

Αναρτημένες Ανακοινώσεις

Posters

Κυριακή 21 Μαΐου 2006, από 9:00πμ μέχρι 12:30μμ (381-442)
Sunday 21 May 2006, from 9:00am till 12:30pm (381-442)

381. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΛΗΨΗΣ ΥΔΑΤΑΝΘΡΑΚΩΝ ΣΤΗΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ

Σαρρής Γ. Ν.², Νάσσης Π. Γ.¹

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, ΤΕΦΑΑ, Αθήνα

¹Τομέας Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης ,

² Τομέας Κλασικού Αθλητισμού

Πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι η λήψη υδατανθράκων σε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες μικρής διάρκειας και υψηλής έντασης βελτιώνει τη μυϊκή απόδοση και τη νοητική λειτουργία. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνήσει το ρόλο της κατανάλωσης διαλύματος νερού με υδατάνθρακες στην αγωνιστική απόδοση αθλητών άρσης βαρών. Η υπόθεση ήταν ότι η χορήγηση των υδατανθράκων θα βελτιώσει την επίδοση κι αυτό θα γίνει πιθανά μέσω της επίδρασης στο κεντρικό νευρικό σύστημα. Δώδεκα αθλητές [ηλικία: 17 ± 3 έτη, βάρος (ΣΒ): 85 ± 15 kg] εκτέλεσαν 3 τεχνικές άρσης βαρών (αρασέ, τραβήγματα, επολέ ζετέ) με προοδευτικά αυξανόμενη ένταση (70-100% της 1 Μ.Α.Ε) και με πλήρη ανάπαυση μεταξύ των σετ, σε δύο πειραματικές συνθήκες: α) με κατανάλωση διαλύματος νερού με 7.6% υδατάνθρακα (CHO), β) με κατανάλωση νερού (W). Οι αθλητές ήπιαν 3ml/kg/ΣΒ πριν την έναρξη της άσκησης και 2ml/kg/ΣΒ ανά 20 λεπτά κατά τη διάρκεια αυτής. Αξιολογήθηκαν: η μέγιστη επίδοση, ο βαθμός αντίληψης της κόπωσης (RPE), και ο αριθμός των άκυρων προσπαθειών. Η απόδοση δε διέφερε σε καμία από τις κινήσεις ανάμεσα στις 2 συνθήκες (Αρασέ-W: 93.5 ± 19.6 , Αρασέ-CHO: 93.8 ± 20.5 kg, Τραβήγματα-W: 131.0 ± 31.1 , Τραβήγματα-CHO: 131.7 ± 32.5 kg, Επολέ Ζετέ-W: 115.0 ± 27.5 , Επολέ Ζετέ-CHO: 114.8 ± 28.0 kg). Ομοίως δε διέφεραν ο RPE και ο αριθμός των άκυρων προσπαθειών ανάμεσα στις πειραματικές συνθήκες. Συμπερασματικά, η κατανάλωση υδατανθράκων δε βελτίωσε την απόδοση σε αυτούς τους αθλητές.

383. Η ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΞΙΑ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ, ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΨΗΦΙΣΜΑΤΑ ΚΑΙ Η ΒΑΡΥΤΗΤΑ ΠΟΥ ΕΔΕΙΧΝΑΝ ΓΙ' ΑΥΤΟΥΣ ΟΙ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΕΠΟΧΗΣ. Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΩΠΩΝ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΑΔΕΙΚΝΥΕΙ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ. Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΩΣ ΑΙΤΙΑ ΠΟΛΕΜΙΚΩΝ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ.

Σαχάς Ν

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η ανάδειξη του πολιτικού ρόλου των αρχαίων Ολυμπιακών αγώνων, μέσα από συγκεκριμένες ενέργειες και δράσεις των προσωπικοτήτων της εποχής εκείνης. Πιο αναλυτικά, τονίζονται οι πολιτικές ενέργειες και οι θέσεις που παίρνουν πολιτικές προσωπικότητες αλλά και θεσπίσματα πόλεων κρατών, όσο αναφορά τους αγώνες. Επίσης, γίνεται αναφορά στην συμμετοχή τυράννων, της αριστοκρατίας, και γενικότερα των πολιτικών και αλλά και του απλού λαού, που προσδίδει, όχι μόνο πολιτικές, αλλά και κοινωνικές διαστάσεις στους αγώνες. Τέλος, δεν θα μπορούσαμε να μην λάβουμε υπόψη και τις πολεμικές διενέξεις των πόλεων, που επιθυμούσαν να γίνει η τέλεση των αγώνων κάτω από την δική τους αιγίδα. Αυτό και μόνο το γεγονός φανερώνει την σπουδαιότητα των αγώνων σε πανεθνικό επίπεδο, αφού ο βασικός σκοπός των αγώνων στόχευε, κυρίως στη δημιουργία ενιαίας πολιτικής συνείδησης των Ελλήνων.

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

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

Η μέθοδος που χρησιμοποιήσαμε, προκειμένου να καταλήξουμε στα σχετικά με το διερευνώμενο θέμα συμπεράσματα, ήταν να στηριχθούμε στη σύγχρονη βιβλιογραφία, ελληνική και ξένη, σε περιοδικά αλλά και σε αρχαίες πηγές, οι οποίες εκφράζουν απόψεις για τα αθλητικά δρώμενα και μέσα από τις κρίσεις και τις επικρίσεις των σοφών της εποχής εκείνης, ότι οι Ολυμπιακοί Αγώνες αποτελούσαν ένα γεγονός με σημαίνουσα πολιτική βαρύτητα.

384. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

Σεβδυνίδης Μ., Ζλατούδη Α., Γκατζούνης Θ., Κιουρτσίδου Β., Καλαιτζίδου Ε., Φωτιάδης Χ., Μαρίνος Ε., Τρικούπη Δ., Dr. Κουγιουμτζίδης Χ. Ορθοπαιδική Κλινική Γ. Ν. Κομοτηνής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας Γ.Ν. Κομοτηνής 69100 Κομοτηνή. Κ. Υ. Σαπών, 69300, Σάπες.

Σκοπός αυτής της εργασίας είναι η ανασκόπηση της διεθνούς βιβλιογραφίας για την επίδραση της άσκησης στις λειτουργίες του ανοσοποιητικού συστήματος. Υπάρχει ένας σημαντικός αριθμός ερευνητικών εργασιών, για την επίδραση των διαφόρων μορφών άσκησης σε όλες σχεδόν τις παραμέτρους του ανοσολογικού συστήματος και ιδίως στους παράγοντες της ειδικής ανοσίας (B και T λεμφοκύτταρα NK κύτταρα, μακροφάγα, διάφορες μεσολαβητικές ουσίες, κυττοκίνες). Η συστηματική αερόβια άσκηση προκαλεί αρχικά σημαντικό βαθμό ανοσοδιέγερση. Έτσι τα μονοκύτταρα αυξάνονται περιοδικά κατά 50-100% στο περιφερικό αίμα μετά από βραχύβια σωματική άσκηση. Επίσης η άσκηση αυξάνει τις υποκατηγορίες των μονοκυττάρων CD14 και CD16 αμέσως μετά από εντατική ανασερόβια άσκηση και επανέρχονται στο φυσιολογικό μετά από 20 λεπτά ξεκούρασης. Παρουσιάζεται επίσης αύξηση της φαγοκυτταρικής ικανότητας των μακροφάγων του δικτυοενδοθηλιακού συστήματος. Επίσης η IL-6 και οι πρωτεΐνες της φλεγμονής (MIP)-1α, (MIP)-1β εμφάνισαν αύξηση των συγκεντρώσεως τους μετά από έντονη άσκηση. Αντίθετα σε εξαντλητική άσκηση, 2-4 ώρες κάθε μέρα για μια εβδομάδα, προκαλείται αξιοσημείωτη μείωση της έκφρασης του MCHII και της αντιγονοπαρουσιαστικής ικανότητας των μακροφάγων. Η άσκηση έχει ισχυρή διεγερτική δράση σε πολλές λειτουργίες των μακροφάγων, όπως είναι η φαγοκυττάρωση, η παραγωγή κυττοκινών, η δράση ενάντια στα καρκινικά κύτταρα και η χημειοταξία. Ωστόσο μπορεί να αποτελέσει ανασταλτικό παράγοντα στις λειτουργίες που αφορούν την έκφραση του MCH II και την ικανότητά τους ως αντιγονοπαρουσιαστικά κύτταρα.

385. Η ΑΣΚΗΣΗ ΤΗΣ ΕΓΚΥΟΥ ΜΕ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ.

Σεβδυνίδης Μ., Γκατζούνης Θ., Ζλατούδη Α., Κιουρτσίδου Β., Καλαιτζίδου Ε., Μαρίνος Ε., Τρικούπη Δ., Dr. Κουγιουμτζίδης Χ. Ορθοπαιδική Κλινική Γ.Ν.Κομοτηνής Τμήμα Φυσικοθεραπείας Γ.Ν. Κομοτηνής 69100 Κομοτηνή Κ. Υ. Σαπών, 69300, Σάπες

Σκοπός της εργασίας είναι να κάνει μια ανασκόπηση των μελετών που αναφέρονται στο είδος της άσκησης που θα εφαρμόζεται στις έγκυες γυναίκες με σακχαρώδη διαβήτη (Σ.Δ.). Ο Σ.Δ. κατά την κύηση χωρίζεται σε προϋπάρχων της κυήσεως (0.1-0.3%) και σε Σ.Δ. κυήσεως (3%). Δεν υπάρχουν αποδεικτικά στοιχεία για την αναγκαιότητα περιορισμού της έντασης της άσκησης καθώς και της μέγιστης καρδιακής συχνότητας κατά τη διάρκεια φυσιολογικής εγκυμοσύνης, αρκεί να ακολουθούν τις εξής συστάσεις: Μετά το α' τρίμηνο πρέπει να αποφεύγεται η παρατεταμένη ορθοστασία. Οι έγκυες γυναίκες με Σ.Δ. μπορούν να γυμνάζονται αερόβια, κατά προτίμηση με συχνότητα τρεις φορές ανά εβδομάδα. Η ένταση της αερόβιας άσκησης πρέπει να τροποποιείται αμέσως μόλις εμφανισθούν συμπτώματα κόπωσης ή υπογλυκαιμίας. Πρέπει να υπάρχει κατάλληλη ενυδάτωση και επιπρόσθετη λήψη τροφής. Προτιμώνται οι ασκήσεις κατά τις οποίες η σπονδυλική στήλη δεν φέρει αποκλειστικά το βάρος του σώματος (π.χ. κολύμβηση, ποδηλασία)

Αποφυγή επικίνδυνων για τραυματισμούς ασκήσεων. Οι έγκυες με Σ.Δ. μπορούν να γυμνάζονται χωρίς δυσμενείς επιπτώσεις στις ίδιες ή στο νεογνό, εφόσον αυτό γίνεται με

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

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

κανονική συχνότητα, με χαμηλή ένταση, αποφεύγοντας ασκήσεις που μπορούν να οδηγήσουν σε τραυματισμούς, και αν υπάρχει κατάλληλη ενυδάτωση και επιπρόσθετη λήψη τροφής σε συνδυασμό με παρακολούθηση του σακχάρου αίματος. Συμπερασματικά, οι μέλλουσες μητέρες με Σ.Δ. μπορούν να ασκούνται ακολουθώντας τις συστάσεις που προαναφέρθηκαν εφόσον δεν υπάρχει συγκεκριμένος μαιευτικός λόγος που να απαγορεύει την άσκηση.

386. STUDY OF THE INFLUENCE OF THE METHODS AND MEANS OF BODY BUILDING ON SPORTS AND NON-SPORTS PATIENTS IN THE III RECOVERY STAGE AFTER SEVERAL KINDS OF INJURIES

M. Chirazi,

AL.I.Cuza" University, Iasi, faculty of Physical Training and Sports, Romania

The specialists are permanently concerned with the recovery process in the case of the patients with different kinds of injuries. Both usual and sports patients undergo this process.

Hypothesis: supposing that the body building activity through methods, means and specialized equipment contributes towards the shortening of the III recovery stage both in the case of sports and non-sports patients.

The research aimed at:

- the evolution of the strength capacities by dosing the weights used at the beginning and the end of the study;
- observing the subjects' muscular behavior and comparing the differences registered between the two groups (sportsmen and non-sportsmen);
- determining the manner in which the exercises for strength development have an influence, through equipment specific to body building, within recovery programs, compared to the two groups of subjects.

Used *research methods:*

- case study;
- experiment;
- statistical-mathematical.

Development of the research.

The two groups of sports subjects (long jumpers, sprinters, boxers, karate-ka, rugby players, weight lifters, gymnasts, skiers) and non-sports subjects (salesman, architect, barman, superintendent of construction team, construction worker, interior designer, taxi driver, student, etc.) underwent a common recovery program. The program included both classic procedures (local and general massage, ultraviolet exposure of the injured areas, active and passive exercises in water, etc.) and a set of analytical exercises for each muscle group using special equipment, work principles, means specific to body building in order to increase the segmentary and general strength. The tests consisted in the evaluation of the strength capacities (by increasing the work weight) for different exercises (pushing from the chest from lying on the back, genuflexions, pushing from the chest from sitting down).

Conclusions

- In the case of non-sportsmen, the working schedule affected positively their behavior by increasing their muscular tonus, decreasing their body weight, increasing their effort capacity, correcting different physical problems;
- The progress of the sportsmen was faster due to the fact that the muscular memory had its part in comparison to the non-sportsmen that did not practice before getting injured and started from zero the recovery program (it resulted a slower accommodation and progress);
- By carrying out a minimum program of strength exercises, an important progress could be made even in the case of the recovery after an injury;
- By carrying out such a program, it had been found to speed up the healing of the average and small traumatism because it induced in the organism some stimuli that determined it to adapt itself to those stimuli, increasing the reserves of active substances and intensifying the metabolic and recovery processes.

