

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

ΜΕ ΟΥΣΙΑ ΚΑΙ ΟΧΙ ΜΕ ΟΥΣΙΕΣ.



Α΄ ΛΥΚΕΙΑΚΗ ΤΑΞΗ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΜΕΤΑΞΑΔΩΝ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ : 2011-2012

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ :

**ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ, ΠΕ09
ΤΣΙΑΟΥΣΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ, ΠΕ04.02**

ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΜΑΘΗΤΕΣ:

1) ΑΡΓΥΡΟΥΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

2) ΝΙΚΗΦΟΡΙΔΗΣ ΠΑΣΧΑΛΗΣ

3) ΤΕΡΖΟΥΔΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ

4) ΤΣΙΑΚΟΡΟΥΔΗ ΕΛΕΝΗ

5) ΧΙΟΥΣΜΕΝΟΓΛΟΥ ΙΣΑ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- 1. Εισαγωγή**
- 2. Θετικές επιπτώσεις του αθλητισμού**
- 3. Η Κρίση στον χώρο του αθλητισμού σήμερα**
- 4. Έννοια και κυριότερες κατηγορίες ντόπινγκ**
- 5. Επιπτώσεις του ντόπινγκ στην υγεία του ανθρώπου**
- 6. Συμπεράσματα-Επίλογος**
- 7. Βιβλιογραφία**

1. Εισαγωγή

Ο αθλητισμός είναι η συστηματική σωματική καλλιέργεια και δράση με συγκεκριμένο τρόπο, ειδική μεθοδολογία και παιδαγωγική με σκοπό την ύψιστη σωματική απόδοση. Παράλληλα ο αθλητισμός είναι ένας κοινωνικός θεσμός ο οποίος αντικατοπτρίζει τη δεδομένη κοινωνία και τον πολιτισμό της.

Η διάθεση του ανθρώπου να αγωνιστεί και να συναγωνιστεί είναι φυσική και πανάρχαια. Ωστόσο, αυτό που μετρά περισσότερο είναι το κίνητρο αυτής της διάθεσης, γιατί αυτό είναι που αποτελεί την ειδοποιό διαφορά των ανθρώπων και των λαών. Το αγωνιστικό πνεύμα, λοιπόν, στο πλαίσιο του αθλητικού πνεύματος, βρήκε την ιδεατή του μορφή στους αγώνες κατά την ελληνική αρχαιότητα και ιδιαίτερα στους Ολυμπιακούς αγώνες (έναρξη 776 π.Χ.), διότι μέσα σε αυτούς καθρεπτίζονται πολλές απόλυτες αξίες και εδράζονται όλες σχεδόν οι αξίες του ελληνικού πολιτισμού. Αξίες που αποτέλεσαν τη βάση για την υγιή αγωγή των εφήβων, την προετοιμασία τους για την κοινωνική ζωή, αλλά και αξίες που έχτισαν τον παγκόσμιο πολιτισμό. Μερικές από αυτές είναι:

- «Νους υγιής εν σώματι υγιή». Με αυτή τη ρήση προσδιόριζαν την πνευματική και σωματική προσπάθεια με άξονα τον αθλητισμό.
- Αθλητική συνύπαρξη που εξισώνεται με την κοινωνική συνεργατικότητα και την ηθική συντροφικότητα.
- Αγωνιστική αρετή.
- «Ευ αγωνίζεσθαι», γιατί το ενδιαφέρον δεν εντοπιζόταν στη νίκη αλλά στη συμμετοχή.
- Πανεθνική συνάθροιση (Ολυμπιακοί αγώνες), από όπου απορρέει και το πνεύμα του Ολυμπισμού και της συναδέλφωσης των λαών. Για εκείνους σήμαινε οικουμενική συνάθροιση των ελεύθερων Ελλήνων και υπογραφή ανακωχής (εκεχειρία).
- Οι Ολυμπιακοί αγώνες συνδυάζονταν και με άλλες πολιτιστικές δραστηριότητες (θρησκευτικές: θυσίες σε κοινούς βωμούς, καλλιτεχνικές: χοροί, τραγούδι, άρα ψυχαγωγία).
- Καλλιέργεια φίλαθλου πνεύματος και όχι φανατισμού και βίας.
- Επιβράβευση λιτή (κομμάτι αγριελιάς), δόξα όμως μεγάλη (γκρεμιζόταν τμήμα του τείχους της πόλης για την υποδοχή των Ολυμπιονικών, αποκτούσαν υστεροφημία αυτοί και οι απόγονοί τους).

