



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Τρίκαλα, 42150 | Σταθερό Τηλέφωνο: 24310 47000 | Η/Δ: g-pe@pe.uth.gr



ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΕΞΙΑ

Αριθμός Μητρώου (Α.Μ.): 0719179

Διπλωματική Εργασία

**Αντιλήψεις προπονητών πετοσφαίρισης ως προς προοπτική
διδασκαλίας ασκούμενων με κινητική αναπηρία σε περιβάλλον
ένταξης.**

Υπεύθυνος Καθηγητής: Δημήτριος Κοκαρίδας

Μάϊος 2023

Τρίκαλα

Διπλωματική εργασία που υποβάλλεται στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων απόκτησης του Προπτυχιακού Τίτλου του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

ALL RIGHTS RESERVED

Πίνακας περιεχομένων

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	3
ABSTRACT	4
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	5
ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ	7
2.1 Αναπηρία.....	7
2.2 Άσκηση και Αναπηρία.....	8
2.3 Αθλητισμός και Αναπηρία.....	10
2.4 Παραολυμπιακοί Αγώνες	11
2.5 Πετοσφαίριση Καθιστών	14
2.6 Έρευνες για την Πετοσφαίριση Καθιστών	17
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ	22
3.1 Συμμετέχοντες	22
3.2 Εργαλεία Μέτρησης	22
3.3 Διαδικασία.....	24
3.4 Στατιστική Ανάλυση.....	24
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	25
ΣΥΖΗΤΗΣΗ	36
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	43
ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ	49

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η συμμετοχή των ατόμων με κινητικές αναπηρίες στον αθλητισμό εξαπλώνεται ολοένα και περισσότερο τις τελευταίες δεκαετίες με την ανάπτυξη των Παραολυμπιακών αθλημάτων, όπως η πετοσφαίριση καθιστών. Λόγω της καθιστής στάσης που προϋποθέτει το άθλημα, γίνεται ιδανικό για την δημιουργία ενός περιβάλλοντος ένταξης, όπου θα μπορούν να συμμετέχουν όλοι ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας και τύπου αναπηρίας. Σκοπός της έρευνας είναι η καταγραφή για πρώτη φορά, των αντιλήψεων προπονητών πετοσφαίρισης ως προς την προοπτική να προπονούν άτομα με και χωρίς κινητική αναπηρία σε ένα περιβάλλον ένταξης, όπου θα υπάρχουν παράλληλα γήπεδα ανάλογων προδιαγραφών για την πετοσφαίριση και το βόλεϊ καθήμενων. Το δείγμα της παρούσας μελέτης αποτελούνταν από 69 προπονητές πετοσφαίρισης (19-55 χρονών, 37 άνδρες, 32 γυναίκες). Για τις ανάγκες της έρευνας χρησιμοποιήθηκαν δύο ερωτηματολόγια, το *The Swimming Coaches Attitudes Towards Inclusion- Intellectual disability* (Hammond et al., 2014) και τη ελληνική έκδοση της Κλίμακας Ηγετικής Συμπεριφοράς στον Αθλητισμό LSS (Leadership Sport Scale; Chelladurai & Saleh, 1980; Αγγελονίδης, Ζέρβας, Κάκκος & Ψυχουντάκη, 1996). Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων πραγματοποιήθηκε μέσω του στατιστικού προγράμματος SPSS Statistics 29.0 (for Windows). Τα αποτελέσματα της έρευνας ανέδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές με βάση το φύλο, την ηλικία των προπονητών, τη προπονητική εμπειρία, τη επιμόρφωση στην ειδική φυσική αγωγή, τη κατηγορία που αγωνίζεται η ομάδα που προπονούν και την κατηγορία διπλώματος προπονητικής που κατέχουν. Επιγραμματικά, οι παραπάνω παράγοντες έδειξαν ότι περισσότερους προβληματισμούς ως προς τις δυσκολίες που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη αθλητών με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης παρουσίαζαν οι γυναίκες από τους άνδρες, οι προπονητές μικρότερης ηλικίας (κάτω των 35), προπονητές που προπονούσαν ομάδες υψηλού επιπέδου και οι προπονητές που δεν είχαν προπονήσει ασκούμενους με αναπηρία στο παρελθόν. Επιπλέον, οι προπονητές που είχαν προπονήσει ασκούμενους με κινητική αναπηρία στο παρελθόν διέθεταν περισσότερες θετικές στάσεις ως τα οφέλη της ένταξης αθλητών σε ένα περιβάλλον προπόνησης χωρίς περιορισμούς.

Λέξεις κλειδιά: αντιλήψεις, προπονητές, κινητική αναπηρία, πετοσφαίριση καθιστών

“Perceptions of volleyball coaches towards teaching young athletes with physical disabilities in inclusive settings”

Dimopoulou Alexia

ABSTRACT

In recent decades, the participation of people with physical disabilities in sports has become increasingly widespread with the development of Paralympic sports, such as sitting volleyball, which is ideal for creating an inclusive environment where everyone can participate regardless of gender, age and type of disability. The purpose of the research was to examine for the first time the perceptions of volleyball coaches regarding the prospect of teaching young athletes with and without physical disabilities in an inclusive environment with parallel courts of similar standards for volleyball and sitting volleyball. The sample of this study consisted of 69 volleyball coaches (19-55 years old, 37 man, 32 woman). For the needs of the research two questionnaires were used, the Swimming Coaches Attitudes Towards Inclusion- Intellectual disability (Hammond et al., 2014) and the Greek version of the Leadership Sport Scale (LSS; Chelladurai & Saleh, 1980; Aggelonidis, Zervas, Kakkos & Psyhudaki, 1996). Statistical processing of the data was performed using the statistical program SPSS Statistics 29.0 (for Windows). Results showed statistically significant differences based on the coaches' gender, age, coaching experience, education in adapted physical education, the volleyball division of coaches' teams and the coaching diploma category coaches hold. Overall, women appeared more concerned than men about the difficulties of including athletes with physical disabilities in typical settings, along with younger coaches (under 35 years of age), coaches who coached high-level teams and coaches who had not previously coached trainees with disabilities. Furthermore, coaches who taught trainees with physical disability in the past had more positive attitudes towards the benefits of including athletes with motor disabilities in typical training environments.

Key words: coaches, perceptions, physical disability, sitting volleyball.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η έννοια της αναπηρίας είναι μια πολυδιάστατη έννοια, όπου σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO, 2001) ο όρος της αναπηρίας, περιγράφει τις αρνητικές πτυχές της αλληλεπίδρασης μεταξύ ενός ατόμου που βιώνει μια κατάσταση έλλειψης υγείας που του προκαλεί σοβαρούς περιορισμούς δραστηριότητας και συμμετοχής, με τους παράγοντες περιβάλλοντος του ατόμου που την επηρεάζουν. Μια από τις κατηγορίες ταξινόμησης των αναπηριών περιέχει τις κινητικές διαταραχές, οι οποίες περιλαμβάνουν ορθοπεδικές, μυϊκές και νευρολογικές αναπηρίες (Κοκαρίδας, 2021).

Η συμμετοχή των ατόμων με κινητικές αναπηρίες στον αθλητισμό εξαπλώνεται ολοένα και περισσότερο τις τελευταίες δεκαετίες καθώς γίνεται διαρκή προσπάθεια ανάπτυξης των Παραολυμπιακών αθλημάτων με την ίδρυση της Ελληνικής Παραολυμπιακής Επιτροπής (Ε.Π.Ε) το 1999 παρακινώντας και ενθαρρύνοντας τα άτομα με αναπηρία να συμμετέχουν ενεργά στον αθλητισμό (Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (2022)⁵.

Έρευνες έχουν καταγράψει τα πολλαπλά οφέλη της πετοσφαίρισης καθήμενων, σε ψυχοκοινωνικούς τομείς (βελτίωση της διάθεσης, αυτοπεποίθησης, αυτοεκτίμησης, μείωση του άγχους, της κατάθλιψης και αύξηση της ικανότητας του ατόμου να αντιμετωπίσει σειρά στρεσογόνων παραγόντων), καθώς και σε τομείς υγείας με πολυάριθμες θετικές σωματικές επιδράσεις (μείωση κινδύνου κάποιων ασθενειών, αυξημένη μυϊκή μάζα, ευελιξία, γενική ευημερία κτλ.) (Frank & Patla, 2003). Επίσης, άλλες έρευνες έχουν μελετήσει και καταγράψει τα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά και τα χαρακτηριστικά στην φυσικής κατάστασης ασκούμενων πετοσφαίρισης καθιστών, όπως η σύσταση σώματος, η σωματική διάπλαση κλπ. (Cavedon et al., 2022; Yüksel & Sevindi, 2018), αλλά και αξιολογήσεις για τις μεθόδους αξιολόγησης της φυσικής κατάστασης που υιοθετήθηκαν στο καθιστό βόλεϊ (Petrigna et al., 2022). Ακόμα, έχουν εξεταστεί οι παράγοντες παρακίνησης των αθλητών για την ενασχόλησή τους με το άθλημα και έχουν συμπεράνει ότι είναι η απόκτηση φυσικής κατάστασης (Chen et al., 2007), η επιθυμία να αγωνιστούν και να πετύχουν (Kalbli, 2006; Vute,

2005), η κοινωνικοποίηση (Protic & Valkova, 2011), η αυτοπεποίθηση, η ευημερία και η θετική στάση απέναντι στην αναπηρία (Nzeyimana, 2019). Ωστόσο, παρά τις θετικές επιδράσεις του αθλήματος, πολλοί προπονητές δήλωσαν ότι δεν αναλαμβάνουν παίκτες καθιστού βόλεϊ καθώς δεν διαθέτουν τις απαραίτητες γνώσεις. Γι' αυτό, προτείνεται η εισαγωγή ειδικών για την προπόνηση ατόμων με αναπηρία και οι γνώσεις προσαρμοσμένων αθλημάτων για άτομα με αναπηρία πρέπει να αποτελούν μέρος τις επιμόρφωσης των προπονητών (Katalin, 2008).

Λόγω της καθιστής στάσης που προϋποθέτει το άθλημα, γίνεται ιδανικό για την δημιουργία ενός περιβάλλοντος ένταξης, όπου θα μπορούν να συμμετέχουν όλοι ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας και τύπου αναπηρίας. Ήδη η πετοσφαίριση καθιστών έχει επιλεγεί για προγράμματα αλλαγής στάσεων ατόμων χωρίς αναπηρία (Δάικος, 2018; Tindall, (2013); Grenier & Kearns, 2012; Παναγιώτου, 2011), εξασφαλίζοντας ένα σημαντικό θεμέλιο για την ένταξη και συμπερίληψη ατόμων με και χωρίς αναπηρία στην ίδια ομάδα.

Διεθνείς έρευνες έχουν επικεντρωθεί στον ρόλο του προπονητή, καθώς διαδραματίζει σημαντικό ρόλο για να αναπτύξουν οι παίκτες θετικές στάσεις προς το άθλημα, διευκολύνοντας παράλληλα την ανάπτυξη και την προώθηση του καθιστού βόλεϊ (Amine, & Ahmed, 2021). Ακόμα, έχει μελετηθεί η αυτοαντίληψη των προπονητών καθιστού βόλεϊ, καθώς και η αντίληψη τους για τα χαρακτηριστικά του ιδανικού προπονητή, αναδεικνύοντας προσωπικά χαρακτηριστικά, όπως η παρακίνηση, η υπευθυνότητα, η αυτοπεποίθηση και υψηλές τιμές παρακίνησης, αυτοελέγχου, υπευθυνότητας και μειωμένο άγχος αντίστοιχα (Vute, 2005).

Ωστόσο, το άθλημα της πετοσφαίρισης καθιστών δεν έχει αναπτυχθεί ακόμη στην Ελλάδα και δεν έχει καταγραφεί αντίστοιχη έρευνα, ιδιαίτερα πάνω στις αντιλήψεις προπονητών ως προς την προοπτική διδασκαλίας πετοσφαίρισης καθιστών σε περιβάλλον ένταξης στην ομάδα τους. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η καταγραφή των αντιλήψεων προπονητών πετοσφαίρισης ως προς την προοπτική να προπονούν άτομα με και χωρίς κινητική αναπηρία σε ένα περιβάλλον ένταξης, όπου θα υπάρχουν παράλληλα γήπεδα ανάλογων προδιαγραφών για την πετοσφαίριση και το βόλεϊ καθήμενων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

2.1 Αναπηρία

Ο ορισμός της αναπηρίας περιγράφεται μέσα από ιατρικό μοντέλο, κοινωνικό μοντέλο και από το πολυδιάστατο, το οποίο συνδέει το ιατρικό και το κοινωνικό μοντέλο. Οπότε, η έννοια της αναπηρίας είναι μια πολυδιάστατη έννοια, όπου σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO, 2001) ο όρος της αναπηρίας, περιγράφει τις αρνητικές πτυχές της αλληλεπίδρασης μεταξύ ενός ατόμου που βιώνει μια κατάσταση έλλειψης υγείας που του προκαλεί σοβαρούς περιορισμούς δραστηριότητας και συμμετοχής, με τους παράγοντες περιβάλλοντος του ατόμου που την επηρεάζουν. Ακόμα, χρησιμοποιείται για να περιγράψει κάθε παρέκκλιση από την υγεία, τον περιορισμό της ανθρώπινης απόδοσης, καθώς και την νομική έννοια που δίνει το δικαίωμα στο άτομο με περιορισμό δραστηριότητας να δεχθεί υποστήριξη (Κοκαρίδας, 2021).

Σύμφωνα με το άρθρο 2 των γενικών διατάξεων του κράτος το 2017, ως άτομα με αναπηρία εννοούνται «τα άτομα με μακροχρόνιες σωματικές, ψυχικές, διανοητικές ή αισθητηριακές δυσχέρειες, οι οποίες σε αλληλεπίδραση με διάφορα εμπόδια, ιδίως θεσμικά, περιβαλλοντικά ή εμπόδια κοινωνικής συμπεριφοράς, δύνανται να παρεμποδίσουν την πλήρη και αποτελεσματική συμμετοχή των ατόμων αυτών στην κοινωνία σε ίση βάση με τους άλλους»^[5]. Για να γεφυρωθεί αυτό το χάσμα, η κοινωνία οφείλει να μεριμνήσει για την ισότιμη παροχή ευκαιριών, σεβόμενη τις ατομικές ιδιαιτερότητες όλων των μελών της. Η ψήφιση νόμων σχετικά με την αναγνώριση των ίσων ευκαιριών και κοινωνικής μέριμνας στα άτομα με αναπηρία (1143/1981 και 3699/2008) δέσμευσε την πολιτεία να αναλάβει δράση για ένταξη τόσο στη μόρφωση, όσο και στον επαγγελματικό και κοινωνικό τομέα. Ο αρμόδιος κρατικός φορέας για την πιστοποίηση της αναπηρίας στην Ελλάδα είναι τα Κέντρα Πιστοποίησης Αναπηρίας (ΚΕ.ΠΑ.), όπου οι ασθενείς λαμβάνουν ένα ποσοστό που χαρακτηρίζει τη σοβαρότητα της αναπηρίας και ανάλογα με αυτό αποκτούν και διάφορα δικαιώματα, όπως φοροαπαλλαγή, θέση στάθμευση αναπήρου κ.α.

Επιπλέον, οι αναπηρίες διακρίνονται σε κινητικές, αισθητηριακές, γνωστικές και χρόνιες παθήσεις (Κοκαρίδας, 2021). Οι κινητικές αναπηρίες, περιλαμβάνουν ορθοπεδικές (π.χ. ακρωτηριασμοί), νευρολογικές (π.χ. εγκεφαλική παράλυση, τραυματισμοί νωτιαίου μυελού) και νευρομυϊκές παθήσεις (π.χ. μυϊκή δυστροφία) (Παπουτσή, 2019). Αποτελούν προβλήματα που επηρεάζουν πολλές φορές αρνητικά την ακαδημαϊκή απόδοση του παιδιού για αυτό χρειάζεται υποστήριξη τόσο ακαδημαϊκή όσο και σωματική, όπως και προσαρμογές στο χώρο σε κάποιες περιπτώσεις με στόχο την διευκόλυνση και την ένταξη.

