



ΣΦΕΕΟΠ
HELLASVOLLEY.GR

ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

ΣΤΗΝ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

ενημερωτικό δελτίο Σ.ΚΑ.Π.

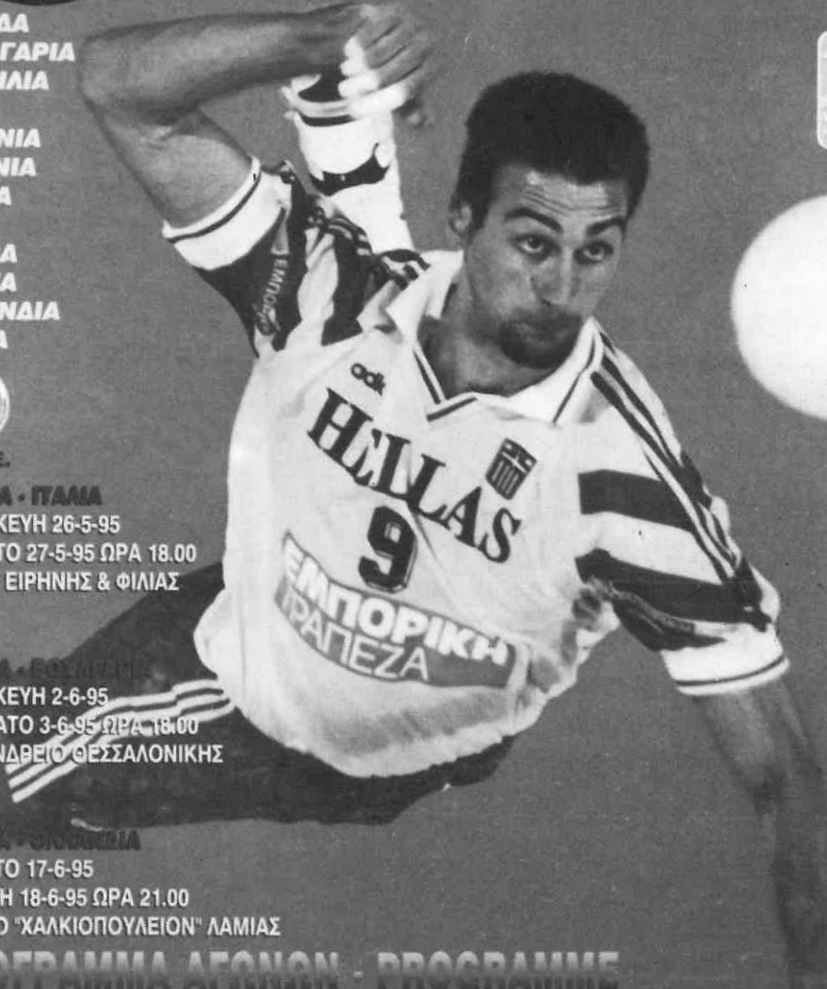
ΜΑΪΟΣ '95/τεύχος 35



Volleyball

ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΓΥΡΟΣ 19 ΜΑΪΟΥ - 25 ΙΟΥΝΙΟΥ 1995
ΤΕΛΙΚΟΣ ΓΥΡΟΣ ΒΡΑΖΙΛΙΑ 4 - 9 ΙΟΥΛΙΟΥ 1995

ΕΛΛΑΔΑ
ΒΟΥΛΓΑΡΙΑ
ΒΡΑΖΙΛΙΑ
ΗΠΑ
ΙΑΠΩΝΙΑ
ΙΣΠΑΝΙΑ
ΙΤΑΛΙΑ
ΚΙΝΑ
ΚΟΥΒΑ
ΚΟΡΕΑ
ΟΛΛΑΝΔΙΑ
ΡΩΣΙΑ



Ε.Ο.ΠΕ.
ΕΛΛΑΔΑ - ΓΙΑΜΑ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26-5-95
ΣΑΒΒΑΤΟ 27-5-95 ΩΡΑ 18.00
ΣΤΑΔΙΟ ΕΙΡΗΝΗΣ & ΦΙΛΙΑΣ

ΕΛΛΑΔΑ - ΒΟΥΛΓΑΡΙΑ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2-6-95
ΣΑΒΒΑΤΟ 3-6-95 ΩΡΑ 18.00
ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΕΛΛΑΔΑ - ΟΥΓΑΝΔΙΑ
ΣΑΒΒΑΤΟ 17-6-95
ΚΥΡΙΑΚΗ 18-6-95 ΩΡΑ 21.00
ΓΗΠΕΔΟ "ΧΑΛΚΙΟΠΟΥΛΕΙΟΝ" ΛΑΜΙΑΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ - PROGRAMME

Π Ε Ρ Ι Ε Χ Ο Μ Ε Ν Α

Σημειώσεις Διάλεξης Πετοσφαίρισης Σεμιναρίου Καθηγητών Φυσικής Αγωγής ΑΝ. Αττικής	3
Ανάλυση της Υλης και του Περιεχομένου του Μαθήματος της Πετοσφαίρισης στην Ε' και στη ΣΤ' Τάξη του Δημοτικού Σχολείου	12
Καταγραφή και Ανάλυση της Αγωνιστικής Απόδοσης στο Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα Πετοσφαίρισης '94	23

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΔΙΑΛΕΞΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΑΝ. ΑΤΤΙΚΗΣ

I. "ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΕΧΝΙΚΟΤΑΚΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ"

II. "ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΑΓΩΝΩΝ"

III. "ΒΑΣΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΓΩΝΩΝ"

ΑΘΗΝΑ
22 - 23 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 1994

ΑΝΤΙ ΠΡΟΛΟΓΟΥ

Η ιδέα της παρουσίασης των συγκριμένων θεμάτων της πετοσφαίρισης ξεπήδησε από την ανάγκη να συζητήσουμε τα προβλήματα αυτά, που απασχολούν τους συναδέλφους Κ.Φ.Α. στην καθημερινή τους ενασχόληση και διδασκαλία.

Η συνεχής παρουσία μας ως διδάσκοντες τα τελευταία χρόνια στα σεμινάρια επιμόρφωσης (Π.Ε.Κ.) απέδειξαν ότι το ζητούμενο ήταν η αναμόχλευση των γνώσεων τους στο συγκεκριμένο γνωστικό αντικείμενο που απέκτησαν στα φοιτητικά τους χρόνια.

Τα προβλήματα αυτά συνοψίζονται στα ερωτήματα:

- 1) Ποιός είναι ο καλύτερος τρόπος να διδάξουμε την πετοσφαίριση κατά ηλικία και επίπεδο γνώσης.
- 2) Πώς μπορούμε να οργανώσουμε αγώνες σε όλα τα επίπεδα.
- 3) Ποιοί είναι οι τρόποι οργάνωσης των αγώνων αυτών.

Στον ελάχιστο προσφερόμενο χρόνο για να αναπτύξουμε όλα αυτά τα ζητήματα και να δώσουμε ουσιαστική βοήθεια στους συναδέλφους μας ανατρέξαμε σε Βιβλία και Σημειώσεις καταξιωμένων συναδέλφων μας στην Πετοσφαίριση, που ευγενώς μας επέτρεψαν να πραγματοποιήσουμε μια επιλογή και σύνοψη μερικών από τα πλέον επίκαιρα θέματά τους, κάποια εκ των οποίων παραθέτουμε και αυτούσια.

Οι πηγές μας παρατίθενται στη βιβλιογραφία που υπάρχει στο τέλος αυτών των σημειώσεων.

Η πρόσκληση και πρόκληση να μιλήσω για τα ίδια θέματα στην όμορφη πρωτοβουλία του Γραφείου Φυσικής Αγωγής ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ ήταν αδύνατο να με αφήσει αδιάφορο.

Με την ελπίδα της ευγενούς προσφοράς στον κλάδο και τους συναδέλφους μου αληθιά και με την ευθύνη ότι τα κείμενα αυτά θα δημοσιευθούν στο περιοδικό μας (Σ.Κ.Α.Π.) και θα γίνουν γνωστά σε Πανελλήνια κλίμακα σεμνά παραθέτω τα θέματα της ομιλίας μου.

ΠΑΝΟΣ ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ

ΜΕΛΟΣ Ε.Ε.Π. ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ
Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΑΘΗΝΑΣ

ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Η πετοσφαίριση όπως όλα τα ομαδικά παιχνίδια προσφέρει σωματική και ψυχοκινητική ανάπτυξη, παρουσιάζει όμως εξεταζόμενη στην διδασκτική πρακτική της, την ανάπτυξη δύο κυρίως μεθόδων με διαφορετικούς διδακτικά πόλους.

Η διαφορετική φιλοσοφία των δύο αντιμαχόμενων πόλων, είναι ανάλογο του κέντρου βάρους της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Οι πόλοι αυτοί είναι ο **αγωνιστικός** και ο **τεχνικός**.

Όταν υπερισχύει ο ένας εκ των δύο η μέθοδος λαμβάνει και την ιδιαίτερη ονομασία της συνοδευόμενη βέβαια και από τα αντίστοιχα πλεονεκτήματα ή μειονεκτήματά της.

Οι μέθοδοι συνεπώς που διαμορφώνονται είναι οι ακόλουθοι:

1) ΣΦΑΙΡΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ Ή ΤΟΥ ΟΛΟΥ:

Στη μέθοδο αυτή **υπερισχύει ο αγωνιστικός πόλος (από το όλο στο μέρος)**

Πλεονεκτεί γιατί δίνει γρήγορα τη χαρά του παιχνιδιού, αφού χρησιμοποιεί το παιχνίδι σαν μοναδικό μέσο εκπαίδευσης.

Μειονεκτεί λόγω της ανεξέλεγκτης αφομοίωσης λανθασμένων τεχνικών.

Χρησιμοποιείται στο στάδιο της μύησης και συγκεκριμένα περισσότερο στην ηλικία των 9-12 χρόνων.

2) ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ Ή ΤΟΥ ΜΕΡΟΥΣ

Στη μέθοδο αυτή **υπερισχύει ο τεχνικός πόλος (από το μέρος στο όλο)**

Πλεονεκτεί γιατί γίνεται σωστή αφομοίωση της τεχνικής, αφού χρησιμοποιεί την τεχνική σαν μοναδικό μέσο εκπαίδευσης.

Μειονεκτεί γιατί υπάρχει ο κίνδυνος της εγκατάλειψης, εκ μέρους κυρίως των νέων, αφού δεν τους προσφέρεται η χαρά του παιχνιδιού.

Θα ήταν προτιμότερο να χρησιμοποιηθεί μετά το στάδιο της μύησης, οπότε καλύτερα μπορούν να χρησιμοποιηθούν και οι αναλυτικές ασκήσεις.

3) ΜΙΚΤΗ ΜΕΘΟΔΟΣ

Από τον συνδυασμό των παραπάνω μεθόδων, προέκυψε η Μικτή μέθοδος, με σκοπό την εξάγνιση των μειονεκτημάτων τους και την καθοδήγηση των εκπαιδευομένων μέσα από ένα ασφαλή, σύντομο και ευχάριστο δρόμο στην πορεία της τεχνικοτακτικής τους εκπαίδευσης.

Τέλος για τη σωστή μεθόδευση της τακτικής εκπαίδευσης χρήσιμο είναι να ακολουθηθούν τα παρακάτω στάδια διδασκαλίας:

1. Εκμάθηση των **τεχνικών κινήσεων με την καθοδήγηση του προπονητή ως προς την ατομική τακτική.**
2. Εκμάθηση **παραλληλών των βασικών τεχνικών κινήσεων.**
3. **Εφαρμογή των ανωτέρω κινήσεων στον αγώνα κατόπιν πνευματικής δραστηριότητας των παικτών (παρατήρησης).**
4. **Σταδιακή αύξηση των τεχνικών επιλογών και των δυσκολιών ενός αγώνα.**

ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΜΑΘΗΣΗ

Στο προηγούμενο κεφάλαιο αναφέρθηκε ότι υπάρχουν προβλήματα και μαθησιακές δυσκολίες κατά την τεχνικοτακτική εκπαίδευση του παιχνιδιού, είτε αυτό παρουσιάζεται με τη μορφή της αθλοπαιδιάς, είτε με τη μορφή του αθλήματος.

Οι δυσκολίες αυτές εκπορεύονται από:

1) ΤΗΝ ΤΕΧΝΙΚΗ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ

Η πετοσφαίριση σαν άθλημα στο σύνολό της χαρακτηρίζεται **κυκλικό άθλημα**, εξ αιτίας των επαναλαμβανόμενων κινήσεων στις φάσεις διεξαγωγής του παιχνιδιού (άμυνα και επίθεση).

Αποτελείται όμως και από πλήθος μεμονωμένων τεχνικών στοιχείων άκυκλης μορφής, με τη σειρά που εκτελούνται στο παιχνίδι, ώστε παράλληλα να θεωρείται και άκυκλο άθλημα.

Μιά πρόσθετη τεχνική δυσκολία προέρχεται από την αναγκαία χωροχρονική συνάντηση του παίκτη με την μπάλα την κατάλληλη στιγμή, ενώ εκείνη κινείται με διαφορετικές ταχύτητες και τροχιές.

2) ΤΗΝ ΤΑΚΤΙΚΗ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ

Εξ αιτίας των πολλαπλών ατομικών και ομαδικών μεθόδων επίθεσης και άμυνας, που προσαρμόζονται στους κανόνες του παιχνιδιού και στο παιχνίδι του αντιπάλου, ώστε να επιτευχθεί το καλύτερο δυνατόν αποτέλεσμα.

3) ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥΣ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ

Οι κανονισμοί εκτός του ότι επηρεάζουν σαφώς την τεχνική και τακτική του αθλήματος, είναι πολλοί και περίπλοκοι δημιουργώντας ιδιαίτερες δυσκολίες κυρίως σε επίπεδα αρχαρίων παικτών. Αλλά και παραπέρα εξετάζοντας τις δυσκολίες και τα προβλήματα ιδίως στο επίπεδο των αρχα-

ρίων παικτών, οι κυριότερες αδυναμίες τους να παίξουν παιχνίδι 6x6 συνοψίζονται:

α) Στην ανομοιογενή τεχνική γνώση καθενός από τους 6 χωριστά.

β) Στη διαφορά κινητικής γνώσης της αντίπαλης ομάδας (το παιχνίδι εξαρτάται και από τις δύο ομάδες).

Ακόμη πρέπει να αναφερθεί ότι η γνώση ενός στοιχείου σε τελείως απλής συνθήκες είναι διαφορετική από εκείνη σε αγωνιστικές συνθήκες. Οι δυσκολίες εδώ προέρχονται από:

α) Κακή εκτίμηση της τροχιάς της μπάλας.

β) Έλλειψη μυϊκής δύναμης.

γ) Έλλειψη μυϊκού συντονισμού.

ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΟΡΟΥ ΤΗΣ ΜΕΘΟΔΟΥ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ
Από όσα έχουν εκτεθεί προηγούμενα, εάν επιχειρούσαμε να δώσουμε τον ορισμό του όρου της μεθόδου αθλητικής διδασκαλίας, θα ονομάζαμε:

"την συνισταμένη όλων εκείνων των ψυχοσωματικών πράξεων για γρήγορη και ποιοτική εκμάθηση ενός αντικείμενου που καθοδηγείται από την φυσική ανάπτυξη, τη φυσιολογία των οργάνων, τη κοινωνικότητα, την ψυχολογία και την εμπειρία".

I.ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΕΧΝΙΚΟΤΑΚΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ.

Ο όρος "μεθοδολογία" προφανώς δηλώνει ότι πρέπει να ακολουθήσουμε κάποιο τρόπο (μέθοδο), που θα μας οδηγήσει σύντομα και με ασφάλεια στον επιδιωκόμενο στόχο.

Στην προκειμένη περίπτωση είναι το παιχνίδι, δηλαδή η τεχνικοτακτική εκπαίδευση στο άθλημα της πετοσφαίρισης. Πρόκειται επομένως για μέθοδο αθλητικής διδασκαλίας, που θα εξασφαλίσει την μύηση και στοιχειώδη γνώση του παιχνιδιού στους διδασκόμενους, με τον καλύτερο τρόπο. Ο λόγος αναζήτησης τέτοιων μεθόδων είναι φανερός εξ αιτίας των δυσκολιών και των προβλημάτων που αναφύονται, τόσο κατά τη μύηση όσο και κατά την εκμάθηση του παιχνιδιού στο σύνολό του.

