



ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΡΑΚΗΣ

DEMOCRITUS
UNIVERSITY
OF THRACE



Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

Αθλητικός Τουρισμός
Οργάνωση Δρωμένων, Χορός



2^ο Συνέδριο Αθλητικού Τουρισμού, Χορού και Αναψυχής (ΑΤΟΧΑ)

- Χορός & Διεπιστημονικές Προσεγγίσεις
- Αθλητικός Τουρισμός & Αναψυχή το 2021

12 & 13 Φεβρουαρίου 2021
Διαδικτυακά

Πρακτικά Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
1ος Τόμος Πρακτικών
Περίληψεις
ISSN 2585-2884



Περιεχόμενα

ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ	5
ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ	7
ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ	8
Χορός & Διεπιστημονικές Προσεγγίσεις.....	8
Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑ: ΦΥΛΟ, ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ, ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ	9
ΔΕΡΜΑΤΗ, Α.	9
ΤΟ ΦΥΛΟ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΕ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ	10
ΑΜΑΡΙΩΤΑΚΗΣ Ι., ΦΙΛΙΠΠΟΥ, Φ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ, ΠΙΤΣΗ Α., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., & ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.....	10
ΤΟ ΦΥΛΟ ΚΑΙ Η ΗΛΙΚΙΑ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΧΟΡΕΥΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	11
ΚΟΥΛΤΖΗ Α., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.	11
ΤΟ ΦΥΛΟ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗΣ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΕ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ	12
ΑΜΑΡΙΩΤΑΚΗΣ Ι., ΦΙΛΙΠΠΟΥ, Φ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ, ΠΙΤΣΗ Α., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., & ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.....	12
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ..	13
ΤΑΜΙΩΛΑΚΗ Α., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.	13
ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΟΜΟΓΕΝΩΝ ΣΕ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΕ ΧΩΡΕΣ ΤΗΣ ΜΕΣΗΣ ΑΝΑΤΟΛΗΣ	14
ΒΑΣΙΛΑΚΗ Α., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ Ε., ΚΩΣΤΑ Γ.....	14
ΧΟΡΕΥΤΙΚΟΣ ΦΙΛΕΛΛΗΝΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΑΛΛΗ ΜΕΡΙΑ ΤΟΥ ΑΤΛΑΝΤΙΚΟΥ.....	15
ΠΑΠΑΚΩΣΤΑΣ Χ.	15
ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΕΙΚΟΝΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΧΟΡΕΥΤΡΙΕΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΟΥ ΧΟΡΟΥ: Προκαταρκτική μελέτη.....	16
ΑΝΔΡΟΥΛΙΔΑΚΗ Α., ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ Μ., ΚΟΥΤΣΟΥΜΠΑ Μ., ΔΟΝΤΗ Ο.	16
ΑΠΟΤΥΠΩΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΤΟΥ ΚΩΔΙΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΤΗΣ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥΣ ΚΥΚΛΟΥΣ 2013-2016, 2017-2020 ΣΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ	17
ΧΑΛΚΙΑ Ε., ΚΟΣΜΙΔΟΥ Ε.	17
Η ΜΕΘΟΔΟΣ «ΚΛΑΣΣΙΚΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΧΟΡΟΥ» ΤΗΣ RUBY GINNER: ΑΝΑΒΙΩΣΗ ΤΟΥ ΑΡΧΑΙΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΧΟΡΟΥ Ή ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΧΟΡΕΥΤΙΚΗ ΤΕΧΝΙΚΗ;	18
ΜΟΥΣΟΥΡΑΚΗ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.	18
ΤΟ ΚΙΝΗΤΙΚΟ ΜΟΤΙΒΟ ΩΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΟΡΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΙΝΗΤΙΚΟΥ «ΛΕΞΙΛΟΓΙΟΥ» ΜΙΑΣ ΤΟΠΙΚΗΣ ΧΟΡΕΥΤΙΚΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ	19
ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ, Κ., ΦΟΥΝΤΖΟΥΛΑΣ, Γ., & ΧΑΡΙΤΩΝΙΔΗΣ Χ.	19
Ο ΧΟΡΟΣ ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ	20



ΚΟΥΡΤΕΣΗΣ Γ., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΚΟΥΤΣΟΥΜΠΑ Μ., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., & ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.....	20
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΧΟΡΩΝ ΣΤΗ ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΟΥ ΑΥΤΙΣΜΟΥ. 21	
ΚΑΜΗΛΑΚΗ Α., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., ΒΑΡΣΑΜΗ Δ., ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ Μ., ΟΥΖΟΥΝΙΔΗΣ ΧΡ., ΚΑΜΗΛΑΚΗ ΑΙ.....	21
ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΕ ΧΟΡΕΥΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ.....	22
ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ Ε., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ.	22
ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΕΙΔΗ ΧΟΡΟΥ ΣΕ ΝΕΟΥΣ ΕΝΗΛΙΚΕΣ	23
ΜΠΟΥΓΙΕΣΗ Μ., ΖΗΣΗ Β.	23
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ. 24	
ΖΑΜΠΕΝ Ε. , ΜΙΧΟΥ Β., ΖΑΓΓΕΛΙΔΟΥ Ε.....	24
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΧΟΡΟΥ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΕΣΟ ΤΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ.....	25
ΖΑΜΠΕΝ Ε., ΜΙΧΟΥ Β., ΤΕΛΟΥΔΗ Α.	25
ΡΥΘΜΙΚΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ, ΧΟΡΟΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΛΙΣΜΟΙ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΑΦΗΣ ΤΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΦΛΟΓΑΣ.....	26
ΚΟΡΕΤΣΗ Α., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.....	26
Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ, ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ. ΜΙΑ ΑΝΑΣΚΟΠΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ.....	27
ΚΑΠΠΟΥ Σ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.	27
ΜΠΟΡΕΙ Ο ΧΟΡΟΣ ΝΑ ΣΥΜΒΑΛΛΕΙ ΣΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ;.....	28
ΚΑΠΠΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΑΓΑΛΙΑΝΟΥ Ο.....	28
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ.....	29
ΦΕΡΕΚΙΔΗΣ Κ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.	29
Η ΓΝΩΣΗ, Η ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ ,Η ΑΥΤΟΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΠΡΟΤΥΠΑ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΗΣ ΣΧΕΔΙΑΖΟΜΕΝΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΦΟΣΙΩΣΗ. 30	
ΒΑΛΑΒΑΝΗ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.	30
Η ΣΤΑΣΗ, Η ΠΡΟΘΕΣΗ ΚΑΙ Η ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΑΣΕΩΝ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΗΣ ΣΧΕΔΙΑΖΟΜΕΝΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΦΟΣΙΩΣΗ.....	31
ΒΑΛΑΒΑΝΗ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.	31
ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ	32
Αθλητικός Τουρισμός & Αναψυχή το 2021.....	32
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ERASMUS+ ΚΑ2 ΣΤΗΝ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ. Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΓΑΒΑΛΟΥΣ.....	33
ΔΑΝΙΑΣ, Β., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο., ΔΑΝΙΑΣ, Π.	33
ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ ΜΕΝΕΜΕΝΗΣ	34



ΚΟΥΜΠΑΡΟΣ, Κ., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.	34
Η ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΑΚΥΡΩΣΗΣ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΤΟΥ ΔΙΕΘΝΗ «ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ» ΚΑΙ ΤΟΥ ΔΙΕΘΝΗ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟΥ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ ΣΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΔΡΟΜΕΩΝ.....	35
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, Ε., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.....	35
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΙΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΑΜΕΝΕΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΠΟΥ ΔΙΔΑΣΚΟΥΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ.....	36
ΧΑΤΣΕΛΛΗ, Χ., ΥΦΑΝΤΙΔΟΥ, Γ., ΜΠΑΞΕΒΑΝΗ, Μ., ΚΑΤΣΑΝΗΣ, Γ., ΚΩΣΤΑ, Γ.	36
ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ. (Βιβλιογραφική Ανασκόπηση)	37
ΧΡΙΣΤΙΝΑ, Κ., ΚΩΣΤΑ, Γ.....	37
ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΤΟ ΜΗΧΑΝΟΚΙΝΗΤΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ.....	38
ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ, Ε., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.	38
ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΜΑΝΑΤΖΜΕΝΤ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ .	39
ΚΑΡΑΟΛΑΝΗ, Θ., ΑΣΤΡΑΠΕΛΛΟΣ, Κ., ΚΩΣΤΑ Γ.	39
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΕ ΥΠΑΙΘΡΙΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ	40
ΜΠΕΚΡΗ, Α., ΜΠΑΚΟΠΟΥΛΟΥ, Ι., ΑΣΤΡΑΠΕΛΛΟΣ, Κ.	40
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΦΟΞΙΩΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΣΕ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ	41
ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΥ, Μ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.	41
ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΑ. (ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ)	42
ΧΡΙΣΤΙΝΑ, Κ., ΚΩΣΤΑ, Γ.....	42
ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΜΗΧΑΝΟΚΙΝΗΤΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ	43
ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ Ε., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.	43
ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΚΑΙ ΑΝΟΙΚΤΟΥ ΧΩΡΟΥ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ 40 ΧΡΟΝΩΝ ΚΑΙ ΑΝΩ ΤΟΥ Ν. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	44
ΚΟΥΜΠΑΡΟΣ, Κ., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.	44
ΠΡΟΦΙΛ ΠΡΩΗΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΔΙΕΘΝΗ «ΜΑΡΑΘΩΝΙΟ ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟ» ΚΑΙ ΣΤΟ ΔΙΕΘΝΗ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	45
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, Ε., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.....	45
ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 12-17 ΕΤΩΝ ΣΤΟ ΑΘΛΗΜΑ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ. ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΤΥΧΟΝ ΑΝΑΣΦΑΛΕΙΑ ΠΟΥ ΒΙΩΝΟΥΝ ΛΟΓΩ COVID19;.....	46
ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΥ, Μ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.....	46



ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ

Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής

Γουλιμάρης Δημήτριος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Μέλη Οργανωτικής Επιτροπής

Αλμπανίδης Ευάγγελος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Αντωνίου Παναγιώτης, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Αστραπέλλος Κωνσταντίνος, Διδάσκων Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Δούδα Ελένη, Κοσμήτορας, Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Κώστα Γεώργιος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Ματσούκα Ουρανία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Μπούνα Ανδρομάχη, Διδάκτωρ Κοινωνιολογίας Παν/μιο Ιωαννίνων

Μπρέχα Μάρθα, Μεταπτυχιακή φοιτήτρια, Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Τριγώνης Ιωάννης, Μέλος ΕΕΠ, Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Τσίτσκαρη Ευστρατία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Υφαντίδου Γεωργία, Επίκουρη Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Φιλίππου Φίλιππος, Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

5

Επιστημονική Επιτροπή

Αλμπανίδης Ευάγγελος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Αντωνίου Παναγιώτης, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Γουλιμάρης Δημήτριος, Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Δέρρη Βασιλική, Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Δούδα Ελένη, Κοσμήτορας, Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Κουτσούμπα Μαρία, Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Ε.Κ.Π.Α.

Κώστα Γεώργιος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Λάιος Αθανάσιος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Ματσούκα Ουρανία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Μάργαρη Ζωή, Εντεταλμένη Ερευνήτρια Κέντρον Ερεύνης της Ελληνικής Λαογραφίας -

Ακαδημία Αθηνών

Μπάτσιου Σοφία, Επίκουρη Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.



Μπεμπέτσος Ευάγγελος, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Πίτση Αθηνά, Διδακτικό Εκπαιδευτικό Προσωπικό ΠΔ 407, Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Ρόκκα Στυλιανή, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Τριγώνης Ιωάννης, Μέλος ΕΕΠ, Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Τσίτσαρη Ευστρατία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Υφαντίδου Γεωργία, Επίκουρη Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Φιλίππου Φίλιππος, Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.



ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Αγαπητοί φίλοι/ες,

η πραγματοποίηση του 2^{ου} Συνεδρίου Αθλητικού Τουρισμού, Χορού και Αναψυχής, που πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά λόγω των ιδιαίτερων περιοριστικών συνθηκών που εφαρμόστηκαν για την αντιμετώπιση του COVID-19 εντάσσεται στις δράσεις του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών "Αθλητικός Τουρισμός, Οργάνωση Δρωμένων, Χορός" της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Δ.Π.Θ.

Η προσέγγιση του Χορού και Αθλητικού Τουρισμού ως δραστηριότητα αναψυχής αποτελεί το νήμα που συνδέει τα δυο γνωστικά αντικείμενα.

Σταθερός στόχος του συνεδρίου ήταν η παρουσίαση μελετών κυρίως των νέων ερευνητών, η ενημέρωση για τις τελευταίες επιστημονικές εξελίξεις και η ανάδειξη καλών πρακτικών και καινοτόμων εφαρμογών στα δυο γνωστικά πεδία.

Σε μια δύσκολη περίοδο λόγω των περιορισμών, κατά την οποία η διεξαγωγή των ερευνών συναντά απρόσμενες δυσκολίες αλλά και ευκαιρίες, στο συνέδριο παρουσιάστηκαν σαράντα οκτώ επιστημονικές εργασίες από σαράντα ερευνητές και πραγματοποιήθηκαν διαδικτυακά ένα σεμινάριο και μια στρογγυλή τράπεζα. Παράλληλα το παρακολούθησαν εκατόν είκοσι σύνεδροι. Το συνέδριο στέφθηκε από μεγάλη επιτυχία σηματοδοτώντας την δυναμική των ανθρώπων και των γνωστικών αντικειμένων.

Γνωρίζοντας ότι η συνεχής έρευνα, κατάρτιση και ενημέρωση του στελεχιακού δυναμικού οδηγεί στην αναβάθμιση του προσωπικού και των υπηρεσιών που προσφέρονται στις δραστηριότητες του Χορού και του Αθλητικού Τουρισμού, δεσμευόμαστε για την συνέχιση των προσπαθειών μας.

Εκ μέρους της Οργανωτικής Επιτροπής

Δημήτρης Γουλιμάρης

Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.

Πρόεδρος Ο.Ε.





ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ
Χορός & Διεπιστημονικές Προσεγγίσεις



Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑ: ΦΥΛΟ, ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ, ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ WOMEN IN CONTEMPORARY CHOREOGRAPHY: GENDER, SEXUALITY, IDENTITY

ΔΕΡΜΑΤΗ, Α.
DERMATI, A.

LONDON CONTEMPORARY DANCE SCHOOL, UNIVERSITY OF KENT

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να διερευνηθούν αισθητικές και κοινωνικές προσεγγίσεις και πρακτικές για την έννοια του γυναικείου φύλου στη σύγχρονη χορογραφία. Μελετήθηκε συναφής βιβλιογραφία και εξετάστηκαν, μέσω παρατήρησης, ανάλυσης περιεχομένου και συγκριτικής μελέτης, έξι παραστάσεις σύγχρονου χορού που έλαβαν χώρα στη Μ. Βρετανία (Λονδίνο) και Σκωτία (Εδιμβούργο) κατά τα έτη 2018-2020: Amy Bell, *The Forecast* / Julie Cunningham, *To Be Me and Reckonings* / Matthew Rawcliffe, *The Sun Rose* / Joan Clewillé and Solène Weinachter, *Antigone, Interrupted* / Sung Im Her, *Nutcrusher*. Επιπροσθέτως, μελετήθηκαν συνεντεύξεις και ομιλίες των ίδιων των καλλιτεχνών για το έργο τους. Ως μεθοδολογικό εργαλείο αξιοποιήθηκε η θεωρία της J. Butler για την κοινωνική διάσταση του φύλου, καθιστώντας εναργή τη διάκριση από τη βιολογική διάσταση (sex-gender distinction) ως μία σαφώς ριζική ασυνέχεια μεταξύ των σωμάτων, και δόθηκε έμφαση στους όρους της επαναληπτικότητας (repetition: regulatory practices) και (α)συνειδητότητας (-un-consciousness: free-floating attributes). Εξετάστηκε η έννοια της συνάρτησης του καλλιτεχνικού σώματος σε σχέση με το φύλο, τη σεξουαλικότητα και την ηλικία. Από τη μελέτη προέκυψε ότι η έμφυλη ταυτότητα, η (αν)ελευθερία και η περιθωριοποίηση εντός του κοινωνικού συνόλου συνιστούν καταλυτικούς παράγοντες διαμόρφωσης και προώθησης του χορογραφικού υλικού. Διαπιστώθηκε ότι οι χορογραφίες αποτελούν εφαρμογές της θεωρίας της Butler περί επιτέλεσης κοινωνικού φύλου: πιο συγκεκριμένα, πρόκεινται για έργα που αναδεικνύουν την προσωπική και καλλιτεχνική αντιδιαστολή στα στερεότυπα πρότυπα συμπεριφοράς (εντός και εκτός καλλιτεχνικού/χορευτικού πλαισίου τάξης και σκηνης) και τις κοινωνικές νόρμες (τρόπος ομιλίας, χειρονομίες, ενδυματολογικές επιλογές, σεξουαλικές προτιμήσεις κ.ά.) της Butler. Επιπλέον, η αυτοβιογραφικότητα και οι συναφείς εμπειρίες, βιωμένες υπό το πρίσμα του γυναικείου σώματος, κρίθηκαν ως σημαντικά χαρακτηριστικά της χορογραφικής διαδικασίας. Κοινό στοιχείο αποτέλεσε η ανάγκη όχι μόνο έκφρασης, αλλά κυρίως αναγωγής των προσωπικών βιωμάτων σε συλλογικό επίπεδο (είτε ολικής ταύτισης του κοινού, είτε μερικής προβολής, μέσω εντοπισμού κοινών σημείων, και συνεκδοχικά, κατανόησης, αποδοχής και ενοποίησης). Έτσι, προτάθηκαν καλλιτεχνικές/χορογραφικές λύσεις/διέξοδοι ισχυροποίησης του «εγώ» και καταπολέμησης των στερεότυπων και πατριαρχικών πρακτικών καταπίεσης. Σε όλες τις περιπτώσεις, αναδείχθηκε η ανάγκη να ακουστούν οι φωνές που αποσιωπούνταν συστηματικά στα παλαιότερα χορογραφικά έργα. Με στόχο τη διαμόρφωση απελευθερωτικών αντιλήψεων για το φύλο, την ταυτότητα και το σώμα, οι χορογράφοι καλούνται να εντοπίζουν και να προσπερνούν τις κοινωνικές νόρμες, ως άλλη εκδοχή χορογραφικών τετριμμένων, και να αξιοποιούν τις προσωπικές ιστορίες (βιώματα) ως μια συνειδητή επιλογή αλλαγής. Η ανάγκη δημιουργίας χοροχώρου για τις ποικίλες διαστάσεις της γυναικείας υπόστασης διαμέσου απαγκίστρωσης από την πεπατημένη, κοινώς αποδεκτή οδό, είναι όχι μόνο ουσιώδης, αλλά κυρίως απαραίτητη.

Λέξεις κλειδιά: χορογραφία, σύγχρονος χορός, γυναικείο φύλο, φεμινιστικές θεωρίες, αυτοβιογραφικότητα.



ΤΟ ΦΥΛΟ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΕ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ
GENDER AS A DIFFERENCE FACTOR OF INDIVIDUALS SELF-ESTEEM THAT PARTICIPATE IN TRADITIONAL GREEK DANCING CLASSES

ΑΜΑΡΙΩΤΑΚΗΣ Ι., ΦΙΛΙΠΠΟΥ, Φ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ, ΠΙΤΣΗ Α., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., & ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.
AMARIO TAKIS I., FILIPPOU F., GOULIMARIS D., PITSI A., ROKKA ST., & VARSAMI D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Με τον όρο «αυτοεκτίμηση» νοείται η συνολική αξία που νιώθει πως έχει ένα άτομο για τον εαυτό του. Σκοπός της εργασίας ήταν να διερευνηθεί το φύλο και την ηλικία ως παράγοντες διαφοροποίησης της αυτοεκτίμησης συμμετεχόντων σε μαθήματα διδασκαλίας ελληνικού παραδοσιακού χορού. Στην έρευνα πήραν μέρος 164 άτομα, άνδρες (67) και γυναίκες (97) που συμμετείχαν για 5 τουλάχιστον χρόνια σε μαθήματα διδασκαλίας ελληνικού παραδοσιακού χορού. Για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση (Galanou, Galanakis, Alexopoulos, & Darviri, 2014) της Rosenberg Self-esteem Scale (RSES) (1965). Δέκα ερωτήσεις συνθέτουν την κλίμακα. Από αυτές οι πέντε υπολογίζουν τα αρνητικά συναισθήματα και οι υπόλοιπες πέντε τα θετικά συναισθήματα του/της συμμετέχοντα/χουσας. Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων περιελάμβανε στοιχεία περιγραφικής στατιστικής, έλεγχο της εσωτερικής συνοχής και Two-way Anova ανάλυση. Από τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων προκύπτουν τα: Α) Η κλίμακα πληροί το κριτήριο α του Cronbach $>.70$ (.78) επομένως η εσωτερική της συνοχή είναι αποδεκτή. Β) Διαπιστώθηκε ότι ο βαθμός της αυτοεκτίμησης του δείγματος είναι ιδιαίτερα υψηλός. Γ) Δεν παρατηρήθηκαν διαφορές λόγω φύλου, ηλικίας, όπως επίσης και στην αλληλεπίδρασή τους. Από την ανάλυση των δεδομένων της έρευνας συμπεραίνεται ότι το φύλο και η ηλικία δεν αποτελούν παράγοντες διαφοροποίησης της αυτοεκτίμησης συμμετεχόντων σε οργανωμένα μαθήματα διδασκαλίας παραδοσιακού χορού. Ο Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός αποτελεί μια φυσική δραστηριότητα που συμβάλλει στη μεγιστοποίηση ανδρών και γυναικών οποιασδήποτε ηλικίας.