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

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

387. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΔΡΟΜΟΥ SUDECK**Σεβδυνίδης Μ., Γκατζούνης Θ., Ζλατούδη Α., Κιουρτσίδου Β., Καλαιτζίδου Ε., Τρικούπη Δ., Κουγιουμτζίδης Χ.****Ορθοπαιδική Κλινική Γ.Ν.Κομοτηνής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας Γ.Ν. Κομοτηνής, 69100 Κομοτηνή.****Κ.Υ.Σαπών, 69300, Σάπες**

Σκοπός αυτής της εργασίας είναι η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας για την επίδραση της φυσικοθεραπείας και της άσκησης στην θεραπευτική αντιμετώπιση του συνδρόμου Sudeck. Το σύνδρομο Sudeck χαρακτηρίζεται από: Διάχυτο, έντονο, καυστικό πόνο, αγγειοκινητική αστάθεια, αλλοιώσεις στα οστά και στο δέρμα, αυξημένη τοπική εφίδρωση, οίδημα, αισθητικές αλλοιώσεις της πάσχουσας περιοχής και χρονιότητα των συμπτωμάτων. Η αιτιολογία του είναι άγνωστη. Οι περισσότεροι ερευνητές χωρίζουν το σύνδρομο σε 3 στάδια τα οποία δεν είναι πάντοτε απόλυτα διακριτά μεταξύ τους. Για τη θεραπεία του συνδρόμου χρησιμοποιούνται: Φυσικοθεραπεία-άσκηση, φαρμακευτική αγωγή, συμπαθητικοί αποκλεισμοί, συμπαθητομή και ψυχολογική υποστήριξη του ασθενούς. Η θεραπεία είναι εξαιρετικά δύσκολη και δεν έχει αναπτυχθεί μία μεθοδολογία αποδεκτή από όλους τους ερευνητές. Η φυσικοθεραπεία περιλαμβάνει: Άσκηση (ήπια ενεργητική και παθητική κινητοποίηση του προσβεβλημένου μέλους και υδροκινησιοθεραπεία), ηλεκτροθεραπεία (Τ.Ε.Ν.Σ), παραφινόλουτρα, δινόλουτρα. Οι στόχοι του προγράμματος είναι η μείωση του πόνου, ο περιορισμός του οιδήματος, η διατήρηση φυσιολογικού εύρους κινήσεων και της λειτουργικότητας του προσβεβλημένου άκρου και αποφυγή εξέλιξης του συνδρόμου στα επόμενα στάδια. Στο 1ο στάδιο ο συνδυασμός φυσικοθεραπείας, άσκησης και φαρμακευτικής αγωγής αποδίδει: 83-90% πλήρης ίαση, στο 2ο στάδιο: 31% πλήρης ίαση, στο 3ο στάδιο: απογοητευτικά αποτελέσματα ακόμα και με τη χρήση και άλλων μεθόδων. Συμπερασματικά η φυσικοθεραπεία αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της θεραπείας του συνδρόμου, αλλά θα πρέπει να δοθεί βάρος στην πρόληψη και στην έγκαιρη διάγνωση – θεραπεία για να είναι αποτελεσματική.

388. ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΟΥ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΤΟΥ Δ.Π.Θ. ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΚΥΛΙΚΕΙΟΥ ΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ**Σέρτσου Μ., Σέρτσος Κ., Δημακοπούλου Αικ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η παρατήρηση και καταγραφή των διατροφικών συνηθειών των φοιτητών του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Δ.Π.Θ. την ώρα παραμονής τους στον χώρο του κυλικείου της σχολής. Στην έρευνα χρησιμοποιήθηκε δείγμα 80 φοιτητών ηλικίας $19,5 \pm 0.5$ χρονών. Το δείγμα επιλέχθηκε με τυχαία δειγματοληψία με τη μέθοδο της λοταρίας. Κάθε άτομο παρατηρήθηκε για διάστημα 15 ημερών στο χώρο του κυλικείου της σχολής κατά την διάρκεια μεσημεριανών και απογευματινών ωρών, όπου και καταγράφονταν οι διατροφικές του συνήθειες σε συγκεκριμένη φόρμα που περιείχε τις εξής κατηγορίες: είδος σάντουιτς, χυμός/αναψυκτικό/ρόφημα, είδη που περιέχουν σοκολάτα και υγιεινές τροφές (π.χ. γιαούρτι με μέλι). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των φοιτητών στις διατροφικές τους προτιμήσεις κατά την διάρκεια παραμονής τους στο κυλικείο της σχολής. Διαπιστώθηκε ότι οι περισσότεροι φοιτητές κατανάλωναν σάντουιτς με κοτόπουλο και χυμό κατά τις μεσημεριανές ώρες, ενώ προτιμούσαν μικρές σοκολάτες και καφέ τις απογευματινές ώρες. Συμπερασματικά, διαπιστώθηκε ότι οι φοιτητές δεν ακολουθούσαν υγιεινή διατροφή αλλά απέφευγαν ορισμένα προϊόντα όπως τα ανθρακούχα αναψυκτικά που δεν προσφέρουν τίποτα στον οργανισμό.

389. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΦΥΛΟΥ, ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΤΟ ΒΑΘΜΟ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΟΥ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΤΟΥ Δ.Π.Θ. ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΑΡΟΧΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΟΥ**Σέρτσου Μ., Δημακοπούλου Αικ., Σέρτσος Κ.**

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

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

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει την επίδραση του φύλου, της οικονομικής κατάστασης και της ηλικίας στον βαθμό ικανοποίησης των φοιτητών και των φοιτητριών του τμήματος επιστήμης φυσικής αγωγής και αθλητισμού του Δημοκρίτειου πανεπιστημίου Θράκης από τις παροχές των υπηρεσιών του. Στην έρευνα χρησιμοποιήθηκε δείγμα 100 φοιτητών (50 άντρες και 50 γυναίκες) ηλικίας 19 και 21 χρονών. Το δείγμα επιλέχθηκε με τυχαία δειγματοληψία με τη μέθοδο της λοταρίας. Το κάθε άτομο κλήθηκε να δώσει μια προσωπική συνέντευξη σε προκαθορισμένες ερωτήσεις ενός ερωτηματολογίου. Το ερωτηματολόγιο αποτελείτο από 12 ερωτήσεις με υποερωτήματα, οι οποίες ακολούθως ομαδοποιήθηκαν προκειμένου να εξετασθούν οι παράμετροι που όριζε η έρευνα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών γυναικών στο μέσο όρο του βαθμού ικανοποίησης. Επιπλέον, διαπιστώθηκε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά στον μέσο όρο του βαθμού ικανοποίησης ανάμεσα στα άτομα διαφορετικής ηλικίας. Αντίθετα, υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά στο μέσο όρο του βαθμού ικανοποίησης μεταξύ των φοιτητών διαφορετικής οικονομικής κατάστασης. Διαπιστώθηκε ότι οι φοιτητές με την καλύτερη οικονομική κατάσταση ήταν πιο ικανοποιημένοι από τους υπόλοιπους. Τέλος, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των παραγόντων φύλο, ηλικία και οικονομική κατάσταση όσον αφορά τον βαθμό ικανοποίησης των φοιτητών του Τ.Ε.Φ.Α.Α. από τις παροχές του.

390. ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΠΡΙΝ ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΤΟΥΣ ΣΤΟ ΤΕΦΑΑ ΤΟΥ ΔΠΘ**Σέρτσου Μ., Λέκκος Α., Δημακοπούλου Αικ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της παρούσας ερευνητικής εργασίας ήταν να καταγράψει και να συσχετίσει τις διατροφικές συνήθειες τριτοετών φοιτητών του τμήματος επιστήμης φυσικής αγωγής και αθλητισμού του Δημοκρίτειου πανεπιστημίου Θράκης πριν και μετά την εισαγωγή τους στην ανώτερη εκπαίδευση. Στην έρευνα χρησιμοποιήθηκε δείγμα 80 φοιτητών ηλικίας $19,5 \pm 5$ χρονών. Το δείγμα επιλέχθηκε με τυχαία δειγματοληψία με τη μέθοδο της λοταρίας. Στο κάθε άτομο δόθηκαν 2 πανομοιότυπα ερωτηματολόγια για να απαντηθούν, ένα για τις διατροφικές συνήθειες πριν την εισαγωγή στην ανώτερη εκπαίδευση και ένα για μετά. Το κάθε ερωτηματολόγιο αποτελείτο από δυο σκέλη, το πρώτο αφορούσε τις διατροφικές συνήθειες ως προς το φαγητό και το δεύτερο αναφερόταν στα συμπληρώματα διατροφής. Η στατιστική ανάλυση των αποτελεσμάτων έγινε με το στατιστικό πακέτο SPSS 10,0. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διατροφικών συνθηκών των φοιτητών πριν και μετά την εισαγωγή τους στην ανώτερη εκπαίδευση. Διαπιστώθηκε ότι οι φοιτητές που είχαν ασχοληθεί με κάποιο άθλημα είχαν πιο σταθερές διατροφικές συνήθειες έναντι των υπολοίπων. Επιπλέον διαπιστώθηκε ότι οι φοιτητές δεν περιελάμβαναν στην διατροφή τους τα συμπληρώματα διατροφής ούτε πριν αλλά ούτε και μετά την εισαγωγή τους στο πανεπιστήμιο. Ωστόσο φάνηκε ότι οι φοιτητές με την εισαγωγή τους έτρωγαν περισσότερα έτοιμα φαγητά από ότι πριν.

392. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΣΕ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΕΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ.**Σαμαρτζή Σ., Γιαννακίδου Δ., Τουμπέκης Α., Αντωνίου Π., Δούδα Ε., Τοκμακίδης Σ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της μελέτης είναι να εξετάσει την αξιοπιστία αξιολόγησης επιλεγμένων παραμέτρων της απόδοσης σε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες κολύμβησης 25m. Εξετάστηκε η αξιοπιστία υπολογισμού της μέγιστης ταχύτητας (V_{max}) της μέγιστης συχνότητας χεριών ($maxSR$) της

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

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

ταχύτητας στη μέγιστη συχνότητα χεριών (V-SRmax) και της συχνότητα χεριών στη μέγιστη ταχύτητα (SR-Vmax) στην ίδια δοκιμασία. Δεκαπέντε κολυμβητές (άνδρες: n=8, γυναίκες: n=7, ηλικία: 20.5±0.6 έτη) πραγματοποίησαν 8-10 επαναλήψεις 25m με προοδευτικά αυξανόμενη ταχύτητα και αποκατάσταση 2-3 λεπτά μετά από κάθε επανάληψη. Όλοι οι εξεταζόμενοι επανέλαβαν τη δοκιμασία με τον ίδιο τρόπο μετά από 4-7 μέρες. Στη διάρκεια της διαδικασίας και για κάθε επανάληψη κατεγράφη η επίδοση στα 25m και υπολογίστηκε η ταχύτητα. Ο χρόνος που απαιτείται για την ολοκλήρωση 3 κύκλων χεριών χρησιμοποιήθηκε για τον υπολογισμό της συχνότητας χεριών σε κάθε επανάληψη. Από τη σειρά των επαναλήψεων κατεγράφη η Vmax η maxSR η V-SRmax και η SR-Vmax. Δεν εμφανίστηκε διαφορά μεταξύ των δύο δοκιμασιών σε καμία από τις παραμέτρους που αξιολογήθηκαν (Vmax: 1.719±0.16 vs. 1.733±0.17m/s, maxSR: 112±12 vs 111±11 strokes/min, V-maxSR: 1.722±0.17 vs. 1.696±0.18m/s, SR-Vmax: 109±11 vs 109±14 strokes/min, $p > 0.05$). Ο συντελεστής ενδοταξικής συσχέτισης (ICC) μεταξύ των δύο δοκιμασιών ήταν υψηλός (Vmax: $r = 0.906$, maxSR: $r = 0.894$, V-SRmax: $r = 0.879$, SR-Vmax: $r = 0.862$, $p < 0.05$). Από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι η αξιολόγηση των παραπάνω παραμέτρων σε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες 25m είναι αξιόπιστη.

393. ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΜΥΟΚΑΡΔΙΟΥ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Σδρέβανος Π., Σοφιάδου Β., Σοφιάδης Ν., Αργυριάδου Ειρ., Γιαννακόπουλος Κ., Τσαπκίνη Β.

**Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης και Δράμας
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να μελετηθεί το έργο του μυοκαρδίου κατά την άσκηση (σωματική, διανοητική και μεικτή) και τη διάρκεια του καταμηνίου κύκλου (στις πρώτες μέρες, στη 13-15^η μέρα και στο τέλος του κύκλου). Στην έρευνα συμμετείχαν είκοσι φοιτήτριες του Τμήματος Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού ηλικίας 22±2 ετών. Κατά την έρευνα μετρήθηκαν η καρδιακή συχνότητα, η συστολική και η διαστολική αρτηριακή πίεση και υπολογίστηκε το γινόμενο πίεσης-συχνότητας. Για την αξιολόγηση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το Independent Samples T-Test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0.05$. Όπως είναι γνωστό το γινόμενο πίεσης – συχνότητας είναι ένας δείκτης του έργου της καρδιάς. Εμείς τροποποιήσαμε το γινόμενο αυτό έτσι ώστε να είναι ευθέως ανάλογο με την επιφάνεια του σώματος. Τα αποτελέσματα της έρευνας απέδειξαν ότι η σωματική άσκηση και η διανοητική εργασία προκαλούν αύξηση του δείκτη γινόμενου που αναδεικνύει την αύξηση του επιπέδου οξυγόνωσης του μυοκαρδίου. Αυτή η διαφορά σε σημαντικό επίπεδο ($p < 0,01$) παρουσιάστηκε μεταξύ των 2^{ης} - 3^{ης} και 1^{ης} - 3^{ης} φάσεων.

394. BIOKINEMATICAL ANALYSIS OF VARIOUS STYLES OF EXECUTION PENALTY SHOT TO DETERMINE ITS ACCURACY

L. Gh.Saeed, N.B.I. Hasawi

College Of Sport Education / Mosul University, Iraq

Photo video-camera was set at 7-8 meters away from shooting point, at the height of 1-10 meters from the ground and at right –side of the players who execute the penalty –shot ,in order to control the measurement of biokinematical variables of the body of players during the execution of the penalty –shot.

The study is conducted on a sample of football players during practicing the penalty kick using three shooting styles (shooting with the front of the foot, the inside of the foot, and instep styles)

The study is regarded helpful in directing the training operation and raising the standards of the penalty kicking skills

The study aims at :

- Finding out the differences in the values of some biokinematic variables during penalty kicking.

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

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

- Finding out the differences in the degrees of precision during penalty kicking using three shooting styles.

It is hypothesized that

- The values of some biokinematic variables in the three shooting styles are different
- Precision is differentiated from one shooting style to another

Procedures

The following procedures are adopted by the researcher. The researcher used the descriptive approach. The sample consisted of 5 Mosul Clup players. The levels of difficulties in scoring and the number of attempts were assigned by using a design to test accuracy and precision during the penalty kicking and at the same time sporting experts were consulted. Then, the attempts made by the players were videoed. Finally, the most precise attempts were analyzed.

Findings and Conclusions

- There are differences in the values of the biokinematic variables under discussion.
- The degrees of precision are different from one style to another.
- There are (4) correlations between some biokinematic variables and precision during penalty kicking using instep style. These correlations are:
 - 1- The horizontal velocity of the body between hitting and striking.
 - 2- The total velocity.
 - 3- The perpendicular velocity of the body.
 - 4- The angle of kicking.
- There are (3) correlations between some biokinematic variables and precision during penalty kicking using the inside of the foot style. These correlations are:
 - 1-the angle of the head during kicking.
 - 2-the height of the swinging foot.
 - 3-the real distance of the movement of the swinging foot.

Recommendations:

- The biokinematic variables should be taken into account three styles.
- The striking foot should be in a swinging state in a way that correlates with the shooting style to hit the net in a proper manner in terms of power, speed and accuracy.

395. ΤΟ ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΒΑΡΟΣ ΚΑΙ ΟΙ ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΦΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ

Σδρέβανος Π., Μπρίκα Π., Σοφιάδου Β., Λαπαρίδης Κ., Αντωνίου Π., Γιαννακόπουλος Κ.

Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης

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

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να μελετηθεί η συσχετική ανάλυση μεταξύ των μεταβλητών του καρδιαγγειακού συστήματος και του σωματικού βάρους κατά τη διανοητική εργασία και τη υπομέγιστη αερόβια άσκηση σε διαφορετικές φάσεις του καταμηνίου κύκλου (στις πρώτες μέρες, στη 13-15^η μέρα και στο τέλος του κύκλου). Στην έρευνα συμμετείχαν 20 φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α, ηλικίας 22 ± 2 ετών, ύψους $167 \pm 5,56$ cm, σωματικού βάρους $61,4 \pm 9,68$ kg και ποσοστό λίπους $14,16 \pm 1,86\%$, με προπονητική ηλικία $6,5 \pm 4,18$ χρονών. Κατά την ηρεμία και αμέσως μετά την άσκηση μετρήθηκαν η καρδιακή συχνότητα, η αρτηριακή πίεση και υπολογίστηκαν ο όγκος παλμού. Για την αξιολόγηση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το Independent Samples T-Test και το Partial Correlate. Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν στατιστικές μέθοδοι. Για την σύγκριση των μέσων όρων των τιμών χρησιμοποιήθηκε το student t-test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0,05$. Η συσχετική ανάλυση απέδειξε ότι το σωματικό βάρος έχει θετική συσχέτιση με την καρδιακή συχνότητα ($r = .37$, $p < 0,05$), τη συστολική πίεση ($r = .36$, $p < 0,05$) και τη διαστολική πίεση ($r = .35$, $p < 0,01$) κατά την ηρεμία και κατά τη διανοητική άσκηση με την καρδιακή συχνότητα ($r = .40$, $p < 0,01$), τη συστολική πίεση ($r = .41$, $p < 0,02$), τη διαστολική πίεση ($r = .65$, $p < 0,001$) και τον όγκο παλμού ($r = -.54$, $p < 0,01$). Ενώ κατά τη σωματική και μεικτή άσκηση δεν βρέθηκε συσχέτιση με τη καρδιακή συχνότητα ($p > 0,05$). Παρουσιάζει ενδιαφέρον, ότι δεν βρέθηκαν οι παραπάνω

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

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

συσχετίσεις στη τελευταία φάση του κύκλου, πράγμα που πιθανόν σχετίζεται με τις ορμονικές αλλαγές.

397. Η ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΗ ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΑΓΚΡΑΤΙΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ, ΑΘΗΝΑ 2005
Σέβης Γ., Κουλουριώτης Χ., Μπάρμπας Ι.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α. , 69100 Κομοτηνή

Η Ελληνική Ομοσπονδία Παγκρατίου Αθλήματος (Ε.Ο.Π.Α.) από το 1995 που ιδρύθηκε, προσπαθεί με συντονισμένες ενέργειες να προωθήσει το αρχαίο άθλημα του παγκρατίου τόσο στην χώρα μας όσο και στο εξωτερικό. Στα πλαίσια αυτής της προσπάθειας, διοργανώνει σχολές προπονητών (Β' και Γ' κατηγορίας) υπό την αιγίδα της Γ.Γ.Α. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η αποτύπωση των απόψεων των συμμετεχόντων στην 4η σχολή Γ' κατηγορίας η οποία έλαβε χώρα στις εγκαταστάσεις του Ολυμπιακού Κολυμβητηρίου της Αθήνας από 8-31 Ιουλίου 2005. Για το σκοπό αυτό δημιουργήθηκε κλειστό ερωτηματολόγιο με δεκατρείς (13) μεταβλητές και πενταβάθμια κλίμακα. Ακόμα το ερωτηματολόγιο εξέταζε την ικανοποίηση των σπουδαστών από τα έντεκα (11) μαθήματα (Αθλητιατρική, Αθλητικό Δίκαιο, Βιομηχανική, Βιοχημεία, Εναγώνιοι Νόμοι, Ενιαίος Προπονητικός Προγραμματισμός, Εργοφυσιολογία, Ιστορική Τεκμηρίωση, Πρακτική Εξάσκηση, Προπονητική, Ψυχολογία). Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν από το σύνολο των σπουδαστών (64 συνολικά) την τελευταία ημέρα της σχολής. Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων έδειξε ότι οι σπουδαστές έμειναν απόλυτα ικανοποιημένοι από τα μαθήματα που παρακολούθησαν, από τους καθηγητές τους, από το επίπεδο των συναδέλφων τους και από την σχολή στο σύνολό της, ενώ δεν έμειναν ικανοποιημένοι από τον χώρο στον οποίο πραγματοποιήθηκε η σχολή. Όσον αφορά τα μαθήματα όλοι οι σπουδαστές έμειναν ικανοποιημένοι από το πρόγραμμα σπουδών.

398. Η ΧΡΟΝΟΤΡΟΠΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΤΗ ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Σοφιάδου Β., Αργυριάδου Ειρ., Αντωνίου Π., Λαπαρίδης Κ., Τσαγκίνη Β., Σδρέβανος Π.

Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης,

Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Δράμας

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

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να μελετηθεί η επίδραση της σωματικής και διανοητικής εργασίας στη χρονότροπη λειτουργία της καρδιάς. Στην έρευνα συμμετείχαν είκοσι φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α, ηλικίας 22 ± 2 ετών. Κατά την έρευνα μετρήθηκαν η καρδιακή συχνότητα, η συστολική και η διαστολική αρτηριακή πίεση. Για την αξιολόγηση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το Independent Samples T-Test, για τη σύγκριση των μέσων όρων των τιμών χρησιμοποιήθηκε το student t-test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0.05$. Από την ανάλυση των δεδομένων προκύπτει ότι οι διάφορες μορφές ασκήσεις, όπως η διανοητική, η σωματική και η μεικτή (σωματική και διανοητική ταυτόχρονα) εργασία ασκούν θετική χρονότροπη επίδραση στην καρδιακή λειτουργία σε σημαντικό βαθμό ($p < 0.0001$). Τα αποτελέσματα της έρευνας αποδεικνύουν ότι η επίδραση αυτή κατά τις διάφορες μορφές ασκήσεις ήταν διαφορετική. Έτσι, βρέθηκε (με βάση των μέσων όρων και αλλαγών της Δ%) ότι η σωματική άσκηση προκαλεί πιο έντονη θετική χρονότροπη επίδραση παρά διανοητική και η μεικτή άσκηση οδηγούσε σε πιο αυξημένη επίδραση παρά η σωματική ($p < 0.000$). Οι αλλαγές αυτές πιθανόν αντανάκλανε τον βαθμό της έντασης της κάθε άσκησης και φαίνεται ότι η μεικτή άσκηση προκαλεί περισσότερη ένταση στη χρονότροπη λειτουργία της καρδιάς.

399. Ο ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΣ ΚΥΚΛΟΣ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ ΚΑΙ Η ΙΝΟΤΡΟΠΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

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

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

Σοφιάδου Β., Αδάμ Μ., Φασεΐδου Ειρ., Ζώσιμοβα-Αναστασιάδου Α., Μαυροβουνιώτης Φ.

**Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης,
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Κομοτηνή,
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Θεσσαλονίκη**

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να μελετηθεί η ινότροπη λειτουργία της καρδιάς κατά την υπομέγιστη αερόβια άσκηση σε διαφορετικές φάσεις του καταμηνίου κύκλου των γυναικών (στις πρώτες μέρες και στο τέλος του κύκλου). Στην έρευνα συμμετείχαν 20 φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α, ηλικίας 22 ± 2 ετών. Κατά την ηρεμία μετρήθηκαν η καρδιακή συχνότητα, η συστολική και η διαστολική αρτηριακή πίεση και με τις ειδικές εξισώσεις υπολογίστηκε ο συσταλτικός όγκος της καρδιάς. Μετά ακολούθησε: α) η διανοητική άσκηση, β) η υπομέγιστη σωματική άσκηση στο βαθμιδοεργόμετρο και γ) μεικτή άσκηση, δηλαδή διανοητική και σωματική ταυτόχρονα. Αμέσως μετά την άσκηση μετρήθηκαν και υπολογίστηκαν οι προαναφερόμενες μεταβλητές. Για την αξιολόγηση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το Independent Samples T-Test και το Partial Correlate. Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν στατιστικές μέθοδοι. Για την σύγκριση των μέσων όρων των τιμών χρησιμοποιήθηκε το student t-test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0.05$. Τα αποτελέσματα της έρευνας αποδεικνύουν ότι οι διάφορες μορφές ασκήσεις (διανοητική, σωματική και μεικτή) δεν προκαλούν σημαντικές αλλαγές στην ινότροπη λειτουργία της καρδιάς ($p > 0,005$), πράγμα που βεβαιώνει ότι οι περισσότεροι από τους δοκιμαζόμενους δεν ήταν αρκετά προπονημένοι (επειδή αυξανόταν η καρδιακή συχνότητα, ενώ ο όγκος παλμού δεν μεταβαλλόταν). Παράλληλα με αυτό βρέθηκε ότι σε σημαντικό βαθμό ($p < 0,001$) ο συσταλτικός όγκος της καρδιάς αυξάνεται στη δεύτερη φάση του κύκλου σε σύγκριση με την αρχική (πρώτη) φάση. Ανάλογες διαφορές βρέθηκαν και μεταξύ της δεύτερης και τρίτης φάσης. Συμπεραίνεται ότι από την αρχή προς το τέλος του καταμηνίου κύκλου της γυναίκας η ινότροπη καρδιακή λειτουργία αυξάνεται, που σημαίνει την αύξηση της ταχύτητας σύνδεσης και αποσύνδεσης ασβεστίου-τροπονίνης C στο σαρκομερίδιο του μυοκαρδίου.

400. ADAPTATIONS IN FASTING TRIGLYCERIDE LEVELS FOLLOWING EXERCISE TRAINING

I. Shaw, B.S. Shaw

**Vaal University of Technology, Tshwane University of Technology, Johannesburg
South Africa**

Elevated triglyceride levels are a better predictor of coronary artery disease than are low-density-lipoprotein cholesterol levels, since increased triglyceride levels are associated with a resultant decrease in the size of the low-density lipoprotein particles to the more menacing low-density lipoprotein isoforms. Subjects who display normal fasting very-low-density-lipoprotein triglyceride levels may exhibit an abnormal plasma response to endogenous (dietary) fat, illustrating the need for fasting and random triglyceride concentration evaluations. Thus, the aim of the study was to investigate the effect of 16 weeks of aerobic training, resistance training and a combination of aerobic and resistance training on triglyceride levels. In order to evaluate and compare the effects of aerobic, resistance and combination training on triglyceride levels, 50 sedentary male smokers aged between 20 and 35 years were matched and randomly assigned into an aerobic training group ($n = 12$), resistance training group ($n = 13$), combination training group ($n = 13$) or control/non-exercising group ($n = 12$). The Kruskal-Wallis, dependant t- and Partial r-tests indicated that resistance, aerobic and combination training resulted in statistically significant improvements in triglyceride levels (11.1%, 22.4% and 37.9%, respectively). In conclusion, 16 weeks of aerobic, resistance and combination training proved to be safe and effective in reducing fasting triglyceride levels, with combination training being the most effective exercise modality in reducing triglyceride levels.

401. Η ΑΝΤΛΗΤΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΦΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

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

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

**Σοφιάδου Β., Φασεΐδου Ειρ., Αδάμ Μ., Τσαπκίνη Β., Σδρέβανος Π., Σοφιάδης Ν.
Γενικό Νορμαχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης,
Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Δράμας,
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Κομοτηνή**

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να μελετηθεί η αντλητική λειτουργία της καρδιάς κατά τις διάφορες μορφές ασκήσεις (μέτρια σωματική επιβάρυνση, διανοητικό στρες και μεικτή άσκηση, δηλαδή σωματική και διανοητική μαζί) και σε διαφορετικές φάσεις του καταμηνίου κύκλου των γυναικών (στις πρώτες μέρες, στη 13-15^η μέρα και στο τέλος του κύκλου). Στην έρευνα συμμετείχαν 20 πρωτοετείς φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Όπως κατά την ηρεμία έτσι και αμέσως μετά από τις ακήσεις διαφορετικής μορφής μετρήθηκαν η καρδιακή συχνότητα, η συστολική και η διαστολική αρτηριακή πίεση, υπολογίστηκε ο συσταλτικός όγκος της καρδιάς και η καρδιακή παροχή. Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν στατιστικές μέθοδοι. Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων απέδειξε ότι όπως η διανοητική εργασία, έτσι και σωματική άσκηση υπομέγιστης έντασης, καθώς και μεικτή άσκηση (σωματική και διανοητική) προκαλούν την αύξηση της καρδιακής παροχής σε σημαντικό βαθμό ($p < 0,0001$). Η αύξηση αυτή κυρίως γινόταν λόγω της αύξησης της καρδιακής συχνότητας, παρά του όγκου παλμού. Μεταξύ των ασκήσεων διάφορων μορφών υπήρχαν κάποιες ιδιαιτερότητες κατά τις διάφορες φάσεις του καταμηνίου κύκλου. Έτσι, η αντλητική λειτουργία της καρδιάς ήταν πιο ενισχυμένη στη 2 και στη 3 φάση παρά στην αρχική όπως κατά την ηρεμία, έτσι και κατά τη διανοητική και μεικτή άσκηση. Όμως τέτοια διαφορά δεν παρουσιάστηκε κατά τη σωματική άσκηση.

403. ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΣΩΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΤΟ ΧΡΟΝΙΚΟ ΔΙΑΣΤΗΜΑ ΕΝΟΣ ΧΡΟΝΟΥ

**Σπάσης Απ., Μαντζουράνης Ν., Δούδα Ε., Πυλιανίδης Θ., Τοκμακίδης Σ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της μελέτης ήταν η σύγκριση των κινητικών και σωματομετρικών χαρακτηριστικών στους ίδιους μαθητές μετά από χρονικό διάστημα δώδεκα μηνών. Αξιολογήθηκαν 183 μαθητές και μαθήτριες ηλικίας από 9-11 ετών που συμμετέχουν στα μαθήματα της Φυσικής Αγωγής & Ολυμπιακής Παιδείας, στην πόλη της Ξάνθης. Με τη συμπλήρωση ενός έτους από την αρχική αξιολόγηση η μέτρηση επαναλήφθηκε στα ίδια παιδιά (176 μαθητές). Η καρτέλα καταγραφής δεδομένων περιελάμβανε στοιχεία όπως σωματικό βάρος, σωματικό ύψος, δείκτης μάζας σώματος (ΔΜΣ), λόγος μέσης / ισχίου, συστολική & διαστολική αρτηριακή πίεση, αναδιπλώσεις (κοιλιακοί) σε 30 δευτερόλεπτα και παλίνδρομο τρέξιμο ταχύτητας 10Χ5 μέτρα. Ο έλεγχος των διαφορών έγινε με ανάλυση διακύμανσης (πίνακας).

