



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



Βία και επιθετικότητα στο μάθημα της ΦΑ, στον αθλητισμό και αλλού

Θεοδωράκης Γιάννης

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού



2^η εργασία προόδου

- Επιλέξτε 5 δραστηριότητες-ασκήσεις, μια από κάθε ένα από τα Κεφάλαια: Δεξιότητες ζωής, Διατροφή, Στρες, Κάπνισμα και Ντόπινγκ. Τροποποιήστε τις με ένα δικό σας τρόπο, και περιγράψτε πως θα τις εφαρμόσετε σε μαθητές Δημοτικού ή Γυμνασίου.
- Δώστε: τίτλο, σκοπό, περιγραφή, τάξη στην οποία απευθύνεστε.
- Μέγιστη έκταση εργασίας 3 σελίδες.
- Παράδοση εργασίας μέχρι Τετάρτη 10 Ιανουαρίου

2

Άδειες Χρήσης

- Περιήγηση, στο site του εργαστηρίου

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.



3

4

Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα Πανεπιστημίου Θεσσαλίας**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



5

Σκοποί ενότητας

Να γίνει κατανοητή η θεματολογία και ο τρόπος οργάνωσης σχετικού με τη βία και την επιθετικότητα στα спор και τη ζωή, προγράμματος αγωγής υγείας

6

Περιεχόμενα ενότητας

- Ορισμοί
- Στοιχεία σχετικά με τη βία και την επιθετικότητα στον αθλητισμό και τη φυσική αγωγή
- Σχέση ΜΜΕ

Τι πρέπει να γνωρίζουν οι καθηγητές ΦΑ και οι μαθητές

- Η επιθετικότητα στα σπορ δεν είναι ανεξέλεγκτη.
- Είναι δημιούργημα της κοινωνίας και της οργάνωσης του αθλητισμού.
- Είναι θέμα ενημέρωσης, παιδείας, αθλητικής φιλοσοφίας, και κανόνων.
- Οι καθηγητές ΦΑ και οι προπονητές μπορούν και πρέπει να ενημερώνουν τα παιδιά σωστά για το θέμα αυτό.
- Να μεταδίδουν μέσα από το παράδειγμά τους και τις πρωτοβουλίες τους μια σωστή φιλοσοφία για τον αθλητισμό.

Υπάρχουν προπονητές που διδάσκουν επιθετικότητα στους αθλητές τους,

όπως και καθηγητές και καθηγήτριες φυσικής αγωγής στους μαθητές τους, όταν

- *Κάνουν το λάθος να πιστεύουν ότι το σκληρό παιχνίδι ή το να επιβληθείς στον αντίπαλο με κάθε τρόπο, βοηθά και στην απόδοση.*
- *Ακόμα και ένα φάουλ βίαιο μπορεί να θεωρηθεί ως «λογική» ενέργεια, αν αποτρέπει ένα πιθανό γκολ του αντιπάλου.*

Τι πρέπει να γνωρίζουν οι καθηγητές ΦΑ

ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ

- έχουμε όταν ένας αθλητής ή φίλαθλος ή μαθητής κλπ. δείχνει ότι θέλει να βλάψει ή να τραυματίσει ή να φοβίσει κάποιον,

ενώ ΒΙΑ

- έχουμε όταν κάποιος βάζει αληθινά τη δύναμή του να βλάψει σωματικά.

Άρα η διαφορά είναι ότι η επιθετικότητα είναι πρόθεση ενώ η βία είναι πράξη (συμπεριφορά)

Γιατί συμβαίνουν επεισόδια μέσα στους αγωνιστικούς χώρους, στις κερκίδες, ή έξω από τα γήπεδα;

- Η επιθετικότητα μαθαίνεται και διδάσκεται με την παρατήρηση και τη μίμηση
- Τα άτομα παρατηρούν και μιμούνται τη συμπεριφορά των άλλων και μαθαίνουν. Αυτό μπορεί να συμβεί τόσο στα ευρύτερα πλαίσια της κοινωνίας αλλά και ειδικότερα τους αθλητικούς χώρους.
- Οι αθλητές και οι μαθητές παρατηρώντας άλλους να συμπεριφέρονται επιθετικά αναπαράγουν και υιοθετούν το ίδιο μοντέλο συμπεριφοράς.
- Η επιθετικότητα μεταξύ των αγωνιζόμενων μεταφέρεται και πολλαπλασιάζεται μεταξύ των θεατών.

