

## Θεματική Ενότητα: Κινητική Μάθηση – Κινητική Ανάπτυξη Προφορικές & Αναρτημένες Ανακοινώσεις 17<sup>ου</sup> Διεθνές Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού



### Section: Motor Development – Motor Learning Oral & Poster Presentations of the 17<sup>th</sup> International Congress of Physical Education & Sport

#### Προφορικές - Oral

3641

#### Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΑΔΗΛΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΝ ΜΕΘΟΔΩΝ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ

Λόλα Α., Τζέτζης Γ., Ζέτου Ε., Βότσης Ε.

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

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

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

#### THE EFFECTIVENESS OF IMPLICIT AND EXPLICIT METHODS IN IMPROVEMENT OF DECISION MAKING SKILL

A. Lola, G. Tzetzis, E. Zetou, E. Votsis

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

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει την αποτελεσματικότητα τριών διαφορετικών μεθόδων εξάσκησης στη βελτίωση της ικανότητας λήψης απόφασης στην πετοσφαίριση. Οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν τυχαία σε τέσσερις ισάριθμες ομάδες. Οι πειραματικές ομάδες ακολούθησαν εξάσκηση σε προσομοιωμένες εργαστηριακές συνθήκες παρακολουθώντας βίντεο από φάσεις αγώνων βόλεϊ, καθώς και εξάσκηση πεδίου με δεξιότητες βόλεϊ. Η πρώτη ομάδα ακολούθησε την έκδηλη μέθοδο εξάσκησης. Η δεύτερη ομάδα ακολούθησε την άδηλη μέθοδο εξάσκησης, μέσω της χρήσης ταυτόχρονου δευτερεύοντος ερεθίσματος (εκφώνηση του προηγούμενου γράμματος από αυτό που ακούγεται με τυχαία σειρά). Η τρίτη ομάδα ακολούθησε τη συνδυασμένη μέθοδο εξάσκησης (άδηλη στο πρώτο μισό και έκδηλη στη συνέχεια) και τέλος η ομάδα ελέγχου αποτελούσε την τέταρτη ομάδα. Το δείγμα αποτέλεσαν 48 αθλήτριες του βόλεϊ, ηλικίας 12-13 ετών, με μικρή προπονητική εμπειρία. Οι 4 ομάδες εξετάστηκαν στην αντιληπτικοκινητική ικανότητα της λήψης απόφασης, σε 3 μετρήσεις (αρχική, τελική και διατήρησης), σε ειδικά διαμορφωμένα εργαστηριακά τεστ. Αξιολογήθηκαν ο χρόνος αντίδρασης και η ορθότητα απάντησης. Από την ανάλυση διακύμανσης (4 ομάδες x 3 μετρήσεις) με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις στον παράγοντα μέτρησης, βρέθηκε ότι όλες οι ομάδες βελτιώθηκαν στη διάρκεια του χρόνου, εκτός από την ομάδα ελέγχου. Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των περιόδων μέτρησης ( $F(3) = 147, p < 0.05$ ) και των μεθόδων εξάσκησης ( $F(3) = 11,04, p < 0.05$ ). Από την Sheffe post hoc ανάλυση βρέθηκε ότι η συνδυασμένη μέθοδος εξάσκησης βρέθηκε ότι ήταν πιο αποτελεσματική κατά το τεστ διατήρησης, πιθανότατα επειδή συγκεντρώνει τα πλεονεκτήματα και των άδηλων και των έκδηλων μεθόδων. Η ομάδα που ακολούθησε την άδηλη εξάσκηση ήταν καλύτερη από την έκδηλη. Φάνηκε ότι οι αντιληπτικές ικανότητες και συγκεκριμένα η ικανότητα λήψης απόφασης μπορεί να βελτιωθεί με άδηλες ή έκδηλες μορφές εξάσκησης. Η συνδυαστική μέθοδος άδηλης – έκδηλης καθώς και η άδηλη εξάσκηση φάνηκε καλύτερη από την έκδηλη. Τα αποτελέσματα διαφοροποιούν την αντίληψη της παραδοσιακής εξάσκησης στο γήπεδο και προτείνουν νέες μεθόδους εξάσκησης των αντιληπτικών ικανοτήτων.

**Λέξεις κλειδιά:** Άδηλη εξάσκηση, Έκδηλη εξάσκηση, Λήψη απόφασης

3645

#### Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΜΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΑΔΗΛΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΝ ΜΕΘΟΔΩΝ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΑΓΧΟΥΣ

Λόλα Α., Τζέτζης Γ., Ζέτου Ε., Χατζητάκη Β., Γρούσιος Γ.

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

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

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

\* 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 DECISION MAKING THROUGH IMPLICIT AND EXPLICIT EXERCISE METHODS UNDER STRESS CONDITIONS

A.Lola, G. Tzetis, E.Zetou, V. Chatzitaki, G. Grouios  
Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.  
Democritus University of Trace, D.P.E.S.S

