

**Θεματική Ενότητα: Αθλητική Ψυχολογία**  
**Προφορικές Ανακοινώσεις 19<sup>ου</sup> Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής**  
**Αγωγής & Αθλητισμού**

**Section: Sports Psychology**  
**Oral Presentations of the 19<sup>th</sup> International Congress of Physical**  
**Education & Sport**

15705

**ΣΤΟΧΟΙ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΚΑΙ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗ: ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ.**

**Τσαμπούρη Ο., Σκαμπαρδώνη Σ., Τσιγάρα Γ.**

**Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

**[olga\\_t\\_90@hotmail.com](mailto:olga_t_90@hotmail.com)**

**ACHIEVEMENT GOALS AND INTRINSIC MOTIVATION: EFFECTS ON PHYSICAL EDUCATION PARTICIPATION**

**O. Tsampouri, S. Skabardoni, G. Tsigara**

**University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διερευνήσει αν οι προσωπικοί προσανατολισμοί στόχων επίτευξης στο «εγώ» και στο «έργο» καθώς και η εσωτερική παρακίνηση διαφέρουν ανάλογα με τη συμμετοχή στο μάθημα της φυσικής αγωγής, σε μαθητές και μαθήτριες δημοσίων σχολείων της κεντρικής Ελλάδας. Ενενήντα μαθητές και μαθήτριες, 30 από την Δ δημοτικού, 30 από την Β γυμνασίου και 30 από την Β λυκείου, συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο όπου αξιολογούσε τον προσανατολισμό στόχων (Papaioannou, 1994) και την εσωτερική παρακίνηση (IMI; McAuley, Dancan, & Tammen, 1989; προσαρμογή στα Ελληνικά από Goudas, Dermitzaki, & Bagiatis, 2000). Στη συνέχεια οι μαθητές δήλωναν πόσο συχνά συμμετείχαν στο μάθημα της φυσικής αγωγής. Οι απαντήσεις των μαθητών στη συχνότητα συμμετοχής στο μάθημα χωρίστηκαν σε ομάδα χαμηλής και υψηλής συμμετοχής. Διενεργήθηκε ανάλυση διακύμανσης με ανεξάρτητη μεταβλητή την ομάδα (χαμηλής και υψηλής συμμετοχής) και εξαρτημένες τις μεταβλητές: προσανατολισμός στο έργο, προσανατολισμός στο εγώ, ευχαρίστηση/διασκέδαση, προσπάθεια/σημαντικότητα, αντιλαμβανόμενη ικανότητα και άγχος/πίεση. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των 2 ομάδων στις παρακάτω μεταβλητές: α) προσανατολισμός στο «έργο», β) ευχαρίστηση/διασκέδαση, γ) προσπάθεια/σημαντικότητα και δ) αντιλαμβανόμενη ικανότητα. Συμπερασματικά, ο προσανατολισμός στο «έργο» φαίνεται να διαφοροποιείται ανάλογα με το βαθμό συμμετοχής στο μάθημα, ενώ ο προσανατολισμός στο «εγώ» όχι. Αντίστοιχα, η αντιλαμβανόμενη ικανότητα, η ευχαρίστηση/διασκέδαση και προσπάθεια/σημαντικότητα διαφοροποιείται ανάλογα με τον βαθμό συμμετοχής στο μάθημα της φυσικής αγωγής ενώ το άγχος/πίεση δεν έδειξε να διαφοροποιείται. Παρόλα αυτά περαιτέρω μελέτη απαιτείται σε μελλοντικές έρευνες σε μεγαλύτερο πληθυσμό μαθητών για εξαγωγή πιο ασφαλών συμπερασμάτων.

**Λέξεις κλειδιά:** Προσανατολισμός στο έργο, Ευχαρίστηση, Αντιλαμβανόμενη ικανότητα

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

15749

**ΣΤΟΧΟΙ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΚΑΙ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΣΗ/ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ: ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΣΗ ΣΧΕΣΕΩΝ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΙΔΟΣ ΤΗΣ ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗΣ ΣΕ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΕΡΒΙΣ ΣΤΟ ΒΟΛΕΙ.**

Τσοχαντάρη Ε. , Χειλιώτη Ι.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας Τ.Ε.Φ.Α.Α.

[elenitsa\\_91@hotmail.com](mailto:elenitsa_91@hotmail.com)

**ACHIEVEMENT GOALS AND ENJOYMENT: VARIATION OF RELATIONSHIPS ACCORDING TO THE TYPE OF FEEDBACK ON VOLLEYBALL TESTS**

E. Tsochantari, I. Cheilioti

Unifersity of thessaly D.P.E.S.S.

Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να εξετάσει αν οι προσωπικοί στόχοι επίτευξης προβλέπουν την ευχαρίστηση / διασκέδαση ανάλογα με διαφορετικές συνθήκες ανατροφοδότησης σε δοκιμασία στο βόλεϊ. Προκειμένου να διερευνηθεί το παραπάνω, πραγματοποιήθηκε μία δοκιμασία του σέρβις στο βόλεϊ. Συμμετείχαν ενενήντα μαθητές και μαθήτριες με μέσο όρο ηλικίας 14.6 και χωρίστηκαν σε 2 ομάδες ανάλογα με το είδος της ανατροφοδότησης που λάμβαναν. Οι συμμετέχοντες εκτέλεσαν τη δοκιμασία (3 επαναλήψεις) χωρίς να βλέπουν που προσγειώνεται η μπάλα πίσω από το δίχτυ (τυφλή δοκιμασία). Στην Α ομάδα (45 άτομα) δινόταν λανθασμένα χαμηλή ανατροφοδότηση (σκορ =1), ενώ στην Β ομάδα (45 άτομα) δινόταν λανθασμένα υψηλή ανατροφοδότηση (σκορ =5). Αμέσως μετά τη δοκιμασία και οι 2 ομάδες συμπλήρωσαν 5 ερωτήσεις όπου αξιολογούσαν την ευχαρίστηση-διασκέδαση (υποκλίμακα ευχαρίστησης διασκέδασης του IMI: Goudas, Dermitzaki, & Bagiatis, 2000) και το ερωτηματολόγιο του προσανατολισμού στόχων (Papaioannou, 1994). Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παλινδρόμησης έδειξαν ότι στην Α ομάδα (λανθασμένα χαμηλή ανατροφοδότηση) οι προσανατολισμοί στόχων προέβλεπαν το 60% της διακύμανσης της ευχαρίστησης / διασκέδασης που κατέβαλαν οι συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια της δοκιμασίας του βόλεϊ. Στην πρόβλεψη συνεισέφερε σημαντικά ο προσανατολισμός στο έργο και ο προσανατολισμός στο εγώ. Αντίστοιχα, στην Β ομάδα (λανθασμένα υψηλή ανατροφοδότηση) οι προσανατολισμοί στόχων προέβλεπαν το 39% της διακύμανσης της ευχαρίστησης / διασκέδασης που κατέβαλαν οι συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια της δοκιμασίας του βόλεϊ. Στην πρόβλεψη συνεισέφερε σημαντικά μόνο ο προσανατολισμός στο έργο. Συμπερασματικά, φαίνεται ότι ο προσανατολισμός στο έργο προβλέπει την ευχαρίστηση / διασκέδαση από την συμμετοχή σε δοκιμασία ανεξάρτητα από το είδος της ανατροφοδότησης.

**Λέξεις κλειδιά:** Διασκέδαση, Ανατροφοδότηση, Πετοσφαίριση

16416

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΗΘΙΚΗΣ ΑΠΟΔΕΣΜΕΥΣΗΣ: ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΦΥΛΟΥ ΣΕ ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ.**

Δούμα Ε., Τραυλός Α., Στεργιούλας Α.

Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τ.Ο.Δ.Α.

[idouma@otenet.gr](mailto:idouma@otenet.gr)

**THE GREEK VERSION OF MORAL DISENGAGEMENT SCALE: GENDER DIFFERENCES IN STUDENT POPULATION**

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

**I. Douma , A. Travlos, A. Stergioulas**

**University of Peloponnese, Department of Sports Organization and Management**

Η ηθική αποδέσμευση είναι μια κοινωνικο-γνωστική διαδικασία διαμέσου της οποίας το μέσο άτομο μπορεί να διαπράξει άσχημες έως φρικτές πράξεις εναντίον άλλων ατόμων, ή αλλιώς αποτελεί το μερικό χάσμα μεταξύ της θεωρητικής αντίληψης του ατόμου περί ηθικής συμπεριφοράς και της προσωπικής συμπεριφοράς του στην πραγματική ζωή. Σύμφωνα με τη θεωρία, υπάρχουν οκτώ μηχανισμοί διαμέσου των οποίων το άτομο μπορεί να αποδεσμευτεί από τις ηθικές του αρχές και να πράξει ανακόλουθα προς την ηθική του. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να ελεγχθεί το μοντέλο της ηθικής αποδέσμευσης των Bandura, Barbaranelli, Carpura & Pastorelli (1996) στα ελληνικά και να εξεταστεί αν οι παράγοντες της ηθικής αποδέσμευσης διαφοροποιούνται σε σχέση με το φύλο. Το δείγμα ήταν 2251 μαθητές/τριες ηλικίας 11-14 ετών. Χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της διπλής μετάφρασης από δύο δίγλωσσους επιστήμονες παιδαγωγικών και με τη μέθοδο της επιβεβαιωτικής ανάλυσης επαληθεύτηκαν οι οκτώ παράγοντες του πρωτότυπου ερωτηματολογίου. Από την πολυμεταβλητή ανάλυση διασποράς (MANOVA) και τις μονομεταβλητές αναλύσεις διασποράς (ANOVA) παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικά μεγαλύτερες τιμές για τα αγόρια σε σχέση με τα κορίτσια σε όλους τους παράγοντες του ερωτηματολογίου. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η ελληνική έκδοση της κλίμακας ηθικής αποδέσμευσης μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως αξιόπιστο εργαλείο αξιολόγησης. Σε ότι αφορά στη σχέση μεταξύ των παραγόντων της ηθικής αποδέσμευσης και του φύλου, τα ευρήματα είναι σύμφωνα με τις προβλέψεις της θεωρίας του ηθικού παράγοντα.

