



# Πρακτικά Συνεδρίου

1<sup>ο</sup> Συνέδριο για την Ελληνική Πετοσφαίριση

"Διεθνείς τάσεις της Πετοσφαίρισης  
και οι προοπτικές της στην Ελλάδα"

14-15 Μαΐου 2016    Αθήνα



Ιστοσελίδα Συνεδρίου: [info@hellasvolley.gr](mailto:info@hellasvolley.gr)

**Σύλλογος Φίλων Ελληνικών Εθνικών Ομάδων Πετοσφαίρισης**  
**1<sup>ο</sup> Συνέδριο για την Ελληνική Πετοσφαίριση**  
**"Διεθνείς τάσεις της Πετοσφαίρισης και οι προοπτικές της στην Ελλάδα"**  
**14-15 Μαΐου 2016**  
**Αθήνα**

**ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Στουραϊτης Γιάννης</b>    | Γενικός Συντονιστής ΣΦΕΕΟΠ (ως Πρόεδρος)    |
| <b>Αγγελονίδης Γιάννης</b>   | Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Ε.Κ.Π.Α. |
| <b>Αρβανιτίδης Δημήτρης</b>  | Υπεύθυνος Επικοινωνίας ΣΦΕΕΟΠ               |
| <b>Βαρθαλίτης Αλέξανδρος</b> | Μέλος ΣΦΕΕΟΠ                                |
| <b>Γεωργουλέας Γιώργος</b>   | Γενικός Γραμματέας ΣΦΕΕΟΠ                   |
| <b>Δελαγραμμάτικας Νίκος</b> | Υπεύθυνος Εκδηλώσεων ΣΦΕΕΟΠ                 |
| <b>Κουντούρης Παναγιώτης</b> | Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Ε.Κ.Π.Α. |
| <b>Μαλουσάρης Γρηγόρης</b>   | Επίκουρος Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Ε.Κ.Π.Α.   |
| <b>Μπαρζούκα Καρολίνα</b>    | Επίκουρη Καθηγήτρια Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Ε.Κ.Π.Α.   |
| <b>Παπαδόπουλος Νικόλαος</b> | Μέλος ΣΦΕΕΟΠ                                |
| <b>Ράπτης Βασίλης</b>        | Υπεύθυνος Οικονομικών ΣΦΕΕΟΠ                |
| <b>Σιμόπουλος Γιώργος</b>    | Μέλος ΣΦΕΕΟΠ                                |
| <b>Τζούστας Γιάννης</b>      | Μέλος ΣΦΕΕΟΠ                                |

**ΣΥΝΤΑΞΗ - ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ - ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**  
**(ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ)**

**Copyright © 2016**

Τα δικαιώματα της έκδοσης του παρόντος βιβλίου Πρακτικών ανήκουν στο **Σύλλογο Φίλων Ελληνικών Εθνικών Ομάδων Πετοσφαίρισης**. Η μερική ή ολική ανατύπωση απαγορεύονται χωρίς την έγγραφη άδεια της Οργανωτικής Επιτροπής.

## Θεματικές ενότητες

|  |    |
|--|----|
| Χαιρετισμός                            | 4  |
| Πρόγραμμα Συνεδρίου                    | 5  |
| Πρακτικά Συνεδρίου                     | 11 |
| Κεντρική Ομιλία                        | 12 |
| <b>Ενότητες</b>                        |    |
| I. Αθλητική Ψυχολογία & Πετοσφαίριση   | 13 |
| II. Πετοσφαίριση επί άμμου             | 16 |
| III. Ελεύθερες Ανακοινώσεις & Ομιλίες  | 19 |
| IV. Εθνικές Ομάδες                     | 24 |
| V. Προπονητική Πετοσφαίρισης           | 26 |
| VI. Αθλητικό δίκαιο & Επαγγελματισμός  | 32 |
| VII. Ανάπτυξη                          | 35 |
| VIII. Ελεύθερες Ανακοινώσεις & Ομιλίες | 39 |
| IX. Διαιτησία & Πετοσφαίριση           | 44 |
| X. ΜΜΕ & Μάρκετινγκ                    | 47 |
| Περίληψεις Σεμιναρίων                  | 53 |

## Πρακτικά Συνεδρίου

## Χαιρετισμός

### ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ

#### ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

Φίλες και φίλοι,

Με μεγάλη χαρά και ικανοποίηση ο Σύλλογος Φίλων Ελληνικών Εθνικών Ομάδων Πετοσφαίρισης, σας καλωσορίζει στο 1ο Συνέδριο για την Ελληνική Πετοσφαίριση που διοργανώνεται στην Ελλάδα. Το συνέδριο πραγματοποιείται σε συνεργασία με τη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Σ.Ε.Φ.Α.Α.) του Πανεπιστημίου Αθηνών. Απευθύνουμε ανοικτή πρόσκληση, σε όλη την Πανεπιστημιακή Κοινότητα και σε όσους υπηρέτησαν το άθλημα της Πετοσφαίρισης από οποιαδήποτε θέση ευθύνης. Μέσα από πενήντα πέντε επιστημονικές εργασίες και εισηγήσεις, αλλά και δύο σεμινάρια πρακτικής εφαρμογής, που σήμερα παρουσιάζουν Πανεπιστημιακοί Δάσκαλοι, Φοιτητές, Αθλητές, Παράγοντες, Προπονητές, Διαιτητές, Φίλαθλοι, καθώς και μάνατζερ με όρους του σύγχρονου μάρκετινγκ, προσεγγίζουν από την οπτική τους το θέμα του Συνεδρίου:

#### **"Διεθνείς τάσεις της Πετοσφαίρισης και οι προοπτικές της στην Ελλάδα"**

Σκοπός μας είναι να συμβάλλουμε όχι μόνο στην ανάδειξη των προβλημάτων του αθλήματος, αλλά κυρίως στην αναζήτηση συμπερασμάτων που μπορεί να οδηγήσουν στην επίλυση τους. Το συνέδριο αποτελεί από μόνο του ένα σημαντικό γεγονός τόσο για το βόλεϊ, όσο και για τον Ελληνικό Αθλητισμό. Δείχνει τη δυναμική του αθλήματος και ταυτόχρονα δημιουργεί υποθήκη για το παρόν και το μέλλον της πετοσφαίρισης, τόσο μέσα από την μαζικότητα, αλλά και από τις Εθνικές Ομάδες που αποτελούν τον καθρέφτη της.

Ιδιαίτερη αναφορά θα ήθελα να κάνω στα μέλη του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού της Πετοσφαίρισης του τομέα Αθλοπαιδιών της Σ.Ε.Φ.Α.Α., αλλά και μελών της Οργανωτικής Επιτροπής του Συνεδρίου, καθηγητές κ. Γιάννη Αγγελονίδη, Παναγιώτη Κουντούρη, Γρηγόρη Μαλουσάρη και Καρολίνα Μπαρζούκα για την καθοριστική συμβολή τους στην επιμέλεια, παρουσίαση και επιτυχία του εγχειρήματος. Τους οφείλουμε ένα μεγάλο ευχαριστώ. Επίσης, ένα μεγάλο ευχαριστώ οφείλεται στον Κοσμήτορα της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών, καθηγητή κ. Νικόλαο Γελαδά για τη δωρεάν παραχώρηση των χώρων της Σχολής για τη διεξαγωγή του Συνεδρίου.

Ο Σύλλογός μας στα τρία χρόνια ζωής του, μέσα από τις δράσεις του, οικονομική στήριξη των αναπτυξιακών Εθνικών Ομάδων, διοργάνωση τριών ημερίδων, δημιουργία τηλεοπτικού σποτ, προωθητικές ενέργειες σε μεγάλες διοργανώσεις και ΤΩΡΑ με τη διοργάνωση του 1ου συνεδρίου για την Ελληνική Πετοσφαίριση, έχει ανοίξει έναν κύκλο εξωστρέφειας και προοπτικής που θεωρούμε ότι έχει ανάγκη το άθλημά μας. Στη διακριτική μας ευχέρεια είναι ο κύκλος αυτός να διευρυνθεί δίνοντας στο άθλημα τη δυναμική που του αξίζει.

Με τις θερμές ευχαριστίες στους φορείς του αθλήματος, αλλά και στα άτομα που με τη συμμετοχή τους διευρύνουν τη βάση στήριξης του αθλήματος μας και συμβάλλουν στον κοινό προβληματισμό για το μέλλον του Ελληνικού Βόλεϊ και Μπιτς Βόλεϊ γενικότερα, και των Εθνικών Ομάδων ειδικότερα. Με την ευχή ότι την επόμενη μέρα θα έχουμε το βόλεϊ που μπορούμε και αξίζουμε να έχουμε!

**Γιάννης Στουραϊτης**  
**Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής**  
**Γενικός Συντονιστής Σ.Φ.Ε.Ε.Ο.Π.**

# Πρόγραμμα Συνεδρίου

 

Σύλλογος Φίλων  
Ελληνικών Εθνικών  
Ομάδων Πετοσφαίρισης

# 1<sup>ο</sup>

## ΣΥΝΕΔΡΙΟ

για την Ελληνική  
Πετοσφαίριση

**"Διεθνείς τάσεις της Πετοσφαίρισης  
και οι προοπτικές της στην Ελλάδα"**

**14-15 Μαΐου 2016**  
Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Ε.Κ.Π.Α.  
Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη, 17237, Αθήνα

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

- Προφορικές ανακοινώσεις ερευνητικών εργασιών
- Προφορικές ομιλίες
- Σεμινάρια πρακτικών εφαρμογών

Υποβολή Περιλήψεων μέχρι 2/4/2016 στο [info@hellasvolley.gr](mailto:info@hellasvolley.gr)

[www.hellasvolley.gr](http://www.hellasvolley.gr) • [info@hellasvolley.gr](mailto:info@hellasvolley.gr)

**ΣΑΒΒΑΤΟ 14 ΜΑΪΟΥ 2016**

**ΠΡΩΪ**

09.30 - 10.00  
10.00 - 11.00

Εγγραφές συνέδρων - παραλαβή συνεδριακού υλικού

**Τελετή έναρξης Συνεδρίου**

**Συντονιστής:** Δελαγραμμάτικας Ν. Υπεύθυνος Εκδηλώσεων ΣΦΕΕΟΠ

Προσφωνήσεις

Χαιρετισμοί Κήρυξη έναρξης εργασιών του Συνεδρίου

Απονομή βραβείου «Μιχάλη Μαστρανδρέα»

11.00 - 11.20

**Κεντρική Ομιλία**

**Τίτλος:** Τάσεις της σύγχρονης Πετοσφαίρισης και η Ελληνική προοπτική

**Ομιλητής:** Κουντούρης Παναγιώτης Αναπληρωτής Καθηγητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

Σύντομο διάλειμμα

(11.20 - 11.30)

11.30 - 13.00

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ & ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ**

**Προεδρείο:** ΑΓΓΕΛΟΝΙΔΗΣ Γ. Αναπληρωτής Καθηγητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

**Α΄**

**Προπονητής:** Ηγέτης πώς;

Ψυχουντάκη Μ.

**Επικοινωνία προπονητή-αθλητών**

Ζαρώτης Γ.

**Ο ρόλος των γονέων στον αθλητισμό**

Ψούνη Λ.

**Ψυχολογικό-κοινωνικές προεκτάσεις που επηρεάζουν το επίπεδο Πετοσφαίρισης στον Ελληνικό χώρο**

Λαδάς Β.

**Ψυχολογικές ικανότητες στην Πετοσφαίριση και συνοχή ομάδας**

Ψούνη Λ.

Ερωτήσεις - Συζήτηση - Συμπεράσματα

Σύντομο διάλειμμα

(12.30 - 12.50)

(12.50 - 13.00)

13.00 - 14.30

**Α΄ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ (Κλειστό Γυμναστήριο ΣΕΦΑΑ)**

**Η Ομαδική τακτική σε ηλικιακές ομάδες αναπτυξιακού επιπέδου πετοσφαίρισης**

Μπαρζούκα Κ.

Ερωτήσεις - Συζήτηση - Συμπεράσματα

(13.00 - 14.15)

(14.15 - 14.30)

**ΑΠΟΓΕΥΜΑ**

15.00 - 15.45

**Α΄**

**Απογευματινή  
Συνεδρία**

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΕΠΙ ΑΜΜΟΥ**

**Προεδρείο:** ΜΑΛΟΥΣΑΡΗΣ Γ. Επίκουρος καθηγητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

**Βασικά χαρακτηριστικά και τάσεις της Πετοσφαίρισης επί άμμου υψηλού επιπέδου, μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών**

Αγγελονίδης Ι.

**Ο Ολυμπιακός κύκλος στο Beach Volley**

Φλαούντας Μ.

**Η επίδραση της επιφάνειας προπόνησης στις τεχνικές δεξιότητες της Πετοσφαίρισης**

Γκορτσίλα Ε.

Ερωτήσεις - Συζήτηση - Συμπεράσματα

Σύντομο διάλειμμα Αλλαγή προεδρείου

(15.30 - 15.40)

(15.40 - 15.45)

15.45 - 17.10

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ & ΟΜΙΛΙΕΣ**

**Προεδρείο: ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ Π. Αναπληρωτής Καθηγητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

**Ο σχεδιασμός, η οργάνωση και η διαχείριση της εξάσκησης στην Πετοσφαίριση Ζέτου Ε.**

**Κατηγοριοποίηση αθλημάτων και η θέση της Πετοσφαίρισης**

Δρίκος Σ.

**Δεξιότητες ζωής**

Συμεωνίδου Κ., Γαργαλιάνος Δ., Μηνούδης Β.

**Η Αγωνιστική Ισορροπία στο Ελληνικό Πρωτάθλημα Πετοσφαίρισης της Α1 των Ανδρών**

Μανασής Β.

**Στόχοι και προοπτικές της σύγχρονης Πετοσφαίρισης Καθιστών σε εθνικό επίπεδο**

Γονιού Ζ., Κοσμόγλου Ζ.

**Ο ιδανικός αριθμός ομάδων σε πρωταθλήματα Πετοσφαίρισης Ανδρών**

Δρίκος Σ.

(16.50 - 17.10)

Ερωτήσεις - Συζήτηση - Συμπεράσματα

(17.10 - 17.15)

Σύντομο διάλειμμα Αλλαγή προεδρείου

17.15 - 18.15

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ**

**Προεδρείο: ΖΕΤΟΥ Ε. Αναπληρώτρια Καθηγήτρια ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ**

**Η συνεισφορά των προπονητών της αλλοδαπής στις ελληνικές εθνικές ομάδες πετοσφαίρισης ανδρών και η στελέχωσή τους**

Μπεργελές Ν.

**Μακροχρόνιος Σχεδιασμός Προοπτικής της Πετοσφαίρισης**

Μαλουσάρης Γ.

**Διάρθρωση και προγραμματισμός τοπικών κλιμακίων και περιφερειακών προπονητικών κέντρων για την Πετοσφαίριση ανδρών**

Δρίκος Σ.

(18.00 - 18.15)

Ερωτήσεις - Συζήτηση - Συμπεράσματα

(18.15 - 18.30)

Διάλειμμα

18.30 - 20.10

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ**

**Προεδρείο: ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ Κ. Επίκουρη Καθηγήτρια ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

**Διερεύνηση χρονικών και άλλων χαρακτηριστικών στην Πετοσφαίριση υψηλού επιπέδου, μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών**

Κουντούρης Π., Δρίκος Σ.

**Διερεύνηση των τεχνικών επιδεξιοτήτων στην Πετοσφαίριση υψηλού επιπέδου, μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών**

Κουντούρης Π., Δρίκος Σ.

**Η σχέση της πάσας με την επίθεση σε αγώνες υψηλού επιπέδου Πετοσφαίρισης ανδρών**

Κασαμπαλής Α., Ζέτου Ε., Γιαννακόπουλος Α., Γκούντας Κ.

**Διαχρονική μελέτη των παραγόντων αγωνιστικής επιτυχίας στο Ελληνικό πρωτάθλημα Πετοσφαίρισης Ανδρών**

Δρίκος Σ., Κουντούρης Π.

Β'

Απογευματινή  
Συνεδρία

Γ'

Απογευματινή  
Συνεδρία



**Μελέτη σωματικού ύψους, άλματος και εμπειρίας πετοσφαιριστών ομάδων ολυμπιακού επιπέδου**

Οικονόμου Μ., Μπεργελές Ν.

**Η τακτική του πασαδόρου σε σχέση με την πρώτη μπαλιά στους αγώνες πετοσφαίρισης Ολυμπιακού επιπέδου**

Γιαννούλη Δ., Μαλουσάρης Γ.

**Η διεθνής τάση του σερβίς με άλμα ανά παίκτρια και ειδίκευση, στο υψηλό επίπεδο Πετοσφαίρισης γυναικών**

Νικολάου Μ., Μπαρζούκα Κ.

**Ο σωματότυπος των ελλήνων πετοσφαιριστών Α1 & Α2 Εθνικής κατηγορίας ανδρών**

Γιαννόπουλος Ν., Μπαρζούκα Κ., Μπεργελές Ν.

Ερωτήσεις - Συζήτηση – Συμπεράσματα

(19.50 - 20.10)

## ΚΥΡΙΑΚΗ 15 ΜΑΪΟΥ 2016

### ΠΡΩΪ

10.00 - 11.10

Α΄

Πρωινή  
Συνεδρία

(10.50 - 11.10)

(11.10 - 11.15)

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΔΙΚΑΙΟ & ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΣΜΟΣ**

**Προεδρείο: ΑΓΓΕΛΟΝΙΔΗΣ Γ. Αναπληρωτής Καθηγητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

**Ο προπονητής αθλήματος - Άδεια ασκήσεως επαγγέλματος και παροχή προπονητικών υπηρεσιών**

Παναγιωτόπουλος Δ.

**Διαμεσολάβηση - Εναλλακτική επίλυση διαφορών**

Παπαδοπούλου Σ.

**Dual Career – Διπλή Σταδιοδρομία. Η προετοιμασία των αθλητών για την επαγγελματική τους ζωή μετά τον αθλητισμό**

Μηνούδης Β., Γαργαλιάνος Δ.

**Η διοίκηση του αθλήματος & οι τεχνοκράτες**

Πλατσής Ι.

Ερωτήσεις - Συζήτηση - Συμπεράσματα

Σύντομο διάλλειμα Αλλαγή προεδρείου

11.15 - 12.20

Β΄

Πρωινή  
Συνεδρία

(12.15 - 12.30)

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΑΝΑΠΤΥΞΗ**

**Προεδρείο: ΖΕΤΟΥ Ε. Αναπληρώτρια Καθηγήτρια ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ**

**Κίνητρα Σωματείων**

Μπεργελές Ν.

**Η χρήση οδηγίων εξωτερικής εστίασης της προσοχής στη μάθηση τεχνικών και τακτικών δεξιοτήτων της Πετοσφαίρισης**

Ζέτου Ε.

**Η διδασκαλία του βόλεϊ στη ΦΑ με έμφαση στη τακτική κατανόηση**

Καραϊσκος Λ.

**Παράγοντες πρόβλεψης για την επιλογή νεαρών αθλητών, -τριών Πετοσφαίρισης**

Τσούκος Α., Δρίκος Σ.

**Παράγοντες ανάπτυξης των αθλητών της πετοσφαίρισης στην Ελλάδα**

Αχιλλεόπουλος Ι., Λαμπρούση Γ., Μπαρζούκα Κ.

Ερωτήσεις - Συζήτηση – Συμπεράσματα



12.30 - 13.30  
(12.30 - 13.15)

**Β΄ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ** (Κλειστό Γυμναστήριο ΣΕΦΑΑ)  
**Η δημιουργία κινητικού προγράμματος κατά την εκπαίδευση κεντρικών παικτών στην πετοσφαίριση**  
Μπαρζούκα Κ.

(13.15 - 13.30)

Ερωτήσεις - Συζήτηση

**ΑΠΟΓΕΥΜΑ**  
14.00 - 15.25

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ & ΟΜΙΛΙΕΣ**  
**Προεδρείο: ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ Π. Αναπληρωτής Καθηγητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

**Σύγκριση ανθρωπομετρικών και φυσιολογικών χαρακτηριστικών νεαρών επίλεκτων πετοσφαιριστών**

Γκούντας Κ., Νικολαΐδης Π., Κασαμπαλής Α., Γιαννακόπουλος Α., Φλώρος Δ.

**Τραυματισμοί και Διατροφή στην Πετοσφαίριση**

Γιάννη Β., Χατζηαθανασιάδη Δ., Χαλκιά Κ., Τίκα Ν., Πατσιαούρας Α.

**Βόλεϊ και διατροφή σε παθολογικές καταστάσεις**

Χαλκιά Κ., Τίκα Ν., Γιάννη Β., Χατζηαθανασιάδη Δ., Δουρδουλάκη Π., Κώννα Μ., Μαργώνη Α., Κυριαζόπουλος Σ., Αϊβαλιώτης Δ., Πατσιαούρας Α.

**Σχέση υποδοχής και πάσας ομάδων πετοσφαίρισης ανδρών υψηλού επιπέδου – παγκόσμιο πρωτάθλημα 2014.**

Γκούντας Κ., Γιαννακόπουλος Α., Ζέτου Ε., Κασαμπαλής Α.

**Προγράμματα ανάπτυξης και καλές πρακτικές προσέλευσης νεαρών αθλητών/τριών παγκοσμίως στην πετοσφαίριση**

Δουρδουλάκη Π., Κώννα Μ., Μαργώνη Α., Χατζηαθανασιάδη Δ., Τίκα Ν., Γιάννη Β., Κυριαζόπουλος Σ., Αϊβαλιώτης Δ., Χαλκιά Κ., Πατσιαούρας Α.

**Προγράμματα ανάπτυξης Ευρωπαϊκών Ομοσπονδιών για την προσέλκυση νεαρών αθλητών/τριών στην πετοσφαίριση**

Κυριαζόπουλος Σ., Αϊβαλιώτης Δ., Δουρδουλάκη Π., Κώννα Μ., Μαργώνη Α., Χατζηαθανασιάδη Δ., Τίκα Ν., Γιάννη Β., Χαλκιά Κ., Πατσιαούρας Α.

**Γ.Σ. Λαμία. Η άνοδος και η πτώση**

Σιμόπουλος Γ.

(15.10 - 15.25)

Ερωτήσεις - Συζήτηση – Συμπεράσματα

(15.25 - 15.30)

Σύντομο διάλειμμα Αλλαγή προεδρείου

15.30 - 16.45

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΔΙΑΙΤΗΣΙΑ & ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ**  
**Προεδρείο: ΤΖΟΥΣΤΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ Δημοσιογράφος Μέλος ΣΦΕΕΟΠ**

**Κανονιστικές αλλαγές για τη βελτίωση της ισορροπίας μεταξύ επίθεσης και άμυνας**

Μπεργελές Ν.

**Σκιαγράφηση των χαρακτηριστικών του ιδανικού διαιτητή**

Μαυρικήδης Σ.

**Τρόποι επιμόρφωσης και απόψεις των διαιτητών για τη χρήση της τεχνολογίας στη διαιτησία βόλεϊ**

Γεωργουλέας Γ., Βαρθαλίτης Α., Ράπτης Β.

**Η χρήση της τεχνολογίας στη διαιτησία της πετοσφαίρισης**

Μυλωνάκης Α., Βουδούρης Κ.

**Ελληνική Διαιτησία και Γυναίκα. Ιστορία, Μέλλον, Δράση και Αντίδραση της γυναικείας παρουσίας στην κοινωνία της Πετοσφαίρισης.**

Μουλά Λ.

(16.25 - 16.45)

Ερωτήσεις - Συζήτηση – Συμπεράσματα

(16.45 - 17.00)

Διάλειμμα

Α΄

Απογευματινή  
Συνεδρία

17.00 - 19.00

Β΄

Απογευματινή  
Συνεδρία

(18.40 - 19.00)

**ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΜΜΕ & ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ**

**Προεδρείο: ΓΕΩΡΓΟΥΛΕΑΣ Γ. Γενικός Γραμματέας ΣΦΕΕΟΠ**

**Διαχείριση αθλητικών συλλόγων**

Αυθίνος Ι.

**Οργάνωση αθλητικού σωματείου στη σύγχρονη κοινωνία**

Γαργαλιάνος Δ.

**Καινοτομία – Συνέργιες στο Αθλητικό Μάρκετινγκ και «κάρφωμα» με την πετόσφαιρα**

Κυριακίδου Τ.

**Ανάπτυξη και Εφαρμογή ενός Συστήματος Ποιότητας στους Αθλητικούς Οργανισμούς – Βιβλιογραφική Επισκόπηση**

Παπαδόπουλος Ν.

**Τα εμπορικά χαρακτηριστικά του πρωταθλήματος της VOLLEY LEAGUE**

Παπαγεωργίου Β.

**Οπαδοί & Φίλαθλοι, Προσέλκυση Θεατών στα γήπεδα και τις Αθλητικές εκδηλώσεις**

Κυριακίδου Τ.

**Το βόλεϊ και η τηλεόραση**

Λεμονίδης Σ.

**Η χαμένη ευκαιρία και η επικοινωνιακή υποχώρηση του ελληνικού βόλεϊ.**

Τζούστας Γ.

**Βόλεϊ & Μ.Μ.Ε.**

Δελαγραμμάτικας Ν.

Ερωτήσεις - Συζήτηση – Συμπεράσματα

**ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**

**ΛΗΞΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**

**Σημείωση:** Όλες οι ενότητες των εργασιών του Συνεδρίου θα παρουσιασθούν στο Μεγάλο Αμφιθέατρο και τα Σεμινάρια πρακτικής εφαρμογής στο κλειστό Γυμναστήριο, που βρίσκονται εντός των εγκαταστάσεων της ΣΧΟΛΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΑΘΗΝΑΣ (Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη).