Οι αισθητηριακές αναπηρίες αποτελούνται κυρίως από την τύφλωση και την κώφωση. Ο νομικός ορισμός της τύφλωσης βασίζεται στην οπτική οξύτητα και το οπτικό πεδίο. Η οπτική οξύτητα είναι η ικανότητα ενός ατόμου να διακρίνει το άτομο μορφές και λεπτομέρειες, με την μέτρηση της να γίνεται συνήθως, μέσω αναγνώρισης, γραμμάτων, αριθμών ή συμβόλων. Γενικά, ένα άτομο με οπτική οξύτητα 20/200 ή λιγότερο στο καλό μάτι μετά την καλύτερη δυνατή διόρθωση με γυαλιά θεωρείται νομικά τυφλό από την ομοσπονδιακή κυβέρνηση ή αν το οπτικό πεδίο είναι εξαιρετικά περιορισμένο (Social Security Administration, 2000) . Ο βαθμός της απώλειας της ακοής κυμαίνεται από ήπια έως βαριά, με την πιο σοβαρή μορφή να είναι η κώφωση, όπου το παιδί αδυνατεί να επεξεργαστεί γλωσσικές πληροφορίες μέσω της ακοής με ή χωρίς ενίσχυση (Heward, 2009).

Οι γνωστικές αναπηρίες μεταξύ άλλων περιλαμβάνουν καταστάσεις όπως την νοητική αναπηρία. Η νοητική αναπηρία ταξινομείται με βάση τον δείκτη νοημοσύνης από ήπια έως βαριά, και ορίζεται ως η νοητική λειτουργία που υπολείπεται σημαντικά του μέσου όρου, όπου συνήθως συνυπάρχει και με άλλα ελλείματα προσαρμοστικών δεξιοτήτων και συμπεριφοράς. Τέλος, οι χρόνιες παθήσεις περιλαμβάνουν είτε βραχυχρόνια είτε μακροχρόνια προβλήματα, όπου επιφέρουν αρνητικές επιδράσεις στην ποιότητα ζωής του ατόμου, στην εκπαιδευτική του απόδοση και στην παραγωγικότητα του. Τέτοιες παθήσεις είναι ο διαβήτης, η επιληψία, ή καταστάσεις χρόνιας αναπηρίας όπως οι ψυχικές νόσοι που εγκυμονούν έναν υψηλό κίνδυνο υιοθέτησης ενός παθητικού τρόπου ζωής και χαμηλή κινητική δραστηριότητα. (Κοκαρίδας, 2021).

2.2 Άσκηση και Αναπηρία

Ο ρόλος της ύπαρξης ενός προγράμματος προσαρμοσμένης άσκησης στη ζωή ενός ατόμου με αναπηρία είναι ιδιαίτερα σημαντικός αφού συμβάλλει στην ανεξαρτητοποίηση του ατόμου, επιφέροντας θετικές επιδράσεις τόσο στην σωματική όσο και στην ψυχική υγεία του ατόμου με απώτερο στόχο την ένταξη του ατόμου σε ένα τυπικό πρόγραμμα φυσικής αγωγής και την βελτίωση της ποιότητας ζωής του. Ιδιαίτερα στις περιπτώσεις ασκούμενων με αναπηρία που συνήθως δεν δραστηριοποιούνται στα ίδια επίπεδα με τους συνομήλικους χωρίς αναπηρία, η άσκηση καθίσταται ακόμη σημαντικότερη.

Έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί για να αποτυπώσουν τις επιδράσεις της άσκησης σε άτομα με αναπηρία καταγράφουν πολυάριθμες θετικές επιδράσεις, τόσο σωματικές όσο και ψυχοκοινωνικές (Malone, Barfield & Brasher, 2012) με μείωση της νοσηρότητας και ενίσχυση της φυσικής ικανότητας (Bean, Vora, & Frontera, 2004). Η ενασχόληση με προσαρμοσμένα αθλήματα συμβάλλει στη συνολική αύξηση της ποιότητας της ζωής (Yazicioglu, Yavuz, Goktepe, & Tan, 2012; Jacobs et al., 1990). Πιο συγκεκριμένα, η σωματική δραστηριότητα σχετίζεται με μειωμένο κίνδυνο για τις δευτερογενείς συνθήκες σε άτομα με αναπηρία (Rimmer, Braddock, & Marks, 1995), μείωση του αριθμού των αρνητικών συμπεριφορών (Allen, 1980) και μείωση των στερεοτυπικών συμπεριφορών (Kern, Koegel, & Dunlap, 1984).

Επιπλέον, έρευνα που πραγματοποιήθηκε στη Ρουμανία σε αθλητές Παραολυμπιακών αθλημάτων με ακρωτηριασμό, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να μιλήσουν για την συμμετοχή τους στον αθλητισμό και δήλωσαν ανάπτυξη καλού μυϊκού τόνου, κινητικότητας, αντοχής, μείωση στρες και βελτίωση συγκέντρωσης (Du Plessis & Berteau, 2020). Παρόμοια αποτελέσματα είχε και η έρευνα των Côté-Leclerc et al. (2017), οι οποίοι μελέτησαν τους λόγους για τους οποίους οι αθλητές με αναπηρίες συμμετέχουν σε κάποιο άθλημα και κατέγραψαν ότι η συμμετοχή αυτή τους καθιστά πιο δυνατούς σωματικά, γεγονός που διευκολύνει τις καθημερινές δραστηριότητες, όπως είναι η μετακίνηση με αναπηρικό αμαξίδιο.

Συγκεκριμένα, η άσκηση σε άτομα με αναπηρία οδηγεί στην βελτίωση της αυτοεκτίμησης (Hopper, 1986), της αυτοπεποίθησης (McDermott, Brick, & Shannon, 2022; Matthews, Mitchell, & Stalker, 2016; Melville, Mitchell, & Stalker, 2015; Ordonez, Rosety, & Camacho, 2014), στη διάθεση (Ordonez & Camacho, 2013), στη μείωση του άγχους (Rosety-Rodriguez, Diaz, & Rosety, 2014; Casey, Boyd, &

Mackenzie, 2012; Carmeli, Bachar, & Merrick, 2009), μείωση επιθετικής συμπεριφοράς (Ozer et al., 2012; Allison, Basile, & McDonald, 1991; McGimsey & Favell, 1988), στην μείωση της κατάθλιψης (Pitetti & Tan, 1991), στην βελτίωση συμπεριφοράς, αλλά και γενικότερα προσφέρει μια καλύτερη ποιότητα ζωής (Horvat, French, & Henschen, 1986).

2.3 Αθλητισμός και Αναπηρία

Η συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία στον αθλητισμό αναπτύσσεται ταχύτατα διεθνώς την τελευταία δεκαετία. Στόχος των αγώνων είναι να παρακινήσει και να ενθαρρύνει τα άτομα με αναπηρία να συμμετέχουν ενεργά στον αθλητισμό, καθώς και στοχεύουν στην καλλιέργεια του σεβασμού για τα αθλητικά επιτεύγματα αθλητών με αναπηρία και την αποδοχή της διαφορετικότητας.

Οι διεθνείς αγώνες που οι αθλητές με αναπηρία μπορούν να πάρουν μέρος είναι τα Special Olympics για αθλητές με νοητική αναπηρία, οι Παραολυμπιακοί Αγώνες (Paralympics), και τα Deaflympics για αθλητές με κώφωση. Στους Παραολυμπιακούς Αγώνες (Paralympics) συμμετέχουν 6 κατηγορίες περιπτώσεις αναπηριών σε μία σειρά από αθλήματα που περιλαμβάνουν και την πετοσφαίριση καθιστών, στην οποία αγωνίζονται αθλητές με κινητική αναπηρία.

Όσον αφορά την Ελλάδα, στις αρχές του 1980 καταγράφονται οι πρώτες συμμετοχές Ελλήνων αθλητών σε Παραολυμπιακούς αγώνες και την ίδρυση των πρώτων αθλητικών σωματείων. Τη δεκαετία του 1990, ιδρύεται η Πανελλήνια Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες (ΠΑ.ΟΜ.ΑμεΑ- 1993) και η Πανελλήνια Αθλητική Ομοσπονδία Κινητικά Αναπήρων (Π.Α.Ο.Κ.Α.-1996) που εξυπηρέτησαν στην προετοιμασία και την πρόκριση των αθλητών στους Παραολυμπιακούς αγώνες[6]. Ακόμα, το 1988 ιδρύθηκαν στην Ελλάδα τα Special Olympics Hellas ως μη κερδοσκοπικός οργανισμός που στηρίζεται στον αθλητισμό και προσφέρει την δυνατότητα προπόνησης και συμμετοχής στους αγώνες 26 Ολυμπιακού τύπου αθλημάτων (22 θερινά και 4 χειμερινά) σε άτομα με νοητική αναπηρία. Μέσω του προγράμματος οι αθλητές αναπτύσσουν δεξιότητες σε ένα κλίμα σεβασμού, αποδοχής και κοινωνικής ένταξης. Οι αθλητές μπορούν να συμμετέχουν σε ετήσιους τοπικούς και περιφερειακούς αγώνες, ενώ κάθε δύο χρόνια πραγματοποιούνται και Πανελλήνιοι αγώνες. Παράλληλα υλοποιούνται και άλλα προγράμματα, όπως Μεικτών

Ομάδων (Unified Sports), Αθλητές με κινητική και νοητική αναπηρία-MATP (Motor Activity Training Program) κλπ., με στόχο την ευαισθητοποίηση και ανάδειξη του εθελοντικού κινήματος στην χώρα [7].

Η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (Ε.Π.Ε.) ιδρύθηκε το 1999 ως υπεύθυνος φορέας για την ανάπτυξη και διάδοση του Παραολυμπιακού Κινήματος στην Ελλάδα, καθώς και για την επιλογή και οργάνωση των εθνικών ομάδων με στόχο την συμμετοχή τους στους Παραολυμπιακούς Αγώνες. Παρόλα αυτά, Έλληνες αθλητές συμμετέχουν στους Παραολυμπιακούς Αγώνες από το 1976 με ατομικές προσπάθειες, όπως και τα χρόνια που ακολούθησαν μέχρι το σχηματισμό της Παραολυμπιακής Επιτροπής. Η πρώτη συμμετοχή Ελλήνων αθλητών στους Παραολυμπιακούς αγώνες ξεκίνησε το 1976 με την συμμετοχή 3 αθλητών σε 4 αθλήματα (Πινκ Πονγκ, Στίβος, Κολύμβηση, Ξιφασκία). Από το 1988 και έπειτα η Ελλάδα λαμβάνει μέρος στους Αγώνες με επίσημες εθνικές αποστολές[2]. Τα πρώτα μετάλλια της Ελλάδας κατακτήθηκαν στους Παραολυμπιακούς Αγώνες της Σεούλ το 1988, με τον Γιώργο Μουζάκη στον στίβο (60μ.), ενώ το 2000 στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϊ η Ελληνική αποστολή έφτασε σε διψήφιο αριθμό μεταλλίων για πρώτη φορά^[2].

2.4 Παραολυμπιακοί Αγώνες

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες αποτελούν την κορυφαία αθλητική διοργάνωση, δίνοντας έμφαση στις υψηλές αθλητικές επιδόσεις των αθλητών και όχι στην αναπηρία τους. Η ετυμολογία της λέξης «Παραολυμπιακοί» προέρχεται από την πρόθεση «παρά», δηλαδή δίπλα (μαζί) και την λέξη «Ολυμπιακοί Αγώνες», που σημαίνει ότι οι Παραολυμπιακοί αγώνες διεξάγονται παράλληλα με τους Ολυμπιακούς Αγώνες και συγκεκριμένα δύο εβδομάδες μετά από αυτούς.

Ο καθηγητής Sir Ludwig Guttmann, θεωρείται ο ιδρυτής του Παραολυμπιακού Κινήματος, που εισήγαγε ως γιατρός νευροχειρουργός τον αθλητισμό ως μέσο αποκατάστασης των ασθενών πιλότων με τραυματισμούς στην σπονδυλική στήλη μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, στο Νοσοκομείο Stoke Mandeville. Ο Γκούτμαν, διοργάνωσε ένα διαγωνισμό τοξοβολίας για αθλητές (14 άντρες και 2 γυναίκες) σε αμαξίδιο με το όνομα Stoke Mandeville Games, την ίδια ημέρα της τελετής έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων του Λονδίνου, το 1948. Οι αγώνες Stoke Mandeville αποτέλεσαν ορόσημο της Παραολυμπιακής ιστορίας. Τέσσερα χρόνια αργότερα, οι

αγώνες διοργανώθηκαν ξανά με την συμμετοχή βετεράνων στρατιωτικών από την Ολλανδία ξεκινώντας το Παραολυμπιακό κίνημα. Αργότερα έγιναν οι πρώτοι θερινοί Παραολυμπιακοί Αγώνες που πραγματοποιήθηκαν στη Ρώμη το 1960 με 400 αθλητές με αναπηρία από 23 χώρες σε 8 αθλήματα, 6 από των οποίων εξακολουθούν να περιλαμβάνονται στο πρόγραμμα των Παραολυμπιακών αγώνων, όπως η τοξοβολία, η κολύμβηση, η καλαθοσφαίριση, ο στίβος.

Το 1976, πραγματοποιήθηκαν Παραολυμπιακοί Αγώνες στο Τορόντο, όπου συμμετείχαν 40 χώρες με 1.657 αθλητές. Για πρώτη φορά είχαν συμπεριληφθεί στο πρόγραμμα αθλητές με ακρωτηριασμό και μειωμένη όραση, προσθέτοντας και άλλες κατηγορίες αναπηρίας στην διοργάνωση, καθώς παράλληλα ωρίμαζε η ιδέα συγχώνευσης ποικίλων κατηγοριών αναπηρίας για τη συμμετοχή σε διεθνείς αθλητικές διοργανώσεις. Την ίδια χρονιά έγιναν και οι πρώτοι Χειμερινοί Αγώνες στην Σουηδία, με τους αθλητές να διαγωνίζονται σε Slalom, Giant και τρεις αποστάσεις Nordic Σκι.

Μέχρι το 2022 έχουν διεξαχθεί 12 Χειμερινοί Παραολυμπιακοί Αγώνες, που περιλαμβάνουν πέντε αθλήματα: Αλπική Χιονοδρομία, Βορινή Χιονοδρομία (Σκι αντοχής και Διάθλο), Χόκεϊ επί πάγου με έλκηθρο, Κέρλινγκ σε αναπηρικό αμαξίδιο και Χιονοσανίδα (Σνόουμπορντ) και 16 Θερινοί Παραολυμπιακοί Αγώνες, που περιλαμβάνουν πλέον 22 αθλήματα, με 19 από αυτά να είναι κοινά με τους Ολυμπιακούς, όπως αντισφαίριση με αμαξίδιο, Καλαθοσφαίριση με αμαξίδιο, Κολύμβηση, Πετοσφαίριση καθιστών, σκοποβολή κλπ. και 4 αποκλειστικά Παραολυμπιακά: Μπότσια, Ράγκμπι με αμαξίδιο, Άρση βαρών σε πάγκο και Γκόλμπολ.

Το έμβλημα της Διεθνούς Παραολυμπιακής Επιτροπής αποτελείται από τρεις σταγόνες, τα Τάε – Γουκς, μια πράσινη, μια κόκκινη και μια μπλε και συμβολίζουν το σύνθημα Mind – Body – Spirit, που αποτελεί και το σύνθημα της Διεθνούς Παραολυμπιακής Επιτροπής (Νους – Σώμα – Πνεύμα). Αξίες του Παραολυμπιακού αθλητισμού είναι η άρση του αποκλεισμού και των διακρίσεων, ο ευγενής συναγωνισμός, η ισότιμη συμμετοχή, και οι ίσες ευκαιρίες σε όλους. Αθλητές με ακρωτηριασμό, εγκεφαλική παράλυση, περιορισμό όρασης, τραυματισμό νωτιαίου μυελού, νοητική αναπηρία και λοιπές αναπηρίες μπορούν να λάβουν μέρος στους Παραολυμπιακούς αγώνες, με ορισμένα από τα αθλήματα να απευθύνονται σε αθλητές όλων των αναπηριών και άλλα για συγκεκριμένους τύπους αναπηριών. Για παράδειγμα, στη πετοσφαίριση καθιστών λαμβάνουν μέρος μόνο αθλητές με κινητική

αναπηρία ενώ στην ποδηλασία συμμετέχουν αθλητές και με οπτική αναπηρία (Κοκαρίδας, 2021).

