

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΓΝΩΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΑΘΛΗΜΑ
ΤΗΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ, ΜΑΘΗΤΡΙΩΝ ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΩΝ
ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Της

Μπούρα Σοφίας

Μεταπτυχιακή Διατριβή που υποβάλλεται
στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων απόκτησης
του μεταπτυχιακού τίτλου του Διατμηματικού Μεταπτυχιακού Προγράμματος
«Άσκηση και Ποιότητα Ζωής» των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού του Δημοκρίτειου Παν/μίου Θράκης και του Παν/μίου Θεσσαλίας στην
κατεύθυνση «Παιδαγωγική και Δημιουργική Μάθηση».

Κομοτηνή

2007

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

1^{ος} Επιβλέπων : Πολλάτου Ελιζάνα, Επίκουρος Καθηγήτρια

2^{ος} Επιβλέπων : Αντωνίου Παναγιώτης, Επίκ. Καθηγητής

3^{ος} Επιβλέπων : Κιουμουρτζόγλου Ευθύμιος, Καθηγητής



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ
ΕΙΔΙΚΗ ΣΥΛΛΟΓΗ «ΓΚΡΙΖΑ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ»

Αριθ. Εισ.: 6541/1

Ημερ. Εισ.: 12/06/2009

Δωρεά:

Ταξιθετικός Κωδικός: Δ

796.440 72

ΜΠΟ



© 2007

Σοφία Μπούρα

ALL RIGHTS RESERVED

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Μπούρα Σοφία: Κατασκευή ερωτηματολογίου καταγραφής γνώσεων για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, μαθητριών και μαθητών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης

(Υπό την επίβλεψη της Επίκ. Καθηγήτριας κ. Πολλάτου Ελιζάνας)

Η Ρυθμική Γυμναστική (ΡΓ) αποτελεί ένα φαντασμαγορικό ολυμπιακό γυναικείο άθλημα, ελάχιστα όμως διαδεδομένο στο ευρύ κοινό. Ο κύριος σκοπός της έρευνας ήταν η κατασκευή έγκυρου και αξιόπιστου ερωτηματολογίου για την αξιολόγηση των γνώσεων για το άθλημα της ΡΓ μαθητών και μαθητριών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης. Για να εξασφαλιστεί η αξιοπιστία και η εγκυρότητα του ερωτηματολογίου εφαρμόστηκαν δύο πιλοτικές έρευνες, στις οποίες συμμετείχαν συνολικά 108 μαθητές/τριες 14-16 ετών αλλά και 39 αθλήτριες ΡΓ της ίδιας ηλικιακής ομάδας. Υπολογίστηκε ο δείκτης διάκρισης για κάθε ερώτηση και οι ερωτήσεις με χαμηλό δείκτη αφαιρέθηκαν από το τελικό ερωτηματολόγιο. Στην κυρίως έρευνα έλαβαν μέρος, με τυχαία δειγματοληψία, 274 μαθητές/τριες, ηλικίας 14-16 ετών, από επτά δημόσια Γυμνάσια και Λύκεια του νομού Αττικής. Το ερωτηματολόγιο απαρτιζόταν από 29 ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής και περιελάμβανε 10 θεματικές ενότητες. Εφαρμόστηκε έλεγχος τυχαίας διασποράς σε κάθε μία από τις ερωτήσεις (test chi-square) και διαπιστώθηκε ότι ο τρόπος με τον οποίο απαντήθηκε το ερωτηματολόγιο δεν ήταν τυχαίος ($p < 0.05$). Η αξιοπιστία της κάθε ερώτησης ερευνηθήκε με την point biserial συσχέτιση της κάθε ερώτησης με τη συνολική επίδοση και τη συνεισφορά της στο μέγεθος του δείκτη αξιοπιστίας Cronbach Alpha ($\alpha = 0.67$). Οι ανάλογες αναλύσεις που εφαρμόστηκαν έδειξαν ότι, οι επιδόσεις των μαθητών δεν διαφοροποιήθηκαν ανάλογα με το σχολείο που φοιτούσαν, τα κορίτσια είχαν καλύτερες επιδόσεις από τα αγόρια ($p < 0.001$) ενώ οι μικρότεροι μαθητές είχαν καλύτερη επίδοση ($p = < .01$) από τους μεγαλύτερους μαθητές. Συμπερασματικά, με τη χρήση

του ερωτηματολογίου είναι δυνατό να διαπιστωθούν οι γνώσεις που απαιτούνται ώστε να θεωρηθούν οι μαθητές/τριες ενημερωμένοι θεατές.

Λέξεις Κλειδιά: Κατασκευή ερωτηματολογίου, Ρυθμική Γυμναστική, κρίση, θεατές.

ABSTRACT

Boura Sofia: Construction of questionnaire recording knowledge of secondary education students about the sport of Rhythmic Gymnastics
(Under the supervision of Assistant Professor Pollatou Elisana)

Rhythmic Gymnastics (RG) constitutes a spectacular Olympic feminine sport that however is not widely widespread in the public. The main aim of research was the construction of a valid and reliable questionnaire on the evaluation of knowledge for the sport of RG, of secondary education students. In order to ensure reliability and validity of questionnaire, two pilot studies were applied, in which participated totally 108 students 14 – 16 years old and 39 RG athletes at the same age group. The indicator of discrimination for each question was calculated and the questions with low indicator were removed from the final questionnaire. In the main research 274 students participated, in the age of 14-16 years old, with random sampling from seven public high schools of Attica prefecture. The questionnaire was composed from 26 multiple choice questions and included 10 thematic units. It was applied control of random dissemination in each question (test chi-square) and it was realized that the way the questionnaire was answered was not accidental ($p < 0.05$). The reliability of each question was searched with the point biserial cross-correlation and its total record and contribution in the size of indicator of reliability Cronbach Alpha ($\alpha=0.67$). The applied analyses revealed that the students scores were not differentiated according the school area, girls had higher scores than boys ($p < 0.001$) and younger students scored better than their older peers ($p = <.01$). Deductively, using this questionnaire it is possible to be realized the knowledge that is required so the students to be considered as informed spectators.

Keywords: questionnaire construction, Rhythmic Gymnastics, judging, spectators.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Θα ήθελα να ευχαριστήσω την Επίκουρο Καθηγήτρια του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας Πολλάτου Ελιζάνα και τη Λέκτορα του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας Ζήση Βασιλική χωρίς τη καθοδήγηση και τη βοήθεια των οποίων θα ήταν αδύνατη η ολοκλήρωση αυτής της διατριβής, αλλά και το φίλο και συμμαθητή Γιώργο Μπαλαμπάνη, Καθηγητή στο CASS Business School – City University of (London) για τη πολύτιμη βοήθεια του στη στατιστική ανάλυση των δεδομένων.

Αφιερώνω αυτή τη δουλειά στο Σόλωνα γιατί χωρίς τη συμπαράσταση και τη κατανόηση του δεν θα μπορούσα να την ολοκληρώσω, αλλά και στα παιδιά μου, τον Χρήστο και την Αγγελική, χωρίς την υπομονή και την αγάπη των οποίων θα ήταν αδύνατη.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	iii
ABSTRACT.....	v
ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	vi
ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ.....	vii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ.....	ix
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ.....	ix
I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1
Ιστορική Αναδρομή.....	2
Όργανα.....	3
Κώδικας Ρυθμικής Γυμναστικής.....	4
Κριτές.....	6
Σκοπός της έρευνας.....	7
Ερευνητικές υποθέσεις.....	15
Μηδενικές υποθέσεις.....	16
II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....	17
Αντιληπτικοκινητική ικανότητα των αθλητριών και ανάπτυξη.....	17
Αξιολόγηση – κρίση του αθλήματος.....	18
III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ.....	25
Έμπειροι κριτές.....	25
1 ^η Πιλοτική Έρευνα.....	26
2 ^η Πιλοτική Έρευνα.....	30

Δείγμα.....	33
Διαδικασία.....	34
Εργαλεία συλλογής δεδομένων.....	35
Στατιστική Ανάλυση.....	36
IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	39
1 ^η Ενότητα – Ρυθμική Γυμναστική.....	40
2 ^η Ενότητα – Όργανα.....	41
3 ^η Ενότητα – Ενδυμασία.....	42
4 ^η Ενότητα – Αθλήτριες.....	42
5 ^η Ενότητα – Χρονική διάρκεια προγραμμάτων.....	42
6 ^η Ενότητα – Είδη αγώνων.....	43
7 ^η Ενότητα – Αξιολόγηση των προγραμμάτων.....	43
8 ^η Ενότητα – Σύνθεση των προγραμμάτων.....	44
9 ^η Ενότητα – Ensemble.....	46
10 ^η Ενότητα – Ποινές.....	47
Αξιολόγηση ερωτηματολογίου.....	49
Δείκτης διάκρισης.....	50
Αξιοπιστία του ερωτηματολογίου.....	51
Συγκρίσεις.....	53
V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	56
VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	62
VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	65
IX. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ.....	69
1: ερωτηματολόγιο 57 ερωτήσεων 1 ^{ης} πιλοτικής έρευνας.....	69
2: Ερωτηματολόγιο 35 ερωτήσεων 2 ^{ης} πιλοτικής έρευνας και κύριας έρευνας.....	78
3: Τελικό ερωτηματολόγιο 29 ερωτήσεων.....	85

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

Πίνακας 1.	Ερωτηματολόγιο 1.....	10
Πίνακας 2.	Ερωτηματολόγιο 57 ερωτήσεων 1 ^{ης} πιλοτικής έρευνας.....	26
Πίνακας 3.	Ερωτηματολόγιο 2 ^{ης} πιλοτικής έρευνας.....	30
Πίνακας 4.	Test chi-square (έλεγχος τυχαίας διασποράς).....	38
Πίνακας 5.	1 ^η Ανάλυση.....	46
Πίνακας 6.	Βαθμός δυσκολίας ερωτήσεων.....	48
Πίνακας 7.	Δείκτης διάκρισης για κάθε ερώτηση και T- test.....	49
Πίνακας 8.	Αξιοπιστία ερωτήσεων.....	50
Πίνακας 9.	Σχολεία φοίτησης.....	53

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

Σχήμα 1.	Κατανομή επιδόσεων.....	52
----------	-------------------------	----

**ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΓΝΩΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΟ
ΑΘΛΗΜΑ ΤΗΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ, ΜΑΘΗΤΡΙΩΝ ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΩΝ
ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ.**

Η Ρυθμική Γυμναστική αποτελεί ολυμπιακό άθλημα ήδη από το 1984 και ανήκει στα λεγόμενα «μικρά» αθλήματα επειδή θεωρείται ότι δεν είναι τόσο διαδεδομένο. Όμως οι αθλήτριες με την κομψότητα τους, την χάρη των κινήσεων τους και την τέλεια εκτέλεση των προγραμμάτων τους με την συνοδεία όμορφων μουσικών κομματιών, έχουν φανατικούς οπαδούς και αποτελούν ιδανικό πρότυπο για πολλά μικρά κορίτσια σε όλο τον κόσμο.

Η Ρυθμική Γυμναστική ακροβατεί μεταξύ του αθλητισμού και της τέχνης. Είναι ένα από τα αθλήματα που «ανήκουν» και ελέγχονται από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Γυμναστικής (International Gymnastics Federation, ή FIG). Προς το παρόν είναι καθαρά γυναικείο άθλημα, αλλά η FIG ήδη έχει ανακοινώσει τη συμμετοχή μεικτών ζευγαριών και ομαδικού ανδρών ως αθλήματα επίδειξης για τα Παγκόσμια Πρωταθλήματα. Οι αθλήτριες για την κατηγορία γυναικών πρέπει να είναι άνω των 16 ετών και μπορούν να αγωνίζονται στο ατομικό ή στο ομαδικό αγώνισμα ή «Ensemble» ή και στα δύο.

Οι αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος της Ρυθμικής Γυμναστικής αγωνίζονται σε τέσσερα προγράμματα (συνθέσεις) χρησιμοποιώντας φορητά όργανα με τη συνοδεία επιλεγμένων μουσικών κομματιών. Αυτά τα όργανα είναι τα εξής πέντε: σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες και κορδέλα. Η FIG αφαιρεί το ένα όργανο εκ περιτροπής, κάθε δύο συνήθως χρόνια, γι' αυτό οι αθλήτριες αγωνίζονται σε τέσσερα προγράμματα. Αυτό το όργανο, που δεν χρησιμοποιείται στο ατομικό αγώνισμα, είναι ένα από τα όργανα των προγραμμάτων του ομαδικού αγωνίσματος ή Ensemble.

Μία ομάδα Ensemble αποτελείται από πέντε αθλήτριες που αγωνίζονται μαζί και μία αναπληρωματική αθλήτρια. Κάθε ομάδα Ensemble στην κατηγορία γυναικών λαμβάνει μέρος στον αγώνα με δύο προγράμματα. Το ένα πρόγραμμα

εκτελείται από τις αθλήτριες με τη χρήση πέντε ίδιων οργάνων (π.χ. 5 στεφάνια) ενώ το άλλο με 5 συνολικά όργανα αλλά 2 διαφορετικών τύπων, (π.χ. 3 κορδέλες και 2 μπάλες).

Ιστορική Αναδρομή

Το τέλος του 19^{ου} αιώνα και η αρχή του 20^{ου} είδαν το ξεκίνημα ενός νέου τύπου γυμναστικής, που συνένωνε τις σωματικές κινήσεις και την ατομική έκφραση. Ήταν εμπνευσμένο από τις ιδέες των Noverre (1722-1810), Delsarte (1811-1871) και Bode (1881) που αναζήτησαν να χρησιμοποιήσουν και να τελειοποιήσουν κινήσεις δανεισμένες από το χορό. Η επιτυχία τους ήταν κάθε μέλος του ανθρώπινου σώματος να κινείται με χάρη, ρυθμό και αισθητική έκφραση. Ο Francois Delsarte θεωρείται ο ιδρυτής μιας από τις «πρωτόλειες» σχολές Ρυθμικής Γυμναστικής (www.fig-gymnastics.com).

Ο Γάλλος Jacques Dalcroze ανέπτυξε περισσότερο αυτή την ιδέα και δημιούργησε τη Ρυθμική Γυμναστική, επιτυγχάνοντας το ολοκληρωτικό αγκάλιασμα του ρυθμού, με την ανάπτυξη της μουσικότητας και της αισθητικής έκφρασης της κίνησης. Στην Isadora Duncan αποδίδεται η διάσημη «επανάσταση» ενάντια στο αυστηρά δογματικό κλασικό μπαλέτο και η αλλαγή προς τη δημιουργία μιας νέας μορφής χορού-γυμναστικής, στην οποία η τέχνη και ο αθλητισμός συνυπάρχουν (www.fig-gymnastics.com).

Ως άθλημα, η ρυθμική γυμναστική ξεκινά στην δεκαετία του 1940 στην πρώτη Σοβιετική Ένωση. Εκεί ήταν που για πρώτη φορά το αθλητικό πνεύμα συνδυάστηκε με την αισθησιακή τέχνη του κλασσικού μπαλέτου. Τα πρώτα χρόνια ανήκαν στην κυριαρχία των Σοβιετικών αθλητριών τις οποίες οι μόνες που μπορούσαν να αντικρούσουν με τον δικό τους ιδιαίτερο τρόπο ήταν οι Βουλγάρες αθλήτριες.

Στο Γυναικείο Γυμναστικό Πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων περιλαμβανόταν ομαδικό πρόγραμμα με φορητά όργανα. Σ' αυτό περιλαμβανόντουσαν τα αρχικά στοιχεία από τα οποία γεννήθηκε η Ρυθμική Γυμναστική. Πολύ απλές ασκήσεις, συγχρονισμού κυρίως, με αλλαγές κατευθύνσεων και δημιουργία υποομάδων των δύο, τριών, τεσσάρων ή περισσότερων αθλητριών (www.fig-gymnastics.com).

Επίσημα στο αγωνιστικό πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων η Ρυθμική Γυμναστική εντάσσεται το 1984 στην Ολυμπιάδα του Los Angeles (ΗΠΑ). Το

μποϊκοτάζ των αγώνων από τις Ανατολικές χώρες (Σοβιετική Δημοκρατία και χώρες επιρροής της – εκτός της Ρουμανίας η οποία μετείχε) και η μη συμμετοχή των φαβορί εκείνης της εποχής Σοβιετικών και Βουλγάρων αθλητριών, είχε ως αποτέλεσμα πρώτη Ολυμπιονίκης στην ιστορία του αθλήματος, να αναδειχθεί η αθλήτρια από τον Καναδά Lori Fung.

Όργανα

Όπως ήδη αναφέρθηκε τα όργανα που χρησιμοποιούνται από τις αθλήτριες για την εκτέλεση των προγραμμάτων τους είναι το σχοινάκι, το στεφάνι, η μπάλα, οι κορύνες, και η κορδέλα. Κάθε όργανο έχει τη δική του ιστορία.

Το σχοινάκι είναι ένα πολύ παλιό παιδικό παιχνίδι που ήταν κατασκευασμένο συνήθως από κάνναβη ή βαμβάκι και είχε ξύλινες λαβές. Στα πρωταθλήματα της FIG πρωτοεμφανίστηκε το 1965 με διαφορετική μορφή. Ήταν κατασκευασμένο από κάνναβη χωρίς ξύλινες λαβές και με κόμπους στις άκρες (Jastrjemskaia & Titov, 1999), ενώ αρκετές φορές το μεσαίο τμήμα του σχοινοῦ είχε μεγαλύτερη διάμετρο από το υπόλοιπο. Στα σύγχρονα πρωταθλήματα το σχοινάκι είναι κατασκευασμένο συνήθως από συνθετικό υλικό με ενιαία διάμετρο και έναν κόμπο σε κάθε άκρη. Το μήκος του υπολογίζεται σύμφωνα με το ύψος της αθλήτριας και είναι περίπου διπλό μετρώντας από τα πέλματα της έως το ακρώμιο.

Το στεφάνι πρωτοεμφανίστηκε σε επίδειξη στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1936 και ήταν κατασκευασμένο από ξύλο. Το 1946 ήταν κατασκευασμένο από αλουμίνιο ενώ επίσημα το συμπεριέλαβε η FIG στο αγωνιστικό πρόγραμμα το 1963 (Jastrjemskaia & Titov, 1999). Στα σύγχρονα πρωταθλήματα μπορεί να είναι κατασκευασμένο από ξύλο ή πλαστικό. Η εσωτερική διάμετρος του κυμαίνεται από 80 – 90 εκατοστά, ενώ το ελάχιστο βάρος του μπορεί να είναι 300 γραμμάρια. Το στεφάνι θα πρέπει να είναι αρκετά σκληρό ώστε να κρατάει το σχήμα του.

Οι βασικές ομάδες για το στεφάνι είναι τα άλματα, οι ασκήσεις ισορροπιών, οι στροφές και οι ασκήσεις ευλυγισίας – κυματισμών. Οι τεχνικές ομάδες του στεφανίου είναι τα κυλίσματα πάνω στο σώμα ή στο έδαφος, οι περιστροφές γύρω από το χέρι ή άλλο μέρος του σώματος, πετάγματα και λαβές και περάσματα πάνω από αυτό ή μέσα από αυτό. Ο χειρισμός του οργάνου περιλαμβάνει αιωρήσεις, κύκλους, και οχτάρια. Το στεφάνι είναι το όργανο που προσφέρει

μεγάλη ποικιλία των κινήσεων και των τεχνικών δυνατοτήτων. Θα πρέπει να χρησιμοποιείται σε όλα τα επίπεδα και τις κατευθύνσεις.

Μπάλα: στα αρχαία Ελληνικά βάζα υπάρχουν αποτυπωμένες εικόνες ακροβατών που ενώ ισορροπούν σε στήριξη στα χέρια τους παίζουν με μία μπάλα στα πόδια τους, (η μπάλα κατασκευασμένη από μαλλί ή δέρμα προβάτων). Επίσης, στην Οδύσσεια ο Όμηρος αναφέρει ότι η Ναυσικά, κόρη του βασιλιά των Φαιάκων Αλκίνοου, στην παραλία με τις κοπέλες της ακολουθίας της «βγάλανε τις μαντηλωσιές να παίξουνε το τόπι» (Σιδέρης, 1992) ή έβγαλαν τα μαντήλια από τα κεφάλια τους για να παίξουνε με τη μπάλα – «σφαίρη ταί δ'άρ έπαιζον από κρήδεμνα βαλούσαι» (Ραψωδία ζ', στίχος 101 – 102). Οι ασκήσεις με μπάλα περιλαμβανόταν στη διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής από τον 19^ο αιώνα αλλά η FIG συμπεριέλαβε τα προγράμματα με μπάλα το 1963 στο 1^ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ρυθμικής Γυμναστικής.

Κορύνες: πολεμικό όπλο και σύμβολο εξουσίας για τους κοζάκους και τους Πολωνούς. Ως όργανο γυμναστικής για άντρες από τα μέσα του 19^{ου} αιώνα στη Τσεχία. Περίπου στα 1960 αντικαταστάθηκαν από μικρές σημαίες και στα 1970 τις επανέφεραν. Η FIG τις χρησιμοποίησε για τα Παγκόσμια Πρωταθλήματα από το 1973 και μετά. (Jastrjemskaia & Titov, 1999)

Κορδέλα: στερεωμένη πάνω σε ραβδάκι από μπαμπού χρησιμοποιείται ευρέως στον παραδοσιακό κινέζικο χορό. Δεκαετία του 40 γίνεται δημοφιλής στις αθλήτριες αλλά συμπεριλαμβάνεται σε Παγκόσμιο Πρωτάθλημα FIG το 1971 (Jastrjemskaia & Titov, 1999)

Κώδικας Ρυθμικής Γυμναστικής

Η πρώτη επίσημη διοργάνωση του αθλήματος της Ρυθμικής Γυμναστικής, που τότε ονομαζόταν Μοντέρνα Γυμναστική, ήταν το 1^ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στην Βουδαπέστη το 1963. Συμμετείχαν 28 αθλήτριες από 10 Ευρωπαϊκές χώρες. Διεξήχθη χωρίς ειδικούς κανονισμούς για το άθλημα, αλλά η κρίση βασίστηκε στους κανονισμούς της ενόργανης γυμναστικής. (Schmid, 1978)

Ο πρώτος κώδικας βαθμολογίας Ρυθμικής Γυμναστικής (ΡΓ) δημιουργήθηκε 3 μήνες πριν το 2^ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στην Πράγα το 1965. Ήταν μια πρωτόλεια σύνθεση κανονισμών που αφορούσε περισσότερο στην κατεύθυνση του αθλήματος. Όριζε το στυλ του, ως άθλημα βασισμένο στην φυσική

κίνηση του σώματος και στην εκφραστικότητα της κίνησης μέσω της μουσικής συνοδείας.

Οι αθλήτριες αγωνίστηκαν σε 4 προγράμματα. Το ένα υποχρεωτικής σύνθεσης χωρίς όργανο και 3 ελεύθερης σύνθεσης με σχοινάκι, μπάλα και χωρίς όργανο, (Schmid, 1978). Οι σημερινές αθλήτριες αγωνίζονται σε προγράμματα ελεύθερης σύνθεσης στα 4 από τα 5 όργανα που ισχύουν – (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες και κορδέλα). Ο καθορισμός των 4 οργάνων γίνεται από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Γυμναστικής (FIG) κάθε 2 χρόνια.

Ο κώδικας βαθμολογίας της ΡΓ, (έκδοσης 2005) που ισχύει σήμερα, δεν έχει καμία σχέση με τον κώδικα εκείνης της εποχής, όπως άλλωστε και το άθλημα. Ο βασικός κορμός του αποτελείται από 3 μέρη: την Τεχνική αξία (Difficulty=max 10 βαθμοί), την Καλλιτεχνική Αξία (Artistry=max 10 βαθμοί) και την Εκτέλεση (Execution=max 10 βαθμοί). Η συνολική βαθμολογία το μέγιστο 20 βαθμοί προκύπτει από την πρόσθεση των βαθμών της Τεχνικής και της Καλλιτεχνικής Αξίας και αφού διαιρεθεί το άθροισμα τους δια δύο, προστίθεται ο βαθμός της Εκτέλεσης:

$$\frac{\beta. \text{ Καλλιτεχνικής Αξίας} + \beta. \text{ Τεχνικής Αξίας}}{2} + \beta. \text{ Εκτέλεσης} = 20.00 \beta. \text{ max.}$$

Είναι φανερό ότι ο βαθμός της Εκτέλεσης του προγράμματος είναι καθοριστικός για το αποτέλεσμα.

Η Τεχνική Αξία (Difficulty), περιλαμβάνει τις σωματικές ασκήσεις, που περιέχονται σε λίστα καθορισμένων δυσκολιών του κώδικα με συγκεκριμένη βαθμολογική αξία. Χωρίζονται σε 4 κατηγορίες, τα άλματα, τις ισορροπίες, τις στροφές και τις ασκήσεις ευλυγισίας-κυματισμών.

Η Καλλιτεχνική Αξία (Artistry) περιλαμβάνει την βασική σύνθεση, την μουσική συνοδεία και τα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά, που περιέχονται στο πρόγραμμα. Με τον όρο Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά, εννοούμε τα στοιχεία χειρισμού του οργάνου, την μαεστρία, δηλαδή συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις και την πρωτοτυπία που μπορεί να περιέχει ένα πρόγραμμα ΡΓ. Στα στοιχεία χειρισμού του οργάνου, περιλαμβάνονται όλες οι διαφορετικές λαβές με τις οποίες είναι δυνατόν να κρατηθεί το όργανο και οι διαφορετικοί τρόποι χειρισμού του. Η μαεστρία περιλαμβάνει όλους τους τύπους πεταγμάτων των οργάνων και υποδοχής τους (επαναπόκτησης), και η

πρωτοτυπία όλες τις καινούργιες ασκήσεις ή συνδυασμούς ασκήσεων που εμφανίζονται. Οι πρωτότυπες ασκήσεις αξιολογούνται από την FIG και ονομάζονται με το όνομα της αθλήτριας ή της ομάδας που τις πρωτοπαρουσίασε.

Και τέλος η Εκτέλεση (Execution), περιλαμβάνει τις ποινές, για τα τυχόν λάθη που έγιναν κατά την εκτέλεση του προγράμματος, από την αθλήτρια.

Κριτές

Κριτές του αθλήματος μπορούν να γίνουν στην Ελλάδα καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής με ειδικότητα Ρυθμική Γυμναστική ή πρώην αθλήτριες Ρυθμικής Γυμναστικής μετά από παρακολούθηση ειδικών σεμιναρίων και επιτυχή αποτελέσματα στις εξετάσεις που ακολουθούν. Στο εξωτερικό δεν υπάρχουν αυτοί οι περιορισμοί με αποτέλεσμα να έχουμε κριτές από διάφορα επαγγέλματα αλλά και τον πρώτο άνδρα κριτή από την Ελβετία που πέρασε με επιτυχία τις εξετάσεις σεμιναρίου για Διεθνείς κριτές το 2005.

Η αξιολόγηση της γνώσης των κριτών βασίζεται σε ένα ερωτηματολόγιο 100 ερωτήσεων με απαντήσεις πολλαπλών επιλογών, όπως επίσης και σε βαθμολόγηση συγκεκριμένου αριθμού προγραμμάτων που προβάλλονται μέσω video και πρέπει να γίνει μέσα στο συγκεκριμένο χρόνο των 45 δευτερολέπτων αμέσως μετά την λήξη κάθε προγράμματος. Επίσης σε κάθε Διεθνή αγώνα γίνεται αξιολόγηση κριτών από τα αποτελέσματα, που πρέπει να στέλνονται στην Παγκόσμια Ομοσπονδία Γυμναστικής από τις εκάστοτε Εθνικές Ομοσπονδίες.

Παρ' όλη την προσπάθεια που γίνεται συνέχεια και τις αλλαγές που έχει υποστεί ο κώδικας και κατά συνέπεια το άθλημα, στο όνομα της εξαφάνισης της υποκειμενικότητας της κρίσης, δεν παύει ένα μικρό ποσοστό της κρίσης να είναι υποκειμενικό, αφού δεν υπάρχει η μεζούρα μέτρησης ή το χρονόμετρο άλλων αθλημάτων. Η κρίση βασίζεται στις επιταγές του κώδικα βαθμολογίας αλλά και στο επίπεδο της ειδικής του αθλήματος γνώσης και της αθλητικής παιδείας του κριτή.

Όπως αναφέραμε, η Ρυθμική Γυμναστική ως μικρό άθλημα δεν είναι ευρέως διαδεδομένη αλλά το κοινό που την παρακολουθεί έχει ειδικό ενδιαφέρον μια και οι αθλήτριες ξεκινούν από πολύ μικρή ηλικία – 5 ή 6 ετών – και συνήθως αγωνίζονται έως την ηλικία των 20 περίπου ετών. Οι γονείς και οι στενοί συγγενείς λοιπόν, των μικρών αθλητριών στην αρχή και στη συνέχεια οι συμμαθητές και συμμαθήτριες, οι συνομήλικοι φίλοι και φίλες αποτελούν ένα μεγάλο μέρος του κοινού αυτού του αθλήματος.

