Διακήρυξη της ΔΟΕ για τα Δικαιώματα και τις Ευθύνες των Αθλητών

Οι αθλητές έχουν δικαιώματα αλλά και ευθύνες

Το κυριότερο κομμάτι του οικοδομήματος του αθλητισμού είναι οι Αθλητές. Αυτοί είναι οι πρωταγωνιστές, σε αυτούς πέφτουν τα φώτα της δημοσιότητας και αποτελούν τον κινητήριο μοχλό του αθλητισμού. Συχνά όμως οι αθλητές πέφτουν θύματα κακών πρακτικών, εκμετάλλευσης ή περιθωριοποίησης, με αποτέλεσμα πολύ συχνά να μην αποτελούν καν κομμάτι της λήψης αποφάσεων. Για το σκοπό αυτό η ΔΟΕ προχώρησε στην ετοιμασία της πιο κάτω Διακήρυξης, η οποία παρουσιάστηκε και εγκρίθηκε από την 133η Σύνοδο της ΔΟΕ στο Μπουένος Άιρες τον Οκτώβριο του 2018. Αυτή καθορίζει με σαφήνεια τα Δικαιώματα των αθλητών, ενηλίκων και παιδιών, αλλά και επίσης πολύ σημαντικό, τις Ευθύνες τους.

Η Διακήρυξη

«Η Διακήρυξη αναπτύχθηκε από αθλητές για τους αθλητές, μέσω μιας διεθνούς διαδικασίας διαβούλευσης, αντανακλώντας τις απόψεις των αθλητών.

Οι αθλητές και τα συμφέροντα τους αποτελούν αναπόσπαστο μέρος του Ολυμπιακού Κινήματος. Η παρούσα Διακήρυξη θέτει μια σειρά από δικαιώματα και ευθύνες για τους αθλητές στο πλαίσιο του Ολυμπιακού Κινήματος και εντός της δικαιοδοσίας των μελών του Κινήματος. Εμπνέεται από την Οικουμενική Διακήρυξη των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και άλλα διεθνώς αναγνωρισμένα πρότυπα, αρχές και συνθήκες για τα ανθρώπινα δικαιώματα. Στόχος της είναι να καθοδηγήσει τις ενέργειες του Ολυμπιακού Κινήματος.

Όλα τα μέλη του Ολυμπιακού Κινήματος, ιδιαίτερα η Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή, οι Διεθνείς Αθλητικές Ομοσπονδίες, οι Εθνικές Ολυμπιακές Επιτροπές και οι Εθνικές ομοσπονδίες, πρέπει να προωθήσουν τον σεβασμό αυτών των δικαιωμάτων και ευθυνών. Ενθαρρύνονται να αναπτύξουν μηχανισμούς για αποτελεσματικές ενέργειες εφαρμογής αυτών των δικαιωμάτων και ευθυνών και οι αθλητές ενθαρρύνονται να κάνουν χρήση αυτών των μηχανισμών.

I. Δικαιώματα Αθλητών

Αυτή η Διακήρυξη φιλοδοξεί να προωθήσει την ικανότητα και την ευκαιρία των αθλητών να:

1. Ασκούν Αθλητισμό και ανταγωνισμό χωρίς να υπόκεινται σε διακρίσεις λόγω φυλής, χρώματος, θρησκείας, ηλικίας, φύλου, σεξουαλικού προσανατολισμού,

αναπηρίας, γλώσσας, πολιτικής ή άλλης γνώμης, εθνικής ή κοινωνικής προέλευσης, περιουσίας, συνθήκης γέννησης ή άλλου αμετάβλητου καθεστώτος.

- Είναι κομμάτι ενός διαφανούς, δίκαιου και καθαρού αθλητικού περιβάλλοντος, ιδιαίτερα εκείνου που αγωνίζεται κατά του ντόπινγκ και του προ συνεννοουμένου αγώνα, και που προβλέπει διαφανή διαιτησία, επιλογή και διαδικασίες πρόκρισης και κατάλληλα προγράμματα ανταγωνισμού, συμπεριλαμβανομένων των προγραμμάτων προπόνησης στις διοργανώσεις όπου μετέχουν.
- Έχουν πρόσβαση σε γενικές πληροφορίες σχετικά με τα θέματα που σχετίζονται με τον ανταγωνισμό και τις διοργανώσεις όπου μετέχουν, πάντα εντός έγκαιρου και σαφή τρόπου.
- Αποκτούν πρόσβαση στην εκπαίδευση σε αθλητικά θέματα, καθώς και να εργάζονται ή να σπουδάζουν, ενώ παράλληλα προπονούνται και αγωνίζονται, εφόσον ο αθλητής επιλέξει να ακολουθήσει αυτή την πρακτική.
- Προσφέρει ευκαιρίες για τη δημιουργία εισοδήματος σε σχέση με την αθλητική τους σταδιοδρομία, μέσω της αξιοποίησης του ονόματος και των ικανοτήτων τους, πάντα σε συνάρτηση με την πνευματική ιδιοκτησία ή άλλων δικαιωμάτων, τους κανόνες της διοργάνωσης και των αθλητικών οργανώσεων καθώς και του Ολυμπιακού Χάρτη.
- Απολαμβάνουν δίκαιη και ίση εκπροσώπηση των φύλων.
- Προστατεύουν την ψυχική και σωματική τους υγεία, συμπεριλαμβανομένου της συμμετοχής σε ασφαλές αγωνιστικό και προπονητικό περιβάλλον και προστασία από κακοποίηση και παρενόχληση.
- Εκλέγουν την αντιπροσώπευση των αθλητών σε αθλητικούς οργανισμούς του Ολυμπιακού Κινήματος.
- Αναφέρουν ανήθικες συμπεριφορές χωρίς τον φόβο αντίποινων.
- Απολαμβάνουν το ιδιωτικό απόρρητο, συμπεριλαμβανομένης της προστασίας προσωπικών δεδομένων.
- Απολαμβάνουν την ελευθερία της έκφρασης.
- Δικαιούνται δίκαια δικαστική διαδικασία, συμπεριλαμβανομένου του δικαιώματος σε δίκαιη δίκη εντός εύλογου χρονικού διαστήματος από ανεξάρτητη και αμερόληπτη επιτροπή, στο δικαίωμα δημόσιας ακρόασης και στο δικαίωμα αποτελεσματικής προσφυγής.