**Λέξεις κλειδιά:** ηθική αποδέσμευση, αξιοπιστία, μαθητές

**16418**

**ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΝΤΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΑΥΤΟΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ**

**Δούμα Ε., Στεργιούλας Α., Τραυλός Α.  
Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τ.Ο.Δ.Α.**

[idouma@otenet.gr](mailto:idouma@otenet.gr)

**PERCEIVED SELF-EFFICACY SCALE AND BULLYING**

**I. Douma, A. Stergioulas, A. Travlos**

**University of Peloponnese, Department of Sports Organization and Management**

Σκοπός της εργασίας ήταν να ελεγχθεί η δομή του ερωτηματολογίου της αντιληπτής αυτοαποτελεσματικότητας σε Έλληνες μαθητές και μαθήτριες ηλικίας 11-14 ετών (N=2251). Σύμφωνα με τους Pastorelli, Carpura, Barbanelli, Rola, Rozsa, & Bandura (2001), η δομή του ερωτηματολογίου στηρίζεται σε τρεις παράγοντες: σχολική αποτελεσματικότητα, κοινωνική αποτελεσματικότητα και αποτελεσματικότητα αυτορρύθμισης, οι οποίοι επιβεβαιώνονται και από την Ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου (CFI=.899, Cronbach  $\alpha$ =.89). Λόγω του ότι η αυτοαποτελεσματικότητα ενός ατόμου αποτελεί κύριο παράγοντα για το πώς θα δράσει, εξετάστηκε η σχέση και των τριών παραγόντων του ερωτηματολογίου με το ρόλο των μαθητών στο σχολικό εκφοβισμό. Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των θυμάτων, των θυτών και των θυμάτων/θυτών και των αμέτοχων μαθητών που εμφανίστηκαν από την πολυμεταβλητή ανάλυση (MANOVA) και τις μονομεταβλητές αναλύσεις διασποράς (ANOVA), εφιστούν την προσοχή ιδιαίτερα στην

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

αυτοαποτελεσματικότητα των θυτών, όπου ενώ παρουσιάζουν υψηλότερο τον κοινωνικό παράγοντα υστερούν στον παράγοντα της αυτορρύθμισης. Τα αποτελέσματα της έρευνας θα πρέπει να ληφθούν υπόψη στη δημιουργία εξειδικευμένων παρεμβατικών προγραμμάτων στα σχολεία προς αντιμετώπιση του εκφοβισμού.

**Λέξεις κλειδιά:** αντιληπτή αυτοαποτελεσματικότητα, αξιοπιστία, εκφοβισμός

16562

**ΣΧΕΣΗ ΔΕΙΚΤΩΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΜΕ ΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΗΛΙΚΙΑΣ 12-16 ΕΤΩΝ**

**Κορακίδη Γ., Δούδα Ε., Θεοδωράκης Γ., Τοκμακίδης Σ.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο**

**Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.,**

**[gkorakidi@gmail.com](mailto:gkorakidi@gmail.com)**

**RELATIONSHIP OF OBESITY INDICATORS AND PHYSICAL FITNESS WITH SELF-CONCEPT AND SELF-ESTEEM IN SCHOOLCHILDREN AGED 12-16 YEARS OLD**

**G. Korakidi, H. Douda, Y. Theodorakis, S. Tokmakidis**

**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της έρευνας ήταν να μελετηθεί η σχέση δεικτών παχυσαρκίας και παραμέτρων φυσικής κατάστασης με τη σωματική και τη συνολική αυτοαντίληψη σε παιδιά ηλικίας 12 έως 16 ετών. Στη μελέτη συμμετείχαν μαθητές (n=179) και μαθήτριες (n=160) Γυμνασίου. Μετρήσεις πραγματοποιήθηκαν στους δείκτες παχυσαρκίας (BMI, περιφέρεια μέσης, ισχύου, σωματικό λίπος) και σε παραμέτρους της φυσικής κατάστασης (δύναμη κοιλιακών, δρομική ευκινησία-ταχύτητα, καρδιοαναπνευστική αντοχή). Επίσης, ο κάθε δοκιμαζόμενος συμπλήρωνε ένα ερωτηματολόγιο σωματικής και συνολικής αυτοαντίληψης (Marsh et. al, 1994 & Μακρή-Μπότσαρη, 2001) το οποίο περιλαμβάνει 70 ερωτήσεις σε εξαβάθμια κλίμακα Likert και αξιολογεί την αυτοαντίληψη σε 11 προκαθορισμένους παράγοντες (κλίμακες). Ο συντελεστής εσωτερικής σταθερότητας Cronbach υπολογίστηκε σε  $\alpha=0.88$  για όλα τα ερωτήματα, υποδεικνύοντας αποδεκτό βαθμό αξιοπιστίας. Επίσης καταγράφηκε η υποκειμενική εκτίμηση των παιδιών για το βάρος και το ύψος τους. Από την ανάλυση των δεδομένων διαπιστώθηκαν σημαντικές συσχετίσεις των δεικτών παχυσαρκίας με αρκετές από τις κλίμακες αυτοαντίληψης καθώς και με την υποκειμενική εκτίμηση του βάρους, και στα δύο φύλα. Σε όλες τις περιπτώσεις, τα παιδιά με χαμηλότερη τιμή του δείκτη σημείωσαν υψηλότερα σκορ αυτοαντίληψης (θετικότερη εικόνα) και έτειναν να έχουν αντικειμενικότερη αντίληψη για το βάρος τους. Επίσης και στα δύο φύλα διαπιστώθηκαν σημαντικές επιδράσεις του επιπέδου φυσικής κατάστασης, κυρίως της δρομικής ευκινησίας/ταχύτητας και της καρδιοαναπνευστικής αντοχής στους περισσότερους από τους παράγοντες της αυτοαντίληψης, συμπεριλαμβανομένης και της συνολικής αυτοεκτίμησης, με τα παιδιά που είχαν καλύτερη φυσική κατάσταση να τείνουν να έχουν σε όλες τις περιπτώσεις ευνοϊκότερη εικόνα για τον εαυτό τους. Τα αποτελέσματα υποδηλώνουν ότι η άσκηση και η συμμετοχή σε διάφορες μορφές φυσικής δραστηριότητας μπορούν να διαφοροποιήσουν τα επίπεδα της αντιλαμβανόμενης αθλητικής ικανότητας και αυτοεκτίμησης δίνοντας τη δυνατότητα στους υπέρβαρους/παχύσαρκους μαθητές να ενισχύσουν την εικόνα που συνθέτει τη σωματική και συνολική τους αυτοαντίληψη.