Εκτιμώντας ότι το ενδιαφέρον του κοινού είναι πολύ μεγάλο και υποθέτοντας ότι λόγω της πολυπλοκότητας της αξιολόγησης του αθλήματος, οι γνώσεις του σχετικά με τη κρίση – αξιολόγηση του αθλήματος είναι ιδιαίτερα φτωχές, θελήσαμε να ερευνήσουμε το επίπεδο των γνώσεων αυτού του κοινού και ειδικά των μαθητριών και μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, που ηλικιακά ανταποκρίνεται στην κύρια αγωνιστική κατηγορία του αθλήματος, αλλά και αποτελεί ένα μεγάλο μέρος του κοινού του συγκεκριμένου αθλήματος.

Στη Διεθνή βιβλιογραφία διαπιστώθηκε, μετά από έρευνα, ότι δεν υπήρχε ανάλογο ερωτηματολόγιο. Η κατασκευή ενός αξιόπιστου και αντικειμενικού ερωτηματολογίου θα έδινε την ευκαιρία να διαπιστωθούν οι γνώσεις αυτού του κοινού, αλλά και μετά τη συμπλήρωση του, να ενημερωθεί διαμέσου των σωστών απαντήσεων για την αξιολόγηση του αθλήματος, καθιστώντας τον ενημερωμένο θεατή.

Πιστεύουμε ότι οι θεατές που γνωρίζουν καλά τους κανονισμούς ενός αθλήματος είναι καλύτεροι φίλαθλοι και κατά συνέπεια υποστηρικτές της υγιούς άθλησης και του αθλητικού ιδεώδους. Πολύ δε μεγαλύτερη σημασία έχει στην εφηβική ηλικία, η ανάπτυξη των αθλητικών ιδεωδών και της ευγενούς άμιλλας, που προωθούνται από την γνώση και την παραδοχή των κανονισμών, αλλά και η μείωση των φαινομένων βίας που παρατηρούνται στους αγωνιστικούς χώρους και είναι αποτέλεσμα εκτός των άλλων αιτιών και της άγνοιας που εντάσσει το άτομο στον όχλο και στην ανάπτυξη αντιαθλητικών ενεργειών.

Σκοπός της έρευνας

Πρόκειται για μια πρωτότυπη έρευνα για την καταγραφή των γνώσεων των μαθητριών και των μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σχετικά με το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής. Μετά από αλληλογραφία σε Παγκόσμιο επίπεδο δια μέσου του Internet σχετικά με την ύπαρξη ή όχι ερωτηματολογίου για την καταγραφή αυτών των γνώσεων, οι απαντήσεις των εν ενεργεία Διεθνών κριτών ήταν αρνητικές. (Η ερώτηση εστάλη σε 39 «επαγγελματίες» κριτές της FIG από 39 χώρες με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο από τις οποίες απάντησαν αρνητικά οι 14, οι 7 δεν γνώριζαν και οι υπόλοιπες δεν απάντησαν).

Ο κύριος σκοπός της έρευνας είναι η κατασκευή έγκυρου και αξιόπιστου ερωτηματολογίου για την αξιολόγηση των γενικών και ειδικών γνώσεων για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής μαθητών και μαθητριών Δευτεροβάθμιας

Εκπαίδευσης. Ως γενικές γνώσεις θεωρούμε εκείνες που πρέπει να έχουν οι μαθητές Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης ώστε να μπορούν να απαντήσουν στις ερωτήσεις των ενοτήτων 1 και 2 και ειδικές αυτές των κανονισμών συμπεριλαμβανομένων των ενοτήτων 3 έως 6 αλλά κυρίως των ενοτήτων 7 έως και 10.

Συγκεκριμένα στο ερωτηματολόγιο – το οποίο παρατίθεται στον Πίνακα 1 – που δόθηκε στο δείγμα μας, οι ερωτήσεις των ενοτήτων 1 και 2 αναφέρονται γενικά στη Ρυθμική Γυμναστική, όπως ότι είναι ένα Ολυμπιακό άθλημα που εκτελείται με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής, μόνο από γυναίκες, που αγωνίζονται είτε ατομικά, είτε πέντε μαζί στο ομαδικό ή Ensemble. Επίσης ότι τα όργανα είναι τα εξής πέντε: σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες και κορδέλα.

Στη 3^η ενότητα οι ερωτήσεις αφορούν στην ενδυμασία των αθλητριών που μπορούν να φορούν κορμάκι ή κορμάκι με μακρύ καλσόν ή κορμάκι με φούστα αλλά δεν μπορούν να φορούν καπέλα ή κολιέ ή να βάζουν φτερά ή κορδέλες στο κορμάκι τους.

Στη 4^η ενότητα αναφέρεται ότι οι αθλήτριες για τη κατηγορία γυναικών πρέπει να είναι μεγαλύτερες από 16 ετών και ότι μια ομάδα Ensemble αποτελείται από 5 αθλήτριες και 1 αναπληρωματική.

Στην 5^η ενότητα, το περιεχόμενο των ερωτήσεων είναι η χρονική διάρκεια των προγραμμάτων, ατομικών ή ομαδικών, η οποία είναι από 1'.15'' έως 1'.30'' για τα ατομικά και 2'.15'' έως 2'.30'' για τα ομαδικά.

Στην 6^η ενότητα οι ερωτήσεις αναφέρονται στα είδη αγώνων που υπάρχουν για το ατομικό αγώνισμα στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα και είναι: αγώνας για το σύνθετο ομάδων (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας οργάνων (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά).

Επίσης η 6^η ενότητα αναφέρεται στα είδη αγώνων που υπάρχουν για το ομαδικό αγώνισμα ή Ensemble στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα και είναι: αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για το σύνολο των προγραμμάτων τους.

Ως ειδικές γνώσεις θεωρούμε τις πιο εξειδικευμένες απαντήσεις που απαιτούν οι ερωτήσεις από τους κανονισμούς που διέπουν το άθλημα, όπως: πώς γίνεται η αξιολόγηση των προγραμμάτων, τι εννοούμε και τι περιλαμβάνει η σύνθεση των προγραμμάτων, απλά στοιχεία για το ομαδικό αγώνισμα ή Ensemble και τέλος αν δίνονται ή όχι ποινές για τυχόν «λάθη» κατά τη διάρκεια του προγράμματος.

Συγκεκριμένα στην 7^η ενότητα αναφέρεται ότι οι 20.00 βαθμοί είναι η μέγιστη βαθμολογία που δίνεται από 3 «εφορίες» κριτών, οι οποίες βαθμολογούν την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος).

Στην 8^η ενότητα οι ερωτήσεις είναι πιο εξειδικευμένες και αφορούν:

α) στη Τεχνική αξία του προγράμματος που πρέπει να περιλαμβάνει το μέγιστο 18 σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου, με συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας που περιλαμβάνονται σε ειδικούς πίνακες δυσκολιών και έχουν προκαθορισμένη αξία. Επίσης ότι οι κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για αυτές τις δυσκολίες είναι τα άλματα, οι ισορροπίες, οι στροφές και οι ασκήσεις ευλυγισίας – κυματισμών,

β) στη Καλλιτεχνική Αξία που περιλαμβάνει τη χορογραφία, τη μουσική συνοδεία και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επωνομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή στη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.),

γ) στο είδος της μουσικής σύνθεσης που χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής και αυτό μπορεί να είναι ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι,

δ) στην Εκτέλεση ενός προγράμματος η οποία περιλαμβάνει τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και του χειρισμού του οργάνου και τα πιθανά λάθη (πτύση αθλήτριας ή οργάνου, κόμπος στο σχοινάκι ή τη κορδέλα, απώλεια ισορροπίας κ.λ.π.)

και τέλος ότι ο τελικός βαθμός προκύπτει από την πρόσθεση των 2 βαθμών για το τεχνικό μέρος: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00

βαθμοί) = max 20.00 βαθμοί δια δύο = max 10.00 βαθμοί, + τον βαθμό Εκτέλεσης
(max 10.00 βαθμοί) = 20.00 βαθμοί

Τεχνική Αξία + Καλλιτεχνική Αξία / 2 + Εκτέλεση = (το μέγιστο) max 20.00
βαθμοί.

Στην 9^η ενότητα οι ερωτήσεις αφορούν στο Ομαδικό Αγώνισμα ή Ensemble και συγκεκριμένα ότι πρέπει να υπάρχουν 6 αλλαγές των οργάνων μεταξύ των αθλητριών σε ένα ομαδικό πρόγραμμα και επίσης 6 διαφορετικοί «σχηματισμοί» (σχήματα όπως κύκλος, τετράγωνο, τρίγωνο κ.λ.π. που μπορούν να σχηματισθούν από τη θέση των αθλητριών στο χώρο του αγωνιστικού τάπητα).

Οι ερωτήσεις της 10^{ης} ενότητας αφορούν στις ποινές που δίνονται για λάθη στη σύνθεση του προγράμματος ή για την εκτέλεση του.

Πίνακας 1. Ερωτηματολόγιο 1 (οι σωστές απαντήσεις επισημαίνονται με ✓)

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	
1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	
α) γυμναστική σε σταθερά όργανα	
β) είδος μοντέρνου χορού	
γ) γυμναστική με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής	✓
δ) δεν γνωρίζω	
2. Η Ρυθμική Γυμναστική:	
α) δεν είναι Ολυμπιακό αγώνισμα	
β) είναι Ολυμπιακό αγώνισμα	✓
γ) έγινε Ολυμπιακό αγώνισμα στην Ολυμπιάδα της Αθήνας του 2004	
δ) δεν γνωρίζω	
3. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :	
α) ατομικό και ομαδικό αγώνισμα	✓
β) ομαδικό αγώνισμα	
γ) ατομικό αγώνισμα	
δ) δεν γνωρίζω	
4. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :	
α) αντρικό αγώνισμα	
β) γυναικείο αγώνισμα	✓
γ) γυναικείο και αντρικό αγώνισμα	
δ) δεν γνωρίζω	
2^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΟΡΓΑΝΑ	
5. Πόσα είναι τα όργανα που χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση προγραμμάτων στη Ρυθμική	

Γυμναστική;	
α) 3	
β) 4	
γ) 5	√
δ) δεν γνωρίζω	
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) σχοινάκι – στεφάνι – μπάλα – κορύνες – κορδέλα	√
β) δίζυγο – δοκός – κρίκοι – μονόζυγο – ίππος με λαβές	
γ) σχοινάκι – σημαιάκια – κορδέλα – λάστιχα – μπάλα	
δ) δεν γνωρίζω	
3^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ	
7. Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) κορμάκι ή κορμάκι με μακρύ καλσόν ή κορμάκι με φούστα	√
β) φούστα και εφαρμοστό μπλουζάκι	
γ) κορμάκι	
δ) δεν γνωρίζω	
8. Επιτρέπονται από τους κανονισμούς συμπληρωματικά στολίδια στο κεφάλι και στο σώμα των αθλητριών όπως : καπέλα, φτερά, κορδέλες, κολιέ κ.α;	
α) ναι	
β) όχι	√
γ) δεν αναφέρεται κάτι σχετικό στους κανονισμούς (στον Κώδικα Βαθμολογίας);	
δ) δεν γνωρίζω	
4^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ	
9. Ποια είναι η ηλικία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής για την κατηγορία γυναικών;	
α) μόνο μεγαλύτερες των 18 ετών	
β) μικρότερες των 20 ετών	
γ) 16 ετών και μεγαλύτερες	√
δ) δεν γνωρίζω	
10. Πόσες αθλήτριες αποτελούν μία ομάδα (ensemble);	
α) 5 + 1 αναπληρωματική	√
β) 6 + 1 αναπληρωματική	
γ) 4 + 1 αναπληρωματική	
δ) δεν γνωρίζω	
5^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
11. Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ατομικού προγράμματος;	
α) από 2' - 2'.15''	
β) από 1'.30'' - 1'.45''	√

γ) από 1'.15'' - 1'.30'' δ) δεν γνωρίζω	
12. Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ομαδικού προγράμματος (ensemble);	
α) από 2'.15'' - 2'.30'' β) από 2'.30'' - 2'.45'' γ) από 2' - 2'.15'' δ) δεν γνωρίζω	√
6^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΙΔΗ ΑΓΩΝΩΝ	
13. Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ατομικό αγώνισμα της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;	
α) Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας για κάθε όργανο (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά). β) Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας οργάνων (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά) γ) Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Τελικός αγώνας για κάθε όργανο (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά) . δ) δεν γνωρίζω	√
14. Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ομαδικό αγώνισμα (Ensemble) της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;	
α) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) β) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για το σύνολο των προγραμμάτων τους γ) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για κάθε ένα από τα δύο προγράμματα τους ξεχωριστά δ) δεν γνωρίζω	√
7^η ΕΝΟΤΗΤΑ –ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
15. Η μέγιστη βαθμολογία για μια αθλήτρια ή για μία ομάδα (Ensemble) Ρυθμικής Γυμναστικής είναι:	
α) 20.00 β.	√

β) 30.00 β.	
γ) 40.00 β.	
δ) δεν γνωρίζω	
16. Πόσες ομάδες – (εφορίες) κριτών βαθμολογούν ένα πρόγραμμα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) 4	
β) 3	√
γ) 2	
δ) δεν γνωρίζω	
17. Τι βαθμολογούν οι ομάδες – (εφορίες) κριτών;	
α) την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
β) την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
γ) την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	√
δ) δεν γνωρίζω	
8^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΣΥΝΘΕΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
18. Με τον όρο Τεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	
α) το μέγιστο 18 σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου, με συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας που περιλαμβάνονται σε ειδικούς πίνακες δυσκολιών και έχουν προκαθορισμένη αξία	√
β) το μέγιστο 18 ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου χωρίς συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας	
γ) ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου απεριόριστου αριθμού	
δ) δεν γνωρίζω	
19. Ποιες είναι οι κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) άλματα, αναπηδήσεις ρυθμικοί βηματισμοί, στροφές στα δυο πόδια	
β) άλματα, ισορροπίες, στροφές και ασκήσεις ευλυγισίας - κυματισμών	√
γ) ισορροπίες στα δάχτυλα των ποδιών, περάσματα από θέσεις στο έδαφος και στροφές	
δ) δεν γνωρίζω	
20. Με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	

<p>α) τα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά, συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή κατά τη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)</p>	
<p>β) τη χορογραφία, τη μουσική συνοδεία και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις, μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή στη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)</p>	√
<p>γ) τη μουσική συνοδεία, τη χορευτική ικανότητα και την έκφραση της αθλήτριας</p>	
<p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>21. Τι είδους μουσική σύνθεση χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;</p>	
<p>α) μόνο από ένα μουσικό όργανο</p>	
<p>β) μείξη διαφορετικών μουσικών κομματιών και με τραγούδια</p>	
<p>γ) ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι.</p>	√
<p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>22. Με τον όρο Εκτέλεση (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:</p>	
<p>α) τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και του χειρισμού του οργάνου και τα πιθανά λάθη (πτώση αθλήτριας ή οργάνου, κόμπος στο σχοινάκι ή τη κορδέλα, απώλεια ισορροπίας κ.λ.π.)</p>	√
<p>β) τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και τα πιθανά λάθη</p>	
<p>γ) το χειρισμό του οργάνου και τα πιθανά λάθη</p>	
<p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>23. Πως προκύπτει ο τελικός βαθμός;</p>	
<p>α) από την πρόσθεση και των τριών βαθμών: Τεχνική Αξία (max. 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max. 10.00 βαθμοί) + Εκτέλεση (max. 10.00 βαθμοί) = τελικός βαθμός (το μέγιστο) max. 30.00 βαθμοί.</p>	
<p>β) από την πρόσθεση των 2 βαθμών για το τεχνικό μέρος: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) = max 20.00 βαθμοί δια δύο = max 10.00 βαθμοί, + τον βαθμό Εκτέλεσης (max 10.00 βαθμοί) = 20.00 βαθμοί</p>	√
<p>Τεχνική Αξία + Καλλιτεχνική Αξία / 2 + Εκτέλεση = (το μέγιστο) max 20.00 βαθμοί</p>	
<p>γ) από την πρόσθεση και των τριών βαθμών: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Εκτέλεση (max 10.00 βαθμοί) x 2 = τελικός βαθμός (το μέγιστο) max 40.00 βαθμοί.</p>	
<p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>9^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ENSEMBLE</p>	

24. Πόσες αλλαγές των οργάνων θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	
α) 6	√
β) 7	
γ) 8	
δ) δεν γνωρίζω	
25. Πόσοι «σχηματισμοί» (σχήματα όπως κύκλος, τετράγωνο, τρίγωνο κ.λ.π. που μπορούν να σχηματισθούν από τις αθλήτριες) θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	
α) 5	
β) 7	
γ) 6	√
δ) δεν γνωρίζω	

10 ^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΠΟΙΝΕΣ		
26. Ποια στοιχεία από τα παρακάτω τιμωρούνται με ποινές;	Ναι	Όχι
α) πτώση οργάνου και ανάκτηση (πίασιμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα	√	
β) πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου με τα δύο χέρια πίσω από τη πλάτη		√
γ) πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου σε θέση στο έδαφος με τα πόδια		√
δ) απώλεια ισορροπίας της αθλήτριας και στήριξη της στο όργανο ή στο χέρι		√
ε) εκούσια πτώση οργάνου αναπήδηση στο έδαφος και ανάκτηση του	√	
ζ) ξεκίνημα του προγράμματος (πρώτη κίνηση της αθλήτριας) μετά το ξεκίνημα της μουσικής		√
η) τέλος του προγράμματος (τελευταία κίνηση της αθλήτριας) μετά το τέλος της μουσικής;	√	
θ) έξοδος από τον αγωνιστικό τάπητα οργάνου ή αθλήτριας κατά τη διάρκεια του προγράμματος	√	
ι) καθυστερημένη ή πρόωρη παρουσίαση της αθλήτριας ή της ομάδας (ensemble) στον αγωνιστικό χώρο;	√	
κ) τοποθέτηση αναπληρωματικού οργάνου έξω από τον αγωνιστικό τάπητα		√

Ερευνητικές υποθέσεις

Ο κύριος σκοπός της έρευνας ήταν η κατασκευή ενός ερωτηματολογίου που θα ικανοποιεί τα τεστ αξιοπιστίας και εγκυρότητας. Οι υποθέσεις της έρευνας εστιάζονται στα συγκεκριμένα τεστ που θα χρησιμοποιηθούν. Συγκεκριμένα υποθέτουμε ότι το ερωτηματολόγιο θα κάνει στατιστικά σημαντικό διαχωρισμό

αυτών που είναι γνώστες του αθλήματος της ΡΓ και εκείνων που το αγνοούν. Το ερωτηματολόγιο θα έχει εσωτερική συνοχή (δηλαδή οι ερωτήσεις θα πρέπει να αναφέρονται στο ίδιο θέμα). Μετά την ολοκλήρωση της κατασκευής ενός έγκυρου και αξιόπιστου ερωτηματολογίου, κάποιες επιμέρους υποθέσεις θα ελεγχθούν. Όπως οι επιδράσεις του φύλου, της ηλικίας, του σχολείου, των γνώσεων των καθηγητριών και η προηγούμενη αθλητική εμπειρία των μαθητών στο σκορ του ερωτηματολογίου. Αυτές οι επιμέρους υποθέσεις εκφράζονται στη μορφή των μηδενικών υποθέσεων στη παρακάτω παράγραφο.

Μηδενικές υποθέσεις

1. Το φύλο των μαθητών δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική.
2. Η ηλικιακή κατηγορία δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική
3. Το σχολείο φοίτησης των μαθητών δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική.
4. Οι γνώσεις των μαθητών για τη Ρυθμική Γυμναστική δεν διαφοροποιούνται ανάλογα με τις γνώσεις για το άθλημα της καθηγήτριας τους Φυσικής Αγωγής.
5. Η προηγούμενη αθλητική εμπειρία τους δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική.

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής οι έως τώρα γνωστές έρευνες αφορούν στην αντιληπτικοκινητική ικανότητα των αθλητριών και στην ανάπτυξη τους όπως επίσης και στην αξιολόγηση – κρίση του αθλήματος.

Η αντιληπτικοκινητική ικανότητα των αθλητριών και η ανάπτυξη τους.

Οι Δούδα, Αυλωνίτη, Κοσμίδου, Πυλιανίδης, Τοκμακίδης (2000) στην έρευνα τους ασχολήθηκαν με την αξιολόγηση των μορφολογικών χαρακτηριστικών και τον προσδιορισμό της σύστασης σώματος σε αθλήτριες διαφόρων αθλημάτων (Καλαθοσφαίρισης, Στίβου, Κολύμβησης, Κλασσικού Μπαλέτου, Ενόργανης Αγωνιστικής Γυμναστικής, Ρυθμικής Γυμναστικής) κατά την αναπτυξιακή ηλικία. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι αθλήματα με διαφορετικές απαιτήσεις χαρακτηρίζονται από ειδικά μορφολογικά χαρακτηριστικά, τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν και ως κριτήρια για την ανίχνευση και επιλογή ταλέντων, λαμβάνοντας πάντοτε υπόψη ότι κατά την αναπτυξιακή ηλικία οι παράγοντες ανάπτυξη και προπόνηση εμπλέκονται μεταξύ τους.

Με την έρευνα τους οι Douda, Lapidis, Tokmakidis (2002) είχαν σκοπό να παρατηρήσουν τις ειδικές προσαρμογές που προκλήθηκαν εξαιτίας της μακρόχρονης προπόνησης στη μορφολογία (physique) αθλητριών ρυθμικής και ενόργανης γυμναστικής. Εκτός των διαφορών μεταξύ αθλητριών και μη αθλητριών, παρατήρησαν ότι η μακροχρόνια προπόνηση επηρεάζει την μυϊκή μάζα των άνω άκρων των αθλητριών της Ενόργανης Γυμναστικής εξαιτίας της δυναμικής κατασκευής που απαιτούν οι ασκήσεις στηρίξεων, ενώ οι αθλήτριες της Ρυθμικής Γυμναστικής έχουν διαφορά στην περιφέρεια του μηρού και της γάμπας μεταξύ των δύο ποδιών εξαιτίας της μονόπλευρης προπόνησης που απαιτούν οι ασκήσεις με άρση του ενός ποδιού ενώ στο άλλο εκτελείται η στήριξη. Επίσης διαπίστωσαν ότι οι αθλήτριες της Ενόργανης Γυμναστικής είναι πιο κοντές από εκείνες της Ρυθμικής, έχουν λιγότερο σωματικό λίπος και μυϊκή μάζα αλλά

μεγαλύτερες τιμές σε όλες τις μετρήσεις των άνω άκρων συγκρινόμενες και με την ομάδα ελέγχου.

Οι Δούδα, Τοκμακίδης, Τσιγγίλης (2002) είχαν σκοπό στην έρευνα τους, να διακρίνουν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της μυϊκής δύναμης και ευλυγισίας, μεταξύ αθλητριών Ρυθμικής και Ενόργανης Γυμναστικής ξεχωριστά, χρησιμοποιώντας διαφορετική διαβάθμιση επιπέδων δυσκολίας. Διάφορες μετρήσεις που περιλάμβαναν τη ταχύτητα, τη μυϊκή δύναμη, την αλτική ικανότητα, την εκρηκτική δύναμη και την ευλυγισία-ευκαμψία χρησιμοποιήθηκαν για την αξιολόγηση των φυσικών χαρακτηριστικών και ποσοτικοποίηση των ακραίων διακυμάνσεων των κινήσεων που δείχνονται από τις αθλήτριες κατά τη διάρκεια εκτέλεσης των διαφορετικών ασκήσεων των προγραμμάτων τους. Από την ανάλυση των δεδομένων φάνηκε ότι οι αθλήτριες της Ρυθμικής Γυμναστικής ήταν καλύτερες σε όλες τις μετρήσεις ευλυγισίας, ενώ οι αθλήτριες της Ενόργανης Γυμναστικής πέτυχαν τις μεγαλύτερες επιδόσεις στην αλτική ικανότητα, την εκρηκτική δύναμη και στη δύναμη των κοιλιακών μυών. Συμπερασματικά, η ειδική φυσική προετοιμασία βοηθά τις αθλήτριες να αναπτύξουν και να διατηρήσουν τις φυσικές επιδεξιότητες τους και είναι επαρκής για μια επιτυχημένη τεχνική εκτέλεση στη Ρυθμική και Ενόργανη Γυμναστική.

Οι Γιαννιτσοπούλου, Ζήση, Οικονομικού, Μίχου (2003) ερεύνησαν την επίδραση της ηλικίας σε αντιληπτικές και κινητικές ικανότητες αθλητριών Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής ηλικίας 11 ετών και άνω. Από τα αποτελέσματα φάνηκε επίδραση της ηλικιακής κατηγορίας σε οχτώ από τις δέκα αντιληπτικές και κινητικές ικανότητες που αξιολογήθηκαν. Συγκεκριμένα στη συνεχή προσοχή, τον απλό χρόνο αντίδρασης, το χρόνο απάντησης με επιλογή, το συντονισμό των χεριών και την ικανότητα στόχευσης οι γυναίκες και οι νεάνιδες ήταν καλύτερες από τις κορασίδες ενώ στην επιλεκτική προσοχή, την επιδεξιότητα καρπού—δαχτύλων και την ικανότητα σύμπτωσης σε κινούμενο αντικείμενο οι γυναίκες ήταν καλύτερες από τις κορασίδες. Επίσης οι Κιουμουρτζογλου, Derri, Mertzanidou, και Tzetzis (1997) στην έρευνα τους για τις αντιληπτικές και κινητικές ικανότητες αθλητριών ΡΓ, τριών ηλικιακών κατηγοριών, βρήκαν ότι καλύτερες στην ικανότητα σύμπτωσης, στον συντονισμό χεριού ματιού και τη στατική ισορροπία ήταν οι μεγαλύτερες σε ηλικία αθλήτριες.

Αξιολόγηση – κρίση του αθλήματος

Όσον αφορά την αξιολόγηση-κρίση του αθλήματος η Poronic (2000) με την έρευνα της είχε σκοπό είναι να καθορίσει εάν και κατά πόσο οι Διεθνείς κριτές της Ρυθμικής Γυμναστικής στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϋ ήταν προκατειλημμένοι ή όχι. Για να καθορισθεί αν οι κριτές ήταν προκατειλημμένοι υπέρ των αθλητριών των χωρών τους και εναντίον των αθλητριών από άλλες χώρες που βρίσκονταν σε ανταγωνισμό με τις δικές τους, ο βαθμός της κάθε κριτού στο ατομικό αγώνισμα συγκρίθηκε με τον μέσο όρο των βαθμών των υπόλοιπων κριτών της ίδιας εφορίας. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης των sign-test (στον γενικό Αγώνα του Ατομικού) αποκάλυψε ότι οι κριτές ήταν προκατειλημμένοι στη βαθμολογία των αθλητριών. Οι κριτές βαθμολόγησαν τις αθλήτριες από την χώρα τους με ψηλότερη βαθμολογία από τους υπόλοιπους κριτές της εφορίας τους. Όμως η αρνητική βαθμολόγηση των αθλητριών που βρίσκονταν σε ανταγωνισμό με τις δικές τους δεν αποδείχτηκε. Η ανάλυση έγινε κατά τη διάρκεια του αγώνα στον οποίο οι 24 αθλήτριες από 19 γυμναστικές ομοσπονδίες χωρών αγωνίστηκαν σε 4 ελεύθερα προγράμματα: με σχοινάκι, με στεφάνι, με μπάλα, και με κορδέλα (39 περιπτώσεις στην Εφορία Καλλιτεχνικής Αξίας και 57 περιπτώσεις στην Εφορία Εκτέλεσης).

Με αφορμή την υποκειμενικότητα της κρίσης λόγω του ανθρώπινου παράγοντα και σχετικά με την έρευνα της Poronic, σε διαγωνισμό φοιτητών (CHI / Student Competition) που διεξήχθη στην Βιέννη (Αυστρία) από 24 – 29 Απριλίου 2004, παρουσιάσθηκαν προτάσεις ερευνητών στις οποίες προτείνονται τρόποι συμμετοχής του κοινού στην αξιολόγηση των προγραμμάτων για τα αθλήματα των θερινών Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας 2004 όπως οι καταδύσεις, η συγχρονισμένη κολύμβηση, η γυμναστική και άλλα που βαθμολογούνται από κριτές.

