

**Θεματική Ενότητα: Αθλητική Ψυχολογία
Προφορικές & Αναρτημένες Ανακοινώσεις 17^{ου} Διεθνές
Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού**

**Section: Sports Psychology
Oral & Poster Presentations of the 17th International
Congress of Physical Education & Sport**



Προφορικές - Oral

3802

ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΑΓΧΟΣ ΠΡΟΔΙΑΘΕΣΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΟΥ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΜΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

**Δόντη Ο., Καμπιώτης Σ., Θεοδωράκου Κ.
Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α
odonti@phed.uoa.gr**

SELF-ESTEEM AND TRAIT ANXIETY IN CHILDREN PRACTICING NON-COMPETITIVE GYMNASTIC SPORTS

**O. Donti, S. Kabiatis, K. Theodorakou
Kapodistrian University of Athens, D.P.E.S.S.**

Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διερευνήσει το επίπεδο αυτοεκτίμησης και άγχους προδιάθεσης σε 117 παιδιά, ηλικίας 10-12 ετών ($M=10.61 \pm 0.776$ έτη), τα οποία ασχολούνταν για δύο χρόνια, με μη αγωνιστική ενόργανη, ρυθμική, γενική γυμναστική και τραμπολίνο σε διάφορα αθλητικά σωματεία της Ελλάδας. Για τη μέτρηση της αυτοεκτίμησης και του άγχους προδιάθεσης χρησιμοποιήθηκαν οι Ελληνικές εκδόσεις των ερωτηματολογίων Self Perception Profile for Children (Harter, 1982) και State-Trait Anxiety Inventory for Children (STAIC; Spielberger, Edwards, Lushene, Montuori & Platzek, 1973) αντίστοιχα. Η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ άγχους και αυτοεκτίμησης στα διάφορα αθλήματα και ηλικίες, έγινε με δείκτη Pearson r , πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης και γενικό γραμμικό μοντέλο. Οι συγκρίσεις μεταξύ των τιμών των ομάδων έγιναν με τη μέθοδο T-test για ανεξάρτητα δείγματα και ANOVA. Τα αποτελέσματα της εργασίας έδειξαν σημαντική μείωση της σφαιρικής αυτοεκτίμησης και της σωματικής εμφάνισης και ταυτόχρονη αύξηση του άγχους προδιάθεσης όσο τα παιδιά μεγαλώνουν, πλησιάζουν στην εφηβεία και τη μετάβασή τους στο Γυμνάσιο. Επιπλέον φαίνεται αρνητική συσχέτιση του άγχους προδιάθεσης με τις κλίμακες της αυτοαντίληψης σωματική εμφάνιση, σχολική ικανότητα και σφαιρική αυτοεκτίμηση σε όλα τα αθλήματα και τις ηλικίες. Τέλος, η σχολική ικανότητα ήταν ο μόνος παράγοντας της αυτοεκτίμησης που σχετίστηκε στατιστικά σημαντικά με το άγχος προδιάθεσης.

Λέξεις κλειδιά: αυτοεκτίμηση, άγχος προδιάθεσης, παιδιά

3815

ΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΟΠΙΝΓΚ

**Ψούνη Σ., Θεοδωράκης Ι., Γούδας Μ., Χατζηγεωργιάδης Α.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
spsouni@phyed.duth.gr**

ATHLETES AND COACHES ATTITUDES AND INTENTIONS OF DOPING USE BEHAVIOR

**S. Psouni, Y. Theodorakis, M. Goudas, A. Xatzigeorgiadis
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξεταστούν οι στάσεις και οι προθέσεις των αθλητών και των προπονητών για το ντόπινγκ. Η διερεύνηση έγινε με τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς. Το δείγμα αποτέλεσαν 143 αθλητές και 50 προπονητές. Χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο, το οποίο αξιολογούσε: στάσεις, υποκειμενικό πρότυπο, αντιλαμβανόμενο έλεγχο, προθέσεις, γνώσεις, ηθική και προστέθηκαν 2 ερωτήσεις επιλογής για την πιθανή χρήση ουσιών ντοπαρίσματος. Το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου περιλάμβανε ένα υποθετικό σενάριο πάνω στο οποίο βασίστηκαν οι ερωτήσεις που εξέταζαν τις μεταβλητές που αναφέρθηκαν παραπάνω. Σύμφωνα με τον οδηγό κατασκευής ερωτηματολογίου (Ajzen, 2002) η κλίμακα που δόθηκαν οι απαντήσεις ήταν 7βάθμια και οι απαντήσεις δίνονταν σε ζεύγη αντίθετων εννοιών (συμφωνώ-διαφωνώ, πιθανό-απίθανο, πάρα πολύ -καθόλου, ωφέλιμο-βλαβερό). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το 65,5%

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

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

των αθλητών είχαν αρνητικές προθέσεις για το ντόπινγκ, το 7% ήταν αναποφάσιμοι και το 27,5% είχαν θετικές προθέσεις. Στους προπονητές το 67,3% είχαν αρνητικές προθέσεις, το 10,7% ήταν αναποφάσιμοι και το 22% είχαν θετικές προθέσεις. Από την ανάλυση ιεραρχικής παλινδρόμησης φάνηκε ότι παράγοντας που επηρεάζει την τελική πρόθεσή των αθλητών για το ντόπινγκ είναι οι στάσεις ($\beta = .58, p < .001$), ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ($\beta = .19, p < .001$) και η ηθική ($\beta = .20, p < .001$). Στους προπονητές οι στάσεις αποτέλεσαν τον πιο σημαντικό παράγοντα ($\beta = .54, p < .001$) πρόβλεψης των προθέσεων. Οι δύο ερωτήσεις επιλογής προβλέφθηκαν από τις προθέσεις, τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο την ηθική και τις γνώσεις. Τα αποτελέσματα στους αθλητές έδειξαν ότι οι προθέσεις ($\beta = .78, p < .001$) και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ($\beta = .12, p < .01$) είναι οι πιο σημαντικοί παράγοντες. Στους προπονητές σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης των επιλογών είναι οι προθέσεις ($\beta = .72, p < .001$). Τέλος στατιστικά σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν μεταξύ αντρών και γυναικών στους αθλητές, στις στάσεις ($t = 3.4, p = .001 < .05$), στις προθέσεις ($t = 4.3, p = .00 < .05$), στον αντιλαμβανόμενο έλεγχο ($t = 2.0, p = .01 < .05$) και στην ηθική ($t = 2.6, p = .01 < .05$). Στους προπονητές παρουσιάστηκαν διαφορές μεταξύ αντρών και γυναικών στη μεταβλητή των γνώσεων ($t = -2.2, p = .01 < .05$).

Λέξεις κλειδιά: ντόπινγκ, στάσεις προς το ντόπινγκ, θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς

3820

ΑΙΤΙΩΔΕΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΑΝΤΙΛΗΨΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΜΕ ΤΗ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ: ΜΙΑ ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ.

**Καλογιάννης Π., Γ. Αμπατζόγλου, Παπαϊωάννου Α.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.,
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
peris64@xan.forthnet.gr**

CAUSAL RELATIONSHIPS OF STUDENTS' PERCEIVED PHYSICAL ABILITY WITH EXERCISE PARTICIPATION, AND SATISFACTION IN SPORT AND PHYSICAL EDUCATION LESSONS: A LONGITUDINAL STUDY.

**P. Kalogiannis, G. Ampatzoglou, A. Papaioannou
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S, University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνηθεί το πλέγμα των αιτιωδών σχέσεων μεταξύ της αντίληψης της φυσικής ικανότητας των μαθητών/τριών με τη συχνότητα άσκησης και την ικανοποίηση που νοιώθουν στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής και τον αθλητισμό γενικότερα. Σε τρία διαδοχικά σχολικά έτη (T1, T2 και T3) 1508 μαθητές και μαθήτριες απάντησαν σε δέσμη ερωτηματολογίων που μετρούσαν την αντίληψη φυσικών ικανοτήτων τους (ΦΙ, αντίστοιχη υποκλίμακα από το Ερωτηματολόγιο Αυτοπεριγραφής II, Marsh, 1992), τη συχνότητα άσκησης (ΣΑ, Papaioannou et al., 2005), καθώς επίσης και την ικανοποίηση τους στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής (ΙκΦΑ) και τον αθλητισμό (ΙκΑθ, Duda & Nicholls, 1992). Από το δείγμα των 1.508 (N = 1508) μαθητών και μαθητριών, τα 554 ήταν αγόρια και τα 949 κορίτσια, ενώ την πρώτη σχολική περίοδο της έρευνας (T1), 677 φοιτούσαν στην Στ' Δημοτικού και 831 στην Α' Λυκείου. Τα δεδομένα αναλύθηκαν με χρήση δομικών μοντέλων εξισώσεων (Amos 5.0). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα βρέθηκαν αμοιβαίες επιδράσεις μεταξύ της αντίληψης φυσικής ικανότητας με τη συχνότητα άσκησης (ΦΙ-1 → ΣΑ-2: $b = 0.26, p < .001$, ΦΙ-2 → ΣΑ-3: $b = 0.27, p < .001$, ΣΑ-1 → ΦΙ-2: $b = 0.06, p < .05$, ΣΑ-2 → ΦΙ-3: $b = 0.16, p < .001$), με την ικανοποίηση στον αθλητισμό (ΦΙ-1 → ΙκΑθ-2: $b = 0.63, p < .001$, ΦΙ-2 → ΙκΑθ-3: $b = 0.29, p < .001$, ΙκΑθ-1 → ΦΙ-2: $b = 0.08, p < .05$, ΙκΑθ-2 → ΦΙ-3: $b = 0.17, p < .01$) και την ικανοποίηση στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής (ΦΙ-1 → ΙκΦΑ-2: $b = 0.53, p < .001$, ΦΙ-2 → ΙκΦΑ-3: $b = 0.38, p < .001$, ΙκΦΑ-1 → ΦΙ-2: $b = 0.10, p < .01$, ΙκΦΑ-2 → ΦΙ-3: $b = 0.23, p < .001$). Τα παραπάνω αποτελέσματα συμβαδίζουν με αντίστοιχα αποτελέσματα προσφάτων παρόμοιων ερευνών στο διεθνή χώρο, υποστηρίζουν το θετικό ρόλο της αντιλαμβανόμενης φυσικής ικανότητας στην εμπλοκή των μαθητών/τριών με την άσκηση και τον αθλητισμό και παρέχουν σαφή υποστήριξη στο μοντέλο αμοιβαίων σχέσεων (reciprocal effects model), που προσαρμόζει ότι η αντίληψη που έχουν τα παιδιά για τον εαυτό τους (και ειδικότερα σε επί μέρους τομείς) αποτελεί την αιτία εμφάνισης συγκεκριμένων συμπεριφορών, αλλά συγχρόνως ανατροφοδοτείται και επηρεάζεται από τις συμπεριφορές αυτές.

Λέξεις κλειδιά: αντίληψη φυσικής ικανότητας, συχνότητα άσκησης, ικανοποίηση στη Φυσική αγωγή και τον αθλητισμό

3824

ΜΑΘΗΤΕΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ ΜΕ ΧΑΜΗΛΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ: ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΦΥΛΟΥ

**Πλεξίδα Ζ., Τσάπου Ο., Χασάνδρα Μ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
mxasad@pe.uth.gr**

STUDENTS OF LOW ATHLETIC ABILITIES: GENDER DIFFERENCES

Z.Plexida, O. Tsapou, M. Hassandra
University of Thessaly, D.P.E.S.S.

Η μειωμένη συμμετοχή των μαθητών στο μάθημα της φυσικής αγωγής επηρεάζεται από μια μεγάλη σειρά ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων. Σκοπός της μελέτης ήταν να διερευνηθεί τις διαφορές ανά φύλο μαθητών και φύλο εκπαιδευτικών στο αντιλαμβανόμενο κλίμα στο μάθημα της φυσικής αγωγής σχετικά με την χαμηλή αθλητική ικανότητα μαθητών. Στην έρευνα συμμετείχαν 79 μαθητές και 66 μαθήτριες γυμνασίου οι οποίοι συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο «Αντιλαμβανόμενου κλίματος στο μάθημα φυσικής αγωγής σχετικά με την απόδοση των αγοριών» του Παπαϊωάννου (1998), το οποίο προσαρμόστηκε ως προς την χαμηλή αθλητική ικανότητα. Έγινε πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης με ανεξάρτητες μεταβλητές το φύλο των μαθητών και το φύλο των γυμναστών και εξαρτημένες τους παράγοντες του ερωτηματολογίου. Τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντικές κύριες επιδράσεις για το φύλο των μαθητών, ($F(6, 133) = 2.30, p = .038$), το φύλο των γυμναστών ($F(6, 133) = 4.23, p = .001$), καθώς και σημαντική αλληλεπίδραση ($F(6, 133) = 4.09, p = .001$). Τα αποτελέσματα είναι σε συμφωνία με παρόμοιες μελέτες στην Ελλάδα και το εξωτερικό και αναδεικνύουν την ανάγκη για εκπαίδευση/επιμόρφωση των εκπαιδευτικών φυσικής αγωγής σε θέματα ισοτήτας.

Λέξεις κλειδιά: χαμηλή αθλητική ικανότητα, μαθητές γυμνασίου, επιδράσεις φύλου

3827

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ: ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Τσάπου Ο., Πλεξίδα Ζ., Χασάνδρα Μ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
mxasad@pe.uth.gr

PARTICIPATION IN OUT OF SCHOOL ATHLETIC ACTIVITIES: EFFECTS ON THE SUBJECT OF PHYSICAL EDUCATION

O. Tsapou, Z. Plexida, M. Hassandra
University of Thessaly, D.P.E.S.S.

Σκοπός της μελέτης ήταν να διερευνηθεί τις διαφορές παιδιών που συμμετέχουν και παιδιών που δεν συμμετέχουν εξωσχολικά σε αθλητικές δραστηριότητες ως προς το πώς αντιλαμβάνονται το κλίμα στο μάθημα φυσικής αγωγής σχετικά με την αθλητική ικανότητα. Στην έρευνα συμμετείχαν 141 μαθητές και μαθήτριες γυμνασίου οι οποίοι συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο «Αντιλαμβανόμενου κλίματος στο μάθημα φυσικής αγωγής σχετικά με την απόδοση των αγοριών» του Παπαϊωάννου (1998), το οποίο προσαρμόστηκε ως προς την αθλητική ικανότητα. Έγινε πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης με ανεξάρτητη μεταβλητή τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες και εξαρτημένες τους παράγοντες του ερωτηματολογίου. Τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντικές κύριες επιδράσεις για τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, ($F(6, 135) = 2.74, p = .015$). Η συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες είχε σημαντική επίδραση στους παράγοντες αντιλαμβανόμενης ενθάρρυνσης του καθηγητή προς τους μαθητές ($F(1, 139) = 4.37, p = .038$) και αντιλαμβανόμενης παρακίνησης ($F(1, 139) = 4.05, p = .046$). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα φαίνεται ότι η εξωσχολική συμμετοχή των μαθητών/τριων σε αθλήματα βελτιώνει και την συμμετοχή τους στο μάθημα της φυσικής αγωγής στο σχολείο.

Λέξεις κλειδιά: Εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, Μαθητές γυμνασίου, Επιδράσεις στο μάθημα Φυσικής Αγωγής

3880

Η ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΚΑΙ Η ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΣΕ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

Αλεξάκη Α., Καραμουσαλίδης Γ., Γαλαζούλας Χ., Μπεμπέτσος Ε., Γραμματικοπούλου Μ.
Αριστοτελείο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
andriana_4@hotmail.com

COACHING BEHAVIOUR AND THE ATHLETE SATISFACTION AMONG TEAM SPORTS

A. Alexaki, G. Karamousalidis, Ch. Galazoulas, E. Mpempetsos, M. Grammatikopoulou
Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Η αντίληψη των αθλητών για την Συμπεριφορά των προπονητών τους αλλά και η Ικανοποίηση που βιώνουν, είναι ίσως από τους δυο πιο σημαντικούς παράγοντες στον αγωνιστικό αθλητισμό και κυρίως στα ομαδικά αθλήματα. Σκοπός της έρευνας ήταν να διαπιστωθεί η σχέση των παραπάνω παραγόντων και πιθανές διαφορές που παρουσιάζουν ανάλογα με τον τύπο του αθλήματος. Το δείγμα ήταν 409 αθλητές της καλαθοσφαίρισης (n=125), πετοσφαίρισης (n=103), χειροσφαίρισης (n=75) και του ποδοσφαίρου (n=106). Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε για την διερεύνηση της ικανοποίησης των αθλητών ήταν η «Κλίμακα Αθλητικής Ικανοποίησης» των Chelladurai et al., (1988) ενώ για τις αντιλήψεις των αθλητών-τριών για τους προπονητές τους το Ερωτηματολόγιο της Προπονητικής Συμπεριφοράς (CBQ, Coaching Behavior Questionnaire, Williams, et al., 2003). Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν στα μέσα της αγωνιστικής περιόδου 2007-08 και η στατιστική ανάλυση έγινε με το SPSS11. Η ανάλυση της αξιοπιστίας επιβεβαίωσε ικανοποιητικούς δείκτες Cronbach's alpha, και η ανάλυση συσχετίσεων μεταξύ δυο παραγόντων της προπονητικής συμπεριφοράς έδειξε μια αρνητική συσχέτιση $-.38, p < .01$, ενώ για τους δυο παράγοντες της αθλητικής ικανοποίησης με μια μέτρια θετική συσχέτιση $.34, p < .01$. Η ανάλυση διακύμανσης όσον αφορά τις διαφορές σε σχέση με το είδος του αθλήματος έδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές στον παράγοντα Ικανοποίηση από την ηγεσία $F(3,405) = 4,817, p < .005$. Τα αποτελέσματα είναι ενθαρρυντικά για την περαιτέρω μελέτη των σημαντικών αυτών παραγόντων του Ελληνικού αθλητισμού.

Λέξεις κλειδιά: προπονητική συμπεριφορά, ικανοποίηση, ομαδικά αγωνίσματα

3930

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΗΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΕΝΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΤΟΧΩΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΣΤΗ ΠΡΟΘΕΣΗ ΧΡΗΣΗΣ ΑΠΑΓΟΡΕΥΜΕΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ

Μπαρκούκης Β., Λαζούρας Λ., Κοκκωνί Ε., Τσορμπατζούδης Χ.

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

CITY Liberal Studies

bark@phed.auth.gr

EFFECT OF PLANNED BEHAVIOR AND ACHIEVEMENT GOAL THEORY VARIABLES ON DOPING INTENTION

V. Barkoukis, L. Lazouras, E. Kokkoni, H. Tsozbatzoudis

Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.

CITY Liberal Studies

Η χρήση απαγορευμένων ουσιών αποτελεί ένα φαινόμενο του σύγχρονου αθλητισμού. Δεδομένων των αρνητικών συνεπειών της στην υγεία των αθλητών είναι απαραίτητη η κατανόηση των ψυχολογικών παραγόντων που συνδέονται με αυτήν. Η 2 X 2 θεωρία των στόχων επίτευξης αποτελεί ένα σημαντικό θεωρητικό πλαίσιο για την κατανόηση ανθυγιεινών και παράνομων συμπεριφορών. Επίσης, η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς αποτελεί ένα ολοκληρωμένο θεωρητικό μοντέλο πρόβλεψης της συμπεριφοράς. Ο σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει την επίδραση των παραγόντων που προέρχονται από τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς και των 4 στόχων επίτευξης, επιδίωξης και αποφυγής της μάθησης, και επιδίωξη και αποφυγή της επίτευξης, στην πρόθεση αθλητών ομαδικών αθλημάτων για χρήση απαγορευμένων ουσιών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν συνολικά 250 αθλητές από καλαθοσφαίριση (N = 132), χειροσφαίριση (N = 74) και πετοσφαίριση (N = 44) με μέσο όρο ηλικίας 25.05 έτη (T.A. \pm 4.40). Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παλινδρόμησης έδειξαν ότι οι παράγοντες της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς (β στάσεις = $.284, p < .001$, β υποκειμενική νόρμα = $.234, p < .001$, β αντιλαμβανόμενος έλεγχος = $-.289, p < .001$) και η αποφυγή επίτευξης ($\beta = .210, p < .005$) συνδέονταν με υψηλότερη πρόθεση χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό ($R^2 = 45\%, F = 26.69, p < .0005$). Από τα ευρήματα αυτά προκύπτει η σημασία των στόχων επίτευξης στην κατανόηση του προφίλ των αθλητών με υψηλή πρόθεση χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό.

Λέξεις κλειδιά: στόχοι επίτευξης, πρόθεση, ντόπιγγκ

3934

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΘΕΣΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΑΠΑΓΟΡΕΥΜΕΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ

Λαζούρας Λ., Μπαρκούκης Β., Κυρλέσης Σ., Τσιώκος Δ.

CITY Liberal Studies

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

bark@phed.auth.gr

THE EFFECT OF MOTIVATION ON THE FORMATION OF DOPING INTENTIONS

L. Lazouras, V. Barkoukis, S. Kyrlesis, D. Tsiokos

CITY Liberal Studies

* 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.

Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.