	Αρχική αξιολόγηση			Επανάληψη μετά από 1 χρόνο		
	Συνολικά (183)	Αγόρια (90)	Κορίτσια (93)	Συνολικά (176)	Αγόρια (79)	Κορίτσια (97)
Σωματικό Βάρος (kg)	39,2±10,0	40,2±9,7	38,1±10,3	44,1±11,5 _a	45,7±11,6 _a	42,8±11,3 _a
Σωματικό ύψος (cm)	142,0±7,4	143,4±6,5	140,6±8,1	148,9±8,9 _a	150,5±7,3 _a	147,5±9,8 _a
ΔΜΣ (kg • m⁻²)	19,18±3,5 ₈	19,37±3,6 ₁	18,99±3,5 ₆	19,63±3,4 ₉	19,94±3,6 ₅	19,37±3,3 ₃₆

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

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

Λόγος Μέσης/Ισχίου (No)	0,847±0,0 2	0,872±0,0 5	0,823±0,0 5	0,828±0,0 2 ^a	0,830±0,0 4 ^a	0,826±0,0 07
Συστολική πίεση (mmHg)	8,8±1,1	8,9±1,1	8,7±1,1	10,7±1,0 ^a	10,6±1,0 ^a	10,8±1,1 ^a
Διαστολική πίεση (mmHg)	5,2±0,8	5,4±0,8	5,0±0,7	6,6±0,9 ^a	6,6±0,9 ^a	6,5±0,9 ^a
Κοιλιακοί 30sec (No)	14,0±6,1	15,5±6,1	12,5±5,9	21,1±4,3 ^a	21,7±4,4 ^a	20,6±4,1 ^a
Ταχύτητα 10Χ5m (sec)	24,7±2,3	24,1±2,2	25,3±2,2	24,0±2,3 ^a	23,1±2,2 ^a	24,6±2,1 ^a

^a σημαντικές διαφορές ($p < 0.05$) α: σε σχέση με την αρχική αξιολόγηση

Με βάση τα παραπάνω, προκύπτει ότι μετά από δώδεκα μήνες οι 176 μαθητές του δημοτικού διαφοροποίησαν σημαντικά ($p < 0.05$) όλα τα αξιολογούμενα σωματομετρικά και κινητικά τους χαρακτηριστικά. Μοναδική εξαίρεση ο ΔΜΣ (+2,1%, $p > 0.05$) που εμφανίζει οριακές τιμές για διατήρηση του "κανονικού" (φυσιολογικού) σωματικού βάρους των μαθητών σε σχέση με τον πίνακα που προσδιορίζει τα κανονικά, υπέρβαρα και παχύσαρκα παιδιά (Cole 2000). Η προσπάθεια για ΔΜΣ με τιμές όσον το δυνατόν μικρότερες του 20 (για ηλικίες μαθητών 9-10,5 χρόνων), ώστε να μη χαρακτηριστεί ένα παιδί ως υπέρβαρο, θα πρέπει να επιτευχθεί με περισσότερο ελεύθερο χρόνο για παιχνίδι και αθλητικές δραστηριότητες οργανωμένες από το σχολείο ή κάποιο σύλλογο.

* Η μελέτη πραγματοποιήθηκε στα πλαίσια του ΕΠΕΑΕΚ 3.4.β

404. THE VARIABLE RESPONSE OF HIGH-DENSITY LIPOPROTEIN CHOLESTEROL (HDL-C) TO VARIOUS EXERCISE MODALITIES

B.S. Shaw, I. Shaw

Tshwane University of Technology, Vaal University of Technology, South Africa

Previous research on the favorable increase in high-density lipoprotein cholesterol (HDL-C) using exercise training has mainly focused on aerobic training (AER). The aim of the study was to investigate the effect of 16 weeks of AER, dynamic resistance training (DRT) and combination training (COMB) on HDL-C levels. A quantitative, experimental, comparative, research design making use of a pre-test, treatment period and post-test was used. Subjects were divided into a control group (CG), AER, DRT or COMB. Dependant t-tests revealed that the CG and RT demonstrated favorable but non-significant mean 1.3% ($p = 0.754$; $p \leq 0.05$) and 11.1% ($p = 0.069$) increases in HDL-C, respectively. However, the AER demonstrated a favorable significant ($p = 0.003$) 22.4% increase in HDL-C while the COMB resulted in a significant ($p = 0.005$) but even more favorable 37.9% increase in HDL-C over the 16-week treatment period in sedentary male smokers. Although AER also decreased HDL-C levels, COMB was the most effective at reducing HDL-C in this group of sedentary male smokers over a 16-week period. However, Spearman's correlation coefficient demonstrated that changes in the HDL-C levels in the AER and COMB could possibly have been moderately augmented by decreases in daily cigarette consumption ($r = -0.344$), blood glucose ($r = -0.338$) and/or dietary saturated fat intake ($r = -0.317$).

405. ΛΟΓΟΙ ΠΟΥ ΑΝΑΣΤΕΛΛΟΥΝ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΤΗΣ ΒΕΡΟΙΑΣ

ΣΤΗ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ ΑΝΑΨΥΧΗΣ.

Σπόντης Α., Μπουνόβα Α., Φιλίππου Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

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

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν α) να καταγράψει τους σημαντικότερους ανασταλτικούς λόγους προς την συμμετοχή στην χιονοδρομία από μαθητές της πόλης της Βέροιας και β) να διερευνήσει πιθανές διαφορές ανάμεσα σε μαθητές που συμμετέχουν και σε μαθητές που δεν συμμετέχουν στη χιονοδρομία αναψυχής. Στην έρευνα συμμετείχαν 147 μαθητές γυμνασίου, αγόρια (47%) και κορίτσια (53%). Για την καταγραφή των λόγων αναστολής συμμετοχής χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Κουθούρης, Αλεξανδρής, Γιοβάνη, και Χατζηγιάννη (2005). Τα αποτελέσματα ανέδειξαν α) την «έλλειψη χρόνου» ($MO=4.7$, $SD=2.0$), την «χαμηλή προτεραιότητα στην προτίμηση» ($MO=3.9$, $SD=2.0$) και το «υψηλό κόστος συμμετοχής» ($MO=3.7$, $SD=2.1$) ως τους σημαντικότερους λόγους αναστολής, β) οι μαθητές που δεν συμμετείχαν στην χιονοδρομία, σημείωσαν μεγαλύτερες τιμές, από τους μαθητές που συμμετείχαν στους ανασταλτικούς λόγους: «δεν μου αρέσει το σκι» ($t=5.7$, $p<.001$), «έλλειψη χρόνου» ($t=2.9$, $p<.01$) και «έλλειψη αυτοπεποίθησης» ($t=2.6$, $p<.01$). Τα αποτελέσματα συζητούνται με στόχο την αύξηση της προσέλευσης των μαθητών στα χιονοδρομικά κέντρα και τον περιορισμό των εμποδίων από τους αρμόδιους φορείς της χιονοδρομίας.

407. ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ ΤΑΛΕΝΤΩΝ (ΑΓΟΡΙΑ) ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΡΟΔΟΠΗΣ

Σταματιάδης, Μ., Κούτρα, Β., Χριστοφορίδης, Χ., Χριστοδουλίδης, Τ., Αγγελούσης, Ν., Καμπάς, Α.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της έρευνας ήταν να ανιχνευτούν ταλέντα ηλικίας 9-10 ετών στο Νομό Ροδόπης. Για την πραγματοποίηση της έρευνας καταγράφηκαν αρχικά τα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά (ύψος-βάρος) των αγοριών από 12 δημοτικά σχολεία του Νομού Ροδόπης (Κομοτηνή-Σάμπες). Έπειτα τα παιδιά εξοικειώθηκαν με τα κινητικά τεστ που εφαρμόστηκαν, τα οποία χρησιμοποιούνται ως επί των πλείστον από τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού. Τα τεστ περιελάμβαναν ταχύτητα 30μ, κατακόρυφο άλμα άνευ φοράς, ριπτική ικανότητα με ιατρική μπάλα και αερόβια αντοχή μέσω της χρήσης του παλίνδρομου τεστ. Η επεξεργασία και ανάλυση των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS. Με βάση τα αποτελέσματα προέκυψαν 15 αγόρια, τα οποία θεωρήθηκαν ως ταλέντα, σύμφωνα με τις επιδόσεις τους στα παραπάνω τεστ. Απώτερος στόχος της μελέτης ήταν, εκτός από την ανίχνευση αγοριών-ταλέντων για τη στελέχωση των τμημάτων υποδομής ατομικών και ομαδικών συλλόγων του Νομού Ροδόπης και η δημιουργία νόρμας με βάση την οποία να αξιολογούνται στο μέλλον αγόρια παρόμοιας ηλικίας.

408. Η ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ ΣΤΗ ΛΗΞΗ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ ΣΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ 2005

Συλάκος Χ., Κουτούμπα Μ., Μπολέτη Β., Κεχαγιάς Δ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Ο προπονητής συμμετέχει ενεργά σε όλη τη διάρκεια του αγώνα και μπορεί να επηρεάσει το αγωνιστικό αποτέλεσμα. Σκοπός της εργασίας ήταν να εντοπίσει τα χαρακτηριστικά εκείνα που φωτογραφίζουν την προσωπικότητα του εκάστοτε προπονητή, μέσα από τις αντιδράσεις του. Έγινε καταγραφή δεδομένων μέσω παρατηρητικότητας, από ομάδα εργασίας της κύριας ειδικότητας ταεκβοντό του ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής σε 25 προπονητές. Η καταγραφή της συμπεριφοράς γινόταν ταυτόχρονα και στους δύο αντίπαλους προπονητές. Συμπεριφορές και αντιδράσεις είχαν καταγραφεί σε ειδικά διαμορφωμένα έντυπα ώστε να είναι εύκολη και γρήγορη η επισήμανση. Η επεξεργασία των δεδομένων έγινε σε βάση δεδομένων της access. Με την λήξη του αγώνα το 65,63% δέχεται το αποτέλεσμα ανέκφραστο, ενώ το 25% εκδηλώνει τον ενθουσιασμό του στη νίκη, αγκαλιάζοντας τον αθλητή του. Επιπλέον, το 46,9% είναι όρθιο (έχουν σηκωθεί από την καρέκλα) στο ισόπαλο αποτέλεσμα, ενώ το 12,5% στην ήττα είναι δυσαρεστημένο και φωνάζει προς την πλευρά του διαιτητή και της αγωνοδίκου. Η πλειονότητα των προπονητών που γνωρίζουν τις δυνατότητες των αθλητών τους αλλά και αναγνωρίζοντας τις δυνατότητες των αντιπάλων, μένουν ανέκφραστοι στο αποτέλεσμα. Ενθουσιασμό προς το αποτέλεσμα του νικητών αθλητών, εκδηλώνουν οι νέοι ηλικιακά προπονητές σε αντίθεση με

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

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

τους μεγαλύτερους που απλά χαιρετούν τον αθλητή τους. Ακόμη, ένα μέρος των προπονητών που αισθάνονται αδικημένοι από την αξιολόγηση του αθλητή τους, διαμαρτύρονται έντονα προς την διαιτησία.

409. ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΕΛΑΤΩΝ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ.

Συνολάκης Α., Γρεβενιώτη Τ., Αστραπέλλος Κ., Κώστα Γ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Φ.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της εργασίας ήταν να ερευνηθεί κατά πόσο τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των πελατών, επηρεάζουν την πρόθεση συμπεριφοράς και την συμμετοχή τους σε προγράμματα αθλητικής αναψυχής. Η μεθοδολογία που χρησιμοποιήθηκε ήταν η βιβλιογραφική ανασκόπηση ξένων και ελληνικών επιστημονικών άρθρων καθώς και πηγές από το διαδίκτυο. Σύμφωνα με αυτή, η συμμετοχή των πελατών σε προγράμματα αθλητικής αναψυχής σχετίζεται με το δημογραφικό μοντέλο αθλητικής συμμετοχής που περιλαμβάνει: ηλικία, γένος, επίπεδο εκπαίδευσης, οικογενειακή κατάσταση, κοινωνική θέση και τόπο διαμονής. (Coalter, 1995). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι υπάρχει αρνητική συσχέτιση της ηλικίας με την συμμετοχή. Όσο αφορά το γένος, υπάρχει μεγαλύτερη συμμετοχή ανδρών έναντι γυναικών, ενώ υπάρχει μειωμένη συμμετοχή στα χαμηλότερα επίπεδα εκπαίδευσης και στα κατώτερα κοινωνικά στρώματα. Αρνητικό ρόλο για συμμετοχή έπαιξε και ο τόπος διαμονής των συμμετεχόντων. Στην πρόθεση συμπεριφοράς, οι άνδρες έδειξαν μεγαλύτερη τάση να διαμαρτυρηθούν σε πιθανό πρόβλημα με τις παρεχόμενες υπηρεσίες, οι παντρεμένοι παρουσίασαν μεγαλύτερη πιθανότητα να εγκαταλείψουν την δραστηριότητα, τα μεγαλύτερης ηλικίας άτομα έδειξαν μεγαλύτερη διάθεση για αλλαγή ενώ το επίπεδο εκπαίδευσης των συμμετεχόντων δεν φαίνεται να επηρεάζει τις μελλοντικές προθέσεις συμπεριφοράς. Συμπερασματικά, πρέπει να γίνει κατανοητό σε όσους σχετίζονται με τον σχεδιασμό και την οργάνωση των προγραμμάτων αναψυχής, ότι λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω αποτελέσματα, θα ευεργετηθούν οι συμμετέχοντες, οι αθλητικοί οργανισμοί καθώς και τα ιδιωτικά και κρατικά κέντρα άθλησης. Στρατηγικός σχεδιασμός και προσφορά κατάλληλων και ποικίλων αθλητικών προγραμμάτων είναι το κλειδί για σωστή προώθηση της αθλητικής αναψυχής.

410. ΣΧΕΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΛΕΚΤΙΚΗΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Σύρμπας Ι., Αποστόλου Μ., Μπούγλας Β., Μπεκιάρη Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Καρυές, Τρίκαλα

Σκοπός της εργασίας ήταν να εξετάσει τη σχέση που υπάρχει μεταξύ της λεκτικής επιθετικότητας και της επιχειρηματολογικής ικανότητας των καθηγητών στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής. Στην έρευνα συμμετείχαν 144 φοιτητές Φυσικής Αγωγής του πανεπιστημίου Θεσσαλίας (φοιτήτριες $n = 72$ και φοιτητές $n = 72$) ηλικίας 17-22 ετών ($M.O. = 19,66 \pm 1,01$), οι οποίοι συμπλήρωσαν ερωτηματολόγια. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι α) Η εσωτερική συνοχή των εργαλείων μέτρησης ήταν υψηλή τόσο για την λεκτική επιθετικότητα ($\alpha = .91$), όσο και για την επιχειρηματολογία ($\alpha = .88$), β) υπάρχει μια σημαντικά αρνητική σχέση μεταξύ της λεκτικής επιθετικότητας και της επιχειρηματολογίας στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής ($r = -.87$). Δεν διαπιστώθηκαν διαφορές της λεκτικής επιθετικότητας και της επιχειρηματολογίας ως προς το φύλλο και την ηλικία.

411. ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΕ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ

Συνολάκης Α., Γρεβενιώτη Τ., Μουσταίρας Σ., Αστραπέλλος Κ., Κώστα Γ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Φ.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της εργασίας ήταν να ερευνηθεί ποια είναι τα κριτήρια αξιολόγησης της ποιότητας υπηρεσιών σε διαφορετικές δραστηριότητες αναψυχής. Η μεθοδολογία που χρησιμοποιήθηκε ήταν η βιβλιογραφική ανασκόπηση ξένων και ελληνικών επιστημονικών άρθρων καθώς και πηγές από το διαδίκτυο. Σύμφωνα με αυτή, ενδεχόμενη αύξηση στην ποιότητα παρεχόμενων υπηρεσιών μπορεί να έχει σημαντικά οφέλη για τους συμμετέχοντες όπως ατομική εξέλιξη, κοινωνικοποίηση, βελτίωση φυσικής κατάστασης, απόκτηση θετικών αξιών, μάθηση, ωρίμανση, αναμνήσεις και εμπειρίες (Edginton, 1994). Όσο αφορά τις αθλητικές κατασκηνώσεις, οι παράγοντες αξιολόγησης των προσφερόμενων υπηρεσιών σύμφωνα με τους γονείς είναι η διαμονή, οι προπονητές και η επικοινωνία ενώ για τα παιδιά είναι η προπόνηση, η ευχαρίστηση, οι εγκαταστάσεις, η ποιότητα του αθλητικού υλικού. Για τις εταιρίες αναψυχής η ανασκόπηση έδειξε ότι τα κριτήρια για ποιότητα παρεχόμενων υπηρεσιών είναι η ασφάλεια, η ανταπόκριση, η αξιοπιστία και η εμφάνιση. Για τα αθλητικά κέντρα οι παράγοντες ήταν το περιβάλλον, η συμπεριφορά υπαλλήλων, η παροχή πληροφοριών, η τιμή και η παρακίνηση. Τέλος στα ξενοδοχεία (αθλητική animation) οι παράγοντες αξιολόγησης των προσφερόμενων υπηρεσιών ήταν η καινοτομία, το προσωπικό, η συμπεριφορά, οι γνώσεις, η ασφάλεια και η αξιοπιστία καθώς και τα προσφερόμενα προγράμματα. Συμπερασματικά, η κατανόηση και καταγραφή των παραγόντων που επηρεάζουν τους πελάτες στην αξιολόγηση της ποιότητας υπηρεσιών που παρέχεται στις διάφορες δραστηριότητες αναψυχής, θα επιτρέψει στους υπευθύνους προώθησης και δημιουργίας σχετικών προγραμμάτων να αντιληφθούν καλύτερα τις επιθυμίες των πελατών και να τις ικανοποιήσουν.

412. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥ ΤΩΝ 24 ΔΕΥΤΕΡΟΛΕΠΤΩΝ ΣΤΑ ΣΚΟΡ ΑΓΩΝΩΝ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΕΣΑΚΕ

Τζίβα-Κωσταλά Β., Μελαχροινού Α., Κωσταλάς Ε., Κωσταλά Α.

**4^ο Δημοτικό Σχολείο Μελισσίων, 15127 Μελίσσια
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετασθεί η επίδραση του κανονισμού των 24 δευτερολέπτων στους αγώνες του Πρωταθλήματος του ΕΣΑΚΕ. Το 2000 η ΦΙΜΠΑ, άλλαξε τον κανονισμό που όριζε τον χρόνο επιτρεπόμενης επιθέσης και παρατηρήθηκε μια αισθητή αύξηση των πόντων που πέτυχαν και οι δύο ομάδες σε έναν αγώνα. Όταν όμως αναλύσουμε τους πόντους ανά αγώνα ΕΣΑΚΕ για την δεκαετία 1995–2005 (5 χρόνια πριν και μετά της εισαγωγής του εν λόγω κανονισμού) παρατηρούμε ότι γενικά δεν υπήρξε στατιστικά καμιά ουσιαστική αύξηση επιτευχθέντων πόντων. Στην ανάλυση των στατιστικών στοιχείων για την πενταετία 1995–2000 υπήρχε μία πτώση των επιτευχθέντων πόντων και παρά την πρόσκαιρη άνοδο πόντων την πενταετία 2000–2005 παρατηρήθηκε μια νέα πτώση. Συμπερασματικά καταλήγουμε ότι μπορεί ο κανονισμός να είχε μια προσωρινή επιτυχία στο πρωτάθλημα του ΕΣΑΚΕ, μακροπρόθεσμα δεν είχε καμιά ουσιαστική επιτυχία.

413. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΣΤΡΕΤΣΙΓΚ ΣΤΗΝ ΜΥΪΚΗ ΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ, ΣΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΩΝ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΠΙΔΟΣΗ

Τζίβα-Κωσταλά Β., Κωσταλάς Ε., Κωσταλά Α.

**4ο Δημοτικό Σχολείο Μελισσίων, 15127 Μελίσσια
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετασθεί η επίδραση του στρέτσιγκ στη μυϊκή ευαισθησία, στη πρόληψη των τραυματισμών και στην αθλητική επίδοση. Αρκετοί ερευνητές (Johanson P.H., Lindrom I. Et al) ανέφεραν ότι δεν υπήρχαν σημαντικές διαφορές στο εύρος της κίνησης, στην αποφυγή τραυματισμών και στην αθλητική επίδοση σε αθλητές που χρησιμοποιούν το στρέτσιγκ συστηματικά απ' εκείνους που δεν το περιλαμβάνουν στην προπόνηση τους. Σε αντίθεση, μία άλλη έρευνα των Shrier I., Gossal K. (08/2000) αναφέρει ότι το στρέτσιγκ βοηθάει στη μείωση του πόνου, μειώνει τον κίνδυνο τραυματισμού κι αν χρησιμοποιείς το στρέτσιγκ πριν την άσκηση έχεις πιθανότητα βελτίωσης της ταχύτητας. Συμπερασματικά καταλήγουμε ότι χρήση του στρέτσιγκ στη προπόνηση δεν είναι ικανή να βελτιώσει την μυϊκή

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

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

ευαισθησία ούτε ν'αυξήσει την αθλητική επίδοση όπως επίσης δεν συντελεί στην αποφυγή τραυματισμών.

414. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΤΗΣΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΟΣΗ ΜΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΛΜΑΤΟΣ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΚΑΙ ΤΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 50 Μ ΕΛΕΥΘΕΡΟ

Τσάμη Καλ., Τσάμη Αικ., Ακριβοπούλου Γ., Καραγιαννίδης Ε., Κομσής Στ.
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Θεσσαλονίκη

Σκοπός της εργασίας είναι η καταγραφή των αποτελεσμάτων της συστηματικής προπόνησης μη αθλουμένων αγοριών στα αγωνίσματα του άλματος σε μήκος και κολύμβησης 50 μ. ελεύθερου στυλ. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν 20 άρρενες (n=20) μέσης ηλικίας +-17,54 ετών. Το πρόγραμμα είχε διάρκεια 10 μήνες με συμμετοχή τουλάχιστον 3 προπονητικών μονάδων /εβδομάδα. Το ασκησιολόγιο περιλάμβανε κυρίως ασκήσεις τεχνικής, δρόμους, αλτικές ασκήσεις και κολύμβηση. Οι συμμετέχοντες υποβλήθηκαν σε τρεις μετρήσεις των επιδόσεων τους (τεστ) η πρώτη μέτρηση διεξήχθη στις 5 Σεπτεμβρίου, η δεύτερη μέτρηση διεξήχθη στις 5 Ιανουαρίου και η τρίτη μέτρηση πραγματοποιήθηκε στις 5 Ιουνίου. Στον ακόλουθο πίνακα παρουσιάζονται τα αποτελέσματα και τα ποσοστά βελτίωσης.

*: $p < 0,05$ 1^η vs 3^η Μέτρηση Παρατηρούμε ότι η συνδυαστική προπονητική μεθοδολογία που ακολουθήθηκε και περιλάμβανε τόσο εκμάθηση τεχνικής όσο και προπόνηση φυσικής κατάστασης μπόρεσε να βελτιώσει την επίδοση των ατόμων του δείγματος.

	1 ^η Μέτρηση	2 ^η Μέτρηση	3 ^η Μέτρηση
Άλμα σε μήκος	4,57+-0,57	4,93+-0,64	5,09+-0,52
Κολύμβηση 50 Μ ελ.	42,47+-6,67	38,70+-6,44	34,91+-4,30

415. THE INTERVAL TRAINING EFFECTS ON 130% OF THE MAS ON THE ANAEROBE LACTACID CAPACITY: COMPARATIVE STUDY BETWEEN 17 AND 25 YEARS OLD FOOTBALL PLAYERS

C. Honceriu

Faculty of Physical Education and Sport "Al. I. Cuza" University of Iasi - Romania

The particular effort of soccer game is defined, from the motion attribute point of view, by force and speed in resistance regime and demands a great stress endurance from the players, optimum neuro-endocrinic activity, perfect equilibrium of homeostasis process and implicit a big adaptation capacity of metabolic process. During the aerobic metabolism, the stable period of submaximal efforts, the energetic needs are covered with or without a small quantity of lactic acid. Biochemical, this limit is situated around 4mM lactate/l and theoretical, it is the greater physical effort intensity which can be done, without lactate concentration changes in comparison with the pause values. In other words, the growth of the lactate quantity suggests the beginning of the muscular anaerobic metabolism. It supposed that Maximal Aerobic Speed (MAS) is the running speed in which the player reaches VO_{2max} . On and off training on intensities which pass by 110% of MAS reach the aerobic/anaerobic limit and involves physiological repercussions on the lactic anaerobe strength. Purpose: this study's purpose is to make a comparison on the on and off training effects, with a 130% intensity from MAS, on the anaerobe effort capacity at 17 and 25 years old football players. Methodology: the players make two field tests twice, an initial and final testing. Those two training are jut physical, personalized for each player, and it programs the trainings at 130% MAS intensity. Results: there are no major differences between the 17 years old players and the 25 years old ones.

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

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

416. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΤΗΣΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΟΣΗ ΜΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΣΤΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΥ 200 Μ. ΚΑΙ Η ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΔΥΝΑΜΗΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ ΠΑΓΚΟΥ

Τσάμη Καλ., Τσάμη Αικ., Ακριβοπούλου Γ., Καραγιαννίδης Ε., Κομσής Στ.
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Θεσσαλονίκη

Σκοπός της εργασίας είναι η καταγραφή των αποτελεσμάτων της συστηματικής προπόνησης μη αθλουμένων κοριτσιών στο αγώνισμα των 200 μέτρων και η βελτίωση της δύναμης στην άσκηση του πάγκου. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν 30 κορίτσια (n=30) μέσης ηλικίας +-18 ετών. Το πρόγραμμα είχε διάρκεια 9 μήνες με συμμετοχή τουλάχιστον 3 προπονητικών μονάδων /εβδομάδα. Το ασκησιολόγιο περιελάμβανε ασκήσεις τεχνικής, δρόμους βασικής και ειδικής αντοχής και ασκήσεις γενικής ενδυνάμωσης με βάρη. Οι συμμετέχοντες υποβλήθηκαν σε τρεις μετρήσεις των επιδόσεων τους (τεστ) η πρώτη μέτρηση διεξήχθη στις 10 Σεπτεμβρίου, η δεύτερη μέτρηση διεξήχθη στις 10 Ιανουαρίου και η τρίτη μέτρηση πραγματοποιήθηκε στις 10 Μαΐου.

Στον ακόλουθο πίνακα παρουσιάζονται τα αποτελέσματα και τα ποσοστά βελτίωσης.

	1 ^η Μέτρηση	Βελτ.	2 ^η Μέτρηση	Βελτ.	3 ^η Μέτρηση
Δρόμος 200m	38,17+-5,4		34,02+-4,54		32,96+-5,3
Πάγκος Kg	30,4+-1,3		34,8+-1		39+-1,2

*:p<0,05 1^η vs 3^η Μέτρηση

Παρατηρούμε ότι η βελτίωση στη επίδοση στο δρόμο των 200m βρίσκεται στην ίδια κατεύθυνση με τη βελτίωση στη δύναμη στην συγκεκριμένη άσκηση.

417. ΟΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΣΤΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΕΣ ΗΛΙΚΙΕΣ

Τσάμη Καλ., Τσάμη Αικ., Ακριβοπούλου Γ., Καραγιαννίδης Ε., Κομσής Στ.
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Θεσσαλονίκη

Η δύναμη σχετίζεται θετικά τόσο με το βιολογικό βαθμό ωρίμανσης όσο και με τη χρονολογική ηλικία. Για πολλά χρόνια υπήρχε μια ένταση μεταξύ των επιστημόνων σε ότι αφορά την προπόνηση δύναμης στην παιδική και εφηβική ηλικία. Στην παρούσα ανασκοπική εργασία καταγράφονται τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και μεταβατικά στάδια των παιδιών-εφήβων και παρατίθεντε βιβλιογραφικά οι επιστημονικές απόψεις. Συμπερασματικά μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι τα άτομα της παιδικής-εφηβικής ηλικίας βρίσκονται σε αναπτυξιακό στάδιο το οποίο όμως δεν αποτελεί εμπόδιο για την άσκηση. Η αιτία τη αύξησης της δύναμης αποδίδεται στον νευρομυϊκό συντονισμό. Τα ωφέλει από τα προγράμματα δύναμης σε αυτές τις ηλικίες είναι σημαντικά αλλά απαιτούν προσοχή στην ένταση και την συχνότητα της άσκησης προς αποφυγή τραυματισμών.

419. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΤΗΣΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΟΣΗ ΜΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΥ 400 Μ. ΚΑΙ ΤΗ ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Τσάμη Καλ., Τσάμη Αικ., Ακριβοπούλου Γ., Καραγιαννίδης Ε., Κομσής Στ.
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Θεσσαλονίκη

Σκοπός της εργασίας είναι η καταγραφή των αποτελεσμάτων της συστηματικής προπόνησης μη αθλουμένων αγοριών στα αγωνίσματα των 400 μέτρων και της σφαιροβολίας. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν 40 άρρενες (n=40) μέσης ηλικίας +-18 ετών. Το πρόγραμμα είχε διάρκεια 9 μήνες με συμμετοχή τουλάχιστον 3 προπονητικών μονάδων /εβδομάδα. Το ασκησιολόγιο περιελάμβανε κυρίως ασκήσεις τεχνικής, δρόμους βασικής και ειδικής αντοχής και ασκήσεις γενικής ενδυνάμωσης με βάρη. Οι συμμετέχοντες υποβλήθηκαν σε τρεις μετρήσεις των επιδόσεων τους (τεστ) η πρώτη μέτρηση διεξήχθη στις 10 Σεπτεμβρίου, η δεύτερη μέτρηση

* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ή αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.
* The participation in the congress with an oral or poster presentation is certified through this electronic file.

διεξήχθει στις 10 Ιανουαρίου και η τρίτη μέτρηση πραγματοποιήθηκε στις 10 Μαΐου. Στον ακόλουθο πίνακα παρουσιάζονται τα αποτελέσματα και τα ποσοστά βελτίωσης.

	1 ^η Μέτρηση	Βελτ.	2 ^η Μέτρηση	Βελτ.	3 ^η Μέτρηση
Δρόμος 400m	67,24+-5,4	-3,44sec	63,80+-4,54	-1,6sec	62,20+-5,3
Σφαιροβολία	8,67+-1,3	+0,51m	9,18+-1	+0,32m	9,50+-1,2

*: $p < 0,05$ 1^η vs 3^η Μέτρηση

Παρατηρούμε ότι τα ποσοστά βελτίωσης μειώνονται προς την τρίτη μέτρηση των ασκούμενων του δείγματος.