**Λέξεις κλειδιά:** BMI, φυσική δραστηριότητα, αυτοεκτίμηση

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

16737

**ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΑΝΑ ΕΙΔΟΣ ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΑ ΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΟΜΑΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΑΘΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

Χασιώτη Π., Παπαροϊδάμη Π., Σταθοπούλου Φ., Χαραλάμπους Π., Καλούση Μ., Βρετού Κ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α

[hasiotivivi@yahoo.gr](mailto:hasiotivivi@yahoo.gr)

**DIFFERENCES IN FEELING TOWARDS TEAM WORK ACCORDING TO EXTRA CURRICULAR SPORTING ACTIVITIES PARTICIPATION OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS**

**P. Hasioti, P. Paparoidami, F. Stathopoulou, P. Haralampous, M. Kalousi, K. Bretou Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνήσει αν η συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες επηρεάζει και τα αισθήματα των μαθητών προς την ομαδική εργασία στο μάθημα της φυσικής αγωγής στο σχολείο. Στην μελέτη συμμετείχαν 44 αγόρια και 55 κορίτσια από γυμνάσιο αστικής περιοχής της κεντρικής Ελλάδος. Οι μαθητές/τριες συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο των Cantwell&Andrews(2002): FeelingsTowardsGroupWork (FTGW), όπως προσαρμόστηκε από τους Μαγκώτσιου & Γούδας (2007): Ελληνική έκδοση της κλίμακας αισθημάτων για την ομαδική εργασία (ΕΕΚΑΟΕ), καθώς και τις εξωσχολικές αθλητικές τους δραστηριότητες. Οι εξωσχολικές δραστηριότητες ομαδοποιήθηκαν ως ομαδικά και ατομικά αθλήματα. Διενεργήθηκε ανάλυση διακύμανσης για να συγκριθούν οι μέσοι όροι στις μεταβλητές «προτίμηση στην ατομική εργασία», «δυσκολία προσαρμογής στην ομαδική εργασία» και «προτίμηση στην ομαδική εργασία» ανά ομάδα μαθητών που συμμετέχουν σε ατομικά και ομαδικά αθλήματα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των 2 ομάδων μόνο στη μεταβλητή «προτίμηση στην ατομική εργασία», με τους μαθητές και μαθήτριες που εξωσχολικά συμμετέχουν σε ατομικά αγωνίσματα δείχνουν ανάλογη προτίμηση προς την ατομική εργασία και στο μάθημα της φυσικής αγωγής. Αντίστοιχη προτίμηση δεν φάνηκε να έχουν οι μαθητές που συμμετέχουν σε ομαδικά αγωνίσματα εξωσχολικά. Συμπερασματικά, οι εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες φαίνεται να επηρεάζουν τα αισθήματά των μαθητών προς την ομαδική εργασία στο μάθημα της σχολικής φυσικής αγωγής, παρόλα αυτά περαιτέρω μελέτη απαιτείται σε μελλοντικές έρευνες σε μεγαλύτερο πληθυσμό μαθητών για εξαγωγή πιο ασφαλών συμπερασμάτων.

**Λέξεις κλειδιά:** εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, ομαδική εργασία, φυσική αγωγή

16740

**ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΟΥΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥΣ ΣΤΟΧΩΝ ΑΝΑ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΜΑΘΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

Χασιώτη Π., Χαραλάμπους Π., Παπαροϊδάμη Π., Σταθοπούλου Φ., Καλούση Μ., Παπαευθυμίου Ν.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

[hasiotivivi@yahoo.gr](mailto:hasiotivivi@yahoo.gr)

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

## **DIFFERENCES IN GOAL ORIENTATIONS ACCORDING TO BODY MASS INDEX OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS**

