

**Θεματική Ενότητα: Προπονητική Ομαδικών Αθλημάτων –
Καλαθοσφαίριση
Προφορικές & Αναρτημένες Ανακοινώσεις 17^{ου} Διεθνές
Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού**

**Section: Team Sports Training - Basketball
Oral & Poster Presentations of the 17th International
Congress of Physical Education & Sport**



Προφορικές - Oral

5379

BASKETBALL PHYSICAL CONDITIONING

G. Skafidas

National Sports Academy 'Vassil Levski' University, Sofia, Bulgaria

gskafi@btinternet.com

Physical conditioning training should be a cyclic continuum of assessment, training procedure and evaluation. The assessment should be an assessment of the sport of basketball itself, an assessment on the team and finally an assessment on the individuals of the team. An analysis of the activities related to biomechanics and physiology and also the requirements on strength, endurance, speed, mobility, flexibility, should be considered. The training procedure should include advises on diet, supplements, rehabilitation methods, psychological support and training schedule. The first four areas will not be analyzed in this presentation. Instead there will be analytical examples of training schedules. Team training schedules and individual training schedules are a must in order to meet individual needs and create a least restrictive environment. The evaluation and re-evaluation process is vital and should be a big part of physical conditioning training. Time should be devoted on this by head coaches, coaches and management team. Evaluation consists of both subjective and objective evaluation. In this presentation a detailed analysis of the above takes place giving extended information related to this approach.

Λέξεις κλειδιά: physical conditioning, basketball, monitoring

5846

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Καπερώνη Μ., Μαυρίδης Γ., Ρόκκα Στ., Καρυπίδης Α.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

mageorge@otenet.gr

PSYCHOLOGICAL SKILLS EVALUATION OF GREEK FEMALE BASKETBALL PLAYERS

M. Kaperoni, G. Mavridis, St. Rokka, A. Karipidis

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S

Σημαντικό ρόλο στη μεγιστοποίηση της απόδοσης των αθλητών/τριών διαδραματίζουν οι ψυχολογικές τους δεξιότητες. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να αξιολογηθούν οι ψυχολογικές δεξιότητες των αθλητριών της Α1 κατηγορίας γυναικών και να διερευνηθούν οι διαφορές σε σχέση με τα χρόνια αγωνιστικής εμπειρίας και βαθμολογικής κατάταξης των ομάδων. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 82 αθλήτριες, ηλικίας 18-33 ετών (Μ.Ο. = 25,6 έτη, Τ.Α. ±5.39) των ομάδων της Α1 κατηγορίας γυναικών, που συμμετείχαν στον πρώτο γύρο του πρωταθλήματος καλαθοσφαίρισης 2008-09. Για την αξιολόγηση των ψυχολογικών δεξιοτήτων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο ACSI-28, των Smith, Smoll, Schutz και Ptacek (1995), προσαρμοσμένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Γούδα, Θεοδωράκη και Αντωνίου (1996). Το ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει 28 ερωτήσεις, οι οποίες ανά τέσσερις σχηματίζουν επτά παράγοντες: αντιμετώπιση δυσκολιών, μεγιστοποίηση απόδοσης σε συνθήκες πίεσης, καθορισμός στόχων, αυτοσυγκέντρωση, απαλλαγή από ανησυχίες, αυτοπεποίθηση και συμμόρφωση με τον προπονητή. Οι αθλήτριες συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο εθελοντικά πριν ή αμέσως μετά την προπόνηση. Οι απαντήσεις δίνονταν σε 6-βάθμια κλίμακα τύπου Likert από το 1=ποτέ έως το 6=πάντα. Για τις ανάγκες της έρευνας, το δείγμα χωρίστηκε ως προς την εμπειρία: α) έως 5 χρόνια (n=16), β) 6 έως 10 χρόνια (n=33) και γ) 11 και άνω χρόνια (n=33) και ως προς τη βαθμολογική τους κατάταξη στο τέλος του πρώτου γύρου: α) 1 έως 4 θέση (n=33), β) 5 έως 8 θέση (n=39) και γ) 9 και πάνω θέση (n=10). Όπως προέκυψε από τα αποτελέσματα οι επτά υποκλίμακες του ερωτηματολογίου των

* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ή αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

* The participation in the congress with an oral or poster presentation is certified through this electronic file.

