

Gender Equality
in Coaching

Ισότητα των Φύλων
στην Προπονητική



D3.1

Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων

Πακέτο εργασίας 3

Εργασία 3.1

Επικεφαλής εταίρος:

Πανεπιστήμιο της Μούρθια

σε συνεργασία με τη

Symplexis



Co-funded by
the European Union

WWW.SHECOACH.EU

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. Έργο: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023.

Πληροφορίες εγγράφου

Πακέτο εργασίας

3: Διαδικτυακό πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων για παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης σχετικά με την ανάπτυξη ενοτήτων και εκπαιδευτικού υλικού για την ισότητα των φύλων

Εργασία(ες)

3.1: Δημιουργία προγράμματος ανάπτυξης ικανοτήτων

Παραδοτέο

D3.1 Πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων

Τίτλος

(εάν διαφέρει από αυτό του παραδοτέου)

Επικεφαλής εταίρος

Πανεπιστήμιο της Μούρθια (um.es) σε συνεργασία με την Σύμπλεξις (Symplexis) (symplexis.eu)

Πρόσωπα επικοινωνίας

Δρ Salvador Angosto Sanchez, salvador.a.s@um.es
Δρ Χριστίνα Μπονάρου, bonarou.c@symplexis.eu

Επίπεδο διάδοσης

Δημόσιο

Περίληψη

Η παρούσα έκθεση, σε ηλεκτρονική μορφή (D3.1), παρουσιάζει το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH, το οποίο απευθύνεται σε παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων προπονητών και προπονητριών, με στόχο την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στα προγράμματα σπουδών, καθώς και την ανάπτυξη ενοτήτων και εκπαιδευτικού υλικού για την ισότητα των φύλων.

Το παραδοτέο βασίζεται στα ευρήματα της πρωτογενούς έρευνας του Πακέτου Εργασίας 2, η οποία πραγματοποιήθηκε στην Κύπρο, την Ελλάδα, την Ιταλία και την Ισπανία (Εθνικές Εκθέσεις, D2.2), καθώς και στην έκθεση ανάλυσης των αποτελεσμάτων σε διακρατικό επίπεδο (D2.3). Αυτές οι έρευνες εντόπισαν κενά και περιθώρια βελτίωσης στις γνώσεις και δεξιότητες, οδηγώντας στη διαμόρφωση συστάσεων σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο οι πάροχοι προπονητικής εκπαίδευσης μπορούν να ενσωματώσουν θέματα φύλου στα προγράμματα σπουδών τους (D2.3).

Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH αντικατοπτρίζει το περιεχόμενο της πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης του έργου (D3.2), παρέχοντας πληροφορίες σχετικά με τα τέσσερα διαδικτυακά μαθήματα που θα αναπτυχθούν, τις ενότητες τους και την πιστοποίηση των δεξιοτήτων. Επιπλέον, το παρόν έγγραφο στοχεύει στην καθοδήγηση των παρόχων προπονητικής εκπαίδευσης στα πρώτα τους βήματα για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου σε προγράμματα σπουδών αθλητικής προπονητικής ή/και σε σχετικά σεμινάρια. Ο στόχος είναι να υποστηρίξει επαγγελματίες ώστε να αποκτήσουν μια ολοκληρωμένη κατανόηση της ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου στην προπονητική εκπαίδευση, να συμβάλει στο να αναγνωρίσουν πώς η προκατάληψη στα προγράμματα σπουδών μπορεί να ενισχύει την έμφυλη ανισότητα, να κατευθύνει στα πρώτα βήματα για τον έλεγχο και την αναθεώρηση των προγραμμάτων σπουδών, καθώς και να βοηθήσει στη διαχείριση πιθανών αντιδράσεων.

Αυτό το εγχειρίδιο προορίζεται για χρήση από παρόχους αθλητικής/προπονητικής εκπαίδευσης παράλληλα με τα διαδικτυακά μαθήματα SheCOACH και το σχετικό εκπαιδευτικό υλικό σε ηλεκτρονική μορφή.

Παράλληλα, μπορεί να λειτουργήσει ως πολύτιμο εργαλείο για εκπαιδευτές και εκπαιδευτριες εκπαιδευτών/τριών, προπονητές και προπονήτριες, καθηγητές/τριες φυσικής αγωγής και φοιτητές/τριες συναφών αντικειμένων που επιθυμούν να ενισχύσουν τις γνώσεις, τις δεξιότητες και την αυτοπεποίθησή τους. Δεδομένου ότι το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH θα είναι ανοιχτό και δωρεάν για όλους/ες/α, η έκδοση αυτή παρέχει μια ολοκληρωμένη εισαγωγή στο περιεχόμενο της πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης, για όσους/ες/α επιθυμούν να παρακολουθήσουν τα μαθήματα κατάρτισης.

Διευκρινίζεται ότι το παρόν έγγραφο ενδέχεται να επικαιροποιηθεί ή να αναθεωρηθεί, προκειμένου το περιεχόμενό του να ευθυγραμμίζεται πλήρως με το περιεχόμενο της πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης SheCOACH (D3.2) μετά την ολοκλήρωσή της.

Κατάσταση

Έκδοση(εις) & ημερομηνία(ες)

Τελικό

v.1.0: 14 Οκτωβρίου 2024 (EL, μτφ.)
v.1.0: 27 Σεπτεμβρίου 2024 (EN)
v.0.2: 10 Σεπτεμβρίου 2024 (EN, σχέδιο)
v.0.1: 12 Ιουλίου 2024 (EN, σχέδιο)

Προτεινόμενη βιβλιογραφική αναφορά:

SheCOACH: Gender Equality in Coaching - *Ισότητα των φύλων στην προπονητική - Παραδοτέο D3.1. Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων (2024)*. Υπεύθυνος εταίρος: Πανεπιστήμιο της Μούρθια σε συνεργασία με τη Symplexis. Αριθμός αναφοράς έργου: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023. Διαδικτυακός τόπος: www.shecoach.eu



Όλα τα δημόσια παραδοτέα του έργου SheCOACH διατίθενται με άδεια χρήσης Creative Commons Attribution - NonCommercial - ShareAlike 4.0 International public license, επιτρέποντας την διασκευή, τροποποίηση και δημιουργία παράγωγων έργων χωρίς εμπορική χρήση, με την προϋπόθεση να αναφέρεται το ευρωπαϊκό έργο SheCOACH ως αρχικός δημιουργός και τα νέα δημιουργήματα να διατίθενται με τους ίδιους ακριβώς όρους (BY-NC-SA).

Περιεχόμενα

Πληροφορίες εγγράφου	2
1. Σύντομη επισκόπηση του έργου SheCOACH.....	5
1.1 Περίοδος υλοποίησης και εταιρικό σχήμα.....	5
1.2 Σκοπός και στόχοι του έργου	5
1.3 Δραστηριότητες, εμπλεκόμενες ομάδες κοινού και κύρια αποτελέσματα	6
2. Οδηγίες για τη χρήση της παρούσας έκδοσης	8
2.1 Περίγραμμα του 3 ^{ου} πακέτου εργασίας SheCOACH.....	8
2.2 Το πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων SheCOACH	8
2.2.1 «Γιατί να διαβάσω το παρόν εγχειρίδιο και πώς να το χρησιμοποιήσω;»	9
2.2.2 Ανάλυση αναγκών και μεθοδολογικές προσεγγίσεις	10
α) Μαθησιακά αποτελέσματα & Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Επαγγελματικών Προσόντων (EQF).....	11
β) Μέθοδοι μάθησης και διδασκαλίας.....	13
γ) Αξιολόγηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων	14
3. Το πρόγραμμα σπουδών SheCOACH.....	15
3.1 Επισκόπηση του προγράμματος ανάπτυξης ικανοτήτων	15
3.2 Επισκόπηση μαθημάτων.....	18
Μάθημα 1. Νομοθετικό και θεσμικό πλαίσιο για την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό	18
Μάθημα 2. Γυναίκες και ηγεσία στον αθλητισμό.....	21
Μάθημα 3. Η δύναμη της συμπεριληπτικής γλώσσας σε αθλητικά περιβάλλοντα.....	24
Μάθημα 4. Έμφυλες διακρίσεις και σεξουαλική παρενόχληση στον αθλητισμό	27
4. Πρώτα βήματα για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην προπονητική εκπαίδευση.....	30
4.1 Τι είναι η ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου και γιατί έχει σημασία στην αθλητική εκπαίδευση;.....	30
4.2. Τι είναι το «μεροληπτικό ως προς το φύλο πρόγραμμα αθλητικών σπουδών» και πώς ενισχύει την έμφυλη ανισότητα;	32
4.3 Βασικά βήματα για τη διενέργεια ελέγχου ενός προγράμματος σπουδών ως προς την ισότητα των φύλων.....	33
4.4 Διαχείριση της αντίστασης στις πρωτοβουλίες για την ισότητα των φύλων	35
Αναφορές & σχετική βιβλιογραφία.....	37

1. Σύνοψη επισκόπηση του έργου SheCOACH

1.1 Περίοδος υλοποίησης και εταιρικό σχήμα

Το **SheCOACH: Gender Equality in Coaching (Ισότητα των Φύλων στην Προπονητική)** είναι ένα **έργο Erasmus Sport**, το οποίο συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση στο πλαίσιο της συμφωνίας με αριθμό **101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023**, και το οποίο υλοποιείται στην **Κύπρο**, την **Ελλάδα**, την **Ιταλία** και την **Ισπανία** από **02/01/2024** έως **30/10/2026** (έργο διάρκειας 34 μηνών).

Το SheCOACH αποτελεί μια ευρωπαϊκή πρωτοβουλία με πολλούς εμπλεκόμενους φορείς, στην οποία συμμετέχουν ομοσπονδίες καλαθοσφαίρισης, ένας σύνδεσμος προπονητών και προπονητριών, οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών, ένα ίδρυμα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, όπως επίσης και οργανισμοί εμπειρογνομόνων στους τομείς της αθλητικής εκπαίδευσης και προπόνησης, καθώς και της τεχνολογίας. Συγκεκριμένα, η κοινοπραξία SheCOACH αποτελείται από τα ακόλουθα 9 μέλη από 7 χώρες:

Συντονιστής εταίρος έργου:

- 1) ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ - CYPRUS BASKETBALL FEDERATION (CBF), Κύπρος (basketball.org.cy)

Συνεργάτες – εταίροι υλοποίησης:

- 2) ΣΥΜΠΛΕΞΙΣ - SYMPLEXIS, Ελλάδα (symplexis.eu)
- 3) ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ/ΣΕΠΚ - GREEK BASKETBALL COACHES ASSOCIATION (GBCA), Ελλάδα (sepk.gr)
- 4) ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΟΥΡΘΙΑ - UNIVERSIDAD DE MURCIA (UMU), Ισπανία (um.es)
- 5) ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΤΗΣ CASTILLA LA MANCHA - FEDERACION DE BALONCESTO DE CASTILLA LA MANCHA (FBCLM), Ισπανία (fbclm.net)
- 6) L'ORMA SSD ARL, Ιταλία (ormainternational.eu)
- 7) SPORT COACHING EUROPE (SCE), Μάλτα (sportcoachingeurope.org)
- 8) ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ – EUROPEAN NETWORK OF SPORT EDUCATION (ENSE), Αυστρία (sporteducation.eu)
- 9) HIP - HUB FOR INNOVATION POLICY S.R.L, Ρουμανία (hubinno.eu).

1.2 Σκοπός και στόχοι του έργου

Το έργο SheCOACH έχει ως στόχο να **συμβάλει στην ισότητα των φύλων στην προπονητική και ευρύτερα στον αθλητισμό, προωθώντας τη συμμετοχή των γυναικών στην προπονητική εκπαίδευση, ιδίως στον τομέα της καλαθοσφαίρισης** στην Ελλάδα, την Κύπρο, την Ιταλία και την Ισπανία.

Οι επιμέρους στόχοι του SheCOACH είναι οι εξής:

- Προώθηση της ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου (αγγλ. όρος gender mainstreaming) και ειδικών θεμάτων φύλου στα προγράμματα σπουδών αθλητικής προπονητικής.
- Ανάπτυξη της ευαισθητοποίησης και των γνώσεων και δεξιοτήτων των επαγγελματιών που εργάζονται σε παρόχους αθλητικής/προπονητικής εκπαίδευσης σχετικά με τη συμπερίληψη έμφυλων θεμάτων στα προγράμματα σπουδών τους.
- Ενίσχυση της γνώσης και της ευαισθητοποίησης των εθνικών/περιφερειακών/τοπικών εκπαιδευτικών ή/και αθλητικών αρχών σχετικά με την ανάπτυξη και εφαρμογή πολιτικών για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στα συστήματα προπονητικής εκπαίδευσης.
- Ευαισθητοποίηση των αθλητικών συλλόγων, ακαδημιών και σχολών προπονητικής σχετικά με τα οφέλη της συμμετοχής γυναικών/προπονητριών και της ενίσχυσης της συμμετοχής γυναικών, ιδίως σε παραδοσιακά «ανδροκρατούμενα αθλήματα».
- Αύξηση της συμμετοχής των γυναικών στην προπονητική εκπαίδευση/κατάρτιση στον τομέα της καλαθοσφαίρισης.

1.3 Δραστηριότητες, εμπλεκόμενες ομάδες κοινού και κύρια αποτελέσματα

Οι στόχοι του SheCOACH θα επιτευχθούν μέσω της υλοποίησης των ακόλουθων δραστηριοτήτων, που αποτελούν και τα σχετικά παραδοτέα του έργου:

- Συστάσεις για παρόχους αθλητικής/προπονητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων προπονητών και προπονητριών σχετικά με την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου σε μαθήματα και προγράμματα σπουδών προπονητικής.
- Διαδικτυακό πρόγραμμα ανάπτυξης γνώσεων, ικανοτήτων και δεξιοτήτων για παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης σχετικά με την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου (gender mainstreaming).
- Πλαίσιο καθοδήγησης για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην προπονητική εκπαίδευση.
- Εκδηλώσεις και καμπάνιες ευαισθητοποίησης και διάδοσης των αποτελεσμάτων του έργου.