Για τους Drackett, Fong, Ko, Tanaka, και Ting, (2004) οι πρόσφατες αμφισβητήσεις γύρω από την κρίση-αξιολόγηση Ολυμπιακών Αθλημάτων, έχει δημιουργήσει την ανάγκη ενός συστήματος συμμετοχής του κοινού στην κρίση. Μελετώντας το Ολυμπιακό κοινό αλλά και την αλληλεπίδραση του, μέσω ομαδικής συνεργασίας για την αξιολόγηση των προγραμμάτων κατάλαβαν ότι για τις ανάγκες του Διεθνούς Ολυμπιακού κοινού δεν είναι αρκετά αντιπροσωπευτικό

ένα παραδοσιακό, ποσοτικό σύστημα βαθμολόγησης. Η δοκιμή του συστήματος που πρότειναν θα γινόταν κατά τη διάρκεια των αθλημάτων των καταδύσεων και της γυμναστικής στους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας το 2004. Η πρόταση τους ήταν ο Global Garden ή «Παγκόσμιος κήπος», δηλαδή ένα αλληλεπιδραστικό σύστημα που μπορεί να φορεθεί στα χέρια και αφηφά την τυπική διαδικασία της βαθμολογίας (εισαγωγή του βαθμού και επίδειξη του). Αποτελείται από ένα σετ δύο αλληλεπιδραστικών συσκευών που φοριούνται στα χέρια (σαν γάντια). Όταν ο χρήστης χειροκροτεί γίνονται πράσινα και αλλάζουν χρώματα ανάλογα με τις διαφορετικές θέσεις των χεριών κάθε φορά. Με τη χρήση επευφημιών (διεθνές σημάδι εκτίμησης) το ίδιο το κοινό γίνεται αλληλεπιδραστικό. Ο κόσμος παρέχει την εισαγωγή και την εξαγωγή των δεδομένων (των αποτελεσμάτων) ενός παγκόσμιου πρωταθλήματος ανεβάζοντας την επιθυμία του κάθε ενός να συμμετέχει χωρίς να είναι απαραίτητη η υπερβολική υποδομή γ' αυτό. Έτσι πέτυχαν τους στόχους τους να σχεδιάσουν ένα νέο αλληλεπιδραστικό και χωρίς ανάγκη πολλών οδηγιών σύστημα που μπορεί να συνδέει τα μέλη των θεατών με το αθλητικό γεγονός που παρακολουθούν και συγχρόνως μεταξύ τους.

Οι Aigner W., Tomitsch M., Stroe M., Rzepa R., (2004) θεωρούν ότι οι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες έχουν δεχθεί τεράστια κριτική εξαιτίας της παρατηρημένης υποκειμενικής αξιολόγησης στα αθλήματα όπως το Καλλιτεχνικό Πατινάζ και η Γυμναστική. Η βαθμολογία των κριτών μπορεί να επηρεάζεται από μεροληψία, ανθρώπινο λάθος, ή πιθανή διαφθορά (δωροδοκία). Γι' αυτούς η συμμετοχή των θεατών στη βαθμολόγηση παρουσιάζει μία ελπιδοφόρα προσέγγιση για την αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων. Στην έρευνα τους παρουσιάζουν ένα σύστημα ψηφοφορίας (αξιολόγησης) από τους θεατές το οποίο αξιοποιεί τη φυσική συμπεριφορά των θεατών των αθλημάτων: τα χειροκροτήματα και τις επευφημίες. Το σύστημα αποτελείται από ασύρματους αισθητήρες κίνησης και μικρόφωνα που επιτρέπουν στους θεατές να υπολογίζουν την ψήφο τους σε πραγματικό χρόνο. Μέλη των θεατών χειρίζονται τους αισθητήρες και καθορίζουν την συχνότητα των χειροκροτημάτων για κάθε συμμετέχοντα (αγωνιζόμενο). Αυτό διευκολύνει τη συνεχή επίδραση στην αξιολόγηση, σε όλη τη διάρκεια της προσπάθειας ενός αθλητή. Ο βαθμός των θεατών παρουσιάζεται σε μεγάλη οθόνη του σταδίου και μπορεί να αντιπαραβληθεί με τον βαθμό των κριτών ενθαρρύνοντας τη συμμετοχή του κοινού.

Η έρευνα των Unger, Forsberg, Jacobsen. (2004) βασίστηκε στην κριτική που δέχτηκαν κάποια Ολυμπιακά Αθλήματα τα προηγούμενα χρόνια για «προκλητική» - challengeable - κρίση. Εστιάζοντας στην ροή της πληροφορίας και την δυνατότητα κατανόησης, η ομάδα σχεδιασμού έχει προτείνει μία ευέλικτη, ευμετάβολη και σχετικά χαμηλού κόστους λύση. Οι θεατές μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτό το σύστημα για να ψηφίσουν για την παρουσίαση ενός αθλητή απλά κρατώντας ψηλά μία χρωματιστή σελίδα από το αγωνιστικό πρόγραμμα του αγώνα. Ανάλογα με το χρώμα υπάρχει διαβάθμιση της βαθμολογίας. Για ακόμα μεγαλύτερο εμπλουτισμό της εμπειρίας της θέασης των Ολυμπιακών Αγώνων εισάγεται ένα ακόμα χαρακτηριστικό, το οποίο δίνει στο κοινό όλη την πληροφόρηση σχετικά με πως είδαν την παρουσίαση οι εξειδικευμένοι κριτές παρουσιάζοντας την κατευθείαν οπτικά σε αναμετάδοση. Ένα σύστημα υπολογιστών συνδεδεμένων με κατάλληλες κάμερες που φωτογραφίζουν τους θεατές τη στιγμή που κρατούν την εκάστοτε χρωματιστή σελίδα, επεξεργάζεται τα χρωματικά δεδομένα και συγχρόνως τα δεδομένα των επίσημων κριτών. Οι επίσημοι κριτές δίνουν την βαθμολογία τους επισημαίνοντας τα σημεία στα οποία υπήρχαν μειώσεις και έτσι στην τελική εμφάνιση των αποτελεσμάτων οι θεατές μπορούν να κατανοήσουν τους λόγους της βαθμολογίας των κριτών και σιγά – σιγά να γίνουν γνώστες της αξιολόγησης του αθλήματος.

Οι Daley, και Gabriel (2004) στην εργασία τους περιγράφουν ένα σύστημα για τη συμμετοχή του κοινού στη βαθμολόγηση των αθλημάτων της γυμναστικής και των καταδύσεων στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας του 2004. Ο σχεδιασμός του προτεινόμενου συστήματος είχε έξι άμεσους στόχους: εύκολη χρήση, διαβαθμίσεις, χαμηλό κόστος, ακρίβεια στη βαθμολόγηση, δυνατότητα μεταφοράς (να είναι φορητή), και αντοχή στη προσπάθεια νοθείας του. Το σχέδιο αυτό εξασφαλίζει ένα απλό και φορητό σύστημα που μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε οποιοδήποτε αθλητικό γεγονός στο οποίο οι βαθμοί των κριτών αμφισβητούνται ή κριτικάρονται από το κοινό. Ο σχεδιασμός της υποστηρικτικής βάσης δεδομένων εξασφαλίζει την στατιστική ανάλυση και στην διάρκεια μεταφοράς του όπως επίσης εξασφαλίζει δομή μιας γενικής βάσης δεδομένων που μπορεί εύκολα να προσαρμοσθεί σε κάθε άθλημα που θα είναι απαραίτητο. Χρησιμοποιώντας τεχνολογία άμεσης παράδοσης και λογισμικό ανοικτής πρόσβασης, η λύση αυτή εξασφαλίζει για την απλή εφαρμογή της, ανέξοδες απαιτήσεις υλικού, και εύκολη ανάπτυξη λογισμικού.

Οι Hawkey, Kellar, MacKay, Parker, και Reilly, (2004) στην έρευνα τους εξέτασαν θέματα που έχουν σχέση με την έκφραση και την συλλογή της ψήφου του κοινού. Χρησιμοποίησαν συγκεκριμένες ομάδες ανεπίσημα, συνεντεύξεις με ειδικούς και μελέτες χρηστών που συνέκριναν τύπους ψηφοφοριών, με σκοπό την διαδικασία σχεδιασμού και ανάπτυξης ενός πρωτότυπου σχεδίου για ένα σύστημα που θα υποστήριζε την ψηφοφορία του κοινού στους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες. Πρότειναν φανερά επιδεικνυόμενα αποτελέσματα σε μεγάλες οθόνες, δηλαδή ένα οπτικό σύστημα ψηφοφορίας του κοινού. Αυτό εξασφαλίζει το περιβάλλον για την οπτική αλληλεπίδραση του κοινού διαμέσου της χρήσης χρωματιστών φυλλαδίων κατάταξης. Η ανάλυση των αποτελεσμάτων κατορθώνεται με την επεξεργασία των δεδομένων του κοινού όπως αυτά φαίνονται στις φωτογραφίες που λαμβάνονται από το κοινό κατά τη διάρκεια της αξιολόγησης.

Οι Mason, Sherwood, Rahman και Vomela, (2004) στην έρευνα τους περιγράφουν την ανάπτυξη ενός συστήματος για τη διευκόλυνση της συμμετοχής των θεατών στην κρίση (αξιολόγηση) Ολυμπιακών Αθλημάτων για τον CHI 2004 διαγωνισμό σχεδιασμού φοιτητών (CHI / Student Competition) που διεξήχθη στην Βιέννη (Αυστρία) από 24 – 29 Απριλίου 2004. Αυτή η εξελιγμένη μέθοδος αξιοποιεί την βασική ανάλυση και τις αρχές του ανθρώπινου παράγοντα σε συνδυασμό με τεχνικές σχεδιασμού επικεντρωμένες στον χρήστη και χρησιμοποιήσιμα τεστ. Από την εφαρμογή αυτών των τεχνικών προέκυψε η δημιουργία του Olympic Audience Judging System (OAJIS), μιας σταθερής κατάστασης συσκευή που χρησιμοποιεί ένα σύστημα ελέγχου με καντράν και πλήκτρα σε συνδυασμό με ομαδοποιημένες εικόνες και χρώματα για τη μεταφορά λειτουργικών πληροφοριών στο χρήστη, όπως το σκίτσο του οργάνου, στο οποίο ο αθλητής εκτελεί το πρόγραμμα του ή το μέγιστο της βαθμολογίας που μπορεί να δοθεί κ.λ.π. Επιπρόσθετα, το σύστημα καθοδηγεί τον χρήστη διαμέσου της διαδικασίας κρίσης με τη βοήθεια των αλλαγών φωτεινότητας να εστιάσει την προσοχή στα απαραίτητα μέρη της αλληλεπίδρασης. Το προκύπτον σχέδιο εστιάζει στην απλότητα της λειτουργίας. Για να χρησιμοποιηθεί το σύστημα δεν είναι απαραίτητη η εκ των προτέρων γνώση των Ολυμπιακών Αγώνων ή των αθλημάτων. Το OAJIS επιτρέπει σε χρήστες με διαφορετικό υπόβαθρο να κρίνουν Ολυμπιακές προσπάθειες.

Οι Canceko, Caraway, Pak και Nakatsu, (2004) στην έρευνα τους εξηγούν πώς η ομάδα τους απέκτησε σφαιρική άποψη των διαφορετικών θεμάτων που

χρειάζεται να καθορισθούν ερχόμενοι σε επαφή με συνεντεύξεις με τους ειδικούς των αθλημάτων, παρακολουθώντας αγωνίσματα και με διάφορες άλλες μεθόδους για την εμπάθυνση και κατανόηση των προβλημάτων. Βρήκαν δύο σημεία κλειδιά που περιλάμβαναν την δυσκολία του κοινού να αντιληφθεί τις λεπτές διαφορές στην εκτέλεση του προγράμματος και τον τρόπο ενοποίησης αυτού του συστήματος ειδικά για αυτούς τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Το τελικό σχέδιο είναι μία χειροκίνητη συσκευή με οθόνη που έχει χαρακτήρες κινούμενων σχεδίων που προέρχονται από τις υπάρχουσες μασκώτ των Ολυμπιακών Αγώνων. Το Kopekt είναι ένα αλληλεπιδραστικό σύστημα ψήφισης, το οποίο επιτρέπει σε μέρος των θεατών που παρευρίσκονται στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας 2004, να αξιολογήσουν και να βαθμολογήσουν τους αθλητές, κατά τη διάρκεια των αγώνων γυμναστικής και καταδύσεων. Αυτή η συσκευή χειρός επιτρέπει σε όλα τα μέλη του κοινού να βαθμολογήσουν τις προσπάθειες των αθλητών χωρίς ανταγωνισμό με τους τεχνικούς βαθμούς των κριτών των Ολυμπιακών Αγώνων. Οδηγεί το χρήστη διαμέσου της διαδικασίας κρίσης σε μία γιγαντιαία οθόνη του σταδίου που δείχνει τα αποτελέσματα. Όταν η συσκευή μεταφέρεται μέσα στο στάδιο επιτρέπει σε ανθρώπους να συνδεθούν με άλλους που έχουν παρόμοιες αποφάσεις κρίσης. Ο σκοπός του συστήματος είναι να συνδέσει θεατές μεταξύ τους, διαμέσου της διαδικασίας κρίσης για να διευκολύνει τις ανθρώπινες αλληλεπιδράσεις.

Οι Akers, Edinberg, Fan, Lee και Steinberg, (2004) στην έρευνα τους περιγράφουν μία μέθοδο για την ανταπόκριση του κοινού και τα υποστηρικτικά συστήματα της για χρήση σε αθλήματα που αξιολογούνται από κριτές για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Αποτελείται από ένα ασύρματο σύστημα για την εισαγωγή βαθμών και συμπεριλαμβάνει μία διαφανή διαδικασία βαθμολόγησης που ενισχύει την ομαδική γνώση για βελτιστοποίηση της συλλογικής ψήφου (βαθμολογίας). Με την εκπαίδευση των θεατών πριν και κατά τη διάρκεια της διαδικασίας ψήφου (βαθμολογίας) το σύστημα eyeVox δεν παρέχει μόνο σύνθετη ανατροφοδότηση στον θεατή αλλά οδηγεί τους θεατές σε κατανόηση περισσότερο ενημερωμένη (πληροφορημένη) και γι' αυτό καλύτερη εκτίμηση του αθλήματος και των Ολυμπιακών Αγώνων.

Οι Aboud, Albers και Nemes, (2004) στην εργασία τους περιγράφουν τη δημιουργία ενός αλληλεπιδραστικού συστήματος βαθμολόγησης (ψηφοφορίας) του κοινού το iVO. Η συσκευή προοριζόταν για τα αθλήματα των καταδύσεων και της γυμναστικής κατά τη διάρκεια των θερινών Ολυμπιακών αγώνων της Αθήνας

2004. Το iVO είναι προσαρμόσιμο και μπορεί να ενσωματωθεί σε πλατύ εύρος αθλημάτων και αγώνων. Συνδυάζοντας τη μεθοδολογία του βιομηχανικού σχεδίου και του αλληλεπιδραστικού σχεδίου τους δόθηκε η δυνατότητα να δημιουργήσουν μια επαναληπτική διαδικασία που καθοδηγεί διαμέσου του προγράμματος τους θεατές. Αυτή η μοναδική μείξη των τεχνικών τους επέτρεψε να ερευνήσουν την αλληλεπίδραση και χρησιμότητα καθώς και τη φόρμα και την εργονομία της συσκευής. Διαμέσου της εφαρμογής αυτής της μεθοδολογίας, δημιούργησαν ένα αλληλεπιδραστικό σύστημα βαθμολόγησης (ψηφοφορίας) το οποίο είναι καινοτομικό αλλά πραγματοποιήσιμο στην εφαρμογή του κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών του 2004.

Αρκετές από τις παραπάνω έρευνες μας δείχνουν την επινοητικότητα που έδειξαν σπουδαστές ούτως ώστε να βρεθούν τρόποι αξιολόγησης από το κοινό των προγραμμάτων Ρυθμικής Γυμναστικής κατά τη διάρκεια των αγώνων. Η δική μας έρευνα αφορά στον όγκο των γνώσεων που πρέπει να έχει ένας θεατής ώστε να θεωρείται ενημερωμένος και ιδιαίτερα στην ηλικιακή ομάδα της εφηβείας στην οποία ανήκουν οι μαθητές/μαθήτριες της Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

Μέχρι στιγμής δεν υπάρχουν άλλες έρευνες που να αφορούν στην προσπάθεια εκμάθησης του κώδικα ενός αθλήματος όπως η ΡΓ σε θεατές, με σκοπό να μπορούν όχι μόνο να παρακολουθήσουν αλλά και να έχουν κριτική άποψη για το αγαπημένο τους άθλημα.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Κατά τη διάρκεια κατασκευής του ερωτηματολογίου οι απαντήσεις των αθλητριών της Ρ.Γ. αλλά και οι επισημάνσεις των ειδικών έδειξαν τις περιττές ερωτήσεις που υπήρχαν αλλά και τη σπουδαιότητα ή αναγκαιότητα ύπαρξης άλλων. Μετά την επεξεργασία αυτών των απαντήσεων αλλά και των επισημάνσεων που έγιναν από τις Διεθνείς κριτές προέκυψε η μορφή του ερωτηματολογίου που τελικά δόθηκε προς απάντηση για την έρευνα μας.

Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε για την ανάπτυξη και πιστοποίηση της εγκυρότητας του ερωτηματολογίου προσαρμόστηκε από την εργασία των Thomas & Nelson (1996). Συγκεκριμένα, η δομή της έρευνας συμπεριλάμβανε απόψεις από έμπειρους διεθνείς κριτές (experts) της ΡΓ, αθλήτριες της Εθνικής ομάδας και μελλοντικούς αποδέκτες του ερωτηματολογίου (μαθητές – μαθήτριες). Οι παρακάτω παράγραφοι εξηγούν με λεπτομέρειες τα τρία στάδια.

Έμπειροι κριτές

Το πρωτόλειο ερωτηματολόγιο περιείχε 60 ερωτήσεις και δόθηκε στις 23 Ελληνίδες εν ενεργεία Διεθνείς Κριτές Ρυθμικής Γυμναστικής και καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής για να το αξιολογήσουν. Από αυτές οι οκτώ κατείχαν τίτλο μεταπτυχιακών σπουδών. Οι κριτές κλήθηκαν να δώσουν τις απαντήσεις τους αλλά κυρίως να κάνουν τις επισημάνσεις τους για το σύνολο του όπως αν είναι ευκρινείς οι ερωτήσεις, ποιες από αυτές θεωρούν ότι είναι δύσκολο να απαντηθούν ή απαιτούν εξειδικευμένες απαντήσεις, αν ο όγκος του είναι μεγάλος, αν κάποιες κατά τη γνώμη τους θα έπρεπε να αφαιρεθούν και για ποιο λόγο. Βάσει των υποδείξεων τους τροποποιήθηκαν μερικές ερωτήσεις ή επαναδιατυπώθηκαν και αφαιρέθηκαν τρεις. Δεν περιείχε την επιλογή απάντησης: δεν γνωρίζω, κάτι που επισημάνθηκε αλλά η ερευνήτρια θεώρησε ότι δεν ήταν απαραίτητο σε αυτή τη φάση κατασκευής του.

1^η Πιλοτική έρευνα

Το ερωτηματολόγιο με τελική μορφή που περιείχε 57 ερωτήσεις δόθηκε στο σύνολο των αθλητριών της Εθνικής Ομάδας (24 αθλήτριες) και σε 34 μαθητές και 41 μαθήτριες Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης (N=75). Είχε τέσσερις επιλογές απαντήσεων, μεταξύ αυτών και την απάντηση δεν γνωρίζω. Σύμφωνα με τους Thomas και Nelson (1996) τα ερωτηματολόγια των οποίων οι ερωτήσεις έχουν απαντήσεις πολλαπλών επιλογών είναι τα πιο αξιόπιστα. Ο αριθμός των επιλογών επηρεάζει την αξιοπιστία. Όσο περισσότερες επιλογές τόσο καλύτερα γιατί μειώνεται σημαντικά η περίπτωση σωστής απάντησης τυχαία. Ωστόσο, το σωστότερο είναι να υπάρχουν από τρεις μέχρι πέντε επιλογές απάντησης, γιατί προκύπτουν πρακτικά προβλήματα, όπως ότι αυξάνεται ο χρόνος που απαιτείται για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου. Για καλύτερη ενημέρωση του αναγνώστη δίνονται και οι απαντήσεις των ερωτήσεων του ερωτηματολογίου στον πίνακα 2 που ακολουθεί.

Πίνακας 2. Ερωτηματολόγιο 57 ερωτήσεων. Διαφορές στις απαντήσεις Αθλητριών – Μαθητών/τριών

Ερωτήσεις	Αθλήτριες 24		Μαθητές 75	
	Σωστό	Λάθος ή Δε γνωρίζω	Σωστό	Λάθος ή Δε γνωρίζω
1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	100%	0%	49,3%	50,7%
Είναι είδος γυμναστικής που εκτελείται με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής.				
2. Είναι Ολυμπιακό Αγώνισμα ή όχι;	100%	0%	62,7%	37,3%
Είναι Ολυμπιακό Αγώνισμα από το 1984 (Los Angeles – ΗΠΑ).				
3. Είναι Ατομικό ή Ομαδικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	95,8%	4,2%	66,7%	33,3%
Είναι Ατομικό και Ομαδικό Αγώνισμα (Ensemble).				
4. Είναι Γυναικείο ή Αντρικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	95,8%	4,2%	38,7%	61,3%
Είναι μόνο Γυναικείο Αγώνισμα (προς το παρόν)				
5. Πόσα όργανα χρησιμοποιούνται;	100%	0%	44%	56%
Χρησιμοποιούνται 5 όργανα				
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται;	100%	0%	70,7%	29,3%
Σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα				
7. Τι είδους μουσική συνοδεία επιτρέπεται;	87,5%	12,5%	49,3%	50,7%

Ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγουδι				
8. Ποια είναι η επιπρεπτή ενδυμασία των αθλητριών;	83,3%	16,7%	32%	68%
Οι αθλήτριες μπορούν να φορούν κορμάκι ή κορμάκι με μακρύ καλσόν ή κορμάκι με φούστα				
9. Επιτρέπονται στολίδια στο κεφάλι;	91,7%	8,3%	68%	32%
Όχι, εκτός από αντικείμενα που δεν εξέχουν και στολίζουν διακριτικά τα μαλλιά				
10. Γυναίκες, άνδρες ή και οι δύο για κρπές Ρ. Γ.;	100%	0%	66,7%	33,3%
Μόνο γυναίκες προς το παρόν				
11. Πως προκύπτει ο Τελικός Βαθμός;	79,2%	20,8%	8%	92%
Από την πρόσθεση των 2 βαθμών για το τεχνικό μέρος (Difficulty (D) + Artistry (A) δια δύο και την πρόσθεση του βαθμού εκτέλεσης (Execution (B))				
12. Ποιος είναι ο μέγιστος βαθμός για μια αθλήτρια ή ένα ομαδικό πρόγραμμα;	91,7%	8,3%	13,3%	86,7%
Είναι 20.00 β.				
13. Τι περιλαμβάνει ο κώδικας βαθμολογίας της Ρ.Γ.;	91,7%	8,3%	38,7%	61,3%
Τη Τεχνική και την Καλλιτεχνική Αξία και την Εκτέλεση του προγράμματος				
14. Τι καθορίζει την Τεχνική Αξία ενός προγράμματος	83,3%	16,7%	36%	64%
Οι σωματικές ασκήσεις που περιλαμβάνονται σε συγκεκριμένους πίνακες δυσκολιών με προκαθορισμένη αξία				
15. Τι περιλαμβάνει η Τεχνική Αξία;	95,8%	4,2%	46,7%	53,3%
4 κατηγορίες σωματικών ασκήσεων: άλματα, ισοροπίες, στροφές και ευλυγισίες				
16. Τι είναι τα άλματα;	79,2%	20,8%	16%	84%
Συγκεκριμένης αξίας αλτικές ασκήσεις				
17. Τι είναι οι ισοροπίες;	87,5%	12,5%	38,7%	61,3%
Συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο)				
18. Τι είναι οι στροφές;	87,5%	12,5%	21,3%	78,7%
Συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο) και περιστροφή του σώματος				
19. Τι είναι οι ασκήσεις ευλυγισίας – κυματισμών;	87,5%	12,5%	18,7%	81,3%
Συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις που εκτελούνται σε σχετικά μικρή επιφάνεια στήριξης και απαιτούν μεγάλη ευλυγισία και ευκαμψία για να εκτελεστούν				
20. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των αλμάτων;	50%	50%	44%	56%
Όταν εκτελούνται με περιστροφή στη φάση πτήσης				
21. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των αλμάτων;	95,8%	4,2%	25,3%	74,7%
Όταν ο κορμός βρίσκεται σε ραχιαία κάμψη				
22. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των ισοροπιών;	87,5%	12,5%	12%	88%
Όταν εκτελεί η αθλήτρια «αργή στροφή» στη διάρκεια τους				
23. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των ισοροπιών;	75%	25%	32%	68%
Το πίσω πόδι είναι ψηλά τεντωμένο στο ύψος του κεφαλιού				
24. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των στροφών;	100%	0%	48%	52%
Όταν η αθλήτρια εκτελεί περισσότερες από μία περιστροφές				
25. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των στροφών;	95,8%	4,2%	24%	76%
Όταν εκτελεί η αθλήτρια ραχιαία κάμψη του κορμού της				

26. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των ευλυγισιών;	79,2%	20,8%	12%	88%
Όταν εκτελεί η αθλήτρια «αργή στροφή» στη διάρκεια τους				
27. Πως μπορεί να ανέβει η αξία των ευλυγισιών;	70,8%	29,2%	13,3%	86,7%
Όταν υπάρχει κάμψη του κορμού				
28. Τι συμπεριλαμβάνει η Καλλιτεχνική Αξία;	87,5%	12,5%	53,3%	46,7%
Τη βασική σύνθεση του, τη σχέση μουσικής και κίνησης, τον χειρισμό των οργάνων και την μαεστρία (= ασκήσεις που ο τρόπος εκτέλεσης τους εμπεριέχει τον κίνδυνο της απώλειας του οργάνου από την αθλήτρια)				
29. Τι καθορίζει την Καλλιτεχνική Αξία;	66,7%	33,3%	21,3%	78,7%
Συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις χειρισμού των οργάνων (Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά)				
30. Αν η μουσική δεν είναι αρμονικά δεμένη με την κίνηση υπάρχει πονή;	62,5%	37,5%	16%	84%
Υπάρχει ποινή 0.50 βαθμών (μουσική υπόκρουση)				
31. Ποιες ασκήσεις πρέπει να υπερέχουν σε μια σύνθεση με σχοινάκι;	95,8%	4,2%	25,3%	74,7%
Τα άλματα και οι αναπηδήσεις				
32. Ποιες ασκήσεις πρέπει να υπερέχουν σε μια σύνθεση με στεφάνι;	75%	25%	14,7%	85,3%
Και οι τέσσερις ομάδες σε ισομερή κατανομή				
33. Ποιες ασκήσεις πρέπει να υπερέχουν σε μια σύνθεση με μπάλα;	95,8%	4,2%	26,7%	73,3%
Οι ασκήσεις ευλυγισίας και κυματισμών				
34. Ποιες ασκήσεις πρέπει να υπερέχουν σε μια σύνθεση με κορύνες;	95,8%	4,2%	13,3%	86,7%
Οι ισορροπίες				
35. Ποιες ασκήσεις πρέπει να υπερέχουν σε μια σύνθεση με κορδέλα;	87,5%	12,5%	38,7%	61,3%
Οι στροφές				
36. Πριμοδοτείται η λαβή του οργάνου εκτός οπτικού πεδίου μετά από πέταγμα ;	91,7%	8,3%	20%	80%
Ναι οι λαβές εκτός οπτικού πεδίου πριμοδοτούνται				
37. Πριμοδοτείται η λαβή του οργάνου με άλλο μέρος του σώματος εκτός των χεριών, μετά από πέταγμα ;	100%	0%	29,3%	70,7%
Ναι οι λαβές με άλλο μέρος του σώματος εκτός των χεριών πριμοδοτούνται				
38. Πριμοδοτείται η λαβή του οργάνου σε θέση στο έδαφος μετά από πέταγμα ;	62,5%	37,5%	12%	88%
Ναι οι λαβές σε θέση στο έδαφος πριμοδοτούνται				
39. Πριμοδοτείται η λαβή ή το πέταγμα του οργάνου στη διάρκεια ενός άλματος;	100%	0%	26,7%	73,3%
Ναι η λαβή ή το πέταγμα του οργάνου στη διάρκεια ενός άλματος πριμοδοτείται				
40. Πριμοδοτείται η λαβή ή το πέταγμα του οργάνου στη διάρκεια άσκησης με περιστροφή;	95,8%	4,2%	36%	64%
Ναι η λαβή ή το πέταγμα του οργάνου στη διάρκεια άσκησης με περιστροφή πριμοδοτείται				
41. Τι βαθμολογούν οι κριτές Εκτέλεσης;	100%	0%	37,3%	62,7%
Τον τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος και αφαιρούν τα τυχόν λάθη				
42. Τι συνεπάγεται η πώση του οργάνου;	91,7%	8,3%	25,3%	74,7%
Αφαίρεση 0.30 -0.50 βαθμών				

