ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ 2015-16 ΜΕ ΘΕΜΑ : ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΟΝΟΜΑ: Καπνίσης Αντώνης
ΑΕΜ: 0712111

Η ΕΞΑΠΛΩΣΗ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ Η ΑΝΑΓΚΗ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗΣ ΤΗΣ

 Τα φαινόμενα εμφάνισης της βίας έχουν λάβει στις μέρες μας ανησυχητικές διαστάσεις. Τα φαινόμενα αυτά ξεκίνησαν από άλλες χώρες του κόσμου (ΗΠΑ, Αγγλία κλπ) και τα τελευταία χρόνια έχουν κορυφωθεί και στην χώρα μας. Παρακάτω θα αναλυθεί η ανάγκη για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή ενός προγράμματος αγωγής υγείας με σκοπό την εξάλειψη ή έστω τον περιορισμό της βίας στον χώρου του αθλητισμού και ειδικότερα σε αυτόν του ποδοσφαίρου και επίσης με σκοπό να καταφέρει το παιδί να διακρίνει και να απορρίπτει τις επιθετικές και βίαιες συμπεριφορές. Το πρόγραμμα θα εφαρμοστεί σε μια ακαδημία ποδοσφαίρου που προπονώ και πιο συγκεκριμένα σε παιδιά ηλικίας 9-11 ετών.

 Η επιλογή του συγκεκριμένου ηλικιακού φάσματος φυσικά δεν είναι τυχαία. Κατά μέσο όρο έχει αποδειχθεί ότι το δέκατο έτος ζωής ενός ατόμου είναι το διάστημα που ξεκινάει να εμφανίζει κάποια αρχικά στάδια επιθετικότητας προς τους φίλους/συμπαίχτες του κυρίως αλλά και προς τους δασκάλους ή ακόμα και τους γονείς του. Η εμφάνιση των πρώιμων μορφών επιθετικότητας μπορεί να αξιολογείται από τους γονείς ή τους δασκάλους του παιδιού ως ΄΄ αθώα ΄΄, όμως αν δε δοθεί η πρέπουσα σημασία, μπορεί και με τις ανάλογες παρέες μεγαλώνοντας το παιδί, να είναι αυτή που θα οδηγήσει το παιδί αυτό στη βία όταν βρεθεί στο γήπεδο. Επομένως γίνεται εύκολα αντιληπτό ότι το να διδαχθεί το παιδί από μικρό τα αρνητικά της βίας και στη θεωρία και στη πράξη είναι πολύ σημαντικό για να μην εμφανίσει τέτοια φαινόμενα αργότερα.
 Ο συγκεκριμένος χώρος του ποδοσφαίρου είναι ίσως από τους πλέον απαραίτητους χώρους που πρέπει να διδαχθεί η αποφυγή της βίας. Το ποδόσφαιρο θεωρείται ένα από τα βιαιότερα και πιο φανατισμένα αθλήματα τόσο εντός όσο και εκτός αγωνιστικού χώρου. Τα παιδιά μέσω των τηλεοράσεων και του internet τείνουν να αντιγράφουν διάφορα πρότυπα, όμως δεν έχουν ακόμα τις γνώσεις να διαχωρίσουν το καλό από το κακό πρότυπο. Αυτές τις γνώσεις είμαστε υποχρεωμένοι να τις δώσουμε εμείς στα παιδιά για να αποτρέψουμε την υιοθέτηση βίαιων συμπεριφορών, τις οποίες κάποιο παιδί μπορεί να θεωρεί ΄΄ σωστό ΄΄ να πράξει, εφόσον τις διαπράττει και το είδωλό του ή η ομάδα του.
 Άλλος ένας λόγος που είναι σημαντικό να εφαρμοστεί το πρόγραμμα αυτό στο συγκεκριμένο πεδίο είναι η αύξηση της αποτελεσματικότητας του παιδιού στο άθλημα που κάνει (συγκεκριμένα στο ποδόσφαιρο). Η βία προκαλεί και εκνευρισμό τόσο σε αυτόν που την διαπράττει όσο και σε αυτόν που τη δέχεται. Σίγουρα ένας παίχτης που έχει εκνευρισμό θα έχει και μειωμένη απόδοση κατά τη διάρκεια του αγώνα. Επομένως, ένα παιδί που καταφέρνει να αποβάλει τις επιθετικές συμπεριφορές από το παιχνίδι του, θα αποβάλλει και τον εκνευρισμό, κάτι που θα έχει πολύ καλά αποτελέσματα στην απόδοσή του.