Προκειμένου να διασφαλιστεί η δίκαιη συμμετοχή σε όλα τα αθλήματα, χρησιμοποιείται ένα σύστημα ταξινόμησης των αθλητών με βάση το επίπεδο λειτουργικής ικανότητας (Functional Classification), που οργανώνει τους αθλητές σε ομάδες ανάλογα με τον περιορισμό που έχουν στις δραστηριότητες. Αυτό το σύστημα, καθιερώθηκε από την Διεθνή Παραολυμπιακή Επιτροπή και διαφέρει από άθλημα σε άθλημα, καθώς μια δεδομένη βλάβη μπορεί να έχει σημαντικό αντίκτυπο σε ένα άθλημα και μικρότερο σε ένα άλλο. Για παράδειγμα, η επίδραση ενός ακρωτηριασμένου βραχίονα κάτω από τον αγκώνα στην κολύμβηση είναι πολύ μεγαλύτερη από ό,τι στο τρέξιμο ^[3]. Έτσι, οι αθλητές που βελτιώνουν την αθλητική τους απόδοση δεν μπορούν να μετακινηθούν σε μια αθλητική κατηγορία, όπου συμμετέχουν αθλητές με λιγότερους περιορισμούς δραστηριότητας, όπως θα συνέβαινε σε ένα σύστημα ταξινόμησης επιδόσεων.

Σκοπός του συστήματος ταξινόμησης είναι να καθορίσει αν η αναπηρία έχει δικαίωμα συμμετοχής και να υποδείξει αν ο αθλητής έχει την ελάχιστη αναπηρία που του επιτρέπει να επιλεγεί για να αγωνιστεί σε ένα Παραολυμπιακό άθλημα. Η ελάχιστη αναπηρία διαφέρει από άθλημα σε άθλημα και πρέπει να είναι μετρήσιμη και μόνιμη. Οι κατηγορίες καταγράφονται με κάποιο γράμμα, συνήθως με το κεφαλαίο αρχικό γράμμα του αθλήματος και με αριθμούς (για παράδειγμα: S1-S10 για κολύμβηση, SV1-SV2 για πετοσφαίριση καθιστών κλπ.) όπου οι μικρότεροι αριθμοί συνήθως φανερώνουν μεγαλύτερο βαθμό αναπηρίας (Μενεμσιαδου, 2010).

Σήμερα, οι Παραολυμπιακοί Αγώνες είναι ένας διεθνής μη κερδοσκοπικός οργανισμός και το μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός για αθλητές με οπτικές, κινητικές, και νοητικές αναπηρίες που διεξάγονται υπό την επίβλεψη της Διεθνούς Επιτροπής Παραολυμπιακών (IPC) ως τον κορυφαίο υπεύθυνο οργανισμό σε συνεργασία με διεθνείς αθλητικές ομοσπονδίες. Η IPC (International Paralympic Committee) έχει καθιερώσει δέκα κατηγορίες αναπηρίας, συμπεριλαμβανομένων των σωματικών, οπτικών και διανοητικών αναπηριών. Υπάρχουν οκτώ διαφορετικοί τύποι σωματικής αναπηρίας (μειωμένη μυϊκή ισχύς, διαταραχή παθητικού εύρους κίνησης, απώλεια ανεπάρκειας άκρου κλπ.), προβλήματα όρασης, και νοητική αναπηρία, όπου αθλητές με τις οποίες μπορούν να αγωνιστούν στους Παραολυμπιακούς Αγώνες.

Η κατηγοριοποίηση των αθλητών περιλαμβάνει τρία στάδια. Μέσα από αυτά, αναγνωρίζεται αν η αναπηρία του αθλητή είναι επιλέξιμη για το άθλημα που επιθυμεί να συμμετάσχει, καθορίζεται αν ο αθλητής τηρεί τα ελάχιστα κριτήρια αναπηρίας στο άθλημα που έχει επιλέξει και τοποθετείται σε μια αθλητική τάξη με βάση τον περιορισμό δραστηριότητας που διαθέτει λόγω της αναπηρίας (Κοκαρίδας, 2021).

2.5 Πετοσφαίριση Καθιστών

Το 1895, ο Αμερικάνος καθηγητής Γουίλιαμ Μόργκαν, στην Μασαχουσέτη των ΗΠΑ, βρισκόταν στα πρώιμα στάδια της μετέπειτα δημιουργίας ενός ιδιαίτερα δημοφιλούς αθλήματος σε παγκόσμια κλίμακα. Το ονόμασε μιντονέτ και στόχος του ήταν η ομαδικότητα του αθλήματος σε ένα περιβάλλον που δεν θα εγκυμονούσε κινδύνους τραυματισμών. Λίγο αργότερα, το άθλημα μετονομάστηκε σε βόλεϊ και διαδόθηκε γρήγορα τόσο ανάμεσα στις πολιτείες των ΗΠΑ, όσο και στον υπόλοιπο κόσμο. Το 1964 το άθλημα της Πετοσφαίρισης εντάσσεται στο πρόγραμμα της ολυμπιάδας στο Τόκιο για τους άνδρες και για τις γυναίκες.

Η Πετοσφαίριση καθιστών έκανε την εμφάνισή της το 1956 στην Ολλανδία, με τις διαφορές από την Ολυμπιακή πετοσφαίριση να είναι ελάχιστες και να αφορούν τις διαστάσεις του γηπέδου (10 x 6m), το ύψος του φιλέ (1,2m για άνδρες και 1m για γυναίκες) και την στάση των παικτών, όπου από όρθια μετατρέπεται σε καθιστή. Έπειτα, το άθλημα υιοθετήθηκε από τον Διεθνή Οργανισμό Αθλημάτων για Άτομα με Αναπηρία (ISOD) στα τέλη της δεκαετίας του '70, ενώ το 1980 ενσωματώθηκε στο πρόγραμμα των Παραολυμπιακών αγώνων με την συμμετοχή 7 εθνικών ομάδων.

Στο άθλημα της Πετοσφαίρισης καθιστών δεν υπάρχει χωρισμός σε αγωνιστικές κατηγορίες όπως σε πολλά Παραολυμπιακά αθλήματα. Το μόνο κριτήριο για συμμετοχή στους αγώνες Πετοσφαίρισης καθιστών είναι να κατηγοριοποιηθεί ο αθλητής με βάση τη λειτουργικότητα του και να τηρείται ο ελάχιστος βαθμός αναπηρίας. Η κατάταξη του αθλητή στην ελάχιστη αναπηρία πιστοποιείται από την προσωπική κάρτα ταξινόμησης, που εκδίδεται από το τμήμα Πετοσφαίρισης πριν από την έναρξη κάθε επίσημου αγώνα και προϋποθέτει την αξιολόγηση από τουλάχιστον έναν εξουσιοδοτημένο ιατρό Πετοσφαίρισης. Ως ελάχιστη αναπηρία για την συμμετοχή στο άθλημα έχει ο αθλητής με αρκετά σοβαρό περιορισμό, ώστε να μη μπορεί να συμμετέχει στην παραδοσιακή πετοσφαίριση.

Αθλητές με κινητικές αναπηρίες, όπως ακρωτηριασμούς, εγκεφαλική παράλυση, κάκωση νωτιαίου μυελού και άλλες, μπορούν να αγωνιστούν στην πετοσφαίριση καθιστών, δίνοντας την δυνατότητα σε άτομα με αμαξίδιο, να αθληθούν κινούμενοι αυτόνομα. Η λειτουργικότητα των παικτών κυμαίνεται από χαμηλή έως υψηλή, με την χαμηλή να χαρακτηρίζεται από πολλαπλούς κινητικούς περιορισμούς, δυσκολία αυτόνομης μετακίνησης και ισορροπίας σε καθιστή θέση και με υψηλή να παρέχει αυτόνομη καθιστή θέση και ανασήκωση λεκάνης για μετακίνηση λίγων μέτρων. Οι αθλητές χρειάζεται να έχουν έναν ικανοποιητικό βαθμό σταθερότητας στο κορμό ώστε να μπορούν να παραμείνουν σε καθιστή θέση χωρίς υποστήριξη, καθώς στους επίσημους αγώνες δεν επιτρέπεται στους παίκτες να χρησιμοποιούν αναπηρικό αμαξίδιο στο γήπεδο κατά τη διάρκεια του αγώνα.

Συγκεκριμένα, οι αθλητές του καθιστού βόλεϊ μπορεί να έχουν μειωμένη μυϊκή ισχύ, αθέτωση, διαταραχή παθητικού εύρους κίνησης, υπέρτονία, ανεπάρκεια άκρου, αταξία, διαφορά μήκους ποδιών. Το να μην μπορείς να σταθείς δεν είναι προϋπόθεση για να αγωνιστεί ένας αθλητής στην Πετοσφαίριση Καθιστών. Υπάρχουν δύο κατηγορίες ανάλογα με τη βαρύτητα και τον αντίκτυπο στις βασικές λειτουργίες στο καθιστό βόλεϊ: VS1 και VS2 (μικρότερη αναπηρία) [3].

Το παιχνίδι ξεκινάει με κορώνα ή γράμματα με τους αρχηγούς της κάθε ομάδας. Η Νικήτρια ομάδα εκτελεί το πρώτο σερβίς του αγώνα. Ο κάθε πόντος, όπως και στη παραδοσιακή πετοσφαίριση, ξεκινάει με την είσοδο της μπάλας στο γήπεδο με το σερβίς και η κάθε ομάδα δικαιούται τρεις επαφές, είτε με πάσα (πάνω από το κεφάλι ή μανσέτα), καρφί και σερβίς, πριν την επιστρέψουν στο αντίπαλο γήπεδο. Με το πέρασμα της μπάλας πάνω από το φιλέ από το γήπεδο της μιας ομάδας στην άλλη, οι αμυνόμενοι παίκτες έχουν το δικαίωμα να μπλοκάρουν το πέρασμα με μπλοκ (από τους μπροστινούς παίκτες), που δεν υπολογίζεται ως ένα από τα τρία χτυπήματα. Σκοπός του παιχνιδιού είναι περνώντας η μπάλα πάνω από το φιλέ να προσγειωθεί στο αντίπαλο γήπεδο, αφού η ομάδα αδυνατεί να αμυνθεί και έτσι η άλλη ομάδα κερδίζει ένα πόντο. Όταν μια ομάδα συγκεντρώσει 25 πόντους, έχοντας διαφορά τουλάχιστον δύο πόντων από την αντίπαλη ομάδα κερδίζει ένα σετ. Εξάιρεση αποτελεί το 5^ο σετ που παίζεται σε περίπτωση ισοπαλίας (2-2) μέχρι τους 15 πόντους, έχοντας πάλι διαφορά τουλάχιστον δύο πόντων από την αντίπαλη ομάδα. Νικήτρια είναι η ομάδα που θα συγκεντρώσει πρώτη 3 νικηφόρα σετ, όπως και στην Ολυμπιακή πετοσφαίριση. Αν η ομάδα της υποδοχής κερδίσει τον πόντο, έχει και το δικαίωμα να εκτελέσει το

επόμενο σερβίς, με τους παίκτες να αλλάζουν της θέσεις τους μέσα στο γήπεδο, περιστρεφόμενοι μια θέση κατά την φορά του ρολογιού. Κατά αυτόν τον τρόπο όλοι οι παίκτες περνάνε τόσο από την θέση του σερβίς όσο και από τις υπόλοιπες θέσεις. Αν η ομάδα που επιτίθεται, δηλαδή που ξεκινάει τον πόντο με το σερβίς, κερδίσει το πόντο, συνεχίζει στον επόμενο πόντο χωρίς περιστροφή των παικτών, με τον ίδιο παίκτη στο σερβίς, όπως και πριν.

Πολλοί από τους κανονισμούς της ολυμπιακής πετοσφαίρισης, εφαρμόζονται και στην πετοσφαίριση καθιστών με την προσθήκη ορισμένων κανονισμών που έχουν ισχύ μόνο στην πετοσφαίριση καθιστών. Εκτός από τις διαφορές των διαστάσεων του γηπέδου, των γραμμών και του φιλέ, οι θέσεις των παικτών μέσα στο γήπεδο χωρίζονται σε δύο σειρές, τρεις παίκτες στην μπροστινή σειρά όπου είναι οι επιθετικοί, και ένας εκ των οποίων συνήθως είναι ο πασαδόρος και τρεις που βρίσκονται πίσω από την γραμμή των δύο μέτρων, οι οποίοι είναι οι αμυντικοί. Έτσι, ο μέγιστος αριθμός των παικτών είναι έξι για κάθε ομάδα, από τους οποίους ένας παίκτης μπορεί να είναι άτομο με ελάχιστη κινητική αναπηρία εντός γηπέδου. Σε επίσημους αγώνες η κάθε ομάδα επιτρέπεται να περιλαμβάνει το πολύ δύο παίκτες με κατηγοριοποίηση ελάχιστης αναπηρίας.

Ακόμα, η θέση των παικτών στο γήπεδο καθορίζεται από την θέση των γλουτών και όχι από τα άκρα, χέρια ή πόδια, ενώ επιτρέπεται στους παίκτες να ακουμπούν τα μη λειτουργικά άκρα εκτός των ορίων του γηπέδου χωρίς να υπάρχουν κυρώσεις, όπως και το αντίπαλο γήπεδο, χωρίς όμως να εμποδίζουν τους αντιπάλους. Όλοι οι παίκτες μέσα στο γήπεδο μετακινούνται από καθιστή θέση με την δυνατότητα να χρησιμοποιήσουν τα χέρια τους για να ανασηκωθούν στιγμιαία για μετακίνηση ή όσοι έχουν την δυνατότητα να σπρώξουν με τα πόδια τους για αλλαγή θέσεις. Ωστόσο, είναι υποχρεωμένοι πάντα τουλάχιστον ο ένας γλουτός να βρίσκεται σε επαφή με το έδαφος όταν υπάρχει επαφή με την μπάλα. Τέλος όταν το ένα χέρι δεν έρχεται σε επαφή με την μπάλα συχνά χρησιμοποιείται για βελτίωση της ισορροπίας κατά το επιθετικό χτύπημα και το μπλοκ, το οποίο επιτρέπεται τόσο με δύο όσο και με ένα χέρι. Τέλος, οι παίκτες σε επίσημους αγώνες επιτρέπεται να φοράνε παντελόνια, χωρίς να έχουν όμως παχιά ένδυση, η οποία θα δίνει πλεονέκτημα ύψους στο παιχνίδι.

Συνοπτικά, οι διαστάσεις του γηπέδου είναι 10x6 μέτρα. Στη μέση του γηπέδου υπάρχει το φιλέ, ένα δίχτυ με ύψος 1,2 μέτρα για τους άνδρες και 1 μέτρο για τις

γυναίκες και μήκος 7x0.8m, το οποίο χωρίζει το γήπεδο σε 2 μέρη, ένα για κάθε ομάδα διαστάσεων 5x6m. Σε απόσταση 2 μέτρα από το φιλέ υπάρχει χαραγμένη μια γραμμή, που σηματοδοτεί την μπροστινή ζώνη. Χρησιμοποιούνται ίδιες μπάλες με την ολυμπιακή πετοσφαίριση, ανοιχτόχρωμη ή πολύχρωμη, με περίμετρο περίπου 65 εκατοστών, ενώ είναι φουσκωμένη με τον όγκο του αέρα που προτείνει ο κατασκευαστής. Απαραίτητες δεξιότητες κατά την διάρκεια του παιχνιδιού αποτελούν: η πάσα (πάνω από το κεφάλι ή μανσέτα), το επιθετικό χτύπημα, το μπλοκ και το σερβίς, καθώς και η μετακίνηση προς όλες τις κατεύθυνσης, η οποία αποτελεί σημαντικό στοιχείο κάθε προπόνησης (Σκορδύλης & Καλύβας, 2016).