Λέξεις κλειδιά: αυτοεικόνα, κατάθλιψη, ευτυχία, χορευτική ικανότητα



**ΤΟ ΦΥΛΟ ΚΑΙ Η ΗΛΙΚΙΑ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ ΚΙΝΗΤΡΩΝ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΧΟΡΕΥΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ
PARTICIPATION'S MOTIVES IN DANCE ACTIVITIES: HOW GENDER and AGE DIFFERENTIATE
THEM**

ΚΟΥΛΤΖΗ Α., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.
KOULTZI A., FILIPPOU F., ROKKA ST., GOULIMARIS D., & VARSAMI D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της εργασίας ήταν να εξετάσει το φύλο και την ηλικία ως παράγοντες διαφοροποίησης των κινήτρων συμμετοχής σε χορευτικές δραστηριότητες αναψυχής. Στην έρευνα πήραν μέρος 113 άνδρες και 311 γυναίκες που συμμετείχαν σε οργανωμένα μαθήματα Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού, κλασικού χορού, σύγχρονου χορού, Latin και ethnic χορών, ηλικίας 18 – 65 ετών. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το «Ερωτηματολόγιο Παρακίνησης για τον Χορό» των Κουλτζή, Φιλίππου, Ρόκκα, Γουλιμάρης και Βαρσαμή (2021). Οι απαντήσεις δόθηκαν σε 5θμια κλίμακα Likert. Αποτελείται από 43 ερωτήσεις που κατανέμονται σε 9 παράγοντες που εξετάζουν την έννοια της παρακίνησης. Οι παράγοντες είναι: α) «Κοινωνικοποίηση», με 6 ερωτήσεις π.χ. «γιατί ο χορός συμβάλλει στην κοινωνικοποίησή μου», β) «Αυτοπεποίθηση», με 6 ερωτήσεις π.χ. «όταν χορεύω δε νοιώθω ντροπαλός», γ) «Απόδραση», με 6 ερωτήσεις π.χ. «χορεύοντας ξεχνάω τα καθημερινά μου προβλήματα», δ) «Υγεία», με 5 ερωτήσεις π.χ. «όταν χορεύω προσέχω τη σιλουέτα μου», ε) «Ευχαρίστηση», «π.χ. Χορεύω γιατί με γεμίζει με ενέργεια», στ. «Έκσταση», με 4 ερωτήσεις π.χ. «όταν χορεύω μπορώ και βιώνω μια εκστατική εμπειρία», ζ) «Ικανότητα», με 5 ερωτήσεις π.χ. «όταν χορεύω μου αρέσει να έχω τον έλεγχο του σώματός μου», η) «Αναζήτηση σχέσεων», με 3 ερωτήσεις π.χ. «έχω τη δυνατότητα να συναντήσω όμορφα κορίτσια/αγόρια» και θ) «Φιλία», με 3 ερωτήσεις του τύπου π.χ. «συμμετέχω σε μαθήματα χορού γιατί θέλω να κάνω καινούργιους φίλους». Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων περιλάμβανε ανάλυση εσωτερικής συνοχής (α το Cronbach), t-test για ανεξάρτητα δείγματα και one-way Anova ανάλυση. Από την ανάλυση των δεδομένων της έρευνας διαπιστώθηκε ότι: α. η εσωτερική συνοχή και των εννέα παραγόντων κυμάνθηκε σε υψηλά επίπεδα (α του Cronbach >.83). β. το φύλο αποτελεί παράγοντα διαφοροποίησης για τους παράγοντες «Απόδραση» και «Φιλία». Πιο συγκεκριμένα οι γυναίκες φαίνεται να βιώνουν τον παράγοντα «Απόδραση» σε μεγαλύτερο βαθμό από του άνδρες ενώ, αντίθετα, οι άνδρες φαίνεται να βιώνουν τον παράγοντα «Φιλία» σε μεγαλύτερο βαθμό από τις γυναίκες. γ. η ηλικία διαφοροποιεί τους παράγοντες «Κοινωνικοποίηση», «Αυτοπεποίθηση», «Απόδραση», «Υγεία», «Ευχαρίστηση», «Έκσταση», «Ικανότητα», «Σχέσεις» και «Φιλία». Πιο συγκεκριμένα: α. οι ηλικίες έως 20 ετών βιώνουν τον παράγοντα «Κοινωνικοποίηση» σε μικρότερο βαθμό από τις ηλικίες 20-25, 26-30, 31-40, 41-50 και 51+. β. οι ηλικίες 41-50 και 51+ βιώνουν τον παράγοντα «Αυτοπεποίθηση» σε μικρότερο βαθμό από τις ηλικίες έως 20 και 21-25. γ. οι ηλικίες έως 20 και 21-25 βιώνουν τον παράγοντα «Απόδραση» σε μικρότερο βαθμό από τις ηλικίες 41-50 και 51+. δ. Οι ηλικίας 51+ βιώνουν τον παράγοντα «Υγεία» σε μεγαλύτερο βαθμό από τις ηλικίες έως 20 και 21-25. Από τα αποτελέσματα διαπιστώνεται ότι τόσο το φύλο όσο και η ηλικία των συμμετεχόντων μερικώς διαφοροποιούν την παρακίνηση για συμμετοχή σε χορευτικές δραστηριότητες αναψυχής, στοιχείο που θα πρέπει να ληφθεί υπόψη από τους συλλόγους διαμορφώνοντας διαφορετική προσέγγιση για το πελατολόγιό τους.

Λέξεις κλειδιά: εσωτερική παρακίνηση, έλλειψη παρακίνησης, αυτοπεποίθηση, κατάθλιψη



**ΤΟ ΦΥΛΟ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΕ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ
GENDER AS A DIFFERENCE FACTOR OF INDIVIDUALS PHYSICAL SELF-PERCEPTION THAT
PARTICIPATE IN TRADITIONAL GREEK DANCING CLASSES**

ΑΜΑΡΙΩΤΑΚΗΣ Ι., ΦΙΛΙΠΠΟΥ, Φ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ, ΠΙΤΣΗ Α., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., & ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.
AMARIOTAKIS I., FILIPPOU F., GOULIMARIS D., PITSI A., ROKKA ST., & VARSAMI D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Με τον όρο «σωματική αυτοαντίληψη» νοείται η αντίληψη που έχει σχηματίσει το ίδιο το άτομο για την εικόνα του σώματός του. Σκοπός της εργασίας ήταν να διερευνήσει το φύλο ως παράγοντα διαφοροποίησης της σωματικής αυτοαντίληψης συμμετεχόντων σε μαθήματα διδασκαλίας ελληνικού παραδοσιακού χορού. Στην έρευνα πήραν μέρος 164 άτομα, άνδρες (67) και γυναίκες (97) που συμμετείχαν για 5 τουλάχιστον χρόνια σε μαθήματα διδασκαλίας ελληνικού παραδοσιακού χορού. Για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση (Vlachopoulos, Leptokaridou, & Fox, 2014) του Physical Self -Perception Profile (PSPP) των Fox και Corbin (1989). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 15 ερωτήματα τα οποία κατανέμονται στους 5 παράγοντες που διερευνούν τη φυσική αυτοαντίληψη. Οι παράγοντες αυτοί είναι: «Αντίληψη Αθλητικής Ικανότητας», «Αντίληψη Φυσικής Κατάστασης», «Αντίληψη Ελκυστικότητας Σώματος», «Αντίληψη Δύναμης» και «Αντίληψη Σωματικής Αυτοαξίας». Κάθε παράγοντας αποτελείται από τρία θέματα και οι απαντήσεις δίνονται σε 7βάθμια κλίμακα τύπου Likert όπου 1= δε συμφωνώ καθόλου και 7= συμφωνώ απόλυτα. Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων περιελάμβανε στοιχεία περιγραφικής στατιστικής, έλεγχο της εσωτερικής συνοχής και t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Από τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων προκύπτουν τα: α) Όλοι οι παράγοντες πληρούν το κριτήριο α του Cronbach >.70 επομένως η εσωτερική τους συνοχή είναι αποδεκτή. β) Διαπιστώθηκε ότι ο βαθμός της συνολικής Σωματικής Αυτοαντίληψης είναι σχετικά χαμηλός αφού μόλις υπερβαίνει το 4.00 (συμφωνώ μέτρια). Ο παράγοντας που συγκέντρωσε το μεγαλύτερο ποσοστό είναι αυτός της «Φυσικής Κατάστασης» και ακολουθεί αυτός της «Χορευτικής Ικανότητας». Αντίθετα, οι παράγοντες «Δύναμη Σώματος» και «Ελκυστικότητα Σώματος» συγκέντρωσαν τα χαμηλότερα ποσοστά. γ) Δεν παρατηρήθηκαν διαφορές λόγω φύλου για κανέναν παράγοντα. Από την ανάλυση των δεδομένων της έρευνας συμπεραίνεται ότι το φύλο δεν αποτελεί παράγοντα διαφοροποίησης της σωματικής αυτοαντίληψης συμμετεχόντων σε οργανωμένα μαθήματα διδασκαλίας παραδοσιακού χορού.

Λέξεις κλειδιά: εικόνα σώματος, αυτοεικόνα, ελκυστικότητα σώματος, χορευτική ικανότητα



Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ.

THE EFFECT OF DANCE ON THE QUALITY OF LIFE OF WOMEN WITH BREAST CANCER. A

TAMIOΛΑΚΗ Α., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.
TAMIOLAKI A., GOULIMARIS, D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Ο καρκίνος του μαστού είναι ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα υγείας που παρατηρείται τις τελευταίες δεκαετίες, αντιπροσωπεύοντας τη συχνότερη μορφή καρκίνου στις γυναίκες στη χώρα μας και τη δεύτερη πιο κοινή αιτία θανάτου από καρκίνο μεταξύ των γυναικών παγκοσμίως. Οι συνέπειες της νόσου που βιώνουν οι γυναίκες που έχουν διαγνωστεί με καρκίνο του μαστού συμβάλλουν σημαντικά στη μείωση της ποιότητας ζωής τους. Τα τελευταία χρόνια η σχέση του χορού και της ποιότητας ζωής ατόμων που πάσχουν από κάποιο νόσημα έχει κεντρίσει το ενδιαφέρον αρκετών ερευνητών. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η βιβλιογραφική ανασκόπηση για την επίδραση του χορού στην ποιότητα ζωής γυναικών με καρκίνο του μαστού. Για τον σκοπό αυτό πραγματοποιήθηκε αναζήτηση επιστημονικών άρθρων στα ελληνικά, στα αγγλικά, στα πορτογαλικά και στα ισπανικά, που έχουν δημοσιευτεί από το 2000 και έπειτα στις βάσεις δεδομένων ScienceDirect, GoogleScholar, Scopus, PsycInfo, Alt HealthWatch, Medline, ProQuest, CINAHL, PubMed, The Cochrane Library, Virtual Health Library (VHL) συνδυάζοντας λέξεις-κλειδιά των δύο κεντρικών αξόνων του ζητήματος: χορός (dance/dança/danza, ποιότητα ζωής/quality of life/calidade de vida/calidad de vida) και καρκίνος του μαστού (breast cancer/câncer de mama/cáncer de mama, όγκος στον μαστό/breast tumor/tumor de mama, καρκίνωμα μαστού/breast carcinoma/carcinoma de mama). Οι έρευνες που ανασκοπήθηκαν πληρούσαν τα εξής κριτήρια: α) χρησιμοποιούσαν το χορό ως μορφή φυσικής δραστηριότητας σε ενήλικες γυναίκες με καρκίνο του μαστού, β) αποτελούσαν πρωτογενείς και δευτερογενείς πηγές. Η αρχική βιβλιογραφική έρευνα ανέδειξε 90 άρθρα τα οποία βάσει των κριτηρίων επιλογής που προαναφέρθηκαν περιορίστηκαν σε 20 (19 πειραματικά και 1 ανασκόπηση). Στις έρευνες χρησιμοποιήθηκαν διαφορετικά είδη χορού, όπως ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί (3 μελέτες), χορός της κοιλιάς (2 μελέτες), Αργεντινικό τάνγκο (1 μελέτη), Hula dance (1 μελέτη), χορός ballroom (1 μελέτη), συνδυασμός χορών (11 μελέτες). Από τα αποτελέσματα των μελετών διαπιστώθηκε η βελτίωση της ποιότητας ζωής των γυναικών με καρκίνο του μαστού με αλλαγές στους συναισθηματικούς (βελτίωση αυτο-εικόνας, θηλυκότητας, εμπιστοσύνη ζευγαριών, σεξουαλική λειτουργικότητα, αύξηση συναισθημάτων δύναμης, ευκολίας, ελπίδας και κοινωνικής στήριξης), ψυχολογικούς (ψυχική ευεξία, αύξηση αυτοεκτίμησης, μείωση άγχους, στρες, κατάθλιψης και φόβου επανεμφάνισης νόσου, μείωση αρνητικής διάθεσης και ανησυχίας για το μέλλον) και κοινωνικούς παράγοντες (κοινωνικότητα). Επιπλέον, συμπτώματα όπως η σωματική και πνευματική κόπωση ελαττώθηκαν, ενώ αυξήθηκε η αίσθηση σωματικής ευεξίας, η κινητικότητα, η ενεργητικότητα, η αυτοεξυπηρέτηση. Παρατηρήθηκε βελτίωση της φυσικής απόδοσης, της δύναμης και του εύρους κίνησης στα άνω άκρα σε συνδυασμό με μαθήματα πιλάτες ή με προπόνηση άνω μέρους σώματος, καθώς και ελέγχου της στάσης του σώματος. Παρατηρήθηκαν, ακόμη, αλλαγές και σε παράγοντες όπως η αίσθηση πόνου και δυσφορίας, που μειώθηκαν. Συμπερασματικά, στην προσπάθεια διατήρησης ενός ικανοποιητικού επιπέδου ποιότητας ζωής γυναικών με καρκίνο του μαστού ο χορός φαίνεται να είναι ένα επωφελές και αποτελεσματικό μέσο φυσικής δραστηριοποίησης.

Λέξεις κλειδιά: χορός, καρκίνος του μαστού, ποιότητα ζωής



ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΟΜΟΓΕΝΩΝ ΣΕ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΕ ΧΩΡΕΣ ΤΗΣ ΜΕΣΗΣ ΑΝΑΤΟΛΗΣ
MOTIVES OF PARTICIPATION OF GREEK EXPATRIATES IN GREEK FOLK DANCING LESSONS IN COUNTRIES OF THE MIDDLE EAST

ΒΑΣΙΛΑΚΗ Α., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ Ε., ΚΩΣΤΑ Γ.
 VASILAKI A., GOULIMARIS D., TSITSKARI E., KOSTA G.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
 DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Η περιοχή της Μέσης Ανατολής αποτέλεσε και αποτελεί πόλο έλξης Ελλήνων, οι οποίοι για λόγους κυρίως εργασιακούς έχουν αποφασίσει να μετοικήσουν εκεί, δημιουργώντας κοινότητες και πολιτιστικούς φορείς που τους κρατούν συνδεδεμένους μεταξύ τους αλλά και με την Ελλάδα. Στα πλαίσια αυτών των φορέων σε κάποιες χώρες πραγματοποιούνται και μαθήματα ελληνικού παραδοσιακού χορού. Έρευνες έχουν δείξει ότι τα κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες χορού συνδέονται με την ανάγκη μείωσης του καθημερινού άγχους, συνύπαρξης σε μια ομάδα, συνάντησης με φίλους και άσκησης μέσω του χορού. Σκοπός της έρευνας ήταν η μελέτη των κινήτρων συμμετοχής των ομογενών της Μέσης Ανατολής σε ομάδες εκμάθησης ελληνικού παραδοσιακού χορού στις χώρες διαμονής τους. Επιπλέον, διερευνήθηκε κατά πόσο τα δημογραφικά χαρακτηριστικά όπως το φύλο, η ηλικία και τα έτη παραμονής εκτός Ελλάδας αποτελούν παράγοντες διαφοροποίησης των κινήτρων. Το δείγμα αποτέλεσαν 59 άτομα από την περιοχή της Μέσης Ανατολής που συμμετέχουν συστηματικά, τουλάχιστον τον τελευταίο χρόνο, σε μαθήματα παραδοσιακού ελληνικού χορού. Η συλλογή των δεδομένων έγινε με το ερωτηματολόγιο Exercise Motivation Inventory-2 (EMI-2) των Markland & Ingledew (1997). Το ερωτηματολόγιο έχει ελεγχθεί και προσαρμοστεί στον ελληνικό πληθυσμό (Κόνσουλρας, Τσίτσαρη & Τζέτζης, 2017). Επιλέχθηκαν έξι παράγοντες του ερωτηματολογίου και συγκεκριμένα οι: «υγεία», «κοινωνική αναγνώριση», «διαχείριση βάρους/εμφάνιση», «διαχείριση άγχους/απόλαυση», «κοινωνικοποίηση» και «πρόκληση». Επιπλέον, προστέθηκε ο παράγοντας «σχέση με την πατρίδα» με τέσσερις μεταβλητές (π.χ. γιατί θέλω να διατηρήσω την επαφή μου με τις παραδόσεις της χώρας μου - παραδοσιακή μουσική, χορός, ιστορία, πολιτιστική κληρονομιά). Από την ανάλυση αξιοπιστίας διαπιστώθηκε ότι όλοι οι παράγοντες του ερωτηματολογίου παρουσιάζουν ικανοποιητική εσωτερική συνοχή ($\alpha > 0.60$). Επίσης, πραγματοποιήθηκαν οι εξής στατιστικές αναλύσεις: στοιχεία περιγραφικής στατιστικής, t-test και one way ANOVA. Διαπιστώθηκε ότι υψηλότερο M.O. παρουσίασε ο παράγοντας «κοινωνικοποίηση» και χαμηλότερο ο παράγοντας «κοινωνική αναγνώριση». Από την ανάλυση αποδείχτηκε ότι το φύλο και τα χρόνια παραμονής εκτός Ελλάδας δεν αποτελούν παράγοντες διαφοροποίησης των κινήτρων για κανένα από τους παράγοντες. Όσον αφορά την ηλικία, φαίνεται ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά της ηλικιακής ομάδας 21-30 χρονών με τις υπόλοιπες ηλικιακές ομάδες στον παράγοντα «κοινωνική αναγνώριση». Από τους M.O. φάνηκε ότι η ηλικιακή ομάδα 21-30 υπερτερεί έναντι των υπολοίπων στον συγκεκριμένο παράγοντα. Δεδομένου ότι ο παράγοντας «κοινωνική αναγνώριση» αναφέρεται στην ανάγκη του ατόμου να αναγνωριστεί για τις ικανότητές του στο χορό, συμπεραίνουμε ότι η ανάγκη αυτή υπάρχει σε μεγαλύτερο βαθμό στα άτομα μικρότερης ηλικίας πάρα στους μεγαλύτερους. Επιπλέον, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά της ηλικιακής ομάδας 60+ με τις υπόλοιπες ηλικιακές ομάδες στον παράγοντα «σχέση με την πατρίδα». Η ηλικιακή ομάδα 60+ εμφάνισε χαμηλότερο M.O. στον παράγοντα αυτό σε σχέση με τις υπόλοιπες. Προκύπτει, επομένως, το συμπέρασμα ότι οι συμμετέχοντες μεγαλύτερης ηλικίας παρακινούνται σε μικρότερο βαθμό σε σχέση με τους νεαρότερους από τον νόστο και την ανάγκη σύνδεσης με την πατρίδα. Συμπερασματικά, διαπιστώθηκε ότι το επίπεδο κινήτρων των ομογενών που συμμετέχουν σε μαθήματα παραδοσιακού χορού στο εξωτερικό είναι υψηλό και ιδιαίτερα στον παράγοντα «κοινωνικοποίηση» και τον παράγοντα «σχέση με την πατρίδα», ο οποίος όμως χρήζει περαιτέρω ανάλυσης. Τα συμπεράσματα της έρευνας δίνουν τη δυνατότητα στους φορείς που πραγματοποιούν μαθήματα ελληνικού χορού στο εξωτερικό να προσαρμόσουν τις δράσεις τους ώστε να ικανοποιούν καλύτερα τα κίνητρα των συμμετεχόντων στα μαθήματα.

