



**2021. gada Kodeksa īstenošanas  
atbalsta programma  
Izglītības starptautiskā standarta  
vadlīnijas**



PASAULES ANTIDOPINGA AĢENTŪRA  
*Godīga spēle*

## Izglītības standarta vadlīnijas

<b>Izglītības standarta vadlīnijas.....</b>	<b>2</b>
<b>Laipni lūgti iepazīties ar Izglītības vadlīnijām.....</b>	<b>5</b>
Ievads.....	5
Konteksts .....	5
Kā mēs definējam terminu “izglītība” .....	5
Pielāgotas programmas .....	6
Kā izmantot Vadlīnijas?.....	6
1. SADAĻA Izglītība kā prioritāte.....	8
<b>1. NODAĻA Ar ko sākt? .....</b>	<b>9</b>
1) Nosakiet izglītības vīziju, kas saskan ar jūsu organizācijas vīziju un misiju.....	11
2) Izglītība kā jūsu organizācijas stratēģisko mērķu sastāvdaļa.....	11
3) Izglītības darbinieka amata, grupas vai nodaļas izveide .....	11
<b>2. NODAĻA Kas var palīdzēt? .....</b>	<b>13</b>
1) Sporta sistēmas shēma .....	13
2) Sadarbība ar valdību.....	17
3) Sadarbība ar pētniecības iestādēm uz pierādījumiem balstītas izglītības veidošanai .....	17
2. SADAĻA Izglītības programmas plānošana .....	19
<b>3. NODAĻA Kādas ir jūsu pašreizējās darbības? .....</b>	<b>20</b>
1) Konteksta raksturojums .....	20
2) Mērķgrupu noteikšana .....	21
3) Resursu noteikšana.....	23
4) Pašreizējo izglītības aktivitāšu raksturojums .....	23
<b>4. NODAĻA Izglītojamo personu loks .....</b>	<b>25</b>
1) Sportista izglītošana visā karjeras ceļā.....	25
2) Minimālās prasības .....	26
3) Prioritārās grupas .....	26
4) Kurus jūs varētu nesasnīgt un kāpēc .....	31
<b>5. NODAĻA Izglītības plāna izstrādāšana .....</b>	<b>32</b>
1) Vajadzību novērtēšana .....	33
2) Vispārējā mērķa noteikšana .....	34
3) Konkrētu programmas mērķu noteikšana .....	34

4) Tēmu noteikšana .....	37
5) Mācību mērķu noteikšana .....	39
6) Izglītības aktivitāšu plānošana .....	40
7) Pārraudzības un novērtēšanas procedūru* plānošana .....	43
8) Pierakstiet, kāds varētu izskatīties izglītības plāns .....	51
9) Ieinteresēto personu informēšana par mērķiem, uzdevumiem un gaidām.....	56
<b>3. SADAĻA Izglītības programmas īstenošana .....</b>	<b>58</b>
<b>6. NODAĻA Mācību pieredzes veidošana .....</b>	<b>59</b>
1) Kā cilvēki mācās .....	60
2) Vide .....	63
3) Cilvēki .....	65
4) Mācību uzdevumi .....	69
5) Nodarbības plāna izstrāde .....	70
6) Kā tas attiecas uz e-mācībām .....	71
<b>7. NODAĻA Izglītības programmas 4 komponenti .....</b>	<b>75</b>
1) 4 komponenti .....	76
2) Izglītības aktivitāšu veidi .....	79
3) Izglītības aktivitāšu un 4 komponentu kopsavilkums .....	88
4) Apsvērumi, kas jāņem vērā, izraugoties atbilstošu izglītības aktivitāti .....	92
5) Izglītības materiāls izglītības aktivitāšu nodrošināšanai .....	93
<b>8. NODAĻA Sportista izglītošana visas karjeras garumā .....</b>	<b>94</b>
1) Kāda ir sportista karjera? .....	95
2) Kāpēc ir svarīgi definēt šīs grupas? .....	96
3) Izglītība katrā sportista karjeras posmā.....	96
4) Pārbaudāmo sportistu reģistrā iekļauto sportistu izglītošana .....	100
5) Sportistu izglītošana pēc sankciju izciešanas .....	102
6) Apsvērumi saistībā ar lielām sacensībām vai lieliem čempionātiem.....	103
7) Izglītojamo loka paplašināšana .....	104
<b>9. NODAĻA Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana.....</b>	<b>105</b>
1) Kas ir uz vērtībām balstīta izglītība?.....	106
2) Kam ir domāta uz vērtībām balstīta izglītība? .....	106
3) Kā jūs īstenojat uz vērtībām balstītu izglītību? .....	106
<b>10. NODAĻA Programmas pārraudzība un novērtēšana.....</b>	<b>114</b>
1) Pārraudzība .....	115
2) Mācību novērtēšana .....	119
3) Programmas novērtēšana .....	120
4) Ietekmes noteikšana – vai panāktas kādas izmaiņas? .....	122
5) Sociālo zinātņu pētījumi .....	123
<b>4. SADAĻA Pedagogi .....</b>	<b>126</b>

---

<b>11. NODAĻA Pedagogu atlase un darba organizēšana.....</b>	<b>127</b>
1) Kas ir pedagogs? .....	128
2) Kas ir kandidāti un kā veikt atlasī? .....	128
3) Ko dara pedagogs? .....	130
4) Kā organizēt pedagogu darbu jūsu izglītības programmā.....	131
<b>12. NODAĻA Pedagogu mācības un apstiprināšana.....</b>	<b>134</b>
1) Pedagogu mācības.....	134
2) Pedagogu apstiprināšana .....	140
3) Pedagogs kā jūsu darba grupas sastāvdaļa .....	142
<b>5. SADAĻA Atzīšana .....</b>	<b>144</b>
<b>13. NODAĻA Citu izglītības programmu atzīšana.....</b>	<b>145</b>
1) Iespējamās dublēšanās identificēšana .....	145
2) Apspriešanās ar attiecīgo parakstītāju.....	146
3) Citu izglītības programmu atzīšana.....	146
4) Izglītības pierakstu turēšana.....	146
5) Personas datu sūtīšana.....	147
6) Derīguma termiņš.....	147
7) Zināšanu un prasmju novērtēšana .....	148
8) Noslēgumā .....	148
<b>Kopsavilkums .....</b>	<b>149</b>

## Laipni lūgti iepazīties ar Izglītības vadlīnijām

### PĀRSKATS

#### Ievads

Laipni lūgti iepazīties ar Izglītības vadlīnijām (Vadlīnijas), trešā līmeņa nesaistošo dokumentu, kas ir Izglītības starptautiskā standarta (ISE) atbalsta dokuments. Šīs vadlīnijas ir paredzētas tām antidopinga organizācijās (ADO) strādājošām personām, kas ir atbildīgas par izglītības programmas izstrādi un īstenošanu, kā aprakstīts ISE.

ISE ir sniegta minimālā informācija par to, kas jādara, bet vadlīniju mērķis ir ar piemēriem un ieteikumiem palīdzēt jums saprast, kā to izdarīt, un, ja iespējams, parādīt, kā izdarīt vairāk, nekā prasīts.

#### Konteksts

Izglītība sniedz jums iespēju veicināt pozitīvas vērtības un ētisku uzvedību, aizsargāt tīros sportistus un saglabāt sportisko garu. Tā ļauj jums sasniegt un ietekmēt plašu auditoriju, vairojot zināšanas un sapratni, lai nodrošinātu tīru sportu.

Izmantojot ISE un šīs vadlīnijas, mēs varam izstrādāt izglītības programmas, kas nodrošina atbalstu vairumam sportistu, kuri vēlas sacensties tīri, palīdz viņiem un sportistu atbalsta personālam izvairīties no netīša dopinga un nodrošina, ka viņu pirmā sastapšanās ar antidopingu notiek izglītības procesā, nevis pārbaudēs (dopinga kontroles laikā).

#### Kā mēs definējam terminu “izglītība”

Lai arī citos kontekstos izglītību var definēt citādi, šeit mēs definējam izglītību tādējādi, ka tā ir saistīta ar tīru sportu un ka tā attiecas uz jums, jūsu sportistiem un sportistu atbalsta personālu (ASP). Kodeksā, ISE un šajās vadlīnijās izglītība tiek definēta šādi:

*mācību process, lai ieaudzinātu vērtības un attīstītu uzvedību, kas veicina un sargā sporta garu, un lai nepieļautu tīšu vai netīšu dopinga lietošanu.*

Lai pamatotu šo definīciju, termins “izglītība” satur šādus 4 komponentus: uz vērtībām balstīta izglītība, izpratnes veidošana, informācijas sniegšana un antidopinga izglītība. Izsakoties vienkāršāk, izglītība ir pasākumu virkne, kas palīdz cilvēkiem mācīties.

*WADA normatīvie dokumenti ir pieejami aģentūras tīmekļa vietnē. Materiāli, ko WADA nodrošina ADeL platformā, ir paredzēti tikai izglītojošiem un informatīviem nolūkiem.*

*Nekāds ADeL materiālos izmantotais saturs vai teksts neaizstāj Pasaules Antidopinga kodeksa un/vai starptautisko standartu noteikumus.*



## Pielāgotas programmas

Mēs augsti vērtējam mūsu globālās kopienas daudzveidību. Mēs saprotam, ka izglītību var īstenot dažādos veidos un ka izglītība ir jāveido tā, lai tā atbilstu dalībnieku vajadzībām. Jūsu izglītības programmai ir jābūt pielāgotai jūsu dalībniekiem un kontekstam, sniedzot visiem iespējas mācīties.

ISE ir noteikti reglamentējošie noteikumi, kas jāievēro visām antidopinga organizācijām, tādējādi tiek izveidots kopīgs standarts izglītības programmu plānošanai, īstenošanai, pārraudzībai un novērtēšanai. Vadlīnijās ir sniegta atbalsta informācija un apsvērumi, kas jums noderēs, veidojot izglītības programmu.

## Kā izmantot Vadlīnijas?



Tātad, kā jūs varat pēc iespējas efektīvāk izmantot Vadlīnijas? Šīs Vadlīnijas ir atbalsta rīks visām antidopinga organizācijām – gan lielām, gan mazām. Mēs saprotam, ka dažādām organizācijām var būt dažādas vajadzības, tāpēc Vadlīnijas esam organizējuši sadaļās un skaidri iezīmētās nodaļās, lai palīdzētu tajās orientēties jums ērtā veidā.

Ja ar izglītību vai dopinga apkarošanu saskaraties nesen vai ja jūsu organizācija pirmo reizi izstrādā izglītības programmu, jums varētu būt lietderīgi izlasīt Vadlīnijas no sākuma līdz beigām un savam darbam izmantot Vadlīniju piemērus, attēlus un tabulas. Šādi rīkojoties, jūs, izstrādājot savu izglītības programmu, virzīsieties cauri loģiskam procesam.

Vadlīniju iedalījums sadaļās var noderēt arī kā pārskatīšanas rīks vai kontroljautājumu saraksts, ko jūs var izmantot, izskatot savu pašreizējo izglītības programmu vai veidojot jaunu izglītības programmu.

---

Bet, ja meklējat atbalstu saistībā ar kādu konkrētu *ISE* jautājumu vai pantu, izvēlieties nodaļu, kas atbilst jūsu vajadzībām, un lasiet tieši to. Ja nepieciešams vairāk informācijas, meklējiet to citās nodaļās.



---

## 1. SADAĻA

### Izglītība kā prioritāte

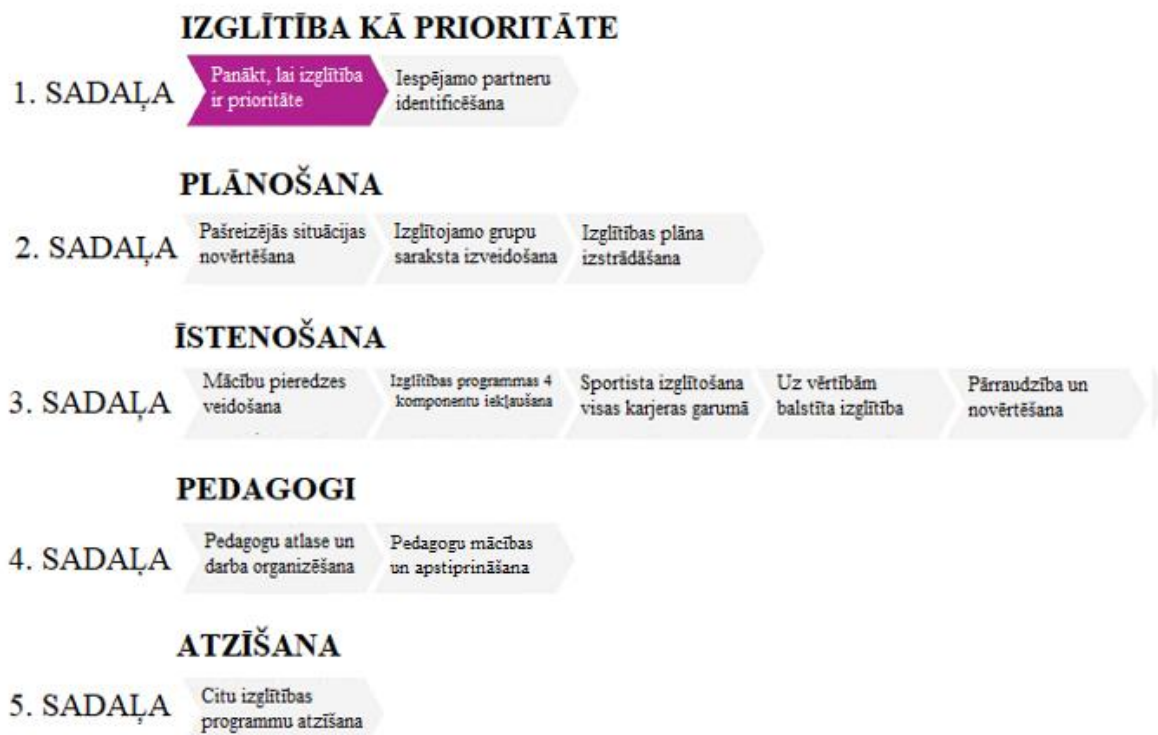
1. sadaļā ir 1. un 2. nodaļa. Šajā sadaļā ir sniegta informācija, kas palīdzēs jums padarīt izglītību par prioritāti jūsu organizācijā, sniegt izglītības programmas vīziju un noteikt iespējamus partnerus, kuri var sniegt jums atbalstu visā procesā.





## 1. NODAĻA

### Ar ko sākt?



## IZGLĪTĪBA IR GALVENĀ ANTIDOPINGA PROGRAMMAS SASTĀVDAĻA

Izglītības starptautiskajā standartā (*ISE*) ir precizēts, ka “(..) lielākā daļa sportistu vēlas sacensties tīri, bez nolūka lietot aizliegtās vielas vai metodes un viņiem ir tiesības uz vienlīdzīgiem noteikumiem. Izglītība kā viena no profilakses stratēģijām, kas uzsvēta Kodeksā, cenšas veicināt uzvedību saskaņā ar tīra sporta vērtībām un palīdz sportistiem un citām personām izvairīties no dopinga.”

Sākot izstrādāt izglītības programmu, izvērtējiet turpmāk minētos aspektus.

- Izglītībai ir jābūt tīra, taisnīga sporta nodrošināšanai izstrādātas antidopinga programmas galvenajai prioritātei.
- Sportistam pirmā antidopinga pieredze ir jāiegūst izglītības procesā, nevis dopinga kontrolē.
- Izglītība veicina pozitīvas vērtības, kas ir sinonīms vārdam “sports” (skat. 9. nodaļu “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”, kurā ir aprakstīti veidi, kā veicināt vērtības izglītības programmā).
- Sportistam ir tiesības uz izglītību, un izglītība nodrošina viņa tiesības uz vienlīdzīgiem noteikumiem.
- Uzskatāms, ka izglītība ir ne tikai ilgtermiņa centieni mainīt uzvedību par labu tīram sportam, bet arī veids, kā izstrādāt kritisko domāšanu, risināt problēmas un pieņemt ētiskus un atbildīgus lēmumus.
- Tas nozīmē, ka sportisti un sportistu atbalsta personāls aktīvi līdzdarbojas un iesaistās izglītības procesā un izglītība ir jāturpina visu sportista karjeras laiku.
- Jānodrošina, ka klātienē izglītības aktivitātes īsteno apmācīti un apstiprināti

---

pedagogi (sīkāku informāciju skat. 11. nodaļā “Pedagogu atlase un darba organizēšana” un 12. nodaļā “Pedagogu mācības un apstiprināšana”).

- Ir jānodrošina nepārtraukta un strukturēta izglītība saskaņā ar sportista attīstības posmiem visas sportista karjeras garumā. Izglītības tēmas, metodoloģija, vēstījums un process ir jāpielāgo katram līmenim (sīkāku informāciju skat. 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana” un 8. nodaļā “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”).
- Izglītība ir jākoordinē ar valdību, jo īpaši ar sporta, izglītības un veselības ministrijām.

Tagad, kā jūs nodrošināsiet, ka izglītība tiek novērtēta un ir galvenā prioritāte jūsu organizācijā? Apsveriet turpmāk minētos jautājumus.

- 1) Izstrādājiet izglītības vīziju, kas saskan ar jūsu organizācijas vīziju un misiju.
- 2) Nodrošiniet, ka izglītība ir jūsu organizācijas stratēģisko mērķu sastāvdaļa.
- 3) Izveidojiet izglītības ierēdņa amatu, izglītības grupu vai nodaļu un ieceliet aizrautīgu un profesionāli kompetentu izglītības personālu.

---

## 1) Nosakiet izglītības vīziju, kas saskan ar jūsu organizācijas vīziju un misiju

Apsveriet turpmāk minētos jautājumus.

- Kāda ir jūsu organizācijas vīzija un misija?
- Vai tai ir vīzija izglītības jomā?

Izvērtējiet iespēju izstrādāt izglītības vīziju, kas saskan ar jūsu organizācijas vispārējo vīziju un misiju un to pastiprina. Izvērtējiet, kādas vērtības jūsu organizācija veicina un kā tās var iekļaut. Formulējot vīziju, padomājiet, ko jūs vēlaties sasniegt ar izglītības programmu, kādas vērtības, uzvedību un izpratni jūs vēlaties, lai sportisti un sportistu atbalsta personāls attīsta, un kā jūs redzat savas izglītības programmas turpmāko pilnveidi. Vīzijas formulējumam izmantojiet pozitīvu vēstījumu, piemēram, “tīrs, godīgs sports”, un izvairieties no vēstījumiem, kuros izmantotas nolieguma gramatiskās konstrukcijas. Esiet pozitīvi un aizrautīgi un atcerieties, ka galamērķis ir izveidot tīru sporta vidi, kā norādīts Kodeksā.

## 2) Izglītība kā jūsu organizācijas stratēģisko mērķu sastāvdaļa

Apsveriet turpmāk minētos jautājumus.

- Vai jūsu organizācija izstrādā nākotnes stratēģiskos mērķus?
- Vai izglītība ir atainota jūsu organizācijas stratēģijā?

Izvērtējiet, kā izglītība iederas plašākā antidopinga sistēmā un kāda ir tās pievienotā vērtība tīra sporta nodrošināšanā, raugoties no visām pusēm. Profilakses modelī līdztekus atturēšanai, atklāšanai un piemērošanai būtiska nozīme ir arī izglītībai, un tai ir jābūt atbilstoši pārstāvētai šajā modelī.

Pēc tam ir skaidri jāvirzās uz to, lai izglītība tiktu iekļauta jūsu organizācijas stratēģiskajos mērķos, un, nosakot izglītības programmas mērķus, jānodrošina, lai tie saskanētu ar jūsu organizācijas mērķiem.

## 3) Izglītības darbinieka amata, grupas vai nodaļas izveide

Apsveriet turpmāk minētos jautājumus.

- Vai jūsu organizācijā ir par izglītību atbildīga persona, grupa, nodaļa vai amats?
- Vai jūsu organizācijā ir par izglītību atbildīga kvalificēta persona?
- Vai izglītībai ir atvēlēts budžets?

Izvērtējiet iespēju pieņemt darbā vadošo personu (un, ja tas ir praktiski izdarāms, izglītības grupas darbiniekus), kura atbild par izglītību un kurai ir pedagoga/izglītības darbinieka kvalifikācija un pieredze izglītības programmu izstrādāšanā un īstenošanā. Ja citi organizācijas darbinieki ir jāpārvirza uz izglītības jomu, izvērtējiet iespēju investēt viņu profesionālajā izaugsmē, lai vairotu viņu spējas un iespējas šajā grupā vai nodaļā. Ja nav iespējams savas organizācijas vai tīkla ietvaros noalgot vai pārcelt kvalificētu speciālistu, kas vadītu izglītības jomu, meklējiet brīvprātīgos ar pieredzi izglītības jomā (iespējams, pasniedzējus, kas spēcīgi aizraujas ar sportu) vai lūdziet norīkojumu (t. i., pagaidu norīkojumu) no partnerorganizācijas, piemēram, valsts olimpiskās komitejas vai valdības ministrijas.

---

Tad izstrādājat gada budžetu. Nosakot iedalāmā budžeta apmēru, ņemiet vērā, ka izglītība ir joma, kurā var saskatīt lielāko atdevi no ieguldījumiem. Proti, ja izglītības programma ir pareizi īstenota un tai ir atvēlēti pienācīgi resursi, var mazināt netīša dopinga gadījumus, palielinot zināšanas un izpratni, samazināt tīšu antidopingu, mainot uzvedību, veicināt organizāciju pozitīvu reputāciju, mazināt skandālus valsts mērogā / sportā utt.

Iespējams, izglītības budžetā ir jāietver turpmāk minētās pozīcijas.

- Cilvēkresursi (darbinieku algas un atlīdzības).
- Ceļa un uzturēšanās izdevumi.
- Izglītības materiālu izstrādes, drukāšanas un izplatīšanas izmaksas (daudzus materiālus jau ir izstrādājusi WADA vai citas antidopinga organizācijas. Izvērtējiet iespēju izmantot jau esošus materiālus, lai ietaupītu izmaksas un nedublētos. Turklāt, ja materiāli ir pieejami elektroniski, ietaupiet drukāšanas izmaksas, nodrošinot piekļuvi elektroniski).
- Tulkošanas izmaksas (ja jūs izmantojat WADA vai citu ADO resursus, var rasties nepieciešamība tos tulkot jūsu valodā. Nodrošiniet, ka tiek izmantoti profesionāli tulkotāji un ka izglītības personāls šos tulkojumus pārbauda, lai pārliecinātos, ka tiek saglabāta Kodeksa valoda un darba viengabalainība).
- Telpu īres maksa par klātienes semināriem (ja finanšu līdzekļi ir ierobežoti, izvērtējiet iespēju rīkot tīmekļseminārus vai e-mācību kursus).
- Dienas nauda pedagogiem un izglītības atbalsta personālam, lai palīdzētu segt ceļa izdevumus (arī šeit, ja finanšu līdzekļi ir ierobežoti, varbūt var apmaksāt tikai ceļa izdevumus vai samazināt klātienes semināru skaitu un izmantot citas metodes, piemēram, tīmekļseminārus). Pirms lēmuma pieņemšanas ir vērts veikt izmaksu analīzi, jo dažkārt klātienes semināra rīkošana var izmaksāt mazāk nekā e-mācību platformas vai konkrēta mācību kursa izveide.

Ja resursi ir ierobežoti, izvērtējiet, kāds ir minimālais budžets, kas nepieciešams izglītības programmas īstenošanai, izmantojot citu iestāžu resursus, piemēram, ADeL pieejamos WADA bezmaksas izglītības rīkus sportistiem un sportistu atbalsta personālam.

## 2. NODAĻA

### Kas var palīdzēt?

#### IZGLĪTĪBA KĀ PRIORITĀTE



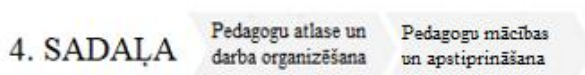
#### PLĀNOŠANA



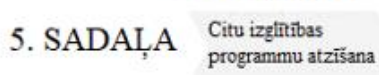
#### ĪSTENOŠANA



#### PEDAGOGI



#### ATZĪŠANA



### ATBALSTA SAŅEMŠANA UN PARTNERATTIECĪBU IDENTIFICĒŠANA

Tā kā sportā ir daudz ieinteresēto personu, ir daudz organizāciju un fizisko personu, kas var sniegt jums atbalstu izglītības programmas izstrādē. Ja identificēsiet citas organizācijas un kopīgi ar tām plānosiet, sniegsiet, pārraudzīsiet un novērtēsiet izglītības programmu, tas dos jums iespēju saņemt neatkarīga eksperta slēdzienu, citādu skatījumu, izvairīties no citu izglītības programmu dublēšanas un vislabāk izmantot resursus.

Lai noteiktu, kuras organizācijas jums var palīdzēt, izvērtējiet turpmāk minētos jautājumus.

- 1) Ieskiejiet savu sporta sistēmu, norādot, kuras organizācijas strādā ar sportistiem un/vai sportistu atbalsta personālu, piemēram, valstu olimpiskās komitejas, valstu paraolimpiskās komitejas, valstu federācijas, sporta skolas, sporta organizāciju finansētājas struktūras, sportistu asociācijas, sacensību organizētāji, medicīnas darbinieku profesionālās struktūras vai zinātnieki sportā.
- 2) Ja jūs esat valsts struktūra, nosakiet savas valdības nostāju attiecībā uz tīru sportu un antidopingu un to, kā valdība var jums palīdzēt.
- 3) Izvērtējiet pētniecības un augstākās izglītības iestādes.

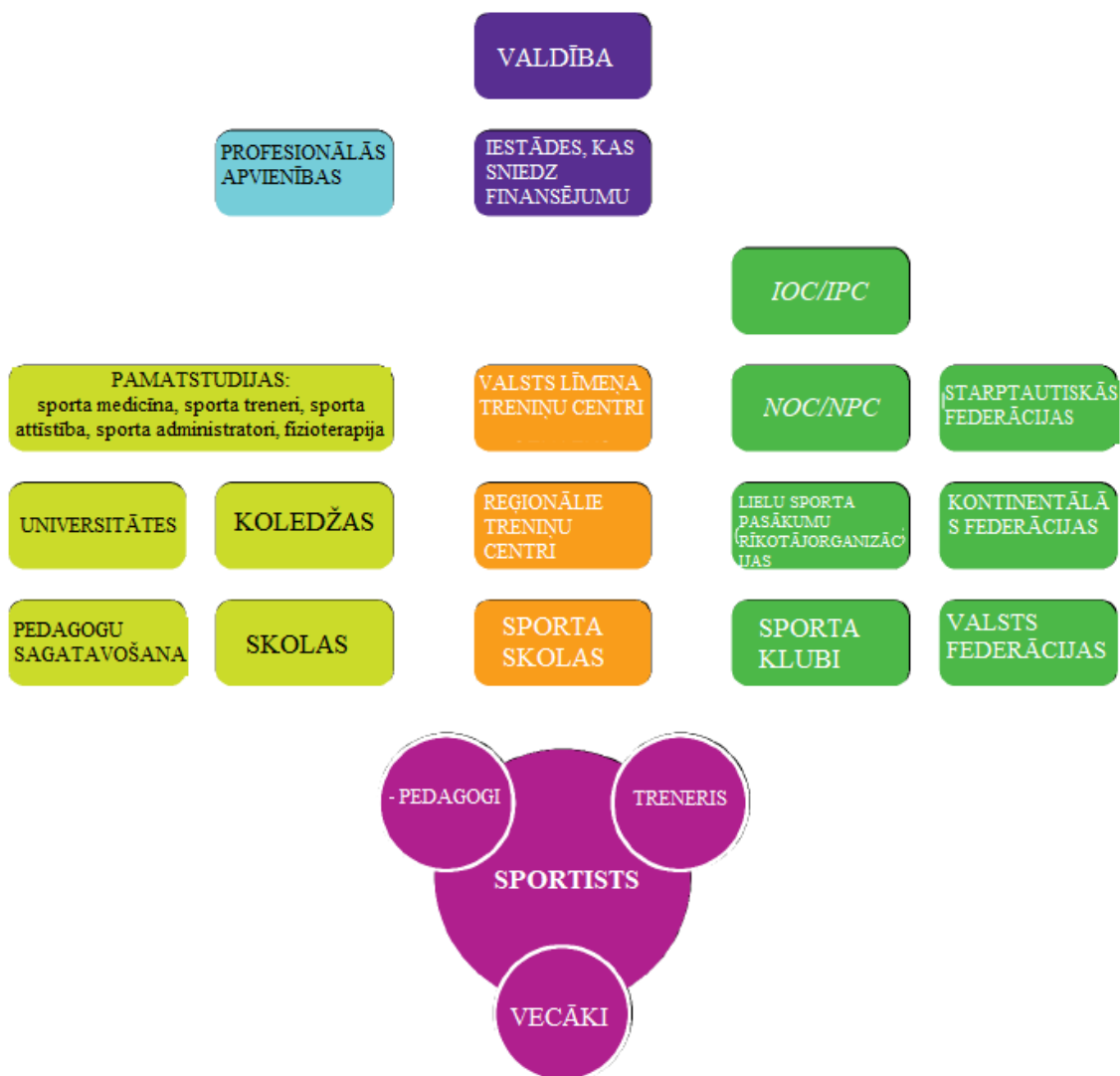
#### 1) Sporta sistēmas shēma

Lai noteiktu atbalsta saņemšanas iespējas, vispirms shematiski iezīmējiet savu sporta sistēmu (2.1. attēls) paralēli sportista karjeras ceļam (2.2. attēls) un aplūkojiet katras organizācijas funkcijas un pienākumus. Šis ir svarīgs uzdevums, jo jūs varēsiet:

- 
- noteikt, kurām organizācijām ir loma katrā sportista virzības posmā;
  - noteikt, kuras organizācijas atbalsta vai profesionāli regulē sportistu atbalsta personāla funkcijas;
  - noteikt, kur jūsu sistēmā iederas sporta skolas un sporta klubi;
  - noteikt, kas vēl ietekmē sportistu viņa karjeras ceļā, piemēram, vecāki;
  - noteikt finansētājas organizācijas, kas ietekmē sportu;
  - noteikt, kāda ir jūsu valdības loma sporta attīstībā un elites sportā;
  - noteikt pagaidu organizācijas, piemēram, organizatoriskās komitejas, ja jūsu valsts ir uzņēmusies rīkot starptautiskas sacensības vairākos sporta veidos vai kādā konkrētā sporta veidā;
  - noteikt organizācijas, kas atbalsta talantu attīstību – specializētās sporta skolas, talantu/snieguma izaugsmes centrus vai treniņu bāzes.

Sporta sistēmas shematiskais atveidojums palīdzēs ne tikai noteikt atbalsta sniedzējus, bet arī saprast, cik tālu jūs varat sniegties /jums jāsniedzas, lai veicinātu tīra sporta vidi, un kādi jums ir ierobežojumi. Tas palīdzēs jums arī ieraudzīt, ar kurām organizācijām jums ir jāstrādā, lai īstenotu savu izglītības programmu. Piemēram, lai īstenotu uz vērtībām balstītu izglītību skolās, jums varētu būt nepieciešams skolu asociācijas vai valdības atbalsts, lai izglītotu talantīgus sportistus, jums varētu būt nepieciešams attiecīgo valsts federāciju atbalsts, un, lai sasniegtu tos, kas cer piedalīties olimpiskajās vai paraolimpiskajās spēlēs, jums būtu jāsadarbojas ar valsts olimpisko komiteju vai paraolimpisko komiteju, lai piekļūtu valsts vienībai.

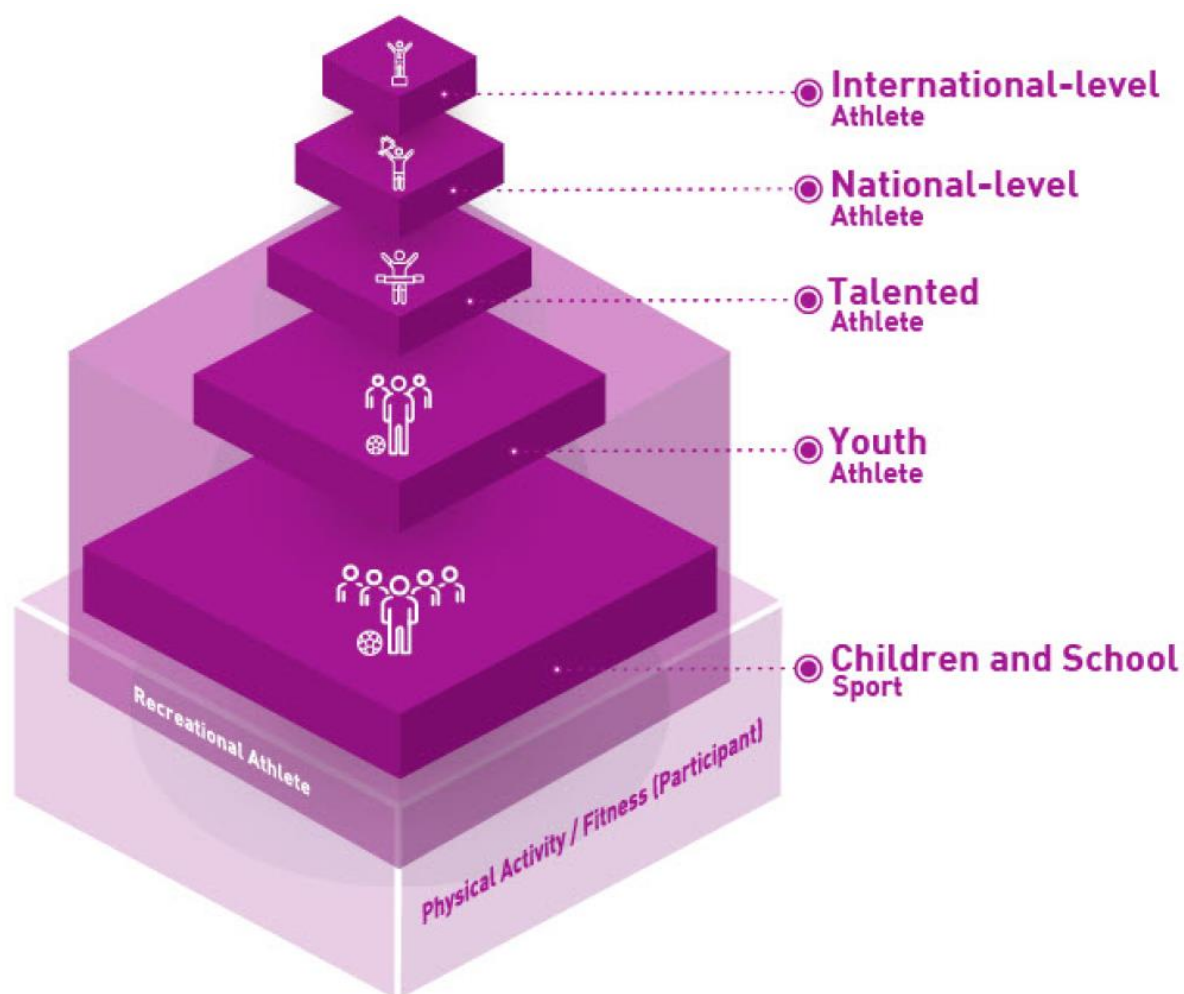
Visbeidzot, sporta struktūras shematiskais atveidojums palīdzēs jums saprast sporta vidi, noteikt citas organizācijas un koordinēt jūsu un citu organizāciju savstarpējos centienus. Jūsu galvenā loma ir ietekmēt citas organizācijas, lai tās atbalsta jūsu izglītības programmu. Ja jūs to varat izdarīt, citas organizācijas redzēs, cik svarīgi ir mācīt sportistus un kādu labumu sniedz izglītība. Tas var palīdzēt būtiski palielināt izglītības programmas tvērumu.



2.1. attēls. Sporta sistēmas noteikšana – piemērs, ko var izmantot valsts antidopinga organizācija

Nosakot vai shematiski atveidojot sportista karjeras ceļu, kā parādīts 2.2. attēlā, jūs varat redzēt dažādus sportista attīstības posmus un jūsu iespējamās mērķgrupas. Ir svarīgi to darīt tā, lai īstenotā izglītība, ja iespējams, būtu pakāpeniski veidota, sākot ar iepazīstināšanu ar sporta vērtībām agrīnajā posmā un noslēdzot ar antidopinga informāciju, kas attiecas uz lielu sporta pasākumu starptautiska līmeņa sportistu. Sīkāku informāciju par sportista karjeras ceļu skat. 4. nodaļā “Izglītojamo personu loks” un 8. nodaļā “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”.





<i>Angļu val.</i>	<i>Latviešu val.</i>
International-level Athlete	Starptautiska līmeņa sportists
National-level Athlete	Valsts līmeņa sportists
Talented Athlete	Talantīgs sportists
Youth Athlete	Jaunietis sportists
Children and School Sport	Bērnu un skolas vecuma bērnu sports
Recreational Athlete	Amatieru līmeņa sportists
Physical Activity/Fitness (Participant)	Fiziskās nodarbības / fitness (dalībnieks)

## 2.2. attēls. Sportista karjeras ceļš

**PIEZĪME.** Šis ir ieskicēts vispārējs modelis, kas izmantots kā palīgmateriāls antidopinga organizācijām. Sportista karjeras posmu aprakstus skat. 4. nodaļas “Izglītojamo personu loks” 4.1. attēlā.

---

## 2) Sadarbība ar valdību

UNESCO Konvencijā ir noteikts, ka izglītība ir viens no valdības pienākumiem antidopinga jomā. Daudzās valstīs valdības būtiski iegulda sporta attīstībā un sniegumā un izstrādā vispārējās izglītības politiku. Kamēr vēl nav uzsākta izglītības plāna un izglītības programmas izstrāde, ir svarīgi un noderīgi lūgt valdības palīdzību, padomu un sapratni.

Uzsākot sadarbību ar valdību, uzdodiet turpmāk minētos jautājumus.

- Kāda jūsu valstī ir izglītības politika un turpmākie plāni? Kā šo politiku un plānus var izmantot jūsu izglītības programmas atbalstam? Kā jūs varat vai nu formāli, vai neformāli iekļaut attiecīgo izglītību šajā sistēmā kā iespēju, ko var izmantot skolas?
- Cik daudz valdība iegulda sportista attīstībā un sniegumā (t. i., attiecībā uz medaļām) un kā šajā sistēmā var iekļaut izglītības prasības?
- Vai jūsu valdība prasa, lai finansētajiem sportistiem tiktu mācīts par tīru sportu?
- Vai jūsu valdībai ir valsts federāciju / valsts olimpiskās komitejas / valsts paraolimpiskās komitejas finansēšanas politika? Kā tā var veicināt izglītības integrāciju šajās finansētajās programmās un šo valsts iestāžu partnerattiecībās?
- Vai pedagogu atlasei ir pieejamas pedagogu sagatavošanas institūcijas?
- Vai pedagogu sagatavošanas programmām vai pedagogu resertifikācijas programmām var pievienot uz vērtībām balstītu izglītību, lai sniegtu pedagogiem zināšanas par sporta vērtībām un to, kā par šīm vērtībām var mācīt skolas vidē?
- Vai ir iespēja īstenot izglītības aktivitāti, piemēram, klātienē semināru vai tīmekļsemināru valsts federāciju priekšsēdētājiem / augstākajai vadībai vai personālam, lai pārliecinātu par tīra sporta izglītības nozīmību? Vai valdība palīdz jums šajā jomā, lai vēstījums, ka izglītība ir svarīga, nāktu no augšas un tiktu sadzirdēts?
- Vai valdība palīdz jums iekļaut izglītību valsts sporta federāciju sportistu programmās? Vai tā varētu būt valdības prasība, kas valsts sporta federācijām jāizpilda finansējuma saņemšanai?
- Vai jūsu valsts valdība ir pieņēmusi UNESCO Starptautisko fiziskās audzināšanas, fiziskās aktivitātes un sporta hartu? Ja ir pieņēmusi, vai tā ir īstenojusi uzņemtas saistības antidopinga un uz vērtībām balstītas izglītības jomā?
- Vai valdība ir ieinteresēta un raizējas par sabiedrības veselību? Jūsu izglītības programma var palīdzēt uzlabot iedzīvotāju veselību, mudinot nodarboties ar sportu un fiziskām aktivitātēm bez ķīmisko palīgvielu un aizliegtu vielu lietošanas.

## 3) Sadarbība ar pētniecības iestādēm uz pierādījumiem balstītas izglītības veidošanai

Sadarbība ar pētniecības iestādēm rada vērtību un uzticamību jūsu izglītības programmai, jo piedāvā jaunu skatījumu un var nodrošināt uz pierādījumiem balstīta satura izstrādi un sniegšanu.

Pētniekiem, piemēram, tādās jomās kā socioloģija, pedagogija (bērnu izglītības pētījumi), andragogika (pieaugušo izglītības pētījumi), vadības, politikas analīzes programmas, psiholoģija, sportistu attīstība un sporta zinātne, ir kompetence un izpratne jautājumos, kas var noderēt jūsu programmai. Izvērtējiet iespēju izmantot viņu kompetenci, jo viņi var palīdzēt izstrādāt izglītības programmu atbilstoši dalībnieku vajadzībām.

Sadarbojoties ar pētniekiem un pētniecības iestādēm, izvērtējiet turpmāk minētos jautājumus.

- Vai jūsu izglītības programmā ir konstatētas zināšanu nepilnības, iesaistes problēmas

---

vai jomas, kuras vēlaties uzlabot?

- o Ja tā, kādi ir mērķi sadarbībai ar pētniekiem? Ko jūs vēlaties sasniegt, sadarbojoties ar viņiem?
- Vai jūs esat noteikuši, kuri pētnieki ir speciālisti jūsu identificētajās jomās?
- Vai jūs esat meklējuši jau izstrādātus pētījumus, kurus varat izmantot savā izglītības programmā vai kuri var palīdzēt jums izstrādāt jūsu izglītības programmas novērtējumu?
- Vai jūsu darba grupā vai organizācijā ir kāds, kam ir atbilstošas prasmes vai pieredze darbā ar pētniekiem (piemēram, kāds, kas saprot pētniecības metodes)?
- Vai jūs varat iegūt budžetu pētniecībai? Vai ir iespējams iedalīt iekšējo finansējumu vai arī jums ir pieejami ārēji finansējuma resursi?
- Vai jūs sadarbojaties ar citām organizācijām, kurām interesē līdzīgi pētniecības mērķi? Tas var palīdzēt jums finansēt pētniecību.
- Kāda veida vienošanās vai līgums jums būs nepieciešams ar pētniekiem?
- Vai jums piederēs dati? Vai tos varēs sniegt citām organizācijām un vai jums ir noslēgts konfidencialitātes līgums? Ir svarīgi izvērtēt, kā jūs vēlaties izplatīt datus, kādas atļaujas jums varētu būt nepieciešamas, kā un kas uzglabās un pārvaldīs datus.

---

## 2. SADAĻA

### Izglītības programmas plānošana

2. sadaļā ir 3., 4. un 5. nodaļa. Šajā sadaļā ir sniegts atbalsts attiecībā uz Izglītības starptautiskā standarta 4.0. pantu “Izglītības programmas plānošana”, lai palīdzētu jums novērtēt pašreizējo stāvokli, izveidot izglītojamo grupu sarakstu un izstrādāt izglītības plānu.



### 3. NODAĻA

#### Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?



#### PAŠREIZĒJĀS SITUĀCIJAS NOVĒRTĒŠANA

Ir izstrādāta jūsu izglītības programmas vīzija, jūsu organizācijā izglītība ir noteikta kā galvenā prioritāte un ir noteiktas iespējamās organizācijas, kas sniegs jums atbalstu. Tagad ir laiks sākt izglītības programmas plānošanu. Sāciet ar pašnovērtējumu.

- 1) Raksturojiet, kādā kontekstā pastāv izglītības programma.
- 2) Nosakiet izglītojamās mērķgrupas.
- 3) Nosakiet, kādi resursi jums ir pieejami.
- 4) Raksturojiet savas pašreizējās izglītības aktivitātes.

Šie soļi palīdzēs jums noteikt, kā vislabāk veidot izglītības programmu un iedalīt resursus.

##### 1) Konteksta raksturojums

Sporta sistēmas shēma jau ir izstrādāta. Tagad sīkāk izvērtējiet kontekstu. Padomājiet par to, kādā organizatoriskā, sociālā, ekonomiskā un politiskā vidē pastāvēs jūsu izglītības programma.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Ņemts no *United Way's Program Design & Development Resources – May 2016 edition for Toronto & York Region* (<https://www.unitedwaygt.org/document.doc?id=538>)

---

Lūk, daži jautājumi, kurus jūs varat sev uzdot.

- Kādas prasības ir uzskaitītas Kodeksā un Izglītības starptautiskajā standartā (*ISE*)?
- Vai ir jārisina kādas īpašas vietējās vai reģionālās vajadzības vai ar sportu saistītas problēmas?
- Kādas izglītības aktivitātes jau tiek īstenotas antidopinga kopienā? Kas šīs izglītības aktivitātes vada? Vai jūs tās varat izmantot vai pat pielāgot?
- Kādas ir tendences antidopinga lietās? Vai ir ar uztura bagātinātāju lietošanu saistīti strīdus jautājumi? Vai kādā vienā sporta veidā tiek konstatēts vairāk antidopinga noteikumu pārkāpumu (*ADRV*) nekā citos?
- Kas jums ir jāizvērtē saistībā ar jūsu reģiona ģeogrāfiju? Vai jūsu atbildībā ir liela valsts vai vairākas valstis, kur klātienē semināru rīkošana varētu būt problemātiska?
- Kādi konkrēta sporta veida faktori var ietekmēt to, kā un kad jūs īstenojat izglītību, piemēram, sporta pasākumu grafiks/vieta, ar sporta pasākumu saistīto treniņu grafiks/vieta?
- Vai dažādās valstīs atšķiras sportista karjeras ceļš? Vai katrai valstij ir nepieciešams atšķirīgs plāns?
- Kādas ir jūsu mērķgrupas valodas un kultūras iezīmes?
- Cik bieži jūsu mērķgrupas atrodas jūsu valstī? Vai sportisti trenējas un piedalās sacensībās lielākoties ārvalstīs?
- Kad jūsu sportisti pāriet no valsts līmeņa sacensībām uz starptautiska līmeņa sacensībām un vai jūs varat viņus izglītēt pirms šīs pārejas? Kā šī pāreja ietekmē viņu iekļaušanu valsts antidopinga organizācijas un starptautiskās federācijas izglītojamo grupu sarakstā?
- Kādi šķēršļi varētu kavēt piekļuvi izglītībai jūsu mērķgrupām? Vai ir fiziski traucējumi, mācīšanās traucējumi, ģeogrāfiski šķēršļi, ierobežota tehnoloģisko līdzekļu pieejamība, izmaksu ziņā dārgi mobilie dati vai ierobežots WiFi?
- Kādi ir spēkā esošie tiesību akti, kas varētu atbalstīt, traucēt vai sarežģīt jūsu izglītības programmas īstenošanu?
- Kādas politiskas vai kultūras tendences var palīdzēt vai kavēt jūsu izglītības programmas īstenošanu?
- Kāda ir vispārēja attieksme pret izglītību un uz vērtībām vēršiem mācību priekšmetiem jūsu valstī vai sporta sistēmā?

Tagad izvērtējiet savas atbildes. Kuras atbildes ir sniegtas, pamatojoties uz vispārējām zināšanām un faktiem, un kuras ir sniegtas, pamatojoties uz pieņēmumiem?

Jums ir jāizmanto savas atbildes uz šiem jautājumiem, lai noteiktu izglītības prioritārās jomas un risināmās problēmas. Jums ir godīgi jālūkojas uz problēmām un izglītības plānā jāpaskaidro, kā jūs varat tās pārvarēt.

## 2) Mērķgrupu noteikšana

Izvērtējiet, kam mācības ir nepieciešamas un kurus jūs vēlaties izglītēt. Vispirms izstrādājiet sportista karjeras ceļa diagrammu (galvenos posmus) un katrā posmā pievienojiet to sportista atbalsta personālu, kas visvairāk ietekmē sportistu. Tad mēģiniet atbildēt uz turpmāk minētajiem jautājumiem.

- Kuras no šīm grupām pašreiz tiek izglītotas?
- Vai jūsu organizācijā tiek prasīts, lai līdztekus *ISE* norādītajām obligātajām grupām (t. i., sportisti, kas iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā (*RTP*), un sodītie sportisti) tiktu



---

izglītoti arī visi citi (ar to saprotot, ka iedarbīgākās izglītības programmas izglīto sportistus un apkārtējos (t. i., sportistu atbalsta personālu) dažādos karjeras ceļa posmos)?

- Kuras organizācijas var palīdzēt jums sasniegt un izglītot sportista atbalsta personālu, piemēram, vecākus, trenerus un medicīnisko personālu?
- Vai jūs varat sniegt sportista atbalsta personālam zināšanas un pārliecību, ka jāpalīdz nostiprināt izglītojošu vēstījumu sportistiem, vairojot informētību par tīra sporta vērtībām, kas ir jāieaudzina sportistos, vai nodrošinot piekļuvi antidopinga informācijai?

Jūs varat izvērtēt arī šādus jautājumus.

- Kuras citas sportistu grupas būtu jāizglīto, lai stiprinātu izglītības programmas vīziju?
- Kurš sportistu atbalsta personāls ir jāiekļauj izglītojamo grupu sarakstā, lai pastiprinātu sportistu izglītošanu?
- Kuras “augšupējās” grupas ir jāizglīto, lai īstenotu izglītības programmas vīziju?

---

### Augšupējo grupu izvērtēšana<sup>2</sup>

---

Sabiedrības veselības aizsardzības politikā ar “augšupējās” intervences pasākumiem cenšas risināt konkrētās problēmas pamatcēloni. Augšupējo intervences pasākumu mērķis ir palīdzēt mērķgrupai sasniegt savu potenciālu, iesaucoties agrīnajā posmā, proti, labu laiku pirms tiek apsvērta doma par veselībai kaitīgu rīcību, piemēram, dopingu.

Ir vērts investēt augšupējos intervences pasākumos, jo ar tiem var veidot nākamās paaudzes noturību un mudināt visu darīt pareizi jau no paša sākuma. Tieši tāpēc ir svarīgi, ka bērni jau no mazotnes iegūst uz vērtībām balstītu izglītību. Šis ir augšupējas pieejas piemērs.

Lejupēji intervences pasākumi (piemēram, izglītojamo grupu minimālā saraksta izglītošana) darbojas, lai mazinātu negatīvos faktorus un riskus. Tie ir noderīgi, bet to ilgtermiņa ietekme ir ierobežota.

Nosakot savas mērķgrupas, jums ir jāizvērtē augšupējās grupas un jācenšas tās iekļaut savā izglītojamo grupu sarakstā. Šīs grupas varētu būt:

- sportistu grupas, kas nonāk pārbaudāmo sportistu reģistrā;
- sportisti, kas kļūst par valsts līmeņa sportistiem;
- jauniešu vecuma sportisti, kas ir pilnveides komandu vai talantīgo sportistu programmu dalībnieki;
- ļoti talantīgi jaunie sportisti, kas, visticamāk, sasniegs starptautisko līmeni;
- studējošie sportisti, kas piedalās augstskolu sporta pasākumos un sacensībās;
- agrīnās sporta sacensību programmas un sportisti, kas apmeklē sporta klubus;
- amatierisma programmas;
- skolas vecuma bērni.

Augšupējie intervences pasākumi ir daudz efektīvāki nekā lejupējie pasākumi. Problēma ir tā, ka, jo tālāk sniedzas augšupējie pasākumi, jo lielākas investīcijas ir nepieciešamas. Šādas lielas investīcijas bieži vien ir grūti pamatot, jo augšupējo intervences pasākumu rezultāti ir redzami vien pēc gadiem. Taču, ja jūs patiešām vēlaties izmaiņas un veicināt tīra sporta vidi, centieties iegūt lielākus resursus

---

<sup>2</sup> Ņemts no Public Health Agency of Canada's Population Health Approach: The Organizing Framework [Kanādas Sabiedrības veselības aģentūras pieeja sabiedrības veselības jomā. Organizatoriskā sistēma] (<https://cbpp-pcpe.phac-aspc.gc.ca/population-health-approach-organizing-framework/key-element-4-increase-upstream-investments/>), un National Collaborating Centre for Determinants of Health's Glossary [glosārijs, ko izstrādājis Nacionālais sadarbības centrs veselības noteicošo faktoru jomā] (<http://nccdh.ca/glossary/entry/upstream-downstream>).



---

augšupējo izglītības aktivitāšu organizēšanai (pat ja tās ir tikai dažas).

Padomājiet, kā jūs varat augšupējās un lejupējās izglītības aktivitātes iekļaut savā izglītības plānā, un nosakiet, kādi finanšu, cilvēku, laika, materiālie u. c. resursi jums būs nepieciešami.

---

Sīkāka informācija par izglītojamo mērķgrupu noteikšanu ir sniegta 4. nodaļā “Izglītojamo personu loks”.

### 3) Resursu noteikšana

Kad ir raksturots konteksts un noteiktas mērķgrupas, nosakiet pieejamos resursus. Kādi jums ir vai ir pieejami cilvēku, finanšu un materiālie resursi?

Lūk, daži jautājumi, kurus jūs varat sev uzdot.

- Kas jums var palīdzēt plānot un īstenot izglītības programmu? Vai darba grupā ir pilnas slodzes darbinieki, vai ir iespējama sadarbība ar citām darba grupām, vai ir pagaidu personāls, vai ir apzināti brīvprātīgie, cilvēki valsts sporta federācijās, valsts olimpiskajā/paraolimpiskajā komitejā vai sportisti, kas beidz aktīvo karjeru, ir ar pieredzi izglītībā un var palīdzēt?
- Kādas ir šo cilvēku stiprās puses un zināšanas?
- Kādas attiecības vai partnerattiecības jūsu organizācijai ir ar citām galvenajām grupām un personām antidopinga jomā un ārpus tās (skat. 2. nodaļu “Kas var palīdzēt?”)?
- Kāds budžets ir pieejams vai varētu būt pieejams programmas atbalstam (skat. 1. nodaļu “Ar ko sākt?”)?
- Kādas finanšu dotācijas ir pieejamas jūsu darba atbalstam?
- Kādus mācību resursus (piemēram, brošūras, plakātus, izglītības programmas, e-mācību kursus, tīmekļa vietnes, mobilo telefonu lietotnes, “PowerPoint” prezentācijas nodarbībām) jūsu organizācija ir izstrādājusi agrāk? Vai tie joprojām ir izmantojami? Kādi citu organizāciju mācību resursi ir pieejami (piemēram, WADA ADeL platforma)?
- Kādi fiziskie aktīvi jums ir pieejami, piemēram, sanāksmju telpas, mācību telpas, klēpjatori, projektori vai transportlīdzekļi komandējumiem?
- Kādi vēl ir vietējie vai valsts līmeņa resursi, kas jums var palīdzēt? Vai jūs varat iegūt vietējo raidlaiku – radio vai televīzijā? Vai jūs varat atrast kādu sponsoru savai izglītības programmai, kas palīdzētu finansēt kādas jūsu aktivitātes?

Izvērtējiet atbildes un nosakiet, kuras šobrīd ir precīzas un kuras ir vēlamības formā, un kāda ir varbūtība un iespējas.

