

**ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟΥ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΨΥΧΗΣ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΓΗΠΕΔΟ –
ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΑΤΡΩΝ**

Αγγελική Σώρρα

**Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία που υποβάλλεται
στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων
απόκτησης του μεταπτυχιακού τίτλου του Μεταπτυχιακού Προγράμματος
«Οργάνωση και Διοίκηση Αθλητικών Οργανισμών και Επιχειρήσεων» του
Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού του Παν/μίου Πελοποννήσου στην
κατεύθυνση «Μάρκετινγκ αθλητικών οργανισμών και επιχειρήσεων»**

**Σπάρτη
2019**

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

1ος Επιβλέπων: Παναγιώτα Αντωνοπούλου, Επίκ. Καθηγήτρια

2ος Επιβλέπων: Αντώνιος Τραυλός, Καθηγητής

3ος Επιβλέπων: Κυπραίος Γεώργιος, Καθηγητής

Υπεύθυνη Δήλωση

Με ατομική μου ευθύνη και γνωρίζοντας τις κυρώσεις που προβλέπονται από τις διατάξεις του άρθρου 14 της παραγράφου 2 (Διαγραφές Μεταπτυχιακών Φοιτητών) του Κανονισμού Λειτουργίας Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, δηλώνω υπεύθυνα ότι για τη συγγραφή της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής μου Εργασίας (ΜΔΕ) δεν χρησιμοποίησα ολόκληρο ή μέρος έργου άλλου δημιουργού ή τις ιδέες και αντιλήψεις άλλου δημιουργού χωρίς να γίνεται αναφορά στην πηγή προέλευσης (βιβλίο, άρθρο από εφημερίδα ή περιοδικό, ιστοσελίδα κλπ.).

Ημερομηνία: 4/2/2019

Η Δηλούσα

(Υπογραφή)

Copyright © Αγγελική Σώρα, 2019

Με επιφύλαξη κάθε δικαιώματος. All rights reserved.

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας εργασίας, εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν τη χρήση της εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τον συγγραφέα.

Οι απόψεις και τα συμπεράσματα που περιέχονται σε αυτό το έγγραφο εκφράζουν τον συγγραφέα και δεν πρέπει να ερμηνευθεί ότι αντιπροσωπεύουν τις επίσημες θέσεις του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Αγγελική Σώρρα: Στρατηγικές Ανάπτυξης του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού και Αναψυχής
Έξω από το Γήπεδο – Μελέτη Περίπτωσης στο Πανεπιστήμιο Πατρών

(Με την επίβλεψη της κ. Παναγιώτας Αντωνοπούλου, Επίκ. Καθηγήτριας)

Η παρούσα έρευνα έχει ως στόχο να καταγράψει και να διερευνήσει ζητήματα που σχετίζονται με τη συμμετοχή των φοιτητών, του επιστημονικού και διοικητικού προσωπικού του Πανεπιστημίου Πατρών σε αθλητικές δράσεις και δράσεις αναψυχής καθώς και να προτείνει στρατηγικές ανάπτυξης τέτοιων δράσεων. Στο πλαίσιο της εργασίας αναπτύχθηκε κατάλληλο ερωτηματολόγιο το οποίο διανεμήθηκε στο Πανεπιστήμιο Πατρών. Το δείγμα της έρευνας απετέλεσαν 380 άτομα (234 φοιτητές (61,6%), 45 μέλη ΔΕΠ και επιστημονικό προσωπικό (11,8%), 51 άτομα διοικητικό προσωπικό (13,4%) και 50 εξωτερικοί συμμετέχοντες ‘Φίλοι του Γυμναστηρίου’ (13,2%)). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι κύριες επιλογές σε αθλήματα/δραστηριότητες των συμμετεχόντων στην έρευνα αφορούν σε δράσεις που εκτελούνται στο γυμναστήριο (βάρη, ομαδικά προγράμματα) αλλά και σε ανοικτούς αθλητικούς και μη χώρους (π.χ. μπάσκετ, στίβος, τρέξιμο, ποδηλασία). Αναφορικά με αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου που θα τους ενδιέφεραν να ασχοληθούν είναι το μπάσκετ και η κολύμβηση σε πισίνα ενώ η πεζοπορία συγκεντρώνει τις προτιμήσεις τους στις αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου. Ως αποτελεσματικά κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης/αναψυχής θεωρούνται η βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η διατήρηση και η βελτίωση της υγείας, η διαφυγή από την καθημερινότητα και η χαλάρωση. Αντιθέτως, ως κύριοι ανασταλτικοί παράγοντες καταγράφονται η έλλειψη χρόνου, η έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων ή κούρασης, η χαμηλή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων, το μη εκπαιδευμένο προσωπικό, η μη συνέπεια και η έλλειψη συνέχειας στην υλοποίηση των προγραμμάτων. Οι ερωτηθέντες θεωρούν σημαντική την ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού και συμφωνούν με την διοργάνωση αθλητικών-ψυχαγωγικών δράσεων και εκδηλώσεων από το Πανεπιστήμιο οι οποίες ενισχύουν την εικόνα του Πανεπιστημίου και της πόλης. Τα αποτελέσματα αξιολογήθηκαν συγκριτικά με βάση προηγούμενες έρευνες και βρέθηκαν να συμφωνούν εν γένει σε αρκετά μεγάλο βαθμό. Μεταξύ των προτάσεων για στρατηγικές ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής αναφέρονται ενδεικτικά ότι πρέπει να δοθεί έμφαση σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής που θεωρούνται διαδεδομένες, οργανώνονται σχετικά εύκολα, επιτρέπουν τη συμμετοχή σε ομάδες-παρέες, είναι λελογισμένου κόστους και διάρκειας, εμφανίζουν πολύ

καλή οργάνωση δράσεων και υψηλού επιπέδου υπηρεσίες, παρέχονται κίνητρα και υπάρχει αποτελεσματική ενημέρωση ώστε να εξασφαλίζεται συμμετοχή μεγάλου αριθμού συμμετεχόντων. Στην προσπάθεια πρέπει να συμμετάσχουν και να συνδράμουν ουσιαστικά η Πολιτεία, οι αθλητικοί και άλλοι φορείς ενώ κρίνεται απαραίτητο να αναζητηθούν και να εξασφαλιστούν χορηγίες, ιδίως αν υπάρξει ευρεία προβολή των δράσεων.

Λέξεις κλειδιά: Πανεπιστημιακός αθλητισμός, αθλητική αναψυχή, ανασταλτικοί παράγοντες, κίνητρα συμμετοχής

ABSTRACT

Angeliki Sorra: Strategies for the development of university outdoor sports and recreation activities – A case study at the University of Patras

(With the supervision of Ms. Panayota Antonopoulou, Ass. Professor)

The aim of this study is to explore and analyze the characteristics related to the participation of students, scientific and administrative personnel of the University of Patras in outdoor sports and recreational activities and to propose strategies for the development of such actions. In the framework of the work, a structured questionnaire was developed and distributed to participants from the University of Patras. The sample consists of 380 respondents (234 students (61,6%), 45 faculty and scientific staff members (11,8%), 51 administrative staff members (13,4%), and 50 external participants, described as 'Friends of the Gymnasium' (13.2%)). The analysis results indicate that the main choices of sports/recreational activities of the participants concern activities performed in the gym (weights, group programs) but also in open athletic and non-sports venues (e.g., basketball, athletics, running, cycling). Regarding participants' interests in sporting activities, basketball and pool swimming are their priorities indoor while hiking represents the first preference in off-field activities. Anticipated incentives to participate in sports/recreational activities are the improvement of physical fitness, the preservation or improvement of health, escaping from everyday difficulties, and relaxation. On the other hand, lack of time, lack of commitment or fatigue, poor quality of services/equipment/facilities, unskilled staff, inconsistency and lack of continuity in program implementation are reported as main inhibitors. Respondents consider the development of University sports and recreational activities important and agree that such development enhances the outside outlook of the University and the city. The results were evaluated with similar ones from previous studies and found to be in general consistent with them. Among proposals for strategy development for university sports and recreation, the most important are that emphasis should be placed on sports and leisure activities that are widespread accepted, being organized relatively easily, allowing for group participation, being within reasonable cost and time requirement levels, being well-organized providing high-quality services and incentives, being effectively communicated to ensure participation of large numbers of participants. Further, efforts should involve the State, sport and other stakeholders, seeking and securing sponsorships along with wide promotion of sport and recreational activities.

Keywords: (max 5 words) *University sport, athletic recreation, incentives to participate, inhibiting factors*

Πρόλογος

Με την ολοκλήρωση της εργασίας θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα της εργασίας μου κ. Παναγιώτα Αντωνοπούλου για την πολύτιμη συνεργασία και καθοδήγηση της.

Ευχαριστώ όλους τους συμμετέχοντες στην έρευνα και παροχή πληροφοριών μέσω του ερωτηματολογίου με βάση τις οποίες κατέστη εφικτή η ολοκλήρωση της εργασίας μου.

Ευχαριστώ τέλος την οικογένεια μου για την αμέριστη συμπαράσταση στην προσπάθεια μου αυτή.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	IV
ABSTRACT	VI
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	IX
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
Περιγραφή προβλήματος	1
Σκοπός, μεθοδολογία & προσδοκώμενα αποτελέσματα εργασίας	2
Σημαντικότητα έρευνας	3
ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ	4
Αθλητισμός	4
Πανεπιστημιακός αθλητισμός	7
Αθλητική αναψυχή	9
Δράσεις αθλητισμού και αναψυχής σε Πανεπιστήμια	11
Βιβλιογραφική ανασκόπηση	22
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ	32
Δείγμα	32
Μέσα συλλογής δεδομένων – Ερωτηματολόγιο	33
Στατιστική ανάλυση & ερευνητικές υποθέσεις	34
ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	40
Περιγραφή δείγματος	40
Στατιστικές συσχετίσεις ως προς το φύλο	55
Στατιστικές συσχετίσεις ως προς την ενασχόληση	64
Στατιστικές συσχετίσεις ως προς την ηλικιακή ομάδα	85
Στατιστικές συσχετίσεις ως προς την οικογενειακή κατάσταση	102
Συνοπτικά ερευνητικά αποτελέσματα	112
Σύγκριση με προηγούμενες έρευνες	115
Προτάσεις για στρατηγικές ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής έξω από το γήπεδο	122
Περιορισμοί της έρευνας	126
ΣΥΖΗΤΗΣΗ/ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ & ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ	
ΕΡΕΥΝΑ	127
Συζήτηση/Συμπεράσματα	127
Προτάσεις για περαιτέρω έρευνα	130
	IX

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	131
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΡΕΥΝΑΣ	137

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Περιγραφή προβλήματος

Οι έντονοι ρυθμοί της ζωής, το έντονο εργασιακό άγχος, η κακή διατροφή, η έλλειψη επικοινωνίας με το κοινωνικό περιβάλλον, η καθιστική ζωή, η έλλειψη ελεύθερου χρόνου που βιώνει ο σύγχρονος άνθρωπος έχουν σαν αποτέλεσμα την εμφάνιση σοβαρών σωματικών και ψυχολογικών προβλημάτων στην υγεία (Moe et al., 2015.) Η άσκηση και η ενασχόληση με δράσεις αθλητικής αναψυχής, σύμφωνα με τους ερευνητές, βοηθά στην αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων ώστε οι άνθρωποι ανεξαρτήτου ηλικίας να βελτιώνουν ή να διατηρούν την ποιότητα ζωής τους (Buzinde & Yarnal, 2012). Για το λόγο αυτό, τα σύγχρονα οργανωμένα κράτη χαράσσουν στρατηγικές για να ενεργοποιήσουν τους πολίτες να ενταχθούν σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής με σκοπό την υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής που θα επεκτείνει το προσδόκιμο ζωής τους. (Kemperman & Timmermans, 2008). Σύμφωνα με τον Baum et al. (2003), η ενασχόληση με αθλητικές δραστηριότητες στην νεαρή ηλικία οδηγεί το 50% να συνεχίσει να γυμνάζεται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του ενώ ένα σημαντικό ποσοστό θα υιοθετήσει αυτόν τον τρόπο κατά την διάρκεια της ζωής του. Κατά συνέπεια, επιβάλλεται η ένταξη φυσικών δράσεων από την παιδική ηλικία.

Ο πανεπιστημιακός αθλητισμός έχει βαρύνουσα σημασία στην ζωή των μελών της πανεπιστημιακής κοινότητας εφόσον αποτελεί κοινή αποδοχή ότι η άσκηση έχει θετική επίδραση στην υγεία ανεξάρτητα από την ηλικία και το φύλλο (Bassuk & Manson, 2010). Ο σύγχρονος τρόπος ζωής και η έλλειψη της άσκησης απασχολούν τη διεθνή επιστημονική κοινότητα διότι έχουν σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία (Danylchuk & Maclean 2001). Η σωματική άσκηση βοηθά στην βελτίωση της ποιότητας ζωής των ανθρώπων που συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις και δράσεις αναψυχής διότι συμβάλλει στη διατήρηση και βελτίωση της υγείας τους, στην κοινωνικοποίηση τους, στη βελτίωση της ψυχολογίας τους (Garret et al, 2004) και στην αύξηση της αυτοεκτίμησης τους (Specht et al, 2002).

Κατά τους Sutton & Migliore (1988), στόχος του πανεπιστημιακού αθλητισμού δεν είναι τόσο να προετοιμάσει επαγγελματίες αθλητές σε επαγγελματικό επίπεδο αλλά είναι μια εκπαιδευτική δραστηριότητα στην οποία οι συμμετέχοντες μπορούν να μάθουν πολύτιμα πράγματα σχετικά με το «ευ αγωνίζεσθαι», τη δημιουργία και διατήρηση ενός υψηλού επιπέδου πνευματικής και φυσικής υγείας κατά τη διάρκεια των σπουδών τους και μετά από

αυτές. Στοχεύει επίσης στη βελτίωση και διατήρηση της καλής υγείας του ακαδημαϊκού προσωπικού. Οι υπηρεσίες του πανεπιστημιακού αθλητισμού και της αναψυχής πρέπει να είναι προσανατολισμένες στη ζήτηση και όχι στην προσφορά και να βασίζονται στις ανάγκες, στα κίνητρα, στα ενδιαφέροντα, τις προσδοκίες και τις επιθυμίες των φοιτητών (Torkildsein, 1993). Από την άλλη πλευρά, στόχος των υπαίθριων δραστηριοτήτων αναψυχής είναι η ψυχαγωγία των συμμετεχόντων, μέσα από την κίνηση, τη διδασκαλία δεξιοτήτων, την ανακάλυψη της περιπέτειας, της εκπαίδευσης αλλά και της οικολογικής συνείδησης (Κουθούρης, 2009).

Σκοπός, μεθοδολογία & προσδοκώμενα αποτελέσματα εργασίας

Σκοπός της εργασίας είναι να καθοριστούν και να αξιολογηθούν στρατηγικές ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής έξω από το γήπεδο. Πιο αναλυτικά:

- Περιγράφονται πιθανές δράσεις που μπορούν να υλοποιηθούν στο πλαίσιο του θέματος.
- Προτείνονται και αξιολογούνται τρόποι οργάνωσης των δράσεων αυτών ώστε να είναι ελκυστικές στους συμμετέχοντες και εύκολα υλοποιήσιμες στο πλαίσιο των υφιστάμενων περιορισμών (τεχνικών, διοικητικών, οικονομικών, κλπ).
- Αξιολογείται η αναμενόμενη ανταπόκριση των πιθανών συμμετεχόντων (φοιτητών και εκπαιδευτικού/διοικητικού προσωπικού) με κατάλληλο ερωτηματολόγιο που αναπτύσσεται ως μέρος της εργασίας.
- Αξιολογείται η υφιστάμενη γνώση από παρόμοιες δράσεις και οργανώσεις στο εξωτερικό.
- Καθορίζεται και αξιολογείται το πλαίσιο και οι στρατηγικές ανάπτυξης τέτοιου είδους δραστηριοτήτων.

Επιχειρείται μια συγκριτική αξιολόγηση και ιεράρχηση των δράσεων ανάλογα με τον αναμενόμενο βαθμό διεϊσδυσης και αποδοχής τους από το κοινό στο οποίο απευθύνονται (κυρίως σε φοιτητές) αλλά και των θεμάτων που αφορούν στην ευκολία υλοποίησής τους (από τεχνική, θεσμική και οικονομικά άποψη).

Στο πλαίσιο της εργασίας αναπτύσσεται κατάλληλο ερωτηματολόγιο το οποίο περιλαμβάνει ερωτήσεις ομαδοποιημένες στις ακόλουθες κατευθύνσεις: Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες, ενδιαφέρον για συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου, λόγοι ενδιαφέροντος συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις, ανασταλτικοί παράγοντες

στη συμμετοχή σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής, πιθανά κίνητρα & εκτιμώμενες θετικές επιπτώσεις από τη συμμετοχή σε δράσεις άθλησης και αναψυχής, εκτιμώμενη χρονική και οικονομική δυνατότητα για συμμετοχή σε δράσεις άθλησης και αναψυχής, ενδεδειγμένους τρόπους ενημέρωσης για δράσεις άθλησης και αναψυχής, απόψεις για τη σημαντικότητα του πανεπιστημιακού αθλητισμού και της αθλητικής αναψυχής σε κοινωνικό επίπεδο και, τέλος, τα δημογραφικά στοιχεία του δείγματος με βάση τα οποία γίνονται οι στατιστικές αναλύσεις.

Σημαντικότητα έρευνας

Τα τελευταία χρόνια, παρά την προσπάθεια που γίνεται από τα γραφεία φυσικής αγωγής και τους υπευθύνους των πανεπιστημιακών γυμναστηρίων της χώρας σε συνεργασία με τις πρυτανικές αρχές για τον σχεδιασμό και την υλοποίηση αθλητικών προγραμμάτων και δράσεων αναψυχής, η συμμετοχή των φοιτητών και των μελών της πανεπιστημιακής κοινότητας στις δράσεις των γυμναστηρίων παραμένει σχετικά μικρή. Οι λόγοι που οδηγούν στη χαμηλή επισκεψιμότητα και στη μειωμένη συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις είναι η έλλειψη ενός πλαισίου για τα ΑΕΙ – ΑΤΕΙ της χώρας που να καλύπτει τις τρέχουσες ανάγκες και τάσεις του αθλητισμού και της αθλητικής αναψυχής, η ανεπαρκής στελέχωση των πανεπιστημιακών γυμναστηρίων με ειδικό επιστημονικό προσωπικό, η έλλειψη ικανοποιητικών εγκαταστάσεων σε πολλά ιδρύματα της χώρας, η έλλειψη χρηματοδότησης αλλά και η μη χάραξη μιας πολιτικής η οποία να βασίζεται στη μελέτη και καταγραφή των επιθυμιών των μελών της, των ανασταλτικών παραγόντων για την συμμετοχή τους σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής αλλά και η περιορισμένη παροχή κινήτρων για δράσεις που μπορούν να υλοποιηθούν εντός και εκτός γηπέδου. Ως αποτέλεσμα, η δημιουργία δομημένων στρατηγικών και δράσεων είναι σημαντική για την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής.

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ

Αθλητισμός

Ο αθλητισμός είναι η «συστηματική σωματική καλλιέργεια και δράση με συγκεκριμένο τρόπο, ειδική μεθοδολογία και παιδαγωγική με σκοπό την ύψιστη σωματική απόδοση, ως επίδοση σε αθλητικούς αγώνες, στο αθλητικό και κοινωνικό γίγνεσθαι» (Ζέρβας 1993). Το συμβούλιο της Ευρώπης, με την ορολογία αθλητισμός επισημαίνει ότι «είναι όλες οι μορφές σωματικής δραστηριότητας οι οποίες, μέσω περιστασιακής ή οργανωμένης συμμετοχής, έχουν ως στόχο την έκφραση ή τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης και πνευματικής υγείας, δημιουργώντας επιδόσεις σε αγώνες όλων των επιπέδων» (Λευκή βίβλος για τον αθλητισμό σελ. 7).

Οργανωτική δομή του αθλητισμού διεθνώς

Στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής ο αθλητισμός περνά μέσα από όλα τα στάδια εκπαίδευσης. Οι μαθητές επιλέγουν το άθλημα που τους ενδιαφέρει και προπονούνται στους ακαδημαϊκούς χώρους. Στη συνέχεια γίνεται επιλογή των φοιτητών – αθλητών από τα πανεπιστήμια της χώρας, οι οποίοι στελεχώνουν τις πανεπιστημιακές ομάδες. Οι ομάδες αυτές παίζουν στο πανεπιστημιακό πρωτάθλημα (National Collegiate Athletic Association – NCAA). Το NCAA είναι ο οργανισμός τριτοβάθμιας εκπαίδευσης που είναι υπεύθυνος για την διοργάνωση των πρωταθλημάτων σε ατομικά και ομαδικά αθλήματα. Οι ομάδες χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες. Κριτήρια συμμετοχής σε κάθε κατηγορία είναι το μέγεθος κάθε ιδρύματος, ο αριθμός των αθλημάτων που υλοποιεί και η ποιότητα των αθλητικών υποδομών. Οι δύο πρώτες κατηγορίες δίνουν τη δυνατότητα στους φοιτητές να λαμβάνουν αθλητικές υποτροφίες, έχουν δε έσοδα από τηλεοπτικά δικαιώματα, εισιτήρια και χορηγίες, και έχουν τη δυνατότητα να οργανώνουν τις ομάδες βάσει επαγγελματικών προτύπων (<https://el.wikipedia.org/wiki/NCAA>). Από τους αθλητές που παίζουν στις πανεπιστημιακές ομάδες επιλέγονται οι καλύτεροι οι οποίοι στελεχώνουν τις επαγγελματικές ομάδες, όπως αυτές του NBA.

Στην Ευρώπη αναφέρεται χαρακτηριστικά η περίπτωση της Ολλανδίας. Το Υπουργείο Πρόνοιας και Αθλητισμού της Ολλανδίας, με σύνθημα “The Netherlands healthy and well” φιλοδοξεί μέσω του αθλητισμού να διασφαλίσει μια υγιή κοινωνία και να υποστηρίξει την ομαλή ένταξη ατόμων με ειδικές ανάγκες στην κοινωνία. Σκοπός του

Υπουργείου, σύμφωνα με τις κατευθυντήριες γραμμές του Συμβουλίου της Ευρώπης, είναι η ενθάρρυνση των κατοίκων να υιοθετήσουν ένα υγιεινό τρόπο ζωής σε συνδυασμό με υγιεινή διατροφή, αποφεύγοντας κακές πρακτικές όπως το κάπνισμα και το αλκοόλ. Επίσης, ο σχεδιασμός επικεντρώνεται και στην οικονομική υποστήριξη του υψηλού αγωνιστικού αθλητισμού ώστε οι Κάτω Χώρες να είναι ανταγωνιστικές σε διεθνής αγώνες. Το Υπουργείο Πρόνοιας και Αθλητισμού υποστηρίζει τα παρακάτω προγράμματα:

Αθλητισμός και σωματική δραστηριότητα κοντά στο σπίτι

Στόχος του προγράμματος είναι η προώθηση του υγιεινού τρόπου ζωής στα παιδιά και σε οικογένειες με χαμηλό εισόδημα. Για το λόγο αυτό, έχει δημιουργήσει και παρέχει στους πολίτες αθλητικές εγκαταστάσεις κοντά στο σπίτι και κινείται σε τρεις άξονες: α) παροτρύνει την ενασχόληση όλων των κατοίκων με τον αθλητισμό ανεξαρτήτου ηλικίας σε συνδυασμό με κοινωνική υποστήριξη, β) σε συνεργασία με σχολεία, τοπικούς φορείς, κέντρα παιδικής φροντίδας και την επιχειρηματική κοινότητα, απευθύνεται σε τρεις ομάδες – στόχους: σε άτομα με καθιστική ζωή, υπέρβαρα παιδιά και σε νέους με χαμηλό εισόδημα, και γ) σε συνεργασία με τις δημοτικές αρχές και τους αθλητικούς φορείς καταγράφονται τα κίνητρα των ατόμων. Ακόμη παρέχει οικονομική υποστήριξη στους νέους που προέρχονται από οικογένειες χαμηλού εισοδήματος για να συμμετέχουν σε αθλητικά σωματεία. Προωθεί την ανάπτυξη του αθλητισμού μέσα από την σχολική κοινότητα. Παράλληλα στηρίζει τις δημοτικές αρχές ώστε να διατηρούν σε καλή κατάσταση τους υπαίθριους χώρους άθλησης ώστε να διευκολύνεται η προσβασιμότητα των κατοίκων και η ασφαλή χρήση τους.

Φυσική δραστηριότητα και υγεία

Λαμβάνοντας υπόψιν τη σημαντικότητα της άσκησης για την υγεία, ανέπτυξαν ένα εθνικό πρόγραμμα πρόληψης «Everything is Health» 2014 – 2016 σε συνεργασία με τους δήμους, αθλητικούς φορείς και επιχειρήσεις. Στόχος η 30λεπτη καθημερινή ενασχόληση των πολιτών με κάποια μορφή άσκησης και η πρόληψη τραυματισμών.

Αθλητισμός αναπηρίας

Η κυβέρνηση έχει αναπτύξει ένα σχέδιο για την ένταξη των ατόμων με ειδικές ανάγκες και μαθησιακές δυσκολίες παρέχοντας τη δυνατότητα άθλησης σε εγκαταστάσεις κοντά στο σπίτι. Επίσης υποστηρίζει οικονομικά τη δημιουργία κέντρων αποκατάστασης και ανακάλυψης ταλέντων.

Δίκαιος και καθαρός αθλητισμός

Η κυβέρνηση συνεργάζεται με διεθνείς οργανώσεις (UNESCO) και κοινωνικές οργανώσεις, μέσω του προγράμματος Erasmus+ της ΕΕ, για την καταπολέμηση του ντόπινγκ και των στημένων αγώνων.

Οργανωτική δομή του αθλητισμού στην Ελλάδα

Στην Ελλάδα η αθλητική πολιτική και ο στρατηγικός σχεδιασμός χαράσσεται από την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ) σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων το οποίο είναι υπεύθυνο για την Φυσική Αγωγή και τον αθλητισμό και στις τρεις βαθμίδες εκπαίδευσης. Η ΓΓΑ υπάγεται στο Υπουργείο Πολιτισμού και ο Υφυπουργός Πολιτισμού, ο αρμόδιος για αθλητικά θέματα, μαζί με τον Γενικό Γραμματέα Αθλητισμού, είναι υπεύθυνοι για την υλοποίηση της κυβερνητικής αθλητικής πολιτικής καθώς και για την ανάπτυξη του αθλητισμού της χώρας. Επίσης για την υλοποίηση και ανάπτυξη της αθλητικής πολιτικής, η ΓΓΑ συνεργάζεται με τα Υπουργεία Εθνικής Άμυνας και Δημόσιας Τάξης για τον στρατιωτικό αθλητισμό, για την διεξαγωγή αθλητικών εκδηλώσεων και για θέματα βίας στον αθλητισμό. Η πολιτική για τον αθλητισμό χρηματοδοτείται από τον Οργανισμό Προγνωστικών Αγώνων Ποδοσφαίρου (ΟΠΑΠ), τον κρατικό προϋπολογισμό, τον Οργανισμό Ιπποδρομίας, και το πρόγραμμα εθνικών επενδύσεων. Τα έσοδα από τα τυχερά παιχνίδια διατίθενται για την επιχορήγηση των αθλητικών ομοσπονδιών, την κατασκευή αθλητικών υποδομών και τη διοργάνωση εκδηλώσεων.

Η ΓΓΑ κινείται σε δύο άξονες: α) την οικονομική και επιστημονική υποστήριξη του υψηλού αθλητισμού σε συνεργασία με αθλητικές ομοσπονδίες και επιστημονικά αθλητικά κέντρα β) την οικονομική και οργανωτική υποστήριξη του “Αθλητισμού για όλους” σε συνεργασία με την Τοπική Αυτοδιοίκηση, συλλόγους, αθλητικούς και κοινωνικούς φορείς. Επίσης στις αρμοδιότητές της υπάγονται η εποπτεία αθλητικών δραστηριοτήτων, ο έλεγχος αθλητικών ομοσπονδιών και φορέων, η κατασκευή και συντήρηση αθλητικών υποδομών, η απονομή της δικαιοσύνης, η καταπολέμηση της αθλητικής βίας και του ντόπινγκ, η υποστήριξη επιστημονικής έρευνας, κλπ.

Αποστολή της ΓΓΑ είναι η ανάπτυξη του αθλητισμού μέσα από το Ολυμπιακό ιδεώδες σε εθνικό και παγκόσμιο επίπεδο, η συστηματική καθοδήγηση των πολιτών για ένα υγιεινό τρόπο ζωής, η διασφάλιση της ποιότητας του αθλητικού έργου μέσω των δημοσίων και ιδιωτικών φορέων, και η εφαρμογή προγραμμάτων και δράσεων αναψυχής για την καλύτερη αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου των πολιτών (www.gss.gov.gr).

Σε περιφερειακό επίπεδο, σε κάθε Νομαρχία υπάρχει Γραφείο Φυσικής Αγωγής το οποίο συνεργάζεται με το Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων για τον σχολικό αθλητισμό, με την ΓΓΑ για προγράμματα “Άθλησης για Όλους” και αναπτυξιακά προγράμματα και με το Τμήμα Αθλητικών Θεμάτων το οποίο ασχολείται με την ίδρυση αθλητικών υποδομών. Σε τοπικό επίπεδο, οι αθλητικοί οργανισμοί έχουν την ευθύνη της οργάνωσης αθλητικών δράσεων και εκδηλώσεων.

Η ΓΓΑ έχει την εποπτεία των εξής αθλητικών φορέων:

- «Άθληση για όλους» - η ΓΓΑ, σε συνεργασία με τους Ο.Τ.Α και άλλους φορείς, σύμφωνα με το Ν. 3463/2006 (ΦΕΚ Α΄114), άρ. 75, οργανώνει προγράμματα άθλησης τα οποία αναφέρονται σε όλες της κοινωνικές ομάδες, ανεξαρτήτως ηλικίας και φύλλου. Σκοπός αυτών των προγραμμάτων είναι η βελτίωση ή η διατήρηση της καλής υγείας των πολιτών, η ανάπτυξη οργανωμένων δράσεων αναψυχής, η καλλιέργεια περιβαλλοντικής συνείδησης των πολιτών με δράσεις που αναπτύσσονται στη φύση και η ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων.
- Επαγγελματικός αθλητισμός.
- Ερασιτεχνικός αθλητισμός, που υποστηρίζεται από τοπικές επιτροπές και ενώσεις αθλητικών σωματείων τα οποία συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες και αποτελούν τον πυρήνα της ανάπτυξης του ελληνικού αθλητισμού.
- Σχολικός – πανεπιστημιακός αθλητισμός.

Πανεπιστημιακός Αθλητισμός

Στην Ελλάδα, ο πανεπιστημιακός αθλητισμός εκπροσωπείται από την Επιτροπή Αθλητισμού Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ε.Α.Τ.Ε (διεθνής ονομασία Η.С.U.S) η οποία υπάγεται στη Διεύθυνση Φυσικής Αγωγής του Υπουργείου Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων (Πρ. Διατ. 18, 23/2/18, άρθρο 35). Κύριος σκοπός της είναι η ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού, η διοργάνωση αθλητικών εκδηλώσεων, η στελέχωση των αντιπροσωπευτικών ομάδων για τη συμμετοχή σε διεθνείς αθλητικές οργανώσεις, και η σύνταξη του ετήσιου προϋπολογισμού. Η ΕΑΤΕ είναι μέλος της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Πανεπιστημιακού Αθλητισμού (FISU) και της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Αθλητισμού (EUSA).

Τα Γραφεία Φυσικής Αγωγής των πανεπιστημιακών ιδρυμάτων και τα πανεπιστημιακά γυμναστήρια είναι υπεύθυνα για την ομαλή λειτουργία των γυμναστηρίων, την εφαρμογή αθλητικών προγραμμάτων, την ανάπτυξη πολιτιστικών δράσεων και

αθλητικής αναψυχής, και την οργάνωση επιστημονικών ημερίδων. Σκοπός των τμημάτων Φυσικής Αγωγής είναι η βελτίωση και διατήρηση της καλής υγείας των φοιτητών και των μελών της πανεπιστημιακής κοινότητας σε συνδυασμό με την υιοθέτηση υγιεινών τρόπων ζωής, την απομάκρυνση από κακές πρακτικές, την δημιουργία δυνατών χαρακτήρων ώστε να ανταπεξέλθουν στα κοινωνικά προβλήματα της εποχής (Κωνσταντινάκος, 2009).

Τα αθλητικά προγράμματα των ιδρυμάτων υλοποιούνται από γυμναστές που ανήκουν στην βαθμίδα των ΕΕΠ (Ειδικό Επιστημονικό Προσωπικό), ΕΔΠ, από γυμναστές ΙΔΑΧ με σύμβαση (Ιδιωτικού Δικαίου Αορίστου Χρόνου, Π.Δ. 164/2004), αποσπασμένους από την πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση, και με πρόσληψη συμβασιούχων γυμναστών ορισμένου χρόνου.

Οι φοιτητές και τα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας συμμετέχουν σε οργανωμένα ή ατομικά προγράμματα άθλησης που θεραπεύει το κάθε γυμναστήριο. Οι φοιτητές συμμετέχουν στα εσωτερικά πρωταθλήματα των ιδρυμάτων τους και από αυτούς, οι καλύτεροι αθλητές στελεχώνουν τις αγωνιστικές ομάδες που εκπροσωπούν το ίδρυμα στα πανελλήνια φοιτητικά πρωταθλήματα και στις Πανεπιστημιάδες.

Τα τελευταία χρόνια, κυρίως στα μεγάλα Πανεπιστήμια τα οποία διαθέτουν οργανωμένες αθλητικές εγκαταστάσεις (π.χ., Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο), γίνεται προσπάθεια από τα τμήματα φυσικής αγωγής για την ανάπτυξη προγραμμάτων μαζικού αθλητισμού μέσα από δράσεις αθλητικής αναψυχής (<http://sportscenter.ntua.gr/courts.php>).

Η ανάπτυξη των προγραμμάτων της αθλητικής αναψυχής δίνει την δυνατότητα στους συμμετέχοντες να έρθουν σε επαφή με το φυσικό περιβάλλον, να ασχοληθούν με αθλήματα της αρεσκείας τους, με διαφορετικό βαθμό δυσκολίας, κάτω από διαφορετικές καιρικές συνθήκες που λαμβάνουν χώρα όλες τις εποχές του χρόνου. (Χρόνη, 2001). Επίσης τους βοηθά να βελτιώσουν την φυσική τους κατάσταση, τις δεξιότητές τους, τις κοινωνικές επαφές τους, την ψυχολογία τους, τη διαχείριση του άγχους τους και παράλληλα να μειώσουν το βάρος τους, να διαφύγουν από την καθημερινότητα, κ.ά.

Διεθνείς Οργανισμοί Πανεπιστημιακού Αθλητισμού

Η FISU (International Federation Sports University) ιδρύθηκε επίσημα το 1949 και εδρεύει στη Λωζάννη της Ελβετίας. Είναι υπεύθυνη για την διοργάνωση και τη διοίκηση παγκόσμιων αθλητικών διοργανώσεων για φοιτητές ηλικίας 17 έως 28 ετών. Έχει 174 μέλη (εθνικές ομοσπονδίες) και περιλαμβάνει στο αγωνιστικό πρόγραμμα περισσότερα από 50 αθλήματα. Οι αγώνες γίνονται κάθε δύο χρόνια και περιλαμβάνουν καλοκαιρινούς και

χειμερινούς αγώνες. Αποστολή της FISU είναι η προώθηση των αξιών του αθλητισμού όπως η φιλία, η άμιλλα, η αδελφότητα σε συνδυασμό με την πνευματική καταξίωση. Στόχος της μεταξύ άλλων είναι η εξασφάλιση της ποιότητας των αθλητικών εκδηλώσεων και η ορθή τέλεση αυτών σύμφωνα με τους κανονισμούς, η ανάπτυξη των εθνικών ομοσπονδιών και εύρεση νέων πηγών χρηματοδότησης. Με σύνθημα 'Excellence in Mind and Body' επιτυγχάνουν να φέρουν σε επαφή την ακαδημαϊκή κοινότητα σε όλο τον κόσμο (en.wikipedia.org/wiki/International_University_Sports_Federation).

Η EUSA (European University Sports Association) είναι η Ευρωπαϊκή οργάνωση των εθνικών πανεπιστημιακών ομοσπονδιών στην Ευρώπη η οποία βρίσκεται κάτω από την ομπρέλα της FISU. Ιδρύθηκε το 1999 στη Βιέννη από 25 εθνικές ομοσπονδίες και εδρεύει στο Ανόβερο. Σήμερα αριθμεί 45 μέλη. Σκοπός είναι η διοργάνωση και διεξαγωγή των Ευρωπαϊκών πρωταθλημάτων. Το 2010 εντάχθηκε στην Ευρωπαϊκή πρωτοβουλία για την καταπολέμηση του Ντόπινγκ (EADIN) ενώ το 2011 συμμετείχε στο πρόγραμμα για την πρόληψη της σεξουαλικής βίας στον αθλητισμό και το 2012 στο πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την Νεολαία, σε Δράση της Ευρωπαϊκής Εθελοντικής Υπηρεσίας (EEY). Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και την Διεθνή Ομοσπονδία Πανεπιστημιακού Αθλητισμού (FISU) (www.eusa.eu/eusa/about-eusa).

Αθλητική αναψυχή

Ο όρος 'αναψυχή' προκύπτει από το ρήμα 'αναψύχω' που έχει τις έννοιες ανακουφίζω, αναζωογονώ, δροσίζω, ξεκουράζω, ψυχαγωγώ. Σύμφωνα με τον Κουθούρη (2006), «αναψυχή είναι η κατάσταση ευεξίας (σωματική, ψυχική, πνευματική συναισθηματική) στην οποία περιέρχεται το άτομο ως αποτέλεσμα εμπλοκής σε ελεύθερης επιλογής του δραστηριότητεςσχόλης». Με τον όρο «αθλητική αναψυχή» εννοούμε τη συμμετοχή των ατόμων σε αθλητικές δράσεις όχι με στόχο την νίκη αλλά τη βελτίωση της προσωπικής τους εικόνας, της υγείας τους, της κοινωνικοποίησης τους και της ψυχικής τους ευεξίας (Χρόνη, 2001). Οι Ζαφειρούδη κ.ά. (2014) αναφέρουν ότι οι δραστηριότητες αναψυχής δεν αποβλέπουν στη μεγιστοποίηση της απόδοσης ή στην επίδοση (ρεκόρ), όπως τα αγωνιστικά αθλήματα, αλλά στην ικανοποίηση και στην ευχαρίστηση των συμμετεχόντων.

Σε έρευνα για τις δραστηριότητες αναψυχής στην Ελλάδα, με βάση τις αντιλήψεις φοιτητών φυσικής αγωγής, προέκυψε ότι οι φοιτητές αντιλαμβάνονται τον αθλητισμό αναψυχής ταυτίζοντάς τον με υπαίθριες εξορμήσεις στη φύση και την ενασχόληση τους με

«νέες, μοντέρνες» δραστηριότητες που υλοποιούνται στην υπαίθρο (Χρόνη, 2001). Στις πρώτες θέσεις επιλογής δραστηριοτήτων στην έρευνα εμφανίζονται η χιονοδρομία, η ορειβασία, η αναρρίχηση, το τένις, το ποδήλατο, το καγιάκ, το κανό και το ράφτινγκ με τις περισσότερες από αυτές να εμπίπτουν στην παραπάνω θεώρηση του αθλητισμού αναψυχής.

Ο αθλητισμός αναψυχής συνδυάζει δραστηριότητες αθλητικές και αναψυχής (περιβαλλοντικές, πολιτιστικές, τουρισμού) που λαμβάνουν χώρα εκτός γηπέδων και ιδίως σε φυσικό περιβάλλον με πολλαπλούς στόχους (ευεξία, κοινωνικοποίηση κλπ). Φυσικές περιοχές που υπάγονται στον χώρο των υπαίθριων δραστηριοτήτων είναι οι Εθνικοί Δρυμοί, τα Εθνικά Πάρκα, οι δασικές εκτάσεις, τα εσωτερικά υδάτινα συστήματα (ποτάμια, λίμνες, τεχνητές λίμνες και κανάλια) και οι παράκτιες περιοχές (παραλίες, ακτές). Παράλληλα, μπορούν να εφαρμοστούν υπαίθριες δραστηριότητες και σε αστικές περιοχές (αστικά πάρκα), ελεύθερους χώρους πρασίνου, δίκτυο ποδηλατοδρόμων σε πόλεις, δημοτικές πλατείες αλλά και σε σχολικά προαύλια. Ο κύριος στόχος των υπαίθριων δραστηριοτήτων είναι η ψυχαγωγία των συμμετεχόντων, μέσα από την κίνηση, και η διδασκαλία δεξιοτήτων, που πολλές φορές έχουν και το στοιχείο της εξερεύνησης, της ανακάλυψης και της περιπέτειας αλλά και της βελτίωσης της οικολογικής συνείδησης (Κουθούρης, 2009).

Η συμμετοχή σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες βοηθά στην αντιμετώπιση της κατάθλιψης και στην αύξηση της αυτοεκτίμησης (Τσιαντούλα κ.ά., 2012), στην ενίσχυση της αυτο-αποτελεσματικότητας του ατόμου σε διάφορα καθήκοντα και στόχους της καθημερινής ζωής (<http://www.intellectum.org>), στην αύξηση του βασικού μεταβολισμού και στη μείωση του λιπώδους ιστού (Γερόδημος Β., 2012) και, κατά συνέπεια, στη βελτίωση της εξωτερικής εμφάνισης (Ζαρώτης, 2010). Η συμμετοχή σε τέτοιες δράσεις επίσης επιδρά στο χαρακτήρα του ατόμου, στην αλλαγή του τρόπου ζωής, των συνηθειών και των συμπεριφορών του, καθώς καθίσταται εξωστρεφής, ευσυνείδητος, προσηνής, κοινωνικοποιείται και αποκτά συναισθηματική σταθερότητα (Mc Crae and Costa, 1997) ενώ, προκειμένου για φοιτητές, αυτοί μπορούν να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικότερα την πίεση των σπουδών τους (Downs & Downs, 2003).

Διεθνείς Οργανισμοί για την αθλητική αναψυχή

Ο Διεθνής Οργανισμός Αθλητικής Αναψυχής (World Leisure Recreation Association) ιδρύθηκε το 1952 με έδρα το Πανεπιστήμιο της North Iowa. Σκοπός είναι η διάδοση της αθλητικής αναψυχής σε όλο τον κόσμο ανεξαρτήτως κοινωνικών, οικονομικών, φυλετικών διακρίσεων και ηλικίας κατά τον ελεύθερο χρόνο των συμμετεχόντων. Η έκδοση του

διεθνούς επιστημονικού περιοδικού με τίτλο World Leisure Journal και η πραγματοποίηση συνεδρίων ανά διετία σε όλο τον κόσμο έχει σαν σκοπό την διάδοση της επιστήμης της αθλητικής αναψυχής (<http://worldleisure.org/>).

