



Θεματική Ενότητα: Φυσική Δραστηριότητα Προφορικές Ανακοινώσεις 20ου Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Section: Physical Activity Oral Presentations of the 20th International Congress on Physical Education & Sport

15821

asgeir.mamen@hisf.no

CHANGES IN MOTIVATION FOR PHYSICAL ACTIVITY IN THE FIRST MONTH OF A LIFESTYLE CHANGE PROGRAMME.

A. Mamen , S. Nordengen, H. Strand

University College of Health Sciences Campus Kristiania , Sogn og Fjordane University College

Motivation, and especially intrinsic motivation, may be important for the success of lifestyle changes. We followed 16 subjects during their first month of a 12 month lifestyle change/weight reduction program and measured their motivation for physical activity at start and after four weeks in the program with the Behavioural Regulation Exercise Questionnaire-2 (BREQ-2) (Markland & Tobin, 2004). This questionnaire divides motivation into the following groups with an increasing intrinsic component: extrinsic, introjected, identified and intrinsic. There is also an amotivational category. The lifestyle changing program uses at first special food that introduces ketosis. Further on in the program, this special diet is gradually replaced by ordinary food. During the whole program, participants take part in information classes where nutrition and training is taught, 24 classes altogether. Physical training is an important part of the program and they are required to do physical training several times a week. Scores were compared with t-test (SigmaPlot v. 10, Systat Inc, Erkrath, Germany), results are presented as mean±SD and the level of significance was set to $p < 0.05$. At start up, the extrinsic motivation score was low (1.6 ± 2.3) compared with the intrinsic score (10.8 ± 3.2), indicating that the subjects already possessed a high degree of intrinsic motivation for physical activity. At the follow up test, scores of extrinsic and intrinsic motivation had not changed significantly (post values: 0.9 ± 1.4 and 11.4 ± 1.8 respectively), so the subjects continued to be highly intrinsic motivated for physical activity. The amotivational sub score was always low (1.2 ± 2.3 vs. 0.9 ± 1.4). Combining the different extrinsic components to a total score revealed neither no change from pre to post measurements (17.1 ± 5.9 vs 17.0 ± 3.9). The degree of weight loss ($7.4 \pm 1.6\%$) was not related to the motivation for physical activity. People who choose this particular program may do so because they like being physical active, therefore no great change in motivation will occur.

Λέξεις κλειδιά: exercise, obesity, dieting

15605

Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΜΕ ΤΟ ΜΕΓΕΘΟΣ ΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΥΛΗΣ

Δελίδου Ε., Μασσούκα Ο., Βενέτη Χ., Διγγελίδης Ν.

Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Έβρου , Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Τμήμα Λογιστικής και Χρηματοοικονομικής, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας Οικονομικών και Κοινωνικών Επιστημών., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

delidel@otenet.gr

THE RELATIONSHIP OF PRIMARY STUDENT'S PHYSICAL ACTIVITY WITH THE SIZE OF THE SCHOOL YARD.

E. Delidou, O. Matsouka, C. Veneti, N. Diggelidis

Physical Education Teacher of Primary Education Prefecture of Evros , Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.,

Graduate student of the Department of Accounting and Finance, University of Macedonia, economic and social sciences, University of Thessaly, D.P.E.S.S.