**P. Hasioti , P. Haralampous, P. Paparoidami, F. Stathopoulou, Ml. Kalousi, N. Papaefthimiou**

**Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διερευνήσει αν ατομικά χαρακτηριστικά όπως ο δείκτης μάζας σώματος των μαθητών και μαθητριών που συμμετέχουν στη σχολική φυσική αγωγή επηρεάζει και τους προσωπικούς στόχους επίτευξης των συμμετεχόντων. Στην μελέτη συμμετείχαν 44 αγόρια και 55 κορίτσια από γυμνάσιο αστικής περιοχής της κεντρικής Ελλάδος. Οι μαθητές/τριες συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο που αξιολογούσε τους προσωπικούς στόχους επίτευξης (Papaioannou, 1999), καθώς και το ύψος και βάρος τους. Υπολογίστηκε ο ΔΜΣ και οι μαθητές χωρίστηκαν σε 3 ομάδες: χαμηλός, φυσιολογικός και υψηλός δείκτης μάζας σώματος. Διενεργήθηκε ανάλυση διακύμανσης για να συγκριθούν οι μέσοι όροι στις μεταβλητές «προστασία του εγώ», «ενίσχυση του εγώ», «προσανατολισμός στη μάθηση» και «κοινωνική αποδοχή». Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των 3 ομάδων στις μεταβλητές: «προστασία του εγώ», με τους μαθητές και μαθήτριες που ανήκαν στην ομάδα με υψηλό ΔΜΣ να διαφέρουν σημαντικά από αυτούς της ομάδας με φυσιολογικό ΔΜΣ, «ενίσχυση του εγώ», με τους μαθητές και μαθήτριες που ανήκαν στις ομάδες με υψηλό και χαμηλό ΔΜΣ να διαφέρουν από αυτούς της ομάδας με φυσιολογικό ΔΜΣ, «προσανατολισμός στη μάθηση», με τους μαθητές και μαθήτριες που ανήκαν στις ομάδες με υψηλό και χαμηλό ΔΜΣ να διαφέρουν από αυτούς της ομάδας με φυσιολογικό ΔΜΣ. Συμπερασματικά, ο ΔΜΣ φαίνεται να επηρεάζει τους προσωπικούς στόχους επίτευξης των μαθητών στο μάθημα της σχολικής φυσικής αγωγής, παρόλα αυτά περαιτέρω μελέτη απαιτείται σε μελλοντικές έρευνες σε μεγαλύτερο πληθυσμό μαθητών για εξαγωγή πιο ασφαλών συμπερασμάτων.

**Λέξεις κλειδιά:** ατομικοί στόχοι επίτευξης, σωματική μάζα, έφηβοι

15762

## **Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΣΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΕ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ**

**Γουργούλιας Κ. , Παπαδόπουλος Π., Τερζόγλου Μ.**

**Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

[gourgou10@hotmail.com](mailto:gourgou10@hotmail.com)

## **THE ROLE OF PARENTS IN CHILDREN'S PARTICIPATION IN SPORTS AKADEMIES**

**K. Gourgoulis , P. Papadopoulos, M. Terzoglou**

**Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της έρευνας είναι, η καταγραφή και η αξιολόγηση της επίδρασης των γονέων στη συμμετοχή των παιδιών σε αθλητικές ακαδημίες και η καταγραφή απόλαυσης της συμμετοχής των παιδιών. Το δείγμα αποτέλεσαν 250 παιδιά (μόνο αγόρια), με μέσο όρο ηλικίας 12 ετών, παίκτες πέντε ακαδημιών ποδοσφαίρου της Δυτικής Θεσσαλονίκης. Χρησιμοποιήθηκε η τροποποιημένη μορφή του ερωτηματολογίου των Jeniffer C. Andersson , Jeanne B. Funk , Robert Elliott & Peg Hull Smith 2003. Οι απαντήσεις δόθηκαν σε 4-βάθμια κλίμακα τύπου Likert. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα των ερωτήσεων της παρούσας έρευνας σημειώθηκε ότι το 30,8% των παιδιών βρίσκεται σε ακαδημία ήδη 6 χρόνια. Επιπλέον , το 56% των παιδιών προπονείται 3-4 φορές την εβδομάδα. Ακόμη σημειώθηκαν σημαντικά βήματα

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

ανάμεσα στην συμπεριφορά των γονέων με τα παιδιά τους και διαπιστώθηκε ότι η σχέση τους είναι αρκετά καλή μεταξύ τους. Επίσης οι γονείς έχουν φιλοδοξίες και προσδοκίες για το παιδί τους το οποίο αν το περάσουν με σωστό τρόπο και σε σωστά πλαίσια, σίγουρα δημιουργεί και στο ίδιο το παιδί φιλοδοξίες και όνειρα για τον εαυτό του. Ακόμη, διαπιστώθηκε ότι ένα πολύ σημαντικό στοιχείο που δε βοηθάει το παιδί αλλά ακόμη και τον προπονητή να κάνει σωστά τη δουλειά του είναι ότι τα 2/5 των παιδιών απάντησαν ότι οι γονείς κριτικάρουν αρκετά έως πολύ το παιχνίδι των παιδιών τους και αυτό πράγματι πρέπει να διορθωθεί άμεσα από τους γονείς. Βέβαια ένα ακόμη αρνητικό αποτέλεσμα που διαπιστώθηκε και πρέπει να τονιστεί είναι ότι το 12,8% των παιδιών απάντησαν ότι οι γονείς εκνευρίζονται μετά από μια ήττα σε ένα αγώνα που θα έπρεπε να είχε κερδηθεί και αυτό πρέπει να ανησυχεί πολύ τους γονείς. Προτείνεται περισσότερη ψυχολογική στήριξη από τους γονείς στα παιδιά τους και λιγότερη πίεση των γονιών στα παιδιά τους για την απόδοσή τους στους αγώνες ποδοσφαίρου.

