



**Διερεύνηση της Αθλητικής Συμμετοχής  
Φοιτητών/τριων Ελληνικών Πανεπιστημίων**

Θεόφιλος Μασμανιδης  
Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη, Ελλάς

**Περίληψη**

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνηθεί η μορφή των αθλημάτων που οι φοιτητές/τριες των Ελληνικών Πανεπιστημίων α)ασχολήθηκαν στο παρελθόν, β)ασχολήθηκαν στη διάρκεια των σπουδών τους και γ)δήλωσαν πρόθεση να ασχοληθούν στο μέλλον. Στην έρευνα συμμετείχαν 3.041 φοιτητές/τριες, που φοιτούσαν σε επτά από τα μεγαλύτερα πανεπιστήμια της Ελλάδας. Από ένα συγκεκριμένο κατάλογο όπου αναγραφόταν τριάντα τέσσερις μορφές άθλησης οι φοιτητές/τριες κλήθηκαν να σημειώσουν τα τρία αθλήματα με τα οποία α) ασχολήθηκαν με μεγαλύτερη συμμετοχή στο παρελθόν, β) ασχολούνται στη διάρκεια των σπουδών τους εντός ή εκτός πανεπιστημίου και γ) δήλωσαν πρόθεση να ασχοληθούν στο μέλλον μετά το πέρας των σπουδών τους. Τα αποτελέσματα υποστήριξαν ότι: α) αναφορικά με το παρελθόν, οι φοιτητές/τριες ασχολήθηκαν κυρίως με δέκα τρία αθλήματα τα οποία ήταν και γνωστά και διαδεδομένα στην Ελλάδα, β) αναφορικά με τη διάρκεια σπουδών τους, τα αθλήματα που συγκέντρωσαν τις μεγαλύτερες τιμές συμμετοχής ήταν: η γυμναστική φυσικής κατάστασης, η μυϊκή ενδυνάμωση και το σκάκι και γ) αναφορικά με το μέλλον δήλωσαν πρόθεση συμμετοχής σε δέκα οκτώ αθλήματα, λιγότερο διαδεδομένα στην Ελλάδα αλλά περισσότερο επιθυμητά από τους φοιτητές. Οι υπεύθυνοι των Γραφείων Φυσικής Αγωγής των Ελληνικών Πανεπιστημίων οφείλουν να εντάξουν στα ήδη υπάρχοντα προγράμματα και μορφές άθλησης που υλοποιούν στα Πανεπιστήμιά τους και νέα αθλήματα και νέες αθλητικές δραστηριότητες, ώστε να δοθεί η δυνατότητα στους φοιτητές/τριες να ασχοληθούν περισσότερο με τα αθλήματα που επιθυμούν.

Λέξεις κλειδιά: *μορφές άθλησης, προγράμματα άθλησης, Πανεπιστημιακός αθλητισμός*

Ηλεκτρονική διεύθυνση επικοινωνίας: [masman@uom.gr](mailto:masman@uom.gr)

**Investigating Student's Sport Participation  
At Greek Universities**

Theophilos Masmanidis  
University of Macedonia, Thessaloniki, Greece

**Abstract**

The purpose of present study was to explore students' sports participation before, during and after studies in Greek Universities. Three thousand and forty one students from seven universities in Greece completed from a list of 34 different sports the three most favored sports according to: a) students higher sport participation rates before university studies, b) students sport participation during university studies and c) students intentions for

future sport participation, after the end of university studies. Results indicated that a) in the past, students concentrated on 13 sports that were well known and widespread in Greece, b) during their studies, students scored the highest participation rates on fitness, muscular strength and chess and c) according to future intention students declared participation in 18 sports, although those were less common in Greece, but were more desired by students. The official department responsible for student's physical training in Greek Universities should promote new sports and new types of exercise to enable students to be active sport participants during their studies and active exercise citizens during their real life.

*Key words: Sports, Sports programs, Sport participation, Greek Universities*

e - mail: [masman@uom.gr](mailto:masman@uom.gr)

## Εισαγωγή

Το εκπαιδευτικό σύστημα στην Ελλάδα έχει εντάξει τη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό στο ευρύτερο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας και στις τρεις βαθμίδες της εκπαίδευσης. Ο αριθμός των αντικειμένων άθλησης στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση είναι όμως μικρός και ο χώρος διεξαγωγής τους είναι ουσιαστικά οι αυλές των σχολείων. Οι μαθητές/τριες που δεν είχαν την ευκαιρία να ασχοληθούν με αθλήματα και αθλητικές δραστηριότητες εκτός σχολείου είναι φυσικό να έχουν έρθει σε επαφή με μεγάλη γκάμα αθλητικών δραστηριοτήτων και η αθλητική τους εμπειρία να είναι περιορισμένη. Σε έρευνες που διεξήχθησαν στην Αγγλία βρέθηκε ότι οι μαθητές είναι δυσαρεστημένοι από το περιορισμένο αριθμό αθλητικών δραστηριοτήτων που τους παρέχει το σχολείο τους (Green, Smith, & Roberts, 2005), ενώ παράλληλα παραπονιούνται ότι στα προγράμματα άθλησης στο σχολείο τους επικρατούν τα παραδοσιακά αθλήματα τα οποία θα προτιμούσαν να αντικατασταθούν από καινούργια (McPhail, Kirk, & Eley, 2003).

