

Προφορικές Ανακοινώσεις

Oral Presentations

Κυριακή 21 Μαΐου 2006
Εργοφυσιολογία
Exercise Physiology

193. Η ΥΠΟΚΕΙΜΕΝΙΚΗ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΤΗΣ ΚΟΠΩΣΗΣ ΩΣ ΜΕΣΟ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Δούδα Ε., Τοκμακίδης Σ., Αυλωνίτη Α., Βόλακλης Κ.

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να μελετήσει αν η υποκειμενική αντίληψη της κόπωσης (RPE) μπορεί να προσδιορίσει την ένταση της προπόνησης σε αθλήτριες Ρυθμικής Γυμναστικής (ΡΓ) κατά τη διάρκεια εκτέλεσης διαφόρων αγωνιστικών προγραμμάτων με το σχοινάκι, το στεφάνι, τη μπάλα, τις κορύνες και την κορδέλα. Στη μελέτη συμμετείχαν δέκα πέντε αθλήτριες ΡΓ υψηλού επιπέδου (n=15). Στο εργαστήριο, οι αθλήτριες πραγματοποίησαν μέγιστη προσπάθεια στο κυκλοεργόμετρο (Monark 818), και 10 sec πριν την αλλαγή φορτίου γινόταν ο προσδιορισμός του δείκτη υποκειμενικής κόπωσης της αθλήτριας χρησιμοποιώντας την εικοσαβάθμια κλίμακα του Borg (6-20), υποδεικνύοντας η αθλήτρια με το δάκτυλό της τον αντίστοιχο αριθμό που τη δεδομένη στιγμή αντιπροσώπευε την κόπωσή της κατά την προσωπική της εκτίμηση. Επιπλέον, γινόταν καταγραφή της καρδιακής συχνότητας (ECG) και αιμοληψία 3min μετά τη μέγιστη προσπάθεια για τη μέτρηση του γαλακτικού με ενζυματική μέθοδο (Dr. Lange). Στον αγωνιστικό χώρο, κατά τη διάρκεια της εκτέλεσης των αγωνιστικών προγραμμάτων γινόταν καταγραφή της καρδιακής συχνότητας (Polar Sport Tester). Στο τέλος του κάθε προγράμματος, η αθλήτρια συνδεόταν αμέσως με τον αναλυτή αερίων για τη μέτρηση του οξυγόνου αποκατάστασης για 3 min και υποδείκνυε με το δάκτυλό της τον αντίστοιχο αριθμό που τη δεδομένη στιγμή αντιπροσώπευε την υποκειμενική της κόπωση. Επιπλέον, τρία λεπτά μετά την ολοκλήρωση των προσπαθειών σε κάθε όργανο, γινόταν αιμοληψία για τη μέτρηση της συγκέντρωσης του γαλακτικού οξέος στο αίμα. Η ανάλυση των δεδομένων έδειξε ότι υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των συνθηκών στη μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου ($p < .001$) ενώ οι τιμές της υποκειμενικής αντίληψης της κόπωσης και του γαλακτικού οξέος κυμάνθηκαν σε παρόμοια επίπεδα ($p > .05$). Οι τιμές της καρδιακής συχνότητας εμφανίζονται υψηλότερες κατά την εκτέλεση των αγωνιστικών προγραμμάτων στα διάφορα όργανα συγκριτικά με τις τιμές της μέγιστης προσπάθειας στο εργαστήριο ωστόσο δε σημειώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ($p > 0.05$). Η ένταση της προπόνησης κατά τη διάρκεια εκτέλεσης των αγωνιστικών προγραμμάτων κυμάνθηκε από το 80% μέχρι το 100% της $K_{Σmax}$ σε όλη τη διάρκεια της εκτέλεσης. Από το πρώτο μέρος των αγωνιστικών προγραμμάτων (0-15 sec) η ένταση κυμάνθηκε από 80% μέχρι 85% της $K_{Σmax}$, στο δεύτερο μέρος (15-30 sec) κυμάνθηκε από 85-90%, στο τρίτο μέρος (30-45 sec) από 90-95%, στο τέταρτο μέρος (45-60 sec) έφτασε στο 95% ενώ στο πέμπτο μέρος (60-85 sec) ήταν πολύ υψηλή και ξεπέρασε το 95% της $K_{Σmax}$. Η ένταση της άσκησης παρουσίασε παρόμοια δυναμική σε όλα τα όργανα, με υψηλότερες τιμές στο σχοινάκι και τις κορύνες ενώ ακολουθούν η κορδέλα, το στεφάνι και η μπάλα. Επίσης, ο δείκτης υποκειμενικής αντίληψης της κόπωσης παρουσίασε υψηλές συσχετίσεις με τη μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου ($r = .78$ έως $r = .86$, $p < .001$) και με την αγωνιστική επίδοση ($r = .81$ έως $r = .83$, $p < .001$). Τα αποτελέσματα αυτά υποδηλώνουν ότι η χρήση της κλίμακας υποκειμενικής αντίληψης της κόπωσης περιγράφει αξιόπιστα την ένταση της προσπάθειας των αθλητριών υψηλού επιπέδου Ρυθμικής Γυμναστικής και φανερώνουν τις υψηλές μεταβολικές απαιτήσεις και το είδος της επιβάρυνσης κατά τη διάρκεια εκτέλεσης των αγωνιστικών τους προγραμμάτων.

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

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

194. ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΤΑ 400 ΜΕΤΡΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΑΚΟΛΟΥΘΩΝΤΑΣ ΠΡΟΠΟΡΕΥΟΜΕΝΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗ**Δαδούκη Ε., Παπανικολάου Α., Τουμπέκης Α., Γούργουλης Β., Φατούρος Ι., Τοκμακίδης Σ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της μελέτης είναι να εξετάσει τις μεταβολικές και καρδιακές ανταποκρίσεις σε μέγιστη προσπάθεια κολύμβησης ακολουθώντας προπορευόμενο αθλητή. Έντεκα ($n=11$) προπονημένοι κολυμβητές και κολυμβήτριες ηλικίας 14.4 ± 0.5 ετών κολύπησαν 400m ελεύθερο με μέγιστη ένταση μόνοι τους (ΧΠ), ακριβώς πίσω στην ίδια διαδρομή (ΙΔ) και δίπλα από προπορευόμενο σε διπλανή διαδρομή κολυμβητή (ΔΔ). Η συγκέντρωση γαλακτικού, ο δείκτης υποκειμενικής κόπωσης, η καρδιακή συχνότητα, το μήκος και η συχνότητα χεριάς δεν διέφεραν μεταξύ των δοκιμασιών ($p > .05$). Η απόδοση των αθλητών ήταν βελτιωμένη στην ΙΔ συγκριτικά με την ΧΠ και ΔΔ δοκιμασία (ΧΠ: 337.15 ± 29.60 , ΔΔ: 340.40 ± 25.90 , vs. ΙΔ: $330.56 \pm 23.71s$, $p < .05$). Ακολουθώντας προπορευόμενο κολυμβητή, όπως συχνά συμβαίνει στην προπόνηση, βελτιώνει την απόδοση χωρίς να τροποποιούνται οι μεταβολικές, τεχνικές και καρδιακές ανταποκρίσεις. Κολύμβηση δίπλα από προπορευόμενο αθλητή δεν ωφελεί τον αγωνιζόμενο στην ίδια απόσταση.

197. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΔΥΟ ΜΕΘΟΔΩΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΟΞΥΓΟΝΟΥ (VO_{2MAX}) ΣΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ**Παπαδόπουλος Α., Νικολαΐδης Κ., Ισχυρλίδης Γ., Μαργώνης Κ., Καμπάς Α., Φατούρος Ι., Ταξιλδάρης Κ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η σύγκριση δύο διαφορετικών εργομετρικών μετρήσεων (πεδίου - εργαστηρίου) για την αξιολόγηση της μέγιστης πρόσληψης οξυγόνου (VO_{2max}) σε επαγγελματίες ποδοσφαιριστές. Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 28 ποδοσφαιριστές (ηλικίας $22,3 \pm 7,2$ χρόνια, ύψους $1,79 \pm 0,7m$, σωματικού βάρους $73,5 \pm 7,2kg$ και ποσοστό λίπους $10,8 \pm 3,1\%$) οι οποίοι πραγματοποίησαν δύο δοκιμασίες σε διάστημα 1 εβδομάδας, τρέξιμο σε εργοδιάδρομο μέχρι τη μέγιστη ταχύτητα και παλίνδρομο τρέξιμο αντοχής 20m σε γηπεδικές συνθήκες, για τον προσδιορισμό της μέγιστης πρόσληψης οξυγόνου. Για τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS (t-test). Τα αποτελέσματα των μετρήσεων δεν παρουσίασαν στατιστικά σημαντικές διαφοροποιήσεις σε ότι αφορά τη μέγιστη κατανάλωση (O_2), με ($p > 0,05$) μεταξύ των δύο διαφορετικών εργομετρικών διαδικασιών, με μ.ο. τιμών VO_{2max} : $57,4 \pm 4,2 ml/kg/min$ στον εργοδιάδρομο (σύμφωνα με την εξίσωση ACSM) και VO_{2max} : $55,4 \pm 3,7 ml/kg/min$ στο παλίνδρομο τρέξιμο. Στατιστικές όμως διαφοροποιήσεις παρουσιάστηκαν στις τιμές της καρδιακής συχνότητας, της υποκειμενικής αντίληψης κόπωσης, αλλά και του γαλακτικού οξέος ($p < 0,05$). Από τα αποτελέσματα των μετρήσεων γίνεται φανερό ότι το test πεδίου παρουσίασε υψηλότερες μεταβολικές τιμές και λογική υψηλότερη ενεργοποίηση ενεργειακών μηχανισμών απόδοσης, σε σχέση με το test του εργαστηρίου. Επιπλέον, τα test πεδίου ίσως αποτελούν ποιο κατάλληλες δοκιμασίες για την αξιολόγηση των φυσικών ικανοτήτων σε επαγγελματίες ποδοσφαιριστές σε σχέση με μετρήσεις που λαμβάνουν χώρα σε εργαστήρια.

198. ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΑΙΜΑΤΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΙ ΒΙΟΧΗΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΜΕ ΤΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΗ ΣΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ.**Νικολαΐδης Κ., Ισχυρλίδης Γ., Παπαδόπουλος Α., Μαργώνης Κ., Ταξιλδάρης Κ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η αξιολόγηση των αιματολογικών και βιοχημικών παραγόντων σε σχέση με την αύξηση της προπονητικής επιβάρυνσης (έντασης), μεταξύ περιόδου προετοιμασίας και αγωνιστικής περιόδου (Α' γύρος) σε επαγγελματίες ποδοσφαιριστές. Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 28 ποδοσφαιριστές (ηλικίας: $22,3 \pm 7,2$ ύψους: $1,79 \pm 0,7m$, σωματικού βάρους: $73,5 \pm 7,2kg$ και ποσοστό λίπους $10,8 \pm 3,1\%$) στους οποίους πραγματοποιήθηκαν συνολικά δύο αιμοληψίες. Οι αιματολογικοί και βιοχημικοί δείκτες που αξιολογήθηκαν ήταν: HGB, HCT, σάκχαρο, ουρία, SGOT, SGTP, κρεατινίνη και

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

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

ουρικό οξύ. Για τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS (t-test) και επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε το ($p < 0,05$). Τα αποτελέσματα των μετρήσεων παρουσιάζονται στο παρακάτω πίνακα:

Πίνακας 1: Αποτελέσματα αιματολογικών και βιοχημικών δεικτών.

	HGB gr/dl	HCT %	Σάκχαρο gr/dl	Ουρία mg/dl	SGOT U/L	SGTP U/L	Κρεατινίνη gr/dl	Ουρικό οξύ mg/L
1 ^η μέτρ.	13,8±1, 09	40,7±2, 9	78,6±10 ,5	28,9± 9	13,5± 2,7*	16,08 ±3,8 *	0,9±0,09	4,1±0,5
2 ^η μέτρ.	13,9±1, 09	41,3±2, 5	84,57±8 ,03	26,7± 5,7	22,9± 8,3*	23,5 ±7,9 *	0,96±0,09	4,02±0, 7

Από τα παραπάνω αποτελέσματα γίνεται φανερό ότι η αύξηση της προπονητικής επιβάρυνσης (κυρίως έντασης) σε ένα χρονικό διάστημα 4 μηνών, δεν επηρέασε αρνητικά σημαντικά αιματολογικούς και βιοχημικούς δείκτες, όπου και είχαν άμεση συσχέτιση με τη βελτίωση της αθλητικής απόδοσης των ποδοσφαιριστών.

199. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΣΥΝΘΗΚΩΝ ΣΤΟ ΛΙΠΙΔΑΙΜΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ ΣΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΤΟΥ ΧΑΝΤΜΠΩΛ

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η διερεύνηση των μεταβολών του λιπιδαιμικού προφίλ σε επαγγελματίες αθλητές του χάντμπωλ υπό την επίδραση αγωνιστικών συνθηκών (αναερόβιες επαναλαμβανόμενες προσπάθειες μικρής διάρκειας και υψηλής έντασης). Το υλικό αποτέλεσαν 50 επαγγελματίες αθλητές χάντμπωλ (ηλικίας 25,4+ 2,97 έτη) οι οποίοι αγωνίστηκαν στο Πρωτάθλημα Α' κατηγορίας χάντμπωλ Ελλάδος. Οι λήψεις αίματος έγιναν το πρωί της ημέρας του αγώνα σε κατάσταση ηρεμίας, αμέσως μετά τον αγώνα (8h) και το επόμενο πρωινό (24h). Μελετήθηκαν τα επίπεδα της ολικής χοληστερόλης (T-C), των τριγλυκεριδίων (TG), των λιποπρωτεϊνών υψηλής πυκνότητας (HDL-C), των λιποπρωτεϊνών χαμηλής πυκνότητας (LDL-C) και τα επίπεδα της ΑροΑΙ. Σύμφωνα με τα αποτελέσματά μας παρατηρήθηκαν: α) μείωση της T-C στις 24 h κατά 3,3% ($p < 0.05$) β) μείωση των TG στις 8h κατά 23,3 % ($p < 0.01$) και μείωση κατά 28,9% στις 24h ($p < 0.01$) γ) αύξηση των HDL-C κατά 5,3% στις 8h ($p < 0.05$) ενώ δεν παρατηρήθηκε σημαντική μεταβολή μεταξύ 8 και 24h δ) μείωση της LDL-C κατά 7% στις 24h ($p < 0.01$) και τέλος ε) μικρή αύξηση της ΑροΑΙ στις 8h κατά 2,25% χωρίς σημαντική μεταβολή μεταξύ 8 και 24h. Από τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης διαφαίνονται οι θετικές επιδράσεις του αγώνα του χάντμπωλ στο λιπιδαιμικό προφίλ των αθλητών, γεγονός που υποδηλώνει τα ευεργετικά αποτελέσματα της άσκησης στην αθρομάτωση και γενικότερα στα καρδιαγγειακά νοσήματα.

200. Η ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΣΕ ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΚΑΙ ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΤΑ ΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΦΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ

Σοφιάδης Ν., Σδρέβανος Π., Σοφιάδου Β., Μπρίκα Π., Φασεΐδου Ειρ., Αδάμ Μ. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή, Γενικό Νομαρχιακό Νοσοκομείο Ξάνθης

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να μελετηθεί η επίδραση της διανοητικής εργασίας και της υπομέγιστης αερόβιας άσκησης σε βαθμιδοεργόμετρο (The Queens College step test) στη λειτουργία του καρδιαγγειακού συστήματος σε διαφορετικές φάσεις του καταμηνίου κύκλου (στις πρώτες μέρες, στη 13-15^η μέρα και στο τέλος του κύκλου). Στην έρευνα συμμετείχαν 20 φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α, ηλικίας 22+2 ετών, ύψους 167±5,56 cm, σωματικού βάρους 61,4±9,68 kg και ποσοστό λίπους 14,16±1,86%, με προπονητική ηλικία 6,5±4,18 χρονών. Κατά την ηρεμία μετρήθηκαν η καρδιακή συχνότητα, η συστολική και η διαστολική αρτηριακή πίεση.

* 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.

Μετά ακολούθησε διανοητική εργασία στη μορφή του Τεστ Δοκιμαστικής Διόρθωσης (ΤΔΔ). Το ΤΔΔ ήταν ένα έντυπο με γράμματα χωρίς νόημα και ζητούνταν από τους δοκιμαζόμενους να σβήνουν το γράμμα «π», να κυκλώνουν το γράμμα «τ» και να υπογραμμίζουν το γράμμα «κ». Οι δοκιμαζόμενοι έπρεπε να εκτελέσουν αυτό το έργο όσο το δυνατόν πιο γρήγορα και πιο αποτελεσματικά, δηλαδή χωρίς λάθος και σε χρονικό διάστημα 3 λεπτών. Έπειτα οι δοκιμαζόμενοι εκτέλεσαν την υπομέγιστη σωματική άσκηση στο βαθμιδοεργόμετρο. Αμέσως μετά την άσκηση μετρήθηκαν και υπολογίστηκαν οι προαναφερόμενες μεταβλητές. Για την αξιολόγηση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το Independent Samples T-Test και το Partial Correlate. Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν στατιστικές μέθοδοι. Για την σύγκριση των μέσων όρων των τιμών χρησιμοποιήθηκε το student t-test με επίπεδο σημαντικότητας $p < 0.05$. Η ανάλυση των δεδομένων έδειξε ότι όπως η σωματική επιβάρυνση υπομέγιστης προσπάθειας, έτσι και διανοητική εργασία προκάλεσε σημαντικές αλλαγές ($p < 0,0001$) στις εξεταζόμενες μεταβλητές του καρδιαγγειακού συστήματος. Από τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας βρέθηκε ότι η καρδιακή συχνότητα, η συστολική και η διαστολική πίεση διαφέρουν σε σημαντικό επίπεδο μεταξύ των φάσεων του καταμηνίου κύκλου μόνο κατά τη διανοητική εργασία. Ενώ οι ανάλογες διαφορές κατά τη σωματική άσκηση δεν βρέθηκαν.

201. ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ, ΜΕΤΑΒΟΛΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΝΟΣΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΩΝ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

Τσάμη Α., Αθυμαρίτης Δ., Τουμπέκης Α., Τοκμακίδης Σ.

