

Κατευθυντήριες Οδηγίες για το πώς να κάνετε μια ακουστική περιγραφή της υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης ή τύφλωση

Dimitra Koutsouki, Katerina Asonitou, Sophia Charitou, Thomas
Nikodelis, Maja Sovinek, Nina Ivan, Ana Novak, Iris Španjol,
Robert Anđelković



Ευρετήριο περιεχομένων

• Σχετικά με το έργο.....	1
• Οι εταίροι.....	2
• Κατευθυντήριες Οδηγίες για το πώς να κάνετε μια ακουστική περιγραφή της υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης ή τύφλωση.....	6
• Βιβλιογραφική ανασκόπηση σχετικά με τις ελλείψεις στην κοινωνικοποίηση λόγω οπτικής αναπηρίας και τις θετικές επιπτώσεις του αθλητισμού τόσο στο άτομο όσο και στην κοινότητα.....	7
• 1.Εισαγωγή.....	8
• 2.Τα χαρακτηριστικά της οπτικής αναπηρίας.....	9
• 3.Η κοινωνικοποίηση και η φυσική δραστηριότητα των ατόμων με σοβαρά προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση.....	12
• 4.Συμπεράσματα.....	15
• 5.Βιβλιογραφικές αναφορές.....	15
• Do και Don'ts στα άτομα με τύφλωση	18
• Do και Don'ts στα άτομα με τύφλωση.....	20
• Κανόνες και Σφυρίγματα.....	32
• ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.....	34
• Προετοιμασία πριν από το παιχνίδι.....	45
• Περιγραφή (Πριν το παιχνίδι & στον αγώνα).....	46
• Αξιολόγηση μετά το παιχνίδι.....	47
• Αποτελέσματα αξιολόγησης από την αναμετάδοση αγώνων υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης.....	49

Σχετικά με το έργο

Το VIWAS είναι ένα Erasmus + SPORT project (Σύμπραξη συνεργασίας μικρής κλίμακας), που υλοποιήθηκε από πέντε οργανισμούς την Ελλάδα, την Ιταλία, την Κροατία και τη Σλοβενία, που δραστηριοποιούνται σε διαφορετικούς τομείς και διαθέτουν διαφορετικές αλλά συμπληρωματικές ικανότητες. Συγκεκριμένα, οι φορείς αυτοί είναι: το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, δύο κολυμβητικοί σύλλογοι, ο «Sportno Drustvo Invalid Ljubljana» και ο Αθλητικός Σύλλογος «Αστερίας», ο οργανισμός «Rjeka Sports Association για άτομα με αναπηρίες» και η μη κερδοσκοπική ένωση «Associazione Euphoria». Το έργο επικεντρώνεται σε άτομα με οπτική αναπηρία, που συχνά αποκλείονται από τη συμμετοχή λόγω εργονομικών και συμπεριφορικών φραγμών, έχουν περιορισμένες ευκαιρίες να απολαύσουν αθλητικές εκδηλώσεις, όπως η υδατοσφαίριση, και να είναι ενεργοί θεατές, όπως τα άτομα χωρίς αναπηρίες. Ο στόχος αυτού του έργου ήταν να δημιουργήσει έναν καλά δομημένο οδηγό για την αναμετάδοση και το σχολιασμό αγώνων υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης. Για το σκοπό αυτό, ένα ενδεικτικό δείγμα ατόμων με προβλήματα όρασης εκπαιδεύτηκε σε βασικές δεξιότητες υδατοσφαίρισης υπό ειδικά προσαρμοσμένες συνθήκες διδασκαλίας. Στο τέλος, οι "διαδικασίες και πρακτικές, που λειτούργησαν καλύτερα" αποτέλεσαν τη βάση για την ανάπτυξη του Οδηγού «VIWAS», που προσφέρεται ως Ανοικτή Εκπαιδευτική Πύλη διαθέσιμη σε πέντε γλώσσες (EN, EL, IT, SL, CR) σε επαγγελματίες του αθλητισμού, εκπαιδευτές υγρού στίβου, προπονητές, εκπαιδευτικούς, διευθυντές και προσωπικό μη κερδοσκοπικών αθλητικών οργανώσεων, ομοσπονδιών, συλλόγων, σχολείων κι εκπαιδευτικών αρχών, που επιθυμούν να εφαρμόσουν το σύστημα αναμετάδοσης και σχολιασμού για φιλάθλους με προβλήματα όρασης κατά τη διάρκεια αθλητικών διοργανώσεων υδατοσφαίρισης. Αναμένεται να έχει διατομεακή, καθώς και διαχρονική θετική επίδραση στις προσαρμοσμένες αθλητικές δραστηριότητες του υγρού στίβου. Επίσης, στην αλυσίδα προσβασιμότητας, προδιαγραφών σχολιαστών & σχετικής τεχνολογίας προσφέρεται η δυνατότητα δημιουργίας και πιστοποίησης θέσεων εργασίας για την ακουστική περιγραφή οποιουδήποτε αθλήματος. Η κοινωνική ευαισθητοποίηση προωθεί την κοινωνική ένταξη, ενισχύεται η εμπιστοσύνη και αναπτύσσονται οι κοινωνικές δεξιότητες των ατόμων με αναπηρία.