Μέθοδος λοιπόν είναι: "ο πιο σύντομος και ασφαλής

δρόμος εκμάθησης που ακολουθούμε για τη μύηση και στοιχειώδη γνώση του παιχνιδιού".

Το παιχνίδι της πετοσφαίρισης δημιουργήθηκε με σκοπό να αποτελέσει την ευχάριστη απασχόληση των πολλών απευθυνόμενο σε όλες τις ηλικίες και στα δύο φύλλα, που γρήγορα όμως κατέληξε ένα άθλημα υψηλών απαιτήσεων.

Οι διαφορές των ηλικιών, του φύλου και του επιπέδου διαμόρφωσαν διαφορετικές απαιτήσεις σύμφωνα με τα επιστημονικά δεδομένα, ώστε η τήρηση των κανόνων της κινητικής συμπεριφοράς και των σχετικών παραμέτρων να είναι απολύτως αναγκαία.

Αυτές οι παράμετροι είναι:

1) Η ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ

2) Η ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΤΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

3) Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ

4) Ο ΨΥΧΙΣΜΟΣ ΤΟΥ

5) Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΟΥ.

Πρίν όμως αναφερθούμε στην ειδική μεθοδολογία του αθλήματος, να διευκρινίσουμε, ότι υπάρχει ουσιαστικός διαχωρισμός των εννοιών "**μεθοδολογία**" και "**προπόνηση**".

Ο όρος μεθοδολογία αναπτύχθηκε ήδη, απομένει η ερμηνεία του όρου προπόνηση:

Κάτω από τον όρο **προπόνηση** εννοούμε: "την εκπαιδευτική διαδικασία που ασχολείται με τον άνθρωπο και σκοπεύει στη βελτίωση όλων των ψυχοφυσικών και πνευματικών ιδιοτήτων του." ΔΗΛΑΔΗ:

α) Λειτουργίες του **νευρικού συστήματος** (ταχύτητα αντίδρασης, αύξηση προσοχής)

β) **Μηχανικές ιδιότητες** (δύναμη, ταχύτητα, αντοχή, επιδεξιότητα)

γ) **Τακτική** (απόκτηση γνώσεων, σωστή απόφαση εκτέλεσης ανάλογα τις αγωνιστικές συνθήκες)

Η προπονητική διαδικασία συνεπώς έχει δύο πλεύρες:

1) **ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ** (παράμετροι ιατρικής επιστήμης)

2) **ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ** (κοινωνικό περιβάλλον, βαθμό γνώσης, στόχους κ.λπ.)

Η παιδαγωγική προσέγγιση της προπονητικής διαδικασίας αλληλά και οι μεθοδολογικοί παράμετροι που πρέπει να ληφθούν υπόψιν καθορίζουν και επιβάλλουν τους παρακάτω νόμους της μεθοδολογίας:

α) **ΕΥΧΑΡΙΣΤΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ**

β) **ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΕΦΙΚΤΕΣ**

γ) **ΑΠΟ ΤΑ ΑΠΛΑ ΣΤΑ ΣΥΝΘΕΤΑ**

δ) **ΑΠΟ ΤΑ ΕΥΚΟΛΑ ΣΤΑ ΔΥΣΚΟΛΑ**

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΕΧΝΙΚΟΤΑΚΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

(κατά Fiedler)

1. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗΣ:

(Τρόποι - μέθοδοι κατανόησης της ζητούμενης κίνησης).

2. ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ:

α) Με ελαφρές συνθήκες

1) Εκτέλεση της κίνησης χωρίς μπάλλα

2) Οπτικά και ακουστικά μέσα

3) Βοηθητικά όργανα

β) Με κανονικές συνθήκες

Εξάσκηση μεμονομένων τεχνικών στοιχείων, χωρίς βοηθητικά όργανα, με κατεύθυνση της προσοχής στη μπάλλα αλληλά και στις κινήσεις των συμπαικτών.

3. ΚΟΝΤΙΝΗ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΕΞΑΣΚΗΣΗ:

α) Ασκήσεις συμπληγματος

Συνδυασμός των τεχνικών στοιχείων με τη σειρά εμφάνισής τους στον αγώνα. Κάθε παίκτης εκτελεί μια κίνηση, επιθετική ή αμυντική.

Η άσκηση έχει αρχή και τέλος.

β) Μορφές παιχνιδιού

Συνδυασμός των τεχνικών στοιχείων με τη σειρά εμφάνισής τους στον αγώνα. Κάθε παίκτης εκτελεί τόσο αμυντικές όσο και επιθετικές ενέργειες. Η άσκηση έχει ροή· δεν σταματά.

γ) Παιχνίδια Μικρού Υψηλού

Εδώ κυριαρχεί η αγωνιστική σκέψη και ταυτόχρονα γίνεται εξάσκηση ενός μέρους της τεχνικοτακτικής εκπαίδευσης. Οι κανόνες δίνονται από τον προπονητή και τα παιχνίδια έχουν τη μορφή: 1x1, 2x2, 3x3, 4x4, 5x5 (παραίτητη το 6x4).

4. ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ:

Εξάσκηση ολόκληρης της ομάδας σε σταθερές θέσεις, στις δύο μορφές του παιχνιδιού, δηλαδή για πόντο ή αλληλαγή. Περιστροφές με την σειρά: 2,2,3,2,2 των θέσεων του γηπέδου.

5. ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ:

Ανώτερη μορφή τεχνικοτακτικής εκπαίδευσης. Έλεγχος της σταθερότητας της ομάδας, βοηθά

"το δέσιμο της ομάδας".

6. Φιλικό παιχνίδι:

Διαπίστωση εκμάθησης και σταθεροποίησης των ικανοτήτων της ομάδας μας. Επιλογή αντιπάλων με βαθμό δυσκολίας.

7. Επίσημο παιχνίδι:

Πλήρης απεικόνιση της πραγματικότητας.

Διαπίστωση της αποτελεσματικότητας της προετοιμασίας και καταγραφή της απόδοσης της ομάδας.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΕΧΝΙΚΟΤΑΚΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

(κατά Carmelo Ritera)

Η φιλοσοφία του στηρίζεται στην έννοια "πριν - κατά - μετά", ώστε η δομή της προπόνησης να αφορά όχι μόνο αυτό που συμβαίνει συστηματικά "κατά τη διάρκεια" της άσκησης, αλλά και ότι περιλαμβάνεται στο "πριν" και "μετά" της συγκεκριμένης κινητικής πράξης.

Η μεθοδολογία αυτής της τεχνικοτακτικής εκπαίδευσης, για την διδακτική της εμπέδωση, επιβάλλει τον διαχωρισμό στις παρακάτω κατηγορίες ασκήσεων:

1) ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΕΣ ΑΝΑΛΥΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ:

Η συστηματική προπόνηση μιας κινητικής πράξης, απλής ή σύνθετης σε κατάσταση μη αγωνιστική: π.χ. η συνειδητοποίηση της μετακίνησης στο μηλόκ.

2) ΑΝΑΛΥΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΔΕΥΤΕΡΟΥ ΒΑΘΜΟΥ:

Στοχεύουν στη χρησιμοποίηση ενός ή περισσότερων βασικών στοιχείων σε ασκήσεις που αναπα-

ράγουν μεμονωμένες στιγμές του αγώνα χωρίς να δίνεται σημασία σε προηγούμενες ή επόμενες καταστάσεις. Προπονεί συνεπώς μια φάση του αγώνα χωρίς να συμπεριλαμβάνει κινητικές καταστάσεις που προηγούνται ή ακολουθούν.

3) ΣΥΝΘΕΤΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ:

Συνδέονται οι διάφορες στιγμές του παιχνιδιού που προηγούνται ή έπονται των αναλυτικών ασκήσεων ενώνοντας αυτές με το πραγματικό παιχνίδι. Προστίθενται δηλαδή κινητικοί τύποι που προηγούνται ή ακολουθούν την κεντρική στιγμή που επιλέχθηκε σαν θέμα της άσκησης. π.χ. (Σερβίς και άμυνα με άμυνα του παίκτη που έκανε το σερβίς).

4) ΠΑΙΧΝΙΔΙ:

Ολοκληρωμένη μορφή και πεδίο εφαρμογής των παραπάνω κατηγοριών ασκήσεων, εμπέδωση της τεχνικοτακτικής εκπαίδευσης.

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΣΕΙΡΑ ΤΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ

Οι παράγοντες που καθορίζουν τον βαθμό δυσκολίας στην διδασκαλία των μεμονωμένων τεχνικών, με αναφορά στο κανόνα από τα "εύκολα στα δύσκολα", συνοψίζονται στους παρακάτω:

- 1) Μυϊκή δύναμη.
- 2) Συνθετότητα των στοιχείων.
- 3) Μυϊκή συναρμογή.
- 4) Το είδος της τροχιάς της μπάλλας.
- 5) Η απόσταση του σημείου προέλευσης της μπάλλας.

Οι παράγοντες αυτοί επιβάλλουν στην ιεράρχηση των στοιχείων διδακτικά την ακόλουθη σειρά:

- 1) Τεχνική των κάτω άκρων
- 2) Πάσσα από πάνω με δάκτυλα
- 3) Μανσέτα
- 4) Από κάτω σερβίς
- 5) Επίθεση από πάνω με δύο χέρια
- 6) Επίθεση με ένα χέρι
- 7) Σερβίς από πάνω
- 8) Άμυνα δυνατών κτυπημάτων

9) Μπλόκ ατομικό

10) Πτώσεις

11) Ομαδικό μπλόκ

Οι παράγοντες 1-4 στοιχειοθετούν ένα οθοκλήρωμένο παιχνίδι και προσφέρουν τη γνώση του ομαδικού παιχνιδιού.

Ο παράγοντας 5 είναι προθάλαμος γνώσης του επιθετικού κτυπήματος.

Ο παράγοντας 6 δίνει πιο οθοκλήρωμένο παιχνίδι

μαζί με τον παράγοντα 7 και δημιουργούν συνθήκες πραγματικής άμυνας (παράγων 8).

Οι επόμενοι τρεις παράγοντες 9, 10 και 11 προστιθέμενοι δίνουν ένα πλήρες παιχνίδι volley - ball 6x6 με επιθετικά και αμυντικά συστήματα παιχνιδιού.

Η διδακτική πορεία που ακολουθείται από το σημείο αυτό και μετά, στα βασικά αυτά στοιχεία, αφορά το επίπεδο των υψηλών επιδόσεων.

ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΣΕ ΒΑΘΜΙΔΕΣ

Ο καταμερισμός των διδακτικών στοιχείων σε βαθμίδες, ανάλογα με την ηλικία, το βαθμό δυσκολίας και την συνθετότητα, σύμφωνα με τους νόμους της μεθοδολογίας, είναι ο ακόλουθος:

Α' ΒΑΘΜΙΔΑ

Αφορά τη στοιχειώδη εκπαίδευση και την ηλικία 9-12 ετών (MINI VOLLEY). Περιλαμβάνει τα στοιχεία 1-5 και πιθανόν το στοιχείο 6.

Οθοκλήρωμένη μορφή MINI VOLLEY και παιχνίδι 3X3 (γήπεδο μικρότερων διαστάσεων).

Β' ΒΑΘΜΙΔΑ

Περιλαμβάνει δύο φάσεις εκπαίδευσης:

Α) ΦΑΣΗ: ΗΛΙΚΙΑ 13-14 ΕΤΩΝ

ΠΡΟΣΤΙΘΕΝΤΑΙ ΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ 6,7,8 (εφαρμογή των τεχνικών στοιχείων πάνω σε απλά συστήματα άμυνας και επίθεσης με ή χωρίς ειδικευση των παικτών σε ζώνες).

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 4X4 (1 μπλοκέρ και 3 αμυντικοί τοποθετημένοι σε γήπεδο μικρότερο του κανονικού).

ΣΤΟΧΟΣ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ 6X6 (απλά συστήματα παιχνιδιού και ατομικό μπλόκ κατά ζώνη).

Ο ΠΑΣΣΑΔΟΡΟΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΖΩΝΗ - ΥΠΟΔΟΧΗ ΚΑΙ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ 5 ΠΑΙΚΤΩΝ
ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ 2ου ΚΑΙ 3ου ΧΡΟΝΟΥ ΚΑΤΑ ΖΩΝΗ -

ΟΜΑΔΙΚΗ ΑΜΥΝΑ (με 2 παίκτες στη κοντινή κάλυψη και 3 στη μακρινή άμυνα εδάφους).

Β) ΦΑΣΗ: ΗΛΙΚΙΑ 15-16 ΕΤΩΝ

Προστίθενται τα στοιχεία του ατομικού και ομαδικού μπλόκ καθώς και των πτώσεων (9,10,11).

Ειδικευση των παικτών σε επιθετικούς - πασσαδόρους - κεντρικούς και ακραίους. Διέσδυση του πασσαδόρου από τις πίσω (αμυντικές) ζώνες.

Στην επίθεση προστίθεται ο 1ος χρόνος επίθεσης και η υποδοχή γίνεται 4μελής.

Γ' ΒΑΘΜΙΔΑ

ΗΛΙΚΙΑ 17 ΕΤΩΝ ΚΑΙ ΑΝΩ

Τελειοποίηση προηγούμενων στοιχείων.

Τελειοποίηση και εκμάθηση παραληλαγών. - Προπόνηση τεχνικής με μεγάλη επιβάρυνση και δύσκολες συνθήκες. - Συστήματα επιθετικά και αμυντικά με παραληλαγές. - Υποδοχή με 2-5 παίκτες. - Εξειδίκευση των υποδοχέων. - Επιθετικοί συνδυασμοί 1ου και 2ου χρόνου (με κομπίνες). - Άμυνα με διπλό και τριπλό μπλόκ -(MAN TO MAN ΜΠΛΟΚ και μπλόκ χρόνων). - Αμυντική κάλυψη από 0-1 παίκτες. - Παραληλαγές του αμυντικού συστήματος με το "6 πίσω". - Σύστημα σύνθεσης 5:0:1 - Επίθεσεις Β' ζώνης - Ειδικευση παικτών σε άμυνα και επίθεση.

II. ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΑΓΩΝΩΝ

Η οργάνωση των αγώνων δεν είναι απλή υπόθεση, χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή και απαιτεί γνώσεις που αφορούν κυρίως οργανωτικά θέματα και τρόπους διεξαγωγής των αγώνων. Μία επιμελημένη διοργάνωση συμβάλλει αποφασιστικά στην επιτυχία των αγώνων και επιτυχημένες διοργανώσεις πολλής φορές γίνονται θεσμοί με διεθνή εμβέλεια.

Προϋποθέσεις επιτυχημένων διοργανώσεων είναι η πρόβλεψη των λεπτομερειών, η αυστηρή τήρηση του προγράμματος και των όρων της προκήρυξης, η φιλόξενη συμπεριφορά των διοργανωτών προς τους συμμετέχοντες, η επισημότητα και σοβαρότητα αντιμετώπισής της από τους προαναφερθέντες και τέλος η έγκαιρη ενημέρωση διεξαγωγής και διαφήμισής της από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

Η αναφορά μας στην οργάνωση αγώνων, μοιρολότι δεν παρουσιάζει ιδιαίτερες διαφορές ως προς το γενικό χαρακτήρα μεγάλων διοργανώσεων, θα περιοριστεί κυρίως στην οργάνωση αγώνων (τουρνουά) που γίνονται στα πλαίσια των συλλόγων σε περιόδους εορτών, προαγωνιστικές ή και μεταβατικές, για την πληρέστερη προετοιμασία των ομάδων τους.

Προκειμένου λοιπόν για μία τέτοια διοργάνωση πρέπει να γίνουν οι παρακάτω ενέργειες:

1. ΕΓΚΡΙΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΙΚΕΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ (Ε.Ο.ΠΕ.)

Η έγκριση έχει την έννοια ότι οι αγώνες τελούν υπό την αιγίδα της αρμόδιας ομοσπονδίας και έχουν επίσημο χαρακτήρα.

2. ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗΣ - ΕΞΑΣΦΑΛΙΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Η προκήρυξη των αγώνων πρέπει να είναι κατατοπιστική και να περιλαμβάνει:

(χώρο - χρόνο - όρους & προϋποθέσεις συμμετοχής - προθεσμία υποβολής συμμετοχής - ημερομηνία κλήρωσης αγώνων ή πρόγραμμα αγώνων - τρόπο διεξαγωγής των αγώνων - βαθμολογία, ανάδειξη νικητών - βραβεύσεις - κανονισμούς που θα ισχύσουν - παράβολο συμμετοχής - έξοδα

διοργανωτή - πιθανά συνέδρια κ.λ.π.)

3. ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ

α) ΕΠΙΤΙΜΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ: Συγκροτείται από σημαίνοντα μέλη της κοινωνίας και του αθλήματος της περιοχής διεξαγωγής των αγώνων ή και ευρύτερα και έχει την έννοια της απόδοσης τιμής.

β) ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ: Συγκροτείται από παράγοντες του αθλήματος, μέλη του Δ.Σ. των οργανωτών και γενικά από κάθε πρόσωπο που κρίνεται ικανό να βοηθήσει στην επιτυχία της οργάνωσης. Έργο της είναι η συνοδική ευθύνη της οργάνωσης.

γ) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ: Απαρτίζεται κυρίως από μέλη της οργανωτικής και το έργο της συνδράμουν μέλη με οικονομικές γνώσεις. Έχει την ευθύνη όλων των οικονομικών θεμάτων, είναι συνήθως τριμελής. Αναλαμβάνει πολλές φορές και το έργο της Επιτροπής διαφημίσεων.

δ) ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ - ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΩΝ: Σκοπό έχει την ενημέρωση και διαφήμιση της διοργάνωσης και την τυχόν οικονομική ωφέλεια των αγώνων από την προβολή και διαφήμισεις.

ε) ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΥΠΟΔΟΧΗΣ - ΤΕΛΕΤΟΥΡΓΙΚΟΥ: Έργο της είναι η άνετη μετακίνηση, διαμονή και φιλοξενία των συμμετεχόντων καθώς και η οργάνωση του τελετουργικού μέρους των αγώνων.

στ) ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΝΣΤΑΣΕΩΝ - ΔΙΑΙΤΗΣΙΑΣ: Επιλαμβάνεται τυχόν ενστάσεων και αποφασίζει άμεσα για το αποτέλεσμα τους. Ορίζει το σώμα των διαιτητών κάθε αγώνα και ασχολείται με κάθε αγωνιστικό θέμα που άπτεται των κανόνων του αθλήματος. Η Επιτροπή Διαιτησίας πολλές φορές είναι ανεξάρτητη και των Ενστάσεων την Επιτροπή συμπληρώνει η Πειθαρχική Επιτροπή.

ζ) ΠΕΙΘΑΡΧΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ: Επιλαμβάνεται παραπτωμάτων που επισύρουν ποινή εναντίον των διαγωνιζομένων σύμφωνα με τις ισχύουσες αθλητικές διατάξεις.

η) ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΓΩΝΩΝ: Ασχολείται με την ομαλή διεξαγωγή τους και ορίζει τους ΓΥΜΝΑΣΙΑΡΧΟΥΣ

και ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΕΣ των αγώνων. Εισηγείται των τυχόν συμβάντων στις Επιτροπές Ενστάσεων και Πειθαρχική.

Θ) ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΤΥΠΟΥ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ: Ενημερώνει, πληροφορεί και εξυπηρετεί τους εκπροσώπους των μέσων μαζικής ενημέρωσης γραπτού και ηλεκτρονικού τύπου.

Φροντίζει ακόμη για τις άψογες δημόσιες σχέσεις των οργανωτών με όλους τους αρμόδιους φορείς. Αποστέλλει και διεκπεραιώνει έγκαιρα την αθλητογραφία, προσκλήσεις και ό,τι σχετικό με την διοργάνωση.

ι) ΥΓΙΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ: Οργανώνει την υγειονομική υπηρεσία, ευθύνεται για την υγεία των αθλητών, την παροχή πρώτων βοηθειών και τον έλεγχο του DOPPING. Την ευθύνη της επιλογής των αθλητών για τον δειγματοληπτικό έλεγχο έχει η Οργανωτική Επιτροπή.

Ο τρόπος επιλογής τους πρέπει να αναφέρεται στη σχετική προκήρυξη.

ια) ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ: Ευθύνεται για την συλλογή των στατιστικών στοιχείων των αγώνων και την παρουσίασή τους σε κάθε ενδιαφερόμενο. Συνεργάζεται με τον ηλεκτρονικό τύπο για την άμεση παρουσίαση των στοιχείων κατά την διάρκεια των αγώνων και την ενημέρωση των τηλεθεατών, εάν υπάρχει τηλεοπτική κάλυψη των αγώνων. Παραδίδει τα αποτελέσματα κάθε αγώνα στους εκπροσώπους του τύπου για την ενημέρωση της φίλαθλης κοινής γνώμης.

ΑΚΟΜΗ πρέπει να αναγράφεται στην προκήρυξη των αγώνων ότι:

Η ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΚΑΙ ΠΛΗΡΗ

ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΩΝ ΟΡΩΝ ΤΗΣ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗΣ, και ΓΙΑ ΟΤΙ ΔΕΝ ΠΡΟΒΛΕΠΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΠΟΦΑΙΝΕΤΑΙ Η ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ.

4. ΤΟ ΥΛΙΚΟ (Χωρίζεται σε ΕΜΨΥΧΟ και ΑΨΥΧΟ)

ΕΜΨΥΧΟ: Γυμνασιάρχοι - Α' και Β' διαιτητές - Σημειωτές - Επόπτες γραμμών - Χειριστές πίνακα σκορ - Παιδιά για την περισυλλογή των μπαλλίων - Υπαλλήλικό προσωπικό.

ΑΨΥΧΟ: Γήπεδα - Φιλές - αντέννες - σκάλα διαιτητού - τραπέζι, καρέκλες γραμματείας - φύλλο αγώνα - σημαϊάκια - χαρτάκια περιστροφής - πίνακα σκορ - μικροφωνική εγκατάσταση - οπτικά και ηχητικά σήματα γραμματείας - πάγκους αναπληρωματικών παικτών ομάδων - μπάλλες εγκεκριμένες από την FIVB.

Έπαθλα - βραβεία - διπλώματα - σημαίες κρατών ή συλλόγων - ύμνους κρατών - μουσικά εμβατήρια και υποκρούσεις τελετουργικού - εκτύπωση προγραμμάτων - προσκλήσεων - εισιτηρίων - διαφημιστικών εντύπων - γραφική ύλη - αναμνηστικά - ορισμό θέσεων γηπέδου για επίσημους - προσκλήσεις - θέσεις εκπροσώπων τύπου - ορισμός αποδυτηρίων ομάδων - προσφορά αναψυκτικών - κέντρο τύπου - αίθουσα συνεντεύξεων - δεξίωση τελετής λήξεως αγώνων - αποστολή ευχαριστηρίων επιστολών προς συμμετέχοντες - χορηγούς - διαφημιζομένους - ομοσπονδία - διαιτησία - αστυνομία - αθλοθέτες - και σε όσους συνέβαλαν στην ομαλή διεξαγωγή των αγώνων.

ΤΕΛΟΣ, άδεια αγώνων από το οικείο Γραφείο Φυσικής Αγωγής θεωρημένη από την Αστυνομία για την παρουσία Αστυνομικής δύναμης κατά την διάρκεια των αγώνων.

ΒΑΣΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΑΓΩΝΩΝ

ΣΥΣΤΗΜΑ ΓΥΡΩΝ (PULL)

Το πιο δίκαιο σύστημα: κάθε ομάδα παίζει με όλες και ο νικητής βγαίνει με κατάταξη (βαθμολογία). Οι γύροι μπορεί να είναι ένας ή και περισσότεροι.

Ο τύπος που μας δίνει τον αριθμό των αγώνων είναι: π.χ. αν οι ομάδες είναι πέντε (5) προσθέτουμε $1 + 2 + 3 + 4 = 10$ (προσθέτουμε δηλαδή αριθμητικά τις ομάδες πλὴν της τελευταίας. Σε

περίπτωση που ο τελικός αριθμός της άθροισης είναι μονός, κάθε ομάδα έχει ένα ρεπό).

ΑΠΛΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ (KNOCK OUT)

Ο πιο γρήγορος τρόπος ανάδειξης νικητή. Οι ομάδες κληρώνονται σε ζευγάρια: αν ο αριθμός τους είναι μονός μία ομάδα περνάει στον άθλιο γύρο BYE (χωρίς αγώνα). Η ομάδα που χάνει δεν συνεχίζει τους αγώνες.

Ο τύπος που δίνει τον αριθμό των αγώνων είναι: $(n - 1)$ όπου n ο αριθμός των ομάδων. Εδώ οι νικητές γνωρίζουν εκ των πρωτέρων ότι θα αντιμετωπίσουν τον νικητή της ταδε συνάντησης που έχει ήδη οριστεί.

ΑΠΛΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ ΜΕ ΚΛΗΡΩΣΗ ΤΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΣΕ ΚΑΘΕ ΓΥΡΟ.

Οι νικήτριες ομάδες τοποθετούνται στην κληρωτίδα σε κάθε γύρο. Κατά τα άληθα ακολουθείται η διαδικασία του απλού αποκλεισμού.

ΑΠΛΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ ΜΕ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Αποφεύγεται εδώ οι καλές ομάδες να συναντηθούν νωρίς αληθά να πάνε στον τελικό. Πρέπει να είναι γνωστή η δυναμικότητα των ομάδων. Οι τέσσερις καλύτερες ομάδες παίζουν χιαστή για να αναδειχθεί το ζευγάρι του τελικού.

ΔΙΠΛΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ (DOUBLE KNOCK OUT)

Είναι λεγόμενο σύστημα δεύτερης ευκαιρίας. Ο αποκλεισμός εδώ συνεπάγεται δύο ήττες. Κατά τα άληθα ακολουθείται η διαδικασία του απλού αποκλεισμού.

Ο ελάχιστος αριθμός συναντήσεων είναι : $2 (n -$

$1)$ και ο μέγιστος: $2 (n - 1) + 1$

ΗΜΙΔΙΠΛΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ

Οι ομάδες ξεκινούν με διπλό αποκλεισμό και καταλήγουν σε μονό αποκλεισμό τοποθετούμενες σε αγκύλιες. Οι νικήτριες συνεχίζουν στις αγκύλιες των νικητών ενώ οι ηττημένες πρώτου και δεύτερου γύρου που προχώρησαν ΒΥΕ μπαίνουν στις αγκύλιες των ηττημένων και όλοι συνεχίζουν με knock out. Η πρώτη ομάδα των νικητών και η πρώτη των ηττημένων παίζουν για πρώτη και δεύτερη θέση.

ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΑΡΗΓΟΡΙΑΣ

Γίνεται για να παίζουν οι αδύνατες ομάδες. Επικρατεί το σύστημα knock out.

ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΟΜΙΛΩΝ

Όταν έχουμε γήπεδο διαθέσιμο και πολλή συμμετέχουσες ομάδες τις κατατάσσουμε σε ομίλους με διάφορα κριτήρια (π.χ. γεωγραφικά ή άληθα) και παίζουν σύστημα pull για κατάταξη προχωρόντας στις διάφορες φάσεις προκριματική - ημιτελική - τελική σύμφωνα με τη βαθμολογία τους.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Κατσικαδέλη Α. - Μπεργελής Ν. "Πετοσφαίριση" Αθήνα 1986
2. Λάιος Γ. "Σημειώσεις ειδικότητας πετοσφαίρισης" Τ.Ε.Φ.Α.Α Αθήνας
3. Μερκάτης Δ. - Μαργαρίτης Θ. "Πετοσφαίριση" Αθήνα 1978
4. Sotir N. "Winning Volley-ball" Trans. by John D. Syer Gr. Britain 1975

ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΤΗΝ Ε' ΚΑΙ ΣΤ' ΤΑΞΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

(Από το σεμινάριο πού συνδιοργάνωσαν ο ΣΚΑΠ και το γραφείο Φυσικής Αγωγής
Ανατολικής Αττικής)

Το μάθημα πραγματοποιήσαν οι καθηγητές Φ.Α :

Νίκος Μπεργελές, που έκανε την θεωρητική παρουσίαση και τον σχεδιασμό και
Κώστας Σωτηρόπουλος που έκανε την πρακτική επίδειξη με την βοήθεια των
μαθητών του της Α' τάξης του γυμνασίου Παιανίας.

Αγαπητοί συνάδελφοι, κυρίες και κύριοι

Αρχικά θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε το γραφείο Φ. Αγωγής Ανατολικής Αττικής και τον ΣΚΑΠ που μας έκαναν την πρόσκληση να διδάξουμε σ' αυτό το σεμινάριο και ιδιαίτερα τον προϊστάμενο του γραφείου Γιώργο Πόγκα και τον πρόεδρο του ΣΚΑΠ Γιώργο Κουκούλη που επωμίστηκαν το μεγαλύτερο βάρος της οργάνωσης του σεμιναρίου. Η Φυσική Αγωγή είναι αναμφισβήτητα μια διαδικασία κινητικής μάθησης που αποσκοπεί στο να αναπτύξει τις φυσικές ιδιότητες του παιδιού. Το μαθαίνει να διοικεί το σώμα του και μέσω αυτού να επικοινωνεί με το περιβάλλον.

Ταυτόχρονα προβάλλεται και η γνωστική ικανότητα, αναπτύσσονται τα συναισθήματα (καθώς και η φαντασία ή η <<ενόραση>>). Ο ρόλος της Φυσικής Αγωγής και του αθλητισμού είναι η ισχυροποίηση όλων των πλευρών της ανθρώπινης αισθαντικής, κοινωνικής <<μηχανής>> και σκοπός της είναι να βοηθήσει τους νέους από την παιδική ηλικία να μεγαλώσουν σαν όντα αυτενεργά και πειθαρχημένα, με κοινωνικές σχέσεις και πολιτικές απόψεις. Για τούτο, αποτελεί τόσο ανάγκη όσο και δικαίωμα όλων των παιδιών, ανεξαρτήτως φύλου και ηλικίας.

Το βόλλεϋ είναι ένα παιχνίδι και αποτελεί θαύμασιο μέσον για τη φυσική αγωγή των παιδιών. Συμβάλλει στην ανάπτυξη της κοινωνικότητας, συντροφικότητας, αυτοπεποίθησης και κυρίως, του θεμελιακού κινήτρου της χαράς. Το Βόλλεϋ

σαν αθλοπαιδιά συνδυάζει την άθληση και το παιχνίδι. Οι οργανικές και ψυχικές βελτιώσεις πηγάζουν μέσα από τη χαρά του <<παίζειν>>.

Ο <<παίζων>> ή αγωνιζόμενος βρίσκεται σε συνεχή εγρήγορση για την έγκαιρη αντίληψη, την επεξεργασία και την απόφαση ενέργειας κατόπιν ταχύτατης επιλογής. Οι τροχιές της μπάλας είναι σύντομες, προκαλώντας πολύ γρήγορα εναλλασσόμενα καθήκοντα.

Μαζί με την αντίδραση προβάλλει και η πρόβλεψη, που είναι πνευματική λειτουργία πρόγνωσης των καταστάσεων.

Το Βόλλεϋ είναι ομαδικό παιχνίδι με στιγμιαία κατοχή της μπάλας, γεγονός που περιορίζει την ατομικότητα και προάγει την ομαδικότητα. Αποτελεί μικρογραφία κοινωνίας ατόμων με νόμους, ηθικούς κανόνες ομαδικής συμπεριφοράς και με απόλυτη ακρίβεια κατανομής ρόλων.

Το Βόλλεϋ-μπαλ τα τελευταία χρόνια έχει γίνει ένας ισχυρός θεσμός αθλητικού χαρακτήρα με μεγάλες κοινωνικές διαστάσεις. Έχει αναπτυχθεί σε βαθμό μαζικής συμμετοχής και κατατάσσεται τρίτο στον πίνακα του ενδιαφέροντος των Ελλήνων φιλάθλων.

