

آنتی دوپینگ/آشنایی با سامانه آموزشی ADEL بستر جهانی آموزش ضد دوپینگ

دکتر رضا سعیدی نیشابوری/قائم مقام دبیر کل ستاد ملی مبارزه با دوپینگ

با رشد روزافزون رقابت‌های ورزشی و نیاز به حفظ سلامت، عدالت و پاکی در میدان ورزش، آموزش مبارزه با دوپینگ به عنوان یک ضرورت بین‌المللی مورد توجه قرار گرفته است. سامانه ADEL، مخفف Anti-Doping Education and Learning، یکی از نوآورانه‌ترین و جامع‌ترین پلتفرم‌های آموزش الکترونیکی در این زمینه است که تحت نظارت مستقیم آژانس جهانی مبارزه با دوپینگ (WADA) فعالیت می‌کند. این سامانه با هدف توانمندسازی ورزشکاران، مربیان، پزشکان، والدین و دیگر فعالان حوزه ورزش برای مقابله مؤثر با دوپینگ طراحی شده است.

معرفی سامانه ADEL

سامانه آموزشی ADEL در ابتدا در سال ۲۰۱۸ معرفی شد و در ژانویه ۲۰۲۱ با طراحی جدید و ساختار منسجم‌تر بازآفرینی شد. این پلتفرم از طریق وبسایت رسمی WADA و اپلیکیشن موبایلی «ADEL by WADA» قابل دسترسی است و محیطی چندزبانه، جذاب و تعاملی را برای کاربران فراهم می‌کند.

مشخصات سامانه آموزشی ADEL

۱. هدف اصلی سامانه ADEL

ADEL توسط آژانس جهانی ضد دوپینگ (WADA) طراحی شده تا آموزش‌های رسمی، استاندارد و یکپارچه درباره ورزش پاک، قوانین ضد دوپینگ، حقوق ورزشکاران و مسئولیت‌های همراهان آنان را ارائه دهد.

این سامانه بخشی از چارچوب آموزشی جهانی ورزش پاک (I&E Framework) است که به کشورها، فدراسیون‌ها و ورزشکاران کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری از حقوق، مسئولیت‌ها و سازوکارهای مقابله با دوپینگ داشته باشند.

۲. ساختار سامانه

ADEL یک پلتفرم آموزش دیجیتال شامل موارد ذیل است:

- دوره‌های الکترونیکی (E-learning Courses)
- راهنماهای تعاملی (Interactive Guides)
- ارزیابی‌ها و آزمون‌ها (Assessments)
- نشان‌های دیجیتال (Badges)

- گواهی پایان دوره (Certificates)

۳. دسترسی و کاربری

ADEL یک سامانه رایگان و جهانی است. برای استفاده از آن، کافیست از طریق وبسایت ستاد ملی مبارزه با دوپینگ، بخش ADEL ثبت نام کنید. نسخه موبایل هم برای iOS و Android موجود است.

۴. ویژگی های فنی سامانه

- داشبورد پیشرفت فردی (Progress Tracker)

- دریافت خودکار گواهی PDF با نام فردی
- قابلیت ذخیره دوره های در حال مطالعه
- امکان ارسال مستقیم نمرات یا گواهی ها به فدراسیون ها (در صورت اتصال)

۵. قابلیت سفارشی سازی برای کشورها

سامانه ADEL امکان ساخت نسخه های بومی سازی شده را به نادوها (سازمان های ملی ضد دوپینگ) می دهد. مثلاً NADO ایران نسخه فارسی برای ورزشکاران سطح ملی طراحی کرده که محتوای آن مطابق مقررات WADA و سیاست های محلی است.

۶. کاربرد عملی در ورزش حرفه ای

پیش نیاز شرکت در برخی رویدادهای بین المللی: برخی از نهادهای بین المللی مانند شورای المپیک آسیا OCA گذراندن دوره های خاص ADEL را برای شرکت در مسابقات الزامی کرده اند.

۷. امنیت داده ها و حریم خصوصی

ADEL مطابق با قوانین بین المللی حفظ حریم خصوصی (مانند GDPR اروپا) طراحی شده و اطلاعات شخصی کاربران را با دقت محافظت می کند.

۸. به روز رسانی مستمر و تقویم آموزشی

محتوای سامانه دائماً به روز رسانی می شود. مثلاً فهرست مواد و روش های ممنوعه (Prohibited List) سالانه به روز می شود.

