



**Η συνολική στάση των μαθητών από δημόσια σχολεία των νομών Αττικής και
Θεσσαλονίκης έναντι στη φυσική δραστηριότητα**

Καρακατσάνης¹ Κ., Κυπραίος¹ Γ., Μουντάκης¹ Κ., Στεργιούλας¹ Α., Τριγώνης² Ι.

¹Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τμήμα Οργάνωσης & Διαχείρισης Αθλητισμού

²Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Υπεύθυνος Επικοινωνίας:

Καρακατσάνης Κωνσταντίνος

E-mail: kkarakat@phyed.duth.gr

Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής, Vol.9, pp.1-12, 2015

© 2015 J.S.T.a.R. All rights reserved. ISSN: 1792-1686

To link to this article: <http://jstar.gr/Contents.aspx?Y=2015&V=9&Is=a>

Η συνολική στάση των μαθητών από δημόσια σχολεία των νομών Αττικής και Θεσσαλονίκης έναντι στη φυσική δραστηριότητα

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει την επίδραση του φύλου, της ηλικίας, των διαφορετικών κατηγοριών σωματικής υγείας και των διαφορετικών διευθύνσεων εκπαίδευσης όπου ανήκουν τα σχολεία των μαθητών, ως προς τη στάση τους έναντι στη φυσική δραστηριότητα. Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά 20932 μαθητές (10378 αγόρια και 10554 κορίτσια) ηλικίας από 11 έως 18 ετών, οι οποίοι φοιτούσαν στα δημοτικά σχολεία (5385), στα γυμνάσια (8006) και στα λύκεια (7541) των Νομών Αττικής και Θεσσαλονίκης. Η επιλογή του δείγματος έγινε με στρωματοποιημένη τυχαία δειγματοληψία. Από την ανάλυση (t-test) για ανεξάρτητα δείγματα, διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δυο φύλων (αγόρια-κορίτσια) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($t=21.688$, $df=20223$, $p < .05$). Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (One Way ANOVA) διαπιστώθηκαν: α) στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών ηλικιακών ομάδων [11-12 ετών (μαθητές Ε' & ΣΤ' Δημοτικού), 13-15 ετών (μαθητές Γυμνασίου) και 16-18 ετών (μαθητές Λυκείου)] ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($F_{(2,20222)}=40.559$, $p < .05$). β) στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών κατηγοριών των δεικτών μάζας σώματος (ελλιποβαρείς-φυσιολογικοί-υπέρβαροι και παχύσαρκοι), ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($F_{(3,20221)}=50.713$, $p < .05$). γ) στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών διευθύνσεων εκπαίδευσης (Α' Αθήνας, Β' Αθήνας, Γ' Αθήνας, Δ' Αθήνας, Ανατολική Αττική, Δυτική Αττική, Πειραιάς, Ανατολική Θεσσαλονίκη και Δυτική Θεσσαλονίκη), ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($F_{(8,20216)}=10.088$, $p < .05$). Η παρούσα έρευνα μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την κατανόηση των στάσεων των μαθητών έναντι της φυσικής δραστηριότητας ώστε να ενισχυθούν οι ομάδες αυτές και να αποκτήσουν θετικότερη στάση καθώς και στο σχεδιασμό γειτονιών με υποδομές φιλικότερες και ελκυστικότερες για φυσικές δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.

Λέξεις κλειδιά: στάσεις, φυσική δραστηριότητα, δομημένο περιβάλλον

The attitude of students from public schools towards physical activity on the whole in the prefectures of Attica and Thessaloniki

