

Η ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Η ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΗ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ
ΜΕ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ &
ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΤΑΙ Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥΣ
ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΦΥΛΟ

8^ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ
ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2015-16

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
ΥΠΕΥΘΥΝΗ: ΚΑΜΑΡΙΑΝΟΥ ΕΛΕΝΗ

1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ

Το πρόβλημα με το οποίο θα ασχοληθεί η έρευνα είναι η σχέση των εφήβων με τον αθλητισμό ανάλογα με το φύλο τους
Δηλαδή ανάλογα με το φύλο:

- τι ποσοστό ασχολείται με τον αθλητισμό
- με ποιά άθλημα
- πόσο χρόνο αφιερώνουν στην προπόνηση
- αν η ενασχόληση αυτή τους προκαλεί άγχος ή ευχαρίστηση
- αν παραμελούν εξαιτίας της τις σχολικές τους υποχρεώσεις

ΣΤΟΙΧΕΙΑ		ΑΤΟΜΑ
ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ	ΣΤΑΘΕΡΑ	ΗΛΙΚΙΑ - ΤΟΠΟΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ
	ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΗ	ΦΥΛΟ
	ΕΞΑΡΤΗΜΕΝΕΣ	• ΑΣΧΟΛΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ • ΧΡΟΝΟΣ ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΗΣ • ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ • ΠΑΡΑΜΕΛΗΣΗ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΩΝ

2. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΣΚΟΠΟΥ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Η εύρεση των διαφορών (αν υπάρχουν) ανάμεσα στα δύο φύλα

- Το ποσοστό των εφήβων που ασχολείται με τον αθλητισμό
- Αν ασχολείται σε επίπεδο πρωταθλητισμού ή όχι
- Η αποτίμηση του χρόνου που επενδύει
- Η ψυχολογική του κατάσταση στην προπόνηση
- Η επαλήθευση ή μη της άποψης ότι ο έφηβος που ασχολείται με τον αθλητισμό παραμελεί τις σχολικές του υποχρεώσεις

Τα ακριβή ερωτήματα για τα οποία θα αναζητηθεί η απάντηση είναι:

1. Πόσοι ασχολούνται με τον αθλητισμό;
2. Ασχολούνται με τον πρωταθλητισμό ή είναι το hobby τους;
3. Πόσο χρόνο επενδύουν;
4. Πώς νοιώθουν κατά την διάρκεια της προπόνησης;
5. Παραμελούν τις σχολικές τους υποχρεώσεις εξαιτίας του;
6. Υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα;

ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

3. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΠΟΥ ΕΞΥΠΗΡΕΤΕΙ Η ΕΡΕΥΝΑ

1. Η ενημέρωση των εφήβων για την πραγματική εικόνα (με αριθμούς) της σχέσης τους με τον αθλητισμό
2. Η πληροφόρηση τους για τον χρόνο που πραγματικά επενδύουν σε αυτόν και τον αφαιρούν (πιθανόν) από τις σχολικές υποχρεώσεις τους
3. Η ενημέρωση των γονέων για τα ποσοστά που περιγράφουν την ακριβή σχέση που έχουν τα παιδιά τους με τον αθλητισμό
4. Η πληροφόρηση της ευρύτερης κοινωνίας για το θέμα της ενασχόλησης των εφήβων με τον αθλητισμό
5. Η επισήμανση των συναισθημάτων που προκαλεί σε έναν έφηβο ο αθλητισμός (αν είναι ευχαρίστηση ή ακόμα μια πηγή άγχους γι αυτόν)
6. Η εύρεση (αν υπάρχει) της διαφορετικής αντιμετώπισης του αθλητισμού από τα δύο φύλα.

4. Η ΥΠΟΘΕΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΥΠΟΘΕΤΩ ΟΤΙ:

1. Οι έφηβοι ασχολούνται με το αθλητισμό σε ποσοστό που αγγίζει το 90%
2. Από αυτούς οι περισσότεροι είναι αγόρια
3. Η πλειοψηφία το έχει σαν hobby
4. Επενδύουν αρκετό από τον καθημερινό τους χρόνο σε αυτόν
5. Παραμελούν τις σχολικές τους υποχρεώσεις εξ αιτίας του
6. Είναι μεγάλη η ευχαρίστηση που νοιώθουν στην προπόνηση
7. Νοιώθουν άγχος κατά την διάρκεια των αγώνων
8. Τα αγόρια αφιερώνουν περισσότερο χρόνο σε αυτόν
9. Τα αγόρια παραμελούν σε μεγαλύτερο ποσοστό τις υποχρεώσεις τους
10. Τα κορίτσια έχουν περισσότερο άγχος στην προπόνηση και στους αγώνες

5. ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

1. Ο τόπος κατοικίας των ερωτώμενων
2. Το μορφωτικό, οικονομικό & κοινωνικό επίπεδο της οικογένειας των ερωτώμενων
3. Η εποχή πραγματοποίησης της έρευνας (θα διενεργηθεί κατά την διάρκεια του σχολικού έτους)

6. ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΟΡΙΑ

1. Η έρευνα πρέπει να πραγματοποιηθεί μέσα σε τρεις εβδομάδες
2. Θα ερωτηθούν μόνο έφηβοι κάτοικοι μεγάλης πόλης και μιας συγκεκριμένης περιοχής
3. Εξαιτίας του ελάχιστου χρόνου που διατίθεται για την πραγματοποίηση της έρευνας, το δείγμα πληθυσμού θα είναι αρκετά μικρό

7. ΟΡΙΣΜΟΙ

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Αθλητισμός είναι η **συστηματική σωματική καλλιέργεια και δράση** με συγκεκριμένο τρόπο και ειδική μεθοδολογία με σκοπό την ύψιστη σωματική απόδοση, ως επίδοση σε αθλητικούς αγώνες.

Ωστόσο, πρέπει να διαχωριστεί η έννοια της άθλησης από την έννοια της άσκησης.

Η άσκηση γίνεται άθληση όταν αποκτά ανταγωνιστικό χαρακτήρα.



Παράλληλα ο αθλητισμός είναι
ένας κοινωνικός θεσμός
ο οποίος αντικατοπτρίζει
τη δεδομένη κοινωνία
και τον πολιτισμό της.

Στην Αρχαία Ελλάδα, ο αθλητισμός στην **Αθήνα** θεωρείτο κοινωνικό και πολιτισμικό αγαθό και είχε παιδαγωγικό χαρακτήρα, ενώ αντίθετα στην **Σπάρτη** ο αθλητισμός χρησιμοποιούνταν για την στρατιωτική εκπαίδευση.

Κατά τον 18ο και 19ο αιώνα τα κατώτερα κοινωνικά στρώματα ασχολούνταν με τα «λαϊκά παιχνίδια» όπως το ποδόσφαιρο, ενώ τα ανώτερα κοινωνικά στρώματα με τα «ευγενή αθλήματα» όπως ήταν η ιππασία και η ξιφασκία

ΑΓΧΟΣ

Ο όρος **άγχος** (ή **στρες**) προέρχεται από το ρήμα **ἄγχω**, που στην αρχαία ελληνική γλώσσα σημαίνει **σφίγγω ή πνίγω**. Το άγχος είναι μια φυσιολογική ψυχοσωματική αντίδραση σε μια απειλή ή σε μια αίτηση για την αντιμετώπιση απαιτητικών καταστάσεων.

Μια σειρά από συμπτώματα εμφανίζονται τότε:

- **γρήγοροι χτύποι της καρδιάς**
- **σφίξιμο των μυών**
- **γρήγορη αναπνοή**
- **ιδρώτας**

Το άγχος στον αθλητισμό οφείλεται συνήθως στο φόβο του αποτελέσματος του αγώνα.

Πολλοί αθλητές αναφέρουν ότι τους αγχώνουν:

- **οι θεατές**
- **ο προπονητής**
- **οι γονείς τους με τις απαιτήσεις που έχουν από αυτούς**

Γενικότερα το άγχος προέρχεται από τις αρνητικές σκέψεις των αθλητών, τη μειωμένη αυτοπεποίθηση και την εστίαση στο αποτέλεσμα.

8. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

1. Εύρεση υλικού από πηγές πληροφόρησης
2. Έρευνα στο διαδίκτυο
3. Διατύπωση της υπόθεσης
4. Επιλογή δείγματος

Το δείγμα πληθυσμού είναι 46 έφηβοι, κάτοικοι αστικής περιοχής, μαθητές στο ίδιο σχολείο (άρα κάτοικοι της ίδιας γειτονιάς)

5. Σύνταξη ερωτηματολογίου
Συλλογή απαντήσεων και αποδελτίωση
Σύνταξη στατιστικών πινάκων - χρονοδιαγράμματος
6. Εξαγωγή συμπερασμάτων
7. Σύνταξη γραπτής εργασίας

ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑ

[illegible]

9. ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

9.1 ΣΥΝΤΑΞΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

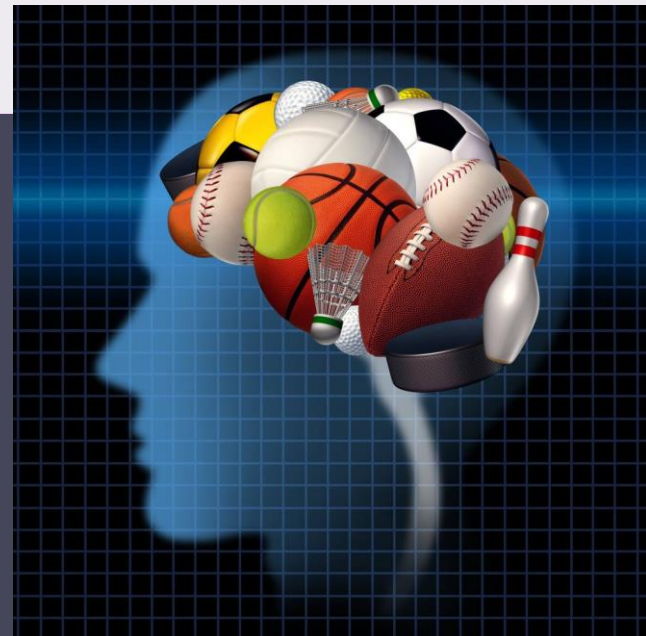
Το ερωτηματολόγιο που έχετε στα χέρια σας, έχει συνταχθεί στα πλαίσια του μαθήματος της Τεχνολογίας της Γ'τάξης του 8ου Γυμνασίου Καλαμαριάς και σκοπό έχει να ερευνήσει την ψυχολογία των εφήβων που ασχολούνται με τον αθλητισμό. Η έρευνα είναι ανώνυμη. Θα σας παρακαλούσα να απαντήσετε με ειλικρίνεια.

ΕΦΗΒΟΙ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ και ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Φύλο
α) κορίτσι β) αγόρι2. Αθλείσαι;
α) ναι β) όχι3. Πόσο καιρό αθλείσαι;
α) καθόλου
β) λιγότερο από 1 χρόνο
γ) 1-3 χρόνια
δ) 3-6 χρόνια
ε) πάνω από 6 χρόνια | <ol style="list-style-type: none">4. Με ποιο άθλημα ασχολείσαι;
α) κολύμβηση β) ποδόσφαιρο
γ) βόλλεϋ δ) κωπηλασία ε) χορό
ζ) ring-rong η) στίβο
θ) παραδοσιακούς χορούς
ι) γυμνάζομαι μόνος κ) άλλο
λ) δεν αθλούμαι5. Σε τι επίπεδο ασχολείσαι;
α) hobby β) αγωνιστικό6. Πόσες ώρες αθλείσαι την εβδομάδα;
α) έως 4 ώρες β) 4-6 ώρες
γ) πάνω από 6 ώρες δ) άλλο |
|---|--|

ΕΦΗΒΟΙ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ και ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

7. Τι αισθάνεσαι στην προπόνηση;
α) άγχος β) ενθουσιασμό γ) και τα δυο
8. Νοιώθεις πίεση στην προπόνηση;
α) καθόλου β) λίγο
γ) αρκετά δ) πολύ
9. Σε πιέζουν προπονητές και γονείς;
α) ποτέ β) σπάνια
γ) μερικές φορές δ) συχνά ε) πάντα
10. Τι αισθάνεσαι στους αγώνες;
α) ενθουσιασμό β) άγχος
γ) ωραία εμπειρία
δ) δεν πηγαίνω σε αγώνες
11. Παραμελείς τα μαθήματά σου;
α) όχι β) λίγο
γ) αρκετά δ) ναι



9.1 ΑΠΟΔΕΛΤΙΩΣΗ

1. ΦΥΛΟ

ΚΟΡΙΤΣΙ	30
ΑΓΟΡΙ	16

2. ΑΘΛΕΙΣΑΙ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΝΑΙ	28	14
ΟΧΙ	2	2

3. ΠΟΣΟ ΚΑΙΡΟ ΑΘΛΕΙΣΑΙ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΚΑΘΟΛΟΥ	2	2
ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΑΠΟ 1 ΧΡΟΝΟ	6	6
1-3 ΧΡΟΝΙΑ	8	
3-6 ΧΡΟΝΙΑ	6	2
ΠΑΝΩ ΑΠΟ 6 ΧΡΟΝΙΑ	8	6

4. ΜΕ ΠΟΙΟ ΑΘΛΗΜΑ ΑΣΧΟΛΕΙΣΑΙ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	2	4
ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ		6
ΒΟΛΛΕΨ	8	
ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ		4
ΧΟΡΟ	8	
PING-PONG	1	
ΣΤΙΒΟ	3	
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥΣ ΧΟΡΟΥΣ	2	
ΓΥΜΝΑΖΟΜΑΙ ΜΟΝΟΣ/Η	2	
ΑΛΛΟ	4	
ΔΕΝ ΑΘΛΟΥΜΑΙ		2

5. ΣΕ ΤΙ ΕΠΙΠΕΔΟ ΑΣΧΟΛΕΙΣΑΙ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
HOBBY	24	8
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	6	8

6. ΠΟΣΕΣ ΩΡΕΣ ΑΘΛΕΙΣΑΙ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΕΩΣ 4 ΩΡΕΣ	22	
4-6 ΩΡΕΣ	2	6
ΠΑΝΩ ΑΠΟ 6 ΩΡΕΣ	4	6
ΑΛΛΟ	2	4

7. ΤΙ ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΑΓΧΟΣ	4	6
ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ	24	10
ΚΑΙ ΤΑ ΔΥΟ	2	

8. ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΠΙΕΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΚΑΘΟΛΟΥ		
ΛΙΓΟ	26	10
ΑΡΚΕΤΑ	4	6
ΠΟΛΥ		

9. ΣΕ ΠΙΕΖΟΥΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΠΟΤΕ	14	2
ΣΠΑΝΙΑ	14	2
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	2	8
ΣΥΧΝΑ		2
ΠΑΝΤΑ		2

10. ΤΙ ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ;

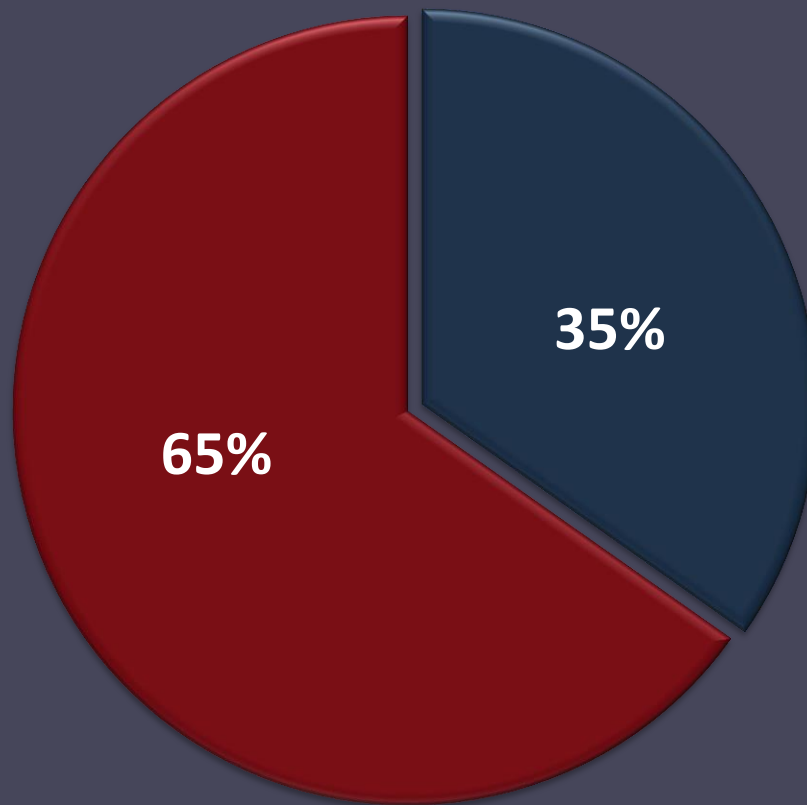
	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ	12	6
ΑΓΧΟΣ	4	6
ΩΡΑΙΑ ΕΜΠΕΙΡΙΑ	6	2
ΔΕΝ ΠΗΓΑΙΝΩ ΣΕ ΑΓΩΝΕΣ	8	2

11. ΠΑΡΑΜΕΛΕΙΣ ΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΟΥ;