Οι εταίροι

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ- ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΑΘΗΝΩΝ -ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ/
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΩΝ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ (ΕΛΛΑΔΑ)**



HELLENIC REPUBLIC
National and Kapodistrian
University of Athens

Η Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Σ.Ε.Φ.Α.Α.) ανήκει στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (UoA), το οποίο είναι το παλαιότερο ίδρυμα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης στην Ελλάδα, καθώς και στη χερσόνησο των Βαλκανίων και στην περιοχή της Ανατολικής Μεσογείου. Η Σ.Ε.Φ.Α.Α. ειδικεύεται στη μελέτη, την έρευνα και τη διδασκαλία όλων των εκφράσεων κίνησης του ανθρώπινου σώματος μέσω ενός ολιστικού και σε βάθος διεπιστημονικού προγράμματος, που περιλαμβάνει τις φυσικές επιστήμες, τις κοινωνικές επιστήμες και τις ανθρωπιστικές επιστήμες. Η Σχολή περιλαμβάνει μέλη ΔΕΠ αναγνωρισμένα για την υψηλής ποιότητας έρευνα και δημοσιεύσεις τους. Το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.) συμμετέχει σε αυτό το έργο μέσω του Εργαστηρίου Προσαρμοσμένης Κινητικής Δραστηριότητας/Αναπτυξιακών και Κινητικών Διαταραχών, το οποίο είναι ένα από τα τρία βασικά και ανεξάρτητα εργαστήρια του Τομέα Θεωρητικών Επιστημών της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.Π.Α. Οι δραστηριότητες του Εργαστηρίου περιλαμβάνουν την παροχή εκπαίδευσης για προπτυχιακούς, αλλά και μεταπτυχιακούς φοιτητές. Επιπλέον, το Εργαστήριο ενισχύει την αξία της εκπαίδευσης και της έρευνας στη Σ.Ε.Φ.Α.Α., υλοποιεί ερευνητικά εκπαιδευτικά προγράμματα για μεταπτυχιακούς φοιτητές στην Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή, παρέχει εξειδίκευση σε καθηγητές Φυσικής Αγωγής και προπονητές και ασχολείται με τη βασική κι εφαρμοσμένη έρευνα στην Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή, ενώ παράλληλα υλοποιεί πολλά Ευρωπαϊκά και διεθνή προγράμματα.

ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΣΤΕΡΙΑΣ (ΕΛΛΑΔΑ)



Ο «Αστερίας» είναι ένας Αθλητικός Σύλλογος, που εδρεύει στην Κατερίνη και προσφέρει μαθήματα κολύμβησης για παιδιά από δύο ετών, παιδιά με αναπηρία (κυρίως περιπατητικά) και ενήλικες. Ο Σύλλογος διαθέτει εγκαταστάσεις για άτομα με αναπηρία. Ο Διευθύνων Σύμβουλος του Συλλόγου ειδικεύεται στη Βιοκινητική της κολύμβησης κι έχει εργαστεί στην ανάλυση της κίνησης παιδιών με εγκεφαλική παράλυση. Τόσο αυτός όσο και ο Επικεφαλής Προπονητής του «Αστερία» έχουν τιμηθεί από το Υπουργείο Παιδείας για το πρόγραμμα διδασκαλίας κολύμβησης στα δημοτικά σχολεία της Ελλάδας.

EUPHORIA NET srl (ΙΤΑΛΙΑ)



Η Euphoria ξεκίνησε ως μη κερδοσκοπικός οργανισμός, αλλά χάρη στην εμπειρία της από το 2019 έχει γίνει μια εταιρεία, που στοχεύει στην προώθηση και προβολή των ευρωπαϊκών θεμάτων, ενθαρρύνοντας τη συζήτηση, την ευαισθητοποίηση και την αλλαγή νοοτροπίας μέσω δραστηριοτήτων διάδοσης, εκστρατειών επικοινωνίας κι ενημέρωσης, εγκαθιδρύοντας τοπικά κι ευρωπαϊκά δίκτυα και αποκεντρωμένες δραστηριότητες συνεργασίας.

Η εταιρεία διοργανώνει διάφορες εκδηλώσεις ειδικά στον τομέα της εκπαίδευσης, της κατάρτισης, της ευρωπαϊκής ιθαγένειας και των πολιτικών για τη νεολαία. Σε συνεργασία με άλλες ενώσεις, εταιρείες, επαγγελματικούς συλλόγους και πανεπιστήμια, η Euphoria έχει αναπτύξει ειδικά προσαρμοσμένα μαθήματα για δασκάλους, διευθυντές και διοικητικό προσωπικό σχολείων σχετικά με ευρωπαϊκά έργα και ευκαιρίες. Ταξιδεύουν σε όλη την Ιταλία, για να παραδώσουν τα εκπαιδευτικά τους μαθήματα και στην Ευρώπη, για να υλοποιήσουν έργα της ΕΕ.