43. Τι συνεπάγεται η πτώση της αθλήτριας;	83,3%	16,7%	20%	80%
Αφαίρεση 0.50 βαθμών				
44. Τι συνεπάγεται η έξοδος του οργάνου ή της αθλήτριας;	95,8%	4,2%	16%	84%
Αφαίρεση 0.20 βαθμών για κάθε μία				
45. Πόσες αθλήτριες μετέχουν σε κάθε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	100%	0%	34,7%	65,3%
5 αθλήτριες				
46. Με πόσα προγράμματα μετέχει μια χώρα στο ομαδικό αγώνισμα	70,8%	29,2%	29,3%	70,7%
Με 2 συνολικά, 1 πρόγραμμα με όμοια όργανα και 1 με δύο διαφορετικά				
47. Τι φορούν οι αθλήτριες στο ομαδικό αγώνισμα;	91,7%	8,3%	64%	36%
Η ενδυμασία τους πρέπει να είναι πανομοιότυπη (σε χρώμα και σχέδιο)				
48. Όργανα ομαδικού αγωνίσματος, μέγεθος, χρώμα;	37,5%	62,5%	10,7%	89,3%
Τα όργανα στο ομαδικό αγώνισμα πρέπει να είναι ίδιου μεγέθους και κατασκευής αλλά μπορούν να έχουν ίδια ή διαφορετικά χρώματα				
49. Είναι υποχρεωτικές οι αλλαγές των οργάνων από τις αθλήτριες;	83,3%	16,7%	9,3%	90,7%
Ναι, πρέπει να εκτελέσουν τουλάχιστον 6				
50. Πως μπορούν να εκτελεστούν οι αλλαγές;	79,2%	20,8%	29,3%	70,7%
Με πέταγμα και πιάσιμο των οργάνων μεταξύ των συναθλητριών				
51. Ποιο είναι το σύνολο των ασκήσεων για τη Τεχνική Αξία στο ομαδικό πρόγραμμα;	58,3%	41,7%	13,3%	82,7%
Έως 18 με τις αλλαγές μαζί				
52. Πόσοι «σχηματισμοί» πρέπει να υπάρχουν σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	54,2%	45,8%	26,7%	73,3%
Το λιγότερο 6 διαφορετικοί σχηματισμοί αθλητριών				
53. Πόσες ασκήσεις «συνεργασίας» πρέπει να υπάρχουν σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	50,0%	50,0%	9,3%	90,7%
Το λιγότερο 3				
54. Τι συνεπάγεται η πτώση του οργάνου για το Ομαδικό Αγώνισμα;	79,2%	20,8%	17,3%	82,7%
Αφαίρεση 0.30-0.50 βαθμών για κάθε μία αθλήτρια που κάνει λάθος				
55. Τι συνεπάγεται η πτώση της αθλήτριας για το Ομαδικό Αγώνισμα;	75,0%	25,0%	12%	88%
Αφαίρεση 0.50 βαθμών για κάθε μία αθλήτρια που κάνει λάθος				
56. Ποιο είναι το μήκος του σχοινοῦ;	100%	0%	22,7%	77,3%
Ανάλογο με το ύψος της αθλήτριας				
57. Ποιο είναι το μήκος της κορδέλας;	95,8%	4,2%	14,7%	85,3%
Είναι 6 μέτρα				

Μετά από επεξεργασία των αποτελεσμάτων σε συνεργασία με τις τρεις από τις πιο έμπειρες Διεθνείς Κριτές Ρυθμικής Γυμναστικής αλλά και κατόχους μεταπτυχιακών τίτλων σπουδών, αλλά και με την υπεύθυνη καθηγήτρια αφαιρέθηκαν όσες ερωτήσεις απαντήθηκαν σωστά σε ποσοστό κάτω από 10% γιατί θεωρούνται πολύ δύσκολες και όσες απαντήθηκαν σωστά σε ποσοστό πάνω

από 90% γιατί θεωρούνται πολύ εύκολες. Οι ερωτήσεις στις οποίες απαντούν όλοι σωστά ή όλοι λάθος δεν προσφέρουν καμιά πληροφορία για τις διαφορές των ατόμων στις μετρήσεις των ερωτηματολογίων καταγραφής γνώσεων (Thomas & Nelson, 1996). Συγκεκριμένα αφαιρέθηκαν 29 ερωτήσεις που αφορούσαν: στο τεχνικό μέρος των σωματικών ασκήσεων (12 ερωτήσεις, 16^η – 27^η) στη μουσική συνοδεία 30^η, στη τεχνική με το όργανο (5 ερωτήσεις, 31^η – 35^η) στο (ensemble) ομαδικό αγώνισμα (9 ερωτήσεις, 41^η – 45^η, 51^η και 53^η – 55^η) αλλά και 2 (56^η και 57^η) που αφορούσαν στα χαρακτηριστικά των οργάνων. Οι ερωτήσεις 11 και 12 παρότι συγκέντρωσαν χαμηλά ποσοστά κρίθηκε απαραίτητο να παραμείνουν γιατί αφορούσαν τη βαθμολογία του αθλήματος. Επτά ερωτήσεις επαναδιατυπώθηκαν ώστε να είναι σαφείς και κατανοητές από τα παιδιά και στην 10^η ενότητα – ποινές, συγκεντρώσαμε δέκα ερωτήσεις που αφορούσαν στις ποινές που δίνονται από τους κριτές για τυχόν λάθη ή παραλείψεις στην αθλήτρια ή στην ομάδα που εκτελεί.

2^η Πιλοτική Έρευνα

Το ερωτηματολόγιο της 2^η πιλοτικής έρευνας είχε 35 ερωτήσεις σε 10 ενότητες που αντιστοιχούσαν στις ενότητες του κώδικα βαθμολογίας Ρυθμικής Γυμναστικής αλλά και στα ερωτηματολόγια γνώσης κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Γυμναστικής. Αναλυτικά: α) γενική γνώση (4 ερωτήσεις), β) όργανα (2 ερωτήσεις), γ) ενδυμασία αθλητριών (2 ερωτήσεις), δ) αθλήτριες (2 ερωτήσεις), ε) χρονική διάρκεια προγραμμάτων (2 ερωτήσεις), ζ) είδη αγώνων (2 ερωτήσεις), η) αξιολόγηση προγραμμάτων (3 ερωτήσεις), θ) σύνθεση προγραμμάτων (6 ερωτήσεις), ι) ομαδικό αγώνισμα – ensemble (2 ερωτήσεις) και κ) ποινές για πιθανά λάθη (10 ερωτήσεις). Οι απαντήσεις ήταν πολλαπλών επιλογών (multiple choice) για τις 25 πρώτες ερωτήσεις και οι υπόλοιπες 10 είχαν καταφατική ή αρνητική μορφή (απάντηση ναι – όχι). Διανεμήθηκε σε 14 αθλήτριες της εθνικής ομάδας και 15 αθλήτριες συλλόγων, συνολικά 29 αθλήτριες (14-16 ετών) και 33 μαθητές (16 αγόρια και 17 κορίτσια) της ίδιας ηλικιακής ομάδας που επιλέχθηκαν τυχαία, για τη δεύτερη πιλοτική έρευνα με σκοπό να διερευνηθεί η δομική εγκυρότητα του ερωτηματολογίου

Πίνακας 3. Ερωτηματολόγιο 2^{ης} πιλοτικής έρευνας. Διαφορές στις απαντήσεις Αθλητριών – Μαθητών/τριών

Ερωτήσεις	Αθλήτριες 29		Μαθητές/τριες 35		t-test	Sig.
	Σωστό	Λάθος ή Δε γνωρίζω	Σωστό	Λάθος ή Δε γνωρίζω		
1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	100%	0%	81,2%	18,8%	2,675	0,012
2. Ολυμπιακό Αγώνισμα ή μη;	100%	0%	86,6%	13,4%	2,112	0,043
3. Ατομικό ή Ομαδικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	97%	3%	69,7%	30,3%	3,043	0,004
4. Γυναικείο ή Αντρικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	100%	0%	68,7%	31,3%	3,754	0,001
5. Πόσα όργανα χρησιμοποιούνται;	66%	34%	90,9%	9,1%	-2,318	0,025
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται;	100%	0%	92,8%	7,2%	1,441	0,161
7. Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών;	100%	0%	48,1%	51,9%	5,292	0,000
8. Επιτρέπονται στολίδια στο κεφάλι;	86%	14%	70%	30%	1,413	0,165
9. Ποια είναι η ηλικία για τη κατηγορία γυναικών;	90%	10%	87%	13%	0,349	0,728
10. Πόσες αθλήτριες στην ομάδα ensemble;	100%	0%	74%	26%	2,787	0,011
11. Χρονική διάρκεια ατομικού προγράμματος	97%	3%	46%	54%	3,406	0,005
12. Χρονική διάρκεια ομαδικού προγράμματος	93%	7%	29%	71%	4,728	0,000
13. Είδη αγώνων για το ατομικό στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	75%	25%	42%	58%	2,084	0,044
14. Είδη αγώνων για το ομαδικό (ensemble) στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	73%	27%	54%	46%	1,192	0,241
15. Ποια είναι η μέγιστη βαθμολογία;	83%	17%	56%	44%	1,942	0,062
16. Πόσες είναι οι εφορίες των κριτών;	82%	18%	24%	76%	5,126	0,000
17. Τι βαθμολογούν οι εφορίες των κριτών;	100%	0%	63%	37%	3,911	0,001
18. Τι εννοούμε με τον όρο Τεχνική Αξία ενός προγράμματος;	76%	24%	59%	41%	1,139	0,263
19. Κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα;	100%	0%	64%	36%	3,873	0,001
20. Τι εννοούμε με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία ενός προγράμματος;	86%	14%	33%	67%	6,325	0,000
21. Τι είδους μουσικές συνθέσεις χρησιμοποιούνται;	100%	0%	85%	15%	0,55	0,957
22. Τι εννοούμε με τον όρο Εκτέλεση ενός προγράμματος;	100%	0%	68%	32%	3,361	0,003
23. Πως προκύπτει ο τελικός βαθμός;	75%	25%	35%	65%	2,802	0,40
24. Πόσες αλλαγές οργάνων σε ομαδικό πρόγραμμα;	92%	8%	67%	33%	2,171	0,038
25. Πόσοι «σχηματισμοί» σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	72%	28%	33%	67%	2,664	0,011

Ερώτηση 26: ποια στοιχεία από τα παρακάτω τιμωρούνται με ποινές;	Σωστό	Αθλήτ. 29	Μαθ. 35	t-test	Sig.
α. πτώση οργάνου και ανάκτηση (πίασιμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα	Ναι	100%	63,6%	4,276	0,000
β. πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου με τα δύο χέρια πίσω από τη πλάτη	Όχι	100%	69,7%	3,730	0,001
γ. πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου σε θέση στο έδαφος με τα πόδια	Όχι	96,7%	75,8%	2,526	0,015
δ. απώλεια ισορροπίας της αθλήτριας και στήριξη της στο όργανο ή στο χέρι	Ναι	96,7%	63,6%	3,616	0,001
ε. εκούσια πτώση οργάνου αναπήδηση στο έδαφος και ανάκτηση του	Όχι	56,7%	45,5%	0,880	0,382
ζ. ξεκίνημα του προγράμματος (πρώτη κίνηση της αθλήτριας) μετά το ξεκίνημα της μουσικής	Όχι	73,3%	48,5%	2,060	0,044
η. τέλος του προγράμματος (τελευταία κίνηση της αθλήτριας) μετά το τέλος της μουσικής;	Ναι	90%	63,6%	2,593	0,012
θ. έξοδος από τον αγωνιστικό τάπητα οργάνου ή αθλήτριας κατά τη διάρκεια του προγράμματος	Ναι	100%	72,7%	3,464	0,002
ι. καθυστερημένη ή πρόωρη παρουσίαση της αθλήτριας ή της ομάδας (ensemble) στον αγωνιστικό χώρο;	Ναι	73,3%	69,7%	0,314	0,754
κ. τοποθέτηση αναπληρωματικού οργάνου έξω από τον αγωνιστικό τάπητα	Όχι	100%	42,4%	6,590	0,000

Για να είναι δομικά έγκυρο το ερωτηματολόγιο θα πρέπει να κάνει διάκριση μεταξύ εκείνων των ατόμων που είναι πραγματικά γνώστες του αντικειμένου και εκείνων που δεν γνωρίζουν. Για να ελέγξουμε αυτή την ιδιότητα του ερωτηματολογίου συγκρίνουμε τις απαντήσεις μεταξύ αθλητριών ΡΓ και ενός τυχαίου δείγματος μαθητών/τριών. Υποθέτουμε ότι οι αθλήτριες ΡΓ της εθνικής ομάδας είναι οι πλέον γνώστες του αντικειμένου και περιμένουμε να δώσουν σωστότερες απαντήσεις από τους μαθητές. Αν το ερωτηματολόγιο είναι έγκυρο αυτή η υπόθεση θα επαληθευθεί. Τα αποτελέσματα του t-test επαληθεύουν αυτή την υπόθεση για τη πλειοψηφία των ερωτήσεων. Οι ερωτήσεις 6, 8, 9, 14, 15, 18, 21, 23, 26ε και 26ι με βαθμό στατιστικής σημαντικότητας μεγαλύτερο του 0,05 θα έπρεπε να αφαιρεθούν. Όμως λόγω του μικρού δείγματος, που δεν επέτρεπε πιο ειδική ανάλυση των αποτελεσμάτων, αποφασίσθηκε από την ερευνήτρια και σε συνεργασία με την υπεύθυνη καθηγήτρια να παραμείνει το ερωτηματολόγιο ως

έχει και μετά την τελική έρευνα να αφαιρεθούν εκείνες οι ερωτήσεις που όντως δεν κάνουν καλή διάκριση.

Η ερώτηση 5 – πόσα είναι τα όργανα που χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση προγραμμάτων στη Ρυθμική Γυμναστική – σύμφωνα με τα στατιστικά του Πίνακα 3 – απαντήθηκε σωστότερα από τους μαθητές συγκριτικά με τις αθλήτριες. Ο λόγος είναι ότι οι αθλήτριες μετέχουν στους αγώνες τους με τέσσερα από τα πέντε όργανα της ΡΓ, αφού κάθε δύο χρόνια ένα από τα πέντε όργανα αφαιρείται από το αγωνιστικό πρόγραμμα του ατομικού αγωνίσματος. Οι μαθητές και μαθήτριες που δεν γνωρίζουν αυτό τον κανονισμό σωστά απάντησαν ότι είναι πέντε συνολικά τα όργανα.

Δείγμα

Το δείγμα αποτέλεσαν 134 μαθητές και 140 μαθήτριες Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης του νομού Αττικής. Από τους 274 συνολικά μαθητές και μαθήτριες, 7 μαθητές εξαιρέθηκαν από την έρευνα, διότι απάντησαν αρνητικά στην πρώτη ερώτηση αν γνωρίζουν το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και όλες οι απαντήσεις τους στις υπόλοιπες γνωστικές ερωτήσεις ήταν δεν γνωρίζω. Η επιλογή τους έγινε με βάση τις γνώσεις των καθηγητριών Φυσικής Αγωγής των σχολείων τους σχετικά με το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, αλλά και από αν το γνωστικό αντικείμενο της Ρυθμικής Γυμναστικής ήταν ενταγμένο στον ετήσιο προγραμματισμό του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής. Συγκεκριμένα επιλέχθηκαν μαθητές – μαθήτριες Γ' Γυμνασίου και Α' Λυκείου από επτά δημόσια Γυμνάσια και Λύκεια του νομού Αττικής. Στα τέσσερα από αυτά οι υπεύθυνες καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής έχουν αποφοιτήσει από το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού με ειδικότητα Ρυθμικής Γυμναστικής και είναι διεθνείς κριτές για το άθλημα ενώ στα άλλα τρία οι υπεύθυνες καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής δεν έχουν γνώση του αθλήματος. Όλες υπηρετούν με οργανική θέση και στα συγκεκριμένα σχολεία εξασκούν το λειτούργημά τους τρία χρόνια το λιγότερο. Οι καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής με ειδικότητα Ρυθμικής Γυμναστικής είχαν εντάξει στα διδακτικά τους αντικείμενα τη Ρυθμική Γυμναστική στην πιο απλή μορφή της για να είναι προσιτή στους μαθητές και στις μαθήτριες.

Διαδικασία

Στους μαθητές/τριες δόθηκε ερωτηματολόγιο καταγραφής γνώσεων για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, χωρίς να τους έχει γίνει ενημέρωση για το περιεχόμενο των ερωτήσεων παρά μόνο ότι αφορούν στο άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και τους ζητήθηκε να απαντήσουν σε όλες τις ερωτήσεις μέσα σε 20 λεπτά. Από την πιλοτική έρευνα προέκυψε ότι ο χρόνος των 20 λεπτών είναι επαρκής για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου. Η ερευνήτρια ήταν παρούσα στη διαδικασία και από την αρχή εξήγησε στους μαθητές/τριες το σκοπό της έρευνας και ότι το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και προαιρετικό.

Το ερωτηματολόγιο καταγραφής γνώσεων για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, που κατασκεύασε η ερευνήτρια αρχικά περιείχε 57 ερωτήσεις (Παράρτημα 1). Πριν την πρώτη πιλοτική έρευνα το ερωτηματολόγιο δόθηκε σε 23 Ελληνίδες εν ενεργεία Διεθνείς Κριτές καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής εκ των οποίων οι οκτώ κατείχαν μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών. Από τις επισημάνσεις των Κριτών διορθώθηκαν ή τροποποιήθηκαν μερικές ερωτήσεις. Το διορθωμένο ερωτηματολόγιο δόθηκε πιλοτικά σε 75 μαθητές (34 αγόρια / 41 κορίτσια) Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης και σε όλες (24) αθλήτριες της Εθνικής Ομάδας, στις κατηγορίες Νεανίδων – Γυναικών που ανήκουν στην ίδια ηλικιακή ομάδα των μαθητών/τριών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης και στους οποίους απευθύνεται η έρευνα μας. Από τις απαντήσεις των ερωτώμενων και μετά από ανάλυση των αποτελεσμάτων βρέθηκε ότι: ήταν αναγκαίο να μειωθεί ο αριθμός των ερωτήσεων για να είναι εφικτή η συμπλήρωση του σε μικρότερο χρόνο, μερικές ερωτήσεις οι οποίες και αφαιρέθηκαν είχαν πολύ εξειδικευμένες απαντήσεις, δύσκολες ακόμα και για τις αθλήτριες υψηλού επιπέδου.

Συγκεκριμένα αφαιρέθηκαν 29 ερωτήσεις που αφορούσαν στο τεχνικό μέρος των σωματικών ασκήσεων αλλά και στη τεχνική με το όργανο. Επτά ερωτήσεις επαναδιατυπώθηκαν ώστε να είναι σαφείς και κατανοητές από τα παιδιά και στην 10^η ενότητα – ποινές, συγκεντρώσαμε δέκα ερωτήσεις που αφορούσαν στις ποινές που δίνονται από τους κριτές για τυχόν λάθη ή παραλείψεις στην αθλήτρια ή στην ομάδα που εκτελεί. Από τα αποτελέσματα των πιλοτικών ερευνών επιλέχθηκαν δέκα ερωτήσεις με καταφατική ή αρνητική απάντηση για ποινές που δίνονται ή όχι και που θεωρήσαμε ότι είναι βασικές για το άθλημα αλλά και για όσους θέλουν να θεωρούνται ενημερωμένοι θεατές του.

Το τροποποιημένο ερωτηματολόγιο (Παράρτημα 2) αποτελούμενο από 35 ερωτήσεις ελέγχθηκε με δεύτερη πιλοτική έρευνα σε 33 μαθητές (16 αγόρια και 17 κορίτσια) και σε όλες τις αθλήτριες της Εθνικής Ομάδας Γυναικών και Νεανίδων (14 άτομα) όπως και σε 15 αθλήτριες συλλόγων της κατηγορίας νεανίδων (σύνολο 29 άτομα). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι καμία ερώτηση δεν έμεινε χωρίς σωστή απάντηση.

Εργαλεία συλλογής δεδομένων

Ερωτηματολόγιο είναι το βασικό μέσο επικοινωνίας ανάμεσα στον ερευνητή (συνεντευκτή) και τον ερωτώμενο. Αποτελείται από μια σειρά ερωτήσεων πάνω σε θέματα που απαιτούν πληροφορία από τον ερωτώμενο. Είναι ένα εργαλείο με διπλό στόχο: πρώτα να δημιουργήσει ένα κίνητρο στον ερωτώμενο για να μιλήσει, και δεύτερο να συλλεχθούν οι κατάλληλες πληροφορίες για την έρευνα.

Το γραπτό ερωτηματολόγιο που μοιράζεται ομοιόμορφα, απαλλάσσει τον ερωτώμενο από την παρουσία του συνεντευκτή, που ενδεχομένως να του προκαλεί κάποια ταραχή. Άλλωστε ένα σοβαρό ερώτημα που ανακύπτει είναι αν ο ερωτώμενος απαντά με μεγαλύτερη ειλικρίνεια όταν βρίσκεται μπροστά σ' ένα φύλλο ερωτήσεων, ή με την παρουσία συνεντευκτή; Το ερώτημα δεν έχει απαντηθεί φυσικά, αφού η απάντηση εξαρτάται ξεκάθαρα από την προσωπικότητα του ερωτώμενου. Πάντως γενικά είναι προτιμότερο να υποβάλλεται γραπτό και ανώνυμο ερωτηματολόγιο, παρά να ακολουθείται η μέθοδος της συνέντευξης. Ακόμα δε περισσότερο όταν η έρευνα ασχολείται με «ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα» όπως προσωπικές εμπειρίες, ή δεδομένα, αξιολόγηση προσώπων ή καταστάσεων κ.λ.π.. (Μπαγιάτης, 1992)

Η συλλογή των δεδομένων έγινε με ερωτηματολόγιο γνώσεων (Παράρτημα 2). Το ερωτηματολόγιο δημιουργήθηκε από την Πρόεδρο των κριτών της Ρυθμικής Γυμναστικής στην Ελλάδα και επαγγελματία – εμπειρογνώμονα κριτή για την Παγκόσμια Ομοσπονδία Γυμναστικής, με σκοπό την καταγραφή των γνώσεων του δείγματος για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής.

Για την αξιολόγηση του δόθηκε στην αρχική του μορφή στις ειδικούς του αθλήματος εν ενεργεία διεθνείς κριτές, συνολικά 23 άτομα εκ των οποίων 8 κατέχουν μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών. Η επιλογή των ενοτήτων έγινε από αντίστοιχο ερωτηματολόγιο γνώσης κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Γυμναστικής αλλά με όσο το δυνατόν απλουστευμένα και όχι εξειδικευμένα μορφή.

Οι απαντήσεις είναι πολλαπλών επιλογών (multiple choice) για τις 25 πρώτες ερωτήσεις και οι υπόλοιπες 10 έχουν καταφατική ή αρνητική μορφή (απάντηση ναι – όχι). Τα ερωτηματολόγια των οποίων οι ερωτήσεις έχουν απαντήσεις πολλαπλών επιλογών είναι τα πιο αξιόπιστα. Είναι δύσκολη η συγγραφή ερωτηματολογίων με καλή επιλογή εναλλακτικών απαντήσεων. Οι «φτωχές» εναλλακτικές απαντήσεις μπορεί να περιορίσουν τις πολλαπλές επιλογές απάντησης σε εναλλαγή μεταξύ του «δεν γνωρίζω» και της σωστής. Ο αριθμός των επιλογών επηρεάζει την αξιοπιστία. Όσο περισσότερες επιλογές τόσο καλύτερα γιατί μειώνεται σημαντικά η περίπτωση σωστής απάντησης τυχαία. Ωστόσο, το σωστότερο είναι να υπάρχουν από τρεις μέχρι πέντε επιλογές απάντησης, γιατί προκύπτουν πρακτικά προβλήματα, όπως ότι αυξάνεται ο χρόνος που απαιτείται για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου (Thomas & Nelson, 1996). Όσον αφορά τα ερωτηματολόγια με απαντήσεις του τύπου «σωστό ή λάθος» έχουν κατηγορηθεί αρκετές φορές για μειωμένη αξιοπιστία. Όμως η σωστή συγγραφή των ερωτήσεων και το γεγονός ότι απαιτούν λιγότερο χρόνο για τη συμπλήρωσή τους, άρα και υπάρχει η δυνατότητα περισσότερων ερωτήσεων, οδηγεί στην αποτελεσματική καταγραφή της γνώσης όταν αυτό γίνει με προσοχή (Thomas & Nelson, 1996).

Ο σχεδιασμός του, όσον αφορά την κωδικοποίησή του, προβλέπει παντού χρήση αριθμητικών κωδικών: 1 για τη σωστή απάντηση και 0 για όλες τις άλλες.

Στατιστική Ανάλυση

Στο πρώτο επίπεδο ανάλυσης δεδομένων, προχωρήσαμε σε έλεγχο μονομεταβλητής ανάλυσης μέσω περιγραφικής στατιστικής και συχνοτήτων, με σκοπό να αναγνωρίσουμε επαναλαμβανόμενα πρότυπα μέσων και διάμεσων που μπορεί να υπάρχουν. Στην προσπάθεια αυτή εκτιμήθηκαν για όλες τις μεταβλητές δείκτες ακρίβειας κεντρικής τάσης και διασποράς, δηλαδή τυπική απόκλιση και διακύμανση.

Σε δεύτερο επίπεδο αξιολογήθηκε η δυνατότητα του ερωτηματολογίου να ξεχωρίζει τους γνώστες από τους μη γνώστες του αντικειμένου. Αυτό έγινε με τη χρήση του δείκτη διάκρισης μεταξύ του καλύτερου και του χειρότερου ενός τρίτου των αξιολογημένων (διαφορά του βαθμού επίδοσης, Thomas & Nelson, 1996). Αυτή η ανάλυση συμπληρώθηκε με τον έλεγχο της αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου. Συγκεκριμένα ερωτήσεις με χαμηλή biserial συσχέτιση (ή



ερωτήσεις που συνείσφεραν αρνητικά στο μέγεθος του δείκτη αξιοπιστίας Cronbach Alpha) αφαιρέθηκαν.

Στο τρίτο επίπεδο, υπολογίστηκε η συνολική επίδοση των αξιολογηθέντων στο αξιόπιστο πλέον ερωτηματολόγιο (που δεν περιείχε ερωτήσεις χαμηλής αξιοπιστίας και χαμηλού διαχωρισμού). Με βάση αυτές τις συνολικές επιδόσεις έγιναν συγκρίσεις ανάλογα με το φύλο, την ηλικιακή κατηγορία, τις γνώσεις των καθηγητριών Φυσικής Αγωγής για το άθλημα, την προηγούμενη αθλητική εμπειρία των παιδιών και τα σχολεία στα οποία φοιτούσαν (Καμπίσης, 1999) Το στατιστικό τεστ που χρησιμοποιήθηκε γι' αυτές τις αναλύσεις ήταν t-test για ανεξάρτητα δείγματα και στις περιπτώσεις συγκρίσεων των δύο ομάδων με ANOVA. Η διαφορά μεταξύ αρχικής και τελικής αυτοαξιολόγησης των ερωτηθέντων ελέγχθηκε στατιστικά με ζευγαρωτό t-test. Η αυτοαξιολόγηση συσχετίστηκε με τις πραγματικές επιδόσεις χρησιμοποιώντας τον δείκτη συσχέτισης Pearson r.

Το τελικό έγκυρο ερωτηματολόγιο αποτελείται από 29 ερωτήσεις (6 από τις αρχικές ερωτήσεις παραλείφθηκαν γιατί είχαν χαμηλό δείκτη εγκυρότητας και αξιοπιστίας) που είναι κατανεμημένες σε 10 (δέκα) ενότητες. Αναλυτικά:

- 1^η ενότητα αποτελείται από 4 ερωτήσεις που αφορούν στη γενική γνώση για το άθλημα,
- 2^η ενότητα αποτελείται από 2 ερωτήσεις που αφορούν στα όργανα που χρησιμοποιούν οι αθλήτριες
- 3^η ενότητα αποτελείται από 2 ερωτήσεις που αφορούν στην ενδυμασία των αθλητριών
- 4^η ενότητα αποτελείται από 2 ερωτήσεις που αφορούν στις αθλήτριες
- 5^η ενότητα αποτελείται από 1 ερώτηση (1 από τις αρχικές αφαιρέθηκε στη διαδικασία αξιολόγησης της εγκυρότητας του ερωτηματολογίου) που αφορούν στη χρονική διάρκεια των προγραμμάτων
- 6^η ενότητα αποτελείται από 2 ερωτήσεις που αφορούν στα είδη των αγώνων που υπάρχουν
- 7^η ενότητα αποτελείται από 3 ερωτήσεις που αφορούν στην αξιολόγηση των προγραμμάτων
- 8^η ενότητα αποτελείται από 5 ερωτήσεις (1 από τις αρχικές αφαιρέθηκε στη διαδικασία αξιολόγησης της εγκυρότητας του ερωτηματολογίου) που αφορούν στην σύνθεση των προγραμμάτων

9^η ενότητα αποτελείται από 1 ερώτηση (1 από τις αρχικές αφαιρέθηκε στη διαδικασία αξιολόγησης της εγκυρότητας του ερωτηματολογίου) που αφορούν στο ομαδικό αγώνισμα (ensemble)

10^η ενότητα αποτελείται από 7 ερωτήσεις (3 από τις αρχικές αφαιρέθηκαν στη διαδικασία αξιολόγησης της εγκυρότητας του ερωτηματολογίου) που αφορούν στις ποινές για πιθανά λάθη.