2.6 Έρευνες για την Πετοσφαίριση Καθιστών

Έρευνες έχουν καταγράψει τα πολλαπλά οφέλη της πετοσφαίρισης καθιστών στην ζωή των αθλητών. Συγκεκριμένα, έχει διεξήχθη έρευνα σε μια ομάδα 5 ανδρών καθιστών παικτών βόλεϊ στην Αθήνα, με σκοπό να καταγραφεί πώς οι αθλητές-συμμετέχοντες αντιλαμβάνονται το αντίκτυπο του αθλήματος στη ζωή τους. Εξετάστηκαν τέσσερις παράγοντες: σωματική εμπειρία, η ψυχοκοινωνική πτυχή, τα αναδυόμενα συναισθήματα και οι παρακινητικοί παράγοντες. Με βάση αυτούς τους παράγοντες σημειώθηκε ότι η απόκτηση φυσικής κατάστασης αποτελούσε κινητήριο παράγοντα αλλά και θετικό αποτέλεσμα της δέσμευσής τους στην πετοσφαίριση καθιστών καθώς και κάποιοι συμμετέχοντες επαίνεσαν το άθλημα για την αλλαγή τους στο σώμα με ευεργετικό τρόπο. Ακόμα, όλοι τους μίλησαν για την πετοσφαίριση καθιστών ως πολύ καλό τρόπο κοινωνικοποίησης, επαφής με άλλους ανθρώπους, ταξίδια, συναντήσεις πολιτισμών και τρόπος να ξεπεράσουν τις αντικοινωνικές επιπτώσεις της ύπαρξης σωματικής αναπηρίας. Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν επίσης να περιγράψουν συναισθήματα και συναισθηματικές καταστάσεις που πηγάζουν από την ενασχόληση με το άθλημα. Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων αναφέρθηκε στην αδρεναλίνη και στη ταχύτητα της κίνησης, στον συναρπαστικό τρόπο (η ενασχόληση με το άθλημα) που βελτιώνουν τη φυσική τους κατάσταση και τις σωματικές αλλαγές λόγω του αθλήματος. Ακόμα, ως κυρίαρχα συναισθήματα ανέφεραν την ευχαρίστηση και την ικανοποίηση, κάνοντας και αναφορά σε κάποια αρνητικά συναισθήματα, όπως άγχος και απογοήτευση όταν συμμετείχαν σε μεγάλες διοργανώσεις και βρίσκονταν υπό συνθήκες ανταγωνισμού. Τέλος, κάποιοι από τους εξωτερικούς παράγοντες

παρακίνησης ήταν η φήμη και δόξα, να έχουν υποστηρικτές και η χαρά που λαμβάνουν όταν ευχαριστούν τα πλήθη κ.α. (Charalampos, Silva, & Kudlacek, 2015).

Ακόμα, έρευνες έχουν πραγματοποιηθεί με σκοπό να καταγράψουν τα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά και τα χαρακτηριστικά της φυσικής κατάστασης ασκούμενων πετοσφαίρισης. Οι Yüksel και Sevindi (2018), μελέτησαν 12 άνδρες παίκτες από την Τουρκική Εθνική Ομάδα Βόλεϊ Καθιστών και έπειτα από την ταξινόμηση αναπηρίας των παικτών, πραγματοποιήθηκαν ανθρωπομετρικές μετρήσεις στα κυρίαρχα άκρα. Μέσα από μετρήσεις προσδιορίστηκε το ανάστημα, το σωματικό βάρος, τον ΔΜΣ, μήκος άνω μέρους σώματος, μήκος άνω άκρων, μήκος βραχίονα μήκος αντιβραχίου, μήκος χεριού, ευελιξία στους ώμους κ.α. με στόχο τη δημιουργία ενός οδηγού αναφοράς για τους επιστήμονες του αθλητισμού.

Πιο αναλυτικά, οι Protić και Vučković (2011), πραγματοποίησαν έρευνα στην οποία συμμετείχαν 88 αθλητές συμπεριλαμβανομένων των καθιστών βόλεϊ με καταγωγή από τη Βοσνία και Ερζεγοβίνη, Σερβία, Κροατία, Σλοβενία και Ελλάδα, με στόχο τη διερεύνηση κινήτρων για την συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία στον αθλητισμό. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η κοινωνικοποίηση είχε τον υψηλότερο βαθμό παρακίνησης για ενασχόληση με το βόλεϊ καθιστών, ακολουθούμενη από ψυχαγωγία, υγεία, φυσική κατάσταση και αθλητισμό.

Αντίστοιχη έρευνα έχει γίνει με στόχο να εξεταστούν τα οφέλη, τα κίνητρα και τα εμπόδια από τη συμμετοχή στην πετοσφαίριση καθιστών σε γυναίκες αθλήτριες της εθνικής ομάδας της Ρουάντα. Μέσα από 12 συνεντεύξεις σε βάθος, σημειώθηκε ότι η αυτοπεποίθηση, η ευημερία, η θετική στάση απέναντι στην αναπηρία ήταν τα περισσότερα οφέλη που αποκόμιζαν οι αθλήτριες. Ακόμα, η απόλαυση του αθλήματος, η αλληλεπίδραση με άλλους, η επίσκεψη καινούργιων περιοχών εντός και εκτός της Χώρας ήταν τα κίνητρα που ανέφεραν οι συμμετέχοντες. Τέλος, εμπόδια στις αθλήτριες αποτέλεσαν οι οικονομικοί περιορισμοί, η έλλειψη προπονητών και αθλητικού εξοπλισμού κ.α. (Nzeyimana, 2019).

Μελέτη πραγματοποιήθηκε επίσης και σε 101 βετεράνους με σωματικές αναπηρίες που παίζουν ενεργά καθιστό βόλεϊ, με στόχο να καταγραφούν τα κίνητρα συμμετοχής, τα αντιληπτά οφέλη από το παιχνίδι, διάφορες πτυχές της ποιότητας ζωής κ.α. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι η πλειοψηφία των παικτών είχαν ως κυρίαρχα κίνητρα για την συμμετοχή τους στο άθλημα τη φιλία και η κοινωνικοποίηση, καθώς

και η φροντίδα για την προσωπική υγεία. Περίπου το 85% των βετεράνων αναγνωρίζει την σημαντική συνεισφορά του αθλήματος στη βελτίωση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας, της κοινωνικής ζωής κ.α. Αυτά τα αποτελέσματα, φαίνεται να επιβεβαιώνουν τις αρχικές υποθέσεις για τη σημασία της ενεργού συμμετοχής στον αθλητισμό με στόχο την επανένταξη των ατόμων με αναπηρία (Coric & Ljubotina, 2013).

Επιπλέον, διεθνείς έρευνες έχουν επικεντρωθεί στον προσδιορισμό του ρόλου του προπονητή ως προς τη διαμόρφωση θετικών τάσεων των παικτών προς το καθιστό βόλεϊ. Για την μελέτη επιλέχθηκαν τυχαία 60 παίκτες από 8 ομάδες του πρώτου εθνικού τμήματος πετοσφαίρισης καθιστών. Ζητήθηκε από τον προπονητή να αλλάξει τη στάση των παικτών απέναντι στο καθιστό βόλεϊ, να καθίσει και να βοηθήσει τους παίκτες εντός και εκτός γηπέδου, όπως και έγινε. Αυτό έκανε τους παίκτες πιο στενά συνδεδεμένους με αυτό το τροποποιημένο άθλημα για άτομα με ειδικών αναγκών και μέσα από τις απαντήσεις τους, οι ερευνητές συμπέραναν ότι ο προπονητής έχει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση θετικών τάσεων των παικτών στο καθιστό βόλεϊ (Amine & Ahmed, 2021).

Η Μελέτη του Vute (2005), είχε στόχο να απαντηθούν βασικά ερωτήματα που αφορούν τους προπονητές βόλεϊ για άτομα με ειδικές ανάγκες, όπως η αυτοαντίληψη τους, η αντίληψή τους για τα χαρακτηριστικά ενός ιδανικού προπονητή κ.α. Στην έρευνα πήραν μέρος 32 προπονητές εθνικών ομάδων πετοσφαίρισης καθιστών κατά την διάρκεια Ευρωπαϊκών και Παγκόσμιων πρωταθλημάτων ανδρών και γυναικών. Η αυτοαντίληψη των προπονητών ανέδειξε υψηλές τιμές σε προσωπικά χαρακτηριστικά που είναι σημαντικά για την προπονητική ατόμων με αναπηρία, όπως παρακίνηση, αυτοπεποίθηση, υπευθυνότητα και χαμηλότερες σε άλλα χαρακτηριστικά, όπως άγχος, επιθετικότητα, ατομικισμό κ.α. ενώ ως χαρακτηριστικά ενός ιδανικού προπονητή αναδείχθηκε το χαμηλό άγχος, ο αυτοέλεγχος, η υπευθυνότητα και η υψηλή παρακίνηση.

Ακόμα, σε έρευνα όπου συμμετείχαν 100 προπονητές πετοσφαίρισης με στόχο να ερευνηθεί ο λόγος για τον οποίο οι προπονητές επιλέγουν να συνεργάζονται με αθλητές χωρίς αναπηρία ενώ αρνούνται να συνεργαστούν με άτομα με αναπηρία, καθώς και ποια είναι η προσωπική τους επαφή με το άθλημα της πετοσφαίρισης καθιστών. Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν ερωτήσεις σχετικά με τη

δραστηριότητα τους ως προπονητές βόλεϊ, και σχετικά με τις γνώσεις που διαθέτουν ως προς την πετοσφαίριση καθιστών. Από τα αποτελέσματα εντοπίστηκε ότι παρόλο που οι προπονητές πετοσφαίρισης εν ενεργεία έχουν ήδη ακούσει για τη πετοσφαίριση καθιστών δεν διαθέτουν αρκετές γνώσεις σχετικά με την αθλητική δραστηριότητα των ατόμων με αναπηρία ενώ μόνο το 14% εξ αυτών είχε ακούσει κατά τη διάρκεια των σπουδών του για την προσαρμοσμένη εκδοχή του αθλήματος (Katalin, 2008).

Λόγω της καθιστής στάσης που προϋποθέτει το άθλημα, γίνεται ιδανικό για την δημιουργία ενός περιβάλλοντος ένταξης, όπου θα μπορούν να συμμετέχουν όλοι ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας και τύπου αναπηρίας. Συγκεκριμένα στο Swanzev School, στην Νότια Νέα Αγγλία εφαρμόστηκε ένα πρόγραμμα σπουδών για αθλήματα αναπηρίας σε τάξης του νηπιαγωγείου έως και πέμπτης δημοτικού δημιουργώντας μια αθλητική μονάδα αναπηρίας κατά τη διάρκεια του μαθήματος της φυσικής αγωγής των μαθητών με στόχο να εκπαιδεύσουν τους μαθητές της πέμπτης τάξης για το Παραολυμπιακούς Αγώνες και να διαπιστωθεί αν μια αθλητική μονάδα αναπηρίας θα έκανε τη διαφορά στον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές σκέφτονται για τα άτομα με αναπηρίες. Σε διάστημα πέντε εβδομάδων, τέσσερα αθλήματα αναπηρίας εισήχθησαν στα μαθήματα: μπάσκετ με αναπηρικό καροτσάκι, πετοσφαίριση καθιστών, γκολμπολ και χόκεϊ με έλκηθρο. Τα μαθήματα ολοκληρώνονταν κάθε εβδομάδα με ερωτήσεις σχεδιασμένες να προκαλούν σκέψη σχετικά με το τι είχαν μάθει και το πως ένιωθαν για το άθλημα καθώς στόχευε επίσης και στον προβληματισμό των μαθητών σχετικά με την προκλητική φύση των αθλημάτων με αναπηρία και τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη συμμετοχή. Με βάση το επίπεδο συμμετοχής στα αθλήματα αναπηρίας και την ανατροφοδότηση των μαθητών, οι δάσκαλοι θεώρησαν ότι η Παραολυμπιακή μονάδα ήταν ωφέλιμη (Grenier & Kearns, 2012).

Πρόγραμμα με στόχο την ευαισθητοποίηση έχει πραγματοποιηθεί επίσης και σε ένα γυμνάσιο της Ιρλανδίας με την συμμετοχή πενήντα πέντε κοριτσιών. Η πετοσφαίριση καθιστών επιλέχθηκε ως τρόπος εισαγωγής των μαθητών στη σωματική αναπηρία καθώς θεωρήθηκε ότι οι μαθητές θα καταλάβαιναν τη σύνδεση με το βόλεϊ πιο εύκολα από ότι αν χρησιμοποιούσαν ένα διαφορετικό άθλημα για ειδικές ανάγκες. Κατά τη διάρκεια του προγράμματος διάρκειας 8 εβδομάδων, οι μαθητές συμμετείχαν στο βόλεϊ για τις πρώτες 4 εβδομάδες και στη συνέχεια στη πετοσφαίριση καθιστών για τις επόμενες 3 εβδομάδες. Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος τα ευρήματα υποδηλώνουν ότι η συμμετοχή σε ένα άθλημα αναπηρίας βρέθηκε να είναι ωφέλιμη με

τους μαθητές να εκφράζουν ενδιαφέρον για περαιτέρω αθλητικές εμπειρίες σε Παραολυμπιακά αθλήματα ως μέρος του κανονικού τους προγράμματος σπουδών (Tindall, 2013).

Αντίστοιχο πρόγραμμα στην Ελλάδα εφαρμόστηκε με τίτλο "Παραολυμπιακή Ημέρα στα Σχολεία", με στόχο την καταγραφή αλλαγών στην στάση των μαθητών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ως προς την ένταξη παιδιών με αναπηρία στην τυπική τάξη φυσική αγωγής. Στην έρευνα συμμετείχαν 240 μαθητές και μαθήτριες χωρίς αναπηρία της Α΄ και Β΄ γυμνασίου από τις Σέρρες, που χωρίστηκαν σε ομάδα παρέμβασης και ομάδα ελέγχου. Το πρόγραμμα περιείχε δραστηριότητες και αθλήματα, όπως Μπότσια, Πετοσφαίριση Καθιστών, συνάντηση με Παραολυμπιονίκη κ.α. και διήρκεσε έξι εβδομάδες με συχνότητα μια φορά την εβδομάδα, ενώ η καταγραφή των στάσεων έγινε με τη χρήση ερωτηματολογίου. Τα αποτελέσματα μετά την ανάλυση των δεδομένων έδειξαν βελτίωση της στάσης των μαθητών/τριών χωρίς αναπηρία (Παναγιώτου, 2011) κάνοντας ένα σημαντικό βήμα ως προς την ένταξη και συμπερίληψη ατόμων με και χωρίς αναπηρία στην ίδια ομάδα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

3.1 Συμμετέχοντες

Στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν 69 άτομα (37 άνδρες, 32 γυναίκες), ηλικίας από 19 έως 55 ετών, με το 18,8 % των συμμετεχόντων να έχουν λάβει επιμόρφωση στην προπονητική για άτομα με αναπηρία, και διαθέτοντας κατά μέσο όρο 11,2 χρόνια προπονητική εμπειρία, τα οποία επιλέχθηκαν με δειγματοληψία ευκολίας. Η συμμετοχή τους στην έρευνα πραγματοποιήθηκε μετά την έγκριση ανώνυμης συμμετοχής τους στην έρευνα, η οποία εγκρίθηκε από την Επιτροπή Βιοηθικής του ΤΕΦΑΑ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (1-10/7-12-2022).

3.2 Εργαλεία Μέτρησης

Η συλλογή δεδομένων πραγματοποιήθηκε μέσω δύο ερωτηματολογίων. Ως εργαλείο μέτρησης των στάσεων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο The Swimming Coaches Attitudes Towards Inclusion- Intellectual disability (Hammond et al., 2014), το οποίο περιλάμβανε αρχικά 22 ερωτήσεις που αφορούσαν τις προσωπικές πεποιθήσεις, την αυτοπεποίθηση και την εξωτερική επιρροή.

Η ανάλυση Cronbach's α σύμφωνα με την αρχική παραγοντοποίηση του ερωτηματολογίου ανέδειξε χαμηλή εσωτερική συνοχή στον παράγοντα προσωπικές πεποιθήσεις ($\alpha = .216$). Γι' αυτό το λόγο, η εγκυρότητα του ερωτηματολογίου εξετάστηκε εκ νέου με διερευνητική παραγοντική ανάλυση από την οποία προέκυψε ένα τελικό ερωτηματολόγιο 21 ερωτήσεων αποτελούμενο από τέσσερις παράγοντες οι οποίοι εξηγούσαν το 54.76% της συνολικής διακύμανσης. Οι παράγοντες αυτοί αφορούν:

- Προβληματισμοί: Η αντίληψη των προπονητών ως προς τα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης.