Σύμφωνα με τη θεωρία του αυτό-προσδιορισμού τα κίνητρα της ανθρώπινης συμπεριφοράς χωρίζονται σε εσωτερικά και εξωτερικά και σε έλλειψη κινήτρων. Τα αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών έχουν δείξει τα εσωτερικά κίνητρα έχουν θετικότερες γνωστικές, συναισθηματικές και συμπεριφορικές συνέπειες από την ενασχόληση με τον αθλητισμό. Ωστόσο δεν υπάρχουν ερευνητικά δεδομένα για την επίδραση των κινήτρων σε μεταβλητές που σχετίζονται με τη χρήση απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό. Ο σκοπός της έρευνας ήταν να εξεταστεί τον τρόπο με τον οποίο τα εσωτερικά και εξωτερικά κίνητρα και η έλλειψη κινήτρων επηρεάζουν τη διαμόρφωση της πρόθεσης χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 171 αθλητές κλασικού αθλητισμού (N = 76) και κωπηλασίας (N = 95) με μέσο όρο ηλικίας 20.7 έτη (T.A. ± 4.79). Οι αθλητές του δείγματος συμπλήρωσαν την Κλίμακα Κινήτρων στον Αθλητισμό (Sport Motivation Scale) και την υποκλίμακα της πρόθεσης με βάση τη θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς για την εκτίμηση της πρόθεσης χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παλινδρόμησης ανέδειξαν την έλλειψη κινήτρων ($\beta = .287$) και την ηλικία ($\beta = .416$) ως σημαντικούς παράγοντες πρόβλεψης της πρόθεσης χρήσης απαγορευμένων ουσιών (AdjR2 = 0.35). Τα ευρήματα της έρευνας δείχνουν ότι τα κίνητρα των αθλητών μπορούν να επηρεάσουν τη πρόθεση χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό και κατά συνέπεια η μελέτη τους μπορεί να συμβάλει στην καλύτερη κατανόηση των αιτιών της πρόθεσης χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό.

Λέξεις κλειδιά: αυτο-προσδιορισμός, πρόθεση, ντόπινγκ

3955

ΟΙ ΣΤΑΣΕΙΣ ΜΑΘΗΤΩΝ ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΡΙΩΝ Ε' ΚΑΙ ΣΤ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΑΓΡΟΤΙΚΩΝ, ΗΜΙΑΣΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΣΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ.

Παπαδέλης Ι., Πολλάτου Ε., Κολονέλλου Κ.

**Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας, Παιδαγωγική Σχολή Φλώρινας, Τμήμα Νηπιαγωγών
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

**Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Αγγλικής Φιλολογίας
elionpap@yahoo.gr**

THE STUDENTS' ATTITUDES IN THE 5TH AND 6TH GRADE OF PRIMARY SCHOOLS IN RURAL, SEMI- URBAN AND URBAN REGIONS CONCERNING THE PHYSICAL ACTIVITIES AND EXERCISES.

I. Papadelis, E. Pollatou, C. Colonellou

University of West Macedonia, Pedagogical Faculty of Florina, Kindergatner's Department

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

Aristotle's University of Thessaloniki, Department English Philology

Λόγω της μεγάλης σημασίας που έχουν οι στάσεις για την ανάπτυξη και τη γενικότερη συμπεριφορά του μαθητή, το σχολείο επιδιώκει να αναπτύξει μια σειρά από συνειδητοποιημένες στάσεις, που προσιδιάζουν με τις γενικότερες επιδιώξεις του. Σκοπός της εργασίας ήταν να διαπιστωθούν οι στάσεις σε θέματα σωματικής δραστηριότητας και άσκησης των μαθητών και μαθητριών πέμπτης και έκτης δημοτικού αγροτικής, ημιαστικής και αστικής σχολικής μονάδας. Με δειγματοληψία κατά ομάδες, 56 αγόρια και 58 κορίτσια Ε' και Στ' Δημοτικού αγροτικής, ημιαστικής και αστικής σχολικής μονάδας, απάντησαν σε Ερωτηματολόγιο που αξιολογούσε τις Στάσεις της Σωματικής Δραστηριότητας και Άσκησης, το οποίο κατασκευάστηκε για τις ανάγκες της έρευνας. Η στατιστική ανάλυση που χρησιμοποιήθηκε ήταν Πολυμεταβλητή Ανάλυση Διακύμανσης (MANOVA). Από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι υπάρχει σημαντική διαφορά στις στάσεις των μαθητών και μαθητριών Ε' και Στ' Δημοτικού των τριών σχολικών μονάδων ως προς το γνωστικό στοιχείο για τη σωματική δραστηριότητα και άσκηση. Τα αγόρια υπερέχουν ως προς το γνωστικό στοιχείο και στους τρεις διαφορετικούς τύπους των σχολικών μονάδων, επίσης οι μαθητές της Στ' δημοτικού υπερτερούν των μαθητών της Ε' δημοτικού στο γνωστικό στοιχείο. Πιστεύεται ότι θα ήταν χρήσιμο να υπάρξει πιο συστηματική και στοχευόμενη εκπαίδευση σε θέματα στάσεων για τη σωματική δραστηριότητα και άσκηση.

Λέξεις κλειδιά: γνωστικό στοιχείο, συναισθηματικό στοιχείο, συμπεριφορικό στοιχείο

3964

Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΡΥΘΜΙΣΗΣ ΤΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΜΙΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑΣ, ΜΕΣΩ ΤΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΜΙΩΣΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΥ, ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Κολοβελώνης Α., Γούδας Μ., Δερμιτζάκη Ε.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.,

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Π.Τ.Ε.Α.

sakisanta@hotmail.com

* 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.

THE DEVELOPMENT OF SELF-REGULATION OF LEARNING OF A MOTOR SKILL, THROUGH THE IMITATION AND SELF-CONTROL LEVEL, IN PHYSICAL EDUCATION

A. Kolovelonis, M. Goudas, I. Dermitzaki

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

University of Thessaly, S.E.D.

Σύμφωνα με την κοινωνική-γνωστική προσέγγιση (Schunk & Zimmerman, 1997), η ανάπτυξη της ικανότητας αυτορύθμισης της μάθησης πραγματοποιείται μέσω τεσσάρων διαδοχικών επιπέδων: της παρατήρησης, της προσομοίωσης, του αυτοέλεγχου και της αυτορύθμισης. Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετάσει την αποτελεσματικότητα της διαδοχικής εξάσκησης στο δεύτερο και τρίτο επίπεδο αυτορύθμισης. Συμτείχαν 72 μαθητές/τριες Ε' και ΣΤ' τάξης δημοτικού, οι οποίοι χωρίστηκαν τυχαία σε τέσσερις ομάδες: α) ομάδα με κοινωνική ανατροφοδότηση και στόχο διαδικασίας με αυτοκαταγραφή, β) ομάδα με κοινωνική ανατροφοδότηση χωρίς στόχο διαδικασίας και αυτοκαταγραφή, γ) ομάδα χωρίς κοινωνική ανατροφοδότηση αλλά με στόχο διαδικασίας και αυτοκαταγραφή, δ) ομάδα ελέγχου (μόνο εξάσκηση). Χρησιμοποιήθηκε η δεξιάριση της ρίψης βέλους σε στόχο και η επίδοση των μαθητών/τριών αξιολογήθηκε με δοκιμασία ρίψης έξι βελών (Kitsantas et al., 2000). Οι μαθητές/τριες συμμετείχαν στην έρευνα ατομικά, στην αρχή δέχθηκαν οδηγίες για τη ρίψη βέλους, παρακολούθησαν την επίδειξη της ρίψης και στη συνέχεια ασκήθηκαν για δεκαέξι λεπτά στη ρίψη βέλους σε δύο συνεχόμενες φάσεις των οκτώ λεπτών, οι οποίες αντιστοιχούσαν στο δεύτερο (παροχή ή μη κοινωνικής ανατροφοδότησης) και τρίτο επίπεδο αυτορύθμισης (ύπαρξη ή όχι στόχου διαδικασίας και αυτοκαταγραφή). Η ανάλυση διακύμανσης με ανεξάρτητη μεταβλητή την ομάδα έδειξε σημαντικές διαφορές μεταξύ των τεσσάρων ομάδων, $F(3, 68) = 9.92, p < .001, \eta^2 = .30$, στην εξαρτημένη μεταβλητή της ικανότητας ρίψης βέλους. Οι post hoc συγκρίσεις με το Tukey test έδειξαν ότι η ομάδα με κοινωνική ανατροφοδότηση και στη συνέχεια στόχο διαδικασίας με αυτοκαταγραφή είχε υψηλότερο σκορ στη δοκιμασία ρίψης βέλους σε σύγκριση με τις υπόλοιπες ομάδες. Επίσης, η ομάδα μόνο με κοινωνική ανατροφοδότηση και η ομάδα μόνο με στόχο διαδικασίας και αυτοκαταγραφή υπερέιχαν της ομάδας ελέγχου ($p < .05$). Οι διαφορές αυτές, με βάση το υπολογισμένο μέγεθος της επίδρασης ($d = .84 - 1.11$), κρίνονται ως υψηλές (Cohen, 1988). Οι μαθητές/τριες, δηλαδή, που ασκήθηκαν στη ρίψη βέλους λαμβάνοντας κοινωνική ανατροφοδότηση στην πρώτη φάση εξάσκησης, που αντιστοιχούσε στο δεύτερο επίπεδο αυτορύθμισης, και στη συνέχεια έθεσαν στόχο διαδικασίας και κατέγραψαν την απόδοσή τους στη δεύτερη φάση εξάσκησης, που αντιστοιχούσε στο τρίτο επίπεδο αυτορύθμισης, υπερέιχαν στην ικανότητα ρίψης βέλους. Τα αποτελέσματα αυτά υποστηρίζουν το κοινωνικό-γνωστικό μοντέλο των διαδοχικών επιπέδων ανάπτυξης της ικανότητας αυτορύθμισης (Zimmerman, 2000) και προεκτείνουν προηγούμενες έρευνες στις οποίες βρέθηκε ότι η αυτορύθμιση της μάθησης είναι πιο αποτελεσματική με τη διαδοχική μετάβαση από το πρώτο στο δεύτερο (Kitsantas et al., 2000) και από το τρίτο στο τέταρτο (Zimmerman & Kitsantas, 1997) επίπεδο ανάπτυξης της αυτορύθμισης.

Λέξεις κλειδιά: αυτορύθμιση μάθησης, επίπεδα ανάπτυξης αυτορύθμισης, φυσική αγωγή

3968

ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΤΗΣ ΑΣΑΦΕΙΑΣ ΡΟΛΩΝ ΣΤΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Γραμματικόπουλου Μ., Καραμουσαλίδης Γ., Γαλαζούλας Χ., Μπεμπέτσος Ε., Αλεξάκη Α.

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

maritsagram@hotmail.com

DIFERENCES ON AMBIGUITY IN TEAM SPORTS

M. Grammatikopoulou, G. Karamousalidis, Ch. Galazoulas, E. Mpempetsos, A. Alexaki

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

Η ασάφεια ρόλου (Role Ambiguity) ορίζεται ως μια έλλειψη σαφών και ξεκάθαρων πληροφοριών που συνδέονται με έναν ιδιαίτερο ρόλο και αφορούν τις προσδοκίες που έχουν σχέση με τη θέση κάποιου (Kahn, Wolfe, Quinn, Snoek & Rosental, 1964). Σκοπός της έρευνας ήταν να διαπιστωθούν τυχόν διαφορές της ασάφειας ρόλων στα επιθετικά καθήκοντα που αφορούσαν αθλητές-τριες ομαδικών αγωνισμάτων. Το δείγμα αποτελούνταν από 409 αθλητές και αθλήτριες της καλαθοσφαίρισης (n=125), πετοσφαίρισης (n=103), χειροσφαίρισης (n=75) και του ποδοσφαίρου (n=106). Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο της ασάφειας ρόλων (Role Ambiguity Scale, Beauchamp et al., 2002) και αφορούσε τα καθήκοντα των αθλητών στην επίθεση. Το ερωτηματολόγιο δόθηκε στα μέσα της αγωνιστικής περιόδου 2007-08 πριν από την προπόνηση των αθλητών οι οποίοι καλέστηκαν εθελοντικά να το συμπληρώσουν. Οι συσχετίσεις των κλιμάκων ήταν υψηλές και κυμάνθηκαν από .57 μέχρι .75 $p < .01$ ενώ από την ανάλυση διακύμανσης (one-way, Anova) που πραγματοποιήθηκε παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε ένα παράγοντα της ασάφειας ρόλων (ασάφεια σε σχέση με τον σκοπό των υποχρεώσεων στην επίθεση), $F(3, 403) = 4.416, p < .005$. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα οι αθλητές της χειροσφαίρισης και της πετοσφαίρισης είχαν πιο ξεκάθαρους ρόλους όσον αφορά τον σκοπό των υποχρεώσεων τους στην επίθεση σε σχέση με αυτούς του ποδοσφαίρου. Περαιτέρω έρευνες κρίνονται αναγκαίες σε συνάρτηση με άλλες μεταβλητές.

Λέξεις κλειδιά: ασάφεια ρόλων, επίθεση, ομαδικά αγωνίσματα

* 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.

3975

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΥ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥ ΤΥΠΟΥ ΣΤΟΧΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΣΤΗΝ ΑΥΤΟΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΜΙΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Κολοβελώνης Α., Γούδας Μ., Δερμιτζάκη Ε.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Π.Τ.Ε.Α.

sakisanta@hotmail.com

THE EFFECT OF GOAL SETTING AND SELF-RECORDING IN SELF-REGULATION OF LEARNING A MOTOR SKILL IN PHYSICAL EDUCATION

A. Kolovelonis, M. Goudas, I. Dermitzaki

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

University of Thessaly, S.E.D.

Σύμφωνα με το κοινωνικό-γνωστικό μοντέλο αυτορύθμισης της μάθησης ο καθορισμός στόχων και η αυτοπαρακολούθηση αποτελούν βασικές διαδικασίες που συμβάλουν στην αυτορύθμιση της μάθησης (Zimmerman, 2000). Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετάσει την επίδραση του καθορισμού διαφορετικού τύπου στόχων (στόχος διαδικασίας, στόχος αποτελέσματος, συνδυασμός στόχων διαδικασίας και αποτελέσματος) και της αυτοκαταγραφής (ύπαρξη – απουσία) στην αυτορύθμιση της μάθησης μιας νέας κινητικής δεξιότητας (ρίψη βέλους) στο μάθημα της φυσικής αγωγής. Συμμετείχαν 105 μαθητές/τριες Ε' και ΣΤ' τάξης δημοτικού, οι οποίοι χωρίστηκαν τυχαία στην ομάδα ελέγχου και στις έξι πειραματικές ομάδες, οι οποίες προέκυψαν από το συνδυασμό των τριών τύπων στόχων και της ύπαρξης ή μη της αυτοκαταγραφής. Η ικανότητα των μαθητών/τριών στη ρίψη βέλους αξιολογήθηκε με δοκιμασία ρίψης εννέα βελών (Zimmerman & Kitsantas, 1997). Οι μαθητές/τριες, συμμετείχαν στην έρευνα ατομικά, δέχθηκαν οδηγίες για τη ρίψη βέλους, παρακολούθησαν τη επίδειξη της εκτέλεσης της ρίψης και στη συνέχεια, ανάλογα με την ομάδα στην οποία ανήκαν, δέχθηκαν οδηγίες για να θέσουν στόχο διαδικασίας, στόχο αποτελέσματος ή να συνδυάσουν τους δύο αυτούς στόχους και να χρησιμοποιήσουν τη διαδικασία της αυτοκαταγραφής στη διάρκεια της εξάσκησης τους στη ρίψης βέλους, που διήρκεσε δεκαέξι λεπτά. Η ανάλυση διακύμανσης 3 (καθορισμός στόχων) X 2 (αυτοκαταγραφή) έδειξε σημαντική κύρια επίδραση της αυτοκαταγραφής, $F(1, 84) = 6.11, p < .05, \eta^2 = .07$, στην εξαρτημένη μεταβλητή της ικανότητας ρίψης βέλους. Δηλαδή, οι μαθητές/τριες που χρησιμοποίησαν την αυτοκαταγραφή, ανεξαρτήτως του στόχου που έθεσαν, είχαν υψηλότερο σκορ στη ρίψη βέλους ($M = 5.26$) σε σύγκριση με τους μαθητές/τριες που δεν χρησιμοποίησαν την αυτοκαταγραφή ($M = 4.57$). Επίσης βρέθηκε, με βάση τις ζευγαρωτές συγκρίσεις με το *t*-test, ότι όλες οι ομάδες, εκτός της ομάδας με καθορισμό στόχου αποτελέσματος χωρίς αυτοκαταγραφή, είχαν υψηλότερο σκορ στη δοκιμασία της ρίψης βέλους σε σύγκριση με την ομάδα ελέγχου. Οι διαφορές αυτές, με βάση το υπολογισμένο μέγεθος της επίδρασης ($d = .79 - 1.80$) κρίνονται ως υψηλές (Cohen, 1988). Συμπερασματικά, η χρήση της αυτοκαταγραφής έχει θετική επίδραση στην αυτορύθμιση της μάθησης μιας νέας δεξιότητας στο μάθημα της φυσικής αγωγής, επιβεβαιώνοντας τα αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών (Zimmerman & Kitsantas, 1997). Σε αντίθεση, όμως, με προηγούμενες έρευνες στις οποίες ο καθορισμός στόχων διαδικασίας υπερέχει των στόχων αποτελέσματος (Zimmerman & Kitsantas, 1996) στην παρούσα έρευνα δεν βρέθηκαν διαφορές μεταξύ των στόχων διαδικασίας, των στόχων αποτελέσματος και του συνδυασμού τους, γεγονός που αναδεικνύει την ανάγκη για νέες σχετικές έρευνες.

Λέξεις κλειδιά: καθορισμός στόχων, αυτοκαταγραφή, φυσική αγωγή

4126

Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΜΕ ΤΗ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΗΠΙΑ, ΜΕΤΡΙΑΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΝΤΟΝΗ ΑΣΚΗΣΗ

Λέτσιου Μ., Βλαχόπουλος Σ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, ΤΕΦΑΑ Σερρών

markellaki_7@hotmail.com

THE RELATIONSHIP OF EXERCISE ENJOYMENT WITH MILD, MODERATE, AND STRENUOUS EXERCISE

M. Letsiou, S. Vlachopoulos

Aristotle's University of Thessaloniki, D. P.E.S.S.

Παρά τα σωματικά και ψυχολογικά οφέλη της άσκησης, μόνο ένα μικρό ποσοστό του πληθυσμού ασκείται. Παρ' όλες τις έρευνες που εξέτασαν το ρόλο της ευχαρίστησης στη συμμετοχή στην άσκηση, δεν έχει εξετασθεί η σχέση του επιπέδου της ευχαρίστησης κατά την άσκηση με τη συχνότητα συμμετοχής στην άσκηση ήπιας, μέτριας και υψηλής έντασης. Ο σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξεταστεί η σχέση της ευχαρίστησης με τη συχνότητα της συμμετοχής σε ήπια, μέτρια και υψηλής έντασης άσκηση. Συνολικά συλλέχθηκαν δεδομένα

* 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.

από 13 γυμναστήρια της χώρας και το δείγμα αποτέλεσαν 393 άτομα, εκ των οποίων οι 250 (63.61%) ήταν γυναίκες και οι 143 (36.39%) ήταν άντρες. Η ηλικία των ερωτηθέντων κυμάνθηκε από 14 έως 68 χρονών (Μ.Ο.=29.77 Τ.Α.=9.89). Επίσης οι ερωτηθέντες δήλωσαν ότι γυμνάζονται κατά μέσο όρο από 1 έως 10 φορές την εβδομάδα (Μ.Ο.=3.89 Τ.Α.=1.28) και για 10 έως 240 λεπτά τη φορά (Μ.Ο.= 81.39 Τ.Α.=35.82). Ως όργανα μέτρησης χρησιμοποιήθηκαν τα ερωτηματολόγια αθλητικής ευχαρίστησης της Scanlan και φυσικής δραστηριότητας των Godin και Shephard (GLTEQ). Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν στους ασκούμενους πριν ξεκινήσουν το πρόγραμμα άσκησης. Αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης έδειξαν στατιστικά σημαντική σχέση των επιπέδων της ευχαρίστησης με τη συχνότητα συμμετοχής σε άσκηση μέτριας και υψηλής έντασης στις γυναίκες. Αυτή η σχέση δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική στις γυναίκες αναφορικά με την ήπια άσκηση και στους άντρες ανεξάρτητα της έντασης της άσκησης. Συνολικά βρέθηκε ότι η ευχαρίστηση συνδέεται με την συχνότητα συμμετοχής σε άσκηση μόνο στις γυναίκες και για άσκηση μέτριας και υψηλής έντασης. Πρέπει στην πράξη να παρέχονται προγράμματα άσκησης, με τέτοια χαρακτηριστικά που να ενισχύουν την ευχαρίστηση των ασκούμενων κατά την άσκηση.