Πώς μαθαίνεται η επιθετικότητα;

- Μαθαίνεται όταν λέμε μπράβο σε ένα μαθητή “γιατί έβαλε στη θέση του ένα αντίπαλο στο σχολικό πρωτάθλημα”,
- Οι εμπρηστικές δηλώσεις προπονητών, αθλητών, παραγόντων, τα κοινωνικά προβλήματα, και ο τρόπος που τα μέσα μαζικής ενημέρωσης παρουσιάζουν πολλά γεγονότα διδάσκουν επιθετικότητα και ταυτόχρονα προκαλούν τη βία.
- Η προβολή της φανατισμένης κερκίδας από τα ΜΜΕ «διδάσκει» επιθετικότητα στους θεατές.

Οι μαθητές και ιδιαίτερα αυτοί που πάνε στα γήπεδα πρέπει να πληροφορηθούν ότι:

- ...κάποιοι «σπρώχνουν» τους θεατές σε βίαια επεισόδια
- Οι θεατές επηρεάζονται από την επιθετικότητα που βλέπουν μέσα στο γήπεδο.
- Οι θεατές και οι αθλητές γίνονται βίαιοι όταν θεωρούν ότι αδικούνται και όταν γίνεται λάθος εφαρμογή κανονισμών.
- Η παρακολούθηση βίαιων σκηνών σε φιλμ ή μέσα στα γήπεδα, ή η παρακολούθηση βίαιων συμπεριφορών από άλλους θεατές στις κερκίδες, ωθούν προς μίμηση των πράξεων αυτών.

Οι μαθητές και ιδιαίτερα αυτοί που πάνε στα γήπεδα ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ότι:

ο Η επιθετικότητα είναι επικίνδυνη για την υγεία. Έρευνες δείχνουν ότι τα επιθετικά άτομα έχουν περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από έμφραγμα.

ο Όταν ο στόχος είναι νίκη με οποιονδήποτε τρόπο, κάποιοι αθλητές δε διστάζουν ούτε να τραυματίσουν, ούτε να τραυματιστούν, ούτε να ντοπαριστούν, ούτε να προσπαθήσουν να ξεγελάσουν το διαιτητή ή ν' αθετήσουν τους κανόνες.

Τι πρέπει να κάνει ο καθηγητής ή η καθηγήτρια ΦΑ σε ανάλογες επικίνδυνες φάσεις στο μάθημα

- Να διακόπτει το παιχνίδι και να εξηγεί ότι αυτές οι ενέργειες εκτός από τον κίνδυνο του τραυματισμού, μειώνουν και την απόδοση των παιχτών.

Επίσης, θα πρέπει να πληροφορηθούν τα εξής:

Η βία στα γήπεδα σχετίζεται επίσης με:

- την ανωνυμία των φιλάθλων,
- το στρίμωγμα των φιλάθλων στις κερκίδες
- την προβολή ατόμων με βίαια συμπεριφορά
- τη φανατισμένη κερκίδα, το μη διαχωρισμό των θεατών των δύο ομάδων,
- τη χρήση αλκοόλ ή ναρκωτικών ουσιών,
- τις καιρικές συνθήκες, ή την κακή διαιτησία,
- την καθυστέρηση στην έναρξη του παιχνιδιού.

Στον αθλητισμό πολλές κινήσεις, αν και είναι νόμιμες

Όπως:

- οι κινήσεις των χεριών στο μπάσκετ,
- ένα μπλοκάρισμα,
- ένα τάκλιν στο ποδόσφαιρο

περιέχουν μια μορφή επιθετικότητας και βίας.

- Για παράδειγμα, ένα «αθώο» τάκλιν απέχει πολύ λίγο από το να γίνει παράνομο, επιθετικό και επικίνδυνο.
- Δυστυχώς πολλοί θεωρούν ότι στοιχεία επιθετικότητας, αλλά και βίας, είναι αναγκαία στα διάφορα αθλήματα.

Γιατί η επιθετικότητα κάνει πάντα κακό;

Οι μαθητές πρέπει να μάθουν ότι η επιθετικότητα πάντα μειώνει την απόδοση:

- των αθλητών στα γήπεδα,
- των μαθητών στο μάθημα της φυσικής αγωγής,
- των μαθητών στα μαθήματα του σχολείου,
- των οδηγών στην οδήγηση,
- των επαγγελματιών στον επαγγελματικό τους χώρο,
- των διδασκόντων κλπ.

