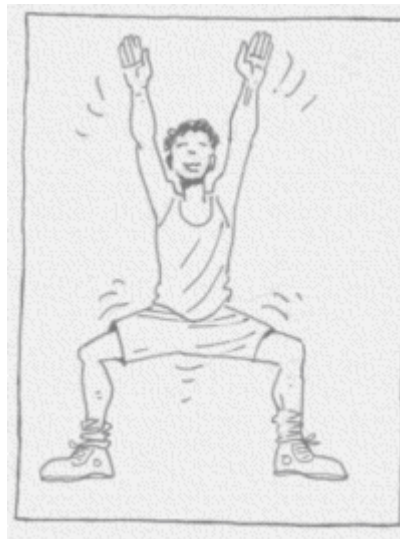


**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ  
46<sup>ο</sup> ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ  
ΣΧ. ΕΤΟΣ 2009-2010**

**ΤΙΤΛΟΣ:**

**<<ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ>>**



**ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ/ΜΑΘΗΤΕΣ Α΄ ΚΑΙ Β΄ ΤΑΞΗΣ 46<sup>ο</sup> Γ.Ε.Λ.  
ΑΘΗΝΩΝ**

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ:**

**ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΕ11**

**ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΓΙΑΝΝΗΣ ΠΕ04**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ:

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	3
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup></b>	
<b>ΣΚΟΠΟΣ, ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ</b>	
1.1 ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ.....	4
1.2 ΣΤΟΧΟΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ.....	4
1.3 ΔΟΜΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ.....	5
1.3.1 ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ.....	6
1.3.2 ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ, ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	9
1.3.3 ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ.....	18
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2<sup>ο</sup></b>	
<b>2.1 Ο ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΣΑΝ ΑΝΑΓΚΗ</b>	
2.1.1 ‘Νους υγιής εν σώματι υγιεί’.....	19
2.1.2 Αθλητισμός και ολόπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας...19	
2.2 ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ.....	20
2.3 ΤΟ ΣΗΜΕΡΙΝΟ ΔΙΛΛΗΜΑ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ Η ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ;.....	22
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup></b>	
<b>ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΜΟΝΟΓΡΑΦΙΕΣ</b>	
3.1 ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ.....	25
3.2 ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ .....	27
3.3 ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ.....	29
3.4 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗΣ .....	33
3.5 ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ.....	36
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>ο</sup></b>	
<b>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b>	
4.1 ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΑΠΟ ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ.....	38
4.2 ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΕ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ.....	42
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5<sup>ο</sup></b>	
<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ.....</b>	<b>45</b>
<b>ΕΠΙΛΟΓΟΣ.....</b>	<b>46</b>

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Το πρόγραμμά μας έχει τίτλο: <<Επαγγέλματα που έχουν σχέση με τον αθλητισμό>>.

Το θέμα αποφασίστηκε ,γιατί πολλοί μαθητές, παίρνοντας μέρος στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής, εκδήλωσαν το ενδιαφέρον για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α.(Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού). Επίσης ρωτούσαν να μάθουν περισσότερες λεπτομέρειες για τα επαγγέλματα που έχουν σχέση με τον αθλητισμό, μια και η Φυσική Αγωγή είναι ένα σχετικά εύκολο, ευχάριστο μέχρι και ενθουσιώδες μάθημα.

Ειδικά οι μαθητές που δείχνουν έφεση στον αθλητισμό, στο Λύκειο, που είναι η ηλικία προβληματισμού για το μέλλον, βλέπουν το επάγγελμα του γυμναστή και των ομοειδών επαγγελμάτων, σαν μια δόκιμη λύση για το μέλλον τους.

Βέβαια σήμερα, λόγω της δυσκολίας εύρεσης εργασίας σε αυτά τα επαγγέλματα, η βάση πρόσβασης στις αντίστοιχες σχολές είναι σχετικά μικρή.

Έτσι, πολλοί <μέτριοι> μαθητές βλέπουν τη Γυμναστική Ακαδημία σαν πρόκληση, γιατί μπορούν με λίγη προσπάθεια να εισαχθούν, ενώ οι <καλοί> την επιλέγουν σαν τελευταία λύση με το επιχείρημα της ανεργίας.

Το δίλλημα: Μου αρέσουν ή δεν μου αρέσουν τα γυμναστικά επαγγέλματα... όπως και: « Μου αρέσουν αυτά τα επαγγέλματα αλλά έχουν ανεργία» είναι σύνηθες.

Παράλληλα με το μάθημα του Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού στην Α΄ Λυκείου, το πρόγραμμα προσπάθησε να επηρεάσει και παιδιά της Β΄ Λυκείου, για να προβληματιστούν, ώστε να πάρουν μόνοι τους την κατάλληλη απόφαση για το μέλλον τους.

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup>

## ΣΚΟΠΟΣ, ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

### 1.1 ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός του προγράμματος είναι να ενημερωθούν οι μαθητές για τα επαγγέλματα που έχουν σχέση με τον αθλητισμό.

Ποια είναι, τί πραγματεύονται και ποιό είναι το αντικείμενό τους.

Επίσης να κατανοήσουν ποιές είναι οι ομοιότητες και οι διαφορές μεταξύ του αθλητισμού και του αθλητικού επαγγέλματος.

### 1.2 ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Στόχος είναι να ερευνηθούν τα επαγγέλματα για τα οποία συνήθως οι μαθητές εκδηλώνουν ενδιαφέρον για επαγγελματική αποκατάσταση και να διαμορφώσουν κριτική σκέψη μεταξύ του αθλητισμού σαν ανθρώπινη δραστηριότητα και του αθλητικού επαγγέλματος σαν βιοποριστική ανάγκη.

#### **Επιμέρους στόχοι:**

- α.** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα πιο γνωστά αθλητικά επαγγέλματα
- β.** Να αναπτύξουν κριτική σκέψη και προβληματισμό
- γ.** Να έρθουν σε επαφή με ανθρώπους και με χώρους των αντίστοιχων επαγγελμάτων
- δ.** Να συνειδητοποιήσουν ότι μέσα από τον αθλητισμό ανοίγονται δρόμοι επαγγελματικής αποκατάστασης

### 1.3 ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε σε τέσσερα κύρια μέρη:

Το πρώτο αφορά ένα ερωτηματολόγιο με στόχευση καταρχήν τη σχέση και το ενδιαφέρον των μαθητών για τον αθλητισμό και τα αθλητικά επαγγέλματα. Αναλύουμε τις απαντήσεις των μαθητών και τα αποτελέσματα.

Στη συνέχεια θέλουμε να διερευνήσουμε τη θέση των αθλητικών επαγγελμάτων στην σημερινή κοινωνία και να προβληματίσουμε για τις έννοιες αθλητισμός και πρωταθλητισμός.

Στο τρίτο μέρος, παραθέτουμε πληροφορίες για τα αθλητικά επαγγέλματα και τα αναλύουμε σύμφωνα με τους προβληματισμούς και τα ερωτήματα των μαθητών μας μέσα από τον Σχολικό Επαγγελματικό Προσανατολισμό και

Στο τέταρτο μέρος παρουσιάζουμε φωτογραφικό υλικό από εγκαταστάσεις των αντίστοιχων επαγγελμάτων και από επίσκεψή μας.

### 1.3.1 ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

#### 46ο ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

**Θέμα: Αθλητισμός- πρωταθλητισμός-αθλητικά επαγγέλματα**

1) Εκτός από τη Φυσική Αγωγή στο σχολείο έχεις ασχοληθεί με τον αθλητισμό;

Ναι

Όχι

2) Είχες ποτέ σαν πρότυπο κάποιο αθλητή η αθλήτρια;

Ναι

Όχι

3) Θεωρείς ενδιαφέροντα τα αθλητικά επαγγέλματα;

Ναι

Όχι

4) Προτιμάς τον αθλητισμό η τον πρωταθλητισμό;

Τον αθλητισμό

Τον πρωταθλητισμό, γιατί μου αρέσει να κερδίζω και μπορεί να με εξασφαλίσει επαγγελματικά

Τίποτα από τα παραπάνω.

5) Ποια από τα αθλητικά επαγγέλματα θεωρείς πιο ενδιαφέρον;

.....

6) Οι ολυμπιακοί αγώνες το 2004 στην Αθήνα κίνησαν ή αύξησαν το ενδιαφέρον σου για τα αθλητικά επαγγέλματα;

- Ναι
- Λίγο
- Δεν με ενδιαφέρει

7) Θεωρείς ότι μπορεί να γίνει το χόμπι επάγγελμα;

- Ναι
- Μάλλον ναι
- Όχι

8) Πιστεύεις ότι έχουν προοπτική για το μέλλον τα αθλητικά επαγγέλματα;

- Ναι
- Έχουν μια μικρή προοπτική
- Δεν έχουν προοπτική

9) Θα επέλεγες σαν πρώτη επιλογή ένα αθλητικό επάγγελμα;

- Ναι
- Όχι
- Μάλλον σαν τελευταία επιλογή

10) Ποιο από τα παρακάτω αθλητικά επαγγέλματα θα διάλεγες;

- Γυμναστής (σε σχολείο ή γυμναστήριο)
- Προπονητής ομάδας
- Φυσιοθεραπευτής
- Αθλητικός δημοσιογράφος
- Επαγγελματίας αθλητής
- Κανένα από τα παραπάνω

Σημείωση:

α) Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από ορισμένους μαθητές της Α΄ και Β΄ Λυκείου του 46<sup>ΟΥ</sup> Λυκείου Αθηνών.

β) Το δείγμα των ερωτηθέντων μαθητών επιλέχτηκε στα πλαίσια του Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού του Σχ. Έτους 2009-2010.

γ) Το πλήθος των μαθητών που συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο είναι 85 άτομα από τα οποία 54 είναι αγόρια και 31 κορίτσια.

