

Θεματική Ενότητα: Προπονητική Ατομικών – Τένις Προφορικές & Αναρτημένες Ανακοινώσεις 17^{ου} Διεθνές Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Section: Individual Sports Training – Tennis Oral & Poster Presentations of the 17th International Congress of Physical Education & Sport



Προφορικές - Oral

5544

ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΣΤΑΣΕΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΑΝΤΙΠΕΡΙΣΤΗ: Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥ ΜΠΑΤΜΙΝΤΟΝ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «ΜΠΑΤΜΙΝΤΟΡΑΜΑ»

Φοινιώτου Μ., Κόντου Ε., Ιακώβου Ε., Παρτεμιάν Σ., Αλεξανδρής Κ.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Ελληνική Ομοσπονδία Φιλάθλων Σωματίων Αντιπέρησης

goddess_9@hotmail.com

INVESTIGATING PRIMARY EDUCATION STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS BADMINTON: THE CASE OF "BADMINTORAMA"

M. Foiniotou, E. Kontou, E. Iakovou, S. Partemian, K. Alexandris

Aristotle's University of Thessaloniki, D.P.E.S.S.

Greek Badminton Federation

Όλα τα μοντέλα αθλητικής ανάπτυξης που έχουν προταθεί στην διεθνή βιβλιογραφία (Green & Houlihan, 2005) χρησιμοποιούν ως βάση το πυραμιδικό σύστημα σύμφωνα με το οποίο όσο μεγαλύτερη είναι η βάση των ατόμων και ειδικά παιδιών που συμμετέχουν σε ένα συγκεκριμένο άθλημα τόσο πιο πιθανό είναι να εξελιχθούν κάποιοι σε αθλητές αγωνιστικού επιπέδου, αλλά και παράλληλα να αναπτυχθεί ο αθλητισμός αναψυχής μέσω της δια βίου άσκησης. Βασικό στοιχείο επομένως στην ανάπτυξη νέων αθλημάτων είναι η διδασκαλία στα δημοτικά σχολεία, τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως βάση ανάπτυξης με στόχο την προώθηση, διάδοση ενός αθλήματος και ανάπτυξης θετικών στάσεων προς αυτό. Η συγκεκριμένη εργασία βασίζεται στην διερεύνηση των στάσεων των μαθητών δημοτικών σχολείων προς την αντισφαίριση μέσα από ένα πρότυπο πρόγραμμα προώθησης του Μπάτμιντον. Το πρόγραμμα αυτό εκπονήθηκε από το ΤΕΦΑΑ του ΑΠΘ για λογαριασμό της Ομοσπονδίας του Μπάτμιντον. Στη συγκεκριμένη εργασία παρουσιάζονται ερευνητικά δεδομένα που σχετίζονται με την διερεύνηση των αλλαγών των στάσεων των μαθητών προς την αντισφαίριση. Δεδομένα συγκεντρώθηκαν πριν την έναρξη του προγράμματος και μετά την ολοκλήρωσή του. Τετρακόσιοι εξήντα τρεις μαθητές (N=463) της Τετάρτης και Πέμπτης τάξης από 9 δημοτικά σχολεία της Θεσσαλονίκης που συμμετείχαν στο πρόγραμμα συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο που μετράει τα γνωστικά, συναισθηματικά και συμπεριφορικά στοιχεία των στάσεων (Shiffman & Kanuk, 2007). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι στην διάσταση του γνωστικού στοιχείου («γνωρίζω πώς παίζεται», «γνωρίζω πολλά πράγματα», «ξέρω να παίζω») και τα 3 θέματα παρουσίασαν στατιστικά σημαντική αύξηση των μέσων όρων ($t=11,1$, $p<.001$). Στατιστικές σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν επίσης στο συναισθηματικό στοιχείο των στάσεων («διδασκευαστικό», $t=2.3$, $p<.05$, «εύκολο», $t=4.5$, $p<.001$). Τέλος η συντριπτική πλειοψηφία των μαθητών (82%) εξέφρασαν την επιθυμία να συνεχίζουν να παίζουν Μπάτμιντον και ένα 30% εξέφρασαν την επιθυμία να γραφούν σε σωματεία. Τα αποτελέσματα αυτά έχουν σημασία στην περαιτέρω ανάπτυξη στρατηγικών προώθησης του αθλήματος στα σχολεία και στην διάδοση του σε παιδιά δημοτικών σχολείων.

