

Προφορικές Ανακοινώσεις

Oral Presentations

Παρασκευή 19 Μαΐου 2006
Μυοσκελετικές Κακώσεις και Παθήσεις
Musculoskeletal Injuries and Diseases

1. ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΚΗΣ ΣΤΙΓΜΗΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΤΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ (ΠΡΙΝ Η ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ) ΣΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ

Γιοφτσιδου Α., Μάλλιου Π., Μπενέκα Α., Πάφης Γ., Παπαβασιλείου Ε. Γκοδόλιας Γ. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να εξετάσει: α) την επίδραση που έχει η κόπωση που προέρχεται από μία προπόνηση ποδοσφαίρου στην ικανότητα ισορροπίας, β) τη χρονική στιγμή που είναι πιο αποτελεσματική η εξάσκηση της ισορροπίας, πριν ή μετά από την ημερήσια προπόνηση ποδοσφαίρου. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 39 νεαροί ($16,17 \pm 1,14$) επίλεκτοι ποδοσφαιριστές από την περιοχή της Θράκης, του Τμήματος Εκπαιδευομένων Ποδοσφαιριστών (ΤΕΠ), επαγγελματικής ποδοσφαιρικής ομάδας. Οι ποδοσφαιριστές χωρίστηκαν τυχαία σε τρεις ομάδες, στην ομάδα ελέγχου (Κ) ($n=13$), και σε δυο πειραματικές ομάδες (20' άσκηση, 3 φ/εβδ., 12 εβδ.) όπου η μια έκανε εξάσκηση της ισορροπίας πριν την ημερήσια προπόνηση ποδοσφαίρου (ΤxA), ενώ η άλλη αμέσως μετά την προπόνηση του ποδοσφαίρου (ΤxB). Η ικανότητα ισορροπίας των ποδοσφαιριστών και των 3 ομάδων αξιολογήθηκε χρησιμοποιώντας το σύστημα ισορροπίας "Biodex Stability System" και σανίδες ισορροπίας, πριν την έναρξη του προγράμματος εξάσκησης ΤΟ, και μετά από τις 12 εβδομάδες εξάσκησης (Τ12). Τα ίδια τεστ και επιπλέον ισοκινητική αξιολόγηση των εκτεινόντων και καμπτήρων του γόνατος πραγματοποιήθηκαν πριν και αμέσως μετά από μια ημερήσια προπόνηση ποδοσφαίρου. Από τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψε: 1) δεν υπήρξαν διαφορές ($p>0.05$) στην ικανότητα ισορροπίας και στη μυϊκή απόδοση των καμπτήρων και εκτεινόντων του γόνατος μεταξύ της πριν και μετά την προπόνηση του ποδοσφαίρου αξιολόγηση. 2) Η ικανότητα ισορροπίας των ποδοσφαιριστών των πειραματικών ομάδων ΤxA, ΤxB βελτιώθηκε σημαντικά μετά τις 12 εβδομάδες εξάσκησης ($p<0.01$). Στις αξιολογήσεις της ισορροπίας που πραγματοποιήθηκαν αμέσως μετά την προπόνηση του ποδοσφαίρου η ΤxB ομάδα είχε μεγαλύτερες βελτιώσεις σε σχέση με την ΤxA ομάδα ($p<0.05$). Το (1) εύρημα έρχεται σε αντίθεση με όσα αναφέρονται για τη σχέση που υπάρχει μεταξύ της κόπωσης που προέρχεται από την προπόνηση ή τον αγώνα και της επιρρέειας για τραυματισμό και το (2) εύρημα μας κατευθύνει για την πιο αποτελεσματική χρονική στιγμή εφαρμογής των προγραμμάτων εξάσκησης της ισορροπίας.

2. STATE-OF-THE-ART OF THE ORTHOPAEDIC SHOCK WAVE THERAPY IN SPORTS INJURIES

R. Raedel, X. Baraliakos, G. Godolias

Praxis for Orthopaedics and Center for Orthopaedics and Traumatology, St. Anna Hospital Herne, Germany

This overview relies on our experiences with the use of shock wave therapy in sports injuries. The different indications of using this treatment option is presented, with special interest in the treatment of soft tissue and joint injuries such as muscle trauma or stiffness including therapy of trigger points, shoulder trauma, rotator cuff injuries, tennis elbow, jumper's knee, plantar fasciitis and other indications. The pathophysiology of each indication will be presented shortly, followed by the specific modalities and treatment characteristics in the use of shock wave therapy.

3. ΜΟΡΦΟΛΟΓΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΩΝ ΜΕΜΟΝΩΜΕΝΩΝ ΤΡΑΥΜΑΤΙΚΩΝ ΡΗΞΕΩΝ ΤΟΥ ΜΗΝΙΣΚΟΥ ΣΕ ΣΤΑΘΕΡΑ ΓΟΝΑΤΑ. ΑΡΘΡΟΣΚΟΠΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

Τερζίδης Ι.,^{1,2} Νάτσης Κ.,^{1,2} Τότλης Τ.,² Πλούμης Α.¹

¹ Κλινική Άγιος Λουκάς, Θεσσαλονίκη

² Εργαστήριο Περιγραφικής Ανατομικής, Ιατρική Σχολή, Α.Π.Θ.

Η ανάλυση των τραυματικών βλαβών του μηνίσκου σε συνδυασμό με ρήξεις άλλων ενδαρθρικών στοιχείων και κυρίως του προσθίου χιαστού συνδέσμου είναι αρκετά διαδεδομένη στην διεθνή βιβλιογραφία. Λίγες αναφορές όμως υπάρχουν σχετικά με τον τύπο και την θέση των μεμονωμένων μηνισκικών ρήξεων στα σταθερά γόνατα. Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η καταγραφή του είδους και της θέσης ανάλογα με την ζώνη αιμάτωσης των μηνισκικών ρήξεων σε γόνατα χωρίς άλλη τραυματική ενδαρθρική βλάβη. Υλικό και μέθοδος. Αναλύθηκε το είδος (εγκάρσιες, οριζόντιες ρήξεις) και η τοποθεσία (ανάλογα με τις ζώνες αιμάτωσης) από 378 αρθροσκοπικές επεμβάσεις σε 364 αθλητές, από τους οποίους οι 285 (78.3%) ήταν άνδρες και 79(21.7%) ήταν γυναίκες. Μέσο όρο ηλικίας των αθλητών ήταν 22.3 έτη με εύρος διακύμανσης 16-32 έτη. Η απεικόνιση και καταγραφή έγινε αρθροσκοπικά και χρησιμοποιήθηκε η κατάταξη κατά Cooper με τον διαχωρισμό σε τρία τριτημόρια για τον έσω και τον έξω μηνίσκο και τέσσερις επιμήκειες ζώνες ανάλογα με την ζώνη αιμάτωσης. Οι 314 (83.1%) αρθροσκοπήσεις έγιναν σε λιγότερο από έξι εβδομάδες από τον τραυματισμό. Από τα αποτελέσματα, σχετικά με τον τύπο το 23.1% ήταν ρήξεις δικη λαβής κάδου, το 18.2% επιμήκειες, το 17.4% οριζόντιες και το 16.4% λοξές. Στατιστική σημαντική διαφορά μεταξύ έσω και έξω μηνίσκου υπήρξε στις οριζόντιες ($P<0.01$), στις δικη λαβής κάδου ($P<0.001$), στις επιμήκειες ($P<0.01$) και στις εγκάρσιες ($P<0.001$). Περιφερικές ρήξεις (ζώνη 0 και 1) ήταν το 23.3%, από τις οποίες το 29.8% στο σύνολό τους αφορούσε τον έσω μηνίσκο και το 8.6% τον έξω μηνίσκο. Σχετικά με την κατανομή των ρήξεων σε ζώνες μεταξύ του έσω και έξω μηνίσκου, στατιστική σημαντική διαφορά υπήρξε μόνο για την ζώνη 3 (5.7% στον έσω και 11.2% στον έξω μηνίσκο). Ρήξεις στο οπίσθιο κέρασ αμφότερα των μηνίσκων καταγράφηκαν 93.1% στον έσω και 33.6% στον έξω, ενώ στο σύνολό τους αντιπροσώπευαν το 74.8% των ρήξεων. Μεταξύ των δύο φύλων στατιστική σημαντική διαφορά καταγράφηκε στις κάτω επιφανειακές ρήξεις ($P<0.01$) και στις λοξές ($P<0.05$). Συμπερασματικά η γνώση του είδους και της κατανομής των μεμονωμένων μηνισκικών ρήξεων είναι χρήσιμη στην θεραπευτική προσέγγιση (συρραφή, μερική ή όχι μηνισκεκτομή) και διαχείριση (προβλεπόμενο χρόνος αποκατάστασης) αυτών των τραυματικών βλαβών.

4. ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΑΝΤΙΛΗΨΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΧΩΡΙΣΤΙΚΗΣ ΟΣΤΕΟΧΟΝΔΡΙΤΙΔΑΣ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΣΕ ΗΛΙΚΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Παπαθανασίου Π., O. Meyer, Γκοδόλιας Γ.

Center for Orthopaedics and Traumatology, St. Anna Hospital Herne, Germany

Κατά το διάστημα 1989 έως 2003 διενεργήσαμε σε 124 αθλητές με διαχωριστική οστεοχονδρίτιδα του γόνατος την αρθροσκοπική σταθεροποίηση του απολύμματος με αποροφούμενες βελόνες Polydioxan (Ethipins). Σε όλες τις περιπτώσεις υπήρχε η κλινική και ραδιολογική ένδειξη. Σύμφωνα με τα ραδιολογικά κριτήρια κατά τον Rodegerts ταξινομήθηκαν οι ασθενείς προεγχειρητικά ως εξής: 14 σταδίου I, 73 σταδίου II, 37 σταδίου III. Κατά την αρθροσκοπική σταθεροποίηση ανάλογα με την οστεοχόνδρινη εστία απαιτήθηκαν 3 έως 6 Ethipins, ο δε τρυπανισμός ήταν παλίνδρομος. 117 εκ των 124 επανεξετάστηκαν με ένα μέσο όρο Follow-up 5 ετών. Η επανεξέταση αξιολογήθηκε με τα κριτήρια κατά Arcq, που περιλαμβάνουν κλινικά και ραδιολογικά ευρήματα. Σε καμία περίπτωση δεν είχαμε αποκόλληση της οστεοχόνδρινης εστίας. Οι επιφυλάξεις σχετικά με τις βλάβες του χόνδρου κατά την αρθροσκόπηση δεν επιβεβαιώθηκαν σύμφωνα με τα αποτελέσματά μας. Την άποψη αυτή υποστηρίζουν τα αρθροσκοπικά ευρήματα 11 ασθενών που υποβλήθηκαν εκ νέου σε αρθροσκόπηση κατά την διάρκεια των 14 ετών. Η εκ νέου αρθροσκόπηση δεν είχε σχέση με την διαχωριστική οστεοχονδρίτιδα. Σε όλες τις περιπτώσεις υπήρχαν φυσιολογικά αρθροσκοπικά ευρήματα στα πρώτα σημεία της σταθεροποίησης του χόνδρου. Σχετικά με την δυνατότητα άθλησης μόνο 3 εκ των 194 αθλητών δεν μπόρεσαν να συνεχίσουν την συνηθισμένη αθλητική δραστηριότητά τους. Η πλήρης αθλητική επανένταξη ήταν δυνατή μεταξύ του έκτου και του

* 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.

ογδού μετεγχειρητικού μήνα. Η άποψη μας είναι ότι σε περίπτωση θετικού κλινικού και ραδιολογικού ευρήματος ανεξάρτητα από την ενδοαρθροσκοπική κατάσταση του χόνδρου, συνιστάται η σταθεροποίηση του οστεοχόνδρινου τμήματος κατά την ηλικία ανάπτυξης. Επιπλέον σε αμφοτερόπλευρο ραδιολογικό εύρημα συνιστάται η σταθεροποίηση και της κλινικά ανενεργούς πλευράς, ώστε να αποφευχθεί η ενδεχομένως μελλοντική δημιουργία απολύμματος.

5. TRAUMATOLOGIC AND ORTHOPAEDIC SURGICAL ASPECTS OF HALLUX RIGIDUS IN ATHLETES - CLINICAL FINDINGS, MEDICAL AND SURGICAL TREATMENT –

M. Muth, O. Meyer, G. Godolias

Center for Orthopaedics and Traumatology, St. Anna Hospital Herne, Germany

Apart from the various forms of the hallux rigidus like the juvenile or the adult forms, hallux rigidus has many endogenic and exogenic causes. Hallux rigidus associated with sports will primarily lead to mechanical or traumatological aspects as contributors in the evolution of a clinical problem. Hallux rigidus in sports may occur from repeated traumata or microtraumata of the first metatarsophalangeal joint. Contusion, hyperflexion and hyperabduction of the first toe are the main biomechanical forces, that lead to stresses upon the bone, joint and the periarticular tissues and evoke disorders in the anatomical structures like plantar capsule, metatarsosesamoid ligament or collateral ligaments and conjoined tendons. This is the report of 57 cases with 51 patients: They all had problems with the first metatarsophalangeal joint. Six patients had bilateral problems There was always pain, reduced motility of the joint was often significant and could sometimes not only be described as rigidus, but more properly with flexus. All patients performed various kinds of sports. Some performed sports like football, that make any kind of injuries in the foot more liable, but this group included some swimmers too. The roentgenograms revealed exostoses around the neck of the first metatarsal and narrowed joint spaces. The heads could be described from sclerotic to flattened. Rheumatological disorders or especially gout were excluded. Primarily nearly all the cases were treated conservatively: Medicinal treatment was the prescription of antiinflammatory medication. The principal mechanical treatment was the ordering of orthotic devices like rocker bars or hard flat orthotics, that stiffen the sole of the shoe and decrease stress of the first metatarsophalangeal joint and prevents painful motion of the first toe. 1/4 of the cases were treated surgically and were additionally treated with orthotic devices as those described above. The indication of operative treatment was primary, if the clinical findings, like hallux flexus or painful bunion etc. made the success of conservative treatment not predictable in reasonable period, that was acceptable for the patient and his ambitions in sports. Otherwise all patients, that were treated surgically underwent primarily a period of conservative treatment. The orthopaedic surgical procedures ranged between synovectomy, closing dorsal wedge osteotomy of the proximal phalanx, cheilectomy and arthrodesis. All the results were evaluated with a standardised procedure. 1/5 of the primary conservatively treated patients later underwent a surgical procedure. At least all patients could return to their activities in sports with no restrictions in an acceptable period of time for them. The last two aspects, that are very important for the sports practising patients made the result in over 90% estimating as good or very good. The main conclusion and the resume of this review is, that despite failures of conservative treatment, conservative treatment should be the first option, but if the chance of success diminishes the surgical option should not be delayed for an ambitious sports performing patient with hallux rigidus.

6. Η ΟΣΤΕΟΝΕΚΡΩΣΗ ΤΟΥ ΕΣΩ ΜΗΡΙΑΙΟΥ ΚΟΝΔΥΛΟΥ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ. ΜΕΤΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΛΟΚΗ ΤΗΣ ΑΡΘΡΟΣΚΟΠΙΚΗΣ ΕΠΕΜΒΑΣΗΣ

X. Baraliakos, O. Meyer, G. Godolias

Center for Orthopaedics and Traumatology, St. Anna Hospital Herne, Germany

Η πρώτη περιγραφή της οστεονέκρωσης του γόνατος έγινε το 1968 από τον Ahlbäck. Η οστεονέκρωση του γόνατος συναντάται στις περισσότερες περιπτώσεις στο έσω μηριαίο μέρος και πιο σπάνια στις άλλες περιοχές του γόνατος. Η οστεονέκρωση διαχωρίζεται σε ιδιοπαθητική ή δευτεροαίτια οστεονέκρωση με εξωγενής ή εσωγενής παράγοντες. Σε ορισμένες περιπτώσεις η

* 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.

οστεονέκρωση έχει παρατηρηθεί μετά από αρθροσκοπικές επεμβάσεις του γόνατος. Η παρούσα εργασία ασχολείται γενικότερα με την παθοφυσιολογία, την κλινική παρουσίαση και την θεραπεία της οστεονέκρωσης του μηριαίου οστού και ιδιαίτερα με την οστεονέκρωση του έσω μέρους του μηριαίου οστού σαν μετεγχειρητική περιπλοκή αρθροσκοπικής επέμβασης του γόνατος σε αθλητές. Αρθροσκοπικές επεμβάσεις του γόνατος εκτελούνται στην κλινική μας από το 1989. Μέχρι στιγμής έχουμε δει σε 25 αθλητές μέσου επιπέδου (μ.ο. ηλικίας 42 χρ., 11 γυναίκες, 14 άντρες) οστεονέκρωση του έσω μηριαίου κόνδυλου άμεσα μετά από αρθροσκόπηση του γόνατος. Η αρθροσκοπική διάγνωση έδειξε ζημιές του έσω μηνίσκου σε 21 αθλητές ενώ στους υπόλοιπους 4 αθλητές δεν υπήρξε εύρημα που να δικαιολογεί τα προεγχειρητικά συμπτώματα. Η κατάσταση του χόνδρου δεν υπερέχε του κανονικού σχετιζόμενου με την ηλικία των αθλητών. Η προεγχειρητική εξέταση πρότεινε ζημιές τόσο του χόνδρου όσο και προερχόμενες από βλάβη μηνίσκου. Μετεγχειρητικά, όλοι οι αθλητές παραπέμφθηκαν σε μαγνητική τομογραφία του γόνατος λόγω άμεσων (διάστημα 3 μηνών) προβλημάτων με πόνο στο γόνατο και ιδιαίτερα στον έσω μηριαίο κόνδυλο. Όλοι παρουσίασαν οστεονέκρωση σε αυτή την περιοχή του μηριαίου οστού. Αυτό το γεγονός μας οδήγησε τα τελευταία 10 χρόνια να καθυστερήσουμε την αρθροσκοπική επέμβαση σε 18 αθλητές με παρόμοια ηλικία και συμπτώματα. Σε όλους αυτούς τους 18 αθλητές εφαρμόστηκε συντηρητική θεραπεία για ένα χρονικό διάστημα 2 – 5 μηνών. Σε 11 αθλητές παρουσιάστηκε οστεονέκρωση του έσω μηριαίου κόνδυλου μέσα σε 4 μήνες, η οποία επιβιβρώθηκε μέσω μαγνητικής τομογραφίας. Σε έναν από αυτούς η μαγνητική τομογραφία έδειξε οστεονέκρωση μόλις 2 εβδομάδες μετά τα πρώτα κλινικά συμπτώματα. Οι παρατηρήσεις αυτές δείχνουν πως σε ενήλικες αθλητές με θετικά κλινικά συμπτώματα βλάβης του μηνίσκου ή του χόνδρου και φυσιολογικά ακτινολογικά ευρήματα, η εμφάνιση οστεονέκρωσης στην περιοχή του γόνατος θα πρέπει να εξετάζεται σαν εναλλακτική διάγνωση πριν μια αρθροσκοπική επέμβαση. Σύμφωνα με τις παραπάνω παρατηρήσεις, η εμφάνιση οστεονέκρωσης δεν αποτελεί αποτέλεσμα ή περιπλοκή μετά από αρθροσκοπική επέμβαση του γόνατος.

7. ΕΠΙΚΟΥΡΙΚΑ ΟΣΤΑΡΙΑ ΤΟΥ ΠΟΔΙΟΥ. ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ 1122 ΑΚΤΙΝΟΓΡΑΦΙΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΟΔΙΑΓΝΩΣΗ ΑΠΟ ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ ΤΟΥ ΠΟΔΙΟΥ.

Νάσης Κ., Μπελεσιώτης Α., Τσικάρας Π., Τερζίδης Ι., Τότλης Τ., Γιγής Π. Εργαστήριο Περιγραφικής Ανατομικής, Ιατρική Σχολή Α.Π.Θ.

Εισαγωγή: Επικουρικά οστάρια του ποδιού ονομάζονται τα οστά που δεν υπάρχουν σαν βασικές οστικές δομές του ποδιού αλλά βρίσκονται περιστασιακά και σε διάφορες αναλογίες. **Σκοπός:** Ο προσδιορισμός των επικουρικών οσταρίων του ποδιού και της επίπτωσής τους στον Ελληνικό πληθυσμό και η διαφοροδιάγνωσή τους από κατάγματα του ποδιού. **Υλικό-Μέθοδος:** Εξετάστηκαν 503 ακτινογραφίες ποδοκνημικής (254 αριστερές, 249 δεξιές) και 619 ακτινογραφίες ποδιού (338 αριστερές, 281 δεξιές), συνολικά 1112, από τον Ελληνικό πληθυσμό, ηλικιών 14-80 ετών, ανεξαρτήτως φύλου. Η βιοστατιστική ανάλυση των δεδομένων έγινε με χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS. **Αποτελέσματα:** Η συχνότητα εμφάνισης επικουρικών οσταρίων στο πόδι ήταν 20.47%. Τα επικουρικά οστάρια του ποδιού που βρέθηκαν στη μελέτη μας ήταν: Επιαστραγαλικό οστάριο (0.4% ΔΕ, 0.4% ΑΡ), Ραχιαίο αστραγαλοκνημικό οστάριο (0.4% ΔΕ, 0.4% ΑΡ), Τριγωνικό οστάριο του ταρσού (7% ΔΕ, 6% ΑΡ), Επικουρικό οστάριο της πτέρνας (0.4% ΔΕ), Οπίσθιο αστραγαλοπερνητικό οστάριο (1.2% ΔΕ, 0.9 ΑΡ), Οστάριο της απόφυσης της πτέρνας (1.2% ΔΕ, 0.4% ΑΡ), Έξω κνημιαίο οστάριο (3.8% ΔΕ, 5.6% ΑΡ), Πρώτο ραχιαίο σκαφοσφηνοειδές οστάριο (0.4% ΔΕ), Ραχιαίο αστραγαλοσκαφοειδές οστάριο (0.4% ΔΕ, 1.2% ΑΡ), Επικουρικό οστάριο του κυβοειδούς οστού (0.4% ΔΕ, 0.8% ΑΡ), Επικουρικό περνιαίο οστάριο (8.2% ΔΕ, 10.4% ΑΡ), Πρώτο μεσομετατάρσιο οστάριο (0.8% ΔΕ, 0.4% ΑΡ), Οστάριο του Vesalius στον ταρσό (0.4% ΔΕ), Υποπερνιαίο οστάριο (0.4% ΑΡ) και Υποκνημιαίο οστάριο (0.8% ΔΕ, 0.4% ΑΡ). **Συμπεράσματα:** Η γνώση της ύπαρξης και της θέσης των επικουρικών οσταρίων του ποδιού είναι απαραίτητη για τη διαφορική διάγνωσή τους από τα κατάγματα του έσω σφυρού, του αυχένα του αστραγάλου, της έσω επιφάνειας της τροχιλίας του αστραγάλου, του σκαφοειδούς οστού, του υπερείσματος του αστραγάλου, του έσω χείλους του σκαφοειδούς οστού, της βάσης του πέμπτου μεταταρσίου, του έξω σφυρού, της βάσης του κυβοειδούς οστού, της πρόσθιας άνω επιφάνειας της πτέρνας, της οπίσθιας άνω

* 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.

απόφυσης της πτέρνας, της ραχιαίας επιφάνειας του σκαφοειδούς οστού, της απόφυσης της πτέρνας και της ραχιαίας επιφάνειας του πρώτου σφηνοειδούς οστού.

8. THE FULL-ENDOSCOPIC OPERATION OF LUMBAR DISC HERNIATIONS USING INTERLAMINAR AND LATERAL TRANSFORAMINAL ACCESS IN ATHLETES

S. Ruetten, M. Komp, G. Godolias

Purpose: Lateral access is often necessary in full-endoscopic transforaminal operation of lumbar disc herniations in order to guarantee sufficient decompression. Especially at level L5/S1 there are anatomical problems due to the pelvis. Development of an interlaminar access made it possible to operate here full-endoscopically. The endoscopes available had problems with mobility, resection of hard tissue and sufficient cleaning of the intervertebral space. Objective of this prospective study was to investigate the broadened possibilities offered by newly-developed endoscopes and instruments in the full-endoscopic operation of lumbar disc herniations in athletes. **Material and Methods:** 283 athletes with lumbar disc herniations were operated in 2002 and 2004 in full-endoscopic technique with lateral transforaminal and interlaminar access. 7-mm endoscopes with intraendoscopic 4.2-mm working canal and corresponding new instruments were used. Follow-up lasted 36 months. 229 athletes (81 %) could be followed. Additionally to general parameters validated scores were used. **Results:** There were no intraoperative complications. 5 athletes developed transient dysesthesia. The mean operation time was 28 minutes. 188 athletes (82 %) reported having no more leg pain, 30 (13 %) had occasional pain. 8 athletes (3.5 %) developed recurrence. These were re-operated using the same technique. The new endoscopes and instruments enable resection of hard tissue, bone and intradiscal material. The measuring instruments showed a significant, constant improvement. **Conclusion:** The full-endoscopic operation of lumbar disc herniations with interlaminar and lateral transforaminal access is a sufficient and safe alternative compared to conventional procedures, taking into consideration the effectiveness and constancy of the results over several years. At the same time, it offers all the advantages of a truly minimally-invasive procedure. The new endoscopes and instruments improve the mobility, the resection of hard tissue and reduce the recurrence rate. Given the possibility of selecting an interlaminar or transforaminal access, all lumbar disc herniations can be full-endoscopically operated.

9. ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΙΣΟΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΜΨΗ ΚΑΙ ΕΚΤΑΣΗ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΟΣΤΕΟΑΡΘΡΙΤΙΔΑ ΓΟΝΑΤΟΣ Α' ΒΑΘΜΟΥ ΚΑΙ ΣΕ ΥΓΙΗ ΑΓΥΜΝΑΣΤΑ ΑΤΟΜΑ

Μπενέκα Α., Μάλλιου Π., Γερμανού Ε. *, Γιοφτσιδου Α., Παπαλεξανδρής Σ., Μπίκος Χ., Γκοδόλιας Γ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή
Ορθοπαιδικό Τμήμα Γενικού Νοσοκομείου Ξάνθης

Στην έρευνα αυτή εξετάστηκε η διαφοροποίηση της μέγιστης ροπής των εκτεινόντων και καμπτήρων μυών του γόνατος μεταξύ μιας ομάδας ατόμων (n=12) με οστεοαρθρίτιδα (ΟΑ) στο γόνατο πρώτου βαθμού (σύμφωνα με τα κριτήρια ταξινόμησης των Kellgren & Lawrence) και μιας ομάδας υγιών ατόμων (n=12) με καθιστικό τρόπο ζωής. Η μυϊκή απόδοση των καμπτήρων και εκτεινόντων μυών του γόνατος των δύο ομάδων αξιολογήθηκε σε ισοκινητικό δυναμόμετρο στις 90, 120 και 150 μοίρες/ δευτερόλεπτο. Για την ανάλυση των δεδομένων πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης ANOVA για επαναλαμβανόμενες μετρήσεις. Βρέθηκε διαφοροποίηση της μυϊκής απόδοσης μεταξύ των δύο ομάδων σε όλο το φάσμα των αξιολογούμενων γωνιακών ταχυτήτων υπέρ των υγιών ατόμων και στις δύο κινήσεις. Οι δύο ομάδες διαφοροποιήθηκαν σημαντικά μεταξύ τους μόνο στην κίνηση της σύγκεντρης έκτασης του γόνατος. Τα αποτελέσματα προτείνουν την ανάγκη εφαρμογής ασκήσεων ενδυνάμωσης των καμπτήρων και εκτεινόντων μυών του γόνατος σε ασθενείς με ΟΑ γόνατος πρώτου βαθμού για την εξισορρόπηση των μυϊκών ελλειμμάτων δίνοντας έμφαση στην ενδυνάμωση του τετρακέφαλου μύος προς αντιμετώπιση των μυϊκών ανισορροπιών.