Στην τριτοβάθμια εκπαίδευση οι φοιτητές/τριες στο πλαίσιο των σπουδών τους έχουν τη δυνατότητα να γνωρίσουν αθλήματα και να ασχοληθούν με δραστηριότητες άθλησης με τις οποίες δεν είχαν τη δυνατότητα να ασχολήθηκαν στο παρελθόν. Στα περισσότερα πανεπιστήμια της Ελλάδας λειτουργούν Γραφεία Φυσικής Αγωγής (ΓΦΑ) που είναι υπεύθυνα για την οργάνωση και λειτουργία των προγραμμάτων άθλησης. Η στελέχωση των ΓΦΑ με διδακτικό προσωπικό συνήθως περιλαμβάνει μέλη Ειδικού Διδακτικού Προσωπικού (Ε.Ε.ΔΙ.Π.) που ανήκουν οργανικά στα πανεπιστήμια, αποσπασμένους καθηγητές φυσικής αγωγής από τη πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση, καθώς και ωρομίσθιους πτυχιούχους φυσικής αγωγής από τα προγράμματα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού. Για την υλοποίηση των αθλητικών προγραμμάτων η πλειονότητα των πανεπιστημίων διαθέτει αριθμό αθλητικών εγκαταστάσεων, ενώ παράλληλα χρησιμοποιεί και χώρους που ανήκουν στη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.), την τοπική αυτοδιοίκηση και σε σωματεία. Ένα μέρος των αθλητικών δραστηριοτήτων διεξάγεται στο φυσικό περιβάλλον (βουνά, ποτάμια, λίμνες, θάλασσα).

### *Αθλητικές εγκαταστάσεις και προγράμματα άθλησης στα πανεπιστήμια*

Οι αθλητικές εγκαταστάσεις και η προσβασιμότητα στους χώρους άθλησης και αναψυχής είναι σημαντικός παράγοντας συμμετοχής των ατόμων σε δραστηριότητες άθλησης (Cooper & Theriault, 2008; Liu, Taylor, & Simon, 2009; Watson et al., 2006). Ο Sallis και οι συνεργάτες του (1998) επεσήμαναν ότι η συμμετοχή των μαθητών και φοιτητών σε αθλητικές δραστηριότητες θα πρέπει να υποβοηθείται από ένα «υποστηρικτικό περιβάλλον» το οποίο δημιουργείται μέσω της δυνατότητας πρόσβασης σε αθλητικές εγκαταστάσεις. Άτομα που έχουν άμεση πρόσβαση σε χώρους όπου διεξάγεται μία αθλητική δραστηριότητα είναι περίπου δύο φορές πιο πιθανό να συμμετέχουν στην αθλητική δραστηριότητα σε σχέση με άτομα που δεν έχουν άμεση πρόσβαση (Huston et al., 2003).

Οι αθλητικές εγκαταστάσεις αποτελούν τον πρώτο και βασικότερο παράγοντα για την ανάπτυξη αθλητικών προγραμμάτων στην τριτοβάθμια εκπαίδευση (Tancred, 1995). Σε έρευνά τους στην Ελλάδα οι Μασμανίδης, Τσιγγίλης και Κουστέλιος (2002) αναφέρουν έλλειψη αθλητικών εγκαταστάσεων στην πλειονότητα των ελληνικών πανεπιστημίων, καθώς μόνο σε δύο πανεπιστήμια διαπιστώθηκε ικανοποιητικός αριθμός αθλητικών εγκαταστάσεων, ενώ καταγράφηκαν ακόμη και πανεπιστήμια χωρίς αθλητικές εγκαταστάσεις. Αντίστοιχες έρευνες στις ΗΠΑ επισημαίνουν ότι σημαντικό ρόλο στην απόφαση των φοιτητών/τριών για την αρχική επιλογή πανεπιστημίου αποτελεί το γεγονός της ύπαρξης ικανοποιητικού αριθμού αθλητικών εγκαταστάσεων και προγραμμάτων άθλησης (Heines, 2001; Lidsey, Sessoms, & Willis, 2009). Για το λόγο αυτό το υψηλό επίπεδο σε αθλητικές εγκαταστάσεις και προγράμματα άθλησης στα

πανεπιστήμια των ΗΠΑ αποτελεί συγκριτικό και ανταγωνιστικό πλεονέκτημα.

Η ενασχόληση των νέων με αθλητικές δραστηριότητες στη διάρκεια των σπουδών τους έχει αντίκτυπο για τη συνέχεια της ενασχόλησης με αθλητικές δραστηριότητες σε μεγαλύτερη ηλικία. Σε προηγούμενες έρευνες διαπιστώθηκε θετική συσχέτιση μεταξύ συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες κατά την παιδική και εφηβική ηλικία σε σχέση με την αθλητική δραστηριότητα των ατόμων κατά την περίοδο ενηλικίωσης και τη μέση ηλικία (Cooper & Theriault 2008; Curtis, McTeer, & White, 1999; Green et al., 2005; Kanter et al., 2008; Taylor et al., 1999). Ασφαλέστερη πρόβλεψη για τη χρήση του ελεύθερου χρόνου ενός ατόμου στο μέλλον, είναι η συμπεριφορά του ίδιου ατόμου κατά το παρελθόν (Roberts, 1999; Thompson, Humbert, & Mirwald, 2003).

Η απόκτηση ή η διατήρηση της συνήθειας της άθλησης στο πανεπιστήμιο είναι πολύ σημαντική, καθώς σε αυτή την ηλικία ως επί το πλείστον οι άνθρωποι διακόπτουν ή οικοδομούν τη συνήθεια της δια βίου άθλησης (Watson et al 2006). Εάν οι φοιτητές/τριες βιώσουν τα πλεονεκτήματα της άθλησης κατά τη συμμετοχή τους στα προγράμματα του πανεπιστημιακού αθλητισμού, είναι πολύ πιθανό να συνεχίσουν την αθλητική τους δραστηριότητα και μετά την αποφοίτησή τους (Lindsey & Sessoms 2006; Collins et al., 2001; Forrester, Arterberry, & Barcelona 2006). Αντίθετα, εάν οι φοιτητές/τριες αποκτήσουν αρνητικά βιώματα από τη συμμετοχή τους στην άθληση, είναι αρκετά απίθανο να παραμείνουν αθλητικά ενεργοί (Sullum, Clark, & King, 2000). Οι φοιτητές/τριες σε ποσοστό 73% έχουν την άποψη ότι η συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες και μετά την αποφοίτησή τους από το πανεπιστήμιο θα είναι σημαντική για τη ζωή τους (Lindsey, Sessoms, & Willis, 2009). Ο Forrester και οι συνεργάτες του (2007) διαπίστωσαν ότι το 75% των ατόμων που αποφοίτησαν από το πανεπιστήμιο την τελευταία τετραετία δήλωσαν ότι, ο βαθμός συμμετοχής τους στα προγράμματα άθλησης των πανεπιστημίων τους όταν ήταν φοιτητές/τριες, είχε σημαντική επίδραση στον τρέχοντα βαθμό συμμετοχής τους στην άθληση.