Ir svarīgi dokumentēt pieejamos resursus, lai jūs varat tos lietderīgi izmantot, īstenojot izglītības programmu. Resursu saraksts ir periodiski jāpārskata. Piemēram, ja jūs izstrādājat jaunu izglītības plānu, paņemiet savu resursu sarakstu un nosakiet, kas ir mainījies, kas jums joprojām ir, kas ir jauns un kas vairs nav pieejams. Pārskatot resursu sarakstu, izvērtējiet arī to, kuri resursi ir izrādījušies noderīgi un der investīcijām, kā arī to, kādi jauni resursi var būt citām organizācijām (tostarp WADA).

### 4) Pašreizējo izglītības aktivitāšu raksturojums

Iespējams, jums jau ir izstrādāta izglītības programma. Pašnovērtējuma procesā būtisks elements ir detalizēti un godīgi noteikt izglītības programmas pašreizējo stāvokli.

---

Varētu uzdot turpmāk minētos jautājumus.

- Kādās izglītības aktivitātēs jūs esat iesaistīti (piemēram, organizējat izglītības aktivitātes, piemēram, klātienē seminārus un e-mācību kursus, pedagogu mācības, resursu izstrādi)?
- Kādām mērķgrupām šobrīd tiek sniegta izglītība?
- Kuras obligātās tēmas, kā norādīts Kodeksa 18.2. pantā, tiek skatītas un kādās mērķgrupās?
- Kādi mācību mērķi tiek izpildīti un kādās mērķgrupās tie tiek izpildīti?
- Kādus pārraudzības datus jūs esat ievākuši?
- Vai jūsu izglītības programma iepriekš ir bijusi vērtēta, lai pārliecinātos par tās efektivitāti (vai neefektivitāti) (sīkāku informāciju par pārraudzību un novērtēšanu skat. 10. nodaļā “Programmas pārraudzība un novērtēšana”)?
- Kādi dati liecina par uzlabojumiem (piemēram, lielāks izglītības aktivitātes dalībnieku skaits, palielinājies tīmekļa vietnes apmeklējumu skaits)? Kas liecina par stagnāciju (piemēram, pieaug nelabvēlīgi analīžu rezultāti (AAF) izglītojamajā mērķgrupā, pēc izglītības aktivitātes veiktajā aptaujā ir negatīvas atbildes, negatīva atgriezeniskā saite no pedagogiem pēc klātienē aktivitātes)?
- Kādi mācību resursi (piemēram, brošūras, plakāti, izglītības programmas, e-mācību kursi, tīmekļa vietnes, telefonu lietotnes, “PowerPoint” prezentācijas nodarbībām) atbilst jūsu mērķgrupu vajadzībām?
- Vai mācību resursi ir pieejami dalībniekiem ar īpašām vajadzībām? Piemēram, vai e-mācību kursam ir audio režīma funkcija, lai tas būtu pieejams personām ar redzes traucējumiem? Vai tīmekļa vietne ir ērti lietojama ar mobilo telefonu?
- Cik mūsdienīgi ir jūsu mācību resursi? Vai jūs joprojām koncentrējat uz drukāto materiālu izstrādi, lai arī mērķgrupā aizvien vairāk izmanto digitālos tehnoloģiskos līdzekļus?
- Kas joprojām neļauj sasniegt citus mācību mērķus?
- Vai jums ir pedagogu mācību programma? Cik daudz pedagogu jums ir? Vai viņi visi ir aktīvi un kompetenti?
- Kādas izglītības aktivitātes jūs īstenojat vienkārši tāpēc, ka tās vienmēr ir bijušas? Ja jūs sāktu izglītības programmu šodien, vai jūs veiktu tās pašas izglītības aktivitātes?

## 4. NODAĻA

### Izglītojamo personu loks



### IZGLĪTOJAMO GRUPU SARAKSTA IZVEIDOŠANA

Iepriekšējā nodaļā jūs novērtējāt pašreizējo situāciju un noteicāt savas mērķgrupas. Tagad jums ir jānosaka, kuras no šīm mērķgrupām jūs izglītosiet, proti, jums ir jāizveido izglītojamo grupu saraksts. Lai to darītu, izvērtējiet turpmāk minētos jautājumus.

- 1) Sportista izglītošana visā karjeras ceļā.
- 2) Kādas ir minimālās prasības?
- 3) Kurš ir prioritāte?
- 4) Kurus jūs varētu nesasnīgt un kāpēc?
- 5) Kā jūs varat plānot plašākas auditorijas sasniegšanu nākotnē?

#### 1) Sportista izglītošana visā karjeras ceļā

Pastāv daudz priekšrocību saistībā ar sportista izglītošanu dažādos viņa karjeras posmos, piemēram, turpmāk minētās.

- Iespēja palīdzēt attīstīt ētisku sportisku uzvedību agrīnajā sporta pieredzē, stiprinot sporta garu no paša sākuma.
- Jūs varat sportistiem izstrādāt pakāpenisku un virzītu satura plānu no sportista karjeras paša sākuma līdz pat tās beigām. Tādējādi tiks novērsta informācijas pārslodze un atkārtotās un tiks nodrošināts, ka sportisti attīstoties apgūs jaunas tēmas vai nostiprinās svarīgās tēmas.
- Jūs varat viņus izglītot, izmantojot vecumam un attīstības posmam piemērotas

---

metodes, izstrādāt mācību mērķus un pielāgot izglītības saturu katram konkrētajam sportista attīstības posmam.

- Jūs varat nodot sportistiem attīstības posmam atbilstošus vēstījumus un nostiprināt vērtības visā sportista karjerā.

Ir daudz dažādu sportista attīstības modeļu. Izpētiet un pārskatiet dažādus attīstības modeļus vai ceļus, lai varētu noteikt izglītojamo personu loku (kam ir jābūt jūsu izglītojamo grupu sarakstā).

Atcerieties, ka ikviens modelis ir tikai vadlīnija, kas palīdz jums noteikt vispārējās mērķgrupas. Modeļu priekšrocība ir tā, ka tie var palīdz jums koncentrēt centienus un resursus uz galvenajām jomām. Sīkākai informācijai skat. 4.1. attēlu, kurā ir sniegts vispārējs sportista attīstības ceļa piemērs, un 8. nodaļu “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”.

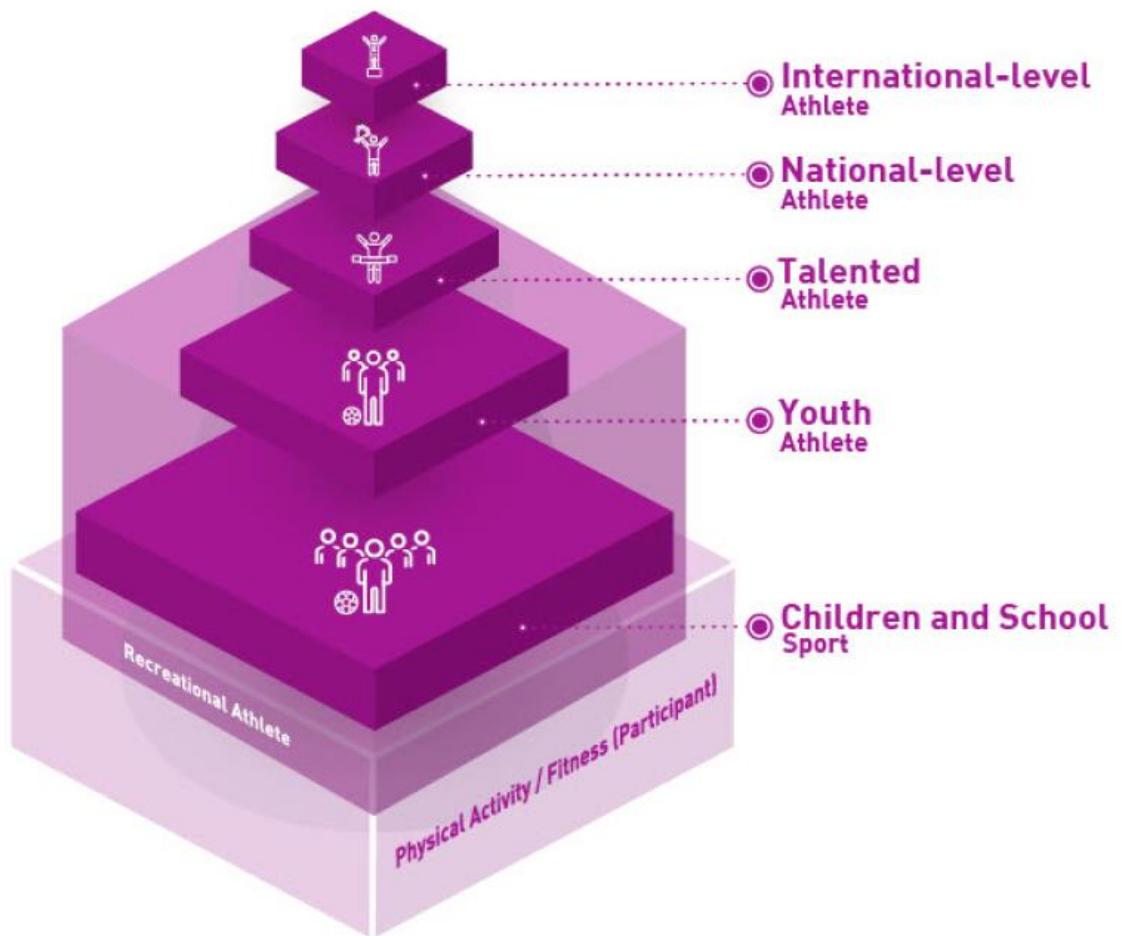
## 2) Minimālās prasības

Izglītības starptautiskā standarta (*ISE*) 4.3.2. pantā ir noteikts, ka jums izglītojamo grupu sarakstā ir jāietver vismaz tie sportisti, kuri ir iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, un sportisti, kuri atgriežas no soda izciešanas. Plašāk par šo konkrēto grupu izglītības programmām skat. 8. nodaļā “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”.

## 3) Prioritārās grupas

### a) Sportisti

Attiecībā uz sportistiem, kas iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, katrs augšupējais posms sportista karjerā (skat. 4.1. attēlu) ir potenciālā mērķgrupa, kas iekļaujama izglītojamo grupu sarakstā (skat. 3. nodaļas “Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?” 2. sadaļu). Visas sportistu grupas, ko būsi iekļāvuši savā izglītojamo grupu sarakstā (kas nav sasniegušas *RTP* sportistu līmeni), gūs no tā labumu, un sportisti varēs nostiprināt savas zināšanas, nevis pirmo reizi tās iegūt tikai tad, kad tiks iekļauti pārbaudāmo sportistu sarakstā.



<i>Angļu val.</i>	<i>Latviešu val.</i>
International-level Athlete	Starptautiska līmeņa sportists
National-level Athlete	Valsts līmeņa sportists
Talented Athlete	Talantīgs sportists
Youth Athlete	Jaunietis sportists
Children and School Sport	Bērnu un skolas vecuma bērnu sports
Recreational Athlete	Amatieru līmeņa sportists
Physical Activity/Fitness (Participant)	Fiziskās nodarbības / fitness (dalībnieks)

4.1. attēls. Sportista karjeras ceļa piemērs

<b>SPORTISTA ATTĪSTĪBAS POSMS</b>	<b>APRAKSTS</b>	<b>PAPILDU INFORMĀCIJA</b>
<b>Bērnu un skolas vecuma sports</b>	Mazi bērni, kas ir ieguvuši agrīnu pieredzi sportā, galvenokārt skolas vidē, sporta centrā vai sporta klubā.	Pirmā vai agrīnā pieredze sportā. Šajā posmā galvenais ir sniegt prieku un nodrošināt fizisko pratību.
<b>Jaunais sportists / jauniešu sports</b>	Lielāki bērni, kas regulāri nodarbojas ar sportu skolā vai apmeklē sporta centru/klubu, iespējams, piedalās vietēja vai reģionāla līmeņa sacensībās un spēlē savam priekam.	Nodarbojas ar sportu skolā vai sporta centrā/klubā galvenokārt savam priekam.
<b>Talantīgs sportists</b>	Sportisti, kas regulāri un aizrautīgi trenējas savā sporta veidā un kas, izmantojot dažus formālus mehānismus, piemēram, dalību talantīgo sportistu nometnēs vai talantīgo sportistu attīstības programmās, ir atzīti par talantīgiem.	Parasti šajā posmā sākas antidopinga pasākumi, piemēram, pārbaudes, un sportistus sāk izglītot par antidopinga tēmām.  Šajā kategorijā jums var būt talantīgs jaunais sportists, kas piedalās valsts līmeņa sacensībās nacionālajā jauniešu vienībā vai starptautiskā līmeņa pasākumos, piemēram, jaunatnes olimpiskajās spēlēs. Lai arī šie sportisti var sacensties valsts vai starptautiskajā līmenī, saistībā ar izglītību ir uzskatāms, ka viņi ir talantīgo sportistu posmā. Tomēr viņi ir arī papildus jāizglīto konkrēti par sacensībām, kurās viņi piedalās, lai viņi būtu sagatavoti antidopinga procedūrām, kas tiek veiktas valsts vai starptautiskā līmeņa sacensībās.
<b>Valsts līmeņa sportists</b>	Parasti tie ir sportisti, kas piedalās valsts līmeņa sacensībās, tostarp kas spēlē valsts līgās, kam ir pilna laika treniņi un kas saņem finansējumu no sporta organizācijas vai valdības.	Lielākā daļa valsts līmeņa antidopinga organizāciju nosaka, kuri sportisti tiek uzskatīti par valsts līmeņa sportistiem un kādu sporta veidu viņi pārstāv. Tādējādi, plānojot izglītības aktivitātes, nodrošiniet, ka jūsu identificētie sportisti atbilst valsts ADO definētajiem sportistiem. Tas ir svarīgi, lai visi šajā posmā identificētie sportisti tiktu pienācīgi izglītoti.  Ja antidopinga pasākumi, piemēram, pārbaudes, vēl netika uzsākti talantīgo sportistu līmenī, parasti tie sākas šajā posmā, kad sportists kļūst par valsts līmeņa sportistu.
<b>Starptautiskā līmeņa sportists</b>	Parasti tie ir sportisti, kas kā savas komandas/kluba vai valsts pārstāvji piedalās tādos pasaules	Uzmanība jāpievērš arī veterānu klases sportistiem, kas piedalās valsts līmeņa sacensībās.  Lielākā daļa starptautiskā līmeņa antidopinga organizāciju (starptautiskās federācijas) nosaka, kuri sportisti tiek

	<p>čempionātos/kausos un kontinentālajās vai pasaules sacensībās ārpus savas valsts, kuri tiek rīkoti vairākos sporta veidos.</p>	<p>uzskatīti par starptautiska līmeņa sportistiem. Tādējādi, plānojot izglītības aktivitātes, nodrošiniet, ka šie sportisti atbilst starptautiskās federācijas definētajiem sportistiem. Tas ir svarīgi, lai visi šajā posmā identificētie sportisti tiktu pienācīgi izglītoti.</p> <p>Uzmanība jāpievērš arī veterānu klases sportistiem, kas piedalās starptautiskajās sacensībās.</p>
<p><b>Amatieru līmeņa sportists</b></p>	<p>Sportisti, parasti vecāki bērni vai pieaugušie, kas piedalās UN sacensības organizētās sporta sacensībās izklaidē nolūkos, piemēram, lai būtu fiziski aktīvi vai savam priekam.</p>	<p>Tie var būt sportisti, kas piedalās organizētās zemāka līmeņa sacensībās komandu sportā (piemēram, vietējās līgas regbija, hokeja, netbola sacensībās) vai kas, piemēram, piedalās vietējās riteņbraukšanas sacensībās vai 10 km skrējienā.</p> <p>Tie var būt arī veterānu klases sportisti, kas vairs nestratē valsts vai starptautiska līmeņa sacensībās.</p>
<p><b>Fiziskās nodarbības un fitness</b></p>	<p>Personas, kas piedalās fiziskās nodarbībās vai nodarbojas ar fitnesu, piemēram, “apmeklē sporta zāli” vai spēlē neformālu softbolu “savāktā” komandā drīzāk fiziskās sagatavotības vai veselības uzturēšanai, nevis lai sacenstos.</p>	<p>Parasti tie ir cilvēki, kas nodarbojas ar peldēšanu atklātos ūdeņos, laivošanu, pārgājieniem, slēpošanu, skriešanu vai riteņbraukšanu vai kas apmeklē vingrošanas nodarbības sporta zālē vai trenažieru zālī.</p> <p>Tie var būt arī veterānu klases sportisti, kas vairs nestratē valsts vai starptautiska līmeņa sacensībās.</p> <p>Šī kategorija atšķiras ar to, ka nenotiek oficiālas sacensības, kas to padarītu par sportu, bet drīzāk vien fiziskās nodarbības, un parasti sportā aizliegto vielu un metožu lietošanas iemesli var būt visai atšķirīgi.</p>

## b) Sportistu atbalsta personāls (ASP)

*ISE* 4.3.3. pantā ir precizēts, ka sportistu atbalsta personālam ir pienākums būt informētam par visām antidopinga politikas nostādņām un noteikumiem. *ISE* ir sniegts ieteikums, ka jums būtu jāizvērtē iespēja iekļaut *ASP* savā izglītojamo grupu sarakstā un ka jums savu iespēju robežās ir jānodrošina pieeja informācijai, kas paskaidro *ASP* funkcijas un pienākumus un to, kā šis personāls pozitīvi ietekmē savus sportistus. Kāpēc? Tāpēc, ka *ASP* ir regulāra, cieša saskare ar sportistiem, tādējādi, ja *ASP* ir labas zināšanas par antidopingu, tas var sniegt atbilstošus padomus sportistiem un pozitīvi ietekmēt viņu lēmumu pieņemšanu.

Ja jūs jau esat iekļāvuši *ASP* savā izglītības programmā un pievienojuši to savā izglītojamo grupu sarakstā, jums vajadzētu apsvērt turpmāk minētos jautājumus.



- Vai *ASP*, kuru jūs izglītojat, strādā ar sportistiem, kas iekļauti jūsu izglītojamo grupu sarakstā?
- Vai jūsu izglītojamo grupu sarakstā ir iekļauti sportisti, kurus visvairāk ietekmējošais atbalsta personāls nav iekļauts (piemēram, ja jūs izglītojamo grupu sarakstā esat iekļāvuši jauniešu vecuma sportistus, vai esat iekļāvuši arī viņu vecākus?)?
- Kāds vēl *ASP* ir jāiekļauj izglītojamo grupu sarakstā?
- Kā mainās *ASP* ietekme sportista karjeras laikā un kā tā atšķiras dažādos sporta veidos (piemēram, vingrotāji piedalās augstāka līmeņa sacensībās jaunākos gados, tādējādi par starptautiska līmeņa sportistu var kļūt agrīnos pusaudža gados, kad viņu būtiski ietekmē vecāki; savukārt hokejistam, kurš starptautiskā līmenī piedalās sacensībās, kad viņam ir pāri divdesmit gadiem, vecāku ietekme ir mazāka)?

### c) Sasniegt plašāku auditoriju

Izglītība tīra sporta jomā var noderēt ne tikai izglītojamo grupu sarakstā iekļautajiem sportistiem un sportistu atbalsta personālam, bet arī citām mērķgrupām. Saskaņā ar [ISE] 4.3.5. pantu ir jāizvērtē arī citu mērķgrupu iekļaušana, piemēram:

- bērni un jaunieši (kā sportista karjeras sastāvdaļai šīm mērķgrupām ir jābūt prioritārām);
- skolotāji;
- universitātes pasniedzēji un studenti (jo īpaši tie, kas īsteno pedagogu sagatavošanas programmas);
- sporta administratori;
- komerciālie sponsori;
- mediju personāls.

Jums ir arī jāizvērtē iespēja iekļaut citas mērķgrupas, kas strādā ar sportistiem vai viņiem palīdz un viņus ārstē, piemēram, šādas mērķgrupas:

- plaša profila ārsti, ģimenes ārsti;
- misijas vadītāji;
- treniņu bāzes personāls;
- padomes locekļi.

Nosakot iekļaujamās mērķgrupas, izvērtējiet turpmāk minētos jautājumus.

- Vai izglītība tīra sporta jomā mērķgrupai sniegs kādus ieguvumus?
- Vai mērķgrupas iekļaušana sniegs kādu tiešu ieguvumu pašreizējā izglītojamo grupu sarakstā iekļautajiem?
- Vai lielāks izglītojamo grupu sarakstā iekļauto mērķgrupu skaits uzlabos sniegtās izglītības vērtību vai arī tas ierobežos resursus citām augstākas prioritātes mērķgrupām?
- Vai grupa ir augšpus no turpmākā izglītojamo grupu saraksta dalībniekiem (sīkāku informāciju par augšupēju pieeju skat. 3. nodaļā “Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?”)?

Vienmēr izvērtējiet iespēju iekļaut *ASP* un plašākas mērķgrupas savā izglītojamo grupu sarakstā. Tikai sportistu izglītošana vien nepietiekami nodrošina iespēju nostiprināt galvenos uzvedības aspektus un vēstījumus sportistu ikdienas dzīvē. Savukārt sportistu atbalsta personāla un plašāku mērķgrupu izglītošana sniedz iespēju, ka cilvēki, ar kuriem sportisti regulāri saskaras un kuros, cerams, ieklausās, tos stiprinās.

---

#### 4) Kuras jūs varētu nerasniegt un kāpēc

ISE 4.3.4. pantā ir noteikts, ka tad, ja kādi sportisti vai sportistu atbalsta personāls nav iekļauti izglītojamo grupu sarakstā, jums būs jāpamato, kāpēc tie nav iekļauti un kā tas tiks turpmāk risināts.

Ir daudz dažādu iemeslu, kāpēc jūs varētu neiekļaut kādus sportistus vai sportistu atbalsta personālu savā izglītojamo grupu sarakstā, piemēram, turpmāk minētie.

- Ierobežoti resursi (piemēram, budžets, cilvēkresursi) apgrūtina izglītības aktivitāšu īstenošanu šīm mērķgrupām.
- No loģistikas viedokļa mērķgrupa nav praktiski sasniedzama (piemēram, ģeogrāfiskie ierobežojumi, elektroniskās saziņas ierobežojumi).
- Ir jāizstrādā jaunas izglītības aktivitātes, jo neviena no pieejamajām neatbilst mērķgrupas veidam, vecumam un/vai posmam.
- Mērķgrupu jau izglīto cita organizācija.

Tomēr, ja mērķgrupu plānojat neiekļaut savā sarakstā, vispirms būtu jāizvērtē turpmāk minētie jautājumi.

- Ko (vismaz) varētu sasniegt ar šo mērķgrupu? Vai šo grupu neiekļaušana rada kādu tūlītēju risku?
- Vai šo grupu neiekļaušana rada kādus iespējamus riskus vidējā termiņā vai ilgtermiņā?
- Vai, neiekļaujot šīs grupas, tiek zaudēta iespēja uzlabot tīra sporta vidi?

Pēc tam jūs varat izvērtēt turpmāk minēto.

- Kuras no neiekļautajām mērķgrupām būtu prioritāri iekļaujamas nākotnē?
- Kādas priekšrocības sniegs šo grupu iekļaušana nākotnē?
- Kādas ieinteresētās grupas vai organizācijas var palīdzēt jums sasniegt šīs mērķgrupas (piemēram, varbūt citām organizācijām jau ir izglītības aktivitātes vai resursi, kas ļautu palīdzēt jums sasniegt šīs grupas)?

Lai arī kāds būtu pamatojums vai motīvs neiekļaut kādu konkrētu mērķgrupu, tas ir jādokumentē un jāizskaidro. Jums ir arī jāpaskaidro tas, kā jūs šīs mērķgrupas iekļausiet nākotnē.

## 5. NODAĻA

### Izglītības plāna izstrādāšana



### MĒRĶU UN PASĀKUMU IZSTRĀDE

Kad ir izvērtēta pašreizējā situācija un noteikts izglītojamo grupu saraksts, nākamais izglītības programmas plānošanas posms ir izglītības plāna izstrāde. Šim nolūkam jums ir:

- 1) jānovērtē katras jūsu izglītojamo grupu sarakstā iekļautās mērķgrupas vajadzības;
- 2) jānosaka vispārējais **mērķis**;
- 3) jānosaka konkrētie izglītības **programmas mērķi**;
- 4) jānosaka **tēmas** katrai izglītojamo grupu sarakstā iekļautajai mērķgrupai;
- 5) jānosaka **mācību mērķi** katrai izglītojamo grupu sarakstā iekļautajai mērķgrupai;
- 6) jāizstrādā izglītības aktivitāšu **plāns**;
- 7) jāizstrādā **pārraudzības un novērtēšanas procedūru** plāns;
- 8) tas viss ir jāpieraksta;
- 9) jādara zināms ieinteresētām personām (un WADA pēc pieprasījuma).

#### Krāsu kods

Šajā nodaļā, lai palīdzētu jums orientēties izglītības plāna rakstīšanas procesā, tiek izmantots krāsu kods.

<b>Zilā</b>	–	mērķis
<b>Zaļā</b>	–	programmas mērķi
<b>Sarkanā</b>	–	tēmas
<b>Rozā</b>	–	mācību mērķi
<b>Oranžā</b>	–	izglītības aktivitātes
<b>Tumši zilā</b>	–	pārraudzības un novērtēšanas procedūras

Jums būs nepieciešams dokumentēt savu plānu. Šim nolūkam var noderēt tabulas formāts. Šajā nodaļā ir sniegts plāna izstrādes piemērs.

Iespējams, jums būs nepieciešama sīkāka detalizācija nekā piemērā redzamā, un jūs varat izvēlēties arī citu formātu vai izkārtojumu, tāpēc pielāgojiet to pēc vajadzības.

### Vispārējais mērķis ...

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
...	...	...	...	...	...
...	...	...	...	...	...

## 1) Vajadzību novērtēšana

Mērķgrupas izglītošanas plānošanu ir labi sākt ar to, ka nosaka mērķgrupas mācību vajadzības.

Savā plānā uzskaitiet izglītojamo grupu sarakstā iekļautās mērķgrupas un attiecībā uz katru mērķgrupu izvērtējiet turpmāk minētos jautājumus.

- Ko mērķgrupa pašreiz zina? Ko tā pašreiz dara?
- Kas mērķgrupai pašreiz ir jāzina? Ko mērķgrupai ir jāspēj darīt?
- Kā mērķgrupa tiek pašreiz izglītotā un kā tas tiek darīts? Klātienē? Tiešsaistē? Ar pedagogu? Vai tas ir pietiekami? Vai tas darbojas? Vai kaut kas ir jāmaina?

Jūs varētu uzdot arī citus jautājumus (daudzi no tiem ir sīkāk aplūkoti 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”).

- Kādā vecuma un attīstības posmā ir mērķgrupa?
- Kādam mācīšanās veidam tā dod priekšroku? Kādas metodes palīdzēs tai mācīties?
- Vai mērķgrupa ir nepilngadīgie? Ja tā, kas ir jāizvērtē, izglītojot šo mērķgrupu?
- Vai mērķgrupas dalībniekiem ir kādi traucējumi? Piemēram, personām ar redzes, dzirdes vai kustību traucējumiem var būt grūtības ar piekļuvi.
- Kādos sporta veidos tās piedalās? Vai šajā sporta veidā ir identificēts augsts antidopinga risks (aprunājieties ar darba grupu, kas veic pārbaudes, lai saprastu, kuros sporta veidos ir augsts risks un ir prioritāri jānodrošina izglītība)? Vai ir kāda konkrētam sporta veidam raksturīga informācija, ko mērķgrupai būtu svarīgi zināt?
- Vai mērķgrupā iekļautajām personām ir atšķirīgs izglītības līmenis? Piemēram, vienas valsts sportisti var būt labi izglītoti, savukārt citas valsts sportistiem nekas nav mācīts, tāpēc, ja jūs esat starptautiskā federācija, jums var rasties nepieciešamība izvērtēt izglītības līmeņa atšķirības vienā mērķgrupā.
- Vai mērķgrupa ir motivēta mācīties un mainīt uzvedību? Ja ne, kā jūs varat viņus motivēt? Ko jūs varat darīt savā izglītības programmā, lai rosinātu emocionālo pacēlumu un iesaisti?

Šajā procesā iesaistiet ieinteresētās personas, piemēram, sportistus, trenerus, vecākus, mediķus un valstu federācijas. Jūs varat uzdot šos jautājumus aptaujas veidā, lai iegūtu atgriezenisko saiti, kas palīdzēs jums noteikt mērķgrupas mācīšanās procesa vajadzības. Iepriekš veiktas aptaujas, piemēram, gada noslēguma aptaujas, arī var sniegt ieskatu par mērķgrupu mācīšanās procesa vajadzībām.

---

Sniegtās atbildes palīdzēs jums noskaidrot, ko jūs vēlaties sasniegt, un tādējādi palīdzēs jums noteikt vispārējo mērķi un konkrētos programmas mērķus.

## 2) Vispārējā mērķa noteikšana

Kad esat veikuši vajadzību novērtējumu, nosakiet izglītības programmas vispārējo mērķi, kas būs atspēriena punkts attiecībā uz jūsu mērķgrupām.

Mērķis ir plaša nostādne, kurā nav noteikti kritēriji tā sasniegšanai. Mērķim ir jābūt vienkāršam, un tajā apkopo izglītības programmas nolūku vai nodomu. Piemēram, izglītības programmas vispārējais mērķis varētu būt šāds – *sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā* vai *palīdzēt izglītojamo grupu sarakstā iekļautajiem sportistiem kļūt par ētiskiem, atbildīgiem, proaktīviem dalībniekiem tīrā sportā*.

Var arī izstrādāt uzlabotu plānu, kurā norāda atsevišķus mērķus katrai mērķgrupai visā sportista karjeras ceļā. Turpmāk minēts piemērs.

- Bērniem un jauniešiem – *attīstīt bērniem un jauniešiem vērtības un ētisku sportisku rīcību*.
- Talantīgiem sportistiem – *iepazīstināt talantīgos sportistus ar tīra sporta un antidopinga pamatiem*.
- Valsts līmeņa sportistiem – *sagatavot sportistus antidopingam starptautiskajā līmenī un palīdzēt viņiem nepieļaut netīšu dopingu*.
- Starptautiska līmeņa sportistiem – *sagatavot sportistus dalībai lielajos sporta pasākumos un palīdzēt viņiem nepieļaut netīšu dopingu*.

---

**Vispārējais mērķis** – *sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā*.

---

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
...	...	...	...	...	...
...	...	...	...	...	...

---

## 3) Konkrētu programmas mērķu noteikšana

\* **Piezīme.** Programmas mērķi atšķiras no mācību mērķiem, kas ir definēti šīs nodaļas 5. sadaļā “Mācību mērķu noteikšana”.

Programmas mērķi ir konkrētas, izmērāmas nostādnes, kas parāda, kā jūs sasniegsiet savu mērķi noteiktajā termiņā. Piemēram, ja jūsu mērķis ir *sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā*, tad viens no programmas mērķiem varētu būt šāds – *tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti (100 %) pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu*; varētu būt arī šāds – *visiem*

izglītojamo grupu sarakstā iekļautajiem sportistiem (100 %) būs piekļuve antidopinga informācijai.

**Vispārējais mērķis** – sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā.

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
RTP	Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti (100 %) pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu	...	...	...	...
...	...	...	...	...	...

Ir svarīgi, ka programmas mērķi ir konkrēti un izmērāmi. Tas ļaus jums plānot turpmāko izglītības programmu un pārraudzīt un novērtēt tās gaitu. Piemēram, ja programmas mērķis ir *tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti (100 %) pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu*, tad jūs zināt, ka jums ir jāplāno ievadkurss par tīru sportu un jāpārtrauga, kuri sportisti piedalās šajā izglītības aktivitātē un vai viņi to ir sekmīgi pabeiguši. Jums ir arī jā sagatavo novērtējums, lai izvērtētu viņu mācības, noteiktu, vai izglītības aktivitāte ir bijusi sekmīga un vai jūs esat sasnieguši savu programmas mērķi.

Lai izstrādātu programmas mērķus, ir noderīgi izmantot *SMART* principu:

**S** = konkrēts

**M** = izmērāms

**A** = sasniedzams

**R** = reāli izpildāms

**T** = savlaicīgs

Atbilstoši *SMART* principam izstrādātu programmas mērķu piemēri ir sniegti 5.1. tabulā.

### 5.1. TABULA. PROGRAMMAS MĒRĶU PIEMĒRI SASKAŅĀ AR *SMART* PRINCIPU

MĒRĶGRUPA	PROGRAMMAS MĒRĶIS
Bērni	<ul style="list-style-type: none"> <li>Līdz mācību gada beigām skolotāji visā valstī 10 grupām, kurās ir bērni vecumā no 8 līdz 12 gadiem, pasniegs <i>WADA</i> programmu “Sport Values in Every Classroom” [Sporta vērtības katrā klasē].</li> </ul>
Jaunieši	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sociālo mediju kampaņa, kuras mērķauditorija ir jauniešu vecuma sportisti, proti, gada 3. ceturksnī pirmās 5 nedēļas reizi nedēļā tiks publicēti 5 <i>Instagram</i> ieraksti un 5 <i>TikTok</i> videosīžeti par noturību sportā.</li> </ul>
Talantīgie sportisti	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vismaz 5 jauni pedagogi talantīgiem sportistiem, kas pārstāv 10 prioritāros sporta veidus, sniegs 50 klātienes seminārus.</li> <li>Visiem talantīgajiem sportistiem, kas pārstāv 10 prioritāros sporta veidus, tiks sniegta attiecīgajam attīstības posmam atbilstoša informācija par antidopinga tēmām, izdalot bukletus klātienes semināros un nodrošinot šo informāciju mūsu tīmekļa vietnē.</li> <li>Visiem talantīgajiem sportistiem, kas iekļauti konkrēta sporta veida</li> </ul>

	<p>talantu attīstības programmā, tiks piedāvāts e-mācību kurss “Laipni lūgti tūrā sportā”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Līdz gada beigām 5 dažādu sporta veidu jaunatnes čempionātos tiks īstenoti vismaz 10 informatīvi pasākumi.</li> </ul>
Valsts līmeņa sportisti	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 prioritārajos sporta veidos no katras attiecīgās valsts federācijas tiks apmācīts un apstiprināts vismaz viens pedagogs (jāpabeidz līdz pirmā pusgada beigām).</li> <li>Valsts līmeņa sportistiem, kas sacenšas valsts čempionātos, 2 mēnešus pirms došanās uz čempionātu tiks sarīkots viens klātienē seminārs, kurā tiks pārskatītas pārbaužu procedūras, pieteikumi terapeitiskās lietošanas atļaujas (TLA) saņemšanai, sportistu tiesības un pienākumi, kā arī prasības par atrašanās vietas norādīšanu.</li> <li>Sezonas 1. ceturksnī nacionālajā treniņu bāzē tiks izvēsta informatīvā kampaņa, kurā pedagogs, izmantojot planšetdatoru, sniegs norādes par ADAMS sistēmu.</li> <li>Līdz gada beigām par 20 % palielināsies izglītojamo grupu sarakstā iekļauto valsts līmeņa sportistu iesaiste antidopinga / tīra sporta pasākumos.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 starptautiskos pasākumos tiks izvēstas informatīvās kampaņas starptautiska līmeņa sportistiem.</li> <li>Papildus informatīvajām kampaņām, kas tiks izvēstas 5 starptautiskos pasākumos, pirms šiem pasākumiem tiks izglītoti tie starptautiska līmeņa sportisti, kas tajos piedalīsies (pastāvīgi).</li> <li>Trīs mēnešus pirms olimpisko spēļu sākuma tiks izvēsta sociālo mediju kampaņa, lai informētu par galvenajiem datumiem, par prasībām sniegt informāciju par savu atrašanās vietu un TLA prasībām šajās spēlēs, un vismaz 25 % no olimpisko spēļu sportistiem iesaistīsies šajā kampaņā internetā (dalīsies ar informāciju, atzīmēs “patīk”, veiks ierakstus, izmantojot tēmturus).</li> <li>Visi starptautiska līmeņa sportisti, kas piedalās lielos sporta pasākumos (pasaules čempionātos, olimpiskajās/paraolimpiskajās spēlēs), pirms došanās uz šīm spēlēm pabeigs 3 mēnešu e-mācību kursus.</li> </ul>
	Starptautiska līmeņa sportists
RTP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Viss medicīniskais personāls, kas dodas kopā ar starptautiskajām vienībām, būs pabeidzis medicīnas speciālistiem paredzēto e-mācību kursu.</li> </ul>
ASP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visam izglītojamo grupu sarakstā iekļautajam sportistu atbalsta personālam būs pieejama antidopinga informācija par visām obligātajām tēmām, kas norādītas Kodeksa 18.2. pantā, izmantojot mūsu tīmekļa vietni.</li> <li>Par 50 % palielināsies sportistu atbalsta personāla zināšanas antidopinga jomā par visām obligātajām tēmām, kas norādītas</li> </ul>



	<p>Kodeksa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 18.2. pantā.</li> <li>• 5 starptautiskos pasākumos tiks izvērstas informatīvās kampaņas sportistu atbalsta personālam (pastāvīgi).</li> <li>• Papildus informatīvajām kampaņām, kas tiks izvērstas 5 starptautiskos pasākumos, pirms šiem pasākumiem tiks izglītots tas sportistu atbalsta personāls, kas tajos piedalīsies (pastāvīgi).</li> <li>• Sezonas 1. ceturksnī visiem talantīgo sportistu vecākiem tiks nosūtītas WADA vadlīnijas “Parents’ Guide to Support Clean Sport” [Vadlīnijas vecākiem, kā atbalstīt tīru sportu] PDF versijā.</li> <li>• Līdz 4. ceturksnim tiks nosūtīts informatīvais materiāls “Sport Values in Every Classroom” skolotāju sagatavošanai darba vietā 3 skolu rajonos.</li> </ul>
Sportisti, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visiem sportistiem, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas, tiks pasniegts kurss zināšanu atsvaidzināšanai par obligātajām tēmām (kā norādīts ISE 5.2. pantā) 3 mēnešus pirms diskvalifikācijas termiņa beigām.</li> </ul>

#### 4) Tēmu noteikšana

Jūs esat uzrakstījuši programmas mērķus, tātad jūs zināt, *ko* jūs vēlaties sasniegt. Tagad, *kā* jūs tos sasniegsiet?\*

**\* Jāatzīmē, ka šajā posmā jūs varat vai nu uzskaitīt katrai mērķgrupai risināmās tēmas, vai arī vispirms noteikt mācību mērķus katrai mērķgrupai, aprakstot, ko jūs vēlaties, lai tās zinātu, saprastu un darītu, un izmantot mācību mērķus, lai noteiktu, kādas tēmas tad ir jāietver. Ja vēlaties sākt ar mācību mērķiem, dodieties uz šīs nodaļas 5. sadaļu un, kad esat to izpildījuši, atgriezieties atpakaļ.**

Lai noteiktu tēmas, jums ir jānoskaidro, kas katrai mērķgrupai ir jāiemācās, lai tiktu sasniegti jūsu programmas mērķi. Piemēram, ja programmas mērķis ir *tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu*, jums jānoskaidro, kādas tēmas viņiem ir svarīgi apgūt šajā ievadkursā.

##### a) Obligātās tēmas

ISE 5.2. pantā ir paskaidrots, ka jums izglītības programmā ir jāiekļauj turpmāk minētās tēmas un jāpublisko informācija par katru tēmu (t. i., tai ir jābūt pieejamai jūsu tīmekļa vietnē), lai ieinteresētās personas (t. i., sportisti, sportistu atbalsta personāls utt.) varētu, kad nepieciešams, tai piekļūt:

- principi un vērtības saistībā ar sportu bez dopinga;
- sportistu, sportistu atbalsta personāla un citu grupu tiesības un pienākumi saskaņā ar Kodeksu;
- stingras atbildības princips;
- dopinga lietošanas sekas, piemēram, ietekme uz fizisko un garīgo veselību, sociālās un ekonomiskās sekas un sankcijas;
- ADRV;
- aizliegto vielu un metožu sarakstā iekļautās vielas un metodes;
- ar uztura bagātinātāju lietošanu saistītie riski;

- zāļu lietošana un terapeitiskās lietošanas atļaujas;
- pārbaužu procedūras, tostarp urīna un asins analīzes un sportista bioloģiskā pase;
- pārbaudāmo sportistu reģistra prasības, tostarp informācijas sniegšana par atrašanās vietu un ADAMS sistēmas lietošana;
- iespēja ziņot par aizdomām par dopingu.

Katras tēmas konkrētais saturs (tā detalizācijas pakāpe) ir jāpielāgo, lai tas atbilstu mērķgrupu vajadzībām, un pārbaudāmo sportistu reģistrā iekļautajiem sportistiem ir jāapgūst visas tēmas.

**Vispārējais mērķis** – sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā.

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
RTP	Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā (RTP), visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu	Pārbaudāmo sportistu reģistra prasības, tostarp informācijas sniegšana par atrašanās vietu un ADAMS sistēmas lietošana	...	...	...
...	...	...	...	...	...

## b) Cits saturs

Papildus obligātajām tēmām, iespējams, jūsu organizācijai ir vēl citas prasības. Piemēram, jūsu organizācija varbūt ir noteikusi īpašas vērtības, unikālu praksi vai politikas nostādnes, kas ir jāiekļauj izglītības programmas saturā. Iespējams, jums ir jāizglīto mērķgrupas par dažādām prasībām gaidāmajos sporta pasākumos un par to, kuru jurisdikcijā tie ir. Jūs varētu arī gribēt vairāk izglītot mērķgrupas, sniedzot tām informāciju par uzturu vai vispārējās veselības nodrošināšanas praksi.

Citas tēmas ir jāizvērtē atkarībā no jūsu situācijas. Piemēram, vai ir jāaplūko kādi īpaši tiesību akti valstī vai valstīs, kur sportists trenējas un piedalās sacensībās? Vai jūsu reģionā vai konkrētajā sporta veidā ir kādi konkrēti jautājumi saistībā ar dopinga vai zāļu lietošanu, ko būtu lietderīgi apspriest? Vai ir kādas bažas par veselību vai uzturu, kas būtu jāiekļauj?

## Tēmu izvērtēšana

### Vērtību iekļaušana

Organizācijas var noteikt konkrētas vērtību kopas. Ja jūsu organizācija to dara, apsveriet iespēju iekļaut to kā regulāru tēmu savā izglītības programmā. WADA, piemēram, savā stratēģiskajā plānā atsauca uz godīguma, atklātuma un izcilības vērtībām. Ja jūsu organizācija tās oficiāli pieņemtu, kā tās atbalstītu sportista tiesības un pienākumus? Kā tās atbalstītu jūsu izglītības programmu?

Atgādinājumam Kodeksā ir uzskaitīts arī vērtību kopums, ko jūs varat tieši iekļaut izglītības programmas tēmās. Tās ir ētika, godīga spēle un godīgums, veselība, snieguma izcilība, raksturs un izglītība, prieks un liksme, komandas darbs, aizraušāns un uzticēšanās, noteikumu un likumu ievērošana, cieņa pret sevi un citiem dalībniekiem, drosme, kopība un solidaritāte.

## Organizatoriskais process un procedūras

---

Ja jūsu organizācijas antidopinga programmai ir īpaša kārtība vai procedūras (piemēram, TLA pieteikuma process, paraugu vākšanas aprīkojuma veids utt.), šī tēma jums ir jāiekļauj izglītības programmā. Jums būtu arī jāpastāsta starptautiska līmeņa sportistiem, kā šīs procedūras var atšķirties, kad viņi ir citas antidopinga organizācijas jurisdikcijā (piemēram, kad starptautiska līmeņa sportists dodas uz lielu sporta pasākumu, piemēram, olimpiādi, un tad ir SOK jurisdikcijā) (sīkāku informāciju par izglītošanu par lieliem sporta pasākumiem skat. 8. nodaļā “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”).

### Valsts tiesību aktu aplūkošana

Jūsu valstī var būt tiesību akti par sniegumu uzlabojošu zāļu, piemēram, steroīdu, izklaides narkotiku, uztura bagātinātāju un citu sarakstā iekļauto vielu un metožu, pārdošanu, ražošanu un glabāšanu. Turklāt dažas valstis ir kriminalizējušas dopingus. Kādi tiesību akti ir jāizvērtē vai uz kādiem ir jāatsaucas, izstrādājot izglītības aktivitātes? Ko būtu noderīgi zināt jūsu mērķgrupai par jūsu valsts tiesību aktiem?

### Sociālnarkotikupārbaudes programmu aplūkošana

Dažām valsts federācijām un valdībām papildus Kodeksa prasībām ir arī sociālnarkotiku pārbaudes programmas sportistiem. Sportistiem, kas iekļauti sociālnarkotiku pārbaudes programmās, ir piemērojams arī Kodekss un *ADRV*, tādējādi varētu būt lietderīgi izglītot viņus par abu veidu pārbažu programmu prasībām un procesiem un paskaidrot galvenās atšķirības, kā arī sankcijas un sekas.

### Veselības un uztura problēmu aplūkošana

Tā kā daudzi sportisti brauc uz citām valstīm uz sacensībām un lai trenētos, viņiem būs noderīga informācija par vakcinēšanās prasībām un riskiem, ko rada vietējais ēdiens. Lai mazinātu netīša dopinga riskus, noderīga būs informācija arī par vispārējo veselības stāvokli un uztura paradumiem, atrodoties ārvalstīs, tostarp ārvalstīs pirktu medikamentu pārbaudes paraugprakse.

---

## 5) Mācību mērķu noteikšana

Lai noteiktu mācību mērķus, jums ir jānoskaidro, ko jūs vēlaties, lai katra mērķgrupa zinātu, saprastu un darītu. Piemēram, ja programmas mērķis ir *tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu*, pajautājiet sev, ko es gribu, lai mani *RTP* sportisti zinātu, saprastu un spētu darīt pēc šā ievadkursa pabeigšanas. Ja jūs gribat viņiem mācīt tēmu par *RTP prasībām, tostarp par atrašanās vietu un ADAMS sistēmas lietošanu*, jūsu mācību mērķi varētu būt šādi:

- *visi RTP sportisti zina ADAMS sistēmu;*
- *visi RTP sportisti saprot prasības par atrašanās vietas ziņošanu;*
- *visi RTP sportisti spēj iesniegt savu pirmo ceturkšņa informāciju par atrašanās vietu.*

---

**Vispārējais mērķis** – sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā.

---

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
<i>RTP</i>	<i>Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo</i>	<i>Pārbaudāmo sportistu reģistra prasības, tostarp</i>	<i>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti izprātis ADAMS</i>	...	...

---

sportistu reģistrā ( <i>RTP</i> ), visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu	informācijas sniegšana par atrašanās vietu un <i>ADAMS</i> sistēmas lietošana	sistēmu <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi <i>RTP</i> sportisti sapratīs prasības par atrašanās vietas ziņošanu</li> <li>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi <i>RTP</i> sportisti spēs iesniegt savu pirmo ceturkšņa informāciju par atrašanās vietu</li> </ul>
...	...	...

Rakstot mācību mērķus, atcerieties, ka tiem tāpat kā programmas mērķiem ir jābūt konkrētiem un izmērāmiem. Proti, jums ir jāspēj tos novērtēt.

Un līdzīgi izvēlētajām tēmām arī mācību mērķiem ir jābūt tādiem, kas atbilst izglītojamo grupu sarakstā iekļautajai mērķgrupai. Piemēram, jūs varat risināt ar *RTP* konkrētus pārbaudes procesa elementus (piemēram, *pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs uzskaitīt paraugu vākšanas procesa posmus*), savukārt zemāka līmeņa sportistiem pietiks, ja viņi būs informēti (piemēram, *pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks būs informēts, ka ir pārbaudes process, kas nodrošina tīru sportu*).

Sīkākai informācijai par mācību mērķu rakstīšanu skat. 6. nodaļu “Mācību pieredzes veidošana”.

## 6) Izglītības aktivitāšu plānošana

Izglītības aktivitātes ir mērķgrupu izglītošanas metodes. Proti, kā jūs mācīsiet mērķgrupas par tēmām, kuras, jūsuprāt, ir svarīgi tām mācīties, un kā šīs mērķgrupas sasniegs jūsu noteiktos mācību mērķus.

**Vispārējais mērķis** – sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā.

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Saturs	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
<i>RTP</i>	Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā ( <i>RTP</i> ), visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu	Pārbaudāmo sportistu reģistra prasības, tostarp informācijas sniegšana par atrašanās vietu un <i>ADAMS</i> sistēmas lietošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi <i>RTP</i> sportisti izpratīs <i>ADAMS</i> sistēmu</li> <li>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi <i>RTP</i> sportisti sapratīs prasības par atrašanās vietas ziņošanu</li> </ul>	E-mācības (izglītība antidopinga jomā)	...

- Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti spēs iesniegt savu pirmo ceturkšņa informāciju par atrašanās vietu

## a) Izglītības aktivitāšu veidi

Izglītības aktivitātes (sīkāk skat. 7. nodaļu “Izglītības programmas 4 komponenti”) tostarp ir:

- **informatīvās kampaņas** (piemēram, pasta sūtījumi ieinteresētām personām, tīmekļa vietnes reklāmkarogi, ieraksti sociālajos medijos, tēmturu izmantošana, e-pasta paraksta reklāmkarogi, saziņa ar žurnālistiem);
- **zīmolrade un reklāma** (piemēram, logotipi, saukļi, “PowerPoint” standartformas un krāsu konsekventa lietošana, reklāma, tirgvedība un publicitātes pasākumi);
- **sociālo mediju kampaņas** (piemēram, ieraksti *Twitter*, *Instagram*, *Facebook*, *WeChat*, *Snap Chat*);
- **e-mācības** (piemēram, *ADeL* platformā piedāvātie tiešsaistes kursi, piemēram, “ALPHA” un “Coach True”);
- **individuālas mācības**;
  - **uz sporta pasākumu balstīta izglītība** (piemēram, informēšana);
  - **klātienē semināri**;
  - **tīmekļsemināri**.

## b) Izglītības programmas 4 komponenti (4 komponenti)

Izvēloties izglītības aktivitātes, atcerieties, ka saskaņā ar *ISE* tiek prasīts, ka izglītības programmā ir jāiekļauj 4 komponenti, proti, **uz vērtībām balstīta izglītība**, **izpratnes veidošana**, **informācijas sniegšana** un **antidopinga izglītība** (skat. 5.2. tabulu, kurā sniegts apraksts un piemēri).

Izglītības aktivitātēs šie 4 komponenti var būt iekļauti lielākā vai mazākā apjomā. Tā, piemēram, spēlei “Sport Values in Every Classroom” (*SViEC*) ar bērniem ir spēcīgs uz vērtībām balstīta izglītības komponents, savukārt e-mācību kursam par *ADRV* ir spēcīgs antidopinga izglītības komponents, bet informatīvajam pasākumam, kurā pedagogi sniedz 5 padomus, kā pārbaudīt uztura bagātinātājus, un izsniedz bukletus, kuros dalībnieki var atrast plašāku informāciju, būs gan izpratnes veidošanas, gan informācijas sniegšanas komponents (skat. 7. nodaļu “Izglītības programmas 4 komponenti”).

### 5.2. TABULA. 4 KOMPONENTI

4 KOMPONENTI	APRAKSTS	PIEMĒRS
Uz vērtībām balstīta izglītība	Tādu izglītības aktivitāšu nodrošināšana, kuras uzsver individuālu personīgo vērtību un principu attīstību. Uz vērtībām balstīta izglītības rezultātā veidojas izglītojamā	<i>SViEC</i> spēle ar bērniem

	spēja pieņemt ētiskas rīcības lēmumus.	
<b>Izpratnes veidošana</b>	Ar tīru sportu saistītu tēmu un jautājumu izvirzīšana.	Informatīvais pasākums, kurā pedagogi sniedz 5 padomus, kā pārbaudīt uztura bagātinātājus
<b>Informācijas sniegšana</b>	Ar tīru sportu saistīta precīza, aktuāla satura pieejamības nodrošināšana.	Informatīvais pasākums, kurā tiek izplatīti bukleti ar norādēm uz tīmekļa vietnēm, kurās ir sniegta sīkāka informācija par uztura bagātinātājiem
<b>Antidopinga izglītība</b>	Mācību īstenošana par antidopinga tēmām, lai veidotu kompetenci par tīra sporta uzvedību un pieņemtu informētus lēmumus.	e-mācību kurss par <i>ADRV</i>

### c) Noskaidro, kādu izglītības aktivitāti izvēlēties

Tas, kāda veida izglītības aktivitātes jums palīdzēs izklāstīt attiecīgās tēmas un mērķgrupām palīdzēs sasniegt mācību mērķus, būs atkarīgs no\*:

- i) sporta pasākumu kalendāra;
- ii) pieejamiem resursiem (skat. 3. nodaļu “Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?”);
- iii) konteksta (skat. 3. nodaļu “Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?”);
- iv) mērķgrupas, tās attīstības posma un mācīšanās vajadzībām (skat. 8. nodaļu “Sportista izglītošana visas karjeras garumā” un 6. nodaļu “Mācību pieredzes veidošana”).

**\* Jāatzīmē, ka tas, ko jūs varat darīt savā kontekstā un ar sev pieejamiem resursiem, atšķirsies no tā, ko var darīt cita organizācija, un tas tā var būt. Strādājiet ar tiem līdzekļiem, kas jums ir, lai īstenotu iespējami atbilstošākās izglītības aktivitātes. Izglītība ir elastīga, bet tai ir jābūt ar jēgu!**

#### i) Sporta pasākumu kalendārs

Dažkārt ir noderīgi izstrādāt sporta pasākumu kalendāru un tad noteikt izglītības aktivitāšu īstenošanas grafiku, ņemot vērā to, kas sportistiem un sportistu atbalsta personālam ir jāsaprot un ko jāspēj darīt, gatavojoties sporta pasākumam. Piemēram, ja jūsu sportisti dodas uz olimpiskajām spēlēm un viņiem ir jāspēj sniegt informāciju par savu atrašanās vietu, plānojiet izglītības aktivitātes, kas nodrošinās šīs prasmes.

#### ii) Resursi

Vēl viena pieeja ir vispirms izvērtēt savus resursus un tad noskaidrot, kādas izglītības aktivitātes jūsu organizācija var īstenot. Piemēram, ja jums ir ierobežots budžets, iespējams, jūsu pārbaudāmo sportistu reģistrā iekļautie sportisti var apgūt tikai *WADA* bezmaksas tiešsaistes e-mācību programmu sportistiem *ADeL* platformā. Šādā gadījumā jums būtu jāsaazinās ar *WADA*, lai lūgtu piešķirt *ADeL* administratora tiesības, tādējādi jūs varēsiet pārraudzīt, kas ir pabeiguši šo kursu.

#### iii) Konteksts

Vai arī jūs varat vispirms izvērtēt kontekstu un to, kā vislabāk sasniegt mērķgrupas. Piemēram, ja jums ir jārēķinās ar plašu populāciju, kas ģeogrāfiski ir grūti sasniedzama, apsveriet iespēju rīkot tīmekļsemināru, lai nepastarpināti sasniegtu mērķgrupu. Sīkāku informāciju skat. 5.3. tabulā.

### 5.3. TABULA. IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀŠU NOTEIKŠANA, PAMATOJOTIES UZ KONTEKSTU

Šeit ir sniegti piemēri, kādi pasākumi varētu būt atbilstoši jūsu mērķgrupām, ņemot vērā noteiktu kontekstu vai apstākļus. Jāatzīmē, ka neviens no šiem piemēriem nav domāts kā vienīgais *ja–tad* apgalvojums. Jo vairāk izglītības aktivitāšu mērķgrupa var saņemt, jo labāk.

