



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Καρνές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr

Παιδαγωγική της Φυσικής Αγωγής Ι

Γοροζίδης, Γ., Τζιουμάκης, Ι., Κρομμύδας, Χ., & Παπαϊωάννου, Α.

12^ο Μάθημα



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
**Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση**
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Καρνές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr

Δίκτυο Συνεργασίας Εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής (ΣΥΝ.Ε.Φ.Α)

ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





12) Ο Ρόλος των Γονέων στην Προώθηση της ΦΔ των Μαθητών/τριών

**ΣΥΝ.Ε.Φ.Α
2018-19**



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
**Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση**
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





Ποιος είναι ο ρόλος των γονέων στην προώθηση της ΦΔ των μαθητών/τριών;



- Οι γονείς σε πολύ σημαντικό βαθμό, μαζί με τους ΕΦΑ, επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές/τριες αντιλαμβάνονται και αντιμετωπίζουν την ΦΔ.



Πως οι γονείς επηρεάζουν τα παιδιά τους;

- ★ με το να είναι πρότυπα, π.χ. συμμετέχοντας οι ίδιοι σε αθλητικές δραστηριότητες.
- ★ παρέχοντας συναισθηματική υποστήριξη και ευκαιρίες για θετικές αθλητικές εμπειρίες στα παιδιά τους
- ★ δίνοντάς τους μηνύματα σχετικά με την αξία της συμμετοχής στον αθλητισμό και την αθλητική τους ικανότητα, ερμηνεύοντας τις εμπειρίες των παιδιών τους

(Fredericks & Eccles, 2004; 2005)



Ο ρόλος των γονέων στην προώθηση της ΦΔ των μαθητών/τριών;



- Οι γονείς, εκτός από διαδικαστικά θέματα (διαμόρφωση ελεύθερου χρόνου των μαθητών/τριών, επιλογή δραστηριοτήτων, κτλ), διαμορφώνουν αποφασιστικά και το κλίμα εκείνο μέσα στο οποίο η ΦΔ αποτελεί ένα σημαντικό μέρος της ζωής τους ή αντίθετα, αποτελεί χάσιμο χρόνου ή/και μια βαρετή διαδικασία.
- Από την άλλη, οι γονείς μπορεί να αποδειχθούν ένας παράγοντας που συντελεί στην αποφυγή της ΦΔ από πλευράς των μαθητών/τριών, καθώς αποδεικνύονται αρκετά παρεμβατικοί και εστιάζουν σε περισσότερο μετρήσιμα αποτελέσματα από την ΦΔ & όχι σε ποιοτικά χαρακτηριστικά της ΦΔ που αποτελούν την ουσία.



Πως οι γονείς μπορούν να υποστηρίξουν την συμμετοχή των παιδιών τους σε ΦΔ;

Παροχή υποστήριξης από γονείς στα παιδιά τους για συμμετοχή σε ΦΔ:

- 1. παρέχοντας ενθάρρυνση-εμπύχωση**
- 2. συμμετέχοντας από κοινού σε ΦΔ, συν-ασκούμενοι γονιός-παιδί**
- 3. επαινώντας το παιδί επειδή είναι δραστήριο**
- 4. παρακολουθώντας το παιδί να συμμετέχει σε ΦΔ**
- 5. παρέχοντας μετακίνηση σε μέρη όπου το παιδί μπορεί να κάνει ΦΔ**
- 6. παρακολουθώντας τα επίπεδα ΦΔ του παιδιού**
- 7. παρέχοντας στο παιδί εξοπλισμό για ΦΔ**
- 8. δίνοντας το καλό παράδειγμα/πρότυπο - ασκούμενοι οι ίδιοι**

(Yao & Rhodes, 2015)



Πως θα προσεγγίσουμε τους γονείς να βοηθήσουν;

★ Το παρόν υλικό σε συνδυασμό με το υλικό των 2 πρώτων ενοτήτων

(1) Τα Οφέλη της Φυσικής Δραστηριότητας στην Υγεία

(2) Η σημασία - αξία της Φυσικής Αγωγής...

★ αποτελεί μια εργαλειοθήκη για τους ΕΦΑ,

ώστε να προσεγγίσουν τους γονείς των μαθητών/τριών και να τους καταστήσουν συμμάχους στην προώθηση της ΦΔ των παιδιών τους.