# Πρακτικά Συνεδρίου

 

Σύλλογος Φίλων  
Ελληνικών Εθνικών  
Ομάδων Πετοσφαίρισης

# 1<sup>ο</sup>

## ΣΥΝΕΔΡΙΟ

για την Ελληνική  
Πετοσφαίριση

**"Διεθνείς τάσεις της Πετοσφαίρισης  
και οι προοπτικές της στην Ελλάδα"**

**14-15 Μαΐου 2016**  
Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Ε.Κ.Π.Α.  
Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη, 17237, Αθήνα

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

- Προφορικές ανακοινώσεις ερευνητικών εργασιών
- Προφορικές ομιλίες
- Σεμινάρια πρακτικών εφαρμογών

Υποβολή Περιλήψεων μέχρι 2/4/2016 στο [info@hellasvolley.gr](mailto:info@hellasvolley.gr)

[www.hellasvolley.gr](http://www.hellasvolley.gr) • [info@hellasvolley.gr](mailto:info@hellasvolley.gr)

## Πρακτικά Συνεδρίου

# Κεντρική Ομιλία

### ΤΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΚΑΙ Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ

#### ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

#### ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

Τα αθλήματα, φαίνεται να διαμορφώνονται από τις κατά καιρούς αλλαγές των κανόνων διεξαγωγής τους. Η Πετοσφαίριση ακολούθησε μια ανάλογη εξελικτική πορεία, αλλά παρά τις όποιες τροποποιήσεις των κανόνων του παιχνιδιού, το μεγαλύτερο πρόβλημα ήταν η ασταθής χρονική του διάρκεια. Η πλήρης και υποχρεωτική εφαρμογή νέων κανόνων, ξεκίνησε στους Ολυμπιακούς αγώνες του Σύδνεϋ (2000), με σημαντικότερους αυτούς του τρόπου καταμέτρησης των πόντων (RPS) και της προσθήκης στη σύνθεση της ομάδας μιας νέας για τα τότε δεδομένα ειδικότητας, του παίκτη "Libero". Η εφαρμογή τους άλλαξε τη φυσιογνωμία του παιχνιδιού και δημιούργησε ένα παιχνίδι περισσότερο ελκυστικό, συναρπαστικό, αλλά και κατανοητό από τον θεατή. Ο νέος τρόπος καταμέτρησης των πόντων, αύξησε τη χρονική διάρκεια του αγώνα χωρίς να εξασφαλίζει σταθερότητα, αλλά και επηρέασε τον αριθμό των αλλαγών θέσεων των παικτών (περιστροφές ανά σετ), γεγονός που ανάγκασε τους προπονητές να αναθεωρήσουν προπονητικές και τακτικές επιλογές. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία, ήδη προσανατολίζεται σε νέες λύσεις, με κανόνες που θα σταθεροποιήσουν το συνολικό χρόνο του αγώνα. Οι νέοι κανονισμοί, επέβαλαν ακόμη στις ομάδες την ανάγκη περιορισμού των λαθών εκτέλεσης στο παιχνίδι και επέδρασαν στην αποτελεσματικότητα των τεχνικών επιδεξιοτήτων και στην τακτική του αθλήματος, όπου αναδεικνύεται μια τάση αξιοποίησης, σε μέγιστο βαθμό, των δυνατοτήτων της επιθετικής ανάπτυξης κυρίως από τους άνδρες. Ανδρική και γυναικεία Πετοσφαίριση, αποδεικνύεται πλέον ότι ακολουθούν διαφορετικές διαδρομές, παρά το γεγονός ότι διεξάγονται με τους ίδιους κανόνες. Στην Ελληνική Πετοσφαίριση, η μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών εποχή, παρουσιάζει μόνο την κατάκτηση της 5<sup>ης</sup> θέσης των ανδρών στους Ολυμπιακούς αγώνες της Αθήνας και κάποιες ακόμη συμμετοχές σε διοργανώσεις ανδρών και γυναικών, χωρίς κάποια σημαντική διάκριση. Η Ελληνική Ομοσπονδία, οφείλει να αναλάβει περισσότερες πρωτοβουλίες περαιτέρω συνεργασιών με όλους τους φορείς του αθλήματος και της πολιτείας. Παράλληλα, θα πρέπει να αξιοποιήσει την απήχηση του παιχνιδιού στις μικρές ηλικίες των κοριτσιών και να προσφέρει κίνητρα ανάπτυξης στις ίδιες ηλικίες των αγοριών. Η επαναξιολόγηση και ο επαναπροσδιορισμός της θέσης του αθλήματος στο παγκόσμιο γίνεσθαι καθίσταται επιβεβλημένη. Συντονισμένη προσπάθεια απαιτείται για τη δημιουργία πλήρους συνεργασίας μεταξύ Ομοσπονδίας και Πανεπιστημιακών Σχολών του αθλητισμού, στις οποίες πρέπει να ενταχθεί και να αναβαθμιστεί και η λειτουργία των σχολών προπονητών.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα Ι

## Αθλητική Ψυχολογία & Πετοσφαίριση

**ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ: ΗΓΕΤΗΣ ΠΩΣ;**

**ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ ΜΑΡΙΑ**

**ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ - ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

### Περίληψη

Ηγέτης γεννιέσαι ή γίνεσαι; Αν ο ηγέτης γεννιέται, εγώ γεννήθηκα γι' αυτό; Αυτό που είμαι θα συνεχίσω να είμαι σε όλη την καριέρα μου ως προπονητής; Βελτιώνεται ο ηγέτης; Αν ναι, πώς; Είναι ίσως μόνο μερικά από τα ερωτήματα που απασχολούν κάθε νέο προπονητή/προπονήτρια στην αρχή της καριέρας του/της. Η σύντομη αυτή εισήγηση το μόνο σίγουρο είναι ότι δεν θα απαντήσει στα παραπάνω ερωτήματα, αλλά, κυρίως, στοχεύει να θέσει τις βάσεις για τη δημιουργία απαντήσεων από κάθε προπονητή/προπονήτρια χωριστά. Ο τρόπος με τον οποίο κάθενας ηγείται των θεμάτων της εργασίας του είναι αποτέλεσμα της «προσωπικής φιλοσοφίας» του. Η ανάπτυξη μιας φιλοσοφίας, βάσει της οποίας θα «υπάρχει» κάποιος ως ηγέτης, δεν είναι εύκολη υπόθεση. Δεν επιτυγχάνεται απλώς διαβάζοντας ένα βιβλίο ή υιοθετώντας τη φιλοσοφία ενός μεγάλου ηγέτη. Η φιλοσοφία δεν αποκτάται από κάποια πηγή, αλλά από ένα δυναμικό συνδυασμό ικανοτήτων, γνώσεων και εμπειριών. Ουσιαστικά, απαιτεί προσωπική δουλειά, προσωπική ανάπτυξη και εξέλιξη (Martens, 2012). Ο τρόπος με τον οποίο ένας προπονητής λειτουργεί, φαίνεται να είναι αποτέλεσμα μιας δυναμικής αλληλεπίδρασης των προσωπικών γνωρισμάτων και ικανοτήτων του προπονητή τόσο με τις απαιτήσεις της εκάστοτε κατάστασης όσο και με τα ιδιαίτερα γνωρισμάτα και ικανότητες των μελών της ομάδας του (Bloom, 1985). Ο προπονητής καλείται να λάβει υπόψη του τις δυνατότητες, το ταλέντο κάθε αθλητή ή της ομάδας ως σύνολο καθώς και τις απαιτήσεις της εκάστοτε κατάστασης, την οποία πρέπει να διαχειριστεί, για να πάρει αποφάσεις που θα οδηγήσουν στην απρόσκοπτη εξέλιξη αθλητών και ομάδας (Chelladurai, 1990). Στην παρούσα εισήγηση θα γίνει επιλεκτική αναφορά σε θεωρίες που περιγράφουν το φαινόμενο της ηγεσίας και έχουν εφαρμογή στον αθλητισμό. Οι θεωρίες αυτές μας προμηθεύουν με χρήσιμα εργαλεία για την καλύτερη κατανόηση της εκάστοτε κατάστασης, την πληρέστερη ερμηνεία των φαινομένων στη ζωή μιας αθλητικής ομάδας και την κατάλληλη συμπεριφορά, παρέμβαση από τον προπονητή.

### Βιβλιογραφία

Bloom, B. S. (1985). *Developing Talent in Young People*. NY: Ballantine Books.

Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 328-354.

Martens, R. (2012). *Successful coaching*. Champaign, IL: Human Kinetics.

## ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΑΘΛΗΤΩΝ

**ΖΑΡΩΤΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ**

### Περίληψη

Η επικοινωνία των προπονητών με τους αθλητές τους βασίζεται σε δύο θεμελιώδεις αρχές, την αμοιβαία ικανοποίηση και την αποτελεσματική αλληλεπίδραση. Η ικανοποίηση των δύο πλευρών αποτελεί το σκοπό της συνεργασίας τους και παρουσιάζονται έννοιες που την ενισχύουν, όπως η εποικοδομητική ανατροφοδότηση, η επιβράβευση, η ωφέλιμη χρήση των τιμωριών και η διαδικασία επίλυσης συγκρούσεων. Η επικοινωνία επεκτείνεται στις σχέσεις των προπονητών με τους γονείς, στην οποία, η πρώτη συνάντηση της κάθε αγωνιστικής χρονιάς, είναι η βάση για την μετέπειτα συνεργασία των δύο πλευρών, με εμπιστοσύνη και καλοπροαίρετη διάθεση.

Σε κάθε περίπτωση συνεργασίας μεταξύ προπονητή και αθλητή, ο προπονητής είναι εκείνος που θα καθορίσει τον τρόπο και την ποιότητα της επικοινωνίας τους. Επιλέγει το μέσο για να διατυπώνει τις κατάλληλες οδηγίες, κατανοεί τη διαδικασία μέσα από την οποία ο αθλητής αποδίδει καλύτερα, δημιουργεί τις συνθήκες για την εποικοδομητική ανατροφοδότηση. Θεμελιώδες στοιχείο αποτελεί η θετική στάση του προπονητή προς τους αθλητές του, η γνώση των «ιδιαιτέρων» γνωρισμάτων τους, η σωστή χρήση της γλώσσας, η παροχή σεβασμού στους αθλητές και η δεξιότητα που αναπτύσσει ο προπονητής να «ακούει τις ανάγκες» των αθλητών του. Η ξεκάθαρη χρήση της λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας θα καθορίσει την ποιότητα της σχέσης τους και θα αποτελέσει τη βάση για την επίτευξη του βασικού στόχου: την κατανόηση και αφομοίωση των οδηγιών από την πλευρά των αθλητών. Η ποιοτική σχέση των δύο πλευρών θα δημιουργήσει τις συνθήκες για την καλύτερη δυνατή ψυχολογική προετοιμασία των αθλητών, η οποία θα έχει ως στόχο τη βελτίωση και την εξέλιξη, με μέσο την παροχή οδηγιών και την επιβράβευση, αγνοώντας την αξιολόγηση και την επικριτική στάση από την πλευρά του προπονητή.

### Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

**ΨΟΥΝΗ ΛΙΝΑ ΚΦΑ - ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ, MSc**

#### Περίληψη

Ο αθλητισμός αναπτύσσει τις κινητικές ικανότητες του παιδιού, προάγει την υγεία και το ωραίο σώμα, όμως πάνω από όλα χτίζει το χαρακτήρα των παιδιών. Η καλλιέργεια του χαρακτήρα περιλαμβάνει τομείς όπως η ηθική, η κοινωνικότητα και η συνεργασία, η συναισθηματική νοημοσύνη και η ανάπτυξη ψυχολογικών χαρακτηριστικών όπως η αυτοπεποίθηση και η αυτοεκτίμηση. Ο ρόλος του γονιού στον αθλητισμό είναι ξεκάθαρα υποστηρικτικός. Ένας γονιός ο οποίος υπερβάλλει μπορεί να αποτρέψει το παιδί του από την ενασχόλησή του με τον αθλητισμό και προκαλέσει έντονο στρες. Η υπερβολική παρακίνηση μπορεί να φέρει απογοήτευση. Επίσης η υπερβολική ανάμειξη του γονιού μπορεί να οδηγήσει στην απώλεια ενδιαφέροντος. Απαιτεί προσοχή διότι ο αθλητισμός μπορεί να έχει και αρνητικές συνέπειες όπως η μειωμένη ευχαρίστηση, το αίσθημα απόρριψης, κοινωνικός αποκλεισμός, άγχος, στρες κτλ. Ο γονιός μπορεί να διδαχτεί το πώς θα συμπεριφέρεται στο γήπεδο και πώς μπορεί να στηρίξει το παιδί του στον αθλητισμό. Η συμπεριφορά του γονιού θα πρέπει να εστιάζεται στη βελτίωση του παιδιού, ανεξάρτητα από το επίπεδο που βρίσκεται, να επιβραβεύει την απόκτηση νέων ικανοτήτων και πάνω από όλα να εμμένει στη θετική προσέγγιση και τη διασκέδαση του παιδιού μέσα από τον αθλητισμό. Σημαντικό είναι τα παιδιά που συμμετέχουν σε αγώνες, να παρακινούνται για την προσπάθεια και όχι για το αποτέλεσμα. Επίσης ο ρόλος του γονιού είναι ξεκάθαρα διακριτός από αυτόν του προπονητή. Ο γονιός μπορεί να επικοινωνεί με τον προπονητή ώστε να γνωρίζει το επίπεδο των στόχων της ομάδας, αλλά σε καμία περίπτωση δεν τον αντικαθιστά. Η παρακίνηση για εσωτερική αναζήτηση του γονιού σχετικά με το παιδί του και τον αθλητισμό μπορεί να φέρει πολύ θετικά αποτελέσματα.

### ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ-ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΚΤΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΤΟΝ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΧΩΡΟ

**ΛΑΔΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ I.Ε.Κ. ΑΚΜΗ - ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ**

#### Περίληψη

Στόχος ενός κώδικα επικοινωνίας είναι η συνύπαρξη των ατόμων μιας ομάδας. Γεγονός που παρ'εμπόδιζει η διαφορετικότητα κάθε ανθρώπου ξεχωριστά. Όπως συμβαίνει κοινωνικά έτσι και στο γήπεδο, αγωνιούμε για υπόσταση, προσπαθώντας να κινηθούμε αρμονικά στο χωροχρόνο. Η φιλοσοφία του αθλήματος έρχεται σε αντίθεση με την ελληνική πραγματικότητα του 2016, διότι εξαιτίας της έλλειψης βασικών υλικών για τη πετοσφαίριση, ανεξάρτητα από την εκπαίδευση που τα άτομα θα λάβουν, οι παροχές και τα προνόμια, θα ευνοήσουν ή θα αναστρέψουν το στόχο ενός υψηλού επιπέδου. Επιπλέον συνέπεια των κοινωνικοπολιτικών καταστάσεων αποτελεί το άγχος για επιβίωση που αντικατέστησε τη ψυχική ηρεμία και τη διαύγεια των ατόμων. Γεγονός που θα συμβάλει σημαντικά στη πορεία ενός αθλητή στο χώρο του βόλεϊ, αφού επηρεάζει τη προσωπικότητα του και κατ'επέκταση τα ψυχικά του αποθέματα για προσπάθεια.



Σε χώρες όπου εξακολουθεί να παρέχεται οικονομική στήριξη στο άθλημα, όπως στην Ιταλία, στη Γερμανία και στην Αυστρία, οι αθλητές προπονούνται κάτω από εξειδικευμένα ασκησιολόγια βασιζόμενα σε εξοπλισμό τελευταίας τεχνολογίας, με αποτέλεσμα να λαμβάνουν περισσότερες θετικές εμπειρίες. Έτσι, εμπλουτίζεται η δημιουργικότητα, προάγοντας τη πιο επιούσια πτυχή του αθλητισμού: τη δημιουργία ταλέντων και όχι την ανεύρεση αυτών. Στην Ελλάδα η προπόνηση έχει διαφορετικό χαρακτήρα λόγω της έλλειψης πόρων, κυρίως στα σωματεία τοπικών κατηγοριών, με δυσμενές αποτέλεσμα να είναι η δημιουργία χαμηλού επιπέδου. Παρόλη την έλλειψη πόρων, το βασικό αντικείμενο του αθλήματος, η μπάλα και κυρίως η χρήση της, έχει την ικανότητα να αναδείξει την εσωτερική δραστηριότητα των ατόμων, λαμβάνοντας υπόψη, πως σε κάθε άτομο υπάρχει μια έντονη δραστηριότητα στον εσωτερικό του κόσμο η οποία εξωτερικά εκδηλώνεται μέσω της κινητικής του συμπεριφοράς. Προσαρμόζοντας έτσι την προπονητική μονάδα στη δυναμική που τα άτομα φέρουν ως προς την ψυχο-κινητική ικανότητα, βελτιώνεται η κινητική τους συμπεριφορά, επιτυγχάνεται η αρμονική αλληλεπίδραση των ατόμων μεταξύ τους με κύριο στόχο την απόκτηση των δεξιοτήτων του αθλήματος.

### Βιβλιογραφία

Δράκος Γ., Μπίνας Ν., (2005) Ψυχοκινητική Αγωγή. Αθήνα

Bernadette D., (1998) Open University Press, για την ελληνική έκδοση 2003, Υποστηρίζοντας τη δημιουργικότητα και τη φαντασία στην προσχολική ηλικία.

Βαλλιάνος Π., Γεωργίου Γ., Γκιζέλης Γ., Γκούνης Κ., Ζάχου Χ., Θανοπούλου Μ., Κοβάνη Ε., Κωνσταντοπούλου Χ., Λαγόπουλος Α., Λαμπροπούλου Ε., Μαλούτας Θ., Νικολαΐδου Σ., Οικονόμου Λ., Παπαγεωργίου Γ., Στυλιανούδη Λ., Τάσης Ν., Τσαούση Α., Τσίγκανου Ι., Φαρσεδάκης Ι., Αλεξανδρόπουλος Σ. (2009). *Η Κοινωνιολογική Σχολή του Σικάγου*. Αθήνα. [Συλλογικό έργο](#).

## ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΟΧΗ ΟΜΑΔΑΣ

**ΨΟΥΝΗ ΛΙΝΑ ΚΦΑ - ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ, MSc**

### Περίληψη

Η πετοσφαίριση είναι άθλημα υψηλών απαιτήσεων τόσο σωματικών, όσο και ψυχικών. Οι αθλητές θα πρέπει να δουλέψουν σκληρά, να χτίσουν τη μυϊκή δύναμη, να βελτιώσουν την ταχύτητα, να βελτιώσουν την αντοχή και την τεχνική τους για να μπορέσουν να παίξουν σε καλό επίπεδο. Για να γίνει κάποιος πρωταθλητής θα πρέπει επίσης να δουλέψει και την νοητική πλευρά του παιχνιδιού. Όταν το παιχνίδι είναι δύσκολο και η πίεση του ανταγωνισμού υψηλή, η διανοητική εκτέλεση είναι καθοριστική. Δηλαδή, οι αθλητές είναι σε θέση να παραμείνουν ήρεμοι υπό πίεση; Έχουν την ικανότητα να επικεντρώσουν την προσοχή τους στα ερεθίσματα που πρέπει και να αποκλείσουν τα υπόλοιπα; Μπορούν να μεταβούν γρήγορα μετά από λάθη στην βέλτιστη απόδοση; Πως επηρεάζουν οι παίκτες την ομάδα; Μια ομάδα με ταλαντούχους αθλητές μπορεί να μην αποδίδει σύμφωνα με τις ικανότητές της γιατί δεν υπάρχει συνοχή μεταξύ των παικτών. Κάθε χρόνο μπορεί να υπάρχουν αλλαγές, οι οποίες αλλάζουν τη δυναμική της ομάδας και απαιτούν συνεχόμενη προσπάθεια για ενότητα και επικοινωνία. Η βελτίωση στις σχέσεις των παικτών, με στόχο την καλύτερη λειτουργία της ομάδας, μπορεί να πραγματοποιηθεί με την βοήθεια του προπονητή. Μια σειρά ασκήσεων και δραστηριοτήτων, μπορεί να βοηθήσει τους παίκτες να γνωρίσουν και να εμπιστευτούν περισσότερο ο ένας τον άλλο. Οι κοινοί στόχοι, χρησιμοποιούνται ως πρακτική στον αθλητισμό όπως και τον επιχειρηματικό στίβο. Η ομάδα που έχει εντοπίσει τους κοινούς στόχους και εργάζεται συνολικά για την επίτευξή τους, είναι πάντα πιο ισχυρή.



## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα II

## Πετοσφαίριση επί άμμου

### ΒΑΣΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΤΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΕΠΙ ΑΜΜΟΥ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ

**ΑΓΓΕΛΟΝΙΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**

**ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

#### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Ο σκοπός της έρευνας ήταν να εντοπίσει τα βασικά χαρακτηριστικά και τις τάσεις του παιχνιδιού της Πετοσφαίρισης επί Άμμου, μελετώντας τους αγώνες που διεξήχθησαν στα πλαίσια των τουρνουά ανδρών και γυναικών τριών συνεχόμενων Ολυμπιάδων, μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών.

**Μέθοδος:** Για το λόγο αυτό καταγράφηκαν οι χρονικές διάρκειες, οι πόντοι των σετ και τα τελικά αποτελέσματα 320 αγώνων Πετοσφαίρισης επί Άμμου ανδρών και γυναικών, που διεξήχθησαν σε τρεις συνεχόμενες διοργανώσεις Ολυμπιακών αγώνων (Αθήνας 2004, Πεκίνου 2008 και Λονδίνου 2012). Οι αγώνες σε όλες τις διοργανώσεις και των τριών Ολυμπιάδων, έγιναν με τους ίδιους κανονισμούς. Ένας μόνο αγώνας από την Ολυμπιάδα της Αθήνας, εξαιρέθηκε από την τελική ανάλυση. Οι υπόλοιποι 319 αγώνες ταξινομήθηκαν σύμφωνα με το τελικό τους αποτέλεσμα και κάθε σετ επίσης ταξινομήθηκε εάν έληξε με διαφορά δύο πόντων ή όχι.

**Αποτελέσματα:** Οι πιθανότητες να παιχτούν 2 ή 3 σετ ανά αγώνα παρέμειναν σχετικά αμετάβλητες σε όλες τις διοργανώσεις και των τριών Ολυμπιάδων σε αναλογία 2 προς 1, όπως και ο μέσος αριθμός πόντων που παίχθηκαν. Βρέθηκε όμως μια σημαντική μείωση του μέσου χρόνου παιχνιδιού, που ήταν αποτέλεσμα της σημαντικής μείωσης του μέσου χρόνου του αγωνιστικού επεισοδίου, το οποίο παρέμεινε σημαντικά μεγαλύτερο στους αγώνες ανδρών σε σχέση με αυτό των γυναικών. Στα παιχνίδια που έληξαν στα τρία σετ, η αναλογία των σετ που είχαν στη λήξη τους διαφορά δύο πόντων, ήταν 37%.

**Συμπεράσματα:** Τέλος, ένα υψηλό ποσοστό αγώνων κρίθηκε στα τρία σετ, ενώ ένα επίσης υψηλό ποσοστό των σετ έληξαν με τη μικρότερη διαφορά πόντων. Τα αποτελέσματα ανδρών και γυναικών, όπως αυτά καταγράφηκαν στη διάρκεια των διοργανώσεων των τριών Ολυμπιάδων, διαμορφώνουν την Πετοσφαίριση επί Άμμου, ως ένα πολύ ανταγωνιστικό και συναρπαστικό άθλημα για παρακολουθηθεί τόσο στο γήπεδο όσο και στην τηλεόραση.

#### Βιβλιογραφία

- Giatsis G. (2003). The effect of changing the rules on score fluctuation and match duration in the FIVB women's beach volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 3(1), 57-64.
- Giatsis, G., Zahariadis, P. (2008). Statistical Analysis of Men's FIVB Beach Volleyball Team. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 8(1) 31-43
- Kountouris, P., Laios, J. (2000a). Investigation into the time characteristics of the volleyball game. *Coaching Volleyball*, 17, 16-19.
- Kountouris, P., Laios, J. (2000b). Changes effected on the game of volleyball by the enforcement of the new regulations. *Coaching Volleyball*, 17, 26-30.

## Ο ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ ΣΤΟ BEACH VOLLEY

### ΦΛΑΟΥΝΑΣ ΜΑΤΘΑΙΟΣ

ΚΦΑ - ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΕΠΙ ΑΜΜΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

#### Περίληψη

- Στρατηγικές κατευθύνσεις
- Επιβάλλεται να δημιουργηθεί ευρεία βάση αθλητών, που θα προέρχονται από αναπτυξιακά προγράμματα εθνικού σχεδιασμού
- Επιλογή 6 έως 8 αθλητών που θα συμμετέχουν

#### 1ος χρόνος Ολυμπιακού κύκλου

- Καθορίζουμε τα τεχνικά κομμάτια και δουλεύουμε πάνω σε αυτά
- Τεχνική εξέλιξη αθλητών χωρίς καθορισμένα ζευγάρια. Όλοι οι αθλητές αναπτύσσουν όλα τα τεχνικά στοιχεία του αθλήματος
- Στον τομέα φυσικής κατάστασης, δίνουμε βάρος στην γενική μυϊκή ενδυνάμωση, ολιστικά.
- Επιδίωξη συμμετοχής σε πολλά τουρνουά χωρίς να εστιάζουμε στο αποτέλεσμα

#### 2ος χρόνος Ολυμπιακού κύκλου

- Καθορισμός ζευγαριών
- Εξειδίκευση και διακριτοί ρόλοι στο γήπεδο
- Ανάπτυξη ομαδικής τακτικής στο side out και στο μπλοκ άμυνα
- Επιδίωξη συμμετοχής σε πολλά τουρνουά, με στόχο την εφαρμογή της τακτικής και το διάβασμα του αντιπάλου
- Αντίδραση των αθλητών στη διαφορετικότητα καθώς κ στην πίεση του κάθε παιχνιδιού

#### 3ος χρόνος Ολυμπιακού κύκλου

- Συνέχεια του 2ου κύκλου, όσον αφορά την εξειδίκευση και την ανάπτυξη ομαδικής τακτικής
- Συμμετοχή σε όσο πιο πολλά τουρνουά μπορούμε
- Στόχος, η συλλογή των απαραίτητων πόντων, για την πρόκριση των ομάδων στην επερχόμενη Ολυμπιάδα και τα ανάλογα χρηματικά έπαθλα που θα υποστηρίξουν οικονομικά τις εθνικές ομάδες
- Πιθανή αναδιάρθρωση των ζευγαριών, ως διορθωτική κίνηση (4-6)

#### 4ος χρόνος Ολυμπιακού κύκλου

- Στόχος, η πρόκριση μέσω βαθμολογίας
- Συμμετοχή σε επιλεγμένα τουρνουά, με γνώμονα το φορμάρισμα των αθλητών, σε συνδυασμό με την απαραίτητη συλλογή πόντων
- Η φυσική κατάσταση είναι πλέον στοχευόμενη
- Φορμάρισμα σε συγκεκριμένες προεπιλεγμένες περιόδους.

## Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΙΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΓΚΟΡΤΣΙΛΑ ΕΥΓΕΝΙΑ Κ.Φ.Α. - Msc, PhD

#### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Η πετοσφαίριση είναι ένα ανταγωνιστικό άθλημα και παίζεται σε διάφορες επιφάνειες γηπέδων (σκληρό δάπεδο, άμμος). Οι τεχνικές καθώς και οι τακτικές δεξιότητες, φαίνεται να παίζουν έναν κρίσιμο ρόλο στην απόδοση στην πετοσφαίριση. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να διερευνηθεί η επίδραση των διαφορετικών επιφανειών (σκληρή επιφάνεια, άμμος) στη βελτίωση των τεχνικών δεξιοτήτων σε προέφηβες αθλήτριες στην πετοσφαίριση (Lidor, Ziv, 2010).

**Μέθοδος:** Το δείγμα αποτέλεσαν 45 κορίτσια μοιρασμένα ισόποσα σε 3 ομάδες με χρονολογική ηλικία 11 έως 12 ετών και αντίστοιχη βιολογική και δέχθηκαν πρόγραμμα προπόνησης 10 εβδομάδων στις τεχνικές δεξιότητες της πετοσφαίρισης (πάσα με δάχτυλα και μανσέτα). Η πρώτη Ομάδα (Σ) n=15 στη σάλα, η δεύτερη (Α) n= 15 στην άμμο, ενώ η τρίτη (Ε) n=15 ακολούθησε το εβδομαδιαίο πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής στο σχολείο για την πετοσφαίριση. Το εβδομαδιαίο πρόγραμμα περιλάμβανε 3 προπονητικές μονάδες διάρκειας 90 περίπου λεπτών η κάθε μία.

Για τη στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκε το μοντέλο της ανάλυσης της διασποράς διπλής κατεύθυνσης με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις (2-way ANOVA with repeated measures). Πραγματοποιήθηκαν τρεις επαναλαμβανόμενες μετρήσεις (στην πρώτη, πέμπτη και μετά τη δέκατη εβδομάδα).

**Αποτελέσματα:** Τα αποτελέσματα συμφωνούν με τους Gabbett, et al., (2006) οι οποίοι εξέτασαν τη βελτίωση των τεχνικών δεξιοτήτων μέσω της επίδρασης ενός προπονητικού προγράμματος διάρκειας 8 εβδομάδων βασισμένου αποκλειστικά στις βασικές τεχνικές δεξιότητες. Στην παρούσα μελέτη και οι δύο πειραματικές ομάδες (Σ, Α) βελτίωσαν τις τεχνικές δεξιότητες που μετρήθηκαν, με την ομάδα που προπονήθηκε στην άμμο να παρουσιάζει στατιστικά σημαντικές διαφορές, στις τεχνικές δεξιότητες όταν αυτές μετρήθηκαν και στις δύο συνθήκες. Πιθανώς η ομάδα που προπονήθηκε στην άμμο αύξησε περισσότερο τη δύναμη των χεριών σε σχέση με την ομάδα που προπονήθηκε στη σάλα.

**Συμπεράσματα:** η παρούσα μελέτη έδειξε ότι η προπόνηση στην επιφάνεια της άμμου θα μπορούσε να είναι ένα χρήσιμο και αποτελεσματικό εργαλείο για τη βελτίωση των τεχνικών δεξιοτήτων σε προέφηβες αθλήτριες στην πετοσφαίριση.

