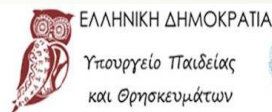


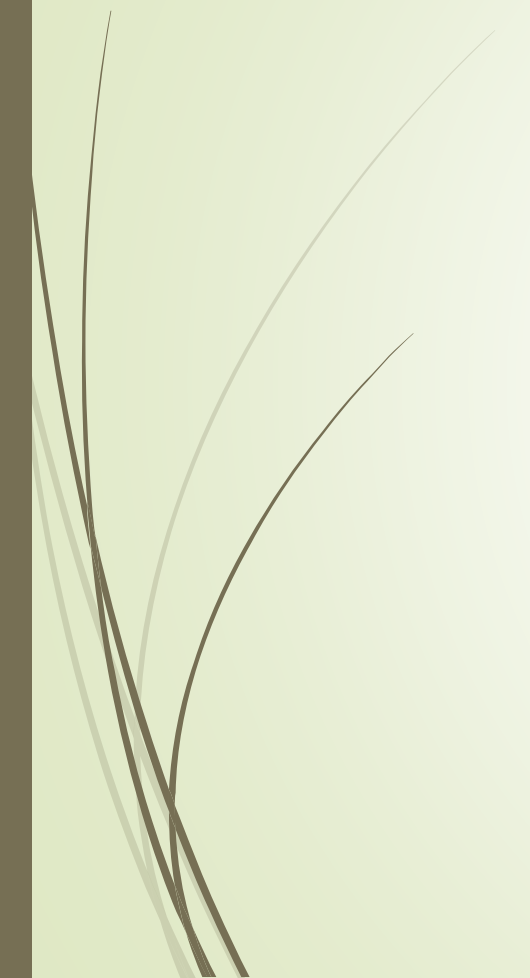

# Ασφάλεια στον αθλητισμό



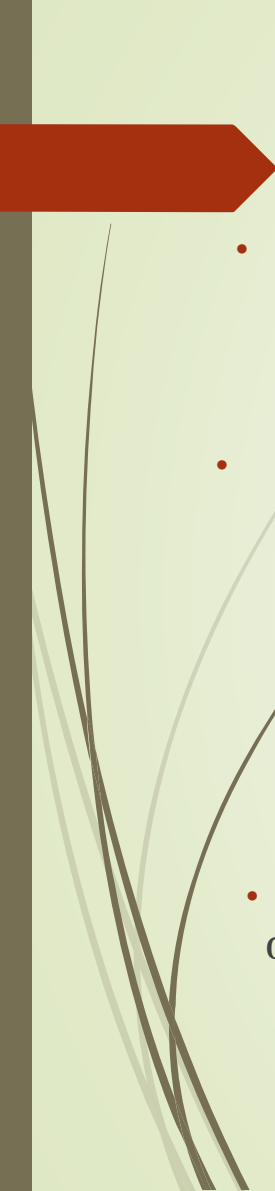
Yakinthos Soumplis, T4E Physical Education