Λέξεις κλειδιά: κίνητρα, ομογενείς, μαθήματα χορού, ελληνικός παραδοσιακός χορός



ΧΟΡΕΥΤΙΚΟΣ ΦΙΛΕΛΛΗΝΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΑΛΛΗ ΜΕΡΙΑ ΤΟΥ ΑΤΛΑΝΤΙΚΟΥ DANCING PHILHELLENISM ON THE OTHER SIDE OF THE ATLANTIC OCEAN

ΠΑΠΑΚΩΣΤΑΣ Χ.
ΠΑΡΑΚΟΣΤΑΣ CH.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
NATIONAL AND KAPODISTRIAN UNIVERSITY OF ATHENS

Η εργασία στοχεύει στη μελέτη μιας σχετικά νέας μορφή φιλελληνισμού, η οποία βασίζεται στην αγάπη και τον θαυμασμό Ευρωπαίων, Αμερικάνων και πολιτών άλλων χωρών (Ισραήλ, Ιαπωνία) για τον ελληνικό παραδοσιακό χορό. Η ανακοίνωση θα εστιάσει στην περίπτωση των Ηνωμένων Πολιτειών της Αμερικής. Το γεγονός αυτό από μόνο του έχει μεγάλο ενδιαφέρον, αφού δεν ακολουθεί τη γενικότερη φυσιογνωμία του κλασικού φιλελληνισμού, του οποίου τα κίνητρα εντοπίζονται στην γοητεία και έλξη που ασκεί κυρίως ο αρχαίος ελληνικός πολιτισμός (μνημεία, τέχνη, στοχασμός και ανθρωπιστικό πνεύμα). Βεβαίως, θα πρέπει να σταθούμε και στο έντονο ενδιαφέρον για το δημοτικό τραγούδι από ξένους φιλέλληνες λίγο πριν από την καθιέρωση της επίσημης ελληνικής λαογραφίας (Κυριακίδου-Νέστορος 1997). Οι απαρχές αυτής της μορφή φιλελληνισμού αυτού ανιχνεύονται τη δεκαετία του 1960 ως μέρος μιας γενικότερης στροφής πολλών Αμερικανών προς την ενασχόληση με χορούς άλλων εθνών-κρατών. Άτομα και μικρές συλλογικότητες στην αρχή ασχολούνται γενικά με τους Βαλκανικούς χορούς και κατά συνέπεια και με τον ελληνικό παραδοσιακό χορό, οι οποίες ενδιαφέρονται για την εκμάθηση τοπικών χορευτικών μορφών από διάφορα μέρη του ελληνισμού (Μακεδονία, Θράκη, Πόντος, Καππαδοκία κ.λπ.). Το ενδιαφέρον αυτό αφορά και μια ευρύτερη ενασχόληση με τον τοπικό λαϊκό πολιτισμό (έθιμα, ηθικοί χορευτικοί κώδικες, πολιτισμικό πλαίσιο της χορευτικής επιτέλεσης), αλλά κυρίως εστιάζει στην εκμάθηση και την εξάσκηση σε κινητικό/πρακτικό επίπεδο. Σταδιακά έχουμε την ίδρυση πολύ μικρού αριθμού συλλόγων που θα ασχοληθούν αποκλειστικά με τον ελληνικό παραδοσιακό χορό. Η δράση τους δεν περιορίζεται μόνον στην εκμάθηση χορών, αλλά και στη διοργάνωση συναυλιών, γλεντιών, αλλά και τη στήριξη ανάλογων εκδηλώσεων της ελληνικής διασποράς των Η.Π.Α. Μεθοδολογικά, η εργασία βασίζεται στην εθνογραφική (ποιοτική) μέθοδο, η οποία ξεκίνησε το 2012 και είναι ακόμη σε εξέλιξη. Για τις ανάγκες της συγκεκριμένης εργασίας οι συνεντεύξεις αφορούν κυρίως τα μέλη του χορευτικού KYPSELI στο Λος Άντζελες. Επίσης, στο πλαίσιο της συμμετοχικής παρατήρησης ο συγγραφέας έλαβε μέρος και δίδαξε σε πολλές εκδηλώσεις του χορευτικού αυτού. Λόγω της ιδιομορφίας αυτού του φαινομένου εντοπίζουμε διαφορετικές, πολυεπίπεδες και αντιφατικές πολλές φορές αιτιάσεις. Από την έως τώρα έρευνα μας μπορούμε να συμπεράνουμε ότι αυτός ο ιδιότυπος χορευτικός φιλελληνισμός εδράζεται στο ιδιαίτερες συνθήκες της αμερικανικής κοινωνίας της των δεκαετιών 1950 και 1960 (ψυχρός πόλεμος, Βιετνάμ, κλπ). Στο πλαίσιο αυτό ένας αρκετά μεγάλος αριθμός Αμερικανών πολιτών, λειτουργώντας ως μια κοινότητα πρακτικής, αντιμετώπισαν τον χορό ως μέσο κατανόησης του άλλου και ως ένα τρόπο προσωπικής και συλλογικής έκφρασης (Lausevic 2007). Ειδικότερα, για την περίπτωση του Ε.Π.Χ. η φιλελληνική στροφή πιθανώς οφείλεται και στην ιδιομορφία του ελληνικού παραδείγματος, το οποίο παρά τους αναπόφευκτους μετασχηματισμούς του χορευτικού φαινομένου, τελικά κράτησε αποστάσεις από τη σχολή της Ανατολικής Ευρώπης. Με λίγα λόγια, στα μάτια των Αμερικανών ο Ε.Π.Χ. φαντάζει ως ένα είδος χορού πιο πηγαίο και σε μικρότερο βαθμό 'εντεχνοποιημένο' και χορογραφημένο.

Λέξεις κλειδιά: ελληνικός παραδοσιακός χορός, φιλελληνισμός, χορός στην Αμερική, ταυτότητα, χοροτοπία, κοινότητες πρακτικής



ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΕΙΚΟΝΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΧΟΡΕΥΤΡΙΕΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΟΥ ΧΟΡΟΥ: Προκαταρκτική μελέτη
CONSTRUCTION OF A DANCE-SPECIFIC BODY IMAGE INVENTORY FOR FEMALE BALLET AND CONTEMPORARY DANCERS: A preliminary study

ΑΝΔΡΟΥΛΙΔΑΚΗ Α., ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ Μ., ΚΟΥΤΣΟΥΜΠΑ Μ., ΔΟΝΤΗ Ο.
ANDROULIDAKI A., PSYCHOUNTAKI M., KOUTSOUBA M., DONTI O.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
NATIONAL AND KAPODISTRIAN UNIVERSITY OF ATHENS

Η Εικόνα Σώματος είναι μία πολυδιάστατη εννοιολογική κατασκευή, η οποία επηρεάζει σημαντικές πλευρές της υγείας και της απόδοσης των χορευτριών. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η κατασκευή ενός ερωτηματολογίου αξιολόγησης της εικόνας σώματος χορευτριών κλασικού και σύγχρονου χορού. Ανακτήθηκαν από ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων (Google Scholar, Psych INFO, PubMed), 29 κλίμακες αξιολόγησης εικόνας σώματος με κριτήριο τους ικανοποιητικούς ψυχομετρικούς δείκτες και δημιουργήθηκε μία “δεξαμενή” 323 ερωτημάτων. Μέσω της φαινομενικής εγκυρότητας επιλέχθηκαν 54, τα πιο αντιπροσωπευτικά ερωτήματα, τα οποία συνέθεταν 6 εννοιολογικούς παράγοντες (“Σώμα και μέρη του σώματος”, “Φυσικές ικανότητες”, “Διατροφική συμπεριφορά”, “Συναισθήματα”, “Εκτέλεση” και “Συνολική αυτοαξιολόγηση”). Τα 54 αυτά ερωτήματα, καθώς και ο ορισμός της εικόνας σώματος και των εννοιολογικών παραγόντων χορηγήθηκαν σε ειδικούς του κλασικού και σύγχρονου χορού για να αξιολογήσουν τόσο την καταλληλότητα των ερωτημάτων, όσο και την ενσωμάτωση κάθε ερωτήματος στους παράγοντες. Βάσει των απαντήσεων των ειδικών και της περαιτέρω φαινομενικής εγκυρότητας, διαμορφώθηκε η πρώτη εκδοχή του ερωτηματολογίου με 28 ερωτήματα τα οποία συνέθεταν 4 εννοιολογικούς παράγοντες (“Σώμα και μέρη του σώματος”, “Φυσικές ικανότητες”, “Διατροφική συμπεριφορά”, “Συνολική αυτοαξιολόγηση”). Το ερωτηματολόγιο χορηγήθηκε σε 292 συμμετέχουσες, μεγαλύτερες των 15 ετών, 154 χορεύτριες, προεπαγγελματικού και επαγγελματικού επιπέδου, και 138 αθλήτριες αισθητικών αθλημάτων. Οι απαντήσεις στο ερωτηματολόγιο δόθηκαν σε 5-βάθμια κλίμακα τύπου Likert (0=Διαφωνώ απόλυτα, 4=Συμφωνώ απόλυτα). Η δομική εγκυρότητα του ερωτηματολογίου ελέγχθηκε με διερευνητική παραγοντική ανάλυση. Η επάρκεια του δείγματος (Kaiser-Meyer-Olkin=.80, $p=.000$) και η κανονικότητα της κατανομής των δεδομένων (Kolmogorov-Smirnov; $p=.000$) ήταν αποδεκτά. Από τη διερευνητική παραγοντική ανάλυση παρέμειναν 14 ερωτήματα τα οποία αποτέλεσαν 3 εννοιολογικούς παράγοντες, τα ονόματα των οποίων επαναδιατυπώθηκαν, (“Ικανοποίηση από σωματική δομή”, “Ικανοποίηση από φυσικές ικανότητες”, “Έλεγχος σωματικού βάρους”) με φορτίσεις από .55 έως .84 και συνολική ερμηνευόμενη διακύμανση 49,5%. Περαιτέρω έρευνα είναι απαραίτητη προκειμένου να επιβεβαιωθεί η δομή του ερωτηματολογίου, καθώς και να ελεγχθούν δείκτες συγχρονικής και διακριτής εγκυρότητας και αξιοπιστίας για την ισχυροποίηση των ψυχομετρικών χαρακτηριστικών του.

Λέξεις κλειδιά: ψυχομετρικό εργαλείο, μπαλέτο, αξιολόγηση, παραγοντική ανάλυση



ΑΠΟΤΥΠΩΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΤΟΥ ΚΩΔΙΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΤΗΣ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥΣ ΚΥΚΛΟΥΣ 2013-2016, 2017-2020 ΣΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ
DEPICTION OF THE DIFFERENCES BETWEEN RHYTHMIC GYMNASTICS CODE OF POINTS BY FEDERATION INTERNATIONAL OF GYMNASTICS AT THE OLYMPIC GAMES OF 2013-2016, 2017 – 2020 IN INDIVIDUAL EXERCISES

ΧΑΛΚΙΑ Ε., ΚΟΣΜΙΔΟΥ Ε.
CHALKIA E., KOSMIDOU E.

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI

Ο κώδικας βαθμολογίας της Ρυθμικής Γυμναστικής τροποποιείται ανά Ολυμπιακό Κύκλο από τη Διεθνή Ομοσπονδία Γυμναστικής (FIG). Ένα πρόγραμμα διαρκεί 1'15''-1'30'', περιλαμβάνει δυσκολίες σώματος, τουλάχιστον μια σειρά ρυθμικών βημάτων, ασκήσεις χειρισμού οργάνου και ασκήσεις ρίσκου. Με τον τελευταίο κώδικα βαθμολογίας τονίζεται η ανάγκη ενίσχυσης της καλλιτεχνίας των προγραμμάτων με σαφείς κατευθύνσεις από τη FIG ώστε να υπάρχει εμφανής κατευθυντήρια ιδέα, έκφραση σώματος και προσώπου, ρυθμός, τέμπο και ροή καθ' όλη τη διάρκεια ενός προγράμματος. Την αξιολόγηση αυτών έχει αναλάβει η εφορία εκτέλεσης και η εφορία δυσκολιών (ρυθμικά βήματα). Ταυτόχρονα, δίνεται μεγαλύτερη δυνατότητα ένταξης δυσκολιών οργάνου. Στην παρούσα εργασία διερευνήθηκε αν αποτυπώνεται ποσοτικά η κατεύθυνση της FIG στις χορογραφίες αθλητριών υψηλού επιπέδου. Αξιολογήθηκαν τα οχτώ καλύτερα προγράμματα σε κάθε όργανο (στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα) των Ολυμπιακών Αγώνων του 2016 (1ος ΟΚ) στο Ρίο και του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος του 2019 (2ος ΟΚ), συνολικά 64 προγράμματα. Η αξιολόγηση πραγματοποιήθηκε από έμπειρη κριτή-προπονήτρια. Ο ΜΟ ηλικίας των συμμετεχόντων ήταν 22.37 ± 3.46 ετών για τον 1ο ΟΚ και 19.40 ± 1.80 ετών για το 2ο ($t_{21}=2.74$, $p<.01$). Με στίχο ήταν συνολικά 23 προγράμματα (35.94%), 8 στον 1ο ΟΚ και 15 στον 2ο ΟΚ. Αναλύσεις ανεξάρτητων δειγμάτων έγιναν για τον αριθμό των αλμάτων, των ισορροπιών, και των στροφών σε κάθε όργανο, των δυσκολιών με το όργανο, των ασκήσεων ρίσκου και των ρυθμικών βημάτων. Μεταξύ των 2 ΟΚ σημαντικές διαφορές παρατηρήθηκαν στον αριθμό των ισορροπιών στα προγράμματα με στεφάνι ($t_{14}=-3.32$, $p<.05$) και στον αριθμό των στροφών στα προγράμματα με τις κορύνες ($t_{14}= 2.26$, $p<.05$). Στον 2ο ΟΚ όλοι οι ΜΟ ήταν υψηλότεροι στον αριθμό ασκήσεων ρίσκου και στις ασκήσεις δεξιοτήτων χειρισμού οργάνων, εκτός των ρυθμικών βημάτων που οι ΜΟ όλων των οργάνων μειώθηκαν. Αυτό όμως πιθανά μειώνει τη δυνατότητα χορευτικής απόδοσης της χορογραφίας και άρα της καλλιτεχνίας, που είναι το ζητούμενο από τους ειδικούς του αθλήματος.

Λέξεις κλειδιά: ρυθμική γυμναστική, κώδικας βαθμολογίας, καλλιτεχνία, χορογραφία



**Η ΜΕΘΟΔΟΣ «ΚΛΑΣΣΙΚΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΧΟΡΟΥ» ΤΗΣ RUBY GINNER: ΑΝΑΒΙΩΣΗ ΤΟΥ ΑΡΧΑΙΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΧΟΡΟΥ Ή ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΧΟΡΕΥΤΙΚΗ ΤΕΧΝΙΚΗ;
RUBY GINNER'S "CLASSICAL GREEK DANCE" METHOD: REVIVAL OF ANCIENT GREEK DANCE OR MODERN DANCE TECHNIQUE?**

ΜΟΥΣΟΥΡΑΚΗ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.
MOUSOURAKI M., GOULIMARIS D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Από τα μέσα του 19ου παρατηρήθηκε ένα έντονο ενδιαφέρον για τον αρχαίο ελληνικό χορό όχι μόνο στον ελλαδικό, αλλά και στον ευρύτερο ευρωπαϊκό χώρο, το οποίο κλιμακώθηκε προς το τέλος του 20ου αιώνα, μέσα από οργανωμένες προσπάθειες αναβίωσής του. Μία τέτοια προσπάθεια έγινε και από την Ruby Ginner (1986-1978), η οποία μελέτησε τις χορευτικές φιγούρες των αρχαίων ελληνικών αγγείων του Βρετανικού Μουσείου και αρχαία κείμενα σχετικά με τον χορό. Μέσα από την συνεργασία της με επαγγελματίες, διαφόρων κλάδων και ειδικοτήτων, έδωσε πνοή στις χορευτικές αναπαραστάσεις των αρχαιολογικών ευρημάτων και προσθέτοντας πολλές κινήσεις δικής της επινόησης, κατάφερε να δημιουργήσει μία δική της μέθοδο χορού. Η μέθοδος της σήμερα, γνωστή ως «Κλασικός Ελληνικός Χορός», έχει διαδοθεί παγκοσμίως και βρίσκεται υπό την αιγίδα της Αυτοκρατορικής Ένωσης Δασκάλων Χορού (Imperial Society of Teachers of Dancing). Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εξεταστεί αν ο «Κλασικός Ελληνικός Χορός» αποτελεί έναν τρόπο αναβίωσης του αρχαίου ελληνικού χορού ή μία σύγχρονη χορευτική μέθοδο. Για τον σκοπό αυτό πραγματοποιήθηκε βιβλιογραφική ανασκόπηση, η οποία βασίστηκε στα βιβλία της Ginner, σε άρθρα από δασκάλους της μεθόδου της σε επιστημονικά περιοδικά, καθώς και σε αναφορές του έργου της μέσα από πρακτικά συνεδρίων για τον χορό. Οι βιβλιογραφικές πηγές αναζητήθηκαν σε βιβλιοθήκες αγγλόφωνων πανεπιστημίων και σε ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων (Google Scholar, Academia.edu, Routledge Encyclopedia) με βάση τις παρακάτω λέξεις κλειδιά: «Ruby Ginner», «Classical Greek Dance», «The revived Greek Dance». Από τα αποτελέσματα της εργασίας προέκυψε, ότι ενώ η ίδια η Ginner αρχικά προσανατολίστηκε στην αναβίωση του αρχαίου ελληνικού χορού, ενέργεια που έλαβε αυστηρή κριτική από κάποιους μελετητές του, κατέληξε ότι η μέθοδος της αποτελεί μία σύγχρονη μορφή χορού, η αξία της οποίας έγκειται όχι μόνο στην ποικιλία των εφαρμογών της, αλλά και στο γεγονός ότι τα περιεχόμενά της είναι ανοικτά προς περαιτέρω έρευνα και επέκταση από τους δασκάλους και τους σπουδαστές της.

Λέξεις κλειδιά: χορός, αρχαία Ελλάδα, αναβίωση, Ruby Ginner method, Classical Greek Dance.



**ΤΟ ΚΙΝΗΤΙΚΟ ΜΟΤΙΒΟ ΩΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΟΡΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΙΝΗΤΙΚΟΥ
«ΛΕΞΙΛΟΓΙΟΥ» ΜΙΑΣ ΤΟΠΙΚΗΣ ΧΟΡΕΥΤΙΚΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ
THE KINETIC MOTIF AS A TOOL FOR DEFINING AND UNDERSTANDING THE KINETIC
“VOCABULARY” OF A LOCAL DANCE TRADITION**

ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ, Κ., ΦΟΥΝΤΖΟΥΛΑΣ, Γ., & ΧΑΡΙΤΩΝΙΔΗΣ Χ.
DIMOPOULOS, K., FOUNTZOULAS, G., & CHARITONIDIS, C.

*ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
NATIONAL AND KAPODISTRIAN UNIVERSITY OF ATHENS*

Ένας βασικός άξονας της (εθνο-)χορολογικής έρευνας διεθνώς είναι η ανάπτυξη ενός συστήματος ανάλυσης της χορευτικής κίνησης που να αναδεικνύει το σύστημα οργάνωσης -τη «γραμματική»- μιας χορευτικής παράδοσης. Η δομικο-μορφολογική μέθοδος ανάλυσης του χορού (ταξινόμηση και περιγραφή συστατικών στοιχείων χορού, σημειογραφία, σχέσεις δομικών επίπεδων χορού, μουσικής και λόγου, ανάλυση χορού σε σχέση με μουσική και συστατικά στοιχεία, και αναγνώριση της χορευτικής μορφής) συνιστά το θεμέλιο αυτής της έρευνας μια και η κατανόηση της μορφής ενός χορού ή μιας χορευτικής παράδοσης αποτελεί το πρώτο βήμα προς την κατανόηση ενός «εν κινήσει» πολιτισμού, όπου το «μοτίβο» (motif/κινητικό μοτίβο) συνιστά τη μικρότερη δομική ενότητα με σημασία. Στη βάση αυτή, σκοπός της εργασίας είναι η ανάδειξη της έννοιας του κινητικού μοτίβου ως πυρήνα του κινητικού «λεξιλογίου» της ελληνικής χορευτικής παράδοσης. Για τον σκοπό αυτό, η μεθοδολογική πρακτική της δομικο-μορφολογικής ανάλυσης του χορού εφαρμόστηκε σε χορούς από το νησί της Κρήτης. Ειδικότερα, επιλέχθηκε ένα σύνολο δέκα (10) «πηδηχτών», όπως αποκαλούνται, χορών, όπως αυτοί αποτυπώνονται σημειογραφικά, μορφολογικά ή και τα δύο, σε δευτερογενείς πηγές. Συμπληρώνοντας και, στη συνέχεια, αναλύοντας, συγκρίνοντας και ταξινομώντας το χορευτικό αυτό «υλικό», διαπιστώθηκε ότι ένας συγκεκριμένος αριθμός κινητικών μοτίβων, μέσα από τοπικά οριοθετημένους τρόπους συνδυασμού, συνθέτουν τη χορευτική φράση και τη χορογραφία των υπό μελέτη χορών. Συνεπώς, τα κινητικά αυτά μοτίβα συνιστούν τη βάση του κινητικού «λεξιλογίου» των υπό εξέταση χορών, αποδεικνύοντας ότι το κινητικό μοτίβο μπορεί να αποτελέσει τον πυρήνα του κινητικού «λεξιλογίου» και της ελληνικής χορευτικής παράδοσης. Συμπερασματικά, η έννοια του κινητικού μοτίβου συνιστά το απόσπασμα της χορευτικής γλώσσας ενός τόπου και ένα πολύτιμο εργαλείο στη μελέτη της εκφοράς αυτής, ενώ επιπρόσθετα, αναδεικνύεται η σημασία της δομικο-μορφολογικής προσέγγισης του χορού σε πολλαπλά επίπεδα και διαφορετικά πλαίσια παρουσίας του σήμερα.

