

**Πτυχιακή Εργασία
Του Καρατζογλίδη Χρήστου**

**Η αποτελεσματικότητα μιας τακτικής προσέγγισης της πετοσφαίρισης
στην παρακίνηση των μαθητών**



Υπεύθυνη Καθηγήτρια: Μπεκιάρη Αλεξάνδρα

Τρίκαλα 2011



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

Αριθ. Εισ.: 10134/1
Ημερ. Εισ.: 27/01/2012
Δωρεά: Συγγραφέα
Ταξιθετικός Κωδικός: ΠΤ-ΤΕΦΑΑ
2011
ΚΑΡ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ



004000107872

Περίληψη

Τα τελευταία χρόνια παρουσιάστηκε μια εναλλακτική προσέγγιση στη διδασκαλία του μαθήματος της φυσικής αγωγής κατά την οποία ο διδάσκων δίνει περισσότερη έμφαση στην τακτική ενός παιχνιδιού παρά στην αρτιότητα εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων που χρησιμοποιούνται κατά τη διάρκεια αυτού. Αυτή η προσέγγιση φάνηκε να είναι έχει θετικότερη επίδραση στο γνωστικό και συναισθηματικό τομέα ([Griffin, Oslin, & Mitchell, 1995](#)). Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετασθεί η επίδραση αυτής της τακτικής προσέγγισης (TGFU) κατά τη διδασκαλία της πετοσφαίρισης στην παρακίνηση των μαθητών. Συγκεκριμένα κατά τη διδασκαλία της πετοσφαίρισης, η πειραματική ομάδα διδάχθηκε την ενότητα βάσει της προσέγγισης των παιχνιδιών τακτικής (TGFU), ενώ η ομάδα ελέγχου με τον παραδοσιακό τρόπο. Εβδομήντα επτά μαθητές/τριες (αγόρια και κορίτσια) ηλικίας 11 ετών, συμμετείχαν στην έρευνα εκ των οποίων οι 35 αποτελούσαν την πειραματική ομάδα και οι 42 την ομάδα ελέγχου. Τα αποτελέσματα αξιολογήθηκαν ως προς τους παράγοντες: α) ικανοποίηση από το μάθημα, και β) παρακίνηση των μαθητών. Η αξιολόγηση έγινε βάσει ερωτηματολογίων (Papaioannou, Milosis, Kosmidou & Tsigilis, 2002) τα οποία συμπληρώθηκαν από τους μαθητές/τριες πριν και μετά την εφαρμογή της παρέμβασης. Από τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων (repeated measures) φάνηκε ότι οι μαθητές της πειραματικής ομάδας είχαν υψηλότερες τιμές όσον αφορά την εσωτερική παρακίνηση και την ικανοποίηση από το μάθημα και χαμηλότερες τιμές στους παράγοντες, εξωτερική παρακίνηση και έλλειψη παρακίνησης, σε σχέση με την ομάδα ελέγχου. Τα αποτελέσματα πιστοποιούν τη θετική επίδραση των παιχνιδιών προς κατανόηση στην ενίσχυση της εσωτερικής τους παρακίνησης καθώς και στην ικανοποίηση από το μάθημα.

Λέξεις-κλειδιά: Τακτική προσέγγιση, πετοσφαίριση, παρακίνηση.

Εισαγωγή

Παιχνίδια προς κατανόηση και παρακίνηση

Η συμμετοχή των παιδιών στις αθλητικές δραστηριότητες έχει μειωθεί τα τελευταία χρόνια σε πολλές χώρες. Τα ποσοστά των παιδιών που να είναι φυσικά δραστήρια είναι χαμηλά και για αυτόν το λόγο παρατηρείται αύξηση των υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών. Γι' αυτό το λόγο το μάθημα της φυσικής αγωγής έχει γίνει υποχρεωτικό σε πολλές χώρες. Για να δοθεί η δυνατότητα στα παιδιά να ασκηθούν κάποιες ώρες την εβδομάδα, αφού η εμπλοκή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες φαίνεται να είναι προβληματική.

Έρευνες όμως που έχουν γίνει σχετικά με το μάθημα της φυσικής Αγωγής, κατέδειξαν ότι το ενδιαφέρον των μαθητών αρχίζει να μειώνεται καθώς τα παιδιά μεταβαίνουν από το γυμνάσιο προς το λύκειο (Digelidis&Papaioannou,1999; VanWerschetal, 1992). Άλλοι ερευνητές εκτιμούν ότι η πρωτοβάθμια εκπαίδευση δεν παρέχει στους μαθητές αθλητικές εμπειρίες ποιότητας ούτε τη δυνατότητα μεταφοράς της μάθησης για την ενασχόλησή τους με την άσκηση μετά την αποφοίτησή τους από το σχολείο (Kirk, 2005).

Ένας τρόπος για να αυξηθεί η εμπλοκή των παιδιών στο μάθημα της φυσικής αγωγής είναι η αύξηση της εσωτερικής παρακίνησης. Η θεωρία του αυτοκαθορισμού (Deci&Ryan, 1985) παρέχει σημαντικά στοιχεία για την εξέταση της παρακίνησης στο μάθημα της φυσικής αγωγής(Hagger, Chatzisarantis, Culverhouse, &Biddle, 2003).

Βάσει της θεωρίας αυτής όταν τα άτομα αισθάνονται αυτόνομα σε ένα περιβάλλον ενδιαφέρον τότε αυξάνεται η εσωτερική τους παρακίνηση. Με τη σειρά της η εσωτερική παρακίνηση αυξάνει την επιθυμία για εμπλοκή στη δραστηριότητα εκείνη τη στιγμή αλλά και μελλοντικά. Οι καθηγητές μάλιστα που χρησιμοποιούν παιδαγωγικές στρατηγικές που παρέχουν αυτονομία επιδρούν θετικά στην εσωτερική



παρακίνηση των μαθητών και στη μάθηση (Trouilloud,Sarrazin, Bressoux&Bois,2006). Τέτοιου είδους στρατηγικές παρέχουν στους μαθητές επιλογές και τη λήψη αποφάσεων μέσα σε μια δομημένη ρύθμιση, μειώνοντας το άγχος (Reeve,2002).