Και από την ενότητα των δημογραφικών χαρακτηριστικών.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Από τα συμπληρωμένα ερωτηματολόγια 274 μαθητών και μαθητριών και 29 αθλητριών εθνικών ομάδων που κλήθηκαν να απαντήσουν εξαιρέθηκαν από τα αποτελέσματα οι 7 που απάντησαν αρνητικά στην αρχική ερώτηση για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και δεν γνωρίζω σε όλες τις υπόλοιπες ερωτήσεις (ποσοστό 2,6%). Στατιστική ανάλυση έγινε σε 267 ερωτηματολόγια μαθητών – μαθητριών (ποσοστό 97,4% των συμπληρωθέντων ερωτηματολογίων) και ξεχωριστά σε εκείνα των αθλητριών της εθνικής ομάδας (συνολικά 14 αθλήτριες) και των 15 αθλητριών των συλλόγων.

Πίνακας 4 – Test chi-square (έλεγχος τυχαίας διασποράς)

Ερωτήσεις	Chi-Square	Βαθμοί ελευθερίας	Στατιστική σημαντικότητα
1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	340,6	3	0.00
2. Ολυμπιακό Αγώνισμα ή μη;	481,8	3	0.00
3. Ατομικό ή Ομαδικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	361,9	3	0.00
4. Γυναικείο ή Αντρικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	234,1	3	0.00
5. Πόσα όργανα χρησιμοποιούνται;	169	3	0.00
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται;	396,8	3	0.00
7. Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών;	103,5	3	0.00
8. Επιτρέπονται στολίδια στο κεφάλι;	70,6	3	0.00
9. Ποια είναι η ηλικία για τη κατηγορία γυναικών;	159,9	3	0.00
10. Πόσες αθλήτριες στην ομάδα ensemble;	64	3	0.00
11. Χρονική διάρκεια ατομικού προγράμματος	111,8	3	0.00
12. Χρονική διάρκεια ομαδικού προγράμματος	157,9	3	0.00
13. Είδη αγώνων για το ατομικό στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	114,2	3	0.00
14. Είδη αγώνων για το ομαδικό (ensemble) στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	80	3	0.00
15. Ποια είναι η μέγιστη βαθμολογία;	37,9	3	0.00
16. Πόσες είναι οι εφορίες των κριτών;	27,4	3	0.00
17. Τι βαθμολογούν οι εφορίες των κριτών;	71,1	3	0.00
18. Τι εννοούμε με τον όρο Τεχνική Αξία ενός προγράμματος;	61,6	3	0.00
19. Κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα;	53,5	3	0.00
20. Τι εννοούμε με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία ενός προγράμματος;	24,3	3	0.00
21. Τι είδους μουσικές συνθέσεις χρησιμοποιούνται;	231	3	0.00
22. Τι εννοούμε με τον όρο Εκτέλεση ενός προγράμματος;	50,3	3	0.00
23. Πως προκύπτει ο τελικός βαθμός;	71,1	3	0.00
24. Πόσες αλλαγές οργάνων σε ομαδικό πρόγραμμα;	58,4	3	0.00

25. Πόσοι «σχηματισμοί» σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	77,6	3	0.00
26: ποια στοιχεία από τα παρακάτω τιμωρούνται με ποινές;			
α. πτώση οργάνου και ανάκτηση (πίασιμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα	75,8	1	0.000
β. πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου με τα δύο χέρια πίσω από τη πλάτη	55,95	1	0.000
γ. πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου σε θέση στο έδαφος με τα πόδια	17,38	1	0.010
δ. απώλεια ισορροπίας της αθλήτριας και στήριξη της στο όργανο ή στο χέρι	52,34	1	0.000
ε. εκούσια πτώση οργάνου αναπήδηση στο έδαφος και ανάκτηση του	0,96	1	0.327
ζ. ξεκίνημα του προγράμματος (πρώτη κίνηση της αθλήτριας) μετά το ξεκίνημα της μουσικής	4,34	1	0.037
η. τέλος του προγράμματος (τελευταία κίνηση της αθλήτριας) μετά το τέλος της μουσικής;	6,63	1	0.000
θ. έξοδος από τον αγωνιστικό τάπητα οργάνου ή αθλήτριας κατά τη διάρκεια του προγράμματος	42,24	1	0.000
ι. καθυστερημένη ή πρόωρη παρουσίαση της αθλήτριας ή της ομάδας (ensemble) στον αγωνιστικό χώρο;	24,06	1	0.000
κ. τοποθέτηση αναπληρωματικού οργάνου έξω από τον αγωνιστικό τάπητα	6,63	1	0.010

Για να ελεγχθεί αν ο τρόπος με τον οποίο απαντήθηκε το ερωτηματολόγιο ήταν τυχαίος, χρησιμοποιήθηκε το chi-square test στη κατανομή των απαντήσεων. Υποθέτοντας ότι όλες οι πιθανές απαντήσεις είχαν την ίδια πιθανότητα επιλογής το chi-square test (βλέπε πίνακα 3) έδειξε ότι αυτό δεν είναι αληθές και ότι κάποιες απαντήσεις προτιμήθηκαν από άλλες. Η ερώτηση 26ε είχε πρόβλημα σ' αυτό το τεστ (στατιστική σημαντικότητα 0,327) γιατί οι σωστές και οι λάθος απαντήσεις ήταν ισάριθμες. Αυτό οφείλεται ίσως στο γεγονός ότι η λέξη εκούσια είναι στο ίδιο ποσοστό δυστυχώς «άγνωστη» στις αθλήτριες αλλά και στους μαθητές/τριες της ίδιας ηλικιακής ομάδας. Δείξαμε λοιπόν με αυτό το τεστ, ότι οι ερωτώμενοι δεν απάντησαν τυχαία στις ερωτήσεις, αλλά επέλεξαν τις απαντήσεις τους βάσει των γνώσεων ή μη που είχαν για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής.

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

1^η ερώτηση: «Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;»

Το 73,8% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η Ρυθμική Γυμναστική είναι άθλημα που εκτελείται με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής, 6,7% απάντησαν ότι δεν γνώριζαν, ενώ 12% απάντησαν ότι πρόκειται για άθλημα που εκτελείται σε σταθερά όργανα και 6,7% ότι είναι είδος μοντέρνου χορού (λανθασμένες απαντήσεις 18,7%).

2^η ερώτηση: «Η Ρυθμική Γυμναστική είναι:»

Το 83,1% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η Ρυθμική Γυμναστική είναι Ολυμπιακό Αγώνισμα, 7,1% δεν γνώριζε και 4,5% απάντησε ότι δεν είναι Ολυμπιακό αγώνισμα ενώ 5,2% ότι έγινε Ολυμπιακό Αγώνισμα στην Ολυμπιάδα της Αθήνας (λανθασμένες απαντήσεις 9,7%).

3^η ερώτηση: «Η Ρυθμική Γυμναστική είναι:»

Το 74,9% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η Ρυθμική Γυμναστική είναι ατομικό και ομαδικό άθλημα, 4,1% δεν γνώριζε και 15% απάντησε ότι είναι ομαδικό άθλημα ενώ 6% ότι είναι ατομικό άθλημα (λανθασμένες απαντήσεις 21%).

4^η ερώτηση: «Η Ρυθμική Γυμναστική είναι:»

Το 53,2% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η Ρυθμική Γυμναστική είναι γυναικείο άθλημα, 2,6% δεν γνώριζε και μόνο 1,1% απάντησε ότι πρόκειται για αντρικό άθλημα ενώ 43,1% ότι είναι άθλημα στο οποίο αγωνίζονται άντρες και γυναίκες (λανθασμένες απαντήσεις 44,2%).

2^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΟΡΓΑΝΑ

5^η ερώτηση: «Πόσα είναι τα όργανα που χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση προγραμμάτων στη Ρυθμική Γυμναστική;»

Το 53,9% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι τα όργανα της Ρυθμικής Γυμναστικής είναι 5 ενώ 33% δεν γνώριζε και 13,1% έδωσαν λανθασμένη απάντηση. (5,6% ότι είναι 3, ενώ 7,5% ότι είναι 4).

6^η ερώτηση: «Ποια όργανα χρησιμοποιούνται στη Ρυθμική Γυμναστική;»

Το 77,5% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι τα όργανα της Ρυθμικής Γυμναστικής είναι το σχοινάκι, το στεφάνι, η μπάλα, οι κορύνες και η κορδέλα ενώ 12,4% δεν γνώριζε και 10,1% έδωσαν λανθασμένη απάντηση. (5,6% ότι είναι το δίζυγο, η δοκός, οι κρίκοι, το μονόζυγο και ο ίππος με λαβές και 4,5% ότι είναι το σχοινάκι, τα σημαϊάκια, η κορδέλα, τα λάστιχα και η μπάλα).

3^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ

7^η ερώτηση: «Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής;»

Το 46,8% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής είναι κορμάκι ή κορμάκι με μακρύ καλσόν ή κορμάκι με φούστα ενώ 12,4% δεν γνώριζε και 40,8% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (8,6% ότι είναι φούστα και εφαρμοστό μπλουζάκι και 32,2% ότι είναι κορμάκι)

8^η ερώτηση: «Επιτρέπονται από τους κανονισμούς συμπληρωματικά στολίδια στο κεφάλι και στο σώμα των αθλητριών όπως : καπέλα, φτερά, κορδέλες, κολιέ κ.α;»

Το 47,2% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά αρνητικά, 19,1% δεν γνώριζαν και 33,7% λανθασμένα (17,6% απάντησαν καταφατικά και 16,1% ότι δεν αναφέρεται κάτι σχετικό στους κανονισμούς στον Κώδικα Βαθμολογίας).

4^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ

9η ερώτηση: «Ποια είναι η ηλικία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής για την κατηγορία γυναικών;»

Το 57,7% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι οι αθλήτριες πρέπει να 16 ετών και μεγαλύτερες για την κατηγορία γυναικών, 17,6% απάντησαν ότι δεν γνώριζαν και 24,7% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (7,1% μόνο μεγαλύτερες των 18 ετών και 17,6% μικρότερες των 20 ετών)

10η ερώτηση: «Πόσες αθλήτριες αποτελούν μία ομάδα (ensemble);»

Το 42,3% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά για τον αριθμό των αθλητριών μίας ομάδας (5 + 1 αναπληρωματική) 29,6% δεν γνώριζαν και 27,7% έδωσαν λανθασμένες απαντήσεις (17,6% - 6 + 1 αναπληρωματική και 10,1% - 4 + 1 αναπληρωματική)

5^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

11η ερώτηση: «Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ατομικού προγράμματος;»

Μόνο το 12,7% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι ο επιτρεπτός χρόνος είναι από 1'.15'' - 1'.30'' ενώ 52,8% απάντησαν ότι δεν γνώριζαν και 34,5%

έδωσαν λανθασμένη απάντηση (18,4% από 2' - 2'.15'', και 16,1% από 1'.30'' - 1'.45'')

12^η ερώτηση: «Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ομαδικού προγράμματος (ensemble);»

Μόνο το 13,1% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι ο επιτρεπτός χρόνος είναι από 2'.15'' - 2'.30'' ενώ 58,1% απάντησαν ότι δεν γνώριζαν και 28,8% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (17,6% από 2'.30'' - 2'.45'' και 11,2% από 2' - 2'.15'')

6^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΙΔΗ ΑΓΩΝΩΝ

13^η ερώτηση: «Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ατομικό αγώνισμα της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;»

Το 29,6% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι υπάρχουν τρία είδη αγώνων – Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος, Αγώνας για το σύνθετο ατομικό και Τελικός αγώνας οργάνων – ενώ 49,8% δεν γνώριζαν και 20,6% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (10,5% – Αγώνας για το σύνθετο ατομικό και Τελικός αγώνας για κάθε όργανο – 10,1% Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος και Τελικός αγώνας για κάθε όργανο.

14^η ερώτηση: «Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ομαδικό αγώνισμα (Ensemble) της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;»

Το 18,4% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι υπάρχουν δύο είδη αγώνων για το ομαδικό αγώνισμα: Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) και Τελικός αγώνας για κάθε ένα από τα δύο προγράμματα τους ξεχωριστά ενώ 47,9% απάντησαν ότι δεν γνώριζαν. 33,8% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (12,8% – Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) και 21% – Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) και Τελικός αγώνας για το σύνολο των προγραμμάτων τους.

7^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

15^η ερώτηση: «Η μέγιστη βαθμολογία για μια αθλήτρια ή για μία ομάδα (Ensemble) Ρυθμικής Γυμναστικής είναι:»

Το 30% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι το άριστα της βαθμολογίας είναι 20.00 βαθμοί ενώ 34,8% απάντησαν ότι δεν γνώριζαν και 35,2% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (25,5% – 30.00 βαθμοί και 9,7% –40.00 βαθμοί)

16^η ερώτηση: «Πόσες ομάδες – (εφορίες) – κριτών βαθμολογούν ένα πρόγραμμα Ρυθμικής Γυμναστικής;»

Το 18% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι 3 εφορίες κριτών βαθμολογούν ένα πρόγραμμα Ρ.Γ. 32,2% δεν γνώριζαν ενώ 49,8% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (33,7% 4 εφορίες και 16,1% 2 εφορίες κριτών).

17^η ερώτηση: «Τι βαθμολογούν οι ομάδες – (εφορίες) κριτών;»

Το 47,2% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι οι ομάδες – (εφορίες) κριτών βαθμολογούν την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, τη σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) και την Εκτέλεση του προγράμματος (τον τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος). 17,2% δεν γνώριζαν και 35,6% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (15,7% ότι βαθμολογούν την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, τη σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (τον τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος) και 19,9% ότι βαθμολογούν την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (τον τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος).

8^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΣΥΝΘΕΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

18^η ερώτηση: «Με τον όρο Τεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:»

Το 27% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι με τον όρο Τεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε το μέγιστο 18 σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου, με συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας που περιλαμβάνονται σε ειδικούς πίνακες δυσκολιών και έχουν προκαθορισμένη αξία και 43,8% απάντησαν ότι δεν γνωρίζουν. 29,2% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (15,7% ότι με τον όρο Τεχνική Αξία εννοούμε το μέγιστο 18 ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου χωρίς συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας και 13,5% ότι με τον όρο Τεχνική Αξία

εννοούμε ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου απεριόριστου αριθμού.

19^η ερώτηση: «Ποιες είναι οι κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;»

Το 44,2% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι οι κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής είναι τα άλματα, οι ισοροπίες, οι στροφές και οι ασκήσεις ευλυγισίας – κυματισμών ενώ 19,5% δεν γνώριζε. 36,3% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (20,2% ότι είναι τα άλματα, οι αναπηδήσεις, οι ρυθμικοί βηματισμοί, οι στροφές στα δυο πόδια και 16,1% ότι είναι οι ισοροπίες στα δάχτυλα των ποδιών, τα περάσματα από θέσεις στο έδαφος και οι στροφές).

20^η ερώτηση: «Με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:»

Το 28,8% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι ο όρος καλλιτεχνική Αξία ενός προγράμματος περιλαμβάνει τη χορογραφία, τη μουσική συνοδεία και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή στη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.). 35,2% δεν γνώριζαν και 35,9% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (15,7% ότι εννοούμε τα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά, συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή κατά τη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.) και 20,2% τη μουσική συνοδεία, τη χορευτική ικανότητα και την έκφραση της αθλήτριας).

21^η ερώτηση: «Τι είδους μουσική σύνθεση χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;»

Το 63,7% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η μουσική σύνθεση που χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής μπορεί να είναι ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι ενώ 12,7% δεν γνώριζαν. 23,6% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (2,6% ότι η μουσική σύνθεση μπορεί να προέρχεται από ένα μόνο μουσικό όργανο και 21% ότι μπορεί να είναι μείξη διαφορετικών μουσικών κομματιών και με τραγούδια).

22^η ερώτηση: «Με τον όρο Εκτέλεση (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:»

Το 41,2% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι με τον όρο Εκτέλεση ενός προγράμματος εννοούμε τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και του χειρισμού του οργάνου και τα πιθανά λάθη (πτώση αθλήτριας ή οργάνου, κόμπος στο σχοινάκι ή τη κορδέλα, απώλεια ισορροπίας κ.λ.π.) ενώ 25,8% δεν γνώριζε και 33% έδωσαν λανθασμένη απάντηση (22,1% τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και τα πιθανά λάθη και 10,9% το χειρισμό του οργάνου και τα πιθανά λάθη)

23^η ερώτηση: «Πως προκύπτει ο τελικός βαθμός;»

Το 18,4% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι ο τελικός βαθμός προκύπτει από την πρόσθεση των 2 βαθμών για το τεχνικό μέρος: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) = max 20.00 βαθμοί δια δύο = max 10.00 βαθμοί, + τον βαθμό Εκτέλεσης (max 10.00 βαθμοί) = 20.00 βαθμοί ενώ 40,4% δεν γνώριζε.

Το 41,2% έδωσε λανθασμένη απάντηση (33,7% από την πρόσθεση και των τριών βαθμών: Τεχνική Αξία (max. 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max. 10.00 βαθμοί) + Εκτέλεση (max. 10.00 βαθμοί) = τελικός βαθμός (το μέγιστο) max. 30.00 βαθμοί, ενώ 7,5% από την πρόσθεση και των τριών βαθμών δια δύο: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Εκτέλεση (max 10.00 βαθμοί) / 2 = τελικός βαθμός (το μέγιστο) max 20.00 βαθμοί

9^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ENSEMBLE

24^η ερώτηση: «Πόσες αλλαγές των οργάνων θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;»

Το 32,6% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι θα πρέπει οι αθλήτριες να εκτελούν 6 αλλαγές των οργάνων σε ένα ομαδικό πρόγραμμα (ensemble) ενώ 39,3% δεν γνώριζε. Λανθασμένη απάντηση έδωσαν 28,1% των ερωτηθέντων (18,7% ότι οι υποχρεωτικές αλλαγές είναι 7, ενώ 9,4% ότι είναι 8).

25^η ερώτηση: «Πόσοι «σχηματισμοί» (σχήματα όπως κύκλος, τετράγωνο, τρίγωνο κ.λ.π. που μπορούν να σχηματισθούν από τις αθλήτριες) θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;»

Το 18% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι οι υποχρεωτικοί σχηματισμοί των αθλητριών ενός ομαδικού προγράμματος (ensemble) πρέπει να είναι 6 και

48,3% δεν γνώριζε. Λανθασμένη απάντηση έδωσαν 33,7% (17,6% ότι είναι 5 και 16,1% ότι είναι 7)

10^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΠΟΙΝΕΣ

26^η ερώτηση: «Ποια στοιχεία από τα παρακάτω τιμωρούνται με ποινές;»

α) «πτώση οργάνου και ανάκτηση (πιάσιμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα»

Το 76,4% απάντησε σωστά ναι και το 23,6% λάθος όχι.

β) «πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου με τα δύο χέρια πίσω από τη πλάτη»

Το 72,7% απάντησε σωστά όχι και το 27,3% λάθος ναι

γ) «πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου σε θέση στο έδαφος με τα πόδια»

Το 62,5% απάντησε σωστά όχι και το 37,5% λάθος ναι

δ) «απώλεια ισορροπίας της αθλήτριας και στήριξη της στο όργανο ή στο χέρι»

Το 71,9% απάντησε σωστά ναι και το 28,1% λάθος όχι.

ε) «εκούσια πτώση οργάνου αναπήδηση στο έδαφος και ανάκτηση του»

Το 52,8% απάντησε σωστά όχι και το 47,2% λάθος ναι

ζ) «ξεκίνημα του προγράμματος (πρώτη κίνηση της αθλήτριας) μετά το ξεκίνημα της μουσικής»

Το 56,2% απάντησε σωστά όχι και το 43,8% λάθος ναι

η) «τέλος του προγράμματος (τελευταία κίνηση της αθλήτριας) μετά το τέλος της μουσικής;»

Το 57,7% απάντησε σωστά ναι και το 42,3% λάθος όχι.

θ) «έξοδος από τον αγωνιστικό τάπητα οργάνου ή αθλήτριας κατά τη διάρκεια του προγράμματος;»

Το 69,7% απάντησε σωστά ναι και το 30,4 % λάθος όχι.

ι) «καθυστερημένη ή πρόωρη παρουσίαση της αθλήτριας ή της ομάδας (ensemble) στον αγωνιστικό χώρο;»

Το 64,8% απάντησε σωστά ναι και το 35,2% λάθος όχι.

κ) «τοποθέτηση αναπληρωματικού οργάνου έξω από τον αγωνιστικό τάπητα»

Το 57,7% απάντησε σωστά όχι και το 42,3% λάθος ναι

Πίνακας 5. 1^η Ανάλυση

Ερώτηση	Σωστό	Λάθος	Δεν γνωρίζω
1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	73,8%	19,5%	6,7%
2. Ολυμπιακό Αγώνισμα ή μη;	83,1%	9,8	7,1%

3. Ατομικό ή Ομαδικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	74,9%	21	4,1%
4. Γυναικείο ή Αντρικό Αγώνισμα ή και τα δύο;	53,2%	44,2	2,6%
5. Πόσα όργανα χρησιμοποιούνται;	53,9%	13,1	33%
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται;	77,5%	10,1	12,4%
7. Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών;	46,8%	40,8	12,4%
8. Επιτρέπονται στολίδια στο κεφάλι;	47,2%	33,7	19,1%
9. Ποια είναι η ηλικία για τη κατηγορία γυναικών;	57,7%	24,7	17,6%
10. Πόσες αθλήτριες στην ομάδα ensemble;	42,3%	28,1	29,6%
11. Χρονική διάρκεια ατομικού προγράμματος	12,7%	34,5	52,8%
12. Χρονική διάρκεια ομαδικού προγράμματος	13,1%	28,8	58,1%
13. Είδη αγώνων για το ατομικό στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	29,6%	20,6	49,8%
14. Είδη αγώνων για το ομαδικό (ensemble) στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	18,4%	33,7	47,9%
15. Ποια είναι η μέγιστη βαθμολογία;	30%	35,2	34,8%
16. Πόσες είναι οι εφορίες των κριτών;	18%	49,8	32,2%
17. Τι βαθμολογούν οι εφορίες των κριτών;	47,2%	35,6	17,2%
14. Είδη αγώνων για το ομαδικό (ensemble) στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα	18,4%	33,7	47,9%
15. Ποια είναι η μέγιστη βαθμολογία;	30%	35,2	34,8%
16. Πόσες είναι οι εφορίες των κριτών;	18%	49,8	32,2%
17. Τι βαθμολογούν οι εφορίες των κριτών;	47,2%	35,6	17,2%
18. Τι εννοούμε με τον όρο Τεχνική Αξία ενός προγράμματος;	27%	29,2	43,8%
19. Κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα;	44,2%	36,3	19,5%
20. Τι εννοούμε με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία ενός προγράμματος;	28,8%	36	35,2%
21. Τι είδους μουσικές συνθέσεις χρησιμοποιούνται;	63,7%	23,6	12,7%
22. Τι εννοούμε με τον όρο Εκτέλεση ενός προγράμματος;	41,2%	33	25,8%
23. Πως προκύπτει ο τελικός βαθμός;	18,4%	41,2	40,4%
24. Πόσες αλλαγές οργάνων πρέπει να υπάρχουν σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	32,6%	28,1	39,3%
25. Πόσοι «σχηματισμοί» πρέπει να υπάρχουν σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;	18%	33,7	48,3%

Ερώτηση 26: ποια στοιχεία από τα παρακάτω πηρωούνται με ποινές;	Σωστό
α. πτώση οργάνου και ανάκτηση (πίσισμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα	Ναι - 76,4%
β. πίσισμο (ανάκτηση) του οργάνου με τα δύο χέρια πίσω από τη πλάτη	Όχι - 72,7%
γ. πίσισμο (ανάκτηση) του οργάνου σε θέση στο έδαφος με τα πόδια	Όχι - 62,5%
δ. απώλεια ισορροπίας της αθλήτριας και στήριξη της στο όργανο ή στο χέρι	Ναι -

	71,9%
ε. εκούσια πτώση οργάνου αναπήδηση στο έδαφος και ανάκτηση του	Όχι - 52,8%
ζ. ξεκίνημα του προγράμματος (πρώτη κίνηση της αθλήτριας) μετά το ξεκίνημα της μουσικής	Όχι - 56,2%
η. τέλος του προγράμματος (τελευταία κίνηση της αθλήτριας) μετά το τέλος της μουσικής;	Ναι - 57,7%
θ. έξοδος από τον αγωνιστικό τάπητα οργάνου ή αθλήτριας κατά τη διάρκεια του προγράμματος	Ναι - 69,7%
ι. καθυστερημένη ή πρόωρη παρουσίαση της αθλήτριας ή της ομάδας (ensemble) στον αγωνιστικό χώρο;	Ναι - 64,8%
κ. τοποθέτηση αναπληρωματικού οργάνου έξω από τον αγωνιστικό τάπητα	Όχι - 57,7%

Αξιολόγηση ερωτηματολογίου

Όπως φαίνεται στον πίνακα 6, οι πιο δύσκολες ήταν οι ερωτήσεις 11 και 12 και οι πιο εύκολες ερωτήσεις ήταν οι 2 και 6.

Πίνακας 6. Βαθμός δυσκολίας ερωτήσεων

Ερώτηση	Ποσοστό σωστών απαντήσεων
11	13%
12	13%
25	18%
16	18%
23	18%
14	18%
18	27%
20	29%
13	30%
15	30%
24	33%
22	41%
10	42%
19	44%
7	47%
8	47%
17	47%
26ε	53%
4	53%
5	54%
26ζ	56%
9	58%

26κ	58%
26η	58%
26γ	63%
21	64%
26ι	65%
26θ	70%
26δ	72%
26β	73%
1	74%
3	75%
26α	77%
6	78%
2	83%

Δείκτης διάκρισης

Ο δείκτης διάκρισης για κάθε ερώτηση υπολογίστηκε (πίνακας 7) και οι ερωτήσεις με χαμηλό δείκτη αφαιρέθηκαν από το τελικό ερωτηματολόγιο. Συγκεκριμένα όπως φαίνεται στον πίνακα 2 οι ερωτήσεις 12, 23, 25, 26ζ, 26ι, 26κ, είχαν πολύ χαμηλό δείκτη και αφαιρέθηκαν γιατί δεν έκαναν καλή διάκριση μεταξύ αυτών που γνώριζαν και αυτών που δεν γνώριζαν και απαντούσαν τυχαία. Αυτό το αποτέλεσμα επιβεβαιώθηκε και στατιστικά με το t-test των μέσων επιδόσεων του καλύτερου και χειρότερου ενός τρίτου των αξιολογηθέντων (Thomas & Nelson, 1996). (Πίνακας 7).

Πίνακας 7. Δείκτης διάκρισης για κάθε ερώτηση και T- test

Ερώτηση	t-test	Sig. (2-tailed)	Δείκτης διάκρισης (διαφορά επίδοσης του καλύτερου και χειρότερου ενός τρίτου των αξιολογημένων). Ποσοστιαίες μονάδες
1	6,527	,000	41
2	6,722	,000	38
3	4,470	,000	31
4	3,784	,000	30
5	13,646	,000	74
6	7,817	,000	46
7	4,890	,000	37
8	4,317	,000	34
9	3,053	,003	24
10	6,779	,000	48
11	3,181	,002	19
12	2,413	,017	13
13	3,345	,001	26

14	3,765	,000	25
15	3,030	,003	22
16	3,021	,003	20
17	6,922	,000	50
18	3,978	,000	29
19	4,114	,000	32
21	7,565	,000	52
20	5,923	,000	41
22	6,865	,000	49
23	2,121	,036	13
24	3,198	,002	24
25	0,304	,762	0,0186
26α	2,859	,005	20
26δ	5,526	,000	37
26η	2,668	,008	21
26θ	3,948	,000	29
26ι	0,234	,815	0,0187
26β	5,043	,000	34
26γ	3,502	,001	25
26ε	3,320	,001	26
26ζ	1,336	,184	11
26κ	0,528	,598	0,0435

Αξιοπιστία του ερωτηματολογίου (Cronbach Alpha και point biserial correlation)

Η αξιοπιστία της κάθε ερώτησης ερευνήθηκε με την point biserial συσχέτιση της κάθε ερώτησης με τη συνολική επίδοση και τη συνεισφορά της κάθε ερώτησης στο μέγεθος του δείκτη αξιοπιστίας Cronbach Alpha. (Cronbach, 1951). Όπως φαίνεται στον πίνακα 8 οι ερωτήσεις 12, 23, 25, 26ζ, 26ι, 26κ, είχαν χαμηλά point biserial συσχετίσεις και χαμηλή συνεισφορά στον Cronbach Alpha. Η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου βελτιώθηκε αισθητά και ο Cronbach Alpha ανέβηκε 0,67 (από 0,62).