	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	ΑΓΟΡΙΑ
ΟΧΙ	22	8
ΛΙΓΟ	2	4
ΑΡΚΕΤΑ	4	2
ΝΑΙ	2	2

9.2 ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΟΙ ΠΙΝΑΚΕΣ

1. ΦΥΛΟ



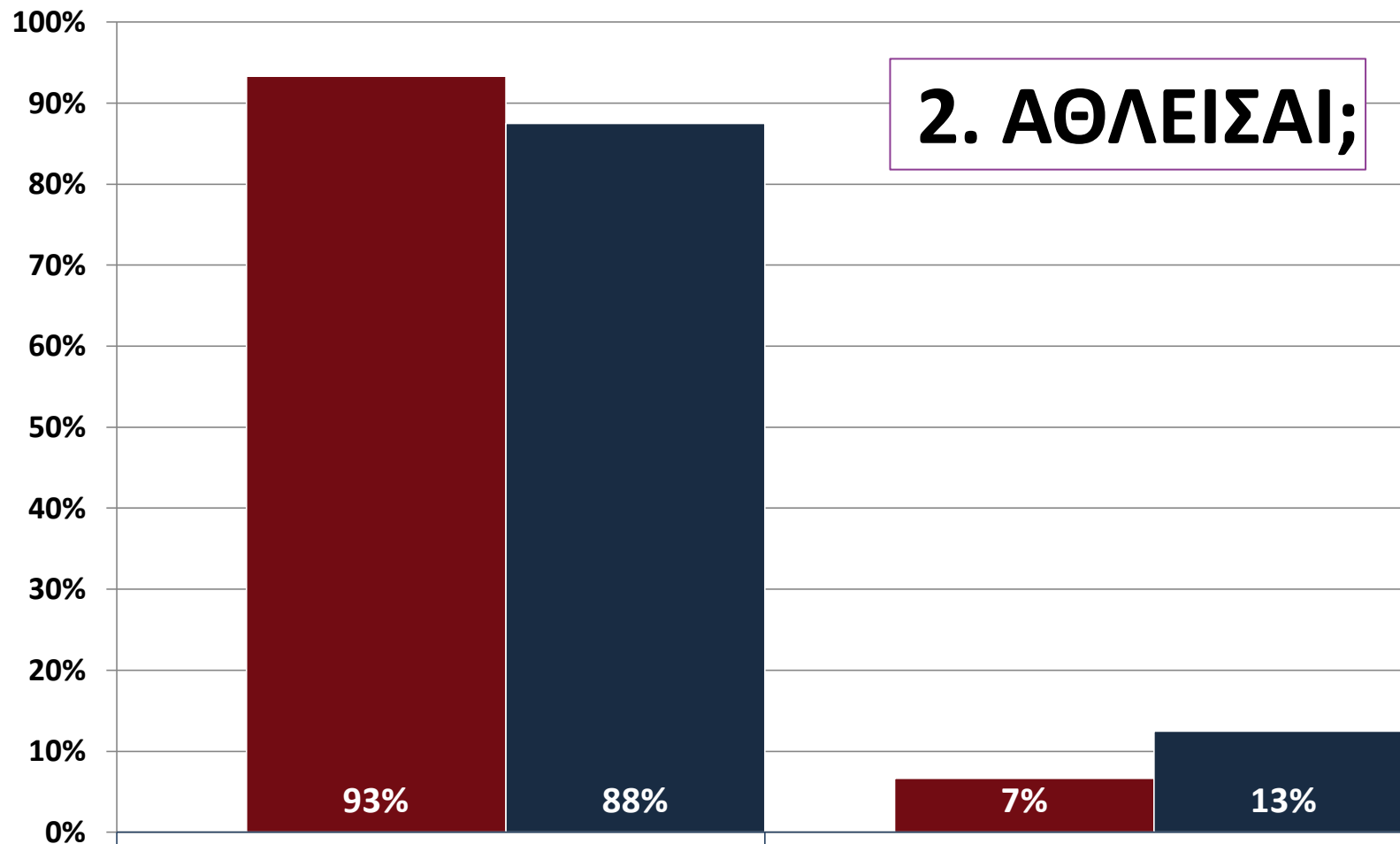
**ΡΩΤΗΘΗΚΑΝ 46 ΕΦΗΒΟΙ 14 ΕΤΩΝ
30 ΚΟΡΙΤΣΙΑ
16 ΑΓΟΡΙΑ**

ΕΠΕΙΔΗ ΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΔΕΝ ΗΤΑΝ
ΙΣΟΜΟΙΡΑΣΜΕΝΟ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΔΥΟ
ΦΥΛΑ
ΟΙ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΟΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΑΝΑΦΕΡΟΥΝ
ΤΟ ΠΟΣΟΣΤΟ %
ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΘΕ ΦΥΛΟ
ΚΑΙ ΟΧΙ ΤΟ ΠΟΣΟΣΤΟ ΕΠΙ ΤΟΥ
ΣΥΝΟΛΟΥ
ΩΣΤΕ ΝΑ ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΟΙΝΗ ΤΙΜΗ
ΑΝΑΦΟΡΑΣ

■ ΑΓΟΡΙ

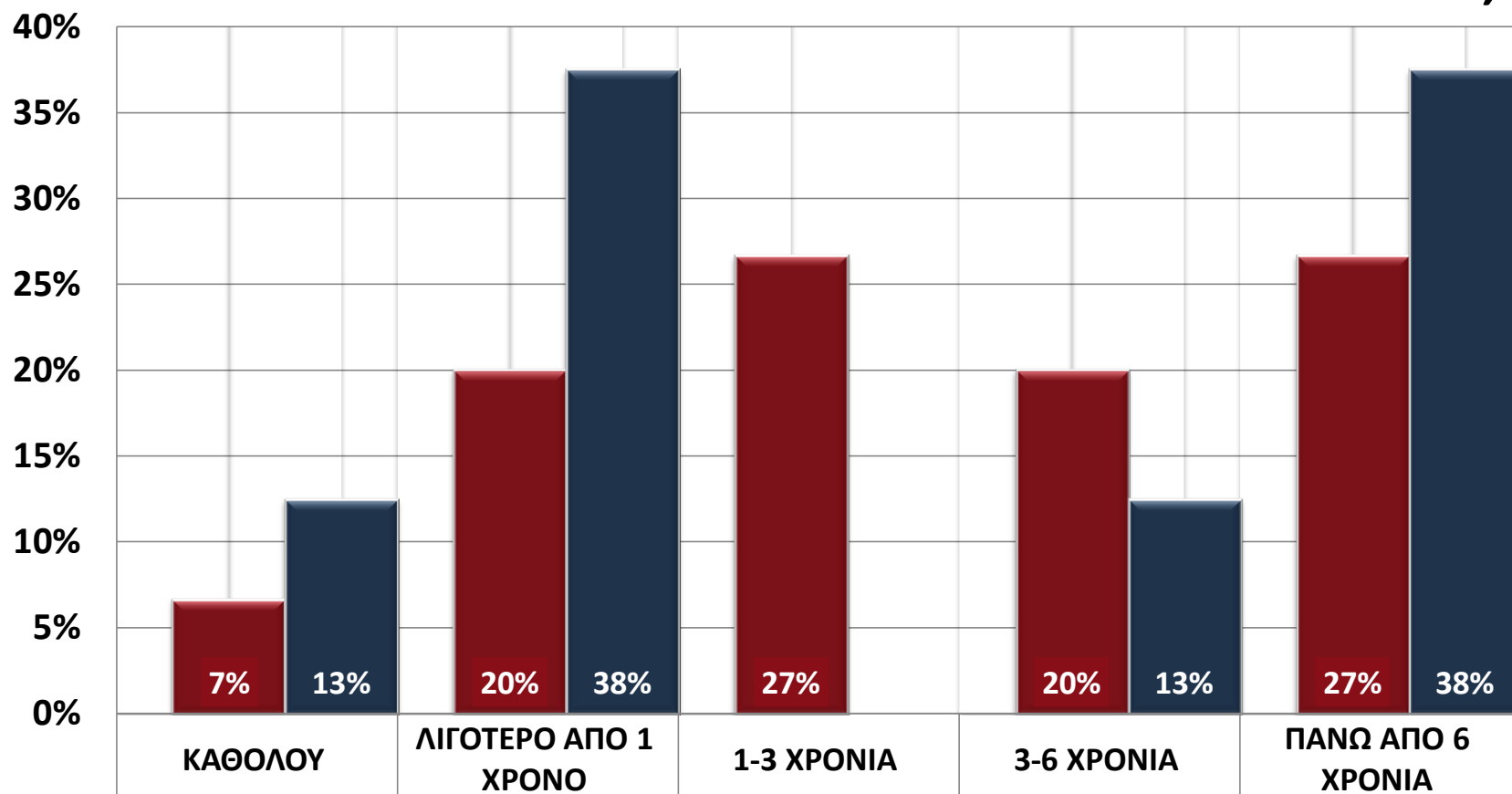
■ ΚΟΡΙΤΣΙ

2. ΑΘΛΕΙΣΑΙ;