 Τα προσδοκώμενα αποτελέσματα, αν το πρόγραμμα και η διδασκαλία του λειτουργήσει όπως υπολογίζουμε, θα έχει εμφανή αποτελέσματα κυρίως μέσα στον χώρο του ποδοσφαίρου. Αυτά τα αποτελέσματα θα είναι τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα. Πρώτες και πιο γρήγορες ενδείξεις ότι το παιδί έχει κατανοήσει την αξία της καλής συμπεριφοράς μέσα στο γήπεδο, είναι η συμπεριφορά απέναντι στον αντίπαλο. Για παράδειγμα η αποφυγή πολύ δυνατών μαρκαρισμάτων (τάκλιν) , είναι μια ένδειξη ότι το παιδί μπορεί να αντιμετωπίσει την επιθετικότητα που ίσως να είχε πριν εφαρμοστεί το πρόγραμμα. Άλλες ενδείξεις είναι η αποφυγή λεκτικής βίας προς τον αντίπαλο ή ακόμα και στον διαιτητή για διαμαρτυρία. Σε πιο μακροπρόθεσμο επίπεδο, όταν το παιδί μεγαλώσει και πάει ως οπαδός να παρακολουθήσει έναν αγώνα, να αποφύγει τις βρισιές και τους άσχημους χαρακτηρισμούς προς τον αντίπαλο (γεγονός το οποίο ειδικά στα ελληνικά γήπεδα έχει πάρει πολύ μεγάλες διαστάσεις) ή ακόμα χειρότερα να αποφύγει τις εκδηλώσεις βίας και χουλιγκανισμών. Εφόσον λοιπόν επιτευχθούν αυτά τα αποτελέσματα μέσω της εφαρμογής του προγράμματος, δηλαδή α) το παιδί να μάθει από μικρό να διεκδικεί ότι θέλει με ειρηνικές πράξεις, β) να μη θεωρεί ότι σημαντικότερο πράγμα στη ζωή είναι η νίκη και γ) να αντιστέκεται και να καταδικάζει τα διάφορα φαινόμενα βίας που βλέπει στο περιβάλλον του αλλά και στα ΜΜΕ, τότε πέρα από τον χώρο του ποδοσφαίρου θα έχει κατορθώσει να αποβάλει τα φαινόμενα βίας και επιθετικότητας και από τη ζωή του.

 Το πρόγραμμα που θα εφαρμόσουμε θα αποτελείται από 6 επιμέρους μαθήματα που όλα θα έχουν γενικό σκοπό την ενημέρωση για τις συνέπειες της βίας. Θα χρειαστεί δηλαδή 1 ώρα/εβδομάδα ένα θεωρητικό μάθημα ανάμεσα στις προπονήσεις.

**1ο μάθημα:** Σκοπός του πρώτου μαθήματος θα είναι η ενημέρωση για τις επιπτώσεις και τα αρνητικά που έχει η βία. Τα μέσα και οι μέθοδοι που θα χρησιμοποιηθούν είναι βίντεο και εικόνες που απεικονίζουν σκηνές βίας και τι προέρχεται από αυτές (τραυματισμοί, τιμωρίες). Μια δραστηριότητα που θα βοήθαγε τα παιδιά να κατανοήσουν καλύτερα το νόημα του μαθήματος, είναι να βρει ο καθένας από μια εικόνα που αφορά τη βία στα γήπεδα.