* Η παρούσα εργασία αποτελεί μέρος διδακτορικής διατριβής της συγγραφέα που χρηματοδοτήθηκε το πλαίσιο των Κατηγοριών Πράξεων «ΗΡΑΚΛΕΙΤΟΣ: ΥΠΟΤΡΟΦΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΜΕ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΒΑΣΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ» το οποίο

* 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.

υλοποιείται στο πλαίσιο του ΕΠΕΑΕΚ ΙΙ και χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση κατά 75% και το Ελληνικό Δημόσιο κατά 25%.

Αθλητική Κοινωνιολογία **Sports Sociology**

10. ΑΠΟΗΧΟΙ ΤΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑΣ ΤΟΥ 2004

Γιάτσης Σ., Φανιόπουλος Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, ΤΕΦΑΑ, 54006 Θεσσαλονίκη

Οι Ολυμπιακοί αγώνες της Αθήνας έχουν, όπως είχε κάθε Ολυμπιάδα, επηρεάσει αρκετές πλευρές της ελληνικής ζωής. Άλλες από αυτές τις επιρροές (απόηχοι) είναι φανερές, όπως για παράδειγμα τα υπάρχοντα ολυμπιακά έργα, και άλλες μη ακόμη εμφανείς (π.χ. η αξιοποίηση των αθλητικών έργων). Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να εντοπίσει, να καταγράψει και να αναλύσει τις κυριότερες παραμέτρους του απόηχου της Ολυμπιάδας του 2004. Οι ιδιαίτερες παράμετροι που εξετάζονται είναι το πρόβλημα της αξιοποίησης των χώρων, ο αντίκτυπος των αγώνων στην πολιτική και πολιτιστική ζωή της χώρας, οι συνέπειες της εμπλοκής στους αγώνες ξένων χωρών και ο γενικότερος απόηχος στο κύρος της Ελλάδας και του ευρύτερου ελληνικού κόσμου. Η συγκέντρωση του πληροφοριακού και η πρώτη ανάλυση έγινε στο πλαίσιο του προαιρετικού μαθήματος ΣΥΓΧΡΟΝΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ του ΤΕΦΑΑ/ΑΠΘ κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2004-06 και που συμμετείχαν 20 φοιτητές.

11. Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΚΥΚΛΩΜΑΤΩΝ (CCTV) ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΩΣ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΣ ΘΕΜΕΛΙΩΔΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ

Παπαδόπουλος Ν.

Α.Τ.Ε.Ι. Σερρών, 62100 Σέρρες

Σκοπός της εργασίας είναι η εξέταση του εάν συνιστά θεμιτό περιορισμό θεμελιωδών δικαιωμάτων η λειτουργία κλειστών κυκλωμάτων (CCTV) ηλεκτρονικής παρακολούθησης σε χώρους αθλητικών δραστηριοτήτων. Μεθοδολογία: Τα κλειστά κυκλώματα, στον χώρο του αθλητισμού, αλλά και γενικότερα, είναι μια από τις σοβαρότερες «παρεμβάσεις» της σύγχρονης τεχνολογίας στα δικαιώματα ιδιωτικής «σφαίρας». Στην Ελλάδα έγιναν για πρώτη φορά ευρέως γνωστά, στα πλαίσια των Ολυμπιακών Αγώνων (Αθήνα, 2004). Η ύπαρξη και λειτουργία τους σε αθλητικές εγκαταστάσεις (σε αγώνες ομαδικών αθλημάτων α' κατηγορίας) προβλέπεται από το άρθρο 41Ε ν. 2725/1999. Η Αρχή Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα ασχολήθηκε με τη λειτουργία τέτοιων κυκλωμάτων σε ιδιωτικά γυμναστήρια. Η λειτουργία κλειστών κυκλωμάτων σε χώρους άθλησης, είτε ως νομοθετική πρόβλεψη είτε ως πραγματικό γεγονός, για να είναι ανεκτή από την ελληνική και τη διεθνή έννομη τάξη, οφείλει να συμφωνεί με τις συνταγματικές εγγυήσεις των άρθρων 9§1εδ.β' Σ (απαραβίαστο ιδιωτικής ζωής), 9Α Σ (δ/μα προστασίας προσωπικών δεδομένων), 19Σ (απόρρητο επικοινωνίας), και με το άρθρο 8 της Ευρωπαϊκής Σύμβασης Δικαιωμάτων του Ανθρώπου (δ/μα σεβασμού ιδιωτικής ζωής), που διαθέτουν ανώτερη τυπική ισχύ. Αποτέλεσμα: Η λειτουργία τους στους χώρους άθλησης είναι νομικώς προβληματική, ως αντίθετη στο Σύνταγμα και στην Ε.Σ.Δ.Α., και γεννά αστικές και ποινικές ευθύνες. Συμπέρασμα: Καλείται η Πολιτεία να ρυθμίσει με σαφή τυπικό νόμο, σύμφωνα με το Σύνταγμα και την Ε.Σ.Δ.Α., το συγκεκριμένο ζήτημα.

12. ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΟ ΗΓΕΤΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΟΥ ΑΡΧΗΓΟΥ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΕ ΑΝΔΡΙΚΕΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΕΙΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Μαύρου Σ., Χαριτωνίδης Κ., Αναστασιάδη Α., Πατσιαούρας Α. Κοκαρίδας Δ.

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

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να συγκρίνει το ηγετικό προφίλ και τα χαρακτηριστικά του αρχηγού της ομάδας ανάμεσα σε ανδρικές και γυναικείες ομάδες πετοσφαίρισης και να προσδιορίσει εκείνες τις ικανότητες που διακρίνουν τις διαφορές μεταξύ των δύο φύλων. Συνολικά 67, αθλητές και αθλήτριες πετοσφαίρισης άνδρες ηλικίας 17.2±3.14 ετών (n=22) και

* 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.

γυναίκες 20.8 ± 4.64 ετών ($n=45$) συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης του αρχηγού της ομάδας του Janssen που 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. Στατιστικά σημαντικές διαφορές διαπιστώθηκαν μόνο στον παράγοντα "χαρακτήρα" ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες αρχηγούς ομάδων πετοσφαίρισης ($t=-1.75$, $df=65$, $p=.042$). Περαιτέρω έρευνες θα πρέπει να διερευνήσουν περισσότερο τις διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών στον παράγοντα χαρακτήρα του αρχηγού και πώς αυτός επηρεάζει τους παίκτες της ομάδας του, όπως επίσης και τον αντίκτυπο που έχει στην διάρκεια του παιχνιδιού ή της προπόνησης.

13. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΗΣ ΗΘΙΚΗΣ ΣΕ ΕΛΛΗΝΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΤΗΣ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Μπεμπέτσος Ε., Κωνσταντούλας Δ.

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

Σκοπός της εργασίας ήταν η διερεύνηση της πιθανής σχέσης μεταξύ της αθλητικής συμμετοχής και της λειτουργίας της ηθικής σε έλληνες αθλητές/τριες του υδατοσφαίρισης. Για την μέτρηση της λειτουργίας της ηθικής χρησιμοποιήθηκε το όργανο μέτρησης των Gibbons, Ebbeck και Weiss (1995), το οποίο μεταφράστηκε με την μέθοδο της διπλής κατεύθυνσης. Το όργανο αυτό, περιλαμβάνει τέσσερα διλήμματα-σενάρια τα οποία έχουν σχέση με την αντιαθλητική συμπεριφορά. Επιπλέον, συμπεριλήφθηκαν και ερωτήματα σχετικά με την ηλικία, την αγωνιστική εμπειρία, την αγωνιστική κατηγορία και την εβδομαδιαία τους προπόνηση. Το δείγμα αποτέλεσαν 184 αθλητές, 107 ήταν άνδρες και 77 γυναίκες, με μέσο όρο ηλικίας ± 17.5 χρονών. Από την διερευνητική παραγοντική ανάλυση κυρίων αξόνων προέκυψαν 4 παράγοντες. Η ανάλυση αξιοπιστίας έδειξε ότι το α του Cronbach κυμάνθηκε από .79 έως .88. Επίσης, έγιναν μεταβλητές αναλύσεις διακύμανσης όπου παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην αλληλεπίδραση των ανεξάρτητων μεταβλητών ηλικίας και εβδομαδιαίας προπόνησης, με την εξαρτημένη: (1) το ψέμα, (2) τη παραβίαση, (3) το χτύπημα με πρόθεση και (4) τον ηθελημένο τραυματισμό. Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την χρήση του οργάνου μέτρησης στην ελληνική αγωνιστική πραγματικότητα.

14. Η ΑΝΤΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΗ ΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΜΑΘΗΣΗΣ

Σύρμας Ι., Ρίζου Α., Σακελλαρίου Ν., Μπεκιάρη Α.

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

Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διερευνήσει την επίδραση της λεκτικής επιθετικότητας στην ικανότητα μάθησης των φοιτητών φυσικής αγωγής. Το δείγμα αποτελούνταν από 146 φοιτητές Φυσικής Αγωγής του πανεπιστημίου Θεσσαλίας (φοιτήτριες $n=78$ και φοιτητές $n=68$) ηλικίας 18-22 ετών ($M.O.=18,91 \pm 1,01$) οι οποίοι συμπλήρωσαν δύο ερωτηματολόγια που αφορούν τους παράγοντες, τη λεκτική επιθετικότητα του καθηγητή, την επιθυμητή συμπεριφορά του φοιτητή, την ευχαρίστηση του φοιτητή, το περιεχόμενο του μαθήματος και τον ίδιο τον καθηγητή. Τα αποτελέσματα έδειξαν: α) η εσωτερική συνοχή των εργαλείων μέτρησης ήταν υψηλή τόσο για τη λεκτική επιθετικότητα του καθηγητή ($\alpha=.96$), για την επιθυμητή συμπεριφορά του φοιτητή ($\alpha=.80$) και την ευχαρίστηση του φοιτητή ($\alpha=.91$), όσο και για το περιεχόμενο του μαθήματος ($\alpha=.91$) και για τον ίδιο τον καθηγητή ($\alpha=.95$), β) η αντιλαμβανόμενη λεκτική επιθετικότητα του καθηγητή φυσικής αγωγής έχει αρνητική συσχέτιση στο περιεχόμενο του μαθήματος ($r = -.34$), στην επιθυμητή συμπεριφορά ($r = -.28$), στον ίδιο τον καθηγητή ($r = -.80$) και στην ευχαρίστηση των φοιτητών ($r = -.84$). Δεν διαπιστώθηκαν διαφορές της λεκτικής επιθετικότητας και της ικανότητας μάθησης ως προς το φύλλο και την ηλικία.

15. ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

* 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.

Τζιουμάκης Ι., Χριστοδουλίδης Τ., Παπαϊωάννου Α.

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

Σκοπός της εργασίας ήταν να εξετάσει μέσα από τα πλαίσια της θεωρίας των Στόχων Επίτευξης και της Θεωρίας του Αυτοκαθορισμού πιθανές διαφορές στην παρακίνηση μεταξύ καθηγητών φυσικής αγωγής του δημόσιου και του ιδιωτικού τομέα. Στην έρευνα συμμετείχαν 178 καθηγητές/τριες Φυσικής Αγωγής, εκ των οποίων 129 εργάζονταν στην δημόσια εκπαίδευση και 47 στην ιδιωτική εκπαίδευση. Οι συμμετέχοντες απάντησαν εθελοντικά σε ανώνυμα ερωτηματολόγια, στις κλίμακες «*Εσωτερική-Εξωτερική Παρακίνηση Εργαζομένων*» (Work Motivation Inventory), «*Εκτός Διδασκαλίας Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες*», «*Ερωτηματολόγιο Στόχων στη Ζωή*», «*Ερωτηματολόγιο Στόχων Επίτευξης Εκπαιδευτικών στη Δουλειά*» και στην υποκλίμακα «*Ικανοποίηση από τη Δουλειά*».

Οι παραγοντικές αναλύσεις, οι αναλύσεις αξιοπιστίας καθώς και οι συσχετίσεις των παραγόντων των κλιμάκων που χρησιμοποιήθηκαν, στήριξαν την εγκυρότητα και αξιοπιστία των ερωτηματολογίων. Οι αναλύσεις διακύμανσης που έγιναν στη συνέχεια φανέρωσαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δυο κατηγοριών στην επιμόρφωση ($F=4,34, p<.05$) και τη συνεργασία με τους γονείς ($F=23,05, p<.001$). Ως προς τους στόχους στη δουλειά προέκυψαν διαφορές στην ενίσχυση του εγώ ($F=7,9, p<.01$) και ως προς τους στόχους στη ζωή προέκυψαν διαφορές στο στόχο για προσωπική βελτίωση ($F=4,55, p<.05$) και ενίσχυση του εγώ ($F=4,2, p<.05$). Οριακές διαφορές επίσης εμφανίστηκαν στην ικανοποίηση από τη δουλειά και στην αντίληψη έμφασης της δουλειάς στο στόχο για προσωπική βελτίωση.

17. ΤΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΑΠΟ ΣΗΜΕΙΩΤΙΚΗΣ ΠΛΕΥΡΑΣ

Γιάτσης Σ., Λόλα Α.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Το ποδόσφαιρο σήμερα αποτελεί το θεαματικότερο και εμπορικότερο σπορ. Η εξέλιξη της φυσικής κατάστασης των αθλητών με τους υφιστάμενους κανονισμούς δημιουργεί τεράστιες συγκρούσεις, που ως συνέπεια έχουν πολύ σοβαρούς τραυματισμούς. Η εικόνα των συγκρούσεων, όχι σπάνια, θυμίζει σκηνές από ρωμαϊκή αρένα. Σκοπός της εργασίας αυτής είναι συζητηθούν κάποιες σημειωτικές προτάσεις, που μπορούν να ελαττώσουν τις υφιστάμενες συγκρούσεις μεταξύ παικτών. Π.χ. Η κίτρινη κάρτα να γίνει κόκκινη. Να εφαρμοστεί η συμμετοχή των δυο διαιτητών ή κάθε τρία φάουλ να αντιστοιχούν σε ένα πέναλτι. Στην εργασία δεν λήφθηκαν υπόψη οι σοβαρές επιπτώσεις της που θα έχουν τέτοιοι κανονισμοί στο οικονομικό και εμπορικό μέρος του μεγάλου θεάματος. Όμως, θα βοηθήσει με τα χρόνια, στην ελαχιστοποίηση της βίας. Από μεθοδολογικής πλευράς, χρησιμοποιούνται στοιχεία από διάφορες επιστήμες (κοινωνιολογία, αθλητιατρική, ψυχολογία και λοιπές) για να στηρίξουν την άποψη ότι η υφιστάμενη βία αποτελεί μια αρνητική πλευρά του σύγχρονου αθλητισμού που οδηγεί σε μια εικόνα των ρωμαϊκών αρένων, η οποία είναι έννοια αντίθετη με την ηθική και τη φιλοσοφία του αθλητισμού. Απαιτείται, όπως για παράδειγμα στο Μπάσκετ, μια πιο τολμηρή αλλαγή στους κανονισμούς. Ακόμα οι υφιστάμενοι κανονισμοί χρειάζονται μια τροποποίηση, έτσι ώστε, χωρίς να περιορίζεται η ροή και η θεαματικότητα του σπορ, να διασφαλίζεται η ασφάλεια των παικτών. Συμπερασματικά, η υφιστάμενη κοσμοεικόνα του ποδοσφαίρου, δημιουργεί έναν εθισμό προς το στοιχείο της βίας, γεγονός, ίσως, σχετικό με τη περιρρέουσα βία του αθλήματος (χουλιγκανισμός και επιπτώσεις).

Εμβιομηχανική – Μετρήσεις και Αξιολόγηση **Biomechanics - Measurement and Evaluation**

19. Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΣΗΣ ΤΗΣ ΜΠΑΛΑΣ ΑΠΟ ΚΑΘΙΣΤΗ ΘΕΣΗ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΗΣ ΠΑΛΑΜΗΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ 8 ΕΩΣ 12 ΕΤΩΝ

Παναγιωτίδου Κ., Παπαδοπούλου Δ.Σ., Λιάπη Ε., Ριτζαλέου Μ., Κοτζαμανίδης Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της μελέτης ήταν να διερευνήσει την εξέλιξη στην ταχύτητα απελευθέρωσης της μπάλας από καθιστή θέση (TAMK), καθώς και τη δύναμη της παλάμης (ΔΠ) σε αθλήτριες πετοσφαίρισης

* 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.

ηλικίας 8 έως 12 ετών. Στην έρευνα συμμετείχαν 75 αθλήτριες ΠΕ, που χωρίστηκαν σε ομάδες των 15 κοριτσιών ανά χρονολογικό έτος. Κάθε αθλήτρια μετά από δοκιμαστικές εκτελέσεις για εξοικείωση με την τεχνική, πραγματοποίησε πέντε ρίψεις από καθιστή θέση, οι οποίες μετρήθηκαν με το sports radar, ενώ το σώμα και το άλλο χέρι είχαν απομονωθεί. Επίσης, εκτέλεσαν τρεις μέγιστες δυναμομετρήσεις στο hand grip με το δυνατό τους χέρι και λήφθηκε υπόψη η μέγιστη. Για την ανίχνευση των διαφορών χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης μιας κατεύθυνσης (ANOVA) και για τη συσχέτιση της ΔΠ και της TAMK εφαρμόστηκε ο συντελεστής Pearson ($p < .01$). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα οι αθλήτριες πετοσφαίρισης 12 ετών παρουσίασαν καλύτερες επιδόσεις στην TAMK, σε σχέση με τις αντίστοιχες αθλήτριες 8, 9, 10 ($p < .01$) και 11 ετών ($p > .05$). Ακόμη, οι δωδεκάχρονες αθλήτριες εμφάνισαν όπως και παραπάνω υπεροχή και στη ΔΠ έναντι των άλλων αθλητριών 8, 9, 10 ($p < .05$) και 11 ετών ($p > .05$). Επιπλέον, υπήρχε υψηλή θετική συσχέτιση της ΔΠ με την TAMK ($r = .662$, $p < .01$). Συμπερασματικά, η TAMK, όπως και η ΔΠ των αθλητριών πετοσφαίρισης εξελίχθηκαν σύμφωνα με την αναπτυξιακή τους ηλικία, όπου ο ρυθμός εξέλιξης της δύναμης ακολουθείται από αντίστοιχη βελτίωση της TAMK.

20. Η ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΤΟΥ ΠΡΩΤΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΔΕΥΤΕΡΟΥ ΣΕΡΒΙΣ, ΣΕ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΣΕ ΜΕΤΡΙΟΥΣ ΠΑΙΚΤΕΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.

Τσιμπόλη Α., Μαββίδης Α., Μάντης Κ., Αγγελούσης Ν.

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

Σκοπός της έρευνας ήταν να καταγράψει την ταχύτητα του πρώτου και του δεύτερου σερβίς σε αγωνιστικές συνθήκες σε μέτριους παίκτες αντισφαίρισης. Το δείγμα αποτέλεσαν 7 μέτριοι παίκτες, φοιτητές Τ.Ε.Φ.Α.Α. (5 άνδρες, 2 γυναίκες). Η έρευνα διεξήχθη στην ετήσια συνάντηση των Τ.Ε.Φ.Α.Α., σε χωμάτινα γήπεδα. Καταγράφηκαν συνολικά 195 πρώτα σερβίς (134 έγκυρα, 61 άκυρα) και 61 δεύτερα (51 έγκυρα, 10 άκυρα). Ο Μ.Ο. της ταχύτητας του πρώτου σερβίς για τους άνδρες ήταν 131,24 km/h ενώ του δεύτερου 114,12 km/h. Για τις γυναίκες ο Μ.Ο. του πρώτου ήταν 113,03 km/h και του δεύτερου 105,2 km/h. Οι διαφορές στην ταχύτητα του σερβίς μεταξύ ανδρών και γυναικών ήταν στατιστικά σημαντικές ($p < .05$). Ο Μ.Ο. της ταχύτητας των άκυρων σερβίς είναι υψηλότερος για τους άνδρες ενώ για τις γυναίκες κυμαίνεται στα ίδια επίπεδα. Το ταχύτερο σερβίς που καταγράφηκε για τους άνδρες ήταν 188 km/h αλλά δεν ήταν έγκυρο. Το ταχύτερο έγκυρο μετρήθηκε 169 km/h. Στις γυναίκες το ταχύτερο σερβίς μετρήθηκε 131 km/h και ήταν έγκυρο. Παρατηρήθηκε ότι στα πρώτα games οι παίκτες έκαναν πιο αργά σερβίς απ' ό,τι στη συνέχεια του κάθε σετ. Οι παίκτες που είχαν χάσει κάποια game προσπαθούσαν με πιο δυνατά σερβίς να ανατρέψουν το μέχρι τότε αποτέλεσμα. Τα ταχύτερα σερβίς, αλλά όχι και τα πιο σίγουρα, έγιναν από τους νικητές των αγώνων. Επίσης, παίκτες που ήταν πίσω στο σκορ είχαν χαμηλότερο Μ.Ο. ταχύτητας στο δεύτερο σερβίς και υπέπεσαν σε περισσότερα double fault (χάσιμο πόντου από λανθασμένο δεύτερο σερβίς). Συμπεραίνεται ότι το δεύτερο σερβίς, αυτό τουλάχιστον το επίπεδο, παίζει θετικό ρόλο στην έκβαση του αποτελέσματος και γενικά η ταχύτητα του σερβίς αποτελεί μια θετική προϋπόθεση για το επίπεδο ενός παίκτη.

21. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΣΗΣ ΤΗΣ ΜΠΑΛΑΣ ΑΠΟ ΟΡΘΙΑ ΘΕΣΗ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΗΣ ΠΑΛΑΜΗΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ 13 ΕΩΣ 17 ΕΤΩΝ

Λιάπη Ε., Παπαδοπούλου Δ.Σ., Παναγιωτίδου Κ., Ριτζαλέου Μ., Κοτζαμανίδης Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της έρευνας ήταν η σύγκριση της ταχύτητας απελευθέρωσης της μπάλας στη ρίψη από όρθια στατική θέση (TAMO) και της δύναμης της παλάμης (ΔΠ) σε αθλήτριες πετοσφαίρισης (ΠΕ). Το δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 75 αθλήτριες ηλικίας 13 έως 17 ετών, οι οποίες διαχωρίστηκαν σε ομάδες των 15 κοριτσιών ανά ηλικία. Οι εξεταζόμενες μετά από προθέρμανση και δοκιμαστικές εκτελέσεις για την εξοικείωση της τεχνικής στη ρίψη TAMO και το μέγεθος της μπάλας, εκτέλεσαν πέντε προσπάθειες που μετρήθηκαν με το sports radar και επιλέχθηκε η καλύτερη τιμή. Στη συνέχεια, εκτέλεσαν τρεις συσφίξεις στο hand grip και υπολογίστηκε η μέγιστη. Η ανάλυση διακύμανσης μιας κατεύθυνσης (ANOVA) εφαρμόστηκε για την ανεύρεση των διαφορών ανά ηλικιακή ομάδα. Η συσχέτιση της ΔΠ και της TAMO έγινε βάσει του

* 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.

συντελεστή Pearson ($p < .01$). Σε σχέση με την ΤΑΜΟ οι αθλήτριες ΠΕ 17 ετών υπερέχον σημαντικά έναντι των αντίστοιχων αθλητριών 13 και 14 ετών ($p < .05$). Ωστόσο, δεν εμφάνισαν σημαντική διαφορά με τις υπόλοιπες αθλήτριες 15 και 16 ετών ($p > .05$). Επίσης, σχετικά με τη ΔΠ οι αθλήτριες ΠΕ 17 ετών είχαν στατιστικά σημαντική διαφορά με υψηλότερες τιμές, από τις αντίστοιχες αθλήτριες ηλικίας 13, 14 και 16 ετών ($p < .01$). Επιπλέον, υπήρχε χαμηλή συσχέτιση της δύναμης και τη f_2 ΤΑΜΟ ($r = .381$, $p < .01$). Συμπερασματικά, η διαφοροποίηση της δύναμης μεταξύ των 17χρονων και των υπολοίπων αθλητριών πετοσφαίρισης, δε συνεπάγεται και ανάλογη σημαντική αύξηση της ΤΑΜΟ.

22. ΓΩΝΙΑ ΕΠΙΘΕΣΗΣ ΤΟΥ ΧΕΡΙΟΥ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΜΕ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΑ ΧΕΡΑΚΙΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥ ΜΕΓΕΘΟΥΣ

Βέζος Ν., Γούργουλης Β., Αγγελούσης Ν., Κασιμάτης Π., Μαυρομάτης Γ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69 100 Κομοτηνή

Σκοπός της έρευνας ήταν να μελετηθεί η γωνία επίθεσης του χεριού κατά την ελεύθερη κολύμβηση με κολυμβητικά χεράκια διαφορετικού μεγέθους. Δείγμα αποτέλεσαν 5 κολυμβήτριες και για την καταγραφή της υποβρύχιας έλξης τους χρησιμοποιήθηκαν 4 κάμερες (60 Hz) που τοποθετήθηκαν πίσω από ειδικά περισκόπια. Κάθε κολυμβήτρια εκτέλεσε 3 περάσματα (25m) με μέγιστη ένταση (100%) χωρίς, με μικρά (116 cm²) και με μεγάλα κολυμβητικά χεράκια (286 cm²). Η γωνία επίθεσης του χεριού ορίστηκε ως η γωνία μεταξύ του επιπέδου του χεριού και του διανύσματος της ταχύτητάς του. Εφαρμόστηκε ανάλυση διακύμανσης για εξαρτημένες μετρήσεις ως προς έναν παράγοντα και διαπιστώθηκε ότι καθώς αυξάνεται το μέγεθος από τα κολυμβητικά χεράκια αυξάνεται το μήκος χεριάς ($F_{2,8} = 12.757$; $p < 0.05$), μειώνεται η συχνότητα χεριάς ($F_{2,8} = 7.663$; $p < 0.05$), αυξάνεται η κολυμβητική ταχύτητα αν και όχι στατιστικά σημαντικά ($F_{2,8} = 1.974$; $p = 0.201$), ενώ δεν επηρεάζεται η γωνία επίθεσης του χεριού (γλίστρημα: $F_{2,8} = 0.248$; $p = 0.786$, έλξη: $F_{2,8} = 1.798$; $p = 0.226$, ώθηση: $F_{2,8} = 3.991$; $p = 0.063$). Αντίθετα, η μέση ταχύτητα του χεριού μειώνεται κατά την έλξη ($F_{2,8} = 28.308$; $p < 0.05$) και την ώθηση ($F_{2,8} = 15.562$; $p < 0.05$). Η σχετική συμμετοχή των δυνάμεων έλξης και ανύψωσης ενδεχομένως λοιπόν παραμένει αμετάβλητη, ενώ η αύξηση του μήκους χεριάς θα πρέπει να αποδοθεί στην αύξηση της επιφάνειας του χεριού όταν χρησιμοποιούνται κολυμβητικά χεράκια.

23. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΥ ΩΘΗΣΗΣ ΟΡΙΖΟΝΤΙΟΥ ΑΛΜΑΤΟΣ ΜΕ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΦΟΡΑ

Κουρίας Θ., Κονδυλόπουλος Ν., Ρουσάνογλου Ε.
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αθήνα

Σκοπός της μελέτης ήταν η συγκριτική ανάλυση του μηχανισμού ώθησης του άλματος σε μήκος χωρίς φόρα από στατική θέση (ΑΜ-ΧΦ) και με φόρα δύο δισκελισμών (ΑΜ-ΜΦ). Δέκα άνδρες (20.6 ± 1.03 έτη, 73.6 ± 7.07 kg και 177.7 ± 3.4 cm) εκτέλεσαν δύο μέγιστες προσπάθειες σε κάθε συνθήκη, με αντίστοιχες επιδόσεις 197.4 ± 21.1 cm και 264.6 ± 19.0 cm, στο ΑΜ-ΧΦ και στο ΑΜ-ΜΦ, αντιστοίχως. Με την άμεση καταγραφή των δυνάμεων εδαφικής αντίδρασης (ΔΕΑ) (Kistler-9281B11, 750 Hz) υπολογίσθηκαν ο συνολικός χρόνος ώθησης (t_{TOTAL}), η μέγιστη κορύφωση και ο χρόνος επίτευξης αυτής για την κάθετη (F_{ZMAX} και tF_{ZMAX}) και την προσθιοπίσθια (F_{YMAX} και tF_{YMAX}) συνιστώσες ΔΕΑ, αντιστοίχως, και ο δείκτης εκρηκτικότητας ($\Delta_{EKP} = F_{ZMAX} / tF_{ZMAX}$). Με κινηματική ανάλυση υπολογίσθηκαν η ταχύτητα ($V_{ΑΠΟΓ}$) και η γωνία απογείωσης ($\theta_{ΑΠΟΓ}$). Οι σημαντικές διαφορές στο ΑΜ-ΜΦ συγκριτικά με το ΑΜ-ΧΦ αφορούσαν σε μεγαλύτερη επίδοση ($p < 0.05$) σε μεγαλύτερες ($p < 0.05$) F_{ZMAX} και $V_{ΑΠΟΓ}$, σε μικρότερους ($p < 0.05$) χρόνους tF_{ZMAX} , tF_{YMAX} και t_{TOTAL} , και στο δείκτη εκρηκτικότητας ($p < 0.05$). Τα αποτελέσματα δείχνουν τη σημαντική συνεισφορά της φόρας στην απόδοση στο άλμα σε μήκος με βάση την ερμηνεία που εξασφαλίζουν κρίσιμες κινητικές και κινηματικές παράμετροι του μηχανισμού ώθησης.

24. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΛΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

* 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.

Χριστοφορίδου Κ., Τσέμτση Ε., Τσαταλάς Θ., Χατζηκωτούλας Κ., Λαζαρίδης Σ., Κοτζαμανιδής Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να μελετήσει την επίδραση ενός προπονητικού προγράμματος ισορροπίας στην αλτική ικανότητα κοριτσιών προεφηβικής ηλικίας. Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά 20 προέφηβα κορίτσια ηλικίας 8-10 ετών τα οποία χωρίστηκαν σε δύο ομάδες των 10 ατόμων. Η πρώτη ομάδα ακολούθησε προπονητικό πρόγραμμα ισορροπίας, ενώ η δεύτερη ομάδα αποτέλεσε την ομάδα ελέγχου. Για την εφαρμογή του προπονητικού προγράμματος χρησιμοποιήθηκε δίσκος ισορροπίας (Acron) και για την αξιολόγηση της αλτικής ικανότητας φορητός ηλεκτρονικός τάπητας (Ergojump Bosco System). Το πρόγραμμα ήταν διάρκειας 4 εβδομάδων, συχνότητας 3 φορές την εβδομάδα και περιλάμβανε 26 επιλεγμένες ασκήσεις ισορροπίας. Πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος αξιολογήθηκε το σύνολο του δείγματος σε 3 τύπους αλμάτων (κάθετο άλμα, κάθετο άλμα με προδιάταση, και άλμα βάθους από ύψος 30 cm). Οι δύο ομάδες εκτέλεσαν συνολικά 30 προσπάθειες (10 σε κάθε τύπο άλματος) και οι μεταβλητές που αξιολογήθηκαν ήταν το ύψος πτήσης για το κάθετο άλμα και το άλμα με προδιάταση και το ύψος πτήσης, ο χρόνος επαφής με το έδαφος και η παραγόμενη ισχύς για το άλμα βάθους. Για τη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης (ANOVA) 2 παραγόντων (ομάδες χ αρχική/τελική μέτρηση) με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις στον τελευταίο παράγοντα. Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε σε $p < 0,05$. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντική βελτίωση της ομάδας που ακολούθησε το προπονητικό πρόγραμμα σε όλες τις εξεταζόμενες μεταβλητές. Κάτι αντίστοιχο δεν παρατηρήθηκε στην ομάδα ελέγχου. Συμπεραίνεται ότι η προπόνηση ισορροπίας μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της αλτικής ικανότητας κοριτσιών προεφηβικής ηλικίας. Το εύρημα αυτό πιθανά να μπορεί να αποδοθεί σε προσαρμογές του ιδιοδεκτικού συστήματος των εξεταζόμενων.

25. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΙ ΑΝΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΦΟΙΤΗΤΡΙΩΝ ΣΤΑ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΤΟΥ ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΡΑΚΗΣ

Σταυρουλάκης Γ., Κυριαλάνης Π., Μάλλιου Π., Γούργουλης Β.

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

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι η αξιολόγηση της δύναμης και η διερεύνηση της πιθανής ύπαρξης ανισορροπίας δύναμης στους φοιτητές-τριες του Γ' εξαμήνου. Το δείγμα αποτέλεσαν (N=133) φοιτητές-τριες, (αγόρια N=89 και κορίτσια N=45). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι στο μήκος χωρίς φορά υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων $p < 0,001$, (αγόρια $225,6 \pm 21,13$ cm, κορίτσια $172,5 \pm 20,33$ cm). Στην δύναμη των κοιλιακών (30'') διαπιστώθηκαν επίσης στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων $p < 0,001$, (αγόρια $27,5 \pm 7$, κορίτσια $23,0 \pm 6$). Στην μέτρηση δύναμης των ραχιαίων (30'') δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές των δύο φύλων (αγόρια $49,0 \pm 12,0$ ραχιαίους, κορίτσια 46 ± 11 ραχιαίους). Στο τεστ της εξάρτησης για τον έλεγχο της δύναμης των χεριών διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών $p < 0,001$, (αγόρια $33,61 \pm 24,16$ sec, κορίτσια $12,02 \pm 12,58$ sec). Κατά την αξιολόγηση της δύναμης των καρπών, διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές τόσο μεταξύ των δύο φύλων όσο και μεταξύ αριστερού και δεξιού καρπού $p < 0,001$, (αγόρια δεξί χέρι $47,12 \pm 10,26$ N/m², κορίτσια δεξί χέρι $30,56 \pm 4,4$ N/m², αγόρια αριστερό χέρι $43,69 \pm 11,2$ N/m², κορίτσια αριστερό χέρι $28,46 \pm 4,3$ N/m²). Τα παραπάνω αποτελέσματα δείχνουν ότι υπάρχει ένα καλό επίπεδο δύναμης, τόσο στα αγόρια όσο και στα κορίτσια με τα αγόρια να επιτυγχάνουν καλύτερα αποτελέσματα σε όλες τις δοκιμασίες εκτός της δύναμης των ραχιαίων όπου θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη έμφαση για τα αγόρια. ώστε να αποφύγουν πιθανούς μελλοντικούς τραυματισμούς.

26. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΕΛΞΗΣ ΣΕ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΕΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΕΣ ΠΡΟΣΔΕΜΕΝΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

Σαμαρτζή Σ., Γιαννακίδου Δ., Τουμπέκης Α., Αντωνίου Π., Δούδα Ε., Τοκμακίδης Σ.

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

* 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 μελέτης είναι να εξετάσει την αξιοπιστία αξιολόγησης της δύναμης έλξης σε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες προσδεμένης κολύμβησης. Δεκαέξι κολυμβητές (άνδρες: n=8, γυναίκες: n=8, ηλικία: 20,9±0.8 έτη) αρχικά εξοικειώθηκαν με τη χρήση προσδεμένης κολύμβησης πραγματοποιώντας επαναλήψεις μικρής διάρκειας (3-6s). Σε επόμενη ημέρα πραγματοποίησαν δύο επαναλήψεις προσδεμένης κολύμβησης με διάρκεια 15s καταβάλλοντας μέγιστη προσπάθεια (A-2x15s). Όλοι οι εξεταζόμενοι επανέλαβαν τη δοκιμασία 2x15s με τον ίδιο τρόπο μετά από 4-7 ημέρες (B-2x15s). Η αποκατάσταση μεταξύ των επαναλήψεων 15s στις δοκιμασίες ήταν 45s. Η παραγόμενη δύναμη καταγράφη από πιεζοηλεκτρικό δυναμόμετρο συνδεδεμένο με σύστημα αποκωδικοποίησης και καταγραφής (Muscle lab). Δεν παρατηρήθηκε διαφορά μεταξύ των δοκιμασιών (A-2x15s, 1^η:117±46N, 2^η:99±40N και B-2x15s, 1^η:112±42N, 2^η:94±35N, p>0.05). Η δύναμη εμφάνισε σημαντική μείωση στη δεύτερη συγκριτικά με την πρώτη προσπάθεια 15s και στις δύο δοκιμασίες (p<0.05). Ο συντελεστής ενδοταξικής συσχέτισης (ICC) για την πρώτη και δεύτερη προσπάθεια 15s ήταν υψηλός (r=0.972 και r=0.927 αντίστοιχα, p<0.05). Από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι η καταγραφή της δύναμης έλξης στην προσδεμένη κολύμβηση με τη χρήση πιεζοηλεκτρικού δυναμόμετρου και την υποστήριξη του συστήματος επεξεργασίας σήματος MuscleLab είναι αξιόπιστη.

27. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΥΚΑΜΨΙΑΣ ΚΑΙ ΑΝΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΥΚΑΜΨΙΑ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΔΥΟ ΦΥΛΩΝ ΣΤΑ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΤΟΥ ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΡΑΚΗΣ

Σαριδάκη Μ., Κυριαλάνης Π., Μάλλιου Π., Γούργουλης Β.

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

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι η αξιολόγηση της ευκαμψίας και η διερεύνηση της πιθανής ύπαρξης ανισορροπίας στην ευκαμψία μεταξύ φοιτητών και φοιτητριών του Γ' εξαμήνου. Το δείγμα αποτέλεσαν 120 φοιτητές-τριες του ΤΕΦΑΑ, (αγόρια N=75 και κορίτσια N=45). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων p<0,05 κατά την δοκιμασία ως προς την ευκαμψία της μέσης, της έκτασης - κάμψης των ισχύων και της ποδοκνημικής άρθρωσης. Όπως διαπιστώθηκε από τα αποτελέσματα τα κορίτσια είχαν μεγαλύτερη ευκαμψία στις παραπάνω δοκιμασίες, απ' ό,τι τα αγόρια. Αντίθετα δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές, στην ευκαμψία των ώμων και του καρπού p>0,05. Τα αποτελέσματα ως προς την ανισορροπία της ευκαμψίας μεταξύ αριστερού και δεξιού μέρους του σώματος έδειξαν ότι δεν υπάρχει ανισορροπία αριστερής-δεξιάς πλευράς στα ισχία και στον καρπό, τόσο κατά την κάμψη όσο και κατά την έκταση p>0,05. Αντίθετα διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην ευκαμψία της ποδοκνημικής άρθρωσης μεταξύ του αριστερού και δεξιού ποδιού, τόσο κατά την κάμψη όσο και κατά την έκταση.

Θέματα προπονητικής ομαδικών αθλημάτων Coaching issues in team sports

28. Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΑΝΤΕΠΙΘΕΣΗΣ, ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΣΤΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

Γιάνκοβιτς Α., Κατσαρίδης Κ.

Πανεπιστήμιο Αθλητισμού και Φυσικής Αγωγής, Βελιγράδι

Σκοπός της παρούσης μελέτης ήταν η ανάλυση των τελικών προσπαθειών για την επίτευξη τέρματος όταν η ομάδα αντεπιτίθεται. Για την επίτευξη του στόχου αυτού έγινε συγκριτική μελέτη των δύο Παγκόσμιων Πρωταθλημάτων του έτους 1998 στην Γαλλία και του έτους 2002 στην Ιαπωνία και Ν. Κορέα. Στην μελέτη συμμετείχαν οι τέσσερις ομάδες των ημιτελικών του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος Ποδοσφαίρου του 1998 (Γαλλία, Βραζιλία, Κροατία και Ολλανδία) και οι αντίστοιχες τέσσερις του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος Ποδοσφαίρου του 2002 (Βραζιλία, Τουρκία, Γερμανία και Ν. Κορέα). Μελετήθηκαν για κάθε ομάδα επτά (7) αγώνες δηλαδή είκοσι οκτώ (28) αγώνες για κάθε Παγκόσμιο Πρωτάθλημα και πενήντα έξι (56) συνολικά. Οι παράμετροι κάθε αντεπίθεσης που αξιολογήθηκαν ήταν α) το πλήθος των παικτών που συμμετείχαν στην επίθεση, β) η χρονική διάρκεια της επίθεσης και γ) το πλήθος των μεταβιβάσεων της μπάλας. Για την στατιστική μελέτη εφαρμόστηκε το H²- Test. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παρουσιάζονται στους παρακάτω πίνακες:

* 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.

Πλήθος Παικτών		Π.Π. 1998	Π.Π. 2002	Διαφορά
Τελική Προσπάθεια	1 παίκτης	23±0,82	9±2,45	-60,87
	2 – 4 παικτ.	61±17,80	44±7,16	-27,87
Επίτευξη Τέρματος	1 παίκτης	2,67±1,15	2±1,73	-25,00
	2 – 4 παικτ.	7±1,83	8±1,41	14,29
Διάρκεια Επίθεσης		Π.Π. 1998	Π.Π. 2002	Διαφορά
Τελική Προσπάθεια	έως 3sec	32,5±9,47	15,75±3,2	-51,54
	4sec – 8sec	20,75±12,58	19,25±5,44	-7,23
Επίτευξη Τέρματος	έως 3sec	4,67±3,06	2,5±1	-46,43
	4sec – 8sec	1,75±0,5	2,5±1	42,86
Πλήθος Μεταβιβάσεων		Π.Π. 1998	Π.Π. 2002	Διαφορά
Τελική Προσπάθεια	Χωρίς μεταβ.	18±10,71	7,5±5,45	-58,33
	1 μεταβ.	25,75±9,57	7,25±8,06	-71,84
	2 – 4 μεταβ.	40±12,19	28,75±6,95	-28,13
Επίτευξη Τέρματος	Χωρίς μεταβ.	2,67±1,15	2,33±2,31	-12,50
	1 μεταβ.	2,75±0,50	2,5±1,29	-9,09
	2 – 4 μεταβ.	4,25±2,50	5,75±0,50	35,29

Η αξιολόγηση των αποτελεσμάτων έδειξε ότι παρουσιάστηκε σημαντική διαφορά τόσο στο πλήθος των παικτών, στην διάρκεια της επίθεσης και το πλήθος των μεταβιβάσεων στις τελικές προσπάθειες ενώ στις επιτυχείς προσπάθειες η διαφορά δεν ήταν μεγάλη.

29. Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΑΜΥΝΑΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΛΙΑΣ

Μουστακίδης Α., Μαυρίδης Γ., Μαυρομάτης Γ., Λάιος Α., Ταξιλδάρης Κ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η διερεύνηση του τρόπου επίθεσης και η αποτελεσματικότητα της άμυνας στην Πετοσφαίριση Παραλίας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 54 μαγνητοσκοπημένοι αγώνες Ελληνικών τουρνουά της περιόδου 2001-2003. Για την ανάλυση των αγώνων χρησιμοποιήθηκε το πρόγραμμα βιντεοανάλυσης για Η/Υ BasketAS. Το γήπεδο κάθε ομάδας χωρίστηκε σε τρεις ζώνες παράλληλες με την κεντρική γραμμή. Καταγράφηκε ο τρόπος εκδήλωσης της επίθεσης, η ζώνη προέλευσης της μπάλας, η ζώνη υποδοχής, ο τρόπος υποδοχής και η ποιότητα υποδοχής. Για την περιγραφή των στοιχείων (φάσεων), από το στατιστικό πακέτο SPAD N 3.21 χρησιμοποιήθηκαν παράλληλα δύο πολυμεταβλητές στατιστικές αναλύσεις, η ανάλυση αντιστοιχιών (Factorial Analysis of Correspondance) με ταυτόχρονα προγράμματα ομαδοποιήσεων (Hierarchical Ascendant Classification). Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης αντιστοιχιών, προέκυψε ο πρώτος παραγοντικός άξονας που σχηματίστηκε από την αντίθεση των τελειωμένων δυνατών επιθέσεων και των εύκολων υποδοχών μετά από αδύναμες επιθέσεις. Από την ανάλυση ταξινόμησης προέκυψαν πέντε κλάσεις. Τελειωμένες δυνατές επιθέσεις από την μπροστά ζώνη προς την πίσω ζώνη. Τελειωμένες πλασέ επιθέσεις από την μπροστά ζώνη προς την μπροστά ζώνη. Σπάζσιμο της μπάλας στο μπλοκ, υποδοχή μανσέτα στην μέση ζώνη. Επίθεση πλασέ από τη μέση ζώνη, υποδοχή καλή ή μέτρια μανσέτα. Λάθος πέρασμα από μέση ζώνη, υποδοχή καλή μανσέτα ή δάχτυλα. Συμπερασματικά, στην πετοσφαίριση παραλίας η αγωνιστική επιτυχία των παικτών εξαρτάται από τη γνώση αλλά και την ικανότητα της άμυνας να καλύπτει τις διάφορες περιοχές του γηπέδου.

30. ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗΣ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΑΝΔΡΩΝ ΣΤΟ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ 2004-2005

Τσιβίκα Μ., Παπαδοπούλου Δ.Σ., Χαριτωνίδης Κ., Παπακώστας Μ., Φραντζέσκου Ε.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της μελέτης ήταν η αναλύσει και να αξιολογήσει την επιθετική τακτική της Ελληνικής Εθνικής Ομάδας Ανδρών, στους αγώνες του Πανευρωπαϊκού Πρωταθλήματος Πετοσφαίρισης της περιόδου 2004-2005, που διεξήχθη στο Βελιγράδι. Το δείγμα αποτέλεσαν 5 αγώνες

* 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.

(Ολλανδία, Ισπανία, Σερβία, Γαλλία και Τσεχία). Αναλύθηκαν συνολικά 21 σετ, 472 σέρβις και 597 επιθετικές ενέργειες με το πρόγραμμα βιντεοανάλυσης Sportscout. Καταγράφηκαν για κάθε σέρβις και επίθεση οι παράγοντες: είδος, ζώνη εκτέλεσης (επίθεση), κατεύθυνση, αποτελεσματικότητα, σφάλματα, αποτελεσματικότητα μετά από διακοπή, καθώς και η πρώτη και τελευταία ενέργεια σε κάθε σετ. Παρατηρήθηκε υπεροχή του jump σέρβις (77.4%) και της επίθεσης 2^{ου} χρόνου (46.1%). Το μεγαλύτερο ποσοστό σέρβις κατευθύνθηκε στην ζώνη 6 (44.1%), ενώ της επίθεσης επάνω στο διπλό μπλοκ (49.2%). Σχετικά με την αποτελεσματικότητα ο Μ.Ο. των σέρβις «άσσοι» ήταν 4.2% και των αντίστοιχα χαμένων 20.6%. Τα καλύτερο ποσοστό των σέρβις «άσσοι» (5.9%) σημειώθηκε στον αγώνα με την Ολλανδία, ενώ στον ίδιο αγώνα διαπιστώθηκε και το μεγαλύτερο ποσοστό των χαμένων σέρβις (25.5%). Η αποτελεσματικότητα των τελειωμένων επιθέσεων κυμάνθηκε κατά Μ.Ο. στο 48.2%, ενώ των χαμένων στο 18.1%. Με τη Σερβία καταγράφηκε η μεγαλύτερη συχνότητα χαμένων επιθέσεων (23.5%), ενώ με την Ολλανδία η αντίστοιχη συχνότητα σε τελειωμένες επιθέσεις (60%). Συμπερασματικά, στον αγώνα με την Ολλανδία χάθηκαν 25 πόντοι από σέρβις, γεγονός που ενδεχομένως αποτέλεσε καθοριστικό παράγοντα για τη μη πρόκριση της Ελληνικής ομάδας, η οποία κρίθηκε στο ένα σετ.

31. Η ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΤΑΚΤΙΚΗ ΣΤΑ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ 2001 ΚΑΙ 2003

Μαλλιαρίδου Χ., Κούτσικος Α., Ξηρομερίτης Χ., Γαρέφης Α., Τσίτσικαρης Γ. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της έρευνας ήταν η σύγκριση της επιθετικής τακτικής των πρωταθλημάτων καλαθοσφαίρισης ανδρών του 2001 και 2003 και να εξεταστούν οι διαφορές που προέκυψαν στο επιθετικό παιχνίδι των ομάδων ανάμεσα στις 2 διοργανώσεις. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν αγώνες (n=46) των Πανευρωπαϊκών πρωταθλημάτων του 2001 της Τουρκίας (n=20) και του 2003 της Σουηδίας (n=26). Οι αναλύσεις έγιναν με το πρόγραμμα βιντεοανάλυσης SportScout. Για τη στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκε Crosstabulation analysis με την χ^2 κατανομή (chi-square). Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο $p < 0.05$. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η δημοφιλέστερη επιθετική τακτική ήταν και στα 2 πρωταθλήματα το set play. Όμως, στατιστικά σημαντικές διαφορές προέκυψαν στα συστήματα (plays) για το 2001, που χρησιμοποιήθηκαν περισσότερο, αλλά και στους αιφνιδιασμούς για το 2003. Επίσης, στατιστικά σημαντικές διαφορές προέκυψαν και στις επιθέσεις συνέχειας για το 2003, όμως χρησιμοποιήθηκαν πολύ λίγο. Από τα παραπάνω ευρήματα προκύπτει ότι στο Πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα του 2003 εμφανίστηκε η τάση για πιο γρήγορο παιχνίδι σε σχέση με το 2001, όπου δόθηκε περισσότερο έμφαση στο αργό παιχνίδι με συγκεκριμένα επιθετικά συστήματα. Ακόμα, η σύγκριση ανάμεσα σε νικητές και ηττημένους έδειξε ότι οι νικητές χρησιμοποίησαν περισσότερο τις κινήσεις τους απέναντι σε άμυνες ζώνης των αντιπάλων.

32. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΤΟΥ ΑΙΦΝΙΔΙΑΣΜΟΥ ΜΕΤΑΞΥ ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

Μιχαηλίδης Ε., Μαλλιαρίδου Χ., Γαρέφης Α., Ξηρομερίτης Χ., Τσίτσικαρης Γ. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να καταγράψει, να αναλύσει και να συγκρίνει τα στοιχεία του αιφνιδιασμού μεταξύ ανδρών και γυναικών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 55 αγώνες των Εθνικών Ομάδων Καλαθοσφαίρισης ανδρών και γυναικών που συμμετείχαν στα Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα που πραγματοποιήθηκαν το 2003 στη Σουηδία και στην Ελλάδα αντίστοιχα. Οι αναλύσεις των αγώνων έγιναν μέσω του προγράμματος βιντεοανάλυσης για Η/Υ Sportscout. Για να διαπιστωθεί αν υπήρξαν διαφορές στις διάφορες μεταβλητές που εξετάστηκαν, σε σχέση με το φύλο, πραγματοποιήθηκε Crosstabulation analysis με τη χ^2 κατανομή (Chi-square) με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0,05$. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: α) η πλειοψηφία των αιφνιδιασμών ξεκινάει από αμυντικό ριμπάουντ (52%) και κλέψιμο (35%) και αυτό δε διαφοροποιείται στα δυο φύλα, β) η κατάσταση 5Vs5 (επιθετικό transition) είναι η πιο συχνά εμφανιζόμενη κατάσταση αιφνιδιασμού, γ) στους άνδρες εμφανίζονται σημαντικά περισσότερο οι καταστάσεις 3Vs1 και 4Vs2 σε σχέση με τις γυναίκες, ενώ οι γυναίκες εκδηλώνουν σημαντικά

* 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.

μεγαλύτερο αριθμό αιφνιδιασμών με μειοψηφία της επίθεσης, σε σχέση με τους άνδρες, δ) υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την κατάληξη των αιφνιδιασμών μεταξύ ανδρών και γυναικών και αυτές οι διαφορές παρατηρήθηκαν στα άστοχα δίποντα (περισσότερα οι γυναίκες) και στα εύστοχα και άστοχα τρίποντα (περισσότερα οι άνδρες), ε) δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τις προσπάθειες που εκτελούν οι παίκτες των ιδίων θέσεων στα δύο φύλα, στ) το 60% των αιφνιδιασμών εκδηλώνεται στο χρονικό διάστημα 4''-6'' και το 36% στο διάστημα 7''-9'', ζ) το 68% των αιφνιδιασμών εκδηλώνεται από την ζώνη της ρακέτας, η) οι άνδρες εκδηλώνουν σημαντικά μεγαλύτερο αριθμό αιφνιδιασμών από τη ζώνη των 3 πόντων σε σχέση με τις γυναίκες, ενώ το ακριβώς αντίθετο συμβαίνει στη ζώνη των 2 πόντων.

33. ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΤΩΝ ΟΡΓΑΝΩΜΕΝΩΝ ΕΠΙΘΕΣΕΩΝ ΜΕΤΑΞΥ ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Τσαγκρώνης Τ., Μιχαηλίδης Ε., Γαρέφης Α., Ξηρομερίτης Χ., Τσίτσκαρης Γ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να αναλύσει και να συγκρίνει διάφορες επιθετικές παραμέτρους, που αφορούν τις οργανωμένες επιθέσεις, μεταξύ ανδρών και γυναικών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 55 αγώνες των Εθνικών Ομάδων Καλαθοσφαίρισης ανδρών και γυναικών από τα Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα του 2003. Οι αγώνες αναλύθηκαν μέσω του προγράμματος βιντεοανάλυσης για H/Y SportsScout. Για να διαπιστωθεί αν υπήρξαν διαφορές στις διάφορες παραμέτρους που εξετάστηκαν, σε σχέση με το φύλο, πραγματοποιήθηκε Crosstabulation analysis με τη χ^2 κατανομή (Chi-square) με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0,05$. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: α) το 78% του συνόλου των επιθέσεων πραγματοποιείται με οργανωμένες επιθέσεις, τόσο από τους άνδρες όσο και από τις γυναίκες, β) οι γυναίκες εμφανίζουν σημαντικά μεγαλύτερο αριθμό άστοχων σουτ για δυο πόντους, ενώ οι άνδρες έχουν σημαντικά μεγαλύτερο αριθμό τόσο εύστοχων όσο άστοχων σουτ τριών πόντων, γ) η περιοχή της ρακέτας είναι η πιο συνηθισμένη ζώνη εκτέλεσης, ενώ όσον αφορά τις υπόλοιπες ζώνες φαίνεται πως από την περιοχή δυο πόντων οι γυναίκες εκτελούν σημαντικά περισσότερες προσπάθειες από τους άνδρες, ενώ το ακριβώς αντίστροφο συμβαίνει στην περιοχή των τριών πόντων, δ) υπάρχει ισοκατανομή των προσπαθειών ανάμεσα στους αθλητές και τις αθλήτριες των διαφορετικών θέσεων με μοναδική εξαίρεση τους centers που κάνουν λίγο περισσότερες προσπάθειες, ε) δεν υπάρχουν σημαντικές διαφορές στο χρόνο εκδήλωσης των επιθέσεων μεταξύ ανδρών και γυναικών, ενώ ο κύριος όγκος των επιθέσεων εκδηλώνεται στο χρονικό διάστημα μεταξύ των 13 & 18 δευτερολέπτων, στ) υπάρχουν σημαντικές διαφορές στον τρόπο με τον οποίο εκδηλώνονται οι επιθέσεις μεταξύ ανδρών και γυναικών. Οι σημαντικές διαφορές που παρατηρήθηκαν μεταξύ ανδρών και γυναικών, ήταν στο 1Vs1 στο low post, στη συνεργασία high-low, στην πάσα σε παίκτη που κόβει προς το καλάθι (σημαντικά περισσότερα για τις γυναίκες σε σχέση με τους άνδρες), καθώς και στο απλό ή διπλό Pick & Roll και στο σουτ μετά από split (σημαντικά περισσότερα για τους άνδρες σε σχέση με τις γυναίκες), ζ) η κατάσταση 1 εναντίον 1 είναι η πιο συνηθισμένη τελική ενέργεια και για τα δυο φύλα η) δεν υπάρχουν σημαντικές διαφορές στον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρονται οι άνδρες μετά το pick and roll σε σχέση με τις γυναίκες.

34. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΕΜΦΑΝΙΣΗΣ ΤΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ 1 ΕΝΑΝΤΙΟΝ 1 ΑΝΑ ΘΕΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ ΩΣ ΤΡΟΠΟΣ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΙΘΕΣΗΣ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Κούτσικος Α., Τσαγκρώνης Τ., Ξηρομερίτης Χ., Γαρέφης Α., Τσίτσκαρης Γ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξεταστεί η συχνότητα εμφάνισης των καταστάσεων 1 εναντίον 1 ανά θέση ως τρόπο εκδήλωσης της επίθεσης σε διοργανώσεις υψηλού επιπέδου. Το δείγμα της έρευνας ήταν αγώνες (n=46) από τα Πανευρωπαϊκά πρωταθλήματα καλαθοσφαίρισης ανδρών του 2001 της Τουρκίας (n=20) και του 2003 της Σουηδίας (n=26). Η σύγκριση έγινε μεταξύ των θέσεων που αγωνίζονται οι αθλητές στις ομάδες. Οι αναλύσεις έγιναν με το πρόγραμμα βιντεοανάλυσης SportScout. Για τη στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκε Crosstabulation

* 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.

analysis με την χ^2 κατανομή (chi-square). Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο $p < 0.05$. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι στο Πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα του 2001 υπήρχε μεγαλύτερη τάση για εκδήλωση των επιθέσεων των ομάδων μέσα από τις καταστάσεις 1 εναντίον 1. Επιπλέον, οι ομάδες του Πανευρωπαϊκού πρωταθλήματος του 2001 χρησιμοποίησαν περισσότερο, έναντι του 2003, τους small forwards για τις καταστάσεις 1 εναντίον 1, ενώ το 2003 τους center. Στη σύγκριση ανάμεσα σε νικητές και ηττημένους, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι νικητές εκδήλωσαν περισσότερες επιθέσεις με τους shooting guards και τους small forwards, ενώ οι ηττημένοι με τους power forwards.

35. Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΩΝ ΔΥΝΑΤΗΣ-ΑΔΥΝΑΤΗΣ ΠΛΕΥΡΑΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΕΣΗ ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ 2005

**Λεχούδης Κ., Μαυρίδης Γ., Τσαμουρτζής Ε., Καρυπίδης Α., Ταξιλάρης Κ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Η ικανότητα των παικτών να μπορούν να μετακινήσουν την μπάλα κάθετα, οριζόντια, μέσα και έξω από τη ρακέτα, θεωρείται ιδιαίτερα σημαντική για την επίθεση στην καλαθοσφαίριση. Σύμφωνα με τους ερευνητές, σε μια υποδειγματική επίθεση θα πρέπει να σχεδιάζεται το χτύπημα της άμυνας ερευνώντας πολλές κινήσεις, τόσο για την επίθεση μέσα στη ρακέτα όσο και τη δυνατή και την αδύνατη πλευρά της άμυνας (Brown, 1995; Samaras, 1984). Ο σκοπός της παρούσας έρευνας, ήταν να καταγράψει την αποτελεσματικότητα των συνεργασιών δυνατής-αδύνατης πλευράς στην επίθεση του ευρωπαϊκού πρωταθλήματος 2005. Για την πραγματοποίηση της έρευνας βιντεοσκοπήθηκαν 20 αγώνες καλαθοσφαίρισης της τελικής φάσης των ομάδων που συμμετείχαν στο Ευρωπαϊκό του 2005 στη Σερβία-Μαυροβούνιο. Έγινε ανάλυση των αγώνων με το πρόγραμμα για H/Y BasketAS. Για τη στατιστική επεξεργασία χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση συχνοτήτων και το μη παραμετρικό τεστ χ^2 . Τα αποτελέσματα σε σύνολο $N = 1.096$ συνεργασιών έδειξαν ότι: το 78% των συνεργασιών καταγράφηκαν στη δυνατή πλευρά, ενώ υπήρξε ισορροπία μεταξύ των παικτών που πραγματοποίησαν τις επιθέσεις. Στις συνεργασίες της δυνατής πλευράς κυριάρχησαν οι προσπάθειες για σουτ δύο πόντων με 42,3% στο σύνολο των επιθέσεων. Στη συνεργασία δυνατής-αδύνατης πλευράς, κυριάρχησαν τα σουτ τριών πόντων που κατέλαβαν το 50% του συνόλου των επιθέσεων. Ο προπονητής γνωρίζοντας τις ικανότητες των παικτών του, αλλά και αξιοποιώντας τα αποτελέσματα των ερευνών, επιλέγει τον τρόπο επίθεσης που θα πραγματοποιηθεί από την ομάδα του.

36. ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΤΗΣ ΑΜΥΝΤΙΚΗΣ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Τσαμουρτζής Ε¹, Μ. Α. Gómez², Τσερκέζος Γ.³

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

² **Faculty of Physical Activity & Sport Sciences. Polytechnic University of Madrid, Spain**

³ **Γυμνάσιο Παραλιμνίου Κύπρου**

Σκοπός της εργασίας ήταν η καταγραφή, ανάλυση και επίδραση της αμυντικής τακτικής με την επιθετική αποτελεσματικότητα στην Καλαθοσφαίριση. Για την πραγματοποίηση του σκοπού αυτού έγινε βιντεοσκόπηση και βιντεοανάλυση εκατόν πενήντα ($n = 150$) αγώνων κατά τις αγωνιστικές περιόδους 1994 – 2005 Εθνικών Ομάδων Ανδρών και Συλλόγων Καλαθοσφαίρισης, που συμμετείχαν στις διοργανώσεις της FIBA. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε στο τμήμα βιντεοανάλυσης του εργαστηρίου του Τ.Ε.Φ.Α.Α Κομοτηνής. Για την ανάλυση των αγώνων χρησιμοποιήθηκε το πρόγραμμα για H/Y BasketAS. Για τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε στο στατιστικό πακέτο SPAD-N, η ανάλυση αντιστοιχιών (correspondance) και στο στατιστικό πακέτο SPSS, η εντολή Crosstabs Για τον προσδιορισμό των στατιστικά σημαντικών διαφορών χρησιμοποιήθηκε το χ^2 (Chi-square) test. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι σε όλες τις περιπτώσεις εναντίον ζώνης έγιναν αναλογικά περισσότερα τρίποντα σουτ και στατιστικά σημαντικές διαφορές στην επίδραση της αμυντικής τακτικής με την επιθετική αποτελεσματικότητα των νικητών και των ηττημένων.

* 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.

Χρόνιες Παθήσεις και Άσκηση Chronic Diseases and Exercise

38. ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΗΣ C-RP ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΦΛΕΓΜΟΝΗΣ ΚΑΙ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ.

**Παπαπαναγιώτου Α., Σωτηρόπουλος Α., Αλεξίου Β., Καλοφούτης Α.
Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών, Αθήνα**

Σκοπός της μελέτης μας ήταν να διερευνηθεί η εάν η C-RP (C-αντιδρώσα πρωτεΐνη) αυξάνεται σε καρδιαγγειακές νόσους ως απάντηση σε παράγοντες που προκαλούν φλεγμονώδεις αντιδράσεις στα αγγεία. Εξετάσθηκαν 102 φυσιολογικά άτομα (46 άρρενες και 56 θήλυες) ηλικίας 34 έως 78 ετών, καθώς και 60 άτομα (39 άρρενες και 21 θήλυες) με αθηροσκληρωτικές αλλοιώσεις σε 1, 2 ή 3 αγγεία, στα οποία μετρήθηκαν η C-RP και η HDL (υψηλής πυκνότητας λιποπρωτεΐνη). Σύμφωνα με τα αποτελέσματά η C-RP δεν σχετίζεται με την ηλικία ($p > 0,05$), ενώ υπήρξε αρνητική συσχέτιση της C-RP με την HDL ($p < 0,05$). Επίσης βρέθηκε ότι υπάρχει θετική συσχέτιση της C-RP με την νόσο των αγγείων ($p < 0,01$). Σύμφωνα με τα αποτελέσματά φαίνεται ότι η C-RP αντανακλά την έκταση των φλεγμονωδών αντιδράσεων στα αθηροσκληρωτικά αγγεία, γεγονός που υποδηλώνει ότι η C-RP είναι δείκτης για την σοβαρότητα και την εξέλιξη της αθηροσκληρωματικής διαδικασίας στα αγγεία.

39. ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΩΝ ΑΣΘΕΝΕΙΩΝ ΣΕ ΜΑΘΗΤΕΣ ΗΛΙΚΙΑΣ 12 ΕΩΣ 16 ΕΤΩΝ.

Λαπούσης Γ., Λαπαρίδης Κ., Πέτσιου Ε., Τοκμακίδης Σ., Μούγιος Β., Μακρυγιάννης Β., Κοντογιάννη Α.

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α. 54006 Θεσσαλονίκη
Γενικό Κρατικό Νοσοκομείο Λάρισας, Βιοχημικό Τμήμα, Λάρισα**

Σκοπός της παρούσας έρευνας, ήταν η εκτίμηση των παραγόντων κινδύνου για την εμφάνιση καρδιαγγειακών ασθενειών μεταξύ των μαθητών. Οι τροποποιήσιμοι παράγοντες κινδύνου που εξετάσθηκαν ήταν η υπερλιπιδαιμία, η υπέρταση, η παχυσαρκία και το χαμηλό επίπεδο φυσικής κατάστασης. Στην έρευνα συμμετείχαν 330 μαθητές, (158 αγόρια και 172 κορίτσια), που προερχόταν από 7 σχολεία αστικών και ημιαστικών περιοχών, ηλικίας 12 έως 16 ετών. Μετρήθηκαν βιοχημικοί δείκτες (χοληστερίνη, τριγλυκερίδια, HDL-C, LDL-C), η αρτηριακή πίεση (συστολική και διαστολική), η Μέγιστη Πρόσληψη Οξυγόνου, (VO_{2max}) και ο Δείκτης Μάζας Σώματος, (Δ.Μ.Σ.). Η κατάσταση και ο διαχωρισμός των ορίων για την ύπαρξη ή μη, παραγόντων κινδύνου στους εξεταζόμενους ήταν: συστολική πίεση > 140 mmHg, διαστολική πίεση > 90 mmHg, LDL-C > 130 mg/dl, χοληστερόλη > 200 mg/dl, Δ.Μ.Σ. > 30 Kgr/m², και VO_{2max} ανάλογα με την ηλικία και το φύλο, σύμφωνα με τις νόρμες της δέσμης Fitnessgaram (CIAR, 1997). Από τα αποτελέσματα συμπεραίνεται ότι ποσοστό 70,5% δεν παρουσιάζει κανένα παράγοντα κινδύνου, ενώ ποσοστό 18,5%, 9,5%, 1,2% και 0,3% έχει από 1 έως 4 παράγοντες κινδύνου αντίστοιχα. Για τους παχύσαρκους το ποσοστό που παρουσίαζαν από 1 έως 4 παράγοντες κινδύνου ήταν 6,3%, 75%, 12,5% και 6,3% αντίστοιχα. Από τα αποτελέσματα επίσης φαίνεται ότι το ποσοστό των ατόμων που είχε επίπεδα χοληστερόλης και LDL-C πάνω από τα επικίνδυνα όρια ήταν 14,2% και 15% αντίστοιχα. Το ποσοστό που είχε διαστολική, συστολική αρτηριακή πίεση, Δ.Μ.Σ και VO_{2max} , πάνω από τα επικίνδυνα όρια ήταν 6,7%, 1,5%, 5,2%, 20,9% αντίστοιχα. Βρέθηκε ότι υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των παχύσαρκων και των μη παχύσαρκων μαθητών, σχετικά με τον αριθμό των παραγόντων κινδύνου που παρουσίαζαν $F_{(1,323)} = 135,08$ $p < 0.000$. Επίσης τα αποτελέσματα έδειξαν ότι μεταξύ των αγοριών και των κοριτσιών δεν υπήρχαν σημαντικές διαφορές στα επίπεδα της χοληστερόλης, της LDL-C και του Δείκτη Μάζας Σώματος, ενώ τα αγόρια είχαν μεγαλύτερη VO_{2max} , και υψηλότερη συστολική και διαστολική αρτηριακή πίεση. Συμπερασματικά αποδεικνύεται η ύπαρξη παραγόντων κινδύνου σε αυτές τις ηλικίες, αλλά και ανάγκη για παρέμβαση με σκοπό την τροποποίηση αυτών των παραγόντων κινδύνου για ΚΑΑ, ιδίως σε παχύσαρκους νέους, στην παιδική και εφηβική 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.

40. ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER Παρίση Ι.Ζ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006, Θεσσαλονίκη

Η νόσος Alzheimer είναι μια εκφυλιστική νόσος του εγκεφάλου. Η προοδευτική καταστροφή των εγκεφαλικών κυττάρων έχει ύπουλη έναρξη με δυσάρεστες συνέπειες, τις ψυχοσωματικές διαταραχές καθώς και επικοινωνιακά και συναισθηματικά προβλήματα. Παρόλα αυτά, μέχρι τα τελευταία στάδια της αρρώστιας, η αρχική κινητική λειτουργία είναι μια ικανότητα των ατόμων με Νόσο Alzheimer, που δε χάνεται. Η άσκηση, με οποιοδήποτε μέσο, είναι σημαντικός παράγοντας για τη διατήρηση των σωματικών και γνωστικών ικανοτήτων για όσο το δυνατόν μεγαλύτερο διάστημα. Παράλληλα, η Χοροθεραπεία είναι μια προσέγγιση εναλλακτικής θεραπείας και ένας ψυχοθεραπευτικός τρόπος χρήσης της κίνησης και του χορού μέσα από μια διαδικασία συναισθηματικής, πνευματικής και σωματικής ολοκλήρωσης του ατόμου. Συνεπώς, παρέχει διεξόδους έκφρασης συναισθημάτων ανοίγοντας παράλληλα το δρόμο της άμεσης ή έμμεσης λεκτικής και μη επικοινωνίας τόσο μεταξύ του θεράποντα ιατρού ή φροντιστή και του ασθενή όσο και μεταξύ της ομάδας των ομοιοπαθούντων ασθενών. Στην παρούσα εισήγηση, θα γίνει λόγος για τη χοροθεραπευτική αντιμετώπιση της νόσου μέσω διαφόρων πιλοτικών προγραμμάτων χοροκίνησης. Τα προγράμματα χοροθεραπείας εφαρμόζονται είτε σε ατομικές είτε σε ομαδικές συνεδρίες κλειστού κύκλου με ενεργή συμμετοχή ή όχι του περιθάλποντα γιατρού. Σκοπός της εργασίας, είναι να αποδειχθεί ότι η επίδραση της χοροθεραπείας στα άτομα που πάσχουν από τη νόσο Alzheimer, είναι μόνο θετική τόσο για τη νευροψυχολογική τους απόδοση όσο και για τη φυσική τους κατάσταση. Ως αποτέλεσμα, μπορεί να βελτιωθεί η νοητική απόδοση και η βραχύχρονη μνήμη των εξασθενημένων ψυχο-γηριατρικών ασθενών. Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι ο ρόλος της Χοροθεραπείας είναι πολύπλευρα θεραπευτικός αλλά και προληπτικός, αφού προστατεύει και από τον κίνδυνο εμφάνισης στην νόσο Alzheimer.

41. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΜΙΑΣ ΕΞΑΜΗΝΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΟ ΝΕΡΟ ΣΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ ΠΑΧΥΣΑΡΚΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ*

Καραμανώλης Ι., Τοκμακίδης Σ., Δούδα Ε.

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να μελετήσει τις μεταβολές της λειτουργικής ικανότητας και απόδοσης υγιών, παχύσαρκων γυναικών, που προκαλούνται μετά την παρέμβαση ενός εξάμηνου συστηματικού προγράμματος άσκησης στο νερό, καθώς και τις μεταβολές που συνεπάγεται η επακόλουθη εξάμηνη αποχή συστηματικής άσκησης στις παραπάνω παραμέτρους. Οχτώ γυναίκες αποτέλεσαν την ομάδα άσκησης ($x \pm SEM$: ηλικία: $35,3 \pm 2,9$ yrs, Μάζα Σώματος: $93,4 \pm 4,4$ kg, BMI: $34,47 \pm 1,5$ kg/m²) και εννέα γυναίκες την ομάδα ελέγχου ($x \pm SEM$: ηλικία: $33,7 \pm 2,8$ yrs, Μάζα Σώματος: $85,9 \pm 4,2$ kg, BMI: $33,83 \pm 1,4$ kg/m²). Το πρόγραμμα συνδυασμού αερόβιας άσκησης και προπόνησης αντιστάσεων, περιελάμβανε ασκησιολόγιο σε πισίνα μέγιστου βάθους 135 cm, με το κεφάλι έξω από το νερό, 4 φορές την εβδομάδα (60 min/συνεδρία), με μέτριες εντάσεις άσκησης (50-80% της HR_{max}). Πριν την έναρξη του προγράμματος, μετά το τέλος της εξάμηνης παρέμβασης, καθώς και μετά την εξάμηνη αποχή συστηματικής φυσικής δραστηριότητας, πραγματοποιήθηκαν μετρήσεις για την εκτίμηση της λειτουργικής ικανότητας και απόδοσης των γυναικών. Το παρεμβατικό πρόγραμμα άσκησης που ακολούθησε η ΟΑ οδήγησε σε σημαντικές βελτιώσεις (από 29,3 μέχρι 63,5%) όλων των παραμέτρων δύναμης (μέγιστη δύναμη, αντοχή στη δύναμη, ολική δύναμη σώματος και τύποι σχετικής δύναμης σώματος). Παρόμοιες βελτιώσεις προέκυψαν και σ' όλους τους παράγοντες των δύο δοκιμασιών λειτουργικής απόδοσης (μέγιστη δοκιμασία στο εργοποδήλατο και περπάτημα 6 λεπτών στο νερό). Η εξάμηνη αποχή άσκησης, συγκριτικά με τα επίπεδα της δεύτερης μέτρησης, οδήγησε σε σημαντικές μειώσεις όλων των παραμέτρων της δύναμης, καθώς και των παραγόντων της μέγιστης δοκιμασίας στο εργοποδήλατο, ενώ βελτιωμένοι παρέμειναν όλοι οι παράγοντες της δοκιμασίας του περπατήματος των 6 λεπτών στο νερό. Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι η συστηματική άσκηση στο νερό μπορεί να αποτελέσει μία αποτελεσματική μέθοδο για τη βελτίωση της λειτουργικής ικανότητας και απόδοσης υγιών,

* 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.

παχύσαρκων γυναικών, με την προϋπόθεση η άσκηση να πραγματοποιείται σε μόνιμη βάση.

* Μελέτη που πραγματοποιήθηκε στα πλαίσια του ΕΠΕΑΕΚ

43. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΟ ΝΕΡΟ ΣΤΗ ΣΥΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ*

Καραμανώλης Ι., Δούδα Ε., Τοκμακίδης Σ.

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εξετάσει την επίδραση ενός συστηματικού, εξαμήνου προγράμματος άσκησης στο νερό, στα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά και τη σύσταση του σώματος ενήλικων, παχύσαρκων γυναικών, καθώς και την επίδραση της εξαμήνου αποχής από κάθε μορφή συστηματικής άσκησης. Το σύνολο των γυναικών χωρίστηκε τυχαία στην ομάδα άσκησης (ΟΑ), (n=8, $\bar{x} \pm \text{SEM}$: ηλικία: $35,3 \pm 2,9$ yrs, Μάζα Σώματος: $93,4 \pm 4,4$ kg, BMI: $34,47 \pm 1,5$ kg/m²) και την ομάδα ελέγχου (ΟΕ), (n=9, $\bar{x} \pm \text{SEM}$: ηλικία: $33,7 \pm 2,8$ yrs, Μάζα Σώματος: $85,9 \pm 4,2$ kg, BMI: $33,83 \pm 1,4$ kg/m²). Το πρόγραμμα περιελάμβανε κινητικές δραστηριότητες σε πισίνα, που συνδυάζε αερόβια άσκηση και προπόνηση αντιστάσεων (60 min/συνεδρία άσκησης), 4 φορές την εβδομάδα (~215 min/wk), με μέτριες εντάσεις άσκησης (50-80% της HR_{max}). Μετρήσεις πραγματοποιήθηκαν πριν την έναρξη του προγράμματος, μετά το τέλος της εξαμήνου παρέμβασης, καθώς και μετά την εξαμήνου αποχή. Η παρέμβαση της συστηματικής άσκησης στην ΟΑ συνέβαλλε αποφασιστικά σε σημαντικές μειώσεις ($P < 0,05$) στο βάρος σώματος (8,2 kg ή 8,8%), στο BMI (3 kg/m² ή 8,7%), στην επιφάνεια σώματος (0,07 m² ή 3,7%), στο ποσοστό σωματικού λίπους (1,6%), στη μάζα σωματικού λίπους (5,2 kg ή 12%), στην άλιπη σωματική μάζα (3,1 kg ή 6,1%), στην περιφέρεια μέσης (5,2 cm ή 5,4%) και στα αθροίσματα των εννέα δερματοπτυχών (36 mm ή 14%) και των εννέα περιφερειών (17 cm ή 3%). Μετά την εξαμήνου αποχή, αυξήθηκαν σημαντικά σε σχέση με τη δεύτερη μέτρηση, η μάζα σώματος (5 kg ή 5,9%), η επιφάνεια σώματος (0,05 m² ή 2,6%), ο BMI (1,8 kg/m² ή 5,7%), το ποσοστό σωματικού λίπους (1%), η μάζα σωματικού λίπους (3,2 kg ή 8,5%), η άλιπη μάζα σώματος (1,9 kg ή 4%), η περιφέρεια μέσης (4,2 cm ή 4,6%) και το άθροισμα των εννέα δερματοπτυχών (13 mm ή 5,8%). Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας ενισχύουν την πεποίθηση ότι η συστηματική άσκηση στο νερό μπορεί να αποτελέσει μία βελτιωμένη θεραπευτική στρατηγική για την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, η οποία όμως θα πρέπει να πραγματοποιείται σε μακροχρόνια βάση.

* Μελέτη που πραγματοποιήθηκε στα πλαίσια του ΕΠΕΑΕΚ

Ειδικά Θέματα Προπονητικής **Specific training topics**

44. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΗΣ ΔΕΣΜΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ "HEIDELBERGER BASKETBALL TEST" ΣΕ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Γεροδήμος Β., Κωνσταντόπουλος Ι., Πέρκος Σ., Χαρμπαλής Θ.

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

Σκοπός της μελέτης ήταν ο έλεγχος της αξιοπιστίας επιλεγμένων δοκιμασιών που περιλαμβάνονται στη δέσμη δοκιμασιών "Heidelberg Basketball Test" σε καλαθοσφαιριστές παιδικής ηλικίας.

* 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.