Το αθλητικό ιδεώδες, επομένως θεμελιώνεται σε αρχές δημοκρατικότητας, ισοτιμίας και ηθικής, αφού με άξονα τον αθλητισμό οι αρχαίοι Έλληνες δίδαξαν μερικές από τις σημαντικότερες αξίες του πρακτικού βίου.

2. Θετικές επιπτώσεις του αθλητισμού

Ο αθλητισμός έχει πολυάριθμες επιπτώσεις στην ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου, από τις οποίες οι πιο χαρακτηριστικές είναι οι εξής:

- Καλλιεργεί το θάρρος, τη θέληση, την αποφασιστικότητα, την τόλμη για την αντιμετώπιση του αθλητικού αγώνα και, κατ' επέκταση, της ζωής.
- Ωριμάζει ψυχολογικά τον άνθρωπο.

- Ο άνθρωπος μέσω αυτού διοχετεύει τον ελεύθερο χρόνο του μακριά από το άγχος και την τυποποίηση, δηλαδή ψυχαγωγείται γνήσια, χωρίς να διασκεδάζει ανούσια.
- Τόσο η συμμετοχή, αλλά πολύ περισσότερο η νίκη τονώνει ψυχολογικά το άτομο.
- Ενισχύεται η αυτοπεποίθηση, η αντοχή και η δύναμη για την αντιμετώπιση των δυσκολιών του αθλήματος, αλλά και της ζωής γενικότερα.



3. Δείγματα κρίσης του αθλητισμού και των αθλητικών αγώνων σήμερα

Στις σύγχρονες κοινωνίες ο αθλητισμός γίνεται μαζικός, ώστε να διασφαλίζεται η καλή φυσική κατάσταση και υγεία όλου του πληθυσμού. Παράλληλα όμως σήμερα ο αθλητισμός συνδέεται με την αγορά και με τα συμφέροντα μεγάλων εταιριών, γι' αυτό μιλάμε για το φαινόμενο της εμπορευματοποίησης του αθλητισμού (διαφημίσεις - χορηγίες). Σε πρώτη μοίρα έρχεται ο οικονομικός ανταγωνισμός, οι αθλητές γίνονται ανταλλάξιμες αξίες και οι ομάδες κερδοσκοπικές επιχειρήσεις. Ο αθλητισμός εντάσσεται πλέον στο σύγχρονο μάρκετινγκ. Οικονομικοί οργανισμοί γίνονται χορηγοί αμύθητων ποσών σε κορυφαίες αθλητικές εκδηλώσεις οι οποίοι ενδιαφέρονται μόνο για το οικονομικό κέρδος και όχι για τον αθλητισμό. Οι σύγχρονοι αθλητές χρηματοδοτούνται και αγωνίζονται για λογαριασμό των χορηγών τους με αποτέλεσμα σήμερα στόχος για τους περισσότερους να μην είναι η συμμετοχή και η ευχαρίστηση, αλλά οι επιδόσεις, το ρεκόρ και η πρωτιά, την οποία κατακτούν χρησιμοποιώντας πολύ συχνά αθέμιτα μέσα (χρήση αναβολικών ουσιών).

Συνέπεια της σύνδεσης του αθλητισμού με την αγορά είναι η εμφάνιση αρνητικών φαινομένων όπως ο πρωταθλητισμός με κάθε μέσο. Ο πρωταθλητής τη σημερινή εποχή βιώνει τη μέγιστη κοινωνική καταξίωση, μια τεράστια -έστω και πρόσκαιρη διασημότητα- καθώς και πλούσια υλική αμοιβή.

