



پرهیز از تقلب ورزشی

الهه حسن پور

دکترای مدیریت آموزشی



تربیت شوند و بیاموزند که کسب نشان (مدال) بدون توجه به رفتار انسان گرایانه و ارزش‌های اخلاقی از اهمیت به نسبت کمتری برخوردار است و باور کنند که کسب مدال اخلاق از کسب مدال قهرمانی جایگاه والاتری دارد.

هرچند معتقدیم ورزش برای سلامت افراد جامعه، به‌ویژه در کمتر شدن مشکلات اخلاقی و تقویت شخصیت و ارتباط بین فردی دانش‌آموزان فایده‌های زیادی دارد، اما اگر برنامه‌ریزی ورزشی به‌طور صحیح و اصولی، به‌ویژه در مدرسه که شالوده روحیه ورزشی در مدرسه را پی‌ریزی می‌کند، وجود نداشته باشد، یعنی مدیریت ورزشی ضعیف صورت پذیرد، ناهنجاری‌های غیرسالمی شکل خواهند گرفت که به اهداف ورزشی خدشه وارد می‌کنند و شواهد تقلب و سودجویی پررنگ‌تر به چشم خواهند آمد. امروزه در میان مصداق‌های تقلب در ورزش، زورافزایی (دوپینگ) جایگاه خاصی را به خود اختصاص داده است، به‌طوری که در حد وسیعی شاهد مصرف داروهای فزاینده کارایی در ورزش‌های حرفه‌ای توسط ورزشکاران هستیم و موضوع زورافزایی (دوپینگ) که یک تقلب ورزشی است، مشکلات بسیاری را در ورزش کشورها ایجاد کرده است. ذاتاً استفاده از زورافزایی (دوپینگ) به قصد افزایش کارایی در ورزش انجام می‌شود و در مبارزه با استفاده ورزشکاران از مواد نیروزا و برون‌رفت از شیوه‌های تقلب انرژی زیادی صرف می‌شود. این موضوع در شرایط فعلی بیشتر قوت گرفته است، چرا که روش‌های بسیار جدیدی در پنهان‌کاری این تقلب کشف شده‌اند و خواه‌ناخواه پهلوانی و قهرمانی اصیل زیر سؤال می‌رود و هر سال هنگام رقابت‌های ورزشی جنجال‌های زیادی در پی دارد.

تقلب در ورزش خشونت را رواج می‌دهد

خشونت‌های هواداران و استفاده از مواد آتش‌زا و منفجره و پرتاب اشیای خطرناک به داخل زمین و ورزشگاه‌ها و زدوخورد‌های فیزیکی، رجزخوانی‌ها و استفاده از شعارهای مستهجن از موارد نگران‌کننده و حاشیه‌ای در مباحث ورزشی هستند. چنانچه شاهد بوده‌ایم، خشونت بین خود

ورزش باید بخش جالبی از زندگی ما را تشکیل دهد و به فعالیت‌هایی که بیشتر از آن لذت می‌بریم و احساس بهتری داریم بپردازیم. اگر بتوانیم ورزش با خانواده را در برنامه روزانه خود قرار دهیم، مثلاً دویدن، دوچرخه‌سواری، پیاده‌روی در پارک همراه با فرزندان، به‌ویژه روزهای آخر هفته، به‌یقین به نشاط بیشتری دست خواهیم یافت. علاوه بر آن، ورزش با دوستان یا افراد موردعلاقه و فرزندان لذت‌بخش‌تر است و تقویت انگیزه و استمرار ورزش در برنامه روزانه سلامت روان و آرامش را نیز به دنبال دارد و تأثیر بسزایی در رفع خستگی، احساس ناامیدی و درماندگی دارد. هرچه بیشتر ورزش کنیم، آمادگی جسمانی بالاتر و روحیه شاداب‌تری خواهیم داشت. اما حتی چند دقیقه فعالیت جسمانی هم بهتر از هیچ است و به‌مرور می‌توانیم دقایق بیشتری را به ورزش و فعالیت بدنی اختصاص دهیم و از برنامه ورزشی منظم‌تری استفاده کنیم.

نیک می‌دانیم، ورزش منظم به تقویت دستگاه ایمنی بدن و کاهش اضطراب و استرس و چالش‌های فکری و روحی نیز کمک شایانی می‌کند. اعتمادبه‌نفس را افزایش می‌دهد و در جلوگیری از افت عملکرد مغزی و وابسته به سن و افزایش تمرکز مغز بسیار مؤثر است. از مهم‌ترین کارکردهای ورزش ایجاد تأثیر مثبت در فرهنگ جامعه، به‌ویژه اشاعه اخلاق‌مداری است تا جامعه از آرامش و امنیت بیشتری برخوردار باشد و به تبع آن میزان بزهکاری‌ها و زدوخوردها و تنش‌های روحی و روانی محدودتر شوند. شایان ذکر است، دانش‌آموزان تحت تعلیم علمی و عملی معلم تربیت‌بدنی به فرصت‌های بسیار مناسبی برای تمرین اخلاق‌مداری در قالب بازی و رقابت‌های فردی و گروهی در مدرسه دست می‌یابند که شاکله زیرساخت رفتار آن‌ها را برای حضور در فعالیت‌های اجتماعی مهیا می‌کند.

