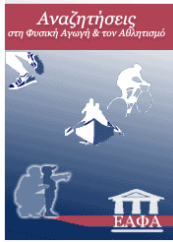


Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό

Τόμος 14 (2), 36 - 48

Δημοσιεύτηκε: Μάρτιος 2016



Inquiries in Sport & Physical Education

Volume 14 (2), 36 - 48

Released: March 2016

www.pe.uth.gr/emag

ISSN 1790-3041



The Influence of Parental Perceptions/Attitudes of Physical Education and Physical Activity on Supporting their Children's Physical Activity

Fotios Papistas¹, Vassilis Barkoukis², Irene Koidou² & Haralambos Tsorbatzoudis²

¹Physical Education Teacher

²Department of Physical Education and Sports Science, Aristotle University, Thessaloniki, Hellas

Abstract

Over the last decade, the importance of the parents' role in forming children's behavior related to physical activity (PA) has been highlighted in numerous studies. This cross-sectional study is among the first examining the link between parental attitudes and physical education (PE). The sample of the study consisted of 221 parents of high school children ($M_{age}: 44.6 \pm 5.06$) from 5 Greek suburban cities. Participants completed a battery of questionnaires including measures of a) parents' and children' PA level, b) perceived importance of PE lessons' goals via 9 questions reflecting the aims of the lesson according to the national curriculum, c) perceived importance of the children's PA d) perceived importance of PE, e) parental support towards PA and parents' demographic characteristics. The results of the study showed that: a) parents' perceived importance of PE goals affected their attitudes for both PE and PA outside school, b) importance assigned by the parent on PA influenced the support they provide for their children's physical activity, and c) parents PA predicted also children's PA levels. In conclusion, the present study offers some new insights in this field by examining the effect of PE classes in shaping parental beliefs about exercise and support of their children.

Key words: parental beliefs, physical activity, physical education, parental support

Η Σχέση των Αντιλήψεων των Γονέων για τη Φυσική Αγωγή και τη Φυσική Δραστηριότητα με την Υποστήριξη της Άσκησης των Παιδιών τους

¹Φώτιος Παπίστας, ²Βασίλειος Μπαρκούκης, ²Ειρήνη Κοΐδου & ²Χαράλαμπος Τσορμπατζούδης

¹Καθηγητής Φυσικής Αγωγής

²ΤΕΦΑΑ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο

Περίληψη

Την τελευταία δεκαετία μελέτες έχουν αναδείξει τη σημαντικότητα του ρόλου των γονέων στη διαμόρφωση των συμπεριφορών φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ) των παιδιών τους. Η παρούσα συγχρονική έρευνα αποτελεί μια αφετηρία για τη σύνδεση των αντιλήψεων των γονέων με το μάθημα της φυσικής αγωγής (ΦΑ) και τη ΦΔ εκτός σχολείου. Το δείγμα αποτέλεσαν 221 γονείς μαθητών/τριών γυμνασίου (Μ ηλικίας: 44.6 ± 5.06 έτη) από 5 ημι-αστικές περιοχές της Ελλάδας. Για την εκτίμηση του επιπέδου ΦΔ των γονέων και των παιδιών τους, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Godin και Shephard (1985). Για την εκτίμηση των επιμέρους στόχων της ΦΑ, όπως αυτοί έχουν καθοριστεί νομοθετικά (Φ.Ε.Κ. Τεύχος Β', αρ. φύλου 304/13-03-03), διατυπώθηκαν εννέα (9) ερωτήματα. Για την εκτίμηση της αντιλαμβανόμενης σημαντικότητας της ΦΔ των παιδιών, την εκτίμηση της σπουδαιότητας του μαθήματος της ΦΑ και την εκτίμηση της γονικής υποστήριξης (ΓΥ) για ΦΔ χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά έγκυρων και αξιόπιστων εργαλείων. Επίσης, καταγράφηκαν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: α) ο γνωστικός τομέας της ΦΑ, είναι αυτός που συνδέεται με τις αντιλήψεις των γονέων για το μάθημα της ΦΑ αλλά και της ΦΔ εκτός σχολείου, β) η σημαντικότητα που αποδίδουν οι γονείς στη ΦΔ καθορίζει και την παροχή γονικής υποστήριξης για την άθληση των παιδιών τους, γ) η ΦΔ των γονέων προβλέπει αυτή των παιδιών. Συμπερασματικά, η παρούσα μελέτη προσφέρει νέες προσεγγίσεις, στο συγκεκριμένο ερευνητικό πεδίο, εξετάζοντας την συσχέτιση του περιεχόμενου του μαθήματος της ΦΑ με την διαμόρφωση των αντιλήψεων των γονέων για την άσκηση των παιδιών τους.

Λέξεις κλειδιά: *Αντιλήψεις γονέων, φυσική δραστηριότητα, φυσική αγωγή, γονική υποστήριξη*

Εισαγωγή

Είναι επιστημονικά τεκμηριωμένο ότι τόσο οι γονείς όσο και το σχολείο συμβάλουν ενεργά στη διαμόρφωση συμπεριφορών και στάσεων στα νεαρά παιδιά. Οι γονείς, κυρίως μέσω της καθημερινής και μακροχρόνιας επίδρασης, ενώ το σχολείο, με την θεσμοθέτηση και εφαρμογή προγραμμάτων στην εκπαίδευση των μαθητών. Η οικογένεια αποδεδειγμένα θεωρείται σημαντικός παράγοντας κοινωνικοποίησης, καθώς τα παιδιά περνούν πολύ χρόνο μέσα στο οικογενειακό πλαίσιο κατά την περίοδο διαμόρφωσης της προσωπικότητάς τους (Lau, Quadrel, & Hartman, 1990). Οι οικογένειες διδάσκουν δεξιότητες, συμπεριφορές και απόψεις, οι οποίες συμβάλλουν στο να δημιουργηθούν μόνιμες στάσεις και σχήματα συμπεριφορών που σχετίζονται με τη ΦΔ (McElroy, 2002). Άλλοι ερευνητές υποστηρίζουν ότι οι γονείς παίζουν τον πιο σημαντικό ρόλο στην διαμόρφωση της συμπεριφοράς των παιδιών, μέσω της επίδρασης που ασκούν στις στάσεις και τους δεσμούς που αναπτύσσουν τα παιδιά (Eccles, 1983; Mead, 1934). Πιο συγκεκριμένα, οι γονείς ασκούν σημαντική επίδραση στη ΦΔ των παιδιών τους με μια σειρά από μηχανισμούς, οι οποίοι περιλαμβάνουν την γονική ενθάρρυνση, τις πεποιθήσεις και στάσεις για τη ΦΔ, την υποδειγματική συμπεριφορά, τη διευκόλυνση της μεταφοράς και της πληρωμής των υπηρεσιών άσκησης, ενώ τα παιδιά μαθαίνουν συμπεριφορές και στάσεις για τη ΦΔ από πολύ νωρίς με την παρατήρηση και μίμηση των γονέων τους (Edwardson & Gorely, 2010). Από την ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας το θεωρητικό πλαίσιο που υπογραμμίζει και θεμελιώνει την επίδραση των γονέων στα παιδιά τους είναι το *μοντέλο προσδοκίας-αξίας* της Eccles (1983).

Μοντέλο προσδοκίας-αξίας

Το θεωρητικό πλαίσιο που θέτουν η Eccles και συν. (Eccles, 2005; Eccles, Freedman-Doan, Frome, Jacobs, & Yoon, 2000; Eccles & Harold, 1991; Fredricks & Eccles, 2004), αποτελεί τη βάση για την κατανόηση της επίδρασης που ασκούν οι γονείς στα παιδιά τους σχετικά με την αξία και τη σημαντικότητα διαφόρων πεδίων δράσης (ακαδημαϊκό, τέχνη, μουσική, αθλήματα). Η Eccles (1993) διατύπωσε την άποψη ότι υπάρχουν τέσσερις διακριτές διαδρομές μέσω των οποίων οι γονείς ασκούν επίδραση στα παιδιά τους. Αυτές είναι: α) η επικοινωνία, β) η παροχή ευκαιριών για συμμετοχή, γ) η υποδειγματική τους συμπεριφορά και δ) το κοινωνικό-συναισθηματικό κλίμα που δημιουργούν. Πάνω στο υπάρχον θεωρητικό πλαίσιο, η Eccles προχώρησε και στη διατύπωση του μοντέλου της προσδοκίας-αξίας καθιστώντας πιο συγκεκριμένη και πιο καθαρή τη σχέση της επίδρασης των γονέων στα παιδιά τους. Σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, οι γονείς βοηθούν στην ερμηνεία των εμπειριών των παιδιών τους, παρέχοντας μηνύματα, ώστε αυτά να αποκτήσουν τη δυνατότητα επιτυχίας σε ένα συγκεκριμένο πεδίο σε συνδυασμό με την αξία της συμμετοχής σ' αυτή τη δραστηριότητα (Fredricks & Eccles, 2004). Ως συζητητές, ερμηνευτές και ενισχυτές εμπειριών, οι γονείς βοηθούν τα παιδιά να αποκτήσουν δεσμούς σχετιζόμενους με συμπεριφορές ΦΔ. Σύμφωνα μ' αυτή την προοπτική, οι γονείς που έχουν υψηλή αντίληψη για την ικανότητα των παιδιών τους και παρέχουν μηνύματα για την αξία της συμμετοχής σε άσκηση (υψηλή αντίληψη σημαντικότητας της ΦΔ των παιδιών τους), έχουν περισσότερο ενεργητικά παιδιά, και πιο ευνοϊκά αποτελέσματα κινητοποίησης των παιδιών τους για συμμετοχή σε ΦΔ (Fredricks & Eccles, 2004, 2005).