Λέξεις κλειδιά: αντιπέρηση, σχολικός αθλητισμός, αθλητική ανάπτυξη

5595

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΤΩΝ ΣΥΝΑΡΜΟΣΤΙΚΩΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ, ΩΣ ΜΟΡΦΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ, ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΟΥ BACKHAND ΣΤΟ ΑΘΛΗΜΑ ΤΗΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Τσετσέλη Μ., Ζέτου Ε., Μιχαλοπούλου Μ., Καμπάς Α., Μάλλιου Β.

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

Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α

elzet@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.

THE INFLUENCE OF COORDINATION ABILITIES, AS ADDITIONAL SKILL PRACTICE, ON BACKHAND SKILL IMPROVEMENT IN TENNIS

M. Tsetseli , E. Zetou, M. Michalopoulou, A. Kampas, V. Malliou
Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.
Kapodistrian University of Athens, D.P.E.S.S.

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν, αφού διαπιστωθούν ποιες συναρμοστικές ικανότητες είναι εκείνες που παίζουν το σημαντικότερο ρόλο στο άθλημα της αντισφαίρισης, να εξετάσει αν η εξάσκησή τους ως συμπληρωματική προπόνηση τεχνικής, θα βελτιώσει τη δεξιότητα του backhand στην αντισφαίριση. Το δείγμα αποτέλεσαν 48 παιδιά, ηλικίας 9 – 14 ετών ($MO = 11,17 \pm 1,69$ έτη), τα οποία χωρίστηκαν τυχαία σε δυο ομάδες, την πειραματική ($N = 24$) και την ομάδα ελέγχου ($N = 24$). Οι ασκούμενοι της πειραματικής ομάδας πραγματοποίησαν ένα παρεμβατικό πρόγραμμα προπόνησης συναρμογής, διάρκειας 20', για 5 εβδομάδες, ενώ της ομάδας ελέγχου το τυπικό πρόγραμμα προπόνησης. Οι συναρμοστικές ικανότητες που επιλέχθηκαν και εξασκήθηκαν ήταν οι εξής: 1) ικανότητα κιναισθητικής διαφοροποίησης και 2) σύνθετη ικανότητα αντίδρασης. Οι παραπάνω ικανότητες κρίθηκαν ως οι πιο σημαντικές, όσον αφορά στην υψηλή απόδοση στο άθλημα της αντισφαίρισης, σύμφωνα με τις απόψεις δεκαπέντε έμπειρων προπονητών υψηλού επιπέδου και πρώην αθλητών/τριών. Οι ασκούμενοι και των δυο ομάδων αξιολογήθηκαν εκτελώντας τρεις μετρήσεις (στην αρχή, μετά την παρέμβαση και μια εβδομάδα μετά την τελική μέτρηση, χωρίς εξάσκηση). Οι ασκούμενοι εκτέλεσαν 10 επαναλήψεις της δεξιότητας, ενώ παράλληλα βιντεοσκοπούσαν. Ακολούθησε ανάλυση της τεχνικής στα πέντε σημεία της δεξιότητας του backhand από έμπειρο παρατηρητή, αφού εξετάστηκε η εσωτερική του αξιοπιστία. Τα αποτελέσματα από την t-test ανάλυση έδειξαν στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ της πειραματικής ομάδας και της ομάδας ελέγχου ($p < .05$), με την πρώτη να έχει σαφώς μεγαλύτερη βελτίωση στην τεχνική της δεξιότητας του backhand.

Λέξεις κλειδιά: αντισφαίριση, backhand,, συντονιστικές ικανότητες,, κιναισθητική διαφοροποίηση, αντίδραση

Αναρτημένες - Poster

4963

ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΣΤΗΝ ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΤΟΥ BACKHAND ΜΕ ΕΝΑ ΚΑΙ ΔΥΟ ΧΕΡΙΑ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΑΡΧΑΡΙΟΥΣ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ.

Κωνσταντίνου Χ., Μανουσαρίδου Α., Μαββίδης Α., Μάντης Κ.

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

kristina-k@hotmail.com

COMPARISON IN THE LEARNING OF BACKHAND WITH ONE AND TWO HANDS IN ADULT BEGINNERS IN TENNIS.