δ) Το ερωτηματολόγιο ήταν ανώνυμο.



### 1.3.2 ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ, ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

1)



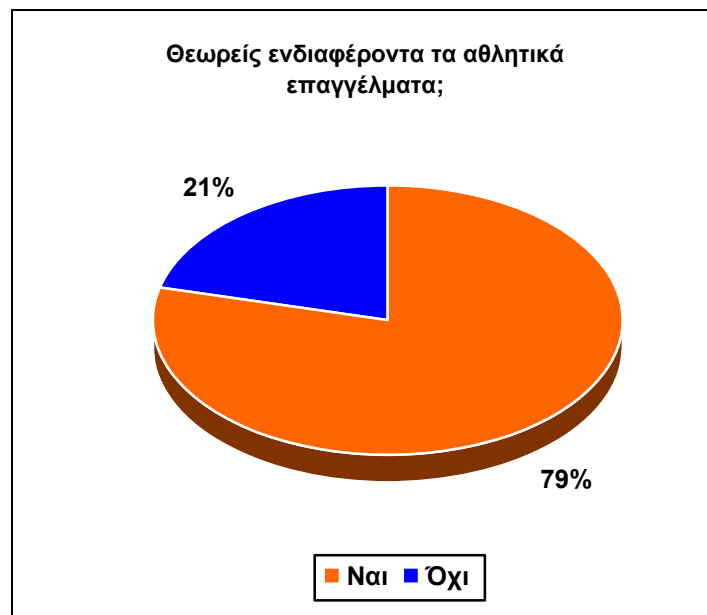
Στην πρώτη ερώτηση σχεδόν το σύνολο των μαθητών απάντησαν ότι έχουν ασχοληθεί με τον αθλητισμό, εκτός της Φυσικής Αγωγής στο σχολείο. Αυτό σημαίνει ότι έχουν είδη πάρει το ερέθισμα για ενδεχόμενη επαγγελματική ενασχόληση με κάποιο αθλητικό επάγγελμα. Μέσα από αυτό το δεδομένο, ιδιαίτερα οι μαθητές με μια κλίση στον αθλητισμό, μπορούν να δουν μια αυριανή επαγγελματική ενασχόληση σε αυτό τον τομέα σχετικά σε μικρή ηλικία.

2)



Στη δεύτερη ερώτηση πάνω από τους μισούς μαθητές απάντησαν ότι έχουν πρότυπο αθλητή ειδικά στα αγόρια, που παρατηρήθηκε τα πρότυπά τους να είναι επιτυχημένοι και προβεβλημένοι επαγγελματίες ποδοσφαιριστές. Σε πολλές περιπτώσεις η δημιουργία προτύπων επιδρά θετικά στην επιλογή επαγγέλματος. (Άποψη των μαθητών κατά τη διάρκεια του επαγγελματικού προσανατολισμού στην Α' τάξη).

3)



Οι περισσότεροι μαθητές, βλέπουν τον αθλητισμό ως μια ευχάριστη ενασχόληση. Στην κρίσιμη ηλικία της εφηβείας και του προβληματισμού για το μέλλον τους, ο συνειρμός αθλητισμός-ευχαρίστηση-επάγγελμα υπάρχει και μεγαλώνει ή εξασθενεί σύμφωνα με τις επιδόσεις και με τα άλλα ερεθίσματα της ζωής τους.

4)



Πέρα από το ποσοστό των μαθητών που προτιμούν τον αθλητισμό σαν μια ενασχόληση για ευχαρίστηση ή εκτόνωση και το ποσοστό που δεν τους ενδιαφέρει, υπάρχει και αυτό που βλέπει μια καλή επίδοση σαν μέσο επαγγελματικής αποκατάστασης.

Ορισμένοι μαθητές παίρνοντας μέρος σε αθλητικές ομάδες η κάνοντας ατομικά αθλήματα, προσανατολίζονται αργότερα και στην εισαγωγή τους στη Γυμναστική Ακαδημία ελπίζοντας σε επαγγελματική αποκατάσταση.

5)



Τα επαγγέλματα για τα οποία οι μαθητές έδειξαν ενδιαφέρον με σειρά προτίμησης είναι:

- ❖ Γυμναστής
- ❖ Φυσιοθεραπευτής
- ❖ Προπονητής
- ❖ Αθλητικός Δημοσιογράφος
- ❖ Επαγγελματίας Αθλητής

6)



Ένα μεγάλο ποσοστό των μαθητών απάντησαν στην ερώτηση αυτή ότι όντως λίγο η περισσότερο οι Ολυμπιακοί Αγώνες του 2004 αύξησαν το ενδιαφέρον των νέων για τα αθλητικά επαγγέλματα. Αυτό μάλλον συνέβη γιατί εκείνο τον καιρό, οι αθλητικοί αγώνες και γενικότερα ο αθλητισμός διαφημίστηκε όσο ποτέ άλλοτε στην Ελλάδα. Έτσι ήταν φυσικό να αυξηθεί και το ενδιαφέρον για τα αθλητικά επαγγέλματα.

7)



Ίσως ένα επάγγελμα μπορεί να αρχίσει από ένα χόμπι.  
Στην εφηβική ηλικία είναι ένα ενδεχόμενο.  
Αυτό ισχύει, όπως απαντούν οι μαθητές ασφαλώς και στα αθλητικά  
επαγγέλματα. Ένα μεγάλο ποσοστό μπορεί να δει το αθλητικό του χόμπι  
να εξελίσσεται στο μέλλον σαν επάγγελμα.

8)



Η γνώμη των περισσότερων μαθητών σε αυτή την ερώτηση ήταν ότι παρόλη την ενδεχόμενη ανεργία που αντιμετωπίζουν τα αθλητικά επαγγέλματα, όπως άλλωστε και πάρα πολλά άλλα επαγγέλματα έχουν προοπτική για το μέλλον.



9)



Εδώ παρατηρούμε ότι ενώ από τη μια πλευρά τα αθλητικά επαγγέλματα οι μαθητές τα θεωρούν ενδιαφέροντα, δημοφιλή και με προοπτική, λίγοι είναι αυτοί που θα τα έθεται σαν πρώτη επιλογή για το μέλλον τους. Αυτό σημαίνει ότι πολλοί άλλοι παράγοντες παίζουν ρόλο στην πρώτη επιλογή των σχολών. Πάντως οι μαθητές που βάζουν πρώτη επιλογή τα αθλητικά επαγγέλματα είναι αυτοί που είδη ασχολούνται με τον αθλητισμό σε συλλόγους, ομάδες κλπ.

10)



### 1.3.3 ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ

Τα γυμναστικά επαγγέλματα που οι μαθητές θεώρησαν τα πιο γνωστά και ενδιαφέροντα είναι:

- Γυμναστής
- Φυσιοθεραπευτής
- Προπονητής
- Επαγγελματίας αθλητής
- Αθλητικός δημοσιογράφος

## **2.1 Ο ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΣΑΝ ΑΝΑΓΚΗ**

### **2.1.1 Νους υγιής εν σώματι υγιεί**

Ο αθλητισμός εξασφαλίζει πρώτα και κύρια την ισορροπία και την υγεία του σώματος, τη βελτίωση των ζωτικών λειτουργιών του και την ενίσχυση της ανθεκτικότητάς του. Μέσω του αθλητισμού ο άνθρωπος επιδιώκει κατά κάποιον τρόπο να κερδίσει την κίνηση που δεν εκτέλεσε όλο το προηγούμενο διάστημα, λόγω των συνθηκών της ζωής του. Έχει σχεδόν έμφυτη την ανάγκη να αναπληρώσει αυτή την κίνηση, γιατί ως ζωικός ζωντανός οργανισμός δε μπορεί παρά να λειτουργεί σαν τέλειο μηχανικό σύνολο και, μάλιστα, σαν ισόμετρα ανεπτυγμένο μηχανικό σύνολο. Για παράδειγμα, ανεπτυγμένο μυϊκό σύστημα απαιτεί αντίστοιχα ανεπτυγμένο καρδιαγγειακό και σκελετικό σύστημα. Επίσης, σημαντικό μέρος του συνόλου των νοητικών λειτουργιών καταλαμβάνουν αυτές που ελέγχουν και συντονίζουν τους μύες. Αν οι κινήσεις μειώνονται και οι μύες ατροφούν τότε και αυτές υποβιβάζονται με άμεσο αντίκτυπο στο σύνολο της νόησης, αφού το νευρικό σύστημα λειτουργεί ως ενιαία συντονισμένο σύστημα. Από τα παραπάνω, δε, παραδείγματα φαίνεται η ενότητα του αθλητισμού με την ισορροπία και τη βελτίωση ζωτικών λειτουργιών. Και αυτό αποτελεί προϋπόθεση της θωράκισης της ίδιας της υγείας.

### **2.1.2 Αθλητισμός και ολόπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας**

Η άθληση είναι προϋπόθεση για την ολόπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας του ανθρώπου. Άλλωστε στοιχείο της προσωπικότητας είναι και το σώμα. Άρα στο βαθμό που βελτιώνεται, αναπτύσσεται και η προσωπικότητα. Η αθλητική δραστηριότητα συμβάλλει τα μέγιστα στο αίσθημα της ευφορίας και της όρεξης για άλλες δραστηριότητες, ενώ παράλληλα τονώνει και ξεκουράζει μετά από επίπονη νοητική αλλά και σωματική εργασία. Δημιουργούνται έτσι προϋποθέσεις για τη νόηση ώστε να γίνει πιο αποδοτική.