ψυχολογικών δεξιοτήτων στον αθλητισμό είχαν υψηλή εσωτερική συνοχή (Cronbach's α από .64 έως .83). Από την πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης (MANOVA), δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανεξάρτητων μεταβλητών εμπειρία και κατάταξη, διαπιστώθηκε όμως κύρια επίδραση της εμπειρίας και της κατάταξης. Ως προς την αγωνιστική εμπειρία στατιστικά σημαντικές διαφορές προέκυψαν στην αντιμετώπιση δυσκολιών, τη μεγιστοποίηση απόδοσης σε συνθήκες πίεσης και την αυτοπεποίθηση, ενώ σε σχέση με την κατάταξη στην αυτοσυγκέντρωση και στον καθορισμό στόχων, με τις αθλήτριες της πρώτης τετράδας να εμφανίζουν υψηλότερους μέσους όρους. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι αθλήτριες της Α1 κατηγορίας μπάσκετ, έχουν ανεπτυγμένες τις ψυχολογικές τους δεξιότητες σε ικανοποιητικό βαθμό. Ωστόσο, οι αθλήτριες με αγωνιστική εμπειρία μεγαλύτερη από δέκα χρόνια όταν έχουν να αντιμετωπίσουν τις απαιτητικές και δύσκολες καταστάσεις του αγώνα εμφανίζονται καλύτερα προετοιμασμένες. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με αυτά ανάλογων ερευνών που υποστηρίζουν ότι αθλητικά ώριμοι και υψηλού επιπέδου αθλητές επιδεικνύουν ισχυρές γνωστικές δεξιότητες και τεχνικές αντιμετώπισης αγωνιστικών καταστάσεων.

Λέξεις κλειδιά: αγωνιστική εμπειρία, ψυχολογικές δεξιότητες, αθλήτριες καλαθοσφαίρισης

ΠΡΑΚΤΙΚΑ 17ου ΔΣΦΑ
PROCEEDINGS 17th ICPES

Αναρτημένες - Poster

4740

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΑΓΩΝΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΟΥΣ ΔΕΙΚΤΕΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Καλλίνης Κ., Τσιαβτάρης Μ., Δραγανίδης Δ., Χατζηνικολάου Α., Κατραμπασσάς Ι., Μιχαηλίδης Ι., Ντουρουντός Ι., Μαργώνης Κ., Φατούρος Ι., Ταξιλάρης Κ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Μονάδα Ορθοπαιδικής, Ασκληπιείο Νοσοκομείο Βούλας, Αθήνα

achatzin@phyed.duth.gr

TIME COURSE OF CHANGES IN PERFORMANCE RESPONSES FOLLOWING A BASKETBALL GAME

K. Kallinis, M. Tsiavtaris, D. Draganidis, A. Chatzinikolaou, I. Katrabassas, I. Michailidis, I.

Douroudos, K. Margonis, I. Fatouros, K. Taxildaris

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Unit of Orthopaedics, Asklepieio Hospital at Voula, Athens, Greece