هرگاه سخن از **پوریای ولی** و جهان‌پهلوان تختی به میان می‌آید، افتخارآفرینی ارزش‌های اخلاقی آن‌ها ستایش می‌شود و بدین روست که از مهم‌ترین نقش‌های مربیان ورزشی و دبیران تربیت‌بدنی، به‌ویژه در مدرسه، نهادینه کردن اخلاق در ورزش است تا ورزشکارانی پهلوان‌منش و بااخلاق



سن و تاریخ تولد یا تقلب در وزن کشی در پاره‌ای از ورزش‌ها، رواج وبگاه‌های شرط‌بندی، زدوبند با داوران یا حتی ورزشکاران نیز از دیگر موارد تقلب ورزشی محسوب می‌شوند.

حال که می‌دانیم انجام فعالیت‌های انسجام‌یافته ورزشی در مدرسه نه تنها به کسب نمرات بهتر به دانش‌آموزان کمک می‌کند، بلکه از مشکلات رفتاری آن‌ها می‌کاهد و به‌نوعی تأثیر بسزایی در تقویت آموزش مهارت‌های زندگی در آن‌ها دارد و روحیه جمع‌گرایی، همکاری و تشریک مساعی در انجام کار تیمی، تعهد و مسئولیت‌پذیری، خودباوری و اعتمادبه‌نفس را در دانش‌آموزان نهادینه می‌کند، پس باید زنگ درس تربیت‌بدنی به‌عنوان یکی از برنامه‌های منظم، پرتعداد و مهم در برنامه درسی هفتگی دانش‌آموزان برای شکوفایی استعداد‌های ورزشی آن‌ها و رشد ابعاد شخصیتی و شناختی دانش‌آموزان تلقی شود و با کنترل تغذیه و تأکید بر تغذیه سالم منجر به تغییر شگرفی در سبک زندگی کودکان منجر شود تا بتوانیم با غلبه بیشتر بر بیماری‌ها، سن امید به زندگی را در کشور افزایش دهیم.

هرچند در این میان باید باری دیگر نقش مربیان و دبیران دلسوز و پرتلاش تربیت‌بدنی در ترویج فرهنگ سالم ورزشی در دوره‌های گوناگون تحصیلی و آموزش مهارت‌های بنیادین و حرفه‌ای با پرهیز از هرگونه تقلب در ورزش مورد تأکید و تقدیر قرار گیرد.

ورزشکاران نیز گاهی عواقب وخیمی به همراه داشته است. این خشونت‌ها عمدتاً درون زمین یا سالن ورزشی بین ورزشکاران رخ می‌دهند؛ از کوره دررفتن، حمله‌ور شدن به بازیکنان تیم حریف، فحش و ناسزا گفتن، و انجام خطاهای پی‌درپی روی یکدیگر نمونه‌هایی از خشونت‌های هنگام رقابت‌ها هستند که هم شخصیت ورزشکاران را تحت تأثیر منفی قرار می‌دهد و هم از جذابیت مسابقات در نگاه بیننده می‌کاهد. حتی گاهی بازی جوانمردانه را به نمایش و اجرای شو برای خوشایند تماشاگران تلقی می‌کند و به‌جای رقابت بدون تقلب و جذاب، معنای بازی جوانمردانه جای خود را به زدن توپ به بیرون، به خاطر افتادن یک بازیکن تیم مقابل تغییر مفهوم می‌دهند و هرچند کار پسندیده‌ای است، اما بیشتر به راهکنشی (تاکتیکی) برای به‌رخ‌کشیدن رفتار تیم شبیه است. متأسفانه در برگزاری مسابقات ورزشی و جشنواره‌ها و رقابت‌های ورزشی شاهد تقلب‌های دیگری نیز هستیم که از روحیه جوانمردی و فوت به دور است و فضای سالم رقابت‌ها را دچار مخاطره می‌کند. تبنانی تیم‌ها برای مانع‌شدن از قهرمانی یک تیم، دوپینگ کردن، عرضه و فروش مکمل‌ها و تغذیه‌های تقلبی و بی‌کیفیت، صدمه‌زدن به بازیکنان تیم حریف، رشوه‌دادن برای جانب‌داری از یک تیم خاص و تغییر شکل اندام‌ها با استفاده از داروها و هورمون‌ها، کوچک کردن سن واقعی ورزشکار و دست‌کاری