ΓΙΑΤΙ;

- Γιατί σε κατάσταση θυμού ΟΛΟΙ είναι απρόσεκτοι και κάνουν λάθη!!!

Όταν ένας μαθητής θυμώνει στο παιχνίδι ή το μάθημα φυσικής αγωγής (ή ένας αθλητής θυμώνει στο γήπεδο)...

- Πρέπει να απομακρύνεται από το παιχνίδι για να ηρεμίσει. Θα πρέπει όμως να του εξηγείται ότι δεν τιμωρείται, αλλά απομακρύνεται γιατί δε θα μπορεί να παίξει καλά στη συνέχεια κάτω από την επήρεια του θυμού.
- Οι μαθητές και οι αθλητές θα πρέπει να διδάσκονται τεχνικές χαλάρωσης για να ελέγχουν το θυμό τους και έτσι να αποδίδουν καλύτερα.

Τι μηνύματα θα πρέπει να περνούν ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ οι καθηγητές Φ.Α. στους μαθητές τους;

- Επιτυχία είναι η προσωπική βελτίωση κι όχι το ξεπέραςμα των άλλων
- Σημασία έχει η προσπάθεια κι όχι το αποτέλεσμα
- Η άθληση είναι πάνω απ' όλα διασκέδαση
- Δεν συμπεριφερόμαστε ποτέ αντιαθλητικά, ανεξάρτητα από το τι κάνουν οι αντίπαλοί μας γιατί πρώτα από όλα σεβόμαστε τον εαυτό μας

(συνέχεια...)

Μηνύματα..

- Οι αντίπαλοι είναι πρόκληση για νέες γνωριμίες
- Σεβόμαστε τους κανόνες γιατί μας βοηθάνε στο να συγκεντρωθούμε καλύτερα και να αποδίδουμε καλύτερα.
- Σεβόμαστε τους κανόνες γιατί σεβόμαστε πρώτα από όλα τον εαυτό μας.
- Η άθληση είναι υγεία, η επιθετικότητα καταστροφή της υγείας

Θέμα για προβληματισμό

Οι μαθητές πρέπει να μάθουν ότι ΔΥΣΤΥΧΩΣ πολλά Μέσα Μαζικής Επικοινωνίας προβάλλουν την επιθετικότητα και τη βία, τόσο στον αθλητισμό όσο και στην καθημερινή ζωή.

Με ποιους τρόπους γίνεται αυτή η προβολή;

Τρόποι προβολής επιθετικότητας και βίας από τα ΜΜΕ:

- Όταν κάποιος ακούει «επικίνδυνες» δηλώσεις αθλητών, προπονητών ή παραγόντων τότε θα επηρεαστεί.
- Ακόμα και οι «αθώες» δηλώσεις της μορφής
 - «θα γίνει μάχη»,
 - «τα στρατόπεδα των δύο ομάδων»,
 - «οι ηρωικοί οπαδοί θα δώσουν το παρόν»,
 - «εμείς είμαστε άνδρες» κ.ά.,

διδάσκουν την επιθετική συμπεριφορά.

(συνέχεια...)

Θέμα για μελέτη

- Μέσα από έρευνες αποδεικνύεται πώς τα ΜΜΕ προβάλλουν συστηματικά και προάγουν τη βία και την επιθετικότητα στα σπορ:
 - με κάλυψη και επανειλημμένη προβολή σκηνών επιθετικότητας
 - με πορτρέτα αθλητών οι οποίοι διακρίνονται για την επιθετικότητά τους
 - με τη χρήση σκηνών και φράσεων επιθετικότητας σε διαφημιστικά σποτ αγώνων
 - με τη δημιουργία και προβολή «πολεμικού» κλίματος πριν από σημαντικούς αγώνες

Πώς προάγουν την επιθετικότητα και τη βία τα ΜΜΕ;

- ✓ Όταν οι τηλεοπτικοί σταθμοί δείχνουν σκηνές επιθετικών ενεργειών, στην πραγματικότητα ενθαρρύνουν και ηρωοποιούν αυτές τις ενέργειες. Τα υπεύθυνα ΜΜΕ πρέπει να αγνοούν εντελώς βίαια επεισόδια μην προβάλλοντάς τα.
- ✓ Τα ΜΜΕ δεν πρέπει να επιχειρούν να παρουσιάσουν προστριβή, έχθρα ή αντιπαλότητα ανάμεσα σε δύο ομάδες πριν τον αγώνα.