Οι στατιστικές αποδεικνύουν ότι το Βόλλεϋ είναι το πρώτο άθλημα προτιμήσεων των μαθητών στη Μέση Εκπαίδευση.

Σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με πρόσφατα στοιχεία της Διεθνούς Ομοσπονδίας Πετοσφαίρισης, σήμερα αριθμούνται **1.000.000.000** άνθρω-

ποι να ψυχαγωγούνται παίζοντας Βόλληεϋ ανά την υφήλιο... Οι εν ενεργεία αθλητές σε όλο τον κόσμο ανέρχονται σε **260.000.000**, έναντι 60.000.000 το έτος 1970.

Η δομή του προγράμματος συνίσταται στα εξής:

1. Γίνεται συνδυασμός παιχνιδιού και μάθησης με προεξέχοντα τον πόλο του παιχνιδιού. <<Μαθαίνω παίζοντας και παίζω μαθαίνοντας>>¹ (Μάθηση + συναίσθημα).
2. Γίνεται προσπάθεια για γρήγορη εισαγωγή στο ολοκληρωμένο παιχνίδι, που αποτελεί τον πλησιέστερο <<σταθμό>>.
3. Τα στοιχεία τεχνικής συνοδεύονται από σειρά

βασικών ασκήσεων εμπλουτισμένων με συναγωνισμό και ενσωματώνονται σε ανάλογο παιχνίδι.

Μέτρο εκτίμησης της προόδου των παιδιών είναι, εκτός από τις αντικειμενικές δοκιμασίες (tests), η στοιχειώδης αγωνιστική εφαρμογή μέσω της χρησιμοποίησης των απαραίτητων τεχνικών στο παιχνίδι, από το οποίο έκδηλα εκπορεύεται η ικανοποίηση που νιώθουν τα παιδιά. Έτσι επιτυγχάνεται μύηση στο πολυσύνθετο άθλημα του Βόλληεϋ, ενώ ταυτόχρονα προβάλλει η αληθινή όψη του όρου <<ψυχαγωγία>> μια όψη αναπόσπαστη από τη μάθηση, στην παιδική ηλικία.

ΤΟ ΒΟΛΛΕΪ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ.

Το Βόλληεϋ στο Δημοτικό αποτελεί εκπαιδευτικό μέσο για τη φυσική αγωγή του παιδιού και εντάσσεται στα <<μέσα>> της Στοιχειώδους Εκπαίδευσης.

Το Μίνι-Βόλληεϋ αποτελεί κατ' εξοχήν αυτοδύναμο παιχνίδι και όχι άθλημα, όπως κινδυνεύει πολλές φορές να χαρακτηριστεί.

Η μέχρι τώρα εμπειρία και οι έρευνες διδάσκουν ότι η ηλικία 11-12 ετών είναι η πιο κατάλληλη, ώστε τα παιδιά να είναι ικανά (από πλευράς βιολογικής) να συνθέσουν ένα μηχανικό αποτέλεσμα συνδυασμένων κινήσεων.

Η ικανότητα δυναμικής ισορροπίας, εκτίμησης της τροχιάς της μπάλας και η διαχείριση της στις προσαρμοσμένες διαστάσεις του γηπέδου (μέσα σε πεδίο αντιπαλότητας) ενεργοποιεί τα παιδιά, που καταφέρνουν και συνθέτουν ένα πραγματικό <<παιχνίδι>>.

Στην εφαρμογή ενός προγράμματος πρέπει να υπολογίζεται:

- α. Η βιολογική ανάπτυξη του παιδιού, και το κυριότερο:
- β. Ο βαθμός γύμνασης του παιδιού στα χρόνια που προηγήθηκαν. (Αν δηλαδή ένα σύνολο

παιδιών στο πλαίσιο της κινητικής μάθησης έχει ασχοληθεί με <<σφαιριστικά>> παιχνίδια, π.χ. τα <<μήλα>>, το <<Γερμανικό>>, κ.λ.π.)

Τα <<σφαιριστικά>> παιχνίδια, που βασίζονται σε πτήση της μπάλας (στη σχέση παραλαβής και αποστολής της), περιέχουν <<έν σπέρματι>> την καθοριστική για το Βόλληεϋ εκτίμηση της τροχιάς της μπάλας και αναπτύσσουν τις ανάλογες συντονιστικές ιδιότητες των παιδιών.

Σε μια επομένως ομάδα παιδιών με έντονο κινητικό βιογραφικό, η εκμάθηση των αντικειμένων των Προγραμμάτων είναι εύκολη. Αντίθετα, στα παιδιά που πρωτοέρχονται σε επαφή με τη μπάλα, οι δυσκολίες θα είναι αυξημένες.

Το Πρόγραμμα που καταθέτουμε πιστεύουμε ότι είναι προσαρμοσμένο σε μαθητές μέσης κινητικής εμπειρίας, κατά συνέπεια τα θεωρούμε κατάλληλα για το μεγαλύτερο ποσοστό των μαθητών και μαθητριών.

Κεντρικοί στόχοι είναι:

1. Εκμάθηση των ατομικών τεχνικών στα βασικά σημεία και σε μια ανεκτή αγωνιστική εφαρμογή.
2. Μορφή Μίνι-Βόλληεϋ.

Οργάνωση μαθήματος

Ίσως το πιο σημαντικό πρόβλημα σε ένα μάθημα στο σχολείο, είναι η οργάνωση. Οι συνιστώσες που συνθέτουν τις δυσκολίες της διεξαγωγής του μαθήματος είναι οι εξής:

1. Ο μεγάλος αριθμός των παικτών κάθε τμήματος.
2. Ο μικρός αριθμός γηπέδων Βόλλεϋ.
3. Οι λίγες μπάλες.
4. Η ανομοιογενής ειδική γνώση των μαθητών στο Βόλλεϋ.
5. Η ανεπαρκής δύναμή τους και η έλλειψη γενικής κινητικότητας.

Οι δυσκολίες όμως δεν πρέπει να επηρεάζουν την ψυχολογία του γυμναστή και να τον οδηγούν σε ελλείψεις και ανεπαρκείς διδακτικές προσπάθειες. Απεναντίας θα πρέπει να βρίσκει ανάλογες μεθοδολογικές λύσεις.

Ο μεγάλος αριθμός των παιδιών κάθε τμήματος <<γεννά>> το πρόβλημα του μικρού αριθμού γηπέδων ενώ <<λιγοστεύει>> τις μπάλες.

Για την επίλυση των ανωτέρω προβλημάτων προτείνουμε τις εξής λύσεις:

1. Οι λίγες μπάλες.

Για τη λύση του σχετικού με τις μπάλες προβλήματος προτείνουμε το κάθε παιδί να αγοράσει μια πλαστική μπάλα από το περίπτερο που έχει διάμετρο 20-25 εκ. και βάρος λιγότερο από 200gr στοιχίζει δε 700 περίπου δραχμές. Έτσι με μια πολύ μικρή δαπάνη λύνεται το πρόβλημα με τις μπάλες.

Ταυτόχρονα δε η ελαφριά μπάλα διευκολύνει την εκμάθηση στις ηλικίες 5ης, 6ης δημοτικού και 1ης γυμνασίου. Η διευκόλυνση αυτή οφείλεται σε δύο λόγους:

- α. Η μπάλα είναι πιο ελαφριά και καθυστερεί η πτώση της με αποτέλεσμα να δίνει περισσότερο χρόνο αντίδρασης στον μαθητή και
- β. Λόγω του μικρότερου βάρους της απαλείφεται

σημαντικά η ανεπάρκεια της μυϊκής δύναμης των παιδιών. Κι ακόμα έχει πιο μαλακή επιφάνεια που διευκολύνει και προδιαθέτει την επαφή με τα ασυνήθιστα και μαλακά χέρια των παιδιών.

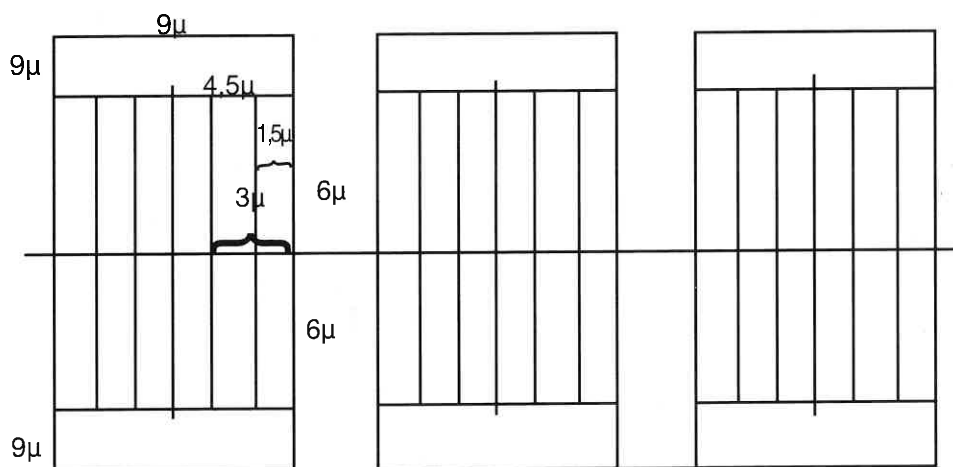
Μειονέκτημα είναι ότι όταν φυσάει ισχυρός άνεμος, η μπάλα παρασύρεται εύκολα από τον άνεμο, ενώ όταν χρησιμοποιηθεί στο επιθετικό χτύπημα είναι αδύνατον να γίνει άμυνα (φυσικά στις ηλικίες που προτείνουμε τη χρήση της δεν υπάρχει επιθετικό χτύπημα).

2. Ο μικρός αριθμός των γηπέδων.

Ο μικρός αριθμός των γηπέδων επιλύεται με το τεντωμένο σκοινί και με τη χάραξη από την αρχή της σαιζόν γηπέδων εντός της σχολικής αυλής. Τοποθετείται ένα σκοινί μεταξύ 2 σταθερών σημείων σε τόση απόσταση ώστε να μπορεί να φιλοξενήσει πάνω από 36 παιδιά σε οποιαδήποτε μορφή Βόλλεϋ. Από Βόλλεϋ 1 εναντίον 1, 2 εναντίον 2, 3 εναντίον 3 και 6 εναντίον 6.

Αρχίζοντας από το Βόλλεϋ 6 εναντίον 6 ο αριθμός των ομάδων που σχηματίζεται είναι 6 ($6 \cdot 6 = 36$). (Λαμβάνουμε τον αριθμό 36 σαν σημείο αναφοράς.) Έτσι λοιπόν χρειάζονται 3 γήπεδα Βόλλεϋ τα οποία τοποθετούνται στη σειρά. Εάν υπάρχει 1 κανονικό γήπεδο φροντίζουμε να φτιάξουμε τα υπόλοιπα 2 με σκοινί, εάν υπάρχουν 2 κανονικά γήπεδα φροντίζουμε να φτιάξουμε ένα ακόμα με σκοινί.

Αν υποθέσουμε ότι δεν έχουμε κανένα γήπεδο τότε χρειαζόμαστε έναν ενιαίο χώρο μήκους πάνω από 30 μέτρα και πλάτος 20 και άνω. Εάν δεν υπάρχει αυτή η δυνατότητα κατασκευάζουμε μικρότερα γήπεδα. Στο χώρο όπως δείχνει το σχήμα χαράσσουμε τα γήπεδα των διαστάσεων που προαναφέραμε, αλλιώς με διαφορετικό χρώμα το καθένα. (σχήμα 1)



σχήμα 1

Ομοίως διαφορετικό πρέπει να είναι και το χρώμα του σκοινιού. Οι χαράξεις πρέπει να προσδιορίζουν τις εξής διαστάσεις:

- Διαστάσεις: - 9*9 άσπρο χρώμα για παιχνίδι 6*6
 - 6*4.5 κόκκινο χρώμα για παιχνίδι 4*4 ή 3*3
 - 6*3 κίτρινο χρώμα για παιχνίδι 2*2
 - 6*1.5 μαύρο χρώμα για παιχνίδι 1*1

Τα γήπεδα πρέπει να αριθμηθούν από τη μια άκρη π.χ. την ανατολική ή τη δυτική έτσι ώστε:

Γήπεδα διαστάσεων 9*9: Αριθμούνται: 1,2,3

Γήπεδα διαστάσεων 6*4.5: Αριθμούνται: 1, 2, 3, 4, 5, 6

Γήπεδα διαστάσεων 6*3: Αριθμούνται: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

Γήπεδα διαστάσεων 6*1.5: Αριθμούνται: 1,2,3,4, ..., 18

Ο αριθμός των γηπέδων πρέπει να γραφτεί με ανεξήτητη μπογιά στο έδαφος ώστε να βρίσκονται αμέσως από τα παιδιά.

3. Η ανομοιογένεια της κινητικής ικανότητας. (επιδεξιότητας)

Για το ζήτημα της ανομοιογένειας της ικανότητας των παιδιών προτείνουμε τα εξής:

Υιοθετούμε την άποψη ότι το μάθημα της φυσικής αγωγής έχει μαθησιακό στόχο και γι' αυτό, είναι υπαγμένο στο ωρολόγιο πρόγραμμα. Ταυτόχρονα το Βόλλεϋ είναι και ένα ομαδικό παιχνίδι που προάγει τις αξίες της κοινωνικότητας και της συνεργασίας. Κατά συνέπεια η ανομοιογένεια

στις ικανότητες δεν πρέπει να μας οδηγήσει στο διαχωρισμό σε ικανούς, μέτριους και μη ικανούς, αλλά στο συνδυασμό και τη συνεργασία αυτών. Παράλληλα αποτελεί σημαντική ευκαιρία για το δάσκαλο να περάσει στο μυαλό των παιδιών τις αξίες της αλληλεγγύης, αλληλοβοήθειας και της συνεργασίας. Με αυτό τον τρόπο θα διευκολυνθούν σημαντικά τα <<αδύνατα>> παιδιά και αυτό είναι πιο σημαντικό από το να ικανοποιούνται μόνο τα ικανά. Τα ικανά παιδιά πρέπει να πιστούν να παίζουν ηγετικό ρόλο στην ομάδα τους βοηθώντας τα πιο αδύνατα μέλη της ομάδας τους.

4. Η κατανομή των μαθητών σε ομάδες.

Για να γίνει ο διαχωρισμός των μαθητών και η κατανομή τους σε ισοδύναμες ομάδες προτείνουμε τα εξής:

α). Η δοκιμασία

Επειδή ο χρόνος που ορίζει το ωρολόγιο πρόγραμμα είναι λιγοστός και οι πολλές δοκιμασίες απαιτούν πολλά μαθήματα, προτείνουμε η αξιολόγηση να γίνεται με μέτρο την πιο βασική επιδεξιότητα, που είναι η μεταβίβαση της μπάλας με τη "βοήθεια" του τοίχου.

<<Χαράξτε μια οριζόντια γραμμή σε ένα κατακόρυφο τοίχο μήκους 3 μέτρων και σε ύψος 2.20 μ. από το έδαφος. Ακόμα μια γραμμή επί του εδάφους παράλληλα με τον τοίχο και σε απόσταση 2 μέτρων από αυτόν και μήκους 4 μέτρων.>>

Ο μαθητής εκτελεί, μετά από αυτοπάσα, συνεχώς μεταβιβάσεις προς τον τοίχο. Μετρείται ο αριθ-

μός των επαφών της μπάλας με τον τοίχο. Εάν πέσει η μπάλα κάτω τότε η δοκιμασία διακόπτεται και καταγράφεται ο αριθμός των προσπαθειών. Ο μαθητής μετά την πρώτη χαμένη μπάλιά επαναλαμβάνει και δεύτερη φορά έως ότου πέσει πάλι η μπάλα κάτω. Τότε αθροίζουμε τις συνεχόμενες μπάλιές της πρώτης και δεύτερης προσπάθειας.

Σημείωση: Ο τρόπος εκτέλεσης είναι ελεύθερος. Δηλαδή, μπορεί να γίνει με από πάνω πάσα, από κάτω, με τα δύο ή το ένα χέρι.