Έρευνα κατά την οποία χρησιμοποιήθηκαν στυλ διδασκαλίας όπου οι μαθητές είχαν τη δυνατότητα να παίρνουν αποφάσεις κατά τη διαδικασία μάθησής τους φάνηκε να έχουν ανεβασμένα επίπεδα εσωτερικής παρακίνησης(Goudas,Biddle& Underwood,1995). Ακόμη παρατηρήθηκε ότι περιβάλλοντα που δημιουργούνται λόγω της αυτόνομης διδασκαλίας ευχαριστούν περισσότερο τους μαθητές λόγω της ανεξαρτησίας που αισθάνονταν και της έλλειψης ελέγχου (Standage,Duda&Ntoumanis, 2003) και οδηγούν στη συμμετοχή των νέων σε δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο τους (Haggeretal, 2003).

Γι' αυτούς τους λόγους γίνονται πολλές προσπάθειες με σκοπό την ανάπτυξη προγραμμάτων που θα βοηθήσουν προπονητές και εκπαιδευτικούς να δημιουργήσουν περιβάλλοντα αυτόνομα ώστε να αυξηθεί η εσωτερική παρακίνηση των μαθητών.

Παιχνίδια τακτικής

Τα παιχνίδια τακτικής αναπτύχθηκαν λόγω της αμφισβήτησης του τρόπου διδασκαλίας των κινητικών δεξιοτήτων. Ο παραδοσιακός τρόπος διδασκαλίας των παιχνιδιών εστίαζε την προσοχή των εκπαιδευτικών στην τελειοποίηση της τεχνικής και έτσι οι κινητικές δεξιότητες διδάσκονται στις ομάδες των μαθητών με μια συγκεκριμένη ακολουθία (Werner, Thorpe&Bunker, 1996). Τέλος η επανάληψη της εξάσκησης επέτρεπε στους μαθητές να μεταφέρουν τις κινητικές δεξιότητες σε καταστάσεις παιχνιδιού (Rink, 2005). Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να προωθείται κυρίως η τεχνική και τα παιδιά να αποφοιτούν από το σχολείο με πολύ λίγες γνώσεις για τον τρόπο συμμετοχής τους σε ένα παιχνίδι αλλά και φτωχή ικανότητα στη λήψη αποφάσεων που παίζει σημαντικό ρόλο στη διεξαγωγή των παιχνιδιών(Horper, 2002).

Τα παιχνίδια τακτικής (κατανόησης) στοχεύουν στην απόκτηση δεξιοτήτων τακτικής και εμπειριών βάσει κάποιων τροποποιήσεων που είναι κατάλληλες για την ηλικία και τη νοητική ανάπτυξη των μαθητών. Έτσι η έμφαση δίνεται περισσότερο στο «γιατί» εκτελούνται κάποιες κινήσεις ή κινητικές δεξιότητες στα παιχνίδια κι όχι

στο «πώς» (Hopper,2002), αφού η βασική φιλοσοφία των παιχνιδιών αφορά τη συμμετοχή των παιδιών στα παιχνίδια κι όχι την ανταγωνιστικότητα. Γι' αυτόν το λόγο οι τροποποιήσεις των παιχνιδιών στοχεύουν στην ανάπτυξη της κατανόησης και της ενημερότητας των μαθητών με σκοπό τη μεταφορά αυτών σε περιβάλλοντα πραγματικής κατάστασης. Οι τροποποιήσεις κυρίως αφορούν προσαρμογές στον εξοπλισμό, στο χώρο, στους κανόνες καθοδηγώντας τους μαθητές σε προβλήματα επίλυσης όπως η κατοχή της μπάλας από μια ομάδα.

Η τροποποίηση προσπαθεί να εμπνεύσει το μαθητή να σκεφτεί την επίλυση ενός προβλήματος τακτικής κάτω από την καθοδήγηση του εκπαιδευτικού. Έτσι μέσω ερωτήσεων και επεξηγήσεων πραγματοποιείται μια αλληλεπίδραση γνώσεων, αντίληψης και πράξης κατά τη διάρκεια της εξάσκησης. Η εκτίμηση των παιχνιδιών, δηλαδή η κατανόηση των κανόνων και των στρατηγικών και η τακτική ενημερότητα βάσει της οποίας οι μαθητές παρακινούνται να επιλύσουν προβλήματα είναι τα πρώτα στάδια του μοντέλου αυτών των παιχνιδιών. Στη συνέχεια δίνεται έμφαση στη λήψη αποφάσεων για το «τι θα κάνεις» και «πώς θα το κάνεις» ανάλογα με την εκάστοτε κατάσταση. Ακολουθεί η εκτέλεση των κινητικών δεξιοτήτων η οποία αξιολογείται με την παρατήρηση των αποτελεσμάτων κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.

Κατηγορίες παιχνιδιών κατανόησης

Σύμφωνα με τη φύση της τακτικής πολυπλοκότητάς τους μπορούν να κατηγοριοποιηθούν σε τέσσερις ομάδες βάσει των κανόνων, των δεξιοτήτων και της τακτικής που χρησιμοποιούνται. Τα παιχνίδια στόχου (γκολφ, μπόουλινγκ), τα παιχνίδια κτυπήματος/πεδίου (μπέιζμπολ, κρίκετ), τα παιχνίδια φιλέ (τένις, σκουός) και τα παιχνίδια εισβολής (ποδόσφαιρο, χόκεϊ) (Griffin&Butler, 2005).