Η ΦΑ θεωρείται μια από τις σημαντικότερες πηγές παροχής γνώσεων, δεξιοτήτων και κινητοποίησης σε συστηματική και δια βίου άσκηση (National Association for Sport and Physical Education, 2004). Οι Καθηγητές Φυσικής Αγωγής (ΚΦΑ) έχουν μοναδική ευκαιρία να διοχετεύσουν στους μαθητές-τριές τους θετικά μηνύματα για τη ΦΔ (Hagger, Biddle, Chow, Stambulova, & Kavussanu, 2003). Πιο συγκεκριμένα, η λειτουργία του ΚΦΑ στη δημιουργία ενός θετικού κλίματος κατά τη διάρκεια του μαθήματος θα μπορούσε να διαμορφώσει στους μαθητές άρτιες στάσεις, προθέσεις για ενασχόληση με άσκηση και εκτός σχολείου (Barkoukis & Hagger, 2009, 2013; Barkoukis, Hagger, Lambropoulos, & Tsorbatzoudis, 2010). Το μάθημα της ΦΑ, προσφέρει ένα ωφέλιμο δίκτυο προαγωγής θετικών μηνυμάτων για την υιοθέτηση και την υποστήριξη της ΦΔ εκτός σχολείου (Shephard & Trudeau, 2000), διαπίστωση που επιβεβαιώθηκε ερευνητικά και στην Ελλάδα (Barkoukis & Hagger, 2009, 2013; Barkoukis, et al., 2010). Αξίζει να σημειωθεί ότι στα ελληνικά σχολεία το μάθημα της ΦΑ στην υποχρεωτική εκπαίδευση (Δημοτικό - Γυμνάσιο) εφαρμόζεται με συγκεκριμένους και ιεραρχημένους στόχους. Σύμφωνα με το βιβλίο ΦΑ του εκπαιδευτικού της Α' Γυμνασίου (2006, σελ.10-11), στα Αναλυτικά Προγράμματα του Υ.Π.Ε.Π.Θ. για το Γυμνάσιο (Φ.Ε.Κ. Τεύχος Β', αρ. φύλου 304/13-03-03, Παράρτημα, Τόμος Β', σελ. 4296) αναφέρονται οι εξής επιμέρους στόχοι: *Σωματικός τομέας (Ψυχοκινητικός)*: α) ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων, β) ανάπτυξη των φυσικών-σωματικών ικανοτήτων, γ) προαγωγή της υγείας και της ευεξίας και δ) καλλιέργεια του ρυθμού. *Συναισθηματικός τομέας*: α) ανάπτυξη κοινωνικών και ψυχικών αρετών, β) ανάπτυξη ηθικών αρετών. *Γνωστικός τομέας*: α) απόκτηση γνώσεων σχετικών με τη ΦΑ και τον αθλητισμό, β) συνειδητοποίηση της ανάγκης για «*δια βίου*» άσκηση και της ωφέλειας που προκύπτει από αυτή και γ) εκτίμηση των αισθητικών στοιχείων των κινήσεων. Συνολικά, στον ετήσιο σχεδιασμό του μαθήματος

προτείνεται να δίνεται μεγαλύτερη έμφαση στον ψυχοκινητικό τομέα, στη συνέχεια στον συναισθηματικό και τέλος στον γνωστικό.

Η ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας αποκάλυψε την ύπαρξη μελετών που αναφέρονται, είτε σε μεμονωμένες εκτιμήσεις γονέων για την επίδραση της ΦΔ των παιδιών τους (Martinent, Naisseh, Ferrand, Bois, & Hautier, 2013; Diacin & DeSensi, 2013; Bentley, Goodred, Jago, Sebire, Patricia, Lucas, Fox, Stewart-Brown & Turner, 2012; Wilson, Spink, Priebe, 2010; Hamilton, & White, 2010; Slater, Bowen, Corsini, Gardner, Golley, & Noakes, 2009; Dorsch, Smith, & McDonough, 2009) είτε σε από κοινού εκτιμήσεις γονέων-παιδιών για τη ΦΔ (Anderssen, Wold, Torsheim, 2006; Dempsey, Kimiecik, & Horn, 1993; Hoefler, McKenzie, Sallis, Marshall, Conway, 2001; Leary, Lilly, Dino, Loprinzi, & Cottrell, 2013; Loprinzi, & Trost, 2010; Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva, Amado & García-Calvo, 2013; Thorn, DeLellis, Chandler, & Boyd, 2013), ενώ βρέθηκαν και μελέτες συστηματικών ανασκοπήσεων (Edwardson, & Gorely, 2010; Gustafson, & Rhodes, 2006; O'Connor, Jago & Baranowski, 2009;). Για παράδειγμα ο και συν. (2009), πραγματοποιώντας συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας για την ποσοποίηση των καλύτερων δυνατών πρακτικών γονικής παρέμβασης στην άσκηση των παιδιών τους, αξιολόγησαν 35 άρθρα, από τα οποία προέκυψαν μη επαρκή ευρήματα σχετικά με την επίδραση της γονικής παρέμβασης στην προαγωγή της ΦΔ των παιδιών λόγω της ετερογένειας των ερευνητικών σχεδιασμών και της ποιότητας των ερευνών και των ερευνητικών εργαλείων. Αξίζει να σημειωθεί ότι δεν εντοπίστηκαν μελέτες που να εξετάζουν τις αντιλήψεις των γονέων σε σχέση με το περιεχόμενο του μαθήματος της ΦΑ σε διεθνές επίπεδο.

Από την ανάλυση και αξιολογική αποτίμηση των ερευνητικών δεδομένων που επιβεβαιώνουν την σημαντική επίδραση των γονέων αλλά και του μαθήματος της ΦΑ στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς των παιδιών για συμμετοχή σε ΦΔ (Barkoukis, et al., 2010; Bois, Sarrazin, Brustad, Trouilloud & Cury, 2005; Shephard & Trudeau, 2000; Hagger, et al., 2003; Welk, Wood, & Morss, 2003; Wilson, et al., 2010) προέκυψε η ανάγκη επιστημονικής διερεύνησης των σχέσεων που αναπτύσσονται μεταξύ τους. Έτσι η παρούσα εργασία θα δώσει τη δυνατότητα διερεύνησης των αντιλήψεων των γονέων σε σχέση με τους επιμέρους στόχους του μαθήματος της ΦΑ αλλά και με τη ΦΔ εκτός σχολείου. Πιο συγκεκριμένα, αναμένεται να εντοπισθούν τα σημεία κλειδιά των αντιλήψεων των γονέων που καθορίζουν τη γονική υποστήριξη για την άσκηση των παιδιών τους. Ενώ η διερεύνηση του περιεχόμενου της ΦΑ θα μπορούσε να ενέχει μια διττή διάσταση είτε δίνοντας πληροφόρηση στους γονείς, μέσω των ερωτηματολογίων, για τις πολύπλευρες θετικές επιδράσεις που προσφέρει η άσκηση στην υγεία των παιδιών τους, είτε δίνοντας τους τη δυνατότητα να εκφράσουν την προσωπική τους άποψη για το τι θεωρούν πραγματικά σημαντικό στην εφαρμογή του μαθήματος.