### **Βιβλιογραφία**

- Gabbett, T.J., Georgieff, B., Anderson, S., Cotton, B., Savovic, D., Nicholson, L. (2006). Changes in skill and physical fitness following training in talent-identified volleyball players. *J Strength Cond Res*, 20 (1), 29-35.
- Lidor R, Ziv G (2010). Physical and physiological attributes of female volleyball players--a review. *J Strength Cond Res*, 24: 1963-1973.
- Nikolaidis PT, Ziv G, Arnon M, Lidor R (2012). Physical characteristics and physiological attributes of female volleyball players--the need for individual data. *J Strength Cond Res*, 26: 2547-2557.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα III

## ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ & ΟΜΙΛΙΕΣ

### Ο ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

**ΖΕΤΟΥ ΕΛΕΝΗ**

**ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ**

#### Περίληψη

Οι παράγοντες που αλληλεπιδρούν στην προπονητική διαδικασία είναι ο προπονητής, ο αθλητής και η προπόνηση, με ένα κοινό στόχο τη βελτίωση του αθλητή. Σκοπός της παρούσας διάλεξης θα είναι η παρουσίαση βασικών θεμάτων που ορίζουν και επηρεάζουν το βαθμό αποτελεσματικότητας του προπονητή και ορίζουν την ποιοτική προπόνηση στην Πετοσφαίριση. Η «επιστήμη της καθοδήγησης», αλλιώς είναι μια πολύπλοκη, σύνθετη διαδικασία. Όλοι οι προπονητές δεν έχουν την τύχη να καθοδηγούν ομάδες υψηλού επιπέδου, αλλά γνωρίζοντας την επιστήμη της καθοδήγησης μπορούν να οδηγήσουν τις ομάδες τους σε υψηλότερο αγωνιστικό επίπεδο, βοηθώντας τους παίκτες τους να φθάσουν ο καθένας στις δυνατότητές του και κάνοντας την καθοδήγηση πιο ελκυστική, πιο διασκεδαστική για τους αθλητές, αλλά και για τους ίδιους. Όλοι οι προπονητές πρέπει να φιλοδοξούν να γίνουν καλύτεροι και αποτελεσματικότεροι, έτσι ώστε να παρακινήσουν και τους αθλητές τους να γίνουν καλύτεροι. Ο αποτελεσματικός προπονητής πρέπει να γνωρίζει να σχεδιάζει τις ημερήσιες μονάδες, τις εβδομαδιαίες, μηνιαίες και ετήσιες προπονήσεις θέτοντας στόχους μάθησης, να οργανώνει και να διαχειρίζεται το περιβάλλον της εξάσκησης, να διδάσκει και να εξασκεί τις δεξιότητες και να δίνει ανατροφοδότηση (να διορθώνει τα λάθη) στοχεύοντας στη γνωστική μεσολάβηση για τη διατήρηση της γνώσης στη μακράς διάρκειας μνήμη. Παράλληλα ο προπονητής πρέπει να παρακινεί τους αθλητές του, να τους μάθει να θέτουν στόχους, να τους κάνει να επικεντρώνουν την προσοχή τους και να τους εξασκήσει στην πρόβλεψη – λήψη απόφασης, που είναι βασικά χαρακτηριστικά του αθλήματός τους, όσο το δυνατόν πιο νωρίς.

#### Βιβλιογραφία

- Ericsson, K. A. (2006). The influence of experience and deliberate practice on the development of superior expert performance. In K. A. Ericsson, N. Charness, P. Feltovich, and R. R. Hoffman, R. R. (Eds.). *Cambridge handbook of expertise and expert performance* (pp. 685-706). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Ericsson, K. A. (1996). The acquisition of expert performance: An introduction to some of the issues. In K. A. Ericsson (Ed.). *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games* (pp. 1-50). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Ericsson, K. A., & Kintsch, W. (1995). Long term working memory. *Psychological Review*, 102, 211-245.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. & Tesch-Romer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, 363± 406.

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΟΠΟΙΗΣΗ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ Η ΘΕΣΗ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

**ΔΡΙΚΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ** ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

Η κατηγοριοποίηση των αθλητικών δραστηριοτήτων είναι μια περίπλοκη διαδικασία. Κάθε απλή αθλητική δραστηριότητα και κάθε αθλητική αγωνιστική συνάντηση μπορεί να ανήκει ταυτόχρονα σε πολλές ομαδοποιημένες κατηγορίες ανάλογα με το κριτήριο της κατηγοριοποίησης. Από τα πιο συνήθη κριτήρια κατηγοριοποίησης είναι η διάρκεια των αγωνισμάτων και οι ενεργειακές τους απαιτήσεις (Klissouras, Paxinos, Danis, & Maridaki, 1988), καθώς και η συνθετότητα των απαραίτητων τεχνικών επιδεξιότητων (Dal Monte, 1977). Άλλη χρήσιμη κατηγοριοποίηση ξεχώριζε τις αθλητικές δραστηριότητες σε: επίδοσης, καταστάσεων, καλλιτεχνικής επιδεξιότητας στην οποία η αξιολόγηση γίνεται από κριτές και τέλος αυτές του στόχου & της βολής με σταθερό ή κινητό στόχο (Manno, 1989). Προκειμένου, όμως, να εξυπηρετηθεί η βελτίωση των δυνατοτήτων καταγραφής και ανάλυσης της αγωνιστικής απόδοσης, το επιθυμητό κριτήριο κατηγοριοποίησης των αθλητικών δραστηριοτήτων αποτελεί η δομή των διάφορων αθλητικών δραστηριοτήτων, ώστε να εντοπισθούν παρόμοιας δομής αθλήματα. Οι Reed & Edwards (1992) κατηγοριοποίησαν μόνο τις αθλητικές συναντήσεις και όχι όλες τις αθλητικές δραστηριότητες. Με τον όρο “αθλητική συνάντηση” περιγράφονται οι αγώνες μεταξύ δύο αντιπάλων, είτε αυτοί διεξάγονται μεταξύ ατόμων, ζευγαριών ή ομάδων. Οι τρεις μεγάλες κατηγορίες που ξεχώρισαν οι ανωτέρω συγγραφείς ήταν τα παιχνίδια εισβολής (invasion games), τα παιχνίδια φιλέ & τοίχου (net & wall games) και τα παιχνίδια χτυπήματος με μαστούνη ή ρόπαλο (striking / fielding games).

### Βιβλιογραφία

- Dal Monte, A. (1977). *Fisiologia e Medicina dello sport*. Firenze: Sansoni.
- Klissouras, V., Paxinos, T., Danis, A., & Maridaki, M. (1988). Heritability and trainability of adaptive responses. *Proceedings of Olympic Scientific Congress*. Seoul.
- Manno, R. (1989). *Fondamenti dell' allenamento sportivo*. Bologna: Zanichelli.
- Reed, B., & Edwards, P. (1992). *Teaching children to play Games*. Leeds: White Line Publishing.

## ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

**ΣΥΜΕΩΝΙΔΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ<sup>1</sup>, ΓΑΡΓΑΛΙΑΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ<sup>2</sup>, ΜΗΝΟΥΔΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ  
ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ

<sup>2</sup>ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ & ΔΟΙΚΗΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
<sup>3</sup>Δ/ΝΤΗΣ Π.Σ.Α.Π.

### Περίληψη

Ο Binkley και οι συνεργάτες του (2005) περιγράφουν τις δεξιότητες ζωής ως: «...δεξιότητες και ικανότητες που χρειάζονται οι άνθρωποι για να επιτύχουν στη ζωή τους, στο πλαίσιο της κοινωνικο-πολιτιστικής τους πραγματικότητας, μέσω της προσαρμογής, της διαμόρφωσης και της επιλογής των περιβαλλόντων τους». Οι Δυτικές κοινωνίες δίνουν ιδιαίτερη σημασία στις δεξιότητες αυτές διότι βοηθούν τους πολίτες τους να βελτιώνουν: α) το τεχνικό μέρος των επαγγελματιών τους, β) τον τρόπο που εργάζονται, γ) τη συμπεριφορά τους προς τους άλλους, δ) την ποιότητα των σχέσεων που αναπτύσσουν και ε) την ικανότητά τους να προσαρμόζονται σε νέα περιβάλλοντα. Για τους λόγους αυτούς, η Αμερικανική βιομηχανία επενδύει κάθε χρόνο US\$ 50 δις στην εκπαίδευση των στελεχών της, ένα μεγάλο ποσοστό των οποίων επικεντρώνεται στις κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες (Talavera & Perez-Gonzalez, 2007). Λόγω της σπουδαιότητάς τους, πολλές χώρες έχουν καταβάλει προσπάθειες να τις προσδιορίσουν. Η Ευρωπαϊκή Ένωση προσδιόρισε οκτώ (8) κατηγορίες τέτοιων δεξιοτήτων: 1) επικοινωνία στη μητρική γλώσσα, 2) επικοινωνία σε ξένη γλώσσα, 3) χρήση των μαθηματικών, άλλων επιστημών και της τεχνολογίας, 4) χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή και του διαδικτύου, 5) ικανότητα / δυνατότητα / επιθυμία απόκτησης νέων γνώσεων, 6) κοινωνικές δεξιότητες, 7) ανάληψη πρωτοβουλιών και επιχειρηματικότητα και 8) πολιτιστική αυτογνωσία και έκφραση (European Reference Framework, 2007). Επειδή επικεντρώνονται στην επίτευξη της καλύτερης δυνατής επίδοσης / απόδοσης, οι αθλητές συνήθως παραμελούν την εκπαίδευσή τους τόσο την ακαδημαϊκή / επαγγελματική, όσο και την κοινωνική, με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται να προσαρμοστούν στην μετά τον αθλητισμό ζωή τους.

Θα είναι πολλαπλά ωφέλιμο για αυτούς να συνδυάσουν την αθλητική τους καριέρα με την προετοιμασία για τη ζωή τους μετά από αυτήν, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στις δεξιότητες ζωής, η εκμάθηση των οποίων απαιτεί περισσότερο ενδιαφέρον και λιγότερο χρόνο, ή χρήματα. Ο Σύνδεσμος Αθλητών στον οποίο ανήκουν, το σωματείο τους, η Ομοσπονδία, η ΓΓΑ και η ΕΟΕ πρέπει να σταθούν αρωγοί σε μία τέτοια προσπάθεια.

#### Βιβλιογραφία

- Binkley, M., Sternberg, R., Jones, S., Nohara, D., Murray, T. S., & Clermont, Y. (2005). *Moving towards measurement: the overarching conceptual framework for the ALL Study*. In K. Kechagias (ed). (2011). Teaching and assessing soft skills. MASS project, Thessaloniki, Greece, page 28.
- European Community (2007). European Reference Framework. Education & Culture DG.
- Talavera, E. R., & Perez-Gonzalez, J. C. (2007). Training in socio-emotional skills through on-site training. *European Journal of Vocational Training*, 40(1), 83-102.

## Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΣΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ Α<sup>1</sup> ΑΝΔΡΩΝ

### ΜΑΝΑΣΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ

M.A., PhD ΤΜΗΜΑ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ/ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

#### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Η αγωνιστική ισορροπία αφορά στην ομοιογένεια της αθλητικής ικανότητας των ομάδων που συμμετέχουν σε ένα πρωτάθλημα και συνδέεται με το στοιχείο της έκπληξης και του απρόβλεπτου επηρεάζοντας έτσι άμεσα την ζήτηση των φιλάθλων για ομαδικά αθλητικά θεάματα. Η παρούσα μελέτη, εστιάζει στο Ελληνικό πρωτάθλημα Πετοσφαίρισης της Α1 των ανδρών, (από το 1978 έως το 2015), ενώ γίνεται και σύγκριση με το αντίστοιχο πρωτάθλημα της Ιταλίας.

**Μέθοδος:** Για την ποσοτικοποίηση της αγωνιστικής ισορροπίας χρησιμοποιούνται μια σειρά από ειδικούς δείκτες που λαμβάνουν υπ' όψη και τα τρία σημαντικά στάδια ανταγωνισμού: α) την ανάδειξη του πρωταθλητή, β) την συμμετοχή στις Ευρωπαϊκές διοργανώσεις και γ) την αποφυγή του υποβιβασμού. Αρχικά εξετάζεται ηseasonal διάσταση της αγωνιστικής ισορροπίας, που αναφέρεται στην επίδοση των ομάδων σε μια αγωνιστική περίοδο, και στη συνέχεια αναλύεται η between-seasonsδιάσταση που αναφέρεται σε δύο ή περισσότερες αγωνιστικές περιόδους.

**Αποτελέσματα** - Το επίπεδο της seasonal διάστασης κρίνεται χαμηλό σε σχέση με αυτό της Ιταλίας με την χειρότερη επίδοση να παρατηρείται στην περίοδο 1981-82 όπου η πρωταθλήτρια ομάδα του Παναθηναϊκού είχε μόνο μια ήττα ενώ η τελευταία ομάδα της βαθμολογίας η Χ.Α.Ν.Θ. κέρδισε μόνο 2 σετ. Βρέθηκε ακόμη στατιστικά σημαντική τάση δευτέρου βαθμού ενώ παρατηρείται αξιόλογη βελτίωση την τελευταία δεκαετία χάρη στον μειωμένο βαθμό επικράτησης των παραδοσιακά μεγάλων σε συνδυασμό με την ανάδειξη νέων ομάδων. Το γεγονός πως η between-seasons παρουσιάζει χαμηλότερες τιμές από την seasonal διάσταση, ερμηνεύεται ως διαχρονική κυριαρχία των δυνατών ομάδων ακόμη και όταν υπάρχει σχετική ισορροπία στη διάρκεια ενός πρωταθλήματος.

**Συμπεράσματα:** Τα αποτελέσματα δείχνουν ακόμη πως ο ανταγωνισμός για την αποφυγή του υποβιβασμού βελτιώνει το επίπεδο αγωνιστικής ισορροπίας σε αντίθεση με αυτόν για την κατάκτηση του πρωταθλήματος τόσο στην Ελλάδα όσο και στην Ιταλία. Τέλος, φαίνεται πως η διαδικασία των play-off δεν επιδρά στην ουσιαστική βελτίωση της αγωνιστικής ισορροπίας στοιχείο που πρέπει να προβληματίσει του διοικούντες του πρωταθλήματος.

#### Βιβλιογραφία

- Manasis, V., Avgerinou, V., Ntzoufras, I., & Reade, J. J. (2013). Quantification of competitive balance in European football: development of specially designed indices. *IMA Journal of Management Mathematics*, 24, 363-375.
- Manasis, V., & Ntzoufras, I. (2014). Between-seasons competitive balance in European football. *Journal of Quantitative Analysis in Sports*, 10(2), 139-152.
- Michie, J., & Oughton, C. (2004). Competitive Balance in Football: Trends and Effects. London: The Sports Nexus.
- Rottenberg, S. (1956). The Baseball Players' Labor Market. *The Journal of Political Economy*, 64(3), 242-258.



## ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΚΑΘΙΣΤΩΝ ΣΕ ΕΘΝΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

ΓΟΝΙΟΥ ΖΩΗ<sup>1</sup>, ΚΟΣΜΟΓΛΟΥ ΖΩΗ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ, ΠΡΟΠΟΝΗΤΡΙΑ, <sup>2</sup>ΠΡΟΠΟΝΗΤΡΙΑ, ΜΕΛΟΣ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ PARAVOLLEY EUROPE

### Περίληψη

Η ομιλία αυτή περιλαμβάνει μία σύντομη αναφορά στους κανονισμούς της Πετοσφαίρισης Καθιστών και τον τρόπο διεξαγωγής του παιχνιδιού, καταγράφοντας τις ομοιότητες και τις διαφορές με την Πετοσφαίριση. Επιγραμματικά αναφέρεται η κατηγοριοποίηση (classification) των αθλητών ανάλογα με το είδος αναπηρίας και η δυνατότητα συμμετοχής τους κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού με βάση αυτή. Η ατομική τεχνική, δηλαδή οι τεχνικές δεξιότητες των αθλητών, δεν διαφέρει πάρα πολύ από αυτή της Πετοσφαίρισης. Το ίδιο συμβαίνει και με την ομαδική τακτική και τα διάφορα συστήματα παιχνιδιού. Στη συνέχεια, καταγράφεται η πορεία του αθλήματος στη χώρα μας κάνοντας μία ανασκόπηση από τα πρωταρχικά βήματα δημιουργίας της πρώτης ομάδας Πετοσφαίρισης Καθιστών, συνεχίζοντας με τη δημιουργία της Εθνικής Ομάδας και τη συμμετοχή της στους Παραολυμπιακούς Αγώνες και στα Πανερωπαϊκά Πρωταθλήματα καθώς και τη διεξαγωγή των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων. Ακολουθεί αναφορά στην πορεία του αθλήματος σε διεθνές επίπεδο βασισμένη στις απαντήσεις ερωτηματολογίου, το οποίο έχει αποσταλεί στις χώρες της Ευρώπης οι οποίες καλλιεργούν την Πετοσφαίριση Καθιστών. Ο σκοπός του είναι να καταγραφεί η γενικότερη πορεία αλλά και οι προοπτικές του αθλήματος. Πιο ειδικά αναφέρονται, αφενός μεν οι τρόποι ανάπτυξης της Πετοσφαίρισης Καθιστών και αφετέρου δε η ανίχνευση νέων αθλητών. Εν κατακλείδι, ο απώτερος στόχος είναι να διατηρηθεί το άθλημα της Πετοσφαίρισης Καθιστών σε εθνικό επίπεδο, να γίνει γνωστό στο ευρύ κοινό και να ακολουθήσει την ανοδική πορεία που έχει και εκτός συνόρων.

### Βιβλιογραφία

Ενδεικτικά βιβλιογραφικά στοιχεία στις ιστοσελίδες:

[www.paravolley.eu](http://www.paravolley.eu)

[www.paravolley.org](http://www.paravolley.org)

[www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)

[www.volleyslide.net](http://www.volleyslide.net)

## Ο ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ ΣΕ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ

ΔΡΙΚΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Ο αριθμός των ομάδων σε μια αθλητική λίγκα σχετίζεται με το μέγεθος της αγοράς στην οποία απευθύνεται, τη δημοφιλία του αθλήματος, το επίπεδο των αθλητών, το ενδιαφέρον των φιλάθλων και το βιοτικό τους επίπεδο (Kesenne, 2009). Ισχυρό κίνητρο για τη μείωση του αριθμού των ομάδων αποτελεί η τακτική κατά την οποία οι ομάδες μοιράζονται τα έσοδα της λίγκας (Nool, 2003). Το όφελος, όμως, του αθλήματος δεν ταυτίζεται με το συμφέρον των ομάδων, γιατί δεν είναι αποδεκτό οι ομάδες δια του περιορισμού του αριθμού τους, να στερούν τη δυνατότητα σε πόλεις – περιοχές – ομάδες που ενδιαφέρονται, να συμμετέχουν σε μία κλειστή λίγκα (Kahn, 2007). Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι να προσδιορίσει τους παράγοντες που επηρεάζουν τον αριθμό των ομάδων στα πρωταθλήματα Πετοσφαίρισης Ευρωπαϊκών χωρών.

**Μέθοδος:** Με δεδομένα από 28 ευρωπαϊκά πρωταθλήματα Πετοσφαίρισης Ανδρών εξετάζεται η σχέση του αριθμού των ομάδων που συμμετέχουν στο ανώτερο πρωτάθλημα με το μέγεθος της αγοράς, την ποσότητα των αθλητικών ταλέντων που αγωνίζονται στη χώρα, τις επιτυχίες του αθλήματος και το βιοτικό επίπεδο της χώρας. Η ανάλυση έγινε με συσχέτιση Pearson's και πολλαπλή γραμμική παλινδρόμηση.

**Αποτελέσματα:** Ο αριθμός των ομάδων στα πρωταθλήματα Πετοσφαίρισης των Ευρωπαϊκών χωρών σχετίζεται σημαντικά με όλους τους δείκτες που εξετάστηκαν ( $p=0,05$ ). Παράλληλα υπήρξε υψηλή συσχέτιση του δείκτη των αθλητικών επιτυχιών με τους δείκτες αθλητικών ταλέντων και πληθυσμού ( $p=0,01$ ).

**Συμπεράσματα:** Ο αριθμός των ομάδων στα πρωταθλήματα Πετοσφαίρισης μπορεί να υπολογιστεί από τον δείκτη των αθλητικών ταλέντων που αγωνίζονται στη χώρα και από το βιοτικό επίπεδο.



**Βιβλιογραφία**

- Kahn, L. (2007). Sports league expansion and consumer welfare. *Journal of Sports Economics* , 8 (2), pp. 115-138.
- Kesenne, S. (2009). The optimal size of a sports league. *International Journal of Sport Finance* , 4 (4), pp. 264-270.
- Nool, R. (2003). The economics of baseball contraction. *Journal of Sports Economics* , 4 (4), pp. 367-388.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα IV

### Εθνικές Ομάδες

#### Η ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ ΤΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΗΣ ΑΛΛΟΔΑΠΗΣ ΣΤΙΣ ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ Η ΣΤΕΛΕΧΩΣΗ ΤΟΥΣ

**ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ ΝΙΚΟΣ** ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

##### Περίληψη

Η εθνική συγκροτήθηκε το 1949 και αγωνίστηκε με εθνική Γαλλίας (Παρίσι) και Ρουμανίας (Αθήνα 1957). Το 1960 προσλαμβάνεται ο Σ. Γκροστάνοβιτς, ο οποίος δίνει έμφαση στη σοβαρότητα, στην προσοχή και στη βασική τεχνική: ψηλή πάσα, δάχτυλα με κύλισμα στην υποδοχή, καρφί από ψηλά, σύστημα 4-2. Δίνει γενικές οδηγίες: στην αμφισβητούμενη μπαλιά έλεγε «καλύτερα όλοι παρά κανένας». Πραγματοποιούνται αγώνες με μικτή Βελγισαδίου. Ο αιγυπτιώτης Α. Κανελλόπουλος αναλαμβάνει την εθνική νέων: δίνει έμφαση στα πεσίματα και στο «σπάσιμο» του καρπού. Η ομάδα συμμετέχει στο πρώτο βαλκανικό Νέων-Νεανίδων (Σμύρνη 1966). Το 1967 αναλαμβάνει την εθνική ανδρών που συμμετέχει για πρώτη φορά σε Μεσογειακούς (Τυνησία) και πανευρωπαϊκούς (Τουρκία). Μεσολαβεί ο Δ. Σπυρίδωνος και ακολουθεί (1968) ο Στ. Ρόμαν (Βοηθεί Σπυρίδωνος, Τ. Κεχράς): καθιερώνει μονιμότητα στην εθνική, προπονήσεις (1-2/ημέρα) και συγκεντρωτικές. Εφαρμόζει 4-2, το 6 μπροστά, βάρη, αναερόβια, κυκλική προπόνηση με και χωρίς μπάλα. Μετατρέπει επιθετικούς σε πασαδόρους. Για την αντίδραση τοποθετεί κάθετα ανώμαλη επιφάνεια για απρόβλεπτη επιστροφή της μπάλας. Συμμετοχή σε: κύπελλο Ανοιξέως (Φιλανδία 1969), πρώτους Βαλκανικούς (Αθήνα 1970). Ακολουθεί (1971) ο Ντ. Ζαχάριεφ (βοηθεί Παντελιάς, Ν. Μπεργελές). Εισάγει: πλειομετρικές στα σκαμνάκια, επίθεση από το κέντρο με χτύπημα της μπάλας στο νεκρό σημείο της τροχιάς της, το 6 πίσω, καταγράφει προτιμήσεις και αδυναμίες των αντιπάλων και δίνει συγκεκριμένες αγωνιστικές οδηγίες. Μεσολαβούν Παντελιάς, Μπεργελές (1975-76) και μετά ο σοβιετικός Ασάφιεφ (1976-79) εισάγει πλειομετρική προπόνηση σε κύβους (50-150εκ.). Κωδικοποιεί την επίθεση (1<sup>ος</sup>, 2<sup>ος</sup>, 3<sup>ος</sup> χρόνος). Το 1979 ο Πολωνός Γ.Βελτς, εισάγει επίθεση με απόλυτη ειδικευση και από τη θέση 5, αντοχή με μπάλα, πλειομετρικές σε εμπόδια. Ακολουθούν έλληνες προπονητές (Γεωργαντής, Θ. Μαργαρίτης, Πολύζος, Κουμπλής). Το 1994 αναλαμβάνει ο κουβανός Χ. Χερρέρα και για την ισχύ χρησιμοποιεί βάρη συνδυαστικά με ταχύτητα, για την Τε-Τα διαδοχικές ενέργειες συνδρόμων. Ακολουθούν έλληνες (Στ. Καζάζης, Τριανταφυλλίδης κα).

#### ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

**ΜΑΛΟΥΣΑΡΗΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ**

**ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

##### Περίληψη

Τα επίπεδα της αθλητικής απόδοσης ήταν αδιανόητο να γίνουν αντιληπτά πριν μερικά χρόνια, πράγμα που είναι πλέον κάτι συνηθισμένο. Παρατηρείται επίσης μία ραγδαία αύξηση των ικανών αθλητών για υψηλά επιτεύγματα. Η αθλητική διαδικασία εξελίχτηκε χάρη στη συμβολή των ειδικών επιστημόνων και ειδικευμένων προπονητών του αθλήματος. Η Αθλητική Επιστήμη προχώρησε από την περιγραφική στην επιστημονική έρευνα. Για τη στρατηγική επίτευξης των στόχων θα πρέπει να χρησιμοποιείται ο Μακροχρόνιος Σχεδιασμός Προοπτικής του αθλήματος, ως σημαντικός και απαραίτητος προγραμματισμός για την ανάπτυξη και την πορεία των εθνικών ομάδων. Θα πρέπει να εμπεριέχει ουσιαστικές *ιδέες* και *αρχές* της Πετοσφαιρικής δραστηριότητας στην προοπτική της (τουλάχιστον έναν Ολυμπιακό κύκλο), ξεκινώντας από μία βάση δεδομένων, με τουλάχιστον 4 χρονικούς σχεδιαστικούς κύκλους, που αναλύονται και επεξεργάζονται στατιστικά.

Η κατάρτιση της σχεδίασης προοπτικής γίνεται για τη σταδιακή απόκτηση μέγιστης ικανότητας υψηλών επιδόσεων, την υψηλή αθλητική εξειδίκευση, την ανταγωνιστική εμπειρία για μεγάλο χρονικό διάστημα. Στοχευόμενες είναι ιδιαίτερα οι εθνικές ομάδες κορασίδων/παιδών, οι ομάδες των νέων που επιδιώκουν το κατώφλι της αθλητικής ωριμότητας (ανδρών/γυναικών), οι ώριμες ομάδες, στις οποίες η απόδοση των παικτών έχει φτάσει σε στασιμότητα και απαιτούν σχέδιο δράσης εφαρμοζόμενο σταδιακά. Η έκταση του υπολογισμού του σχεδιασμού προοπτικής γίνεται συνήθως σύμφωνα με το υψηλότερο επίπεδο διοργάνωσης στον κόσμο (Ολυμπιακοί Αγώνες). Σε έναν Ολυμπιακό κύκλο (4 χρόνια) γίνονται και άλλες μεγάλες διοργανώσεις, όπως το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα, Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα (Εθνικές Ομάδες, Σύλλογοι). Οι Αγωνιστικές διοργανώσεις θα σηματοδοτήσουν την ακριβή διάρκεια του σχεδιασμού που μπορεί να είναι 2-8 έτη.

Για τη διαμόρφωση των μακροχρόνιων σχεδιασμών θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη:

- ✓ Στόχοι τελικού μοντέλου παιχνιδιού, μέθοδοι κατάρτισης και ενδιάμεσοι στόχοι
- ✓ Καθορισμός των σημαντικότερων διοργανώσεων
- ✓ Πόροι
- ✓ Καθορισμός της δομής και περιεχόμενο του προγράμματος προπονητικής κατάρτισης-μακρόκυκλοι και επιβαρύνσεις (όγκος, ένταση, πυκνότητα, περιπλοκότητα) του κάθε χρόνου.
- ✓ Θέσπιση στρατηγικής σταδιακής εκπαίδευσης μέσω Εθνικού ενιαίου μοντέλου και μορφές της προετοιμασίας.

### Βιβλιογραφία

**Bompa, T., Carrera, M.** (2005). *Periodization Training for Sports*. Published by Human Kinetics Publishers. Second Edition.

## ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΟΠΙΚΩΝ ΚΛΙΜΑΚΙΩΝ ΚΑΙ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΑΝΔΡΩΝ

### ΔΡΙΚΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ

#### ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ

#### Περίληψη

Τα σημαντικότερα προβλήματα που υπάρχουν στην προπονητική διαδικασία για τη βελτίωση και εξέλιξη νεαρών βολεϊμπολιστών είναι: η καθυστερημένη αρχική επιλογή, η γεωγραφική διασπορά των αθλητικών ταλέντων, ο περιορισμένος χρόνος προπόνησης, το επίπεδο των συνασκουμένων στα σωματεία και η έλλειψη υλικοτεχνικής υποδομής στους χώρους προπόνησης. Στο πλαίσιο της αντιμετώπισης των παραπάνω προβλημάτων η αρχική επιλογή, στα πλαίσια του διακλιμακιακού πρωταθλήματος, προγραμματίστηκε να γίνεται 30 μήνες πριν από την 1<sup>η</sup> Ευρωπαϊκή υποχρέωση των εθνικών ομάδων Παίδων. Οι Περιφερειακοί Ομοσπονδιακοί Προπονητές (Π.Ο.Π.) επελέγησαν τον Μάρτιο 2015. Στόχος της λειτουργίας των τοπικών κλιμακίων ήταν η επέκταση του συστήματος ανακάλυψης, καταγραφής και προπόνησης των αθλητικών ταλέντων. Παράλληλος στόχος ήταν η δημιουργία μηχανισμού επιμόρφωσης και καθοδήγησης των επιλεγμένων προπονητών με την παροχή κατευθύνσεων και οδηγιών για τη λειτουργία των κλιμακίων. Στο πλαίσιο αυτού του προγράμματος από τον Απρίλιο 2015 πραγματοποιήθηκαν 110 προπονήσεις, κατεγράφησαν με σωματικές και αθλητικές μετρήσεις 154 αθλητές γεννημένοι >1-1-2001 και πραγματοποιήθηκαν 4 web σεμινάρια αποκλειστικά για τους Π.Ο.Π. Επιπρόσθετα καθιερώθηκε ενιαίος τρόπος οργάνωσης του διακλιμακιακού πρωταθλήματος, η επιλογή των αθλητών έγινε με βάση οπτική επιθεώρηση και μετρήσεις, ενώ της αρχικής επιλογής θα ακολουθήσει συστηματικός επανέλεγχος. Για τους αθλητές που είχαν ήδη επιλεγεί ως αθλητικά ταλέντα και αποτελούσαν τις Εθνικές ομάδες Παμπαίδων, Παίδων, Εφήβων για να αντιμετωπισθεί η γεωγραφική διασπορά τους, λειτούργησαν 5 προπονητικά περιφερειακά κέντρα (Αθήνα, Πάτρα, Θεσσαλονίκη, Σουφλί, Κρήτη). Στα περιφερειακά προπονητικά κέντρα από ΝΟΕ 2014 πραγματοποιήθηκαν 120 προπονήσεις για αθλητές γεννημένους > 1-1-1997. Τον Οκτώβριο 2015 πραγματοποιήθηκε εσωτερικό σεμινάριο ομοσπονδιακών προπονητών Ανδρών και προπονητών περιφερειακών κέντρων, με στόχο να στραφεί η προπονητική διαδικασία από την προπόνηση τεχνικής και ενδυνάμωσης, με παράλληλη μείωση του αριθμού των αθλητών που συμμετείχαν στις προπονήσεις. Έγινε προσπάθεια να υπάρχει οπτική ανατροφοδότηση στους αθλητές μετά από κάθε προπονητική μονάδα. Με αυτό το νέο τύπο προπονητικής διαδικασίας πραγματοποιήθηκαν από αρχές Νοεμβρίου 2015 30 προπονήσεις.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα V

# Προπονητική Πετοσφαίρισης

#### ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΧΡΟΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΛΛΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ, ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ

ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ<sup>1</sup>, ΔΡΙΚΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ<sup>2</sup> <sup>1</sup>ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ  
ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ, <sup>2</sup>ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

#### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σκοπός της μελέτης ήταν να διερευνήσει τα χρονικά και άλλα χαρακτηριστικά της Πετοσφαίρισης ανδρών και γυναικών υψηλού επιπέδου, από τα αντίστοιχα τουρνουά που διεξήχθησαν στα πλαίσια τεσσάρων συνεχόμενων Ολυμπιάδων (Σύδνεϋ 2000, Αθήνας 2004, Πεκίνου 2008 και Λονδίνου 2012), μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών του αθλήματος (F.I.V.B., 2000).

**Μέθοδος:** Τα δεδομένα συγκεντρώθηκαν από τα επίσημα αποτελέσματα των τουρνουά ανδρών και γυναικών των παραπάνω Ολυμπιάδων και αφορούσαν στο τελικό αποτέλεσμα του αγώνα, στους πόντους και στη χρονική διάρκεια του σετ και του αγώνα. Συνολικά αναλύθηκαν 312 αγώνες, ξεχωριστά για τους άνδρες και για τις γυναίκες, που διεξήχθησαν στα αντίστοιχα Ολυμπιακά τουρνουά Πετοσφαίρισης.

**Αποτελέσματα:** Τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντική αύξηση του χρόνου διάρκειας των σετ και του συνολικού χρόνου του αγώνα, τόσο σε άνδρες όσο και σε γυναίκες. Η αύξηση αυτή προήλθε από την προφανή χρονική επέκταση του αγωνιστικού επεισοδίου, αφού οι πόντοι που παίχτηκαν ανά σετ και αγώνα παρέμειναν σχεδόν οι ίδιοι. Το γεγονός αυτό επιβεβαιώνει την προτεραιότητα των ομάδων να βελτιώσουν την αμυντική τους τακτική και να εστιάσουν την προσοχή τους στην αποφυγή του λάθους κατά την εκτέλεση των διαφόρων τεχνικών επιδεξιότητων του παιχνιδιού.

**Συμπεράσματα:** Συμπερασματικά, μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών του αθλήματος και ειδικά αυτών που σχετίζονται με την αλλαγή του τρόπου καταμέτρησης των πόντων και της προσθήκης του παίκτη "Libero", οι προπονητές αναγκάστηκαν να επαναξιολογήσουν τις στρατηγικές και τις τακτικές τους στην κατεύθυνση της κατάκτησης του αγωνιστικού επεισοδίου, του σετ και επομένως και του αγώνα. Η προαναφερθείσα χρονική αύξηση του αγωνιστικού επεισοδίου σε συνδυασμό με την αβεβαιότητα της έκβασης του, έκανε το παιχνίδι αναμφίβολα πιο θεαματικό και πιο ενδιαφέρον στην παρακολούθησή του.

#### Βιβλιογραφία

- Kountouris, P., Laios, J. (2000a). Investigation into the time characteristics of the volleyball game. *Coaching Volleyball* 17, 16-19.
- Kountouris, P., Laios, J. (2000b). Changes effected on the game of volleyball by the enforcement of the new regulations. *Coaching Volleyball*, 17, 26-30.
- Kountouris, P. (2005). Time characteristics of volleyball matches in two consecutive Olympic competitions after the implementation of rally scoring. *Coaching Volleyball*, Vol. 22, No 6, 18-22.
- Laios, A., Kountouris, P. (2010). Association between the line-up of the players and the efficiency of the serving team in Volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. Vol. 10, No 1, 1-8.

## ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΕΠΙΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ, ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ

ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ<sup>1</sup>, ΔΡΙΚΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ<sup>2</sup> <sup>1</sup>ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ  
ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ, <sup>2</sup>ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σκοπός της μελέτης ήταν να συγκρίνει την αποτελεσματικότητα της εκτέλεσης των τεχνικών επιδεξιότητων του παιχνιδιού της Πετοσφαίρισης στο υψηλό επίπεδο ανδρών και γυναικών, από τους αγώνες που διεξήχθησαν στα αντίστοιχα τουρνουά τεσσάρων συνεχόμενων Ολυμπιάδων (Σύδνεϋ 2000, Αθήνας 2004, Πεκίνου 2008 και Λονδίνου 2012), μετά την εφαρμογή των νέων κανονισμών του αθλήματος (F.I.V.B., 2000).

**Μέθοδος:** Συγκρίθηκαν πέντε βασικές τεχνικές επιδεξιότητες του παιχνιδιού της Πετοσφαίρισης (σερβίς, υποδοχή, επίθεση, μπλοκ και άμυνα), από 312 αγώνες όλων των τουρνουά ανδρών και γυναικών των τεσσάρων Ολυμπιάδων. Όλοι οι αγώνες αναλύθηκαν με τη συνδρομή του Virtual Dub software (Virtual Dub, 2007). Η συμφωνία μεταξύ των κριτών, όσον αφορά στην καταγραφή των ενεργειών που απέφεραν πόντο ήταν 100%, ενώ για τις ενέργειες που δεν έδιναν άμεσο πόντο σε μια ομάδα ήταν σχεδόν τέλεια (99.8%). Οι διαφορές των μέσων τιμών των υπό εξέταση επιδεξιότητων ανδρών και γυναικών εκφρασμένες σε εκατοστιαίες αναλογίες ελέγχθηκαν με *t* test για ανεξάρτητα δείγματα.

**Αποτελέσματα:** Στο σερβίς παρατηρήθηκε τάση αύξησης των επιτυχημένων εκτελέσεων που συνοδεύτηκε με αύξηση των λαθών περισσότερο στους άνδρες και λιγότερο στις γυναίκες. Στην υποδοχή παρουσιάστηκε επίσης τάση επιτυχημένων εκτελέσεων και σταδιακή μείωση των λαθών πιο πολύ στις γυναίκες από ότι τους άνδρες. Η τάση αυτή δεν αύξησε την αποτελεσματικότητα στην επίθεση και στα δύο φύλα, η οποία εμφάνισε μια αξιοσημείωτη σταθερότητα παρόλη την αυξητική τάση της αποτελεσματικότητας του μπλοκ περισσότερο στους άνδρες και λιγότερο στις γυναίκες. Τέλος, στην άμυνα βρέθηκε και για τα δύο φύλα σημαντικά σταδιακή μείωση των λαθών εκτέλεσης.  
**Συμπεράσματα:** Οι διαφορές μεταξύ των δύο φύλων εστιάζονται κυρίως στον διπλασιασμό των λαθών εκτέλεσης στην επιδεξιότητα του σερβίς και στην καλύτερη εκτέλεση της επίθεσης από πλευράς ανδρών, με τις γυναίκες να έχουν και στις δύο αυτές επιδεξιότητες μικρότερο αριθμό λαθών εκτέλεσης. Στις ομοιότητες καταγράφονται η σταθερότητα στο ποσοστό των πετυχημένων επιθέσεων και ο περιορισμός των λαθών στις αμυντικές ενέργειες.

### Βιβλιογραφία

- Laios, Y., Kountouris, P. (2005). Evolution in men's volleyball skills and tactics as evidenced in the Athens 2004 Olympic Games. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, Vol. 5, No. 2, 1–8.
- Kountouris, P., Drikos, S., Aggelonidis, I., Laios, A., Kyprianou, M. (2015). Evidence for differences in men's and women's volleyball games based on skills effectiveness in four consecutive Olympic tournaments. *Comprehensive Psychology*. Vol. 4, (1), article 9. <http://www.amsciepub.com/toc/cp/4/1>.
- Palao, J. M., Manzanares, P., & Ortega, E. (2009) Techniques used and efficacy of volleyball skills in relation to gender. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 9(2), 281-293.

## Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΠΑΣΑΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΙΘΕΣΗ ΣΕ ΑΓΩΝΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ

ΚΑΣΑΜΠΑΛΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ<sup>1</sup>, ΖΕΤΟΥ ΕΛΕΝΗ<sup>2</sup>, ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ<sup>3</sup>,  
ΓΚΟΥΝΤΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ<sup>4</sup>

<sup>1</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ, <sup>2</sup>ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ, <sup>3</sup>ΚΦΑ, PhD <sup>4</sup>ΚΦΑ, Msc

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σκοπός της έρευνας ήταν η καταγραφή και αξιολόγηση των διαφορών που υπάρχουν στα τεχνικά στοιχεία της πάσας και της επίθεσης μεταξύ των ομάδων που συμμετείχαν στο παγκόσμιο πρωτάθλημα του 2014 που έγινε στην Πολωνία.





Marcelino, R., & Mesquita, I. (2006). Characterizing the efficacy of skills in high performance competitive Volleyball. In H. Danks, M. Hughes, & J. H. Ekler (Ed.), *World Congress of performance analysis of sports* (pp. 491-196). Szombathely: Berzsenyi College.

## ΜΕΛΕΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΥΨΟΥΣ, ΑΛΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ, ΟΜΑΔΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΜΑΡΙΑ<sup>1</sup>, ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ ΝΙΚΟΣ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ - ΔΙΑΙΤΗΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ, <sup>2</sup>ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σημαντική επίδραση στην απόδοση των παικτών έχουν τα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά και οι φυσικές ικανότητες, σύμφωνα με τις απαιτήσεις κάθε αθλήματος (Carter, 1981). Σκοπός είναι η συγκριτική μελέτη ορισμένων σωματικών και φυσικών χαρακτηριστικών των παικτών των ολυμπιακών ομάδων πετοσφαίρισης.

**Μέθοδος:** Το δείγμα αποτελείται από 676 πετοσφαιριστές εθνικών ομάδων, που συμμετείχαν στους ολυμπιακούς (2004,2008,2012). Για τη σύγκριση των ΜΟ έγινε ανάλυση διακύμανσης και εξετάστηκαν (Tukey) οι διαφορές όταν το F-κριτήριο ήταν  $p < 0,05$ .

**Αποτελέσματα:** Το σωματικό ύψος (196,9! 197,1! 197,5 εκ.), και το άλμα για καρφί (341,5! 343,8! 341,9 εκ.), δεν είχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των διοργανώσεων. Το άλμα για μπλοκ ήταν υψηλότερο στους ΟΑ 2008 (326,6 εκ) έναντι των άλλων (322,7 εκ). Οι 4 πρώτες ομάδες της κατάταξης είχαν μεγαλύτερο σωματικό ύψος και υψηλότερο άλμα για μπλοκ. Οι 8 πρώτες ομάδες της κατάταξης είχαν υψηλότερο άλμα για καρφί, οι Κεντρικοί μεγαλύτερο σωματικό ύψος και υψηλότερο άλμα για μπλοκ, οι Διαγώνιοι υψηλότερο άλμα για καρφί και μεγαλύτερο Σ.Β και οι Πασαδόροι μεγαλύτερη εμπειρία.

**Συμπεράσματα:** Συμπερασματικά το σωματικό ύψος, το άλμα για καρφί και μπλοκ κυμαίνονται στο ίδιο επίπεδο μεταξύ των διοργανώσεων αναλογικά με το επίπεδο των ομάδων.

### Βιβλιογραφία

Carter JEL. Somatotypes of Female Athletes. In: Borms J, Hebbelinck M, Venerando A, (Eds). *The female athlete*. Basel: S Karger Press, 1981; 15:85-116.

Gerard,P., Lardinoit, T., Louis, M. (1991). Volleyball: relationship between the age, height, weight, ponderal index and performances of finalists at the Olympic Games in Seoul 1988. *Science et motricite (Paris)*, fev. 1991,3(13), p.11

Malousaris, G., Bergeles, N., Barzouka, K., Bayios, I., Nassis, G., Koskoulou, M., (2008). Somatotype, size and body composition of competitive female volleyball players. *Journal of science and medicine in sport*. 11,337-44

## Η ΤΑΚΤΙΚΗ ΤΟΥ ΠΑΣΑΔΟΡΟΥ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΜΠΑΛΙΑ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

ΓΙΑΝΝΟΥΛΗ ΔΑΝΑΗ<sup>1</sup>, ΜΑΛΟΥΣΑΡΗΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ, <sup>2</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σκοπός της εργασίας είναι να ερευνηθεί η απόδοση κατά την πρώτη επαφή και η επίδρασή της στην τακτική της πασαδόρου στην εκτέλεση της δεύτερης επαφής, σε αγώνες ολυμπιακού επιπέδου.

**Μέθοδος:** Το δείγμα αποτελείται από 36 (72σσετ) αγώνες πετοσφαίρισης (Λονδίνο 2012). Η αξιολόγηση της απόδοσης στην υποδοχή έγινε με την 5βάθμια κλίμακα και τα κριτήρια του Eom (1992). Έγινε έλεγχος αξιοπιστίας ( $r > 0,96$ ). Στη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το SPSS-PS22. Ο υπολογισμός των αναλογιών και των συχνοτήτων έγινε με τον πίνακα διπλής εισόδου (cross tabulation) 2X5,4X5,3X7,4X7 και η σύγκριση αναλογιών με το z κριτήριο (Stat graphics 16).

**Αποτελέσματα:** Από τις επιλογές της πασαδόρου (2301 ενέργειες), οι περισσότερες κατευθύνθηκαν στη θέση 4 (43,4%), ακολούθως στις θέσεις 2, 6, 3. Οι λιγότερες επιλογές παρουσιάστηκαν στις 1 (5,1%), και 5 (2,1%).



Από τη σύγκριση των αναλογιών μεταξύ των θέσεων αναφορικά με την απόδοση στην πρώτη μπαλιά, το z κριτήριο παρουσίασε στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς: τη θέση 3 μεταξύ απόδοσης πρώτης μπαλιάς 1 και 4 υπέρ της απόδοσης 4 ( $p=0.04$ ,  $z=2,051$ ) και μεταξύ απόδοσης πρώτης μπαλιάς 2 και 4 υπέρ της απόδοσης 4 ( $p=0.03$ ,  $z=2.1$ ). Ως προς τη θέση 4 η απόδοση της πασαδόρου ήταν υψηλότερη από πρώτη μπαλιά 3 έναντι της 4 ( $p=0,004$ ,  $z=2,86$ ) και μεταξύ Α' μπαλιάς 1 και 4 υπέρ της απόδοσης 1 ( $p<0.001$ ,  $z=4.38$ ) καθώς και μεταξύ πρώτης μπαλιάς 2 και 4 υπέρ της απόδοσης 2 ( $p<0.001$ ,  $z=4.26$ ).

**Συμπεράσματα:** Η περιοχή προέλευσης της πρώτης μπαλιάς δεν επηρεάζει τις επιλογές της πασαδόρου, ως προς την θέση που μεταβιβάζει την μπάλα. Η απόδοση στην πρώτη μπαλιά επηρεάζει τις επιλογές της πασαδόρου, ως προς την θέση που μεταβιβάζει την μπάλα. Οι θέσεις με τη μεγαλύτερη συχνότητα επιλογής της πασαδόρου είναι η θέση 4 και ακολουθούν με μεγάλη διαφορά της άλλες.

### Βιβλιογραφία

- Malousaris G. Barzouka K., Bergeles N. (2005). Setters and attackers best performance in proportion with performance in the preceding action of Complex II in male volleyball in the 2004 Olympic Games. *9o Congress of the European College of Sport Science (2005)*.Beligrad.
- Barzouka K., Malousaris G. Bergeles N. (2005). Setters and attackers best performance in proportion with performance in the preceding action of Complex I in male volleyball in the 2004 Olympic Games. *9o Congress of the European College of Sport Science (2005)* Beligrad.Holley R., (2004).Setter performance statistics. *Coaching volleyball: insights and strategies*, edited: K., S., Lenberg.130-133.
- Bergeles Nikos, Barzouka Karolina and Nikolaidou M.E., 2009 Performance of male and female setters and attackers on Olympic-level volleyball teams.*International Journal of Performance Analysis of Sport,2009*, 9, p.141-148.

## Η ΔΙΕΘΝΗΣ ΤΑΣΗ ΤΟΥ ΣΕΡΒΙΣ ΜΕ ΑΛΜΑ ΑΝΑ ΠΑΙΚΤΡΙΑ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ, ΣΤΟ ΥΨΗΛΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΜΑΡΤΙΝΑ<sup>1</sup>, ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ – ΠΡΟΠΟΝΗΤΡΙΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ, <sup>2</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Το σερβίς αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα όπλα μιας ομάδας. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνηθεί η απόδοση του σερβίς με άλμα (δυνατό περιστρεφόμενο JS και κυματιστό JF) ανά ειδικεύση των παικτριών, καθώς και η προτίμησή τους ως προς το είδος, τη θέση εκτέλεσης και την κατεύθυνση.

**Μέθοδος:** Αξιολογήθηκαν 1002 ενέργειες της τελικής φάσης των Ολυμπιακών Αγώνων του 2012. Η αξιολόγηση της απόδοσης του σερβίς έγινε σύμφωνα με την 5-βάθμια κλίμακα (0-4) των Eom & Schutz (1992). Πραγματοποιήθηκε έλεγχος αξιοπιστίας με τη μέθοδο Pearson (0,85 -1). Ο υπολογισμός των αναλογιών και των συχνοτήτων έγινε με την μέθοδο του πίνακα διπλής εισόδου. Χρησιμοποιήθηκε το Z κριτήριο για την σύγκριση των αναλογιών.

**Αποτελέσματα:** α) Οι Ακράιες<sup>1</sup> χρησιμοποίησαν περισσότερο το JS σε σχέση με τις Ακράιες<sup>2</sup> και τις Διαγώνιους ενώ οι Ακράιες<sup>2</sup> χρησιμοποίησαν λιγότερο το JF σε σχέση με όλες τις άλλες παίκτριες εκτός των Ακράιων<sup>1</sup>, β) οι Ακράιες<sup>1</sup> για την εκτέλεση του JS προτίμησαν τις θέσεις 5 και 6 για να σερβίρουν ενώ για την εκτέλεση του JF προτίμησαν τη θέση 1, γ) οι Κεντρικές<sup>1</sup> και οι Κεντρικές<sup>2</sup> προτίμησαν το JF και σερβίρισαν κυρίως από τις θέσεις 5 και 6 ενώ οι Πασαδόροι και οι Διαγώνιοι προτίμησαν το JF αλλά σερβίρισαν από τη θέση 1, δ) ως προς το βάθος βρέθηκε ότι τα περισσότερα σερβίς κατευθύνθηκαν στη μέση του γηπέδου ενώ τα λιγότερα μπροστά, και ως προς το πλάτος τα περισσότερα κατευθύνθηκαν στο κέντρο ενώ τα λιγότερα αριστερά του γηπέδου, ε) δεν βρέθηκαν σημαντικές διαφορές ως προς την αποτελεσματικότητα αλλά μόνο ως προς τα λάθη όπου οι Ακράιες<sup>1</sup> πραγματοποίησαν περισσότερα, σε σχέση με τις υπόλοιπες.

**Συμπεράσματα:** Οι γυναίκες επιλέγουν περισσότερο το JF (67,3%), λιγότερο το κυματιστό χωρίς άλμα (19,1%) και τέλος το JS (13,6%), το οποίο επιλέγεται κυρίως από τις ακράιες παίκτριες και κάνει αισθητή την παρουσία του στο γυναικείο παιχνίδι.

### Βιβλιογραφία

- Eom, J. & Schutz, W. (1992). Statistical analyses of volleyball team performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63 (1), 11-18.
- Andrea Ciuffarella, Luka Russo, Francesco Masedu, Marco Valenti, Riccard Izzo and Marco de Angelis. Notational Analysis of the volleyball serve. *Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal*. 2013. Vol 6 Is 11.
- Quiroga, ME, Garcia-Manso, JM, Rodriguez-Ruiz, D, Sarmiento, S, de Saa, Y, and Moreno, MP. Relation between in-game role and service characteristics in elite women's volleyball. *J Strength Cond Res* 24(9): 2316–2321, 2010.

## Ο ΣΩΜΑΤΟΤΥΠΟΣ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ Α1 & Α2 ΕΘΝΙΚΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΑΝΔΡΩΝ

ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ<sup>1</sup>, ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ<sup>2</sup>, ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ ΝΙΚΟΣ<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟΣ ΦΟΙΤΗΤΗΣ, <sup>2</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ, <sup>3</sup>ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Ο προσδιορισμός των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών της σωματικής διάπλασης των ατόμων μπορεί να συμβάλει στην αθλητική τους απόδοση. Ως σωματότυπος ορίζεται η ποσοτικοποίηση του παρόντος σχήματος του ανθρώπινου σώματος. Εκφράζεται με 3 τιμές που δείχνουν αντίστοιχα την ενδομορφία, την μεσομορφία και την εξωμορφία. Έχουν πραγματοποιηθεί έρευνες για να βρεθεί το ανθρωπομετρικό προφίλ των κορυφαίων αθλητών πετοσφαίρισης (Gualdi-Russo & Zaccagni, 2001; Zary et al., 2010). Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να δημιουργηθεί ένα προφίλ με τα χαρακτηριστικά του σωματότυπου των αθλητών του ελληνικού πρωταθλήματος πετοσφαίρισης ανά ειδικευση.

**Μέθοδος:** Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 144 πετοσφαιριστές από την Α1(N=68) και Α2(N=74) Εθνική κατηγορία ανδρών και ανάλογα με την αγωνιστική τους ειδικευση χωρίστηκαν σε Ακραίους, Κεντρικούς και Διαγώνιους. Για τον σκοπό αυτό μετρήθηκαν σύμφωνα με την μέθοδο των Heath & Carter (1980), το σωματικό ανάστημα, η σωματική μάζα, 5 δερματοπτυχές, 3 περιφέρειες μυών και 2 διακονδυλικά πλάτη οστών. Για τον υπολογισμό των μέσων όρων των σωματομετρικών παραμέτρων των παικτών, χρησιμοποιήθηκε περιγραφική στατιστική.

**Αποτελέσματα:** Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο σωματότυπος των αθλητών των ομάδων του ελληνικού πρωταθλήματος πετοσφαίρισης τόσο στο σύνολο του δείγματος, όσο και χωριστά ανά ειδικευση ήταν ενδόμορφος- εξώμορφος. Ο σωματότυπος των Ακράιων ήταν κεντρικός, ενώ αυτός των Κεντρικών και των Διαγώνιων ήταν ενδόμορφος - εξώμορφος.

**Συμπεράσματα:** Ο σωματότυπος των αθλητών αντίστοιχων πρωταθλημάτων της Ιταλίας ήταν εξώμορφος- μεσόμορφος, ενώ αυτός των αθλητών της Εθνικής Βραζιλίας ισορροπημένα μεσόμορφος. Η σύγκριση του σωματότυπου αθλητών του κορυφαίου επιπέδου με αυτούς που συμμετέχουν στο Ελληνικό πρωτάθλημα, φανερώνει ότι οι τελευταίοι είναι περισσότερο ενδόμορφοι και υστερούν αρκετά σε μεσομορφία και εξωμορφία. Η μείωση του αριθμού των Ελλήνων παικτών και οι οικονομικές δυσκολίες των αθλητικών σωματείων, αναγκάζουν τους προπονητές να επιλέγουν αθλητές των οποίων ο σωματότυπος αποκλίνει από τα διεθνή πρότυπα. Περισσότερες ώρες προπονήσεων, ή με μεγαλύτερη ένταση, καθώς και η καλύτερη διατροφή πιθανόν να μπορούσαν να περιορίσουν αυτές τις διαφορές.

### Βιβλιογραφία

- Carter, J. E. L. (1980). *The Health-Carter anthropometric somatotype- Instruction manual*. San Diego: San Diego State University Syllabus Service.
- Gualdi-Russo, E. and Zaccagni, L. (2001). Somatotype, role and performance in elite volleyball players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 41, 256-262.
- Zary, J. C., Reis, V. M., Rouboa, A., Silva, A. J., Fernandes, P. R. and Filho, J. F. (2010). The somatotype and dermatoglyphic profiles of adult, junior and juvenile male Brazilian top-level volleyball players. *Sciences & Sports*, 25, 146-152.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα VI

## Αθλητικό Δίκαιο & Επαγγελματισμός

### Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ – ΑΔΕΙΑ ΑΣΚΗΣΕΩΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

**ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ** ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΔΙΚΑΙΟΥ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

#### Περίληψη

Ο Αθλητισμός είναι δραστηριότητα ενταγμένη απόλυτα μέσα στους κόλπους της κοινωνίας και μάλιστα έχει αναχθεί σε μείζονα περιοχή άσκησης επαγγελματικής και οικονομικής δραστηριότητας.