Αναλυτικότερα, τα παιχνίδια στόχου στηρίζονται στην ακρίβεια στο να στείλεις ένα αντικείμενο σε ένα ιδιαίτερο στόχο. Τα δημοφιλέστερα των παιχνιδιών αυτών αποτελούνται από παιχνίδια με περιορισμένη κινητικότητα από τον αθλούμενο. Στα περισσότερα των αθλημάτων αυτών οι αθλητές έχουν τον έλεγχο της εκκίνησης και έλεγχο του ρυθμού. Τέλος τα παιχνίδια στόχου διαφέρουν από τις άλλες κατηγορίες γιατί έχουν κλειστό περιβάλλον και όχι ανοιχτό και μεταβαλλόμενο σαν τα υπόλοιπα. (Διγγελίδης & Νάτσης 2007).

Τα παιχνίδια πεδίου είναι τα μπέιζμπολ και κίκμπολ. Στα παιχνίδια αυτά η μπάλα στέλνεται από τον ασκούμενο σε κάποιο σημείο και στην συνέχεια ο

ασκούμενος τρέχει σε ένα χώρο και μετά πρέπει να επιστρέψει πριν οι αντίπαλοι παίκτης πάρουν την μπάλα ρίψης και την επιστρέψουν.

Σύμφωνα με αυτή την προσέγγιση στα παιχνίδια κάθε κατηγορίας κάθε κατηγορίας μπορούν να εφαρμοστούν ίδιες στρατηγικές όπως η δημιουργία χώρου στην καλαθοσφαίριση η οποία εφαρμόζεται και σε άλλα παιχνίδια όπως το χόκεϊ.

Παρακίνηση

Η παρακίνηση αποτελεί ένα από τα χαρακτηριστικά του ερευνητικού ενδιαφέροντος στο χώρο της άθλησης. Ο Deci (1975) διαχώρισε την παρακίνηση βάσει των παραγόντων που την επηρεάζουν. Παρατήρησε ότι τα άτομα μπορούν να παρακινηθούν από εσωτερικούς και εξωτερικούς παράγοντες. Έτσι λοιπόν η παρακίνηση κατηγοριοποιήθηκε σε δυο μορφές την εσωτερική και την εξωτερική. Εξωτερική παρακίνηση είναι αυτή που καθοδηγεί τις συμπεριφορές εκείνες που εκτελούνται λόγω κάποιων εξωτερικών αμοιβών και η εσωτερική καθοδηγεί τις συμπεριφορές που σχετίζονται με την ευχαρίστηση και την ικανοποίηση.

Στην βιβλιογραφία αναφέρονται τρεις κύριοι τύποι παρακίνησης:

- α) η εσωτερική παρακίνηση,
- β) η εξωτερική παρακίνηση και
- γ) η έλλειψη παρακίνησης.

Όσο περισσότερο αυτόνομο νιώθει ένα άτομο τόσο περισσότερη ικανοποίηση νιώθει για αυτό που κάνει και όσο πιο ικανός αισθάνεται τόσο υψηλότερη εσωτερική παρακίνηση αισθάνεται. Έρευνες αναφέρουν ότι οι μαθητές που είναι εσωτερικά παρακινημένοι παρουσιάζουν καλύτερα αποτελέσματα στην μάθηση και ευχαριστιούνται περισσότερο το μάθημα σε σχέση με αυτούς που διακατέχονται από εξωτερική παρακίνηση (Goudasetal, 1995).

Ο Martens (1996) αναφέρει ότι για να παρακινηθούν εσωτερικά οι μαθητές στο μάθημα της φυσικής αγωγής και την άσκηση γενικότερα, πρέπει τα περιεχόμενα του μαθήματος της φυσικής αγωγής να παρουσιάζουν ενδιαφέρον και να είναι ευχάριστα και προκλητικά.

Η εξωτερική παρακίνηση έχει τέσσερις διαφορετικές εκφάνσεις που σχετίζονται με το βαθμό αυτοκαθορισμού της συμπεριφοράς του ατόμου (Ryan & Connell,1989),



- α) την εξωτερική ρύθμιση, όπου η συμπεριφορά ρυθμίζεται από κίνητρα π.χ αμοιβές, τιμωρίες
- β) την ενδοπροβαλλόμενη πίεση, όπου το άτομο πιέζει τον εαυτό του να εκτελέσει κάτι γιατί αλλιώς δεν αισθάνεται καλά,
- γ) την αναγνωρίσιμη ρύθμιση, όταν το άτομο εκτελεί κάτι επειδή το θεωρεί σημαντικό χωρίς να το ευχαριστιέται απαραίτητα και
- δ) την ενσωματωμένη ρύθμιση, ένα σύνολο συμπεριφορών που εκφράζουν γενικότερα το άτομο.

Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξετασθεί η επίδραση της τακτικής προσέγγισης (TGfU) κατά τη διδασκαλία της πετοσφαίρισης στην παρακίνηση των μαθητών.

Μεθοδολογία

Δείγμα:

Εβδομήντα οκτώ μαθητές/τριες (35 αγόρια και 43 κορίτσια) ηλικίας 12 ετών, συμμετείχαν στην έρευνα εκ των οποίων οι 35 αποτελούσαν την πειραματική ομάδα και οι 42 την ομάδα ελέγχου.

Διαδικασία

Κατά τη διδασκαλία της πετοσφαίρισης, η πειραματική ομάδα διδάχθηκε την ενότητα -οκτώ μαθήματα- βάσει της τακτικής προσέγγισης των παιχνιδιών (TGfU), ενώ η ομάδα ελέγχου με τον παραδοσιακό τεχνικής-προσέγγισης τρόπο. Η διδασκαλία του παρεμβατικού προγράμματος βασίστηκε στα ημερήσια πλάνα της ενότητας διχτύου/τοίχου που παρουσιάζονται στο βιβλίο των Mitchell, Oslin&Griffin (2003). Ειδικότερα τα μαθήματα εκτελούνται σε ομάδες 3Χ3 και στόχευαν: στην έννοια του χώρου του γηπέδου, στους κανόνες, στη συνεχόμενη κατοχή της μπάλας από την ίδια ομάδα-παιχνίδι συνεργασίας, στην περιστροφή των παικτών, στους τρόπους εκδήλωσης επίθεσης και άμυνας, στην εκτέλεση των κατάλληλων δεξιοτήτων για να κερδηθεί πόντος.