Ch.Constantinou, A. Manousaridou, A. Mavidis, K. Mantis

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

Σκοπός της έρευνας ήταν να συγκριθεί η εκπαίδευση στο backhand (bh) με ένα και με δύο χέρια, ως προς την αποτελεσματικότητα του κτύπηματος, σε ενήλικες αρχάριους. Το δείγμα αποτέλεσαν 24 φοιτητές του Τ.Ε.Φ.Α.Α./ Δ.Π.Θ, ηλικίας 18-20 χρόνων, οι οποίοι δεν είχαν μέχρι τότε καμία επαφή με το άθλημα της Αντισφαίρισης. Στην μία πειραματική ομάδα, των 12 δοκιμαζόμενων, έγινε η εκμάθηση του bh μόνο με ένα χέρι, ενώ στην άλλη ισάριθμη ομάδα, η εκμάθηση του bh μόνο με δύο χέρια, με το ίδιο όμως ασκησιολόγιο. Το πρόγραμμα διήρκεσε 3 εβδομάδες με συχνότητα 1 φορά την εβδομάδα, από ένα δίωρο. Μετά τα τρία δίωρα, ακολούθησε μέτρηση με συγκεκριμένη δοκιμασία ευστοχίας. Η αξιοπιστία των μετρήσεων σε ό,τι αφορά τους πόντους (ανάλογα την περιοχή προσγειώσης της μπάλας) που επέτυχαν οι δοκιμαζόμενοι κυμάνθηκε σε ικανοποιητικά στατιστικά επίπεδα ($r=.773$, $p=.000$). Τα αποτελέσματα της μέτρησης εμφάνισαν διαφορές ανάμεσα στους δύο τρόπους εκτέλεσης του χτυπήματος στις δύο ομάδες. Οι δοκιμαζόμενοι, οι οποίοι διδάχτηκαν bh με δύο χέρια παρουσίασαν καλύτερα αποτελέσματα, στα όρια όμως της στατιστικά σημαντικής διαφοράς ($p=.066$). Το γενικό συμπέρασμα που εξάγεται, είναι ότι το χτύπημα με δύο χέρια στη φάση της εκμάθησης σε ενήλικες αρχάριους, παρουσιάζει καλύτερα αποτελέσματα, ίσως επειδή με τα δύο χέρια υπάρχει καλύτερος έλεγχος της ρακέτας κατά το κτύπημα με συνέπεια να προκύπτει καλύτερη ευστοχία. Στη βιβλιογραφία αναφέρεται ότι αυτό ισχύει και σε μικρότερες ηλικίες και ίσως είναι και ο λόγος που η μεγάλη πλειοψηφία των παιδιών παίζει με δύο χέρια, με συνέπεια και στους αθλητές να υπάρχει μεγαλύτερο ποσοστό παικτών, που επιλέγουν αυτό το κτύπημα.

Λέξεις κλειδιά: εκπαίδευση, backhand με ένα και δύο χέρια, αποτελεσματικότητα

4980

Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΣΕΡΒΙΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΟΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΛΑΒΗΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΛΑΙΜΟ ΤΗΣ ΡΑΚΕΤΑΣ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ

Μανουσαρίδου Α., Αντωνοπούλου Σ., Μαββίδης Α., Μάντης Κ.

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

alexandra_manousaridou@hotmail.com

THE EFFECTIVENESS OF SERVICE ACCORDING TO THE DISTANCE OF GRIP FROM THE NECK OF THE RACQUET IN TENNIS.

A. Manousaridou, S. Antonakopoulou, A. Mavidis, K. Mantis

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

Σκοπός της μελέτης αυτής ήταν να αξιολογήσει τη θέση της λαβής της ρακέτας στο σερβίς στην Αντισφαίριση. Εξετάστηκαν δύο αποστάσεις κρατήματος της λαβής, 2 πόντοι προς τα «μέσα» και δύο πόντοι προς τα «έξω», καθώς και η προσωπική λαβή, σε έλληνες παίκτες της Αντισφαίρισης, με πανελλήνια διάκριση. Το δείγμα αποτέλεσαν 8 παίκτες/τριες, εκ των οποίων 4 ήταν αγόρια και 4 ήταν κορίτσια, ηλικίας 18 έως 22 ετών. Οι παίκτες εκτελούσαν 10 σερβίς με την κάθε μια από τις τρεις λαβές με στόχο να πετύχουν έγκυρα και όσο το δυνατό ταχύτερα σερβίς. Μετά την εκτέλεση των 10 σερβίς, ακολουθούσε διάλειμμα (εκτέλεση από άλλους δύο δοκιμαζόμενους), έτσι ώστε να ξεκουράζεται ο κάθε δοκιμαζόμενος. Η καταμέτρηση της ταχύτητας έγινε με ραντάρ (Prospeed, Digital Signal Processing, Decatur electronics). Οι μετρήσεις πραγματοποιήθηκαν σε ανοιχτά γήπεδα, χωρίς άνεμο και υγρασία, με καινούργιες μπάλες (Wilson US OPEN). Οι διαφορές στις επιδόσεις ελέγχθηκαν με το t-test. Προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων, όπως ήταν αναμενόμενο, στο επίπεδο σημαντικότητας $p<.05$ και μεταξύ όλων των λαβών στο επίπεδο σημαντικότητας $p<.001$. Οι παίκτες παρουσίασαν καλύτερα αποτελέσματα, όπως ήταν αναμενόμενο, με τη προσωπική τους λαβή. Ωστόσο, διαπιστώθηκε ότι τα αποτελέσματα με την «άβολη» κατά τα άλλα λαβή «έξω», λόγω ελλιπούς αίσθησης συγκράτησης της ρακέτας, ήταν ελαφρώς καλύτερα από τη λαβή «μέσα», τόσο στην ευστοχία όσο και στην ταχύτητα. Αυτό δηλώνει ότι, σε μια ενδεχόμενη αλλαγή λαβής για λόγους τεχνικής, στο επίπεδο αυτό και για το συγκεκριμένο κτύπημα του σερβίς, ένα κράτημα της λαβής προς τα «έξω» θα είχε πιθανά καλύτερα αποτελέσματα