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effect of gender, age, physical health of different categories and different education directorates where pupils schools belong, in their attitude towards physical activity. 20 932 students voluntarily participated in this survey (10378 boys and 10554 girls) aged 11-18 years who were enrolled in elementary schools (5385), junior high schools (8006) and senior high schools (7541) in the prefectures of Attica and Thessaloniki. The selection of the sample was stratified random sampling. The analysis (t-test) for independent samples, there were statistically significant differences between the two sexes (boys-girls) in their attitude towards physical activity ($t = 21.688$, $df = 20223$, $p < .05$). Since the variance analysis of one factor (One Way ANOVA) revealed: a) statistically significant differences between different age groups [11-12 years (elementary school students), 13-15 years (junior high school students) and 16 -18 years (senior high school students)] as to their attitude towards physical activity ($F (2,20222) = 40.559$, $p < .05$). b) statistically significant differences between different categories of physical health (underweight-normal-overweight and obese), in their attitude towards physical activity ($F (3,20221) = 50.713$, $p < .05$). c) statistically significant differences between different education directorates (A Athens, B Athens, C Athens, D Athens, East Attica, West Attica, Piraeus, East Thessaloniki and West Thessaloniki), in their attitude towards physical activity ($F (8,20216) = 10.088$, $p < .05$). This research can be used to understand the students' attitudes towards physical activity in order to strengthen these groups and acquire positive attitudes and to design neighborhoods with infrastructure-friendly and attractive to physical leisure activities.

Key words: attitudes, physical activity, built environment.

Η συνολική στάση των μαθητών από δημόσια σχολεία των νομών Αττικής και Θεσσαλονίκης έναντι στη φυσική δραστηριότητα

Εισαγωγή

Σύμφωνα με την Αμερικανική παιδιατρική Ακαδημία, περίπου το 32% των παιδιών στην Αμερική είναι υπέρβαρα. Η έλλειψη σωματικής άσκησης συμβάλλει σε αυτά τα υψηλά ποσοστά. Η επιτροπή σχετικά με τη περιβαλλοντική υγεία (2009), αναφέρει ότι το δομημένο περιβάλλον επηρεάζει τις ευκαιρίες για φυσική δραστηριότητα στα παιδιά. Οι γειτονίες και οι κοινότητες πρέπει να έχουν σωστό σχεδιασμό και να παρέχουν ευκαιρίες για φυσική δραστηριότητα με πάρκα και ανοικτούς χώρους, ώστε τα παιδιά να κατορθώνουν τα 60 λεπτά συνιστώμενης φυσικής δραστηριότητας ημερησίως. Τα παιδιά μπορούν να συμμετάσχουν σε φυσικές δραστηριότητες ως μέρος της καθημερινότητάς τους, όπως είναι η διαδρομή για το σχολείο.

Η έρευνα των Goran, Reynolds και Lindquist (1999), εστίασε στο ρόλο της σωματικής δραστηριότητας στην πρόληψη της παχυσαρκίας. Τόνισε, ότι τα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας στα παιδιά είναι εξαιρετικά μεταβλητά και επηρεάζονται από ένα πλήθος καθοριστικών παραγόντων, συμπεριλαμβανομένων των φυσιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικοπολιτισμικών και περιβαλλοντικών. Παρά το γεγονός ότι η σχέση μεταξύ της φυσικής δραστηριότητας και της παχυσαρκίας είναι αμφιλεγόμενη και ο προστατευτικός μηχανισμός ασαφής, η σωματική δραστηριότητα προστατεύει τα άτομα από την ανάπτυξη της παχυσαρκίας αυξάνοντας την ενεργειακή δαπάνη και το μεταβολικό ρυθμό ηρεμίας, καθώς συμβάλλει σε μια ευνοϊκή αξιοποίηση των πηγών ενέργειας. Ελεγχόμενα παρεμβατικά προγράμματα άσκησης εφαρμόστηκαν στα σχολεία, τις οικογένειες, τις κοινότητες προτείνοντας υποσχόμενες στρατηγικές για την πρόληψη της παιδικής παχυσαρκίας. Κατέληξαν, ότι είναι πιθανό να υπάρχει μια πιο επιτυχημένη πρόληψη της παχυσαρκίας αν οι δραστηριότητες προώθησης περιλάμβαναν θεωρία, ένα πολιτισμικά κατάλληλο σχολείο και παρεμβάσεις από την οικογένεια και την κοινότητα.