Η τελευταία διαπίστωση οφείλουμε να αναγνωρίσουμε ότι δεν ίσχυε για τους πρωταθλητές των παλαιότερων εποχών, οι οποίοι δεν κέρδιζαν τόσα χρήματα μέσω του αθλήματος που ασκούσαν. Η παγκόσμια κάλυψη αθλητικών γεγονότων και η δυνατότητα παρακολούθησης τους σε ολόκληρο τον κόσμο καθιστά τους πρωταθλητές εξαιρετικά αναγνωρίσιμες φιγούρες, ενώ η αναγνωρισιμότητα τους ενισχύεται και από τις διαφημίσεις στις οποίες συμμετέχουν. Φυσικά τα χρήματα τα οποία κερδίζουν από αθλητικά συμβόλαια και διαφημιστικά έσοδα είναι υπέρογκα. Ωστόσο διαπιστώνουμε ότι ως πρότυπο μάλλον ασκεί αρνητική επιρροή στο σύνολο. Ο σύγχρονος αθλητής έχει εξελιχθεί σε μια κερδοφόρα επιχείρηση.

Πολυεθνικές εταιρείες επενδύουν στον αθλητισμό αποκομίζοντας τεράστια κέρδη μέσω της τηλεόρασης που μεταδίδει το αθλητικό θέαμα και μέσω της πώλησης προϊόντων που σχετίζονται με αθλητικές δραστηριότητες. Το κύριο μέσο, που ελκύει το τηλεοπτικό κοινό και επιβάλλει την αγορά των προϊόντων μέσω των διαφημίσεων, είναι ο πρωταθλητής. Οι διαφημίσεις τονίζουν το σθένος και την επιμονή του, τις θυσίες, ακόμα και τις ήττες του, δεν παύουν όμως να προωθούν προϊόντα, άρα η άθληση μετατρέπεται σε κατανάλωση.

Οι οικονομικές επενδύσεις και η αγορά που έχει στηθεί γύρω από τον αθλητισμό απαιτούν συνεχείς αθλητικές υποχρεώσεις για τους πρωταθλητές. Ο αθλητής διαρκώς προπονείται, αγωνίζεται και προσανατολίζεται στο στόχο του. Ειδικότερα ο πρωταθλητής γίνεται μια μονόπλευρη προσωπικότητα που δεν αντιλαμβάνεται τις εξελίξεις στον κοινωνικό χώρο. Αυτό συμβαίνει ίσως σε όλους τους επαγγελματίες, αλλά ο πρωταθλητής ως πρότυπο ασκεί τεράστια κοινωνική επιρροή με τις πράξεις και τα λόγια του. Ο συνδυασμός του μονοδιάστατου ανθρώπου με την τεράστια κοινωνική επιρροή επιδρά αρνητικότερα στο σύνολο.

Το νέο αυτό πρότυπο του πρωταθλητή διαστρεβλώνει το αθλητικό ιδεώδες. Επιβάλλει τη νίκη έναντι της συμμετοχής. Μια νίκη που είναι αναγκαία, για να συντηρηθεί η αγορά και το κέρδος περνώντας το μήνυμα ότι ο πρώτος κερδίζει τα πάντα και ο δεύτερος απλώς δεν αξίζει να υπάρχει. Δημιουργούνται ψυχολογικές πιέσεις και στους ίδιους τους αθλητές, οι οποίοι στρέφονται και σε άνομους τρόπους προκειμένου να νικήσουν. Παγιώνεται ως πρότυπο ο ανταγωνισμός, διαστρεβλώνεται η τάση του ανθρώπου να παίζει. Κάθε προσπάθεια πρέπει να οδηγεί στη νίκη, στην επικράτηση, ενώ η εκτονωτική συμμετοχή περνάει στο περιθώριο.

Πρωταθλητές υπήρχαν πάντα και σίγουρα ο νικητής πρέπει να αναγνωρίζεται και να καταξιώνεται. Είναι όμως τεράστια πλέον η εμπορική εκμετάλλευση της παρουσίας του, που σχεδόν καταργείται το πρότυπο του αθλητή και κυρίως περιθωριοποιείται ο ερασιτεχνικός αθλητισμός, η συμμετοχή και η άθληση του απλού ανθρώπου. Η ίδια η πολιτεία αδιαφορεί για τους χώρους δημόσιας άθλησης και στρέφεται στην κατασκευή γιγάντιων εγκαταστάσεων που θα παράγουν νέους πρωταθλητές, αποκλείοντας τον απλό άνθρωπο από τη χαρά της άθλησης και της εκτόνωσης.