Οι κύριες ομάδες κοινού στις οποίες απευθύνεται το έργο SheCOACH είναι:

- Εθνικές ή περιφερειακές ομοσπονδίες καλαθοσφαίρισης -και άλλων αθλημάτων
- Ενώσεις και σύνδεσμοι προπονητών-τριών
- Πάροχοι αθλητικής και προπονητικής εκπαίδευσης (ΑΕΙ, ΙΕΚ, Κολέγια κ.α.), συμπεριλαμβανομένων των ενώσεων και συνδέσμων προπονητών-τριών
- Τοπικοί, περιφερειακοί και εθνικοί φορείς χάραξης πολιτικής στους τομείς του αθλητισμού και της εκπαίδευσης.

Επιπλέον, το έργο SheCOACH απευθύνεται σε: διοικητικά στελέχη του αθλητισμού σε όλα τα επίπεδα, διεθνείς ομοσπονδίες καλαθοσφαίρισης (και άλλων αθλημάτων), αθλητικούς συλλόγους/ακαδημίες/σχολές, δίκτυα αθλητικών ενώσεων, φορέων, παρόχων εκπαίδευσης σε

ευρωπαϊκό ή διεθνές επίπεδο, ερευνητές-τριες και φοιτητές-τριες σε συναφή πεδία, καθώς και στο ευρύ κοινό -ιδίως σε όσες/ους/α αγαπούν τον αθλητισμό.

Τα κύρια αποτελέσματα που αναμένονται από την υλοποίηση του SheCOACH είναι τα ακόλουθα, τα οποία αντικατοπτρίζουν επίσης τους κύριους βασικούς δείκτες επιδόσεων του έργου:

- Περίπου **80-100 επαγγελματίες που εργάζονται σε παρόχους αθλητικής/προπονητικής εκπαίδευσης** θα αποκτήσουν νέες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες σχετικά με την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στο πρόγραμμα σπουδών ή/και στις επιμέρους εκπαιδεύσεις τους,
- Τουλάχιστον **15 προγράμματα σπουδών προπονητικής** θα ενσωματώσουν τη διάσταση του φύλου ή/και θα συμπεριλάβουν σχετικά θέματα για την έμφυλη ισότητα στην προπονητική,
- Τουλάχιστον **50 εθνικές/περιφερειακές/τοπικές αρχές εκπαίδευσης και αθλητισμού** θα ενημερωθούν και θα ευαισθητοποιηθούν σχετικά με την εφαρμογή πολιτικών για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην προπονητική εκπαίδευση,
- Τουλάχιστον **130 στελέχη/μέλη αθλητικών συλλόγων/ακαδημιών/σχολών κ.α.** θα ενημερωθούν και θα ευαισθητοποιηθούν σχετικά με τα οφέλη της συμμετοχής γυναικών στην προπονητική και της ενίσχυσης της συμμετοχής των γυναικών στον αθλητισμό γενικότερα,
- Τουλάχιστον **30.000 άτομα** θα ενημερωθούν για τα αποτελέσματα του έργου SheCOACH μέσω ενεργειών, εκδηλώσεων και δράσεων - δια ζώσης ή διαδικτυακά.

2. Οδηγίες για τη χρήση της παρούσας έκδοσης

2.1 Περίγραμμα του 3^{ου} πακέτου εργασίας SheCOACH

Η παρούσα έκδοση αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του 3^{ου} Πακέτου Εργασίας του SheCOACH: «Διαδικτυακό πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων για παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης σχετικά με την ανάπτυξη ενοτήτων και εκπαιδευτικού υλικού για την ισότητα των φύλων», το οποίο απευθύνεται σε παρόχους αθλητικής/προπονητικής εκπαίδευσης και σε επαγγελματίες από τις κύριες και δευτερεύουσες ομάδες κοινού του έργου, που ήδη αναφέρθηκαν στην προηγούμενη ενότητα.

Πιο συγκεκριμένα, το 3^ο Πακέτο Εργασίας περιλαμβάνει δύο κύριες δραστηριότητες -την δημιουργία ενός προγράμματος ανάπτυξης ικανοτήτων (εργασία 3.1) και την πιλοτική εφαρμογή και αξιολόγηση του εν λόγω προγράμματος (εργασία 3.2)- και τρία δημόσια παραδοτέα:

- το πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων SheCOACH (D3.1),
- την πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης SheCOACH (D3.2) και
- την έκθεση αξιολόγησης της πιλοτικής εφαρμογής του προγράμματος ανάπτυξης ικανοτήτων (Δ3.3).

Οι βασικοί στόχοι είναι: α) η ενίσχυση της ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου και η συμπερίληψη θεμάτων φύλου στα προγράμματα σπουδών αθλητικής προπονητικής και στα σχετικά σεμινάρια πιστοποίησης, και β) η ανάπτυξη των γνώσεων, των δεξιοτήτων και της ευαισθητοποίησης των παρόχων αθλητικής εκπαίδευσης, ώστε να ενσωματώσουν θέματα φύλου στα προγράμματα σπουδών και τα εκπαιδευτικά τους συστήματα.

2.2 Το πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων SheCOACH

Η παρούσα ηλεκτρονική δημοσίευση (D3.1) βασίζεται στα αποτελέσματα του 2^{ου} Πακέτου Εργασίας: «Συστάσεις για παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων προπονητών και προπονητριών σχετικά με την ενσωμάτωση θεμάτων φύλου σε μαθήματα και προγράμματα σπουδών προπονητικής»¹ και παρουσιάζει το πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων

¹ Το παραδοτέο D2.3: «Έκθεση συστάσεων για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου σε προγράμματα σπουδών αθλητικής προπονητικής», είναι διαθέσιμο σε ηλεκτρονική μορφή στα Αγγλικά, Ελληνικά, Ιταλικά και Ισπανικά, στο website του έργου www.shecoach.eu. Η έκθεση α) συνοψίζει σε διακρατικό επίπεδο τα κύρια ευρήματα της πρωτογενούς έρευνας που πραγματοποιήθηκε στην Κύπρο, την Ελλάδα, την Ιταλία και την Ισπανία, όπως αυτά παρουσιάστηκαν στις τέσσερις αντίστοιχες εθνικές εκθέσεις SheCOACH (D2.2), και β) παρέχει συστάσεις για δράσεις και μέτρα που πρέπει να λάβουν οι πάροχοι αθλητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων προπονητών/τριών, προκειμένου να αντιμετωπιστούν τα κενά στις γνώσεις και την ευαισθητοποίηση σχετικά με την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στα προγράμματα προπονητικών σπουδών. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα ευρήματα σε κάθε χώρα, μπορείτε να ανατρέξετε στις πλήρεις ερευνητικές εκθέσεις της Κύπρου, της Ελλάδας, της Ιταλίας και της Ισπανίας, οι οποίες είναι επίσης διαθέσιμες διαδικτυακά στα Αγγλικά και στην εθνική γλώσσα κάθε χώρας.

SheCOACH, το οποίο έχει σχεδιαστεί για παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης, εστιάζοντας στην ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στα προγράμματα αθλητικών σπουδών και στην ανάπτυξη ενότητων και σχετικού εκπαιδευτικού υλικού για την ισότητα των φύλων.

Το πρόγραμμα ανάπτυξης ικανοτήτων SheCOACH στην παρούσα του μορφή αντικατοπτρίζει το περιεχόμενο της ηλεκτρονικής πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης του έργου (D3.2), παρέχοντας πληροφορίες σχετικά με τα τέσσερα διαδικτυακά μαθήματα που θα αναπτυχθούν, τις ενότητες τους και την πιστοποίηση των δεξιοτήτων. Με άλλα λόγια, πρόκειται για μία λεπτομερή περιγραφή του τι, γιατί, πώς και πότε θα μάθουν οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες και πώς αυτό θα βελτιώσει τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις ικανότητές τους.

2.2.1 «Γιατί να διαβάσω το παρόν εγχειρίδιο και πώς να το χρησιμοποιήσω;»

Η παρούσα έκδοση απευθύνεται κυρίως σε παρόχους αθλητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων προπονητών και προπονητριών, δηλαδή σε επαγγελματίες της εκπαίδευσης, του αθλητισμού και ειδικότερα της προπονητικής από:

- Εθνικές, περιφερειακές ή ακόμη και διεθνείς ομοσπονδίες μπάσκετ -ή και άλλων αθλημάτων,
- Ενώσεις, συνδέσμους και ομοσπονδίες προπονητών/τριών,
- Άλλους παρόχους αθλητικής εκπαίδευσης, όπως Πανεπιστήμια, Ινστιτούτα Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης, Κολέγια κ.λπ.
- Αθλητικούς συλλόγους, ακαδημίες και σχολές
- Τοπικούς, περιφερειακούς και εθνικούς φορείς χάραξης αθλητικής -και εκπαιδευτικής- πολιτικής.

Ως εγχειρίδιο, θα πρέπει να χρησιμοποιηθεί από τους παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης παράλληλα με τα διαδικτυακά μαθήματα SheCOACH και το σχετικό εκπαιδευτικό υλικό, αλλά μπορεί επίσης να αποτελέσει ένα χρήσιμο συμπληρωματικό εργαλείο για εκπαιδευτές και εκπαιδευτρίες εκπαιδευτών/τριών, για προπονητές και προπονήτριες, για καθηγητές και καθηγήτριες φυσικής αγωγής, καθώς και φοιτήτριες και φοιτητές συναφών τομέων που επιθυμούν να συμμετάσχουν στο πρόγραμμα και να αναπτύξουν τις γνώσεις, τις δεξιότητες και την αυτοπεποίθησή τους.

Η τελευταία ενότητα του εγχειριδίου στοχεύει να καθοδηγήσει τους παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης στα πρώτα τους βήματα για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην αθλητική εκπαίδευση. Σκοπός είναι να αποκτήσουν μια σφαιρική αντίληψη της έννοιας του “gender mainstreaming”, να κατανοήσουν πώς η προκατάληψη και τα στερεότυπα στα προγράμματα σπουδών μπορούν να διαιωνίσουν την έμφυλη ανισότητα, καθώς και να προσδιορίσουν τα βασικά στάδια για την πραγματοποίηση ενός ελέγχου του προγράμματος σπουδών με γνώμονα το φύλο, καθώς και να διαχειριστούν πιθανές αντιδράσεις.

Ωστόσο, με δεδομένο ότι το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH θα είναι ανοιχτό και δωρεάν για όλους/ες/α, το παρόν εγχειρίδιο λειτουργεί επίσης ως μια ολοκληρωμένη εισαγωγή στο περιεχόμενο της πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης του έργου, προσφέροντας δυνατότητες αυτοεκπαίδευσης σε όσους/ες/α ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν και να εμβαθύνουν σε ζητήματα έμφυλης ισότητας στον αθλητισμό και την προπονητική.

2.2.2 Ανάλυση αναγκών και μεθοδολογικές προσεγγίσεις

Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH έχει σχεδιαστεί για να ενισχύσει τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις ικανότητες στους τομείς της ισότητας των φύλων στην προπονητική (καλαθοσφαίρισης) και της ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου στα προγράμματα σπουδών αθλητισμού και προπονητικής.

Η μεθοδολογία ανάπτυξης του προγράμματος βασίζεται στην **επικοδομητική ευθυγράμμιση (constructive alignment)** - εστιάζοντας στην αρχή ότι όλα τα στοιχεία της διδασκαλίας πρέπει να ευθυγραμμίζονται με τα επιθυμητά μαθησιακά αποτελέσματα. Η μεθοδολογία αυτή περιλαμβάνει τα ακόλουθα στοιχεία και διαδικασίες:

- α) Καθορισμός των μαθησιακών αποτελεσμάτων,
- β) Επιλογή των μεθόδων μάθησης και διδασκαλίας που μπορούν να οδηγήσουν στην επίτευξη των αποτελεσμάτων,
- γ) Αξιολόγηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, το περιεχόμενο του Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH βασίζεται στα ερευνητικά αποτελέσματα του 2^{ου} Πακέτου Εργασίας, το οποίο υπογράμμισε την ανάγκη οι πάροχοι αθλητικής εκπαίδευσης και οι προπονητές/τριες:

- να κατανοήσουν πλήρως βασικές έννοιες και όρους που σχετίζονται με το φύλο, καθώς και με τα στερεότυπα για τις γυναίκες στην προπονητική,
- να είναι σε θέση να εντοπίζουν και να ξεπερνούν τα εμπόδια και τις προκλήσεις που συνδέονται με το φύλο στην προπονητική εκπαίδευση και στο προπονητικό επάγγελμα,
- να εξοικειωθούν με τις διεθνείς και εθνικές πολιτικές που προωθούν την έμφυλη ισότητα,
- να αναπτύξουν επικοινωνιακές δεξιότητες που προάγουν το σεβασμό και την ενδυνάμωση μέσω μιας συμπεριληπτικής, μη – σεξιστικής γλώσσας,
- να αποκτήσουν περισσότερα εφόδια για να προστατεύουν αθλητές/τριες και προπονητές/τριες από δυσμενείς διακρίσεις και κακοποιητικές συμπεριφορές, να προάγουν την ψυχική τους ευεξία και να διασφαλίζουν ότι το αθλητικό περιβάλλον είναι ασφαλές και συμπεριληπτικό,
- να εξοικειωθούν περισσότερο με στοχευμένες στρατηγικές, καλές πρακτικές και χρήσιμα παραδείγματα που αυξάνουν ενεργά τη συμμετοχή των γυναικών στην προπονητική.

Για την κάλυψη αυτών των αναγκών, το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH περιλαμβάνει τέσσερα διαδικτυακά μαθήματα (e-courses) που εστιάζουν στην ανάπτυξη συγκεκριμένων γνώσεων και δεξιοτήτων στις εξής θεματικές:

- **Νομοθετικό και ρυθμιστικό πλαίσιο για την έμφυλη ισότητα στον αθλητισμό**
- **Γυναίκες σε ηγετικές θέσεις στον αθλητισμό** (δυναμική των φύλων, εμπόδια και προκλήσεις)
- **Συμπεριληπτική γλώσσα σε αθλητικά περιβάλλοντα**
- **Έμφυλες διακρίσεις και σεξουαλική παρενόχληση στον αθλητισμό.**

α) Μαθησιακά αποτελέσματα & Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Επαγγελματικών Προσόντων (EQF)

Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH στοχεύει στην επίτευξη χρήσιμων και πρακτικών μαθησιακών αποτελεσμάτων για όλους τους συμμετέχοντες και όλες τις συμμετέχουσες με ισότιμο και συμπεριληπτικό τρόπο. Σκοπός του είναι να συμβάλει στο να αποκτήσουν και να αναπτύξουν γνώσεις, δεξιότητες, αξίες και συναφείς ικανότητες, όχι μόνο για μια επιτυχημένη εκπαιδευτική και προπονητική σταδιοδρομία, αλλά και για μια ουσιαστική και παραγωγική ζωή (UNESCO, 2016).