Μετρήσεις

Η αξιολόγηση έγινε βάσει ανώνυμων ερωτηματολογίων τα οποία συμπληρώθηκαν από τους μαθητές/τριες πριν και μετά την εφαρμογή της παρέμβασης. Ειδικότερα για την ικανοποίηση από το μάθημα χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Duda και Nicholls (1992) και για την παρακίνηση το ερωτηματολόγιο των Guay, Vallerand και Blanchard (2000) προσαρμοσμένα και τα δυο στα ελληνικά από τους Papaioannou, Milosis, Kosmidou και Tsigilis (2002).

Οι μαθητές συμπλήρωσαν τα ανώνυμα ερωτηματολόγια δυο φορές. Μια φορά πριν την εφαρμογή του παρεμβατικού προγράμματος και μια στο τέλος.

Στατιστική ανάλυση

Χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης για επαναλαμβανόμενες μετρήσεις (repeatedmeasures). Τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης για τη μεταβλητή « εσωτερική παρακίνηση» έδειξαν στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση του παράγοντα ομάδα X μέτρηση ($F_{(1,76)}=9,9$, $p<.05$). Για τη μεταβλητή « αναγνωρίσιμη ρύθμιση» οι μαθητές της πειραματική ομάδας φάνηκε να έχουν υψηλότερες τιμές έναντι των μαθητών της ομάδας ελέγχου ($F_{(1,76)}=31,63$, $p<.001$). Τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης για τη μεταβλητή «ικανοποίηση από το μάθημα» έδειξαν στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση του παράγοντα ομάδα X μέτρηση ($F_{(1,76)}=16,99$, $p<.001$).

Για τη μεταβλητή «εξωτερική παρακίνηση» οι μαθητές της πειραματική ομάδας φάνηκε να έχουν χαμηλότερες τιμές από κείνες των μαθητών της ομάδας ελέγχου ($F_{(1,76)}=19,21$, $p<.001$). Το ίδιο παρατηρήθηκε και για τη μεταβλητή «έλλειψη παρακίνησης», όπου οι τιμές της πειραματικής ομάδας ήταν χαμηλότερες ($F_{(1,76)}=9,49$, $p<.05$) σε σχέση με την ομάδα ελέγχου.

Ακολουθούν οι γραφικές παραστάσεις για κάθε παράγοντα.

Γραφική παράσταση 1. Εσωτερική παρακίνηση

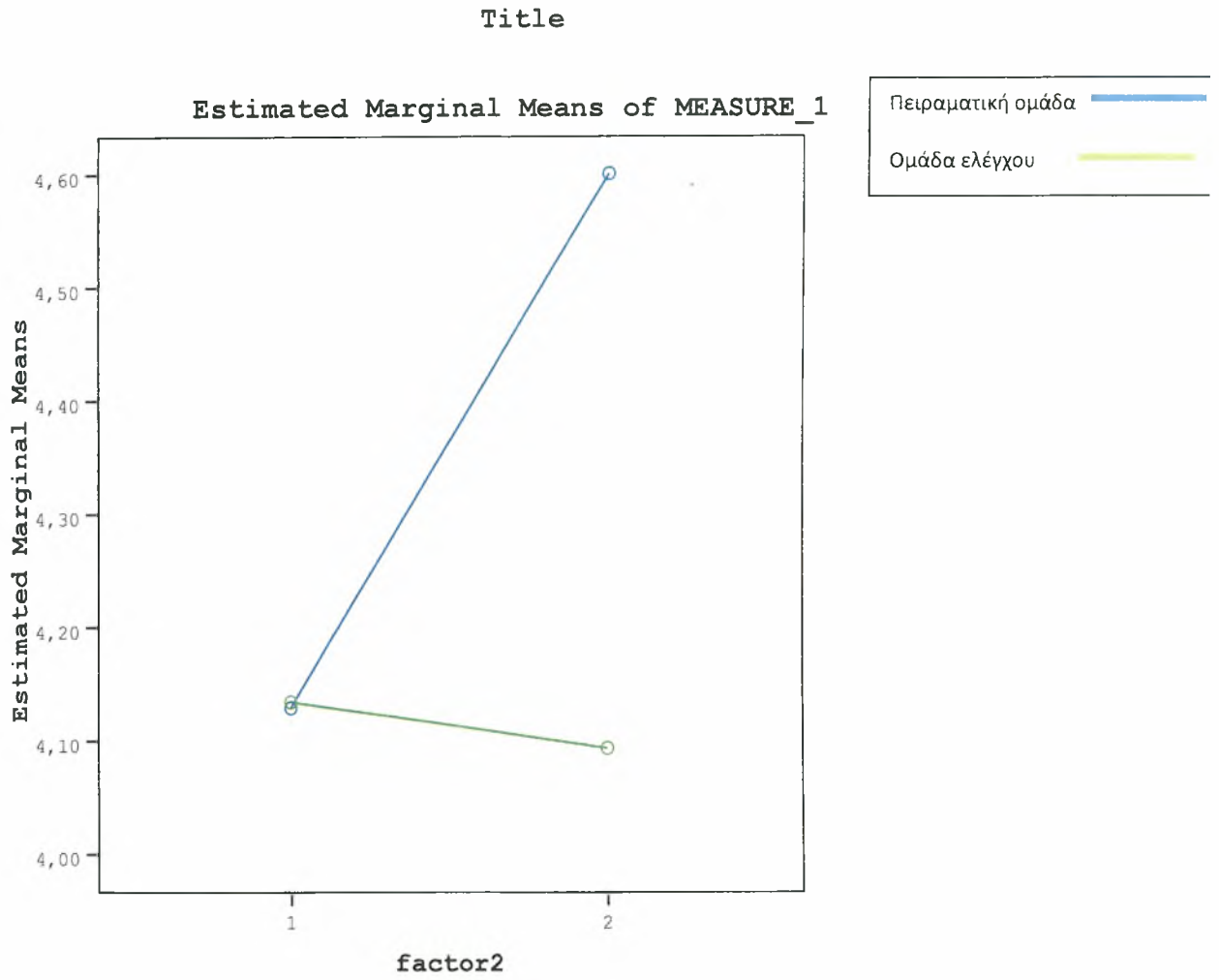
Γραφική παράσταση 2. Αναγνωρίσιμη ρύθμιση

