

Lisa 2. Turvalise spordi küsimustik (versioon 1.0)

Järgnevalt on kirjeldatud spordis esinevaid olukordi. Mõned väited võivad kirjeldada olukordi, mida Sa oled kogenud, mõned selliseid, mida ei ole kogenud. Palume, et hindaksid iga olukorra puhul, kui sageli oma spordikarjääri või spordiharrastusega tegelemise ajal selliseid olukordi kogenud.

Märgi vastus skaalal:

0 – MITTE KUNAGI; 1 - HARVA (1-2 korda); 2 - MÕNIKORD (3-10 korda); 3 - SAGELI (enam kui 10 korda); 4 – ENAMASTI (enamikul treeningutel, kogunemistel)

1	Treener ei suuna treenitavat spetsialisti juurde, kui too teatab terviseprobleemist	0	1	2	3	4	22	Treener sunnib tegema mitteeakohaseid harjutusi või harjutusi, milleks treenitaval puudub ettevalmistus.	0	1	2	3	4
2	Lapsevanem sunnib last haigena või vigastatult võistlema	0	1	2	3	4	23	Treener viib treeningu läbi ebatavalises kohas	0	1	2	3	4
3	Treener soovib treenitavale narkootilisi aineid	0	1	2	3	4	24	Treener alandab, alavääristab treenitavaid	0	1	2	3	4
4	Treener sunnib treenima kuni oksendamise- ja/või minestamiseni	0	1	2	3	4		Sportlane kiusab, õrritab või provotseerib treeningukaaslast	0	1	2	3	4
5	Treener läheb endast välja, kui treenitavad ei käitu treeneri ootuste kohaselt	0	1	2	3	4	25	Lapsevanem käitub treeneri suhtes häirivalt	0	1	2	3	4
6	Treener puudutab treenitavat seksuaalsel viisil.	0	1	2	3	4	26	Treener karistab treeninguga äärmuslikes tingimustes.	0	1	2	3	4
7	Sportlane naeruvääristab treeningukaaslase kehakuju või kehakaalu	0	1	2	3	4	27	Sportlane ei tee tahtlikult võistkonnakaaslasega koostööd	0	1	2	3	4
8	Treener eirab treeningul kaitsevarustuse kasutamist	0	1	2	3	4	28	Treener tekitab treenitavas süütunnet	0	1	2	3	4
9	Treener ahvatleb treenitavat seksuaalselt	0	1	2	3	4	29	Treener näitab treenitavale erootilist või pornograafilist materjali	0	1	2	3	4
10	Sportlane püüab konkurenti soorituse kahjustamise eesmärgil häirida	0	1	2	3	4	30	Lapsevanem annab lapsele tema võimetele mittevastavaid treeninguülesandeid	0	1	2	3	4
11	Treener karjub treenitava peale, kui too eksib	0	1	2	3	4	31	Sportlane sõimab sportliku tegevuse käigus teist sportlast	0	1	2	3	4
12	Treeneri tagasiside on solvav	0	1	2	3	4	32	Treener sunnib karistuseks tegema lisaharjutusi	0	1	2	3	4
13	Lapsevanem sunnib last haigena või vigastatult treenima.	0	1	2	3	4	33	Võistkondlikult võistleb sportlane ignoreerib nõrgema soorituse teinud võistkonnakaaslast või partnerit	0	1	2	3	4
14	Treener pakub treenitavale seksuaalvahekorra eest paremaid treenimisvõimalusi	0	1	2	3	4	34	Treener võltsib võistlustele registreerimisel treenitavate andmeid (isikliku rekordi, vanust vms).	0	1	2	3	4
15	Treener sunnib kaalulangetuse eesmärgil toitumist piirama.	0	1	2	3	4	35	Treener sunnib täitma füüsiliselt rasket ülesannet vaatamata väsimusele	0	1	2	3	4
16	Treener saadab distsipliini rikkuja trennist minema.	0	1	2	3	4	36	Treener raputab treenitavat (kõrvadest, õlgadest vms).	0	1	2	3	4
17	Treener sunnib haiguse või vigastuse järgselt liiga varakult või liiga suurte koormustega treenima.	0	1	2	3	4	37	Treener on töö ajal purjus.	0	1	2	3	4
18	Treener ei luba treenitaval treeningu ajal joogipausi teha.	0	1	2	3	4	38	Treener ahvatleb treenitavat petmisele või mängu manipuleerimisele.	0	1	2	3	4
19	Treener kallutab treenitavat dopingut tarvitama.	0	1	2	3	4	39	Treener sunnib treenitavat põhjendamatult pikaks ajaks liikumatusse asendisse (nt plank).	0	1	2	3	4
20	Treener annab treenitavatele teadlikult valu põhjustavaid ülesandeid.	0	1	2	3	4	40	Treener näpistab treenitavat.	0	1	2	3	4
21	Treener lööb treenitavat.	0	1	2	3	4	41	Treener sunnib treenitavat seksuaalvahekorrale.	0	1	2	3	4
							42						

Väärkohtlemise ilmingu kirjelduse ees olev number osutab väärkohtlemise alaliigi skoorimise juhendis olevale tähisele, s.t. 1 = TS1 jne.

Опросник по безопасному спорту

Ниже приведены ситуации, которые происходят в спорте. Некоторые ситуации могут быть такими, с которыми ты сталкивался, а некоторые нет.