4. Έννοια και κυριότερες κατηγορίες ντόπινγκ

Τι είναι όμως ντόπινγκ; Ως ντόπινγκ ορίζεται:

1. Η χρήση ενός μέσου (ουσίας), η οποία είναι ενδεχομένως βλαβερή για την υγεία των αθλητών και ικανή για την αύξηση της απόδοσής τους.
2. Η παρουσία στο σώμα ενός αθλητή μιας απαγορευμένης ουσίας ή απόδειξη της χρήσης από αυτόν μιας απαγορευμένης μεθόδου.

Ντόπινγκ λοιπόν είναι η παρουσία ουσίας σε βιολογικό υγρό αθλητή ή η χρήση ουσίας, η οποία έχει την ικανότητα να βελτιώσει την αθλητική επίδοση και παράλληλα είτε να υποβάλλει σε κίνδυνο την υγεία του αθλητή είτε να αντίκειται στο πνεύμα του αθλητισμού. Το ντόπινγκ αντικρούει τις θεμελιώδεις αρχές του Ολυμπισμού, των αθλημάτων και της ιατρικής ηθικής. Απαγορεύεται, η σύσταση, η πρόταση, η έγκριση, η εμπορία, η παράβλεψη ή η διευκόλυνση της χρήσης οποιασδήποτε ουσίας ή μεθόδου που καλύπτεται από τον ορισμό του ντόπινγκ.

Σύμφωνα με τον Κώδικα Αντι-ντόπινγκ του Ολυμπιακού Κινήματος του 2003, η κατηγοριοποίηση έχει ως εξής:

1. Ναρκωτικά
2. Αναβολικά (Αναβολικά ανδρογόνα στεροειδή)
3. Πεπτιδικές Ορμόνες, Μιμητικά και Ανάλογα
 - α) Ερυθροποιητίνη (EPO)
 - β) Ινσουλίνη
 - γ) Αυξητική ορμόνη (hGH)

Οι κυριότερες απαγορευμένες μέθοδοι ντόπινγκ είναι οι παρακάτω:

α) Αύξηση Μεταφοράς Οξυγόνου μέσω του ντόπινγκ αίματος και της χορήγησης προϊόντων που αυξάνουν την πρόσληψη, μεταφορά ή διάθεση οξυγόνου.

β) Το γονιδιακό ντόπινγκ.

Οι κυριότερες αρχές με δικαιοδοσία διαταγής ελέγχων ντόπινγκ είναι οι εξής:

- α) Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή (ΔΟΕ).
- β) Παγκόσμιος Οργανισμός Αντι-Ντόπινγκ (WADA).
- γ) Ανεξάρτητοι Εθνικοί Οργανισμοί Αντι-Ντόπινγκ.
- δ) Εθνικές Ομοσπονδίες.
- ε) Κυβερνητικές και Διοργανωτικές Αρχές Αγώνων.

5. Επιπτώσεις του ντόπινγκ στην υγεία του ανθρώπου

Οι επιπτώσεις του ντόπινγκ στην υγεία του ανθρώπου είναι πολυάριθμες. Μερικές από τις σοβαρότερες για τους άνδρες χρήστες είναι οι εξής: η εμφάνιση αλωπεκίας, η συρρίκνωση των όρχεων, η γυναικομαστία, οι κύστες στο ήπαρ και το σημαντικότερο καρδιαγγειακές διαταραχές. Ενώ οι επιπτώσεις για τις γυναίκες αθλήτριες είναι: η ακμή, το βράγχος της φωνής, η τριχοφυΐα, ο εκφυλισμός του σκελετικού συστήματος και φυσικά τα καρδιαγγειακά νοσήματα.