Ιδιαίτερα σημαντική είναι η συμβολή των ομαδικών αθλημάτων σε αυτό. Το ομαδικό άθλημα, όπως και κάθε άθλημα, εντάσσει τις εντεινόμενες σωματικές προσπάθειες σε έναν συγκεκριμένο στόχο, αλλά απαιτεί πιο σύνθετες και συλλογικές νοητικές διεργασίες, όπως η επεξεργασία σχεδίου, η στρατηγική και η ομαδικότητα. Το άτομο μαθαίνει να εντάσσεται σε μια ομάδα και να συντονίζεται μαζί της για τον κοινό σκοπό. Αυτό είναι πολύ σημαντικό για τη διαμόρφωση της

προσωπικότητας, κυρίως των νέων. Επίσης, μέσα απ' αυτό, ο νέος ψυχαγωγείται κιόλας μιας και στην εξέλιξη ομαδικών αγώνων οι αθλούμενοι βιώνουν έντονα μια σειρά από συναισθήματα, όπως αγωνία, χαρά, λύπη, πάθος, θέληση μέσα στα πλαίσια της ευγενούς άμιλλας.

Πηγή:  
Εφημερίδα Ελευθεροτυπία

## 2.2 ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Είμαστε μόνο 10 εκατομμύρια. Είμαστε η φτωχότερη επαρχία της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Και σε σύγκριση με άλλους λαούς οι σύγχρονοι Έλληνες δεχόμαστε ότι υστερούμε σε πάρα πολλούς τομείς. Εν τούτοις οι εξαιρετικά μικρές πιθανότητες που διαμορφώνουν αυτά τα δεδομένα για διεθνείς διακρίσεις δεν εμπόδισαν μια χούφτα νέων μας να καταλάβουν την τέταρτη θέση στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του κλασικού αθλητισμού και να αφήσουν πίσω στην κατάταξη χώρες πολύ πιο μεγάλες, πολύ πιο πλούσιες και με μακρόχρονη ιστορία και επιδόσεις. Αποτελεί αυτός ο μεγάλος θρίαμβος μια πρόσκαιρη αναλαμπή ή μήπως σηματοδοτεί μια μονιμότερη εξέλιξη; Και αν δεν πρόκειται για μια παροδική συγκυρία, σε ποιους παράγοντες οφείλεται και τι συμπεράσματα μπορούμε να βγάλουμε για να διακριθούμε ως λαός γενικότερα; Αυτά είναι τα ερωτήματα με τα οποία θα ασχοληθώ στο σημερινό άρθρο μου.

Από τις δημόσιες διαβεβαιώσεις των εκάστοτε αρμόδιων αθλητικών παραγόντων μου είχε δημιουργηθεί από χρόνια η εντύπωση ότι στον κλασικό αθλητισμό γινόταν πολύ καλή δουλειά. Στην αρχή τα αποτελέσματα ήταν πενιχρά και αυτό ομολογώ ότι με είχε κάνει αρκετά δύσπιστο στις προοπτικές. Αλλά στη συνέχεια οι αθλητές μας άρχισαν να κάνουν αισθητή την παρουσία τους στις παγκόσμιες διοργανώσεις. Έτσι, όταν την περασμένη εβδομάδα στη Σεβίλλη κατάφεραν να διακριθούν με τον τρόπο που το έκαναν, κατέληξα στο συμπέρασμα ότι σε αυτόν τον τομέα έχουμε βρει τη «φόρμουλα της επιτυχίας» και άρχισα να ανιχνεύω τα συστατικά της.

Επειδή το αποτέλεσμα των προσπαθειών που καταβάλλουν οι αθλητές είναι εντελώς αβέβαιο, σκέφθηκα, η «φόρμουλα της επιτυχίας» πρέπει να αυξάνει τη δίψα τους για διάκριση σε εθνικό και διεθνές επίπεδο και ταυτόχρονα να αντισταθμίζει τις σωματικές και ψυχολογικές αναστολές που προκαλούνται κατά το στάδιο της πολυετούς αναμονής και προετοιμασίας. Ποια λοιπόν θα μπορούσε να είναι η δραστική ουσία της

που έχει κάνει τη διαφορά από το παρελθόν; Κατά την άποψή μου αυτή βρίσκεται στο σύστημα των κινήτρων που έχει καθιερωθεί για να ανταμείβονται οι αθλητές ανάλογα με τις διακρίσεις τους. Πιο συγκεκριμένα, από τα μόρια με τα οποία επιδοτείται η είσοδος ενός επιτυχημένου αθλητή σε κάποια ανώτατη σχολή ως την επαγγελματική αποκατάσταση και τα έπαθλα πολλών εκατομμυρίων που προσφέρει η πολιτεία στους διακρινόμενους, όλα αποτελούν σοβαρά υλικά κίνητρα για πολλούς νέους να αναλαμβάνουν τον κίνδυνο του πρωταθλητισμού. Φυσικά, το κίνητρο για κάποιον να δοξάσει την πατρίδα του δεν μπορεί αποκλειστεί. Αλλά από μόνο του ελάχιστα μπορεί να αντισταθμίσει στην εποχή μας τον τεράστιο κίνδυνο της επένδυσης σε χρόνο και προσπάθεια που απαιτείται. Γι' αυτό η επιτυχία ήλθε από τη στιγμή που οι αρμόδιοι άλλαξαν πολιτική και άρχισαν να αμείβουν υλικά κάθε διάκριση.

Το συμπέρασμα έτσι στο οποίο οδηγούμαστε είναι ότι για να διακριθούμε στις επιστήμες, στις τέχνες, στις επιχειρήσεις και στην κοινωνία πρέπει να υπάρχουν σοβαρά υλικά κίνητρα. Αυτό με τη σειρά του απαιτεί από όλους μας να δεχθούμε τη διαφορετικότητα μεταξύ μας και χωρίς αποστροφές και μεμψιμοιρίες να τιμούμε τους εθνικούς μας πρωταθλητές σε όλους τους τομείς.

***Του κ. Γεωργίου Κ. Μπήτρου, καθηγητή του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών.***

## 2.3 ΤΟ ΣΗΜΕΡΙΝΟ ΔΙΛΛΗΜΑ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ Η ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ;

**Αθλητισμός (άθληση)** είναι η συστηματική συμμετοχή σε κινητικές δραστηριότητες, που μπορεί να γίνουν είτε ατομικά είτε ομαδικά. **Άθλημα (σπορ)** χαρακτηρίζεται ένα αγώνισμα ατομικό ή ομαδικό, που για να διεξαχθεί απαιτεί κάποια τεχνικά χαρακτηριστικά (τεχνική, δεξιοτεχνία), φυσικά χαρακτηριστικά (δύναμη, αντοχή, ευκαμψία) και κανονισμούς. **Αθλητής** είναι το άτομο που ασκείται συστηματικά, είναι εγγεγραμμένο σε κάποιο σύλλογο και παίρνει μέρος σε προγραμματισμένους αγώνες, σε ερασιτεχνικό ή επαγγελματικό επίπεδο.

**Αθλούμενος** είναι το άτομο που συμμετέχει συστηματικά σε ένα άθλημα και αθλείται μόνο για ψυχαγωγία (**ασκούμενος**). Ο αθλούμενος παίρνει μέρος σε κάποιους προγραμματισμένους αγώνες (αγώνες δρόμου, ποδόσφαιρο 5Χ5), οι οποίοι δεν διεξάγονται στο πλαίσιο κάποιου πρωταθλήματος (ερασιτεχνικό ή επαγγελματικό).

Τα αθλήματα (ατομικά ή ομαδικά) είναι πάρα πολλά: ποδόσφαιρο, καλαθοσφαίριση, πετοσφαιριστή, κολύμβηση, ποδηλασία, ορειβασία, περπάτημα, τρέξιμο, γυμναστική, χορός, κωπηλασία, χιονοδρομία (σκι), κλασικός αθλητισμός και πολλά άλλα.

Έχει διαπιστωθεί ότι η μακροχρόνια σωματική άσκηση μέσω του αθλητισμού συμβάλλει σημαντικά στην ανατομική κατασκευή και τη λειτουργία των οργάνων και συστημάτων του ανθρώπινου σώματος, ενισχύοντας την ανάπτυξή του, την υγεία του και ψυχική ευεξία. Επιδημιολογικές μελέτες υποστηρίζουν, ότι τα παιδιά που αθλούνται αναπτύσσουν πιο υγιές καρδιαγγειακό σύστημα και έχουν χαμηλότερες συγκεντρώσεις χοληστερόλης και υψηλότερες συγκεντρώσεις λιποπρωτεϊνών HDL, σε σχέση συνομήλικά τους, που δεν αθλούνται. Οι μαθητές που ασχολούνται με τον αθλητισμό ξεπερνούν σημαντικά τους συνομήλικούς τους, που δεν ασχολούνται μ' αυτόν, στη σωματική ανάπτυξη. Η άθληση έχει σημαντικές επιδράσεις στο σκελετό, αφού ενισχύει σημαντικά τη δύναμη, αντοχή και μάζα των οστών. Ενισχύει επίσης τη δύναμη και το σθένος των μυών και διατηρεί την ευκαμψία τους στην ανάπτυξη γρήγορων και επιδέξιων κινήσεων. Όλα τα συστήματα δουλεύουν με οικονομία (καταναλώνοντας λιγότερες δυνάμεις), ο αθλούμενος κουράζεται λιγότερο και γίνεται ικανός να αντέχει σε μακρόχρονη και μεγάλη ένταση. Οι αθλητικές δραστηριότητες, με τις προσαρμογές που προκαλούν στον οργανισμό,

συντελούν στη σκληραγώγησή του, δυναμώνουν την αντίστασή του στις διάφορες μολυσματικές νόσους και συμβάλλουν στη μείωση της νοσηρότητας του. Η διατήρηση της κινητικής δραστηριότητας, με τον αθλητισμό, αποτελεί σοβαρό παράγοντα για την υγεία των ανθρώπων κάθε ηλικίας και επαγγέλματος.

