

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑ

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

1.Σωματικά οφέλη:

- Διατήρηση αρμονικού και καλλίγραμμου σώματος
- Τόνωση του ανοσοποιητικού συστήματος και ευεργετική επίδραση στην υγεία
- Ενίσχυση των δεξιοτήτων και της δύναμης του ατόμου

2.Πνευματικά οφέλη:

- Ενίσχυση της κρίσης και της αντίληψης
- Αυτοσχεδιασμός και επινοητικότητα
- Το άτομο αντιλαμβάνεται τα σωματικά του όρια τις δυνατότητες του (αυτογνωσία)

3.Ψυχικά οφέλη :

- Αποσυμπίεση από το άγχος και τα προβλήματα της καθημερινότητας
- Βιοχημική ανταπόκριση του εγκεφάλου ,που χαρίζει ευεξία και απαλλάσσει από κατάθλιψη και ψυχοφθόρες καταστάσεις ,που εντοπίζονται τόσο σε επαγγελματικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο
- Αυτοπειθαρχία, προκειμένου να ανταπεξέλθει το άτομο στις ανάγκες του προγραμματισμού

4. Ηθικά οφέλη :

- Το άτομο μεινται στην αξία του προσωπικού μόχθου και της συστηματικής προσπάθειας
- Εκμάθηση συνεργατικότητας και σεβασμού στον αντίπαλο
- Αποβολή πνεύματος αθέμιτου ανταγωνισμού
- Καλλιέργεια σεβασμού για τους συνανθρώπους
- Σεβασμός στους προπονητές, που μπει τον αθλητή στην τήρηση της ιεραρχίας και των κανόνων λειτουργίας μιας οργανωμένης ομάδας
- Άρση του ρατσισμού και της διαφορετικότητας ,επειδή το κοινό ενδιαφέρον για ένα άθλημα υπερβαίνει τα εθνικά σύνορα και επιτρέπει τη συνεργασία σε ευρεία κλίμακα

ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ ΕΚΦΥΛΙΣΜΟΥ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΙΔΕΩΔΟΥΣ

- Η εμπορευματοποίηση του αθλητισμού ,κυρίως σε επίπεδο πρωταθλητισμού
- Χρηματισμός αθλητικών παραγόντων , ώστε να αντιμετωπίσουν ευνοϊκά μια ομάδα

- Υιοθέτηση αθέμιτων τακτικών για να εξασφαλιστεί η νίκη ,όπως χρήση αναβολικών ουσιών από τους αθλητές, που αλλοιώνουν το αποτέλεσμα της νίκης και επιβαρύνουν ιδιαίτερα την υγεία του αθλητή
- Οι αγώνες σε διάφορα εμπορευματοποιημένα αθλήματα δεν καθίστανται πλέον θέαμα , που μπορεί να το απολαύσει μια οικογένεια , επειδή εμπλέκεται η βία και ο φανατισμός
- Χουλιγκανισμός , ο οποίος τροφοδοτείται από τους ίδιους τους αθλητικούς παράγοντες , με σκοπό τον αποπροσανατολισμό των μαζών από μείζονα κοινωνικά ζητήματα
- Εσφαλμένος τρόπος εκτόνωσης των ατόμων και ιδίως των νέων ,οι οποίοι επιδιώκουν την αποσυμφόρηση από το άγχος και τις καθημερινές πιέσεις

ΤΡΟΠΟΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΠΥΧΩΝ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

- Προώθηση του ερασιτεχνικού αθλητισμού , μέσω εκχώρησης κρατικών κονδυλίων για τη δημιουργία αθλητικών υποδομών , που θα μηύσουν τους ανθρώπους και ιδίως τους νέους στην εξοικείωση με ποικίλες αθλητικές δραστηριότητες
- Καλλιέργεια μιας άρτιας αθλητικής παιδείας μέσω της ώθησης του νέου από τους γονείς στην ενασχόληση με ένα άθλημα
- Επικουρικά το σχολείο οφείλει να εμψυχήσει στο παιδί το αθλητικό ιδεώδες, μέσω της διεξαγωγής αθλητικών εκδηλώσεων και της επάνδρωσης των σχολικών εγκαταστάσεων με κατάλληλο αθλητικό εξοπλισμό και ειδικά καταρτισμένο αθλητικό εκπαιδευτικό προσωπικό
- Στηλίτευση φαινομένων χουλιγκανισμού και διαφθοράς από τα ΜΜΕ και προβολή κοινωνικών διαφημίσεων για τα οφέλη που μπορεί να αποκτήσει κανείς από την ενασχόλησή του με τον ερασιτεχνικό αθλητισμό
- Θέσπιση αυστηρού νομοθετικού πλαισίου από την Πολιτεία για την τιμωρία αθλητών και παραγόντων , που προβαίνουν στη χρήση αναβολικών ουσιών