Τι μπορεί να προσφέρει η άσκηση & ΦΔ στα παιδιά;

- 1. Βελτίωση των φυσικών του ικανοτήτων*
- 2. Βελτίωση της υγείας του*
- 3. Υιοθέτηση ενός δραστήριου τρόπου ζωής*

Οφέλη για την ψυχική υγεία των παιδιών

- **Αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση**
- **Αγάπη για το παιχνίδι**
- **Ικανότητα να συνεργάζεται και να απολαμβάνει ότι είναι μέλος μιας ομάδας**
- **Σεβασμός στον ΕΦΑ/προπονητή του, στους συμμαθητές/τριες του**
- **Αίσθηση αυτονομίας καθώς μπαίνουν στην εφηβεία**
- **Ικανότητα να διαχειρίζονται με θετικό τρόπο τη νίκη ή την ήττα**



Μήπως η συμμετοχή στη ΦΔ μειώσει την απόδοση στο σχολείο;





Αντιθέτως...

➤ Πρόσφατες έρευνες έχουν δείξει ότι η τακτική άσκηση έχει θετικές επιδράσεις στη γνωστική ανάπτυξη των παιδιών.

➤ Η συμμετοχή στον αθλητισμό βοηθάει τα παιδιά να:

→ θέτουν καθαρούς & ρεαλιστικούς στόχους,

→ να διαπιστώσουν ότι οι ικανότητες αναπτύσσονται μέσα από εξάσκηση και σκληρή δουλειά και

→ να επικοινωνούν αποτελεσματικότερα με τους ανθρώπους.

Όλα αυτά συντελούν στην καλύτερη επίδοση των παιδιών στο σχολείο.





Ωστόσο, έχουν όλα τα παιδιά ευχάριστες εμπειρίες από την Φυσική Δραστηριότητα;



Το «κλίμα» που βιώνει ένας νεαρός μαθητής/τρια είναι μια σύνθεση παραγόντων

- **Οι γονείς επίσης επηρεάζουν τα βιώματα των παιδιών τους**





Αλλά...

- Αν μέσα από την ΦΔ τα παιδιά μάθουν να επιζητούν την προσωπική προβολή και τη νίκη με κάθε τρόπο, τότε το ενδιαφέρον τους εστιάζεται στην εικόνα του εαυτού τους και στα εξωτερικά κίνητρα.
- Αυτό μακροπρόθεσμα μπορεί να έχει αρνητικές συνέπειες στο ενδιαφέρον για μάθηση και στις επιδόσεις τους.



Γιατί το παιδί μου δεν απολαμβάνει την ΦΔ;



- Υπάρχουν παιδιά που δεν αντιλαμβάνονται τις θετικές συνέπειες του αθλητισμού και της άσκησης.
- Υπάρχουν παιδιά που θεωρούν το να κάνουν ΦΔ είναι περισσότερο αγχωτικό παρά διασκεδαστικό, φοβούνται να κάνουν λάθος και φοβούνται την ήττα.
- Ορισμένα από αυτά τα παιδιά πιστεύουν ότι η νίκη είναι πάνω από όλα.
- Αντί λοιπόν η ΦΔ να βοηθά τα παιδιά να νιώθουν καλύτερα με τον εαυτό τους, μπορεί να μειώσει την αίσθηση της αυτο-αξίας μερικών από αυτά.





Παρακίνηση για ΦΔ

Βασικό ποιοτικό χαρακτηριστικό της συμμετοχής σε ΦΔ είναι η παρακίνηση:

❖ Τι είναι η παρακίνηση;

- Η λέξη «κίνητρο» προέρχεται από την «κίνηση». Ως εκ τούτου, η μελέτη της παρακίνησης είναι η μελέτη της δράσης
- Αφορά στο «ΠΟΣΟ», στο «ΠΡΟΣ ΠΟΙΑ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ» αλλά κυρίως στο «ΓΙΑΤΙ» της συμπεριφοράς μας
- Η παρακίνηση αντικατοπτρίζεται στον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές/τριες σκέφτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται
- Η παρακίνηση σχετίζεται με το πώς σκεφτόμαστε για τον εαυτό μας και τους άλλους



Μαθητές/τριες - Παίκτες
που έχουν στόχο
“ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ” ...

