

Καθοδηγούμενη Μελέτη
Πετοσφαίρισης
(ΑΠ-477ΠΕ)
Θεματική ενότητα 5

Συγγραφή πτυχιακής
Δομή παραγράφου

Paragraph structure

Introduce your paragraph topic. We should have a good idea what the paragraph is about by reading this sentence. This contributes to the flow of your work. Are you expanding upon a previous paragraph or demonstrating a contrasting theory?	
Evidence from the literature, indicated by citations in your work. Each paragraph should demonstrate your knowledge based on the reading you have done. It is good practice to show a range of opinions; you should not just use literature that agrees with your point of view.	
Your commentary, evaluation or critique. What does the evidence seem to be saying? Can you analyse or critique what you have read? What are the strengths or weaknesses of the literature you have included? Can you link this to practice?	
Concluding sentence. Can you demonstrate how this paragraph has linked to your question and moved along your argument?	

Δομή παραγράφου επιστημονικής εργασίας

Η δομή μίας παραγράφου σε επιστημονική εργασία βασίζεται στην τυπική δομή **εισαγωγή-ανάπτυξη-επιπλέον πληροφορίες-συμπέρασμα**.

1. Εισαγωγή:

- Ξεκινήστε με μια **θεματική πρόταση** που συνοψίζει το περιεχόμενο της παραγράφου.
- Παρουσιάστε το **θέμα** ή την **κύρια ιδέα** που θα αναπτύξετε.
- Δώστε ένα **σύντομο πλαίσιο** για να βοηθήσετε τον αναγνώστη να κατανοήσει το θέμα.

Δομή παραγράφου επιστημονικής εργασίας

2. Ανάπτυξη:

- Εδώ παρουσιάζετε τα **επιχειρήματα**, τα **στοιχεία** και τις **αποδείξεις** που στηρίζουν την κύρια ιδέα.
- Χρησιμοποιήστε **λογικά συνδετικά** για να συνδέσετε τις προτάσεις και τις σκέψεις σας.
- Ενσωματώστε **παραπομπές** σε πηγές που τεκμηριώνουν τα λεγόμενά σας.

Δομή παραγράφου επιστημονικής εργασίας

3. Επιπλέον πληροφορίες:

- (Προαιρετικά) Μπορείτε να προσθέσετε **επιπλέον πληροφορίες, διευκρινίσεις ή παραδείγματα** για να ενισχύσετε το επιχείρημά σας.
- Φροντίστε να μην αποκλίνετε από το **κύριο θέμα** της παραγράφου.

Δομή παραγράφου επιστημονικής εργασίας

4. Συμπέρασμα:

- Συνοψίστε τα **βασικά σημεία** της παραγράφου.
- Επαναλάβετε την **κύρια ιδέα** με διαφορετικά λόγια.
- Δώστε **τροφή για σκέψη** ή **συνδέστε** την παράγραφο με την επόμενη.

Δομή παραγράφου επιστημονικής εργασίας

- **Tips:**

- Κρατήστε τις παραγράφους **σύντομες** και **περιεκτικές**.
- Αποφύγετε την **πολυλογία** και την **ασάφεια**.
- Χρησιμοποιήστε **σαφή** και **απλή** γλώσσα.
- Ελέγξτε την **ορθογραφία** και τη **γραμματική** σας.

Αλληλουχίες δεξιοτήτων και τελικές ενέργειες σκοραρίσματος στην πετοσφαίριση υψηλού επιπέδου: σύγκριση μεταξύ φύλων.

Εισαγωγή

Η πετοσφαίριση θεωρείται ως ένα από τα πιο διαδεδομένα ομαδικά αθλήματα. Σε αντίθεση με τα παιχνίδια εισβολής που εξαρτώνται από το χρόνο (time dependent), τα παιχνίδια φιλέ και τοίχου εξαρτώνται από το σκοράρισμα των πόντων (score dependent) (Reed & Edwards, 1992). Η πετοσφαίριση διαθέτει ευδιάκριτα αγωνιστικά επεισόδια και ξεκάθαρες δεξιότητες. Διακρίνεται για τη διαδοχική εναλλαγή φάσεων με κυκλικό τρόπο (αλληλουχίες) καθώς αφενός ο κανονισμός του παιχνιδιού επιβάλλει στους παίκτες/τριες να περνούν από όλες τις θέσεις του γηπέδου (F.I.V.B., 2012) και αφετέρου διότι υπάρχει σαφής ιεραρχική διαδοχή των δεξιοτήτων της τεχνικής (Nishijima et al., 1987).

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού εκτελούνται από τους παίκτες/τριες 6 βασικές δεξιότητες. Οι δεξιότητες αυτές είναι: σερβίς, υποδοχή του σερβίς, μεταβίβαση (πάσα), επίθεση, μπλοκ και άμυνα (Bertucci, 1982). Σύμφωνα με τον Nishijima και συν. (1987) οι δεξιότητες εκτελούνται με συγκεκριμένη σειρά, έχοντας ιεραρχική δομή. Με το παλιό σύστημα σκοραρίσματος διακρίνονταν δύο τύποι αλληλουχιών των δεξιοτήτων της πετοσφαίρισης, που χρησιμοποιήθηκαν τόσο στην ανάλυση των αγώνων, όσο και στην οργάνωση της προπόνησης (Zhang, 2000). Ο πρώτος τύπος ονομαζόταν Complex I (side-out, C1) και διεξάγονταν από την ομάδα που υποδέχονταν το σερβίς. Αποτελούνταν από την υποδοχή του σερβίς, τη μεταβίβαση (πάσα), την επίθεση και τη συνέχιση του αγωνιστικού επεισοδίου. Ο δεύτερος τύπος ονομαζόταν Complex 2 (transition, C2) και διεξάγονταν από την ομάδα που εκτελούσε το σερβίς. Περιλάμβανε το σερβίς, το μπλοκ, την άμυνα, τη μεταβίβαση (πάσα), την επίθεση και τη συνέχιση του Α.Ε. (Zhang, 2000).

Με την εφαρμογή του συστήματος συνεχούς καταγραφής πόντων (rally point scoring system) προστέθηκε μια ακόμη αλληλουχία δεξιοτήτων που μπορούσε να πραγματοποιηθεί και από τις δύο ομάδες, ανεξαρτήτως από το εάν κατά την έναρξη του αγωνιστικού επεισοδίου είχαν το δικαίωμα του σερβίς ή όχι. Ονομάστηκε C3 και περιελάμβανε τις δεξιότητες: μπλοκ, άμυνα, πάσα, (αντ)επίθεση (Palao et al., 2004). Στη συνέχεια, σύμφωνα με τον Laporta και συν. (2018), ο αριθμός των παρατηρούμενων αλληλουχιών προσδιορίστηκε σε έξι. Στις ήδη υπάρχουσες C1, C2, C3 προστέθηκαν η C4 (attack coverage) που είναι η επιθετική κάλυψη και η C5 (freeball) που είναι η αντεπίθεση μετά από άμυνα σε ελεύθερη μπάλα (Hileno & Busca, 2012; Laporta et al., 2018). Επιπλέον των αλληλουχιών C1-C5 που αποτελούνται από διαδοχικές δεξιότητες, ως αλληλουχία C0 θεωρήθηκε η δεξιότητα του σερβίς, παρότι αποτελεί αυτοτελή δεξιότητα σκοραρίσματος.

Το σερβίς ανήκει στην C0,....