ŠPORTNO DRUŠTVO INVALID LJUBLJANA (ΣΛΟΒΕΝΙΑ)



Ο Κολυμβητικός Σύλλογος «Športno društvo Invalid Ljubljana» ιδρύθηκε το 1949 από στρατιωτικούς, τραυματίες πολέμου, που επέζησαν από τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο. Το έμπειρο προσωπικό του Συλλόγου οργανώνει αθλητικές δραστηριότητες για άτομα με αναπηρίες, που προσαρμόζονται στις ανάγκες του κάθε ατόμου. Ένας από τους στόχους του Συλλόγου είναι να επιτρέψει στα άτομα με αναπηρία να βελτιώσουν τις κινητικές τους δεξιότητες, να χαλαρώσουν και να προωθήσουν την κοινωνική ένταξή τους έτσι, ώστε να αισθάνονται αποδεκτοί από την κοινωνία. Επιπλέον, πολλά μέλη του συλλόγου αγωνίζονται σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο. Τέλος, ένα από τα μέλη του Συλλόγου έχει προκριθεί να συμμετάσχει στο Παγκόσμιο Κύπελλο Κωφών και Βαρήκων, ενώ ένα άλλο μέλος τους αγωνίζεται, για να κερδίσει την πρόκριση στους Παραολυμπιακούς Αγώνες.

RIJEKA SPORTS ASSOCIATION FOR PEOPLE WITH DISABILITIES (CROATIA)



športski savez osoba s invaliditetom grada rijeke
rijeka sports association for persons with disabilities

Η Ένωση «Rijeka sports association for people with disabilities» ιδρύθηκε στη Ριέκα της Κροατίας το 1984 με πρωταρχικό στόχο την προώθηση του αθλητισμού μεταξύ των νέων, ιδίως μεταξύ αυτών με διάφορα είδη αναπηρίας. Έχει ως αποστολή της να ενσωματώσει τα άτομα με αναπηρίες στην κοινωνία μέσω του αθλητισμού, να συμβάλει στην ισότητα των δικαιωμάτων όλων των πολιτών και να αποτρέψει τον κοινωνικό αποκλεισμό των ατόμων με αναπηρία. Στην Ένωση υπάρχουν 19 αθλητικοί σύλλογοι που περιλαμβάνουν: τένις με αναπηρικό αμαξίδιο, αθλητισμό, πινγκ-πονγκ, boccia, αλπικό σκι, ιππασία, κολύμπι, σκοποβολή, αθλήματα για άτομα με κώφωση και τύφλωση.

Η Ένωση διοργανώνει αθλητικές δραστηριότητες για άτομα με αναπηρία στην Περιφέρεια Primorje - GorskiKotar και αγώνες σε όλα τα επίπεδα για όλα τα αθλήματα υπό την αιγίδα της Κροατικής Παραολυμπιακής Επιτροπής και της Κροατικής Αθλητικής Ένωσης για Κωφούς. Τέλος, ο οργανισμός έχει εμπειρία σε έργα που χρηματοδοτούνται από την Ευρωπαϊκή Ένωση, στη διοργάνωση και διαχείριση διαφόρων αθλητικών εκδηλώσεων, τοπικών διαγωνισμών και στο συντονισμό αθλητικών συλλόγων.

Κατευθυντήριες Οδηγίες για το πώς να κάνετε μια ακουστική περιγραφή της υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης ή τύφλωση

Σκέψεις που πρέπει να λάβετε υπόψη και να μελετήσετε.

- Μελετήστε τη βιβλιογραφία σχετικά με την τύφλωση.
- Μελετήστε την ιστορία και τους βασικούς κανόνες του παιχνιδιού.
- Μελετήστε τα "do" και τα "don'ts" της τύφλωσης.
- Παρακολουθήστε έναν αγώνα υδατοσφαίρισης με έναν εμπειρογνώμονα.
- Κάντε κάποια βασική προπόνηση δεξιοτήτων υδατοσφαίρισης με το άτομο με προβλήματα όρασης ή τύφλωση (συνιστάται αλλά δεν είναι υποχρεωτικό).
- Κάνετε τις προετοιμασίες πριν από τον αγώνα.
- Κατά τη διάρκεια της μετάδοσης επικεντρωθείτε στις κατευθυντήριες γραμμές, που παρουσιάζονται παρακάτω και ασχοληθείτε με όλα τα σημεία.
- Πραγματοποιήστε αξιολόγηση μετά το παιχνίδι από τα άτομα με προβλήματα όρασης, χρησιμοποιώντας το προτεινόμενο ερωτηματολόγιο, που περιλαμβάνεται στον Οδηγό.