#### *Αντικείμενα άθλησης στα Ελληνικά πανεπιστήμια*

Ο πανεπιστημιακός αθλητισμός στην Ελλάδα βρίσκεται σε σημαντική υστέρηση σε σχέση με άλλες χώρες της Ευρώπης. Σε έρευνά τους ο Μασμανίδης και οι συνεργάτες του (2002) αναφέρουν ότι στην πλειονότητα των ελληνικών πανεπιστημίων υπήρχε έλλειψη αθλητικών εγκαταστάσεων, ανεπαρκής στελέχωση των γραφείων φυσικής αγωγής με το απαραίτητο διδακτικό προσωπικό, έλλειψη κατάλληλων αθλητικών προγραμμάτων και μη αποτελεσματική πολιτική προώθησης των προγραμμάτων άθλησης. Το ποσοστό συμμετοχής των φοιτητών/τριων σε προγράμματα άθλησης και αναψυχής στα Ελληνικά πανεπιστήμια ανέρχονταν σε 9,11%. Το αντίστοιχο ποσοστό στα Ευρωπαϊκά πανεπιστήμια ξεπερνά το 50% (Aman, 1995; Fisher, Holzer, & Sottas 2001). Ο Μασμανίδης και οι συνεργάτες του (2002) διαπίστωσαν ότι ο αριθμός των αντικειμένων άθλησης που διδάσκονται στα Ελληνικά πανεπιστήμια είναι περιορισμένος και είναι στην πλειονότητά τους γνωστά αθλήματα, με τα οποία οι φοιτητές/τριες είχαν ασχοληθεί και στο παρελθόν σαν μαθητές/τριες.

Αντίθετα τα ευρωπαϊκά πανεπιστήμια προσφέρουν μεγάλη ποικιλία αντικειμένων άθλησης και είναι πρωτοπόρα στην υιοθέτηση νέων μορφών άθλησης (Aman, 1995; Fisher et al., 2001; Hachmeister, 2001). Πρόσφατη έρευνα που πραγματοποιήθηκε στις ιστοσελίδες έξι ευρωπαϊκών πανεπιστημίων αναφορικά με τα προγράμματα άθλησης που παρέχονται στους φοιτητές/τριες αποκάλυψε ότι, αριθμός των αντικειμένων άθλησης στο Ελεύθερο Πανεπιστήμιο του Βερολίνου ("Freie Universität Berlin," 2011) ήταν 96, στο Πανεπιστήμιο της Φραγκφούρτης ("Goethe Universität Frankfurt am Main," 2011) 89, στο Πολυτεχνείο του Βερολίνου ("Technische Universität Berlin," 2011) 103, στο πανεπιστήμιο του Άμστερνταμ (University of Amsterdam, 2011) 80, στο πανεπιστήμιο της Βασιλείας ("University of Basel" 2011) 85 και στο πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ ("University of Manchester", 2011) 78. Πέρα από τα κλασικά αντικείμενα άθλησης η πλειονότητα των αθλημάτων που προσφέρονται στα πανεπιστήμια αυτά είναι καινούργιες δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στο σύγχρονο τρόπο ζωής, στις ανάγκες και τις απαιτήσεις των φοιτητών/τριων.

Στην Αγγλία διεξάγονται φοιτητικά πρωταθλήματα σε εθνικό και τοπικό επίπεδο σε 40 ομαδικά και 39 ατομικά αθλήματα (British Universities Sports Association, 2009). Μεγάλος είναι επίσης ο αριθμός των αντικειμένων άθλησης που καλλιεργούνται στα πανεπιστήμια των ΗΠΑ. Ενδεικτικά ο Byl (2002) αναφέρει 50 αθλήματα τα οποία διεξάγονται σε αγωνιστική μορφή στα πανεπιστήμια, ενώ προτείνει να υιοθετούνται ποικίλες μορφές αθλητικών δραστηριοτήτων και προτρέπει τους φοιτητές/τριες να συμμετέχουν στη διαμόρφωση των προγραμμάτων άθλησης με ότι καινούργιο ανακαλύπτουν στο περιβάλλον τους και στο διαδίκτυο.

Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν να διερευνηθεί με ποια αθλήματα ασχολήθηκαν οι φοιτητές/τριες πριν έρθουν στο πανεπιστήμιο, με ποια αθλήματα ασχολούνται στη διάρκεια των σπουδών τους και με ποια αθλήματα θα επιθυμούσαν να ασχοληθούν εάν τους δινόταν η δυνατότητα στο μέλλον. Η σημασία της

έρευνας ήταν σημαντική καθώς οι φορείς διοίκησης των γραφείων φυσικής αγωγής των πανεπιστημίων γνωρίζοντας τα αθλήματα που ενδιαφέρουν τους φοιτητές/τριες θα αναμορφώσουν ανάλογα και το περιεχόμενο των προγραμμάτων άθλησης που προσφέρουν, ώστε να γίνουν πιο ελκυστικά και να αυξηθεί το ποσοστό των συμμετεχόντων.