* 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.

Λέξεις κλειδιά: σερβίς, λαβές, ευστοχία – ταχύτητα

5406

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΑΠΟΔΟΣΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΤΟΥ ΤΕΝΙΣ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩΝΤΑΣ ΤΟ LOUGHBOROUGH TENNIS SKILL TEST

Σιμούλη Β., Μάλλιου Β., Τσετσέλη Μ.

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

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

bmaliou@phed.uoa.gr

THE EFFECT OF TECHNIQUE TRAINING ON TENNIS SKILLS USING THE LOUGHBOROUGH TENNIS SKILL TEST

V. Simouli, V. J. Malliou, M. Tsetseli

Kapodistrian University of Athens, D.P.E.S.S.

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

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να εξετάσει την επίδραση ενός προγράμματος προπόνησης τεχνικής στην απόδοση στα χτυπήματα εδάφους και σερβίς. Στη παρούσα εργασία συμμετείχαν 14 αθλητές του τένις, με 3 χρόνια εμπειρία (7 αγόρια και 7 κορίτσια) ηλικίας 13-15 ετών και χωρίστηκαν τυχαία σε δύο ομάδες (πειραματική και ελέγχου). Όλοι οι αθλητές έλαβαν μέρος στο Loughborough Tennis skill test, ένα τεστ αξιολόγησης της σταθερότητας και ακρίβειας στις δεξιότητες του forehand, backhand και service. Η πειραματική ομάδα παρακολούθησε πρόγραμμα παρέμβασης 3 φορές την εβδομάδα, (60 λεπτά προπόνησης τεχνικής και 30 λεπτά παιχνίδι) που διήρκεσε 7 εβδομάδες. Η ομάδα ελέγχου στη διάρκεια προγράμματος έπαιξε μόνο τένις 90 λεπτά, 3 φορές την εβδομάδα. Μετά το τέλος της παρέμβασης και οι δύο ομάδες επανέλαβαν το ίδιο τεστ. Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης για εξαρτημένες μετρήσεις ως προς δύο παράγοντες από τους οποίους ο ένας είναι επαναλαμβανόμενος (πριν και μετά την παρέμβαση του προγράμματος) και ο άλλος παράγοντας μεταξύ των δύο ομάδων (ελέγχου και πειραματικής) (two way repeated ANOVA) το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε σε $p < 0.05$. Η ανάλυση έδειξε ότι υπάρχει σημαντική επίδραση του προπονητικού προγράμματος στην απόδοση και των τριών δεξιοτήτων (για το forehand $F(2,48)=259.8$, για το backhand $F(2,48)=221.04$ και service $F(2,48)=63.86$). Δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των δύο ομάδων στα τεστ που έγιναν πριν το πρόγραμμα παρέμβασης ($p > 0.05$). Επίσης, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά στις επιδόσεις της ομάδας ελέγχου στα τεστ πριν και μετά από το πρόγραμμα. Η παρούσα εργασία υποστηρίζει την υπόθεση ότι, σε αυτή την ηλικία 13-15 χρόνων, η προπόνηση της τεχνικής των δεξιοτήτων του τένις είναι ένας θεμελιώδης παράγοντας που πρέπει να αναπτυχθεί στο μέγιστο για βελτιωθεί η απόδοση των αθλητών.

Λέξεις κλειδιά: tennis, Loughborough tennis skill test, τεχνική