Επίσης εάν κατά την εκτέλεση παραβιαστεί η γραμμή του εδάφους ή η μπάλα αγγίξει τον τοίχο κάτω από την οριακή γραμμή η δοκιμασία δεν σταματά, απλώς οι προσπάθειες αυτές δεν υπολογίζονται.

Β. Η αξιολόγηση και η κατάταξη.

Ανάλογα με τον τελικό αριθμό των προσπαθειών, οι μαθητές κατατάσσονται από τον πρώτο έως τον 36 ή 37 κ.λ.π. (1,2,3, ... ,36) και τότε οι ομάδες διαμορφώνονται ως εξής:

Α) Για τις ομάδες 2 εναντίον 2:

Ομάδα 1n	1ος--36ος
Ομάδα 2n	2ος--35ος
Ομάδα 3n	3ος--34ος
Ομάδα 4n	4ος--33ος
Ομάδα 5n	5ος--32ος
Ομάδα 6n	6ος--31ος
Ομάδα 7n	7ος--30ος
Ομάδα 8n	8ος--29ος
Ομάδα 9n	9ος--28ος
Ομάδα 10n	10ος--27ος
Ομάδα 11n	11ος--26ος
Ομάδα 12n	12ος--25ος
Ομάδα 13n	13ος--24ος
Ομάδα 14n	14ος--23ος
Ομάδα 15n	15ος--22ος
Ομάδα 16n	16ος--21ος
Ομάδα 17n	17ος--20ος
Ομάδα 18n	18ος--19ος

Β) Η συγκρότηση των ομάδων 3*3:

Ομάδα 1n	1ος--24ος--25ος
Ομάδα 2n	2ος--23ος--26ος
Ομάδα 3n	3ος--22ος--27ος
Ομάδα 4n	4ος--21ος--28ος
Ομάδα 5n	5ος--20ος--29ος
Ομάδα 6n	6ος--19ος--30ος
Ομάδα 7n	7ος--18ος--31ος
Ομάδα 8n	8ος--17ος--32ος
Ομάδα 9n	9ος--16ος--33ος
Ομάδα 10n	10ος--15ος--34ος
Ομάδα 11n	11ος--14ος--35ος
Ομάδα 12n	12ος--13ος--36ος

Γ) Η συγκρότηση των ομάδων 4*4:

Ομάδα 1n	1ος--18ος--19ος--36ος
Ομάδα 2n	2ος--17ος--20ος--35ος
Ομάδα 3n	3ος--16ος--21ος--34ος
Ομάδα 4n	4ος--15ος--22ος--33ος
Ομάδα 5n	5ος--14ος--23ος--32ος
Ομάδα 6n	6ος--13ος--24ος--31ος
Ομάδα 7n	7ος--12ος--25ος--30ος
Ομάδα 8n	8ος--11ος--26ος--29ος
Ομάδα 9n	9ος--10ος--27ος--28ος

Δ) Η ομάδα των 6*6

Ομάδα 1n	1ος--12ος--13ος--24ος--25ος--36ος
Ομάδα 2n	2ος--11ος--14ος--23ος--26ος--35ος
Ομάδα 3n	3ος--10ος--15ος--22ος--27ος--34ος
Ομάδα 4n	4ος--9ος--16ος--21ος--28ος--33ος
Ομάδα 5n	5ος--8ος--17ος--20ος--29ος--32ος
Ομάδα 6n	6ος--7ος--18ος--19ος--30ος--31ος

Σημείωση: Στο παρόν άρθρο παραθέτουμε και την οργάνωση των 6μελών ομάδων, για την πιθανή εφαρμογή προγραμμάτων σε τάξεις του γυμνασίου ή διότι ενδεχομένως στον ίδιο χώρο να γίνεται το μάθημα σε μαθητές δημοτικού και γυμνασίου.

Ακολουθώντας παρεθέτουμε τα θέματα, τις ομάδες ασκήσεων και το περιεχόμενο (ασκήσεις) του μαθήματος.

ΟΜΑΔΕΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Ασκήσεις με πιάσιμο και πέταγμα της μπάλας.
 Ασκήσεις με εικονική εκτέλεση.
 Ασκήσεις με τη βοήθεια του δασκάλου ή βοηθού.
 Ασκήσεις τεχνικής χωρίς τακτική απαίτηση.
 Ασκήσεις τεχνικής στις διαστάσεις του γηπέδου.
 Ασκήσεις τεχνικής - τακτικής με τροχικές μπάλας
 υπεράνω του φιλέ.
 Ασκήσεις ομαδικής τακτικής με παιχνίδι στο ένα
 μέρος.
 Ασκήσεις ομαδικής τακτικής πολλών φάσεων ή
 <<σχοηικό παιχνίδι>>.
 * Όλες οι ασκήσεις ενισχύονται με ατομικό ή ο-

μαδικό διαγωνισμό.

* Παιχνίδια μικρού αριθμού παικτών ή περιορι-
 σμένου χώρου.

- Άλλα βοηθητικά μέσα: Το σερβίς μπορεί να α-
 ντικατασταθεί με πιαστό ρίξιμο της μπάλας.
- Το καρφί μπορεί να αντικατασταθεί όταν πρό-
 κειται για αμυντική εξάσκηση με ρίξιμο της
 μπάλας.
- Η πρώτη πάσα να γίνεται "πιαστή"
- Ή η δεύτερη πάσα να γίνεται πιαστή.
- Επιτρέπεται μια επαφή της μπάλας επι του ε-
 δάφους (πριν από την Α' μπαλιά).

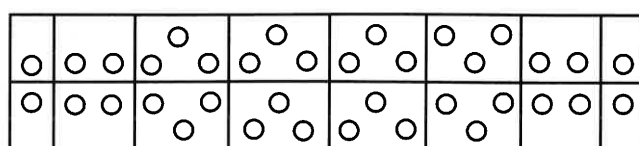
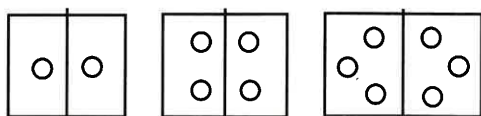
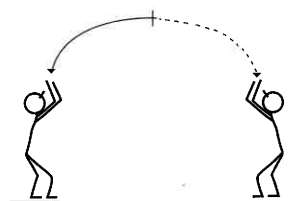
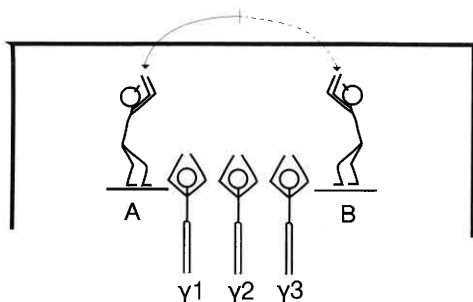
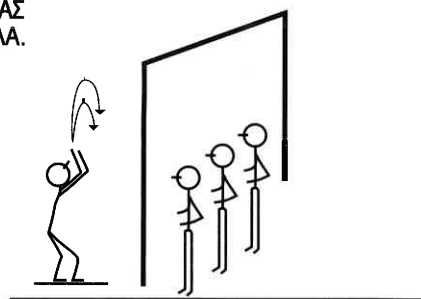
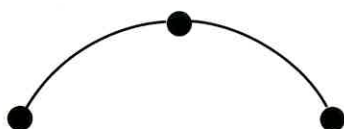
Στόχος 1ος:

Η ΓΕΝΙΚΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

- Ανάπτυξη επιδεξιότητας των κάτω άκρων.
- Ανάπτυξη επιδεξιότητας των άνω άκρων και του κορμού.

Στόχος 2ος:

Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΤΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ ΑΝΤΙΛΗΨΗΣ, ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ
 (ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΚΤΕΛΕΣΤΙΚΟΥ) ΜΕ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΤΗ ΜΠΑΛΑ.

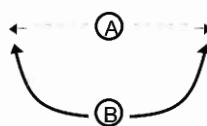
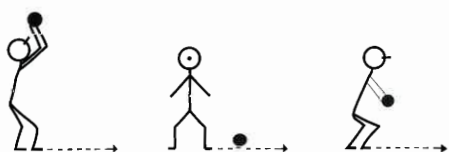
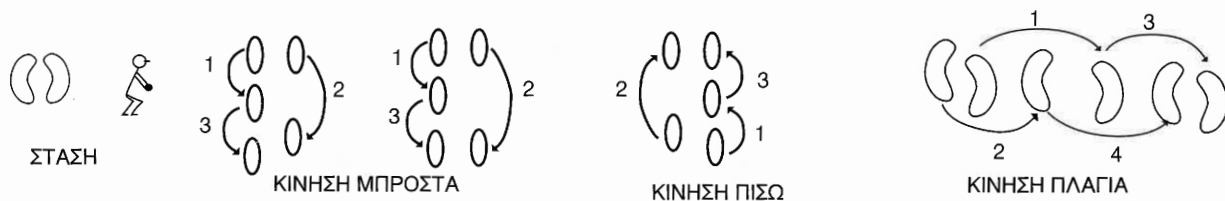


ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Στόχος 3ος:

ΕΙΔΙΚΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ ΚΑΙ ΠΑΣΑ ΑΠΟ ΠΑΝΩ ΜΕ ΤΑ ΔΑΧΤΥΛΑ.

- α. Στάσεις ετοιμότητας και πλάγιες μετακινήσεις σε συνδυασμό με πάσα από πάνω.
β. Μετωπική πάσα από πάνω.



β. ΜΕΤΩΠΙΚΗ ΠΑΣΑ ΑΠΟ ΠΑΝΩ.

1. Ατομικές ασκήσεις.

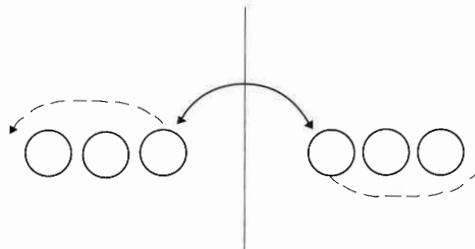
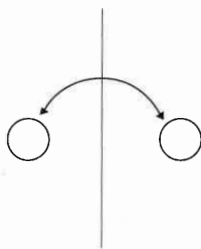
2. Ομαδικές με βοήθεια.

- Ομαδικές με πολλούς και διαγωνισμό.



4. Σε ζευγάρια πάνω από το σκοινί.

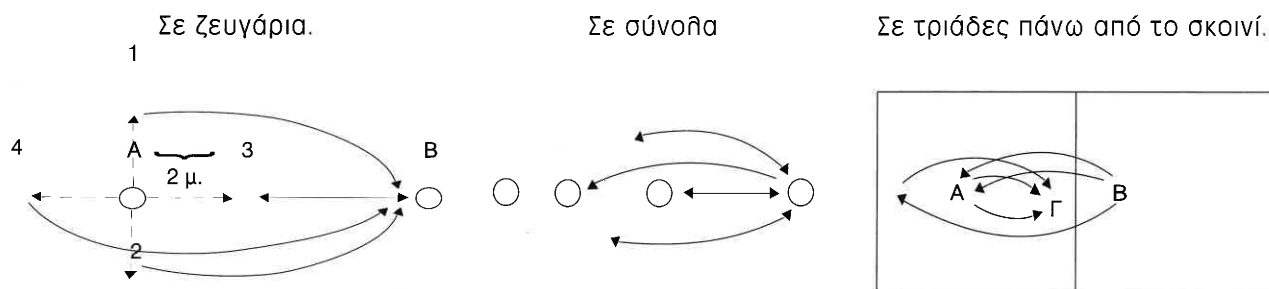
- Με ποῖηούς: Με διαγωνισμό μεταξύ των ομάδων - κριτήριο: Οι συνεχόμενες επαφές.



Οι μαθητές ασκούνται ή παίζουν 1 εναντίον 1.

[illegible]

γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΣΤΑΣΕΩΝ, ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΑΣΑΣ ΑΠΟ ΠΑΝΩ.



Στόχος 4ος.

ΠΑΣΑ ΑΠΟ ΚΑΤΩ ΜΕ ΤΑ ΔΥΟ ΧΕΡΙΑ (ΜΑΝΣΕΤΑ).

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΕΧΝΙΚΗ ΤΗΣ ΜΑΝΣΕΤΑΣ.

Ατομικές:

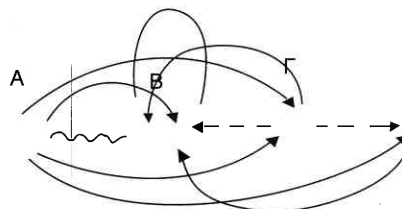
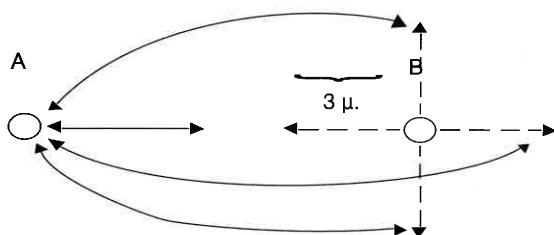
Οι παίκτες σε ζευγάρια. Ο ένας βοηθός.

Ομαδικές με πολλούς.



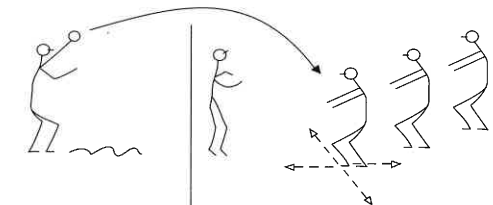
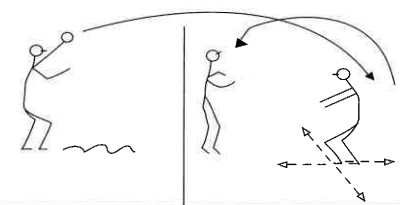
3. Ασκήσεις ειδικής κινητικότητας των κάτω άκρων με πιάσιμο και πέταγμα από κάτω.

Σε τριάδες



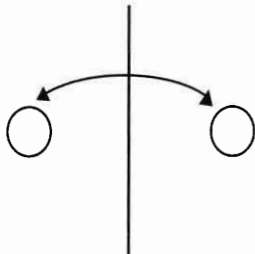
Γ. ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΜΑΝΣΕΤΑΣ ΑΠΟ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ.
ΜΕ ΒΟΗΘΕΙΑ

ΟΜΑΔΙΚΑ ΜΕ ΒΟΗΘΟ

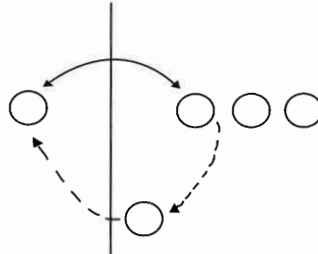


Δ. ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΜΑΝΣΕΤΑΣ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΧΤΥ.

Συμπακτικό παίξιμο



Συμπακτικό παίξιμο σε σύνολο

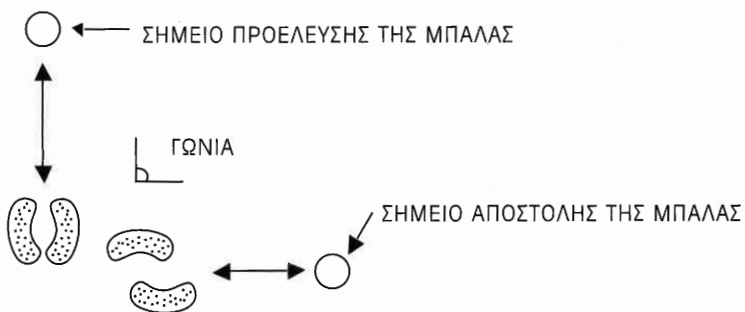


Ε. ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΜΑΝΣΕΤΑΣ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΟ ΦΙΛΕ ΜΕ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟ.