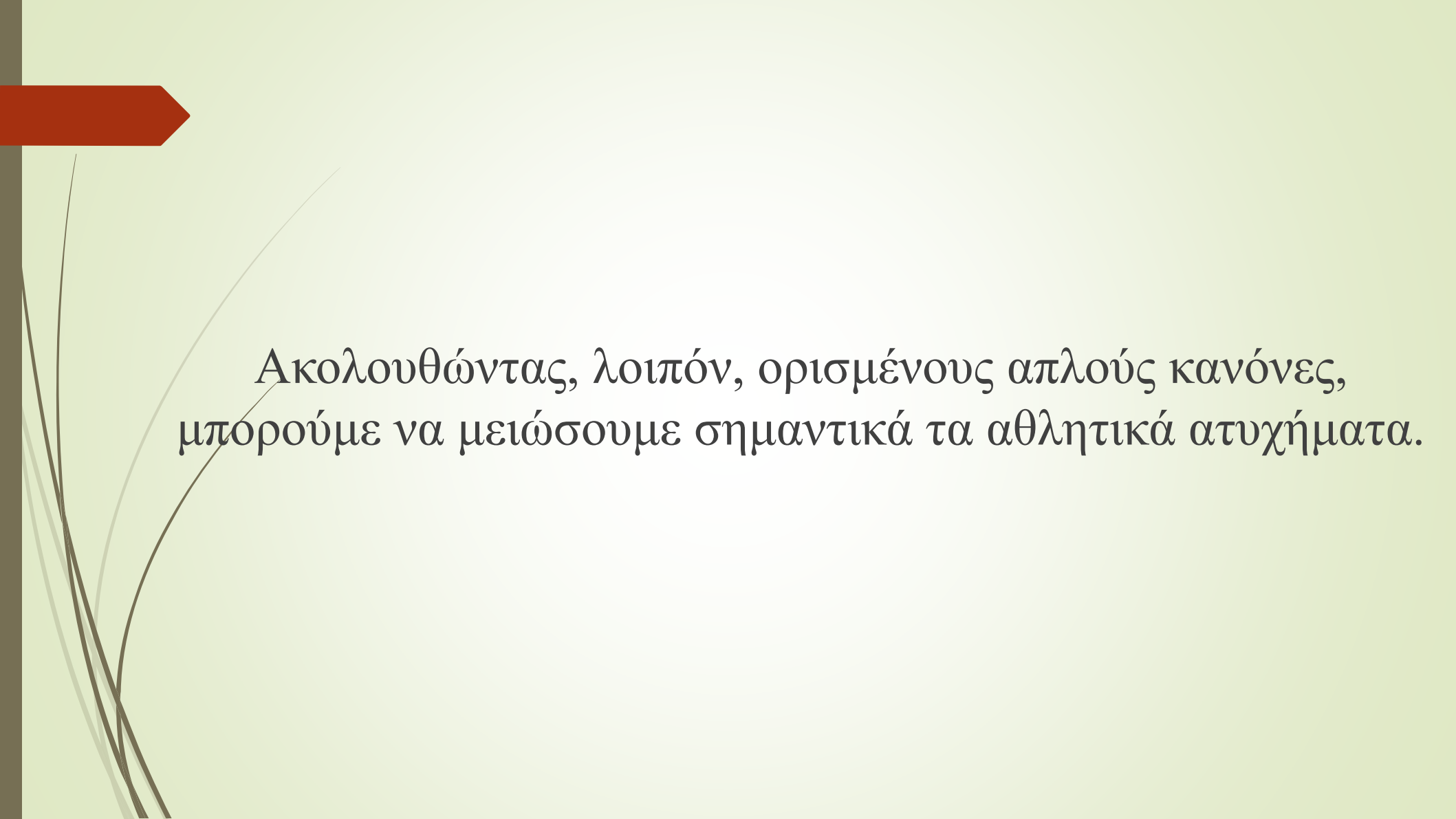
Marianthi Alexandropoulou, Ambassador T4E Secondary Education in Corfu





**Οι μαθητές:  
Αναστασία Πολίτη  
Φαίδρα Τυχηρού-Ανυφαντή**

- 
- Ο αθλητισμός είναι μέρος της ζωής μας. Παίζει σημαντικό ρόλο στη σωστή σωματική και πνευματική ανάπτυξη των παιδιών και των εφήβων.
  - Μέσω του αθλητισμού, μπορεί κανείς να αποκτήσει όχι μόνο εξαιρετική φυσική κατάσταση αλλά και αθλητικό πνεύμα ευγενούς άμιλλας και ομαδικής συνεργασίας.
  - Βεβαίως, όπου υπάρχει αυξημένη σωματική δραστηριότητα, υπάρχει και μεγαλύτερη πιθανότητα ατυχήματος.
  - Επιπλέον, στη σημερινή κοινωνία υπάρχει μεγαλύτερη πίεση για διακρίσεις. Ειδικά στον αθλητισμό η πίεση αυτή συχνά καταλήγει σε σκληρό και παράλογο ανταγωνισμό, γεγονός το οποίο αυξάνει τις πιθανότητες ατυχήματος.



Ακολουθώντας, λοιπόν, ορισμένους απλούς κανόνες, μπορούμε να μειώσουμε σημαντικά τα αθλητικά ατυχήματα.

