*Ονοματεπώνυμο: Βασιλείου Κατερίνα*

*ΑΜ:0712023*

Η βία και η επιθετικότητα καταστρέφουν τον αθλητισμό.

 Παρακάτω θα παρουσιαστεί ένα πρόγραμμα αγωγής υγείας που θα αναφέρεται στη βία και την επιθετικότητα στον αθλητισμό. Αγωγή υγείας είναι κάθε συνδυασμός μαθησιακών εμπειριών σχεδιασμένων έτσι ώστε να διευκολύνουν ή να οδηγήσουν σε εκούσιες πράξεις που να συμβάλλουν στην υγεία. Κάθε πρόγραμμα υγείας μπορεί να έχει σημαντικές επιδράσεις σε αλλαγές στον τρόπο ζωής. Επιθετικότητα είναι όταν κάποιος δείχνει ότι θέλει να βλάψει ή να τον τρομάξει ή να τον φοβίσει ενώ βία είναι η πράξη το να βλάψει κάποιος σωματικά κάποιον. Κάποιοι από τους παράγοντες που εμπλέκουν τη βία και την επιθετικότητα στον αθλητισμό είναι οι θεατές, οι αθλητές, οι προπονητές, οι αθλητικοί παράγοντες, οι πολιτικοί παράγοντες, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Κάποια μέτρα που θα μπορούσαμε να πάρουμε για την αποτροπή βίαιων φαινομένων θα μπορούσαν να ήταν η καλλιέργεια αθλητικής παιδείας, η καλλιέργεια του αυτοσεβασμού καθώς και γνώση και η τήρηση κανόνων.

 Σκοπός του προγράμματος είναι να αποτραπούν όσο το δυνατόν περισσότερο βίαιες συμπεριφορές στον αθλητισμό γιατί τα τελευταία χρόνια το φαινόμενο αυτό έχει πάρει τεράστιες διαστάσεις ειδικά στο χώρο του ποδοσφαίρου. Το πρόγραμμα θα περιέχει έξι μαθήματα και θα παρουσιαστεί και θα εφαρμοστεί σε μία ακαδημία ποδοσφαίρου της Αθήνας. Τα περισσότερα μαθήματα θα είναι πρακτικά αλλά θα υπάρχουν και κάποια θεωρητικά. Οι μέρες και οι ώρες που θα πραγματοποιηθούν τα μαθήματα θα είναι κανονισμένες ώστε να τα παρακολουθήσουν όλα τα μαθήματα και οι είκοσι αθλητές ηλικίας 20 ετών.

 Θεωρείται αναγκαία η παρουσίαση του προγράμματος καθώς τον τελευταίο καιρό το φαινόμενο της βίας στα γήπεδα και γενικότερα στον αθλητισμό μας επηρεάσει αρκετά. Βλέπουμε πολύ συχνά αγώνες να διακόπτονται και ανθρώπους να μεταφέρονται στα νοσοκομεία εξ’ αιτίας επεισοδίων στα ελληνικά γήπεδα. Οι μαθητές- αθλητές έχουν ως πρότυπα κάποιους αθλητές και προσπαθούν να στους μιμηθούν ακόμα και στις απρεπείς συμπεριφορές τους. Γι’ αυτό θα υπάρξει πλήρη ενημέρωση στους αθλητές μας σε βασικές αρχές κατά της βίας.

 Αναμένουμε πως τα αποτελέσματα του προγράμματος θα είναι θετικά, αφού το πρόγραμμα αυτό έχει εφαρμοστεί με επιτυχία και σε άλλες ακαδημίες ποδοσφαίρου και μπάσκετ. Ευελπιστούμε λοιπόν, πως μετά το τέλος των έξι μαθημάτων τα παιδιά θα έχουν τη δυνατότητα να προωθήσουν καλά πρότυπα ενάντια στη βία και στην επιθετικότητα και θα κινητοποιήσουν και τους γύρω τους.

 Θα αναλύσουμε λοιπόν παρακάτω έξι μαθήματα. Στο πρώτο μάθημα όλοι οι μαθητές της ακαδημίας μας θα ενημερωθούν και θα πρέπει να παρεβρίσκονται στη διάλεξη που θα πραγματοποιηθεί στις 16.00 και ημέρα Δευτέρα στο γήπεδο μας. Σκοπός του μαθήματος είναι να ενημερωθούν οι μαθητές σχετικά με τη βία στον αθλητισμό και στην καθημερινότητα μας γενικότερα. Θέματα τα οποία θα μας απασχολήσουν είναι για παράδειγμα η επιθετικότητα μεταξύ των αγωνιζομένων μεταφέρεται και πολλαπλασιάζεται μεταξύ των θεατών και πολλά ακόμα. Μέσα τα οποία θα χρησιμοποιήσουμε για επιτευχθεί ο στόχος μας είναι ένας προτζέκτορας μέσω του οποίου θα γίνει η παρουσίαση. Σαν ενδεικτική δραστηριότητα τα παιδία θα συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο σχετικό με όσα αναφέρθηκαν.