- Συμπερίληψη: Οι θετικές στάσεις των προπονητών βόλεϊ ως προς τα οφέλη της ένταξης αθλητών Πετοσφαίρισης σε ένα περιβάλλον προπόνησης χωρίς αποκλεισμούς.
- Αυτοπεποίθηση: Η αυτοπεποίθηση και η σιγουριά που νιώθει ο προπονητής να διδάσκει ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα του.
- Εξωτερική Επιρροή: Οι εξωτερικοί παράγοντες που επιδρούν στην απόφαση του προπονητή να δεχθεί ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα του.

Το δεύτερο ερωτηματολόγιο χρησιμοποιήθηκε για να αξιολογήσει την ηγετική συμπεριφορά του προπονητή και προήλθε από τη ελληνική έκδοση της Κλίμακας Ηγετικής Συμπεριφοράς στον Αθλητισμό LSS (Leadership Sport Scale; Chelladurai & Saleh, 1980; Αγγελονίδης, Ζέρβας, Κάκκος & Ψυχουντάκη, 1996). Η συγκεκριμένη Κλίμακα χρησιμοποιείται για να εξετάσει την ηγετική συμπεριφορά σε μία ποικιλία από αθλήματα και συγκεκριμένα: την προτιμώμενη από τους αθλητές συμπεριφορά του προπονητή, την αντιλαμβανόμενη από τους αθλητές ηγετική συμπεριφορά του προπονητή τους και την αντίληψη των προπονητών όσον αφορά στη δική τους ηγετική συμπεριφορά. Η Κλίμακα αποτελείται από 25 ερωτήματα, στα οποία οι απαντήσεις δίνονται σε μια πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert, με το «1» να αντιστοιχεί στο «Καθόλου» και το «5» στο «Πάντοτε». Τα ερωτήματα εξετάζουν πέντε παράγοντες με πέντε ερωτήσεις ο κάθε ένας. Οι παράγοντες είναι:

- Προπόνηση και οι οδηγίες (π.χ. Δίνεις μεγάλη προσοχή στην διόρθωση των λαθών)
- Δημοκρατική συμπεριφορά (π.χ. Ζητάς την γνώμη των παικτών σου σε σημαντικά πράγματα γύρω από την προπονητική)
- Αυταρχική συμπεριφορά (π.χ. Σε ενδιαφέρει μόνο αυτό που λες)
- Κοινωνική υποστήριξη (π.χ. Ενδιαφέρεσαι για τα προσωπικά προβλήματα των παικτών σου)
- Θετική ανατροφοδότηση (π.χ. Επαινείς τον παίκτη για την απόδοσή του)

Ο μέσος όρος χρόνου για την συμπλήρωση των ερωτηματολογίων ήταν 25 λεπτά για κάθε συμμετέχοντα και η επιστροφή τους πραγματοποιήθηκε σε διάστημα τριών μηνών από την αποστολή τους. Οι δημογραφικές πληροφορίες των ερωτηματολογίων αφορούσαν το φύλο, την ηλικία, την εκπαίδευση, την προπονητική εμπειρία και την περιοχή δραστηριοποίησής τους, ως προπονητές. Επίσης, τους ζητήθηκε να

σημειώσουν την κατηγορία που ανήκει η ομάδα όπου προπονούν, καθώς και την κατηγορία διπλώματος που διαθέτουν ως προπονητές, όπως και τα χρόνια όπου το έχουν. Τέλος, τους ζητήθηκε να σημειώσουν εάν έχουν λάβει κάποια εκπαίδευση στην προσαρμοσμένη/ειδική φυσική αγωγή και αν έχουν προπονήσει ασκούμενους με αναπηρία ή κινητική αναπηρία.

3.3 Διαδικασία

Στην αρχή, υπήρξε επικοινωνία μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου με τον Σύνδεσμο Ελλήνων Προπονητών Πετοσφαίρισης (Σ.Ε.Π.ΠΕ.) και με την Ένωση Σωματείων Πετοσφαίρισης Δυτικής Αττικής (Ε.Σ.ΠΕ.Δ.Α.), καθώς και με κάποιους μεμονωμένους συλλόγους, όπου δέχτηκαν να προωθήσουν τα ερωτηματολόγια στους προπονητές πετοσφαίρισης, συνεισφέροντας στην παρούσα έρευνα. Τέλος, δόθηκαν συνοπτικές πληροφορίες στους συμμετέχοντες προπονητές για το σκοπό της έρευνας, καθώς και η διαβεβαίωση ότι η συμμετοχή τους στην έρευνα είναι εθελοντική και ανώνυμη, με τις απαντήσεις τους να είναι απόλυτα εμπιστευτικές.

3.4 Στατιστική Ανάλυση

Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων πραγματοποιήθηκε μέσω του στατιστικού προγράμματος SPSS Statistics 29.0 (for Windows). Αρχικά έγινε περιγραφική ανάλυση και καταγραφή συχνοτήτων (ποσοστά). Κατόπιν, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Cronbach α για τον έλεγχο της εσωτερικής συνοχής των παραγόντων και ανάλυση συσχέτισης (Pearson r) των μεταβλητών μεταξύ τους. Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων έγινε με την περιγραφική ανάλυση T test για ανεξάρτητα δείγματα για να εξεταστούν τυχόν διαφορές στις μεταβλητές των ερωτηματολογίων με βάση το φύλο, την ηλικία, την προηγούμενη προπονητική εμπειρία με άτομα με αναπηρία και με κινητική αναπηρία. Έπειτα, χρησιμοποιήθηκε η απλή ανάλυση διακύμανσης One way Anova για την ανάδειξη τυχόν διαφορών με βάση την εκπαίδευση στην ειδική φυσική αγωγή, την περιοχή δραστηριοποίησης, τα χρόνια προπονητικής εμπειρίας, την κατηγορία που ανήκει η ομάδα που προπονούν και την κατηγορία διπλώματος που διαθέτουν ως προπονητές οι εθελοντές – συμμετέχοντες.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τα περιγραφικά στατιστικά, το φύλο, η ηλικία, η επιμόρφωση, η προπονητική εμπειρία, η προπονητική εμπειρία σε ασκούμενους με κινητική αναπηρία και η περιοχή δραστηριοποίησης παρουσιάζονται στον Πίνακα 1.

Πίνακας 1. Περιγραφικά στατιστικά των 69 Ελλήνων προπονητών πετοσφαίρισης.

Παράγοντες	Συχνότητα	Ποσοστό
Φύλο	Άνδρας: 37	53,6%
	Γυναίκα: 32	46,4%
Ηλικία	19-35χρ: 24	34,8%
	36-55χρ: 45	65,2%
Επιμόρφωση	Ναι: 13	18,8%
	Όχι: 56	81,2%
Προπονητική Εμπειρία	0-10χρ: 37	53,6%
	11-20χρ: 19	27,5%
	21-32χρ: 13	18,8%
Προπονητική Εμπειρία σε κινητική αναπηρία	Ναι: 13	18,8%
	Όχι: 56	81,2%
Περιοχή	Αττική: 40	58%
	Επαρχία: 21	30,4%
	Νησιά: 8	11,6%
Εκπαίδευση	ΤΕΦΑΑ: 17	24,6%
	ΓΓΑ: 27	39,1%

	Πρώην Αθλητές: 11	15.9%
	Άλλο: 14	20.3%

Τα περιγραφικά στατιστικά, οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε κατηγοριών ερωτήσεων του ερωτηματολογίου παρουσιάζονται στον Πίνακα 2.

Πίνακας 2. Περιγραφικά στατιστικά των εννέα κατηγοριών ερωτήσεων των ερωτηματολογίων.

Περιγραφικά Στατιστικά	Min	Max	M.O.	T.A.
1. Προβληματισμοί	1,13	3,50	2,26	.53
2. Συμπερίληψη	2,00	4,00	3,19	.47
3. Αυτοπεποίθηση	1,75	4,00	2,81	.53
4. Εξωτερικοί Παράγοντες	2,00	3,33	2,60	.31
5. Προπονητικές Οδηγίες	3,40	5,00	4,63	.34
6. Δημοκρατική Συμπεριφορά	1,00	4,60	2,93	.82
7. Αυταρχική Συμπεριφορά	1,40	6,60	2,27	.55
8. Κοινωνική Υποστήριξη	1,60	5,00	3,99	.59
9. Θετική Ανατροφοδότηση	3,00	5,00	4,50	.51

Η ανάλυση Cronbach's ανέδειξε την εσωτερική συνοχή των ερωτηματολογίων: The Swimming Coaches Attitudes Towards Inclusion- Intellectual disability (Hammond et al., 2014), που κυμάνθηκε από πολύ καλή ($\alpha = .748$) έως υψηλή ($\alpha = .839$) και Κλίμακας Ηγετικής Συμπεριφοράς στον Αθλητισμό LSS (Leadership Sport Scale; Chelladurai & Saleh, 1980; Αγγελονίδης, Ζέρβας, Κάκκος & Ψυχουντάκη, 1996), που κυμάνθηκε από χαμηλή ($\alpha = .397$) έως υψηλή ($\alpha = .793$), καθώς και πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης (Pearson r) των μεταβλητών μεταξύ τους.

Πίνακας 3. Εσωτερική συνοχή ερωτηματολογίου και συσχέτιση παραγόντων

Παράγοντες	1	2	3	4	5	6	7	8	Cronbach α
1. Προβληματισμοί	-	-	-	-	-.179	-.286*	.351**	-.235	.839
2. Συμπερίληψη	.605**	-	.543**	.480**	.083	.281*	-.272*	.299*	.809
3. Αυτοπεποίθηση	-.444*	.543**	-	.322**	.182	.237	-.103	.071	.761
4. Εξωτερικοί Παράγοντες	.342**	.480**	.322**	-	.021	.227	-.089	.233	.748

5. Προπονητικές Οδηγίες	-.179	.083	.182	.021	-	.224	.057	.205	.575
6. Δημοκρατική Συμπεριφορά	-.286*	.281*	.237	.227	.224	-	-.221	.264*	.793
7. Αυταρχική Συμπεριφορά	.351**	-.272*	-.103	-.089	.057	-.221	-	-.236	.397
8. Κοινωνική Υποστήριξη	-.235	.299*	.071	.233	.205	.264*	-.236	-	.688
9. Θετική Ανατροφοδότηση	-.157	.166	.032	.162	.322**	.239*	-.152	.405**	.786

** $p < .001$. * $p < .05$

Φύλο προπονητών. Από την εφαρμογή του μη συσχετισμένου ελέγχου t παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών στον παράγοντα των προβληματισμών, που αποτυπώνει τις αντιλήψεις των προπονητών ως προς τα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους υπόλοιπους παράγοντες με βάση το φύλο των προπονητών (Πίνακας 4).

Πίνακας 4. Διαφορές ως προς το φύλο.

Παράγοντες	Φύλο	N	M.O.	T.A.	t	df	p
Προβληματισμοί	Άνδρες	37	2.1689	.53296	-1.712	67	.004*
	Γυναίκες	32	2.3867	.52012	-1.715	65.999	
Συμπερίληψη	Άνδρες	37	3.1847	.48716	-.248	67	.805
	Γυναίκες	32	3.2135	.47563	-.249	65.992	
Αυτοπεποίθηση	Άνδρες	37	2.7568	.55116	-.915	67	.363
	Γυναίκες	32	2.8750	.51588	-.920	66.560	
Εξωτερικοί παράγοντες	Άνδρες	37	2.5856	.28766	-.516	67	.607
	Γυναίκες	32	2.6250	.34651	-.509	60.469	
Προπονητικές οδηγίες	Άνδρες	37	4.6378	.31566	.079	67	.937
	Γυναίκες	32	4.6313	.37368	.078	61.048	

Δημοκρατική Συμπεριφορά	Άνδρες	37	2.9676	.78388	.338	67	.736
	Γυναίκες	32	2.9000	.87547	.336	62.867	
Αυταρχική Συμπεριφορά	Άνδρες	37	2.2270	.51459	-.819	67	.416
	Γυναίκες	32	2.3375	.60628	-.809	61.204	
Κοινωνική Υποστήριξη	Άνδρες	37	4.0054	.47019	.210	67	.834
	Γυναίκες	32	3.9750	.71977	.204	52.005	
Θετική Ανατροφοδότηση	Άνδρες	37	4.4703	.50380	-.635	67	.527
	Γυναίκες	32	4.5500	.53762	-.632	64.120	

* $p < .05$

Ηλικία των προπονητών. Από την εφαρμογή του μη συσχετισμένου ελέγχου t παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των προπονητών 19-35 ετών και 36-55 ετών στον παράγοντα των προβληματισμών, που αποτυπώνει τις αντιλήψεις των προπονητών ως προς τα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους υπόλοιπους παράγοντες με βάση την ηλικία των προπονητών (Πίνακας 5).

Πίνακας 5. Διαφορές ως προς ηλικία των προπονητών.

Παράγοντες	Εμπειρία	N	M.O.	T.A.	t	df	p
Προβληματισμοί	19-35	24	2.5104	.47622	2.871	67	.005*
	36-55	45	2.1417	.52400	2.957	51.145	
Συμπερίληψη	19-35	24	3.1875	.46186	-.133	67	.895
	36-55	45	3.2037	.49222	-.136	49.760	
Αυτοπεποίθηση	19-35	24	2.8438	.57015	.363	67	.718
	36-55	45	2.7944	.52030	.353	43.484	
	19-35	24	2.6111	.33574	.139	67	

Εξωτερικοί παράγοντες	36-55	45	2.6000	.30650	.135	43.497	.890
Προπονητικές οδηγίες	19-35	24	4.6583	.30348	.416	67	.679
	36-55	45	4.6222	.36237	.439	54.734	
Δημοκρατική Συμπεριφορά	19-35	24	2.9583	.88853	.162	67	.872
	36-55	45	2.9244	.79463	.156	42.741	
Αυταρχική Συμπεριφορά	19-35	24	2.3667	.62878	.961	67	.340
	36-55	45	2.2311	.51691	.905	39.861	
Κοινωνική Υποστήριξη	19-35	24	3.9500	.71079	-.419	67	.677
	36-55	45	4.0133	.52984	-.383	36.956	
Θετική Ανατροφοδότηση	19-35	24	4.6250	.41415	1.390	67	.169
	36-55	45	4.4444	.55904	1.521	59.868	

* $p < .05$

Προπονητική εμπειρία προπονητών σε ασκούμενους με αναπηρία. Από την εφαρμογή του μη συσχετισμένου ελέγχου t παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των προπονητών που έχουν προπονητική εμπειρία σε ασκούμενους με αναπηρία στον παράγοντα της αυτοπεποίθησης και στην επίδραση των εξωτερικών παραγόντων. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους υπόλοιπους παράγοντες με βάση την προπονητική εμπειρία των προπονητών σε Αμεα (Πίνακας 6).

Πίνακας 6. Διαφορές ως προς την προπονητική εμπειρία σε Αμεα.

Παράγοντες	Εμπειρία	N	M.O.	T.A.	t	df	p
Προβληματισμοί	Ναι	5	2.2750	.68693	.022	67	.983
	Όχι	64	2.2695	.52762	.017	4.377	
Συμπερίληψη	Ναι	5	3.4333	.09129	1.144	67	.257
	Όχι	64	3.1797	.49182	3.437	32.199	

Αυτοπεποίθηση	Ναι	5	3.4000	.51841	2.669	67	.010*
	Όχι	64	2.7656	.51152	2.638	4.630	
Εξωτερικοί παράγοντες	Ναι	5	2.8667	.29814	1.981	67	.026*
	Όχι	64	2.5833	.30861	2.041	4.696	
Προπονητικές οδηγίες	Ναι	5	4.6800	.36332	.306	67	.761
	Όχι	64	4.6313	.34220	.290	4.572	
Δημοκρατική Συμπεριφορά	Ναι	5	3.2000	1.18322	.742	67	.460
	Όχι	64	2.9156	.79666	.528	4.288	
Αυταρχική Συμπεριφορά	Ναι	5	2.3200	.41473	.173	67	.864
	Όχι	64	2.2750	.56960	.227	5.259	
Κοινωνική Υποστήριξη	Ναι	5	4.1600	.38471	.656	67	.514
	Όχι	64	3.9781	.60801	.967	5.700	
Θετική Ανατροφοδότηση	Ναι	5	4.5200	.60992	.057	67	.955
	Όχι	64	4.5063	.51513	.049	4.457	

* $p < .05$

Προπονητική εμπειρία προπονητών σε ασκούμενους με κινητική αναπηρία. Από την εφαρμογή του μη συσχετισμένου ελέγχου t παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των προπονητών που έχουν προπονητική εμπειρία σε ασκούμενους με κινητική αναπηρία στους παράγοντες των προβληματισμών, της συμπερίληψης, της αυτοπεποίθησης, και των εξωτερικών παραγόντων. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους υπόλοιπους παράγοντες με βάση την προπονητική εμπειρία των προπονητών σε ασκούμενους με κινητική αναπηρία (Πίνακας 7).