Τρόποι περιορισμού της βίας στα γήπεδα:

- Απαγόρευση του αλκοόλ στα γήπεδα
- Να ενθαρρύνεται η επικοινωνία μεταξύ των μελών αντίπαλων ομάδων από τους προπονητές και τους μάνατζερ.
- Οι εκδηλώσεις επιθετικότητας των θεατών πρέπει να αντιμετωπίζονται γρήγορα και σοβαρά.
- Να υπάρξει αυστηρή νομοθεσία που θα απαγορεύει επικίνδυνες δηλώσεις και συμπεριφορές αθλητών, παραγόντων, πολιτικών προσώπων, ή των ΜΜΕ που τα προβάλλουν.
- Αύξηση του αριθμού των διαιτητών, της χρήσης τεχνολογικών μέσων και της εκπαίδευση διαιτητών και θεατών στους κανονισμούς
- Οι παράγοντες που συντηρούν κερκίδες, πρέπει να καταλάβουν ότι μόνο κακό κάνουν στις ομάδες τους.

Ιδέες σε πρόγραμμα αγωγής υγείας

Ακολουθούν ενέργειες που μπορούν να πραγματοποιηθούν μέσα στην τάξη στα πλαίσια του σχολείου:

Ποια πρέπει να είναι η προσέγγιση της επιθετικότητας και της βίας από τα ΜΜΕ;

- ✓ Να αποφεύγουν την προβολή του σκληρού παιχνιδιού και την κάλυψη σκηνών βίας είτε με αθλητές, είτε με θεατές
- ✓ Να αποφεύγουν δηλώσεις προπονητών, παραγόντων ή αθλητών που θεωρούν ότι αδικούνται
- ✓ Να προβάλλουν σκηνές που τονίζουν τη συναδελφικότητα μεταξύ αντίπαλων ομάδων
- ✓ Να προβάλλουν αθλητές «θετικά- πρότυπα»
- ✓ Να μην προβάλλουν την φανατισμένη κερκίδα και τους αρχηγούς της.

Τρόποι περιορισμού της βίας και της επιθετικότητας στα πλαίσια του σχολείου:

- Ένας αθλητής, ή μαθητής, που εμπλέκεται σε μια παράνομη επιθετική ενέργεια πρέπει να τιμωρείται.
- Οι προπονητές ή καθηγητές φυσικής αγωγής σε σχολικά πρωταθλήματα που ενθαρρύνουν ή ακόμα και επιτρέπουν στους αθλητές τους να εμπλέκονται σε εκδηλώσεις βίας, που επιτίθενται στους διαιτητές, πρέπει να τιμωρούνται με πρόστιμο, να επικρίνονται, ή να τους απαγορεύεται να ασκήσουν τα καθήκοντά τους.

1η

Μια ομάδα μαθητών να προβάλλει με όποιον πρόσφορο τρόπο μπορεί, η να γράψει τα παρακάτω συνθήματα σε μορφή αφίσας και να τα αναρτήσει σε ταμπλό ή στους τοίχους:

- ✓ **ΦΙΛΑΘΛΟΙ**
- ✓ *Αν θέλετε οι ομάδα σας να νικάει μείνετε ήρεμοι*
- ✓ *Αν θέλετε την υγεία σας μείνετε ήρεμοι*
- ✓ *Αν θέλετε να μην σας εκμεταλλεύονται “κάποιοι” μείνετε ήρεμοι.*
- ✓ *Αν αγαπάτε αληθινά τον αθλητισμό, γυμναστείτε οι ίδιοι, ήρεμα και ευχάριστα.*

2η

Μια ομάδα μαθητών να προβάλλει με όποιον πρόσφορο τρόπο μπορεί, ή να γράψει το παρακάτω σύνθημα σε ένα πανό:

«Η ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ Η ΒΙΑ ΣΤΑ ΓΗΠΕΔΑ ΚΑΤΑΣΤΡΕΦΟΥΝ