KONTEKSTS	IESPĒJAMĀS IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES
Jums ir pieejamas mācību telpas, ko izmanto lielākā jūsu RTP grupas daļa	Klātienes semināri
Jūsu organizācijai jau ir pedagogu tīkls vai to var viegli izveidot	Klātienes semināri, tīmekļsemināri, uz sporta pasākumu balstīta izglītība
Vietējie ģeogrāfiskie un tranzīta apstākļi ļauj jūsu personālam doties uz treniņnometnēm	Klātienes semināri
Vietējie ģeogrāfiskie vai politiskie apstākļi liedz šādus braucienus	Tīmekļsemināri, e-mācību kursi, sociālo mediju kampaņa, informatīvā kampaņa
Jūsu izglītojamo grupu saraksts ir ļoti liels, ir nepieciešams veidot liela mēroga sistēmu, kurā viens pedagogs veido saikni ar daudziem dalībniekiem	Tīmekļsemināri, e-mācību kursi, sociālo mediju kampaņa, informatīvā kampaņa
Likumdošanas izmaiņas ietekmē antidopinga vēstījumus (piemēram, tiek legalizēta aizliegtā viela) vai aizliegto vielu sarakstā ir pievienota jauna viela un jums ir ātri par to jāinformē	Sociālo mediju kampaņa, informatīvā kampaņa

#### iv) Attīstības posms un mācību vajadzības

Jūs varat arī vispirms izvērtēt savas mērķgrupas un plānot izglītības aktivitātes, pamatojoties uz to, kādā attīstības posmā tās ir un kas tām ir jānācās. RTP iekļauto sportistu izglītības pieredzei ir jāatšķiras no pieredzes, kāda ir jauniešu vecuma sportistam, kas ir savas karjeras sākumposmā, vai kāda ir bērnam, kas pirmo reizi piedalās sporta sacensībās, tāpēc plānam ir jābūt atbilstošam.

Padomājiet par sportista attīstības ceļu un par to, kā jūs varat apmierināt katras mērķgrupas attīstības un mācību vajadzības. Ja jūs izglītojat jaunāko sportistu grupu, apsveriet iespēju plānot klātienes seminārus, kuros var nodrošināt augstāko mijiedarbību un iesaisti. Vai, ja jums ir multilingvāla grupa, apsveriet iespēju rīkot e-mācību kursu, kuru var iztulkot vairākās valodās. Izglītības aktivitāšu piemērus katram attīstības posmam sportista karjerā skat. 8.1.–8.5. tabulā 8. nodaļā “Sportista izglītošana visas karjeras garumā” vai arī skat. kopsavilkuma tabulu šīs nodaļas beigās (5.5. tabula).

#### 7) Pārraudzības un novērtēšanas procedūru\* plānošana

Šajā posmā ir svarīgi izstrādāt plānu, kā jūs gatavojaties pārraudzīt un novērtēt mācības, kā



---

jūs gatavojaties novērtēt savu programmu un kā jūs gatavojaties noteikt izglītības programmas ietekmi.

**\* Jāatzīmē, ka pārraudzība un novērtēšana (tostarp definīcijas un pārraudzības un novērtēšanas procedūru veikšana) tiks sīkāk aplūkota 10. nodaļā “Programmas pārraudzība un novērtēšana”.**

#### a) Pārraudzības plānošana

Plānojot pārraudzības procedūras, padomājiet, kādu informāciju jūs varat apkopot par izglītības programmu un izglītības aktivitātes laikā, kas jums palīdzētu iegūt faktus par to, kas ir noticis. Pamatojoties uz šo informāciju, jūs varat veikt programmas novērtējumu. Piemēram, vai katra izglītības aktivitāte tika īstenota; kas to īstenoja; kas bija dalībnieki (sniedzot maksimāli iespējamo informāciju – sporta veids, valsts/reģions, dzimums, vecums, sacensību līmenis utt.); vai tika pildīts pārbaudes darbs un saņemta atgriezeniskā saite; kādas atzīmes dalībnieki saņēma par pārbaudes darbiem? Šī informācija palīdzēs jums novērtēt, vai esat sasnieguši programmas mērķus.

#### b) Mācīšanās novērtējuma plānošana

Lai novērtētu, vai dalībnieki izglītības aktivitātes laikā ir ko iemācījušies, i) izstrādājiet mācību mērķu apguves novērtējuma plānu un ii) plānojiet saņemt atgriezenisko saiti par dalībnieku mācību pieredzi.

#### i) Mācību mērķu novērtējuma plānošana

Lai noskaidrotu, vai ir izpildīti mācību mērķi, izstrādājiet pārbaudes darbu plānu (skat. 5.4. tabulu). Tos var īstenot pirms izglītības aktivitātes, tās laikā vai pēc tās beigām.

Piemēram, ja jūsu pārbaudāmo sportistu reģistra (RTP) sarakstā iekļautie sportisti apgūst e-mācību kursu par RTP prasībām, tostarp par savas atrašanās vietas ziņošanas prasībām un ADAMS sistēmas lietošanu, un jūs gribat zināt, vai viņi ir sasnieguši mācību mērķi, proti, pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti saprot prasības par atrašanās vietas ziņošanu, jums būtu jāieplāno kontrolpārbaude, lai novērtētu viņu izpratni par atrašanās vietas ziņošanas prasībām. Lai noteiktu, cik daudz sportisti ir iemācījušies jūsu rīkotās izglītības aktivitātes laikā, sarīkojiet kontrolpārbaudi ar vienādiem jautājumiem, iesākot e-mācību kursu un to noslēdzot.

### 5.4. TABULA. VĒRTĒŠANAS UZDEVUMU VEIDI

Vērtēšanas uzdevumi ir dažādi veidi, kā dalībnieki var parādīt, ko viņi zina (vai nezina). Parasti pārbaudes darbi varētu būt tests vai kontrolpārbaude. Dažkārt testiem un kontrolpārbaudēm liek atzīmes, bet pastāv arī citas iespējas, kā jūs varat dziļāk izmērīt zināšanu apguvi.

---

VĒRTĒŠANAS UZDEVUMI	APRAKSTS	PIEMĒRS	KĀPĒC JUMS TAS IR JĀIZMANTO	KAD JŪS TO VARAT IZMANTOT
Situācijas analīzes vai scenārija darblapa	Situācijas analīze un scenāriji ir patiesi vai izdomāti	Jūs varat izmantot situācijas analīzes vai scenārija	Šāda veida pārbaudes darbs palīdzēs jums izmērīt kritisko	Tīmekļseminārs Klātienēs

---

	<p>stāsti, kuros aprakstīta persona, problēma vai situācija un kurus ir paredzēts analizēt un pārdomāt. Dalībniekiem nolasa vai sniedz informāciju darblapā un pēc tam uzdod vairākus jautājumus vai apgalvojumus, kas jāizvērtē. Stingros situācijas analīzes un scenāriju gadījumos uzdotie jautājumi nav viegli atbildami, rosina kritisko domāšanu un attīsta problēmas risināšanas prasmes.</p>	<p>darblapas, lai redzētu dalībnieka izpratnes līmeni par stingras atbildības principu. Situācijas analīzē var būt aprakstīta situācija, ka sportistam viņa treneris ir uzsmērējis krēmu, nezinot, ka tā sastāvā ir aizliegtā viela. Stāsta turpinājumā varētu uzdot jautājumus par to, kā sportists varētu rīkoties, lai ievērotu stingras atbildības principu, un kādas varētu būt sekas, ja tas netiek darīts.</p>	<p>domāšanu, informācijas uztveri, problēmu risināšanu, risku vadību un spēju izmantot zināšanas. Tas sniegs vairāk apliecinājumu par īstenoto mācību apguves dziļumu nekā piemēram, jautājumi ar atbilžu variantiem.</p>	<p>seminārs E-mācību kurss Uz sporta pasākumu balstīta izglītība (informatīvais pasākums)</p>
Ilustrācija/attēls	<p>Ilustrācija var būt zīmējums, grafiks, modelis, plūsmas diagramma vai jebkāds cits vizuāls atveidojums, kas vairāk balstīts uz attēliem, nevis vārdiem.</p>	<p>Ilustrāciju var izmantot, lai dalībniekiem labāk paskaidrotu dopinga kontroles procesu vai to, kas notiek, ja tiek konstatēts nelabvēlīgs analīžu rezultāts (AAF). Mācību apguvi var izmērīt, uzdodot sportistiem, piemēram, secīgi sarindot posmus.</p>	<p>Šāda veida pārbaudes darbs, visticamāk, palīdzēs dalībniekiem, kuriem labāka ir redzes atmiņa, skaidrāk izteikt savas domas nekā tad, ja rīko parasto kontrolpārbaudi. To būtu noderīgi rīkot arī dalībniekiem, kuriem ir grūtības rakstīt vai lasīt.</p>	<p>Tīmekļseminārs Klātienē seminārs E-mācības, ja jums ir platforma, kas dod iespēju izstrādāt vizuālus atveidojumus Uz sporta pasākumu balstīta izglītība (informēšana)</p>
Kontrolpārbaude	<p>Kontrolpārbaudes parasti ir jautājumi ar atbilžu variantiem, jautājumi, uz kuriem jāatbild "pareizi" vai "nepareizi", vai jautājumi, uz kuriem jāsniedz īsas atbildes, kas tiek izmantotas dalībnieku zināšanu novērtēšanai. Ar</p>	<p>Kontrolpārbaudes var izmantot, lai novērtētu dalībnieku izpratnes vai informētības līmeni par faktiem, piemēram, par aizliegto vielu sarakstā iekļautām vielām.</p>	<p>Kontrolpārbaudes ļauj samērā ātri novērtēt lielu sportistu grupu. Ja kontrolpārbaudes rīko tiešsaistē, tās var piedāvāt dažādās valodās un ar iespēju skaļi nolasīt ar datorprogrammatūru tiem, kam ir redzes traucējumi.</p>	<p>Klātienē seminārs E-mācības Sociālo mediju kampaņa, izmantojot aptaujas funkciju Uz sporta pasākumu balstīta izglītība (informēšana)</p>

	kontrolpārbaudi ir grūtāk novērtēt dziļākas zināšanas, jo dalībniekiem parasti nav jāpaskaidro vai jāpamato savas atbildes.			
		Diskusiju var izmantot, lai novērtētu dalībnieku zināšanas par viņu tiesībām un pienākumiem saskaņā ar Kodeksu. Apmācītiem un apstiprinātiem pedagogiem, kuriem ir zināšanas par saturu, ir jāspēj vadīt sarunu, uzdot konkrētus jautājumus par sportista tiesībām un pienākumiem aprakstītajā situācijā. Sarunājoties ar dalībnieku par attiecīgo situāciju, pedagogam ir jāspēj objektīvi novērtēt dalībnieka spēju piemērot savas tiesības un pienākumus. Pedagogi var uzdot konkrētus, iepriekš sagatavotus jautājumus, ierakstīt atbildi un tad, izmantojot vērtēšanas sistēmu, izmērīt atslēgvārdus vai atkārtoti noklausīties ierakstu, lai dzirdētu “pareizo atbildi”.	Šāda veida pārbaudes darbs ir noderīgs un varētu būt samērā neformāls. Tas palīdz pedagogam sesijas sākumā novērtēt pamatzināšanas (kāds ir dalībnieka sākotnējais zināšanu līmenis) un attiecīgi pielāgot nodarbību, bet to var izmantot arī tamdēļ, lai novērtētu dalībnieku izpratni izglītības aktivitātes beigās, kad ir pastāstīts jaunais saturs. Šāda veida pārbaudes darbs, visticamāk, palīdzēs dalībniekiem, kam ir grūti rakstīt vai lasīt, taču jāuzmanās, ka dalībnieki, kam ir valodas problēmas vai sociofobijas, varētu negribēt piedalīties šādā sarunā, un tas pedagogam varētu traucēt veikt novērtējumu, izmantojot šo metodi.	Tīmekļseminārs Klātienē seminārs Uz sporta pasākumu balstīta izglītība (informēšana)
Diskusija	Diskusiju var rīkot grupā vai individuāli. Var iekļaut jautājumus un atbildes, un iespēju risināt problēmu. Individuāla diskusija notiek, kad viens dalībnieks diskutē ar vienu pedagogu. Ja novērtēšanai rīko grupu diskusijas, ir nepieciešams pieredzējis pedagogs, lai nodrošinātu, ka visiem dalībniekiem ir iespēja izteikties un parādīt apgūtās zināšanas. Arī grupas diskusijā pedagogi var uzdot konkrētus jautājumus dalībniekiem atsevišķi.			
Lomu spēle	Lomu spēle ir īss uzvedums, kurā	Lomu spēles var izmantot, lai	Šāda veida pārbaudes darbs palīdzēs jums	Klātienē seminārs

dalībnieki izspēlē kādu tēlu. Lomu spēlei scenāriju var uzrakstīt iepriekš vai to var izveidot paši tēlotāji. Lomu spēles mērķis ir panākt, ka dalībnieki spēj praktiski iejusties reālās dzīves situācijā vai attīstīt izpratni vai empātiju, iedomājoties sevi konkrētajā situācijā.	novērtētu dalībnieka spēju kaut ko darīt, piemēram, izpildīt dopinga kontroles procedūras vai sniegt ziņas par savu atrašanās vietu.	saskatīt, vai dalībnieki spēj piemērot savas zināšanas un kaut ko darīt. Tas varētu būt īpaši noderīgs dalībniekiem, kam ir kinestētiskā uztvere, kā aprakstīts 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”.
Lomu spēles var izmantot arī tamdēļ, lai atbildētu uz jautājumiem (ierosinot reakciju) vai lai pabeigtu videosižetā parādīto ainu.	Lomu spēles var izmantot, lai dalībnieki parādītu, kā viņi izmantotu savas tiesības konkrētajā situācijā.	

## ii) Mācību pieredzes atgriezeniskās saites apkopošana

Lai saprastu, kāpēc un kā dalībnieki ir vai nav ko iemācījušies izglītības aktivitātes laikā, jums ir jāaplāno iegūt arī atgriezenisko saiti par mācību pieredzi (t. i., kāda ir bijusi atmosfēra, fiziskā telpa, pedagoga pasniegšanas kvalitāte, mācību materiāli, informācijas pasniegšanas veids utt.). Tāpēc ieplānojiet **dalībniekiem iedot atgriezeniskās saites veidlapu** izglītības aktivitātes noslēgumā. Uzdodiet dalībniekiem jautājumus, kas palīdzēs jums noskaidrot, vai šī mācību pieredze ir palīdzējusi vai traucējusi mācīties. Piemēram, lūdziet sniegt atsaukumi par norises vietas piemērotību, sniegto mācību materiālu kvalitāti, nodarbības ilgumu, cik būtiskas mācības ir bijušas dalībniekiem un kāda ir bijusi pedagoga(-u) pasniegšanas kvalitāte (piemēram, skat. 5.1. attēlu).

### 5.1. ATTĒLS. ATGRIEZENISKĀS SAITES VEIDLAPAS PARAUGS

Jautājums. Lūzdu norādīt, kādā mērā jūs piekrītat vai nepiekrītat minētajiem apgalvojumiem, atzīmējot attiecīgo ailīti katram apgalvojumam.

	PILNĪBĀ PIEKRĪTU	PIEKRĪTU	NEITRĀLI	NEPIEKRĪTU	PILNĪBĀ NEPIEKRĪTU
Mācību norises vietā bija laba mācību vide					
Pedagogs runāja skaidri, labā tempā un labi					

---

**komunicēja**

---

**Man bija  
sajūta, ka spēju  
sniegt  
pienesumu  
nodarbībai**

---

**Nodarbības  
ilgums bija tieši  
laikā**

---

**Sniegtā  
informācija ir  
būtiska un man  
noderīga**

---

Atgriezeniskās saites veidlapas var izmantot arī līdztekus pārbaudes darbiem, lai palīdzētu jums noskaidrot, vai esat sasnieguši savus mācību mērķus. Piemēram, pabeidzot izglītības aktivitāti par aizliegtu vielu sarakstu un par to, kā pārbaudīt medikamentus, lai pārlicinātos, vai tie nesatur aizliegtās vielas, jūs varat sportistiem pavaicāt, cik pārlicināti viņi ir par to, ka, lietojot medikamentus, ievēro pareizu procedūru. Tas palīdzēs noskaidrot, cik labi viņi var piemērot mācību kursā iegūtās zināšanas, jo spēja piemērot iemācīto reālās dzīves situācijās ir ikvienas mācību pieredzes galamērķis (piemēram, skat. 5.2. attēlu).

## **5.2. ATTĒLS. PIEMĒRS, KĀ NOVĒRTĒT AR IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTI SAISTĪTU PĀRLIECĪBU**

**Jautājums. Cik pārlicināts jūs tagad jūtaties attiecībā uz to, ka varēsiet izdarīt turpmāk minētās darbības**

(atzīmējiet vienu variantu 10 skaitļu skalā, kur 10 = ļoti pārlicināts un 1 = nemaz neesmu pārlicināts)

---

**Atrast uzticamu informāciju par uztura bagātinātāja riska novērtēšanu**

---

Nemaz neesmu pārlicināts Ļoti pārlicināts

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

---

---

**Atrast uzticamu informāciju par to, kuras vielas ir aizliegtas**

---

Nemaz neesmu pārlicināts Ļoti pārlicināts

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

---

---

**Runāt ar citiem sportistiem par dopinga nelietošanas iemesliem**

---

Nemaz neesmu pārlicināts Ļoti pārlicināts

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

---

---

**Skaidrot atrašanās vietas ziņošanas prasības citiem sportistiem**

---

Nemaz neesmu pārlicināts Ļoti pārlicināts

1	2	3	4	5	6	7	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	----

---

### **c) Programmas novērtēšanas plānošana**

Vispirms jums ir jāizstrādā plāns, kad jūs veiksiet savas programmas novērtēšanu. *ISE* ir noteikts, ka tas ir jā dara vismaz reizi gadā. Ja jūsu izglītības programma ir paredzēta daudzām mērķgrupām / lielam izglītojamo grupu sarakstam un tajā ir daudz izglītības aktivitāšu, dažkārt ir lietderīgi to novērtēt reizi ceturksnī vai pusgadā, lai saprastu, vai esat uz pareizā

---

ceļa. Jūs varat ieplānot gada noslēguma vai programmas pārskatīšanas sanākumi ar pedagogiem, ja jūs izmantojat to pakalpojumus, jo šis ir vēl viens programmas novērtēšanas veids.

Pēc tam jums plānā ir jāparedz, kā jūs veiksiet programmas novērtēšanu. Labā ziņa ir tā, ka informācija, kuru jūs plānojat iegūt pārraudzības procesā un mācību novērtēšanas procedūrās, palīdzēs jums novērtēt visu programmu kopumā un spriest, vai esat sasnieguši programmas mērķus. Turklāt, jo biežāk jūs rīkosiet pārbaudes darbus vienai un tai pašai mērķgrupai un saņemsiet no tās atgriezenisko saiti, jo saturīgāks būs jūsu spriedums, jo jūs varēsiet redzēt mācību gaitu un tendences.

Piemēram, ja programmas mērķis ir *“tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu”* un ja jums ir ieplānots, ka jaunie RTP iekļautie sportisti pabeigs **e-mācību kursu** un jūs **novērtēsiet viņu zināšanas, rīkojot kontrolpārbaudi un lūdzot aizpildīt atgriezeniskās saites veidlapu**, ieplānojiot ievākt datus no visiem jaunajiem RTP iekļautajiem sportistiem, kas piedalās izglītības aktivitātē (un no tiem, kas nepiedalās). Kad gada beigās, piemēram, tiks apkopoti visi dati, kurus būs iesnieguši dažādi RTP iekļautie sportisti, jums būs skaidri redzams kopējais sasniegto sportistu skaits, kādā apmērā izglītības aktivitāte (šajā gadījumā e-mācību kurss) ir palīdzējusi sportistiem iegūt zināšanas un vai e-mācību kursu pabeigušie kopumā to ir atzinuši par noderīgu.

Tad, ņemot vērā programmas novērtējuma rezultātus, jūs varat plānot nākamajā gadā veicamos darbus – vai nu atkārtot to pašu izglītības aktivitāti, vai darīt kaut ko citu, ja mērķgrupas mācīšanās līmenis nav bijis pārāk augsts vai mērķgrupa nav bijusi apmierināta ar mācību pieredzi. Tagad jūs varat pieņemt uz pierādījumiem balstītus lēmumus par savu izglītības programmu.

#### d) Izglītības programmas ietekmes noskaidrošana

Ja vēlaties veikt sīkāku novērtējumu, jums būs jāieplāno papildu informācijas un datu vākšana (skat. 10.1. tabulu, kurā sniegti papildu dati, ko var pārraudzīt, kā arī 10. nodaļas *“Programmas pārraudzība un novērtēšana”* 4. un 5. sadaļu). Tādējādi jūs varēsiet ne tikai izsvērtāk novērtēt savu izglītības programmu, bet arī labāk saprast tās ietekmi.

Galū galā mēs vēlamies novērst vai mazināt dopingus, jo īpaši netīšu dopingus. Piemēram, var gadīties, ka iepriekš aprakstītais e-mācību ievadkurss jūsu RTP iekļautajiem sportistiem ir devis lielāku rezultātu nekā gaidīts un ir pārsniegts programmas mērķis, jo sekmējais vispārēju dopinga novēršanu. Ievācot vairāk datu, varēs veikt labāku analīzi un noteikt tendences, kas galū galā palīdzēs jums atbildēt uz jautājumu – kādas izmaiņas ir panāktas ar izglītības programmu?

Lai noskaidrotu izglītības programmas ietekmi, būtu labi uzdot šādus jautājumus: vai ir mazinājies neierašanās uz pārbaudi gadījumu skaits; vai ir mazinājies informācijas nesniegšanas gadījumu skaits; vai jūsu sportisti tagad spēj pārbaudīt, vai viņu lietotajos medikamentos nav aizliegto vielu; vai ir vairāk un labākas kvalitātes TLA pieteikumu, tādējādi mazākā skaitā tiek ierosināts rezultātu pārvaldības process saistībā ar nelabvēlīgu analīžu rezultātiem (AAF); vai ir vairāk sportistu, kas lieto tādus uztura bagātinātājus, kuriem ir veikta visas partijas testēšana; vai ir mazāk netīša dopinga gadījumu?

Ievācot vairāk datu, jūs varēsiet gūt arī labāku priekšstatu par to, kādu vietu ieņem izglītība

jūsu organizācijā un kā tā sekmē organizatorisko mērķu sasniegšanu. Piemēram, par izglītības vērtību var liecināt dati, kas parāda netīša dopinga gadījumu samazināšanos vai sportistu kopienas lielāku pievēršanos tīram sportam, un abi šie rādītāji var mazināt izmaksas saistībā ar netīša dopinga lietām, kuras var tikt novērstas.

Lai noskaidrotu izglītības programmas ietekmi un ievāktu plašākus datus, jums ir jāieplāno aptauju veikšana un kvalitatīvu datu iegūšana, piemēram, rīkojot intervijas, kā arī jāplāno palielināt pārraudzības procedūru skaitu (skat. 10.1. tabulu, kurā kā piemērs uzskaitīti plašāki dati, kurus var apkopot). Piemēram, var izvērtēt iespēju rīkot aptauju gada sākumā un gada beigās un, iespējams, aptaujāt dažus RTP iekļautos sportistus, kas piedalījušies e-mācību ievadkursa mācībās.

Jūs varētu gribēt arī rīkot aptauju un aptaujāt pedagogus un partnerus, kas ir bijuši procesa sastāvdaļa.

Taču, pirms sākat plašākas informācijas ievākšanas procesu, padomājiet, kādi resursi tam ir nepieciešami, cik pieejama un uzticama ir informācija un vai tā sniegs vērtīgu ieskatu. Plašāka informācija par aptaujām un intervijām kā datu vākšanas metodi ir sniegta 10. nodaļas “Programmas pārraudzība un novērtēšana” 4. sadaļā.

**Vispārējais mērķis** – sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā.

Mērķgrupa	Programmas mērķi	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
RTP	Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā (RTP), visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu	Pārbaudāmo sportistu reģistra prasības, tostarp informācijas sniegšana par atrašanās vietu un ADAMS sistēmas lietošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti izpratīs ADAMS sistēmu</li> <li>Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti sapratīs prasības par atrašanās vietas ziņošanu</li> <li>Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti spēs iesniegt savu pirmo ceturkšņa informāciju par atrašanās vietu</li> </ul>	E-mācības (izglītība antidopinga jomā)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārraugiet, kuri sportisti ir piedalījušiesursos, kādus modulus ir pabeiguši un kādas ir bijušas sekmes katrā modulī, izmantojot e-mācību kursa administratīvo funkciju</li> <li>Novērtējiet zināšanas, rīkojot kontrolpārbaudi pirms un pēc e-mācību kursa <ul style="list-style-type: none"> <li>Iegūstiet atgriezenisko saiti pēc izglītības aktivitātes noslēguma, izmantojot atgriezeniskās saites veidlapu</li> </ul> </li> <li>Organizējiet aptauju gada beigās <ul style="list-style-type: none"> <li>Aptaujājiet</li> </ul> </li> </ul>



5 galvenās  
ieinteresētās  
personas  
(piemēram,  
pedagogus, valsts  
federāciju, 2 RTP  
sportistus, sportistu  
atbalsta personālu)

## 8) Pierakstiet, kāds varētu izskatīties izglītības plāns

Saliekot visu informāciju kopā, 5.5. tabulā ir sniegts ieskicējums, kāds varētu izskatīties izglītības plāns. Ņemiet vērā, ka izglītības plānam ir jādarbojas jūsu labā, tāpēc tas var izskatīties citādāk nekā šis. Jums, piemēram, varētu būt vairāk izglītības aktivitāšu viena programmas mērķa sasniegšanai vai arī jūs varētu gribēt tabulu papildināt ar citām slejām, lai norādītu konkrētus datumus, budžeta posteni vai nepieciešamos mācību materiālus vai arī lai sīkāk precizētu pārraudzības procedūras, kā tas aprakstīts 10. nodaļas “Programmas pārraudzība un novērtēšana” 10.2. tabulā. Ja vēlaties, jūs varat mainīt sleju izkārtojumu, lai tas labāk atbilstu jūsu vajadzībām un plāna atveidojumam. Jūs to varat pielāgot pēc vajadzības.

### 5.5. TABULA. IZGLĪTĪBAS PLĀNA IESKICĒJUMS

Mērķis – sagatavot visus izglītojamo grupu sarakstā iekļautos sportistus tīriem treniņiem un sacensībām sportā.					
Mērķgrupa	Programmas mērķis	Tēmas	Mācību mērķi	Izglītības aktivitāte	Pārraudzības un novērtēšanas procedūras
Bērni	Līdz mācību gada beigām skolotāji visā valstī 10 grupām, kurās ir bērni vecumā no 8 līdz 12 gadiem, pasniegs WADA programmu “Sport Values in Every Classroom” (SViEC).	Ar sportu saistītas vērtības – cieņa, vienlīdzība un iekļautība	Izglītības aktivitātes noslēgumā dalībnieks spēš raksturot iekļautības jēdzienu. Izglītības aktivitātes noslēgumā dalībnieks spēš parādīt cieņpilnu uzvedību, nonākot konflikta situācijā. Izglītības aktivitātes noslēgumā dalībnieks spēš raksturot vienlīdzības jēdzienu.	Klātienes semināri (uz vērtībām balstīta izglītība)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pirms un pēc SViEC programmas īstenošanas pasniedzējiem tiks rīkotas aptaujas. Tiks uzdoti jautājumi par to, kāda ir viņu pieredze un kā viņi uztver bērnu pieredzi, kā arī kādā līmenī bērni saprot saturu.</li> <li>Pasniedzējiem tiks lūgts dalīties ar rīkotā pārbaudes darba rezultātiem.</li> </ul>

Jaunieši	Sociālo mediju kampaņa, kuras mērķauditorija ir jauniešu vecuma sportisti, proti, gada 3. ceturksnī pirmās 5 nedēļas reizi nedēļā tiks publicēti 5 <i>Instagram</i> ieraksti un 5 <i>TikTok</i> videosižeti par noturību sportā.	Ar sportu saistītās vērtības noturība	Pēc sociālo mediju ierakstu noskatīšanās skatītāji spēs aprakstīt, ko nozīmē būt noturīgam.	Sociālo mediju kampaņa (izpratnes veidošana)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Katrs ieraksts sociālajos medijos beigsies ar jautājumu “ko tev nozīmē noturība?”, un dalībnieki tiks mudināti ierakstīt savu komentāru. Šie komentāri tiks pārlūkoti.</li> <li>Tiks pārlūkots, cik reizes ieraksts ir atzīmēts ar “patīk” un retvītots.</li> </ul>
Talentīgi sportisti	Vismaz 5 jauni pedagogi talantīgiem sportistiem, kas pārstāv 10 prioritāros sporta veidus, sniegs 50 klātienes seminārus. Līdz gada beigām 5 dažādu sporta veidu jaunatnes čempionātos tiks īstenoti vismaz 10 informatīvie pasākumi.	Dopinga sekas Pārbaudes procedūras	<ul style="list-style-type: none"> <li>Noslēdzot izglītības aktivitāti, sportists spēs nošķirt veselīgu treniņu praksi no veselībai kaitīgas treniņu prakses.</li> <li>Noslēdzot izglītības aktivitāti, sportists spēs uzskaitīt, kādas ir stratēģijas, lai atgūtos no biežākajām traumām.</li> <li>Noslēdzot izglītības aktivitāti, sportists sapratīs, kādas sekas veselībai rada dopings.</li> <li>Pēc informatīvā pasākuma apmeklējuma sportists būs informēts par pārbaudes procesu un zinās, kā piekļūt sportista tīmekļa vietnei, kur sniegta plašāka informācija par pārbaudēm.</li> </ul>	Klātienes semināri (antidopinga izglītība, uz vērtībām balstīta izglītība) Uz sporta pasākumu balstīta izglītība (izpratnes veidošana, informācijas sniegšana)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Izglītības aktivitātes sākumā un beigās tiks izmantotas scenārija darblapas, lai novērtētu mācību laikā apgūto.</li> <li>Dalībniekiem semināra beigās tiks iedota atgriezeniskās saites veidlapa, lai iegūtu atsauksmi par mācību pieredzi, konkrēti par pedagoga sniegumu.</li> <li>Pēc trim mēnešiem pēc izglītības aktivitātes beigām visiem dalībniekiem tiks nosūtīta aptauja, lai pārbaudītu, vai mācības ir bijušas noderīgas, un lai noskaidrotu, vai ir mainījusies attieksme pret dopingu.</li> <li>Pārraudzīt, cik reizes ir aplūkota tīmekļa vietne nākamajā nedēļā pēc informatīvā pasākuma apmeklējuma.</li> </ul>

					<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārraudzīt, cik dalībnieku ir iesaistījušies sarunā ar pedagogu informatīvajā pasākumā.</li> <li>Pārraudzīt, cik pasta atklātnes ar URL adresi ir paņemtas no informatīvā pasākuma.</li> </ul>
Valsts līmeņa sportisti	Sezonas 1. ceturksnī nacionālajā treniņu bāzē tiks izvēsta informatīvā kampaņa, kurā pedagogs, izmantojot planšetdatoru, sniegs norādes par ADAMS sistēmu.	ADAMS sistēmas izmantošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībniekam būs izpratne par priekšrocībām, ko sniedz ADAMS sistēmas izmantošana saistībā ar ziņu sniegšanu par savu atrašanās vietu.</li> <li>Pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs pieteikties ADAMS sistēmā un sekmīgi iesniegt ziņas par savu atrašanās vietu.</li> <li>Pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks zinās, kur atrast plašāku informāciju par ADAMS.</li> </ul>	Uz sporta pasākumu balstīta izglītība (izpratnes veidošana, antidopinga izglītība)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārraudzīt, cik liels ir informācijas nesniegšanas gadījumu skaits ceturksnī.</li> <li>Novērtēt zināšanu apguvi, novērojot dalībnieku pieteikšanos savā ADAMS sistēmas kontā.</li> <li>Pārraudzīt, cik reizes ir aplūkota ADAMS tīmekļa vietne nākamajā nedēļā pēc informatīvā pasākuma apmeklējuma.</li> </ul>
Starptautiskā līmeņa sportisti	Trīs mēnešus pirms olimpisko spēļu sākuma tiks izvēsta sociālo mediju kampaņa, lai informētu par galvenajiem datumiem, par prasībām sniegt informāciju par savu atrašanās vietu un TLA prasībām šajās	<ul style="list-style-type: none"> <li>TLA pieteikuma process pirms spēļu sākuma un to laikā</li> <li>Prasības par atrašanās vietas sniegšanu</li> </ul>	Persona, kas būs redzējusi ierakstu sociālajos medijos, zinās, kur meklēt plašāku informāciju par atrašanās vietas	Sociālo mediju kampaņa (izpratnes veidošana)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārraudzīt, cik daudz cilvēku ir dalījušies ar ierakstu, atzīmējuši to ar "patīk" un veikuši ierakstus, izmantojot tēmturus.</li> <li>Pārraudzīt,</li> </ul>

	<p>spēlēs, un vismaz 25 % no olimpisko spēļu sportistiem iesaistīsies šajā kampaņā internetā (dalīsies ar informāciju, atzīmēs “patīk”, veiks ierakstus, izmantojot tēmturus).</p>	<p>saistībā ar spēlēm</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Galvenie datumi</li> </ul>	<p>sniegšanu un TLA prasībām attiecībā uz olimpiskajām spēlēm, un zinās galvenos datumus attiecībā uz abām minētajām prasībām.</p>		<p>cik reizes ir aplūkota sportista tīmekļa vietne nākamajā nedēļā pēc ieraksta publicēšanas sociālajos medijos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pārraudzīt, cik daudz ir bijis e-pasta vēstuļu, kurās lūgta sīkāka informācija par TLA, ziņu par atrašanās vietu sniegšanu un olimpiskajām spēlēm.</li> <li>Pārraudzīt, cik liels ir informācijas nesniegšanas gadījumu skaits.</li> <li>Pārraudzīt, cik daudz ir nelabvēlīgu analīžu rezultātu tādas vielas vai metodes lietošanas dēļ, kam nepieciešama TLA.</li> </ul>
	<p>Visi starptautiska līmeņa sportisti, kas piedalās lielos sporta pasākumos (pasaules čempionātos, olimpiskajās/paraolimpiskajās spēlēs), pirms došanās uz šiem pasākumiem pabeigs 3 mēnešu e-mācību kursus.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>TLA pieteikuma process pirms sporta pasākuma sākuma un tā laikā</li> <li>Prasības par atrašanās vietas sniegšanu saistībā ar sporta pasākumu</li> <li>Pārbaudes procedūras saistībā ar konkrēto sporta pasākumu</li> <li>Jurisdikcija attiecībā uz sporta pasākumu</li> <li>Galvenie datumi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pabeidzo t izglītības aktivitāti, dalībnieks, ja nepieciešams, spēš sekmīgi pieteikties TLA.</li> <li>Pabeidzo t izglītības aktivitāti, dalībnieks spēš sekmīgi iesniegt ziņas par savu atrašanās vietu saistībā ar sporta pasākumu.</li> <li>Pabeidzo t izglītības aktivitāti, dalībnieks spēš uzskaitīt, kādi ir pārbaudes procedūras posmi saistībā ar sporta pasākumu.</li> </ul>	<p>E-mācības (izglītība antidopinga jomā)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārraudzīt, cik liels ir informācijas nesniegšanas gadījumu skaits.</li> <li>Pārraudzīt, cik daudz ir nelabvēlīgu analīžu rezultātu tādu vielu vai metodes lietošanas dēļ, kurām nepieciešama TLA.</li> <li>Novērtē zināšanas, rīkojot kontrolpārbaudi pirms un pēc e-mācību kursa un nodrošinot, ka sportisti pēc sporta pasākuma piedalās aptaujā, kurā apraksta savu pārlicību iziet testēšanas procesu sporta pasākuma laikā.</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pabeidzo t izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs noteikt, kā jurisdikcijā viņš ir pirms sporta pasākuma un tā laikā.</li> <li>• Pabeidzo t izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs uzskaitīt sporta pasākuma galvenos datumus.</li> </ul>		
RTP	Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, visi sportisti pabeigs mācību ievadkursu par tīru sportu.	Pārbaudāmo sportistu reģistra prasības, tostarp informācijas sniegšana par atrašanās vietu un ADAMS sistēmas lietošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pabeidzo t izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti zinās ADAMS sistēmu.</li> <li>• Pabeidzo t izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti sapratīs prasības par atrašanās vietas ziņošanu.</li> <li>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti spēs iesniegt savu pirmo ceturkšņa informāciju par atrašanās vietu.</li> </ul>	E-mācības (izglītība antidopinga jomā)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Novērtē zināšanas, rīkojot kontrolpārbaudi pirms un pēc e-mācību kursa.</li> <li>• Pārbauga, kuri sportisti ir pabeiguši kursus un kādas ir bijušas viņu sekmes, izmantojot e-mācību kursa administratīvo funkciju.</li> <li>• Gada sākumā un gada beigās tiks aptaujāti 5 jaunie RTP sportisti.</li> </ul>
ASP	Par 50 % palielināsies sportistu atbalsta personāla (ASP) zināšanas antidopinga jomā par visām obligātajām tēmām, kas norādītas Kodeksa 18.2. pantā.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ar uztura bagātinātāju lietošanu saistītie riski</li> <li>• Aizliegto vielu un metožu sarakstā iekļautās vielas un metodes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pabeidzot izglītības aktivitāti, valsts līmeņa treneri spēs pārbaudīt medikamentu un uztura bagātinātāju etiķetes, vai tajos nav aizliegto vielu un metožu sarakstā</li> </ul>	Klātienē semināri valsts līmeņa treneriem (izglītība antidopinga jomā)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lai novērtētu zināšanu apguvi, dalībniekiem tiks rīkota kontrolpārbaude pirms un pēc izglītības aktivitātes un tiks izspēlēta lomu spēle, kurā dalībniekiem būs jāizskaidro uztura bagātinātāju</li> </ul>

			iekļauto vielu. • Pabeidzot izglītības aktivitāti, valsts līmeņa treneri spēs paskaidrot uztura bagātinātāju lietošanas riskus.		lietošanas riski sportistam. • Tiks izsniegtas atgriezeniskās saites veidlapas, lai iegūtu dalībnieku atsaukumi par savu pieredzi. • Sportistu atbalsta personālam gada beigās tiks nosūtīta aptauja, lai noskaidrotu šo personu pārlicību sniegt atbalstu sportistiem. • Pārrauga AAF un ADRV, lai redzētu, vai kopš pagājušā gada to skaits ir samazinājies.
Sportisti, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas	Visiem sportistiem, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas, tiks pasniegts kurss zināšanu atsvaidzināšanai par obligātajām tēmām (kā norādīts ISE 5.2. pantā) 3 mēnešus pirms diskvalifikācijas termiņa beigām.	• Principi un vērtības saistībā ar sportu bez dopinga • Ar uztura bagātinātāju lietošanu saistītie riski • Aizliegto vielu un metožu sarakstā iekļautās vielas un metodes	• Pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs sasaitīt tīra sporta vērtības ar konkrēto scenāriju. • Pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs uzskaitīt uztura bagātinātāju lietošanas riskus. • Pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs parādīt, kā pārbaudīt, vai medikamentā nav aizliegto vielu sarakstā iekļauto vielu.	E-mācības (uz vērtībām balstīta izglītība, antidopinga izglītība)	• Tiks aptaujāti visi sportisti, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas, pirms mācību sākuma un pēc 6 mēnešiem pēc viņu atgriešanās sacensībās. • Lai novērtētu apgūto, dalībnieki e-mācību kursa beigās veiks situācijas analīzi. • Uzreiz pēc izglītības aktivitātes noslēguma dalībniekiem tiks iedota atgriezeniskās saites veidlapa, lai iegūtu atsaukumi par mācību pieredzi.

## 9) Ieinteresēto personu informēšana par mērķiem, uzdevumiem un gaidām

Lai izglītības programma būtu sekmīga, tajā ir jāiesaistās galvenajām ieinteresētajām

---

personām, tostarp sportistiem, sportistu atbalsta personālam, valstu federācijām un citiem. Vajadzību novērtēšanas procesā (šīs nodaļas 1. sadaļa) tās sniedz nozīmīgu ieguldījumu, tāpēc ir svarīgi tās iesaistīt izglītības programmas īstenošanā un, iespējams, arī izstrādē.

Izvērtējiet savas valsts federācijas, sportistu atbalsta personālu, treniņu bāzes un iestādes. Tie var būt jūsu un izglītojamo grupu sarakstā iekļauto sportistu vidutāji, un tie var noteikt toni tam, kādai ir jābūt izglītībai tīra sporta jomā un vai tā tiek uzskatīta par svarīgu. Ir svarīgi šīs ieinteresētās personas iekļaut un informēt. Ir noderīgi panākt, ka ieinteresētās personas jūt, ka tiek iesaistītas izglītības programmā (un tādējādi tām ir motivācija, lai izglītības programma būtu sekmīga). Tāpēc izvērtējiet, kā jūs varat informēt par saviem plāniem ieinteresētās personas un saskaņot ar tām savus mērķus, uzdevumus un gaidas.

- Apspriedieties par to, kā jūs varat sadalīt pienākumus ar valsts federācijām vai nu formāli ar izglītības programmas starpniecību, vai neformāli (piemēram, jūs piedāvājat izglītības aktivitāti, bet valsts federācija atbild par savu sportistu apmeklējumu).
- Konsultējieties ar valsts federācijām un citām ieinteresēto personu grupām, izstrādājot programmas mērķus un mācību mērķus izglītojamo grupu sarakstā iekļautajām mērķgrupām.
- Iesaistiet valsts federācijas un citas ieinteresēto personu grupas pārskatīšanas procesā, lai saņemtu no tām atgriezenisko saiti, kas palīdzētu jums veikt izmaiņas izglītības programmā.
- Ja atbilstīgi, aiciniet ieinteresētās personas iesaistīties izglītības aktivitātēs kā jomas ekspertiem.
- Piedāvājiet ieinteresēto personu iesaistes un profesionālās pilnveidošanās pasākumus valsts federācijām un citām ieinteresēto personu grupām (piemēram, izglītību tīra sporta jomā un mācības, kas būtu pielāgotas konkrētajam sportistu atbalsta personālam, medicīnas darbiniekiem, vecākiem utt.) vai pat ikgadējās konferences par tīru sportu.
- Publicējiet izglītības plāna kopsavilkumu, galvenās iezīmes vai arī visu plānu kopumā.
- Nodrošiniet, lai ieinteresēto personu atgriezeniskā saite tiktu iekļauta programmas novērtēšanas procesā.

Atcerieties, ka sportisti un sportā iesaistītie ir aizņemti cilvēki. Jums ir jāpanāk viņu atbalsts un viņi jāpārliecina atlicināt laiku mācībām. Izglītība ir rīks, kas palīdz aizsargāt tīru sportu un sportistu karjeru. Viens no jūsu uzdevumiem drīzāk varētu būt informēšana par izglītības priekšrocībām un par to, kāpēc tā ir svarīga, nevis tikai citu lietu darīšana. Neviens nevēlas, lai iespējamais čempions kādā sporta veidā zaudētu vien tāpēc, ka kaut ko nav zinājis, un to var novērst ar izglītošanu.



---

### 3. SADAĻA

#### Izglītības programmas īstenošana

3. sadaļā ir 6., 7., 8., 9. un 10. nodaļa. Šajā sadaļā ir sniegts atbalsts attiecībā uz Izglītības starptautiskā standarta 5.0. pantu “Izglītības programmu īstenošana” un 6.0. pantu “Izglītības programmu izvērtēšana”, lai palīdzētu jums veidot mācību pieredzi, iekļaut izglītības aktivitātēs izglītības programmas 4 komponentus, izglītot sportistu visas karjeras garumā, iekļaut uz vērtībām balstītu izglītību, kā arī pārraudzīt un novērtēt izglītības programmu.



## 6. NODAĻA

### Mācību pieredzes veidošana



#### PANĀKT, KA DALĪBNIKĪEM TIEK DOTA MAKSIMĀLA IESPĒJA MĀCĪTIES

Kad esat panākuši, ka jūsu organizācijā izglītība ir kļuvusi par prioritāti, un esat izstrādājuši izglītības programmas plānu, jums ir jāsāk domāt, kā jūs varat veidot efektīvu mācību pieredzi. Pajautājiet sev, kas man ir jādara, lai dalībnieki patiešām kaut ko iemācās?

Mācību pieredzi veido fiziskā telpa, atmosfēra, mācību uzdevumi, pārbaudes darbi, saturs, pedagogs un daudz kas cits, kas palīdz cilvēkiem mācīties. Labi veidota mācību pieredze vairo viņu spēju mācīties.

Mācību pieredze ir stipri attālinājusies no tradicionālajām lekcijām, kurās dalībnieki vien klusi sēž un lektors runā klases priekšā. Šodien mācību pieredze bieži vien ir vērsta uz pašu dalībnieku, proti, vide un mācību uzdevumi (t. i., tas, kas dalībniekiem jādara, lai palīdzētu viņiem mācīties, piemēram, spēles, dalība grupas diskusijās utt.) ir veidoti tā, lai tiktu izpildītas dalībnieku vajadzības.

Mācību pieredze ir ne tikai informatīva, bet arī aizrautīga un iesaistoša, klases telpas ir reālas vai virtuālas, un dalībnieki aktīvi iesaistās mācību procesā – viņi dalās, apspriežas un mijiedarbojas viens ar otru un ar pedagogu.

Šī nodaļa palīdzēs jums saprast, kā cilvēki mācās un kas palīdz vai traucē mācīties. Visas izglītības aktivitātes ir jāveido tā, lai palīdzētu cilvēkiem mācīties.

---

Veidojot mācību pieredzi, padomājiet:

- 1) kā cilvēki mācās;
- 2) kādā vidē mācības notiks;
- 3) kādi cilvēki mācīsies;
- 4) kādi ir mācību uzdevumi;
- 5) kā sakārtot šīs idejas nodarbības plānā;
- 6) kā šie faktori attiecas uz e-mācībām.

## 1) Kā cilvēki mācās

Mācības notiek pakāpeniski un ir laukietilpīgas. Mācības ir jānostiprina un jāatkārto, un prasmes ir jātrenē. Viena izglītības aktivitāte sniedz tikai vienu formālu mācību pieredzi. Tā var būt noderīga, taču nav pietiekama, lai nodrošinātu maksimālu vai noturīgu mācīšanos ilgākā laukposmā. Tāpēc Izglītības starptautiskajā standartā (*ISE*) ir prasīts, lai jūs plānotu izglītības programmu, kurā iekļautas vairākas izglītības aktivitātes laika gaitā.

Cilvēki vislabāk mācās tad, ja ir motivēti un jūtas emocionāli droši, kā arī tad, ja ir izrauti no savas komforta zonas un kādu laiku jūtas nekomfortabli. Padarot mācīšanos par būtisku sastāvdaļu, cilvēki tiek motivēti virzīties uz priekšu, un atbalstoša, neapdraudoša mācību vide ir droša vieta, kur cilvēks var atļauties riskēt un kļūdīties, jo tas viss ietilpst mācīšanās procesā.

Lai virzītu dalībniekus uz nākamo mācīšanās posmu, jums jācenšas noteikt, kādā mācīšanās posmā tie atrodas šobrīd, un jāizmanto izglītības aktivitātes, lai virzītu dalībniekus uz priekšu pa mācību kāpnēm (kā norādīts 6.1. attēlā). Tas nozīmē, ka tad, ja dalībnieks var **“atcerēties”**, ka uztura bagātinātāji ir risks, jūsu mērķim ir jābūt likt **“saprast”**, kā tie rada risku. Tiklīdz dalībnieks to **“saprot”**, nākamajā mācību posmā jūsu mērķim ir jābūt stiprināt šo sapratni un virzīt dalībnieku uz to, lai šī sapratne tiek **“piemērota”**. Tas ir posms, kurā dalībnieki var sākt piemērot iegūtās zināšanas par uztura bagātinātājiem un pareizi rīkoties, lai pārvaldītu šos riskus.

Šī mācīšanās hierarhija ir sīkāk aprakstīta, izmantojot a) kognitīvo aspektu un b) emocionālo aspektu – tās ir 2 jomas, kā cilvēki mācās.

### a) Kognitīvais aspekts

Kognitīvais aspekts ir mācīšanās procesa intelektuālā daļa, un bieži vien tas ir tas, ko cilvēki iztēlojas, kad domā par izglītību. Kognitīvā joma ir tas, kā persona iegūst, apstrādā un izmanto informāciju un kā pilnveido savas zināšanas.

Mācīšanās uzdevumu veicināšana, informācijas sniegšana, dalīšanās ar saturu un izpratnes veicināšana – tas viss stiprina kognitīvu mācīšanos.

Ir vairākas kognitīvās mācīšanās pakāpes jeb slāņi. Kā parādīts 6.1. attēlā, no kognitīvā aspekta mācīšanās procesā jūsu virzība pa kāpnēm notiek šādi – vispirms jūs informāciju atceraties, tad saprotat informāciju, pēc tam jūs to piemērojat, tad analizējat, tad novērtējat un, visbeidzot, jūs kaut ko radāt, pamatojoties uz šo informāciju. Doma ir tāda, ka mācīšanās procesā jums secīgi jāiziet visi šie posmi. Piemēram, ja jūs mācāt sportistu, ka pastāv aizliegto vielu un metožu saraksts, viņam vispirms ir jāatceras, ka tāds saraksts pastāv, un jāsaprot, kas tas tāds ir, un tikai pēc tam viņš var izmantot šīs zināšanas, lai skatītos, vai zāļu pudelītē nav

iekļauta aizliegtā viela, un analizētu to.

Tas ir jāatceras arī tad, kad rakstāt mācību mērķus (kā aprakstīts 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”). Mācību mērķi skaidri pasaka, ko jūs vēlaties, lai dalībnieki zinātu, saprastu un spētu darīt. Tāpēc centieties izmantot konkrētus vārdus, kas precīzi raksturo, kādu zināšanu apguves līmeni jūs sagaidāt no dalībniekiem izglītības aktivitātes noslēgumā. Tas, kā jūs uzrakstīsiet mācību mērķus, var noteikt to, kādu apguves līmeni jūs, visticamāk, sasniegsiet.

Piemēram, ja jūs vēlaties, lai dalībnieki saprot, kādas ir dopinga sekas, jūs varētu teikt – *pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs savam līdzgaitniekam kodolīgi pastāstīt, kādas ir dopinga sekas*. Taču, ja gribat, lai dalībnieki mācībās sasniegtu “analīzes” līmeni par dopinga sekām, jūsu mācību mērķis varētu būt – *pabeidzot izglītības aktivitāti, dalībnieks spēs izskatīt scenāriju un secināt, kā dopings var negatīvi ietekmēt sportistu* (skat. 6.2. attēlu, kurā ir sniegti arī citi aprakstošie vārdi).



6.1. attēls. Kognitīvās mācīšanās hierarhija<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Ņemts no *Vanderbilt University Center for Teaching*, <https://cft.vanderbilt.edu/guides-sub-pages/blooms-taxonomy/>.



6.2. attēls. Aprakstoši vārdi mācību mērķu rakstīšanai<sup>4</sup>

b) Emocionālais aspekts

Emocionālais aspekts ir mācīšanās procesa emocionālā izpausme un ir saistīts ar vērtībām, attieksmi, motivāciju un sajūtām.<sup>5</sup> Tas ir aspekts, kas palīdzēs jums īstenot uz vērtībām balstītas izglītības aktivitātes un mainīt sportistu un sportistu atbalsta personāla uzvedības maiņu.

Šis aspekts risina arī dalībnieka ieguldījumu tematikā un iezīmē dalībnieka izaugsmi no brīža, kad viņš vēlas vienkārši iegūt informāciju par tēmu, līdz brīdim, kad šī informācija tiek integrēta un kļūst par uzvedības modeli ikdienas dzīvē (skat. 6.3. attēlu).

Jūs varat rakstīt mācību mērķus un izstrādāt izglītības aktivitātes, izmantojot emocionālo hierarhiju (tas varētu būt jo īpaši svarīgi uz vērtībām balstītas izglītības aktivitātēs). Piemēram, jūs varētu vēlēties veicināt cieņu un gribēt, lai dalībnieki *spētu ar cieņu uzklaut viens otru*. Tādā gadījumā dalībniekiem būtu jāatrodas uz emocionālās hierarhijas kāpnēm (skat. 6.3. attēlu) uztveršanas līmenī. Tad, ja vēlaties, lai dalībnieki būtu reaģēšanas līmenī, jūs varētu rakstīt, ka mācību mērķis ir – *dalībnieki spēs viens pret otru izturēties ar cieņu*.

<sup>4</sup> Ņemts no <https://www.pinterest.ca/pin/262616221994594601/> un <https://tips.uark.edu/blooms-taxonomy-verb-chart/>.

<sup>5</sup> Informācija ņemta no *University of Victoria* [https://www.uvic.ca/til/assets/docs/for\\_courseteams/Domains-of-Learning.pdf](https://www.uvic.ca/til/assets/docs/for_courseteams/Domains-of-Learning.pdf).



### 6.3. attēls. Emocionālās mācīšanās hierarhija<sup>6</sup>

#### 2) Vide

Mācīšanās process vislabāk notiek tad, ja personas ir relaksētas, ērti jūtas, ir siltumā, paēdušas, nav nogurušas, ir iesaistītas, jūtas svarīgas un īpašas, var mijiedarboties un viegli līdzdarbojas, maksimāli netiek traucētas, tādējādi var koncentrēties, jūt atbalstu un pamudinājumu un izjūt prieku! Šos faktorus jūs varat nodrošināt, plānojot mācību vidi, kas ietver a) fizisko telpu un b) atmosfēru.

#### a) Fiziskā telpa

Domājot par fizisko telpu, tas ir, par telpas vispārējo uzbūvi un izkārtojumu, izvērtējiet turpmāk minētos jautājumus.

- Vai mēbeles ir pārvietojamas?
  - Jo elastīgāk jūs varat manipulēt ar mēbelēm, jo vairāk jums ir mācību pasākumu un mijiedarbības iespēju. Piemēram, aizvācot galdus un izkārtojot krēslus aplī, jūs veicināsiet iekļautības un vienlīdzības sajūtu; aizvācot mēbeles pavisam, jums būs atklāta telpa, ko var izmantot spēlēm vai demonstrējumiem (piemēram, lomu spēlēm); sagrupējot mēbeles, jūs stimulēsiet mijiedarbību un tas būs noderīgi darbībās, kurās dalībniekiem ir jāstrādā kopā.
- Vai jūs varat regulēt telpas apgaismojumu?
  - Atkarībā no diennakts stundas dažkārt ir jārisina telpas apgaismojuma jautājums. Spilgta saules gaisma var traucēt, savukārt pārāk tumšā apgaismojumā ir grūti lasīt un rakstīt.
  - Arī telpas bez logiem var traucēt mācīties, tāpēc centieties mācības vadīt telpās ar dabisko gaismu vai taisiet starpbrīžus ārpus telpas, lai dalībnieki atgūtu enerģiju.
- Vai jūs varat regulēt telpas temperatūru?
  - Atkarībā no gadalaika vai ēkas tipa, kurā jūs atrodaties, temperatūra var strauji celties, tiklīdz dalībnieki sāk pārvietoties pa telpu. Lai dalībnieki justos komfortabli, apsveriet iespēju atvērt logus vai regulēt termostatu. Izvērtējiet, vai dalībniekiem ir tūlītēji pieejams ūdens – tas palīdzēs, ja telpa ir pārāk sausa un/vai silta.
- Vai telpa ir fiziski pieejama?
  - Izvērtējiet dalībniekus, kam ir kustību traucējumi un kas nevar izmantot kāpnes vai kam ir grūtības pārvietoties šaurās telpās. Vai ir pacelājs? Vai var pārvietot mēbeles, lai nodrošinātu dažādas kustību iespējas?

