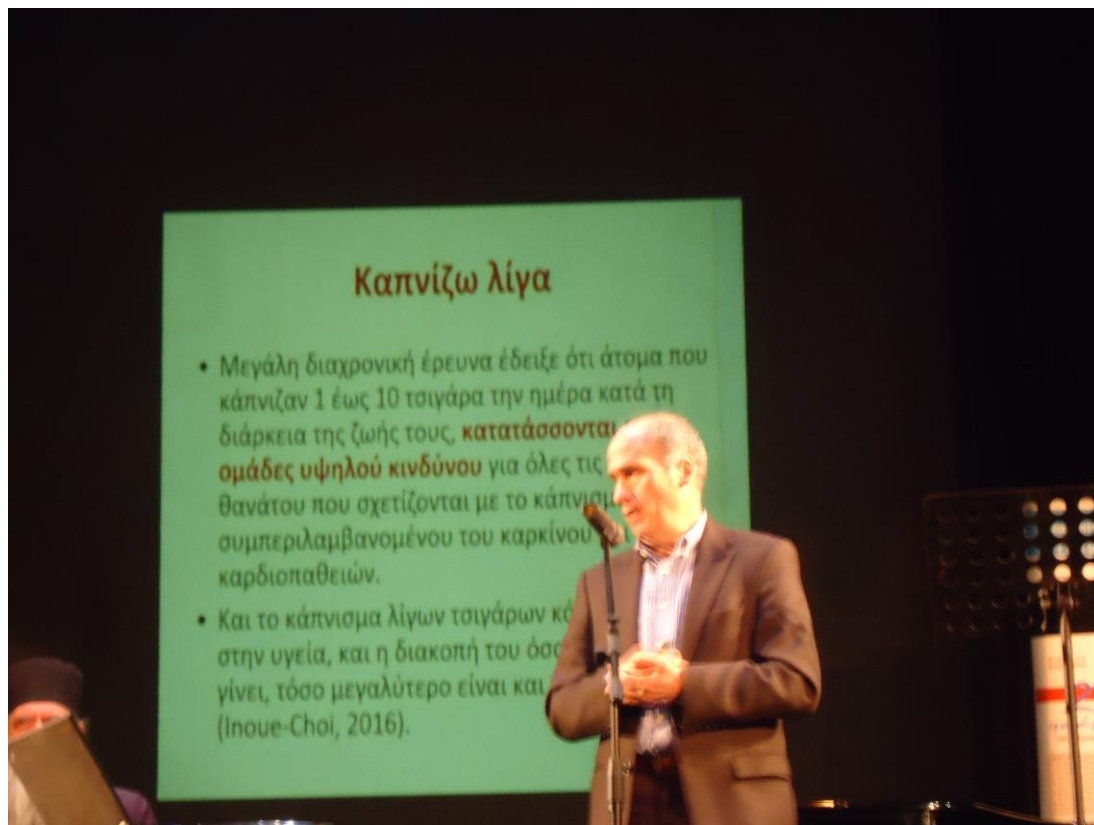
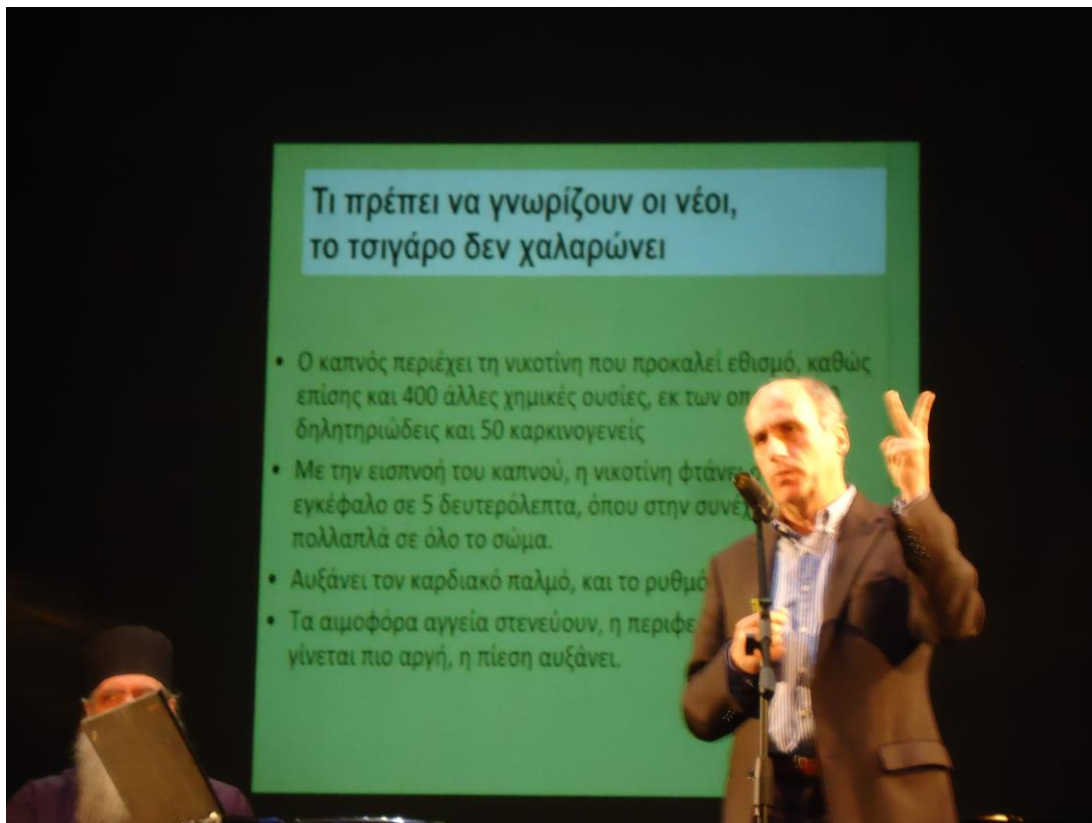