Στη μελέτη συμμετείχαν εθελοντικά 20 καλαθοσφαιριστές ηλικίας $10,2 \pm 0,8$ ετών (σωματική μάζα: $41,3 \pm 6$ kg, ανάστημα: $1,5 \pm 0,6$ m). Οι δοκιμασίες που επιλέχθηκαν ήταν αυτές που είχαν σχέση με βασικές δεξιότητες του αθλήματος της καλαθοσφαίρισης. Πιο αναλυτικά, οι καλαθοσφαιριστές αξιολογήθηκαν στη διείσδυση, στο σουτ, στην ντρίμπλα, στην πάσα, στα αμυντικά γλιστρήματα και στο ριβότ. Η αξιολόγηση έγινε 2 φορές σε διάστημα 5 ημερών και ακολουθήθηκε ακριβώς η ίδια διαδικασία και στις 2 αξιολογήσεις (π.χ. προθέρμανση, σειρά

Δοκιμασίες		2 ^η	ICC
Διείσδυση (σύν. προσπ.)	$8,65 \pm 0,88$	$8,50 \pm ,95$,85
Διείσδυση (έγκ. προσπ.)	$4,70 \pm 2,58$	$5,25 \pm 3,37$,82
Σουτ (σύν. προσπ.)	$8,50 \pm 0,51$	$8,15 \pm ,37$,31
Σουτ (έγκ. προσπ.)	$2,60 \pm 1,47$	$2,55 \pm 1,40$,69
Ντρίμπλα (s)	$9,68 \pm 1,37$	$9,41 \pm 1,21$,74
Πάσα (σύν. προσπ.)	$13,25 \pm 1,77$	$14,05 \pm 2,14$,69
Πάσα (έγκ. προσπ.)	$12,90 \pm 1,83$	$13,95 \pm 2,21$,69
Αμυντικά γλιστρήματα(m)	$14,30 \pm 1,75$	$14,80 \pm 1,64$,56
Ριβότ (προσπάθειες)	$48,15 \pm 8,00$	$55,20 \pm 10,27$,59

εκτέλεσης των δοκιμασιών, διαλείμματα κ.α.). Για τον έλεγχο της αξιοπιστίας των δοκιμασιών χρησιμοποιήθηκε η Test - Retest Reliability Analysis. Στον πίνακα που ακολουθεί φαίνεται η επίδοση των καλαθοσφαιριστών ανά δοκιμασία και μέτρηση καθώς και ο βαθμός αξιοπιστίας ανά δοκιμασία. Παρατηρούμε ότι με εξαίρεση τη διείσδυση και την ντρίμπλα που παρουσιάζουν υψηλή αξιοπιστία όλες οι άλλες δοκιμασίες παρουσιάζουν μια μέτρια αξιοπιστία. Οι προπονητές που θέλουν να χρησιμοποιήσουν τη δέσμη δοκιμασιών "Heidelberger Basketball Test" σε αυτές τις ηλικίες πρέπει να είναι πολύ προσεκτικοί στην ερμηνεία των αποτελεσμάτων.

45. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΡΙΩΝ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ ΔΙΑΛΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΣΕ ΗΜΙ-ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ.

Ισχυρλίδης Ι., Νικολαΐδης Κ.

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η επίδραση τριών διαφορετικών ειδών διαλλειματικής προπόνησης σε μεταβολικούς δείκτες αξιολόγησης της φυσικής κατάστασης σε ημι-επαγγελματίες ποδοσφαιριστές. Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 12 αθλητές (ηλικίας $16,8 \pm 2,4$ χρόνια, σωματικού βάρους $64,2 \pm 8,7$ kg, ύψους $1,72 \pm 0,9$ m και ποσοστό λίπους $11,2 \pm 1,9\%$), οι οποίοι μετά από μια μέγιστη δοκιμασία της αερόβιας ικανότητας (VO_2max) σε εργοδιάδρομο, πραγματοποίησαν άλλα τρία τεστ σε δρομικές ταχύτητες που αντιστοιχούσαν στο 100% της Μέγιστης Αερόβιας Ταχύτητας (M.A.T.) κατά τον ακόλουθο τρόπο: α) 20" εργασία – 20" διάλειμμα, β) 60" εργασία - 60" διάλειμμα, γ) 3 min εργασία – 3 min διάλειμμα, με συνολικό χρόνο εργασίας 12 λεπτών. Οι μεταβολικοί δείκτες που αξιολογήθηκαν ήταν: η κατανάλωση O_2 , η καρδιακή συχνότητα και οι τιμές του γαλακτικού οξέος. Για τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS (repeated measures). Τα αποτελέσματα των μετρήσεων κατά τη διάρκεια των 3 λεπτών εργασίας, η τιμές του O_2 , του γαλακτικού και της καρδιακής συχνότητας, παρουσίασαν σημαντικές διαφοροποιήσεις σε σχέση με τα 20" εργασίας και τα 60" εργασίας ($p < 0,05$). Επιπλέον σημαντικές διαφοροποιήσεις παρουσίασαν οι τιμές του γαλακτικού οξέος στα 60" εργασίας σε σχέση με τα 20" εργασίας ($p < 0,05$). Από τα παραπάνω αποτελέσματα γίνεται φανερό ότι η χρονική διάρκεια της άσκησης σε σχέση με την ένταση της προπόνησης (100%, M.A.T.) ενεργεί διαφορετικά ενεργειακά συστήματα (μεικτό: αερόβιος – αναερόβιος μηχανισμός και αναερόβια γαλακτική), γεγονός που επιφέρει σημαντικές διαφοροποιήσεις στις προσαρμογές της άσκησης.

47. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΗΣ ΔΕΣΜΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ "HEIDELBERGER BASKETBALL TEST" ΣΕ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

* 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.

**Κωνσταντόπουλος Ι., Γεροδήμος Β., Πέρκος Σ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα**

Σκοπός της μελέτης ήταν ο έλεγχος της αξιοπιστίας επιλεγμένων δοκιμασιών που περιλαμβάνονται στη δέσμη δοκιμασιών "Heidelberger Basketball Test" σε καλαθοσφαιριστές εφηβικής ηλικίας.

Στη μελέτη συμμετείχαν εθελοντικά 20 καλαθοσφαιριστές ηλικίας $14,3 \pm 0,4$ ετών (σωματική μάζα: $71,6 \pm 10$ kg, ανάστημα: $1,8 \pm 0,7$ m). Οι δοκιμασίες που επιλέχθηκαν ήταν αυτές που είχαν σχέση με βασικές δεξιότητες του αθλήματος της καλαθοσφαίρισης. Πιο αναλυτικά, οι καλαθοσφαιριστές αξιολογήθηκαν στη διείσδυση, στο σουτ, στην ντρίμπλα, στην πάσα, στα αμυντικά γλιστρήματα και στο ρίνοτ. Η αξιολόγηση έγινε 2 φορές σε διάστημα 5 ημερών και ακολουθήθηκε ακριβώς η ίδια διαδικασία και στις 2 αξιολογήσεις (π.χ. προθέρμανση, σειρά εκτέλεσης των δοκιμασιών, διαλείμματα κ.α.). Για τον έλεγχο της αξιοπιστίας των δοκιμασιών

Δοκιμασίες		2 ^η	ICC
Διείσδυση (σύν. προσπ.)	$11,75 \pm 1,48$	$11,25 \pm 1,45$,38
Διείσδυση (έγκ. προσπ.)	$10,35 \pm 1,57$	$10,50 \pm 2,07$,53
Σουτ (σύν. προσπ.)	$10,30 \pm 1,46$	$10,20 \pm 1,64$,75
Σουτ (έγκ. προσπ.)	$4,95 \pm 2,65$	$5,00 \pm 2,03$,51
Ντρίμπλα (s)	$7,50 \pm 9,7$	$7,23 \pm 9,3$,81
Πάσα (σύν. προσπ.)	$19,30 \pm 1,84$	$20,10 \pm 2,00$,65
Πάσα (έγκ. προσπ.)	$18,80 \pm 1,77$	$19,70 \pm 1,95$,65
Αμυντικά γλιστρήματα(m)	$16,40 \pm 1,23$	$16,50 \pm 1,28$,94
Ρίνοτ (προσπάθειες)	$54,30 \pm 10,34$	$59,10 \pm 10,44$,69

χρησιμοποιήθηκε η Test - Retest Reliability Analysis. Στον πίνακα που ακολουθεί φαίνεται η επίδοση των καλαθοσφαιριστών ανά δοκιμασία και μέτρηση καθώς και ο βαθμός αξιοπιστίας ανά δοκιμασία.

Παρατηρούμε ότι με εξαίρεση την ντρίμπλα και τα αμυντικά γλιστρήματα που παρουσιάζουν υψηλή αξιοπιστία όλες οι άλλες δοκιμασίες παρουσιάζουν μια μέτρια αξιοπιστία. Οι προπονητές που θέλουν να χρησιμοποιήσουν τη δέσμη δοκιμασιών "Heidelberger Basketball Test" σε αυτές τις ηλικίες πρέπει να είναι πολύ προσεκτικοί στην ερμηνεία των αποτελεσμάτων.

49. ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΓΩΝΩΝ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

**Μάγγου Χ., Παπαθανασίου Ι., Μάντης Κ., Αντωνίου Π., Μάλλιου Π.
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006, Θεσσαλονίκη
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100, Κομοτηνή**

Σκοπός της έρευνας ήταν να αναλύσει και να αξιολογήσει την τακτική σε αγώνες επιτραπέζιας αντισφαίρισης ανδρών της Α1 Εθνικής Κατηγορίας. Το δείγμα αποτέλεσαν επτά ομάδες της Α1 Εθνικής. Στην κάθε ομάδα συμμετείχαν τρεις άνδρες όλων των ηλικιών. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν δύο βιντεοκάμερες. Καταγράφηκαν συνολικά έξι συναντήσεις, 22 αγώνες μονού, 50 σετ, 1.932 πόντοι. Εφαρμόστηκε ένα πρόγραμμα συστηματικής παρακολούθησης και στατιστικής ανάλυσης των χαρακτηριστικών των αγώνων. Το πρόγραμμα περιείχε ένα φύλλο αξιολόγησης για όλα τα χτυπήματα και τις παραμέτρους που επρόκειτο να εξετασθούν. Με τη βοήθεια του φύλλου αυτού παρατηρήθηκαν και αξιολογήθηκαν το σέρβις (είδος, κατεύθυνση), το κτύπημα με το οποίο τελείωνε ο κάθε πόντος, εάν ο σερβίρων κέρδιζε ή έχανε τον πόντο και κατά πόσο η κατάκτηση του πόντου οφειλόταν σε νικητήριο κτύπημα του παίκτη ή σε λάθος του αντιπάλου. Η ανάλυση συχνοτήτων που εφαρμόστηκε, παρείχε σημαντικά στοιχεία για τον εντοπισμό παραγόντων της τακτικής, οι οποίοι καθόρισαν την έκβαση των πόντων. Το σέρβις αποδεικνύεται το πιο σημαντικό κτύπημα, αφού άμεσα από αυτό κατακτήθηκαν 356 πόντοι, δηλ. το 18,4% των συνολικών πόντων. Αυτό αποδεικνύεται και από το γεγονός ότι οι παίκτες που είχαν την κατοχή του σέρβις κατέκτησαν συνολικά το 53,6% των πόντων, ενώ αυτοί που υποδέχονταν, το 43,5%. Το είδος του σέρβις που χρησιμοποιήθηκε πιο συχνά ήταν το μακρύ διαγώνιο (32,3%). Με ποσοστό 14,4% ακολουθεί το κοντό σέρβις στο

* 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.

κέντρο του τραπέζιου. Ο μεγαλύτερος αριθμός των πόντων που παίχτηκαν (73,3%) αποτελούνταν από μία έως πέντε εναλλαγές.

50. Ο ΣΥΣΧΕΤΙΣΜΟΣ ΣΥΝΟΛΙΚΩΝ ΤΕΛΙΚΩΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΩΝ, ΔΙΠΟΝΤΩΝ ΚΑΙ ΤΡΙΠΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΜΠΑΣΚΕΤ ΤΗΝ ΔΕΚΑΕΤΙΑ 1995-2000

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 ο συσχετισμός των δίποντων, τρίποντων και συνολικών προσπαθειών σε αγώνες επίσημων Ευρωπαϊκών διοργανώσεων την δεκαετία 1995-2005. Σε αυτήν την έρευνα χρησιμοποιήθηκαν στατιστικά στοιχεία αγώνων κανονικής σεζόν και πλέι-οφς, των κυριότερων Ευρωπαϊκών εθνικών πρωταθλημάτων (Ελληνικό πρωτάθλημα – ΕΣΑΚΕ, Ιταλικό πρωτάθλημα – Liga, Ισπανικό πρωτάθλημα – ACB) ως και την μεγαλύτερη Ευρωπαϊκή διοργάνωση επαγγελματικών ομάδων (FIBA & ULEB Euroleague). Στη δεκαετία αυτή παρατηρήθηκε μία γενική τάση μείωσης των δίποντων προσπαθειών ανά αγώνα ενώ υπήρξε εντυπωσιακή αύξηση τρίποντων προσπαθειών. Αξιοσημείωτο ήταν πως την σεζόν 2000-2001, υπήρξε μια διαφοροποίηση της μέχρι τότε τάσης πλην όμως η άνοδος ήταν προσωρινή και μέσα στην επόμενη πενταετία η μέχρι τότε τάση συνεχίστηκε. Συμπερασματικά καταλήγουμε ότι στην δεκαετία 1995-2005 υπάρχει μία γενική τάση στην αύξηση τρίποντων προσπαθειών και μείωση δίποντων προσπαθειών.

Οργάνωση και Διοίκηση του Αθλητισμού Sports Management

51. ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ: ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ Γκρικού Μ.

Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 17237 Αθήνα

Σκοπός της εργασίας είναι να περιγράψει την έννοια της επαγγελματικής ανάπτυξης και τη μορφή με την οποία την εντοπίζουμε στο χώρο των εκπαιδευτικών και ιδιαίτερα των καθηγητών Φυσικής Αγωγής. Για το σκοπό αυτό, μελετήθηκαν μέσα από τη διεθνή αλλά και την ελληνική βιβλιογραφία, οι τρόποι και οι δυνατότητες εφαρμογής της καθώς και η σημασία που της αποδίδεται. Επίσης, καταγράφηκε η εμπειρία των εκπαιδευτικών από τη συμμετοχή τους σε προγράμματα ανάπτυξης και η επακόλουθη αξιολόγησή τους, ενώ ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι προτάσεις βελτίωσης που καταθέτουν. Στις προτάσεις αυτές συγκαταλέγονται η σωστή και υπεύθυνη ενημέρωση για την αξία της επαγγελματικής βελτίωσης, η υλοποίηση των δράσεων από καταρτισμένους συναδέλφους, η αξιοποίηση της εμπειρίας των ίδιων των εκπαιδευτικών αλλά και η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων. Η μελέτη κατέδειξε ότι η επαγγελματική ανάπτυξη των εκπαιδευτικών αν και προβλέπεται από τον εκπαιδευτικό σχεδιασμό, όμως δεν συνοδεύεται και από τον κατάλληλο προγραμματισμό. Αποτέλεσμα είναι τα ουσιαστικά οφέλη που αναμένονται από ένα πρόγραμμα δράσης να μην επιτυγχάνονται αλλά να παρατηρείται μια ασυνέχεια θεωρίας και πράξης. Το συμπέρασμα που προβαίνουμε επισημαίνει ότι η διαδικασία επαγγελματικής ανάπτυξης είναι συνεχής και κρίνεται απαραίτητη για την αναδιοργάνωση του τρόπου διδασκαλίας και την ποιοτική αναβάθμιση της παιδείας. Επιπλέον, εκτός από τον υπεύθυνο και φιλόδοξο εκπαιδευτικό σχεδιασμό απαραίτητη είναι η προσωπική βούληση του κάθε εκπαιδευτικού για προσωπική βελτίωση και αύξηση του ανθρώπινου κεφαλαίου του.

52. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Αθανασίου Ν., Μάρκου Κ., Ταξιλάκης Κ.

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

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

* 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 παρούσα έρευνα σχεδιάστηκε για να διερευνήσει την αποτελεσματικότητα της δομής του Αναπτυξιακού προγράμματος της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης. Στην έρευνα συμμετείχαν 52 διοικητικοί παράγοντες της Ε.Ο.Κ., 174 προπονητές Καλαθοσφαίρισης, οι οποίοι εργάστηκαν για το Αναπτυξιακό πρόγραμμα και τις Εθνικές ομάδες της Ε.Ο.Κ. και 167 προπονητές όλων των Εθνικών κατηγοριών οι οποίοι δεν εργάστηκαν ποτέ για την Ε.Ο.Κ. Για τις μετρήσεις οργανωτικής αποτελεσματικότητας έγινε χρήση του ερωτηματολογίου της αποτελεσματικότητας των Ελληνικών Αθλητικών Ομοσπονδιών (Papadimitriou, 1995). Το ερωτηματολόγιο αυτό προσαρμοσμένο στο αναπτυξιακό πρόγραμμα της Ε.Ο.Κ., αποτελείται από 30 δείκτες αποτελεσματικότητας, που σχετίζονται με πέντε παράγοντες: α) ικανότητες του Δ.Σ. και εξωτερικές σχέσεις της ομοσπονδίας, β) οργανωτικός προγραμματισμός γ) ικανοποίηση των αθλητών, δ) εσωτερικές διαδικασίες και ε) επιστημονική υποστήριξη του αθλήματος. Η έρευνα επιβεβαιώνει την πολυδιαστατική έννοια της οργανωτικής αποτελεσματικότητας, καθώς υπήρχαν στατιστικές διαφορές αντιλήψεων και στους πέντε παράγοντες μεταξύ των διοικητικών μελών της Ε.Ο.Κ. και των δύο διαφορετικών ομάδων των προπονητών καλαθοσφαίρισης. Η διαχείριση της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης χρειάζεται την υιοθέτηση πολλαπλών στρατηγικών, οι οποίες συνδέονται με τα ικανοποιητικά αποτελέσματα διαφόρων οργανωτικών πλευρών και των συστατικών της ομάδων. Καταγραφή και διερμηνεία των ζητημάτων που προκύπτουν από τις αξιολογήσεις των κύριων δικαιούχων του αναπτυξιακού προγράμματος, αποτελούν ουσιαστικά μέσα για την αναγνώριση της αποδοτικότητας της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης, αλλά και την επίτευξη αποτελεσμάτων υψηλών επιδόσεων των νέων αθλητών.

53. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΦΙΛΑΘΛΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΝΤΙΠΕΡΙΣΗΣ (Ε.Ο.Φ.Σ.Α.).

¹Κούτρου, Ν., ¹Θεοδωράκης, Ν., ¹Βαϊλάκης, Ζ., ²Παπαδημητρίου, Δ.

¹Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, ΤΕΦΑΑ Σερρών

²Πανεπιστήμιο Πατρών

Ο ορισμός και η μέτρηση της αποτελεσματικότητας ενός αθλητικού οργανισμού προσελκύει σημαντικό ερευνητικό ενδιαφέρον στην οργανωτική θεωρία. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να προσδιορίσει το επίπεδο οργανωτικής αποτελεσματικότητας της Ελληνικής ομοσπονδίας Αντιπερίσης, εξετάζοντας τη δυνατότητα εφαρμογής του μοντέλου των πολλαπλών εταιρικών συμφερόντων. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 160 μέλη (άνδρες, 53,8%, γυναίκες 45,6%) της ομοσπονδίας (αθλητές/τριες, διαιτητές, κριτές, διοικητικοί παράγοντες, προπονητές, εργαζόμενοι), ηλικίας 18-60 ετών. Για τις μετρήσεις της οργανωτικής αποτελεσματικότητας χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο της Οργανωτικής Αποτελεσματικότητας των Ελληνικών Ομοσπονδιών - Ο.Α.Ε.Ο. (Papadimitriou, 1995), που περιλαμβάνει 5 παράγοντες. Η εσωτερική συνοχή των ερωτημάτων για τον κάθε παράγοντα ήταν: Εσωτερικές Διαδικασίες Ομοσπονδίας (.88), Διοικητικό Συμβούλιο και Εξωτερικές Σχέσεις Ομοσπονδίας (.96), Οργανωτικός Προγραμματισμός (.88), Τεχνική και Επιστημονική Κάλυψη (.81) και Ικανοποίηση Αθλητών (.89). Από τις απαντήσεις των μελών της Ομοσπονδίας προκύπτει ότι οι αντιλήψεις τους για την αποτελεσματικότητα της Ομοσπονδίας, ήταν μάλλον μέτριες και κυμάνθηκαν από 3.69 για την Τεχνική και Επιστημονική Κάλυψη ως 4.09 για τον παράγοντα Εσωτερικές Διαδικασίες Ομοσπονδίας. Τα αποτελέσματα της έρευνας μπορούν να βοηθήσουν τη Διοίκηση της Ομοσπονδίας να επικεντρώσει στην ανάπτυξη συγκεκριμένων πολιτικών και στρατηγικών αντιμετώπισης προβλημάτων που σχετίζονται με το άθλημα, το προσωπικό, και τις σχέσεις της με το εξωτερικό περιβάλλον.

55. ΤΟ ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΩΝ ΦΙΛΑΘΛΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ (ΣΤΗ ΒΟΡΕΙΑ ΕΛΛΑΔΑ)

Μπαχάρογλου Π., Δουλδούρη Μ., Τσίτσαρη Ε., Τσίτσαρης Γ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69 100 Κομοτηνή

Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν να μελετήσει το δημογραφικό προφίλ των φιλάθλων που παρακολουθούν αγώνες σε εγκαταστάσεις καλαθοσφαίρισης της Βορείου Ελλάδος. Το δείγμα

* 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 έρευνας αποτέλεσε ένα μέρος των φίλαθλων (500) που παρακολούθησαν δέκα αγώνες καλαθοσφαίρισης της Α1 Εθνικής Κατηγορίας κατά τους μήνες Ιανουάριο και Φεβρουάριο του 2005. Για την κάθε αθλητική εγκατάσταση που μελετήθηκε επιλέχθηκαν δύο αγώνες προκειμένου να συλλεχθεί ο επιθυμητός αριθμός των 100 ερωτηματολογίων από κάθε μία. Οι ερευνητές επέλεξαν τα 10 αυτά παιχνίδια χρησιμοποιώντας έναν πίνακα τυχαίων αριθμών και επιλέγοντας τα παιχνίδια εκείνα τα οποία ταίριαζαν με την ακολουθία των αριθμών που είχε επιλεγεί. Προκειμένου να συλλεχθούν τυχαία τα άτομα του δείγματος σε κάθε αγώνα, οι ερευνητές προμηθεύονταν ένα διάγραμμα των θέσεων του κάθε γηπέδου όπου τα παιχνίδια θα διεξάγονταν. Επιλέγονταν 50 θέσεις των φίλαθλων της γηπεδούχου ομάδας πριν από τον κάθε αγώνα χρησιμοποιώντας και πάλι έναν πίνακα τυχαίων αριθμών και ξεχώριζαν τις θέσεις εκείνες που είχαν τυχαία επιλεγεί. Χρησιμοποιήθηκε το όργανο αξιολόγησης του Choo, 1998 και συγκεκριμένα το τμήμα συλλογής των δημογραφικών χαρακτηριστικών. Από την Περιγραφική Ανάλυση που πραγματοποιήθηκε προέκυψε ότι στο σύνολό τους οι φίλαθλοι ήταν άντρες (75,6%), ηλικίας 20-29 ετών (40,6%), ανύπαντροι (60,2%), με σχετικά χαμηλό μηνιαίο εισόδημα (μέχρι 500euros), απόφοιτοι –επί το πλείστον- λυκείου (40,4%) και Πανεπιστημίου (25,8%). Στο μεγαλύτερο ποσοστό τους οι απαντητές δήλωσαν ότι παρακολουθούν αγώνες μόνο σε συγκεκριμένα γήπεδα (52%) ενώ το 43,2% δήλωσαν ότι σκόπευαν να παρακολουθήσουν πάνω από οκτώ αγώνες καλαθοσφαίρισης τη συγκεκριμένη χρονιά. Ένα αρκετά μεγάλο ποσοστό (43,4%) δήλωσαν, επίσης, ότι πήγαιναν σε αγώνες καλαθοσφαίρισης πάνω από πέντε χρόνια. Οι φίλαθλοι αυτοί παρακολουθούν αγώνες στις συγκεκριμένες εγκαταστάσεις λόγω του ότι αφενός τους αρέσει η καλαθοσφαίριση ως άθλημα και αφετέρου είναι φίλαθλοι των συγκεκριμένων ομάδων (51% αντίστοιχα). Τέλος, οι συγκεκριμένοι φίλαθλοι προσέρχονται στις εγκαταστάσεις κυρίως με το δικό τους μέσο (54,6%) και όχι με κάποιο άλλο (φίλου, μέσο μαζικής μεταφοράς ή με τα πόδια). Τα αποτελέσματα αυτά, αν και δε συμφωνούν απόλυτα με αντίστοιχα παλαιότερων μελετών (Τσιτοκαρη, Κώστα, Τζέτζης & Κιουμουρτζόγλου, 2003; Caskey & Delpy, 1999; Milne & McDonald, 1999), πρέπει να αξιολογηθούν από τις συγκεκριμένες αθλητικές εγκαταστάσεις και να χρησιμοποιηθούν προκειμένου να προσαρμόσουν ή να δημιουργήσουν υπηρεσίες σχετικές με τις ανάγκες των πελατών τους.

57. Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΧΟΡΗΓΙΑΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΠΟΥ ΘΕΤΕΙ Ο ΧΟΡΗΓΟΣ

Χρίστου Ι., Πολεμίτης Α., Καρτακούλλης Ν.

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

ΑΛ. ΠΟΛ Αθλητική Συμβουλευτική ΛΤΔ., Λευκωσία, Κύπρος

Center for Leisure, Tourism and Sports Research and Development. Intercollege, Nicosia, Cyprus

Συχνά τίθεται το ερώτημα κατά πόσο η χορηγία αθλητικών δραστηριοτήτων αποτελεί έναν αποτελεσματικό τρόπο διαφήμισης και επίτευξης των στόχων επικοινωνίας της εταιρίας-χορηγού. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η μελέτη της αποτελεσματικότητας της αθλητικής χορηγίας, μέσω της ανασκόπησης της βιβλιογραφίας. Η αποτελεσματικότητα της χορηγίας σε σχέση με τους στόχους που θέτει ο χορηγός μπορεί να διαπιστωθεί με την αξιολόγηση μιας σειράς παραγόντων μεταξύ των οποίων είναι και οι εξής: 1) το ποσοστό της αυθόρμητης "αναγνωρισιμότητας" της εταιρίας χορηγού και των προϊόντων της από την αγορά-στόχο (τους φίλαθλους), 2) η γενική στάση των φίλαθλων απέναντι στο θεσμό της χορηγίας, 3) την πρόθεση αγοράς των προϊόντων του χορηγούμενου οργανισμού (προϊόντα licensing), 4) η αντιλαμβανόμενη εικόνα της εταιρείας – χορηγού και 5) τα δημογραφικά χαρακτηριστικά της αγοράς – στόχου. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα των ερευνών πολλοί ερευνητές αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητα της αθλητικής χορηγίας και κατ' επέκταση την επίτευξη των στόχων επικοινωνίας που θέτουν οι εταιρείες-χορηγοί. Α) Αύξηση Δημοτικότητας: υπάρχει σωστή αναγνώριση των χορηγών από τους θεατές ανεξαρτήτως δημογραφικών χαρακτηριστικών. Β) Δημιουργία εικόνας: η χορηγία συμβάλει αποτελεσματικά στη δημιουργία "εικόνας", στην αναγνώριση του σήματος της εταιρείας. Η χορηγία συνδέει με θετικούς συνειρμούς το προϊόν με το χορηγούμενο γεγονός το οποίο ήδη ο θεατής-καταναλωτής εκτιμάει και παρακολουθεί. Γ) Αύξηση πωλήσεων-κέρδους: μεγάλη αύξηση πωλήσεων του διαφημιζόμενου προϊόντος και κατά συνέπεια αύξηση των εσόδων-κέρδους της εταιρίας χορηγού. Κατά συνέπεια οι εταιρείες

* 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.