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η αξιολόγηση της επίδρασης των έκδηλων και άδηλων μεθόδων εξάσκησης για την ανάπτυξη της ικανότητας λήψης απόφασης, υπό συνθήκες άγχους. Για το σκοπό της έρευνας οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν τυχαία σε τέσσερις ισάριθμες ομάδες. Οι πειραματικές ομάδες ακολούθησαν εξάσκηση σε προσομοιωμένες εργαστηριακές συνθήκες παρακολουθώντας βίντεο από φάσεις αγώνων βόλεϊ, καθώς και εξάσκηση πεδίου με δεξιότητες βόλεϊ. Η πρώτη ομάδα ακολούθησε την έκδηλη μέθοδο εξάσκησης. Η δεύτερη ομάδα ακολούθησε την άδηλη μέθοδο εξάσκησης, μέσω της χρήσης ταυτόχρονου δευτερεύοντος ερεθίσματος. Η τρίτη ομάδα ακολούθησε τη συνδυασμένη μέθοδο εξάσκησης (άδηλη και έκδηλη) και τέλος η ομάδα ελέγχου αποτελούσε την τέταρτη ομάδα. Για το σκοπό της έρευνας δημιουργήθηκαν συνθήκες άγχους. Συγκεκριμένα οι 48 συμμετέχουσες πληροφορήθηκαν σκόπιμα πριν την έναρξη του τεστ ότι κατά τη διάρκεια της μέτρησης θα παρακολουθούσε την απόδοσή τους κάποιος υπεύθυνος από την ομοσπονδία βόλεϊ, προκειμένου να επιλέξει αθλήτριες με ταλέντο για να πλαισιώσουν την εθνική ομάδα. Επιπλέον πληροφορήθηκαν ότι τα σκορ της απόδοσης θα δημοσιευθούν. Οι συμμετέχουσες επίσης συμπλήρωσαν ένα ειδικά σχεδιασμένο ερωτηματολόγιο (CSAI-2 : Martens, Burton, Vealey, Bump, & Smith, 1990), πριν την έναρξη του τεστ, ώστε να επιβεβαιωθεί ότι βρισκόταν όντως υπό συνθήκες άγχους. Οι ομάδες εξετάστηκαν στην αντιληπτικοκινητική ικανότητα της λήψης απόφασης στο βόλεϊ, σε 3 μετρήσεις, σε εργαστηριακά τεστ. Αξιολογήθηκαν ο χρόνος αντίδρασης και η ορθότητα απάντησης. Χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης (4 ομάδες x 3 μετρήσεις) με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις στον παράγοντα μέτρηση, για να βρεθούν οι διαφορές μεταξύ των ομάδων. Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των περιόδων μέτρησης ( $F(3) = 147, p < 0.05$ ) και των μεθόδων εξάσκησης ( $F(3) = 11,04, p < 0.05$ ). Η συνδυασμένη μέθοδος εξάσκησης βρέθηκε ότι ήταν η πιο αποτελεσματική μέθοδος υπό συνθήκες άγχους. Βρέθηκε επίσης ότι η συνδυασμένη και η άδηλη μέθοδος, ήταν πιο αποτελεσματικές από την έκδηλη μέθοδο υπό συνθήκες άγχους, πιθανότατα επειδή η απόκτηση γνώσεων με την άδηλη μέθοδο δεν επηρεάζεται από το άγχος που αναπτύσσει ο αθλητής. Η λήψη απόφασης υπό συνθήκες άγχους είναι συχνό φαινόμενο στον αθλητισμό και μπορεί να καθορίσει σημαντικά την απόδοση. Φαίνεται ότι η χρήση των άδηλων μορφών εξάσκησης μπορεί να βοηθήσει στην βελτίωση της απόδοσης των αντιληπτικών ικανοτήτων και συγκεκριμένα της λήψης απόφασης και να επιταχύνει την ανάπτυξη της αντιληπτικής εμπειρογνωμοσύνης για τους αρχάριους αθλητές.

**Λέξεις κλειδιά:** Άδηλη εξάσκηση, Λήψη απόφασης, Stress

4027

## Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ ΣΤΗΝ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΚΑΙ ΣΕ ΜΕΤΑΓΝΩΣΤΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΣΥΝΔΕΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗΝ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΦΟΒΟ ΠΤΩΣΗΣ

Σοφιανίδης Γ., Χατζητάκη Β., Δούκα Σ., Γρούιος Γ.  
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.  
[giosof01@gmail.com](mailto:giosof01@gmail.com)

## EFFECT OF A 10-WEEK TRADITIONAL DANCE PROGRAM ON STATIC AND DYNAMIC BALANCE CONTROL IN ELDERLY ADULTS

G. Sofianidis, V. Chatzitaki, S. Douka, G. Grouios  
Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.

Οι πτώσεις και τα ατυχήματα που συμβαίνουν σε ηλικιωμένα άτομα λόγω της απώλειας της ισορροπίας αποτελούν ένα σοβαρό, παγκόσμιο, κοινωνικο-οικονομικό πρόβλημα που διαρκώς διογκώνεται (Tinetti, 2003). Όλο και συχνότερα, νέες εναλλακτικές μέθοδοι προπόνησης, χρησιμοποιούνται με σκοπό την βελτίωση της ισορροπίας και την μείωση του κινδύνου των πτώσεων σε ηλικιωμένα άτομα. Ένας νέος και εναλλακτικός τρόπος εξάσκησης για την βελτίωση της ισορροπίας μπορεί να είναι και ο χορός (Federici, 2005). Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει την επίδραση ενός προγράμματος διδασκαλίας ελληνικών παραδοσιακών χορών διάρκειας 10 εβδομάδων σε κινητικούς και μεταγνωστικούς παράγοντες που σχετίζονται με την ισορροπία ηλικιωμένων ατόμων. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν 14 ηλικιωμένοι-ες (Ομάδα Παραδοσιακού Χορού, ΟΠΧ, μ.ο ηλικίας: 68,93 ετών, 1 άνδρες, 13 γυναίκες) οι οποίοι δεν είχαν προηγούμενη εμπειρία με τον παραδοσιακό χορό. Παράλληλα, άλλοι 12 ηλικιωμένοι-ες (μ.ο ηλικίας : 71,25 ετών, 5 άνδρες, 7 γυναίκες) αποτέλεσαν την Ομάδα Ελέγχου (ΟΕ), η οποία συμμετείχε στην αρχική και τελική αξιολόγηση της ισορροπίας χωρίς να συμμετάσχει στο πρόγραμμα διδασκαλίας Παραδοσιακών Χορών (ΠΧ). Το πρόγραμμα εκμάθησης ΠΧ διήρκεσε δέκα εβδομάδες. Η ΟΠΧ πραγματοποίησε συνολικά 20 συνεδρίες (2 φορές/εβδομάδα). Κάθε συνεδρία διήρκεσε 60 λεπτά και περιλάμβανε εκμάθηση και εξάσκηση με ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς, απ' όλη την Ελλάδα. Για την αξιολόγηση των μεταγνωστικών παραμέτρων που σχετίζονται με την ισορροπία

\* 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.

χρησιμοποιήθηκε α) η κλίμακα αξιολόγησης της εμπιστοσύνης στην ικανότητα ισορροπίας (ABC) και β) η κλίμακα αξιολόγησης φόβου πτώσης SAFE. Αντίστοιχα για την αξιολόγηση της στατικής ισορροπίας οι συμμετέχοντες εκτέλεσαν α) τη στάση Tandem-Romberg (15δευτ) και τη στάση πελαργός (στήριξη στο ένα πόδι) (10δευτ), ενώ για τη δυναμική ισορροπία η αξιολόγηση έγινε με τις δοκιμασίες των επαναλαμβανόμενων ταλαντώσεων κορμού στο α) Προσθι/Οπίσθιο (ΠΟ) (20δευτ) και β) στο μετωπιαίο επίπεδο (20δευτ). Για την αξιολόγηση της στατικής και δυναμικής ισορροπίας, καταγράφηκε το εύρος ταλάντωσης του κορμού (Flock of Birds, Ascension, U.S.A, 100 Hz) και η μετατόπιση του Κέντρου Πίεσης (ΚΠ) (Bertec, U.S.A, 100 Hz) στο προσθιοπίσθιο (x) και μετωπιαίο επίπεδο (y). Ως αποτέλεσμα της εφαρμογής του προγράμματος εκμάθησης ΠΧ, για τη στατική ισορροπία μειώθηκε το εύρος ταλάντωσης το εύρος ταλάντωσης του κορμού και η μετατόπιση του Κ.Π. στο x και το y επίπεδο κατά τη στήριξη στο ένα πόδι. Αντίστοιχα για τη δυναμική ισορροπία, κατά την εκτέλεση των δοκιμασιών των δυναμικών ταλαντώσεων και στα δύο επίπεδα (προσθιοπίσθιο και μετωπιαίο), μετά την εφαρμογή του προγράμματος βρέθηκε: α) αύξηση του εύρους ταλάντωσης του κορμού στην κυρίαρχη διεύθυνση κίνησης, β) αύξηση του εύρους της οπίσθιας κλίσης του κορμού, γ) αύξηση του εύρους της μετατόπισης του ΚΠ στο δευτερεύον επίπεδο κίνησης (γ για τη μπρος/πίσω ταλάντωση, x για τη δεξιά / αριστερά ταλάντωση), οδηγώντας σε πιο συμμετρική (ως προς το x και y) διασπορά του Κ.Π κατά την εκτέλεση των δυναμικών ταλαντώσεων, δ) αύξηση της σύζευξης μεταξύ κάτω άκρου – λεκάνης.