Мы просим тебя оценить каждую ситуацию на предмет того, как часто ты сталкивался с такими ситуациями в течение твоей спортивной карьеры или занятий спортом.

Отметь ответ по шкале:

0 – НИКОГДА; 1 - РЕДКО (1-2 раза); 2 - ИНОГДА (3-10 раз); 3 - ЧАСТО (более 10ти раз); 4 – В ОСНОВНОМ (на большинстве тренировок, сборов)

1	Тренер не направляет ученика к специалисту, если тот сообщает о проблемах со здоровьем.	0	1	2	3	4	19	Тренер склоняет ученика к употреблению допинга.	0	1	2	3	4
2	Родитель заставляет ребенка участвовать в соревнованиях, когда он болен или травмирован.	0	1	2	3	4	20	Тренер намеренно дает ученикам задания вызывающие боль.	0	1	2	3	4
3	Тренер рекомендует ученику наркотические вещества.	0	1	2	3	4	21	Тренер бьет ученика.	0	1	2	3	4
4	Тренер заставляет тренироваться до рвоты и/или потери сознания.	0	1	2	3	4	22	Тренер заставляет выполнять не соответствующие возрасту упражнения или упражнения, к которым обучаемый не готов.	0	1	2	3	4
5	Тренер выходит из себя, когда ученики ведут себя не в соответствии с ожиданиями тренера.	0	1	2	3	4	23	Тренер проводит тренировку в небезопасном месте.	0	1	2	3	4
6	Тренер касается ученика сексуальным образом.	0	1	2	3	4	24	Тренер унижает, недооценивает учеников.	0	1	2	3	4
7	Спортсмен высмеивает фигуру или вес партнера по тренировкам.	0	1	2	3	4	25	Спортсмен запугивает, дразнит или провоцирует партнера по тренировке.	0	1	2	3	4
8	Тренер игнорирует использование защитного снаряжения во время тренировки.	0	1	2	3	4	26	Родитель ведет себя неподобающим образом по отношению к тренеру.	0	1	2	3	4
9	Тренер сексуально соблазняет ученика.	0	1	2	3	4	27	Тренер наказывает тренировками в экстремальных условиях.	0	1	2	3	4
10	Спортсмен пытается помешать сопернику, чтобы ухудшить его результаты.	0	1	2	3	4	28	Спортсмен умышленно не сотрудничает с товарищем по команде.	0	1	2	3	4
11	Тренер кричит на ученика, когда тот делает ошибку.	0	1	2	3	4	29	Тренер заставляет ученика чувствовать себя виноватым.	0	1	2	3	4
12	Обратная связь от тренера оскорбительна.	0	1	2	3	4	30	Тренер показывает ученику эротические или порнографические материалы.	0	1	2	3	4
13	Родитель заставляет ребенка тренироваться, когда он болен или травмирован.	0	1	2	3	4	31	Родитель дает ребенку тренировочные задания, не соответствующие его способностям.	0	1	2	3	4
14	Тренер предлагает ученику лучшие возможности для тренировки в обмен на половой акт.	0	1	2	3	4	32	Спортсмен оскорбляет другого спортсмена во время спортивной деятельности.	0	1	2	3	4
15	Тренер заставляет ограничить свой рацион для похудения.	0	1	2	3	4	33	Тренер заставляет делать дополнительные упражнения в качестве наказания.	0	1	2	3	4
16	Тренер выгоняет с тренировки за нарушение дисциплины.	0	1	2	3	4	34	Спортсмен, соревнующийся в команде, игнорирует товарища по команде или партнера, выступившего слабее.	0	1	2	3	4
17	Тренер заставляет тренироваться слишком рано или со слишком большими нагрузками после болезни или травмы.	0	1	2	3	4							
18	Тренер не разрешает ученику сделать перерыв, чтобы выпить воды во время тренировки.	0	1	2	3	4							

Опросник по безопасному спорту

Ниже приведены ситуации, которые происходят в спорте. Некоторые ситуации могут быть такими, с которыми ты сталкивался, а некоторые нет.

Мы просим тебя оценить каждую ситуацию на предмет того, как часто ты сталкивался с такими ситуациями в течение твоей спортивной карьеры или занятий спортом.

Отметь ответ по шкале:

0 – НИКОГДА; 1 - РЕДКО (1-2 раза); 2 - ИНОГДА (3-10 раз); 3 - ЧАСТО (более 10ти раз); 4 – В ОСНОВНОМ (на большинстве тренировок, сборов)

35	Тренер фальсифицирует данные воспитанников (личный рекорд, возраст и т.д.) при регистрации на соревнования	0	1	2	3	4
36	Тренер заставляет выполнять физически сложное задание, несмотря на усталость.	0	1	2	3	4
37	Тренер встряхивает ученика (за уши, плечи и т.д.).	0	1	2	3	4
38	Тренер бывает пьяным на работе.	0	1	2	3	4
39	Тренер подталкивает ученика на обман или манипуляции в игре.	0	1	2	3	4
40	Тренер заставляет ученика находиться в неподвижном положении (например, в планке) в течение необоснованно длительного времени.	0	1	2	3	4
41	Тренер щипает ученика.	0	1	2	3	4
42	Тренер принуждает ученика к половому акту.	0	1	2	3	4