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

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να εξετάσει τις διαφορές στις φυσιολογικές, μεταβολικές και ανοσολογικές παραμέτρους κατά την εκτέλεση επαναλαμβανόμενων προσπαθειών μέγιστης έντασης σε αγόρια και κορίτσια εφηβικής ηλικίας. Δώδεκα καλά προπονημένοι κολυμβητές ($n=12$, ηλικίας $14,94 \pm 1,25$ mean \pm SD), 6 κορίτσια (Κ) και 6 αγόρια (Α), εκτέλεσαν οχτώ επαναλήψεις 50m ελεύθερης κολύμβησης (8x50m) με μέγιστη ένταση ξεκινώντας κάθε 2 λεπτά. Η επίδοση σε κάθε προσπάθεια κατεγράφη με ηλεκτρονική χρονομέτρηση. Η συγκέντρωση γαλακτικού πριν και μετά το τέλος των επαναλήψεων προσδιορίστηκε σε δείγμα αίματος που ελήφθη από το δάχτυλο. Η ανοσοσφαιρίνη Α (IgA) αξιολογήθηκε σε δείγμα σιέλου που ελήφθη πριν και μετά τη σειρά των 8x50m. Η μέση επίδοση στη σειρά των 8x50m ήταν καλύτερη στα αγόρια συγκριτικά με τα κορίτσια (Α: $32,14 \pm 1,22$ έναντι Κ: $33,76 \pm 0,85$ s, $p < 0,05$). Ωστόσο, τα κορίτσια εμφάνισαν σταθερότερη απόδοση κατά τη διάρκεια των επαναλήψεων, σε σχέση με τα αγόρια των οποίων η απόδοση σημείωσε σταδιακή πτώση με την πρόοδο των επαναλήψεων ($p < 0.05$). Η συγκέντρωση του γαλακτικού και της IgA πριν και μετά τη δοκιμασία δεν εμφάνισε στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των φύλων (γαλακτικό πριν Α: $4,65 \pm 1,38$ έναντι Κ: $2,69 \pm 0,33$, μετά Α: $14,51 \pm 5,90$ έναντι Κ: $12,01 \pm 2,94$ mmol/l; IgA πριν Α: $186,05 \pm 65,25$ έναντι Κ: $209,47 \pm 110,15$, μετά Α: $286,77 \pm 80,20$ έναντι Κ: $365,38 \pm 158,95$ μg/mg πρωτεΐνης, $p > 0.05$). Δεν εμφανίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των φύλων στις καρδιακές ανταποκρίσεις και την υποκειμενική αντίληψη δυσκολίας της άσκησης (RPE). Κατά την εκτέλεση επαναλήψεων με μέγιστη ένταση στην κολύμβηση, αγόρια και κορίτσια εφηβικής ηλικίας εμφανίζουν παρόμοιες φυσιολογικές, μεταβολικές και ανοσολογικές ανταποκρίσεις, παρά το γεγονός ότι οι επιδόσεις τους διαφέρουν σημαντικά.

Άσκηση σε Άτομα με Αναπηρία Exercise in People with Disabilities

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

* 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.

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

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να συγκρίνει την ανταγωνιστική δραστηριότητα των μυών κατά την έκταση της άρθρωσης του γόνατος, μεταξύ διαδοχικών και αυξανόμενων ισομετρικών συσπάσεων σε άτομα με και χωρίς Νοητική Υστέρηση (NY). Τα επίπεδα των ισομετρικών συσπάσεων ορίστηκαν στο 6%, 12%, 24%, 36%, 48%, 60% της μέγιστης ισομετρικής σύσπασης (MVC). Το δείγμα αποτέλεσαν 16 ενήλικα άτομα με και χωρίς NY. Για τον υπολογισμό της MVC και της ανταγωνιστικής δραστηριότητας οι εξεταζόμενοι εκτέλεσαν 3 μέγιστες ισομετρικές συσπάσεις των μυών που εκτείνουν και κάμπτουν την άρθρωση του γόνατος αντίστοιχα (χρησιμοποιήθηκε η μεγαλύτερη τιμή). Επιπρόσθετα κάθε εξεταζόμενος εκτέλεσε 5 προσπάθειες στο 6%, 12%, 24%, 36%, 48%, και 60 % της MVC (χρησιμοποιήθηκε ο μέσος όρος). Για τις μετρήσεις χρησιμοποιήθηκε το ισοκινητικό δυναμόμετρο Cybex Norm. Κατά την διαδικασία γινόταν ταυτόχρονη συλλογή ηλεκτρομυογραφήματος του έξω πλατύ, του έσω πλατύ και της μακράς κεφαλής του δικέφαλου μηριαίου. Για την στατιστική επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το t-test, ενώ το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο 0.05 ($p < 0.05$). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα η ανταγωνιστική δραστηριότητα των ατόμων με N.Y. ήταν μεγαλύτερη σε σχέση με τα άτομα του μέσου όρου και συνεχώς αυξανόταν καθώς η επιβάρυνση μεγάλωνε. Συμπερασματικά στα άτομα με NY όσο αυξάνει η ένταση σύσπασης τόσο πιο πολύ χρησιμοποιούν τους ανταγωνιστές μύες για να σταθεροποιήσουν την δύναμή τους σε σχέση με τα άτομα χωρίς N.Y.

**203. ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΣΕ ΠΑΙΔΙ ΜΕ
ΣΥΝΔΡΟΜΟ PRADER-WILLI****Αλευριάδου Α., Αγγέλου Ι., Σέμογλου Κ.****Παιδαγωγική Σχολή Φλώρινας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας, 53100 Φλώρινα**

Το σύνδρομο Prader-Willi (P-W) είναι μια γενετική διαταραχή, η οποία χαρακτηρίζεται από ποικιλία κλινικών χαρακτηριστικών και συμπτωμάτων, όπως η υποτονία, η υπερφαγία (δυσλειτουργία του υποθαλάμου) και νοητική καθυστέρηση. Η έρευνα έχει δείξει ότι πολλά άτομα με σύνδρομο Prader-Willi παρουσιάζουν ένα συγκεκριμένο προφίλ γνωστικών δυνατοτήτων και αδυναμιών. Συνήθως, παρουσιάζουν σημαντικές δυνατότητες στην αντιληπτική οργάνωση, καθώς και στην οπτική και ταυτόχρονη επεξεργασία. Αντίθετα, παρουσιάζουν αδυναμίες στη βραχύχρονη μνήμη και τη διαδοχική επεξεργασία πληροφοριών. Η παρούσα μελέτη περίπτωσης αποτελεί ένα πρόγραμμα ψυχοκινητικής παρέμβασης προσανατολισμού στο χώρο, σε παιδί 9 ετών με σύνδρομο P-W και ελαφρά νοητική καθυστέρηση. Αρχικά, αξιολογήθηκε η ικανότητα προσανατολισμού του παιδιού με βάση μια απλούστερη έκδοση του έργου του De Renzi. Κατόπιν, πραγματοποιήθηκε η παρέμβαση με βάση το πρόγραμμα ψυχοπαιδαγωγικής παρέμβασης του Feuerstein. Στόχος των ασκήσεων του προσανατολισμού στο χώρο ήταν να επιτευχθεί η απόκλιση από το ατομικό σύστημα αναφοράς (μείωση του εγωκεντρισμού), ο συνδυασμός πληροφοριών από δύο πηγές, καθώς και η ανάπτυξη ενός συμβολικού συστήματος κωδικοποίησης. Η επαναξιολόγηση έδειξε ότι το παιδί βελτιώθηκε ως προς τις επιδόσεις του σε έργα προσανατολισμού στο χώρο ($t=2.58$, $p < 0.05$). Τα ευρήματα της παρούσας εργασίας δύναται να χρησιμοποιηθούν για το σχεδιασμό εξατομικευμένων προγραμμάτων παρέμβασης για παιδιά με νοητική καθυστέρηση. Τέλος, προτείνονται τρόποι συνεργασίας των εκπαιδευτικών της ειδικής φυσικής αγωγής με τους ειδικούς παιδαγωγούς των τμημάτων ένταξης.

**204. RATING OF PERCEIVED EXERTION IN PERSONS WITH SUBSTANCE
DEPENDENCE AND A ATTENTION-DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER DIAGNOSIS****Mamen, A.¹, Martinsen, E.W.²****¹Sogn og Fjordane University College, Sogndal, Norway****²Modum Bad Psychiatric Centre, Vikersund, Norway**

Persons with ADHD are characterized by having difficulties with keeping attention and sitting still. Their perception of pain seems to differ from the normal population. It would thus be of interest to see if persons with an ADHD diagnosis would rate their effort differently from others.

* 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.

Methods: Twenty-six male patients with substance abuse or dependence served as subjects. They participated in a physical training program as part of their rehabilitation. Mean \pm SD age was 30.2 ± 12.3 yr. Nine of these also met the DSM-IV criteria for ADHD (mean \pm SD age 25.2 ± 3.3 yr). They performed a lactate profile test where HR and Borg RPE were recorded at the end of each stage and a VO_{2max} test according to the Bruce protocol.

Results

	ADHD group	Not ADHD group
VO_{2max} (ml $kg^{-1}min^{-1}$)	42.3 ± 3.1	39.8 ± 7.5
Threshold speed (km h^{-1})	7.8 ± 6.6	7.1 ± 8.8
RPE at threshold	11.5 ± 2.3	$13.0 \pm 1.1^*$
% of HR_{max} at threshold	75.8 ± 10.0	71.3 ± 2.5

* Statistically significant, $p < 0.05$.

Discussion: Our main finding is that the ADHD group did rate the effort lower than the other group at threshold intensity, despite being at almost the same percentage of HR_{max} . Patients with ADHD are known to overrate their academic and social performances, and this might be the case for physical performances as well. Another explanation might be that they put less negative emphasize on the peripheral sensory clues from the working muscles. As the intensity goes up, they experience more of a "high" feeling. It can also be that the inhibition by fatigue is less pronounced among people with ADHD, as they generally have an impulse inhibition impairment.

205. ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΥΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΧΩΡΙΣ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΗ ΥΣΤΕΡΗΣΗ

Μπένικ Μ., Μπένικ Α., Γεροδήμος Β., Κοκαρίδας Δ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της μελέτης ήταν να ελέγξει τις διαφορές στην απόδοση, σε επιλεγμένες παραμέτρους της φυσικής κατάστασης, μεταξύ γυναικών χωρίς αναπηρίες (ΧΑ) και γυναικών με νοητική υστέρηση (ΝΥ).

Στη μελέτη συμμετείχαν εθελοντικά 30 γυναίκες ηλικίας $22,23 \pm 1,8$ ετών, 15 με ΧΑ (σωματική μάζα: $58,6 \pm 8,3$ kg, ανάστημα: $1,7 \pm 0,5$ m) και 15 με ΝΥ (σωματική μάζα: $77,0 \pm 17,7$ kg, ανάστημα: $1,58 \pm 0,8$ m). Οι δοκιμασίες στις οποίες αξιολογήθηκαν οι δοκιμαζόμενες ήταν η μέγιστη δύναμη χειρολαβής (hand grip) και η κινητικότητα της άρθρωσης του ισχίου (sit and reach). Για να ελεγχθούν οι διαφορές μεταξύ των δυο ομάδων χρησιμοποιήθηκε το Independent Sample T-Test. Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο $p < .05$.

Δοκιμασίες		ΝΥ	p
Μέγ. δύναμη χειρολαβής (kg)	$29,9 \pm 5,0$	$16,4 \pm 7,6$,000
Κινητικότητα ισχίου (cm)	$24,2 \pm 4,3$	$15,5 \pm 8,9$,004

Στον πίνακα που ακολουθεί φαίνεται η επίδοση των γυναικών ανά ομάδα μέτρησης και δοκιμασία καθώς και οι στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ τους ανά δοκιμασία. Παρατηρούμε ότι τόσο στη μέγιστη δύναμη χειρολαβής όσο και στην κινητικότητα της άρθρωσης του ισχίου υπερέχουν τα άτομα χωρίς αναπηρίες (ΧΑ) σε σχέση με αυτά με νοητική υστέρηση (ΝΥ).

206. ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Χαλαστάρα Α., Γρηγορίου Α., Κοντού Μ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

Τα τελευταία χρόνια έχει αυξηθεί η έρευνα που αφορά την επίδραση της άσκησης στη βελτίωση της ποιότητας ζωής ατόμων με χρόνιες παθήσεις και αναπηρίες (Rimmer, Braddock, & Pitetti, 1996). Ο σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν, η σύγκριση της ποιότητας ζωής ατόμων με κινητικές αναπηρίες που αθλούνται, σε σχέση με αυτών που δεν συμμετέχουν σε αθλητικές

* 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.

δραστηριότητες. Το δείγμα αποτέλεσαν 49 άτομα με κινητικά προβλήματα (26 αθλητές και 23 μη αθλητές), ηλικίας 18-63 ετών (Μ.Ο=34.06, SD=10.8). Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν εθελοντικά το ερωτηματολόγιο «Medical Outcomes Study-SF-36», των Ware, Kosinski και Keller, (1994), το οποίο σύμφωνα με τη βιβλιογραφία αποτελεί το πιο συχνά εμφανιζόμενο όργανο μέτρησης της ποιότητας ζωής. Το SF-36 αξιολογεί δυο παράγοντες της ποιότητας ζωής τη σωματική και την ψυχική υγεία. Οι δυο αυτοί παράγοντες διαιρούνται σε οχτώ υπο-κλίμακες: 1) σωματική λειτουργία, 2) σωματικός ρόλος, 3) σωματικός πόνος, 4) γενική υγεία, 5) ζωτικότητα, 6) κοινωνικότητα, 7) συναισθηματικός ρόλος και 8) ψυχική υγεία. Τα αποτελέσματα από την ανάλυση διακύμανσης έδειξαν ότι, υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δυο ομάδων του δείγματος (αθλητές και μη), σε έξι από τις οκτώ υποκλίμακες του ερωτηματολογίου ($p < .05$). Οι αθλητές με κινητικά προβλήματα φάνηκε να έχουν υψηλότερα σκορ σε σχέση με τα άτομα με κινητικές αναπηρίες που δεν αθλούνται και στους δυο παράγοντες του ερωτηματολογίου ποιότητας ζωής. Συμπερασματικά προέκυψε ότι, η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες σχετίστηκε με την ποιότητα ζωής των ατόμων με κινητικά προβλήματα στην παρούσα έρευνα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της οποίας τα άτομα που αθλούνται εμφάνισαν καλύτερη ποιότητα ζωής από αυτά που δεν συμμετέχουν στον αθλητισμό.

207. ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΙΝΗΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΣΠΑΣΤΙΚΗ ΤΕΤΡΑΠΛΗΓΙΑ.

Κουτάλης Χ.

Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες, Σέρρες

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να εκτιμηθεί η κινητικότητα της άρθρωσης του ώμου και του αγκώνα στις κινήσεις κάμψη και έκταση, μετά από ένα διετές πρόγραμμα αποκατάστασης σε άτομα με σπαστική τετραπληγία. Στην παρούσα μελέτη έλαβαν μέρος 4 άτομα ($n = 4$, Ηλικία: 22, Βάρος 80, Ύψος 1.75) με σπαστική τετραπληγία. Η μέτρηση της κινητικότητας των αρθρώσεων έγινε πριν, μετά από ένα έτος και μετά από 2 έτη από την αρχική μέτρηση με την μέθοδο της γωνιομέτρησης. Τα αποτελέσματα του προγράμματος έδειξαν ότι το εύρος κίνησης και των δυο χεριών στην άρθρωση του αγκώνα στις κινήσεις κάμψη και έκταση, αυξήθηκε κατά προσέγγιση 36,6 % σε σχέση με το φυσιολογικό εύρος κίνησης. Αντίστοιχα στην άρθρωση του ώμου και για τα δυο χέρια στις κινήσεις κάμψη και έκταση, είχαμε μια αύξηση 31,25 % σε σχέση με το φυσιολογικό εύρος κίνησης. Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα των μετρήσεων έδειξαν ότι η εφαρμογή ενός προγράμματος κινησιοθεραπείας σε συνδυασμό με ένα πρόγραμμα ασκήσεων βοηθά σε άτομα με σπαστική τετραπληγία στην αποκατάσταση της κινητικότητας

208. ΜΕΣΑ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΠΟΥ ΒΟΗΘΟΥΝ ΣΤΗ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ

Παμπουκίδης Ανδ., Κίτσιος Αθ., Συκαράς Ε., Καλαϊτζίδου Σ.

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

Στη χώρα μας δεν είναι τόσο ανεπτυγμένη η μέριμνα στα άτομα με ειδικές ανάγκες όπως στις άλλες Ευρωπαϊκές χώρες με αποτέλεσμα τα άτομα με αναπηρία να αντιμετωπίζουν διάφορα προβλήματα στην μετακίνησή τους και στην αυτοεξυπηρέτησή τους. Σκοπός αυτής της μελέτης είναι να καταγράψει τα μέσα και τους τρόπους που μπορούν να βοηθήσουν στη μεταφορά, μετακίνηση και αυτοεξυπηρέτηση των ατόμων με ειδικές ανάγκες, είτε με την βοήθεια άλλων προσώπων, είτε με τις δυνάμεις του ίδιου του ασθενή. Μεθοδολογία: Η συλλογή των στοιχείων για τη μελέτη αυτή, έγινε με την διεξοδική έρευνα όλων των βιβλιογραφικών αναφορών που υπάρχουν και επίσης με την καταγραφή των τρόπων με τους οποίους μπορούν να χρησιμοποιηθούν. Αποτελέσματα: Υπάρχουν πολλά και διάφορα μέσα που μπορούν να βοηθήσουν κάθε άτομο με αναπηρία στην μετακίνησή του και στην αυτοεξυπηρέτησή του ανάλογα με την αναπηρία. Τα μέσα αυτά είναι: περπατούρες, βακτηρίες μασχάλης και αγκώνα, μπαστούνια, υδραυλικοί και ηλεκτρικοί γερανοί, αναπηρική πολυθρόνα, ορθοστάτες, νάρθηκες και προθέσεις των άνω και κάτω άκρων. Συμπέρασμα: Συμπεραίνεται ότι, πολλά άτομα με αναπηρία μπορούν να αυτοεξυπηρετηθούν εφόσον διαθέτουν τα κατάλληλα μέσα και γνωρίζουν τον τρόπο να τα χρησιμοποιήσουν σωστά.

* 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.

209. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΤΑ ΘΕΜΕΛΙΩΔΗ ΚΙΝΗΤΙΚΑ ΠΡΟΤΥΠΑ ΜΑΘΗΤΡΙΩΝ ΜΕ ΝΚ

Καλαϊτζόγλου Κ., Τσοπάνη Δ., Σκορδίλης Ε.

Εργαστήριο Προσαρμοσμένης Κινητικής Δραστηριότητας /Αναπτυξιακών και Κινητικών Διαταραχών, ΤΕΦΑΑ Αθηνών

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετάσει την επίδραση ενός παρεμβατικού προγράμματος ρυθμικής γυμναστικής στα θεμελιώδη κινητικά πρότυπα μαθητριών με νοητική καθυστέρηση (ΝΚ). Το δείγμα αποτέλεσαν πέντε μαθήτριες ειδικού σχολείου, ηλικίας 10-13 χρόνων, με αποκλειστική διάγνωση ΝΚ. Το παρεμβατικό πρόγραμμα αποτελούνταν από βασικές ασκήσεις με χρήση μπάλας, όπως κυλίσματα, αναπηδήσεις και πετάγματα. Η συνολική διάρκειά του ήταν 12 εβδομάδες, με συχνότητα μία φορά την εβδομάδα, από μία ώρα κάθε φορά. Για τη μέτρηση των θεμελιωδών κινητικών προτύπων χρησιμοποιήθηκε το TGMD (Ulrich, 1985). Συγκεκριμένα, αξιολογήθηκαν οι δεξιότητες μετακίνησης των μαθητριών στην αρχή και το τέλος του παρεμβατικού προγράμματος. Η ανεξάρτητη μεταβλητή που εξετάστηκε ήταν το χρονικό σημείο μέτρησης με δύο επίπεδα (αρχική και τελική μέτρηση). Η εξαρτημένη μεταβλητή ήταν η επίδοση στη μετακίνηση του TGMD, καθώς και οι 7 επιμέρους δεξιότητες (τρέξιμο-run, καλπασμός-gallop, πηδηματάκια στο ένα πόδι-hop, βήματα / άλματα-leap, επιτόπου άλμα-horizontal jump, τσιγγολελέτα-skip, πλάγια βήματα-slide). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, οι μαθήτριες παρουσίασαν βελτίωση από την πρώτη ($M = 14,50$) στη δεύτερη μέτρηση ($M = 16,00$) συνολικά. Επιπλέον, βελτιώθηκαν στις πέντε (5) από τις επτά (7) συνολικά δεξιότητες του TGMD. Τα αποτελέσματα είναι ενθαρρυντικά για την εφαρμογή της ρυθμικής γυμναστικής σε ειδικά σχολεία και πιο συγκεκριμένα σε μαθήτριες με ΝΚ. Προτείνεται επανάληψη της έρευνας σε μεγαλύτερο δείγμα μαθητριών, με συμμετοχή ομάδας ελέγχου και με μεγαλύτερη συχνότητα, με στόχο να γενικευθούν τα αποτελέσματα.

210. Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΑΥΤΟΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Κορομπίλη Ε., Χαριτωνίδου Κ., Κοντού Μ.

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

Πολλές έρευνες έχουν δείξει ότι, η συμμετοχή σε αθλήματα με αναπηρικό αμαξίδιο βελτιώνει την αυτοπεποίθηση και αυξάνει την αυτοαποτελεσματικότητα των αθλητών και ότι, η βελτίωση αυτή μπορεί να γενικευτεί και σε άλλες πτυχές της ζωής (Greenwood, Dzewaltowski, & French, 1990; Miyahara, 1999; Hampton, 2000; Adnan, McKenzie, & Miyahara, 2001). Ο σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν, η σύγκριση της αυτό-αποτελεσματικότητας ατόμων με κινητικές αναπηρίες που αθλούνται, σε σχέση με αυτών που δεν αθλούνται. Το δείγμα αποτέλεσαν 49 άτομα με κινητικά προβλήματα (26 αθλητές και 23 μη αθλητές), ηλικίας 18-63 ετών ($M.O=34.06$, $SD=10.8$). Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν εθελοντικά το ερωτηματολόγιο αυτό-αποτελεσματικότητας των Kaplan, Atkins, και Reinsch (1984). Το ερωτηματολόγιο αυτό εξετάζει την αυτό-αποτελεσματικότητα σε μια ποικιλία δραστηριοτήτων και συμπεριφορών. Χωρίζεται σε επτά υπο-κλίμακες και αποτελείται από 51 ερωτήσεις σχετικά με το πόσο σίγουρο είναι το άτομο ότι μπορεί να κάνει ή να αντεπεξέλθει σε συγκεκριμένες δραστηριότητες ή να ανεχθεί συγκεκριμένες συμπεριφορές. Τα αποτελέσματα από την ανάλυση διακύμανσης έδειξαν ότι, υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δυο ομάδων του δείγματος (αθλητές και μη), σε πέντε από τις επτά υποκλίμακες του ερωτηματολογίου ($p < .05$). Οι αθλητές με κινητικά προβλήματα φάνηκε να έχουν υψηλότερα σκορ σε σχέση με τους μη αθλητές, στους περισσότερους παράγοντες του ερωτηματολογίου αυτό-αποτελεσματικότητας. Συμπερασματικά προέκυψε ότι, στην παρούσα έρευνα η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες σχετίστηκε με την αυτόαποτελεσματικότητα των ατόμων με κινητικά προβλήματα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της οποίας τα άτομα που αθλούνται εμφάνισαν πιο αυξημένα επίπεδα από αυτά που δεν συμμετέχουν στον αθλητισμό.

Αναψυχή Sport Recreation

* 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.

211. ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΥΠΑΡΚΤΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΣΔΟΚΟΜΕΝΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΚΡΕΤΕΙΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΡΑΚΗΣ**Αναστασίου Γ., Πασαλάρης Σ.Π., Μπαξεβάνης Α., Ματσούκα Ο.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός αυτής της έρευνας ήταν να καταγραφούν ημερησίως, η ποσότητα και το περιεχόμενο των δραστηριοτήτων των φοιτητών/τριών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Τ.Ε.Φ.Α.Α.), του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης που αφορούσαν στην ενασχόληση τους στα πλαίσια του ελεύθερου χρόνου, καθώς επίσης και με το τι θα προτιμούσαν να ασχοληθούν αν υπήρχε επάρκεια ελεύθερου χρόνου. Για την συλλογή των πληροφοριών χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο το οποίο περιείχε 30 ερωτήσεις κλειστού τύπου. Το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτέλεσαν 100 φοιτητές/τριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Κομοτηνής οι οποίοι επιλέχθηκαν με την μέθοδο της κατανεμημένης δειγματοληψίας. Η ανάλυση των δεδομένων έδειξε ότι ως επί το πλείστον οι φοιτητές/τριες ασχολούνται με τον αθλητισμό και την μουσική. Πολύ μεγάλη έμφαση δόθηκε επίσης και στην συναναστροφή τους με παρέες τόσο εντός όσο και εκτός της οικείας τους. Με γνώμονα την ιδανική περίπτωση επάρκειας ελεύθερου χρόνου οι ερωτηθέντες έδειξαν την τάση σημαντικής αύξησης των τεσσάρων προαναφερθέντων δραστηριοτήτων, ενώ αναμενόμενη ήταν η αύξηση της προσδοκίας τους για περισσότερο ελεύθερο χρόνο με τις οικογένειές τους. Επιπρόσθετα μεγάλη εμφανίστηκε η ανάγκη για ενασχόληση με εκδρομές όπως επίσης αυξημένη ήταν και η επιθυμία τους για συμμετοχή σε ομάδες του πανεπιστημίου. Συμπερασματικά η έλλειψη ελεύθερου χρόνου είναι αυτή που στέκεται εμπόδιο στην προσδοκία για ενασχόληση με εκδρομές και συμμετοχή σε πανεπιστημιακές ομάδες, εφόσον η ενασχόληση με τον αθλητισμό και την μουσική όπως και η συναναστροφή των φοιτητών/τριών με παρέες εντός και εκτός σπιτιού καλύπτεται σε ικανοποιητικό ποσοστό. Τέλος θεωρούμε σκόπιμο την συμβολή του πανεπιστημίου στην δημιουργία πιο ευέλικτων ωραρίων με στόχο την εξεύρεση περισσότερου ελεύθερου χρόνου για τους φοιτητές/τριες του πανεπιστημίου.

212. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΜΙΑΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗΣ.**Βερνάδου Α., Δαούλα Α., Ζενεμπίση Α., Τσιτσκαρη Ε., Κώστα Γ.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν η αξιολόγηση των παρεχομένων υπηρεσιών μίας παιδικής αθλητικής κατασκήνωσης (περιπτώσιολογική μελέτη) από τους άμεσα ενδιαφερομένους, δηλαδή τους κατασκηνωτές της. Επιμέρους στόχος την μελέτης ήταν να διερευνηθεί αν και κατά πόσο τα αγόρια αξιολογούν διαφορετικά τις παρεχόμενες υπηρεσίες από τα κορίτσια. Επιχειρήθηκε μέσω της έρευνας αυτής ο εντοπισμός των πιθανών δυσλειτουργιών ή ελλείψεων της αθλητικής κατασκήνωσης ώστε να μπορεί να επιτευχθεί πιθανή βελτίωση μέσα από τις ανάγκες και τα θέλω των νεαρών κατασκηνωτών. Το δείγμα αποτέλεσαν 200 παιδιά (N= 200), αγόρια 93 αγόρια και πόσα 107 κορίτσια με Μ.Ο. ηλικίας 10,5 ετών. Χρησιμοποιήθηκε το όργανο αξιολόγησης των Costa, Tsitskari, Tzetzis & Goudas (2004) που περιλαμβάνει πέντε παράγοντες αξιολόγησης της ποιότητας υπηρεσιών σε αθλητικές κατασκηνώσεις («Προπονητικό πρόγραμμα», «Ικανοποίηση-Πρόθεση», «Ασφάλεια & Άνεση στις εγκαταστάσεις», «Υλικά στοιχεία» και «Σχέσεις με τους προπονητές»). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 3 ερωτήσεις ανοιχτού τύπου και 41 ερωτήσεις κλειστού τύπου οι οποίες μπορούσαν να απαντηθούν μέσω μιας 5βάθμιας κλίμακας Likert. Η συγκεκριμένη κατασκήνωση επιλέχθηκε λόγω του ότι περιλαμβάνει ποικίλες αθλητικές εγκαταστάσεις, είναι από τις μεγαλύτερες κατασκηνώσεις της Νοτίου Ελλάδος, οι κατασκηνωτές ήταν συγκεντρωμένοι σε ορισμένους χώρους, η επαφή μαζί τους ήταν άμεση ανά πάσα στιγμή, πρόκειται για πολυήμερη κατασκήνωση όπου οι κατασκηνωτές διαμένουν, αθλούνται και ψυχαγωγούνται, οπότε θεωρείται απαραίτητη η αξιολόγηση των εγκαταστάσεων, των προγραμμάτων άσκησης των χώρων διαμονής και της διατροφής. Η Παραγοντική Ανάλυση και η Ανάλυση Αξιοπιστίας που πραγματοποιήθηκαν επιβεβαίωσαν την ύπαρξη των πέντε παραγόντων. Οι κατασκηνωτές αξιολογούν θετικά τους

* 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.

πέντε παράγοντες κυρίως δε μάλιστα τον παράγοντα «Ικανοποίηση-Πρόθεση. Κατά τη σύγκριση της αξιολόγησης των παρεχομένων υπηρεσιών μεταξύ των αγοριών και των κοριτσιών δεν παρουσιάστηκαν κάποιες στατιστικά σημαντικές διαφορές. Η αξιολόγηση της ποιότητας υπηρεσιών σε μια αθλητική κατασκήνωση επιβεβαιώθηκε για μία ακόμη φορά ως πολυδιάστατη έννοια. Η αξιολόγηση των κατασκηνωτικών υπηρεσιών θα πρέπει να γίνει συνήθεια στους ιδιοκτήτες αυτών στα πλαίσια του ανταγωνισμού και της προσπάθειας επίτευξης ενός συγκριτικού πλεονεκτήματος.

213. ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ

Ευθυμίου Αγ., Κίτσιος Αθ., Αντωνόπουλος Α., Κοτταράς Στ., Συκαράς Ε.

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

Η συστηματική άσκηση είναι η μόνη αποδεδειγμένη επιστημονική μέθοδος που συμβάλλει τόσο στη διατήρηση της ακμής της υγείας του οργανισμού, όσο και στη βελτίωση της σχετικής, λόγω ηλικίας, φυσικής κατάστασης. Σκοπός της μελέτης είναι να καταστήσει γνωστή τη συσχέτιση μεταξύ ειδικής και ελεγχόμενης άσκησης και ηλικίας 65-80 ετών. Υλικό: Κατεγράφησαν τα αποτελέσματα της έρευνας από 116 άτομα τρίτης ηλικίας (84 γυναίκες και 32 άνδρες) ηλικίας Μ.Ο. 69,8% ετών που ασκούντο, κυρίως, σε κλειστούς χώρους δημοτικών γυμναστηρίων της πόλης της Θεσσαλονίκης. Μέθοδος: Μετρήθηκαν πριν και μετά την άσκηση η ζωτική αναπνευστική ικανότητα, η συλλληπτική ικανότητα (δυναμόμετρο jamar) και η κατά min καρδιακοί παλμοί μετά από επιβάρυνση. Το πρόγραμμα άσκησης διήρκεσε επτά (7) μήνες με μια μικρή ανάπαυλα 15 ημερών. Η άσκηση επαναλαμβάνετο τρεις (3) φορές την εβδομάδα και η ημερήσια δραστηριότητα διαρκούσε 40-50 min. Αποτελέσματα: Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρξε εμφανής βελτίωση της λειτουργίας του καρδιααναπνευστικού και μυοσκελετικού συστήματος (ευεξία-σταθερότητα-ισορροπία). Η δύναμη των άκρων και το εύρος κίνησης (ROM) των αρθρώσεων παρουσίασαν σταθερές βελτιώσεις. Επίσης, παρατηρήθηκαν αισθητές μεταβολές στο νευρικό σύστημα (γρήγορη χαλάρωση) και στο βασικό μεταβολισμό. Συζήτησης-συμπεράσματα: Η άσκηση και στην τρίτη ηλικία βελτιώνει την οργανική-σωματική απόδοση. Ενισχύει τις βασικές λειτουργίες του οργανισμού (αναπνοή, ρυθμός λειτουργίας της καρδιάς, μυοσκελετική ανθεκτικότητα και αντίδραση). Καθιστά τα άτομα ευδιάθετα, βελτιώνει την ψυχολογία και τη διάθεση για παραπέρα συνέχιση του κοπιώδους έργου που προκύπτει από την ηλικία και τις συνθήκες του περιβάλλοντος.

214. ΜΕΛΕΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΕ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ

Καράκος Π., Καράκος Α.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσ/νίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 54006 Θεσ/νίκη

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Η.Μ.&Μ.Υ., 67100 Ξάνθη

Σκοπός της έρευνας αυτής είναι να διερευνηθούν οι παράγοντες που επιδρούν στην ατομική απόφαση για συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής με στόχο την εφαρμογή των αποτελεσμάτων στον αθλητικό σχεδιασμό και τη βέλτιστη οργάνωση νέων προγραμμάτων και δραστηριοτήτων. Τα δεδομένα της έρευνας συγκεντρώθηκαν από συμμετέχοντες νέους και νέες σε δύο δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής (Rafting και Canoe Kayak) στους οποίους μοιράστηκε ένα ερωτηματολόγιο. Το ερωτηματολόγιο περιείχε 17 ερωτήσεις και συνολικά συγκεντρώθηκαν 142 πλήρως συμπληρωμένα έντυπα. Στη συνέχεια εφαρμόστηκαν μέθοδοι πολυδιάστατης ανάλυσης δεδομένων (Παραγοντική ανάλυση των αντιστοιχιών και Ιεραρχική Ταξινόμηση) προκειμένου να διερευνηθούν σε βάθος οι παράγοντες που σχετίζονται με την ατομική απόφαση για συμμετοχή σε παρόμοιες δραστηριότητες και ο βαθμός ικανοποίησης από την οργάνωσή τους. Η Ιεραρχική Ταξινόμηση με τη βοήθεια της Παραγοντικής ανάλυσης των αντιστοιχιών έδειξε την ύπαρξη διακεκριμένων και πολύ ενδιαφερόντων ομάδων οι οποίες και θα παρουσιαστούν. Ενδεικτικά, αναφέρεται ότι οι παράγοντες που εμποδίζουν τη συμμετοχή στις δραστηριότητες είναι : Η έλλειψη ελεύθερου χρόνου στις μεγαλύτερες ηλικίες, το κόστος συμμετοχής στις νεότερες ηλικίες, ο φόβος τραυματισμού στις γυναίκες και τέλος, η μη καλή φυσική κατάσταση αποτελεί το σημαντικότερο εμπόδιο που οδηγεί σε ευκαιριακές μόνο δραστηριότητες. Οι εφαρμογή των αποτελεσμάτων της έρευνας μπορούν να βοηθήσουν στο

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

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

λειτουργικό σχεδιασμό και την αποτελεσματική προώθηση του ψυχαγωγικού αθλητισμού στην Ελλάδα.

215. Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑΣ ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΞΑΝΘΗΣ

Τσαρδακλής Α., Αστραπέλλος Κ., Κώστα Γ.