Προηγούμενες έρευνες, έχοντας ως θεωρητικό υπόβαθρο το Μοντέλο αξίας-προσδοκίας, δόμησαν τις ερευνητικές τους υποθέσεις σε δύο βασικές κατευθύνσεις 1) Στη συμπεριφορά ΦΔ του γονέα αλλά και στις αντιλήψεις των γονέων για την φυσική ικανότητα και τη ΦΔ των παιδιών τους και 2) Στην παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους (Diacin & DeSensi, 2013; Loprinzi, & Trost, 2010; Trost, Sallis, Freedson, Taylor, Dowda, 2003; Wilson, et al., 2010; Welk, et al., 2003). Οι Diacin και DeSensi (2013), βασιζόμενοι στο θεωρητικό μοντέλο της αξίας της προσδοκίας της Eccle's, εξέτασαν τις προσδοκίες του αποτελέσματος των γονέων από τη συμμετοχή των τέκνων σε οργανωμένη ΦΔ και γενικότερα την παροχή γονικής υποστήριξης. Τα αποτελέσματα απέδειξαν ότι οι γονείς ήταν υποστηρικτικοί και εκτιμούσαν ότι η ενασχόληση των παιδιών τους με διάφορα αθλήματα θα συνεχιζόταν «δια βίου». Κατά την μελέτη της Wilson και συν.(2010), διαπιστώθηκε θετική συσχέτιση μεταξύ ΦΔ των γονέων και σημασίας που αποδίδουν στην άσκηση. Κατά την έρευνα των Loprinzi και Trost (2010) διαπιστώθηκε θετική συσχέτιση μεταξύ Φ.Δ. και αντιλήψεων γονέων, με την παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους. Οι Welk, Wood και Morss (2003), μελέτησαν τη χρησιμότητα ενός μοντέλου για την εξήγηση της γονικής επίδρασης στη φυσική δραστηριότητα των παιδιών τους. Οι συσχετίσεις μεταξύ γονέα και παιδιού όσον αφορά τη ΦΔ ήταν χαμηλές, αλλά τα παιδιά με ενεργούς γονείς είχαν υψηλότερη βαθμολογία στη μέτρηση της γονικής επίδρασης από τους μη ενεργούς γονείς. Οι Trost και Sallis (2003), ασχολήθηκαν με την αξιολόγηση ενός μοντέλου γονικής επίδρασης στη νεανική φυσική δραστηριότητα. Συμπερασματικά διαπιστώθηκε ότι η γονική υποστήριξη αποτελούσε ένα σημαντικό σύνδεσμο με την νεανική φυσική δραστηριότητα δρώντας είτε άμεσα είτε έμμεσα στην αυτό-αποτελεσματικότητα των παιδιών τους για ΦΔ. Στην παρούσα μελέτη, σύμφωνα με το θεωρητικό πλαίσιο της αξίας-προσδοκίας, οι βασικές υποθέσεις στηρίχθηκαν στα επίπεδα της ΦΔ του γονέα, ως ρυθμιστικού παράγοντα αξιολόγησης των επιμέρους στόχων της ΦΑ, της σπουδαιότητας της ΦΑ, της σημαντικότητας της ΦΔ αλλά και της παροχής γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους. Με βάση τα παραπάνω, παραμένει ανοιχτό το ερώτημα μήπως τα υψηλότερα επίπεδα ΦΔ του γονέα θα σχετίζονται με πιο ισχυρές αντιλήψεις για τη ΦΑ και τη ΦΔ και ισχυρότερη παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση, σε σχέση με τους γονείς με χαμηλότερα επίπεδα ΦΔ.

Σκοπός και ερευνητικές υποθέσεις

Ο σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η διερεύνηση των αντιλήψεων των γονέων για τη ΦΑ και τη ΦΔ, και πώς αυτές συσχετίζονται με την παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους.

Με βάση την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας διατυπώθηκαν οι κάτωθι ερευνητικές υποθέσεις:

A: Υψηλή ΦΔ γονέων θα έχει θετικότερη συσχέτιση με την εκτίμηση του γνωστικού τομέα, θα έπεται η εκτίμηση για τον συναισθηματικό τομέα, ενώ λιγότερο θετική αναμένεται να είναι η εκτίμηση για τον σωματικό-ψυχοκινητικό τομέα.

B: Οι γονείς με υψηλά επίπεδα ΦΔ θα έχουν θετικότερη συσχέτιση με την εκτίμηση του μαθήματος της ΦΑ συγκριτικά με τους γονείς με χαμηλά επίπεδα ΦΔ.

Γ: Οι γονείς με υψηλά επίπεδα ΦΔ θα θεωρούν τη ΦΔ εκτός σχολείου πιο σημαντική και αναμένεται να επιδρούν θετικότερα στην υποστήριξη των τέκνων τους για ΦΔ σε σχέση με τους γονείς με χαμηλά επίπεδα ΦΔ.

Δ: Η εκτίμηση του γνωστικού τομέα της ΦΑ, θα σχετιζετε θετικότερα με τη σπουδαιότητα του μαθήματος της ΦΑ αλλά και με την σημαντικότητα της ΦΔ εκτός σχολείου σε σχέση με τον συναισθηματικό και τον σωματικό τομέα.

Ε: Η σημαντικότητα που θα αποδίδουν οι γονείς στη ΦΔ εκτός σχολείου, θα έχει θετικότερη συσχέτιση με την παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους σε σχέση με την σημασία που θα αποδίδουν στο μάθημα της ΦΑ.

ΣΤ: Τα επίπεδα της ΦΔ των γονέων, θα σχετίζονται θετικότερα με τη συμπεριφορά ΦΔ που θα εκδηλώνεται από τα παιδιά τους σε σχέση με τις αντιλήψεις των γονέων για την σημαντικότητα της ΦΑ και της ΦΔ εκτός σχολείου, αλλά και με την παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση.

Μέθοδος*Διαδικασία*

Η διανομή των ερωτηματολογίων πραγματοποιήθηκε τους μήνες Δεκέμβριο και Ιανουάριο 2013-2014. Χρησιμοποιήθηκε η επιλογή δειγμάτων ευκολίας. Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν σε γονείς μαθητών/τριών γυμνασίου, με τους εξής τρόπους: α) Σε συνεργασία με τους ΚΦΑ και Διευθυντές των σχολείων, οι οποίοι τα προωθούσαν σε γονείς μέσω των μαθητών, οι γονείς συμπλήρωναν τα ερωτηματολόγια στην οικία τους και τα επέστρεφαν στο σχολείο μέσω των παιδιών τους σε εύλογο χρονικό διάστημα, β) Σε συνεργασία με Προέδρους Συλλόγων Γονέων και Κηδεμόνων, οι οποίοι τα προωθούσαν σε γονείς όταν πραγματοποιούνταν συγκεντρώσεις του σχολείου. Οι γονείς τα συμπλήρωναν στο χώρο συγκέντρωσης και τα παρέδιδαν άμεσα στον ερευνητή, γ) Με άμεση παράδοση ερωτηματολογίου σε γονείς μαθητών/τριών γυμνασίου, με τη μέθοδο της δια ζώσης επικοινωνίας, σε χώρους άθλησης των παιδιών τους. Οι γονείς συμπλήρωναν το ερωτηματολόγιο στο χώρο που βρισκόταν και το παρέδιδαν άμεσα στον ερευνητή. Δεν δίνονταν άλλες οδηγίες για τη συμπλήρωσή του ερωτηματολογίου, πλην αυτών που υπήρχαν στην αρχή του ερωτηματολογίου. Αξίζει να σημειωθεί ότι στην πρώτη σελίδα του ερωτηματολογίου αναφερόταν ο σκοπός της έρευνας.

Στην έρευνα πήραν μέρος γονείς μαθητών/τριών, που φοιτούσαν σε δημόσια Γυμνάσια των ημιαστικών περιοχών (6.000-75.000 κατοίκων) της Λαμίας, των Σερρών, της Χαλκίδας, της Χρυσούπολης, της Καβάλας και της Λέρου. Συμμετείχαν 221 γονείς με (Μ ηλικίας: 44.6 ± 5.06 έτη) μαθητών και μαθητριών Α', Β' και Γ' τάξης Γυμνασίου. Στον πίνακα 1 παρουσιάζονται κάποια από τα χαρακτηριστικά του δείγματος.

Πίνακας 1: Χαρακτηριστικά του δείγματος

Φύλο Γονέων	Άνδρες 81 (36.7%)	Γυναίκες 140 (63.3%)	
Φύλο Παιδιών	Αγόρια 115 (52%)	Κορίτσια 106 (48%)	
Τάξη Παιδιών	Α' 64 (29%)	Β' 80 (36.3%)	Γ' 77 (34.8%)
Μορφωτικό Επίπεδο Γονέων	Β/θμια 86 (38.9%)	Γ/θμια 135 (61.1%)	

Σχετικά με την κατανομή του επαγγέλματος των γονέων του δείγματος τα αποτελέσματα ήταν: δημόσιοι υπάλληλοι 91 (41.2%), ιδιωτικοί υπάλληλοι 45 (20.4%), ελεύθεροι επαγγελματίες 38 (17.2%), οικιακά 35 (15.8%), άνεργοι 12 (5.4%). Όσον αφορά στην μεταφορά των μαθητών σε οργανωμένη ΦΔ εκτός σχολείου, τα αποτελέσματα της κατανομής ήταν: πατέρας 78 (35.3%), μητέρα 68 (30.8%), εκ-περιτροπής 43 (19.5%), στην

επιλογή 'άλλος' οι γονείς σημείωναν άλλες επιλογές (Παπίστας, Θεϊός, Φίλος, Μόνος του) 11 (5%), ενώ 21 (9.5%) παιδιά των γονέων του δείγματος δεν συμμετείχε σε οργανωμένη ΦΔ εκτός Σχολείου.