### Μεθοδολογία

*Συμμετέχοντες:* Στην έρευνα συμμετείχαν 3.041 φοιτητές/τριες, από αυτούς, το 48.1% (1453) ήταν άνδρες και το 51.9% (1568) γυναίκες, με μέσο όρο ηλικίας 20.84 έτη και τυπική απόκλιση 2.10 έτη (20 άτομα δεν δήλωσαν το φύλο τους). Η ύπαρξη οργανωμένου γραφείου φυσικής αγωγής αποτέλεσε προϋπόθεση για την επιλογή του ιδρύματος. Επιλέχθηκαν επτά από τα μεγαλύτερα πανεπιστήμια της χώρας, τα οποία καλύπτουν χωρικά και πληθυσμιακά το μεγαλύτερο μέρος της Ελλάδας. Από τα δύο μεγαλύτερα πανεπιστήμια το Καποδιστριακό και το Αριστοτέλειο συγκεντρώθηκαν και τα μεγαλύτερα δείγματα του πληθυσμού. Σε κάθε πανεπιστήμιο έγινε προσπάθεια τα ερωτηματολόγια να διανεμηθούν σε όσο το δυνατό περισσότερες σχολές και τμήματα, σε όλα τα έτη και σε ανάλογο αριθμό ανδρών και γυναικών. Στο 1ο έτος διανεμήθηκε το 15,5%, στο 2ο έτος το 22,6%, στο 3ο έτος το 21,2%, στο 4ο έτος το 26,4%, στο 5ο έτος το 9,6%, στο έκτο έτος το 3,2%, στο έβδομο και άνω έτος το 1,4% των ερωτηματολογίων.

**Πίνακας 1.** Εκπαιδευτικά Ιδρύματα στα οποία πραγματοποιήθηκε η έρευνα, ο αριθμός και τα ποσοστά συμμετοχής των φοιτητών/τριων

| Εκπαιδευτικό Ίδρυμα       | N     | Ποσοστό | Άνδρες | Γυναίκες |
|---------------------------|-------|---------|--------|----------|
| Πανεπιστήμιο Αθηνών       | 718   | 23.6    | 11.7   | 11.9     |
| Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο | 656   | 21.6    | 9.8    | 11.7     |
| Πανεπιστήμιο Μακεδονίας   | 491   | 16.1    | 8      | 8.2      |
| Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων    | 485   | 15.8    | 6.6    | 9.4      |
| Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας    | 413   | 13.5    | 6.5    | 7.1      |
| Πανεπιστήμιο Πατρών       | 182   | 05.9    | 3.6    | 2.3      |
| Πανεπιστήμιο Κρήτης       | 96    | 03.2    | 1.8    | 1.3      |
| Σύνολο                    | 3.041 | 100     | 48.1   | 51.9     |

*Όργανα Μέτρησης:* Από κατάλογο 34 αθλημάτων οι φοιτητές/τριες κλήθηκαν να σημειώσουν τρία αθλήματα με τα οποία οι ίδιοι θεώρησαν ότι ασχολήθηκαν στο παρελθόν σε κάποιο βαθμό, στο πλαίσιο των δυνατοτήτων που τους προσέφερε το σχολικό και εξωσχολικό περιβάλλον. Τρία αθλήματα με τα οποία ασχολούνται τώρα εντός ή εκτός πανεπιστημίου. Τρία αθλήματα με τα οποία σκοπεύουν να ασχοληθούν στο μέλλον, εάν τους δοθεί η δυνατότητα. Από τους φοιτητές/τριες ζητήθηκε να σημειώσουν σε κάθε στήλη μέχρι τρία από τα σημαντικότερα για αυτούς αθλήματα. Επίσης υπήρχε ανοιχτή ερώτηση για να καταγραφεί κάποιο από τα αθλήματα που δεν αναφέρονταν στη λίστα.

*Διαδικασία συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων:* Το δείγμα της έρευνας περιελάμβανε φοιτητές/τριες που είτε συμμετείχαν, είτε δεν είχαν συμμετοχή στα προγράμματα άθλησης των γραφείων φυσικής αγωγής των ιδρυμάτων τους. Τα ερωτηματολόγια διανεμήθηκαν σε έντυπη μορφή και συμπληρώθηκαν στους χώρους των πανεπιστημίων. Οδηγίες για τον τρόπο συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων, καθώς και διευκρινήσεις δίνονταν σε κάθε συμμετέχοντα. Τα ερωτηματολόγια ελεγχόταν μετά την συμπλήρωσή τους. Τελικά το ποσοστό των ερωτηματολογίων που θεωρήθηκαν πλήρως συμπληρωμένα και έγκυρα ήταν 88%. Η συμμετοχή στην έρευνα ήταν ανώνυμη και εθελοντική. Η έρευνα διενεργήθηκε κατά το εαρινό εξάμηνο του 2006.

### Αποτελέσματα

Με βάση τις απαντήσεις των φοιτητών/τριων δημιουργήθηκαν τρεις ομάδες αθλημάτων. Στην πρώτη ομάδα εντάχθηκαν 13 αθλήματα τα οποία παρουσίαζαν υψηλότερες τιμές στη στήλη «ασχολήθηκα στο παρελθόν». Στην δεύτερη ομάδα εντάχθηκαν 3 αθλήματα τα οποία παρουσίαζαν υψηλότερες τιμές στη στήλη

«ασχολούμαι τώρα». Στην τρίτη ομάδα εντάχθηκαν 18 αθλήματα τα οποία παρουσίαζαν υψηλότερες τιμές στη στήλη «σκοπεύω να ασχοληθώ στο μέλλον, εάν μου δοθεί η δυνατότητα».