## Κατάλληλος χώρος άθλησης και κατάλληλες συνθήκες

- Να ελέγχουμε το χώρο στον οποίο κάνουμε προπόνηση και να βεβαιωνόμαστε ότι είναι κατάλληλος για το άθλημα που ακολουθούμε και ότι έχει τη σωστή υποδομή.
- Ο χώρος άθλησης πρέπει να είναι σωστά περιφραγμένος για την ασφάλεια τόσο των αθλητών όσο και των θεατών.
- Σε όλους τους αθλητικούς χώρους πρέπει να υπάρχει υπεύθυνος για την άμεση παροχή Πρώτων Βοηθειών.
- Να είμαστε σίγουροι ότι η προπόνηση γίνεται από εξειδικευμένους προπονητές και ότι σε μικρές ηλικίες υπάρχει πάντα επίβλεψη.
- Να αποφύγουμε την προπόνηση με κακές καιρικές συνθήκες.

# Κατάλληλη ενδυμασία και εξοπλισμός

- Η ενδυμασία μας πρέπει να είναι κατάλληλη για το άθλημα που έχουμε επιλέξει. Αυτό μπορεί να μας προφυλάξει από ατυχήματα.
- Τα περισσότερα αθλήματα έχουν το δικό τους εξειδικευμένο εξοπλισμό. Πρέπει να τον χρησιμοποιούμε πάντα σωστά και να τον συντηρούμε. Σωστό είναι να διαλέγουμε εγκεκριμένο εξοπλισμό και όχι τον πιο φθηνό.
- Να καλύπτουμε πάντα το κεφάλι μας και να χρησιμοποιούμε αντηλιακά προϊόντα όταν αθλούμαστε πολλές ώρες στον ήλιο.
- Να φοράμε γυαλιά ηλίου κάθε φορά που αθλούμαστε με δυνατό ήλιο.

## *Καλή φυσική κατάσταση και προθέρμανση*

- Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τη φυσική μας κατάσταση πριν ξεκινήσουμε ένα άθλημα, ακόμα και σε μικρή ηλικία.
- Η προθέρμανση στον αθλητισμό είναι απαραίτητη για όλες τις ηλικίες.
- Να διαλέγουμε αθλήματα κατάλληλα για την ηλικία μας και τη σωματική και φυσική μας κατάσταση.
- Να αποφεύγουμε την άθληση όταν είμαστε κουρασμένοι, όταν έχουμε μόλις φάει ή όταν έχουμε καταναλώσει οινόπνευματώδες ποτό.

## *Τήρηση των κανόνων του κάθε αθλήματος*

- Κάθε άθλημα έχει τους δικούς του κανόνες, που πρέπει να ακολουθούμε πιστά, για την ασφάλεια τη δική μας και των άλλων αθλητών.
- Είναι σημαντικό οι προπονητές και οι ενήλικες να δίνουν το καλό παράδειγμα και να μαθαίνουν στους νέους αθλητές τη σωστή αθλητική συμπεριφορά και όχι την επιθετική συμπεριφορά που προκαλεί ο παράλογος ανταγωνισμός μεταξύ των αθλητών.





# Η βία στον αθλητισμό



# Βία

- Η βία αναφέρεται στις πράξεις της
- επιθετικότητας και της κατάχρησης που
- προκαλεί ή σκοπεύει να προκαλέσει τον
- εγκληματικό τραυματισμό ή τη ζημιά στα
- πρόσωπα, και (σε μια μικρότερη έκταση)
- τα ζώα και την περιουσία.




# Περιστατικά βίας στον αθλητισμό



# Χουλιγκανισμός

- Ως χουλιγκανισμός αναφέρεται η ανάρμοστη και βίαιη συμπεριφορά οπαδών αθλητικών ομάδων που οδηγεί στη διατάραξη της τάξης. Εκφάνσεις χουλιγκανισμού συνήθως θεωρούνται πράξεις όπως η υβριστική συμπεριφορά σε γήπεδα κατά τη διάρκεια αγώνων πολλές φορές με ρατσιστική διάθεση, η επιθετική συμπεριφορά σε αυτούς τους χώρους, οι εισβολές οπαδών στον αγωνιστικό χώρο πολλές φορές με βίαιες διαθέσεις, οι ομαδικές συγκρούσεις οπαδών εντός και εκτός γηπέδων καθώς και δολοφονίες που γίνονται μεταξύ οπαδών που τάσσονται υπέρ διαφορετικών ομάδων.