Το Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Επαγγελματικών Προσόντων/ΕΠΕΠ (European Qualifications Framework/EQF) είναι ένα κοινό ευρωπαϊκό πλαίσιο αναφοράς που έχει σχεδιαστεί για να κάνει ευκολότερη την κατανόηση και συγκρισιμότητα των επαγγελματικών προσόντων που προβλέπονται στις διάφορες χώρες και στα διάφορα εκπαιδευτικά συστήματα. Οι χώρες αναπτύσσουν Εθνικά Πλαίσια Προσόντων/ΕΠΠ (National Qualifications Framework/NQF) για την εφαρμογή του ΕΠΕΠ/ΕQF.

Ο πυρήνας του ΕΠΕΠ είναι τα οκτώ (8) επίπεδα αναφοράς που ορίζονται με βάση τα μαθησιακά αποτελέσματα, δηλαδή τις γνώσεις, τις δεξιότητες και την αυτονομία-υπευθυνότητα (European Union - EUROPASS, n.d.). Τα μαθησιακά αποτελέσματα αποτελούν έκφραση του τι γνωρίζουν, τι κατανοούν και τι μπορούν να κάνουν τα άτομα μετά την ολοκλήρωση της μαθησιακής διαδικασίας.

Τα μαθησιακά αποτελέσματα ορίζονται ως εξής:

- **Γνώση:** το αποτέλεσμα της αφομοίωσης πληροφοριών μέσω της μάθησης. Στο πλαίσιο του ΕΠΕΠ, οι γνώσεις περιγράφονται ως θεωρητικές ή/και πρακτικές. Επιπλέον, η γνώση μπορεί να περιγραφεί ως το σύνολο των γεγονότων, αρχών, θεωριών και πρακτικών που σχετίζονται με έναν τομέα εργασίας ή σπουδών (EURspace, 2015-2018).
- **Δεξιότητες:** η ικανότητα εφαρμογής γνώσεων και χρήσης τεχνογνωσίας για την ολοκλήρωση εργασιών και την επίλυση προβλημάτων. Στο πλαίσιο του ΕΠΕΠ, οι δεξιότητες περιγράφονται ως γνωστικές (που περιλαμβάνουν τη χρήση λογικής, διαισθητικής και δημιουργικής σκέψης) και πρακτικές (που περιλαμβάνουν τη χειρωνακτική επιδεξιότητα και τη χρήση μεθόδων, υλικών, εργαλείων και οργάνων).
- **Υπευθυνότητα και αυτονομία:** Στο πλαίσιο του ΕΠΕΠ η υπευθυνότητα και η αυτονομία περιγράφεται ως η ικανότητα των εκπαιδευομένων να εφαρμόζουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες αυτόνομα και με υπευθυνότητα.

Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH έχει σχεδιαστεί για το **επίπεδο 5 του ΕΠΕΠ/ΕQF**.



ΓΝΩΣΗ

Ολοκληρωμένες, εξειδικευμένες, πρακτικές και θεωρητικές γνώσεις στα θέματα που πραγματεύεται το SheCOACH (έμφυλη ισότητα στον αθλητισμό και την προπονητική εκπαίδευση) και επίγνωση των ορίων αυτών των γνώσεων.



ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ένα ευρύ φάσμα γνωστικών και πρακτικών δεξιοτήτων που απαιτούνται για την ανάπτυξη δημιουργικών λύσεων σε αφηρημένα προβλήματα που σχετίζονται με θέματα έμφυλης ισότητας στον αθλητισμό και την προπονητική εκπαίδευση.



ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ

Άσκηση διαχείρισης και εποπτείας σε περιβάλλοντα εργασίας ή σπουδών, όπου προκύπτουν απρόβλεπτες αλλαγές, με στόχο την επανεξέταση και την ανάπτυξη των επιδόσεων τόσο του ίδιου του ατόμου όσο και των άλλων.

Όσον αφορά τα μαθησιακά αποτελέσματα, μετά την ολοκλήρωση του Προγράμματος SheCOACH, οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες (πάροχοι προπονητικής εκπαίδευσης) θα είναι σε θέση να:

- **Γνωρίζουν τα νομοθετικά/θεσμικά/ρυθμιστικά πλαίσια για την έμφυλη ισότητα** σε διεθνές, ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο, τα οποία προάγουν την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό, καθώς και να καθοδηγούν για την ενσωμάτωσή τους στην προπονητική και εκπαιδευτική πρακτική.
- **Αναγνωρίζουν και να αντιμετωπίζουν** τις προκλήσεις και τα εμπόδια που περιορίζουν τη συμμετοχή των γυναικών σε προπονητικές θέσεις, προωθώντας την ποικιλόμορφη ηγεσία που ενισχύει την απόδοση της ομάδας.
- **Χρησιμοποιούν συμπεριληπτική, μη σεξιστική γλώσσα** και αποτελεσματικές στρατηγικές επικοινωνίας που ενδυναμώνουν τις γυναίκες/προπονήτριες και αθλήτριες, συμβάλλοντας στην προσωπική τους ανάπτυξη και στην υγιέστερη δυναμική της ομάδας.
- **Εντοπίζουν, προλαμβάνουν και αντιμετωπίζουν** τις διακρίσεις και την παρενόχληση λόγω φύλου στον αθλητισμό, εξασφαλίζοντας ένα ασφαλές, ισότιμο και υποστηρικτικό περιβάλλον για όλους/ες/α, με έμφαση στην προστασία των ανηλίκων και των γυναικών.

- **Υποστηρίξουν και καθοδηγήσουν** την ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών και την υλοποίηση πρωτοβουλιών και δράσεων για την ενίσχυση της έμφυλης ισότητας στην αθλητική εκπαίδευση, την προπονητική, την ηγεσία και -ευρύτερα- στο αθλητικό περιβάλλον.

β) Μέθοδοι μάθησης και διδασκαλίας

Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH θα προσφέρεται **διαδίκτυακά** (online) και θα είναι **αυτοκατευθυνόμενο** (self directed), διευκολύνοντας τους ενήλικες εκπαιδευόμενους και τις ενήλικες εκπαιδευόμενες να δημιουργήσουν την προσωπική τους μαθησιακή διαδρομή. Τα άτομα έχουν τη δυνατότητα να επιλέξουν το επίπεδο και το βαθμό της συμμετοχής τους, παρακολουθώντας είτε και τα τέσσερα μαθήματα (e-courses) είτε ολοκληρώνοντας δύο, τρία ή ακόμη και ένα μόνο μάθημα, με οποιαδήποτε σειρά. Ωστόσο, συνιστάται να ολοκληρώσουν και τις τέσσερις ενότητες, ακολουθώντας την σειρά που έχει δημιουργηθεί και να συμμετάσχουν στην τελική αξιολόγηση για να αποκτήσουν και την σχετική πιστοποίηση του SheCOACH.

Τα πλεονεκτήματα της **αυτορυθμιζόμενης μάθησης/με** εξατομικευμένο ρυθμό (self paced learning) μπορούν να συνοψιστούν ως εξής (Germeroth, 2024):

- Προσφέρει ευελιξία και άνεση, καθώς οι εκπαιδευόμενοι/ες μπορούν να μελετούν όποτε και όπου τους εξυπηρετεί καλύτερα.
- Ενισχύει τα κίνητρα μάθησης, δίνοντας στα άτομα μεγαλύτερο έλεγχο της εκπαιδευτικής τους διαδικασίας.
- Βοηθά τους εκπαιδευόμενους και τις εκπαιδευόμενες να ανακαλύψουν το προσωπικό τους στυλ μάθησης και να επιλέξουν τις μεθόδους που τους ταιριάζουν καλύτερα, είτε πρόκειται για ανάγνωση κειμένων, παρακολούθηση βίντεο ή διαδραστικές ασκήσεις κ.α.
- Βελτιώνει τις δεξιότητες κριτικής σκέψης, καθώς τα άτομα συχνά καλούνται να αναζητήσουν επιπλέον πηγές και να επεξεργαστούν πληροφορίες με μεγαλύτερη αυτονομία.
- Προωθεί τη δια βίου μάθηση, μετατρέποντας τα άτομα σε δια βίου εκπαιδευόμενους/ες, καθώς αναπτύσσουν δεξιότητες που βρίσκουν εφαρμογή σε κάθε μαθησιακό πλαίσιο, όπως έρευνα, λήψη αποφάσεων, επίλυση προβλημάτων, οργάνωση, αυτοπαρακίνηση, ανθεκτικότητα, διαχείριση χρόνου και δέσμευση.

Οι **μέθοδοι διδασκαλίας** που θα εφαρμοστούν θα είναι ευέλικτες, ελκυστικές και προσαρμοσμένες σε ένα ευρύ φάσμα μαθησιακών στυλ, όπως το οπτικό, ακουστικό, αναγνωστικό/λεκτικό και κιναισθητικό (Concordia University Wisconsin, n.d.). Ακολουθούν οι κύριες μέθοδοι που θα χρησιμοποιηθούν:

- Διαδραστικά μαθήματα με πολυμεσικό περιεχόμενο
- Παρουσιάσεις κειμένων στο διαδίκτυο
- Πρόσθετοι πολυμεσικοί πόροι (π.χ. βίντεο, podcasts)
- Μελέτες περίπτωσης και παραδείγματα από τον πραγματικό κόσμο
- Φόρουμ συζητήσεων και αλληλεπίδραση μεταξύ των συμμετεχόντων/ουσών
- Επίλυση προβλημάτων βασισμένη σε σενάρια, καθώς και σενάρια παιχνιδιού ρόλων (για τους εκπαιδευτές/τριες που θα τα εφαρμόσουν με εκπαιδευόμενους/ες)

- Πόροι προς λήψη (εξωτερικοί σύνδεσμοι)
- Ασκήσεις αναστοχασμού
- Στοιχεία παιχνιδιοποίησης (π.χ. παρακολούθηση προόδου, πιστοποιητικό επιτυχούς ολοκλήρωσης, μηνύματα επιβράβευσης κ.α.)
- Επιπλέον υλικό για ανάγνωση.

γ) Αξιολόγηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων

Οι παρακάτω μέθοδοι και εργαλεία έχουν επιλεγεί ως τα πιο κατάλληλα για την αξιολόγηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων του διαδικτυακού Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH:







- Ενδιάμεσες αξιολογήσεις: Θα χρησιμοποιηθούν για να εκτιμηθεί η πρόοδος των εκπαιδευομένων κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Αυτές θα είναι ευέλικτες, διασκεδαστικές και το σκορ τους δεν θα λαμβάνεται υπόψη για την τελική αξιολόγηση. Ζητούμενο είναι να λειτουργούν τόσο ως κίνητρο όσο και ως σημείο ελέγχου για τους εκπαιδευόμενους και τις εκπαιδευόμενες. Η ανατροφοδότηση θα παρέχεται άμεσα, βοηθώντας τα άτομα να αξιολογήσουν μόνα τους την πρόοδό τους. Ενδεικτικά:
 - Σύντομα κουίζ πολλαπλής επιλογής
 - Ερωτήσεις σωστού ή λάθους
 - Ερωτήσεις αντιστοίχισης
 - Ασκήσεις τύπου «Συμπληρώστε το κενό»
 - Ασκήσεις βασισμένες σε σενάρια (π.χ. απαντήσεις σε ερωτήσεις που συνδέονται με μια σύντομη ιστορία)
 - Ασκήσεις αναστοχασμού.
- Τελική αξιολόγηση στο τέλος του προγράμματος ανάπτυξης ικανοτήτων: Θα χρησιμοποιηθεί για να αξιολογήσει τον βαθμό κατανόησης και των τεσσάρων μαθημάτων του Προγράμματος SheCOACH από τους εκπαιδευόμενους και τις εκπαιδευόμενες. Αυτή η τελική αξιολόγηση θα είναι ποσοτική, δομημένη και εύκολα αξιολογήσιμη, προκειμένου να μετρηθεί η απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων, καθώς και η αποτελεσματικότητα του σχεδιασμού του προγράμματος.
 - Τελικό κουίζ με ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών.

Όλες οι αξιολογήσεις στο πλαίσιο της online μάθησης θα βαθμολογούνται, καθώς η πλειοψηφία των εκπαιδευομένων επιθυμεί να γνωρίζει την απόδοσή της και η επιβράβευση μπορεί να λειτουργήσει ως κίνητρο. Η βαθμολογία στις ενδιάμεσες αξιολογήσεις θα παρέχει πληροφορίες σχετικά με την πρόοδο των εκπαιδευομένων και θα υποδεικνύει αν είναι έτοιμοι/ες να προχωρήσουν σε επόμενα επίπεδα μάθησης. Ο τελικός βαθμός στην τελική αξιολόγηση θα καθορίσει αν οι εκπαιδευόμενοι και οι εκπαιδευόμενες θα λάβουν «Πιστοποιητικό Επιτυχούς Ολοκλήρωσης», εφόσον επιτύχουν ποσοστό σωστών απαντήσεων τουλάχιστον 75%.