Πίνακας 8. Αξιοπιστία ερωτήσεων

Ερωτήσεις	Διορθωμένη ερώτηση με συνολική επίδοση - συσχέτιση (point biserial) correlation	Cronbach Alpha όταν αφαιρεθεί ερώτηση
1	,3194	,6045
2	,2938	,6088

3	,2516	,6106
4	,1169	,6226
5	,4621	,5883
6	,3441	,6033
7	,1612	,6184
8	,1296	,6214
9	,0800	,6260
10	,2896	,6059
11	,2068	,6157
12	,0559	,6254
13	,1467	,6195
14	,1680	,6178
15	,1314	,6209
16	,1120	,6220
17	,3092	,6038
18	,2217	,6130
19	,1337	,6210
20	,2723	,6084
21	,3451	,6009
22	,3283	,6021
23	,0747	,6247
24	,0720	,6263
25	-,0540	,6340
26α	,0757	,6252
26β	,2073	,6143
26γ	,0870	,6252
26δ	,2577	,6098
26ε	,1517	,6193
26ζ	-,0802	,6409
26η	,1075	,6234
26θ	,1444	,6197
26ι	-,0322	,6357
26κ	,0345	,6303

Το τελικό ερωτηματολόγιο περιείχε 29 ερωτήσεις. (Παράρτημα 3)

Το σκορ του κάθε ατόμου υπολογίστηκε σαν το ποσοστό επιτυχίας του δηλαδή ο αριθμός σωστών απαντήσεων / 29×100.

Όπως φαίνεται και στο γράφημα που ακολουθεί τα ποσοστά επιτυχίας κυμάνθηκαν ως εξής:

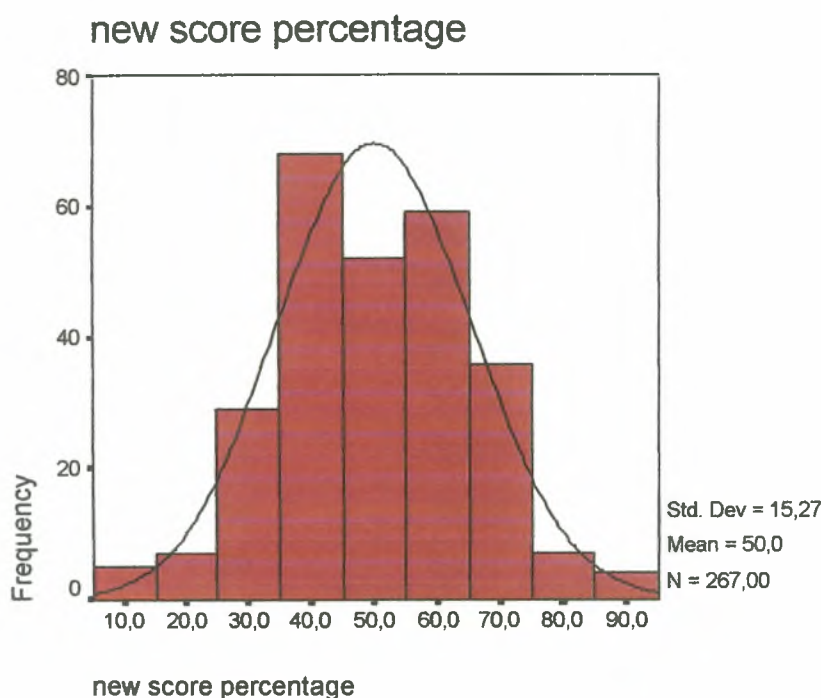
Μικρότερο ποσοστό επιτυχίας από 25% σημείωσαν 15 άτομα (5,6% των αξιολογημένων), 40% ποσοστό επιτυχίας σημείωσαν 109 άτομα (40,8% των αξιολογημένων), μεγαλύτερο ποσοστό επιτυχίας από 50% σημείωσαν 106 άτομα

(32,2% των αξιολογημένων), ενώ μεγαλύτερο ποσοστό επιτυχίας από 70% σημείωσαν 20 άτομα (4,1% των αξιολογημένων).

Το μέσο σκορ (αποτέλεσμα) ήταν 50% των ερωτήσεων και το διάμεσο σκορ ήταν 48%.

Η διανομή των αποτελεσμάτων απεικονίζεται (μαζί με την καμπύλη κανονικής κατανομής) στο διάγραμμα που ακολουθεί.

Διάγραμμα 1. Κατανομή επιδόσεων



Συγκρίσεις

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής και γνώσεις

Για να ελεγχθεί η υπόθεση ότι η σχέση της Καθηγήτριας Φυσικής Αγωγής με τη Ρυθμική Γυμναστική επηρεάζει τις γνώσεις των μαθητών για το άθλημα χρησιμοποιήθηκε το t-test ανεξάρτητων δειγμάτων. Το τεστ δεν ήταν σημαντικό, $t(265) = .46$, $p = 0,643$ και επιβεβαίωσε την μηδενική υπόθεση. Οι μαθητές που είχαν Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής σχετική με το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής είχαν περίπου το ίδιο ποσοστό επιτυχίας ($M=50.45\%$, $SD=15.53$ με τους μαθητές που η καθηγήτρια τους δεν ήταν σχετική με το άθλημα ($M=49.58\%$, $SD=15.01$).

Σχολεία φοίτησης

Η ανάλυση διακύμανσης ANOVA με έναν παράγοντα χρησιμοποιήθηκε για να ελεγχθεί αν διαφοροποιούνται οι γνώσεις των μαθητών για τη Ρυθμική Γυμναστική ανάλογα με το σχολείο που φοιτούσαν (7 σχολεία). Σαν ανεξάρτητη μεταβλητή χρησιμοποιήθηκε το σχολείο στο οποίο φοιτούσαν οι μαθητές και επομένως δίδασκε διαφορετική καθηγήτρια ΦΑ, και είχε επτά επίπεδα, δηλαδή όσα και ο αριθμός των σχολείων από τα οποία προέρχονταν οι μαθητές. Η κύρια επίδραση του σχολείου δεν ήταν σημαντική, $F(6,260) = 1.44$, $p = 0,198$ και επιβεβαιώθηκε η μηδενική υπόθεση. Οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των μαθητών κάθε σχολείου φαίνονται στον πίνακα

Πίνακας 9. Σχολεία φοίτησης

Σχολείο	N	Μέσος όρος	Τυπ.απόκλιση
1.00	41	47.88	13.74
2.00	23	45.09	9.97
3.00	62	51.55	16.27
4.00	24	45.37	13.30
5.00	24	49.69	13.19
6.00	60	52.47	16.93
7.00	33	52.64	16.94
Σύνολο	267	50.04	15.27

Φύλο και γνώσεις

Για να ελεγχθεί η υπόθεση ότι το φύλο των μαθητών επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική χρησιμοποιήθηκε το t-test ανεξάρτητων δειγμάτων. Το τεστ ήταν σημαντικό, $t(265) = 5.14$, $p < 0.001$ και απορρίφθηκε η μηδενική υπόθεση. Τα κορίτσια είχαν καλύτερο σκορ ($M=54.42$, $SD=15.19$) από τα αγόρια ($M=45.23$, $SD=13.90$). Το 95 % διάστημα εμπιστοσύνης για τη διαφορά των μέσων όρων ήταν αρκετά ευρύ, αφού κυμάνθηκε από 12.71 έως 5.67.

Ηλικιακή κατηγορία και γνώσεις

Για να ελεγχθεί η υπόθεση ότι η ηλικιακή κατηγορία των μαθητών επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική χρησιμοποιήθηκε το t-test ανεξάρτητων

δειγμάτων. Το τεστ ήταν σημαντικό, $t(265) = 3.22$, $p = <.01$ και απορρίφθηκε η μηδενική υπόθεση. Οι μικρότεροι μαθητές (13-15 ετών) είχαν καλύτερο σκορ ($M=51.95$, $SD=15.65$) από τους μεγαλύτερους μαθητές (16+) ($M=45.40$, $SD=13.30$). Το 95 % διάστημα εμπιστοσύνης για τη διαφορά των μέσων όρων ήταν αρκετά ευρύ, αφού κυμάνθηκε από 2.53 έως 10.51.

Αθλητική εμπειρία και γνώσεις

Για να ελεγχθεί η υπόθεση ότι η αθλητική εμπειρία των μαθητών επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική χρησιμοποιήθηκε το t-test ανεξάρτητων δειγμάτων. Το τεστ ήταν σημαντικό, $t(265) = 2.91$, $p = <.001$ και απορρίφθηκε η μηδενική υπόθεση. Οι μαθητές με αθλητική εμπειρία (που είχαν ασχοληθεί με κάποιο άθλημα) είχαν καλύτερο σκορ ($M=51.85$, $SD=14.19$) από εκείνους που δεν είχαν ($M=46.05$, $SD=16.84$). Το 95 % διάστημα εμπιστοσύνης για τη διαφορά των μέσων όρων ήταν αρκετά ευρύ, αφού κυμάνθηκε από 1.88 έως 9.72.

Αρχική και Τελική γνώση

Η παραμετρική ανάλυση συσχετίσεων Pearson r χρησιμοποιήθηκε για να ελεγχθεί η σχέση μεταξύ των αντιλήψεων που είχαν οι μαθητές για τις γνώσεις τους πριν και μετά τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου καθώς και οι σχέσεις τους με το τελικό τους σκορ. Η αρχική αντίληψη των μαθητών/τριών για τις γνώσεις τους, σχετικά με το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, είχε σημαντική αλλά μέτρια συσχέτιση με την αντίληψη για τις γνώσεις τους μετά τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου ($r(267) = 0.629$, $p < 0.001$) και σημαντική αλλά χαμηλή συσχέτιση με την επίδοσή τους στο ερωτηματολόγιο ($r(267) = 0.185$, $p = 0.002$). Μετά τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου, η αντίληψη των παιδιών για τις γνώσεις τους για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, είχε επίσης σημαντική αλλά χαμηλή συσχέτιση με την επίδοσή τους στο ερωτηματολόγιο ($r(267) = 0.221$, $p < 0.001$).

Το ζευγαρωτό t-test έδειξε στατιστικά σημαντική μείωση (από 2,10 σε 1,96) του επιπέδου αυτοαξιολόγησης μετά τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου ($t(266) = 2,625$, $p=0,009$). Το εύρος των απαντήσεων αυτοαξιολόγησης ήταν 1-5, 1=χαμηλό, 5=άριστο)

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η κατασκευή έγκυρου και αξιόπιστου ερωτηματολογίου καταγραφής γνώσεων των μαθητριών / μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής. Σύμφωνα με τη Διεθνή βιβλιογραφία αλλά και από έρευνα στο Ελληνικό και Διεθνή «χώρο της Γυμναστικής» δεν υπάρχει κάποιο ανάλογο ερωτηματολόγιο. Με τη χρήση του ερωτηματολογίου γίνεται δυνατό να διαπιστωθεί το επίπεδο αυτών των γνώσεων που είναι και το ελάχιστο απαραίτητο για να θεωρηθούν ενημερωμένοι θεατές. Επιμέρους σκοποί της έρευνας ήταν: 1) να διαπιστωθεί σε τι ποσοστό οι μαθητές/τριες (14-16 ετών) γνωρίζουν τα βασικά χαρακτηριστικά ενός μη ευρέως διαδεδομένου αθλήματος και 2) αν διαφοροποιούνται οι γνώσεις των μαθητών/τριών ανάλογα με την ηλικία τους, με το φύλο τους, με το σχολείο φοίτησης τους, με τις γνώσεις των καθηγητριών Φ.Α. τους σχετικά με τη Ρ.Γ. και τέλος με την προηγούμενη αθλητική εμπειρία τους.

Από το σύνολο των 274 ερωτηθέντων μαθητών / μαθητριών μόνο επτά εξαιρέθηκαν, αφού απάντησαν ότι δεν γνώριζαν το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και επίσης επέλεξαν την απάντηση δεν γνωρίζω σε όλες τις υπόλοιπες ερωτήσεις. Το ποσοστό αυτό του 2,6% είναι ιδιαίτερα χαμηλό αν αναλογιστούμε ότι η Ρυθμική Γυμναστική δεν ανήκει στα ευρέως διαδεδομένα αθλήματα, αλλά στα λεγόμενα «μικρά» και επίσης ότι είναι ένα καθαρά γυναικείο αγώνισμα.

Η κύρια ερευνητική μας υπόθεση υποστήριξε ότι είναι εφικτή η κατασκευή έγκυρου και αξιόπιστου ερωτηματολογίου καταγραφής γνώσεων με ικανοποιητικό δείκτη δυσκολίας. Από την στατιστική ανάλυση που έγινε τελικά σε 267 ερωτηματολόγια – ποσοστό 97,4% (των συμπληρωμένων ερωτηματολογίων) - προέκυψε ότι πρέπει να αφαιρεθούν έξι ερωτήσεις τις οποίες απαντούσαν οι γνώστες της ΡΓ αλλά και οι μη γνώστες εξίσου. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα το ερωτηματολόγιο που προκύπτει να είναι έγκυρο. Όσον αφορά την αξιοπιστία του

αυτή έχει ελεγχθεί από το test Cronbach Alpha όπως έχουμε ήδη αναφέρει. Πράγματι από τα τεστ αξιοπιστίας και εγκυρότητας φάνηκε-ότι η τελική μορφή του ερωτηματολογίου (Παράρτημα 3) είναι έτοιμη να χρησιμοποιηθεί από ερευνητές για την καταγραφή των γνώσεων για το άθλημα της ΡΓ. Τα άτομα που μπορούν με επιτυχία να το συμπληρώσουν θεωρούνται ενημερωμένοι θεατές αλλά και όσοι δεν τα καταφέρνουν εξίσου καλά θα μπορούν μετά τη συμπλήρωση του να βελτιώσουν τις γνώσεις τους σχετικά με το άθλημα, αφού εκ των υστέρων τους δοθούν οι σωστές απαντήσεις.

Οι ερωτήσεις του ερωτηματολογίου έχουν καταταχισθεί σε 10 ενότητες, ανάλογα με το περιεχόμενό τους.

Θεωρήθηκε ότι οι γνώσεις των μαθητών/τριών θα ήταν στη πλειοψηφία κάτω του μετρίου, γιατί η Ρυθμική γυμναστική σαν άθλημα δεν είναι διαδεδομένο αφού συμπεριλαμβάνεται στα λεγόμενα «μικρά» αθλήματα. Όμως για κάποιες ενότητες όπως θα διαπιστώσουμε και στη συνέχεια ο μέσος όρος ήταν αρκετά υψηλός και σε αρκετές ερωτήσεις πολύ πάνω του 50%.

Στην πρώτη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις από το 1 έως το 4 και αφορούν στον έλεγχο της γενικής γνώσης του αθλήματος. Ο μέσος όρος των σωστών απαντήσεων σ' αυτή την ενότητα ήταν 71,25% ποσοστό αρκετά ψηλό, με ανώτερη τιμή εκείνη της 2^{ης} ερώτησης στην οποία 83,1% απαντά σωστά ότι η Ρυθμική Γυμναστική είναι Ολυμπιακό Αγώνισμα και χαμηλότερη τιμή εκείνη της 4^{ης} στην οποία μόνο 53,2% απαντά σωστά ότι η ΡΓ είναι γυναικείο άθλημα, και ένα μεγάλο ποσοστό 43,1% ότι είναι άθλημα ανδρών και γυναικών. Σημαντικό ρόλο στην ενημέρωση των μαθητών/τριών έχουν παίξει τα ΜΜΕ και οι επιτυχίες της Εθνικής Ομάδας Ensemble για την καλύτερη ενημέρωση τους αλλά και του κοινού που παρακολουθεί τους αγώνες. Όμως επίσης αρκετοί θεατές συγχέουν το άθλημα της ΡΓ με εκείνο της Ενόργανης Γυμναστικής και γι' αυτό ποσοστό αρκετά υψηλό 43,1% απαντά ότι είναι άθλημα ανδρών και γυναικών.

Στη δεύτερη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 5 και 6 και αφορούν στα όργανα που χρησιμοποιούν οι αθλήτριες. Ενώ μόνο 53,9% απαντά σωστά για τον αριθμό των οργάνων, ποσοστό 77,5% απαντά σωστά στην ερώτηση ποια όργανα είναι αυτά. Σε αυτή την ενότητα έχουμε να παρατηρήσουμε ότι μια προσεκτικότερη ανάγνωση των ερωτήσεων θα οδηγούσε τους μαθητές/τριες στη σωστή απάντηση και της 5^{ης} ερώτησης αφού το 77,5% γνωρίζει τα 5 όργανα της Ρ.Γ. Ο μέσος όρος των σωστών απαντήσεων σ' αυτή την ενότητα ήταν 65,7%.

Στην τρίτη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 7 και 8 και αφορούν στην ενδυμασία των αθλητριών. Ποσοστό 47% απαντά σωστά και στις δύο ερωτήσεις γεγονός που καταδεικνύει τη δύναμη της εικόνας (τηλεόραση, αγώνες) αφού οι μαθητές δεν γνωρίζουν κανονισμούς και μόνο από την παρατήρηση των αθλητριών μπορούν να γνωρίζουν τα επιτρεπτά και μη επιτρεπτά στοιχεία της ενδυμασίας τους.

Στην τέταρτη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 9 και 10 που αφορούν στις αθλήτριες. Συγκεκριμένα 57,7% απαντά σωστά ότι οι αθλήτριες πρέπει να 16 ετών και μεγαλύτερες για την κατηγορία γυναικών, αλλά μόνο 42,3% των ερωτηθέντων γνώριζαν ότι ο αριθμός των αθλητριών που αποτελούν μια ομάδα (ensemble) είναι πέντε και μία ακόμα ως αναπληρωματική.

Στην πέμπτη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 11 και 12 και αφορούν στη χρονική διάρκεια των προγραμμάτων. Στην ερώτηση 11 μόνο 12,7% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ατομικού προγράμματος είναι από 1'.15'' - 1'.30'' ενώ στην ερώτηση 12 που αφορά στην επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ομαδικού προγράμματος (ensemble) από τις αναλύσεις διαπιστώσαμε ότι υψηλό ποσοστό ερωτηθέντων απαντά σωστά τυχαία αφού οι γνώστες και οι μη γνώστες του αθλήματος δεν διαφοροποιούνται ως προς τη σωστή απάντηση. Έτσι αυτή η ερώτηση μεταξύ άλλων θα πρέπει να εξαιρεθεί από το τελικό ερωτηματολόγιο ούτως ώστε αυτό να καταστεί αξιόπιστο.

Στην έκτη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 13 και 14 και αφορούν στα είδη των αγώνων που υπάρχουν για τα Παγκόσμια Πρωταθλήματα. Ενώ ποσοστό 29,6% απαντά σωστά για το ατομικό αγώνισμα, μόνο 18,4 % του δείγματος απαντά σωστά για το ομαδικό αγώνισμα ενώ 24% είναι ο μέσος όρος των σωστών απαντήσεων αυτής της ενότητας.

Στην έβδομη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 15, 16 και 17 και αφορούν στην αξιολόγηση των προγραμμάτων με ποσοστό 31,7% κατά μέσο όρο να απαντά σωστά. Ειδικότερα 30% των ερωτηθέντων απαντά σωστά ότι η μέγιστη βαθμολογία για μια αθλήτρια ή για μία ομάδα (Ensemble) είναι 20.00 βαθμοί, 18% απαντά σωστά ότι τρεις εφορίες κριτών αξιολογούν ένα πρόγραμμα ενώ αρκετά υψηλότερο ποσοστό 47,2% απαντά ότι οι εφορίες των κριτών βαθμολογούν την Τεχνική Αξία, την Καλλιτεχνική Αξία και την Εκτέλεση του προγράμματος. Μία προσεκτικότερη ανάγνωση των ερωτήσεων από τους μαθητές/τριες λογικά θα οδηγούσε σε υψηλότερο ποσοστό σωστών απαντήσεων και στη 16 ερώτηση όπου

ζητείται ο αριθμός των εφοριών αφού οι σχεδόν 20 ποσοστιαίες μονάδες διαφορά ανάμεσα στις δύο ερωτήσεις δεν μπορεί να δικαιολογηθεί διαφορετικά.

Στην όγδοη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 18, 19, 20, 21, 22, και 23 που αφορούν στην σύνθεση των προγραμμάτων. Η ερώτηση 23 αυτής της ενότητας αφορά στον τρόπο που προκύπτει ο τελικός βαθμός και πρέπει να εξαιρεθεί από το τελικό ερωτηματολόγιο, αφού από τις αναλύσεις διαπιστώσαμε ότι υψηλό ποσοστό ερωτηθέντων απαντά σωστά τυχαία εφ' όσον οι γνώστες και οι μη γνώστες του αθλήματος δεν διαφοροποιούνται ως προς τη σωστή απάντηση. Σ' αυτή την ενότητα ποσοστό 40,98% των ερωτηθέντων απαντούν σωστά κατά μέσο όρο. Παρατηρούμε ότι υψηλότερο ποσοστό σωστών απαντήσεων είχαμε στην ερώτηση για το είδος της μουσικής σύνθεσης που χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής. 63,7% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά ότι η μουσική σύνθεση μπορεί να είναι ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι, ενώ τα μικρότερα ποσοστά είχαμε στις ερωτήσεις που αφορούσαν στους όρους Τεχνική (27%) και Καλλιτεχνική Αξία (28,8%) ενός προγράμματος. Είναι φυσικό οι όροι αυτοί να είναι σχεδόν άγνωστοι στα παιδιά αφού είναι αρκετά εξειδικευμένοι. Οι άλλες δύο ερωτήσεις που αφορούσαν στις κατηγορίες των σωματικών ασκήσεων 44,2% και στον όρο Εκτέλεση 41,2% έχουν μεγαλύτερα ποσοστά γιατί οι γνώστες του αθλήματος έχοντας παρακολουθήσει αγώνες από την τηλεόραση ή στο γήπεδο πιθανόν θα πρόσεχαν τις ασκήσεις που εκτελούσαν οι αθλήτριες και φυσικά τα πιθανά λάθη εκτέλεσης των αθλητριών.

Στην ένατη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 24 και 25 που αφορούν στο ομαδικό αγώνισμα (ensemble). Όμως η ερώτηση 25 αυτής της ενότητας που αφορά στον αριθμό των «σχηματισμών» (σχήματα όπως κύκλος, τετράγωνο, τρίγωνο κ.λ.π. που μπορούν να σχηματισθούν από τις αθλήτριες) που θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα, θα πρέπει και αυτή να εξαιρεθεί από το τελικό ερωτηματολόγιο, αφού από τις αναλύσεις διαπιστώσαμε ότι υψηλό ποσοστό ερωτηθέντων απαντά σωστά τυχαία, εφ' όσον, οι γνώστες και οι μη γνώστες του αθλήματος δεν διαφοροποιούνται ως προς τη σωστή απάντηση. Όσον αφορά την 24η ερώτηση αν και θεωρείται εξειδικευμένη αφού αναφέρεται στις αλλαγές των οργάνων που πρέπει να εκτελούνται από όλες τις αθλήτριες και που θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα 32,6% των ερωτηθέντων απάντησε σωστά.

Στην δέκατη ενότητα ανήκουν οι ερωτήσεις 26 α, β, γ, δ, ε, ζ, η, θ, ι, κ, που αφορούν στις ποινές για πιθανά λάθη. Σ' αυτήν την ενότητα ζητήθηκε από τους /τις μαθητές/τριες να βρουν ποια στοιχεία από αυτά που ακολουθούσαν τιμωρούνται με ποινές. Οι ερωτηθέντες απάντησαν σωστά σε ποσοστό 66,2% κατά μέσο όρο. Όμως και σ' αυτήν την ενότητα θα πρέπει να αφαιρεθούν τρεις ερωτήσεις για να καταστεί το ερωτηματολόγιο αξιόπιστο αφού από τις αναλύσεις διαπιστώσαμε ότι υψηλό ποσοστό ερωτηθέντων απαντά σωστά τυχαία, εφ' όσον, οι γνώστες και οι μη γνώστες του αθλήματος δεν διαφοροποιούνται ως προς τη σωστή απάντηση. Συγκεκριμένα πρόκειται για τις ερωτήσεις ζ, ι και κ. Εδώ υψηλότερο ποσοστό σωστών απαντήσεων συγκέντρωσε η 26α ερώτηση με 76,4% (πτώση οργάνου και ανάκτηση (πιάσιμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα) και χαμηλότερο η 26η (τέλος του προγράμματος – τελευταία κίνηση της αθλήτριας μετά το τέλος της μουσικής)

Βάση της μηδενικής μας υπόθεσης ότι το φύλο των μαθητών δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική έγινε στατιστική ανάλυση των δεδομένων μας. Από τα αποτελέσματα απορρίφθηκε η μηδενική μας υπόθεση αφού οι γνώσεις των κοριτσιών ήταν καλύτερες από τις γνώσεις των αγοριών ίσως λόγω της φύσης του αθλήματος – είναι καθαρά γυναικείο άθλημα. Όμως η διαφορά μεταξύ τους είναι τέτοια ώστε μας επιτρέπει να υποθέσουμε ότι με την κατάλληλη ενημέρωση και τα δύο φύλλα μπορούν να γίνουν ενημερωμένοι θεατές του αθλήματος.

Η επόμενη μηδενική μας υπόθεση ήταν ότι η ηλικιακή κατηγορία δεν επηρεάζει τις γνώσεις των μαθητών/τριών για τη Ρυθμική Γυμναστική. Η υπόθεση μας απορρίφθηκε διότι από τα αποτελέσματα μας φάνηκε ότι οι μικρότεροι σε ηλικία μαθητές/τριες (13-15 ετών) είχαν καλύτερο σκορ από τους μεγαλύτερους (16+). Αυτό το αποτέλεσμα μπορεί να οφείλεται στην απουσία ελεύθερου χρόνου των μαθητών του Λυκείου σε σχέση με εκείνο των μαθητών του Γυμνασίου λόγω των απαιτήσεων της προετοιμασίας τους για τις σπουδές τους μετά το Λύκειο. Αυτές οι υποχρεώσεις τους ίσως να μην τους επιτρέπουν την παρακολούθηση αθλητικών γεγονότων πέρα από τα αγαπημένα τους και ευρέως διαδεδομένα αθλήματα.

Το σχολείο φοίτησης των μαθητών δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική. Πράγματι οι μαθητές φοιτούσαν σε επτά διαφορετικά σχολεία του νομού Αττικής, δύο από αυτά στο βόρειο τμήμα του νομού, 2 στο νότιο, 2 στο δυτικό και ένα στο κεντρικό τμήμα του. Όπως διαπιστώθηκε το γεγονός ότι οι μαθητές/τριες παρακολουθούσαν τα μαθήματα τους σε διαφορετικά σχολεία, δεν

είχε καμία διαφοροποίηση και επιρροή στις γνώσεις τους γύρω από το άθλημα. Αυτό το γεγονός κατά τη γνώμη μας οφείλεται στην ενημέρωση για τα αθλητικά δρώμενα που γίνεται κυρίως από τη τηλεόραση και λιγότερο από τη θέαση διεξαγωγής αγώνων, ή την ανάγνωση εφημερίδων ή και διαδικτυακά, άρα είναι κοινή για όλους.

Με την υπόθεση ότι οι γνώσεις των μαθητών για τη Ρυθμική Γυμναστική δεν διαφοροποιούνται ανάλογα με τις γνώσεις για το άθλημα της καθηγήτριας τους Φυσικής Αγωγής έγινε στατιστική ανάλυση η οποία επιβεβαίωσε αυτή την άποψη. Ήταν ένα στοιχείο έκπληξης αυτή η επιβεβαίωση γιατί οι καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής με ειδικότητα Ρυθμικής Γυμναστικής είχαν διδάξει στοιχεία Ρυθμικής Γυμναστικής, στη παιγνιώδη τους μορφή, στους μαθητές και στις μαθήτριες τους σε αντίθεση με τις καθηγήτριες που δεν είχαν γνώση του αθλήματος.