Ερωτηματολόγια

Τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν ήταν τα εξής:

Ερωτηματολόγιο Φυσικής Δραστηριότητας και Άσκησης: Για την ποσοτικοποίηση του επιπέδου ΦΔ των γονέων και των παιδιών τους, χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο ΦΔ στον Ελεύθερο Χρόνο (Leisure Time Physical Activity Questionnaire) των Godin και Shephard (1985). Οι γονείς κλήθηκαν να απαντήσουν στην εξής ερώτηση: «Λαμβάνοντας υπόψη, μία περίοδο 7-ημερών (μία εβδομάδα), πόσες φορές κατά μέσο όρο συμμετέχετε στα παρακάτω είδη άσκησης για περισσότερο από 15 λεπτά, κατά την διάρκεια του ελεύθερου χρόνου σας;» Οι κατηγορίες που δίνονται είναι οι εξής: «Έντονη άσκηση (η καρδιά χτυπά γρήγορα), Μέτρια άσκηση (όχι εξαντλητική), Ήπια άσκηση (μικρή προσπάθεια)». Στο ίδιο ερωτηματολόγιο οι γονείς σημείωσαν την εκτίμηση τους για τη ΦΔ του παιδιού τους. Συνεπώς, ο γονέας κλήθηκε να απαντήσει δυο φορές το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αποτυπώνοντας την εκτίμηση του τόσο για την προσωπική του ΦΔ, όσο και για τη ΦΔ του παιδιού του.

Ο συνολικός δείκτης της άσκησης ή το συνολικό ενεργειακό είναι το άθροισμα του αριθμού των δραστηριοτήτων που πραγματοποιήθηκαν ανά κατηγορία, πολλαπλασιασμένα με τους αντίστοιχους μέσους όρους της τιμής του ενεργειακού κόστους (π.χ. έντονη ένταση Χ 9, μέτρια ένταση Χ 5 και χαμηλή ένταση Χ 3). Η εγκυρότητα και η αξιοπιστία της μεθόδου έχει τεκμηριωθεί από σχετικές έρευνες (Godin & Shephard, 1985; Kriska & Caspersen, 1997; Χασάνδρα, Τσιαούση, Ζήση, Καρατζαφέρη & Θεοδωράκης, 2013).

Ερωτηματολόγιο Σημαντικότητας - Επίτευξης των Στόχων της Φυσικής Αγωγής: Για την εκτίμηση των επιμέρους στόχων της ΦΑ, όπως αυτοί έχουν καθοριστεί νομοθετικά (Φ.Ε.Κ. Τεύχος Β', αρ. φύλου 304/13-03-03), οι γονείς κλήθηκαν να απαντήσουν σε ερωτηματολόγιο εννέα ερωτήσεων, εκτιμώντας την σημαντικότητα των εννέα (9) επιμέρους στόχων του μαθήματος της ΦΑ. Η διατύπωση της ερώτησης ήταν η εξής: (Πόσο σημαντικούς εκτιμάται τους παρακάτω στόχους για τη σωματική, την ψυχική και την πνευματική καλλιέργεια του παιδιού σας;) «Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων», «Ανάπτυξη των φυσικών σωματικών ικανοτήτων», «Προαγωγή της υγείας και της ευεξίας», «Καλλιέργεια του ρυθμού», «Ανάπτυξη κοινωνικών και ψυχικών αρετών», «Ανάπτυξη ηθικών αρετών», «Απόκτηση γνώσεων σχετικών με τη ΦΑ και τον αθλητισμό», «Συνειδητοποίηση της ανάγκης για 'δια βίου' άσκηση και της ωφέλειας που προκύπτει από αυτή», «Εκτίμηση των αισθητικών στοιχείων των κινήσεων». Οι γονείς σημείωναν Χ στο αντίστοιχο τετράγωνο που αντιπροσώπευε την απάντησή τους για κάθε ένα στόχο ξεχωριστά σε μια επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=Αδιάφορο 2=Καθόλου Σημαντικό 3=Λίγο Σημαντικό 4=Μέτρια Σημαντικό 5=Σημαντικό 6=Πολύ Σημαντικό 7=Πάρα πολύ Σημαντικό). Για την εκτίμηση της επίτευξης των εννέα (9) επιμέρους στόχων της ΦΑ οι γονείς κλήθηκαν να απαντήσουν στο ερώτημα: (Πόσο πολύ θεωρείται ότι το μάθημα της ΦΑ μπορεί να βοηθήσει στην επίτευξη των παρακάτω στόχων;). Οι γονείς σημείωναν Χ στο αντίστοιχο τετράγωνο που αντιπροσώπευε την απάντησή τους για κάθε ένα στόχο ξεχωριστά σε μια πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=Καθόλου 2= Λίγο 3= Μέτρια 4= Πολύ 5=Πάρα πολύ).

Κλίμακα αντιλαμβανόμενης σημαντικότητας της ΦΔ: Για την εκτίμηση της σημασίας της ΦΔ των παιδιών, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Martinet, Naisseh, Ferrand, Bois, και Hautier (2013). Οι γονείς κλήθηκαν να απαντήσουν για την σημασία της ΦΔ εκτός σχολείου σε ερωτηματολόγιο 4 ερωτήσεων επταβάθμιας κλίμακας τύπου Likert (1=Αδιάφορο, 2= Καθόλου Σημαντικό, 3=Λίγο Σημαντικό, 4=Μέτρια Σημαντικό, 5=Σημαντικό, 6=Πολύ Σημαντικό, 7=Πάρα πολύ Σημαντικό) σημειώνοντας Χ στο αντίστοιχο τετράγωνο. Η διατύπωση των ερωτήσεων γινόταν ως εξής: (Πόσο σημαντικό είναι για σας να συμμετέχει το παιδί σας σε αθλήματα ή φυσική δραστηριότητα εκτός σχολείου;), (Συγκριτικά με τις υπόλοιπες εξωσχολικές δραστηριότητες π.χ., μουσική, καλλιτεχνικά, κ.α. πόσο σημαντικό είναι για σας να συμμετέχει το παιδί σας σε αθλήματα ή σε φυσική δραστηριότητα;). Ο συντελεστής α του Cronbach της συγκεκριμένης κλίμακας ήταν .76.

Κλίμακα σπουδαιότητας της ΦΑ: Για την εκτίμηση της σημασίας του μαθήματος της ΦΑ χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Murcia, Coll, και Ruiz-Perez (2009). Οι γονείς κλήθηκαν να απαντήσουν για την σημασία του μαθήματος της ΦΑ σε ερωτηματολόγιο 2 ερωτήσεων τετραβάθμιας κλίμακας τύπου Likert (1=Διαφωνώ απόλυτα, 2=Διαφωνώ εν μέρει, 3=Συμφωνώ εν μέρει, 4=Συμφωνώ απόλυτα) σημειώνοντας Χ στο αντίστοιχο τετράγωνο. Οι ερωτήσεις ήταν οι εξής: (Συγκριτικά με τα υπόλοιπα μαθήματα του σχολείου πιστεύω ότι η φυσική αγωγή είναι ένα από τα σημαντικότερα), (Νομίζω ότι τα πράγματα που μαθαίνει το παιδί μου στην φυσική αγωγή θα του είναι χρήσιμα στην ζωή του). Ο συντελεστής α του Cronbach της συγκεκριμένης κλίμακας ήταν .61.

Κλίμακα της γονικής υποστήριξης για ΦΔ: Για την εκτίμηση της γονικής υποστήριξης (ΓΥ) για ΦΔ χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα του Trost και συν. (2003). Οι γονείς κλήθηκαν να απαντήσουν σε ερωτηματολόγιο 5 ερωτή-

σεων πεντάβαθμιας κλίμακας σημειώνοντας Χ στο αντίστοιχο τετράγωνο (1=Ποτέ, 2=Σπάνια, 3=Συχνά, 4=Πολύ Συχνά, 5=Καθημερινά). (Με ποιο τρόπο υποστηρίζετε τη ΦΔ του παιδιού σας στο μάθημα της ΦΑ στο σχολείο αλλά και σε άθληση εκτός σχολείου;) «Παρέχοντας του μετακίνηση», «Παρακολουθώντας τη συμμετοχή του», «Συμμετέχοντας ενεργά μαζί του», «Συζητώντας για την αξία της άσκησης». Ο συντελεστής α του Cronbach της συγκεκριμένης κλίμακας ήταν .71.