Παρουσιάζουν/Εμφανίζουν ΥΨΗΛΟΤΕΡΗ:

- ✓ Ευχαρίστηση, ικανοποίηση, ενδιαφέρον
- ✓ Εσωτερική παρακίνηση
- ✓ Αυτοεκτίμηση
- ✓ Θετική αντίληψη σχετικά με την ποιότητα της διδασκαλίας και την υποστήριξη που προσφέρει ο ΕΦΑ
- ✓ Αντιλαμβανόμενη βελτίωση στην απόδοση
- ✓ Ομαδική δουλειά και ομαδικό πνεύμα
- ✓ Ανάπτυξη δεξιοτήτων



**Μαθητές/τριες - Παίκτες
που έχουν στόχο
“ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟΙ” ...**

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΥΝ ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΗ:

- Ευχαρίστηση, ικανοποίηση, ενδιαφέρον
- Αυτοεκτίμηση
- Εσωτερική παρακίνηση

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΥΝ ΥΨΗΛΟΤΕΡΗ:

- ✓ Ετερο-αναφερόμενη αυτοαξία
- ✓ Εξωτερική παρακίνηση
- ✓ Φόβο αποτυχίας
- ✓ Άγχος και εξουθένωση
- ✓ Ποσοστά εγκατάλειψης της άσκησης



Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς;

- *Εμφυσήστε την αξία της προσπάθειας*
- *Εμφυσήστε την αξία της ατομικής βελτίωσης*
- *Αποφύγετε τη λογική της σύγκρισης και της νίκης*
- *Πρωθήστε την ευχαρίστηση από τη συμμετοχή στην ΦΔ*
- *Ρωτήστε αν η ΦΔ ήταν ευχάριστη*
- *Τονίστε ότι πάνω απ' όλα η ΦΔ είναι παιχνίδι*
- *Ενθαρρύνετε τη συνεργασία με τους συμμαθητές τους*
- *Ενθαρρύνετε τα να ελέγχουν το θυμό τους & τον εκνευρισμό τους*



Αν το παιδί σας αναφέρει ότι έχει προβλήματα (π.χ. με τον προπονητή/ΕΦΑ ή με άλλα παιδιά)



- Ακούστε προσεκτικά το πρόβλημα ζητώντας διευκρινίσεις. Συνήθως δεν είμαστε καλοί στο να ακούμε.
- Μην επέμβετε αλλά βοηθήστε και ενθαρρύνετε το παιδί να βρει μόνο του λύση στο πρόβλημα.
- Διαβεβαιώστε το ότι θα υποστηρίξετε τις αποφάσεις του.
- Ζητήστε του να εκφράσει το ίδιο με σαφήνεια το πρόβλημα στον προπονητή/ΕΦΑ.





Το να μάθουμε να ακούμε τα παιδιά είναι το κλειδί για να μπορούμε πραγματικά να τα βοηθήσουμε





🗨️ ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ 🗨️	👍 ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ 👍
<p>Μπορείς να γίνεις ο καλύτερος Είσαι σίγουρα ο καλύτερος απ' όλους</p>	<p>Μπορείς να βελτιωθείς Είσαι από τους αθλητές της ομάδας που καταβάλλουν τη μεγαλύτερη προσπάθεια</p>
<p>Σήμερα έπαιξες πολύ καλύτερα από τον Κώστα</p>	<p>Σήμερα που έπαιξες αντίπαλος με τον Κώστα ήσουν πολύ συγκεντρωμένος</p>
<p>Θα μιλήσω στον ΕΦΑ σου</p>	<p>Μπορείς να μιλήσεις στον προπονητή- ΕΦΑ σου, και αν θέλεις μπορώ να είμαι παρών</p>



Οι δικές μας εκφράσεις έχουν επίδραση στο «πώς σκέφτονται τα παιδιά»

- Ποιος κέρδισε στον αγώνα;
- Ποιος έβαλε τους περισσότερους πόντους;
- Τους «σκίσατε»;



- Έμαθες κάτι καινούργιο στο παιχνίδι σήμερα;
- Βελτίωσες κάποιο αδύνατό σου σημείο;
- Ευχαριστηθήκατε το παιχνίδι;



Στη συνέχεια, αυτές οι σκέψεις επηρεάζουν την ευχαρίστηση που βιώνουν, τις στάσεις τους για διάφορα θέματα, τα συναισθήματά τους, τα πιστεύω τους για τον εαυτό τους...





Έχουν και τα παιδιά άγχος;





Ας δούμε μερικές αλήθειες...

- Το άγχος είναι ένα μέρος της ζωής και της ανάπτυξης
- Τα παιδιά αντιμετωπίζουν πολλές στρεσογόνες καταστάσεις και μπορεί να αυξηθεί το άγχος τους όπως & στους ενήλικες
- Τα παιδιά αντιδρούν με τους δικούς τους απρόβλεπτους τρόπους





**Τα παιδιά δεν έχουν την ωριμότητα να καταλάβουν
ότι αυτό που τους στρεσάρει σήμερα,
μπορεί να μην είναι σημαντικό αύριο**





Τι αγχώνει τα παιδιά;

- **Η συμμετοχή σε ανταγωνιστικές δραστηριότητες**
- **Η σύγκριση με τους άλλους**
- **Η αγωνία για το αν θα τα καταφέρουν**
- **Η αγωνία για το αν είναι ικανά**
- **Τι θα πουν άλλα άτομα που θεωρούν σημαντικά**



Το σπουδαιότερο...