422. Η ΜΕΓΙΣΤΗ ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΟΞΥΓΟΝΟΥ ΚΑΤΑ ΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Φασείδου Ειρ., Αδάμ Μ., Σοφιάδου Β., Ζώσιμοβα-Αναστασιάδου Α., Τσαπκίνη Β. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Κομοτηνή, Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης και Δράμας

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να εξεταστεί πως οι διάφορες μορφές τις ασκήσεις: καθαρά σωματική (α) και η μεικτή σωματική συν διανοητική (β) επιδρούν στη μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 20 φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α, ηλικίας 22 ± 2 χρονών, ύψους $167 \pm 5,56$ cm, σωματικού βάρους $61,4 \pm 9,68$ kg και ποσοστό λίπους $14,16 \pm 1,86\%$, με προπονητική ηλικία $6,5 \pm 4,18$ χρονών. Μετρήθηκε η καρδιακή συχνότητα, η συστολική αρτηριακή πίεση και η διαστολική αρτηριακή πίεση όπως κατά την ηρεμία, έτσι και αμέσως μετά την υπομέγιστη αερόβια άσκηση σε βαθμιδοεργόμετρο (The Queens College step test). Μετά από 15 λεπτό διάλειμμα παράλληλα με την ίδια άσκηση οι δοκιμαζόμενοι εκτελούσαν διανοητική εργασία (έλυαν αριθμηθήκα προβλήματα, οι δοκιμαζόμενοι έπρεπε να εκτελέσουν αυτό το έργο όσο το δυνατόν πιο γρήγορα και πιο αποτελεσματικά, δηλαδή χωρίς λάθος). Και ύστερα μετρήθηκαν οι ίδιες μεταβλητές. Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν στατιστικές μέθοδοι. Για την σύγκριση των μέσων όρων των τιμών χρησιμοποιήθηκε το student t-test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0,05$. Η συσχετική ανάλυση μεταξύ του σωματικού βάρους, του ποσοστό λίπους από την μια πλευρά και τη μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου έδειξε ότι υπάρχει μια αρνητική συσχέτιση μεταξύ αυτών των παραγόντων, δηλαδή όσο περισσότερο είναι το βάρος και το λίπος τόσο λιγότερη είναι η μέγιστη πρόσληψη του οξυγόνου ($r = -,418$). Παράλληλα με αυτό τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι με την αύξηση της προπονητικής ηλικίας και τακτικών ασκήσεων υπάρχει αρκετά υψηλή συσχέτιση (από $r = ,477$ έως $r = ,655$) πράγμα που ήταν αναμενόμενο. Τα αποτελέσματα της έρευνας απέδειξαν ότι κατά την καθαρά σωματική άσκηση των τριών λεπτών η μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου ήταν πιο αυξημένη παρά κατά την μεικτή άσκηση (σωματική άσκηση και ταυτόχρονο διανοητική εργασία) οι τιμές ήταν 39,94 και αντίστοιχες 37,34 η διαφορά αυτή είναι στατιστικά σημαντική ($p < 0,0001$). Τα αποτελέσματα θέτουν ερωτήματα που μπορεί να απαντηθούν σε περαιτέρω έρευνες.

423. ΤΟ ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Φασείδου Ειρ., Αδάμ Μ., Αργυριάδου Ειρ., Σοφιάδου Β., Μαυροβουνιώτης Φ. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Θεσσαλονίκη Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετηθεί η επίδραση του διανοητικού στρες στο καρδιαγγειακό σύστημα των γυναικών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 20 φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α, ηλικίας 22 ± 2 χρονών, ύψους $167 \pm 5,56$ cm, σωματικού βάρους $61,4 \pm 9,68$ kg και ποσοστό λίπους $14,16 \pm 1,86\%$, με προπονητική ηλικία $6,5 \pm 4,18$ χρονών. Μετρήθηκε η καρδιακή συχνότητα, η συστολική αρτηριακή πίεση και η διαστολική αρτηριακή πίεση όπως κατά την

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

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

ηρεμία, έτσι και αμέσως μετά το διανοητικό στρες. Το διανοητικό στρες ήταν με μορφή του Τεστ Δοκιμαστικής Διόρθωσης (ΤΔΔ). Το ΤΔΔ ήταν ένα έντυπο με γράμματα χωρίς νόημα και ζητούνταν από τους δοκιμαζόμενους να σβήνουν το γράμμα «π», να κυκλώνουν το γράμμα «τ» και να υπογραμμίζουν το γράμμα «κ». Οι δοκιμαζόμενοι έπρεπε να εκτελέσουν αυτό το έργο όσο το δυνατόν πιο γρήγορα και πιο αποτελεσματικά, δηλαδή χωρίς λάθος και σε χρονικό διάστημα 3 λεπτών. Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν στατιστικές μέθοδοι. Για την σύγκριση των μέσων όρων των τιμών χρησιμοποιήθηκε το student t-test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0.05$. Από τα αποτελέσματα αποδείχθηκε ότι υπάρχει σημαντική συσχέτιση ($r = 0,366 \pm 0,02 \sim 0,650 \pm 0,04$) μεταξύ των παραμέτρων του καρδιαγγειακού συστήματος και των ανθρωπομετρικών χαρακτηριστικών όπως το ανάστημα, το σωματικό βάρος και το λίπος (%). Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας δείχνουν ότι η έκθεση σε οξύ διανοητικό στρες προκαλεί την αύξηση τιμών των μεταβλητών του καρδιαγγειακού συστήματος των γυναικών. Έτσι, η καρδιακή συχνότητα και η συστολική πίεση αυξάνεται σε σημαντικό βαθμό ($p < 0.0001$), ενώ η διαστολική πίεση δεν μεταβάλλεται σημαντικά. Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι το διανοητικό στρες αυξάνει την ινότροπη και χρονότροπη λειτουργία της καρδιάς.

424. ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΑΣΚΗΣΗ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΡΙΚΑΛΩΝ

Φιλίππου Κ., Σπόντης Α., Κουθούρης Χ.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Καρυές, 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να αξιολογήσει τους λόγους που εμποδίζουν τη συμμετοχή ενηλίκων εργαζόμενων ατόμων σε δραστηριότητες άσκησης και να διερευνήσει πιθανές διαφορές που οφείλονται στο φύλο των συμμετεχόντων. Συμμετείχαν 94 δημόσιοι υπάλληλοι του Νομού Τρικάλων (ηλικία: Μ.Ο. = 39.57, Τ.Α. = 9.82). Για την καταγραφή των ανασταλτικών λόγων συμμετοχής χρησιμοποιήθηκε κλίμακα (Alexandris και Carroll, 1997) που κατηγοριοποιεί τους ανωτέρω λόγους σε οκτώ παράγοντες: (α) έλλειψη χρόνου, (β) έλλειψη πληροφόρησης, (γ) οικονομικοί λόγοι, (δ) κοινωνικοί λόγοι, (ε) ψυχολογικοί λόγοι, (στ) λόγοι υγείας, (ζ) δυσκολία πρόσβασης, και (η) εγκαταστάσεις. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η "έλλειψη χρόνου" και οι "ψυχολογικοί λόγοι", αποτέλεσαν τους πλέον ισχυρούς ανασταλτικούς λόγους, ενώ οι "λόγοι υγείας" ήταν αντίστοιχα ο λιγότερο ισχυρός ανασταλτικός λόγος συμμετοχής. Η ανάλυση t-test ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα σε άντρες ($n = 36$) και γυναίκες ($n = 58$). Οι άντρες σημείωσαν χαμηλότερες τιμές στον παράγοντα «ψυχολογικοί λόγοι», ($MO = 1.92$, $SD = .71$) από ότι οι γυναίκες ($MO = 2.20$, $TA = .61$), $t(92) = -2.06$, $p < .05$. Ακόμη διαφορές σημειώθηκαν και στον παράγοντα «δυσκολία πρόσβασης», όπου οι άντρες σημείωσαν χαμηλότερες τιμές ($MO = 1.69$, $SD = .65$) από ότι οι γυναίκες ($MO = 2.09$, $TA = .99$), $t(92) = -2.06$, $p < .05$. Η συζήτηση εστιάζει στον περιορισμό των ανασταλτικών λόγων άσκησης των Δημοσίων Υπαλλήλων στο Νομό Τρικάλων.

425. ΑΥΤΟ-ΡΥΘΜΙΣΗ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΦΥΛΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ

Φιλίππου Κ., Σπόντης Α., Κουθούρης Χ.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Καρυές, 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εξετάσει επίπεδα αυτο-ρύθμισης ενηλίκων σχετικά με τη συμπεριφορά της ελεύθερης άσκησης, σε σχέση με το φύλο και την ηλικία. Στην έρευνα συμμετείχαν 170 άτομα (87 άντρες και 83 γυναίκες) με μέσο όρο ηλικίας 36.18 χρόνια. Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο «Ρύθμισης Συμπεριφοράς στην Άσκηση» (Markland & Tobin, 2004) το οποίο αξιολογεί την 'αυτό-ρύθμιση' σε πέντε επίπεδα (α) έλλειψη παρακίνησης, (β) εξωτερική ρύθμιση, (γ) εσωτερική πίεση, (δ) αναγνωρίσιμη ρύθμιση, και (ε) εσωτερική παρακίνηση. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης t-test έδειξαν ότι οι γυναίκες είχαν σημαντικά υψηλότερα σκορ από τους άντρες στις μεταβλητές εξωτερική ρύθμιση, $t(170) = -2.67$, $p < .01$, και εσωτερική πίεση, $t(170) = -3.85$, $p < .01$, ενώ οι άντρες είχαν σημαντικά υψηλότερα σκορ στη μεταβλητή εσωτερική παρακίνηση, $t(170) = 2.74$, $p < .01$. Αναφορικά με την ηλικία,

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

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

ανάλυση συσχετίσεων έδειξε σημαντική θετική σχέση της ηλικίας με τη μεταβλητή της εσωτερικής πίεσης ($r = .19, p < .05$) και τη μεταβλητή της αναγνωρίσιμης ρύθμισης ($r = .21, p < .01$).

426. Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΚΑΙ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑ ΤΟΥ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΤΗΣ ΗΓΕΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΟΥ ΑΡΧΗΓΟΥ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ (TCE)

Φωκά Ε., Θεράπου Κ., Παρπούνα Ι., Γκόλτσος Αθ., Janssen J., Πατσιαούρας Α. Κοκαρίδας Δ.

**Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα
Carolina Leadership Academy, USA**

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να διερευνήσει την αξιοπιστία της ελληνικής μετάφρασης του ερωτηματολογίου που χρησιμοποιείται για την αξιολόγηση της ηγετικής συμπεριφοράς του αρχηγού της ομάδας. Το ερωτηματολόγιο μεταφράστηκε από δύο δίγλωσσους ερευνητές από τα αγγλικά στα ελληνικά και αντίστροφα ενώ η μετάφραση ελέγχθηκε από δύο άλλους ειδικούς του χώρου. Συνολικά 30, αθλητές και αθλήτριες ποδοσφαίρισης άνδρες ηλικίας 19.9 ± 2.21 ετών ($n=11$) και γυναίκες 18.7 ± 3.95 ετών ($n=19$) συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο σε δύο φάσεις με διάστημα 4 εβδομάδων μεταξύ των δύο φάσεων (συμπλήρωση-επανασυμπλήρωση). Το ερωτηματολόγιο με 24 θέματα εξετάζει: α) την δέσμευση, β) την εμπιστοσύνη, γ) την ψυχραιμία-αταραξία, δ) τον χαρακτήρα, ε) την προσφορά υπηρεσιών, στ) δημιουργία εμπιστοσύνης, ζ) την ανατροφοδότηση, η) την συνοχή και την θ) την επιβολή στους παίκτες της ομάδας του. Υψηλοί δείκτες συσχέτισης σε κάθε κλίμακα του ερωτηματολογίου διαπιστώθηκαν χρησιμοποιώντας την δοκιμασία συσχέτισης Pearson r (SPSS 11.0) μεταξύ μέτρησης και επαναμέτρησης (test-retest). Η αξιοπιστία κυμάνθηκε μεταξύ $r=.46$ στον παράγοντα "επιβολή στους παίκτες της ομάδας του" έως $r=.82$ στον παράγοντα "προσφορά υπηρεσιών". Το ερωτηματολόγιο είναι αξιόπιστο για να χρησιμοποιηθεί σε ελληνικό πληθυσμό για την διερεύνηση της ηγετικής συμπεριφοράς του αρχηγού της ομάδας.

427. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ, Η ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΩΣ ΜΕΣΟ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΚΟΙΝΩΝ ΣΤΟΧΩΝ

Φράγκος Σ., Ιωαννίδου Μ., Γκόλτσος Κ.

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα**

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν σε ένα πλαίσιο κοινής δράσης των επιστημόνων της φυσικής αγωγής και της κοινωνικής εργασίας, να προσεγγίσει θεωρητικά την δυνατότητα επίτευξης κοινών στόχων, όπως την συμμετοχή σε προγράμματα άθλησης των ευπαθών κοινωνικά ομάδων (π.χ. σε άτομα με αναπηρίες). Παράλληλα να καταγράψει τις απόψεις γύρω από το συγκεκριμένο θέμα επαγγελματιών που προέρχονται και από τους δύο χώρους. Πρόκειται για μια μελέτη που βασίζεται στην βιβλιογραφική ανασκόπηση και την ποιοτική έρευνα. Τα συμπεράσματα καταδεικνύουν το γεγονός ότι υπάρχουν κοινά σημεία αναφοράς ανάμεσα στις δύο επιστήμες και η αξιοποίησή τους μπορεί να συμβάλει στην αποτελεσματικότερη παρεμβατική τους δράση. Χαρακτηριστικό όλων των απόψεων για την κοινωνική εργασία είναι ότι ασχολούνται με την αλλαγή και την ανάπτυξη και αναφέρονται στην εργασία με άτομα και όχι αποκλειστικά και μόνο στην επίτευξη κοινωνικών στόχων (Payne, 1996). Η διεπιστημονική προσέγγιση είναι κοινά αποδεκτό ότι αποτελεί προϋπόθεση για μια αποτελεσματική παρέμβαση. Άλλωστε ο άνθρωπος είναι μια οντότητα που εμπεριέχει τον βιολογικό, ψυχολογικό, κοινωνικό και πνευματικό στοιχείο. Το βασικότερο κοινό χαρακτηριστικό των δύο επιστημών προκύπτει ότι είναι η ομάδα στόχος που σε πολλές περιπτώσεις αφορά ευπαθείς ομάδες πληθυσμού. Τα παρεμβατικά προγράμματα σε ένα πλαίσιο συντονισμού και συνεργασίας μπορούν να είναι καταλυτικά στην παρέμβασή τους και σε ελάχιστες ή μηδενικές περιπτώσεις επιβλαβή. Η απουσία ανάλογων ερευνών στον Ελλαδικό χώρο κρίνει απαραίτητη μια τέτοια έρευνα, διότι τα συμπεράσματα που προκύπτουν βοηθούν στον σχεδιασμό και στην υλοποίηση προγραμμάτων

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

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

που θα βοηθήσουν τους επαγγελματίες κοινωνικούς λειτουργούς και καθηγητές φυσικής αγωγής να είναι αποδοτικότεροι στο έργο τους.

428. Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΑΥΤΟΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΓΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΣΕ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΣΚΗΣΗΣ

**Χαλκιοπούλου Κ., Καπράλου Α., Μπεμπέτσος Ε., Ρόκκα Σ., Μαυρίδης Γ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της εργασίας ήταν η εφαρμογή μιας κλίμακας αυτοαποτελεσματικότητας για υγιεινή διατροφή σε ενήλικες ασκούμενους στα ομαδικά προγράμματα γυμναστηρίων. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 94 ενήλικοι ασκούμενοι, ηλικίας 20 έως 40 ετών, που χωρίστηκαν τυχαία σε πειραματική (n=51) και ομάδα ελέγχου (n=43). Ως όργανο μέτρησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Parcel και συνεργάτες (1995), το οποίο έχει τροποποιηθεί για τον ελληνικό πληθυσμό και τις διατροφικές του συνήθειες (Bebetsos, Chroni, & Theodorakis, 2002). Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε δύο φορές, πριν και μετά την παρέμβαση 12 εβδομάδων. Στην πειραματική ομάδα παράλληλα με τα προγράμματα άσκησης τρεις φορές την εβδομάδα, πραγματοποιούνταν μαθήματα υγιεινής διατροφής μία φορά την εβδομάδα, ενώ η ομάδα ελέγχου συμμετείχε μόνο στα προγράμματα χωρίς να δέχεται επί πλέον διατροφικές οδηγίες. Τα αποτελέσματα έδειξαν υψηλούς συντελεστές αξιοπιστίας $.97 > a > .86$. Επίσης, παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ομάδων $F(1,92) = 826.916, p < .001$, μεταξύ των μετρήσεων $F(1,92) = 437.781, p < .001$, όπως και αλληλεπίδραση μεταξύ ομάδων και μέτρησης $F(1,92) = 74.332, p < .001$. Συμπερασματικά, από τα αποτελέσματα προέκυψε ότι τα μαθήματα, τα φυλλάδια, η ενημέρωση και οι συζητήσεις που γίνονταν βελτίωσαν την αυτοαποτελεσματικότητα της πειραματικής ομάδας. Επιπλέον, η έρευνα έδειξε ότι η ενημέρωση των ασκούμενων σε θέματα υγιεινής διατροφής παράλληλα με τα προγράμματα άσκησης μπορούν να βελτιώσουν τις διατροφικές συνήθειες των ενήλικων και να οδηγήσουν σε έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Ωστόσο προτείνεται η επέκταση της εργασίας σε μεγαλύτερο δείγμα και σε άλλες πληθυσμιακές ομάδες επαρχιακών και αστικών περιοχών για τη γενίκευση των αποτελεσμάτων.

429. ΤΟ ΚΟΣΤΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΞΙ ΤΕΛΕΥΤΑΙΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Χαϊνάς Ε., Ζαχαρόπουλος Ι.

Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών, 17671 Αθήνα

Σκοπός της συγκεκριμένης εργασίας ήταν να διερευνηθεί η μεταβολή του κόστους του τομέα της ασφάλειας στους τελευταίους έξι Ολυμπιακούς Αγώνες (Λος Άντζελες, Σεούλ, Βαρκελώνη, Ατλάντα, Σίδνεϋ και Αθήνα). Για το σκοπό αυτό επιχειρήθηκε η ανεύρεση στατιστικών στοιχείων με τη μέθοδο της βιβλιογραφικής επισκόπησης και της αναζήτησης πληροφοριών μέσα από τους διαδικτυακούς τόπους της Δ.Ο.Ε. και του Αθήνα 2004. Το κόστος ασφάλειας κάθε Ολυμπιακής διοργάνωσης μελετήθηκε συγκριτικά με τον αριθμό των αθλητών που έλαβε μέρος στους Ολυμπιακούς Αγώνες και με τα εισιτήρια που πουλήθηκαν σε αυτούς. Η ανάλυση των αποτελεσμάτων έδειξε ότι στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας το κόστος ασφάλειας ανά αθλητή έφτασε στα 142.857 χιλιάδες δολάρια και το κόστος ασφάλειας ανά εισιτήριο στα 283 δολάρια. Συγκριτικά, τα ποσά αυτά είναι πολύ υψηλότερα από τα ποσά που δαπανήθηκαν στους υπόλοιπους Ολυμπιακούς Αγώνες. Επιπρόσθετα, το γεγονός αυτό αποδεικνύει την έμφαση που έδωσε η Ελληνική κυβέρνηση στον τομέα της ασφάλειας. Ωστόσο, πρέπει να σημειωθεί ότι το γεγονός αυτό είναι αποτέλεσμα της προϊστορίας που έχουν οι Ολυμπιακοί Αγώνες σε τρομοκρατικά χτυπήματα (Μόναχο, Ατλάντα) και της εξάρσης της διεθνούς τρομοκρατίας με επιστέγασμα την τρομοκρατική επίθεση της 11^{ης} Σεπτεμβρίου 2001 στους Δίδυμους Πύργους στην Αμερική. Τέλος, επισημαίνεται ότι οι δαπάνες για την ασφάλεια των μελλοντικών Ολυμπιακών Αγώνων και των άλλων μεγάλων αθλητικών εκδηλώσεων θα είναι ιδιαίτερα υψηλές, γιατί αυτές αποτελούν συνήθη στόχο της διεθνούς τρομοκρατίας.

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

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

430. Η ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΗΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ

Χαϊνάς Ε., Ζαχαρόπουλος Ι.

Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών, 17671 Αθήνα

Σκοπός της μελέτης αυτής είναι να προσεγγίσει το φαινόμενο της βίας στους αθλητικούς χώρους έτσι όπως καταγράφεται από τα επίσημα στατιστικά στοιχεία της ελληνικής αστυνομίας. Πιο συγκεκριμένα, παρουσιάζονται τα στατιστικά στοιχεία των ποδοσφαιρικών και των άλλων αθλητικών εκδηλώσεων των ετών 1995-2005. Ειδικότερα, τα αποτελέσματα της μελέτης αφορούν τα ποσοτικά στοιχεία σχετικά με την απασχόληση του αστυνομικού προσωπικού, τα βίαια επεισόδια (θανατηφόρα - σωματικές βλάβες - υλικές ζημιές) με αίτια ποδοσφαιρικές και άλλες εκδηλώσεις, τους παθόντες (νεκροί - σοβαρά τραυματίες - ελαφρά τραυματίες) και τους δράστες αδικημάτων Αθλητικής Νομοθεσίας που συνελήφθησαν ή όχι. Συνοπτικά, τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν τη σταδιακή μείωση του αστυνομικού προσωπικού που διατέθηκε για τη διασφάλιση της ομαλής διεξαγωγής των διάφορων αθλητικών εκδηλώσεων και οι ποσοτικές διακυμάνσεις των βίαιων επεισοδίων που λάμβαναν χώρα στις εν λόγω αθλητικές εκδηλώσεις κατά τη χρονική περίοδο της μελέτης (1995-2005). Επίσης, σημαντικό πόρισμα είναι και η παρατηρούμενη μείωση των δραστών αδικημάτων της Αθλητικής Νομοθεσίας. Τέλος, στο πλαίσιο της παρουσίασης των παραπάνω στατιστικών στοιχείων επιχειρείται η διερεύνηση της συμβολής των κοινωνικών, πολιτιστικών και πολιτισμικών παραγόντων στην εκδήλωση της βίαιης επιθετικής συμπεριφοράς φιλάθλων στους αθλητικούς χώρους.

431. ΑΡΧΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΣΥΝΕΚΤΙΜΗΣΗΣ «ΕΠΙΘΥΜΙΑΣ ΓΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΠΟΔΟΧΗ» ΤΩΝ CROWNE & MARLOWE (1960)

(¹)Χασάνδρα, Α., (¹)Γκέντζης, Δ., (²)Δήμου Δ., & (²)Χασάνδρα Μ.

(¹) Γ. Νοσοκομείο Έδεσσας, 58200, Έδεσσα

(²) Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Καρυές 42100, Τρίκαλα

Ως επιθυμία για κοινωνική αποδοχή ορίζεται η ανάγκη των ατόμων να απαντούν με τρόπο που είναι κοινωνικά αποδεκτός. Η επιθυμία για κοινωνική αποδοχή είναι μεγάλο πρόβλημα για την εγκυρότητα ερωτηματολογίων. Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να κάνει μια αρχική αξιολόγηση της εσωτερικής συνοχής της, ευρέως χρησιμοποιούμενης στο εξωτερικό, κλίμακας συνεκτίμησης της «επιθυμίας για κοινωνική αποδοχή» των Crowne & Marlowe (1960). Η εσωτερική συνοχή μας δίνει πληροφορίες για το βαθμό τον οποίο όλες οι ερωτήσεις που ελέγχονται μετράνε την ίδια έννοια. Ο συνηθέστερος στατιστικός έλεγχος για την εσωτερική συνοχή είναι ο δείκτης αξιοπιστίας α του Cronbach (1951). Η κλίμακα στην πλήρη μορφή της των 33 ερωτήσεων, αφού μεταφράστηκε αμφίδρομα, δόθηκε σε 110 επαγγελματίες υγείας, 3 δημοσίων νοσοκομείων της χώρας. Οι απαντήσεις στις ερωτήσεις δίνονταν με υποχρεωτική επιλογή μεταξύ του «ισχύει για μένα» και «δεν ισχύει για μένα». Ο δείκτης α του Cronbach για την κλίμακα των 33 ερωτήσεων ήταν ικανοποιητικός (.73). Με διαδοχικές αφαιρέσεις ερωτήσεων από την ανάλυση ο δείκτης ανέβηκε μέχρι την τιμή $\alpha = .76$, με 28 ερωτήσεις. Προτείνεται περαιτέρω διερεύνηση της αξιοπιστίας της κλίμακας, είτε στην πλήρη είτε σε άλλες συντομευμένες μορφές, με test-retest reliability για έλεγχο της σταθερότητας στο χρόνο.

432. ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΙ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΙ, ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΕΑΥΤΟΥ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ: ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΜΕΤΑΞΥ ΡΟΜΑ (ΤΣΙΓΓΑΝΟΠΑΙΔΩΝ) ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΟΥ ΜΑΘΗΤΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

Χατζηπαρασιδής Α., Διγγελίδης Ν.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΤΕΦΑΑ, 42100 Τρίκαλα

Ο σκοπός αυτής της έρευνας ήταν να εξεταστούν οι διαφορές μεταξύ μαθητών Ρομ (τσιγγανοπαίδων) και του γενικού μαθητικού πληθυσμού ως προς τους προσωπικούς προσανατολισμούς, την αντίληψη εαυτού και την ικανοποίηση από το μάθημα της φυσικής αγωγής. 199 μαθητές (οι 92 μαθητές με καταγωγή Ρομ) από 5 δημοτικά σχολεία

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

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

της Κεντρικής Μακεδονίας (Ε' και ΣΤ' Δημοτικού Σχολείου, ηλικίας 11-15 ετών) συμμετείχαν στην έρευνα (95 αγόρια, 102 κορίτσια). Η έρευνα πραγματοποιήθηκε μέσω κατάλληλα προσαρμοσμένων ερωτηματολογίων. Όλες οι κλίμακες είχαν αποδεκτούς δείκτες εσωτερικής συνοχής ($\alpha > .60$). Ανάλυση διακύμανσης δυο κατευθύνσεων έγινε προκειμένου να εξεταστούν οι υποθέσεις της έρευνας. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι δεν υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ μαθητών Ρομ και των υπόλοιπων μαθητών της ίδιας γεωγραφικής περιοχής καθώς επίσης δεν υπήρχαν αλληλεπιδράσεις. Διαφορές υπήρχαν μόνο μεταξύ αγοριών-κοριτσιών ως προς: α) τον προσανατολισμό στο «εγώ», β) την αντίληψη αθλητικής ικανότητας και γ) την αντίληψη ελκυστικότητας σώματος.

433. ΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ, ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟ ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΡΟΜ ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΟΥ ΜΑΘΗΤΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

Χατζηπαρασιδής Α., Διγγελίδης Ν.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΤΕΦΑΑ, 42100 Τρίκαλα

Ο σκοπός αυτής της έρευνας ήταν να εξεταστούν οι διαφορές μεταξύ μαθητών Ρομ (τσιγγανοπαίδων) και του γενικού μαθητικού πληθυσμού ως προς τις στάσεις προς την άσκηση, την υγιεινή διατροφή και το κάπνισμα λαμβάνοντας υπόψη το μορφωτικό επίπεδο των γονιών. 199 μαθητές (οι 92 μαθητές με καταγωγή Ρομ) από 5 δημοτικά σχολεία της Κεντρικής Μακεδονίας (Ε' και ΣΤ' Δημοτικού Σχολείου, ηλικίας 11-15 ετών) συμμετείχαν στην έρευνα (95 αγόρια, 102 κορίτσια). Η έρευνα πραγματοποιήθηκε μέσω κατάλληλα προσαρμοσμένων ερωτηματολογίων. Όλες οι κλίμακες είχαν αποδεκτούς δείκτες εσωτερικής συνοχής ($\alpha > .60$). Ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ μαθητών που είχαν πατέρα με μορφωτικό επίπεδο τουλάχιστον γυμνασίου, σε σύγκριση με μαθητές που είχαν πατέρα με μορφωτικό επίπεδο δημοτικού σχολείου, ως προς: τις στάσεις προς την υγιεινή διατροφή και το κάπνισμα. Οι μαθητές που είχαν γονείς με υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο είχαν υψηλότερα σκορ στην κλίμακα των στάσεων προς την υγιεινή διατροφή, ενώ αντίστοιχα είχαν χαμηλότερα σκορ στην κλίμακα των στάσεων προς το κάπνισμα. Δεν υπήρχαν άλλες στατιστικά σημαντικές διαφορές.

435. ΤΑ ΜΟΡΦΟΛΟΓΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΟΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗΔΩΝ

Ψωφάκη Α., Μπαλαμώτη Κ., Καρκαλέτση Μ., Καλλιαρδού Ι.