**Λέξεις κλειδιά:** ισορροπία, παραδοσιακός χορός, προπόνηση

4854

#### **Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΡΙΩΝ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΜΙΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑΣ**

**Τσεβαϊρίδου Α., Βασιλειάδης Α., Σεχίδης Ι.**

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

**[lefki.tsevairidou@gmail.com](mailto:lefki.tsevairidou@gmail.com)**

#### **THE EFFECT OF THREE DIFFERENT TRAINNING TECHNIQUES IN THE IMPROVEMENT OF THE PERFORMANCE OF A SWIMMING SKILL**

**L. Tsevairidou, A. Vasiliadis, I. Sexidis**

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

Η εργασία αυτή διερεύνησε τις επιδράσεις τριών διαφορετικών τεχνικών εξάσκησης στη βελτίωση της απόδοσης μιας κολυμβητικής δεξιότητας (εκκίνηση στο ελεύθερο). Στην εργασία έλαβαν μέρος 60 αρχάριοι κολυμβητές ηλικίας 7 έως 9 ετών. Μετά από διδασκαλία μιας ώρας συγκεκριμένων κολυμβητικών δεξιοτήτων, οι κολυμβητές αξιολογήθηκαν με βάση τη δεξιότητά τους στη φυσική εκτέλεση των διδαχθέντων κολυμβητικών δεξιοτήτων και στη συνέχεια τοποθετήθηκαν τυχαία σε τέσσερις ομάδες των 15 ατόμων: φυσικής εξάσκησης, νοητικής εξάσκησης, φυσικής και νοητικής εξάσκησης και ελέγχου (μη εξάσκησης). Μετά από 5 ημέρες εξάσκησης, μιας ώρας την ημέρα, οι τέσσερις ομάδες επαναξιολογήθηκαν στη φυσική εκτέλεση των διδαχθέντων κολυμβητικών δεξιοτήτων. Η ανάλυση διακύμανσης με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις και δύο παράγοντες (αρχική-τελική μέτρηση και ομάδες) και εξαρτημένη μεταβλητή την κολυμβητική δεξιότητα, κατέδειξε ότι οι τρεις τεχνικές εξάσκησης επέδρασαν σημαντικά στη βελτίωση της απόδοσης της κολυμβητικής δεξιότητας, με πρώτη στο βαθμό επίδρασης την ομάδα της φυσικής και νοητικής εξάσκησης, δεύτερη την ομάδα της φυσικής εξάσκησης και τρίτη την ομάδα της νοητικής εξάσκησης. Η μη εξάσκηση δεν είχε σημαντική επίδραση στη βελτίωση της απόδοσης της κολυμβητικής δεξιότητας. Τα αποτελέσματα ερμηνεύονται με βάση τις σύγχρονες αντιλήψεις για την επίδραση της φυσικής και νοητικής εξάσκησης στη βελτίωση της απόδοσης των κινητικών δεξιοτήτων.

**Λέξεις κλειδιά:** μάθηση, νοητική εξάσκηση, φυσική εξάσκηση

5168

#### **ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕ ΧΑΜΗΛΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ**

**Σπανάκη Ειρ., Σκορδίλης, Ε., Μπαλόπουλος, Π.,**

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

**[arismavro@windowslive.com](mailto:arismavro@windowslive.com)**

#### **THE EFFECT OF A PSYCHOMOTOR PROGRAM ON CHILDREN WITH LOW MOTOR PROFICIENCY**

**I. Spanaki, E. Skordilis, P. Baltopoulos**

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

Η έρευνα σχεδιάστηκε για να εξετάσει την επίδραση παρεμβατικού προγράμματος ψυχοκινητικής αγωγής στις αδρές, αδρές- λεπτές και λεπτές κινητικές δεξιότητες μαθητών/ τριών πρώτης σχολικής ηλικίας, με χαμηλή κινητική απόδοση. Συμμετείχαν 148 μαθητές (71 αγόρια και 77 κορίτσια), ηλικίας 7 έως 9 χρόνων. Οι συμμετέχοντες ανήκαν και στις τρεις κατηγορίες κινητικής απόδοσης (υψηλή, μέτρια ή χαμηλή), σύμφωνα με