 Από το δεύτερο μάθημα και μέχρι το τέλος του προγράμματος χωρίσαμε τους αθλητές μας σε πέντε ομάδες. Η κάθε ομάδα έχει αναλάβει και μία ξεχωριστή δραστηριότητα.

 Μία ομάδα έχει αναλάβει να βρει αθλητικά γεγονότα του τελευταίου μήνα από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και από το διαδίκτυο και να τα παρουσιάσουν στους υπόλοιπους αθλητές τους. Σκοπός είναι να ψάξουν οι μαθητές μόνοι τους και να καταγράψουν γεγονότα και συμπεριφορές. Μέσα που θα χρησιμοποιήσουν είναι ένας υπολογιστής για να γίνει η παρουσίαση. Ενδεικτική δραστηριότητα θα είναι να κάνουν μία σύντομη περίληψη οι υπόλοιποι μαθητές για το σημαντικότερο γεγονός που είδαν.

 Η δεύτερα ομάδα έχει αναλάβει να βρει φωτογραφικό υλικό που να σχετίζεται με τη βία στον αθλητισμό αλλά και στην καθημερινότητα και να δημιουργήσει ένα κολάζ με αρκετές φωτογραφίες. Σκοπός η ομαδική συνεργασία και εύρεση φωτογραφιών και πληροφοριών βίας. Θα χρησιμοποιηθεί λοιπόν, ένας πίνακας και φωτογραφίες και ως ενδεικτική δραστηριότητα θα είναι η ανάδειξη της φωτογραφίας η οποία θα δημιουργεί περισσότερο το αίσθημα της φόβου.

 Η τρίτη ομάδα έχει αναλάβει να βρει τρία αθλητικά γεγονότα και να καταγράψει τους λόγους για τους οποίους κατέληξαν στο να διακοπούν εξαιτίας της βίας. Θα πραγματοποιηθεί μία παρουσίαση δηλαδή, στην οποία θα γίνει συζήτηση και παρουσίαση από την τρίτη ομάδα και θα πρέπει ως μια ενδεικτική δραστηριότητα να διαμορφώσουν όλοι οι μαθητές σωστούς κανόνες συμπεριφοράς έτσι ώστε να διορθωθεί αυτή η κατάσταση. Θα χρειαστεί μόνο ένας υπολογιστής για να γίνει η παρουσίαση, ένα φύλλο χαρτί και ένα στυλό για κάθε μαθητή.

 Η τέταρτη ομάδα έχει αναλάβει να παρακολουθήσει έναν αγώνα ποδοσφαίρου και να καταγράψει το πόσο επηρεάζει η στάση των αθλητών τους θεατές. Σκοπός αυτού του μαθήματος είναι να μπορέσουν να κατανοήσουν οι μαθητές πως πρέπει σαν αθλητές που είναι, και φυσικά σαν άνθρωποι να μην αντιδρούν επιθετικά ακόμη και αν τους προκαλεί κάποιος. Η στάση των αθλητών επηρεάζει πολύ τους θεατές και γι’ αυτό εκείνοι θα πρέπει πρώτοι να είναι ψύχραιμοι και να μην προκαλούν επεισόδια. Μέσα που θα χρησιμοποιήσουμε για να επιτευχθεί ο στόχος αυτός θα είναι η μεταφορά των μαθητών-αθλητών στο γήπεδο και οι σημειώσεις τους. Ως ενδεικτική δραστηριότητα οι μαθητές θα πάρουν συνεντεύξεις από κάποιους αθλητές τους παρατήρησαν να έχουν περισσότερα νεύρα, κατά τη διάρκεια του αγώνα, από κάποιους άλλους.

 Στην πέμπτη και τελευταία ομάδα, της έχει ανατεθεί να σημειώνουν όλοι οι συμμετέχοντες της, για μία εβδομάδα οποιαδήποτε μορφή βίας είδαν, δέχτηκαν είτε έκαναν στην καθημερινότητα τους. Σκοπός του προγράμματος είναι να ανακαλύψουν οι μαθητές το πόσο συχνό φαινόμενο είναι η βία και η επιθετικότητα στις μέρες μας. Για το λόγο αυτό θα καταγράψουν λεπτομερώς όλες τις απρεπείς συμπεριφορές της τελευταίες εβδομάδας. Ως ενδεικτική δραστηριότητα τα παιδιά θα χρησιμοποιήσουν ερωτηματολόγια μέσα στα οποία θα αναφέρονται ερωτήσεις σχετικά με το πόσο συχνό φαινόμενο είναι η επιθετικότητα σήμερα.

 Παρακάτω θα αναλύσουμε ένα από τα προγράμματα που προαναφέρθηκαν. Θα πούμε αναλυτικά λοιπόν, ότι πρόκειται να ειπωθεί στο πρώτο μάθημα, στη διάλεξη. Εμείς θα αναφέρουμε στα παιδιά θέματα σχετικά με την επιθετικότητα και την βία όχι μόνο στον αθλητισμό αλλά και στην καθημερινότητα μας.

