

**4ο ΓΕΛ ΛΑΜΙΑΣ**  
**ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**  
**ΘΕΜΑ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ - ΘΕΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΡΝΗΤΙΚΕΣ**  
**ΠΤΥΧΕΣ**



**ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ: 2017-2018**

## ΣΚΟΠΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

**Σκοπός της ερευνητικής εργασίας μας ήταν να κατανοήσουμε τα αρνητικά του αθλητισμού και να εκτιμήσουμε τα οφέλη και τα θετικά στοιχεία που προσφέρει ο αθλητισμός και να γνωρίσουμε τους τρόπους αντιμετώπισης των αρνητικών πτυχών να τις καταπολεμήσουμε και να τις εξαλείψουμε.**

## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΕΙΝΑΙ:



Η κοπιαστική και μακροχρόνια άσκηση του σώματος, που προβλέπει την δημιουργία του ισχυρού σώματος και την καλλιέργεια ηθικών και πνευματικών χαρισμάτων.

**"Νους υγιής εν σώματι υγιή".**

## ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

- **ΜΥΚΗΝΑΪΚΗ (ΟΜΗΡΙΚΗ) ΕΠΟΧΗ** :Οι επίσημοι αθλητικοί αγώνες στον Όμηρο ήταν δύο ειδών. Οι αθλητικές γιορτές (Φαίακες) και οι επιτάφιοι αγώνες.
- **ΟΙ ΑΡΧΑΙΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ**: ήταν αυτοί που σύνδεσαν τον αθλητισμό με το αγνό Ελληνικό πνεύμα,
- **ΚΛΑΣΙΚΗ ΕΠΟΧΗ**: Οι Έλληνες καλλιέργησαν συστηματικά τον αθλητισμό ως πηγή υπέροχων πράξεων και κύριο συντελεστή κάθε προόδου
- **ΕΛΛΗΝΙΣΤΙΚΗ ΕΠΟΧΗ** :Στις παλιές και ιδιαίτερα στις νέες πόλεις που θεμελίωσε ο Αλέξανδρος και οι διάδοχοι του, ιδρύθηκαν γυμνάσια και οργανώθηκαν αγώνες.
- **ΒΥΖΑΝΤΙΝΗ ΕΠΟΧΗ** :Την εποχή του Βυζαντίου όλοι οι θρησκευτικοί αθλητικοί αγώνες είχαν καταργηθεί διότι θεωρούνταν ειδωλολατρικοί. Παρ όλα αυτά, όχι για θρησκευτικούς σκοπούς, αλλά από συνήθεια και για λόγους ψυχαγωγικούς και παραδοσιακούς, οι Βυζαντινοί συνέχισαν να γυμνάζονται.
- **ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ '21**: που ξεπήδησε από το αγωνιστικό πνεύμα του ηρωισμού και της παλικαριάς των προεπαναστατικών χρόνων, ο αθλητισμός άρχισε δειλά στην αρχή και ύστερα με σταθερά βήματα να καλλιεργείται στην Ελλάδα.
- **ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΕΠΟΧΗ**: Βλέπουμε ότι ο αθλητισμός είναι κυρίαρχος παγκοσμίως και οι διοργανώσεις αγώνων πάμπολλες με τεχνικές που εξελίσσονται συνεχώς. Επικεφαλής όλων είναι οι Ολυμπιακοί αγώνες

# Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ

Οι βασικές έννοιες που διδάσκεται το άτομο μέσω του αθλητισμού είναι:

- η βούληση .
- η αντοχή.
- η υπομονή.
- η επιμονή .
- η αγωνιστικότητα.
- η εργατικότητα.
- η σιγουριά.
- η δύναμη.
- η κοινωνικότητα.



# Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΣΕ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

Οι πέντε μορφές του αθλητισμού:

- Ερασιτεχνικός
- Επαγγελματικός
- Μαζικός αθλητισμός
- Φυσικές δραστηριότητες
- Παιχνίδι



## ΤΥΠΟΙ ΑΘΛΗΣΗΣ

- Τρέξιμο.
- Ποδήλατο-Αγωνιστική ποδηλασία.
- Ομαδικό άθλημα.
- Χορός.
- Cross Fit.
- Pilates.
- TRX.



# ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΗ.

- Εκτιμάται η προετοιμασία.
- Αποδοχή.

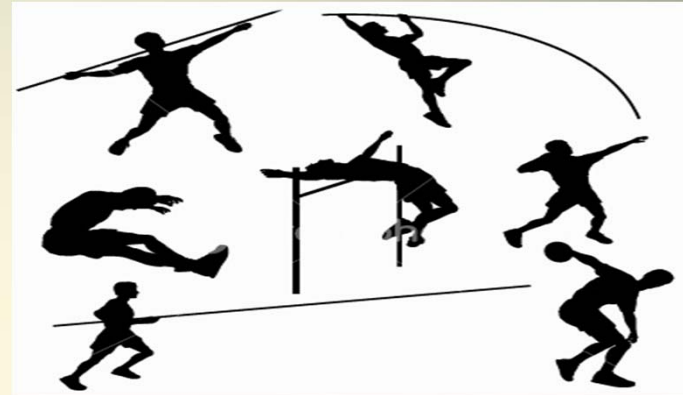
## ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ

- Ευκαιρία ηγεσίας.
- Ταυτότητα και ισορροπίες.
- Διαχείριση χρόνου.
- «Θυσιάζω τώρα» για να αποκομίσω αύριο.
- Οι σχέσεις με τα άλλα παιδιά.
- Ομαδικότητα.
- Διαφορετικότητα.
- Σχέσεις με τους ενήλικους.