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

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

τις επιδόσεις τους στο BOTMP-SF (Bruininks, 1978). Συγκεκριμένα, η κινητική απόδοση των μαθητών/τριών χωρίστηκε σε τρία μέρη σύμφωνα με το κριτήριο των Wilson, Kaplan, Crawford και Dewey (2000): α) -1 TA και κάτω από τον ΜΟ αναφέρεται σε μαθητές/τριες με χαμηλή κινητική απόδοση, β) -1 TA έως +1 TA γύρω από τον ΜΟ αναφέρεται σε μαθητές/τριες με μέτρια κινητική απόδοση και γ) +1 TA και πάνω από τον ΜΟ αναφέρεται σε μαθητές/τριες με υψηλή κινητική απόδοση. Η ομάδα των παιδιών με χαμηλή κινητική απόδοση (24 μαθητές/τριες) χωρίστηκε σε πειραματική και ομάδα ελέγχου και ακολούθησε το παρεμβατικό πρόγραμμα ψυχοκινητικής αγωγής διάρκειας οκτώ εβδομάδων. Η ANCOVA που εξέτασε την εφαρμογή του παρεμβατικού προγράμματος στη συνολική βαθμολογία ξεπέρασε το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ( $F = 159.696$ ,  $p = .000$ ,  $\eta^2 = .524$ ). Η επαναξιολόγηση των μαθητών/τριών έδωσε σημαντικά πολυμεταβλητικά αποτελέσματα ( $2 \times 2$  MANOVA) για τις αδρές, αδρές-λεπτές και λεπτές κινητικές δεξιότητες τους (Παρέμβαση Χ Χρόνος). Στη συνέχεια, οι μονομεταβλητικές (ANOVA) post hoc αναλύσεις έδωσαν σημαντική αλληλεπίδραση για κάθε μία από τις δεξιότητες της στατικής και δυναμικής ισορροπίας, της ρίψης και σύλληψης και του σχεδιασμού κουκίδων. Συμπερασματικά, η Φ.Α. πρέπει να αποτελεί μέρος της όλης εκπαιδευτικής διαδικασίας και να λαμβάνει υπόψη της στο σχεδιασμό της, την εφαρμογή των προγραμμάτων σπουδών που συνδέονται με τον καθορισμό εξατομικευμένων στόχων ανάλογων με τις ανάγκες και τις ικανότητες ή ιδιαιτερότητες των μαθητών τους. Συνολικά, οι μαθητές/τριες που φοιτούσαν στις πρώτες τάξεις του δημοτικού σχολείου και εμφάνιζαν χαμηλή κινητική απόδοση, φάνηκε να ευεργετούνται από την εφαρμογή εξατομικευμένου προγράμματος ψυχοκινητικής αγωγής και να βελτιώνονται συνολικά, στις αδρές, αδρές-λεπτές και λεπτές κινητικές τους δεξιότητες.

**Λέξεις κλειδιά:** ψυχοκινητική αγωγή, παρεμβατικό πρόγραμμα, χαμηλή κινητική απόδοση

## Αναρτημένες - Poster

3871

### ΠΡΟΤΥΠΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ ΠΟΥ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΖΟΥΝ ΤΗ ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Σπυριδής Ε., Μερτζανίδου Ο., Τσαμουρτζής Ε., Αγγελούσης Ν.

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

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

### THE MODELS AND THE VARIABLES THAT DEFINE RHYTHMIC GYMNASTICS

E. Spyridis, O. Mertzanidou, E. Tsamourtzis, N. Aggeloussis

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν είναι η εξαγωγή προτύπων και ο καθορισμός των μεταβλητών που χαρακτηρίζουν την κάθε κατηγορία στη Ρυθμική Γυμναστική (Ρ. Γ). Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 124 κορίτσια, ηλικίας 9-15 ετών, τα οποία διαχωρίστηκαν σε δύο ομάδες (62 αθλήτριες υψηλού επιπέδου και 62 μη αθλήτριες) και τρεις ηλικιακές κατηγορίες-επίπεδα (Παγκορασίδες, Κορασίδες, Νεάνιδες-Γυναίκες). Με βάση την κατάταξη που προήλθε από τις απαντήσεις των ειδικών - επιλέχθηκαν σαν πιο σημαντικές ικανότητες και αξιολογήθηκαν οι εξής κινητικές και αντιληπτικές ικανότητες: κιναισθηση, συντονισμός σώματος, κινητικός ρυθμός, συντονισμών μελών, διαρκής προσοχή, χρόνος αντίδρασης με επιλογή, απλός χρόνος αντίδρασης, οπτικοκινητικός συντονισμός, ικανότητα σύμπτωσης, δυναμική ισορροπία, αντίληψη βάθους, στατική ισορροπία. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση κύριων συνιστωσών σε ένα πίνακα 62 γραμμών και 22 στηλών και εφαρμόστηκαν προγράμματα ομαδοποίησης από τα οποία προέκυψαν τρεις κλάσεις. Φάνηκε ότι η μεγαλύτερη κατηγορία στη Ρ. Γ., χαρακτηρίζεται από έντονη παρουσία κινητικών ικανοτήτων και απουσία αντιληπτικών. Η διαφοροποίηση των αθλητριών σε κάθε αναπτυξιακό στάδιο αποδίδεται στη συμμετοχή των βασικών ικανοτήτων στις διαφορετικές δεξιότητες, ενώ η υπεροχή των αθλητριών αποδίδεται τόσο στην διαφορετική ανάπτυξη των ικανοτήτων τους, όσο και στην εμπειρία για τις ειδικές καταστάσεις του αθλήματος που αποκτάται με την εξάσκηση.

**Λέξεις κλειδιά:** αντιληπτικές ικανότητες, κινητικές ικανότητες, Ρυθμική Γυμναστική

4030

### Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΔΙΟΔΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΤΗΝ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΤΩΝ ΧΟΡΕΥΤΩΝ

Τσανάκα Α.

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

[atsanaka@phed.auth.gr](mailto:atsanaka@phed.auth.gr)

### THE CONTRIBUTION OF VISION AND PROPRIOCEPTION IN THE EQUILIBRIUM OF DANCERS

A. Tsanaka

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

Η ισορροπία είναι καθοριστικό στοιχείο της φυσικής κατάστασης του χορευτή αφού αυτός αναγκάζεται να την ελέγχει σε όλη τη διάρκεια ενός χοροδράματος το οποίο μπορεί να διαρκέσει μέχρι και δύο ώρες. Σκοπός της εργασίας είναι α) να γίνει ανασκόπηση σχετικών άρθρων που αφορούν τον ρόλο της όρασης και της ιδιοδεκτικότητας στην ισορροπία των χορευτών, β) να εκτιμηθούν οι αισθητικές εισφορές, καθώς και ο ρόλος της εμπειρίας στον έλεγχο της ισορροπίας και γ) να γίνουν προτάσεις για μελλοντικές έρευνες. Διάφορες ηλεκτρονικές βάσεις επιστημονικών περιοδικών χρησιμοποιήθηκαν για την ανεύρεση των σχετικών άρθρων προκειμένου να αναλυθούν και να συσχετιστούν. Τέλος, χρησιμοποιήθηκαν σχετικές βιβλιογραφίες. Τα αποτελέσματα των ερευνών έδειξαν ότι η όραση παίζει σπουδαίο ρόλο στη διατήρηση της ισορροπίας των χορευτών εφόσον σε όλες τις έρευνες που διεξήχθησαν, ο έλεγχος της σταθερότητας μειώνονταν στις δοκιμασίες όπου η όραση αποκλείονταν. Επίσης, η όραση παίζει σημαντικό ρόλο για τον έλεγχο της δυναμικής ισορροπίας και στους έμπειρους χορευτές. (Golomer et al., 1999). Παρόλαυτα, φαίνεται οι χορευτές να είναι λιγότερο εξαρτώμενοι από την όραση για τη διατήρηση της ισορροπίας σε σχέση με τους απροπόνητους (Golomer et al., 1999). Οπότε, ο μηχανισμός της ιδιοδεκτικότητας ενισχύεται με την εξάσκηση στο χορό καθώς παρατήρησαν, επίσης, ότι όσο μικρότερη οπτική εξάρτηση παρουσιάζουν οι χορευτές τόσο μεγαλύτερη σταθερότητα έχουν στη δυναμική ισορροπία. Ακόμη, διάφορες εργασίες έδειξαν ότι οι χορευτές παρουσίασαν τη μεγαλύτερη αστάθεια στις δοκιμασίες που αποκλείονταν οι ιδιοδεκτικές πληροφορίες σε σχέση με τις δοκιμασίες που αποκλείονταν οι οπτικές. Επίσης, ερευνήθηκε η συμμετοχή της ιδιοδεκτικότητας του αυχένα στην υποκειμενική αντίληψη της καθετότητας και βρέθηκε ότι οι χορεύτριες αντιλαμβάνονταν την καθετότητα σε όλες τις θέσεις του κεφαλιού σχεδόν το ίδιο σε αντίθεση με τις απροπόνητες. Συμπεραίνουμε, λοιπόν, ότι η όραση και η ιδιοδεκτικότητα παίζουν σημαντικό ρόλο στην ισορροπία των χορευτών, καθώς οι χορευτές χρησιμοποιούν και τις οπτικές και τις ιδιοδεκτικές πληροφορίες για τον έλεγχο της ισορροπίας. Επίσης, η εξάσκηση ενισχύει την χρησιμοποίηση των ιδιοδεκτικών πληροφοριών καθώς, επίσης, επηρεάζει την ιδιοδεκτικότητα του αυχένα. Παρόλαυτά, δεν υπάρχουν άρθρα που να μελετούν το ρόλο του αισθουσαίου