χρησιμοποιώντας τις αθλητικές χορηγίες βρίσκουν στον κόσμο των σπορ διόδους επικοινωνίας και διαφήμισης για να φτάσουν στον καταναλωτή και να αυξήσουν τα έσοδα τους.

Προσχολική Ηλικία Preschool Age

58. ΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΤΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΙΚΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Τσαπακίδου Α., Ράπτης Γ.

Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας, Παιδαγωγική Σχολή, Τμήμα Νηπιαγωγών, 58100 Φλώρινα

Στην παρούσα έρευνα διερευνάται το επίπεδο στατικής και δυναμικής ισορροπίας παιδιών προσχολικής ηλικίας και οι διαφορές των ικανοτήτων ισορροπίας που μπορεί να υπάρχουν ανάλογα με το φύλο. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε έξι νηπιαγωγεία της Φλώρινας. Το δείγμα της αποτέλεσαν 88 νήπια. Για τις ανάγκες της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η δοκιμασία «Motor Skills Inventory» των Werder & Bruininks (1988) και στατιστικές τεχνικές περιγραφικού χαρακτήρα. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως ποσοστό 73,9% των παιδιών βρίσκεται στο δεύτερο στάδιο για τα κριτήρια της στατικής ισορροπίας, ενώ 71,6% και 77,3% των παιδιών βρίσκεται στο στοιχειώδες στάδιο για τα δυο κριτήρια της δυναμικής ισορροπίας. Κατά την εκτέλεση των ασκήσεων δυναμικής ισορροπίας ποσοστό 18,2% για την πρώτη άσκηση και 14,7% για τη δεύτερη άσκηση έφτασε στο ώριμο στάδιο. Τα ποσοστά των αγοριών και κοριτσιών ήταν: για το αρχικό στάδιο της στατικής ισορροπίας 26,8% και 25,5%, για το στοιχειώδες στάδιο 73,2% και 74,5% αντίστοιχα. Τέλος, στη δυναμική ισορροπία έχουν κατακτήσει το ώριμο στάδιο το 14,6% και 12,2% των αγοριών και το 21,3% και 17,0% των κοριτσιών (πρώτη και δεύτερη άσκηση). Συμπεραίνεται πως η συντριπτική πλειοψηφία των νηπίων βρίσκεται στο στοιχειώδες στάδιο όσον αφορά στην ικανότητα της ισορροπίας, στη στατική ισορροπία οι διαφορές αγοριών και κοριτσιών είναι πολύ μικρές και στη δυναμική ισορροπία τα κορίτσια έχουν ένα μικρό προβάδισμα σε σχέση με τα αγόρια.

59. ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΜΕΤΡΗΣΕΩΝ ΤΗΣ ΔΕΣΜΗΣ «ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ – ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ»

Βενετσάνου Φ., Καμπάς Α., Σερμπέζης Β., Ταξιλδάρης Κ., Αγγελούσης Ν.

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι ο πιλοτικός έλεγχος αξιοπιστίας επαναλαμβανόμενων μετρήσεων (test-retest reliability) της δέσμης Democritus –Psychomotor Assessment Tool for Preschool Children (PAT-PRE). Το δείγμα αποτέλεσαν 60 παιδιά (37 αγόρια και 23 κορίτσια) ηλικίας 48-71 μηνών από την Πελοπόννησο (Μ.Ο.=60,65, Τ.Α.=6.64 μήνες) που εξετάστηκαν δυο φορές με τη δέσμη PAT-PRE, από τον ίδιο εξεταστή. Μεταξύ των δυο μετρήσεων μεσολάβησε διάστημα 5-7 ημερών. Για τον έλεγχο της αξιοπιστίας υπολογίστηκε ο intra-class συντελεστής συσχέτισης μεταξύ των συνολικών σκορ των παιδιών στις δυο μετρήσεις. Από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ότι η τιμή του intra-class συντελεστή ήταν $r=.924$ ($p<.001$), τιμή που θεωρείται υψηλή. Συμπεραίνεται ότι η δέσμη PAT-PRE μπορεί να παράσχει αξιόπιστα αποτελέσματα, στις περιπτώσεις όπου ο ερευνητικός σχεδιασμός προβλέπει επαναλαμβανόμενες μετρήσεις. Περαιτέρω έρευνα χρειάζεται για τον έλεγχο των υπόλοιπων κριτηρίων αξιοπιστίας, έτσι ώστε να υποστηριχτεί η τεχνική καταλληλότητα της δέσμης, της οποίας τα χαρακτηριστικά (μικρή διάρκεια εφαρμογής, χαμηλό κόστος κατασκευής, τεστ με παιγνιώδη μορφή) την καθιστούν ως ένα ιδιαίτερα ελκυστικό και λειτουργικό εργαλείο για την αξιολόγηση των παιδιών προσχολικής ηλικίας.

60. ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΩΝ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

* 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.

**Τρεύλας Ε., Μπακλέ Η., Ντελή Ε., Τύμπα Ε., Ζαχοπούλου Ε.
ΑΤΕΙ Θεσ/νίκης, Τμήμα Βρεφονηπιοκομίας, 57400 Σίνδος, Θεσσαλονίκη
1^{ος} Δημοτικός Παιδικός Σταθμός Καλαμαριάς, 55132 Καλαμαριά, Θεσσαλονίκη
3^{ος} Δημοτικός Παιδικός Σταθμός Καλαμαριάς, 55132 Καλαμαριά, Θεσσαλονίκη**

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να καταγραφούν εμπειρίες και εντυπώσεις εκπαιδευτικών προσχολικής αγωγής μετά την εφαρμογή του προγράμματος Φυσικής Αγωγής 'Early Steps' (Ευρωπαϊκή Ένωση, Πρόγραμμα Σωκράτης, Δράση Comenius 2.1). Στόχος αυτού του προγράμματος ήταν η γνωριμία των παιδιών με τον υγιεινό τρόπο ζωής και με τους παράγοντες που σχετίζονται με αυτόν, όπως υγιεινή διατροφή και επιπτώσεις της φυσικής δραστηριότητας στον ανθρώπινο οργανισμό. Το πρόγραμμα αυτό σχεδιάστηκε και εφαρμόστηκε σε συνεργασία με άλλες τέσσερις Ευρωπαϊκές χώρες (Κύπρο, Φινλανδία, Αγγλία και Ιταλία). Το 'Early Steps' περιελάμβανε 24 μαθήματα και η διάρκεια εφαρμογής του ήταν τρεις μήνες. Εφαρμόζονταν δύο φορές την εβδομάδα, σε τέσσερις τάξεις, (93 παιδιά), δύο Δημοτικών Παιδικών Σταθμών, από τους εκπαιδευτικούς προσχολικής αγωγής που συμμετείχαν στα επιμορφωτικά σεμινάρια του 'Early Steps'. Τα δεδομένα συλλέχθηκαν με την πραγματοποίηση ημιδομημένης συνέντευξης με διερευνητικές ερωτήσεις προς τους συμμετέχοντες εκπαιδευτικούς. Από την επεξεργασία των δεδομένων προέκυψε ότι οι συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί, μέσω της εφαρμογής του προγράμματος, είχαν την ευκαιρία: α) να ανακαλύψουν δημιουργικές ιδέες για οργάνωση και διδασκαλία μαθημάτων, με άξονα το σώμα και την κίνηση, β) να σχηματίσουν πιο σαφή και ολοκληρωμένη εικόνα για το προφίλ της προσωπικότητας του κάθε παιδιού, και γ) να γίνουν πιο δημιουργικές και αποτελεσματικές ως δάσκαλοι και να αυξηθεί η αυτοπεποίθησή τους ως παιδαγωγοί. Συμπερασματικά, φαίνεται ότι οι οργανωμένες δραστηριότητες Φυσικής Αγωγής απουσιάζουν από τα ημερήσια προγράμματα προσχολικής αγωγής και ότι τέτοιου είδους προγράμματα είναι δυνατό να βοηθήσουν τους εκπαιδευτικούς προσχολικής αγωγής στην πιο ολοκληρωμένη οργάνωση και αντιμετώπιση της διδασκαλίας.

**61. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
Χατζηβασιλειάδου Η., Γιαννούσης Η., Τσιγγίλης Ν.**

**Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσ/νίκης, Τμήμα
Βρεφονηπιοκομίας, 57400, Θεσσαλονίκη
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα**

Η έρευνα αυτή σχεδιάστηκε: α) για να εξετάσει τα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης εκπαιδευτικών προσχολικής αγωγής και β) να συγκρίνει την επαγγελματική εξουθένωση μεταξύ εκπαιδευτικών προσχολικής αγωγής και καθηγητών φυσικής αγωγής που εργάζονται στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 178 εκπαιδευτικοί προσχολικής αγωγής, με μέση ηλικία 33.9 έτη (TA = 7.7) και εκπαιδευτική εμπειρία 7.68 έτη (TA = 7.57). Η μέτρηση της επαγγελματικής εξουθένωσης πραγματοποιήθηκε με το ερωτηματολόγιο των Maslach και Jackson (1986), το οποίο αξιολογεί τρεις διαστάσεις, την συναισθηματική εξάντληση ($\alpha = .81$), την αποπροσωποποίηση ($\alpha = .69$) και την προσωπική επίτευξη ($\alpha = .63$). Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων φάνηκε ότι οι εκπαιδευτικοί προσχολικής αγωγής βιώνουν σχετικά χαμηλά επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης. Σύγκριση των αποτελεσμάτων αυτών με δημοσιευμένα αποτελέσματα που αφορούν καθηγητές φυσικής αγωγής (Koustelios, 2003) εμφάνισε στατιστικά υψηλότερες τιμές των εκπαιδευτικών προσχολικής αγωγής ως προς την συναισθηματική εξάντληση ($p < .01$, $d = .067$), και οριακά υψηλότερες στην προσωπική επίτευξη ($p < .05$, $d = .018$).

**62. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΚΛΙΜΑΤΟΣ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗΣ ΜΕ ΕΜΦΑΣΗ ΣΤΗ ΔΟΥΛΕΙΑ
(MASTERY CLIMATE) ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ
ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΑΠΟ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ**

Καρπός Α.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Ε.Π.Η., Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αλεξ/πολη / Κομοτηνή

* 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 εργασίας ήταν να μελετήσει την αποτελεσματικότητα του Κλίματος Παρακίνησης με Έμφαση στη Δουλειά (mastery climate), ως 'μεθοδολογικού εργαλείου' κατά την εφαρμογή παρεμβατικού προγράμματος με στόχο τη βελτίωση της κινητικής ικανότητας παιδιών προσχολικής ηλικίας από διαφορετικές πολιτισμικές ομάδες. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 60 παιδιά ηλικίας 4-6 ετών, ελληνικής υπηκοότητας, χριστιανών και μουσουλμάνων από διάφορες πολιτισμικές ομάδες που φοιτούν σε δημόσια νηπιαγωγεία του δήμου Ξάνθης, τα οποία αξιολογήθηκαν αρχικά με τη σύντομη μορφή της δέσμης BOTMP-SF (Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency-Short Form) (Bruininks, 1978). Οι μαθητές του δείγματος χωρίστηκαν σε πειραματική (ΠΟ) και ομάδα ελέγχου (ΟΕ). Οι δυο ομάδες μετρήθηκαν ξανά μετά την εφαρμογή παρεμβατικού προγράμματος που εφαρμόστηκε στην ΠΟ. Το πρόγραμμα πραγματοποιούνταν 5 φορές την εβδομάδα, η κάθε εκπαιδευτική μονάδα είχε διάρκεια 45 λεπτά και η συνολική διάρκεια του προγράμματος ήταν 5 εβδομάδες. Σε αυτή τη περίοδο τα παιδιά της ΟΕ συμμετείχαν μόνο στο καθημερινό πρόγραμμα των Νηπιαγωγείων τους. Από την ανάλυση διακύμανσης για επαναλαμβανόμενες μετρήσεις που εφαρμόστηκε, προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές που αποδόθηκαν στο παρεμβατικό πρόγραμμα. Η ανάλυση έδειξε ακόμα στατιστικά σημαντικές κύριες επιδράσεις του παράγοντα πολυπολιτισμικότητα. Οι συγκρίσεις εντός των κελιών με το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων του Sidak έδειξαν ότι: 1) η ΠΟ βελτιώθηκε στατιστικά σημαντικά σε σχέση με την ΟΕ και 2) στην ΠΟ οι ελληνόφωνοι και οι παλινοσούντες εμφανίζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες επιδόσεις από τους τουρκόφωνους. Τα αποτελέσματα δείχνουν: 1) ότι ένα πρόγραμμα με βάση το κλίμα παρακίνησης με έμφαση στη δουλειά σε παιδιά προσχολικής ηλικίας διαφορετικών πολιτισμικών ομάδων είναι αποτελεσματικότερο από το συνηθισμένο πρόγραμμα που εφαρμόζεται στα Νηπιαγωγεία και 2) τα τουρκόφωνα παιδιά, πιθανόν λόγω πολιτισμικών ιδιαιτεροτήτων είναι λιγότερο δεκτικά σε 'ανοιχτού' τύπου παρεμβατικά προγράμματα.

63. ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΕΞΑΝΤΛΗΣΗ, ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΦΟΡΕΑΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

**Γιαννούσης Η., Χατζηβασιλειάδου Η., Μπακλέ Η., Ζαχοπούλου Ε.
Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσ/νίκης, Τμήμα
Βρεφονηπιοκομίας, 57400, Θεσσαλονίκη**

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να εξετάσει τους παράγοντες της επαγγελματικής ικανοποίησης που συνδέονται με τη συναισθηματική εξάντληση εκπαιδευτικών προσχολικής αγωγής ξεχωριστά για τον δημόσιο και τον ιδιωτικό φορέα. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 178 εκπαιδευτικοί προσχολικής αγωγής, με μέση ηλικία 33.9 έτη (TA = 7.7) και εκπαιδευτική εμπειρία 7.68 έτη (TA = 7.57). Η μέτρηση της συναισθηματικής εξάντλησης ($\alpha = .81$) πραγματοποιήθηκε με το ερωτηματολόγιο Maslach Burnout Inventory (MBI, των Maslach και Jackson, 1986). Η επαγγελματική ικανοποίηση αξιολογήθηκε με επιλεγμένες διαστάσεις του ερωτηματολογίου Employee Satisfaction Inventory (ESI, Koustelios & Bagiatis, 1997), συνθήκες εργασίας ($\alpha = .67$), μισθός ($\alpha = .86$), η φύση της εργασίας ($\alpha = .75$), προϊστάμενος ($\alpha = .86$). Ανάλυση παλινδρόμησης για τους εκπαιδευτικούς που εργάζονται στο δημόσιο φορέα ($n = 102$) έδειξε ότι οι «συνθήκες εργασίας» και «φύση της εργασίας» προβλέπουν το 23.6% της συναισθηματικής εξουθένωσης. Η ίδια ανάλυση για τους εκπαιδευτικούς του ιδιωτικού φορέα ($n = 56$) έδειξε ότι «ο προϊστάμενος - διευθυντής» και η «φύση της εργασίας» προβλέπουν ένα υψηλότερο ποσοστό της συναισθηματικής εξουθένωσης που ανέρχεται στο 49.3% της συνολικής διακύμανσης. Συνεπώς διαφορετικές προσεγγίσεις αντιμετώπισης της συναισθηματικής εξουθένωσης θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ανάλογα με το χώρο εργασίας του εκπαιδευτικού προσχολικής αγωγής.

Αναψυχή Sports Recreation

66. ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΣΕ ΑΤΟΜΑ 65 – 85 ΕΤΩΝ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Μάστορη Δ., Μεγαλογένη Ι., Ζήση Β.

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

Στην παρούσα έρευνα μελετήθηκε πώς διαφοροποιείται η σχέση των συνηθειών άσκησης με ορισμένες παραμέτρους της ποιότητας ζωής, ανάλογα με την ηλικία, σε άτομα 65 - 85 ετών. Στην έρευνα συμμετείχαν 150 άτομα (76 άνδρες και 74 γυναίκες) που χωρίστηκαν σε δύο ηλικιακές κατηγορίες: ≥ 75 ετών ($n=100$, $M=68,25$, $SD=2,95$) και < 75 ετών ($n=100$, $M=78,20$, $SD=2,45$). Για την καταγραφή των συνηθειών άσκησης χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο (Godin & Shephard, 1985), σύμφωνα με το οποίο καταγράφονταν η συμμετοχή των ατόμων σε έντονη, μέτρια ή ήπια άσκηση την τελευταία εβδομάδα. Όσον αφορά την ποιότητα ζωής, αξιολογήθηκαν η ζωτικότητα, η ψυχική υγεία, ο συναισθηματικός και ο κοινωνικός ρόλος με τις αντίστοιχες υποκλίμακες του ερωτηματολογίου SF-36. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι ο συνολικός δείκτης άσκησης ήταν σημαντικά μεγαλύτερος στα άτομα της μικρότερης ηλικιακής κατηγορίας ($p<.01$). Τα νεότερα άτομα είχαν καλύτερο σκορ σε όλες τις υποκλίμακες της ποιότητας ζωής αν και οι διαφορές μεταξύ των δύο ηλικιακών κατηγοριών ήταν μεγαλύτερες στη ζωτικότητα και τον κοινωνικό ρόλο ($p<.001$) απ' ό,τι στην ψυχική υγεία ($p<.01$) και τον κοινωνικό ρόλο ($p<.05$). Οι συσχετίσεις του συνολικού δείκτη άσκησης με όλες τις παραμέτρους της ποιότητας ζωής ήταν μέτριες, θετικές και στατιστικά σημαντικές ($p<.01$). Όλοι οι δείκτες συσχέτισης ήταν μεγαλύτεροι στην μικρότερη ηλικιακή κατηγορία (ζωτικότητα: $r=.64$, ψυχική υγεία: $r=.54$, συναισθηματικός ρόλος, $r=.50$, κοινωνικός ρόλος $r=.57$) απ' ό,τι στη μεγαλύτερη (ζωτικότητα: $r=.57$, ψυχική υγεία: $r=.41$, συναισθηματικός ρόλος, $r=.43$, κοινωνικός ρόλος $r=.39$). Από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι η συμμετοχή των ηλικιωμένων σε άσκηση, συνδέεται θετικά με παραμέτρους της ποιότητας ζωής που αφορούν στη συνολική ψυχική υγεία, με μικρές διαφοροποιήσεις στη μεγαλύτερη ηλικία.

67. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΆΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΥΛΥΓΙΣΙΑ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕΣΩ ΥΠΑΙΘΡΙΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Ματσούκα Ο., Μιχαηλίδου Μ., Μπαξεβανής Α., Χασιώτου Α.

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει κατά πόσο η άσκηση μέσω υπαίθριων δραστηριοτήτων, σε γυναίκες ηλικίας μεταξύ 60 και 70 ετών, επιδρά στην παραμέτρο - ευλυγισία- της λειτουργικής ικανότητας. Το δείγμα αποτέλεσαν 38 υγιείς γυναίκες, μόνιμοι κάτοικοι Κομοτηνής μέσου όρου ηλικίας 67.96 ετών. Τα άτομα αυτά χωρίστηκαν τυχαία σε δύο ομάδες, την πειραματική ομάδα ($N=20$) και την ομάδα ελέγχου ($N=18$). Το υπαίθριο παρεμβατικό πρόγραμμα εξάσκησης βασισμένο στο Long Term Physical Activity Workshop, διήρκησε 3 μήνες με συχνότητα εξάσκησης 3 φορές την εβδομάδα, και ήταν προσανατολισμένο στην βελτίωση της αερόβιας ικανότητας, της γενικής ενδυνάμωσης, της ευλυγισίας καθώς και στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης και αυτοπεποίθησης των ασκούμενων. Όλες οι δραστηριότητες διεξάγονταν με την χρήση αντικειμένων της φύσης όπως κορμοί δέντρων, ξύλινοι ράβδοι, σάκοι από άμμο, και ξύλινες κατασκευές. Πραγματοποιήθηκαν αρχικές και τελικές μετρήσεις στην πρώτη και τελευταία εβδομάδα του προγράμματος εξάσκησης κατά την διάρκεια των οποίων αξιολογήθηκαν μέσω του Senior Fitness test η ευλυγισία των ισχίων και της ωμικής ζώνης. Η ανάλυση paired t-test για συσχετισμένα δείγματα οδήγησε σε στατιστικά σημαντικές διαφορές από την αρχική στην τελική μέτρηση για την πειραματική ομάδα ενώ το ίδιο δεν συνέβη για την ομάδα ελέγχου. Τέλος λαμβάνοντας υπόψη τα δεδομένα της παρούσας έρευνας και συγκεκριμένα το γεγονός ότι οι καταγραφόμενες βελτιώσεις στην μετρηθείσα παραμέτρο, είναι παρόμοιες με τις βελτιώσεις που διαπιστώνονται όταν η εξάσκηση λαμβάνει χώρα σε αίθουσα γυμναστικής, θεωρείται αναγκαίος ο σχεδιασμός υπαίθριων προγραμμάτων άσκησης καθώς και χώρων αναψυχής, με κύριο στόχο την βελτίωση της λειτουργικής ικανότητας γυναικών ηλικίας άνω των 60 ετών.

68. ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΣΕ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΥΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΙΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΒΑΔΙΣΗΣ

* 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.

**Ζήση Β., Θεοδωράκης Γ., Χασάνδρα Μ., Νάτσης Π.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Καρύες Τρικάλων**

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετηθούν οι διαφορές σε ορισμένους παραμέτρους της ψυχικής υγείας σε ηλικιωμένα άτομα ανάλογα με τον αριθμό των βημάτων που πραγματοποιούν σε εβδομαδιαία βάση κατά την καθημερινή τους ζωή. Στην έρευνα συμμετείχαν 70 άτομα άνω των 65 ετών ($M=71,82$, $SD=6,51$), τα οποία χωρίστηκαν σε δύο ισάριθμες ομάδες, ανάλογα με τον αριθμό βημάτων που καταγράφηκε από τα βηματόμετρα SW-200. Με τη χρήση ερωτηματολογίων αξιολογήθηκε η αυτοεκτίμηση, ο φόβος των πτώσεων (Survey of Activities and Fear of Falling in the Elderly) και η αυτοπεποίθηση κατά την πραγματοποίηση καθημερινών δραστηριοτήτων (Activities Balance Confidence scale). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, τα άτομα που περπατούσαν περισσότερο ($MO=52368,9$ βήματα) είχαν σημαντικά μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση ($p<.01$) και μικρότερο φόβο πτώσεων ($p<.05$) κατά την πραγματοποίηση καθημερινών δραστηριοτήτων από τα άτομα που περπατούσαν λιγότερο ($MO=37280,3$ βήματα), ενώ δεν διαπιστώθηκαν σημαντικές διαφορές στην αυτοεκτίμηση. Από τα παραπάνω αποτελέσματα φαίνεται ότι το βάδισμα έχει θετικές επιδράσεις στις παραμέτρους της ψυχικής υγείας που συνδέονται άμεσα με την καθημερινή διαβίωση των ηλικιωμένων, ακόμη και σε άτομα που δεν πετυχαίνουν το κριτήριο των 10000 βημάτων σε ημερήσια βάση.

69. ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΑ ΟΦΕΛΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΥΠΑΙΘΡΙΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ, ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

**Μπελογιάννης Χ., Κουρτεσοπούλου Α.
Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αθήνα
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα**

Στις μέρες μας παρατηρείται μια αύξηση και επέκταση των προγραμμάτων υπαίθριων δραστηριοτήτων. Στόχος τους είναι η πρόκληση του ατόμου να βιώσει μια μοναδική εμπειρία και να ανακαλύψει τον εαυτό του. Τα οφέλη που αποκομίζει το άτομο με την συμμετοχή του είναι ποικίλα, τόσο ενδο-προσωπικά όσο και δια-προσωπικά. Σκοπός της ανασκόπησης αυτής είναι να εξετάσει σε ποιους πληθυσμούς εφαρμόζονται προγράμματα υπαίθριων δραστηριοτήτων και ποια είναι τα οφέλη που αποκομίζουν οι συμμετέχοντες. Ενδεικτικά ψυχολογικά οφέλη αναφέρονται σε μαθητές, καθηγητές, διευθυντές αλλά και ασθενείς όπως, κλίμα ευφορίας και ενθουσιασμού, ανατροφοδότηση και παρακίνηση, βελτίωση συνεργασίας, καθοδήγησης, παραγωγικότητας καθώς και ευρωστία. Επίσης, ενίσχυση επίλυσης προβλήματος, αναγνώριση και σεβασμός της ατομικής ιδιαιτερότητας και ενίσχυση της αυτοπεποίθησης. Η αξιολόγηση της αποκόμισης οφελών είναι μια σύνθετη διαδικασία συνυφασμένη με την φιλοσοφία και τους στόχους ενός προγράμματος καθώς και άλλους διάφορους παράγοντες, που συμβάλλουν στην αποτελεσματικότητά του (ηλικία, χρονική διάρκεια, φύλο, μοντέλο εκπαίδευσης, κ.α). Πρακτικές εφαρμογές υπαίθριων δραστηριοτήτων παραθέτονται από τον χώρο της αναψυχής και των κατηγοριών της (θεραπευτική, εκπαιδευτική, ψυχαγωγική και ανάπτυξης δεξιοτήτων), με σκοπό να ερμηνευτούν και αξιολογηθούν τα διαφορετικά οφέλη που σχετίζονται με την ψυχική υγεία και συμπεριφορά.

70. ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΤΟΥ ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ ΕΝΑΝΤΙ ΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ

**Μπουνόβα Α., Φιλίππου Α., Σπόντης Α.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα**

Η εργασία αυτή είχε στόχο τη διερεύνηση των λόγων που αναστέλλουν τη συμμετοχή μαθητών Γυμνασίου της πόλης του Καρπενησίου στη χιονοδρομία αναψυχής. Στην έρευνα συμμετείχαν 231 μαθητές γυμνασίου (199 μαθητές κλασικού και 32 μαθητές αθλητικού Γυμνασίου). Για την μέτρηση χρησιμοποιήθηκε τροποποιημένη κλίμακα των Κουθούρη, Αλεξανδρή, Γιοβάνη, και Χατζηγιάννη (2005). Τα αποτελέσματα ανέδειξαν ότι οι πιο σημαντικοί λόγοι που αποτρέπουν την συμμετοχή των μαθητών γυμνασίου στη χιονοδρομία είναι: Η "έλλειψη χρόνου" λόγω υποχρεώσεων προς το σχολείο και τα φροντιστήρια ($MO=3.7$, $SD=2.1$), το "μεγάλο κόστος" εξοπλισμού/ρουχισμού ($MO=3.6$, $SD=2.0$), η χαμηλή θέση που κατέχει η χιονοδρομία στις "προτεραιότητες" των μαθητών ($MO=3.4$, $SD=2.1$), και η "έλλειψη ενημέρωσης" για τα

* 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.