Η Ευρωπαϊκή Ένωση για τη Διαχείριση του Αθλητισμού (European Association of Sport Management) ιδρύθηκε το 1993 στο Κρόνιγκεν της Σουηδίας ως ανεξάρτητη ένωση ατόμων που ενδιαφέρονται για τη διαχείριση του αθλητισμού με την ευρύτερη έννοια. Στόχος της EASM είναι να ενθαρρύνει τη μελέτη, την επιστημονική έρευνα, την ανταλλαγή πληροφοριών, την υποστήριξη ενώσεων και οργανισμών σε σχέση με την διαχείριση του αθλητισμού, την επέκταση των δραστηριοτήτων της σε όλο τον κόσμο, την δημοσίευση περιοδικών και ενημερωτικών δελτίων σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή και τη διοργάνωση συνεδρίων (<http://www.easm.net>).

Δράσεις αθλητισμού και αναψυχής σε Πανεπιστήμια

Λαμβάνοντας υπόψιν τα προβλήματα υγείας στις νέες γενιές διαφορετικών ηπείρων, τα Πανεπιστήμια σε όλο τον κόσμο οργανώνουν αθλητικές ψυχαγωγικές δραστηριότητες στη φύση για να προάγουν την οικολογική αντίληψη για τη ζωή και τη βελτίωση της υγείας των φοιτητών, των διδασκόντων και εργαζομένων στο Πανεπιστήμιο αλλά και πολιτών της περιοχής μη άμεσα σχετιζόμενων με το Πανεπιστήμιο. Παρακάτω γίνεται μια επισκόπηση των εξωτερικών δραστηριοτήτων αναψυχής που έχουν οργανωθεί από Πανεπιστήμια σε Αμερική και Ευρώπη.

Δράσεις αθλητισμού και αναψυχής στα Πανεπιστήμια των ΗΠΑ

Οι εξωτερικές δραστηριότητες αναψυχής που οργανώθηκαν από Πανεπιστήμια στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής είναι ποικίλες και περιλαμβάνουν πολλά είδη αθλημάτων και δράσεων αναψυχής. Μερικά παραδείγματα δίνονται πιο κάτω:

Πανεπιστήμιο California

Στο Πανεπιστήμιο University of California (στις πόλεις Los Angeles, San Diego, Santa Barbara και Santa Cruz) ο πανεπιστημιακός αθλητισμός κατέχει σημαντική θέση. Κάθε Πανεπιστήμιο, εκτός από τις κολεγιακές επαγγελματικές ομάδες υψηλών αθλητικών απαιτήσεων που αγωνίζονται στο NCAA, διαθέτει μια ποικιλία αθλητικών σωματείων και προγραμμάτων αναψυχής. Δίνεται η δυνατότητα στους φοιτητές για δράσεις αναψυχής και ξεκούρασης, όπως πεζοπορία, αθλήματα χιονιού, ποδηλασία, θαλάσσιες δραστηριότητες και

δραστηριότητες στην παραλία. Τα πανεπιστημιακά αθλήματα ανδρών και γυναικών περιλαμβάνουν μπάσκετ, cross country, τένις, ποδόσφαιρο, κολύμβηση και καταδύσεις, αθλήματα στίβου, βόλεϊ και υδατοσφαίριση. Οι πανεπιστημιακοί χώροι βρίσκονται σε πανέμορφα πάρκα, κοντά στον Ειρηνικό Ωκεανό, παρέχοντας την δυνατότητα στους φοιτητές να ζουν σε ένα γαλήνιο περιβάλλον και να επιτυγχάνεται ισορροπία με την ακαδημαϊκά επιβαρυσμένη ατμόσφαιρα

(<http://admission.universityofcalifornia.edu/campuses/san-diego/index.html>).

Πανεπιστήμιο Michigan

Το Πανεπιστήμιο του Μίσιγκαν, με σλόγκαν ‘Πήγα να εξερευνήσω το δάσος και κατέληξα να ανακαλύψω τον εαυτό μου’, οργανώνει εκδρομές και ενθαρρύνει δραστηριότητες αναψυχής στο δάσος ή στην άγρια φύση του Κιγουινάου. Τέτοιες δραστηριότητες είναι το κανό, η ποδηλασία, η εξερεύνηση σπηλαίων, η αναρρίχηση, η πεζοπορία, το χτίσιμο χειμερινού καταλύματος κ.ά. Η δημιουργία νέων παρεών, η συνεργασία μεταξύ των μελών της ομάδας σε ήπιες ή ακραίες συνθήκες, η απόκτηση νέων εμπειριών και δεξιοτήτων, η επιβίωση στην άγρια φύση, η επικοινωνία με ανθρώπους με διαφορετική κουλτούρα, η παροχή εξοπλισμού είναι μερικά από τα κίνητρα για την συμμετοχή των φοιτητών και των εργαζομένων του Πανεπιστημίου στις δράσεις αναψυχής (<https://recsports.umich.edu/>).

Πανεπιστήμιο Florida

Το Πανεπιστήμιο της Φλόριντα έχει ένα κέντρο για την εξωτερική ψυχαγωγία (δραστηριότητες στην ύπαιθρο) και εκπαίδευση. Η ψυχαγωγία είναι μια δραστηριότητα που γίνεται για ευχαρίστηση, όταν κάποιος δεν εργάζεται, έξω από τα κτίρια ή τις δομημένες εγκαταστάσεις, σε μεγάλες περιοχές του εδάφους, του νερού ή του αέρα, και σε περιοχές όπου δεν έχει αλλάξει ιδιαίτερα το φυσικό τοπίο. Μπορεί να υλοποιείται σε διαφορετικά επίπεδα εμπάθυνσης, σε παρθένο ή άγριο περιβάλλον και σε διαφορετικά επίπεδα φυσικής δραστηριότητας π.χ., από απλή πεζοπορία μέχρι καγιάκ στα ανοικτά ενός απομονωμένου νησιού. Η συμμετοχή στις δραστηριότητες απαιτεί αυτοσεβασμό και σεβασμό στον συν-ασκούμενο, σεβασμό στο περιβάλλον και προσωρινή απομάκρυνση από την τεχνολογία. Προτεινόμενες αθλητικές δραστηριότητες είναι η ιστιοπλοΐα, το κολύμπι, το πικ-νικ, παιχνίδι με φρίσμπι και στόχο, ιστιοσανίδα χωρίς κουπί, θαλάσσιο σκι, και θαλάσσιο σκι σε σανίδα,

αναρρίχηση τοίχου με ογκόλιθους ή σπηλιάς, βαρκάδα, γκολφ, ποδηλασία στο βουνό κ.ά. (<http://recsports.ufl.edu/news/what-is-outdoor-recreation>).

Πανεπιστήμιο Georgia

Το Πανεπιστήμιο της Τζόρτζια δείχνει μεγάλο ενδιαφέρον για τις δραστηριότητες αναψυχής των φοιτητών και του πανεπιστημιακού προσωπικού στην ύπαιθρο. Το αθλητικό συγκρότημα των 180 στρεμμάτων περιλαμβάνει 9 γήπεδα χόρτου, 15 γήπεδα τένις, 4 Γυμναστήρια (8 γήπεδα μπάσκετ, 9 γήπεδα βόλει και 12 γήπεδα μπάντμιντον), 44 πόδια τοίχο αναρρίχησης, 14 πόδια υπαίθριο τοίχο Bouldering, 10 γήπεδα rack ball, 2 γήπεδα σκουός, πισίνα 50μ, πισίνα καταδύσεων, το δασικό πάρκο Oconee και τη λίμνη Herrick. Το Πανεπιστήμιο της Τζόρτζια έχει μια αυστηρή πολιτική ως προς την τιμολόγηση των υπηρεσιών στα μέλη του ενώ δεν παρέχει κάλυψη ασφάλισης υγείας για ατυχήματα ή ασθένειες που προκύπτουν κατά τη συμμετοχή σε μια ψυχαγωγική δραστηριότητα ή σε εγκαταστάσεις αναψυχής. Για να συμμετάσχει κάποιος σε οποιαδήποτε εγκατάσταση της εξωτερικής αναψυχής του UGA, πρέπει να ακολουθεί όλες τις πολιτικές του προγράμματος και του Πανεπιστημίου καθώς και τις οδηγίες του υπεύθυνου κατά τη διάρκεια της συμμετοχής του (https://recsports.uga.edu/content_page/uga-outdoor-recreation-policies).

Πανεπιστήμιο Minnesota Duluth

Το Πανεπιστήμιο της Μιννεσότα Ντουλουθ παρέχει ευκαιρίες στους σπουδαστές και στο προσωπικό να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που αναπτύσσονται σε εξωτερικό περιβάλλον όπως :

- Υδάτινες δράσεις που έχουν ως στόχο τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, την ψυχαγωγία, την ανάπτυξη δεξιοτήτων και τον ανταγωνισμό.
- Αναρρίχηση σε βράχο και πάγο, κωπηλασία, σερφ (αθλήματα ακραίας περιπέτειας) με σκοπό την ανάπτυξη δεξιοτήτων, την κοινωνική αλληλεπίδραση, τη δημιουργία ομάδας, την περιβαλλοντική γνώση και την αυξημένη αυτοπεποίθηση καθώς και την αίσθηση πληρότητας.
- Εξωτερικές δραστηριότητες και ταξίδια με στόχο την ανάπτυξη δεξιοτήτων, την κοινωνική εμπειρία, την περιβαλλοντική γνώση και την ξεκούραση.
- Αθλητικά κλαμπ: παρέχουν ευκαιρίες στους σπουδαστές να προάγουν ένα απλό ενδιαφέρον σε σπορ ή δραστηριότητα μέσα από τον ανταγωνισμό, την εκπαίδευση, τη συμμετοχή ή την απόδοση. Οι στόχοι περιλαμβάνουν τον ανταγωνισμό, την ανάπτυξη δεξιοτήτων, την ανάπτυξη διοίκησης και οργανωτικών ικανοτήτων.

Επίσης παρέχει ευκαιρίες για στους ανθρώπους της ευρύτερης περιοχής να συμμετέχουν σε ψυχαγωγικές και εξωτερικές δραστηριότητες. Οι στόχοι περιλαμβάνουν υποστήριξη της πανεπιστημιακής αποστολής στη κοινωνική δραστηριότητα, την ενθάρρυνση του υγιεινού τρόπου ζωής και τις σχέσεις με την ύπαιθρο για τη νεολαία και τις οικογένειες (<http://champ.d.umn.edu/recreational-sports-outdoor-program/>).

Πανεπιστήμιο Utah

Οι αθλητικές δραστηριότητες στην ύπαιθρο στο Πανεπιστήμιο της Γιούτα λειτουργούν για πάνω από 40 χρόνια για να προσφέρουν τις καλύτερες υπαίθριες εμπειρίες στην κοινότητα της Γιούτα. Το Πανεπιστήμιο προσφέρει ενοικιαζόμενο εξοπλισμό για εξωτερικές δραστηριότητες, είναι το μεγαλύτερο στο είδος του σε εθνικό επίπεδο, και είναι ανοικτό στους σπουδαστές, στο διδακτικό προσωπικό και στο κοινό. Στα προγράμματα περιπέτειας και εκδρομών που οργανώνονται, οι υπεύθυνοι των δράσεων οδηγούν τους σπουδαστές και τους προσκεκλημένους του Πανεπιστημίου σε διεθνώς αναγνωρισμένα μέρη. Το Πανεπιστήμιο της Γιούτα είναι σε απόσταση 5 ωρών οδήγησης με πάνω από 50 εθνικά και δημόσια πάρκα, εθνικά δάση, και ψυχαγωγικές περιοχές. Η κατασκήνωση της Γιούτα απέχει μια ώρα με το αυτοκίνητο από τα 11 θέρετρα για σκι, τρία από τα οποία κατατάχθηκαν στα δέκα καλύτερα θέρετρα για σκι στη Βόρεια Αμερική. Οι εκδρομές περιλαμβάνουν σκι σε μη αναπτυγμένες περιοχές, κατάβαση φαραγγιών, κατάβαση ποταμού με φουσκωτή βάρκα, αναρρίχηση, σκι εκτός πίστας, περπάτημα με ειδικά παπούτσια στο χιόνι, ορειβασία στο χιόνι και πολλά άλλα. Προσφέρονται ακόμα συμβουλευτικές συνεδρίες στην κοινότητα του Πανεπιστημίου της Γιούτα όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να ‘ανακαλύψουν’ τις παραπάνω δραστηριότητες. Οι εθελοντές αρχηγοί έχουν διαρκή ενημέρωση και εκπαίδευση στις εκδρομές σπουδαστών ώστε να προσφέρουν ένα ασφαλές και θετικό εκπαιδευτικό περιβάλλον όπου οι σπουδαστές μπορούν να αναπτύξουν τις ικανότητές τους στην ύπαιθρο

(<http://campusrec.utah.edu/programs/outdoor-adventures/aboutoutdooradventures/>).

Πανεπιστήμιο Arizona

Το Πανεπιστήμιο της Αριζόνα έχει αναπτύξει δραστηριότητες αναψυχής υψηλού ενδιαφέροντος, εκμεταλλευόμενο την γεωγραφική του θέση και το κλίμα της περιοχής. Οι δράσεις είναι ήπιας, μέτριας ή ακραίας έντασης. Οι εναλλαγές του φυσικού τοπίου και η ποικιλία των δράσεων κρατούν αμείωτο το ενδιαφέρον των εμπλεκόμενων μελών. Οι

εκδρομικές δράσεις περιλαμβάνουν νυχτερινή πεζοπορία στο πάρκο του βουνού Τούσον, αναρρίχηση στα γρανιτένια βουνά της Νότιας Αριζόνα και στο βουνό Καταλίνα, κανό και κωπηλασία στο Canyon Wilderness και στο Black Canyon του Κολοράντο καθώς και καλοκαιρινό κάμπινγκ στο οποίο συνδυάζονται διάφορες δράσεις στις όχθες των λιμνών των λευκών Ορέων σε υψόμετρο 9000 ποδιών (<https://rec.arizona.edu/program/outdoor-rec>).

Δράσεις αθλητισμού και αναψυχής στα Πανεπιστήμια της Ευρώπης

Πανεπιστήμιο Twente (Ολλανδία)

Το Πανεπιστήμιο του Τβέντε διαθέτει ένα καλά οργανωμένο αθλητικό κέντρο σαράντα διαφορετικών αθλημάτων και δράσεων αναψυχής σε φοιτητές με Union Card, υπαλλήλους με ενεργοποιημένο το Campus Card και άλλους πελάτες με Campus Card. Το αθλητικό κέντρο διαθέτει μια σειρά από αθλητικές αίθουσες, ένα μεγάλο γυμναστήριο, ένα dojo και μια εσωτερική πισίνα η οποία θερμαίνεται με ηλιακή ενέργεια, ένα υπαίθριο τοίχο αναρρίχησης, γήπεδα ποδοσφαίρου, υδατοσφαίρισης, κ.ά. Επίσης έξω από την πανεπιστημιούπολη, δίπλα στο κανάλι Twente, υπάρχει ένα συγκρότημα θαλάσσιων σπορ, όπου δίνεται η δυνατότητα στους συμμετέχοντες για κωπηλασία, ιστιοπλοΐα ή κανό, ενώ ακόμα παρέχονται προγράμματα δράσεων επιβίωσης.

Επίσης παρέχονται στους κατόχους κάρτας δωρεάν ιατρικές υπηρεσίες από εξειδικευμένο ιατρικό προσωπικό πρωτοβάθμιου ελέγχου, διατροφικές συμβουλές ώστε οι ασκούμενοι να αισθάνονται υγιείς και πιο ενεργητικοί και μασάζ καρέκλας με σκοπό την διέγερση της κυκλοφορίας του αίματος η οποία διεγείρει την αυτο-θεραπευτική ικανότητα του σώματος (<https://www.utwente.nl/sport/en/>).

Πανεπιστήμιο Utrecht (Ολλανδία)

Το Olympus Sports Centre στην πανεπιστημιούπολη De Uithof προσφέρει μια ποικιλία εγκαταστάσεων και δίνει την δυνατότητα σε όλους τους φοιτητές, αθλητές και μη, να ασχοληθούν με το άθλημα της αρεσκείας τους. Το συγκρότημα διαθέτει τρεις αθλητικές αίθουσες, τέσσερα γήπεδα σκουός, μια αίθουσα γυμναστικής, αίθουσα χορού και ένα καφέ, καθώς και υπαίθριο γήπεδο ποδοσφαίρου, γήπεδα ράγκμπι και χόκεϊ, δύο γήπεδα για βόλεϊ και εννέα γήπεδα τένις παντός καιρού.

Οι σπουδαστές έχουν την δυνατότητα να ασχοληθούν με περισσότερα από 70 αθλήματα και ακόμα να λάβουν μέρος σε Ολλανδικές δραστηριότητες όπως το korfbal, ένα

παιχνίδι ομάδας που σχετίζεται με το netball και το μπάσκετ. Οι φοιτητές έχουν έκπτωση μέχρι και 50% ανάλογα με τον αριθμό δραστηριοτήτων στις οποίες συμμετέχουν.

Πέρα από την πανεπιστημιούπολη, υπάρχουν επίσης πολλές ψυχαγωγικές δραστηριότητες που κρατούν αμείωτο το ενδιαφέρον των ασκουμένων. Η Ουτρέχτη διαθέτει πολλές δημόσιες πισίνες και άλλους αθλητικούς χώρους για δραστηριότητες, για παράδειγμα μια βόλτα με το ποδήλατο στην ύπαιθρο ή ένας περίπατος μέσα και γύρω από την πόλη, αποτελούν πολύ καλούς τρόπους χαλάρωσης. Επίσης οι κοντινές λίμνες προσφέρουν μια ποικιλία από θαλάσσια σπορ σε ένα πανέμορφο περιβάλλον και οι παραλίες της ακτής της Βόρειας Θάλασσας είναι εύκολα προσβάσιμες σε μια μέρα

(https://www.international.hu.nl/Utrecht-and-The-Netherlands/Culture-and-leisure/Sport_and_recreation).

Πανεπιστήμιο Tilburg (Ολλανδία)

Το Πανεπιστήμιο Tilburg της Ολλανδίας έχει αναπτύξει μια φιλόδοξη πολιτική αναφορικά με το άθλημα της κωπηλασίας με σκοπό να οδηγήσει αρχικά τους φοιτητές στη γνωριμία με το άθλημα και στη συνέχεια, όσοι επιθυμούν, να συνεχίσουν σε αγωνιστικό επίπεδο. Η διάρκεια των σπουδών χαρακτηρίζεται ως επαρκής χρόνος για την ανάδειξη των καλύτερων αθλητών μεταξύ των φοιτητών. Απόδειξη της πολιτικής αυτής είναι η στελέχωση της Εθνικής Ομάδας της Ολλανδίας με κορυφαίους κωπηλάτες φοιτητές στους οποίους δίνεται πρόσθετη υποστήριξη στις σπουδές τους (πρόσθετη εκπαίδευση και τεχνικά μέσα). Από το πρώτο έτος εφαρμόζονται προγράμματα κατάρτισης τα οποία ανέρχονται σε 6-8 προπονήσεις την εβδομάδα. Τα επόμενα έτη οι προπονητικές συνεδρίες μπορεί να αυξηθούν το μέγιστο σε 14 φορές την εβδομάδα. Διαθέτει ένα από τα καλύτερα καταλύματα στο οποίο φιλοξενεί πάνω από 30 φοιτητές – κωπηλάτες κάτω από την επίβλεψη του καταξιωμένου διεθνώς προπονητή Diederik de Boorder. Επίσης παρέχει τη δυνατότητα φιλοξενίας διεθνών πληρωμάτων για την προετοιμασία τους για σημαντικούς αγώνες και regattas.

Το Πανεπιστήμιο του Tilburg έχει διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στη δημιουργία του στόλου TSR Vidar. Η TSR Vidar χρησιμοποιεί ένα σχέδιο σκάφους με τα καλύτερα υλικά ώστε να δίνει τη δυνατότητα στους κωπηλάτες να ανταγωνίζονται σε διεθνές επίπεδο.

Το χόκεϊ επί πάγου είναι ένα από τα κύρια αθλήματα των σπουδαστών στις Κάτω Χώρες. Η αντιστοιχία των χόκεϊ ανά κάτοικο στην περιοχή του Noord-Brabant είναι η υψηλότερη στη χώρα. Το Πανεπιστήμιο επιθυμεί να συμβάλει στην αύξηση του επιπέδου του χόκεϊ επί πάγου και επί χόρτου. Παρέχει α) εγκαταστάσεις υψηλών προδιαγραφών για την

καλύτερη προπονητική προετοιμασία των φοιτητών - αθλητών, β) διευκολύνσεις στις σπουδές τους, και γ) διαμονή και διατροφή.

Η ποδηλασία αποτελεί μέρος της καθημερινής ζωής των πολιτών, αφού το ποδήλατο χρησιμοποιείται ως μέσο μετακίνησης και όχι μόνο ως μέσο αναψυχής. Το Πανεπιστήμιο ενθαρρύνει την μαζική συμμετοχή στο άθλημα μέσω της ένωσης De Meet. Μέσα από την μαζικότητα ανοίγει ο δρόμος για τους πιο ικανούς αθλητές της αγωνιστικής ποδηλασίας (πίστας, βουνού). Τα μέλη συμμετέχουν τακτικά σε αγώνες του Άμστερνταμ, στο γύρο της Φλάνδρας και σε κοινωνικές δράσεις.

Στο Πανεπιστήμιο πραγματοποιούνται ακόμα: α) προγράμματα άσκησης σε εσωτερικό ή εξωτερικό χώρο (ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες) με στόχο την αύξηση της δύναμης, της ταχύτητας, της αντοχής και της ευλυγισίας. β) προγράμματα ιππασίας για αρχάριους και προχωρημένους με ελκυστικές εκπτώσεις, γ) αθλήματα παραλίας (beach volley, beach handball), δ) τρέξιμο αντοχής (12 χλμ. εκτός γηπέδου).

Το Πανεπιστήμιο του Tilburg επιβραβεύει την προσπάθεια των φοιτητών - αθλητών που συνδύασαν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο την αθλητική και ακαδημαϊκή τους πρόοδο και διακρίθηκαν. Έτσι κάθε χρόνο επιλέγονται οι τρεις καλύτεροι αθλητές - σπουδαστές και τα ονόματά τους τίθενται στο 'Τείχος της Φήμης' του Αθλητικού Κέντρου (<https://www.tilburguniversity.edu/students/studying/study-progress/circumstances/topsports/rowing/>).

Πανεπιστήμιο Λομονόσοφ (Ρωσία)

Το Κρατικό Πανεπιστήμιο της Μόσχας είναι ένα από μεγαλύτερα και παλαιότερα Πανεπιστήμια της Ρωσίας στο οποίο φοιτούν περίπου 40 χιλιάδες φοιτητές σε 40 Σχολές και σε 15 Ινστιτούτα έρευνας και ανάπτυξης. Σύμφωνα με το πρόγραμμα του Υπουργείου Παιδείας και Επιστημών της Ρωσικής Ομοσπονδίας (2000), η φυσική αγωγή είναι υποχρεωτική σε όλες τις σχολές (400 ώρες θεωρητικής και πρακτικής άσκησης). Το Πανεπιστήμιο διαθέτει σε συνολική έκταση 60.000 τ.μ., κλειστές αίθουσες γυμναστικής, πισίνες, στίβο, γήπεδα ποδοσφαίρου και μπίτζμπολ, ιστιοπλοϊκές και χιονοδρομικές εγκαταστάσεις κ.ά. Τα αθλήματα διεξάγονται σύμφωνα με το εκπαιδευτικό πρόγραμμα των σχολών το οποίο επιτρέπει την αποτελεσματική χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων και λαμβάνοντας υπόψιν τα αθλητικά ενδιαφέροντα των φοιτητών.

Κατά την διάρκεια του έτους πραγματοποιούνται αγώνες μεταξύ των Σχολών και των Πανεπιστημίων της χώρας σε 42 αθλήματα με τη συμμετοχή περισσότερων από 7.000 φοιτητών. Τα τελευταία χρόνια υπάρχει ζήτηση για προγράμματα αεροβικής γυμναστικής, πολεμικών τεχνών, τένις, κωπηλασίας και πάλης. Μεγάλα ονόματα αθλητών, ολυμπιονίκες, παγκόσμιοι πρωταθλητές σε διαφορετικά αθλήματα προέρχονται από το Πανεπιστήμιο αυτό όπως ο Α. Κατρον στο σκάκι, η Ολυμπιονίκης του Σίδνεϊ I. Privalova στα 400μ κλπ. Για την καλύτερη και αποτελεσματικότερη προώθηση του αθλητισμού, ακολουθούνται από τους υπεύθυνους του Πανεπιστημίου οι παρακάτω πρακτικές:

- Προσωπική επαφή με την διοίκηση των σχολών για την διεξαγωγή αθλητικών φεστιβάλ και αγώνων.
- Στήριξη των αθλητών από διάσημους μεταπτυχιακούς φοιτητές.
- Προώθηση του αθλήματος και των διακριθέντων αθλητών από τα τοπικά μέσα μαζικής ενημέρωσης.
- Διευκόλυνση των αθλητών στα εκπαιδευτικά προγράμματα.

(www.dualcareer.eu/wp.../01/Viacheslav_Simonov.pdf - Sport in the Lomonosov Moscow State University)

Πανεπιστήμιο Nantes (Γαλλία)

Το πανεπιστημιακό αθλητικό τμήμα του Πανεπιστημίου της Νάντης (USAPS) προσφέρει ένα ευρύ φάσμα αθλητικών δραστηριοτήτων για όλους όπως θαλάσσια σπορ, δραστηριότητες αναψυχής, χορό, ομαδικά αθλήματα, αθλήματα racket, κολύμβηση, ιστιοπλοΐα, ορειβασία, ποδήλατο βουνού, τσίρκο, ρυθμική γυμναστική, πυγμαχία, πεζοπορία, σκανδιναβικό περπάτημα, μπάντμιντον, τζούντο κ.ά. Οι αθλητικές δραστηριότητες μπορούν να αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της ακαδημαϊκής σταδιοδρομίας ή να είναι συμπληρωματικές του ακαδημαϊκού προγράμματος. Τα αθλητικά προγράμματα ποικίλουν ανάλογα με το επίπεδο των ασκούμενων και το διαθέσιμο χρόνο τους.

Οι αθλητές – φοιτητές υψηλού αγωνιστικού αθλητισμού που στελεχώνουν τις αγωνιστικές ομάδες του Πανεπιστημίου (SSU) καθώς και τις εθνικές ομάδες και είναι εγγεγραμμένοι στο Υπουργείο Παιδείας Αθλητισμού και Συνεργατικής Ζωής απολαμβάνουν ειδικές ρυθμίσεις και προνόμια. Τα προνόμια αυτά περιλαμβάνουν δανεισμό φορητών υπολογιστών, ιατρικές εξετάσεις, διευκολύνσεις στη φοίτηση ή σε διετή προγράμματα σπουδών κ.ά.

Δράσεις αθλητισμού και αναψυχής στα Πανεπιστήμια της Ελλάδας

Τα πανεπιστημιακά γυμναστήρια και τα γραφεία φυσικής αγωγής, σε συνεργασία με τις πρυτανικές αρχές κάθε ιδρύματος, χαράσσουν την πολιτική που θα αναπτύξουν και τους στόχους σε σχέση με τον πανεπιστημιακό αθλητισμό. Τα μεγαλύτερα και παλαιότερα ιδρύματα της χώρας διαθέτουν επιστημονικό προσωπικό και αθλητικές εγκαταστάσεις με αθλητικό εξοπλισμό που θα μπορούσαν να υποστηρίξουν ποικιλία αθλητικών δραστηριοτήτων. Παρακάτω γίνεται αναφορά σε αθλητικές δράσεις που υλοποιούνται από τα μεγαλύτερα Πανεπιστήμια της χώρας.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης παρέχει ένα πλούσιο πρόγραμμα αθλητικών δραστηριοτήτων προς τους φοιτητές, τους εργαζόμενους και τους αποφοίτους, κυρίως σε δράσεις εντός γηπέδου με οικονομική συμμετοχή όλων των ενδιαφερομένων. Στο πλαίσιο της φοιτητικής εβδομάδας, διοργανώνεται ο Αριστοτέλειος Δρόμος που διεξάγεται στους χώρους της Πανεπιστημιούπολης με ανοικτή συμμετοχή.

Σε συνεργασία με το Δήμο Θεσσαλονίκης, το ΑΠΘ έχει αναπτύξει ένα πρόγραμμα αθλητικών δραστηριοτήτων με τίτλο 'Αθλότοποι', που λαμβάνει χώρα σε αθλητικούς χώρους των δημοτικών σχολείων. Σκοπός του προγράμματος είναι η βελτίωση της φυσικής κατάστασης και η ανάπτυξη δεξιοτήτων των παιδιών (<http://www.gym.auth.gr/>).

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Το Γυμναστήριο του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου επικεντρώνεται κυρίως σε δράσεις εντός γηπέδου και σε αθλήματα ευρείας αποδοχής. Οι δράσεις γίνονται σε εργάσιμες μέρες 9:00 με 18:00 χωρίς οικονομική συμμετοχή. Κατά την διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους διεξάγονται εσωτερικά πρωταθλήματα μπάσκετ, βόλλεϋ, αντισφαίρισης κλπ. (www.uoa.gr/).

Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο

Το Τμήμα Φυσικής Αγωγής του Ε.Μ.Π., στην προσπάθεια του να δημιουργήσει δυνατούς χαρακτήρες με αυξημένη την αίσθηση της ευγενούς άμιλλας, της συλλογικότητας και της φιλοσοφίας του 'ευ ζην', παρέχει στα μέλη του υψηλού επιπέδου παροχές αθλητικών υπηρεσιών. Βασικός σκοπός του τμήματος είναι η παρουσίαση αθλητικών δραστηριοτήτων (life time sports) ικανών να συντροφεύουν τη ζωή των φοιτητών και των μελών της

πανεπιστημιακής κοινότητας, συμβάλλοντας με τον τρόπο αυτό στη βελτίωση της υγείας, της αθλητικής ευεξίας και της κοινωνικότητας τους καθώς και στην ανάπτυξη των σωματικών και ψυχικών δυνάμεων και δεξιοτήτων των φοιτητών. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από μια ποικιλία αθλητικών και ψυχαγωγικών δράσεων. Εκτός από τα αθλήματα κοινής αποδοχής (μπάσκετ, βόλεϊ, αντισφαίριση, ποδόσφαιρο, κλασσικό αθλητισμό κλπ.), παρέχει τη δυνατότητα στα μέλη του να ασχοληθούν με δράσεις αθλητικής αναψυχής όπως υποβρύχιες καταδύσεις, ανεμοπορία, ιππασία, αναρρίχηση, gappel, rafting, σκι βουνού ή θάλασσας, ιστιοσανίδα κ.ά. Η ποικιλία των αθλητικών δράσεων που προσφέρει το ίδρυμα κρατά αμείωτο το ενδιαφέρον των ασκούμενων και τους δημιουργεί θετική στάση απέναντι στη δια βίου άσκηση (<http://sportscenter.ntua.gr/courts.php>).

Πανεπιστήμιο Πατρών

Το Πανεπιστήμιο Πατρών τα τελευταία χρόνια έχει αναπτύξει μια καμπάνια ώστε να ενταχθεί το ποδήλατο στον καθημερινό τρόπο ζωής των φοιτητών, των μελών της πανεπιστημιακής κοινότητας και των πολιτών. Με σύνθημα ‘Πάμε με Ποδήλατο’, κάθε χρόνο διοργανώνει την Ποδηλατική Βόλτα από το Πανεπιστήμιο στο κέντρο της πόλης με ανοιχτή συμμετοχή. Παράλληλα η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδος, στο πλαίσιο του έργου Wander by bicycle – WBB, παραχώρησε στο πανεπιστημιακό γυμναστήριο 24 ποδήλατα τα οποία δανείζονται σε φοιτητές και μέλη ως μέσο μετακίνησης και αναψυχής. Από τα στατιστικά στοιχεία του γυμναστηρίου προκύπτει ότι υπάρχει αυξητική τάση της χρήσης του ποδηλάτου χρόνο με το χρόνο. Έτσι από τον Απρίλιο του 2014 μέχρι τον Απρίλιο του 2017, χρησιμοποιήθηκαν τα ποδήλατα του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου (μέσω δανεισμού) από περίπου 3000 άτομα (<http://gym.upatras.gr/>).

Κατά την διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους, πραγματοποιούνται στο πανεπιστημιακό γυμναστήριο αθλητικά προγράμματα μπάσκετ, ποδοσφαίρου, κολύμβησης, κλασσικού αθλητισμού, αεροβικής γυμναστικής, τένις, παραδοσιακών χορών, βόλεϊ για τους φοιτητές, τα μέλη και τους πολίτες (κατόχους πανεπιστημιακής κάρτας). Τα προγράμματα ολοκληρώνονται με τους τελικούς αγώνες του εσωτερικού πρωταθλήματος στο πλαίσιο της Αθλητικής Ημέρας που διεξάγονται στις αρχές Ιουνίου κάθε ακαδημαϊκού έτους. Βασικός σκοπός είναι η ενεργοποίηση όλων των μελών και των φοιτητών να εντάξουν τον αθλητισμό στην καθημερινότητά τους σε συνδυασμό με ένα υγιεινό τρόπο διατροφής.

Το Πανεπιστήμιο Πατρών προτίθεται να προχωρήσει στη δημιουργία πάρκου άθλησης και αναψυχής και βιωματικής μάθησης εντός της πανεπιστημιούπολης. Το πάρκο

θα περιλαμβάνει κατασκευή ποδηλατοδρόμων, μονοπάτια πεζοπορίας, υπαίθριων αθλητικών χώρων και εκδηλώσεων.

Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Το Γυμναστήριο του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, στο πλαίσιο του ετήσιου αθλητικού προγράμματος, παρέχει στους φοιτητές, εκτός των προπονήσεων σε βασικά ομαδικά αθλήματα, δράσεις αθλητικής αναψυχής όπως ποδηλασία (γύρος της λίμνης), τρέξιμο, πεζοπορία στο φαράγγι του Κουβαρά και στις περιοχές Πωγωνίου και Ζαγορίου. Η πεζοπορία περιλαμβάνει ξενάγηση σε παραδοσιακούς οικισμούς και λαογραφικά μουσεία καθώς και (ενίοτε) συμμετοχή σε παραδοσιακά γλέντια.

Αμερικάνικο Κολλέγιο

Το Αμερικάνικο Κολλέγιο παρέχει στους σπουδαστές της σχολής και στο προσωπικό του τη δυνατότητα να εμπλακούν σε εξωτερική αναψυχή ως μία υγιή και περιβαλλοντικά άριστη δραστηριότητα ψυχαγωγίας η οποία δημιουργεί αίσθημα ευεξίας. Το αθλητικό πρόγραμμα αναψυχής παρέχει ποικίλες εξωτερικές δραστηριότητες που βασίζονται στην περιπέτεια όπως πεζοπορία, αναρρίχηση, αυτόνομη κατάδυση, ποδηλασία και σκι, μέσα από οργανωμένες εκδρομές, παρέχοντας επίσης και τον απαιτούμενο εξοπλισμό. Τέτοιες δραστηριότητες δημιουργούν ψυχαγωγικές, μορφωτικές ευκαιρίες και ευκαιρίες μάθησης για αρχηγία και είναι ένας πολύ καλός τρόπος για τους σπουδαστές να αποκτήσουν μια καινούρια ικανότητα, να συναναστραφούν με άλλους ανθρώπους και να εξερευνήσουν το φυσικό περιβάλλον (<http://www.acg.edu/current-students/athletics/outdoor-recreation/>).

Συνοψίζοντας, καθώς ο πληθυσμός παγκοσμίως αστικοποιείται ολοένα και περισσότερο, ο σύγχρονος τρόπος ζωής δεν προάγει τη συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις. Η έλλειψη σωματικής άσκησης και υγιεινής διατροφής όμως συντελούν στην επιδείνωση των προβλημάτων υγείας, όπως η παχυσαρκία (και σχετιζόμενα προβλήματα όπως ο διαβήτης) αλλά και πνευματικής υγείας (όπως το άγχος). Η ανάπτυξη αθλητικών δραστηριοτήτων και δράσεων αναψυχής, η πρόσβαση στη φύση και τα πιθανά πλεονεκτήματα της ψυχαγωγίας σε εξωτερικό χώρο έχουν καταστεί κύριοι στόχοι στην πολιτική ατζέντα της πανεπιστημιακής κοινότητας παγκοσμίως. Τα Πανεπιστήμια σε Αμερική και Ευρώπη κινούνται σε δύο άξονες α) του υψηλού αγωνιστικού αθλητισμού με τις επαγγελματικές ομάδες να συμμετέχουν σε εσωτερικά εθνικά πρωταθλήματα ή να εκπροσωπούν την χώρα τους σε διεθνείς αγώνες και

β) της ανάπτυξης μιας μεγάλης ποικιλίας προγραμμάτων αθλητικής αναψυχής και μαζικής άθλησης με σκοπό την βελτίωση της υγείας των ασκούμενων, την ανάπτυξη δεξιοτήτων, την κοινωνικοποίησή τους, και τη γνωριμία με τα σπορ της αρεσκείας τους. Τα πανεπιστημιακά ιδρύματα που μελετήθηκαν πλαισιώνονται από μεγάλα πάρκα όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να αποκαταστήσουν την ψυχική τους ισορροπία μέσω των δράσεων αθλητικής αναψυχής. Οι υπεύθυνοι των γραφείων φυσικής αγωγής, εκμεταλλευόμενοι τα φυσικά τοπία, την εποχικότητα και το πρόγραμμα σπουδών, οργανώνουν εξορμήσεις σε συνδυασμό με δράσεις αθλητικής αναψυχής.

Τα προγράμματα, για να έχουν προοπτικές επιτυχίας, είναι συνήθως καλά οργανωμένα και παρέχουν σημαντικά κίνητρα στους ενδιαφερόμενους με μεγάλη ποικιλία δράσεων και υψηλής ποιότητας παροχής υπηρεσιών, με σωστή και άμεση ενημέρωση και με άριστα εκπαιδευμένο προσωπικό, ενώ αποδέκτες είναι οι φοιτητές, οι εργαζόμενοι αλλά και οι κάτοικοι της περιοχής. Ανάμεσα στα κίνητρα είναι και η προβολή των διακριθέντων αθλητών και αθλητικών δράσεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Στα Ελληνικά πανεπιστήμια δίνεται έμφαση κυρίως στα αθλήματα εντός γηπέδου. Οι φοιτητές στελεχώνουν τις ομάδες των σχολών τους για την διεξαγωγή των εσωτερικών ή πανελλήνιων πρωταθλημάτων και την εκπροσώπηση της χώρας στις διεθνείς Πανεπιστημιακές. Η οργάνωση δράσεων αθλητικής αναψυχής, κυρίως εκτός γηπέδου με ποικιλία δραστηριοτήτων, είναι ελάχιστες στα πανεπιστημιακά ιδρύματα, με σχετική εξαίρεση το Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο και το Αμερικανικό Κολλέγιο.

Βιβλιογραφική ανασκόπηση

Οι ερευνητικές προσπάθειες που έχουν γίνει σε αναφορά με τον αθλητισμό αναψυχής (γενικά και ειδικότερα για τον πανεπιστημιακό αθλητισμό αναψυχής) επικεντρώνονται σε δύο κύριες κατευθύνσεις, (α) τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής και (β) την παροχή κινήτρων για τη συμμετοχή σε τέτοιου είδους δραστηριότητες. Αρκετές ερευνητικές προσπάθειες αναζητούν ταυτόχρονα τα προτιμώμενα είδη αθλημάτων/δραστηριοτήτων αναψυχής από διάφορες ομάδες συμμετεχόντων ενώ άλλες εργασίες επικεντρώνουν την ανάλυση τους σε συγκεκριμένο άθλημα/δραστηριότητα αναψυχής ή σε ένα στενό εύρος ομοειδών αθλημάτων/δραστηριοτήτων (π.χ., δραστηριότητες χιονιού). Στις περισσότερες εργασίες γίνεται επίσης παραγοντική ανάλυση και εξετάζονται οι πιθανές διαφοροποιήσεις αναφορικά με τη συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία δημογραφικών χαρακτηριστικών (π.χ., ηλικία, φύλο, απασχόληση, κλπ).

Παρακάτω ακολουθεί μια συνοπτική καταγραφή και περιγραφή προηγούμενων ερευνών από την Ελλάδα και το εξωτερικό. Επειδή η διάσπαση της πληροφορίας κάθε εργασίας αναφορικά με τις κύριες κατευθύνσεις που αναφέρθηκαν παραπάνω (προτιμώμενα είδη δράσεων, ανασταλτικοί παράγοντες, κίνητρα συμμετοχής και διαφοροποιήσεις ανά δημογραφικό χαρακτηριστικό) θα οδηγούσε σε πολυκερματισμό και ασυνέχεια της παρουσίασης κάθε έρευνας, επιλέγεται να αναφέρονται όλα τα επιμέρους πορίσματα κάθε μιας από αυτές συγκεντρωτικά. Στο πρώτο μέρος της παρουσίασης γίνεται αναφορά σε εργασίες που αναφέρονται στο γενικό πληθυσμό και μετά αυτές που σχετίζονται περισσότερο με φοιτητές-εκπαιδευτικούς και πανεπιστημιακό αθλητισμό και αναψυχή.

Ανασταλτικοί παράγοντες για την αθλητική αναψυχή

Πολλές φορές οι άνθρωποι, γνωρίζοντας τις θετικές επιδράσεις της ενασχόλησης με την άθληση στη σωματική ψυχική και πνευματική υγεία, εκφράζουν θετική στάση απέναντι στη συμμετοχή. Παρόλα αυτά οι συμμετέχοντες έρχονται αντιμέτωποι με μια σειρά από λόγους (παράγοντες) που περιορίζουν τη διάθεση ή τους εμποδίζουν να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες αναψυχής ή αναβάλουν τη συμμετοχή τους. Από τις αρχές της δεκαετίας το 1980, οι Francken και Van Raij (1981) κατηγοριοποίησαν τους ανασταλτικούς παράγοντες σε εσωτερικούς και εξωτερικούς. Ως εσωτερικοί παράγοντες αναφέρονται η έλλειψη σχετικών δεξιοτήτων και ικανοτήτων, η μη εξοικείωση με μια δραστηριότητα και τα διαφορετικά προσωπικά ενδιαφέροντα. Ως εξωτερικοί παράγοντες, από την άλλη πλευρά, αναφέρονται τα οικονομικά προβλήματα, η έλλειψη χρόνου, η γεωγραφική απόσταση και η έλλειψη εγκαταστάσεων.