Η καλαθοσφαίριση χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανόμενες προσπάθειες μέγιστης έντασης, όπως άλματα, αλλαγές κατεύθυνσης, τρέξιμο προς οποιαδήποτε κατεύθυνση και αμυντικά γλιστρήματα ή οποίες διακόπτονται από προσπάθειες μικρής έντασης όπως περπάτημα, τρέξιμο σε χαμηλή ένταση. Στα κινητικά πρότυπα με υψηλή ένταση συστατικό στοιχείο αποτελεί ο κύκλος διάτασης βράχυνσης, ο οποίος ενδεχομένως να προκαλεί ασκησιογενή μυϊκό τραυματισμό, με συνέπεια την μείωση της απόδοσης για αρκετές ώρες μετά τον αγώνα. Σκοπός της μελέτης ήταν να εξετάσει την επίδραση ενός αγώνα καλαθοσφαίρισης σε μεταβλητές απόδοσης κατά τη διάρκεια της αποκατάστασης έως και 144 ώρες. Στη μελέτη συμμετείχαν 20 αθλητές οι οποίοι χωρίστηκαν σε δύο ομάδες. Την πειραματική ομάδα (Π: 10 αθλητές καλαθοσφαίρισης εθνικών κατηγοριών, ηλικία: 21.9 ± 2 βάρος: 84.3 ± 8 ύψος: 184.6 ± 6.2 ποσοστό σωματικού λίπους: 12.2 ± 3.8 μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου: 48.5 ± 4) στην οποία οι συμμετέχοντες συμμετείχαν σε έναν αγώνα καλαθοσφαίρισης (σύμφωνα με τους κανονισμούς της FIBA) και την ομάδα ελέγχου (Ε: 10 αθλητές ηλικία: 24.9 ± 2 βάρος: 88.2 ± 8 ύψος: 186.6 ± 4.1 ποσοστό σωματικού λίπους: 14.2 ± 3.1 μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου: 47.6 ± 3.2) στην οποία οι συμμετέχοντες δεν συμμετείχαν σε καμία μορφή άσκησης. Η μυϊκή ισχύς των κάτω άκρων μέσω του άλματος με υποχωρητική φάση (CMJ, Newtest, Oulu, Finland), η μέγιστη δύναμη κάτω άκρων με την άσκηση πρέσα ποδιών (Visa, Rome Italy), η ταχύτητα 10 και 20 μέτρων (φωτοκκύταρα Newtest, Oulu, Finland), η ευκινησία με τη δοκιμασία t-test και η αναερόβια αντοχή με το τεστ γραμμών (line drill test) αποτέλεσαν τις εξαρτημένες μεταβλητές. Σε όλη τη διάρκεια του αγώνα υπήρξε καταγραφή της καρδιακής συχνότητας. Η στατιστική ανάλυση που χρησιμοποιήθηκε ήταν η ανάλυση διακύμανσης με δύο παράγοντες εκ των οποίων ο ένας επαναλαμβανόμενος. Η καρδιακή συχνότητα κατά τη διάρκεια του αγώνα (χωρίς τα διαλείμματα) ήταν στο 80% της μέγιστης καρδιακής συχνότητας. Από την επεξεργασία των δεδομένων διαπιστώθηκε πως δεν επηρεάστηκαν σημαντικά οι επιδόσεις στο t-test και την αναερόβια αντοχή. Αντίθετα σημαντική μείωση παρατηρήθηκε στη μέγιστη δύναμη κάτω άκρων όπου οι δοκιμαζόμενοι στην ομάδα Π παρουσίασαν μείωση 11 – 20% ($p < 0.05$) σε σύγκριση με τις τιμές ηρεμίας. Στις ταχύτητες 10, 20 μέτρων και στο CMJ παρατηρήθηκε πτώση στην απόδοση 3-8% σε σύγκριση με τις τιμές ηρεμίας. Συμπερασματικά ένας αγώνας καλαθοσφαίρισης προκάλεσε παροδική μείωση της απόδοσης για τουλάχιστον 48 ώρες κατά τη διάρκεια της αποκατάστασης. Τα αποτελέσματα αυτά υποδεικνύουν πως πρέπει να δίνεται αρκετός χρόνος αποκατάστασης, περίπου 48 ωρών, στους αθλητές καλαθοσφαίρισης μετά από έναν αγώνα, ώστε να είναι σε θέση να συμμετάσχουν σε προπονητικές μονάδες με υψηλή ένταση.