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να ερευνηθεί και συζητηθεί:

- 1) Ο ορισμός του προπονητή αθλήματος και
- 2) το ισχύον καθεστώς που αφορά:
  - α) την έκδοση άδειας άσκησης επαγγέλματος προπονητή
  - β) την παροχή προπονητικών υπηρεσιών τη φύση της παροχής αυτής, στον ορίζοντα της ηθικής που διέπει τον αθλητικό θεσμό, με κανόνες δικαίου.
  - δ) τους κανόνες δικαίου που διέπουν τον προπονητή και την τήρηση των οποίων εξασφαλίζει την επιβεβλημένη άλλωστε δεοντολογία στην αθλητική και αγωνιστική πρακτική, τα αθλητικά και αγωνιστικά ήθη και το ευ αγωνίζεσθαι. Πέραν τούτων:
  - ε) εξετάζεται την εξασφάλιση των δικαιωμάτων των προπονητών αθλημάτων δια των συμβάσεων εργασίας στο πλαίσιο της διάκρισης της προπονητικής φύσης στην παροχή προπονητικών υπηρεσιών ως ερασιτεχνικός αθλητισμός και αθλητισμός των Αθλητικών εταιρειών.

Καταληκτικά, αναδεικνύεται ότι υφίσταται πρόβλημα τόσο στο πως ορίζεται ο Προπονητής σε σχέση με τον τεχνικό αθλήματος άρα και των απαιτούμενων τυπικών και ουσιαστικών προϋποθέσεων άσκησης του επαγγέλματος προπονητή, το οποίο προσδιορίζει και τη φύση της εργασίας άρα και την εξασφάλιση των δικαιωμάτων των προπονητών με ειδικό τρόπο εντός της ισχύουσας νομοθεσίας για τους παρέχοντες προπονητικές υπηρεσίες στον Αθλητισμό.

#### Βιβλιογραφία

- Anagnostopoulos Ioannis C.(2015) “Employment Relations in Sports Activities”, in: International Sports Law Review Pandektis, Vol. 1:1/2, p.195
- Panagiotoopoulos Dimitrios P. (2015) “Employments Relations In Sports Activities And Protection Of Individual And Economics Freedoms A Corpus Juris Athletiki”, in: International Sports Law Review Pandektis, Vol. 11:1/2, pp.8-20.
- Panagiotoopoulos Dimitrios P. (2014), “General Principles of Law in International Sports Activities And Lex Sportiva”, in: International Sports Law Review Pandektis, Vol. 10:3-4, pp.332-350, in: Επισκόπηση Αθλητικού Δικαίου Lex Sportiva ,Τευχ.10:2014 (in Greek), Τευχ. 10:2014, σελ. 2-11 και σε: Sports Science Research ( in Chinese) No 1, pp 74-81.

### ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΣΗ – ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΛΥΣΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ

**ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ** ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΤΡΙΑ ADR GROUP

#### Περίληψη

Τον αθλητισμό και την Πετοσφαίριση απασχολούν συχνά νομικά ζητήματα. Διαφορές ανάμεσα σε προπονητές και σωματεία, σωματεία και αθλητές, διαφορές από μεταγραφές, από συμβάσεις με τρίτους κ.λπ. Η επίλυση με τους κλασικούς τρόπους δεν είναι πάντα η καλύτερη μέθοδος. Τώρα υπάρχει εναλλακτικός τρόπος επίλυσης των διαφορών, η διαμεσολάβηση.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΣΗ; Ο τρόπος να λυθεί μια διαφορά ΕΠΙΣΗΜΑ, χωρίς δικαστήρια.

ΠΟΙΕΣ ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΑΦΟΡΑ; Όλες τις ιδιωτικές, όπου μπορεί να γίνει συμβιβασμός (τις αθλητικές διαφορές, αλλά και εμπορικές, οικογενειακές, κληρονομικές, γειτονικές, μισθωτικές κ.α.).

ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ; Με τη βοήθεια εκπαιδευμένου και διαπιστευμένου από το Υπουργείο ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΤΗ.

ΠΟΣΟ ΚΡΑΤΑΕΙ; Συνήθως κάποιες ώρες.

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΣΗ; Για να λυθεί η διαφορά

- Οικονομικά
- Γρήγορα
- Χωρίς άγχος
- Με εχεμύθεια
- Διατηρώντας τη σχέση με την άλλη πλευρά

ΜΑΡΤΥΡΕΣ; Όχι, δε χρειάζονται. Τα εμπλεκόμενα μέρη και οι δικηγόροι μόνον.

ΠΟΙΟΣ ΠΛΗΡΩΝΕΙ; Από κοινού οι εμπλεκόμενοι (εκτός αντίθετης συμφωνίας).

ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ; Όχι, για κάποιες, η λύση είναι τα δικαστήρια.

ΑΝ ΕΧΟΥΝ ΑΡΧΙΣΕΙ ΗΔΗ ΤΑ ΔΙΚΑΣΤΗΡΙΑ; Μπορεί να γίνει διαμεσολάβηση, αρκεί να μην έχει τελειώσει το Εφετείο.

Ο ΧΩΡΟΣ; Κατάλληλοι ιδιωτικοί χώροι. Με αίθουσες, χωριστές για κάθε πλευρά, με όλες τις απαιτούμενες ανέσεις.

ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΑΠΟ ΔΙΚΑΣΤΗΡΙΑ - ΔΙΑΙΤΗΣΙΑ - ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ; Στη διαμεσολάβηση τα μέρη έχουν τον έλεγχο του αντικειμένου και της απόφασης. Δεν επιβάλλει ο Διαμεσολαβητής την απόφαση.

ΓΕΝΙΚΑ; Με διαμεσολάβηση λύνεται το πρόβλημα μέσα σε ΜΙΑ μέρα, πολιτισμένα, σε συνθήκες αξιοπρέπειας. Έχοντας τον δικηγόρο δίπλα, και συνομιλώντας μαζί του, χωρίς κανείς να ασκεί πίεση ή άγχος. Η υπόθεση λύνεται χωρίς να μάθει όλος ο κόσμος τι συμβαίνει. Και, μεταξύ αυτών που υπήρχε η διαφορά και ίσως δε λένε ούτε καλημέρα, ΤΩΡΑ θα μπορεί τουλάχιστον να υπάρχει μια συνεννόηση έστω για τα βασικά.

## DUAL CAREER – ΔΙΠΛΗ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑ. Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΤΟΥΣ ΖΩΗ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

ΜΗΝΟΥΔΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ<sup>1</sup>, ΓΑΡΓΑΛΙΑΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ<sup>2</sup>  
<sup>2</sup>ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ & ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

<sup>1</sup>ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ Π.Σ.Α.Π.,  
ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ

### Περίληψη

Σκοπός αυτής της παρουσίασης είναι να εξηγήσει τι σημαίνει «Dual Career» (Διπλή Σταδιοδρομία) και να καταδείξει τη σπουδαιότητά του για τους αθλητές. Ο όρος Διπλή Καριέρα περιγράφει τη συντονισμένη και στοχευμένη προσπάθεια των stakeholders της αθλητικής κοινότητας, για την εκπαίδευση και επαγγελματική προετοιμασία του αθλητή κατά τη διάρκεια της καριέρας του ώστε, μετά την ολοκλήρωσή της, να ενταχθεί ομαλά στην αγορά εργασίας.

Στη διάρκεια της αγωνιστικής δράσης ενός υψηλού επιπέδου / επαγγελματία αθλητή το κράτος, η Ε.Ο.Ε., η Ομοσπονδία του, το σωματείο του, ο προπονητής του, ακόμη και ο ίδιος ο αθλητής, ενδιαφέρονται σχεδόν αποκλειστικά για την απόδοσή του στον αγωνιστικό χώρο. Η προσπάθεια αυτή έχει μεγάλες (σωματικές, πνευματικές και ψυχικές) απαιτήσεις και οι περισσότεροι αθλητές δυσκολεύονται να συνδυάσουν την αγωνιστική τους προσπάθεια με την εκπαίδευση, ή την εργασία τους. Έτσι, το σύνθημα είναι στο τέλος της αθλητικής του πορείας να αφήνεται συνήθως μόνος και αβοήθητος, να προσπαθεί να ενταχθεί σε ένα νέο κοινωνικό & επαγγελματικό περιβάλλον, με πολύ αρνητικές επιπτώσεις στη προσωπική του ζωή, την ψυχική του υγεία και την οικονομική του κατάσταση. Αναγνωρίζοντας τους αθλητές ως μία ειδική κατηγορία εργαζόμενων η Ευρωπαϊκή Ένωση, το 2012, δημοσιοποίησε συγκεκριμένες οδηγίες για τη Διπλή Σταδιοδρομία των Αθλητών (EU Guidelines on Dual Careers of Athletes).

Τα ερευνητικά δεδομένα καταρρίπτουν πολλά από τα στερεότυπα που υπάρχουν για τους αθλητές και δείχνουν ότι η διάρκεια της ενασχόλησής τους δεν ξεπερνάει τα λίγα χρόνια, οι απολαβές τους είναι μικρές και έχουν δυσκολίες στη διαχείριση των οικονομικών τους, γεγονότα που οδηγούν σε οικονομικά και οικογενειακά προβλήματα. Για να αποφευχθούν τέτοια φαινόμενα, απαιτούνται μόνιμες δράσεις σε 4 τομείς - κλειδιά: α) προσωπική ανάπτυξη, β) μετάβαση σε νέα καριέρα, γ) ισορροπία στον τρόπο ζωής, δ) εκπαίδευση - μόρφωση.

## Η ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ & ΟΙ ΤΕΧΝΟΚΡΑΤΕΣ

**ΠΛΑΤΣΗΣ ΙΑΣΩΝ**

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΣΥ.Π.Π.ΑΤ.**

### **Περίληψη**

Στην Ομοσπονδία και στις Ενώσεις του αθλήματος πρέπει απαραίτητα να υπάρχουν παλαιοί παίκτες, πρώην διαιτητές, προπονητές και καθηγητές Φυσικής Αγωγής – προπονητές. Και τούτο γιατί οι προαναφερόμενοι γνωρίζουν πως δημιουργείται το «κύτταρο» που λέγεται Σωματείο, και ξέρουν να σέβονται τον ιδρώτα των αθλητών και των παραγόντων του κυττάρου. Έτσι οι διατάξεις που θα ψηφίζουν θα βοηθούν στην ανάπτυξη του κυττάρου και όχι στην εξόντωσή του, επειδή προέρχονται από το χώρο αυτό και έχουν βιώσει την έννοια του σωματείου. Επιπλέον θα πρέπει να ξεχνούν την σωματειακή τους προέλευση και να μην ψηφίζουν υπέρ των συμφερόντων του Σωματείου που τους πρότεινε.

Ακολούθως γίνεται αναφορά στο καυτό θέμα της Διαιτησίας, προτείνοντας οι διαιτητές να είναι παλαιοί αθλητές καθώς γνωρίζουν την ψυχολογία του αθλητή, έτσι ώστε οι ίδιοι να περνούν απαρατήρητοι στον αγώνα, στον οποίο πρωταγωνιστές είναι οι αθλητές.

Επίσης θα αναφερθεί ότι πρέπει να υπάρξει Σχολή Παραγόντων, όπου θα διδάσκονται τα δικαιώματα και οι υποχρεώσεις των παραγόντων και οι κανονισμοί του αθλήματος, γιατί συνήθως τα επεισόδια ξεκινούν από τους παράγοντες που έχουν άγνοια κανονισμών.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα VII

### Ανάπτυξη

#### ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ

**ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ ΝΙΚΟΣ ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

##### Περίληψη

Η εμπειρία μας παραδίδει ότι ο ελληνικός αθλητισμός οφείλει την ύπαρξή του κυρίως στο αθλητικό σωματείο το οποίο είναι δημιουργήμα πρωτοβουλίας ομάδας πολιτών. Παράλληλα η ύπαρξη ενός αθλήματος σε μία περιοχή οφείλεται στην πρωτοβουλία κάποιου βετεράνου αθλητή-προπονητή και στον υπέρμετρο ζήλο του γυμναστή του σχολείου της περιοχής, που οργανώνει τη δραστηριότητα στον ελεύθερο χρόνο των μαθητών σε συνεργασία με το σωματείο της περιοχής. Ο σκοπός ίδρυσης κάθε σωματείου ορίζεται από το άρθρο 1 του καταστατικού «*Ιδρύεται αθλητικό σωματείο με την επωνυμία .... με σκοπό να προσφέρει την ευκαιρία στους νέους της περιοχής να αθλούνται...*».

Η πολιτεία ενίσχυσε το θεσμό του αθλητικού σωματείου, αλλά η εμπορευματοποίηση του αθλητισμού οδήγησε σε νομικό πλαίσιο που παραβιάζει τον κανόνα της ανιδιοτελούς ενασχόληση με το αντικείμενο. Ο συναγωνισμός έγινε ανταγωνισμός, η ψυχαγωγία άγχος και η ειρηνική αναμέτρηση πόλεμος. Οικονομικά εύρωστα αθλητικά σωματεία έδωσαν “άσυλο” σε οικονομικούς παράγοντες, οι οποίοι εκμεταλλεύτηκαν το γεγονός και δημιούργησαν «αυτοκρατορίες», και με τη βοήθεια κατευθυνόμενων ΜΜΕ επέβαλαν την εκτροπή ως αναγκαιότητα.

Η πετοσφαίριση ως “φτωχός” συγγενής των αθλοπαιδιών δέχθηκε λιγότερο τις ανωτέρω επιδράσεις και τα σωματεία, που την καλλιεργούν, (ανάλογα με την οικονομική τους κατάσταση, το πνεύμα που διέπει τους ιθύνοντες και τους στόχους που θέτουν) παρουσιάζουν μία κλίμακα με διαφορετικά χαρακτηριστικά, που θα μπορούσαν να κατηγοριοποιηθούν σε σωματεία: «παραγωγούς», «παραγωγούς και καταναλωτές», «καταναλωτές».

Για να διατηρηθεί το ενδιαφέρον των σωματείων (“παραγωγών” κυρίως) οι εξαγγελθείσες προκηρύξεις πρέπει να περιλαμβάνουν και την αποτίμηση της ετήσιας δραστηριότητάς τους. Πρόκειται για αξιολόγηση ποσοτικής παραμέτρου (ενεργοποίηση αριθμού παικτών, μήκος δραστηριότητας στην ετήσια περίοδο) και ποιοτικής παραμέτρου (Βαθμολογική κατάταξη κάθε ομάδας ανά κατηγορία, αμιγείς ηλικιακές ομάδες). Ο απολογισμός θα ακολουθείται από: Βράβευση, οικονομική ενίσχυση και ιδιαίτερη μέριμνα. Παράλληλα να υπάρχει διαρκές οικονομικό μερίδιο στο σωματείο «λίκνο» του μεταγραφόμενου αθλητή.

#### Η ΧΡΗΣΗ ΟΔΗΓΙΩΝ ΕΞΩΤΕΡΙΚΗΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΣΤΗ ΜΑΘΗΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΑΚΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

**ΖΕΤΟΥ ΕΛΕΝΗ**

**ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ**

##### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η εξέταση της επίδρασης της χρήσης οδηγιών εξωτερικής εστίασης της προσοχής κατά τη διάρκεια της προπόνησης, στη μάθηση δεξιοτήτων τεχνικής, ατομικής και ομαδικής τακτικής της Πετοσφαίρισης.

**Μέθοδος:** Το δείγμα αποτέλεσαν 25 αθλήτριες, ηλικίας ΜΟ=12,8 (ΤΑ=1,7) (11-13 ετών), με τρία χρόνια προπονητική εμπειρία. Οι αθλήτριες χωρίστηκαν τυχαία σε δυο ομάδες, την πειραματική και την ομάδα ελέγχου. Οι δυο ομάδες εκτέλεσαν 24 προπονήσεις, με συχνότητα 3 προπονήσεων την εβδομάδα.



Οι ασκούμενες ακολούθησαν ένα πρόγραμμα προπόνησης με προφορικές οδηγίες εξωτερικής εστίασης της προσοχής με στόχο τη μάθηση δεξιοτήτων τεχνικής και τακτικής. Η ομάδα ελέγχου ακολούθησε τον παραδοσιακό τρόπο διδασκαλίας (γνώση της απόδοσης). Οι ασκούμενες και των δυο ομάδων, πραγματοποίησαν τρεις μετρήσεις, στην αρχή, στο τέλος της παρέμβασης και μια εβδομάδα μετά την τελική μέτρηση χωρίς εξάσκηση, για να διαπιστωθεί η μάθηση. Για την αξιολόγηση των δεξιοτήτων σε συνθήκες αγώνα, χρησιμοποιήθηκε το εργαλείο GPI (Oslin, Mitchel & Griffin, 1998) το οποίο ελέγχθηκε για την αξιοπιστία και εγκυρότητά του (Ζέτου, Αυγερινός, Πασπαλά, & Κιουμουρτζόγλου, 2008), αφού αξιολογήθηκε η εσωτερική εγκυρότητα του παρατηρητή ( $r=.78$ ). Το εργαλείο αξιολογεί την απόδοση στην τεχνική, αλλά και στην ατομική τακτική. αφού αξιολογεί τις επιλογές πριν ή μετά την κυρίως δεξιότητα σε κάθε φάση σε αγωνιστικές συνθήκες.

**Αποτελέσματα:** Η ανάλυση διακύμανσης με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις έδειξε σημαντική αλληλεπίδραση ομάδας και μέτρησης ( $F_{(1,23)} = 98,69$ ,  $p < .05$ ) και κύρια επίδραση της ομάδας ( $F_{(1,23)} = 99,73$ ,  $p < .05$ ) με τις αθλήτριες της πειραματικής ομάδας να αποδίδουν πολύ καλύτερα από την ομάδα ελέγχου στη μάθηση των δεξιοτήτων, αλλά και στην ατομική τακτική (απόφαση εκτέλεσης και υποστήριξη/κάλυψη) σε αγωνιστικές συνθήκες. Τα αποτελέσματα συμπίπτουν με τα αποτελέσματα άλλων ερευνών σε διαφορετικά αθλήματα που σύγκριναν οδηγίες εξωτερικής και εσωτερικής εστίασης της προσοχής.

**Συμπεράσματα:** Προτείνεται οι προπονητές να χρησιμοποιούν οδηγίες εξωτερικής εστίασης στο σχεδιασμό της εξάσκησης, για να έχουν καλύτερα αποτελέσματα στην απόδοσή τους και στη μάθηση σε αγωνιστικό περιβάλλον.

### Βιβλιογραφία

- Oslin, J. (2005). *The role of assessment in teaching games for understanding*. In L.L. Griffin & J.I. Butler (Eds.), *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice*. Windsor, ON: Human Kinetics.
- Oslin, J., Mitchell, S. & Griffin, L. (1998). The game performance assessment instrument (GPI): Development and preliminary validation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 2, 213-243.
- Pankhurst A. (1999.) Game Based Coaching. *ITF Coaches Review*, 19, 11 – 13.

## Η ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΟΥ ΒΟΛΕΪ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΜΕ ΕΜΦΑΣΗ ΣΤΗΝ ΤΑΚΤΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ

ΚΑΡΑΪΣΚΟΣ ΛΕΩΝΙΔΑΣ

ΚΦΑ - ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΕΟΠΕ

### Περίληψη

Η διδασκαλία παιχνιδιών με έμφαση στη τακτική κατανόηση (Teaching Games for Understanding, TGFU) αναπτύχθηκε από ερευνητές στο Πανεπιστήμιο Loughborough (UK), έτσι ώστε να αξιοποιηθεί η έμφυτη επιθυμία των παιδιών να παίξουν, προς όφελος των παιδιών και της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Οι Bunker και Thorpe (1982), ανέπτυξαν τη μέθοδο TGFU γύρω από τη θεωρία ότι τα παιδιά μαθαίνουν το παιχνίδι παίζοντάς το. Σύμφωνα με τους (Howarth, 2000; Kirk & MacPhail, 2000), στη φυσική αγωγή μια διδακτική προσέγγιση που φαίνεται να προάγει τη σκέψη υψηλού επιπέδου, όπως η λήψη αποφάσεων για την επίλυση προβλημάτων, είναι η τακτική προσέγγιση των παιχνιδιών προς κατανόηση. Τα παιχνίδια αυτά στοχεύουν στην απόκτηση δεξιοτήτων τακτικής και εμπειριών βάσει κάποιων τροποποιήσεων, που είναι κατάλληλες για την ηλικία και τη νοητική ανάπτυξη των μαθητών. Οι κατηγορίες που αντιπροσωπεύουν παιχνίδια και δραστηριότητες που έχουν παρόμοια δομή είναι τέσσερις: 1) Στόχου (Target Games) 2) Φιλέ/τοίχου (Net/wall Games) 3) Χτυπήματος και Βάσεων (Striking/Fielding Games). 4) Εισβολής (Invasion Games). Εκθέτοντας τα παιδιά και τους νέους με τους πρωτογενείς κανόνες, τις θεμελιώδεις δεξιότητες, αμυντικές, επιθετικές τακτικές και προβλήματα που συνδέονται με κάθε παραπάνω κατηγορία, διευκολύνονται να αναπτύξουν την κατανόηση, την επάρκεια δεξιοτήτων και την τακτική που σχετίζονται με τα αθλήματα, δημιουργώντας ένα προκλητικό πεδίο σκέψης και δράσης. Σύμφωνα με τους (Bunker & Thorpe, 1982), το παιχνίδι που είναι προσαρμοσμένο στο επίπεδο και την ηλικία των παιδιών τα παρακινεί να συμμετέχουν ενεργά, να κατανοούν, να συγκρίνουν, να σκέφτονται. Η μέθοδος συνεισφέρει στο πλαίσιο του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής, ως εναλλακτική λύση στην παραδοσιακή τεχνική της διδασκαλίας.



Η ιδιαιτερότητα αυτής της προσέγγισης έγκειται στο γεγονός ότι δίνεται περισσότερη έμφαση στο «πότε» πρέπει να εκτελούνται οι κινητικές δεξιότητες κατά τη διάρκεια των αθλοπαιδιών κι όχι στο «πώς» (Hopper, 2002), με αποτέλεσμα να αναπτύσσεται η βαθύτερη κατανόηση του παιχνιδιού η οποία οδηγεί στη βελτίωση των γνωστικών ικανοτήτων των μαθητών (Butler, 1996).

### Βιβλιογραφία

- Bunker, D. and Thorpe, R. (1982). A Model for the Teaching of Games in Secondary Schools, *Bulletin of Physical Education*, 18(1): 5-8.
- Butler, J. (1996). Teacher Responses to Teaching Games for Understanding. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 67(1), 28–33.
- Hopper, T. F (2002). Teaching games for understanding: The importance of student emphasis over content emphasis. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 72 (7), 44-48.

## ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΡΟΒΛΕΨΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΤΣΟΥΚΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ<sup>1</sup>, ΔΡΙΚΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΟΣ ΦΟΙΤΗΤΗΣ, <sup>2</sup>ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ

ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Η Πετοσφαίριση είναι ένα άθλημα το οποίο απαιτεί συνεχείς επαναλαμβανόμενες προσπάθειες υψηλής έντασης (Kustingler, Ludwig, & Stegemann, 1987), ενώ παράλληλα περιλαμβάνει πολλές κινητικές επιδεξιότητες. Οι τεχνικές επιδεξιότητες μπορούν να προβλέψουν την επιλογή ή όχι εφήβων ταλαντούχων αθλητών (Gabbett & Georgieff, 2007), ενώ η σημαντικότερη κινητική παράμετρος στην Πετοσφαίριση είναι το κατακόρυφο άλμα (Ziv & Libor, 2010). Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να προσδιοριστούν οι μεταβλητές της φυσικής κατάστασης που σχετίζονται περισσότερο με την επιλογή νεαρών αθλητών, -τριών για την Εθνική ομάδα Πετοσφαίρισης στην ηλικία παμπαίδων (14-15 ετών) & παγκορασίδων (13-14 ετών).

**Μέθοδος:** Το δείγμα αποτέλεσαν αθλητές, -τριες της κατηγορίας Παμπαίδων (n=43) και Παγκορασίδων (n= 64) που υποβλήθηκαν σε σωματομετρήσεις και κινητικά τεστ. Τέσσερις έμπειροι προπονητές, για κάθε φύλο, βαθμολόγησαν κάθε αθλητή, -τρια με κλίμακα 0-100 κατά τη διάρκεια αγώνων, διαχωρίζοντας τους σε επιλεγόμενους,-ες και μη. Πραγματοποιήθηκε διακριτική ανάλυση για να εκτιμήσει ποιες αξιολογούμενες μεταβλητές μπορούν να προβλέψουν την εκτίμηση των προπονητών. Οι φορτίσεις που κρίθηκαν σημαντικές ήταν  $>|0.30|$  (Tabachnick & Fidell, 2007).

**Αποτελέσματα:** Για τα δύο φύλα προέκυψαν διακριτικές συναρτήσεις που διαχώρισαν σημαντικά τις ομάδες. Το κατακόρυφο άλμα (CMJ) ήταν η μόνη σημαντική παράμετρος που φόρτισε τη συνάρτηση ( $r=0.85$ ) για τα αγόρια. Το ύψος με το χέρι στην ανάταση ( $r=0.55$ ), το σωματικό λίπος ( $r=-0.46$ ), το τεστ ευκινησίας 505 ( $r=0.46$ ) και ο δρόμος ταχύτητας 10μ. ( $r=0.57$ ) ήταν οι παράμετροι που φόρτισαν τη συνάρτηση για τα κορίτσια. Η ακρίβεια των διακριτικών εξισώσεων ήταν υψηλή, καθώς το ποσοστό σωστού διαχωρισμού με την προσέγγιση της διασταυρούμενης επικύρωσης ήταν 74.4% & 70.3% για αγόρια και κορίτσια αντίστοιχα.

**Συμπεράσματα:** Τα αποτελέσματα της μελέτης δείχνουν ότι το κατακόρυφο άλμα για τα αγόρια και τα σωματικά προσόντα και η ταχύτητα για τα κορίτσια αποτελούν τις σημαντικότερες παραμέτρους αξιολόγησης στην εύρεση νέων αθλητικών ταλέντων στην Πετοσφαίριση.

### Βιβλιογραφία

- Gabbett, T., & Georgieff, B. (2007). Physiological and anthropometric characteristics of Australian junior national state and novice volleyball players. *Journal of Strength and Conditioning research* (21), pp. 902-908.
- Kustingler, U., Ludwig, H. G., & Stegemann, J. (1987). Metabolic changes during volleyball matches. *International Journal of Sports medicine* (8), σσ. 315-322.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2007). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Pearson publications.
- Ziv, G., & Libor, R. (2010). Vertical jump in female and male volleyball players: A review of observational and experimental studies. *Scandinavian journal of medicine and Science in Sports* (20), σσ. 556-567.

## ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΑΧΙΛΛΕΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ<sup>1</sup>, ΛΑΜΠΡΟΥΣΗ ΓΕΩΡΓΙΑ<sup>1</sup>, ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ – ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, <sup>2</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Η μελέτη των παραγόντων που επηρεάζουν την ανάπτυξη των αθλητών αποτελεί αντικείμενο ειδικής επιστημονικής έρευνας για το σχεδιασμό και εφαρμογή συγκεκριμένων μοντέλων ανάπτυξης με στόχο τη παραμονή και εξέλιξή τους στο περιβάλλον του αθλητισμού. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η διερεύνηση, μέσω ενός ερωτηματολογίου αυτοαναφοράς δημογραφικών στοιχείων (Zarotis,2014), μιας ομάδας παραγόντων που επιδρούν στην εξέλιξη των αθλητών πετοσφαίρισης στην Ελλάδα και ειδικότερα των αθλητών υψηλού επιπέδου.

**Μέθοδος:** Στο συνολικό δείγμα των 167 ερωτηματολογίων που συμπληρώθηκε ιδιοχειρώς από αθλητές και αθλήτριες Α1 & Α2 κατηγορίας, αλλά και σε κάθε υποομάδα έγινε βασική στατιστική επεξεργασία (μέση τιμή, εύρος διακύμανσης, σταθερή απόκλιση, μεταβλητότητα, κλπ), τα διαγράμματα κατανομής συχνοτήτων όλων των παραγόντων και πολυπαραμετρική συσχέτιση (Pearson) με όριο εμπιστοσύνης 95%, προκειμένου να εντοπισθούν οι παράγοντες με την υψηλότερη επίδραση στην ανάπτυξη και την ωρίμανση των αθλητών (ηλικία εμφάνισης της μεγαλύτερης επιτυχίας τους).