Ο όρος χρησιμοποιείται πολύ συχνά για να περιγράψει την συμπεριφορά των οπαδών σε αγώνες ποδοσφαίρου και μπάσκετ. Με αυτόν τον τρόπο δηλώνονται βανδαλισμοί και ομαδικές συγκρούσεις που λαμβάνουν χώρα πριν, κατά τη διάρκεια ή μετά από έναν ποδοσφαιρικό αγώνα, αλλά δεν είναι λίγες οι φορές που προκαθορισμένες συγκρούσεις μεταξύ οπαδών γίνονται ανεξάρτητα από τους αγώνες ή με αφορμές αγώνες άλλων αθλημάτων.

# Θύμα του χουλιγκανισμού

- Ο άτυχος Χαράλαμπος Μπλιώνας θα μείνει στην ιστορία ως ο πρώτος νεκρός συνέπεια του χουλιγκανισμού στα Ελληνικά γήπεδα. Ο Χαράλαμπος Μπλιώνας εργαζόταν ως καθηγητής μαθηματικών. Στα 29 του χρόνια, η ζωή του φαινόταν να έχει πάρει καλή τροχιά. Λίγες μέρες πριν τον θάνατό του είχε καταφέρει να διοριστεί στη ΣΕΛΕΤΕ. Ακόμη, στα προσχέδια βρισκόταν ο αρραβώνας του με την καλή του και μάλιστα λέγεται ότι ήταν ο λόγος για τον οποίο βρέθηκε στο χωριό καταγωγής του, την Ελασσόνα, για να κανονίσει τον επικείμενο αρραβώνα. Τα πάντα έμοιαζαν ρόδινα, όμως η μοίρα, με τη μορφή μιας φωτοβολίδας στο έλεος του χουλιγκανισμού, είχε άλλο σκοπό για αυτόν.



# Ασφάλεια και τραυματισμός αθλητή



# Το κάρφωμα του ταύρου στον Jose Tomas

- Ο Tomas θεωρείται ένας από τους κορυφαίους ταυρομάχους της Ισπανίας αλλά δεν ήταν πάντα νικηφόρα η στενή επαφή του με τους ταύρους. Ο ματαντόρ τραυματίστηκε πριν μερικά χρόνια σοβαρά, όταν κατά τη διάρκεια ταυρομαχίας, ο βάρους 500 κιλών ταύρος τον χτύπησε με το κέρατό του, προκαλώντας ένα τραύμα βάθους τουλάχιστον 10 εκατοστών. Το τραύμα ήταν σοβαρό που χάρη στην έγκαιρη μεταφορά του στο νοσοκομείο, όπου υποβλήθηκε σε πολύωρη επέμβαση, δεν έχασε τη ζωή του. Παρά το γεγονός ότι αυτή ήταν η δεύτερη σοβαρή «κορνάδα» του, ή γρύλισμα, σε λιγότερο από ένα μήνα (διακομίστηκε στο νοσοκομείο μετά από μια ταυρομαχία στη Χερέθ μόλις πριν από δύο εβδομάδες), ο χτυπημένος Τόμας κατάφερε με κάποιο τρόπο να σταθεί στα πόδια του και να σκοτώσει τον ταύρο.
- Σε αναγνώριση του εκπληκτικού του chutzpah, ο Tomas ανταμείφθηκε με τα δύο αυτιά και την ουρά του ταύρου και αργότερα μεταφέρθηκε από το ρινγκ στους ώμους ενός συναδέλφου - η συνηθισμένη ανταμοιβή για κατορθώματα μεγάλης γενναιότητας.