Λέξεις κλειδιά: μοντέλο δέσμευσης στον αθλητισμό, ευχαρίστηση, φυσική δραστηριότητα

4176

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΑΝΤΙΞΩΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΣΕ ΟΜΑΔΙΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΣΥΝΟΧΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

Γαλάνης Ε., Σαλογιάννης Γ., Κούλη Ο., Χατζηγεωργιάδης Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

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

v.galanis@hotmail.com

COPING STRATEGIES IN TEAM SPORT ATHLETES: THE ROLE OF TEAM COHESION

E. Galanis, J. Salogiannis, O. Kouli, A. Hatzigeorgiadis

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

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει αν η συνοχή της ομάδας μπορούσε να προβλέψει τις στρατηγικές αντιμετώπισης προσέγγισης και αποφυγής που υιοθετούν οι αθλητές ομαδικών αθλημάτων για την αντιμετώπιση αντίξωων καταστάσεων στον αγώνα. Στην έρευνα συμμετείχαν 129 αθλητές ομαδικών αθλημάτων (96 άντρες και 33 γυναίκες) με μέσο όρο ηλικίας 21.26 (\pm 5.50) χρόνια, μέσο όρος αγωνιστικής εμπειρίας 6.77 (\pm 5.59) χρόνια, και μέσο όρο συμμετοχής στην τρέχουσα ομάδα 4.08 (\pm 4.21) χρόνια. Για την αξιολόγηση της συνοχής χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Περιβάλλοντος Ομάδας (ΕΠΟ, Αγγελονίδης, Κάκκος, Ζέρβας, και Ψυχουντάκης, 1993), το οποίο αξιολογεί 4 διαστάσεις: (α) ατομική έλξη στο έργο, (β) ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις, (γ) ομαδική ενσωμάτωση στο έργο, και (δ) ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις. Για την αξιολόγηση των στρατηγικών αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο Αντιμετώπιση Προσέγγισης και Αποφυγής σε Αγώνα (ΑΠΑΑ, Χατζηγεωργιάδης & Χρόνη, 2004), το οποίο περιλαμβάνει 6 διαστάσεις, τρεις που αφορούν στρατηγικές προσέγγισης (προσπάθεια, σχεδιασμός και θετικός αυτοδιάλογος), και τρεις που αφορούν στρατηγικές αποφυγής (γνωστική εγκατάλειψη, συμπεριφορική εγκατάλειψη και άρνηση). Ανάλυση εσωτερικής συνοχής των κλιμάκων έδειξε αποδεκτούς δείκτες Cronbach's alpha (για το ΕΠΟ από .73, έως .82, και για το ΑΠΑΑ από .60, έως .80). Για να διαπιστωθεί ο βαθμός στον οποίο η συνοχή της ομάδας μπορούσε να προβλέψει την υιοθέτηση στρατηγικών αντιμετώπισης εκτελέστηκαν αναλύσεις παλινδρόμησης. Σχετικά με τις στρατηγικές προσέγγισης η ανάλυση έδειξε ότι η συνοχή της ομάδας μπορούσε να προβλέψει το 20% της διακύμανσης, $F(4, 127) = 7.34, p < .01$, με τις μεταβλητές ατομική έλξη στο έργο ($\beta = .27$) και ομαδική ενσωμάτωση στο έργο ($\beta = .25$) να είναι σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης. Σχετικά με τις στρατηγικές αποφυγής η ανάλυση έδειξε ότι η συνοχή της ομάδας μπορούσε να προβλέψει το 12% της διακύμανσης, $F(4, 127) = 4.02, p < .01$, με τις μεταβλητές ατομική έλξη στο έργο ($\beta = -.30$) και ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις ($\beta = .27$) να είναι σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης. Συνολικά τα αποτελέσματα ανέδειξαν τη σημασία της ομαδικής συνοχής σε σχέση με την υιοθέτηση κατάλληλων στρατηγικών αντιμετώπισης αντίξωων καταστάσεων, και ιδιαίτερα τη συμβολή της ατομικής έλξης των αθλητών στο έργο. Συνεπώς, τόσο οι προπονητές όσο και οι αθλητές πρέπει να συνυπάρχουν σε ένα τίμιο, ανοιχτό, ειλικρινές και ομαδικό περιβάλλον για να μπορέσουν να αυξήσουν τη συνοχή της ομάδας ώστε οι αθλητές να αντιμετωπίζουν πιο αποτελεσματικά τις δυσάρεστες καταστάσεις που προκύπτουν κατά την διάρκεια των αγώνων.

Λέξεις κλειδιά: συνοχή ομάδας, στρατηγικές αντιμετώπισης, ομαδικά αθλήματα

4215

ΤΑ ΚΙΝΗΤΡΑ ΓΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΩΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ ΗΛΙΚΙΑΣ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗΣ ΤΩΝ 69 ΕΤΩΝ

* 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.

Δ. Παπαδόπουλος, Ι. Αθαναηλίδης, Α. Καμπάς, Α. Λάιος
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
dimpap@teikav.edu.gr

THE MOTIVES OF OLDER THAN 69 YEARS OLD GREEKS IN THEIR PARTICIPATION IN EXERCISING
D. Papadopoulos, I. Athanailidis, A. Kampas, A. Laios
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Η συμμετοχή των ενηλίκων Ελλήνων στη φυσική δραστηριότητα καταγράφεται ως μια από της μικρότερες, μεταξύ του πολιτών της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Jones et al., 1998) και παρά το γεγονός ότι αποδίδει ένα πλήθος ωφελειών στους τομείς της φυσικής και ψυχικής υγείας. Σκοπός της ερευνητικής αυτής εργασίας ήταν να διερευνήσει τα κίνητρα των ατόμων ηλικίας μεγαλύτερης των 69 ετών για συμμετοχή στην άσκηση (κυρίως βόδιση για άσκηση). Για την επίτευξη του ερευνητικού στόχου διεξήχθη μια εμπειρική έρευνα με ερωτηματολόγιο. Το δείγμα της εργασίας αποτέλεσαν 277 άτομα ηλικίας μεγαλύτερη των 69 ετών (N=277, Άνδρες=164, Γυναίκες=113, Μ.Ο. ηλικίας=74.19, Τυπική απόκλιση=4.337). Ως όργανο μέτρησης για τον προσδιορισμό και την εκτίμηση των κινήτρων του δείγματος χρησιμοποιήθηκε το Exercise Motivation Inventory-2 (EMI-2, Markland & Ingledew, 1997), μεταφρασμένο στα ελληνικά με τη μέθοδο της παλινδρόμης μετάφρασης. Το αυθεντικό όργανο περιλαμβάνει 51 ερωτήσεις, που κατανέμονται σε 12 παράγοντες. Για τη μέτρηση του βαθμού συμμετοχής στην άσκηση χρησιμοποιήθηκε μια 5/βάθμια κλίμακα τύπου Likert, το σημείο 1 της οποίας σήμαινε τη μηδενική συμμετοχή στην άσκηση κατά τον τελευταίο χρόνο, ενώ το σημείο 5 την τακτική συμμετοχή. Η εφαρμογή μιας διερευνητικής παραγοντικής ανάλυσης μεταξύ των σχετικών με τα κίνητρα ερωτήσεων του απέδωσε 7 έγκυρους και αξιόπιστους παράγοντες, οι οποίοι ονομάστηκαν 1) Εσωτερικά κίνητρα και φυσική κατάσταση, 2) Ανταγωνισμός και εμφάνιση, 3) Πρόληψη ασθενειών, 4) Κοινωνικότητα, 5) Μείωση άγχους, 6) Διαχείριση βάρους, και 7) Λόγοι υγείας (K.M.O. Measure of Sampling Adequacy=.928, Sig.=.0, Total Variance Explained=67.27, Loadings>.460, Cronbach 's a>.7). Το αξιοσημείωτο στοιχείο που προέκυψε από την παραγοντική ανάλυση, ήταν η φόρτιση στον ίδιο παράγοντα μεταβλητών που θεωρούνται ότι εκφράζουν κατεξοχήν εσωτερική παρακίνηση (π.χ. Να απολαμβάνω την εμπειρία της άσκησης), μαζί με κίνητρα φυσικής κατάστασης, τα οποία θεωρούνται εξωτερικά (π.χ. Να αναπτύξω τη δύναμή μου). Το εύρημα αυτό ίσως ερμηνεύεται από τους Desi και Ryan (2000), οι οποίοι υποστηρίζουν ότι η απλή διχοτόμηση των κινήτρων σε εσωτερικά και εξωτερικά δεν είναι αρκετή και ότι τα εξωτερικά κίνητρα μπορεί να εσωτερικεύονται σε διάφορους βαθμούς. Η εφαρμογή μιας πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης, με εξαρτημένη μεταβλητή το βαθμό συμμετοχής στην άσκηση και ανεξάρτητες τους 7 παράγοντες παρακίνησης, έδειξε ότι το μοντέλο ήταν στατιστικά σημαντικό (F=7.285, Sig. F=.0, R²=.159). Από τους παράγοντες παρακίνησης σχετίζονταν θετικά με το βαθμό συμμετοχής στην άσκηση τα «Εσωτερικά κίνητρα και φυσική κατάσταση» (t=2.825, Sig. t=.005, β=.279) και η «Πρόληψη ασθενειών» (t=3.843, Sig. t=.0, β=.290). Αντίθετα, αρνητικά σχετίζονταν η «Διαχείριση βάρους» (t=-3.652, Sig. t=.0, β=-.283) και οι «Λόγοι υγείας» (t=-3.172, Sig. t=.002, β=-.215).

Λέξεις κλειδιά: παρακίνηση, άσκηση, ενήλικες

4295

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ: ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Δούμα Ε., Τραυλός Α.Κ., Στεργιούλας Α.

Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τμήμα Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού
idouma@otenet.gr

BULLYING IN SCHOOL CONTEXT: A REVIEW

I. Douma, A.K. Travlos, A. Stergioulas

University of Peloponnese, Department of Sport Management

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να παρουσιάσει ευρήματα σχετικά με το φαινόμενο του εκφοβισμού (bullying) στο σχολικό περιβάλλον. Ως εκφοβισμός ορίζεται το φαινόμενο κατά το οποίο ένα άτομο εκτίθεται επανειλημμένα και για μακρύ χρονικό διάστημα σε αρνητικές ενέργειες ενός ή περισσοτέρων ατόμων (Olweus, 1991). Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας βασίστηκε στις δημοσιευμένες έρευνες που περιλαμβάνονται σε έγκριτες επιστημονικές βάσεις δεδομένων. Από τη διερεύνηση της βιβλιογραφίας προκύπτει ότι τα τελευταία 30 χρόνια παρατηρείται αύξηση του ερευνητικού ενδιαφέροντος για τη μελέτη του εκφοβισμού σε πολλές χώρες της Ευρώπης, Αμερικής, Ασίας και Ωκεανίας. Συγκεντρώθηκαν οι θεωρητικές προσεγγίσεις που διαπραγματεύονται το σχολικό εκφοβισμό. Λαμβάνοντας υπόψη τους διαφορετικούς τρόπους εξέτασης και αξιολόγησης του φαινομένου, τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι τα ποσοστά των θυτών κυμαίνονται από 3,4-27% και των θυμάτων από 3,9-40%. Επιπροσθέτως, μελετήθηκαν οι μορφές του εκφοβισμού, ο ρόλος των παιδιών στο φαινόμενο, οι διαφορές στα δύο φύλα, διαφορές στις ηλικίες καθώς και τα πιθανά αίτια. Ποιος ευθύνεται για τον σχολικό εκφοβισμό και τι μπορούμε να κάνουμε από τη θέση που βρίσκεται ο καθένας, είναι μερικά από τα ερωτήματα διερευνήθηκαν.

Λέξεις κλειδιά: εκφοβισμός, ανασκόπηση, σχολείο

* 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.

4414

ΤΟ ΣΤΥΛ ΗΓΕΣΙΑΣ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΤΟΥΣ ΠΡΟΘΕΣΗ, ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥΣ ΣΕ ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.

Σχοινάκης Σ., Ταξιλάρης Κ., Μπεμπέτσος Ε., Αγγελούσης, Ν.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
sschoina@phyed.duth.gr

COACHING STYLE AND LEADERSHIP IN RELATION TO THE SATISFACTION OF YOUNG ATHLETES' NEEDS AS IT DERIVES FROM BEHAVIORAL PATTERNS, EMERGING FROM THEIR PARTICIPATION IN BASKETBALL ACADEMIES.

S. Schoinakis, K. Taxildaris, E. Mpempetsos, N. Aggeloussis
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Σκοπός της ερευνητικής αυτής εργασίας ήταν να εξετάσει τις σχέσεις μεταξύ της ικανοποίησης του αθλητή από τη συμμετοχή του και της πρόθεσης της μελλοντικής του συμπεριφοράς. Για την επίτευξη του ερευνητικού στόχου διεξήχθη μια εμπειρική έρευνα με ερωτηματολόγιο που αποτελούνταν από άλλα προγενέστερα. Για την εκτίμηση του κλίματος ηγεσίας χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Chelladurai & Saleh (1980) «Κλίμακα Ηγεσίας στον Αθλητισμό». Για τη μέτρηση της ικανοποίησης των αθλούμενων χρησιμοποιήθηκε το όργανο των Chelladurai et al. (1998) «Κλίμακα Ικανοποίησης Αθλητών». Για τη μέτρηση της συμπεριφορικής πρόθεσης προκρίθηκε να χρησιμοποιηθεί η προσέγγιση των Cronin et al. (2000). Το δείγμα της εργασίας αποτέλεσαν 113 αθλούμενοι αναπτυξιακής ηλικίας στο άθλημα της καλαθοσφαίρισης, σε ομάδες της Αν. Μακεδονίας (N=113, Αγόρια=77, Κορίτσια=36, Μ.Ο. ηλικίας=13.73, Τυπική απόκλιση=1.732). Για τη δοκιμή της δομικής εγκυρότητας του οργάνου μέτρησης διεξήχθησαν 2 διερευνητικές παραγοντικές αναλύσεις και ακολούθησε ανάλυση αξιοπιστίας μεταξύ των μεταβλητών του κάθε παράγοντα. Η πρώτη παραγοντική ανάλυση απέδωσε δύο παράγοντες (K.M.O Measure of Sampling Adequacy=.802, Sig.=.0, Total Variance Explained=65.28). Την «Ικανοποίηση από την Ηγεσία», με 7 δηλώσεις (Loadings>.686, Chronbach 's α=.912) και την «Ικανοποίηση από τα Προσωπικά Αποτελέσματα», με 4 δηλώσεις (Loadings>.686, Chronbach 's α=.912). Η δεύτερη παραγοντική ανάλυση απέδωσε ένα παράγοντα (K.M.O Measure of Sampling Adequacy=.750, Sig.=.0, Total Variance Explained=54.29), που ονομάστηκε «Πρόθεση Συμπεριφοράς» και αποτελούνταν από 4 μεταβλητές (Loadings>.483, Chronbach 's α=.701). Η εφαρμογή μιας απλής και μιας πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης έδειξαν ότι η «Ικανοποίηση από την Ηγεσία» σχετίζεται θετικά με την «Ικανοποίηση από τα Προσωπικά Αποτελέσματα» ($F=26.32$, Sig. $F=.0$, $R^2=.192$, $t=5.13$, Sig. $t=.0$, $\beta=.438$). Η «Ικανοποίηση από την Ηγεσία» ($t=1.98$, Sig. $t=.50$, $\beta=.191$), καθώς και η «Ικανοποίηση από τα Προσωπικά Αποτελέσματα» ($t=3.13$, Sig. $t=.0$, $\beta=.301$) σχετίζονται θετικά με την «Πρόθεση Συμπεριφοράς» ($F=11.84$, Sig. $F=.0$, $R^2=.177$). Επομένως, η παραμονή ή η εγκατάλειψη της ομάδας (ή /και του αθλήματος), από ένα αθλούμενο αναπτυξιακής ηλικίας, φαίνεται να εξαρτάται τόσο από τη συμπεριφορά του προπονητή απέναντι στον αθλούμενο, όσο και από την πρόδο του τελευταίου στο άθλημα.

Λέξεις κλειδιά: ηγεσία, ικανοποίηση αθλητών, συμπεριφορική πρόθεση

4455

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟ ΤΙΜΙΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΕΛΛΗΝΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΣΤ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Λιούμπη Π., Γεωργιάδης Κ., Μουντάκης Κ.

Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τμήμα Οργάνωσης & Διαχείρισης Αθλητισμού
elioumpi@otenet.gr

FAIR PLAY RELATED BEHAVIORS IN GREEK PRIMARY SCHOOL CHILDREN IN 6TH GRADE

P. Lioumpi, K. Georgiadis, C. Mountakis

University of Peloponnese, Department of Sport Management

Σκοπός της παρούσης έρευνας ήταν: α) να αξιολογηθούν οι συμπεριφορές Ελλήνων μαθητών σε σχέση με τις τέσσερις διαστάσεις του τίμιου παιχνιδιού, την τέχνη νίκης, το σεβασμό στις τυπικότητες, το κλέψιμο και το σεβασμό στους συμπαίκτες, β) να διαπιστώσει αν υπάρχουν διαφορές στις συμπεριφορές ως προς το τίμιο παιχνίδι μεταξύ αγοριών και κοριτσιών. Στην έρευνα έλαβαν μέρος 165 μαθητές/τριες ιδιωτικών εκπαιδευτηρίων 84 αγόρια και 81 κορίτσια, με μέσο όρο ηλικίας 11,7 ετών. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε το Σεπτέμβριο του 2007. Ως όργανο αξιολόγησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο τίμιου παιχνιδιού των Χασάνδρα, Γούδα, Χατζηγεωργιάδη και Θεοδωράκη (2002) πενταβάθμιας κλίμακας του τύπου Ποτέ (1)- Πάντα (5). Η ανάλυση του ερωτηματολογίου έγινε με τη χρήση του στατιστικού προγράμματος SPSS και για τον έλεγχο της επιρροής του φύλου στις απαντήσεις χρησιμοποιήσαμε το τεστ Pearson Χ². Όσον αφορά το πρώτο ερώτημα η έρευνα έδειξε ότι στον παράγοντα τέχνη νίκης οι μαθητές/τριες σε υψηλό ποσοστό απάντησαν πως ποτέ ή σχεδόν

* 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.

ποτέ δεν προσπαθούν να εκνευρίσουν τους αντιπάλους (75,5%), δεν τους ενοχλούν (80,1%), δεν τους μιλάνε άσχημα (91,3%) και δεν προσπαθούν να τους κάνουν να θυμώσουν (78%). Στον παράγοντα σεβασμός στις τυπικότητες πάνω από τους μισούς μαθητές/τριες δηλώνουν ότι πάντα ή σχεδόν πάντα συγχαίρουν τους αντιπάλους όταν χάνουν (55,8%), στο τέλος τους δίνουν το χέρι (59%), δίνουν το χέρι στον αντίπαλο ανεξάρτητα από την νίκη ή την ήττα (63,0%) και τον συγχαίρουν για μια καλή απόδοση (58,8%). Στον παράγοντα κλέψιμο πολύ υψηλό ποσοστό μαθητών/τριών απάντησε πως ποτέ ή σχεδόν ποτέ δεν κλέβει γιατί αυτό βοηθάει στη νίκη (92%), ούτε ακόμα και αν είναι σίγουρος/η ότι δε θα τον/την πιάσουν (90,7%), δεν κλέβει (95%) και δεν θέλει να κλέβει (93,2%). Στον παράγοντα σεβασμός στους συμπαίκτες οι περισσότεροι δήλωσαν πως πάντα ή σχεδόν πάντα υποστηρίζουν τους συμπαίκτες τους (87,3%), τους βοηθούν (90,6%), τους συμπαραστέκονται (88,3%) και επιβραβεύουν τις καλές τους προσπάθειες (79,6%). Όσον αφορά το δεύτερο σκοπό της έρευνας στον έλεγχο επιρροής του φύλου διαπιστώθηκε σημαντική στατιστική διαφορά μόνο στην ερώτηση κλέβω αν αυτό με βοηθάει να κερδίσω (p value = 0,03) όπου τα αγόρια δείχνουν να συνηθίζουν περισσότερο τη συμπεριφορά αυτή. Συμπερασματικά θα λέγαμε πως οι συμπεριφορές των αγοριών και των κοριτσιών όσον αφορά τις τρεις διαστάσεις του τίμιου παιχνιδιού, τέχνη νίκης, κλέψιμο, σεβασμό στους συμπαίκτες είναι πολύ ικανοποιητικές. Στη διάσταση σεβασμό στις τυπικότητες φαίνεται πως αρκετοί διστάζουν να συγχαρούν τον αντίπαλο για οποιοδήποτε λόγο.

Λέξεις κλειδιά: αθλητική συμπεριφορά, πρωτοβάθμια εκπαίδευση, τίμιο παιχνίδι.

4716

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΚΑΙ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΩΝ ΗΛΙΚΙΩΝ

Τζιουμάκης Γ., Μιχαλοπούλου Μ., Αγγελούσης Ν., Παπαϊωάννου Α., Χριστοδουλίδης Τ.

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

itziouma@phyed.duth.gr

BASKETBALL AND TEAM HANDBALL COACHING BEHAVIORS OF DEVELOPMENTAL AGES' COACHES

Y. Tzioumakis, M. Michalopoulou, N. Aggeloussis, A. Papaioannou, T. Christodoulidis

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η αξιολόγηση της προπονητικής συμπεριφοράς προπονητών/τριών Καλαθοσφαίρισης και Χειροσφαίρισης, αθλητών/τριών αναπτυξιακών ηλικιών μέσω της ποιότητας και της ποσότητας της ανατροφοδότησης που παρείχαν. Χρησιμοποιήθηκε η Ελληνική έκδοσή του οργάνου συστηματικής παρατήρησης Coaching Behavior Assessment System (CBAS) (Smith, Small & Hunt, 1977) και αξιολογήθηκαν παράμετροι της ανατροφοδότησης που αντιστοιχούν στις δύο κύριες κατηγορίες του οργάνου: α) Προπονητικές συμπεριφορές ως αντίδραση σε συμπεριφορές των αθλητών και β) Προπονητικές συμπεριφορές που δεν εκδηλώθηκαν ως απάντηση σε προηγούμενο ερέθισμα. Μέσω συνεχούς κωδικοποίησης πραγματοποιήθηκε η καταγραφή, κωδικοποίηση και αξιολόγηση των συμπεριφορών, λεκτικών και μη, με την χρήση βιντεοκάμερας και ασύρματου μικροφώνου. Επιπλέον, η αξιοπιστία της διαδικασίας κωδικοποίησης και κατηγοριοποίησης των προπονητικών συμπεριφορών ενισχύθηκε με την χρήση κατάλληλου λογισμικού (ActivityLens, v 1.2, Fiotakis, 2007) που επιτρέπει την δημιουργία μόνιμων πολυμεσικών αρχείων ήχου και εικόνας τα οποία είναι συγχρονισμένα με αρχεία γεγονότων. Στην έρευνα συμμετείχαν 10 Προπονητές/τριες Καλαθοσφαίρισης και Χειροσφαίρισης με μέση προπονητική εμπειρία 6.5 ετών (± 3.2), όπως επίσης 250 αθλητές/τριες 10 έως 15 ετών ($M = 13.5, \pm 2.3$ έτη) με μέση προπονητική ηλικία τα 3.8 χρόνια (± 1.2) και τα αποτελέσματα εξήχθησαν από είκοσι προπονητικές μονάδες ομάδων από την ευρύτερη περιοχή της Κεντρικής Μακεδονίας. Από την περιγραφική στατιστική ανάλυση φάνηκε πως το 23.6% των καταγεγραμμένων συμπεριφορών των προπονητών και των δυο αθλημάτων αφορούσε Τεχνική Οδηγία μετά από λάθος ($M = 103.2, \pm 11.1$ συμπεριφορές /προπόνηση), και το 18% αφορούσε Γενική Τεχνική Οδηγία ($M = 95.5, \pm 13.8$ συμπεριφορές /προπόνηση), ενώ στο 12.31% των προπονητικών συμπεριφορών αποτυπώνονταν Γενική Ενθάρρυνση ($M = 55, \pm 7.6$ συμπεριφορές/προπόνηση) και Θετική Ενίσχυση αντίστοιχα στο 11.75% ($M = 54.9, \pm 4.9$ συμπεριφορές/προπόνηση). Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων φαίνεται πως τα αποτελέσματα που εξήχθησαν με την χρήση του Συστήματος Αξιολόγησης της Προπονητικής Συμπεριφοράς είναι συνεπή με αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών, με τις οδηγίες και την ενθάρρυνση/ενίσχυση να αποτελούν τις συχνότερα επιδεικνυόμενες προπονητικές συμπεριφορές από προπονητές/τριες αθλητών/τριών αναπτυξιακών ηλικιών.