 Οι γονείς, οι φίλοι και οι δάσκαλοι είναι οι ‘‘σημαντικοί άλλοι’’ που επηρεάζουν τα παιδιά. Τα μικρά παιδιά έχουν ως πρότυπο τους γονείς τους και τους δασκάλους τους. Οι γονείς και οι δάσκαλοι επηρεάζουν ή παρακινούν τα παιδιά. Τα παιδιά χρησιμοποιούν, αντιγράφουν, μιμούνται τις συμπεριφορές τους, βλέποντας λοιπόν τα παιδιά, τους γονείς τους για παράδειγμα, να συμπεριφέρονται επιθετικά υιοθετούν το ίδιο μοντέλο συμπεριφοράς. Η επιθετικότητα είναι θέμα ενημέρωσης και παιδείας. Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης μπορούν να μεταφέρουν λανθασμένα γεγονότα και να δημιουργήσουν στους θεατές μια λανθασμένη εικόνα, η προβολή για παράδειγμα μιας φανατισμένης κερκίδας διδάσκει επιθετικότητα. Η επιθετικότητα είναι θέμα νόμων και κανόνων, αν δεν τους παραβίαζε κανείς δεν θα υπήρχε κανένα πρόβλημα όχι μόνο στην επιθετικότητα αλλά και γενικότερα στην κοινωνία που ζούμε. Επίσης η επιθετικότητα είναι επικίνδυνη για την υγεία. Έρευνες έχουν δείξει πως τα επιθετικά άτομα έχουν περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από έμφραγμα. Όταν κάποιος νευριάζει με κάποιον ή κάτι θα πρέπει να αποτραβηχτεί από αυτό για να ηρεμήσει και όχι να παραμένει στον ίδιο χώρο για να αποφευχθεί η όξυνση του προβλήματος. Επιπλέον θα πρέπει να γίνονται συχνοί έλεγχοι σε όλους για κατανάλωση αλκοόλ ή χρήση ουσιών. Πολλά κρούσματα βίας έχουν δημιουργηθεί εξαιτίας χρήσης ουσιών, οι χρήστες δεν μπορούν να καταλάβουν το τι συμβαίνει γύρω τους και οδηγούνται σε ανάρμοστες συμπεριφορές. Όσο για τον αθλητισμό, δεν βοηθά στην απόδοση το να επιβληθείς στον αντίπαλο με κάθε τρόπο, αντίθετα η επιθετικότητα μειώνει την απόδοση γιατί σε κατάσταση θυμού όλοι είναι απρόσεκτοι και κάνουν λάθη. Όταν στόχος είναι η νίκη με οποιονδήποτε τρόπο, κάποιοι αθλητές δε διστάζουν ούτε να τραυματίσουν, ούτε να τραυματιστούν, ούτε να ντροπιαστούν, ούτε να προσπαθήσουν να ξεγελάσουν τον διαιτητή ή να αθετήσουν κανόνες. Πρέπει να δίνεται βάση στην προσπάθεια που κάνει ο κάθε αθλητής και όχι στη νίκη κάθε ομάδας. Πρέπει να δίνεται έμφαση στην προσπάθεια και στην προσωπική βελτίωση. Η καλλιέργεια του αυτοσεβασμού, του σεβασμού στους κανόνες και στους αντιπάλους είναι τα κύρια στοιχεία ώστε να υπάρχει μια σωστή διεξαγωγή των αγώνων. Λάθος εφαρμογή κανονισμών από τους διαιτητές, δημιουργεί βία σε θεατές και αθλητές διότι θεωρούν πως αδικούνται και οι αθλητές νιώθοντας αδικημένοι αντιδρούν επιθετικά. Η στάση όμως των αθλητών επηρεάζει και αυξάνει το φαινόμενο αυτό στις κερκίδες. Ο αθλητισμός είναι διασκέδαση και υγεία και δεν θα πρέπει να υπάρχουν κρούσματα βίας εκεί.

 Το παραπάνω πρόγραμμα θα αξιολογηθεί με ερωτηματολόγια που θα δοθούν στους μαθητές της ακαδημίας και μέσα από αυτά θα αξιολογηθεί η αποτελεσματικότητα του προγράμματος υγείας. Επίσης για την αξιολόγηση θα συμπληρώσουν οι μαθητές και κάποια κριτήρια σχετικά με τη βία στον αθλητισμό και στην καθημερινότητα μας. Επίσης, ως τελική αξιολόγηση θα υπάρχει ένα παιδαγωγικό παιχνίδι. Θα διεξαχθεί ένα φιλικό παιχνίδι μεταξύ των αθλητών αυτών και νικήτρια θα είναι η ομάδα που θα τηρήσει όσο το δυνατόν καλύτερα όσα έχουν αναφερθεί στο πρόγραμμα αυτό.