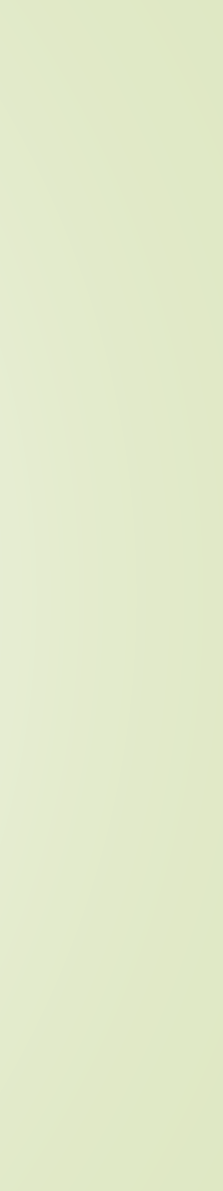
# Τραγωδία του Χείζελ

- ▶ Ένας τελικός Κυπέλλου Πρωταθλητριών πάντα χαρακτηρίζεται ως η γιορτή του ποδοσφαίρου. Αυτός όμως της 29ης Μαΐου 1985 όμως στις Βρυξέλλες έμεινε στην ιστορία ως ο τελικός της ντροπής. Λίγο πριν την έναρξη της αναμέτρησης την ώρα που το «Χείζελ» ήταν γεμάτο από οπαδούς των δύο ομάδων, αυτοί της Λίβερπουλ επιτέθηκαν με μαχαίρια στους αντίστοιχους της Γιουβέντους, με τους λιγιστούς αστυνομικούς να μην μπορούν να αντιδράσουν.
- ▶ Όταν αυτοί προσπάθησαν να απομακρυνθούν μαζεύτηκαν σε ένα σημείο της κερκίδας με αποτέλεσμα αυτό να καταρρεύσει. Τραγικό αποτέλεσμα ήταν 39 φίλοι της «Γηραιάς Κυρίας» να χάσουν τη ζωή τους ενώ οι τραυματίες έφτασαν τους 600. Μεταξύ των φιλάθλων που έχασαν τη ζωή τους ήταν και ένα 11χρονο αγόρι. Η συγκεκριμένη βραδιά έμελλε να αλλάξει την ιστορία του αγγλικού ποδοσφαίρου.
- ▶ Έπειτα από αυτή την εξέλιξη η πρωθυπουργός της χώρας Μάργκαρετ Θάτσερ πήρε τη μεγάλη απόφαση να αποκλείσει τις αγγλικές ομάδες από τις ευρωπαϊκές διοργανώσεις για την επόμενη δετία αλλάζοντας μια για πάντα τη βία στο αγγλικό ποδόσφαιρο. Η απόφασή της αυτή μάλιστα ήταν ικανή να δημιουργήσει τεράστιες αντιπάθειες από το στρατόπεδο του Άνφιλντ με οπαδούς της Λίβερπουλ να πανηγυρίζουν όταν έγινε η κηδεία της!



## Το κομμένο δάχτυλο του Paulo Diogo

- Ο βετεράνος πλέον ποδοσφαιριστής Paulo Diogo, πανηγύριζε το 2004, την επίτευξη ενός τρίτου γκολ που πέτυχε για την ομάδα του τη Servette Geneve έναντι της Schaffhausen όταν συνέβη κάτι δυσάρεστο. Ο αθλητής έκανε το λάθος να σκαρφαλώσει στα προστατευτικά κάγκελα της εξέδρας και χωρίς να το αντιληφθεί, η βέρα του μπλέχτηκε στα σίδερα με αποτέλεσμα να κοπεί το δάχτυλό του.
- Αλλά αυτό δεν ήταν το τέλος του πόνου του. Με τον Ντιόγκο σε εμφανή πόνο και αγωνία το παιχνίδι διακόπηκε ενώ οι αγωνοδίκες συμμετείχαν σε μια ξέφρενη αναζήτηση για να ανακτήσουν το δάχτυλο, κάτι που δεν εντυπωσίασε καθόλου τον διαιτητή Florian Etter.
- Η τρομερή νύχτα του Ντιόγκο είχε κλείσει όταν οι χειρουργοί σε νοσοκομείο της Ζυρίχης παραδέχτηκαν ότι δεν μπορούσαν να επανασυνδέσουν το κομμένο άκρο του και συμβούλεψαν τον ακρωτηριασμό του εναπομείναντος κολοβώματος.



# Δικτυογραφία

- <https://pedtrauma.gr/el/athlitis-mos-me-asfaleia-4/>
- <https://www.sportime.gr/extratime/agenda/charalampos-blionas-to-proto-thima-chouligkanismou-stin-ellada>
- <https://el.wikipedia.org/wiki/>
- <https://www.newsbeast.gr/weekend/arthro/818574/adeheis-na-deis-tous-pio-sokaristikous-traumatismous-ston-athlismo>
- <https://www.theguardian.com/football/2004/dec/07/newsstory.sport12>
- <https://www.dailymail.co.uk/news/article-1022833/Pictured-The-bloody-moment-matador-gored-bull.html>
- <https://www.onsports.gr/afieromata/story/531775/xeizel-h-mayri-epeteios-toy-telikoy-tis-ntropis-photos-video>