- Όταν αντιλαμβάνονται ότι θα βρεθούν σε μια κατάσταση όπου θα κριθεί η ικανότητά τους όχι σε σύγκριση με την προηγούμενη δική τους επίδοση, αλλά σε σύγκριση με την επίδοση των άλλων
- Όταν δίνουμε ιδιαίτερη έμφαση στη σύγκριση της επίδοσης με αυτή των άλλων



🗨️ ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ 🗨️

👍 ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ 👍

Είμαι σίγουρος ότι θα νικήσεις

Ξέρω ότι μπορείς να παίζεις τόσο καλά όσο στην προπόνηση

Πρέπει να πάρεις το κύπελλο

Πρέπει να προσπαθήσεις πολύ στους αγώνες

Αν βάλεις γκολ ο προπονητής θα σε βάλει βασικό στον επόμενο αγώνα

Οι αγώνες αυτοί είναι μια ευκαιρία για να βελτιώσεις το παιχνίδι σου

Αν πας καλά στους αγώνες θα σου πάρω μια καινούργια μπάλα

Είμαι περήφανος για την προσπάθεια που κατέβαλες μέχρι τώρα στις προπονήσεις

Ο αγώνας είναι μια ευκαιρία να δείξεις σε όλους τι αξίζεις

Ο αγώνας είναι μια ευκαιρία για να εφαρμόσεις ότι έμαθες στις προπονήσεις

Να έχεις το νου σου, πρέπει να είσαι συνεχώς συγκεντρωμένος στον αγώνα

Να παίζεις για να περάσεις ευχάριστα με τους φίλους σου



Κατά την διάρκεια της ΦΔ...

- **Αποφύγετε να δώσετε τεχνικές οδηγίες** στο παιδί αμέσως πριν από την έναρξη της ΦΔ. Ο/η ΕΦΑ/προπονητής θα το κάνει αυτό καλύτερα.
- **Αποφύγετε επίσης να προσπαθήσετε να ‘ανεβάσετε’ ψυχολογικά** τον νεαρό μαθητή/αθλητή. Είναι προτιμότερο να τον/την αφήσετε να συγκεντρωθεί απερίσπαστος/η.
- **Παρακολουθήστε την δραστηριότητα μόνο αν συμφωνεί το παιδί σας.** Έρευνες έχουν δείξει ότι σε πολλά παιδιά η παρουσία συγγενών τους τους προκαλεί άγχος. Ρωτήστε το παιδί σας για αυτό το θέμα και σεβαστείτε την επιθυμία του.



Κατά την διάρκεια της ΦΔ...



- **Μη βιντεοσκοπείτε την ΦΔ.** Συνήθως αυτό προσθέτει μια πηγή απόσπασης της προσοχής. Μπορείτε όμως να κρατήσετε στατιστικά στοιχεία.
- **Αποφύγετε να εκδηλώνεστε έντονα.** Είναι σίγουρο ότι θα έχετε κάποια έντονα συναισθήματα καθώς συμμετέχετε στην προσπάθεια του παιδιού σας αλλά μην προσθέσετε μια πηγή απόσπασης της προσοχής στην προσπάθεια των αγωνιζομένων να συγκεντρωθούν.
- **Αν υπάρχει αδικία μην προσπαθήσετε να επέμβετε.** Το μόνο που θα καταφέρετε είναι να φορτίσετε την ατμόσφαιρα. Συζητήστε το θέμα μετά τον αγώνα με τον/την προπονητή/τρια και με τον/την αθλητή/τρια.



Η πρόκλησή μας...