<sup>6</sup> Ņemts no *Warwick University* resursa

[https://warwick.ac.uk/fac/soc/ces/news/mathematicsresilience/proceedings/bloomffect\\_taxonomy.pdf](https://warwick.ac.uk/fac/soc/ces/news/mathematicsresilience/proceedings/bloomffect_taxonomy.pdf)



---

Ja rīkojat semināru klātienē, tad mācību vidi palīdz uzlabot arī mazas nianšes, piemēram, savlaicīga ierašanās, lai iekārtotu telpu tā, lai var sasveicināties ar dalībniekiem, pajautāt, kā katru sauc, un agrāk sākt veidot atskaiti. Var izvērtēt iespēju uz galdiem nolikt piezīmju lapiņas, pildspalvas, krāsainu papīru utt., lai telpa būtu aicinoša un stimulējoša.

## b) Atmosfēra

Domājot par mācību vides atmosfēru, padomājiet par to, ka, jo ērtāk dalībnieki jutīsies, jo ar lielāku varbūtību viņi aktīvi iesaistīsies mācību procesā. Plānojot savu mācību pieredzi, mēģiniet uzdot sev turpmāk minētos jautājumus.

- Vai dalībnieki jūtas gaidīti un droši (fiziski un emocionāli), paēdināti un atbalstīti?
- Vai dalībniekiem ir piederības vai kopienas sajūta?
- Vai dalībnieki uzticas jums, jūsu organizācijai, pedagogam un jūsu rīkoto mācību pieredzei?
- Vai dalībnieki jūtas mudināti piedalīties, dalīties un sniegt atgriezenisko saiti?
- Vai videi ir pozitīva noskaņa?
- Vai mācību temps ir efektīvs, lai noturētu interesi un dotu laiku uzņemt vai apstrādāt informāciju?

Ir svarīgi apzināties, ka tamdēļ, lai izveidotu ērtu atmosfēru, kas atrisina visus minētos komponentus, ir nepieciešams laiks un jums, iespējams, ir tikai viens klātienē seminārs ar mērķgrupu. Tomēr jūs (vai pedagogi) varat spert mazus soļus, kam ir tūlītēja ietekme. Apsveriet turpmāk minētos ierosinājumus.

- Izglītības aktivitātes ievadā aprunājieties ar grupu. Iepazīstiniet ar sevi, pastāstiet, ka ar nepacietību gaidījāt tikšanos ar dalībniekiem, izklāstiet izglītības aktivitātes nolūku un varbūt arī ieskicējiet to, kas sagaidāms.
- Pajautājiet, ko viņi cer iegūt no mācību nodarbības un kā, viņuprāt, varētu vislabāk mācīties – to var darīt, rīkojot aptauju pirms izglītības aktivitātes, lai apzinātu mācību saturu un stilu, vai arī semināra sākumā, pajautājot dalībniekiem: “Kas jums palīdz mācīties? Kas jums traucē mācīties?”
- Pedagogam būtu jāiepazīstina ar sevi un nedaudz jāpastāsta, kāpēc viņu interesē sports un kā viņš kļuvis par pedagogu. Ja arī jūs esat klāt, jums būtu jādara tāpat. Padomājiet, kā jūs varat izveidot saikni ar dalībniekiem, pastāstot kaut ko par viņu pārstāvēto sporta veidu. Tas parādīs, ka jums interesē dalībnieki un viņu sporta veids.
- Pedagogiem būtu jālūdz, lai dalībnieki nosauc savu vārdu un nedaudz pastāsta par sevi. To var darīt pa pāriem un uzdodot izklaidējošus jautājumus, lai palīdzētu cilvēkiem izveidot saikni (piemēram, pastāstīt kādu neparastu vai interesantu faktu par savu partneri).
- Pedagogiem būtu jāpastāsta, uz kādām vērtībām izglītības aktivitāte balstās, un jāapspriež to nozīme ar dalībniekiem.
- Pedagogiem izglītības aktivitātes ievadā būtu jāpastāsta par mācību mērķiem.
- Lūdziet pedagogiem būt pozitīviem un lai viņi mudina dalībniekus piedalīties, mijiedarboties un sniegt atgriezenisko saiti visā izglītības aktivitātē.
- Pastāstiet dalībniekiem, ka viņiem būs iespēja sniegt atgriezenisko saiti pēc izglītības aktivitātes noslēguma (un pārliecinieties, ka pēc izglītības aktivitātes tiek sniegta atgriezeniskā saites veidlapa, kā aprakstīts 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”).



---

### 3) Cilvēki

Domājot par cilvēkiem, kas piedalās jūsu izglītības aktivitātē, izvērtējiet, kas viņi ir, no kurienes un kā viņi varētu mācīties.

Cilvēki uztver un apstrādā informāciju dažādos veidos. Padomājiet, kādas mēbeles ir jāuzstāda – dažiem patīk būvēt bez instrukcijām (viņiem patīk darīt – viņiem ir kinestētiskā uztvere), dažiem patīk visu skaļi lasīt un sarunāties procesā (viņiem ir dzirdes uztvere), bet citi savukārt dod priekšroku skatīties uz attēliem un diagrammām (viņiem ir redzes uztvere). Tas pats attiecas uz norādījumu sniegšanu – daži vēlas iet kopā ar jums un rādīt ceļu (kinestētiskā uztvere), daži dod priekšroku kartes zīmēšanai (redzes uztvere), bet vēl citi sniegs jums garas instrukcijas (dzirdes uztvere).

Mācīšanās visdrīzāk notiek tad, ja informācijas pasniegšanas veids sakrīt ar personas mācīšanās preferencēm. Tāpēc saturs ir jānodod dažādos veidos (piemēram, izmanto tekstu un attēlus vai arī tekstu izceļ, izmantojot dažādas krāsas), lai palīdzētu personām ar redzes vai dzirdes uztveri, un mācību uzdevumos ir jāuzsver “darīšana” ar rokām, lai palīdzētu tiem, kuriem dominē kinestētiskā uztvere. Vienmēr centieties ņemt vērā šīs mācīšanās preferences, lai ikvienam palīdzētu mācīties un atcerēties. Sportisti parasti ir kinestētiķi – viņiem patīk būt aktīviem un visu “darīt”.

Svarīgi ir atcerēties, ka pieaugušie un bērni mācās atšķirīgos veidos. Parasti pieaugušie mācībās sevi vada paši, viņi pārbauda jauno informāciju un vēlas redzēt praktisku un tūlītēju lietojumu tam, ko ir iemācījušies. Tomēr arī pieaugušie līdzīgi kā bērni vēlas gūt prieku. Visi šie faktori ir jāizvērtē, veidojot mācību pieredzi.

Tātad, ar ko sākt?

Labs pirmais solis ir veikt aptauju vai aprunāties ar dalībniekiem vai, iespējams, tiem, kas viņus pazīst vislabāk (piemēram, ja mācāt sportistus, pirms izglītības aktivitātes aprunājieties ar viņu vecākiem vai treneriem). Mācību nodarbības sākumā var iekļaut arī vienkāršu mācīšanās stilu noteikšanas pasākumu (proti, pasākumu, kas palīdz noteikt indivīda mācīšanās preferences). Tas ļaus jums iegūt labāku priekšstatu par dalībniekiem un par to, vai kādam nav īpašu prasību mācībās.

Ja šo informāciju nav iespējams iegūt pirms mācību pasākuma, pedagogiem ir jānodrošina, ka mācību nodarbībā viņiem ir plašs materiālu un pasākumu klāsts, kas atbilst dažādiem mācīšanās stiliem. Apmācītiem un apstiprinātiem pedagogiem savas darbības ir jāplāno šādā veidā, un tad mācīšanās process, visticamāk, notiks.

Pieredzējušiem pedagogiem ir jābūt prasmēm gan gūt priekšstatu par dalībnieku mācīšanās preferencēm, gan arī reāllaikā pielāgot savas nodarbības tā, lai šīs preferences tiktu ņemtas vērā (skat. 12. nodaļu “Pedagogu mācības un apstiprināšana”, kurā sniegta plašāka informācija par pedagogu efektīvām mācībām).

Izvērtējot mācīšanās stilus, pajautājiet sev turpmāk minēto.

- Kādas mācīšanās vajadzības ir dalībniekiem? Vai kādam no viņiem ir īpašas mācīšanās vajadzības?

**Lai sniegtu atbalstu tiem, kuriem ir kādas mācīšanās vajadzības, izvērtējiet šādus aspektus:**

- nodrošiniet viņiem partneri, kas var palīdzēt, sniedzot norādes;

- 
- nodrošiniet dalībniekiem drukātus materiālus, lai viņi var sekot mācībām savā tempā;
  - pasniedziet informāciju dažādos veidos, piemēram, ar spēlēm vai vizuāliem atveidojumiem (piemēram, tabulām, grafikiem, diagrammām, attēliem);
  - visas izglītības aktivitātes laikā uzdodiet dalībniekiem jautājumus, lai pārbaudītu, vai dalībnieki ir sapratuši mācīto.

- Vai mācības notiek valodā, kas kādam no dalībniekiem ir otrā vai pat trešā svešvaloda?

**Lai sniegtu atbalstu tiem, kuriem ir kādas valodas vajadzības, izvērtējiet šādus aspektus:**

- nodrošiniet dalībniekiem partneri, kas var sniegt atbalstu;
- iztulkojiet mācību materiālus;
- pasniedziet informāciju dažādos veidos, piemēram, ar spēlēm vai vizuāliem atveidojumiem (piemēram, tabulām, grafikiem, diagrammām, attēliem);
- uzziniet, varbūt dalībnieki var paņemt tulku vai var izmantot tulkošanas lietojumprogrammu telefonā;
- uzdodiet dalībniekiem jautājumus, lai pārbaudītu, vai viņi ir sapratuši vielu;
- runājiet lēnākā tempā un atkārtojiet sacīto dažādos veidos.

- Vai kādam ir fiziski traucējumi, kas ietekmē mācīšanos? Vai kādam ir redzes traucējumi? Vai kādam ir dzirdes traucējumi?

**Lai sniegtu atbalstu tiem, kuriem ir kāda invaliditāte, izvērtējiet šādus aspektus:**

- izpētiet, kas nepieciešams mācībās personām ar invaliditāti, lai saprastu, kā efektīvi pasniegt saturu, un mēģiniet aprunāties ar tiem, kam ir lielāka pieredze, mācot dalībniekus, kuriem ir šīs īpašās vajadzības;
- nodrošiniet tādas ar kustībām saistītus mācību uzdevumus, kurus var izpildīt visi dalībnieki bez ierobežojumiem – esiet gatavi pielāgoties;
- personām ar redzes traucējumiem:
  - pārrakstiet mācību materiālus braila rakstā (ja iespējams),
  - savlaikus nosūtiet mācību materiālus dalībniekiem, lai viņi var sagatavoties,
  - nodrošiniet dalībniekam partneri, kas var raksturot notiekošo,
  - nodrošiniet dalībniekam planšeti vai datoru, kurā ir teksta palielināšanas vai teksta audiolasīšanas programmatūra;
- personām ar dzirdes traucējumiem:
  - nodarbībai nodrošiniet titrus,
  - nodrošiniet dalībniekam partneri, kas pieraksta piezīmes,
  - izmantojiet mikrofonu,
  - noalgojiet zīmju valodas tulku, ja iespējams;
- attiecīgā gadījumā darbojieties praktiskā veidā, izmantojiet tausti.

- Kāds ir dalībnieku vecums? Kā mācīšanās vajadzības atšķiras pieaugušajiem un bērniem?

**Lai sniegtu atbalstu pieaugušajiem, izvērtējiet šādus aspektus:**

- pieaugušajiem labumu dod tāda mācību vide, kurā viņi jūtas pieņemti, cienīti un atbalstīti. Viņi dod priekšroku neformālākam tonim. Viņi ir sevi pilnībā realizējušas personas (t. i., viņi zina, kas viņi ir, kādas ir viņu stiprās un vājās puses) un gūst labumu, ja pret viņiem šādi izturas;
- mācību procesā pieaugušie koncentrējas uz problēmu, nevis saturu. Proti, viņi labāk mācās, risinot problēmu, nevis iegaumējot informāciju. Piemēram, pieaugušajiem labāk derēs aktivitāte, kurā dalībnieki pārbauda noteiktu medikamentu statusu, vai tajos nav aizliegto vielu sarakstā iekļauto vielu, nevis šā saraksta lasīšana un iegaumēšana;

- pieaugušie paši vada savu mācību procesu (t. i., viņi paši ierosina un regulē mācīšanos) un gūst labumu, ja redz motivāciju mācīties. Izskaidrojiet mācību sesijas un tās tēmu nozīmi un to, kāpēc tā ir svarīga. Tāpat pajautājiēt dalībniekiem, ko viņi vēlētos zināt par konkrēto tēmu;
  - pieaugušajiem patīk sadarboties. Izvērtējiet iespēju iekļaut grupu pasākumus un iesaistīt dalībniekus, ļaujot viņiem noformulēt, ko viņi sagaida no mācību sesijas. Tas palielinās arī viņu pašu ieguldījumu izglītības aktivitātē;
  - pieaugušajiem patīk apgūt informāciju, kas attiecas uz viņu dzīvi, darbu, lomu vai ikdienas darbībām un ir praktiski piemērojama;
  - pieaugušie grib zināt, kā iemācīto viņi var izmantot praktiski. Iespēju robežās sniedziet praktiskus piemērus, nevis tikai teoriju;
  - pieaugušie mācās eksperimentējot, tāpēc viņiem patīk praktiska darbošanās. Centieties plānot tādas mācību uzdevumus, kas pieaugušajiem dalībniekiem ļauj praktiski izspēlēt un izmēģināt reālās dzīves scenārijus;
  - pieaugušajiem patīk aktīvi apgūt mācību pieredzi. Viņi vēlas iesaistīties un būt procesa sastāvdaļa, nevis tikai pasīvi saņemt informāciju;
  - pieaugušajiem paredzētie pārbaudes darbi ir jāveido tā, lai tie būtu pašvirzoši un veicinātu pārdomas par tēmu.
- Izvērtējiet iespēju, kad atbilstīgi, sarīkot dalībniekiem pašvērtējumu.

**Lai sniegtu atbalstu bērniem un jauniešu vecuma sportistiem mācībās, izvērtējiet šādus aspektus:<sup>7</sup>**

- bērni vislabāk mācās, izmantojot uz bērnu vērstu pieeju (pretstatā uz pedagogu vērstai pieejai). Līdzīgi kā pieaugušie arī bērni atplaukst, kad ir aktīvi dalībnieki, sadarbojas ar saviem vienaudžiem un piedalās jēgpilnu autentisku uzdevumu izpildē;
  - izvairieties no tā, ka bērni sēž un ilgstoši klausās. Drīzāk uzdodiet jautājumus, iesaistieties dialogā vai vēl labāk – mainiet to, kā tiek pasniegta visa informācija. Piemēram, tā vietā, lai pedagogs runātu ar visu grupu, sadaliet bērnus mazākās grupās un rotējiet tās pa dažādiem pieturpunktiem, kur bērniem ir skaļi jānolasa attiecīgais teksta fragments, jāinterpretē attēls vai jāatrisina mīkla, lai iegūtu informāciju. Šādi pedagogs var darboties kā gids un pārvietoties pa dažādiem pieturpunktiem, lai nodrošinātu, ka bērni nenovirzās no domas, un lai viņus atbalstītu;
  - pēc iespējas iekļaujiet praktiskas nodarbības un sadarbošanos, piemēram, eksperimentus, spēles, novērojumus utt. Tas palīdzēs dalībniekiem būt iesaistītiem un veicinās mijiedarbību. Bērni (un pieaugušie) ir sociālas būtnes, un viņiem rada prieku darbošanās kopā ar citiem;
  - dodiet bērniem izvēles iespēju un ļaujiet pieņemt lēmumus mācīšanās procesā, lai viņi justos tā, ka kaut ko kontrolē. Tas palielinās viņu iesaisti;
  - bērniem ir jānosprauž mērķi vai nolūks attiecībā uz izglītības aktivitāti, kas palīdzēs viņiem saprast, kālab viņi piedalās;
  - padariet mācīšanos jēgpilnāku, nodrošinot, ka tā ir iespējami autentiska. Piemēram, rīkojot lomu spēli, izmantojiet tādu scenāriju, kādā bērni patiešām var nonākt. Jūs varat padarīt mācīšanos autentisku, pieaicinot arī īpašus viesus, piemēram, sportistus vēstnešus, lai pastāstītu bērniem par savu dzīves pieredzi;
  - pats galvenais – padariet mācību procesu aizraujošu!
- Kādi mācīšanās stili ir telpā?

**Lai atbalstītu dalībniekus, kuriem ir redzes, dzirdes un kinestētiskā uztvere, izvērtējiet**

<sup>7</sup>Nemts no Vosniadou, S. (2002). How children learn. International Academy of Education. Izgūts: [http://www.ibe.unesco.org/sites/default/files/resources/edu-practices\\_07\\_eng.pdf](http://www.ibe.unesco.org/sites/default/files/resources/edu-practices_07_eng.pdf)

---

### šādus aspektus:

- dalībnieki, kam ir redzes uztvere, vislabāk mācās, skatoties uz attēliem un grafiskiem atveidojumiem, dalībnieki, kam ir dzirdes uztvere, vislabāk mācās, klausoties, ko kāds runā, vai paši runājot/diskutējot, dalībnieki, kam ir kinestētiskā uztvere, vislabāk mācās, pieskaroties, darot un praktiski darbojoties.

- Kādas zināšanas dalībniekiem jau ir? Var gadīties, ka dalībniekiem ir bijušas līdzīgas mācību nodarbības, ko rīkojušas citas valsts antidopinga organizācijas, valstu federācijas vai starptautiskās federācijas vai kas rīkotas lielajos sporta pasākumos. Lai arī atkārtošanai varētu būt svarīga nozīme zināšanu nostiprināšanai, tā var arī radīt neapmierinātību un uzmanības trūkumu, ja dalībnieki jūt, ka izglītības aktivitāti nav vērts apmeklēt.

### Lai noteiktu, ko dalībnieki jau zina, un plānotu, izvērtējiet šādus aspektus:

- pirms izglītības aktivitātes sākuma veiciet aptauju, lai redzētu, kāds ir dalībnieku zināšanu līmenis, vai veiciet ātru zināšanu pārbaudi, uzsākot izglītības aktivitāti;
- sazinieties ar citām organizācijām, lai saprastu, kādas mācības to sportistiem un sportistu atbalsta personālam iepriekš ir sniegtas;
- ja jums ir grupa, kurā ir dažādi zināšanu līmeņi, apsveriet iespēju to sadalīt mazākās grupās un strukturēt mācību uzdevumus atbilstoši katram zināšanu līmenim vai arī izmantojiet dalībniekus, kuriem ir vairāk zināšanu, lai viņi vadītu to dalībnieku grupas, kuriem zināšanu ir mazāk;
- vienmēr sagatavojiet vairākus jautājumus un scenārijus vai gadījumu analīzes, lai virzītu dalībniekus uz priekšu pa zināšanu kāpnēm – labs pedagogs spēs diferencēt mācību uzdevumu, lai palīdzētu ikvienam grupas loceklim mācīties.

- Kāds ir dalībnieku uzmanības līmenis? Kurā dienas laikā norisinās izglītības aktivitāte? Vai tā notiek pēc treniņa vai arī ir pati pirmā aktivitāte no rīta vai pēdējā aktivitāte vakarā, kad dalībnieki būs nogurušāki un izsalkuši?

### Lai noturētu dalībnieku uzmanību, apsveriet šādus aspektus:

- uzdodiet īsus mācību uzdevumus un bieži mainiet mācību uzdevuma veidu;
- dodiet dalībniekiem iespēju izkustēties kaut uz īsu brīdi; vienkāršs veids, kā to darīt, ir spēle, kurā ir jāpieceļas un tad jāapsēžas;
- veiciniet grupas līdzdalību un izvairieties no tā, ka runā tikai pedagogs. Tas jo īpaši attiecas uz pieaugušajiem. Viņi vairāk mācās darot, nevis klausoties. Pedagogiem ir jāveicina, nevis tikai “jāstāv un jāstāsta”;
- pedagogiem ir jāuzdod grupai jautājumi vai jāmudina dalībnieki dalīties ar savu pieredzi par attiecīgo tēmu. Strukturējiet mācību uzdevumus, kuros dalībniekiem ir jāsniedz sava pieredze, piemēram, grupas diskusijas, spēles un lomu spēles;
- izmantojiet attēlus, video un audioklipus, lai pārnestu jēdzienus reālajā dzīvē.

- **Cik daudz dalībnieku piedalīsies izglītības aktivitātē?** Lai lielām grupām nodrošinātu tikai vienu pedagogu, izvērtējiet šādus aspektus:

- izstrādājiet mācību uzdevumus mazākām grupām (ideāli, ja grupā nav vairāk par 6 cilvēkiem).

Tas dos lielākas iespējas dalībniekiem mijiedarboties, un katram būs lielākas izredzes runāt;

- izveidojiet pieturpunktus, kur ir tūlītēji pieejami norādījumi un mācību materiāli un kur dalībnieki var paši darboties, nepievēršot tūlītēju pedagoga uzmanību. Pedagogs var pārvietoties no viena pieturpunkta uz nākamo un sniegt dalībniekiem atbalstu mācību nodarbības laikā.

#### 4) Mācību uzdevumi

Izglītības aktivitātes laikā tiek rīkoti mācību uzdevumi. Dalībnieki pilda mācību uzdevumus, lai mācītos (atšķirībā no pārbaudes darbiem, ar kuriem dalībnieki var parādīt, ko ir iemācījušies, un kuri ir sīkāk izstrādāti 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”).

Lai veicinātu līdzdalību un iesaistīšanos, centieties izmantot dažādus mācību uzdevumus, kas liktu dalībniekiem aktīvi izmantot fiziskās un prāta spējas. Skat. piemērus 6.1. tabulā.

#### 6.1. TABULA. MĀCĪBU UZDEVUMI

MĀCĪBU UZDEVUMS	APRAKSTS
Spēles	Spēles ļauj dalībniekiem fiziski iesaistīties mācību procesā un ir jo īpaši piemērotas tad, ja ir jāapgūst fiziskās prasmes. Tās palīdz mācīt arī abstraktus jēdzienus, piemēram, vērtības, jo ļauj dalībniekiem fiziski pieredzēt netaustāmo – sadarbību, līderību un saskarsmes metodes. Dalībnieki uztver spēli kā jautrību un nesaista to ar tradicionālo vai tipisko priekšstatu par mācīšanos, tādējādi palielinās viņu motivācija līdzdarboties un vēlme iesaistīties.
Pārdomas	Pārdomas ir veids, kā mudināt dalībniekus iedziļināties tēmā un izvērtēt, ko viņi domā par kādu jēdzienu vai izglītības aktivitāti. Šī stratēģija palīdz attīstīt augstāka līmeņa domāšanu (analīzes līmenis kognitīvajā hierarhijā 6.1. attēlā), jo liek dalībniekiem izvērtēt savu izpratnes līmeni. Bieži vien tieši pārdomās dalībnieki attīsta jēgpilnus jautājumus vai nonāk pie atziņas, ka viņu sapratnes līmenis ir zemāks, nekā bija cerējuši, kas mudina viņus meklēt palīdzību. Pārdomas var ierosināt pedagogi vai arī paši dalībnieki ar jautājumiem un atbildēm.
Grupās diskusija	Grupās diskusijas nodrošina dalībnieku un pedagogu mijiedarbību. Tajās notiek ideju, pieredzes, faktu un viedokļu sniegšana un apmaiņa par konkrēto tēmu un tiek veicināta kritiskā domāšana, liekot dalībniekiem uzklaut un izvērtēt citu atbildes. Diskusija lielā grupā ir noderīga, lai precizētu jēdzienus vai pārpratumus. Diskusija mazās grupās ir noderīga, lai veicinātu individuālo līdzdalību un nodrošinātu, ka tiek sadzirdētas daudzas balsis. Grupās diskusijas var ierosināt gan pedagogs, gan dalībnieki, tomēr pedagogam ir jāpārrauga diskusijas, lai saglabātos pozitīva un iekļaujoša vide.
Situācijas analīze / scenāriji	Situācijas analīze un scenāriji ir patiesi vai izdomāti stāsti, kuros aprakstīta persona, problēma vai situācija un kuros ir paredzēts analizēt un pārdomāt. Dalībniekiem bieži vien nolasa vai sniedz informāciju un pēc tam uzdod vairākus jautājumus vai apgalvojumus, kas jāizvērtē. Stingros situācijas analīzes gadījumos uzdotie jautājumi nav viegli atbildami, rosina kritisko domāšanu un attīsta problēmas risināšanas prasmes. Tā kā dalībnieki izmanto esošās zināšanas attiecībā uz sniegto informāciju, viņu zināšanas kļūst autentiskas, jēgpilnas un pārnesamas, jo viņi var redzēt, kā tās iederas reālās dzīves situācijās.
Prāta vētras	Prāta vētras ir paņēmieni, ko var izmantot grupā, lai rastu risinājumu konkrētai problēmai, no dalībniekiem apkopojot virkni spontānu ideju. To bieži izmanto, lai ievadītu strukturētāku aktivitāti, un bieži vien to rīko nodarbības sākumā. Pedagogi var lūgt dalībniekiem atbildes uz jautājumu/problēmu sniegt skaļi vai pierakstīt atbildes uz līmlapiņām un tad tās izlikt uz papīra vai tāfeles. Šāds mācību uzdevums ļauj apkopot ļoti daudz dažādu ideju un mazina sociālo kavēšanu, jo visas idejas tiek atzītas un pierakstītas. Prāta vētrā iegūto ideju apkopojumu var paturēt redzamu visu izglītības aktivitātes laiku un izmantot turpmākā darbā. Piemēram, ideju uzskaitījumu var izmantot, lai palīdzētu dalībniekiem atbildēt uz jautājumiem, uzrakstīt pārdomas vai īsus stāstus vai arī

pastāstīt, ko viņi sagaida no mācību nodarbības utt.

### Lomu spēles

Lomu spēle ir īss uzvedums, kurā dalībnieki izspēlē kādu tēlu. Lomu spēles ir visefektīvākās, ja dalībnieki aktīvi iesaistās uzvedumā un katram ir nozīmīga loma. To vislabāk var sasniegt, dalībniekus sadalot mazās grupās. Lomu spēles mērķis ir panākt, lai dalībnieki izvērtē un piedzīvo to, kā jūtas viņu tēli, un pārnes šo informāciju uz reālās dzīves situāciju, tādējādi attīstot empātiju un stiprinot vērtības. Lomu spēles ļauj dalībniekiem arī attīstīt labāku izpratni par pasniegto materiālu, izmēģinot un atkārtot svarīgu informāciju un pašiem iztēlojoties konkrēto saturu.

## 5) Nodarbības plāna izstrāde

Kad esat izvērtējuši vidi, cilvēkus un mācību uzdevumus, mēģiniet sakārtot savas domas un tās pierakstīt, izmantojot 6.2. tabulā sniegto nodarbības plāna standartformu.

### 6.2. TABULA. NODARBĪBAS PLĀNA PARAUGS

<b>Datums:</b>
<b>Vieta:</b>
<b>Mērķgrupa:</b>

<b>Nosaukums:</b>
<b>Programmas mērķis:</b>

<b>Kopējais laiks:</b>				
<b>Mācību mērķi:</b>				
<b>Laiks:</b> Uzrakstiet, cik ilgu laiku aizņems katrs mācību uzdevums / pārbaudes darbs	<b>Mācību uzdevums / pārbaudes darbs:</b> Aprakstiet mācību uzdevumu / pārbaudes darbu	<b>Galvenie vēstījumi:</b> Uzskaitiet galvenos vēstījumus, kas dalībniekiem ir jāsadzird	<b>Izkārtojums/diagramma:</b> Aprakstiet vai attēlojiet telpas izkārtojumu	<b>Materiāli:</b> Uzskaitiet mācību materiālus
	<b>Ievads:</b>			
	<b>Pamatdarbība:</b>			
	<b>Nobeigums:</b>			
	<b>Vērtēšana:</b>			

**Diferencēšana:** Aprakstiet, kā jūs varat pielāgot mācību pieredzi (telpu, uzdevumu, aprīkojumu un cilvēkus), lai tiktu ņemtas vērā dažādas vajadzības<sup>8</sup>

<sup>8</sup> Ņemts no UNESCO, OFCH, Agitos Foundation, WADA, ICSSPE, CIEPSS, CIFP. (2019). Sport Values in

---

<b>Telpa:</b>	<b>Uzdevums:</b>	<b>Aprīkojums:</b>	<b>Cilvēki:</b>
---------------	------------------	--------------------	-----------------

**Drošība:**

Aprakstiet, kādus drošības pasākumus ir nepieciešams izvērtēt

---

## 6) Kā tas attiecas uz e-mācībām<sup>9</sup>

Izstrādājot e-mācību kursu, daudzi no apsvērumiem par vidi, cilvēkiem un mācību uzdevumiem ir tādi paši kā tie, kas jāizvērtē, izstrādājot klātienē rīkotu izglītības aktivitāti, piemēram, klātienē semināru. Piemēram, jums aizvien ir jāizvērtē, kas ir dalībnieki, no kurienes tie nāk un kādas ir viņu vajadzības, mācīšanās stili un preferences; jums ir jāizmanto tiešsaistes vide, lai iekārtotu mācību vidi; jums arī jāstrukturē aktīvi mācību uzdevumi, kas stimulē dalībniekus un veicina iesaistīšanos.

Tomēr attiecībā uz e-mācībām ir arī daži īpaši apsvērumi, kas jāņem vērā, rakstot saturu.

### a) Iepazīstiet dalībniekus, pirms sākat rakstīt saturu

Noskaidrojiet, kas ir dalībnieki (vecums, pieredze, sporta veids, agrāk iegūtā izglītība tīra sporta jomā), kādas ir viņu vajadzības (piemēram, vēlamo mācīšanās stils, cik labi viņi pārzina tehnoloģiskos līdzekļus) un kādas ir viņu gaidas un motivācija. Skat. 6.4. attēlu, kurā sniegti uzdevumi. Ja jums nepieciešama palīdzība, lai atbildētu uz šiem jautājumiem, aprunājieties ar sportistu atbalsta personālu, kas pazīst dalībniekus, parunājiet ar pašiem dalībniekiem vai veiciet aptauju.

---

Every Classroom. Izgūts no [https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/wada\\_complete\\_pack\\_2a.pdf](https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/wada_complete_pack_2a.pdf).

<sup>9</sup> Ņemts no Shift disruptive eLearning. (n.d.). 10 writing strategies that drive up learner engagement online.





#### 6.4. attēls. Dalībnieku iepazīšana pirms e-mācību satura rakstīšanas

b) Pirms sākat rakstīt saturu, plānojiet mācību mērķus, to, kāds izskatīsies mācību kurss, un to, kādas sajūtas radīs

Pirms kursa izstrādes definējiet mācību mērķus. Proti, ko jūs vēlaties, lai dalībnieki spētu darīt pēc kursa pabeigšanas. Ja sāksiet ar mācību mērķiem, tas palīdzēs jums koncentrēties uz minimāli nepieciešamo saturu – kas, jūsuprāt, dalībniekiem ir jāzina salīdzinājumā ar to, kas viņiem ir būtisks.

Pēc tam izvērtējiet kursa plānojumu un vispārējo lietderīgumu. Izmantojiet maketu, proti, e-mācību kursa grafisku atveidojumu, kas palīdzēs attēlot satura izkārtojumu.

Izstrādājot maketu, uzdodiet šādus jautājumus:

- kādos dažādos veidos jūs varat pasniegt saturu; vai varat pasniegt scenārijus vai situāciju analīzi; vai varat pastāstīt stāstus; vai varat izmantot grafisku materiālu vai video; kādus mācību uzdevumu veidus jūs varat iekļaut;
- vai varat pievienot pārbaudes darbus, lai pārbaudītu, vai tēma ir saprasta; vai varat pievienot pārdomu jautājumus;
- vai varat sadalīt saturu moduļos; kāds ir pirmais, otrais, trešais; kāda ir loģiskā plūsma jeb mācīšanās gaita?

c) Pieņemiet, ka dalībnieki pavirši aplūkos materiālu

Tiešaistē pieejamo saturu cilvēki pārlasa ātri un aplūko pavirši, izlaižot vārdus vai pat veselas rindkopas, tāpēc ir svarīgi, lai uz ekrāna redzamais saturs būtu kodolīgs un lai viegli salasāmā un saprotamā veidā tiktu akcentēts svarīgākais vēstījums. Apsveriet turpmāk minēto:

- sadaliet informāciju iedaļās, izmantojot virsrakstus un apakšvirsrakstus;
- izmantojiet lapas ar malām un lielāku atstatumu starp rindām;
- tekstu pielīdziniet no kreisās, nevis labās puses, jo tā ir vieglāk lasīt;
- veidojiet īsas rindkopas – ne vairāk kā četrus teikumus;
- teikumiem ir jābūt īsiem un koncentrētiem;
- vispirms sniedziet svarīgāko informāciju;
- atslēgvārdus lieciet teikuma sākumā vai beigās;
- izmantojiet lasīšanai parocīgu burtrakstu;
- akcentējiet atslēgvārdus, izmantojot citu krāsu;
- sadaliet tekstu, iestarpinot attēlus;
- pārskatiet darbu. Atgriezieties uz sākumu un pārbaudiet, vai ir izredīgēti un dzēsti nevajadzīgie vārdi, pievienojiet attēlus/grafikus, sadaliet tekstu, pievienojiet virsrakstus utt.

#### d) Izmantojiet vienkāršus terminus, īsus vārdus un īsus teikumus

Lai to paveiktu, apsveriet turpmāk minētās iespējas:

- izvēlieties vārdus, kuros ir mazāk zilbju;
- vienu garu teikumu sadaliet divos vai trīs īsākos teikumos;
- izmantojiet darāmo kārtu, nevis ciešamo kārtu (piemēram, “sportists var pieteikties TLA”, nevis “sportista iesniegts TLA pieteikums”);
- izmantojiet vārdu īsās formas;
- īpašības vārdus un apstākļa vārdus lietojiet vien tad, ja tie tekstā ir svarīgi;
- nelietojiet žargonu vai terminus, kurus dalībnieki varētu nesaprast;
- lietojiet tikai būtiskus vārdus (piemēram, iespēju robežās centieties lietot vienu vārdu, nevis garāku vārdu virknējumu – “lai”, nevis “ar mērķi”).

#### e) Izmantojiet neformālu toni

Cilvēki labāk reaģē, ja valoda nav formāla (līdzīga tai, kādu jūs izmantojat sarunā), un labāk iemācās, jo var koncentrēt uzmanību uz informāciju, nevis uz to, kādā veidā tā uzrakstīta. Apsveriet turpmāk minētos ieteikumus, kā veidot neformālu toni:

- uzrunājiet auditoriju kā draugu;
- izmantojiet uzrunas formu “tu”/“jūs”;
- stāstiet stāstus, nevis tikai pasniedziet faktus;
- iestarpiniet jokus – tas palīdzēs mazināt mācību stresu un veicinās iesaisti.

#### f) Saturam ir jābūt interesantam un atbilstošam

Sniedziet tikai tādu informāciju, kas dalībniekiem ir jāzina, t. i., informāciju, kas ir saistīta ar mācību mērķiem, un pasniedziet to interesi rosinošā veidā. Sniedziet piemērus, kas palīdz ieraudzīt, kā informāciju var izmantot, un pastāstiet dalībniekiem, ko viņi spēs darīt pēc kursa pabeigšanas.

#### g) Izmantojiet vārdus, kas raisa dalībnieku emocijas

Noturiet dalībnieku interesi un uzmanību, raisot viņos emocijas un empātiju. Pastāstiet aizkustinošus stāstus vai lūdziet viņus iedomāties sevi kādā konkrētā kontekstā un padomāt, kā viņi varētu justies. Tas var noderēt, kursā iekļaujot uz vērtībām balstītas izglītības komponentu.

---

#### h) Izmantojiet spēcīgus, pašizskaidrojošus virsrakstus

Virsrakstiem un apakšvirsrakstiem ir jābūt uzmanību piesaistošiem un aprakstošiem (bet ne liekvārdīgiem), piemēram, “Atcerieties”, nevis “Aplūkoto tēmu kopsavilkums” vai “Svarīgākie padomi”, nevis “Šajā modulī aplūkotie pamatpunkti”.

## 7. NODAĻA

### Izglītības programmas 4 komponenti



### TĀDAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS IZSTRĀDE, KURĀ IEKĻAUTA UZ VĒRTĪBĀM BALSTĪTA IZGLĪTĪBA, IZPRATNES VEIDOŠANA, INFORMĀCIJAS SNIEGŠANA UN ANTIDOPINGA IZGLĪTĪBA

Savā izglītības programmā jums ir jāiekļauj visi četri izglītības programmas komponenti (4 komponenti) – uz vērtībām balstīta izglītība, izpratnes veidošana, informācijas sniegšana un antidopinga izglītība, kā norādīts Izglītības starptautiskajā standartā (*ISE*). Tie būs jūsu izglītības aktivitāšu pamats un piešķirs tām jēgu.

Katrā izglītības aktivitātē var iekļaut vienu vai vairākus šos komponentus atšķirīgā intensitātē. Piemēram, ja jūs sociālo mediju kampaņas laikā ierakstiet tvītu: “Godīgums, cieņa, taisnīgums – atbalstiet savas tiesības uz tīru sportu, reizi ceturksnī iesniedzot informāciju par savu atrašanās vietu. Plašāku informāciju par atrašanās vietas ziņošanu skatīt šeit.”, šai kampaņai varētu būt liels izpratnes veidošanas komponents un neliels uz vērtībām balstītas izglītības komponents.

Šajā nodaļā jūs atradīsiet plašāku informāciju par šādiem jautājumiem:

- 1) *ISE* standartā norādītie 4 komponenti;
- 2) kā tie saistīti ar dažādu veidu izglītības aktivitātēm, lai jūs varētu iekļaut visus 4 komponentus savā izglītības programmā;
- 3) apsvērumi, kas jāņem vērā, izraugoties izglītības aktivitāti;
- 4) izglītības materiāls izglītības aktivitāšu nodrošināšanai.

---

## 1) 4 komponenti

Šie 4 komponenti ir:

- a) uz vērtībām balstīta izglītība;
- b) izpratnes veidošana;
- c) informācijas sniegšana;
- d) antidopinga izglītība.

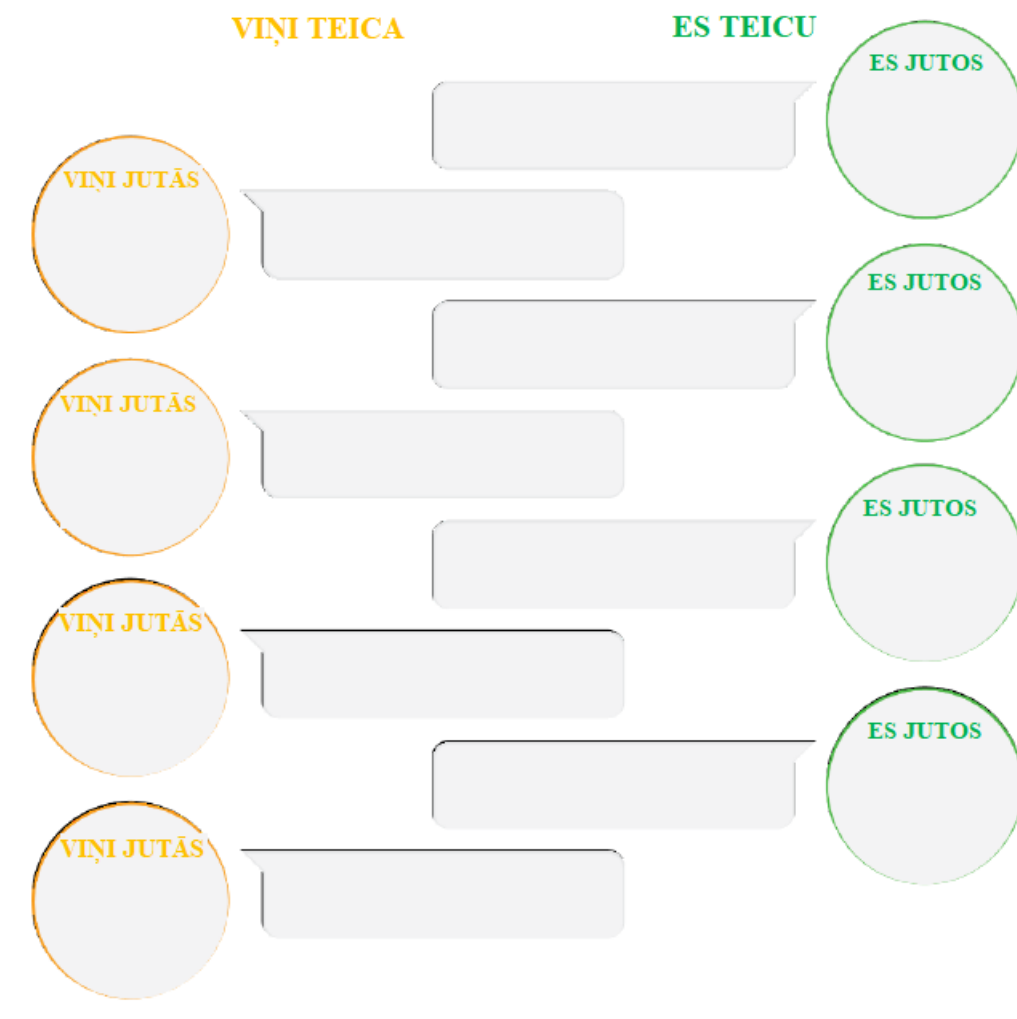
### a) Uz vērtībām balstīta izglītība

Izglītības starptautiskajā standartā uz vērtībām balstīta izglītība ir definēta šādi: “Tādu aktivitāšu nodrošināšana, kuras uzsver individuālu personīgo vērtību un principu attīstību. Tā rezultātā veidojas izglītojamā spēja pieņemt ētiskas rīcības lēmumus.”

Vienkāršāk runājot, uz vērtībām balstīta izglītība nozīmē, ka mērķgrupai tiek mācītas labas vērtības, lai tās dalībnieki varētu pieņemt labus lēmumus, un, lai arī dažkārt ir šķietami grūti ietekmēt personas gadiem ilgi veidotu vērtību sistēmu, ir svarīgi stiprināt pareizās vērtības, lai veicinātu attīstību un ētisku lēmumu pieņemšanu. Vienlīdz svarīgs ir arī jēdziens “augšupēja pieeja”, kas definēts 3. nodaļā “Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?”, un sportista izglītošana visas karjeras garumā, sākot ar pirmajiem soļiem sportā līdz elites klasei, tādējādi jūs varat ieaudzināt pareizās vērtības jau sporta gaitu agrīnajos posmos (skat. 8. nodaļu “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”).

Uz vērtībām balstīta izglītība sīkāk ir aplūkota 9. nodaļā “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”, bet pagaidām, iekļaujot šo komponentu savā izglītības programmā, apsveriet turpmāk minētos aspektus.

- **Nosauciet savas vērtības.** Kā aprakstīts 1. nodaļā “Ar ko sākt?”, apsveriet iespēju iekļaut vērtības, kuras jūs gribat veicināt, savas organizācijas izglītības vīzijā. Tad turpiniet akcentēt un atkārtot šīs vērtības atbilstošās situācijās. Piemēram, iekļaujiet tās savā e-pasta parakstā, reklamējiet tās sociālajos medijos un paskaidrojiet tās klātienē vai e-mācību sesijās.
- **Rādiet priekšzīmi.** Nodrošiniet, ka jūs, jūsu organizācija, pedagogi un, ja atbilstīgi, sportisti vēstneši ir paraugs jūsu mērķgrupai. Vērtības, kuras jūs vēlaties ieaudzināt, demonstrējiet ar savu uzvedību un lēmumu pieņemšanu un nodrošiniet, ka tās ir redzamas arī visās izglītības aktivitātēs. Piemēram, ja gribat veicināt cieņu, nodrošiniet, ka jūs cienāt dalībnieku laiku, mācību nodarbības laiku ieplānojot tā, lai mācību grafiks un/vai vieta būtu viņiem parocīga; nodrošiniet, ka cienāt dalībnieku mācīšanās vajadzības, nodrošinot, ja nepieciešams, tulkojumus un kombinējot mācību materiālā tekstu, grafikus un attēlus; cieņu pret dalībniekiem izrādiet arī, nodrošinot starpbrīžus.
- **Attīstiet vērtības dalībniekos – prakse palīdz.** Līdzīgi kā var attīstīt prasmes sportā, arī vērtības var attīstīt ar praktisku darbu, mēģinājumiem un atkārtotību. Centieties iekļaut mācību uzdevumus, kas ļauj dalībniekiem praktizēt lēmumu pieņemšanu saskaņā ar vērtībām, kuras vēlaties attīstīt. Piemēram, rīkojiet lomu spēli, kurā dalībnieki praksē apgūst godprātīgu rīcību, izvēloties ievērot noteikumus pat tad, ja uz viņiem neviens neskatās. Vai, piemēram, dalībnieki praksē apgūst empātiju, aizpildot dialoga darblapu, kurā raksta savu sarunu ar citu personu, piemēram, treneri vai komandas biedru, ar kuru ir sastrīdējies; pildot šādu mācību uzdevumu dalībniekiem ir iespēja izvērtēt, kā viņi varētu justies paši un kā varētu justies otra persona katrā sarunas posmā (skat. 7.1. attēlu).



7.1. attēls. Empātijas dialoga darblapa<sup>10</sup>

Plašāka informācija par uz vērtībām balstītu izglītību ir sniegta 9. nodaļā “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”.

#### b) Izpratnes veidošana

Izglītības starptautiskajā standartā izpratnes veidošana ir definēta šādi: “Ar tūru sportu saistītu tēmu un jautājumu izvirzīšana.” Šeit jūs izplatāt vai akcentējat informāciju, iespējams, pirmo reizi vai kā atgādinājumu, lai mudinātu dalībniekus meklēt plašāku informāciju vai atcerēties kaut ko darīt, piemēram, vairāk uzzināt par uztura bagātinātājiem vai neaizmirst pieteikties terapeitiskās lietošanas atļaujai (TLA).

Kad izglītības aktivitātes izmantojat izpratnes veidošanai, to saturam ir jābūt īsam un koncentrētam. Jums nav jāsniedz plaša informācija vai fona saturs, bet jākoncentrējas uz galvenajiem vēstījumiem vai faktiem, kas, jūsu prātā, dalībniekiem ir jāatceras. Var iekļaut arī signālzīmes uz citiem informācijas avotiem (piemēram, jūsu tīmekļa vietni), lai mudinātu dalībniekus meklēt plašāku informāciju.

<sup>10</sup> Ņemts no UNESCO, OFCH, Agitos Foundation, WADA, ICSSPE, CIEPSS, CIFP. (2019). Sport Values in Every Classroom. Izgūts no [https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/wada\\_complete\\_pack\\_2a.pdf](https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/wada_complete_pack_2a.pdf).

---

Iekļaujot savā izglītības programmā izpratnes veidošanas komponentu, izvērtējiet turpmāk minētos aspektus.

- Izpratnes veidošanu var izmantot izglītības aktivitātēs, lai:
  - reklamētu kopējo principu, piemēram, tīru sportu vai godīgu spēli (*Play True*), vai lai palielinātu kampaņas pamanāmību, piemēram, kampaņa “Play True Day” [Godīgas spēles diena];
  - reklamētu savu organizāciju, citas organizācijas, piemēram, valstu federācijas, un citus, piemēram, *WADA*;
  - prezentētu izglītības programmas, izplatot izglītības aktivitātē uzņemtos attēlus vai īsu videomateriālu, kurā pedagogs skaidro izglītības aktivitāti, kas tiks īstenota;
  - reklamētu izglītības aktivitāti tās norises laikā, piemēram, informatīvo pasākumu sporta sacensību laikā;
  - iesaistītu sportistus vai sportistu atbalsta personālu piedalīties izglītības aktivitātē, apmeklēt informatīvo pasākumu vai piedalīties e-mācībās, lūdzot, lai tie, kas jau ir piedalījušies, reklamētu pasākumu sociālajos medijos;
  - virzītu cilvēkus kaut ko darīt, piemēram, iesniegt ziņas par savu atrašanās vietu vai leļupielādēt lietotni, ja jums tāda ir;
  - sniegtu galvenos vēstījumus, piemēram, līdz kādam termiņam ir jāsniedz ziņas par atrašanās vietu vai jāpiesakās TLA saņemšanai;
  - reklamētu jaunas izstrādes, piemēram, “Athlete Central” (*WADA* lietotne).
  - ģenerētu atbalstu kaut kam, izmantojot tēmturus (piemēram, #TīrsSports, #GodīgaSpēle).
  
- Izpratnes veidošanas pasākumu piemēri tostarp ir šādi:
  - uz sporta pasākumu balstīta izglītība:
    - informatīvais pasākums,
    - tīram sportam veltīts pasākums;
  - informatīvās kampaņas:
    - ieraksts sociālajos medijos (tvīts, *Instagram* vai *Facebook* ieraksts),
    - informatīvs paziņojums,
    - e-pasta paraksta reklāmkarogs,
    - tīmekļa vietnes reklāmkarogs;
  - zīmolveids un veicināšanas pasākumi vai materiāli:
    - logotipu vai lozungu izmantošana,
    - reklāma.

Informatīvais pasākums treniņu centrā vai sacensību norises vietā ir laba iespēja veicināt izpratni. Lai turpinātu izpratnes veidošanu arī pēc informatīvā pasākuma, izmantojiet sociālos medijos, piemēram, *Facebook*, *Twitter*, *Instagram* vai *WeChat*, savu vēstījumu izplatīšanai.

Centieties iesaistīt sportistu kopienu, lūdzot viņiem izplatīt vēstījumus un attēlus, izmantojot savus sociālo mediju rīkus. Tas palīdzēs jums sasniegt plašāku auditoriju. Ja budžets ļauj, jūs varat izveidot īpašas veidnes, ko cilvēki var lietot (piemēram, *WADA* veidni “I Play True because...” [Es spēlēju godīgi, jo...]), kas varētu veicināt līdzdalību un palīdzēt radīt zīmolu.

### c) Informācijas sniegšana

Izglītības starptautiskajā standartā informācijas sniegšana ir definēta šādi: “Precīzas, atjaunota satura, ar tīru sportu saistītas informācijas nodrošināšana.” Ar šo komponentu jūs izstrādājat



saturu un dariet to pieejamu. Saturu var pasniegt dažādos formātos, piemēram, tīmekļa vietnē, reklāmprospektos, brošūrās vai bukletos un ar mobilo tālrunu lietotnēm.

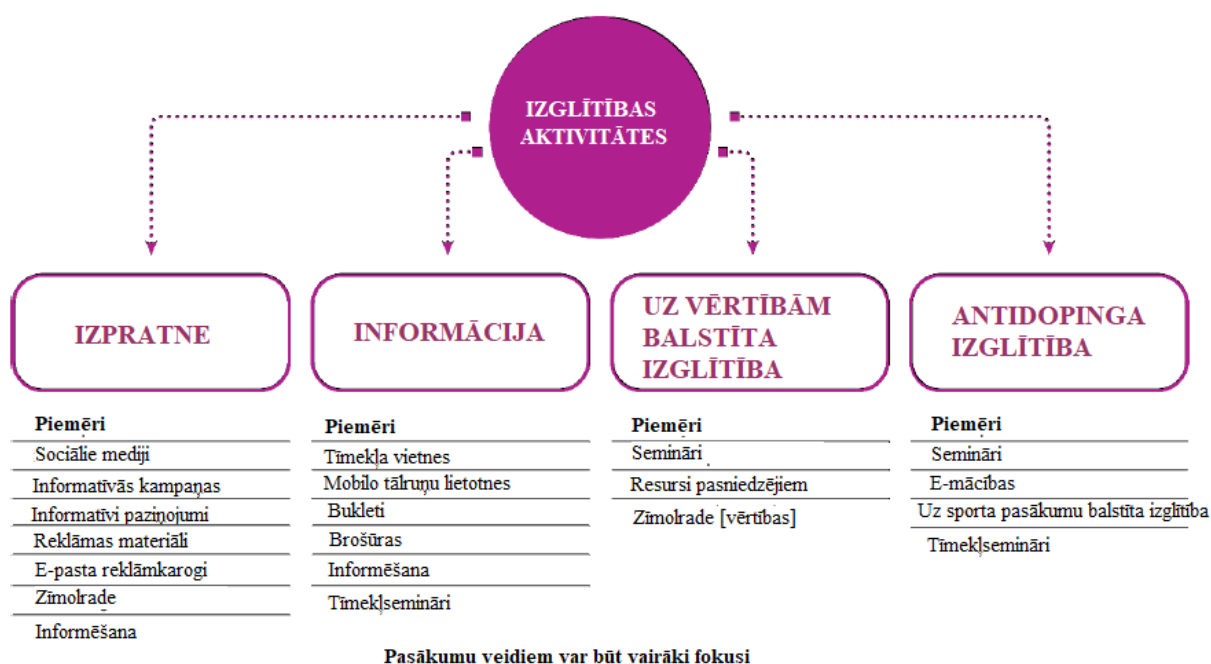
Neaizmirstiet, ka Kodeksā tiek prasīts jums izveidot un uzturēt tīmekļa vietni vai sniegt pašreizējā URL saites, brošūras vai citus drukātos materiālus, kas satur galveno antidopinga informāciju (jums ir jābūt konkrēti informācijai par visām Kodeksa 18.2. pantā uzskaitītajām tēmām). Tas ir tāpēc, lai dalībnieki, kam ir jautājumi, paši varētu rast atbildes.

#### d) Antidopinga izglītība

Izglītības starptautiskajā standartā antidopinga izglītība ir definēta šādi: “Mācību par antidopinga tēmām īstenošana, lai veidotu kompetences par tīra sporta uzvedību un pieņemtu informētus lēmumus.”

Jūs izglītosiet dalībniekus par visām Kodeksa 18.2. pantā uzskaitītajām obligātajām tēmām, izmantojot antidopinga izglītību. Nekrīti panikā, tas nenozīmē, ka visas tēmas ir jāpasniedz vienā izglītības aktivitātē! Piemēram, jums var būt viena izglītības aktivitāte, kurā dalībnieki e-mācībuursos vai izmantojot lietotni mācās, kā pārbaudīt savus medikamentus, vai tie nesatur aizliegtas vielas, pēc tam pedagogs var vadīt citu izglītības aktivitāti, piemēram, tīmekļsemināru, kurā dalībnieki mācās par pārbaudes procedūram un paraugu vākšanas procesu.

Skat. 7.2. attēlu, kurā sniegti piemēri, kādas izglītības aktivitātes attiecas uz katru galveno komponentu.