Τέλος, καταγράφηκαν και τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος. Στην ενότητα αυτή περιλαμβάνονταν ερωτήσεις που αφορούσαν στο ίδιο το άτομο (φύλο, ηλικία) και το κοινωνικό του περιβάλλον (φύλο παιδιού, τάξη παιδιού, επάγγελμα, επίπεδο εκπαίδευσης, μεταφορά παιδιού σε ΦΔ).

Στατιστική Ανάλυση

Για την εξέταση των υποθέσεων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό λογισμικό SPSS - 21. Αναλυτικότερα, για τη μέτρηση της αξιοπιστίας των κλιμάκων χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης εσωτερικής συνοχής Cronbach α . Για την εξέταση των ερευνητικών υποθέσεων που διατυπώθηκαν στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Pearson r και η ανάλυση συσχέτισης.

Αποτελέσματα

Περιγραφική στατιστική και Ανάλυση Συσχέτισης

Στον Πίνακα 2 παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των κλιμάκων μέτρησης. Στον πίνακα 3 παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της ανάλυσης συσχέτισης. Η ΦΔ του γονέα εμφάνισε μέτρια θετική συσχέτιση με τη ΦΔ του παιδιού και μη στατιστικά σημαντική σχέση με τις αντιλήψεις για τη ΦΑ και τη ΦΔ, καθώς επίσης και με τη γονική υποστήριξη. Η σημαντικότητα του γνωστικού τομέα της ΦΑ εμφάνισε μέτρια θετική συσχέτιση τόσο με τη σημασία της ΦΑ όσο και με τη σημασία της ΦΔ. Η γονική υποστήριξη εμφάνισε μέτρια θετική συσχέτιση με τη σημασία της ΦΔ. Αξίζει να σημειωθεί ότι εμφανίσθηκαν ιδιαίτερα υψηλές θετικές σχέσεις των επιμέρους τομέων της ΦΑ τόσο στο επίπεδο της σημαντικότητας όσο και στο επίπεδο της επίτευξης.

Πίνακας 2: Στατιστικές παράμετροι των εξεταζομένων μεταβλητών

	N	Ελάχιστο	Μέγιστο	M.O.	T.A	Λοξότητα	Κύρτωση
ΦΔ Γονέα	221	5.0	113.0	37.02	19.33	.73	.28
ΦΔ Τέκνου	221	5.0	119.0	48.29	20.8	.51	.37
Σημαντικότητα ΦΑ	221	3.78	7.0	5.87	0.65	-.56	.23
Κινητικός	221	3.75	7.0	5.87	0.71	-.50	-.20
Συναισθηματικός	221	1.50	7.0	6.10	0.95	-1.40	2.81
Γνωστικός	221	3.33	7.0	5.60	0.85	-.44	-.18
Επίτευξη ΦΑ	221	2.11	5.0	3.98	0.56	-.52	-.02
Κινητικός	221	2.0	5.0	4.08	0.61	-.82	.47
Συναισθηματικός	221	2.0	5.0	3.90	0.79	-.28	-.67
Γνωστικός	221	2.0	5.0	3.91	0.67	-.53	.01
Σημασία ΦΔ	221	3.63	7.0	6.09	0.59	-.68	.81
Σημασία ΦΑ	221	1.33	4.0	3.51	0.43	-1.11	2.19
Γονική Υποστήριξη	221	1.83	5.0	3.63	0.59	-.25	.03

Πίνακας 3: Συσχετίσεις των μεταβλητών της έρευνας

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. ΦΔ Γονέα													
2. ΦΔ Τέκνου	.43**												
3. Σημαντικότητα	.04	.08											
4. Σ. Σωματικός	-.01	-.01	.84**										
5. Σ. Συναισθηματι-	.09	.08	.70**	.38**									
6. Σ. Γνωστικός	.04	.14**	.83**	.53**	.43**								
7. Επίτευξη ΦΑ	-.01	.09	.49**	.37**	.31**	.47**							
8. Ε. Σωματικός	-.03	.06	.40**	.40**	.22**	.32**	.86**						
9. Ε. Συναισθηματι-	.02	.09	.36**	.23**	.34**	.32**	.78**	.52**					
10. Ε. Γνωστικός	.01	.09	.44**	.27**	.25**	.54**	.83**	.54**	.54**				
11. Σημασία ΦΔ	.02	.14*	.46**	.34**	.32**	.44**	.37**	.28**	.28**	.35**			
12. Σημασία ΦΑ	.01	.03	.36**	.24**	.23**	.37**	.29**	.23**	.22**	.28**	.24**		
13. Γονική Υποστήρι-	.03	.14*	.33**	.30**	.23**	.25**	.33**	.31**	.25**	.28**	.35**	.23**	

$p^{**} < .01$, $p^* < .05$

Ανάλυση Παλινδρόμησης

Η ανάλυση παλινδρόμησης έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της σημαντικότητας του γνωστικού τομέα της ΦΑ από τη ΦΔ του γονέα ($R^2 = .00$, $F = 0.31$, $p > .05$). Επίσης, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της σημαντικότητας του συναισθηματικού τομέα της ΦΑ από τη ΦΔ του γονέα ($R^2 = .01$, $F = 2.00$, $p > .05$) και της σημαντικότητας του σωματικού τομέα της ΦΑ από τη ΦΔ του γονέα ($R^2 = .00$, $F = 0.08$, $p > .05$). Όσον αφορά το συνολικό σκορ της σημαντικότητας του μαθήματος ΦΑ το αποτέλεσμα της ανάλυσης παλινδρόμησης έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της σημαντικότητας των στόχων της ΦΑ συνολικά από τη ΦΔ του γονέα ($R^2 = .00$, $F = 0.32$, $p > .05$). Επίσης βρέθηκε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της σπουδαιότητας του μαθήματος της ΦΑ από τη ΦΔ του γονέα ($R^2 = .00$, $F = 0.03$, $p > .05$). Παρόμοια, η ανάλυση παλινδρόμησης έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της αντιλαμβανόμενης σημαντικότητας της ΦΔ από τη ΦΔ του γονέα ($R^2 = .00$, $F = 0.18$, $p > .05$) ενώ δεν βρέθηκε ότι η ΦΔ του γονέα προβλέπει σημαντικά τη γονική υποστήριξη για ΦΔ ($R^2 = .00$, $F = 0.25$, $p > .05$).

Αντίθετα, η ανάλυση παλινδρόμησης έδειξε ότι υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της σπουδαιότητας του μαθήματος της ΦΑ από τη σημαντικότητα συνολικά του σωματικού, συναισθηματικού και γνωστικού τομέα της ΦΑ ($R^2 = .15$, $F_{3, 217} = 12.62$, $p < .001$). Από τις εξεταζόμενες μεταβλητές, ο γνωστικός τομέας ($\beta = .31$, $p < .001$) είχε στατιστικά σημαντική επίδραση στη σημασία που αποδίδουν οι γονείς στο μάθημα της ΦΑ (Πίνακας 4).

Πίνακας 4

	Beta	t	Sig.
Σ. Σωματικός	.05	.61	.54
Σ. Συναισθηματικός	.08	1.16	.25
Σ. Γνωστικός	.31	4.04	.00

Εξαρτημένη Μεταβλητή: Σπουδαιότητα ΦΑ

Στη συνέχεια η ανάλυση παλινδρόμησης έδειξε ότι υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της αντιλαμβανόμενης σημαντικότητας της ΦΔ εκτός σχολείου από τη σημαντικότητα και την επίτευξη συνολικά του σωματικού, συναισθηματικού, γνωστικού τομέα του μαθήματος της ΦΑ ($R^2 = .25$, $F_{6, 214} = 11.88$, $p < .001$). Από τις εξεταζόμενες μεταβλητές, η σημαντικότητα του γνωστικού τομέα της ΦΑ ($\beta = .24$, $p < .001$) είχε στατιστικά σημαντική επίδραση στην αντιλαμβανόμενη σημαντικότητα της ΦΔ εκτός σχολείου (Πίνακας 5).

Πίνακας 5

	Beta	t	Sig
Σ. Σωματικός	.10	1.43	.15
Σ. Συναισθηματικός	.12	1.69	.09
Σ. Γνωστικός	.24	2.84	.00
Ε. Σωματικός	.04	.56	.57
Ε. Συναισθηματικός	.05	.64	.51
Ε. Γνωστικός	.12	1.42	.15

Εξαρτημένη Μεταβλητή: Σημαντικότητα ΦΔ

Ακόμη, βρέθηκε ότι υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών από τη σημαντικότητα της ΦΔ εκτός σχολείου και τη σπουδαιότητα του μαθήματος της ΦΑ ($R^2 = .15$, $F_{2,218} = 19.32$, $p < .001$). Από τις εξεταζόμενες μεταβλητές, η σημαντικότητα της ΦΔ εκτός σχολείου ($\beta = .31$, $p < .001$) είχε στατιστικά σημαντική επίδραση στην παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών (Πίνακας 6).