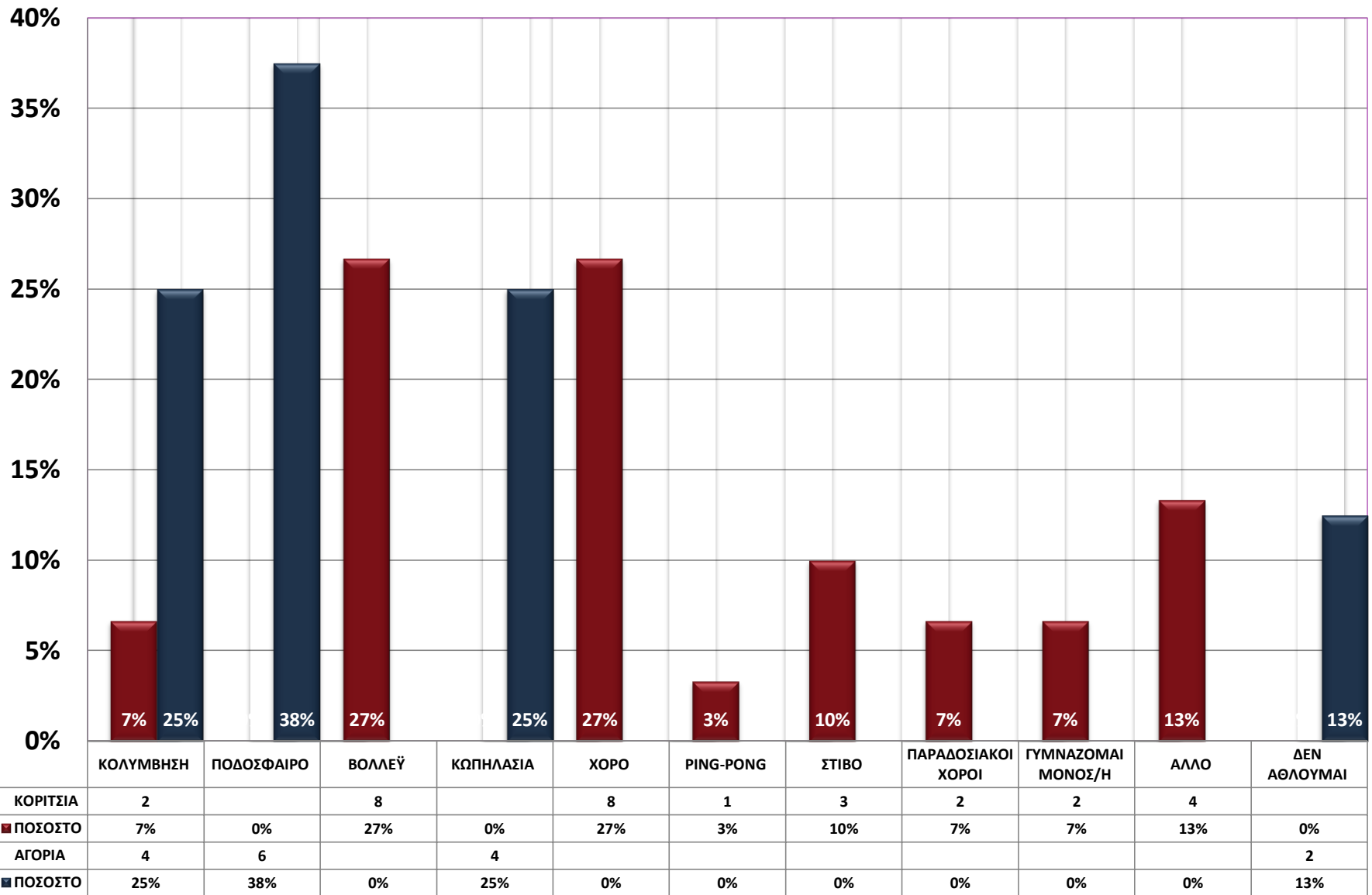
ΚΟΡΙΤΣΙΑ	28	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	93%	7%
ΑΓΟΡΙΑ	14	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	88%	13%

3. ΠΟΣΟ ΚΑΙΡΟ ΑΘΛΕΙΣΑΙ;

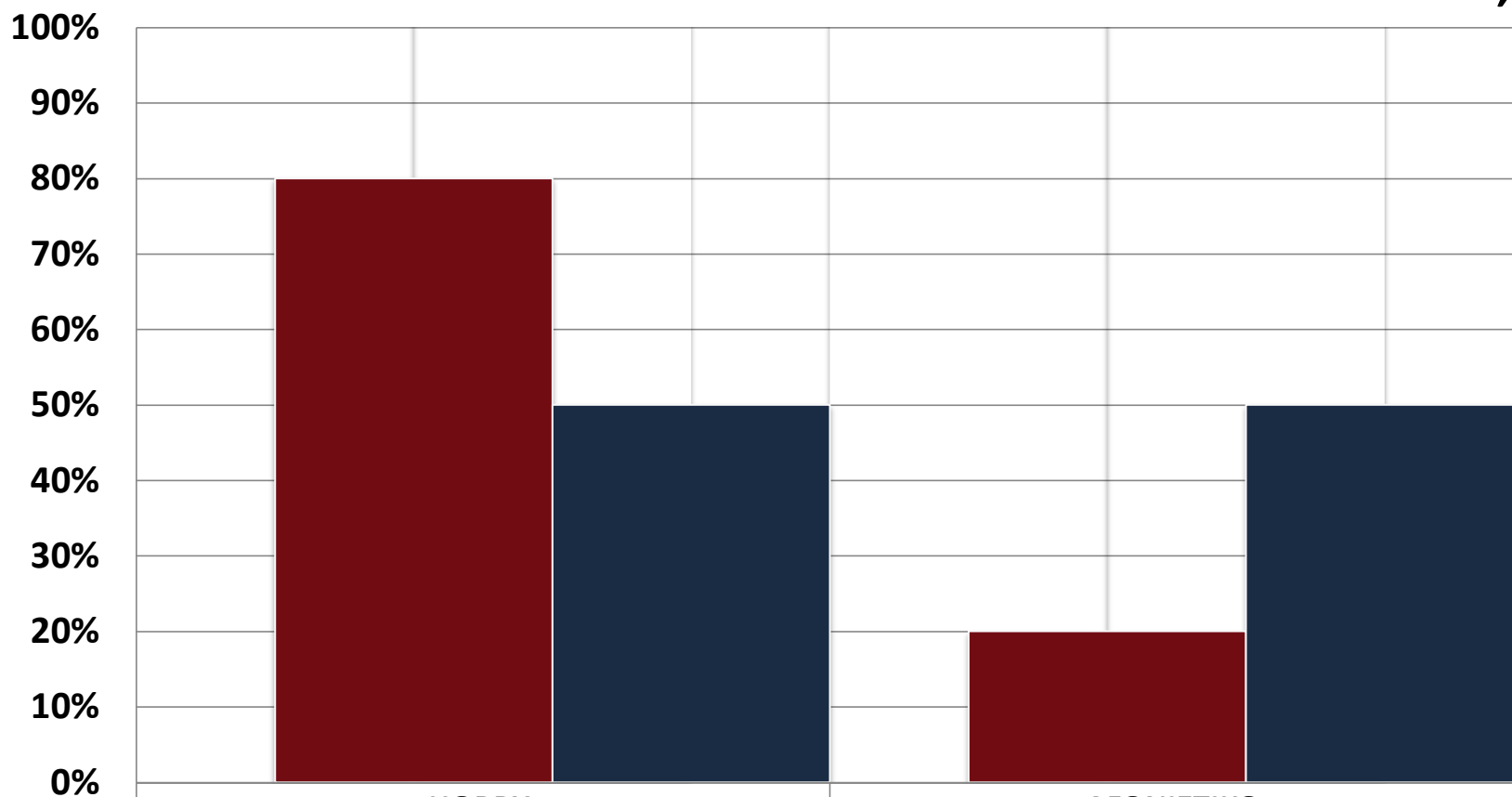


ΚΟΡΙΤΣΙΑ	2	6	8	6	8
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	7%	20%	27%	20%	27%
ΑΓΟΡΙΑ	2	6		2	6
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	13%	38%	0%	13%	38%