Η άθληση κάθε ατόμου πρέπει να αρχίζει ενωρίς στην ηλικία του και να συνεχίζεται μέχρι τα βαθιά γεράματα. Στη μέση, αλλά και την τρίτη ηλικία, η συνέχιση της άσκησης, ασκεί την πιο ευνοϊκή επίδραση στην υγεία. Καθυστερεί την πρόωγη γήρανση, παρατείνοντας την καλή λειτουργία των συστημάτων, που συνδέονται με την πάροδο της ηλικίας. Η συστηματική άθληση ασκεί επίσης ευεργετική επίδραση στην υγεία των γυναικών και συμβάλλει στην ομαλή πορεία της εγκυμοσύνης και του τοκετού.

Ο αθλητισμός όταν έχει μαζικό χαρακτήρα αποτελεί ένα από τα σπουδαιότερα μέσα για την αρμονική ανάπτυξη των σωματικών και πνευματικών δυνάμεων του ανθρώπου.

Η ενασχόληση με τον αθλητισμό γίνεται με προγραμματισμένη προπόνηση. Η ένταση και η διάρκεια προπόνησης είναι ανάλογη με το επίπεδο της φυσικής κατάστασης του κάθε ασκούμενου, την ηλικία και το φύλο. Για να υποστηρίξει κάποιο άτομο, ότι είναι αθλούμενος, πρέπει να αθλείται πάνω από 3 φορές την εβδομάδα και πάνω από 20 λεπτά κάθε φορά. Στην περίπτωση του αθλητή βέβαια, οι αριθμοί αυτοί είναι κατά πολύ μεγαλύτεροι.

**Πρωταθλητισμός** είναι η συμμετοχή των αθλητών σε συστηματική προπόνηση με τη βοήθεια αθλητικών επιστημόνων με μοναδικό στόχο τους τη νίκη.

Ο αθλητισμός, με βάση το Αρχαίο Ελληνικό πνεύμα καλλιεργεί την πειθαρχία, την επιμονή, την τόλμη, το συλλογικό πνεύμα, τη θέληση για τη νίκη και πολλές άλλες αρετές, απαραίτητες για την επιτυχία στην εργασία του. Χαρακτηριστικό του αθλητισμού είναι η άμιλλα, ο αγώνας για τη νίκη και η επίδοση και η δυνατότητα του αθλούμενου ή του αθλητή να δοκιμάσει τις δυνάμεις της και να εκδηλώσει τις ικανότητές του για καλύτερες αθλητικές επιδόσεις.

Στον **πρωταθλητισμό** οι αρχές αυτές καταστρατηγούνται. Το μόνο που απασχολεί τα ενδιαφερόμενα μέρη (αθλητή, αθλητικούς επιστήμονες) είναι η νίκη, χωρίς τον ευγενή ανταγωνισμό, αλλά τον αθέμιτο. Εδώ βασιλεύει η λατρεία του κέρδους, που για χάρη του περιφρονούνται όλες οι αρχές, ακόμα και αυτή η υγεία των αθλητών.

Αυτό μπορεί να παρατηρηθεί στο κορυφαίο αθλητικό γεγονός, τους Ολυμπιακούς αγώνες, που διεξάγονται κάθε τέσσερα χρόνια. Η χώρα μας, μετά από 108 χρόνια είχε αυτή την ευκαιρία. Οι Ολυμπιακοί αγώνες διεξήχθησαν μεν με επιτυχία, αλλά σκιάστηκαν από το **ντόπινγκ**. Πολλοί αθλητές κατηγορήθηκαν και από άλλους αφαιρέθηκαν τα μετάλλιά τους

γιατί βρέθηκαν ντοπαρισμένοι.

Οι αθλητές στην προσπάθειά τους να βελτιώσουν την απόδοσή τους εκμεταλλεύονται όλα τα επιστημονικά μέσα (τεχνική, εξοπλισμός και ψυχολογική υποστήριξη), ακόμα και απαγορευμένα και επικίνδυνα μέσα, το λεγόμενο **doping**, που είναι το φαινόμενο μελετημένο όσον αφορά τις συνέπειές του και τις αιτίες του. Η χρήση των απαγορευμένων ουσιών εκδηλώνεται από πολλούς αθλητές, **που έχουν το σύνδρομο του πρωταθλητή**. Εμπλέκονται δε με το doping αθλητές ανεξάρτητα φύλου, ηλικίας και επιπέδου της αθλητικής απόδοσης.

Οι λόγοι του **antidoping** κατά τη διάρκεια αθλητικών αγώνων είναι:

1. Οι κίνδυνοι, που απειλούν την υγεία των αθλητών που κάνουν χρήση και βάζουν σε κίνδυνο και την ίδια τη ζωή του, 2. Η πράξη που θεωρείται ανήθικη, αφού με το doping γίνεται παράβαση στο «ευ αγωνίζεσθαι».

Είναι φανερό λοιπόν ότι ο **αθλητισμός** είναι απαραίτητος σε όλες τις ηλικίες, γιατί βελτιώνει την κατάσταση του αθλούμενου, ενώ αντίθετα ο **πρωταθλητισμός** δημιουργεί το **σύνδρομο του πρώτου νικητή**, με τα επακόλουθά του. Το σημαντικότερο όλων είναι η υγεία του ατόμου, γιατί μόνο τότε αυτό θα μπορέσει να ζήσει ποιοτικά και να είναι χρήσιμο στον εαυτό του και στην κοινωνία.

Του Δρ. **Στεργιούλα Απόστολου**, Αναπληρωτή Καθηγητή Σχολής Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας ζωής - Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου



## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup> ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΜΟΝΟΓΡΑΦΙΕΣ

### 3.1 ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ

**Ορισμός:** Ο γυμναστής φροντίζει για την σωματική άσκηση και καλή φυσική κατάσταση των αθλητών ή άλλων ατόμων, προτείνοντας και εφαρμόζοντας τις κατάλληλες για τον καθένα μεθόδους σωματικής άσκησης.

**Περιγραφή:** Ο γυμναστής μπορεί να προσφέρει τις υπηρεσίες του σε διαφορετικά είδη σωματικής άσκησης, όπως η αεροβική και σουηδική γυμναστική, το τέντωμα (stretching), η ενόργανη γυμναστική, οι ασκήσεις με βάρη, ο χορός το μπαλέτο, κ.ά. Η εκγύμναση μπορεί να γίνεται ατομικά ή ομαδικά. Στην πρώτη περίπτωση ο γυμναστής πρέπει να σχεδιάσει το πρόγραμμα που θα ακολουθηθεί, ανάλογα με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, ανάγκες και απαιτήσεις του αθλούμενου. Στόχος του είναι πάντοτε η καλύτερη δυνατή εξάσκηση, η βελτίωση των σωματικών αδυναμιών, η διατήρηση της καλής φυσικής κατάστασης, η αποφυγή τραυματισμών. Στην περίπτωση της ομαδικής εκγύμνασης καταρτίζει το πρόγραμμα που θα ακολουθηθεί από όλη την ομάδα, με τρόπο ώστε όλα τα μέλη της να μπορούν να το παρακολουθήσουν. Ειδικότερα, ο γυμναστής καταρτίζει το πρόγραμμα ασκήσεων, προσαρμόζει το πρόγραμμα στις ανάγκες κάθε αθλούμενου, παρακολουθεί τη σωστή εκτέλεση των ασκήσεων, καθοδηγεί και στηρίζει τους αθλούμενους ανάλογα με τις ιδιαιτερότητές τους. Σε πολλές περιπτώσεις, μπορεί να συνεργάζεται με προπονητές για τη σωστή εκγύμναση μιας ομάδας αθλητών. Τότε, λαμβάνει οδηγίες από τον προπονητή για τις ανάγκες της ομάδας, ή ορισμένων αθλητών και καταρτίζει το ανάλογο πρόγραμμα εκγύμνασης. Η χαρακτηριστική αθλητική φόρμα και τα αθλητικά παπούτσια είναι τα διακριτικά στοιχεία του! Η σφυρίχτρα και το χρονόμετρο είναι αρκετές φορές χρήσιμα, ανάλογα με το είδος της γυμναστικής. Όργανα που επίσης χρησιμοποιεί ένας γυμναστής, είναι τα βάρη, κάθε είδους μηχανήματα εξάσκησης, τα αντίστοιχα σύνεργα της ενόργανης γυμναστικής και οι μπάρες των γυμναστηρίων.

**Προϋποθέσεις άσκησης:** Για την άσκηση του επαγγέλματος απαιτείται πτυχίο ΤΕΦΑΑ.

**Χαρακτηριστικά:**

**Νομοθετική κατοχύρωση:**

**Εκπαίδευση:** Για να γίνει κάποιος γυμναστής πρέπει να σπουδάσει στα Τμήματα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) των Α.Ε.Ι. Μετά

την αποφοίτησή του συχνά παρακολουθεί ειδικά προγράμματα εκπαίδευσης σε διάφορες νέες τεχνικές, που αναπτύσσονται στον τομέα ενδιαφέροντός τους. Παράδειγμα τέτοιας εκπαίδευσης αποτελούν τα σεμινάρια γύρω από τις μεθόδους πρόληψης αθλητικών ατυχημάτων.

**Σπουδαιότητα:** Ο γυμναστής, χρειάζεται να έχει καλή σωματική υγεία και πολύ καλή φυσική κατάσταση. Πρέπει να διακρίνεται από ενθουσιασμό και να τον μεταδίδει και στα άτομα που έχει αναλάβει να εκγυμνάζει. Ακόμα, πρέπει να έχει υπομονή και ψυχραιμία για να αντιμετωπίσει τυχόν δυσάρεστες καταστάσεις. Επίσης, ο δυναμισμός, οι ηγετικές ικανότητες, η ευσυνειδησία και η συνέπεια, καθώς και η ικανότητα διδασκαλίας και μεταδοτικότητας πρέπει να είναι ανάμεσα στα χαρακτηριστικά του.