\* 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.

συστήματος στον έλεγχο της ισορροπίας καθώς και κατά πόσο η εξάσκηση επηρεάζει αυτό το σύστημα. Ακόμη, δεν βρέθηκαν άρθρα τα οποία να μελετούν τις διαφορές που πιθανόν να υπάρχουν στο κυρίαρχο αισθητηριακό σύστημα μεταξύ των χορευτών διαφορετικών ειδών χορού. Τέλος, δεν έχουν γίνει μελέτες που να εκτιμώνται οι αισθητικές εισφορές κατά την εκτέλεση χορευτικών δεξιοτήτων.

**Λέξεις κλειδιά:** όραση, ιδιοδεκτικότητα, ισορροπία

5415

**ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ**

**Καράκη Δ., Καράκη Α.**

**Φυσικοθεραπευτές**

**[faye\\_dimi@hotmail.com](mailto:faye_dimi@hotmail.com)**

**DEVELOPMENTAL COORDINATION DISORDER**

**D. Karaki, A. Karaki**

**Physiotherapists**

Κατά την τελευταία δεκαετία όλο και συχνότερα οι θεραπευτές καλούνται να αντιμετωπίσουν παιδιά με ήπια κινητικά προβλήματα τα οποία παρεμβαίνουν και παρεμποδίζουν την επαρκή συμμετοχή τους στις σχολικές κυρίως δραστηριότητες. Στην πλειοψηφία των παιδιών αυτών εντοπίζονται πολυποικίλα προβλήματα που βεβαιώνουν τη διάγνωση της Αναπτυξιακής Διαταραχής του Συντονισμού (DCD). Σκοπός αυτής της ανασκόπησης είναι να διερευνηθούν τα αίτια και τα συμπτώματα της πάθησης αυτής καθώς και οι αποτελεσματικότερες θεραπευτικές παρεμβάσεις μέσα από τη μελέτη της σχετικής με το θέμα αγγλικής βιβλιογραφίας. Για την αναζήτησή της διερευνήθηκαν ηλεκτρονικά 9 βάσεις δεδομένων. Η DCD παρουσιάζεται συχνά σε παιδιά ηλικίας μεταξύ 6 και 12 ετών. Στις περισσότερες επιδημιολογικές μελέτες η συχνότητα εμφάνισής της στα παιδιά σχολικής ηλικίας κυμαίνεται μεταξύ 5% και 8% με αναλογία αγοριών: κοριτσιών 2:1. Η αιτιολογία παραμένει άγνωστη και η πάθηση παρουσιάζει μεγάλη ετερογένεια συμπτωμάτων. Για να τεθεί η διάγνωση θα πρέπει η κινητική διαταραχή να επηρεάζει τις θεωρητικές επιδόσεις του παιδιού καθώς και τις καθημερινές του δραστηριότητες. Ένα σημείο μέγιστης σημασίας στην διάγνωση είναι ο δείκτης νοημοσύνης του παιδιού που θα πρέπει να είναι πάνω από 70. Τα κύρια συμπτώματα που παρατηρούνται είναι τα κινητικά προβλήματα όπως είναι οι ανώριμες αδρές και λεπτές κινήσεις που συχνά επηρεάζουν και την ισορροπία του παιδιού, τα προβλήματα ομιλίας, η δυσκολία ελέγχου των κινήσεων των οφθαλμών που συνήθως επηρεάζουν το συντονισμό ματιού-χεριού, η φτωχή ποιότητα σύλληπτική ικανότητα και η δυσκολία της ερμηνείας των πληροφοριών που εκπορεύονται από το περιβάλλον. Παρά τη φυσιολογική νοημοσύνη που παρουσιάζουν αυτά τα παιδιά, η δυσκολία στο σχεδιασμό και την οργάνωση των σκέψεων είναι εμφανής. Συγκεκριμένες μαθησιακές δυσκολίες όπως προβλήματα στη γραφή, την ανάγνωση και το συλλαβισμό είναι επίσης παρούσες. Τέλος παρατηρούνται σημαντικά προβλήματα προσωπικότητας και συμπεριφοράς. Η αξιολόγηση των συμπτωμάτων απαιτεί έγκυρη και αξιόπιστη αποτίμηση των ικανοτήτων του παιδιού μετρούμενες από τυποποιημένες κλίμακες εκτίμησης που λαμβάνουν υπόψη όχι μόνο την ποιοτική παρουσία των διαφόρων δεξιοτήτων αλλά και την πιθανή επίδραση παραγόντων που σχετίζονται με το περιβάλλον στο οποίο το παιδί λειτουργεί. Συμπερασματικά η βιβλιογραφία γύρω από τη DCD είναι πλούσια, με συνεχώς αυξανόμενο αριθμό αναφορών κατά την τελευταία δεκαετία. Οι βιβλιογραφικές αναφορές που μελετήθηκαν παρέχουν πολύ σημαντικά στοιχεία τόσο για τα χαρακτηριστικά της "Αναπτυξιακής Διαταραχής του Συντονισμού" όσον και για την αντιμετώπισή τους. Το κύριο ενδιαφέρον των ερευνητών φαίνεται να επικεντρώνεται α) στον εντοπισμό και τη μελέτη των αιτιών που την προκαλούν και β) στην επιλογή των καταλληλότερων θεραπευτικών προγραμμάτων αντιμετώπισης των παιδιών αυτών.