**Αποτελέσματα:** Από τα αποτελέσματα της στατιστικής επεξεργασίας διαπιστώθηκε ότι η πλειοψηφία των αθλητών υψηλού επιπέδου (Α1, μέλη εθνικών ομάδων) είχε υψηλό βαθμό στήριξης από την οικογένεια, έκανε περισσότερη εβδομαδιαία προπόνηση σε νεαρή ηλικία, άλλαξε πολλούς προπονητές αποκτώντας μεγάλη αθλητική εμπειρία και σημείωσε τις μεγαλύτερες επιτυχίες τους σε ηλικία 21-25 ετών, γεγονός που δείχνει ότι ακολουθούν το μοντέλο ανάπτυξης μακρόχρονης διάρκειας που όμως τείνει να προσεγγίσει τον κανόνα των 10000 ωρών προπόνησης

**Συμπεράσματα:** Οι γυναίκες ακολουθούν σε γενικές γραμμές το μοντέλο της πρώιμης εξειδίκευσης, ενώ οι άνδρες το μοντέλο ανάπτυξης μακρόχρονης διάρκειας.

### Βιβλιογραφία

- Bloom, B. S. (1985): Developing talent in young people. New York: Ballantines.
- K. Anders Ericsson, Ralf Th. Krampe, and Clemens Tesch-Romer (1993): The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. *Psychological Review*. Vol.100, No.3, 363-406
- Côté, J. (1999): The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13, 395-417
- Balyi I., Hamilton A. (2004). Long-Term Athlete Development: Trainability in Childhood and Adolescence. Windows of Opportunity. Optimal Trainability. *Victoria: National Coaching Institute British Columbia & Advanced Training and Performance Ltd.*

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα VIII

## ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ & ΟΜΙΛΙΕΣ

### ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΑΝΘΡΩΠΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΚΑΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΝΕΑΡΩΝ ΕΠΙΛΕΚΤΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΤΡΙΩΝ

ΓΚΟΥΝΤΑΣ ΚΩΣΤΑΝΤΙΝΟΣ<sup>1</sup>, ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ<sup>2</sup>, ΚΑΣΑΜΠΑΛΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ<sup>3</sup>,  
ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ<sup>1</sup>, ΦΛΩΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ<sup>5</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ Msc, <sup>2</sup>ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «ΠΑΝΤΕΛΗΣ ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ», <sup>3</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΙΔΙΚΗΣ  
ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ, <sup>4</sup>ΚΦΑ, PhD, <sup>5</sup>ΚΦΑ

#### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Το άθλημα της πετοσφαίρισης θεωρείται ως υψηλής δύναμης και ως επικρατέστερα αναερόβιο άθλημα. Οι κανονισμοί του αθλήματος και η δομή της πετοσφαίρισης θέτουν τους αθλητές σε έντονες επαναλαμβανόμενες ενέργειες, δίνοντας παράλληλα και την ευκαιρία αποκατάστασης μεταξύ των δράσεων. Συνδυάζει περιόδους υψηλής έντασης και χαμηλότερης έντασης, θέτοντας τα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά ως βασικό παράγοντα για την επίτευξη υψηλών επιδόσεων. Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να εξετάσει τα ανθρωπομετρικά και φυσιολογικά χαρακτηριστικά επίλεκτων πετοσφαιριστριών, που συγκεντρώθηκαν στα πλαίσια λειτουργίας των κλιμακίων ανάπτυξης τοπικής ένωσης, κατά τις αγωνιστικές περιόδους 2014 & 2015.

**Μέθοδος:** Συμμετείχαν 16 επίλεκτες αθλήτριες (ηλικίας 13,4±0,5 έτη) τοπικής ένωσης κατά το έτος 2014 και ίδιος αριθμός το 2015 (ηλικία 13,4±0,3 έτη), οι οποίες εξετάστηκαν ως προς ανθρωπομετρικά και φυσιολογικά χαρακτηριστικά. Η στατιστική ανάλυση έγινε χρησιμοποιώντας το στατιστικό πακέτο IBM SPSS v.20.0 (SPSS Inc., Chicago, IL). Οι διαφορές μεταξύ των δύο ετών εξετάστηκαν με το στατιστικό t-test ανεξαρτήτων δειγμάτων. Η σημαντικότητα τέθηκε στο α=0,05.

**Αποτελέσματα:** Η σύγκριση μεταξύ των δύο ετών έδειξε διαφορές μόνο ως προς δύο παραμέτρους, την ευλυγισία και το κατακόρυφο άλμα με αιώρηση των χεριών. Συγκεκριμένα, το 2015 οι επίλεκτες είχαν μεγαλύτερο άλμα (+4,1 εκ., p=0.032), αλλά χαμηλότερη ευλυγισία (-7,0 εκ., p=0.010).

**Συμπεράσματα:** Με βάση αυτά τα αποτελέσματα, συμπεραίνεται ότι (α) τα χαρακτηριστικά των επίλεκτων αθλητριών μπορεί να διαφέρουν από έτος σε έτος, (β) οι διαφορές μπορεί να εντοπίζονται σε χαρακτηριστικά που σχετίζονται είτε άμεσα (αλτικότητα), είτε έμμεσα (ευλυγισία) με την απόδοση.

#### Βιβλιογραφία

- Abernethy., P.J. & Jurimae, J. (1996). Cross-sectional and longitudinal uses of isoinertial, isometric, and isokinetic dynamometry. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 28:1180–1187.
- Chimera, N.J., Swanik, K.A., Swanik, C.B., & Straub, S.J. (2004). Effects of plyometric training on muscle-activation strategies and performance in female athletes. *J Athl Train*, 39: 24–31.
- Fatouros, I.G., Jamurtas, A.Z., Leontsini, D., Taxildaris, K., Aggelousis, N., Kostopoulos, N., & Buckenmeyer, P. (2000). Evaluation of plyometric exercise training, weight training, and their combination on vertical jumping performance and leg strength. *J Strength Cond Res*, 14: 470–476.

### ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

ΓΙΑΝΝΗ ΒΕΡΟΝΙΚΗ<sup>1</sup>, ΧΑΤΖΗΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΔΩΡΟΘΕΑ<sup>1</sup>, ΧΑΛΚΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ<sup>1</sup>, ΤΙΚΑ  
ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ<sup>1</sup>, ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ<sup>2</sup> <sup>1</sup>ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ, <sup>2</sup>Μέλος ΕΕΠ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ

#### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει ανασκοπήσεις σε πολλά επιστημονικά άρθρα, τα οποία μέσω ερευνών με επίκεντρο αθλητές Πετοσφαίρισης, μελέτησαν βασικά ιατρικά ζητήματα με κύριο αντικείμενο την παθοφυσιολογία του αθλητή.

Η συχνότητα των κακώσεων στο βόλεϊ είναι ένας σημαντικός δείκτης της προπονητικής επιβάρυνσης. Στην Πετοσφαίριση η συχνότητα τραυματισμών εμφανίζεται στο 25% και θεωρείται άθλημα με υψηλό ποσοστό τραυματισμών.

**Μέθοδος:** Για τις ανάγκες της έρευνας αναλύθηκαν περιγραφικά τα αποτελέσματα ερευνών που παρατίθενται στο διαδίκτυο στις επίσημες ιστοσελίδες του αθλήματος.

**Αποτελέσματα:** Η πλειονότητα των τραυματισμών στην πετοσφαίριση οφείλεται σε καταπόνηση (50-80%). Η πρόληψη είναι σημαντικός και καθοριστικός παράγοντας. Επειδή η Πετοσφαίριση περιλαμβάνει επαναλαμβανόμενες προσπάθειες υψηλής έντασης και μικρής διάρκειας, οι ενεργειακές απαιτήσεις του αθλήματος είναι αρκετά αυξημένες. Ο οργανισμός χρησιμοποιεί κυρίως την αναερόβια πηγή ενέργειας, ενώ η αυξημένη ένταση σε συνδυασμό με την μικρή διάρκεια δεν επιτρέπει μεγάλη χρήση αερόβιας μορφής ενέργειας.

**Συμπεράσματα-Συζήτηση:** Το βάρος των αθλητών είναι σημαντικό, γιατί επηρεάζει το εύρος ευχέρειας κινήσεων και την αλτικότητα τους. Πρέπει να ακολουθείται εξατομικευμένο διαιτολόγιο και παρακολούθηση από εξειδικευμένο προσωπικό για να αποφεύγονται αυξήσεις βάρους και να εξασφαλίζεται η μέγιστη δυνατή αθλητική απόδοση. Πριν την άσκηση (3 ώρες) συνίσταται κατανάλωση γεύματος πλούσιου σε CHO. Κατά την διάρκεια της άσκησης συνίσταται πρόσληψη τροφής 30-60 gr/ που πρέπει να είναι ευκόλως απορροφούμενη για αποφυγή στομαχικών διαταραχών (π.χ. sportsbar, μπάρα δημητριακών). Οι αθλητές θα πρέπει να ζυγίζονται πριν την άσκηση έτσι ώστε μετά να γνωρίζουν πόσα υγρά χάθηκαν. Η αφυδάτωση επηρεάζει σημαντικά την μυϊκή ισχύ την ταχύτητα και αντοχή ενός αθλητή. Κάθε 15-20 min. διαλείμματα και κατανάλωση 5-10 γουλιές. Πριν την άσκηση 0,5lt., μετά την άσκηση 1.6lt. υγρών για κάθε κιλό απώλειας. Εάν η άσκηση διαρκεί από έως μία ώρα το νερό είναι ιδανικό για ενυδάτωση. Εάν η άσκηση ξεπερνά την 1h. ο συνδυασμός ενυδάτωση-πρόσληψη ενέργειας μπορεί να επιτευχθεί με λήψη sport drinks που προσφέρουν επιπλέον ηλεκτρολύτες στον οργανισμό και αναπληρώνουν τυχόν απώλειες.

### Βιβλιογραφία

<http://orthoinfo.aaos.org>

<http://orthopedics.childrenscolorado.org>

[http://www.fivb.org/EN/Medical/Document/FIVB\\_Medical\\_Injury\\_Prevention.pdf](http://www.fivb.org/EN/Medical/Document/FIVB_Medical_Injury_Prevention.pdf)

Jonathan C. Reeser, & Roland Bahr (2009). *Πετοσφαίριση*. Επιστημονική επιμέλεια της ελληνικής έκδοσης, Κουντούρης, Π., Παπαδοπούλου Σ. Εκδόσεις Π. Χ. ΠΑΣΧΑΛΙΔΗΣ, Αθήνα.

## ΒΟΛΕΪ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΕ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

**ΧΑΛΚΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ<sup>1</sup>, ΤΙΚΑ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ<sup>1</sup>, ΓΙΑΝΝΗ ΒΕΡΟΝΙΚΗ<sup>1</sup>, ΧΑΤΖΗΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΔΩΡΟΘΕΑ<sup>1</sup>, ΔΟΥΡΔΟΥΛΑΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ<sup>1</sup>, ΚΩΝΝΑ ΜΑΡΙΑ<sup>1</sup>, ΜΑΡΓΩΝΗ ΑΣΠΑ<sup>1</sup>, ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΑΜΑΤΗΣ<sup>1</sup>, ΑΪΒΑΛΙΩΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ<sup>1</sup>, ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ<sup>2</sup>**  
<sup>1</sup>ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ, <sup>2</sup>Μέλος ΕΕΠ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ

### Περίληψη

Η αερόβια άσκηση και η σωστή διατροφή δεν είναι σημαντική στον ερασιτεχνικό αθλητισμό, αλλά και στον επαγγελματικό αθλητισμό. Η αερόβια προπόνηση, ή καρδιοαναπνευστική προπόνηση αντοχής, βελτιώνει την κεντρική ή περιφερική ροή αίματος και ενισχύει την ικανότητα των μυϊκών ινών να παράγουν μεγαλύτερα ποσά τριφωσφορικής αδενοσίνης (ATP). Οι δραστηριότητες που μπορούν να ενεργοποιήσουν την αερόβια παραγωγή ενέργειας είναι αυτές που προσφέρουν χαμηλή-μέτρια ένταση και μεγάλη διάρκεια. Το βόλεϊ ως άθλημα με ήπια επιβάρυνση προσφέρεται ως το καταλληλότερο μέσο άσκησης ατόμων που βιώνουν παθολογικές καταστάσεις όπως παχυσαρκία και διαβήτη. Η βελτίωση που συνήθως παρατηρείται μετά από αερόβια προπόνηση 2-3 μηνών είναι της τάξεως του 15% περίπου. Η αερόβια άσκηση αυξάνει την αντοχή του ατόμου και βοηθά στη μείωση του ποσοστού λίπους στο σώμα, αν συνδυαστεί με την κατάλληλη διατροφή. Η άσκηση μπορεί να αλλάξει τη σύσταση του σώματος. Για παράδειγμα, ένα άτομο που κάνει αερόβια άσκηση 3 φορές την εβδομάδα για 30 min (βόλεϊ) καταναλώνει περίπου 435 kcal/30min δηλαδή 1305 kcal/εβδομάδα ισοδύναμη περίπου με 0.15 kg λίπους. Βέβαια οι θερμιδικές ανάγκες του σώματός σας εξαρτώνται από την ένταση και τη διάρκεια της προπόνησης ή του αγώνα καθώς επίσης και από την ηλικία, το φύλο, το ύψος και το βάρος σας. Ένας παίκτης πετοσφαίρισης βάρους σχεδόν 80 κιλών καίει περίπου 10.4 θερμίδες ανά λεπτό παιχνιδιού. Οι παίκτες στην πετοσφαίριση χρειάζονται από 6.2 έως 8.2 γραμμάρια υδατάνθρακα ανά κιλό σωματικού βάρους την ημέρα.

Ο σακχαρώδης διαβήτης είναι μία διαταραχή του μεταβολισμού των υδατανθράκων που χαρακτηρίζεται από υψηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα και αναπτύσσεται όταν υπάρχει ανεπάρκεια παραγωγής ινσουλίνης. Η άσκηση παίζει σημαντικό ρόλο στο γλυκαιμικό έλεγχο στους ασθενείς με διαβήτη τύπου 2. Ο διαβήτης τύπου 2 αποκρίνεται καλά στην άσκηση. Συμπερασματικά θα πρέπει να αναφέρουμε ότι το βόλεϊ ως άθλημα είναι βοηθητικό μέσο ικανό να βοηθήσει άτομα σε οποιαδήποτε παθολογική κατάσταση και αν βρίσκονται.

### Βιβλιογραφία

- Wilmore, J., Costill L. D. (2006). *Φυσιολογία της Άσκησης και του Αθλητισμού*. Ιατρικές Εκδόσεις Π. Χ. Πασχαλίδης. Αθήνα.
- Ζαμπέλας, Α. (2007). *Κλινική Διαιτολογία και Διατροφή. Με Στοιχεία Παθολογίας*. Ιατρικές Εκδόσεις Π. Χ. Πασχαλίδης. Αθήνα.
- Lamontagne-Lacasse, M., Nadon, R., Goulet, E. DB. (2011). Effect of creatine supplementation on jumping performance in elite volleyball players. *Int. J. Sports Physiol. Perform.*, 6/4, 525-533.
- Πατσιαούρας, Α. (2015). *Η Προπονητική της Πετοσφαίρισης*. Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών. Ελληνικά Ακαδημαϊκά Συγγράμματα και Βοηθήματα. Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, [www.kallipos.gr](http://www.kallipos.gr).

## ΣΧΕΣΗ ΥΠΟΔΟΧΗΣ ΚΑΙ ΠΑΣΑΣ ΟΜΑΔΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ – ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ 2014

ΓΚΟΥΝΤΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ<sup>1</sup>, ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ<sup>2</sup>, ΖΕΤΟΥ ΕΛΕΝΗ<sup>3</sup>, ΚΑΣΑΜΠΑΛΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ<sup>4</sup>

<sup>1</sup>ΚΦΑ, Msc, <sup>2</sup>ΚΦΑ, PhD, <sup>3</sup>ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, <sup>4</sup>ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ

### Περίληψη

**Εισαγωγή:** Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να συγκρίνει τα τεχνικοτακτικά στοιχεία των ομάδων που συμμετείχαν στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα 2014.

**Μέθοδος:** Το δείγμα αποτέλεσαν τα παιχνίδια της προημιτελικής, ημιτελικής και τελικής φάσης των αγώνων. Τα στοιχεία που αξιολογήθηκαν ήταν η υποδοχή του σερβίς (από ποια ζώνη έγινε), ώστε να επηρεάσει το είδος της πάσας, την κατεύθυνση της πάσας, το χρόνο της πάσας, την ποιότητα της πάσας, το είδος της υποδοχής (αν επηρέασε το είδος της πάσας, την κατεύθυνση της πάσας, το χρόνο της πάσας) και η ποιότητα της υποδοχής (αν επηρέασε το είδος της πάσας, την κατεύθυνση της πάσας, το χρόνο της πάσας και την ποιότητα της πάσας). Η καταγραφή των τεχνικών στοιχείων έγινε μέσω παρατήρησης από ειδικό του αθλήματος και τα δεδομένα καταγράφηκαν σε ειδικά διαμορφωμένο πρωτόκολλο. Η εγκυρότητα και αξιοπιστία του παρατηρητή ελέγχθηκε ως αξιόπιστη (συντελεστής συσχέτισης  $r=0.92$ ). Η στατιστική ανάλυση που πραγματοποιήθηκε ήταν το  $\chi^2$  (chi square).

**Αποτελέσματα:** Σύμφωνα με αποτελέσματα, δεν υπήρξε σημαντική διαφορά από ποια ζώνη έγινε υποδοχή ώστε να επηρεάσει το είδος της πάσας, την κατεύθυνση της πάσας και την ποιότητα της πάσας. Υπήρξε σημαντική διαφορά από ποια ζώνη έγινε η υποδοχή ώστε να επηρεάσει το χρόνο της πάσας. Υπήρξε σημαντική διαφορά όπου το είδος της υποδοχής επηρέασε το είδος της πάσας, την κατεύθυνση της πάσας, το χρόνο της πάσας και την ποιότητα της πάσας. Επίσης υπήρξε σημαντική διαφορά όπου η ποιότητα της υποδοχής επηρέασε το είδος της πάσας, την κατεύθυνση της πάσας, το χρόνο της πάσας και την ποιότητα της πάσας.

**Συμπεράσματα:** Το είδος και η ποιότητα της υποδοχής είναι χαρακτηριστικά που μπορούν να επηρεάσουν τη συνέχεια του παιχνιδιού που είναι η πάσα (είδος, κατεύθυνση, χρόνος). Τα παραπάνω αποτελέσματα μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τους προπονητές ως τα τεχνικά στοιχεία στα οποία πρέπει οι παίκτες να βελτιωθούν και να έχουν υψηλά επίπεδα επιτυχίας, ώστε να είναι νικητές.

### Βιβλιογραφία

- Trajkovic N, Milanovic Z, Sporis G, Milic V, Stankovic R. (2012). The effects of 6 weeks of preseason skill-based conditioning on physical performance in male volleyball players. *J Stren Cond Res*, 26(6): 1475-1480
- Valliant M, Emplincourt H, Wenzel R, Garner B. (2012). Nutrition Education by a Registered Dietitian Improves Dietary Intake and Nutrition Knowledge of a NCAA Female Volleyball Team. *Nutrients*, 4: 506-516



Zetou E, Moustakidis A, Tsigilis N, Komninakidou A. (2007). Does Effectiveness of Skill in Complex I Predict Win in Men's Olympic Volleyball Games? *J. Quant. Anal. Sports*, 3(4): 1559-1570.

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΑΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΛΚΥΣΗΣ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ–ΤΡΙΩΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

**ΔΟΥΡΔΟΥΛΑΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ<sup>1</sup>, ΚΩΝΝΑ ΜΑΡΙΑ<sup>1</sup>, ΜΑΡΓΩΝΗ ΑΣΠΑ<sup>1</sup>,  
ΧΑΤΖΗΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΔΩΡΟΘΕΑ<sup>1</sup>, ΤΙΚΑ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ<sup>1</sup>, ΓΙΑΝΝΗ ΒΕΡΟΝΙΚΗ<sup>1</sup>,  
ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΑΜΑΤΗΣ<sup>1</sup>, ΑΪΒΑΛΙΩΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ<sup>1</sup>, ΧΑΛΚΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ<sup>1</sup>,  
ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ<sup>2</sup> <sup>1</sup>ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ, <sup>2</sup>Μέλος ΕΕΠ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ**

### Περίληψη

Η παρούσα εργασία παρουσιάζει τα προγράμματα ανάπτυξης της παγκόσμιας ομοσπονδίας του βόλεϊ F.I.V.B. (Federation International de Volleyball). Με αυτόν τον τρόπο υπάρχει μια ολοκληρωμένη εικόνα των ιδιαίτερων καταστάσεων και στόχων που έχει η κάθε διαφορετική Συνομοσπονδία που υπάγεται στην F.I.V.B. Για τις ανάγκες της έρευνας επισκεφτήκαμε τους διαδικτυακούς τόπους της παγκόσμιας ομοσπονδίας και των συνομοσπονδιών που υπάγονται σε αυτήν και έγινε μια καταγραφή των προγραμμάτων ανάπτυξης που υλοποιούνται. Η F.I.V.B. έχει αναπτυξιακά κέντρα και στις 5 ηπείρους και σε αυτά τα αναπτυξιακά κέντρα έχει αναπτύξει διάφορους τρόπους προσέλκυσης νέων. Τέτοια αναπτυξιακά «εργαλεία» είναι: Μαζικό Volley, Volley στο πάρκο, Volley στο σχολείο, Volleyball your way course (Volley σε όλο τον κόσμο, ακόμη και σε τριτοκοσμικές χώρες), Peace and Sport (Μαθαίνουν για την ειρήνη μέσω του Volley και δεν προάγουν τον φανατισμό), Cool Volley (Σκοπός είναι να δημιουργηθούν φίλιες και το αίσθημα της ομαδικότητας-αλληλεγγύης) κλπ. Ωστόσο η F.I.V.B. είναι ευαισθητοποιημένη όσον αφορά χώρες σε εμπόλεμη ζώνη, και κάνει δράσεις εκεί για να μυήσει μέχρι και τους πρόσφυγες στον αθλητισμό, σαν μια ευχάριστη νότα μέσα στην άγρια καθημερινότητά τους. Η αρμόδια ομοσπονδία για την Ελλάδα είναι η Ε.Ο.ΠΕ. (Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης), για να προσελκύσει τα παιδιά και τους νέους στο Volley, έχει δημιουργήσει το «Παίζω Volley», το οποίο είναι πρόγραμμα επιμόρφωσης με διάφορες δράσεις. Σκοπός είναι να έρθουν τα παιδιά σε επαφή με το άθλημα κι αυτό επιτυγχάνεται μέσω ειδικών, οι οποίοι πηγαίνουν στα σχολεία και κάνουν ενημέρωση, μέσω τουρνουά σε δημόσιους χώρους, κ.α. Όλες οι συνομοσπονδίες που ανήκουν στην F.I.V.B. προσπαθούν με τα προγράμματα που έχουν εκπονήσει να προσελκύσουν νεαρούς αθλητές/τριες στο βόλεϊ. Διαπιστώνουμε όμως ότι δεν υπάρχει ένας ενιαίος κεντρικός σχεδιασμός και η κάθε Συνομοσπονδία έχει εκπονήσει και εφαρμόζει τα δικά της προγράμματα, ενώ δεν υπάρχουν στατιστικά δεδομένα και εργαλεία αξιολόγησης για το βαθμό επίτευξης του σκοπού για τον οποίο δημιουργήθηκαν αυτά τα προγράμματα.

### Βιβλιογραφία

<http://www.fivb.org/EN/Development/> <http://volleyballaustralia.org/index.php/about-us/overview>  
<http://cev.lu/Development-Area/Development.aspx> [www.snv.org.au](http://www.snv.org.au)  
<http://usamichiganvolleyball.com/Default.asp?org=usamichiganvolleyball.com>

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΛΚΥΣΗ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ–ΤΡΙΩΝ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

**ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΑΜΑΤΗΣ<sup>1</sup>, ΑΪΒΑΛΙΩΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ<sup>1</sup>, ΔΟΥΡΔΟΥΛΑΚΗ  
ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ<sup>1</sup>, ΚΩΝΝΑ ΜΑΡΙΑ<sup>1</sup>, ΜΑΡΓΩΝΗ ΑΣΠΑ<sup>1</sup>, ΧΑΤΖΗΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΔΩΡΟΘΕΑ<sup>1</sup>,  
ΤΙΚΑ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ<sup>1</sup>, ΓΙΑΝΝΗ ΒΕΡΟΝΙΚΗ<sup>1</sup>, ΧΑΛΚΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ<sup>1</sup>, ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ  
ΑΣΤΕΡΙΟΣ<sup>2</sup> <sup>1</sup>ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ, <sup>2</sup>Μέλος ΕΕΠ ΣΕΦΑΑ/ΠΘ**

### Περίληψη

Χωρίς την υποστήριξη και προβολή που θα περίμενε να έχει το άθλημα της πετοσφαίρισης από τα ΜΜΕ σε σχέση με άλλα ανταγωνιστικά αθλήματα και συνειδητοποιώντας τη μειωμένη συμμετοχή του κόσμου, η Διεθνής Ομοσπονδία σε συνεργασία με επιμέρους ομοσπονδίες χωρών δημιούργησαν προγράμματα για την ανάπτυξη του, μέσα από την προσέγγιση νεαρής κυρίως ηλικίας, αθλητών/τριών.



Παρακάτω θα παρουσιασθούν και θα αναλυθούν τα προγράμματα αυτά που έχουν συνταχθεί για τον Ευρωπαϊκό χώρο. Η παρούσα εργασία παρουσιάζει τα προγράμματα ανάπτυξης της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας του βόλεϊ (C.E.V.). Με αυτόν τον τρόπο γίνεται προσπάθεια να περιγραφούν τα σημαντικότερα προγράμματα ανάπτυξης που υλοποιούνται στον Ευρωπαϊκό χώρο ώστε να γίνει ορατή μια ολοκληρωμένη εικόνα των ιδιαίτερων καταστάσεων και στόχων που έχει η κάθε διαφορετική Ομοσπονδία. Για τις ανάγκες της έρευνας επισκεφτήκαμε τους διαδικτυακούς τόπους της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας (C.E.V.) και των ομοσπονδιών που υπάγονται σε αυτήν και έγινε μια καταγραφή των προγραμμάτων ανάπτυξης που υλοποιούνται. Οι χώρες και τα προγράμματα ανάπτυξης που παρουσιάζονται είναι η Αλβανία με το πρόγραμμα “Mini volleyball at schools”, η Βοσνία-Ερζεγοβίνη με το πρόγραμμα “Renovation and equipping of beach volleyball courts”, η Αγγλία με το πρόγραμμα “Go spike” Beach activation program, το Μαυροβούνιο με το πρόγραμμα “Volleyball at school”, η Ισπανία με το πρόγραμμα “Requeveoley”, το Λουξεμβούργο με το πρόγραμμα “Small Countries Division” και το Ισραήλ. Φυσικά δεν λείπει και η Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης με το πρόγραμμα ανάπτυξης “Παίζω βόλεϊ”. Όλες οι ομοσπονδίες που ανήκουν στην C.E.V. προσπαθούν με τα προγράμματα που έχουν εκπονήσει να προσελκύσουν νεαρούς αθλητές/τριες στο βόλεϊ. Διαπιστώνουμε όμως ότι λόγω των κοινωνικοοικονομικών διαφορών των χωρών μεταξύ τους δεν υπάρχει ένας ενιαίος κεντρικός σχεδιασμός από την C.E.V. και η κάθε Ομοσπονδία έχει εκπονήσει και εφαρμόζει τα δικά της προγράμματα. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να είναι δύσκολη η αξιολόγηση του κάθε προγράμματος και ο δείκτης επιτυχίας του προγράμματος.