Λέξεις κλειδιά: CBAS, προπονητική συμπεριφορά, συστηματική παρατήρηση

4726

ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΜΕ ΣΤΟΧΟ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΣΕ ΥΠΕΡΒΑΡΕΣ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Αγοραστός Χ., Τσούμος Ι., Αυγερινός Α.

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

* 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.

chagorast@yahoo.gr

PRELIMINARY FINDINGS OF A PILOT PROGRAM TO REDUCE OBESITY ON ADOLESCENT FEMALE STUDENTS

C. Agorastou, I. Tsoumos, A. Avgerinos
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Σκοπός της έρευνας ήταν η πιλοτική εφαρμογή ενός νέου εκπαιδευτικού πακέτου με τίτλο «Τρέφομαι σωστά και ασκούμαι! Για να ζω καλύτερα» που σχεδιάστηκε με στόχο να βοηθήσει νέα άτομα να ελέγξουν το σωματικό τους βάρος και να υιοθετήσουν ένα πιο δραστήριο και υγιεινό τρόπο ζωής. Το εκπαιδευτικό υλικό αναπτύχθηκε με στόχο τον έλεγχο του σωματικού βάρους, την τροποποίηση των διατροφικών συνθηκών και αύξηση της φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ). Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά εννέα (9) υπέρβαρες μαθήτριες ηλικίας 14-16 χρόνων από σχολεία της πόλης των Ξερρών. Η επιλογή των κοριτσιών έγινε με την προϋπόθεση ότι ήταν κλινικά υγιείς και είχαν δείκτη(Δ) μάζας(Μ) σώματος(Σ) (ΔΜΣ) > 25. Η διάρκεια της εφαρμογής του προγράμματος ήταν σαράντα (40) συνεχόμενες μέρες. Αρχικά μοιράστηκε το εκπαιδευτικό υλικό στις συμμετέχουσες σε έντυπη μορφή (ντοσιέ) που περιλάμβανε δέκα (10) διακριτά «βήματα» τροποποίησης της συμπεριφοράς και δόθηκαν επεξηγήσεις για τη χρήση του. Στη συνέχεια α) πραγματοποιήθηκαν σωματομετρήσεις, β) αποτίμηση της φυσικής κατάστασης με τη συμμετοχή των κοριτσιών σε δοκιμασίες της δέσμης Eurofit και γ) ακολούθησε η εξοικείωσή τους με τα βηματομέτρα (QMRON II) τα οποία χρησιμοποιήθηκαν σε όλη τη διάρκεια του προγράμματος για την καταγραφή της καθημερινής Φ.Δ. Κάθε τέσσερις μέρες η συμμετέχουσα είχαν μια ομαδική συνάντηση με την ερευνήτρια με στόχο την ψυχολογική τους υποστήριξη, την καθοδήγηση, την παροχή γνώσεων και τοποθέτηση βραχυπρόθεσμων ατομικών στόχων. Στις ενδιάμεσες μέρες οι συμμετέχουσες προσπαθούσαν να επιτύχουν τους στόχους τους που αφορούσαν στην αύξηση της ημερήσιας ΦΔ και στη βελτίωση της διατροφής τους. Συνολικά πραγματοποιήθηκαν δέκα τέτοιες συναντήσεις. Μετά το τέλος του παρεμβατικού προγράμματος επαναλήφθηκαν οι αρχικές μετρήσεις. Η ανάλυση δεδομένων έδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ της αρχικής και τελικής μέτρησης ($p < .05$) α) στις σωματομετρήσεις (σωματικό βάρος, ΔΜΣ και περιφέρεια μέσης), β) στις δοκιμασίες της φυσικής κατάστασης (μήκος χωρίς φόρα, ανάρτηση από μονόζυγο, δίπλωση από εδραία θέση, κοιλιακός και ραχιαίος) και γ) στην ημερήσια αύξηση των βημάτων. Η πιλοτική αυτή μελέτη έδειξε ότι το νέο εκπαιδευτικό πακέτο ίσως είναι αποτελεσματικό στο να βοηθήσει τα υπέρβαρα νέα άτομα να μειώσουν το βάρος τους και να υιοθετήσουν ένα πιο δραστήριο τρόπο ζωής.

Λέξεις κλειδιά: παχυσαρκία, παρέμβαση, αγωγή υγείας

4920

ΤΕΣΤ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗΣ ΓΙΑ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΣΤΗΝ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Αναγνώστου Γ., Πατσιαούρας Α.

Πανεπιστήμιο Φρέντερικ, Σχολή Επιστημών της Αγωγής

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

pre.ag@fit.ac.cy

ACHIEVEMENT MOTIVATION IN PHYSICAL EDUCATION IN ELEMENTARY SCHOOL AT CYPRUS

G. Anagnostou, A. Patsiaouras

Frederick University, School of Education

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

Υπάρχουν πολύ λίγες μελέτες σχετικά με τις συνθήκες, οι οποίες λαμβάνουν χώρα σε μαθήματα φυσικής αγωγής και των παραγόντων, που επηρεάζουν και κινητοποιούν τους μαθητές για την ολοκλήρωση των μαθημάτων "στόχους". Η επίτευξη του στόχου ορίζεται ως σκοπός για συμμετοχή σε ένα έργο, και το είδος του στόχου που τίθεται δημιουργεί ένα πλαίσιο για τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αντιμετωπίζουν την επίτευξη των επιδιώξεων τους. Ένα από τα μέσα που χρησιμοποιείται για να εξετάσει τους παράγοντες που επηρεάζουν τα κίνητρα των μαθητών για συμμετοχή στο μάθημα της φυσικής αγωγής είναι και το Τεστ AMPET το οποίο στην έρευνα χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση (Patsiaouras et.al 2004). Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να επαληθεύσουμε τη θεωρία του Nishida (1988) στην Κυπριακή πραγματικότητα. Με ειδικότερο στόχο την επιβεβαίωση του εργαλείου που χρησιμοποιήθηκε ως προς τους παράγοντες που προκύπτουν. Στην έρευνα συμμετείχαν 155 παιδιά ηλικίας 10 - 12 χρόνων δημόσιων σχολείων. Χρησιμοποιήθηκαν και οι οκτώ υποκλίμακες του AMPET. Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η επιβεβαιωτική ανάλυση παραγόντων (Confirmatory factor analyses) και το στατιστικό πρόγραμμα EQS. Με βάση τα ερευνητικά μας δεδομένα το μοντέλο που προτείνεται από τον Nishida (1988) δεν μπορεί να απορριφθεί. Όπως είναι γνωστό, για να γίνει αποδεκτό ένα μοντέλο πρέπει να ικανοποιεί συγκεκριμένες στατιστικές προϋποθέσεις (Bentler, 1990) όπως τους δείκτες ($CFI > 0.09$, $\chi^2/\beta.ε < 1.95$, $RMSEA < 0.06$) αλλά και τις ψηλές φορτίσεις των παραγόντων. Στην ανάλυση το $\chi^2/\beta.ε$ είναι 1.65 το comparative fit index (CFI) είναι .954, δηλαδή, πάνω από το συνιστώμενο αποδεκτό όριο < 0.900 , ενώ το (RMSEA) root mean -square error of approximation είναι .048 (Bollen, 1989). Μετά από επισκόπηση των φορτώσεων κάθε μεταβλητής στους παράγοντες και των ποσοτών διασποράς κάθε μεταβλητής το οποίο οφείλεται σε κάποιο από τους οχτώ παράγοντες της θεωρίας του Nishida (1988)

* 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.

καταλήξαμε στο συμπέρασμα, ότι ένα μοντέλο με τους ίδιους παράγοντες που να χαρακτηρίζονται από μικρότερο αριθμό μεταβλητών θα μπορούσε να αντιπροσώπευε ακόμα καλύτερα την πραγματικότητα και να οδηγούσε σε ένα πιο «οικονομικό» εργαλείο μέτρησης. Στη δεύτερη φάση της ανάλυσης μας κρατήσαμε και τους οχτώ παράγοντες της θεωρίας επικεντρώνοντας την προσοχή μας στις μεταβλητές εκείνες που είχαν το μεγαλύτερο συντελεστή φόρτισης σε κάθε παράγοντα. Το νέο αναθεωρημένο μοντέλο αποδείχτηκε ισοδύναμο με το αρχικό όσον αφορά στη δομή του, αλλά είναι βελτιωμένο ως προς τις φορτίσεις. Σε περιπτώσεις ισοδυναμίας μοντέλων, συνίσταται η αποδοχή του λιγότερου πολύπλοκου μοντέλου αφού το πολυπλοκότερο μοντέλο δεν προσφέρει ουσιαστικά στην επεξήγηση των σχέσεων που υπάρχουν στα ερευνητικά δεδομένα (Hu & Bentler, 1995).

Λέξεις κλειδιά: επίτευξη κινήτρων, σχολική φυσική αγωγή, μάθηση

5290

ΣΧΕΣΗ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗΣ ΑΥΤΟΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

Μελετάκος Π., Ψυχουντάκη Μ., Μπάγιος Ι., Χατζηχαριστός Δ.

Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

takismeletakos@yahoo.gr

THE RELATION OF CHARACTERISTICS AND COACHING EFFICACY IN TEAM SPORTS TRAINERS.

P. Meletakos, M. Psychountaki, I. Bayios, D. Hatziharistos

Kapodistrian University of Athens, D.P.E.S.S.

Σκοπός της μελέτης είναι να διερευνήσει τη σχέση μεταξύ της προπονητικής αυτοαποτελεσματικότητας και των χαρακτηριστικών των προπονητών όπως είναι: χρονολογική ηλικία, προπονητική εμπειρία, αθλητική εμπειρία και επίπεδο αθλητικής εμπειρίας. Το δείγμα αποτέλεσαν 340 προπονητές/τριες με μέση ηλικία 38.8 ± 7.2 έτη, μέση προπονητική εμπειρία 11.3 ± 6.8 έτη και μέση αθλητική εμπειρία 15.8 ± 7.0 έτη. Οι άνδρες προπονητές ήταν 293 (39.6 ± 6.9 έτη) και οι γυναίκες 47 (34.1 ± 7.2 έτη). Το δείγμα αποτελούσαν προπονητές καλαθοσφαίρισης 86 (25.3%), ποδοσφαίρισης 90 (26.5%), χειροσφαίρισης 84 (24.7%), πετοσφαίρισης 59 (7.4%), υδατοσφαίρισης 21 (6.2%), τόσο από εθνικές κατηγορίες, όσο και από τοπικά και αναπτυξιακά πρωταθλήματα. Για την εκπόνηση της μελέτης χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Αυτοαποτελεσματικότητας του Προπονητή (Coaching efficacy Scale, Feltz et al., 1999; Tsorbatzoudis et al., 2003). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 24 ερωτήματα (κλίμακα τύπου Likert, 1=καθόλου σίγουρος έως 9=απόλυτα σίγουρος). Τα ερωτήματα δημιουργούν τις τέσσερις διαστάσεις της αυτοαποτελεσματικότητας που αντιλαμβάνεται ο προπονητής με ικανοποιητικούς συντελεστές αξιοπιστίας (Cronbach's alpha), συγκεκριμένα: (i) Ανάπτυξη κινήτρων .91 (ii) Επιλογή στρατηγικής στον αγώνα .86 (iii) Δημιουργία αθλητικού χαρακτήρα .86 (iv) Ανάπτυξη τεχνικής .89. Η συσχέτιση που πιθανόν να παρουσιάζουν οι παράγοντες της αυτοαποτελεσματικότητας με τις υπό εξέταση μεταβλητές εξετάστηκε με το συντελεστή συσχέτισης του Pearson (r). Ο έλεγχος των διαφορών που αφορούσε στο επίπεδο της αθλητικής εμπειρίας (υψηλό-χαμηλό επίπεδο) έγινε με το t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι και οι τέσσερις παράγοντες της προπονητικής αυτοαποτελεσματικότητας παρουσιάζουν στατιστικά σημαντική συσχέτιση τόσο με την χρονολογική ηλικία του προπονητή [$r=.137^{**}$, $r=.284^{*}$, $r=.129^{**}$, $r=.131^{**}$] όσο και με τα έτη αθλητικής εμπειρίας [$r=.233^{*}$, $r=.273^{*}$, $r=.132^{**}$, $r=.238^{*}$]. Η προπονητική εμπειρία σχετίζεται με τους τρεις παράγοντες που είναι επιλογή στρατηγικής στον αγώνα $r=.320^{*}$, δημιουργία αθλητικού χαρακτήρα $r=.123^{**}$, ανάπτυξη τεχνικής $r=.218^{*}$, ενώ το επίπεδο αθλητικής εμπειρίας δεν παρουσιάζει διαφορές. Σε όλες τις περιπτώσεις ο παράγοντας με την υψηλότερη συσχέτιση ήταν η επιλογή στρατηγικής στον αγώνα. Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με δεδομένα άλλων ερευνών (Park, 1992; Feltz et al., 1999; 2007; Sullivan et al., 2006). Συμπερασματικά, τόσο η χρονολογική ηλικία όσο και η αθλητική και προπονητική εμπειρία έχουν θετική συσχέτιση με την προπονητική αυτοαποτελεσματικότητα, ιδιαίτερα στην ικανότητα επιλογής στρατηγικής στον αγώνα.

Λέξεις κλειδιά: αυτοαποτελεσματικότητα, προπονητής, ομαδικά αθλήματα

5439

Η ΣΧΕΣΗ ΤΩΝ ΒΑΣΙΚΩΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΜΕ ΤΗΝ ΑΥΤΟΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΓΙΑ ΤΟ ΞΕΠΕΡΑΣΜΑ ΕΜΠΟΔΙΩΝ ΓΙΑ ΑΣΚΗΣΗ

Τσατσού Χ., Παγώνη Μ., Βλαχόπουλος Σ.

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

christinatsat@yahoo.gr

THE RELATIONSHIP OF THE BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS WITH SELFEFFICACY FOR OVERCOMING OBSTACLES TO EXERCISE

Ch.Tsatsou, M.Pagoni, S. Vlachopoulos

Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S. of Serres

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

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει την σχέση των τριών βασικών ψυχολογικών αναγκών για αυτονομία, ικανότητα και κοινωνικές σχέσεις με την αυτό-αποτελεσματικότητα για το ξεπέρασμα των εμποδίων για άσκηση. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 384 Έλληνες ασκούμενοι που συμμετείχαν σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης σε ιδιωτικά και δημοτικά γυμναστήρια, σε διάφορες περιοχές. Για την έρευνα χρησιμοποιήθηκαν δύο ερωτηματολόγια. Για να αξιολογηθεί ο βαθμός στον οποίο οι ασκούμενοι αισθάνονται ότι ικανοποιούνται οι τρεις βασικές ψυχολογικές τους ανάγκες χρησιμοποιήθηκε η Κλίμακα των Βασικών Ψυχολογικών Αναγκών στην Άσκηση (Vlachopoulos & Michailidou, 2006) ενώ η αυτό-αποτελεσματικότητα για το ξεπέρασμα των εμποδίων για άσκηση εξετάστηκε με μια σχετική κλίμακα αυτό-αποτελεσματικότητας στην άσκηση (Shin, Jang, & Pender, 2001). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι μόνο η ψυχολογική ανάγκη για ικανότητα σχετίστηκε με την αυτοπεποίθηση για το ξεπέρασμα των «εμποδίων κατάστασης», των «απαιτήσεων ανταγωνιστικών της άσκησης» και των «προσωπικών συναισθημάτων». Συνολικά, μόνο η ψυχολογική ανάγκη για ικανότητα/επάρκεια στην άσκηση σχετίστηκε με την αυτοπεποίθηση για το ξεπέρασμα εμποδίων για άσκηση.

Λέξεις κλειδιά: αυτο-αποτελεσματικότητα, βασικές ψυχολογικές ανάγκες, ξεπέρασμα εμποδίων

5481

ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗΣ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΒΑΘΜΟ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ ΣΕ ΚΙΝΗΤΙΚΟ ΤΕΣΤ.

Βαρή Θ., Μαχαιρά Ε., Παπαευθυμίου Ν.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
fterotos-aggelos@hotmail.com

VARIATION OF INTERNAL MOTIVATION ACCORDING TO THE DEGREE OF DIFFICULTY IN A MOVEMENT TEST

T. Vari, E. Machaira, N. Papaeythimiou
University of Thessaly, D.P.E.S.S.

Ο βαθμός δυσκολίας μιας άσκησης επηρεάζει την παρακίνηση των συμμετεχόντων σύμφωνα με τη βιβλιογραφία. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να αξιολογήσει το πώς διαφοροποιούνται παράμετροι της εσωτερικής παρακίνησης ανάλογα με τη δυσκολία μιας κινητικής δοκιμασίας. Για το σκοπό αυτό σχεδιάστηκε ένα πείραμα στο οποίο συμμετείχαν 12 φοιτητές και 12 φοιτήτριες των ΤΕΦΑΑ οι οποίοι εκτέλεσαν 2 φορές τεστ ικανότητας σέρβις στο βόλεϊ. Στην πρώτη μέτρηση συμμετείχαν όλοι στην κανονική κινητική δοκιμασία και μετά συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο εσωτερικής παρακίνησης (IMI: Paracharis & Goudas, 2003). Στη συνέχεια οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν σε δύο ισάριθμες και ισοδύναμες ομάδες σύμφωνα με το σκορ τους στη δοκιμασία. Μετά από 1 εβδομάδα η μία ομάδα επανέλαβε τη δοκιμασία εκτελώντας σέρβις από μικρότερη απόσταση ενώ η άλλη ομάδα επανέλαβε τη δοκιμασία εκτελώντας το σέρβις από μεγαλύτερη απόσταση. Και οι δύο ομάδες συμπλήρωσαν και πάλι το ίδιο ερωτηματολόγιο. Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με ανάλυση διακύμανσης επαναλαμβανόμενων μετρήσεων. Τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντικές διαφορές στα σκορ της δοκιμασίας ($F(22,1)=5.05, p=.035$) και οριακά μη σημαντική διαφορά στον παράγοντα αντιλαμβανόμενη ικανότητα ($F(22,1)=4.09, p=.055$). Στους παράγοντες ευχαρίστηση/διασκέδαση, προσπάθεια και άγχος δεν παρατηρήθηκαν σημαντικές διαφορές. Ο μικρός αριθμός των συμμετεχόντων δεν επιτρέπει ασφαλή συμπεράσματα, συζητείται όμως η διακύμανση των μέσων όρων από μέτρηση σε μέτρηση και ανά ομάδα στους παράγοντες της εσωτερικής παρακίνησης σε σχέση με τη σχετική βιβλιογραφία.

Λέξεις κλειδιά: βαθμός δυσκολίας, σερβίς, προσπάθεια

5926

ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΑΓΧΟΣ ΠΑΙΔΩΝ / ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ ΣΤΗ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Ρόκκα Στ., Μαυρίδης Γ., Πατσατζής Ν., Μπεμπέτσος Ε., Ψυχουντάκη Μ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
mageorge@otenet.gr

COMPETITIVE STATE ANXIETY AMONG JUNIOR HANDBALL PLAYERS

St. Rokka, G. Mavridis, N. Patsatzis, E. Bebetsos, M. Phychountaki
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.,
Kapodistrian University of Athens, D.P.E.S.S.

Έχει αναγνωριστεί ότι οι ψυχολογικοί παράγοντες κατέχουν σημαντικό ρόλο στον αγωνιστικό αθλητισμό. Σκοπός της εργασίας, ήταν να διερευνήσει το προαγωνιστικό άγχος νεαρών επίλεκτων αθλητών/τριών χειροσφαίρισης σε σχέση με το φύλο και τα χρόνια αγωνιστικής εμπειρίας. Στην έρευνα συμμετείχαν 115

* 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.