Η εξάπλωση του φαινομένου της παχυσαρκίας οδηγεί σε
άλλα, σοβαρότερα, προβλήματα υγείας

**Δραστήρια παιδιά σημαίνει
υγιή παιδιά**



Πρακτική αξιοποίηση εκπαιδευτικού υλικού



- ★ **Διοργάνωση ενημερωτικής εκδήλωσης π.χ., “ΑΣΚΗΣΗ & ΥΓΕΙΑ”**
ώστε να γίνει συζήτηση με τους γονείς για
 - τις κατευθυντήριες οδηγίες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) για συμμετοχή σε ΦΔ
 - τα οφέλη της άσκησης στην υγεία και την ποιότητα ζωής
- Οργανώστε μια απλή εκδήλωση για την Άσκηση προσκαλώντας τους γονείς τους/τις μαθητές/τριες & και τους εκπαιδευτικούς
- Στείλτε ένα ενημερωτικό δελτίο με τις κατευθυντήριες οδηγίες του ΠΟΥ
- Διαδώστε πληροφορίες στα κοινωνικά δίκτυα, σχετικά με τη Φυσική δραστηριότητα & την υγεία (π.χ. ομάδα γονέων σχολείου στο Facebook)



Προτάσεις για συμμετοχή των γονέων

- ★ **Διοργάνωση “Ημέρας αθλητισμού γονέων-παιδιών”** (*“Ημέρα γονέα”*)
 - 1 Ιουνίου - Παγκόσμια Ημέρα Γονέων
 - 15 Μαΐου - Διεθνής Ημέρα Οικογένειας
 - 2η Κυριακή του Μαΐου - Παγκόσμια Ημέρα της Μητέρας
 - 3η Κυριακή του Ιουνίου - Παγκόσμια Ημέρα του Πατέρα

- ★ **Πρόσκληση γονέων στην “Πανελλήνια ημέρα σχολικού αθλητισμού” & διοργάνωση αθλητικών δραστηριοτήτων για γονείς/εκπαιδευτικούς**

- ★ **Πρόσκληση γονέων για συμμετοχή στην “Τελική γιορτή του σχολείου” με διοργάνωση δραστηριοτήτων/παιχνιδιών για γονείς-παιδιά**

- ★ **Συνεργασία με τον σύλλογο γονέων-κηδεμόνων για την διοργάνωση τοπικών αθλητικών γεγονότων υγείας για όλους π.χ., “Δρόμος Υγείας” (με ποδήλατο ή με τα πόδια περπάτημα-τρέξιμο)**



Ενδεικτική Βιβλιογραφία - References

- Παπίστας, Φ., Μπαρκούκης, Β., Κοΐδου, Ε., & Τσορμπατζούδης, Χ. (2016). Η Σχέση των Αντιλήψεων των Γονέων για τη Φυσική Αγωγή και τη Φυσική Δραστηριότητα με την Υποστήριξη της Άσκησης των Παιδιών τους. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 14 (2), 36 – 48.
- Anderssen, N., Wold, B., Torsheim, T. (2006). Are parental health habits transmitted to their children? An eight year longitudinal study of physical activity in adolescents and their parents. *Journal of Adolescence*, 29, 513–524.
- Bentley, G. F., Goodred, J. K., Jago, R., Sebire, S. J., Patricia, J. Lucas, et al., (2012). Parents' views on child physical activity and their implications for physical activity parenting interventions: a qualitative study. *BMC Pediatrics*, 12, 180.
- Bois, J. E., Sarrazin, P. G., Brustad, R. J., Trouilloud, D., & Cury, F. (2005). Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modeling behaviours and perceptions of their child's competence. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 381-397.
- Diacin, M., DeSensi, J. T. (2013). Parents' value assessments, outcome expectations and support towards their child's recreational sport participation experiences. *The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Re-search*, 2, 1-12.
- Edwardson, C. L., & Gorely, T. (2010). Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 522-535.
- Fredericks, J. A., & Eccles, J. S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 144-164). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Fredricks, J., & Eccles, J. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 3-31.
- Hofer, W. R., McKenzie, T. L., Sallis, J. F., Marshall, S. J., & Conway, T. L. (2001). Parental provision of transportation for adolescent physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 21, 48-51.
- Leary, J. M., Lilly, C. L., Dino, G., Loprinzi, P. D., & Cottrell, L. (2013). Parental influences on 7-9 year olds' physical activity: A conceptual model. *Preventive Medicine*, 56, 341-344.
- Loprinzi, P. D., & Trost, S. G., (2010). Parental influences on physical activity behavior in preschool children. *Preventive Medicine*, 50, 129–133.
- O'Connor, T. M., Jago, R., & Baranowski, T. (2009). Engaging parents to increase youth physical activity a systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 37, 141-149.
- Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The importance of parents' behavior in their children's enjoyment and amotivation in sports. *Journal of Human Kinetics* volume, 36, 169-177.
- Yao, C. A., & Rhodes, R. E. (2015). Parental correlates in child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 12(1), 10.



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Καρνές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr

Δίκτυο
Συνεργασίας Εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής
(ΣΥΝ.Ε.Φ.Α)



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

