

5^ο ΣΥΝΕΔΡΙΟ **ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ** ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

Άσκηση & Υγεία

ΠΡΟΛΗΨΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ **ΒΕΛΤΙΩΣΗ** ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

12-14

ΑΠΡΙΛΙΟΥ

2019



Βιβλίο
ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ

ΧΟΡΗΓΟΙ

Science

Technologies



A2Z
FITNESS



real motion
THE FUNCTIONAL COMPANY



Κωνσταντάρας
Ιατρικές Εκδόσεις

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΚΙΝΗΤΙΚΟΥ ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ 8-12 ΕΤΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ: ΠΡΩΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΚΑΪΟΓΛΟΥ Β., ΔΑΝΙΑ Α., & ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ Φ.

Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Ε.Κ.Π.Α.

Εισαγωγή: Ο κινητικός γραμματισμός (ΚΓ) συνιστά μια ελπιδοφόρα πρόταση για την αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας και την ενίσχυση της φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ) (Jurbala, 2015). Στην παρούσα εργασία παρουσιάζονται τα αρχικά ευρήματα του ερευνητικού προγράμματος «Αξιολόγηση του ΚΓ σε παιδιά 8-12 ετών στην Ελλάδα», το οποίο αποτελεί την πρώτη προσπάθεια καταγραφής του ΚΓ στη χώρα μας.

Μέθοδος: Μέχρι στιγμής, 261 παιδιά (9.9±1.4 ετών), από διάφορες περιοχές της Ελλάδας, έχουν αξιολογηθεί με το Canadian Assessment of Physical Literacy (CAPL; Healthy Active Living & Obesity Research group, 2017). Το CAPL εκτιμά τον ΚΓ στους τομείς Καθημερινή Συμπεριφορά (0-30 βαθμοί), Κινητική Επιδεξιότητα/Φυσική Κατάσταση (0-30 βαθμοί), Κίνητρο/Αυτοπεποίθηση (0-30 βαθμοί), Γνώση/Κατανόηση (0-10 βαθμοί) και κατατάσσει τις επιδόσεις σε αρχικό, προοδευτικά εξελισσόμενο, καλό και άριστο επίπεδο. Για την ανίχνευση διαφορών ως προς το φύλο και την ηλικία πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις διακύμανσης (α)στη συνολική βαθμολογία του CAPL (0-100 βαθμοί) και (β)στις βαθμολογίες των επιμέρους τομέων. Επίσης υπολογίστηκε το ποσοστό των παιδιών σε κάθε επίπεδο ΚΓ.

Αποτελέσματα: Η συνολική βαθμολογία ήταν 64.2±12.5, ενώ οι επιμέρους τομείς είχαν ως εξής: Καθημερινή συμπεριφορά 13.4±7.5, Κινητική επιδεξιότητα/Φυσική κατάσταση 17.9±6.0, Κίνητρο/Αυτοπεποίθηση 26.4±3.0, Γνώση/Κατανόηση 6.4±2.2. Διαφορές λόγω φύλου βρέθηκαν μόνο στον τομέα Καθημερινή Συμπεριφορά ($p=.03$), με τα αγόρια να είναι περισσότερο κινητικά δραστήρια. Επίσης, τα μεγαλύτερα παιδιά είχαν υψηλότερες βαθμολογίες σε όλους τους τομείς ($p<.05$), πλην του Κινήτρου/Αυτοπεποίθησης. Σχετικά με την αξιολόγηση του ΚΓ, σύμφωνα με το CAPL, το 60.9% των παιδιών ήταν στα δύο χαμηλότερα επίπεδα.

Συζήτηση/Συμπεράσματα: Τα πρώτα ευρήματα δείχνουν ότι τα παιδιά στη χώρα μας, παρότι διαθέτουν κίνητρο και αυτοπεποίθηση για συμμετοχή σε ΦΔ, εμφανίζουν κινητικά αδρανή καθημερινή συμπεριφορά και μέτρια επίπεδα γνώσης/κατανόησης και κινητικής επιδεξιότητας/φυσικής κατάστασης, με αποτέλεσμα να βρίσκονται σε μη ικανοποιητικά επίπεδα ΚΓ. Από τα παραπάνω καταδεικνύεται η ανάγκη σχεδιασμού αποτελεσματικών στρατηγικών για την ενίσχυση του ΚΓ, ώστε να θεθούν οι βάσεις ενός κινητικά δραστήριου τρόπου ζωής.

Βιβλιογραφία

Healthy Active Living & Obesity Research Group (2017). *Canadian Assessment of Physical Literacy. Manual for Test Administration* (2nd ed.). Ottawa, Canada: Author.
Jurbala, P. (2015). What is physical literacy, really? *Quest*, 67(4), 367-383.