Συνοικία Αμπελοκήπων – Αγιοφύλλου, 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της εργασίας είναι να καταγράψει και να κοινοποιήσει τις πληροφορίες για τα μορφολογικά στοιχεία της μουσικοκινητικής ταυτότητας των Καραγκούνηδων. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε στο χωριό Μητρόπολη (παλαιά ονομασία – Παλαιόκαστρο), δυτικά του νομού Καρδίτσας όπου ζουν σήμερα πολλοί γνήσιοι Καραγκούνηδες. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατά τους μήνες Σεπτέμβριο – Οκτώβριο του 2005 και η μέθοδος που ακολουθήθηκε για την συγκέντρωση των πληροφοριών ήταν η επιτόπια καταγραφή μέσω συνέντευξης από στελέχη χορευτικών συλλόγων, ηλικιωμένων ατόμων και μέσω βιβλιογραφικών ανασκοπήσεων. Η μελέτη αυτή οδήγησε στο συμπέρασμα πως ο κυρίαρχος ρυθμός στα τραγούδια και τους χορούς των Καραγκούνηδων είναι ο τετράσημος δακτυλικός, μακρό-βραχύ-βραχύ (-uu), που τον χαρακτηρίζει ισομετρία χρόνων στη θέση και την άρση, και ο πιο αντιπροσωπευτικός χορός τους είναι η πολυτραγουδισμένη «Καραγκούνα» με ρυθμό $4/4 = (2+2)$ διμερές. Ρυθμική ανάλυση = $\rho\mathcal{J}\mathcal{J} + \rho\mathcal{J}$.

436. ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ ΚΑΙ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΤΟΥ ΓΑΜΟΥ ΣΤΑ ΑΣΠΡΟΠΟΤΑΜΙΤΙΚΑ ΧΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΙΝΔΟΥ

Ψωφάκη Α., Μπαλαμώτη Κ., Καρκαλέτση Μ., Καλλιαρδού Ι.

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

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

Συνοικία Αμπελοκήπων – Αγιοφύλλου, 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της εργασίας είναι να δημιουργηθούν αντισώματα ενάντια στην αλλοτρίωση μέσα από την ιστορική συνέχεια και τη σύσφιξη, των δεσμών. Το χρονικό διάστημα που εξετάζεται είναι η εποχή μετά την Άλωση της Κωνσταντινούπολης (Τουρκοκρατία), έως τα μέσα σχεδόν του 21^{ου} αιώνα. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατά τους θερινούς μήνες του 2005 στα Βλαχοχώρια της Πίνδου (Γαρδίκι, Αθαμανία, Αγία Παρασκευή) και η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε για τη συλλογή πληροφοριών, ήταν η επιτόπια καταγραφή μέσω συνέντευξης από τους ντόπιους ηλικιωμένους των χωριών και μέσω βιβλιογραφικών ανασκοπήσεων. Παρουσιάζονται τραγούδια, χοροί, ήθη και έθιμα του βλάχικου παραδοσιακού γάμου. Πολλά από αυτά διατηρούνται ακόμη και σήμερα στους γάμους των οικογενειών που κατάγονται από τα χωριά του Ασπροποτάμου.

439. Η ΜΕΘΟΔΟΣ ΤΟΥ ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΥ ΣΤΗΝ ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕ ΜΑΘΗΤΕΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ.

Πατράνογλου Σ¹, Μάντης Κ¹, Διγγελίδης Ν², Μαββίδης Α¹, Παπαπέτρου Λ².

¹Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

²Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Σκοπός της έρευνας ήταν η αξιολόγηση δυο μεθόδων διδασκαλίας για την εκμάθηση της αντισφαίρισης σε μαθητές δημοτικού σχολείου. Στην έρευνα συμμετείχαν 307 μαθητές Ε' και ΣΤ' Δημοτικού (160 αγόρια και 147 κορίτσια) από 7 δημοτικά σχολεία της Θεσσαλονίκης, ηλικίας 11-12 ετών ($M=11\pm 8$). Οι μαθητές χωρίστηκαν σε τρεις ομάδες: α) η πρώτη πειραματική ομάδα ($N=101$) διδάχθηκε για 10 μαθήματα (1 φορά την εβδομάδα) το αντικείμενο της αντισφαίρισης με τη μέθοδο του παραγγέλματος, β) η δεύτερη πειραματική ομάδα ($N=101$) διδάχθηκε για 10 μαθήματα (1 φορά την εβδομάδα) το αντικείμενο της αντισφαίρισης με τη μέθοδο του αυτοελέγχου και γ) η ομάδα ελέγχου ($N=105$) όπου δεν διδάχθηκε καθόλου αντισφαίριση. Πραγματοποιήθηκαν 2 μετρήσεις (πριν και μετά το τέλος της παρέμβασης) με γνωστικές μεταβλητές αλλά και με κινητικά τεστ αξιολόγησης σχετικών με την αντισφαίριση. Όλες οι κλίμακες είχαν υψηλό βαθμό εσωτερικής συνοχής ($\alpha > .60$). Τα αποτελέσματα από την ανάλυση διακύμανσης για επαναλαμβανόμενες μετρήσεις έδειξαν ότι υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αρχικής και τελικής μέτρησης, μεταξύ των ομάδων που δέχθηκαν παρέμβαση και της ομάδας ελέγχου και μεταξύ των δύο φύλων στο: α) κτύπημα της μπάλας με ρακέτα προς τα πάνω, β) κτύπημα της μπάλας με ρακέτα προς τα κάτω, γ) κτύπημα της μπάλας με ρακέτα και από τις δύο πλευρές και δ) στο παιχνίδι με τον τοίχο στα 6 μέτρα. Επίσης, βρέθηκαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων ως προς την αντίληψη αθλητικής ικανότητας. Βρέθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ του Φύλου και των Πειραματικών ομάδων, καθώς επίσης μεταξύ των Πειραματικών ομάδων ως προς τις στάσεις για το μάθημα της Φ.Α. Τέλος, διαπιστώθηκαν διαφορές μεταξύ αρχικής και τελικής μέτρησης ως προς τις στάσεις για το μάθημα της αντισφαίρισης. Το κύριο συμπέρασμα που εξάγεται από την παρούσα έρευνα είναι ότι η μέθοδος του αυτοελέγχου είναι τουλάχιστον στον ίδιο ή και σε μεγαλύτερο βαθμό αποτελεσματική σε σύγκριση με τη μέθοδο του παραγγέλματος στη διδασκαλία της αντισφαίρισης.

440. ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ ΧΡΗΣΗ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΥ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ

Παπαβασιλείου Ε., Μάλλιου Π., Μπενέκα Α., Αγγελούσης Ν., Κουρτέσης Θ., Γκοδόλιας Γ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Η λανθασμένη στάση του σώματος κατά τη διάρκεια πληκτρολόγησης και η πολύωρη εργασία μπροστά σε ηλεκτρονικό υπολογιστή αποτελούν τους κύριους παράγοντες εμφάνισης μυοσκελετικού πόνου. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εντοπιστούν τα μυϊκά ελλείμματα που παρουσιάζουν 36 εργαζόμενες γυναίκες γραφείου ($\mu_{\text{ηλικία}}=44,25$ έτη, $sd=6,5$,

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

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

$\mu_{\text{βάρος}}=72,75$, $sd=11,97$, $\mu_{\text{ύψος}}=1,65$, $sd=0,10$), που κάνουν χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο Dutch Musculoskeletal Questionnaire (DMQ) και η χειρονακτική εξέταση μυϊκών ελλειμμάτων που περιγράφεται από τον Hislop και Montgomery (2000). Η chi-square ανάλυση έδειξε ότι οι εργαζόμενοι γραφείου που κάνουν χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή εμφάνισαν μεγάλο ποσοστό μυϊκού ελλείμματος στην περιοχή του αυχένα, της σπονδυλικής στήλης και των άνω άκρων, $p<.05$.

441. ΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ, ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ: ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΜΕΤΑΞΥ ΡΟΜΑ (ΤΣΙΓΓΑΝΟΠΑΙΔΩΝ) ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΟΥ ΜΑΘΗΤΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

Χατζηπαρασίδης Αναστάσιος, Διγγελίδης Νικόλαος
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, ΤΕΦΑΑ, 42100 Τρίκαλα

Ο σκοπός αυτής της έρευνας ήταν να εξεταστούν οι διαφορές μεταξύ μαθητών Ρομ (τσιγγανοπαίδων) και του γενικού μαθητικού πληθυσμού ως προς την αντίληψη εαυτού και τις στάσεις προς την άσκηση, την υγιεινή διατροφή και το κάπνισμα. 199 μαθητές (οι 92 μαθητές με καταγωγή Ρομ) από 5 δημοτικά σχολεία της Κεντρικής Μακεδονίας (Ε' και ΣΤ' Δημοτικού Σχολείου, ηλικίας 11-15 ετών) συμμετείχαν στην έρευνα (95 αγόρια, 102 κορίτσια). Η έρευνα πραγματοποιήθηκε μέσω κατάλληλα προσαρμοσμένων ερωτηματολογίων. Όλες οι κλίμακες είχαν αποδεκτούς δείκτες εσωτερικής συνοχής ($\alpha>.60$). Ανάλυση διακύμανσης μιας κατεύθυνσης έγινε προκειμένου να διερευνηθούν οι διαφορές μεταξύ μαθητών με καταγωγή Ρομ και των υπόλοιπων μαθητών της ίδιας γεωγραφικής περιοχής. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ μαθητών Ρομ και των υπόλοιπων ως προς τις στάσεις προς την υγιεινή διατροφή (οι υπόλοιποι μαθητές είχαν υψηλότερα σκορ σε σύγκριση με τους μαθητές Ρομ) και το κάπνισμα (οι μαθητές Ρομ είχαν υψηλότερα σκορ σε σύγκριση με τους υπόλοιπους μαθητές). Οι διαφορές μεταξύ μαθητών Ρομ και των υπόλοιπων υποδεικνύουν την ανάγκη για παρέμβαση σε θέματα υγείας στις κοινότητες των Ρομ.

442. ΡΥΘΜΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ: ΥΠΕΡΟΧΗ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΕΝΑΝΤΙ ΑΓΟΡΙΩΝ; Τσιαντούλα Ειρ., Κουτούδη Αγγ., Καραφίλη Μ., Πολλάτου Ε.

¹8ο Δημοτικό Σχολείο Νίκαιας, 18450, Πειραιάς
²Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

Η ρυθμική ικανότητα, σαν εκ γενετής χαρακτηριστικό, αποτελεί σημαντικό παράγοντα απόδοσης σε δεξιότητες που απαιτούν κινητικό συντονισμό του σώματος και επηρεάζει θετικά την σχολική επίδοση των παιδιών, ιδιαίτερα στον τομέα της ανάγνωσης και του προφορικού λόγου (Haines, 2003). Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να συγκρίνει την απόδοση παιδιών ηλικίας 6-9 ετών σε τεστ ρυθμικής ικανότητας (High/Scope Rhythmic Competence Analysis Test, Weikart, 1989). Το δείγμα αποτέλεσαν 103 μαθητές (61 αγόρια και 42 κορίτσια) της α', β' και γ' τάξης του δημοτικού σχολείου, ηλικίας 6-9 ετών. Το τεστ στο οποίο ελέγχθηκαν περιελάμβανε κινήσεις των άνω και κάτω άκρων, σε καθιστή και όρθια θέση, σε συγχρονισμό με ένα μετρονόμο (120 και 130b/min). Εφαρμόστηκε ανάλυση t-test για να διαπιστωθεί εάν υπάρχουν διαφορές στην απόδοση μεταξύ αγοριών και κοριτσιών. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα κορίτσια έχουν στατιστικώς σημαντικά μεγαλύτερο μέσο όρο ρυθμικής ικανότητας από τα αγόρια και στους δύο ρυθμούς που εξετάστηκαν ($p<0.05$). Η υπεροχή των κοριτσιών έναντι των αγοριών στη ρυθμική ικανότητα έχει αναφερθεί τόσο για την προσχολική ηλικία (Καμπάς, Αγγελούσης, Γούργουλης, Μπάρμπας, & Αντωνίου, 2000) όσο και για την ηλικία των 13-15 ετών (Πολλάτου, Λιάπα, Διγγελίδης, Ζαχοπούλου, 2005). Απαιτείται περαιτέρω έρευνα για να διαπιστωθεί ο συσχετισμός της ρυθμικής ικανότητας με τη γενικότερη σχολική επίδοση αλλά και αθλητική επίδοση.

443. Η ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΕ ΤΕΣΤ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΗΛΙΚΙΑΣ 6-8 ΕΤΩΝ **Τσιαντούλα Ειρ., Καραφίλη Μ., Πολλάτου Ε.**

* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ή αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.
* The participation in the congress with an oral or poster presentation is certified through this electronic file.

¹8ο Δημοτικό Σχολείο Νίκαιας, 18450, Πειραιάς

²Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

Η ρυθμική ικανότητα συμβάλλει σημαντικά στην αντιληπτοκινητική ανάπτυξη των παιδιών. Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να συγκρίνει την απόδοση παιδιών ηλικίας 6-9 ετών σε τεστ ρυθμικής ικανότητας (High/Scope Rhythmic Competence Analysis Test, Weikart, 1989). Το δείγμα αποτέλεσαν 103 μαθητές (61 αγόρια και 42 κορίτσια) της α', β' και γ' τάξης του δημοτικού σχολείου, ηλικίας 6-9 ετών. Το τεστ στο οποίο ελέγχθηκαν περιελάμβανε κινήσεις των άνω και κάτω άκρων, σε καθιστή και όρθια θέση, σε συγχρονισμό με ένα μετρονόμο (120 και 130b/min). Εφαρμόστηκε ανάλυση one-way ANOVA για να διαπιστωθεί εάν υπάρχουν διαφορές στην απόδοση ανάλογα με την ηλικία. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι στην ηλικία των 6 ετών τα κορίτσια έχουν στατιστικώς σημαντικά υψηλότερο μέσο όρο ρυθμικής ικανότητας από τα αγόρια ($p < 0.05$), στην ηλικία των 7 ετών η ρυθμική ικανότητα φαίνεται να είναι υψηλότερη στα κορίτσια χωρίς όμως στατιστική σημαντικότητα ($p > 0.05$), ενώ στην ηλικία των 8 ετών δεν υπάρχει διαφορά μεταξύ αγοριών και κοριτσιών ($p > 0.5$). Τα παρόντα αποτελέσματα συμφωνούν με προηγούμενες έρευνες (Pollatou, Karadimou, Gerodimos, 2005) ενώ φαίνεται πως οι κοινές φυσικές δραστηριότητες των παιδιών αυτής της ηλικίας επιδρούν θετικά στην εξομοίωση των διαφορών ένεκα του φύλου.

444. THE BENEFITS OF INTERNATIONAL EXCHANGE FOR SPORT MANAGEMENT EDUCATION

S. Quick, D. Williams

The International Centre

University of Waikato, New Zealand

Over the last two decades cross border education has exponentially morphed into a transnational activity. Students and academics now travel to study and research while institutions establish a range of relationships to take advantage of international expertise and knowledge. This paper explored the potential impact on sport management education via the adaptation of an exchange strategy and postulated how such a strategy was potentially beneficial to multiple stakeholders. The key questions underpinning the research were

1. How do our students benefit by embracing the process?
2. What are the benefits of the engagement to the university?
3. What are the potential benefits to the host and home nations?

The research determined that students who takes classes from leading international sport management academics, and immerse themselves in the diversity of sport delivery systems while undertaking such highly specialized academic programs, can return home and provide a service embedded in international best practice and informed by the leading thinkers in the field. The benefits to sport management or physical education departments in adopting such a collaborative focus in the establishment of programs is that it may concentrate on delivering that which they are excellent at while relying on strategically established partners to do the same. Such a situation benefits the individual, the program, the profession and ultimately the state of sport in their home country.

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

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