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει τον τρόπο λειτουργίας και οργάνωσης εταιρειών αθλητικής αναψυχής και περιπέτειας του νομού Ξάνθης και να αξιολογήσει την ποιότητα υπηρεσιών που παρέχουν οι εταιρείες αυτές. Το δείγμα αποτέλεσαν 155 πελάτες τεσσάρων ιδιωτικών εταιρειών αθλητικής αναψυχής (79 άνδρες και 76 γυναίκες), ηλικίας 20 μέχρι 60 ετών. Στους πελάτες διανεμήθηκε ερωτηματολόγιο που αποτελούνταν από 16 ερωτήσεις που σχημάτιζαν τέσσερις παράγοντες. Τα αποτελέσματα όσον αφορά την οργάνωση και λειτουργία των εταιρειών έδειξαν ότι οι πιο δημοφιλείς δραστηριότητες είναι το κανό καγιάκ το ράφτινγκ, το ποδήλατο βουνού και οι περιηγήσεις με τζιπ. Ακόμη, το κοστολόγιο και η διαφήμιση αποτελούν σημαντικό κριτήριο για την προσέλκυση νέων πελατών και οι περισσότερες εκδηλώσεις πραγματοποιούνται Σαβ/κα και αργίες. Επίσης, η επιτυχία του προγράμματος εξαρτάται από τη συμπεριφορά του προσωπικού και τέλος όλες οι εταιρείες φροντίζουν για την προστασία του περιβάλλοντος λαμβάνοντας τα απαραίτητα μέτρα. Όσον αφορά την αξιολόγηση των εταιρειών δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές λόγω φύλου, ηλικίας και οικογενειακής κατάστασης των συμμετεχόντων. Αντίθετα, υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων στην αξιολόγηση των εταιρειών. Συμπερασματικά, οι συμμετέχοντες σε προγράμματα αναψυχής εταιρειών του νομού Ξάνθης θεωρούν ότι η εξυπηρέτηση που λαμβάνουν από τις παρεχόμενες δραστηριότητες και υπηρεσίες είναι αρκετά υψηλή. Αυτός είναι ένας λόγος που πρέπει να δεσμεύσει αλλά και να ωθήσει τις εταιρείες στην αποτελεσματικότερη αξιοποίηση όλων των δυνατοτήτων που τους παρέχονται.

216. ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Τσιλιμγκουνάκη Ε., Παπαδημητρίου Α., Μαργώνης Κ., Τσιλιμγκουνάκη Α., Δημακοπούλου Α.

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

Η θεραπευτική αναψυχή αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της σωματικής υγείας και των υπηρεσιών αποκατάστασης. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η προσέγγιση των επιδράσεων της αθλητικής θεραπευτικής αναψυχής στην παιδική ηλικία. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε ήταν η παγκόσμια βιβλιογραφική ανασκόπηση. Από τα αποτελέσματα της εργασίας, φάνηκε ότι τα κατασκευαστικά αθλητικά προγράμματα διαδραματίζουν ένα σημαντικό ρόλο σαν μία βοηθητική παρέμβαση στην διευκόλυνση της αντιμετώπισης χρόνιων ασθενειών στην παιδική ηλικία. Επιπλέον, η θεραπευτική αναψυχή μέσα από ομαδικά αθλητικά ψυχαγωγικά προγράμματα βελτιώνει την σωματική υγεία παιδιών που πάσχουν από σημαντικές ασθένειες. Παράλληλα επέρχονται βελτιώσεις σε πεδία όπως η γνώση συμπτωμάτων της ασθένειας τους, στην αυτοεκτίμηση, στο άγχος και στις κοινωνικές τους σχέσεις. Ακόμα διαπιστώθηκε ότι η ιππασία λειτουργεί ως μέσο βελτίωσης των συμπτωμάτων παιδιών που πάσχουν από εγκεφαλική παράλυση. Συμπερασματικά, η αθλητική θεραπευτική αναψυχή λειτουργεί απόλυτα ωφελιμιστικά καθώς βελτιώνει την ποιότητα ζωής των παιδιών που πάσχουν από σημαντικές ασθένειες.

218. ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΤΟΥ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ ΔΗΜΟΚΡΕΤΕΙΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΡΑΚΗΣ

Πασαλάρης Σ.Π., Αναστασίου Γ., Μπαξεβάνης Α., Ματσούκα Ο.,

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

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

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να προσδιοριστεί το περιεχόμενο του ελεύθερου χρόνου των φοιτητών/τριών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Τ.Ε.Φ.Α.Α.) Κομοτηνής του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης καθώς και το αθλητικό υπόβαθρο, των υπολοίπων μελών της οικογένειάς τους. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο (City of Scottsdale Leisure and Recreation Survey) το οποίο περιείχε 20 ερωτήσεις κλειστού τύπου. Το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτέλεσαν 100 φοιτητές/τριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Κομοτηνής οι οποίοι επιλέχθηκαν με την μέθοδο της κατανεμημένης δειγματοληψίας. Η ανάλυση συχνοτήτων έδειξε ότι το 69% φοιτητών/τριών ασχολούνταν με αθλητικές δραστηριότητες, το 60,6% με την παρακολούθηση ταινιών και το 45,1% με χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή. Όσο αναφορά το αθλητικό υπόβαθρο των υπόλοιπων μελών της οικογένειάς τους τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η παρακολούθηση της τηλεόρασης κατοπτρίζεται στο 67,6% των περιπτώσεων, η παρακολούθηση ταινιών στο 49,3% ενώ η ενασχόληση με αθλητικές δραστηριότητες στο 36,3%. Στην συνέχεια οι λόγοι που εμποδίζουν τους φοιτητές/τριες να συμμετάσχουν σε προγράμματα αναψυχής είναι η έλλειψη ελεύθερου χρόνου σε ποσοστό 35,2%, η έλλειψη χρημάτων σε ποσοστό 33,8% και το μεταφορικό μέσον σε ποσοστό 31%. Τέλος το 64,8% των ερωτηθέντων ασχολείται με τον αθλητισμό υψηλών επιδόσεων σε σχέση με το αντίστοιχο 25,4% των υπόλοιπων μελών της οικογένειάς τους. Συμπερασματικά το μεγαλύτερο ποσοστό των φοιτητών/τριών του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Δ.Π.Θ. ασχολούνται με τις αθλητικές δραστηριότητες ανεξάρτητα από το αθλητικό υπόβαθρο των λοιπών μελών της οικογένειάς τους οι οποίοι ως επί το πλείστον παρακολουθούν τηλεόραση, ενώ ο ελεύθερος χρόνος παρουσιάζετε ως το μεγαλύτερο εμπόδιο για την συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες. Τέλος θεωρούμε σκόπιμο ότι η δημιουργία ενδοπανεπιστημιακών ομάδων θα αποτελούσε παράγοντα παρακίνησης για μεγαλύτερη συμμετοχή σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής των φοιτητών/τριών.

219. Η ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΑΠΟΨΕΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ – ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΤΩΝ ΗΛΙΚΙΑΣ 11–17 ΕΤΩΝ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΕ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

Πολεμίτης Α., Χρίστου Ι.

ΑΛ. ΠΟΛ Αθλητική Συμβουλευτική ΛΤΔ., 2062, Λευκωσία, Κύπρος

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η καταγραφή των απόψεων των παιδιών κατασκηνωτών, σε καλαθοσφαιρική κατασκήνωση κατά τη διάρκεια δύο κατασκηνωτικών περιόδων. Το δείγμα αποτέλεσαν 85 άτομα, 62 αγόρια και 23 κορίτσια, ηλικίας 11 έως 17 ετών από την καλαθοσφαιρική κατασκήνωση του Νεολαία Αστέρα στη Λεμεσό. Για την αξιολόγηση της ποιότητας των υπηρεσιών και της ικανοποίησης των συμμετεχόντων χρησιμοποιήθηκε δομημένο ερωτηματολόγιο το οποίο οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν την τελευταία ημέρα της κατασκήνωσης. Το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε 73 ερωτήσεις κλειστού τύπου. Χωρίστηκε σε 6 επιμέρους ενότητες που αφορούσαν θέματα σχετικά με δημογραφικές πληροφορίες, κίνητρα συμμετοχής, θέματα γενικής ικανοποίησης, ποιότητας των εγκαταστάσεων, της διατροφής και απόψεις σχετικά με την ποιότητα της προπόνησης. Μέσω της ανάλυσης συχνοτήτων διαπιστώθηκε ότι το 92% των ατόμων που συμμετείχαν στην καλαθοσφαιρική κατασκήνωση ήταν αθλητές σε καλαθοσφαιρικούς συλλόγους με εμπειρία από 2 μέχρι 4 χρόνια. Το 54% των συμμετεχόντων κατασκηνωτών συμμετείχαν και στο παρελθόν σε παρόμοια καλαθοσφαιρική κατασκήνωση, ενώ το 35% των ατόμων συμμετείχε στο παρελθόν σε αθλητική κατασκήνωση η οποία δεν είχε αποκλειστικό αντικείμενο την καλαθοσφαίριση. Διαπιστώθηκε επίσης ότι η γνωριμία με άλλα άτομα, η γνωριμία με άλλους προπονητές όπως επίσης και η επαφή με γνωστά και διάσημα άτομα από το χώρο της καλαθοσφαίρισης ήταν από τους καθοριστικούς παράγοντες που συνέβαλαν στην συνολική ικανοποίηση από τη συμμετοχή στο καμπ. Τέλος σε σχετική μας ερώτηση αν επιθυμούσαν οποιαδήποτε αλλαγή σε ότι αφορά την κατασκήνωση διαπιστώθηκε ότι οι συμμετέχοντες θα ήθελαν περισσότερες παραγωγικές δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.

* 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.

Ιστορία φυσικής αγωγής History in physical education

220. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΚΑΙ ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΕΝΝΟΙΑΣ «ΥΓΕΙΑ»

Ζαρώτης Γ., Αθαναηλίδης Ι., Κατσαγκόλης Α., Τοσουνίδης Α.

Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών, Ρόδος

Σκοπός της μελέτης αυτής είναι να παρουσιάσει όσο το δυνατόν την ιστορική εξέλιξη και την θεωρητική προσέγγιση της έννοιας «Υγεία». Ήδη στην ελληνική μυθολογία η υγεία αντιπροσωπεύεται από δύο θεότητες. Ο Ασκληπιός είναι ο Θεός της Ιατρικής και αντιπροσωπεύει τον μεγάλο, θεϊκό θεραπευτή, ο οποίος μετατρέπει τους ασθενείς ξανά σε υγιείς. Εδώ η υγεία ταυτίζεται με την απουσία της ασθένειας. Αντίθετα η θεά Υγεία συμβολίζει την υγεία με την έννοια της τέχνης της ζωής και του συνετού (δραστήριου) τρόπου ζωής. Κατά τη διάρκεια του χριστιανισμού και του Μεσαίωνα αλλάζει λίγο ο τρόπος σκέψης και οι γνώσεις των φυσικών επιστημών. Υγεία σημαίνει άψογη λειτουργία της μηχανής άνθρωπος. Από την κατανόηση ότι οι φυσικές επιστήμες δεν μπορούν να εξηγήσουν από μόνες τους την ουσία της ζωής κατά τα τέλη του 17^{ου} αιώνα προκύπτει ο βιταλισμός. Σύμφωνα με αυτόν η υγεία γίνεται έκφραση μίας μεγάλης ποσότητας ζωτικής δύναμης ή έκφραση μίας άθικτης ζωτικής δύναμης. Στη συνέχεια ο ορισμός της υγείας συμπληρώνεται από τον FREUD (1948) με την έννοια της «ψυχικής υγείας». Στην σημερινή εποχή η υγεία γίνεται αντιληπτή ως ένα συμβάν διεργασιών, το οποίο διαμορφώνεται στο τρέχον κοινωνικό και ατομικό πλαίσιο. Για την περιγραφή της υγείας σημαντικές είναι ψυχικές, φυσικές και κοινωνικές πλευρές. Η υγεία και η ασθένεια πρέπει να θεωρηθούν (φυσικά, ψυχικά, και κοινωνικά) οι αντίποδες ενός πολυδιάστατου συνεχούς υγείας-ασθένειας, στο οποίο μπορεί να τοποθετηθεί ένα άτομο μία συγκεκριμένη χρονική στιγμή. Αυτή η στιγμιαία απεικόνιση της υγείας αποτελεί το αποτέλεσμα μίας δυναμικής ισορροπίας (Balance) μεταξύ του ατόμου με τους προστατευτικούς του παράγοντες και των απαιτήσεων του κοινωνικού-οικολογικού περιβάλλοντός του.

221. Η ΥΠΕΡΒΑΣΗ ΤΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΩΝ ΟΡΙΩΝ ΩΣ ΓΕΝΕΣΙΟΥΡΓΟΣ ΑΙΤΙΑ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Γιαννάκη Σ., Νομικός Ν., Γιαννάκης Θ.

Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, 17237 Αθήνα

Σε μια ευαίσθητη ηθικά εποχή, το φαινόμενο της υπέρβασης των κανόνων και των ορίων πρωταγωνιστεί ως μέσο επιβολής στη ζωή του ανθρώπου, εμφανιζόμενο και στο χώρο του αθλητισμού. Σκοπός της παρούσας μελέτης δεν είναι η υιοθέτηση καταδικαστέων εκδηλώσεων αλλά η επισήμανση αυτών των μορφών υπέρβασης των ορίων μέσα στον αρχαίο Ελληνικό αθλητικό χώρο και ο προσδιορισμός των συνεπειών στην εξέλιξη της αθλητικής ιστορίας. Οι υπερβάσεις των κανόνων ποικίλλουν αναλογικά με την ανθρώπινη εξέλιξη. Στη Μυκηναϊκή εποχή ο υπερβαίνων το μέτρο, υποδηλώνει τον γενναίο, τον δυνατό, τη δύναμη της εξουσίας. Λαμβάνοντας υπόψη ότι ο μύθος αποτελεί τον ιστορικό πυρήνα του παρελθόντος, κατά τη Μινωική εποχή ο θεός Δίας έρχεται στην Ολυμπία και κατόπιν θεομαχίας, μορφοποιούμενη σε παλαιστικό αγώνισμα με αντίπαλο τον πατέρα του Κρόνο, ενθρονίζεται στις θρησκευτικές συνειδήσεις των ανθρώπων, επιτυγχάνοντας ταυτόχρονα την καθιέρωση της νέας Ολυμπιακής φιλοσοφίας. Παραδείγματα επίσης αποτελούν οι σπαρτιατικοί αγώνες προς τιμή του μάντη Κάρνου, οι αγώνες προς τιμή των αδελφών Ευρυτιώνη και Ελλωτία, ενώ εντοπίζουμε περιστατικά υπέρβασης κοινωνικού και θρησκευτικού περιεχομένου που συνοδεύονται από την ίδρυση των Ιερών Πανελληνίων Αγώνων.

222. ΤΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΤΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΘΛΗΣΗΣ ΣΤΟ ΕΡΓΟ ΤΟΥ ΠΛΑΤΩΝΑ ΤΙΜΑΙΟΣ. ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΚΑΙ ΣΗΜΕΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Γιάτσης Σ., Αλμπανίδης Ε., Κόλιας Η.

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

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

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

Στο παραπάνω έργο του Πλάτωνα γίνεται εκτενής αναφορά στο στοιχείο της κίνησης. Ο φιλόσοφος εκφράζει απόψεις γύρω από το φαινόμενο της κίνησης, εκφράζοντας προσωκρατικές και προσωπικές απόψεις. Την κίνηση ο Πλάτωνας (Τίμαιος) την εξετάζει πολύπλευρα αναλύοντας τόσο το φαινόμενο στη φύση και γενικότερα στο Σύμπαν. Όσο αφορά τη γυμναστική στη γενική της έννοια ως στοιχείο κίνησης και εκπαιδευτικού εργαλείου τονίζοντας ότι δυο στοιχεία υπάρχουν για τον άνθρωπο, η γυμναστική και η μουσική. Στόχος ειδικότερος της εργασίας είναι να γίνει σύγκριση της ιδέας της γυμναστικής [όπως εκφράζεται στον Τίμαιο] και όπως αυτή αναφέρεται στην αρχαιοελληνική γραμματεία και σε άλλα έργα του Πλάτωνα και αντίστοιχα της σημερινής. Η προσέγγιση στο θέμα γίνεται από σημειολογικής και κινήσιολογικής πλευράς.

224. Ο ΛΟΥΚΙΑΝΟΣ ΠΟΥ ΑΝΑΔΕΙΚΝΥΕΙ ΚΑΙ ΚΑΤΑΞΙΩΝΕΙ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ-ΑΘΛΗΣΗ ΠΑΡΑΜΕΝΕΙ ΑΓΝΩΣΤΟΣ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ Σεραφειμίδης Ι.**Χριστοπούλου 8, 546 35 Θεσσαλονίκη**

Εάν κανείς διαβάσει το μικρό, φιλοσοφημένο και γοητευτικό κείμενο του Λουκιανού «**Ανάχαρσις ή Περί Γυμνασίων**», θα εκπλαγεί από τις διαχρονικής αξίας σκέψεις, γνώσεις και τους προβληματισμούς για τη σημασία και την αναγκαιότητα της σωματικής άσκησης και της άθλησης που περιέχονται σ' αυτό, και που νομίζουμε ότι αποτελεί ένα από τα ωραιότερα – αν όχι το ωραιότερο – της αρχαιοελληνικής αθλητικής γραμματείας. Ο σκοπός της ανακοίνωσης αυτής είναι να αναδειχθεί και να γίνει γνωστό το μοναδικό αυτό έργο (ο διάλογος) του ιδιοφυή φιλοσόφου και συγγραφέα Λουκιανού (2^{ος} μ.Χ. αιώνας) στους ασχολούμενους με τη Φυσ. Αγωγή και τον αθλητισμό, γιατί παραδόξως η συντριπτική πλειοψηφία αυτών το αγνοεί, ενώ θα έπρεπε να αποτελούσε το κατ' εξοχήν ιδεολογικό – φιλοσοφικό αθλητικό κείμενο και ανάγνωσμα όλων ανεξαιρέτως των εμπλεκομένων με την άσκηση και την άθληση, των διδασκόντων και διδασκομένων στις Ε.Α.Σ.Α. και Τ.Ε.Φ.Α.Α., των υπευθύνων και εκπαιδευτικών Φυσ. Αγωγής, των αθλητικών παραγόντων και αθλούμενων καθώς και των φιλάθλων.