Η σχολική αυλή είναι μια ουσιαστική πηγή για τον περιβαλλοντικό εμπλουτισμό και την εκπαίδευση των παιδιών. Παρέχοντας ένα ενθαρρυντικό περιβάλλον μπορεί να ωθήσει τα παιδιά σε ουσιαστικότερη ενασχόληση με τη ΦΔ κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να καταγραφεί ο βαθμός της φυσικής δραστηριότητας των μαθητών/τριών της Στ τάξης του Δημοτικού Σχολείου κατά το διάλειμμα και να διαπιστωθεί κατά πόσο το μέγεθος της σχολικής αυλής μπορεί να επηρεάσει το βαθμό της φυσικής δραστηριοποίησής τους. Δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 715 μαθητές (378 αγόρια) ηλικίας 12 ετών από 29 σχολεία του Νομού Έβρου, που φοιτούσαν στην ΣΤ τάξη. Για την εκτίμηση της φυσικής δραστηριότητάς των μαθητών/τριών, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο αυτό-αναφοράς Child and Adolescent Trial for Cardiovascular Health Self-Administer Physical Activity Checklist των Perry et al. (1990) και συγκεκριμένα την έκδοση: CATCH-SAPAC form- (235) Version 30/9/1993, που αφορούσε στις δραστηριότητες που πραγματοποίησαν στη χθεσινή μέρα κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων στο σχολείο. Το ερωτηματολόγιο μεταφράστηκε και τροποποιήθηκε για τα ελληνικά δεδομένα και με τη διαδικασία δοκιμή –επανελέγχος, βρέθηκε να έχει βαθμό αξιοπιστίας $\alpha = .69$. Για την καταγραφή του μεγέθους της σχολικής αυλής ελήφθησαν πολεοδομικά στοιχεία από κρατικές υπηρεσίες, τα οποία αρχικά επεξεργάστηκαν στο πρόγραμμα Microsoft office excel 2007 και στη συνέχεια τα αποτελέσματα που προέκυψαν κωδικοποιήθηκαν και καταχωρήθηκαν στο στατιστικό πακέτο SPSS 15.0 for Windows. Για τη διεξαγωγή των αποτελεσμάτων της έρευνας, χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση συχνοτήτων και η ανάλυση διακύμανσης ως προς ένα ανεξάρτητο παράγοντα. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ του βαθμού φυσικής δραστηριότητας των μαθητών/τριών κατά το διάλειμμα και του μεγέθους της σχολικής αυλής δίνοντας προβάδισμα στους μαθητές/τριες που φοιτούσαν σε σχολεία με μεγάλες αυλές. Τα ευρήματα αυτά υπογραμμίζουν ότι οι σχολικές αυλές που παρέχουν ευρυχωρία και άνεση συμβάλλουν στην αύξηση της φυσικής δραστηριότητας των μαθητών/τριών κατά το διάλειμμα και επισημαίνουν την ανάγκη για καταλληλότερο μελλοντικό σχεδιασμό των σχολικών αυλών.

Λέξεις κλειδιά: αύλειο σχολικό περιβάλλον, σχολική αυλή, φυσική δραστηριότητα μαθητών Δημοτικού

16128

ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΒΗΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΩΝ ΚΑΙ ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΟΥ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Γιαννακίδου Δ., Βδέλλα Γ., Παυλίδου Σ., Φατούρος Ι., Καμπάς Α.

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

dimgiann@phyed.duth.gr

COMPARISON BETWEEN WEEKDAYS AND WEEKEND DAYS OF PEDOMETRY PHYSICAL ACTIVITY IN PRESCHOOLERS

D. Giannakidou, G. Vdella, S. Paulidou, I. Fatouros, A. Kambas

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

Τα ευεργετικά οφέλη ενός φυσικά δραστήριου τρόπου ζωής, έχουν αρχίσει και αναγνωρίζονται ακόμα και στα παιδιά. Οι οδηγίες της παγκόσμιας δημόσιας υγείας για τη φυσική δραστηριότητα (ΦΔ), δίνουν έμφαση σε παιδιά (9 έως 11 ετών), εφήβους (12 έως 19 ετών), και ολοένα και αυξάνεται το ενδιαφέρον για κατευθυντήριες οδηγίες ΦΔ στην προσχολική ηλικία. Σκοπός της μελέτης ήταν να συγκρίνει τη ΦΔ παιδιών προσχολικής ηλικίας όπως αυτή καταγράφεται από τον αριθμό βημάτων μεταξύ καθημερινών και σαββατοκύριακου. Στη μελέτη συμμετείχαν 301 παιδιά προσχολικής ηλικίας ($n=301$, ηλικία: $66,21 \pm 3,7$ μήνες) του νομού Ροδόπης. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια των χειμερινών μηνών (Δεκέμβριο έως Φεβρουάριο). Οι συμμετέχοντες φορούσαν το βηματόμετρο OMRON HJ-720, για 7 συνεχόμενες ημέρες αφού πρώτα δόθηκαν γραπτές και προφορικές οδηγίες στους κηδεμόνες. Για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση t-test για εξαρτημένα δείγματα. Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ($t=2.96$ $p<0.05$) μεταξύ της ΦΔ των καθημερινών ($MO=8412 \pm 3395$) και της ΦΔ του Σαββατοκύριακου ($MO=7793 \pm 2544$). Τα ευρήματα αυτής της μελέτης δείχνουν ότι είναι αναγκαία η εφαρμογή προγραμμάτων παρέμβασης που να στοχεύουν στην αύξηση της ΦΔ παιδιών προσχολικής ηλικίας ακόμα και τις ημέρες του Σαββατοκύριακου. "Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους."