3. Το πρόγραμμα σπουδών SheCOACH

3.1 Επισκόπηση του προγράμματος ανάπτυξης ικανοτήτων

Πίνακας 1: Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH με μια ματιά

 Τοποθεσία	https://shecoach-platform.eu (πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης SheCOACH, προσβάσιμη, επίσης, μέσω του website του έργου https://shecoach.eu)
 Γλώσσα	Αγγλικά, Ελληνικά, Ιταλικά, Ισπανικά
 Δίδακτρα	Δωρεάν (με δωρεάν εγγραφή στην πλατφόρμα)
 Κοινό στο οποίο απευθύνεται το πρόγραμμα	<p>Πάροχοι προπονητικής εκπαίδευσης και επαγγελματίες από: α) εθνικές, περιφερειακές ή διεθνείς ομοσπονδίες καλαθοσφαίρισης -και άλλων αθλημάτων-, β) ενώσεις, συνδέσμους και ομοσπονδίες προπονητών, γ) άλλους παρόχους αθλητικής εκπαίδευσης, όπως πανεπιστήμια, κέντρα επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης, κολέγια κ.λπ., δ) αθλητικούς συλλόγους, ακαδημίες και σχολές Τοπικοί, περιφερειακοί και εθνικοί φορείς χάραξης αθλητικής -και εκπαιδευτικής- πολιτικής Εκπαιδευτές/τριες προπονητών/τριών, προπονητές και προπονήτριες, καθηγητές/τριες φυσικής αγωγής φοιτητές/τριες φυσικής αγωγής.</p> <p>Σημείωση: Τα μαθήματα του προγράμματος είναι ανοιχτά και προσβάσιμα σε όλους/ες/α, και έχουν σχεδιαστεί για άτομα που ενδιαφέρονται για την προπονητική, την αθλητική ηγεσία και την έμφυλη ισότητα στον χώρο του αθλητισμού, ανεξαρτήτως υπόβαθρου ή εμπειρίας.</p>
 Μέθοδος εκμάθησης	Εξ αποστάσεως διαδικτυακή εκπαίδευση Αυτοκατευθυνόμενη μάθηση
 Περιεχόμενο	<p>Μάθημα 1. Νομοθετικό και θεσμικό πλαίσιο για την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό</p> <p>Μάθημα 2. Γυναίκες και ηγεσία στον αθλητισμό</p> <p>Μάθημα 3. Η δύναμη της συμπεριληπτικής γλώσσας σε αθλητικά περιβάλλοντα</p> <p>Μάθημα 4. Έμφυλες διακρίσεις και σεξουαλική παρενόχληση στον αθλητισμό</p>



Μαθησιακός στόχος & μαθησιακά αποτελέσματα

Η έμφυλη ισότητα στον αθλητισμό αποτελεί τόσο νομική όσο και ηθική υποχρέωση, και η εξειδίκευση σε αυτόν τον τομέα εκτιμάται ιδιαίτερα, καθώς οι πάροχοι αθλητικής και προπονητικής εκπαίδευσης, καθώς και οι αθλητικοί οργανισμοί και σύλλογοι, μεταβαίνουν πλέον από την «απλή τήρηση κανόνων περί ισότητας» σε μια πιο ουσιαστική και μετασχηματιστική προσέγγιση για την συμπερίληψη. Οι αθλητικοί φορείς και οι σύλλογοι αναγνωρίζουν ολοένα και περισσότερο ότι η ομαδική απόδοση ενισχύεται όταν η ισότητα των φύλων κατανοείται και εφαρμόζεται σωστά.

Το πρόγραμμα SheCOACH επιδιώκει να προσφέρει στους συμμετέχοντες και τις συμμετέχουσες τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες για την εφαρμογή, προώθηση και υποστήριξη της έμφυλης ισότητας στην αθλητική εκπαίδευση και την προπονητική πρακτική.

Με την ολοκλήρωση των τεσσάρων μαθημάτων του προγράμματος, οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα είναι σε θέση να:

- Προσδιορίσουν το νομοθετικό και θεσμικό πλαίσιο που προάγει την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό σε διεθνές, ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο.
- Αναγνωρίσουν και να αντιμετωπίσουν τα εμπόδια που περιορίζουν τη συμμετοχή των γυναικών στην προπονητική, ενισχύοντας την ποικιλόμορφη, συμπεριληπτική ηγεσία.
- Χρησιμοποιήσουν συμπεριληπτική, μη σεξιστική γλώσσα και αποτελεσματικές επικοινωνιακές πρακτικές που ενδυναμώνουν ιδίως προπονήτριες και αθλήτριες.
- Προλαμβάνουν και να αντιμετωπίζουν τις έμφυλες διακρίσεις και κακοποιητικές συμπεριφορές, εξασφαλίζοντας ένα ασφαλές αθλητικό περιβάλλον, ιδίως για γυναίκες και παιδιά.
- Κατανοήσουν σε βάθος την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου (gender mainstreaming) και τον τρόπο με τον οποίο η έμφυλη ανισότητα μπορεί να διαιωνίζεται μέσω μεροληπτικών προγραμμάτων σπουδών, ενώ θα είναι σε θέση να προβούν σε αξιολόγηση των προγραμμάτων σπουδών με γνώμονα το φύλο.
- Εφαρμόσουν στρατηγικές για την προώθηση της ισότητας των φύλων στην αθλητική εκπαίδευση, την προπονητική πρακτική και την ηγεσία.



Ημερομηνία έναρξης & λήξης

Αναμενόμενη ημερομηνία έναρξης λειτουργίας της πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης SheCOACH: Δεκέμβριος 2024. Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα θα παραμείνει διαθέσιμο online για 5 χρόνια μετά την ολοκλήρωση του έργου.



Διάρκεια

Συνολική διάρκεια προγράμματος περίπου 10 ώρες (2 - 2,5 ώρες ανά μάθημα).



Πιστοποιητικό

Οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες μπορούν να παρακολουθήσουν ένα ή και τα τέσσερα μαθήματα με οποιαδήποτε σειρά, αλλά για να λάβουν την σχετική βεβαίωση πρέπει να ολοκληρώσουν και τα τέσσερα μαθήματα και να επιτύχουν ποσοστό τουλάχιστον 75% στο κουίζ της τελικής αξιολόγησης.

Το ψηφιακό πιστοποιητικό SheCOACH θα δηλώνει ότι τα μαθησιακά αποτελέσματα είναι σε ευθυγράμμιση με το επίπεδο 5 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Επαγγελματικών Προσόντων (EQF).



Πνευματικά δικαιώματα

Όλα τα δημόσια παραδοτέα του έργου SheCOACH διατίθενται με άδεια χρήσης Creative Commons Attribution - NonCommercial - ShareAlike 4.0 International public license, επιτρέποντας την διασκευή, τροποποίηση και δημιουργία παράγωγων έργων χωρίς εμπορική χρήση, με την προϋπόθεση να αναφέρεται το ευρωπαϊκό έργο SheCOACH ως αρχικός δημιουργός και τα νέα δημιουργήματα να διατίθενται με τους ίδιους ακριβώς όρους (BY-NC-SA).

3.2 Επισκόπηση μαθημάτων

Μάθημα 1. Νομοθετικό και θεσμικό πλαίσιο για την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό

Ανάπτυξη μαθήματος από: ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΗΣ ΜΟΥΡΘΙΑ & ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΜΠΑΣΚΕΤ ΤΗΣ ΚΑΣΤΙΛΛΗΣ ΛΑ ΜΑΝΤΣΑ

Περιγραφή & γενικός στόχος:

Το πρώτο μάθημα του Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH εστιάζει στην ανάλυση του νομοθετικού και θεσμικού πλαισίου, καθώς και των πρωτοβουλιών που προάγουν την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό, με έμφαση στην καλαθοσφαίριση. Το μάθημα καλύπτει θεμελιώδεις έννοιες, διεθνείς διακηρύξεις, πολιτικές της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής (ΔΟΕ), καθώς και ευρωπαϊκή και εθνική νομοθεσία και άλλες σχετικές πρωτοβουλίες που προωθούν την έμφυλη ισότητα στο χώρο της καλαθοσφαίρισης.

Μαθησιακά αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα είναι σε θέση να:

1. Εξηγούν και να εφαρμόζουν σωστά βασικές έννοιες και όρους που σχετίζονται με την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό.
2. Γνωρίζουν και να αναλύουν τις σημαντικότερες διεθνείς διακηρύξεις και συμβάσεις που προάγουν την έμφυλη ισότητα στον αθλητισμό.
3. Συζητούν τις πολιτικές και τους κανονισμούς της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής (ΔΟΕ) που αποσκοπούν στη διασφάλιση της ισότητας των φύλων στους Ολυμπιακούς Αγώνες και σε άλλες αθλητικές εκδηλώσεις.
4. Αξιολογούν κριτικά την ευρωπαϊκή και εθνική νομοθεσία που αντιμετωπίζει τις διακρίσεις λόγω φύλου και προάγει την ισότιμη συμμετοχή στον αθλητισμό.
5. Αξιολογούν την αποτελεσματικότητα των πρωτοβουλιών για την έμφυλη ισότητα στην καλαθοσφαίριση, τόσο σε επίπεδο ακαδημιών/σε αναπτυξιακές ηλικίες όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο ενήλικων αθλητών/τριών, και να προσαρμόζουν ή να προτείνουν παρόμοιες πρωτοβουλίες για την περαιτέρω προώθηση της ισότητας των φύλων στον αθλητισμό.

Περιεχόμενα

1.1. Γλωσσάριο βασικών όρων και εννοιών

Επισκόπηση:

Η παρούσα ενότητα θα παρέχει σαφείς και ακριβείς ορισμούς των πιο σχετικών όρων και εννοιών που σχετίζονται με την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό. Ορισμένοι βασικοί όροι περιλαμβάνουν, για παράδειγμα, τους όρους «φύλο», «ταυτότητα φύλου», «ισότητα των φύλων», «διακρίσεις λόγω φύλου», «ενδυνάμωση των γυναικών» και άλλους.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα θα προσφέρει σε επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης μια βάση σύγχρονης ορολογίας και να συμβάλει στην ολοκληρωμένη κατανόηση βασικών εννοιών που σχετίζονται με την έμφυλη ισότητα στον αθλητισμό, ώστε να είναι σε θέση να ενσωματώσουν και να εφαρμόσουν αποτελεσματικά τις έννοιες αυτές στα προγράμματα σπουδών τους και στις συζητήσεις τους για την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό.

1.2 Εισαγωγή στις διεθνείς διακηρύξεις για τις γυναίκες και τον αθλητισμό

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα εξεταστούν οι κύριες διεθνείς διακηρύξεις και συμβάσεις που αφορούν την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό, όπως η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για την Εξάλειψη κάθε Μορφής Διακρίσεων κατά των Γυναικών (CEDAW, 1979), ο Διεθνής Χάρτης της UNESCO για τη Φυσική Αγωγή, τη Σωματική Δραστηριότητα και τον Αθλητισμό (1978, αναθεωρημένος το 2015), ο Ευρωπαϊκός Αθλητικός Χάρτης (Συμβούλιο της Ευρώπης, 1992, αναθεωρημένος το 2001), η Διακήρυξη του Μπράιτον για τις Γυναίκες και τον Αθλητισμό (1994), η Διακήρυξη και Πλατφόρμα Δράσης του Πεκίνου (1995), η Έκκληση για Δράση του Windhoek (1998), η Διακήρυξη της Punta del Este (2006), ο Πίνακας Αποτελεσμάτων του Σίδνεϋ (2010), οι Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης (Sustainable Development Goals/SDGs, 2015), το Σχέδιο Δράσης του Καζάν (UNESCO, 2017), και το Ψήφισμα της Γενικής Συνέλευσης του ΟΗΕ για τον Αθλητισμό ως Μέσο Προώθησης της Εκπαίδευσης, της Υγείας, της Ανάπτυξης και της Ειρήνης (2018). Θα αναλυθεί η προέλευσή τους, οι στόχοι τους και ο αντίκτυπος που είχαν στην προώθηση της ισότητας των φύλων στον αθλητισμό.

Ειδικός Μαθησιακός Στόχος:

Η ενότητα θα παρέχει σε επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης τις γνώσεις για την ανάλυση και ενσωμάτωση των βασικών διεθνών διακηρύξεων και δεσμεύσεων που ορίζουν κατευθυντήριες γραμμές και αρχές για την προώθηση της ισότητας των φύλων στον αθλητισμό, ώστε να αποκτήσουν τη δυνατότητα να εφαρμόζουν αποτελεσματικά αυτά τα πλαίσια σε εκπαιδευτικά προγράμματα και προπονητικές πρακτικές.

1.3 Κανονισμοί της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής (ΔΟΕ) για την προώθηση της ισότητας των φύλων

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα εξεταστούν οι πολιτικές και οι κανονισμοί της ΔΟΕ που έχουν σχεδιαστεί για την προώθηση της ισότητας των φύλων, συμπεριλαμβανομένων των ποσοτώσεων για τη συμμετοχή γυναικών στους Ολυμπιακούς Αγώνες και των κατευθυντήριων γραμμών σχετικά με τις ίσες ευκαιρίες για τις γυναίκες στο χώρο της προπονητικής και της αθλητικής ηγεσίας.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα θα δώσει τη δυνατότητα σε παρόχους αθλητικής εκπαίδευσης να κατανοήσουν σε βάθος τις πολιτικές και τους κανονισμούς της ΔΟΕ, που αποσκοπούν στη διασφάλιση της ισότιμης συμμετοχής γυναικών και ανδρών στους Ολυμπιακούς Αγώνες και άλλες διεθνείς αθλητικές διοργανώσεις. Στόχος είναι η προώθηση ίσων ευκαιριών για τις γυναίκες προπονήτριες.

1.4 Ευρωπαϊκή ή/και εθνική νομοθεσία για την ισότητα των φύλων στον αθλητισμό

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα παρουσιαστούν οι νόμοι και οι πολιτικές που εφαρμόζονται από την Ευρωπαϊκή Ένωση ή/και την εθνική νομοθεσία -με έμφαση στην Ισπανία, την Ιταλία, την Ελλάδα και την Κύπρο- και αποσκοπούν στην προώθηση της ισότητας των φύλων στον αθλητισμό. Η ανάλυση θα περιλαμβάνει την παρουσίαση νομοθετικών εγγράφων, προγραμμάτων χρηματοδότησης και στρατηγικών εφαρμογής τους.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να εφοδιάσει τους/τις επαγγελματίες προπονητικής εκπαίδευσης και τους/τις επαγγελματίες του αθλητισμού, γενικότερα, με την ικανότητα να κατανοούν και να εφαρμόζουν τη νομοθεσία της Ευρωπαϊκής Ένωσης και την εθνική νομοθεσία, με στόχο την εξάλειψη των έμφυλων διακρίσεων στον αθλητισμό και την προώθηση της ισότιμης συμμετοχής. Στόχος είναι η ενσωμάτωση αυτού του νομικού πλαισίου στα προγράμματα κατάρτισης και, κατ' επέκταση, στις λειτουργικές πρακτικές των αθλητικών οργανισμών και ομάδων.