αθλητές/τριες, ηλικίας 14 έως 16 ετών (Μ.Ο.=14.65, Τ.Α. ± .84), οκτώ ομάδων (4 αγοριών και 4 κοριτσιών), που συμμετείχαν στην τελική φάση του πανελληνίου πρωταθλήματος χειροσφαίρισης 2008, κατηγορίας παιδών και κορασίδων. Ως όργανο μέτρησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο Αγωνιστικής Κατάστασης (CSAI-II, Jones & Swain, 1992), τροποποιημένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Σταύρου, Ζέρβα, Κάκκο και Ψυχουντάκη (1998). Οι απαντήσεις δίνονταν με 4βάθμια κλίμακα τύπου Likert από το 1(καθόλου) έως το 4(πάρα πολύ) και αναφέρονταν στην ένταση των συμπτωμάτων, ενώ 7βάθμια διπολική κλίμακα από το -3 έως το + 3 κατέγραφε το βαθμό στον οποίο κάθε απάντηση στην κλίμακα έντασης αξιολογείται ως διευκολυντική ή ανασταλτική για την απόδοση του αθλητή. Το ερωτηματολόγιο δόθηκε ώρα πριν την έναρξη του κάθε αγώνα. Για τις ανάγκες της έρευνας, το δείγμα χωρίστηκε ως προς το φύλο σε 61 αθλητές και 54 αθλήτριες και σύμφωνα με την αγωνιστική εμπειρία: α) μέχρι 3 έτη (n=55) και β) 4 έως 6 έτη (n=60). Ο δείκτης εσωτερικής συνοχής των παραγόντων του ερωτηματολογίου με βάση το τεστ α Cronbach κυμάνθηκε για μεν το γνωστικό .79, το σωματικό .83, και την αυτοπεποίθηση .88, για δε την κατεύθυνσή τους .84, .87 και .91 αντίστοιχα. Από την πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης (MANOVA) δεν παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανεξάρτητων μεταβλητών φύλου και εμπειρίας, παρατηρήθηκε όμως κύρια επίδραση του φύλου Wilks' L = .711, F(6,106) = 7,17; p<.001, και της εμπειρίας Wilks' L = .647, F(6,106) = 3,87; p<.01. Στατιστικά σημαντικές διαφορές παρατηρήθηκαν μεταξύ αθλητών και αθλητριών στο σωματικό άγχος, την αυτοπεποίθηση καθώς και την κατεύθυνσή τους. Τα αγόρια εμφάνισαν χαμηλότερα σκορ σωματικού άγχους και υψηλότερη αυτοπεποίθηση σε σχέση με τα κορίτσια, με κατεύθυνση που φαίνεται ότι διευκολύνει την απόδοσή τους στον αγώνα. Ως προς την αγωνιστική εμπειρία, στατιστικά σημαντικές διαφορές προέκυψαν μόνον στην αυτοπεποίθηση και την κατεύθυνσή της. Οι αθλητές/τριες με τέσσερα έως έξι χρόνια αγωνιστικής εμπειρίας, παρουσίασαν υψηλή αυτοπεποίθηση με διευκολυντική την κατεύθυνσή της, σε σχέση με αυτούς που είχαν αγωνιστική εμπειρία έως 3 χρόνια. Τα αποτελέσματα συμφωνούν με τις υπάρχουσες θεωρίες της έντασης για τις μικρές αγωνιστικές κατηγορίες και προτείνεται η ψυχολογική προετοιμασία των νεαρών αθλητών/τριών χειροσφαίρισης, να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη κατά τη διάρκειά της προπονητικής διαδικασίας, ιδιαίτερα στα τμήματα ανάπτυξης. Ωστόσο περαιτέρω έρευνα απαιτείται για την γενίκευση των αποτελεσμάτων στην ελληνική χειροσφαίριση.

Λέξεις κλειδιά: προαγωνιστικό άγχος, παίδες-κορασίδες, χειροσφαίριση

5932

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΕΠΙΛΕΚΤΩΝ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

A. Κασαμπάλης, Σ. Ρόκκα, Α. Γιαννακόπουλος, Γ. Μαυρίδης, Α. Μουστακίδης

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

mageorge@otenet.gr

PSYCHOLOGICAL SKILLS EVALUATION OF ELITE JUNIOR VOLLEYBALL PLAYERS

A. Kasabalis, St. Rokka, A. Giannakopoulos, G. Mavridis, A. Moustakidis

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να αξιολογηθούν οι ψυχολογικές δεξιότητες επίλεκτων νεαρών αθλητών πετοσφαίρισης και να διερευνηθεί η σχέση της αθλητικής εμπειρίας και της κατάταξης στους αγώνες με τις ψυχολογικές παραμέτρους. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 88 αθλητές ηλικίας 15 έως 17 ετών (Μ.Ο.= 15,3 έτη Τ.Α. ±0.87) των 8 ομάδων που συμμετείχαν στην τελική φάση του πανελληνίου πρωταθλήματος βόλεϊ 2008 κατηγορίας παιδών. Για τη διεξαγωγή της έρευνας, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Ψυχολογικών Δεξιοτήτων των Smith, Schutz, Smoll και Ptacek (1995). Το ACSI-28 αποτελείται από 28 θέματα, που εντάσσονται σε επτά υποκλίμακες: Αντιμετώπιση δυσκολιών, Κορύφωση υπό Πίεση, Καθορισμός Στόχων, Αυτοσυγκέντρωση, Απαλλαγή από Ανησυχίες, Αυτοπεποίθηση και Συμμόρφωση με τον Προπονητή. Οι απαντήσεις δίνονταν σε 6-βάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το 1=ποτέ έως το 6=πάντα. Οι αθλητές συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο εθελοντικά πριν ή αμέσως μετά την προπόνηση κατά τη διάρκεια της εβδομάδας έναρξης των αγώνων. Το δείγμα χωρίστηκε σύμφωνα με την τελική κατάταξη σε: α) 1 έως 4 θέση (n=43) και β) 5 έως 8 θέση (n=45) και ως προς την αγωνιστική εμπειρία α) 1 έως 3 έτη (n=54) και β) 4 έως 6 έτη (n=34). Τα αποτελέσματα της έρευνας (Cronbach's α από .64 έως .87) έδειξαν ότι οι επτά υποκλίμακες είχαν ικανοποιητική εσωτερική συνοχή. Από την πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης (MANOVA), δεν προέκυψε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανεξάρτητων μεταβλητών 'εμπειρία' και 'κατάταξη' στους αγώνες, διαπιστώθηκε όμως κύρια επίδραση της εμπειρίας Wilks' L=.836, F_{6,79}=3,57; p<.05 και της κατάταξης Wilks' L=.630, F_{6,79}=7,74; p<.001. Σε σχέση με την κατάταξη, στατιστικά σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν στην Αντιμετώπιση Δυσκολιών, Κορύφωση Απόδοσης, Καθορισμό Στόχων και Αυτοσυγκέντρωση με τους αθλητές της πρώτης βαθμολογικής θέσης να εμφανίζουν υψηλότερους μέσους όρους. Ως προς την αγωνιστική εμπειρία σημαντικές διαφορές βρέθηκαν στην Αντιμετώπιση Δυσκολιών, Απαλλαγή από Ανησυχίες και την Αυτοπεποίθηση. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας έδειξαν σημαντικές διαφορές για τις ψυχολογικές δεξιότητες με τις οποίες οι νεαροί επίλεκτοι αθλητές βόλεϊ αντιμετωπίζουν τις απαιτήσεις και δυσκολίες των αγώνων. Οι αθλητές της πρώτης βαθμολογικής θέσης εμφάνισαν ένα μεγαλύτερο θετικό ψυχολογικό προφίλ, όπως επίσης και οι αθλητές με αγωνιστική εμπειρία πάνω από τρία χρόνια. Ανάλογες έρευνες (Mahoney, 1989, Μπεμπέτσος & Αντωνίου, 2003) διαπίστωσαν παρόμοιες διαφορές σε ελίτ και μη ελίτ αθλητές. Δεδομένου ότι οι περισσότερες έρευνες

* 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.

επιβεβαιώνουν τη σχέση των ψυχολογικών δεξιοτήτων με την απόδοση των αθλητών/τριών, προτείνεται η χρήση του ερωτηματολογίου ως οργάνου αξιολόγησης αλλά και παρέμβασης, είτε από τους προπονητές είτε από τους αθλητικούς ψυχολόγους, με στόχο να βελτιώσουν οι αθλητές τα προσωπικά τους χαρακτηριστικά.

Λέξεις κλειδιά: ψυχολογικές δεξιότητες, εμπειρία, κατάταξη, παίδες αθλητές πετοσφαίρισης

6318

ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΔΙΑΘΕΣΗΣ ΑΝΑΛΗΨΗΣ ΡΙΣΚΟΥ ΣΕ ΟΡΕΙΒΑΤΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

Μπελογιάννης Χ., Κουθούρης Χ., Κουρτεσοπούλου Α.

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

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τμήμα Οργάνωσης & Διοίκησης Αθλητισμού

cmpelogi@duth.gr

A STUDY OF THE RISK PREDISPOSITION OF MOUNTAINEERS OF DIFFERENT LEVEL OF EXPERIENCE.

Ch.Belogiannis, Ch. Kouthouris, A. Kourtesopoulou

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

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

University of Peloponnese, Department of Sport Management

Ορισμένα άτομα συμμετέχουν σε ριψοκίνδυνα αθλήματα ή δραστηριότητες ενώ άλλα τα αποφεύγουν. Ένας από τους κύριους λόγους αυτής της διαφοροποίησης είναι η ένταση του χαρακτηριστικού γνωρίσματος της 'Αναζήτησης Διέγερσης-Συναισθημάτων'-ΑΔΣ σε κάθε άτομο, όπως αυτό καταγράφεται μέσα από το ερωτηματολόγιο ΑΔΣ του Zuckerman (1994). Για να διαπιστωθεί αν η διαφορετική ένταση της ΑΔΣ ευθυνόταν για την συστηματικότερη εμπλοκή των ατόμων στην ορειβασία, τροποποιήθηκε το ερωτηματολόγιο ΑΔΣ στην ελληνική γλώσσα και εφαρμόστηκε σε ένα δείγμα ορειβατών διαφορετικού επιπέδου εμπειρίας (N=327, Άντρες 67%, Γυναίκες 33%). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των υποομάδων εμπειρίας, με τον μέσο όρο τιμών που σημείωσαν οι Έμπειροι ορειβάτες (M=25.93) στην κλίμακα ΑΔΣ να είναι υψηλότερος από τους Αρχάριους (M=25.08) και τους Πεζοπόρους (M=20.58). Οι άντρες, αντίθετα με ότι αναμενόταν, είχαν υψηλότερες επιδόσεις μόνο στην υποκλίμακα 'μη-Αναστολή' (t=3.476, df=325, p<.001), ενώ οι γυναίκες είχαν υψηλότερες επιδόσεις στην υποκλίμακα 'Αναζήτηση νέων Εμπειριών'-ΑΕ (t=-1.961, df=325, p<.05). Όπως αναμενόταν οι νεότεροι είχαν υψηλότερες επιδόσεις (t=4.165, df=325, p<.00). Ο συνδυασμός των αποτελεσμάτων δείχνει ότι η ΑΔΣ είναι καθοριστικός παράγοντας για να επιλέξει κάποιος να ασχοληθεί σοβαρότερα με το άθλημα της ορειβασίας, μόνο όμως μέχρι ένα πρώτο επίπεδο, από εκεί και μετά για να φτάσει στο επίπεδο του εμπειρου δεν διαδραματίζει ιδιαίτερο ρόλο. Πάντα σύμφωνα με τα αποτελέσματα η χαμηλότερη αναστολή είναι το μόνο στοιχείο που διαφοροποιεί τους Έμπειρους από τους Αρχάριους. Οι γυναίκες συμμετέχουν στο άθλημα της ορειβασίας προσπαθώντας να βιώσουν νέες εμπειρίες κυρίως και όχι την 'αδρεναλίνη' του αθλήματος, ενώ η περαιτέρω εμπλοκή τους σε σοβαρότερες και πιο ριψοκίνδυνες μορφές ορειβασίας δείχνει να σταματά λόγω της υψηλής αναστολής τους.

Λέξεις κλειδιά: αναζήτηση διέγερσης-συναισθημάτων, ρίσκο, ορειβασία

6331

ΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΟΥ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΣΕ ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΜΕ ΑΥΤΟΥΣ ΤΟΥ Δ.Ο.Σ.Α. ΤΟΥ Δ.Π.Θ. ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ.

Γαργάνη Φ., Λαπαρίδης Κ., Α. Mamen, Πυλιανίδης Θ., Δούδα Ε.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής

Sogn og Fjordane University College, Department of Sports and Exercise Science

lapco@phyed.duth.gr

ATTITUDES AND BEHAVIOR OF THE TEFAA AND DOSA STUDENTS OF THE DUTH UNIV. TOWARD PHYSICAL ACTIVITY AND SMOKING.

F. Gargani, K. Laparidis, A. Mamen, T. Piliianidis, H. Douda

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

Sogn og Fjordane University College, Department of Sports and Exercise Science

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να εξετάσει αν το περιεχόμενο σπουδών του ΤΕΦΑΑ διαφοροποιεί τη συμπεριφορά των φοιτητών του όσον αφορά τη φυσική δραστηριότητα και το κάπνισμα σε σύγκριση με τους φοιτητές του ΔΟΣΑ του ΔΠΘ. Είναι γνωστό ότι αυτοί οι δυο παράγοντες μπορούν και επηρεάζουν την υγεία των ατόμων σε μακροπρόθεσμη βάση και πως το αντικείμενο σπουδών δεν θα έπρεπε φυσιολογικά να αποτρέπει τους φοιτητές άλλων τμημάτων, σε σχέση με το ΤΕΦΑΑ, να ασκούνται και να έχουν μια υγιεινή συμπεριφορά

* 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.

σε σχέση και με το κάπνισμα. Τα στοιχεία της έρευνας συλλέχθηκαν με τη χρήση ερωτηματολογίου από 400 φοιτητές/τριες (200 από το ΤΕΦΑΑ και 200 από το ΔΟΣΑ). Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με το πρόγραμμα SPSS 10.0 και χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση "crosstabs". Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: α) το 6% των φοιτητών του ΤΕΦΑΑ δεν ασχολείται καθόλου με την φυσική δραστηριότητα, β) το 43% ασχολείται μέτρια και γ) το 46% ασχολείται πολύ συχνά σε σχέση με τους φοιτητές του ΔΟΣΑ όπου το 31% δεν ασχολείται καθόλου με την φυσική δραστηριότητα, το 46% ασχολείται μέτρια και το 14% πολύ συχνά. Υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά για το α και γ ($p < 0,05$). Για το κάπνισμα προκύπτει ότι το 29% των φοιτητών του ΤΕΦΑΑ καπνίζουν σε σχέση με το 42% των φοιτητών του ΔΟΣΑ ($p < 0,05$). Από την ανάλυση των δεδομένων προκύπτει ότι οι φοιτητές του ΤΕΦΑΑ έχουν μια πιο υγιεινή συμπεριφορά σε σχέση με τους δυο παράγοντες που εξετάστηκαν αλλά είναι σημαντικό να τονιστεί ότι το 6% απάντησε ότι δεν ασκείται καθόλου, κάτι που μπορεί να σημαίνει ότι δεν συμμετέχουν στα μαθήματά τους ή δεν αναγνωρίζουν την έννοια της φυσικής δραστηριότητας. Επίσης ψηλό κρίνεται από τους ερευνητές το ποσοστό των φοιτητών του ΤΕΦΑΑ που καπνίζουν (29%) σε σχέση με το γνωστό αντικείμενο που σπουδάζουν.

Λέξεις κλειδιά: φυσική δραστηριότητα, κάπνισμα, φοιτητές

ΠΡΑΚΤΙΚΑ 17ου ΔΣΦΑ
PROCEEDINGS 17th ICPES

Αναρτημένες - Poster

3686

Η ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΩΝ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΤΟΥΣ

Παπακωνσταντίνου Δ., Μεθενίτης Σ., Κυρλέσης Σ., Παπακωνσταντίνου Ν., Χατζήρη Κ., Κορακίδη Γ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Νομική Σχολή
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
Τ.Ε.Ι Κρήτης, Τμήμα Διατροφής & Διαιτολογίας
smetheni@phyed.duth.gr

THE INFLUENCE OF ATHLETES' PERSONAL RELATIONSHIPS IN SHAPING OF THEIR MOTIVES

D. Papakonstantinou, S. Methenitis, S. Kyrlesis, N. Papakonstantinou, K. Hatziri, G. Korakidi
Democritus University of Thrace, Department of Law
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.,
T.E.I of Crete, Department of Human Nutrition and Dietetics

Κάθε χρόνο, πολλά παιδιά εισέρχονται στον χώρο του αθλητισμού, με «όνειρο» να ασχοληθούν επαγγελματικά με το άθλημα που έχουν επιλέξει στο μέλλον. Αποτέλεσμα αυτού είναι ότι μπορεί να τους δημιουργηθούν συναισθήματα άγχους και φόβου, που εκδηλώνονται με το φόβο της πιθανής αποτυχίας και κυρίως της ανησυχίας τους για την δυνατότητα εκπλήρωσης των προσδοκιών του κοινωνικού περιβάλλοντος τους. Έρευνες έχουν αποδείξει το σημαντικό ρόλο που διαδραματίζει το κοινωνικό περιβάλλον του αθλητή, και ιδιαίτερα των παιδιών-νέων αθλητών, στον προσδιορισμό των αθλητικών στόχων και κινήτρων, για την επίτευξη των καλύτερων επιδόσεων. Σκοπός της παρούσας βιβλιογραφικής έρευνας ήταν να συγκεντρωθούν και να εξεταστούν οι επιρροές που ασκούν στους αθλητές τα άτομα του άμεσου κοινωνικού περιβάλλοντός τους. Από την ανασκόπηση της σύγχρονης διεθνούς βιβλιογραφίας, σχετικά με τα άτομα που ασκούν επιρροή πάνω σε έναν αθλητή, διαπιστώθηκε ότι η επιρροή αυτή ασκείται κυρίως από: α) τη μητέρα, διότι αποτελεί παράγοντα βασικής επιρροής στις αντιλήψεις των παιδιών σχετικά με τη μόρφωση και τον αθλητισμό, β) τον προπονητή, ο οποίος αποτελεί πρότυπο για τα νέα παιδιά-αθλητές και γ) τους φίλους. Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας διαπιστώνεται ότι ο προπονητής και η μητέρα σε αντίθεση με τους φίλους, συνεισφέρουν περισσότερο στη διαμόρφωση αθλητικής αντίληψης και στη καθιέρωση αθλητικών στόχων. Οι φίλοι από την άλλη πλευρά ασκούν μεγαλύτερη επιρροή στην υιοθέτηση ρισκοκίνδυνων συμπεριφορών, όπως η ενασχόληση με αθλήματα υψηλού κινδύνου. Ο σημαντικός, λοιπόν, ρόλος των κοινωνικών επιρροών που ασκούν ο προπονητής, η μητέρα και οι φίλοι, συμβάλλουν στον προσανατολισμό των στόχων και επιδιώξεων του νέου αθλητή και στη δημιουργία των κινήτρων του. Ο κάθε ένας από τους τρεις κοινωνικούς παράγοντες που εξετάστηκαν συμβάλλουν μοναδικά στη διαμόρφωση των στόχων του αθλητή. Η αξιοποίηση των πληροφοριών της παρούσας έρευνας, μπορεί να αποτελέσει εργαλείο για τους προπονητές και τους γονείς, καθώς η στάση και συμπεριφορά που δείχνουν μπορούν να ενθαρρύνουν ή να αποθαρρύνουν έναν νέο αθλητή.

Λέξεις κλειδιά: προσωπικές σχέσεις, αθλητές, κίνητρα

3811

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΩΝ ΣΤΕΡΟΕΙΔΩΝ ΑΝΑΒΟΛΙΚΩΝ

Κυριακουλάκης Θ., Ψούνη Σ., Ψούνη Η., Ψούνη Στ.
Facultate de Educatie Fizica di Sport, Timosoara
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών,
Πάντειο Πανεπιστήμιο
spsouni@phyed.duth.gr

PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF ANABOLIC STEROID

Th. Kyriakoulakis, S. Psouni, E. Psouni, St. Psouni
Facultate de Educatie Fizica di Sport, Timosoara
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.,
Kapodestrian University of Athens,
Panteion University

Σε πολλές μελέτες έχουν αναφερθεί περιπτώσεις στις οποίες κατά της περιόδους χρήσης στεροειδών αναβολικών εμφανίζονται συμπτώματα ψυχικών διαταραχών τα οποία υποχωρούν μετά τη διακοπή της χορήγησης. Στις περισσότερες περιπτώσεις η χορήγηση στεροειδών αναβολικών σε ασθενείς με προηγούμενη ψυχιατρική νόσο έχει επιδεινώσει τα συμπτώματα. Οι ψυχολογικές αλλαγές που προκαλούνται από την χρήση στεροειδών αναβολικών είναι εφορία, μανία, ψύχωση, επιθετικότητα, αϋπνία και αύξηση των σεξουαλικών επιθυμιών. Στο ηλεκτροεγκεφαλογράφημα τα στεροειδή αναβολικά προκαλούν παρόμοιες αλλαγές με τις

* 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.