**Πίνακας 2.** Αθλήματα στα οποία οι φοιτητές/τριες παρουσιάζουν τις μεγαλύτερες τιμές συμμετοχής αναφορικά με το «παρελθόν».

| <b>Αθλητική<br/>Ενασχόληση<br/>φοιτητών</b> | στο<br>Παρελθόν     | στο<br>Παρόν | στο<br>Μέλλον |
|---|---------------------|--------------|---------------|
| Καλαθοσφαίριση                              | <b>1131 (37,0%)</b> | 455 (14,9%)  | 271 (8,9%)    |
| Ποδόσφαιρο                                  | <b>825 (27,0%)</b>  | 549 (17,9%)  | 251 (8,2%)    |
| Πετοσφαίριση                                | <b>795 (26,0%)</b>  | 179 (5,9%)   | 201 (6,6%)    |
| Ελληνικοί χοροί                             | <b>592 (19,4%)</b>  | 170 (5,6%)   | 163 (5,3%)    |
| Κολύμβηση                                   | <b>444 (14,5%)</b>  | 162 (5,3%)   | 342 (11,2%)   |
| Αεροβική άσκηση                             | <b>442 (14,4%)</b>  | 307 (10,0%)  | 326 (10,7%)   |
| Στίβος                                      | <b>262 (8,6%)</b>   | 68 (2,2%)    | 107 (3,5%)    |
| Αντισφαίριση                                | <b>219 (7,2%)</b>   | 94 (3,1%)    | 217 (7,1%)    |
| Επιτραπέζια αντισφρ                         | <b>204 (6,7%)</b>   | 145 (4,7%)   | 126 (4,1%)    |
| Καράτε                                      | <b>190 (6,2%)</b>   | 54 (1,8%)    | 136 (4,4)     |
| Χειροσφαίριση                               | <b>146 (4,8%)</b>   | 39 (1,3%)    | 50 (1,6%)     |
| Μπαλέτο                                     | <b>33 (1,1%)</b>    | 12 (0,4%)    | 12 (0,4%)     |

**Πίνακας 3.** Αθλήματα στα οποία οι φοιτητές/τριες παρουσιάζουν τις μεγαλύτερες τιμές συμμετοχής αναφορικά με τη «παρόν - διάρκεια φοίτησης στο Πανεπιστήμιο».

| <b>Αθλητική<br/>Ενασχόληση<br/>φοιτητών</b> | στο<br>Παρελθόν | στο<br>Παρόν       | στο<br>Μέλλον |
|---|-----------------|--------------------|---------------|
| Γυμναστική<br>φυσικής κατάστασης            | 369 (12,1%)     | <b>404 (13,2%)</b> | 351 (11,5%)   |
| Μυϊκή ενδυνάμωση                            | 253 (8,3%)      | <b>307 (10,0%)</b> | 222 (7,3%)    |
| Σκάκι                                       | 114 (3,7%)      | <b>126 (4,1%)</b>  | 91 (3,0%)     |

**Πίνακας 4.** Αθλήματα στα οποία οι φοιτητές/τριες δήλωσαν πρόθεση για συμμετοχή « στο μέλλον εάν τους δοθεί η κατάλληλη ευκαιρία».

| <b>Αθλητική<br/>Ενασχόληση<br/>φοιτητών</b> | στο<br>Παρελθόν | στο<br>Παρόν | στο<br>Μέλλον      |
|---|-----------------|--------------|--------------------|
| Διεθνείς χοροί                              | 139 (4,5%)      | 132 (4,3%)   | <b>384 (12,6%)</b> |
| Γιόγκα                                      | 74 (2,4%)       | 115 (3,8%)   | <b>301 (9,8%)</b>  |
| Σκι   | 116 (3,8%)      | 132 (4,3%)   | <b>258 (8,4%)</b>  |
| Ράφτινγκ                                    | 31 (1,0%)       | 31 (1,0%)    | <b>189 (6,2%)</b>  |
| Ορειβασία                                   | 47 (1,5%)       | 44 (1,4%)    | <b>183 (6,0%)</b>  |
| Ιππασία                                     | 43 (1,4%)       | 25 (0,8%)    | <b>169 (5,5%)</b>  |
| Αναρρίχηση                                  | 16 (0,5%)       | 24 (0,8%)    | <b>161 (5,3%)</b>  |
| Ξιφασκία                                    | 37 (1,2%)       | 20 (0,7%)    | <b>137 (4,5%)</b>  |
| Ιστιοπλοία                                  | 29 (0,9%)       | 20 (0,7%)    | <b>123 (4,0%)</b>  |
| Σκοποβολή                                   | 30 (1,0%)       | 22 (0,7%)    | <b>107 (3,5%)</b>  |
| Τοξοβολία                                   | 20 (0,7%)       | 19 (0,6%)    | <b>103 (3,4%)</b>  |
| Ποδηλατοδρομία                              | 56 (1,8%)       | 47 (1,5%)    | <b>91 (3,0%)</b>   |
| Πόλο  | 64 (2,1%)       | 25 (0,8%)    | <b>86 (2,8%)</b>   |
| Αντιπέρση                                   | 49 (1,6%)       | 28 (0,9%)    | <b>76 (2,5%)</b>   |
| Κανό  | 24 (0,8%)       | 13 (0,4%)    | <b>72 (2,4%)</b>   |
| Τζούντο                                     | 57 (1,9%)       | 28 (0,8%)    | <b>67 (2,2%)</b>   |
| Πάλη  | 40 (1,3%)       | 21 (0,7%)    | <b>53 (1,7%)</b>   |
| Κωπηλασία                                   | 33 (1,1%)       | 5 (0,2%)     | <b>52 (1,7%)</b>   |

## Συζήτηση

Στην πρώτη ομάδα υπερισχύουν τα διαδεδομένα αθλήματα στην Ελλάδα (αθλοπαιδιές, στίβος, ελληνικοί χοροί κ.ά.). Δηλαδή αθλήματα με τα οποία οι σημερινοί φοιτητές/τριες ασχολήθηκαν στο παρελθόν στη πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση ή σε ιδιωτικά γυμναστήρια και σε συλλόγους. Όπως φαίνεται και στον πίνακα 2, ο αριθμός των φοιτητών/τριων που προτιμά να συνεχίσει την ενασχόλησή του με τα παραπάνω αθλήματα στο παρόν και στο μέλλον είναι μικρότερος σε σχέση με το παρελθόν. Κατά συνέπεια στα αθλήματα αυτά παρουσιάζεται μείωση ενδιαφέροντος, καθώς πολλοί φοιτητές/τριες θα προτιμούσαν να αντικαταστήσουν τον τρόπο γύμνασής τους με άλλα καινούργια αθλήματα.

