



ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ/ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Αλεξάνδρα ΣΠΕΓΓΑ, Ειρήνη ΚΑΜΠΕΡΙΔΟΥ, Νικόλαος ΠΑΤΣΑΝΤΑΡΑΣ

Σπουδαστήριο Κοινωνιολογίας, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.)

<https://pergamos.lib.uoa.gr/uoa/dl/object/2868818>

Εισαγωγή: Τα έφηβα κορίτσια δεν ασχολούνται επαρκώς με την άσκηση ή/και τις φυσικές δραστηριότητες (ΦΔ). Ένας από τους παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμετοχή των κοριτσιών σε ΦΔ, είναι η κοινωνική υποστήριξη από τους σημαντικούς άλλους: το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον, οι φίλοι, οι συνομήλικοι και οι καθηγητές-τριες Φυσικής Αγωγής (ΚΦΑ). Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ αυτού του τύπου κοινωνικής υποστήριξης και φυσικής δραστηριότητας των έφηβων κοριτσιών, καθώς και η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο διαφορετικές μορφές και πηγές κοινωνικής υποστήριξης μπορούν να επηρεάσουν αυτή τη σχέση.

Μέθοδος Έρευνας: Για την παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση αναζητήθηκε κυρίως αγγλόφωνη βιβλιογραφία μέσα από τις μηχανές αναζήτησης (Google Scholar, ResearchGate, ScienceDirect και PubMed), τις βιβλιογραφικές αναφορές δημοσιευμένων εργασιών και πρόσφατες έρευνες, στις οποίες υπήρχε πρόσβαση μέσω ΕΚΠΑ.

Αποτελέσματα: Η κοινωνική υποστήριξη από την οικογένεια, τους φίλους, τους συνομήλικους και τους ΚΦΑ παρουσιάζει σημαντική θετική συσχέτιση με τη φυσική δραστηριότητα των έφηβων κοριτσιών. Οι μορφές που μπορεί να λάβει η κοινωνική υποστήριξη από την οικογένεια είναι συναισθηματική (ενθάρρυνση, έπαινος), υλικοτεχνική (μετακίνηση, αγορά εξοπλισμού) ή εκπαιδευτική (επίβλεψη, καθοδήγηση). Επιπλέον, οι γονείς και τα αδέρφια, όταν ασχολούνται με κάποιο είδος άσκησης, μπορούν να επηρεάσουν θετικά τα κορίτσια αποτελώντας παράδειγμα προς μίμηση. Οι φίλοι και οι συνομήλικοι παρέχουν στήριξη σε στιγμές ανασφάλειας, συνεισφέρουν στην αποκόμιση θετικών εμπειριών από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής και γενικότερα συμβάλλουν στον ψυχαγωγικό χαρακτήρα της ΦΔ. Οι ΚΦΑ διαδραματίζουν επίσης, έναν σημαντικό ρόλο αναφορικά με την ενασχόληση των έφηβων κοριτσιών με ΦΔ, όταν συμπεριφέρονται υποστηρικτικά και παρέχουν δυνατότητες επιλογής.

Συζήτηση/Συμπεράσματα: Η κοινωνική υποστήριξη, όσο και η βελτίωση τεχνικών διδασκαλίας της Φυσικής Αγωγής, αποτελούν τους πλέον σημαντικούς παράγοντες παρότρυνσης και ενίσχυσης των εφήβων κοριτσιών για να συμμετάσχουν σε ΦΔ.

Βιβλιογραφία (ενδεικτική):

-Kamberidou, I. & Chroni, S. (2016). The Greek Experience: Outstanding Women in the Social Space of Sport. *Inspirational Women in Europe: making a difference in Physical Education, Sport and Dance*. Juiz de Fora, Brazil.: Rosa Diketmüller (editor): NGIME/UFJF (Continent Series). Publication of the International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women (IAPESGW), 224–242 <https://pergamos.lib.uoa.gr/uoa/dl/object/2332855>

-Kamberidou, I. (2012). New Realms of Agency: Promoting Peace Education and Gender Equity through Sport. *Sport Science and Physical Education* [Ed. Luminita Georgescu], in Encyclopedia of Life Support Systems (EOLSS), Developed under the Auspices of the UNESCO, Eolss Publishers, Oxford, UK
<https://pergamos.lib.uoa.gr/uoa/dl/object/2342552>

-Kamberidou I. & Patsadaras, N. (2007). A new concept in European sport governance: Sport as Social Capital. *Biology of Exercise*, 3, 21-34.
<https://www.biologyofexercise.com/images/issues/32.pdf>

- **Laird, Y., Fawcner, S., Kelly, P., McNamee, L., & Niven, A.** (2016). The role of social support on physical activity behaviour in adolescent girls: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 13 (1), 79.

-Patsantaras, N. & Kamberidou, I. (2011). 'Is Olympic Communication-Activity a Means for the Construction of Cosmopolitan Identities? Cultural Identity and Olympic Sports'. In *Sports, Bodies, Identities and Organizations: Conceptions and Problems* (pp. 132–141). Wojciech J. Cunarski, Kazimierz Obodynski, Nicola Porro (Eds.). Publisher: Faculty of Physical Education, University of Rzeszow, under auspices of the European Association for Sociology of Sport (EASS). ISBN 978-83-7338-657-0 <https://pergamos.lib.uoa.gr/uoa/dl/object/2358989>

-Καμπερίδου Ει. (2011). *Κοινωνικό Φύλο, Κοινωνικό Κεφάλαιο, Πολυπολιτισμικότητα και Αθλητισμός*. Εκδόσεις Τελέθριο.

-Πατσαντάρας, Ν. (2014). *Αθλητισμός και Κοινωνιολογική Σκέψη*. Εκδόσεις Τελέθριον.

© Σπέγγα, Α., Καμπερίδου, Ε., Πατσαντάρας, Ν. (2019). Κοινωνικοί παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμετοχή των εφήβων κοριτσιών στη Φυσική Δραστηριότητα, την Άσκηση και τη Φυσική Αγωγή. Εισήγηση (ενότητα ελεύθερες ανακοινώσεις 14/4) στο 5^ο Συνέδριο Αθλητικής Επιστήμης «Άσκηση & Υγεία», Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, 12-14 Απριλίου 2019, Αθήνα. <http://sefaacongress.phed.uoa.gr/programma/analytiko-programma-kyriakis-14-04-2019.html>