Λέξεις κλειδιά: σύστημα σημειογραφίας κίνησης-χορού Labanotation, δομικο-μορφολογική και τυπολογική ανάλυση, «πηδηχτοί» χοροί, Κρήτη, χορευτική γλώσσα



**Ο ΧΟΡΟΣ ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ**
**DANCE IN THE CURRICULUM OF THE DEPARTMENTS OF PHYSICAL EDUCATION AND
SPORTS SCIENCE IN GREECE**

ΚΟΥΡΤΕΣΗΣ Γ., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΚΟΥΤΣΟΥΜΠΑ Μ., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., & ΒΑΡΣΑΜΗ Δ.
KOURTESIS G., FILIPPOU F., KOUTSOUBA M., ROKKA ST., & VARSAMI D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της εργασίας ήταν η διερεύνηση της παρουσίας μαθημάτων Χορού στα Προπτυχιακά Προγράμματα χορού στην ανώτατη τριτοβάθμια εκπαίδευση στην Ελλάδα στο πλαίσιο της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού, ως προς δύο παραμέτρους: α) Η ύπαρξη ή όχι μαθημάτων χορού β) Η ύπαρξη ή μη ειδικεύσεων χορού. Επιμέρους στόχοι ήταν η διερεύνηση: α) της ύπαρξης μαθημάτων χορού ως υποχρεωτικά ή επιλογής β) της επιστημονικής προσέγγισης του χορού (παιδαγωγική, διδακτική, προπονητική). Η συλλογή των απαραίτητων για την έρευνα δεδομένων πραγματοποιήθηκε από την αποδελτίωση και τη σύγκριση των προπτυχιακών Προγραμμάτων Σπουδών των ΣΕΦΑΑ/ΤΕΦΑΑ της χώρας. Η αποδελτίωση προκάλεσε την ανάγκη της δημιουργίας ενός πίνακα/ενότητας που αφορούσε όλα τα μαθήματα χορού και ειδικεύσεις των ΣΕΦΑΑ/ΤΕΦΑΑ της Ελλάδας καθώς και όλες τις διδακτικές ενότητες αναλυτικά. Από την αποδελτίωση των προγραμμάτων σπουδών προκύπτει ότι η ειδίκευση του χορού εστιάζεται κυρίως στον «Ελληνικό Παραδοσιακό Χορό», εκτός της ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ που προσφέρει επιπλέον την ειδίκευση της «Ορχηστικής». Φαίνεται ότι υπάρχει έλλειψη ειδίκευσης σε άλλα διαδεδομένα είδη χορού όπως μοντέρνο χορό, χορούς σάλας κτλ. Μαθήματα διαφόρων ειδών χορού όπως μοντέρνος χορός, κλασικός χορός, χοροί σάλας κτλ. υπάρχουν ως επιλογή σε όλες τις ΣΕΦΑΑ χωρίς τη δυνατότητα της ειδίκευσης. Τέλος, στις ΣΕΦΑΑ ΔΠΘ και ΣΕΦΑΑ ΑΠΘ τα προγράμματα σπουδών προσφέρουν ως επιλογή το μάθημα της «Χοροθεραπείας» το οποίο δεν υπάρχει σε κανένα άλλο πανεπιστημιακό τμήμα φυσικής αγωγής και αθλητισμού. Από την ανάλυση των οδηγών προπτυχιακών σπουδών προκύπτει ότι οι ειδικεύσεις Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού δεν ανήκουν στην κατεύθυνση της προπονητικής αλλά εντάσσονται σε κατευθύνσεις όπως Αναψυχή, Αθλητικός Τουρισμός και Υγεία (Αριστοτελείου), Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής (Δημοκρτείου), Άσκησης Υγείας και Αναψυχής (Θεσσαλίας). Εξάιρεση αποτελεί η ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ, η οποία εντάσσει τις ειδικεύσεις του Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού και της Ορχηστικής στον τομέα γυμναστικής και χορού. Αναφορά της αθλητικής μορφής του χορού έχουμε στο μάθημα επιλογής της ΣΕΦΑΑ ΑΠΘ «Παρα-ολυμπιακά αθλήματα» με μια μόνο διδακτική ενότητα με τίτλο «Χορός σε αμαξίδιο», όπως επίσης και στην ειδίκευση της Ορχηστικής και συγκεκριμένα στα μαθήματα «Ειδικά θέματα Ορχηστικής» και «Καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση Ορχηστικής» με μια διδακτική ενότητα με τίτλο «Ο χορός ως άθλημα». Από την ανάλυση των περιγραμμάτων και των θεματικών ενοτήτων στα μαθήματα χορού αλλά και των ειδικεύσεων, παρατηρήθηκε ότι δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στον τομέα της διδακτικής αφού όλα τα μαθήματα αποτελούνταν από ενότητες που αφορούν τη διδακτική του χορού όπως επίσης και μαθήματα εξ ολοκλήρου διδακτικής και μεθοδολογίας.

Λέξεις κλειδιά: διδακτική, χορός, φυσική αγωγή, κινησιολογία



**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΧΟΡΩΝ ΣΤΗ ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΟΥ ΑΥΤΙΣΜΟΥ
THE EFFECT OF AN INTERVENTIONAL PROGRAM OF GREEK DANCE TEACHING ON THE TOTAL BEHAVIOR OF CHILDREN IN THE AUTISM SPECTRUM**

ΚΑΜΗΛΑΚΗ Α., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΡΟΚΚΑ ΣΤ., ΒΑΡΣΑΜΗ Δ., ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ Μ., ΟΥΖΟΥΝΙΔΗΣ ΧΡ., ΚΑΜΗΛΑΚΗ ΑΙ.

KAMILAKI A, FILIPPOU F, GOULIMARIS D, ROKKA ST, VARSAMI D., PAPADOPOULOU M., OUZOUNIDIS CHR., KAMILAKI AI.

*ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE*

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να αξιολογήσει την επίδραση ενός παρεμβατικού προγράμματος διδασκαλίας ελληνικών παραδοσιακών χορών στη συνολική συμπεριφορά παιδιών που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού. Με το όρο «συνολική συμπεριφορά» νοούνται τόσο οι κοινωνικές όσο και οι μαθησιακές δεξιότητες. Δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν τέσσερις μαθητές που ανήκουν στο φάσμα του αυτισμού, μέτριας λειτουργικότητας και φοιτούσαν σε δευτεροβάθμια δομή ειδικής αγωγής, ηλικίας 14 (n=2) και 15 (n=2) ετών. Το πρόγραμμα ήταν διάρκειας δύο μηνών και πραγματοποιούνταν 3 μαθήματα την εβδομάδα διάρκειας 35' το καθένα. Τα εργαλεία μέτρησης που χρησιμοποιήθηκαν για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας αποτέλεσαν λίστες παρατήρησης για τον εκπαιδευτικό που είχε μάθημα με τους μαθητές πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος και τον εκπαιδευτικό βοηθό που εφάρμοσε το παρεμβατικό πρόγραμμα. Διδάχτηκαν οι χοροί Σιγανό πεντοζάλι Κρήτης, Δετός Χίου και Χασαπιά Μικράς Ασίας. Η επιλογή των χορών έγινε με κριτήριο τη συνθετότητα του κινητικού μοτίβου και κατ' επέκταση της χορευτικής φράσης αλλά και το τραγουδιστικό μέρος αφού υπήρξε ταυτόχρονη διδασκαλία τραγουδιού σε συνδυασμό με τον χορό. Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η ποιοτική μέθοδος ανάλυσης αφού πρώτα πραγματοποιήθηκε η αποδελτίωση των παρατηρήσεων. Από τη μελέτη των αποτελεσμάτων της λίστας παρατήρησης διαπιστώθηκε σημαντική βελτίωση των μαθητών στους παράγοντες που μελετήθηκαν και που είναι: α) της αυτοεκτίμησης και της αυτοπειθαρχίας τους. β) της ανοχής της λαβής με τον εκπαιδευτικό καθώς και με τους υπόλοιπους συμμετέχοντες στην ομάδα, του χρόνου παραμονής στον κύκλο και στην αίθουσα και της βλεμματικής επαφής. γ) Διαπιστώθηκε διευκόλυνση της εκπαιδευτικής διαδικασίας σε σχέση με διαφορετικά γνωστικά αντικείμενα αφού οι εκπαιδευτικοί, που είχαν τους μαθητές μετά το παρεμβατικό πρόγραμμα, παρατήρησαν αλλαγές στη συμπεριφορά τους όπως μεγαλύτερη συγκέντρωση και πειθαρχία. Το συμπέρασμα που προέκυψε από την παρούσα έρευνα ήταν ότι η διδασκαλία ελληνικών παραδοσιακών χορών είχε θετική επίδραση στη συνολική συμπεριφορά των ατόμων με αυτισμό.

Λέξεις κλειδιά: ειδική αγωγή, αυτοεκτίμηση, κοινωνικοποίηση, επικοινωνία



**ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΕ ΧΟΡΕΥΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ
INVESTIGATING THE QUALITY OF SERVICES TO DANCERS WHO PARTICIPATE IN GREEK TRADITIONAL DANCE LEARNING PROGRAMS**

ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ Ε., ΦΙΛΛΙΠΟΥ Φ.
VASILEIADIS M., GOULIMARIS D., TSITSKARI E., FILLIPOU F.

*ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE*

Ένας από τους βασικούς παράγοντες μιας επιτυχημένης παρουσίας των πολιτιστικών φορέων είναι η ποιότητα υπηρεσιών που θα προσφέρουν. Με αυτό τον τρόπο θα μπορούν να προσελκύσουν και να διατηρήσουν έναν ικανοποιητικό αριθμό ατόμων στον φορέα με πολλές θετικές συνέπειες για τον ίδιο το φορέα και τους συμμετέχοντες. Σκοπός της εργασίας ήταν η διερεύνηση της ποιότητας υπηρεσιών που προσφέρουν οι πολιτιστικοί φορείς που αναπτύσσουν χορευτικές δραστηριότητες. Επίσης διερευνήθηκε αν η χορευτική εμπειρία των συμμετεχόντων σε μαθήματα διδασκαλίας ελληνικών παραδοσιακών χορών διαφοροποιεί τον τρόπο που αξιολογούν την παρεχόμενη ποιότητα υπηρεσιών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 299 ενήλικοι συμμετέχοντες (208 γυναίκες, 91 άντρες) σε μαθήματα ελληνικών παραδοσιακών χορών, διαφόρων ηλικιών και διαφορετικής χορευτικής εμπειρίας οι οποίοι συμμετέχουν σε συλλόγους από τις περιοχές της Μακεδονίας και Θράκης. Η επιλογή των χορευτών έγινε τυχαία. Όλοι οι χορευτές/τριες είχαν τουλάχιστον 1 έτος χορευτική εμπειρία. Για την διερεύνηση της ποιότητας υπηρεσιών χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο ποιότητας υπηρεσιών των Brady και Cronin (2001), όπως δοκιμάστηκε και τροποποιήθηκε για τον ελλαδικό χώρο από τους Alexandris, Zahariadis, Tsozbatzoudis & Grouios (2004) και αργότερα στη σύγχρονη πλέον προσαρμογή του από τους Alexandris, Douka & Balaska (2012). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 13 ερωτήσεις αναπτυγμένες σε 3 παράγοντες (ποιότητα περιβάλλοντος, ποιότητα αλληλεπίδρασης, ποιότητα αποτελέσματος). Οι απαντήσεις των συμμετεχόντων δόθηκαν σε 5-βάθμια κλίμακα τύπου Likert. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση αξιοπιστίας (α Cronbach), περιγραφικές αναλύσεις (Μ.Ο., Τ.Α.), και ανάλυση διακύμανσης (one way anova). Όλοι οι παράγοντες παρουσίασαν υψηλή αξιοπιστία ($\alpha > .70$). Ο παράγοντας ποιότητα αλληλεπίδρασης αξιολογήθηκε καλύτερα από τους λοιπούς παράγοντες ποιότητας. Αυτό μπορεί να δικαιολογηθεί από το γεγονός ότι το προσωπικό που εργάζεται στον φορέα παίζει σημαντικό ρόλο στην αξιολόγησή του. Από την one way anova δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις ομάδες με διαφορετική χορευτική εμπειρία και στο πως αξιολογούν την ποιότητα υπηρεσιών. Συμπερασματικά ο στόχος των φορέων για απόκτηση νέων και διατήρηση παλαιών «πελατών» επιτυγχάνεται με μια πελατοκεντρική στρατηγική που δίνει προτεραιότητα στις διαρκώς μεταβαλλόμενες ανάγκες του «πελάτη».

Λέξεις κλειδιά: παραδοσιακοί χοροί, χορευτικό επίπεδο, δάσκαλος χορού, παροχή υπηρεσιών.



ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΕΙΔΗ ΧΟΡΟΥ ΣΕ ΝΕΟΥΣ ΕΝΗΛΙΚΕΣ SELF-ESTEEM AND DIFFERENT DANCE FORMS IN YOUNG ADULTS

ΜΠΟΥΓΙΕΣΗ Μ., ΖΗΣΗ Β.
BOUGIESI M., ZISI V.

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
UNIVERSITY OF THESSALY

Είναι γνωστή η συμβολή της άσκησης στην Ψυχική Υγεία. Μία παράμετρος της ψυχικής υγείας αποτελεί η αυτοεκτίμηση, η οποία έχει σημαντική θέση στην καθημερινότητα του ανθρώπου. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διαπιστωθεί αν η συμμετοχή σε διαφορετικά είδη χορού (ελληνικό παραδοσιακό & Latin) και ομαδικών προγραμμάτων άσκησης, συνδέεται με διαφορετικά επίπεδα αυτοεκτίμησης. Στην έρευνα συμμετείχαν 200 ενήλικες (25-34 ετών). Το δείγμα επιλέχθηκε τυχαία από διάφορες περιοχές της Ελλάδος (Αθήνα, Ανατολική Αττική, Χαλκίδα, Τρίκαλα Θεσσαλίας) και χωρίστηκε σε τέσσερις ομάδες: α) Χορευτές Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού (n=50), δηλαδή άτομα τα οποία συμμετείχαν συστηματικά σε μαθήματα ελληνικού παραδοσιακού χορού, β) Χορευτές Latin χορού (n=50), άτομα τα οποία συμμετείχαν συστηματικά σε μαθήματα Latin χορού, γ) ασκούμενοι (n=50), άτομα που συμμετείχαν συστηματικά σε ομαδικά προγράμματα άσκησης (pilates & yoga) και δ) μη ασκούμενοι (n=50), άτομα που δε συμμετείχαν σε καμία οργανωμένη μορφή άσκησης ή είχαν υιοθετήσει έναν καθιστικό τρόπο ζωής. Οι συμμετέχοντες έπρεπε να συμμετέχουν στην ομάδα στην οποία κατηγοριοποιήθηκαν τουλάχιστον τους τελευταίους 15 μήνες από την ημερομηνία που απάντησαν το ερωτηματολόγιο. Για την αξιολόγηση της Αυτοεκτίμησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς του Rosenberg (1965), σε πενταβάθμια κλίμακα. Από τη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων, ο δείκτης εσωτερικής συνοχής κυμάνθηκε σε ικανοποιητικά επίπεδα $\alpha = .76$ στη συγκεκριμένη έρευνα. Από την ανάλυση διακύμανσης (One-way ANOVA) φάνηκε ότι οι χορευτές Ελληνικού παραδοσιακού χορού είχαν υψηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης από όλες τις άλλες ομάδες ($p < .05$). Ο χορός αποτελεί ένα από τα καλύτερα είδη φυσικής δραστηριότητας μέσω του οποίου βελτιώνεται η αυτοεκτίμηση, ωστόσο εμπεριέχει στοιχεία τα οποία κάθε άνθρωπος κατανοεί διαφορετικά. Η υπεροχή των χορευτών Ελληνικού παραδοσιακού στην αυτοεκτίμηση έναντι όλων των άλλων ομάδων στην παρούσα έρευνα (χορευτές Latin, ασκούμενοι, μη ασκούμενοι) δίνει το έναυσμα για περαιτέρω έρευνα των επιδράσεων του ελληνικού παραδοσιακού χορού σε παραμέτρους της ψυχικής υγείας, όπως είναι η αυτοεκτίμηση.

Λέξεις κλειδιά: ελληνικός παραδοσιακός χορός, Latin, ομαδικά προγράμματα άσκησης



Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ PHYSICAL HEALTH BENEFITS OF DANCING PROGRAMS FOR ELDERLY INDIVIDUALS

ZAMPEN E. , ΜΙΧΟΥ Β., ΖΑΓΓΕΛΙΔΟΥ Ε.
ZAMPEN E., MICHOU V., ZAGELIDOU E.

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI

Η έκπτωση της σωματικής και λειτουργικής ικανότητας των ηλικιωμένων οδηγεί στην υποκινητικότητα. Προγράμματα άσκησης και αναψυχής, όπως ο χορός, φαίνεται να διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην βελτίωση του επιπέδου σωματικής δραστηριότητας των ατόμων τρίτης ηλικίας (Hwang et al., 2015). Σκοπός της παρούσας ανασκοπικής μελέτης ήταν η διερεύνηση της υπάρχουσας βιβλιογραφίας σχετικά με την επίδραση προγραμμάτων χορού στην σωματική υγεία ατόμων τρίτης ηλικίας. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε περιλάμβανε την αναζήτηση αγγλικών άρθρων μέσα από έγκυρες και αξιόπιστες πηγές αναζήτησης, όπως η PubMed και το Scopus, χρησιμοποιώντας τις εξής λέξεις-κλειδιά: dance AND elders, dance activity AND elders functional capacity. Τα κριτήρια επιλογής των μελετών ήταν η χρονολογία (από το 2008 και μετά), η ηλικία των συμμετεχόντων (άνω των 65 ετών) και η μη ύπαρξη συνοδών προβλημάτων υγείας. Από τις συνολικά 25 μελέτες που αναδύθηκαν κατά την αναζήτηση, 13 πληρούσαν όλα τα παραπάνω κριτήρια. Από αυτές τις 13 μελέτες, 10 ήταν ερευνητικές (συγκριτικές και RCTs), 2 ήταν ανασκοπικές και 1 ήταν μετανάλυση. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι ένα δομημένο πρόγραμμα χορού, χαμηλής προς μέτριας έντασης, με συχνότητα 3 φορές την εβδομάδα και διάρκεια περίπου 60 λεπτά, μπορεί να χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά στα άτομα τρίτης ηλικίας, βελτιώνοντας τα επίπεδα της μέγιστης πρόσληψης οξυγόνου (VO₂max), την μυϊκή δύναμη και την αντοχή, την στατική και δυναμική ισορροπία, μειώνοντας παράλληλα τα επεισόδια πτώσεων (Granacher et al., 2012; Rodrigues-Krause et al., 2018). Επιπρόσθετα, μελέτες αναφέρουν την θετική συμβολή διαφόρων τύπων χορού (όπως ο παραδοσιακός χορός, η σάλσα, το τάνγκο) στην γενικότερη βελτίωση της λειτουργικής ικανότητας και ιδιοδεκτικότητας, στην αύξηση της ταχύτητας και του μήκους του διασκελισμού και τους δείκτες της χοληστερίνης (Alpert et al., 2009; Sofianidis et al., 2009; Granacher et al., 2012; Borges et al., 2014). Αξίζει να σημειωθεί, ότι σε καμία μελέτη δεν αναφέρθηκαν επικείμενοι κίνδυνοι και ασκησιογενείς επιπλοκές στην υγεία των ηλικιωμένων συμμετεχόντων. Συμπερασματικά, ένα καλά σχεδιασμένο, δημιουργικό και υπό επίβλεψη πρόγραμμα χορού ενέχει αρκετά ευεργετικά αποτελέσματα στην σωματική υγεία των ηλικιωμένων, βελτιώνοντας τις φυσικές και λειτουργικές τους ικανότητες.

Λέξεις κλειδιά: χορός, Τρίτη ηλικία, σωματική απόδοση, οφέλη



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΧΟΡΟΥ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΕΣΟ ΤΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ DANCING PROGRAMS AS A THERAPY TOOL FOR PARKINSON'S PATIENTS

ZAMPEN E., MIXOY B., ΤΕΛΟΥΔΗ Α.
ZAMPEN E., MICHOU V., TELOUDI A.