2η ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΕΝΩΣΗΣ ΠΤΥΧΙΟΥΧΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ







Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε η 2η Επιστημονική Ημερίδα της Ένωσης Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής την Κυριακή 5 Μαρτίου στην Αίθουσα Τέχνης Κοζάνης υπό την Αιγίδα της Περιφέρειας Δυτικής Μακεδονίας, Περιφερειακής Ενότητας Κοζάνης, με την υποστήριξη της Περιφερειακής Διεύθυνσης Π.Ε. & Δ.Ε. Δυτικής Μακεδονίας. Η ημερίδα ήταν αφιερωμένη στον παιδικό αθλητισμό, θέμα που ανέπτυξαν διακεκριμένοι εισηγητές αθλητισμού από πολλές πτυχές.

Στην εισήγησή του ο Διδάκτωρ Γιάννης Θεοδωράκης, Αθλητικός Ψυχολόγος του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας-Τρίκαλα ανέπτυξε τη συμβολή των σπορ στη βελτίωση της ζωής των παιδιών και των εφήβων με βάση τα πορίσματα ερευνών των τελευταίων χρόνων. «Σήμερα γνωρίζουμε» είπε ο κ. Θεοδωράκης «ότι μέσα από τα σπορ δε γυμνάζεις μόνο το σώμα σου αλλά γυμνάζεις πάνω από όλα την ψυχή σου, τα σπορ ακονίζουν το μυαλό σου και διευκολύνουν τις διαδικασίες της μάθησης. Η άσκηση και τα σπορ στην παιδική και εφηβική ηλικία συμβάλλουν α) στη μείωση του στρες και των συμπτωμάτων κατάθλιψης, β) θωρακίζουν τα άτομα από το

πλήθος ασθενειών, γ) αποτρέπουν τους νέους από το κάπνισμα εξάρτηση από το αλκοόλ και τις ουσίες, δ) προστατεύουν από την παχυσαρκία, ε) βελτιώνουν την εικόνα του σώματος».