Στην έρευνα των Holt, Spence, Sehn και Cutumisu (2007), μεταξύ 2 διαφορετικών γειτονιών, φάνηκε ότι τα παιδιά που διέμεναν σε γειτονίες με χαμηλή ικανότητα για περπάτημα έπαιζαν στο σπίτι τους σε σχέση με τα παιδιά που διέμεναν σε γειτονίες με υψηλή ικανότητα περπατήματος που έπαιζαν έξω και ήταν πιο φυσικά δραστήρια.

Σύμφωνα με τους Pate και συν. (2008), οι υποδομές για πολλαπλές φυσικές δραστηριότητες εντός δικτύου 1 χιλιομέτρου γύρω από το σπίτι έφηβων κοριτσιών συνδέονταν με αυξημένη φυσική δραστηριότητα για τα κορίτσια. Πολλά είδη από αυτές τις υποδομές συνδέονταν με υψηλής έντασης φυσική δραστηριότητα.

Σε έρευνα των Graham, Sirard και Neumark-Sztainer (2011), οι έφηβοι που είχαν θετικότερη στάση έναντι στα αθλήματα, την άσκηση και τη φυσική κατάσταση ήταν περισσότερο δραστήριοι 5 και 10 χρόνια αργότερα, γεγονός που υποδηλώνει ότι οι προσπάθειες για την προώθηση της φυσικής δραστηριότητας στους νέους μπορούν να επωφεληθούν από τις στοχευμένες συμπεριφορές που σχετίζονται με τη φυσική δραστηριότητα.

Σύμφωνα με τους Heitzler, Martin, Duke και Huhman 2006, τα παιδιά ηλικίας 9-13 ετών και οι γονείς τους είχαν θετική άποψη για τα οφέλη της οργανωμένης και ελεύθερου χρόνου φυσικής δραστηριότητας. Η άποψη των παιδιών για υποστήριξη από το γονέα συνδέονταν με τις οργανωμένες δραστηριότητες, ενώ το αίσθημα ασφάλειας, το να υπάρχουν αρκετά μέρη για φυσική δραστηριότητα και η συμμετοχή του γονέα συνδέονταν με τη συμμετοχή σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.

Στην έρευνά τους οι Subramaniam και Silverman (2007), εξέτασαν τη στάση των μαθητών γυμνασίου έναντι της φυσικής αγωγής. Σκοπός της έρευνας ήταν να εξακριβώσει εάν το διαφορετικό φύλο και η διαφορετική ηλικία επηρέαζαν τη στάση των μαθητών έναντι της φυσικής αγωγής. Συνολικά, οι μαθητές είχαν θετική στάση έναντι της φυσικής αγωγής, ενώ παρουσιάστηκε μείωση στις τιμές των στάσεων καθώς οι μαθητές προχωρούσαν τάξη.

Η έρευνα των Deforche, Bourdeaudhuij και Tanghe (2006), εξέτασε τις διαφορές στη φυσική δραστηριότητα και στις στάσεις έναντι της φυσικής δραστηριότητας σε εφήβους με διαφορετικό επίπεδο σωματικής υγείας. Η στάση έναντι της φυσικής δραστηριότητας μετρήθηκε με την αξιολόγηση των αντιλαμβανόμενων οφελών και εμποδίων. Τα αποτελέσματα της έρευνάς τους έδειξαν ότι η συμμετοχή στα αθλήματα ήταν υψηλότερη στους φυσιολογικούς σε σύγκριση με τους υπέρβαρους και τους παχύσαρκους. Δεν παρατηρήθηκαν διαφορές στη φυσική δραστηριότητα ελεύθερου χρόνου μεταξύ των ομάδων. Τα αντιλαμβανόμενα οφέλη δεν διέφεραν μεταξύ των ομάδων, αλλά οι φυσιολογικοί αντιλαμβάνονταν λιγότερα εμπόδια από ότι οι υπέρβαροι και οι παχύσαρκοι. Οι παχύσαρκοι έφηβοι είχαν λιγότερο θετική στάση σε σύγκριση με τους φυσιολογικούς και τους υπέρβαρους. Η συμμετοχή σε αθλήματα, προβλέπονταν από τον αντιλαμβανόμενο όφελος «ευχαρίστηση» και από το αντιλαμβανόμενο εμπόδιο