4. ΜΕ ΠΟΙΟ ΑΘΛΗΜΑ ΑΣΧΟΛΕΙΣΑΙ;

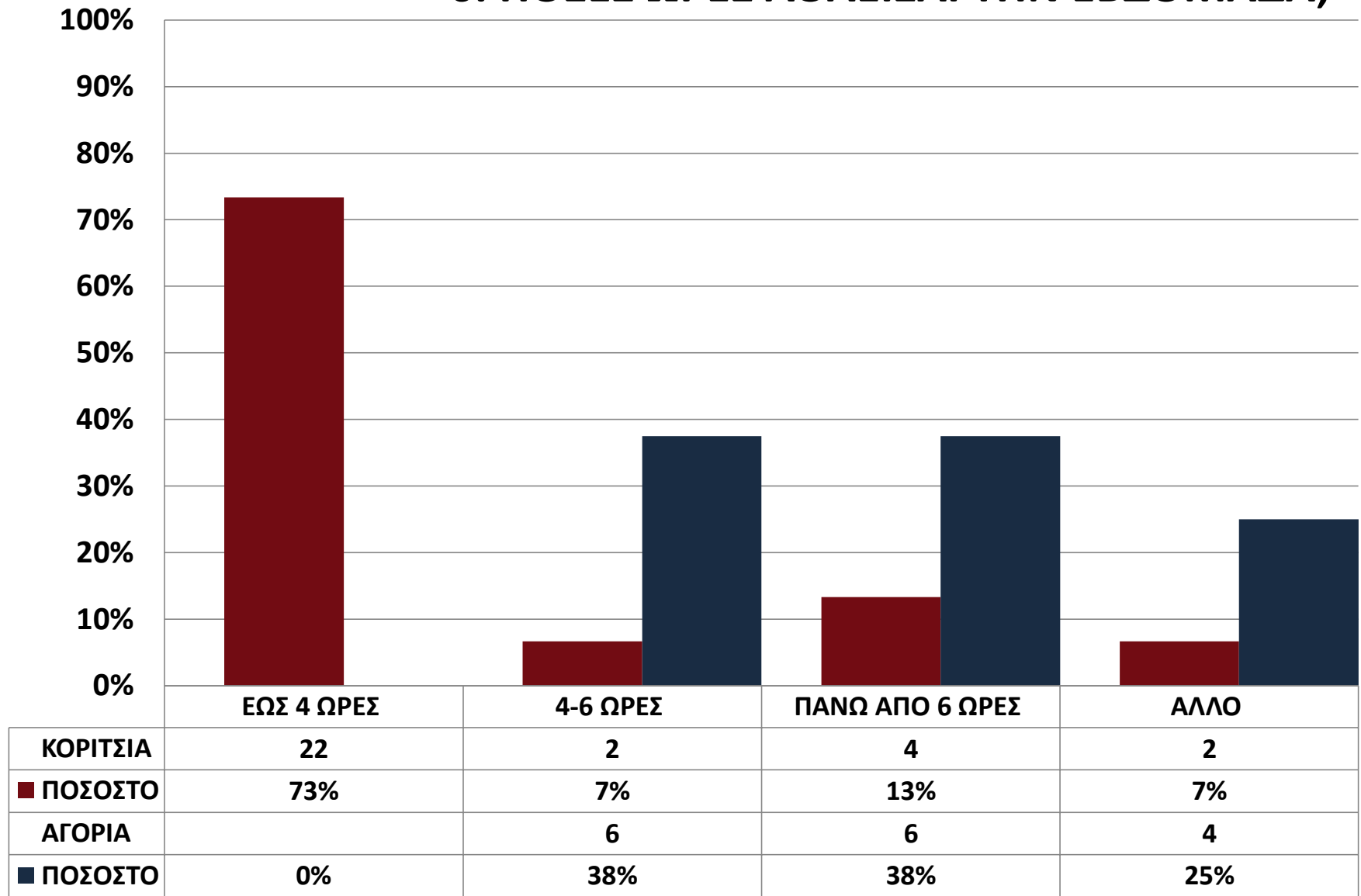


5. ΣΕ ΤΙ ΕΠΙΠΕΔΟ ΑΣΧΟΛΕΙΣΑΙ;

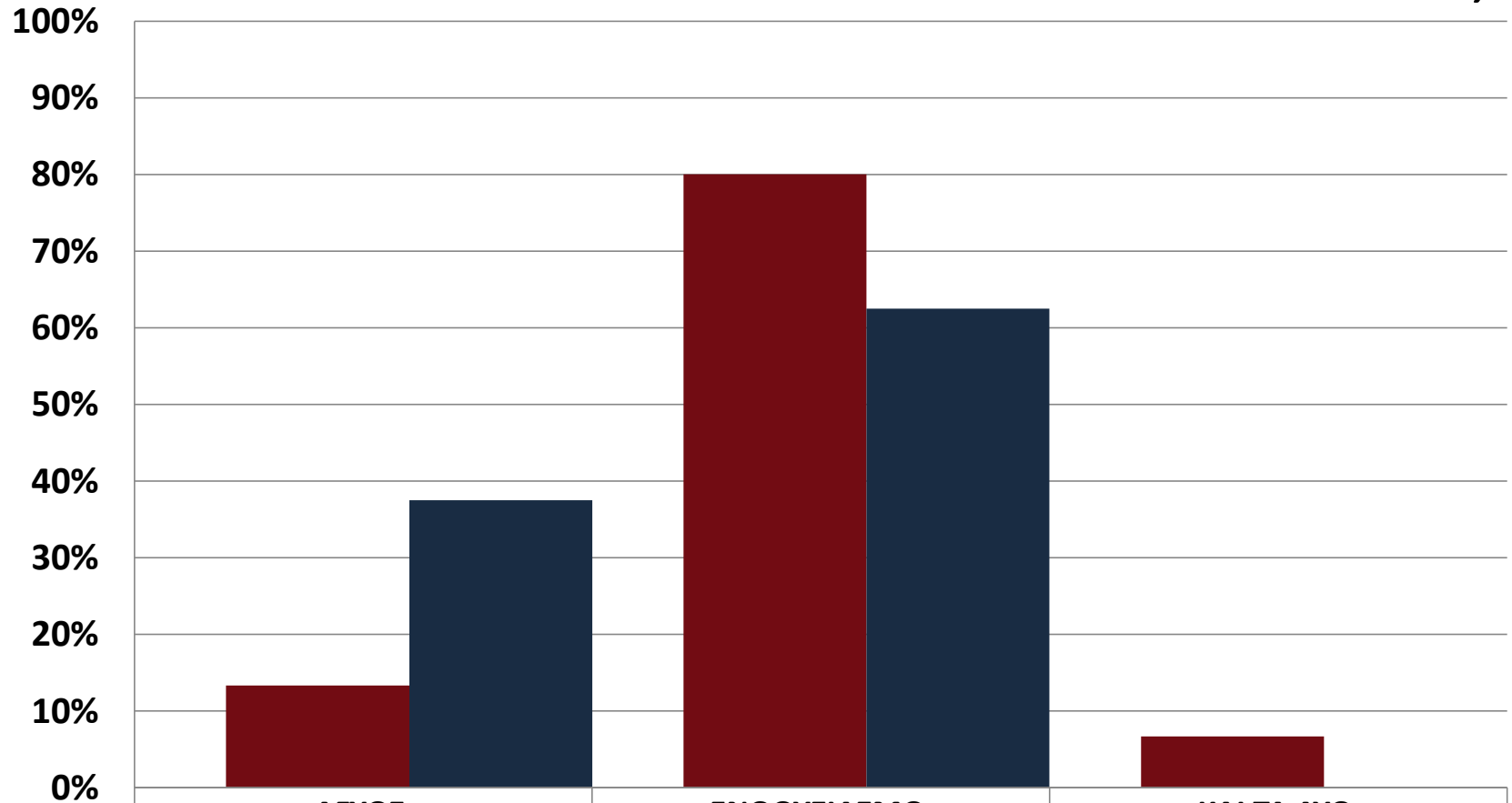


	HOBBY	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ
ΚΟΡΙΤΣΙΑ	24	6
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	80%	20%
ΑΓΟΡΙΑ	8	8
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	50%	50%

6. ΠΟΣΕΣ ΩΡΕΣ ΑΘΛΕΙΣΑΙ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ;