Ο Αρχιμανδρίτης Αυγουστίνος Μύρου Διδάκτωρ Θεολογίας-Φιλοσοφίας ανέλυσε τα γνωρίσματα της Ορθόδοξης Ασκητικής. Σύμφωνα με αυτήν είπε: «1) Η άσκηση ποτέ δεν αποτελεί αυτοσκοπό αλλά μέσο για την επίτευξη καθορισμένων στόχων, β) η άσκηση αφορά τόσο στο σώμα όσο και στην ψυχή, γ) η άσκηση στοχεύει να ετοιμάσει την ψυχή, ώστε να υπομένει την ασθένεια του σώματος, δ) η άσκηση στοχεύει να ετοιμάσει το ανθρώπινο σώμα, ώστε να μπορεί να διακονεί την ψυχή, με την οποία είναι συνδεδεμένο, αλλά και τους άλλους ανθρώπους, ε) η άσκηση στοχεύει να ετοιμάσει το σώμα και την ψυχή για τη μόνιμη, αιώνια αποκατάστασή του».

Ο Αθλητίατρος Δρούγιας Χρόνης, αναγνωρισμένος από τον Βαβαυαρικό Ιατρικό Σύλλογο (1992), παρουσίασε στη εισήγησή του τις ιδιαιτερότητες παιδιών και εφήβων από πλευρά εργοφυσιολογίας κυρίως λόγω ανεπάρκειας ενζυμικών μηχανισμών και βιοχημικών διεργασιών. Μεταξύ άλλων τόνισε: «**Το παιδί δεν είναι ένας μικρόσωμος ενήλικας**», «το ανώριμο μυοσκελετικό σύστημα καθιστά τις αναπτυξιακές ηλικίες επιρρεπείς σε τραυματισμούς, με σημείο ήσσονος αντίστασης του συζευκτικού χόνδρου».

Ο ο Διδάκτωρ Επίκουρος Καθηγητής Κοκαρίδας Δημήτριος τόνισε στην εισήγησή του ότι «ένα σύγχρονο εκπαιδευτικό σύστημα, που αποσκοπεί στην παροχή ίσων ευκαιριών εκπαίδευσης και την μείωση των κοινωνικών ανισοτήτων, θα πρέπει να είναι σε θέση να εντάξει εκπαιδευτικά και κοινωνικά τα παιδιά με αναπηρία/ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, έτσι ώστε η κοινή συμμετοχή στην άθληση να αποτελεί μία θετική εμπειρία για όλα τα παιδιά, με και χωρίς αναπηρία».

Την παρακίνηση νεαρών αθλητών και το ρόλο των γονέων ανέπτυξε ο Διδάκτωρ Νικόλαος Διγγελίδης,

Αναπληρωτής καθηγητής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας- Τρίκαλα υποστηρίζοντας «τις θετικές επιδράσεις που έχει η άσκηση στις γνωστική ανάπτυξη των παιδιών σύμφωνα με τα αποτελέσματα πρόσφατων ερευνών. Οι γονείς βρίσκονται στην πλεονεκτική θέση να μπορούν να επηρεάσουν τη φιλοσοφία του παιδιού τους στον αθλητισμό ώστε και η συμμετοχή του να γίνει ευχάριστη και εποικοδομητική εμπειρία αποδίδοντας το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα. Η συμμετοχή στον αθλητισμό βοηθάει να θέτουν καθαρούς και ρεαλιστικούς στόχους, να διαπιστώνουν ότι οι ικανότητες αναπτύσσονται μέσα από προπόνηση και σκληρή δουλειά, επικοινωνούν αποτελεσματικότερα με τους ανθρώπους. Όλα αυτά συντελούν στην καλύτερη επίδοση στο σχολείο. Ωστόσο αν μέσα από τον αθλητισμό τα παιδιά μάθουν να επιζητούν την προσωπική προβολή και τη νίκη με κάθε τρόπο, τότε το ενδιαφέρον τους εστιάζεται στην εικόνα του εαυτού τους και στα εξωτερικά κίνητρα. Αυτό μακροπρόθεσμα μπορεί να έχει αρνητικές συνέπειες στο ενδιαφέρον για μάθηση και στις επιδόσεις τους». Στο τέλος της εισήγησής του ο κ. Διγγελίδης έθεσε το τελεολογικό ερώτημα «Πώς μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά τους ώστε να κερδίσουν όσο το δυνατόν περισσότερα θετικά οφέλη μέσα από τον αθλητισμό.»;