Βιβλιογραφική ανασκόπηση σχετικά με τις ελλείψεις στην κοινωνικοποίηση λόγω οπτικής αναπηρίας και τις θετικές επιπτώσεις του αθλητισμού τόσο στο άτομο όσο και στην κοινότητα

- 1. Εισαγωγή**
- 2. Τα χαρακτηριστικά της οπτικής αναπηρίας**
- 3. Η κοινωνικοποίηση και η φυσική δραστηριότητα των ατόμων με σοβαρά προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση**
- 4. Συμπεράσματα**
- 5. Βιβλιογραφικές αναφορές**

1.Εισαγωγή

Πολλοί ερευνητές δηλώνουν, ότι η σχέση με το περιβάλλον εξαρτάται από την επεξεργασία και την ενσωμάτωση πληροφοριών και προσαγωγών στοιχείων από 3 συστήματα: οπτικό, ακουστικό και κιναισθητικό. Η αίσθηση της όρασης είναι θεμελιώδους σημασίας για την κοινωνία, που σχεδιάζεται κατά κύριο λόγο από άτομα, που έχουν όραση, και θεωρείται ένα «όχημα» επικοινωνίας παγκοσμίως (Constâncio, 2010; Juodzbalienė & Muckus, 2006). Η λειτουργία της όρασης είναι η ικανότητα των ατόμων να επεξηγούν φυσικά ερεθίσματα, που συλλαμβάνονται από το μάτι. «Η φωτεινή ενέργεια συλλαμβάνεται από τα κύτταρα φωτοϋποδοχείς του αμφιβληστροειδούς (ραβδία και κωνία), μεταδίδονται στην ινιακή περιοχή (οπτικός φλοιός), όπου ενσωματώνεται με πληροφορίες από τις άλλες αισθήσεις» (Ladeira & Queiroz, 2002).

Η όραση, σύμφωνα με τον Kyroussi (2017), είναι η κυρίαρχη αίσθηση του ανθρώπου. Αναφέρεται, ότι το 80% των πληροφοριών, που λαμβάνει καθημερινά ο άνθρωπος, εισέρχεται μέσω του οπτικού συστήματος. Η όραση χαρακτηρίζεται ως μία «δυναμική διαδικασία, που μας επιτρέπει να συλλέγουμε και να επεξεργαζόμαστε πληροφορίες από το περιβάλλον, όπου ζούμε, και στη συνέχεια να σχεδιάζουμε και να εκτελούμε τις κινήσεις μας (αντίδραση) μέσα σε αυτό» (Kyroussi, 2017, p. 4).

Ο Papadopoulos (2000) αναφέρει, ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος είναι σε διαρκή λειτουργία χρησιμοποιώντας τα οπτικά ερεθίσματα, που λαμβάνει από το εσωτερικό και εξωτερικό του περιβάλλον, προκειμένου να προσαρμοστεί το ανθρώπινο σώμα σε κάθε εσωτερική ή εξωτερική κατάσταση, που καλείται να αντιμετωπίσει. Η παραπάνω θέση ενισχύεται από τη θέση άλλων ερευνητών, σύμφωνα με την οποία «η οπτική αντίληψη είναι μια ενεργή διαδικασία, κατά την οποία το άτομο συλλέγει πληροφορίες, καθώς αλληλεπιδρά με το περιβάλλον. Στη συνέχεια, αυτή η πληροφορία μεταδίδεται στον εγκέφαλο, ενσωματώνεται, και επιτρέπει την αναγνώριση ανθρώπων ή αντικειμένων (Efsthathiou, 2007; 2013).

2. Τα χαρακτηριστικά της οπτικής αναπηρίας

Η ορολογία για τον ορισμό των διαφόρων βαθμών οπτικής αναπηρίας δεν είναι ομοιογενής. Πολλοί συγγραφείς βασίζουν τους ορισμούς τους στην οπτική οξύτητα και το οπτικό πεδίο. Πολλές μετρήσεις αξιολογούν μία ή περισσότερες οπτικές λειτουργίες, όπως η κεντρική οπτική οξύτητα, η αντίληψη των χρωμάτων, το άνοιγμα του οπτικού πεδίου και η διόφθαλμη όραση. Η αξιολόγηση της όρασης γίνεται συνήθως με τον προσδιορισμό της οπτικής οξύτητας και του ανοίγματος του οπτικού πεδίου (Constâncio, 2010). Η οπτική οξύτητα είναι η ικανότητα ενός ατόμου να αντιλαμβάνεται και να διακρίνει λεπτομέρειες ενός αντικειμένου σε μια ορισμένη απόσταση. Το οπτικό πεδίο είναι η «γωνιακή απόσταση 180°, που το μάτι μπορεί να καλύψει χωρίς να κινήσει το κεφάλι του» (Ladeira & Queiroz, 2002). Ένα άτομο μπορεί να θεωρηθεί «τυφλό», όταν ο οφθαλμός έχει διορθωμένη οπτική οξύτητα 1/10 (0,1) και του οποίου το οπτικό πεδίο μειώνεται σε 20° (Masi, 2002).