- ΤΙΣ ΟΜΑΔΕΣ
- ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ,
- ΤΙΣ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ,
- ΤΟΥΣ ΘΕΑΤΕΣ ΚΑΙ
- ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ»

4η

Εργασία:

- Την Τρίτη μια ομάδα μαθητών να οργανώσει συζήτηση με θέμα σκηνές από την καθημερινή ζωή της πόλης στις οποίες παρατήρησαν καβγάδες, λογομαχίες ή επιθετικότητα
 - μεταξύ γειτόνων,
 - μεταξύ οδηγών,
 - μεταξύ μαθητών,
 - μεταξύ πολιτών και αστυνομικών κλπ.

6η

Εργασία:

- Την Πέμπτη μια ομάδα μαθητών να συγκεντρώσει φωτογραφικό υλικό με σκηνές βίας από
 - ✓ τον αθλητισμό και
 - ✓ την καθημερινή ζωή,
- και να κάνει μια έκθεση με δικά της σχόλια και κείμενα σε ένα ταμπλό

3η

Εργασία:

- Μια Δευτέρα μια ομάδα μαθητών να συγκεντρώσει εφημερίδες με δηλώσεις αθλητών ή προπονητών, ή δημοσιογράφων με επικίνδυνες δηλώσεις αναφορικά με τα αθλητικά γεγονότα του Σαββατοκύριακου.
- Να σχολιάσουν τα ίδια τα παιδιά τους τίτλους των εφημερίδων ιδιαίτερα των καθαρά αθλητικών.

5η

Εργασία:

- Την Τετάρτη μια ομάδα μαθητών που παρακολουθεί αγώνες σε γήπεδα να περιγράψει το πνεύμα μιας κερκίδας:
 - τι συμβαίνει εκεί,
 - τι λόγια λέγονται,
 - αν παρατήρησαν να γίνεται χρήση αλκοόλ, ή ναρκωτικών κλπ.



7η

Μια ομάδα μαθητών να οργανώσει ένα διαγωνισμό σε όλο το σχολείο και να βραβεύσει το καλύτερο

- σκίτσο,
 - αφίσα,
 - ή κολάζ
- εναντίον της επιθετικότητας και της βίας στον αθλητισμό και την καθημερινή ζωή.



Aggression and health

- Aggressive people are more sensitive to serious health problems.
- Scientific articles published between 2000 and 2010 examined the negative effects of anger and hostile conduct on peoples' health status.
- The literature demonstrates that anger, suppressed or expressed, can determine various diseases,
- Heart diseases
- Diabetes
- Hypertension
- People suffering from bulimia nervosa
- or it can be the cause of the growing number of car accidents.

Exercise

Strategies to help athletes control their emotions, and the optimum level of performance

- When an athlete is on anger.....
- Choose to use a reminder to relax, to focus on your shoes,
- Choose to breath in and out slowly whenever you need to relax, or to control your arousal.

Some forms of aggression are not bad, however decrease performance

- Against the net or the racket in tennis
- Playing with high intention or emotion or arousal



Γράψτε μερικά επίθετα που θα χαρακτηρίζαν έναν επιθετικό συμμαθητή σας στα σπορ	Γράψτε μερικά επίθετα που θα χαρακτηρίζαν ένα ευγενικό συμμαθητή σας στα σπορ
Υπάρχει κάτι θετικό αν κάποιος συνηθίζει να παίζει με βία στα σπορ;	Υπάρχει κάτι αρνητικό αν κάποιος συνηθίζει να παίζει με βία στα σπορ;
Όταν στα σπορ κάποιος σας μαρκάρει ανταγωνιστικά και πονάτε	Πείτε, έχω τον έλεγχο, ήρεμα, χαλαρά. Πρέπει να κρατήσω την ηρεμία για να παίζω καλύτερα στη συνέχεια
Γράψτε μια δομή σας παρόμοια ιδέα	Πάρτε μια βαθιά εισπνοή, συγκέντρωσε την προσοχή σου στα παπούτσια σου, πες «ήρεμα δεν πειράζει» και σκέψου πως θα παίζεις καλύτερα στη συνέχεια.