Η ικανότητα αντίληψης του χώρου για την απόλυτη εκμετάλλευσή του με τα κατάλληλα μέσα και όργανα, αποτελεί ένα ακόμα προσόν που είναι σκόπιμο να τον διακρίνει. Τέλος, πρέπει να είναι σε θέση να εργάζεται δημιουργικά με την ομάδα.

**Μέλλον:** Η προσφορά αυτή τη στιγμή από γυμναστές είναι μεγάλη, ενώ η απορρόφησή τους δεν ακολουθεί τους ίδιους ρυθμούς. Ωστόσο, η ζήτηση για γυμναστές αναμένεται στο άμεσο μέλλον να αυξηθεί, λόγω της διαφήμισης από τη διοργάνωση των Ολυμπιακών αγώνων στη χώρα μας και γενικότερα, με την ιδιαίτερη προτεραιότητα και σημασία που δίνει η πολιτεία τα τελευταία χρόνια στην ανάπτυξη του αθλητισμού και του πρωταθλητισμού τόσο σε ατομικό, όσο και σε συλλογικό επίπεδο.

**Περιβάλλον ενασχόλησης:** Ένας γυμναστής μπορεί να απασχολείται στην υπηρεσία των διαφόρων αθλητικών συλλόγων, ή ως ιδιωτικός γυμναστής αθλητών, ως προπονητής σε μια ομάδα -εθνική, τοπική, σχολείου. Ο γυμναστής επίσης, μπορεί να εργαστεί ως εκπαιδευτικός στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Τέλος, έχει τη δυνατότητα να ανοίξει γυμναστήριο ή να εργαστεί εκεί ως υπάλληλος.

**Επαγγελματικές συνθήκες:** Ο γυμναστής στη διάρκεια της εργασίας του, η οποία του προκαλεί συχνά σωματική κόπωση, συνεργάζεται με μεγάλο αριθμό ατόμων. Αρκετές φορές, χρειάζεται να εργαστεί και κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου. Μπορεί ακόμη και να χρειαστεί να ταξιδέψει, συνοδεύοντας αθλητές που συμμετέχουν σε διάφορους αγώνες.

Ο φυσικός του χώρος είναι οι διάφορες αίθουσες γυμναστικής

(γυμναστήρια) και τα γήπεδα, ανοιχτά και κλειστά. Είναι πολύ πιθανό οι εγκαταστάσεις που χρησιμοποιεί ο γυμναστής να μην είναι στην καλύτερη δυνατή κατάσταση, γεγονός που δυσκολεύει την εργασία του τόσο από άποψη χώρου όσο και από άποψη συνθηκών εργασίας (υγρασία, κρύο και άλλα). Επίσης, λόγω της φύσης του επαγγέλματος και της συνεχούς σωματικής άσκησης, μπορεί να αντιμετωπίζει τραυματισμούς, για την αποφυγή των οποίων απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή.

**Επαγγελματικές οργανώσεις:** Οι νόμοι για όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης και ο νόμος για τον αθλητισμό, προσδιορίζουν τον Κώδικα Δεοντολογικής Συμπεριφοράς του επαγγελματία.

**Γενικά σχόλια:** ν Ο γυμναστής ασχολείται με προσοχή, υπομονή, και μεθοδικότητα με τον αθλητή, προσπαθώντας να τον φέρει στην καλύτερη δυνατή φυσική και σωματική κατάσταση, προκειμένου να αντεπεξέλθει στις αθλητικές του υποχρεώσεις.

ν Στο έργο του γυμναστή περιλαμβάνεται η εμπύχωση και στήριξη των αθλητών ή των αθλούμενων, ώστε να ολοκληρώσουν με επιτυχία το πρόγραμμα γύμνασής τους.

Πηγή:  
Παιδαγωγικό Ινστιτούτο  
Τομέας ΣΕΠ

### 3.2 ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

**Ορισμός:** Ο φυσιοθεραπευτής εφαρμόζει τεχνικές και φυσικές μεθόδους για την αποκατάσταση της φυσιολογικής λειτουργίας των οργάνων και των μερών του ανθρώπινου σώματος και την ανακούφιση από τον πόνο.

**Περιγραφή:** Ο φυσιοθεραπευτής συνεργάζεται με το γιατρό για τη θεραπευτική αγωγή του πελάτη με σκοπό την κινητοποίηση και ανάπτυξη των άλλων υγιών μυϊκών δυνάμεών του, ώστε να αποκατασταθεί κατά το δυνατόν η κινητικότητά του. Συζητά με τον ασθενή τις ιδιαιτερότητες της πάθησής του και τον στηρίζει καθόλα στη διάρκεια της θεραπείας. Διδάσκει και βοηθά τον πελάτη στην εκτέλεση των ασκήσεων, στη χρήση βοηθητικών συσκευών ή τεχνητών μελών. Τέλος, καθοδηγεί τον ασθενή και τους συγγενείς του για τη συνέχεια της

θεραπευτικής αγωγής στο σπίτι. Ο φυσιοθεραπευτής χρησιμοποιεί στο έργο του διάφορες τεχνικές όπως το μασάζ, τα θεραπευτικά λουτρά και άλλα.

Ορισμένοι φυσιοθεραπευτές προσφέρουν γενικές υπηρεσίες στο αντικείμενο τους, ενώ άλλοι εξειδικεύονται σε διάφορες θεραπείες για ασθενείς με χρόνιες ή προσωρινές παθήσεις ή άτομα με ειδικές ανάγκες. Οι φυσιοθεραπευτές εργάζονται ακόμα για τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης ατόμων και κυρίως αθλητών ή χορευτών.

**Προϋποθέσεις άσκησης:** Στους πτυχιούχους Τ.Ε.Ι χορηγείται άδεια άσκησης επαγγέλματος από τη Νομαρχία εγκατάστασής τους.

**Χαρακτηριστικά:**

**Νομοθετική κατοχύρωση:**

**Εκπαίδευση:** Για να ασκήσει κάποιος το επάγγελμα του φυσιοθεραπευτή πρέπει να έχει πτυχίο του τμήματος Φυσικοθεραπείας των Τ.Ε.Ι. ή ως βοηθός, μπορεί να είναι διπλωματούχος Ι.Ε.Κ. ή απόφοιτος Τ.Ε.Ε. Οι πτυχιούχοι του τμήματος Φυσικοθεραπείας των Τ.Ε.Ι. μπορούν να συνεχίσουν τις σπουδές τους σε Α.Ε.Ι., όπως για παράδειγμα στα τμήματα Ιατρικής ή Τ.Ε.Φ.Α.Α. κ.ά., αφού επιτύχουν στις κατατακτικές εξετάσεις του αντίστοιχου τμήματος.

**Σπουδαιότητα:** Ο φυσιοθεραπευτής χρειάζεται να έχει υπομονή και επιμονή, καλή υγεία, σωματική αντοχή και επιδεξιότητα στα χέρια. Ακόμη, να έχει την ικανότητα της επικοινωνίας προκειμένου να εξηγήσει τη θεραπευτική αγωγή στον ασθενή, να τον συμβουλεύσει και να κερδίσει τη συνεργασία και την εμπιστοσύνη του. Απαραίτητο είναι να έχει οργανωτικές ικανότητες, ώστε να αναπροσαρμόζει κατάλληλα τη θεραπευτική αγωγή με τη συνεργασία του θεράποντα γιατρού.

**Μέλλον:** Το επάγγελμα έχει ικανοποιητική ανάπτυξη στη χώρα μας τις τελευταίες δεκαετίες. Ο αριθμός των θέσεων εργασίας που προσφέρονται είναι ικανοποιητικός και οι επαγγελματίες αμείβονται με καλές αποδοχές, ιδιαίτερα στην περίπτωση που διατηρούν ιδιωτικό φυσιοθεραπευτήριο.

**Περιβάλλον ενασχόλησης:** Ο φυσιοθεραπευτής μπορεί να εργαστεί σε εργαστήρια φυσικοθεραπείας, σε νοσοκομεία, κλινικές, ιδρύματα και ασφαλιστικούς φορείς, σε ινστιτούτα αισθητικής, σε αθλητικά σωματεία και αθλητικά κέντρα. Επίσης, σε ιδρύματα για άτομα με ειδικές ανάγκες, σε οίκους ευγηρίας ή σε γυμναστήρια.

**Επαγγελματικές συνθήκες:** Το αντικείμενο εργασίας του

φυσιοθεραπευτή απαιτεί κατά περίπτωση διαφορετικούς χειρισμούς και προϋποθέτει γνώσεις, εμπειρία και υπευθυνότητα. Συχνά ο φυσιοθεραπευτής χρειάζεται να είναι όρθιος και να χρησιμοποιεί δύναμη στα χέρια του. Επίσης, η συνεχής καθημερινή επαφή με τους ανθρώπους που αντιμετωπίζουν δύσκολα προβλήματα, μπορεί να προκαλέσει ψυχική καταπόνηση. Στα νοσοκομεία δουλεύει με συνεχές ωράριο, ενώ όταν διατηρεί δικό του φυσιοθεραπευτήριο διαμορφώνει ο ίδιος τις συνθήκες και το ωράριο εργασίας του.

**Επαγγελματικές οργανώσεις:** Ο φορέας που τους εκπροσωπεί είναι η ΠΟΕΔΗΝ.

**Γενικά σχόλια:** Ο φυσιοθεραπευτής πρέπει να έχει καλές γνώσεις ανατομίας, φυσιολογίας και ψυχολογίας. Να διαθέτει σωματική αντοχή, μυϊκή δύναμη και δεξιότητα στις κινήσεις των χεριών, αλλά και υπομονή, ευγένεια καθώς και ανεκτικότητα στις καθημερινές επαφές με τους πελάτες-ασθενείς του.