### **Βιβλιογραφία**

<http://www.fivb.org/EN/Development/>      <http://volleyballaustralia.org/index.php/about-us/overview>  
<http://cev.lu/Development-Area/Development.aspx>      <http://volleyball.gr/index.php/ethnikos-sxediasmos-anaptiksis>

## **Γ.Σ. ΛΑΜΙΑ. Η ΑΝΟΔΟΣ ΚΑΙ Η ΠΤΩΣΗ**

**ΣΙΜΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ**

**ΚΦΑ - ΔΙΕΥΘΥΝΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ STAR ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ**

### **Περίληψη**

Το 1976 αρχίζει η ιστορία του volley στη Λαμία, που έμελλε να χαρίσει στην πόλη μεγάλες επιτυχίες, πρωτόγνωρες χαρές και μοναδικές στιγμές. Στην πορεία της ομάδας που είχε την διαχρονική αποδοχή του κόσμου, ο Δήμος Λαμίας θέλησε να υιοθετήσει τον σύλλογο και τον μετονόμασε σε ΓΣ Λαμία το 1994, όνομα με το οποίο ζει και βασιλεύει για δύο ακόμη δεκαετίες, συμπληρώνοντας τα 40 χρόνια ζωής. Το 2005 κάνει το μεγάλο άλμα, με την άνοδό του στην Α1, όπου αγωνίζεται για 11 αγωνιστικές χρονιές γράφοντας χρυσή Ιστορία για τα αθλητικά δρώμενα της πόλης.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει το οικονομικό μοντέλο στο οποίο στηρίζεται η λειτουργία του, δηλαδή σε πολλούς χορηγούς, πολλούς φίλους, πολλούς συμπαρασάτες από την πόλη και την γύρω περιοχή. Οι πραγματικά πιστοί, ενσυνείδητοι ή αποκλειστικά φίλοι του volleyείναι, ανάλογα με τον πληθυσμό της πόλης, λίγοι. Η συγκυρία της μη ύπαρξης ομάδας άλλου συλλόγου των λαοφιλών αθλημάτων (ποδόσφαιρο, μπάσκετ) σε μεγάλη κατηγορία, έφερε κόσμο στο volley, ιδιαίτερα με την άνοδο στην Α1 και τις επιτυχίες σε Ελλάδα και Ευρώπη όπου ο Γυμναστικός έγραψε Ιστορία και διαφήμισε την πόλη σε όλη την Ευρώπη, ενώ στην Ελλάδα ήταν η σταθερά καλή ομάδα με το υγιές περιβάλλον.

Η ομάδα ανέδειξε το ταλέντο και τις ικανότητες του προπονητή Δημήτρη Ανδρεόπουλου ο οποίος για πρώτη φορά αναλάμβανε ανδρική ομάδα και ήταν ο προπονητής αποκάλυψη για το Ελληνικό volley. Με την σειρά του ο Coach πήρε στα χέρια του νεαρούς αθλητές και τους ανέδειξε σε κορυφαίους της χώρας και πρωταγωνιστές του Ελληνικού volley ώσπου στην κορύφωση της προσπάθειας ήρθε η κρίση και άρχισε η αντίστροφη μέτρηση. Ο Πρόεδρος φαινόμενο Χρήστος διαχειρίζεται με ψυχραιμία και φρένα την ομάδα μέχρι τελευταίας ρανίδας υπομονής και αντοχής.

## Πρακτικά Συνεδρίου

### Ενότητα ΙΧ

## Διαίτησία & Πετοσφαίριση

### ΚΑΝΟΝΙΣΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΕΠΙΘΕΣΗΣ ΚΑΙ ΑΜΥΝΑΣ

**ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ ΝΙΚΟΣ ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

#### Περίληψη

Σε ένα αγώνα πετοσφαίρισης σημειώνονται περισσότεροι από 100 βαθμούς, που αντιστοιχούν σε ισάριθμα σερβίς και κάθε σερβίς σε ένα αγωνιστικό επεισόδιο (ΑΕ), του οποίου διάρκεια εξαρτάται από τη σχετική ισορροπία επίθεσης-άμυνας. Στους ΟΑ του 2004 ήταν 5,6 sec (Μανωλάκη, 2009) και του 2012 6,4sec (Μαλουσάρης, 2015). ΑΕ και διαλλείματα συνθέτουν τη διάρκεια ενός αγώνα. Στους ΟΑ 2012 η μπάλα εν παιδιά ήταν 16,90% και εκτός 83,10%, (4,9:1). Για να γίνει ενδιαφέρον το παιχνίδι πρέπει να μεταβληθεί η σχέση αυτή, να επιμηκυνθεί το ΑΕ και να μειωθεί το διάλλειμα. Αυτό γίνεται με την αύξηση της συχνότητας άμυνας, πάσας, επίθεσης. Με βάση το σερβίς οι ενέργειες κατηγοριοποιούνται σε εκείνες που ακολουθούν την υποδοχή του (Σύνδρομο Ι) και σε εκείνες που ακολουθούν την εκτέλεσή του (Σύνδρομο ΙΙ) στο οποίο εναλλάσσονται οι ομάδες ως την καταληκτική φάση, η οποία όσο καθυστερεί η μπάλα διατηρείται στον αέρα και είναι υπέρ της σχετικής ισορροπίας. Στους ΟΑ 2012 η συχνότητα της διάρκειας των ΑΕ ήταν: ως 2sec (14,1%), από 2,1-5sec (51,1%), και από 5,1-8sec (21,5%), που αντιστοιχούν σε 0,2,3 επιθέσεις. Η αναγωγή στο αριθμό των επιθέσεων/ΑΕ καθιστά εύκολο τον υπολογισμό, διαφορετικά θα μπορούσε να γίνει αναγωγή στο χρόνο δεδομένου ότι υπάρχει υψηλή συσχέτιση μεταξύ διάρκειας ΑΕ-επαφών ( $p < 0,0945$ ). Προτείνεται να αγωνίζονται 7 παίκτες (δεν αντικαθίσταται ο Κεντρικός), το σερβίς να εκτελείται από τον παίκτη της θέσης 6, η έναρξη του ΑΕ χωρίς σφύριγμα του διαιτητή. Οι προπονητές να βελτιώσουν τις προπονητικές μεθόδους αξιοποιώντας τον τέταρτο παίκτη στην άμυνα.

#### Βιβλιογραφία

Μανωλάκη Ν., Μπαρζούκα, Κ., Μπεργελές Ν. (2009). Χρονικές παράμετροι σε αγώνες πετοσφαίρισης ολυμπιακού επιπέδου, *Κομοτηνή 2009*.

Μαλουσάρης Γ., Παναγοπούλου Κ. & Μπεργελές Ν. (2015). Διάρκεια αγωνιστικού επεισοδίου και πραγματικός χρόνος σε αγώνες πετοσφαίρισης ανδρών ολυμπιακού επιπέδου. *Συνέδριο ΣΕΦΑΑ 2015*.

### ΣΚΙΑΓΡΑΦΗΣΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΙΔΑΝΙΚΟΥ ΔΙΑΙΤΗΤΗ

**ΜΑΥΡΙΚΙΔΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ**

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ Ο.Δ.Β.Ε.**

#### Περίληψη

Για να σχοληθεί κάποιος με τη διαίτησία της πετοσφαίρισης χρειάζεται κατά κύριο λόγο να αγαπά το άθλημα, να αναγνωρίζει τα ιδεώδη του αθλητισμού και να έχει την ικανότητα, αλλά και την διάθεση, να απονεμίσει δικαιοσύνη. Θα πρέπει επίσης να παρακολουθεί σεμινάρια, ώστε να είναι πάντα ενημερωμένος για τις εξελίξεις στο άθλημα, να είναι σοβαρός και να διακατέχεται από το αίσθημα του επαγγελματισμού. Ένα σημαντικό χαρακτηριστικό είναι η δυνατότητα να αναγνωρίζει τις ιδιαιτερότητες ενός αγώνα, ώστε να καταφέρει να πείσει τους συμμετέχοντες για την ικανότητα, αλλά κυρίως την διάθεση του, να βοηθήσει να ξεπεραστούν οι οποιεσδήποτε αντιξοότητες προκειμένου να ολοκληρωθεί μία αθλητική συνάντηση. Ένας διαιτητής με τον ορισμό του σε κάποιον αγώνα, γίνεται μέρος ενός συνόλου, αποκτά ρόλο μέσα σε αυτό, καλείται να αντιμετωπίσει και να προσπεράσει καταστάσεις, κερδίζοντας στη πορεία μαθήματα ζωής. Η υπεροψία, η αλαζονεία και η θρασύτητα δεν έχουν θέση στη διαίτησία. Ο νευρικός και ευέξαπτος διαιτητής, όσο καλή γνώση του κανονισμού και αν έχει, γίνεται αρνητικός πρωταγωνιστής.

Η υπερκινητικότητα, οι έντονες κινήσεις, πριν και κατά τη διάρκεια ενός αγώνα, υποδηλώνουν εκνευρισμό, έλλειψη ψυχραιμίας και ανασφάλεια με αποτέλεσμα να γίνεται ευάλωτος. Από την άλλη, η ψυχραιμία, η ευγένεια, η προσοχή στον τρόπο που εκφράζεται και χειρονομεί (γλώσσα του σώματος) είναι όπλα που θα βοηθήσουν στην ομαλή διεξαγωγή ενός αγώνα. Η ηγεσία και η προσωπικότητα ενός διαιτητή είναι σε θέση να δημιουργούν μια ευχάριστη αύρα, μεταξύ αυτού και των άλλων συμμετεχόντων, ικανή να βοηθήσει τους αθλητές να γίνουν πιο υπεύθυνοι, πιο ήρεμοι με αποτέλεσμα την καλύτερη απόδοσή τους κατά τη διάρκεια ενός αγώνα. Τέλος, η καλή φυσική κατάσταση και η άρτια γνώση του κανονισμού, δημιουργούν δεξιότητα στο άθλημα και επομένως δίνουν αυτοπεποίθηση και ικανότητα στο διαιτητή να διαχειρισθεί ιδιαίτερες καταστάσεις που μπορεί να προκύψουν. Συμπερασματικά, η εισήγηση θα ασχοληθεί με τα χαρακτηριστικά που θα πρέπει να έχει ένας διαιτητής, ώστε σε συνεργασία με τους άλλους φορείς του αθλήματος, αθλητές, προπονητές και παράγοντες, να επιτυγχάνεται η ολοκλήρωση ενός αγώνα, με δικαιοσύνη, χωρίς ακρότητες και στα πλαίσια του fair play.

### ΤΡΟΠΟΙ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟΨΕΙΣ ΤΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΤΟΥ ΒΟΛΕΪ

**ΓΕΩΡΓΟΥΛΕΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ, ΒΑΡΘΑΛΙΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ, ΡΑΠΤΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ**  
**ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΔΙΑΙΤΗΤΕΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ**

#### Περίληψη

Σκοπός της εισήγησης αυτής είναι να γίνει καταγραφή των τρόπων επιμόρφωσης και των απόψεων που έχουν οι διαιτητές βόλεϊ στην Ελλάδα για τη χρήση της σύγχρονης τεχνολογίας στη λήψη αποφάσεων στη διαιτησία βόλεϊ. Συγκεκριμένα, 144 Έλληνες διαιτητές βόλεϊ όλων των κατηγοριών συμπλήρωσαν ένα αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο απαντώντας σε ερωτήσεις σχετικές με τους τρόπους επιμόρφωσής τους για τους κανονισμούς βόλεϊ, την ικανοποίησή τους σχετικά με την ποιότητα της παρεχόμενης επιμόρφωσης, τις προτάσεις τους για να καταστεί η επιμόρφωση περισσότερο ελκυστική, τις απόψεις τους σχετικά με τη χρήση της τεχνολογίας στη λήψη αποφάσεων στη διαιτησία βόλεϊ και τα συναισθήματα που θα ένιωθαν, αν διαιτήτευαν σε έναν αγώνα όπου θα υπήρχε έλεγχος βίντεο. Από τις απαντήσεις προκύπτει ότι η πλειονότητα των διαιτητών βόλεϊ επιμορφώνονται συμμετέχοντας στα τακτικά επιμορφωτικά σεμινάρια των Συνδέσμων τους και της Ο.Δ.Β.Ε., ενώ παράλληλα αντλούν πληροφορίες και επιμορφωτικό υλικό από το διαδίκτυο (π.χ. από τον ιστότοπο της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Βόλεϊ – FIVB). Οι συμμετέχοντες δηλώνουν αρκετά ικανοποιημένοι από την παρεχόμενη επιμόρφωση για τους κανονισμούς βόλεϊ και προτείνουν τη χρήση περισσότερων βίντεο και πρακτικής εξάσκησης στο γήπεδο, προκειμένου να γίνει περισσότερο ελκυστική και αποδοτική η επιμόρφωση. Ως προς τη χρήση της τεχνολογίας στη λήψη αποφάσεων στη διαιτησία βόλεϊ θεωρούν ότι η τεχνολογία μπορεί να συνεισφέρει σε μεγάλο βαθμό στη λήψη σωστών αποφάσεων. Σχετικά με τα συναισθήματα που θα ένιωθαν, αν διαιτήτευαν σε αγώνα που θα γινόταν χρήση του βίντεο, οι συνηθέστερες απαντήσεις αναφέρονται, αφενός, σε περισσότερο άγχος σχετικά με την ορθότητα των αποφάσεών τους και αφετέρου, σε ικανοποίηση για τη λήψη σωστής τελικής απόφασης με τη χρήση της τεχνολογίας. Παρουσιάζονται επίσης, οι απαντήσεις ως προς το φύλο και την κατηγορία που ανήκουν οι διαιτητές.

### Η ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΙΤΗΣΙΑ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

**ΜΥΛΩΝΑΚΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ, ΒΟΥΔΟΥΡΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**  
**ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΔΙΑΙΤΗΤΕΣ – ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΔΙΑΙΤΗΣΙΑΣ**

#### Περίληψη

Βασικές τεχνολογίες: α) Ηλεκτρονική επιδιαιτησία, β) Ηλεκτρονικό φύλλο αγώνα και ενδοεπικοινωνία διαιτητών.

#### Α) Ηλεκτρονική επιδιαιτησία

Η χρήση του συστήματος σε μεγάλη διοργάνωση άρχισε το 2012 στο Final-4 του CEV Champions League Ανδρών στην Πολωνία, χρησιμοποιώντας super slow motion κάμερες. Η FIVB χρησιμοποίησε παρόμοιο σύστημα πρώτη φορά το 2013 στη διάρκεια των τελικών φάσεων του World League Ανδρών και του World Grand Prix Γυναικών.

Μετέπειτα, η χρήση του επεκτάθηκε σε όλες και περισσότερες μεγάλες διοργανώσεις. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες 2016 θα είναι οι πρώτοι στους οποίους θα εφαρμοστεί τέτοια τεχνολογία.

Διαδικασία: Μετά το τέλος μιας φάσης, ο προπονητής κάνει αίτημα για Challengeμέσω application σε τάμπλετ, για τα εξής:

- Μπάλα «μέσα» ή «έξω» ή επαφή μπάλας με αντένα.
- Επαφή παίκτη με φιλέ/αντένα.
- Επαφή πέλματος παίκτη με τελική γραμμή (στο σερβίς) ή με γραμμή των 3μ. (για παίκτη της πίσω ζώνης) ή με τον κυρίως αγωνιστικό χώρο πέρα από την κεντρική γραμμή.
- Επαφή του μπλοκ με την μπάλα.

Αφού εγκριθεί το αίτημα, ο "challenge referee" εξετάζει τη φάση σε ειδική οθόνη και ενημερώνει τους διαιτητές μέσω ενδοεπικοινωνίας. Οι ομάδες το αποδέχονται αφού αποδίδεται δικαιοσύνη.

### B) Ηλεκτρονικό φύλλο αγώνα και ενδοεπικοινωνία διαιτητών

Το 2010 η CEV άρχισε να δοκιμάζει ηλεκτρονικό φύλλο αγώνα, παράλληλα με το χειρόγραφο. Το 2012, το ηλεκτρονικό φύλλο αγώνα έγινε το επίσημο φύλλο στη CEV. Η FIVB ακολούθησε από το 2014.

Βασικά πλεονεκτήματα: Παρακολούθηση αντικαταστάσεων Λίμπερο, αποφυγή διάφορων λαθών (π.χ. 3<sup>ο</sup> τάιμ-άουτ, αντικανονικές αλλαγές, επανάληψη ίδιας τιμωρίας στον ίδιο παίκτη), άμεση ενημέρωση live score κ.τ.λ. Από το 2014, χρησιμοποιούνται και τάμπλετ με applications που επικοινωνούν με το ηλεκτρονικό φύλλο: ένα σε κάθε πάγκο (με το οποίο υποβάλλεται η αρχική παράταξη, ζητούνται τάιμ-άουτ, αλλαγές παικτών και challenge), ένα τάμπλετ στο στυλοβάτη του 2<sup>ου</sup> διαιτητή και ένα τάμπλετ αντίστοιχα στον 1<sup>ο</sup> διαιτητή. Παράλληλα, οι δύο διαιτητές, ο σημειωτής και ο αναπληρωματικός διαιτητής χρησιμοποιούν ένα ασύρματο σύστημα ενδοεπικοινωνίας.

### **Βιβλιογραφία**

CEV Competitions Regulations (<http://ebook.cev.lu/competitions/regulations/index.html>)

CEV Challenge System Regulations

([http://ebook.cev.lu/general/CEV\\_Challenge\\_System\\_Regulations/index.html](http://ebook.cev.lu/general/CEV_Challenge_System_Regulations/index.html))

CEV Wireless Communication System for Match Officials

([http://ebook.cev.lu/development/referee/CEV\\_Wireless\\_Communication\\_Match\\_Officials/index.html](http://ebook.cev.lu/development/referee/CEV_Wireless_Communication_Match_Officials/index.html))

CEV Data Project Software Guidelines

(<http://ebook.cev.lu/competitions/dataprojectguidelines/index.html>)

FIVB official website (<http://www.fivb.com>)

## ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΙΑΙΤΗΣΙΑ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ. ΜΕΛΛΟΝ, ΔΡΑΣΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

### ΜΟΥΛΑ ΛΕΜΟΝΙΑ ΔΙΕΘΝΗΣ ΔΙΑΙΤΗΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

#### Περίληψη

Αδιαμφισβήτητη είναι η παρουσία των γυναικών στην Ελληνική Διαιτησία. Ειδικά τα τελευταία 10 χρόνια όλο και περισσότερες γυναίκες ασχολούνται με σοβαρότητα, συνέπεια και πάθος με την διαιτησία του Βόλεϊ Σάλας και Άμμου. Σήμερα στην Ελλάδα αγωνίζονται 4 Διεθνείς Διαιτητές Γυναίκες. Ποια είναι η ιστορία όμως πριν το σήμερα και τι μέλλον διαφαίνεται βάσει των στατιστικών στοιχείων στην Ελλάδα? Ποια είναι γενικά η σχέση των γυναικών διαιτητών με το υπόλοιπο σώμα της διαιτησίας και ποια η σχέση τους με τους υπόλοιπους συντελεστές του αθλήματος. Και αφού αυξάνεται η δράση των γυναικών στην ελληνική διαιτησία, μειώνεται η αντίδραση του κατά κύριο λόγο ανδροκρατούμενου χώρου ή όχι? Είναι τελικά η διαιτησία της Πετοσφαίρισης Σάλας και Άμμου ανδρική υπόθεση? Τη στιγμή που η Παγκόσμια Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης προωθεί το Μοντέρνο Βόλεϊ επικεντρώνεται στο μήνυμα "Get Involved and Keep the Ball Flying" ζητώντας από τους Διαιτητές να μην αστυνομεύουν τον αγώνα ή τον κανονισμό, αλλά να δουλεύουν υπέρ του παιχνιδιού με τους αθλητές, και ταυτόχρονα ζητά τη συμμετοχή Γυναικών Διαιτητών στις διοργανώσεις.

Έχει σχέση η αλλαγή αυτή νοοτροπίας του Μοντέρνου Βόλεϊ με τις Γυναίκες Διαιτητές? Μέσα από την συγκεκριμένη έρευνα και παρουσίαση προσπαθούμε να προσεγγίσουμε τη γυναικεία πλευρά της Ελληνικής Διαιτησίας και όχι μόνο, να διαπιστώσουμε αριθμητικούς συσχετισμούς για την δραστηριότητα των δύο φύλλων που αφορούν το μέλλον της Ελληνικής Διαιτησίας, να διερευνήσουμε την αποδοχή των Γυναικών Διαιτητών από όλη την αθλητική κοινωνία της Πετοσφαίρισης και να αντιληφθούμε τη σχέση του μοντέλου "Modern Volleyball" με τη Γυναίκα Διαιτητή.

## Πρακτικά Συνεδρίου

Ενότητα X

ΜΜΕ

& Μάρκετινγκ

### ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΥΛΛΟΓΩΝ

ΑΥΘΙΝΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ

ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

#### Περίληψη

Προκειμένου να διασφαλιστεί το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα από τη λειτουργία ενός συλλόγου, οι ενέργειες των υπαλλήλων και στελεχών του, ρυθμίζονται με σχεδιασμούς (τι πρέπει να γίνει) και με κανονισμούς – διαδικασίες (πως πρέπει να γίνει). Οι βασικοί σχεδιασμοί, που μπορούν να εφαρμοστούν σε έναν αθλητικό φορέα είναι τέσσερις και διακρίνονται σε ετήσιους ή μακροχρόνιους. Από αυτούς, οι δύο σχετίζονται με την τεχνική (διαχειριστική) και οι άλλοι δύο με την οικονομική λειτουργία του συλλόγου:

Γενικός σχεδιασμός ανάπτυξης και λειτουργίας (masterplan)

Αποτελεί κείμενο στο οποίο προσδιορίζεται η διαχείριση του συλλόγου συνολικά, σε βάθος χρόνου και με ποσοτικοποιημένους στόχους.

Επιχειρησιακό σχέδιο (operationalplan)

Περιγράφει με λεπτομέρεια τον τρόπο υλοποίησης των στόχων του γενικού σχεδιασμού (ετήσια ή μικρότερης έκτασης με χρονοδιαγράμματα ενεργειών και παραδοτέα επιτεύγματα) του συλλόγου, μέσω των αθλητικών του τμημάτων.

Σχεδιασμός χρηματοοικονομικής διαχείρισης (businessplan)

Περιλαμβάνει τα συνολικά έξοδα που θα πραγματοποιηθούν για την εκπλήρωση των στόχων του συλλόγου, αλλά και από πού/πως θα βρεθούν τα αντίστοιχα έσοδα. Διαφέρει από το μάρκετινγκ διότι περιλαμβάνει εξειδικευμένα θέματα όπως: δάνεια, προγράμματα λίζινγκ, κ.λπ.

Σχεδιασμός μάρκετινγκ (marketingplan)

Αποτελεί τη λειτουργία του αθλητικού συλλόγου της οποίας μοναδικός σκοπός είναι η παραγωγή εσόδων με την ικανοποίηση αναγκών και ενδιαφερόντων: (α) των αθλητικών καταναλωτών μέσω προγραμμάτων άσκησης – άθλησης (μάρκετινγκ του συλλόγου), και (β) των ενδιαφερόμενων συνεργατών - επιχειρήσεων μέσω τρόπων διαφήμισης και χορηγιών (μάρκετινγκ διαμέσου του συλλόγου). Η ικανοποίηση των προαναφερόμενων αναγκών αντιμετωπίζεται ως «προϊόν - υπηρεσία». Σε ποιον χώρο και πότε θα μπορούν οι καταναλωτές να δεχθούν τη συγκεκριμένη υπηρεσία; Πόσο θα κοστίσει; Με ποιον τρόπο θα μάθουν οι αθλητικοί καταναλωτές ότι υπάρχει συγκεκριμένη υπηρεσία η οποία τους καλύπτει συγκεκριμένη ανάγκη (μίγμα επικοινωνίας: διαφήμιση, προβολή, προώθηση, δημόσιες σχέσεις).

#### Βιβλιογραφία

Αυθίνος, Ι. (2015). Αθλητική διοίκηση: Η διάρθρωση και λειτουργία των αθλητικών οργανισμών. Αθήνα: SportOption info@sportoption.gr

### ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΓΑΡΓΑΛΙΑΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ & ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ

#### Περίληψη

Σκοπός αυτής της παρουσίασης είναι να προσδιορίσει: α) τον πολυσύνθετο ρόλο του αθλητικού σωματείου στη σύγχρονη κοινωνία και β) τις βασικές παραμέτρους της οργάνωσής του, ώστε να είναι αποδοτικό. Αποτελώντας τον εξειδικευμένο χώρο υποδοχής, προπόνησης, εκπαίδευσης και ανάδειξης όλων των αθλητών, όλων των αθλημάτων, το σωματείο αποτελεί το κύτταρο του αθλητισμού της χώρας και συμμετέχει ενεργά και θετικά σε πολλές εκφάνσεις της κοινωνικής ζωής.



Από τη λειτουργία του προκύπτουν πολλαπλά οφέλη σε κοινωνικό, οικονομικό, εκπαιδευτικό, πολιτιστικό, πολιτικό, οικονομικό ατομικό, ομαδικό, τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο. Για να είναι αποδοτικό ένα σωματείο πρέπει τα διοικητικά του στελέχη να κατανοούν τα οφέλη αυτά και λειτουργούν με γνώμονα τα παρακάτω:

1. Το επίκεντρο του ενδιαφέροντος όλων είναι ο αθλητής.
2. Η εφαρμογή των αρχών του μάνατζμεντ και του μάρκετινγκ (σχεδιασμός, οργάνωση, ηγεσία, έλεγχος, αξιολόγηση) σε όλες τις ενέργειες της καθημερινής λειτουργίας του σωματείου είναι απαραίτητη διότι συμβάλει στην παραγωγή καλύτερων αποτελεσμάτων.
3. Οι νέες τεχνολογίες συμβάλλουν αποφασιστικά στην καλή λειτουργία και την ανάπτυξη του σωματείου και πρέπει να χρησιμοποιούνται όσο το δυνατόν περισσότερο.
4. Η καλή «εικόνα» τόσο εσωτερικά, όσο και προς την κοινωνία διευκολύνει την επικοινωνία και έχει θετική επίδραση στην προσπάθεια για την επίτευξη των στόχων του σωματείου.
5. Η ασφάλεια όλων, σε όλα τα επίπεδα, είναι πρωταρχική ευθύνη και υποχρέωση.
6. Η εκπαίδευση όλου του ανθρώπινου δυναμικού του σωματείου είναι η καλύτερη επένδυση.
7. Η αγαστή συνεργασία με τους stakeholders πολλαπλασιάζει τα αποτελέσματα των προσπαθειών όλων.
8. Η προσφορά υπηρεσιών προς την κοινωνία είναι ο βασικός λόγος ύπαρξης του σωματείου και αν οι υπηρεσίες αυτές βρίσκουν ανταπόκριση στην κοινωνία μπορούν να το καταστήσουν οικονομικά αυτόνομο.

### **ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ – ΣΥΝΕΡΓΙΕΣ ΣΤΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ ΚΑΙ «ΚΑΡΦΩΜΑ» ΜΕ ΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΑ**

**ΚΥΡΙΑΚΙΔΟΥ ΤΑΝΥΑ SPECIAL EVENT MARKETING & MANAGEMENT**

#### **Περίληψη**

Παρουσίαση - Προσέγγιση - Αναγνώριση του Αθλητικού Μάρκετινγκ που επιτρέπει στους επαγγελματίες του αθλητισμού να τοποθετηθούν με επιτυχία στην αθλητική τους δραστηριότητα, Ομοσπονδία, Παίκτες συγκεκριμένης league ή εκδηλώσεις που μπορούν να εξασφαλίσουν ένα ανταγωνιστικό πλεονέκτημα. Ανάλυση και εξήγηση για τις αρχές και τα εργαλεία του κλασικού μάρκετινγκ και την εφαρμογή στο Αθλητικό Μάρκετινγκ. Διάκριση μεταξύ των δύο τύπων του Αθλητικού Μάρκετινγκ.

Εισαγωγή στις βασικές έννοιες του Μάρκετινγκ και το περίγραμμα του πλαισίου του Αθλητικού Μάρκετινγκ. Η ικανοποίηση των αναγκών των καταναλωτών – φιλάθλων, αθλητών. Πως παίρνουμε αποφάσεις για τις διαφορετικές ομάδες καταναλωτών - φιλάθλων, αθλητών και τις ανάγκες τους. Η ιδέα πίσω από ένα αθλητικό προϊόν ή μια υπηρεσία. Και τέλος, η κοστολόγηση και η τιμή του.

Το Αθλητικό Μάρκετινγκ έχει στόχο να δημιουργήσει μια ανταλλαγή, όπου ο πελάτης δίνει κάτι για ένα προϊόν ή μια υπηρεσία. Το Αθλητικό Μάρκετινγκ είναι ένα σχετικά νέο φαινόμενο. Στη δεκαετία του 1940 - 50 τα περισσότερα αθλητικά δρώμενα – σπορ, δεν προβάλλονταν και δεν διαφημιζονταν.