**Λέξεις κλειδιά:** Developmental Coordination Disorder, Clumsy Child Syndrome, Minimal Cerebral Dysfunction

5432

**ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΗ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΩΡΩΝ ΝΕΟΓΝΩΝ**

**Καράκη Α., Καράκη Δ.**

**Φυσιοθεραπευτές**

**[gar\\_dimi@hotmail.com](mailto:gar_dimi@hotmail.com)**

**NEUROLOGICAL AND MOTOR ASSESSMENT OF THE PRETERM INFANTS**

**A. Karaki, D. Karaki**

**Physiotherapists**

Εκατοντάδες νεογνά γεννιούνται καθημερινά αντιμετωπίζοντας το κίνδυνο της προωρότητας. Στόχος αυτής της ανασκόπησης είναι η αξιολόγηση των πρόωρων νεογνών τα οποία γεννήθηκαν με χαμηλό ή πολύ χαμηλό βάρος και με μικρή ενδομήτρια ηλικία. Η αναζήτηση της βιβλιογραφίας πραγματοποιήθηκε μέσω της ηλεκτρονικής βάσης Pubmed.com και τα άρθρα που μελετήθηκαν ήταν μόνο στην αγγλική γλώσσα. Η αξιολόγηση

\* 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.

πραγματοποιείται με δύο διαφορετικούς τρόπους. Ο πρώτος τρόπος αναφέρεται στις κλίμακες μέτρησης περιγράφοντας τις ακούσιες και εκούσιες κινήσεις, τα πρώιμα αντανάκλαστικά, τις κινητικές δεξιότητες, το μυϊκό τόνο, τον προσανατολισμό, την απάντηση στον οπτικό και ακουστικό ερεθισμό και την αντιληπτική ικανότητα των πρόωρων νεογνών μέχρι και τη στιγμή της βάδισης. Οι κλίμακες αυτές είναι η Dubowitz Neurological Assessment, η Einstein Neonatal Neurobehavioral Assessment Scale (ENNAS), η Neurobehavioral Assessment of the Preterm Infant (NAPI), η Alberta Infant Motor Scale (AIMS), η Test of Infant Motor Performance (TIMP) και η Amiel-Tison Neurological Assessment. Ο δεύτερος τρόπος είναι η κλασσική θεραπευτική αξιολόγηση κατά την πρηνή, ύπτια, καθιστή και όρθια θέση και περιγράφει τον έλεγχο της στάσης, τη λειτουργία των χεριών, τη συμμετρία, το παθητικό μυϊκό τόνο στα άκρα και στον κορμό, τις νεογνικές αντιδράσεις και την ποιότητα των ακούσιων κινήσεων. Η αξιολόγηση και με τους δύο παραπάνω τρόπους προσφέρει αντικειμενική και ποιοτική πληροφόρηση για τη λειτουργική ακεραιότητα του ανώριμου νευρικού συστήματος κατά τη στιγμή της αξιολόγησης και είναι ικανή να καθορίσει ποια νεογνά ανήκουν στην κατηγορία υψηλού κινδύνου. Συμπερασματικά τα αποτελέσματα της αξιολόγησης καθορίζουν το σχεδιασμό εξατομικευμένου πλάνου θεραπείας των νεογνών που ανήκουν στις κατηγορίες χαμηλού ή υψηλού κινδύνου για την αποκατάσταση των προβλημάτων της προωρότητας.

**Λέξεις κλειδιά:** Neonatal neurological assessment, Motor assessment preterm infant, Neurobehavioral evaluation

5589

**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΤΟΧΕΥΜΕΝΗΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗ ΜΑΘΗΣΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ**  
Κόλτσης Χ. , Ζέτου Ε., Κουρτέσης Θ., Κιουμουρτζόγλου Ε.

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

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

**THE INFLUENCE OF DELIBERATE PRACTICE IN VOLLEYBALL SKILL LEARNING**

Ch. Koltsis , E. Zetou, Th. Kourtessis, E. Kioumourtzoglou

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να ελέγξει την επίδραση της μεθόδου της στοχευμένης εξάσκησης (λεπτομερής εξάσκηση με έμφαση στη γνώση και στη λήψη απόφασης, συγκεκριμένα σημεία που πρέπει να γνωρίζουν και να προσέχουν οι αθλητές) στη μάθηση τεχνικών και γνωστικών δεξιοτήτων της Πετοσφαίρισης. Στην έρευνα συμμετείχαν 57 αθλήτριες τη Πετοσφαίρισης, ηλικίας 13-16 ετών (ΜΟ=13,46, ΤΑ=,50) και προπονητικής ηλικίας τριών ετών. Οι ομάδες των αθλητριών επιλέχτηκαν τυχαία και η μια ομάδα αποτέλεσε την πειραματική (N= 28) και η άλλη την ομάδα ελέγχου (N=29). Κατά τη διάρκεια της παρέμβασης που διήρκεσε 12 εβδομάδες, με συχνότητα τριών προπονητικών μονάδων την εβδομάδα, οι αθλήτριες διδάχθηκαν και εξασκήθηκαν σε δεξιότητες της Πετοσφαίρισης, στην πάσα, στη μανσέτα, στο σερβίς από πάνω (τένις περιστρεφόμενο), στο επιθετικό χτύπημα και σε δεξιότητες της τακτικής. Επίσης οι αθλήτριες διδάχθηκαν τους κανονισμούς του αθλήματος. Συνολικά διεξήχθησαν 36 προπονητικές μονάδες, διάρκειας 90 λεπτών η κάθε μια. Η αξιολόγηση της μάθησης των δεξιοτήτων έγινε με γνωστά τεστ, πριν και μετά την παρέμβαση και μια εβδομάδα μετά την τελική μέτρηση χωρίς εξάσκηση. Η γνώση στους κανονισμούς και στην τακτική αξιολογήθηκε με ερωτηματολόγιο γνώσης. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις έδειξαν σημαντική βελτίωση της πειραματικής ομάδας ( $p < .01$ ) στη βελτίωση και τη μάθηση των δεξιοτήτων, αλλά και στη γνώση της τακτικής και των κανονισμών της πετοσφαίρισης. Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η μέθοδος της στοχευμένης εξάσκησης είναι αποτελεσματική στην Πετοσφαίριση και γενικά στις αθλοπαιδιές, διότι με την παραπάνω μέθοδο επιτυγχάνεται γρηγορότερα και αποτελεσματικά η μάθηση των τεχνικών και γνωστικών στοιχείων του αθλητή, υπάρχει βελτίωση των κινήσεων, σε συνδυασμό με την αποτελεσματικότητά τους στο παιχνίδι.