Πίνακας 6

	Beta	t	Sig.
Σημαντικότητα ΦΔ	.31	4.90	.00
Σπουδαιότητα ΦΑ	.16	2.52	.01

Εξαρτημένη Μεταβλητή: Γονική Υποστήριξη

Τέλος η ανάλυση παλινδρόμησης έδειξε ότι υπήρχε στατιστικά σημαντική πρόβλεψη της ΦΔ του παιδιού από τη ΦΔ του γονέα, τη σημαντικότητα της ΦΔ, τη σπουδαιότητα της ΦΑ και τη γονική υποστήριξη για άσκηση ($R^2 = .20$, $F_{4,216} = 14,65$, $p < .001$). Από τις εξεταζόμενες μεταβλητές, η ΦΔ του γονέα ($\beta = .43$, $p < .001$) είχε στατιστικά σημαντική επίδραση σε αυτή που εκδηλώνεται από το παιδί (Πίνακας 7).

Πίνακας 7

	Beta	t	Sig.
ΦΔ Γονέα	.43	7.07	.00
Σημαντικότητα ΦΔ	.10	1.54	.12
Σπουδαιότητα Φ Α	-.02	-.38	.70
Γονική Υποστήριξη	.10	1.56	.12

Εξαρτημένη Μεταβλητή: ΦΔ Παιδιού

Συζήτηση

Η παρούσα έρευνα σχεδιάστηκε για να μελετήσει την επίδραση των αντιλήψεων των γονέων για τη ΦΑ και τη ΦΔ εκτός σχολείου στην παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους. Από τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψε ότι ο γνωστικός τομέας της ΦΑ έχει θετική επίδραση στη σημασία που προσδίδεται από τους γονείς τόσο στο μάθημα της ΦΑ όσο και στη ΦΔ εκτός σχολείου, και ότι η σημασία που αποδίδεται από τους γονείς στη ΦΔ εκτός σχολείου επιδρά θετικά στην παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών τους. Επιπλέον, προέκυψε, ότι η συμπεριφορά ΦΔ των γονέων έχει θετική επίδραση στην συ-

μπεριφορά ΦΔ που εκδηλώνεται από τα παιδιά. Από την άλλη μεριά, η συμπεριφορά ΦΔ των γονέων δεν εμφάνισε στατιστικά σημαντική επίδραση στις αντιλήψεις των γονέων για τη ΦΑ και τη ΦΔ αλλά και στην παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση των παιδιών.

Οι τρεις πρώτες ερευνητικές υποθέσεις επικεντρώθηκαν στα επίπεδα ΦΔ των γονέων, ως ρυθμιστικού παράγοντα, τόσο των αντιλήψεων τους για τη ΦΑ και τη ΦΔ εκτός σχολείου, όσο και για την παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση. Πιο συγκεκριμένα, υποστηρίχθηκε ότι γονείς με υψηλότερα επίπεδα ΦΔ, θα αξιολογούσαν θετικότερα τις εξεταζόμενες μεταβλητές, συγκριτικά με τους γονείς με χαμηλά επίπεδα ΦΔ. Οι παραπάνω ερευνητικές υποθέσεις δεν επαληθεύθηκαν. Φαίνεται πως οι γονείς που εμπλέκονται, είτε σε έντονη, είτε σε μέτρια, είτε σε ήπια ΦΔ, δεν διαφοροποιούνται ως προς τις αντιλήψεις τους για τη ΦΑ και τη ΦΔ των παιδιών τους, αλλά ούτε και ως προς την παροχή γονικής υποστήριξης για άσκηση. Η διαπίστωση αυτή μπορεί να υποδηλώνει: α) ότι η αξία της άσκησης τυγχάνει την καθολική εκτίμηση όλων των γονέων του δείγματος, τόσο των δραστήριων όσο και των μη δραστήριων, και β) ότι υφίστανται μεγάλα περιθώρια για την εφαρμογή παρεμβατικών προγραμμάτων ενημέρωσης των γονέων σχετικά με τις ευεργετικές επιδράσεις της ΦΑ και της ΦΔ.

Από την εξέταση της *τέταρτης ερευνητικής υπόθεσης* διαπιστώθηκε ότι η σημαντικότητα του γνωστικού τομέα, έναντι του συναισθηματικού και του σωματικού τομέα του μαθήματος της ΦΑ, επιδρά θετικότερα στη σπουδαιότητα που αποδίδουν στο μάθημα της ΦΑ αλλά και στη σημαντικότητα που προσδίδουν στη ΦΔ εκτός σχολείου. Όμως, σύμφωνα με το βιβλίο ΦΑ του εκπαιδευτικού της Α' Γυμνασίου (2006, σελ.11), στο πρόγραμμα διδασκαλίας του μαθήματος της ΦΑ, προτείνεται να δίνεται προτεραιότητα στον σωματικό-ψυχοκινητικό τομέα, στη συνέχεια στον συναισθηματικό και τέλος στο γνωστικό (Γούδας, Χασάνδρα, Παπαχαρίσης, & Γεροδήμος, 2006). Τα ευρήματα ωστόσο της έρευνας υποδηλώνουν τη διαφορετική προσέγγιση των γονέων όσον αφορά στους επιμέρους τομείς της φυσικής αγωγής σε σχέση με την ιεράρχηση που διαμορφώνεται από το αναλυτικό πρόγραμμα. Συνεπώς, η αξία της συνειδητοποίησης για δια βίου άσκηση και η απόκτηση γνώσεων σχετικών με τη ΦΑ επιδρούν θετικότερα στις αντιλήψεις των γονέων για τη ΦΑ και τη ΦΔ των παιδιών τους. Ενώ και στο βιβλίο ΦΑ του εκπαιδευτικού της Α' Γυμνασίου του Υπουργείου Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων, αναφέρεται ότι σύμφωνα με την Αμερικανική Αθλητιατρική Εταιρεία (American College of Sports Medicine) «*Τα προγράμματα σχολικής φυσικής αγωγής αποτελούν σημαντικό μέρος της συνολικής εκπαιδευτικής διαδικασίας και θα πρέπει να δίδουν έμφαση στην ανάπτυξη και διατήρηση της συμμετοχής σε προγράμματα άσκησης δια βίου και να παρέχουν οδηγίες σχετικά με την ανάπτυξη και τη διατήρηση ιδανικής φυσικής κατάστασης*» (Γούδας και συν., 2006, σελ. 15). Συνεπώς, ο προσανατολισμός των γονέων στη θετικότερη αξιολόγηση του γνωστικού τομέα, ίσως θα μπορούσε να συνυπολογισθεί σε μελλοντική αναθεώρηση και αναδιατύπωση των αναλυτικών προγραμμάτων της ΦΑ στο σχολείο.

Η εξέταση της *έβδομης ερευνητικής υπόθεσης* αφήνει να φανεί ότι η σημασία που αποδίδεται από τους γονείς στο περιεχόμενο της ΦΔ προσδιορίζει και τη γονική υποστήριξη που παρέχουν στα παιδιά τους. Η διαπίστωση αυτή υποστηρίζεται από την έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τον Martinent και συν. (2013), οι οποίοι χρησιμοποιώντας τα ίδια όργανα μέτρησης με την παρούσα έρευνα, βρήκαν ότι υπήρχε θετική συσχέτιση μεταξύ γονικής υποστήριξης και σημασίας ΦΔ, ενώ σύμφωνα μ' αυτήν που πραγματοποιήθηκε από τον Trost και συν. (2003), η αντιλαμβανόμενη εκτίμηση των γονέων για τη σημασία της ΦΔ (η οποία αξιολογήθηκε με διαφορετικό όργανο μέτρησης από την παρούσα έρευνα) είχε την ισχυρότερη συσχέτιση με τη γονική υποστήριξη των τέκνων τους. Το εύρημα επιβεβαιώνεται και από το θεωρητικό μοντέλο της «*προσδοκίας-αξίας*» το οποίο έχει χρησιμοποιηθεί για την εξέταση της σημαντικότητας των αξιών και των πεποιθήσεων που υιοθετούνται από τους γονείς (Eccles & Harold, 1991; Fredricks & Eccles, 2005; Jacobs & Eccles, 2000; Sabiston & Crocker, 2008), ενώ σύμφωνα με το ίδιο μοντέλο, οι γονείς είναι πιθανό να παρέχουν ενθάρρυνση και υποστήριξη σε δραστηριότητες που θεωρούν σημαντικές ή αντιλαμβάνονται ότι τα παιδιά τους θα αποκομίσουν θετικές εμπειρίες (Bois, et al., 2005). Σε πρακτικό επίπεδο αυτά τα ευρήματα σηματοδοτούν τα πλαίσια ανάπτυξης της ΦΔ των εφήβων, που θα πρέπει να λαμβάνουν υπόψη και τις παραμέτρους των πεποιθήσεων και εμπειριών των γονέων τους. Εάν οι γονείς πεισθούν για την ευεργετική επίδραση της άσκησης στην ολόπλευρη ανάπτυξη (Σωματική-Συναισθηματική-Γνωστική) του παιδιού τους, θα αποτελέσουν τους βασικούς αρωγούς προώθησης αυτών των συμπεριφορών. Συνεπώς, η ανάπτυξη μιας εθνικής εκπαιδευτικής στρατηγικής η οποία θα στοχεύει: α) στη θεωρητική ενημέρωση των γονέων για τα οφέλη της ΦΔ και β) στην από κοινού συμμετοχή με τα παιδιά τους σε σχεδιασμένες επιστημονικά δειγματικές διδασκαλίες ΦΑ, στα πλαίσια του σχολείου από τους ΚΦΑ, θα μπορούσε να προάγει θετικές εμπειρίες ΦΔ σε ολόκληρη την οικογένεια με πολλαπλά οφέλη για όλη την κοινωνία.