Λέξεις κλειδιά: OMRON HJ-720, φυσική δραστηριότητα, προσχολική ηλικία

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

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

16132

ΑΝΑΛΥΣΗ ΒΗΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΜΙΑ ΤΥΠΙΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Παυλίδου Σ., Ρουμελιώτη Ε., Γιαννακίδου Δ., Χατζηνικολάου Α., Καμπάς Α.

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

dimgiann@phyed.duth.gr

PHYSICAL ACTIVITY PEDOMETRY FOR ONE TYPICAL WEEK IN PRESCHOOLERS

S. Paulidou, E. Roumelioti, D. Giannakidou, A. Chatzinikolaou, A. Kambas

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

Οι υπάρχουσες προτεινόμενες συστάσεις φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ), εκφράζονται, είτε ως συχνότητα ΦΔ, είτε ως χρόνος ΦΔ, είτε ως ένταση ΦΔ. Η χρήση αξιόπιστων αισθητήρων κίνησης, όπως είναι τα βηματόμετρα, μας δίνει τη δυνατότητα έκφρασης σύγκρισης αλλά και κατάταξης της ΦΔ σε βήματα. Οι προτεινόμενη ΦΔ σε βήματα αναφέρεται στον αριθμό των βημάτων που θα πρέπει να πραγματοποιεί κάποιος καθημερινά (steps/day). Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να καταγράψει αλλά και να αξιολογήσει την ΦΔ παιδιών προσχολικής ηλικίας του νομού ΡΟΔΟΠΗΣ σε μια τυπική χειμερινή εβδομάδα. Οι συμμετέχοντες (n=301, ηλικία: 66,21±3,7 μήνες) φορούσαν το βηματόμετρο OMRON HJ-720 για το χρονικό διάστημα των 7 συνεχόμενων ημερών. Επιπρόσθετα ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να μην παρεκκλίνουν καθόλου από τις καθημερινές τους ενασχολήσεις. Για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση t-test για εξαρτημένα δείγματα. Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στη ΦΔ μεταξύ των ημερών: Δευτέρα με Κυριακή (t=3,51, p=0.001), Τρίτη με Κυριακή (t=2.39, p<0.05), Τετάρτη με Κυριακή (t=2, p<0.05), Πέμπτη με Κυριακή (t=2.98, p<0.05), Παρασκευή με Κυριακή (t=2.56, p<0.05), και Σαββάτου με Κυριακή (t=2.44, p<0.05). Συμπερασματικά το μεγαλύτερο ποσοστό των παιδιών προσχολικής ηλικίας παρουσιάζει τη μικρότερη ΦΔ μετρημένη σε βήματα, σε μια τυπική εβδομάδα την ημέρα Κυριακή. Τα ευρήματα αυτής της έρευνας υπογραμμίζουν την ανάγκη για αύξηση της ΦΔ κατά τη διάρκεια του χειμώνα των ημερών του Σαββατοκύριακου ακόμα και στην προσχολική ηλικία.

Λέξεις κλειδιά: Omgon HJ-720, φυσική δραστηριότητα, προσχολική ηλικία

16134

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΦΥΛΟΥ ΣΤΗ ΒΗΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΗ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Ρουμελιώτη Ε., Ορφανίδου Ε., Βδέλλα Γ., Γιαννακίδου Δ., Χατζηνικολάου Α., Καμπάς Α.