Η φιλοσοφία του Αθλητισμού Μάρκετινγκ.

Ενώ σκεφτόμαστε το Αθλητικό Μάρκετινγκ και όλα όσα περιλαμβάνει, είναι χρήσιμο να συνειδητοποιήσουμε ότι πρόκειται για μια ιεραρχική αντίληψη. Υπάρχουν επίπεδα στα οποία πρέπει να διαχωρίσουμε και να διαφοροποιήσουμε το Αθλητικό Μάρκετινγκ. Στο ευρύτερο επίπεδο του, αγκαλιάζει μια φιλοσοφία, ένα σύνολο πεποιθήσεων σχετικά με το πώς πρέπει να το διαχειριστούμε και να το οργανώσουμε. Όροι Μάρκετινγκ, όχι μόνο για διευθυντές μάρκετινγκ και για το τμήμα μάρκετινγκ των ομάδων. Αναγνώριση των αναγκών και των επιθυμιών του καταναλωτή φιλάθλου – αθλητή, στο επίκεντρο όλων των αποφάσεων.

Αθλητικό Μάρκετινγκ :

Στρατηγική Ομοσπονδίας – Ομάδας - Club - Στρατηγική

Αθλητικό Μάρκετινγκ και Έρευνα Καινοτομία – Πρωτοπορία – Πρωτοβουλία

#### **Βιβλιογραφία**

SFIA Sports & Fitness Industry Association

Sports Marketing Survey USA

Sports Marketing Survey INC



## ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΕΝΟΣ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥΣ – ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

**ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**

**ΕΡΕΥΝΗΤΗΣ – ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ**

### Περίληψη

Ποιότητα είναι η συνεχής προσπάθεια όλων των ατόμων για την βελτίωση των προϊόντων και των υπηρεσιών, έτσι ώστε να ικανοποιούν ή και να υπερβαίνουν τις προσδοκίες των πελατών (Ζαβλανός, 2006). Η Διοίκηση Ολικής Ποιότητας αποτελεί ένα πλήρες διοικητικό σύστημα το οποίο δεν έχει βραχυπρόθεσμες προοπτικές αλλά αντίθετα στρατηγικές προοπτικές και έχει ως ανώτερο στόχο την ικανοποίηση των πελατών και τη συνεχή βελτίωση των διαδικασιών του οργανισμού. Η εισήγηση συμβάλλει στην τρέχουσα επιστημονική έρευνα προσεγγίζοντας τα παρακάτω κύρια ερωτήματα:

(α) Σε ποιο βαθμό χρησιμοποιείται ένα σύστημα ποιότητας από τους αθλητικούς οργανισμούς; Στην Ευρώπη και στις Ηνωμένες Πολιτείες πολλοί αθλητικοί οργανισμοί μέσω της ανάπτυξης μιας φιλοσοφίας μεθόδων και ενεργειών που αποβλέπουν στην απόλυτη ικανοποίηση των πελατών – φιλάθλων, οδηγούνται σε συνεχείς βελτιώσεις. Οι γνώμες και οι μεταβαλλόμενες ανάγκες των φιλάθλων μπορεί να διαπιστωθούν μέσω συνεχούς διαλόγου, ο οποίος θα είναι αποτέλεσμα τεχνολογιών ανατροφοδότησης. Παρά το δυσμενές οικονομικό περιβάλλον, γίνεται προσπάθεια από τους αθλητικούς οργανισμούς προκειμένου να ικανοποιήσουν τους πελάτες – φιλάθλους, αν και δεν εφαρμόζεται κάποιο μοντέλο ποιότητας υπηρεσιών.

(β) Ποιοι παράγοντες - κλειδιά αποθαρρύνουν τους αθλητικούς οργανισμούς στην εφαρμογή ενός συστήματος ποιότητας προς τους φιλάθλους τους; Θα πρέπει ωστόσο να υπερκεραστούν σημαντικά εμπόδια όπως οι εγκαταστάσεις και η πρόσβαση σε αυτές, το διαθέσιμο προσωπικό, ο τρόπος που γίνεται η επικοινωνία και η ενημέρωση, η πολιτική που ακολουθείται σχετικά με τις συναντήσεις των αθλητών με τους φιλάθλους, η άνετη πρόσβαση στους εμπορικούς χώρους, η εξυπηρέτηση των φιλάθλων στην αγορά εισιτηρίου κ.α.

(γ) Είναι δυνατόν να αναπτυχθεί ένα γενικό μοντέλο ενός συστήματος ποιότητας το οποίο να μπορεί να τεθεί σε εφαρμογή από τους αθλητικούς οργανισμούς; Τα αποτελέσματα της βιβλιογραφικής επισκόπησης σε ελληνικό και διεθνές επίπεδο, θα μας δώσουν τη δυνατότητα για περαιτέρω έρευνα και θα μας οδηγήσουν στην ανάλυση ενός προτεινόμενου μοντέλου αξιολόγησης των διαστάσεων ποιότητας στους αθλητικούς οργανισμούς.

### Βιβλιογραφία

Αληξανδρής, Κ. (2010). *Αρχές Μάνατζμεντ και Μάρκετινγκ Οργανισμών και Επιχειρήσεων Αθλητισμού και Αναψυχής*. Εκδόσεις Χριστοδουλίδη. Θεσσαλονίκη.

Ζαβλανός, Μ. (2006). *Η Ποιότητα στις Παρεχόμενες Υπηρεσίες και τα Προϊόντα.*, Εκδόσεις Σταμούλη ΑΕ. Αθήνα.

Παναγιωτόπουλος, Δ, (2007). *Εργασιακές Σχέσεις στον Αθλητισμό*. Νομική Βιβλιοθήκη. Αθήνα.,

Kriemadis, A. (2003). Developing a quality culture in a sport organization. *International Journal of Physical Education*.

## ΤΑ ΕΜΠΟΡΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ VOLLEY LEAGUE

**ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΒΑΣΙΛΗΣ**

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ MARKETING VOLLEY LEAGUE**

### Περίληψη

Ο κλάδος του sports marketing στη χώρα μας, μετά την κρίση των τελευταίων χρόνων, διαμορφώνει νέα δεδομένα, νέες ευκαιρίες και προκλήσεις για τους αθλητικούς οργανισμούς και τα σωματεία. Η Volley League προσαρμόζεται και κινείται παράλληλα με το νέο αυτό σκηνικό προκειμένου να διατηρήσει τις χορηγικές συνεργασίες που ήδη έχει αλλά και να αναπτύξει νέες, προκειμένου να συμμετέχει ενεργά στην αθλητική βιομηχανία παρέχοντάς τη δυνατότητα ενδυνάμωσης της εικόνας της. Θα δούμε αναλυτικά τα χαρακτηριστικά του κοινού του βόλεϊ και της Volley League, τους τρόπους και τα μέσα προβολής του πρωταθλήματος, πως αυτά αξιοποιούνται και εξελίσσονται μέσα από τις συνεργασίες με τους χορηγούς, τις πηγές προβολής χορηγών στις ομάδες, την μεθοδολογία μετρήσεων ανταποδοτικότητας χορηγίων καθώς και γενικότερα την εμπορική απήχηση του βόλεϊ.

Παράλληλα θα δούμε και την διαφοροποίηση μεταξύ πελατοκεντρικής και προϊόντοκεντρικής προσέγγισης χορηγών και συνεργατών ως προς την εύρεση ή εξοικονόμηση οικονομικών πόρων ειδικότερα για το βόλεϊ, καθώς και το πώς ταυτίζονται οι έννοιες “sports marketing” και “marketing through sports” με το άθλημα και τα σωματεία. Επίσης, καθώς το πρωτάθλημα της Volley League, λόγω της χορηγικής συνεργασίας με την Νονα, αποτελεί και ένα σημαντικό τηλεοπτικό προϊόν για την Ελλάδα και το εξωτερικό, θα δούμε πως πολλά από τα χαρακτηριστικά των εμπορικών συνεργασιών, αλλά και γενικότερα η εξέλιξή του αθλήματος βασίζονται εκεί. Παράλληλα με το φίλαθλο κοινό που προσεγγίζεται μέσω της τηλεοπτικής προβολής, θα δούμε και παραδείγματα για το πώς τα σωματεία θα πρέπει να φέρνουν τον κόσμο στα γήπεδα, να «συντηρούν» το ενδιαφέρον των φιλάθλων με δραστηριότητες εντός των αγωνιστικών χώρων καθώς και να ενεργοποιούν στο έπακρο τα διαδικτυακά κοινωνικά μέσα.

### ΟΠΑΔΟΙ & ΦΙΛΑΘΛΟΙ, ΠΡΟΣΕΛΚΥΣΗ ΘΕΑΤΩΝ ΣΤΑ ΓΗΠΕΔΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

**ΚΥΡΙΑΚΙΔΟΥ ΤΑΝΥΑ SPECIAL EVENT MARKETING & MANAGEMENT**

#### Περίληψη

Διαχωρισμός της έννοιας Φίλαθλος, Οπαδός και Χούλιγκαν.

Εννοιολογικός και κοινωνικός προσδιορισμός. Σχολιασμός.

Φανατικός υπερασπιστής προσωπικών απόψεων και «πιστεύω». Αυτός που με επιτακτικό τρόπο, συνθήματα, ύβρεις ακόμα και βίαιους χειρισμούς, προσπαθεί ή και επιβάλλεται στους άλλους επιδιώκοντας - προσπαθώντας να τους προσηλυτίσει έμμεσα ή άμεσα στις δικές του πεποιθήσεις. Σε αντίθεση με τον οπαδό, ο φίλαθλος, δηλαδή ο «φίλος του άθλου», ο οποίος επιθυμεί να παρακολουθήσει ένα αγώνα, για τον ίδιο τον αγώνα, το άθλημα, χωρίς αυτό να σημαίνει πως δεν υποστηρίζει κάποια ομάδα.

Ακραία θέση του Οπαδού ο Χούλιγκαν.

Όλα τα παραπάνω δείγματα θεατών τα βλέπουμε στο πλαίσιο ενός αθλητικού αγώνα, που έχει σαν σκοπό να ψυχαγωγήσει και να παρέχει τις ανάλογες διακρίσεις σ' αυτούς που αξίζουν την πρόκριση – τη διάκριση.

Τι θα γινόταν, σε έναν αγώνα χωρίς οπαδούς...?

Μια ομαλή εξέλιξη στη ροή του παιχνιδιού, αφού το στάδιο θα ήταν ίσως... γεμάτο από απλούς καθημερινούς ανθρώπους, οικογένειες, φιλάθλους... που ναι, θα υποστηρίξουν την ομάδα τους αλλά δε θα παρεκτραπούν?

Δυνατότητες και νέα προοπτική στην προσέλκυση θεατών – φιλάθλων στους αγώνες.

Πως θα δημιουργήσουμε θεατές – φιλάθλους.

Παιδιά οι πρώτοι θεατές. Σύνδεση με ένα συγκεκριμένο άθλημα, μια ομάδα, έναν παίκτη. Κύριες επιρροές ενός παιδιού.

Ομοσπονδίες, Πρωταθλήματα, Ομάδες, Δημοσιογράφοι. Παρουσίαση παραγόντων που επηρεάζουν τη συμμετοχή θεατών και παροχή κινήτρων για τη συμμετοχή και παρακολούθηση διάφορων σπορ.

#### Βιβλιογραφία

How to Win – at the Sport of business, Book, Author - Mark Cuban, 2013.

Sports Fans - Presentation, Florida State University, Dr. Jeffry James, 2014.

Motivational factors influencing sport spectator Journal for the Study of Sports & Athletes in Education 3 (3),265 - 284 - 2009 - Yun Seok Choi.

### ΤΟ ΒΟΛΕΪ ΚΑΙ Η ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ

**ΛΕΜΟΝΙΔΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ**

**ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ**

#### Περίληψη

Στις εφημερίδες είναι πιο εύκολο το έργο των δημοσιογράφων, γιατί απευθύνονται σε ειδικευμένο κοινό και δεν χρειάζεται να εξηγούν το αυτονόητο. Βέβαια όταν πρόκειται για μεγάλους αγώνες τα πράγματα είναι διαφορετικά, γιατί διαβάζουν τη στήλη του βόλεϊ και φίλαθλοι του ποδοσφαίρου και του μπάσκετ. Βέβαια πρέπει να βάλουμε και όρια, γιατί αν είναι να εξηγήσουμε σε κάθε φάση τι είναι ο κεντρικός και τι ο ακραίος, θα κουράσουμε και θα εκνευρίσουμε τους φίλους του βόλεϊ.

Καλό είναι να απλουστεύουμε τα πράγματα και να μη μιλάμε με ειδικούς όρους, γιατί τον όρο "ripe" την ξέρουν οι ειδικοί, αλλά για τους μη γνώστες, είναι επίθεση από την πίσω ζώνη. Και οι προπονητές πρέπει να προσαρμοσθούν γιατί τελευταία χρησιμοποιούν τον όρο side out και οι περισσότεροι τηλεθεατές κοιτάζονται μεταξύ τους απορημένοι. Βέβαια και στο μπάσκετ χρησιμοποιούν κατά κόρο την αμερικάνικη ορολογία, αλλά εκεί το κοινό είναι πιο εξοικειωμένο και περισσότερο σε αριθμούς. Μπορούμε όμως να ποδοσφαιροποιούμε το βόλεϊ, λέγοντας για παράδειγμα ότι ο διαγώνιος είναι ο σέντερ φορ του ποδοσφαίρου, ο πασαδόρος το "δεκάρι", ο λίμπερο ότι και στην αμυντική διάταξη σε μια ποδοσφαιρική ομάδα. Το καλό σε μια μετάδοση είναι τα στατιστικά, αφού έτσι μπορούμε να εξηγήσουμε καλύτερα τι βλέπει ο τηλεθεατής και να εξηγήσουμε γιατί μια ομάδα κερδίζει βάση των αριθμών. Αυτό είναι πολύ εύκολο, αρκεί βέβαια να υπάρχουν στατιστικά και πάνω απ όλα να ξέρουν οι τηλεπεριγραφείς και τα βασικά του βόλεϊ. Αρκετές φορές, στην κρατική τηλεόραση, ακούμε τέρατα και ιδιαίτερα από αυτούς που κάνουν ρεπορτάζ πάγκου.

### Η ΧΑΜΕΝΗ ΕΥΚΑΙΡΙΑ ΚΑΙ Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΗ ΥΠΟΧΩΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΒΟΛΕΪ

**ΤΖΟΥΣΤΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ**

#### Περίληψη

Την τελευταία δεκαετία και συγκεκριμένα από το 2004 παρατηρείται μια σταθερή υποχώρηση της παρουσίας του βόλεϊ στα ΜΜΕ. Το 2016 μοιάζει να είναι πολύ μακριά από την εποχή, ιδιαίτερα στη δεκαετία του 1990, που το βόλεϊ είχε σημαντική προβολή στα έντυπα και ραδιοτηλεοπτικά μέσα ενημέρωσης. Οι λόγοι της εξέλιξης αυτής είναι τέσσερις. Η οικονομική κρίση που οδήγησε στη συρρίκνωση των αθλητικών τμημάτων, η εισβολή του διαδικτύου στη σφαίρα της μαζικής επικοινωνίας, η απουσία διακρίσεων τόσο σε επίπεδο εθνικών ομάδων, κυρίως, όσο και σε επίπεδο συλλόγων και η αποτυχία των παραγόντων σε επίπεδο ομοσπονδίας και σωματείων να δημιουργήσουν το «κοινό του βόλεϊ» άρα και ένα εν δυνάμει «αγοραστικό κοινό» για εφημερίδες και εξειδικευμένα περιοδικά. Χρονικά η μεγάλη ευκαιρία για την επικοινωνιακή εκτόξευση του βόλεϊ τοποθετείται τη δεκαετία του 1990 στον απόηχο της επιτυχίας της Γάνδης το 1987 και μεσούσης της συνεπούς παρουσίας σε Παγκόσμια και Ευρωπαϊκά Πρωταθλήματα αλλά και στο World League αλλά και των συλλογικών επιτυχιών, κυρίως του Ολυμπιακού αλλά και της Ορεστιάδας και του Άρη στους άνδρες, και του Παναθηναϊκού και των Βριλησίων στις γυναίκες. Οι επιτυχίες αυτές έφεραν το βόλεϊ στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος της κοινής γνώμης και δημιούργησαν τις προϋποθέσεις για την επικοινωνιακή επέκταση του αθλήματος. Η μη πραγμάτωση αυτής της ευκαιρίας οφείλεται σε εξωγενείς αλλά και ενδογενείς λόγους τόσο του αθλήματος όσο και του δημοσιογραφικού «λόμπι». Ψηλαφώντας τους τελευταίους λόγους μπορεί, και εκ του αποτελέσματος, να συμπεράνει κανείς ότι ο χώρος δεν έδειξε την απαραίτητη εμπειρία και ωριμότητα για να διαχειριστεί την ευκαιρία και να μεγαλώσει την «πίτα» υπερασπιζόμενος και προωθώντας στο σύνολο του το άθλημα. Δεν κατάφερε να βρει την ισορροπία ανάμεσα στην απαραίτητη κριτική και στην ανάδειξη του αθλήματος. Να επενδύσει σε αθλητές – σαρ και να δημιουργήσει επικοινωνιακά είδωλα, μαγνήτες για την κοινή γνώμη. Η μελέτη της εμπειρίας της δεκαετίας του 1990 μπορεί να δώσει χρήσιμα συμπεράσματα για το μέλλον, όχι μόνο για το δημοσιογραφικό «λόμπι» αλλά και για τους άλλους συντελεστές του αθλήματος.

### ΒΟΛΕΪ & ΜΜΕ

**ΔΕΛΑΓΡΑΜΜΑΤΙΚΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ**

#### Περίληψη

Η δημόσια αποδοχή, το επίπεδο δημοφιλίας, η διείσδυση στα σχολεία και τους χώρους άθλησης, η αξία που έχει ως ομαδικό σπορ αλλά και ως παιχνίδι ελεύθερου χρόνου, η πρωτεύουσα θέση που έχει ειδικά στο γυναικείο φύλο, δεν είναι αρκετά, ως αποδεικνύεται, ώστε να πεισθούν τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης, προκειμένου να δώσουν στο βόλεϊ χώρο και χρόνο. Σύμφωνα με έρευνα του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών (2006), το βόλεϊ είναι τέταρτο σε προτιμήσεις σπορ στην Ελλάδα, μετά το ποδόσφαιρο, το μπάσκετ και τον μηχανοκίνητο αθλητισμό. Σε επίπεδο μητρώου αθλητριών και αθλητών, είναι το τρίτο σπορ στη χώρα, μετά το ποδόσφαιρο και το μπάσκετ (σύμφωνα με τα στοιχεία που παρέχουν οι Εθνικές Ομοσπονδίες, με βάση τον αριθμό των δελτίων που παραμένουν ενεργά).

Για τις γυναίκες, το βόλεϊ είναι το άθλημα με την μεγαλύτερη συμμετοχή, ειδικά μάλιστα στις ηλικίες από 12 έως και 20 ετών. Ωστόσο, τα ηλεκτρονικά ΜΜΕ, που απευθύνονται σε μεγαλύτερο, αριθμητικά, κοινό, δεν προβάλλουν ανάλογα, το βόλεϊ ενώ στον γραπτό Τύπο, είναι διαρκής η συρρίκνωση της παρουσίας του αθλήματος. Η έλλειψη επιτυχιών προσφέρει δικαιολογία, σε εκείνους που επιλέγουν να αντιμετωπίσουν το βόλεϊ, μάλλον, απαξιωτικά, ωστόσο, ειδικά σε ότι αφορά την ενασχόληση γυναικών με το άθλημα, αυτή η λογική φαίνεται ότι ανατρέπεται, προκειμένου να προβληθούν πρόσωπα και κυρίως σώματα, ως σύμβολα όχι αθλητικής προσπάθειας, αλλά, ομορφιάς. Η εσωστρέφεια του αθλήματος, έχει την δική της σημασία, όπως και η εμφανής, αρνητική, λειτουργία συντελεστών του ίδιου του παιχνιδιού, καθώς, συχνά, υπάρχει υπερσυγκέντρωση και επικάλυψη αρμοδιοτήτων, με σύγχυση ανάμεσα στους ρόλους του γονιού, του προπονητή, του διοικητικού στελέχους. Η μεταστροφή, όμως, σε ότι αφορά τον τρόπο αντιμετώπισης του από τα ΜΜΕ, δεν θα καθοριστεί μόνο από το παιχνίδι και τους ανθρώπους του, αλλά και από την στάση των εκπροσώπων του Τύπου, που θα κληθούν να αποδείξουν πως αξιολογούν, εντέλει, την “εμπορικότητα” ενός αθλήματος μακράς πνοής.

## Πρακτικά Συνεδρίου

# Περίληψεις Σεμιναρίων

### Η ΟΜΑΔΙΚΗ ΤΑΚΤΙΚΗ ΣΕ ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

**ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ**

**ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

#### Περίληψη

Τακτική ορίζεται η προκαθορισμένη συμπεριφορά των παικτών σε διάφορες καταστάσεις του παιχνιδιού τόσο στην άμυνα όσο και στην επίθεση. Δηλαδή, είναι μια διαδικασία αντίληψης, σκέψης και δράσης στον αγώνα. Η λειτουργία αυτή εξαρτάται από την κίνηση του παίκτη με ή χωρίς την μπάλα μέσα στον αγωνιστικό χώρο {1) οπτική παρατήρηση σε όλο το γήπεδο 2) εκτίμηση των φάσεων παιχνιδιού, της πορείας της μπάλας και της κίνησης των παικτών στο γήπεδο 3) προσαρμοστική ικανότητα στις καταστάσεις παιχνιδιού και στις οδηγίες του προπονητή 4) τακτικές γνώσεις των θέσεων και απαιτήσεων τους}. Η τακτική θεμελιώνεται με την ατομική τακτική και οικοδομείται με τη συνεργασία των παικτών. Περιλαμβάνει δε τη στρατηγική, τη σύνθεση και τα συστήματα. Η προπόνηση τακτικής πρέπει να έχει την ίδια βαρύτητα με την τεχνική και τη φυσική κατάσταση. Ως στρατηγική ορίζεται ένα σύνολο συντονισμένων ενεργειών και χειρισμών για την επίτευξη στόχων. Το σύστημα είναι ένα σύνολο ατόμων του οποίου τα μέρη βρίσκονται σε στενή σχέση ενότητας και αλληλεξάρτησης. (ψηλή - χαμηλή άμυνα, επίθεση) Με την τακτική ο προπονητής παρεμβαίνει στην ομάδα και μέσω αυτής δίνει το αγωνιστικό στυλ, το χαρακτήρα και τη συμπεριφορά των παικτών στον αγώνα. Η σύνθεση είναι η θέση των παικτών ανά ειδικεύση με σκοπό την ισοδύναμη ισχύ της ομάδας στην επίθεση και την άμυνα, ενώ η αγωνιστική σύνθεση είναι η διάταξη των 6 παικτών, σύμφωνα με τη σειρά περιστροφής, την ατομική ικανότητα και την ειδικότητά τους, ως προς τον αγωνιστικό τους ρόλο. Προκύπτει δε από τον αριθμό των επιθετικών και των πασαδόρων. Στην αναπτυξιακή ηλικία προτεινόμενα συστήματα είναι αυτά της μη εξειδίκευσης (6:0 με τον πασαδόρο στη ζώνη 3, 2 και 1) και κατόπιν της προοδευτικής εξειδίκευσης (4:2 απλό και με διείσδυση) με απώτερο σκοπό την ενσωμάτωση και αυτοματοποίηση των δεξιοτήτων των παικτών στο παιχνίδι.

#### Βιβλιογραφία

Selinger, A. & Ackermann-Blount, J. (1986). *Power Volleyball*. Επιστημονική επιμέλεια Μπεργελές Ν. (1991). Θεσσαλονίκη. Εκδόσεις ΣΑΛΤΟ.

Μπεργελές Ν. (1993). *Προπονητική Πετοσφαίρισης*. Αθήνα. Αυτοέκδοση.

Μπεργελές, Ν., Αγγελονίδης, Γ. & Κατσικαδέλη, Α. (1996). *Ενιαίος προπονητικός και αγωνιστικός σχεδιασμός των αθλητών πετοσφαίρισης της αναπτυξιακής φάσης 12-16 ετών*. Αθήνα: Κ.Ε.Α.Τ.

### Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΕΝΤΡΙΚΩΝ ΠΑΙΚΤΩΝ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

**ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ**

**ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

#### Περίληψη

Η αθλητική απόδοση των πετοσφαιριστών βασίζεται σε ενδογενείς παράγοντες όπως είναι η φυσική κατάσταση (αντοχή, δύναμη, ταχύτητα, ευλυγισία), η τεχνική (συντονιστικές-κινητικές ικανότητες), η τακτική (αισθητικο-κινητικές τακτικές και γνωστικές ικανότητες), τα συστήματα ανθρώπινου σώματος (νευρικό, μυοσκελετικό, αναπνευστικό, κυκλοφορικό) οι ψυχικοί παράγοντες (κίνητρα, επιθυμίες, θέληση) και το ταλέντο του αθλητή.

Φυσικά σε αυτούς προστίθενται και οι εξωγενείς παράγοντες όπως η υλικοτεχνική υποδομή, οι κοινωνικοί παράγοντες και οι κλιματολογικές συνθήκες. Συνδυετικός κρίκος των παραγόντων αυτών είναι ο προπονητής ο οποίος πρέπει να σχεδιάζει και να εφαρμόζει ατομικό ή σε σύνολα πρόγραμμα ανάλογα με τις απαιτήσεις και τις ανάγκες του κάθε παίκτη ή της ομάδας λαμβάνοντας υπόψη τις παραμέτρους της κινητικής μάθησης που θα επιλέξει όπως μέθοδο, (πλοκή περιεχομένου, ομαδοποιημένη ή τυχαία εξάσκηση), στόχο, ομάδα ασκήσεων, οργάνωση του περιβάλλοντος εξάσκησης, ποσοτικές παραμέτρους (αριθμός επαναλήψεων, συχνότητα επαφών) και τα σύνδρομα που θα χρησιμοποιήσει. Ενδεικτική θεματολογία του κεντρικού για το σύνδρομο I είναι η επίθεση σε σχέση με το ύψος και μήκος της τροχιάς της μπάλας, ο προσανατολισμός του (γωνία προέλευσης-είδος επίθεσης-κατεύθυνση της μπάλας) επίθεση μετά από υποδοχή, υποδοχή και επιθετική κάλυψη, επίθεση εναντίον μπλοκ (ατομικό - ομαδικό). Για το σύνδρομο II είναι το σερβίς και κατευθύνσεις αυτού (κυματιστό, JF, JS), ψηλή άμυνα(ατομικό και ομαδικό μπλοκ), χαμηλή άμυνα (παραλλαγές των σημείων στήριξης ή μεταβολή απόστασης κοντά μακριά, αριστερά, δεξιά, αυξομείωση ταχύτητας μπάλας), αντεπίθεση μετά από μπλοκ ή κόντρα, πάσα μετά από μπλοκ ή πάσα από άμυνα του πασαδόρου (πάνω στο φιλέ ή έξω από την γραμμή των 3 μ). Ο προπονητής είναι αυτός που αποφασίζει τότε θα μεταβάλλει τις σταθερές συνθήκες εξάσκησης σε μεταβαλλόμενες και αυτός που με την κατάλληλη ανατροφοδότηση με φράσεις κλειδιά (συμπυκνωμένες πληροφορίες οι οποίες ενισχύουν τη μνήμη - επικεντρώνουν την προσοχή του παίκτη σε κύρια χαρακτηριστικά - συμπληρώνουν μια επίδειξη) καθώς την ψυχολογική στήριξη θα βοηθήσει για την καλύτερη απόδοση του παίκτη.

### Βιβλιογραφία

Κέλλης Σ. (2014). *Προπονητική*. Σημειώσεις από τις παραδόσεις του μαθήματος

Μπεργελές Ν. (1993). *Προπονητική Πετοσφαίρισης*. Αθήνα. Αυτοέκδοση

Μπεργελές Ν. (2007). *Προπόνηση για την υποδοχή του σερβίς στην Πετοσφαίριση*. Αθήνα. Αυτοέκδοση