Λέξεις κλειδιά: καλαθοσφαίριση, μυϊκή ισχύς, μέγιστη δύναμη

5034

ΟΡΓΑΝΩΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΚΑΙ ΑΡΙΘΜΟΣ ΒΗΜΑΤΩΝ

Μωυσιάδου Κ., Λασκαρίδη Β., Γούργουλης Β., Μιχαλοπούλου Μ., Κουρτέσης Θ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

katerina_13-02@hotmail.com

ORGANISED ACTIVITIES OF LEARNING AND THE ATHLETIC DEXTERITIES OF BASKETBALL AND NUMBER OF STEPS

K. Moisiadou, B.Laskaridi, V.Gourgoulis, M. Michalopoulou, Th. Kourtessis

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία προτείνεται για τα παιδιά συγκεκριμένοι αριθμοί βημάτων ως ενδεικτική φυσική δραστηριότητα τα οποία πρέπει να πραγματοποιούν ανά ημέρα ώστε να έχουν θετικές επιδράσεις στην υγεία τους. Συγκεκριμένα για τα αγόρια έχει αναφερθεί ότι 15.000/ημέρα είναι αρκετά έτσι ώστε να υπάρξουν

* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ή αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

* The participation in the congress with an oral or poster presentation is certified through this electronic file.

θετικές επιδράσεις για την υγεία. Μελέτες στη χώρα μας έχουν καταγράψει ότι τα αγόρια κατά μέσο όρο εκτελούν 10.162 βήματα/ημέρα (Δημητρίου και συν., 2008) ή 12.361 βήματα ανά ημέρα (Μπερτάκη και συν 2009). Σκοπός της μελέτης αυτής ήταν η καταγραφή του αριθμού βημάτων που συγκεντρώνουν τα παιδιά κατά τη συμμετοχή τους σε οργανωμένες δραστηριότητες εκμάθησης αθλητικών δεξιοτήτων όπως τα προγράμματα των Ο.Τ.Α για την εκμάθηση της καλαθοσφαίρισης. Στη μελέτη αυτή συμμετείχαν 18 αγόρια ηλικίας 9-12 ετών τα οποία συμμετέχουν σε οργανωμένο πρόγραμμα εκμάθησης δεξιοτήτων καλαθοσφαίρισης. Η καταγραφή του αριθμού των βημάτων πραγματοποιήθηκε σε 4 μαθήματα καλαθοσφαίρισης διάρκειας 60min με τη χρήση του βηματόμετρου SW200 της Yamax. Πρόσθετα καταγράφηκαν τα σωματομετρικά χαρακτηριστικά του σωματικού βάρους και ύψους. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της περιγραφικής στατιστικής ο μέσος όρος των βημάτων που πραγματοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια των μαθημάτων ήταν 4.925 (782). Η ελάχιστη τιμή ήταν 3.185 βήματα ενώ η μέγιστη ήταν 5.708 βήματα. Συμπερασματικά ο ρυθμός των βημάτων που πραγματοποίησαν κατά τη διάρκεια ενός μαθήματος καλαθοσφαίρισης ήταν αρκετός για να περάσουν το όριο του αριθμού βημάτων ανά ημέρα το οποίο θα τους κατέτασσε στα παιδιά που έχουν θετικές επιδράσεις στην υγεία τους ως αποτέλεσμα της δραστηριότητας τους.

Λέξεις κλειδιά: αριθμός βημάτων, βηματόμετρα ανά ημέρα καλαθοσφαίριση, αγόρια

6015

ΤΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.

Καπερώνη Μ., Μαυρίδης Γ., Καρυπίδης Α., Ρόκκα Σ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

