

## Juhend „Laste ja noorte kaitse tõhustamine spordis” lastevanematele

Alljärgnev juhendmaterjal on välja töötatud selleks, et aidata kaitsta lapsi spordis. Juhend tugineb käibivale heale praktikale ning lähtub seadustest ja konventsioonidest, teadusuurimustest ning parimast kogemusest lastekaitse ja spordi valdkonnas. Juhendis mõistetakse lapse all iga alla 18-aastast inimest.

Juhendmaterjal aitab aru saada, millele tähelepanu pöörata, ning küsida õigeid küsimusi oluliste lapse kaitset ja heaolu tagavate abinõude kohta, mida spordiorganisatsioonid peaksid rakendama iga kord ja igal ajal, kui lapsed spordis osalevad.

### LASTEVANEMATELE

Juhendmaterjal suurendab teadlikkust ja aitab lastevanematel teadvustada, mida nad peavad tegema, et kaitsta spordis osalevaid lapsi ning minimeerida välditavaid riske.

**1. Seadke lapse huvid alati esikohale.** Lastele ja noortele meeldib sportida ning see on oluline nende tervisele ja arengule. Tuleb kindlustada, et kõik lapsed saaksid spordis parima võimaliku kogemuse. Seetõttu on väga tähtis, et spordis osalemine toimuks keskkonnas, kus lapsed on kaitstud igasuguse väärkohtlemise eest. Selleks peab seadma esiplaanile lapse parimad huvid, tervise, ohutuse ja heaolu ning tagama, et see põhimõte oleks tähtsam kui sportlik saavutus või saavutusega seonduv maine.

**2. Kujundage lastes sportimise vastu elukestev huvi.** Et sporti harrastataks kogu elu, peab igati toetama seda, et lastes kujuneks välja positiivne suhtumine kehalises tegevuses ja spordis osalemisse. Last tuleks ergutada harrastama eri spordialasid ja mitte kunagi ei tohiks avaldada survet, et ta spetsialiseeruks vaid ühele alale liiga varases eas.

**3. Julgustage oma last mängima ja sportima alati reeglite järgi.** Õpetage oma last, et aus pingutus on sama tähtis kui võit, et iga tulemusega nõustutaks ilma liigse pettumuseta. Suunake oma last pöörama võitmise asemel suuremat tähelepanu oskuste täiustamisele ja võimete realiseerimisele. Ärge kunagi ala- ega naeruvääristage enda ega teisi lapsi, isegi mitte siis, kui nad teevad mõne vea või kaotavad võistluse.

**4. Teadke, et mistahes sotsiaalne ja psüühiline surve on risk lapse tervisele ja heaolule.** Lastele ei tohiks esitada selliseid plaane ja ootusi, mille täitmine ei ole nende eale ega võimetele vastav. Lastevanemadena tuleb toetada laste mitmekülgset sportimist ja nende edusammudele kaasa elada, kuid vältida liigset ambitsioonikust. Lapse sportimise kaudu ei tohi vanemad realiseerida enda ambitsioone. Otseste surve avaldamisele lisaks võivad lapsed ka kaudselt tunda, mida neilt oodatakse, ning nad seavad seetõttu iseendale ülemäärased nõudmisi. Kuna lapsed soovivad vastata vanemate ootustele, tunnetavad nad, et on kohustatud endast maksimumi andma.

**5. Arvestage lapse soovidega.** Lapsed valivad enamasti ise (vahel oma vanemate abil), kas nad soovivad spordis osaleda või mitte, ning samuti spordiala, millega tegeleda. Laste spordi juurde suunamisel peaks seega arvestama nende oma soovide, oskuste, võimete ja vajadustega. Lapsi peab kaasama tegevuse planeerimisse ning sporditreeningute valikul tuleb arvestada nende soovidele vastavust.

Arvestage sellega, et kuni 12-aastaste laste jaoks on spordis kõige tähtsam tegevus ise, liikumISRõõm, iseorganiseeritud mängud, sotsiaalne suhtlemine, oskuste paranemine ja isiklik osalemine. Kõige tõenäolisemalt valivad lapsed sportimise ja spordiala, sest see meeldib neile, mitte selle pärast, et nad tahavad saada tippportlaseks.

Spordist huvitatud 13–18-aastastel noortel peab olema reaalne mõju omaenese treeningu ja võistlustegevuse sõnastamisel. Noori peab ergutama võtma kaasvastutust oma tegevuse eest.

**6. Tagage lapsele kohane suunamine ja juhendamine.** Lapsi tuleks suunata ja juhendada kooskõlas nende arenevate võimete ja õigustega. Lapsel, kes on võimeline iseseisvalt seisukohta võtma, peab olema tagatud õigus väljendada oma vaateid vabalt kõikides teda puudutavates küsimustes. Siiski tuleb arvestada, et lapse vanusest ja küpsusest tulenevalt võib tal olla raske teadvustada, mõista ja ette näha oma otsustest tulenevaid riske ja tagajärgi. Lastevanemate kohus on seega tagada, et spordis osalevate laste kõik teised eluaspektid (tervise säilitamine, hariduse omandamine, õigus puhkusele ja jõudeajale, eakaaslastega suhtlemine) oleks kaitstud ning et laste tulevik ei sõltuks täielikult võimalikust professionaalse spordi harrastamisest.