Η οπτική αντίληψη καθορίζεται από έναν αριθμό περιβαλλοντικών παραγόντων και την προσωπικότητα, που με τη σειρά τους επηρεάζουν την ποιοτική και ποσοτική αξιολόγησή τους (Ramos, 2008).

Η έλλειψη όρασης σε ένα άτομο δημιουργεί σοβαρές επιπτώσεις στην ανάπτυξη των κινητικών, γνωστικών, ψυχολογικών και κοινωνικών χαρακτηριστικών του. Τα παραπάνω χαρακτηριστικά δεν είναι πάντα το ίδιο λειτουργικά. Εξαρτώνται από την ηλικία του ατόμου. Το άτομο, που είναι εκ γενετής τυφλό, έχει τη δυνατότητα μέσω της συστηματικής εκπαίδευσης να αποκτήσει εμπειρία και γνώση και να αναπτύξει όλες τις άλλες αισθητηριακές του ικανότητες με τέτοιο τρόπο, ώστε να «υποκαταστήσει» κάποιες από τις λειτουργίες του, που συνήθως εξυπηρετούνται από την όραση (Koutsouki, 2008).

Οι εγκέφαλοι των ανθρώπων, που έχουν γεννηθεί με τύφλωση ή τυφλώνονται πολύ γρήγορα μετά τη γέννησή τους, δημιουργούν νέες νευρωνικές συνδέσεις. Έτσι, αναπληρώνοντας την απουσία των οπτικών ερεθισμάτων βελτιώνονται οι αισθήσεις της ακοής, της όσφρησης και της αφής, αλλά επίσης οξύνονται οι νοητικές λειτουργίες τους, όπως η μνήμη και η γλώσσα.

Τα χαρακτηριστικά των ατόμων με προβλήματα όρασης μπορούν να χωριστούν σε ακόμη πιο συγκεκριμένες κατηγορίες. Η πρώτη είναι τα γνωστικά χαρακτηριστικά, η δεύτερη τα ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά, η τρίτη τα κοινωνικά και συναισθηματικά χαρακτηριστικά, η τέταρτη είναι τα χαρακτηριστικά συμπεριφοράς και η πέμπτη τα κινητικά χαρακτηριστικά. Η τύφλωση ή μειωμένη όραση έχουν σημαντικό αντίκτυπο στη γνωστική ανάπτυξη, κυρίως σε τρεις τομείς: α) το εύρος και την ποικιλία των εμπειριών, β) την κινητικότητα και γ) την αλληλεπίδραση με το περιβάλλον. Στην πρώτη κατηγορία, οι εμπειρίες που αποκτά ένα άτομο με οπτική αναπηρία, είναι μέσω της αφής και της ακοής.

Στην κίνηση, τα άτομα με οπτική αναπηρία δυσκολεύονται να κινηθούν στο σωστό χρόνο και ελεύθερα στο περιβάλλον τους, περιορίζοντας την κινητική τους κατάσταση. Επίσης, η αλληλεπίδραση με το περιβάλλον είναι ένας σημαντικός τομέας, καθώς η όραση επιτρέπει την ταχεία συλλογή πληροφοριών από απόσταση, κάτι που είναι πιο δύσκολο για τα άτομα αυτά. Στην κατηγορία των ακαδημαϊκών χαρακτηριστικών γίνεται αναφορά στην ανάγνωση και τη γραφή. Τα άτομα με προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση έχουν δυσκολία στην ανάγνωση και τη γραφή σε σύγκριση με άτομα με φυσιολογική όραση. Στην κατηγορία των κοινωνικών και συναισθηματικών χαρακτηριστικών, η κοινωνική συμπεριφορά σχετίζεται με την παρατήρηση κοινωνικών και πολιτιστικών γεγονότων αλλά και τις αναπαραστάσεις τους.

Τέλος, είναι τα χαρακτηριστικά συμπεριφοράς, όπου η οπτική αναπηρία δεν προκαλεί σημαντικά προβλήματα συμπεριφοράς ή διαταραχές, ωστόσο κάποια άτομα με οπτική αναπηρία εμφανίζουν στερεότυπες ή επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές (Moutsaki, 2017).

Μία από τις σημαντικές δυσκολίες, που αντιμετωπίζει ένα παιδί με πρόβλημα όρασης ή/και τύφλωση είναι η κατανόηση του χώρου στην αντίληψη του σώματός του, η κινητική αδράνεια και η κακή στάση του σώματος (Goutziamani- Sotiriadis,, 1993; Argyropoulos et al., 2014). Επίσης, η γλωσσική ανάπτυξη, οι γνωστικές και αντιληπτικές ικανότητες, η συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη κι εξέλιξη, η κινητική συμπεριφορά, είναι τομείς, που μπορεί να επηρεαστούν από προβλήματα όρασης (Goutziamani- Sotiriadis,, 1993; Τζιναρέλης, 2005).