II. Ευθύνες Αθλητών

Η παρούσα δήλωση ενθαρρύνει τους αθλητές να:

1. Τηρούν τις Ολυμπιακές Αξίες και τις Θεμελιώδεις Αρχές του Ολυμπισμού.
2. Σέβονται την ακεραιότητα του αθλητισμού και να ανταγωνίζονται καθαρά, ιδίως με το να μην κάνουν χρήση απαγορευμένων ουσιών και να μην επηρεάζουν τα αποτελέσματα των αγώνων.
3. Ενεργούν σύμφωνα με τον Κώδικα Ηθικής της ΔΟΕ και να ενθαρρύνονται να καταγγέλλουν ανήθικες συμπεριφορές, συμπεριλαμβανομένων περιπτώσεων ντόπιγκ, χειραγώγησης των αγώνων, διακρίσεων, κατάχρησης και παρενόχλησης.
4. Συμμορφώνονται με τους ισχύοντες εθνικούς νόμους και τους κανονισμούς πρόκρισης και ανταγωνισμού, του αθλήματος, του αντίστοιχου αθλητικού οργανισμού, καθώς και του Ολυμπιακού Χάρτη.
5. Σέβονται και να μην καταπατούν τα δικαιώματα και την ευημερία των άλλων αθλητών, των περιβάλλοντός τους, των εθελοντών και όλων όσων εμπλέκονται στο αθλητικό περιβάλλον και να αποφεύγουν πολιτικές τοποθετήσεις σε χώρους άθλησης και τελετές.
6. Σέβονται τις αρχές αλληλεγγύης του Ολυμπιακού Κινήματος, που επιτρέπει την παροχή βοήθειας και υποστήριξης μεταξύ αθλητών και μελών του Ολυμπιακού Κινήματος.
7. Δρουν ως πρότυπα, συμπεριλαμβανομένης της προώθησης του καθαρού αθλητισμού.
8. Ενημερώνονται και να γνωρίζουν τις ευθύνες τους.
9. Συμμετέχουν σε ακροάσεις όταν τους ζητηθεί και να παρέχουν ειλικρινή μαρτυρία σε τέτοιες διαδικασίες.
10. Συμμετέχουν και να ψηφίζουν στις εκλογές εκπροσώπων των αθλητών.

Η παρούσα Διακήρυξη παρουσιάστηκε και εγκρίθηκε από την 133η Σύνοδο της ΔΟΕ στο Μπουένος Άιρες για λογαριασμό του Ολυμπιακού Κινήματος».



Ευχαριστούμε αυτούς που είναι δίπλα μας!

Διαχρονικός χορηγός



Μέγας χορηγός



Επίσημος χορηγός



Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή

#TeamCyprus





Κυπριακή Έκδοση

Η παρούσα έκδοση ετοιμάστηκε τον Φεβρουάριο του 2019 από την Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή και είναι σε μεγάλο βαθμό μετάφραση του λευκώματος της Japan Committee for UNICEF με τίτλο “Children’s Rights in Sport Principles”, έκδοσης Νοεμβρίου 2018.

Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή

Αμφιπόλεως 21, Τ.Θ. 23931, 1687 Λευκωσία
www.olympic.org.cy
cypnoc@olympic.org.cy

Επιμέλεια: Ηρόδοτος Μιλτιάδους

Συγγραφή κειμένων: Ντίνος Μιχαηλίδης

Μετάφραση κειμένων (σελ. 10-27): Ρόδια Μιχαηλίδου

Σχεδιασμός & Εκτύπωση: Theopress Ltd

Πρωτότυπη Έκδοση

Children’s Rights in Sport Principles, November 2018
Japan Committee for UNICEF – Tokyo, Japan
4-6-12, Takanawa, Minato-ku, Tokyo, 108-8607, Japan
www.unicef.or.jp



Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή
Αμφιπόλεως 21, Τ.Θ. 23931, 1687 Λευκωσία
www.olympic.org.cy
cypnoc@olympic.org.cy