**Λέξεις κλειδιά:** στοχευμένη εξάσκηση,, μάθηση, γνώση, Πετοσφαίριση

5679

**Η ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ, ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ**

Μάγος Σ. , Καμπάς, Α., Αυγερινός Α., Αγγελούσης Ν., Χατζηνικολάου Α.

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

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

**THE STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTOR PROFICIENCY, PHYSICAL ACTIVITY AND BODY MASS INDEX IN PRESCHOOL AGED CHILDREN**

S. Magos , A. Kampas, A. Avgerinos, N. Aggeloussis, A. Hatzinikolaou

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 έρευνας ήταν η διερεύνηση της σχέσης κινητικής απόδοσης (Κ.Α.), φυσικής δραστηριότητας (Φ.Δ.) και δείκτη μάζας σώματος (Β.Μ.Ι.) παιδιών προσχολικής ηλικίας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 50 παιδιά (24 αγόρια και 26 κορίτσια), ηλικίας 5-6 ετών (Μ.Ο.=61.84 μήνες, ΤΑ= 5.60). Η Κ.Α. των παιδιών μετρήθηκε με την ολοκληρωμένη μορφή της δέσμης BOTMP (Bruininks-Oseretsky-Test of Motor Proficiency), (Bruininks 1978), η οποία περιλαμβάνει 46 τεστ ομαδοποιημένα σε οχτώ συστοιχίες. Η Φ.Δ. των παιδιών μετρήθηκε με το βηματόμετρο OMRON Walking style pro HJ-720IT-E, το οποίο κατέγραψε το συνολικό αριθμό βημάτων (Α.Β.) και αερόβιων βημάτων (Α.Α.Β.) στη διάρκεια μιας εβδομάδας (επτά ημερών). Τέλος μετρήθηκε το ύψος και το βάρος με ζυγαριά και αναστημόμετρο SECA προκειμένου να υπολογιστεί η τιμή του Β.Μ.Ι. Για τις ανάγκες της μελέτης οι τιμές του Β.Μ.Ι. μετασχηματίστηκαν σε z-τιμές. Τα παιδιά κατηγοριοποιήθηκαν σύμφωνα με την απόδοση τους στο BOTMP σε τρία επίπεδα (1: χαμηλό, 2: μεσαίο, 3: υψηλό). Από την ανάλυση διακύμανσης για έναν παράγοντα (one-way ANOVA), διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «φύλο» στην ισορροπία ( $F_{1,48} = 4.61, p < .05$ ), το συντονισμό άνω άκρων ( $F_{1,48} = 4.98, p < .05$ ), τις λεπτές κινητικές δεξιότητες ( $F_{1,48} = 7.24, p < .05$ ), τον Α.Β. ( $F_{1,53} = 4.42, p < .05$ ) και τον Α.Α.Β. ( $F_{1,53} = 5.93, p < .05$ ). Επίσης διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση της Κ.Α. στον Α.Α.Β. ( $F_{2,52} = 5.66, p < .001$ ). Ο έλεγχος των διαφορών εντός των κελιών με το τεστ Bonferroni έδειξε ότι η ομάδα των «καλών επιδόσεων» στο BOTMP είχε στατιστικά σημαντικά καλύτερες επιδόσεις από την ομάδα των «κακών επιδόσεων» μόνο στον Α.Α.Β. ( $\Delta MO = 3006, p < .001$ ). Από την ανάλυση συσχέτισης Pearson, παρατηρήθηκε ότι η Κ.Α. όπως εκφράζεται από το συνολικό σκορ στο BOTMP, συσχετίζεται στατιστικά σημαντικά μόνο με τον Α.Α.Β. ( $p < .001$ ), ενώ δε συσχετίζεται με τον Α.Β. ( $p = .18$ ) και τον ΒΜΙ ( $p = .20$ ). Συμπερασματικά ο Α.Α.Β., ως δείκτης της έντασης της Φ.Δ., εμφανίζεται να επηρεάζεται σε σημαντικό βαθμό από την Κ.Α. στην προσχολική ηλικία. Ωστόσο χρειάζεται περισσότερη μελέτη κυρίως προς την κατεύθυνση της σχέσης κινητικής ανάπτυξης με τις υπόλοιπες μεταβλητές, μέσω διαχρονικών προσεγγίσεων. Σύμφωνα μάλιστα με ευρήματα πρόσφατων μελετών, πιθανόν να πρέπει να συνηγορηθούν και άλλα στοιχεία που αφορούν το ιστορικό των παιδιών και των γονέων τους.

**Λέξεις κλειδιά:** BOTMP, βηματόμετρα, αερόβια βήματα

5718

#### Η ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΜΑΒC CHECKLIST ΑΠΟ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΚΙΝΗΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

Γίτσας Κ., Κυπαρίσσης Μ., Ελληνούδης Θ., Κουρτέσης Θ.

ΑΤΕΙ Θεσσαλονίκης, Τμήμα Φυσικοθεραπείας  
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α  
[mkiparis@phyed.duth.gr](mailto:mkiparis@phyed.duth.gr)

#### PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' USE OF THE MABC CHECKLIST TO IDENTIFY CHILDREN WITH MOVEMENT DIFFICULTIES