1.5 Πρωτοβουλίες για την ισότητα των φύλων στην καλαθοσφαίριση

Επισκόπηση:

Στην τελευταία ενότητα θα παρουσιαστούν και θα αξιολογηθούν συγκεκριμένες πρωτοβουλίες που στοχεύουν στην προώθηση της ισότητας των φύλων στην καλαθοσφαίριση. Θα αναλυθούν παραδείγματα επιτυχημένων προγραμμάτων, εκστρατειών ευαισθητοποίησης και πολιτικών ισότητας που εφαρμόζονται από ομοσπονδίες και συλλόγους καλαθοσφαίρισης.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα θα δώσει τη δυνατότητα σε παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης να εντοπίσουν, να αξιολογήσουν και να εφαρμόσουν επιτυχημένα προγράμματα, δράσεις, πολιτικές και πρακτικές που αποσκοπούν στην προώθηση της ισότητας των φύλων στην καλαθοσφαίριση. Στόχος είναι να ενισχυθεί η ικανότητά τους να εφαρμόζουν και να υποστηρίζουν αποτελεσματικά πρωτοβουλίες για την ισότητα των φύλων στο δικό τους εκπαιδευτικό και προπονητικό περιβάλλον.

Μάθημα 2. Γυναίκες και ηγεσία στον αθλητισμό

Ανάπτυξη μαθήματος από: SPORT COACHING EUROPE & ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ (EUROPEAN NETWORK OF SPORT EDUCATION)

Περιγραφή & γενικός στόχος:

Το δεύτερο μάθημα του Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH εξετάζει τη δυναμική των φύλων στον αθλητισμό, με έμφαση στην υπέρβαση των εμποδίων και τις στρατηγικές για την αύξηση της εκπροσώπησης των γυναικών σε ηγετικούς και προπονητικούς ρόλους. Αναλύει τις θεωρίες φύλου και τα εμπόδια όπως οι προκαταλήψεις, τα στερεότυπα και η πρόκληση της ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής. Παράλληλα, διερευνά τον θετικό αντίκτυπο της πολυμορφίας στην ηγεσία και προτείνει εφαρμόσιμες στρατηγικές για τη διαχείριση αυτών των προκλήσεων, προωθώντας τη γυναικεία ηγεσία στον αθλητισμό.

Μαθησιακά αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα είναι σε θέση να:

1. Εξηγήσουν και να εφαρμόσουν θεωρίες φύλου για την ανάλυση της δυναμικής των φύλων στον αθλητισμό.
2. Αναγνωρίσουν και να αντιμετωπίσουν προκαταλήψεις, στερεότυπα και πατριαρχικές δομές που εμποδίζουν την πρόοδο των γυναικών σε προπονητικές και ηγετικές θέσεις.
3. Υποστηρίξουν τα οφέλη της πολυμορφίας στην αθλητική ηγεσία και τον θετικό της αντίκτυπο στην ανάπτυξη και τις επιδόσεις.
4. Διαχειριστούν τις προκλήσεις που σχετίζονται με τη μητρότητα, την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και τη συνυπευθυνότητα και να εφαρμόσουν πολιτικές που υποστηρίζουν τη συμμετοχή των γυναικών στον αθλητισμό.
5. Αναπτύξουν και να εφαρμόσουν αποτελεσματικές στρατηγικές και εργαλεία για την αύξηση της εκπροσώπησης και της προώθησης των γυναικών σε προπονητικούς και ηγετικούς ρόλους στον αθλητισμό.

Περιεχόμενα

2.1 Θεωρίες και δυναμική του φύλου στον αθλητισμό

Επισκόπηση:

Στην ενότητα αυτή θα εξεταστούν διάφορες θεωρίες φύλου και η σημασία τους για τις αθλητικές σπουδές. Η ενότητα θα διερευνήσει επίσης έννοιες όπως η κοινωνική κατασκευή του φύλου, η διατομεακότητα και πώς αυτές επηρεάζουν την αντίληψη και τη συμμετοχή των γυναικών στον αθλητισμό.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα θα εξοπλίσει τους επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων με ένα ισχυρό θεωρητικό υπόβαθρο στις θεωρίες φύλου και την εφαρμογή τους στην ανάλυση της δυναμικής των φύλων στον αθλητισμό. Αυτό θα τους επιτρέψει να ενσωματώσουν και να διαχειριστούν καλύτερα αυτές τις έννοιες στα μαθήματα προπονητικής, τις πρακτικές τους και τις συζητήσεις σχετικά με την εκπροσώπηση και τη συμμετοχή των φύλων.

2.2 Εμπόδια και προκλήσεις για την ανέλιξη των γυναικών στην αθλητική προπονητική

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα εντοπιστούν και θα αναλυθούν τα κύρια εμπόδια που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες στην επαγγελματική τους εξέλιξη στον τομέα της αθλητικής προπονητικής. Θα περιλαμβάνει επίσης μια συζήτηση για τις σιωπηρές προκαταλήψεις, τα έμφυλα στερεότυπα και τις πατριαρχικές δομές που περιορίζουν τις ευκαιρίες των γυναικών ως προπονητριών.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα θα δώσει τη δυνατότητα στους επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης να εντοπίζουν και να εξετάζουν κριτικά τις προκαταλήψεις, τα στερεότυπα και τις πατριαρχικές δομές που περιορίζουν την ανέλιξη των γυναικών σε προπονητικούς και ηγετικούς ρόλους στον αθλητισμό. Επιπλέον, θα τους εφοδιάσει με τα κατάλληλα εργαλεία για να αντιμετωπίσουν αυτά τα εμπόδια στο δικό τους προπονητικό περιβάλλον, στα εκπαιδευτικά ιδρύματα και στους αθλητικούς οργανισμούς.

2.3 Επίδραση και σημασία της ποικιλομορφίας στην αθλητική ηγεσία

Επισκόπηση:

Αυτή η ενότητα διερευνά τα οφέλη της ποικιλομορφίας στην αθλητική ηγεσία. Η ανάληψη ηγετικών θέσεων από γυναίκες ή άλλες υποεκπροσωπούμενες ομάδες μπορεί να εμπλουτίσει τη λήψη αποφάσεων, να ενισχύσει τη συνοχή της ομάδας και να βελτιώσει τη συνολική απόδοση.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα θα εξοπλίσει τους επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης και επιμόρφωσης με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που χρειάζονται για να αξιολογούν και να προάγουν την ποικιλομορφία/διαφορετικότητα σε προπονητικές θέσεις. Θα εξηγηθεί πώς η συμπερίληψη των γυναικών και των υποεκπροσωπούμενων ομάδων οδηγεί στην καινοτομία και την ανάπτυξη, ενισχύει τη δικαιοσύνη και βελτιώνει τη λήψη αποφάσεων, τη δυναμική της ομάδας και τη συνολική αποτελεσματικότητα των αθλητικών ομάδων.

2.4 Συνυπευθυνότητα, μητρότητα και ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα εξεταστούν οι βασικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες στον αθλητισμό, με έμφαση στη διαχείριση της ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και, ειδικότερα, της μητρότητας. Επιπλέον, θα παρουσιαστούν πολιτικές και πρακτικές που προάγουν την κοινή ευθύνη και θα διερευνηθεί πώς αυτές μπορούν να διευκολύνουν την αυξημένη συμμετοχή των γυναικών στον αθλητισμό, ειδικά σε προπονητικούς ρόλους.

Ειδικός Μαθησιακός Στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να εφοδιάσει τους συμμετέχοντες και τις συμμετέχουσες με τις γνώσεις που απαιτούνται για τον εντοπισμό και την αντιμετώπιση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες στον αθλητισμό, ιδίως οι προπονήτριες, σε σχέση με τη μητρότητα και την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής. Επίσης, θα εξετάσει πολιτικές και πρακτικές συνυπευθυνότητας που μπορούν να ενισχύσουν τη συνεχή συμμετοχή και επαγγελματική ανέλιξη των γυναικών στον αθλητισμό και την προπονητική.

2.5 Στρατηγικές και εργαλεία για την αύξηση της εκπροσώπησης και της εξέλιξης των γυναικών στην προπονητική

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα παρουσιαστούν πρακτικές στρατηγικές και εργαλεία για την ενίσχυση της εκπροσώπησης των γυναικών σε ηγετικούς ρόλους στην προπονητική και τον αθλητισμό. Θα περιλαμβάνει προγράμματα καθοδήγησης, εκπαίδευση σε ηγετικές δεξιότητες, συμπεριληπτικές πολιτικές για προσλήψεις και τεχνικές για τη δημιουργία ενός πιο δίκαιου και ισότιμου εργασιακού περιβάλλοντος.

Ειδικός Μαθησιακός Στόχος:

Να εφοδιάσει η ενότητα τους/τις επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης και πιστοποίησης προσόντων με πρακτικούς πόρους και στρατηγικές για την ενίσχυση της εκπροσώπησης και της επαγγελματικής εξέλιξης των γυναικών σε ηγετικούς ρόλους στην προπονητική και τον αθλητισμό.

Μάθημα 3. Η δύναμη της συμπεριληπτικής γλώσσας σε αθλητικά περιβάλλοντα

Ανάπτυξη μαθήματος από: ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ & L'ORMA

Περιγραφή & γενικός στόχος:

Το τρίτο μάθημα του Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH επικεντρώνεται στη σημασία της συμπεριληπτικής γλώσσας σε αθλητικά περιβάλλοντα για την προώθηση της ισότητας των φύλων, του σεβασμού και της ενδυνάμωσης. Καλύπτει κοινωνικές δεξιότητες για προπονητές και προπονήτριες, ορισμούς και παραδείγματα της συμπεριληπτικής γλώσσας, διερεύνηση της επίδρασης που έχει στην ανάπτυξη τόσο των προπονητών/τριών όσο και των αθλητών/τριών, καθώς και προτεινόμενες στρατηγικές για την εφαρμογή της συμπεριληπτικής επικοινωνίας σε αθλητικά περιβάλλοντα.

Μαθησιακά αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα είναι σε θέση να:

1. Αναπτύξουν και να εφαρμόσουν κοινωνικές δεξιότητες για τη δημιουργία ενός ασφαλούς, υποστηρικτικού, συμπεριληπτικού περιβάλλοντος στον αθλητισμό.
2. Υποστηρίζουν και να χρησιμοποιούν συμπεριληπτική, μη-σεξιστική γλώσσα, εντοπίζοντας και αποφεύγοντας την επικοινωνία που προωθεί τις έμφυλες διακρίσεις.
3. Αναγνωρίζουν πώς η γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς χτίζει και ενισχύει την αυτοεκτίμηση, την αποτελεσματικότητα και τις ηγετικές δεξιότητες προπονητών, προπονητριών, αθλητών και αθλητριών.
4. Εφαρμόζουν στρατηγικές και εργαλεία για την προώθηση της συμπεριληπτικής γλώσσας στην αθλητική επικοινωνία και τα μέσα ενημέρωσης.
5. Υιοθετούν βέλτιστες πρακτικές μέσω παιχνιδιού ρόλων και ασκήσεων για τη βελτίωση των δεξιοτήτων συμπεριληπτικής επικοινωνίας για προπονητές και προπονήτριες, εκπαιδευτικούς, στελέχη κ.α. στο χώρο του αθλητισμού.

Περιεχόμενα

3.1 Οριζόντιες δεξιότητες για εκπαιδευτές/τριες και προπονητές/τριες για την προώθηση της συμπερίληψης

Επισκόπηση:

Αυτή η ενότητα θα επικεντρωθεί στη σημασία των ήπιων ή οριζόντιων δεξιοτήτων (soft skills), όπως η ενσυναίσθηση, η αποτελεσματική επικοινωνία και η συμπεριληπτική ηγεσία, για τη δημιουργία αθλητικών περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς. Θα εξεταστούν επίσης συγκεκριμένες τεχνικές για την ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων και η πρακτική εφαρμογή τους στην καθημερινή προπονητική δραστηριότητα.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να προσφέρει σε παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης αποτελεσματικά πρακτικά εργαλεία και τεχνικές για την ανάπτυξη ήπιων δεξιοτήτων, συμβάλλοντας στη δημιουργία συμπεριληπτικών αθλητικών περιβαλλόντων. Αυτά τα περιβάλλοντα θα ενισχύουν τη συνοχή της ομάδας, θα προάγουν τον αμοιβαίο σεβασμό και θα υποστηρίζουν θετικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μελών της.

3.2 Κατανόηση και εφαρμογή συμπεριληπτικής, μη-σεξιστικής γλώσσας στον αθλητισμό

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα οριστούν οι έννοιες της «συμπεριληπτικής γλώσσας» και της «μη σεξιστικής γλώσσας», ενώ θα παρουσιαστούν πρακτικά παραδείγματα και καθημερινά σενάρια από τον χώρο του αθλητισμού. Επιπλέον, θα εξεταστούν μέθοδοι για την αναγνώριση και εξάλειψη της γλώσσας που εισάγει έμφυλες διακρίσεις, με στόχο την προώθηση ενός πιο δίκαιου και με σεβασμό αθλητικού περιβάλλοντος, ιδίως για τις προπονήτριες και τις αθλήτριες της καλαθοσφαίρισης.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να βοηθήσει τους και τις επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης να κατανοήσουν την έννοια και τη σημασία της συμπεριληπτικής και μη σεξιστικής γλώσσας, παρέχοντας πρακτικά παραδείγματα και στρατηγικές για τον εντοπισμό και την εξάλειψη της γλώσσας που ενισχύει τις έμφυλες ανισότητες. Έτσι, θα ενισχυθεί σε επόμενο στάδιο και η ικανότητα των εκπαιδευόμενων προπονητών/τριών να προάγουν με τη σειρά τους ένα αθλητικό περιβάλλον με σεβασμό και ασφάλεια, βελτιώνοντας παράλληλα την επικοινωνία με αθλητές/τριες και συναδέλφους τους.

3.3 Ο ρόλος της συμπεριληπτικής γλώσσας στην ενδυνάμωση προπονητριών και αθλητριών

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα διερευνηθεί ο τρόπος με τον οποίο η συμπεριληπτική γλώσσα επηρεάζει την ψυχολογική ευημερία των προπονητριών και αθλητριών, ιδίως την αυτοεκτίμηση, την αποτελεσματικότητα και την ηγετική τους ανάπτυξη. Μέσω της χρήσης μελετών περίπτωσης και πραγματικών ιστοριών, θα αναδειχθεί πώς οι θετικές και συμπεριληπτικές γλωσσικές πρακτικές συμβάλλουν στην ενδυνάμωση των γυναικών και στην προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη στον αθλητισμό.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα αποσκοπεί στο να προσφέρει σε παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης πληροφορίες για το πώς η χρήση της συμπεριληπτικής γλώσσας μπορεί να επηρεάσει θετικά την ψυχολογική ευημερία ιδίως των προπονητριών και αθλητριών, ενδυναμώνοντάς τις τελικά τόσο εντός όσο και εκτός γηπέδου.