Σύμφωνα με τον Bateman (1965) «η γλώσσα των τυφλών δεν διαφέρει από αυτή των βλέπόντων» (φυσιολογική γλωσσική ανάπτυξη). Σε μία άλλη οπτική «η γλώσσα των τυφλών είναι διαφορετική, χωρίς να σημαίνει, ότι είναι υποδεέστερη από αυτή των βλέπόντων» (Goutziamani- Sotiriadis,, 1993). Όσον αφορά τις γνωστικές και αντιληπτικές ικανότητες γνωρίζουμε, ότι η νοητική και συμπεριφορική ανάπτυξη ενός ατόμου εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από την όρασή του. Το 85% των πληροφοριών, που λαμβάνει ο εγκέφαλος, είναι προϊόν του οπτικού του συστήματος και μόνο το 15% προέρχεται από τις άλλες αισθήσεις (ακοή, αφή, γεύση και όσφρηση).

Ωστόσο, η έλλειψη όρασης δεν σημαίνει αυτόματα χαμηλή νοημοσύνη ή μειωμένη αντιληπτικότητα. Το παιδί με οπτική αναπηρία έχει την ευκαιρία μέσα από το δικό του διαφορετικό τρόπο να αναπτύξει το γνωστικό του περιεχόμενο, τη μνήμη και τη φαντασία του, καθώς και τις εσωτερικές αναπαραστάσεις του περιβάλλοντός του (Papadopoulos, 2000; Goutziamani- Sotiriadis,, 1993).

3. Η κοινωνικοποίηση και η φυσική δραστηριότητα των ατόμων με σοβαρά προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση

Τα άτομα με οπτική αναπηρία συναντούν πολλά εμπόδια σε σχέση με τη σωματική δραστηριότητα, μεταξύ των οποίων μπορούν να επισημανθούν: α) έλλειψη κατανόησης και γνώσης που απαιτεί η κοινωνία, β) φόβος και άγχος που προκαλείται από την αναπηρία, γ) εξάρτηση και έκθεση της ανεπάρκειας (Constâncio, 2010). Όσον αφορά τη συναισθηματική συμπεριφορά και την κοινωνική προσαρμογή υπάρχουν άτομα, που παρουσιάζουν μια πιο εξωστρεφή συμπεριφορά και είναι πιο φιλικά, και άλλα που κλείνονται περισσότερο στον εαυτό τους. Σημαντικό ρόλο στην κοινωνικοποίησή τους παίζει η στάση τους ή το πώς συμπεριφέρεται η κοινωνία απέναντί τους. Δεν πρέπει ποτέ να ξεχνάμε, ότι πρόκειται για άτομα που «βλέπουν» χωρίς όραση και αξίζουν ίσης μεταχείρισης. Τα παιδιά ή οι έφηβοι με προβλήματα όρασης αντιμετωπίζουν επικοινωνιακές δυσκολίες και άνιση συμπεριφορά από τον κόσμο των βλεπόντων, γεγονός που επηρεάζει αρνητικά τη φυσιολογική ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους. Τέλος, αξίζει να αναφέρουμε, ότι, εάν η γλώσσα του σώματος δεν έχει κοινά στοιχεία με αυτή των συνομηλίκων τους, είναι πιθανό να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στην κοινωνικοποίηση (Goutziamani-Sotiriadis,, 1993; Takouridou, 2013). Όσον αφορά την κοινωνική αλληλεπίδραση / κοινωνικοποίηση και τους περιορισμούς, που μπορεί να αντιμετωπίσει ένα άτομο με προβλήματα όρασης, παρατηρούμε, ότι πρέπει να λάβει ειδική εκπαίδευση για τις κοινωνικές δεξιότητες, που θα κληθεί να επιτύχει. Οι μαθητές καλούνται να αντιμετωπίσουν προκλήσεις σε όλα τα ακαδημαϊκά επίπεδα, που είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με την κοινωνία. Για το λόγο αυτό, οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να πλαισιώνουν την εκπαίδευση των μαθητών τους με τέτοιο τρόπο, ώστε να βελτιώνουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Η συνεργατική μάθηση (ομαδική συνεργασία) μπορεί να προσφέρει σ' ένα άτομο με προβλήματα όρασης την ευκαιρία

να αναπτυχθεί μόνο του χωρίς να εξαρτάται από άλλα άτομα (Takouridou, 2017).

Ένα άτομο με οπτική αναπηρία, για να αναπτύξει τις κοινωνικές του δεξιότητες, θα πρέπει αρχικά να επεκτείνει τα περιβάλλοντα, με τα οποία έρχεται σε επαφή (σπίτι, σχολείο κ.λπ.) και να συμμετέχει σε όλες τις ομαδικές δραστηριότητες, αλληλεπιδρώντας με παιδιά ή/και ενήλικες με τυπική εκπαίδευση. Εκείνοι, επομένως, θα είναι σε θέση να το βοηθήσουν στην ανάπτυξη των κοινωνικών του δεξιοτήτων με το υπόλοιπο κοινωνικό περιβάλλον. Επίσης, τα άτομα με προβλήματα όρασης αντιμετωπίζουν συχνά προβλήματα, που σχετίζονται με την πρόσβασή τους σε αθλητικούς χώρους, πολιτιστικά ιδρύματα, το διαδίκτυο, εγκαταστάσεις επαγγελματικής αποκατάστασης κ.λπ. Χρησιμοποιώντας συγκεκριμένο λεξιλόγιο θα μπορούν να εκφράζονται πιο εύκολα απέναντι στους άλλους και να γίνονται κατανοητοί.