Γραφική παράσταση 3. Ικανοποίηση από το μάθημα

Γραφική παράσταση 4. Εξωτερική παρακίνηση

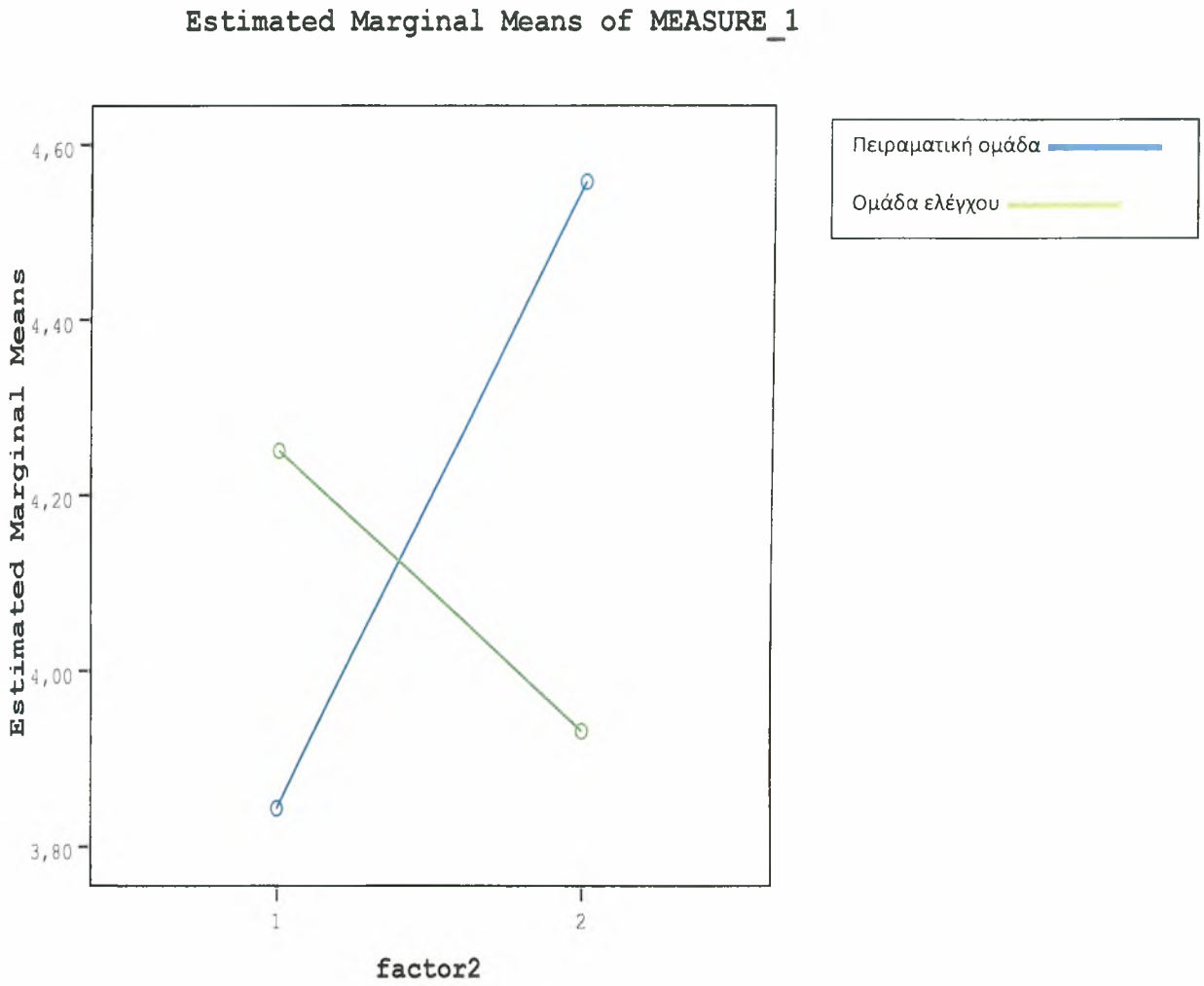
Γραφική παράσταση 5. Έλλειψη παρακίνησης

