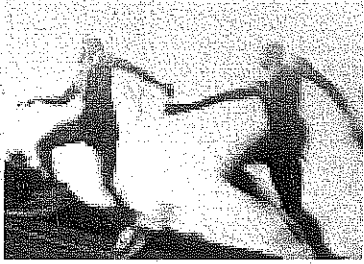


ΕΝΩΣΗ ΓΥΜΝΑΣΤΩΝ
ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ



13^ο ΘΕΜΑΤΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

ΟΡΓΑΝΩΣΗ:

ΕΝΩΣΗ ΓΥΜΝΑΣΤΩΝ ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ

Νέα Δημοτική Βιβλιοθήκη
Δήμου Θεσσαλονίκης

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ & ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΩΝ

8 – 9 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2012

ατόμων, που, μέσα και από τον έλεγχο του σωματικού τους βάρους, είναι εφικτό να αλλάξει συνήθειες και συνειδήσεις για το θέμα αυτό.

06. Ο ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΓΑΜΟΣ ΣΤΗΝ ΚΑΠΟΥΤΖΗΔΑ – ΠΥΛΑΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Βράκας Σ., Σοφιανίδης Γ.

Ο παραδοσιακός γάμος αποτελεί μια από τις πιο δυνατές μορφές έκφρασης των εθίμων της πατρίδας μας. Μέσα από τις διαδικασίες της τέλεσης ενός γάμου επιβίωσαν ως τις μέρες μας μελωδίες, στίχοι τραγουδιών, συμβολισμοί, φορεσιές, ήθη και έθιμα. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η καταγραφή πληροφοριών σχετικά με τον παραδοσιακό καπουτζηδιανό γάμο, από τις αρχές του 20^{ου} αιώνα έως και τα τέλη της δεκαετίας του 1960, έτσι όπως εξιστορήθηκαν από τους Καπουτζηδιανούς, δηλαδή τους γηγενείς κατοίκους της Καπουτζήδας - Πυλαίας Θεσσαλονίκης. Πιο συγκεκριμένα, καταγράφηκε ολόκληρη η προετοιμασία των δύο οικογενειών, της νύφης και του γαμπρού πριν το γάμο. Από την ολοκλήρωση της συλλογής της προίκας και το ψήσιμο «κλικιών» (κουλουράκια) στο σπίτι της νύφης, μέχρι τη συνάντηση των φίλων του γαμπρού (μπρατίμια) στο σπίτι του και την αποστολή του δώρου του γαμπρού στη νύφη. Τέλος, ιδιαίτερη αναφορά γίνεται σε τραγούδια που λέγονταν την ημέρα του γάμου.

07. ΤΟ ΠΡΟΞΕΝΙΟ ΚΑΙ Ο ΑΡΡΑΒΩΝΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΠΟΥΤΖΗΔΑ – ΠΥΛΑΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Βράκας Σ., Σοφιανίδης Γ.

Στην παραδοσιακή ελληνική κοινωνία κοινή συνήθεια, για το γάμο δυο νέων, ήταν το προξενίο και ο αρραβώνας. Σημαντικό ρόλο διαδραμάτιζε σε αυτό η προξενήτρα, η οποία ήταν το πρόσωπο, που τύγχανε της αποδοχής και της εκτίμησης των δυο ενδιαφερομένων πλευρών. Από τις ικανότητές της εξαρτόταν και η επιτυχής έκβαση του προξενιού που ήταν ο γάμος. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η καταγραφή και η παρουσίαση πληροφοριών, σχετικά με το προξενίο και τον αρραβώνα στην Καπουτζήδα - Πυλαία, από τις αρχές του 20^{ου} αιώνα έως και τα τέλη της δεκαετίας του 1960, έτσι όπως εξιστορήθηκαν από τους γηγενείς κατοίκους της. Πιο συγκεκριμένα, καταγράφηκε ολόκληρη η διαδικασία του προξενιού μέχρι τη συμφωνία των δύο οικογενειών και τον αρραβώνα. Από το πανηγύρι του Αη-Λια και το αντάμωμα - γνωριμία των ενδιαφερομένων μέσω της προξενήτρας, έως τον καθορισμό της προίκας και τον ορισμό της ημερομηνίας του γάμου, ανάμεσα στις δυο οικογένειες.

08. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΒΑΡΟΥΣ ΥΠΕΡΒΑΡΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Μανιουδάκη Αικ., Αυγερινός Α.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

Σκοπός της έρευνας ήταν η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας ενός προγράμματος παρέμβασης με στόχο τη μείωση του σωματικού βάρους (ΣΒ) υπέρβαρων εφήβων. Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά 43 υπέρβαροι-παχύσαρκοι μαθητές και μαθήτριες γυμνασίου (30 αποτέλεσαν την πειραματική και 13 την ομάδα ελέγχου). Το πρόγραμμα διήρκεσε εννέα εβδομάδες και είχε ως επιμέρους στόχους: (α) την υιοθέτηση θετικής στάσης προς την άσκηση - υγιεινή διατροφή και την αύξηση της αυτο-αποτελεσματικότητας, (β) την αύξηση της φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ), (γ) τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης (ΦΚ), και (δ) τη βελτίωση των γνώσεων των μαθητών σε θέματα διατροφής και άσκησης. Το πρόγραμμα παρέμβασης ήταν πολυδιάστατο και περιλάμβανε συμβουλευτική από ειδικό, αλλαγές στην κινητική και διατροφική συμπεριφορά των συμμετεχόντων και συνεργασία με τους γονείς.