225. Η ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΤΑ ΤΟ 19^ο ΑΙΩΝΑ**Οικονομάκου Μ., Αλμπανίδης Ε.****Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100, Κομοτηνή**

Είναι γεγονός ότι η Φυσική Αγωγή, ως στοιχείο της εκπαίδευσης, ακολουθεί ως ένα βαθμό την πορεία των εκπαιδευτικών και πολιτικών πραγμάτων. Σκοπός αυτής της μελέτης είναι η μελέτη της εξέλιξης του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής στην Ελληνική Εκπαίδευση κατά τον 19^ο αιώνα. Ειδικότερα καταγράφονται Νόμοι, Διατάγματα, Υπουργικές Αποφάσεις και Εγκύκλιοι που επηρέασαν και διαμόρφωσαν το περιεχόμενο και το χαρακτήρα του μαθήματος Φυσικής Αγωγής στην Εκπαίδευση. Τα διάφορα γυμναστικά συστήματα και μοντέλα που εφαρμόστηκαν από το 1834 και στη συνέχεια ήταν αντίγραφα ξένων κρατών. Συγκεκριμένα, από το 1834 μέχρι το 1900 περίπου, εφαρμόστηκε η ενόργανη γυμναστική, οι στρατιωτικές ασκήσεις οπλασκίας και οι τακτικές ασκήσεις, δηλαδή το Γερμανικό σύστημα γυμναστικής. Η δημιουργία του Κεντρικού Γυμναστηρίου στην Αθήνα το 1878 σηματοδότησε τις απαρχές της κρατικής παρέμβασης με στόχο την ανάπτυξη του αθλητισμού. Το 1880, η Φ.Α εντάχθηκε ως υποχρεωτικό μάθημα στην Εκπαίδευση, με διάρκεια δύο ώρες κάθε εβδομάδα, και διορίστηκαν ο πρώτοι γυμναστές σε ορισμένα σχολεία της Αθήνας. Δύο χρόνια αργότερα οι ώρες αυξήθηκαν σε τρεις, ενώ το 1883 αγοράστηκαν όργανα γυμναστικής και έτσι ορισμένα σχολεία άρχισαν να διαθέτουν πια τα δικά τους στοιχειώδη γυμναστήρια. Ο Ι. Φωκιανός, έως το 1896, και στη συνέχεια ο Ι. Χρυσάφης, πρωταγωνίστησαν στις προσπάθειες ενσωμάτωσης της Φ.Α. στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα. Μάλιστα, με τη διαδοχή του Φωκιανού από το Χρυσάφη εγκαταλείφθηκε το γερμανικό γυμναστικό σύστημα και υιοθετήθηκε το αντίστοιχο σουηδικό. Ο νόμος ΒΧΚΑ' του 1899, θεωρείται η πρώτη συστηματική νομοθετική παρέμβαση για την οργάνωση των ζητημάτων που αφορούσαν τη γυμναστική και συνολικά τον ελληνικό αθλητισμό. Βάσει του νόμου αυτού η Φ.Α. ορίστηκε ως υποχρεωτικό μάθημα και για τις τρεις βαθμίδες της εκπαίδευσης και προβλέφθηκε η δημιουργία ειδικού χώρου εκγύμνασης για κάθε σχολείο. Αναφορικά με την εκπαίδευση

* 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.

γυμναστών το 1882 ιδρύθηκε η πρώτη κρατική σχολή, η λειτουργία της οποίας ρυθμίστηκε και νομοθετικά πέντε χρόνια αργότερα, με το νόμο ΑΧΗ'. Το 1893 προστέθηκαν στον προαναφερθέντα νόμο νέες διατάξεις που προέβλεπαν την επαναλειτουργία της με την ονομασία Ειδική Σχολή Γυμναστών. Μια νέα φάση ανάπτυξης της σχολής, όπως και συνολικά ολόκληρου του ελληνικού αθλητισμού, σηματοδοτήθηκε μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Συγκεκριμένα, το 1897 ο χρόνος εκπαίδευσης των γυμναστών αυξήθηκε στα 2 χρόνια, ενώ το 1899 τέθηκαν περιορισμοί στην εισαγωγή των εκπαιδευόμενων γυμναστών που θα έπρεπε να είναι φοιτητές κάποιας άλλης σχολής, και μάλιστα τουλάχιστον δευτεροετείς. Το μορφωτικό επίπεδο των γυμναστών βελτιώθηκε και η θέση της Φυσικής Αγωγής στην εκπαίδευση αναβαθμίστηκε.

226. ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΣΗΜΕΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΩΝ ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΣΤΟΥΣ ΑΡΧΑΙΟΥΣ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ

Χριστοφορίδη Β., Γιάτσης Σ.

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

Σκοπός αυτής της εργασίας είναι μια συγκριτική θεώρηση των σημειολογικών στοιχείων που διαφοροποιούν τους Αρχαίους από τους Σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες, ως προς τη θρησκευτική τους υπόσταση. Σημειωτικές επισημάνσεις λατρευτικής-τελετουργικής διάστασης των Ολυμπιακών Αγώνων της αρχαιότητας, που βασικό θέμα τους ήταν η λατρεία του Δία, προς τιμή του οποίου διαδραματιζόνταν κάθε αθλητικό γεγονός, τονίζουν πως πέρα από το αθλητικό, κοσμικό, κοινωνικό, πολιτιστικό ύφος, κύριος ενεργειακός άξονας ήταν το θρησκευτικό συναίσθημα. Το σημειολογικό σύμπλεγμα αθλητικού και θρησκευτικού ιδεώδους- πνεύματος εκδηλώνεται εντονότατα στον τρόπο διεξαγωγής τους, που αφορούν σε ναούς, αγάλματα, σύμβολα, τελετουργίες-δρώμενα, ιέρεις, όρκους αθλητών κλπ. Οι σύγχρονοι από την άλλη Ολυμπιακοί Αγώνες, διαδραματίζονται σε νέες θεωρητικές βάσεις και δεν επηρεάζονται άμεσα από καμιά θρησκεία. Χαρακτηριστικό τους η απουσία του ειδωλολατρικού στοιχείου ως πλαίσιο θρησκευτικής αναφοράς, και η διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς με αναπαραστάσεις μυθολογικής υπόστασης.

Συμπερασματικά οι νέοι παγκόσμιας εμβέλειας Ολυμπιακοί Αγώνες, απέχουν από το θρησκευτικό πλαίσιο της αρχαιότητας, εφόσον αθλητές και λαοί από διάφορες χώρες και πέραν του θρησκευτικού συναισθήματος, ιδεολογίας, κουλτούρας και πολιτισμού συμμετέχουν σ' αυτούς.

227. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΚΑΙ ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΕΝΝΟΙΑΣ «ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ»

Ζαρώτης Γ., Αθανηλίδης Ι., Κατσαγκόλης Α., Μητροτάσιος Μ.

Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών, Ρόδος

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να παρουσιάσει την ιστορική εξέλιξη και την θεωρητική προσέγγιση της έννοιας «*ποιότητα ζωής*». Ο όρος ποιότητα ζωής που χρησιμοποιείται σήμερα έχει μακρά παράδοση. Ο Αριστοτέλης και ο Πλάτων ασχολήθηκαν με το τι κάνει μία ζωή ευτυχισμένη. Η έκφραση ευδαιμονία, το οποίο σημαίνει κάτι σαν «ευτυχισμένη ζωή» μπορεί να θεωρηθεί ως πρόδρομος της έννοιας της ποιότητας ζωής. Ο όρος ποιότητα ζωής μέχρι τώρα χρησιμοποιήθηκε κυρίως στην πολιτική. Στο αμερικάνικο σύνταγμα ο όρος ποιότητα ζωής αναφέρεται ως βασικό συστατικό στοιχείο ενός ελεύθερου δημοκρατικού συντάγματος με τις λέξεις "pursuit of happiness". Στον Willy Brandt αποδίδεται η εισαγωγή του όρου στη Γερμανία. Στην ομιλία του το 1967 αποτέλεσε για πρώτη φορά θέμα η ποιότητα ζωής των πολιτών ως ένας σημαντικός στόχος του κοινωνικού κράτους. Από τη μία η έννοια *ποιότητα ζωής* περιλαμβάνει μία πολυδιάστατη πραγματική κατάσταση, η οποία συμπεριλαμβάνει διάφορους τομείς της ζωής, όπως π.χ. συνθήκες κατοικίας, υγεία, κοινωνικές σχέσεις. Από την άλλη κατέχει υποκειμενικές και αντικειμενικές διαστάσεις, δηλαδή π.χ. σε αντικειμενικά ίδιες συνθήκες κατοικίας η ικανοποίηση αυτών που μένουν σε αυτές μπορεί να είναι διαφορετική. Τρίτον η *ποιότητα ζωής* δεν προκύπτει αποκλειστικά από το άθροισμα της ευημερίας των ατόμων, παρά απαιτεί να ληφθούν υπ' όψιν ανώτεροι στόχοι και αξίες όπως π.χ. ελευθερία, ασφάλεια και αλληλεγγύη. Αυτοί και άλλοι ορισμοί και σκέψεις για την έννοια *ποιότητα ζωής* καθιστούν σαφές ότι δεν υπάρχει πλήρως ενιαία αντίληψη της έννοιας αυτής και κάθε άτομο νιώθει πολύ

* 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.

διαφορετικά τους διάφορους δείκτες. Συμπερασματικά η έννοια ποιότητα ζωής έχει γίνει ένα νέο σύνθημα της κοινωνίας μας, το οποίο χρησιμοποιείται στους πλέον διαφορετικούς τομείς της ζωής μας.

228. ΤΑ ΜΕΓΑΛΑ ΑΣΚΛΗΠΕΙΑ ΤΗΣ ΚΩ: ΕΝΑΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΣΤΙΚΗΣ ΕΠΟΧΗΣ

Κατσάνος Δ., Φανιόπουλος Χ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Φιλοσοφική Σχολή, Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας, 54006 Θεσσαλονίκη.

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

Κατά τη διάρκεια της Ελληνιστικής εποχής (323-30 π.Χ.) μαρτυρούνται αγώνες τοπικοί, οι οποίοι αναδιοργανώθηκαν και απέκτησαν πανελλήνιο χαρακτήρα. Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η αναφορά στο φαινόμενο της αναδιοργάνωσης αυτών των αγώνων. Η πρωτοβουλία ανήκε σε βασιλείς, πόλεις και Συμπολιτείες και έγινε αποδεκτή από μεγάλο αριθμό ελληνικών πόλεων, Συμπολιτειών και βασιλέων. Πηγές για το φαινόμενο αυτό αποτελούν οι αρχαίες ελληνικές επιγραφές, μέσω των οποίων σώζονται ψηφίσματα ελληνικών πόλεων και Συμπολιτειών, καθώς και επιστολές βασιλέων. Μέσω των ψηφισμάτων και των επιστολών αυτών γίνονται αποδεκτοί οι αγώνες και κατά συνέπεια αποδεικνύεται ο πανελλήνιος χαρακτήρας τους. Στην παρούσα εργασία δεν εξετάζεται το σύνολο των πανελληνίων αγώνων της Ελληνιστικής εποχής, αλλά ένας αντιπροσωπευτικός αγώνας που διεξαγόταν στη νήσο Κω, τα Μεγάλα Ασκληπεία. Από τη μελέτη των πηγών που προαναφέρθηκαν προκύπτουν οι εξής πληροφορίες: Η λατρεία του Ασκληπιού στην Κω ήταν η κύρια λατρεία της νήσου ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια του 3^{ου} και του 2^{ου} αι. π.Χ. Προς τιμήν του Ασκληπιού διεξαγόταν μία ετήσια εορτή που είχε τοπικό χαρακτήρα. Το έτος 242 π.Χ. η Κως αναδιοργάνωσε την τοπική εορτή σε συνδυασμό με το αίτημα ασυλίας του ιερού του Ασκληπιού. Η αναδιοργανωμένη πλέον εορτή ήταν πεντετηρική, δηλαδή διεξαγόταν κάθε τέσσερα έτη, περιελάμβανε γυμνικά, ιππικά και μουσικά αγωνίσματα και απέκτησε πανελλήνιο χαρακτήρα, καθώς πλήθος πόλεων και βασιλέων από ολόκληρο τον ελληνικό κόσμο έσπευσαν να συμμετάσχουν σε αυτήν.

Φυσική Αγωγή στο Σχολείο Physical Education in School

229. ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ.

Κάμτσιος Σ., Διγγελίδης Ν., Κοσμίδου Ε.

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

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξεταστούν οι διαφορές στη συμμετοχή σε φυσική δραστηριότητα μαθητών της Ε και Στ τάξης του δημοτικού σχολείου που κατατάσσονται, σύμφωνα με την τιμή του δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ) που έχουν σε αυτούς με φυσιολογικό βάρος, στους υπέρβαρους και στους παχύσαρκους. Στην έρευνα συμμετείχαν 775 μαθητές/τριες (αγόρια n=362, κορίτσια n=413), ηλικίας 11-12 ετών που φοιτούσαν σε σχολεία των περιφερειών Ηπείρου, Θράκης, Στερεάς Ελλάδας και Αττικής. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε με κατάλληλα προσαρμοσμένα ερωτηματολόγια. Βάση του ύψους και του βάρους κατηγοριοποιήθηκε ο ΔΜΣ των μαθητών/τριων σε φυσιολογικό, υπέρβαρο και παχύσαρκο, σύμφωνα με τα όρια που παγκοσμίως έχουν τεθεί (Cole et al, 2000). Για τη στατιστική ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης μιας κατεύθυνσης με ανεξάρτητη μεταβλητή την κατηγορία του ΔΜΣ και εξαρτημένη τη φυσική δραστηριότητα. Επίσης, χρησιμοποιήθηκε το test χ^2 . Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ μαθητών/τριων με φυσιολογικό σωματικό βάρος, υπέρβαρων και παχύσαρκων στο δείκτη φυσικής δραστηριότητας ($F_{2,769} = 12.82, p < .05$), με τους μαθητές με φυσιολογικό ΔΜΣ να έχουν υψηλότερα σκορ στην κλίμακα της φυσικής δραστηριότητας (Φυσιολογικός ΔΜΣ, Μ.Ο. = 48.16, υπέρβαρος Μ.Ο. = 43.54, παχύσαρκους, Μ.Ο. = 29.19). Επίσης οι μαθητές/τριες με φυσιολογικό σωματικό βάρος υπερτερούν έναντι των υπόλοιπων δυο κατηγοριών ως προς τη συμμετοχή τους σε καθημερινή

* 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.

φυσική δραστηριότητα και άσκηση, καθώς συμμετέχουν ως αθλητές/τριες σε κάποιο αθλητικό σύλλογο ($\chi^2_{(2)} = 19.861$, $p = .000$), γυμνάζονται μεγαλύτερο χρονικό διάστημα καθημερινά σε κάποιο οργανωμένο αθλητικό σωματείο ($\chi^2_{(10)} = 25.265$, $p = .005$) ή ιδιωτικό γυμναστήριο ($\chi^2_{(2)} = 11.560$, $p = .003$). Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι η έλλειψη φυσικής δραστηριότητας και η υποκινητικότητα συσχετίζεται με το φαινόμενο της παχυσαρκίας και του σωματικού υπέρβαρου. Στοχευόμενες παρεμβάσεις μέσω του μαθήματος φυσικής αγωγής ή μέσω καινοτόμων σχολικών δραστηριοτήτων, όπως τα προγράμματα αγωγής υγείας θα πρέπει να γίνονται, με σκοπό την πληροφόρηση για τους κινδύνους υγείας που οφείλονται στην υποκινητικότητα, αλλά και τη δημιουργία θετικών στάσεων όλων των μαθητών ως προς τη φυσική δραστηριότητα.

230. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΟΡΓΑΝΟΥ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΩΝ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΕ ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΤΙΣ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Τόλκα Β., Τζέτζης Γ., Τάχης Σ.

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

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν η δημιουργία ενός οργάνου αξιολόγησης των κινήτρων των παιδιών που συμμετείχαν σε τουρνουά ακαδημιών ποδοσφαίρου και η διερεύνηση της σχέσης τους με τη συνολική ικανοποίηση και τις προθέσεις συμπεριφοράς. Οι νεαροί αθλητές συμπλήρωσαν ειδικά διαμορφωμένο ερωτηματολόγιο, που εξέταζε: α) τα κίνητρα συμμετοχής, β) τη συνολική ικανοποίηση, γ) την πρόθεση για επανάληψη της συμμετοχής και δ) την ανάπτυξη θετικής προφορικής επικοινωνίας. Τα αποτελέσματα της παραγοντικής ανάλυσης των κινήτρων ανέδειξαν δύο παράγοντες: α) «κίνητρα αναψυχής» και β) «αθλητικά κίνητρα», με αποδεκτούς δείκτες αξιοπιστίας (Cronbach's α) 0,83 και 0,82 αντίστοιχα. Στη συνέχεια, εφαρμόστηκε ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης για τη διερεύνηση της πρόβλεψης της μεταβλητότητας. Οι δύο παράγοντες, «αθλητικών κινήτρων» και «κινήτρων αναψυχής» προέβλεψαν σημαντικά ($F=4,97$, $p<0,05$) την ικανοποίηση ($R=0,097$), ενώ μόνο ο παράγοντας των «αθλητικών κινήτρων» συνεισέφερε σημαντικά στην πρόβλεψη της πρόθεσης για επανάληψη της συμμετοχής ($R=,076$, $F=3,83$, $p<0,05$) και στην πρόβλεψη της προφορικής επικοινωνίας ($R=,176$, $F=9,92$, $p<0,05$). Συμπερασματικά, αναφέρεται ότι οι διοργανώσεις αυτού του τύπου έχουν μεγάλη σχέση με την προοπτική εξέλιξης των αθλητών, επομένως πρέπει να δοθεί έμφαση στη δημιουργία των κατάλληλων συνθηκών για την ανάδειξη και αξιοποίηση του ταλέντου τους (σεμινάρια εκμάθησης / βελτίωσης τεχνικής, γνωριμία με προπονητές και μάνατζερ κλπ).

233. ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΔΥΟ ΜΕΘΟΔΩΝ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΤΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ.

LOUGHBOROUGH UNIVERSITY, UK

Ρέππα Γ.Π., Biddle S.J.H.

Loughborough University

Σκοπός της εργασίας είναι να ερευνήσει την επιρροή δύο διαφορετικών μεθόδων διδασκαλίας του αντικειμένου της γυμναστικής της φυσικής αγωγής στην ευχαρίστηση των μαθητών, τη διάθεσή τους και την πρόθεση για συνέχιση τέτοιου είδους μαθήματος μετά το τέλος του σχολικού προγράμματος. Για τη διεξαγωγή της έρευνας πήραν μέρος 74 συνολικά μαθητές Ε' και ΣΤ' δημοτικού από δύο σχολεία των Αθηνών. Τυχαία χωρίστηκαν σε δύο ομάδες, όπου στην πρώτη ομάδα το ένα μάθημα διεξήχθη με την άμεση μέθοδο (στυλ του παραγγέλματος) και στην άλλη το ίδιο μάθημα με την έμμεση μέθοδο (στυλ καθοδηγούμενης εφευρετικότητας) και το επόμενο μάθημα διεξήχθη με εναλλαγή των μεθόδων και των ομάδων. Ερωτηματολόγια για τη γενική ευχαρίστηση της φυσικής αγωγής, την ειδική ευχαρίστηση (IMI), για τη διάθεση (SAM) και την πρόθεση για συνέχιση τέτοιου είδους μαθήματος (intention scale) χρησιμοποιήθηκαν. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχει στατιστικώς σημαντική διαφορά για την ευχαρίστηση ($t_{72} = 2.33$, $p = 0.02 < 0.05$), με πιο ευχάριστο το στυλ της καθοδηγούμενης εφευρετικότητας. Επίσης παρατηρήθηκε στατιστικώς σημαντική αλληλεπίδραση του χρόνου

* 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.