Πίνακας 7. Διαφορές ως προς την προπονητική εμπειρία σε ασκούμενους με κινητική αναπηρία.

Παράγοντες	Εμπειρία	N	M.O.	T.A.	t	df	p
Προβληματισμοί	Ναι	13	1.9038	.63154	-2.885	67	.002*
	Όχι	56	2.3549	.47660	-2.420	15.324	
Συμπερίληψη	Ναι	13	3.4359	.48847	2.035	67	.046*
	Όχι	56	3.1429	.46322	1.967	17.368	
Αυτοπεποίθηση	Ναι	13	3.1346	.70427	2.511	67	.014*
	Όχι	56	2.7366	.46324	1.942	14.500	
Εξωτερικοί παράγοντες	Ναι	13	2.8462	.35001	3.299	67	.002*
	Όχι	56	2.5476	.28018	2.869	15.759	
Προπονητικές οδηγίες	Ναι	13	4.7692	.31460	1.595	67	.115
	Όχι	56	4.6036	.34217	1.682	19.180	
Δημοκρατική Συμπεριφορά	Ναι	13	3.2154	.90724	1.368	67	.176
	Όχι	56	2.8714	.79583	1.259	16.555	
Αυταρχική Συμπεριφορά	Ναι	13	2.3538	.65906	.540	67	.591
	Όχι	56	2.2607	.53655	.474	15.895	
Κοινωνική Υποστήριξη	Ναι	13	3.9846	.86972	-.045	67	.964
	Όχι	56	3.9929	.52149	-.033	14.065	
Θετική Ανατροφοδότηση	Ναι	13	4.6462	.59528	1.076	67	.286
	Όχι	56	4.4750	.49809	.961	16.125	

* $p < .05$

Έτη προπονητικής εμπειρίας των προπονητών. Η απλή ανάλυση διακύμανσης Ανονα δεν ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές στους παράγοντες με βάση τα έτη προπονητικής εμπειρίας των προπονητών (0-10 έτη [N = 37], 11-20 ετών [N = 19], 21-32 [N = 13] (Πίνακας 8).

Πίνακας 8. Αποτελέσματα One-Way Ανονα ως προς τα έτη προπονητικής εμπειρίας των προπονητών.

Παράγοντες	0-10 έτη		11-20 έτη		21-32 έτη		F	p
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.		
Προβληματισμοί	2.3311	.52722	2.2566	.58255	2.1154	.48804	.787	.460
Συμπερίληψη	3.2027	.42697	3.1579	.48900	3.2436	.62218	.124	.883
Αυτοπεποίθηση	2.7838	.56261	2.7763	.52635	2.9423	.48038	.473	.625
Εξωτερικοί Παράγοντες	2.5946	.33458	2.6140	.25491	2.6154	.35606	.034	.967
Προπονητικές Οδηγίες	4.5730	.35951	4.6737	.29220	4.7538	.33817	1.547	.221
Δημοκρατική Συμπεριφορά	2.9027	.84672	2.8526	.75672	3.1538	.86854	.577	.564
Αυταρχική Συμπεριφορά	2.1946	.48873	2.2947	.69400	2.4923	.50077	1.399	.254
Κοινωνική Υποστήριξη	3.8919	.64394	4.2105	.42933	3.9538	.61185	1.882	.160
Θετική Ανατροφοδότηση	4.5351	.43983	4.6105	.46415	4.2769	.73275	1.758	.180

Περιοχή δραστηριοποίησης των προπονητών. Η απλή ανάλυση διακύμανσης Ανονα δεν ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές στους παράγοντες με βάση την περιοχή δραστηριοποίησης των προπονητών (Αττική [N = 40], Επαρχεία [N = 21], Νησιά [N = 8]) (Πίνακας 9).

Πίνακας 9. Αποτελέσματα One-Way Ανονα ως προς την περιοχή δραστηριοποίησης των προπονητών.

Παράγοντες	ΑΤΤΙΚΗ		ΕΠΑΡΧΕΙΑ		ΝΗΣΙΑ		F	p
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.		
Προβληματισμοί	2.2844	.54079	2.3214	.52526	2.0625	.54691	.708	.496
Συμπερίληψη	3.2333	.45573	3.1111	.54092	3.2500	.44544	.495	.612
Αυτοπεποίθηση	2.8625	.57721	2.7262	.47371	2.7813	.48985	.455	.636
Εξωτερικοί Παράγοντες	2.6333	.30005	2.5873	.36370	2.5000	.25198	.634	.534
Προπονητικές Οδηγίες	4.6500	.31945	4.6190	.31562	4.6000	.52372	.101	.904
Δημοκρατική Συμπεριφορά	2.8300	.74634	3.0667	.94092	3.1250	.88115	.804	.452
Αυταρχική Συμπεριφορά	2.2550	.52230	2.2857	.59857	2.3750	.67981	.153	.858

Κοινωνική Υποστήριξη	4.0200	.52584	4.0667	.51121	3.6500	.99571	1.559	.218
Θετική Ανατροφοδότηση	4.5050	.47499	4.5524	.50953	4.4000	.76345	.247	.782

Επιμόρφωση προπονητών στην ειδική φυσική αγωγή. Η απλή ανάλυση διακύμανσης Anova ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές στους παράγοντες, εξωτερικοί παράγοντες, προπονητικές οδηγίες και δημοκρατική συμπεριφορά, με βάση την επιμόρφωση που έχουν λάβει οι προπονητές στην ειδική φυσική αγωγή (Ειδικότητα [N = 3], Μεταπτυχιακό [N = 3], Σεμινάριο [N = 7], Άλλο [N=2], Καθόλου [N=54]) (Πίνακας 10).

Πίνακας 10. Αποτελέσματα One-Way Anova ως προς την επιμόρφωση των προπονητών στην ειδική φυσική αγωγή.

Παράγοντες	ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ		MASTER		ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ		ΑΛΛΟ		ΚΑΘΟΛΟΥ		F	p
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.		
1	2.2917	.26021	2.5833	.94648	2.1250	.84779	2.3750	.35355	2.2662	.48749	.393	.813
2	3.3333	.16667	3.4444	.25459	3.5238	.41308	3.5833	.35355	3.1204	.48824	1.836	.133
3	3.4167	.38188	3.0000	.50000	3.0357	.48795	3.0000	.00000	2.7315	.53608	1.810	.138
4	2.6667	.57735	3.0000	.33333	2.7619	.37090	2.6667	.00000	5.5556	.28225	2.133	.043*
5	4.9333	.11547	4.2667	.11547	4.8857	.22678	4.5000	.42426	4.6111	.34184	2.806	.033*
6	3.2000	1.0583	3.8667	.70238	2.9429	1.1355	4.1000	.42921	2.8259	.73515	2.482	.026*
7	2.7333	.57735	1.9333	.41633	2.1714	.58228	1.8000	.00000	2.3037	.55862	1.267	.292
8	4.2000	.52915	4.3333	.41633	3.8571	.77213	4.4000	.00000	3.9630	.59186	.684	.606
9	4.5333	.64291	4.5333	.41633	4.6000	.72111	4.9000	.14142	4.4778	.50420	.378	.824

* $p < .05$

Κατηγορία ομάδας που προπονούν οι προπονητές πετοσφαίρισης. Η απλή ανάλυση διακύμανσης Anova ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές στον παράγοντα των αντιλήψεων των προπονητών ως προς τα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης με βάση την κατηγορία της ομάδας που προπονούν οι προπονητές-εθελοντές. (Volley League[N = 3], A2[N = 9], B [N = 8], Τοπικό [N=49],) (Πίνακας 11).

Πίνακας 11. Αποτελέσματα One-Way Ανονα ως προς την κατηγορία ομάδας που προπονούν οι προπονητές πετοσφαίρισης.

Παράγοντες	Volley League		Α2		B		ΤΟΠΙΚΟ		F	p
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.		
Προβληματισμοί	2.8333	.43899	2.5694	.32543	2.1563	.67728	2.1990	.51786	2.640	.028*
Συμπερίληψη	2.9444	.25459	2.9444	.50000	3.3333	.25198	3.2381	.50000	1.482	.228
Αυτοπεποίθηση	2.7500	.50000	2.8333	.50000	3.0938	.48065	2.7653	.55059	.879	.457
Εξωτερικοί Παράγοντες	2.4444	.19245	2.5185	.24216	2.5417	.17252	2.6395	.34585	.784	.507
Προπονητικές Οδηγίες	4.7333	.23094	4.4000	.43589	4.7500	.29761	4.6531	.32346	1.931	.133
Δημοκρατική Συμπεριφορά	2.6667	1.00664	2.6667	1.19164	2.7250	.96769	3.0367	.71142	.844	.475
Αυταρχική Συμπεριφορά	2.5333	.92376	2.3778	.55176	2.2500	.62106	2.2500	.53934	.347	.792
Κοινωνική Υποστήριξη	4.2000	.34641	4.0667	.57446	4.0250	.71264	3.9592	.60136	.220	.882
Θετική Ανατροφοδότηση	4.2000	.72111	4.3778	.77746	4.7000	.33806	4.5184	.47420	.915	.439

* $p < .05$

Κατηγορία διπλώματος προπονητών. Η απλή ανάλυση διακύμανσης Ανονα ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές στους παράγοντες, της αυτοπεποίθησης και της δημοκρατικής συμπεριφοράς, με βάση την κατηγορία διπλώματος προπονητικής που κατέχουν οι προπονητές-εθελοντές. (Α' κατηγορία [N = 9], Β' κατηγορία [N = 9], Γ' κατηγορία [N = 34], Εμπειρικό [N=17]) (Πίνακας 12).

Πίνακας 12. Αποτελέσματα One-Way Ανονα ως προς την κατηγορία διπλώματος που κατέχουν οι προπονητές.

Παράγοντες	Α		Β		Γ		ΕΜΠΕΙΡΙΚΟ		F	p
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.		
Προβληματισμοί	2.4167	.33072	2.4583	.53765	2.2316	.48863	2.1691	.69025	.853	.470
Συμπερίληψη	3.1481	.40350	3.2037	.52558	3.0931	.47707	3.4314	.44899	2.011	.121
Αυτοπεποίθηση	2.5833	.39528	2.9444	.51201	2.6985	.53222	3.0882	.52247	3.001	.037*

Εξωτερικοί Παράγοντες	2.5926	.36430	2.7037	.26058	2.5196	.29804	2.7255	.31700	2.058	.114
Προπονητικές Οδηγίες	4.6667	.33166	4.5778	.36667	4.6235	.35081	4.6706	.33868	.178	.911
Δημοκρατική Συμπεριφορά	2.5333	.66332	3.5333	1.01489	2.9000	.71563	2.9059	.88633	2.486	.034*
Αυταρχική Συμπεριφορά	2.4222	.51424	2.0444	.43333	2.3059	.55538	2.2706	.64398	.748	.527
Κοινωνική Υποστήριξη	4.2000	.52915	4.2444	.37118	3.9294	.64739	3.8706	.58712	1.286	.287
Θετική Ανατροφοδότηση	4.5778	.54263	4.7111	.37565	4.4765	.47230	4.4235	.65147	.700	.555

* $p < .05$

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξεταστούν οι αντιλήψεις προπονητών πετοσφαίρισης ως προς την προοπτική να προπονούν νεαρούς αθλητές με και χωρίς κινητική αναπηρία σε ένα περιβάλλον ένταξης, όπου θα υπάρχουν παράλληλα γήπεδα ανάλογων προδιαγραφών για την πετοσφαίριση και το βόλεϊ καθιστών. Οι αντιλήψεις των προπονητών μετρήθηκαν μέσα από δύο ερωτηματολόγια, και αφορούσαν τους παράγοντες των προβληματισμών, συμπερίληψης, αυτοπεποίθησης, εξωτερικής επιρροής, προπονητικές οδηγίες, δημοκρατικής συμπεριφοράς, αυταρχικής συμπεριφοράς, κοινωνικής υποστήριξης και θετικής ανατροφοδότησης.

Η ανάλυση συσχέτισης αναδείχθηκε θετική μεταξύ του παράγοντα των προβληματισμών που εκφράζει την αντίληψη των προπονητών ως προς τα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης και της αυταρχικής συμπεριφοράς και αρνητική μεταξύ των προβληματισμών και της συμπερίληψης, της αυτοπεποίθησης, εξωτερικών παραγόντων, δημοκρατικής συμπεριφοράς. Επομένως, ο βαθμός προβληματισμού του προπονητή ως προς τα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης αυξάνεται όσο μεγαλύτερη είναι η αυταρχική συμπεριφορά του προπονητή. Αντίστοιχα, ο βαθμός προβληματισμού μειώνεται όσο αυξάνονται οι θετικές στάσεις των προπονητών ως προς τα οφέλη της ένταξης αθλητών σε ένα περιβάλλον προπόνησης χωρίς αποκλεισμούς, η αυτοπεποίθηση που νιώθει ο προπονητής να διδάσκει ασκούμενους με αναπηρία, η δημοκρατική συμπεριφορά του προπονητή λαμβάνοντας υπόψιν την άποψη των παικτών και οι εξωτερικοί παράγοντες που επιδρούν στην απόφαση του προπονητή να δεχθεί ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα του.

Ακόμα, όσο αυξάνονται οι θετικές στάσεις του προπονητή ως προς τα οφέλη της ένταξης, τόσο μεγαλύτερη είναι η αυτοπεποίθηση του, η δημοκρατική συμπεριφορά του, η υποστήριξη που δείχνει προς τους αθλητές ακόμα σε προσωπικά προβλήματα και οι εξωτερικοί παράγοντες που επιδρούν στην απόφαση του προπονητή να δεχθεί ασκούμενους με αναπηρία στη ομάδα του, εμφανίζοντας έτσι θετική

συσχέτιση μεταξύ των παραπάνω παραγόντων. Αντίθετα, αρνητική συσχέτιση παρουσιάζεται μεταξύ των θετικών στάσεων ως προς τα οφέλη ένταξης και της αυταρχικής συμπεριφοράς. Επομένως, όσο περισσότερο υιοθετεί ένας προπονητής αυταρχικές συμπεριφορές τόσο λιγότερο θετικές στάσεις θα διαθέτει ως προς τα οφέλη της ένταξης.

Επιπλέον, η δημοκρατική συμπεριφορά του προπονητή σε θέματα που αφορούν την προπόνηση εμφανίζει θετική συσχέτιση με τη κοινωνική υποστήριξη και τη θετική ανατροφοδότηση. Ένας προπονητής με αυξημένη δημοκρατική συμπεριφορά, αυξάνει και τη θετική ανατροφοδότηση προς τους αθλητές καθώς παρουσιάζει μεγαλύτερο ενδιαφέρον για τους ασκούμενους, ακόμα και για προσωπικά ζητήματα που δεν σχετίζονται άμεσα με την ομάδα. Η θετική ανατροφοδότηση συσχετίζεται ακόμα, θετικά και με την κοινωνική υποστήριξη, όπως και με τις προπονητικές οδηγίες. Ένας προπονητής που δίνει μεγάλη σημασία στη παροχή θετικής ανατροφοδότησης στους αθλητές, παρουσιάζει και μεγαλύτερη κοινωνική υποστήριξη προς αυτούς και ακριβέστερες προπονητικές οδηγίες για διόρθωση των λαθών. κ.α. Στο ίδιο συμπέρασμα οδηγήθηκε και η έρευνα της Ζέρδουλα (2016), όπου η δημοκρατική συμπεριφορά εμφάνισε υψηλή θετική σχέση με την κοινωνική υποστήριξη και τη θετική ανατροφοδότηση. Προπονητές με αυξημένη αυτοπεποίθηση φαίνεται επίσης να λαμβάνουν υπόψιν τους περισσότερους εξωτερικούς παράγοντες προκειμένου να αποφασίσουν αν θα δεχθούν ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα τους.