Στην αρχή, ενδιάμεσα και στο τέλος του προγράμματος όλοι οι συμμετέχοντες της πειραματικής ομάδας αξιολογήθηκαν σε σωματομετρήσεις και στην ΦΚ (Eurofit). Η ΦΔ καταγράφονταν καθημερινά με τη χρήση βηματόμετρου τύπου OMRON-Walking-Pro. Οι γνώσεις των μαθητών αξιολογήθηκαν στο τέλος του προγράμματος μέσω ερωτηματολογίου, όπως επίσης οι στάσεις, η πρόθεση και η αυτο-αποτελεσματικότητα. Η ανάλυση των δεδομένων δεν έδειξε στατιστικά σημαντικές διαφοροποιήσεις μεταξύ πειραματικής ομάδας και ελέγχου ως προς τις ψυχολογικές παραμέτρους, σε αντίθεση με τις γνωστικές στις οποίες υπερίσχυσε η πειραματική ομάδα στατιστικά σημαντικά. Ως προς τη ΦΔ παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική αύξηση της βηματομετρικής δραστηριότητας των παιδιών της πειραματικής ομάδας σ' όλη τη διάρκεια εφαρμογής του προγράμματος. Επίσης, η πειραματική ομάδα παρουσίασε στατιστικά σημαντική βελτίωση τόσο στη ΦΚ όσο και στη μείωση του ΣΒ σε σχέση με την ομάδα ελέγχου. Τα ευρήματα της έρευνας δείχνουν ότι είναι δυνατή η αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας εφαρμόζοντας μία πολυδιάστατη προσέγγιση.

09. ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΟΡΑΣΗΣ (ΤΥΦΛΟΙ – ΑΜΒΛΥΩΠΕΣ)

Αγγέλου Ι., Αγγέλου Ε.

Η αντισφαίριση για άτομα με προβλήματα όρασης (τυφλά και αμβλύωπα) άρχισε στην Ιαπωνία το 1984. Πρόκειται για ένα άθλημα που δεν είναι ιδιαίτερα διαδεδομένο στην Αμερική και την Ευρώπη, μολονότι έχει σημαντικά οφέλη για τα άτομα με προβλήματα όρασης (στον σωματικό, γνωστικό, κοινωνικό και συναισθηματικό τομέα). Ανάλογα με την οπτική ικανότητά τους, οι παίκτες χωρίζονται σε 4 κατηγορίες (B1, B2, B3, B4). Είναι σχεδόν ίδιο με την αντισφαίριση των βλεπόντων, αλλά υπάρχουν ορισμένες τροποποιήσεις στους κανόνες, στις διαστάσεις του γηπέδου και στον χρησιμοποιούμενο εξοπλισμό. Οι προπονήσεις και οι αγώνες πραγματοποιούνται σε γήπεδα μικρότερων διαστάσεων, στα οποία οι γραμμές καθορίζονται με κολλητική ταινία μεγάλου πάχους και/ή διαφόρων χρωμάτων. Χρησιμοποιούνται ειδικά μπαλάκια από σφονγγάρι που στο εσωτερικό τους φέρουν σιδερένια σφαιρίδια για να παράγεται ήχος κατά την κίνησή τους. Οι ρακέτες των αθλητών είναι μικρότερων διαστάσεων από τις αντίστοιχες των βλεπόντων. Ανάλογα με την οπτική ικανότητα των παικτών, επιτρέπονται από 1 έως και 3 αναπηδήσεις της μπάλας στο γήπεδο. Κατά τη διάρκεια των αγώνων ισχύουν οι κανόνες της αντισφαίρισης των βλεπόντων, όπως έχουν οριστεί από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Αντισφαίρισης (ITF). Ωστόσο, οι παίκτες είναι υποχρεωμένοι πριν από την εκτέλεση του σερβίς να ρωτάνε αν ο αντίπαλός τους είναι έτοιμος και να περιμένουν καταφατική απάντηση. Παράλληλα, το γήπεδο χωρίζεται σε 12 μικρότερα, μη σημειωμένα κουτιά και ο παίκτης μπορεί να ρωτήσει τον διαιτητή πού προσγειώθηκε η μπάλα μετά από κάθε προσπάθεια. Τα τελευταία χρόνια γίνονται προσπάθειες διάδοσης του αθλήματος παγκοσμίως και συμπεριλήψης του στα επίσημα αθλήματα των Παραολυμπιακών Αγώνων.

010. ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ ΚΑΙ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Αγγέλου Ε., Αγγέλου Ι.

Η αντισφαίριση είναι ένα από τα πιο δημοφιλή αθλήματα της σύγχρονης εποχής. Πρόκειται για ένα άθλημα που απευθύνεται σε άτομα κάθε ηλικίας, γνωστικής και σωματικής κατάστασης, καθιστώντας το δημοφιλές μεταξύ των ατόμων με αναπηρία. Η αντισφαίριση απευθύνεται σε άτομα με κινητική αναπηρία, (δυλιγία, τετραπληγία, δισχιδή ράχη, ακρωτηριαμούς σε άνω και κάτω άκρα), νοητική καθυστέρηση, Μαθησιακές Δυσκολίες, Διαταραχές του Αυτιστικού Φάσματος, κώφωση ή προβλήματα ακοής και, τα τελευταία 20 χρόνια περίπου, σε άτομα με προβλήματα όρασης (τύφλωση, αμβλυωπία). Η προσαρμοσμένη αντισφαίριση αποτελεί επίσημο άθλημα των Παραολυμπιακών Αγώνων, των Ολυμπιακών