Στην Ελλάδα σύμφωνα με τη σχετική νομοθεσία για την προσβασιμότητα, άρθρο 21- παράγραφος 6, «τα άτομα με αναπηρία έχουν δικαίωμα να απολαμβάνουν συνθήκες, που διασφαλίζουν την αυτονομία, την επαγγελματική τους ένταξη και συμμετοχή στην κοινωνική, οικονομική και πολιτική ζωή της χώρας» (<https://www.maty.gr/>). Στην πραγματικότητα η όραση παίζει σημαντικό ρόλο στην κινητική συμπεριφορά και ανάπτυξη του παιδιού. Με τον περιορισμό της δημιουργούνται πολλά κενά στην κινητική ανάπτυξη και συμπεριφορά των παιδιών με οπτική αναπηρία. Η όραση είναι τελείως διαφορετική. Οι ποιοτικές διαφορές, που καταγράφονται οφείλονται στην: α) έλλειψη οπτικών ερεθισμάτων, β) αδυναμία μίμησης προτύπων κινητικής συμπεριφοράς, γ) έλλειψη πρακτικής και δ) έλλειψη αυτοπεποίθησης (Papadopoulos, 2000; Goutziamani- Sotiriadis,; 1993; Takouridou, 2013).

Στην κινητική συμπεριφορά και ανάπτυξη του ατόμου με προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση δραστηριότητες, όπως το κολύμπι, το τρέξιμο, ο χορός και το ποδόσφαιρο φαίνεται να είναι κατάλληλες για την καλλιέργεια των σωματικών και νοητικών τους ικανοτήτων, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να ενσωματωθούν ομαλά στο κοινωνικό περιβάλλον.

Ο αθλητισμός έχει ευεργετική επίδραση, προκειμένου να τους βοηθήσει να μειώσουν τους περιορισμούς της κινητικότητάς τους και να τους δώσει ευκαιρίες κοινωνικοποίησης κι επικοινωνίας, να τονώσει την αυτογνωσία και την αίσθηση κοινωνικής ευαισθησίας στην υπόλοιπη κοινωνία (Seham & Yeo, 2015).

Η κολύμβηση είναι μια φυσική δραστηριότητα με θεραπευτικές ιδιότητες τόσο για τον τυπικό όσο και για τον ειδικό πληθυσμό. Είναι απαραίτητο να γνωρίζουν όλοι κολύμβηση, ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας, σωματικών ή νοητικών ικανοτήτων (Vute, 2017). Η άσκηση στο νερό και άλλες δραστηριότητες υγρού στοιχείου έχουν διττό ρόλο -δηλαδή θεραπευτικά και ψυχαγωγικά μέσα εκπαίδευσης στην περίπτωση σχεδόν όλων των αναπηριών (Sozou, 2012). Εκτός από τη σωματική και ψυχολογική αποκατάσταση η εκπαίδευση μπορεί να υιοθετήσει τα χαρακτηριστικά της ένταξης, όπου τα άτομα με αναπηρίες αλληλεπιδρούν με άτομα χωρίς αναπηρία. Η εξάσκηση σε κινητικές δραστηριότητες είναι ένα από τα κύρια εργαλεία για τα άτομα με αναπηρία με οφέλη, όπως η ενδυνάμωση, η αποκατάσταση και η κοινωνική αλληλεπίδραση. Τα οφέλη της συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής και αθλήματα, είτε σε αισθητηριοκινητικό είτε/και ψυχοκοινωνικό επίπεδο, είναι εμφανή στον τομέα της υγείας και της ποιότητας ζωής (Abrantes et al, 2006).

Η κολύμβηση και οι δραστηριότητες στο νερό έχουν μεγάλη σημασία για τη συνολική ανάπτυξη των ατόμων με προβλήματα όρασης. Συμβάλλουν στη βελτίωση της αντίληψης του σώματος, διευκολύνουν τον έλεγχο της αναπνοής, τον έλεγχο της κίνησης του κεφαλιού, τη χαλάρωση, την αυξημένη δύναμη και μυϊκή αντοχή, την ευελιξία, τη κινητικότητα, την αυτοεκτίμηση, την αυτοπεποίθηση και διευκολύνουν την κοινωνική ένταξη. Μπορούν να εκτελεστούν σε οποιαδήποτε ηλικία και φυσική κατάσταση, αποφέροντας οφέλη, που επηρεάζουν άμεσα τις καθημερινές τους δραστηριότητες, ενθαρρύνοντας και διευκολύνοντας την κοινωνική αλληλεπίδραση των ανθρώπων (Abrantes et al, 2006).