Τα αποτελέσματα έδειξαν επίσης τις γυναίκες να παρουσιάζουν περισσότερους προβληματισμούς ως προς τις δυσκολίες που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ατόμων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης. Αυτό έρχεται σε αντίθεση με τα ευρήματα αντίστοιχης μελέτης που είχε στόχο να καταγράψει τις αντιλήψεις προπονητών Tae kwon do σχετικά με την ένταξη ατόμων με αναπηρία σε τμήματα συνεκπαίδευσης με άτομα χωρίς αναπηρία, όπου οι γυναίκες παρουσίασαν πιο θετικές στάσεις ως προς την αποδοχή ασκούμενων με αναπηρία στην ομάδα τους από ότι οι άνδρες (Τζέλη, 2022). Η διαφορά αυτή αποδόθηκε στο μητρικό ένστικτο της γυναίκας που χαρακτηρίζεται από ανιδιοτέλεια, φροντίδα και αγάπη. Ωστόσο, λόγω της διαφοράς στο περιβάλλον ένταξης αφού τα γήπεδα καθιστού και ολυμπιακού βόλεϊ διαθέτουν διαφορετικές προδιαγραφές, η προπόνηση θα γίνεται παράλληλη, δημιουργώντας ενδεχομένως συνθήκες πιο ευνοϊκές για τους άνδρες προπονητές που

φαίνεται να είναι πιο αποδοτικοί σε μια παράλληλη δομημένη προπόνηση από ότι σε ένα ενοποιημένο περιβάλλον ένταξης.

Ως προς την ηλικία των προπονητών, φάνηκε ότι οι προπονητές ηλικίας 19 με 35 χρονών διακατέχονταν από περισσότερους προβληματισμούς ως προς τις δυσκολίες που μπορεί να προκύψουν σε ένα περιβάλλον ένταξης ατόμων με και χωρίς αναπηρία σε σύγκριση με προπονητές ηλικίας 36 με 55 χρονών. Αυτή η διαφορά, ενδεχομένως να οφείλεται και στην προπονητική εμπειρία. Προπονητές μεγαλύτεροι σε ηλικία είναι πιο πιθανό να κατέχουν και περισσότερα χρόνια προπονητικής εμπειρίας και κατ' επέκταση να έχουν προπονήσει ασκούμενους με αναπηρία, καλλιεργώντας μεγαλύτερη εξοικείωση με ένα περιβάλλον ένταξης.

Η αυτοπεποίθηση και οι εξωτερική επιρροή των προπονητών φαίνεται να επηρεάζεται από τη προπονητική τους εμπειρία σε αθλητές με αναπηρία. Παρόλο που ένα μικρό ποσοστό των συμμετεχόντων- προπονητών είχε προπονητική εμπειρία σε ασκούμενους με αναπηρία (18.8%), διέθεταν μεγαλύτερη σιγουριά και αυτοπεποίθηση στο να διδάξουν ξανά ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα τους, ενώ παράλληλα λαμβάνουν υπόψιν τους περισσότερους εξωτερικούς παράγοντες προκειμένου να αποφασίσουν αν θα δεχθούν ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα τους, καθώς γνωρίζουν τις απαιτήσεις που έχει η προπόνηση σε τέτοιο περιβάλλον. Προηγούμενες έρευνες (Loules, Christakis, Krommidas, Kokaridas, & Tzachristos, 2023; Avramidis & Kalyva, 2007) συνδέουν τη προηγούμενη διδακτική εμπειρία και τις στάσεις απέναντι σε ένα περιβάλλον ένταξης, με τους προπονητές που διέθεταν εμπειρία να έχουν πιο θετικές στάσεις προς την ένταξη.

Επιπλέον, προπονητές που δεν είχαν προπονήσει ασκούμενους με κινητική αναπηρία στο παρελθόν διέθεταν περισσότερους προβληματισμούς ως προς τα εμπόδια που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη αθλητών με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης. Η σημασία της προηγούμενης προπονητικής εμπειρίας αποτυπώνεται μέσα και από άλλες έρευνες, όπως σε αντίστοιχη έρευνα που έχει πραγματοποιηθεί με στόχο την καταγραφή των στάσεων Ελλήνων προπονητών απέναντι στην ένταξη κατέγραψε ότι μόνο οι γνώσεις από σεμινάρια, μεταπτυχιακά κ.α. παρόλο που είναι χρήσιμες, δεν αρκούν. Χρειάζεται η πρακτική εξάσκηση προκειμένου να καλλιεργηθούν και να αφομοιωθούν στην πράξη, αυτά που μαθαίνονται (Τζιανοπούλου, 2020). Ακόμα, προπονητές που διέθεταν γνώσεις για να

ανταποκριθούν στις εκπαιδευτικές ανάγκες των ασκούμενων με αναπηρία ή εργαζόνταν σε μονάδες ένταξης, διαθέτοντας κατά αυτόν τον τρόπο εμπειρία, εξέφρασαν θετικές στάσεις προς την ένταξη σε σύγκριση με εκείνους που είχαν μικρή έως καθόλου εμπειρία ένταξης (Loules, Christakis, Krommidas, Kokaridas, & Tzachristos, 2023; Avramidis & Kalyva, 2007) επιβεβαιώνοντας τα παραπάνω συμπεράσματα.

Ακόμα, προπονητές που είχαν προπονήσει στο παρελθόν αθλητές με κινητική αναπηρία στην ομάδα τους, εμφάνιζαν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στο τρόπο διδασκαλίας τους, λάμβαναν υπόψιν τους περισσότερους εξωτερικούς παράγοντες προκειμένου να δεχθούν έναν ασκούμενο με κινητική αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης και διέθεταν περισσότερες θετικές στάσεις ως προς τα οφέλη ένταξης των αθλητών σε ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς, σε σύγκριση με αυτούς που δεν είχαν προπονήσει ασκούμενους με κινητική αναπηρία στο παρελθόν. Αυτό επιβεβαιώνεται και από έρευνα που είχε πραγματοποιηθεί για να καταγράψει τις στάσεις και την αποτελεσματικότητα προπονητών κολύμβησης ως προς την ένταξη κολυμβητών με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος, που ανέδειξε ότι προπονητές με προηγούμενη εμπειρία σε ασκούμενους στο φάσμα διέθεταν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στο τρόπο διδασκαλίας τους (Κασαγιάννη, 2022), καθώς και από την σύνδεση μεταξύ προπονητικής εμπειρίας και θετικών στάσεων προς την ένταξη που καταγράφηκε παραπάνω (Avramidis & Kalyva, 2007).

Σε σχέση με τα έτη προπονητικής εμπειρίας και την περιοχή που δραστηριοποιείται ο κάθε προπονητής δεν αναδείχθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Αυτό το αποτέλεσμα συμφωνεί και με έρευνα που εξέταζε τις διαφορές μεταξύ των αντιλήψεων των προπονητών για τις ανάγκες των παιδιών με αναπηρία και την τοποθεσία από βρίσκονταν ο σύλλογος που δραστηριοποιούνταν, όπου δεν αναδείχθηκαν σημαντικές διαφορές (Τζέλη, 2022).

Εξετάστηκαν επίσης οι παράγοντες με βάση την επιμόρφωση που είχαν λάβει στην ειδική φυσική αγωγή. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι προπονητές που είχαν λάβει κάποια επιμόρφωση, όπως παρακολούθηση μαθήματος κατά την διάρκεια των σπουδών τους κλπ., που είχαν κάνει μεταπτυχιακό στην ειδική φυσική αγωγή ή είχαν επιλέξει αυτήν την εξειδίκευση υιοθετούσαν πιο πολύ δημοκρατική συμπεριφορά, λαμβάνοντας υπόψιν την άποψη των παικτών στις προπονητικές διαδικασίες, σε

αντίθεση με τους προπονητές που είχαν παρακολουθήσει κάποιο σεμινάριο ή δεν είχαν λάβει καμία επιμόρφωση.

Επιπλέον, προπονητές που έχουν ειδικότητα στην ειδική φυσική αγωγή δίνουν περισσότερη προσοχή στις προπονητικές οδηγίες σε σύγκριση με εκείνους, που έχουν παρακολουθήσει κάποια άλλη επιμόρφωση, όπως κάποιο μάθημα στην σχολή ή δεν έχουν λάβει καμία επιμόρφωση. Αυτό μπορεί να αποδοθεί στην φύση της ειδικής φυσικής αγωγής, όπου ο γυμναστής χρειάζεται να δώσει σαφείς οδηγίες με ακρίβεια λαμβάνοντας υπόψιν του τις ατομικές ιδιαιτερότητες του κάθε ασκούμενου. Ακόμα, παρακολουθεί διαρκώς τους αθλητές βρισκόμενος πάντα σε ετοιμότητα για τη ασφάλεια των παικτών με αναπηρία, παρέχοντας ανατροφοδότηση και καθοδήγηση. Η δεξιότητα αυτή, αποτελεί χρήσιμο εργαλείο για κάθε προπονητή είτε προπονεί σε ένα τυπικό περιβάλλον προπόνησης, είτε σε ένταξης.

Επιπροσθέτως, σε σχέση με την επιμόρφωση των προπονητών παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές και στο παράγοντα της εξωτερικής επιρροής. Πιο αναλυτικά, οι προπονητές που δεν έχουν λάβει καμία επιμόρφωση στην ειδική φυσική αγωγή λαμβάνουν υπόψιν τους περισσότερους εξωτερικούς παράγοντες προκειμένου να αποφασίσουν αν θα δεχθούν στην ομάδα τους ένα ασκούμενο με αναπηρία, σε σύγκριση με τους προπονητές με ειδικότητα στην ειδική φυσική αγωγή ή κάποιου άλλου είδους επιμόρφωσης όπως την παρακολούθηση αντίστοιχου μαθήματος στην σχολή κλπ. Αυτό μπορεί να οφείλεται στο ότι δεν διαθέτουν ενδεχομένως τις γνώσεις ώστε να δημιουργήσουν ένα αποτελεσματικά κατάλληλο περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς, έτσι δίνουν μεγαλύτερη σημασία στους εξωτερικούς παράγοντες για τη αποδοχή ασκούμενων με αναπηρία.

Σε σχέση με την κατηγορία της ομάδας που προπονούν οι συμμετέχοντες-εθελοντές παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των προπονητών που προπονούν ομάδες που αγωνίζονται στη Volley League και Α2 εθνική σε σύγκριση με τις υπόλοιπες κατηγορίες. Οι προπονητές που προπονούν ομάδες της Volley League φαίνεται να έχουν περισσότερους προβληματισμούς ως προς τις δυσκολίες που μπορεί να δημιουργήσει η ένταξη ασκούμενων με αναπηρία στο τυπικό περιβάλλον προπόνησης, ενώ από λιγότερους προβληματισμούς φαίνεται να διακατέχονται οι προπονητές που προπονούν ομάδες στην τοπική και Β κατηγορία. Οι περισσότεροι προβληματισμοί των προπονητών ομάδων υψηλής κατηγορίας μπορούν να αποδοθούν

στο υψηλό αγωνιστικό επίπεδο που διαθέτει η ομάδα τους που δημιουργεί πιο απαιτητικές συνθήκες για έναν ασκούμενο με αναπηρία.

Με βάση την κατηγορία διπλώματος που κατέχουν οι προπονητές από την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.) φάνηκε ότι οι προπονητές που δεν διαθέτουν δίπλωμα και προπονούν με βάση την αθλητική εμπειρία νιώθουν μεγαλύτερη σιγουριά και αυτοπεποίθηση στο να διδάσκουν ασκούμενους με αναπηρία στην ομάδα τους σε σύγκριση με προπονητές που διαθέτουν δίπλωμα Β, Γ και Α κατηγορίας. Εξαιτίας των περιορισμένων προγραμμάτων επιμόρφωσης πάνω στο αντικείμενο της ειδικής φυσικής αγωγής, πολλοί προπονητές βασίζονται περισσότερο στην εμπειρική γνώση, εφαρμόζοντας μια πρακτική αναστοχασμού (Taylor, Werthner, Culver, & Callary, 2015). Εκεί μπορεί να οφείλεται και η πηγή της αυτοπεποίθησης και σιγουριάς που διαθέτουν στο να διδάξουν αθλητές με αναπηρία. Ωστόσο, έρχεται σε αντίθεση με άλλες έρευνες που αποτύπωσαν δυσκολίες στην στρατολόγηση προπονητών σε περιβάλλοντα Paraspport, καθώς διέθεταν «φόβο για το άγνωστο» (Wareham et al., 2019; 2017).

Τέλος, οι προπονητές που κατέχουν δίπλωμα Β κατηγορίας παρουσίασαν μεγαλύτερη δημοκρατική συμπεριφορά σε αντίθεση με τους προπονητές που διαθέτουν δίπλωμα άλλων κατηγοριών. Αυτή η δυνατότητα του προπονητή να συμπεριλάβει την άποψη των παικτών στην διαμόρφωση του προπονητικού πλάνου καθορίζεται και από το αθλητικό επίπεδο που έχουν οι παίκτες. Για παράδειγμα μια προπόνηση σε μια ομάδα αρχάριου επιπέδου, όπου οι αθλητές είναι σε διαδικασία εκμάθησης βασικών δεξιοτήτων ή αντίθετα σε μια ομάδα που αποτελείται από αθλητές πολύ υψηλού επιπέδου, ο προπονητής συνήθως επιλέγει να ακολουθήσει ένα συγκεκριμένο πλάνο προπόνησης, προκειμένου να επιτευχθούν οι στόχοι της ομάδας, παρουσιάζοντας έτσι, μια λιγότερο δημοκρατική συμπεριφορά κατά την προπόνηση.

Συνοψίζοντας, οι προπονητές-συμμετέχοντες που διέθεταν προπονητική εμπειρία σε ασκούμενους με αναπηρία παρουσίαζαν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και σιγουριά να διδάξουν αθλητές με αναπηρία στην ομάδα τους, σε αντίθεση με τους προπονητές όπου δεν διέθεταν καμία προηγούμενη εμπειρία και διακατέχονταν από περισσότερους προβληματισμούς ως προς τα εμπόδια που θα συναντούσαν δουλεύοντας σε ένα περιβάλλον ένταξης. Περισσότερους προβληματισμούς φαίνεται να είχαν επίσης και προπονητές μικρότερης ηλικίας και ιδιαίτερα οι γυναίκες σε

αντίθεση με τους άνδρες. Ακόμα, η επιμόρφωση των προπονητών πάνω στην ειδική φυσική αγωγή φάνηκε να επηρεάζει την εξωτερική επιρροή, τις προπονητικές οδηγίες και τη δημοκρατική συμπεριφορά, με τους προπονητές που είχαν λάβει μετεκπαίδευση να παρουσιάζουν περισσότερο δημοκρατική συμπεριφορά και να δίνουν μεγαλύτερη προσοχής τις προπονητικές οδηγίες, ενώ δεν εντοπίστηκε καμία διαφορά με βάση τα έτη προπονητικής εμπειρίας και της περιοχής δραστηριοποίησης των προπονητών.