Γραφική παράσταση 1. Εσωτερική παρακίνηση



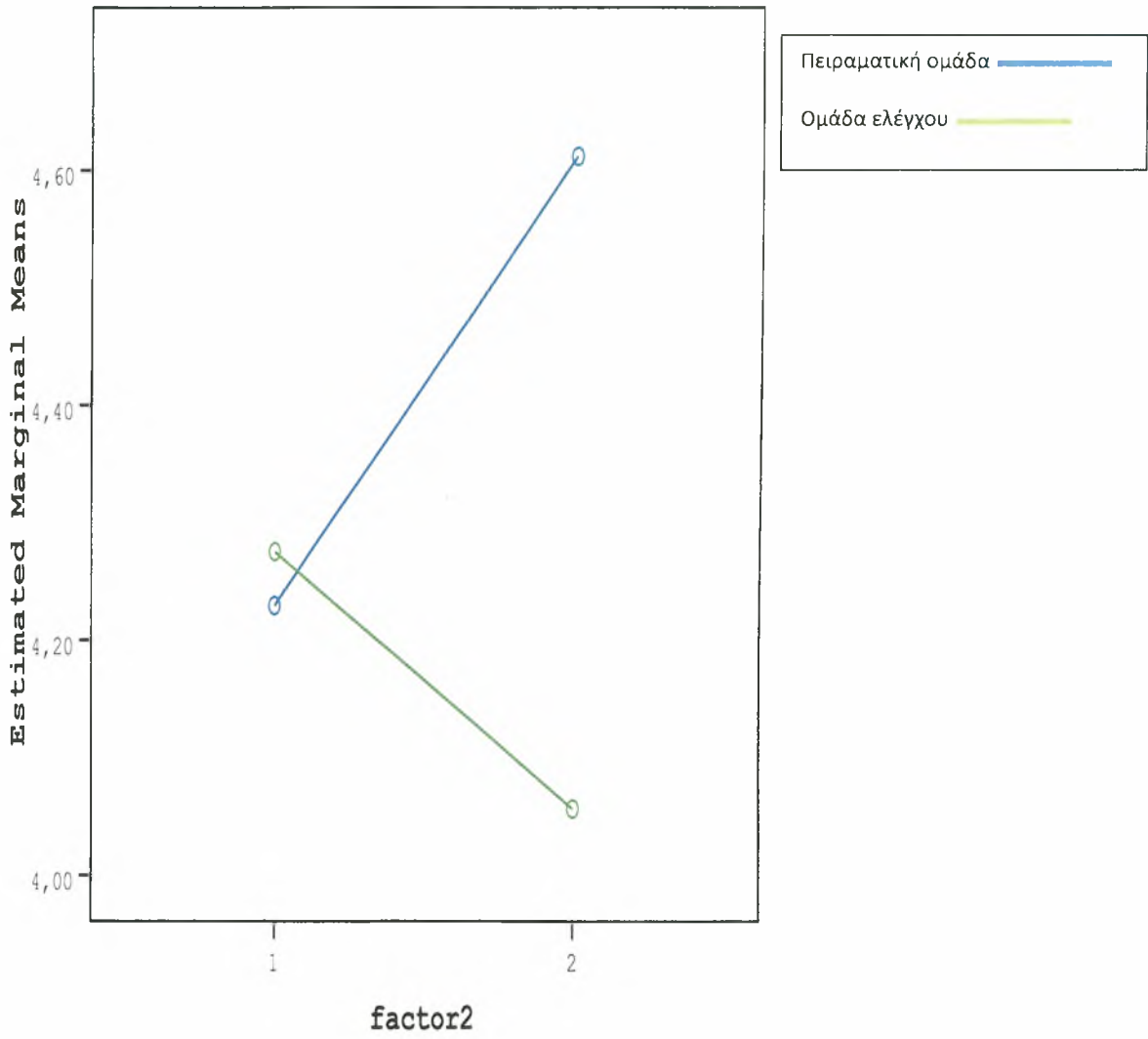


Γραφική παράσταση 2. Αναγνωρίσιμη ρύθμιση



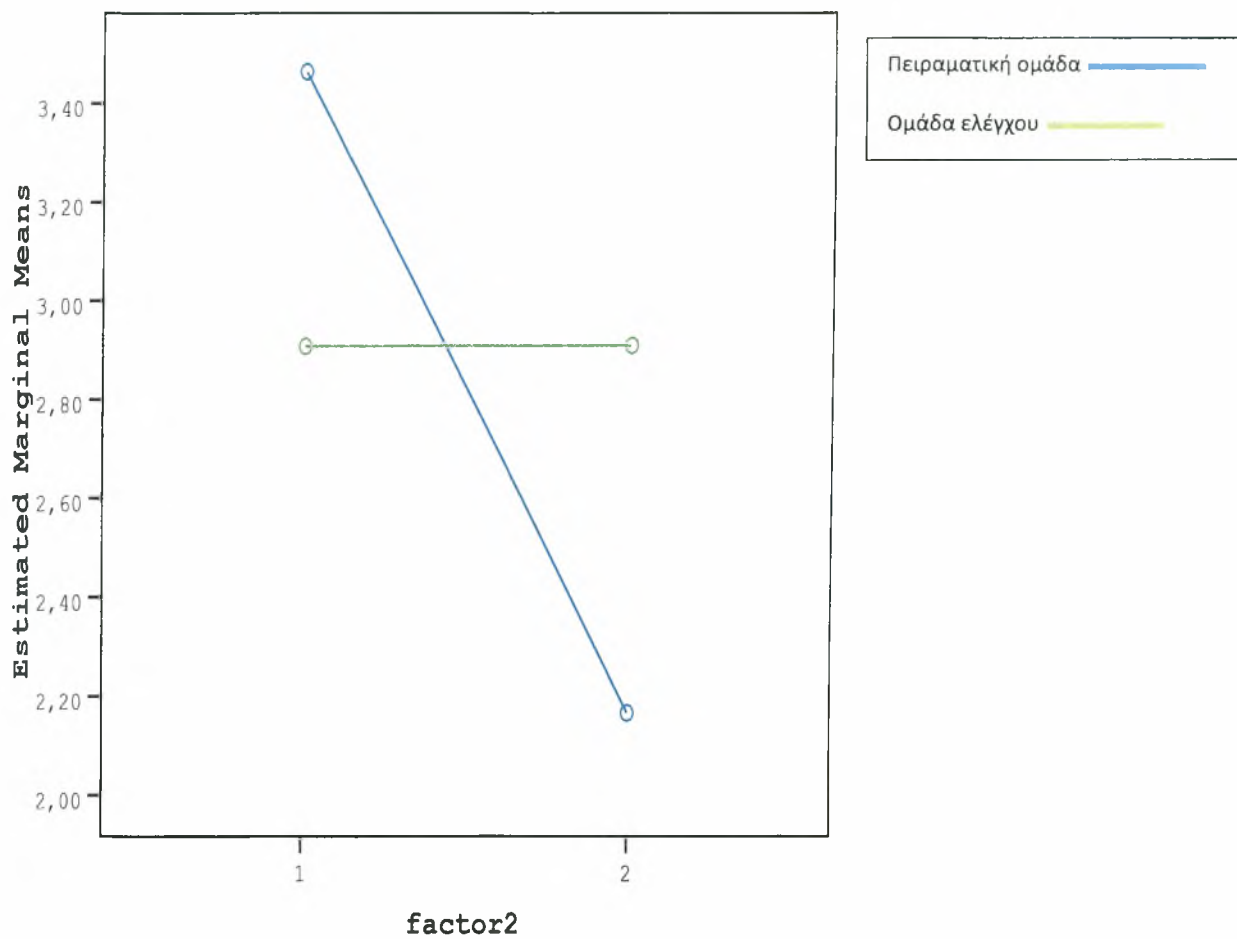
Γραφική παράσταση 3: Ικανοποίηση από το μάθημα