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

dimgiann@phyed.duth.gr

SEX DIFFERENCES IN PEDOMETRY PHYSICAL ACTIVITY FOR PRESCHOOLERS

E. Roumelioti, E. Orfanidou, G. Vdella, D. Giannakidou, A. Chatzinikolaou, A. Kambas

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

Σε αντίθεση με τη βηματομετρική φυσική δραστηριότητα (ΒΦΔ) των ενηλίκων, όπου η προτεινόμενη ΒΦΔ δεν διαχωρίζεται σύμφωνα με το φύλο, στην παιδική ΒΦΔ, υπάρχει διαχωρισμός προτεινόμενης ΒΦΔ βάση του φύλου των παιδιών προτείνοντας στα αγόρια ~2000 περισσότερη ΒΦΔ σε σχέση με τα κορίτσια. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να μελετήσει την πιθανή διαφοροποίηση της φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ) όπως αυτή καταγράφεται από τον αριθμό βημάτων μεταξύ αγοριών και κοριτσιών προσχολικής ηλικίας. Στην έρευνα πήραν μέρος 301 παιδιά προσχολικής ηλικίας από το νομό Ροδόπης (n=301, ηλικία: 66,21±3,7 μήνες), από τα οποία τα 150 ήταν αγόρια (n=150, ηλικία: 66,29±3,7 μήνες) και τα 151 ήταν κορίτσια (n=151, ηλικία: 66,13±3,8 μήνες). Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια των χειμερινών μηνών (Δεκέμβριο έως Φεβρουάριο). Οι συμμετέχοντες φορούσαν το βηματόμετρο OMRON HJ-720, για 7 συνεχόμενες ημέρες αφού πρώτα δόθηκαν γραπτές και προφορικές οδηγίες στους κηδεμόνες. Για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης για ανεξάρτητες μετρήσεις ως προς έναν παράγοντα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές λόγω φύλου (F=4.98, P<0.05), μόνο για τις καθημερινές και όχι για της ημέρες του Σαββατοκύριακου. Γενικότερα τα αγόρια είχαν υψηλότερη ΒΦΔ (ΜΟ=8856±4314) από ότι είχαν τα κορίτσια (ΜΟ=7988±2114) της καθημερινές. Η ΒΦΔ δεν παρουσίασε στατιστικά σημαντικές διαφορές λόγω φύλου το Σαββατοκύριακο (F=3,69, P=0.056), με τα αγόρια να καταγράφουν (ΜΟ=8080±2716) και τα κορίτσια (ΜΟ=7520±2345). Συμπερασματικά φάνηκε στην προσχολική ηλικία η ΒΦΔ να διαφέρει σε σχέση με το φύλο του παιδιού αλλά μόνο για της καθημερινές.

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

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

Λέξεις κλειδιά: Omron HJ-720, φυσική δραστηριότητα, προσχολική ηλικία

16136

ΣΧΕΣΗ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Κόκκινου Δ., Γιαννακίδου Δ., Βδέλλα Γ., Ρουμελιώτη Ε., Φατούρος Ι., Καμπάς Α.

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

dimgiann@phyed.duth.gr

THE RELATIONSHIP BETWEEN BMI AND MOTOR PROFICIENCY IN PRESCHOOLERS

D. Kokkinou, D. Giannakidou, G. Vdella, E. Roumelioti, I. Fatouros, A. Kambas

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

Υπάρχουν στοιχεία ερευνών που αποδεικνύουν ότι η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων αποτελεί καθοριστικό παράγοντα στην προώθηση της δια βίου δραστήριας στάση ζωής. Επιπρόσθετα η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων στην παιδική ηλικία, έχει συσχετιστεί θετικά με τη φυσική δραστηριότητα στην μετέπειτα ζωή καθώς και με την αποφυγή παχυσαρκίας. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να μελετήσει τη σχέση ανάμεσα στο δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ) καθώς και της κινητικής απόδοσης (ΚΑ) σε παιδιά προσχολικής ηλικίας του νομού Ροδόπης. Στην έρευνα πήραν μέρος 301 παιδιά προσχολικής (n=301, ηλικία: 66,21±3,7 μήνες). Καταγράφηκε το σωματικό βάρος και ύψος τους με τη χρήση ζυγαριάς ακριβείας (0.1kg), και διαβαθμισμένου αναστημόμετρου (1cm) ώστε να υπολογιστεί ο ΔΜΣ (kg/m²). Παράλληλα όλα τα παιδιά αξιολογήθηκαν στη σύντομη δέσμη του κινητικού τεστ αξιολόγησης της κινητικής απόδοσης Bruininks-Oseretsky test of motor proficiency (BOT2). Για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης για ανεξάρτητες μετρήσεις ως προς έναν παράγοντα. Από τα αποτελέσματα φάνηκε να υπάρχει στατιστικά σημαντική επίδραση του ΔΜΣ στις εξής κινητικές δεξιότητες: ισορροπία (F=3.87, p<0.05), συναρμογή του κορμού (F=3.24, p<0.05) και δύναμη (F=3.92, p<0.05). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ και των τριών βαθμίδων του παράγοντα ΔΜΣ (φυσιολογικό, υπέρβαρο, παχύσαρκο) στην ισορροπία, μεταξύ δύο βαθμίδων του παράγοντα ΔΜΣ (υπέρβαρο, παχύσαρκο) στη συναρμογή του κορμού και μεταξύ 2 βαθμίδων του παράγοντα ΔΜΣ (φυσιολογικό, παχύσαρκο) στη δύναμη. Συμπερασματικά ο ΔΜΣ παιδιών προσχολικής ηλικίας συσχετίζεται με την ΚΑ, όχι όμως σε όλες τις κινητικές δεξιότητες αλλά ούτε σε όλες τις κατηγορίες κατάταξης του ΔΜΣ. “Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.”