Από την εξέταση της *όγδοης ερευνητικής υπόθεσης* προέκυψε ότι η συμπεριφορά ΦΔ του γονέα έχει θετική επίδραση σ' αυτή που εκδηλώνεται από τα παιδιά τους. Το εύρημα αυτό συμφωνεί και με τα αποτελέσματα άλλων ερευνών (Bois, et al., 2005; Leary, Lilly, Dino, Loprinzi, & Cottrell, 2013) κατά τις οποίες προέκυψε θετική συσχέτιση ΦΔ γονέα με τη ΦΔ του παιδιού. Η συγκεκριμένη διαπίστωση υποστηρίζεται και από το

πλαίσιο Γονικής Κοινωνικοποίησης της Eccles (1993), σύμφωνα με το οποίο οι γονείς ασκούν επίδραση στα παιδιά τους και δια της υποδειγματικής συμπεριφοράς. Ενώ σύμφωνα με τον Bandura (1986), η συμπεριφορά ΦΔ των γονέων (Role-Modeling) και η ταυτοποίηση των παιδιών με τους γονείς τους θεωρείται έως σημαντική μορφή επίδρασης, καθώς τα παιδιά αναπαράγουν τη συμπεριφορά των γονέων, δια μέσω της παρατήρησης κατά τη διαδικασία κοινωνικοποίησης. Γνωρίζοντας οι γονείς ότι η δική τους συμπεριφορά ΦΔ μπορεί να αποτελέσει ένα μοντέλο προς υιοθέτηση από τα παιδιά τους, παρακινούνται και οι ίδιοι να γίνουν πιο ενεργητικοί και κατά συνέπεια γονείς και παιδιά θα γίνονται πιο ενεργητικοί. Η ανάπτυξη στρατηγικών που θα στοχεύουν στην αύξηση της ΦΔ και των γονέων δια μέσου του σχολείου θα μπορούσε να συνεισφέρει σημαντικά. Η διοργάνωση και καθιέρωση δομημένων κατάλληλων αθλητικών δραστηριοτήτων για τους γονείς των μαθητών στα πλαίσια του σχολείου, η θεσμοθέτηση για παράδειγμα «*Ημέρα Άθλησης Γονέων*», θα μπορούσε να στρατολογήσει γονείς υποστηρικτές της ΦΔ, και να δώσει την ευκαιρία στους μαθητές να δουν τους γονείς τους να συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες.

Η παρούσα έρευνα είναι από τις πρώτες μελέτες μέτρησης των αντιλήψεων των γονέων σε σχέση με την σχολική ΦΑ και τη ΦΔ εκτός σχολείου. Ωστόσο, στηρίχθηκε σε ερωτηματολόγια αυτο-αναφοράς και έτσι υπάρχει ο κίνδυνος για σημείωση της τάσης του κοινωνικά αποδεκτού ή κακής κατανόησης του περιεχομένου των ερωτήσεων. Επίσης, η κλίμακα της σπουδαιότητας της ΦΑ (2 ερωτήματα) εμφάνισε χαμηλό δείκτη αξιοπιστίας και τα αποτελέσματα που αφορούν τη μεταβλητή αυτή θα πρέπει να ερμηνεύονται με προσοχή. Επιπλέον, εφαρμόστηκε ένας εγκάρσιος σχεδιασμός και τα αποτελέσματα της έρευνας δεν μπορούν να περιγράψουν σχέση αιτίας και αιτιατού. Παρόλα αυτά, η παρούσα μελέτη προσφέρει σημαντικές διαπιστώσεις σχετικά με τις αντιλήψεις των γονέων για το μάθημα της ΦΑ, αλλά και τη ΦΔ εκτός σχολείου, και αναδεικνύουν ερμηνείες που συζητιούνται στο πλαίσιο των θεωρητικών απόψεων που έχουν διατυπωθεί για το ρόλο των γονέων στην άσκηση των παιδιών τους. Δεδομένου ότι πολλαπλασιάζονται οι μελέτες για τη διερεύνηση της σημασίας που αποδίδεται στη ΦΑ από μαθητές, ΚΦΑ και γονείς, μελλοντικές έρευνες αξίζει να μελετήσουν και τις αντιλήψεις των προϊσταμένων αρχών (Σχολικοί Σύμβουλοι, Διευθυντές Εκπαίδευσης, Συντονιστές Γραφείου ΦΑ, Διευθυντές Σχολείων) που εμπλέκονται στο σχεδιασμό του προγράμματος και στην εφαρμογή του μαθήματος, ώστε να υπάρξει μια πληρέστερη εικόνα στη θεώρηση του μαθήματος της ΦΑ.

Σημασία για την Ποιότητα Ζωής

Η διαπίστωση της παρούσας εργασίας ότι η συμπεριφορά ΦΔ του γονέα προβλέπει αυτή που εκδηλώνετε από τα τέκνα αλλά και το γεγονός ότι στην Ελλάδα ο θεσμός της οικογένειας είναι ισχυρός, η οικογένεια αποτελεί το πρώτο σχολείο της ζωής, θα μπορούσε να σηματοδοτήσει πλαίσια ανάπτυξης άσκησης και σε επίπεδο οικογένειας. Η ενσωμάτωση συμπεριφορών ΦΔ, η οποία καλλιεργείται από μικρή ηλικία, υιοθετείται και στην ενήλικη ζωή και οδηγεί στην ολική υγεία και ευημερία του ατόμου.

Σημασία για τη Φυσική Αγωγή

Στην παρούσα έρευνα διαπιστώθηκε ότι ο γνωστικός τομέας της ΦΑ επιδρά θετικά στις αντιλήψεις των γονέων για τη ΦΑ και τη ΦΔ εκτός σχολείου, αφήνοντας να φανεί ότι η ανάπτυξη συμπεριφορών «*δια βίου*» άσκησης διέπουν τις αντιλήψεις των γονέων. Η σημαντικότητα της ΦΔ εκτός σχολείου επιδρά στη γονική υποστήριξη για άσκηση συνεπώς θα μπορούσε το περιεχόμενο της ΦΑ να περιλαμβάνει χαρακτηριστικά της ΦΔ εκτός σχολείου. Ενώ αξίζει να σημειωθεί ότι η παρούσα έρευνα έδωσε τη δυνατότητα στους γονείς του δείγματος να συνειδητοποιήσουν ότι το μάθημα της ΦΑ εφαρμόζεται με συγκεκριμένους στόχους αποσκοπώντας στην ολόπλευρη ανάπτυξη του μαθητή.

Βιβλιογραφία

- Anderssen, N., Wold, B., Torsheim, T. (2006). Are parental health habits transmitted to their children? An eight year longitudinal study of physical activity in adolescents and their parents. *Journal of Adolescence*, 29, 513-524.
- Bandura, A., & Cervone, D. (1986). Differential engagement of self-reactive influences in cognitive motivation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 38, 92-113.
- Barkoukis, V., & Hagger, M. S. (2009). A test of the trans-contextual model of motivation in Greek high-school pupils. *Journal of Sport Behavior*, 32, 152-174.