αμφεταμίνες και τα τρικυκλικά αντικαταθλιπτικά. Κατά την διακοπή της χορήγησης στεροειδών αναβολικών οι χρήστες εμφανίζουν έντονα συμπτώματα κατάθλιψης πολλές φορές με αυτοκτονικές τάσεις, εξάντληση, αισθήματα ανεπάρκειας και αδυναμίας με την μείωση της μυϊκής μάζας, μειωμένη σεξουαλική ανικανότητα και έντονη επιθυμία για χρήση στεροειδών αναβολικών. Πολλοί ερευνητές υποστηρίζουν ότι τα στεροειδή αναβολικά προκαλούν εξάρτηση. Αναφέρεται ότι η εξάρτηση μπορεί να προκληθεί και από κοινωνικούς παράγοντες που ενισχύονται με το μυώδες σώμα. Η ψυχολογική στήριξη κατά τη περίοδο διακοπής των στεροειδών αναβολικών κρίνεται απαραίτητη, καθώς αναφέρεται συχνά η αυτοχορήγηση αντικαταθλιπτικών, αμφεταμινών και άλλων διεγερτικών (πχ κοκαΐνη) ή η επιστροφή στην χορήγηση στεροειδών. Για την μόνιμη διακοπή της χρήσης πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στην περίοδο στέρησης από τα στεροειδή κατά την οποία ο οργανισμός παράγει πολύ μικρές ποσότητες τεστοστερόνης. Η θεραπευτική προσέγγιση από τον ψυχολόγο περιλαμβάνει στοιχεία θεραπείας διαταραχών διατροφής, εξάρτησης ουσιών, διαταραχές διάθεσης και ναρκισσιστικής διαταραχής της προσωπικότητας. Επίσης ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δοθεί στην μείωση των φυσιολογικών χαρακτηριστικών που οδηγούν στην μείωση της αυτοπεποίθησης. Ο ψυχολόγος πρέπει να βοηθήσει το άτομο να αποδεχτεί την μείωση των φυσιολογικών αλλά και ψυχολογικών χαρακτηριστικών. Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να κριθεί απαραίτητη η χορήγηση αντικαταθλιπτικών και αντιψυχωτικών.

Λέξεις κλειδιά: στεροειδή αναβολικά, ντόπινγκ, παρενέργειες ντόπινγκ

3937

ΗΘΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΗ ΧΡΗΣΗΣ ΑΠΑΓΟΡΕΥΜΕΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

Λαζούρας Λ., Μπαρκούκης Β., Ροδαφινός Α., Τσορμπατζούδης Χ.

CITY Liberal Studies

Αριστοτελείο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

bark@phed.auth.gr

MORAL BEHAVIOR AND DOPING INTENTIONS IN SPORT

L. Lazouras, V. Barkoukis, A. Rodafinos, H. Tsozbatzoudis

CITY Liberal Studies

Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.

Η χρήση απαγορευμένων ουσιών αποτελεί μια μάστιγα για το σύγχρονο αθλητισμό. Σύμφωνα με τους ερευνητές, ένα μείζων ζήτημα αναφορικά με τη χρήση απαγορευμένων ουσιών αποτελεί το ηθικό μέρος που αναφέρεται στην απόκτηση πλεονεκτήματος των αθλητών που κάνουν χρήση έναντι των υπολοίπων. Υπό το πρίσμα αυτό οι αθλητές που κάνουν χρήση απαγορευμένων ουσιών αναμένεται να έχουν χαμηλότερο προφίλ ηθικής συμπεριφοράς. Η παρούσα έρευνα σχεδιάστηκε για να εξετάσει τη σχέση που έχει η ηθική συμπεριφορά στην πρόθεση χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 250 αθλητές από καλαθοσφαίριση (N = 132), χειροσφαίριση (N = 74) και πετοσφαίριση (N = 44) με μέσο όρο ηλικίας 25.05 έτη (T.A. ± 4.40). Οι αθλητές του δείγματος συμπλήρωσαν το Multidimensional Sportspersonship Orientation Scale για την εκτίμηση της ηθικής συμπεριφοράς και την υποκλίμακα της πρόθεσης με βάση τη θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς για την εκτίμηση της πρόθεσης χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό. Από τα αποτελέσματα των αναλύσεων προκύπτει ότι η χρήση απαγορευμένων ουσιών συνδέεται με ορισμένες διαστάσεις (β κοινωνικές συνθήκες = -.317, p = .001, β κανονισμοί = .269, p < .05) της ηθικής συμπεριφοράς. Τα ευρήματα δίνουν σημαντικές πληροφορίες για τη δόμηση παρεμβάσεων πρόληψης και αντιμετώπισης της χρήσης απαγορευμένων ουσιών στον αθλητισμό.

Λέξεις κλειδιά: ηθική συμπεριφορά, πρόθεση, ντόπινγκ

4071

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΝΟΕΡΗΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΓΙΑ ΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΕ ΝΕΑΡΟΥΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΕΣ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

Καλογεράκης Γ., Παπαϊωάννου Α., Ταξιildάρης Κ., Αντωνίου Π.

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

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

emersonxania@yahoo.gr

AN IMAGERY PROGRAM FOR REDUCING THE ANXIETY LEVELS IN YOUNG SWIMMERS OF PRECOMPETITIVE CATEGORIE

G. Kalogerakis, A. Papaioannou, K. Taxildaris, P. Antoniou

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

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

* 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 αυτής της εργασίας ήταν να εξετάσει την επίδραση ενός προγράμματος νοερής εξάσκησης στους παράγοντες γνωστικό άγχος, σωματικό άγχος και αυτοπεποίθηση.

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 40 νεαροί κολυμβητές/τριες, οι οποίοι προέρχονταν από συλλόγους της Κομοτηνής και της Αλεξανδρούπολης και η ηλικία των κολυμβητών ήταν 10-12 ετών. Οι κολυμβητές της Κομοτηνής αποτελούσαν την πειραματική ομάδα (20 άτομα), ενώ οι κολυμβητές της Αλεξανδρούπολης αποτελούσαν την ομάδα ελέγχου (20 άτομα). Για την συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο του << Αγωνιστικού Άγχους Κατάστασης >> (CSAI-2) των Martens, Burton, Vealey, Bump και Smith (1990). Έγιναν δύο μετρήσεις με ερωτηματολόγια, όπου η πρώτη μέτρηση πραγματοποιήθηκε σε αγώνες που έγιναν πριν την έναρξη της παρέμβασης, ενώ η δεύτερη έγινε σε αγώνες αμέσως μετά το τέλος του προγράμματος παρέμβασης. Η εγκυρότητα και η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου επιβεβαιώνονται από την παρούσα εργασία. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι το πρόγραμμα παρέμβασης δεν βοήθησε θετικά την πειραματική ομάδα. Πιο συγκεκριμένα, τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι παράγοντες γνωστικό άγχος, σωματικό άγχος και αυτοπεποίθηση δεν επηρεάστηκαν από το πρόγραμμα παρέμβασης. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η ομάδα ελέγχου σε σχέση με την ομάδα παρέμβασης, είχε ήδη πολύ χαμηλότερα επίπεδα γνωστικού και σωματικού άγχους από την πρώτη μέτρηση, πριν δηλαδή την παρέμβαση, ενώ είχε και πολύ υψηλότερα επίπεδα αυτοπεποίθησης πριν την παρέμβαση. Συμπερασματικά μια πιθανή εξήγηση που δόθηκε για τα μη αναμενόμενα αποτελέσματα της έρευνας ήταν η μικρή ηλικία των κολυμβητών και ο μικρός βαθμός εμπειρίας που διέθεταν, όπως επίσης και η μη συστηματική παρακολούθηση του προγράμματος νοερής εξάσκησης.

Λέξεις κλειδιά: γνωστικό άγχος, σωματικό άγχος, αυτοπεποίθηση

4166

ΣΥΝΟΧΗ ΟΜΑΔΑΣ: ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΓΙΑ ΤΟ ΡΟΛΟ ΤΩΝ ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΩΝ

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Σαλογιάννης Γ., Γαλάνης Ε., Κούλη Ο., Χατζηγεωργιάδης Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

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

v.galanis@hotmail.com

TEAM COHESION: A PRELIMINARY STUDY ON THE ROLE OF DEMOGRAPHIC CHARACTERISTIC AND SPORT PARTICIPATION

J. Salogiannis, E. Galanis, O. Kouli, A. Hatzigeorgiadis

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

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει τη σχέση ανάμεσα στη συνοχή της ομάδας και τα προσωπικά χαρακτηριστικά των αθλητών ομαδικών αθλημάτων. Στην έρευνα συμμετείχαν 89 αθλητές (56 άνδρες και 33 γυναίκες) με μέσο όρο ηλικίας 20.47 (± 5.22) χρόνια, μέσο όρο αγωνιστικής εμπειρίας 4.59 (± 3.45), και μέσο όρο συμμετοχής στην τρέχουσα ομάδα 3.55 (± 2.58). Για την αξιολόγηση της συνοχής χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Περιβάλλοντος Ομάδας (ΕΠΟ, Αγγελονίδης, Κάκκος, Ζέρβας, και Ψυχουντάκη, 1993), το οποίο αξιολογεί 4 διαστάσεις: (α) ατομική έλξη στο ομαδικό έργο, (β) ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις, (γ) ομαδική ενσωμάτωση στο έργο, και (δ) ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις. Ανάλυση εσωτερικής συνοχής των κλιμάκων του ΕΠΟ έδειξε υψηλούς δείκτες Cronbach's alpha που κυμαίνονταν από .78, έως .84. Για να εξεταστεί η σχέση της συνοχής με την ηλικία, την αγωνιστική εμπειρία, και τα χρόνια παρουσίας στην ομάδα εκτελέστηκαν αναλύσεις συσχετίσεων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ηλικία είχε αρνητικές σχέσεις με την ατομική έλξη στο ομαδικό έργο ($p < .01$), την ομαδική ενσωμάτωση στο έργο ($p < .01$) και την ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις ($p < .01$). Η αγωνιστική εμπειρία είχε θετικές σχέσεις με την ατομική έλξη στο ομαδικό έργο ($p < .01$), την ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις ($p < .01$), και την ομαδική ενσωμάτωση στο έργο ($p < .01$). Τέλος, τα χρόνια παρουσίας στην ομάδα είχαν θετικές σχέσεις και με τις 4 διαστάσεις της συνοχής ($p < .01$). Για να εξεταστούν διαφορές στη συνοχή της ομάδας ως προς το φύλο και το αγωνιστικό επίπεδο (τοπικό, εθνικό) εκτελέστηκαν αναλύσεις διακύμανσης. Σχετικά με το φύλο, η ανάλυση έδειξε σημαντική επίδραση στην ατομική έλξη στο έργο, $F(1, 87) = 5.91$, $p < .05$, στην ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις, $F(1, 87) = 5.50$, $p < .05$, στην ομαδική ενσωμάτωση στο έργο, $F(1, 87) = 3.99$, $p < .05$, και στην ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις, $F(1, 87) = 5.61$, $p < .05$. Από τους μέσους όρους προέκυψε ότι οι άνδρες είχαν υψηλότερα σκορ και στις 4 διαστάσεις της συνοχής από τις γυναίκες. Σχετικά με το επίπεδο, η ανάλυση έδειξε σημαντική επίδραση στην ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις, $F(1, 87) = 6.28$, $p < .05$, και επίδραση που προσέγγισε τη στατιστική σημαντικότητα για την ομαδική ενσωμάτωση στο έργο, $F(1, 87) = 2.98$, $p = .08$. Από τους μέσους όρους προέκυψε ότι οι αθλητές τοπικού επιπέδου είχαν υψηλότερα σκορ στις διαστάσεις της ομαδικής ενσωμάτωσης από τους αθλητές εθνικού επιπέδου. Συνοπτικά, τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι η ηλικία, η αγωνιστική εμπειρία, και η διάρκεια παραμονής σε μία ομάδα, αλλά και το φύλο και το αγωνιστικό επίπεδο είναι παράγοντες που σχετίζονται τόσο με την έλξη των ατόμων στην ομάδα όσο και με την ομαδική ενσωμάτωση. Επομένως, οι προπονητές θα πρέπει να δίνουν σημασία στα προσωπικά χαρακτηριστικά των παικτών και στο ιστορικό της ομάδας προκειμένου να πετύχουν καλύτερη συνοχή.

* 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.

Λέξεις κλειδιά: συνοχή ομάδας, προσωπικά χαρακτηριστικά, ομαδικά αθλήματα

5081

CONCENTRATION ATTENTION AND ITS RELATIONSHIP TO THE DECISION-MAKING

Yahia Mohamed Ali Abd Elgaid

Suez Canal University, Department of sport psychology, College of physical education in Port Said
gaid20000@yahoo.com

Concentration attention plays an important role in influencing the efficiency of performance where the lack of concentration attention and lead to errors in the performance, the results of some studies showed that there were a progress via correlation between the concentration attention and motor performances of athletes. Decision-making is the simplest factors for success in the sport, and so the referee must be characterized by quick reaction in decision-making during the game despite the external influences that may cause pressure on the referee and his assistants. The external pressures on athletes may lead to the inability to concentration attention and decision-making under conditions precarious that often prevail sports. Researcher observed that many problems that accuses during the matches due to the referee when taking the wrong decision, therefore researches preferred conducting this study, which aimed to identify the concentration attention of the handball referees, different degrees among them having, the degree of decision-making and differences among them and identifying the relationship between concentration attention and decision-making to the handball referees. Method: Researcher used the descriptive survey method, where random sample was chosen for handball referees in areas of the Egyptian Federation handball, the sample included (128) referees. Table (1) shows the number of referees samples research in each Class First Second Third Number 46 42 40 Data collection tools: A-Measurement concentration attention: Concentration attention skills test was used to concentration attention referees of the various sport prepared by "Robert Weinberg & Richardson (1990), proposed in Arabic "M Allawi" The test contains (15) phrases where referee answer all in the live rating scales. B-Measuring the decision-making: The researcher used test of where factors of decision for the referee of sports activities designed by "A.El moneim" (2001) which contains(23) statements referee answer it in three rating scales.

Table (2) correlation between the concentration attention and decision-making for each of the referees of first, second and third class for sample of research

Class	Concentration	Decision-making
First	63.413	5.729
Second	60.786	7.097
Third	57.200	5.612

Significance p. =0.05 Table (2) shows that there is a relationship between concentration attention and decision-making for both referees in first and second class the value of P.>0,05,while there was no correlation referees in the third class, where value ofP.<0,05.Dissuasion:Researcher attributed increasing concentration attention and decision-making to the referees of first and second class to them experience in controlling the matches and keeping of first class referees on good performance to reach to international arbitration level. .

5185

ANGER: RANK FACTOR IN MARTIAL ARTISTS (MAS)

Selcuk Ozdag, Ali Tekin, Fahri Akcakoyun, Gulcan Tekin

Mugla University
alitekin@mu.edu.tr

Understanding the personality characteristics of athletes has been the topic of much research. There is sufficient evidence to "conclude that there are undoubtedly fairly close relationships between personality and sporting activity. However, these relationships must always be qualified by the level of activity reached by the competitor, by the specific type of sport indulged in, and even by particular parameters within a given sport" (1). Previous research (2, 3, 4) has reported that self-esteem and self-reliance are positively correlated with rank and that MAs show improved self-concept compared to nonmartial-artists. This study examines trait anger and anger style scores of MAs considering belt rank. There were 40 male MAs from various belt rank as the subjects of the study. We used The Trait Anger and Anger Style Scale (TAAS) which was developed by Özer (7) based on Spielberger and et al.'s The State Trait Anger Scale (STAS) (8). The TAAS has 34 items and 2 subscales. The trait anger subscale has 10 items and the anger style subscale has 24 items. It gives scores of trait anger(TA), introverted-anger (IA), extroverted anger (EA), controlled anger (CA) and general anger(GA). After statistical analysis, the results of Pearson's correlation coefficients (r) for TA:-,092; IA:-,145; EA:-,036; CA: .272; GA: ,009 showed no correlation between all types of anger and the rank of the participants. Rothpearl (5) found that students showed reduced aggressiveness with an increase in taekwondo rank. Contrary to these, Wargo, Spirrisson, and Thorne (6) used the MMPI-2 to explore the personalities of yellow-belt and black-belt martial artists and found that upper-level female practitioners reported meaningful negative characteristics on

* 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.

Paranoia and Anger. There is something unclear according to previous research and needs more study on the topic of anger in MAs.

Λέξεις κλειδιά: martial artists, anger, rank

5422

ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΩΝ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΩΣ ΠΡΟΒΛΕΠΤΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΣΤΙΒΟΥ

**Κατσίκας Χ., Κωστικιάδης Ι., Σμυρνιώτου Α., Αργειτάκη Π., Κούλη Ο.
Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
ckatsikas@phed.uoa.gr**

THE TEST OF PERFORMANCE STRATEGIES AS PREDICTOR OF THE PRECOMPETITIVE ANXIETY OF TRACK AND FIELD ATHLETES.

**C. Katsikas, I. Kostikiadis, A. Smirniotou, P. Argeitaki, O. Kouli
Kapodistrian University of Athens, D.P.E.S.S.
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Το Ερωτηματολόγιο Στρατηγικών Απόδοσης- Κλίμακα Αγώνα (TOPS) αποτελείται από 32 ερωτήματα τα οποία αξιολογούν τις ψυχολογικές δεξιότητες και στρατηγικές που χρησιμοποιούν οι αθλητές κατά τη διάρκεια των αγώνων. Τα ερωτήματα απαρτίζουν 8 παράγοντες: (α) Αυτοδιάλογος-Self-talk, (β) Συναισθηματικός έλεγχος-Emotional control, (γ) Αυτοματισμός-Automaticity, (δ) Τοποθέτηση στόχων-Goal setting, (ε) Νοητική απεικόνιση-Imagery, (στ) Ενεργοποίηση-Activation, (ζ) Αρνητικές σκέψεις-Negative thinking, και (η) Χαλάρωση-Relaxation. Η εγκυρότητα και αξιοπιστία του σε Ελληνικό αθλητικό πληθυσμό έχει επιβεβαιωθεί. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η διερεύνηση της ικανότητας του TOPS να προβλέψει το προαγωνιστικό άγχος των αθλητών

Στην έρευνα συμμετείχαν 364 αθλητές στίβου (241 άντρες και 123 γυναίκες). Οι αθλητές συμπλήρωσαν το TOPS σε συνθήκες προπόνησης κατά την προαγωνιστική περίοδο. Ακόμη, περίπου μια ώρα πριν από ένα σημαντικό αγώνα συμπλήρωσαν το Ερωτηματολόγιο Αγωνιστικού Άγχους Κατάστασης, το οποίο περιλαμβάνει 15 ερωτήματα που απαρτίζουν 3 παράγοντες: σωματικό άγχος, γνωστικό άγχος και αυτοπεποίθηση. Για την πρόβλεψη των χαρακτηριστικών κατάστασης έγιναν 3 αναλύσεις παλινδρόμησης, με εξαρτημένες μεταβλητές το γνωστικό άγχος, το σωματικό άγχος και την αυτοπεποίθηση και ανεξάρτητες μεταβλητές τους 8 παράγοντες του TOPS. Στην πρώτη ανάλυση για το γνωστικό άγχος κατάστασης οι παράγοντες του TOPS εξήγησαν ένα ποσοστό (22,5%) της συνολικής μεταβλητότητας, το οποίο ήταν στατιστικά σημαντικό ($F_{8,350} = 12.75, p < .001$). Οι παράγοντες του ερωτηματολογίου που συνέβαλαν στατιστικά σημαντικά στην ερμηνεία του γνωστικού άγχος κατάστασης είναι ο συναισθηματικός έλεγχος ($\beta = -.18, p < .001$), οι αρνητικές σκέψεις ($\beta = -.26, p < .001$) και η χαλάρωση ($\beta = -.12, p < .05$). Στη δεύτερη ανάλυση για το σωματικό άγχος κατάστασης οι παράγοντες του ερωτηματολογίου στρατηγικών απόδοσης εξήγησαν ένα ποσοστό (18%) το οποίο ήταν στατιστικά σημαντικό ($F_{8,351} = 9.66, p < .001$). Οι παράγοντες που συνέβαλαν στατιστικά σημαντικά στην ερμηνεία του σωματικού άγχος κατάστασης, είναι ο συναισθηματικός έλεγχος ($\beta = -.28, p < .001$), η ενεργοποίηση ($\beta = .13, p < .05$), οι αρνητικές σκέψεις ($\beta = -.13, p < .05$) και η χαλάρωση ($\beta = -.12, p < .05$). Στην τρίτη ανάλυση για την αυτοπεποίθηση οι παράγοντες του ερωτηματολογίου στρατηγικών απόδοσης εξήγησαν ποσοστό (30.5%) το οποίο ήταν στατιστικά σημαντικό ποσοστό της συνολικής διακύμανσης ($F_{8,350} = 19.11, p < .001$). Οι παράγοντες που συνέβαλαν στατιστικά σημαντικά στην ερμηνεία της αυτοπεποίθησης κατάστασης είναι ο αυτοδιάλογος ($\beta = .13, p < .05$), ο συναισθηματικός έλεγχος ($\beta = .23, p < .001$), ο αυτοματισμός των κινήσεων ($\beta = .09, p < .05$), ο καθορισμός στόχων ($\beta = .11, p < .01$), η νοερή απεικόνιση ($\beta = .17, p < .01$) και οι αρνητικές σκέψεις ($\beta = .20, p < .001$). Συμπερασματικά το TOPS μπορεί να βοηθήσει τους προπονητές να διαγνώσουν πιθανά προβλήματα των αθλητών τους σχετικά με τη διαχείριση του προαγωνιστικού άγχους και να ενισχύσουν κατάλληλα την ψυχολογική τους προετοιμασία.

Λέξεις κλειδιά: cognitive anxiety, somatic anxiety, self-confidence

5684

ΕΣΩΤΕΡΙΚΑ ΚΙΝΗΤΡΑ, ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΜΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΕ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΕΙΣ

**Τσίτσκαρη Ε., Κούλη Ο.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
etsitska@phyed.duth.gr**

INTRINSIC MOTIVATION, ATHLETIC ABILITY PERCEPTION AND SELF SATISFACTION IN ATHLETIC CAMPS

* 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.