«δεν μου αρέσει» αφού λήφθηκαν υπόψη τα επίπεδα σωματικής υγείας. Η σχέση μεταξύ της συμμετοχής στα αθλήματα και της στάσης δεν μετριάζονταν από το επίπεδο της σωματικής υγείας. Κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι υπέρβαροι και παχύσαρκοι έφηβοι δείχνουν μικρότερη συμμετοχή στα αθλήματα και έχουν λιγότερο θετική στάση έναντι της φυσικής δραστηριότητας.

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει την επίδραση του φύλου, της ηλικίας, των διαφορετικών κατηγοριών σωματικής υγείας και των διαφορετικών διευθύνσεων εκπαίδευσης όπου ανήκουν τα σχολεία των μαθητών, στη στάση τους έναντι στη φυσική δραστηριότητα.

Μεθοδολογία

Δείγμα

Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά 20932 μαθητές (10378 αγόρια και 10554 κορίτσια) ηλικίας από 11 έως 18 ετών, οι οποίοι φοιτούσαν στα δημοτικά σχολεία (5385), στα γυμνάσια (8006) και στα λύκεια (7541) των Νομών Αττικής και Θεσσαλονίκης. Η επιλογή του δείγματος έγινε με στρωματοποιημένη τυχαία δειγματοληψία.

Όργανα μέτρησης

Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκαν τα παρακάτω όργανα μέτρησης:

Ερωτηματολόγιο:

Αξιολόγηση της στάσης των παιδιών έναντι της φυσικής δραστηριότητας (CATPA) Children's Attitudes Towards Physical Activity (Schutz, Smoll, Carre & Mosher, 1985). 7 θέματα σε 5βάθμια κλίμακα.

Ηλεκτρονική ζυγαριά και αναστημόμετρο.

Για τον υπολογισμό του δείκτη μάζας σώματος. Ο υπολογισμός έγινε με βάση το λόγο του βάρους του κάθε μαθητή σε κιλά, προς το τετράγωνο του ύψους του σε μέτρα, δημιουργώντας 4 επίπεδα (ελλιποβαρής, φυσιολογικός, υπέρβαρος και παχύσαρκος).

Διαδικασία συλλογής δεδομένων

Οι μαθητές και οι μαθήτριες κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους 2012-2013 συμπλήρωσαν εθελοντικά ένα ερωτηματολόγιο με την παρουσία και τις οδηγίες του ερευνητή, σε μια διδακτική ώρα, όπου παρέμεινε ανώνυμο, με τη στάση τους έναντι στη φυσική δραστηριότητα. Κατόπιν, μετρήθηκε το ύψος και το βάρος τους όπου και προσδιορίστηκε ο δείκτης μάζας σώματος του κάθε μαθητή.

Στατιστική ανάλυση

Για τη στατιστική ανάλυση της έρευνας χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο spss (10.0). Πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (One Way Ανονα), καθώς και t-test για ανεξάρτητα δείγματα για να διαπιστωθούν αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις στάσεις των μαθητών έναντι της φυσικής δραστηριότητας.

Αποτελέσματα

Από τους 20932 μαθητές που εθελοντικά έλαβαν μέρος στην έρευνα οι 10378 ήταν αγόρια (49,6%) και τα 10554 ήταν κορίτσια (50,4%). Οι μαθητές του Δημοτικού ήταν 5385 (25,7%), οι μαθητές του Γυμνασίου 8006 (38,2%) και οι μαθητές του Λυκείου 7541 (36,0%). Οι μαθητές με βάση τις κατηγορίες του δείκτη μάζας σώματος ήταν το 4,2% ελλιποβαρείς, το 64% φυσιολογικοί, το 24,6% υπέρβαροι και το 7,2% παχύσαρκοι.