Η έρευνα είναι η πρώτη που αξιολογεί στον ελλαδικό χώρο τις αντιλήψεις των προπονητών πετοσφαίρισης ως προς προοπτική διδασκαλίας ασκούμενων με κινητική αναπηρία στην πετοσφαίριση καθιστών σε περιβάλλον ένταξης. Επιπλέον, η ανασκόπηση βιβλιογραφίας έδειξε ότι υπάρχει έλλειψη αντίστοιχων ερευνών στο διεθνή χώρο, επομένως η σύγκριση των αποτελεσμάτων της έρευνας με άλλες αντίστοιχες είναι δύσκολη, κάτι που αποτελεί περιορισμό της έρευνας. Μελλοντικές έρευνες με μεγαλύτερο δείγμα συμμετεχόντων θα μπορούσαν να εξετάσουν περαιτέρω το συγκεκριμένο ζήτημα με το ίδιο ή και άλλα αντίστοιχα εργαλεία μέτρησης με σκοπό μια πιο συστηματική καταγραφή των αντιλήψεων των προπονητών πετοσφαίρισης και τους παράγοντες που την επηρεάζουν, ως προς την διδασκαλία αθλητών με αναπηρίες στην πετοσφαίριση καθιστών που μόλις πρόσφατα άρχισε να αναπτύσσεται στην Ελλάδα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Allen. J. (1980). Jogging can decrease disruptive behaviors. *Teaching Expectational Children*, 12(2), 22-29.
- Allison, D. B., Basile, V. C., & McDonald, R. B. (1991). Brief report: Comparative effects of antecedent exercise and lorazepam on the aggressive behavior of an autistic man. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 21(1), 89–94.
- Amine, A. M., & Ahmed, Y. (2021) The role of the coach in creating positive trends towards sitting volleyball-Field study of teams of the first national division in the Algerian Federation for Disabled Sport.
- Avramidis, E., & Kalyva, E. (2007). *The influence of teaching experience and professional development on Greek teachers' attitudes towards inclusion. European journal of special needs education*, 22(4), 367-389.
- Bean, J. F., Vora, A., & Frontera, W. R. (2004). *Benefits of exercise for community-dwelling older adults. Archives of physical medicine and rehabilitation*, 85, 31-42.
- Carmeli, E., Bachar, A., & Merrick, J. (2009). *Blood parameters in adults with intellectual disability at rest and after endurance exercise. Res. Res in Sports Med.* 17:95–103.
- Casey, A., Boyd, C., & Mackenzie, S., (2012). *Dual-Energy X-Ray Absorptiometry to measure the effects of a thirteen-week moderate to vigorous aquatic exercise and nutritional education intervention on percent body fat in adults with intellectual disabilities from group home settings. J Hum Kinet.* 32:221–229.
- Cavedon, V., Brugnoli, C., Sandri, M., Bertinato, L., Giacobbi, L., Bolčević, F., ... & Milanese, C. (2022). *Physique and performance in male sitting volleyball players: implications for classification and training. PeerJ*, 10, e14013.
- Charalampos, S., Silva, C. F., & Kudlacek, M. (2015). *When sitting becomes sport: Life stories in sitting volleyball. European Journal of Adapted Physical Activity*, 8(1), 30-44.
- Chelladurai, P., & Saleh, S. (1980). *Dimensions of leader behavior in sports: Development of a Leadership Scale. Journal of Sport Psychology*, 2,34-45

- Chen, S., Wang, J., Jin, M., & Lao, K.O. (2007). *Motivation on sport participation in elite athletes with physical disabilities in Mainland China*. *Asian Journal of Exercise & Sport Science*, 4(1), 63-67.
- Coric, O., & Ljubotina, D. (2013). *Life quality of war veterans with physical disabilities playing sitting volleyball/Kvaliteta zivota ratnih veterana s tjelesnim invaliditetom koji igraju sjedecu odbojku*. *Studijski Centar Socijalnog Rada. Ljetopis*, 20(3), 387-415.
- Côté-Leclerc, F., Boileau Duchesne, G., Bolduc, P., Gélinas-Lafrenière, A., Santerre, C., Desrosiers, J., & Levasseur, M. (2017). *How does playing adapted sports affect quality of life of people with mobility limitations? Results from a mixed-method sequential explanatory study*. *Health and Quality of Life Outcomes*, 15, 1-8.
- Davis, W., R. (2011). *Teaching Disability Sport. A Guide for Physical Educators* (Επιμέλεια: Σκορδίλης Κ., Ε. & Καλύβας Β.) Αθήνα: Πεδίο
- Du Plessis, J. H., & Berteau, M. (2020). *The importance of prosthetic devices in sport activities for Romanian amputees who compete in Paralympic competitions*. *Medicina Sportiva: Journal of Romanian Sports Medicine Society*, 16(1), 3197-3204.
- Frank, J. S., & Patla, A. E. (2003). Balance and mobility challenges in older adults: Implications for preserving community. *American Journal of Preventive Medicine*, 25(2), 157-163. Retrieved November 1, 2018
- Grenier, M., & Kearns, C. (2012). *The benefits of implementing disability sports in physical education: A model for success*. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 83(4), 23-27.
- Hammond, A. M., Young, J. A., & Konjarski, L. (2014). Attitudes of Australian swimming coaches towards inclusion of swimmers with an intellectual disability: An exploratory analysis. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9(6), 1425-1436.
- Heward, W., L. (2009). *Exceptional Children, An Introduction to Special Education* (Μετάφραση Λυμπεροπούλου Χ.). Αθήνα, Ελλάδα: Τόπος (MOTIBO A.E.).
- Hopper C.A. (1986). *Socialization of wheelchair athletes*. In: *Sport and disabled athletes*. Champaign, IL Human Kinetics, 397-202.

- Horvat, M., French, R., & Henschen, K., (1986). *A comparison of the psychological characteristics of male and female able-bodies and wheelchair athletes*. *Paraplegia*, 24, 115-22.
- Jacobs, D.P., Roswal. G.M., Horaut, M.A., & Gorman, D.R. (1990). In G. Doll-Tepper, C. Dahms. B. Doll & H. Von Selzam (Eds.), *Adapted physical activity: An interdisciplinary Approach* (pp. 75-79). Berlin Heidelberg: Springer-Verlag.
- Katalin, K. (2008). *Injury-and sport-specific training for sportsman with disability-sitting volleyball players* (Doctoral dissertation, PhD Thesis. Summ. Semmelweis University).
- Kern. L., Koegel. R.L., & Dunlap, G. (1984). *The influence of vigorous versus mild exercise on autistic stereotyped behaviors*. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 14, 57-67.
- Kälbli, K. (2006). Sport or therapy? Time analyzing of sitting volleyball game. In *World Congress of Performance Analysis of Sport* (Vol. 7, p. 143).
- Loules, G., Christakis, A., Krommidas, C., Kokaridas, D., & Tzachristos, E. (2023). *GREEK SOCCER COACHES' ATTITUDES TOWARDS INCLUSION OF YOUNG ATHLETES WITH DISABILITIES*. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 9(5).
- Malone, L. A., Barfield, J. P., & Brasher, J. D. (2012). *Perceived benefits and barriers to exercise among persons with physical disabilities or chronic health conditions within action or maintenance stages of exercise*. *Disability and Health Journal*, 5(4), 254-260.
- Matthews L., Mitchell, F., & Stalker, K., (2016). *Process evaluation of the Walk Well study: a cluster-randomized controlled trial of a community-based walking program*. *BMC Public Health*. 16:13–620.
- McDermott, G., Brick, N. & Shannon, S. (2022). *Barriers and facilitators of physical activity in adolescents with intellectual disabilities: An analysis informed by the COM-B model.*: *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, Volume 35, Issue 3, Pages 800-825.
- McGimsey, J. F., & Favell, J. E. (1988). *The effects of increased physical exercise on disruptive behavior in retarded persons*. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 18(2), 167–179.

- Melville C., Mitchell, F., & Stalker, K., (2015). *Effectiveness of a walking programme to support adults with intellectual disabilities to increase physical activity. Walk well clusterrandomised controlled trial*. Int J Behav Nutr Phys Act. 12:125.
- Nzeyimana, C. (2019). Self-Confidence and Empowerment of Women with Physical Disability Through Sitting Volleyball Participation in Rwanda. Master's Thesis, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba.
- Ordonez F.J., & Camacho A, (2013). *Anti-inflammatory effect of exercise, via reduced leptin levels, in obese women with Down Syndrome*. Int J Sport Nutr Exerc Metab. 23:239–244.
- Ordonez, F.J., Rosety, M.A., & Camacho, A., (2014). *Aerobic training ~ improved low-grade inflammation in obese women with intellectual disability*. J Intellect Disabil Res. 58: 583–590.
- Ozer, D., Baran, F., Aktop, A., Nalbant, S., Aglamis, E., & Hutzler, Y., (2012). *Effects of a Special Olympics Unified Sports soccer program on psycho-social attributes of youth with and without intellectual disability*. Research in Developmental Disabilities, 33(1), 229–239
- Petrigna, L., Petta, A., Giustino, V., Leale, I., Pillitteri, G., Zangla, D., ... & Battaglia, G. (2022). *How physical fitness is evaluated in sitting volleyball players? A scoping review*. The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness.
- Pitetti K.H., & Tan D.M. (1991). *Effects of a minimally supervised exercise program for mentally retarded adults*. Med Sci Sports Exerc. 23:594–601.
- Protić, M., & Vučković, I. (2011). *The motives of players to engage in the sitting volleyball*. Exercise and Quality of Life, 3(1), 67-76.
- Protić, M., & Valkova, H. (2011). Psychosocial aspects of player's engagement to sitting volleyball. Coach, 1, 1-1.
- Rimmer JH, Braddock D, Marks B. 1995. *Health characteristics and behaviors of adults with mental retardation residing in three living arrangements*. Res Dev Disabil 16:489 -499
- Rosety-Rodriguez, M., Diaz, AJ., & Rosety, I., (2014). Exercise reduced inflammation: but for how long after training. J Intellect Disabil Res. 58:874–879.

- Taylor, S. L., P. Werthner, D. Culver, & B. Callary. 2015. "The Importance of Reflection for Coaches in Parasport." *Reflective Practice: International and Multidisciplinary Perspectives* 16 (2): 269–284.
- Tindall, D. (2013). Creating disability awareness through sport: exploring the participation, attitudes and perceptions of post-primary female students in Ireland. *Irish Educational Studies*, 32(4), 457-475.
- Vute, R. (2005). Self-perception of national team coaches in volleyball for the disabled. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica*, 35(1), 69-79.
- Wareham, Y., B. Burkett, P. Innes, and G. P. Lovell. 2017. "Coaching Athletes with Disability: Preconceptions and Reality." *Sport in Society* 20 (9): 1185–1202.
- Wareham, Y., B. Burkett, P. Innes, and G. P. Lovell. 2019. "Sport Coaches' Education, Training and Professional Development: The Perceptions and Preferences of Coaches of Elite Athletes with Disability in Australia." *Sport in Society* 21 (12): 2048–2067.
- World Health Organization (WHO). (2001). *International Classification of Functioning, Disability, and Health: ICF-CY*. World Health Organization.
- Yazicioglu K, Yavuz F, Goktepe AS, Tan AK. (2012). Influence of adapted sports on quality of life and life satisfaction in sport participants and non-sport participants with physical disabilities. *Disabil Health J*. 2012; 5(4):249-53.
- Yüksel, M. F., & Sevindi, T. (2018). *Physical fitness profiles of sitting volleyball players of the Turkish national team*.
- Αγγελονίδης, Ι., Ζέρβας, Ι., Κάκκος, Β., & Ψυχουντάκη, Μ. (1996). Εγκυρότητα και αξιοπιστία της Κλίμακας Ηγεσίας στον αθλητισμό-έκδοση προπομητού. Στο Ι. Θεοδωράκης & Α. Παπαϊωάννου (Επιμ.), Πρακτικά 1ου Διεθνούς/ 4ου Πανελληνίου Συνεδρίου Αθλητικής Ψυχολογίας (σελ. 232-237). Κομοτηνή.
- Ασβεστά, Ε. Α. (2022). *Ψυχολογικά οφέλη των ατόμων με αναπηρία από τη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες* (Μεταπτυχιακή Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Γεωργακόπουλος, Χ. (2022). *Η επίδραση της άσκησης στο νερό στη σωματική υγεία, ψυχική ευεξία και κοινωνική ενσωμάτωση ατόμων με αναπηρία: απόψεις και αντιλήψεις κολυμβητών Αμεα*. (Μεταπτυχιακή Διατριβή: Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου)

- Δάικος, Ζ. (2018). Αξίες και ιδεώδη της ολυμπιακής παιδείας. Εφαρμογή ενός προγράμματος στο ειδικό δημοτικό σχολείο Νέας Προποντίδας Χαλκιδικής.
- Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (2022) Retrieved November 2022 from <https://www.paralympic.gr/η-επιτροπή/σκοποί-στόχοι/>
- Καραουλάκη, Α. (2013). Ιστορική ανασκόπηση και περιγραφή των Παραολυμπιακών αθλημάτων (Διπλωματική Εργασία). Διαθέσιμο από: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.
- Κασαγιάννη, Ε. Γ. (2022). Στάσεις και αυτοαποτελεσματικότητα προπονητών κολύμβησης ως προς την ένταξη κολυμβητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (Μεταπτυχιακή Διατριβή: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Κοκαρίδας, Δ. (2010). Άσκηση και αναπηρία: εξατομίκευση, προσαρμογές και προοπτικές ένταξης. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Κοκαρίδας, Δ. (2021). Ειδική Φυσική Αγωγή. Θεσσαλονίκη, Ελλάδα: Αφοί Κυριακίδη
- Κούτκα, Σ. Μ. (2015). Τα οφέλη της σωματικής δραστηριότητας στα άτομα με ειδικές ανάγκες (Bachelor's thesis).
- Μενεμισιάδου, Π. (2010). Κύρια Χαρακτηριστικά Της Ιστορικής Εξέλιξης Των Παραολυμπιακών Αγώνων (Μεταπτυχιακή Διατριβή). Διαθέσιμο από: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Μίχος, Δ. (2022). Η επίδραση του κλασικού αθλητισμού στην αντιλαμβανόμενη ποιότητα ζωής των ατόμων με αναπηρία. Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία: Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου.
- Νταϊλιάνη, Ζ. Α. (2012). Χαρακτηριστικά και απόψεις των θεατών των Παραολυμπιακών Αγώνων «Πεκίνο 2008» (Doctoral dissertation, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Παναγιώτου, Α. Κ. (2011). Αποτελεσματικότητα του προγράμματος " Παραολυμπιακή Ημέρα στα Σχολεία" στην αλλαγή στάσης μαθητών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ως προς την ένταξη παιδιών με αναπηρία στις τάξεις φυσικής αγωγής (Doctoral dissertation, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Παπουτσή, Ε. (2019). Η στάση αθλητών κλασικού αθλητισμού απέναντι στην ενσωμάτωση αθλητών με αναπηρία, μετά από πρόγραμμα παρέμβασης

(Μεταπτυχιακή Διατριβή). Διαθέσιμο από: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

- Παταρίδου, Λ. (2008). Ειδική φυσική αγωγή σε παιδιά με ειδικές ανάγκες στο σχολείο. Πτυχιακή Εργασία.
- Τζέλη, Κ. Β. (2022). Η διερεύνηση της αντίληψης προπονητών Tae kwon do σχετικά με την ένταξη ατόμων με αναπηρία σε τμήματα συνεκπαίδευσης με άτομα χωρίς αναπηρία (Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης).
- Τζιανοπούλου, Φ. (2020). Αντιλήψεις προπονητών σχετικά με την άσκηση και ένταξη αθλητών με νοητική αναπηρία (Bachelor's thesis).
- Ζέρδιλα, Δ. (2022). Σχέσεις ικανοποίησης αθλητών/τριών επιτραπέζιας αντισφαίρισης, ηγετικής συμπεριφοράς προπονητών και αντιλαμβανόμενης από τους αθλητές τους.

ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ

1. WIKIPEDIA: Ludwig Guttman.
Ιστοσελίδα: https://en.wikipedia.org/wiki/Ludwig_Guttman
2. Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (Ε.Π.Ε.)
Ιστοσελίδα: <https://www.paralympic.gr/>
3. International Paralympic Committee (IPC)
Ιστοσελίδα: <https://www.paralympic.org/>
4. WIKIPEDIA: Disability sport classification
Ιστοσελίδα:
https://en.wikipedia.org/wiki/Disability_sport_classification
5. Υπουργός Επικράτειας: Διαδικτυακός τόπος διαβουλεύσεων
Ιστοσελίδα: <http://www.opengov.gr/ypgp/?p=606>
6. Εθνική Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία
Ιστοσελίδα: <https://www.eaom-amea.gr/portal/>

7. Special Olympics Hellas

Ιστοσελίδα: <https://www.specialolympicshellas.gr/>