**2ο μάθημα:** Το δεύτερο μάθημα έχει σκοπό να δείξει στα παιδιά την ραγδαία αύξηση των φαινομένων βίας στο πέρασμα των χρόνων και την τάση που έχει να αυξηθεί και άλλο. Θα χρησιμοποιηθούν σαν μέσα άρθρα εφημερίδων ΄΄ τότε ΄΄ και ΄΄ τώρα ΄΄ για να δείξουμε πόσο περισσότερο ασχολούνται όλοι με τα φαινόμενα βίας τώρα. Εδώ, μετά από ένα Σ/Κ με αγώνες, θα μπορούσαν να ψάξουν όλοι να βρουν ένα άρθρο με επεισόδια που έγιναν σε κάποιο γήπεδο του κόσμου και να τα φέρουν.

**3ο μάθημα:** Σκοπός είναι η ενημέρωση των παιδιών σχετικά με τις επιπτώσεις που έχει η βία στην μείωση της απόδοσης. Θα χρησιμοποιηθούν έρευνες και δηλώσεις ποδοσφαιριστών που παραδέχονται ότι είναι πιο αποτελεσματικοί όταν επικρατεί ηρεμία. Μια ομάδα παιδιών μπορεί να οργανώσει μια συζήτηση ανάμεσα στα παιδιά του συγκεκριμένου τμήματος της ακαδημίας, στην οποία θα αναφέρονται σκηνές βίας ενός παιχνιδιού και πώς αυτές επηρέασαν την εξέλιξή του

**4ο μάθημα:** Σκοπός του τέταρτου μαθήματος είναι η ενημέρωση των παιδιών σχετικά με τις επιπτώσεις που έχει η βία στην υγεία, τόσο εκείνου που την δέχεται (τραυματισμός σωματικός και ψυχολογικός) όσο και εκείνου που την ασκεί (έρευνες έχουν δείξει ότι τα επιθετικά άτομα είναι πιο πιθανό να πεθάνουν από έμφραγμα). Τα μέσα που θα χρησιμοποιήσουμε είναι φωτογραφίες, συνεντεύξεις αθλητών και έρευνες. Μια καλή δραστηριότητα που θα μπορούσε να εφαρμοστεί, είναι να ψάξουν όλοι στο internet ένα περιστατικό που κάποιο βίαιο φαινόμενο (με ή χωρίς θέληση) επηρέασε την υγεία κάποιου παίχτη ή οπαδού και ό,τι βρουν να το παρουσιάσουν στα υπόλοιπα παιδιά της ακαδημίας για να ενημερωθούν και αυτά.

**5ο μάθημα:** Στο πέμπτο μάθημα θα γίνει αναφορά στις πηγές, τα μέσα και τις αιτίες μέσω των οποίων προβάλετε και προέρχεται το φαινόμενο της επιθετικότητας και της βίας. Θα χρησιμοποιηθούν πηγές από το internet, από βιβλία και άρθρα. Εδώ μπορεί το καθένα παιδί να γράψει την αιτία που πιστεύει ότι προάγει περισσότερο τη βία και να τα κολλήσουν στο τοίχο όλοι μαζί, ως παραδείγματα προς αποφυγήν από όλους.

**6ο μάθημα:** Στο τελευταίο μάθημα και αφού έχουν διδαχθεί τα πάντα σχετικά με το φαινόμενο της βίας θα γίνει αναφορά στους τρόπους που μπορεί να αντισταθεί κάποιος στο φαινόμενο αυτό και να ακολουθήσει ένα καλό τρόπο συμπεριφοράς τόσο εντός γηπέδου, όσο και στη ζωή του. Εδώ θα προσκαλέσουμε κάποιους ποδοσφαιριστές-πρότυπα να μιλήσουν από κοντά για τις εμπειρίες τους και τον τρόπο με τον οποίο φέρονται εντός και εκτός γηπέδου.