3.4 Στρατηγικές, εργαλεία και τεχνικές για συμπεριληπτική γλώσσα στην αθλητική επικοινωνία και τα μέσα ενημέρωσης

Επισκόπηση:

Αυτή η ενότητα θα προσφέρει πρακτικές οδηγίες για τη χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας σε διάφορες μορφές αθλητικής επικοινωνίας, συμπεριλαμβανομένων των συνεντεύξεων, των ρεπορτάζ και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Θα εισαγάγει εργαλεία και τεχνικές για τη διασφάλιση πρακτικών επικοινωνίας που προάγουν τη συμπερίληψη και τον σεβασμό, τόσο στην επίσημη όσο και στην ανεπίσημη επικοινωνία. Αυτό θα συμβάλει στη δημιουργία πιο ισορροπημένων και δίκαιων αφηγήσεων για τις γυναίκες στον αθλητισμό.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα στοχεύει να εφοδιάσει τους και τις επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης με εφικτές στρατηγικές και πόρους για την υιοθέτηση μιας ισότιμης και συμπεριληπτικής γλώσσας σε όλες τις μορφές αθλητικής επικοινωνίας, από τις καθημερινές αλληλεπιδράσεις έως την κάλυψη από τα ΜΜΕ. Έτσι, θα διασφαλιστεί μεγαλύτερος σεβασμός και ισότιμη εκπροσώπηση των γυναικών/προπονητριών, ιδίως στον χώρο της καλαθοσφαίρισης.

3.5 Αναστοχασμός, σενάρια και ασκήσεις ρόλων

Επισκόπηση:

Αυτή η ενότητα περιλαμβάνει διαδραστικές και πρακτικές δραστηριότητες, όπως σενάρια παιχνιδιού ρόλων, που έχουν σχεδιαστεί για να ενθαρρύνουν τον αναστοχασμό και να βελτιώσουν τις δεξιότητες συμπεριληπτικής επικοινωνίας των συμμετεχόντων και συμμετεχουσών. Μέσω αυτών των ασκήσεων, οι πάροχοι προπονητικής εκπαίδευσης, οι προπονητές και προπονήτριες, τα στελέχη ή/και το διοικητικό προσωπικό θα αναπτύξουν την ικανότητα να εφαρμόζουν αποτελεσματικά τη συμπεριληπτική γλώσσα στο πλαίσιο του επαγγελματικού τους ρόλου, προάγοντας ένα πιο δίκαιο και με σεβασμό αθλητικό περιβάλλον.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να προσφέρει δυναμικές, πρακτικές δραστηριότητες που επιτρέπουν σε εκπαιδευτές/τριες και προπονητές/τριες κ.α. να βελτιώσουν τη χρήση της γλώσσας τους, προάγοντας έτσι μια κουλτούρα ισότητας, σεβασμού και συμπερίληψης, ειδικά για τις γυναίκες, σε όλα τα επίπεδα του αθλητισμού.

Μάθημα 4. Έμφυλες διακρίσεις και σεξουαλική παρενόχληση στον αθλητισμό

Ανάπτυξη μαθήματος από: ΣΥΜΠΛΕΞΙΣ (Symplexis) & ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ (ΣΕΠΚ)

Περιγραφή & γενικός στόχος:

Το τέταρτο μάθημα του Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH έχει ως στόχο την πρόληψη και αντιμετώπιση των έμφυλων διακρίσεων και της σεξουαλικής παρενόχλησης στον αθλητισμό, προάγοντας ασφαλή, ισότιμα και συμπεριληπτικά περιβάλλοντα, με ιδιαίτερη έμφαση στην προστασία των ανηλίκων. Οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα αποκτήσουν γνώσεις και δεξιότητες ώστε να μπορούν να αναγνωρίζουν, να προλαμβάνουν και να διαχειρίζονται αποτελεσματικά φαινόμενα έμφυλων διακρίσεων και κακοποιητικών συμπεριφορών απέναντι σε γυναίκες/προπονήτριες, αλλά και αθλήτριες, συμβάλλοντας στη διασφάλιση μιας κουλτούρας ασφάλειας και σεβασμού στους αθλητικούς χώρους.

Μαθησιακά αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα είναι σε θέση να:

1. Αναγνωρίζουν διάφορες μορφές έμφυλων διακρίσεων, χρησιμοποιώντας παραδείγματα από τον χώρο του αθλητισμού και της προπονητικής.
2. Προσδιορίζουν την έμφυλη βία στον αθλητισμό και να περιγράψουν τις διάφορες εκφάνσεις της.
3. Αξιολογούν τις σωματικές, ψυχολογικές και κοινωνικές επιπτώσεις των έμφυλων διακρίσεων, της βίας και της παρενόχλησης, τόσο σε ατομικό επίπεδο όσο και στη δυναμική της ομάδας.
4. Αναπτύσσουν στρατηγικές και δεξιότητες για την αναγνώριση, πρόληψη και αντιμετώπιση της έμφυλης βίας και των διακρίσεων σε αθλητικά περιβάλλοντα.
5. Αναστοχάζονται τις ευθύνες και το ρόλο των παρόχων προπονητικής εκπαίδευσης, των προπονητών/τριών, των διοικητικών στελεχών αθλητικών οργανισμών και άλλων εμπλεκόμενων για την προστασία των ανηλίκων και των γυναικών, εφαρμόζοντας αποτελεσματικές στρατηγικές πρόληψης και υποστήριξης.

Περιεχόμενα

4.1 Κατανόηση των ανισοτήτων και των έμφυλων διακρίσεων στον αθλητισμό

Επισκόπηση:

Αυτή η ενότητα εξετάζει τις διάφορες μορφές έμφυλων διακρίσεων στον αθλητισμό, με έμφαση στην προπονητική, που περιλαμβάνουν ανισότητες στις ευκαιρίες, τις αμοιβές, την πρόσβαση σε πόρους, την κάλυψη από τα ΜΜΕ και την εκπροσώπηση σε ηγετικούς ρόλους. Μέσα από πραγματικά παραδείγματα και στατιστικά δεδομένα, θα αναδειχθεί πώς αυτές οι ανισότητες επηρεάζουν αρνητικά τις προπονήτριες, τις ομάδες αλλά και την ευρύτερη αθλητική κοινότητα.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να εφοδιάσει τους/τις επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης με τις απαραίτητες γνώσεις και τα εργαλεία για την αναγνώριση και ανάλυση των διάφορων μορφών έμφυλων διακρίσεων στον αθλητισμό, καθώς και την κατανόηση του πώς αυτές οι ανισότητες επηρεάζουν τις προπονήτριες, τις αθλήτριες και το σύνολο της ομάδας. Αυτό αποτελεί ένα σημαντικό πρώτο βήμα προς την ανάπτυξη στρατηγικών που προάγουν τη δικαιοσύνη και τη συμπερίληψη στα προγράμματα προπονητικής εκπαίδευσης.

4.2 Ορισμός της έμφυλης βίας

Επισκόπηση:

Η ενότητα αυτή εξηγεί τι εννοούμε με τον όρο έμφυλη βία στον αθλητισμό, καλύπτοντας όχι μόνο τη σωματική βία αλλά και την ψυχολογική και συναισθηματική κακοποίηση. Παρουσιάζονται συγκεκριμένα παραδείγματα που εστιάζουν στο πώς εκδηλώνεται αυτή η βία σε διάφορα αθλητικά πλαίσια.

Ειδικός στόχος:

Ο στόχος είναι να παρέχει στους εκπαιδευτές και τις εκπαιδευόμενες προπονητών/τριών μια ολοκληρωμένη κατανόηση της έμφυλης βίας στον αθλητισμό, μέσω σαφών ορισμών και σχετικών παραδειγμάτων, ώστε να είναι σε θέση να καθοδηγούν, με τη σειρά τους, τους εκπαιδευόμενους προπονητές και τις εκπαιδευόμενες προπονήτριες στην αναγνώριση και αντιμετώπιση αυτής της βίας στο αθλητικό τους περιβάλλον.

4.3 Συνέπειες για τα άτομα και τις ομάδες

Επισκόπηση:

Σε αυτή την ενότητα θα εξεταστούν οι επιζήμιες συνέπειες της έμφυλης βίας στην ψυχική και σωματική υγεία των προπονητριών και αθλητριών, καθώς και οι επιπτώσεις της στη συνοχή και απόδοση της ομάδας. Η ενότητα θα περιλαμβάνει ανάλυση ερευνών και προσωπικών μαρτυριών, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η έμφυλη βία επηρεάζει αρνητικά την ατομική ευεξία και τη δυναμική της αθλητικής ομάδας.

Ειδικός μαθησιακός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να εφοδιάσει τους/τις επαγγελματίες των παρόχων προπονητικής εκπαίδευσης με τη δυνατότητα να κατανοούν και να αναλύουν τις σωματικές, ψυχολογικές και κοινωνικές συνέπειες της έμφυλης βίας στις γυναίκες/προπονήτριες και αθλήτριες, καθώς και να αναγνωρίζουν πώς αυτές οι επιπτώσεις επηρεάζουν τη δυναμική και την απόδοση της ομάδας.

4.4 Αναγνώριση και αντιμετώπιση των έμφυλων διακρίσεων και της έμφυλης βίας στον αθλητισμό

Επισκόπηση:

Στην ενότητα αυτή θα καθοριστούν μέθοδοι και εργαλεία για τον εντοπισμό περιπτώσεων έμφυλων διακρίσεων και έμφυλης βίας στον αθλητισμό, καθώς και στρατηγικές παρέμβασης και πρόληψης αυτών των φαινομένων. Επιπλέον, θα συζητηθούν πρωτόκολλα δράσης και διαθέσιμοι πόροι για άτομα που έχουν βιώσει τέτοια περιστατικά, καθώς και για όσους και όσες τα υποστηρίζουν.

Ειδικός στόχος:

Να εφοδιάσει τους/τις επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης με τις απαραίτητες δεξιότητες και στρατηγικές ώστε να βοηθήσουν τους/τις εκπαιδευόμενους/ες τους (προπονητές/τριες) να αναγνωρίζουν, να αντιμετωπίζουν και να προλαμβάνουν αποτελεσματικά τις έμφυλες διακρίσεις και τη βία στην καλαθοσφαίριση. Αυτό περιλαμβάνει την εφαρμογή πρωτοκόλλων παρέμβασης και την παροχή πόρων υποστήριξης για «επιζήσασες» έμφυλης βίας.

4.5 Προστασία παιδιών και γυναικών στον αθλητισμό: νομικές και ηθικές ευθύνες

Επισκόπηση:

Η ενότητα αυτή θα αναδείξει τη σημασία της προστασίας των παιδιών και των γυναικών στον αθλητισμό, καθώς και τις νομικές και ηθικές ευθύνες των προπονητών/τριών και γενικότερα των στελεχών που ασκούν εποπτεία. Επιπλέον, θα εξεταστούν πολιτικές και πρακτικές προστασίας των παιδιών, καθώς και στρατηγικές για τη δημιουργία ασφαλών αθλητικών περιβαλλόντων.

Ειδικός στόχος:

Η ενότητα επιδιώκει να προσφέρει στους και στις επαγγελματίες της προπονητικής εκπαίδευσης μια εις βάθος κατανόηση των νομικών και ηθικών ευθυνών που έχουν οι προπονητές και οι προπονήτριες και όλοι/όλες οι εμπλεκόμενοι/ες για την προστασία των παιδιών και των γυναικών στο χώρο του αθλητισμού. Επίσης, αποσκοπεί στο να αναδείξει τη σημασία της ανάπτυξης εφαρμόσιμων στρατηγικών και αποτελεσματικών πολιτικών, προκειμένου να εξασφαλιστεί ένα ασφαλές και υποστηρικτικό αθλητικό περιβάλλον για όλους/ες/α.

4. Πρώτα βήματα για την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην προπονητική εκπαίδευση

Η παρούσα ενότητα έχει ως στόχο να δώσει τη δυνατότητα στους παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης:

- να αποκτήσουν μια αρχική, σφαιρική κατανόηση της έννοιας της «ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου» (αγγλ. όρος gender mainstreaming).
- να κατανοήσουν πώς η ανισότητα των φύλων μπορεί να διαιωνίζεται μέσω ενός προγράμματος σπουδών μεροληπτικού ως προς το φύλο,
- να αναγνωρίζουν τα βασικά βήματα για τη διενέργεια ενός ελέγχου του προγράμματος σπουδών με στόχο την ισότητα των φύλων
- να εντοπίζουν και να διαχειρίζονται αποτελεσματικά την αντίσταση σε πρωτοβουλίες για την προώθηση της ισότητας των φύλων.

Με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που θα αποκτηθούν από την παρούσα ενότητα, καθώς και με την ολοκλήρωση του Προγράμματος Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH, οι πάροχοι προπονητικής εκπαίδευσης θα είναι σε θέση να αναπτύξουν ή να αναθεωρήσουν προγράμματα σπουδών και επιμέρους εκπαιδευτικό υλικό, ώστε να τα προσαρμόσουν στην προοπτική της ισότητας των φύλων. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει π.χ. την ανάπτυξη ειδικών ενοτήτων σχετικά με τις έννοιες του φύλου και την προπονητική με ευαισθησία ως προς το φύλο, όπως η αξιολόγηση για συμπεριληπτική προπονητική πρακτική και η ενσωμάτωση περισσότερων γυναικείων προτύπων (role models) στα υπάρχοντα προγράμματα σπουδών.

4.1 Τι είναι η ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου και γιατί έχει σημασία στην αθλητική εκπαίδευση;

Το Συμβούλιο της Ευρώπης (Council of Europe, n.d.,a) αναγνωρίζει την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου ως μια προσέγγιση στη χάραξη πολιτικής που λαμβάνει υπόψη τα συμφέροντα και τις ανησυχίες τόσο των γυναικών όσο και των ανδρών και το 1998 την όρισε ως εξής:

«η (ανα)διοργάνωση, βελτίωση, ανάπτυξη και αξιολόγηση των διαδικασιών πολιτικής, έτσι ώστε η προοπτική της ισότητας των φύλων να ενσωματώνεται σε όλα τα επίπεδα και στάδια των πολιτικών, από τους φορείς που συνήθως συμμετέχουν στη χάραξη πολιτικής»².