Ο τεχνολογικός εξοπλισμός είναι απαραίτητος στην εργασία του φυσιοθεραπευτή. Ο φυσιοθεραπευτής χρειάζεται να ενημερώνεται συχνά για τις τεχνολογικές εξελίξεις που συμβαίνουν στον κλάδο του και να τις ενσωματώνει στη δουλειά του.

Πηγή:  
Παιδαγωγικό Ινστιτούτο  
Τομέας ΣΕΠ

### 3.3 ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ

**Ορισμός:** Ο προπονητής αναλαμβάνει την προετοιμασία αθλητών και γενικότερα αθλουμένων, ατομικά ή σε ομάδα, και φροντίζει για την καλή φυσική τους κατάσταση, ώστε να έχουν την καλύτερη δυνατή απόδοση κατά τη διεξαγωγή αγώνων.

**Περιγραφή:** Ανάλογα με το άθλημα και την ηλικία των αθλητών και των αθλουμένων που έχει αναλάβει ο προπονητής, επιλέγει τις κατάλληλες ασκήσεις και διαμορφώνει το αντίστοιχο πρόγραμμα. Στόχος του προπονητή είναι να προετοιμάσει κατάλληλα τους αθλητές και τους αθλούμενους, ώστε να είναι σε θέση να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις αγώνων και αναμετρήσεων. Ακόμη, είναι υπεύθυνος για την προετοιμασία της συγκεκριμένης τακτικής για κάθε αγώνα και την πρακτική εφαρμογή της κατά τη διεξαγωγή του. Στο πλαίσιο αυτό συγκεντρώνει στοιχεία για τους μελλοντικούς αντιπάλους, προκειμένου η ομάδα του ή ο συγκεκριμένος αθλητής που έχει αναλάβει να είναι σε θέση να τους αντιμετωπίσει. Επίσης, κατά τη διάρκεια του αγώνα

συμβουλεύει και ενισχύει τους αθλητές, παρεμβαίνει σε περιπτώσεις λανθασμένων ενεργειών και τροποποιεί, αν χρειαστεί, την ακολουθούμενη τακτική. Μετά το τέλος του αγώνα αναλύει μαζί με τους αθλητές την απόδοσή τους, επισημαίνει τα θετικά σημεία και καταστρώνει στρατηγικές βελτίωσης των αρνητικών.

Αν είναι προπονητής σε ομαδικό άθλημα, έχει τη δυνατότητα πραγματοποίησης αλλαγών για την ανανέωση του δυναμικού της ομάδας προκειμένου για την καλύτερη απόδοσή της.

Ο εξοπλισμός του προπονητή περιλαμβάνει αθλητική φόρμα ή φόρμα κολύμβησης αν πρόκειται για θαλάσσια αθλήματα, σφυρίχτρα, χρονόμετρα και βέβαια εξειδικευμένα για κάθε άθλημα εξαρτήματα, όπως για παράδειγμα μπάλες, ρακέτες, εμπόδια, κορδέλες, κορίνες κ.ά. Με την τεράστια προβολή των αθλητικών εκδηλώσεων σήμερα και την αναγνώριση της σπουδαιότητας του αθλητισμού για την ομαλή ανάπτυξη του ανθρώπου, το έργο του προπονητή αποκτά ιδιαίτερη αξία. Η τηλεόραση και γενικότερα τα μέσα μαζικής ενημέρωσης έχουν συμβάλει αποφασιστικά στην ανάδειξη του επαγγέλματος, ιδιαίτερα όσον αφορά στα δημοφιλή αθλήματα, όπως το ποδόσφαιρο, το μπάσκετ και τελευταία ο στίβος και η γυμναστική.

**Προϋποθέσεις άσκησης:** Για να μπορέσει κάποιος να ασκήσει το επάγγελμα του προπονητή είναι απαραίτητη η άδεια ασκήσεως επαγγέλματος. Η άδεια χορηγείται από τη Γ.Γ.Α., εφόσον ο υποψήφιος διαθέτει πτυχίο ΤΕΦΑΑ ή προηγούμενη εμπειρία στο συγκεκριμένο άθλημα με το οποίο ενδιαφέρεται να ασχοληθεί ή έχει παρακολουθήσει σεμινάρια προπονητικής που διοργανώνει η Γ.Γ.Α.

**Χαρακτηριστικά:**

**Νομοθετική κατοχύρωση:** Το επάγγελμα κατοχυρώνεται νομικά με τον Ν. 2725/99 περί αθλητισμού.

**Εκπαίδευση:** Για την ενασχόληση με το επάγγελμα του προπονητή απαιτείται πτυχίο του τμήματος Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) των ΑΕΙ. Κατά τη διάρκεια των σπουδών δίνεται δυνατότητα στους φοιτητές να επιλέξουν κατεύθυνση ανάλογα με το άθλημα με το οποίο θέλουν να ασχοληθούν. Αθλητές που δεν έχουν πτυχίο ΤΕΦΑΑ μπορούν να γίνουν προπονητές παρακολουθώντας ολιγοήμερα σεμινάρια στη Σχολή Προπονητών της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.). Γνώσεις προπονητικής για συγκεκριμένα αθλήματα μπορεί κάποιος να αποκτήσει φοιτώντας σε ανάλογα τμήματα των Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης.

**Σπουδαιότητα:** Η σχέση του προπονητή με τους αθλητές απαιτεί αμοιβαία ηθική δέσμευση και αφοσίωση. Ο προπονητής, εκτός από δάσκαλος, οφείλει ταυτόχρονα να έχει ηγετικές δεξιότητες, ικανότητα να δημιουργεί σχέσεις εμπιστοσύνης με τους αθλητές, να εμπνέει σεβασμό

και γενικότερα να φροντίζει για τη δημιουργία και τη διατήρηση κλίματος επικοινωνίας. Στοιχεία που πρέπει, επίσης, να τον διακρίνουν είναι ο ενθουσιασμός, ο δυναμισμός και η αποφασιστικότητα, όπως και η ικανότητα σε κάθε στιγμή να διατηρεί την ψυχραιμία και την αυτοκυριαρχία του. Τόσο ο ίδιος όσο και οι αθλητές του, οφείλουν να λειτουργούν στα αθλητικά πλαίσια που επιβάλλουν οι άγραφοι κανόνες δεοντολογίας που έχουν καθιερωθεί διεθνώς με τον αγγλικό όρο 'fairplay'.

Σημαντικό, ουσιαστικό, αλλά και δύσκολο κομμάτι της δουλειάς του προπονητή αποτελεί η ψυχολογική προετοιμασία για την αντιμετώπιση κάθε αντιπάλου, πράγμα που απαιτεί να διαθέτει ο ίδιος συναισθηματική ωριμότητα και ισορροπία. Τέλος, η εντιμότητα, η ηθική ακεραιότητα, η ικανότητα στη μετάδοση γνώσεων, οι δεξιότητες επικοινωνίας και τα μεγάλα ψυχικά αποθέματα αποτελούν απαραίτητα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του προπονητή. Όπως γίνεται κατανοητό, η άριστη φυσική κατάσταση είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την ενασχόληση με το επάγγελμα.

**Μέλλον:** Οι δυνατότητες απασχόλησης των προπονητών βρίσκονται σε άμεση συνάρτηση με το άθλημα στο οποίο ειδικεύονται, ενώ σημαντικό ρόλο παίζει εάν αυτό είναι ατομικό ή ομαδικό. Για τους προπονητές ομαδικών αθλημάτων οι δυνατότητες απασχόλησης είναι περισσότερες. Γενικότερα, οι προοπτικές για το επάγγελμα του προπονητή είναι θετικές, καθώς όλο και περισσότερο παρατηρείται μια στροφή του ενδιαφέροντος προς τον ενεργό αθλητισμό.

Οι αποδοχές των προπονητών ποικίλλουν και μπορεί να είναι πολύ υψηλές ανάλογα με την ομάδα, το σύλλογο ή το φορέα στον οποίο απασχολείται. Εκτός από τις σταθερές αμοιβές, υπάρχουν τα λεγόμενα "πριμ επιτυχιών" που καθορίζονται ανάλογα με τις νίκες που επιτυγχάνει η ομάδα. Η επαγγελματική άνοδος είναι δύσκολη για έναν προπονητή. Για να καταξιωθεί κάποιος στο χώρο, απαιτείται τις περισσότερες φορές πολύχρονη εργασία, αφοσίωση στο έργο του και επίτευξη καλών επιδόσεων από τον αθλητή ή την ομάδα που έχει αναλάβει. Οι καλοί προπονητές διατηρούν για πολλά χρόνια τις θέσεις τους.

**Περιβάλλον ενασχόλησης:** Ο προπονητής μπορεί να απασχοληθεί σε διάφορους αθλητικούς συλλόγους ή ως προσωπικός προπονητής αθλητών, σε εθνικές ομάδες και σε ομάδες ιδρυμάτων, φορέων ή σχολείων.

**Επαγγελματικές συνθήκες:** Το επάγγελμα του προπονητή συνδέεται με έντονα συναισθήματα, είτε χαράς και ηθικής ικανοποίησης σε περίπτωση επιτυχίας είτε λύπης σε περίπτωση ήττας. Σε κάθε περίπτωση, όμως, η

ένταση και το άγχος, τόσο κατά την προετοιμασία όσο και κατά τη διάρκεια του αγώνα είναι μεγάλα. Οι προπονήσεις και οι αγώνες γίνονται την ημέρα ή και το βράδυ. Εξάλλου, οι μετακινήσεις για τον προπονητή είναι συχνές και ανάλογα με το αγωνιστικό επίπεδο που έχει αναλάβει και τις υποχρεώσεις της ομάδας ή του αθλητή, μπορεί να είναι σε επίπεδο τοπικό, εθνικό ή διεθνές. Αξίζει, επίσης, να σημειωθεί ότι ο προπονητής μπορεί να μετακινείται από τη μια ομάδα στην άλλη, κάτι που παρατηρείται κατά κύριο λόγο στα πολύ υψηλά επίπεδα της προπονητικής.