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI

Η νόσος του Πάρκινσον είναι μια χρόνια νευροεκφυλιστική νόσος, που συνεπάγεται λειτουργική ανεπάρκεια και συμπτώματα, όπως η απώλεια ισορροπίας και ο τρόμος που οδηγούν σε συχνές πτώσεις και τραυματισμούς (Santos Delabary et al., 2018). Σκοπός της παρούσας βιβλιογραφικής ανασκόπησης ήταν η διερεύνηση της επίδρασης του χορού ως θεραπευτικό μέσο στην λειτουργική και γνωστική ικανότητα ασθενών με Πάρκινσον. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε περιλάμβανε την αναζήτηση αγγλικών άρθρων μέσα από έγκυρες και αξιόπιστες πηγές αναζήτησης, όπως η PubMed και το Scopus, χρησιμοποιώντας τις εξής λέξεις-κλειδιά: dance AND Parkinson, dance AND Parkinson's functional /cognitive capacity. Τα κριτήρια επιλογής των μελετών ήταν η χρονολογία (από το 2015 και μετά), χωρίς περιορισμούς στο ηλικιακό επίπεδο και το στάδιο της νόσου. Συλλέχθηκαν συνολικά 15 μελέτες, από αυτές εξετάστηκαν και αξιολογήθηκαν 8 άρθρα που αφορούσαν 6 μεταanalύσεις και 2 ερευνητικά άρθρα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ένα κατάλληλα διαμορφωμένο πρόγραμμα χορού, που θα ανταποκρίνεται στις ανάγκες του κάθε ασθενούς, μπορεί να αποτελέσει ένα σημαντικό θεραπευτικό μέσο. Τα οφέλη του χορού φαίνεται να είναι μακροπρόθεσμα. Αυτό συνεπάγεται ότι ένα πρόγραμμα χορού με συχνότητα τουλάχιστον 2 φορές την εβδομάδα και διάρκεια περίπου 60 λεπτά για μια περίοδο πάνω από 10 εβδομάδες, μπορεί να βελτιώσει σε ικανοποιητικό βαθμό τα ελλείμματα που αφορούν την ισορροπία, το προφίλ και την ταχύτητα της βάρδισης, την μνήμη, την γνωστική και λειτουργική ικανότητα των ασθενών με Πάρκινσον (Carapellotti et al., 2020; Hadley et al., 2020). Τα αποτελέσματα αυτά αναδύονται από τα πιο συχνά χρησιμοποιούμενα εργαλεία αξιολόγησης, όπως το Timed Up and Go Test (TUG), η 6-λεπτη δοκιμασία βάρδισης (6-MWT), η δοκιμασία ταχύτητας βάρδισης (GAITRite), η δοκιμασία ισορροπίας Berg (BBS) και η γνωστική κλίμακα Frontal Assessment Battery (FAB) (ER de Natale et al., 2017; Santos Delabary et al., 2018; Kalyani et al., 2019). Συμπερασματικά, τα προγράμματα θεραπευτικού χορού αποτελούν μια εναλλακτική πρωτότυπη μορφή άσκησης, μια ασφαλής λύση με πολλά θεραπευτικά οφέλη.

Λέξεις κλειδιά: χορός, Πάρκινσον, ποιότητα ζωής, αποκατάσταση, χρόνιες παθήσεις



ΡΥΘΜΙΚΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ, ΧΟΡΟΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΛΙΣΜΟΙ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΑΦΗΣ ΤΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΦΛΟΓΑΣ
RHYTHMIC MOVEMENTS, DANCE AND SYMBOLS DURING OF THE LIGHTING OLYMPIC FLAME.

ΚΟΡΕΤΣΗ Α., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.
KORETSI A., GOULIMARIS D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Στην Αρχαία Ελλάδα και συγκεκριμένα στην Ολυμπία υπήρχε βωμός αναμμένος με την ιερή φλόγα προς τιμήν της θεάς Εστίας. Υπεύθυνες για την φύλαξη και την αφή του πυρός στην αρχαία Ελλάδα ήταν οι ιέρειες και οι Εστιάδες, οι οποίες ανελάμβαναν να διατηρούν άσβεστη την ιερή φλόγα του βωμού. Στην σύγχρονη Ελλάδα η αφή της Ολυμπιακής φλόγας χαρακτηρίζει την έναρξη των Ολυμπιακών αγώνων. Έτσι η ομάδα των ιερειών κάθε φορά που πραγματοποιούνται Ολυμπιακοί αγώνες καλούνται στην Αρχαία Ολυμπία για ν' ανάψουν το «ιερό πυρ» με τις ακτίνες του ήλιου κάνοντας επίκληση προς τον θεό Απόλλωνα. Σκοπός της έρευνας είναι να καταγραφούν τα τελετουργικά δρώμενα της αφής της Ολυμπιακής φλόγας και να διερευνηθούν οι συμβολισμοί που υπάρχουν καθώς και η μελέτη ρυθμικών κινήσεων χεριών, βηματισμού, κεφαλιού και χορού που εκτελούνται κατά την διάρκεια του τελετουργικού δρώμενου από το 1936 και μετά. Για τις ανάγκες της έρευνας έγινε αναζήτηση επιστημονικών άρθρων, μεταπτυχιακών ερευνών και διδακτορικών ερευνών, βιβλίων στις βάσεις δεδομένων: Scholar, στο εθνικό Αρχείο Διδακτορικών Διατριβών, στην βιβλιοθήκη της Ολυμπιακής Επιτροπής και σε ιστότοπους που περιέχουν ψηφιακά βίντεο και συνεντεύξεις, όπως το YouTube και το Hellanicus. Επίσης, πραγματοποιήθηκαν δια ζώσης συνεντεύξεις από τις χορογράφους της αφής, την Άρτεμις Ιγνατίου και την Αλεξάνδρα Νικολοπούλου, όπου μέσα από την συνέντευξη τους δόθηκαν απαντήσεις, όσον αφορά τις συγχρονισμένες ρυθμικές κινήσεις που εκτελούν οι ιέρειες κατά την διάρκεια του δρώμενου. Επίσης, χρησιμοποιήθηκε οπτικοακουστικό υλικό σχετικό με την αφή της φλόγας. Στο πρώτο ντοκιμαντέρ συμμετείχε η Μαρία Χορς χορογράφος της αφής της Φλόγας την χρονική περίοδο (1964- 2004). Η συνέντευξη της έχει δοθεί στα πλαίσια τηλεοπτικού ντοκιμαντέρ αφιερωμένο στην «Αφή της φλόγας και την Μαρία Χορς» στο κανάλι EPT, στην εκπομπή παρασκήνιο, όπου προβλήθηκε τον Μάιο του 2012. Το δεύτερο οπτικοακουστικό υλικό είναι δημοσιευμένο, στο HELLANICUS, το 2015 και συμμετέχει ο Αθανάσιος Κριτσινέλης (πρώην υπεύθυνος Λαμπαδηδρομίας το 2004) και αναφέρεται στην λαμπαδηδρομία από το 1936- 2012. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν πως οι ρυθμικές κινήσεις και ο χορός των ιερειών είναι εμπνευσμένες από απεικονίσεις αρχαίων αγγείων και οι ρυθμικές κινήσεις τους συνοδεύουν με απλότητα, και σεβασμό όλες τις τελετουργικές διαδικασίες που πραγματοποιούνται στην αφή της φλόγας. Επίσης, ο αρχαιολόγος Αλέξανδρος Φιλαδελφεύς ως εμπνευστής της αφής της φλόγας δανείστηκε τελετουργίες από την Αρχαία Ελλάδα και τους Ολυμπιακούς Αγώνες και τις ένταξε στην σύγχρονη Ελλάδα. Παραδείγματος χάρη, (αμφιθαλής παις, λευκό περιστέρι και κλαδί ελιάς). Συμπερασματικά η αφή της φλόγας, φαίνεται να συνδέει την αρχαία με την σύγχρονη Ελλάδα ως στοιχείο της ιστορικής συνέχειας των Ελλήνων με τους Ολυμπιακούς αγώνες.

Λέξεις κλειδιά: ρυθμικές κινήσεις, χορός, Ολυμπιακοί αγώνες.



Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ, ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ. ΜΙΑ ΑΝΑΣΚΟΠΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ. THE RELATIONSHIP BETWEEN DANCE, STRESS AND ANXIETY. A REVIEW STUDY.

ΚΑΠΠΟΥ Σ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.
ΚΑΡΡΟΥ Σ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Η ελληνική οικονομική κρίση και η πανδημία της νόσου του κορονοϊού (COVID-19) που βρίσκεται ακόμα σε έξαρση, έχουν εντείνει το άγχος, το οποίο αποτελεί αντίδραση στους ζώντες οργανισμούς σε στρεσογόνες καταστάσεις. Το άγχος διαταράσσει την ψυχική υγεία του ανθρώπου με σημαντικές επιπτώσεις σε αυτόν. Ο χορός είναι μία φυσική δραστηριότητα αναψυχής ήπιας έντασης που σχετίζεται με την κινητική έκφραση του ατόμου και συντελεί στην μείωση του άγχους. Σκοπός της εργασίας ήταν η βιβλιογραφική ανασκόπηση για τις επιδράσεις του χορού στο άγχος. Για τις ανάγκες της έρευνας έγινε αναζήτηση σε βιβλία, επιστημονικά άρθρα, ηλεκτρονικά αρχειοθετημένες μεταπτυχιακές εργασίες, διδακτορικές διατριβές αλλά και πρακτικά συνεδρίων της τελευταίας εικοσαετίας στην Ελληνική και την Αγγλική γλώσσα στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων και μηχανές αναζήτησης Google Scholar, Elsevier, Scopus καθώς και στο Εθνικό Κέντρο Τεκμηρίωσης. Στην αναζήτηση συνδυάστηκαν οι λέξεις-κλειδιά: χορός («dance»), είδη χορού («Style of dance » «type of dance » «dance genre»), άγχος («anxiety»), στρες («stress») και θεραπεία («treatment» «cure» «therapy»). Τα αποτελέσματα σε σχέση με το άγχος βρέθηκαν για τους χορούς: salsa (1 μελέτη), Capoeira (1 μελέτη), παραδοσιακός (11 μελέτες), αργεντινικό tango (3 μελέτες), σύγχρονο (3 μελέτες), hip hop (1 μελέτη), rave (1 μελέτη), jazz (1 μελέτη), Waltz, Tango, Fox Trot, Quickstep (Ballroom) (3 μελέτες), Rumba, Samba, Mambo, Cha-Cha-Cha, Swing, Jive (Latin) (3 μελέτες), ανατολίτικος/χορός της κοιλιάς (2 μελέτες), ινδικός χορός (1 μελέτη), μπαλέτο (1 μελέτη), Flamenco (1 μελέτη) μικτά είδη χορού (2 μελέτες). Μελετήθηκε η σχέση του χορού με το άγχος κατάστασης (6 μελέτες), το άγχος ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας (Προδιάθεση) (6 μελέτες), το αντιληπτό άγχος (1 μελέτη), το κοινωνικό άγχος (3 μελέτες), το αντιληπτό άγχος (1 μελέτη), το ψυχοβιολογικό στρες (κορτιζόλη) και κοινωνική αξιολόγηση (1 μελέτη), το σωματικό και γνωστικό άγχος (4 μελέτες), η συναισθηματική νοημοσύνη κι άγχος (1 μελέτη), το κοινωνικό άγχος (3 μελέτες), το άγχος κι αυτοεκτίμηση (1 μελέτη), το άγχος πολιτιστική προσαρμογής (1 μελέτη), το μετατραυματικό στρες (2 μελέτες), το ψυχολογικό στρες (9 μελέτες), το αυτοαναφερόμενο άγχος (2 μελέτες), το γενικό άγχος (2 μελέτες) το άγχος σε ασθενείς με καρκίνο (2 μελέτες) και το άγχος σε ασθενείς με ψυχικές ασθένειες (1 μελέτη). Η διάρκεια των παρεμβατικών προγραμμάτων χορού ξεκινούσε από 1 μάθημα-συνεδρία μέχρι και 1 έτος. Το φύλο ήταν γυναίκες κι άντρες και η ηλικία των συμμετεχόντων ήταν από 12 έως 98 ετών. Συμπερασματικά, ο χορός χρησιμοποιείται, ως μέσο για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας ως αντίδοτο στην ένταση και το άγχος. Ο χορός προτείνεται ως δραστηριότητα που βοηθά στην μείωση των επιβλαβών επιδράσεων στην ψυχική υγεία, όπως είναι το στρες και το άγχος, που έχει δημιουργήσει ο περιοριστικός τρόπος ζωής για την προστασία του κάθε ανθρώπου από τον COVID-19. Από την κριτική ανασκόπηση των 36 ερευνών διαπιστώθηκε ότι ο χορός μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μέσο μείωσης του άγχους.

Λέξεις κλειδιά: χορός «dance», είδη χορού «Style of dance », «type of dance», άγχος «anxiety», στρες «stress»



**ΜΠΟΡΕΙ Ο ΧΟΡΟΣ ΝΑ ΣΥΜΒΑΛΛΕΙ ΣΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ
ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ;
CAN DANCE CONTRIBUTE TO ENHANCING PEOPLE'S EMOTIONAL INTELLIGENCE?**

ΚΑΠΠΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ., ΦΙΛΙΠΠΟΥ Φ., ΑΓΑΛΙΑΝΟΥ Ο.
KAPPA PARASKEVI, GOULIMARIS D., FILIPPOU F., AGALIANOU O.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Η Συναισθηματική Νοημοσύνη (ΣΝ) συνιστά μια σειρά αλληλένδετων συναισθηματικών και κοινωνικών ικανοτήτων και δεξιοτήτων που καθορίζουν την αποτελεσματικότητα με την οποία οι άνθρωποι μπορούν να κατανοούν τον εαυτό τους και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους, να κατανοούν αλλά και να αλληλεπιδρούν με τους άλλους, να επιλύουν τα προσωπικά αλλά και διαπροσωπικά προβλήματα και γενικότερα να φροντίζουν για την ευτυχία και την ευημερία τους. Ο χορός είναι μια μορφή τέχνης, η οποία αφορά το σώμα και το πνεύμα και δύναται να ανασύρει τις σωματοποιημένες πληροφορίες με τρόπο μη λεκτικό, μέσω του σώματος και των αισθήσεων του. Λόγω της αυξανόμενης σημασίας που αποδίδεται τα τελευταία χρόνια στο ρόλο της ΣΝ στη ζωή του ατόμου καθώς και των δυνατοτήτων που φαίνεται να παρέχει προς αυτή την κατεύθυνση η τέχνη του χορού, στόχος της βιβλιογραφικής ανασκόπησης ήταν να καταγράψει, συγκεντρώσει και μελετήσει τη σχέση του χορού με τη ΣΝ. Για τον σκοπό αυτό πραγματοποιήθηκε αναζήτηση στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων και με μηχανές αναζήτησης Google Scholar, Scopus, Elsevier, Scihub, Science Direct και ΕΚΤ. Αναζητήθηκαν επιστημονικά άρθρα, πρακτικά συνεδρίων, διδακτορικές/μεταπτυχιακές διατριβές, με ημερομηνία δημοσίευσης την τελευταία δεκαετία και με λέξεις-κλειδιά: συναισθηματική νοημοσύνη-emotional intelligence, κοινωνική συναισθηματική νοημοσύνη-social emotional intelligence, χορός-dance, καθώς και συνδυασμοί αυτών στην ελληνική και αγγλική γλώσσα. Από την αναζήτηση αναδύθηκαν έντεκα έρευνες, οι οποίες σχετίζονταν με τον σκοπό της έρευνας, εκ των οποίων δύο ήταν βιβλιογραφικές ανασκοπήσεις, μια έρευνα αφορούσε άτομα τρίτης ηλικίας και δύο έρευνες ήταν συγκριτικές μεταξύ νέων και ηλικιωμένων. Επίσης μια έρευνα εστίαζε σε παιδιά, τέσσερις έρευνες μελετούσαν επαγγελματίες χορευτές και μια έρευνα εστίαζε στη σχέση της ΣΝ καθηγητών χορού με τη διδασκαλία. Από την μελέτη διαπιστώθηκε ότι οι έρευνες που έχουν δημοσιευτεί μέχρι σήμερα και μελετούν αποκλειστικά τη σχέση του χορού και της ΣΝ είναι περιορισμένες. Στις περισσότερες το δείγμα του πληθυσμού είναι μεικτό (γυναίκες και άνδρες) εκτός από μια η οποία αφορά μόνο γυναίκες και οι ηλικίες των συμμετεχόντων ήταν από ενός έως ενενήντα πέντε ετών. Εφαρμόστηκαν προγράμματα διάρκειας από τέσσερις εβδομάδες έως δεκαπέντε μήνες με συχνότητα συμμετοχής από μία έως τρεις φορές την εβδομάδα. Παρόλο που οι έρευνες διαφέρουν ως προς το δείγμα του πληθυσμού, το είδος του χορού, τον τόπο και την διάρκεια των προγραμμάτων, διαπιστώνεται σε όλες τις περιπτώσεις ότι ο χορός ενισχύει τη ΣΝ ή μεμονωμένες συνιστώσες της όπως η αναγνώριση και διαχείριση των συναισθημάτων, ο αυτοέλεγχος και η ενσυναίσθηση. Η χορευτική εμπειρία, η ηλικία και η χρονική διάρκεια συμμετοχής σε προγράμματα χορού φαίνεται να συμβάλλουν θετικά στην ανάπτυξη των συνιστωσών της ΣΝ.

Λέξεις κλειδιά: συναισθηματική νοημοσύνη, κοινωνική συναισθηματική νοημοσύνη, χορός



Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ THE IMPACT OF DANCE ON THE PSYCHOLOGY OF PEOPLE WITH CANCER

ΦΕΡΕΚΙΔΗΣ Κ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.
FEREKIDIS K., GOULIMARIS D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Ο καρκίνος είναι ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα υγείας που παρατηρείται σήμερα και αποτελεί τη δεύτερη αιτία θανάτου μετά τις καρδιακές παθήσεις. Ο χορός είναι μορφή καλλιτεχνικής και αθλητικής έκφρασης η οποία γενικά αναφέρεται στην κίνηση του σώματος, συνήθως ρυθμική και σύμφωνη με τη μουσική. Είναι ένας τρόπος επικοινωνίας μέσω του σώματος. Έτσι μπορούν να εκφραστούν διάφορα συναισθήματα όπως αυτά της ηρεμίας και της ευεξίας ενώ κατά τη διάρκεια του απελευθερώνονται ενδορφίνες, ντοπαμίνη και σεροτονίνη. Αυτές οι ουσίες παράγονται όταν κάποιος ενασχολείται με μια ευχάριστη δραστηριότητα, όπως ο χορός, και οι οποίες μειώνουν το άγχος. Παράλληλα, μειώνει και τα συμπτώματα κατάθλιψης. Σκοπός της ανασκοπικής έρευνας ήταν η διερεύνηση της επίδρασης του χορού στην ψυχολογία των ατόμων που πάσχουν από καρκίνο. Για τις ανάγκες της ανασκόπησης έγινε αναζήτηση επιστημονικών άρθρων, μεταπτυχιακών ερευνών και διδακτορικών ερευνών, βιβλίων και πρακτικών συνεδρίων στις βάσεις δεδομένων: Scopus, Elsevier, ResearchGate, Science Direct, PubMed και στο Εθνικό Αρχείο Διδακτορικών Διατριβών στα ελληνικά και στα αγγλικά με λέξεις κλειδιά: «χορός», «καρκίνος», «dance», «cancer», «dance movement therapy». Συνολικά βρέθηκαν 24 έρευνες, οι οποίες διεξήχθησαν μεταξύ 2000 και 2020 και στις οποίες πήραν μέρος και άντρες και γυναίκες, με ηλικίες από 2 έως 90 ετών. Εφαρμόστηκαν προγράμματα διάρκειας από 5 εβδομάδες έως 1 χρόνο, με συχνότητα συμμετοχής από 1 έως 3 φορές την εβδομάδα. Σκοπός των ερευνών ήταν η επίδραση του χορού στην ψυχολογία, και πιο συγκεκριμένα στο αίσθημα δυσφορίας, στην αυτοεκτίμηση, στην αυτοεικόνα, στο αίσθημα της κατάθλιψης, στο στρες, στο άγχος, στον συναισθηματικό τομέα και στην ποιότητα ζωής, των ατόμων με καρκίνο, εκ των οποίων 2 διεξήχθησαν σε παιδιά με όγκο στον εγκέφαλο, 12 σε γυναίκες με καρκίνο του μαστού και 10 σε άτομα με διάφορα είδη καρκίνου. Τα αποτελέσματα της ανασκόπησης έδειξαν ότι ο χορός επιδρά θετικά στην ψυχολογία των ατόμων που πάσχουν από καρκίνο, αλλά επίσης έδειξαν ότι είναι ένας τομέας που χρίζει περαιτέρω έρευνας μιας και οι έρευνες που έχουν γίνει μέχρι σήμερα είναι περιορισμένες σε αριθμό.