Στη δεύτερη ομάδα υπερισχύουν τα αθλήματα που ενδιαφέρουν τους φοιτητές/τριες αυτή τη χρονική περίοδο της ζωής τους (γυμναστική για φυσική κατάσταση, μυσική ενδυνάμωση και σκάκι). Το σκάκι είναι πνευματικό παιχνίδι και ίσως συνδέεται με την ανάγκη των φοιτητών/τριων για εξάσκησης της σκέψης. Η ενασχόληση με το σκάκι είναι σχετικά εύκολη και προσιτή, καθώς παίζεται μεταξύ δύο ατόμων στο διαθέσιμο χρόνο τους, χωρίς να απαιτείται ιδιαίτερη ενδυμασία, οργάνωση και εγκαταστάσεις. Πρέπει να σημειωθεί ότι το σκάκι περιλαμβάνεται στο ετήσιο πρόγραμμα των πανελληνίων φοιτητικών πρωταθλημάτων. Οι άλλες δύο δραστηριότητες φανερώνουν πιθανά την ανάγκη των φοιτητών/τριων να διατηρούνται σε καλή φυσική κατάσταση, αλλά και να αναδείξουν το σώμα τους.

Στην τρίτη ομάδα υπερισχύουν τα λιγότερο διαδεδομένα αθλήματα (ευρωπαϊκοί και λατινοαμερικάνικοι χοροί, γιόγκα, σκι, ορειβασία, ιστιοπλοΐα, κ.ά.). Τα αθλήματα αυτά φαίνεται ότι ελκούν το ενδιαφέρον των φοιτητών/τριων, αλλά προφανώς απουσιάζουν από τα προγράμματα άθλησης των πανεπιστημίων τους ή δεν είναι κατάλληλα οργανωμένα και έτσι δεν έχουν τη δυνατότητα να ασχοληθούν με αυτά στο βαθμό που θα επιθυμούσαν. Πρέπει να επισημανθεί ότι από τα 18 αθλήματα της τρίτης ομάδας τα 10 είναι ανοιχτού χώρου και διεξάγονται στο φυσικό περιβάλλον.

Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας φάνηκε ότι υπάρχει η τάση στους φοιτητές/τριες να ασχοληθούν με νέα αντικείμενα άθλησης, τα οποία δεν είχαν τη δυνατότητα να γνωρίσουν στο παρελθόν και τα οποία σε σημαντικό ποσοστό διεξάγονται στο φυσικό περιβάλλον. Σε παρόμοια συμπεράσματα κατέληξαν και προηγούμενοι ερευνητές (Burnik & Kurner, 1995; Hachmeister, 2001; Fisher et al., 2001). Οι Burnik και Kurner (1995) επισημαίνουν ότι τα αθλήματα που διεξάγονται στο φυσικό περιβάλλον είναι κατάλληλα για την δια βίου άθληση, βοηθούν τους φοιτητές/τριες να γνωρίσουν τη φύση και να αποκτήσουν οικολογική συνείδηση. Η Ελλάδα είναι χώρα με πλούσιο και προσβάσιμο φυσικό περιβάλλον (βουνά, ποτάμια, λίμνες, θάλασσα), όπου είναι εφικτή η διεξαγωγή αθλημάτων και αθλητικών δραστηριοτήτων ανοιχτού χώρου χωρίς ιδιαίτερο κόστος.

Ένας από τους κύριους στόχους του πανεπιστημιακού αθλητισμού είναι η αύξηση του ποσοστού των αθλουμένων και η κινητοποίηση όσο το δυνατό μεγαλύτερου αριθμού φοιτητών/τριων. Η προσφορά προγραμμάτων άθλησης με μεγάλο αριθμό αντικειμένων άθλησης διαπιστώθηκε σε προηγούμενες έρευνες ότι βοηθά στην αύξηση του ποσοστού των συμμετεχόντων φοιτητών/τριων στην άθληση (Forrester, Arterberry, & Barcelona, 2006; Huston et al, 2003). Σύμφωνα με τους Beggs, Stitt, και Elkins (2004) ο μεγάλος αριθμός αντικειμένων άθλησης είναι απαραίτητος για την προσέλκυση των μη συμμετεχόντων στα προγράμματα άθλησης φοιτητών/τριων. Οι Green, Smith και Roberts (2005) αναφέρονται σε ευρύ φάσμα αθλητικών δραστηριοτήτων (wide sporting repertoires) με τις οποίες θα ήταν χρήσιμο να ασχολούνται οι νέοι. Τα αθλητικά προγράμματα θα πρέπει να έχουν το στοιχείο της νεωτερικότητας και να προσαρμόζονται στις δυνατότητες των αθλουμένων (Torkildsen, 1999). Η ενασχόληση των φοιτητών/τριων με ποικιλία αθλημάτων τους βοηθά να υιοθετήσουν ένα αθλητικά πιο ενεργό τρόπο ζωής (Kanters, et al. 2008).