προγράμματα της χιονοδρομίας ($MO=3.2$, $SD=2.0$). Αντίθετα οι λιγότερο σημαντικοί λόγοι αποτροπής των μαθητών γυμνασίου στην χιονοδρομία αναψυχής αναδείχτηκαν: Τα "προβλήματα υγείας" ($MO=1.9$, $SD=1.4$), η έλλειψη καλής "φυσικής κατάστασης" ($MO=2.2$, $SD=1.3$) και το ότι η χιονοδρομία δεν αποτελεί "ευχάριστη επιλογή" ($MO=2.0$, $SD=1.5$). Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι φορείς πρέπει να ενημερώνουν τους μαθητές για την ύπαρξη και λειτουργία προγραμμάτων στην χιονοδρομία αναψυχής.

71. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

Θεοδώρου Ε.Α.,

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α, 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν να διαπιστωθεί γιατί τα παιδιά δεν έχουν τόσο ελεύθερο χρόνο όσο είχαν οι παλαιότερες γενεές, και πόσο επιδράει η έλλειψη ελεύθερου χρόνου στη συμμετοχή τους στον αθλητισμό. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 100 παιδιά, 50% αγόρια και 50% κορίτσια ηλικίας από 8-14 ετών από το δήμο Χανίων. Από τα 100 παιδιά το 91% αθλούνται σε κάποια αθλητική ομάδα, ενώ το 9% δεν συμμετέχει σε αθλητική δραστηριότητα. Η έρευνα αυτή πραγματοποιήθηκε με δειγματοληψία ελεγχόμενου δείγματος. Από τα ερωτηματολόγια διαπιστώθηκε ότι τα περισσότερα παιδιά θεωρούν ελεύθερο χρόνο τις στιγμές που μπορούν να πραγματοποιούν δραστηριότητες που τους προκαλούν αισθήματα ευφορίας. Το 79% των παιδιών είχαν επιλέξει το άθλημα με το οποίο ασχολούνταν, οι ίδιοι, ενώ το 8% με αυτό το οποίο είχαν επιλέξει οι γονείς τους. Το 98% των παιδιών αυτών πηγαίνουν σε φροντιστήρια ξένων γλωσσών, το 5% σε ωδείο, το 8% σε μαθήματα υπολογιστών και 20% κάνουν ενισχυτική διδασκαλία στα μαθήματα του σχολείου. 82% των παιδιών πιστεύουν ότι οι παραπάνω αυτές ασχολίες θα τους βοηθήσουν στη μελλοντική ζωή του ενώ το 18% όχι. Το 27% των παιδιών προτιμούν τον ελεύθερο χρόνο τους να ασχολούνται με τον αθλητισμό, άλλο όμως ένα 27% προτιμά να βλέπει τηλεόραση όταν δεν βρίσκετε στο σχολείο και δεν διαβάζει τα μαθήματα αυτού. Το υπόλοιπο ποσοστό ασχολείται με άλλες δραστηριότητες όπως παιχνίδια ελεύθερο και βόλτες. Επίσης το 72% των παιδιών θα προτιμούσαν να έχουν περισσότερο ελεύθερο χρόνο από όσο έχουν. Το 56% των παιδιών απάντησαν ότι κουράζονται με τα φροντιστήρια που κάνουν ενώ το 44% όχι. Το 43% απάντησαν ότι έχουν ελεύθερο χρόνο 3-4 ώρες ημερησίως, το 5% ότι δεν έχουν καθόλου ελεύθερο χρόνο, ενώ μόνο το 4% ότι έχουν 6 ώρες και πάνω. Διαπιστώνουμε λοιπόν ότι ενώ τα παιδιά σήμερα έχουν ελάχιστο ελεύθερο χρόνο για τον εαυτό τους, λόγω των υποχρεώσεων τους να για την κατάκτηση μια καλύτερης μόρφωσης, μια από τις δραστηριότητες που προτιμούν και πάλι είναι ο αθλητισμός. Βλέπουμε λοιπόν ότι ο αθλητισμός παραμένει σταθερή αξία και ότι τα παιδιά για αυτόν έχουν θετικότερες απόψεις παρά το που είναι πολύ πιο κουρασμένα από ότι οι παλιότερες γενεές.

Εμβιομηχανική
Biomechanics

72. COMPARISON OF SPECIFIC STRENGTH TRAINING METHODS APPLIED IN YOUNG 800M ATHLETES RELATED TO TIME, STRIDE LENGTH & STRIDE FREQUENCY

Skafidas, G.

Vassil Levski University, Sofia, Bulgaria

Resistance training is the main training method to meet the requirements of a specific strength training schedule. Specific strength training for the 800m runners has as a target an influence on stride length and stride frequency and as a result of that a decrease in time. The improvement that occurs can be seen on the total distance and also in the final 200m (600m-800m). The aim of this study was to compare different resistance training methods for specific training of 800m athletes and identify any changes in the stride length, frequency and time for the athletes. Fifty club athletes participated in the study. Their mean age, height and weight was 16,6y, 177,6cm and 61,8kg respectively. The study contacted immediately after the in season period in order to secure high levels on performance and no other participation in other

* 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.

training methods. Athletes completed a test on 800m event and then separated in five different groups with 10 athletes in each group. Their mean times for the distance were 136,3sec. Video recording was used and the parameters that measured was the time for the 800m, the stride length and the stride frequency for the 800m and also the time, stride length and frequency for the last 200m (600m-800m). Additional measurements on heart beat and lactic acid were made in order to secure the right level of intensity. All groups completed an eight week (three times/week) intense specific strength training schedule and then repeated the test under similar conditions (weather, time of the day, running alone etc) The training schedules were: Group 1 pulling running 10% of BW, 8x200m with 2'-3' rest, Group 2 weighted running 5% of BW, 8x200m with 2'-3' rest, Group 3 uphill running 20% gradient, 16x100m with 2'-3' rest, Group 4 sand running, 16x100m with 2'-3' rest and Group 5 bounding 16x100m with 2'-3' rest. Results shown a decrease in time for 800m for all groups with a mean of 2,47sec and with the group 2 (weighted running) showing a decrease of 3,39sec. Stride length for the 800m increased in all groups with group 2 showing the biggest improvement with means of 2,8cm and 4,5cm respectively. There were not significant improvements on stride frequency for any of the training methods. Similar results were observed for the time, stride length and frequency for the last 200m (600m-800m) with a 0,59sec, 2,1cm and with no improvement respectively. The training of Group 2 was more effective on time with a 0,65sec improvement and stride length with a 3,1cm improvement. As a conclusion we can see from the results that there is evidence of a significant improvement in time and stride length for all groups with best results from the group of weighted running (group 2), but there is not any significant improvement on stride frequency as a result of application of different training methods for specific strength in 800m athletes.

73. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ ΒΕΛΤΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ ΡΥΘΜΟΥ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ.

Μπόλλας Ν.

Πανεπιστήμιο Βελιγραδίου, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Βελιγράδι

Κατά τη διάρκεια μακροχρόνιας έρευνας, στα πλαίσια της οποίας οι εξεταζόμενοι έτρεξαν 70 χμ στη διάρκεια προκαθορισμένων προπονήσεων (N=43 – φοιτητές του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Βελιγραδίου), στόχος του πειραματικού προγράμματος ήταν – προσπάθεια να τρέξουν όσο το δυνατόν πλησιέστερους χρόνους στην αρχική και τελική μέτρηση, δηλ. το τρέξιμο να εκτυλιχθεί με όσο το δυνατόν μικρότερο μέσο όρο απόκλισης ταχύτητας τρεξίματος σε κάθε 400 μ από τη μέση ταχύτητα τρεξίματος. Στο πρώτο μοντέλο προπόνησης (χρησιμοποιημένο στην πρώτη πειραματική ομάδα – ΠΟ1 οι εξεταζόμενοι παίρνανε πληροφορίες γύρω από τους χρόνους που επιτυγχάνανε μετά την κούρσα, ενώ οι σφυγμοί δεν μετριόνταν, και στο δεύτερο μοντέλο προπόνησης (χρησιμοποιημένο στην δεύτερη πειραματική ομάδα – ΠΟ2) κατά τη διάρκεια της κούρσας παίρνανε πληροφορίες για τους χρόνους διέλευσης κάθε 400 μ στα πλαίσια του δρόμου των 2400 μ, όπως και οι σφυγμοί. Τα αποτελέσματα της συνολικής διάρκειας στο δρόμο των 2400 μ στην τελική μέτρηση δείχνουν ότι η ΠΟ2 ήταν κατά μέσο όρο γρηγορότερη για 25,71 δευτέρα, T-τέστ για ανεξάρτητα δείγματα έδειξε ότι αυτή η διαφορά δεν είναι στατιστικά σημαντική ($p=0,184$). Δεν ήταν αναμενόμενη η διαφορά στη συνολική βελτίωση των αποτελεσμάτων στη διάρκεια του δρόμου των 2400 μ, γιατί ο στόχος της έρευνας δεν οδηγεί σε αυτό ποια δηλ. μέθοδος πειραματικού προγράμματος θα επιδράσει περισσότερο στη βελτίωση των αποτελεσμάτων, αλλά ποιος πειραματικός παράγοντας (παρακολούθηση με συμβουλευτικό σύστημα ή όχι – σφυγμόμετρο) θα επιδράσει ώστε στην τελική μέτρηση το τρέξιμο να εκτυλιχθεί με σταθερή ταχύτητα. Η ανάλυση των αποκτηθέντων αποτελεσμάτων έδειξε στη θέα της κατά μέσο όρο απόκλισης της ταχύτητας τρεξίματος σε κάθε 400 μ, από τη μέση ταχύτητα τρεξίματος στα 2400 μ και οι δύο πειραματικές ομάδες είχαν περίπου ίδιες τιμές στην αρχική μέτρηση – ΠΟ1 ($\pm 2,51$ %) ενώ η ΠΟ2 – ($\pm 2,42$ %). Στην τελική μέτρηση η ΠΟ1 είχε μεγαλύτερη μέσο όρο απόκλιση ταχύτητας τρεξίματος κάθε 400 μ, από τη μέση ταχύτητα τρεξίματος στα 2400 μ ($\pm 3,17$ %) σε σχέση με την ΠΟ2 η οποία είχε σχετικά μικρή μέσο όρο απόκλιση ταχύτητας τρεξίματος κάθε 400 μ, από τη μέση ταχύτητα τρεξίματος στα 2400 μ ($\pm 0,53$ %). Από αυτά βγαίνει το γενικό συμπέρασμα ότι στην προπονητική πρακτική στο τρέξιμο,

* 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 οδηγεί στην ανάπτυξη της αερόβιας ικανότητας, με τη χρήση συμβουλευτικού συστήματος (σφυγμόμετρο) τρέχουμε οικονομικότερα. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα την επίτευξη καλύτερων αποτελεσμάτων, που είναι και ο κυριότερος στόχος κάθε δρομέα (αθλητή).

74. FINALIZING IN THE FOOTBALL GAME (SCORING A GOAL) AND ITS CONSTITUENT PARTS, THE THREE CENTER MEN: SPORTS GAME – BIOMECHANICAL ANALYSIS – NUMERICAL SIMULATIONS

E. Budescu*, Fl. Nichifor**, Cl. Danila***

* Biomechanics Laboratory, "Gh. Asachi" Technical University, Iasi, Romania

** Physical Education and Sports Faculty, "Al.I.Cuza" University, Iasi, Romania

*** BMT S.A., Iasi, Romania

The present study aims at the biomechanical aspects of the football game and is intended for the tandem player – coach: a. the players – age segment 10 – 12 years old – practicing football for at least two-three years and that can improve from this point of view: *the level of technical training* related to the performance of direct or indirect free kicks, *the capacity to gather field information* (during a game sequence - stage), to analyze and solve it in a very short time (some fractions of a second) with a percentage as high as possible and *the capacity to see passage ways (directions)*, existing *angles* during a stage of the game or *passage ways (directions)*, *angles* that can appear by shifting the co-players and the adversaries; b. coach – it is very important that the people in charge with the training of children and juniors supplemented their level of technical training (native technique) by describing, presenting and showing the technical procedures and actions (game sequences) from biomechanical and mathematical point of view. We believe that this study is of present interest, necessary in Romania because some coaches do not give much importance to this age segment (10-12 years old) and in some cases, the children and the juniors have positive results in some games, as a result of some momentary happy accidents or some accidental inspiration of some coaches.

76. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΗΣ ΣΤΑΤΙΚΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΜΕ ΤΗΝ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΥΠΟΔΟΧΗ ΜΙΑΣ ΜΠΑΛΑΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ 7-9 ΕΤΩΝ

Καραμπούκα Μ., Καταρτζή Ε., Γκαντήραγα Ε., Παπαδόπουλος Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Εργαστήριο Αθλητικής Βιομηχανικής, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 62110 Σέρρες

Η ανάπτυξη των ικανοτήτων της ισορροπίας είναι σημαντική για τη βελτίωση και τον έλεγχο των κινητικών δεξιοτήτων στα παιδιά (Massion, 1992). Σκοπός της εργασίας ήταν η σύγκριση των κινηματικών και δυναμικών χαρακτηριστικών δυο μορφών στατικής ισορροπίας με την ισορροπία κατά την υποδοχή μιας μπάλας σε υγιή παιδιά ηλικίας από 7 μέχρι 9 ετών, τα οποία δεν συμμετείχαν σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Στην έρευνα συμμετείχαν 45 μαθητές-τριες (ΜΟ ηλικίας $8,5 \pm 0,7$ έτη, σωματικό ύψος $141,4 \pm 5,7$ cm, σωματικό βάρος $35,7 \pm 6,4$ kg). Το σύνολο του δείγματος βιντεοσκοπήθηκε (Panasonic PV-900, 60Hz) για 5 δευτερόλεπτα (sec) στις θέσεις ισορροπίας: α) όρθια στάση στα δύο πόδια (ΟΣ), και β) στάση στο ένα πόδι «Πελαργός» (ΣΠ), καθώς επίσης και στην υποδοχή μιας μπάλας (ΥΜ), (ταχύτητα κίνησης $3 \text{ m}\cdot\text{s}^{-1}$) πάνω σε δυναμοδάπεδο (Kistler, Type 9281CA-1000Hz). Για τη ρίψη της μπάλας κατασκευάστηκε ειδικό μηχάνημα, έτσι ώστε να εξασφαλισθούν σταθερές συνθήκες για όλα τα παιδιά. Οι μετρήσεις πραγματοποιήθηκαν στο Εργαστήριο Αθλητικής Βιομηχανικής του ΤΕΦΑΑ Σερρών. Για την ανάλυση των κινηματικών (γωνιακές μετατοπίσεις των αρθρώσεων των κάτω άκρων) και δυναμικών (Κέντρο Πίεσης) παραμέτρων χρησιμοποιήθηκε το σύστημα APAS. Η στατιστική ανάλυση πραγματοποιήθηκε με το στατιστικό πρόγραμμα SPSS 12.0 για Windows ($p < 0,05$). Εφαρμόστηκε ανάλυση Paired t-test μεταξύ της θέσης ισορροπίας κατά την ΥΜ και των συνθηκών στατικής ισορροπίας ΟΣ και ΣΠ. Παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις γωνιακές μετατοπίσεις όλων των αρθρώσεων, καθώς επίσης και σημαντικές διαφορές στη μέγιστη μετατόπιση του κέντρου πίεσης (ΚΠ) στον εγκάρσιο και στο προσθιοπίσθιο άξονα, μεταξύ της ΟΣ και της ΥΜ. Επιπλέον, παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις γωνιακές μετατοπίσεις όλων των αρθρώσεων, ενώ εντοπίστηκαν διαφορές κυρίως στον προσθιοπίσθιο άξονα σε σχέση με τον εγκάρσιο άξονα, μεταξύ της ΣΠ και

* 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 ΥΜ. Συμπερασματικά προκύπτει ότι, σε καταστάσεις εξωτερικής διατάραξης της ισορροπίας παρατηρείται μεγαλύτερο εύρος στην κίνηση των αρθρώσεων των κάτω άκρων (ισχίο, γόνατο, ποδοκνημική), καθώς επίσης και μεγαλύτερη αστάθεια στην ποδοκνημική, όπως αυτή αντανakλάται από το ΚΠ. Οι διαφορές στη μετατόπιση εντοπίζονται κυρίως στον προσθιοπίσθιο άξονα, όσο η βάση στήριξης κατά τη στατική ισορροπία μειώνεται. Τα αποτελέσματα μπορούν να αποτελέσουν μια βάση δεδομένων γι' αυτή την ηλικιακή κατηγορία, έτσι ώστε να είναι εφικτή η σύγκρισή τους με αντίστοιχες τιμές που παρατηρούνται σε παιδιά που παρουσιάζουν επιμέρους κινητικά προβλήματα, με στόχο το σχεδιασμό αποτελεσματικών προγραμμάτων παρέμβασης (Gueze, 2003; Katartzi, Gantiraga, Papadopoulos, 2005).

77. THEORETICAL AND EXPERIMENTAL DYNAMICS CONSIDERATIONS REGARDING THE LOWER LIMB AT THE THROW IN BASKETBALL GAME

E. Budescu^{*}, R. Iacob^{}, Eug. Merticaru^{*}**

^{*} Biomechanics Laboratory, "Gh. Asachi" Technical University, Iasi, Romania

^{**} Physical Education and Sports Faculty, "Al.I.Cuza" University, Iasi, Romania

The paper starts from a kinematic articular model of the lower limb, model with the help of which there were determined, theoretically, the articular constraint forces, respectively the forces loading the joints. The impact force between ground and the lower limb during the throws was experimentally determined, using mechanical transducers. Based on the impact force determination and with the theoretical model, we simulated different disadvantageous situations, for the sportsmen fall after throwing. The analysis is made based on the dynamics laws of mechanics and on the anatomo-functional particularities of the osteo-muscular system. So, by statistical data correlations regarding accidents, with theoretical simulations, we finalized a theoretical model for articular analysis. From the sports point of view, the paper is interesting in what concerns: modifying and improving the training technique, the improvement of the sportspersons technique, of the material used in the training etc. The present study is trying to create an analytical model regarding the repartition of the forces and moments which occur in the lower limb, in rapport with a triortogonal system, during flexing and stretching the inferior limb.

78. ΕΡΓΟΝΟΜΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΕΝΑΡΞΗΣ ΒΑΔΙΣΗΣ ΑΠΟ ΚΑΘΙΣΤΗ ΘΕΣΗ ΜΕΣΩ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΤΩΝ ΕΔΑΦΙΚΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΝ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ

Κονδυλόπουλος Ν., Νικολαΐδου Μ.Ε., Ρουσάνογλου Ε.

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αθήνα

Σκοπός της εργασίας ήταν η εργονομική προσέγγιση της έναρξης βάδισης από καθιστή θέση ($EB_{κ0}$), με βάση την ανάλυση των δυνάμεων εδαφικών αντίδρασης (ΔΕΑ). Επτά άνδρες (21.3 ± 1.2 ετών, 74.8 ± 7.9 kg και 178.2 ± 6.1 cm) εκτέλεσαν τέσσερις συνθήκες $EB_{κ0}$ (γωνία γόνατου 90^0), με τους ακόλουθους συνδυασμούς χρήσης των άνω άκρων και κάτω άκρου $EB_{κ0}$: Χωρίς χρήση άνω άκρων-επιδέξιο κάτω άκρο ($\Sigma 1$), χωρίς χρήση άνω άκρων-ισχυρό κάτω άκρο ($\Sigma 2$), χρήση άνω άκρων-επιδέξιο κάτω άκρο ($\Sigma 3$) και χρήση άνω άκρων-ισχυρό κάτω άκρο ($\Sigma 4$). Με την άμεση καταγραφή των ΔΕΑ (Kistler-9281B11, 200 Hz) υπολογίσθηκαν ο συνολικός χρόνος στήριξης (t_{total}), η μέγιστη κορύφωση και ο χρόνος επίτευξης αυτής για την κάθετη ($F_{z_{max}}$ και $tF_{z_{max}}$), προσθιοπίσθια ($F_{x_{max}}$ και $tF_{x_{max}}$) και πλάγια ($F_{y_{max}}$ και $tF_{y_{max}}$) συνιστώσες ΔΕΑ, αντιστοίχως, καθώς επίσης και οι πλευρικές συνιστώσες της $F_{z_{max}}$ για κάθε κάτω άκρο ξεχωριστά. Στις συνθήκες με χρήση των άνω άκρων παρατηρήθηκε σημαντική μείωση του t_{total} ($p < 0.05$) και της $F_{z_{max}}$ ($p < 0.05$). Σε όλες τις συνθήκες, το άκρο έναρξης της $EB_{κ0}$ ανέπτυξε μεγαλύτερη $F_{z_{max}}$ με σημαντική πλευρική διαφορά στις $\Sigma 2$ και $\Sigma 4$ ($p < 0.05$). Από εργονομικής απόψεως, η $EB_{κ0}$ με το επιδέξιο κάτω άκρο και χρήση των άνω άκρων ολοκληρώνεται συντομότερα και απαιτεί την ανάπτυξη μικρότερων και πλευρικά πιο συμμετρικών δυνάμεων.

Άσκηση σε Άτομα με Αναπηρία Exercise in People with Disabilities

* 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.

79. Η ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΕΓΙΣΤΩΝ ΙΣΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΣΥΣΠΑΣΕΩΝ ΤΩΝ ΜΥΩΝ ΠΟΥ ΕΚΤΕΙΝΟΥΝ ΤΟ ΓΟΝΑΤΟ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΗ ΥΣΤΕΡΗΣΗ

Σμέρνου Κ., Περικλής Β., Τσαταλάς Θ., Κοτζαμανίδου Μ., Κοτζαμανίδης Χ. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να συγκρίνει την δραστηριότητα των συναγωνιστών και ανταγωνιστών μυών που εκτείνουν το γόνατο μεταξύ ατόμων με και χωρίς Νοητική Υστέρηση (N.Y.) κατά την διάρκεια μέγιστων ισομετρικών συσπάσεων. Το δείγμα αποτέλεσαν 8 ενήλικα άτομα με NY και 8 ενήλικα άτομα χωρίς N.Y. Οι εξεταζόμενοι εκτέλεσαν 10 υπομέγιστες ισομετρικές συσπάσεις των μυών που εκτείνουν και κάμπτουν την άρθρωση του γόνατος για προθέρμανση και στην συνέχεια εκτέλεσαν 3 μέγιστες αντίστοιχα (χρησιμοποιήθηκε η μεγαλύτερη τιμή). Για τις μετρήσεις χρησιμοποιήθηκε το ισοκινητικό δυναμόμετρο Cybex Norm. Κατά την διαδικασία γινόταν ταυτόχρονη συλλογή ηλεκτρομυογραφήματος του έξω πλατύ, του έσω πλατύ και της μακράς κεφαλής του δικέφαλου μηριαίου. Για την στατιστική επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το t-test, ενώ το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο 0.05 ($p < 0.05$). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα τα άτομα με N.Y. παρουσίασαν μικρότερη ροπή κατά την διάρκεια των μέγιστων συσπάσεων και μεγαλύτερη ανταγωνιστική δραστηριότητα σε σχέση με τα άτομα του μέσου όρου ενώ η δραστηριότητα των συναγωνιστών μυών παρέμενε η ίδια. Συμπερασματικά τα άτομα με N.Y. πιθανά παράγουν μικρότερη δύναμη επειδή παράγουν μεγαλύτερη ανταγωνιστική δραστηριότητα σε σχέση με τα άτομα του μέσου όρου.

80. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΦΥΛΟΥ ΣΤΗ ΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΕΝΤΑΞΗ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Κοκκάρη Μ., Αραμπατζή Α., Δουλκερίδου Α., Παναγιώτου Α., Ευαγγελινού Χ. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών, Σέρρες

Η Ελλάδα είναι ίσως η πρώτη χώρα στον κόσμο, η οποία υλοποίησε ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής (Φ.Α) στα σχολεία με σκοπό να διδαχθούν οι μαθητές τις αξίες του Ολυμπισμού καθώς και τις αξίες που διέπουν το Παραολυμπιακό Κίνημα. Πιο συγκεκριμένα, από το ακαδημαϊκό έτος 1998 και μέχρι σήμερα, στο αναλυτικό πρόγραμμα του σχολείου πέραν του μαθήματος της Φ.Α, προστέθηκε το μάθημα της Ολυμπιακής / Παραολυμπιακής παιδείας (μία ώρα την εβδομάδα) την διδασκαλία του οποίου ανέλαβαν 1500 και πλέον νέοι καθηγητές ΦΑ, οι οποίοι υλοποιούν το μάθημα σε 7400 σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης της χώρας. Στο εκπαιδευτικό υλικό που συντάχθηκε για τις ανάγκες του μαθήματος περιλαμβάνεται και η έκδοση με τίτλο «Παραολυμπιακοί Αγώνες-Από το 1960 στο 2004», που στοχεύει στην γνωριμία των μαθητών με τα παραολυμπιακά αθλήματα και γενικότερα στην καλλιέργεια θετικών στάσεων απέναντι στα άτομα με αναπηρία. Στην διαδικασία της ευαισθητοποίησης, σημαντικός είναι ο ρόλος των καθηγητών ΦΑ, οι οποίοι οφείλουν όχι μόνο να μεταφέρουν τις γνώσεις τους στους μαθητές αλλά κυρίως να τους εμπνεύσουν στις παραολυμπιακές αξίες όπως: σεβασμό και αποδοχή των ατομικών διαφορών, σεβασμό στις αθλητικές κατακτήσεις και στον αθλητισμό σαν ανθρώπινο δικαίωμα. Ο σκοπός της εργασίας ήταν να εξετάσει την στάση των καθηγητών που διδάσκουν το μάθημα Ολυμπιακής / Παραολυμπιακής Παιδείας, απέναντι στην ένταξη των παιδιών με αναπηρίες στο μάθημα της φυσικής αγωγής. 63 καθηγητές (27 άντρες και 36 γυναίκες, Μ.Ο. ηλικίας 37,11, S.D. 3,615) που διδάσκουν σε τρεις νομούς της Β. Ελλάδος απετέλεσαν το δείγμα αυτής της έρευνας. Το όργανο μέτρησης που χρησιμοποιήθηκε ήταν το ερωτηματολόγιο ATIPDPE των Kudlacek και συνεργατών (2002) το οποίο μετρά τις προθέσεις των καθηγητών ΦΑ σχετικά με την ένταξη, τα πιστεύω και τις στάσεις τους. Κάθε ερώτηση του ερωτηματολογίου συνοδεύεται από μία 7-βάθμια κλίμακα Likert. Για την στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκε independent t-test όσο αναφορά το φύλο. Τ' αποτελέσματα έδειξαν ότι οι γυναίκες παρουσίασαν πιο θετική στάση ($p < 0.05$) απ' ότι οι άντρες σχετικά με την ένταξη, ιδιαίτερα σε θέματα της συμπεριφοράς τους κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας του μαθήματος. Τα αποτελέσματα συμφωνούν με αυτά που καταγράφονται στην σύγχρονη βιβλιογραφία. Επισημαίνεται ότι υπάρχει αναγκαιότητα για συνεχή ενημέρωση των καθηγητών ΦΑ σε σχετικά θέματα και κρίνεται απαραίτητο να γίνουν

* 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.