mageorge@otenet.gr

THE PROFILE OF GREECE FEMALE BASKETBALL PLAYERS

M. Kaperoni, G. Mavridis, A. Karipidis, S. Rokka

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Η ραγδαία εξέλιξη της καλαθοσφαίρισης τα τελευταία χρόνια έγινε η αφορμή για την ενασχόληση και τη συμμετοχή μεγαλύτερου αριθμού αθλητών και αθλητριών, προπονητών και φιλάθλων στο άθλημα της καλαθοσφαίρισης. Ταυτόχρονα όμως αυξήθηκαν και οι απαιτήσεις της τεχνικής και τακτικής προετοιμασίας των αθλητών/τριών και των ομάδων για την αντιμετώπιση των νέων συνθηκών για επιτυχία σε ένα άκρως ανταγωνιστικό άθλημα. Σκοπός της παρούσας εργασίας, ήταν να καταγραφεί το προφίλ των αθλητριών της Α1 και Α2 εθνικής κατηγορίας καλαθοσφαίρισης και να διερευνηθούν πιθανές διαφορές στα χαρακτηριστικά της προπονητικής διαδικασίας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 198 αθλήτριες καλαθοσφαίρισης (Α1 =82, Α2 =116) που συμμετείχαν στο ελληνικό πρωτάθλημα 2008-09. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ανώνυμο ερωτηματολόγιο που ζητούσε πληροφορίες για δημογραφικά στοιχεία (ηλικία, εμπειρία, σπουδές) και προπονητικά χαρακτηριστικά. Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε εθελοντικά από τις αθλήτριες στους χώρους προπόνησης κατά την περίοδο προετοιμασίας. Για τη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων, χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση Σχυντοτήτων και το μη παραμετρικό τεστ Χ². Από τα αποτελέσματα προέκυψε ότι τα μορφολογικά χαρακτηριστικά των αθλητριών και ο σωματότυπός τους διαφέρουν κατά κατηγορία και κατά αγωνιστική θέση. Ο μέσος όρος ηλικίας των αθλητριών είναι αρκετά μεγάλος και στις δύο κατηγορίες. Οι περισσότερες παίκτριες αγωνίζονται για πολλά χρόνια, ενώ μόνο δύο στις δέκα αθλήτριες έχουν αγωνιστική εμπειρία μικρότερη των πέντε ετών. Ιδιαίτερη ανησυχία προκαλεί το μικρό ποσοστό νεαρών κοριτσιών στις εθνικές κατηγορίες. Επτά στις δέκα αθλήτριες που αγωνίζονται είναι φοιτήτριες και απόφοιτες των ΑΕΙ και ΤΕΙ. Οι παίκτριες της Α1 κατηγορίας προπονούνται καθημερινά για τρεις και τέσσερις ώρες την ημέρα και πιστεύουν ότι αποδίδουν ικανοποιητικά εξίσου στην άμυνα και στην επίθεση. Αντίθετα οι παίκτριες της Α2 κατηγορίας προπονούνται μέσο όρο δύο ώρες την ημέρα και τέσσερις φορές την εβδομάδα, ενώ πιστεύουν ότι αποδίδουν καλύτερα κυρίως στην άμυνα. Συμπερασματικά το προφίλ και τα χαρακτηριστικά των αθλητριών παίζουν σημαντικό ρόλο στην αθλητική απόδοση, καθώς και στη διαβάθμιση και ταξινόμηση των αθλητριών ανά κατηγορία και αγωνιστική θέση. Λαμβάνοντας υπόψη τα συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που απαιτεί το κάθε άθλημα και χρησιμοποιώντας τα τόσο στην επιλογή των αθλητών/τριών όσο και στην επιλογή της αγωνιστικής θέσης, δημιουργούνται οι καλύτερες προϋποθέσεις για μια μελλοντική υψηλή απόδοση.

Λέξεις κλειδιά: καλαθοσφαίριση, χαρακτηριστικά αθλητριών, διαφορές Α1 και Α2 κατηγορίας

6694

ΜΕΛΕΤΗ ΤΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ ΠΛΕΥΡΑΣ ΤΗΣ ΜΠΑΛΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΚΑΙ Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ, ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΟΥ 2004

Μάγκου Κ., Παπαδημητρίου Κ., Σερμάκη Ι., Καρυπίδης Α., Ταξιλδάρης Κ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

krapadim@phyed.duth.gr

* Η συμμετοχή στο συνέδριο με προφορική ή αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

* The participation in the congress with an oral or poster presentation is certified through this electronic file.