Λέξεις κλειδιά: κινητική απόδοση, προσχολική ηλικία, ΔΜΣ

16138

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΦΥΛΟΥ ΣΤΗΝ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Γιαννακίδου Δ., Βδέλλα Γ., Ρουμελιώτη Ε., Ορφανίδου Ε., Χατζηνικολάου Α., Καμπάς Α.

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

dimgiann@phyed.duth.gr

SEX DIFFERENCES IN MOTOR PROFICIENCY IN PRESCHOOLERS

D. Giannakidou, G. Vdella, E. Roumelioti, E. Orfanidou, A. Chatzinikolaou, A. Kambas

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

Η πρώτη παιδική ηλικία θεωρείται η πιο κρίσιμη περίοδος για την ανάπτυξη των βασικών κινητικών δεξιοτήτων. Τα παιδιά με χαμηλό σκορ σε αξιολογήσεις κινητικής δεξιότητας, έχουν περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν ανεπάρκεια στον τομέα της κίνησης και μικρότερη πιθανότητα να συμμετάσχουν σε αθλήματα και παιχνίδια κατά τη διάρκεια της παιδικής και εφηβικής ηλικίας. Σκοπός της έρευνας ήταν να αξιολογήσει και να ανιχνεύσει τυχόν διαφορές στην κινητική δεξιότητα μεταξύ αγοριών και κοριτσιών προσχολικής ηλικίας του νομού Ροδόπης. Στην έρευνα πήραν μέρος 303 παιδιά προσχολικής ηλικίας (n=303, ηλικία: 66,35±3,9 μήνες), από τα οποία τα 149 ήταν αγόρια (n=149, ηλικία: 66,29±3,7 μήνες) και τα 151 ήταν κορίτσια (n=154, ηλικία: 66,03±3,6 μήνες). Οι συμμετέχοντες αξιολογήθηκαν στη σύντομη δέσμη του κινητικού τεστ αξιολόγησης της κινητικής απόδοσης Bruininks-Oseretsky test of motor proficiency (BOT2). Για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης για ανεξάρτητες μετρήσεις ως προς έναν παράγοντα. Από τα αποτελέσματα φάνηκε να υπάρχει στατιστικά σημαντική επίδραση του φύλου στις εξής κινητικές δεξιότητες: α) βασική κινητική δεξιότητα (F=18.468, p<0.001) με τα κορίτσια (MO=7.62±3.6) να υπερτερούν έναντι των αγοριών (MO=5.83±3.6), β) στη συναρμογή του άνω κορμού (F=7.86, p<0.05) με τα αγόρια (MO=3.03±1.6) να υπερτερούν

έναντι των κοριτσιών ($MO=2.47\pm 1.8$), γ) στη συναρμογή του κορμού ($F=6.297$, $p<0.05$) με τα αγόρια ($MO=1.62\pm 1.6$) να υπερτερούν έναντι των κοριτσιών ($MO=1.25\pm 1.0$), δ) στη δύναμη ($F=6.159$, $p<0.05$) με τα κορίτσια ($MO=8,4\pm 6,9$) να υπερτερούν έναντι των αγοριών ($MO=6,60\pm 5,7$). Συμπερασματικά από τις οχτώ κινητικές δεξιότητες που αξιολογεί το τεστ BOT2, στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών προσχολικής ηλικίας παρουσιάστηκαν στις τέσσερις. “Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.”