Λέξεις κλειδιά: καρκίνος, χορός, ψυχολογική επίδραση



Η ΓΝΩΣΗ, Η ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ ,Η ΑΥΤΟΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΠΡΟΤΥΠΑ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΗΣ ΣΧΕΔΙΑΖΟΜΕΝΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΦΟΣΙΩΣΗ

KNOWLEDGE, INFORMATION, SELF-IDENTITY AND SUBJECTIVE NORMS OF PLANNED BEHAVIOR THEORY IN ORDER TO PARTICIPATE IN DISTANT TRADITIONAL DANCE CLASSES. THEIR RELATIONSHIP WITH LOYALTY.

ΒΑΛΑΒΑΝΗ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.

VALAVANI M., GOULIMARIS D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Η διδασκαλία του χορού με την μέθοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, αποτελεί μια δεδομένη και εναλλακτική μορφή εκπαίδευσης στα εκπαιδευτικά ιδρύματα. Κατά την περίοδο της υποχρεωτικής απαγόρευσης δραστηριοτήτων με φυσική παρουσία, λόγω της πανδημίας του κορονοϊού (COVID-19), η μέθοδος της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους εκπαιδευτικούς χορευτικών συλλόγων και σχολών, με σκοπό να καλύψει τις ανάγκες πραγματοποίησης μαθημάτων του κοινού. Ο σκοπός της έρευνας ήταν να διερευνηθεί: α) τους τέσσερις παράγοντες της Θεωρίας Σχεδιαζόμενης Συμπεριφοράς (Θ.Σ.Σ.) (Γνώση, Πληροφόρηση, Αυτοταυτότητα και Κοινωνικά Πρότυπα) ως προς τη συμμετοχή χορευτών/τριών σε εξ αποστάσεως μαθήματα παραδοσιακών χορών κατά την διάρκεια της πανδημίας COVID-19 β) κατά πόσο το φύλο και η ηλικία διαφοροποιούν τους τέσσερις παράγοντες γ) την σχέση των παραγόντων Θ.Σ.Σ. με την αφοσίωση. Το δείγμα αποτέλεσαν 176 ενήλικες χορευτές/τριες παραδοσιακού χορού, από τους δήμους Ελευσίνας-Μαγούλας, Μάνδρας και Ασπροπύργου. Χρησιμοποιήθηκαν τέσσερις παράγοντες (Γνώση, Πληροφόρηση, Αυτοταυτότητα και Κοινωνικά Πρότυπα) του ερωτηματολογίου της Θ.Σ.Σ. (Ajzen & Madden, 1986) της ελληνικής έκδοσης (Theodorakis 1994) σε 7-βάθμια κλίμακα Likert . Για την αφοσίωση χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο των Armitage και Conner (1999) σε 5-θμια κλίμακα Likert . Οι αναλύσεις αξιοπιστίας α Cronbach έδειξαν υψηλό βαθμό εσωτερικής συνοχής των παραγόντων (Γνώση=.92, Πληροφόρηση=.89, Αυτοταυτότητα=.96, Κοινωνικά Πρότυπα=.81 Αφοσίωση=.84). Από την ανάλυση περιγραφικής στατιστικής για τους παράγοντες του ερωτηματολογίου της Θ.Σ.Σ. προκύπτει: "Γνώση" (ΜΟ=3.16, Τ.Α=1.59), "Πληροφόρηση" (ΜΟ=3.91, Τ.Α=1.74), "Αυτοταυτότητα" (ΜΟ=4.58, Τ.Α=1.93), "Κοινωνικά Πρότυπα" (ΜΟ=4.30, Τ.Α=1.52) και "Αφοσίωση" (Μ.Ο=2.9, Τ.Α=.75). Πραγματοποιήθηκαν T-tests για να εξεταστούν οι διαφορές των τεσσάρων παραγόντων ως προς το φύλο και ανάλυση διακύμανσης One-way- ANOVA για τον έλεγχο διαφορών ως προς την ηλικία. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές των δημογραφικών χαρακτηριστικών ως προς τους 4 παράγοντες της Θ.Σ.Σ. Από την ανάλυση συσχετίσεων με τον υπολογισμό του συντελεστή συσχέτισης Pearson μεταξύ των παραγόντων της Θ.Σ.Σ. και της αφοσίωσης προέκυψε: $r=.21^{**}$ (αφοσίωση και Γνώση), $r=.32^{**}$ (αφοσίωση και Πληροφόρηση) και $r=.34^{**}$ (αφοσίωση και Αυτοταυτότητα) και $r=.32^{**}$ (αφοσίωση και Κοινωνικά Πρότυπα). Συμπερασματικά παρατηρούμε ότι οι συμμετέχοντες ανεξαρτήτου φύλου και ηλικίας α) έχουν χαμηλή γνώση και πληροφόρηση σχετικά με τα εξ αποστάσεως μαθήματα, β) βρίσκονται σε ικανή θέση να λάβουν μια απόφαση συμμετοχής σε εξ αποστάσεως μαθήματα και γ) μπορούν να επηρεαστούν στην απόφαση παρακολούθησης μαθημάτων εξ αποστάσεως από τις απόψεις σημαντικών προσώπων τους. Επιπλέον η θετική τάση τους για εξ αποστάσεως μαθήματα χορού ενισχύεται από τον σημαντικό δείκτη συσχέτισης των παραγόντων της Θ.Σ.Σ. με την αφοσίωση.

Λέξεις κλειδιά: Γνώση, Πληροφόρηση, Αυτοταυτότητα, Κοινωνικά Πρότυπα, θεωρία Σχεδιαζόμενης Συμπεριφοράς, εξ αποστάσεως εκπαίδευση , παραδοσιακοί χοροί



Η ΣΤΑΣΗ, Η ΠΡΟΘΕΣΗ ΚΑΙ Η ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΑΣΕΩΝ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΗΣ ΣΧΕΔΙΑΖΟΜΕΝΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΦΟΣΙΩΣΗ.

ATTITUDEΣ, INTENTION AND ATTITUDE STRENGTH OF PLANNED BEHAVIOR THEORY TO PARTICIPATE IN DISTANCE TRADITIONAL DANCE CLASSES. THEIR RELATIONSHIP WITH LOYALTY.

ΒΑΛΑΒΑΝΗ Μ., ΓΟΥΛΙΜΑΡΗΣ Δ.
VALAVANI M., GOULIMARIS D.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Αρκετές μελέτες ασχολήθηκαν στο παρελθόν με την εξ αποστάσεως εκπαίδευση στο χορό όπως επίσης με την διερεύνηση της αφοσίωσης και των παραγόντων της Θεωρίας της Σχεδιαζόμενης Συμπεριφοράς ως προς τη συμμετοχή σε δια ζώσης και εξ αποστάσεως μαθήματα παραδοσιακού χορού. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν: α) η διερεύνηση των τριών παραγόντων της Θ.Σ.Σ. (Στάση, Πρόθεση και Δύναμη Στάσεων) ως προς τη συμμετοχή χορευτών/τριών σε εξ αποστάσεως μαθήματα παραδοσιακών χορών κατά την διάρκεια της πανδημίας COVID-19 β) κατά πόσο τα δημογραφικά χαρακτηριστικά (φύλο και ηλικία) διαφοροποιούν τους τρεις παράγοντες και γ) η μελέτη της σχέσης των παραγόντων με την αφοσίωση. Το δείγμα αποτέλεσαν 176 ενήλικες χορευτές/τριες οι οποίοι συμμετείχαν συστηματικά σε μαθήματα παραδοσιακού χορού δια ζώσης για τουλάχιστον ένα έτος, από τις δημοτικές ενότητες της περιφέρειας Δυτικής Αττικής, Ελευσίνας-Μαγούλας, Μάνδρας και Ασπροπύργου. Χρησιμοποιήθηκαν τρεις παράγοντες (Στάσεις, Πρόθεση, Δύναμη Στάσεων) της του ερωτηματολογίου της Θ.Σ.Σ. (Ajzen & Madden, 1986) της ελληνικής έκδοσης (Theodorakis 1994) σε 7-βάθμια κλίμακα Likert. Για την αφοσίωση το Ερωτηματολόγιο των Armitage και Conner (1999) σε 5-θμια κλίμακα. Η εσωτερική συνοχή α Cronbach, κυμάνθηκε: «Στάση» .92 «Πρόθεση» .94, και «Δύναμη Στάσεων» .98, «Αφοσίωση».84. Πραγματοποιήθηκαν T-tests για να εξεταστούν αν υπάρχουν διαφορές των συμμετεχόντων διαφορετικού φύλου ως προς τους τρεις παράγοντες της Θ.Σ.Σ., («Στάση» $t_{174}=.74$ $p>.05$, «Πρόθεση» $t_{174}=.63$ $p>.05$, «Δύναμη Στάσεων $t_{174}=1.09$ $p>.05$). Για τον έλεγχο διαφορών ως προς τους τρεις παράγοντες της ΘΣΣ και την ηλικία των συμμετεχόντων πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης (One-way- ANOVA), «Στάση» $F(4.175)=.45$, $p=.76>.05$, «Πρόθεση» $F(4.175)=.44$, $p=.77>.05$ και «Δύναμη Στάσεων» $F(4.175)=.48$, $p=.74>.05$. Από την ανάλυση περιγραφικής στατιστικής για τους παράγοντες του ερωτηματολογίου της Θ.Σ.Σ. προκύπτει: «Στάση» (Μ.Ο=5.01, Τ.Α=1.51), «Πρόθεση» (Μ.Ο=4.59, Τ.Α=1.92), «Δύναμη Στάσεων» (Μ.Ο=4.31, Τ.Α=1.86) και «Αφοσίωση» (Μ.Ο=2.9, Τ.Α=.75). Από την ανάλυση συσχετίσεων με τον υπολογισμό του συντελεστή συσχέτισης Pearson μεταξύ των παραγόντων της Θεωρίας Σχεδιαζόμενης Συμπεριφοράς και της αφοσίωσης προέκυψε: $r=.35^{**}$ (αφοσίωση και Στάση), $r=.30^{**}$ (αφοσίωση και Πρόθεση) και $r=.36^{**}$ (αφοσίωση και Δύναμη Στάσεων). Από τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψε ανεξάρτητα από το φύλο και την ηλικία οι συμμετέχοντες έχουν υψηλή προδιάθεση, ικανοποιητική επιθυμία και σιγουριά να ακολουθήσουν μια δραστηριότητα. Παράλληλα μέσω του σημαντικού δείκτη συσχέτισης των παραγόντων της Θ.Σ.Σ. με την αφοσίωση φαίνεται η θετική τους τάση για εξ αποστάσεως μαθήματα χορού.

Λέξεις κλειδιά: Στάση ,Πρόθεση, Δύναμη Στάσεων, Θεωρία Σχεδιαζόμενης Συμπεριφοράς, παραδοσιακοί χοροί, εξ αποστάσεως εκπαίδευση



ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ
Αθλητικός Τουρισμός & Αναψυχή το 2021



Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ERASMUS+ KA2 ΣΤΗΝ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ. Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΓΑΒΑΛΟΥΣ
THE IMPACT OF THE ERASMUS+ KA2 PROJECTS ON THE SECONDARY EDUCATION ADMINISTRATION OF THE ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑ PREFECTURE. THE JUNIOR HIGH SCHOOL GAVALOU CASE

ΔΑΝΙΑΣ, Β., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο., ΔΑΝΙΑΣ, Π.
DANIAS, B., MATSOUKA, O., DANIAS, P.

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ
SECONDARY EDUCATION ADMINISTRATION OF THE PREFECTURE OF ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑ

Τα Ευρωπαϊκά προγράμματα Erasmus+ KA2 αφορούν διακρατικές συνεργασίες ανάμεσα σε φορείς που δραστηριοποιούνται στους τομείς της εκπαίδευσης, κατάρτισης και νεολαίας ή σε άλλους κοινωνικούς και οικονομικούς τομείς με σκοπό την προώθηση της καινοτομίας και την εφαρμογή καλών πρακτικών στον τομέα της σχολικής εκπαίδευσης. Το Γυμνάσιο της Γαβαλούς συμμετείχε στα Erasmus+ KA2 με θέμα τη Βιοποικιλότητα, τις Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας και τον Πολιτισμό. Σκοπός του ήταν η καλλιέργεια εξωστρέφειας -ευρωπαϊκής συνείδησης και η ευαισθητοποίηση των μαθητών σε περιβαλλοντικά και πολιτιστικά ζητήματα. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν συνολικά 122 μαθητές και 21 εκπαιδευτικοί τεσσάρων Ευρωπαϊκών σχολείων, της Γαλλίας (40 μαθητές-7 εκπαιδευτικοί), της Ιταλίας (30 μαθητές-7 εκπαιδευτικοί), της Ρουμανίας (17 μαθητές -3 εκπαιδευτικοί) και της Ελλάδας (35μαθητές-4εκπαιδευτικοί).Τον Οκτώβριο του 2018 έγινε συνάντηση εκπαιδευτικών των συμμετεχόντων σχολείων, στην χώρα μας , και προγραμματίστηκαν οι επισκέψεις και οι δράσεις οι οποίες τελικά υλοποιήθηκαν τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2019-2020. Αυτές εμπειρίχαν, ανά έτος, και μια μετακίνηση μαθητών και εκπαιδευτικών στις αντίστοιχες σχολικές μονάδες, ενώ ο προγραμματισμός και η υλοποίηση γινόταν κάθε φορά από τη χώρα υποδοχής. Μέσω του προγράμματος οι μαθητές μας είχαν τη δυνατότητα να προσαρμοστούν σε άγνωστα γι αυτούς περιβάλλοντα, έμαθαν να αποδέχονται διαφορετικές συνήθειες, κανόνες και νοοτροπίες. Καλλιέργησαν περιβαλλοντική συνείδηση, ανέπτυξαν διαγλωσσικές δεξιότητες αλλά και ικανότητες χρήσης νέων τεχνολογιών. Εκτίμησαν τη συμβολή της κάθε χώρας στη διαμόρφωση της ευρωπαϊκής ιστορίας και επιπλέον, ήρθαν σε επαφή με διαφορετικά πολιτισμικά στοιχεία. Τέλος, μέσω της συνεργασίας αξιοποίησαν καλλιτεχνικά ένστικτα, έγιναν πιο δημιουργικοί, ανέλαβαν πρωτοβουλίες και απέκτησαν αυτοπεποίθηση. Συμπέρασμα για την αξιοποίηση του προγράμματος.

33

Λέξεις κλειδιά: συμμετοχή, συνεργασία, πολιτισμός ,βιοποικιλότητα, αειφόρος ανάπτυξη.



**ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΣΤΑ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ ΜΕΝΕΜΕΝΗΣ
IMPROMEVENT AND EMPOWERMENT OF PHYSICAL AND MENTAL HEALTH IN THE
EXERCISING PROGRAMS OF THE MUNICIPALITY OF AMPELOKIPRI – ΜΕΝΕΜΕΝΙ**

ΚΟΥΜΠΑΡΟΣ, Κ., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.
KUBAROS, K., MATSOUKA, U.

*ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE*

Στόχος της έρευνας αυτής ήταν να διερευνήσει πώς η ενασχόληση των ενηλίκων με οποιαδήποτε μορφή οργανωμένης σωματικής δραστηριότητας βελτιώνει και δυναμώνει την σωματική και ψυχική υγεία. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 91 ενήλικες, (άνδρες-γυναίκες), του Δήμου Αμπελοκήπων Μενεμένης. Η επιλογή του δείγματος έγινε με την μέθοδο της απλής - τυχαίας δειγματοληψίας, στα προγράμματα άθλησης που πραγματοποιήθηκαν. Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν σε ένα πλήρως δομημένο ερωτηματολόγιο που περιλαμβάνει την κλίμακα Profile of Mood States (POMS) (McNair, Lorr & Doplerman, 1971). Το προφίλ ψυχικής διάθεσης, μέσω της κλίμακας POMS, επιμερίστηκε σε έξι διαστάσεις: ένταση, κατάθλιψη, επιθετικότητα, ενεργητικότητα, κόπωση και σύγχυση. Όλες οι απαντήσεις δόθηκαν μέσω μίας 5-βάθμιας κλίμακας Likert. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση αξιοπιστίας α του Cronbach για να αξιολογηθεί η εσωτερική αξιοπιστία των διαστάσεων της έρευνας όπου όλες οι κατηγορίες έδειξαν αποδεκτά επίπεδα αξιοπιστίας ($\alpha > 70$). Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων προέκυψε ότι η συντριπτική πλειοψηφία των συμμετεχόντων διέθεταν προηγούμενη εμπειρία στην άσκηση ενώ αθλούσαν κατά μέσο όρο 3 μέρες ανά εβδομάδα και θεωρούσαν τη γυμναστική σημαντική για τη ζωή τους, την ψυχολογική τους διάθεση αλλά και την ψυχική και σωματική τους υγεία. Επιπρόσθετα, φάνηκε πως οι δύο επικρατέστεροι στόχοι των συμμετεχόντων ήταν η βελτίωση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας. Εκ των επιμέρους διαφορετικών διαθέσεων που τέθηκαν από την κλίμακα POMS, τα επικρατέστερα ήταν η δράση, η ενεργητικότητα και η ζωντάνια. Υψηλότερα σκορ σημειώθηκαν στην μεταβλητή της ενεργητικότητας, η οποία ήταν η επικρατέστερη διάθεση, ενώ η κατάθλιψη σημείωσε τα χαμηλότερα σκορ. Συνοψίζοντας, η άσκηση οδηγεί σε ένα βελτιωμένο δείκτη ψυχικής και σωματικής υγείας, ενώ δεν είναι τυχαίο το γεγονός ότι σε ένα ερευνητικό δείγμα ενηλίκων που ασχολούνταν σε μεγάλο βαθμό με την άσκηση, ο επικρατέστερος τύπος διάθεσης ήταν η ενεργητικότητα ενώ αυτός που λιγότερο εμφανίζεται ήταν η κατάθλιψη.

Λέξεις κλειδιά: Σωματική άσκηση, σωματική υγεία, ενεργητικότητα, ψυχική υγεία.



Η ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΑΚΥΡΩΣΗΣ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΤΟΥ ΔΙΕΘΝΗ «ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ» ΚΑΙ ΤΟΥ ΔΙΕΘΝΗ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟΥ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ ΣΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΔΡΟΜΕΩΝ
THE INFLUENCE OF THE CANCELLATION OF THE INTERNATIONAL «ALEXANDER THE GREAT MARATHON» AND THE INTERNATIONAL NIGHT HALF MARATHON OF THESSALONIKI IN THE EMOTIONAL STATE OF THE PARTICIPANTS

ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, Ε., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.
PARADOPOULOU, E., TSITSKARI, E.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Η πανδημία covid-19 και τα περιοριστικά μέτρα που εφαρμόστηκαν επηρέασαν και έπληξαν το μεγαλύτερο μέρος του αθλητισμού, της συμμετοχής και των αθλητικών δρώμενων παγκοσμίως. Όλοι οι αγώνες δρόμου ακυρώθηκαν, κάποιοι, μόνο, από αυτούς «αντικαταστάθηκαν» από τους λεγόμενους virtual μαραθωνίους. Σκοπός της έρευνας ήταν να διερευνηθεί η συναισθηματική κατάσταση στην οποία βρέθηκαν άτομα που στο παρελθόν έχουν συμμετάσχει στο Μαραθώνιο Μέγας Αλέξανδρος και στο Νυχτερινό Ημιμαραθώνιο Μέγας Αλέξανδρος, στην είδηση της ακύρωσης των αγώνων. Ο φορέας υλοποίησης των αγώνων έστειλε τα ερωτηματολόγια μέσω της βάσης δεδομένων των δρομέων που διαθέτει. Τη στιγμή συγγραφής της εργασίας, ο αριθμός των απαντημένων ερωτηματολογίων ήταν 61. Το δείγμα όσων απάντησαν ήταν κυρίως άνδρες, ηλικίας 46-55, Πανεπιστημιακής εκπαίδευσης. Για την αξιολόγηση της συναισθηματικής κατάστασης των δρομέων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο EIFI (Exercise Induced Feeling Inventory)(Gauvin, Rejeski, 1993), προσαρμοσμένο σε ελληνικό πληθυσμό από τους Matsouka, Bebetos, Trigonis & Simakis (2010). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο χρησιμοποιείται τη χρονική στιγμή που συμβαίνει κάτι (π.χ. άσκηση) και ζητά από τους ερωτώμενους να σημειώσουν το πώς αισθάνονται τη συγκεκριμένη στιγμή. Είναι η πρώτη φορά που ερευνητές το αξιοποίησαν για να αξιολογήσουν τη συναισθηματική κατάσταση ατόμων απέναντι σε κάτι που δε θα πραγματοποιηθεί, και με εκ των υστέρων συλλογή δεδομένων. Η συναισθηματική κατάσταση των δρομέων μετρήθηκε μέσω 4 παραγόντων και 12 μεταβλητών: α) *αναζωογόνηση*, που εκφραζόταν μέσω των επιθέτων: ανανεωμένος, ενεργητικός και αναζωογονημένος, β) *ψυχική ηρεμία*, που εκφραζόταν από τα επίθετα ήρεμος, χαλαρός και γαλήνιος, γ) *ψυχική ευχαρίστηση*, που εκφραζόταν από τα επίθετα ενθουσιασμένος, ευτυχισμένος και εύθυμος και δ) *φυσική εξάντληση*, που εκφραζόταν από τα επίθετα κουρασμένος, εξαντλημένος και εντελώς εξαντλημένος. Πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις αξιοπιστίας, από τις οποίες προέκυψε ότι όλοι οι παράγοντες παρουσιάζουν εξαιρετικά υψηλή αξιοπιστία ($\alpha > ,760$), αποτέλεσμα εξαιρετικά θετικό για την επιλογή αξιοποίησης του ερωτηματολογίου. Όλοι οι συμμετέχοντες αξιολογούν χαμηλά το σύνολο των παραγόντων. Στοιχείο που υποδεικνύει ότι η ακύρωση των αγώνων ήταν μάλλον αναμενόμενη ή δεν τους έπληξε και τόσο συναισθηματικά. Μάλιστα κάποιοι δήλωσαν ότι η ακύρωση των αγώνων μάλλον τους προκάλεσε ψυχική ηρεμία. Οι ερευνητές ευελπιστούν ότι ένα υψηλό ποσοστό επιστρεφόμενων ερωτηματολογίων θα δώσει πιο σαφείς απαντήσεις τόσο για την εγκυρότητα και αξιοπιστία του ερωτηματολογίου όσο και για τη συναισθηματική κατάσταση των δρομέων, παρέχοντας πολύτιμες πληροφορίες στα σωματεία που διοργανώνουν σχετικές δρώμενα.