## ΣΩΜΑΤΙΚΑ

- Καλή φυσική κατάσταση.
- Εκτόνωση του άγχους.
- Δεξιότητα.
- Υγιείς συνήθειες.



Αυτοί που δεν βρίσκουν χρόνο για σωματική άσκηση θα πρέπει να βρουν χρόνο για γιατρούς και φροντίδα

# ΤΑ ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

## ΦΑΡΜΑΚΟΔΙΕΓΕΡΣΗ (DOPING)

Τρόποι αντιμετώπισης της μάστιγας του ντόπινγκ

## ΕΜΠΟΡΕΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ

Τρόποι αντιμετώπισης εμπορευματοποίησης

- ✓ Οικογένεια.
- ✓ Σχολείο.
- ✓ Μ.Μ.Ε.
- ✓ Φορείς αθλητισμού. (Αθλητές και παράγοντες)
- ✓ Πολιτεία.
- ✓ Νέοι.



## ΧΟΥΛΙΓΚΑΝΙΣΜΟΣ

**Χουλιγκανισμός είναι η ανάρμοστη και βίαιη συμπεριφορά οπαδών αθλητικών ομάδων που οδηγεί στη διατάραξη της τάξης .**



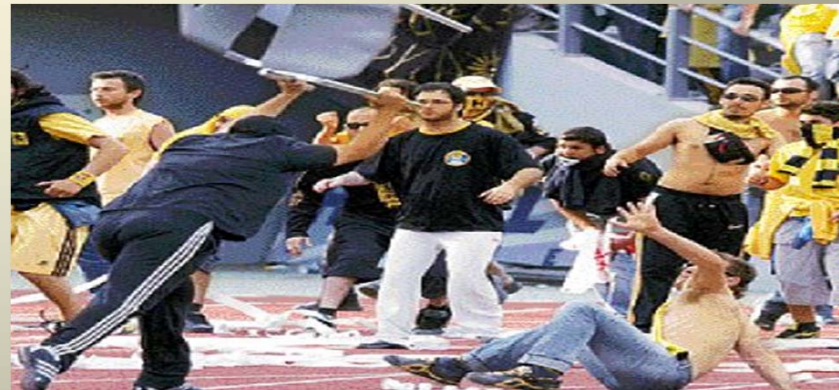
## ΑΙΤΙΑ ΧΟΥΛΙΓΚΑΝΙΣΜΟΥ

- ❖ Κοινωνικά και οικονομικά προβλήματα.
- ❖ Ανεργία.
- ❖ Έλλειψη παιδείας.
- ❖ Αλκοολισμός.
- ❖ Χρήση ναρκωτικών.
- ❖ Φανατισμός.
- ❖ Αντιδραστική συμπεριφορά των νέων.



## ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΑ

- I. **Νέα Φιλαδέλφεια Ιανουάριος 1991:** Ο μαθητής Γιώργος Παναγιώτου αφήνει την τελευταία του πνοή στο στάδιο της Νέας Φιλαδέλφειας πριν από τον αγώνα ΑΕΚ-Ολυμπιακού.
- II. **Γλυφάδα 12 Μαΐου 1993:** Ο Γιώργος Καρνέζης οπαδός του Παναθηναϊκού δέχεται επίθεση έξω από καφετέρια μετά από αγώνα μπάσκετ.
- III. **Σεπτέμβριος 2001:** Στον αγώνα ΠΑΟΚ – Παρί Σαν Ζερμέν για το κύπελλο της ΟΥΕΦΑ οι οπαδοί του ΠΑΟΚ έκαψαν το γήπεδο της Τούμπας .
- IV. **Δεκέμβριος 1997:** επεισόδιο μεταξύ οπαδών του Ολυμπιακού και του Παναθηναϊκού.
- V. **Η Τραγωδία του Χείζελ** ήταν μια από τις χειρότερες ποδοσφαιρικές τραγωδίες. Τριάντα εννέα οπαδοί έχασαν τη ζωή τους στον αγώνα Λίβερπουλ-Γιουβέντους.



## ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

- Μεγαλύτερη αστυνομική φρούρηση.
- Απαγόρευση εισόδου στα γήπεδα ανάλογα με το αδίκημα που κάποιος έχει διαπράξει.
- Ευαισθητοποίηση των μαθητών.
- Προβολή τηλεοπτικών σποτ με σκοπό την διακήρυξη της φιλίας.
- Περιορισμός ανισοτήτων και αδικιών στη σύγχρονη κοινωνία.



## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)
- [www.doping-prevention.sp.tum.de](http://www.doping-prevention.sp.tum.de)
- [www.in2life.gr](http://www.in2life.gr)
- [www.oneman.gr](http://www.oneman.gr)
- [www.mydiatrofi.gr](http://www.mydiatrofi.gr)
- ΣΩΤΗΡΗΣ Γ. ΓΙΑΤΣΗΣ, ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟΝ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΟΣΜΟ, Θεσσαλονίκη 1985.
- <http://www.allsportscamp.gr/>

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