μέτρησης και των μεθόδων στις αλλαγές της διάθεσης ($F = 4.62, P = 0.02; p < 0.05$). Όσον αφορά τη πρόθεση για συνέχιση συμμετοχής παρατηρήθηκε ότι ήταν θετική και ανεξάρτητη από τη μέθοδο διδασκαλίας. Συμπερασματικά το στυλ της καθοδηγούμενης εφευρετικότητας θεωρείται πιο ευχάριστο από το στυλ του παραγγέλματος. Οι δύο μέθοδοι φαίνεται να έχουν διαφορετική επίδραση στις αλλαγές της διάθεσης των μαθητών. Παρόλο που χρειάζεται περαιτέρω έρευνα στο συγκεκριμένο τομέα τα αποτελέσματα μας δείχνουν ότι οι καθηγητές φυσικής αγωγής θα πρέπει να υιοθετήσουν πιο έμμεσες μεθόδους διδασκαλίας.

234. ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ ΚΑΙ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ ΤΩΝ ΕΚΠ/ΚΩΝ

Ντιβέρη Π., Διγγελίδης Ν., Χαραλαμπίδου Ε.

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

Η προσπάθεια γενίκευσης της Ευέλικτης Ζώνης που επιχειρήθηκε απ' το Υπουργείο Παιδείας στην αρχή του παρόντος σχολικού έτους προκάλεσε την αντίδραση της πλειοψηφίας των εκπ/κών και την υπαναχώρηση του Υπουργείου Παιδείας. Ο λόγος που επικαλέστηκαν στην πλειοψηφία τους οι εκπ/κοί ήταν η έλλειψη σχετικής επιμόρφωσης. Η παρούσα εργασία αποτελεί μέρος ερευνητικής εργασίας (η έρευνα διεξήχθη στο τέλος του σχολικού έτους 2003-2004) και σκοπός της ήταν να διαπιστωθεί αν οι εκπαιδευτικοί της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης είναι ενημερωμένοι σχετικά με την Ευέλικτη Ζώνη και αν επιθυμούν την ένταξή τους σ' αυτή. Επίσης, αν οι εκπαιδευτικοί πιστεύουν ότι έχουν την απαραίτητη ενημέρωση και τις γνώσεις για τη διαθεματικότητα, που είναι το κυρίαρχο στοιχείο της Ε.Ζ, καθότι σύμφωνα με το Υπ.Ε.Π.Θ., σ' αυτήν εφαρμόζεται η Διαθεματική προσέγγιση στην προωθημένη της μορφή (Σχέδια εργασίας) και αν έχουν ανάγκη για επιπλέον επιμόρφωση. Τέλος, αν υπάρχουν διαφορές μεταξύ των εκπαιδευτικών. Στην έρευνα συμμετείχαν 198 εκπαιδευτικοί και τα δεδομένα συγκεντρώθηκαν με ερωτηματολόγια. Βρέθηκε ότι οι εκπ/κοί στην πλειοψηφία τους α) δεν γνωρίζουν πώς λειτουργούν τα σχολεία που έχουν ενταχθεί στην Ε.Ζ (Μ.Ο.=2.73, Τ.Α.=1.21) και δεν επιθυμούν την ένταξη του σχολείου τους σ' αυτήν (Μ.Ο.=2.85, Τ.Α.=1.09) β) δεν πιστεύουν ότι έχουν την απαραίτητη ενημέρωση και τις γνώσεις για τη διαθεματικότητα (Μ.Ο.=3.77, Τ.Α.=1.38) και τονίζουν την ανάγκη επιμόρφωσης (Μ.Ο.=6.36, 1.18). Δεν βρέθηκαν διαφορές ως προς τις μεταβλητές που μετρήθηκαν λόγω φύλου, ειδικότητας, χρόνων υπηρεσίας. Από τ' αποτελέσματα αναδείχθηκε η ανάγκη των εκπαιδευτικών για ενημέρωση και επιμόρφωση αφ' ενός για την Ε.Ζ., αφετέρου για τη διαθεματικότητα και την προωθημένη διαθεματικότητα.

235. ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ

Τσιλιμγκουνάκη Ε., Κώστα Γ., Τριγώνης Ι., Γούργουλης Β., Ματσούκα Ο.

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

Η αυτοεκτίμηση αποτελεί παράγοντα υψηλής σημασίας στα πλαίσια της ψυχολογίας. Αντικατοπτρίζει την αίσθηση της ευχαρίστησης και της προσωπικής αποδοχής που νιώθει κάποιος και η οποία προέρχεται από την προσωπική αποτίμηση της αξίας, της σπουδαιότητας, ελκυστικότητας και ικανότητας να ικανοποιεί τις επιθυμίες του. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η προσέγγιση της αυτοεκτίμησης στην παιδική ηλικία καθώς και η διερεύνηση των επιδράσεων της άσκησης στον βαθμό αυτοεκτίμησης των παιδιών. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε ήταν η παγκόσμια βιβλιογραφική ανασκόπηση. Από τα αποτελέσματα της παρούσας εργασίας φάνηκε ότι η άσκηση προάγει σημαντικά το επίπεδο του βαθμού αυτοεκτίμησης στην παιδική ηλικία. Παράλληλα το σύνολο των ερευνών υπέδειξε ότι δεν υπάρχει υψηλή συσχέτιση μεταξύ της αυτοεκτίμησης και της σχολικής απόδοσης ενώ αντίθετα ο παράγοντας εθνικότητα φαίνεται να επηρεάζει την αυτοεκτίμηση. Επιπλέον η σωματική ή νοητική ανικανότητα δεν φάνηκε να επιδρά στην διαμόρφωση του βαθμού αυτοεκτίμησης. Συμπερασματικά, η αθλητική αναψυχή και στα πλαίσια αυτής και η άσκηση προάγει σημαντικά το επίπεδο του βαθμού αυτοεκτίμησης στην παιδική ηλικία.

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

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

Ειδικά Θέματα Προπονητικής Special issues in Training

237. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΜΙΑΣ ΔΕΣΜΗΣ ΓΕΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΩΝ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Μαργαρίτη Χ., Γεροδήμος Β., Λαγγούση Μ., Πέρκος Σ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της μελέτης ήταν ο έλεγχος της αξιοπιστίας επιλεγμένων γενικών και ειδικών δοκιμασιών σε αθλητές και αθλήτριες χειροσφαίρισης παιδικής ηλικίας. Στη μελέτη συμμετείχαν εθελοντικά 16 αγόρια (10,4 ετών, σωμ. μάζα: 48,4kg, ανάστημα: 1,5m) και 14 κορίτσια (10,1 ετών, σωμ. μάζα: 40,3kg, ανάστημα: 1,4±m). Οι χειροσφαιριστές αξιολογήθηκαν στις εξής δοκιμασίες: άλμα σε μήκος, κατακόρυφο άλμα, κινητικότητα, ρίψη ιατρικής μπάλας, ταχύτητα 30m, ντρίπλα σλάλομ 30m, ρίψη μπάλας, στόχος στο τέρμα και δρόμο ευκινησίας. Η αξιολόγηση έγινε 2 φορές σε διάστημα 5 ημερών με την ίδια ακριβώς διαδικασία και στις 2 αξιολογήσεις (π.χ. προθέρμανση, σειρά εκτέλεσης δοκιμασιών κ.α.). Για τον έλεγχο της αξιοπιστίας των δοκιμασιών χρησιμοποιήθηκε η Test-Retest Reliability Analysis. Στον πίνακα φαίνεται η επίδοση των χειροσφαιριστών ανά δοκιμασία, μέτρηση και φύλο καθώς και ο βαθμός αξιοπιστίας.

Δοκιμασίες	Αγόρια		Κορίτσια			
			ICC		ICC	
Άλμα σε μήκος(cm)	1,13	1,22	,80	1,05	1,14	,86
Κατακόρυφο άλμα(cm)	23,44	24,19	,97	25,00	25,50	,99
Κινητικότητας(cm)	- ,50	,13	,96	1,93	2,50	,99
Ρίψη ιατρικής μπάλας(m)	4,53	5,09	,78	4,10	4,55	,91
Ταχύτητα 30m(s)	5,92	5,69	,74	6,03	5,72	,76
Ντρίπλα σλάλομ 30m(s)	11,23	10,51	,86	15,44	13,90	,90
Ρίψη μπάλας(cm)	14,31	15,71	,81	11,30	13,14	,87
Στόχος στο τέρμα(προσ.)	3,44	4,88	,72	4,50	5,43	,66
Δρόμος ευκινησίας(s)	13,32	12,80	,85	14,25	13,69	,78

Παρατηρούμε ότι όλες οι δοκιμασίες παρουσίασαν από υψηλή έως πολύ υψηλή αξιοπιστία και στα δυο φύλα. Η συγκεκριμένη δέσμη δοκιμασιών προτείνεται στους προπονητές χειροσφαίρισης για την αξιολόγηση των αθλητών τους που βρίσκονται στην παιδική ηλικία.

238. ΔΕΣΜΗ ΓΕΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΩΝ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΕ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ ΑΝΑΠΥΞΙΑΚΩΝ ΗΛΙΚΙΩΝ. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΗΛΙΚΙΑΣ ΚΑΙ ΦΥΛΟΥ

Μαργαρίτη Χ., Γεροδήμος Β., Πέρκος Σ.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 42100 Τρίκαλα

Σκοπός της μελέτης ήταν ο έλεγχος της επίδρασης της ηλικίας και του φύλου στην απόδοση χειροσφαιριστών αναπτυξιακών ηλικιών σε μια δέσμη γενικών και ειδικών δοκιμασιών. Στη μελέτη συμμετείχαν εθελοντικά 60 αθλητές και αθλήτριες (15 αγόρια παιδικής και 15 εφηβικής ηλικίας και 15 κορίτσια παιδικής και 15 εφηβικής ηλικίας). Οι χειροσφαιριστές αξιολογήθηκαν στις εξής δοκιμασίες: άλμα σε μήκος, κατακόρυφο άλμα, κινητικότητα, ρίψη ιατρικής μπάλας, ταχύτητα 30m, ντρίπλα σλάλομ 30m, ρίψη μπάλας, στόχος στο τέρμα και δρόμο ευκινησίας. Για τον έλεγχο της επίδρασης του φύλου και της ηλικίας στην απόδοση των χειροσφαιριστών χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης με 2 παράγοντες (two way ANOVA). Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε στο $\alpha = .05$. Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων φαίνεται μη

Δοκιμασίες	Αγόρια		Κορίτσια	
	παιδιά	έφηβοι	παιδιά	έφηβοι
Άλμα σε μήκος(cm)	1,13	1,17	1,05	1,12
Κατακόρυφο άλμα(cm)	23,44	26,58	25,00	22,11
Κινητικότητα(cm)	- ,50	2,58	1,93	- ,33
Ρίψη ιατρ. μπάλας(m)	4,53	6,57	4,10	5,25
Ταχύτητα 30m(s)	5,92	5,46	6,03	6,19
Τρίπλα σλάλομ 30m(s)	11,23	10,21	15,44	11,57
Ρίψη μπάλας(cm)	14,31	19,96	11,30	15,14
Στόχος στο τέρμα(πρ.)	3,44	6,58	4,50	6,33
Δρόμος ευκινησίας(s)	13,32	12,21	14,25	13,53

στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση των παραγόντων που ελέγχθηκαν. Επίσης δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές επιδράσεις τόσο του παράγοντα ηλικία όσο και του παράγοντα φύλο. Στον πίνακα παρουσιάζονται αναλυτικά οι επιδόσεις των αθλητών ανά αξιολόγηση, ηλικία και φύλο

239. ΣΧΕΣΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΗΣ ΕΛΞΗΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΔΕΜΕΝΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

Αθυμαρίτης Δ., Τουμπέκης Α., Τοκμακίδης Σ.

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

Εθνικός Πειραιώς κολυμβητικό τμήμα, 18233 Πειραιάς

Σκοπός της εργασίας είναι να εξετάσει τη σχέση των μεταβολών της δύναμης που παράγεται στη διάρκεια προσδεμένης κολύμβησης με τις μεταβολές στην αγωνιστική απόδοση. Οκτώ αθλητές κολύμβησης (αγόρια: n=3 και κορίτσια: n=5), ηλικίας 15.5 ± 1.3 ετών πραγματοποίησαν δύο προσπάθειες προσδεμένης κολύμβησης (ΠΚ) με διάρκεια 15s (2x15s) και 45s αποκατάσταση, σε μία περίπτωση πριν (2x15A) και στη δεύτερη περίπτωση μετά από περίοδο προπόνησης 4 εβδομάδων (2x15B). Η δύναμη στη διάρκεια των προσπαθειών της ΠΚ κατεγράφη από πιεζοηλεκτρικό δυναμόμετρο συνδεδεμένο με σύστημα επεξεργασίας δεδομένων (Muscle lab). Οι εξεταζόμενοι συμμετείχαν σε επίσημους κολυμβητικούς αγώνες 3-6 ημέρες μετά από κάθε δοκιμασία ΠΚ. Η δύναμη στη διάρκεια ΠΚ παρέμεινε αμετάβλητη στη διάρκεια της περιόδου των 4 εβδομάδων (2x15A: 121 ± 47 N και 115 ± 37 N, 2x15B: 119 ± 41 N και 115 ± 37 N, $p < 0.05$). Οι επιδόσεις στις αποστάσεις 50, 100, 200m κολύμβησης σημείωσαν σημαντική βελτίωση 2 ± 1 , 3 ± 2 , $2 \pm 2\%$ αντίστοιχα ($p < 0.05$), στο δεύτερο αγώνα σε σύγκριση με τον πρώτο. Δεν παρατηρήθηκε σημαντική σχέση μεταξύ των μεταβολών στην ΠΔ που κατεγράφη στη δοκιμασία 2x15s και των μεταβολών στην επίδοση στις αποστάσεις 50, 100 και 200m ($r = 0.11 - 0.53$, $p > 0.05$). Οι μεταβολές της δύναμης δεν σχετίζονται σημαντικά με τις μεταβολές στην απόδοση, η οποία πιθανόν επηρεάζεται από άλλους παράγοντες.

240. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ ΤΟΥ ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΜΟΥ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΑΠΟ ΤΟ 1994 ΕΩΣ ΣΗΜΕΡΑ

Μισαηλίδης Κ., Σιαμάγκας Θ., Γιαμούζης Α., Δαδούκη Ε.

Διεύθυνση Π/θμιας εκπαίδευσης Πιερίας, 60100 Κατερίνη

Γραφείο Φυσικής Αγωγής Πιερίας, 60100 Κατερίνη

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι συγκρίνει την εξέλιξη του ανταγωνισμού στην κολύμβηση, όπως αυτή εμφανίζεται στα πανελλήνια πρωταθλήματα από το 1994 έως σήμερα, σε σχέση με την εξέλιξη των πανελληνίων επιδόσεων στο αντίστοιχο χρονικό διάστημα. Μελετήθηκαν οι μέσοι όροι των επιδόσεων των κολυμβητών και κολυμβητριών σε όλες τις κατηγορίες στους τελικούς των αγωνισμάτων των 100 μέτρων από το πανελλήνιο πρωτάθλημα του 1994 έως και σήμερα. Επίσης μελετήθηκαν οι βελτιώσεις στα πανελλήνια ρεκόρ στο ίδιο χρονικό διάστημα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι επιδόσεις βελτιώθηκαν σε όλες τις κατηγορίες και σε όλα τα αγωνίσματα (με μόνο μία εξαίρεση στα 100μ ύπτιο της κατηγορίας Παμπαίδων Β') από 0,17

* 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.

δευτερόλεπτα έως 4,15 δευτερόλεπτα. Αντίστοιχα τα πανελλήνια ρεκόρ βελτιώθηκαν σε όλα τα αγωνίσματα των διαφόρων κατηγοριών (εκτός από τέσσερα, τρία στο ύπτιο κατηγορίες Παίδων, Παμπαίδων Α', Β και ένα στην πεταλούδα Παμπαίδων Β') από 0,47 δευτερόλεπτα έως 3,77 δευτερόλεπτα. Συμπερασματικά αναφέρουμε ότι η αύξηση του ανταγωνισμού στα πανελλήνια πρωταθλήματα έφερε και μια γραμμικώς ανάλογη βελτίωση στα πανελλήνιες επιδόσεις.

241. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΕ ΜΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΓΙΑ ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ Η ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΤΟΥΣ ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ 100 Μ.

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

Σκοπός της έρευνας, ήταν η καταγραφή της επίδρασης της συστηματικής προπόνησης στην επίδοση των νεαρών ανδρών υποψηφίων Τ.Ε.Φ.Α.Α. στα 100 m δρόμο ταχύτητας και με στόχο τα συμπεράσματα να αξιοποιηθούν μελλοντικά στη προπόνηση. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 30 αγόρια που βρισκόταν στην 3^η τάξη του Λυκείου με μέσο όρο ηλικίας 17,74 έτη και τα οποία δεν είχαν προηγούμενη ή παράλληλη με το πρόγραμμα ενασχόληση με τον αθλητισμό. Για τη μέτρηση της μέγιστης δρομικής ταχύτητας χρησιμοποιήθηκαν διπλά φωτοκύτταρα (Photocell HL 2-34). Οι μετρήσεις των επιδόσεων των συμμετεχόντων στο πρόγραμμα έγιναν σε 3 τακτά χρονικά διαστήματα με απόσταση μεταξύ τους 3-4 μήνες. Για την στατιστική ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πρόγραμμα SPSS και έγινε ανάλυση t-test ενώ το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε ως $p < 0.05$. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι είχαμε σημαντική βελτίωση των υποψηφίων αγοριών στο χρόνο επίδοσης των 100μ. με σημαντικότερη διαφορά μεταξύ της πρώτης και δεύτερης μετρήσεως. Συμπερασματικά είναι αναγκαία η συστηματική προπόνηση τουλάχιστον ενός έτους για αξιοσημείωτη βελτίωση της επίδοσης των 100 μ.

242. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΕ ΥΨΟΜΕΤΡΟ ΣΤΙΣ ΦΥΣΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΗΣ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ

Γιοβάνης Β., Τήκος Κ., Γιοβάνη Χ.

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

Σκοπός της έρευνας ήταν η επίδραση της προπόνησης σε υψόμετρο του χιονοδρομικού κέντρου Παρνασσού στη φυσική κατάσταση των φοιτητών της ειδικότητας χιονοδρομίας. Το δείγμα προήλθε από έξι διαφορετικές ειδικότητες της χιονοδρομίας του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Αθηνών των περιόδων 1999-2000 έως και 2004-2005 ($N = 52$). Για τον έλεγχο και τη σύγκριση της φυσικής κατάστασης των φοιτητών πριν και μετά τη χιονοδρομική περίοδο χρησιμοποιήθηκαν σε δύο διαδοχικές ημέρες οι εξής δοκιμασίες στο ξηρό έδαφος: Δρόμος 30 μέτρων, Οκταπλούν, Σλάλομ επί «ζαριού» 5 X 5 μέτρα, Αναπηδήσεις επί 40 δευτερόλεπτα, Ισορροπία σε κεκλιμένο έδαφος στο ένα πόδι (αριστερό και δεξί), Βυθίσεις στο δίζυγο, Στατική δύναμη και αντοχή στα δύο πόδια σε γωνία 90° καθώς και Δρόμος αντοχής 1000 και 800 μέτρων για τους φοιτητές και φοιτήτριες αντίστοιχα. Η στατιστική ανάλυση περιλάμβανε ελέγχους t (t-test) για εξαρτημένα δείγματα και ανάλυση συσχέτισης ($\alpha = 0.05$). Τα αποτελέσματα της έρευνας ήταν τα εξής: (1) Οι πέντε από τις έξι ειδικότητες χιονοδρομίας παρουσίασαν βελτίωση στις φυσικές ικανότητες μετά την προπόνηση στο υψόμετρο. (2) Οι μυϊκές ομάδες που παρουσίασαν τη συχνότερη βελτίωση, μεταξύ των έξι ειδικοτήτων, ήταν ο τρικέφαλος βραχιόνιος και τετρακέφαλος μηριαίος μυς. Συμπερασματικά το γεγονός ότι, παρουσίασαν οι φοιτητές βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων αποδεικνύει τόσο τη σπουδαιότητα της προπόνησης στα χιονοδρομικά κέντρα, όσο και τη αναγκαιότητα της προετοιμασίας στο ξηρό έδαφος.

Εργοφυσιολογία Exercise Physiology

243. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΝΟΣ ΝΕΟΥ ΤΕΣΤ ΠΕΔΙΟΥ ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ (VO₂max) ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ

Μαριγλή Ε., Πυλιανίδης Θ., Δούδα Ε., Μαντζουράνης Ν., Σμήλιος Η., Τοκμακίδης Σ. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Η αερόβια ικανότητα ή μέγιστη κατανάλωση οξυγόνου (VO₂max) είναι ίσως ο πιο συχνά αξιολογούμενος δείκτης φυσικής κατάστασης αθλητών. Για την αξιολόγηση αυτής της ικανότητας χρησιμοποιούνται τεστ εργαστηριακά και πεδίου. Σκοπός της εργασίας αυτής είναι η παρουσίαση μιας νέας πρακτικής δοκιμασίας υπολογισμού της αερόβιας ικανότητας με τροποποίηση του παλίνδρομου τεστ αντοχής 20 μ. σε εξάγωνο σχήμα με απόσταση κάθε ευθείας 10 μ. Δύο εξάγωνα τεστ (test–retest) πραγματοποιήθηκαν με διαφορά δύο ημερών για τον έλεγχο της αξιοπιστίας και επαναληπτικότητας του εξάγωνου τεστ (συσχέτιση Intraclass Correlation). Για τον υπολογισμό της αερόβιας ικανότητας χρησιμοποιήθηκε το CD και οι πίνακες του παλίνδρομου τεστ αντοχής 20 μ. (Leger et al. 1983), ενώ για τον έλεγχο της εγκυρότητας των δεδομένων της νέας πρακτικής δοκιμασίας συγκρίθηκαν οι τιμές της αερόβιας ικανότητας που καταγράφηκαν από το εξάγωνο τεστ με τις τιμές μέτρησης του παλίνδρομου τεστ (Intependent t-test). Το δείγμα της μελέτης ελέγχου αξιοπιστίας του εξάγωνου τεστ αποτέλεσαν 18 φοιτητές Φυσικής Αγωγής ηλικίας 20.8±0.9 ετών, ενώ για τη σύγκριση των δεδομένων των δύο τεστ το δείγμα ήταν 62 έφηβοι (39 αγόρια & 23 κορίτσια), ηλικίας 13.7±0.7 ετών. Από τη στατιστική επεξεργασία προέκυψε ότι στο εξάγωνο τεστ ο μέσος όρος των σταδίων ήταν 6.26±2.3, ενώ στο παλίνδρομο τεστ ήταν 4.31±1.8. Ο μέσος όρος των τιμών της VO₂max στο εξάγωνο τεστ έφτασε στα 46±6.2 ml.kg⁻¹.min⁻¹ ενώ στο παλίνδρομο τεστ κυμάνθηκε στα 40.8±4.9 ml.kg⁻¹.min⁻¹ (p<0.001). Συμπερασματικά, προκύπτει ότι το εξάγωνο τεστ είναι ένα αξιόπιστο τεστ πεδίου και συγκρινόμενο με το παλίνδρομο τεστ αντοχής 20 μ. αποτελεί ένα αντικειμενικό τρόπο υπολογισμού της αερόβιας ικανότητας.

244. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΥΠΟΞΙΑΣ ΣΤΗΝ ΔΙΑΦΡΑΓΜΑΤΙΚΗ ΚΟΠΩΣΗ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΜΕ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΥΠΟΞΑΙΜΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ

Αθανασόπουλος Δ., Βογιατζής Ι., Ζακυνθινός Σ., Γεωργιάδου Ο., Γολεμάτη Σ., Κωστίκας Κ., Κοσκολού Μ., Γκαραγκούνη Χ., Μπάρδης Κ., Wagner Η., Wagner P.D., Ρούσσος Χ.

Εθνικόν & Καποδιστριακόν Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ιατρική Σχολή, Κέντρο Ερευνών Θώραξ.

Αθλητές υψηλού επιπέδου εμφανίζουν διαφραγματική κόπωση κατά την διάρκεια έντονης άσκησης. Το 50% αυτών εκδηλώνουν ταυτόχρονα αρτηριακή υποξαιμία. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η διερεύνηση της επίδρασης διαφορετικών επιπέδων αρτηριακής υποξαιμίας στην κόπωση του διαφράγματος κατά την διάρκεια της άσκησης στον πληθυσμό αυτό. Οκτώ ποδηλάτες με εκδήλωση ασκησιογενούς αρτηριακής υποξαιμίας (mean ± SD: VO₂max: 65 ± 7 ml/kg/min) υποβλήθηκαν με τυχαίοποιημένη σειρά σε 4 δοκιμασίες διάρκειας 5 λεπτών η κάθε μια εισπνέοντας αέρα με διαφορετική συγκέντρωση O₂: i)26%, ii)21%, iii)17% και iv)13%, σε εντάσεις που αντιστοιχούσαν στο i)90%, ii)85%, iii)80% και iv) 65% της μέγιστης ικανότητας τους για έργο. Αμφίπλευρη διέγερση των φρενικών νεύρων χρησιμοποιήθηκε για την αξιολόγηση της κόπωσης του διαφράγματος κατά την διάρκεια της ανάκαμψης μέσω της μέτρησης της δια-διαφραγματικής πίεσης. Η μέση τιμή του κορεσμού του αρτηριακού οξυγόνου κατά την διάρκεια της άσκησης ήταν: i)96%, ii)93%, iii)86%, iv)70%. Μετά το τέλος της άσκησης σε όλες τις δοκιμασίες παρουσιάστηκε σημαντική μείωση στην δια-διαφραγματική πίεση i)23%, ii)24%, iii)24%, iv)24%, ωστόσο ο βαθμός μείωσης δεν διέφερε στις 4 δοκιμασίες. Τόσο η μέση τιμή του πνευμονικού αερισμού κατά την διάρκεια των 4 δοκιμασιών i)124, ii)117, iii)121, iv)123 l/min όσο και το γαλακτικό οξύ στο τέλος των δοκιμασιών i)10.7, ii)9.5, iii)9.5, iv)11.9 mmol/l δεν διέφεραν σημαντικά. Συμπεραίνεται ότι σε υψηλού επιπέδου αθλητές οι οποίοι εκδηλώνουν αρτηριακή υποξαιμία κατά την διάρκεια της άσκησης, ο βαθμός της διαφραγματικής κόπωσης με παρόμοιο αναπνευστικό έργο και συγκέντρωση γαλακτικού οξέος δεν επηρεάζεται από τις διαφορετικές τιμές αρτηριακού οξυγόνου. Προτείνεται ότι α)είτε το διάφραγμα δεν είναι ευαίσθητο στην οξυγόνωση σε τέτοια αναπνευστικά φορτία ή β) η αρτηριακή υποξαιμία εξισορροπείται από την αυξημένη αιμάτωση του διαφράγματος καθώς η οξυγόνωση πέφτει.

* 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.

245. ΟΞΕΙΑ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΤΟΥΣ ΥΠΟΠΛΗΘΥΣΜΟΥΣ ΤΩΝ ΛΕΥΚΩΝ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΩΝ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Αυλωνίτη Α., Δούδα Ε., Κουτσούκου Κ., Χατζηνικολάου Α., Αυλωνίτη Χ., Κορτσάρης Α., Τοκμακίδης Σ.

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, ΤΕΦΑΑ, 69100 Κομοτηνή
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Ιατρικής, 68100 Αλεξανδρούπολη**

Είναι γνωστό ότι η άσκηση προκαλεί αξιοσημείωτες μεταβολές στον αριθμό των λευκοκυττάρων, το μέγεθος των οποίων εξαρτάται άμεσα από την ένταση και τη διάρκεια του ερεθίσματος. Πληθώρα μελετών παρουσιάζουν φαινόμενα ανοσοκαταστολής σε αθλητές αντοχής, ωστόσο δεν υπάρχουν αρκετές μελέτες που να εξετάζουν την επίδραση της προπόνησης στο ανοσοποιητικό σύστημα υψηλού επιπέδου αθλητριών αναπτυξιακής ηλικίας. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να αξιολογήσει τις μεταβολές στα επίπεδα των λευκοκυττάρων σε υψηλού επιπέδου αθλήτριες Ρυθμικής Γυμναστικής μετά από μία τυπική προπονητική μονάδα. Δώδεκα αθλήτριες ($n=12$), ηλικίας 11.1 ± 2.41 έτη, ύψους 140.81 ± 12.98 cm, βάρους 31 ± 8.68 kg και σωματικού λίπους 13.73 ± 1.15 (%), αποτέλεσαν το δείγμα της μελέτης. Η διάρκεια της προπόνησης ήταν 5 ώρες ενώ η ένταση κυμάνθηκε στο 75% της μέγιστης καρδιακής συχνότητας. Πραγματοποιήθηκαν τρεις αιμοληψίες: (1^η) πριν από την προπόνηση, (2^η) αμέσως μετά το τέλος και (3^η) είκοσι τέσσερις ώρες μετά. Προσδιορίστηκε ο συνολικός αριθμός των λευκών αιμοσφαιρίων (WBC) καθώς και οι επιμέρους υποπληθυσμοί των ουδετερόφιλων (NEU), των λεμφοκυττάρων (LYM), των μονοκυττάρων (MONO), των ησινόφιλων (EOS) και των βασεόφιλων (BASO), σε απόλυτες τιμές και σε ποσοστιαία αναλογία (%). Από την ανάλυση διακύμανσης για εξαρτημένα δείγματα ως προς έναν επαναλαμβανόμενο παράγοντα, διαπιστώθηκε στατικά σημαντική αύξηση στα WBC ($p<0.001$) μετά την προπόνηση (2^η μέτρηση), ενώ ακολούθησε στατιστικά σημαντική μείωση ($p<0.001$), στις είκοσι τέσσερις ώρες μετά (3^η μέτρηση). Η ίδια τάση παρουσιάστηκε και στα NEU με στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ 1^{ης} και 2^{ης} μέτρησης ($p<0.001$) καθώς και 2^{ης} με 3^{ης} ($p<0.001$), τόσο σε απόλυτες τιμές όσο και σε ποσοστιαία αναλογία. Αντιθέτως, στα λεμφοκύτταρα παρατηρήθηκε μείωση αμέσως μετά τον αγώνα, η οποία ήταν στατιστικά σημαντική ($p<0.001$) τόσο σε ποσοστιαία αναλογία όσο και σε απόλυτες τιμές. Η πτώση των λεμφοκυττάρων διατηρήθηκε μέχρι και είκοσι τέσσερις ώρες μετά σε απόλυτες τιμές ενώ σε ποσοστιαία αναλογία σημειώθηκε στατιστικά σημαντική αύξηση ($p<0.001$). Τα MONO αυξήθηκαν στατιστικά σημαντικά ($p<0.05$) σε απόλυτες τιμές μετά το τέλος του αγώνα ενώ τα BASO και τα EOS παρουσίασαν σημαντική μείωση ($p<0.01$). Συμπερασματικά, η αύξηση που παρατηρήθηκε μετά την προπόνηση στο συνολικό αριθμό των λευκοκυττάρων οφείλεται πρωτίστως στη δραματική αύξηση των ουδετερόφιλων και μετέπειτα στην αύξηση των μονοκυττάρων. Οι τιμές στο συνολικό αριθμό των λευκοκυττάρων παρουσίασαν πτώση είκοσι τέσσερις ώρες μετά την προπόνηση που οφείλεται κυρίως στη συμπεριφορά των λεμφοκυττάρων γεγονός που πιθανόν να αυξάνει την πιθανότητα προσβολής και επιρρέπει σε λοιμώξεις.

246. ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΟΞΥΓΟΝΟΥ ΚΑΙ ΚΡΙΣΙΜΗΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΜΕ ΤΟ ΔΕΙΚΤΗ ΚΟΠΩΣΗΣ ΣΕ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΕΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΕΣ ΠΡΟΣΔΕΜΕΝΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

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

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

Σκοπός της έρευνας είναι να εξετάσει τη σχέση της μέγιστης πρόσληψης οξυγόνου (VO_2max) και της κρίσιμης ταχύτητας (Κ.Τ.) με το δείκτη κόπωσης (Δ.Κ.) σε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες προσδεμένης κολύμβησης. Στην έρευνα συμμετείχαν 17 κολυμβητές και κολυμβήτριες με προηγούμενη αγωνιστική εμπειρία στην κολύμβηση (άνδρες $n=10$, ηλικία: 20 ± 0.8 έτη, γυναίκες $n=7$, ηλικία: 19 ± 0.7 έτη). Οι συμμετέχοντες χρονομετρήθηκαν σε δύο διαφορετικές ημέρες σε προσπάθειες 50 και 400m ελεύθερο καταβάλλοντας μέγιστη προσπάθεια και από τις επιδόσεις τους προσδιορίστηκε η Κ.Τ.. Στη διάρκεια της αποκατάστασης μετά από την προσπάθεια των 400m οι κολυμβητές ανέπνεαν σε ειδική μάσκα συνδεδεμένη με αναλυτή αερίων ($Oxycan$

* 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.

champion, Jaeger). Στο δείγμα του εκπνεόμενου αέρα προσδιορίστηκε η περιεκτικότητα σε O_2 και CO_2 με συχνότητα δειγματοληψίας σε κάθε αναπνοή. Η VO_{2max} υπολογίστηκε από τη μέση τιμή κατανάλωσης οξυγόνου στα πρώτα 20s της αποκατάστασης. Σε επόμενη ημέρα οι εξεταζόμενοι πραγματοποίησαν δύο επαναλήψεις προσδεμένης κολύμβησης με διάρκεια 15s και αποκατάσταση 45s καταβάλλοντας μέγιστη προσπάθεια (2x15s). Η παραγόμενη δύναμη κατεγράφη με πιεζοηλεκτρικό δυναμόμετρο συνδεδεμένο σε σύστημα καταγραφής (Muscle lab). Ως Δ.Κ. ορίστηκε η % πτώση της δύναμης στη δεύτερη συγκριτικά με την πρώτη προσπάθεια 15s. Δεν εμφανίστηκε σημαντική σχέση μεταξύ του δείκτη κόπωσης (Δ.Κ.) στα 2x15s με την Κ.Τ. και τη VO_{2max} στο σύνολο των εξεταζομένων ($n=17$, $r=0.21$, $r=0.22$, $p>0.05$). Η σχέση του Δ.Κ. με την VO_{2max} είναι σημαντική στους άνδρες ($r=-0.650$, $p<0.05$) σε αντίθεση με τις γυναίκες ($r=-0.583$, $p>0.05$). Η Κ.Τ. δεν εμφάνισε σημαντική σχέση με το Δ.Κ. σε άνδρες και γυναίκες ($p>0.05$). Η αερόβια ικανότητα είναι σημαντική για τη διατήρηση της απόδοσης σε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες μέγιστης έντασης σε άνδρες κολυμβητές.

248. ΟΡΜΟΝΙΚΕΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΑΝΤΙΘΕΤΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΕ ΒΑΡΗ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΦΟΡΤΙΑ

Χρίστου Μ., Σμήλιος Η., Σωτηρόπουλος Κ., Καρτακούλλης Ν., Γούργουλης Β., Πυλιανίδης Θ.