ویژگی های ADEL

- ارائه دوره‌های آموزشی تفکیک‌شده بر اساس نقش (ورزشکار، مربی، پزشک و...)
- محیط کاربری پویا، ساده و قابل شخصی‌سازی
- پشتیبانی از چندین زبان، از جمله زبان فارسی
- ارائه گواهینامه رسمی پس از اتمام دوره
- پلتفرم تلفن همراه با قابلیت آموزش آفلاین
- استفاده از ابزارهای گیمیفیکیشن مانند نشان‌ها و امتیازها برای افزایش انگیزه یادگیری

فرم‌ها و ابزارهای آموزشی استفاده‌شده در ADEL

فرایند آموزش در ADEL بر پایه تعامل، ارزیابی و خودآموزی طراحی شده است. در این راستا از فرم‌ها و قالب‌های آموزشی متنوعی به شرح ذیل بهره گرفته شده است:

- اینفوگرافیک‌ها و اسلایدهای تصویری برای ساده‌سازی مفاهیم پیچیده
- سوالات تعاملی و آزمون‌های کوتاه در پایان هر فصل
- مطالعه موردی (Case Studies)
- داستان‌های واقعی ورزشکاران با تجارب مثبت و منفی درباره دوپینگ
- فرم‌های ارزشیابی پایان دوره برای دریافت گواهینامه رسمی
- پروفایل شخصی برای پیگیری پیشرفت آموزشی

قابلیت جستجو

ADEL دارای قابلیت جستجو است که به شما کمک می‌کند سریعاً دوره‌ها، منابع آموزشی و مطالب مورد نیاز را بیابید. بخش Helpdesk میز راهنما :
 منوی Helpdesk شامل سوالات متداول و ویدئو نحوه استفاده از سامانه ادل می باشد.
 در نسخه موبایل ADEL نیز بخشی برای جستجو در میان دوره‌ها و مطالب وجود دارد که تجربه‌ای مشابه با نسخه وب فراهم می‌کند.

ADEL در ایران:

فروردین ۱۴۰۴ (آوریل ۲۰۲۵)، ایران‌نادو اولین دوره رسمی فارسی‌زبان را در ADEL راه‌اندازی کرد. این دوره شامل ۱۱ سرفصل و ۶۴ بخش، مخصوص ورزشکاران بین‌المللی است (International Level Athletes). همچنین دوره خاص ورزشکاران نخبه (TAME) به زبان فارسی ترجمه و در اختیار ورزشکاران قرار گرفته است. در حال حاضر گذراندن دوره‌های ادل و دریافت گواهی پایان دوره جهت شرکت در بسیاری از رویدادهای بین‌المللی از جمله المپیک، بازیهای آسیایی و ... الزامی است.

نحوه ثبت‌نام و استفاده

ثبت نام و شرکت در دوره رایگان است و برای همه آزاد است.

با مراجعه به وبسایت <http://iranado.ir> یا اپلیکیشن و ساخت حساب کاربری می‌توانید در سامانه ادل ثبت نام نمایید. (فایل راهنمای فارسی ثبت نام، در وبسایت ستاد ملی مبارزه با دوپینگ موجود است).

پس از ورود، برنامه‌های آموزشی مطابق نقش شما (برای مثال: ورزشکار ملی یا بین‌المللی) در داشبورد ظاهر خواهد شد.

نظام امتیازدهی و نشان‌ها (Badges) در ADEL

یکی از عناصر انگیزشی مهم در سامانه ADEL، استفاده از نظام امتیازدهی و اهدای نشان‌های آموزشی است. این ساختار باعث افزایش تعامل کاربر با دوره‌ها، ایجاد حس رقابت مثبت، و پیگیری مداوم فرآیند یادگیری می‌شود.

امتیازها: (Points)

در طول گذراندن دوره‌های مختلف، کاربر برای انجام فعالیت‌های آموزشی مشخص، امتیاز دریافت می‌کند. این امتیازها به صورت خودکار محاسبه و در پروفایل آموزشی او ثبت می‌شود.

برخی از فعالیت‌هایی که امتیاز دارند عبارتند از:

پایان موفق هر مازول یا فصل

پاسخ به آزمون‌های تعاملی

کامل کردن کل دوره و قبولی در آزمون نهایی

شرکت در نظرسنجی پایانی

معمولاً مجموع امتیاز قابل دریافت برای هر دوره بسته به طول و سطح دوره بین ۵۰۰ تا ۱۰۰۰ امتیاز است.

نشان‌های آموزشی: (Badges)

در کنار امتیاز، سیستم ADEL برای کاربران فعال و موفق، نشان‌هایی دیجیتال صادر می‌کند که در حساب کاربری نمایش داده می‌شوند. این نشان‌ها گواهی بر مهارت، تعهد و موفقیت فرد در مسیر یادگیری ضد دوپینگ هستند.

انواع نشان‌ها شامل:

Badge شرکت در دوره

Badge پایان موفق دوره (با قبولی در آزمون نهایی)

Badge مشارکت فعال (برای حضور پیوسته یا فعالیت‌های جانبی)

Badge طلایی / نقره‌ای / برنزی (برای کسب امتیازهای بالا)

کاربرد امتیاز و نشان‌ها:

- ✓ پیگیری پیشرفت شخصی
- ✓ نمایش میزان تعهد به ورزش پاک برای فدراسیون یا کمیته ملی المپیک
- ✓ پیش‌نیاز شرکت در اردوها یا مسابقات بین‌المللی
- ✓ افزایش رتبه آموزشی در سامانه و امکان دسترسی به دوره‌های پیشرفته‌تر

استفاده از سیستم امتیازدهی و نشان‌های دیجیتال در ADEL، فرآیند آموزش را از یک تجربه یکنواخت به مسیر انگیزه‌بخش، هدفمند و جذاب تبدیل کرده است. این ساختار نه تنها کیفیت یادگیری را بالا می‌برد، بلکه کاربر را برای پیوستگی در مسیر آموزش ضد دوپینگ تشویق می‌کند.

گروه‌های هدف

همانگونه که اشاره شد در سامانه آموزشی ADEL، دوره‌ها به صورت هدفمند و متناسب با نقش (Role-Based Education) طراحی شده‌اند. در ادامه فهرست گروه‌هایی که برای آن‌ها دوره‌های تخصصی در ADEL وجود دارد، ارائه می‌شود:

- ورزشکاران: (Athletes)
- مربیان: (Coaches)
- پزشکان و پرسنل درمانی: (Medical Personnel)
- والدین و خانواده ورزشکاران: (Parents & Supporters)
- کارشناسان آموزش ضد دوپینگ: (Educators & Teachers)

- مدرسین حوزه آنتی دوپینگ
- مسئولان برنامه‌ریزی آموزشی در نادوها
- پژوهشگران حوزه ضد دوپینگ
- عموم علاقه‌مندان به ورزش پاک: (General Public)

عمده دوره‌ها و برنامه‌های آموزشی در ADEL

۱. خاص ورزشکاران (Athletes)

ردیف	سطح	دوره های موجود
1	Registered Testing Pool Athletes (RTP)	ADEL for Registered Testing Pool
2	International-Level Athletes (ILA)	ADEL for International-Level Athletes ADEL Refresher for ILA
3	National-Level Athletes (NLA)	ADEL for National-Level Athletes ADEL Refresher for NLA
4	Talented Athletes	ADEL for Talented Athletes Talented Athletes at Major Events (stand-alone)
5	Youth Athletes	ADEL for Youth Athletes
6	Children and School Sport	Sport Values Online (Education Program)
7	All Athletes	Guide to the Prohibited List (yearly) Privacy & Information Security Awareness for Athletes

یکی از بخش‌های اصلی ADEL، دوره‌های اختصاصی برای ورزشکاران است. این دوره‌ها همانگونه که اشاره شد متناسب با سطح فعالیت ورزشکاران طراحی شده‌اند.

در دوره ویژه ورزشکاران سطح بین‌المللی که اخیراً نسخه فارسی آن نیز راه‌اندازی شده، محتوای آموزشی به صورت ساختارمند در قالب ۱۱ فصل و بیش از ۶۰ بخش ارائه می‌شود. محتوای اصلی این دوره‌ها عبارت‌اند از:

۱. آشنایی با آژانس جهانی ضد دوپینگ (WADA) و مأموریت آن
۲. تعریف دوپینگ و رفتارهای ممنوع
۳. فهرست مواد و روش‌های ممنوعه
۴. نحوه و مراحل کنترل دوپینگ (Doping Control Process)
۵. حقوق و مسئولیت‌های ورزشکاران در کنترل دوپینگ
۶. استفاده مجاز دارویی (TUE - Therapeutic Use Exemptions)
۷. مجازات‌ها و پیامدهای قانونی تخلفات ضد دوپینگ

۸. روش‌های گزارش‌دهی تخلفات (Speak Up / Whistleblower)

۹. نقش ارزش‌های اخلاقی در ورزش پاک

۱۰. پیشگیری از مصرف مکمل‌های آلوده

۱۱. مسئولیت مشترک تیم همراه ورزشکار (مربی، پزشک، خانواده)

۲. خاص پشتیبانان ورزشکاران (Athlete Support Personnel - ASPs)

ردیف	نقش	دوره‌های موجود
1	Coaches of High Performance Athletes	ADEL for High Performance Coaches ADEL Refresher Course At-a-Glance: Athlete Whereabouts At-a-Glance: Therapeutic Use Exemptions (TUE)
2	Medical Professionals	ADEL for Medical Professionals At-a-Glance: Athlete Whereabouts At-a-Glance: Therapeutic Use Exemptions (TUE)
3	Parents of High Performance Athletes	ADEL for Parents of High Performance Athletes. Athlete Support Personnel (ASP)'s Guide to the Code 2021 Education. Cannabinoid factsheet. Tramadol - Factsheet for athletes and athlete support personnel. Factsheet - Dried Blood Spot (DBS) Testing - The Basics. Factsheet - glucocorticoid injection education. ADEL Refresher Course for Parents of High Performance Athletes.
4	Teachers	Sport Values in Every Classroom
5	ASPs	Sport Values Online for Adults Sport Values Online for Children Athlete and Athlete Support Personnel Guide to the List 2025

۳. دوره‌های ویژه رویدادها (Major Events)

ADEL for Medical Professionals at Major Games

Talented Athletes at Major Events

ADEL for Olympic Winter Games Milano Cortina 2026