Τα προγράμματα άθλησης του πανεπιστημιακού αθλητισμού θα πρέπει να δίνουν την ευκαιρία στους φοιτητές/τριες να έρχονται σε επαφή με ευρύ φάσμα αντικειμένων άθλησης, καθώς οι άνθρωποι ως ενήλικες τείνουν να επιλέγουν για να ασχοληθούν με αντικείμενα άθλησης στα οποία τους είναι ήδη γνωστά (Roberts, 1999; Fairclough, Straton, & Baswin, 2002). Οι Greenwood-Parr και Oslin (1998) επεσήμαναν ότι οι φοιτητές/τριες είναι πιθανότερο να θελήσουν να συνεχίσουν να συμμετέχουν και ως ενήλικες σε μία δραστηριότητα, εάν η προηγούμενη ενασχόλησή τους με τη δραστηριότητα αυτή τους βοήθησε στον αυτοπροσδιορισμό, στην αίσθηση αναγνώρισης, στην προσέγγιση των ικανοτήτων και των ορίων τους. Για το λόγο αυτό τα προγράμματα του πανεπιστημιακού αθλητισμού δεν θα πρέπει να επικεντρώνονται τόσο στα ομαδικά αθλήματα, όσο σε δραστηριότητες μη ανταγωνιστικού χαρακτήρα, σε ατομικά αθλήματα και σε δραστηριότητες που διεξάγονται μεταξύ δύο ή τριών ατόμων.

Οι Μασμανίδης και Κώστα (2005) επισημαίνουν ότι οι Έλληνες φοιτητές/τριες δεν ασχολήθηκαν με μεγάλη ποικιλία αθλημάτων και αθλητικών δραστηριοτήτων στο σχολικό τους περιβάλλον στις δύο

προηγούμενες βαθμίδες της εκπαίδευσής τους, με συνέπεια να έλκονται από δραστηριότητες άθλησης που δεν είχαν τη δυνατότητα να γνωρίσουν στο παρελθόν. Οι Cooper και Faircloth (2006) αναφέρουν ότι οι υπεύθυνοι των πανεπιστημιακών γυμναστηρίων θα πρέπει να σχεδιάζουν, να προωθούν και να προσφέρουν αθλητικές δραστηριότητες σύμφωνα με τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των φοιτητών/τριών σε ποικιλία αθλημάτων και δραστηριοτήτων αναψυχής. Ο αριθμός και το ποσοστό των συμμετεχόντων, καθώς και ο αριθμός των αθλητικών δραστηριοτήτων που προσφέρουν τα πανεπιστήμια καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό την αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων άθλησης.

### Συμπεράσματα - Προτάσεις

Οι φορείς διοίκησης του πανεπιστημιακού αθλητισμού θα πρέπει να φροντίσουν για την εξασφάλιση των απαραίτητων αθλητικών υποδομών και την οργανωτική επάρκεια των γραφείων φυσικής αγωγής των πανεπιστημίων. Όπως φάνηκε από την έρευνα θα πρέπει να δοθεί έμφαση στη δημιουργία και τον εξοπλισμό των πανεπιστημίων με αίθουσες με βάρη, καθώς και στη προσφορά προγραμμάτων ενδυνάμωσης και βελτίωσης της φυσικής κατάστασης των φοιτητών/τριών. Τα προγράμματα άθλησης των ιδρυμάτων θα πρέπει να αναμορφωθούν και να εμπλουτιστούν με ποικιλία αθλημάτων και αθλητικών δραστηριοτήτων, ώστε να δοθεί η δυνατότητα στους φοιτητές/τριες που επιθυμούν να βρουν και να συνδεθούν με το άθλημα ή την αθλητική δραστηριότητα που τους ταιριάζει. Τα πανεπιστήμια θα πρέπει να εκμεταλλευτούν τις δυνατότητες που υπάρχουν στο φυσικό περιβάλλον και να προωθήσουν αθλητικές δραστηριότητες ανοιχτού χώρου. Απώτερος στόχος της αναμόρφωσης των προγραμμάτων άθλησης θα πρέπει να είναι η αύξηση του ποσοστού των αθλουμένων. Η αύξηση της αθλητικής δραστηριότητας των φοιτητών/τριών κατά την περίοδο της ζωής τους στο πανεπιστήμιο, είναι πιθανό να τους βοηθήσει να ακολουθήσουν αθλητικό τρόπο ζωής και μετά την αποφοίτησή τους.

### Βιβλιογραφία

- Aman, J. (1995). Sport for all at all levels. Proceedings of the 18th Universiade of the FISU/SECU Conference, Sport and man: creating a new vision, pp.82-85, Fukuoka, Japan.
- Beggs, B., Stitt, J., & Elkins, D. (2004). Leisure motivation of participation and nonparticipation in campus recreational sports programs. *Recreational Sports Journal* 28, 65-77.
- British Universities Sports Association. (2009). Handbook 2009-2010. BUSA in association with The Daily Telegraph, Pricewaterhouse Coopers. London.
- Burnik, S. & Kurner, D. (1995). Outdoor activities as part of regular sport education on the University of Ljubljana. Proceedings of the 18th Universiade of the FISU/CESU Conference, sport and man: Creating a new vision. 200-201. Fukuoka, Japan,
- Byl, J. (2002). Intramural recreation: a step by step guide to creating an effective program. United States: Human Kinetics.
- Collins, J., Valerius, L., King, T., & Graham, A. (2001). The relationship between college students' self-esteem and the frequency and importance of their participation in recreational activities. *NIRSA Journal*, 25, 38-47.
- Cooper, N. & Theriault, D. (2008). Environment correlates of physical activity: Implications for campus recreation practitioners. *Recreational Sports Journal*, 32, 97-105.
- Cooper, N. & Faircloth, C. (2006). Repositioning campus recreation: A case report on Designing program evaluation procedure. *Recreational Sport Journal*, 30, 126-135.
- Curtis, J., McTeer, W., & White, P. (1999). Exploring affects of school sport exercise on sport participation in later life. *Sociology of Sport Journal*, 16, 348-365.
- Fairclough, S., Straton, G., & Baswin, G. (2002). The contribution of secondary school physical education to lifetime physical activity. *European Physical Education Review*, 8 (1), 69-84.
- Fisher, R., Holtzer, F., & Sottas, F. (2001). Sport and studies –A millennium research of the Swiss university sport. Proceedings of the 21th Universiade or the FISU/SECU conference, Unity Friendship and progress of humanity through university sport, pp. 179-180, Beijing China.
- Forrester, S., Arterberry, C., & Barcelona, B. (2006). Student attitudes toward sports and fitness activities after graduation. *Recreational Sports Journal*, 30, 87-99.
- Forrester, S., Ross, C., Hall, S., & Geary, C. (2007). Using past campus recreational Sports participation to explain current physical activity levels of alumni. *Recreational Sports Journal*, 31, 83-94.
- Freie Universität Berlin (2011). Ανακτήθηκε στις 12-01-2011 από την ιστοσελίδα [www.hs-sport.fu-berlin.de](http://www.hs-sport.fu-berlin.de)