Ο Jackson (1988) χρησιμοποίησε επίσης την κατηγοριοποίηση σε εσωτερικούς και εξωτερικούς παράγοντες εντάσσοντας στην πρώτη κατηγορία τα προβλήματα υγείας, τη μη προσωπική ικανότητα και την έλλειψη δεξιοτήτων ενώ στη δεύτερη τις απαιτήσεις οικονομικών πόρων, την έλλειψη χρόνου και τις περιορισμένες σχετικές εγκαταστάσεις. Αργότερα, ο ίδιος ερευνητής αναγνώρισε έξι ανασταλτικούς παράγοντες, την κοινωνική απομόνωση, τις δυσκολίες προσβασιμότητας, κάποιους ατομικούς λόγους, το κόστος συμμετοχής, τις απαιτήσεις χρονικών δεσμεύσεων και το χαμηλό επίπεδο παροχής υπηρεσιών (Jackson, 1993).

Οι Crawford & Godbey (1987) εντόπισαν τρεις κατηγορίες ανασταλτικών παραγόντων, τους ενδοπροσωπικούς, τους διαπροσωπικούς και τους δομικούς. Οι ενδοπροσωπικοί ανασταλτικοί παράγοντες σχετίζονται με εσωτερικές ψυχολογικές

καταστάσεις που αφορούν το ίδιο το άτομο και επηρεάζουν τις αποφάσεις συμμετοχής του, όπως η υγεία, η κόπωση, το άγχος, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, η έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση. Οι διαπροσωπικοί ανασταλτικοί παράγοντες αναφέρονται στην αλληλεπίδραση των ατόμων με άλλα άτομα (π.χ., στο οικείο περιβάλλον) που μπορεί να τους καθιστά δέσμιους ή εξαρτώμενους, όπως π.χ., οι οικογενειακές υποχρεώσεις, η έλλειψη παρέας. Οι δομικοί ανασταλτικοί παράγοντες αναφέρονται σε εξωτερικά εμπόδια που εμποδίζουν την συμμετοχή, όπως π.χ., οικονομικοί λόγοι, η περιορισμένη προσβασιμότητα, η χαμηλή ποιότητα εγκαταστάσεων, η έλλειψη χρόνου, η απουσία αθλητικών προγραμμάτων, κλπ.

Οι Crawford, Jackson & Godbey (1991), προχωρώντας ένα βήμα, υποστήριξαν ότι οι παραπάνω κατηγορίες ανασταλτικών παραγόντων βιώνονται από τα άτομα με συγκεκριμένη και σταθερή σειρά (ιεραρχικά) κατά τη διαδικασία απόφασης για συμμετοχή του ατόμου στην αναψυχή. Με αυτή την κατάταξη δημιούργησαν το λεγόμενο “Ιεραρχικό μοντέλο” ανασταλτικών παραγόντων για την αναψυχή. Κατά το μοντέλο αυτό, πρώτα εμφανίζονται οι ενδοπροσωπικοί ανασταλτικοί παράγοντες που είναι οι πλέον ισχυροί και επηρεάζουν την επιθυμία και τα κίνητρα για δράση. Αν αυτοί ξεπεραστούν, ο υποψήφιος συμμετέχων έρχεται αντιμέτωπος με τους διαπροσωπικούς ανασταλτικούς παράγοντες οι οποίοι, όπως ειπώθηκε παραπάνω, συνίστανται κυρίως στην έλλειψη παρέας ή συντρόφου. Στην τρίτη φάση, εφόσον έχει ξεπεραστεί και το δεύτερο στάδιο, το άτομο έχει να αντιμετωπίσει τους δομικούς ανασταλτικούς παράγοντες τους οποίους επιχειρεί (όχι πάντα επιτυχώς) να ξεπεράσει μέσω μιας διαδικασίας προσωπικών στρατηγικών διαπραγμάτευσης (συνδιαλλαγής) και να συμμετάσχει σε μια δραστηριότητα.

Από αντίστοιχες έρευνες στην Ελλάδα προέκυψαν οι ακόλουθοι κύριοι ανασταλτικοί παράγοντες (Alexandris & Carrol, 1997a&b, Alexandris & Carrol, 1999, Alexandris, et al, 2002):

- έλλειψη ικανού χρόνου σε συνδυασμό με κάθε είδους καθημερινές υποχρεώσεις (εργασιακές, οικογενειακές, κοινωνικές, κλπ),
- ατομικοί/ψυχολογικοί παράγοντες οι οποίοι αναφέρονται κυρίως σε έλλειψη ικανοτήτων-δεξιοτήτων, χαμηλή αυτοεκτίμηση, χαμηλό επίπεδο φυσικής κατάστασης, προβλήματα υγείας, φόβους τραυματισμού, κ.ά.,
- έλλειψη ιδιαίτερου ενδιαφέροντος συμμετοχής σε κάποια/ες δραστηριότητα/ες λόγω προσαρμογής στην καθημερινή ρουτίνα ή λόγω κακής εμπειρίας από προηγούμενη συμμετοχή,

- οικονομικά προβλήματα και προβλήματα πρόσβασης που αφορούν στο κόστος μετακίνησης και εξοπλισμού καθώς και στη δυσκολίες πρόσβασης στους χώρους αναψυχής,
- έλλειψη παρέας που αναφέρεται στη δυσκολία σύμπτωσης ενδιαφερόντων αλλά και χρονικής συγκυρίας υλοποίησης συγκεκριμένης δράσης μεταξύ φίλων/γνωστών,
- έλλειψη ή χαμηλό επίπεδο αθλητικών εγκαταστάσεων και υπηρεσιών αναψυχής που μπορεί να συνίστανται σε μη ύπαρξη εγκαταστάσεων σε κοντινή απόσταση, σε μη συντηρημένες εγκαταστάσεις, στη μη ύπαρξη επαρκούς ή/και κατάλληλα εκπαιδευμένου προσωπικού ή στη λειτουργία εγκαταστάσεων σε συνθήκες συνωστισμού.

Σημειώνεται πάντως ότι δεν υπάρχει ενιαία (κοινή) ιεράρχηση των παραπάνω ανασταλτικών παραγόντων σε όλες τις περιπτώσεις και τις μελέτες που έχουν γίνει. Για παράδειγμα, σε έρευνα αναφορικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμετοχή φοιτητών σε χειμερινές δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής (χιονοδρομία αναψυχής), η σειρά σημαντικότητας των παραμέτρων που προέκυψε από τη στατιστική ανάλυση δείγματος είναι: εγκαταστάσεις/υποδομές, ατομικοί/ψυχολογικοί λόγοι, έλλειψη ενδιαφέροντος, έλλειψη παρέας, έλλειψη χρόνου, οικονομικά/πρόσβαση (Νομικός, 2007). Αντίθετα, σε μελέτη αναφορικά με τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε αγώνες ορεινού τρεξίματος προέκυψαν κατά σειρά σπουδαιότητας η έλλειψη χρόνου, τα εσωτερικά/ατομικά προβλήματα, τα οικονομικά προβλήματα και τα προβλήματα προσέγγισης και, τέλος, οι εγκαταστάσεις/υπηρεσίες (Πολατίδου, 2008).

Στην εργασία της Φατσέα, Α. (2011) επιχειρείται μια ανασκόπηση των ερευνών των σχετικών με τους ανασταλτικούς παράγοντες σε δράσεις αθλητισμού αναψυχής στην Ελλάδα. Η εργασία καταγράφει ως σημαντικότερους ανασταλτικούς παράγοντες τους οικονομικούς λόγους, την έλλειψη παρέας, την έλλειψη χρόνου, τη χαμηλή ποιότητα των εγκαταστάσεων/υπηρεσιών, τη δυσκολία προσβασιμότητας, την έλλειψη γνώσης, την ελλιπή ενημέρωση για τα οφέλη της άσκησης και ειδικότερα της συμμετοχής σε φυσικές δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής.

Τα αποτελέσματα έρευνας σχετικά με ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής ασκουμένων σε γυμναστήρια στην πόλη της Κομοτηνής σε δείγμα 116 μελών γυμναστηρίων έδειξαν ότι οι λόγοι προσβασιμότητας και οι οικονομικοί λόγοι επηρεάζουν περισσότερο (αλλά όχι απαγορευτικά) τη διάθεση συμμετοχής (λαμβάνοντας υπόψη την οικονομική κατάσταση της χώρας κατά την περίοδο της έρευνας) (Χιώνης κ.ά., 2015). Επόμενοι σε

σημαντικότητα παράγοντες είναι (κατά σειρά σπουδαιότητας) η ποιότητα εγκαταστάσεων & υπηρεσιών (απαιτούνται σύγχρονες και ποιοτικές εγκαταστάσεις αλλά και ωραίο περιβάλλον στο γυμναστήριο), η έλλειψη παρέας, η έλλειψη χρόνου ενώ η ψυχολογικοί παράγοντες, η έλλειψη ενδιαφέροντος και η έλλειψη γνώσεων τοποθετούνται αρκετά πιο κάτω σε σημασία.

Σε άλλη έρευνα για την ανάμειξη ενός ατόμου σε μια αθλητική δραστηριότητα, και σε αναφορά με την υπαίθρια δραστηριότητα της ορεινής ποδηλασίας, εξετάστηκε πώς τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων (δείγμα 150 ποδηλατών) επηρεάζουν κάθε μια από τρεις εξεταζόμενες διαστάσεις, (α) την έλξη προς της δραστηριότητα, (β) την αυτοέκφραση μέσω της δραστηριότητας, και (γ) την κεντρικότητα της δραστηριότητας στη ζωή του ατόμου (Ζαφειρούδη, κ.ά., 2014). Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν μεταξύ άλλων ότι ποδηλάτες μεγαλύτερης ηλικίας έλκονται περισσότερο να συμμετάσχουν στη δραστηριότητα αυτή από ό,τι οι ποδηλάτες μικρότερης ηλικίας ενώ επίσης θεωρούν ότι η δραστηριότητα καταλαμβάνει κεντρικό ρόλο στη ζωή τους. Αντίθετα, στις νεαρότερες ηλικίες το ζητούμενο είναι η απόκτηση εμπειρίας κι όχι η εμβάθυνση από τη συμμετοχή.

Μεταφερόμενοι στο χώρο του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής, σε έρευνα μεταξύ 964 φοιτητών του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων προέκυψε ότι οι φοιτητές συμμετέχουν κυρίως σε ομαδικά αθλήματα - ποδόσφαιρο, μπάσκετ, βόλεϊ - αλλά ασχολούνται και με στίβο και κολύμβηση (Τοσουνίδης, 2005). Ως πλέον επιθυμητές αθλητικές δραστηριότητες από τις υπάρχουσες αξιολογούνται η κολύμβηση, η αεροβική, το ποδήλατο, το βόλεϊ, το μπάσκετ, οι παραδοσιακοί χοροί, οι ασκήσεις σε μηχανήματα ευεξίας, η ορειβασία, κ.ά. Ως αθλητικές δραστηριότητες που οι φοιτητές θα ήθελαν να ασχοληθούν αναφέρονται το windsurfing, η ξιφασκία, το ράφτινγκ, οι καταδύσεις, η ιππασία, η αναρρίχηση, το ταεκβοντό, κ.ά. Ως κίνητρα αναφέρονται (κατά σειρά σπουδαιότητας) η γενική βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η επιθυμία ευχάριστης και χαλαρής άσκησης, το αδυνάτισμα, η ειδική προπόνηση για διαμόρφωση του σώματος, η θετική επίδραση σε σωματικές παθήσεις, κ.ά.

Σε παρόμοια έρευνα μεταξύ 300 φοιτητών στο ΤΕΙ Κρήτης προέκυψε ότι οι δημοφιλέστερες αθλητικές δραστηριότητες που προτιμούν οι φοιτητές περιλαμβάνουν τις αθλοπαιδιές και τη γυμναστική δραστηριότητα (fitness & bodybuilding) με καθημερινή συχνότητα σε μεγάλο ποσοστό (Χαλκιαδάκης, κ.ά., 2005). Παρατηρήθηκε δε και μια σχετική διαφοροποίηση επιλογής δράσεων μεταξύ φύλων, τα αγόρια προτιμούν δραστηριότητες που χαρακτηρίζονται από δύναμη (π.χ., bodybuilding και πολεμικές τέχνες) ενώ τα κορίτσια κατευθύνονται περισσότερο προς δράσεις που χαρακτηρίζονται από χάρη, ομορφιά και μη

επιθετικότητα (π.χ., fitness, αεροβική, χορός, περίπατος, κλασικός αθλητισμός, κ.ά.). Εμφανίζεται μάλιστα και διαφοροποίηση στη συχνότητα ενασχόλησης, με τους άντρες να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο από τις γυναίκες σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής. Αναφορικά με τους παράγοντες που δυσκολεύουν τη συμμετοχή, καταγράφονται με πολύ μεγάλη συχνότητα οι σπουδαστικές υποχρεώσεις των φοιτητών (το ωρολόγιο πρόγραμμα μαθημάτων) και, σε πολύ χαμηλότερο βαθμό, η δυσκολία μετακίνησης και η διαδικασία ενημέρωσης. Ως κύριοι λόγοι συμμετοχής σε δραστηριότητες άσκησης και αναψυχής αναφέρονται οι παράγοντες υγεία/βελτίωση φυσικής κατάστασης και εμφάνιση/διαμόρφωση σώματος-αδυνάτισμα.

Μια άλλη έρευνα σχετικά με τη συμμετοχή φοιτητών σε υπαίθρια προγράμματα αναψυχής πανεπιστημιακού αθλητισμού και, συγκεκριμένα, στη δραστηριότητα της χιονοδρομίας, σε δείγμα 300 ερωτηθέντων φοιτητών, κατέδειξε ως σημαντικότερους ανασταλτικούς λόγους την έλλειψη χρόνου λόγω σπουδών, τη χαμηλή προσωπική προτεραιότητα των ερωτηθέντων για συμμετοχή σε τέτοια προγράμματα, το υψηλό κόστος συμμετοχής στη χιονοδρομία, καθώς και η δυσκολία πρόσβασης στο χιονοδρομικό κέντρο (Κοντογιάννη, κ.ά., 2009).

Το θέμα των αντιλαμβανόμενων ανασταλτικών παραγόντων από φοιτητές και φοιτήτριες για τη συμμετοχή τους σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής στα ελληνικά πανεπιστήμια διερευνάται και στην εργασία του Μασμανίδη, Θ. (2008). Η έρευνα βασίζεται σε ένα μεγάλο δείγμα 3041 φοιτητών/φοιτητριών από επτά ελληνικά πανεπιστήμια και κατέδειξε την χρονοαπόσταση ως τον σημαντικότερο ανασταλτικό παράγοντα (αναλυτικότερα στοιχεία στη σύγκριση των αποτελεσμάτων με τα αντίστοιχα της παρούσας έρευνας στον Πίνακα 28 παρακάτω). Οι άνδρες αντιλαμβάνονται χαμηλότερο βαθμό ανασταλτικών παραγόντων σε σχέση με τις γυναίκες ενώ συμμετέχουν σε μεγαλύτερη ποσοστιαία αναλογία στον πανεπιστημιακό αθλητισμό. Επίσης, όσοι συμμετέχουν τακτικά σε δράσεις πανεπιστημιακού αθλητισμού εμφανίζουν χαμηλότερο βαθμό ανασταλτικών παραγόντων από τους μη ή τους ευκαιριακά συμμετέχοντες.

Από την πλευρά των εκπαιδευτικών (σημειώνεται ότι στην παρούσα έρευνα συμμετέχουν και μέλη του εκπαιδευτικού προσωπικού του Πανεπιστημίου Πατρών) έχει υπάρξει έρευνα που αφορά στους παράγοντες που αναστέλλουν τη συμμετοχή εκπαιδευτικών σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής (Κοντογιάννη, Ε., 2007). Στην έρευνα πήραν μέρος 206 εκπαιδευτικοί Δημοτικών σχολείων της πόλης των Τρικάλων ηλικίας 25-60 ετών. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι σημαντικότεροι ανασταλτικοί παράγοντες (κατά

σειρά σημαντικότητας) είναι η έλλειψη χρόνου και ακολουθούν (με αρκετά μεγάλη διαφορά) η έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων, ατομικοί/ψυχολογικοί λόγοι, το περιορισμένο ενδιαφέρον, λόγοι οικονομικοί & πρόσβασης καθώς και η έλλειψη παρέας. Από την έρευνα προέκυψε επίσης ότι οι γυναίκες εκπαιδευτικοί βιώνουν ισχυρότερους ανασταλτικούς παράγοντες από τους άνδρες συναδέλφους τους σε όλες σχεδόν τις κατηγορίες κι ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες σχετίζονται αρνητικά με την πρόθεση για μελλοντική συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. Αντίθετα, δεν παρατηρήθηκαν διαφορές στην αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων μεταξύ των διαφόρων ηλικιακών ομάδων.

Κίνητρα και παρακίνηση

Ως κίνητρα θεωρούνται οι λόγοι που ωθούν ένα άτομο να συμπεριφέρεται με συγκεκριμένο τρόπο (στη βιβλιογραφία χρησιμοποιείται εναλλακτικά ο όρος παρακίνηση). Με μια άλλη ανάγνωση, ως κίνητρα λογίζονται οι παράγοντες εκείνοι που αυξάνουν το επίπεδο δραστηριοποίησης του ανθρώπινου οργανισμού και τον ωθούν στην πραγματοποίηση κάποιου στόχου που έχει θέσει. Τα κίνητρα, ως παράγοντες ενεργοποίησης, επιδρούν με ποικίλους τρόπους και διακρίνονται σε εσωτερικά και εξωτερικά ανάλογα με την προέλευση τους. Επίσης καταγράφεται και η περίπτωση της απουσίας κινήτρων ή έλλειψης παρακίνησης.

α) Εσωτερική παρακίνηση ή εσωτερικά κίνητρα

Εσωτερική παρακίνηση ή εσωτερικά κίνητρα (intrinsic motivation) ορίζεται η συμπεριφορά που παρακινείται εσωτερικά από μια έμφυτη ανάγκη του ανθρώπου να αισθάνεται ικανός και αυτόνομος στο περιβάλλον του και να κάνει κάτι για προσωπική του ευχαρίστηση χωρίς ανταμοιβή (Deci & Ryan, 1985). Κατά μια άλλη θεώρηση, η εσωτερική παρακίνηση ορίζεται ως η πραγματοποίηση μιας δραστηριότητας για την έμφυτη ευχαρίστηση που προσφέρει παρά για τα αποτελέσματα της (Roberts et al, 1986). Οι Pelletier et al. (1995) καθόρισαν τρεις διαστάσεις για την εσωτερική παρακίνηση, (α) παρακίνηση για απόκτηση γνώσης (π.χ., εκμάθηση νέων τεχνικών ή δεξιοτήτων), (β) παρακίνηση για επίτευξη (π.χ., επίτευξη προσωπικών στόχων) και (γ) παρακίνηση για αναζήτηση εμπειριών (π.χ., διασκέδαση). Οι Vallerand et al. (1992) πάλι διέκριναν τα εσωτερικά κίνητρα με βάση του στόχους (α) μάθηση (Intrinsic motivation to know), (β) αίσθηση διέγερσης (Intrinsic motivation to experience simulation) και (γ) επίτευξη στόχων (Intrinsic motivation towards accomplishments).

β) Εξωτερική παρακίνηση ή εξωτερικά κίνητρα

Με τον όρο εξωτερική παρακίνηση ή εξωτερικά κίνητρα (extrinsic motivation) νοούνται οι εξωτερικοί παράγοντες που παρακινούν ένα άτομο σε κάποια δραστηριότητα ως αποτέλεσμα του γεγονότος ότι αυτός ενεργεί επειδή είναι δεσμευμένος στους άλλους (Roberts, et al 1986). Τα εξωτερικά κίνητρα επομένως σχετίζονται με τη ενεργοποίηση της συμπεριφοράς του ατόμου ως αποτέλεσμα εξωτερικών παραγόντων. Ο βαθμός εξάρτησης της συμπεριφοράς του ατόμου από τα εξωτερικά κίνητρα καθορίζεται τόσο από τις ανάγκες του ατόμου όσο κι από το πλαίσιο των δραστηριοτήτων του τις οποίες επηρεάζουν τα κίνητρα. Γενικά καταγράφονται διάφοροι τύποι εξωτερικής παρακίνησης ανάλογα με το βαθμό αυτοκαθορισμού της συμπεριφοράς του κάθε ανθρώπου. Και στην περίπτωση της εξωτερικής παρακίνησης οι Pelletier et al (1995) καθόρισαν τρεις επιμέρους διαστάσεις για αυτήν, (α) παρακίνηση για κοινωνική αναγνώριση (π.χ., αναγνώριση από φίλους), (β) παρακίνηση που σχετίζεται με αισθήματα ενοχής (π.χ., ενοχή από τη μη συμμετοχή) και (γ) παρακίνηση για προσωπική ταύτιση (π.χ., ταύτιση με τις αξίες μιας δραστηριότητας). Αντίστοιχα, οι Vallerand et al. (1992) αναφέρουν τις παρακάτω κατηγορίες εξωτερικών κινήτρων με βάση του στόχους (α) προσδιορισμός ταυτότητας (Identification), (β) ενδοπροβολή (Introjection) και (γ) εξωτερική ρύθμιση (External Regulation).

γ) Έλλειψη παρακίνησης ή απουσία κινήτρων

Η έλλειψη παρακίνησης ή απουσία κινήτρων (Amotivation) αναφέρεται στην περίπτωση που το άτομο δεν αντιλαμβάνεται κανέναν λόγο συμμετοχής του σε κάτι που σκέφτεται να κάνει οπότε η παρακίνησή του είναι πολύ χαμηλή (Ryan & Deci, 2000).

Ο στόχος της μελέτης των κινήτρων (γενικά αλλά και ειδικότερα στο πεδίο της αναψυχής) είναι η διερεύνηση των λόγων που ωθούν ένα άτομο σε συγκεκριμένες συμπεριφορές και, εν προκειμένω, στη συμμετοχή του σε δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής. Η μελέτη των κινήτρων είναι χρήσιμη καθώς μπορεί να προβλέψει διάφορα χαρακτηριστικά συμμετοχής (όπως π.χ., την πρόθεση συμμετοχής ή συνέχισης, την αφοσίωση, την ανάμειξη και την εξειδίκευση (Alexandris & Kouthouris, 2005). Τα κυριότερα κίνητρα που εμφανίζονται στη βιβλιογραφία σχετικά με την αναψυχή είναι η διατήρηση/βελτίωση της υγείας και της φυσικής κατάστασης, η χαλάρωση, η διαφυγή από την καθημερινότητα, η βελτίωση της εμφάνισης, η κοινωνικοποίηση, η μάθηση και η

βελτίωση των ατομικών ικανοτήτων (Davis et al, 1995, Alexanrdis & Carroll, 1997, Iso-Ahola, 1999).

Από έρευνα των Γδοντέλη, κ.ά. (2006), με βάση δείγμα 122 φοιτητών και 41 φοιτητριών από Πανεπιστήμια της Αθήνας, σχετικά με τα κίνητρα συμμετοχής Ελλήνων φοιτητών σε αθλητικές δραστηριότητες, προέκυψε ότι οι αθλούμενοι φοιτητές και φοιτήτριες θεωρούν ότι τα κίνητρα που τους ωθούν στην άθληση είναι κυρίως εσωτερικά. Από τα εξωτερικά κίνητρα, σημαντικότερο ρόλο φαίνεται να παίζει η ενδοπροβολή ενώ τα άλλα δύο (προσδιορισμός ταυτότητας και εξωτερική ρύθμιση) δε φαίνεται να έχουν σημαντικό ρόλο. Ακόμα μικρότερη σημασία στο δείγμα φαίνεται να έχει η απουσία κινήτρων. Από την ανάλυση προκύπτει επίσης ότι τα εσωτερικά κίνητρα φαίνεται να έχουν υψηλή συσχέτιση μεταξύ τους όπως επίσης και τα εξωτερικά κίνητρα του προσδιορισμού ταυτότητας και της ενδοπροβολής, σε αντίθεση με την εξωτερική ρύθμιση η οποία δεν εμφανίζει υψηλή συσχέτιση με τους άλλους παράγοντες. Η απουσία κινήτρων έχει αρνητική συσχέτιση με κάποιους από τους παράγοντες.

Σε άλλη εργασία αξιολογούνται οι παράγοντες ανάπτυξης του αθλητισμού αναψυχής σε Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης (Μπαλάσκα, 2013). Σε δείγμα 1196 ερωτηθέντων από διάφορους Δήμους γύρω από την περιοχή της Θεσσαλονίκης (581 από το γενικό πληθυσμό και 615 από συμμετέχοντες/εγγεγραμμένους σε προγράμματα μαζικού αθλητισμού) προέκυψαν τα εξής συμπεράσματα: Τα επίπεδα αθλητικής συμμετοχής είναι χαμηλά στο γενικό πληθυσμό, αντίθετα όμως η συμμετοχή είναι ικανοποιητική μεταξύ των συμμετεχόντων σε προγράμματα μαζικού αθλητισμού. Μεταξύ των ανασταλτικών παραγόντων για το γενικό πληθυσμό εμφανίζονται οι ενδοπροσωπικοί καθώς και η έλλειψη χώρων άσκησης και αναψυχής. Ακόμα, αναφέρονται αρκετά προβλήματα σχετικά με την ποιότητα των εγκαταστάσεων και τις συνθήκες άσκησης. Οι γυναίκες φαίνεται να συμμετέχουν περισσότερο από τους άνδρες στα προγράμματα. Για την ανάπτυξη αφοσίωσης με τα προγράμματα, ως σημαντικός παράγοντας κρίνεται η εσωτερική παρακίνηση.

Η σχέση των δημογραφικών χαρακτηριστικών (όπως το φύλλο, η ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο) με την λήψη αποφάσεων για την συμμετοχή, την αναβολή ή την αποφυγή από τις αθλητικές δραστηριότητες έχουν απασχολήσει την επιστημονική κοινότητα (Jackson & Henderson, 1995, Κουθούρης κ.ά., 2008). Η κατανόηση των εμποδίων από τους υπεύθυνους των αθλητικών οργανισμών θα ήταν πολύτιμη για την ανάπτυξη των κατάλληλων στρατηγικών και προγραμμάτων ώστε να ενισχυθεί η συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής (Mc Guire & O' Leary, 1992; Alexandris & Carroll,

1999, Κουθούρης κ.ά., 2008). Διάφορες έρευνες έχουν καταλήξει σε προτάσεις και σχεδιασμό δράσεων που θα μπορούσαν να άρουν ή να περιορίσουν τους ανασταλτικούς παράγοντες. Παραδείγματα τέτοιου σχεδιασμού μπορεί να αποτελούν η διαμόρφωση διαφορετικού και κατάλληλου (ασφαλούς και ενθαρρυντικού) περιβάλλοντος συμμετοχής για άτομα με διαφορετικά δημογραφικά χαρακτηριστικά, η ανάπτυξη δράσεων στον ίδιο χώρο για όλη την οικογένεια, ο προγραμματισμός δράσεων εκτός εργασιακού ωραρίου (απόγευμα ή Σαββατοκύριακο), η υποστήριξη από ειδικούς (personal trainers) για την αντιμετώπιση των ατομικών/ψυχολογικών λόγων, η υιοθέτηση διαφοροποιημένων τιμών κόστους ή και η δωρεάν παροχή υπηρεσιών σε κάποιες περιπτώσεις, η προώθηση της δημιουργίας σχέσεων και επικοινωνίας των ατόμων με διοργάνωση εκδηλώσεων αθλητικής αναψυχής, η δημιουργία/αναβάθμιση των εγκαταστάσεων και των υπηρεσιών, η επιλογή προγραμμάτων που καλύπτουν τις ανάγκες και τις επιθυμίες του κόσμου, η κατάλληλη προβολή και πληροφόρηση καθώς και η οργάνωση στρατηγικών πλάνων μάρκετινγκ (Κουθούρης, κ.ά., 2008).

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Δείγμα

Το δείγμα της έρευνας αποτελείται από φοιτητές/ριες, μέλη ΔΕΠ και επιστημονικό προσωπικό, διοικητικό και λοιπό προσωπικό του Πανεπιστημίου των Πατρών καθώς και φίλους του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου, εγγεγραμμένους σε αυτό κι κατόχους σχετικής κάρτας.

Στην έρευνα συμμετείχαν 380 άτομα. Από αυτά οι 234 (61,6%) ήταν φοιτητές, 45 (11,8%) μέλη ΔΕΠ και επιστημονικό προσωπικό 51 (13,4%) Διοικητικό και λοιπό προσωπικό και 50 (13,2%) άτομα φίλοι του Πανεπιστημίου (αυτά αποτελούνται από μέλη οικογενειών μελών ΔΕΠ, επιστημονικού και διοικητικού προσωπικού ή κατόχους κάρτας μέλους του γυμναστηρίου). Το ποσοστό των ανδρών του δείγματος είναι 52% και των γυναικών 48%. Η πλειοψηφία του δείγματος ήταν από 18 – 30 ετών (63,3%) και άγαμοι ή χωρισμένοι (71%).

ΠΙΝΑΚΑΣ 1 ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ		
Φύλο	Συχνότητα	Ποσοστά (%)
Ανδρας	197	52
Γυναίκα	183	48
Σύνολο	380	100
Κατηγορία		
Φοιτητής – τρια	234	61,6
Μέλος ΔΕΠ/Επιστημονικό προσωπικό	45	11,8
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό	51	13,4
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	50	13,2
Σύνολο	380	100
Ηλικία		
18-30	241	63,3
31-43	71	18,7
44-56	55	14,5
57-70	13	3,4
Σύνολο	380	100
Οικογενειακή κατάσταση		
Έγγαμος	110	29
Άγαμος/Χωρισμένος	270	71
Σύνολο	380	100

Μέσα συλλογής δεδομένων - Ερωτηματολόγιο

Το ερωτηματολόγιο της έρευνας δομείται σε 9 μέρη. Στο πρώτο μέρος περιλαμβάνει ερωτήσεις σχετικά με τις αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής στις οποίες οι ερωτώμενοι ήδη συμμετέχουν. Στο δεύτερο μέρος πραγματοποιείται η αξιολόγηση των παρεχόμενων υπηρεσιών των αθλητικών κέντρων που συμμετέχουν. Στο τρίτο μέρος καταγράφονται οι δράσεις που οι ερωτώμενοι επιθυμούν να συμμετέχουν, εντός και εκτός γηπέδου, η συχνότητα συμμετοχής καθώς και αν ενδιαφέρονται να συμμετέχουν σε οργανωμένες ομάδες του Πανεπιστημίου. Στο τέταρτο μέρος αξιολογούνται τα κίνητρα συμμετοχής σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής. Στο πέμπτο μέρος αξιολογούνται οι ανασταλτικοί παράγοντες που επηρεάζουν αρνητικά ή και αποτρέπουν τη συμμετοχή σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής. Στο έκτο μέρος καταγράφονται ο χρόνος και το κόστος που οι ερωτώμενοι θα μπορούσαν να διαθέσουν για συμμετοχή σε δράσεις της αρεσκείας τους. Στο έβδομο μέρος καταγράφονται οι επιλογές των ερωτηθέντων σχετικά με τους επιθυμητούς τρόπους ενημέρωσής τους για προγραμματιζόμενες ή επικείμενες δράσεις αθλητισμού και αναψυχής. Στο όγδοο μέρος αξιολογείται η αντιλαμβανόμενη σημαντικότητα του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αθλητικής αναψυχής από τους ερωτώμενους. Τέλος στο ένατο και τελευταίο μέρος του ερωτηματολογίου καταγράφονται τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των ερωτηθέντων. Οι περισσότερες ερωτήσεις του ερωτηματολογίου δομούνται σε πενταβάθμια κλίμακα Likert. Η κλίμακα αυτή ζητάει να δείξει ο ερωτώμενος τον βαθμό συμφωνίας ή διαφωνίας του με ορισμένες προτάσεις-δηλώσεις που περιέχονται στο ερωτηματολόγιο.

Αρχικά οι ερωτώμενοι κατέγραψαν το βαθμό συμμετοχής τους σε αθλητικές δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουν αλλά και τον τρόπο με τον οποίο συμμετέχουν. Στη συνέχεια αξιολόγησαν την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών των αθλητικών συλλόγων ή των γυμναστηρίων που συμμετέχουν ή συμμετείχαν στο παρελθόν. Έπειτα κατέταξαν με σειρά προτίμησης τις δράσεις που ενδιαφέρονται να συμμετέχουν εντός και εκτός γηπέδου, την επιθυμητή συχνότητα συμμετοχής και αν επιθυμούν τη συμμετοχή τους σε ομάδα του Πανεπιστημίου ή όχι. Για την μέτρηση της μεταβλητής κίνητρα συμμετοχής σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής χρησιμοποιήθηκαν 9 μετρήσεις από την έρευνα των Manfreda and Driver (1997). Επίσης χρησιμοποιήθηκαν 5 μετρήσεις όπου οι ερωτώμενοι αξιολόγησαν προτάσεις που θα μπορούσαν να συμβάλουν στην παρακίνησή τους για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής. Για την μέτρηση της μεταβλητής 'ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής' χρησιμοποιήθηκαν 12

μετρήσεις από τις έρευνες των Alexandris and Carroll (1997). Ακολούθως οι ερωτώμενοι σημείωσαν το χρόνο και το κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν για την συμμετοχή στις δράσεις της αρεσκείας τους, καθώς και τις ώρες και τις ημέρες της εβδομάδας που θα προτιμούσαν να συμμετέχουν στις επιθυμητές δράσεις. Στη συνέχεια ερωτήθηκαν για τον τρόπο με τον οποίο επιθυμούν να ενημερώνονται για τα προγράμματα δράσεων και αναψυχής του Πανεπιστημίου Πατρών. Χρησιμοποιήθηκαν 5 μετρήσεις για την αξιολόγηση της σημαντικότητας του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής και την στάση τους απέναντι στην χορηγία από την έρευνα Speed και Thomson (2000). Τέλος ως προς τα δημογραφικά χαρακτηριστικά το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε 4 ερωτήσεις για το φύλλο την ηλικία την οικογενειακή κατάσταση και την επαγγελματική κατάσταση.

Το ερωτηματολόγιο διανεμήθηκε σε τυχαίο δείγμα φοιτητών σε αμφιθέατρα σχολών, στους συμμετέχοντες σε δράσεις του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου, σε μέλη ΔΕΠ, επιστημονικό και διοικητικό προσωπικό με επισκέψεις της ερευνήτριας στα γραφεία τους. Το ερωτηματολόγιο διανεμήθηκε ακόμα σε φίλους - κατόχους κάρτας γυμναστηρίου κατά την προσέλευση τους σε αυτό αλλά και στα μέλη της ευρύτερης κοινότητας του Πανεπιστημίου Πατρών. Το ερωτηματολόγιο ήταν ανώνυμο και η απάντησή του προαιρετική. Η έρευνα διεξήχθη το ακαδημαϊκό έτος 2017-2018

Στατιστική ανάλυση & ερευνητικές υποθέσεις

Η ανάλυση των δεδομένων της έρευνας στηρίχθηκε σε μια σειρά από στατιστικές διαδικασίες οι οποίες υλοποιήθηκαν με τη χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS-22. Πιο συγκεκριμένα, χρησιμοποιήθηκαν:

1. Περιγραφική στατιστική, όπως συχνότητες εμφάνισης των παρατηρήσεων, ποσοστά, μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις
2. Για τη σύγκριση πιθανών διαφορών των μέσων τιμών χρησιμοποιήθηκε η επαγωγική στατιστική και συγκεκριμένα:
 - α) t-test για ανεξάρτητα δείγματα μεταξύ των συμμετεχόντων,
 - β) στατιστικός έλεγχος ANOVA για τις ανεξάρτητες μεταβλητές που μπορούν να λάβουν περισσότερες από δύο τιμές,
 - γ) χ^2 για τις ανεξάρτητες και εξαρτημένες μεταβλητές που είναι κατηγορικές ή ονομαστικές.

Η περιγραφή των ανεξάρτητων και των εξαρτημένων μεταβλητών, το είδος της στατιστικής διαδικασίας (είδος στατιστικής ανάλυσης που χρησιμοποιήθηκε για κάθε

μεταβλητή ή για κάθε ερευνητική ερώτηση/στατιστική υπόθεση) περιγράφονται με την παρουσίαση των αποτελεσμάτων.

Οι ερευνητικές υποθέσεις της εργασίας παρουσιάζονται παρακάτω. Καθένα από τα ερευνητικά ερωτήματα εξετάζεται ξεχωριστά για κάθε κατηγοριοποίηση του δείγματος δηλαδή,

- ανά φύλο
- ανά ενασχόληση (φοιτητές, ΔΕΠ, διοικητικοί, εκτός Πανεπιστημίου)
- ανά οικογενειακή κατάσταση
- συμμετέχοντες – μη συμμετέχοντες.

Ερευνητικές υποθέσεις

1. Υπάρχουν διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής γενικά ανά κατηγορία συμμετεχόντων (π.χ., ανά φύλο, ανά ενασχόληση, ανά ηλικιακή ομάδα, ανά οικογενειακή κατάσταση). (Πίνακας 1.1 ερωτηματολογίου)
2. Υπάρχουν διαφορές στο είδος δραστηριότητας ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 1.2 ερωτηματολογίου)
3. Υπάρχουν διαφορές στο βαθμό συμμετοχής στις δραστηριότητες ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 1.2 ερωτηματολογίου)
4. Υπάρχουν διαφορές στον τρόπο συμμετοχής σε δραστηριότητες ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 1.3 ερωτηματολογίου)
5. Υπάρχουν διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 1.4 ερωτηματολογίου)
6. Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά είδος δράσης και ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 2 ερωτηματολογίου)
7. Υπάρχουν διαφορές στη συχνότητα συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 2 ερωτηματολογίου)
8. Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 2 ερωτηματολογίου)
9. Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον για συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά είδος δράσης και ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 3 ερωτηματολογίου)

10. Υπάρχουν διαφορές στη συχνότητα συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 3 ερωτηματολογίου)
11. Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 3 ερωτηματολογίου)
12. Υπάρχουν διαφορές στους λόγους που επιθυμούν να συμμετάσχουν οι ερωτώμενοι σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 4 ερωτηματολογίου)
13. Υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 5 ερωτηματολογίου)
14. Υπάρχουν διαφορές στα κίνητρα για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 6 ερωτηματολογίου)
15. Υπάρχουν διαφορές στο χρόνο που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 7 ερωτηματολογίου)
16. Υπάρχουν διαφορές στο κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 7 ερωτηματολογίου)
17. Υπάρχουν διαφορές στις ώρες της ημέρας που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 8 ερωτηματολογίου)
18. Υπάρχουν διαφορές στις ημέρες της εβδομάδας ή στις περιόδους που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 8 ερωτηματολογίου)
19. Υπάρχουν διαφορές στον τρόπο που επιθυμούν οι ερωτώμενοι να ενημερώνονται για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων. (Πίνακας 9 ερωτηματολογίου)
20. Υπάρχουν διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτώμενων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών. (Πίνακας 10 ερωτηματολογίου)

Στατιστικές υποθέσεις

Οι μηδενικές υποθέσεις με τις αντίστοιχες εναλλακτικές τους στην παρούσα έρευνα είναι:

- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής γενικά ανά κατηγορία συμμετεχόντων (π.χ., ανά φύλο, ανά ενασχόληση, ανά ηλικιακή ομάδα, ανά οικογενειακή κατάσταση).

H₁: Υπάρχουν διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής γενικά ανά κατηγορία συμμετεχόντων (π.χ., ανά φύλο, ανά ενασχόληση, ανά ηλικιακή ομάδα, ανά οικογενειακή κατάσταση).
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στο είδος δραστηριότητας ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στο είδος δραστηριότητας ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στο βαθμό συμμετοχής στις δραστηριότητες ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στο βαθμό συμμετοχής στις δραστηριότητες ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στον τρόπο συμμετοχής σε δραστηριότητες ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

Υπάρχει διαφορά στον τρόπο συμμετοχής σε δραστηριότητες ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά είδος δράσης και ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά είδος δράσης και ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στη συχνότητα συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στη συχνότητα συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
- H₀:** Δεν υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

- H₁**: Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
9. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον για συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά είδος δράσης και ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον για συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά είδος δράσης και ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
10. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στη συχνότητα συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στη συχνότητα συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
11. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
12. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στους λόγους που επιθυμούν να συμμετάσχουν οι ερωτώμενοι σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στους λόγους που επιθυμούν να συμμετάσχουν οι ερωτώμενοι σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
13. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
14. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στα κίνητρα για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στα κίνητρα για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
15. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στο χρόνο που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στο χρόνο που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
16. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στο κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.
H₁: Υπάρχουν διαφορές στο κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε

δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

17. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στις ώρες της ημέρας που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στις ώρες της ημέρας που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

18. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στις ημέρες της εβδομάδας ή στις περιόδους που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στις ημέρες της εβδομάδας ή στις περιόδους που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

19. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στον τρόπο που επιθυμούν οι ερωτώμενοι να ενημερώνονται για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στον τρόπο που επιθυμούν οι ερωτώμενοι να ενημερώνονται για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής ανά κατηγορία συμμετεχόντων.

20. **H₀**: Δεν υπάρχουν διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτώμενων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών.

H₁: Υπάρχουν διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτώμενων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών.

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αξιοπιστία ερωτηματολογίου

Πραγματοποιήθηκε έλεγχος για την αξιοπιστία των μετρήσεων των κατηγοριών ερωτήσεων με τη χρήση του συντελεστή Cronbach α . Οι τιμές του συντελεστή ήταν αποδεκτές για όλες τις μεταβλητές εφόσον ξεπερνούν το κατώτατο όριο του 0.7 (Πίνακας 1).

Πίνακας 1. Ανάλυση Αξιοπιστίας Cronbach

Λόγοι συμμετοχής	$\alpha = .81$	12 ερωτήσεις
Ανασταλτικοί παράγοντες	$\alpha = .81$	15 ερωτήσεις
Ενίσχυση κινήτρων	$\alpha = .75$	6 ερωτήσεις
Αντιλήψεις για τον ΠΑ	$\alpha = .82$	5 ερωτήσεις

Περιγραφή δείγματος της έρευνας

Δημογραφικά χαρακτηριστικά δείγματος

Συνολικά συμμετείχαν στην έρευνα 380 άτομα (Πίνακας 2). Από τους συμμετέχοντες οι 197 (52%) είναι άνδρες και οι 183 (48%) γυναίκες. Την πλειοψηφία του δείγματος αποτελούν 234 (61,6%) φοιτητές (207 προπτυχιακοί, 18 μεταπτυχιακοί, 9 υποψήφιοι διδάκτορες) ενώ συμμετέχουν 45 (11,8%) άτομα που ανήκουν στην κατηγορία μελών ΔΕΠ και του Επιστημονικού εν γένει προσωπικού, 51 (13,4%) άτομα που ανήκουν στο διοικητικό προσωπικό και 50 (13,2%) άτομα που δεν υπηρετούν στο Πανεπιστήμιο Πατρών.