Λέξεις κλειδιά: ακύρωση αγώνων, δρομικό κίνημα, συναισθηματική κατάσταση δρομέων.



**ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΙΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΑΜΕΝΕΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΠΟΥ ΔΙΔΑΣΚΟΥΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ
SAFETY MANAGEMENT AT SWIMMING POOLS BY PHYSICAL EDUCATION TEACHERS WHO
TEACH SWIMMING IN PRIMARY EDUCATION**

ΧΑΤΖΕΛΛΗ, Χ., ΥΦΑΝΤΙΔΟΥ, Γ., ΜΠΑΞΕΒΑΝΗ, Μ., ΚΑΤΣΑΝΗΣ, Γ., ΚΩΣΤΑ, Γ.
CHATZELLI, C., YFANTIDOU, G., ΒΑΧΕΒΑΝΙ, Μ., ΚΑΤΣΑΝΙΣ, G., ΚΟΣΤΑ, G.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Το μάθημα της κολύμβησης ενσωματώθηκε στο μάθημα της Φ.Α. στην Πρωτοβάθμια εκπαίδευση στην Ελλάδα από το σχολικό έτος 2016-2017. Η κολύμβηση διδάσκεται στη Γ' και όπου δύναται στη Δ' τάξη του Δημοτικού Σχολείου από καθηγητές Φ.Α., κατά κύριο λόγο με ειδικότητα κολύμβησης. Το σημαντικότερο από τα οφέλη της εκμάθησης της κολύμβησης είναι η ελαχιστοποίηση του κινδύνου πνιγμού και η βελτίωση της ασφάλειας στο νερό. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η καταγραφή και αξιολόγηση της ασφάλειας και του βαθμού επικινδυνότητας που υπάρχει κατά τη διεξαγωγή του μαθήματος από τους καθηγητές ΦΑ που διδάσκουν το μάθημα της κολύμβησης στην Πρωτοβάθμια εκπαίδευση, ενώ παράλληλα εξετάσθηκε η σημαντικότητα του κατάλληλα καταρτισμένου ανθρώπινου δυναμικού. Το δείγμα της έρευνας αποτελούνταν από 116 καθηγητές Φυσικής Αγωγής (53 άντρες, 63 γυναίκες) ηλικίας 17-59 ετών που δίδαξαν το μάθημα. Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με το ερωτηματολόγιο της μεταπτυχιακής διατριβής της Παπαδοπούλου (2016) που τροποποιήθηκε και προσαρμόστηκε για την συγκεκριμένη έρευνα και μετράει την εκτίμηση των κινδύνων στις κολυμβητικές δεξαμενές. Τα ερωτηματολόγια διανεμήθηκαν στους συμμετέχοντες μέσω των ηλεκτρονικών διευθύνσεων τους σε μορφή Google forms. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ηλεκτρονικά το ερωτηματολόγιο απαντώντας σε θέματα ασφάλειας του μαθήματος και επιλεγμένες κατηγορικές μεταβλητές (τομέας αναγνώρισης-εντοπισμού, τομέας σχεδιασμού, κ.ά.). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας οι καθηγητές ήταν καταρτισμένοι (89.7% ειδικότητες υγρού στίβου). Στη βαθμολογία των ερωτήσεων για την αναγνώριση-εντοπισμό κινδύνων, σχεδιασμού και παρακολούθησης-ελέγχου υπήρχαν διαφορές με τα επίπεδα κινδύνου να κυμαίνονται περίπου στο 50%. Αρκετά υψηλά ήταν τα προσόντα των καθηγητών ΦΑ στην εκπαίδευση-επιμόρφωση και παρατηρήθηκαν διαφορές στις ενότητες υγείας και τραυματισμών. Συμπεραίνεται ότι οι εκπαιδευτικοί είναι καταρτισμένοι, καθώς τα κριτήρια πρόσληψης τους ήταν η ειδικότητα κολύμβησης και η προϋπηρεσία στο χώρο. Επίσης, από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι η διαχείριση της ασφάλειας στα κολυμβητήρια δεν ήταν επαρκής, αν και υπήρχαν διαφορές στις απαντήσεις λόγω διαφορών ανά κολυμβητική εγκατάσταση.

Λέξεις κλειδιά: διαχείριση ασφάλειας, κολύμβηση, πρωτοβάθμια, εγκαταστάσεις.



ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ. (Βιβλιογραφική Ανασκόπηση) **EXERCISE AND PREGNANCY. (Literature Review)**

ΧΡΙΣΤΙΝΑ, Κ., ΚΩΣΤΑ, Γ.
KRISTINA, K., KOSTA, G.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της έρευνας ήταν να γίνει μια βιβλιογραφική ανασκόπηση πάνω στην άσκηση και εγκυμοσύνη. Μετά από έρευνα επιλέχθηκαν πάνω από 100 άρθρα που μας ενδιέφεραν. Τέθηκαν κριτήρια όπως η σημαντικότητα του άρθρου, η χρονολογία και οι συγγραφείς. Με τα παραπάνω κριτήρια καταλήξαμε σε 11 πηγές, αφού οι συγγραφείς αποφάσισαν ότι αυτές ήταν που πληρούσαν τα κριτήρια. Η παγκόσμια βιβλιογραφία προτείνει ότι η άσκηση βοηθάει στην εγκυμοσύνη. Η εργασία μπορεί να προσφέρει μια ενημέρωση γύρω από το θέμα της εγκυμοσύνης, να δώσει τις απαραίτητες οδηγίες στη μητέρα για βασικά θέματα της καθημερινότητας που σχετίζονται με την άσκηση και μέσω αυτής, οι έγκυες γυναίκες πρέπει να πειστούν για την αναγκαιότητα της άσκησης κατά την εγκυμοσύνη αλλά και κατά τη λοχεία (Μπουσκλαβίτη, Παππά, Πεστάνη, Ραμαντάνη, 2017). Θα κατανοήσουν τα πολλαπλά οφέλη και τα ευεργετικά αποτελέσματα που θα τους επιφέρει (Βελής, 2019). Η άσκηση θα τους βοηθήσει να αισθανθούν όμορφα, να αποβάλλουν το άγχος και να βελτιώσουν το καρδιοαναπνευστικό και μυοσκελετικό τους σύστημα με τη δημιουργία ενός σωστού προγράμματος γυμναστικής με αερόβια άσκηση και ασκήσεις ενδυνάμωσης. Φυσικά, αυτό θα συμβεί έπειτα από τη σύμφωνη γνώμη και καθοδήγηση από τον ιατρό και έπειτα από τον εξειδικευμένο γυμναστή για εγκύους όπου θα προσαρμόσει το πρόγραμμα ανάλογα με τις ανάγκες της μητέρας (koleskas.gr, mednutrition.gr). Η προσαρμογή του προγράμματος παίζει σπουδαίο ρόλο καθώς η μητέρα δέχεται πολλές αλλαγές στο σώμα της και θα πρέπει να μειωθεί ο κίνδυνος να πάθει κάτι η μητέρα και το μωρό (koleskas.gr). Ιδιαίτερη προσοχή θα πρέπει να δίνεται στον τύπο της άσκησης, ώστε να αποφεύγονται ατυχήματα που μπορεί να επιδράσουν αρνητικά στην πορεία της εγκυμοσύνης, καθώς επίσης και στη διάρκεια, συχνότητα και ένταση της άσκησης (arthroscopicsurgery.gr).

Λέξεις κλειδιά: εγκυμοσύνη, είδη, οφέλη, λοχεία.



ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΤΟ ΜΗΧΑΝΟΚΙΝΗΤΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ QUALITY OF SERVICE IN MOTOR SPORTS: PRELIMINARY RESEARCH

ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ, Ε., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.

ΠΑΡΑΧΡΙΣΤΟΥ, Ε., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Η διατήρηση των πελατών αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα θέματα που έχουν να διαχειριστούν οι μάνατζερ των υπηρεσιών άσκησης και αναψυχής, καθώς απαιτείται μία λεπτομερής ανάλυση και κατανόηση της συμπεριφοράς του καταναλωτή. Σκοπός της συγκεκριμένης έρευνας ήταν η διερεύνηση της Ποιότητας Παροχής Υπηρεσιών στο χώρο του Μηχανοκίνητου Αθλητισμού στις περιοχές Α. Μακεδονίας και Θράκης. Συγκεκριμένα το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτελεί το 22% του συνόλου αθλητών (100 ενεργοί αθλητές) Μηχανοκίνητου Αθλητισμού σε Α. Μακεδονία και Θράκη, οι οποίοι είναι εγγεγραμμένοι στα εξής σωματεία: 4x4 Έβρου, Ο.Φ.Α. Αλεξανδρούπολης, Α.Λ.Ε. Ξάνθης και Ο.Φ.Α Δράμας. Η δειγματοληψία πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά, τα ερωτηματολόγια στάλθηκαν σε όλους τους αθλητές Α. Μακεδονίας και Θράκης μέσω e-mail. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ανώνυμο τροποποιημένο ερωτηματολόγιο (Alexandris, Zahariadis, Tsozbatzoudis & Grouios, 2004) Αποτελούνταν από 26 ερωτήσεις κλειστού τύπου σε 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert (όπου, 1=διαφωνώ απόλυτα, 5=συμφωνώ απόλυτα), ενώ προστέθηκαν ανεξάρτητες ερωτήσεις για να μάθουμε δημογραφικά στοιχεία του δείγματος, όπως και τα έτη ενασχόλησης και τη συχνότητα συμμετοχής. Μέσω της περιγραφικής ανάλυσης και της ανάλυσης για ανεξάρτητα δείγματα (independent samples test), διαπιστώθηκε πως η πλειοψηφία των αθλητών είναι άντρες (90,9 άντρες-9,1 γυναίκες). Επιπλέον οι αθλητές ήταν ικανοποιημένοι με τις αθλητικές εγκαταστάσεις, θεωρούν αξιόπιστο το οργανωτικό προσωπικό και έγκυρη τη διεξαγωγή αποτελεσμάτων. Αντιθέτως παρατηρήθηκε πως οι αθλητές πιστεύουν ότι η γνώμη τους δε λαμβάνεται υπόψη και πως οι χώροι πραγματοποίησης αγώνων δεν είναι αρκετοί. Συμπερασματικά, οι αθλητές είναι ικανοποιημένοι από την ασφάλεια των αθλητικών εγκαταστάσεων και υποστηρίζουν πως το προσωπικό είναι έμπειρο, αξιόπιστο και καλά καταρτισμένο.

Λέξεις κλειδιά: ποιότητα υπηρεσιών, αθλητική αναψυχή, μηχανοκίνητος αθλητισμός.



ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΜΑΝΑΤΖΜΕΝΤ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ SPORTS MANAGEMENT AND ORGANIZATION STRATEGIES OF FOOTBALL ACADEMIES

ΚΑΡΑΟΛΑΝΗ, Θ., ΑΣΤΡΑΠΕΛΛΟΣ, Κ., ΚΩΣΤΑ Γ.
KARAOLANI, TH., ASTRAPELLOS, K., KOSTA, G.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Στόχος της έρευνας αυτής ήταν η μελέτη και η ανάδειξη στρατηγικών οργάνωσης οι οποίες εφαρμόζονται στις ακαδημίες ποδοσφαίρου μέσα από την επιστήμη του Αθλητικού Μάνατζμεντ. Οι ακαδημίες ποδοσφαίρου αποτελούν τμήματα ποδοσφαιρικών σωματείων, τα οποία εμφανίζουν συγκεκριμένη οργανωτική δομή και λειτουργία, και εντάσσονται στην κατηγορία των αθλητικών οργανισμών. Η δημιουργία και η διατήρηση ενός αθλητικού οργανισμού σε συνεχή επιτυχημένη πορεία και εξέλιξη, προϋποθέτει τον σχεδιασμό στρατηγικού πλάνου (Τσαλατσάνη, 2015). Πρωταρχικός σκοπός στο σχεδιασμό της στρατηγικής είναι η επίτευξη του ανταγωνιστικού πλεονεκτήματος (Grant, 2010), το οποίο αποτελεί το χαρακτηριστικό εκείνο του προϊόντος ή της υπηρεσίας που προσφέρει η επιχείρηση, για το οποίο ο πελάτης το ξεχωρίζει και το προτιμά από τα υπόλοιπα παρόμοια της αγοράς. Ως εκ τούτου προκειμένου να επιτύχει ένας ποδοσφαιρικός σύλλογος καθίσταται απαραίτητη η καθιέρωση του ανταγωνιστικού πλεονεκτήματος. Η συγκεκριμένη έρευνα στηριζόμενη στη μέθοδο της βιβλιογραφικής ανασκόπησης και της ανάλυσης δευτερευόντων στοιχείων τα οποία συνέλεξε από: α)τη βάση δεδομένων Google Scholar για επιστημονικές εργασίες και άρθρα, δημοσιευμένα την τελευταία δεκαετία(2010-2020), β)ιστοσελίδες κεντρικών Αθλητικών Ενώσεων (ΕΠΟ,UEFA),γ)αθλητικές ιστοσελίδες(sports websites)και δ)κεφάλαια βιβλίων σχετικά με το εξεταζόμενο θέμα, κατέληξε σε συγκεκριμένα αποτελέσματα. Πιο συγκεκριμένα σε αντίθεση με άλλους επιχειρηματικούς τομείς, τα ποδοσφαιρικά σωματεία για να είναι επιτυχημένα θέτουν διπλό στόχο, να κερδίζουν στο γήπεδο και να επιβιώνουν οικονομικά. Για να επιτευχθεί αυτό απαιτείται αποτελεσματικό μάνατζμεντ και εξειδικευμένα στελέχη τα οποία θα εργαστούν γι' αυτό. Επιπλέον από την έρευνα προέκυψε ότι οι στρατηγικές που μπορούν να ακολουθηθούν από τις ακαδημίες ποδοσφαίρου, προκειμένου να είναι αναπτυξιακά βιώσιμες στηρίζονται σε τέσσερις βασικούς πυλώνες. Αναλυτικότερα, οι συγκεκριμένοι πυλώνες είναι το προπονητικό στυλ που θα υιοθετήσουν, οι πρακτικές μάνατζμεντ, μάρκετινγκ και ηγεσίας που θα υλοποιήσουν, η σχέση που θα αναπτύξουν με την πρώτη ομάδα καθώς και η γενική φιλοσοφία που αναπτύσσει το σωματείο.

Λέξεις κλειδιά: αθλητικό μάνατζμεντ, στρατηγική, ποδοσφαιρικά σωματεία, ακαδημίες ποδοσφαίρου



**ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΕ ΥΠΑΙΘΡΙΕΣ
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ
EVALUATION AND RECORDING OF SERVICE QUALITY IN OUTDOOR REACTIONAL
ACTIVITIES**

ΜΠΕΚΡΗ, Α., ΜΠΑΚΟΠΟΥΛΟΥ, Ι., ΑΣΤΡΑΠΕΛΛΟΣ, Κ.
ΒΕΚΡΙ, Α., ΒΑΚΟΡΟΥΛΟΥ, Ι., ΑΣΤΡΑΠΕΛΛΟΣ, Κ.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της έρευνας ήταν να μελετήσει και να καταγράψει την ποιότητα της παρεχόμενης ποιότητας υπηρεσιών σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. Όπως είναι ευρέως γνωστό, η συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής προσφέρει πολλά οργανικά, ψυχολογικά και κοινωνικά οφέλη που είναι σημαντικά για την βελτίωση της ποιότητας ζωής Garet, Baruse, Schmitz, Schultz & Huber (2008). Πιο συγκεκριμένα, οι υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής περιλαμβάνουν οποιαδήποτε δραστηριότητα αθλητικής αναψυχής λαμβάνουν χώρα στη φύση και αποσκοπούν στη ψυχαγωγία των συμμετεχόντων και δευτερευόντως στην κοινωνικοποίηση και την περιβαλλοντική τους εκπαίδευση. Κουθούρης (2009). Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 148 ενήλικες συμμετέχοντες σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής όπου το 64,9% αυτών ήταν γυναίκες, το 45,9% ηλικίας μέχρι 25 ετών και το 51,4% με πανεπιστημιακή μόρφωση (Α.Ε.Ι./Τ.Ε.Ι). Για την διερεύνηση της ποιότητας υπηρεσιών υπαίθριων δραστηριοτήτων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο του Alexandris 2002 και οι απαντήσεις δίνονταν σε 7-βάθμια κλίμακα όπου το 1 αντιστοιχεί σε «Διαφωνώ απόλυτα» και το 7 σε «Συμφωνώ απόλυτα». Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων προκύπτει ότι το περιβάλλον και ο εξοπλισμός κατά την πλειοψηφία βρίσκεται σε ικανοποιητικό επίπεδο. Ως προς την αξιοπιστία των εταιριών αναψυχής απέναντι στους πελάτες υπάρχει μεγάλο ποσοστό απόλυτης ικανοποίησης. Στον τομέα του προσωπικού οι πελάτες δείχνουν απόλυτα ικανοποιημένη από την δουλειά αλλά και την διάθεση των εργαζόμενων. Επιπρόσθετα, τα αποτελέσματα που αποκομίζουν οι πελάτες μετά το πέρας των δραστηριοτήτων είναι ότι έχουν αναπτύξει τις κοινωνικές τους σχέσεις, έχουν αισθανθεί καλύτερα και σε ένα ικανοποιητικό επίπεδο έχουν βελτιώσει την φυσική τους κατάσταση. Συνοψίζοντας, οι εταιρείες υπαίθριων δραστηριοτήτων θα πρέπει να δώσουν περισσότερη έμφαση στο χώρο που πραγματοποιούνται και στην λειτουργικότητα τους.

Λέξεις κλειδιά: υπαίθριες δραστηριότητες, αθλητική αναψυχή, ικανοποίηση πελατών, ποιότητα.



**ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΦΟΣΙΩΣΗΣ
ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΣΕ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ
EVALUATION OF THE QUALITY OF THE SERVICES PROVIDED AND THE DEDICATION OF THE
ATHLETES PARTICIPATING IN A VOLLEYBALL CLUB**

ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΥ, Μ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.

STASINOPOULOU, M., TSITSKARI, E.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να μελετήσει αν η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών μπορεί να προβλέψει την αφοσίωση των μικρών πετοσφαιριστριών στο σύλλογο τους και τη προδιάθεση τους για συνέχιση του αθλήματος στον εν λόγω σύλλογο. Το δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 101 κορίτσια, αθλήτριες πετοσφαίρισης του συλλόγου Peristeri Volleyball School, με έδρα το Περιστερί Αττικής, ηλικίας 12 με 17 ετών. Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε σύλλεξε δεδομένα από τις αθλήτριες μέσω τριών παραγόντων: την ποιότητα περιβάλλοντος (με 4 μεταβλητές), την ποιότητα αλληλεπίδρασης (με 4 μεταβλητές) και την ποιότητα αποτελέσματος (με 4 μεταβλητές), ενώ η αφοσίωση αξιολογήθηκε με τρεις μεταβλητές: την πρόθεση των αθλητριών να συνεχίσουν να συμμετέχουν στο σωματείο, να συστήσουν το σωματείο σε άλλους και να κάνουν θετικά σχόλια για αυτό. Όλες οι μεταβλητές απαντώνται με μια 5βάθμια κλίμακα Likert. Για την ανάλυση αξιοπιστίας των προσαρμοσμένων στις ανάγκες της έρευνας μεταβλητών χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση α του Cronbach, ενώ διενεργήθηκαν και περιγραφικές αναλύσεις των α) δημογραφικών χαρακτηριστικών των αθλητριών και β) των παραγόντων του ερωτηματολογίου. Για τη δυνατότητα πρόβλεψης της αφοσίωσης από την αντιλαμβανόμενη ποιότητα υπηρεσιών πραγματοποιήθηκε ανάλυση παλινδρόμησης. Όλοι οι παράγοντες παρουσίασαν άριστη αξιοπιστία ($\alpha > .853$). Από την ανάλυση παλινδρόμησης προέκυψε πως συνολικά το 86% της αφοσίωσης εξηγήθηκε από τις διαστάσεις της ποιότητας υπηρεσιών. Ειδικότερα οι ανεξάρτητες μεταβλητές: *αλληλεπίδραση* και *προσδοκώμενο αποτέλεσμα* επηρεάζουν σημαντικά θετικά την αφοσίωση των αθλητριών του συλλόγου πετοσφαίρισης που μελετήθηκε. Τα αποτελέσματα της έρευνας φαίνεται να συνάδουν με αυτά παρόμοιων ερευνών του παρελθόντος. Η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών μπορεί να επηρεάσει σημαντικά θετικά την αφοσίωση των αθλητριών του συλλόγου. Προτείνεται στον εν λόγω σύλλογο, η διενέργεια τουλάχιστον δύο φορές το χρόνο έρευνας αξιολόγησης της ποιότητας, με σκοπό τη μέγιστη ικανοποίηση των αθλητριών του. Παράλληλα προτείνεται και η συμμετοχή των γονέων των μικρότερων σε ηλικία συμμετεχόντων του συλλόγου στην έρευνα, σκοπεύοντας στη μακροχρόνια διατήρησή τους.