Πίνακας 1. Περιγραφικά στοιχεία του δείγματος

Μαθητές	Συχνότητα	Ποσοστό
Αγόρια	10378	49,60%
Κορίτσια	10554	50,40%
Δημοτικό	5385	25,70%
Γυμνάσιο	8006	38,30%
Λύκειο	7541	36%
Ελλιποβαρείς	882	4,20%
Φυσιολογικοί	13398	64%
Υπέρβαροι	5145	24,60%
Παχύσαρκοι	1507	7,20%

Από την ανάλυση (t-test) για ανεξάρτητα δείγματα, διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δυο φύλων (αγόρια-κορίτσια) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($t=21.688$, $df=20223$, $p < .05$). Συγκεκριμένα, οι μαθήτριες σημείωσαν υψηλότερες τιμές (M.O.=20.65, $SD \pm 2.67$) σε σχέση με τους μαθητές (M.O.=19.81, $SD \pm 2.86$) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας. Αναλυτικότερα, για κάθε μια στάση ξεχωριστά, οι μεγαλύτερες διαφορές ($p \leq .000$) παρουσιάστηκαν στη στάση « Παίρνετε μέρος σε φυσικές δραστηριότητες που έχουν αρμονικές και ρυθμικές κινήσεις (π.χ. χορός, ενόργανη, ρυθμική γυμναστική), πως αισθάνεστε;», με τις μαθήτριες να σημειώνουν υψηλότερες τιμές (M.O.=21.83, $SD \pm 4.34$) σε σχέση με τους μαθητές (M.O.=15.55, $SD \pm 6.63$).

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (One Way ANOVA) διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών ηλικιακών ομάδων [11-12 ετών (μαθητές Ε΄ & ΣΤ΄ Δημοτικού), 13-15 ετών (μαθητές Γυμνασίου) και 16-18 ετών (μαθητές Λυκείου)] ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($F_{(2,20222)}=40.559$, $p<.05$). Συγκεκριμένα, εφαρμόστηκε το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe και διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των μαθητών του Δημοτικού και των μαθητών του Γυμνασίου και Λυκείου. Οι μαθητές του δημοτικού σημείωσαν υψηλότερες τιμές (M.O.=20.54, SD±2.82) σε σχέση με τους μαθητές του γυμνασίου (M.O.=20.14, SD±2.72) και τους μαθητές του Λυκείου (M.O.=20.13, SD±2.84) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας (Σχήμα 2).

Αναλυτικότερα, για κάθε στάση ξεχωριστά, οι μεγαλύτερες διαφορές $F_{(2,20570)}=102.010$, $p<.05$) παρουσιάστηκαν στη στάση « Παίρνετε μέρος σε φυσικές δραστηριότητες που έχουν αρμονικές και ρυθμικές κινήσεις (π.χ. χορός, ενόργανη, ρυθμική γυμναστική), πως αισθάνεστε;», με τους μαθητές του Δημοτικού να σημειώνουν υψηλότερες τιμές (M.O.=19.81, SD±6.09) σε σχέση με τους μαθητές του Γυμνασίου (M.O.=18.45, SD±6.49) και τους μαθητές του Λυκείου (M.O.=18.28, SD±6.46).

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (One Way ANOVA), διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών κατηγοριών των δεικτών μάζας σώματος (ελλιποβαρείς-φυσιολογικοί-υπέρβαροι και παχύσαρκοι), ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($F_{(3,20221)}=50.713$, $p<.05$). Συγκεκριμένα, εφαρμόστηκε το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe και διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ της ομάδας των παχύσαρκων με τους ελλιποβαρείς, τους φυσιολογικούς και τους υπέρβαρους. Οι παχύσαρκοι μαθητές σημείωσαν χαμηλότερες τιμές (M.O.=19.50, SD±2.78) σε σχέση με τους ελλιποβαρείς (M.O.=20.15, SD±2.76), με τους φυσιολογικούς (M.O.=20.38, SD±2.78) και με τους υπέρβαρους (M.O.=20.09, SD±2.80) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας (Σχήμα 3).