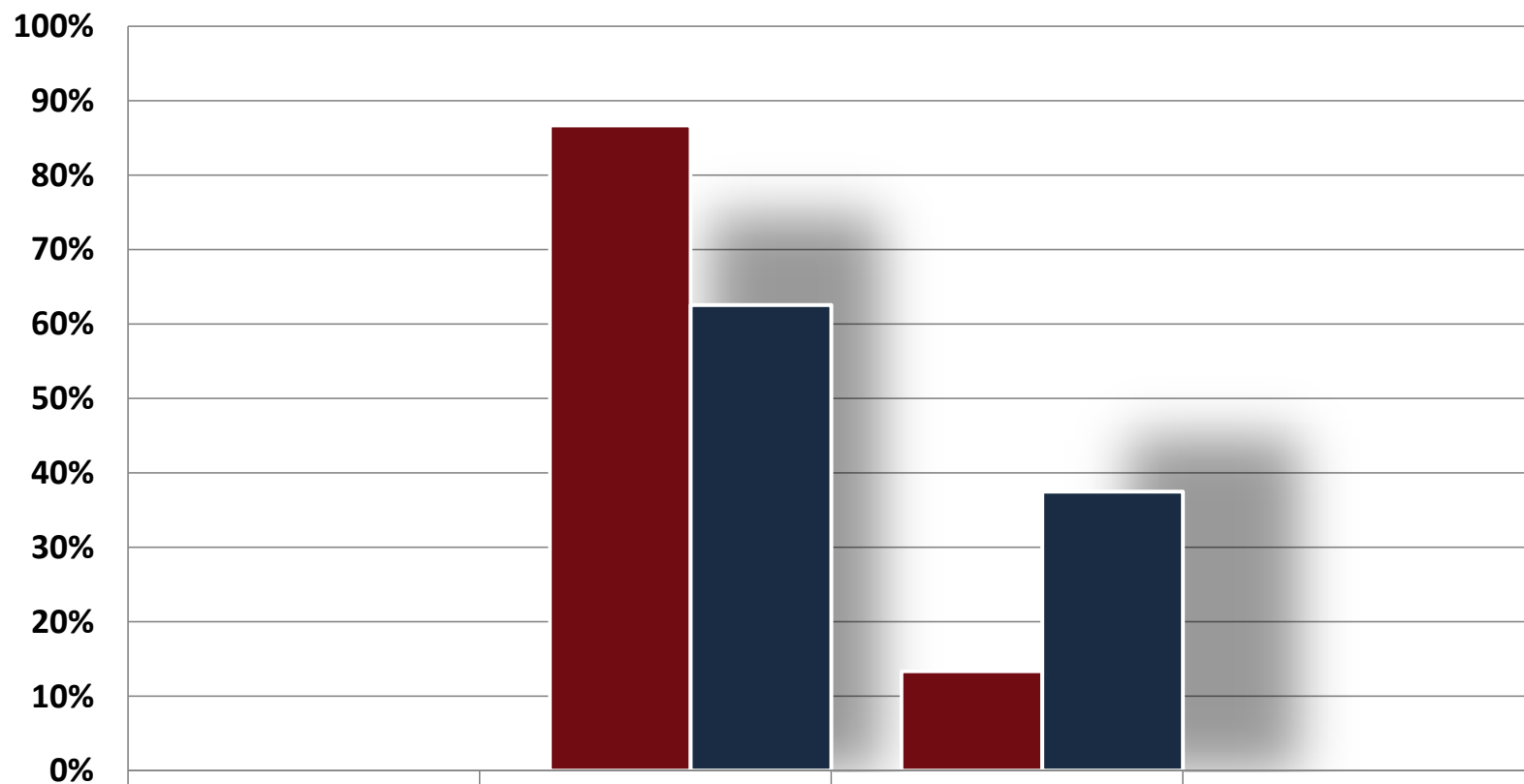


7. ΤΙ ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ;



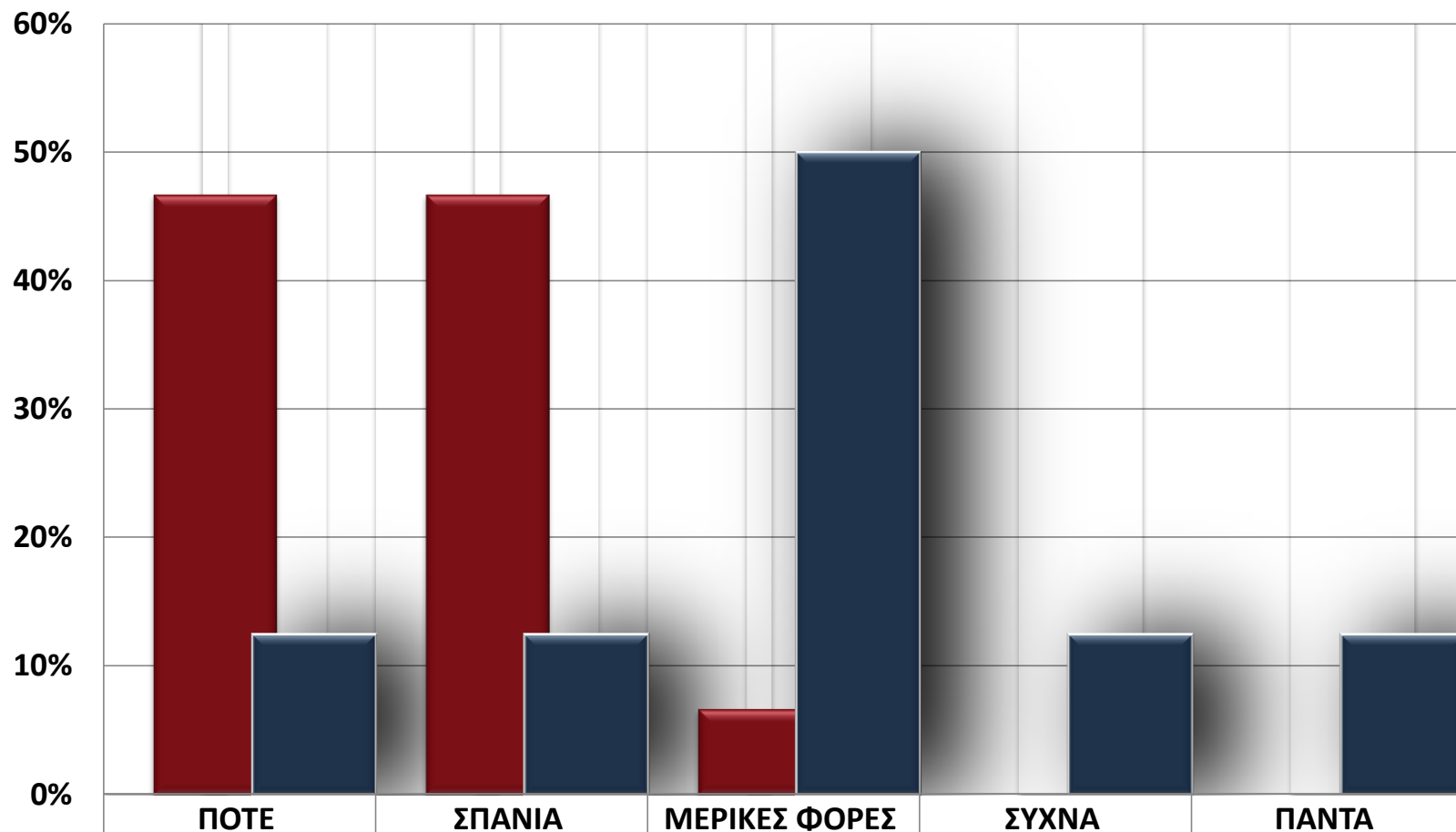
	ΑΓΧΟΣ	ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ	ΚΑΙ ΤΑ ΔΥΟ
ΚΟΡΙΤΣΙΑ	4	24	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	13%	80%	7%
ΑΓΟΡΙΑ	6	10	
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	38%	63%	0%

8. ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΠΙΕΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ;