Πώς λες όχι σε κάποιον που σου προτείνει να συμμετάσχεις σε επεισόδιο εκφοβισμού, να κάνεις κατάχρηση σε αλκοόλ, ή να κάνεις χρήση ουσιών

ΜΑΘΕ ΝΑ ΛΕΙΣ «ΟΧΙ» ΚΑΙ ΝΑ ΤΟ ΕΝΘΥΣΕΙΣ ΣΕΚΑΘΑΡΑ
Απαντήσεις μονολολεκτικά αλλά με ενθέρια «όχι ευχαριστώ». Οι πολλές ανούσιες δικαιολογίες δε φαίνονται και πολύ πειστικές. Εδώ ο στόχος είναι να είσαι σταθερό(ή) και ακλόνητο(ή), αλλά παράλληλα φιλικός(ή) και να απαντάς με σεβασμό. Αν και αυτή η μέθοδος είναι η πιο απλή παρόλο που είναι και η πιο δύσκολη. Αν όμως κάνεις τη σπάνια ξεκαθάριση και τελεωτική τότε σταματά και η πίεση. Ο καλύτερος τρόπος για να κάνεις αυτήν τη μέθοδο να πετύχει είναι να κοπιάς κατόπιν αυτών που σου ζητάει να συμμετέχεις σε ανάλογες πράξεις.

ΔΩΣΕ ΕΜΦΑΣΗ

Ενίσχυσε την άρνηση με μία απόλυτη λέξη που δε χωράει αμφισβήτηση, για παράδειγμα «ασφαλώς όχι» ή «ποτέ» «με κανέναν τρόπο».

ΑΝΤΙΣΤΡΕΨΕ ΤΗΝ ΠΙΕΣΗ

«Γιατί είναι τόσο σημαντικό για σένα να το κάνεις αυτό;» «Γιατί κάποιος πρέπει να κάνει τέτοιες πράξεις;»

ΠΡΟΤΕΙΝΕ ΜΙΑ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΛΥΣΗ

«Γιατί δεν περπατάμε χαλαρά, δεν πάμε σινεμά, βόλτα στο πάρκο ή να παίξουμε ποδόσφαιρο;»

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ ΧΙΟΥΜΟΡ

Συνήθως το χιούμορ σπάει την ένταση που δημιουργεί η άρνηση. «όχι ευχαριστώ, προτιμώ να δείρω τον Σούπερμαν...»

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ ΑΛΛΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ ΠΟΥ ΜΟΙΡΑΖΕΤΕ ΤΗΝ ΙΔΙΑ ΣΤΑΣΗ

Μια καλή ιδέα είναι κάποιος παρέα μόνο με άτομα που είναι αρνητικοί στον εκφοβισμό.

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

Φίλε ως δικαιολογία τους γονείς «Οι γονείς μου δεν μου έχουν μεγαλώσει με τέτοιες αρχές»

ΦΥΓΕ

Αν βλέπεις ότι επιμένουν να σου ζητάνε να συμμετέχεις σε ανεπιθύμητες πράξεις, παρά τις επαναληπμένες αρνήσεις σου, η ασφαλέστερη λύση είναι να φύγεις.

Θέματα για συζήτηση

- Σχολιάστε εκπομπές στην τηλεόραση, ή ταινίες, ή εφημερίδες που θεωρείτε ότι προβάλλουν βίαια επεισόδια

Βιβλιογραφία

- Thirer, J. (1993). Aggression. In R.N. Singer, M. Murphy, & L.K. Tennant (Eds.). *Handbook of research on sport psychology* (pp.365-378). New York: MacMillan.

Περισσότερα για το θέμα

- Θεοδωράκης, Γ., Τζιαμούρτας, Α., Νάτσος, Π., & Κοσμίδου, Ε. (2006). Φυσική Αγωγή για το Γυμνάσιο. ΟΕΔΒ, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Αθήνα.
- Σελίδες 131-135.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Τα παιδιά κατακλύζονται καθημερινά από μηνύματα που προβάλλουν την επιθετικότητα και τη βία, όχι μόνο στον αθλητισμό αλλά και στην καθημερινή ζωή. Η φυσική αγωγή μπορεί και πρέπει να αποτελέσει το χώρο που θα παρέχει στα παιδιά επαρκείς εμπειρίες, γνώσεις και δεξιότητες για να αντιστέκονται αποτελεσματικά στα μηνύματα αυτά όχι μόνο στον αθλητισμό αλλά στη ζωή τους γενικά.