Από την επεξεργασία της ηλικιακής κατανομής συμμετεχόντων δείχνει να υπερτερεί η ηλικιακή ομάδα των 18 έως 30 ετών με 241 (63,3%) συμμετέχοντες, 71 (18,7%) συμμετέχοντες ανήκουν στην ομάδα των 31 έως 43 ετών, 55 (14,5%) άτομα στην ηλικιακή ομάδα των 44 έως 56 ετών ενώ μόνο 13 (3,4%) άτομα στην ομάδα άνω των 57 ετών.

Ως προς την οικογενειακή κατάσταση η πλειοψηφία του δείγματος ανήκει στην κατηγορία του Άγαμου/Χωρισμένου (N=270) 71%, ενώ μόνο 110 συμμετέχοντες είναι έγγαμοι (29%).

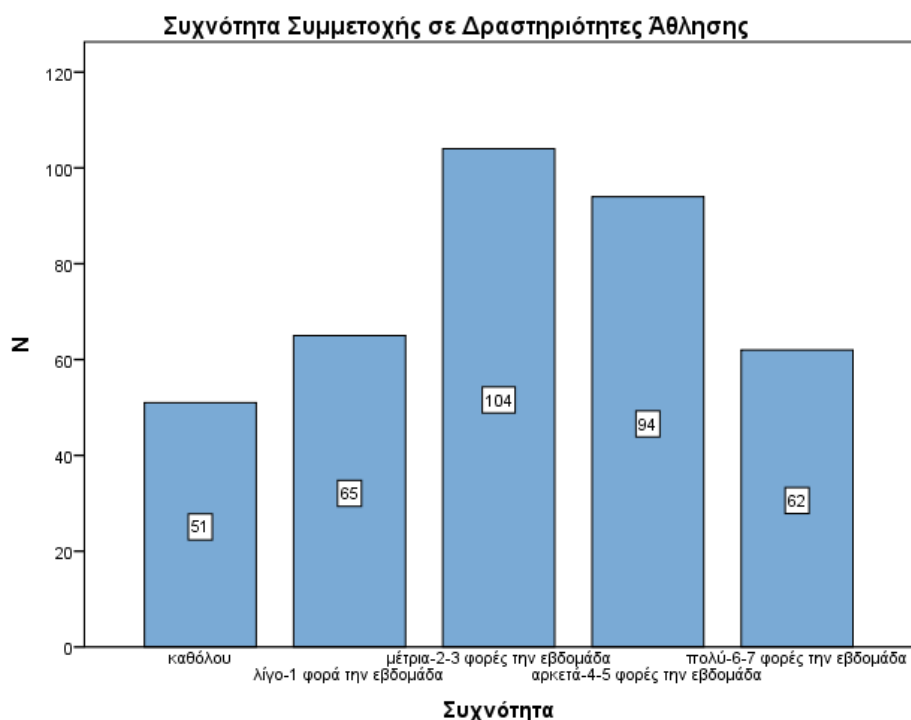
Πίνακας 2. Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος

Φύλο		Ηλικία		Ενασχόληση		Οικογενειακή Κατάσταση	
Άνδρες	197	18-30	241	Φοιτητές	234	Έγγαμος	110
Γυναίκες	183	31-43	71	Μέλη ΔΕΠ	45	Άγαμος/ Χωρισμένος	270
		44-56	55	Διοικητικό Προσωπικό	51		
		> 57	13	Συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου	50		

Συχνότητα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες στην έρευνα (N=104) δήλωσαν ότι συμμετέχουν δυο με τρεις φορές την εβδομάδα, είτε σε αμιγώς αθλητικές δραστηριότητες ή σε δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής. Σημαντικός αριθμός συμμετεχόντων (N=94) συμμετέχει σε αυτού του είδους δραστηριότητες τέσσερις με πέντε φορές την εβδομάδα ενώ 51 άτομα δεν αθλούνται καθόλου και 62 άτομα αθλούνται σχεδόν κάθε μέρα (Εικόνα 1).

Εικόνα 1. Συχνότητα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης



Στον Πίνακα 3 κατατάσσονται σε φθίνουσα σειρά οι επιλογές σε αθλήματα/δραστηριότητες των συμμετεχόντων στην έρευνα. Φαίνεται ότι κυριαρχούν δραστηριότητες που θεωρούνται διαδομένες, όπως δραστηριότητες σε γυμναστήριο (βάρη, ομαδικά προγράμματα) αλλά και σε ανοικτούς αθλητικούς και μη χώρους (π.χ. μπάσκετ, στίβος, τρέξιμο).

Πίνακας 3. Επιλογή αθλήματος/δραστηριότητας (δυνατότητα πολλαπλών απαντήσεων)

Άθλημα ή Δραστηριότητα	Αριθμός	Ποσοστό
Γυμναστήριο (Βάρη, Άρση Βαρών, Power Lifting, Body Weight, κλπ)	104	27,4%
Τρέξιμο, Μαραθώνιος, Διάδρομος, Στίβος	96	25,3%
Μπάσκετ	71	18,7%
Ομαδικά Προγράμματα (Πιλάτες, Αεροβική, Yoga, Zumba, Lindy Hop, Aerial Silks, Crossfit, Tae Bo, Outdoor Workout, Cardio)	54	14,2%
Πεζοπορία / Ορειβασία	40	10,5%
Ποδόσφαιρο	32	8,4%
Κολύμβηση / Καλλιτεχνική Κολύμβηση	25	6,6%

Ποδηλασία	24	6,3%
Αθλήματα Ρακέτας (Ping Pong Τένις, Badminton, Ξύλο-ρακέτες)	22	5,8%
Χοροί	22	5,8%
Βόλεϊ	12	3,2%
Πολεμικές Τέχνες (KraV Maga, Πυγμαχία, Tae Kwon Do)	6	1,6%
Θαλάσσια Αθλήματα (Rafting, Ιστιοπλοΐα, Windsurf)	3	0,8%
Ξιφασκία	3	0,8%
Ιππασία	3	0,8%
Πνευματικά Αθλήματα (Σκάκι, Στρατέγικο)	2	0,5%
Σκοποβολή	1	0,3%
Τοξοβολία	1	0,3%
Αναρρίχηση	1	0,3%
Σκι	1	0,3%
Τρίαθλο	1	0,3%

Τρόποι συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες

Όπως φαίνεται στον Πίνακα 4, η πλειοψηφία των συμμετεχόντων στην έρευνα επιλέγει να αθλείται ατομικά χωρίς ή με συμμετοχή σε οργανωμένους χώρους άθλησης.

Πίνακας 4. Τρόποι συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες (δυνατότητα πολλαπλών απαντήσεων)

Τρόπος Συμμετοχής	Αριθμός	Ποσοστό
Πανεπιστημιακό γυμναστήριο	147	38,7%
Ιδιωτικό Γυμναστήριο	103	27,1%
Συμμετοχή σε Συλλόγους	68	17,9%
Προγράμματα Αθλητικού Τουρισμού	2	0,5%
Ελεύθερα Ατομικά	181	47,6%

Αξιολόγηση ποιότητας παρεχόμενων υπηρεσιών γυμναστηρίου Πανεπιστημίου Πατρών

Προκειμένου να αξιολογηθεί η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών του γυμναστηρίου του Πανεπιστημίου Πατρών, ορίστηκαν πέντε παράμετροι τα 'Προσφερόμενα Προγράμματα Άθλησης', οι 'Εγκαταστάσεις', ο 'Εξοπλισμός', η 'Επάρκεια του προσωπικού σε γνώσεις και δεξιότητες' και το 'Ενδιαφέρον στις παρεχόμενες υπηρεσίες στον αθλούμενο'. Όπως φαίνεται από τον Πίνακα 3, η ποιότητα του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου σε όλες τις επιμέρους συνιστώσες αξιολογείται από τους συμμετέχοντες στην έρευνα που αθλούνται σε αυτό από χαμηλή έως μέτρια με εξαίρεση την παράμετρο των εγκαταστάσεων η οποία αξιολογείται σε επίπεδο μέτρια προς υψηλή. Στην παράμετρο του προσωπικού, αν και αξιολογείται σχετικά θετικά ως προς την επιστημονική και αθλητική του κατάρτιση, εντούτοις το ενδιαφέρον που δείχνει προς τους αθλούμενους αξιολογείται σχετικά χαμηλά (βλ. συχνότητες/ποσοστά με έντονη γραφή στον Πίνακα 5).

Πίνακας 5. Αξιολόγηση ποιότητας παρεχόμενων υπηρεσιών Γυμναστηρίου Πανεπιστημίου Πατρών

		Πολύ Χαμηλή	Χαμηλή	Μέτρια	Υψηλή	Πολύ Υψηλή
Προγράμματα Άθλησης	Συχνότητα (Ποσοστό)	27 (18,4)	55 (37,4)	42 (28,6)	18 (12,2)	5 (3,4)
Εγκαταστάσεις	Συχνότητα (Ποσοστό)	14 (9,5)	21 (14,3)	57 (38,8)	49 (33,3)	6 (4,1)
Εξοπλισμός	Συχνότητα (Ποσοστό)	19 (12,9)	35 (23,8)	65 (44,2)	26 (17,7)	2 (1,4)
Προσωπικό	Γνώσεις / Δεξιότητες	14 (9,5)	28 (19,0)	49 (33,3)	40 (27,2)	16 (10,9)
	Ενδιαφέρον	26 (17,7)	44 (29,9)	44 (29,9)	23 (15,6)	10 (6,8)

Ενδιαφέρον συμμετοχής σε δράσεις αθλητισμού

Ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες στην έρευνα να ταξινομήσουν τις διάφορες αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου (Πίνακες 6 και 7 αντίστοιχα) που θα τους ενδιέφεραν να ασχοληθούν. Από τις απαντήσεις τους φαίνεται ότι το Μπάσκετ και η Πεζοπορία συγκεντρώνει τις προτιμήσεις τους ως πρώτη επιλογή για αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου αντίστοιχα. Υπολογίζοντας όμως και αθροιστικά τις προτιμήσεις των συμμετεχόντων ανεξάρτητα από την αξιολογική επιλογή τους (οι ερωτηθέντες είχαν τη δυνατότητα να σημειώσουν έως πέντε αθλήματα), παρατηρείται ότι στις δράσεις εντός γηπέδου τις περισσότερες προτιμήσεις συγκεντρώνει το Μπάσκετ (154 - 40,5%) και η Κολύμβηση σε πισίνα (152 - 40,0%) ενώ σε δράσεις εκτός γηπέδου η Πεζοπορία (196 - 51,6%), Ποδηλασία (137- 36,1%) και τρέξιμο 133 (35%).

Πίνακας 6. Ενδιαφέρον αθλουμένων για δράσεις εντός γηπέδου (δυνατότητα πολλαπλών απαντήσεων)

Αθλητική Δραστηριότητα	1 ^η Επιλογή	2 ^η Επιλογή	3 ^η Επιλογή	4 ^η Επιλογή	5 ^η Επιλογή	Αθροιστικά	Μέση Τιμή	T.A.
	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό) ¹		
Ποδόσφαιρο	42 (11,1)	28 (7,4)	8 (2,1)	11 (2,9)	11 (2,9)	100 (26,3)	2,93	1,273
Μπάσκετ	63 (16,6)	32 (8,4)	24 (6,3)	21 (5,5)	14 (3,7)	154 (40,5)	3,51	1,104
Βόλλευ	27 (7,1)	19 (5,0)	24 (6,3)	16 (4,2)	8 (2,1)	94 (24,7)	3,19	1,182
Βάρη	24 (6,3)	32 (8,4)	26 (6,8)	13 (3,4)	9 (2,4)	104 (27,4)	3,65	1,038
Στίβος	36 (9,5)	34 (8,9)	26 (6,8)	18 (4,7)	20 (5,3)	134 (35,3)	3,19	1,145
Διάδρομος /ποδήλατο	31 (8,2)	37 (9,7)	30 (7,9)	25 (6,6)	16 (4,2)	139 (36,6)	3,25	1,110
Τέννις	21 (5,5)	12 (3,2)	17 (4,5)	17 (4,5)	15 (3,9)	82 (21,6)	2,91	1,167
Αεροβική/ Πιλάτες	32 (8,4)	33 (8,7)	26 (6,8)	17 (4,5)	14 (3,7)	122 (32,1)	3,37	1,073
Κολύμβηση (πισίνα)	29 (7,6)	35 (9,2)	35 (9,2)	30 (7,9)	23 (6,1)	152 (40,0)	2,87	1,195
Πολεμικές τέχνες	14 (3,7)	15 (3,9)	15 (3,9)	13 (3,4)	19 (5,0)	76 (20,0)	3,25	1,179

¹ Τα ποσοστά % έχουν υπολογιστεί επί του συνολικού αριθμού των ερωτηθέντων στην έρευνα.

Yoga	18 (4,7)	30 (7,9)	22 (5,8)	15 (3,9)	9 (2,4)	94 (24,7)	3,48	1,095
Χορός	33 (8,7)	29 (7,6)	31 (8,2)	23 (6,1)	17 (4,5)	133 (35,0)	3,38	1,242

Πίνακας 7. Ενδιαφέρον αθλουμένων για δράσεις εκτός γηπέδου (δυνατότητα πολλαπλών απαντήσεων)

Αθλητική Δραστηριότητα	1 ^η Επιλογή	2 ^η Επιλογή	3 ^η Επιλογή	4 ^η Επιλογή	5 ^η Επιλογή	Αθροιστικά	Μέση Τιμή	T.A.
	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Συχνότητα (Ποσοστό)		
Πεζοπορία	103 (27,1)	39 (10,3)	28 (7,4)	20 (5,3)	6 (1,6)	196 (51,6)	3,07	1,262
Τρέξιμο	38 (10,0)	43 (11,3)	20 (5,3)	23 (6,1)	8 (2,1)	133 (35,0)	2,92	1,080
Ποδηλασία	38 (10,0)	46 (12,1)	33 (8,7)	13 (3,4)	6 (1,6)	137 (36,1)	3,07	1,200
Κολύμβηση	30 (7,9)	30 (7,9)	29 (7,6)	9 (2,4)	14 (3,7)	112 (29,5)	3,03	1,166
Αθλήματα παραλίας (βόλλευ, ποδόσφαιρο)	22 (5,8)	21 5,5 ()	21 5,5 ()	15 (3,9)	15 (3,9)	93 (24,5)	3,20	1,197
Θαλάσσιο σκι	6 (1,6)	8 (2,1)	12 3,2 ()	4 (1,1)	10 (2,6)	40 (10,5)	2,82	1,430
Καταδύσεις	12 (3,2)	13 (3,4)	9 (2,4)	11 (2,9)	8 (2,1)	52 (13,7)	3,17	1,354
Ιστιοπλοΐα	13 (3,4)	8 (2,1)	8 (2,1)	17 (4,5)	8 (2,1)	53 (13,9)	2,87	1,194
Κωπηλασία	9 (2,4)	15 (3,9)	6 (1,6)	9 (2,4)	6 (1,6)	44 (11,6)	2,95	1,077
Κανό/ καγιάκ/ rafting	8 (2,1)	11 2,9 ()	16 (4,2)	15 (3,9)	6 (1,6)	56 (14,7)	2,80	1,313
Αναρρίχηση/ καταρρίχηση πλαγιάς	9 (2,4)	10 2,6 ()	10 (2,6)	10 (2,6)	5 (1,3)	44 (11,6)	2,95	1,293
Ορειβασία	14 (3,7)	20 (5,3)	16 4,2 ()	8 (2,1)	7 (1,8)	67 (17,6)	2,69	1,233
Σκι βουνού	17 (4,5)	17 4,5 ()	5 (1,3)	8 (2,1)	11 (2,9)	61 (16,1)	2,82	1,228
Τρίαθλο	13 (3,4)	7 (1,8)	10 (2,6)	7 (1,8)	4 (1,1)	39 (10,3)	2,87	1,174
Αλεξίπτωτο πλαγιάς	12 (3,2)	12 (3,2)	17 (4,5)	13 (3,4)	13 (3,4)	65 (17,1)	2,91	1,538
Σταθμοί άσκησης σε	18 (4,7)	16 (4,2)	20 (5,3)	13 (3,4)	13 (3,4)	80 (21,1)	2,95	1,090

πάρκα								
Δράσεις ικανοτήτων & δεξιότητας (τύπου survivor)	9 (2,4)	8 (2,1)	8 (2,1)	10 (2,6)	14 (3,7)	49 (12,9)	2,85	1,530

Οι συμμετέχοντες στην έρευνα φαίνεται να επιλέγουν, κατά πλειοψηφία, να συμμετέχουν σε προγράμματα που οργανώνονται από τους υπεύθυνους του Πανεπιστημιακού γυμναστηρίου τόσο εντός όσο και εκτός γηπέδου (Πίνακες 8 και 9).

Πίνακας 8. Συμμετοχή σε Πανεπιστημιακή ομάδα για αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου²

Αθλητική Δραστηριότητα	Συμμετοχή σε Πανεπιστημιακή Ομάδα
Ποδόσφαιρο	60 (60%)
Μπάσκετ	91 (59,1%)
Βόλλευ	60 (63,8%)
Βάρη	45 (43,3%)
Στίβος	73 (54,8%)
Διάδρομος /ποδήλατο	63 (45,3%)
Τέννις	41 (50%)
Αεροβική/ Πιλάτες	70 (57,3%)
Κολύμβηση (πισίνα)	70 (46.1%)
Πολεμικές τέχνες	28 (35,9%)
Yoga	50 (53,2%)
Χορός	76 (57.1%)

² Το ποσοστό % υπολογίζεται επί του αριθμού επιλογής του κάθε αθλήματος

Πίνακας 9. Συμμετοχή σε Πανεπιστημιακή ομάδα για αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου

Αθλητική Δραστηριότητα	Συμμετοχή σε Πανεπιστημιακή Ομάδα
Πεζοπορία	108 (55.1%)
Τρέξιμο	62 (46,6%)
Ποδηλασία	71 (51,8%)
Κολύμβηση	50 (46,3%)
Αθλήματα παραλίας (βόλλευ, ποδόσφαιρο)	61 (65,6%)
Θαλάσσιο σκι	16 (41,0%)
Καταδύσεις	28 (54,9%)
Ιστιοπλοΐα	34 (65,4%)
Κωπηλασία	33 (70,2%)
Κανό/ καγιάκ/ rafting	33 (58,9%)
Αναρρίχηση/καταρρίχηση πλαγιάς	25 (56.8%)
Ορειβασία	47 (70.1%)
Σκι βουνού	32 (52.5%)
Τρίαθλο	28 (71.8%)
Αλεξίπτωτο πλαγιάς	47 (72,3%)
Σταθμοί άσκησης σε πάρκα	49 (61,3%)
Δράσεις ικανοτήτων & δεξιότητας (τύπου survivor)	33 (67.3%)

Κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

Για να συμμετέχει κάποιος σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής, χρειάζεται να έχει λόγους οι οποίοι θα τον κινητοποιήσουν. Οι λόγοι συμμετοχής που προκρίνει η πλειοψηφία των ερωτηθέντων φαίνεται να είναι η βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η διατήρηση και η βελτίωση της υγείας, η διαφυγή από την καθημερινότητα και η χαλάρωση ενώ δεν φαίνεται να αποτελούν κίνητρα η βελτίωση επιδόσεων στα μαθήματα ή στην εργασία και η προοπτική πρωταθλητισμού ή συμμετοχής σε επαγγελματικές ομάδες (βλ. στον Πίνακα 10 τις συχνότητες/ποσοστά με έντονη γραφή).

Πίνακας 10. Κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
Βελτίωση φυσικής κατάστασης	Συχνότητα (Ποσοστό)	5 (1,3)	6 (1,6)	31 (8,2)	154 (40,5)	184 (48,4)
Κοινωνικοποίηση	Συχνότητα (Ποσοστό)	54 (14,2)	91 (23,9)	106 (27,9)	91 (23,9)	38 (10,0)
Μείωση βάρους	Συχνότητα (Ποσοστό)	69 (18,2)	65 (17,1)	84 (22,1)	92 (24,2)	70 (18,4)
Διαχείριση άγχους	Συχνότητα (Ποσοστό)	62 (16,3)	74 (19,5)	100 (26,3)	87 (22,9)	57 (15,0)
Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/ εργασία	Συχνότητα (Ποσοστό)	106 (27,9)	88 (23,2)	97 (25,5)	62 (16,3)	27 (7,1)
Διατήρηση/βελτίωση υγείας	Συχνότητα (Ποσοστό)	4 (1,1)	15 (3,9)	57 (15,0)	161 (42,4)	143 (37,6)
Διαφυγή από καθημερινότητα	Συχνότητα (Ποσοστό)	23 (6,1)	43 (11,3)	105 (27,6)	123 (32,4)	86 (22,6)
Βελτίωση δεξιοτήτων	Συχνότητα (Ποσοστό)	30 (7,9)	64 (16,8)	116 (30,5)	99 (26,1)	71 (18,7)
Βελτίωση προσωπικής εικόνας	Συχνότητα (Ποσοστό)	48 (12,6)	69 (18,2)	91 (23,9)	115 (30,3)	57 (15,0)
Αύξηση γνώσεων	Συχνότητα (Ποσοστό)	69 (18,2)	83 (21,8)	125 (32,9)	61 (16,1)	42 (11,1)

Χαλάρωση	Συχνότητα (Ποσοστό)	19 (5,0)	49 (12,9)	79 (20,8)	143 (37,6)	90 (23,7)
Προοπτική Πρωταθλητισμού	Συχνότητα (Ποσοστό)	237 (62,4)	60 (15,8)	32 (8,4)	26 (6,8)	25 (6,6)

Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

Οι ανασταλτικοί παράγοντες ασκούν ιδιαίτερη επίδραση στην αποθάρρυνση κάθε ατόμου ως προς τη συμμετοχή του σε οποιοδήποτε είδους δραστηριότητες άθλησης ή και αναψυχής. Οι κύριοι ανασταλτικοί παράγοντες φαίνεται να είναι η έλλειψη χρόνου, η έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων ή και κούρασης, η χαμηλή ποιότητα υπηρεσιών / εξοπλισμού / εγκαταστάσεων, το μη εκπαιδευμένο προσωπικό και τέλος η μη συνέπεια και η έλλειψη συνέχειας στα προγράμματα (βλ. στον Πίνακα 11 συχνότητες/ποσοστά με έντονη γραφή).

Πίνακας 11. Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση	Συχνότητα (Ποσοστό)	92 (24,2)	80 (21,1)	73 (19,2)	76 (20,0)	59 (15,5)
Έλλειψη χρόνου	Συχνότητα (Ποσοστό)	12 (3,2)	31 (8,2)	65 (17,1)	145 (38,2)	127 (33,4)
Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης	Συχνότητα (Ποσοστό)	24 (6,3)	47 (12,4)	96 (25,3)	129 (33,9)	84 (22,1)
Οικονομικοί λόγοι	Συχνότητα (Ποσοστό)	69 (18,2)	88 (23,2)	100 (26,3)	66 (17,4)	57 (15,0)
Έλλειψη παρέας / παρακίνησης	Συχνότητα (Ποσοστό)	93 (24,5)	89 (23,4)	127 (33,4)	50 (13,2)	21 (5,5)
Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου	Συχνότητα (Ποσοστό)	236 (62,1)	79 (20,8)	48 (12,6)	11 (2,9)	6 (1,6)
Φόβος τραυματισμού	Συχνότητα (Ποσοστό)	205 (53,9)	89 (23,4)	53 (13,9)	25 (6,6)	8 (2,1)

Κακή φυσική κατάσταση	Συχνότητα (Ποσοστό)	165 (43,4)	105 (27,6)	71 (18,7)	25 (6,6)	14 (3,7)
Προβλήματα υγείας	Συχνότητα (Ποσοστό)	181 (47,6)	63 (16,6)	47 (12,4)	45 (11,8)	44 (11,6)
Έλλειψη ενημέρωσης για εκδήλωση	Συχνότητα (Ποσοστό)	81 (21,3)	88 (23,2)	93 (24,5)	73 (19,2)	45 (11,8)
Δυσκολία πρόσβασης	Συχνότητα (Ποσοστό)	72 (18,9)	84 (22,1)	101 (26,6)	74 (19,5)	49 (12,9)
Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης	Συχνότητα (Ποσοστό)	48 (12,6)	77 (20,3)	108 (28,4)	101 (26,6)	46 (12,1)
Κακή ποιότητα υπηρεσιών/ εξοπλισμού / εγκαταστάσεων	Συχνότητα (Ποσοστό)	28 (7,4)	52 (13,7)	96 (25,3)	116 (30,5)	88 (23,2)
Μη εκπαιδευμένο προσωπικό	Συχνότητα (Ποσοστό)	39 (10,3)	60 (15,8)	92 (24,2)	98 (25,8)	91 (23,9)
Μη συνέπεια /συνέχεια προγραμμάτων	Συχνότητα (Ποσοστό)	44 (11,6)	61 (16,1)	72 (18,9)	107 (28,2)	96 (25,3)

Ενίσχυση κινήτρων συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

Για το δείγμα αθλούμενων που συμμετείχαν στην έρευνα, ο βασικότερος ενισχυτικός παράγοντας συμμετοχής φαίνεται να είναι η μη ύπαρξη οικονομικής επιβάρυνσης που συνοδεύει τις δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής αν και οι οικονομικοί λόγοι δε φαίνεται να αποτελούν σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα.

Η μετακίνηση και συμμετοχή στο πλαίσιο προγραμμάτων Erasmus φαίνεται να αποτελεί ένα επιπλέον κίνητρο συμμετοχής ενώ δεν φαίνεται να αποτελούν ενισχυτικούς παράγοντες η συμμετοχή στις δράσεις ως μέρος σχετικού μαθήματος επιλογής στο πλαίσιο των σπουδών των φοιτητών, η καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη διάκριση και τη συμμετοχή, η συμμετοχή ως ομαδάρχες, εκπαιδευτές ή εθελοντές (βλ. Πίνακα 12 τις συχνότητες/ποσοστά με έντονη γραφή).

Πίνακας 12. Ενίσχυση κινήτρων συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
Συμμετοχή στο πλαίσιο σχετικού μαθήματος επιλογής	Συχνότητα (Ποσοστό)	143 (37,6)	67 (17,6)	81 (21,3)	54 (14,2)	35 (9,2)
Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση	Συχνότητα (Ποσοστό)	9 (2,4)	25 (6,6)	70 (18,4)	115 (30,3)	161 (42,4)
Καθιέρωση βραβείων/δώρων συμμετοχής/ διάκρισης	Συχνότητα (Ποσοστό)	101 (26,6)	97 (25,5)	76 (20,0)	69 (18,2)	37 (9,7)
Συμμετοχή ως ομαδάρχες/ εκπαιδευτές/ εθελοντές	Συχνότητα (Ποσοστό)	111 (29,2)	101 (26,6)	88 (23,2)	56 (14,7)	24 (6,3)
Συνδυασμός αθλητικών με άλλες δράσεις	Συχνότητα (Ποσοστό)	64 (16,8)	76 (20,0)	98 (25,8)	88 (23,2)	54 (14,2)
Μετακινήσεις/ Συμμετοχές στην Ευρώπη (Erasmus)	Συχνότητα (Ποσοστό)	72 (18,9)	36 (9,5)	69 (18,2)	104 (27,4)	99 (26,1)

Διαθεσιμότητα συμμετεχόντων σε χρόνο και κόστος

Η πλειοψηφία των ερωτηθέντων που συμμετείχαν στην έρευνα προτιμούν να αφιερώνουν χρόνο σε σχετικές δράσεις τις εργάσιμες ημέρες κατά κύριο λόγο και λιγότερο το Σαββατοκύριακο. Επίσης προτιμούν απογευματινές ώρες για να αθληθούν και συνήθως ο χρόνος που διαθέτουν είναι γύρω στις δύο ώρες. Όσον αφορά στο κόστος φαίνεται να προτιμούν χαμηλού κόστους δραστηριότητες (βλ. Πίνακα 13 τις συχνότητες/ποσοστά με έντονη γραφή).

Πίνακας 13. Διαθεσιμότητα χρόνου και χρημάτων

Διαθεσιμότητα Συμμετεχόντων							
Χρόνος	Συχνότητα (Ποσοστό)	Κόστος (€)	Συχνότητα (Ποσοστό)	Ώρες Ημερησίως	Συχνότητα (Ποσοστό)		Συχνότητα (Ποσοστό)
2 ώρες	117 (30,8)	0 €	55 (14,5)	Πρωινές	86 (22,6)	Εργάσιμες	248 (65,3)

						ημέρες	
5 ώρες	76 (20,0)	10 €	81 (21,3)	Μεσημεριανές	55 (14,5)	Σάββατο/ Κυριακή	158 (41,6)
10 ώρες	27 (7,1)	20 €	90 (23,7)	Απογευματινές	192 (50,5)	Περίόδους Μαθημάτων	33 (8,7)
1 ημέρα	36 (9,5)	30 €	71 (18,7)	Βραδινές	63 (16,6)	Περίόδους Εξετάσεων	13 (3,4)
2 ημέρες	36 (9,5)	50 €	55 (14,5)	Χωρίς Προτίμηση	51 (13,4)	Περίόδους Διακοπών	41 (10,8)
3 ημέρες	42 (11,1)	51-100 €	16 (4,2)				
1 εβδομάδα	45 (11,8)	>100 €	10 (2,6)				

Επιθυμητοί τρόποι ενημέρωσης

Φαίνεται ότι οι συμμετέχοντες προτιμούν σύγχρονες διαδικτυακές μεθόδους ενημέρωσης και όχι έντυπης μορφής, όπως αφίσα (Πίνακας 14).

Πίνακας 14. Επιθυμητοί τρόποι ενημέρωσης

Τρόποι Ενημέρωσης	Συχνότητα (Ποσοστό)
Ιστοσελίδα Γυμναστηρίου	168 (44,2)
Αφίσα	38 (10,0)
Προσωπικό e-mail	189 (49,7)
Ιστοσελίδα Πανεπιστημίου / Σχολής	62 (16,3)
Μέσω Social Media	144 (37,9)

Αντιλήψεις για τον Πανεπιστημιακό Αθλητισμό

Από τα στοιχεία του Πίνακα 15, οι συμμετέχοντες στην έρευνα φαίνεται να συμφωνούν με τις δηλώσεις του ερωτηματολογίου που αναφέρονται στον Πανεπιστημιακό Αθλητισμό. Συγκεκριμένα, θεωρούν σημαντική την ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού (321 άτομα - 84,5%) και συμφωνούν με την διοργάνωση αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο (295 άτομα - 77,6%) η οποία ενισχύει την εικόνα τόσο του Πανεπιστημίου (296 άτομα - 77,9%) όσο και της πόλης (255 άτομα - 67,1%).

Πίνακας 15. Αντιλήψεις συμμετεχόντων για τον Πανεπιστημιακό Αθλητισμό

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
Σημαντικότητα ανάπτυξης Πανεπιστημιακού Αθλητισμού	Συχνότητα (Ποσοστό)	4 (1,1)	15 (3,9)	40 (10,5)	142 (37,4)	179 (47,1)
Διοργάνωση αθλητικών γεγονότων από Πανεπιστήμιο	Συχνότητα (Ποσοστό)	5 (1,3)	15 (3,9)	65 (17,1)	143 (37,6)	152 (40,0)
Οικονομική ενίσχυση από χορηγίες	Συχνότητα (Ποσοστό)	5 (1,3)	22 (5,8)	67 (17,6)	136 (35,8)	150 (39,5)
Ενίσχυση εικόνας Πανεπιστημίου	Συχνότητα (Ποσοστό)	8 (2,1)	20 (5,3)	56 (14,7)	118 (31,1)	178 (46,8)
Ενίσχυση εικόνας πόλης	Συχνότητα (Ποσοστό)	9 (2,4)	31 (8,2)	85 (22,4)	113 (29,7)	142 (37,4)

Στατιστικές συσχετίσεις αποτελεσμάτων

Στατιστικές συσχετίσεις ως προς Φύλο

Διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες/δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής

Για να διερευνήσουμε τυχούσες διαφορές ως προς το Φύλο χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test αφού πρώτα ελέγχουμε ως προς την κανονικότητα τη συγκεκριμένη εξαρτημένη μεταβλητή. Τόσο ο έλεγχος κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov όσο και το διάγραμμα Q-Q plot έδειξαν ότι η κατανομή δεν αποκλίνει σημαντικά από την κανονική, ως εκ τούτου, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος. Ο έλεγχος t-test δείχνει ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο σε σχέση με την συμμετοχή σε δράσεις αθλητικής αναψυχής $t(374) = 4,562, p = ,000 < 0,05$. Οι άνδρες φαίνεται να αθλούνται περισσότερο από τις γυναίκες και αυτό φαίνεται από την σύγκριση των μέσων τιμών ($M.T._A = 3,42 > M.T._F = 2,84$).

Διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου

Ο έλεγχος κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov όσο και το διάγραμμα Q-Q plot έδειξαν ότι η κατανομή σε καθεμία από τις επιμέρους ερωτήσεις που αξιολογούν την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου δεν αποκλίνει σημαντικά από την κανονική, ως εκ τούτου μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος δείχνει ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο σε σχέση με τις επιμέρους συνιστώσες αξιολόγησης. Αναλυτικά:

- Για τα Προσφερόμενα προγράμματα: $t(145) = -1,791, p = ,075 > 0,05$
- Για τις Εγκαταστάσεις: $t(145) = 1,776, p = ,078 > 0,05$
- Για τον Εξοπλισμό: $t(145) = 1,848, p = ,067 > 0,05$
- Για το Προσωπικό (γνώση, εμπειρία): $t(145) = -0,309, p = ,758 > 0,05$
- Για το Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών): $t(145) = -1,054, p = ,294 > 0,05$

Διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εντός / εκτός γηπέδου

Για να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με το ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου δημιουργήσαμε δύο μεταβλητές για τις αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου αντίστοιχα. Η μεταβλητή αυτή παίρνει την τιμή 'ΝΑΙ' αν ο ερωτώμενος δήλωσε την επιθυμία του να συμμετάσχει στην πανεπιστημιακή ομάδα, έστω και σε ένα άθλημα, και την τιμή 'ΟΧΙ' στην αντίθετη περίπτωση. Στη συγκεκριμένη περίπτωση επαγωγικού στατιστικού ελέγχου χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 . Αναλυτικά έχουμε:

- για τις Αθλητικές Δράσεις εντός γηπέδου: $\chi^2(1)=0.933$ $p=0,334$ *ns*
- για τις Αθλητικές Δράσεις εκτός γηπέδου: $\chi^2(1)=0.392$ $p=0,531$ *ns*

Όπως παρατηρούμε δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με την συμμετοχή τους σε Πανεπιστημιακή ομάδα είτε πρόκειται για αθλήματα εντός γηπέδου είτε για αθλήματα σε ανοικτό χώρο.

Διαφορές στα κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης/αναψυχής

Ο έλεγχος κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov όσο και το διάγραμμα Q-Q plot έδειξαν ότι η κατανομή σε καθεμία από τις επιμέρους ερωτήσεις που αξιολογούν τα κίνητρα συμμετοχής δεν αποκλίνει σημαντικά από την κανονική, ως εκ τούτου μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα για κάθε κίνητρο συμμετοχής:

- Βελτίωση φυσικής κατάστασης: $t(378)=-0,169$ $p=,866>0,05$
- Κοινωνικοποίηση: $t(378)=-1,232$ $p=,219>0,05$
- **Μείωση βάρους: $t(378)=-4,865$ $p=,000<0,05$**
- **Διαχείριση άγχους $t(378)=-3,417$ $p=,001<0,05$**
- Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία $t(378)=-1,118$ $p=,264>0,05$
- Διατήρηση/βελτίωση υγείας: $t(378)=-1,268$ $p=,206>0,05$
- Διαφυγή από την καθημερινότητα $t(378)=-,793$ $p=,428>0,05$
- Βελτίωση δεξιοτήτων $t(378)=,030$ $p=,976>0,05$
- **Βελτίωση προσωπικής εικόνας $t(378)=-3,000$ $p=,003<0,05$**
- Αύξηση γνώσεων $t(378)=-0,801$ $p=,423>0,05$
- **Χαλάρωση $t(378)=-2,137$ $p=,033<0,05$**

- **Πρωταθλητισμό/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες $t(378)= 2,966$
 $p= ,003<0,05$**

Τα κίνητρα στα οποία διαπιστώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον παράγοντα φύλο φαίνεται να είναι η Μείωση βάρους, η Διαχείριση άγχους, η Βελτίωση προσωπικής εικόνας, η Χαλάρωση, ο Πρωταθλητισμός/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της διαφοράς, συγκρίνουμε τους αντίστοιχους μέσους όρους για κάθε παράμετρο.

- Μείωση βάρους $M.T._A=2,76 < M.T._Γ=3,42$
- Διαχείριση άγχους $M.T._A=2,79 < M.T._Γ=3,24$
- Βελτίωση προσωπικής εικόνας $M.T._A= 2,98 < M.T._Γ=3,37$
- Χαλάρωση $M.T._A=3,50 < M.T._Γ=3,75$
- Πρωταθλητισμός/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες $M.T._A=1,97 > M.T._Γ=1,60$

Φαίνεται δηλαδή ότι η Μείωση βάρους, η Διαχείριση άγχους, η Βελτίωση προσωπικής εικόνας, η Χαλάρωση, αποτελούν σε σημαντικότερο βαθμό κίνητρα για άθληση για τις γυναίκες σε σχέση με τους άνδρες ενώ ο πρωταθλητισμός προκρίνεται σαν κίνητρο σε μεγαλύτερο βαθμό από τους άνδρες.

Διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης/αναψυχής

Ο έλεγχος κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov όσο και το διάγραμμα Q-Q plot έδειξαν ότι η κατανομή σε καθεμία από τις επιμέρους ερωτήσεις που αξιολογούν τους ανασταλτικούς παράγοντες δεν αποκλίνει σημαντικά από την κανονική, ως εκ τούτου μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα για κάθε ανασταλτικό παράγοντα συμμετοχής:

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση $t(378)= -,563$ $p= ,574 >0,05$
- Έλλειψη χρόνου $t(378)= -2,287$ $p= ,023 <0,05$
- Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης $t(378)= -1,587$ $p=,114 >0,05$
- **Οικονομικοί λόγοι $t(378)= -6,071$ $p= ,000 <0,05$**
- Έλλειψη παρέας / παρακίνησης $t(378)= -1,792$ $p=,074 >0,05$
- Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου $t(378)= -1,699$ $p=,090 >0,05$
- Φόβος τραυματισμού $t(378)= ,337$ $p=,736 >0,05$
- Κακή φυσική κατάσταση $t(378)= -1,487$ $p=,138 >0,05$

- Προβλήματα υγείας $t(378) = -,330 p = ,742 > 0,05$
- Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση $t(378) = -,464 p = ,643 > 0,05$
- Δυσκολία πρόσβασης $t(378) = -,235 p = ,814 > 0,05$
- **Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης $t(378) = -2,167 p = ,031 < 0,05$**
- Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων $t(378) = -1,754 p = ,080 > 0,05$
- **Μη εκπαιδευμένο προσωπικό $t(378) = -2,219 p = ,027 < 0,05$**
- **Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων $t(378) = -2,313 p = ,021 < 0,05$**

Οι ανασταλτικοί παράγοντες στα οποία διαπιστώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον παράγοντα φύλο φαίνεται να είναι η Έλλειψη χρόνου, οι Οικονομικοί λόγοι, το Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης, το Μη εκπαιδευμένο προσωπικό, η Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της διαφοράς, συγκρίνουμε τους αντίστοιχους μέσους όρους για κάθε παράγοντα:

- Έλλειψη χρόνου $M.T._A = 3,79 < M.T._Γ = 4,03$
- Οικονομικοί λόγοι $M.T._A = 2,5 < M.T._Γ = 3,28$
- Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης $M.T._A = 2,92 < M.T._Γ = 3,19$
- Μη εκπαιδευμένο προσωπικό $M.T._A = 3,23 < M.T._Γ = 3,52$
- Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων $M.T._A = 3,24 < M.T._Γ = 3,56$

Διαπιστώνουμε δηλαδή ότι η Έλλειψη χρόνου, οι Οικονομικοί λόγοι, το Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης, το Μη εκπαιδευμένο προσωπικό, η Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων αποτελούν σε σημαντικότερο βαθμό ανασταλτικούς παράγοντες για άθληση για τις γυναίκες σε σχέση με τους άνδρες.

Διαφορές στην ενίσχυση κινήτρων συμμετοχής για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Ο έλεγχος κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov όσο και το διάγραμμα Q-Q plot έδειξαν ότι η κατανομή σε καθεμία από τις επιμέρους ερωτήσεις που αξιολογούν ενισχυτικούς παράγοντες συμμετοχής δεν αποκλίνει σημαντικά από την κανονική, ως εκ τούτου μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Συμμετοχή στο πλαίσιο σχετικού μαθήματος επιλογής $t(378) = ,736 p = ,462 > 0,05$
- **Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση $t(378) = -2,405 p = ,017 < 0,05$**
- Καθιέρωση βραβείων/δώρων συμμετοχής/ διάκρισης $t(378) = ,537 p = ,592 > 0,05$

- Συμμετοχή ως ομαδάρχες/ εκπαιδευτές/ εθελοντές $t(378)=,537 p=,592 >0,05$
- Συνδυασμός αθλητικών με άλλες δράσεις $t(378)=-2.624 p=,009 < 0,05$
- Μετακινήσεις/ Συμμετοχές στην Ευρώπη (Erasmus) $t(378)=-,731 p=,465 >0,05$

Οι παράγοντες ενίσχυσης κινήτρων στα οποία διαπιστώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον παράγοντα φύλο φαίνεται να είναι η συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση και ο συνδυασμός αθλητικών δράσεων με άλλες δράσεις. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της διαφοράς, συγκρίνουμε τους αντίστοιχους μέσους όρους για τους δυο αυτούς παράγοντες:

- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση: $M.T._A=3,91 < M.T._Γ=4,17$
- Συνδυασμός αθλητικών με άλλες δράσεις: $M.T._A=2,81 < M.T._Γ=3,16$

Φαίνεται δηλαδή ότι η έλλειψη οικονομικής επιβάρυνσης καθώς και ο συνδυασμός αθλητικών δράσεων με άλλου είδους δράσεις ενισχύουν τα κίνητρα των γυναικών περισσότερο από ότι των ανδρών. Αν λάβουμε υπόψιν και το αποτέλεσμα ότι οι οικονομικοί λόγοι αποτελούν ανασταλτικό παράγοντα για τις γυναίκες, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι το οικονομικό θέμα είναι ένα σημαντικό ζήτημα για τις γυναίκες που επιθυμούν να αθληθούν.