WOMEN BASKETBALL: STUDY OF CHANGE IN THE SIDE OF BALL POSITION AND HER EFFECTIVENESS IN OLYMPIC TEAMS

K. Maggou, K. Papadimitriou, I. Sermaki, A. Karipidis, K. Taxildaris
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Σημαντική κρίνεται η ικανότητα των παικτών να πασάρουν την μπάλα σε όλες τις κατευθύνσεις του γηπέδου (κάθετα και οριζόντια), κουράζοντας την άμυνα και δημιουργώντας τις προϋποθέσεις για ελεύθερο σουτ. Από πλευράς τακτικής η πάσα κατέχει ουσιαστικό ρόλο με τον O' Neil (1994) να υποστηρίζει ότι πριν εκδηλωθεί επίθεση η μπάλα θα πρέπει να αλλάξει πλευρά μία τουλάχιστον φορά, ενώ ο Hurley (1993) θεωρεί ότι πρέπει να γίνουν τουλάχιστον δυο αλλαγές πλευράς της μπάλας πριν το σουτ. Έτσι σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετήσει την αποτελεσματικότητα των επιθέσεων στην καλαθοσφαίριση, ανάλογα με τις αλλαγές πλευράς της μπάλας. Επιμέρους στόχος ήταν να συγκρίνει την παραπάνω αγωνιστική συμπεριφορά μεταξύ αγώνων νίκης και ήττας. Το δείγμα αποτέλεσαν 84 αγώνες των εθνικών ομάδων (Αυστραλία, Βραζιλία, Ελλάδα, Η.Π.Α., Ιαπωνία, Ισπανία, Κίνα, Κορέα, Ν. Ζηλανδία, Νιγηρία, Ρωσία, Τσεχία) γυναικείας καλαθοσφαίρισης που συμμετείχαν στους Ολυμπιακούς αγώνες της Αθήνας το 2004. Καταγράφηκε ο αριθμός των αλλαγών πλευράς της μπάλας σε κάθε επίθεση: α) καμία, β) μία, γ) πάνω από δύο. Τα όργανα που χρησιμοποιήθηκαν ήταν το λογισμικό BasketAs, ηλεκτρονικός υπολογιστής και τηλεόραση. Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων έγινε μέσω της ανάλυσης Crosstabs και το κριτήριο Mann-Witney. Από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ότι, οι ομάδες στο σύνολο του δείγματος δεν χρησιμοποίησαν την αλλαγή πλευράς της μπάλας, ενώ μόνο στο 20% των επιθέσεων χρησιμοποιήθηκε η μία αλλαγή πλευράς και στο 4% πάνω από δύο αλλαγές. Ωστόσο η συχνότητα εμφάνισης των αλλαγών πλευράς της μπάλας ήταν διαφορετική μεταξύ νικητών και ηττημένων όπως και η αποτελεσματικότητά τους. Επίσης προέκυψε ότι η τακτική της αλλαγής πλευράς της μπάλας, η οποία εφαρμόστηκε περισσότερο σε αγώνες νίκης, συνέβαλε ουσιαστικά στην νίκη εφόσον οι νικήτριες ομάδες χρησιμοποίησαν περισσότερες αλλαγές πλευράς της μπάλας σε σχέση με τις ηττημένες ($Z = -2,11, p < .05$). Τέλος όσον αφορά την αποτελεσματικότητα νικητών και ηττημένων στις αλλαγές πλευράς της μπάλας διαπιστώθηκε ότι οι νικήτριες ομάδες ήταν αποτελεσματικότερες από τις ηττημένες ομάδες. Έτσι προκύπτει ότι, α) η αποτελεσματικότητα της επίθεσης εξαρτήθηκε από την αλλαγή πλευράς της μπάλας όπως επίσης και το τελικό αποτέλεσμα του αγώνα και β) οι νικήτρες διέφεραν στατιστικά σημαντικά από τους ηττημένους στις πάνω από δύο αλλαγές πλευράς της μπάλας. Συμπερασματικά οι ομάδες που χρησιμοποίησαν πάνω από δύο αλλαγές πλευράς της μπάλας στις επιθέσεις τους υπερέχουν των άλλων ομάδων στην τελική επικράτησή τους. Προτείνεται λοιπόν, η εξάσκηση και η συστηματική χρησιμοποίηση της αλλαγής πλευράς της μπάλας στο σχεδιασμό της επιθετικής τακτικής των ομάδων ως ένας σημαντικός παράγοντας για την νίκη.

Λέξεις κλειδιά: Επιθετική συμπεριφορά, Καλαθοσφαίριση, Βίντεοανάλυση.