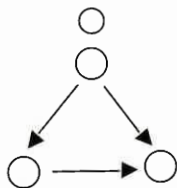
ΣΤ.: ΠΑΙΧΝΙΔΙ 1x1 ΜΕ ΜΙΞΗ ΑΠΟ ΠΑΝΩ ΚΑΙ ΑΠΟ ΚΑΤΩ ΠΑΣΑ

Στόχος 5ος:

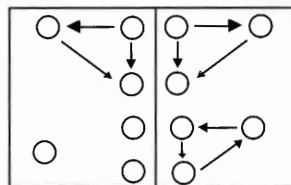
ΜΕΤΩΠΙΚΗ ΠΑΣΑ ΑΠΟ ΠΑΝΩ ΜΕ ΓΩΝΙΑ.



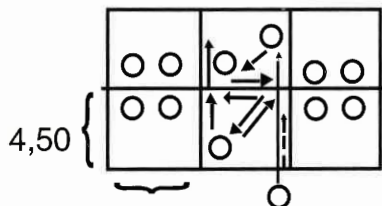
Με βοήθo



Κανονικό παίξιμο ή με βοήθo

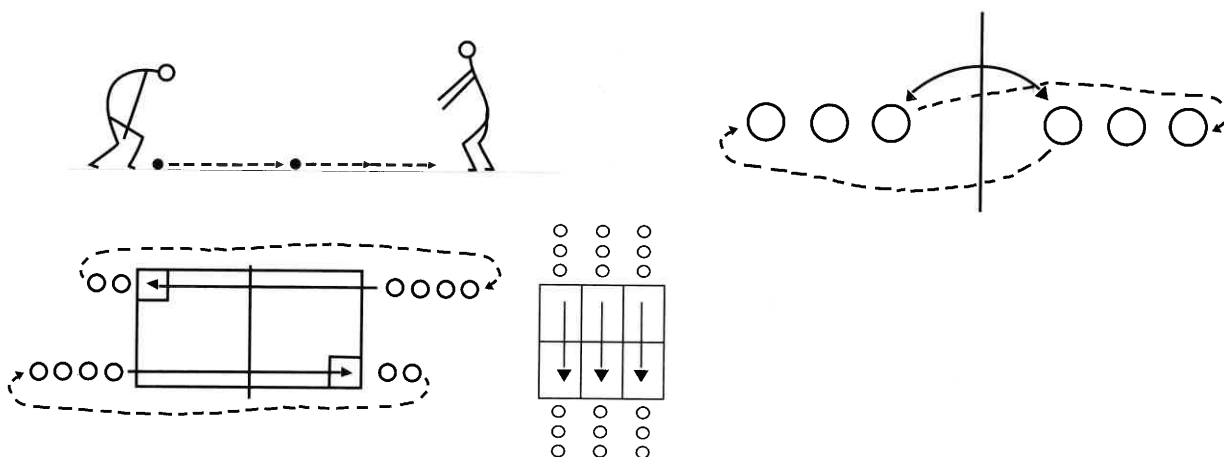


ΠΑΙΧΝΙΔΙ 2x2



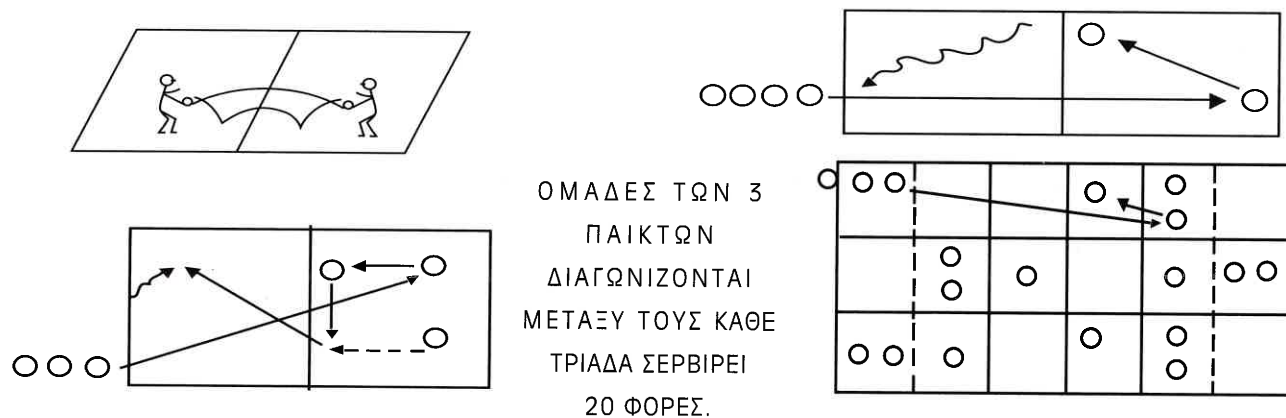
Στόχος 6ος

ΣΕΡΒΙΣ ΑΠΟ ΚΑΤΩ.



Στόχος 7ος:

ΜΑΝΣΕΤΑ - ΥΠΟΔΟΧΗ ΣΕΡΒΙΣ.



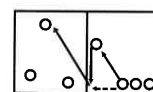
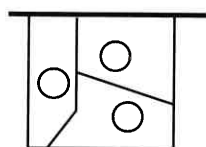
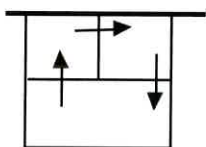
Στόχος 8ος:

ΒΟΛΛΕΥ <<3 ΕΝΑΝΤΙΟΝ 3>> ΧΩΡΙΣ ΚΑΡΦΙ.

Θέσεις περιστροφής

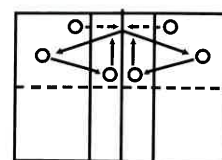
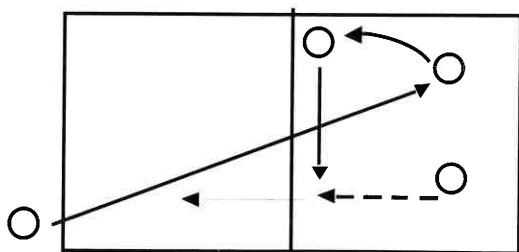
Υποδοχή παιχνίδι

Στο ένα μέρος

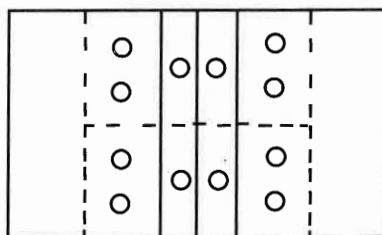


Με διαγωνισμό

Μορφή παιχνιδιού



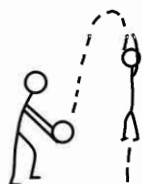
ΤΟΥΡΝΟΥΑ 3x3



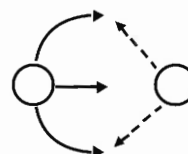
Στόχος 9ος:

ΠΑΣΑ ΜΕ ΑΛΜΑ ΣΑΝ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑ.

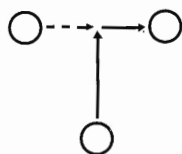
Ατομικά



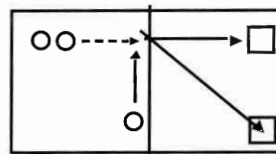
Με βοήθεια



ΜΕ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΕ ΓΩΝΙΑ



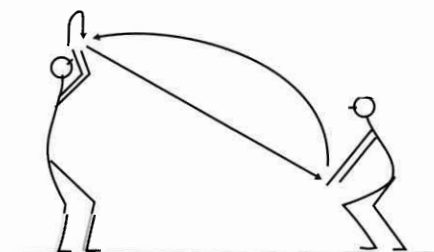
ΣΤΟ ΦΙΛΕ Ή ΣΤΟ ΣΚΟΙΝΙ ΜΕ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟ



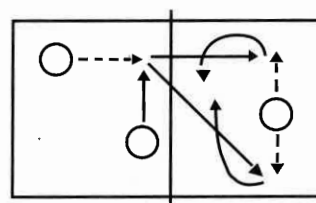
Στόχος 10ος:

ΜΑΝΣΕΤΑ ΑΜΥΝΑΣ ΣΕ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΠΑΣΑ.

Με βοήθεια



Στο φιλέ ή σκoinί με διαγωνισμό



ΤΟΥΡΝΟΥΑ 3x3

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Στο επόμενο τεύχος ακολουθεί η διάληξη της κ. Κοσκοκού Μαρίας με θέματα μεταβολισμού στο βόλλεϋ.

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΣΕΡΡΩΝ
ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΘΕΜΑ:

**"ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ
ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΧΟΛΙΚΟ
ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ '94"**

Υπεύθυνος Καθηγητής:
Ριζόπουλος Κωνσταντίνος

Φοιτητές: Τσιτσιγιά Φωτεινή
Ρουφάνη - Σιταρένιου Αλκμήνη
Κεχλιμπάρης Τάσος

ΣΤΟΧΟΣ ΚΑΙ ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ

Το αποτέλεσμα ενός αγώνα βόλληεϋ διαμορφώνεται απ' το άθροισμα των τελικών θετικών και αρνητικών ενεργειών των παικτών και των δύο αντιμαχομένων ομάδων σε κάθε αγωνιστικό επεισόδιο. **"Τελική"**, μπορεί να είναι η πρώτη (σερβίς ή υποδοχή), η δεύτερη, η τρίτη ή η "νιοστή" ενέργεια κάποιου παίκτη και αυτή προσδιορίζει τη διάρκεια του αγωνιστικού επεισοδίου. Τέτοιες ενέργειες είναι εύκολο ν' απομονωθούν και να καταγραφούν ως αποτέλεσμα, όμως διαφεύγει η ποιότητα άλλων (ενδιάμεσων) ενεργειών και αγωνιστικών συμπεριφορών που είναι καθοριστικές για την έκβαση του αγώνα.

Οι μεμονωμένες βασικές τεχνικές του παιχνιδιού είναι στενά αλληληλένδετες, ώστε η ποιότητα κάθε μιας επηρεάζει την ποιότητα της επόμενης.

Έτσι ο έλεγχος της αγωνιστικής απόδοσης του κάθε παίκτη ξεχωριστά, άλλα και της ομάδας συνολικά, παρουσιάζει ευκολία ως προς την καταγραφή, αλλά σχετική δυσκολία στο να αποδοθεί με ακρίβεια η ποιότητα. Εντούτοις, με την καταγραφή προσεγγίζονται περισσότερο αντικειμενικά τα ατομικά "πεπραγμένα" των παικτών και κατά συνέπεια και η συνολική απόδοση της ομάδας γεγονός που διευκολύνει τον προπονητή στις εκτιμήσεις του.

Συγκεκριμένα, η σπουδαιότητα της καταγραφής

της αγωνιστικής απόδοσης αποδεικνύεται με τα εξής:

α) Αντιμετωπίζεται επιτυχώς η "παγίδα των εντυπώσεων" που στήνει η υποκειμενική άποψη και πραγματοποιείται αντικειμενική αποτύπωση της απόδοσης των παικτών.

β) Αναδεικνύεται η απόδοση κάθε παίκτη ή όλης της ομάδας στα επιμέρους τεχνικά στοιχεία, όπως: στην επίθεση, άμυνα ή σερβίς, κ.λ.π.

γ) Παρέχεται η δυνατότητα συνεχούς σύγκρισης της προόδου της ομάδας (ή του κάθε παίκτη) χωριστά σε κάθε στοιχείο.

δ) Προσφέρεται ακόμα ανάλογο με την αγωνιστική ποιότητα των παικτών ή της ομάδας σε κάθε στοιχείο, ως παγίδα αναπροσαρμογής της προπονητικής κατεύθυνσης και μετάθεσης του κέντρου βάρους των στόχων.

ε) Εμφανίζεται ως μόνος αδιάψευστος μάρτυρας και πείθει τους αθλητές για το ποσοστό συμμετοχής τους στην έκβαση του αγώνα. Αυτό συμβάλλει σημαντικά στην ψυχολογία των παικτών, γιατί τους θέτει απέναντι στην πραγματικότητα των αριθμών.

στ) Ενισχύει την πλήρη επίγνωση της ατομικής αγωνιστικής κατάστασης, επιδρώντας ενεργητικά στη βούληση κάθε παίκτη χωριστά, ώστε να καταβάλει εντατικότερες προσπάθειες κατά την προπόνηση και τον αγώνα.

Έτσι ο προπονητής μπορεί στην κριτική του προς τους παίκτες να εμφανίζεται αντικειμενικός αποφεύγοντας της υποκειμενικές κρίσεις, που εκφραζόμενες ως εντυπώσεις χωρίς στοιχεία (άσχετα προς την ορθότητα τους) πιθανώς να επιδράσουν αρνητικά στην ψυχολογία των παικτών.

Επισημαίνοντας λοιπόν την σπουδαιότητα της καταγραφής της αγωνιστικής απόδοσης, η εργασία που ακολουθεί, ως στόχο έχει την αποκόμιση χρήσιμων και σπουδαίων συμπερασμάτων για το επίπεδο του σχολικού πρωταθλήματος πετοσφαίρισης στην Ελλάδα. - εξαγωγή των συμπερασμάτων προήλθε από την καταγραφή, μελέτη και σύγκριση της αγωνιστικής απόδοσης των ομάδων που συμμετείχαν.

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΟΜΑΔΩΝ

Το πανελλήνιο σχολικό πρωτάθλημα πετοσφαίρισης του '94 διεξήχθη στην πόλη των Σερρών στις 9, 10 και 11 Απριλίου.

Οι αγώνες πραγματοποιήθηκαν στα γήπεδα <<Εθνικό αθλητικό κέντρο Σερρών (ΕΑΚ)>> για τις ομάδες των κοριτσιών αντίστοιχα, ενώ όλοι οι ημιτελικοί και τελικοί αγώνες φιλοξενήθηκαν στο Ε.Α.Κ. Στα αγόρια έλαβαν μέρος οι εξής ομάδες: 4ο Λύκειο Αγρινίου, Ε.Π.Λ. Αμπελοκήπων, Λύκειο Δεσκάτης Γρεβενών, Ε.Π.Λ. Καλαμάτας, 1ο Λύκειο Κηφισιάς, Ε.Π.Λ. Πειραιά, ΤΕΛ Ορεστιάδας και Λύκειο Δασούπολης Κύπρου.

Η τελική κατάταξη καθώς και η όλη πορεία των ομάδων παρατίθενται στους πίνακες.