Διαφορές στο χρόνο που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς το φύλο στο διαθέσιμο χρόνο που μπορούν να επενδύσουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δραστηριότητες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 αφού πρόκειται για δυο μη ισοδιαστημικές μεταβλητές. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε το παρακάτω αποτέλεσμα:

- $\chi^2(6)=6,213 p=0,4 ns$

Συνεπώς παρατηρούμε ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με το χρόνο που μπορούν να διαθέσουν για δραστηριότητες άθλησης.

Διαφορές στο κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς το φύλο στο διαθέσιμο οικονομικό ποσό που μπορούν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές

δραστηριότητες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 αφού πρόκειται για δυο μη ισοδιαστημικές μεταβλητές. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε το παρακάτω αποτέλεσμα:

- $\chi^2(6)=6,485$ $p=0,371$ ns

Συνεπώς παρατηρούμε ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με τα χρήματα που μπορούν να διαθέσουν για δραστηριότητες άθλησης.

Διαφορές στις προτιμήσεις ωρών και ημερών άθλησης

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με το ποιες ώρες της ημέρας προτιμούν να διαθέτουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 8 του ερωτηματολογίου, αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Πρωινές ώρες $\chi^2(1)=0,161$ $p=0,688$ ns
- Μεσημεριανές ώρες $\chi^2(1)=0,969$ $p=0,325$ ns
- **Απογευματινές ώρες $\chi^2(1)= 5,173$ $p=0,023 >0,05$**
- Βραδινές ώρες $\chi^2(1)=0,934$ $p=0,334$ ns
- **Χωρίς προτίμηση $\chi^2(1)=6,854$ $p=0,009 >0,05$**

Παρατηρούμε ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο στις δυο επιλογές χρονικής ζώνης άθλησης, απόγευμα και χωρίς προτίμηση. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας διερευνούμε τον πίνακα συνάφειας (Πίνακας 16). Παρατηρούμε ότι οι γυναίκες δείχνουν μεγαλύτερη προτίμηση στις απογευματινές ώρες σε σχέση με τους άνδρες ενώ οι άνδρες εμφανίζονται σε μεγαλύτερο βαθμό χωρίς προτίμηση στις ώρες άθλησης σε σχέση με τις γυναίκες.

Πίνακας 16. Συνάφεια για τις μεταβλητές απογευματινές ώρες & χωρίς προτίμηση (αποτελέσματα SPSS)

			Φύλο	
			Ανδρας	Γυναίκα
Απογευματινές	Ναι	Count	88	104
		% within απογευματινές	45,8%	54,2%
		% within Φύλο	45,1%	56,8%
	Όχι	Count	107	79
		% within απογευματινές	57,5%	42,5%
		% within Φύλο	54,9%	43,2%
Χωρίς προτίμηση	Ναι	Count	35	16
		% within χωρίς προτίμηση	68,6%	31,4%
		% within Φύλο	17,9%	8,7%
	Όχι	Count	160	167
		% within χωρίς προτίμηση	48,9%	51,1%
		% within Φύλο	82,1%	91,3%

Διαφορές στις ημέρες της εβδομάδας / περιόδους που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με το ποιες ώρες της ημέρας προτιμούν να διαθέτουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση όπως και παραπάνω. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Εργάσιμες ημέρες εβδομάδας $\chi^2(1)=0,015$ $p=0,902$ ns
- Σαββατοκύριακο $\chi^2(1)= 2,181$ $p=0,140$ ns
- Περιόδους μαθημάτων $\chi^2(1)=1,284$ $p=0,257$ ns
- Περιόδους εξετάσεων $\chi^2(1)= 0,022$ $p=0, 883$ ns
- Περιόδους διακοπών $\chi^2(1)=1,173$ $p=0,678$ ns

Παρατηρούμε δηλαδή ότι δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με τις προτιμήσεις των αθλούμενων σε συγκεκριμένες ημέρες της εβδομάδας ή σε συγκεκριμένες χρονικές περιόδους.

Διαφορές στον τρόπο ενημέρωσης για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με το ποιες ώρες της ημέρας προτιμούν να διαθέτουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 9 τους ερωτηματολογίου αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Από το Site του γυμναστηρίου $\chi^2(1)=0,109$ $p=0,167$ ns
- Με αφίσα $\chi^2(1)=0,183$ $p=0,669$ ns
- Με προσωπικό e-mail $\chi^2(1)=3,610$ $p=0,057$ ns
- Από το κεντρικό site του Πανεπιστημίου/της σχολής $\chi^2(1)=0,594$ $p=0,441$ ns
- Μέσω social media $\chi^2(1)=3,757$ $p=0,053$ ns

Παρατηρούμε ότι δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με τις προτιμήσεις των αθλούμενων ως προς τον τρόπο ενημέρωσης τους για αθλητικές δράσεις.

Διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτηθέντων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς το φύλο στο διαθέσιμο χρόνο που μπορούν να επενδύσουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δραστηριότητες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την κανονικότητα. Ο έλεγχος κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov όσο και το διάγραμμα Q-Q plot έδειξαν ότι η κατανομή σε καθεμία από τις επιμέρους ερωτήσεις που διερευνούν τις πεποιθήσεις των συμμετεχόντων στην έρευνα σχετικά με την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Πατρών δεν αποκλίνει σημαντικά από την κανονική ως εκ τούτου μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε το παρακάτω αποτέλεσμα:

- Σημαντικότητα Ανάπτυξης Πανεπιστημιακού Αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Πατρών
 $t(378) = ,905 \quad p = ,366 > 0,05$
- Ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων
 $t(378) = 1,035 \quad p = ,301 > 0,05$
- Αντίληψη για τις Χορηγίες
 $t(378) = -1,011 \quad p = ,313 > 0,05$
- Ενίσχυση εικόνας Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων
 $t(378) = ,199 \quad p = ,842 > 0,05$
- Ενίσχυση εικόνας της πόλης των Πατρών μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων
 $t(378) = -,908 \quad p = ,365 > 0,05$

Φαίνεται δηλαδή ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με τις απόψεις τους σχετικά με την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού.

Στατιστικές συσχετίσεις ως προς την Ενασχόληση

Διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες / δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ενασχόληση στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες των ερωτηθέντων, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA, αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων³. Σύμφωνα με τον έλεγχο Levene προκύπτει $p=0,234 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων. Από το στατιστικό έλεγχο ANOVA προέκυψε $F(3,372)=2,550$ $p=0,055 > 0,05$ ns. Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων.

Διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων στις παραμέτρους αξιολόγησης του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA, αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράμετρο.

- Για τα Προσφερόμενα προγράμματα: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,507 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.
- Για τις Εγκαταστάσεις: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,384 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.
- Εξοπλισμός: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,006 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.

³ Είναι η δεύτερη βασική προϋπόθεση για τον συγκεκριμένο στατιστικό έλεγχο. Η πρώτη, που είναι η κανονικότητα, έχει ελεγχθεί στις προηγούμενες παραγράφους.

- Προσωπικό (γνώση, εμπειρία): Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,034 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.
- Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών): Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,000 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.

Ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τα Προσφερόμενα Προγράμματα δίνει $F(3,297)=2,405$ $p=0,068 > 0,05$ *ns* ενώ για τις Εγκαταστάσεις δίνει $F(3, 297)=2,550$ $p=0,105 > 0,05$ *ns*. Συμπεραίνουμε δηλαδή ότι δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές στην αξιολόγηση των προσφερόμενων προγραμμάτων και των εγκαταστάσεων του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων. Για τις παραμέτρους αξιολόγησης όπου δεν μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA, λόγω του γεγονότος ότι δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων, χρησιμοποιούμε την μη παραμετρική εκδοχή του τον στατιστικό έλεγχο Kruskal-Wallis. Αναλυτικά έχουμε για κάθε παράμετρο αξιολόγησης:

- Εξοπλισμός: $\chi^2(3)=2,486$ $p=0,478 > 0,05$ *ns*
- Προσωπικό (γνώση, εμπειρία): $\chi^2(3)=2,376$ $p=0,523 < 0,05$
- Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών): $\chi^2(3)=7,556$ $p=0,056 > 0,05$ *ns*

Παρατηρούμε ότι όσον αφορά στις παραμέτρους αξιολόγησης Εξοπλισμό και Προσωπικό (γνώση, εμπειρία ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών) δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων.

Διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων αναφορικά με το ενδιαφέρον να συμμετέχουν στην πανεπιστημιακή ομάδα σε οποιοδήποτε άθλημα εντός/εκτός γηπέδου, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 . Σύμφωνα με το συγκεκριμένο έλεγχο προκύπτουν μη στατιστικά σημαντικές διαφορές $\chi^2(3)=2,084$ $p=0,555$ *ns* για τα αθλήματα εντός γηπέδου και $\chi^2(3)=3,543$ $p=0,315$ *ns* για τα αθλήματα εκτός γηπέδου.

Διαφορές στα κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων στα κίνητρα συμμετοχής, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράμετρο.

- Βελτίωση φυσικής κατάστασης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,087 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Κοινωνικοποίηση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,001 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μείωση βάρους: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,288 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Διαχείριση άγχους: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,004 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,060 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Διατήρηση/βελτίωση υγείας: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,490 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Διαφυγή από την καθημερινότητα: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,399 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Βελτίωση δεξιοτήτων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,276 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

- Βελτίωση προσωπικής εικόνας: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,702 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.
- Αύξηση γνώσεων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,082 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Χαλάρωση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,078 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Προοπτική πρωταθλητισμού: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,000 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Για όλες τις παραμέτρους που σχετίζονται με τα κίνητρα συμμετοχής χρησιμοποιείται ο στατιστικός έλεγχος ANOVA πλην της Κοινωνικοποίησης, της Διαχείριση άγχους και της Προοπτικής πρωταθλητισμού όπου χρησιμοποιείται ο στατιστικός έλεγχος Kruskal-Wallis, αφού δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων. Η παρουσίαση των αποτελεσμάτων ξεκινά για τα κίνητρα συμμετοχής που απαιτούν τον μη παραμετρικό έλεγχο Kruskal-Wallis. Αναλυτικά έχουμε για κάθε κίνητρο συμμετοχής

- Κοινωνικοποίηση $\chi^2(3)=1,721$ $p=0,632 > 0,05$ *ns*
- Διαχείριση άγχους $\chi^2(3)=7,573$ $p=0,056 > 0,05$ *ns*
- **Προοπτική πρωταθλητισμού $\chi^2(3)=21,173$ $p=0,000 < 0,05$**

Παρατηρούμε ότι δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές στα κίνητρα συμμετοχής Κοινωνικοποίηση, Διαχείριση άγχους που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων. Αντίθετα εμφανίζονται στατιστικά σημαντική διαφορά στο κίνητρο Προοπτική πρωταθλητισμού. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος δεν μας δείχνει σε ποιες κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα εντούτοις με την χρήση κατάλληλων εντολών του SPSS μπορούμε να διεξάγουμε συγκρίσεις κατά ζεύγη (Εικόνα 2).

Εικόνα 2. Συγκρίσεις κατά ζεύγη

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό	18,216	19,485	,935	,350	1,000
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-31,621	18,960	-1,668	,095	,572
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Φοιτητής - τρια	59,506	14,722	4,042	,000	,000
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-13,404	19,576	-,685	,494	1,000
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Φοιτητής - τρια	41,289	15,507	2,663	,008	,047
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου-Φοιτητής - τρια	27,885	14,843	1,879	,060	,362

Παρατηρούμε ότι οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται στο ζεύγος Μέλη ΔΕΠ και Φοιτητές και στο ζεύγος Εργαζόμενοι στο Πανεπιστήμιο και Φοιτητές ($p=0,000$ & $p=0,047$ αντίστοιχα). Φαίνεται δηλαδή ότι στους φοιτητές/τριες η δυνατότητα πρωταθλητισμού αποτελεί κίνητρο άθλησης σε μεγαλύτερο βαθμό από τα μέλη ΔΕΠ ή τους άλλους εργαζόμενους στο Πανεπιστήμιο.

Για τα υπόλοιπα κίνητρα συμμετοχής, όπου μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA, έχουμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Βελτίωση φυσικής κατάστασης $F(3,376)=1,258$ $p=,289 >0,05$ ns
- **Μείωση βάρους** $F(3,376)=6,162$ $p=,000 <0,05$
- **Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία** $F(3,376)=3,730$ $p=,012 <0,05$
- Διατήρηση/βελτίωση υγείας $F(3,376)=0,131$ $p=,942 >0,05$ ns
- Διαφυγή από την καθημερινότητα $F(3,376)=0,848$ $p=,468 >0,05$ ns
- **Βελτίωση δεξιοτήτων** $F(3,376)=3,439$ $p=,017 <0,05$
- Βελτίωση προσωπικής εικόνας $F(3,376)=0,848$ $p=,064 >0,05$ ns
- **Αύξηση γνώσεων** $F(3,376)=2,791$ $p=,040 <0,05$
- Χαλάρωση $F(3,376)=1,720$ $p=,162 >0,05$ ns

Διαπιστώνουμε λοιπόν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα στα κίνητρα συμμετοχής Μείωση βάρους, Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία, Βελτίωση δεξιοτήτων, Αύξηση γνώσεων. Προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική

σημαντικότητα διεξάγουμε ελέγχους post-hoc. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στα εξής αποτελέσματα:

- *Μείωση βάρους.* Όσον αφορά στο συγκεκριμένο κίνητρο συμμετοχής, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και διοικητικού προσωπικού ($p=0,000<0,05$). Φαίνεται ότι η απώλεια βάρους αποτελεί μεγαλύτερο κίνητρο στο διοικητικό προσωπικό του Πανεπιστημίου παρά στους φοιτητές.
- *Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία.* Όσον αφορά στο συγκεκριμένο κίνητρο συμμετοχής, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και διοικητικού προσωπικού ($p=0,037<0,05$) και μεταξύ διοικητικού προσωπικού και συμμετεχόντων εκτός Πανεπιστημίου ($p=0,044<0,05$). Φαίνεται ότι η βελτίωση των επιδόσεων στην εργασία αποτελεί πιο σημαντικό κίνητρο για το διοικητικό προσωπικό του Πανεπιστημίου σε σχέση με τους φοιτητές ή τους συμμετέχοντες στην έρευνα που δεν εργάζονται στο Πανεπιστήμιο.
- *Βελτίωση δεξιοτήτων.* Όσον αφορά στο συγκεκριμένο κίνητρο συμμετοχής, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και Μελών ΔΕΠ/Επιστημονικού Προσωπικού ($p=0,022<0,05$). Φαίνεται ότι η βελτίωση των δεξιοτήτων αποτελεί πιο σημαντικό κίνητρο για τους φοιτητές σε σχέση με τα μέλη ΔΕΠ.
- *Αύξηση γνώσεων.* Όσον αφορά στο συγκεκριμένο κίνητρο συμμετοχής, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ μελών ΔΕΠ/Επιστημονικού Προσωπικού και Διοικητικού προσωπικού ($p=0,045<0,05$). Φαίνεται ότι για το Διοικητικό προσωπικό η αύξηση γνώσεων αποτελεί πιο σημαντικό κίνητρο για άθληση από ότι για τα μέλη ΔΕΠ και το λοιπό επιστημονικό προσωπικό.

Διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης / αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράγοντα:

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση. Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,222 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη χρόνου. Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,119 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,380 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Οικονομικοί λόγοι: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,151 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη παρέας / παρακίνησης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,568 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,000 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο. Αντί αυτού χρησιμοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis.
- Φόβος τραυματισμού: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,303 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Κακή φυσική κατάσταση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,681 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Προβλήματα υγείας: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,414 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,638 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

- Δυσκολία πρόσβασης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,417 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,362 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,719 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μη εκπαιδευμένο προσωπικό: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,153 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,171 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Κατά συνέπεια, για τον ανασταλτικό παράγοντα “Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου” πραγματοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis. Από τον συγκεκριμένο έλεγχο προκύπτει $\chi^2(3)=9,715$ $p=0,021 < 0,05$. Παρατηρούμε ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στον συγκεκριμένο ανασταλτικό παράγοντα που οφείλονται στην ενασχόληση των ερωτηθέντων. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος δεν μας δείχνει σε ποιες κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα, εντούτοις, με την χρήση κατάλληλων εντολών του SPSS, μπορούμε να διεξάγουμε συγκρίσεις κατά ζεύγη. Οι διαφορές φαίνεται να εμφανίζονται στο ζεύγος Μέλη ΔΕΠ και Φοιτητών. Οι φοιτητές φαίνεται να παρουσιάζουν μεγαλύτερη έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό τους σε σχέση με τα μέλη ΔΕΠ (Εικόνα 3).

Εικόνα 3. Συγκρίσεις κατά ζεύγη

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Διοικητικό και λοιπό προσωπικό	-17,217	19,448	-,885	,376	1,000
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Φοιτητής - τρια	42,188	15,478	2,726	,006	,039
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-44,748	19,539	-2,290	,022	,132
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Φοιτητής - τρια	24,971	14,695	1,699	,089	,536
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-27,531	18,924	-1,455	,146	,874
Φοιτητής - τρια-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-2,559	14,815	-,173	,863	1,000

Για τους υπόλοιπους ανασταλτικούς παράγοντες που ικανοποιούν την υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων έχουμε για κάθε παράγοντα τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση: $F(3,376)= 4,123 p=,003 <0,05$
- Έλλειψη χρόνου: $F(3,376)= 0,404 p=,750 >0,05 ns$
- Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης $F(3,376)= 0,752 p=,522 >0,05 ns$
- **Οικονομικοί λόγοι: $F(3,376)= 4,896 p=,002 <0,05$**
- Έλλειψη παρέας / παρακίνησης: $F(3,376)=1,405 p=,241 >0,05 ns$
- Φόβος τραυματισμού: $F(3,376)=1,271 p=,284 >0,05 ns$
- Κακή φυσική κατάσταση: $F(3,376)=0,610 p=,609 >0,05 ns$
- Προβλήματα υγείας: $F(3,376)=1,184 p=,316 >0,05 ns$
- Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση: $F(3,376)=2,096 p=,100 >0,05 ns$
- Δυσκολία πρόσβασης: $F(3,376)= 0,359 p=0,783 >0,05 ns$
- Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης: $F(3,376)= 0,254 p=0,858 >0,05 ns$
- **Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων: $F(3,376)= 3,591 p=0,014 <0,05$**
- Μη εκπαιδευμένο προσωπικό: $F(3,376)=1,965 p=0,119 >0,05 ns$
- **Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων: $F(3,376)= 3,455 p=0,017 <0,05$**

Διαπιστώνουμε λοιπόν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα μόνο στους ανασταλτικούς παράγοντες Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση, Οικονομικοί λόγοι, Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων, Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων. Προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα, διεξάγουμε ελέγχους post-hoc. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στα εξής αποτελέσματα:

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση: Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ανασταλτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται στα ζεύγη μεταξύ φοιτητών και Μελών ΔΕΠ/Επιστημονικού Προσωπικού ($p=0,034 < 0,05$) και μεταξύ φοιτητών και Διοικητικού προσωπικού ($p=0,029 < 0,05$). Φαίνεται ότι η έλλειψη ενδιαφέροντος για άσκηση είναι πιο σημαντικός ανασταλτικός παράγοντας για τους φοιτητές σε σχέση με τα μέλη ΔΕΠ ή το διοικητικό προσωπικό του Πανεπιστημίου.
- Οικονομικοί λόγοι: Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ανασταλτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται στα ζεύγη μεταξύ Μελών ΔΕΠ/Επιστημονικού Προσωπικού και Φοιτητών, Διοικητικού Προσωπικού, Συμμετεχόντων εκτός Πανεπιστημίου ($p=0,019, 0,002, 0,023 < 0,05$ αντίστοιχα). Φαίνεται ότι το κόστος αποτελεί σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα για όλες τις κατηγορίες εκτός των μελών ΔΕΠ.
- Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων: Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ανασταλτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και διοικητικού προσωπικού ($p=0,036 < 0,05$). Φαίνεται δηλαδή ότι οι φοιτητές δεν θεωρούν σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα άθλησης την ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων όσο το διοικητικό προσωπικό.
- Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων. Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ανασταλτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και συμμετεχόντων εκτός Πανεπιστημίου ($p=0,020 < 0,05$). Οι συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου θεωρούν πιο σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα την έλλειψη συνέχειας στα προγράμματα του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου σε σχέση με τους φοιτητές.

Διαφορές στην ενίσχυση κινήτρων συμμετοχής για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές στους ενισχυτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράγοντα:

- Ένταξη αθλητικής συμμετοχής στο πλαίσιο μαθήματος επιλογής: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,216 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,107 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη συμμετοχή/διάκριση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,142 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Συμμετοχή ως ομάδάρχες / εκπαιδευτές /εθελοντές: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,010 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο. Χρησιμοποιούμε εναλλακτικά τον μη παραμετρικό έλεγχο Kruskal Wallis
- Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,096 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μετακινήσεις / συμμετοχές σε δράσεις στην Ευρώπη (Erasmus): Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,053 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Κατά συνέπεια μόνο για τον ενισχυτικό παράγοντα συμμετοχή 'Συμμετοχή ως ομάδάρχες / εκπαιδευτές /εθελοντές', πραγματοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis. Από τον συγκεκριμένο έλεγχο προκύπτει $\chi^2(3)=17,728$ $p=0,001 < 0,05$. Φαίνεται ότι οι

στατιστικά σημαντικές διαφορές εντοπίζονται μεταξύ μελών ΔΕΠ και φοιτητών. Οι φοιτητές δείχνουν ένα μεγαλύτερο ενδιαφέρον να συμμετάσχουν σε αθλητικές δράσεις αν έχουν ένα πιο συμμετοχικό ρόλο σε σχέση με τα μέλη ΔΕΠ (Εικόνα 4).

Εικόνα 4. Συγκρίσεις κατά ζεύγη

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Διοικητικό και λοιπό προσωπικό	-30,835	21,786	-1,415	,157	,942
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-34,508	21,888	-1,577	,115	,689
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό-Φοιτητής - τρια	65,768	17,339	3,793	,000	,001
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	-3,673	21,199	-,173	,862	1,000
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό-Φοιτητής - τρια	34,933	16,461	2,122	,034	,203
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου-Φοιτητής - τρια	31,260	16,596	1,884	,060	,358

Για τους υπόλοιπους ενισχυτικούς παράγοντες κινήτρων που ικανοποιούν την υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων έχουμε, για κάθε παράγοντα, τα παρακάτω αποτελέσματα :

- Ένταξη αθλητικής συμμετοχής στο πλαίσιο μαθήματος επιλογής: $F(3,376)=8,737$
 $p=0,000<0,05$
- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση: $F(3,376)=3,453$ $p=0,007<0,05$
- Καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη συμμετοχή/διάκριση: $F(3,376)=1,495$
 $p=0,215>0,05$ ns
- Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων: $F(3,376)=6,366$ $p=0,000<0,05$
- Μετακινήσεις/συμμετοχές σε δράσεις στην Ευρώπη (Erasmus) $F(3,376)=7,336$
 $p=0,000<0,05$

Διαπιστώνουμε στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα στους ενισχυτικούς παράγοντες Ένταξη αθλητικής συμμετοχής στο πλαίσιο μαθήματος επιλογής, Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση, Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων, Μετακινήσεις/συμμετοχές σε δράσεις στην Ευρώπη (Erasmus). Προκειμένου να βρούμε σε

ποιες επιμέρους κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα διεξάγουμε ελέγχους post-hoc. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στα εξής αποτελέσματα:

- Ένταξη αθλητικής συμμετοχής στο πλαίσιο μαθήματος επιλογής: Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ενισχυτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται στα ζεύγη Φοιτητές – Μέλη ΔΕΠ και Φοιτητές – Διοικητικό Προσωπικό ($p=0,001, 0,000$ αντίστοιχα). Προφανώς οι φοιτητές είναι αυτοί που ενδιαφέρονται περισσότερο για ένταξη αθλητικών δραστηριοτήτων σε μάθημα του προγράμματος σπουδών.
- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση: Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ενισχυτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται στα ζεύγη Μέλη ΔΕΠ – Φοιτητές και Μέλη ΔΕΠ – Συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου ($p=0,006, 0,037$ αντίστοιχα). Φαίνεται δηλαδή ότι το κόστος απασχολεί περισσότερο τους φοιτητές και τους συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου σε σχέση με τα μέλη ΔΕΠ ή το διοικητικό προσωπικό.
- Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων: Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ενισχυτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και διοικητικού προσωπικού ($p=0,000 < 0,05$). Φαίνεται ότι οι φοιτητές ενδιαφέρονται περισσότερο να συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις όταν αυτές συνδυάζονται με άλλους είδους δραστηριότητες σε σχέση με το διοικητικό προσωπικό του Πανεπιστημίου.
- Μετακινήσεις/συμμετοχές σε δράσεις στην Ευρώπη (Erasmus): Όσον αφορά στο συγκεκριμένο ενισχυτικό παράγοντα, οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και μελών ΔΕΠ ($p=0,000 < 0,05$). Φαίνεται ότι οι φοιτητές ενδιαφέρονται περισσότερο να συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις όταν αυτές συνδυάζονται με μετακινήσεις και διάφορες δραστηριότητες στην Ευρώπη μέσω των προγραμμάτων Erasmus σε σχέση με τα μέλη ΔΕΠ.

Διαφορές στο διαθέσιμο χρόνο για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων αναφορικά με το χρόνο που προτίθεται να διαθέσουν για να συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον έλεγχο χ^2 , αφού πρώτα τροποποιήσαμε την υπάρχουσα μεταβλητή ώστε τα επίπεδα της να είναι (2 ώρες, 5 ώρες, 1 ημέρα και πάνω) για να είναι δυνατός ο έλεγχος. Ο συγκεκριμένος έλεγχος μας δίνει στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα $\chi^2(6)=23,065$ $p=0,001 <0,05$. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας, διερευνούμε τον αντίστοιχο πίνακα συνάφειας (crosstabs). Φαίνεται ότι οι φοιτητές είναι οι πιο διατεθειμένοι από όλους τους ερωτώμενους να επενδύσουν περισσότερο χρόνο σε αθλητικές δραστηριότητες που διαρκούν πάνω από μια ημέρα (Πίνακας 17).

Πίνακας 17. Πίνακας συνάφειας (Χρόνος-Ενασχόληση)

		Χρόνος		
		2 ώρες	5 ώρες	1 ημέρα και πάνω
Φοιτητής/ τρια	Count	52	48	133
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	22,3%	20,6%	57,1%
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό	Count	18	9	18
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	40,0%	20,0%	40,0%
Διοικητικό & Λοιπό προσωπικό	Count	23	10	18
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	45,1%	19,6%	35,3%
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	Count	24	9	17
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	48,0%	18,0%	34,0%

Διαφορές στο διαθέσιμο κόστος για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων αναφορικά με το κόστος που προτίθεται να διαθέσουν για να συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον έλεγχο χ^2 , αφού πρώτα τροποποιήσαμε την υπάρχουσα μεταβλητή ώστε τα επίπεδα της να είναι (0, 10, 20, 30, 50 ευρώ και πάνω) για να είναι δυνατός ο έλεγχος. Ο συγκεκριμένος έλεγχος μας δίνει στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα $\chi^2(12)=23,107$ $p=0,027 < 0,05$. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας διερευνούμε τον αντίστοιχο πίνακα συνάφειας (crosstabs). Όπως μπορούμε να διαπιστώσουμε από τα στοιχεία του Πίνακα 18, οι φοιτητές είναι πιο διατεθειμένοι να πληρώσουν ποσό μεγαλύτερο ή ίσο από 50 ευρώ για αθλητικές δραστηριότητες σε αντίθεση με το Διοικητικό προσωπικό και τους συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου που προτιμούν σε μεγαλύτερο ποσοστό δωρεάν ή χαμηλού κόστους δραστηριότητες (10 ευρώ).

Πίνακας 18. Πίνακας Συνάφειας (Κόστος – Ενασχόληση)

		Κόστος (€)				
		0	10	20	30	>=50
Φοιτητής/ τρια	Count	31	43	57	46	55
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	13,4%	18,5%	24,6%	19,8%	23,7%
Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό	Count	5	11	7	13	9
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	11,1%	24,4%	15,6%	28,9%	20,0%
Διοικητικό & Λοιπό προσωπικό	Count	12	8	17	7	7
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	23,5%	15,7%	33,3%	13,7%	13,7%
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	Count	7	19	9	5	10
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	14,0%	38,0%	18,0%	10,0%	20,0%

Διαφορές στις διαθέσιμες ώρες της ημέρας/ημέρες/περιόδους για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων αναφορικά με τον τρόπο ενημέρωσης, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 8 του ερωτηματολογίου, αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- **Πρωινές ώρες** $\chi^2(3)=11,502$ $p=0,009 < 0,05$.
- **Μεσημεριανές ώρες:** $\chi^2(3)=9,732$ $p=0,021 < 0,05$.
- Απογευματινές ώρες: $\chi^2(3)=1,751$ $p=0,626 > 0,05$ ns.
- Βραδινές ώρες: $\chi^2(3)=6,118$ $p=0,106 > 0,05$ ns.
- **Χωρίς προτίμηση:** $\chi^2(3)=11,277$ $p=0,010 < 0,05$.
- Εργάσιμες ημέρες εβδομάδας: $\chi^2(3)=2,328$ $p=0,507 > 0,05$ ns.
- **Σαββατοκύριακο:** $\chi^2(3)=8,390$ $p=0,039 < 0,05$
- Για τις επιλογές Περιόδους μαθημάτων, Περιόδους εξετάσεων, Περιόδους διακοπών δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί ο έλεγχος χ^2 διότι παραβιάζεται η προϋπόθεση εφαρμογής του ελέγχου (το 20% των κελιών του πίνακα να έχει αναμενόμενη συχνότητα κάτω από 5) και μπορεί να οδηγηθούμε σε εσφαλμένα συμπεράσματα.

Παρατηρούμε ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ενασχόληση αναφορικά με τις προτιμήσεις των ερωτηθέντων πότε να αθλούνται. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας, διερευνούμε τους αντίστοιχους πίνακες συνάφειας (crosstabs). Παρατηρούμε από τα στοιχεία του Πίνακα 19 ότι η πρωινή ζώνη άθλησης προτιμάται από τους συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου, η μεσημεριανή ζώνη από το διοικητικό προσωπικό, το Σαββατοκύριακο προτιμάται από τα μέλη ΔΕΠ ενώ στις χωρίς προτίμηση ώρες άθλησης φαίνεται να προηγούνται οι φοιτητές.

Πίνακας 19. Πίνακας συνάφειας (Διαθέσιμες Ημέρες -Ενασχόληση)

		Πρωινές		Μεσημεριανές		Χωρίς Προτίμηση		Σαββατο-κύριακο	
		Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι
Φοιτητής/ τρια	Count	52	180	33	199	42	190	92	142
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	22,4%	77,6%	14,2%	85,8%	18,1%	81,9%	39,3%	60,7%
Μέλος ΔΕΠ/ Επιστημονικό προσωπικό	Count	10	35	4	41	3	42	26	19
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	22,2%	77,8%	8,9%	91,1%	6,7%	93,3%	57,8%	42,2%
Διοικητικό & Λοιπό Προσωπικό	Count	5	46	14	37	4	47	16	35
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	9,8%	90,2%	27,5%	72,5%	7,8%	92,2%	31,4%	68,6%
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	Count	19	31	4	46	2	48	24	26
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	38,0%	62,0%	8,0%	92,0%	4,0%	96,0%	48,0%	52,0%

Διαφορές στον τρόπο ενημέρωσης για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ενασχόληση των ερωτηθέντων αναφορικά με τον τρόπο ενημέρωσης, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 9 του ερωτηματολογίου, αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Από το Site του γυμναστηρίου $\chi^2(3)=3,220 p=0,359 ns$
- Με αφίσα $\chi^2(3)=6,565 p=0,087 ns$
- **Με προσωπικό e-mail $\chi^2(3)=11,059 p=0,011$**
- Από το κεντρικό site του Πανεπιστημίου/της σχολής $\chi^2(3)=1,563 p=0,668 ns$

- Μέσω social media (π.χ. facebook) $\chi^2(3)=35,966$ $p=0,000$

Παρατηρούμε δηλαδή ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ενασχόληση αναφορικά με τις προτιμήσεις των αθλούμενων στους τρόπους ενημέρωσης μέσω email ή κοινωνικών δικτύων. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας, διερευνούμε τους αντίστοιχους πίνακες συνάφειας (crosstabs). Παρατηρούμε, από τα στοιχεία του Πίνακα 20, ότι οι φοιτητές προτιμούν τα κοινωνικά δίκτυα για να ενημερώνονται για τις διάφορες εκδηλώσεις ενώ οι υπόλοιποι προτιμούν το email.

Πίνακας 20. Πίνακας συνάφειας (Προτιμήσεις Τρόπων Ενημέρωσης)

		Προσωπικό e-mail		Social Media	
		Ναι	Όχι	Ναι	Όχι
Φοιτητής/τρια	Count	102	131	115	118
	Expected Count	116,2	116,8	88,5	144,5
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	43,8%	56,2%	49,4%	50,6%
Μέλη ΔΕΠ Επιστημονικό προσωπικό	Count	30	15	9	36
	Expected Count	22,4	22,6	17,1	27,9
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	66,7%	33,3%	20,0%	80,0%
Διοικητικό & Λοιπό προσωπικό	Count	31	20	6	45
	Expected Count	25,4	25,6	19,4	31,6
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	60,8%	39,2%	11,8%	88,2%
Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου	Count	26	24	14	36
	Expected Count	24,9	25,1	19,0	31,0
	% within Σε ποιά κατηγορία ανήκετε	52,0%	48,0%	28,0%	72,0%

Διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτηθέντων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές στις αντιλήψεις των συμμετεχόντων στην έρευνα αναφορικά με την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Πατρών που να σχετίζονται με την ενασχόληση των ερωτηθέντων, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε αντίληψη.

- Σημαντικότητα ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,915 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής μέσω διοργάνωση αθλητικών γεγονότων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,431 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Οικονομική βοήθεια στην διοργάνωση αθλητικών δράσεων/γεγονότων μέσω χορηγιών: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,841 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,186 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Ενίσχυση της εικόνας της Πάτρας μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,446 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Γίνεται σαφές ότι για όλες τις αντιλήψεις χρησιμοποιείται ο έλεγχος ANOVA εφόσον ισχύει η ισότητα των διακυμάνσεων. Για κάθε αντίληψη ο έλεγχος ANOVA δίνει τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Σημαντικότητα ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής: $F(3,376)=2,965$ $p=0,032 < 0,05$

- **Ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής μέσω διοργάνωση αθλητικών γεγονότων: $F(3,376)=3,672 p=0,012<0,05$**
- Οικονομική βοήθεια στην διοργάνωση αθλητικών δράσεων/γεγονότων μέσω χορηγιών: $F(3,376)=2,242 p=0,062>0,05$
- **Ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων: $F(3,376)=6,554 p=0,000<0,05$**
- **Ενίσχυση της εικόνας της Πάτρας μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο: $F(3,376)=4,103 p=0,012<0,05$**

Διαπιστώνουμε λοιπόν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα σε όλες τις αντιλήψεις που περιλαμβάνονται στο σχετικό ερώτημα του ερωτηματολογίου. Προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα, διεξάγουμε ελέγχους post-hoc. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στα εξής αποτελέσματα:

- **Σημαντικότητα ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού/αθλητικής αναψυχής:** Όσον αφορά την συγκεκριμένη αντίληψη οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ μελών ΔΕΠ και φοιτητών ($p=0,009<0,05$). Τα μέλη ΔΕΠ φαίνεται να θεωρούν πιο σημαντική την ανάπτυξη τους πανεπιστημιακού αθλητισμού σε σχέση με τους φοιτητές.
- **Ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού/αθλητικής αναψυχής μέσω διοργάνωση αθλητικών γεγονότων:** Όσον αφορά την συγκεκριμένη αντίληψη οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ διοικητικού προσωπικού και φοιτητών ($p=0,024<0,05$). Το διοικητικό προσωπικό ασπάζεται σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό την άποψη ότι ο πανεπιστημιακός αθλητισμός αναπτύσσεται μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων σε σχέση με τους φοιτητές.
- **Ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων:** Όσον αφορά την συγκεκριμένη αντίληψη οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται μεταξύ φοιτητών και διοικητικού προσωπικού / Μελών ΔΕΠ ($p=0,002$, $p=0,002$ αντίστοιχα). Τα Μέλη ΔΕΠ και το Διοικητικό προσωπικό ασπάζονται σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό την άποψη ότι το Πανεπιστήμιο ενισχύει την δημόσια εικόνα του όταν διοργανώνει αθλητικά γεγονότα.
- **Ενίσχυση της εικόνας της Πάτρας μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο:** Όσον αφορά την συγκεκριμένη αντίληψη οι στατιστικά σημαντικές

διαφορές εμφανίζονται μεταξύ διοικητικού προσωπικού και φοιτητών ($p=0,013<0,05$). Το διοικητικό προσωπικό ασπάζεται σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό την άποψη ότι η διοργάνωση αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο συνεισφέρει στην ενίσχυση της εικόνας της πόλης των Πατρών σε σχέση με τους φοιτητές.

Στατιστικές συσχετίσεις ως προς την Ηλικιακή Ομάδα

Για να μπορέσουμε να διεξάγουμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA ή εναλλακτικά τον μη παραμετρικό του ισοδύναμο Kruskal-Wallis ως προς την ηλικιακή ομάδα, δημιουργήσαμε μια νέα μεταβλητή που να συγχωνεύει την τρίτη και την τέταρτη ηλικιακή ομάδα λόγω του γεγονότος ότι ηλικιακή ομάδα πάνω από 57 ετών περιλαμβάνει μόνο 13 άτομα. Βέβαια, ένας πιθανός κίνδυνος είναι να αλλοιωθούν οι απαντήσεις της τρίτης ομάδας με την συγκεκριμένη συγχώνευση.

Διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες/δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής

Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,320$ οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο έλεγχος ANOVA για να διερευνηθεί η ύπαρξη στατιστικά σημαντικών διαφορών στο βαθμό συμμετοχής ως προς την ηλικιακή ομάδα. Ο έλεγχος ANOVA ($F(2,373)=3,756$ $p=0,024<0,05$) δείχνει ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους ηλικιακές ομάδες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα διεξάγουμε ελέγχους post-hoc. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Ο post-hoc έλεγχος δείχνει ότι η στατιστική σημαντικότητα εμφανίζεται μεταξύ των ηλικιακών ομάδων 18 έως 30 και 44 έως 70 ($p=0,013$). Φαίνεται ότι οι μικρότεροι σε ηλικία ερωτηθέντες συμμετέχουν πιο συχνά σε δραστηριότητες άθλησης.

Διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές στις παραμέτρους αξιολόγησης του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου που να σχετίζονται με την ηλικία των ερωτηθέντων, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράμετρο αξιολόγησης:

- Προσφερόμενα προγράμματα: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,784>0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

- Εγκαταστάσεις: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,756 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Εξοπλισμός: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,002 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αλλά, εναλλακτικά, χρησιμοποιούμε τον μη παραμετρικό έλεγχο Kruskal-Wallis.
- Προσωπικό (γνώση, εμπειρία): Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,260 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών): Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,005 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αλλά εναλλακτικά χρησιμοποιούμε τον μη παραμετρικό έλεγχο Kruskal-Wallis.

Για τις παραμέτρους αξιολόγησης Εξοπλισμός και Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών) χρησιμοποιούμε τον έλεγχο Kruskal-Wallis. Τα αποτελέσματα του συγκεκριμένου ελέγχου για τις συγκεκριμένες παραμέτρους αξιολόγησης είναι:

- Εξοπλισμός: $\chi^2(2)=0,767$ $p=0,681 > 0,05$.
- Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών): $\chi^2(2)=0,432$ $p=0,806 > 0,05$

Για τις υπόλοιπες παραμέτρους αξιολόγησης χρησιμοποιείται ο έλεγχος ANOVA, εφόσον ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων. Αναλυτικά για κάθε παράμετρο έχουμε:

- Προσφερόμενα προγράμματα: $F(2,298)=2,812$ $p=0,062 > 0,05$
- Εγκαταστάσεις: $F(2,298)=1,498$ $p=0,227 > 0,05$
- Προσωπικό (γνώση, εμπειρία): $F(2,298)=2,028$ $p=0,133 > 0,05$

Παρατηρούμε επομένως ότι δεν προκύπτουν στατιστικά σημαντικές διαφορές για όλες τις παραμέτρους αξιολόγησης του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων.

Διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα στην οποία ανήκουν οι ερωτηθέντες αναφορικά με το ενδιαφέρον να συμμετέχουν στην πανεπιστημιακή ομάδα σε οποιοδήποτε άθλημα εντός /εκτός γηπέδου, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 . Σύμφωνα με το συγκεκριμένο έλεγχο προκύπτουν μη στατιστικά σημαντικές διαφορές $\chi^2(3)=1,456$ $p=0,483$ *ns* για τα αθλήματα εντός γηπέδου και $\chi^2(3)=0,654$ $p=0,721$ *ns* για τα αθλήματα εκτός γηπέδου.

Διαφορές στα κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης /αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων στα κίνητρα συμμετοχής, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA, αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράμετρο.

- Βελτίωση φυσικής κατάστασης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,184 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Κοινωνικοποίηση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,153 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μείωση βάρους: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,359 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Διαχείριση άγχους: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,005 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,163 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Διατήρηση/βελτίωση υγείας: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,056 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

- Διαφυγή από την καθημερινότητα: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,231 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Βελτίωση δεξιοτήτων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,294 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Βελτίωση προσωπικής εικόνας: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,279 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο αξιολόγησης.
- Αύξηση γνώσεων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,101 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Χαλάρωση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,181 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Προοπτική πρωταθλητισμού: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,000 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Συνεπώς χρησιμοποιούμε το στατιστικό έλεγχο για όλα τα κίνητρα συμμετοχής εκτός από την Διαχείριση άγχους και την Προοπτική πρωταθλητισμού, για τα οποία δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων και χρησιμοποιείται εναλλακτικά ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal Wallis. Τα αποτελέσματα αυτού του ελέγχου είναι:

- Διαχείριση άγχους: $\chi^2(3)=4,453$ $p=0,108 > 0,05$ *ns*
- Προοπτική πρωταθλητισμού: $\chi^2(3)=22,742$ $p=0,000 < 0,05$

Παρατηρούμε ότι δεν εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές στο κίνητρα συμμετοχής Διαχείριση άγχους που να σχετίζονται με την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων. Αντίθετα εμφανίζονται στατιστικά σημαντική διαφορά στο κίνητρο Προοπτική πρωταθλητισμού. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος δεν μας δείχνει σε ποιες κατηγορίες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα εντούτοις, με την χρήση κατάλληλων εντολών του SPSS, μπορούμε να διεξάγουμε συγκρίσεις κατά ζεύγη (Εικόνα 5). Οι στατιστικά σημαντικές

διαφορές εντοπίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και των άλλων δυο ομάδων. Φαίνεται ότι ο πρωταθλητισμός αποτελεί ένα επιπλέον κίνητρο για τους πιο νέους σε ηλικία.