Λέξεις κλειδιά: αφοσίωση, ικανοποίηση, ποιότητα υπηρεσιών, πετοσφαίριση.



ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΑ. (ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ) QUALITY OF SERVICES IN GYMS (LITERATURE REVIEW)

ΧΡΙΣΤΙΝΑ, Κ., ΚΩΣΤΑ, Γ.
CHRISTINA, K., KOSTA, G.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της έρευνας ήταν η διερεύνηση της ποιότητας υπηρεσιών και της ικανοποίησης των πελατών την περίοδο της κρίσης στα γυμναστήρια μέσα από μια βιβλιογραφική ανασκόπηση. . Μετά από έρευνα επιλέχθηκαν πάνω από 100 άρθρα που μας ενδιέφεραν. Τέθηκαν κριτήρια όπως η σημαντικότητα του άρθρου, η χρονολογία, οι συγγραφείς και οι πηγές να είναι στα ελληνικά. Με τα παραπάνω κριτήρια καταλήξαμε σε 11 πηγές, αφού οι συγγραφείς αποφάσισαν ότι αυτές ήταν που πληρούσαν τα κριτήρια. Η ποιότητα υπηρεσιών έχει άμεση επίδραση στο κέρδος ενός οργανισμού γιατί σχετίζεται θετικά με τη δέσμευση του πελάτη προς την επιχείρηση (Μαυροπούλου, Κουθούρης, Αλεξανδρής, 2013). Η ποιότητα είναι μία έννοια που συνδέεται και με άλλες, όπως η ικανοποίηση. Η ικανοποίηση και η διατήρηση των πελατών αποτελούν τα βασικά και αναπόσπαστα στοιχεία της ποιότητας μιας υπηρεσίας (Αλεξανδρής, 2004) και έτσι στόχος κάθε επιχείρησης είναι η βελτίωση της ποιότητάς με σκοπό τη διατήρηση των πελατών και προσέλκυση καινούργιων (Αρέστη, 2019). Η διατήρηση πελατών εξαρτάται από την παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών, ενώ η παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών αυξάνει την ικανοποίηση πελατών και έτσι αυξάνει και την τάση για διατήρηση και παραμονή τους (Τριγώνης, 2018). Οι υπηρεσίες του γυμναστηρίου περιλαμβάνουν τον εξοπλισμό γυμναστικής, μαθήματα γυμναστικής, την προσωπική κατάρτιση και άλλες υπηρεσίες, όπως σάουνα, spa, κ.λπ. (Ρετσίνας, 2012). Οι καλύτερες υπηρεσίες παρέχονται όταν υπάρχει άμεση αναλογία με την ευτυχία του πελάτη. Η ικανότητα του γυμναστή να δημιουργεί φιλικές σχέσεις με τους πελάτες φαίνεται ότι είναι πολύ σημαντική και εφόσον είναι επιτυχημένη δημιουργεί μεγαλύτερη ικανοποίηση για τους πελάτες και μεγαλύτερη συχνότητα επίσκεψης στο γυμναστήριο (Τριγώνης, 2018). Η έρευνα εστιάζει κυρίως στην πτυχή της ποιότητας των υπηρεσιών, της ικανοποίησης των πελατών και της αφοσίωσης που επιδεικνύουν ως συνέπεια των δύο προηγούμενων).

Λέξεις κλειδιά: ποιότητα υπηρεσιών, ικανοποίηση, γυμναστήρια, εργαζόμενοι, πελάτες.



ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΜΗΧΑΝΟΚΙΝΗΤΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ PARTICIPATION MOTIVATION IN MOTOR SPORTS: PRELIMINARY RESEARCH

ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ Ε., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.
ΠΑΡΑΧΡΙΣΤΟΥ, Ε., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Τα κίνητρα είναι υπεύθυνα για όλες τις διαδικασίες οι οποίες περιλαμβάνονται στην έναρξη, την κατεύθυνση και τη διατήρηση των σωματικών και ψυχολογικών δραστηριοτήτων, που πηγάζουν από τις ανάγκες του ατόμου. Η αβεβαιότητα, ο κίνδυνος, το ενδεχόμενο τραυματισμού ή και θανάτου που χαρακτηρίζουν τα extreme sports οδήγησαν τον Le Breton (2000) να μιλά για συμβολικό παιχνίδι με τον θάνατο στα αθλήματα υψηλού ρίσκου. Σκοπός της συγκεκριμένης έρευνας ήταν η διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής στο Μηχανοκίνητο Αθλητισμό σε αθλητές της Α. Μακεδονίας και Θράκης. Το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτελεί το 29% του συνόλου αθλητών (100 ενεργοί αθλητές) Μηχανοκίνητου Αθλητισμού σε Α. Μακεδονία και Θράκη, οι οποίοι είναι εγγεγραμμένοι στα εξής σωματεία: 4x4 Έβρου, Ο.Φ.Α. Αλεξανδρούπολης, Α.Λ.Ε. Ξάνθης και Ο.Φ.Α Δράμας. Η δειγματοληψία πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά, τα ερωτηματολόγια στάλθηκαν σε όλους τους αθλητές Α. Μακεδονίας και Θράκης μέσω e-mail. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο Participation Motivation Questionnaire (PMQ) των Gill, Gross και Huddleston (1983) που έχει προσαρμοστεί για τον ελληνικό πληθυσμό (Πατσιαούρας, Κεραμίδας & Παπανικολάου, 2004). Περιείχε 32 ερωτήσεις κλειστού τύπου σε πενταβάθμια κλίμακα Likert (καθόλου σημαντικό-πάρα πολύ σημαντικό) που αναφέρονται σε οκτώ παράγοντες: 1. (ικανότητες-δεξιότητες) 2. (κοινωνική απήχηση) 3. (φίλοι) 4. (ενέργεια) 5. (ομάδα) 6. (φυσική κατάσταση) 7. (πρόκληση) 8. (διασκέδαση). Παράλληλα προστέθηκαν ανεξάρτητες ερωτήσεις για να μάθουμε δημογραφικά στοιχεία του δείγματος, όπως και τα έτη ενασχόλησης και τη συχνότητα συμμετοχής. Μέσω της περιγραφικής ανάλυσης και της ανάλυσης για ανεξάρτητα δείγματα (independent samples test), διαπιστώθηκε πως η πλειοψηφία των αθλητών είναι άντρες (86,2 άντρες-13,8 γυναίκες). Επιπλέον κύριο λόγο συμμετοχής αποτελούν η εκτόνωση της καθημερινότητας, η αναζήτηση έντασης και η δημιουργία νέων φιλιών μέσω του αθλήματος. Συμπερασματικά τα άτομα που είναι αθλητές Μηχανοκίνητου Αθλητισμού αναζητούν το ρίσκο και την έντονη συγκίνηση.

Λέξεις κλειδιά: κίνητρα συμμετοχής, αθλητική αναψυχή, μηχανοκίνητος αθλητισμός.



ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΚΑΙ ΑΝΟΙΚΤΟΥ ΧΩΡΟΥ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ 40 ΧΡΟΝΩΝ ΚΑΙ ΑΝΩ ΤΟΥ Ν. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ENQUIRY OF MOTIVATIONS FOR PARTICIPATING IN INDOOR AND OUTDOOR EXERCISING PROGRAMS IN ADULTS 40YEARS AND OLDER DISTRICT THESSALONIKI

ΚΟΥΜΠΑΡΟΣ, Κ., ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Ο.
ΚΟΥΒΑΡΟΣ, Κ., MATSUKA, U.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Στόχος της έρευνας αυτής ήταν να καταγράψει τα κίνητρα συμμετοχής ατόμων που συμμετέχουν σε προγράμματα άσκησης κλειστού και ανοικτού χώρου της ηλικιακής ομάδας των 40 χρονών και άνω. Στην έρευνα έλαβαν μέρος 86 συμμετέχοντες, (άνδρες και γυναίκες) κάτοικοι του Δήμου Αμπελοκήπων Μενεμένης και όμορων Δήμων του Ν. Θεσσαλονίκης. Η επιλογή του δείγματος έγινε με την μέθοδο της απλής – τυχαίας δειγματοληψίας στα προγράμματα άθλησης που πραγματοποιήθηκαν. Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν σε ερωτηματολόγια τα οποία αξιολογούσαν την παρακίνηση τους για συμμετοχή στα προγράμματα. Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο Participation Motivation Questionnaire (PMQ) των Gill Gross και Hudleston (1983) το οποίο αξιολογεί την παρακίνηση για συμμετοχή σε αθλήματα και το οποίο έχει προσαρμοστεί για τον ελληνικό πληθυσμό από τους (Πατσιαούρα, Κεραμίδας και Παπανικολάου 2004). Όλες οι απαντήσεις δόθηκαν μέσω μίας 5-βάθμιας κλίμακας Likert. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση αξιοπιστίας α του Cronbach, για να αξιολογηθεί η εσωτερική αξιοπιστία των διαστάσεων της έρευνας. Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων προέκυψε ότι η πλειοψηφία των συμμετεχόντων διέθεταν προηγούμενη εμπειρία στην άσκηση αθλούνταν μέσω όρο 3 ημέρες ανά εβδομάδα και θεωρούν την άσκηση ένα τρόπο εκτόνωσης αλλά και ηρεμίας ταυτόχρονα. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα δήλωσαν ότι τα κίνητρά τους για άσκηση ήταν η βελτίωση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας, της φυσικής τους κατάστασης και η απελευθέρωση από την πίεση της καθημερινότητας. Συνοψίζοντας, με στόχο την καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία των ενηλίκων άνω των 40 ετών θα πρέπει να προταθούν λύσεις σχετικά με παρεμβατικά προγράμματα που να ικανοποιούν τις ανάγκες της συγκεκριμένης ηλικιακής ομάδας και να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στα κίνητρα που αναδείχθηκαν μέσα από την παρούσα έρευνα.

Λέξεις κλειδιά: κίνητρα, συμμετοχή, άθληση, ενήλικες.



ΠΡΟΦΙΛ ΠΡΩΗΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΔΙΕΘΝΗ «ΜΑΡΑΘΩΝΙΟ ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟ» ΚΑΙ ΣΤΟ ΔΙΕΘΝΗ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
RUNNERS PROFILE AT THE INTERNATIONAL «ALEXANDER THE GREAT MARATHON» AND THE INTERNATIONAL NIGHT HALF MARATHON OF THESSALONIKI

ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, Ε., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.
ΠΑΡΑΔΟΡΟΥΛΟΥ, Ε., ΤΣΙΤΣΚΑΡΙ, Ε.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Παγκοσμίως, ο αθλητισμός έχει ουσιαστικά πληγεί από την πανδημία covid-19 και τα περιοριστικά μέτρα που εφαρμόστηκαν. Κυρίως τα ερασιτεχνικά σωματεία όλων των αθλημάτων, τα γυμναστήρια, οι πολιτιστικοί σύλλογοι και ο συμμετοχικός αθλητισμός στο σύνολό του έχει υποστεί τις πολυδιάστατες συνέπειες των περιοριστικών μέτρων. Σε αυτό το πλαίσιο, οι διοργανώσεις αγώνων δρόμου έχουν επίσης πληγεί καθώς ο ένας μετά τον άλλο παραδοσιακά συνεπείς αγώνες ακυρώθηκαν. Κάποιοι, μόνο, από αυτούς «αντικαταστάθηκαν» από τους λεγόμενους virtual μαραθωνίους. Στόχος της έρευνας αυτής ήταν να καταγράψει το προφίλ ανθρώπων που έχουν συμμετάσχει στο Μαραθώνιο Μέγας Αλέξανδρος και στο Νυχτερινό Ημιμαραθώνιο Θεσσαλονίκης, αναλύοντας το προφίλ τους, τις επιλογές τους στην άσκηση πριν και κατά τη διάρκεια της πανδημίας και της άποψής τους για συμμετοχή σε virtual μαραθωνίους. Ο φορέας υλοποίησης των αγώνων έστειλε τα ερωτηματολόγια μέσω της βάσης δεδομένων των δρομέων που διαθέτει. Τη στιγμή συγγραφής της εργασίας, ο αριθμός των απαντημένων ερωτηματολογίων ήταν 61. Το ερωτηματολόγιο αποτελούνταν από 15 ερωτήσεις δημογραφικών, τρόπου προπόνησης, πληροφορίες για τη συμμετοχή σε αγώνες γενικά, και την πιθανότητα συμμετοχής τους σε virtual μαραθώνιο. Το δείγμα όσων απάντησαν ήταν κυρίως άνδρες, ηλικίας 46-55, Πανεπιστημιακής εκπαίδευσης, με εισόδημα από 1000-1700ευρώ. Τα αποτελέσματα αυτά συνάδουν με παλαιότερες αλλά και καινούργιες έρευνες που ανέφεραν πως το προφίλ των δρομέων είναι άντρες, μέσης ηλικίας, με μέσο εισόδημα. Την προηγούμενη χρονιά οι περισσότεροι δήλωσαν ότι συμμετείχαν στον αγώνα 5χλμ, με αμέσως επόμενους όσους συμμετείχαν στον Ημιμαραθώνιο. Οι περισσότεροι συμμετάσχουν και σε άλλους αγώνες, κυρίως εντός Ελλάδας, και ελάχιστοι και στο εξωτερικό. Οι περισσότεροι γυμνάζονται τουλάχιστον 2-3 φορές την εβδομάδα. Το μεγαλύτερο ποσοστό επιλέγει να ασκηθεί μόνος/η, χωρίς τη βοήθεια κάποιου γυμναστή, αντιθέτως αξιοποιούν κάποια φορέσιμη τεχνολογία (wearable) κατά την άσκησή τους. Η πανδημία σε αρκετούς άλλαξε τον τρόπο εκγύμνασής τους, οδηγώντας τους να ασκούνται λιγότερο από ό,τι πριν. Το μεγαλύτερο ποσοστό δεν έχει λάβει μέρος (μέχρι στιγμής) σε virtual μαραθώνιο, δεν είναι πολύ θετικά προσκείμενοι στο να συμμετάσχουν και σίγουρα δεν τους ενδιαφέρει μία τέτοια διοργάνωση μετά την επιστροφή στην κανονικότητα. Τα αποτελέσματα είναι για την ώρα ενδεικτικά, και σίγουρα μη γενικεύσιμα, αλλά δίνουν μία εικόνα τόσο του προφίλ των συμμετεχόντων στους προαναφερθέντες αγώνες, όσο και της επίδρασης που έχει ασκήσει η πανδημία στην άσκησή τους.

Λέξεις κλειδιά: Νυχτερινό Ημιμαραθώνιο Θεσσαλονίκης, πανδημία, αθλητισμός.



ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 12-17 ΕΤΩΝ ΣΤΟ ΑΘΛΗΜΑ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ. ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΤΥΧΟΝ ΑΝΑΣΦΑΛΕΙΑ ΠΟΥ ΒΙΩΝΟΥΝ ΛΟΓΩ COVID19;

GIRLS 12-17 YEARS OLD VOLLEYBALL PARTICIPATION MOTIVATION. ARE THEY DIFFERENTIATED ACCORDING TO ANY INSECURITY THEY EXPERIENCE DUE TO COVID19?

ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΥ, Μ., ΤΣΙΤΣΚΑΡΗ, Ε.
STASINOPOULOU, M., TSITSKARI, E.

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE

Σκοπός της παρούσας μελέτης, ήταν να εξεταστεί το κατά πόσο διαφοροποιούνται τα κίνητρα συμμετοχής των νεαρών αθλητριών ανάλογα με το πόσο ασφαλείς ένιωθαν κατά τη διάρκεια της προπόνησης τους λόγω του COVID-19. Το δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 101 κορίτσια, αθλήτριες πετοσφαίρισης του συλλόγου Peristeri Volleyball School, με έδρα το Περιστερί Αττικής, ηλικίας 12 με 17 ετών. Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε αποτελείται από 18 μεταβλητές και 6 παράγοντες που αφορούν στα κίνητρα που ωθούν τις αθλήτριες να συμμετέχουν στο άθλημα τους, μετρώντας δεδομένα σχετικά με: την απουσία κινήτρων, με τρεις μεταβλητές, την εσωτερική παρακίνηση, μέσω τριών παραγόντων: α) εσωτερικά κίνητρα (intrinsic), β) ενσωματωμένα κίνητρα (integrated), και γ) ταυτόσημα κίνητρα (identified) και την εξωτερική παρακίνηση, μέσω δύο παραγόντων: α) τα ενδογενή (introjected) και β) τα εξωτερικά (external). Όλες οι απαντήσεις δόθηκαν μέσω μίας πενταβάθμιας κλίμακας Likert. Η ανασφάλεια που οι αθλήτριες νοιώθουν εξαιτίας της πανδημίας του COVID-19 αξιολογήθηκε με μία μεταβλητή: (Λόγω του COVID19 και των συνθηκών που έχουν δημιουργηθεί:...) Κατά τη διάρκεια της προπόνησης νοιώθω ασφάλεια, οι οποία απαντήθηκε μέσω μίας 3-βάθμιας κλίμακας Likert (από Πάρα πολύ ως Καθόλου). Για την ανάλυση αξιοπιστίας των παραγόντων χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση α του Cronbach, ενώ διενεργήθηκε και ανάλυση One-Way-Ανοva με ανεξάρτητη μεταβλητή το αίσθημα ασφάλειας κατά τη διάρκεια της προπόνησης και εξαρτημένες τους παράγοντες κινήτρων συμμετοχής στο άθλημα της πετοσφαίρισης. Όλοι οι παράγοντες παρουσίασαν ικανοποιητική αξιοπιστία ($\alpha > .682$). Από την ανάλυση One-Way-Ανοva προέκυψε ότι τα κίνητρα των αθλητριών διαφοροποιούνται ανάλογα με το πόσο ασφαλείς νοιώθουν κατά τη διάρκεια της προπόνησης. Ενδεικτικά οι αθλήτριες που δήλωσαν ότι δε νοιώθουν ασφαλείς κατά τη διάρκεια της προπόνησης έχουν πιο χαμηλά εσωτερικά (intrinsic), ταυτόσημα (identified) και ενδογενή (introjected) κίνητρα, σε σχέση με όσες νοιώθουν ασφαλείς. Τα σωματεία καλούνται να διατηρήσουν τους αθλητές τους θετικά προσκείμενους στην άσκηση και στον αθλητισμό, διαχειριζόμενοι τις όποιες φοβίες τους δημιουργεί η συγκεκριμένη συνθήκη λόγω της πανδημίας, και να τους βοηθήσουν να επιστρέψουν στα γήπεδα σε επόμενο χρόνο προς όφελος της υγείας τους και, φυσικά, της ομαλής λειτουργίας και βιωσιμότητας των ίδιων των σωματείων. Μέσω της χρήσης του διαδικτύου, αναπτύσσουν μια νέας μορφής αθλητική καθημερινότητα, και μέσω της ηλεκτρονικής προπόνησης διατηρούν την απαραίτητη για όλους επαφή και τους αθλητές τους ενεργούς. Επιπλέον ενέργειες προσέγγισης, κατανόησης και κινητοποίησης των αθλητών και αθλητριών φαίνεται να είναι απαραίτητες.

Λέξεις κλειδιά: COVID19, κίνητρα, πετοσφαίριση.



2^ο Συνέδριο Αθλητικού Τουρισμού, Χορού και Αναψυχής (ΑΤΟΧΑ)
-Χορός & Διεπιστημονικές Προσεγγίσεις
- Αθλητικός Τουρισμός & Αναψυχή το 2021

12 &13 Φεβρουαρίου 2021
Διαδικτυακά

Επιμέλεια Έκδοσης: Γουλμάρης Δημήτρης, Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.
σε συνεργασία με: Δρ. Μπούνα Ανδρομάχη & Μπρέχα Μαγδαληνή