Αναλυτικότερα, για κάθε στάση ξεχωριστά, οι μεγαλύτερες διαφορές ($F_{(3,20583)}=38.859$, $p<.05$) παρουσιάστηκαν στη στάση «Παίρνετε μέρος σε επικίνδυνες φυσικές δραστηριότητες που έχουν γρήγορη κίνηση και γρήγορη αλλαγή κατεύθυνσης, πως αισθάνεστε;», με τους παχύσαρκους να σημειώνουν χαμηλότερες τιμές (M.O.=17.05, SD±5.69) σε σχέση με τους ελλιποβαρείς (M.O.=17.65, SD±5.67), τους υπέρβαρους (M.O.=18.06, SD±5.69) και τους φυσιολογικούς (M.O.=18.56, SD±5.78).

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (One Way ANOVA), διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών διευθύνσεων εκπαίδευσης (Α΄ Αθήνας, Β΄ Αθήνας, Γ΄ Αθήνας, Δ΄ Αθήνας, Ανατολική Αττική, Δυτική Αττική, Πειραιάς, Ανατολική Θεσσαλονίκη και Δυτική Θεσσαλονίκη), ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας ($F_{(8,20216)}=10.088, p<.05$).

Συγκεκριμένα, εφαρμόστηκε το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe και διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των διευθύνσεων της Ανατολικής Θεσσαλονίκης με της Α΄ Αθήνας, Β΄ Αθήνας, Γ΄ Αθήνας, Ανατολικής Αττικής και Πειραιά, καθώς και των διευθύνσεων της Δυτικής Θεσσαλονίκης με της Β΄ Αθήνας, Γ΄ Αθήνας, Ανατολικής Αττικής και Πειραιά. Οι μαθητές από την Ανατολική Θεσσαλονίκη σημείωσαν υψηλότερες τιμές (M.O.=20.51, SD±3.01) σε σχέση με τους μαθητές της Α΄ Αθήνας (M.O.=20.21, SD±2.66), με της Β΄ Αθήνας (M.O.=20.13, SD±2.96) με της Ανατολικής Αττικής (M.O.=20.10, SD±2.84), με της Γ΄ Αθήνας (M.O.=20.09, SD±2.75) και με του Πειραιά (M.O.=19.98, SD±2.60) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας. Επίσης οι μαθητές από την Δυτική Θεσσαλονίκη σημείωσαν υψηλότερες τιμές (M.O.=20.45, SD±2.78) σε σχέση με τους μαθητές της Β΄ Αθήνας (M.O.=20.13, SD±2.96) με της Ανατολικής Αττικής (M.O.=20.10, SD±2.84), με της Γ΄ Αθήνας (M.O.=20.09, SD±2.75) και με του Πειραιά (M.O.=19.98, SD±2.60) ως προς τη στάση τους έναντι της φυσικής δραστηριότητας (Σχήμα 4).

Αναλυτικότερα, για κάθε στάση ξεχωριστά, οι μεγαλύτερες διαφορές ($F_{(8,20800)}=11.026, p<.05$) παρουσιάστηκαν στη στάση «Παίρνετε μέρος σε φυσικές δραστηριότητες που σας δίνουν την ευκαιρία να συναντήσετε καινούργιους ανθρώπους, πως αισθάνεστε;», με τους μαθητές από τη διεύθυνση της Ανατολικής Θεσσαλονίκης και Δυτικής Θεσσαλονίκης να σημειώνουν υψηλότερες τιμές (M.O.=21.37, SD±4.92) και (M.O.=21.39, SD±3.48) αντίστοιχα, σε σχέση με τους μαθητές από τη διεύθυνση της Δ΄ Αθήνας (M.O.=20.75, SD±3.46), της Ανατολικής Αττικής (M.O.=20.75, SD±3.44), της Γ΄ Αθήνας (M.O.=20.74, SD±3.60) και του Πειραιά (M.O.=20.58, SD±3.44).