7.2. attēls. Ar katru no 4 komponentiem saistīto izglītības aktivitāšu piemēri

## 2) Izglītības aktivitāšu veidi

Ir daudzu veidu izglītības aktivitātes, kas var palīdzēt jums sasniegt mācību mērķus un nodrošināt, ka tajās ir iekļauti visi 4 komponenti.

ISE 5.7. pantā ir paskaidrots, ka jums ir jāizvēlas atbilstošas izglītības aktivitātes, lai sasniegtu izglītības plāna mērķus (vairāk par programmas mērķiem skat. 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”). Šajā pašā ISE pantā ir arī norādīts šādi: “Īstenošanas metodes var ietvert klātienē nodarbības, e-mācības, brošūras, informatīvus pasākumus, tīmekļa vietnes utt., kā norādīts Izglītības vadlīnijās.”

Tāpēc šajās vadlīnijās izglītības aktivitātes ir sniegtas sīkākā izklāstā. Tās ir iedalītas kategorijās, lai arī pārklājas, un daudzas no izglītības aktivitātēm var iederēties vienā vai vairākās kategorijās:

- a) informatīvās kampaņas;
- b) zīmolrade un veicināšanas pasākumi;
- c) sociālo mediju kampaņas;
- d) e-mācības;
- e) klātienē izglītība:
  - i) uz sporta pasākumu balstīta izglītība,
  - ii) klātienē semināri,
  - iii) tīmekļsemināri.

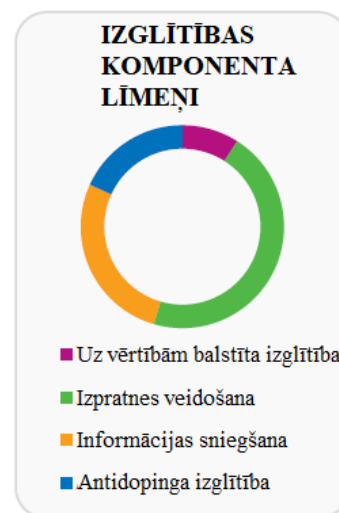
Lai palīdzētu jums saprast, kā integrēt 4 komponentus izglītības aktivitātēs, katram aprakstam tiks sniegts grafiks. Jāatzīmē, ka grafiskais atveidojums ir piemērs tam, kā 4 komponenti varētu tikt iekļauti izglītības aktivitātē. Atkarībā no tā, kā jūs plānojat izglītības aktivitāti, jums šo komponentu tajā var būt vairāk vai mazāk.

#### a) Informatīvās kampaņas

Informatīvās kampaņas ir mediju izmantošana, galvenie vēstījumi un organizēts uzdevumu kopums (piemēram, pasta sūtījumi ieinteresētām personām, tīmekļa vietnes reklāmkarogi, ieraksti sociālajos medijos, tēmturu izmantošana, e-pasta paraksta reklāmkarogi, saziņa ar žurnālistiem), lai uzreiz informētu un ietekmētu daudzus cilvēkus. Informatīvās kampaņas ir labs veids, kā radīt izpratni par tēmu vai principu un kā pastiprināt galvenos vēstījumus, kas tiek izplatīti, izmantojot citas izglītības aktivitātes.

Lai īstenotu daudzslāņainu kampaņu, piemēram, tīra sporta veicināšanas kampaņu, ir nepieciešama konsekvence, ir jāsaprot mērķauditorijas ieradumi, uzskati un kultūras nianse un ir jāapņemas ilgtermiņā pie katras izdevības virzīt pozitīvu vēstījumu. Informatīvās kampaņas īstenošanas grupai pirms kampaņas uzsākšanas ir svarīgi sniegt kontekstu attiecībā uz sporta veidu, valodu un valsti.

Informatīvās kampaņas ir, piemēram, starptautiskās sporta federācijas *World Rugby* kampaņa “Keep Rugby Clean” [Par tīru regbiju], *UKAD* kampaņa “100% Me” [100 % es] un *WADA* kampaņa “Play True” [Godīga spēle].

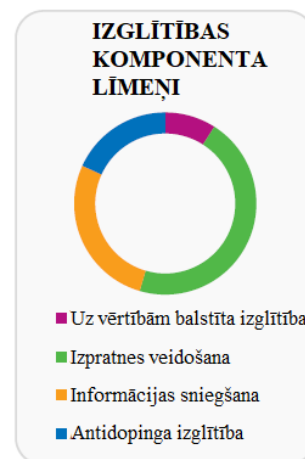


## b) Zīmolrade un veicināšanas pasākumi

### i) Zīmolrade

Zīmolrade, piemēram, logotipu, lozungu, "PowerPoint" veidņu un konsekventu krāsas toņu izmantošana, ir veids, kā jūs varat reklamēt un veicināt savu izglītības programmu un organizāciju, tās vērtības un mērķus, izstrādājot unikālu dizainu.

Zīmols palīdz jūsu auditorijai gūt izpratni par jūsu izglītības programmu un organizāciju un identificēties ar to. Tas dod jūsu auditorijai iemeslu sekot jūsu vēstījumiem, jo paskaidro jūsu nostāju, palīdzot veidot lojalitāti un ilgstošu iesaistīšanos.



Zīmolradē ir svarīgi nodrošināt konsekvenci, jo zīmols rada tuvību un ļauj auditorijai atcerēties jūsu izglītības programmu un jūsu organizāciju un sākt identificēties ar tās vēstījumiem. Piemēram, WADA melnā un zaļā krāsa ir nesaraujami saistīta ar šo organizāciju un tās mērķi veicināt tīra sporta kultūru. Kad citas organizācijas, piemēram, valsts antidopīngā organizācijas un starptautiskās federācijas, sasaista ar šo zīmolu, tas ļauj auditorijai saprast, ka tās visas atbalsta šo mērķi.

### ii) Veicināšanas pasākumi

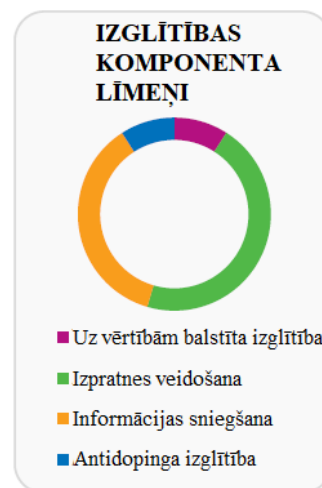
Veicināšanas pasākumi tiek veikti līdztekus zīmolradei, lai palīdzētu atbalstīt kopējo principu un galvenos vēstījumus. Veicināšanas pasākumi ir reklāma, tirgdarbība un publicitātes pasākumi, kas radīs izpratni par jūsu izglītības programmu un organizāciju un nodrošinās, ka jums tiek pievērsta uzmanība. Veicināšanas pasākumi ir, piemēram, sacensību organizēšana, suvenīru izdāle, loterijas, aktivitātes dienas un zīmolu apģērbs vai priekšmeti, piemēram, piespraudes vai pildspalvas.

Labi koordinēts veicināšanas pasākums, piemēram, Godīgas spēles diena [*Play True Day*], palīdz akcentēt tīra sporta iniciatīvas plašākai auditorijai, piemēram, sporta līdzjutējiem, valdībām un sponsoriem. Antidopīngā organizācijas var izvēlēties plānot tīra sporta izglītības aktivitātes šajā Godīgas spēles dienā, lai radītu izpratni par tīru sportu.

### c) Sociālo mediju kampaņas

Lai radītu izpratni un stiprinātu galvenos vēstījumus, var izmantot sociālo mediju tīmekļa vietnes un lietotnes, piemēram, *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Snap Chat* un *WeChat*. Sociālos medijus var izmantot arī tam, lai jūsu auditoriju virzītu uz citiem informācijas avotiem.

Sociālie mediji var noderēt, lai atgādinātu dalībniekiem, ko viņi ir apguvuši citās izglītības aktivitātēs, un lai akcentētu, kur viņi var atrast plašāku informāciju. Tajos var arī konsekventi un pareizā laikā izplatīt informāciju, ņemot vērā pašu dalībnieku kontekstu un valodu, tādējādi saturu padarot atbilstošu un uzrunājošu. Sociālajos medijos cilvēki pavada daudz laika, un tas ir viegls veids, kā uzturēt saikni un stiprināt galvenos vēstījumus.



Turklāt sociālajos medijos publiskoto ierakstu izmaksas un ietekme uz vidi kopumā ir zemākas nekā citos informācijas avotos, bet “patīk” un piezīmes var saskaitīt, kas palīdz pārraudzīt jūsu izglītības programmu (plašāku informāciju par pārraudzību skat. 10. nodaļā “Programmas pārraudzība un novērtēšana”).

Publicējot ierakstu sociālajos medijos, izvērtējiet turpmāk minētos aspektus.

- **Akcentējiet pašreizējos sporta notikumus, tēmas un citus sociālajos medijos publicētos ierakstus**, kas atbalsta jūsu principu. Piemēram, jūsu valsts vai attiecīgā sporta veida vadošais sportists runā par tīra sporta nozīmīgumu, atzīmējiet ierakstu ar “patīk” vai retvītojiet to, vēršot uzmanību uz sportistu un viņa vēstījumu. Ja jūsu vēstījums tiek sasaistīts ar pazīstamu un populāru personu vai ja pati šī persona publicē ierakstu ar atbilstošu vēstījumu, palielinās varbūtība, ka tam internetā būs atsaucība un tas sasniegs vairāk adresātu. Neaizmirstiet, ka populāram sportistam, visticamāk, būs vairāk sekotāju nekā jūsu organizācijai!
- **Pasniedziet informāciju saistošā veidā**, lai cilvēki būtu sajūsmināti par saturu. Izmantojiet videoierakstus, attēlus, teksta izcēlumus un atslēgvārdus. Iekļaujiet saites uz attiecīgajām tīmekļa vietnēm, tēmturus un īsus, viegli saprotamus un uzmanību piesaistošus virsrakstus.
- **Iesaistiet auditoriju** ar interaktīvu vēstījumu. Uzdodiet jautājumus, kas rada vilinājumu cilvēkiem rakstīt komentārus vai nospiegt “patīk” pogu. Tas ir lielisks veids, kā veicināt līdzdalību un raisīt diskusiju.
- **Lietojiet pareizus vārdus un izteiksmes toni**. Ja aktivitāte tiek aprakstīta pozitīviem vārdiem, visticamāk, tai tiks pievērsta lielāka uzmanība un tā tiks labāk uztverta. Labāku iesaistīšanos var panākt arī tad, ja lieto valodu, kas ir uzrunājoša jūsu ģeogrāfiskajam reģionam vai iedzīvotājiem. Teksts apvienojumā ar attēliem, jo īpaši tad, ja vēstījums ir sensitīvs, ir labs uzmanības piesaistīšanas veids un saskarsmes tonis. Auditoriju var piesaistīt arī emocijikonu izmantošana, kas palīdz nodot vēstījuma toni.
- **Labums, ko dod sportisti vēstneši**. Slaveni sportisti/cilvēki, izmantojot sava statusa priekšrocības, palīdz nodot vēstījumu. Tas var būt vienkārši fotoattēls, kurā redzams, ka sportisti paraksta uzsaukumu, vai tiek publicēts attēls, kurā smaidošs sportists tur zīmi ar #TīrsSports vai #GodīgaSpēle. Jūs varat arī mudināt vēstnešus iesaistīt citus sportistus, izmantojot savus sociālo mediju rīkus, un dalīties ar personīgo pieredzi, kas, visticamāk,

radīs rezonansi mērķauditorijā. Ja vēstījums tiek saņemts no sava elka, nevis no citiem, tas varētu iedvesmot rīkoties vai rosināt domas. Sportisti arī ar lielāku varbūtību izplata vai pārsūta savu biedru vai izcilu sportistu vēstījumus.

- **Sniedziet saites uz citiem informācijas avotiem.** Jūsu mērķauditorijai ārkārtīgi noder tādi informācijas avoti, piemēram, tīmekļa vietnes vai *PDF*, kurus ir viegli atrast, lietot un saprast. Ir svarīgi, lai sportisti un sportistu atbalsta personāls zinātu par visiem viņiem pieejamajiem resursiem un varētu viegli tiem piekļūt. Apsveriet iespēju sociālajos medijos izplatīt saites uz šiem resursiem. Iekļaujiet saites, ja saturs attiecas uz publicēto ierakstu (piemēram, ja ieraksts ir par sportistu, kas netīši pārkāpis antidopinga noteikumus (*ADRV*), pievienojiet, piemēram, atsauci, ka “sīkāka informācija par *ADRV* ir sniegta <https://...>”).

#### d) E-mācības

E-mācības ir izglītība, kas tiek nodrošināta ar elektronisko tehnoloģisko līdzekļu starpniecību, piemēram, internetu. E-mācību kursu jūs varat izstrādāt paši, izmantojot tiešsaistes platformu, vai arī piesaistīt ārēju uzņēmumu. Jūs varat piekļūt arī *WADA* e-mācību bezmaksas kursiem, izmantojot antidopinga e-mācību platformu (*ADeL*).

E-mācību kursus parasti sadala moduļos, un tie var noderēt, īstenojot jūsu izglītības programmas antidopinga izglītības komponentu. Jūs varat paskaidrot tēmu, izmantojot tekstu, videoierakstus, attēlus un grafikus, un iesaistīt dalībniekus, iekļaujot jautājumu un atbilžu sadaļu, spēles un citas interaktīvas darbības. Lai noskaidrotu, vai e-mācības der jūsu organizācijai, izvērtējiet turpmāk minētās priekšrocības un ierobežojumus.



#### E-mācību priekšrocības

- Nodrošina plašu darbības rādus (ģeogrāfiski un demogrāfiski) un maksimālu ērtumu, jo dalībnieki var nokārtot kursu jebkurā laikā un jebkurā vietā.
- Tās var izstrādāt, pamatojoties uz dalībnieku vajadzībām (piemēram, valodas vajadzībām, mācīšanās vajadzībām, vecumu un attīstības posmu).
- Tās var izstrādāt tā, ka tiek parādītas tikai attiecīgajai auditorijai nepieciešamās tēmas. Piemēram, jūsu kursā ir iekļautas 10 tēmas, taču jauniešu vecuma sportisti var redzēt tikai 5 tēmas, savukārt valsts un starptautiskā līmeņa sportisti redz visas 10 tēmas.
- Veicina aktīvu un neatkarīgu mācīšanos, jo dalībnieki kontrolē, kad un kā tie kursu apgūst. Daudzus e-mācību kursus var pārtraukt un atsākt, lai ļautu dalībniekiem paņemt pauzi un lai tie nebūtu pārāk pārņemti ar informāciju.
- Tiek veicināta iesaiste un mijiedarbība ar saturu, jo dalībnieki var pildīt kontrolpārbaudes, risināt problēmas un spēlēt spēles.
- Tas ir viegls veids, kā jūs varat pārraudzīt savu izglītības programmu, jo tiek ģenerēti dati par dalībniekiem (piemēram, vecums, sporta veids, sacensību līmenis utt.).
- Nodrošina labu iespēju novērtēt mācīšanos, izmantojot kontrolpārbaudes, kuras var pievienot ar datorprogrammu.
- Var izmantot, lai nodrošinātu mācības, gatavojoties konkrētiem sporta pasākumiem (piemēram, dažu valstu antidopinga organizācijas, piemēram, Kanādas Sporta ētikas centrs

---

[*Centre for Ethics in Sports (CCES)*], Austrālijas Sporta antidopinga pārvalde [*Sports Anti-Doping Authority (ASADA)*] un ASV Antidopinga aģentūra [*Anti-Doping Agency (USADA)*] gatavo pielāgotus e-mācību moduļus sportistiem, kas piedalās lielos sporta pasākumos, piemēram, olimpiskajās/paraolimpiskajās spēlēs, Panamerikas spēlēs u. c.).

- Daudzām mērķgrupām jau pastāv e-mācību bezmaksas kursi WADA ADeL platformā.
- Jūs administratora statusā varat pārraudzīt to lietošanu. Jūs varat noteikt, kas ir piekļuvis programmai, kādam saturam ir veltīts laiks, kāds saturs ir izlaists un kā ir atbildēts uz kontrolpārbaudes jautājumiem. Tas palīdzēs novērtēt mācīšanos (sīkāku informāciju par novērtēšanu skat. 10. nodaļā “**Programmas pārraudzība un novērtēšana**”).
- Kursu saturu var aktualizēt pēc vajadzības, tādējādi informācija vienmēr ir atbilstoša un aktuāla. Kā administratoram jums ir jāizstrādā plāns, lai nodrošinātu informācijas savlaicīgu aktualizēšanu un lai dalībnieki pa e-pastu, ar SMS vai sociālo mediju starpniecību tiktu informēti par veiktajām izmaiņām.
- Pēc kursu pabeigšanas dalībniekiem var nosūtīt sertifikātu. To var ģenerēt automātiski e-mācību platformā, ja pastāv tāda iespēja, vai arī administrators to var sagatavot manuāli, tiklīdz ir saņemts paziņojums par kursa pabeigšanu. Sertifikāti noder dalībniekiem, ja viņiem ir jāpierāda citām sporta organizācijām vai valsts struktūrām, ka viņi ir izpildījuši izglītības prasības, un sertifikāti var noderēt arī jums, ja jūs sadarbojaties ar citiem parakstītājiem saistībā ar izglītības programmas savstarpēju atzišanu (skat. 13. nodaļu “**Citu izglītības programmu atzišana**”).

## **E-mācību ierobežojumi**

- Tiek ierobežota jūsu tieša iesaiste, tāpēc ir grūti palīdzēt dalībniekiem kursa apguves laikā.
- Ir grūtāk iegūt jēgpilnu atgriezenisko saiti, jo ne jūs, ne pedagogi šajosursos nevar redzēt dalībnieku emocionālo un kognitīvo reakciju.
- Var radīt piekļuves problēmas dalībniekiem, kuriem ir ierobežota tehnoloģisko līdzekļu pieejamība, dārgi datu tarifi vai vājš WiFi pieslēgums, ja vien platformā nav dota iespēja kursus apgūt nesaistes režīmā un rezultātus sinhronizēt platformā nākamajā reizē, kad dalībnieks tai pieslēdzas.
- Tā kā e-mācības var apgūt jebkurā laikā un jebkurā vietā, mācību vidi nevar kontrolēt tādā pašā veidā kā klātienē semināros. Piemēram, e-mācību kursu var kārtot dalībnieku grupa un viens otram palīdzēt. Tas apgrūtina precīzi novērtēt apgūtās mācības.

Ja esat ieinteresēti izstrādāt savu e-mācību kursu, skat. 6. nodaļu “**Mācību pieredzes veidošana**”, kurā ir sniegta plašāka informācija par to, kā to darīt efektīvi.

### **e) Klātienē izglītība**

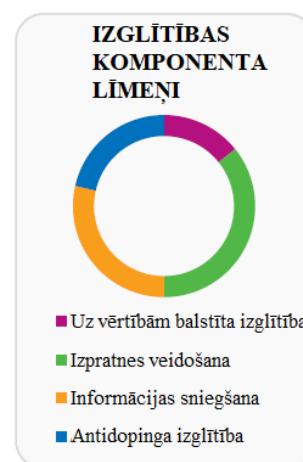
Šajās vadlīnijās klātienē izglītība ir a) uz sporta pasākumu balstīta izglītība, b) klātienē semināri un c) tīmekļsemināri; turpmāk sniegts to sīkāks apraksts. Jāatzīmē, ka visas klātienē izglītības aktivitātes jāvada apmācītam un apstiprinātam pedagogam, kā noteikts ISE 5.8. pantā (skat. 12. nodaļu “**Pedagogu mācības un apstiprināšana**”, kurā sniegta sīkāka informācija par šo procesu). Jāatzīmē arī tas, ka pirms klātienē izglītības īstenošanas būtu noderīgi pārskatīt 6. nodaļu “**Mācību pieredzes veidošana**”, lai katra izglītības aktivitāte nodrošinātu maksimālu mācīšanos.



### iii) Uz sporta pasākumu balstīta izglītība

Uz sporta pasākumu balstīta izglītība, piemēram, informatīvais pasākums vai tīram sportam veltīts sporta pasākums, ir lieliska iespēja parādīt tīru sportu atraktīvā gaismā, vienlaikus pastiprinot galveno vēstījumu, veidojot izpratni un sniedzot galveno informāciju. Uz sporta pasākumu balstīta izglītība ir arī lieliska iespēja parādīt dalībniekiem, kur var atrast plašāku informāciju, piemēram, norādīt tīmekļa vietni vai lietotni.

Lai uz sporta pasākumu balstīta izglītība būtu maksimāli efektīva, jānodrošina, ka to vada apmācīti un apstiprināti pedagogi un tā jāapvieno ar citu veidu izglītību, piemēram, e-mācībām vai klātienē semināriem.



Starptautiskajām federācijām ir jāizvērtē iespēja uz sporta pasākumu balstītu izglītību īstenot sadarbībā ar vietējo valsts antidopīngas organizāciju vai reģionālo antidopīngas organizāciju, vietējo valsts federāciju un lielu sporta pasākumu rīkotājorganizāciju, kā norādīts *ISE*.

Plānojot uz sporta pasākumu balstītu izglītību, izvērtējiet turpmāk minētos aspektus.

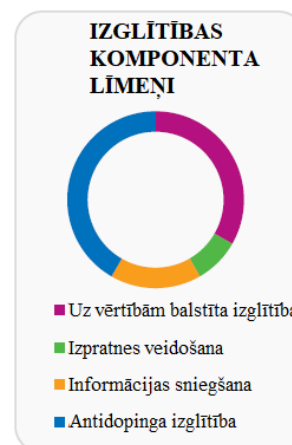
- Sarunājoties vai uzdodot kādu pārbaudes darbu (skat. 5. nodaļu "Izglītības plāna izstrādāšana", kurā sniegta plašāka informācija par pārbaudes darbiem), uz sporta pasākumu balstītu izglītību var izmantot, lai novērtētu izpratnes līmeni un sapratni par kādu konkrētu tēmu, kas savukārt noder, lai plānotu turpmākās izglītības aktivitātes.
- Padariet mācīšanos par atraktīvu pasākumu. Ja iespējams, iesaistiet auditoriju, to uzrunājot, rīkojot kontrolpārbaudes, spēles, dārgumu meklēšanu, mīklas un aicinot parakstīt uzsaukumus, un dalieties ar pieredzi sociālajos medijos.
- Uz sporta pasākumu balstīta izglītība varētu būt ievada aktivitāte, lai rosinātu izpratni par jaunu tēmu, vai nostiprinoša aktivitāte, lai atgādinātu dalībniekiem kādu tēmu.
- Uz sporta pasākumu balstītai izglītībai ir jārosina dalībniekos interese un vēlme meklēt sīkāku informāciju. Pārliecinieties, ka dalībnieki zina, kur meklēt plašāku informāciju.
- Uz sporta pasākumu balstītai izglītībai ir jābūt noteiktam nolūkam un mācību mērķiem. Labi plānota uz sporta pasākumu balstīta izglītība palīdz īstenot programmas mērķus (sīkāk par mācību mērķiem un programmas mērķiem skat. 5. nodaļu "Izglītības plāna izstrādāšana").
- Uz sporta pasākumu balstīta izglītība ir lieliska iespēja starptautiskajām federācijām, valsts antidopīngas organizācijām, reģionālajām antidopīngas organizācijām, valstu federācijām un lielo sporta pasākumu rīkotājorganizācijām veidot partnerattiecības. Visām iesaistītajām pusēm ir jāvienojas par funkcijām, pienākumiem un saturu, tostarp:
  - kas ir mērķauditorija;
  - kādi ir uz sporta pasākumu balstītas izglītības mērķi un mācību mērķi;
  - kāds saturs tiks pasniegts un kā tas tiks izplatīts (t. i., kādi mācību mērķi tiks īstenoti (skat. 5. nodaļu "Izglītības plāna izstrādāšana"));
  - finanšu, cilvēku un materiālie resursi (piemēram, kas būs pedagogs; vai ir nepieciešami vairāki pedagogi?);
  - kā reklamēt izglītības aktivitāti un veicināt mērķgrupu dalību;
  - kā iesaistīt sportistus vēstnešus;



- kā pārraudzīt izglītības aktivitāti un novērtēt mācības (skat. 10. nodaļu “Programmas pārraudzība un novērtēšana”).

#### iv) Klātienes semināri

Klātienes semināri ir vēl viena veida klātienes izglītība, kas jāveda apmācītiem un apstiprinātiem pedagogiem. Tā kā pedagogi var nodrošināt dalībniekiem mācības tiešā veidā, klātienes semināri neapšaubāmi ir labākā iespēja, kā veicināt sapratni par antidopinga izglītības tēmām un pievērsties uz vērtībām balstītai izglītībai.



Tā kā valsts antidopinga organizācijas var vislabāk pielāgot nodarbības vietējam kontekstam, valodai un jutīgām tēmām, klātienes semināri bieži vien tiek rīkoti valsts līmenī, tomēr tos var rīkot ikviens, kas sniedz izglītības pakalpojumu. Ja iespējams, klātienes semināri ir jārīko pirms sporta pasākuma, kuru apmeklēs dalībnieki, lai aplūkotu tādas svarīgas tēma kā pārbaužu process un kā jurisdikcijā sportisti atrodas pasākuma laikā. Starptautiskajām federācijām un lielu pasākumu rīkotājorganizācijām pēc klātienes semināra ir jācenšas nostiprināt galvenos vēstījumus, izmantojot uz sporta pasākumu balstītu izglītību. Tāpēc valsts antidopinga organizācijām, starptautiskajām federācijām un lielu sporta pasākumu rīkotājorganizācijām ir cieši jāsadarbojas, koordinējot izglītības aktivitātes, kā noteikts ISE 8.1. pantā.

Plānojot klātienes seminārus, izvērtējiet turpmāk minētās priekšrocības un ierobežojumus.

#### Klātienes izglītības priekšrocības

- Jūs varat risināt mācīšanās vajadzības un individuāli pielāgot mācību pieredzi. Pedagogi var pielāgot mācību uzdevumus vai to, kādā veidā tiek aprakstīts saturs, lai varētu apmierināt dalībnieku tūlītējās vajadzības.
- Tās ļauj jums izveidot saikni ar dalībniekiem. Pedagogi var izveidot saikni ar dalībniekiem, nepastarpināti komunicējot ar viņiem. Izveidojot profesionālu saikni ar dalībniekiem, pedagogi var pielāgot pieredzi grupai, likt visiem justies ērtāk mācību vidē un veicināt mācību pieredzi.
- Jūs varat veidot dziļāku saturu, kas ir būtisks dalībniekiem, jo viņi varēs uzdot jautājumus un saņemt atbildes reāllaikā.
- Palielinās dalībnieku iesaiste, jo tiek iekļauti aktīvi mācību uzdevumi, piemēram, lomu spēles, spēles, situācijas analīze, scenāriji un grupu diskusijas, kuras ir grūtāk vadīt, īstenojot citas izglītības aktivitātes. Lomu spēle ir jo īpaši noderīga, lai attīstītu sapratni, empātiju un pieredzi reālās dzīves situācijās (piemēram, praktiski apgūstot dopinga kontroles procedūras vai lietas izskatīšanu disciplinārajā komisijā). Lomu spēles ir lielisks veids, kā iekļaut uz vērtībām balstītu izglītību jūsu nodarbībās. Spēles ir vēl viena lieliska iespēja vadīt uz vērtībām balstītas izglītības mācību uzdevumus. Piemēram, spēles var dot lielisku iespēju apspriest tādas vērtības kā godīgums, cieņa, taisnīgums, vienlīdzība un iekļautība (plašāku informāciju par mācību uzdevumiem skat. 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”).

- Tiek stimulētas sportistu un sportistu atbalsta personāla sarunas, kad viņi seminārā ir kopā.
- Jūs varat mācīties no dalībniekiem un sadarboties ar viņiem. Jūs varat arī iegūt tiešu (mutiskas piezīmes) un netiešu (ķermeņa valoda) atgriezenisko saiti par izglītības aktivitāti reāllaikā, kas palīdzēs jums izstrādāt novērtējumu (skat. 10. nodaļu “Programmas pārraudzība un novērtēšana”, kurā sniegta plašāka informācija). Jūs varat strādāt ar dalībniekiem mācīšanos sekmējošā vidē un ārpus sacensībām (nevis, kā tas būtu bijis uz sporta pasākumu balstītas izglītības gadījumā).
- Jūs varat novērtēt mācīšanos dziļākā, nozīmīgākā veidā. Klātienē semināros var pasniegt ļoti dažādus pārbaudes darbus (piemēram, kontrolpārbaudes, diskusijas, situāciju analīzi un scenārijus). Jūs varat izvēlēties tādu pārbaudes darbu, kas vislabāk der, lai parādītu, ko dalībnieki ir sapratuši, un izmantot vairāku veidu uzdevumus, lai gūtu pilnīgāku ainu. Pedagogi var uzdot dalībniekiem arī pārbaudes jautājumus, ja rodas šaubas par viņu zināšanām vai prasmēm. Savukārt citu veidu izglītības aktivitātēs laiks (uz sporta pasākumu balstīta izglītība) vai tehnoloģisko līdzekļu ierobežojumi (tīmekļsemināri, e-mācības) var ietekmēt to, kāda veida pārbaudes darbu jūs varat izmantot. Plašāku informāciju par pārbaudes darbiem skat. 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”, savukārt plašāku informāciju par to, kā novērtēt mācības, skat. 10. nodaļā “Programmas pārraudzība un novērtēšana”.

### **Klātienē izglītības ierobežojumi**

- Klātienē izglītības īstenošanai parasti ir nepieciešams budžets. Var rasties izdevumi saistībā ar telpu īri, mācību materiālu drukāšanu, dažādu priekšmetu – marķieru, lekciju plakātu un piezīmju lapiņu – iegādi un saistībā ar pedagogu algošanu.
- Lai mācības būtu efektīvas un optimālas, klātienē semināros ir jābūt nelielam pedagogu skaitam attiecībā pret dalībnieku skaitu. Ņemiet vērā – jo vairāk dalībnieku būs katram pedagogam, jo vairāk laika būs nepieciešams mācību uzdevumu organizēšanai un jautājumu un mācīšanās vajadzību risināšanai. Laba attiecība ir 1 pedagogs uz 10–15 dalībniekiem.
- Klātienē mācībām ir jānotiek biežāk nekā tikai vienreiz un ir jābūt pakāpeniskām, lai tām būtu lielākā iedarbība.
- Tās tiek piedāvātas konkrētā laikā un vietā, un tas var radīt piekļuves problēmas (piemēram, nesaskan mācību grafiki, grūti aizbraukt uz mācību norises vietu, braukšanas izdevumi).
- Tās var ilgt, kamēr dalībnieki nav noguruši. Jāiekļauj starpbrīži un daudz iespēju izkustēties. Ideālā gadījumā semināru ilgums ir no 45 minūtēm līdz 2 stundām.

## v) Tīmekļsemināri

Tīmekļsemināri ir tiešsaistes izglītības nodarbības reāllaikā (vai ierakstītas), ko vada pedagogs. Tie ir pieejami jebkuram dalībnieku skaitam un neatkarīgi no ģeogrāfiskās atrašanās vietas (lai gan, plānojot, kāds būtu labākais tīmekļsemināra laiks, ir jāņem vērā laika zonas).

Lai arī tīmekļsemināri nevar piedāvāt tādu pašu iesaistes līmeni, kādu piedāvā klātienē semināri, joprojām ir iespēja pielāgot prezentācijas mērķgrupas vajadzībām un veidot tiešu saziņu ar dalībniekiem.



Tīmekļsemināri var noderēt arī tad, ja mērķgrupai ir nepieciešamas mācības pirms liela sporta pasākuma un ja nav pietiekami daudz laika, lai organizētu klātienē semināru, vai arī dalībnieku ģeogrāfiskās atrašanās vietas dēļ nav iespējams sarīkot klātienē semināru.



### 3) Izglītības aktivitāšu un 4 komponentu kopsavilkums



Izglītības aktivitāšu veidu kopsavilkums un to saistība ar 4 komponentiem ir sniegta 7.1. tabulā.

#### 7.1. TABULA. IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀŠU UN 4 KOMPONENTU KOPSAVILKUMS

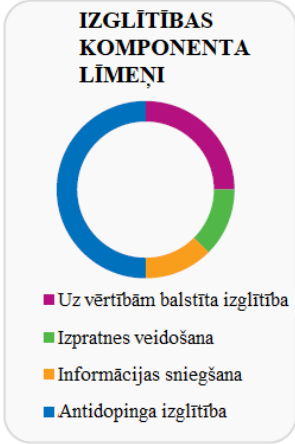
\* Jāatzīmē, ka grafiskais atveidojums ir piemērs tam, kā 4 komponenti varētu tikt iekļauti izglītības aktivitātē. Atkarībā no tā, kā jūs plānojat izglītības aktivitāti, jums šo komponentu tajā var būt vairāk vai mazāk.

IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTĒ	PIEMĒRI	PRIEKŠROCĪBAS	IEROBEŽOJUMI	4 KOMPONENTI*
Informatīvā kampaņa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta sūtījumi ieinteresētām personām</li> <li>Tīmekļa vietnes reklāmkarogi</li> <li>Ieraksti sociālajos medijos</li> <li>Tēmturu izmantošana</li> <li>E-pasta paraksta reklāmkarogi</li> <li>Saziņa ar žurnālistiem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Izmanto medijus, galvenos vēstījumus un saziņas aktivitātes</li> <li>Sasniedz plašu auditoriju</li> <li>Pastiprina galvenos vēstījumus</li> <li>Veido izpratni</li> <li>Iespēja sniegt informāciju vairākās valodās</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grūti uzzināt, kurus un cik daudz cilvēkus jūs sasniedzat</li> <li>Varētu būt nepieciešamas zināšanas par grafisko dizainu vai par to, kā izstrādāt digitālās veidlapas / tīmekļa reklāmkarogus / e-pasta parakstus</li> </ul>	<p><b>IZGLĪTĪBAS KOMPONENTA LĪMEŅI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uz vērtībām balstīta izglītība</li> <li>Izpratnes veidošana</li> <li>Informācijas sniegšana</li> <li>Antidopinga izglītība</li> </ul>

Zīmolrade un veicināšanas pasākumi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zīmolrade: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ logotipi</li> <li>◦ lozungi</li> <li>◦ “PowerPoint” veidnes</li> <li>◦ konsekventas krāsas</li> </ul> </li> <li>• Veicināšanas pasākumi: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ reklamēšana jaunos avotos</li> <li>◦ pasta sūtījumi</li> <li>◦ konkursi, suvenīru izdāle, loterijas</li> <li>◦ aktivitātes dienas (piem., Godīgas spēles diena)</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>IZGLĪTĪBAS KOMPONENTA LĪMEŅI</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Uz vērtībām balstīta izglītība</li> <li>■ Izpratnes veidošana</li> <li>■ Informācijas sniegšana</li> <li>■ Antidopinga izglītība</li> </ul>
Sociālie mediji	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veido izpratni</li> <li>• Pastiprina galvenos vēstījumus</li> <li>• Nodrošina iesaisti par tēmu</li> <li>• Sasniedz plašu auditoriju</li> <li>• Iespēja sniegt informāciju vairākās valodās, dažādos kontekstos, kas attiecas uz auditoriju</li> <li>• Ir savlaicīga (informāciju var ātri izplatīt, būtiskos brīžos)</li> <li>• Mazas izmaksas</li> <li>• Neliela ietekme uz vidi</li> <li>• Sniedz iespēju pārraudzīt jūsu izglītības programmu, ņemot vērā “patīk” skaitu vai publicētos komentārus</li> </ul>	<p><b>IZGLĪTĪBAS KOMPONENTA LĪMEŅI</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Uz vērtībām balstīta izglītība</li> <li>■ Izpratnes veidošana</li> <li>■ Informācijas sniegšana</li> <li>■ Antidopinga izglītība</li> </ul>

<p>E-mācības</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiešsaistes kursi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sasniedz plašu auditoriju</li> <li>• Labs veids, kā sniegt antidopinga izglītību</li> <li>• Ērts izglītības iegūšanas veids – mācības var pabeigt jebkurā laikā un jebkurā vietā</li> <li>• Mazas izmaksas</li> <li>• Neliela ietekme uz vidi</li> <li>• Nodrošina iespēju viegli novērtēt mācības, rīkojot kontrolpārbaudes</li> <li>• Var pielāgot dalībnieku vajadzībām un valodas priekšroku</li> <li>• Var pēc vajadzības aktualizēt</li> <li>• Var izsniegt sertifikātu par pabeigšanu</li> <li>• Veicina aktīvu, neatkarīgu mācīšanos – var pārtraukt un atsākt</li> <li>• Nodrošina ērtu izglītības programmas pārraudzības veidu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ierobežo tiešu dalībnieku iesaisti</li> <li>• Grūti iegūt jēgpilnu atgriezenisko saiti</li> <li>• Nepieciešam a atbilstošu tehnoloģisko līdzekļu pieejamība</li> <li>• WiFi un dati var radīt izmaksas</li> <li>• Grūti kontrolēt mācību vidi</li> </ul>	<p><b>IZGLĪTĪBAS KOMPONENTA LĪMENI</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Uz vērtībām balstīta izglītība</li> <li>■ Izpratnes veidošana</li> <li>■ Informācijas sniegšana</li> <li>■ Antidopinga izglītība</li> </ul>
<p>Uz sporta pasākumu balstīta izglītība</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informatīvais pasākums</li> <li>• Tīram sportam veltīts pasākums</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pastiprina galvenos vēstījumus</li> <li>• Veido izpratni</li> <li>• Var radīt saviļņojumu par tēmu</li> <li>• Dalībniekus var viegli iesaistīt, rīkojot spēles un sarunas</li> <li>• Vieglis veids, kā dalībniekiem norādīt, kur meklēt informāciju</li> <li>• Labs veids, kā</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grūti nodrošināt, ka visi mērķgrupā iekļautie cilvēki piedalās uz sporta pasākumu balstītas izglītības aktivitātē</li> <li>• Ierobežots laiks ar dalībniekiem</li> </ul>	<p><b>IZGLĪTĪBAS KOMPONENTA LĪMENI</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Uz vērtībām balstīta izglītība</li> <li>■ Izpratnes veidošana</li> <li>■ Informācijas sniegšana</li> <li>■ Antidopinga izglītība</li> </ul>

	<p>veidot partnerattiecības ar citām organizācijām</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Var izmantot, lai novērtētu izpratnes līmeni un sapratni, pamatojoties uz ko var plānot turpmākās izglītības aktivitātes</li> </ul>	
<p>Klātienes semināri</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klases nodarbības</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Varat iesaistīties sarunā ar dalībniekiem un mācīties no viņiem</li> <li>• Risina mācīšanās vajadzības, attiecīgajā brīdī ļaujot individuāli pielāgot mācību pieredzi</li> <li>• Jūs varat novērtēt mācīšanos dziļākā, jēgpilnākā veidā</li> <li>• Labākā iespēja uz vērtībām balstītai izglītībai</li> <li>• Labākā iespēja aktīviem mācību uzdevumiem</li> <li>• Ļauj iedziļināties saturā, reāllaikā uzdodot jautājumus un saņemot atbildes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nepieciešams budžets</li> <li>• Jābūt nelielam pedagogu skaitam attiecībā pret dalībnieku skaitu</li> <li>• Klātienes mācībām ir jānotiek biežāk nekā tikai vienreiz, lai tām būtu lielākā iedarbība</li> <li>• Var radīt piekļuves problēmas dalībniekiem, jo tiek piedāvāti noteiktā laikā un vietā</li> <li>• Nodarbībai jābūt ne ilgākai par 2 stundām</li> </ul>
<p>Tīmekļsemināri</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiešsaistes nodarbības reāllaikā vai ierakstā</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efektīvākais veids, kā pedagogs var uzstāties ģeogrāfiski plašas dalībnieku grupas priekšā</li> <li>• Pieejami jebkuram dalībnieku skaitam jebkurā laikā un jebkurā vietā</li> <li>• Var norisināties reāllaikā vai arī būt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagoģa un dalībnieku mijiedarbības līmenis un veids ir ierobežotāks</li> <li>• Nepieciešams, lai pedagogiem un dalībniekiem būtu pieejami atbilstoši tehnoloģiskie līdzekļi</li> <li>• WiFi un dati var radīt izmaksas</li> </ul>



---

ierakstīti (lai arī ieraksta gadījumā mijiedarbība būs ierobežota)

- Neliela ietekme uz vidi
- Var pielāgot mācību pieredzi atbilstoši dalībnieku vajadzībām
- Ja notiek reāllaikā, var atbildēt uz dalībnieku tiešsaistē uzdotajiem jautājumiem
- Mazāk jāorganizē, nekā rīkojot klātienē semināru

---

#### 4) Apsvērumi, kas jāņem vērā, izraugoties atbilstošu izglītības aktivitāti

Kā norādīts 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”, izraugoties izglītības aktivitātes, jāizvērtē sasniedzamie mācību mērķi un apgūstamās tēmas un jāizvēlas tāda izglītības aktivitāte, kas vislabāk atbilst mērķgrupai, ņemot vērā tās konkrētās vajadzības (jāatzīmē, ka ISE 5.5. pantā ir paskaidrots, ka “*parakstītāji* pielāgo *izglītības* aktivitātes atbilstoši izglītojamo veselības traucējumiem vai īpašajām vajadzībām *izglītojamo grupu saraksta* ietvaros”, bet 5.6. pantā ir norādīts, ka izglītības aktivitātes ir jāpielāgo nepilngadīgo attīstības posmam un tām ir jāatbilst visām piemērojamām likumīgajām prasībām).

Piemēram, izvēlieties sportistiem tādas izglītības aktivitātes, kas atbilst katram viņu sporta karjeras posmam (skat. 8. nodaļu “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”, kurā norādīti katrai mērķgrupai atbilstošo izglītības aktivitāšu piemēri). Bērniem un jauniešu vecuma sportistiem centieties piedāvāt klātienē seminārus, kuros iekļautas uz vērtībām balstītas izglītības aktivitātes (skat. 9. nodaļu “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”). Tad pastipriniet galvenos vēstījumus, iekļaujot uz sporta pasākumu balstītas izglītības aktivitātes, piemēram, informatīvo pasākumu vietējā treniņu zālē, kur bērni un jaunieši var runāt ar pedagogu un spēlēt spēles, kurās šie galvenie jēdzieni tiek atgādināti. Attiecībā uz valsts un starptautiska līmeņa sportistiem pirms sacensībām vienmēr izvērtējiet iespēju vispirms rīkot klātienē seminārus, tad, ja tas nav iespējams, apgūt e-mācību kursu vai piedalīties tīmekļseminārā par antidopīnga tēmām. Visbeidzot, lai nostiprinātu šo informāciju, neilgi pirms sacensību sākuma nosūtiet informatīvu paziņojumu un veiciet ierakstu sociālajos medijos.

Izraugoties izglītības aktivitātes, paturiet prātā, kādi jums ir resursi, cik tuvu ir jūsu rīkotais sporta pasākums un kur fiziski atrodas dalībnieki.

Sīkāka informācija par mācību mērķiem un izglītības aktivitātes izraudzīšanos ir sniegta 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”. Sīkāka informācija par to, kā panākt, lai izglītības



---

aktivitāte kļūtu par efektīvu mācību pieredzi, ir sniegta 6.nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”.

## 5) Izglītības materiāls izglītības aktivitāšu nodrošināšanai

Īstenojot izglītības aktivitātes, jums ir jāsniedz informācija un jānostiprina galvenie vēstījumi, izmantojot a) drukātos vai b) digitālos materiālus.

### a) Drukātie materiāli

Drukāti izglītojošie materiāli, piemēram, bukleti, informatīvās lapas un brošūras, ir vienkāršs informācijas izplatīšanas veids klātienē semināros un uz sporta pasākumu balstītas izglītības aktivitātēs. Šo materiālu nolūks ir:

- akcentēt izglītības aktivitātes galvenos punktus;
- atgādināt svarīgu informāciju, kas dalībniekiem ir jāapzinās, jāsaprot un saskaņā ar ko ir jārikojas;
- norādīt dalībniekiem pareizos informācijas avotus.

Viena no drukāto materiālu priekšrocībām ir tā, ka tie ir tūlītēji pieejami dalībniekiem un ka dalībniekiem nekas nav papildus jādara, piemēram, nav jādodas uz tīmekļa vietni. Būtisks drukāto materiālu ierobežojums ir tas, ka tie ātri zaudē savu aktualitāti, negatīvi ietekmē vidi un jaunu kopiju aktualizēšana un fiziska kopēšana var būt izmaksu ziņā dārga un laikietilpīga. Turklāt tie ir pieejami tikai tiem dalībniekiem, ar kuriem nonākat saskarē klātienē.

### b) Digitālie materiāli

Digitālie izglītības materiāli var sasniegt daudz plašāku auditoriju nekā drukātie avoti, jo tos var publicēt internetā. Līdzīgi drukātiem materiāliem arī šie avoti var būt bukleti, informatīvās lapas un brošūras, taču tos var pārveidot PDF formātā, lai tie jebkurā laikā būtu pieejami tīmekļa vietnē vai uz tiem varētu sniegt saiti, rakstot e-pastu vai publiskojot ierakstu sociālajos medijos. Digitālie materiāli var būt arī emuāri vai tīmekļa lapas.

Digitālajiem resursiem ir šādas priekšrocības:

- vienkārša pieejamība;
- vienkārši izplatīt dalībniekiem un plašai sabiedrībai;
- zemākas materiālu izplatīšanas izmaksas, jo nav jādrukā fiziskas kopijas;
- viegli aktualizēt, tulkot un izplatīt dalībniekiem jaunas versijas (ja materiāli ir jātulko, izvērtējiet, ar kurām organizācijām jūs varat sadarboties, lai veiktu šo darbu. Darbojoties partnerībā, var mazināt patērēto laiku un izmaksas, kā arī nodrošināt, ka tulkojamās materiālus izmanto plašāka auditorija un ka tie sniedz tai lielākas priekšrocības.);
- ir iespēja izplatīt pielāgotu saturu konkrētā laikā, piemēram, pirms liela sporta pasākuma vai pasaules čempionāta;
- noder personām ar redzes traucējumiem, kas var piekļūt šim materiālam, izmantojot ekrāna lasītājus un lietotnes.

## 8. NODAĻA

### Sportista izglītošana visas karjeras garumā



### APSVĒRUMI, KAS JĀŅEM VĒRĀ, IZGLĪTOJOT SPORTISTUS KATRĀ SPORTA GAITU ATTĪSTĪBAS POSMĀ

Izglītības starptautiskā standarta (*ISE*) 4.3.2. pantā ir noteikts, ka jums ir jāizglīto vismaz tie sportisti, kuri ir iekļauti pārbaudāmo sportistu reģistrā, un sportisti, kuri atgriežas no soda izciešanas. Tomēr, kā aprakstīts 4. nodaļā “Izglītojamo personu loks”, jo vairāk sportistu jūs iekļaujat izglītojamo grupu sarakstā, jo labāk. Bet katra šī sportistu grupa ir unikāla un var gūt labumu, ko sniedz tās vajadzībām īpaši pielāgotu izglītības aktivitāšu kopums. Turklāt būtu noderīgi izveidot sistēmu, kas ļauj pāriet uz nākamo posmu, pamatojoties uz iepriekšējo un izvairoties no atkārošanās un dublēšanās. Tālab izvērtējiet iespēju sportistu izglītot visos viņa sporta karjeras posmos.

Šajā nodaļā tiks aplūkoti turpmāk minētie jautājumi.

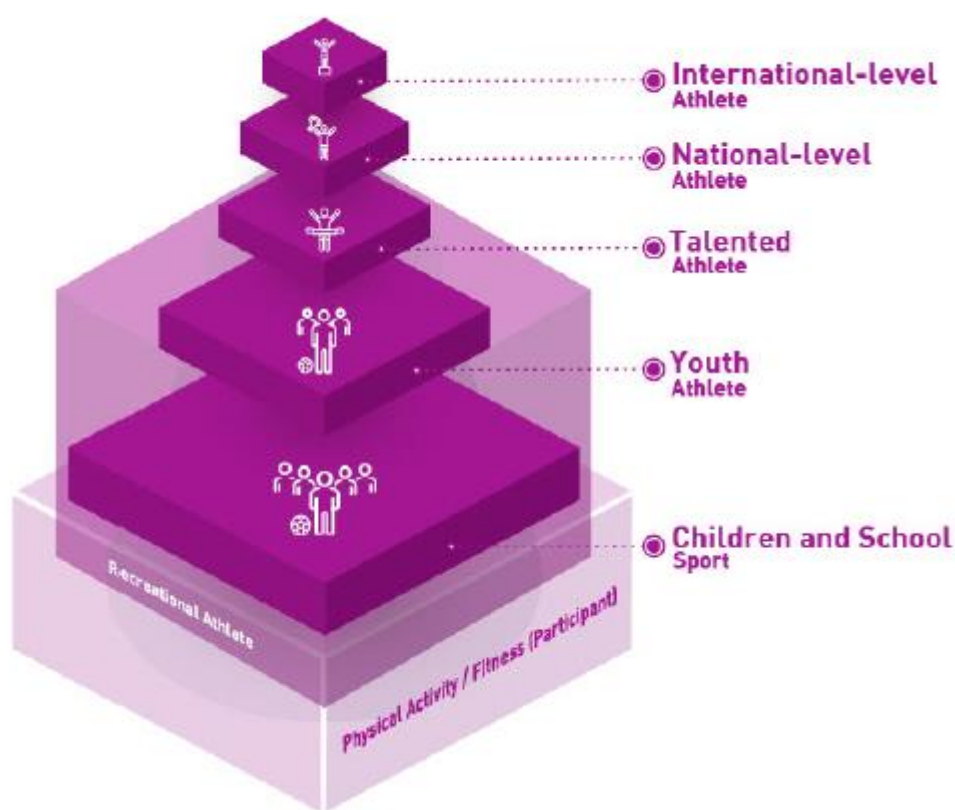
- 1) Kāda ir sportista karjera
- 2) Kāpēc tas ir svarīgi
- 3) Izglītība katrā posmā
- 4) Pārbaudāmo sportistu reģistrā (*RTP*) iekļauto sportistu izglītošana
- 5) Sportistu izglītošana pēc sankciju izciešanas
- 6) Izglītošana saistībā ar lieliem sporta pasākumiem
- 7) Izglītojamo loka paplašināšana

## 1) Kāda ir sportista karjera?<sup>11</sup>

Sportista karjera ir sistēma, kas raksturo sportista attīstības galvenos vispārējos posmus, sākot no pirmajiem fiziskās aktivitātes soļiem un kustības pamatprasmju apguves līdz pat sniegunam elites, valsts vai starptautiskajā līmenī.

Sportista karjera var atšķirties atkarībā no konteksta, un sportisti var uzsākt savu karjeru un to izbeigt vai pāriet no viena posma uz nākamo atkarībā no savām spējām, vecuma, interesēm, iespējām vai mērķiem.

Sportista karjeras piemērs ir sniegts 8.1. attēlā, kurā ietverti galvenie vispārējie attīstības posmi. 4. nodaļas “Izglājamo personu loks” 4.1. attēlā ir sniegti apraksti, kas raksturo katru sportista karjeras posmu.



<i>Angļu val.</i>	<i>Latviešu val.</i>
International-level Athlete	Starptautiska līmeņa sportists
National-level Athlete	Valsts līmeņa sportists
Talented Athlete	Talantīgs sportists
Youth	Jaunietis

<sup>11</sup> Clearing house for sport and physical activity. (2019). Izgūts: [https://www.clearinghouseforsport.gov.au/knowledge\\_base/high\\_performance\\_sport/athlete\\_pathways\\_and\\_development/Athlete\\_Pathways\\_and\\_Development](https://www.clearinghouseforsport.gov.au/knowledge_base/high_performance_sport/athlete_pathways_and_development/Athlete_Pathways_and_Development).

Athlete	sportists
Children and School Sport	Bērnu un skolas vecuma bērnu sports
Recreational Athlete	Amatieru līmeņa sportists
Physical Activity/Fitness (Participant)	Fiziskās nodarbības / fitness (dalībnieks)

### 8.1. attēls. Sportista karjeras piemērs

## 2) Kāpēc ir svarīgi definēt šīs grupas?

Kā norādīts 4. nodaļā “Izglītojamo personu loks”, lai izstrādātu izglītības programmu, ir svarīgi izveidot sportista karjeras ceļu. Ja sportisti ir iedalīti kategorijās, jūs varat uzrakstīt katram attīstības posmam pielāgotus mācību mērķus un izstrādāt izglītības aktivitātes un mācību uzdevumus, kas atbilst konkrētajām grupas vajadzībām. Jūs varēsiet izveidot izglītības programmu no sportista karjeras sākuma līdz beigām, nodrošinot, ka sportisti saņem atbilstošu informāciju pareizajā laikā un bez nevajadzīgas atkārtotības. Sportista karjeras ceļš ļaus jums un sportistiem maksimāli izmantot savu laiku.

## 3) Izglītība katrā sportista karjeras posmā

Padomājiet, kā jūs varat iekļaut visus izglītības 4 komponentus (4 komponenti) izglītības aktivitātēs, kas tiek īstenotas visām grupām, kuras veido sportista karjeras ceļu (skat. 7. nodaļu “Izglītības programmas 4 komponenti”, kurā sniegta plašāka informācija par 4 komponentiem un izglītības aktivitātēm). Izvērtējiet arī to, kā jūs varat atbalstīt katras sportistu grupas izglītošanu, izglītojot sportistus visvairāk ietekmējošo atbalsta personālu (ASP). Tie ir cilvēki, kurus sportisti visvairāk uzklausa un ciena, tāpēc viņu zināšanām un viedokļiem ir liela nozīme. Jums ir priekšrocība, ka jūs varat pozitīvi ietekmēt ASP, atbilstoši to izglītojot.

Turpmāk piemēru veidā ir sniegtas dažas izglītības aktivitātes un izglītības resursi attiecībā uz katru grupu, kas veido sportistu karjeras ceļu, un attiecībā uz ASP, kas visvairāk ietekmē sportistus. Antidopinga organizācijas, kurām ir mazāk resursu, var izstrādāt vienu resursu vairākām auditorijām.