Οι χώροι εργασίας του προπονητή, ανάλογα με το άθλημα μπορεί να είναι ανοιχτοί, όπως για παράδειγμα τα γήπεδα ποδοσφαίρου, ή κλειστοί, όπως για παράδειγμα τα γυμναστήρια άρσης βαρών. Η προπόνηση πολλές φορές δεν πραγματοποιείται στο χώρο που διεξάγεται ο αγώνας, αλλά σε βοηθητικές εγκαταστάσεις. Οι συνθήκες εργασίας του προπονητή καθώς και τα αποτελέσματα που μπορεί να επιτύχει είναι σε μεγάλο βαθμό συνάρτηση των αθλητικών εγκαταστάσεων του φορέα για τον οποίο εργάζεται. Εξάλλου, όσον αφορά στα αποτελέσματα των προσπαθειών του εξαρτώνται και από τους αθλητές τους οποίους έχει αναλάβει να προετοιμάσει.

**Επαγγελματικές οργανώσεις:** Το Καταστατικό του Συνδέσμου Προπονητών και οι κανονισμοί προπονητών των διαφόρων αθλημάτων προσδιορίζουν τον δεοντολογικό κώδικα που κατά περίπτωση εφαρμόζεται.

**Γενικά σχόλια:** ν Ο προπονητής είναι απαραίτητο να διακρίνεται από διορατικότητα, σοβαρότητα και επαγγελματισμό, ώστε να είναι σε θέση να αναλάβει υπεύθυνα την εξέλιξη της πορείας του αθλητή στο αγώνισμα που έχει επιλέξει και να συμβάλλει στην ολοκλήρωση της ατομικής και αθλητικής του προσωπικότητας.

ν Δυναμισμός, μαχητικότητα, επιμονή και μεγάλη ψυχική αντοχή είναι απαραίτητο να χαρακτηρίζουν τον επαγγελματία προπονητή.

Πηγή:  
Παιδαγωγικό Ινστιτούτο  
Τομέας ΣΕΠ



### 3.4 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗΣ

**Ορισμός:** Ο αθλητής, ως επαγγελματίας, αποτελεί αγωνιζόμενο στέλεχος συλλόγου ομαδικών αθλοπαιδιών ή ατομικών αθλημάτων, ως ερασιτέχνης ασχολείται με τον κλασικό κυρίως αθλητισμό.

**Περιγραφή:** Οι επαγγελματίες αθλητές αγωνίζονται με αμοιβή, ως μέλη συλλόγων, κυρίως σε δημοφιλή αθλήματα (ομαδικά ή ατομικά).

Οι αθλητές αυτοί, ως μέλη μιας ομάδας, επιδιώκουν να κερδίζουν τις αντίπαλες ομάδες που συμμετέχουν στις ίδιες με την ομάδα τους διοργανώσεις. Το πρόγραμμα ενός αθλητή περιλαμβάνει την γυμναστική για σωματική άσκηση και απόκτηση ή διατήρηση άριστης φυσικής κατάστασης, την προπόνηση, για εξοικείωση με το άθλημα και τους συμπαίκτες ή την εφαρμογή και αφομοίωση των συστημάτων που θα ακολουθηθούν κατά τη διάρκεια των αγώνων στα πλαίσια των διοργανώσεων που συμμετέχει η ομάδα.

Ο αθλητής χρειάζεται ειδικό εξοπλισμό ανάλογα άθλημα με το οποίο ασχολείται (αθλητικές φόρμες και ειδικά παπούτσια, μπάλες και διάφορα όργανα γυμναστικής).

**Προϋποθέσεις άσκησης:**

**Χαρακτηριστικά:**

**Νομοθετική κατοχύρωση:**

**Εκπαίδευση:** Στον αθλητή, δεν χρειάζονται ιδιαίτερες γνώσεις, ούτε σπουδές. Χρήσιμη είναι η ενασχόληση με το άθλημα από μικρή ηλικία, ιδιαίτερα για όσους κάνουν πρωταθλητισμό και η συνεχής προπόνηση στα πλαίσια ομάδων. Η ενασχόληση με τον αθλητισμό επαγγελματικά δεν διαρκεί πολλά χρόνια λόγω εξασθένησης των σωματικών αντοχών και του πολύ σκληρού ανταγωνισμού με τους άλλους αθλητές.

Οι μόνοι αθλητές που αναγνωρίζονται ως επαγγελματίες στην Ελλάδα είναι οι ποδοσφαιριστές και οι καλαθοσφαιριστές.

**Σπουδαιότητα:** Ανάλογα με το άθλημα που ασχολείται, απαιτούνται ιδιαίτερα σωματικά χαρακτηριστικά (αδύνατος, υψηλό ανάστημα ή με δυνατούς μυς). Σε άλλες περιπτώσεις, κυριαρχεί μόνο το ταλέντο στο άθλημα. Η επιδεξιότητα, η ταχύτητα, τα ισχυρά αντανεκλαστικά, η ευελιξία, η ευστροφία, είναι ικανότητες που βοηθούν τους αθλητές να αποδώσουν. Η ικανότητα αντίληψης χώρου και επίδειξης ομαδικού πνεύματος στα πλαίσια μιας ομάδας είναι, επίσης, απαραίτητα για την ένταξη του αθλητή στο σύνολο και την αξιοποίησή του από τον προπονητή του.

Ο αθλητής, πρέπει να διακρίνεται από μαχητικότητα, αυτοπεποίθηση και ευσυνειδησία. Είναι απαραίτητο να τρέφει μεγάλη αγάπη για το άθλημα του και να είναι διατεθειμένος να κάνει θυσίες σε σχέση με τον ελεύθερο χρόνο και τον τρόπο ζωής του, προκειμένου να επιτύχει τους στόχους του. Ακόμα, ο ενθουσιασμός, ο δυναμισμός κατά τη διάρκεια του αγώνα και η υπομονή και επιμονή του αθλητή μέχρι να έρθει η καταξίωση, αποτελούν βασικά χαρακτηριστικά για την επιτυχία. Για την αποφυγή τριβών στις σχέσεις του με συμπαίκτες και προπονητή, απαιτείται πειθαρχία στις εντολές που λαμβάνει και αυτοκυριαρχία.

**Μέλλον:** Ο ελεύθερος χρόνος και το ενδιαφέρον των πολιτών για τις αθλοπαιδιές αυξάνονται με αποτέλεσμα να υπάρχει ζήτηση και πολλές ευκαιρίες απασχόλησης για νέους επαγγελματίες αθλητές, ιδιαίτερα τους συνεπείς και ταλαντούχους. Ορισμένα γνωστά αθλήματα ασκούνται ημι-επαγγελματικά, ενώ υπάρχει τάση για άλλα να μετατρέπονται σε επαγγελματικά.

Ανάλογα με το σύλλογο όπου ανήκει ο αθλητής και τη φήμη που ο ίδιος έχει δημιουργήσει, οι αμοιβές του μπορεί να είναι χαμηλές ή υψηλές. Εκτός από τις σταθερές αποδοχές, υπάρχουν ειδικά επιμίσθια για σημαντικές νίκες ή κατάκτηση κυπέλλων. Ο ανταγωνισμός μεταξύ των αθλητών είναι πολύ μεγάλος, οι μετακινήσεις τους σε άλλες ομάδες συχνές και οι δυνατότητες εξέλιξης και αμοιβών σημαντικές.

**Περιβάλλον ενασχόλησης:** Ο αθλητής ασχολείται επαγγελματικά σε ομάδες ποδοσφαίρου, καλαθοσφαίρισης ή άλλων αθλημάτων. Ακόμα μπορεί, αποκτώντας ειδική κατάρτιση ή σπουδάζοντας, να εργαστεί ως προπονητής του αθλήματος που ειδικεύεται, ενώ μετά το τέλος της καριέρας του μπορεί να ασχοληθεί με άλλα συναφή καθήκοντα σε αθλητικούς συλλόγους και φορείς ή να αναλάβει αντίστοιχες διοικητικές θέσεις σ' αυτούς.

**Επαγγελματικές συνθήκες:** Το επάγγελμα του αθλητή είναι ιδιαίτερα σκληρό και απαιτητικό γιατί απαιτεί καλή σωματική κατάσταση και προσεγμένη διαβίωση και διατροφή. Η άθληση απαιτεί σωματική κόπωση και συνεχή άσκηση για τη διατήρηση άριστης φυσικής κατάστασης. Η εκγύμναση και οι προπονήσεις πραγματοποιούνται σε διαφορετικές ώρες της ημέρας (συνήθως εκγύμναση το πρωί και προπόνηση το απόγευμα) ενώ οι αγώνες πολλές φορές είναι νυχτερινοί. Ο αθλητής, για να ανταποκριθεί στο πρόγραμμα προπονήσεων και αγώνων, πρέπει να ακολουθεί συγκεκριμένο διαιτολόγιο και να περιορίζει στο ελάχιστο τη νυχτερινή διασκέδασή του ή οτιδήποτε άλλο μπορεί να τον καταπονήσει σωματικά ή και πνευματικά. Σε περιόδους πριν από σημαντικούς αγώνες το ωράριο και οι ρυθμοί προπονήσεων και

εκγύμνασης μπορεί να γίνουν εξαντλητικοί για τον αθλητή και, σε ορισμένες περιπτώσεις, χρειάζεται να απομακρύνεται για αρκετές ημέρες από το σπίτι του και την οικογένειά του προκειμένου να προσαρμοστεί στο περιβάλλον των αγώνων και να συγκεντρωθεί στο αγωνιστικό του πρόγραμμα.