Λέξεις κλειδιά: κινητική απόδοση, προσχολική ηλικία, bot2

16542

ΜΕΛΕΤΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΞΑΝΘΗΣ

Μπογιατζίδης Ε., Καμπάς Α., Μιχαλοπούλου Μ., Γούργουλης Β.

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

makisbogiatzidis@yahoo.com

THE RELATIONSHIP BETWEEN REGULAR PHYSICAL ACTIVITY AND SELECTED OBESITY VARIABLES IN CHILDREN IN XANTHI REGION

E. Bogiatzidis, A. Kambas, M. Michalopoulou, V. Gourgoulis

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

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η μελέτη της σχέσης της συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες και των δεικτών μάζας σώματος (Δ.Μ.Σ.) και περιφέρειας μέσης (ΠΜ). Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 737, μαθητές-τριες, αθλητές-τριες του Νομού Ξάνθης (421 αγόρια, 316 κορίτσια), οι οποίοι συμμετείχαν οικιοθελώς στην έρευνα. Για τους συμμετέχοντες καταγράφηκε η ημερομηνία γεννήσεως τους, ο τόπος διαμονής τους (αστική (441) - αγροτική (296) περιοχή), το θρήσκευμα τους (χριστιανοί (244) – μουσουλμάνοι (493)), το αν αθλούνται εξωσχολικά (334) ή όχι (403) και με ποιο άθλημα ασχολούνται, το σωματικό βάρος, το ύψος και η περιφέρεια μέσης (ΠΜ) τους. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης (2×2) με δύο σταθερούς παράγοντες, φύλο (αγόρια, κορίτσια) και άθληση (συμμετοχή και μη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες) δεν εντοπίστηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση των δύο παραπάνω παραγόντων στο ΔΜΣ των συμμετεχόντων στην παρούσα μελέτη με ($F(1,733)=0,125$, $p>0.05$). Αντίθετα στατιστικά σημαντικές ήταν οι κύριες επιδράσεις του παράγοντα «φύλο» ($F(1,733)=4,299$, $p<0.05$) και του παράγοντα «συμμετοχή σε αθλητική δραστηριότητα» ($F(1,733)=54,291$, $p<0.001$). Συγκεκριμένα τα κορίτσια σημείωσαν υψηλότερες τιμές από τα αγόρια και τα παιδιά που συμμετείχαν σε αθλητικές δραστηριότητες σημείωσαν υψηλότερες τιμές από τα παιδιά που δε συμμετείχαν σε αντίστοιχες δραστηριότητες. Όσον αφορά την περιφέρεια μέσης τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης έδειξαν ότι υπήρχε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση των δύο παραπάνω παραγόντων των συμμετεχόντων στην παρούσα μελέτη ($F(1,736)=18,727$, $p<0.01$). Αναλυτικότερα, όσο αφορά την επίδραση του παράγοντα «φύλο» σε κάθε βαθμίδα του παράγοντα «άθληση» προέκυψε ότι μόνο για τα παιδιά που συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες τα κορίτσια είχαν στατιστικά μικρότερες τιμές ΠΜ σε σχέση με τα αγόρια ($F(1,733)=40,972$, $p<0.001$). Όσο αφορά την επίδραση του παράγοντα «άθληση» σε κάθε βαθμίδα του παράγοντα «φύλο» προέκυψε ότι μόνο για τα κορίτσια υπήρξε στατιστικά σημαντική διαφορά στην περιφέρεια μέσης μεταξύ αυτών που συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες και αυτών που δε συμμετέχουν ($F(1,733)=16,9994$, $p<0.001$). Συμπερασματικά μόνο για τα κορίτσια και όσο αφορά την περιφέρεια μέσης και όχι τον ΔΜΣ εντοπίστηκαν ευρήματα τα οποία συμφωνούν με τη διεθνή βιβλιογραφία, όπου αναφέρεται ότι τα παιδιά που συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες εμφανίζουν χαμηλότερες τιμές σε δείκτες παχυσαρκίας. Ιδιαίτερη σημασία έχει το εύρημα σύμφωνα με το οποίο μόνο τα κορίτσια και όχι τα αγόρια που συμμετέχουν σε συστηματική αθλητική δραστηριότητα, είχαν χαμηλότερες τιμές από τα παιδιά αντίστοιχου φύλου που δεν αθλούνται συστηματικά.