- Barkoukis, V., & Hagger, M. S. (2013). The trans-contextual model: perceived learning and performance motivational climates as analogues of perceived autonomy support. *European Journal of Psychology of Education, 28*, 353-372.
- Barkoukis, V., Hagger, M. S., Lambropoulos, G., & Tsorbatzoudis, H. (2010). Extending the trans-contextual model in physical education and leisure-time contexts: Examining the role of basic psychological need satisfaction. *British Journal of Educational Psychology, 80*, 647-670.
- Bentley, G. F., Goodred, J. K., Jago, R., Sebire, S. J., Patricia, J. Lucas, et al., (2012). Parents' views on child physical activity and their implications for physical activity parenting interventions: a qualitative study. *BMC Pediatrics, 12*, 180.
- Bois, J. E., Sarrazin, P. G., Brustad, R. J., Trouilloud, D., & Cury, F. (2005). Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modeling behaviours and perceptions of their child's competence. *Psychology of Sport and Exercise, 6*, 381-397.
- Dempsey, J. M., Kimiecik J. C., & Horn T. S. (1993). Parental influence on children's moderate to vigorous physical activity participation: An expectancy-value approach. *Pediatric Exercise Science, 5*, 151 -167.
- Diacin, M., DeSensi, J. T. (2013). Parents' value assessments, outcome expectations and support towards their child's recreational sport participation experiences. *The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research, 2*, 1-12.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., & McDonough, M. H. (2009). Parents' perceptions of child to parent socialization in organized youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31*, 444-468.
- Edwardson, C. L., & Gorely, T. (2010). Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise, 11*, 522-535.
- Eccles, J. S., Wigfield, A., & Schiefele, U., (1998). Motivation to succeed. In Damon W. (Series Ed.) Eisenberg N. (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Social, emotional and personality development* (5th ed., pp. 1017-1094). New York: Wiley.
- Eccles, J. S. (2005). Subjective task value and Eccles et al. Model of achievement related choices. In A. J. Elliott, & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 105-121). New York: Guilford Press.
- Eccles, J. S., Freedman-Doan, C., Frome, P. M., Jacobs, J. E., & Yoon, K. S. (2000). Gender role socialization in the family: a longitudinal approach. In T. Eckes, & H. Trautner (Eds.), *The developmental social psychology of gender* (pp. 333-360). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Eccles, J. S. (1983). Expectancies values and academic behaviors. In J. T. Spence (Ed.), *Achievement and achievement motivations* (pp. 75-146). San Francisco, CA: Freeman.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology, 53*, 109-132.
- Fredericks, J. A., & Eccles, J. S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 144-164). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Fredricks, J., & Eccles, J. (2002). Children's competence and value beliefs from childhood through adolescence: growth trajectories in two male-sex-typed domains. *Developmental Psychology, 38*, 519-533.
- Fredricks, J., & Eccles, J. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 27*, 3-31.
- Godin, G. & Shephard, R. J. (1985). A simple method to assess exercise behavior in the community. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences, 10*, 141-146.
- Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine, 36*, 79-97.
- Hagger, M. S., Biddle, S. J. H., Chow, E. W., Stambulova, N., & Kavussanu, M. (2003). Physical self-perceptions in adolescence: Generalize ability of a hierarchical multidimensional model across three cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 34*, 611-628.
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, L. D., Barkoukis, V., Wang, C. K., & Baranowski J. J. (2005). Perceived autonomy support in physical education and leisure-time physical activity: A cross-cultural evaluation of the trans-contextual model. *Journal of Educational Psychology, 97*, 376-390.
- Hamilton, K., & White, K. M. (2010). Understanding parental physical activity: Meanings, habits, and social role influence. *Psychology of Sport and Exercise, 11*, 275-285.
- Hofer, W. R., McKenzie, T. L., Sallis, J. F., Marshall, S. J., & Conway, T. L. (2001). Parental provision of transportation for adolescent physical activity. *American Journal of Preventive Medicine, 21*, 48-51.
- Jacobs, J. E., Vernon, M. K., & Eccles, J. S. (2005). Activity choices in middle childhood: The roles of gender, self-beliefs, and parents' influence. In J. L. Mahoney, R. W. Larson, & J. S. Eccles (Eds.), *Organized activi*

- ties as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs (pp. 235-254). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Kriska, A. M., & Caspersen, C. J. (1997). Introduction to a collection of physical activity questionnaires. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 29, 5-9.
- Lau, R., Quadrel, M. J., & Hartman, K. A. (1990). Development and change of young adults' preventive health beliefs and behaviour: influence of parents and peers. *Journal of Health and Social Behavior*, 31, 240-259.
- Leary, J. M., Lilly, C. L., Dino, G., Loprinzi, P. D., & Cottrell, L. (2013). Parental influences on 7-9 year olds' physical activity: A conceptual model. *Preventive Medicine*, 56, 341-344.
- Loprinzi, P. D., & Trost, S. G., (2010). Parental influences on physical activity behavior in preschool children. *Preventive Medicine*, 50, 129-133.
- Martinent, G., Naisseh, M., Ferrand, C., Bois, J. E., & Hautier, C. (2013). Development and evaluation of the psychometric properties of the parents' Perceptions of Physical Activity Importance and their Children's Ability Questionnaire (PPAICAQ). *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 719-727.
- McElroy, M. (2002). Resistance to exercise. A social analysis of inactivity. *Human Kinetics*, 4.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Murcia, J. A. M., Coll, D. G.-C., & Ruiz Perez, L. M. (2009). Self-Determined motivation and physical education importance. *Human Movement*, 10, 5-11.
- National Association for Sport and Physical Education NASPE. (2004). *Moving into the future: National standards for physical education* (2nd ed.) Reston, VA: Author.
- O'Connor, T. M., Jago, R., & Baranowski, T. (2009). Engaging parents to increase youth physical activity a systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 37, 141-149.
- Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The importance of parents' behavior in their children's enjoyment and amotivation in sports. *Journal of Human Kinetics volume*, 36, 169-177.
- Shephard, R., & Trudeau, F. (2000). The legacy of physical education: Influences on adult lifestyle. *Pediatric Exercise Science*, 12, 34-50.
- Slater, A., Bowen, J., Corsini, N., Gardner, C., Golley, R., & Noakes, M. (2009). Understanding parent concerns about children's diet, activity and weight status: an important step towards effective obesity prevention interventions. *Public Health Nutrition*: 13, 1221-1228.
- Thorn, J. E., DeLellis, N., Chandler, J. P., & Boyd, K. (2013). Parent and child self-reports of dietary behaviors, physical activity, and screen time. *The Journal of Pediatrics*, 162, 557-61.
- Trost, G. S., Sallis, J. F., Pate, R. R., Freedson P. S., Taylor W. C., Dowda, M. (2003). Evaluating a model of parental influence on youth physical Activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 25, 4.
- Welk, G. J., Wood, K., & Morss, G., (2003). Parental influences on physical activity in children: an exploration of potential mechanisms. *Pediatric Exercise Science*, 15, 19-33.
- Wilson, K. S., Spink, K. S., & Priebe C. S. (2010). Parental social control in reaction to a hypothetical lapse in their child's activity: The role of parental activity and importance. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 231-237.
- Γούδας, Μ., Χασάνδρα, Μ., Παπαχαρίσης, Β., & Γεροδήμος, Β. (2006). *Φυσική Αγωγή Α' Γυμνασίου Βιβλίο Εκπαιδευτικού*. Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Αθήνα Οργανισμός Εκδόσεων Διδακτικών Βιβλίων.
- Μπουρνέλλη, Π., Κουτσούκη, Δ., Ζωγράφου, Μ., Μαριδάκη, Μ., Χατζόπουλος, Δ., & Αγαλιανού, Ο. (2006). *Φυσική Αγωγή Α & Β Δημοτικού Βιβλίο Εκπαιδευτικού*. Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Αθήνα Οργανισμός Εκδόσεων Διδακτικών Βιβλίων.
- Χασάνδρα, Μ., Τσιαούση, Λ., Ζήση, Β., Καρατζαφέρη, Χ., & Θεοδωράκης, Γ., (2013). Η επίδραση της Άσκησης, του Καπνίσματος και του Αλκοόλ στην Ποιότητα Ζωής Εκπαιδευομένων σε Κέντρα Δια Βίου Μάθησης. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 11, 9-21.

Υπεύθυνος έκδοσης: Ελληνική Ακαδημία Φυσικής Αγωγής. **Υπεύθυνος συντακτικής επιτροπής:** Γιάννης Θεοδωράκης, **Επιμελητές έκδοσης:** Βάσω Ζήση, Βασίλης Γεροδήμος, Αντώνης Χατζηγεωργιάδης, Θανάσης Τσιόκανος, Αθανάσιος Τζιαμούρτας, Γιώργος Τζέτζης, Θωμάς Κουρτέσης, Ευάγγελος Αλμπανίδης, Κων/να Δίπλα. **Διαχείριση-επιμέλεια-στοιχειοθεσία:** Στέφανος Πέρκος, Βασίλης Μπούγλας.

Editor -in- Chief: Hellenic Academy of Physical Education, **Head of the editorial board:** Yannis Theodorakis, **Editorial Board:** Vaso Zissi, Vasilis Gerodimos, Antonis Chatzigeorgiadis, Thanassis Tsiokanos, Athanasios Jamurtas, Giorgos Tzetzis, Thomas Kourtessis, Evangelos Albanidis, Konstantina Dipla. **Editorial management:** Stefanos Perkos, Vasilis Bouglas.