² Η έννοια της «ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου» (gender mainstreaming) εισήχθη για πρώτη φορά το 1985 στην Παγκόσμια Διάσκεψη του Ναϊρόμπι για τις γυναίκες. Καθιερώθηκε ως στρατηγική στην παγκόσμια πολιτική για την ισότητα των φύλων μέσω της Πλατφόρμας Δράσης του Πεκίνου, η οποία

Ως εργαλείο για την επίτευξη της ισότητας των φύλων σε όλα τα επίπεδα, «η ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου σημαίνει την ενσωμάτωση της προοπτικής της έμφυλης ισότητας σε όλα τα στάδια και τα επίπεδα των πολιτικών, των προγραμμάτων και των έργων» και αποσκοπεί στην αντιμετώπιση των –εμφανών αλλά και συχνά υποκρυπτόμενων– ανισοτήτων μεταξύ των φύλων (Council of Europe, n.d., α).

Σύμφωνα με την UNESCO (2013), η ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην εκπαίδευση περιλαμβάνει «τη συστηματική ενσωμάτωση της προοπτικής της έμφυλης ισότητας στο σχεδιασμό, την υλοποίηση, την παρακολούθηση και την αξιολόγηση των παρεμβάσεων, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι τόσο τα κορίτσια και οι γυναίκες όσο και τα αγόρια και οι άνδρες επωφελοούνται εξίσου από τις παρεμβάσεις αυτές και ότι προωθείται η ισότητα των φύλων».

Όπως επισημαίνει το Συμβούλιο της Ευρώπης (Council of Europe, n.d., β), παρά την πρόοδο που έχει σημειωθεί και τα υπάρχοντα πρότυπα (standards) σε εθνικό, περιφερειακό και διεθνές επίπεδο, τα οποία κατοχυρώνουν την αρχή της ισότητας μεταξύ γυναικών και ανδρών και το δικαίωμα όλων στη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες, εξακολουθεί να υπάρχει χάσμα μεταξύ προτύπων και πραγματικότητας. Οι διακρίσεις εις βάρος των γυναικών και των κοριτσιών, ειδικά αυτών που ανήκουν σε μειονεκτούσες ομάδες, παραμένουν έντονες.

«Σήμερα, οι ανισότητες στον αθλητισμό εξακολουθούν να υφίστανται και αφορούν διάφορους τομείς, όπως: η πρόσβαση στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και τις σωματικές δραστηριότητες, η συμμετοχή στα διοικητικά όργανα και στη διαδικασία λήψης αποφάσεων, η πρόσβαση σε πόρους, αμοιβές, οικονομικά κίνητρα και αθλητικές εγκαταστάσεις, η αναπαράσταση των αθλητριών και του γυναικείου αθλητισμού στα μέσα ενημέρωσης, καθώς και η έμφυλη βία, συμπεριλαμβανομένης της παρενόχλησης και της κακοποίησης.»

Η ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου έχει σημασία στην αθλητική/προπονητική εκπαίδευση, διότι εξασφαλίζει ότι η έμφυλη προοπτική λαμβάνεται υπόψη σε όλα τα επίπεδα που αφορούν την πολιτική, την εκπαίδευση/κατάρτιση και τη συμμετοχή στον αθλητισμό. Αυτή η προσέγγιση στοχεύει στην προώθηση της ισότητας, αντιμετωπίζοντας τα συστημικά εμπόδια και τις προκαταλήψεις που διαιωνίζουν την έμφυλη ανισότητα στον αθλητισμό, όπως η άνιση πρόσβαση σε πόρους, ευκαιρίες και ηγετικούς ρόλους. Η ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου στην αθλητική εκπαίδευση συμβάλλει στη δημιουργία πιο δίκαιων και ποικιλόμορφων αθλητικών νοοτροπιών και περιβαλλόντων, με οφέλη τόσο για τα άτομα και τις ομάδες όσο και για τους οργανισμούς, επιφέροντας ευρύτερες θετικές επιπτώσεις.

Στο πλαίσιο του έργου SheCOACH, η «ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου» (gender mainstreaming) αναφέρεται στη διαδικασία ενσωμάτωσης της έμφυλης προοπτικής ή/και επιμέρους θεμάτων σχετικών με ζητήματα φύλου στα βασικά στοιχεία των προγραμμάτων αθλητικών σπουδών -ιδίως προπονητικής, με στόχο την προώθηση της ισότητας των φύλων.

εγκρίθηκε το 1995 στην τέταρτη Παγκόσμια Διάσκεψη των Ηνωμένων Εθνών για τις Γυναίκες στο Πεκίνο. Έκτοτε, υιοθετήθηκε ως εργαλείο για την προώθηση της ισότητας των φύλων σε όλα τα επίπεδα.

Η ισότητα των φύλων στην προπονητική αναγνωρίζεται ως η δίκαιη και ισότιμη μεταχείριση των ατόμων, ανεξαρτήτως φύλου, στο πλαίσιο του προπονητικού επαγγέλματος. Το έργο SheCOACH εστιάζει στην ισότητα των φύλων για τις γυναίκες, δηλ. τις προπονήτριες και καλύπτει πτυχές που σχετίζονται με τις ίσες ευκαιρίες, την υποστήριξη και την συμπερίληψη, την ίση αμοιβή και τους πόρους, την ισότιμη εκπροσώπηση και την ορθή και ισόρροπη κάλυψη από τα μέσα ενημέρωσης, καθώς και την εξάλειψη προκαταλήψεων, στερεοτύπων, διακρίσεων και παρενόχλησης.

Η δράση SheCOACH επιδιώκει να καταστήσει τις πτυχές του φύλου αναπόσπαστο και ουσιαστικό κομμάτι της συνολικής εκπαίδευσης και κατάρτισης για προπονητές και προπονήτριες διαφόρων αθλημάτων (με έμφαση στην καλαθοσφαίριση), αντί να τις αντιμετωπίζει ως ξεχωριστές ή περιθωριοποιημένες συνιστώσες. Επιθυμεί να διασφαλίσει ότι οι προοπτικές, οι ανησυχίες και τα ζητήματα φύλου συζητούνται, λαμβάνονται υπόψη και ενσωματώνονται με συνέπεια σε όλο το φάσμα των προγραμμάτων αθλητικών σπουδών και των σχετικών προγραμμάτων προπονητικής κατάρτισης.

4.2. Τι είναι το «μεροληπτικό ως προς το φύλο πρόγραμμα αθλητικών σπουδών» και πώς ενισχύει την έμφυλη ανισότητα;

Σύμφωνα με την UNESCO (2013), οι ανισότητες μεταξύ των φύλων εκδηλώνονται σε όλες τις πτυχές της (γενικής) εκπαιδευτικής διαδικασίας (π.χ. πρόσβαση, παραμονή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα, επιτυχής ολοκλήρωση, μεταχείριση των μαθητών/τριών, μαθησιακά αποτελέσματα και επιλογές εκπαίδευσης και σταδιοδρομίας) και επηρεάζουν δυσανάλογα τα κορίτσια και τις γυναίκες.

Ένα μεροληπτικό ως προς το φύλο πρόγραμμα σπουδών (gender-biased curriculum) αναφέρεται στο εκπαιδευτικό περιεχόμενο, τη δομή του προγράμματος, το εκπαιδευτικό υλικό ή/και τις εκπαιδευτικές πρακτικές που προωθούν το ένα φύλο εις βάρος του άλλου, ενισχύουν έμφυλα στερεότυπα ή δεν προσφέρουν ίση εκπροσώπηση και ευκαιρίες για όλα τα φύλα.

Στην αθλητική και προπονητική εκπαίδευση, ένα μεροληπτικό ως προς το φύλο πρόγραμμα σπουδών μπορεί να αντικατοπτρίζεται στον τρόπο διδασκαλίας, οργάνωσης και προώθησης του αθλητισμού, μέσα από εκπαιδευτικό υλικό και τεχνικές διδασκαλίας που δίνουν έμφαση σε «ανδρικά» αθλήματα και ανδρικούς ηγετικούς ρόλους, ενώ περιθωριοποιούν τη συμμετοχή και την εμπλοκή των γυναικών. Τέτοιου είδους προγράμματα ενισχύουν τις υπάρχουσες κοινωνικές νόρμες και έμφυλες ανισότητες, κανονικοποιώντας την άνιση πρόσβαση σε πόρους, εκπροσώπηση και ευκαιρίες συμμετοχής, ιδίως σε θέσεις υψηλού επιπέδου και σε αθλήματα που θεωρούνται «ανδροκρατούμενα».

Τα μεροληπτικά ως προς το φύλο προγράμματα σπουδών μπορεί να έχουν αρνητικό αντίκτυπο στους εκπαιδευόμενους και τις εκπαιδευόμενες (βλ. προπονητές/τριες, αθλητές/τριες, στελέχη αθλητισμού κ.α.), διαιωνίζοντας στερεότυπα, διαμορφώνοντας αντιλήψεις για τους ρόλους των φύλων και περιορίζοντας, κατά περίπτωση, φιλοδοξίες στον χώρο της προπονητικής. Για παράδειγμα, όταν το εκπαιδευτικό υλικό, τα εγχειρίδια, οι εικόνες και τα σχέδια μαθημάτων παρουσιάζουν κυρίως άνδρες αθλητές ή άνδρες προπονητές και προωθούν δραστηριότητες με βάση το φύλο (π.χ. άνδρες προπονητές προπονούν ομάδες αγοριών, ενώ γυναίκες προπονήτριες προπονούν ομάδες κοριτσιών ή άνδρες παίζουν ποδόσφαιρο, ενώ γυναίκες κάνουν γυμναστική),

τότε ενισχύεται η ιδέα ότι ορισμένα αθλήματα ή ρόλοι είναι πιο «κατάλληλοι» για το ένα ή το άλλο φύλο.

Η αντιμετώπιση αυτής της προκατάληψης απαιτεί την αναθεώρηση των προγραμμάτων σπουδών με στόχο την προώθηση της συμπερίληψης και της ισότητας, τη χρήση μη σεξιστικής γλώσσας, την προβολή ποικίλων προτύπων και την ενθάρρυνση όλων των εκπαιδευομένων να εξερευνήσουν ένα ευρύ φάσμα αθλητικών και ηγετικών ρόλων, ανεξαρτήτως φύλου.

4.3 Βασικά βήματα για τη διενέργεια ελέγχου ενός προγράμματος σπουδών ως προς την ισότητα των φύλων

Η διενέργεια ελέγχου ενός προγράμματος σπουδών με γνώμονα το φύλο, δηλαδή η λεπτομερής αξιολόγηση της τρέχουσας κατάστασης του προγράμματος ως προς το κατά πόσο ενσωματώνει την διάσταση του φύλου/είναι μεροληπτικό ή προωθεί την έμφυλη ισότητα κ.λπ., μπορεί να αποτελεί το πρώτο βήμα για παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης ώστε να προωθήσουν αλλαγές. Αυτές οι αλλαγές θα βοηθήσουν στη δημιουργία ενός πιο συμπεριληπτικού και δίκαιου εκπαιδευτικού προγράμματος στον αθλητισμό και την προπονητική (UNESCO, 2015· EIGE, 2022· Hanawald, 2023).

Ένας λεπτομερής έλεγχος επιτρέπει στους υπεύθυνους και τις υπεύθυνες των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων και προπονητικών οργανισμών να αξιολογήσουν εάν το πρόγραμμα σπουδών συμμορφώνεται με την νομοθεσία ή άλλους εξωτερικούς κανονισμούς, τις υφιστάμενες πολιτικές, αλλά και τους στρατηγικούς στόχους του ιδρύματος/φορέα/οργανισμού.

Τα προτεινόμενα βήματα είναι τα εξής:

1. **Δημιουργήστε την ομάδα σας:** Το πρώτο βήμα είναι να «χτίσετε» μια ομάδα εργασίας που θα αποτελείται από διδάσκοντες και διδάσκουσες, μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας, εκπαιδευτές/τριες, διευθυντές/τριες προγραμμάτων σπουδών, εμπειρογνώμονες σε θέματα φύλου, ερευνητές/τριες ή ακόμη και εκπαιδευόμενους και εκπαιδευόμενες (προπονητές/τριες, αθλητές/τριες), στελέχη κ.λπ. Αυτή η ομάδα θα πρέπει να κατανοεί ότι ο έλεγχος του προγράμματος σπουδών σχετικά με την ενσωμάτωση της διάστασης του φύλου είναι ένας στρατηγικός τρόπος για να διασφαλίσετε ότι το πρόγραμμα σπουδών του εκπαιδευτικού ιδρύματος ή του οργανισμού σας προάγει την ισότητα των φύλων και δεν διαιωνίζει έμφυλα στερεότυπα και προκαταλήψεις.
2. **Καθορίστε μια «βασική γραμμή ελέγχου» σχετικά με τα φύλα - Αποφασίστε τι ελέγχετε και τι όχι:** Αυτό είναι επίσης ένα πολύ κρίσιμο βήμα, όπως αναφέρει και η Hanawald (2023), η οποία εξηγεί: *«Βεβαιωθείτε ότι τα ερωτήματα που καθοδηγούν τον έλεγχο είναι διατυπωμένα με σαφήνεια και έχουν γίνει κατανοητά από όλα τα άτομα που εμπλέκονται. Καθώς προχωράτε στη διαδικασία, βεβαιωθείτε ότι είστε σαφείς σχετικά με το τι ΑΦΟΡΑ και τι ΔΕΝ ΑΦΟΡΑ ο έλεγχος. Μια δημοφιλής φόρμουλα για τη διεξαγωγή τέτοιων ελέγχων είναι να εξετάζετε το εκπαιδευτικό υλικό, τις μεθόδους διδασκαλίας και τις μεθόδους αξιολόγησης, καλύπτοντας εν μέρει ζητήματα περιεχομένου του προγράμματος σπουδών, αλλά*

και ζητήματα παιδαγωγικής. Όπως και αν αποφασίσετε να διεξάγετε τον έλεγχο σας, όλοι και όλες πρέπει να γνωρίζουν τι διερευνάτε και τι εξετάζετε».