Λέξεις κλειδιά: Φυσική δραστηριότητα, Δείκτης Μάζας Σώματος, Περιφέρεια Μέσης

16598

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΒΗΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΜΑΘΗΤΩΝ ΤΗΣ Δ΄, ΤΗΣ Ε΄ ΚΑΙ ΤΗΣ ΣΤ΄ ΤΑΞΗΣ ΜΕΙΟΝΟΤΙΚΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΚΑΙ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΜΕ ΣΤΟΧΟ ΤΗΝ ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

Κουτσογιάννη Π., Παλιογιάννη Μ., Αυγερινός Α.

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

panagiotakoutsogianni@yahoo.com

EVALUATION OF PEDOMETER BASED PHYSICAL ACTIVITY OF STUDENTS OF 4TH, 5TH AND 6TH CLASS OF MINORITY ELEMENTARY SCHOOLS AND APPLICATION OF INTERVENTION IN ORDER TO INCREASE PHYSICAL ACTIVITY OF CHILDREN

P. Koutsogianni, M. Paliogianni, A. Avgerinos

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

Οι πληθυσμοί εθνικής μειονότητας είναι λιγότερο πιθανό να συμμετέχουν σε φυσικές δραστηριότητες (ΦΔ) και σπορ. Όσον αφορά τα κορίτσια, οι κύριες πηγές ΦΔ σχετίζονται κυρίως με το περπάτημα στην περιοχή τους. Τα αγόρια, όπως και τα κορίτσια, αναφέρουν το περπάτημα ως πηγή ΦΔ, όμως ασχολούνται και με ποικιλία υπαίθριων δραστηριοτήτων, όπως το ποδόσφαιρο ή το μπάσκετ με φίλους. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν α) η αξιολόγηση της βηματομετρικής δραστηριότητας μαθητών, των Δ΄-ΣΤ΄ τάξεων, των Μειονοτικών Δημοτικών Σχολείων, τόσο στο σχολικό περιβάλλον όσο και στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής (ΦΑ) και β) η αποτελεσματικότητα ενός προγράμματος παρέμβασης στο σχολείο με στόχο την αύξηση της ΦΔ. Στην έρευνα συμμετείχαν 26 μαθητές των Δ΄-ΣΤ΄ τάξεων (9 αγόρια και 17 κορίτσια), ηλικίας 10-12 ετών. Η αξιολόγηση της ΦΔ έγινε με βηματομέτρο τύπου Omron [model Walking Style II (OII)]. Πραγματοποιήθηκαν 2 μετρήσεις, κατά τις οποίες τα βηματομέτρα τοποθετούνταν στη μέση των παιδιών από τις 8.00 το πρωί έως τις 16.00 το απόγευμα. Στην αρχική μέτρηση αξιολογήθηκε η βηματομετρική δραστηριότητα των 26 μαθητών-τριών για πέντε ημέρες. Το πρόγραμμα παρέμβασης (δεύτερη μέτρηση) εφαρμόστηκε για πέντε ημέρες σε 9 παιδιά (4 αγόρια και 5 κορίτσια) του δείγματος, μέσω της παροχής αθλητικού υλικού (μπάλες ποδοσφαίρου, μπάλες πετοσφαίρισης, σκοινάκια, λάστιχα) και της ενθάρρυνσής τους από τον Καθηγητή της ΦΑ για να χρησιμοποιούν το αθλητικό υλικό στα διαλείμματα και στο μάθημα της ΦΑ, προκειμένου να γίνει αποτίμηση της βηματομετρικής δραστηριότητας στο πλαίσιο του σχολείου και του μαθήματος της ΦΑ. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα αγόρια πριν την υλοποίηση του παρεμβατικού προγράμματος, ήταν στο περιβάλλον του σχολείου βηματομετρικά πιο δραστήρια τις τρεις από τις πέντε ημέρες, συγκριτικά με τα κορίτσια και πολύ πιο δραστήρια σε σχέση με τα κορίτσια και κατά τη διάρκεια του μαθήματος της ΦΑ. Τα 9 παιδιά που συμμετείχαν στην παρέμβαση, ήταν βηματομετρικά πιο δραστήρια στο σχολικό περιβάλλον πριν την υλοποίηση της παρέμβασης, παρόλο που κατά την παρέμβαση διέθεταν περισσότερο αθλητικό υλικό. Προκύπτει από την παρούσα έρευνα το ενδιαφέρον να μελετηθούν οι λόγοι για τους οποίους γενικά τα αγόρια είναι περισσότερο δραστήρια συγκριτικά με τα κορίτσια, οι οποίοι πιθανόν να σχετίζονται με τις συνθήκες που επικρατούν στη μουσουλμανική κοινότητα. Επιπλέον, θα μπορούσε να γίνει μια έρευνα σχετικά με το περιεχόμενο και τον τρόπο διεξαγωγής της ΦΑ στα Μειονοτικά Σχολεία, διότι είναι άξιο απορίας το ότι τα αγόρια είναι περισσότερο δραστήρια από τα κορίτσια και κατά τη διάρκεια της ΦΑ, ενώ και τα δύο φύλα συμμετέχουν στο ίδιο μάθημα.