Και τέλος ότι η προηγούμενη αθλητική εμπειρία τους δεν επηρεάζει τις γνώσεις τους για τη Ρυθμική Γυμναστική ήταν η τελευταία μηδενική μας υπόθεση. Από τα αποτελέσματα η υπόθεση αυτή απορρίφθηκε αφού οι μαθητές με αθλητική εμπειρία (που είχαν ασχοληθεί με κάποιο άθλημα) είχαν καλύτερο σκορ από εκείνους που δεν είχαν. Αυτή η διαπίστωση μας οδηγεί στο συμπέρασμα ότι η ενασχόληση με τον αθλητισμό σε οποιοδήποτε επίπεδο βελτιώνει και την γενική γνώση γύρω από άλλα αθλήματα, αφού γίνεται τρόπος ζωής.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Ο σκοπός αυτής της εργασίας ήταν η κατασκευή έγκυρου και αξιόπιστου ερωτηματολογίου καταγραφής γνώσεων των μαθητριών/μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής. Επρόκειτο για μια πρωτότυπη εργασία αφού σε παγκόσμιο επίπεδο δεν υπάρχει κάτι ανάλογο. Το ερωτηματολόγιο που προέκυψε τελικά αποτελείται από 29 ερωτήσεις που βάσει των δεδομένων μας θα πρέπει να μπορεί να τις απαντήσει ένας ενημερωμένος θεατής του αθλήματος. Μετά τη συμπλήρωση του θα είναι δυνατή η ενημέρωση του για θέματα που αναφέρονται στο ερωτηματολόγιο, διαμέσου πληροφοριών που δημοσιεύονται στο διαδίκτυο, (www.fig-gymnastics.com, www.rsa-videos.com) αλλά και από το σχολικό βιβλίο για τη Φυσική αγωγή (Θεοδωράκης, Τζιαμούρτας, Νάτσης, Κοσμίδου, 2006).

Όμως κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας, διαπιστώσαμε ότι το σχολικό πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής προβλέπει πολύ λίγο χρόνο για τη διδασκαλία απλών στοιχείων των λεγόμενων μικρών αθλημάτων – όπως το άθλημα της ΡΓ – για το Γυμνάσιο και καθόλου για το Λύκειο. (Σχολικό πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής, 2002)

Το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής, ακριβώς επειδή συνδυάζει τον αθλητισμό με τον χορό και την έκφραση δια μέσου της μουσικής και της κίνησης, είναι ιδιαίτερα αγαπητό στα παιδιά όλων των ηλικιών. Η απλή μορφή του αθλήματος και όχι η αγωνιστική επιτρέπει στους μαθητές και στις μαθήτριες όλων των εκπαιδευτικών βαθμίδων να ασχοληθούν με το άθλημα, αφού δεν απαιτεί ιδιαίτερα φυσικά σωματικά προσόντα. Ήδη στα λεγόμενα πρωταθλήματα Γενικής Γυμναστικής (Γυμναστράδες) πολλές ομάδες από όλες τις χώρες παγκοσμίως χρησιμοποιούν στοιχεία ΡΓ για τη σύνθεση των προγραμμάτων τους αλλά και φορητά όργανα όμοια με εκείνα του αθλήματος ή με μικρές παραλλαγές τους. Για παράδειγμα, οι Malmo Girls από τη Σουηδία (περίπου 30 αθλήτριες) εκτελούν ομαδικά προγράμματα με συνοδεία κατάλληλου μουσικού θέματος, χρησιμοποιώντας μπάλες ΡΓ. Η κάθε μία χειρίζεται από μία αλλά συνήθως δύο ή

περισσότερες μπάλες προσφέροντας ένα καταπληκτικό θέαμα. Επίσης το γνωστό ως Rope-skipping, όπου πολυμελείς ομάδες εκτελούν αναπηδήσεις περνώντας μέσα από μικρά ή μεγάλα σχοινάκια που γυρνάνε με διάφορους τρόπους και σε διάφορες κατευθύνσεις.

Σ' αυτή τη μορφή την παιγνιώδη και μη αγωνιστική θα μπορούσε να ενταχθεί στο σχολικό πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής γιατί «επιτρέπει» τη συμμετοχή όλων, αφού η επιθυμία για παιχνίδι δεν σταματά ποτέ και δεν απαιτεί όπως προαναφέρθηκε ιδιαίτερες φυσικές ικανότητες. Η απαραίτητη μουσική συνοδεία κάνει πιο ευχάριστη τη συμμετοχή των παιδιών και η σωματική άσκηση που τόσο έχουν ανάγκη είναι δεδομένη.

Αλλωστε ακόμα και στην αγωνιστική της μορφή η Παγκόσμια Ομοσπονδία Γυμναστικής προωθεί την ιδέα συμμετοχής ζευγαριών για τα επόμενα Παγκόσμια Πρωταθλήματα αλλά και ομαδικού προγράμματος (Ensemble) ανδρών. Οι Ιάπωνες ήδη έχουν παρουσιάσει δύο καταπληκτικές ομάδες, πέντε ανδρών η κάθε μία οι οποίες χρησιμοποιούν όργανα ΡΓ (σχοινάκια ή κορύνες) σε συνδυασμό με την εκτέλεση πολλών ακροβατικών ασκήσεων και με μουσική συνοδεία εναρμονισμένη με τη κίνηση τους.

Παρ' όλο που από τα αποτελέσματα μας φάνηκε ότι οι μαθήτριες είχαν καλύτερο επίπεδο γνώσεων από τους μαθητές σχετικά με το άθλημα της ΡΓ πιστεύουμε ότι και οι μαθητές μπορούν να γυμναστούν με απλές μορφές ασκήσεων και τη συνοδεία μουσικής αλλά και με χρήση οργάνων όμοιων ή διαφορετικών.

Από το γεγονός ότι δεν διαφοροποιήθηκαν οι γνώσεις των μαθητών/τριών ανάλογα με τις γνώσεις των καθηγητριών τους σχετικά με το άθλημα, θα θέλαμε να τονίσουμε ότι μπορεί να φαίνεται απλή η διδασκαλία του αθλήματος της ΡΓ σε απλή μορφή, αλλά θεωρούμε ότι οι καταλληλότερες για να το διδάξουν είναι εκείνες με ειδικότητα Ρυθμική Γυμναστική συνεπικουρούμενες από συναδέλφους τους που θα αναλάβουν άλλα ίσως μέρη του προγράμματος τους.

Η διαπίστωση μας ότι οι μικρότεροι σε ηλικία μαθητές / τριες είχαν καλύτερο σκορ αποδίδεται στον ελάχιστο ελεύθερο χρόνο των μεγαλύτερων παιδιών, που όμως έστω στη διάρκεια του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής θα μπορούσαν να γυμναστούν με κάποια από τα όργανα της ΡΓ, εκτελώντας απλές κινήσεις.

Οι μαθητές/τριες με προηγούμενη αθλητική εμπειρία είχαν ψηλότερα ποσοστά στη γνώση σε σχέση με εκείνους που δεν είχαν ασχοληθεί με κάποιο

άθλημα. Αυτό το γεγονός μας δείχνει ότι ο αθλητισμός είναι τρόπος ζωής και όσοι αθλούνται έχουν ευρύ πεδίο γνώσεων και πληροφοριών. Πρέπει να γίνει γνωστό στους μαθητές/τριες αλλά και στους γονείς και στους εκπαιδευτικούς των άλλων ειδικοτήτων, ότι η άσκηση βοηθά εκτός από το σώμα και το πνεύμα και μάλιστα ότι η δια βίου άσκηση είναι απαραίτητη για όλους.

Το ερωτηματολόγιο αυτό θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για τη συλλογή δεδομένων από άλλες ηλικιακές ομάδες του πληθυσμού μας ή και από μικρότερους μαθητές/τριες. Ίσως με παραλλαγές ανάλογες με τους κανονισμούς κάποιου άλλου από τα λεγόμενα μικρά αθλήματα, θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για την καταγραφή των γνώσεων γύρω απ' αυτά.

Οπωσδήποτε τα δεδομένα που έχουν συλλεχθεί χρήζουν περαιτέρω αναλύσεων γιατί ο όγκος τους ήταν πολύ μεγάλος και ο κύριος σκοπός της εργασίας ήταν η κατασκευή του ερωτηματολογίου και ο έλεγχος του για να βρεθεί αν πληρούνται οι προϋποθέσεις για εγκυρότητα και αξιοπιστία και όχι τόσο οι συγκριτικές αναλύσεις των δεδομένων του.

Φυσικά άλλες επιστημονικές έρευνες γύρω από το άθλημα της ΡΓ θεωρούνται απαραίτητες μια και οι υπάρχουσες είναι ελάχιστες, για την προαγωγή του αθλήματος και ίσως την εξέλιξη του και προς άλλες παρεμφερείς μορφές ακόμα πιο ελκυστικές για το ευρύ κοινό αλλά και για τα ΜΜΕ που καθορίζουν το μέλλον των αθλημάτων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Aboud S., Albers M., Nemes T., (2004) iVO : Interactive Voting for the Olympics. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria.
http://facultypages.scad.edu/~jkolko/_studentWork/370/SC_SCAD-iVo.pdf
- Aigner W., Tomitsch M., Stroe M., Rzepa R., (2004) Be a Judge! – Wearable Wireless Motion Sensors for Audience Participation. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria.
http://deco.inso.tuwien.ac.at/fileadmin/user_upload/BeAJudge.pdf
- Akers E., Edinberg R., Fan J., Lee Y. L. Steinberg G., (2004). eyeVox: A Collaborative Scoring Process. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria. <http://www.id.iit.edu/papers/eyevox.pdf>
- Antoniou P., Derri V., Kioumourtzoglou E., Mouroutsos S., (2003) Applying Multimedia Computer-Assisted Instruction to Enhance Physical Education Students' Knowledge of Basketball Rules. *European Journal of Physical Education*, 8, 78-90
- Γιαννιτσοπούλου Ε., Ζήση Β., Οικονομικού Α., Μίχου Τ. (2003). Η επίδραση της Ηλικίας σε Αντιληπτικές και Κινητικές Ικανότητες Αθλητριών Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής Ηλικίας 11 Ετών και Άνω. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό. Τόμος 1, (1), 49 – 57*
- Canceko J., Caraway B., Pak S., Nakatsu K., (2004) KONEKT: Connecting the Audience Through Judging at the Olympic Games. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria.
<http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986182&dl=acm&coll=&CFID=15151515&CFTOKEN=6184618>
- Code of Points, Rhythmic Gymnastics, (2001) *International Gymnastics Federation*.
- Code of Points, Rhythmic Gymnastics, (2005) *International Gymnastics Federation*.
- Conference on Human Factors in Computing Systems. CHI '04 extended abstracts on Human factors in computing systems. CHI / Student Competition papers. 24-29/04, Vienna Austria.
<http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986178&dl=ACM&coll=portal>

- Cronbach, L.J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297 - 334.
- Δούδα Ε., Αύλωνίτη Α., Κοσμίδου Ε., Πυλιανίδης Θ., Τοκμακίδης Σ., (2000). Αξιολόγηση των μορφολογικών χαρακτηριστικών και προσδιορισμός της σύστασης σώματος σε αθλήτριες διαφόρων αθλημάτων κατά την αναπτυξιακή ηλικία. *Άθληση και Κοινωνία. Περιοδικό Αθλητικής Επιστήμης*, 26, 40-54.
- Daley W., Gabriel I., (2004) System for Audience Participation in Event Scoring at the 2004 Olympic Games. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria. <http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986187>
- Day D., Evers V., (2002) Questionnaire Development for Multicultural Data Collection. <http://wise.vub.ac.be/members/mushtaha/PhD/phd-activity/IWIPS99DON.pdf>
- Douda H., Laparidis K., Tokmakidis S. (2002). Long – Term Training Induces Specific Adaptations on the Physique of Rhythmic Sports and Female Artistic Gymnasts. *European Journal of Sport Science*, 2, (3), 1-14.
- Douda H., Tokmakidis S, Tsigilis N. (2002). Effects of specific training on muscle strength and flexibility of rhythmic sports and artistic female gymnasts. *Coaching and Sport Science Journal*, 4, (1), 23-27.
- Drackett C., Fong V., Ko J., Tanaka S., Ting S., (2004) Global Garden: A Vision of the Universal Scoring Device. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria. <http://portal.acm.org/citation.cfm?id=985921.986179&coll=GUIDE&dl=ACM&type=series&idx=985921&part=Proceedings&WantType=Proceedings&title=Conference%20on%20Human%20Factors%20in%20Computing%20Systems&CFID=11111111&CFTOKEN=2222222>
- Dunn J., Bouffard M., Todd Rogers W. (1999). Assessing Item Content-Relevance in Sport Psychology Scale-Construction Research: Issues and Recommendations. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 3 (1), 15-36.
- Elferink-Gemser M. T., Visscher C., Richard H., Lemmink K. A. P. M. (2004). Development of the tactical skills inventory for sports. *Perceptual and Motor Skills*, 99, 883-895
- Hawkey K., Kellar M., MacKay B., Parker K., Reilly D., (2004), From Cookies to Puppies to Athletes: Designing a Visual Audience Voting System CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria. <http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986178&dl=ACM&coll=portal>
- Θεοδωράκης Ι., Τζιαμούρτας Α., Νάτσης Π., Κοσμίδου Ε., (2006). Φυσική Αγωγή Α', Β', Γ Γυμνασίου. Οργανισμός Εκδόσεων Διδακτικών Βιβλίων

- Jastrjemskaia N., & Titov Y., (1999). Rhythmic Gymnastics. *Champaign, IL: Human Kinetics.*
- Καμπίτσης Χ. & Χαραχούσου – Καμπίτση Υ. (1999) Τεχνικές Έρευνας στις Αθλητικές Επιστήμες, Στατιστική Ανάλυση – Αξιολόγηση. Εκδόσεις «Μαίανδρος»
- Κώδικας Βαθμολογίας Ρυθμικής Γυμναστικής. Διεθνής Ομοσπονδία Γυμναστικής. (2005). Μετάφραση για την Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία: Σοφία Μπούρα, Ζήση Βασιλική. *Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία.*
- Kioumourtzoglou E., Derri V., Mertzaniidou O., & Tzetzis G. (1997). Experience with perceptual and motor skills in rhythmic gymnastics. *Perceptual and Motor Skills, 84, 1363-1372.*
- Μπαγιάτης Κ. (1998) Μεθοδολογία Έρευνας στη Φυσική Αγωγή. Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Mason M., Sherwood T., Rahman M., Vomela M., (2004). Development of an Olympic Audience Judging System. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria.
<http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986175&jmp=references&coll=GUIDE&dl=ACM&CFID=7884289&CFTOKEN=55109775>
- Οδηγίες για τη διδασκαλία των μαθημάτων στο Γυμνάσιο και στο Ενιαίο Λύκειο κατά το σχολικό έτος 2001 – 2002. (2001) Τεύχος Γ. *Οργανισμός Εκδόσεως διδακτικών Βιβλίων.*
- Papacharisis V., Goudas M., Danish S., Theodorakis Y., (2005) The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context. *Journal of Applied Sport Psychology, 17, 247-254.*
- Popovic R., (2000) International Bias Detected in Judging Rhythmic Gymnastics Competition at Sydney – 2000 Olympic Games. *Facta Universitatis. Physical Education and Sport, 1, (7), 1 – 13.*
- Σιδέρης Ζ. (1992) Όμηρος – οδύσσεια, τόμος Α', μετάφραση. Εκδόσεις: Ζαχαρόπουλος – Δαίδαλος.
- Schmid A. (1978) *Gymnastique rythmique sportive. Editions Vigot*
- Site: <http://www.fig-gymnastics.com>. *International Gymnastics Federation.*
- Site: <http://www.rsg-videos.com>
- Thomas J.R., Nelson J.K. (1996). Research methods in physical activity. 3rd edition *Champaign IL, Human Kinetics*
- Unger P., Forsberg K., Jacobsen J. H. (2004). PHOTOVOTE – Olympic Judging System. CHI / Student Competition, 24-29/04, Vienna Austria.



[http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986184&jmp=cit&coll=GUIDE&dl=ACM
&CFID=7884289&CFTOKEN=55109775](http://portal.acm.org/citation.cfm?id=986184&jmp=cit&coll=GUIDE&dl=ACM&CFID=7884289&CFTOKEN=55109775)

Vazquez A., Manassero M.A., Acevebo J.A. (2005). Quantitative analysis of complex multiple-choice items in science technology and society: Item scaling. *Revista Electronica de Investigacion Educativa*, 7, (1), 1 – 29

Παράρτημα 1: ερωτηματολόγιο 57 ερωτήσεων 1^{ης} πιλοτικής έρευνας

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΓΝΩΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Το ερωτηματολόγιο αυτό αξιολογεί τις γενικές και ειδικές γνώσεις των μαθητριών/μαθητών της Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και συμπληρώνεται ανώνυμα.


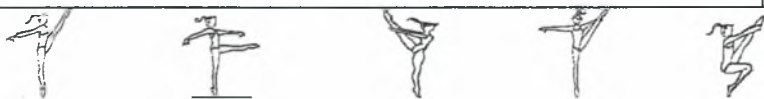
Η σωστή απάντηση θα πρέπει να σημειώνεται με ν στην αντίστοιχη ειδική θέση δεξιά.



Σας ευχαριστώ πολύ για την συμμετοχή σας.

Αγόρι	Κορίτσι		
Ηλικία:	13-15 ετών	16 και πάνω	
Ασχολήθηκες στο παρελθόν με κάποιο σπορ;	Ναι	Όχι	
Αν ναι με ποιο;			
Ασχολείσαι τώρα με κάποιο σπορ;			
Αν ναι με ποιο;			
Σε τι επίπεδο; Αθλητής:	Αναψυχή:	Άλλο:	
Πιστεύεις ότι η γνώση σου για την Ρυθμική Γυμναστική:	Πολύ καλή	Καλή	Μέτρια
Ελάχιστη			
Έχεις παρακολουθήσει αγώνες Ρυθμικής Γυμναστικής;	Ναι	Όχι	
Αν ναι με ποιο τρόπο:	Τηλεόραση	Άλλο	
Γήπεδο			

1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	
α) γυμναστική με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής	
β) είδος μοντέρνου χορού	
γ) γυμναστική σε σταθερά όργανα	
δ) δεν γνωρίζω	
2. Η Ρυθμική Γυμναστική:	
α) δεν είναι Ολυμπιακό αγώνισμα	
β) είναι Ολυμπιακό Αγώνισμα	
γ) έγινε Ολυμπιακό Αγώνισμα στην Ολυμπιάδα της Αθήνας του 2004	
δ) δεν γνωρίζω	
3. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :	
α) ατομικό Αγώνισμα	
β) ομαδικό αγώνισμα	
γ) ατομικό και ομαδικό αγώνισμα	
δ) δεν γνωρίζω	
4. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :	

α) καθαρά αντρικό αγώνισμα	
β) καθαρά γυναικείο αγώνισμα	
γ) γυναικείο και μεικτό αγώνισμα (ζευγαριών)	
δ) δεν γνωρίζω	
5. Πόσα είναι τα όργανα που χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση προγραμμάτων στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) 3	
β) 4	
γ) 5	
δ) δεν γνωρίζω	
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) σχοινάκι – στεφάνι – μπάλα – κορύνες – κορδέλα	
β) δίζυγο – δοκός – κρίκοι – μονόζυγο – ίππος με λαβές	
γ) σχοινάκι – σημαϊάκια – κορδέλα – λάστιχα – μπάλα	
δ) δεν γνωρίζω	
7. Η μουσική συνοδεία μπορεί να προέρχεται από:	
α) ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι.	
β) μείξη διαφορετικών μουσικών κομματιών και με τραγούδια	
γ) μόνο από ένα μουσικό όργανο	
δ) δεν γνωρίζω	
8. Ποια είναι η ενδυμασία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) φούστα και εφαρμοστό μπλουζάκι	
β) μόνο φορμάκι ή φορμάκι μαζί με μακρύ καλσόν ή μαζί με φούστα	
γ) φορμάκι	
δ) δεν γνωρίζω	
9. Επιτρέπονται από τους κανονισμούς συμπληρωματικά στολίδια στο κεφάλι και στο σώμα των αθλητριών όπως : καπέλα, φτερά, κορδέλες, κολιέ κ.α;	
α) ναι	
β) όχι	
γ) δεν αναφέρεται κάτι σχετικό	
δ) δεν γνωρίζω	
10. Οι κριτές της Ρυθμικής Γυμναστικής είναι:	
α) γυναίκες και άνδρες	
β) μόνο γυναίκες	
γ) μόνο άνδρες	
δ) δεν γνωρίζω	
11. Ο τελικός βαθμός της αθλήτριας προκύπτει:	
α) από την πρόσθεση των 2 βαθμών για το τεχνικό μέρος (Difficulty (D) + Artistry (A))	

<p>δια δύο και την πρόσθεση του βαθμού εκτέλεσης (Execution (B))</p> <p>β) από την πρόσθεση και των τριών βαθμών (D + A +B (=εκτέλεση)</p> <p>γ) από την πρόσθεση και των τριών βαθμών (D + A +B (=εκτέλεση) δια δύο</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>12. Ο μέγιστος βαθμός για μια αθλήτρια ή για μία ομάδα (Ensemble) Ρυθμικής Γυμναστικής είναι:</p> <p>α) 20.00 β.</p> <p>β) 30.00 β.</p> <p>γ) 40.00 β.</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>13. Ο κώδικας βαθμολογίας της Ρυθμικής Γυμναστικής περιλαμβάνει:</p> <p>α) την Τεχνική Αξία, την Καλλιτεχνική Αξία και την Εκτέλεση του προγράμματος</p> <p>β) τις ασκήσεις και την αξία των ασκήσεων κάθε οργάνου χωριστά</p> <p>γ) την σχέση μουσικής και κίνησης και τα λάθη εκτέλεσης</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>14. Την Τεχνική Αξία ενός προγράμματος καθορίζουν:</p> <p>α) οι σωματικές ασκήσεις που περιλαμβάνονται σε συγκεκριμένους πίνακες δυσκολιών με προκαθορισμένη αξία</p> <p>β) ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις και ο τρόπος εκτέλεσης τους</p> <p>γ) ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις ανεξάρτητα από τον τρόπο εκτέλεσης τους</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>15. Η Τεχνική Αξία περιλαμβάνει:</p> <p>α) ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις</p> <p>β) 4 κατηγορίες σωματικών ασκήσεων: άλματα, ισορροπίες, στροφές και ευλυγισίες.</p> <p>γ) κυβιστήσεις, χειροκυβιστήσεις και άλματα</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>16. Τα άλματα είναι:</p>	
<p>α) ελεύθερης επιλογής αλτικές ασκήσεις</p> <p>β) συγκεκριμένης αξίας αλτικές ασκήσεις</p> <p>γ) συνδυασμοί ελεύθερων και συγκεκριμένης αξίας αλτικών ασκήσεων</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>17. Οι ισορροπίες είναι:</p>	
<p>α) ελεύθερης επιλογής ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μεγαλύτερη επιφάνεια στήριξης των ποδιών (π.χ. πέλμα)</p> <p>β) ελεύθερης επιλογής ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο)</p>	

<p>δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο)</p> <p>γ) συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο)</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>18. Οι στροφές είναι:</p>	
<p>α) ελεύθερης επιλογής ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μεγαλύτερη επιφάνεια στήριξης του ποδιού (π.χ. πέλμα) και περιστροφή του σώματος</p> <p>β) συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο) και περιστροφή του σώματος</p> <p>γ) ελεύθερης επιλογής ασκήσεις που εκτελούνται με στήριξη σε όσο το δυνατόν μικρότερη επιφάνεια στήριξης (π.χ. δάχτυλα του ποδιού ή γόνατο) και περιστροφή του σώματος</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>19. Οι ασκήσεις ευλυγισίας – κυματισμών είναι:</p>	
<p>α) συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις που εκτελούνται σε σχετικά μικρή επιφάνεια στήριξης και απαιτούν μεγάλη ευλυγισία και ευκαμψία για να εκτελεστούν.</p> <p>β) ελεύθερης επιλογής ασκήσεις που εκτελούνται σε μικρή σχετικά επιφάνεια στήριξης και απαιτούν μεγάλη ευλυγισία και ευκαμψία για να εκτελεστούν.</p> <p>γ) ασκήσεις συνδυασμών</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>20. Η αξία των αλμάτων ανεβαίνει όταν:</p> <p>α) εκτελούνται με περιστροφή στη φάση πτήσης</p> <p>β) εκτελούνται χωρίς περιστροφή στη φάση πτήσης</p> <p>γ) είναι σωστά και το α) και το β)</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>21. Η αξία των αλμάτων ανεβαίνει όταν:</p> <p>α) το εμπρός πόδι βρίσκεται σε κάμψη</p> <p>β) ο κορμός βρίσκεται σε ραχιαία κάμψη</p> <p>γ) έχουν μικρή ανύψωση από το έδαφος</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>22. Η αξία των ισοροπιών ανεβαίνει όταν:</p> <p>α) εκτελείται «αργή στροφή» στη διάρκεια τους</p> <p>β) το εμπρός πόδι είναι τεντωμένο στις 90° (παράλληλα με το έδαφος)</p> <p>γ) εκτελούνται στη φτέρνα</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
<p>23. Η αξία των ισοροπιών ανεβαίνει όταν:</p>	

<p>α) το πίσω πόδι είναι ψηλά τεντωμένο στο ύψος του κεφαλιού β) το ελεύθερο πίσω πόδι είναι τεντωμένο στις 90° (παράλληλα με το έδαφος) γ) εκτελούνται στο γόνατο δ) δεν γνωρίζω</p>	
24. Η αξία των στροφών ανεβαίνει όταν:	
<p>α) η αθλήτρια εκτελεί περισσότερες από μία περιστροφές β) το εμπρός πόδι είναι τεντωμένο στις 90° (παράλληλα με το έδαφος) γ) η αθλήτρια εκτελεί λιγότερες περιστροφές δ) δεν γνωρίζω</p>	
25. Η αξία των στροφών ανεβαίνει όταν:	
<p>α) το ελεύθερο πόδι είναι τεντωμένο πίσω στις 90° (παράλληλα με το έδαφος) β) υπάρχει ραχιαία κάμψη του κορμού γ) εκτελούνται στη φτέρνα δ) δεν γνωρίζω</p>	
26. Η αξία των ευλυγισιών ανεβαίνει όταν:	
<p>α) εκτελείται «αργή στροφή» στη διάρκεια τους β) εκτελούνται στα δάχτυλα γ) ο κορμός είναι όρθιος δ) δεν γνωρίζω</p>	
27. Η αξία των ευλυγισιών ανεβαίνει όταν:	
<p>α) εκτελούνται με στήριξη σε άλλο μέρος του σώματος εκτός των χεριών β) υπάρχει κάμψη του κορμού γ) σωστό είναι το α και το β δ) δεν γνωρίζω</p>	
<hr/>	
28. Η Καλλιτεχνική Αξία ενός προγράμματος συμπεριλαμβάνει:	
<p>α) μόνο τη σχέση μουσικής και κίνησης β) τον τρόπο εκτέλεσης των ασκήσεων με την συνοδεία μουσικής γ) τη βασική σύνθεση του, τη σχέση μουσικής και κίνησης, τον χειρισμό των οργάνων και την μαεστρία (= ασκήσεις που ο τρόπος εκτέλεσης τους εμπεριέχει τον κίνδυνο της απώλειας του οργάνου από την αθλήτρια) δ) δεν γνωρίζω</p>	
29. Την Καλλιτεχνική Αξία καθορίζουν:	
<p>α) συγκεκριμένης αξίας ασκήσεις χειρισμού των οργάνων (Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά). β) μόνο τα «καλλιτεχνικά» στοιχεία της σύνθεσης γ) η χορευτική ικανότητα και η έκφραση της αθλήτριας δ) δεν γνωρίζω</p>	
30. Όταν η μουσική δεν είναι αρμονικά δεμένη με την κίνηση:	

α) δεν υπάρχει ποινή	
β) υπάρχει ποινή 0.50 βαθμών (μουσική υπόκρουση)	
γ) υπάρχει ποινή διαφορετική από τον κάθε κριτή	
δ) δεν γνωρίζω	
31. Σε μία σύνθεση με σχοινάκι πρέπει να υπερέχουν:	
α) οι στροφές και οι ισορροπίες	
β) τα άλματα και οι αναπηδήσεις	
γ) οι ασκήσεις ευλυγισίας και κυματισμών	
δ) δεν γνωρίζω	
32. Σε μία σύνθεση με στεφάνι πρέπει να υπερέχουν:	
α) οι στροφές και τα άλματα	
β) οι ισορροπίες και οι κυματισμοί	
γ) και οι τέσσερις ομάδες σε ισομερή κατανομή	
δ) δεν γνωρίζω	
33. Σε μία σύνθεση με μπάλα πρέπει να υπερέχουν:	
α) οι ασκήσεις ευλυγισίας και κυματισμών	
β) οι στροφές	
γ) οι ισορροπίες	
δ) δεν γνωρίζω	
34. Σε μία σύνθεση με κορύνες πρέπει να υπερέχουν:	
α) οι ασκήσεις ευλυγισίας και κυματισμών	
β) τα άλματα	
γ) οι ισορροπίες	
δ) δεν γνωρίζω	
35. Σε μία σύνθεση με κορδέλα πρέπει να υπερέχουν:	
α) οι ισορροπίες	
β) οι στροφές	
γ) τα άλματα	
δ) δεν γνωρίζω	
36. Πριμοδοτούνται (παίρνουν επιπλέον βαθμούς):	
α) οι λαβές εκτός οπτικού πεδίου	
β) οι λαβές εντός οπτικού πεδίου	
γ) σωστό είναι το α και το β	
δ) δεν γνωρίζω	
37. Πριμοδοτούνται (παίρνουν επιπλέον βαθμούς):	
α) η λαβή με άλλο μέρος του σώματος εκτός των χεριών	
β) οι λαβές με τα δύο χέρια εμπρός	
γ) η λαβή με το ένα χέρι	
δ) δεν γνωρίζω	