Estimated Marginal Means of MEASURE_1



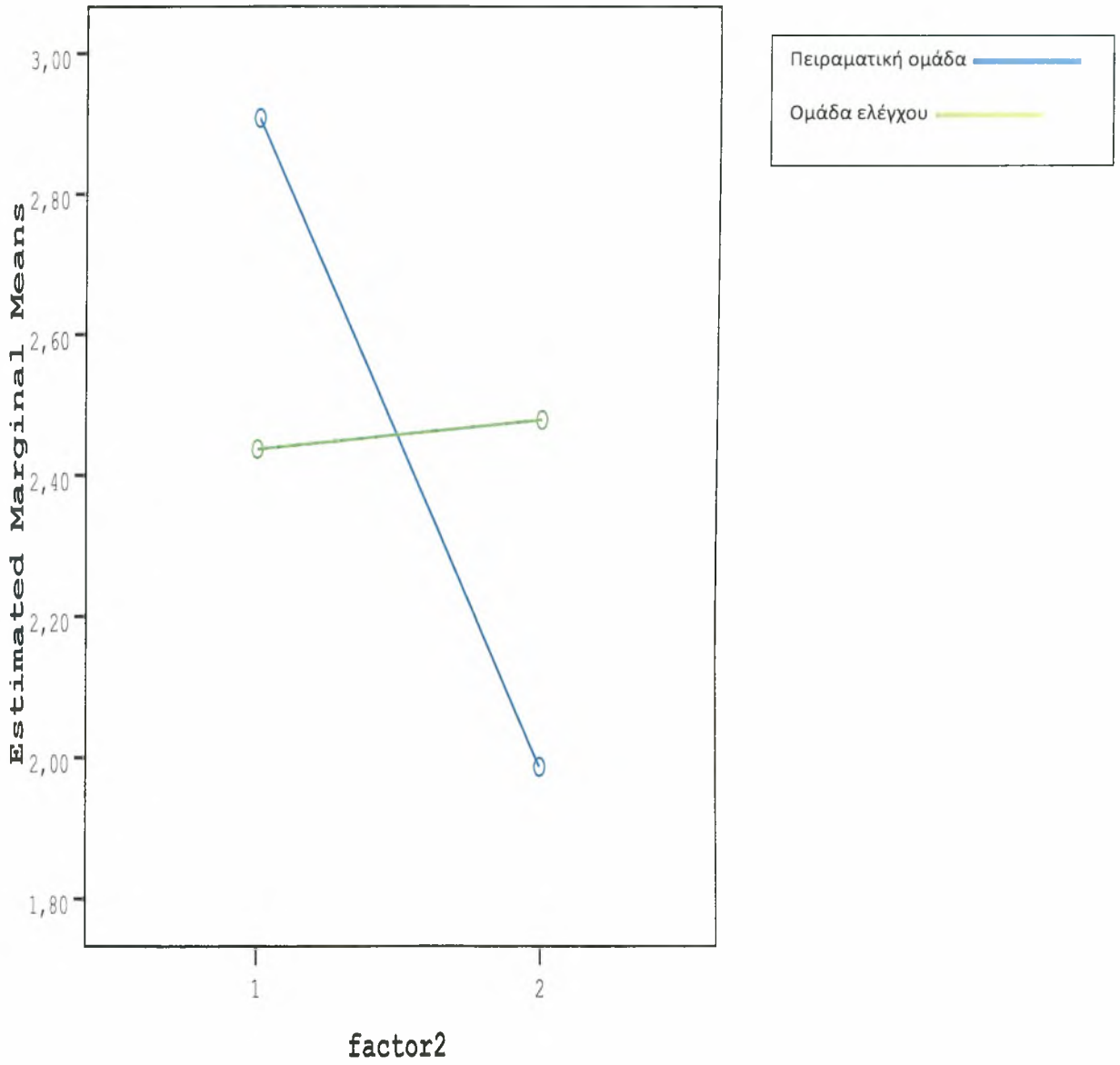
Γραφική παράσταση 4: Εξωτερική παρακίνηση

Estimated Marginal Means of MEASURE_1



Γραφική παράσταση 5: Έλλειψη παρακίνησης

Estimated Marginal Means of MEASURE_1



Συζήτηση

Από τα αποτελέσματα της έρευνας προκύπτει ότι η διδασκαλία της πετοσφαίρισης μέσω της τακτικής προσέγγισης οδήγησε στην ενίσχυση της εσωτερικής παρακίνησης των μαθητών και στην ικανοποίησή τους από το μάθημα. Οι μαθητές φάνηκε να διασκεδάζουν περισσότερο τη διδασκαλία. Ανέφεραν ότι η διδασκαλία μέσω των παιχνιδιών κατανόησης τους έδωσε τη δυνατότητα να μάθουν κανονισμούς, τρόπους στρατηγικής και δράσης μέσα από το παιχνίδι. Σε αντίθεση με το δασκαλοκεντρικό τρόπο διδασκαλίας θεώρησαν ότι εξασκούνταν περισσότερη ώρα, ευχαριστιούνταν περισσότερο το παιχνίδι και ταυτοχρόνως αντιλαμβάνονταν καλύτερα αυτά που τους δίδασκε ο εκπαιδευτικός.