**7. Teadvustage sportimise ohtusid.** Intensiivse ja spetsialiseeritud treeninguga kaasnevad sellised riskid, mis teostudes toovad kaasa tõsise laste õiguste rikkumise. Arvestage, et sageli on negatiivsed mõjud vaevu hoomatavad ja ilmnevad pika aja vältel. Lapsed ise, nende vanemad ega teised täiskasvanud ei pruugi isegi teada, milline mõju on intensiivsetel treeningprogrammidel lapse arengule ja heaolule (sh ülemäärasest võidusurvest tekkinud ärevus, kaotusega kaasnev süütunne, treeneritepoolne kuritarvitus, ülekoormustraumad, väljaravimata vigastused, toitumishäired, farmakoloogiliste ainete kasutamisest tulenevad ohud, vähene enesekindlus ja madal enesehinnang, agressiivsus).

**8. Rääkige oma lapsega tema sportimisest.** Teave ja eeskuju, mida Te lastele annate, võib pakkuda neile teadmised ja kindluse, mida on vaja, et käsitleda potentsiaalselt ohtlikke või solvavaid olukordi spordis. Õpetage neile, mida teha siis, kui nad tunnevad, et neid endid või teisi lapsi on halvasti koheldud inimene, kes eeldatavalt peaks neid juhendama ja väärkohtlemise eest kaitsma. Kui tunnete, et Teie last võib olla selline käitumine mõjutanud, siis vestelge temaga, kuid mõistke, et kui last on halvasti koheldud, võib tal olla sellest raske rääkida.

**9. Olge teadlik lapse sportimisest.** Oluline on külastada spordiklubi, kus Teie laps spordib, ning küsida, kuidas spordiklubi toimib või treeninguid juhitakse. Seejuures tuleb veenduda, et organisatsioonis on tagatud treeningpaikade ohutus ning inimeste kvalifikatsioon ja sobivus laste juhendamiseks (sh kontrollitud juhendajate taust tulenevalt noortega töötamise piirangutest). Samuti küsige spordiklubist, kuidas tagatakse lapse turvalisus, kui Teie laps osaleb treeningutel või võistlustel kodukohast kaugemal. Isegi kui spordiorganisatsioon näib olevat korralik, ei tohiks Te selle kohta, kas ja kuidas on tagatud Teie lapse kaitse, teha minimeid oletusi seni, kuni Te ei ole seda ise kontrollinud ja selles veendunud.

Siiski tuleb lastevanemadena vältida treeningprotsessi sekkumist ja treeneri töö takistamist, kui see ei sea ohtu lapse tervist ja heaolu. Lastevanemadena ollakse kohustatud toetama kõiki spordiorganisatsioonide püüdlusi, mis aitavad kõrvaldada verbaalset ja füüsilist väärkohtlemist lastespordis.

**10. Vältige võimalikke ebakohaseid olukordi.** Vältimaks olukordi, mis võivad kahjustada spordis osalevaid lapsi, peavad Teid valvsaks tegema eriti järgnevad juhtumid:

- tegevus, millest lastevanemaid eemale hoitakse;
- inimesed, kes eelistavad ja tasustavad isiklikult üksikuid väljavalitud lapsi või soovivad hakata lapse treeningute eest isiklikult hoolt kandma ja tegutsema väljaspool spordiorganisatsioone;
- treeningutel ja võistlustel ergutatakse sobimatule käitumisele ja valitseb suhtumine „võit iga hinna eest”;

- lapsed jätavad treeningutele või võistlustele minemata või loobuvad neis osalemisest ilma nähtava põhjuseta.

Kui Te tunnete, et eelkirjeldatu võib olla juhtunud, võtke ühendust spordiorganisatsiooniga ja esitage asjakohaseid küsimusi.

**11. Olge teadlik laste õiguste kaitsest.** Tagamaks laste õiguste kaitse, peavad kõik täiskasvanud, kes on otseselt või kaudselt seotud laste sporditegevuse korraldamisega, teadma ja järgima laste õigusi ja kaitset reguleerivaid seadusi ja konventsioone.

Kui Te olete mures oma lapse ohutuse pärast, helistage üleriigilisel tasuta ööpäevaringsel **lasteabi nõuandetelefonil 116 111**.

#### **Lisateave spordiklubide ja treenerite kohta:**

Eesti Spordiregister: <http://www.spordiregister.ee/>

#### **Lisateave laste õiguste kaitse kohta:**

Eesti Vabariigi lastekaitse seadus: <https://www.riigiteataja.ee/akt/12850781>

Töölepingu seadus (§ 7 ja 8): <https://www.riigiteataja.ee/akt/125052012026>

Noorsootöö seadus <https://www.riigiteataja.ee/akt/133340694>

Huvikooli seadus <https://www.riigiteataja.ee/akt/13339594>

Laste õiguste konventsioon: <https://www.riigiteataja.ee/akt/24016>

Sporti reguleerivad hartad ja koodeksid: <http://www.eok.ee/content/hartad-ja-koodeksid>