38. Πριμοδοτούνται (παίρνουν επιπλέον βαθμούς):	
α) οι λαβές σε θέση στο έδαφος	
β) οι λαβές σε όρθια θέση	
γ) οι λαβές στη διάρκεια κίνησης βαδίσματος	
δ) δεν γνωρίζω	
39. Πριμοδοτούνται (παίρνουν επιπλέον βαθμούς):	
α) το πέταγμα ή η λαβή του οργάνου στη διάρκεια άλματος	
β) το πέταγμα ή η λαβή του οργάνου στο τέλος ενός άλματος	
γ) δεν υπάρχει πριμοδότηση για τα α) και β)	
δ) δεν γνωρίζω	
40. Πριμοδοτούνται (παίρνουν επιπλέον βαθμούς):	
α) το πέταγμα ή η λαβή στη διάρκεια άσκησης με περιστροφή	
β) το πέταγμα ή η λαβή στη διάρκεια άσκησης χωρίς περιστροφή	
γ) δεν υπάρχει πριμοδότηση για τα α) και β)	
δ) δεν γνωρίζω	
41. Οι κριτές Εκτέλεσης βαθμολογούν:	
α) τον τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος και αφαιρούν τα τυχόν λάθη	
β) μόνο τις πτώσεις των οργάνων και τις εξόδους από τον αγωνιστικό τάπητα	
γ) μόνο τα μικρής αξίας λάθη	
δ) δεν γνωρίζω	
42. Η πτώση του οργάνου συνεπάγεται:	
α) αφαίρεση 0.30 -0.50 βαθμών	
β) καμία ποινή	
γ) αφαίρεση 0.30 βαθμών το ανώτερο	
δ) δεν γνωρίζω	
43. Το χάσιμο της ισορροπίας με συνέπεια την πτώση της αθλήτριας συνεπάγεται:	
α) αφαίρεση 0.50 βαθμών	
β) αφαίρεση 0.30 βαθμών	
γ) καμία ποινή	
δ) δεν γνωρίζω	
44. Η έξοδος του οργάνου ή της αθλήτριας συνεπάγεται:	
α) αφαίρεση 0.20 βαθμών για κάθε μία	
β) αφαίρεση 0.20 βαθμών συνολικά	
γ) αφαίρεση 0.20 βαθμών ανεξάρτητα από τον αριθμό των λαθών	
δ) δεν γνωρίζω	
45. Σε κάθε ένα ομαδικό πρόγραμμα μετέχουν:	

α) 6 αθλήτριες	
β) 5 αθλήτριες	
γ) 4 αθλήτριες	
δ) δεν γνωρίζω	
46. Στο ομαδικό αγώνισμα κάθε χώρα μετέχει με:	
α) 1 πρόγραμμα με όμοια όργανα και 1 με δύο διαφορετικά	
β) δύο προγράμματα με ίδια όργανα και διαφορετική σύνθεση	
γ) με ένα πρόγραμμα	
δ) δεν γνωρίζω	
47. Στο ομαδικό αγώνισμα οι αθλήτριες μπορούν να φορούν:	
α) ανόμοια ενδυμασία	
β) πανομοιότυπη (σε χρώμα και σχέδιο)	
γ) του ίδιου σχεδίου ενδυμασία αλλά με διαφορετικά χρώματα	
δ) δεν γνωρίζω	
48. Τα όργανα στο ομαδικό αγώνισμα μπορούν να είναι:	
α) ίδιου μεγέθους και κατασκευής αλλά διαφορετικών χρωμάτων	
β) ίδιου μεγέθους και ίδιου χρώματος	
γ) διαφορετικών μεγεθών και χρωμάτων	
δ) δεν γνωρίζω	
49. Είναι υποχρεωτικές οι αλλαγές των οργάνων από τις αθλήτριες;	
α) ναι, πρέπει να εκτελέσουν τουλάχιστον 6	
β) ναι, πρέπει να εκτελέσουν τουλάχιστον 3	
γ) όχι απαραίτητα	
δ) δεν γνωρίζω	
50. Οι αλλαγές μπορούν να εκτελεστούν:	
α) με μεταβίβαση των οργάνων	
β) με πέταγμα και πιάσιμο των οργάνων	
γ) με κύλισμα ή με αναπήδηση των οργάνων	
δ) δεν γνωρίζω	
51. Το σύνολο των ασκήσεων τους για την Τεχνική Αξία πρέπει να είναι:	
α) έως 18 με τις αλλαγές μαζί	
β) έως 8 με τις αλλαγές μαζί	
γ) έως 10 με τις αλλαγές μαζί	
δ) δεν γνωρίζω	
52. Σε μία σύνθεση πρέπει να υπάρχουν τουλάχιστον:	
α) 6 διαφορετικοί σχηματισμοί αθλητριών	
β) 7 διαφορετικοί σχηματισμοί αθλητριών	
γ) 5 διαφορετικοί σχηματισμοί αθλητριών	
δ) δεν γνωρίζω	

53. Ασκήσεις συνεργασίας μεταξύ των αθλητριών εκτός των αλλαγών:	
α) το λιγότερο 5	
β) το λιγότερο 4	
γ) το λιγότερο 3	
δ) δεν γνωρίζω	
54. Η πτώση του οργάνου για το ομαδικό αγώνισμα (Ensemble) συνεπάγεται:	
α) αφαίρεση 0.30-0.50 βαθμών για κάθε μία αθλήτρια που κάνει λάθος	
β) συνολική ποινή για το πρόγραμμα 0.50 βαθμών	
γ) αφαίρεση 0.30-0.50 βαθμών ανεξάρτητα από πόσα όργανα είχαν πτώση	
δ) δεν γνωρίζω	
55. Το χάσιμο της ισορροπίας με συνέπεια την πτώση της αθλήτριας για το ομαδικό αγώνισμα (Ensemble) συνεπάγεται:	
α) αφαίρεση 0.50 βαθμών για κάθε μία αθλήτρια που κάνει λάθος	
β) συνολική ποινή για το πρόγραμμα 0.50 βαθμών	
γ) αφαίρεση 0.30 βαθμών ανεξάρτητα από πόσες αθλήτριες έπεσαν	
δ) δεν γνωρίζω	
56. Το μήκος του σχοινιού είναι:	
α) 3 μέτρα	
β) ανάλογο με το ύψος της αθλήτριας	
γ) 2,5 μέτρα	
δ) δεν γνωρίζω	
57. Το μήκος του υφάσματος της κορδέλας είναι:	
α) 3 μέτρα	
β) διπλάσιο από το ύψος της αθλήτριας	
γ) 6 μέτρα	
δ) δεν γνωρίζω	

Σοφία Μπούρα
Copyright 2004

**Παράρτημα 2. Ερωτηματολόγιο 35 ερωτήσεων 2^{ης} πιλοτικής έρευνας και
κύριας έρευνας**

**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΟΙΧΕΙΩΔΩΝ ΓΕΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΩΝ
ΓΝΩΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ**

Το ερωτηματολόγιο αυτό αξιολογεί τις στοιχειώδεις γενικές και ειδικές γνώσεις των μαθητριών/μαθητών της Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και συμπληρώνεται ανώνυμα.

Παρακαλώ να διαβάσετε με προσοχή τις ερωτήσεις και να σημειώσετε την απάντηση που θεωρείτε σωστή με ν στην αντίστοιχη ειδική θέση δεξιά.

Σας ευχαριστώ πολύ για την συμμετοχή σας.

Γνωρίζεις το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής;

Ναι		Όχι	
-----	--	-----	--

Πως θα χαρακτήριζες τις γνώσεις σου για τη Ρυθμική Γυμναστική;

Άριστες		Πολύ καλές		Καλές		Μέτριες		Ελάχιστες	
---------	--	------------	--	-------	--	---------	--	-----------	--

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;

- α) γυμναστική σε σταθερά όργανα
- β) είδος μοντέρνου χορού
- γ) γυμναστική με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής
- δ) δεν γνωρίζω

2. Η Ρυθμική Γυμναστική:

- α) δεν είναι Ολυμπιακό αγώνισμα
- β) είναι Ολυμπιακό αγώνισμα
- γ) έγινε Ολυμπιακό αγώνισμα στην Ολυμπιάδα της Αθήνας του 2004
- δ) δεν γνωρίζω

3. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :

- α) ατομικό και ομαδικό αγώνισμα
- β) ομαδικό αγώνισμα
- γ) ατομικό αγώνισμα
- δ) δεν γνωρίζω

4. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :

- α) αντρικό αγώνισμα
- β) γυναικείο αγώνισμα
- γ) γυναικείο και αντρικό αγώνισμα
- δ) δεν γνωρίζω

2^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΟΡΓΑΝΑ	
5. Πόσα είναι τα όργανα που χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση προγραμμάτων στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) 3	
β) 4	
γ) 5	
δ) δεν γνωρίζω	
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) σχοινάκι – στεφάνι – μπάλα – κορύνες – κορδέλα	
β) δίζυγο – δοκός – κρίκοι – μονόζυγο – ίππος με λαβές	
γ) σχοινάκι – σημαιάκια – κορδέλα – λάστιχα – μπάλα	
δ) δεν γνωρίζω	
3^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ	
7. Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) κορμάκι ή κορμάκι με μακρύ καλσόν ή κορμάκι με φούστα	
β) φούστα και εφαρμοστό μπλουζάκι	
γ) κορμάκι	
δ) δεν γνωρίζω	
8. Επιτρέπονται από τους κανονισμούς συμπληρωματικά στολίδια στο κεφάλι και στο σώμα των αθλητριών όπως : καπέλα, φτερά, κορδέλες, κολιέ κ.α;	
α) ναι	
β) όχι	
γ) δεν αναφέρεται κάτι σχετικό στους κανονισμούς (στον Κώδικα Βαθμολογίας);	
δ) δεν γνωρίζω	
4^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ	
9. Ποια είναι η ηλικία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής για την κατηγορία γυναικών;	
α) μόνο μεγαλύτερες των 18 ετών	
β) μικρότερες των 20 ετών	
γ) 16 ετών και μεγαλύτερες	
δ) δεν γνωρίζω	
10. Πόσες αθλήτριες αποτελούν μία ομάδα (ensemble);	
α) 5 + 1 αναπληρωματική	
β) 6 + 1 αναπληρωματική	
γ) 4 + 1 αναπληρωματική	
δ) δεν γνωρίζω	
5^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
11. Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ατομικού προγράμματος;	
α) από 2' - 2'.15''	

β) από 1'.30'' - 1'.45''	
γ) από 1'.15'' - 1'.30''	
δ) δεν γνωρίζω	
12. Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ομαδικού προγράμματος (ensemble);	
α) από 2'.15'' - 2'.30''	
β) από 2'.30'' - 2'.45''	
γ) από 2' - 2'.15''	
δ) δεν γνωρίζω	
6^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΙΔΗ ΑΓΩΝΩΝ	
13. Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ατομικό αγώνισμα της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;	
α) Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας για κάθε όργανο (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά).	
β) Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας οργάνων (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά)	
γ) Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Τελικός αγώνας για κάθε όργανο (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά) .	
δ) δεν γνωρίζω	
14. Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ομαδικό αγώνισμα (Ensemble) της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;	
α) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί)	
β) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για το σύνολο των προγραμμάτων τους	
γ) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για κάθε ένα από τα δύο προγράμματα τους ξεχωριστά	
δ) δεν γνωρίζω	
7^η ΕΝΟΤΗΤΑ –ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
15. Η μέγιστη βαθμολογία για μια αθλήτρια ή για μία ομάδα (Ensemble) Ρυθμικής Γυμναστικής είναι:	

α) 20.00 β.	
β) 30.00 β.	
γ) 40.00 β.	
δ) δεν γνωρίζω	
16. Πόσες ομάδες – (εφορίες) κριτών βαθμολογούν ένα πρόγραμμα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) 4	
β) 3	
γ) 2	
δ) δεν γνωρίζω	
17. Τι βαθμολογούν οι ομάδες – (εφορίες) κριτών;	
α) την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
β) την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
γ) την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις) και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
δ) δεν γνωρίζω	
8^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΣΥΝΘΕΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
18. Με τον όρο Τεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	
α) το μέγιστο 18 σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου, με συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας που περιλαμβάνονται σε ειδικούς πίνακες δυσκολιών και έχουν προκαθορισμένη αξία	
β) το μέγιστο 18 ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου χωρίς συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας	
γ) ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου απεριόριστου αριθμού	
δ) δεν γνωρίζω	
19. Ποιες είναι οι κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) άλματα, αναπηδήσεις ρυθμικοί βηματισμοί, στροφές στα δυο πόδια	
β) άλματα, ισορροπίες, στροφές και ασκήσεις ευλυγισίας - κυματισμών	
γ) ισορροπίες στα δάχτυλα των ποδιών, περάσματα από θέσεις στο έδαφος και στροφές	
δ) δεν γνωρίζω	
20. Με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	

<p>α) τα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά, συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή κατά τη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)</p> <p>β) τη χορογραφία, τη μουσική συνοδεία και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή στη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)</p> <p>γ) τη μουσική συνοδεία, τη χορευτική ικανότητα και την έκφραση της αθλήτριας</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
21. Τι είδους μουσική σύνθεση χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
<p>α) μόνο από ένα μουσικό όργανο</p> <p>β) μείξη διαφορετικών μουσικών κομματιών και με τραγούδια</p> <p>γ) ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι.</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
22. Με τον όρο Εκτέλεση (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	
<p>α) τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και του χειρισμού του οργάνου και τα πιθανά λάθη (πτώση αθλήτριας ή οργάνου, κόμπος στο σχοινάκι ή τη κορδέλα, απώλεια ισορροπίας κ.λ.π.)</p> <p>β) τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και τα πιθανά λάθη</p> <p>γ) το χειρισμό του οργάνου και τα πιθανά λάθη</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
23. Πως προκύπτει ο τελικός βαθμός;	
<p>α) από την πρόσθεση και των τριών βαθμών: Τεχνική Αξία (max. 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max. 10.00 βαθμοί) + Εκτέλεση (max. 10.00 βαθμοί) = τελικός βαθμός (το μέγιστο) max. 30.00 βαθμοί.</p> <p>β) από την πρόσθεση των 2 βαθμών για το τεχνικό μέρος: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) = max 20.00 βαθμοί δια δύο = max 10.00 βαθμοί, + τον βαθμό Εκτέλεσης (max 10.00 βαθμοί) = 20.00 βαθμοί</p> <p>Τεχνική Αξία + Καλλιτεχνική Αξία / 2 + Εκτέλεση = (το μέγιστο) max 20.00 βαθμοί</p> <p>γ) από την πρόσθεση και των τριών βαθμών δια δύο: Τεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Καλλιτεχνική Αξία (max 10.00 βαθμοί) + Εκτέλεση (max 10.00 βαθμοί) / 2 = τελικός βαθμός (το μέγιστο) max 20.00 βαθμοί.</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>	
9 ^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ENSEMBLE	

Έχεις παρακολουθήσει αγώνες Ρυθμικής Γυμναστικής;	Ναι	Όχι
--	-----	-----

Ποια ήταν η πηγή πληροφόρησης σου;	Τηλεόραση	Γήπεδο	...	Άλλο
------------------------------------	-----------	--------	-----	------

Σοφία Μπούρα
Copyright 2005

Παράρτημα 3: Τελικό ερωτηματολόγιο 29 ερωτήσεων

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΟΙΧΕΙΩΔΩΝ ΓΕΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΩΝ ΓΝΩΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Το ερωτηματολόγιο αυτό αξιολογεί τις στοιχειώδεις γενικές και ειδικές γνώσεις των μαθητριών/μαθητών της Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης για το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής και συμπληρώνεται ανώνυμα.

Παρακαλώ να διαβάσετε με προσοχή τις ερωτήσεις και να σημειώσετε την απάντηση που θεωρείτε σωστή με ν στην αντίστοιχη ειδική θέση δεξιά.

Σας ευχαριστώ πολύ για την συμμετοχή σας.

Γνωρίζεις το άθλημα της Ρυθμικής Γυμναστικής;

Ναι		Όχι	
-----	--	-----	--

Πως θα χαρακτήριζες τις γνώσεις σου για τη Ρυθμική Γυμναστική;

Άριστες		Πολύ καλές		Καλές		Μέτριες		Ελάχιστες	
---------	--	------------	--	-------	--	---------	--	-----------	--

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	
1. Τι είναι η Ρυθμική Γυμναστική;	
α) γυμναστική σε σταθερά όργανα	
β) είδος μοντέρνου χορού	
γ) γυμναστική με φορητά όργανα και συνοδεία μουσικής	
δ) δεν γνωρίζω	
2. Η Ρυθμική Γυμναστική:	
α) δεν είναι Ολυμπιακό αγώνισμα	
β) είναι Ολυμπιακό αγώνισμα	
γ) έγινε Ολυμπιακό αγώνισμα στην Ολυμπιάδα της Αθήνας του 2004	
δ) δεν γνωρίζω	
3. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :	
α) ατομικό και ομαδικό αγώνισμα	
β) ομαδικό αγώνισμα	
γ) ατομικό αγώνισμα	
δ) δεν γνωρίζω	
4. Η Ρυθμική Γυμναστική είναι :	
α) αντρικό αγώνισμα	
β) γυναικείο αγώνισμα	
γ) γυναικείο και αντρικό αγώνισμα	
δ) δεν γνωρίζω	
2^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΟΡΓΑΝΑ	

5. Πόσα είναι τα όργανα που χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση προγραμμάτων στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) 3	
β) 4	
γ) 5	
δ) δεν γνωρίζω	
6. Ποια όργανα χρησιμοποιούνται στη Ρυθμική Γυμναστική;	
α) σχοινάκι – στεφάνι – μπάλα – κορύνες – κορδέλα	
β) δίζυγο – δοκός – κρίκοι – μονόζυγο – ίππος με λαβές	
γ) σχοινάκι – σημαιάκια – κορδέλα – λάστιχα – μπάλα	
δ) δεν γνωρίζω	
3^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ	
7. Ποια είναι η επιτρεπτή ενδυμασία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) κορμάκι ή κορμάκι με μακρύ καλσόν ή κορμάκι με φούστα	
β) φούστα και εφαρμοστό μπλουζάκι	
γ) κορμάκι	
δ) δεν γνωρίζω	
8. Επιτρέπονται από τους κανονισμούς συμπληρωματικά στολίδια στο κεφάλι και στο σώμα των αθλητριών όπως : καπέλα, φτερά, κορδέλες, κολιέ κ.α;	
α) ναι	
β) όχι	
γ) δεν αναφέρεται κάτι σχετικό στους κανονισμούς (στον Κώδικα Βαθμολογίας);	
δ) δεν γνωρίζω	
4^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ	
9. Ποια είναι η ηλικία των αθλητριών της Ρυθμικής Γυμναστικής για την κατηγορία γυναικών;	
α) μόνο μεγαλύτερες των 18 ετών	
β) μικρότερες των 20 ετών	
γ) 16 ετών και μεγαλύτερες	
δ) δεν γνωρίζω	
10. Πόσες αθλήτριες αποτελούν μία ομάδα (ensemble);	
α) 5 + 1 αναπληρωματική	
β) 6 + 1 αναπληρωματική	
γ) 4 + 1 αναπληρωματική	
δ) δεν γνωρίζω	
5^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
11. Ποια είναι η επιτρεπτή χρονική διάρκεια ενός ατομικού προγράμματος;	
α) από 2' - 2'.15''	
β) από 1'.30'' - 1'.45''	

γ) από 1'.15'' - 1'.30''	
δ) δεν γνωρίζω	
6^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΕΙΔΗ ΑΓΩΝΩΝ	
12. Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ατομικό αγώνισμα της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;	
α) Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας για κάθε όργανο (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά).	
β) Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Αγώνας για το σύνθετο ατομικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το σύνολο των 4 προγραμμάτων που εκτέλεσε) & Τελικός αγώνας οργάνων (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά)	
γ) Αγώνας για το σύνθετο ομάδων του ατομικού αγωνίσματος (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας αποτελούμενης από 3 ή 4 αθλήτριες του ατομικού αγωνίσματος μιας χώρας) & Τελικός αγώνας για κάθε όργανο (ανάδειξη πρωταθλήτριας αθλήτριας για το κάθε όργανο ξεχωριστά) .	
δ) δεν γνωρίζω	
13. Ποια είδη αγώνων υπάρχουν για το ομαδικό αγώνισμα (Ensemble) της Ρυθμικής Γυμναστικής στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα;	
α) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί)	
β) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για το σύνολο των προγραμμάτων τους	
γ) Αγώνας για το σύνθετο ομαδικό (ανάδειξη πρωταθλήτριας ομάδας (Ensemble) αποτελούμενης από 5 αθλήτριες μιας χώρας που αγωνίζονται μαζί) και Τελικός αγώνας για κάθε ένα από τα δύο προγράμματα τους ξεχωριστά	
δ) δεν γνωρίζω	
7^η ΕΝΟΤΗΤΑ –ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
14. Η μέγιστη βαθμολογία για μια αθλήτρια ή για μία ομάδα (Ensemble) Ρυθμικής Γυμναστικής είναι:	
α) 20.00 β.	
β) 30.00 β.	
γ) 40.00 β.	
δ) δεν γνωρίζω	
15. Πόσες ομάδες – (εφορίες) κριτών βαθμολογούν ένα πρόγραμμα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) 4	

β) 3	
γ) 2	
δ) δεν γνωρίζω	
16. Τι βαθμολογούν οι ομάδες – (εφορίες) κριτών;	
α) την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ρισοκίνδυνες» ασκήσεις) για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
β) την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), για κάθε όργανο χωριστά και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
γ) την Τεχνική Αξία (τις σωματικές ασκήσεις με βαθμό δυσκολίας), την Καλλιτεχνική Αξία (τη χορογραφία, την σχέση μουσικής και κίνησης και συγκεκριμένης αξίας «ρισοκίνδυνες» ασκήσεις) και την Εκτέλεση του προγράμματος (το τρόπο εκτέλεσης του προγράμματος)	
δ) δεν γνωρίζω	
8^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΣΥΝΘΕΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	
17. Με τον όρο Τεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	
α) το μέγιστο 18 σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου, με συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας που περιλαμβάνονται σε ειδικούς πίνακες δυσκολιών και έχουν προκαθορισμένη αξία	
β) το μέγιστο 18 ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου χωρίς συγκεκριμένο βαθμό δυσκολίας	
γ) ελεύθερης επιλογής σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με χειρισμό του οργάνου απεριόριστου αριθμού	
δ) δεν γνωρίζω	
18. Ποιες είναι οι κατηγορίες σωματικών ασκήσεων για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;	
α) άλματα, αναπηδήσεις ρυθμικοί βηματισμοί, στροφές στα δυο πόδια	
β) άλματα, ισορροπίες, στροφές και ασκήσεις ευλυγισίας - κυματισμών	
γ) ισορροπίες στα δάχτυλα των ποδιών, περάσματα από θέσεις στο έδαφος και στροφές	
δ) δεν γνωρίζω	
19. Με τον όρο Καλλιτεχνική Αξία (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:	
α) τα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά, συγκεκριμένης αξίας «ρισοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επονομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή κατά τη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)	

<p>έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)</p> <p>β) τη χορογραφία, τη μουσική συνοδεία και συγκεκριμένης αξίας «ριψοκίνδυνες» ασκήσεις μαζί με ασκήσεις ειδικού χειρισμού των οργάνων (τα επανομαζόμενα Ειδικά Καλλιτεχνικά Χαρακτηριστικά) (π.χ. δύσκολα πετάγματα και λαβές εκτός οπτικού πεδίου ή στη διάρκεια αλμάτων, κυλίσματα, χτυπήματα στο έδαφος κατά τη διάρκεια δύσκολων σωματικών ασκήσεων κ.λ.π.)</p> <p>γ) τη μουσική συνοδεία, τη χορευτική ικανότητα και την έκφραση της αθλήτριας</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>															
<p>20. Τι είδους μουσική σύνθεση χρησιμοποιείται για τα προγράμματα Ρυθμικής Γυμναστικής;</p>															
<p>α) μόνο από ένα μουσικό όργανο</p> <p>β) μείξη διαφορετικών μουσικών κομματιών και με τραγούδια</p> <p>γ) ένα μουσικό κομμάτι ή μείξη αρμονικών μουσικών κομματιών χωρίς τραγούδι.</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>															
<p>21. Με τον όρο Εκτέλεση (=το μέγιστο 10.00 βαθμοί) ενός προγράμματος εννοούμε:</p>															
<p>α) τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και του χειρισμού του οργάνου και τα πιθανά λάθη (πτώση αθλήτριας ή οργάνου, κόμπος στο σχοινάκι ή τη κορδέλα, απώλεια ισορροπίας κ.λ.π.)</p> <p>β) τον τρόπο εκτέλεσης των σωματικών ασκήσεων και τα πιθανά λάθη</p> <p>γ) το χειρισμό του οργάνου και τα πιθανά λάθη</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>															
<p>9^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ENSEMBLE</p>															
<p>22. Πόσες αλλαγές των οργάνων θα πρέπει να υπάρχουν υποχρεωτικά σε ένα ομαδικό πρόγραμμα;</p>															
<p>α) 6</p> <p>β) 7</p> <p>γ) 8</p> <p>δ) δεν γνωρίζω</p>															
<p>10^η ΕΝΟΤΗΤΑ – ΠΟΙΝΕΣ</p>															
<p>23. Ποια στοιχεία από τα παρακάτω τιμωρούνται με ποινές;</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1144 1496 1209 1630">Ναι</td> <td data-bbox="1209 1496 1241 1630">Χ</td> </tr> </table>	Ναι	Χ												
Ναι	Χ														
<p>α) πτώση οργάνου και ανάκτηση (πιάσιμο) του μετά από 2 ή 3 βήματα</p> <p>β) πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου με τα δύο χέρια πίσω από τη πλάτη</p> <p>γ) πιάσιμο (ανάκτηση) του οργάνου σε θέση στο έδαφος με τα πόδια</p> <p>δ) απώλεια ισορροπίας της αθλήτριας και στήριξη της στο όργανο ή στο χέρι</p> <p>ε) εκούσια πτώση οργάνου αναπήδηση στο έδαφος και ανάκτηση του</p> <p>ζ) τέλος του προγράμματος (τελευταία κίνηση της αθλήτριας) μετά το τέλος της μουσικής;</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1144 1630 1209 1671"></td> <td data-bbox="1209 1630 1241 1671"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1144 1671 1209 1711"></td> <td data-bbox="1209 1671 1241 1711"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1144 1711 1209 1751"></td> <td data-bbox="1209 1711 1241 1751"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1144 1751 1209 1792"></td> <td data-bbox="1209 1751 1241 1792"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1144 1792 1209 1832"></td> <td data-bbox="1209 1792 1241 1832"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1144 1832 1209 1872"></td> <td data-bbox="1209 1832 1241 1872"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1144 1872 1209 1912"></td> <td data-bbox="1209 1872 1241 1912"></td> </tr> </table>														

μουσικής;			
η) έξοδος από τον αγωνιστικό τάπητα οργάνου ή αθλήτριας κατά τη διάρκεια του προγράμματος			
Αγόρι	Κορίτσι		
Ηλικία:	13-15 ετών	16 και πάνω	
Ασχολήθηκες στο παρελθόν με κάποιο άθλημα;	Ναι	Όχι	
Αν ναι με ποιο;			
Ασχολείσαι τώρα με κάποιο άθλημα;			
Αν ναι με ποιο;			
Σε τι επίπεδο;	Αθλητής:	Αναψυχή:	Άλλο:
Πιστεύεις ότι η γνώση σου για την Ρυθμική Γυμναστική:	Πολύ καλή	Καλή	Μέτρια
Ελάχιστη			
Έχεις παρακολουθήσει αγώνες Ρυθμικής Γυμναστικής;	Ναι	Όχι	
Ποια ήταν η πηγή πληροφόρησης σου;	Τηλεόραση	Γήπεδο	Άλλο

Σοφία Μπούρα Copyright 2006