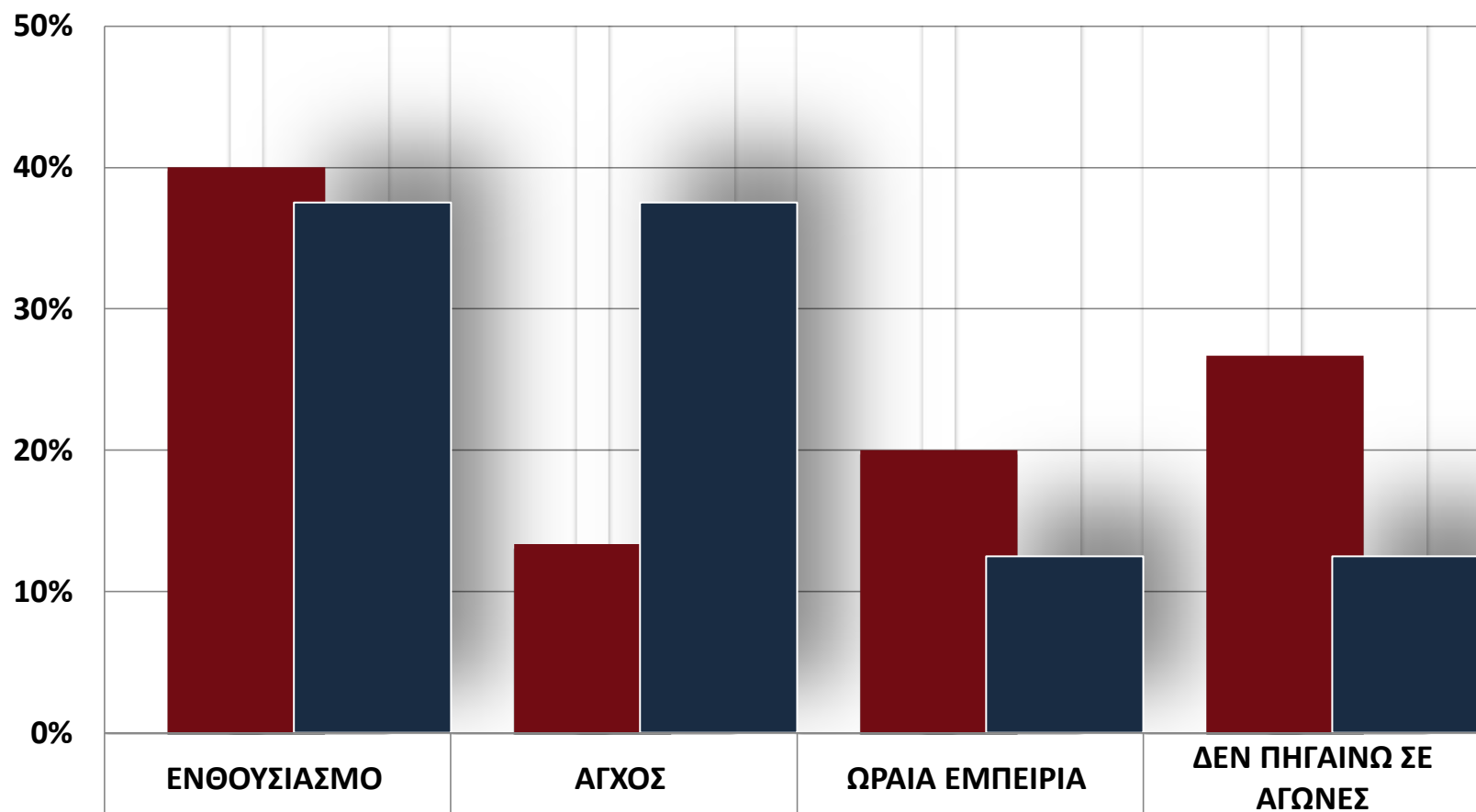
	ΚΑΘΟΛΟΥ	ΛΙΓΟ	ΑΡΚΕΤΑ	ΠΟΛΥ
ΚΟΡΙΤΣΙΑ		26	4	
■ ΠΟΣΟΣΤΟ		87%	13%	0%
ΑΓΟΡΙΑ		10	6	
■ ΠΟΣΟΣΤΟ		63%	38%	0%

9. ΣΕ ΠΙΕΖΟΥΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ;



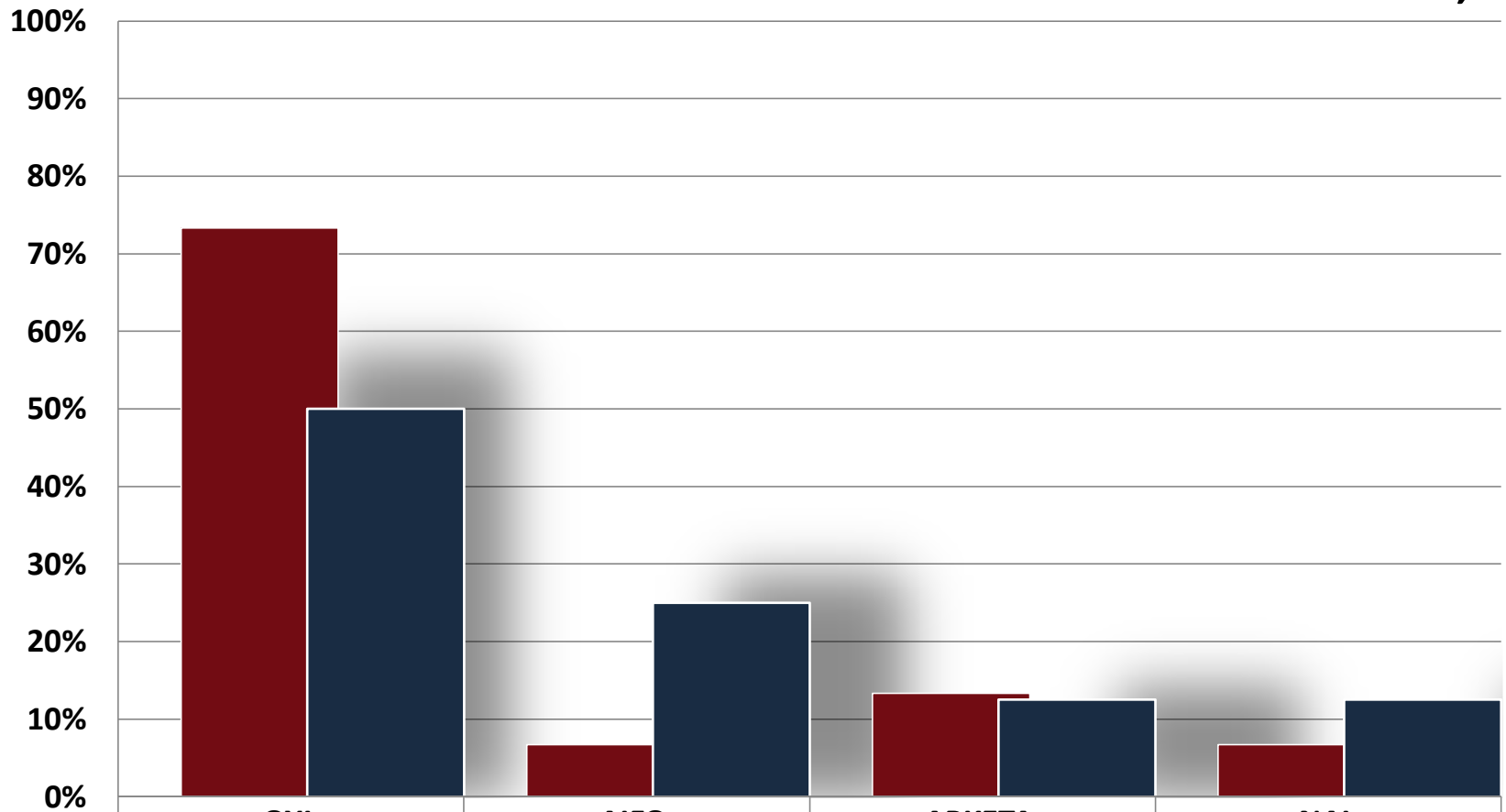
	ΠΟΤΕ	ΣΠΑΝΙΑ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΠΑΝΤΑ
ΚΟΡΙΤΣΙΑ	14	14	2		
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	47%	47%	7%	0%	0%
ΑΓΟΡΙΑ	2	2	8	2	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	13%	13%	50%	13%	13%

10. ΤΙ ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ;



ΚΟΡΙΤΣΙΑ	12	4	6	8
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	40%	13%	20%	27%
ΑΓΟΡΙΑ	6	6	2	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	38%	38%	13%	13%

11. ΠΑΡΑΜΕΛΕΙΣ ΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΟΥ;



	ΟΧΙ	ΛΙΓΟ	ΑΡΚΕΤΑ	ΝΑΙ
ΚΟΡΙΤΣΙΑ	22	2	4	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	73%	7%	13%	7%
ΑΓΟΡΙΑ	8	4	2	2
■ ΠΟΣΟΣΤΟ	50%	25%	13%	13%