 Στο **1ο μάθημα** θα γίνει μια ενημέρωση γενικά για τη βία στα γήπεδα και πιο συγκεκριμένα μια αναφορά στις επιπτώσεις και τα αρνητικά που έχει αυτή στο χώρο του αθλητισμού και όχι μόνο! Στην αρχή του μαθήματος λοιπόν, θα γίνει μια εισαγωγή με μια μικρή διάλεξη που θα ενημερώνει τους παίχτες μας για τις καταστάσεις βίας η οποία έχει μπει για τα καλά στο χώρου του ελληνικού αθλητισμού. Επίσης θα αναφέρουμε τις αιτίες που υπάρχει αυτό το φαινόμενο και που συνεχίζει να αυξάνεται δυστυχώς με αμείωτο ρυθμό.
 Στη συνέχεια, θα περάσουμε στο κύριο θέμα του μαθήματος, στο οποίο θα ενημερώσουμε τους μαθητές για τα προβλήματα και τις επιπτώσεις που μπορεί να επιφέρει η βία εντός και εκτός γηπέδου, τόσο σε αυτούς που τη δέχονται όσο και σε αυτούς που την ασκούν αλλά φυσικά και στον χώρο του αθλητισμού γενικότερα. Αυτή η ενημέρωση θα γίνει αρχικά μέσω κάποιων εικόνων που θα απεικονίζουν σκηνές βίας από ποδοσφαιρικούς αγώνες κυρίως και αργότερα μέσω ενός βίντεο που θα έχουμε ετοιμάσει και θα δείχνει εικόνες επεισοδίων από την κερκίδα αλλά και μέσα από τον αγωνιστικό χώρο (μεταξύ παιχτών αντιπάλων ομάδων). Με αυτό τον τρόπο, τα παιδιά θα πάρουν μια πρώτη εικόνα για το ΄΄ τι εστί βία στα γήπεδα ΄΄ και θα προβληματιστούν για τη συνέχεια, βλέποντας από την αρχή με ντοκουμέντα πόσο άσχημα αποτελέσματα μπορεί να έχει το φαινόμενο της βίας και της επιθετικότητας στον αθλητισμό. Για να μεγαλώσει ο προβληματισμός και να γίνουν πιο κατανοητά αυτά που ειπώθηκαν στο μάθημα, τα παιδιά στο τέλος του μαθήματος θα κληθούν να βρουν ή να περιγράψουν μια εικόνα που περιλαμβάνει βία στη γήπεδα. Έτσι, ο σκοπός μας που είναι να ενημερωθούν βαθύτερα τα παιδιά για το φαινόμενο αυτό θα είναι πιο εύκολα πραγματοποιήσιμος!

 Η σωστή αξιολόγηση του προγράμματος είναι πολύ σημαντική, για να καταλάβουμε αν είχε αποτέλεσμα το πρόγραμμα που εφαρμόστηκε! Η αξιολόγηση θα γίνει μέσω κάποιων ερωτηματολογίων που θα δοθούν στα παιδιά πριν το πρώτο μάθημα και μετά το τελευταίο μάθημα. Έτσι, θα κατανοήσουμε ποια ήταν η γνώμη και η γνώση των παιχτών μας πάνω σε αυτό το θέμα πριν και μετά τα μαθήματα και έτσι θα μπορέσουμε να κάνουμε μια σύγκριση, το αποτέλεσμα της οποίας θα μας κάνει να καταλάβουμε αν επετεύχθη ο σκοπός μας, που δεν είναι άλλος από το να καταφέρει το παιδί να καταλαβαίνει και να απορρίπτει τα φαινόμενα βίας από τον εαυτό του και να καταδικάζει αυτά που συμβαίνουν γύρω του. Φυσικά, πέρα από τη γραπτή υπάρχει και η πρακτική αξιολόγηση του προγράμματός μας! Αυτή δεν είναι άλλη από τη συμπεριφορά των παιχτών μέσα στο γήπεδο απέναντι στους αντιπάλους αλλά και στην κερκίδα, ευρισκόμενοι εκεί ως θεατές. Εφόσον καταλάβουμε λοιπόν μέσα από την πράξη αλλά και από τη θεωρία ότι ο μαθητής έχει προβληματιστεί, έχει κατανοήσει και έχει βελτιώσει τη συμπεριφορά του στο γήπεδο ή και εκτός, μειώνοντας παράλληλα την όποια επιθετικότητα ( μικρή ή μεγάλη) τον διέκρινε πριν την εφαρμογή του προγράμματος, τότε θα μπορεί να κριθεί σίγουρα επιτυχημένο το πρόγραμμα και ο προγραμματισμός που είχαμε σε αυτό!