## Ερευνητική

- Goethe Universität Frankfurt am Main (2011). Ανακτήθηκε στις 12-01-2011 από την Ιστοσελίδα [www.uni-frankfurt.de](http://www.uni-frankfurt.de)
- Green, K., Smith, A., & Roberts, K. (2005). Young people and lifelong participation in sport and physical activity: a sociological physical education programs in England and Wales. *Leisure Studies*, 24 (1), 27-43.
- Greenwood-Parr, M. & Oslin, J. (1998). Promoting lifelong involvement through physical activity. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 69 (2), 72-76.
- Hachmeister, C. (2001). Facilities and profiles of German university sports: An empirical analysis. Proceedings of the 6th Annual Congress of the European College of Sport Science-15th Congress of the German Society of Sport Science. 507. Cologne, Germany.
- Heines, D. (2001). Undergraduate student benefits from university recreation. *NIRSA Journal*, 25, 25 -33.
- Huston, S., Evenson, K. Bors, P., & Gizlice, Z. (2003). Neighborhood environment, access to places for activity, and leisure-time physical activity in a diverse North Carolina population. *American Journal of Health promotion*, 18, 56-69.
- kanters, M., Bocarro, J., Casper, J., & Forrester, S. (2008). Determinants of sport participation in middle school children and the impact of intramural sports. *Recreational Sports Journal*, 32, 134-151.
- Lindsey, R., Sessoms, E., & Willis, G. (2009). Impact of campus recreational sports facilities and programs on recruitment and retention among African American students: A pilot study. *Recreational Sport Journal*, 33, 25-34.
- Lindsey, R. & Sessoms, E. (2006). Assessment of a campus recreation program on student, retention, and frequency of participation across certain demographic variables. *Recreational Sports Journal*, 30, 30-39.
- Liu, Y., Taylor, P. & Simon, S. (2009). Sport equity: Benchmarking the performance of English public sport facilities. *European Sport Management Quarterly*, 1, 3-21.
- Μασμανίδης, Θ. & Κώστα, Γ. (2005). Αθλήματα με τα οποία οι φοιτητές/τριες του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης ασχολήθηκαν, θέλουν να ασχοληθούν και επιθυμούν να συμμετέχουν. 1ο Πανελλήνιο συνέδριο αναψυχής - ελεύθερου χρόνου & αθλητικού τουρισμού, 84-86, Τρίκαλα.
- Μασμανίδης, Θ., Τσιγγίλης, Ν. & Κουστέλιος, Α. (2002). Η φυσική αγωγή στην τριτοβάθμια εκπαίδευση: Διερεύνηση της υπάρχουσας κατάστασης. Φυσική Δραστηριότητα και Ποιότητα Ζωής, Ηλεκτρονικό περιοδικό, [www.pe.auth.gr](http://www.pe.auth.gr) τεύχος 3, 1-9.
- McPhail, A., Kirk, D., & Eley, D. (2003). Listening to young people's voices: Youth sports leaders' active on facilitating in sport. *European Physical Education Review*, 9(1), 57-73.
- Roberts, K. (1999). Leisure in contemporary society. Wallingford, U.K.: CABI Publications.
- Sallis, J., Bauman, A., & Pratt, M. (1998). Environmental and policy intervention to promote physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 15, 379 -397.
- Sallis, J., Bauman, A., & Pratt, M. (1998). Environmental and policy intervention to promote physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 15, 379 -397.
- Sullum, J., Clark, M., & King, T. (2000). Predictors of exercise relapse in a college population. *Journal of American College Health*, 51, 175-180.
- Tancred, W. (1995). Youth sport: It can be enjoyable. Proceedings of the 18th Universiade of the FISU/CESU conference, Sport and man: creating a new vision. Pp. 190-191. Fukuoka, Japan.
- Taylor, W., Blair, S., Cummings, S., Wun, C., & Malina, R. (1999). Childhood and adolescent physical activity patterns and adult physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1), 118-123.
- Teshnische Universität Berlin (2011). Ανακτήθηκε στις 12-01-2011 από την ιστοσελίδα [www.tu-sport.de](http://www.tu-sport.de)
- Torkildsen, G. (1999). Leisure and Recreation Management. Fourth edition, E & FN Spon, Chapman & Hall.
- University of Amsterdam (2011). Ανακτήθηκε στις 04-04-2011 από την ιστοσελίδα [www.zoek.uva.nl](http://www.zoek.uva.nl)
- University of Basel (2011). Ανακτήθηκε στις 04-04-2011 από την ιστοσελίδα [www.unisport.unibas.ch](http://www.unisport.unibas.ch)
- University of Manchester (2011). Ανακτήθηκε στις 04-04-2011 από την ιστοσελίδα [www.sport.manchester.ac.uk/au/clubs](http://www.sport.manchester.ac.uk/au/clubs)
- Watson, J., Ayers, S., Zizzi, S., & Naol, A. (2006). Student recreation center: A comparison of users and non-users on psychosocial variables. *Recreational Sport Journal*, 30, 9-19.