6. Συμπεράσματα-Επίλογος

Ένα ερώτημα που μπορεί να τεθεί σχετικά με τα κίνητρα που υπάρχουν πίσω από την ενασχόληση με το ντόπινγκ είναι το γιατί να ασχοληθεί κάποιος με αυτό; Ο αθλητής δεν είναι κάποιο είδος σταυροφόρου,

ωστόσο βρίσκεται σε δυσχερή θέση, όταν νιώθει πως οι συμπολίτες του τον αντιμετωπίζουν με καχυποψία, και ειδικά όταν είναι ενήμερος για τη φημολογία ότι πίσω από κάθε αθλητική επιτυχία κρύβεται το ντόπινγκ. Η καθιέρωση αυτής της τελευταίας άποψης είναι και η μεγαλύτερη απειλή από το ντόπινγκ. Από την άλλη μέρια, όμως, επιθυμούμε να «καμαρώνουμε» τα παιδιά μας να ασχολούνται με τον αθλητισμό σε υγιείς βάσεις.

Ο αθλητής είναι ο σημαντικότερος κρίκος στον τομέα του αθλητισμού. Οι κύριοι εμπλεκόμενοι στο ντόπινγκ, όμως, εκτός από τους αθλητές, είναι οι προπονητές, οι γιατροί και οι αθλητικοί παράγοντες. Το ντόπινγκ δεν επιδρά μόνο στους χρήστες απαγορευμένων ουσιών, αλλά και στο σύνολο των αθλητών καθώς αλλοιώνει το αποτέλεσμα και επιδρά αρνητικά στο ενδιαφέρον του κοινού για τον αθλητισμό και τις προσπάθειες των αθλητών. Ακόμα και εάν αποκαλύπτονται λίγες περιπτώσεις ντόπινγκ, είναι ικανές να αμαυρώσουν την εικόνα ενός αθλήματος. Ένας “καθαρός” αθλητής δεν πρέπει να δέχεται τη μετατροπή του σε πειραματόζωο και να ρισκάρει την αξιοπρέπεια και την ακεραιότητά του για την επίτευξη ενός στόχου (επίδοση, μετάλλιο). Θα πρέπει, επίσης, να αντιλαμβάνεται ότι τα αβέβαια και βραχυπρόθεσμα οφέλη από το ντόπινγκ είναι πολύ μικρά σε σχέση με τις σίγουρες και μακροχρόνιες συνέπειες και να συνειδητοποιεί το ρόλο του ως κοινωνικό πρότυπο.

Τα κυριότερα αίτια είναι τα οικονομικά οφέλη, η ματαιοδοξία, η άγνοια, η έλλειψη παιδείας και η χαμηλή αυτοεκτίμηση. Ο αθλητής γίνεται συγχρόνως θύτης και θύμα. Συχνά καθοδηγείται από το περιβάλλον του και υφίσταται τις περισσότερες συνέπειες σε σχέση με άλλες κατηγορίες εμπλεκομένων. Από το ντόπινγκ επωφελούνται πολλοί. Ο αθλητής όμως είναι ο μόνος που πληρώνει το τίμημα.

Τέλος, τα πιο σημαντικά και καθοριστικά μηνύματα που πρέπει να βάλουμε καλά στο μυαλό μας είναι:

- Εάν νομίζεις ότι η νίκη είναι τα πάντα, θα κάνεις τα πάντα για τη νίκη (ακόμα και να παραβείς τους κανόνες);
- Αντικατέστησε το «Γίνε ο καλύτερος» με το «Δώσε τον καλύτερό σου εαυτό».
- Καλύτερα να χάσεις ένα μετάλλιο παρά την αξιοπρέπεια σου.

8. Βιβλιογραφία

- i) **Δρογγίτης Παύλος Αθλητισμός και Φάρμακα, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα, 2003.**
- ii) **Καραδήμα Τζένη-Κάλη Άννα, Ντόπινγκ, 11^ο Λύκειο Περιστερίου, Σχολ. Έτος:2004-2005.**
- iii) **Γιώργος Μαυρωτάς, Μέλος Ε.Σ.ΚΑ.Ν. , Η στάση του αθλητή απέναντι στο ντόπινγκ, Ημερίδα, Κατερίνη, 2009**
- iv) **Ο.Ε.Δ.Β., Κοινωνική και πολιτική αγωγή, Γ^ο Γυμνασίου**

9. Ιστοσελίδες

- i) <http://www.wada-ama.org>
- ii) <http://doping-prevention.com>
- iii) <http://london2012.com>
- iv) <http://digitalschool.minedu.gov.gr>