K. Gitsas, M. Kiparissis, T. Ellinoudis, Th. Kourtessis  
ΑΤΕΙ, Department of Physical Therapy, Thessaloniki  
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Η ακριβής και συστηματική ανίχνευση των μαθητών και μαθητριών με προβλήματα στην κίνηση τα οποία δεν οφείλονται σε νευρολογικές, διανοητικές ή παθολογικές και ανατομικές αιτίες εξαρτάται από την ύπαρξη αποδοτικών οργάνων αξιολόγησης διαθέσιμα για χρήση από τους εκπαιδευτικούς των σχολείων. Ένα από τα πιο δημοφιλή τεστ που χρησιμοποιείται στις έρευνες για τα παιδιά με κινητικά προβλήματα είναι το Movement Assessment Battery for children (MABC, Henderson & Sugden, 1992) το οποίο αποτελείται από δύο μέρη: (1) ένα κινητικό τεστ και (2) το ερωτηματολόγιο Movement Assessment Battery for Children Checklist (MABCC). Στο ερωτηματολόγιο MABCC, οι εκπαιδευτικοί αξιολογούν την κινητική κατάσταση των παιδιών μέσω 48 ερωτήσεων οι οποίες αφορούν την απόδοση σε δραστηριότητες της καθημερινής ζωής των παιδιών ηλικίας 4 ως 12 χρόνων. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να ελεγχθεί ο βαθμός στον οποίο οι καθηγητές φυσικής αγωγής ανταποκρίνονται σωστά στο ερωτηματολόγιο MABCC. Μέσω του ελέγχου της συμφωνίας του με το κινητικό τεστ, διερευνήθηκε η δυνατότητα του ερωτηματολογίου να αναγνωρίζει τα παιδιά με κινητικά προβλήματα. Τριακόσια τριάντα παιδιά από 46 δημοτικά σχολεία της χώρας έλαβαν μέρος στην έρευνα. Το κάθε παιδί αξιολογήθηκε μέσω του ερωτηματολογίου από τον καθηγητή που είχε στο μάθημα της φυσικής αγωγής. Κατόπιν, το κινητικό τεστ MABC εφαρμόστηκε σε όλα τα παιδιά. Από τα αποτελέσματα έγινε φανερό ότι οι καθηγητές φυσικής αγωγής έχουν χαμηλή ικανότητα αναγνώρισης παιδιών με κινητικά προβλήματα αφού αναγνώρισαν μόλις 16 από τα 59 παιδιά (27,1%) με προβλήματα στην κίνηση. Η ειδικότητα (specificity) του ερωτηματολογίου ωστόσο, ήταν επαρκώς υψηλή για τους καθηγητές φυσικής αγωγής φανερώνοντας ότι έχουν την ικανότητα να αναγνωρίζουν τα παιδιά χωρίς κινητικές δυσκολίες. Συμπερασματικά, για τη σωστή ανίχνευση των παιδιών με προβλήματα στην κίνηση, δεν αρκεί η ανίχνευση μέσω του ερωτηματολογίου MABC Checklist. Το κινητικό τεστ MABC χρειάζεται ακολούθως να εφαρμοστεί για να επιβεβαιωθεί η διάγνωση.

**Λέξεις κλειδιά:** Ανίχνευση, καθηγητές φυσικής αγωγής, κινητικές δυσκολίες

\* 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.



6283

**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΜΕΘΟΔΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΣΕ ΑΡΧΑΡΙΑ ΑΤΟΜΑ**

**Βότσης Ε., Τζέτζης Γ., Λόλα Α.**

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

**[evandros@phed.auth.gr](mailto:evandros@phed.auth.gr)**

**THE EFFECT OF DIFFERENT LEARNING METHODS IN DECISION MAKING IMPROVEMENT IN NOVICES**

**E. Votsis, G. Tzetzis, A. Lola**

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

Χαρακτηριστική είναι η υπεροχή που παρουσιάζουν οι ελίτ αθλητές σε σχέση με τους αρχάριους αθλητές ως προς την ικανότητα λήψης απόφασης. Συνεπώς, ένα σημαντικό ερώτημα, είναι ποια μέθοδος μπορεί να οδηγήσει στη γρηγορότερη απόκτηση της ικανότητας λήψης απόφασης, η οποία θεωρείται καθοριστική στην απόδοση σε μεταβαλλόμενα περιβάλλοντα. Σκοπός της έρευνας, ήταν να εξετάσει την επίδραση της έκδηλης και άδηλης διαδικασίας μάθησης, στη βελτίωση της ικανότητας λήψης απόφασης σε αρχάρια άτομα, στο άθλημα της αντιπέρσισης. Το δείγμα αποτέλεσαν 80 φοιτητές του Α.Π.Θ. ηλικίας 18-28 ετών και χωρίστηκαν τυχαία σε 4 ομάδες: α) την έκδηλη ομάδα, ακολουθώντας τη μέθοδο της καθοδηγούμενης ανακάλυψης, β) την άδηλη ομάδα, ακολουθώντας τη μέθοδο της τυχαίας σειράς παρουσίασης γραμμάτων, γ) τη ψευδο-πειραματική ομάδα και δ) την ομάδα ελέγχου. Οι τρεις πρώτες ομάδες ακολούθησαν πρόγραμμα εξάσκησης της ικανότητας λήψης απόφασης διάρκειας 12 προπονητικών μονάδων ενώ η ομάδα ελέγχου συμμετείχε μόνο στις μετρήσεις. Η ικανότητα λήψης απόφασης αξιολογήθηκε με την μέτρηση της ταχύτητας και της ορθότητας των απαντήσεων από έξι πιθανές επιλογές που δίνονταν στο συμμετέχοντα. Πραγματοποιήθηκε αρχική, τελική και μέτρηση διατήρησης. Αξιολογήθηκε επίσης ο αριθμός των κανόνων που μπορούσαν να περιγράψουν (συνειδητά) οι συμμετέχοντες. Τα δεδομένα αναλύθηκαν με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις διακύμανσης two way ANOVA 4 (Group) X 3 (Time) για κάθε εξαρτημένη μεταβλητή. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι ο χρόνος αντίδρασης ( $F(2,77)=0.990$ ,  $p>0.05$ ,  $\eta^2 = .220$ ) δε βελτιώθηκε στατιστικά σημαντικά για καμία ομάδα, ενώ ως προς την ορθότητα της απάντησης ( $F(2,77)=303.3$ ,  $p<0.05$ ,  $\eta^2 = .684$ ) στατιστικά σημαντική βελτίωση παρουσίασε η έκδηλη ομάδα μάθησης σε σχέση με τις υπόλοιπες ομάδες. Η ακρίβεια των απαντήσεων δεν έγινε σε βάρος της ταχύτητας αφού η ανάλυση συσχέτισης των μεταξύ τους επιδόσεων ( $r=0.065$ ,  $p=0.565$ ) δεν έδειξε στατιστικά σημαντική σχέση. Συμπερασματικά, φάνηκε ότι σε συνθήκες υψηλής πολυπλοκότητας, η έκδηλη διαδικασία μάθησης μέσω της καθοδηγούμενης ανακάλυψης βελτίωσε περισσότερο την ορθότητα της απάντησης, της ικανότητας λήψης απόφασης σε σχέση με την άδηλη μορφή μάθησης. Η χρήση των λεκτικών οδηγιών με τη μέθοδο της καθοδηγούμενης ανακάλυψης βοήθησε τους συμμετέχοντες να αναγνωρίζουν τα σημεία κλειδιά της εκάστοτε συνθήκης παιχνιδιού στο άθλημα της αντιπέρσισης και να επιλέγουν σωστά την κατάλληλη απάντηση. Η εξάσκηση της ικανότητας λήψης απόφασης βελτιώνει την ορθότητα της απάντησης γεγονός που είναι σημαντικό σε αθλήματα που εκτελούνται σε μεταβαλλόμενα περιβάλλοντα.

**Λέξεις κλειδιά:** Λήψη απόφασης έκδηλη μάθηση, άδηλη μάθηση