9.3 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	ΠΟΣΟΣΤΑ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ
ΦΥΛΟ	• 65% ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΗΤΑΝ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΚΑΙ 35% ΑΓΟΡΙΑ
ΑΘΛΕΙΣΑΙ;	• 93% ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ • 88% ΑΠΟ ΤΑ ΑΓΟΡΙΑ
ΠΟΣΟ ΚΑΙΡΟ ΑΘΛΕΙΣΑΙ;	• 47% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 3 ΧΡΟΝΙΑ • 51% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 3 ΧΡΟΝΙΑ
ΜΕ ΠΟΙΟ ΑΘΛΗΜΑ ΑΣΧΟΛΕΙΣΑΙ;	• 52% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΧΟΡΟ & ΒΟΛΛΕΪ ΕΝΩ ΤΟ ΥΠΟΛΟΙΠΟ 48% ΑΣΧΟΛΕΙΤΑΙ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ • ΤΟ 100% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΠΟΥ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ & ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ
ΣΕ ΤΙ ΕΠΙΠΕΔΟ ΑΣΧΟΛΕΙΣΑΙ;	• 80% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΤΟ ΕΧΕΙ ΣΑΝ HOBBY • 50% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΑΣΧΟΛΕΙΤΑΙ ΣΕ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ
ΠΟΣΕΣ ΩΡΕΣ ΑΘΛΕΙΣΑΙ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ;	• 73% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΑΘΛΕΙΤΑΙ ΕΩΣ 4 ΩΡΕΣ/ΕΒΔΟΜΑΔΑ • 76% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΑΘΛΕΙΤΑΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 4 ΩΡΕΣ/ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	ΠΟΣΟΣΤΑ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ
ΤΙ ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ;	• 80% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΝΟΙΩΘΕΙ ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ • 63% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΝΟΙΩΘΕΙ ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ ΕΝΩ ΤΟ 38% ΝΟΙΩΘΕΙ ΑΓΧΟΣ
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΠΙΕΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ;	• 87% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΝΟΙΩΘΕΙ ΛΙΓΟ ΠΙΕΣΗ • 63% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΝΟΙΩΘΕΙ ΛΙΓΟ ΠΙΕΣΗ ΕΝΩ ΤΟ 38% ΝΟΙΩΘΕΙ ΑΡΚΕΤΗ ΠΙΕΣΗ
ΣΕ ΠΙΕΖΟΥΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ;	• 94% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΠΙΕΖΟΝΤΑΙ ΣΠΑΝΙΑ Ή ΚΑΘΟΛΟΥ • 76% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΠΙΕΖΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΣΥΧΝΑ ΕΩΣ ΠΑΝΤΑ
ΤΙ ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ;	• 13% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΝΟΙΩΘΕΙ ΑΓΧΟΣ ΕΝΩ 27% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΔΕΝ ΠΗΓΑΙΝΕΙ ΣΕ ΑΓΩΝΕΣ • 38% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΝΟΙΩΘΕΙ ΑΓΧΟΣ ΕΝΩ 13% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΔΕΝ ΠΗΓΑΙΝΕΙ ΣΕ ΑΓΩΝΕΣ
ΠΑΡΑΜΕΛΕΙΣ ΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΟΥ;	• 73% ΤΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΔΕΝ ΤΑ ΠΑΡΑΜΕΛΕΙ ΠΟΤΕ ΕΝΩ 27% ΤΑ ΠΑΡΑΜΕΛΕΙ ΑΠΟ ΛΙΓΟ ΕΩΣ ΠΟΛΥ • 50% ΤΩΝ ΑΓΟΡΙΩΝ ΔΕΝ ΤΑ ΠΑΡΑΜΕΛΕΙ ΠΟΤΕ ΕΝΩ 50% ΤΑ ΠΑΡΑΜΕΛΕΙ ΑΠΟ ΛΙΓΟ ΕΩΣ ΠΟΛΥ

- **ΣΥΜΦΩΝΑ** με την αρχική μου υπόθεση το 90% των εφήβων ασχολούνται με τον αθλητισμό.
- **ΑΝΤΙΘΕΤΑ** από την αρχική μου υπόθεση το ποσοστό είναι το ίδιο σε κορίτσια και αγόρια.

Παρατηρώ ακόμα ότι:

Στο ίδιο ποσοστό (50%) ασχολούνται πάνω από 3 χρόνια.

Τα κορίτσια ασχολούνται με μια ποικιλία αθλημάτων ενώ το 100% των αγοριών που αθλείται, ασχολείται με 3 αθλήματα

- **ΣΥΜΦΩΝΑ** με την αρχική μου υπόθεση για το 80% των κοριτσιών είναι hobby, αλλά το 50% των αγοριών ασχολείται σε αγωνιστικό επίπεδο
- **ΣΥΜΦΩΝΑ** με την αρχική μου υπόθεση τα κορίτσια αφιερώνουν λιγότερο χρόνο στον αθλητισμό (20 % αφιερώνει πάνω από 4 ώρες την εβδομάδα) ενώ στα αγόρια το ποσοστό αυτό είναι μεγαλύτερο (76%)
- **ΣΥΜΦΩΝΑ** με την αρχική μου υπόθεση η πλειοψηφία νοιώθει ενθουσιασμό στην προπόνηση. Ανάμεσα στα αγόρια όμως το ποσοστό που νοιώθει άγχος είναι μεγαλύτερο (38% στα αγόρια και 13% στα κορίτσια)

- **ΑΝΤΙΘΕΤΑ** από την αρχική μου υπόθεση τα κορίτσια νοιώθουν πίεση στην προπόνηση σε ποσοστό 13% ενώ τα αγόρια σε ποσοστό 38%
Παρατηρώ ακόμα ότι:
Το 94% των κοριτσιών δεν πιέζονται από προπονητές ή γονείς
Ενώ τα αγόρια πιέζονται σε ποσοστό 76%
- **ΑΝΤΙΘΕΤΑ** από την αρχική μου υπόθεση τα κορίτσια νοιώθουν άγχος στους αγώνες σε μικρότερο ποσοστό (13%) ενώ τα αγόρια σε μεγαλύτερο ποσοστό (38%). Επίσης η συμμετοχή των κοριτσιών σε αγώνες είναι μικρότερη.
- **ΣΥΜΦΩΝΑ** με την αρχική μου υπόθεση τα αγόρια παραμελούν τις σχολικές τους υποχρεώσεις σε μεγαλύτερο ποσοστό (50%) από τα κορίτσια (27%)

Σχεδόν όλοι οι έφηβοι ασχολούνται με κάποιο άθλημα και ξεκινούν τον αθλητισμό από το δημοτικό.



Παρατηρούνται όμως κάποιες διαφορές ανάλογα με το φύλο:

ΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ (στο μεγαλύτερο ποσοστό)

- ασχολούνται με μια ποικιλία αθλημάτων
- το αντιμετωπίζουν περισσότερο σαν hobby
- νοιώθουν ενθουσιασμό στην προπόνηση
- δεν νοιώθουν πίεση στην προπόνηση και τους αγώνες
- αφιερώνουν λιγότερο χρόνο σε αυτόν
- δεν παραμελούν τις σχολικές τους υποχρεώσεις

ΤΑ ΑΓΟΡΙΑ (στο μεγαλύτερο ποσοστό)

- ασχολούνται με 2-3 αθλήματα
- ασχολούνται σε αγωνιστικό επίπεδο
- νοιώθουν άγχος και πίεση στην προπόνηση και τους αγώνες
- αφιερώνουν περισσότερο χρόνο σε αυτόν
- παραμελούν τις σχολικές τους υποχρεώσεις

ΤΕΛΙΚΑ καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι:

Τα κορίτσια έχουν μια πιο χαλαρή σχέση με τον αθλητισμό

Τα αγόρια του δίνουν περισσότερη βαρύτητα, νοιώθουν περισσότερο άγχος και πιέζονται περισσότερο από τον περίγυρο για επιδόσεις.

10. ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

- Η ίδια έρευνα σε μεγαλύτερο δείγμα πληθυσμού που θα αφορούσε όλη την Ελλάδα
- Η σχέση των εφήβων με τον πρωταθλητισμό ανάλογα με το φύλο
- Η σχέση των νέων 20-25 ετών με τον πρωταθλητισμό ανάλογα με το φύλο
- Η αντιμετώπιση από τους γονείς των παιδιών τους που ασχολούνται με το αθλητισμό, ανάλογα με το φύλο
- Η αντιμετώπιση από τους προπονητές των αθλητών τους ανάλογα με το φύλο

11. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- **«Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ»** Ομάδα μαθητών του ΓΕΛ Βελεστίνου, Εργασία στο μάθημα της Τεχνολογίας Α' Λυκείου
<http://slideplayer.gr/slide/2950987/>
- **«ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ & ΕΠΙΔΟΣΗ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ»** Γιάννης Μάστορας, 2008-09, Εργασία στο μάθημα της Τεχνολογίας Α' Λυκείου
[http:// docs.google.com/presentation/d/12GmfRJ7QCLOveqKhIduG-7-CpFq1K-D2YfJ9s0RdAwI/edit # slide=id.p23](http://docs.google.com/presentation/d/12GmfRJ7QCLOveqKhIduG-7-CpFq1K-D2YfJ9s0RdAwI/edit#slide=id.p23)
- **«ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ: ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΔΥΟ ΦΥΛΑ»** Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού
<http://slideplayer.gr/slide/2878325/>