

fair+

forum for anti-doping
in recreational sport

Linee guida sull'educazione antidoping di allenatori, istruttori e preparatori impegnati attivamente nello sport ricreativo



Forum for anti-doping in recreational sport project



Linee guida sull'educazione antidoping di allenatori, istruttori e preparatori impegnati attivamente nello sport ricreativo

Il doping nello sport ricreativo

La definizione di sport "ricreativo" può essere sfuggente e variare considerevolmente tra paesi e organizzazioni, e anche la popolazione di sport ricreativi è molto eterogenea. Questo aspetto deve essere preso in considerazione in sede di formulazione di programmi di istruzione dedicati ad allenatori, preparatori e istruttori nell'ambito dello sport ricreativo. Per ridurre l'ambiguità, il presente rapporto si basa sulla seguente definizione di sport ricreativo:

“Lo sport ricreativo è qui definito come lo sport, l'esercizio e l'attività fisica che si svolgono in contesti a basso livello di competitività o non competitivi e che coinvolgono partecipanti e individui in occasione di eventi sportivi o presso centri fitness, club sportivi e ricreativi, e attività all'aperto” (Rapporto finale FAIR, 2019)

Le linee guida qui presentate sottolineano l'importanza di impartire una educazione antidoping ad allenatori, istruttori e preparatori (personali) nello sport ricreativo. Tali professionisti/operatori sono in frequente contatto con un gran numero di persone che praticano sport regolarmente, dipendenti (o volontari) operanti in sport di diversi livelli (ossia lavorano con atleti sia a livello amatoriale che agonistico ad alto livello) e, pertanto, possono svolgere direttamente o indirettamente un ruolo importante nella prevenzione dell'uso di sostanze dopanti all'interno di contesti sportivi amatoriali e della società in generale.

Le presenti linee guida sono state formulate per rispondere principalmente alle esigenze di apprendimento e formazione dell'entourage tecnico sportivo (ad es. allenatori, preparatori e istruttori), ma possono essere utili e pertinenti anche per gli allenatori, i preparatori e gli istruttori di sport di livello nazionale e di élite, nonché del relativo entourage medico sportivo (ad es. medici, fisioterapisti, nutrizionisti dello sport, ecc.)

Le linee guida possono essere utilizzate da varie categorie di operatori e professionisti attivamente impegnati nello sport ricreativo e che hanno un interesse o un mandato a prevenire il doping negli ambienti dello sport ricreativo promuovendo comportamenti e valori sportivi "puliti". A titolo indicativo, le linee guida possono essere di particolare importanza per le seguenti organizzazioni:

- organizzazioni nazionali antidoping (NADO);
- federazioni sportive nazionali e internazionali;
- associazioni sportive nazionali e comunitarie;
- industria del fitness (ad es. collaborazioni con palestre e organizzazioni nazionali dei gestori di palestre, catene di palestre, organizzazioni di categoria, palestre locali indipendenti);
- altri soggetti e categorie chiave del mondo dello sport (ad es. le federazioni degli allenatori);
- soggetti formatori, in particolare nei settori della scienza dello sport, del coaching e delle discipline correlate a livello di qualifica professionale e di istruzione post-secondaria.

L'educazione allo sport pulito, quindi, dovrebbe essere idealmente rivolta ai seguenti gruppi:

- studenti che frequentano istituti professionali o superiori o universitari e che studiano per ottenere una qualifica di allenatore o una laurea in scienze dello sport;
- allenatori, istruttori e preparatori dipendenti o volontari nelle federazioni nazionali;

- *allenatori, istruttori e preparatori dipendenti o volontari nei club sportivi locali;*
- *allenatori, istruttori e preparatori, compresi i personal trainer, che lavorano come dipendenti o autonomi nel settore del fitness;*
- *altre persone che si occupano attivamente di allenamento/formazione/istruzione di sport ricreativi e sono in contatto con bambini, adolescenti e adulti che praticano sport ricreativi.*

L'educazione allo sport pulito per gli allenatori di sport ricreativi dovrebbe idealmente concentrarsi sullo sviluppo di conoscenze, abilità e comportamenti pertinenti. A tal fine, i seguenti aspetti possono essere indicativamente affrontati con iniziative educative pertinenti:

- *principi e valori associati allo sport pulito, contestualizzati in contesti sportivi ricreativi (ad es. praticare sport per divertimento, per la gioia che offre e per la promozione della salute);*
- *conseguenze del doping, ad es. sulla salute fisica e mentale;*
- *sostanze e metodi presenti nella Lista delle sostanze e dei metodi proibiti della WADA;*
- *rischio legato all'uso di integratori;*
- *affrontare situazioni ad alto rischio (ad es. incontri con atleti che fanno già uso di sostanze dopanti o con atleti a rischio);*
- *il ruolo, la responsabilità e l'influenza degli allenatori sulle decisioni degli atleti di ricorrere al doping;*
- *il ruolo, la responsabilità e l'influenza degli allenatori nel salvaguardare e proteggere la salute dei loro atleti e sportivi;*
- *promozione di un ambiente sportivo pulito a livello locale;*
- *fattori di rischio e di protezione per il ricorso al doping in contesti sportivi ricreativi;*
- *"soft skills", come l'ascolto attivo e la capacità di comunicazione, per facilitare la discussione con gli atleti o gli sportivi che hanno problemi di doping.*

Determinazione delle specifiche dell'offerta formativa

Domande pertinenti

- *Chi dovrebbe offrire una educazione antidoping agli allenatori di sport ricreativi? Quali tipi di sinergie possono essere utili al riguardo? Chi deve rispondere del coordinamento, del monitoraggio, della valutazione e della certificazione della formazione degli allenatori?*
- *Che tipo di programmi educativi sarebbe più fattibile realizzare? Quali sono le modalità di realizzazione da utilizzare?*

LINEE GUIDA SPECIFICHE

- *Le organizzazioni nazionali antidoping (NADO) potrebbero proporre una educazione allo sport pulito ad allenatori, istruttori e preparatori di sport ricreativi.*
- *Le NADO dovrebbero prendere in considerazione l'elaborazione di collaborazioni e sinergie strategiche*



con le principali parti interessate (ad es. le federazioni sportive, l'industria del fitness, le autorità sanitarie e didattiche) allo scopo di pianificare, sviluppare, comunicare, promuovere e implementare un'educazione allo sport pulito rivolta ad allenatori, istruttori e preparatori negli sport ricreativi.

L'educazione allo sport pulito per allenatori, istruttori e preparatori di sport ricreativi può includere le seguenti caratteristiche:

- *essere diversificata per rispondere alle esigenze educative e formative di categorie in diverse fasi della loro carriera, quali allenatori, istruttori e preparatori in servizio e prima dell'entrata in servizio;*
- *impartire le conoscenze fondamentali degli aspetti antidoping pertinenti (ad es. integratori alimentari e doping; sostanze e metodi della Lista delle sostanze e metodi proibiti; conseguenze del doping sulla salute; affrontare efficacemente le situazioni a rischio di doping) nelle fasi iniziali della carriera (ad es. prima dell'entrata in servizio);*
- *impartire conoscenze antidoping più approfondite e contestualizzate specifiche dello sport, attraverso la formazione professionale continua nelle fasi successive della carriera (cioè, in servizio);*
- *essere contestualizzata e personalizzata per adattarsi alle esigenze specifiche dello sport. Si dovrebbe evitare un approccio "universale" perché lo sport ricreativo comprende un gruppo eterogeneo di discipline sportive e di operatori, per cui le esigenze di educazione allo sport pulito potrebbero non essere universali;*
- *dopo aver consultato i gruppi target interessati (ad es. allenatori, istruttori e/o preparatori di determinati sport o aree dello sport ricreativo), occorre considerare l'utilizzo di un approccio di apprendimento misto, che incorpori componenti di formazione e istruzione sia basati sul Web che faccia a faccia;*
- *se viene impartita una formazione via Web, assicurarsi che sia facilmente accessibile e che venga utilizzata un'interfaccia di facile utilizzo;*
- *quando viene impartita una formazione basata sul Web, si devono considerare l'utilizzo di contenuti diversi, che vanno dal materiale didattico per autoapprendimento che non richiede l'interazione con uno specialista (ad es. podcast, brevi clip didattiche), come pure approcci e strumenti più interattivi (ad es. webinar; comunità di pratica);*
- *essere diversificate e includere una serie di risorse didattiche, come ad es. funzioni di apprendimento in pillole, apprendimento basato su scenari, casi di studio, rapporti e relazioni non tecniche e articoli;*
- *essere versatili e adattabili, in modo che l'educazione all'antidoping possa essere inserita come "tema comune" in diversi argomenti, come l'integrità sportiva, le pratiche di salvaguardia e la protezione della salute e del benessere dell'atleta/dello sportivo.*

Rilevanza per gli Standard Internazionali e altri quadri di riferimento della WADA

Domande pertinenti

- *Quanto è utile lo Standard Internazionale della WADA come quadro di riferimento per la formulazione di una educazione antidoping degli allenatori negli sport ricreativi? Se lo Standard Internazionale della WADA è ritenuto utile, in che modo lo è? Se non è utile, perché? Quali altri quadri di riferimento possono essere utili a questo scopo?*

LINEE GUIDA SPECIFICHE

- *Le NADO possono prendere in considerazione il ricorso a diversi quadri di riferimento per elaborare i loro programmi di educazione allo sport pulito per allenatori, istruttori e preparatori nello sport ricreativo. Può essere incluso un approccio basato sul programma di studio che definisce i fabbisogni educativi e formativi specifici e gli obiettivi e i risultati di apprendimento pertinenti.*
- *L'apprendimento collaborativo dal basso verso l'alto, con il contributo attivo dei gruppi target (ad es. allenatori, preparatori e istruttori) e delle principali parti interessate allo sport (ad es. l'industria del fitness, le federazioni sportive nazionali) può essere considerato un approccio efficace per sviluppare contenuti educativi contestualizzati, pertinenti e tempestivi.*
- *Lo Standard Internazionale della WADA può essere utilizzato come quadro di riferimento generico per identificare approcci educativi e pedagogici adeguati e per elaborare linee guida educative contestualizzate e specifiche per lo sport, contenuti educativi, nonché quadri di valutazione e di verifica pertinenti.*

Barriere e fattori favorevoli all'educazione allo sport pulito per allenatori, istruttori e preparatori nello sport ricreativo

Domande pertinenti

- *Come si possono promuovere in modo più efficace i programmi di educazione antidoping per gli allenatori negli sport ricreativi? Cosa motiverebbe gli allenatori a frequentare/completare tali programmi?*
- *Quali barriere o altri fattori potrebbero impedire agli allenatori di completare la formazione antidoping? Come si potrebbero risolvere realisticamente questi problemi?*
- *Quale dovrebbe essere il ruolo dei datori di lavoro (ad es. l'industria del fitness, i club sportivi) nella formazione antidoping degli allenatori negli sport ricreativi? In che modo i datori di lavoro possono sostenere attivamente la formazione antidoping degli allenatori negli sport ricreativi?*

LINEE GUIDA SPECIFICHE

- *Sviluppare sinergie con i principali attori dello sport (ad es. il settore del fitness, le federazioni sportive nazionali), che possono facilitare l'accesso al gruppo target.*
- *Consultare le federazioni sportive nazionali in modo da incorporare l'educazione allo sport pulito nel proprio programma di studi nazionale o nella formazione di allenatori, istruttori e/o preparatori (ad es. incorporare l'educazione allo sport pulito nel programma nazionale di formazione professionale continua per allenatori).*
- *Utilizzare le reti professionali esistenti (ad es. le federazioni o le associazioni di allenatori) per promuovere e diffondere ampiamente l'educazione allo sport pulito e attirare un maggior numero di allenatori, istruttori e preparatori nello sport ricreativo.*
- *Considerare l'uso di "ambasciatori" antidoping per promuovere l'educazione antidoping tra le diverse categorie professionali. Può comportare l'utilizzo di esperienze positive e testimonianze di allenatori, preparatori o istruttori che abbiano completato con successo la formazione antidoping, al fine di*



evidenziare i benefici attesi per la propria carriera professionale e l'acquisizione di abilità/conoscenze (ad es. una serie di brevi clip basate sul Web o sui social media con "racconti di vita").

- Ove possibile, rendere obbligatoria la formazione allo sport pulito per allenatori, preparatori e istruttori di sport ricreativi. Ciò può riflettersi nella descrizione delle mansioni dei potenziali datori di lavoro (ad es. il settore del fitness), essere un aspetto richiesto nella formazione sul posto di lavoro per allenatori, preparatori e istruttori, o essere incluso nelle norme professionali e/o di categoria, a seconda del quadro normativo di ciascun Paese, distretto o area geografica.
- Collaborare con le autorità istituzionali (ad es. il Ministero dell'Istruzione, le autorità sportive) allo scopo di promuovere l'educazione allo sport pulito come parte dell'istruzione e della formazione standard per allenatori, preparatori e istruttori in contesti sportivi ricreativi.
- Incorporare, ove possibile, la formazione antidoping all'interno di un più ampio sistema di crediti professionali, in modo che il completamento dei programmi di formazione antidoping sia ricompensato con crediti.
- Considerare la possibilità di sovvenzionare i costi della formazione antidoping da parte del datore di lavoro (ad es. la federazione nazionale, i club, il mondo del fitness), al fine di proporre la formazione nell'ambito del "lavoro retribuito" alle categorie professionali interessate (ad es. allenatori, preparatori atletici o istruttori).

Valutazione dell'educazione allo sport pulito

Domande pertinenti

- Come valutare i risultati della formazione antidoping negli allenatori nello sport ricreativo? Quali indicatori dovrebbero essere utilizzati per valutare il raggiungimento degli obiettivi di apprendimento? Con quale frequenza gli allenatori dovrebbero essere istruiti sull'antidoping?

LINEE GUIDA SPECIFICHE

- Le NADO potrebbero occuparsi del coordinamento dell'offerta di formazione allo sport pulito, ma il monitoraggio e la valutazione della formazione degli allenatori possono essere attuati attraverso la collaborazione strategica e sinergie con gli attori sportivi locali e con esperti accademici/centri di ricerca/istituti di istruzione superiore con competenze pertinenti.
- Considerare un approccio più ampio alla valutazione, che vada dalla valutazione del raggiungimento degli obiettivi di apprendimento e della pertinenza dell'offerta formativa, fino ad affrontare temi più ampi rilevanti per l'educazione allo sport pulito (ad es. cambiare l'atteggiamento nei confronti dell'antidoping, migliorare l'autoefficacia e la competenza per affrontare efficacemente le situazioni di doping).
- Utilizzare un approccio metodologico misto che includa valutazioni quantitative e qualitative dei risultati dell'educazione allo sport pulito. La valutazione quantitativa può riflettere una valutazione del livello soggettivo di autoefficacia/fiducia dei soggetti allenati nell'affrontare efficacemente le situazioni di rischio doping. Le valutazioni qualitative possono riflettere una comprensione più approfondita delle modalità con cui l'educazione allo sport pulito abbia cambiato/migliorato (o meno) le conoscenze, le competenze e le abilità dei soggetti allenati per quanto riguarda le questioni relative allo sport pulito/antidoping.

-
- *Considerare l'implementazione di metodi di valutazione sia a breve che a lungo termine per cogliere gli effetti a lungo termine o ritardati dell'offerta di educazione allo sport pulito su atteggiamenti, autoefficacia/fiducia, abilità e competenza di allenatori, preparatori e istruttori.*
 - *Considerare la possibilità di valutare gli allenatori, i preparatori e gli istruttori per garantire che seguano i principi chiave dell'educazione antidoping nella loro attività professionale quotidiana. Ciò rappresenta un punto di partenza importante per identificare le buone e migliori pratiche in questo settore.*



fair+

forum for anti-doping
in recreational sport

fair+

forum for anti-doping
in recreational sport



EuropeActive
Avenue des Arts 43
1040, Brussels
Belgium

www.europeactive.eu

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