Η Ευφροσύνη Πατσού MSc, Αθλητική Ψυχολόγος & Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής υπήρξε μια από τις κορυφαίες αθλήτριες στίβου στη χώρα μας. Στην εισήγησή της υποστήριξε μεταξύ άλλων ότι «τα παιδιά μέσα από τη συμμετοχή τους στις διάφορες αθλητικές δραστηριότητες πρέπει να βιώνουν αισθήματα ευφορίας και επάρκειας. Στόχος πρέπει να είναι η διασκέδαση, η εκμάθηση του αθλήματος μέσα από διαδικασίες εκπαίδευσης τέτοιες όπου το παιδί να αντιλαμβάνεται την προσωπική του βελτίωση και εξέλιξη ώστε να βιώνει αυτοπεποίθηση γι' αυτήν την πρόοδο. Τελικός σκοπός είναι: η **ανάπτυξη**, η **μόρφωση** και η **ολοκλήρωση** του παιδιού ως **προσωπικότητα**. Μιλώντας για αθλητική ανάπτυξη και βελτίωση στοχεύουμε σε μια πολύπλευρη ανάπτυξη γιατί

υποστηρίζουμε ότι το παιδί δεν είναι μόνο αθλητής. Είναι **παιδί** που κάνει αθλητισμό. Η στάση των γονέων στον αθλητισμό, εξαρτάται από τον τρόπο που οι ίδιοι τον αντιμετωπίζουν και τις προσδοκίες που έχουν σχετικά με την εξέλιξη του **παιδιού-αθλητή**. Ο **αθλητικός ψυχολόγος** βρίσκεται δίπλα από το παιδί, τον γονέα, τον προπονητή για να «εκπαιδεύσει» και να βοηθήσει όλους τους εμπλεκόμενους να μάθουν μέσω διαφόρων τεχνικών τη σωστή διαχείριση των σκέψεων, γνωστικών διαστρεβλώσεων και καταστάσεων του αθλητισμού. Ανώτερος σκοπός των παραπάνω είναι η μεγιστοποίηση της απόδοσης των παιδιών και η ολοκλήρωση της προσωπικότητάς τους. Ένα **σωστά εκπαιδευμένο παιδί γίνεται ένας ώριμος έφηβος και ένας ολοκληρωμένος συναισθηματικά ενήλικας**».

Ο ο Διδάκτωρ Νάτσης Πέτρος μαζί με τους μαθητές του σχολείου Πλατανορρεύματος τραγούδησαν και κέρδισαν τις καρδιές όλων μας με το τραγούδι το οποίο συνέθεσαν στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής με τίτλο «Όσο υπάρχουνε παιδιά θα υπάρχει και ψυχή»! Το εξαιρετικό τραγούδι ήταν το επισφράγισμα των εισηγήσεων τους Καθηγητή Φυσικής Αγωγής Πέτρου Νάτση με θέμα:

- 1) Συναγωνισμός-ανταγωνισμός στον παιδικό αθλητισμό
- 2) Η μαθητοκεντρική διδασκαλία στη Φυσική Αγωγή και τον παιδικό αθλητισμό.

Την εκδήλωση τίμησαν: η **Δρ Βόντσα Βασιλική**, Διευθύντρια Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης ΠΕ Κοζάνης, ο **Δρ Παλαμάς Αθανάσιος**, Σύμβουλος Επιστημονικής Καθοδήγησης Φυσικής Αγωγής και ο **Καρακασίδης Δημήτριος** Περιφερειακός Σύμβουλος Π.Ε. Κοζάνης.

Νατάσα Μάγκου
γυμνάστρια
Δημ .Σχ. Αρδασσας
Δημ .Σχ. Ασβεστόπετρας
www.natasaswolf.blogspot.gr