ΟΜΑΔΑ							
1ο ΛΥΚΕΙΟ ΚΗΦΙΣΙΑΣ							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άλημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άλημα χωρίς φόρα)	Άλημα
1. Μαρδύτσας Δημήτρης	Α.Ο. Κηφισιάς		194	250	326	312	76cm
2. Γιουβανάκογλου Γιώργος	Α.Ε. Αγίας Παρ.		192	251	322	310	71cm
3. Μυλωνάς Νίκος	Α.Ο.Κ.		193	248	312	312	64cm
4. Σιάνος Σταύρος	Φ.Ο. Βρηθήσσια		193	253	326	316	73cm
5. Γιαννάνου Σταμάτης	Α.Σ. Παιανίας		191	249	326	320	77cm
6. Τσοθιάκης Γιώργος	Φ.Ο. Βρηθήσσια		189	244	316	308	72cm
7. Σιόλιας Κώστας	Α.Σ. Παιανίας		187	244	312	302	68cm
8. Κουμαντάκης Ευτύχιος	Α.Σ. Παιανίας		195	250	318	316	68cm
9. Ιωάννου Νίκος	ΠΟΚ Έσπερος		190	250	324	314	74cm
10. Ιωάννου Κώστας	ΠΟΚ Έσπερος		180	235	312	300	77cm
11. Κουρνέτας Βασίλης	Α.Ο. Φιθία		192	248	334	316	86cm
12. Καβαλιεράκης Σταύρος	Ιωνικός Ν.Φ.		178	228	304	292	76cm
13. Νάστας Ευάγγελος	ΠΟΚ Έσπερος		194	245	318	296	73cm
Μ.Ο.:			189.8	245.8	319.2	308.8	73.5cm

ΟΜΑΔΑ							
ΕΝΙΑΙΟ ΠΟΛΥΚΛΑΔΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άλημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άλημα χωρίς φόρα)	Άλημα
1. Μουργής Παναγιώτης	Μεσσηνιακός Γ.Σ.	Ε.Π.Λ. Καθ.	193	253	326	314	73cm
2. Ντόνουρης Παναγιώτης	ΓΕΜ	>>	183	238	330	314	92cm
3. Τσούκλης Παναγιώτης	ΜΓΣ	>>	187	247	328	314	81cm
4. Βλάχονικοδός Βασίλης	ΜΓΣ	>>	184	238	312	300	74cm
5. Περγικέας Γεώργιος	ΑΟΚ 80	>>	181	234	304	294	65cm
6. Καρράς Στέλιος	ΝΟΚ	>>	182	240	322	308	82cm
Μ.Ο.:			185	241.6	319.3	307.3	77.8cm

ΟΜΑΔΑ							
ΛΥΚΕΙΟ ΔΑΣΟΥΠΟΛΗΣ (ΚΥΠΡΟΣ)							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άημα χωρίς φόρα)	Άημα
1. Ρότος Θέμης	-	Λύκειο Δασ/συμης	179	234	304	300	70cm
2. Χρυσοστόμου Σίμος	Ομόνοια Λευ.	>>	179	233	304	290	71cm
3. Νικολαΐδης Περικλής	ΑΠΟΕΛ	>>	176	228	302	290	74cm
4. Σάββα Δημήτρης	Ομόνοια Λευ.	>>	182	234	312	302	78cm
5. Κρονιδης Δημήτρης	ΑΠΟΕΛ	>>	184	234	320	302	86cm
6. Σκέντερ Γιώργος	ΑΠΟΕΛ	>>	177	231	306	298	75cm
7. Βάρδα Μιχάλης	ΑΠΟΕΛ	>>	180	233	298	292	65cm
8. Τσιακλής Γιώργος	ΑΠΟΕΛ	>>	180	229	290	284	61cm
9. Φαούτας Κώστας	ΑΠΟΕΛ	>>	186	242	310	296	68cm
10. Χαραλάμπους Χρήστος	ΑΠΟΕΛ	>>	178	232	312	308	80cm
11. Πέρναρος Ανδρέας	ΑΠΟΕΛ	>>	175	223	292	280	69cm
12. Αναστασίου Τάσος	ΑΠΟΕΛ	>>	184	239	322	308	83cm
Μ.Ο.:			180	232.6	306	295.8	73.3cm

ΟΜΑΔΑ							
ΕΠ. ΛΥΚΕΙΟ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άημα χωρίς φόρα)	Άημα
1. Πετρόπουλος Ανδρέας	Πανελλήνιος		173	225	298	294	73cm
2. Γιαννακόπουλος Βασίλης	Παναθηναϊκός		182	238	298	290	60cm
3. Μακρόπουλος Πάννης	Π.Σ. Αμπέλιοκ.		187	243	322	310	79cm
4. Δασκαλάκης Γιώργος	Π.Σ. Αμπέλιοκ.		171	218	286	282	68cm
5. Παπαχριστόπουλος Ανδρέας	Παναθηναϊκός		183	235	292	288	57cm
6. Τσιμπουκίδης Τάσος	Π.Σ. Αμπέλιοκ.		182	237	300	296	63cm
7. Μόγγος Πασχάλης	Παναθηναϊκός		182	231	302	290	61cm
8. Μπακάλης Γρηγόρης	ΑΚΕ Ζωγράφου		176	229	294	290	65cm
9. Μανιάς Νίκος	Π.Σ. Αμπέλιοκ.		175	225	298	288	73cm
10. Γκίνης Γιώργος	Παναθηναϊκός		188	244	314	308	70cm
11. Παπαϊωαννίδης Παύλος	Π.Σ. Αμπέλιοκ.		178	226	296	288	70cm
Μ.Ο.:			179.8	231.9	300	293.1	67.2cm

ΟΜΑΔΑ							
4ο ΛΥΚΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άημα χωρίς φόρα)	Άημα
1. Ταραμπίκος Δημήτρης	Γ.Ε. Αγρινίου		188	246	326	316	80cm
2. Μπουγάς Νίκος	>>		187	244	304	294	60cm
3. Σοκιαβέλλης Φίλιππος	>>		181	235	314	304	79cm
4. Μαμάσης Διονύσης	>>		180	235	302	294	67cm
5. Κονταρής Ιωάννης	>>		183	244	310	300	66cm
6. Νικολόπουλος Βασίλης	>>		168	218	282	280	64cm
7. Κουρκούσης Γιώργος	>>		186	234	294	284	60cm
8. Μπανιάς Νίκος	>>		177	231	294	286	63cm
Μ.Ο.:			181.2	235.9	303.94	294.7	67.4cm

ΟΜΑΔΑ							
ΛΥΚΕΙΟ ΔΕΣΚΑΤΗΣ ΓΡΕΒΕΝΩΝ							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άημα χωρίς φόρα)	Άημα
1. Λαμαρης Ευθύμιος	Γ.Σ. Δεσκάτης		189	240	316	306	76cm
2. Παύλος Γεώργιος	>>		187	239	322	304	83cm
3. Παπατσάνης Αγοραστός	>>		187	244	312	298	68cm
4. Κόγιος Βασίλειος	>>		175	228	306	296	78cm
5. Κατσιφίκας Αθανάσιος	>>		182	235	292	290	57cm
6. Τγιώλης Γεώργιος	>>		177	229	300	286	71cm
7. Τόλης Κωνσταντίνος	>>		175	227	286	280	59cm
8. Λάμαρης Παναγιώτης	>>		175	225	280	276	55cm
9. Κορμόνας Χρήστος	>>		184	244	298	294	54cm
10. Δημακόπουλος Ευαγ.	>>		177	223	290	282	67cm
11. Λαμορης Ηλίας	>>		177	231	284	282	53cm
12. Διαγκλαβάς Νίκος	>>		185	239	298	300	59cm
Μ.Ο.:			180.8	233.6	298.6	291.2	65cm

ΟΜΑΔΑ							
ΠΟΛΥΚΛΑΔΙΚΟ ΠΕΙΡΑΙΑ							
Ονοματεπώνυμο	Σύλλογος	Σχολείο	Υψος	Σηκωμένο χέρι	Πόσο πιάνει (Άημα με φόρα)	Πόσο πιάνει (Άημα χωρίς φόρα)	Άημα
1. Χατζηδάκης Παναγιώτης	Ερμής Πειρ.		186	249	308	296	59cm
2. Κουβουτσάκης Χάρης	>>		184	235	300	296	65cm
3. Σπέτζος Κυριάκος	Ολυμπιακό		179	230	282	280	52cm
4. Τραχιώτης Μανώλης	Φάρος Κερ.		171	221	284	280	63cm
5. Γκλιώτσος Δημήτρης	>>		186	234	286	282	52cm
6. Σταματόπουλος Σάββας	Ολυμπιακός		181	235	316	304	81cm
7. Κοηλιτσίδας Δημήτρης	Φάρος Κερ.		191	247	312	298	65cm
8. Χιόνης Νεκτάριος	Ερμής		180	231	294	288	63cm
9. Μουσελίμης Μιχάλης	-		169	216	286	280	70cm
10. Μηριλήης Χρήστος	Φάρος Κερ.		181	241	320	308	79cm
11. Θεοτογίδης Αλέξ.	Φάρος Κερ.		180	234	290	288	56cm
12. Λαθουδάκης Νίκος	Ερμής Πειρ.		177	234	308	292	74cm
Μ.Ο.:			180.5	234	298	291	65cm

ΠΙΝΑΚΟΠΟΙΗΣΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ

Επεξήγηση συμβόλων

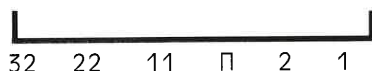
A Attack (επίθεση)

B Block (μπλοκ)

S Servis (άσσοι)

E Error (λάθη αντιπάλων)

Επεξήγηση ζωνών του φιλέ



Τα πρώτα ψηφία (3,2,1) αναφέρονται στη ζώνη που θα πάει ο επιθετικός ενώ τα δεύτερα ψηφία (2,2,1) στο χρόνο που θα καρφώσει (ύψος πάσας). Έτσι από την πρώτη ζώνη μπορεί να έχουμε τους συνδυασμούς 31 (1ος χρόνος), 32 (2ος χρόνος) και 33 (3ος χρόνος).

Στη συγκεκριμένη εργασία καθώς και γενικότερα χρησιμοποιούνται τα σύμβολα 32, 22, 11, 2, 1 επειδή σ' αυτές τις ζώνες χρησιμοποιούνται κυρίως οι συγκεκριμένοι χρόνοι.

Πρέπει να σημειωθεί ότι στη ζώνη 2 χρησιμοποι-

είται μόνο 1ος χρόνος στην πλάτη του πασαδόρου και στην ζώνη 1 μόνο 2ος χρόνος.

ΟΜΑΔΕΣ ΑΓΟΡΙΩΝ

ΑΓΩΝΑΣ: ΑΓΡΙΝΙΟ - ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ (0-3)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΠ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΑΓΡΙΝΙΟ	23	8/35%	0/0%	2/9%	13/57%
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	45	22/49%	4/9%	6/13%	13/29%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΑΜΥΝΑ		
							ΖΩΝΗ 1	ΖΩΝΗ 6	ΖΩΝΗ 5
ΑΓΡΙΝΙΟ	79	4/5%	6/8%	11/14%	7/9%	42/53%	6/8%	-	31/4%
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	93	14/16%	-	14/15%	7/8%	55/59%	2/2%	-	1/1%

Από τις συγκρίσεις στον πίνακα α' είναι εμφανές ότι η Ορεστιάδα υπερείχε σημαντικά σε όλα τα στοιχεία (Α,Β,Σ,Ε). Χαρακτηριστικό δε είναι ότι κανένας πόντος από την ομάδα του Αγρινίου δεν προήλθε από μπλοκ.

Από τον πίνακα β φαίνεται ότι η Ορεστιάδα υπερέχει λογικά - σε πλήθος επιθετικών ενεργειών με ένα σημαντικό ποσοστό επιθέσεων από τη ζώνη 32. Εδώ όμως είναι αξιοσημείωτο ότι το Αγρίνιο έχει 6 επιθέσεις από τη ζώνη 2 γεγονός που ξαφνιάζει για το επίπεδο αυτό.

ΑΓΩΝΑΣ: ΓΡΕΒΕΝΑ - ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ (3-0)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΓΡΕΒΕΝΑ	45	16/36%	6/13%	2/4%	21/47%
ΑΜΠΕΛΟ-ΚΗΠΟΙ	21	4/19%	4/19%	4/19%	9/43%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΑΜΥΝΑ		
							ΖΩΝΗ 1	ΖΩΝΗ 6	ΖΩΝΗ 5
ΓΡΕΒΕΝΑ	85	14/16%	-	22/26%	6/7%	43/50%	-	-	-
ΑΜΠΕΛΟ-ΚΗΠΟΙ	106	18/17%	-	32/30%	4/4%	53/50%	1/1%	5/5%	1/1%

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Οι συγκρίσεις στον πίνακα α φανερώνουν καθαρά την υπεροχή της ομάδας των Γρεβενών στους πόντους από επίθεση και από λάθη αντιπάλων. Ενώ το χαμηλότερο ποσοστό των Γρεβενών στα μπλοκ οφείλεται στην αδύναμη επίθεση των Αμπελοκήπων.

Στον πίνακα β δεν παρατηρείται καμιά διαφορά στην τροφοδοσία των πασαδόρων στις βασικές ζώνες, ενώ σημαντική είναι η διαφορά του πλήθους των επιθέσεων στις οποίες υπερείχε η ομάδα των Αμπελοκήπων. Βέβαια αυτό σημαίνει ότι οι Αμπελοκήποι επιχείρησαν μεν μεγάλο αριθμό επιθέσεων χωρίς όμως σημαντική επιτυχία. Σ' αυτό πρέπει να οφείλεται και το μεγάλο ποσοστό των λαθών των Αμπελοκήπων. Συμπερασματικά λοιπόν οι Αμπελοκήποι έχασαν το παιχνίδι εξ' αιτίας της αδύναμης και αναποτελεσματικής επίθεσής τους (από τις 106 επιθ. που επιχειρήθηκαν μόνο 4 ήταν πόντοι) γεγονός που ανέβασε το ποσοστό των λαθών της.

ΑΓΩΝΑΣ: ΚΗΦΙΣΙΑ - ΠΕΙΡΑΙΑΣ (3-0)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΚΗΦΙΣΙΑ	45	17/16%	7/16%	4/9%	17/38%
ΠΕΙΡΑΙΑΣ	10	5/50%	1/10%	2/20%	2/20%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΑΜΥΝΑ		
							ΖΩΝΗ 1	ΖΩΝΗ 6	ΖΩΝΗ 5
ΚΗΦΙΣΙΑ	44	4/9%	1/2%	9/20%	6/14%	20/5%	4/9%	-	-
ΠΕΙΡΑΙΑΣ	41	11/27%	-	8/20%	-	22/54%	-	-	-

Από τον πίνακα α προκύπτει ότι για την ομάδα της Κηφισιάς το μεγαλύτερο ποσοστό των πόντων προήλθε από Μπλοκ (Β) και λάθη αντιπάλων (Ε) ενώ οι πόντοι του Πειραιά από επίθεση και άσους.

Οι συγκρίσεις στον πίνακα β φανερώνουν ότι το

ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

σύνολο των επιθέσεων είναι σχεδόν ίσο αλλή η Κηφισιά έχει διαμοιράσει το παιχνίδι σ' όλες τις ζώνες σ' αντίθεση με τον Πειραιά όπου οι επιθέσεις επικεντρώνονται στις ζώνες 1, 11 και 32 με φανερό την υπεροχή στην τελευταία ζώνη (32). Βέβαια εδώ πρέπει να τονιστεί ιδιαίτερα το γεγονός ότι αναφερόμαστε σε δύο ομάδες με τεράστια διαφορά δυναμικότητας. Συνεπώς είναι φυσιολογικά τα χαμηλά ποσοστά της Κηφισιάς που οφείλονται τόσο στην αδυναμία του Πειραιά όσο και στο γεγονός ότι η Κηφισιά δεν χρειαζόταν να ανεβάσει ιδιαίτερα την απόδοσή της για να επικρατήσει στο ματς.

ΑΓΩΝΑΣ: ΚΑΛΑΜΑΤΑ - ΚΥΠΡΟΣ (3-1)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΚΑΛΑΜΑΤΑ	60	19/32%	10/17%	4/7%	27/45%
ΚΥΠΡΟΣ	49	21/43%	2/4%	5/10%	21/43%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΖΩΝΗ ΑΜΥΝΑΣ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	1	6	5
ΚΑΛΑΜΑΤΑ	150	48/32%	1/1%	24/26%	8/5%	69/46%	13/27%	3/2%	1/1%
ΠΕΙΡΑΙΑΣ	135	33/24%	-	21/16%	5/4%	76/56%	1/1%	3/2%	-

Από τις συγκρίσεις στον πίνακα α προκύπτει ότι οι πόντοι της Καλαμάτας προέρχονται κυρίως από το μπλοκ και τα λάθη αντιπάλων. Επισημαίνεται βέβαια το γεγονός ότι και η Καλαμάτα έδωσε στην Κύπρο αρκετούς πόντους με τα λάθη της. Η Κύπρος βέβαια έχει καλό ποσοστό στους πόντους από επίθεση.

Στον πίνακα β τώρα τα πράγματα παρουσιάζουν σχετική ισορροπία. Περισσότερο προτιμντέα ζώνη και για τις ομάδες η 32.

Συμπερασματικά το παιχνίδι για την Καλαμάτα στα Μπλοκ και τα λάθη.

ΑΓΩΝΑΣ: ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ - ΓΡΕΒΕΝΑ (3-1)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	45	17/31%	13/24%	4/7%	21/38%
ΓΡΕΒΕΝΑ	46	14/30%	6/13%	5/11%	20/43%

*** Πόντος από κόκκινη στην Ορεστιάδα

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΑΜΥΝΑ		
							ΖΩΝΗ 1	ΖΩΝΗ 6	ΖΩΝΗ 5
ΓΡΕΒΕΝΑ	111	20/18%	-	42/38%	4/4%	45/41%	-	-	-
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	125	36/29%	-	31/25%	4/3%	54/43%	1/1%	2/2%	-

Όπως φαίνεται από τον πίνακα α οι δύο ομάδες είναι σχεδόν ισοδύναμες όσον αφορά στα ποσοστά των πόντων από επίθεση και λάθη αντιπάλων. Συνεπώς η νίκη της Ορεστιάδας οφείλεται στην φανερό επικράτησή της στα μπλοκ (24% έναντι 13%) με μια διαφορά 11 ποσοστιαίων μονάδων.