3. **Αξιολογήστε το περιεχόμενο και το εκπαιδευτικό υλικό:** Ένας έλεγχος του προγράμματος σπουδών με γνώμονα το φύλο θα μπορούσε να ξεκινήσει με την επανεξέταση του περιεχομένου του προγράμματος σπουδών για να διαπιστωθεί η εκπροσώπηση των φύλων. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την ανάλυση των εκπαιδευτικών εγχειριδίων, των παρουσιάσεων, της γλώσσας, των εικόνων, των προτύπων και των παραδειγμάτων που χρησιμοποιούνται για να διαπιστωθεί αν χρησιμοποιούν έμφυλη γλώσσα ή/και αν ενισχύουν στερεότυπα ή αν παρέχουν ισορροπημένες αναπαραστάσεις και των δύο φύλων. Είναι σημαντικό να ελεγχθεί αν οι γυναίκες και οι άνδρες απεικονίζονται σε ποικίλους ή στερεοτυπικούς ρόλους. Είναι επίσης ζωτικής σημασίας να εξεταστεί η συμπερίληψη - ή η απουσία - θεμάτων που σχετίζονται με την ισότητα των φύλων, τις έμφυλες διακρίσεις και την έμφυλη βία κ.λπ.
4. **Συλλέξτε δεδομένα για -και από- το προσωπικό, καθώς και εκπαιδευόμενους και εκπαιδευόμενες:** Είναι πολύ σημαντικό να αναπτυχθεί και να διατηρηθεί μια βάση δεδομένων για την παρακολούθηση στατιστικών στοιχείων που σχετίζονται με το φύλο, τόσο για τους εκπαιδευόμενους και τις εκπαιδευόμενες όσο και για το διδακτικό προσωπικό (π.χ. πόσες γυναίκες εκπαιδευόμενες υπάρχουν; Πόσες εκπαιδευτριες;). Είναι επίσης κρίσιμο τα στοιχεία αυτά να επικαιροποιούνται τακτικά και να αναλύονται με την πάροδο του χρόνου, ώστε να παρακολουθούνται οι τάσεις και οι αλλαγές στην εκπροσώπηση των φύλων. Επιπλέον, μπορείτε να διεξάγετε έρευνες ή συνεντεύξεις για να συγκεντρώσετε τις απόψεις του προσωπικού και των εκπαιδευομένων σχετικά με την ισότητα των φύλων στο τρέχον πρόγραμμα σπουδών.
5. **Παρατηρήστε τη δυναμική των φύλων στις τάξεις και τις μεθόδους διδασκαλίας:** Η παρατήρηση εντός της ίδιας της τάξης μπορεί να προσφέρει πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με το πώς η έμφυλη προκατάληψη ενδέχεται να επηρεάζει τη συμμετοχή. Αυτό περιλαμβάνει, για παράδειγμα, την αξιολόγηση του κατά πόσον οι εκπαιδευτές και οι εκπαιδευτριες αντιμετωπίζουν διαφορετικά τους άνδρες και τις γυναίκες εκπαιδευόμενους/ες ή αν το ένα φύλο κυριαρχεί στις συζητήσεις κ.λπ. Είναι επίσης σημαντικό να εξεταστεί κατά πόσο οι μέθοδοι διδασκαλίας είναι συμπεριληπτικές, αν ανταποκρίνονται σε διάφορα στυλ μάθησης και αν καλύπτουν τις μοναδικές εμπειρίες και ανάγκες τόσο των ανδρών όσο και των γυναικών εκπαιδευομένων.
6. **Αναπτύξτε χρήσιμες και εφαρμόσιμες συστάσεις:** Με βάση τα ευρήματα, διατυπώστε συγκεκριμένες προτάσεις για την εξάλειψη της έμφυλης προκατάληψης από το πρόγραμμα σπουδών και την αναθεώρησή του. ώστε να καταστεί πιο συμπεριληπτικό. Αυτές οι συστάσεις μπορεί π.χ. να αφορούν την ανανέωση του εκπαιδευτικού υλικού, την κατάρτιση του προσωπικού σε θέματα διδασκαλίας με ευαισθησία προς το φύλο ή την ενσωμάτωση ειδικών θεμάτων φύλου στο πρόγραμμα σπουδών.

7. **Παρακολουθήστε, αξιολογήστε και επικαιροποιείστε:** Αφού εφαρμοστούν οι αλλαγές, οι οποίες μπορεί να γίνουν σταδιακά, είναι σημαντικό να συνεχίσετε να παρακολουθείτε το πρόγραμμα σπουδών ώστε να αξιολογήσετε τον αντίκτυπο του ελέγχου. Π.χ., μπορείτε να συλλέξετε ανατροφοδότηση από το προσωπικό και τους/τις εκπαιδευόμενους/ες για να διασφαλίσετε ότι οι βελτιώσεις είναι αποτελεσματικές. Επίσης, είναι σημαντικό να επανεξετάζετε τακτικά το πρόγραμμα σπουδών, ώστε να παραμένει σύμφωνο με τα εξελισσόμενα πρότυπα και τις τρέχουσες πρακτικές για την ισότητα των φύλων.

4.4 Διαχείριση της αντίστασης στις πρωτοβουλίες για την ισότητα των φύλων

Υπάρχουν ορισμένα μέτρα που μπορούν να ληφθούν για να βοηθήσουν τους/τις επαγγελματίες που εργάζονται σε παρόχους προπονητικής εκπαίδευσης να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά την πιθανή αντίσταση και τα εμπόδια στις πρωτοβουλίες για την ισότητα των φύλων:

- **Αναγνωρίστε τις πηγές αντίστασης:** Οι αιτίες της αντίστασης μπορεί να περιλαμβάνουν προκαταλήψεις, παραπληροφόρηση ή φόβο για την αλλαγή. Χρησιμοποιήστε έρευνες, ομάδες εστίασης (focus groups) και ανοικτό διάλογο για να κατανοήσετε ποια άτομα αντιστέκονται και γιατί, και να διερευνήσετε τις ανησυχίες και τις αντιρρήσεις τους, προκειμένου να μπορέσετε να τις διαχειριστείτε.
- **Επικοινωνήστε με σαφήνεια και διαφάνεια:** Συζητήστε και εξηγήστε τους στόχους και τα οφέλη των πρωτοβουλιών για την ισότητα των φύλων, διατηρώντας θετική στάση και χρησιμοποιώντας επιχειρήματα που βασίζονται σε αξιόπιστα δεδομένα. Είναι σημαντικό να παρέχετε πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο οι πρωτοβουλίες σας ευθυγραμμίζονται με τις αξίες του εκπαιδευτικού ιδρύματος ή του οργανισμού σας και να εξηγήσετε πώς συμβάλλουν σε ένα πιο συμπεριληπτικό και δίκαιο περιβάλλον στον χώρο του αθλητισμού και της προπονητικής.
- **Δημιουργήστε μια ομάδα υποστηρικτών και εμπλέξτε ενδιαφερόμενους φορείς:** Εμπλέξτε τα κυριότερα ενδιαφερόμενα μέρη (stakeholders) από νωρίς στη διαδικασία, ιδίως τους ανθρώπους που είναι σε θέση να υποστηρίξουν τον σκοπό σας και να σας βοηθήσουν να αντιμετωπίσετε τις όποιες αντιδράσεις ενδέχεται να προκληθούν. Σε κάθε περίπτωση, όπως ήδη αναφέρθηκε, είναι σημαντικό να συγκεντρώσετε πληροφορίες από τα ίδια τα άτομα που ενδέχεται να αντισταθούν ή να αντιδράσουν και να αντιμετωπίσετε άμεσα τις ανησυχίες τους.
- **Προσφέρετε εξειδικευμένη εκπαίδευση και κατάρτιση:** Το Πρόγραμμα Ανάπτυξης Ικανοτήτων SheCOACH στοχεύει ακριβώς σε αυτό, καταρρίπτοντας τα στερεότυπα και την προκατάληψη στην προπονητική καλαθοσφαίρισης, ενδυναμώνοντας τους/τις επαγγελματίες προπονητικής εκπαίδευσης και διευκολύνοντας τα άτομα να ενστερνιστούν την αλλαγή και να προωθήσουν την ισότητα των φύλων στην προπονητική.
- **Εφαρμόστε σταδιακές αλλαγές, παρακολουθήστε και αξιολογήστε:** Η εισαγωγή αλλαγών με σταδιακό τρόπο μπορεί να βοηθήσει στη μείωση της αντίστασης και να δώσει χρόνο στους ανθρώπους να προσαρμοστούν, καθιστώντας τη μετάβαση ομαλότερη. Σε κάθε περίπτωση, είναι σημαντικό να συνεχίσετε να παρακολουθείτε την πρόοδο των πρωτοβουλιών για την έμφυλη ισότητα και να αξιολογείτε τον αντίκτυπό τους,

αναζητώντας και αξιοποιώντας την ανατροφοδότηση που λαμβάνετε, με σκοπό να κάνετε προσαρμογές και να αντιμετωπίσετε τυχόν νέες αντιστάσεις που εμφανίζονται.

- **Αναγνωρίστε, τιμήστε και επιβραβεύστε την υποστήριξη:** Οι πάροχοι αθλητικής και προπονητικής εκπαίδευσης που αναγνωρίζουν και επιβραβεύουν άτομα και ομάδες που υποστηρίζουν ενεργά τις πρωτοβουλίες για την ισότητα των φύλων βοηθούν στη δημιουργία μιας πιο φιλικής ατμόσφαιρας. Με την αναγνώριση και επιβράβευση των θετικών συμπεριφορών, μπορούν να παρακινήσουν και άλλα άτομα να συμμετάσχουν και να υποστηρίξουν τις δράσεις για την έμφυλη ισότητα στην προπονητική.

Αναφορές & σχετική βιβλιογραφία

- Armstrong, P. (2010). Bloom's Taxonomy. Vanderbilt University Center for Teaching. <https://cft.vanderbilt.edu/guides-sub-pages/blooms-taxonomy>
- Benschop Y. & Verloo M. (2011). Gender change, organizational change and gender equality strategies. In: E. Jeanes, D.Knights & P. Yancey-Martin (Eds.): *Handbook of Gender, Work and Organization* (pp 277-290). John Wiley. https://www.researchgate.net/publication/266686602_8_Benschop_Yvonne_Verloo_Mike_2011_Gender_Change_Organizational_Change_and_Gender_Equality_Strategies_In_Emma_Jeanes_David_Knights_and_Patricia_Yancey-Martin_Eds_Handbook_of_Gender_Work_and_Organizat
- Bonk, C. J., & Khoo, E. (2014). Adding some TEC-VARIETY: 100+ Activities for motivating and retaining learners online. *OpenWorldBooks.com*. <http://tec-variety.com>
- Concordia University Wisconsin. (n.d.). Learning Styles: How do you learn? *Academic Resource Center*. https://www.cuw.edu/academics/services/student-academic-resources/academic-resource-center/academic-services/_assets/4-Learning-Styles.pdf
- Council of Europe. (n.d, a). What is gender mainstreaming? <https://www.coe.int/en/web/genderequality/what-is-gender-mainstreaming>
- Council of Europe. (n.d.,b). Gender equality and gender mainstreaming <https://www.coe.int/en/web/sport/gender-equality-and-gender-mainstreaming>
- EIGE/European Institute for Gender Equality. (2022). Gender mainstreaming: Gender Equality in Academia and Research. GEAR tool step-by-step guide. https://eige.europa.eu/sites/default/files/documents/20220795_pdf_mh0922276enn_002.pdf
- European Parliament (2017). Understanding capacity-building/ capacity development: A core concept of development policy (Briefing). [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2017/599411/EPRS_BRI\(2017\)599411_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2017/599411/EPRS_BRI(2017)599411_EN.pdf)
- European Union – EUROPASS (n.d.), Description of the eight EQF levels. <https://europa.eu/europass/en/description-eight-eqf-levels>
- EURspace: European IVT Recognition Gateway (2015-2018). Erasmus+ project (2015-1-PT01-KA202-013119). Pedagogical Kit: Framework for Defining Learning Outcomes (Knowledge, Skills, Competence). <https://eurspace.eu/ecvet/pedagogicalkit/framework-for-defining-learning-outcomes-knowledge-skills-competence>
- Garrison, D. R., & Vaughan, N. D. (2008). *Blended learning in higher education: Framework, principles, and guidelines*. Jossey-Bass/Wiley.
- Germeroth, K. (2024, April 1). What is self-directed learning and what are its benefits? *Moodle* <https://moodle.com/us/news/what-is-self-directed-learning>
- Hanawald, S. (2023, December 19). What's the First Step in Leading Curricular Change? It Might Be a Curriculum Audit. *ERB*. <https://www.erblearn.org/blog/conduct-a-curriculum-audit>

- Hodgins, M., O'Connor P., Buckley, L-A. (2022). Institutional Change and Organisational Resistance to Gender Equality in Higher Education: An Irish Case Study. *Administrative Sciences*. 12(2):59. <https://doi.org/10.3390/admsci12020059>
- Laurillard, D. (2012). *Teaching as a design science: Building pedagogical patterns for learning and technology*. Routledge.
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia Learning* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- O'Donnell, S. (2021, January 29). Designing effective eLearning assessments Part 1: Assess for success. *BrightCarbon*. <https://www.brightcarbon.com/blog/designing-effective-elearning-assessments-part-1/>
- Reiners, T., & Wood, L. C. (Eds.). (2015). *Gamification in education and business*. Springer.
- SheCOACH: Gender Equality in Coaching – D2.2. *National Report, Cyprus* (2024). Responsible Partner: Cyprus Basketball Federation. Project Ref. Number: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Website: www.shecoach.eu
- SheCOACH: Gender Equality in Coaching – D2.2. *National Report, Greece* (2024). Responsible Partner: Symplexis in collaboration with the Greek Basketball Coaches Association. Project Ref. Number: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Website: www.shecoach.eu
- SheCOACH: Gender Equality in Coaching – D2.2. *National Report, Italy* (2024). Responsible Partner: L'ORMA. Project Ref. Number: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Website: www.shecoach.eu
- SheCOACH: Gender Equality in Coaching – D2.2. *National Report, Spain* (2024). Responsible Partner: Universidad de Murcia in collaboration with the Federación de Baloncesto de Castilla La Mancha. Project Ref. Number: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Website: www.shecoach.eu
- Sleeter, C. E., & Grant, C. A. (2009). *Making choices for multicultural education: Five approaches to race, class, and gender*. John Wiley & Sons.
- Suskie, L. (2018). *Assessing student learning: A common sense guide* (3rd ed.). John Wiley & Sons.
- UNESCO (2016, March). What Makes a Quality Curriculum? Current and Critical Issues in Curriculum and Learning. In-Progress Reflection No.2IBE/2016/WP/CD/02 <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000243975>
- UNESCO/ United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (2013). *Gender equality in education*. UNESCO Publishing. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000222121>
- UNESCO/ United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (2015). *A Guide for Gender Equality in Teacher Education Policy and Practices*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231646>