**Λέξεις κλειδιά:** ρόλος γονέων, ακαδημίες ποδοσφαίρου, ψυχολογία παιδιών

15965

#### **ΕΠΙΠΕΔΑ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΘΥΜΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ**

**Ζουμπουλιάς Σ., Μπεμπέτσος Ε., Αντωνίου Π., Κουρτέσης Θ.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α**

[szoumpou@phyed.duth.gr](mailto:szoumpou@phyed.duth.gr)

#### **ANGER AND AGGRESSION AMONG GREEK WATER POLO ATHLETES**

**S. Zoumpoulis, E. Bebetos, P. Antoniou, T. Kourtessis**

**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Κίνητρο για την παρούσα έρευνα αποτέλεσε το γεγονός ότι αφενός το άθλημα της υδατοσφαίρισης παρουσιάζει μια εγγενή τάση προς επιθετική συμπεριφορά λόγω υψηλού βαθμού σωματικής επαφής και αφ' εταίρου ότι στερείται σχετικής εμπειρικής έρευνας και αντίστοιχων αποτελεσμάτων, σε αντίθεση με άλλα αθλήματα. Σκοπός της συγκεκριμένης έρευνας ήταν να εξετάσει τα επίπεδα επιθετικότητας και θυμού Ελλήνων αθλητών/τριών υδατοσφαίρισης και να διερευνηθεί αν και σε ποιο βαθμό οι δύο αυτές μεταβλητές διαφοροποιούνται από μία ομάδα επτά παραγόντων όπως φύλο, ηλικία, αθλητική εμπειρία, έτη παραμονής στην ίδια ομάδα, αριθμό προπονήσεων ανά εβδομάδα, αγωνιστική θέση και αγωνιστική κατηγορία. Το δείγμα που χρησιμοποιήθηκε ήταν 200 αθλητές/τριες της υδατοσφαίρισης (100 γυναίκες, 100 άνδρες) ηλικίας 17 έως 39 ετών κατά τη διάρκεια του πρωταθλήματος Α2 και Β Εθνικής κατηγορίας. Το πλήθος ομάδων ανα κατηγορία ήταν ίσο ώστε να υπάρχει όμοια εκπροσώπηση κατηγοριών. Για τη συλλογή δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο της 'Κλίμακας Επιθετικότητας και Θυμού' των Maxwell και Moores (2007) το οποίο καλύπτει τις δύο διαστάσεις (α) της Επιθετικότητας και β) του Θυμού μέσω 12 ερωτήσεων. Το όργανο έχει μεταφραστεί στα ελληνικά από τους Μπεμπέτσο, Χριστοφορίδη και Μάντη (2008). Οι απαντήσεις δόθηκαν μέσα από μία 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert. Για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων διεξάγει παραγοντική ανάλυση, έλεγχος συσχέτισης των παραγόντων και ανάλυση αξιοπιστίας. Τα αποτελέσματα που προέκυψαν έδειξαν ότι οι δείκτες αξιοπιστίας ήταν ικανοποιητικοί (για το θυμό .74, την επιθετικότητα .68). Ο συντελεστής συσχέτισης είναι θετικός κάτι που σημαίνει ότι αύξηση του θυμού συνδυάζεται με αύξηση της επιθετικότητας. Επίσης βρέθηκε ότι οι άντρες αθλητές υδατοσφαίρισης

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

έχουν υψηλότερα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας από τις γυναίκες. Σχετικά με την εθνική κατηγορία τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι αθλητές της Β' Εθνικής κατηγορίας παρουσίασαν υψηλότερα σκορ θυμού και επιθετικότητας από τους αθλητές της Α2. Επιπρόσθετα, η θέση του τερματοφύλακα έχει τα χαμηλότερα επίπεδα επιθετικότητας και θυμού σε αντίθεση με τη θέση του αμυντικού που έχει τα υψηλότερα. Ωστόσο δεν προκύπτει στατιστικά σημαντική διαφοροποίηση στην συμπεριφορά τους αναφορικά με την ηλικία, τον αριθμό προπονήσεων και την αθλητική εμπειρία. Τα αποτελέσματα της έρευνας μπορούν να έχουν πρακτική εφαρμογή στην προσέγγιση των προπονητών προκειμένου να κατευθύνουν τους αθλητές με εναλλακτικές τεχνικές στην εκτόνωση του θυμού και της επιθετικότητας.

**Λέξεις κλειδιά:** Υδατοσφαίριση, Θυμός, Επιθετικότητα

15994

#### **Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΟΜΙΛΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 8-11 ΧΡΟΝΩΝ, ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΑΡΧΑΡΙΩΝ, ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ**

**Μπουμπούκη Σ. , Πέρκος Σ., Θεοδωράκης Γ.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης- Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α..**

[sofiabvolley@yahoo.gr](mailto:sofiabvolley@yahoo.gr)

#### **THE EFFECTIVENESS OF SELF-TALK TECHNIQUE IN THE INTRODUCTION OF YOUNG GIRLS 8-11 YEARS OLD, TO BEGINNER'S LEVEL VOLLEYBALL**