Όσον αφορά στον πίνακα β οι διαφορές των δύο ομάδων είναι λογικά και αναμενόμενα μικρές. Επίσης δεν παρουσιάζουν καμία ιδιομορφία στην εκλογή των ζωνών επίθεσης, με υπεροχή φυσικά και των δύο στη ζώνη 32.

ΑΓΩΝΑΣ: ΚΑΛΑΜΑΤΑ - ΚΗΦΙΣΙΑ (0-3)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΚΑΛΑΜΑΤΑ	15	4/3%	2/13%	2/13%	7/47%
ΚΗΦΙΣΙΑ	45	11/24%	4/9%	14/31%	15/33%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΖΩΝΗ ΑΜΥΝΑΣ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	1	6	5
ΚΑΛΑΜΑΤΑ	55	18/33%	-	3/5%	1/2%	33/60%	8/14%	2/4%	1/2%
ΚΗΦΙΣΙΑ	68	8/12%	2/3%	12/18%	5/7%	31/46%	10/15%	-	-

Από τον πίνακα α προκύπτει ότι οι πόντοι της Καλαμάτας προέρχονται κυρίως από Μπλοκ και Λάθη αντιπάλων ενώ οι πόντοι της Κηφισιάς σε μεγάλο ποσοστό προέρχονται από επίθεση και άσσους.

Στον πίνακα β η Κηφισιά παρουσιάζει μια μικρή υπεροχή στο σύνολο των επιθέσεων ενώ παρατηρείται ο καταμερισμός των επιθέσεων σε όλες τις ζώνες και στις δύο ομάδες. Φανερό είναι επίσης η υπεροχή και των δύο ομάδων στις επιθέσεις από τη ζώνη 32.

Συμπερασματικά το παιχνίδι κρίθηκε στις επιθέσεις και τους άσσους το οποίο άλλωστε ενισχύεται από το γεγονός ότι τη σύνθεση της ομάδας της Κηφισιάς αποτελούσαν πολύ ψηλοί και δυνατόι επιθετικοί παίκτες. Επίσης το χαμηλό ποσοστό των μπλοκ οφείλεται στο γεγονός ότι οι επιθέσεις της Καλαμάτας ήταν αναποτελεσματικές.

ΑΓΩΝΑΣ: ΚΑΛΑΜΑΤΑ - ΓΡΕΒΕΝΑ (1-3) (αγόρια)

(ΗΜΙΤΕΛΙΚΟΣ)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΚΑΛΑΜΑΤΑ	48	19/40%	11/23%	6/13%	12/25%
ΓΡΕΒΕΝΑ	58	13/23%	10/17%	10/17%	25/43%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΖΩΝΗ ΑΜΥΝΑΣ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	1	6	5
ΚΑΛΑΜΑΤΑ	138	27/20%	-	13/19%	3/2%	84/61%	8/6%	3/2%	-
ΓΡΕΒΕΝΑ	131	9/7%	-	47/36%	3/2%	70/53%	1/1%	1/1%	-

Οι συγκρίσεις στον πίνακα α οδηγούν στο συμπέρασμα ότι οι πόντοι της Καλαμάτας προέρχονται από την επίθεση και το μπλοκ ενώ τα Γρεβενά υπερέρχονται στους άσσους και πόντους από λάθη αντιπάλων.

Από τον πίνακα β προκύπτει ότι οι επιθέσεις των δύο ομάδων ήταν περίπου ίδιες σε πλήθος καθώς επίσης και ότι εκτελέστηκαν από όλες τις ζώνες εκτός της ζώνης 2 με φανερό υπεροχή

της ζώνης 32 και για τις δύο ομάδες.

Αξιοσημείωτη είναι η υπεροχή των Γρεβενών στις επιθέσεις 1ου χρόνου. Συμπερασματικά είναι φανερό ότι τα πολλή λάθη της Καλαμάτας οδήγησαν στην τελική ήττα της από τα Γρεβενά.

ΑΓΩΝΑΣ: ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ - ΚΗΦΙΣΙΑ (0-3)

(τελικός αγoriών)

Πίνακας α:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΟΝΤΩΝ

ΟΜΑΔΕΣ	ΠΟΝΤΟΙ ΟΜΑΔΩΝ	A/A%	B/B%	S/S%	E/E%
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	16	3/19%	1/6%	5/31%	7/44%
ΚΗΦΙΣΙΑ	45	14/31%	8/18%	4/9%	19/42%

Πίνακας β:

ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΣΕΡ

ΕΠΙΘΕΣΗ ΑΠΟ ΖΩΝΗ ΑΜΥΝΑΣ

ΟΜΑΔΕΣ	ΣΕ	1	2	11	22	32	1	6	5
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	67	18/27%	-	5/7%	7/20%	35/71%	2/3%	-	-
ΚΗΦΙΣΙΑ	71	18/25%	-	12/17%	6/8%	33/46%	1/1%	-	1/1%

Πίνακας γ: ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΘΕΤ. & ΑΡΝ. ΕΝΕΡΓΕΙΩΝ (S & R)

ΟΜΑΔΕΣ	S	R	S		R	
			ΘΕΤΙΚΟ	ΑΡΝΗΤΙΚΟ	ΘΕΤΙΚΟ	ΑΡΝΗΤΙΚΟ
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ	94	50	47%	22%	66%	11%
ΚΗΦΙΣΙΑ	66	72	40%	22%	52%	39%

Η επικράτηση της Κηφισιάς στον τελικό ήταν εξ' αρχής βέβαιη. Αυτό άλλωστε επιβεβαιώνουν και τα στατιστικά στοιχεία απ' τα οποία φαίνεται η μεγάλη διαφορά στον αριθμό των πόντων καθώς και η μεγάλη υπεροχή της Κηφισιάς στους πόντους από επιθέσεις και μπλοκ. Σ' αυτό συνέβαλλε σημαντικά και η αδύναμη επίθεση της Ορεστιάδας η οποία αν και επιχείρησε συνολικά 67 επιθετικές ενέργειες μόνο τρεις απ' αυτές απέφεραν πόντους.

Ωστόσο η Ορεστιάδα παρουσιάζεται αρκετά ανεβασμένη στο ποσοστό των πόντων από άσσους και προφανώς σ' αυτό πρέπει να οφείλεται το ότι το ποσοστό των θετικών ενεργειών της Κηφισιάς στην υποδοχή (πίνακας γ) εμφανίζεται λίγο πιο χαμηλό απ' το ποσοστό που υποδεικνύουν οι διε-

θνείς στατιστικές ως ιδανικό (75% - 95%).

Επίσης απ' τον πίνακα β φαίνεται ότι ενώ και οι δύο ομάδες χρησιμοποίησαν όλες τις ζώνες επίθεσης (εκτός απ' το 2) ωστόσο η Κηφισιά έχει διαμοιράσει πιο καλή τις επιθέσεις της με ιδιαίτερα ανεβασμένο το ποσοστό των επιθέσεων απ' το κέντρο. Αντίθετα ο κύριος όγκος των επιθέσεων της Ορεστιάδας επικεντρώθηκε στη ζώνη 32. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι η Κηφισιά αν και συνήθιζε να εκτελεί επιθέσεις απ' την άμυνα ωστόσο στον τελικό πραγματοποίησε μόνο δύο. Τέλος απ' τον πίνακα γ φαίνεται ότι η Κηφισιά υπερτερεί στο ποσοστό των θετικών ενεργειών στο σερβίς και την υποδοχή έναντι της Ορεστιάδας ενώ είναι ισοδύναμες στο αρνητικό ποσοστό των ενεργειών στο σερβίς. Όσον αφορά όμως το αρνητικό ποσοστό των ενεργειών στην υποδοχή η Ορεστιάδα υπερτερεί σημαντικά με ποσοστό 39 έναντι 11%.

ΓΕΝΙΚΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Το πρώτο συμπέρασμα που εξάγεται, έπειτα και από τις τελικές συγκρίσεις σ' αυτό το σχολικό πρωτάθλημα είναι ότι υπήρχε πολύ μεγάλη διαφορά επιπέδου μεταξύ των ομάδων.

Εξέχουσα ομάδα αυτής της διοργάνωσης αναδείχτηκε η ομάδα της Κηφισιάς η οποία είχε εξαιρετικά ανώτερο επίπεδο σε σχέση με τις υπόλοιπες. Αξίζει να σημειωθεί ότι δεν έχασε σετ από καμιά ομάδα και ότι ο μεγαλύτερος αριθμός πόντων που έχασε σε ματς ήταν μόλις 16. Η τελική επικράτηση της στο σχολικό πρωτάθλημα ήταν αναμενόμενη. Το γεγονός αυτό οφείλεται στην ανωτερότητα της τόσο στα τεχνικοτακτικά στοιχεία όσο και στα σωματομετρικά χαρακτηριστικά. Πρέπει να τονιστεί ότι οι συγκρίσεις στις σωματομετρικές μελέτες που έγιναν σ' όλες τις ομάδες, ανέδειξαν την ομάδα της Κηφισιάς πρώτη, τόσο στο ύψος όσο και στο άθλημα. Αξιοσημείωτο είναι επίσης το γεγονός, ότι τέσσερις από τους βασικούς παίκτες της εξάδας έχουν συμμετοχές στην εθνική ομάδα εφήβων.

Συμπερασματικά, η υπεροχή της πρέπει να οφείλεται κυρίως στο υλικό της και όχι τόσο στην οργάνωση της ως ομάδα, αφού επικράτησε ομάδων που αποτελούσαν συλλόγους, όπως το αγρίνιο, η δεσκάτη Γρεβενών και η Ορεστιάδα.

Η μεγάλη σημασία της σωματομετρικής υπεροχής αποδεικνύεται, επίσης από το γεγονός ότι η ομάδα της Ορεστιάδας που κατάφερε να φτάσει στο τελικό και να καταταχθεί δεύτερη, αναδείχτηκε δεύτερη και στις σωματομετρήσεις. Πρέπει ακόμη να σημειωθεί, ότι ήταν η δεύτερη ομάδα που διέθετε παίκτη με συμμετοχή στην εθνική.

Δεύτερη στις σωματομετρήσεις κατατάχθηκε επίσης, η ομάδα της Καλαμάτας, η οποία τελικά απέδειξε τη μεγάλη σπουδαιότητα της πολύ καλής οργάνωσης και συνεργασίας, σε ομαδικό επίπεδο. Ωστόσο οι διαφορές συνοδικά όλων των ομάδων, στα τεχνικά στοιχεία προκύπτουν από τις τελικές συγκρίσεις που παρατίθενται στον πίνακα 3.1. Σ' αυτόν παρατίθενται οι ποσοστιαίες αναλογίες των πόντων των τεσσάρων ανωτέρων και των τεσσάρων κατώτερων ομάδων επιπέδου καθώς και ο μέσος όρος των ποσοστών πόντων του κάθε επιπέδου. Στο τέλος παρατίθεται ο μέσος όρος των ποσοστών των στοιχείων όλων των ομάδων συνοδικά.

Οι ποσοστιαίες αναλογίες των τεχνικών στοιχείων για τις τέσσερις ανώτερες ομάδες, προήλθαν από τον μέσο όρο των στοιχείων από τους τρεις αγώνες που έπαιξε η καθεμία. Από τις συγκρίσεις μεταξύ τους συμπεραίνεται ότι η Ορεστιάδα υπερέχει στο ποσοστό πόντων από επιθετικές ενέργειες και άσους ενώ η Κηφισιά και τα Γρεβενά ισοβαθμούν στο ποσοστό πόντων από μπλοκ, με τα Γρεβενά να υπερέχουν και στο ποσοστό πόντων από λήθη αντιπάλων. Πρέπει να τονιστεί, βέβαια ότι το επίπεδο της Κηφισιάς ήταν σαφώς ανώτερο από τις υπόλοιπες ομάδες και ότι τα παραπάνω ποσοστά είναι σχετικά αφού δεν είναι δυνατό σε αγώνες που έληξαν 3-0 με μεγάλη διαφορά πόντων να φανεί το επίπεδο μιας ομάδας. Αφορά στη σύγκριση των τεσσάρων κατώτερων ομάδων, η ομάδα του Πειραιά υπερέχει στο ποσοστό πόντων από επίθεση και άσους, η ομάδα των Αμπελοκήπων υπερέχει στους πόντους από μπλοκ ενώ η ομάδα του Αγρινίου στους πόντους από λήθη αντιπάλων.

Τέλος, γίνεται μια σύγκριση, μεταξύ του μέσου όρου των ποσοστιαίων αναλογικών στοιχείων όλων των ομάδων και των ποσοστιαίων αναλογιών των στοιχείων που όριζε η διεθνής στατιστική.

Τα συμπεράσματα που απορρέουν από τις συ-

ΠΙΝΑΚΑΣ 3.1 ΟΜΑΔΕΣ ΑΓΟΡΙΩΝ

γκρίσεις, φανερώνουν ότι μόνο τα ποσοστά των πόντων από άσους βρίσκονται στο ίδιο επίπεδο. Το ποσοστό των πόντων από επίθεση είναι αρκετά χαμηλότερο (14 ποσοστιαίες μονάδες) από τα διεθνή στατιστικά στοιχεία, όπως άηλωστε και το ποσοστό των πόντων από μπλοκ (19 ποσοστιαίες μονάδες), ενώ τεράστια διαφορά παρατηρείται στους πόντους από λήθη αντιπάλων (30 ποσοστιαίες μονάδες υψηλότερα από τα διεθνή στατιστικά στοιχεία).

Βέβαια, το μεγάλο αυτό ποσοστό πόντων από λήθη αντιπάλων και γενικότερα οι σημαντικές διαφορές από τη διεθνή στατιστική, που παρατηρούνται ακόμα και για την ομάδα της Κηφισιάς, οφείλεται κυρίως στη διαφορά επιπέδου των αντιπάλων ομάδων.

Το γενικό συμπέρασμα που απορρέει από όλη τη μελέτη, είναι ότι το επίπεδο του συγκεκριμένου σχολικού πρωταθλήματος είναι χαμηλό σε σχέση με τις διεθνείς στατιστικές. Βέβαια υπήρχαν ομάδες με αρκετά υψηλό επίπεδο που διέθεταν και αθλητές με συμμετοχές σε εθνικές ομάδες, οι οποίες κατέλαβαν άηλωστε τις πρώτες θέσεις. Το επίπεδο τους όμως δεν μπόρεσε να αναδειχτεί εξαιτίας της μεγάλης απόστασης που τις χώριζε από τις άηλες ομάδες.

Αξιοσημείωτη βέβαια είναι και η μεγάλη σημασία των σωματομετρικών χαρακτηριστικών τόσο για τη συγκεκριμένη διοργάνωση όσο και για την πετοσφαίριση γενικά.

	ΟΜΑΔΕΣ	A	B	S	E
	Κηφισιά	31%	14%	16%	38%
ΕΠΙΠΕΔΟ Α'	Ορεστιάδα	33%	13%	17%	38%
	Γρεβενά	30%	14%	11%	44%
	Καθαμάτα	25%	13%	11%	39%
	ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ	30%	14%	14%	40%
ΕΠΙΠΕΔΟ Β'	Κύπρος	43%	4%	10%	43%
	Πειραιάς	50%	10%	20%	20%
	Αμπελόκηποι	19%	19%	19%	43%
	Αγρίνιο	35%	0%	9%	57%
	ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ	37%	8%	15%	41%
ΤΕΛΙΚΟΙ					
ΜΕΣΟΙ ΟΡΟΙ		33%	11%	14%	40%
ΜΕΣΟΙ ΟΡΟΙ					
ΔΙΕΘΝΟΥΣ					
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ		47%	30%	13%	10%

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Στο επόμενο τεύχος ακολουθεί η στατιστική των σχολικών ομάδων των κοριτσιών που συμμετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα.