E. Tsitskari, O. Kouli
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Όταν το κίνητρο ενός ατόμου να ασχοληθεί με μια δραστηριότητα είναι η ευχαρίστηση που νιώθει την ώρα που ασχολείται με τη δραστηριότητα αυτή, τότε το κίνητρο ονομάζεται εσωτερικό και το άτομο είναι εσωτερικά παρακινημένο (Παπαϊωάννου, Θεοδωράκης & Γούδας, 1999). Η ικανότητα για επιτυχία στις φυσικές δραστηριότητες είναι βασικός παράγοντας παρακίνησης, κατά συνέπεια τα παιδιά που αισθάνονται πιο ικανά στις αθλητικές δραστηριότητες παρουσιάζουν και υψηλότερη παρακίνηση (Roberts, Kleiber & Duda, 1981). Έχει αποδειχθεί ότι για την ανάπτυξη της αθλητικής δραστηριότητας, αλλά και τη διαμόρφωση χαρακτήρα στην παιδική ηλικία, εξίσου σημαντικό ρόλο παίζει και η κατασκήνωση (Marsh, 1999). Χαρακτηριστικό αυτής της ηλικίας είναι ότι άλλοτε διακατέχονται από έντονο συναίσθημα επιτυχίας και άλλοτε διστάζουν (Sullivan, 1999), ωστόσο, οι διάφορες μορφές δραστηριοτήτων ανάλογα με την κατασκήνωση, παίζουν διαφορετικό ρόλο στη διάθεση του ατόμου (Κουρτεσοπούλου & Χρόνη, 2003). Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να ερευνηθεί η σχέση των εσωτερικών κινήτρων, της αντίληψης αθλητικής ικανότητας και της ικανοποίησης από τη ζωή, σε παιδιά που συμμετείχαν σε αθλητικές κατασκηνώσεις. Στην έρευνα συμμετείχαν 186 παιδιά (μέσος όρος ηλικίας 12.32 ± 1.50). Για την αξιολόγηση των εσωτερικών κινήτρων, χρησιμοποιήθηκε το Intrinsic Motivation Inventory (IMI, Ryan, 1982), το οποίο είναι προσαρμοσμένο για τον ελληνικό πληθυσμό (Goudas, Dermitzaki & Bagiatis, 2000). Το ερωτηματολόγιο αυτό αποτελείται από 20 ερωτήσεις, που αντιπροσωπεύουν 4 διαστάσεις (από 5 ερωτήσεις για κάθε διάσταση): ευχαρίστηση-ενδιαφέρον, προσπάθεια-σημαντικότητα, αντιλαμβανόμενη ικανότητα, πίεση-ένταση. Για τη μέτρηση της αντίληψης που είχαν τα παιδιά για τον εαυτό τους χρησιμοποιήθηκε ένας παράγοντας του Physical Self-Perception Profile (PSPP, Fox & Corbin, 1989), που μετράει την αντίληψη αθλητικής ικανότητας (υψηλή ή χαμηλή) που έχει το άτομο για τον εαυτό του και αποτελείται από 5 ερωτήσεις. Ακόμη, για τη μέτρηση του πόσο ικανοποιημένα ήταν τα παιδιά από τη ζωή, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Grob, Wearing, Little και Wannier (1996), που αποτελείται από 8 ερωτήσεις. Οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των ερωτηματολογίων ήταν σε ικανοποιητικά επίπεδα (Cronbach's alpha από .66 έως .84). Ανάλυση συσχετίσεων έδειξε ότι η αντίληψη της αθλητικής ικανότητας των παιδιών, είχε στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τα εσωτερικά κίνητρα ευχαρίστηση-ενδιαφέρον ($r=.182, p<.05$) και αντιλαμβανόμενη ικανότητα ($r=.367, p<.01$). Επίσης, η ικανοποίηση των παιδιών από τη ζωή είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με τα εσωτερικά κίνητρα ευχαρίστηση-ενδιαφέρον ($r=.385, p<.01$), αντιλαμβανόμενη ικανότητα ($r=.469, p<.01$) και προσπάθεια-σημαντικότητα ($r=.358, p<.01$). Συμπερασματικά, επειδή ένα κλίμα που καλλιεργεί το ενδιαφέρον και την εσωτερική παρακίνηση των παιδιών ενισχύει και τις θετικές στάσεις τους προς την άσκηση (Duda, 1996) και γι' αυτό είναι ιδιαίτερος σημαντικό να επιτευχθεί και να αναπτυχθεί στις μικρές ηλικίες.

Λέξεις κλειδιά: εσωτερικά κίνητρα, αντίληψη αθλητικής ικανότητας, ικανοποίηση από τη ζωή

5710

ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Καρμπέρης Η., Κούλη Ο., Μαυρίδης Γ., Ρόκκα Σ., Λαΐος Α.

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

okouli@phyed.duth.gr

RELATIONSHIPS BETWEEN GROUP ENVIRONMENT AND COACHING BEHAVIOR IN BASKETBALL PLAYERS

Kamperis, O. Kouli, G. Mavridis, S. Rokka, A. Laios

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

Οι προπονητές τρεις συνήθως αποφασίζουν για τη μέθοδο προπόνησης, τη στρατηγική, τους κανόνες μέσα στην ομάδα κλπ. Από την ποιότητα των αποφάσεων αυτών εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό και η επιτυχία τους. Ωστόσο, επειδή οι αποφάσεις αυτές αφορούν κυρίως τις ενέργειες των αθλητών/τριών, είναι πολύ σημαντικό να γίνονται αποδεκτές (Θεοδωράκης, Γούδας & Παπαϊωάννου, 2001). Οι παράγοντες που συμβάλλουν στην συνοχή μιας αθλητικής ομάδας αναφέρονται στο περιβάλλον, το άτομο, την ηγεσία και την ομάδα. Στους περιβαλλοντικούς εντάσσονται οι υποχρεώσεις και ο οργανωτικός προσανατολισμός. Στους ατομικούς ανήκουν ο ατομικός προσανατολισμός, η ικανοποίηση και οι ατομικές διαφορές. Στους ηγετικούς εντάσσονται η ηγετική συμπεριφορά, το ηγετικό στυλ, οι σχέσεις μεταξύ προπονητή και αθλητή καθώς και οι σχέσεις μεταξύ προπονητή και ομάδας (Ζέρβας, 1993). Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εξετάσει τη σχέση του περιβάλλοντος της ομάδας με την αντιλαμβανόμενη συμπεριφορά του προπονητή σε αθλητές καλαθοσφαίρισης. Στην έρευνα συμμετείχαν 83 αθλητές της καλαθοσφαίρισης (μέσος όρος ηλικίας 22.61 ± 4.64). Για την αξιολόγηση του περιβάλλοντος ομάδας χρησιμοποιήθηκε το Group Environment Questionnaire (Carron, Widmeyer & Brawley, 1985; Eys, Carron, Bray & Brawley, 2007), το οποίο έχει προσαρμοστεί στον ελληνικό πληθυσμό (Αγγελονίδης, Κάκκος, Ζέρβας & Ψυχουντάκη, 1993-94). Το ερωτηματολόγιο αυτό έχει 18 ερωτήσεις και 4 παράγοντες: ατομική έλξη/εμπλοκή στο ομαδικό έργο, ατομική έλξη/εμπλοκή στις κοινωνικές σχέσεις, ομαδικό έργο, κοινωνικές σχέσεις. Ακόμη, για την αξιολόγηση της αντιλαμβανόμενης συμπεριφοράς 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.

προπονητή χρησιμοποιήθηκε το Coaching Behaviour Questionnaire (CBQ, Williams, Jerome, Kenow, Rogers, Sartain & Darland, 2003), το οποίο έχει προσαρμοστεί για τον ελληνικό πληθυσμό (Ζουρμπάνος, Θεοδωράκης & Χατζηγεωργιάδης, 2004; Zourbanos, Hatzigeorgiadis & Theodorakis, 2007). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αποτελείται από 15 ερωτήσεις και περιλαμβάνει δύο παράγοντες: υποστηρικτική συμπεριφορά, αρνητική συμπεριφορά. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν ανώνυμα από τους αθλητές στην προπόνηση, απουσία του προπονητή. Οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των ερωτηματολογίων ήταν σε αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's alpha από .77 έως .83). Ανάλυση συσχετίσεων έδειξε ότι η υποστηρικτική συμπεριφορά του προπονητή, είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με την ατομική έλξη/εμπλοκή στις κοινωνικές σχέσεις ($r = .497, p < .01$), καθώς και με το ομαδικό έργο ($r = .313, p < .01$), ενώ η αρνητική συμπεριφορά του προπονητή δεν συσχετιζόταν με κανέναν παράγοντα του περιβάλλοντος ομάδας. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με αυτά ανάλογων ερευνών (Carron, Spink & Prapavessis, 1997) και υποστηρίζουν, ότι η συνοχή της ομάδας απαιτεί ομαδικό κλίμα, ανοιχτό, ειλικρινές και τίμιο. Συμπερασματικά, ένα σύστημα καλής επικοινωνίας τόσο με τον προπονητή, όσο και μεταξύ των αθλητών, οδηγεί στην επίτευξη των στόχων και την καλή ατμόσφαιρα της ομάδας.

Λέξεις κλειδιά: περιβάλλον ομάδας, συνοχή ομάδας, προπονητής

5723

ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΜΕΤΑΞΥ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

Μόρραρης Α., Καμπέρης Η., Κούλη Ο., Χατζηγεωργιάδης Α.

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

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

okouli@phyed.duth.gr

DIFFERENCES IN COACHING BEHAVIOR AMONG DIFFERENT SWIMMING ASSOCIATIONS

A. Moraris, I. Kamperis, O. Kouli, A. Hatzigeorgiadis

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

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

Η δουλειά του προπονητή/τριας χαρακτηρίζεται από τη λήψη κρίσιμων αποφάσεων. Από την ποιότητα των αποφάσεων αυτών εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό και η επιτυχία του προπονητή/τριας. Όμως, επειδή οι αποφάσεις αυτές αφορούν κυρίως τις ενέργειες των αθλητών/τριών, είναι πολύ σημαντικό να γίνονται αποδεκτές (Θεοδωράκης, Γούδας & Παπαϊωάννου, 2001). Σκοπός της εργασίας ήταν να μελετήσει την αντιλαμβανόμενη συμπεριφορά του προπονητή σε τρεις διαφορετικούς συλλόγους κολύμβησης του νομού Ατικής και να διερευνήσει πιθανές διαφορές μεταξύ των συλλόγων αυτών. Στην έρευνα συμμετείχαν 86 αθλητές (N=46) και αθλήτριες (N=40) κολύμβησης (μέσος όρος ηλικίας 15.14 ± 1.76). Για την αξιολόγηση της αντιλαμβανόμενης συμπεριφοράς του προπονητή χρησιμοποιήθηκε το Coaching Behaviour Questionnaire (CBQ, Williams, Jerome, Kenow, Rogers, Sartain & Darland, 2003), που έχει προσαρμοστεί και κριθεί έγκυρο και αξιόπιστο για τον ελληνικό πληθυσμό (Ζουρμπάνος, Θεοδωράκης & Χατζηγεωργιάδης, 2004; Zourbanos, Hatzigeorgiadis & Theodorakis, 2007). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αποτελείται από 15 ερωτήσεις και περιλαμβάνει δύο παράγοντες: υποστηρικτική συμπεριφορά (8 ερωτήσεις) και αρνητική συμπεριφορά (7 ερωτήσεις). Οι απαντήσεις δίνονται με 4/βάθμια κλίμακα απάντησης τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, έως 4=συμφωνώ απόλυτα). Το CBQ συμπληρώθηκε ανώνυμα από τους αθλητές στην προπόνηση, απουσία του προπονητή. Οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων ήταν σε αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's alpha από .75 έως .98). Τα αποτελέσματα από την πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης με ανεξάρτητη μεταβλητή το σύλλογο κολύμβησης και εξαρτημένες τους δύο παράγοντες του ερωτηματολογίου, έδειξε στατιστικά σημαντική διαφορά στην αντιλαμβανόμενη συμπεριφορά του προπονητή ως προς το σύλλογο κολύμβησης Wilks's $\Lambda = .863, F(4,148) = 2.839, p < .05$. Πιο συγκεκριμένα, εμφανίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές και για τους δύο παράγοντες του ερωτηματολογίου: υποστηρικτική συμπεριφορά $F(2,78) = 3.189, p < .05$ και αρνητική συμπεριφορά $F(2,78) = 4.103, p < .05$. Επίσης, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων που έγινε για να φανεί μεταξύ ποιών συλλόγων παρουσιάστηκαν οι συγκεκριμένες διαφορές, προέκυψε ότι ως προς τον παράγοντα υποστηρικτική συμπεριφορά παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ και των τριών, ενώ ως προς τον παράγοντα αρνητική συμπεριφορά παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ και των δύο από τους τρεις διαφορετικούς συλλόγους κολύμβησης. Σύμφωνα με τα παραπάνω αποτελέσματα, τα οποία συμφωνούν και με προηγούμενες έρευνες (Kenow & Williams, 1999), ο διαφορετικός προπονητής /τρια, η προσωπικότητα και οι ενέργειες αυτού, μπορεί να οφείλονται για την απόδοση και την αντίληψη που έχουν οι αθλητές του γι' αυτόν. Συμπερασματικά, για να είναι ένας προπονητής αποδοτικός και αποτελεσματικός, θα πρέπει εκτός από ηγέτης, να έχει αυτοπεποίθηση και να αφιερώνει αρκετή προσπάθεια και σκέψη για την επίλυση προβλημάτων των αθλητών του και για την καλύτερη και αποτελεσματικότερη επικοινωνία μαζί τους.

Λέξεις κλειδιά: προπονητής, αθλητές, κολύμβηση

5727

* 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.

ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΛΙΜΑΤΟΣ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗΣ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ ΜΕ ΤΗΝ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΩΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟΦΥΓΗΣ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΣΕ ΚΟΛΥΜΒΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ

Μόραρης Α., Καμπέρης Η., Κούλη Ο., Χατζηγεωργιάδης Α.

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

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

okouli@phyed.duth.gr

THE RELATIONSHIPS BETWEEN MOTIVATIONAL CLIMATE IN SPORT AND COPING STRATEGIES DURING COMPETITION IN SWIMMERS

A. Moraris, I. Kamperis, O. Kouli, A. Hatzigeorgiadis

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

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

Η συμμετοχή στον αγωνιστικό αθλητισμό θέτει τους αθλητές σε συνεχείς δοκιμασίες και τους φέρνει αντιμέτωπους με φυσικές αλλά και ψυχολογικές προκλήσεις (Crocker & Graham, 1995). Όταν κατά την αντιμετώπιση αντίξων καταστάσεων τα άτομα θεωρούν ότι έχουν τον έλεγχο της κατάστασης καταβάλουν μεγαλύτερη προσπάθεια, ενώ όταν θεωρούν ότι δεν έχουν τον έλεγχο της κατάστασης, είναι πιθανό να εγκαταλείψουν τις προσπάθειές τους να πετύχουν τον στόχο (Χατζηγεωργιάδης & Χρόνη, 2003). Η παρακίνηση των αθλητών είναι μια αόρατη διαδικασία, η οποία εμφανίζεται με τη μορφή συμπεριφορών, έκφρασης συναισθημάτων ή σκέψεων (Θεοδωράκης, Γούδας & Παπαϊωάννου, 2001). Σκοπός της εργασίας ήταν να εξεταστεί τη σχέση ανάμεσα στο κλίμα παρακίνησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης προσέγγισης και αποφυγής αντίξων καταστάσεων κατά την διάρκεια του αγώνα στην κολύμβηση. Συμμετείχαν 100 αθλητές (N=56) και αθλήτριες (N=44) κολύμβησης (μέσος όρος ηλικίας 15.85 ± 2.89 χρόνια, μέσος όρος αγωνιστικής εμπειρίας 4.65 ± 3.45 χρόνια). Πριν τον αγώνα οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο Sport Motivation Scale (SMS, Palletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere & Blais, 1995; Vallerand, 2001), το οποίο έχει προσαρμοστεί στον ελληνικό πληθυσμό (Ραπαϊοαννου, Κοσμιδου, Τσιγίλις & Μιλοσίς, 2007). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο έχει 16 ερωτήσεις και αποτελείται από 4 παράγοντες: υπεροχή (4 ερωτήσεις), προσέγγιση εκτέλεσης (4 ερωτήσεις), αποφυγή εκτέλεσης (4 ερωτήσεις), κοινωνική επιδοκιμασία (4 ερωτήσεις). Μετά τον αγώνα συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο Coping in Competition (COC, Hatzigeorgiadis & Chroni, 2007), με 24 ερωτήσεις και περιλαμβάνει 6 διαστάσεις (με 4 ερωτήσεις για κάθε διάσταση), τρεις που αφορούν στρατηγικές προσέγγισης (προσπάθεια, σχεδιασμός και θετικός αυτοδιάλογος), και τρεις που αφορούν στρατηγικές αποφυγής (γνωστική εγκατάλειψη, συμπεριφορική εγκατάλειψη, και άρνηση). Οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των ερωτηματολογίων, ήταν σε αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's alpha από .64 έως .87). Ανάλυση συσχετίσεων έδειξε ότι η υπεροχή είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με τις στρατηγικές αντιμετώπισης: την προσπάθεια ($r = .359, p < .01$) και τον θετικό αυτοδιάλογο ($r = .299, p < .01$) και αρνητική με τις στρατηγικές αποφυγής αντίξων καταστάσεων: την συμπεριφορική εγκατάλειψη ($r = .249, p < .05$) και την άρνηση ($r = .207, p < .05$). Αντίθετα, η προσέγγιση εκτέλεσης είχε στατιστικά σημαντική αρνητική συσχέτιση με την προσπάθεια ($r = -.225, p < .05$) και θετική με τη συμπεριφορική εγκατάλειψη ($r = .207, p < .05$). Παρόμοια αποτελέσματα εμφάνισε και η αποφυγή εκτέλεσης που εμφάνισε αρνητική συσχέτιση με την προσπάθεια ($r = -.235, p < .05$) και θετική με την συμπεριφορική εγκατάλειψη ($r = .317, p < .01$) αντίστοιχα. Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα υποστηρίζουν ότι, η δημιουργία κατάλληλου κλίματος παρακίνησης σε σχέση με τους στόχους των αθλητών/τριών επηρεάζουν τις γνωστικές και συμπεριφορικές αντιδράσεις των κολυμβητών στον αγώνα.

Λέξεις κλειδιά: στρατηγικές αντιμετώπισης αντίξων καταστάσεων, κλίμα παρακίνησης, αθλητές κολύμβησης

5974

Η ΣΧΕΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΣΕ ΟΜΑΔΙΚΑ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

Γιάκας Σ, Μπεμπέτσος Ε, Σ. Γιάλου

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

giakas09@hotmail.com

RELATION BETWEEN COACHING BEHAVIOR AND TEAM-INDIVIDUAL SPORTS

S. Giakas, E. Bebetos, S. Gialou

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

Ένας από του βασικότερους παράγοντες που καθορίζει την εξέλιξη των αθλητών είναι ο προπονητής. Ο προπονητής είναι ένα πρόσωπο κοινωνικό και η συμπεριφορά του επηρεάζει το έργο του απέναντι στους παίκτες. Η σωστή συμπεριφορά ενός προπονητή βοηθάει τους παίκτες να ανταπεξέλθουν στις συνθήκες και τις απαιτήσεις ενός αγώνα δίνοντας το μέγιστο των δυνατοτήτων τους. Σκοπός της έρευνας ήταν η αξιολόγηση της συμπεριφοράς του προπονητή και η σχέση της με την απόδοση αθλητών /τριων ομαδικών και ατομικών αθλημάτων. Το δείγμα αποτέλεσαν 189 αθλητές/τριες ομαδικών και ατομικών αθλημάτων (ποδοσφαίριση, καλαθοσφαίριση, χειροσφαίριση, αντισφαίριση, τζούντο, ρυθμική γυμναστική), ηλικίας από 12 έως 39 ετών (M=21,SD=4,04). Ως όργανο μέτρησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο COACHING BEHAVIOR

* 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.

QUESTIONNAIRE (Kenow and Williams 1992). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από δύο παράγοντες: α) υποστηρικτική συμπεριφορά (π.χ Η κριτική από τον προπονητή μου γίνεται με καλό τρόπο) και β) αρνητική συμπεριφορά (Ο προπονητής μου με κάνει να νιώθω νευρικότητα). Η κλίμακα απαντήσεων ήταν 4βάθμια τύπου Likert (1= Διαφωνώ απόλυτα – 4= Συμφωνώ απόλυτα). Το ερωτηματολόγιο απαντήθηκε κατά τη διάρκεια της προπόνησης των αθλητών/τριών. Η ανάλυση αξιοπιστίας έδειξε ότι το α του Cronbach για την υποστηρικτική συμπεριφορά ήταν .76 και για την αρνητική συμπεριφορά .83. Επίσης, η ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα έδειξε ότι α) οι αθλητές/τριες με μικρότερη αθλητική εμπειρία είχαν τα υψηλότερα σκορ όσον αφορά την αρνητική συμπεριφορά [$F(2,188)=3.79, p<.05$] το οποίο οφείλεται στη μη ανεπτυγμένη σχέση των προπονητών με αθλητές μικρής αθλητικής εμπειρίας εν αντιθέσει με αθλητές πολυετούς θητείας και β) τα ομαδικά αθλήματα είχαν τα υψηλότερα σκορ στην αρνητική συμπεριφορά σε σχέση με τα ατομικά αθλήματα [$F(5,188)=2.26, p<.05$]. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι στα ατομικά αθλήματα οι διαπροσωπικές σχέσεις μεταξύ αθλητή και προπονητή είναι περισσότερο ανεπτυγμένες από ότι στα ομαδικά αθλήματα. Συμπερασματικά τα αποτελέσματα αυτά υποστηρίζουν την άμεση σχέση της προπονητικής συμπεριφοράς με την αθλητική συμμετοχή τόσο για τα ομαδικά όσο και για τα ατομικά αθλήματα.