**S. Boubouki , S. Perkos, Y. Theodorakis**

**Democritus University of Thrace - Thessaly, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Η Αυτοομιλία είναι ένας εσωτερικός διάλογος με τον οποίο το άτομο αναλύει ή ερμηνεύει τα αισθήματα και τις απόψεις του, ρυθμίζει ή αξιολογεί τις πεποιθήσεις του, ή δίνει στον εαυτό του οδηγίες σε θετική ή αρνητική κατεύθυνση. Με την αυτοομιλία γίνεται χρήση συγκεκριμένων λέξεων-φράσεων, σχετικών με τη δεξιότητα, που λέγονται φωναχτά ή σιωπηλά από τον αθλητή, πριν από την εκτέλεση αυτής (Weinberg, Grove, & Jackson, 1992). Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της αυτοομιλίας, με τη μορφή της τεχνικής υπόδειξης και παρακίνησης, στις δεξιότητες της πετοσφαίρισης, «πάσα από πάνω» και «σερβίς από κάτω» σε νεαρές αρχάριες αθλήτριες. Στην έρευνα συμμετείχαν 60 αρχάριες μαθήτριες, ηλικίας 8-11 χρονών, από την περιοχή του νομού Μαγνησίας. Ως αρχάριες θεωρήθηκαν εκείνες οι οποίες είχαν ως μέσο χρόνο ενασχόλησης τέσσερις (4) μήνες. Οι συμμετέχουσες χωρίστηκαν τυχαία σε 2 ομάδες των 30 ατόμων, όπου η Α ήταν η ομάδα αυτοομιλίας (ΟΑ) και η Β ήταν η ομάδα ελέγχου (ΟΕ). Χρησιμοποιήθηκαν δύο έγκυρα και αξιόπιστα τεστ, για την αξιολόγηση της «πάσας μπροστά» και του «σερβίς από κάτω». Για την «πάσα μπροστά» χρησιμοποιήθηκε το τεστ γενικής ικανότητας για την πετοσφαίριση του Brady (1945), ενώ για το «σερβίς από κάτω» το τεστ ικανότητας των Russel και Lange (1940). Μετά την ολοκλήρωση κάθε μέτρησης, οι δύο ομάδες απάντησαν σε ένα ερωτηματολόγιο (Theodorakis, Hatzigeorgiadis, Chroni, 2007), που αφορούσε τον υποκειμενικό βαθμό χρησιμότητας της κάθε μίας παρέμβασης από τις μαθήτριες. Η στατιστική ανάλυση που χρησιμοποιήθηκε είναι μία αρχική ANOVA για να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν διαφορές μεταξύ των ομάδων. Ως ανεξάρτητη μεταβλητή θεωρήθηκε η μέθοδος εξάσκησης με 2 επίπεδα. Ως εξαρτημένη μεταβλητή θεωρήθηκε η απόδοση των

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

αθλητριών στις (2) δεξιότητες οι οποίες μετρήθηκαν για (5) φορές και σε χρονικό διάστημα 16 εβδομάδων. Κατά τη διάρκεια των προπονήσεων τους και για χρονικό διάστημα τριάντα (30) λεπτών δύο (2) φορές την εβδομάδα για τέσσερις μήνες (4) οι αθλήτριες και των δύο ομάδων εκτελούσαν υπό την καθοδήγηση των προπονητών τους, τρεις (3) συγκεκριμένες προασκήσεις (Robert Braton, 1980) για την κάθε δεξιότητα. Οι αθλήτριες της ΟΑ χρησιμοποιούσαν φωναχτά προσχεδιασμένες λέξεις-κλειδιά κατά την εκτέλεση των ασκήσεων. Η ανάλυση των αποτελεσμάτων των μετρήσεων έδειξε στατιστικά σημαντική βελτίωση για την ΟΑ και για τις δυο δεξιότητες κυρίως ως προς την απόδοση σε σχέση με ΟΕ. Επίσης, οι αθλήτριες χρησιμοποίησαν την αυτοομιλία αρκετά ικανοποιητικά, ενώ πίστευαν πολύ στην χρησιμότητα της. Πιο συγκεκριμένα η χρήση της αυτοομιλίας ήταν ιδιαίτερα ωφέλιμη για ορθότερη εκτέλεση της τεχνικής αλλά και για την βελτίωση της συγκέντρωσης τους.

**Λέξεις κλειδιά:** Αυτοομιλία, Πετοσφαίριση, Πάσα, σερβίς

16745

**ΔΙΕΥΡΕΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΟΞΟΒΟΛΙΑΣ**

**Χανδέλη Α. , Μπεμπέτσος Ε., Αντωνίου Π., Γιοφτσίδου Α.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

[flokati\\_aria@hotmail.com](mailto:flokati_aria@hotmail.com)