Οι προπονήσεις και οι αγώνες, ανάλογα με την κατηγορία στην οποία μετέχει η ομάδα, μπορεί να λαμβάνουν χώρα σε ανοιχτά ή κλειστά γυμναστήρια και γήπεδα, ενώ για τους ποδοσφαιριστές, τα γήπεδα είναι πάντοτε ανοιχτά. Καθώς τα αθλήματα είναι σωματικά, ο κίνδυνος τραυματισμών είναι διαρκής. Οι μετακινήσεις είναι αναγκαίες για την αντιμετώπιση αντιπάλων εκτός έδρας και τη συμμετοχή σε διάφορες αθλητικές συναντήσεις στο εσωτερικό και στο εξωτερικό. Η μεταγραφή, από μια ομάδα σε μια άλλη, ενδέχεται να σημάνει τη μετακίνηση και τη διαμονή του αθλητή σε άλλες πόλεις ή και χώρες.

**Επαγγελματικές οργανώσεις:** Οι ποδοσφαιριστές και οι καλαθοσφαιριστές εκπροσωπούνται από τον Πανελλήνιο Σύνδεσμο Αμειβομένων Ποδοσφαιριστών ή Καλαθοσφαιριστών αντίστοιχα.

**Γενικά σχόλια:** η αυστηρή εκγύμναση του σώματος, η προσεκτική ζωή, η αυτοσυγκέντρωση, η αυτοπειθαρχία και η αγάπη για το άθλημά του, χαρακτηρίζουν τον επαγγελματία αθλητή.

η πορεία κάθε αθλητή χαρακτηρίζεται από προσωπικές θυσίες στον τρόπο ζωής του και στις καθημερινές του συνήθειες, που μπορεί να ξεκινούν από πολύ μικρή ηλικία.

Πηγή:  
Παιδαγωγικό Ινστιτούτο  
Τομέας ΣΕΠ

### 3.5 (ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ) ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ

#### **ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ ΙΕΚ: Δημοσιογραφίας: Συντάκτες και Ρεπόρτερς**

**Επίπεδο:** Μεταλυκειακό

**Σχετικά επαγγέλματα:** Δημοσιογραφίας: συντάκτες και ρεπόρτερς

**Περιγραφή:** Την αποστολή της δημοσιογραφίας και την ελευθερία του Τύπου κατοχυρώνει το Σύνταγμα ως πρωταρχικά συστατικά στοιχεία του δημοκρατικού πολιτεύματος Συνεπώς δεν νοούνται φραγμοί στην άσκησή της. Στο πλαίσιο τούτο, η Ευρωπαϊκή Ομάδα της Διεθνούς Ομοσπονδίας Δημοσιογράφων αποφάσισε:

Η πρόσβαση στο επάγγελμα πρέπει να είναι ελεύθερη. Το μορφωτικό επίπεδο των αυριανών δημοσιογράφων πρέπει να είναι όσο το δυνατόν πιο υψηλό, αλλά για την είσοδο στη δημοσιογραφία δεν αποτελεί αναγκαία προϋπόθεση ένα δίπλωμα, πανεπιστημιακό πτυχίο ή τυποποιημένη εκπαίδευση. (Βρυξέλλες, 19-20 Μαρτίου 1992, Status of the working journalist in Europe)

Το νόημα της απόφασης είναι ότι το επάγγελμα παραμένει ανοιχτό, αλλά κατ' ουσίαν σταδιοδρομούν εκείνοι που έχουν κατανοήσει, ότι η εκμάθηση της δημοσιογραφίας δεν αποτελεί εφάπαξ διαδικασία και ότι η επιτυχής άσκηση της προϋποθέτει διαρκή (ισόβια) επιμόρφωση.

Ενδεικτικώς, ως αναγκαία προσόντα, που περιγράφουν το επάγγελμα, απαριθμούνται:

Υποδομή γνώσεων για τη λειτουργία του κράτους, για τη συγκρότηση των θεσμών της Κοινωνίας, για τη συνταγματικά διασφαλισμένη φυσική τάση των ατόμων να αναπτύσσουν ελεύθερα την προσωπικότητα της δηλαδή γνώσεων πολιτικής επιστήμης κοινωνιολογίας, ιστορίας, οικονομίας και ψυχολογίας, οι οποίες καθιστούν τον δημοσιογράφο ικανό να κατανοεί και να καταγράφει τόσο το κοινωνικό γίνεσθαι όσο και τα κίνητρα της ανθρώπινης συμπεριφοράς.

Αφομοίωση των αρχών χειρισμού της γλώσσας και των οπτικοακουστικών μέσων επιτέλεσης του έργου του, που είναι η ενημέρωση του πολίτη, άρα και η ταύτιση του με τον πολίτη και μόνον με αυτόν.

Ελεύθερη σκέψη, υψηλό αίσθημα ευθύνης αρκεί κυρίως σεβασμό της θεσμούς και της κανόνες δεοντολογίας, οι οποίοι προστατεύουν από την εκδοτική εξουσία.

Απόλυτη εξοικείωση με την οργάνωση και λειτουργία των δημοσιογραφικών, μονάδων Τύπου, ραδιοφωνίας, τηλεόρασης και των ραγδαία εξελισσόμενων multimedia.

Εκμάθηση των νέων μεθόδων (των νέων αλφαβήτων) στη δημοσιογραφία τόσο στον τομέα της πληροφορικής όσο και στον τομέα της αποκάλυψης των ειδήσεων (reporting).

**Επαγγελματικές διέξοδοι:** Οι απόφοιτοι, εφόσον εκπληρώνοντας όρους της διαπιστώσεως, δυνατόν να απασχοληθούν σε:

επιχειρήσεις έντυπης ή ραδιοτηλεοπτικής δημοσιογραφίας, δηλ. σε εφημερίδες περιοδικά ραδιόφωνο ή τηλεόραση

πρακτορεία ειδήσεων,

γραφεία Τύπου πρεσβειών Δημοσίων Οργανισμών και Υπηρεσιών, ή ιδιωτικών επιχειρήσεων και σε

εκδόσεις εξειδικευμένων κλαδικών εντύπων

Πηγή: Εκπαιδευτικό, πληροφοριακό και υποστηρικτικό υλικό  
Επαγγελματικού Προσανατολισμού  
Ηλεκτρονικοί Οδηγοί Παιδαγωγικού Ινστιτούτου

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>ο</sup>

### ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

#### 4.1 ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ













### 4.3 ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΑΠΟ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος επισκεφτήκαμε με ομάδες μαθητών χώρους προπόνησης αθλητών διαφόρων αθλημάτων.

Σκοπός ήταν να δουν από κοντά οι μαθητές τους χώρους άθλησης και τις συνθήκες εργασίας ορισμένων αθλητικών επαγγελματιών.

Πιο κάτω φωτογραφίες, στις οποίες συμμετέχει και ο μαθητής της Α΄ Λυκείου Κόστα Άλεξ κατά τη διάρκεια αγώνα.









## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5<sup>ο</sup>

### ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η αξιολόγηση του προγράμματός μας έγινε με το ερωτηματολόγιο που συμπλήρωσαν οι μαθητές και βέβαια με τη συμμετοχή τους στην υλοποίηση του προγράμματος.

Με αρκετό ενδιαφέρον τα παιδιά εργάστηκαν ασχολήθηκαν και βοήθησαν στην υλοποίηση της μικρής έρευνάς μας.

Άλλωστε το θέμα ήταν εξαιρετικό ενδιαφέρον για τους δρόμους της επαγγελματικής αποκατάστασης και σταδιοδρομίας που αναζητούν έντονα σε αυτή την ηλικία.

Πάντα ο αθλητισμός και κατ'επέκταση τα αθλητικά επαγγέλματα είναι ιδιαίτερο ευχάριστο πεδίο για τους νέους.

Με το λίγο ελεύθερο χρόνο τους, πολλά παιδιά από την Α και Β Λυκείου έψαξαν, ασχολήθηκαν και ενδιαφέρθηκαν με ζήλο για τα αθλητικά επαγγέλματα και τις προοπτικές τους.

Αυτό το ενδιαφέρον και η ενασχόλησή τους με το θέμα, ελπίζουμε να βοηθήσει την όσο πιο σωστή, και καθαρή απόφαση για το αυριανό τους επάγγελμα.

## Ε Π Ι Λ Ο Γ Ο Σ

Στα πλαίσια του Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού στην Α Λυκείου, το πρόγραμμα αυτό με θέμα τα αθλητικά επαγγέλματα, θεωρήθηκε από τους μαθητές χρήσιμο και ενδιαφέρον.

Ευχαριστούμε όλους τους μαθητές και τις μαθήτριες που βοήθησαν στην υλοποίησή του.

Πιστεύουμε ότι ευαισθητοποιήθηκαν, προβληματίστηκαν και στο τέλος ωφελήθηκαν παίρνοντας μέρος σε αυτήν την προσπάθεια.

Ευχαριστούμε για την πολύτιμη συμβολή στην πραγματοποίηση του προγράμματος την Κ. Ειρήνη Αγγελή- Παπανδρέου σύμβουλο επαγγελματικού προσανατολισμού στο ΚΕΣΥΠ Αμπελοκήπων.

Επίσης ευχαριστούμε τον συνάδελφο ΠΕ11 Παλαιομήτρο Θωμά για τη βοήθειά του και τη συμβολή του στο πρόγραμμα.