Εικόνα 5. Σύγκριση κατά ζεύγη

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
44-70-31-43	27,574	16,165	1,706	,088	,264
44-70-18-30	59,272	13,082	4,531	,000	,000
31-43-18-30	31,698	12,864	2,464	,014	,041

Για τα υπόλοιπα κίνητρα συμμετοχής χρησιμοποιείται ο έλεγχος ANOVA. Τα αποτελέσματα που προκύπτουν για κάθε κίνητρο είναι:

- Βελτίωση φυσικής κατάστασης: $F(2,377) = 0,476$ $p = ,621 > 0,05$ ns
- Κοινωνικοποίηση: $F(2,377) = 0,803$ $p = ,449 > 0,05$ ns
- **Μείωση βάρους: $F(2,377) = 5,190$ $p = ,006 < 0,05$**
- Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία: $F(2,377) = 2,862$ $p = ,058 > 0,05$ ns
- Διατήρηση/βελτίωση υγείας: $F(2,377) = 0,106$ $p = ,899 > 0,05$ ns
- Διαφυγή από την καθημερινότητα: $F(2,377) = 1,229$ $p = ,294 > 0,05$ ns
- **Βελτίωση δεξιοτήτων: $F(2,377) = 6,988$ $p = ,001 < 0,05$**
- Βελτίωση προσωπικής εικόνας: $F(2,377) = 2,357$ $p = ,096 > 0,05$ ns
- Αύξηση γνώσεων: $F(2,377) = 1,860$ $p = ,157 > 0,05$ ns
- Χαλάρωση: $F(2,377) = 0,888$ $p = ,412 > 0,05$ ns

Παρατηρούμε ότι στατιστικά σημαντικές διαφορές εμφανίζονται στα κίνητρα συμμετοχής που σχετίζονται με την απώλεια βάρους και τη βελτίωση δεξιοτήτων. Προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους ηλικιακές ομάδες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα διεξάγουμε ελέγχους post-hoc. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS, επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν σε στατιστικά σημαντικές διαφορές και στα δυο κίνητρα συμμετοχής (Μείωση βάρους,

Βελτίωση δεξιοτήτων) μεταξύ των ηλικιακών ομάδων 18 έως 30 και 44-70 ($p=0,004$ & $p=0,001$ αντίστοιχα). Φαίνεται ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία ενδιαφέρονται περισσότερο για την απώλεια βάρους και αυτό λειτουργεί ως κίνητρο σε σχέση με τους νεαρότερους συμμετέχοντες (κάτω των 30) που ενδιαφέρονται για την βελτίωση των δεξιοτήτων τους.

Διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων στα κίνητρα συμμετοχής, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA, αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράμετρο.

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,120 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη χρόνου: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,397 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,469 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Οικονομικοί λόγοι: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,785 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη παρέας / παρακίνησης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,625 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,067 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Φόβος τραυματισμού: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,424 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

- Κακή φυσική κατάσταση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,964 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Προβλήματα υγείας: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,104 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,671 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Δυσκολία πρόσβασης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,519 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,180 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,798 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μη εκπαιδευμένο προσωπικό: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,476 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,771 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Γίνεται σαφές ότι για όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες χρησιμοποιείται ο στατιστικός έλεγχος ANOVA. Τα αποτελέσματα του συγκεκριμένου ελέγχου είναι για κάθε παράγοντα:

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση: $F(2,377) = 2,296$ $p = ,102 > 0,05$ ns
- Έλλειψη χρόνου: $F(2,377) = 0,193$ $p = ,825 > 0,05$ ns
- Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης: $F(2,377) = 0,346$ $p = ,708 > 0,05$ ns

- Οικονομικοί λόγοι: $F(2,377)= 0,119 p=,888>0,05 ns$
- Έλλειψη παρέας / παρακίνησης: $F(2,377)= 2,440 p=,089>0,05 ns$
- Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου: $F(2,377)= 1,853 p=,158>0,05 ns$
- Φόβος τραυματισμού: $F(2,377)= 0,179 p=,836>0,05 ns$
- Κακή φυσική κατάσταση: $F(2,377)= 0,143 p=,866>0,05 ns$
- Προβλήματα υγείας: $F(2,377)= 2,645 p=,072>0,05 ns$
- **Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση: $F(2,377)= 9,040 p=,000<0,05$**
- Δυσκολία πρόσβασης: $F(2,377)= 0,740 p=,478<0,05$
- Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης: $F(2,377)= 1,529 p=,218<0,05$
- Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων: $F(2,377)= 2,540 p=,065>0,05$
- **Μη εκπαιδευμένο προσωπικό: $F(2,377)= 3,249 p=,040<0,05$**
- **Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων: $F(2,377)= 5,577 p=,004<0,05$**

Στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων εμφανίζονται μόνο για τους ανασταλτικούς παράγοντες Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση, Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων, Μη εκπαιδευμένο προσωπικό και Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων. Για τους συγκεκριμένους ανασταλτικούς παράγοντες, διεξάγουμε ελέγχους post-hoc προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους ηλικιακές ομάδες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στις εξής στατιστικά σημαντικές διαφορές ανά ανασταλτικό παράγοντα:

- Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση. Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στο συγκεκριμένο παράγοντα εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 44-70 και των άλλων δυο νεαρότερων ηλικιακών ομάδων (18-30, 31-43) ($p=0,000$ & $p=0,002$ αντίστοιχα). Φαίνεται ότι η εν λόγω ηλικιακή ομάδα αντιμετωπίζει την έλλειψη ενημέρωσης ως σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα. Φαίνεται να μην συμμετέχει σε αθλητικές δράσεις ενώ ίσως να το ήθελε επειδή απλά δεν έχει πληροφορηθεί την διεξαγωγή τους.
- Μη εκπαιδευμένο προσωπικό / Μη συνέπεια-συνέχεια προγραμμάτων. Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στους συγκεκριμένους παράγοντες εντοπίζονται μεταξύ της

ηλικιακής ομάδας 44-70 και της ομάδας 18-30 ($p=0,024$ & $p=0,004$). Φαίνεται ότι η συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα έχει ανάγκη από την ύπαρξη εκπαιδευμένου προσωπικού και την συνέχεια των προγραμμάτων πολύ περισσότερο από τους πιο νέους και η έλλειψη τους λειτουργεί ανασταλτικά.

Διαφορές στην Ενίσχυση Κινήτρων Συμμετοχής για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές στους ενισχυτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης που να σχετίζονται με την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε παράγοντα:

- Ένταξη αθλητικής συμμετοχής στο πλαίσιο μαθήματος επιλογής: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,000 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο. Εναλλακτικά χρησιμοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal Wallis.
- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,095 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη συμμετοχή/διάκριση: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,774 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Συμμετοχή ως ομαδάρχες / εκπαιδευτές /εθελοντές: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,999 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο. Χρησιμοποιούμε εναλλακτικά τον μη παραμετρικό έλεγχο Kruskal Wallis.
- Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,891 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Μετακινήσεις / συμμετοχές σε δράσεις στην Ευρώπη (Erasmus): Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,021 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων

οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο. Εναλλακτικά χρησιμοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal Wallis.

Κατά συνέπεια μόνο για τους ενισχυτικούς παράγοντες συμμετοχής «Ένταξη αθλητικής συμμετοχής στο πλαίσιο μαθήματος επιλογής» και «Μετακινήσεις / συμμετοχές σε δράσεις στην Ευρώπη (Erasmus)» πραγματοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis. Από το συγκεκριμένο έλεγχο προκύπτει $\chi^2(2)=44,596$ $p=0,002<0,05$ και $\chi^2(2)=11,136$ $p=0,004<0,05$ αντίστοιχα. Παρατηρούμε ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους δυο αυτούς ενισχυτικούς παράγοντες συμμετοχής. Προκειμένου να εντοπίσουμε σε ποιες επιμέρους ηλικιακές ομάδες εντοπίζονται οι διαφορές, διεξάγουμε συγκρίσεις κατά ζεύγη (Εικόνα 6).

Εικόνα 6. Συγκρίσεις κατά ζεύγη για τους δυο ενισχυτικούς παράγοντες συμμετοχής

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
44-70-31-43	80,882	17,953	4,505	,000	,000
44-70-18-30	96,864	14,529	6,667	,000	,000
31-43-18-30	15,981	14,287	1,119	,263	,790

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
44-70-31-43	34,547	18,148	1,904	,057	,171
44-70-18-30	48,870	14,687	3,327	,001	,003
31-43-18-30	14,323	14,443	,992	,321	,964

Παρατηρούμε ότι οι στατιστικά σημαντικές διαφορές εντοπίζονται στα ζεύγη ηλικιακών ομάδων 44-70 με τα άλλα δυο ηλικιακά ζεύγη για τον πρώτο ενισχυτικό παράγοντα που διερευνούμε και στο ζεύγος 44-70 με 18-30 για το δεύτερο ενισχυτικό παράγοντα. Οι νεαρότεροι ηλικία ενδιαφέρονται περισσότερο για ένταξη της άθλησης σε

πανεπιστημιακό μάθημα αφενός και αφετέρου για τον συνδυασμό άθλησης και μετακίνησης στην Ευρώπη.

Για τους υπόλοιπους ενισχυτικούς παράγοντες χρησιμοποιούμε το στατιστικό έλεγχο ANOVA. Τα αποτελέσματα που δίνει ο συγκεκριμένος έλεγχος είναι για κάθε παράγοντα:

- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση: $F(2,377)= 2,219$ $p=,110>0,05$
- Καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη συμμετοχή/διάκριση: $F(2,377)= 1,836$
 $p=,161>0,05$
- **Συμμετοχή ως ομαδάρχες/εκπαιδευτές/εθελοντές: $F(2,377)=7,702$ $p=,001<0,05$**
- **Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων: $F(2,377)=6,440$ $p=,002<0,05$**

Για τους ενισχυτικούς παράγοντες που παρουσιάζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές «Συμμετοχή ως ομαδάρχες/εκπαιδευτές/εθελοντές» και «Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων» διεξάγουμε ελέγχους post-hoc προκειμένου να βρούμε σε ποιες επιμέρους ηλικιακές ομάδες εμφανίζεται η στατιστική σημαντικότητα. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS, επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στις εξής στατιστικά σημαντικές διαφορές για κάθε παράγοντα:

- Συμμετοχή ως ομαδάρχες/εκπαιδευτές/εθελοντές: Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στο συγκεκριμένο παράγοντα εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και 44-70 ($p=0,000<0,05$). Φαίνεται ότι οι νεαρότεροι σε ηλικία ενδιαφέρονται πολύ περισσότερο να συμμετάσχουν και με διαφορετικούς ρόλους από αυτού μόνου του αθλούμενου σε αθλητικές δράσεις σε σχέση με την ομάδα των 44-70.
- Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων: Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στο συγκεκριμένο παράγοντα εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και 31-43 ($p=0,002<0,05$). Οι ερωτηθέντες που ανήκουν στην ηλικιακή ομάδα των 32-43 φαίνεται να ενδιαφέρονται περισσότερο για τον συνδυασμό αθλητικών δράσεων με άλλου χαρακτήρα δράσεις (π.χ. πολιτισμικές) σε σχέση με τους νεαρότερους σε ηλικία.

Διαφορές στο Διαθέσιμο Χρόνο για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων αναφορικά με το χρόνο που προτίθεται να διαθέσουν για να συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον έλεγχο χ^2 αφού

πρώτα τροποποιήσουμε την υπάρχουσα μεταβλητή ώστε τα επίπεδα της να είναι (2 ώρες, 5 ώρες, 1 ημέρα και πάνω) για να είναι δυνατός ο έλεγχος. Ο συγκεκριμένος έλεγχος μας δίνει στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα $\chi^2(6)=37,152 p=0,000<0,05$. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας, διερευνούμε τον αντίστοιχο πίνακα συνάφειας (crosstabs). Φαίνεται ότι οι νεαρότεροι σε ηλικία (18 ως 30) είναι οι πιο διατεθειμένοι από όλους τους ερωτώμενους να επενδύσουν περισσότερο χρόνο σε αθλητικές δραστηριότητες που διαρκούν πάνω από μια ημέρα (Πίνακας 21).

Πίνακας 21. Πίνακας Συνάφειας (Χρόνος -Ηλικία)

		Χρόνος		
		2 ώρες	5 ώρες	1 ημέρα και πάνω
18-30	Count	49	53	138
	% within Ηλικία_NEW	20,4%	22,1%	57,5%
31-43	Count	30	14	27
	% within Ηλικία_NEW	42,3%	19,7%	38,0%
44-70	Count	38	9	21
	% within Ηλικία_NEW	55,9%	13,2%	30,9%

Διαφορές στο Διαθέσιμο Κόστος για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα αναφορικά με το κόστος που προτίθεται να διαθέσουν για να συμμετέχουν σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον έλεγχο χ^2 αφού πρώτα τροποποιήσουμε την υπάρχουσα μεταβλητή ώστε τα επίπεδα της να είναι (0, 10, 20, 30, 50 ευρώ και πάνω) για να είναι δυνατός ο έλεγχος χ^2 . Ο συγκεκριμένος έλεγχος δεν μας δίνει στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα $\chi^2(8)=10,582 p=0,227 >0,05$. Συνεπώς δεν φαίνεται να υπάρχουν διαφοροποιήσεις στα χρήματα που προτίθενται να διαθέσουν οι ερωτηθέντες για αθλητικές δράσεις.

Διαφορές στις Διαθέσιμες ώρες της ημέρας/ημέρες/περιόδους για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων αναφορικά με τον τρόπο ενημέρωσης, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 8 τους ερωτηματολογίου αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Πρωινές ώρες $\chi^2(2)=1.939 p=0,379 >0,05 ns$.
- **Μεσημεριανές ώρες: $\chi^2(2)=6.217 p=0,045 <0,05$.**
- Απογευματινές ώρες: $\chi^2(2)=5.838 p=0,054 >0,05 ns$.
- Βραδινές ώρες: $\chi^2(2)=0.337 p=0,845 >0,05 ns$.
- **Χωρίς προτίμηση: $\chi^2(2)=11,909 p=0,003 <0,05$.**
- Εργάσιμες ημέρες εβδομάδας: $\chi^2(2)=0,283 p=0,868 >0,05 ns$.
- Σαββατοκύριακο: $\chi^2(2)=3,096 p=0,213 >0,05$
- **Περίόδους μαθημάτων: $\chi^2(2)=17,620 p=0,000 <0,05$**
- Περίόδους εξετάσεων: $\chi^2(2)=1,248 p=0,536 >0,05 ns$
- Περίόδους διακοπών: $\chi^2(2)=1,285 p=0,526 >0,05 ns$

Παρατηρούμε δηλαδή ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα αναφορικά με τις προτιμήσεις των ερωτηθέντων πότε να αθλούνται. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας διερευνούμε τους αντίστοιχους πίνακες συνάφειας (crosstabs). Από τον Πίνακα Συνάφειας (Πίνακας 22) μπορούμε να διαπιστώσουμε ότι τις μεσημεριανές ώρες προτιμούν οι ηλικίες 31-43, οι πιο νέοι δεν εμφανίζουν ιδιαίτερη προτίμηση στις ώρες άθλησης ενώ προτιμούν τις περιόδους των μαθημάτων.

Πίνακας 22. Πίνακας Συνάφειας (Διαθέσιμες Ημέρες – Ηλικιακή Ομάδα)

		Μεσημεριανές		Χωρίς Προτίμηση		Περίόδους Μαθημάτων	
		Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι
18-30	Count	30	210	43	197	32	209

	% within Ηλικία_NEW	12,5%	87,5%	17,9%	82,1%	13,3%	86,7%
31-43	Count	17	54	6	65	1	70
	% within Ηλικία_NEW	23,9%	76,1%	8,5%	91,5%	1,4%	98,6%
44-70	Count	8	59	2	65	0	68
	% within Ηλικία_NEW	11,9%	88,1%	3,0%	97,0%	0,0%	100,0%

Διαφορές στον τρόπο Ενημέρωσης για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα των ερωτηθέντων αναφορικά με τον τρόπο ενημέρωσης, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 9 τους ερωτηματολογίου αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Από το Site του γυμναστηρίου $\chi^2(2)=2,870 p=0,238 ns$
- **Με αφίσα $\chi^2(2)=8,212 p=0,016$**
- **Με προσωπικό e-mail $\chi^2(2)=10,303 p=0,006$**
- Από το κεντρικό site του Πανεπιστημίου/της σχολής $\chi^2(2)=0,466 p=0,792 ns$
- **Μέσω social media (π.χ. facebook) $\chi^2(2)=33,989 p=0,000$**

Παρατηρούμε δηλαδή ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικιακή ομάδα αναφορικά με τις προτιμήσεις των αθλούμενων στους τρόπους ενημέρωσης μέσω email και μέσω κοινωνικών δικτύων. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας διερευνούμε τους αντίστοιχους πίνακες συνάφειας (crosstabs). Από τον Πίνακα Συνάφειας (Πίνακας 23) φαίνεται να προκύπτει ότι οι νεαρότεροι προτιμούν τα κοινωνικά μέσα σε αντίθεση με τους πιο μεγάλους που προτιμούν να τους αποστέλλεται email όποτε υπάρχει κάποια αθλητική διοργάνωση. Οι νεαρότεροι φαίνεται να προτιμούν, σε μικρό βαθμό βέβαια, αλλά σίγουρα μεγαλύτερο από τις άλλες δυο ηλικιακές ομάδες, την ενημέρωση μέσω αφίσας.

Πίνακας 23. Πίνακας Συνάφειας Προτιμήσεις Ενημέρωσης

		Αφίσα		email		Social Media	
		ναι	όχι	ναι	όχι	ναι	όχι
18-30	Count	32	208	105	135	117	123
	% within Ηλικία_NEW	13,3%	86,7%	43,8%	56,3%	48,8%	51,3%
31-43	Count	4	67	45	26	17	54
	% within Ηλικία_NEW	5,6%	94,4%	63,4%	36,6%	23,9%	76,1%
44-70	Count	2	66	39	29	10	58
	% within Ηλικία_NEW	2,9%	97,1%	57,4%	42,6%	14,7%	85,3%

Διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτηθέντων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές στις αντιλήψεις των συμμετεχόντων στην έρευνα αναφορικά με την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Πατρών που να σχετίζονται με την ηλικιακή ομάδα στην οποία ανήκουν οι των ερωτηθέντες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο ANOVA αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την ισότητα των διακυμάνσεων για κάθε αντίληψη.

- Σημαντικότητα ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,760 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής μέσω διοργάνωση αθλητικών γεγονότων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,510 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.
- Οικονομική βοήθεια στην διοργάνωση αθλητικών δράσεων/γεγονότων μέσω χορηγιών: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,292 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της

ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

- Ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,044 < 0,05$ συνεπώς δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο. Εναλλακτικά, χρησιμοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal Wallis.
- Ενίσχυση της εικόνας της Πάτρας μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο: Ο έλεγχος Levene δίνει $p=0,280 > 0,05$ συνεπώς ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων οπότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο στατιστικός έλεγχος ANOVA για τη συγκεκριμένη παράμετρο.

Ο έλεγχος ANOVA δίνει για κάθε αντίληψη όπου μπορεί να χρησιμοποιηθεί τα εξής αποτελέσματα:

- **Σημαντικότητα ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής: $F(2,377)= 5,594 p=,004 < 0,05$**
- **Ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής μέσω διοργάνωση αθλητικών γεγονότων: $F(2,377)= 7,962 p=,000 < 0,05$**
- Οικονομική βοήθεια στην διοργάνωση αθλητικών δράσεων/γεγονότων μέσω χορηγιών: $F(2,377)= 2,252 p=,086 < 0,05$
- **Ενίσχυση της εικόνας της Πάτρας μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο: $F(2,377)=9,529 p=,000 < 0,05$**

Παρατηρούμε ότι σε όλες οι αντιλήψεις που εκφράζονται για το Πανεπιστημιακό Αθλητισμό εκτός από την αντίληψη για τις χορηγίες υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Από τους διαθέσιμους ελέγχους στο SPSS, επιλέγουμε το κριτήριο Gabriel και το κριτήριο Scheffe που ενδείκνυται για ανομοιογενή μεγέθη δείγματος όπως στην περίπτωση μας (Field, 2013). Οι έλεγχοι post-hoc μας οδηγούν στις εξής στατιστικά σημαντικές διαφορές για κάθε παράγοντα:

- **Σημαντικότητα ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής:** Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στο συγκεκριμένο παράγοντα εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και 44-70 ($p=0,006 < 0,05$). Οι μεγαλύτεροι σε

ηλικία θεωρούν πιο σημαντική την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού σε σχέση με τους νεαρότερους.

- Ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής μέσω διοργάνωση αθλητικών γεγονότων: Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στο συγκεκριμένο παράγοντα εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και των ηλικιακών ομάδων 31-43 ($p=0,002<0,05$) και 44-70 ($p=0,006<0,05$). Οι μικρότεροι σε ηλικία ερωτηθέντες δεν θεωρούν ότι ο πανεπιστημιακός αθλητισμός αναπτύσσεται μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων σε αντίθεση βέβαια με τους πιο μεγάλους σε ηλικία.
- Ενίσχυση της εικόνας της Πάτρας μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο: Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στο συγκεκριμένη αντίληψη εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και των ηλικιακών ομάδων 31-43 ($p=0,000<0,05$) και 44-70 ($p=0,014<0,05$). Οι μικρότεροι σε ηλικία ερωτηθέντες δεν θεωρούν ότι βελτιώνεται η εικόνα της πόλης των Πατρών μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο της.

Για την αντίληψη «Ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω της διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων» χρησιμοποιείται ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal Wallis εφόσον δεν ισχύει η υπόθεση της ισότητας των διακυμάνσεων. Ο συγκεκριμένος έλεγχος δίνει $\chi^2(2)=30,194$ $p=0,000<0,05$. Διεξάγουμε κατά ζεύγη συγκρίσεις για να διαπιστώσουμε που εντοπίζονται οι στατιστικά σημαντικές διαφορές. Όπως φαίνεται από τις συγκρίσεις κατά ζεύγη (βλ. Εικόνα 7), οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στη συγκεκριμένη αντίληψη εμφανίζονται μεταξύ της ηλικιακής ομάδας 18-30 και των ηλικιακών ομάδων 31-43 ($p=0,000<0,05$) και 44-70 ($p=0,000<0,05$). Φαίνεται ότι οι ερωτηθέντες 18 έως 30 ετών δεν συμερίζονται την αντίληψη των μεγαλύτερων σε ηλικία σε σχέση περί ενίσχυσης της εικόνας του Πανεπιστημίου από την διοργάνωση αθλητικών γεγονότων.

Εικόνα 7. Συγκρίσεις κατά ζεύγη

Sample1-Sample2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj.Sig.
18-30-44-70	-54,814	14,019	-3,910	,000	,000
18-30-31-43	-63,938	13,786	-4,638	,000	,000
44-70-31-43	9,124	17,323	,527	,598	1,000

Στατιστικές συσχετίσεις ως προς την Οικογενειακή Κατάσταση

Διαφορές στο βαθμό συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες / δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής

Για να διερευνήσουμε τυχόν διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test αφού πρώτα ελέγξουμε ως προς την κανονικότητα τη συγκεκριμένη εξαρτημένη μεταβλητή⁴. Ο έλεγχος t-test δείχνει ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση σε σχέση με την συμμετοχή σε δράσεις αθλητικής αναψυχής $t(374)=-2,786$ $p=,006<0,05$. Οι άγαμοι/χωρισμένοι φαίνεται να αθλούνται περισσότερο από τους έγγαμους και αυτό φαίνεται από την σύγκριση των μέσων τιμών ($M.T._{A/X}=3,25 > M.T._E=2,85$)

Διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου

Για να διερευνήσουμε τυχόν διαφορές στην αξιολόγηση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου ως προς την οικογενειακή κατάσταση χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος δίνει τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Για τα Προσφερόμενα προγράμματα: $t(299)=0,384$, $p=,702 >0,05$
- Για τις Εγκαταστάσεις: $t(299)=-2,201$, $p=,028 <0,05$
- Εξοπλισμός: $t(145)=-1,537$, $p=,125 >0,05$
- Προσωπικό (γνώση, εμπειρία): $t(299)=1,566$, $p=,118 >0,05$
- Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών): $t(299)=0,047$, $p=,963 >0,05$

Παρατηρούμε ότι εντοπίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση των ερωτηθέντων στην παράμετρο των εγκαταστάσεων. Οι άγαμοι/χωρισμένοι βαθμολογούν πιο θετικά την ποιότητα των εγκαταστάσεων του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου από τους έγγαμους ($M.T._{A/X}=3,32 > M.T._E=3,03$).

⁴ Η κανονικότητα για κάθε μεταβλητή έχει ελεγχθεί με τους κατάλληλους ελέγχους στην επαγωγική στατιστική ως προς το φύλο.

Διαφορές στο ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου σε αθλητικές δράσεις εντός / εκτός γηπέδου

Για να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με το ενδιαφέρον συμμετοχής σε ομάδα του Πανεπιστημίου χρησιμοποιούμε τις δυο μεταβλητές που είχαμε δημιουργήσει για τις αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου αντίστοιχα. Στη συγκεκριμένη περίπτωση επαγωγικού στατιστικού ελέγχου χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 . Αναλυτικά έχουμε

- για τις Αθλητικές Δράσεις εντός γηπέδου: $\chi^2(1)=0.256$ $p=0,798$ ns
- για τις Αθλητικές Δράσεις εκτός γηπέδου: $\chi^2(1)=0.149$ $p=0,881$ ns

Όπως παρατηρούμε, δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με την συμμετοχή τους σε Πανεπιστημιακή ομάδα είτε πρόκειται για αθλήματα εντός γηπέδου είτε για αθλήματα σε ανοικτό χώρο.

Διαφορές στα Κίνητρα Συμμετοχής σε Δραστηριότητες Άθλησης /Αναψυχής

Χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test για να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στα κίνητρα συμμετοχής ως προς την οικογενειακή κατάσταση του κάθε ερωτώμενου. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα για κάθε κίνητρο συμμετοχής:

- Βελτίωση φυσικής κατάστασης: $t(378)=-1,770$ $p=,078>0,05$ ns
- **Κοινωνικοποίηση: $t(378)=-2.438$ $p=,015<0,05$**
- **Μείωση βάρους: $t(378)= 3,142$ $p=,002<0,05$**
- Διαχείριση άγχους $t(378)= 1,322$ $p=,187>0,05$
- Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία $t(378)=1,291$ $p=,197>0,05$
- Διατήρηση/βελτίωση υγείας: $t(378)= -0,482$ $p=,630 >0,05$
- **Διαφυγή από την καθημερινότητα $t(378)= -3,287$ $p=,001<0,05$**
- **Βελτίωση δεξιοτήτων $t(378)= -3,779$ $p=,000<0,05$**
- Βελτίωση προσωπικής εικόνας $t(378)=-1,770$ $p=,077>0,05$
- **Αύξηση γνώσεων $t(378)= -2,220$ $p=,027<0,05$**
- Χαλάρωση $t(378)= -1,641$ $p=,102<0,05$
- **Πρωταθλητισμό/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες $t(378)= 2,966$ $p=,001<0,05$**

Τα κίνητρα στα οποία διαπιστώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση φαίνεται να είναι Κοινωνικοποίηση, η Μείωση βάρους, Διαφυγή από την καθημερινότητα, η Βελτίωση δεξιοτήτων η Αύξηση γνώσεων ο Πρωταθλητισμός/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της διαφοράς, συγκρίνουμε τους αντίστοιχους μέσους όρους για κάθε παράμετρο:

- Κοινωνικοποίηση: $M.T._{A/X}=3,01 > M.T._{E}=2,68$
- Μείωση βάρους: $M.T._{A/X}=2,94 < M.T._{E}=3,42$
- Διαφυγή από την καθημερινότητα: $M.T._{A/X}=3,66 > M.T._{E}=3,25$
- Βελτίωση δεξιοτήτων $M.T._{A/X}=3,45 > M.T._{E}=2,95$
- Αύξηση γνώσεων: $M.T._{A/X}=2,89 > M.T._{E}=2,58$
- Πρωταθλητισμός/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες: $M.T._{A/X}=1,91 > M.T._{E}=1,50$

Φαίνεται ότι οι άγαμοι/χωρισμένοι προτιμούν να αθλούνται για να κοινωνικοποιηθούν να φύγουν από την καθημερινή ρουτίνα, να βελτιώσουν δεξιότητες να αυξήσουν γνώσεις, να κάνουν ενδεχομένως και πρωταθλητισμό σε μεγαλύτερο βαθμό από ότι οι έγγαμοι ενώ οι έγγαμοι προκρίνουν την απώλεια βάρους σαν κίνητρο σε μεγαλύτερο βαθμό από ότι οι άγαμοι ή οι χωρισμένοι.

Διαφορές στους Ανασταλτικούς Παράγοντες Συμμετοχής σε Δραστηριότητες Άθλησης / Αναψυχής

Χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test για να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους ανασταλτικούς συμμετοχής ως προς την οικογενειακή κατάσταση του κάθε ερωτώμενου. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα για κάθε ανασταλτικό παράγοντα συμμετοχής:

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση $t(378)=-1,350 p=,178 > 0,05$
- Έλλειψη χρόνου $t(378)=0,904 p=,367 > 0,05$
- Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης $t(378)=0,642 p=,521 > 0,05$
- Οικονομικοί λόγοι $t(378)=-0,490 p=,625 > 0,05$
- Έλλειψη παρέας / παρακίνησης $t(378)=-1,792 p=,074 > 0,05$
- Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου $t(378)=1,862 p=,063 > 0,05$
- Φόβος τραυματισμού $t(378)=-0,875 p=,382 > 0,05$

- Κακή φυσική κατάσταση $t(378) = -0,154$ $p = 0,878 > 0,05$
- Προβλήματα υγείας $t(378) = -0,503$ $p = 0,966 > 0,05$
- Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση $t(378) = -1,852$ $p = 0,065 > 0,05$
- Δυσκολία πρόσβασης $t(378) = 1,667$ $p = 0,096 > 0,05$
- Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης $t(378) = -0,261$ $p = 0,794 > 0,05$
- Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων $t(378) = 1,776$ $p = 0,077 > 0,05$
- Μη εκπαιδευμένο προσωπικό $t(378) = 1,579$ $p = 0,115 > 0,05$
- **Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων** $t(378) = 2,363$ $p = 0,019 < 0,05$

Ο ανασταλτικός παράγοντας στον οποίο διαπιστώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων φαίνεται να είναι η μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της διαφοράς, συγκρίνουμε τους αντίστοιχους μέσους όρους

- Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων $M.T._{A/X} = 3,29 < M.T._E = 3,65$

Διαπιστώνουμε δηλαδή ότι η Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων αποτελεί σε σημαντικότερο βαθμό ανασταλτικό παράγοντα για άθληση για έγγαμους παρά για τους άγαμους ή τους χωρισμένους.

Διαφορές στην Ενίσχυση Κινήτρων Συμμετοχής για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test για να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους παράγοντες ενίσχυση κινήτρων συμμετοχής ως προς την οικογενειακή κατάσταση του κάθε ερωτώμενου. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- **Συμμετοχή στο πλαίσιο σχετικού μαθήματος επιλογής** $t(378) = -5,808$ $p = 0,000 < 0,05$
- Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση $t(378) = -1,638$ $p = 0,102 < 0,05$
- Καθιέρωση βραβείων/δώρων συμμετοχής/ διάκρισης $t(378) = -1,952$ $p = 0,052 > 0,05$
- **Συμμετοχή ως ομαδάρχες/ εκπαιδευτές/ εθελοντές** $t(378) = -3,711$ $p = 0,000 < 0,05$
- Συνδυασμός αθλητικών με άλλες δράσεις $t(378) = 1,779$ $p = 0,076 > 0,05$
- **Μετακινήσεις/ Συμμετοχές στην Ευρώπη (Erasmus)** $t(378) = -4,796$ $p = 0,000 < 0,05$

Οι παράγοντες Ενίσχυσης Κινήτρων στα οποία διαπιστώνονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση φαίνεται να είναι η Συμμετοχή στο πλαίσιο σχετικού μαθήματος επιλογής, η Συμμετοχή ως ομαδάρχες/ εκπαιδευτές/

εθελοντές και ο Μετακινήσεις/ Συμμετοχές στην Ευρώπη (Erasmus). Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της διαφοράς, συγκρίνουμε τους αντίστοιχους μέσους όρους για αυτούς τους παράγοντες:

- Συμμετοχή στο πλαίσιο σχετικού μαθήματος επιλογής: $M.T._{A/X}=2,64 > M.T._{E}=1,79$.
- Συμμετοχή ως ομαδάρχες/ εκπαιδευτές/ εθελοντές: $M.T._{A/X}=2,57 > M.T._{E}=2,06$
- Μετακινήσεις/ Συμμετοχές στην Ευρώπη (Erasmus): $M.T._{A/X}=3,54 > M.T._{E}=2,78$

Φαίνεται ότι οι άγαμοι/διαζευγμένοι προκρίνουν τους πιο πάνω παράγοντες ενίσχυσης κινήτρων περισσότερο από τους έγγαμους. Και αυτό μάλλον οφείλεται στο γεγονός ότι η πλειοψηφία των αγάμων είναι φοιτητές/τριες.

Διαφορές στο χρόνο που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με το διαθέσιμο χρόνο που μπορούν να επενδύσουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δραστηριότητες χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 αφού πρόκειται για δυο μη ισο-διαστημικές μεταβλητές. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε το παρακάτω αποτέλεσμα:

- $\chi^2(6)=42,714 \quad p=0,000 < 0,05$

Συνεπώς παρατηρούμε ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με το χρόνο που μπορούν να διαθέσουν για δραστηριότητες άθλησης. Για να διαπιστώσουμε που οφείλονται οι στατιστικά σημαντικές διαφορές, υπολογίζουμε τον σχετικό πίνακα συνάφειας (Πίνακας 24). Όπως μπορούμε να διαπιστώσουμε, οι άγαμοι/χωρισμένοι είναι διατεθειμένοι να επενδύσουν πολύ περισσότερο χρόνο σε αθλητικές δραστηριότητες από ότι οι έγγαμοι.

Πίνακας 24. Πίνακας Συνάφειας (Χρόνος Οικογενειακή Κατάσταση)

		Χρόνος						
		2 ώρες	5 ώρες	10 ώρες	1 ημέρα	2 ημέρες	3 ημέρες	1 εβδομάδα
Έγγαμος	Count	59	17	5	11	7	7	4
	% within οικογενειακή κατάσταση	53,6%	15,5%	4,5%	10,0%	6,4%	6,4%	3,6%
Άγαμος/ Χωρισμένος	Count	58	59	22	25	29	35	41
	% within οικογενειακή κατάσταση	21,6%	21,9%	8,2%	9,3%	10,8%	13,0%	15,2%

Διαφορές στο κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με το κόστος που μπορούν να επενδύσουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δραστηριότητες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 όπως προηγουμένως. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε το παρακάτω αποτέλεσμα:

- $\chi^2(4)=9,389$ $p=0,052 > 0,05$

Συνεπώς παρατηρούμε ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με τα χρήματα που μπορούν να διαθέσουν για δραστηριότητες άθλησης.

Διαφορές στις προτιμήσεις ωρών της ημέρας

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με τις προτιμήσεις ωρών που προκρίνουν οι ερωτηθέντες για αθλητικές δραστηριότητες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 8 του ερωτηματολογίου αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν

περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Πρωινές ώρες $\chi^2(1)=0,237$ $p=0,686$ *ns*
- Μεσημεριανές ώρες $\chi^2(1)=1,022$ $p=0,335$ *ns*
- Απογευματινές ώρες $\chi^2(1)= 1,638$ $p=0,213$ *ns*
- Βραδινές ώρες $\chi^2(1)=0,064$ $p=0,879$ *ns*
- **Χωρίς προτίμηση $\chi^2(1)=12,661$ $p=0,000<0,05$**

Παρατηρούμε ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση στην επιλογή χρονικής ζώνης άθλησης «χωρίς προτίμηση». Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας διερευνούμε τον πίνακα συνάφειας (Πίνακας 25). Όπως διαπιστώνουμε, οι άγαμοι/χωρισμένοι φαίνεται να μην έχουν προτιμήσεις στις ώρες άθλησης σε μεγαλύτερο βαθμό από ότι οι έγγαμοι.

Πίνακας 25. Πίνακας Συνάφειας (Χωρίς Προτίμηση Ομογενειακή Κατάσταση)

		Χωρίς Προτίμηση	
		Ναι	Όχι
Έγγαμος	Count	4	105
	% within οικογενειακή κατάσταση	3,7%	96,3%
Άγαμος/ Χωρισμένος	Count	47	222
	% within οικογενειακή κατάσταση	17,5%	82,5%

Διαφορές στις ημέρες της εβδομάδας / περιόδους που προτιμούν να διαθέσουν οι ερωτηθέντες σε δράσεις αθλητισμού και αναμυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με το ποιες ώρες της ημέρας προτιμούν να διαθέτουν οι ερωτηθέντες σε αθλητικές δράσεις, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση όπως και παραπάνω. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Εργάσιμες ημέρες εβδομάδας $\chi^2(1)=2,177$ $p=0,140$ *ns*
- Σαββατοκύριακο $\chi^2(1)= 0,270$ $p=0,647$ *ns*

- **Περίοδος μαθημάτων** $\chi^2(1)=14,723 p=0,000 ns$
- Περίοδος εξετάσεων $\chi^2(1)= 2,957 p=0, 086 ns$
- Περίοδος διακοπών $\chi^2(1)=1,094 p=0,364 ns$

Παρατηρούμε εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με τις προτιμήσεις των αθλούμενων μόνο στην περίοδο των μαθημάτων. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας διερευνούμε τον πίνακα συνάφειας (Πίνακας 26). Όπως διαπιστώνουμε, οι άγαμοι/χωρισμένοι φαίνεται να προτιμούν την περίοδο μαθημάτων για άθληση ίσως γιατί σε μεγάλο βαθμό είναι φοιτητές.

Πίνακας 26. Πίνακας Συνάφειας (Προτίμηση Περιόδου- Οικογενειακή Κατάσταση)

		Περίοδος Μαθημάτων	
		Ναι	Όχι
Έγγαμος	Count	0	110
	% within οικογενειακή κατάσταση	0,0%	100,0%
Άγαμος/ Χωρισμένος	Count	33	237
	% within οικογενειακή κατάσταση	12,2%	87,8%

Διαφορές στον τρόπο Ενημέρωσης για δράσεις αθλητισμού και αναψυχής

Προκειμένου να διαπιστώσουμε αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά το τρόπο ενημέρωσης που προτιμούν οι ερωτηθέντες, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο χ^2 για κάθε απάντηση του ερωτήματος 9 τους ερωτηματολογίου αφού οι ερωτηθέντες μπορούσαν να επιλέξουν περισσότερες από μια απαντήσεις. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα:

- Από το Site του γυμναστηρίου $\chi^2(1)=1,425 p=0,255 ns$
- **Με αφίσα** $\chi^2(1)=7,015 p=0,008 <0,05$
- **Με προσωπικό e-mail** $\chi^2(1)=8,853 p=0,003 <0,05$
- Από το κεντρικό site του Πανεπιστημίου/της σχολής $\chi^2(1)=1,502 p=0,224 ns$
- **Μέσω social media (π.χ. facebook)** $\chi^2(1)=25,824 p=0,0000$

Παρατηρούμε, ότι εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση αναφορικά με τις προτιμήσεις των αθλούμενων ως προς τον τρόπο ενημέρωσης τους για αθλητικές δράσεις. Για να διαπιστώσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας, διερευνούμε τον πίνακα συνάφειας (Πίνακας 27). Παρατηρούμε ότι οι έγγαμοι προτιμούν ενημέρωση μέσω email ενώ οι άγαμοι/χωρισμένοι μέσω κοινωνικών δικτύων.

Πίνακας 27. Πίνακας Συνάφειας (Προτίμηση Ενημέρωσης - Οικογενειακή Κατάσταση)

		Με Αφίσα		E-Mail		Social Media	
		Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι
Έγγαμος	Count	4	106	68	42	20	90
	% within οικογενειακή κατάσταση	3,6%	96,4%	61,8%	38,2%	18,2%	81,8%
Άγαμος/ Χωρισμένος	Count	34	235	121	148	124	145
	% within οικογενειακή κατάσταση	12,6%	87,4%	45,0%	55,0%	46,1%	53,9%

Διαφορές στις πεποιθήσεις των ερωτηθέντων σχετικά με τη σημασία της ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής στο Πανεπιστήμιο Πατρών

Προκειμένου να διερευνήσουμε αν υπάρχουν διαφορές ως προς την οικογενειακή κατάσταση στις πεποιθήσεις των ερωτηθέντων για την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού, χρησιμοποιούμε τον στατιστικό έλεγχο t-test. Ο συγκεκριμένος στατιστικός έλεγχος έδωσε το παρακάτω αποτέλεσμα:

- **Σημαντικότητα Ανάπτυξης Πανεπιστημιακού Αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Πατρών $t(378)=3,128 p=,002<0,05$**
- **Ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων $t(378)= 2,850 p=,005<0,05$**
- **Αντίληψη για τις Χορηγίες $t(378)= 2,020 p=0,044<0,05$**

- Ενίσχυση εικόνας Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων $t(378)=3,953$ $p=,000<0,05$
- Ενίσχυση εικόνας της πόλης των Πατρών μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων $t(378)=2,381$ $p=0,018<0,05$

Φαίνεται δηλαδή ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε όλες τις απόψεις τους σχετικά με την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού που σχετίζονται με την οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων. Για να διερευνήσουμε την κατεύθυνση της σημαντικότητας, συγκρίνουμε τους μέσους όρους για κάθε αντίληψη

- Σημαντικότητα Ανάπτυξης Πανεπιστημιακού Αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Πατρών $M.T.E=4,47>M.T.A/X=4,17$.
- Ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων $M.T.E=4,32>M.T.A/X=4,03$.
- Αντίληψη για τις Χορηγίες $M.T.E=4,22>M.T.A/X=4,00$.
- Ενίσχυση εικόνας Πανεπιστήμιο Πατρών μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων $M.T.E=4,46>M.T.A/X=4,03$.
- Ενίσχυση εικόνας της πόλης των Πατρών μέσω διοργάνωσης αθλητικών γεγονότων $M.T.E=4,12>M.T.A/X=3,83$.

Παρατηρούμε ότι οι έγγαμοι συμμετέχοντες συμφωνούν πολύ περισσότερο με τις αντιλήψεις για την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού και τις επιδράσεις του στην πόλη και το πανεπιστήμιο.

Συνοπτικά ερευνητικά αποτελέσματα

Η πλειοψηφία των ερωτηθέντων φαίνεται να συμμετέχει σχετικά συχνά σε αθλητικές δραστηριότητες με τους άνδρες, τους πιο νέους σε ηλικία και τους άγαμους/χωρισμένους να συμμετέχουν συχνότερα.

Το Γυμναστήριο του Πανεπιστημίου Πατρών δεν συγκεντρώνει ιδιαίτερα θετικές αξιολογήσεις στις παραμέτρους που ορίστηκαν με εξαίρεση τις εγκαταστάσεις του. Το προσωπικό είναι επιστημονικά καταρτισμένο αλλά το επίπεδο των προσφερόμενων υπηρεσιών δεν είναι πολύ υψηλό, ο αριθμός των προσφερόμενων προγραμμάτων άθλησης είναι περιορισμένος και ο εξοπλισμός του γυμναστηρίου είναι σχετικά παλαιός.

Στα περισσότερα αθλήματα η πλειοψηφία των ερωτηθέντων ενδιαφέρεται να συμμετέχει σε Πανεπιστημιακή ομάδα, αν υπάρχει τέτοια δυνατότητα, και τούτο ανεξαρτήτως φύλου, ενασχόλησης, ηλικιακής ομάδας ή οικογενειακής κατάστασης.

Τα κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης που φαίνεται να κυριαρχούν στις προτιμήσεις των ερωτηθέντων είναι η βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η διατήρηση και η βελτίωση της υγείας, η διαφυγή από την καθημερινότητα και η χαλάρωση, με τις γυναίκες να δίνουν μεγαλύτερη προτεραιότητα, σε σχέση με τους άνδρες, στα κίνητρα μείωση βάρους, στη διαχείριση άγχους, στη βελτίωση της προσωπικής εικόνας και στη χαλάρωση. Οι φοιτητές και οι ερωτηθέντες ηλικίας 18-30 ετών δείχνουν πιο αυξημένο ενδιαφέρον για πρωταθλητισμό σε σχέση με τις άλλες κατηγορίες ερωτηθέντων. Οι φοιτητές και οι νέοι σε ηλικία συμμετέχοντες φαίνεται να ενδιαφέρονται περισσότερο για βελτίωση των δεξιοτήτων ενώ το διοικητικό προσωπικό και οι ερωτηθέντες της ηλικιακής ομάδα 44-70 δίνουν περισσότερη έμφαση στην απώλεια βάρους. Οι άγαμοι/χωρισμένοι αθλούνται κυρίως για να κοινωνικοποιηθούν, να ξεφύγουν από την καθημερινή ρουτίνα, να βελτιώσουν τις δεξιότητες και να αυξήσουν τις γνώσεις του, να κάνουν ενδεχομένως και πρωταθλητισμό σε μεγαλύτερο βαθμό ενώ οι έγγαμοι προκρίνουν την απώλεια βάρους.

Οι κύριοι ανασταλτικοί παράγοντες φαίνεται να είναι η έλλειψη χρόνου, η έλλειψη προσωπικής διάθεσης λόγω υποχρεώσεων ή και κούρασης, η κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων, το μη εκπαιδευμένο προσωπικό και τέλος η μη συνέπεια και η έλλειψη συνέχειας στα προγράμματα. Οι γυναίκες, σε σχέση με τους άνδρες, φαίνεται να προκρίνουν σαν σημαντικότερους ανασταλτικούς παράγοντες την έλλειψη χρόνου, οικονομικούς λόγους, το μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης, το μη εκπαιδευμένο προσωπικό και την έλλειψη συνέχειας στα προγράμματα. Οι φοιτητές φαίνεται να θεωρούν πιο σημαντικούς ανασταλτικούς παράγοντες την έλλειψη ενδιαφέροντος ενώ τα μέλη ΔΕΠ δεν

θεωρούν σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα το κόστος, όσο οι άλλες τρεις κατηγορίες συμμετεχόντων. Βέβαια, οι φοιτητές είναι περισσότερο διατεθειμένοι να διαθέσουν περισσότερα χρήματα και χρόνο για αθλητική δράση σε σχέση με τις άλλες κατηγορίες. Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία (κυρίως στην ομάδα 44-70) θεωρούν, σε σχέση με τις άλλες ηλικιακές ομάδες, ως πιο σημαντικούς ανασταλτικούς παράγοντες την έλλειψη ενημέρωσης, την έλλειψη συνέχειας στα προγράμματα άθλησης και το μη εκπαιδευμένο προσωπικό. Η έλλειψη συνέχειας στα προγράμματα άθλησης φαίνεται να προκρίνεται ως πιο σημαντικός ανασταλτικός παράγοντας για τους εγγάμους παρά για τους αγάμους/χωρισμένους.

Η μετακίνηση και η συμμετοχή στο πλαίσιο προγραμμάτων Erasmus φαίνεται να αποτελεί ένα σημαντικό ενισχυτικό παράγοντα συμμετοχής για τους φοιτητές ενώ δεν φαίνεται να αποτελούν ενισχυτικούς παράγοντες για την πλειοψηφία των φοιτητών η συμμετοχή σε σχετικό μάθημα επιλογής στο πλαίσιο των σπουδών τους, η καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη διάκριση και τη συμμετοχή, η συμμετοχή ως ομαδάρχες/εκπαιδευτές/εθελοντές. Βέβαια, η μη οικονομική επιβάρυνση καθώς και ο συνδυασμός με άλλες δραστηριότητες είναι ενισχυτικοί παράγοντες συμμετοχής που προκρίνονται περισσότερο από τις γυναίκες παρά από τους άνδρες. Οι φοιτητές, οι ερωτηθέντες ηλικίας 18-30 και οι άγαμοι/χωρισμένοι ενδιαφέρονται περισσότερο για συμμετοχή με διαφορετικό ρόλο από αυτόν του αθλούμενου ενώ επίσης φαίνεται να τους ενθαρρύνει συνδυασμός αθλητικών δράσεων με άλλες δράσεις και η συμμετοχή στο πλαίσιο ευρωπαϊκών προγραμμάτων Erasmus.

Η πλειοψηφία των ερωτηθέντων προτιμούν να αφιερώνουν σε αθλητικές δράσεις εργάσιμες ημέρες κατά κύριο λόγο και δευτερευόντως Σαββατοκύριακο. Προτιμούν απογευματινές ώρες για να αθληθούν και συνήθως ο χρόνος που διαθέτουν είναι γύρω στις δύο ώρες. Όσον αφορά την ερώτηση για τα χρήματα που διαθέτουν για αθλητικές δραστηριότητες, οι ερωτηθέντες φαίνεται να προτιμούν χαμηλού κόστους δραστηριότητες. Βέβαια οι φοιτητές, οι νέοι σε ηλικία και οι άγαμοι/χωρισμένοι είναι διατεθειμένοι να επενδύσουν περισσότερο χρόνο και χρήμα σε αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με το Διοικητικό προσωπικό και τους συμμετέχοντες εκτός Πανεπιστημίου

Οι ερωτηθέντες προτιμούν σύγχρονες διαδικτυακές μεθόδους ενημέρωσης και όχι έντυπης μορφής, με τους φοιτητές, τους νέους σε ηλικία και τους άγαμους/χωρισμένους να προτιμούν τα κοινωνικά δίκτυα και τους υπόλοιπους να προτιμούν το email.

Οι ερωτηθέντες θεωρούν σημαντική την ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού, συμφωνούν στην διοργάνωση αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο και

υποστηρίζουν ότι ενισχύει την εικόνα και του Πανεπιστημίου και της πόλης. Βέβαια οι φοιτητές, οι νέοι σε ηλικία και οι άγαμοι/χωρισμένοι δεν ενδιαφέρονται τόσο πολύ όσο οι άλλες κατηγορίες ενασχόλησης για την ανάπτυξη του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού και την ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστημίου και της πόλης προς τα έξω.

Παρατηρείται τέλος ότι πολλά αποτελέσματα στατιστικών ελέγχων είναι όμοια για τους φοιτητές, τους ερωτώμενους ηλικίας 18-30 και τους άγαμους/χωρισμένους. Αυτό πιθανόν οφείλεται στο γεγονός ότι οι φοιτητές είναι στην πλειονότητα τους ηλικίας 18-30 και εν γένει άγαμοι, οπότε είναι αναμενόμενο να προκύπτουν σχεδόν συμπίπτοντα αποτελέσματα.

Σύγκριση με προηγούμενες έρευνες

Στη βιβλιογραφία εμφανίζονται διάφορες έρευνες με στόχους και ερωτήματα τα οποία εν μέρει συνάδουν με αυτά της παρούσας έρευνας. Από τις υφιστάμενες έρευνες, επιλέγονται δύο διδακτορικές διατριβές (Μασμανίδης, 2008, Μπαλάσκα, 2013) οι οποίες κρίνονται ως οι πλέον σχετικές και τα (αναλυτικά) αποτελέσματα τους συναξιολογούνται με αυτά της παρούσας έρευνας. Μια επιπλέον μερική σύγκριση των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας γίνεται με τα συνοπτικά συμπεράσματα εργασίας αναφορικά με τον πανεπιστημιακό αθλητισμό και, συγκεκριμένα, με μια έρευνα μεταξύ φοιτητών στο Πανεπιστήμιο Ιωάννινων (Τοσουνίδης, 2005).

Η εργασία του Μασμανίδη (2008) στοχεύει στην αξιολόγηση των ανασταλτικών παραγόντων των φοιτητών/τριών σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής στα Ελληνικά Πανεπιστήμια (το δείγμα έχει προκύψει από επτά Πανεπιστήμια) κι έχει (όπως είναι φυσικό) ως συμμετέχοντες στην έρευνα αποκλειστικά φοιτητές. Η εργασία της Μπαλάσκα (2013) έχει ως στόχο τον καθορισμό παραγόντων ανάπτυξης και στρατηγικών προώθησης των προγραμμάτων αθλητισμού αναψυχής σε Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης. Σε αυτή την εργασία γίνονται δύο αναλύσεις με ανεξάρτητα δείγματα, το πρώτο αφορά στο γενικό πληθυσμό και το δεύτερο σε συμμετέχοντες σε προγράμματα μαζικού αθλητισμού.

Επειδή τόσο οι στόχοι κάθε έρευνας όσο και τα χαρακτηριστικά του δείγματος διαφέρουν (τουλάχιστον εν μέρει), τα αποτελέσματα της συγκριτικής αξιολόγησης θα πρέπει να ερμηνευθούν με σχετικό και όχι απόλυτο τρόπο (παρακάτω καταγράφονται τα χαρακτηριστικά του δείγματος κάθε έρευνας). Επιπλέον, επειδή η έρευνα του Μασμανίδη (2008) αφορούσε αποκλειστικά σε φοιτητές, τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας παρουσιάζονται σε δύο εκδόσεις, μια για το σύνολο του δείγματος και μια μόνο για τους συμμετέχοντες φοιτητές. Πάντως, επειδή το ποσοστό των φοιτητών στο δείγμα είναι μεγάλο (περίπου 2/3 του συνόλου), τα αποτελέσματα των δύο κατηγοριών (όλο το δείγμα ή μόνο φοιτητές) δεν αλλάζουν ουσιαστικά.

Στοιχεία παρόντος ερωτηματολογίου

Μέγεθος δείγματος: 380

Φύλο: Άνδρες (52%), Γυναίκες (48%)

Ηλικία: 18-30 (63,3%), 31-43 (18,7%), 44-56 (14,5%), 57-70 (3,4%)

Οικογενειακή κατάσταση: Άγαμοι/διαζευγμένοι (71%), Έγγαμοι (29%)

Κατηγορία: Φοιτητής/ρια (61,6%), Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό (11,8%),
Διοικητικό και λοιπό προσωπικό (13,4%), Εκτός Πανεπιστημίου (13,2%)

Στοιχεία ερωτηματολογίου Μασμανίδη (2008)

Μέγεθος δείγματος: 3.041

Φύλο: Άνδρες (48,1%), Γυναίκες (51,9%)

Ηλικία: 18-25 (96,5%), 26-35 (3,5%)

Κατηγορία: Φοιτητής/ρια (100%)

Στοιχεία ερωτηματολογίου Μπαλάσκα (2013) – Γενικός πληθυσμός

Μέγεθος δείγματος: 581

Φύλο: Άνδρες (37%), Γυναίκες (63%)

Ηλικία: 18-25 (21,2%), 26-35 (29,5%), 36-45 (24,7%), 46-55 (16%), > 55 (8,6%)

Οικογενειακή κατάσταση: Άγαμοι (52%), Έγγαμοι (48%)

Επίπεδο εκπαίδευσης: Δημοτικό (1,8%), Γυμνάσιο/Λύκειο (34%), ΙΕΚ (8,4%), ΑΕΙ/ΤΕΙ
(47,5%), Μεταπτυχιακό (8,3%)

Επαγγελματική απασχόληση: Φοιτητής (13,7%), Ιδιωτικός/Δημόσιος Υπάλληλος (59,3%),
Ελεύθερος Επαγγελματίας (11,7%), Άλλο (15,3%)

Στοιχεία ερωτηματολογίου Μπαλάσκα (2013) – Συμμετέχοντες σε προγράμματα μαζικού
αθλητισμού

Μέγεθος δείγματος: 615

Φύλο: Άνδρες (21%), Γυναίκες (79%)

Ηλικία: 18-25 (19,8%), 26-35 (22,4%), 36-45 (25,2%), 46-55 (20,1%), > 55 (12,4%)

Οικογενειακή κατάσταση: Άγαμοι (42,5%), Έγγαμοι (57,5%)

Επίπεδο εκπαίδευσης: Δημοτικό (5,7%), Γυμνάσιο/Λύκειο (35,1%), ΙΕΚ (10%), ΑΕΙ/ΤΕΙ
(42,4%), Μεταπτυχιακό (6,8%)

Επαγγελματική απασχόληση: Φοιτητής (12,1%), Ιδιωτικός/Δημόσιος Υπάλληλος (37,4%),
Ελεύθερος Επαγγελματίας (12,6%), Άλλο (24,3%)

Ο Πίνακας 28 κωδικοποιεί και συνοψίζει τα αποτελέσματα της συγκριτικής αξιολόγησης. Παρατηρείται ότι, παρά τις διαφορές των στόχων και των χαρακτηριστικών των δειγμάτων, δεν υπάρχουν μεγάλες διαφορές στις απαντήσεις. Γενικά οι συμμετέχοντες αθλούνται μερικές φορές την εβδομάδα, επιλέγουν αθλήματα όπως αυτά του γυμναστηρίου,

τρέξιμο, αεροβική, χορό, μπάσκετ, κ.ά. Συνήθως επιλέγουν την ελεύθερη άσκηση (ατομικά) εκτός αυτών που συμμετέχουν σε προγράμματα μαζικού αθλητισμού. Το ενδιαφέρον συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου εστιάζεται στα αθλήματα όπως το μπάσκετ, η κολύμβηση, η αεροβική, ο χορός, κ.ά. Στις δράσεις εκτός γηπέδου στην παρούσα έρευνα προτιμώνται η πεζοπορία, η ποδηλασία, το τρέξιμο, κ.ά. ενώ στην έρευνα του Μασμανίδη (2008) το σκι, το ράφτινγκ, η ορειβασία, κ.ά. Ως κύρια κίνητρα συμμετοχής σε δράσεις άθλησης και αναψυχής στην παρούσα έρευνα αναδεικνύονται η βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η διατήρηση/βελτίωση της υγείας, η χαλάρωση, η διαφυγή από την καθημερινότητα, κ.ά. ενώ δεν έχει γίνει σχετικά ανάλυση στις άλλες ερευνητικές προσπάθειες. Αναφορικά με τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής, η έλλειψη χρόνου, η μη καταλληλότητα εγκαταστάσεων και προγραμμάτων και η έλλειψη διάθεσης/ενδιαφέροντος προεξάρχουν ενώ το κόστος φαίνεται να είναι σημαντικός παράγων στην έρευνα της Μπαλάσκα (2013) αλλά όχι στις άλλες δύο. Συγκεκριμένα, στις δύο αυτές (παρούσα και Μασμανίδη), μεγάλο ποσοστό του δείγματος δηλώνει διατεθειμένο να καταβάλει περίπου 10-20 € για τη συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού (και αναψυχής). Τέλος, οι γνώμες των ερωτηθέντων σχετικά με τη σημασία του πανεπιστημιακού αθλητισμού (& αθλητικής αναψυχής) κατατάσσονται σε φθίνουσα σειρά ως αρκετά σημαντική, πολύ σημαντική και μέτρια σημαντική.

Ολοκληρώνοντας τη συγκριτική αξιολόγηση, αναφέρονται κάποια μεμονωμένα στοιχεία από άλλες έρευνες. Ο Τοσουνίδης (2005), σε έρευνα μεταξύ 964 φοιτητών του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, κατέληξε στα ακόλουθα συμπεράσματα. Οι φοιτητές συμμετέχουν κυρίως σε ομαδικά αθλήματα – ποδόσφαιρο (35%) μπάσκετ (28%), βόλεϊ (15%) – αλλά ασχολούνται και με στίβο (11%) και κολύμβηση (6%). Ως πλέον επιθυμητές αθλητικές δραστηριότητες από τις υπάρχουσες (είτε αυτές προσφέρονται στο πανεπιστημιακό γυμναστήριο ή όχι) αξιολογούνται η κολύμβηση (45%), η αεροβική (38%), το ποδήλατο (33%), το βόλεϊ (32%), το μπάσκετ (32%), οι παραδοσιακοί χοροί (31%), οι ασκήσεις σε μηχανήματα ευεξίας (30%), η ορειβασία (29%), κ.ά. Ως αθλητικές δραστηριότητες που οι φοιτητές θα ήθελαν να ασχοληθούν αναφέρονται το windsurfing (34%), η ξιφασκία (34%), το ράφτινγκ (30%), οι καταδύσεις (26%), η ιππασία (24%), η αναρρίχηση (23%), το ταεκβοντό (21%), κ.ά. Ως κίνητρα αναφέρονται κατά σειρά σπουδαιότητας η γενική βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η επιθυμία ευχάριστης και χαλαρής άσκησης, το αδυνάτισμα, η ειδική προπόνηση για διαμόρφωση του σώματος, η θετική επίδραση σε σωματικές παθήσεις, κ.ά.

Πίνακας 28. Σύγκριση αποτελεσμάτων με προηγούμενες έρευνες

Ερώτημα	Παρούσα έρευνα (όλο το δείγμα)	Παρούσα έρευνα (μόνο φοιτητές)	Μασμανίδης Θ. (2008)	Μπαλάσκα Π. (2013) (γενικός πληθυσμός)	Μπαλάσκα Π. (2013) (συμμετέχοντες σε προγράμματα μαζικού αθλητισμού)
Βαθμός συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής	2-3 φορές/εβδομάδα (27,3%), 4-5 φορές/εβδομάδα (25,1%), 1 φορά/εβδομάδα (17,4%), Σχεδόν κάθε μέρα (16,6%), Καθόλου (13,6%)	4-5 φορές/εβδομάδα (29,1%), 2-3 φορές/εβδομάδα (26,9%), Σχεδόν κάθε μέρα (16,7%), 1 φορά/εβδομάδα (16,3%), Καθόλου (10,9%)	1 φορά/εβδομάδα (30,1%), Καθόλου (28%), 2 φορές/εβδομάδα (18,5%), 3 φορές/εβδομάδα (12,9%), >3 φορές/εβδομάδα (10,6%)	1-2 φορές/εβδομάδα (33,6%), 3-5 φορές/εβδομάδα (32,5%), Σχεδόν κάθε μέρα (12,5%), Λιγότερο από 1 φορά/μήνα (8,6%)	3-5 φορές/εβδομάδα (54,3%), 1-2 φορές/εβδομάδα (22,1%), Σχεδόν κάθε μέρα (19,1%),
Είδος δραστηριότητας (αθλήματα)	Γυμναστήριο (Βάρη κλπ) (19,8%), Τρέξιμο-Στίβος (18,3%), Μπάσκετ (13,5%), Αεροβική/Πιλάτες κλπ (10,3%), Πεζοπορία/Ορειβασία (7,6%), Ποδόσφαιρο (6,1%), Κολύμβηση (4,8%), Ποδηλασία (4,6%)	Γυμναστήριο (Βάρη κλπ) (20,3%), Τρέξιμο-Στίβος (18,3%), Μπάσκετ (13,8%), Αεροβική/Πιλάτες κλπ (10,3%), Πεζοπορία/Ορειβασία (7,4%), Ποδόσφαιρο (6,3%), Κολύμβηση (4,5%), Ποδηλασία (4,4%)	Μπάσκετ (21,1%), Ποδόσφαιρο (18,3%), Βόλλευ (12,9%), Χορός (10,1%), Αεροβική (10%), Κολύμβηση (8,1%), Πινγκ Πονγκ (4,6%), Στίβος (4,4%), Τένις (4,2%)	Περπάτημα (20%), Τρέξιμο (13%), Προπόνηση με αντιστάσεις (11%), Ποδηλασία (8%), Αεροβική (7%), Κολύμβηση (6%), Ποδόσφαιρο (6%), Χορός (5%), Πιλάτες-Γιόγκα (5%), Μπάσκετ (4%)	Αεροβική (21%), Πιλάτες (20%) Προπόνηση με αντιστάσεις (14%), Γιόγκα (10%), Κολύμβηση (9%), Χορός (7%), Σκι (7%), Τένις (6%)
Τρόπος συμμετοχής στις δραστηριότητες	Ελεύθερα ατομικά (35,9%), Πανεπιστημιακό γυμναστήριο (29,3%), Ιδιωτικό γυμναστήριο	Ελεύθερα ατομικά (35,4%), Πανεπιστημιακό γυμναστήριο (27%), Ιδιωτικό γυμναστήριο		Ελεύθερη άσκηση (65,9%), Ιδιωτικά γυμναστήρια (24,5%), Προγράμματα μαζικού	Προγράμματα μαζικού αθλητισμού (100%)

	(20,7%), Συμμετοχή σε συλλόγους (13,7%), Προγράμματα αθλητικού τουρισμού (0,4%)	(21,4%), Συμμετοχή σε συλλόγους (15,8%), Προγράμματα αθλητικού τουρισμού (0,3%)		αθλητισμού (9,7%)	
Ενδιαφέρον συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου	Μπάσκετ (11,3%), Κολύμβηση (πiscίνα) (11,1%), Διάδρομος/Ποδήλατο (10%), Στίβος (9,7%), Χορός (9,5%), Αεροβική/Πιλάτες (8,8%)	Μπάσκετ (12,4%), Κολύμβηση (πiscίνα) (11,5%), Στίβος (10%), Χορός (9,1%), Διάδρομος/Ποδήλατο (8,5%), Ποδόσφαιρο (8,0%)	Κολύμβηση (15,4%), Αεροβική (14,7%), Μπάσκετ (12,2%), Ποδόσφαιρο (11,3%), Αντισφαίριση (9,8%), Βόλει (9,1%), Χορός (7,3%)		
Ενδιαφέρον συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου	Πεζοπορία (14,8%), Ποδηλασία (10,3%), Τρέξιμο (10%), Κολύμβηση (8,5%), Αθλήματα παραλίας (7%), Σταθμοί άσκησης σε πάρκα (6,1%)	Τρέξιμο (10,8%) Πεζοπορία (10,7%), Ποδηλασία (10,5%), Κολύμβηση (8,2%), Αθλήματα παραλίας (7,6%), Αλεξίπτωτο πλαγιάς (5,4%)	Σκι (14,2%), Ράφτινγκ (10,4%), Ορειβασία (10,1%), Ιππασία (9,3%), Αναρρίχηση (8,8%), Ξιφασκία (&,5%), Ιστιοπλοΐα (6,8%), Τοξοβολία (5,7%)		
Κίνητρα για συμμετοχή σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής	Βελτίωση φυσικής κατάστασης (4,33), Διατήρηση/βελτίωση υγείας (4,13), Χαλάρωση (3,64), Διαφυγή	Βελτίωση φυσικής κατάστασης (4,34), Διατήρηση/βελτίωση υγείας (4,13), Χαλάρωση (3,70),			

	από την καθημερινότητα (3,55), Βελτίωση δεξιοτήτων (3,31), Βελτίωση προσωπικής εικόνας (3,17)	Διαφυγή από την καθημερινότητα (3,61), Βελτίωση δεξιοτήτων (3,45), Βελτίωση προσωπικής εικόνας (3,19)			
Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής.	Έλλειψη χρόνου (3,91), Κακή ποιότητα υπηρεσιών/ εξοπλισμού / εγκαταστάσεων (3,61), Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων/κούρασης (3,53), Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων (3,52), Μη εκπαιδευμένο προσωπικό (3,49), Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης (3,17)	Έλλειψη χρόνου (3,88), Κακή ποιότητα υπηρεσιών/ εξοπλισμού / εγκαταστάσεων (3,50), Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων/κούρασης (3,48), Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων (3,39), Μη εκπαιδευμένο προσωπικό (3,39), Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης (3,16)	Χρονοαπόσταση/δυσκολία μετακίνησης (3,66), Έλλειψη ενημέρωσης (3,33), Μη καταλληλότητα εγκαταστάσεων και προγραμμάτων (3,15), Κοινωνική επιρροή (3,04), Έλλειψη χρόνου (2,78), Έλλειψη οικονομικών πόρων (2,49)	Έλλειψη χρόνου (4,3), Κόστος (3,8), Εγκαταστάσεις (3,7), Έλλειψη ενδιαφέροντος (3,3), Έλλειψη παρέας (3,1), Ατομικοί/ψυχολογικοί λόγοι (3,1), Μη προηγούμενη εμπειρία (2,5), Έλλειψη γνώσης (2,4)	Εγκαταστάσεις (3,5), Κόστος (3,5), Έλλειψη χρόνου (3,2), Έλλειψη παρέας (2,3), Έλλειψη ενδιαφέροντος (2,2), Ατομικοί/ψυχολογικοί λόγοι (2,1)
Κόστος που θα μπορούσαν να διαθέσουν οι ερωτώμενοι ανά δράση αθλητισμού και αναψυχής	20 € (23,5%), 10 € (21,6%), 30 € (18,9%), 0 € (14,7%), 50 € (14,4%), > 50 € (7,0%)	20 € (24,5%), 30 € (20,1%), 10 € (18,8%), 50 € (15,3%), 0 € (13,5%), > 50 € (8,1%)	6-10 € (32,8%), 11-20 € (26,4%), 1-5 € (26%), 21-40 € (9,6%), Πάνω από 40 € (3,3%)		

Σημασία πανεπιστημιακού αθλητισμού (& αθλητικής αναψυχής)	Πολύ σημαντική (46,7%), Αρκετά σημαντική (37,9%), Μέτρια σημαντική (10,3%), Λίγο σημαντική (4,0%), Καθόλου σημαντική (1,1%)	Αρκετά σημαντική (44,1%), Πολύ σημαντική (38%), Μέτρια σημαντική (12,2%), Λίγο σημαντική (4,8%), Καθόλου σημαντική (,9%)	Αρκετά σημαντική (37%), Μέτρια σημαντική (26%), Πολύ σημαντική (21,2%), Λίγο σημαντική (10,9%), Καθόλου σημαντική (5%)		
--	---	--	--	--	--

Προτάσεις για στρατηγικές ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής έξω από το γήπεδο

Με βάση την ανάλυση που προηγήθηκε και τα αποτελέσματα από την επεξεργασία των απαντήσεων των ερωτηθέντων στα ερωτήματα της έρευνας αλλά και με βάση την υπάρχουσα εμπειρία περί του πανεπιστημιακού αθλητισμού και της αθλητικής αναψυχής, καταγράφονται μια σειρά προτάσεων που δυνητικά θα μπορούσαν να αποτελούν μέρος στρατηγικών ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής έξω από το γήπεδο.

- Κατά την ανάπτυξη δράσεων αναψυχής, έμφαση πρέπει να δοθεί (καταρχάς τουλάχιστον) σε δράσεις γενικά διαδεδομένες και επιθυμητές από τον πληθυσμό όπως είναι η πεζοπορία, η ποδηλασία, τα αθλήματα παραλίας, η κολύμβηση, σταθμοί άσκησης σε πάρκα, ορειβάσια, κ.ά. Το γεγονός ότι τέτοιες δράσεις οργανώνονται σχετικά εύκολα και απαιτούν περιορισμένο χρόνο και κόστος υλοποίησης συνηγορεί σε δυνητικά επιτυχημένη υλοποίησή τους και αυξημένη συμμετοχή, εφόσον και το επίπεδο οργάνωσης είναι ικανοποιητικά υψηλό.
- Παρότι η έμφαση της εργασίας δίνεται σε δραστηριότητες αθλητισμού και αναψυχής, οι δράσεις αυτές είναι άρρηκτα δεμένες με τις εντός γηπέδου (σάλας) αθλοπαιδιές. Τούτο διότι αφενός υπάρχουν αθλήματα εντός και εκτός γηπέδου με μεγάλη συγγένεια (π.χ., volley, beach volley, snow volley and grass volley ή στίβος και τρέξιμο στην ύπαιθρο) κι αφετέρου η ενασχόληση με αθλήματα εντός γηπέδου (οργανωμένα) αποτελεί τη δίοδο για τη συμμετοχή σε δράσεις εκτός γηπέδου και τη βάση δημιουργίας της ζήτησης για την οργάνωση τέτοιων δράσεων. Είναι άλλωστε γνωστό (κι όχι μόνο από την έρευνα αυτή) ότι πιο εύκολα συμμετέχει κανείς σε τέτοιες δράσεις με παρέα παρά ατομικά και ο εσωτερικός αθλητισμός τείνει να δημιουργεί ομάδες-παρέες.
- Μια καλή πρακτική για την προσέλκυση συμμετοχών σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδων είναι ο συνδυασμός δράσεων σε μια εξόρμηση (π.χ., τρέξιμο ή πεζοπορία σε συνδυασμό με στάσεις για γυμναστική ή για yoga).
- Σημαντική επίδραση στην επιτυχία του εγχειρήματος είναι η πολύ καλή οργάνωση των δράσεων και η προσφορά υπηρεσιών υψηλού επιπέδου που θα ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να συνεχίσουν και θα προσελκύσει και άλλους υποψήφιους για συμμετοχή. Αυτό προϋποθέτει την αξιοποίηση καθηγητών φυσικής αγωγής με υψηλή εξειδίκευση, εμπειρία και επαγγελματικότητα, κατάλληλες εγκαταστάσεις (πάρκα για άθληση και αναψυχή με σταθμούς εκγύμνασης, γήπεδα παραλίας, κλπ), όργανα και

εξοπλισμό και βέβαια μια ποικιλία αθλητικών προγραμμάτων και δράσεων αναψυχής στο πλαίσιο και στα όρια της αναμενόμενης συμμετοχής και των οικονομικών απαιτήσεων.

- Στο πλαίσιο της στρατηγικής ανάπτυξης είναι σημαντικό να γίνονται συνέχεια ενημερωτικές-διαφημιστικές καμπάνιες (ημερίδες, ομιλίες κυρίως προς τους φοιτητές, σποτάκια μέσω διαδικτύου, social media και e-mail, αθλητικές ημερίδες, κλπ.) για τις θετικές επιδράσεις του αθλητισμού στη υγεία και στη ζωή του ανθρώπου (φυσική κατάσταση, έλεγχο βάρους, διαχείριση άγχους, κ.ά). Οι ενημερώσεις θα μπορούσαν επίσης να βοηθήσουν στην κατεύθυνση περιορισμού κάποιων ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε δράσεις άθλησης και αναψυχής (όπως π.χ., η έλλειψη ενδιαφέροντος για άσκηση, η έλλειψη αυτό-εμπιστοσύνης, ο φόβος τραυματισμού, κλπ). Σε αυτές τις ενημερωτικές καμπάνιες μπορούν να παρουσιάζονται και αντίστοιχες αθλητικές δράσεις που έχουν υλοποιηθεί επιτυχώς στο εξωτερικό, ακόμα και δράσεις που δεν είναι γνωστές ή διαδεδομένες στην Ελλάδα.
- Παρότι η ανάλυση δεν έδειξε ότι δίνεται μεγάλη σημασία στην ενίσχυση κινήτρων (πέραν των οικονομικών), η υιοθέτηση χαμηλού κόστους κινήτρων (όπως, π.χ., η καθιέρωση βραβείων και δώρων για τη συμμετοχή ή τη διάκριση καθώς και ο συνδυασμός αθλητικών με άλλες δράσεις (π.χ., πολιτιστικές, κλπ)) αλλά και η συμμετοχή-μετακίνηση στην Ευρώπη (στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus, που προϋποθέτει αφενός τη συνεργασία με ξένα Πανεπιστήμια κι αφετέρου την εξασφάλιση πόρων) αναμένεται να συντηρήσει ή και να αυξήσει το ενδιαφέρον συμμετοχής μακροπρόθεσμα.
- Ως δύο κύριοι ανασταλτικοί παράγοντες που αναδεικνύονται από την έρευνα σχετίζονται με τον απαιτούμενο χρόνο και το κόστος που πρέπει να διαθέσουν οι συμμετέχοντες σε αυτές τις αθλητικές δράσεις. Είναι λοιπόν φανερό ότι η επιτυχία της στρατηγικής εξαρτάται σημαντικά από τη δυνατότητα μείωσης του χρόνου και του κόστους συμμετοχής. Στην πρώτη κατεύθυνση, υπάρχουν δράσεις αθλητικής αναψυχής οι οποίες απαιτούν αρκετό χρόνο και προετοιμασία (π.χ., σκι) ενώ άλλες όχι (π.χ., αθλήματα παραλίας). Αυτό που θα κάνει όμως τη διαφορά και θα συμβάλει στην επιτυχημένη υλοποίηση των δράσεων είναι η αποτελεσματική διοργάνωση που θα ελαχιστοποιήσει τους μη παραγωγικούς χρόνους (π.χ., για την συγκέντρωση και μεταφορά των αθλουμένων, την προετοιμασία των χώρων και του εξοπλισμού, κλπ).

Αναφορικά με το κόστος, η έρευνα έδειξε ότι μεγάλο μέρος των ερωτηθέντων θεωρεί τη (μεγάλη) οικονομική επιβάρυνση ως αντικίνητρο συμμετοχής (ιδίως στην τρέχουσα οικονομικά δύσκολη περίοδο). Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να μειωθεί όσο είναι δυνατόν το κόστος συμμετοχής χωρίς να υποβιβαστεί όμως η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών (άλλως, θα υπάρξει κάμψη στη συμμετοχή και περιορισμένη επιτυχία στην υλοποίηση των προγραμμάτων λόγω αυτής της αδυναμίας). Είναι ιδιαίτερα σημαντικό επομένως να αναζητηθούν εξωτερικοί πόροι που θα υποστηρίζουν εν μέρει τις δράσεις αυτές και οι πόροι μπορούν να αναζητηθούν, κατά προτεραιότητα, από (αθλητικές) χορηγίες, από φορείς (Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, Περιφέρεια, Ευρωπαϊκά προγράμματα) και από ίδια χρηματοδότηση του Πανεπιστημίου.

- Η επιτυχής οργάνωση αθλητικών δράσεων αναψυχής απαιτεί τη συμμετοχή ικανού αριθμού ατόμων και τούτο μπορεί να μην είναι εφικτό μεταξύ των εργαζομένων ενός φορέα (όπως το Πανεπιστήμιο Πατρών). Είναι λοιπόν επιθυμητό να υπάρξει συγχρονισμός και συνεργασία με άλλα Πανεπιστήμια στην Ελλάδα ή και στο εξωτερικό (π.χ., συμμετοχή στα Sell Student Games που διεξάγονται στις Βαλτικές χώρες, (www.sellgames2013.eu)) ή με άλλους τοπικούς φορείς (π.χ., Δήμος Πατρέων), αθλητικούς συλλόγους και ομοσπονδίες (π.χ., ΣΕΓΑΣ). Αυτό έχει ως πλεονέκτημα, όχι μόνο την αύξηση του αριθμού των συμμετεχόντων αλλά, και κυρίως, τη συνέργεια των εγκαταστάσεων και την διανομή αρμοδιοτήτων και ευθυνών. Για παράδειγμα, θα μπορούσε κάθε συμμετέχον Πανεπιστήμιο, αξιοποιώντας την γεωγραφική του θέση, τις δυνατότητες του και την εποχικότητα, να αναπτύξει συγκεκριμένες δράσεις αθλητικής αναψυχής που ταιριάζουν καλύτερα στα παραπάνω χαρακτηριστικά και όλα μαζί τα συμμετέχοντα Πανεπιστήμια από κοινού και συμπληρωματικά να καλύψουν μεγάλο αριθμό δράσεων αλλά και συμμετεχόντων. Είναι μάλιστα προς τη θετική κατεύθυνση η δημιουργία πανεπιστημιακών ομάδων (π.χ., κωπηλασίας, rafting, κολύμβησης θαλάσσης, beach volley) και η συμμετοχή σε μια ανταγωνιστική διαδικασία με έπαθλα που θα κρατήσει αμείωτο το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων αλλά και θα αναδείξει πιθανά ταλέντα για συμμετοχή σε ομάδες, όπως συχνά γίνεται σε Πανεπιστήμια του εξωτερικού. Είναι γνωστό άλλωστε ότι η αθλητική αναψυχή αποτελεί τη βάση της αθλητικής πυραμίδας με επόμενο (δεύτερο) επίπεδο τον αθλητισμό και κορυφή τον υψηλό αθλητισμό.

- Σημειώνεται τέλος ότι οι συμμετέχοντες στην έρευνα κρίνουν ότι η διοργάνωση αθλητικών δράσεων από το Πανεπιστήμιο συμβάλει στην ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού και βοηθά στην ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστημίου και τη πόλης. Αυτό σημαίνει ότι, με την οργάνωση τέτοιων αθλητικών δράσεων, είναι σημαντικό να προβάλλονται οι δράσεις αυτές τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό, όπως γίνεται επιτυχώς σε πολλά Πανεπιστήμια του εξωτερικού. Η βελτίωση της εικόνας του Πανεπιστημίου θα έχει θετικό αντίκτυπο στην αξιολόγηση του και στην περαιτέρω προσέλκυση φοιτητών (είναι γεγονός ότι πολλοί φοιτητές του προγράμματος Erasmus συμμετέχουν σε δράσεις του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου) καθώς και στη μεταφορά της εικόνας αυτής στο εξωτερικό ενώ για την πόλη (για την οποία το Πανεπιστήμιο αποτελεί brand name) θα υπάρχει θετικός αντίκτυπος ως προς την τουριστική και αθλητική προβολή της.

Μερικές περαιτέρω προτάσεις για τις στρατηγικές ανάπτυξης που δεν απορρέουν άμεσα από τις απαντήσεις στο ερωτηματολόγιο αλλά από την υπάρχουσα εμπειρία από προηγούμενες έρευνες και την καθημερινή πρακτική του πανεπιστημιακού αθλητισμού είναι οι ακόλουθες:

- Το Υπουργείο Παιδείας, σε συνεργασία με την Ε.Α.Τ.Ε (Επιτροπή Αθλητισμού Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης) και τα γραφεία Φυσικής Αγωγής της χώρας, θα πρέπει να μελετήσουν συστηματικά και να υλοποιήσουν ένα στρατηγικό σχέδιασμό ανάπτυξης, χρηματοδότησης και προβολής του πανεπιστημιακού αθλητισμού. Ακόμη, οι φορείς πρέπει να εστιάσουν στη δημιουργία σύγχρονων αθλητικών εγκαταστάσεων και στην στελέχωσή τους με εξειδικευμένο προσωπικό.
- Προτείνεται η αξιοποίηση εθελοντών φοιτητών με εμπειρία σε δράσεις αναψυχής οι οποίοι, σε συνεργασία με τους καθηγητές Φυσικής Αγωγής του ιδρύματος, να υποστηρίξουν τέτοιες δράσεις.
- Προτείνεται η αξιοποίηση φοιτητών με οργανωτικό χαρακτήρα ('καθοδηγητές γνώμης') οι οποίοι, σε συνεργασία με τα γραφεία Φυσικής Αγωγής του ιδρύματος, να οργανώσουν τις φοιτητικές ομάδες των σχολών τους που θα συμμετέχουν σε δράσεις αναψυχής.
- Προτείνεται η ανάπτυξη δράσεων αναψυχής με έμφαση σε φιλανθρωπικούς σκοπούς.
- Για την οικονομική ενίσχυση των αθλητικών δράσεων αναψυχής μέσω ιδίων πόρων των ιδρυμάτων, προτείνεται η αξιοποίηση των αθλητικών εγκαταστάσεων για τη δημιουργία εσόδων μέσω της παραχώρησης των εγκαταστάσεων για χρήση από

αθλητικούς συλλόγους σε ώρες χαμηλής ή μηδενικής ζήτησης από τους φοιτητές και τους εργαζόμενους του Πανεπιστημίου.

- Προτείνεται τέλος η αξιοποίηση των εγκαταστάσεων για υλοποίηση εκδηλώσεων για τα παιδιά των εργαζομένων (π.χ., παιδικά πάρτι) με έμφαση στα αθλητικά παιχνίδια ώστε να δημιουργηθεί η βάση ανάπτυξης αθλητικής συνείδησης από την παιδική ηλικία.