Λέξεις κλειδιά: βηματομετρική δραστηριότητα, Φυσική Αγωγή, Μειονοτικό Δημοτικό Σχολείο

16728

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΔΕΠ/Υ.

Αγδινιώτης Η., Τσακογιάννης Ι., Κωσταλά Μ., Ζήση Β., Καμπάς Α., Μιχαλοπούλου Μ., Κουρτέσης Θ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Swansea University, Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

iliasagdis@yahoo.gr

EVALUATING PHYSICAL ACTIVITY OF CHILDREN WITH ADHD.

I. Agdiniotis, I. Tsakogiannis, M. Kostala, V. Zisi, A. Kampas, M. Michalopoulou, T. Kourtessis

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S., Swansea University, Department of Psychology, Department of Physical Education and Sport Science, University of Thessaly

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η αξιολόγηση της βηματομετρικής φυσικής δραστηριότητας παιδιών με ελλειμματική προσοχή - υπερκινητικότητα (ΔΕΠ/Υ). Στη μελέτη συμμετείχαν 50 παιδιά ηλικίας 5 - 15 ετών των νομών Αττικής και Μαγνησίας εκ των οποίων τα 25 παιδιά είχαν διαγνωστεί από Κέντρα Διάγνωσης Αξιολόγησης

και Υποστήριξης ότι παρουσιάζουν ΔΕΠ/Υ (πειραματική ομάδα). 25 παιδιά, ίδιας ηλικίας και φύλου, που δεν παρουσίαζαν μαθησιακές δυσκολίες, αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου. Η Βηματομετρική Φυσική Δραστηριότητα μετρήθηκε με τη χρήση του βηματομέτρου Omron HJ - 720IT - E2. Από την Ανάλυση διακύμανσης με ένα παράγοντα (one-way ANOVA) φάνηκε ότι τα παιδιά με ΔΕΠ/Υ παρουσίασαν σημαντικά χαμηλότερες τιμές στο συνολικό σκορ των εβδομαδιαίων βημάτων ($M= 61034.32$, $SD= 14988.78$) απ' ότι τα παιδιά της ομάδας ελέγχου ($M= 73495.36$ $SD= 13768.02$). Οι δύο ομάδες δεν διέφεραν σημαντικά στο συνολικό σκορ των εβδομαδιαίων αερόβιων βημάτων. Αξιολογώντας τα αποτελέσματα της συγκεκριμένης έρευνας προκύπτει περιορισμένη φυσική δραστηριότητα στα παιδιά με ΔΕΠ/Υ ενώ επιπλέον παρατηρείται μερική σύγκλιση με τα αποτελέσματα παλαιότερων ερευνών. Λαμβάνοντας υπόψη τα συγκεκριμένα αποτελέσματα και με δεδομένο τον περιορισμένο αριθμός σχετικών μελετών, προκύπτει η ανάγκη περαιτέρω έρευνας.

Λέξεις κλειδιά: Αναπτυξιακή διαταραχή του συντονισμού, φυσική δραστηριότητα, βηματομετρο

ΠΡΑΚΤΙΚΑ 20ου ΔΣΦΑ
PROCEEDINGS 20th ICPES