### a) Bērnu un skolas vecuma sports

#### 8.1. TABULA. 4 KOMPONENTU IEKĻAUSĀNA BĒRNU IZGLĪTĪBĀ

4 KOMPONENTI	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES BĒRNIEM	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES BĒRNU VISVAIRĀK IETEKMĒJOŠAM ASP	
		Vecāki	Skolotāji
<b>Uz vērtībām balstīta izglītība</b>	Aktivitātes, kas tiek sniegtas kā programmas “Sport Values in Every Classroom” (SViEC) sastāvdaļa		Skolotājs kā sabiedrotais
<b>Izpratnes veidošana</b>	Skolas sacensības sociālajos medijos	Kampaņa “Godīga spēle” vai līdzvērtīga kampaņa	Kampaņa “Godīga spēle” vai līdzvērtīga kampaņa
<b>Informācijas</b>		Norādījumi vecākiem,	Tīmekļa vietnē ir atvēlēta

<b>sniegšana</b>	kuru bērni nodarbojas ar sportu skolā (sporta vērtību attīstīšana bērniem)	vieta, kur skolotāji var piekļūt resursiem un informācijai
------------------	--	--

### Antidopinga izglītība

#### b) Jauniešu vecuma sportisti

## 8.2. TABULA. 4 KOMPONENTU IEKĻĀUŠANA JAUNIEŠU VECUMA SPORTISTU IZGLĪTĪBĀ

4 KOMPONENTI	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES JAUNIEŠU VECUMA SPORTISTIEM	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES JAUNIEŠU VECUMA SPORTISTUS VISVAIRĀK IETEKMĒJOŠAM ASP		
		Vecāki	Skolotāji	Kluba treneris
<b>Uz vērtībām balstīta izglītība</b>	E-mācību kurss par ētisku uzvedību sportā	E-mācību kurss		
<b>Izpratnes veidošana</b>	Sociālo mediju kampaņa par veselīgu uzturu sportā	Informatīvs pasākums skolas sporta sacensībās, lai veidotu izpratni par sportiskām vērtībām un veselīgu uzturu	Lejupielādējami resursi skolotājiem, kurus var lietot skolas sporta dienā vai tamlīdzīgos pasākumos	
<b>Informācijas sniegšana</b>	Kas ir tīrs sports? Digitālo materiālu lejupielāde	Norādījumi vecākiem par sporta ētikas attīstīšanu, norādījumi vecākiem par veselīgu uzturu sportā Kas ir tīrs sports? Digitālo materiālu lejupielāde	Norādījumi skolotājiem par sporta ētikas attīstīšanu Kas ir tīrs sports? Digitālo materiālu lejupielāde	Norādījumi treneriem par sporta ētikas attīstīšanu Tīmekļa vietnē izveidota sadaļa treneriem Kas ir tīrs sports? Digitālo materiālu lejupielāde
<b>Antidopinga izglītība</b>				Rīcības kodekss sporta kluba biedriem, kurā iekļauta atsauce uz tīra sporta aizsardzību

c) Talantīgie sportisti

**8.3. TABULA. 4 KOMPONENTU IEKĻAUŠANA TALANTĪGO SPORTISTU IZGLĪTĪBĀ**

4 KOMPONENTI	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES TALANTĪGIEM SPORTISTIEM	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES TALANTĪGOS SPORTISTUS VISVAIRĀK IETEKMĒJOŠAM ASP			
		Vecāki	Skolotāji	Mediķi	Treneri
<b>Uz vērtībām balstīta izglītība</b>	<i>Instagram</i> publicētie stāsti	Rīcības kodekss vecākiem Klātienēs seminārs talantīgo sportistu vecākiem			
<b>Izpratnes veidošana</b>	Kampaņa “Godīga spēle”, kurā var iesaistīties, izmantojot sociālo mediju digitālos līdzekļus	“Food first” sociālo mediju kampaņa		“Food first” sociālo mediju kampaņa [Informēšana talantīgo sportistu nometnēs]	“Food first” sociālo mediju kampaņa “Outreach at Talent Camps”
<b>Informācijas sniegšana</b>	Norādījumi/lietotne “Clean Sport Essentials” [Tīra sporta pamati]	Norādījumi vecākiem par sporta uztura pamatiem Tīmekļa vietnē sadaļā vecākiem	Vadlīnijas skolotājiem par atbalsta sniegšanu talantīgiem sportistiem	Ievads otrdienas datu apkopojumam “Zini noteikumus” datu apkopojums Viss par aizliegto vielu sarakstu	“Zini noteikumus” datu apkopojums
<b>Antidopinga izglītība</b>	Klātienēs seminārs – Laipni aicināti oficiālā/formālā talantu pilnveides programmā “Tīrs sports talantīgiem sportistiem”	E-mācības – ievads vecākiem par tīru sportu	Kas ir antidopings? Datu apkopojums skolotājiem.	E-mācības – ievads medicīniskajam personālam par tīru sportu	E-mācības – ievads treneriem par tīru sportu

d) Valsts līmeņa sportisti

**8.4. TABULA. 4 KOMPONENTU IEKĻAUSĀNA VALSTS LĪMEŅA SPORTISTU IZGLĪTĪBĀ**

4 KOMPONENTI	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES VALSTS LĪMEŅA SPORTISTIEM	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES VALSTS LĪMEŅA SPORTISTUS VISVAIRĀK IETEKMĒJOŠAM ASP		
		Treneri	Medicīniskais personāls	Sporta pārvaldes
<b>Uz vērtībām balstīta izglītība</b>	Sociālo mediju kampaņa “Atbalstu tīru sportu, jo...”	Rīcības kodekss treneriem	Rīcības kodekss medicīniskajam personālam	
<b>Izpratnes veidošana</b>	Informēšana augsta riska sporta veidu valsts čempionātos, video par pārbaudes procedūru Sociālo mediju kampaņa par ziņošanu par dopingu	Video par pārbaudes procedūru Sociālo mediju kampaņa par ziņošanu par dopingu	Video par pārbaudes procedūru Sociālo mediju ziņošanu par dopingu Video – kādus riskus rada uztura bagātinātāji	Sociālo mediju kampaņa par ziņošanu par dopingu
<b>Informācijas sniegšana</b>	Ievads jautājumos par antidopingu starptautiskajā līmenī, datu apkopojums Galvenie padomi, kā būt tīram un palikt tīram, datu apkopojums	Ja esi sportista pārstāvis pārbaudes procedūrā, datu apkopojums	Ja esi sportista pārstāvis pārbaudes procedūrā, datu apkopojums	
<b>Antidopinga izglītība</b>	E-mācības – Laipni aicināti Pārbaudāmo sportistu reģistrā Klātienes seminārs		Klātienes seminārs mediķiem, kas strādā sporta nozarē	

e) Starptautiska līmeņa sportists

**8.5. TABULA. 4 KOMPONENTU IEKĻAUSĀNA STARPTAUTISKA LĪMEŅA SPORTISTU IZGLĪTĪBĀ**

4 KOMPONENTI	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES STARPTAUTISKA LĪMEŅA SPORTISTIEM	IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES STARPTAUTISKA LĪMEŅA SPORTISTUS VISVAIRĀK IETEKMĒJOŠAM ASP		
		Aģenti/menedžeri	Treneri	Valsts medicīniskais olimpiskās/paraolimpiskās komitejas administratori



---

**Uz vērtībām  
balstīta izglītība** Sociālo mediju  
kampanja  
Instagram stāsti

---

**Izpratnes  
veidošana**

Situācijas  
analīze / citu  
sportistu emuāri

Video –  
treneris  
skaidro,  
kā viņš  
palīdz  
sportistiem,  
lai viņi  
ievērotu  
pienākam  
us  
antidoping  
a jomā

Video –  
kādu riskus  
rada uztura  
bagātinātāji

---

**Informācijas  
sniegšana**

Mobilo tālrunu  
lietotnes

“Tīra sporta  
vadlīnijas” –  
brošūra

Vadlīnijas par  
antidopinga kontroli  
valsts vienībā

---

**Antidopinga  
izglītība**

E-mācību kurss  
sportistiem, kas  
dodas uz  
olimpiskajām  
spēlēm

E-mācību  
kurss  
mediķiem,  
kas dodas  
uz  
olimpiskajām  
spēlēm

Klātienē seminārs  
Valsts  
olimpiskās/paraolimpis  
kās komitejas  
personālam, kas atbild  
par sportistu komandas  
sūtīšanu uz  
olimpiskajām spēlēm

---

#### 4) Pārbaudāmo sportistu reģistrā iekļauto sportistu izglītošana

Saskaņā ar definīciju pārbaudāmo sportistu reģistrs ir “augstākās prioritātes *sportistu* saraksts, ko starptautiskā līmenī atsevišķi izveidojušas starptautiskās federācijas, bet valstu līmenī – *valstu antidopinga organizācijas*; saskaņā ar attiecīgās starptautiskās federācijas vai *valsts antidopinga organizācijas* izstrādāto pārbaudāmo sportistu veikšanas plānu šiem sportistiem veic mērķtiecīgas *pārbaudes* gan *sacensību laikā*, gan *ārpus sacensībām*, tādēļ viņiem ir jāsniedz ziņas par savu atrašanās vietu [..]”.

*RTP* iekļautie sportisti, visticamāk, tiek regulāri pārbaudīti, un viņiem ir jāievēro prasība sniegt ziņas par savu atrašanās vietu. Tāpēc, plānojot izglītības aktivitātes *RTP* iekļautajiem sportistiem, nodrošiniet, ka a) tiek iekļauts viss obligātais saturs, b) tiek iekļauti praktiski uzdevumi par *ADAMS* sistēmas izmantošanu un ziņu par atrašanās vietu sniegšanu un c) tiek nodrošinātas papildu izglītības aktivitātes neilgi pirms sacensībām, lai nostiprinātu galvenos vēstījumus un mācības.

---

## a) Obligātā satura iekļaušana

Saskaņā ar Kodeksu (18.2. pants) un *ISE* (5.2. pants) dažas tēmas ir obligātas. Tās ir uzskaitītas 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”.

*RTP* sportistu izglītības programmā ir svarīgi iekļaut visas obligātās tēmas. Tomēr *RTP* sportistiem var būt maz laika, jo viņiem ir intensīvs treniņu un sacensību grafiks. Tāpēc izvērtējiet, kā jūs varat pasniegt informāciju un ietvert visas tēmas laika ziņā efektīvi un saprātīgos termiņos – ne visu uzreiz! Atcerieties, ka ideālā gadījumā brīdī, kad sportists tiek iekļauts *RTP*, viņš jau ir ieguvis kādu izglītību (tas tā ir jo īpaši tad, ja sportists tiek izglītots visas karjeras garumā). Turpmāk minēti daži jautājumi, kurus jūs varat sev uzdot.

- Vai jūs varat piedāvāt ievadkursu, kad sportists tiek iekļauts *RTP*, un tad zināšanu atsvaidzināšanas kursu reizi 2 gados?
- Vai jūs varat piedāvāt papildinošas izglītības aktivitātes, lai atgādinātu galvenās tēmas pirms sacensībām (skat. turpmāk tekstā)?
- Vai jūs varat publicēt galvenos vēstījumus un atgādinājumus sociālajos medijos, sniedzot saiti uz resursiem, kur meklēt papildu informāciju?
- Vai jūs varat pa e-pastu nosūtīt informatīvu paziņojumu tieši saviem *RTP* sportistiem? (Ievērojiet datu privātuma ierobežojumus vai prasību saņemt piekrišanu. Skat. 13. nodaļu “Citu izglītības programmu atzīšana”, kurā ir plašāk aplūkots datu privātums.)

## b) Praktiski uzdevumi par *ADAMS* sistēmas izmantošanu un ziņu par atrašanās vietu sniegšanu

Ir svarīgi saprast, kā izmantot *ADAMS* sistēmu, lai iesniegtu precīzas un savlaicīgas ziņas par atrašanās vietu, un tas palīdz mazināt nejaušus nepaziņošanas gadījumus un neierašanos uz pārbaudēm (prasību par atrašanās vietu neizpilde), kas varētu izraisīt antidopinga noteikumu pārkāpumu (*ADRV*).

Izvērtējiet iespēju sniegt virtuālu *ADAMS* sistēmas apskati un dot *RTP* sportistiem iespēju parādīt savas spējas izmantot *ADAMS* sistēmu. To var izdarīt, rīkojot tīmekļsemināru, kad *RTP* tiek iekļauti jauni sportisti, rīkojot uz sporta pasākumu balstītas izglītības aktivitātes vai klātienē seminārā, izmantojot klēpj datoru, mobilo tālruni vai virtuālās realitātes rīkus. Jaunajiem *RTP* sportistiem ir svarīgi praktiski izmēģināt ieiešanu *ADAMS* sistēmā, un viņiem ir jāparāda un jāsniedz atbalsts, kā izmantot platformu. Tas dos sportistiem un sportistu atbalsta personālam pārliecību par sistēmas lietošanu un pasargās no tā, ka sportists netīšām neizpilda prasības par atrašanās vietas sniegšanu.

## c) Papildu izglītības aktivitāšu sniegšana neilgi pirms sacensībām

Prasiet *RTP* sportistiem pirms liela sporta pasākuma norises sākuma piedalīties izglītības aktivitātē, piemēram, nokārtot e-mācību kursu (piemēram, *WADA* bezmaksas e-mācību kursu sportistiem un treneriem, kas ievada liela sporta pasākuma norises kursu *ADeL* platformā), kurā sportistiem tiks atgādināts, kādā jurisdikcijā viņi būs sporta pasākuma laikā, kā pieprasīt terapeitiskās lietošanas atļauju, kā iesniegt ziņas par savu atrašanās vietu un kāds ir dopinga kontroles process.

Izglītības aktivitāšu laikā vienmēr akcentējiet, ko pozitīvu sniedz *RTP* sportista statuss, atgādinot sportistiem, ka iekļaušana *RTP* ir iespēja. Tā ir iespēja darboties un pierādīt savus sasniegumus kā tīram sportistam, tā ir iespēja būt atvērtam un pārredzamam, jo šāds sportists

---

ir pieejams pārbaudēm jebkurā laikā, un tā ir iespēja būt par paraugu tīrā sportā.

*RTP* sportistiem, kas ir izgājuši visu izglītības programmu, ir jāspēj sacensties tīri, jāspēj nepieļaut netīšu dopinga, jāzina antidopinga noteikumi un viņi nedrīkst šaubīties par savām funkcijām un pienākumiem.

## 5) Sportistu izglītošana pēc sankciju izciešanas

Attiecībā uz sportistiem, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas, noskaidrojiet, a) kā jūs viņus sasniegsiet un b) kas viņiem ir jāmācās.

### a) Kā sasniegt sportistus, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas

Starptautiskajām federācijām un valsts antidopinga organizācijām ir jākoordinē savi centieni, lai nodrošinātu, ka sportisti, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas, tiek izglītoti. Laba saziņa starp valsts un starptautiskām organizācijām (ja atbilstīgi) ir būtiska, lai nodrošinātu, ka centieni sasniegt un izglītot šos sportistus netiek dublēti.

Izvērtējiet situāciju, kurā sportists, kas pārstāv komandu sportu, pievienojas jaunam klubam vai nomaina komandu vai valsti pēc diskvalifikācijas perioda izciešanas. Šādā situācijā iepriekšējai un jaunajai valsts antidopinga organizācijai vai valsts federācijai ir savstarpēji jāsažinās, kā arī jāsažinās ar starptautisko federāciju, lai nodrošinātu, ka sportists pēc atgriešanās sportā tiek ne tikai izglītoti, bet arī pilnībā atbalstīti.

Dažkārt 6 mēnešus pirms sportista diskvalifikācijas perioda beigām sākas cita antidopinga aktivitāte. Tā varētu būt prasība sniegt ziņas par savu atrašanās vietu, lai varētu sākt pārbaudes pirms sportista atgriešanās sportā. Ja attiecībā uz sportistu ir plānota šāda aktivitāte vai kāda cita ar pārbaudēm saistīta aktivitāte, ir jādara viss iespējamais, lai sportistu vispirms apmācītu.

Apspriedieties savā organizācijā un, ja iespējams, vienojieties par iekšējo politiku, lai ikviens sportists, kas atgriežas sportā pēc diskvalifikācijas perioda, pirms pārbaudēm vispirms tiktu apmācīts. Šāda iekšējā vienošanās saskan ar vienu no *ISE* pamatprincipiem, proti, ka sportista pirmajai pieredzei ar antidopingu jābūt ar izglītības starpniecību, nevis dopinga kontrolē. Tam tā jābūt arī gadījumos, kad sportisti, kas kādu laiku bija pametuši sportu, atgriežas sportā un tādējādi atgriežas antidopinga sistēmā. Jācenšas izglītot sportistus, lai viņiem būtu aktuālas zināšanas par antidopingu un lai novērstu turpmākus *ADRV*.

### b) Kas ir jāmācās sportistiem, kuri atgriežas pēc sankciju izciešanas

**1. posms. Vispirms pajautājiet sev, kāpēc sportists tika sodīts.** Vai viņam trūka informācijas vai sapratnes, kā rezultātā tika izdarīts netīšs *ADRV*? Vai viņu negatīvi ietekmēja vide, kultūra vai apkārtējie? Izvērtējiet iespēju aprunāties ar pašu sportistu un viņa treneri, vecākiem vai citu atbilstošo *ASP*. Tas palīdzēs saprast viņa skatījumu un, iespējams, viņa motīvu lietot dopinga (nejauši vai apzināti) – ir jāņem vērā sportista motīvi vai iemesli to darīt, lemjot par to, kādus pasākumus iekļaut izglītības aktivitātē.

Piemēram, ja sportistam ir piemērota sankcija par to, ka viņš ir lietojis uztura bagātinātāju, kurā ietilpst aizliegtā viela, būtu lietderīgi palielināt mācību saturu par uztura bagātinātāju lietošanas riskiem un par to, kā tos mazināt.

---

Sportistiem, kas ir apzināti pārkāpuši noteikumus, var būt daudz dažādu iemeslu un motīvu to darīt. Dažkārt tos ir grūti saprast, tomēr, ja tos cenšas saprast, nevis vienkārši stigmatizēt, arī tas palīdz veidot izglītošanu atbilstošu.

Ja sportists ir apzināti lietojis steroīdus, lai uzlabotu sniegumu, jo zinājis vai ticējis, ka arī citi apkārtējie to dara, noderīgi būtu izmantot uz vērtībām balstītas izglītības saturu un runāt par plašākām sekām. Problemātiskākās situācijās, piemēram, ja sportists ir lietojis

aizliegtās vielas, lai uzlabotu savu sniegumu nolūkā palīdzēt ģimenei izrauties no nabadzības, ir dziļāk jāsaprot kultūra un ir nepieciešama zināma empātija.

**2. posms. Pielāgojiet saturu un mācību uzdevumus, lai atbalstītu sportistu un viņa vajadzības,** un izvērtējiet, kā jūs varat iekļaut uz vērtībām balstītas izglītības komponentu arī viņa izglītības aktivitātēs – tas joprojām ir svarīgi (skat. 6. nodaļu “Mācību pieredzes veidošana”, lai saprastu, kā izstrādāt efektīvu mācību pieredzi, kā arī 7. nodaļu “Izglītības programmas 4 komponenti” un 9. nodaļu “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”, lai uzzinātu vairāk par to, kā veidot uz vērtībām balstītu izglītību). Būtu lietderīgi sākt ar to, ka sarunā ar sportistu atklāj, ko viņš zina vai domā, ka zina, par antidopingu, lai saprastu, ko viņš nav pareizi sapratis vai ar ko ir maldināts.

Lemjot par saturu, padomājiet par turpmāk minētajiem jautājumiem.

- Kas ir mainījies, kopš sportists ir pēdējo reizi piedalījies sporta pasākumos? Padomājiet par aizliegto vielu saraksta izmaiņām, jauniem *ADRV*, pārbaužu paņēmieni progresu, izmaiņām sankciju piemērošanā un citām izmaiņām, kas sportistam ir svarīgas vai kas viņam ir jāzina.
- Antidopinga sistēmas pārskats un jūsu organizācijas loma tajā – tam ir jābūt pozitīvam vēstījumam, piemēram, “aizsargāt tīru sportu”.
- Jums ir arī jāizvērtē iespēja iekļaut izglītības aktivitātē sportista treneri, vecākus vai citu nozīmīgu *ASP*. Ir lietderīgi nodrošināt to, ka sportists un personas ap viņu ir izglītoti, lai turpmāk izvairītos no *ADRV*.
- Dažkārt ir lietderīgi viņus izglītēt arī par *WADA* ziņotāju programmu “Speak Up!”, kurā bažas par dopinga var ziņot arī anonīmi.

**3. posms. Izvērtējiet sportista atgriešanos sportā un to, kāds emocionālais vai psiholoģiskais atbalsts viņam būtu nepieciešams.** Vai jūs varat iekļaut kādu informāciju, lai atbalstītu šo atgriešanos, un vai jūs varat sportistu nosūtīt vai pie sportista pieaicināt kādus ārējus ekspertus, piemēram, sporta psihologu?

## 6) Apsvērumi saistībā ar lielām sacensībām vai lieliem čempionātiem

Plānojot izglītības aktivitātes saistībā ar lielām sacensībām vai lieliem čempionātiem, kas pēc definīcijas ir reģionāli, kontinentāli un starptautiski sporta pasākumi, ideālā gadījumā sportisti un sportistu atbalsta personāls, kā noteikts Kodeksa 18.2. pantā, jau ir izglītoti par antidopinga pamatiem. Tāpēc koncentrējieties uz antidopinga noteikumiem un procedūrām, kas attiecas uz konkrētajām spēlēm (vai čempionātu/kausiem). Pārliecinieties, ka jums ir šo sacensību antidopinga noteikumu kopija un ka jūs esat pārskatījuši šos noteikumus, lai noskaidrotu galveno informāciju, kas sportistiem un *ASP* ir jāzina. Parasti ir jāzina šādas nianšes:

- galvenie datumi, tostarp spēļu/čempionāta norises periods, un kad mainās jurisdikcija;

- 
- sacensību un ārpus sacensību periods;
  - noteikumi, tostarp aizliegto vielu saraksts, un konkrētajam sporta veidam piemērojamie papildinājumi;
  - TLA – ko darīt iepriekš un kā dabūt TLA, ja tā nepieciešama sacensību laikā;
  - ziņu par savu atrašanās vietu sniegšanas prasības;
  - pārbaūžu veikšana – process, kas var veikt pārbaudes, pārbaūžu veidi, testēšanas aprīkojums;
  - kur sniegt ziņas par dopinga vai ziņot par aizdomām;
  - kas notiek, ja sportists pārkāpj antidopinga noteikumus, un kādas ir iespējamās sekas, tostarp konkrētas sekas komandu sporta pasākumos.

Izvērtējiet iespēju sniegt papildu padomus par šādiem jautājumiem:

- par “svinēšanu”, lai palīdzētu sportistiem atgādināt, ka uz viņiem joprojām attiecas antidopinga noteikumi un ka viņi vienmēr ir paraugs citiem;
- par vērtībām, piemēram, uzvaru godīgā veidā (skat. 9. nodaļu “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”).

## 7) Izglītojamo loka paplašināšana

Atcerieties, ka antidopings nav nošķirams no sporta. Tas pastāv tāpēc, ka pastāv sports. Sportisti savā karjerā saskaras ar daudziem apdraudējumiem, kas var palielināt varbūtību, ka viņi apsver domu lietot dopinga. Ja zina šos apdraudējumus un ja tos apspriež izglītības aktivitātēs, pat ja šķietami tie nav saistīti ar antidopinga, tas palīdz īstenot preventīvu pieeju.

Tā kā talants tiek apzināts jau agrīnajā posmā, sportisti var sākt domāt, ka atšķiras no citiem, un likt uz sevi lielas cerības. Arī citi sportisti, vecāki, treneri un sabiedrība var likt cerības un izdarīt spiedienu, kas ir tikpat augsts. Izvērtējiet, kā jūsu izglītības programma var atbalstīt šo sportistu karjeru šādā augsta spiediena atmosfērā. Izvērtējiet, kas vēl varētu būt jūsu uzmanības lokā, izņemot sportistus, lai palīdzētu šīm grupām (piemēram, vecākiem, treneriem, ārstiem) kļūt par pozitīvas ietekmes avotiem.

Pāreja uz ikdienas dzīvi, jo īpaši pēc tam, kad sportists vairs nepiedalās sacensībās, dažkārt ir grūta un pat traumatiska. Tāpēc, izglītojot sportistus, ir jāiekļauj elementi, kas vērsti uz sportista turpmāko karjeru pēc sportista karjeras beigšanas, un ir jāmudina pastāvīgi iesaistīties izglītības programmās kā līderiem un, iespējams, kā pedagogiem.

## 9. NODAĻA

### Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana



### PANĀKT, KA IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS CENTRĀ IR UZ VĒRTĪBĀM BALSTĪTA IZGLĪTĪBA

Uz vērtībām balstīta izglītība ir viens no izglītības programmas komponentiem (4 komponenti) līdztekus izpratnes veidošanai, informācijas sniegšanai un antidopinga izglītībai, kas ir jāiekļauj izglītības programmā (plašāku informāciju skat. 7. nodaļā “Izglītības programmas 4 komponenti”).

Jūsu pienākums ir iekļaut uz vērtībām balstītas izglītības komponentu un, plānojot izglītības aktivitātes, ir jāatceras, ka “uz vērtībām balstītai izglītībai jāvērs galvenā uzmanība, jo īpaši bērniem un jauniešiem ar skolu un/vai sporta klubu programmu starpniecību un sadarbībā ar attiecīgām valsts iestādēm un citām ieinteresētajām personām”, kā noteikts Izglītības starptautiskā standarta (*ISE*) 5.1. pantā.

Jūs arī tiekat mudināti “[..] apsvērt ieguvumus, kas rodas, izglītojot plašu iedzīvotāju skaitu ar tādu izglītības programmu starpniecību, kuras balstītas uz vērtībām, lai ieaudzinātu sporta garu un veidotu tīru sporta vidi”, kas ir *ISE* mērķis.

Taču kāpēc tik liels uzsvars ir likts uz vērtībām balstītu izglītību?

Mēs visi esam pastāvīgi pakļauti faktoriem, kas ietekmē mūsu domāšanu un uzvedību, tostarp mūs ietekmē sociālie mediji, televīzija, mūzika, internets, pozitīvie un negatīvie piemēri un daudz kas cits. Tas notiek laikā, kad daudzās sabiedrībās vecāku kontrole un ietekme mainās un dažkārt mazinās līdz ar kultūras normu vai ekonomiskās situācijas izmaiņām. Diemžēl dažkārt šīs ietekmes var izraisīt negatīvu uzvedību, piemēram, iebiedēšanu, vielu pārmērīgu

---

lietošanu, krāpšanos un necieņu. Savukārt, iekļaujot savā izglītības programmā uz vērtībām balstītu izglītību, jūs varat dalībniekiem mācīt pozitīvas vērtības un lietot tās praksē ar mērķi pieņemt ētiskus lēmumus un kļūt par paraugu citiem.

Izglītības programmā iekļautais uz vērtībām balstītais izglītības komponents ir jāstrukturē tā, lai nodrošinātu, ka dalībnieki ir atvērti vispārējam pozitīvu vērtību kopumam, kas atbilst sporta garam, neatkarīgi no viņu sociālās vides, valstspiederības, tautības vai seksuālās orientācijas.

Tas ir ilgs process, kas prasa pacietību un atdevi un kas ir jāpiemēro konsekventi un neatlaidīgi. Savukārt uz vērtībām balstītais izglītības ietekme ir ļoti liela, jo, tiklīdz ir iegūtas pozitīvas vērtības, tās var ietekmēt ikvienu mūsu dzīves aspektu – ne tikai sportā.

Tādēļ aplūkosim turpmāk minētos jautājumus.

- 1) Kas ir uz vērtībām balstīta izglītība?
- 2) Kam tā ir domāta?
- 3) Kā to izmantot?

### **1) Kas ir uz vērtībām balstīta izglītība?**

*ISE* ir paskaidrots, ka uz vērtībām balstīta izglītība ir tādu izglītības aktivitāšu īstenošana, kas palīdz attīstīt personīgās vērtības un principus un veido indivīda spēju pieņemt ētiskus lēmumus un ētiski rīkoties.

Tātad, kad jūs mācāt mērķgrupu cienīt sevi, savus sāncenšus un viņu sporta veidu, sacenšoties tīri, vai būt atklātiem pret savu treneri par spēju sacensties pēc traumas, vai būt godīgiem un ievērot antidopinga noteikumus pat tad, ja neviens neskatās, jūs īstenojat uz vērtībām balstītu izglītību. Kad jūs veidojat mērķgrupas spēju domāt kritiski, risināt problēmu un pārdomāt savu rīcību atbilstoši savām vērtībām, arī tad jūs īstenojat uz vērtībām balstītu izglītību.

### **2) Kam ir domāta uz vērtībām balstīta izglītība?**

Uz vērtībām balstīta izglītība ir domāta visiem! Tā ir domāta visiem izglītojamo grupu sarakstā iekļautajiem sportistiem un sportistu atbalsta personālam (*ASP*). Tā ir domāta arī citām mērķgrupām un arī plašākai sabiedrībai.

Personas vērtības ietekmē tās pieredze un mijiedarbība, un vērtības var mainīties dzīves laikā, tāpēc ir svarīgi iekļaut uz vērtībām balstītas izglītības komponentu katrai mērķgrupai neatkarīgi no tā, kādai vecuma kategorijai un attīstības posmam tā atbilst.

### **3) Kā jūs īstenojat uz vērtībām balstītu izglītību?**

Kā jūs iekļaujat uz vērtībām balstītas izglītības komponentu savā izglītības programmā? Vispirms a) identificējiet savas vērtības, b) raksturojiet savas vērtības un tad c) centieties iestrādāt tās visos izglītības programmas virzienos.

#### **a) Vērtību identificēšana**

Lūk, daži aspekti, kas jāapsver, lai identificētu vērtības.



- Aplūkojiet savas organizācijas vīziju un misiju un novērtējiet, vai tās ir balstītas uz vērtībām. Vai jūsu organizācijai ir organizatorisko vērtību kopums; ja ir, vai tās ir saskaņotas ar izglītības vīziju (skat. 1. nodaļu “Ar ko sākt?”). Vai jūs varat izraudzīties tās pašas vērtības?
- Jūsu vērtībām ir jāatbilst vietējam kontekstam. Centieties pajautāt ieinteresētām personām, tostarp sportistiem, ASP un/vai plašai sabiedrībai, kāds ir viņu viedoklis. Dodiet iespēju izteikties, lai iesaistītu viņus.
- Vērtības ir, piemēram, taisnīgums, izcilība, vienlīdzība, cieņa, iekļautība, prieks, sadarbība, draudzība, vaļsirdība, apņēmība un godīgums.

## b) Vērtību raksturošana

Raksturojot vērtības, izvērtējiet turpmāk minēto.

- Ko jums nozīmē jūsu vērtības? Ko tās nozīmē sportistiem un ASP?
- Kā, jūsuprāt, cilvēkiem būtu jārikojas un kas viņiem būtu jādara, pamatojoties uz šīm vērtībām? Piemēram, Kanādas Sporta ētikas centrs [*Centre for Ethics in Sports (CCES)*] ir izstrādājis uz vērtībām balstītu izglītības programmu “Patiess sports” [*True Sport*]. Programmā ir ietverti principi, ar kuriem šī organizācija raksturo to, kā tā vēlas, lai sportisti rīkojas, pamatojoties uz “patiesa sporta” vērtībām. Piemēram, princips “Sarauj!” [*Go for it!*] pauž izcilību, princips “Spēlē godīgi” [*Play Fair*] pauž godīgumu utt.

## c) Vērtību iekļaušana

Lai iekļautu vērtības savā izglītības programmā, izvērtējiet turpmāk minētos aspektus.

- **Nosauciet savas vērtības un dodiet piemēru.** Kā norādīts 7. nodaļā “Izglītības programmas 4 komponenti”, ir svarīgi vērtības raksturot, izplatīt un veicināt, kā arī iedzīvināt tās ikdienas dzīvē, rīkojoties tā, lai kļūtu par paraugu citiem. Pārliecinieties, ka pedagogi zina jūsu izglītības programmas vērtības un arī seko piemēram, veicinot šīs vērtības savās īstenotajās izglītības aktivitātēs.
- **Iekļaujiet uz vērtībām balstītas izglītības komponentu ikvienā izglītības aktivitātē.** Ja vēlaties, lai mērķgrupa parāda vērtības, jums ir jāpanāk, ka dalībnieki zina, kādas ir šīs vērtības un kas viņiem ir jādara, lai tās parādītu. Tādējādi uz vērtībām balstītai izglītībai vairāk vai mazāk ir jābūt iekļautai ikvienā izglītības aktivitātē.

Dažās izglītības aktivitātēs var iekļaut lielāku uz vērtībām balstītas izglītības komponentu, jo tās nodrošina lielākas iespējas dalībnieku savstarpējai mijiedarbībai un dalībnieku un pedagogu mijiedarbībai. Klātienē semināros var iekļaut diskusijas, kuru laikā dalībnieki un pedagogi var analizēt scenārijus, sniegt piemērus un uzdot jautājumus. Tie sniedz arī iespējas spēlēt spēles vai izspēlēt lomas, kurās var parādīt attiecīgās vērtības. Taču jāatkārto, ka ir svarīgi iekļaut uz vērtībām balstītas izglītības komponentu visās izglītības aktivitātēs, lai vērtības tiktu pastāvīgi nostiprinātas un pie katras izdevības tiktu veicināta ētisku lēmumu pieņemšana.

9.1. tabulā ir sniegti piemēri, kā var iekļaut uz vērtībām balstītu izglītību visu veidu izglītības aktivitātēs. Plašāka informācija par izglītības aktivitāšu veidiem ir sniegta 7. nodaļā “Izglītības programmas 4 komponenti”.

Savukārt 9.2. tabulā ir sniegti daži apsvērumi par to, kā veicināt uz vērtībām balstītas

izglītības aktivitātes.

## 9.1. tabula. PIEMĒRI, KĀ IEKĻAUT UZ VĒRTĪBĀM BALSTĪTU IZGLĪTĪBU KATRĀ IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTĒ

IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTE	UZ VĒRTĪBĀM BALSTĪTAS IZGLĪTĪBAS PIEMĒRI
Informatīvās kampaņas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ieinteresētajām personām sūtiet ziņas pa pastu vai informatīvus paziņojumus, lai aktualizētu informāciju par to, kas notiek jūsu izglītības programmā, un apsveriet iespēju iekļaut dalībnieku sniegtus vērtību apliecinājumus – tādējādi jūs varat veicināt pārredzamību un parādīt, kā jūs iedzīvināt un iekļaujat savas vērtības.</li><li>• Izstrādājiet tīmekļa vietnes reklāmkarogu vai e-pasta parakstu, kurā ir skaidri norādītas vērtības vai pievienots vērtības iekļaujošs lozungs vai logotips (sīkāka informācija par zīmolradi un veicināšanas pasākumiem ir sniegta turpmākā izklāstā).</li><li>• Sazinieties ar žurnālistiem, ja jums ir labas ziņas, ko pastāstīt par savu organizāciju, izglītības programmu un sportistiem.</li></ul>
Zīmolrade un veicināšanas pasākumi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Izstrādājiet lozungu, kurā ir norādītas vērtības, ko jūs vēlaties veicināt, vai kurā tās tiek netieši veicinātas. Piemēram, WADA lozungs “Play True” netieši veicina godīgumu, taisnīgumu, cieņu un citas ar sporta garu saistītas vērtības. Šis lozungs tiek izmantots WADA izglītības aktivitātēs, piemēram, informatīvajos pasākumos.</li><li>• Izstrādājiet logotipu, kas simbolizē vērtības, kuras jūs vēlaties veicināt. Piemēram, olimpiskie apli attēlo olimpisko kustību, kas ietver tādas vērtības kā izcilība, cieņa un draudzība.<sup>12</sup></li><li>• Īpaši izraudzītā dienā, kurā tiek atzīmēts tīrs sports, veidojiet izpratni un jūsmu par vērtībām. Organizējiet tiešsaistes sacensības vai izplatiet suvenīrus un rīkojiet pasākumus sporta komandām un plašai sabiedrībai.</li></ul>
Sociālie mediji	<ul style="list-style-type: none"><li>• Retvītojiet vai pārsūtiet ierakstus, ko publicējuši sportisti, kas veicina jūsu vērtības.</li><li>• Publicējiet ierakstus par sevi, savu vīziju un misiju, kā arī par vērtībām, kas iekļautas jūsu izglītības programmā. Aprakstiet, kā jūs kā savas organizācijas izglītības virzītājs apliecināt šīs vērtības un kā jūs palīdzat citiem attīstīt pozitīvās vērtības.</li><li>• Izplatiet labas ziņas vai pozitīvus stāstus par sportistiem vai kopienas locekļiem, kas apliecina jūsu vērtības. Atgādinājumam – jūs varat iesaistīt sportistus, kas piedalījušies jūsu izglītības programmā, lai sagatavotu īsus videoierakstus vai vērtību apliecinājumus, kurus var izmantot sociālajos medijos.</li></ul>
E-mācības	<ul style="list-style-type: none"><li>• Definējiet savas vērtības e-mācību kursā.</li><li>• Uzdodiet dalībniekiem pildīt mācību uzdevumus, kuros tiem ir kritiski jādomā par kādu dilemmu vai ētisku situāciju. Piemēram:<ul style="list-style-type: none"><li>○ parādiet videoierakstu, kurā pie traumēta sportista pienāk treneris un norāda, ka sportistam ir jābūt gatavam startēt gaidāmajā reģionālajā sporta pasākumā, vai aprakstiet situāciju, kurā sportists redz, ka viņa komandas biedrs pēc treniņa iejauc dzērienā pulveri, apgalvojot, ka tas palīdz uzlabot sniegumu. Tad lūdziet dalībniekus iejusties sportista ādā un atbildēt uz vairākiem jautājumiem, piemēram:<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ko tu šajā brīdī domā;</li><li>▪ kā tu šajā brīdī jūties;</li><li>▪ ko tu darītu pēc tam;</li></ul></li></ul></li></ul>

<sup>12</sup> Ņemts no Starptautiskās Olimpiskās komitejas. (2020). Izgūts: <https://www.olympic.org/olympic-rings>.

- 
- ja tu gribētu saņemt plašāku informāciju vai padomu, ar ko tu runātu;
  - izstrādājiēt stāstu, kurā dalībnieki izvēlas savu notikumu versiju, var pieņemt lēmumus galvenā stāsta varoņa vietā un galu galā noteikt, kā šis stāsts beigsies. Piemēram, stāsts var sākties ar to, ka tiek raksturots sportists, kas cenšas iekļūt valsts komandā, bet zaudē pjedestālu par vienu vai divām vietām, tad ir centies mainīt savu ēdienkarti, treniņu režīmu un pat ir nomainījis treneri – tagad viņš meklē jaunu alternatīvu. Tad dalībnieks var izvēlēties stāstam nākamās 2 vai 3 soļus, kā rīkosies stāsta varonis. Tā turpiniet līdz stāsta beigām vai līdz atrisinājumam, kurā dalībnieks tiek iztaujāts par pieņemtajiem lēmumiem.
- 

#### Uz sporta pasākumu balstīta izglītība

- Ja iespējams, izstrādājiēt plakātus vai reklāmkarogus ar lozungu logotipu, kurā iekļautas jūsu vērtības, un izvietojiet tos savā informatīvajā pasākumā.
  - Lūdziet, lai dalībnieki paraksta uzsaukumu vai zvērestu, kas veicina jūsu vērtības.
  - Lūdziet dalībniekiem uzrakstīt, ko viņiem nozīmē vērtības, uz reklāmkaroga vai digitāli – planšetdatorā.
- 

- Uzdodiet dalībniekiem pildīt mācību uzdevumus, kuros tiem ir kritiski jādomā par kādu dilemmu vai ētisku situāciju. Piemēram:
  - uzdodiet dalībniekiem izanalizēt situāciju, kurā sportists atklāj, ka viņa komandas biedrs lieto aizliegto vielu. Sportists zina, ka, ja izpaudīs savas bažas, komandas biedram un, iespējams, visai komandai būs sekas. Tad uzdodiet dalībniekiem izanalizēt šo situāciju mazās grupās un gūstiet secinājumus lielās grupas diskusijā, kuras laikā pedagogs var uzdot atvērtus jautājumus, piemēram, šādus:
    - padomājiēt, kurš vēl, izņemot sportistu un viņa komandas biedrus, tiks ietekmēts, ja sportists noklusēs;
    - kā jūs justos, ja atklātu, ka šāda situācija ir pretinieka komandā?
  - Uzdodiet dalībniekiem pildīt mācību uzdevumus, kuros tiem ir jārikojas tā, lai tas būtu ētiski. Piemēram:
    - uzdodiet dalībniekiem izspēlēt grūtu sarunu ar treneri vai mediķi, piemēram, komandas ārstu. Lieciet viņiem praktizēties, kā uzturēt vaļsirdīgu un cieņpilnu sarunu.

#### Klātienē semināri

- Lūdziet dalībniekiem debatēt par tēmu. Piemēram:
    - lūdziet dalībniekiem izteikt viedokli par pienākumu sniegt ziņas par savu atrašanās vietu vai par stingras atbildības principu.
  - Uzdodiet dalībniekiem spēlēt spēli. Piemēram:
    - lai dalībnieki spēlē vērtību plūsmas spēli<sup>13</sup>, kurā viņiem ir jāatbild uz sniegtajiem apgalvojumiem skalā no “piekrītu” līdz “nepiekrītu” vai “vienmēr, dažreiz, nekad”. Piemēram:
      - vecāki ir atbildīgi par saviem bērniem un savu bērnu rīcību, tostarp par lēmumiem saistībā ar medikamentu un uztura bagātinātāju lietošanu, līdz 18 gadu sasniegšanai;
      - mediķiem ir vienmēr jāziņo par dopinga, pat ja tādējādi tiek pārkāpta ārsta un pacienta konfidencialitāte;
      - sportistu pārbaudes ir jāveic biežāk.
- Vienu telpas stūri atzīmējiēt ar “piekrītu”, otru ar “nepiekrītu” un lieciet dalībniekiem fiziski doties uz to telpas daļu, kas vislabāk atbilst viņu atbildei. Tad lai pedagogi apspriež katru apgalvojumu un jautā dalībniekiem, kāpēc viņi ir izvēlējušies vienu vai otru telpas daļu.
- 

<sup>13</sup> Informāciju sniedza Rietumaaustrālijas valdība. (n.d.). Values continuum. Izgūts: <https://gdhr.wa.gov.au/learning/teaching-strategies/developing-values/values-continuum>.

---

## Tīmekļsemināri

- Šeit var izmantot daudzas no e-mācībās un klātienē semināros izmantotajām pieejām. Piemēram:
  - uzsākot tīmekļsemināru, definējiet un raksturojiet izglītības programmas vērtības.

Apsveriet iespēju parādīt attēlus, kuros redzami sportisti, kas demonstrē kādu vērtību, un lūdziet, lai dalībnieki uzmin, kāda vērtība tiek atveidota. Vai arī uzrakstiet ar burtiem vērtības nosaukumu, dažus burtus izlaižot, un lūdziet dalībniekiem aizpildīt tukšās vietas;
  - lai dalībnieki paskaidro, ko viņiem nozīmē attiecīgās vērtības vai arī kā viņi ir apliecinājuši šīs vērtības agrāk gan sportā, gan ārpus tā. Ja tīmekļseminārā piedalās daudz dalībnieku, apsveriet iespēju izmantot tērzētavas funkciju, kur dalībnieki var digitāli ierakstīt savu atbildi un nosūtīt to grupai;
  - līdzīgi kā e-mācību piemērā parādiet videoierakstu vai paskaidrojiet situācijas analīzi un ļaujiet dalībniekiem sniegt pārdomas un atbildēt uz jautājumiem. Piemēram, stāsts varētu būt par sportistu, kas atgriežas sportā pēc traumas un vairs nesasniedz tādas rezultātus, kādi viņam bija pirms traumas. Viņš vēlas ātri uzlabot sniegumu un meklē internetā uztura bagātinātājus, kas varētu palīdzēt. Uzdodiet dalībniekiem atbildēt uz šādiem jautājumiem (to internetā var darīt mutiski vai izmantojot tērzētavas funkciju, kas varētu būt visnoderīgāk, ja ir liela mēroga tīmekļseminārs):
    - kā, jūsuprāt, sportists jūtas šajā situācijā;
    - pie kā viņš var vērsties pēc padoma;
    - ja jūs būtu viņa vietā, kāda būtu jūsu lielākā prioritāte? Jūsu sniegums? Jūsu veselība? Jūsu reputācija;
    - kādu labumu dod tas, ka jūs esat vaļsirdīgi par savu traumu un par spējām piedalīties sacensībās?

---

## 9.2. TABULA. APSVĒRUMI PAR TO, KĀ VEICINĀT UZ VĒRTĪBĀM BALSTĪTAS IZGLĪTĪBAS AKTIVITĀTES<sup>14</sup>

---

### Ja tiek veicināta uz vērtībām balstīta izglītība...

- Nodrošiniet, ka jūsu izglītības aktivitātes veicina apmācīti un apstiprināti pedagogi, kas saprot uz vērtībām balstītu izglītību un saglabā neitralitāti, dalībniekiem daloties ar saviem uzskatiem un pieredzi.
- Nodrošiniet, ka mācību vide rada emocionālas drošības sajūtu, lai dalībnieki justos atvērti, apspriežot dziļi personīgas tēmas, proti, savas vērtības. Paskaidrojiet, ka dalībnieki tiek mudināti piedalīties, uzdot jautājumus un dalīties, un uzsveriet, ka tā ir droša telpa, kurā nav nosodījuma. Dodiet iespēju dalībniekiem uzskaitīt, kādas ir viņu gaidas vai noteikumi attiecībā uz drošu domu apmaiņu.
- Ļaujiet dalībniekiem kritiski domāt par vērtībām un paust savas pārdomas. Pajautājiet, lai viņi paskaidro, kā viņi paši attiecas pret šīm vērtībām. Kā vērtības viņus motivē sportā un ar kādām vērtībām viņi sevi visvairāk identificē. Atzīmējiet arī to, ka absolūtais vairums sportistu sacenšas tīri, jo tās ir viņu vērtības.
- Ļaujiet, lai dalībnieki vienojas par vērtību kopumu, kas ir jāparāda izglītības aktivitātes norises laikā. Nodrošiniet, lai vērtību priekšlikumu process būtu iekļaujošs un iesaistošs.
- Atgādiniet dalībniekiem, ka:
  - dzīves laikā personas vērtības var pārvirzīties un mainīties;
  - katrs no mums var definēt un parādīt vērtības atšķirīgi;
  - viedokļi par vērtībām vai par to, kā tās tiek parādītas, dažkārt veidojas, pilnībā neizprotot situāciju;
  - bieži vien cilvēku viedokļus un vērtības nosaka personīgā pieredze;
  - dalībnieku grupā, visticamāk, būs atšķirīgas vērtības;

---

<sup>14</sup> Informāciju sniedza Rietuma Austrālijas valdība. (n.d.). Developing values. Izgūts: <https://gdhr.wa.gov.au/learning/teaching-strategies/developing-values>

- 
- o vērtības ietekmē apkārtnē, kurā persona atrodas – līdzgaitnieki, ģimene, sabiedrība un kultūra.
  - Iztaujājiet dalībniekus vai diskutējiet ar viņiem pēc mācību uzdevuma izpildes, lai viņiem būtu iespēja uzdot jautājumus, dalīties ar sajūtām un atainot savu pieredzi.
- 

- **Iekļaujiet uz vērtībām balstītu izglītību visos sportista karjeras posmos.**

Uz vērtībām balstīta izglītība var noderēt ikvienam. Jo vairāk jūs īstenojiet uz vērtībām balstītu izglītību visos sportista karjeras posmos, jo lielāka ir varbūtība, ka vērtības ietekmēs sportistu lēmumu pieņemšanu un rīcību. Ja jūs īstenojat to visos sportista karjeras posmos, atcerieties, ka katrā posmā izglītības aktivitātes var īstenot, balstoties uz iepriekšējo posmu, tādējādi jūs nostiprināt šīs vērtības visā sportista karjerā.

Ar bērniem sarunājieties par vērtībām kopumā, t. i., ar pavisam maziem bērniem sarunas vai scenāriji varētu būt pavisam vienkārši par to, kas ir labi vai slikti, lai palīdzētu viņiem apzināties, ka krāpšanās ir pretrunā sporta garam. Izvērtējiet arī to, kā jūs varat sasaistīt sarunas ar bērnu personīgo pieredzi. Piemēram, kā vērtības tiek parādītas mājās, skolas klasē vai sporta laukumā? Spēlējot ar draugu, kādas vērtības tiek parādītas?

Virzoties augšup pa sportista karjeras kāpnēm, attiecībā uz sportistiem, kuriem ir nepieciešams labāk saprast antidopinga tēmas, sarunā par šīm tēmām izmantojiet programmā iekļautās vērtības. Piemēram, terapeitiskās lietošanas atļaujas (TLA) process ir saistīts ar taisnīgumu, iekļautību un vienlīdzību, izvēle sacensties tīri ataino taisnīgumu, izcilību un cieņu (pret sevi un citiem), savukārt ziņu par atrašanās vietu sniegšana ir saistīta ar godīgumu.

Skat. 9.1. attēlu, kurā sniegti apsvērumi, kā īstenot uz vērtībām balstītu izglītību visā sportista karjerā.

## BĒRNU UN SKOLAS VECUMA BĒRNU SPORTS

Bērnus vislabāk var sasniegt skolās. Ja iespējams, sadarbojieties ar ministrijām, lai uz vērtībām balstītu izglītību iekļautu esošajās mācību programmās.

Bērnus var sasniegt arī sporta klubos vai nepilngadīgo sportistu ligā. Valsts antidopinga organizācijām un valsts federācijām ir jākoordinē centieni sasniegt šo grupu.

Ieviesiet jau izstrādātus meto diskos līdzekļus, piemēram, "Sport Values in Every Classroom" (SviEC), kas ir pieejams WADA tīmekļa vietnē, vai izstrādājiet spēles un iesaistes aktivitātes, kas ļauj bērniem apgūt taisnīguma jēdzienu un saprast noteikumu ievērošanas nozīmi.

Palīdziet bērniem attīstīt vārdu krājumu, kas raksturo emocijas, lai viņi varētu aprakstīt, kā jūtas, un veidot saskarsmes prasmes.

### TALANTĪGIE SPORTISTI

Sasaistiet vērtības ar sportu un ar antidopingu, jo šī mērķgrupa tiek iepazīstināta ar antidopinga tēmām.

Daži talantīgie sportisti var piedalīties arī valsts līmeņa vai starptautiskajās sacensībās (piemēram, jaunatnes olimpiskajās spēlēs). Apsveriet, kādas vērtības varētu būt svarīgas, lai nostiprinātu dalību šajos augstāka līmeņa pasākumos (piemēram, cienīt citu reģionu parašas un kultūru un nebūt aizspriedumainiem, pieredzot kaut ko jaunu).

### JAUNIEŠU VECUMA SPORTISTI

Padomājiet, kā jūs varat sasniegt jauniešu vecuma sportistus. Vislabāk būtu sadarboties ar klubiem vai atpūtas/sporta zālēm. Valsts antidopinga organizācijām un valsts federācijām ir jākoordinē centieni sasniegt šo grupu.

Izvērtējiet, kā jūs varat izmantot sociālos medijus, lai veicinātu vērtības, jo šī grupa kopumā ar prieku darbojas internetā.

Sasaistiet vērtības ar konkrētām situācijām sportā.

Iekļaujiet mācību uzdevumus, kas palīdz attīstīt pozitīvu motivāciju, neatlaidību un noturību, lai mudinātu sportistus turpināt nodarboties ar sportu, un iekļaujiet līdzjūtību, lai attīstītu empātiju. Šīs vērtības palīdz izvairīties no domas "uzvarēt par katru cenu".

### STARPTAUTISKA LĪMEŅA SPORTISTI

Sasaistiet uz vērtībām balstītu izglītību ar antidopinga tēmām.

Nostipriniet vērtības, uzdodot tādus mācību uzdevumus kā lomu spēles, situāciju analīzi, scenārijus, debates un grupas diskusijas.

Attīstiet vērtības, kas ir svarīgas, mijiedarbojoties un sastopoties ar jaunām parašām un kultūru, piemēram, cieņu pret citiem un atvērtību.

### VALSTS LĪMEŅA SPORTISTI

Sasaistiet uz vērtībām balstītu izglītību ar antidopinga tēmām.

Nostipriniet vērtības, uzdodot tādus mācību uzdevumus kā lomu spēles, situāciju analīzi, scenārijus, debates un grupas diskusijas.

Ja sportisti sāk braukt uz sacensībām un pirmo reizi dodas prom no ģimenes, izvērtējiet, kādas vērtības būtu svarīgas, lai nostiprinātu šo pieredzi, piemēram, atbildība un autonomija.

Šajā posmā sportisti kā valsts vienību dalībnieki pārstāvēs savu valsti. Apspriediet tādas vērtības kā pilsonība, kopiena un kalpošana un to, ko nozīmē būt par paraugu citiem.

### IKVIENAM SPORTISTA KARJERAS CEĻĀ

Attīstiet saskarses prasmes ar sportistiem. Tas palīdzēs attīstīt cieņu, pacietību un toleranci un sniegs sportistiem stratēģiju, kā runāt un paust savas bažas, domas vai sajūtas, iespējams, sarežģītās situācijās. Iekļaujiet konfliktu risināšanas aktivitātes un lomu spēles, lai sportisti varētu praksē apgūt saskarsmi dažādās situācijās.

Ir svarīgi, lai sportisti attīstītu vērtības, taču vienlīdz svarīgi ir tas, lai sportisti būtu arī atbildīgi par tām. Personīgo vērtību upurēšana par labu šķietamam ieguvumam – uzvara krāpējoties un "tukšas uzvaras" – reti kad liek justies labi.

Attīstiet empātiju, kritisko domāšanu un problēmu risināšanas prasmes, aicinot dalībniekus iejusties kāda cita vietā.

#### 9.1. attēls. Uz vērtībām balstīta izglītība sportista karjerā

- **Izplatiet vērtības sportistu atbalsta personālam.** Apsveriet iespēju izglītēt ASP par vērtībām, kuras jūs mācāt sportistiem. Attiecībā uz sportistu atbalsta personālu ir svarīgi saskaņot viņu vēstījumu ar jūsu virzītajām vērtībām, jo bieži vien tieši šīs personas visvairāk ietekmē sportistus.

Kopumā ASP sarunājas ar sportistiem par mērķiem, par to, kas sportistus motivē un kas viņiem ir svarīgs. Ir dabiski runāt ar sportistiem par vērtībām un par to, vai sportisti jūt, ka dzīvo saskaņā ar tām.

---

Uz vērtībām balstīta izglītība ir svarīga arī paša *ASP* rīcībai, lai nepakļautu sportistus lielākiem antidopinga riskiem. Piemēram, sportistu atbalsta personālam ir svarīgi mācīties cieņu, lai saprastu, kā efektīvi komunicēt ar sportistiem un kā izaicināt sportistus, vienlaikus ar cieņu izturoties pret viņu veselību un mentālo labsajūtu.

Sportistu atbalsta personālam ir vērtīgi mācīties arī par to, kādos periodos sportisti ir visvairāk pakļauti dopingam, un par nepieciešamību atkārtoti vērst sarunu par vērtībām šajos riska periodos (piemēram, kad sportists atgriežas pēc traumas, kad sportists maina sacensību līmeni, kad sportists maina klubu vai vidi, kad sniegums pasliktinās vai neuzlabojas vai kad sportists piedzīvo būtisku satricinājumu dzīvē, kas izraisa emocionālu nestabilitāti). Vērtībām var būt izšķiroša nozīme, kas grūtos laikos palīdz cilvēkiem saglabāt ticību sev un tam, kam viņi tic.