Τα ευρήματα συμφωνούν με τις απόψεις ερευνητών που αναφέρουν ότι οι μαθητοκεντρικοί τρόποι διδασκαλίας των παιχνιδιών προάγουν τη δημιουργία περιβάλλοντος που δίνει έμφαση στην αίσθηση αυτονομίας και στην ανάπτυξη της εσωτερικής παρακίνησης (Gray, Sproule, & Morgan, 2009; Mandigoetal, 2008).

Συνεπώς θα άξιζε να δοθεί λίγο περισσότερο προσοχή στην τακτική προσέγγιση των παιχνιδιών, καθώς ήδη εμπεριέχεται ως εναλλακτική μορφή διδασκαλίας στα νέα σχολικά βιβλία της Φυσικής Αγωγής (Γούδας, Χασάνδρα, Παπαχαρίσης & Γεροδήμος, 2006; Διγγελίδης, Θεοδωράκης, Ζέτου & Δήμας, 2006).

Η υποστήριξη της αυτονομίας και η ευχαρίστηση που βιώνουν οι μαθητές είναι δυνατό να συμβάλλουν στην προώθηση της ενασχόλησής τους με τις αθλητικές δραστηριότητες στον ελεύθερο χρόνο τους, αλλά και μετά την αποφοίτησή τους από το σχολείο.

Βιβλιογραφία

- Γούδας Μ., Χασάνδρα Μ., Παπαχαρίσης Β. & Γεροδήμος Β. (2006). Φυσική Αγωγή Α΄ Γυμνασίου: Βιβλίο Εκπαιδευτικού: Αθήνα: ΟΕΔΒ.
- Deci, E.L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum Press.
- Deci, E.L. and Ryan, R.M. (1985) *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Διγγελίδης Ν., Θεοδωράκης Ι., Ζέτου Ε. & Δήμας Ι. (2006). *Φυσική Αγωγή Ε΄ & ΣΤ΄ Δημοτικού: Βιβλίο Εκπαιδευτικού*. Αθήνα: ΟΕΔΒ.
- Διγγελίδης, Ν. & Νάτσης, Π. (2003). *Διδάσκοντας Παιχνίδια*. Βόλος: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Θεσσαλίας.
- Duda, J.L., & Nicholls, J. (1992). Dimensions of achievement motivation in school work and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84, 290-299.
- Gray, S., Sproule, J. & Morgan, K. (2009). Teaching team invasion games and motivational climate. *European Physical Education Review*, 15, 65-89.
- Griffin, L.L., & Butler, J.I. (eds) (2005) *Teaching Games for Understanding: Theory, Research, and Practice* Champaign, IL: Human Kinetics.
- Griffin, L., Mitchell, S., & Oslin, J. (2006). *Teaching Sport Concepts and Skills: a tactical game*. 2nd ed. Champaign: Human Kinetics.
- Guay, F., Vallerand, J., & Blanchard, C. (2000). On the assessment of state intrinsic and extrinsic motivation: The situational motivation scale (SIMS). *Motivation and Emotion*, 24, 175-213.
- Hagger, M.S., Chatzisarantis, N.L.D., Culverhouse, T. and Biddle, S.J.H. (2003) 'The Processes by Which Perceived Autonomy Support in Physical Education Promotes Leisure-Time Physical Activity Intentions and Behaviour: A Trans-Contextual Model', *Journal of Educational Psychology* 95(4), 784-95.
- Hopper, T. F (2002). Teaching games for understanding: The importance of student emphasis over content emphasis. *JOPERD* 72 (7), 44-48.
- Kirk, D. (2005) 'Future Prospects for Teaching Games for Understanding', in L.L. Griffin and J.I. Butler (eds) *Teaching Games for Understanding. Theory, Research and Practice*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mandigo, J., Holt, N., Anderson, A. & Sheppard, J. (2008). Children's motivational experiences following autonomy-supportive games lessons. *European Physical Education Review* 14, 407-425.

- Martens, R. (1996). Turning kids on to Physical activity for a lifetime. *Quest*, 48 (3), 303-310.
- Mitchell, S. A., Oslin, J. L. & Griffin, L. L. (2003). *Sport foundations for elementary physical education: A tactical games approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Papaioannou, A., Milosis, E., Kosmidou, E., & Tsigilis, N. (2002). Multidimensional structure of goal orientations: The importance of adopting a personal development goal in physical education. *Psychology*, 9 (4), 494-513
- Reeve, J. (2002) 'Self-Determination Theory Applied to Educational Settings', in E.L. Deci & R.M. Ryan (eds) *Handbook of Self-Determination Research*, Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Rink, J. (2005). *Teaching Physical Education for Learning*. (5th edition). Boston: McGraw-Hill.
- Ryan, R.M. & Connell J.P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Standage, M., Duda, J.L. and Ntoumanis, N. (2003) 'A Model of Contextual Motivation in Physical Education: Using Constructs from Self-Determination and Achievement Goal Theories to Predict Physical Activity Intentions', *Journal of Educational Psychology* 95(1), 97-110.
- Trouilloud, D., Sarrazin, P., Bressoux, P. and Bois, J. (2006) 'Relation between Teachers' Early Expectations and Students' Later Perceived Competence in Physical Education Classes: Autonomy-Supportive Climate as a Moderator', *Journal of Educational Psychology* 98, 75-86.
- Werner, P., Thorpe, R., and Bunker, D. (1996) Teaching games for understanding: evolution of a model. *The Journal of Physical Education Recreation and Dance*, 67(1), 28 - 33.