Συζήτηση - Συμπεράσματα

Από την ανάλυση των αποτελεσμάτων φαίνεται ότι ο κύριος σκοπός και οι επί μέρους ερευνητικές υποθέσεις της παρούσας έρευνας σε μεγάλο ποσοστό ικανοποιήθηκαν.

Η αύξηση του ποσοστού των παχύσαρκων και υπέρβαρων παιδιών, τα προβλήματα υγείας (διαβήτης τύπου II) που σχετίζονται με έναν καθιστικό και παθητικό τρόπο ζωής, η μείωση του ποσοστού της φυσικής δραστηριότητας της νεολαίας (Sirard, Ainsworth, McIver & Pate 2005), και τα πολλαπλά οφέλη για την υγεία που πηγάζουν από αυτή (Janssen & Leblanc 2010), έχουν στρέψει το βλέμμα της παγκόσμιας επιστημονικής κοινότητας στην ανεύρεση στρατηγικών και πολιτικών για την ενίσχυση της φυσικής δραστηριότητας των παιδιών και των εφήβων.

Όσον αφορά τα αποτελέσματα της έρευνας ήρθαν να στηρίξουν τις αρχικές μας υποθέσεις για τις διαφορές του φύλου, των ηλικιακών κατηγοριών, των κατηγοριών της σωματικής υγείας και των διαφορετικών διευθύνσεων εκπαίδευσης ως προς τις στάσεις των μαθητών έναντι στη φυσική δραστηριότητα.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας τα κορίτσια είχαν θετικότερη στάση έναντι στη φυσική δραστηριότητα σε σχέση με τα αγόρια. Η έρευνά μας έρχεται να συμφωνήσει με την έρευνα των Hicks και συν 2001, όπου σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα, με τα αγόρια να σημειώνουν αρνητικότερη στάση σε σχέση με τα κορίτσια ως προς τη στάση τους έναντι στη φυσική δραστηριότητα.

Επίσης, οι μαθητές του δημοτικού έδειξαν θετικότερη στάση σε σχέση με τους μαθητές του γυμνασίου και του λυκείου ως προς τη στάση τους έναντι στη φυσική δραστηριότητα. Στα ίδια αποτελέσματα κατέληξαν και οι Subramaniam και Silverman (2007), όπου οι μαθητές παρουσίασαν χαμηλότερες τιμές στην στάση τους έναντι στη φυσική αγωγή όσο προχωρούσαν σε μεγαλύτερη τάξη.

Σύμφωνα με την κατάσταση σωματικής υγείας των μαθητών, η έρευνα επιβεβαίωσε την έρευνα των Deforche, Bourdeaudhuij και Tanghe (2006) όπου οι παχύσαρκοι μαθητές είχαν αρνητικότερη στάση σε σχέση με τους ελλιποβαρείς, φυσιολογικούς και υπέρβαρους συμμαθητές τους ως προς τη στάση τους έναντι στη φυσική δραστηριότητα.

Τέλος, από την έρευνα φάνηκε ότι οι μαθητές από την Ανατολική Θεσσαλονίκη έδειξαν θετικότερη στάση έναντι στη φυσική δραστηριότητα σε σχέση με τους συμμαθητές τους από αστικές περιοχές της Αθήνας, καθώς το ίδιο παρατηρήθηκε και με τους μαθητές από τη Δυτική Θεσσαλονίκη σε σχέση με τους μαθητές από τη Β Αθήνας, Γ Αθήνας, Ανατολική Αττική και Πειραιά. Το δομημένο περιβάλλον είναι μια πολυδιάστατη έννοια. Έρευνες δείχνουν 5 αλληλένδετες και συχνά συσχετιζόμενες διαστάσεις του δομημένου περιβάλλοντος στην κλίμακα της γειτονιάς που επηρεάζουν την μετακίνηση

και τη φυσική δραστηριότητα. α) το ποσό της δραστηριότητας σε μια περιοχή β) το μείγμα χρήσης γης γ) η συνδεσιμότητα των δρόμων δ) η κλίμακα των δρόμων ε) η εμφάνιση και η ελκυστικότητα ενός μέρους στ) η κατανομή των δραστηριοτήτων και των υποδομών μετακίνησης κατά μήκος της περιοχής (Handey, S.L., Boarnet, M.G., Ewing, R. & kilingsworth, R.E., 2002).

Ο σχεδιασμός γειτονιάς, η ικανότητα για περπάτημα στη γειτονιά (Kligerman και συν, 2007), οι χώροι αναψυχής και αθλητισμού, η ασφάλεια σχετίζονται με φυσικά δραστήριους εφήβους. Βελτιώνοντας τις υποδομές, και δημιουργώντας πιο φιλικές στο περπάτημα και την αναψυχή ελεύθερου χρόνου γειτονιές, δημιουργούνται οι προϋποθέσεις για πιο υγιείς και φυσικά δραστήριους πολίτες με θετικότερη στάση έναντι στη φυσική δραστηριότητα.

Βιβλιογραφία

- Committee on Environmental Health, (2009). The built environment: Designing communities to promote physical activity in children. *Pediatrics*, 123(6), 1591-1598.
- Deforche, B. I., De Bourdeaudhuij, I. M. & Tanghe, A. P. (2006). Attitude toward physical activity in normal-weight, overweight and obese adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 38, 560-568.
- Goran, M.I., Reynolds, K.D.& Lindquist, C.H. (1999). Role of physical activity in the prevention of obesity in children. *International Journal of obesity*, 23(3), 18-33.
- Graham, D. J., Sirard, J. R. & Neumark-Sztainer, D. (2011). Adolescents' attitudes toward sports, exercise, and fitness predict physical activity 5 and 10 years later. *Preventive Medicine*, 52, 130-132.
- Handey, S.L., Boarnet, M.G., Ewing, R. & kilingsworth, R.E. (2002). How the built environment affects physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(2S), 64-73.
- Heitzler, C. D., Martin, S. L., Duke, J. & Huhman, M. (2006). Correlates of physical activity in a national sample of children aged 9-13 years. *Preventive Medicine*, 42, 254-260.
- Hicks, M. K., Wiggins, M. S., Crist, R. W. & Moode, F. M. (2001). Sex differences in grade three students' attitudes toward physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 93, 97-102.

- Holt, N. L., Spence, J. C., Sehn, Z. L. & Cutumisu, N. (2008). Neighborhood and developmental differences in children's perceptions of opportunities for play and physical activity. *Health & Place*, 14, 2-14.
- Jansen, I. & Leblanc, A. L. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(40), 1-16.
- Kligerman, M., Sallis J. F., Ryan, S., Frank, L. D. & Nader, P. R. (2007). Association of neighborhood design and recreation environment variables with physical activity and body mass index in adolescents. *American Journal of Health Promotion*, 21(4), 274-277.
- Pate, R. R., Colabianchi, N., Porter, D., Almeida, M., Lobelo, F. & Dowda, M. (2008). Physical activity and neighborhood resources in high school girls. *American Journal of Preventive Medicine*, 34(5), 413-419.
- Sirard, J. R., Ainsworth, B. E., McIver, K. L. & Pate, R. R. (2005). Prevalence of active commuting at urban and suburban elementary schools in columbia, SC. *American Journal of Public Health*, 95(2), 236-237.
- Subramaniam, P. R. & Silverman, S. (2007). Middle school students' attitudes toward physical education. *Teaching and Teacher Education*, 23, 602-611.