• **Izvērtējiet, kā jūs varat ietekmēt plašāku sabiedrību.** Viens no veidiem, kā turpināt veicināt izglītības programmā ietvertās vērtības, ir iesaistīt ieinteresētās personas, jo īpaši tos, kas mijiedarbojas ar jūsu mērķgrupām vai izstrādā tām politiskās nostādnes. Būtu nepieciešams sākt ar to, ka šīm ieinteresētajām personām tiek skaidrotas izglītības programmas vērtības un uz vērtībām balstītas izglītības nolūks. Jo vairāk tās saprot, ko jūs cenšaties sasniegt, jo labāk tās var palīdzēt atbalstīt uz vērtībām balstītu izglītību. Plašāku sabiedrību var ietekmēt, piemēram, šādi:

- sadarboties ar citām organizācijām, piemēram, valdībām, profesionālajām apvienībām (attiecībā uz *ASP*) vai valsts federācijām, un saskaņot vērtības un uz vērtībām balstītas izglītības īstenošanas gaidas;
- sadarboties ar valdību, lai ieviestu uz vērtībām balstītu izglītību skolās vai skolotāju mācību programmās;
- sadarboties ar valdību, lai oficiāli pieņemtu kopīgās vērtības;
- iekļaut vērtības vai uz vērtībām balstītu izglītību jūsu organizācijas esošajās politiskajās nostādnēs;
- pieņemt saskaņīgu, atkārtotu vēstījumu, kas nostiprina vērtības;
- veikt risku novērtējumu un nepilnību analīzi, lai noskaidrotu, kur vērtības tiek pastāvīgi parādītas vai ietvertas jūsu programmā un kur to nav;
- sadarboties ar materiāli tehniskajām bāzēm / sporta kompleksiem, lai parādītu vērtības un nostiprinātu ideju, ka šajās vietās vērtības ir jārāda;
- izmantot vērtības sociālajos medijos kā sabiedrības informēšanas kampaņas sastāvdaļu;
- izsniegt pedagogiem vai sportistiem vēstnešiem (ja jums tādi ir) zīmola apģērbu, uz kura ir uzdrukātas vērtības.



## 10. NODAĻA

### Programmas pārraudzība un novērtēšana



5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana” tika izklāstīts, kā plānot pārraudzības un novērtēšanas procedūras. Tagad ir laiks šo plānu īstenot.

Šajā nodaļā jūs uzzināsiet, 1) kā pārraudzīt izglītības programmu, 2) kā novērtēt mācības, kas tiek īstenotas izglītības aktivitāšu norises laikā, 3) kā novērtēt programmu, 4) kā noteikt, kāda ir bijusi programmas ietekme, un 5) kā turpināt pārraudzības un novērtēšanas procedūru virzību, veicot sociālo zinātņu pētījumu.

Taču vispirms – kas ir pārraudzība un novērtēšana?

Īsumā, runa ir par informācijas iegūšanu, kas palīdzēs jums:

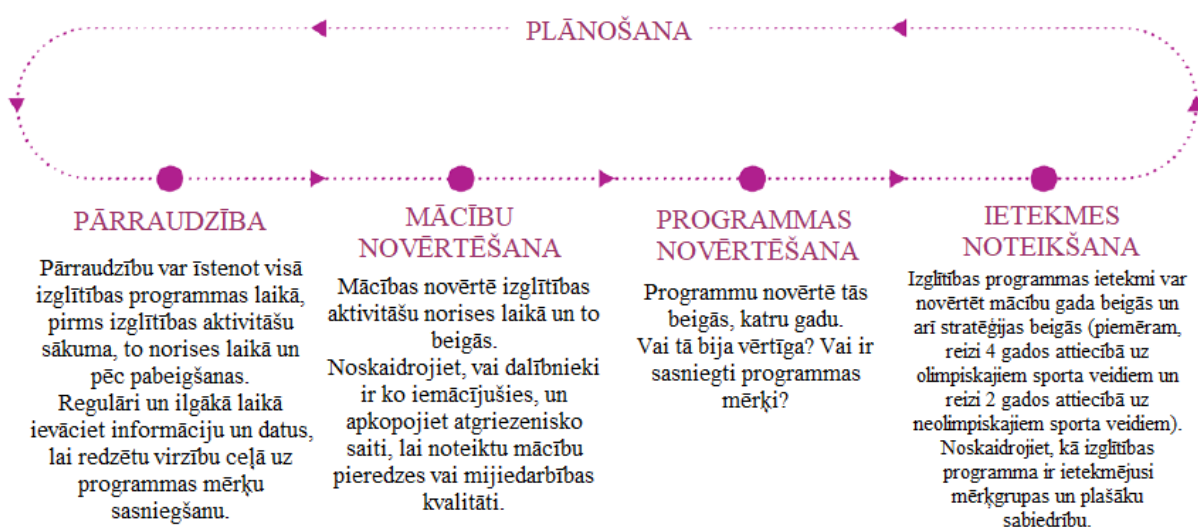
- noteikt, vai dalībnieki ir ko iemācījušies;
- noteikt, vai ir sasniegti programmas mērķi;
- noteikt izglītības programmas ietekmi;
- turpmāk uzlabot izglītības programmu.

Konkrēti, kā parādīts 10.1. attēlā:

- **pārraudzība** ir regulāra datu apkopošana ilgākā laikā, lai redzētu virzību programmas mērķu īstenošanā.

Novērtēšana ir šādi pasākumi:

- **mācību novērtēšana** ir process, kurā noskaidro, vai dalībnieki ir kaut ko iemācījušies, kā arī iegūst atgriezenisko saiti, lai noskaidrotu mācību pieredzes vai mijiedarbības kvalitāti. Mācības novērtē izglītības aktivitāšu norises laikā un to beigās;
- **programmas novērtēšana** ir process, kurā koncentrējas uz šādiem jautājumiem – vai tā bija vērtīga; vai ir sasniegti programmas mērķi? Programmu parasti novērtē tās beigās, reizi gadā, kad ir pabeigtas visas izglītības aktivitātes;
- **ietekmes noteikšana** ir process, kurā nosaka, vai izglītības programma ir ko mainījusi. Vai tā ir ietekmējusi sportistu un sportista atbalsta personāla rīcību? Vai tā ir radījusi plašāku ietekmi, kas pārsniedz programmā noteiktos mērķus?



### 10.1. attēls. Pārraudzības un novērtēšanas raksturojums

#### 1) Pārraudzība

##### a) Kas ir pārraudzība?

Pārraudzība ir process, kurā pārbauda vai novēro izglītības programmas virzību laikā<sup>15</sup>, un parasti tiek vākti dati, pieraksti, fakti un skaitļi.

Šajā posmā jūs nelemjat, vai programmas mērķis ir sekmīgi izpildīts un vai programmai ir bijusi ietekme, jūs tikai ievācat informāciju un datus un apkopojat faktus par izglītības programmas īstenošanu.

Šī regulāri un nemainīgā veidā ilgākā laikā iegūtā informācija un dati palīdzēs jums noteikt virzību, veikt salīdzinājumus un saskatīt tendences, un tas palīdzēs jums novērtēt programmu (t. i., noskaidrot, vai esat sasnieguši savus programmas mērķus).

##### b) Kā veikt pārraudzību

5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana” jūs noteicāt, kādi dati un informācija ir jāapkopo,

<sup>15</sup> Ņemts no <https://www.lexico.com/en/definition/monitor>.

ņemot vērā jūsu izglītības aktivitātes un izglītības programmu un saistībā ar programmas mērķiem. Plānošana ir svarīgs posms, kas nepieciešams, lai jums būtu skaidrs nolūks un lai izvairītos no tā, ka jums ir liels daudzums datu, kurus nezināt, kā izmantot, kuri nav noderīgi un varbūt arī pārmērīgi. Ja jūs vēl neesat pārliecināti, kādus datus vākt, skat. 10.1. tabulu, kurā ir uzskaitīti piemēri. Tad izrakstiet visus iespējamus datus, kas varētu būt pieejami, īstenojot izglītības programmu un izglītības aktivitātes, un nosakiet, kuri ir iegūstami ar jūsu līdzekļiem un būs jums noderīgi.

Tad sāciet tos apkopot, novērot un pierakstīt.

Kad šie dati un informācija ir ievākti, to kopsavilkums palīdzēs jums novērtēt izglītības programmu. Atkarībā no tā, kādus datus esat apkopējuši, tie var palīdzēt noskaidrot arī izglītības programmas ietekmi. Šis process ir sīkāk aprakstīts šīs nodaļas 4. sadaļā.

## 10.1. TABULA. APKOPOJAMO DATU UN INFORMĀCIJAS PIEMĒRI

DATU VEIDS	INTEREŠU JOMA	INFORMĀCIJAS UN DATU PIEMĒRI
Izglītības programmas dati	Izglītības aktivitātes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārrauga, kas notiek ar izglītības programmas 4 komponentiem (4 komponenti): <ul style="list-style-type: none"> <li>izpratnes veidošana – retvītu skaits, sociālo mediju statistikas dati, <i>Google</i> analītiskie dati [<i>Google Analytics</i>];</li> <li>informācijas sniegšana – jūsu tīmekļa vietnes resursu lejupielāžu skaits, jūsu lietotnes lejupielāžu skaits;</li> <li>antidopinga izglītība – e-mācību kursus pabeigušo dalībnieku skaits, klātienē seminārus apmeklējušo dalībnieku skaits utt.;</li> <li>uz vērtībām balstīta izglītība – uz vērtībām balstītas izglītības resursu lejupielāžu skaits, uz vērtībām balstītas izglītības jomā īstenoto klātienē semināru skaits, cik skolu īsteno jūsu izstrādāto uz vērtībām balstīto izglītības programmu.</li> </ul> </li> <li>Reģistrē īstenoto izglītības aktivitāšu daudzumu noteiktā periodā pēc to veida – uz pasākumu balstīta izglītība, klātienē semināri, e-mācības, sociālo mediju kampaņa, tīmekļa vietnes atjauninājumi utt. To var izmantot, lai veiktu salīdzinājumus pa gadiem, ceturkšņiem vai mēnešiem.</li> </ul>
	Izglītojamo grupu saraksts	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pārrauga izglītojamo grupu sarakstu – kopskaits, aprīte, demogrāfiskie dati, izglītības līmenis, uzsākot mācības</li> </ul>
	Sportista karjeras ceļš / mērķgrupas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sportistu skaits katrā karjeras ceļa posmā, t. i.: <ul style="list-style-type: none"> <li>skolas vecuma bērni, jauniešu vecuma sportisti, valsts līmeņa sportisti, starptautiska līmeņa sportisti, <i>RTP</i> sportisti (skaits).</li> </ul> </li> <li><i>ASP</i>, kas darbojas jūsu sistēmā (skaits): <ul style="list-style-type: none"> <li>medicīniskais personāls, treneri, mācībspēks utt.;</li> <li>profesionāļi, kas darbojas sporta sistēmā, par kuriem jūs esat atbildīgi.</li> </ul> </li> </ul>
	Izglītības materiāli	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pieejamo resursu krājums un kam tie ir domāti.</li> <li>Pieejamās valodas.</li> </ul>
	Interneta dati	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tīmekļa vietnes informācijas plūsma – apmeklējumu, lejupielādēto materiālu skaits.</li> <li>Citi iespējamie analītiskie dati – ceļš uz tīmekļa vietni,</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>meklēšanas rezultāti utt.</li> <li>E-mācību rādītāji – reģistrētie lietotāji, sekmīgi nokārtojušo dalībnieku īpatsvars, demogrāfiskie dati.</li> </ul>
	Resursi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Izglītības budžeta rādītāji (tostarp tēriņu vai ieguldījumu sadalījums izglītības programmā).</li> <li>Pedagogu skaits.</li> <li>Apmācītu un apstiprinātu pedagogu skaits uz vietas.</li> </ul>
Antidopinga programma	Ar [pārkāpumu] atklāšanu saistīti dati	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nelabvēlīgi analīžu rezultāti, netipiski analīžu rezultāti, nelabvēlīgi bioloģiskās pases rezultāti, ziņu nesniegšana par atrašanās vietu, ar analīzēm nesaistīti konstatējumi.</li> <li>Atrašanās vietas pārkāpumi un ziņu par atrašanās vietu nesniegšana.</li> <li>Dopinga kontroles veidlapas dati (uztura bagātinātāju lietošana, TLA).</li> <li>Ziņotāju par pārkāpumiem dati.</li> <li>Operatīvās informācijas ziņojumi saistībā ar iespējamiem vai faktiski izdarītiem <i>ADRV</i>.</li> <li>Operatīvās informācijas ziņojumu skaits pa sporta veidiem vai augsta riska sporta veidiem.</li> <li>Pārbaužu skaits.</li> <li>Sacensību laikā un ārpus sacensībām veikto pārbaužu skaits.</li> <li>Pārbaužu skaits pa sporta veidiem / valstī vai augsta riska sporta veidos.</li> </ul>
	Rezultātu pārvaldība	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ierosināto lietu skaits, pārkāpumu kategorijas.</li> <li><i>ADRV</i> kopskaits gadā un pa kategorijām.</li> <li>Statistikas dati par sankciju atvieglojumiem un iemesliem (piemēram, izglītības trūkums).</li> <li>Lietas materiāli, ja tie var sniegt pierādījumus par motivāciju lietot dopingu.</li> </ul>
Socioloģiskie dati	Sportists, sporta veids, sabiedrības noskaņojums	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sociālo mediju dati.</li> <li>Sabiedrības attieksmes aptaujas dati.</li> </ul>
	Sabiedrības uzvedība	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uztura bagātinātāju lietošana.</li> <li>Muitā konfiscētie steroīdi.</li> <li>Narkotisko vielu izplatība sabiedrībā.</li> </ul>

### c) Pārraudzības procedūru uzraudzība un dokumentēšana

Uzsākot izglītības programmas pārraudzību, ir lietderīgi ieviest uzraudzības sistēmu, lai jūs varētu viegli reģistrēt datus par savām izglītības aktivitātēm un par to, vai tās ir izpildītas, kā plānots.

10.2. tabulā ir sniegts piemērs.

**10.2. TABULA. IZGLĪTĪBAS PLĀNĀ IEKĻAUTĀS PĀRRAUDZĪBAS PROCEDŪRAS**

Mērķis: ...

Mērķgrupa	Programm as mērķi	Saturs	Mācību mērķi	Izglītības aktivitātes	Pārraudzības procedūras				
					Darbs ir pabeigts	Sasniegto dalībniekus skaits*	Izplatītie materiāli**	Vai saņemta atgriezeniskā saite un novērtējums?	Īstenotais izglītības komponents
RTP	Tiklīdz sportisti tiek iekļauti pārbaudā mo sportistu reģistrā, visi sportisti (100 %) pabeigs mācību ievadkurs u par tīru sportu	...	...	E-mācību kurss	Jā	264 pabeiguši	205 sertifikātu lejupielādes	Jā	Antidopinga izglītība
		...	...	Tīmekļa vietņu izstrāde	Jā	468 vietnes apmeklējumi	N/P	N/P	Informācijas sniegšana
ASP	Visam izglītojam o grupu sarakstā iekļautajam sportistu atbalsta personāla m būs pieejama antidopin ga informācij a par visām obligātajām tēmām, kas norādītas 18.2. pant ā.	...	...	Informatīvs pasākums	1	105	96 pavadlapiņas	Jā	Izpratnes veidošana Informācijas sniegšana
		...	...	Sociālo mediju kampaņa	Jā	~1 000 000– 150 000 iesaistes ("patīk" atzīmes, retvīti un komentāri)	N/P	Jā	Izpratnes veidošana
		...	...						

\* Dalībnieki, kas apmeklējuši tīmekļa vietni vai informatīvo pasākumu, kas apmeklējuši sporta pasākumu vai kam piedāvāti programmas materiāli. Jāveic sīkaks demogrāfisko rādītāju iedalījums (t. i., dzimums, sporta veids, valsts/reģions, vecums, pabeigšanas līmenis utt.).

*\*\* Informatīvie materiāli, kas faktiski iedoti pasākuma apmeklētājiem / ko pasākuma apmeklētāji ir paņēmuši vai kas ir lejupielādēti no tīmekļa vietnes.*

## 2) Mācību novērtēšana

Mācību novērtēšana ir process, kurā tiek noskaidrots, vai dalībnieki ir kaut ko iemācījušies izglītības aktivitātes norises laikā. Jūs varat konstatēt, vai viņi ir ko iemācījušies, a) noskaidrojot, vai viņi ir sasnieguši mācību mērķus, un b) apkopojot atgriezenisko saiti par mācību pieredzi izglītības aktivitātes laikā.

### a) Vai dalībnieki ir sasnieguši mācību mērķus?

5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana” ir parādīts, kā plānot pārbaudes darbus, lai novērtētu mācību mērķus (t. i., pārbaudīt, ko dalībnieki ir izpratuši, saprot un spēj darīt). Piemēram, jūs esat iepļānojuši **ar kontrolpārbaudi novērtēt, ko dalībnieki ir sapratuši**, lai noskaidrotu, var ir sasniegts mācību mērķis – *pabeidzot izglītības aktivitāti, visi RTP sportisti sapratīs prasības par atrašanās vietas ziņošanu*. Varbūt jūs esat iepļānojuši arī noskaidrot, vai izglītības aktivitāte ir palīdzējusi uzlabot dalībnieku zināšanas, rīkojot kontrolpārbaudi izglītības aktivitātes sākumā un tās beigās.

Tagad jums ir jāpārvalda šis pārbaudes darbs un jāpārskata iesniegtās atbildes. Ja visi dalībnieki ir sekmīgi nokārtojuši noslēguma kontrolpārbaudi, jums ir skaidrs, ka visa mērķgrupa (100 %) saprot ziņu par savu atrašanās vietu sniegšanas prasības un ka ir sasniegts mācību mērķis. Un, ja izglītības aktivitātes sākumā rīkotās kontrolpārbaudes vidējais rādītājs bija 45 %, bet izglītības aktivitātes noslēgumā rīkotās kontrolpārbaudes vidējais rādītājs bija 90 %, jums ir skaidrs, ka izglītības aktivitāte faktiski ir palīdzējusi dalībniekiem uzlabot zināšanas.

Bet kā ar citiem pārbaudes darbiem? Kā var noskaidrot, vai izglītības aktivitāte ir noderējusi mācībās vai ir ļāvusi sasniegt mācību mērķi, ja dalībnieks ir sniedzis aprakstošu atbildi, kā tas varētu būt situācijas analīzes gadījumā? Vai tad, ja ir atbildējis mutiski, kā tas varētu būt lomu spēles vai diskusijas gadījumā?

Atkarībā no izvēlēta pārbaudes darba jums ir jāizvēlas tāds vērtēšanas rīks, ar kuru jūs varat ievākt un sistematizēt informāciju, lai varētu spriest par mācībām (skat. 10.3. tabulu).

### 10.3. tabula. Vērtēšanas rīku veidi

Vērtēšanas rīki ir veids, kā jūs varat ievākt un sistematizēt informāciju, lai varētu spriest par mācību apguves līmeni.

VĒRTĒŠANAS RĪKS	APRAKSTS
Uzdevuma nosacījumi	Uzdevuma nosacījumi ir norādes pedagogiem un dalībniekiem, kur ir noteikts, pēc kādiem kritērijiem mācības tiks vērtētas. Uzdevuma nosacījumus var veidot kā režģi, kurā katrs laukums atbilst savam sapratnes līmenim no iesācēja līmeņa līdz augstākajam līmenim. Uzdevuma nosacījumi ir jāizstrādā, pamatojoties uz mācību mērķiem, un jāizplata un jāpaskaidro aktivitātes sākumā, lai dalībnieki saprastu kritērijus. Šādus uzdevuma nosacījumus var izstrādāt arī kopā ar dalībniekiem, lai viņi sniegtu savu pienesumu mācību un vērtēšanas procesā. Ja izmanto uzdevuma nosacījumus, dalībnieki var vairāk koncentrēties uz savām

	mācībām un virzīt sevi paši, jo precīzi saprot, kā tiks vērtēti.
Epizožu pierakstu lapa	Epizožu pierakstus pedagogi izmanto, lai reģistrētu novērojumus par dalībniekiem un viņu vidi. Tie var noderēt, rīkojot tādas pārbaudes darbus kā lomu spēles vai grupas diskusiju, kuros pedagogs lielākoties novēro dalībnieku sarunas. Novērojumus var pierakstīt aktivitātes laikā vai pēc tās un sistematizēt tabulas veidā, kreisajā pusē ierakstot dalībnieku vārdu, bet labajā pusē atstājot lielus laukumus pierakstiem. Epizožu pierakstu lapā ierakstīto informāciju var izmantot arī tam, lai aizpildītu vērtēšanas uzdevumu nosacījumus vai pārbaudes punktu sarakstu.
Pārbaudes punktu saraksts	Pārbaudes punktu saraksts ir ātrs veids, kā novērtēt, vai dalībnieks ir sasniedzis aktivitātes mācību mērķi. Katrai aktivitātei izveidojiet sarakstu ar to, kādas zināšanas un spējas dalībniekam ir jāparāda, lai būtu sekmīgi sasniegts mācību mērķis. Piemēram, ja mācību mērķis ir tāds, ka izglītības aktivitātes noslēgumā visi (100 %) valsts līmeņa sportisti zina, kas ir <i>ADRV</i> , vai dalībnieki var: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ nosaukt Kodeksā norādītos 11 <i>ADRV</i>;</li> <li>✓ raksturot, ko nozīmē ziņu par atrašanās vietu nesniegšana;</li> <li>✓ raksturot, ko nozīmē aizliegta biedrošanās;</li> <li>✓ u. c.</li> </ul>

Turpinot pārvaldīt pārbaudes darbus un pārskatīt iesniegtās atbildes, jūs varēsiet redzēt, kā mācības attīstās laika gaitā un dažādās mērķgrupās. Tas palīdzēs jums pārliecināties par to, vai izglītības aktivitāte palīdz mācīties, kas savukārt ļaus novērtēt visu programmu gada beigās un palīdzēs izlemt, vai tad ir nepieciešams mainīt izglītības aktivitāti vai pārbaudes darbu.

## b) Atgriezeniskās saites iegūšana par dalībnieku mācību pieredzi

Pastāv iespēja, ka dalībnieku mācības ietekmēja izglītības aktivitātes laikā gūtā pieredze. Piemēram, vājš apgaismojums, nepieredzējis pedagogs, grūtības pieslēgties tīmekļsemināram, jānokārto ļoti garš e-mācību kurss – tas viss var radīt negatīvu ietekmi. **5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”** tika norādīts, kā plānot atgriezeniskās saites iegūšanu izglītības aktivitātes noslēgumā, lai jūs varētu ievākt informāciju par dalībnieku mācību pieredzi. Tagad jums ir jāīsteno šis plāns, taču, kad visas atgriezeniskās saites veidlapas ir saņemtas, ko ar tām darīt?

Atgriezeniskā saite par mācību pieredzi kopā ar dalībnieku pārbaudes darbu rezultātiem dos ieskatu, cik daudz ir iemācīts izglītības aktivitātē. Un šie visu gadu vāktie informācijas elementi līdztekus pārraudzības

datiem palīdzēs jums novērtēt programmu un noskaidrot, vai izglītības programma ir radījusi ietekmi.

Tomēr ir svarīgi zināt, ka no dalībniekiem iegūto atgriezenisko saiti par mācību pieredzi jūs varat izmantot arī uzreiz, lai veiktu tūlītējus uzlabojumus un izmaiņas. Informācijas pastāvīga vākšana rada būtiskas priekšrocības, jo jūs varat uzlabot izglītības aktivitātes visa gada garumā, nevis gaidīt ikgadējo novērtēšanu (skat. **6. nodaļu “Mācību pieredzes veidošana”**, kurā sniegta plašāka informācija par to, kā veidot efektīvu mācību pieredzi).

## 3) Programmas novērtēšana

Programmas novērtēšanai tiek izmantoti visi pierādījumi, dati un informācija, kas iegūti mācību pārraudzības un novērtēšanas procesos (un, iespējams, izmantojot plašāku metriku,



---

skat. šīs nodaļas 4. sadaļu), lai varētu spriest par:

- izglītības programmas efektivitāti;
- vai ir sasniegti programmas mērķi;
- kā uzlabot nākamo izglītības plānu.

Atšķirībā no mācību pārraudzības un novērtēšanas, kas jāveic nepārtraukti visas izglītības programmas laikā, programmas novērtējums ir jāveic vismaz reizi gadā (kā to paredz *ISE*) un, pamatojoties uz to, jāizstrādā nākamā gada plāns. Tas ir jāveic arī, noslēdzot garāku ciklu, piemēram, četru gadu ciklu, kas visbiežāk ir olimpisko un paraolimpisko spēļu cikls.

#### a) Kā vadīt programmas novērtēšanu

**1. posms.** Apvienojiet visus datus un informāciju, kas tika ierakstīti pārraudzības procesā un mācību novērtēšanā (t. i., mācību mērķu novērtējumus un atgriezenisko saiti par dalībnieku pieredzi).

**2. posms.** Uzskaitiet viegli iegūstamos faktus un galvenos izglītības programmas rādītājus, tostarp īstenoto izglītības aktivitāšu skaitu, katrā mērķgrupā apmācīto personu skaitu, e-mācību kursus pabeigušo personu skaitu un atkarībā no izglītības programmas, iespējams, arī tādus faktus kā jūsu mobilās lietotnes lejupielāžu skaitu, jūsu sportistiem veltīto tīmekļa lapu apmeklējumu skaitu, sociālo mediju datus utt.

**3. posms.** Aplūkojiet programmas mērķus un nosakiet, kāda informācija un dati attiecas uz katru no tiem (atcerieties, **5. nodaļā** “*Izglītības plāna izstrādāšana*” jau bija norādīts, ka jau ir ieplānots ievākt noteiktu informāciju saistībā ar katru programmas mērķu). Piemēram, ja viens no programmas mērķiem bija *palielināt sportistu atbalsta personāla zināšanu līmeni antidopinga jomā par visām obligātajām tēmām, kas norādītas Kodeksa 18.2. pantā*, identificējiet datus, kas mēra “zināšanu līmeni”. Tie varētu būt *gada beigās veiktās ASP aptaujas rezultāti, sociālajos medijos par ASP veikto ierakstu atzīmes “patīk” un retvīti (ja jūsu ieraksts, kurā ir iekļauta informācija par antidopingu, ir atzīmēts ar “patīk”, tad, visticamāk, tas ir izlasīts un no tā ir gūtas kādas zināšanas)*, pirms un pēc izglītības aktivitātes *rīkotās kontrolpārbaudes un citu pārbaudes darbu atzīmes*. Ir vērts sev pajautāt –, ja kāds teiktu “pierādi to”, kā jūs to darītu? Kādus datus jūs izmantotu, lai pierādītu, ka ASP ir uzlabojis zināšanas antidopinga jomā? Atgriezieties plānošanas procesā un paskatieties, ko jūs esat norādījuši izglītības plānā kā katra programmas mērķa pārraudzības un novērtēšanas procedūras. Pārraudzības un novērtēšanas procedūrā iegūtie dati jums palīdzēs.

Cits piemērs, ja viens no programmas mērķiem bija *palielināt izglītojamo grupu sarakstā iekļauto valsts līmeņa sportistu iesaisti antidopinga / tīra sporta pasākumos*, – skatieties datus, kas attiecas uz *mijiedarbību sociālajos medijos (“patīk”, retvīti, tēmturu izmantošana)*, cik reižu valsts līmeņa sportisti sociālajos medijos ir pārsūtījuši vai publicējuši ierakstus par jūsu izglītības aktivitātēm vai par antidopingu / tīru sportu, cik sertifikātu ir lejupielādēts pēc e-mācību kursa vai cik sportistu ir aizpildījuši jūsu ikgadējo sportistu aptauju.

**4. posms.** Kad esat uzskaitījuši izglītības programmas galvenos rādītājus un noteikuši, kāda informācija un dati attiecas uz katru programmas mērķi, sagatavojiet no tiem pārskatu\* un gūstiet spriedumu par izglītības programmas kopējo efektivitāti. Nosakiet, vai faktiski esat sasnieguši programmas mērķus, kā plānots.

\* **Jāatzīmē, ka novērtēšanas pārskatam ir jābūt skaidram, koncentrētam, tieši saistītam**

---

ar plānotajiem programmas mērķiem un, ja nepieciešams, pamatotam ar vizuāliem grafikiem.

**5. posms.** Visbeidzot, pārdomājiet pārraudzības un novērtēšanas metodes un izvērtējiet, kādus uzlabojumus varētu veikt nākamajā gadā. Mācieties no pieredzes un attiecīgi plānojiet. Vai jums būtu jāievāc vairāk informācijas? Citāda informācija? Vai jūs veiktu pierakstus citādi? Pārraudzības un novērtēšanas galvenais elements ir plānot, kā jūs vispirms to gatavojaties darīt, nosakot programmas mērķus plānošanas posmos.

Jums ir arī jāpārdomā, kur ir nepieciešams esošās programmas novērtējums, un jāizmanto tas kā pamats nākamā gada/stratēģijas izglītības plāna izstrādē. Visiem jūsu galvenajiem konstatējumiem ir jāsniedz norāde par to, kādas ir iespējas, izstrādājot programmas mērķus nākamajam izglītības plānam. Pamatojoties uz tiem, var gūt sapratni par to, kas strādā labi un ko var uzlabot, tādējādi uzlabojot izglītības aktivitātes.

#### 4) Ietekmes noteikšana – vai panāktas kādas izmaiņas?

Tagad jūs esat pabeiguši programmas novērtēšanu, kas, cerams, sniedz jums zināmu ieskatu par programmas mērķu efektivitāti un to, vai ir sasniegti noteiktie mērķi. Tomēr varbūt jūs vēlaties iet tālāk un pārbaudīt, vai izglītības programma ir plašāk ietekmējusi tīra sporta vidi un sporta kultūru. Vai tas viss ir devis izmaiņas? Tas nosaka ietekmi.

Piemēram, ja jūs vēlaties noskaidrot, vai e-mācību ievadkurss par atrašanās vietas sniegšanas prasībām ir plašāk ietekmējis *RTP* sportistus, jūs varētu izmērīt, cik procenti *RTP* sportistu ir sekmīgi iesnieguši savu pirmo ceturkšņa informāciju par atrašanās vietu noteiktā termiņā un ar pareizu informāciju.

Centieni noskaidrot ietekmi sniedz tādu labumu, ka jūs varat sīkāk pielāgot savu izglītības programmu, lai tā atbilstu mērķgrupas vajadzībām. Piemēram, ja minētajā piemērā pirmajā ceturksnī šis skaitlis ir 95 %, bet otrajā ceturksnī ir samazinājies līdz 75 %, ir skaidrs, ka šai mērķgrupai izglītības programmā ir nepieciešams paredzēt kādas zināšanu atsvaidzināšanas mācības, lai saglabātu šo kursu vēlamu ietekmi.

Lai vadītu šo procesu, jums varētu būt nepieciešams pārraudzīt plašāku datu kopu, a) veicot aptaujas un b) ievācot kvalitatīvus datus, kurus jūs esat plānojuši iegūt **5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”**.

##### a) Aptauju veikšana

Aptaujas ir ļoti noderīgs rīks, un tās parasti ir viegli administrējamas. Aptaujas var palīdzēt ievākt plašāku informāciju par jūsu mērķgrupu, piemēram, par tās pamatzināšanām, apņēmību saistībā ar tīru sportu un antidopingu, pašreizējo uzvedību, mijiedarbību ar jūsu organizāciju, uztura bagātinātāju lietošanu un attieksmi pret dopingu. Aptaujas, ko izmanto, lai iegūtu plašāku informāciju par mērķgrupu, var palīdzēt novērtēt programmu, un, ja aptaujas tiek rīkotas atkārtoti, tās var palīdzēt arī noskaidrot izglītības programmas ietekmi.

Ja aptaujas laika gaitā veic regulāri un tai pašai sportistu grupai, tās var palīdzēt identificēt tendences, kā arī to, vai izglītības programma tās dalībniekus ietekmē ilgstoši. Veicot aptauju katra gada vai programmas cikla sākumā, jūs varat arī novērtēt, vai laika gaitā mainās mērķgrupu zināšanu līmenis (kas var liecināt, ka jums ir jākorrigē programmas saturs) un vai mainās attieksme pret dopingu (kas var liecināt, ka jums ir jāstiprina izglītības programmas

---

vērtību komponents vai jāpalielina mijiedarbība ar mērķgrupu). Šādā veidā rīkotas aptaujas var sniegt iespēju izvērtēt plašākas izmaiņas sporta sistēmā vai pat plašākā sabiedrībā, kas var ietekmēt jūsu lēmumus par to, kas būtu darāms izglītības programmā.

Galvenais ir plānot jau no paša sākuma, vai, kad un kā jūs varat izmantot vispārējas aptaujas, lai iegūtu noderīgu informāciju, skaidri saprotot, kāpēc jūs to darāt. Plānošanas procesā iekļaujiet tādas rādītājus, kas ir līdzīgi 10.4. tabulā minētajiem, un 10.2. attēlā minētos jautājumus, kas var palīdzēt izmērīt jūsu programmas plašāku ietekmi.

#### b) Kvalitatīvu datu vākšana

Kvalitatīvus datus no dalībniekiem var iegūt, izmantojot aptaujas vai pārbaudes darbus, piemēram, situāciju analīzi, domrakstus, dienasgrāmatas utt. Tie var noderēt, lai novērtētu, kā mainās attieksme pret dopingu vai nodomi, jo īpaši tad, ja šos datus iegūst izglītības programmas sākumā un atkārtoto gadu vai cikla beigās.

Tātad, ja esat nodomājuši izmantot aptaujas, plānojiet tās rīkot mācību gada sākumā un beigās vienai un tai pašai dalībnieku kopai. Uzdodiet dalībniekiem jautājumus par viņu pieredzi, ko viņi ir iemācījušies un ko viņi domā par dopingu vai sporta vērtībām. Jūs varat arī jautāt, cik pārliecināti viņi ir par savām spējām izpildīt galvenos antidopinga uzdevumus, piemēram, iesniegt ziņas par savu atrašanās vietu vai pieteikties TLA (vai citus uzdevumus, kas varētu attiekties uz programmā mācīto saturu). Šie kvalitatīvie dati var palīdzēt gan novērtēt programmu, gan arī noskaidrot, vai esat dalībniekus ietekmējuši plašāk. Dalībnieku stāstus un pieredzi var izmantot arī situācijas analīzei vai sociālo mediju aktivitātēs, lai palīdzētu citiem sportistiem.

### 5) Sociālo zinātņu pētījumi

Ja jūs esat noteikuši plašākus datus, kas jāmēra, iespējams, jums būs jāvada stingrāks pētniecības process. Piemēram, ja vēlaties izmērīt dopinga izplatību laika gaitā vai izsekot netīšu dopinga, jums būs nepieciešama tehniskāka pieeja. Vispirms būs jānosaka bāzlinijas rādītāji (t. i., jāveic plaša mērķgrupu un ieinteresēto personu aptauja), kas var palīdzēt parādīt izglītības programmas ietekmi, kad gada vai cikla beigās tiks veikta atkārtotā aptauja.

#### 10.4. TABULA IETEKMES MĒRĪJUMI

---

REZULTĀTS	RĀDĪTĀJU PIEMĒRI
Rīcība attiecībā uz antidopingu / tīru sportu	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dopinga izplatība</li><li>• Netīša dopinga līmenis</li><li>• Neierašanās uz pārbaudēm / atrašanās vietas nepaziņošana</li><li>• TLA pieteikumi</li><li>• Ar uztura bagātinātājiem saistīta rīcība – izplatība/riska vadības</li></ul>
Sociālās zinātnes – psihosociālā uzbūve	<ul style="list-style-type: none"><li>• Neaizsargātība pret dopinga</li><li>• Uzņēmība pret dopinga</li><li>• Vēlme lietot dopinga</li><li>• Dopinga lietošanas varbūtība</li><li>• Attieksme pret dopinga/antidopingu</li><li>• Nodomi lietot dopinga</li></ul>

---

---

---

**Iedomātās sociālās normas**

- Iedomātā izplatība līdzgaitnieku vidū/sportā/valstī
  - Iedomātā antidopinga sistēmas leģitimitāte
    - Noteikumu taisnīgums
    - Īstenošanas taisnīgums
- 

Saskaņā ar *ISE* 6.3. pantu ieteicams šo tehniskāko pieeju īstenot sadarbībā ar pētniecības iestādēm, piemēram, universitātēm, kurām varētu būt pieredze šajā jomā. Tas palīdzēs nodrošināt arī veiktās pētniecības zināmu neatkarību.

Arī *WADA* sniedz resursus šādu iniciatīvu atbalstam un ir finansējusi šāda veida pētniecību, izmantojot Sociālo zinātnisko grantu programmu. Ir pieejama arī *WADA* Sociālo zinātņu pētījumu pakotne (turpmāk tekstā – “pakotne”), kas izstrādāta, lai palīdzētu antidopinga organizācijām un citām ieinteresētajām personām mērīt sportistu uzskatus un rīcību attiecībā uz dopinga, lai novērtētu antidopinga programmu efektivitāti un ietekmi un lai noteiktu jomas, kurās ir nepieciešama iejaukšanās. Daudzus no šiem rādītājiem var pielāgot arī izmantošanai attiecībā uz sportistu atbalsta personālu. Pakotnē ir iekļauti vairāki anketu moduļi, kas veidoti, pamatojoties uz sportā lietoto medikamentu kontroles modeli, kurš bija izstrādāts, pamatojoties uz pārskatu par pētījumu, kurā tika noteikti riska (un aizsardzības) faktori, kas ietekmē sportistu (un *ASP*) uzņēmību pret dopinga vai faktisko rīcību saistībā ar dopinga.

Šajā pakotnē antidopinga organizācijām ir pieejami šādi resursi:

- standartizēta anketa (1. sadaļa) un anketas moduļu komplekts (5. sadaļa), lai izvērtētu sportistu atbildes katrā no sportā lietoto medikamentu kontroles modelī ietvertajām jomām, kas ietekmē attieksmi pret dopinga un rīcību;
- vadlīnijas par datu vākšanu no sportistiem (t. i., dažādas izlases metodes un aptauju veidi) (2. sadaļa);
- aptaujas datu analīzes un interpretācijas vadlīnijas, kā arī ieteikumi, kā rīkoties, ja dati norāda uz jomām, kurām ir jāpievērš uzmanība (3. sadaļa).

## **10.2. ATTĒLS. PAKOTNĒ IEKĻAUTO JAUTĀJUMU PIEMĒRI, KURUS VAR IZMANTOT APTAUJĀS, LAI PĀRRAUDZĪTU UN MĒRĪTU IETEKMI**

### **Noteikšana, kā sportisti vērtē tīra sporta leģitimitāti**

---

**NORĀDIET, CIK  
LIELĀ MĒRĀ JŪS  
PIEKRĪTAT  
ŠĀDIEM  
APGALVOJUMIEM:**

**PILNĪBĀ  
PIEKRĪTU**

**PIEKRĪTU**

**NE  
PIEKRĪTU,  
NE  
NEPIEKRĪTU**

**NEPIEKRĪTU**

**PILNĪBĀ  
NEPIEKRĪTU**

---

Pašreiz spēkā esošie  
antidopinga noteikumi  
ir pilnībā pamatoti, jo  
aizsargā tīru sportu.

---

Pašreiz spēkā esošie  
antidopinga noteikumi  
efektīvi aizsargā tīru  
sportu.

---

Pašreiz spēkā esošie  
antidopinga noteikumi

---

---

ir ieviesti visā pasaulē  
un vienādi.

---

### Sportistu attieksmes noteikšana pret tīru sportu

---

**KURŠ NO MINĒTAJIEM APGALVOJUMIEM VISLABĀK RAKSTURO JŪSU  
PERSONĪGĀS SAJŪTAS PAR AIZLIEGTO VIELU UN METOŽU (DOPINGA) APZINĀTU  
LIETOŠANU?**

---

Es uzskatu, ka aizliegto vielu un metožu apzināta lietošana nav morāli pieļaujama nekādos apstākļos

---

Es uzskatu, ka aizliegto vielu un metožu apzināta lietošana ir morāli pieļaujama dažos apstākļos

---

Es uzskatu, ka aizliegto vielu un metožu apzināta lietošana ir morāli pieļaujama jebkādos apstākļos

---

Pakotnē ir sniegtas vadlīnijas, kā analizēt un interpretēt uz šiem jautājumiem sniegtās atbildes.

Šī pakotne tika izstrādāta, lai varētu ne tikai palīdzēt jums šajā darbā, bet arī tādēļ, lai varētu tieši salīdzināt sportistu grupas visā pasaulē. Tāpēc, ja šo pakotni izmanto vairākas antidopinga organizācijas, jūs varat savus datus salīdzināt ar šo organizāciju datiem.

Pakotni var lejupielādēt no WADA tīmekļa vietnes: <https://www.wada-ama.org/en/resources/education-and-prevention/research-package-for-anti-doping-organizations-ados>.

---

## 4. SADAĻA

### Pedagogi

4. sadaļā ir iekļauta 11. un 12. nodaļa. Šajā sadaļā ir sniegts atbalsts attiecībā uz Izglītības starptautiskā standarta 5.8. pantu, un šeit jūs atradīsiet norādes par pedagogu atlasī, mācībām un apstiprināšanu.



## 11. NODAĻA

### Pedagogu atlase un darba organizēšana



Jums ir nepieciešami pedagogi, lai īstenotu klātienē mācības. Kāpēc? Jo viņi ir apmācīti un apstiprināti īstenot izglītošanu, viņiem ir pareizās zināšanas un, kas ir svarīgi, prasmes palīdzēt mācīties.

Pedagogi saprot saturu un to, kā to efektīvi pasniegt. Viņi zina, kā vadīt un iesaistīt dalībniekus mācību uzdevumu izpildē. Viņi zina, kā pielāgot vai mainīt aktivitātes, lai nodrošinātu mācīšanos. Viņi zina, kā uzdot jautājumus, un, kad nepieciešams, meklē plašāku informāciju. Īsumā, pedagogi ir galvenais komponents, kas nodrošina kvalitatīvu izglītību jūsu mērķgrupām.

Lai jums būtu pedagogi, tas nozīmē, ka jums ir jāveic personu atlase, tās jāapmāca un jāapstiprina, kā parādīts 11.1. attēlā. Šajā nodaļā mēs pievērsīsimies kandidātu atlases posmam un aprakstīsim šādus jautājumus:

- 1) kas ir pedagogs;
- 2) kas ir kandidāti un kā veikt atlasī;
- 3) ko dara pedagogs;
- 4) kā organizēt pedagogu darbu jūsu izglītības programmā.

Mācību un apstiprināšanas jautājums tiks aplūkots 12. nodaļā “Pedagogu mācības un apstiprināšana”.





### 11.1. attēls. Pedagogu process

#### 1) Kas ir pedagogs?

Pedagogs ir persona, kas ir apmācīta un apstiprināta īstenot izglītības aktivitātes. Mācības un apstiprināšanu var nodrošināt jūsu organizācija vai arī jūs varat lūgt šo mācību elementu nodrošināt citai organizācijai. Plašāka informācija par pedagogu mācībām ir sniegta 12. nodaļā “Pedagogu mācības un apstiprināšana”.

#### 2) Kas ir kandidāti un kā veikt atlasī?

Pedagogs var būt ar jebkādu iepriekšējo pieredzi, un viņam nav obligāti jābūt skolotājam pēc profesijas (taču skolotāji vai pieredzējuši pedagogi, visticamāk, ir labākie pretendenti, ar ko sākt), ja vien pedagogs ir apmācīts un apstiprināts īstenot jūsu izglītības aktivitātes. Svarīgi, lai pedagogs spētu iesaistīt mērķgrupas un efektīvi veicināt izglītības aktivitāti atbilstoši dalībnieku sapratnes līmenim.

Tātad, a) kas ir labs kandidāts un b) kā veikt atlasī?

##### a) Kas ir labs kandidāts?

Uzrunājot kandidātus, izvērtējiet tādos, kam ir spēcīgas prasmes izglītības īstenošanas, pasniegšanas un organizatoriskajā jomā, zināšanas pedagoģijā un par pašu mācīšanās procesu un kas spēj novērtēt mācības (šīs prasmes un tēmas ir jāietver arī mācību programmā, kā norādīts 12. nodaļā “Pedagogu mācības un apstiprināšana”). Svarīgi, ka šajā kandidātu atlasē procesā tiek meklētas personas, kuru vērtības saskan ar jūsu izglītības programmas vērtībām.

Būtu vērts izvērtēt arī iespēju uzrunāt tādos kandidātus, kam ir pieredze sportā, jo viņi spēs just līdzīgi dalībniekiem un izveidot ar viņiem saikni. Piemēram, labi kandidāti varētu būt personas, kas īsteno treneru sertifikācijas programmas, un dažkārt arī sportisti, kas beiguši aktīvo karjeru, ja vien viņiem ir pareizās prasmes un pieredze sniegt izglītības pakalpojumus. ISE 5.9. pantā ir precizēts, ka jums ir “jāapsver sportistu iesaiste izglītības aktivitāšu īstenošanā, ja nepieciešams”.

Jūs varētu apsvērt arī tādos kandidātus, kuriem ir pieredze vai kompetence sporta zinātnē,

---

medicīnā, treneru darbā vai pedagoģijā, bet, ja personai ir zināšanas par attiecīgo saturu, tas vien nebūt nenozīmē, ka šī persona būs labs pedagogs. Lai arī kādus kandidātus jūs izraudzīsities, izvairieties no pieņēmumiem par viņu spējām un dodiet ikvienam iespēju pilnībā iziet visu atlases un mācību procesu, lai par pedagogiem kļūtu pareizie cilvēki.

Citi kritēriji, kas liecina par labu kandidatūru, varētu būt šādi:

- ir aizrautīgs sporta piekritējs un tīra sporta aizstāvis;
- interesē izglītot sportistus un sportistu atbalsta personālu;
- atvērts, pielāgojas izmaiņām, pieņem atgriezenisko saiti un vēlas analizēt sevi;
- ir entuziastisks un dinamisks;
- elastīgi salāgo sportistu un *ASP* individuālo grafiku;
- apņēmīgs mācīties par antidopinga tehnisko pusi;
- vajadzības gadījumā zina noteiktas valodas;
- spēj apmeklēt pedagogu mācību kursus.

## b) Kā veikt atlasi

Izvērtējiet turpmāk minētos kandidātu atlases posmus (skat. 11.2. attēlu).

**1. posms. Izstrādājiet amata vai darba aprakstu,** skaidri norādot nepieciešamās prasmes, zināšanas un pieredzi, kā arī to, kas ir sagaidāms šajā amatā. Izklāstiet arī galvenos faktus par amatu, piemēram, provizoriskais laika ieguldījums (dienu vai stundu skaits gadā) un kādu atlīdzību jūs varat sniegt, piemēram, par ceļa izdevumiem dienā vai, ja budžets atļauj, mācību nodarbības likmi vai maksu. (Jāatzīmē, ka pastāv dažādi pedagogu atlīdzību modeļi, un tas būs pilnībā atkarīgs no jūsu konteksta. Piemēram, maza valsts antidopinga organizācija, iespējams, nevarēs maksāt, savukārt, ja pedagogs vada mācības starptautiskās federācijas vārdā saistībā ar lielu sporta pasākumu, būtu atbilstoši to atlīdzināt. Katrā ziņā visas atlīdzības likmes ir iepriekš jānosaka un savlaikus jāpaziņo).

**2. posms. Aprakstiet pieteikšanās procedūru.** Uzskaitiet, kāda informācija un dokumenti kandidātiem ir jāiesniedz (skat. piemērus 11.1. tabulā) un kā risināsies pieteikšanās process. Vai kandidātiem ir jāaizpilda pieteikuma veidlapa? Vai ir jāiesniedz *curriculum vitae* un izraksts no sodāmības reģistra? Vai ir nepieciešamas atsauksmes? Kā/kad notiks saziņa ar kandidātiem?

**3. posms. Reklamējiet darba aprakstu un pieteikšanās procesu** savā tīmekļa vietnē un veiciniet to savā sporta vidē. Apsveriet arī reklamēšanu universitātēs, sporta skolās vai mācību centros, ja tādi ir.

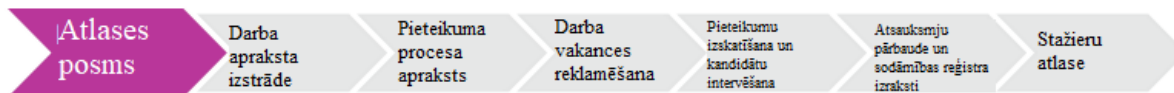
**4. posms. Pārskatiet pieteikumus un iztaujājiet pretendentes.** Nosakiet, kādus elementus jūs gribat redzēt kandidāta pieteikumā. Varētu būt divas kategorijas – obligātie elementi un papildu prasmes, kas varētu dot papildu vērtību jūsu pedagogu grupai. Intervijas var rīkot pa tālruni vai klātienē. Viena no klātienes interviju priekšrocībām ir tā, ka jūs satiekaties ar pretendentiem un varat iekļaut kādus uzdevumus, piemēram, lūgt sniegt 10 minūšu prezentāciju, lai varētu novērot un novērtēt pasniegšanas prasmes. Pārskatot pieteikumus un vadot intervijas, nodrošiniet, ka jums ir sagatavoti standartjautājumi un noteikts pieteikuma kritēriju kopums. Tas palīdzēs jums objektīvi izvēlēties personu, kas kļūs par pedagogu, un nodrošināt godīgu procesu.

**5. posms. Noformējiet beidzamos atlases procedūras jautājumus,** piemēram, piezvaniet

---

atsaukšmes devējiem vai iegūstiet izrakstus no sodāmības reģistra.

## 6. posms. Izraugieties stažierus un paziņojiet viņiem labās ziņas!



### 11.2. attēls. Pedagogu atlase

## 11.1. TABULA. KANDIDĀTIEM UN STAŽIERIEM PRASĪTĀS INFORMĀCIJAS UN DOKUMENTU SARAKSTA PIEMĒRS

Izsludinot pieteikšanos pedagoga amatam, jūs varat prasīt, lai kandidāti aizpilda pieteikuma veidlapu un sniedz, piemēram, šādu informāciju:

- izrakstu no sodāmības reģistra – tas ir īpaši svarīgi, ja mācības tiks pasniegtas nepilngadīgajiem un neaizsargātām personām. Ja kandidāti vēl nav iesnieguši derīgu izrakstu no sodāmības reģistra, nodrošiniet, lai viņi to iegūst, pirms pieņemat galīgo lēmumu par pieņemšanu darbā;
- *curriculum vitae* vai tamlīdzīgu dokumentu;
- pieteikuma vēstuli, kurā kandidāts apraksta, kāpēc vēlas būt pedagogs – tas palīdzēs noskaidrot, vai viņa vērtības, uzskati, motīvi un aizrautība ar sportu ir tas, ko jūs meklējat;
- atsaukšmes vai apliecinājumus no citām darba vietām;
- ziņas par iepriekšējo pedagoga darba pieredzi un pasniedzēju/pedagogu mācību programmu novērtējumus/sertifikātus (ja atbilstīgi).

Pēc atlases pabeigšanas jūs varat apsvērt, lai stažieri izlasa un paraksta noteiktas veidlapas, piemēram:

- paziņojumu par interešu konflikta neesamību;
- konfidencialitātes līgumu;
- līgumu, kurā noteikti nosacījumi un prasības;
- pedagoga ētikas kodeksu, kurā ir noteikts, kā pedagogiem būtu jārikojas, strādājot organizācijas vārdā;
- mediju politiku (vai drīkst tvītot vai runāt ar medijiem par darbu, kas tiek darīts jūsu interesēs?);
- ja plānojat izsniegt zīmola apģērbus, kas jāvalkā, īstenojot izglītības aktivitātes, iespējams, jums būs nepieciešams arī apģērba izmērs.

### 3) Ko dara pedagogs?

Pedagogi var būt iesaistīti daudzās jūsu izglītības programmas norisēs, piemēram:

- i) īstenot izglītības aktivitātes, piemēram, vadīt informatīvos pasākumus sporta sacensībās;
- ii) izstrādāt nodarbību un/vai resursu saturu;
- iii) plānot izglītības aktivitātes;
- iv) pārraudzīt un novērtēt izglītības programmu;
- v) plānot un veicināt citu pedagogu profesionālo pilnveidi, tostarp novērot stažierus mācību posmā.

Jūsu ziņā būs tas, kādā apmērā jūs iesaistīsiet savus pedagogus šajās aktivitātēs, un visam, ko dara pedagogs, ir jābūt saskaņā ar jūsu vīziju un izglītības plānu un attiecīgi jāvada.

---

#### a) Izglītības aktivitāšu īstenošana

Pedagogi primāri ir atbildīgi par klātienes izglītības aktivitāšu īstenošanu, piemēram, klātienes semināru, uz pasākumu balstītas izglītības un tīmekļsemināru vadīšanu. Viņi uzdos mācību uzdevumus, atbildēs uz jautājumiem un reaģēs uz dalībnieku vajadzībām, vienlaikus saglabājot elastīgumu un veicot izmaiņas, ja nepieciešams.

#### b) Nodarbību un/vai resursu satura izstrāde

Dažkārt pedagogi var palīdzēt jums ar augstāka līmeņa izglītības plānošanu, piemēram, izstrādāt mācību programmu vai uzrakstīt nodarbību un/vai mācību resursu saturu. Ir lietderīgi iegūt informāciju par pedagogu iepriekšējo pieredzi, lai redzētu, kā viņi varētu palīdzēt izglītības programmu veidot plašāk.

#### c) Izglītības aktivitāšu un mācību uzdevumu plānošana

Pedagogi, jo īpaši tie, kam ir pieredze vai kas jau agrāk strādājuši par pedagogiem, var palīdzēt plānot izglītības aktivitātes, mācību uzdevumus un pārbaudes darbus. Viņi var arī uzrakstīt mācību mērķus un izstrādāt nodarbību plānus. Pedagogi var sniegt ieskatu, kā pielāgot vēstījumus katrai mērķgrupai, kā arī kā veidot mācību pieredzi, lai vide un mācību uzdevumi būtu labi piemēroti grupas vajadzībām. Sīkākai informācijai par mācību izstrādi skat. 6. nodaļu “Mācību pieredzes veidošana”.

#### d) Izglītības programmas pārraudzība un novērtēšana

Pedagogi var arī palīdzēt pārraudzīt un novērtēt jūsu izglītības programmu. Viņi var apkopot pārraudzības datus izglītības aktivitāšu norises laikā un to beigās sniegt atgriezenisko saiti. Pedagogu iesaistīšana gada pārskatu gatavošanā un atgriezeniskās saites saņemšana no viņiem par izglītības programmu var palīdzēt veikt uzlabojumus nākamajā gadā. Plašāka informācija par pārraudzību un novērtēšanu ir sniegta 10. nodaļā “Programmas pārraudzība un novērtēšana”.

#### e) Citu pedagogu profesionālās pilnveides plānošana un veicināšana

Pedagogiem ir svarīgi sekot līdzi jaunajam saturam un praksei. Profesionālā pilnveide palīdzēs pedagogiem turēties līdzi laikam. Savstarpējās mācības (pedagogu mācīšana, citu pedagogu izaugsmes vadība vai mentorēšana) ir lielisks veids, kā radīt profesionālās pilnveides iespējas, jo katram pedagogam ir savas personīgās prasmes un pieredze, ko var nodot citiem.

Turklāt lielisks veids, kā iegūt pieredzējušus pedagogus, ir palīdzēt stažieriem pilnveidoties mācību posmā. Tāpēc strādājiet ar pedagogiem, lai izveidotu šīs mācību iespējas, un izmantojiet viņu prasmes un pieredzi, lai virzītu viņus.

### 4) Kā organizēt pedagogu darbu jūsu izglītības programmā

#### a) Ja jums ir viens vai daži pedagogi

Daudzām organizācijām, iespējams, ir tikai viens vai daži pedagogi. Tas ir labi, ja vien viņi ir pareizie cilvēki. Šādā gadījumā jums ir jāizvērtē, kas ir jūsu prioritārās mērķgrupas, kādu

---

laiku pedagogs(-i) ir pieejams(-i), un attiecīgi ir jāizstrādā plāns.