ενημερωτικά σεμινάρια για το Παραολυμπιακό Υλικό παρόμοια με αυτά που πραγματοποιήθηκαν για το εκπαιδευτικό υλικό της Ολυμπιακής Παιδείας.

81. Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΥΤΙΣΜΟ

**Ιγνατίδου Στ., Λαϊλόγλου Α., Νασσιούδης Χρ., Λαϊλόγλου, Δ., Βαλσαμίδης, Δ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή
Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Οικονομικών και Κοινωνικών Επιστημών, 54006
Θεσσαλονίκη**

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α. 62110 Σέρρες

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να γίνει μια ανασκόπηση ερευνών, προκειμένου να διαπιστωθεί η συνεισφορά της άσκησης στον τομέα της εκπαίδευσης καθώς, επίσης, και στην βελτίωση της κοινωνικής συμπεριφοράς των ατόμων με αυτισμό. Η μελέτη αυτή καταγράφει τις μεθόδους εκπαίδευσης μέσω της άσκησης και πιο συγκεκριμένα, αναφέρεται στην τεχνική εκπαίδευσης χρησιμοποιώντας πληθώρα κινητικών δεξιοτήτων σε μια μόνο συνεδρία, την τεχνική εκπαίδευσης χρησιμοποιώντας τη μέθοδο του συνεχούς και επαναλαμβανόμενου ερεθισμού, τη μέθοδο αυτοδιαχείρισης, την τεχνική εκπαίδευσης χρησιμοποιώντας πρακτική εξάσκηση, φυσική και λεκτική καθοδήγηση και την νατουραλιστική παιδαγωγική μέθοδο (Kohler). Επιπλέον, περιλαμβάνει έρευνες που επικεντρώνονται στην δημιουργία προγραμμάτων άσκησης για την αντιμετώπιση των ανεπιθύμητων συμπεριφορών των ατόμων με αυτισμό. Παρατηρήθηκε ότι οι συνεδρίες σύντομης χρονικής διάρκειας μείωναν τα επίπεδα αυτοδιέγερσης και αύξαναν το κατάλληλο παιχνίδι και ότι μόνο με την αερόβια άσκηση μείωνονταν οι στερεοτυπικές συμπεριφορές και οι συμπεριφορές παρεκτροπής. Η αντικατάσταση της τιμωρίας με την επιβολή μιας απλής δραστηριότητας μείωνε τις αρνητικές ενέργειες. Συμπερασματικά, μέσω της άσκησης τα άτομα με αυτισμό μπορούν να αποκομίσουν εκτός από τις κινητικές δεξιότητες και κοινωνικές δεξιότητες, γεγονός που υποδηλώνει ότι αυξάνεται η δυνατότητα πρόσβασης των ατόμων αυτών σε λιγότερο περιοριστικά περιβάλλοντα.

82. ΑΠΟΨΕΙΣ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΝΣΩΜΑΤΩΣΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ ΣΕ ΤΥΠΙΚΕΣ ΤΑΞΕΙΣ

**Παπαδοπούλου Γ., Παπαμιχαήλ Ι., Κολτσιδης Ε., Κοκαρίδας Δ., Πατσιαούρας Α.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα**

Σκοπός της έρευνας ήταν η εξέταση των απόψεων των μελλοντικών καθηγητών φυσικής αγωγής σχετικά με την ενσωμάτωση μαθητών με αναπηρίες σε τυπική τάξη. Στην έρευνα συμμετείχαν 140 φοιτητές ($n = 57$) και φοιτήτριες ($n = 83$) του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Κάθε άτομο συμπλήρωσε το ερωτηματολόγιο των Folsom-Meek και Rizzo (2002) το οποίο αποτελείται από 12 ερωτήσεις που ερευνούν την άποψη μελλοντικών καθηγητών Φυσικής Αγωγής σχετικά με: α) τα αποτελέσματα εκπαίδευσης μαθητών με αναπηρίες σε τυπικές τάξεις, β) την επίδραση της ενσωμάτωσης στους μαθητές με και χωρίς αναπηρίες και γ) την αντίληψη των καθηγητών ως προς την ανάγκη εκπαίδευσης που θεωρούν ότι χρειάζεται προκειμένου να αντεπεξέλθουν στο ρόλο τους. Η ανάλυση διακύμανσης έδειξε διαφορές: α) στον παράγοντα επίδραση με βάση το έτος φοίτησης των συμμετεχόντων [$F_{(4,102)} = 4.99, p = .001, \eta^2 = .050$], β) στον παράγοντα επίδραση με βάση την ειδικότητα των συμμετεχόντων [$F_{(4,135)} = 4.99, p = .001, \eta^2 = .050$]. Ο μη συσχετισμένος έλεγχος t ανέδειξε διαφορές με βάση την εμπειρία των συμμετεχόντων ως προς τους παράγοντες αποτέλεσμα [$t = 3.32, df = 137, p = .000$] και επίδραση [$t = 2.22, df = 137, p = .002$]. Οι φοιτητές παρουσιάστηκαν θετικοί ως προς την ενσωμάτωση και την ανάγκη εκπαίδευσης τους σε θέματα αναπηριών αλλά αναποφάσιστοι ως προς την αποτελεσματικότητα που η ενσωμάτωση μπορεί να έχει.

83. ΤΑΣΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗΣ ΤΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΕ ΕΝΑΝ ΑΞΟΝΑ: ΜΕΛΕΤΗ ΣΕ ΤΥΦΛΑ ΑΤΟΜΑ ΚΑΙ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΟΡΑΣΗ

Χρυσαργύρη Α., Γκινή Β., Γάνου Μ., Κόλλιας Ν.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

* 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 εργασία αυτή σχεδιάστηκε για να μελετήσει την τάση κατεύθυνσης της κίνησης του σώματος σε έναν άξονα σε τυφλά άτομα και άτομα με φυσιολογική όραση. Στην εργασία έλαβαν μέρος 23 τυφλά δεξιόχειρα άτομα (12 άνδρες και 11 γυναίκες ηλικίας, μ.ό ηλικίας 23,22 έτη, τ.α. \pm 15,42) και 23 δεξιόχειρα άτομα με φυσιολογική όραση (12 άνδρες και 11 γυναίκες ηλικίας, μ.ό ηλικίας 27,4 έτη, τ.α. \pm 8,27). Τα άτομα των δύο ομάδων αξιολογήθηκαν στην προτίμηση του χεριού τους και εξετάστηκαν σε ένα έργο επιλογής κατεύθυνσης κίνησης. Τα άτομα με φυσιολογική όραση εκτέλεσαν το έργο επιλογής κατεύθυνσης κίνησης με κλειστά τα μάτια τους. Δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην επιλογή κατεύθυνσης κίνησης μεταξύ των δύο ομάδων. Βρέθηκαν, ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές στην επιλογή κατεύθυνσης κίνησης τόσο στην ομάδα των τυφλών ατόμων ($\chi^2=7.348$, $p<0.01$), όσο και στην ομάδα των ατόμων με φυσιολογική όραση ($\chi^2=4.545$, $p<0.05$). Η χαρακτηριστική επιλογή αριστερής κατεύθυνσης της κίνησης του σώματος στις δύο ομάδες των δεξιόχειρων ατόμων ερμηνεύεται σύμφωνα με τις τρέχουσες νευροψυχολογικές θεωρήσεις που συνδέουν τη συμπεριφορά αυτή τόσο με τη λειτουργική εγκεφαλική ασυμμετρία, όσο και με ειδικές περιβαλλοντικές επιδράσεις.

84. Η ΜΕΤΑΒΛΗΤΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΥΠΟΜΕΓΙΣΤΩΝ ΙΣΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΣΥΣΠΑΣΕΩΝ ΤΩΝ ΜΥΩΝ ΠΟΥ ΕΚΤΕΙΝΟΥΝ ΤΟ ΓΟΝΑΤΟ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΗ ΥΣΤΕΡΗΣΗ

Σμέρνου Κ., Περικλής Β., Τσαταλάς Θ., Κοτζαμανίδου Μ., Κοτζαμανίδης Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να συγκρίνει την μεταβλητότητα της δύναμης μεταξύ διαδοχικών και αυξανόμενων ισομετρικών συσπάσεων των μυών που εκτείνουν το γόνατο σε άτομα με και χωρίς Νοητική Υστέρηση (ΝΥ). Τα επίπεδα των ισομετρικών συσπάσεων ορίστηκαν στο 6%, 12%, 24%, 36%, 48%, 60% της μέγιστης ισομετρικής σύσπασης (MVC). Η μεταβλητότητα της δύναμης εκφράστηκε από δύο μεταβλητές την τυπική απόκλιση (SD) και τον συντελεστή διακύμανσης (CV). Το δείγμα αποτέλεσαν 8 ενήλικα άτομα με ΝΥ. και 8 ενήλικα άτομα χωρίς Ν.Υ. Για τον υπολογισμό της MVC οι εξεταζόμενοι εκτέλεσαν 3 μέγιστες ισομετρικές συσπάσεις των μυών που εκτείνουν και κάμπτουν την άρθρωση του γόνατος αντίστοιχα (χρησιμοποιήθηκε η μεγαλύτερη τιμή). Επιπρόσθετα κάθε εξεταζόμενος εκτέλεσε 5 προσπάθειες στο 6%, 12%, 24%, 36%, 48%, και 60 % της MVC (χρησιμοποιήθηκε ο μέσος όρος). Για τις μετρήσεις χρησιμοποιήθηκε το ισοκίνητικό δυναμόμετρο Cybex Norm. Για την στατιστική επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το t-test, ενώ το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο 0.05 ($p<0.05$). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα η SD και η CV είναι μεγαλύτερη στα άτομα με Ν.Υ. σε όλα τα επίπεδα εντάσεις. Συμπερασματικά τα άτομα με ΝΥ παρουσιάζουν μεγαλύτερη αστάθεια σε σχέση με τα άτομα του μέσου όρου, παράλληλα όσο αυξάνει η ένταση τόσο αυξάνεται και η αστάθεια.

85. ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΥΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΑΝΤΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΗ ΥΣΤΕΡΗΣΗ

Μπένικ Μ., Μπένικ Α., Αγδινιώτης Η., Γεροδήμος Β., Κοκαρίδας Δ.

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

Σκοπός της μελέτης ήταν να ελέγξει τις διαφορές στην απόδοση, σε επιλεγμένες παραμέτρους της φυσικής κατάστασης, μεταξύ αντρών και γυναικών με νοητική υστέρηση.

Στη μελέτη συμμετείχαν εθελοντικά 17 άντρες (ηλικίας $22,8 \pm 2,1$ ετών, σωματική μάζα: $76,2 \pm 11,6$ kg, ανάστημα: $1,6 \pm 0,1$ m) και 13 γυναίκες (ηλικίας $22,8 \pm 2,0$ ετών, σωματική μάζα: $77,0 \pm 17,7$ kg, ανάστημα: $1,59 \pm 0,1$ m) με νοητική υστέρηση. Οι δοκιμασίες στις οποίες αξιολογήθηκαν οι δοκιμαζόμενοι ήταν η μέγιστη δύναμη χειρολαβής (hand grip) και η κινητικότητα της άρθρωσης του ισχίου (sit and reach). Για να ελεγχθούν οι διαφορές μεταξύ των δυο ομάδων χρησιμοποιήθηκε το Independent Sample T-Test. Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο $p<.05$.

Στο σχήμα που ακολουθεί φαίνεται η επίδοση των αντρών και γυναικών της μελέτης ανά δοκιμασία καθώς και οι στατιστικά σημαντικές διαφορές που παρουσιάστηκαν (*).

* 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.

Παρατηρούμε ότι οι άντρες υπερέχουν στατιστικά σημαντικά ($p < .05$) στη μέγιστη δύναμη χειρολαβής ενώ αντίθετα όσον αφορά στην κινητικότητα της άρθρωσης του ισχίου δεν παρατηρούνται διαφορές.

Άσκηση, Υγεία και Τεχνολογία **Exercise, Health and Technology**

86. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΕΠΙΘΥΜΗΤΩΝ ΠΡΟΣΔΟΚΙΩΝ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΣΕ ΙΔΙΩΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΑ), ΣΤΟ ΠΟΛΕΟΔΟΜΙΚΟ ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Σδόγγου Γ., Κώστα Γ., Τζέτζης Γ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Ο πολλαπλασιασμός των αθλητικών κέντρων και των ιδιωτικών χώρων άσκησης σε πολλές χώρες της Ευρώπης, είναι ίσως το ταχύτερα αναπτυσσόμενο είδος (Grantham, Patton, York & Winick, 1998) την τελευταία δεκαετία. Η ποιότητα των υπηρεσιών είναι μια εξαιρετικά δημοφιλής έννοια μεταξύ των ερευνητών, εξαιτίας της άμεσης σχέσης με άλλες σημαντικές για το μάρκετινγκ και την επιχείρηση έννοιες. Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διερευνήσει τις προσδοκίες των πελατών ιδιωτικών γυμναστηρίων για την ποιότητα των υπηρεσιών που θα ήθελαν ιδανικά στο χώρο τον οποίο θα ήθελαν να γυμνάζονται. Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα έρευνα, βασίζονταν στην κλίμακα «Ποιότητα Υπηρεσιών» των (Alexandris, Dimitriadis, Kasiara, 2001). Οι ερωτήσεις κατέγραφαν τις επιθυμητές προσδοκίες των πελατών για την ποιότητα των παροχών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 700 πελάτες από τους οποίους οι 407 ήταν άνδρες και 293 ήταν γυναίκες 22 ιδιωτικών γυμναστηρίων στο πολεοδομικό συγκρότημα της Θεσσαλονίκης, το (53,9%) ήταν από 20-30 ετών. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις διαστάσεις των υλικών στοιχείων, ασφάλειας, ανταπόκρισης και φιλικότητας σε σχέση με το φύλο, ηλικία, επάγγελμα και την οικογενειακή κατάσταση. Ενώ αντίστοιχα δεν σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε σχέση με το επίπεδο εκπαίδευσης και την περιοχή στην οποία κατοικούν. Αξίζει να σημειωθεί ότι η τεχνική διάσταση, (δηλαδή τα υλικά στοιχεία) της ποιότητας των υπηρεσιών για το συγκεκριμένο δείγμα φαίνεται να αναδεικνύεται ως ο σημαντικότερος παράγοντας, ενώ αντίστοιχα οι λειτουργικές διαστάσεις φαίνεται να είναι λιγότερο σημαντικές. Αντίστοιχα ο παράγοντας αξιοπιστία δεν εμφανίστηκε καθόλου στις προσδοκίες των πελατών. Προτείνεται περαιτέρω έρευνα για την ικανοποίηση των προσδοκιών των πελατών σε σχέση με την ποιότητα των υπηρεσιών σε ιδιωτικούς χώρους άσκησης.

87. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΚΑΙ Η ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΔΕΣΜΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΣΚΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

Γκιουζελιαν Π., Τζέτζης Γ., Κώστα Γ., Φατούρος Ι., Παπαχρήστος Β.

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

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσσαλονίκη

Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται μία συνεχόμενη αύξηση του ενδιαφέροντος για τον τομέα της ποιότητας υπηρεσιών, ψυχολογικής δέσμευσης και ικανοποίησης πελατών στη βιομηχανία του αθλητισμού. Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν η αξιολόγηση των τριών αυτών εννοιών στα προγράμματα μαζικού αθλητισμού του Ο.Ν.Α. Ν. Σμύρνης, Αττικής, με βάση τις απόψεις των ασκούμενων και δημοτών του. Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε στην έρευνα ήταν του "Service Quality Scale" (Alexandris 2002), με σκοπό τον υπολογισμό των αντιλήψεων των ασκούμενων για την ποιότητα που τους παρέχεται. Το δείγμα αποτελούνταν από 287 άτομα, 94 δημότες και 193 ασκούμενοι. Το ερωτηματολόγιο περιείχε έξι διαστάσεις της ποιότητας υπηρεσιών (εγκαταστάσεις, προσωπικό, προγράμματα, αξιοπιστία, γυμναστές, προσωπικές εκτιμήσεις) και αποτελούνταν από 34 κλειστού τύπου ερωτήσεις. Η διερευνητική παραγοντική ανάλυση δημιούργησε έξι νέους παράγοντες με υψηλή συνοχή για κάθε παράγοντα και

* 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.

συγκεκριμένα: εξυπηρέτηση, αποτελέσματα, χώρος /εξοπλισμός, εμπιστοσύνη, ωράριο /προγράμματα, γυμναστές. Από την ανάλυση παλινδρόμησης φάνηκε ότι η ποιότητα υπηρεσιών πρόβλεψε στατιστικά σημαντικά τη μεταβλητότητα της ψυχολογικής δέσμευσης και της ικανοποίησης των συμμετεχόντων στα προγράμματα. Τα αποτελέσματα θα βοηθήσουν τα διοικητικά στελέχη να κατανοήσουν τις προθέσεις συμπεριφοράς των μελών τους και των αριανών μελών τους (δημοτών) και να κάνουν τις ανάλογες βελτιώσεις.

88. ΤΟ ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΣΤΗΝ ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Ντιβέρη Π., Διγγελίδης Ν., Χαραλαμπίδου Ε.

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

Η Υγεία, σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, δεν είναι η απουσία ασθένειας αλλά η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας. Με βάση αυτή την αντίληψη η Αγωγή Υγείας δεν μπορεί να περιορίζεται στην απλή μετάδοση γνώσεων, αλλά στοχεύει στη διαμόρφωση προτύπων συμπεριφοράς που προάγουν τη σωματική, πνευματική και κοινωνική ευεξία του ατόμου. Για την επίτευξη αυτών των στόχων είναι απαραίτητη η υιοθέτηση προσεγγίσεων και μεθόδων που προάγουν την ενεργητική και βιωματική μάθηση. Το Θεατρικό Παιχνίδι είναι ένα παιχνίδι, στο οποίο χρησιμοποιούνται, κυρίως, οι τεχνικές του θεάτρου, αλλά και των άλλων παραστατικών τεχνών για την προσέγγιση διαφόρων θεμάτων. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνηθούν οι δυνατότητες υιοθέτησης του Θεατρικού Παιχνιδιού στην προσέγγιση θεμάτων Αγωγής Υγείας. Το Θεατρικό Παιχνίδι και γενικότερα το εκπαιδευτικό δράμα μπορεί να αποτελέσει ένα σημαντικό μεθοδολογικό εργαλείο στην προσέγγιση θεμάτων Αγωγής Υγείας, διότι είναι μια συμμετοχική και βιωματική διαδικασία που θέτει σε πρώτη προτεραιότητα αυτό που νιώθει το παιδί και όχι αυτό που μαθαίνει, συμβάλλοντας έτσι στην ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης. Επίσης το Θεατρικό Παιχνίδι συμβάλλει στην ανάπτυξη του κριτικού στοχασμού, της αυτοεκτίμησης, της αυτοαντίληψης, της ομαδικότητας - συνεργατικότητας, των επιλεκτικών κωδικών, στοιχείων απαραίτητων στην Αγωγή Υγείας. Μέσω του Θεατρικού Παιχνιδιού η μάθηση συντελείται μέσα σε ευχάριστο παιδαγωγικό κλίμα.

89. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΣΤΙΣ ΣΤΑΣΕΙΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Χαραλαμπίδου Ε., Αντωνίου Π., Μπεμπέτσος Ε., Παπαγεωργίου Α.

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνηθεί τις στάσεις των παιδιών του δημοτικού σχολείου απέναντι στην υγιεινή διατροφή, το πρόγραμμα Αγωγής Υγείας και των θεμάτων διατροφής του προγράμματος. Δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 205 (107 αγόρια και 98 κορίτσια) εθελοντές μαθητές/τριες της πέμπτης τάξης δημοτικών σχολείων του Δήμου Δράμας, ηλικίας 10-11 χρονών. Με κριτήριο τον τρόπο διδασκαλίας, το δείγμα χωρίστηκε σε τρεις ομάδες: ομάδα WebQuest με χρήση διαδικτύου, ομάδα Project με σχέδιο εργασίας και ομάδα ελέγχου με παραδοσιακή διδασκαλία. Η διάρκεια της παρέμβασης ήταν 8 εβδομάδες (1 δίωρο την εβδομάδα) για όλες τις ομάδες και οι μαθητές-τριες συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο στάσεων με τρεις κλίμακες στην αρχή και στο τέλος της παρέμβασης. Για την εξαγωγή των αποτελεσμάτων εφαρμόστηκε ανάλυση διακύμανσης για ανεξάρτητες μετρήσεις ως προς δύο παράγοντες, ενώ για τον εντοπισμό των στατιστικά σημαντικών διαφορών χρησιμοποιήθηκε το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων του Sidak. Από τα αποτελέσματα εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές κυρίως στην τελική μέτρηση μεταξύ των φύλων και μεταξύ των ομάδων της παραδοσιακής διδασκαλίας και της WebQuest, με θετικότερη στάση των κοριτσιών και της ομάδας WebQuest. Συμπερασματικά, τα κορίτσια και η ομάδα WebQuest δείχνουν να είναι πιο ευαισθητοποιημένα σε θέματα υγιεινής διατροφής και στο πρόγραμμα Αγωγής Υγείας γενικότερα. Μάλιστα τα παιδιά αυτής της ομάδας υποδέχθηκαν με μεγάλη ικανοποίηση τη χρήση του διαδικτύου (μέθοδο WebQuest) στη διδασκαλία.

* 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.

90. ΣΤΑΣΕΙΣ ΑΡΧΗΓΩΝ ΟΜΑΔΑΣ Ο.Ε.Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004 ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΟΛΥΜΕΣΩΝ «ΛΕΩΝΙΔΑΣ»

Βερναδάκης Ν., Βερναδάκη Ζ., Γιαννούση Μ., Αντωνίου Π., Κιουμουρτζόγλου Ε. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν να αξιολογήσει τις στάσεις του ανθρώπινου δυναμικού της Ο.Ε.Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004 που εργάζονταν ως αρχηγοί ομάδας κατά την διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 σχετικά με την εκπαιδευτική εφαρμογή πολυμέσων «Λεωνίδα». Στην έρευνα συμμετείχαν 233 αρχηγοί ομάδας, ηλικίας 32-44 ετών. Η συλλογή των δεδομένων έγινε ηλεκτρονικά. Μετά από την εφαρμογή παραγοντικής ανάλυσης προέκυψαν 8 παράγοντες: α) «Αλληλεπίδραση», β) «μαθησιακός έλεγχος», γ) «συμμετοχή», δ) «εξατομικευμένη διδασκαλία», ε) «έλεγχος ρυθμού μάθησης» στ) «χρησιμότητα», ζ) «άγχος», η) «γενική εμπειρία», που ερμήνευαν το 82.04% της συνολικής διακύμανσης. Η ανάλυση αξιοπιστίας που εξέτασε την εσωτερική συνοχή της κλίμακας έδειξε ένα ικανοποιητικό επίπεδο αξιοπιστίας ($\alpha > .70$) και για τους 8 παράγοντες. Συμπερασματικά οι αρχηγοί ομάδας είχαν διαμορφώσει μία γενικά θετική στάση για την συγκεκριμένη εφαρμογή πολυμέσων..

91. ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΩΝ ΣΤΗΝ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Αντωνίου Π., Σίσκος Α.

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

Σε ένα Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα που παρέχει σπουδές με τη μέθοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, όπως είναι αυτό των Τμημάτων Φυσικής Αγωγής του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης και του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, η παροχή εναλλακτικών μέσων υποστήριξης της μαθησιακής διαδικασίας αποτελεί μια σημαντική παράμετρο για τη βελτίωση της ποιότητας των σπουδών. Τα στοχαστικά ηλεκτρονικά ημερολόγια των φοιτητών είναι μια ισχυρή παιδαγωγική προσέγγιση που ενθαρρύνει την ενεργητική συμμετοχή, την μεταγνώση και την κριτική σκέψη των φοιτητών. Επίσης μπορεί να βοηθήσει στην μείωση του αισθήματος της απομόνωσης, να ενισχύσει την επικοινωνία και αλληλεπίδραση μεταξύ καθηγητή και φοιτητών παρέχοντας ανατροφοδότηση για τη διαδικασία και την ποιότητα του μαθήματος.

92. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΤΟΠΟΥ "YOUTH 2004"

Βερναδάκης Ν., Βερναδάκη Ζ., Γιαννούση Μ., Αντωνίου Π., Κιουμουρτζόγλου Ε. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Σκοπός αυτής της έρευνας ήταν η αξιολόγηση της απόδοσης του εκπαιδευτικού δικτυακού τόπου «Youth 2004» και της συμπεριφοράς των επισκεπτών του συγκρίνοντας δύο διαφορετικές περιόδους λειτουργίας του. Η έρευνα διεξήχθη στον υπολογιστή εξυπηρέτησης διαδικτύου της Ο.Ε.Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004 με τη συμμετοχή των χρηστών που επισκέπτονταν το δικτυακό τόπο παγκοσμίως. Η συλλογή των δεδομένων έγινε με την χρήση του προγράμματος WebTrends 6. Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων έγινε με την περιγραφική ανάλυση. Οι δείκτες που επιλέχθηκαν για την αξιολόγηση ήταν οι ακόλουθοι: α) γενική δραστηριότητα επισκεπτών, β) πόροι προσπέλασης, γ) επισκέπτες & δημογραφικά, δ) αναλυτική δραστηριότητα επισκεπτών, ε) τεχνικά στοιχεία, στ) πληροφορίες χρηστών & λέξεις κλειδιά, ζ) φυλλομετρητές & πλατφόρμες. Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης φάνηκε ότι σε όλους τους παραπάνω δείκτες αξιολόγησης παρουσιάστηκε σημαντική μείωση των τιμών τους κατά τη λειτουργία του δικτυακού τόπου το τελευταίο εξάμηνο των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004. Συμπερασματικά οι αλλαγές που πραγματοποιήθηκαν 6 μήνες πριν την διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων είχε αρνητική επίπτωση στην απόδοση του δικτυακού τόπου και τη συμπεριφορά των επισκεπτών του.

* 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.