Περιορισμοί της έρευνας

Γενικά δεν υπάρχουν αρκετές ή ολοκληρωμένες έρευνες στον ελληνικό χώρο σχετικά με τον πανεπιστημιακό αθλητισμό αναψυχής ως αποτέλεσμα και του γεγονότος ότι δεν έχει αναπτυχθεί ο αθλητισμός αυτός επαρκώς (τουλάχιστον σε σύγκριση με τη διεθνή εμπειρία και πρακτική). Στην παρούσα έρευνα, το μέγεθος του δείγματος είναι σχετικά περιορισμένο (380 συμμετέχοντες) και μάλιστα από ένα μόνο Πανεπιστήμιο και γεωγραφική περιοχή της χώρας. Επιπλέον, παρότι καταβλήθηκε προσπάθεια να συλλεχθούν ερωτηματολόγια αντιπροσωπευτικά από τις διάφορες κατηγορίες συμμετεχόντων (φοιτητές, μέλη ΔΕΠ και εκπαιδευτικό προσωπικό, διοικητικό προσωπικό, συμμετέχοντες στο πανεπιστημιακό γυμναστήριο εκτός Πανεπιστημίου), δεν ήταν εξίσου εύκολη η συλλογή απαντήσεων από τους συμμετέχοντες των επιμέρους κατηγοριών κι αυτό μπορεί να έχει μια επίπτωση στην αντιπροσωπευτικότητα του δείγματος. Κατά συνέπεια, τα αποτελέσματα της έρευνας μπορούν να θεωρηθούν μόνο ως ενδεικτικά κι όχι αντιπροσωπευτικά της χώρας ή όλων των Πανεπιστημίων. Όπως αναφέρεται και στις προτάσεις για μελλοντική έρευνα, η επέκταση του ερωτηματολογίου στις παραπάνω δύο κατευθύνσεις θα έδιναν πιθανότατα μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα της κατάστασης και των πεποιθήσεων των συμμετεχόντων.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ/ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ & ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Συζήτηση/Συμπεράσματα

Η παρούσα έρευνα έχει ως στόχο να καταγράψει και να διερευνήσει ζητήματα που σχετίζονται με τη συμμετοχή των φοιτητών, του επιστημονικού και διοικητικού προσωπικού του Πανεπιστημίου Πατρών σε αθλητικές δράσεις και δράσεις αναψυχής καθώς και να προτείνει στρατηγικές ανάπτυξης τέτοιων δράσεων. Πιο συγκεκριμένα, επιχειρεί α) να αναδείξει τα είδη των αθλημάτων και δράσεων αναψυχής για τα οποία υπάρχει δυνητικά αυξημένη ζήτηση β) να προσδιορίσει τους λόγους που δυσκολεύουν ή εμποδίζουν τους δυνητικά συμμετέχοντες σε αυτά γ) να αναδείξει πιθανά κίνητρα συμμετοχής δ) να αξιολογήσει τις υφιστάμενες παρεχόμενες υπηρεσίες και να προτείνει στρατηγικές οι οποίες θα αναβαθμίσουν τις δράσεις πανεπιστημιακού αθλητισμού και αθλητικής αναψυχής, ε) να αξιολογήσει και να προτείνει τρόπους και διαδικασίες επιλογής και υλοποίησης δράσεων, στ) να προτείνει μεθόδους χρηματοδότησης και να καθορίσει συνεργασίες με άλλους φορείς.

Στο πλαίσιο της εργασίας αναπτύχθηκε κατάλληλο ερωτηματολόγιο το οποίο περιλαμβάνει ερωτήσεις ομαδοποιημένες στις ακόλουθες κατευθύνσεις: Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες, ενδιαφέρον για συμμετοχή σε αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου, λόγοι ενδιαφέροντος συμμετοχής σε αθλητικές δράσεις, ανασταλτικοί παράγοντες στη συμμετοχή σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής, πιθανά κίνητρα & εκτιμώμενες θετικές επιπτώσεις από τη συμμετοχή σε δράσεις άθλησης και αναψυχής, εκτιμώμενη χρονική και οικονομική δυνατότητα για συμμετοχή σε δράσεις άθλησης και αναψυχής, ενδεδειγμένους τρόπους ενημέρωσης για δράσεις άθλησης και αναψυχής, απόψεις για τη σημαντικότητα του πανεπιστημιακού αθλητισμού και της αθλητικής αναψυχής σε κοινωνικό επίπεδο και, τέλος, τα δημογραφικά στοιχεία του δείγματος με βάση τα οποία γίνονται οι στατιστικές αναλύσεις.

Στην ανάπτυξη του ερωτηματολογίου, για τη μέτρηση της μεταβλητής ‘ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής’ χρησιμοποιήθηκαν 12 μετρήσεις από την έρευνα των Alexandris and Carroll (1997). Για τη μέτρηση της μεταβλητής ‘κίνητρα συμμετοχής σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής’ χρησιμοποιήθηκαν 9 μετρήσεις από την έρευνα των Manfredo and Driver (1997). Επίσης, για την αξιολόγηση της σημαντικότητας του πανεπιστημιακού αθλητισμού - αθλητικής αναψυχής χρησιμοποιήθηκαν 5 μετρήσεις από την έρευνα των Speed και Thomson (2000).

Τέλος, ως προς τα δημογραφικά χαρακτηριστικά, το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε 4 ερωτήσεις για το φύλλο, την ηλικία, την οικογενειακή κατάσταση και την επαγγελματική κατάσταση.

Το ερωτηματολόγιο διανεμήθηκε στο Πανεπιστήμιο Πατρών και το δείγμα της έρευνας απετέλεσαν 380 άτομα. Από αυτούς, 234 (61,5%) είναι φοιτητές, 45 (11,9%) ανήκουν στην κατηγορία των μελών ΔΕΠ και του επιστημονικού προσωπικού, 51 (13,5%) ανήκουν στο διοικητικό προσωπικό του Πανεπιστημίου ενώ 50 (13,2) ανήκουν σε εξωτερικούς συμμετέχοντες οι οποίοι δεν υπηρετούν στο Πανεπιστήμιο Πατρών αλλά είναι είτε μέλη οικογενειών εργαζομένων στο Πανεπιστήμιο ή αθλούμενοι στο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριου υπό την ιδιότητα των 'Φίλων του Γυμναστηρίου'.

Πραγματοποιήθηκε έλεγχος αξιοπιστίας των μετρήσεων για τις τέσσερις κατηγορίες (ομάδες) ερωτήσεων που ακολουθούν με την χρήση Cronbach α . Οι τιμές ήταν αποδεκτές για όλες τις μεταβλητές εφόσον ξεπερνούν το κατώτατο όριο του 0.7 και είναι: Λόγοι συμμετοχής $\alpha = 0.81$, Ανασταλτικοί παράγοντες $\alpha = 0.81$, Ενίσχυση κινήτρων $\alpha = 0.75$, Αντιλήψεις για τον Πανεπιστημιακό Αθλητισμό $\alpha = 0.82$.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η πλειοψηφία των ερωτηθέντων, κυρίως άνδρες νεαρής ηλικίας, φαίνεται να συμμετέχουν συχνότερα σε αθλητικές δραστηριότητες. Οι κύριες επιλογές σε αθλήματα/δραστηριότητες των συμμετεχόντων στην έρευνα αφορούν σε δραστηριότητες σε γυμναστήριο (βάρη, ομαδικά προγράμματα) αλλά και σε ανοικτούς αθλητικούς και μη χώρους (π.χ. μπάσκετ, στίβος, τρέξιμο). Αναφορικά με το ενδιαφέρον συμμετοχής σε (άλλες) αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου που θα τους ενδιέφεραν να ασχοληθούν, το μπάσκετ και η κολύμβηση σε πισίνα καθώς και η πεζοπορία συγκεντρώνουν τις προτιμήσεις τους για αθλητικές δράσεις εντός και εκτός γηπέδου αντίστοιχα.

Το γυμναστήριο του Πανεπιστημίου Πατρών δεν συγκεντρώνει ιδιαίτερα θετική αξιολόγηση, κυρίως ως προς την ποικιλία των προσφερομένων προγραμμάτων και την παροχή των υπηρεσιών. Η πλειοψηφία των ερωτηθέντων ενδιαφέρεται να συμμετέχει σε προγράμματα οργανωμένα από τους υπευθύνους του γυμναστηρίου.

Ως αποτελεσματικά κίνητρα συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης/αναψυχής θεωρούνται η βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η διατήρηση και η βελτίωση της υγείας, η διαφυγή από την καθημερινότητα και η χαλάρωση. Οι γυναίκες δίνουν μεγαλύτερη σημασία στη μείωση του βάρους. Οι φοιτητές δείχνουν ενδιαφέρον για τον πρωταθλητισμό. Οι νέοι (σε ηλικιακό εύρος 18-30) ενδιαφέρονται για την βελτίωση των δεξιοτήτων ενώ το

διοικητικό προσωπικό και η ηλικιακή ομάδα 44-70 καταγράφουν ως σημαντικό κίνητρο την απώλεια βάρους. Οι άγαμοι/χωρισμένοι αθλούνται με έναν επιπλέον στόχο, την ευχερέστερη κοινωνικοποίηση τους.

Αντιθέτως, ως κύριοι ανασταλτικοί παράγοντες καταγράφονται η έλλειψη χρόνου, η έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων ή κούρασης, η χαμηλή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού/εγκαταστάσεων, το μη εκπαιδευμένο προσωπικό, η μη συνέπεια και η έλλειψη συνέχειας στην υλοποίηση των προγραμμάτων. Οι φοιτητές θεωρούν ως σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα την έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση. Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία (κυρίως στο εύρος 44-70) θεωρούν ως σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα την έλλειψη ενημέρωσης.

Η ενίσχυση κινήτρων συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης/αναψυχής μπορεί να προέλθει από τη μη ύπαρξη οικονομικής επιβάρυνσης που συνοδεύει τις δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής (αν και οι οικονομικοί λόγοι δε φαίνεται να αποτελούν σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα για μεγάλο μέρος του δείγματος των ερωτηθέντων) ενώ η μετακίνηση και συμμετοχή στο πλαίσιο προγραμμάτων Erasmus φαίνεται να αποτελεί ένα επιπλέον κίνητρο συμμετοχής για τους φοιτητές.

Τέλος, αναφορικά με τις αντιλήψεις για τον πανεπιστημιακό αθλητισμό, οι ερωτηθέντες θεωρούν σημαντική την ανάπτυξη του και συμφωνούν με την διοργάνωση αθλητικών-ψυχαγωγικών δράσεων και εκδηλώσεων από το Πανεπιστήμιο οι οποίες ενισχύουν την εικόνα του Πανεπιστημίου και της πόλης.

Στην κατεύθυνση προτάσεων για στρατηγικές ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού και αναψυχής έξω από το γήπεδο αναφέρεται ότι πρέπει να δοθεί έμφαση σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής που θεωρούνται διαδεδομένες, οργανώνονται σχετικά εύκολα, επιτρέπουν τη συμμετοχή σε ομάδες-παρέες, είναι λελογισμένου κόστους και διάρκειας (σε αναφορά ιδίως με τους μη παραγωγικούς χρόνους προετοιμασίας-μετάβασης). Η πολύ καλή οργάνωση των δράσεων με υψηλού επιπέδου υπηρεσίες, η κατάλληλη παροχή κινήτρων και η αποτελεσματική ενημέρωση αποτελούν σημαντικά εργαλεία της ανάπτυξης. Η επιτυχής ανάπτυξη προϋποθέτει επίσης τη συμμετοχή μεγάλου αριθμού ατόμων και αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω της συνεργασίας με άλλα Πανεπιστήμια αλλά και της κατάλληλης προβολής (εντός και εκτός της χώρας) αφού είναι κοινή πεποίθηση ότι η διοργάνωση αθλητικών δράσεων από το Πανεπιστήμιο συμβάλει στην ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού και βοηθά στην ενίσχυση της εικόνας του Πανεπιστημίου και τη πόλης. Στην προσπάθεια πρέπει να συμμετάσχουν και να συνδράμουν ουσιαστικά η Πολιτεία, οι

αθλητικοί και άλλοι φορείς (και επιχειρηματικοί) τόσο θεσμικά όσο και οικονομικά μέσω τακτικών χρηματοδοτήσεων αλλά και χορηγιών (ιδίως αν υπάρξει ευρεία προβολή των δράσεων που θα καταστήσει την εύρεση χορηγιών πιο εύκολη και ταυτόχρονα ανταποδοτική για τους χορηγούς).

Προτάσεις για περαιτέρω έρευνα

Προτείνεται να υλοποιηθεί μια ευρύτερη έρευνα μεταξύ όλων (ή πολλών) Πανεπιστημίων της χώρας που να διερευνά τους ανασταλτικούς παράγοντες σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής, την παροχή κινήτρων, το επίπεδο παροχής υπηρεσιών (τρέχον και αναμενόμενο), τις απαιτούμενες στρατηγικές μάρκετινγκ η οποία έρευνα θα βοηθήσει στην καλύτερη κατανόηση των παραγόντων που αποτρέπουν την συμμετοχή των φοιτητών σε δράσεις αθλητισμού, τα κίνητρα που παίζουν σημαντικό ρόλο στην αθλητική τους ενασχόληση, την αξιολόγηση των παρεχόμενων υπηρεσιών για πιθανή βελτίωσή τους αλλά και την ανάπτυξη στρατηγικών μάρκετινγκ για την καλύτερη ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού. Μια σχετικά πλήρης ανάλυση θα επιτρέψει την αξιολόγηση και καταγραφή στρατηγικών ανάπτυξης του πανεπιστημιακού αθλητισμού αναψυχής, όχι μόνο σε τοπικό επίπεδο (π.χ., ενός Πανεπιστημίου) αλλά, κυρίως, σε στρατηγικό και εθνικό επίπεδο με τη συμμετοχή του Υπουργείου και των αθλητικών φορέων της Πολιτείας αλλά, ενδεχομένως, και ιδιωτικών φορέων και πρωτοβουλιών.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997a). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16, 107-125.
- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997b). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 19, 1-15.
- Alexandris, K. & Carroll, B. (1999). Constraints on recreational sport participation in adults in Greece: Implications for providing and managing sport services. *Journal of Sport Management*, 13, 317-332.
- Alexandris, K., & Kouthouris, C. (2005). Personal incentives for participation in summer children camps: Investigating their relationships with satisfaction and loyalty. *Managing Leisure: An International Journal*, 10, 39-54.
- Alexandris, K., Tsozbatzoudis, C., & Grouios, G. (2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation and Amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 233-252.
- Alexy, B. (1990). Workplace health promotion and blue collar worker. *American Association of Occupational Health*, 38(1): 12-16.
- Baum, E.E., Jarjoura, D., Polen, A.E., Faur, D. & Rutecki, G. (2003). Effectiveness of a Group Exercise Program in a Long-Term Care Facility: A Randomized Pilot Trial. *Journal of the American Medical Directors Association, Volume 4, Issue 2: 74-80.*
- Baun, W., & Baun, M. (1984). A corporate health and fitness program motivation management by computers. *Journal of Physical Education Recreation and Dance*, 4: 14-19.
- Bassuk, S.S. & Manson J.E. (2010). Physical activity and cardiovascular disease prevention in women: A review of the epidemiologic evidence. *Nutrition, Metabolism & Cardiovascular Diseases*, 20, 467-473.
- Bennie, J., Timperio, A., Crawford, D., Dunstan, D., Salmon, J. (2011). Associations between social ecological factors and self-reported short physical activity breaks during work hours among desk-based employees. *Preventive Medicine*, 53: 44-47.
- Berger, B., Pargman, D., Weinberg R. (2007) *Foundations of exercise psychology* (2nd edition). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Blair, N. S., Booth, M., Gyarfas, I., Iwane, H., Marti, B., Matsudo, V., Morrow, S. M., Noakes, T., & Shephard, R. (1996). Development of Public Policy and Physical Activity Initiatives Internationally. *Sports Medicine*, 21 (3): 157-163.
- Blair, N. S., Tritsch, L., & Kutsch, S. (1987). Worksite Health Promotion for School Faculty and Staff. *Journal of School Health*, 57(10), 469-473.
- Blair, N.S. & Mitchell, S. B. (1988). Cost Effectiveness of Worksite Health Promotion Programs. In N. B. Oldridge, C. Foster, & D. H. Schmidt (Eds.), *Cardiac Rehabilitation and Clinical Exercise Programs: Theory and Practice*, 283-297, Movement Publications, Ithaca, NY

Buzinde, C. N. & Yarnal, C. (2012). Therapeutic landscapes and postcolonial theory: A theoretical approach to medical tourism. *Social Science & Medicine, Volume 74, Issue 5*: 783-787.

Caspersen, C., Pereira, M. & Curran, K. (2000). Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine and Sciences in Sport and Exercise*, 32 (9), 1601-1609.

Chenoweth, D. (2008). Προγράμματα Υγείας & Άθλησης στον Εργασιακό χώρο. Επιμέλεια Ελληνικής Έκδοσης: Ιωάννης Τριγώνης. Εκδόσεις Τελέθριον, Αθήνα.

Crawford, D. & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.

Crawford, D., Jackson, E. & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.

Danylchuk, K., & Maclean, J. (2001). Intercollegiate athletics in Canadian universities: Perspectives on the future. *Journal of Sport Management*, 15, 364-379.

Davis, C., Fox, J., Brewer, H., & Ratusny, D. (1995). Motivations to exercise as a function of personality characteristics, age, and gender. *Personality and Individual Differences*, 12, 165–174. Deci, E.L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum.

Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.

Downs, P. & Downs, K. (2003). Value of recreational sports on college campuses. *Recreational Sports Journal*. 27, (1), 5-64.

Ellekjeer H., Holmen J, Vatten L. (2000) Physical activity and stroke mortality in women. *Cardiovascular Risk*, 6, 213-216.

Franken, D.A. & Van Raij, M.F. (1981). Satisfaction with leisure service: A model. *Journal of Park and Leisure Research*, 13, 337-352.

Garrett, A.N., Brasure, M., Schmitz, H. K., Schultz, M. M., & Huber, R. M. (2004). Physical inactivity: Direct cost to a health plan. *American Journal of Preventive Medicine*, 27(4), 304-309.

Giacobbi, P., Hausenblas, H., & Frye, N. (2005). A naturalistic assessment of the relationship between personality, daily life events, leisuretime exercise, and mood. *Psychology of Sport and Exercise*, 6: 67-81.

Hilldebrandt, H. V., Bongers, M. P., Dul, J., Franc, J. H., & Kemper, G. C. (1996). Identification of high-risk groups among maintenance workers in a steel company with respect to musculoskeletal symptoms and workload. *Ergonomics*, 39 (2): 232-242.

Iso-Ahola, S. E. (1999). Motivational foundations of leisure. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds.), *Understanding leisure recreation, mapping the past, charting the future* (pp. 35–51). State College, PA: Venture Publishing.

Jackson, E. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10, 203-215.

Jackson, E. (1991). Special issue introduction: Leisure constraints/constrained leisure. *Leisure Sciences*, 13, 273-278.

Jackson, E. (1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.

Jackson, E. L. & Henderson, K. A. (1995) Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17, 31 – 51.

Jackson, E. L. & Scott, D. (1999). Constraints to Leisure, In E. Jackson and T.L. Burton (eds), *Leisure Studies: Prospects for the twenty-first century* (pp. 299-321.) State College, P.A: Venture Publishing

Kaman, L. R. (1987). Costs and benefits of corporate health promotion. *Fitness in business*, 2: 39-44.

Kemperman, M., & Timmermans, H.J.P. (2008). Influence of socio-demographics and residential environment on leisure activity participation. *Leisure Sciences*, 30(4), 306-324.

Kurtzman, J. (2005). Sport tourism categories. *Journal of Sport and Tourism*, 10 (1), 15-20.

Kyle, G. T., Absher, J. D., and Chancellor, C. (2005). Segmenting forest recreationists using their commitment profiles. *Journal of Park and Recreation Administration*, 23(2): 64-86.

Manfredo, M., Driver, B., & Tarrant, M. (1997). Measuring leisure motivation: A meta-analysis of the recreation experience preference scales. *Journal of Leisure Research*, 28, 188–213.

Mc Crae R.R., Costa, P.T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.

McGuire, F., & O'Leary, J. (1992). The implications of leisure constraint research for the delivery of leisure services. *Journal of Park and Recreation Administration*, 10(2), 31-40.

Meyers, R., Donham, W. G. (1982). The Psychometric Properties of The Health Locus of Control Scale With Medical and Surgical Patients. *Journal of Clinical Psychology*, 38(4): 783-787.

Moe, B. & Midthjell, K. & Nilsen, T.I.L. (2015). Glycaemic control in people with diabetes influences the beneficial role of physical activity on cardiovascular mortality. *Prospective data from the HUNT Study, Norway, Primary Care Diabetes*, <http://dx.doi.org/10.1016/j.pcd.2015.04.007>

Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Tuson, K.M., & Blais, M.R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and a motivation in sports: The Sport Motivation Scale

Roberts, G.C., Spink, K.S. & Pemberton, C.L. (1986). *Learning Experiences in Sport Psychology*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.

Rongen, A., Robroek, S., Burdorf, A. (2014). The importance of internal health beliefs for employees' participation in health promotion programs. *Preventive Medicine*, 67: 330-334.

Ryan, R.M., & Connell, J.P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.

Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Shephard, R. J (1986). The economic benefits of enhanced fitness. Human Kinetics Publishers. Champaign, Illinois.

Shephard, R. J. (1992). A critical analysis of work-site fitness programs and their postulated economic benefits. *Medicine and science in sports and exercise* 24, 354-370.

Specht, J., King, G., Brown, E. & Foris, C. (2002). The importance of leisure in the lives of persons with congenital physical disabilities. *The American Journal of Occupational Therapy*, 56(4), 436-445.

Speed, R. & Thomson, P. (2000). Determinants of sport sponsorship effects. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 28(2), 226-238.

Standeven, J. and De Knop, P. (1999). Sport tourism. Champaign, Ill: Human Kinetics.

Sutton, W. and Migliore, R.H. (1988). Strategic long range planning for intercollegiate athletic programs, *Journal of Applied in Coaching and Athletics* 3(4), 238-261.

The Council of Europe's work on Sport. (1990). Sport, Work and Well-being. Vierumaki, Finland.

Torkildsejn, G. (1993). Leisure and Recreation Management. 3rd Ed. London.

Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Brere, N.M., Senecal, C. & Vallieres, E.F. (1992). The Academic Motivation Scale: a measure of intrinsic, extrinsic and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1017.

Wipfli, B., Rethorst, C., & Landers, D. (2008). The anxiolytic effects of exercise: A meta-analysis of randomized trials and dose response analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 392-419.

Αθλητικό Μάρκετινγκ (Bernard J. Mullin, Stephen Hardy, William A. Sutton), Εκδόσεις Πασχαλίδη.

Γδοντέλη, Κ., Αυγερινού, Β. & Μουντάκης, Κ. (2006). Κίνητρα συμμετοχής Ελλήνων φοιτητών σε αθλητικές δραστηριότητες. 7^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Διοίκησης Αθλητισμού, Εύοσμος, 67-70.

Γερόδημος, Β. (2012). Σωματικές και φυσιολογικές επιδράσεις της άσκησης. <http://www.diatrofi.gr/index.php/health/askisi/item/407>.

Γκούγκου Μπόγδαν (1995). Η γύμναση των εργαζομένων. Αθήνα: Τελέθριον.

Ζαρώτης, Γ. (2010). Ψυχολογικά οφέλη της άσκησης. http://www.sportpsychologist.gr/index.php/article_more/items/pslg-fl-ss.html.

Ζαφειρούδη, Α., Κουθούρης, Χ., Παντίδης, Γ. (2014). Ποδηλασία βουνού και προφίλ συμμετεχόντων. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 11(2), 45-57.

Ζέρβας, Ι. (1993) Ψυχολογία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, σελ.15

Θεοδωράκης, Γ. (2010). Άσκηση, ψυχική υγεία και ποιότητα ζωής, Εκδόσεις Χριστοδουλίδη, Θεσσαλονίκη.

Κοντογιάννη, Ε., Κουθούρης, Χ. & Αλεξανδρής, Κ. (2006). Παράγοντες που αναστέλλουν τη συμμετοχή εκπαιδευτικών σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. 7^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Διοίκησης Αθλητισμού, Εύοσμος, 77-80.

Κοντογιάννη, Ε. (2007). Παράγοντες που αναστέλλουν τη συμμετοχή εκπαιδευτικών σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης & Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (Διατμηματικό).

Κοντογιάννη, Ε., Φαμίσης, Κ., Ζαφειρούδη, Α., Νομικό, Ν., (2009) Συμμετοχή φοιτητών/τριών σε υπαίθρια προγράμματα αναψυχής πανεπιστημιακού αθλητισμού. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 6(1), 17-27.

Κουθούρης, Χ. (2006) «Σχόλη», «Αναψυχή» & «Αθλητισμός»: Εννοιολογική Συσχέτιση των Όρων. *Αναζητήσεις στην Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*. Τόμος 4 (1), 68-77.

Κουθούρης, Χ., Κοντογιάννη, Ε. & Αλεξανδρή, Κ. (2008). Λόγοι αναστολής συμμετοχής σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 6(1), 67-78.

Κουθούρης, Χ. (2009). Υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής – Ακραία αθλήματα. Εκδόσεις Χριστοδουλίδη. Θεσσαλονίκη.

Κωνσταντινάκος, Π. (2009). Η οργάνωση της Άσκησης – Άθλησης στην Ελληνική Κοινωνία. Εκδόσεις Παπαζήση: Αθήνα.

Λεπτοκαρίδου, Ε. (2009). Η σχέση της σωματικής αυτο-εκτίμησης με τη συχνότητα συμμετοχής στην άσκηση με βάση τη θεωρία της αυτοενίσχυσης. Μεταπτυχιακή Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Σερρών.

Μασμανίδης, Θ. (2008). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής των φοιτητών/τριών σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής στα Ελληνικά Πανεπιστήμια. Διδακτορική Διατριβή, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.

Μπαλάσκα, Π. (2013). Αθλητισμός αναψυχής σε Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης: Παράγοντες ανάπτυξης και στρατηγικές προώθησης των προγραμμάτων. Διδακτορική Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

Νομικός, Ν. (2007). Παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμετοχή φοιτητών τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σε χειμερινές δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης & Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (Διατμηματικό).

Πολατίδου, Π., Δάντση, Φ., Αλεξανδρή, Κ. (2008). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε διεθνείς αγώνες ορεινού τρεξίματος: Η περίπτωση του Μαραθωνίου του Ολύμπου. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 5(1), 29-46.

Τοσουνίδης, Α. (2005). Ο Πανεπιστημιακός αθλητισμός στην Ελλάδα: Η περίπτωση του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. 6^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Διοίκησης Αθλητισμού, Ηράκλειο, 49-53.

Τριγώνης, Ι., Χαραχούσου, Υ., Καμπίσης, Χ., Τζέτζης, Γ., Ματσούκα, Ο. (2004). Ο ρόλος των δημογραφικών και των κοινωνικοοικονομικών χαρακτηριστικών των εργοδοτών στην απόφασή τους για εφαρμογή αθλητικών προγραμμάτων στις επιχειρήσεις τους. *Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός*, 52: 19-32.

Τσιαντούλα, Ε., Τσιαντούλα, Α., Πατσιαούρας, Α., Κοκαρίδας, Δ. (2012). Φυσική άσκηση και κατάθλιψη, Θεσσαλία. <http://www.inhealthcare.gr/article/el/fusiki-askisi-katathlipsi>.

Φατσέα, Α. (2011). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δράσεις αθλητισμού στην Ελλάδα-Ανασκόπηση σχετικών ερευνών. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 8(2), 8-17.

Χαλκιαδάκης, Ν., Κατσαγκόλης, Α., Τοσουνίδης, Α. (2005). Διερεύνηση των λόγων συμμετοχής σε αθλητικές και αναψυχικές δραστηριότητες των φοιτητριών (-των) του Τ.Ε.Ι. Κρήτης. 6^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Διοίκησης Αθλητισμού, Ηράκλειο, 57-61.

Χιώνης, Κ., Τσίτσαρη, Ε., Κώστα, Γ., Αγγελούσης, Ν. (2015). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής ασκούμενων σε γυμναστήρια. Περιπτωσιολογική μελέτη σε πόλη της Β. Ελλάδας. *Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής* 9, 38-56.

Χρόνη, Σ. (2001). Δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής στην Ελλάδα: Αντιλήψεις φοιτητών φυσικής αγωγής. *Φυσική Δραστηριότητα & Ποιότητα Ζωής*, Ηλεκτρικό περιοδικό ειδ. Τεύχος 1, 20-27.

Χρόνη, Σ. και Ζουρμπάνος, Ν. (2001). Ψυχολογικά οφέλη από συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. *Φυσική Δραστηριότητα & Ποιότητα Ζωής*, Ειδικό τεύχος, Διοίκηση Δραστηριοτήτων Αναψυχής, 1-6.

Ψιμόπουλος, Κ. (2015). Λειτουργική και διοικητική δομή ενός πανεπιστημιακού γυμναστηρίου στις ΗΠΑ: Η περίπτωση του HARVARD και του MIT. Πρακτικά 16^{ου} Συνεδρίου Διοίκησης Αθλητισμού και Αναψυχής, Θεσσαλονίκη.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΡΕΥΝΑΣ

Στα πλαίσια ερευνητικής προσπάθειας με θέμα: «**Στρατηγικές ανάπτυξης του Πανεπιστημιακού Αθλητισμού και Αθλητικής Αναψυχής έξω από το γήπεδο. Μελέτη περίπτωσης: Πανεπιστήμιο Πατρών**», παρακαλούμε να απαντήσετε στο παρακάτω ερωτηματολόγιο.

Ο στόχος του ερωτηματολογίου είναι να:

- αναδείξει τα είδη των αθλημάτων/δράσεων αναψυχής για τα οποία υπάρχει δυνητικά αυξημένη ζήτηση,
- αναδείξει τους λόγους που εμποδίζουν/αποτρέπουν τη συμμετοχή σε αυτά,
- αναδείξει τους τρόπους/χαρακτηριστικά που θα έκαναν τις δράσεις πιο ελκυστικές και τη συμμετοχή ευκολότερη,
- αναδείξει τις αντικειμενικές δυσκολίες και τα εμπόδια υλοποίησης τέτοιων δράσεων (τεχνικές, οικονομικές, κλπ),
- προτείνει και αξιολογήσει τρόπους και διαδικασίες επιλογής και υλοποίησης δράσεων,
- προτείνει και αξιολογήσει μεθόδους χρηματοδότησης,
- καθορίσει τους συμμετέχοντες και τους ρόλους τους,
- καθορίσει τις συνεργασίες με άλλους φορείς (άλλα πανεπιστήμια, εταιρίες trekking, ταξιδιωτικά γραφεία, κλπ).

Ορισμοί

Αναψυχή είναι η κατάσταση ευεξίας (σωματική, ψυχική, πνευματική, συναισθηματική) στην οποία περιέρχεται το άτομο μετά την ελεύθερη επιλογή του να ασχοληθεί με δραστηριότητες τον ελεύθερο χρόνο του (Κουθούρης, 2006).

Ο **αθλητισμός αναψυχής** συνδυάζει δραστηριότητες αθλητικές και αναψυχής (περιβαλλοντικές, πολιτισμικές, τουρισμού, κλπ) που λαμβάνουν χώρα εκτός γηπέδων και ιδίως σε φυσικό περιβάλλον με πολλαπλούς στόχους (ευεξία, κοινωνικοποίηση, κλπ).

Ερωτηματολόγιο

1. Συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής; Κυκλώστε τον αριθμό που δείχνει το βαθμό συμμετοχής (1=καθόλου, 2= λίγο (1 φορά την εβδομάδα), 3=μέτρια (2-3 φορές την εβδομάδα), 4= αρκετά (4-5 φορές την εβδομάδα), 5= πολύ (6-7 φορές την εβδομάδα).

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
1.1	Συμμετέχετε σε αθλητικές δραστηριότητες ή δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής;	1	2	3	4	5
1.2	Αν ναι, συμπληρώστε παρακάτω το είδος της δραστηριότητας και το βαθμό συμμετοχής.					
		1	2	3	4	5
		1	2	3	4	5
		1	2	3	4	5
		1	2	3	4	5
		1	2	3	4	5
1.3	Με ποιον/ους τρόπο/ους συμμετέχετε:					
	Πανεπιστημιακό γυμναστήριο		<input type="checkbox"/>			
	Ιδιωτικό γυμναστήριο		<input type="checkbox"/>			
	Συμμετοχή σε συλλόγους		<input type="checkbox"/>			
	Συμμετοχή σε προγράμματα αθλητικού τουρισμού		<input type="checkbox"/>			
	Μόνοι σας ελεύθερα		<input type="checkbox"/>			
	Άλλο (εξηγήστε)		<input type="checkbox"/>			
1.4	Αξιολογήστε την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών στο πανεπιστημιακό γυμναστήριο (1-χαμηλή, 5-πολύ υψηλή)					
	Προσφερόμενα προγράμματα	1	2	3	4	5
	Εγκαταστάσεις	1	2	3	4	5
	Εξοπλισμός	1	2	3	4	5
	Προσωπικό (γνώση, εμπειρία)	1	2	3	4	5
	Προσωπικό (ενδιαφέρον, παροχή υπηρεσιών)	1	2	3	4	5

2. Θα σας ενδιέφερε να συμμετέχετε σε αθλητικές δράσεις εντός γηπέδου; Σημειώστε **μέχρι πέντε (5)** δράσεις από τις παρακάτω που σας ενδιαφέρουν περισσότερο σε αύξουσα σειρά. Σημειώστε την επιθυμητή συχνότητα συμμετοχής (π.χ., 1 φορά το μήνα, 2-3 φορές το μήνα, 1 φορά την εβδομάδα, 2-3 φορές την εβδομάδα, κάθε 1 ή 2 μέρες). Στην τελευταία στήλη σημειώστε αν θα σας ενδιέφερε να συμμετέχετε σε οργανωμένες ομάδες του Πανεπιστημίου και σε ανταγωνιστικές διοργανώσεις με άλλα Πανεπιστήμια ή αθλητικούς φορείς.

Δράση αθλητισμού	Συμμετοχή (κατ' αύξουσα σειρά προτίμησης)	Συχνότητα συμμετοχής					Συμμετοχή σε ομάδα του Πανεπιστημίου	
		Μικρή			Μεγάλη		Ναι	Όχι
		1	2	3	4	5		
Ποδόσφαιρο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπάσκετ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βόλλευ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βάρη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Στίβος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Διάδρομος/ποδήλατο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τέννις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αεροβική/Πιλάτες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κολύμβηση (πiscίνα)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πολεμικές τέχνες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yoga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Χορός	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Θα σας ενδιέφερε να συμμετέχετε σε αθλητικές δράσεις εκτός γηπέδου; Σημειώστε **μέχρι πέντε (5)** δράσεις από τις παρακάτω που σας ενδιαφέρουν περισσότερο σε αύξουσα σειρά. Σημειώστε την επιθυμητή συχνότητα συμμετοχής (π.χ., 1 φορά το μήνα, 2-3 φορές το μήνα, 1 φορά την εβδομάδα, 2-3 φορές την εβδομάδα, κάθε 1 ή 2 μέρες). Στην τελευταία στήλη σημειώστε αν θα σας ενδιέφερε να συμμετέχετε σε οργανωμένες ομάδες του Πανεπιστημίου και σε ανταγωνιστικές διοργανώσεις με άλλα Πανεπιστήμια ή αθλητικούς φορείς.

Δράση αθλητισμού	Συμμετοχή (κατ' αύξουσα σειρά προτίμησης)	Συχνότητα συμμετοχής					Συμμετοχή σε ομάδα του Πανεπιστημίου	
		Μικρή		Μεγάλη			Ναι	Όχι
		1	2	3	4	5		
Πεζοπορία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τρέξιμο (δρόμου/βουνού)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ποδηλασία (δρόμου/βουνού)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κολύμβηση (θάλασσα/ποτάμι)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αθλήματα παραλίας (βόλλευ, ποδόσφαιρο)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θαλάσσιο σκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καταδύσεις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ιστιοπλοΐα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κωπηλασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κανό/καγιάκ/rafting	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αναρρίχηση/καταρρίχηση πλαγιάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ορειβασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σκι βουνού	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τρίαθλο (τρέξιμο, ποδήλατο, κολύμπι)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αλεξίπτωτο πλαγιάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταθμοί άσκησης με όργανα γυμναστικής εξωτερικού χώρου (πάρκα)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δράσεις ικανοτήτων και δεξιοτεχνίας (τύπου survivor)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Για ποιούς λόγους επιθυμείτε να συμμετέχετε σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής;
Σημειώστε σε ποιο βαθμό συμφωνείτε με τα παρακάτω (1=καθόλου, 5=πολύ).

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
4.1	Βελτίωση φυσικής κατάστασης	1	2	3	4	5
4.2	Κοινωνικοποίηση	1	2	3	4	5
4.3	Μείωση βάρους	1	2	3	4	5
4.4	Διαχείριση άγχους	1	2	3	4	5
4.5	Βελτίωση επιδόσεων σε μαθήματα/εργασία	1	2	3	4	5
4.6	Διατήρηση/βελτίωση υγείας	1	2	3	4	5
4.7	Διαφυγή από την καθημερινότητα	1	2	3	4	5
4.8	Βελτίωση δεξιοτήτων	1	2	3	4	5
4.9	Βελτίωση προσωπικής εικόνας	1	2	3	4	5
4.10	Αύξηση γνώσεων	1	2	3	4	5
4.11	Χαλάρωση	1	2	3	4	5
4.12	Προοπτική για πρωταθλητισμό/συμμετοχή σε επαγγελματικές ομάδες	1	2	3	4	5

5. Ποιοι ανασταλτικοί παράγοντες θα επηρέαζαν αρνητικά ή/και θα απέτρεπαν τη συμμετοχή σας στις δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής. Σημειώστε σε ποιο βαθμό συμφωνείτε με τα παρακάτω (1=καθόλου, 5=πολύ).

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
5.1	Έλλειψη ενδιαφέροντος για την άσκηση	1	2	3	4	5
5.2	Έλλειψη χρόνου	1	2	3	4	5
5.3	Έλλειψη διάθεσης λόγω υποχρεώσεων /κούρασης	1	2	3	4	5
5.4	Οικονομικοί λόγοι	1	2	3	4	5
5.5	Έλλειψη παρέας / παρακίνησης	1	2	3	4	5
5.6	Έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό μου	1	2	3	4	5
5.7	Φόβος τραυματισμού	1	2	3	4	5
5.8	Κακή φυσική κατάσταση	1	2	3	4	5
5.9	Προβλήματα υγείας	1	2	3	4	5
5.10	Έλλειψη ενημέρωσης για την εκδήλωση	1	2	3	4	5
5.11	Δυσκολία πρόσβασης	1	2	3	4	5
5.12	Μη ελκυστικό περιβάλλον άσκησης	1	2	3	4	5
5.13	Κακή ποιότητα υπηρεσιών/εξοπλισμού /εγκαταστάσεων	1	2	3	4	5
5.14	Μη εκπαιδευμένο προσωπικό	1	2	3	4	5
5.15	Μη συνέπεια/συνέχεια προγραμμάτων	1	2	3	4	5

6. Ποια κίνητρα θα μπορούσαν να λειτουργήσουν θετικά για τη συμμετοχή σας σε δράσεις αθλητισμού και αναψυχής. Σημειώστε σε ποιο βαθμό συμφωνείτε με τα παρακάτω (1=καθόλου, 5=πολύ).

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
6.1	Η συμμετοχή να εντάσσεται στα πλαίσια σχετικού μαθήματος επιλογής των σπουδών (οποιοδήποτε κλάδου)	1	2	3	4	5
6.2	Συμμετοχή χωρίς οικονομική επιβάρυνση	1	2	3	4	5
6.3	Καθιέρωση βραβείων/δώρων για τη συμμετοχή/διάκριση	1	2	3	4	5
6.4	Συμμετοχή ως ομαδάρχες/ εκπαιδευτές/εθελοντές	1	2	3	4	5
6.5	Συνδυασμός αθλητικών και άλλων δράσεων (επισκέψεις σε θεματικά πάρκα, αρχαιολογικούς χώρους, πολιτιστικές δράσεις κλπ)	1	2	3	4	5
6.6	Μετακινήσεις και συμμετοχές σε παρόμοιες δράσεις στην Ευρώπη με ανταλλαγές τύπου Erasmus	1	2	3	4	5

7. Πολλές από τις δράσεις αναψυχής απαιτούν μετακίνηση και κόστος. Πόσο χρόνο και τι χρηματικό ποσό θα μπορούσατε να διαθέσετε για κάθε συμμετοχή σας σε κάποια δραστηριότητα της αρεσκείας σας (συμπεριλαμβανομένου του κόστους εξοπλισμού);

Χρόνος	Κόστος
<input type="checkbox"/> 2 ώρες	<input type="checkbox"/> 0 €
<input type="checkbox"/> 5 ώρες	<input type="checkbox"/> 10 €
<input type="checkbox"/> 10 ώρες	<input type="checkbox"/> 20 €
<input type="checkbox"/> 1 ημέρα	<input type="checkbox"/> 30 €
<input type="checkbox"/> 2 ημέρες	<input type="checkbox"/> 50 €
<input type="checkbox"/> 3 ημέρες	<input type="checkbox"/> 51 - 100 €
<input type="checkbox"/> 1 εβδομάδα	<input type="checkbox"/> πάνω από 100 €

8. Ποιες ώρες της ημέρας και ημέρες της εβδομάδας προτιμάτε να συμμετέχετε σε δράσεις αθλητισμού και αθλητικής αναψυχής;

Ημερησίως	Εβδομαδιαίως/ετησίως
<input type="checkbox"/> Πρωινές ώρες	<input type="checkbox"/> Εργάσιμες ημέρες εβδομάδας
<input type="checkbox"/> Μεσημεριανές ώρες	<input type="checkbox"/> Σαββατοκύριακο
<input type="checkbox"/> Απογευματινές ώρες	<input type="checkbox"/> Περιόδους μαθημάτων
<input type="checkbox"/> Βραδινές ώρες	<input type="checkbox"/> Περιόδους εξετάσεων
<input type="checkbox"/> Χωρίς προτίμηση	<input type="checkbox"/> Περιόδους διακοπών

9. Με ποιό τρόπο επιθυμείτε να ενημερώνεστε (επιλέξτε μέχρι 2 απαντήσεις);

- Από το Site του γυμναστηρίου
- Με αφίσα
- Με προσωπικό e-mail
- Από το κεντρικό site του Πανεπιστημίου/της σχολής
- Μέσω social media (π.χ. facebook)

10. Παρακαλώ σημειώστε σε ποιο βαθμό συμφωνείτε με τις παρακάτω δηλώσεις (1=καθόλου,5= πολύ).

		Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Αρκετά	Πολύ
10.1	Πόσο σημαντική θεωρείτε την ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής;	1	2	3	4	5
10.2	Πιστεύετε ότι η διοργάνωση αθλητικών γεγονότων θα βοηθήσει στην ανάπτυξη του πανεπιστημιακού αθλητισμού – αθλητικής αναψυχής;	1	2	3	4	5
10.3	Πιστεύετε ότι οι χορηγίες προσφέρουν πολύτιμη οικονομική βοήθεια στην διοργάνωση αθλητικών δράσεων/γεγονότων.	1	2	3	4	5
10.4	Πιστεύετε ότι η διοργάνωση αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο Πατρών βοηθά στην ενίσχυση της εικόνας του;	1	2	3	4	5
10.5	Πιστεύετε ότι η διοργάνωση αθλητικών γεγονότων από το Πανεπιστήμιο Πατρών βοηθά στην ενίσχυση της εικόνας της πόλης;	1	2	3	4	5

Δημογραφικά χαρακτηριστικά

Φύλλο

- Άνδρας
- Γυναίκα

Σε ποιά κατηγορία ανήκετε:

- Φοιτητής/τρια (συμπληρώστε έτος σπουδών _____)
- Μέλος ΔΕΠ / Επιστημονικό προσωπικό
- Διοικητικό και λοιπό προσωπικό
- Συμμετέχων εκτός Πανεπιστημίου

Ηλικία

- 18 – 30
- 31 – 43
- 44 – 56
- 57 – 70

Οικογενειακή κατάσταση

- Έγγαμος
- Άγαμος/Χωρισμένος