Pedagogs(-i) varētu noderēt pirmajās antidopinga mācībās, kas tiek sniegtas talantīgiem vai valsts līmeņa sportistiem. Tas ļauj ieraudzīt, ka jūs un jūsu organizācija ir izpalīdzīga un nodrošina pārstāvību, nevis ir attālināta un nepieejama, kā tas varētu šķist, ja sportista pirmā mācību pieredze ir e-mācības.

Tomēr klātienē semināru rīkošana varētu būt problemātiska, ja izglītojamo grupu sarakstā ir daudz sportistu vai ja jums ir jāaptver plašs ģeogrāfiskais apgabals. Ja tā ir, pedagogam varbūt būtu jāvada tīmekļseminārs, lai sportistiem joprojām būtu tiešas mijiedarbības iespēja.

Tikpat svarīgi ir organizēt pedagoga laiku tā, lai mācības notiktu pirms sporta pasākuma (piemēram, pasaules čempionāta). Tas palīdz veidot attiecības ar jūsu augstākā līmeņa sportistiem, ko būtu grūtāk nodrošināt, organizējot mācības internetā. Īstenojot šīs izglītības aktivitātes, pasniedzējam būtu jākoncentrējas uz Kodeksa 18.2. pantā norādīto obligāto saturu, un, ja laiks atļauj, pedagogs varētu palīdzēt jums īstenot uz sporta pasākumu balstītu izglītību vai izglītēt jauniešu vecuma sportistus.

### b) Ja jums ir daudz pedagogu

Ja jums ir pietiekami daudz resursu lielāka pedagogu skaita algošanai, izlemiet, kā tiks organizēts viņu darbs un ko viņi pasniegs. Vai jums būs konkrēti pedagogi, kas ir apmācīti un apstiprināti mācīt konkrētas mērķgrupas, vai arī visi pedagogi spēs vadīt nodarbības visām izglītojamo grupu sarakstā iekļautajām mērķgrupām?

Ja izglītojamo grupu saraksts ir neliels un mērķgrupas nav daudzveidīgas vai ja jums ir ierobežoti resursi, lietderīgāki būs pedagogi, kas vada mācības visām mērķgrupām. Tas tā ir arī tad, ja vēlaties panākt lielāku izglītības programmas elastīgumu, lai visi pedagogi varētu mācīt visas mērķgrupas. Šādu pieeju, iespējams, ir arī vieglāk izstrādāt un sagatavot, jo pedagoga mācību programma būs visiem vienāda.

Ja jums ir plašāks izglītojamo grupu saraksts, kurā iekļautas daudzas mērķgrupas, iespējams, jūs gribēsiet piesaistīt un apmācīt pedagogus, kas var vadīt mācības konkrētām mērķgrupām vai par konkrētām tēmām, tādā veidā pareizais pedagogs tiks salāgots ar pareizo mērķgrupu un/vai mācību priekšmetu. Tas var nozīmēt, ka jums ir daži ļoti daudzpusīgi pedagogi, kas var efektīvi mācīt visas mērķgrupas un par visām tēmām, vai arī jums var būt daži pedagogi, kuriem ērtāk strādāt ar jaunāka vecuma sportistiem un sniegt vienkāršāku antidopinga informāciju, vai pedagogi ar trenera pieredzi, kuri tāpēc varētu labāk strādāt ar treneru grupu. Lai mērķgrupai tiktu iecelts atbilstošs pedagogs, ir jāzina, kas ir jūsu pedagogi un kādas ir viņu spējas.

### c) Kā pedagogu struktūra ietekmēs mācības

No pedagogu struktūras būs atkarīgs viņu mācību veids un saturs. Sīkāk par pedagogu mācībām ir aprakstīts 12. nodaļā “Pedagogu mācības un apstiprināšana”, savukārt šajā posmā apsveriet turpmāk minētos aspektus.

Visiem pedagogiem neatkarīgi no viņu iepriekšējās pieredzes ir nepieciešamas mācības, lai sagatavotu viņus jaunai videi un darbam ar jauno(-ām) mērķgrupu(-ām). Vislabāk, ja visi pedagogi apgūst veicināšanas prasmes, organizatoriskās prasmes, prezentācijas prasmes un Kodeksa 18.2. pantā noteikto pamatsaturu saistībā ar antidopinga jautājumiem.

---

Tad papildus šiem pamatjautājumiem pedagogiem var sniegt īpašas mācības. Šīs īpašās mācības var koncentrēt uz noteiktiem sportista karjeras posmiem. Piemēram, kā izglītot jauniešu vecuma sportistus vai kā izglītot valsts līmeņa sportistus. Var īstenot īpašas mācības attiecībā uz ASP funkcijām, piemēram, kā izglītot trenerus. Varētu arī piedāvāt mācības par konkrētu saturu vai tēmām, piemēram, uz vērtībām balstīta izglītība vai testēšanas process un rezultātu pārvaldība augstākā līmeņa sportistiem. Kuri pedagogi saņems šīs īpašās mācības, būs atkarīgs no tā, kuras mērķgrupas viņi māca un kādu saturu pasniedz.

Visbeidzot, pirms pieņemt lēmumu par to, kā strukturēt pedagogus, iespējams, jums būs jāizvērtē, kur ģeogrāfiski atrodas jūsu mērķgrupas un pedagogi. Vai ir kāds konkrēts pedagogs, kas ģeogrāfiskā ziņā var ērtāk sasniegt kādu mērķgrupu? Jums ir arī jānoskaidro tas, ko dara citas organizācijas, un jāskatās, vai varat ar tām sadarboties. Piemēram, ja jūs esat starptautiskā federācija un jums jāpasniedz sportisti vai ASP dažādās valstīs, iespējams, vietējās valsts antidopinga organizācijas vai valsts federācijas pedagogi var palīdzēt īstenot šīs izglītības aktivitātes. Un, ja ģeogrāfiskā sasniedzamība ir nepārvarama problēma, varbūt pedagogs var vadīt tīmekļsemināru, kas ir pieejams internetā reāllaikā vai ierakstā. Plašāka informācija par tīmekļsemināriem ir sniegta **7. nodaļā “Izglītības programmas 4 komponenti”**.

## 12. NODAĻA

### Pedagogu mācības un apstiprināšana



Pēc jauno pedagogu atlases (kas aplūkota 11.nodaļā “Pedagogu atlase un darba organizēšana”) un pirms viņu apstiprināšanas īstenot izglītošanu, jums viņi ir jāapmāca.

Pedagogu mācības ir svarīgs solis, jo tas liks jums justies ērti, zinot, ka pedagogi ir sagatavoti un ir pilnveidojuši pārliecību un prasmes sniegt kvalitatīvu izglītību jūsu vārdā.

Nemiet vērā, ka jūs varat atzīt pedagogus, kurus ir apmācījusi cita organizācija saskaņā ar savstarpējas atzīšanas procesu, jo īpaši tad, ja jūs balstāties uz valsts antidopinga organizācijām vai valsts federācijām, kuras sniegs izglītību jūsu vārdā.

Šajā nodaļā tiks aplūkoti šādi jautājumi:

- 1) kā apmācīt pedagogus;
- 2) kā apstiprināt pedagogus.

#### 1) Pedagogu mācības

Parasta mācību programma sākas ar kādu lasījumu vai e-mācībām, pēc kā notiek klātienē mācību nodarbība un beigās – vērtēšana. Dažkārt pēdējais posms pirms pedagoga statusa saņemšanas ir novērošana vai vērtēšana uz vietas, kā stažieris vada īstu dalībnieku grupu.

Tātad vispirms noskaidrojiet, kas vadīs pedagoga mācības. Vai tas būsiet jūs pats vai kāda pedagogu mācībām iecelta persona? Izraudzītajai personai ir jābūt ar pieredzi mācībās, jāsaprot mācību process un tas, kā veidot mācību un novērtēšanas programmas.

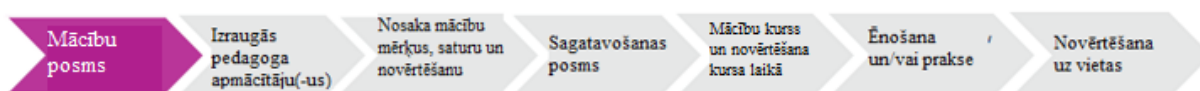


---

Pēc tam nosakiet mācību programmas saturu un mācību mērķus. Varētu iekļaut šādu saturu:

- i) pamatsaturs, tostarp Kodeksa 18.2. pantā uzskaitītās tēmas, informācija par Izglītības starptautisko standartu (*ISE*) un Izglītības standarta vadlīnijām (Vadlīnijas), kā arī jebkāds cits saturs, kas attiecas uz konkrētām mērķgrupām;
- ii) veicināšanas prasmes;
- iii) ēnošana un prakse ar īstu auditoriju pirms novērtējuma uz vietas.

Ar mācību mērķiem jums ir jāapraksta, kas, pēc jūsu domām, stažieriem ir jāzina, jāsaprot un ko jāspēj darīt (plašāku informāciju par mācību mērķiem skat. 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana” un 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”. Mācību mērķu piemēru uzskaitījums ir sniegts 12.1. tabulā šīs sadaļas beigās. Piemērs, kā organizēt šos elementus mācību kursa nodarbībās, ir sniegts 12.2. tabulā.



### 12.1. attēls. Pedagogu mācības

#### a) Pamatsaturs

Kodeksa 18.2. pantā norādītās tēmas ir izglītības programmas obligātā sastāvdaļa un jāmaca pārbaudāmo sportistu reģistrā (*RTP*) iekļautajiem sportistiem saskaņā ar *ISE* 5.3. pantu. Tāpēc ir svarīgi, ka arī jūsu pedagogi saprot šo informāciju, jo īpaši tad, ja viņi strādās ar šo sportistu grupu.

Pat tad, ja pedagogs nav atbildīgs par *RTP* sportistu mācībām, joprojām ir svarīgi, lai pedagogi saprastu šīs tēmas, jo viņi nodrošina svarīgu antidopinga sistēmas pamatu un arī citām mērķgrupām būs jāsaprot šīs tēmas. Tēmu sarakstu skat. 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana”.

Tīkpat svarīga ir arī informācija par *ISE* un Vadlīnijām. *ISE* palīdz pedagogiem saprast viņu lomu, to, kāda struktūra un prasības ir izglītības programmai, kurā viņi strādā, un tajā ir sniegtas arī galveno terminu definīcijas. Vadlīnijās, jo īpaši 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”, 7. nodaļā “Izglītības programmas 4 komponenti”, 8. nodaļā “Sportista izglītošana visas karjeras garumā” un 9. nodaļā “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”, ir sniegts praktisks atbalsts, kā izstrādāt un veicināt izglītības aktivitātes un mācību uzdevumus.

Jāatzīmē, ka jo īpaši svarīgi ir ar pedagogiem risināt uz vērtībām balstītu izglītību. Palīdziet viņiem saprast, kas tas ir un kā to īstenot. Veltiet laiku tam, lai pārskatītu izglītības programmas vērtības, to, ko tās nozīmē un kā pedagogi tās var parādīt savā profesionālajā praksē, kā arī antidopinga kontekstā.

Jūs gribēsiet iekļaut arī informāciju par mērķgrupām, kas ir pedagogu atbildības jomā. Piemēram, kas ir šīs mērķgrupas, kāda varētu būt sportista / sportistu atbalsta personāla (*ASP*) dzīve un kas viņus ietekmē. Pēc tam pievērsieties citam šīm mērķgrupām raksturīgam saturam. Piemēram, ja pedagogs īsteno izglītības aktivitāti mediķiem, būtu svarīgi, lai viņi būtu vairāk informēti par TLA, būdami sportista pārstāvji pārbaudes laikā, vai par medikamentu lietošanu un par to, kā tos pārbaudīt, lai mazinātu netīšu dopinga. Vai tad, ja

---

pedagogs īstenos izglītības aktivitāti treneriem, būtu svarīgi, lai viņi būtu vairāk informēti par treneru un sportistu attiecībām, trenēšanas filozofiju un to, kā tas ietekmē sportistus, kā arī, iespējams, par to, kā treneri var saskatīt agrīnas pazīmes, ka sportists netiek galā ar traumu vai tā viņu nomāc, un kā treneris var palīdzēt. Šie ir piemēri, kas raksturo ievainojamības periodus, kuros sportisti var apsvērt domu par dopinga lietošanu, tāpēc ir lietderīgi palīdzēt treneriem to saprast. Tas nozīmē, ka arī pedagogiem ir jāsaprot šie faktori, lai palīdzētu treneriem mācīties par sportistu ievainojamību un ne tikai par antidopinga noteikumiem.

Šo saturu stažieriem var nodot vairākos veidos. Jūs varat:

- piedāvāt klātienē mācības, kuru laikā jūs vai pedagogu apmācītājs veicina mācību uzdevumus un aplūko saturu vairākās nodarbībās;
- piedāvāt tīmekļsemināru par katru tēmu;
- piedāvāt e-mācību kursus;
- sniegt rakstiskus materiālus par katru tēmu – tie var būt, piemēram, drukāti materiāli vai digitālais materiāls tīmekļa vietnē.

Ir ideāli pasniegt informāciju mērķgrupām, izmantojot dažādas izglītības aktivitātes, un tikpat svarīgi ir piedāvāt stažieriem apgūt prasīto saturu dažādos veidos. Piemēram, var piedāvāt vispirms nokārtot e-mācību kursu, lai pamatos saprastu attiecīgo saturu, un pēc tam apmeklēt klātienē mācību nodarbības, kurās jūs varēsiet sniegt mācību uzdevumus, lai nostiprinātu stažieru sapratni. Tad sniedziet stažieriem *ISE* un Vadlīniju kopijas digitālā veidā, ko viņi var pārskatīt pirms turpmākās klātienē nodarbības. To dēvē par kombinēto mācību pieeju.

## b) Veicināšanas prasmju pilnveide

Lai klātienē izglītības aktivitātes būtu sekmīgas, pedagogam ir jāspēj efektīvi vadīt mācību uzdevumus un iesaistīt dalībniekus nodarbībā, motivējot viņus mācīties. Jūs varētu izlemt izstrādāt pedagogiem nodarbību plānus un, iespējams, pat nodarbību scenārijus. Taču pat vissīkākais scenārijs nepalīdzēs pedagogam attīstīt savstarpējo attiecību veidošanas prasmes vai tikt galā ar neplānotiem momentiem vai jautājumiem, kas rodas klātienē mijiedarbībā.

Tāpēc ir svarīgi izraudzīties tādas personas, kurām ir spēcīgas veicināšanas prasmes, tomēr ir arī noderīgi vadīt mācību nodarbības, kurās stažieri varēs pilnveidot un praksē izmantot šīs prasmes jūsu izglītības programmas kontekstā.

Šajās mācību nodarbībās ir svarīgi pievērsties šādiem jautājumiem:

- veicināšanas pamatprasmes, piemēram, aktīva klausīšanās, pasniegšana, ievaddatu vadība, atgriezeniskās saites sniegšana, iztaujāšana, apkopošana, grupu vadība (dažas no šīm prasmēm sīkāk aplūkotas turpmāk tekstā sniegtajā sarakstā);
- dažādi mācīšanās veidi un kā pasniegt informāciju vizuālā, audio un kinestētiskā veidā;
- kā risināt personu ar redzes vai dzirdes traucējumiem mācību vajadzības;
- kā sniegt atbalstu personām, kas mācības apgūst svešvalodā;
- apsvērumi par pieaugušo izglītību;
- kā radīt draudzīgu atmosfēru un drošu vidi dalībai;
- kā pielāgot vēstījumu mērķgrupai – tiek izmantota valoda un vizuālie līdzekļi, kas atbilst dalībnieku vecumam un attīstības posmam un attiecas uz sporta veidu, ar kuru dalībnieki nodarbojas;
- klases telpas izmantošanas prakse, piemēram, kā organizēt dalībniekus pa grupām, kā

---

noturēt uzmanību, kā atjaunot zaudētu uzmanību un kā kontrolēt laiku (jāsniedz informācija arī par to, kā šīs stratēģijas piemērot tīmekļsemināriem);

- kā izmantot izglītības aktivitātēm nepieciešamos tehnoloģiskos rīkus, piemēram, “PowerPoint”, *Kahoot*, *Zeetings*, *Zoom* utt., kā arī visu nepieciešamo tīmekļsemināra vadīšanai;
- izpratne par ķermeņa valodu, balsi (tonis, ātrums un skaļums) un acu kontaktu;
- kā iesaistīt auditoriju ar jautājumu palīdzību;
- kā piesaistīt uzmanību ar stāstiem;
- kā parādīt izglītības programmas vērtības un iekļaut tās savās prezentācijās un saziņā;
- kā parādīt aktīvu un empātisku klausīšanos;
- kā sniegt pozitīvu, konstruktīvu atgriezenisko saiti;
- kā apsvērt pašam savu sniegumu, lai to uzlabotu.

Nemiet vērā, ka daudzi no šiem jautājumiem ir sīkāk aprakstīti 6. nodaļā “Mācību pieredzes veidošana”, tāpēc būtu noderīgi, lai stažieri pirms mācību nodarbības apmeklēšanas pārskatītu minēto nodaļu. Vērts atzīmēt arī to, ka demonstrējumi un piemēri ir lielisks veids, kā palīdzēt stažieriem saprast, kā daudzus no šiem aspektiem īstenot. Tas iekļauj arī to, ka pedagoģu apmācītājs sniedz pareizo veicināšanas prasmju “paraugu” faktiskajās mācībās.

### c) Ēnošana un prakse ar īstu auditoriju

Pirms sūtāt pedagoģus vadīt izglītības aktivitātes uz vietas, dodiet viņiem iespēju iegūt kādu praktisku pieredzi, ēnojot pieredzējušu pedagoģu. Iespēja novērot reālās dzīves situāciju un pavadīt laiku “pedagoģa ādā” ir lielisks veids, kā mācīties to, kā pieredzējuši pedagoģi vada dalībnieku grupas un pasniedz informāciju. Tas varētu dot stažieriem daudz ideju. (Jāatzīmē, ka stažieri var ēnot arī dopinga kontrolieri (*DCO*), lai arī tas nav svarīgākais pasākums. Dopinga kontroles procesa novērošana palīdzēs radīt empātiju un izpratni par testēšanas procesu un par to, kādas procedūras sportisti veic.)

Lai ēnošanu virzītu pareizā gultnē, jūs varētu sniegt stažieriem novērojumu lapu, kurā atzīmēts tas, kas viņiem ir jānovēro (piemēram, kā pieredzējušais pedagoģs izmanto balsi, vizuālos līdzekļus vai ķermeņa valodu; kā pieredzējušais pedagoģs paskaidro grūtu tēmu; kādus piemērus sniedz vai kādos citos veidos pasniedz informāciju, lai dalībniekiem palīdzētu to saprast; kā pieredzējušais pedagoģs mijiedarbojas ar dalībniekiem). Šo novērojumu lapu var izmantot arī turpmākai diskusijai pēc nodarbības.

Vēl stažierus var lieliski apmācīt, ja tiek sniegta prakses iespēja ar īstu auditoriju. Tas var notikt pa posmiem. Apsveriet turpmāk minēto piemēru.

- **1. posms.** Stažieri vada vienu mācību uzdevumu saviem līdzgaitniekiem mācību nodarbības laikā. Pēc tam viņi saņem atgriezenisko saiti gan no apmācītāja, gan no saviem līdzgaitniekiem.
- **2. posms.** Stažieri ēno pieredzējušu pedagoģu, kā aprakstīts iepriekš, un ēnošanas laikā pasniedz mērķgrupai vienu mācību uzdevumu. Pieredzējušais pedagoģs sniedz atgriezenisko saiti un paziņo to apmācītājam.
- **3. posms.** Stažieri ēno pieredzējušu pedagoģu, kā aprakstīts iepriekš, un ēnošanas laikā īsteno vienu vai vairākas izglītības aktivitātes (klātienē izglītības aktivitāti, piemēram, klātienē semināru, tīmekļsemināru vai uz sporta pasākumu balstītu izglītību, piemēram, informatīvo pasākumu). Pieredzējušais pedagoģs sniedz atgriezenisko saiti un paziņo to apmācītājam.

- **4. posms.** Stažieri ēno pieredzējušu pedagogu, kā aprakstīts iepriekš, un ēnošanas laikā veicina vienu vai vairākas izglītības aktivitātes (klātienē izglītības aktivitāti, piemēram, klātienē semināru, tīmekļsemināru vai uz sporta pasākumu balstītu izglītību, piemēram, informatīvo pasākumu). Apmācītājs novēro uz sniedz galīgo novērtējumu.

## 12.1. TABULA. PEDAGOGU MĀCĪBU PROGRAMMAS MĀCĪBU MĒRĶU PIEMĒRI

MĀCĪBU KOMPONENTS	MĀCĪBU MĒRĶI
	<b>STAŽIERIS SPĒS ...</b>
Kodeksa 18.2. pants	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sniegt/prezentēt informāciju par visām Kodeksa 18.2. pantā ietvertajām tēmām</li> <li>• Paskaidrot, kā katra tēma attiecas uz konkrētajām mērķgrupām</li> </ul>
ISE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paskaidrot, kāda ir viņa kā pedagoga loma, kā viņš iederas izglītības programmā un kādi ir attiecīgie galvenie nosacījumi</li> </ul>
Vadlīnijas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parādīt mācību izstrādes principus un to, kā tos var piemērot izglītības aktivitātēs</li> <li>• Izraudzīties dažādus mācību uzdevumus, kas būtu atbilstoši auditorijai, un parādīt, kā tos veicināt</li> <li>• Izstrādāt nodarbības plānu</li> <li>• Izmantot dažādu veidu pārbaudes darbus un vērtēšanas rīkus</li> <li>• Piemērot uz vērtībām balstītas izglītības principus izglītības aktivitātēs</li> <li>• Raksturot izglītības programmas 4 komponentus un to, kā tos var attēlot izglītības aktivitātēs</li> <li>• Vākt pārraudzības datus</li> <li>• Sportista karjeras posmus sasaistīt ar sportistu mācīšanās vajadzībām katrā posmā</li> </ul>
Informācija par konkrētām mērķgrupām	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodot konkrētu saturu konkrētām mērķgrupām, par kuru izglītošanu ir atbildīgi</li> </ul>
Prakses nodarbība īstas auditorijas priekšā	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Novērtēt vidi un mērķgrupas mācību vajadzības un attiecīgi tās plānot vai pielāgot</li> <li>• Radīt draudzīgu atmosfēru un drošu vidi dalībai</li> <li>• Pielāgot vēstījumu mērķgrupai</li> <li>• Piemērot praktiskas klases telpas izmantošanas stratēģijas</li> <li>• Izmantot tehnoloģiskos rīkus, kas nepieciešami izglītības aktivitātēm</li> <li>• Parādīt, ka prot pareizi izmantot balsi (toni, ātrumu un skaļumu), acu kontaktu un ķermeņa valodu</li> <li>• Parādīt aktīvu un empātisku klausīšanos</li> <li>• Izmantot interaktīvu pieeju, iesaistot dalībniekus ar mācību uzdevumiem un jautājumiem</li> <li>• Piesaistīt uzmanību ar stāstiem</li> <li>• Parādīt izglītības programmas vērtības un iekļaut tās savās prezentācijās un saziņā</li> <li>• Sniegt dalībniekiem pozitīvu, konstruktīvu atgriezenisko saiti</li> <li>• Parādīt iespēju vienlīdzību un ētisku praksi</li> <li>• Parādīt profesionālu rīcību un attieksmi</li> </ul>
Profesionālā ētika un profesionālā pilnveide	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sadarboties ar kolēģiem, lai pilnveidotu un īstenotu izglītības aktivitātes</li> <li>• Izveidot un uzturēt efektīvas darba attiecības ar kolēģiem un dalībniekiem</li> </ul>

- Praksē veikt pašnovērtējumu un pārdomāt savu rīcību
- Ja nepieciešams, meklēt plašāku informāciju
- Atvērti uzņemt atgriezenisko saiti un ņemt to vērā

## 12.2. TABULA. PEDAGOGA MĀCĪBU PROGRAMMAS PIEMĒRS

GRAFIKS	MĀCĪBU AKTIVITĀTES VEIDS	APRAKSTS
Sākums	Ievadošais e-pasts	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sazināties ar stažieriem. Iepazīstināt ar sevi un sniegt pedagogu mācību programmas satura uzskaitījumu, mācību mērķus, gaidas un novērtēšanas procedūras.</li> <li>• Sniegt mācību aktivitāšu grafiku un aprakstu (t. i., e-mācības, klātienē semināri, prakse īstas auditorijas priekšā).</li> </ul>
	E-mācības	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stažieriem jānokārto e-mācību kursi par visām Kodeksa 18.2. pantā norādītajām tēmām. Katra e-mācību moduļa beigās ir jābūt novērtējumam, piemēram, kontrolpārbaudei.</li> <li>• Stažieriem jāpārskata <i>ISE</i> un Vadlīniju elektroniskās versijas.</li> </ul>
Vidusposms	Klātienē nodarbības* * Šie jautājumi tiks aplūkoti 2 vai 3 dienu kursos.	<p>1. diena.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apspriet pedagogu lomu, kāpēc pedagogiem ir liela nozīme un kā tie iederas plašākā izglītības programmas ainā.</li> <li>• Pārskatīt galvenos punktus par Kodeksa 18.2. pantā norādīto saturu un izskatīt jautājumus, kas stažieriem ir radušies pēc e-mācību kursu pabeigšanas.</li> <li>• Sniegt stažieriem vispārēju informāciju par mērķgrupām, kā aprakstīts iepriekš (piemēram, kas ir mērķgrupas; kāda ir sportistu/<i>ASP</i> dzīve utt.).</li> <li>• Paskaidrot, kāds saturs atbilst konkrētajām mērķgrupām, par kuru izglītošanu ir atbildīgs stažieris, kā aprakstīts iepriekš.</li> </ul> <p>2. diena.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pilnveidot veicināšanas prasmes, kā aprakstīts iepriekš.</li> <li>• Pārskatīt piemēru veidā sniegtos nodarbību plānus, mācību uzdevumus un novērtējumus, kas pedagogiem būs jāveicina un/vai jāizstrādā.</li> <li>• Parādīt, kā veicināt mācību uzdevumus, piemēram, spēles, lomu spēles, grupas diskusijas un situāciju analīzi.</li> <li>• Norādīt, kādi resursi pastāv un kur tiem var piekļūt, un kā pedagogi, kad nepieciešams, var atrast sīkāku informāciju.</li> <li>• Apspriet profesionālās pilnveides iespējas un to, kā veikt pašvērtējumus un pārdomas par sevi.</li> </ul> <p>3. diena.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dot stažieriem pietiekami daudz laika praktizēties mācību uzdevumu īstenošanā un novērot viņus.</li> <li>• Sniegt atgriezenisko saiti par to, kas ir darīts labi un kur būtu nepieciešami uzlabojumi.</li> <li>• Parādīt, kā īstenot izglītības uzdevumus, vai sniegt piemērus. Ja stažieriem ir paraugs, tas palīdz viņiem sniegt pārdomas par savu sniegumu.</li> </ul>
	Ēnošana un prakse ar īstu auditoriju*	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodrošināt stažieriem iespēju novērot un ēnot pieredzējušu pedagogu vienā vai vairākās izglītības aktivitātēs.</li> <li>• Nodrošināt stažieriem iespēju vadīt vienu mācību uzdevumu līdzgaitniekiem un saņemt no viņiem un no</li> </ul>

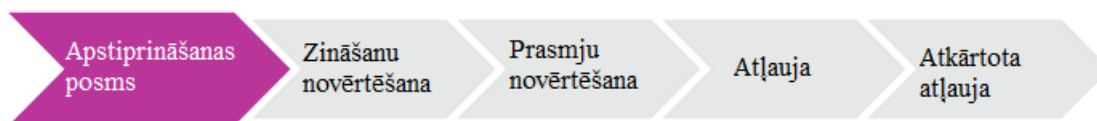
		<p>apmācītāja atgriezenisko saiti.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodrošināt stažieriem iespēju vadīt vienu mācību uzdevumu īstai mērķgrupai un saņemt atgriezenisko saiti no pieredzējušā pedagoga, kas tika ēnots.</li> <li>• Nodrošināt stažieriem iespēju vadīt visu izglītības aktivitāti īstai mērķgrupai un saņemt atgriezenisko saiti no pieredzējušā pedagoga, kas tika ēnots.</li> </ul> <p>* Jāatzīmē, ka visiem stažieriem ir jānovēro vismaz viena nodarbība. Tas, cik ātri tad viņi virzīsies uz aktīvu darbību, būs atkarīgs no viņu snieguma, pieredzes un jūsu vērtējuma par viņu gatavību, t. i., dažiem stažieriem dažkārt ir nepieciešams palīdzēt vadīt nodarbību, novērot nodarbību vai vadīt kādus īsus nodarbības posmus, līdz viņi gūst pārliecību, ka paši spēj vadīt nodarbību.</p>
Nobeigums	Novērtējums (vērtēšanas process ir turpmāk aplūkots sīkākā izklāstā)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodrošināt stažieriem iespēju vadīt visu izglītības aktivitāti īstai mērķgrupai un saņemt pedagoga apmācītāja galīgo novērtējumu.</li> <li>• Stažierim ir jānokārto zināšanu pārbaude par Kodeksa 18.2. pantā, ISE un Vadlīnijās aplūkotajām tēmām.</li> </ul>

## 2) Pedagogu apstiprināšana

Apstiprināšana ir galīgais posms, lai pedagogi varētu īstenot izglītības aktivitātes. Šajā posmā tiek izdots atzinums, ka viņi ir pabeiguši jūsu mācību programmu (vai citas organizācijas mācību programmu) un ka viņu zināšanas un prasmes atbilst noteiktam standartam.

Apstiprināšanas process varētu būt šāds (skat. 12.2. attēlu):

- i) novērtē, kā stažieris saprot pamatsaturu;
- ii) novērtē stažiera spējas piemērot prasmes reālā vidē;
- iii) atļauj sniegt izglītības pakalpojumus;
- iv) pēc noteikta laikposma (parasti reizi gadā vai reizi divos gados) izsniedz atkārtotu atļauju.



### 12.2. attēls. Pedagogu apstiprināšana

#### a) Novērtē, kā kandidāts saprot pamatsaturu

Lai novērtētu pamatsatura zināšanas, piemēram, zināšanas par Kodeksa 18.2. pantā norādītajām tēmām, jūs varat rīkot pārbaudi vai nu klātienē mācību nodarbībā, vai arī elektroniski. Stažierim var lūgt parādīt zināšanas, izmantojot prezentācijas, ko atkal jau var rīkot klātienē vai iesniegt elektroniski. Prezentācijā stažierim var lūgt sniegt galveno punktu kopsavilkumu par vairāku tēmu kopumu.

Ja stažieris sniedz informāciju klātienē, jums būs iespēja uzdot viņam jautājumus, lai pārbaudītu viņa zināšanas dziļāk, un jūs varēsiet arī novērtēt viņa veicināšanas prasmes.



Citi pārbaudes darbu varianti ir sniegti 5. nodaļas “Izglītības plāna izstrādāšana” 5.4. tabulā.

### b) Novērtē stažiera spējas piemērot prasmes reālā vidē

Kā norādīts iepriekš, lai novērtētu stažiera spēju īstenot izglītības aktivitātes un piemērot savas veicināšanas prasmes reālā vidē, jums vai pedagogu apmācītājam vienu vai vairākas reizes ir jānovēro stažieri īstas auditorijas priekšā. Ja tiek novērotas vairākas izglītības aktivitātes, katra no tām varētu norisināties ar citu mērķgrupu un atšķirīgā vidē. Piemēram, pirmā novērošana varētu notikt jauniešu vecuma sportistu klasē. Tad nākamo novērošanu varētu veikt informatīvā pasākumā valsts treniņu bāzē.

Tas varētu būt viegli vai grūti atkarībā no tā, cik mācību nodarbību jūs plānojat īstenot un cik liels ir jūsu izglītojamo grupu saraksts. Jūsu praktiskās iespējas var ietekmēt arī citi ierobežojumi, piemēram, budžets. Galvenais mērķis ir nodrošināt, ka jūs vai pedagogu apmācītājs spēj novērtēt stažieri uz vietas īstas auditorijas priekšā, lai jūs varētu novērtēt viņa kompetenci. Lai to panāktu, izstrādājiet novērojumu lapu, kurā ir uzskaitīts, kādas kompetences un mācību mērķus jūs vēlaties novērtēt, tādējādi tas ļaus jums taisnīgi novērtēt visus stažierus.

### c) Pedagogu apstiprināšana

Kad ir nolemts, ka stažieris ir apguvis kompetences, kas viņam nepieciešamas, lai kļūtu par pedagogu, viņš ir nokārtojis mācības un viņam var atļaut īstenot izglītības aktivitātes.

Atkarībā no mācību programmā iekļautā satura var gadīties, ka pedagogiem ir atļauts veicināt izglītības aktivitātes tikai konkrētām mērķgrupām. Izdodiet pedagogiem pabeigšanas sertifikātu un pārliecinieties, ka tajā ir norādīts, kuras mērķgrupas pedagogs drīkst mācīt. Tas var noderēt, ja pedagogiem ir jāpierāda sava kompetence citai organizācijai. Var paredzēt izdot pedagogam arī ID karti vai personas karti, ko pedagogi var parādīt, lai apliecinātu, ka viņiem ir atļauts vadīt mācību nodarbības pēc jūsu organizācijas pieprasījuma vai tās vārdā.

### d) Atkārtota atļauja

Visbeidzot, apsveriet, cik ilgi šī atļauja būs derīga un ar kādiem nosacījumiem, un kad pedagogam ir jākārt kvalifikācijas celšanas kurss vai profesionālā pilnveide, lai saglabātu atļauju. Piemēram, vai pedagogam ir jānovada minimālais izglītības aktivitāšu skaits noteiktā periodā vai noteiktai mērķgrupai, lai saglabātu atļauju? Vai arī pedagogiem ir jākārt kvalifikācijas celšanas kurss reizi 2 gados neatkarīgi no novadīto izglītības aktivitāšu skaita?

Pedagogu atlases, mācību un apstiprināšanas procesa kopsavilkums ir sniegts 12.3. attēlā.





### 3) Pedagogs kā jūsu darba grupas sastāvdaļa

Tagad, kad pedagogi ir kļuvuši par jūsu izglītības grupas sastāvdaļu un aktīvi nodarbojas ar izglītošanu jūsu vārdā, jums ir jāapsver turpmāk minētie jautājumi.

#### a) Kā jūs saglabāsi saskari ar viņiem

Labā doma ir satikties ar pedagogiem vismaz reizi gadā, lai veidotu spēcīgu komandu un nodibinātu attiecības ar viņiem. Taču jums ir arī jāapsver tas, kā jūs nodosiet viņiem aktuālo informāciju, mainoties antidopinga politikai vai citai būtiska informācijai. Vai jūs sūtīsiet ikmēneša informatīvos paziņojumus vai individuālus e-pastus? Vai jums tīmekļa vietnē ir “pedagogu” sadaļa, kurā jūs varat aktualizēt informāciju pēc vajadzības?

Tā kā jūsu pedagogi bieži ir pirmajās rindās un situācija antidopinga jomā mainās ātri, apsveriet vienkāršus un ātrus veidus, kā ar viņiem sazināties, piemēram, izmantojot *WhatsApp* vai īsziņas. Tas palīdzēs jums uzturēt kontaktus, ja viņiem ir nepieciešama tūlītēja informācija. Piemēram, ja pedagogs gatavojas īstenot izglītības aktivitāti kādā konkrētā sporta veidā un šajā sporta veidā tajā rītā ir pasludināts jauns antidopinga noteikumu pārkāpums (*ADRV*), jūs gribēsiet pedagogiem nodot jaunākās ziņas, lai viņi būtu sagatavojušies jautājumiem.

Arī tad, ja jūsu organizācija publicē internetā rakstus, preses relīzes vai arī gada pārskatus, iekļaujiet pedagogus adresātu sarakstā, lai viņi saņemtu aktuālo informāciju un informētu par to plašāku antidopinga kopienu.

#### b) Kā jūs vēlaties, lai pedagogi pārstāv jūs un jūsu organizāciju

Tā kā pedagogi ir jūsu organizācijas locekļi un pārstāvji, jūs varētu viņiem izsniegt zīmola apģērbus, kas jāvelk izglītības aktivitāšu laikā. Tas var palīdzēt veicināt informētību par jūsu organizāciju un tās misiju. Ja budžets atļauj, jūs varētu izsniegt viņiem zīmola pildspalvas, piespraudes vai citus sīkus priekšmetus, lai iesaistītu vai apbalvotu dalībniekus nodarbību laikā.

Kā jūsu organizācijas pārstāvjiem pedagogiem ir jānodod jūsu vēstījums par antidopingu. Katram ir savs skatījums par antidopingu, taču, kad pedagogs to sniedz jūsu vārdā, tam ir jāsaprot ar jūsu skatījumu. Tāpēc veltiet laiku sarunai par jūsu organizācijas skatījumu / galvenajiem vēstījumiem un nodrošiniet, ka pedagogi ir sagatavojušies to nodot tālāk.

Pedagogiem arī ir jāsaprot, ka tad, ja viņiem nav atbildes uz kādu jautājumu, vislabāk ir atbildēt, ka viņi to noskaidros un sniegs to dalībniekam vēlāk. Nepareiza informācija var kaitēt sportista karjerai un jūsu organizācijas reputācijai.

#### c) Ko jūs darīsiet neatbilstošas rīcības vai vāja snieguma gadījumā

Svarīgi, lai jums būtu izstrādāta procedūra, ko darīt neatbilstošas rīcības vai vāja snieguma gadījumā un kā, ja nepieciešams, atsaukt pedagogam izsniegto atļauju.

---

#### d) Kā jūs iegūsiat atgriezenisko saiti par pedagogu sniegumu

Izglītības aktivitātes beigās ir lietderīgi iegūt atgriezenisko saiti no pedagogiem un arī no citiem par pedagoga sniegumu. Tas palīdzēs pedagogiem uzlabot sava snieguma kvalitāti un tādējādi arī visas izglītības programmas kvalitāti.

Lai iegūtu atgriezenisko saiti, izglītības aktivitātes beigās jūs varat dalībniekiem izdalīt atgriezeniskās saites veidlapas, kā norādīts 5. nodaļā “Izglītības plāna izstrādāšana” (skat., piemēram, 5.1. attēlu) un 10. nodaļā “Programmas pārraudzība un novērtēšana”. Jūs varat arī neformāli aprunāties ar pedagogiem vai lūgt viņiem aizpildīt atsevišķu pedagogiem domātu atgriezeniskās saites veidlapu vai sniegt savas pārdomas. Savu pārdomu sniegšana palīdz arī pašiem pedagogiem profesionāli pilnveidoties.

Turklāt jūs varat aprunāties arī ar saviem sadarbības partneriem un apspriest viņu novērojumus.

---

## 5. SADAĻA

### Atzišana

5. sadaļā ir iekļauta 13. nodaļa. Šajā sadaļā ir skaidrots Izglītības starptautiskā standarta 8.0. pants, un šeit jūs atradīsiet norādes par atzišanas procesu, maksimāli uzlabojot jūsu veikto pasākumu efektivitāti un mazinot dublēšanos.



## 13. NODAĻA

### Citu izglītības programmu atzīšana



Saskaņā ar Izglītības starptautiskā standarta (*ISE*) 8. pantu jums (Kodeksa parakstītājam) ir jāatzīst citu Kodeksa parakstītāju īstenotās izglītības programmas. Jūs varat atzīt izglītības programmu, ko ir pabeiguši jūsu izglītojamo grupu sarakstā iekļautie dalībnieki, ja programma ir īstenota saskaņā ar *ISE* 5. pantu “Izglītības programmu īstenošana”.

Ko tas nozīmē jums un jūsu mērķgrupām?

Sportistiem un sportistu atbalsta personālam (*ASP*) šis process mazina dublēšanos, jo mazinās izglītības aktivitāšu skaits, kas viņiem ir jānokārto. Tas palīdzēs arī jums, jo jūs varēsiet savus centienus prioritāri vērst uz mērķgrupām, kurām ir pievērsta mazāka uzmanība.

Svarīgi ir atcerēties, ka atzīšanas process ir pēc jūsu ieskatiem. Jūs varat izlemt, *vai* jūs atzīsiet, ka kāds no jūsu sportistiem vai *ASP* ir pabeidzis cita parakstītāja izstrādāto izglītības programmu (vai šajā programmā iekļauto aktivitāti), un *kā* jūs to atzīsiet.

Šajā nodaļā ir ieskicēti daži ieteikumi, kādi varētu būt citu izglītības programmu atzīšanas posmi.

#### 1) Iespējamās dublēšanās identificēšana

Kad veidojat savu izglītojamo grupu sarakstu, izvērtējiet, kuras mērķgrupas varētu iekļaut cita parakstītāja izglītojamo grupu sarakstā. Piemēram, ja valsts antidopinga organizācija plāno izglītēt sportistus, kas piedalās starptautiskajās sacensībās, ir ļoti liela varbūtība, ka arī attiecīgā starptautiskā federācija plāno īstenot izglītības programmu vai konkrētu izglītības aktivitāti šiem pašiem sportistiem.

---

## 2) Apspriešanās ar attiecīgo parakstītāju

Ja esat konstatējuši iespējamu dublēšanos, apspriedieties ar attiecīgo parakstītāju, piemēram, starptautisko federāciju, valsts olimpisko komiteju vai valsts paraolimpisko komiteju, un noskaidrojiet, vai attiecīgā mērķgrupa ir iekļauta arī šā parakstītāja izglītojamo grupu sarakstā. Ja mērķgrupa ir šā parakstītāja izglītojamo grupu sarakstā, apspriediet savstarpējas atzīšanas iespējas. Proti, aprunājieties ar šo organizāciju par iespējam savstarpēji atzīt abu izglītības programmas, lai mērķgrupai nebūtu atkārtoti jāmacās jau apgūtie jautājumi un to vietā lai jūs drīzāk varētu nostiprināt galvenos vēstījumus vai sniegt pakāpeniskākas izglītības aktivitātes.

Aterieties, kāds ir sportista karjeras ceļš un kāds ir dažādu izglītības aktivitāšu nolūks. Ideālā gadījumā sportistus, kas piedalās starptautiskās sacensībās, izglīto savas valsts antidopinga organizācija, un, kad sportisti ierodas uz starptautiskajām sacensībām, viņiem starptautiskā federācija vai lielu sporta pasākumu rīkotāja organizācija sniedz uz sporta pasākumu balstītu izglītību, piemēram, informatīvu pasākumu, kurā tiek nostiprināti galvenie vēstījumi un tēmas.

## 3) Citu izglītības programmu atzīšana

Kopumā cita parakstītāja izglītības programmu vai konkrētu izglītības aktivitāti var atzīt 3 veidos.

### a) Automātiska atzīšana

Jūs faktiski varat uzticēties tam, ka parakstītājs ievēro Kodeksu un tādējādi izpilda visas *ISE* prasības.

### b) Izglītības nolīgumi

Jūs varat noslēgt izglītības nolīgumu ar parakstītāju, kurā sīkāk norādīts, ko jūs piekrītat atzīt (piemēram, visu izglītības programmu, kādu konkrētu izglītības aktivitāti vai kādai konkrētai mērķgrupai paredzētas visas izglītības aktivitātes). Šādā gadījumā jums savā tīmekļa vietnē tas ir jānorāda, lai sportisti varētu redzēt, kādas citas izglītības programmas jūs atzīstat.

### c) Izglītības plāna analīze

Jūs varat lūgt otram parakstītājam, lai tas parāda savu izglītības plānu vai pārskatu/kopsavilkumu un sniedz ieskatu par izglītības programmas mērķiem vai konkrētās izglītības aktivitātes mācību mērķiem. Tad jūs varat tos salīdzināt ar savas programmas mērķiem un mācību mērķiem, lai redzētu, vai tie sakrīt.

## 4) Izglītības pierakstu turēšana

Jums ir precīzi jāreģistrē visas izglītības aktivitātes, ko jūsu izglītojamo grupu sarakstā iekļautie dalībnieki ir nokārtojuši, piemēram, ir jābūt pabeigto mācību moduļu vai e-mācību kursu sertifikātu reģistram vai klātienē seminārus apmeklējušo dalībnieku reģistram. Tas palīdzēs ne tikai pārraudzīt un novērtēt jūsu izglītības programmu, bet arī parādīt un pierādīt, ka sportists vai *ASP* ir ieguvis attiecīgo izglītību (piemēram, pirms liela sporta pasākuma vai valsts līmeņa sporta pasākuma), un novērst dublēšanos ar citu parakstītāju.

---

Šajos reģistros tiek iekļauti arī personas dati. Ir lietderīgi ievākt vismaz tādus datus kā dalībnieka vārds un uzvārds, unikālais identifikators, piemēram, dzimšanas datums, sporta veids, disciplīna un e-pasta adrese vai tālruņa numurs. Jūs varat lūgt, vai dalībnieks dod piekrišanu, ka ar viņu sazinās izglītošanas nolūkos, piemēram, par aktualitātēm par uztura bagātinātāju riskiem, vai ka viņam reizi gadā nosūta pārskatīto aizliegto vielu sarakstu. Tas ir noderīgi gan jums, gan dalībniekiem, jo viņi var savlaicīgi saņemt informāciju.

Mācību pabeigšanas datiem un pierakstiem ir jābūt elektroniskā formātā, kaut vai vienkāršas "Excel" tabulas veidā, lai tos varētu viegli pārskatīt un nosūtīt (ja nepieciešams).

## 5) Personas datu sūtīšana

Lai parādītu otram parakstītājam, ka esat izglītojuši konkrēto dalībnieku, jūs varat nosūtīt attiecīgo izglītības pierakstu.

Saskaņā ar Privātuma un personas datu aizsardzības starptautiskā standarta (*ISPPPI*) 8.1. pantu antidopinga organizācijas var izpaust personas datus citām antidopinga organizācijām, ja tas nepieciešams, lai nosūtītāja ADO un saņēmēja ADO varētu izpildīt Kodeksā un starptautiskajos standartos noteiktās saistības. Personas dati ir informācija, kas tiek apstrādāta saistībā ar ADO aktivitātēm antidopinga jomā (tostarp izglītību).

Pirms to sūtīšanas paturiet prātā, ka jums ir obligāti:

- jāpārbauda piemērojamie tiesību akti par datu aizsardzību, lai pārliecinātos, ka jūs to drīkstat darīt;
- jāšūta tikai tādi dati, kas saņēmējai ADO ir nepieciešami, lai atzītu jūsu izglītības aktivitātes (parasti tie varētu būt personas vārds un uzvārds, sporta veids, disciplīna un pieraksti par izglītības aktivitāšu pabeigšanu, piemēram, e-mācību kursa sertifikāts vai apliecība par dalību klātienē seminārā), un
- šie personas dati ir jāšūta drošā veidā (piemēram, jāizmanto datņu apmaiņas sistēma, nevis e-pasts, vai jāaizsargā dokuments ar paroli).

Jums ir arī jāinformē dalībnieki, ka jūs apstrādāsiet un sūtīsiet noteiktus personas datus antidopinga izglītības vajadzībām, ievērojot *ISPPPI* 7. pantā prasīto informācijas paziņojumu. To var darīt izglītības aktivitātes reģistrācijas procesā, iekļaujot paziņojumu par privātumu un/vai dalības noteikumus. Ieteicams, lai dalībnieki redzētu un oficiāli apstiprinātu šo paziņojumu un/vai dalības noteikumus pirms aktivitātes sākuma. Ja jums saskaņā ar piemērojamiem tiesību aktiem datu aizsardzības jomā ir nepieciešama piekrišana personas datu apstrādei izglītības vajadzībām, pārbaudiet, vai jums ir jāizpilda kādas papildu prasības piekrišanas saņemšanai. Daudzos gadījumos prasību par šādas piekrišanas nodrošināšanu var izpildīt, ja dalībnieki formāli apstiprina pareizi izstrādātu paziņojumu par privātumu un/vai dalības noteikumus.

## 6) Derīguma termiņš

Ja jūs esat piekrituši atzīt cita parakstītāja izglītības programmu vai konkrēto izglītības aktivitāti, jums ir jāaskaņo arī tās derīguma termiņš (t. i., cik ilgi jūs atzīsiet cita parakstītāja izglītības programmu vai konkrēto izglītības aktivitāti). Piemēram, ieteicamais derīguma termiņš e-mācību kursu sertifikātiem vai klātienē semināru apliecībām, kas izsniegti pārbaudāmo sportistu reģistrā iekļautajiem sportistiem, ir divi gadi, ja vien nav izdarīti būtiski grozījumi Kodeksā, starptautiskajos standartos vai citos attiecīgajos reglamentējošos

---

noteikumos.

Tāpēc jums ir jāizvērtē, kādi ir jūsu izglītības programmas derīguma termiņi, un jāveic pieraksti, lai varētu apliecināt, vai sportista/*ASP* pašreizējais izglītības līmenis atbilst šim derīguma termiņam un vai termiņš nav beidzies un ir nepieciešama nākamā izglītības aktivitāte.

### **7) Zināšanu un prasmju novērtēšana**

Pat ja esat izvēlējušies atzīt cita parakstītāja izglītības programmu vai izglītības aktivitāti, jūs varat prasīt, lai dalībnieks vai mērķgrupa apliecina savas zināšanas vai prasmes (piemēram, rīkojot tiešsaistes kontrolpārbaudi). Ja dalībnieks neizpilda šo prasību, jūs varat vai nu informēt parakstītāju un kopā izlemt, kurš no jums īstenos papildu izglītību, vai arī paši izglītēt dalībnieku, izmantojot savu izglītības programmu. Ja dalībnieku izglītojat ar savu izglītības programmu, būtu tomēr noderīgi par to informēt otru parakstītāju, lai palīdzētu tam uzlabot savu izglītības programmu.

### **8) Noslēgumā**

Ja izvērtējat iespēju atzīt cita parakstītāja izglītības programmu vai konkrēto izglītības aktivitāti, jūs to darāt primāri, izrādot cieņu saviem sportistiem un *ASP*. Viņu laiks ir tikpat vērtīgs kā jūsu, tāpēc sadarbojieties un nenoniecīniet otra smago darbu, pieredzi un resursus.



---

## Kopsavilkums

Ir aizraujoši izvērtēt, kā jūsu pienesums varētu ietekmēt izglītības programmas veidošanu. Līdztekus tam, ka tiek veicināts tīrs sports un atbalstītas sportistu tiesības, jūsu ieguldījums izglītībā var mazināt dopinga (apzinātu un netīšu), mazināt valsts līmeņa skandālu risku un veicināt mērķgrupu veselīgu rīcību.

Līdztekus tam, ka tiek veiktas izmaiņas sportistu un sportistu atbalsta personāla (ASP) dzīvē, jūsu izglītības programma var ietekmēt daudz plašāku sabiedrību. Izmantojot uz vērtībām balstītu izglītību, jūs varat veicināt ētisku lēmumu pieņemšanu visos sportista karjeras ceļa posmos, tostarp bērniem, veidojot spēcīgas vērtības visai dzīvei. Ar mācību uzdevumiem jūs varat attīstīt arī kritisko domāšanu un problēmu risināšanas prasmes, kas sniedz priekšrocības ne tikai sporta pasaulē.

Tātad, kas jums ir jā dara?

Apkopojot iepriekšējās nodaļās teikto, izglītības programma jums ir jāplāno, jāīsteno, jāpārbauda un jānovērtē. Jums izglītības programmā ir jāiekļauj 4 komponenti – uz vērtībām balstīta izglītība, izpratnes veidošana, informācijas sniegšana un antidopinga izglītība –, un jums ir nepieciešami apmācīti un apstiprināti pedagogi, kas vada klātienē izglītības aktivitātes.

Vispirms jums ir jāatspoguļo izglītības nozīme savā organizācijā un skaidri jāsaprot, kādai ir jābūt jūsu izglītības programmas vīzijai un sasniedzamajam rezultātam (1. nodaļa “Ar ko sākt?”). Lai saņemtu atbalstu, identificējiet iespējamus partnerus, kas jums var palīdzēt šajā procesā (2. nodaļa “Kas var palīdzēt?”).

Pēc tam uzrakstiet plānu un:

- **novērtējiet pašreizējo stāvokli**, proti, raksturojiet vidi, kurā darbojaties, nosakiet visas iespējamās izglītojamās mērķgrupas, nosakiet esošos cilvēku, finanšu un materiālos resursus un raksturojiet savas pašreizējās izglītības aktivitātes (3. nodaļa “Kādas ir jūsu pašreizējās darbības?”);
- **izveidojiet izglītojamo grupu sarakstu** – jums ir jāiekļauj vismaz sportisti, kas ir pārbaudāmo sportistu reģistrā (RTP), un sportisti, kas atgriežas pēc sankciju izciešanas (4. nodaļa “Izglītojamo personu loks”);
- **nosakiet** konkrētus, izmērāmus un savlaicīgus **programmas mērķus** (5. nodaļa “Izglītības plāna izstrādāšana”);
- **definējiet** arī konkrētus, izmērāmus un savlaicīgus **mācību mērķus** katrai mērķgrupai (5. nodaļa “Izglītības plāna izstrādāšana” un 6. nodaļa “Mācību pieredzes veidošana”);
- **plānojiet izglītības aktivitātes**, kurās ietver Kodeksa 18.2. pantā uzskaitītās tēmas (pielāgojot tās katrai mērķgrupai un nodrošinot informāciju par katru tēmu publiski pieejamu), kas palīdzēs jums izpildīt programmas mērķus un palīdzēs jūsu mērķgrupām izpildīt mācību mērķus (5. nodaļa “Izglītības plāna izstrādāšana”, 7. nodaļa “Izglītības programmas 4 komponenti”);
- **izstrādājiet** izglītības aktivitāšu **pārraudzības un novērtēšanas procedūras** (10. nodaļa “Programmas pārraudzība un novērtēšana”).

---

Pēc tam īstenošanas procesā:

- izglītības aktivitāšu laikā pastāvīgi **pārraugiet un novērtējiet mācības** (10. nodaļa “Programmas pārraudzība un novērtēšana”);
- **pielāgojiet izglītības aktivitātes mērķgrupas vecumam un attīstības posmam**, tostarp izglītojamo grupu sarakstā iekļautajiem nepilngadīgajiem vai personām ar īpašām vajadzībām (6. nodaļa “Mācību pieredzes veidošana”, 8. nodaļa “Sportista izglītošana visas karjeras garumā”);
- **koncentrējieties uz izglītību, kas balstīta uz vērtībām**, jo īpaši attiecībā uz bērniem un jauniešiem (7. nodaļa “Izglītības programmas 4 komponenti”, 9. nodaļa “Uz vērtībām balstītas izglītības veidošana”);
- **norīkojiet pedagogus**, kas būs atbildīgi par klātienē izglītības īstenošanu (11. nodaļa “Pedagogu atlase un darba organizēšana”, 12. nodaļa “Pedagogu mācības un apstiprināšana”).

Pēc izglītības programmas īstenošanas:

- katru gadu **novērtējiet programmu** (10. nodaļa “Programmas pārraudzība un novērtēšana”).

Un visbeidzot:

- **koordinējiet savus izglītības centienus** ar citiem parakstītājiem un **atzīstiet citas izglītības programmas**, lai mazinātu dublēšanos un vairotu jūsu izglītības programmas efektivitāti (13. nodaļa “Citu izglītības programmu atzīšana”).