**EXPLORATION OF PSYCHOLOGICAL SKILLS OF ARCHERY ATHLETES**

**A. Chandeli , E. Bebetsos, P. Antoniou, A. Gioftsidou**

**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Η ενασχόληση της ψυχολογίας με τον αθλητισμό οδήγησε στο συμπέρασμα ότι οι ψυχολογικοί παράγοντες παίζουν σπουδαίο ρόλο στον αγωνιστικό αθλητισμό καθώς και στην αθλητική απόδοση. Σκοπός της έρευνας ήταν η διερεύνηση των ψυχολογικών δεξιοτήτων σε αθλητές και αθλήτριες τζούντο. Το όργανο μέτρησης που χρησιμοποιήθηκε είναι το Athletic Coping Skills Inventory των Smith, Schutz, Smoll και Ptacek (1995). Έχει μεταφραστεί και χρησιμοποιηθεί στον Ελλαδικό χώρο από τους Γούδα, Θεοδωράκη και Καραμουσαλίδη (1998). Το ερωτηματολόγιο περιέχει 28 ερωτήσεις οι οποίες διαμορφώνουν επτά παράγοντες (Αντιμετώπιση Δυσκολιών, Κορύφωση Απόδοσης σε συνθήκες πίεσης, Καθορισμός Στόχων, Αυτοσυγκέντρωση, Αυτοπεποίθηση, Συμμόρφωση στον προπονητή/τρια & Απαλλαγή από Ανησυχίες). Στο ερωτηματολόγιο συμπεριλήφθηκαν και ερωτήσεις σχετικά με το φύλο, την ηλικία και την αγωνιστική τους ενασχόληση. Το δείγμα αποτέλεσαν 70 αθλητές τοξοβολίας (48 άνδρες, 22 γυναίκες). Και οι επτά υποκλίμακες είχαν αποδεκτή εσωτερική συνοχή, με δείκτες Cronbach's alpha να κυμαίνονται από .60 έως .77. Οι αναλύσεις διακύμανσης έδειξαν ότι: (α) τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας (25->) είχαν τα υψηλότερα σκορ όσον αφορά την «Αντιμετώπιση Δυσκολιών» (M=4.37, SD=.762) και την «Κορύφωση Απόδοσης» (M=4.08, SD=.988) από τις άλλες ηλικιακές ομάδες, και (β) οι αθλητές με τα περισσότερα χρόνια αγωνιστικής συμμετοχής (25->) υψηλότερα σκορ όσον αφορά την «Αυτοσυγκέντρωση» (M=4.67, SD=.712) και την «Αυτοπεποίθηση» (M=4.62, SD=.686) από τις άλλες ομάδες. Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το ACSI-28 είναι ένα αξιόπιστο όργανο για την καταγραφή ψυχομετρικών ιδιοτήτων Ελλήνων αθλητών/τριών σε ένα από τα μη διαδεδομένα αθλήματα, αυτό της τοξοβολίας.

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

**Λέξεις κλειδιά:** τοξοβολία, ψυχολογικές δεξιότητες, Πρωτάθλημα Βορείου Ελλάδος

17628

**ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΑΓΧΟΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΤΟΥ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ ΣΠΡΙΝΤ**

**Αγγελάκης Μ. , Μπεμπέτσος Ε., Αντωνίου Π., Γούργουλης Β.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

[etsitska@phyed.duth.gr](mailto:etsitska@phyed.duth.gr)

**COMPETITIVE ANXIETY OF CANOE KAYAK ATHLETES**

**M. Aggelakis , E. Bebetsos, P. Antoniou, V. Gourgoulis**

**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Σκοπός αυτής της εργασίας είναι να ερευνήσει το αγωνιστικό άγχος σε αθλητές του Κανόε Καγιάκ Σπρίντ. Για να πραγματοποιηθεί αυτό εξετάστηκε το αγωνιστικό άγχος των αθλητών πριν από τον αγώνα. Για τη συλλογή των δεδομένων θα χρησιμοποιηθηκε το Ερωτηματολόγιο «Αγωνιστικής Κατάστασης» (CSAI-II) των Martens, Burton, Vealey, Bump και Smith (1983) τροποποιημένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Stavrou, Zerva, Kakko και Psychoundaki (1998). Επίσης στο ερωτηματολόγιο υπήρχαν ερωτήσεις σχετικά με: α) το φύλλο, β) την ηλικία, γ) την αγωνιστική κατηγορία, δ) τα χρόνια άθλησής τους, ε) τα χρόνια άθλησή τους στην συγκεκριμένη ομάδα, και στ) την εβδομαδιαία προπονητική τους ενασχόληση οι οποίες συμπληρώθηκαν από τους αθλητές/τριες . Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 122 άτομα (61 αγόρια και 61 κορίτσια) ηλικίας 14 -17 ετών (Μ.Ο.=15.97, Τ.Α.=.85), τα οποία αγωνιστήκαν στο 20ο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα του Κανόε Καγιάκ Σπρίντ που πραγματοποιήθηκε το 2010. Το δείγμα αποτέλεσαν άτομα από τις κατηγορίες: παιδών, εφήβων, κορασίδων και νεανίδων. Η επεξεργασία των ερωτηματολογίων έγινε με το PASW 18. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου (alpha του Cronbach) εμφανίζει ικανοποιητικές τιμές σε όλους τους παράγοντες. Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων διαπιστώθηκε ότι στο άθλημα του Κανόε Καγιάκ, οι τρεις μεταβλητές (αυτοπεποίθηση – σωματικό άγχος – γνωστικό άγχος) μέσα από τις οποίες μετρήθηκε το αγωνιστικό άγχος, σχετίζονται μεταξύ τους. Η συσχέτιση των παραπάνω μεταβλητών αναφέρεται στην παράλληλη τάση μείωσης του σωματικού και γνωστικού άγχους και στην αύξηση της αυτοπεποίθησης, όταν οι αθλητές/τριες έχουν περισσότερα έτη άθλησης (6-> χρόνια) , βρίσκονται στην ηλικιακή ομάδα των 16-17 ετών, έχουν τις περισσότερες προπόνησης ανά εβδομάδα (7->) και τέλος να βρίσκονται στην κατηγορία των εφήβων και νεανίδων. Συμπερασματικά, πιθανολογώ ότι τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας μπορούν να βοηθήσουν τους προπονητές και τους αθλητές να αποκωδικοποιήσουν περισσότερο το αγωνιστικό άγχος στο άθλημα του Κανόε Καγιάκ, ώστε η περαιτέρω μείωσή του να βελτιώσει την αθλητική απόδοση και επίδοση .

**Λέξεις κλειδιά:** αυτοπεποίθηση, σωματικό άγχος, γνωστικό άγχος

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.