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α. Α., 69100 Κομοτηνή
Center for Leisure, Tourism and Sports Research and Development, Intercollege,
Nicosia, Cyprus**

Σκοπός της μελέτης ήταν να εξετάσει την οξεία ανταπόκριση της τεστοστερόνης, της ελεύθερης τεστοστερόνης, της αυξητικής ορμόνης (hGH) και της κορτιζόλης, μετά από την εκτέλεση δύο προγραμμάτων αντιθετικής προπόνησης με διαφορετικό φορτίο. Το δείγμα αποτέλεσαν 26 άντρες (ηλικίας: $21,4 \pm 1,7$ χρ.) οι οποίοι χωρίστηκαν σε δύο ομάδες, την ομάδα υψηλού φορτίου (ΟΥΦ) και την ομάδα μέγιστης ισχύος (ΟΜΙ), και εκτέλεσαν ένα πρόγραμμα αντιθετικής προπόνησης που περιελάμβανε την εκτέλεση των ασκήσεων 'άλματα με φορτίο' και 'επαναλαμβανόμενα άλματα με το σωματικό βάρος' με εναλλαγή από σετ σε σετ. Η ΟΥΦ εκτέλεσε στα 'άλματα με φορτίο' 4 σετ των 3 επαναλήψεων με επιβάρυνση 90% της 1-ME στο ημικάθισμα και η ΟΜΙ 4 σετ των 5 επαναλήψεων με το φορτίο που παράγονταν η μέγιστη ισχύς (45-60% της 1-ME). Οι δύο ομάδες στα 'επαναλαμβανόμενα άλματα με το σωματικό βάρος' εκτελούσαν 4 σετ των 6 επαναλήψεων. Το διάλειμμα μεταξύ των σετ και των ασκήσεων ήταν 3 min. Η συγκέντρωση των ορμονών μετρήθηκε πριν την έναρξη των προγραμμάτων, αμέσως μετά και στο 20min της αποκατάστασης. Η συγκέντρωση της τεστοστερόνης και της κορτιζόλης αυξήθηκε ($p<0,05$) με την άσκηση μόνο στην ΟΥΦ με τις τιμές της κορτιζόλης να είναι υψηλότερες ($p=0,06$) στην αποκατάσταση συγκριτικά με την ΟΜΙ. Η hGH αυξήθηκε ($p<0,05$) και στις δύο ομάδες χωρίς να παρατηρηθούν διαφορές μεταξύ τους. Η ελεύθερη τεστοστερόνη δεν μεταβλήθηκε ($p>0,05$) με την εκτέλεση και των δύο προγραμμάτων. Τα δεδομένα αυτά δείχνουν ότι προγράμματα αντιθετικής προπόνησης με χρήση υψηλών και μέσων φορτίων για τη βελτίωση της μυϊκής ισχύος προκαλούν αύξηση της συγκέντρωσης της τεστοστερόνης, της hGH και της κορτιζόλης, όταν χρησιμοποιείται υψηλό φορτίο, γεγονός που μπορεί να συμβάλει στις μυϊκές προσαρμογές που προκαλεί η μακροχρόνια εφαρμογή παρόμοιων προγραμμάτων.

249. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΤΟΥΣ ΒΙΟΧΗΜΙΚΟΥΣ ΚΑΙ ΑΝΟΣΟΛΟΓΙΚΟΥΣ ΔΕΙΚΤΕΣ ΤΟΥ ΟΡΟΥ ΤΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΟΣΤΕΟΑΡΘΡΙΤΙΔΑ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ

Καραγιαννίδης Α., Μάλλιου Π., Μπενέκα Α., Δίζα-Ματαυσιή Ε., Σέττας Λ.

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100, Κομοτηνή
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Ιατρική Σχολή, 54636, Θεσσαλονίκη**

Σκοπός της εργασίας είναι η μελέτη της επίδρασης της άσκησης στην αίσθηση πόνου, τη δυσκαμψία και τη λειτουργική ικανότητα ασθενών με οστεοαρθρίτιδα (ΟΑ) του γόνατος, καθώς και στα επίπεδα των μεταλλοπρωτεϊνών (MMPs) ProMMP-1, MMP-3 και MMP-8 στον ορό του αίματος. Μελετήθηκαν συνολικά 24 γυναίκες με ΟΑ του γόνατος και μέσο όρο ηλικίας $62,1 \pm 8,2$ έτη ηλικίας, που ταξινομήθηκαν σε 3 ομάδες: αρχόμενη ΟΑ, προχωρημένη ΟΑ και ομάδα

* 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.

ελέγχου. Οι ασθενείς των δυο πρώτων ομάδων συμμετείχαν σε ένα πρόγραμμα άσκησης διάρκειας 6 εβδομάδων. Όλοι οι ασθενείς αξιολογήθηκαν με βάση την κλίμακα WOMAC. Τα επίπεδα της έκφρασης των MMPs μετρήθηκαν στον ορό του αίματος με την ανοσοενζυμική δοκιμασία ELISA διπλού αντισώματος. Όλες οι μετρήσεις πραγματοποιήθηκαν στην έναρξη και στο τέλος του προγράμματος άσκησης. Στατιστικά σημαντική βελτίωση στην κλίμακα WOMAC παρατηρήθηκε μόνο στην ομάδα της αρχόμενης ΟΑ, με βελτίωση αυτής κατά 28% ($P < 0,05$). Επίσης, στατιστικά σημαντική αύξηση παρατηρήθηκε μόνο στην ProMMP-1 κατά 3% ($P < 0,05$) στην ομάδα της αρχόμενης ΟΑ. Συμπεραίνουμε ότι η θεραπευτική άσκηση βοηθά στο αρχικό στάδιο της πάθησης, χωρίς να επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό τα επίπεδα των μεταλλοπρωτεϊνών ProMMP-1, MMP-3 και MMP-8 στον ορό του αίματος.

Κινητική Μάθηση Motor Learning

251. ΚΙΝΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΓΡΑΦΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΔΕΞΙΟΤΗΤΑ

Παπαδημητρίου Χ., Δεληγιάννη Μ., Κουρτέσης Θ., Καμπάς Α., Κιουμουρτζόγλου Ε. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή

Οι γραφοκινητικές δεξιότητες είναι μια από τις πιο σημαντικές λεπτές αντιληπτικο-κινητικές δεξιότητες. Παιδιά με κινητική αδεξιότητα εμφανίζουν πολύ συχνά προβλήματα στην ανάπτυξη των γραφοκινητικών δεξιοτήτων. Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετάσει τις διαφορές στην ικανότητα γραφής ενός μη-λεκτικού γραφοκινητικού θέματος ως προς την κινητική αδεξιότητα. Η ανίχνευση των παιδιών με κινητικά προβλήματα έγινε με το MABC (Henderson & Sugden, 1992). Στην έρευνα συμμετείχαν 46 μαθητές, ηλικίας από 73 έως 104 μήνες (Μ.Ο.=86,30, Τ.Α.=7,351). Χωρίστηκαν σε δύο ομάδες, την πειραματική ($n=23$), αποτελούμενη από παιδιά με κινητική αδεξιότητα και την ομάδα ελέγχου ($n=23$), εξισωμένες ως προς την τάξη, το φύλο και την ηλικία. Όλα τα παιδιά ακολούθησαν το ίχνος ενός μη-λεκτικού γραφοκινητικού θέματος, αποτελούμενο από κάθετες, οριζόντιες, πλάγιες και καμπύλες γραμμές, εκτυπωμένο στο κέντρο μιας λευκής κόλλας Α4 και τοποθετημένο στην επιφάνεια ενός ψηφιοποιητή (Wacom). Η ανάλυσή του έγινε μέσα από πέντε κινηματικές παραμέτρους [χρόνος κίνησης (t), μήκος τροχιάς (d), μέση ταχύτητα (mv), μέγιστη ταχύτητα ($maxv$) και λόγος μέγιστης προς μέση ταχύτητα (δείκτης L)]. Τα αποτελέσματα έδειξαν: α) επίδραση της κινητικής αδεξιότητας στην ανάπτυξη των γραφοκινητικών δεξιοτήτων και β) μεγαλύτερες τιμές της μέσης ταχύτητας του zigzag (mvz) και της καμπύλης ($mvnc$) και της μέγιστης ταχύτητας καμπύλης ($maxvc$) για τα παιδιά της πειραματικής ομάδας. Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι: α) η κινητική αδεξιότητα αποτελεί αιτιολογικό παράγοντα για τον λεπτό κινητικό έλεγχο, ακόμη και για απλής μορφής γραφοκινητικές διαδικασίες και β) οι γωνιώδεις και καμπύλες γραμμές δυσχεραίνουν τα παιδιά με κινητική αδεξιότητα αλλά σχεδιάζονται ομαλότερα απ' ό,τι οι οριζόντιες και κάθετες. Προτείνεται περαιτέρω διαχρονική έρευνα για τις γραφοκινητικές δεξιότητες σε παιδιά με κινητικές δυσκολίες, σε διάφορες λεκτικές και μη διαδικασίες, μέσα από περισσότερες κινηματικές αναλύσεις για τον προσδιορισμό πιο ξεκάθαρων συμπερασμάτων της δυσχέρειας που παρουσιάζουν οι συγκεκριμένοι πληθυσμοί στον λεπτό κινητικό έλεγχο.

253. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΥ ΧΕΡΙΟΥ-ΜΑΤΙΟΥ (ΟΜΟΠΛΕΥΡΟΥ-ΕΤΕΡΟΠΛΕΥΡΟΥ) ΣΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΟΠΤΙΚΟΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Αγγέλου Ι., Σέμογλου Κ., Αλευριάδου Α.

Παιδαγωγική Σχολή Φλώρινας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας, 53100 Φλώρινα
Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εξετάσει την επίδραση της πλευράς εντοπισμού ματιού-χεριού (ομόπλευρης – ετερόπλευρης) κατά την γραφή, καθώς και την εκτέλεση οπτικο-κινητικών δεξιοτήτων. Η οπτική αντίληψη και ο οπτικοκινητικός συντονισμός αξιολογήθηκαν με τη δοκιμασία VMI (The Developmental Test of Visual-Motor Integration) και των δύο συμπληρωματικών του, σταθμισμένων τεστ. Στην έρευνα έλαβαν μέρος 52 δεξιόχειρα παιδιά της Α' τάξης του Δημοτικού σχολείου (μ.ο. ηλικίας=6.53 έτη, τ.α.=0.47) (κορίτσια=26,

* 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.

αγόρια=26), τα οποία χωρίστηκαν σε δύο ομάδες: ομόπλευρου εντοπισμού ματιού-χεριού (δεξι χέρι προτίμησης – δεξί μάτι προτίμησης) και ετερόπλευρου εντοπισμού (δεξί χέρι προτίμησης – αριστερό μάτι προτίμησης) (N=26/ομάδα). Από τα παιδιά ζητήθηκε α) να αντιγράψουν μια φράση που περιείχε όλα τα γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου σε συγκεκριμένο χρόνο και β) να εκτελέσουν τις δοκιμασίες του VMI. Από τα αποτελέσματα προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο πειραματικών ομάδων (ομόπλευρου εντοπισμού – ετερόπλευρου εντοπισμού), μόνο κατά τη γραφή της φράσης ($t=2.031$, $df=50$, $p<0.5$). Κατά συνέπεια, επιβεβαιώνεται η αρχική υπόθεση της έρευνας ότι τα άτομα με ομόπλευρο εντοπισμό ματιού-χεριού επιδεικνύουν υψηλότερη επίδοση σε ορισμένα οπτικο-κινητικά θέματα. Τα ευρήματα συζητώνται υπό το πρίσμα νέων νευροψυχολογικών δεδομένων, που καταδεικνύουν ότι ο εντοπισμός ματιού-χεριού επιδρά σε συγκεκριμένες μόνο μορφές οπτικο-κινητικών δεξιοτήτων.

254. Η ΑΝΤΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ Η ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΡΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ ΚΑΙ ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΩΝ

**Αναγνώστου Μ., Σύρμας Ι., Σακελλαρίου Ν., Μπεκιάρη Α.
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α, 42100 Καρούς, Τρίκαλα**

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνηθεί τη σχέση μεταξύ παρακίνησης και αντιλαμβανόμενης ικανότητας νεαρών κολυμβητών και κολυμβητριών. Για το σκοπό αυτό χρησιμοποιήθηκαν ερωτηματολόγια. Συνολικά 25 παιδιά ($n=15$ αγόρια και $n=10$ κορίτσια) προαγωνιστικών ομάδων κολύμβησης, ηλικίας 6 έως 12 ετών (Μ.Ο. = $10,24 \pm 1,16$), του νομού Τρικάλων αποτέλεσαν το δείγμα. Τα αποτελέσματα έδειξαν: α) όσον αφορά τη διερεύνηση μεταξύ παρακίνησης και αντιλαμβανόμενης ικανότητας δε βρέθηκε στατιστικά σημαντική συσχέτιση ($r = -1.80$), β) όσον αφορά τη σχέση μεταξύ παρακίνησης και εμπειρίας, δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών γ) όσον αφορά την αντιλαμβανόμενη ικανότητα, διαπιστώθηκε διαφορά στην εμπειρία ανάλογα με τα χρόνια ενασχόλησης των παιδιών με το κολύμπι. Ειδικότερα μεταξύ ομάδων με λιγότερη και περισσότερη εμπειρία στην κολύμβηση η αντιλαμβανόμενη ικανότητα προσεγγίζει τη στατιστικά σημαντική διαφοροποίησή τους ($p = .059$). Σχετικά με το φύλο, υπήρχαν διαφορές και πιο συγκεκριμένα, η αντιλαμβανόμενη ικανότητα των αγοριών ήταν υψηλότερη από αυτή των κοριτσιών.

255. ΤΟ ΜΟΝΤΕΛΟ ΕΚΤΕΛΕΙ. ΤΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΑ ΧΡΟΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΠΟΥ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ ΕΙΝΑΙ ΟΜΟΙΑ; ΜΙΑ ΠΡΩΤΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

**Καμπιώτης Σ., Κυριαλάνης Π.
ΤΕΦΑΑ Αθηνών,**

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

Περίληψη: Σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διερευνηθεί, αφενός αν και κατά πόσο τα χρονικά χαρακτηριστικά μιας άσκησης που εκτελείται στο σύνολό της, από κάποιο μοντέλο - κατά την παρουσίαση της, με ένα αριθμό όμοιων επαναλήψεων- είναι όμοια, και αφετέρου αν υπάρχουν ομοιότητες ή διαφορές στα χρονικά χαρακτηριστικά των επιμέρους στοιχείων αυτής. Η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε για την ανάλυση τόσο στο σύνολο όσο και στα επιμέρους στοιχεία της άσκησης ήταν εκείνη της έμμεσης παρατήρησης. Το πρόγραμμα που χρησιμοποιήθηκε για την ανάλυση της άσκησης και των φάσεων αυτής καθώς και της καταγραφής των χρόνων ήταν του Quintic Player. Το μοντέλο που παρουσίασε την άσκηση σε 10 όμοιες επαναλήψεις ήταν μια αθλήτρια της εθνικής ομάδας και η άσκηση ήταν η κατακόρυφος. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: μεταξύ των προσπαθειών -στο σύνολο του χρόνου της άσκησης- στις περισσότερες επαναλήψεις υπάρχει υψηλή χρονική συσχέτιση με $p < .05$. όταν όμως ακολούθησε η ανάλυση των επιμέρους χρόνων των φάσεων ξεχωριστά με μία συσχέτιση μεταξύ αυτών, τότε τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι χρόνοι των φάσεων της επαναλαμβανόμενης άσκησης δεν σχετίζονται μεταξύ τους. Για την επιβεβαίωση του παραπάνω αποτελέσματος έγινε μια ανάλυση ANOVA one way όπου επιβεβαιώθηκε ότι υπάρχει χρονική σημαντική διαφορά μεταξύ των φάσεων της άσκησης με $F = 47,76$ και $p < ,001$. Το συμπέρασμα που βγαίνει είναι ότι, στο σύνολό της η άσκηση που επαναλαμβάνεται από ένα μοντέλο, μπορεί να δώσει πληροφορικά χρονικά χαρακτηριστικά στο σύνολο της εικόνας της άσκησης, όταν όμως πρέπει

* 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.

να διδαχθεί στα μέρη της χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή διότι τα χρονικά χαρακτηριστικά των φάσεων διαφέρουν έστω και αν πρόκειται για την ίδια άσκηση που παρουσιάζεται.

256. ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΔΕΣΜΗΣ ΒΟΤΜΡ-LF, ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ 4-6 ΧΡΟΝΩΝ

**Βενετσάνου Φ., Καμπάς Α., Σερμπέζης Β., Ταξιλδάρης Κ., Αγγελούσης Ν.
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 69100 Κομοτηνή**

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι ο πιλοτικός έλεγχος της χρήσης της δέσμης ΒΟΤΜΡ-LF σε παιδιά προσχολικής ηλικίας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 127 παιδιά 4-6 χρόνων, από την Πελοπόννησο (Μ.Ο.=59.41, Τ.Α.=6.45 μήνες). Από τα αποτελέσματα της πολυμεταβλητής ανάλυσης διακύμανσης, φάνηκε ότι η ηλικία είχε σημαντική επίδραση στο γραμμικό συνδυασμό των βαθμολογιών (point scores) των παιδιών στις 8 συστοιχίες της δέσμης (Wilks' Lambda=0.275, F=7.88, p<.001). Οι ξεχωριστές αναλύσεις διακύμανσης που ακολούθησαν έδειξαν ότι όλες οι συστοιχίες δέχονταν σημαντική επίδραση από την ηλικία. Παρότι η ισχυρή σχέση των σκορ μιας δέσμης με την ηλικία αποτελεί μαρτυρία για την εγκυρότητα ενός αναπτυξιακού εργαλείου αξιολόγησης, η προσεκτικότερη μελέτη των σκορ των επιμέρους τεστ κάθε συστοιχίας του ΒΟΤΜΡ-LF δίνει διαφορετική εικόνα, αποκαλύπτοντας πως σε αρκετά τεστ τα παιδιά είχαν μηδενικό σκορ. Η δυσκολία των ασκήσεων (κυρίως αυτών της συστοιχίας του αμφίπλευρου συντονισμού) οδήγησε στη συγκέντρωση των τιμών στη βάση, αποτελώντας αναμφισβήτητη απειλή για την εγκυρότητα της αξιολόγησης των παιδιών προσχολικής ηλικίας με τη συγκεκριμένη δέσμη. Λαμβάνοντας δε υπόψη, τη μεγάλη διάρκεια της εξέτασης (45-60 λεπτά για κάθε παιδί) προκύπτουν ερωτήματα για την καταλληλότητα της δέσμης ΒΟΤΜΡ-LF, ως εργαλείο αξιολόγησης παιδιών προσχολικής ηλικίας. Προτείνεται η τροποποίηση της δέσμης, τόσο όσον αφορά το βαθμό δυσκολίας των ασκήσεων που περιλαμβάνει, όσο και της διάρκειάς της, έτσι ώστε να δίνει έγκυρα αποτελέσματα για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας.