

ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ 3

Σε αυτό το υπόδειγμα, μετά την περίληψη, την εισαγωγή και το σκοπό, ο εισηγητής θα κάνει μια περιγραφή της παρουσίασης απαντώντας στα ερωτήματα που τίθενται ή ότι άλλο αυτός/τη νομίζει αναγκαίο για μια πληρέστερη παρουσίαση. Το υπόδειγμα με ανάλογες προσαρμογές είναι κατάλληλο για εργαστήρια και καλές διδακτικές πρακτικές.

Η ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΤΗΣ ΛΑΡΝΑΚΑΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΤΗΝ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ

Παπαϊωάννου, Α., Μπεμπέτσος, Ε., Θεοδωράκης Ι., & Αντωνίου Π.

ΤΕΦΑΑ, ΔΠΘ

Περίληψη

Σκοπός της μελέτης ήταν η διερεύνηση των επιπτώσεων των δημογραφικών και κοινωνικών παραγόντων -δηλαδή της ηλικίας, του εισοδήματος, της απασχόλησης και της οικογενειακής κατάστασης- στη φυσική δραστηριότητα των γυναικών σε μία αστική περιοχή στην Κύπρο. Το δείγμα της έρευνας αποτελούσαν 240 γυναίκες. Η επιλογή των συμμετεχουσών έγινε με τη χρήση διαστρωματωμένης δειγματοληψίας με μη-αναλογικό δείγμα. Τα δεδομένα συλλέχθηκαν χρησιμοποιώντας το Διεθνές Ερωτηματολόγιο Φυσικής Δραστηριότητας (ΔΕΦΔ) (Craig et al., 2003), το οποίο αποτελείται από 27 ερωτήσεις και είναι κατάλληλο για άτομα από 15 μέχρι 69 χρόνων. Για την ανάλυση των δεδομένων εφαρμόστηκαν στατιστικοί έλεγχοι ανάλυσης διακύμανσης και περιγραφική στατιστική. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ηλικία δεν αποτελεί σημαντικό παράγοντα πρόβλεψης για το συνολικό σκορ φυσικής δραστηριότητας, αν και οι νεότερες γυναίκες φάνηκε να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο στη φυσική δραστηριότητα αναψυχής και οι μεγαλύτερες γυναίκες στη φυσική δραστηριότητα που σχετίζεται με οικιακές εργασίες. Συμπερασματικά η φυσική δραστηριότητα των γυναικών που έλαβαν μέρος στην έρευνα επηρεάζεται από την ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο και την οικογενειακή κατάσταση, αλλά δεν επηρεάζεται σε σημαντικό βαθμό από την εργασιακή κατάσταση.

Λέξεις - κλειδιά: Φυσική δραστηριότητα, γυναίκες, δημογραφικοί παράγοντες, κοινωνικοί παράγοντες.

Εισαγωγή

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα διάφορων ερευνών (Al-Nakeeb et al., 2012; Department of Health, 2011), οι γυναίκες τείνουν να υιοθετούν έναν πιο καθιστικό τρόπο ζωής σε σύγκριση με τους άντρες, ενώ επιδεικνύουν λιγότερο ενδιαφέρον για συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες (Hallal et al., 2012). Έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε 27 χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ), περιλαμβανομένης και της Κύπρου, έδειξε ότι οι άντρες συμμετέχουν περισσότερο σε αθλήματα από ότι οι γυναίκες (Ειδικό Ευρωβαρόμετρο 334, 2010). Με βάση την ίδια έρευνα το 57% των γυναικών δεν ασκείται καθόλου ή ασκείται λιγότερο από μία φορά τον μήνα.

Σκοπός και στόχοι

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η καταγραφή της ΦΔ των γυναικών της πόλης της Λάρνακας και η διερεύνηση των παραγόντων που την επηρεάζουν (ηλικία, μόρφωση, εισόδημα, εργασία, οικογενειακή κατάσταση).

Περιγραφή του εργαστηρίου

Θέμα / δομή

Δώστε μια σύντομη περιγραφή του σκεπτικού υλοποίησης των δραστηριοτήτων και των μεθοδολογικών επιλογών. Γενικά περιγράψτε τη δομή αυτού που θα παρουσιάσετε.

.....
.....

Χρονική διάρκεια

Καταγράψτε την διάρκειά του, η οποία δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 45 λεπτά (μία διδακτική ώρα).

.....
.....

Προϋποθέσεις συμμετοχής / Υλικά / χώρος

Αναγράψτε εδώ σε ποιους απευθύνεται το εργαστήριο – καλή διδακτική πρακτική.

- Αν απευθύνεται σε μαθητές αναγράψτε την ηλικία τους και τον αριθμό τους. Αν αυτό θα γίνει σε αίθουσα του ξενοδοχείου ή αν χρειάζεστε αθλητικό χώρο κλειστό ή ανοιχτό. Αν απαιτείται οι μαθητές να έχουν πρότερες γνώσεις και δεξιότητες. Τι αθλητικό υλικό πιθανόν να χρειαστεί, αν οι μαθητές πρέπει να έχουν αθλητική περιβολή. κλπ.
- Αν θα γίνει με την συμμετοχή των συνέδρων αναγράψτε αριθμό, διαμόρφωση του χώρου, τυχόν ανάγκες σε υλικό π.χ. προτζέκτορας, πίνακας συνεδρίου, πιθανή χρήση computer lap top από τους συμμετέχοντες κλπ.

.....
.....

Άλλο?????

.....
.....

Συζήτηση - Συμπεράσματα

Εδώ κάνετε μια ανακεφαλαίωση του σκοπού των στόχων και συζητήσετε τα αναμενόμενα αποτελέσματα της παραπάνω παρουσίασης αναφερόμενος/νη σε πιθανές αδυναμίες ή ισχυρά σημεία της μεθόδου. Σε ποιες ηλικίες ή ομάδες μαθητών πιθανόν να έχει μεγαλύτερη επιτυχία αυτή η πρακτική κλπ.

Βιβλιογραφία

Al-Nakeeb, Y., Lyons, M., Collins, P., Al-Nuaim, A., Al-Hazzaa, H., Duncan, M. J., & Nevill, A. (2012). Obesity, physical activity and sedentary behavior amongst British and Saudi youth: A cross-cultural study. *International Journal of Environmental*

Research & Public Health, 9(4), 1490-1506.

Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjostrom, M., Bauman, A. E., Booth, M. E., & Ainsworth, B. E. (2003). International physical activity questionnaire 12-country reliability and validity. *Medicine & Science in Sport & Exercise*, 35, 1381-1395.

Department of Health, (2011). *Physical Activity, Health Improvement and Protection Start Active, Stay Active: A Report on Physical Activity from the Four Home Countries' Chief Medical Officers*; Department of Health: London, UK.

Eyler, A. A. (2003). Personal, social, and environmental correlates of physical activity in rural Midwestern white women. *American Journal of Preventive Medicine*, 25(3), 86-92.

Freedson, P. S., Melanson, E., & Sirard, J. (1998). Calibration of the Computer Science and Applications, Inc. accelerometer. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 30(5), 777-781.

Hallal, P. C., Andersen, L. B., Bull, F. C., Guthold, R., Haskell, W., Ekelund, U., & Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012). Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet*, 380(9838), 247-257.

Plotnikoff, R. C., Mayhew, A., Birkett, N., Loucaides, C. A., & Fodor, G. (2004). Age, gender and urban-rural differences in the correlates of physical activity. *Preventive Medicine*, 39(6), 1115- 1125.

Special Eurobarometer 334 (2010). Sport and Physical Activity.

Sternfeld, B., Ainsworth, B. E., & Quesenberry, C. P. Jr. (1999). Physical activity in a diverse population in women. *Preventive Medicine*, 28, 313-323.

Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου (2016), Επιδημιολογική έρευνα για το ποσοστό της παχυσαρκίας και υπερβάλλοντος βάρους στην Κύπρο και διαπίστωση των διατροφικών συνηθειών του Κύπριου πολίτη. Ανακτήθηκε στις 12.11.2017, από: <http://cydadiet.org/arthra/epidhmiologikh-ereyna-gia-to-pososto-ths-paxysarkias-kai-yperballontos-baroys-sthn-kypro-kai-diapistwsh-twn-diatrofikwn-synhdeiwn-toy-kypriou-polith>

Δ/ση επικοινωνίας

Παπαδόπουλος Κώστας

Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής

E-mail:

Θεματική Ενότητα συνεδρίου στην οποία εντάσσεται η εργασία.

.....
.....