Λέξεις κλειδιά: προπονητική συμπεριφορά, αθλητική εμπειρία, ομαδικά-ατομικά αθλήματα

6099

ΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΑΓΧΟΥΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΜΕ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΑΝΑΠΗΡΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΕΓΑΛΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Παπαδοπούλου Α., Μπάτσιου Σ., Αντωνίου Π., Μπεμπέτσος Ε.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
athina12345@gmail.com

THE ANXIETY LEVEL OF ATHLETES WITH AND WITHOUT DISABILITY PROBLEMS DURING LONG RACES

A. Papadopoulou, S. Mpatsiou, P. Antoniou, E. Bebetos
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Σκοπός της παρούσα έρευνας ήταν να διερευνηθεί το προφίλ των ελλήνων πρωταθλητών του κλασικού αθλητισμού με και χωρίς αναπηρίες και αφού καταγραφεί το επίπεδο άγχους και αυτοπεποίθησής τους πριν από μεγάλους αγώνες, να βρεθεί η μεταξύ των δυο ομάδων σχέση στους τομείς αυτούς. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν συνολικά 110 αθλητές. Από το σύνολο των αθλητών 70 ήταν χωρίς και 40 αθλητές με αναπηρία. Όλοι ήταν αθλητές του κλασικού αθλητισμού. Η επιλογή των αθλητών έγινε τυχαία κατά τη διάρκεια των πανελληνίων πρωταθλημάτων. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο "αγωνιστικής κατάστασης" των Martens et al., (1990). Οι Κάκκος και Ζέρβας (1996), ύστερα από σειρά παραγοντικών αναλύσεων περιόρισαν τον αριθμό των ερωτημάτων για κάθε παράγοντα. Το ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει δεκαπέντε (15) ερωτήματα μέτρησης του άγχους, τα οποία απαρτίζουν τρεις παράγοντες (α)γνωστικό άγχος (5 ερωτήματα), (β) σωματικό άγχος (5 ερωτήματα) και (γ) αυτοπεποίθηση (5 ερωτήματα). Στο ερωτηματολόγιο αυτό προστέθηκαν άλλες 8 ερωτήσεις, 6 ερωτήματα δημογραφικού χαρακτήρα και 2 ερωτήσεις σχετικά με τον τύπο και το είδος της αναπηρίας. Από την ανάλυση t-test για ανεξάρτητα δείγματα προέκυψε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στο γνωστικό και στο σωματικό άγχος ανάμεσα στα άτομα με και χωρίς αναπηρία. Τα άτομα με αναπηρία είχαν λιγότερο γνωστικό και σωματικό άγχος και περισσότερη αυτοπεποίθηση από τα άτομα χωρίς αναπηρία. Από την ανάλυση διακύμανσης με ένα παράγοντα (One Way Anova) προέκυψε ότι το φύλο, η ηλικία, η επαγγελματική κατάσταση, το άθλημα ΕΠΗΡΕΑΣΑΝ το επίπεδο άγχους και αυτοπεποίθησης. Συμπερασματικά θα μπορούσαμε να πούμε ότι καλό θα ήταν οι προπονητές των ατόμων με και χωρίς αναπηρία να επιμορφώνονται σε θέματα ψυχολογίας ή να υπάρχουν ψυχολόγοι στους αθλητικούς συλλόγους, οι όποιοι θα βοηθούν τους αθλητές να διαχειρίζονται το άγχος τους.

Λέξεις κλειδιά: γνωστικό άγχος, σωματικό άγχος, αυτοπεποίθηση

6125

ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ ΟΔΗΓΩΝ ΤΑΞΙ ΜΕ ΧΡΟΝΙΟ ΠΟΝΟ ΣΤΗ ΜΕΣΗ

Σταματάκη Ι., Γιοφτσιδου Α., Μπενέκα Α., Μάλλιου Π., Αγγελάκης Ε., Γκοδόλιας Γ.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
ioanna.stam@hotmail.com

ASSESSMENT OF TAXI DRIVER'S MOOD STATE WITH CHRONIC LOW BACK PAIN

I. Stamataki, A. Gioftsidou, A. Beneka, P. Malliou, E. Aggelakis, G. Godolias
Democritus University of Thrace,

Ο χρόνιος πόνος στη μέση είναι μία ενόχληση που επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό τη ζωή των ανθρώπων, τόσο στην εργασία, όσο και στη ψυχική διάθεση αυτών. Σκοπός της εργασίας ήταν να εξεταστεί την επίδραση που έχει

* 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.

ο χρόνιος πόνος στη μέση οδηγών ταξί, σε διάφορες παραμέτρους της ψυχικής διάθεσης. Το δείγμα αποτέλεσαν 90 επαγγελματίες οδηγοί ταξί, με μέσο όρο ηλικίας $46 \pm 8,87$, βάρους $87 \pm 15,47$ και μέσο όρο ύψους $1,74 \pm 8,43$. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ψυχικής διάθεσης. Το συγκεκριμένο μέσο συλλογής δεδομένων περιείχε παραμέτρους, όπως η αυτοπεποίθηση, τα αρνητικά συναισθήματα και η ένταση. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν με προσωπική επαφή ώστε να εξασφαλιστεί η αξιοπιστία και η ειλικρίνεια των απαντήσεων. Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS for Windows ver 10.0 και συγκεκριμένα χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης (διασποράς) με έναν παράγοντα (One-way Anova) για να εξετασθεί η υπόθεση ότι οι μέσοι όροι των αξιολογούμενων μεταβλητών δεν διαφέρουν μεταξύ των δύο φύλων, της έντασης του πόνου και της διάρκειας του πόνου. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, δεν διαφοροποιήθηκε στατιστικά σημαντικά ($p > .05$) η απόδοση μεταξύ των δύο φύλων σε όλες τις μεταβλητές που αξιολογήθηκαν, αυτοπεποίθηση ($F(1,88) = ,341, p = .561 > .05$), αρνητικά συναισθήματα ($F(1,88) = 2,270, p = .697 > .05$), ένταση ($F(1,88) = ,152, p = .697 > .05$). Αντίστοιχα αποτελέσματα παρατηρήθηκαν και για την παράμετρο «διάρκεια του πόνου», εκτός από την μεταβλητή αρνητικά συναισθήματα. Η διαφορετική διάρκεια του πόνου δεν διαφοροποίησε τις επιδόσεις στις μεταβλητές αυτοπεποίθηση ($F(1,88) = 3,847, p = .053 > .05$) και ένταση ($F(1,88) = 2,994, p = .087 > .05$), σε αντίθεση με την μεταβλητή αρνητικά συναισθήματα ($F(1,88) = 5,646, p = .020 < .05$), όπου οι επιδόσεις διαφοροποιήθηκαν σε σημαντικό βαθμό ($p < .05$). Τέλος, για την παράμετρο «ένταση του πόνου» διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά ($p < .05$) όσον αφορά τις μεταβλητές αυτοπεποίθηση ($F(4,85) = 3,295, p = .015 < .05$) και αρνητικά συναισθήματα ($F(4,85) = 7,801, p = .000 < .05$), ενώ σχετικά με την μεταβλητή ένταση ($F(4,85) = 2,271, p = .068 > .05$) δεν παρατηρήθηκε καμία στατιστικά σημαντική διαφοροποίηση ($p > .05$).

Λέξεις κλειδιά: chronic low back pain, chronic low back pain and mood state, chronic low back pain and taxi drivers

6250

ΣΧΕΣΕΙΣ ΣΤΟΧΩΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΕ ΝΕΑΡΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ /ΤΡΙΕΣ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Παπαστεργίου Λ., Κανελλίδης-Χοχλιούρος Κ., Ρόκκα Σ., Μαυρίδης Γ., Μπεμπέτσος Ε., Ν. Πατσατζής
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
mageorge@otenet.gr

RELATIONSHIPS BETWEEN GOAL ORIENTATIONS AND COMPETITIVE STATE ANXIETY AMONG JUNIOR HANDBALL PLAYERS

L. Papastergiou, K. Kanellidis-Chochliouros, S. Rokka, G. Mavridis, E. Bebetos, N. Patsatzis
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνηθεί η σχέση μεταξύ των προσωπικών στόχων επίτευξης και της αγωνιστικής κατάστασης έντασης νεαρών αθλητών/τριών χειροσφαίρισης, και να εξετασθούν πιθανές διαφορές μεταξύ φύλου και ηλικίας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 264 αθλητές/τριες ($n = 139$ κορίτσια και $n = 125$ αγόρια), ηλικίας 14 έως 16 ετών (Μ.Ο. = 15,83, Τ.Α. = .92), των 16 ομάδων που συμμετείχαν στους τελικούς του πανελληνίου πρωταθλήματος 2008, κατηγορίας παιδων-κορασίδων. Για τη διεξαγωγή της έρευνας χρησιμοποιήθηκαν: α) το ερωτηματολόγιο Αγωνιστικής Κατάστασης (CSAI-II, Jones & Swain, 1992), τροποποιημένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Σταύρου, Ζέρβα, Κάκκο και Ψυχουντάκη (1998), για την ένταση και κατεύθυνση του γνωστικού, του σωματικού άγχους και της αυτοπεποίθησης. Οι απαντήσεις δίνονταν με 4βάθμια κλίμακα τύπου Likert από το 1(καθόλου) έως το 4(πάρα πολύ) και αναφέρονταν στο βαθμό εμφάνισης της έντασης, ενώ παράλληλα 7βάθμια διπολική κλίμακα κατέγραφε το βαθμό που κάθε απάντηση στην κλίμακα έντασης, αξιολογείται ως διευκολυντική ή ανασταλτική ή την απόδοση, και β) «Επίτευξη στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό» (Milosis, Papaniannou, Tsigilis & Kosmidou, 2001), που αξιολογεί 4 στόχους επίτευξης: «προσωπική βελτίωση», «ενίσχυση εγώ», «προστασία εγώ» και «κοινωνική αποδοχή». Οι απαντήσεις δίνονταν με 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert από το 1 = διαφωνώ απόλυτα, μέχρι το 5 = συμφωνώ απόλυτα. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν οικειοθελώς μισή ώρα πριν την έναρξη του κάθε αγώνα. Τα αποτελέσματα υποστήριξαν την αξιοπιστία και τη συνοχή των παραγόντων (Cronbach's α από .74 έως .91 για το πρώτο ερωτηματολόγιο και από .73 έως .88 για το δεύτερο). Από τις αναλύσεις συσχετίσεων προέκυψε ότι η «προσωπική βελτίωση» και η «ενίσχυση εγώ», είχαν στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με το σωματικό άγχος ($r = .154$) και αρνητική με την αυτοπεποίθηση ($r = -.141$), η «προστασία εγώ» συσχετιζόταν αρνητικά με το γνωστικό άγχος ($r = -.251$) και θετικά με την αυτοπεποίθηση και την κατεύθυνσή της ($r = .126, r = .201$) ενώ η «κοινωνική αποδοχή» αρνητικά με την αυτοπεποίθηση ($r = -.183$). Επίσης, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης (MANOVA) με ανεξάρτητες μεταβλητές ηλικία και φύλο, έδειξε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση μόνον του φύλου Wilks' $L = .806, F(10,253) = 6,77; p < .001$. Από τις αναλύσεις διακύμανσης στατιστικά σημαντικές διαφορές παρατηρήθηκαν στους παράγοντες: «προσωπική βελτίωση» $F(1,263) = 27,93; p < .001$, αυτοπεποίθηση $F(1,263) = 11,58; p < .01$, και κατεύθυνση αυτοπεποίθησης $F(1,263) = 10,91; p < .01$, με τα αγόρια να παρουσιάζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερους μέσους όρους από τα κορίτσια. Συμπερασματικά, οι αθλητές/τριες σε όλα τα επίπεδα με τη συνεργασία των αθλητικών ψυχολόγων και των προπονητών τους θα πρέπει να θέτουν στόχους προσωπικής βελτίωσης. Αντιλαμβανόμενοι την επιτυχία μέσα από προσωπικούς

* 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.

στόχους γίνονται πιο επίμονοι, είναι πρόθυμοι να δώσουν τον καλύτερό τους εαυτό τόσο κατά τη διάρκεια της προπόνησης όσο και του αγώνα.

Λέξεις κλειδιά: στόχοι επίτευξης, προαγωνιστικό άγχος, , αθλητές/τριες χειροσφαίρισης

6444

ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΒΑΣΙΚΩΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΣΤΑΣΕΩΝ ΣΕ ΑΣΚΟΥΜΕΝΟΥΣ ΣΤΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΕΡΟΜΠΙΚ

Καμέκη Ζ., Καπράλου Α., Ρόκκα Σ., Μαυρίδης Γ., Μπολέτη Β.

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

mageorge@otenet.gr

RELATIONSHIPS BETWEEN PSYCHOLOGICAL NEEDS & ATTITUDE STRENGTH OF PARTICIPANTS IN DANCE AEROBIC PROGRAMS

Z. Kameki, A. Kapralou, S. Rokka, G. Mavridis, B. Boleti

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

Η επιστημονική έρευνα υποστηρίζει ότι τα άτομα τείνουν να «εσωτερικεύουν» δραστηριότητες που τους ενδιαφέρουν, όταν αυτές μπορούν σε κάποιο βαθμό να ικανοποιήσουν τις βασικές ψυχολογικές τους ανάγκες (Ryan & Deci, 2000). Σκοπός της παρούσας εργασίας, ήταν να εξεταστεί τη σχέση ανάμεσα στο βαθμό ικανοποίησης των βασικών ψυχολογικών αναγκών (αυτονομία, ικανότητα, κοινωνικών σχέσεων) και της Δύναμης στάσεων προς την άσκηση και να εντοπιστεί πιθανές διαφορές μεταξύ φύλου και διάρκειας συμμετοχής σε ομαδικά προγράμματα άσκησης. Στην έρευνα συμμετείχαν 315 ασκούμενοι σε προγράμματα ιδιωτικών γυμναστηρίων (92 άνδρες και 223 γυναίκες), από ιδιωτικά γυμναστήρια της Αθήνας και της Θεσσαλονίκης, με ηλικία 21-41 έτη (Μ.Ο. = 33,8 ± 7,89) και μέσο όρο διάρκειας συμμετοχής στην άσκηση 3 ± 0.89 χρόνια. Για τη διεξαγωγή της έρευνας χρησιμοποιήθηκαν α) η κλίμακα Βασικών Ψυχολογικών Αναγκών στην Άσκηση (Basic Psychological Needs in Exercise Scale, Vlachopoulos & Michailidou, 2006). Η κλίμακα αποτελείται από 12 θέματα ομαδοποιημένα σε 3 παράγοντες, με τέσσερα θέματα ο κάθε παράγοντας: α) Αυτονομία, β) Ικανότητα και γ) Κοινωνικές Σχέσεις. Τα θέματα αξιολογούνταν με 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert (από το 1= δε συμφωνώ καθόλου, έως το 5= συμφωνώ πάρα πολύ), και β) από το ερωτηματολόγιο «Στάσεων προς την άσκηση» (Theodorakis, 1994), χρησιμοποιήθηκαν οι 3 ερωτήσεις της κλίμακας «Δύναμη στάσεων», και οι απαντήσεις δίνονταν σε 7βάθμια κλίμακα. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν εθελοντικά από τους ασκούμενους στους χώρους άσκησης, σε χρονικό διάστημα δύο εβδομάδων κατά τον 1ο μήνα έναρξης των προγραμμάτων. Τα αποτελέσματα υποστήριξαν την αξιοπιστία και συνοχή των παραγόντων των ερωτηματολογίων (α Cronbach's από.69 έως 91). Οι αναλύσεις συσχετίσεων έδειξαν ότι η «Δύναμη Στάσεων» είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με τους παράγοντες «αυτονομία» ($r=.465, p<.001$), «ικανότητα» ($r=.481, p<.001$), και «κοινωνικές σχέσεις» ($r=.363, p<.001$). Από την πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης (MANOVA), δεν παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανεξάρτητων μεταβλητών 'φύλο' και 'διάρκεια συμμετοχής', προέκυψε όμως κύρια επίδραση της μεταβλητής 'διάρκεια συμμετοχής' Wilk's L = . 743, $F(9,307) = 10,69; p<.001$. Στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίστηκαν στους παράγοντες «αυτονομία» $F(3,307) = 17,29; p<.001$, και «ικανότητα» $F(3,307) = 28,58; p<.001$, με αυτούς που είχαν διάρκεια συμμετοχής έως 6 μήνες να εμφανίζουν χαμηλούς μέσους όρους και στον παράγοντα «ικανότητα» και «Δύναμη στάσεων» με όσους είχαν διάρκεια συμμετοχής για τρία και περισσότερα χρόνια να παρουσιάζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα σκορ. Συμπερασματικά, από τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψε ότι η Δύναμη στάσεων, η αυτονομία, η αντιλαμβανόμενη ικανότητα και οι κοινωνικές σχέσεις είναι σημαντικοί παράγοντες που καθορίζουν και συντηρούν το ενδιαφέρον της συμμετοχής των ασκούμενων στα ομαδικά προγράμματα αερόμπικ. Ωστόσο, προτείνεται η επέκταση των ερευνών για τη γενίκευση των αποτελεσμάτων στον ευρύτερο ελληνικό χώρο.

Λέξεις κλειδιά: ψυχολογικές ανάγκες, δύναμη στάσεων, ομαδικά προγράμματα αερόμπικ

6541

ΒΑΣΙΚΕΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΣΕ ΑΤΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΣΚΗΣΗΣ

Σταματάκη Ι., Βαγγελή Μ., Παπαμόσχου Β., Ρόκκα Σ., Κούλη Ο.

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

mageorge@otenet.gr

PSYCHOLOGICAL NEEDS OF PARTICIPANTS IN PERSONAL AND GROUP AEROBIC PROGRAMS

I. Stamataki, M. Bageli, B. Papamoschou, S. Rokka, O. Kouli

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

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

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας, ήταν να αξιολογήσει το βαθμό στον οποίο οι ανάγκες για αυτονομία, ικανότητα και κοινωνικές σχέσεις, εκπληρώνονται στα ομαδικά προγράμματα άσκησης και να διερευνήσει τη σχέση της ηλικίας, του μορφωτικού επιπέδου και του είδους των προγραμμάτων με τις ψυχολογικές παραμέτρους. Στην έρευνα συμμετείχαν 215 γυναίκες, ασκούμενες σε προγράμματα ιδιωτικών γυμναστηρίων της Αθήνας (N=94) και της Κομοτηνής (N=121), με ηλικία 20 έως 45 έτη (Μ.Ο. = 33,5, Τ.Α. ± 5,44) και μέσο όρο διάρκεια συμμετοχής στην άσκηση $3 \pm 1,01$ χρόνια, οι οποίες παρακολουθούσαν ομαδικά προγράμματα (n=122) και ατομικά (n=93). Για τη διεξαγωγή της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Βασικών Ψυχολογικών Αναγκών στην Άσκηση (Basic Psychological Needs in Exercise Scale, Vlachopoulos & Michailidou, 2006). Η κλίμακα αποτελείται από 12 θέματα ομαδοποιημένα σε 3 παράγοντες, με τέσσερα θέματα ο κάθε παράγοντας: α) Αυτονομία, β) Ικανότητα και γ) Σχέσεις με άλλους. Τα θέματα αξιολογούνταν με 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert (από το 1= δε συμφωνώ καθόλου, έως το 5= συμφωνώ πάρα πολύ). Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε εθελοντικά από τις ασκούμενες στους χώρους άσκησης, σε χρονικό διάστημα τριών εβδομάδων. Οι τρεις παράγοντες του ερωτηματολογίου είχαν ικανοποιητική εσωτερική συνοχή. Ο δείκτης α του Cronbach κυμάνθηκε .72 για την «Αυτονομία», .89 για την «Ικανότητα» και .88 για τις «Σχέσεις». Από τη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων μέσω της ανάλυσης διακύμανσης (One Way Anova), προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε σχέση με την ηλικία στην Αυτονομία $F(3,214)=5,62; p<.05$, την Ικανότητα $F(3,214)=7,94; p<.001$, και τις Σχέσεις $F(3,214) = 6,15; p<.01$. Το τεστ Scheffe έδειξε ότι η ηλικιακή ομάδα άνω των 40 ετών διέφερε στατιστικά σημαντικά από αυτή των έως 25 ετών και εμφάνισε στατιστικά σημαντικά υψηλότερους μέσους όρους και στις τρεις παραμέτρους. Ως προς το είδος των προγραμμάτων σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν στην Ικανότητα $F(3,213)=4,28; p<.05$ και τις Σχέσεις $F(3,213)=8,28; p<.001$, με τις συμμετέχοντες στα ομαδικά προγράμματα να έχουν υψηλότερα σκορ από αυτές που συμμετείχαν στα ατομικά. Ως προς το μορφωτικό επίπεδο δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε κανέναν από τους παράγοντες της κλίμακας. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες στα ομαδικά προγράμματα άσκησης (dance, step aerobic, pilate's και yoga) παρουσιάζουν υψηλότερο βαθμό ικανοποίησης των βασικών ψυχολογικών τους αναγκών σε σχέση με αυτούς που συμμετέχουν σε ατομικά προγράμματα (power plate και pilate's reformer). Συμπερασματικά, ολοκληρώνοντας με επιτυχία ένα πρόγραμμα, η αντίληψη ικανότητας παράγει θετικά συναισθήματα ολοκλήρωσης και αυτονομίας, με παράλληλη μείωση της έντασης και αύξηση της θετικής διάθεσης. Ωστόσο, περαιτέρω έρευνα χρειάζεται για τη γενίκευση των αποτελεσμάτων στον ευρύτερο ελληνικό χώρο.

Λέξεις κλειδιά: ομαδικά & ατομικά προγράμματα αερόμπικ, βασικές ψυχολογικές ανάγκες, ηλικία, είδος προγράμματος