4. Συμπεράσματα

Όλοι οι άνθρωποι πρέπει να ασκούνται και η απώλεια όρασης μπορεί να επιβάλλει κάποιους περιορισμούς στην κίνηση, που πρέπει να αντισταθμιστούν. Τα οφέλη, που μπορούμε να αποκομίσουμε από τη συμμετοχή σε παιχνίδια νερού, μπορεί να είναι σωματικά, ψυχοκοινωνικά, γνωστικά και ψυχαγωγικά. Για τα άτομα με αναπηρία και ειδικά για όσους έχουν προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση, το υγρό στοιχείο σημαίνει ελευθερία κινήσεων και δίνει μια αίσθηση επιτυχίας ενισχύοντας την αυτοεικόνα και τη φυσική τους κατάσταση (Sozou, 2012). Η χρήση της κολύμβησης ως κινητική δραστηριότητα για άτομα με οπτική αναπηρία συνιστάται ιδιαίτερα, καθώς πρόκειται για ένα άθλημα, που επιτρέπει την ανεξαρτησία και την αυτονομία των ασκούμενων. Επιπρόσθετα, παρέχει πολλά οφέλη, που συνδέονται με την ασφάλεια και την ποιότητα ζωής. Η κολύμβηση είναι ένα εξαιρετικό άθλημα για την ένταξη ατόμων με προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση στον αθλητισμό.

Συνοψίζοντας, οι αθλητικές δραστηριότητες έχουν ορισμένα χαρακτηριστικά, όπως κανόνες, μορφές μάθησης, προπόνηση, ανταγωνισμό και άλλους παράγοντες, που ευνοούν την ένταξη των ατόμων με αναπηρία στο περιβάλλον της σωματικής δραστηριότητας, που εστιάζει στην υγεία ή στη μάθηση για το ανταγωνιστικό αθλητικό περιβάλλον (Abrantes et al, 2006).

5. Βιβλιογραφικές αναφορές

- Abrantes, G. M., Luz, L. M. R., Barreto, M. M. (2006). Natação paraolímpica: manual de orientação para professores de educação física – Brasília: Comitê Paraolímpico Brasileiro, pp 48, il.
- Argyropoulos, V., Nikolaraizi, M., Tsiakali, Th., & KOutsogiorgou, S.M. (2014). Collaborative Action Research Approach Promoting Professional Development for Teachers of Students with Visual Impairment in Assistive Technology. Journal of International Special Needs Education, pp. 33-43. DOI: 10.9782/2159-4341-17.1.33

- Constâncio, J.L/L. (2010). The visually impaired: involvement in physical activity and sport. *Revista Digital - Buenos Aires*, 15 (146).
- Efstathiou, A. (2007/13). Design and development of accessible digital educational material and activities for students with visual impairments in English of A and B Primary. Retrieved from: <http://prosvasimo.iep.edu.gr/docs/pdf/Prosvasimo-Agglika-A-B.pdf>.
- Goutziamani- Sotiriadis, K. (1993). Children with " Special " educational needs. Athens: Goutziamani- Sotiriadis.
- Juodzbalienė, V., Muckus, K. (2006). The influence of degree of visual impairment on psychomotor reaction and equilibrium maintenance of adolescents. *Medicina (Kaunas)*, 42(1), 49-56.
- Koutsouki, D. (2008). Special physical education. Theory and practice (3rd edition). Athens: Koutsouki.
- Kyroussi, A. (2017). Assessment of the health-related quality of life of visually impaired people. (Postgraduate Thesis). Department of Economics, University of Piraeus. Retrieved from: <http://www.eoty.gr/main/text.asp>.
- Ladeira, F., Queiroz, S. (2002). Compreender a baixa visão. Lisboa: Ministério da Educação.
- Masi, I. D. (2002). Programa Nacional de apoio à Educação de deficientes visuais (Secretaria de Educação Especial Ed.). Brasil: Ministério da Educação.
- Moutsaki, A. (2017). Family acceptance and support for minor children with visual impairments. Postgraduate work. University of Macedonia
- 3.Papadopoulos, SK (2000). Cartography and touch maps. (Doctoral thesis). Polytechnic School, Department of Rural Surveying Engineering, Aristotle University of Thessaloniki. Retrieved from: <https://ikee.lib.auth.gr/record/293538/files/GRI-2017-20078.pdf>
- Ramos, D. G. E. F. (2008). A inclusão na aula de Educação Física: a perspectiva de alunos portadores de deficiência visual. Estudo realizado com alunos entre os 12 e os 19 anos. Física Adaptada. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

- Seham, J., & Yeo, J. A. (2015). Expending our vision: Access to inclusive dance education for people with visual impairments. *Journal of Dance Education*, 15 (3), 91-99. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/281863594_Extending_Our_Vision_Access_to_Inclusive_Dance_Education_for_People_with_Visual_Impairment
- Sozou, S. (2012). Swimming in people with mental retardation and cerebral palsy. Thesis. Thessaloniki: TEFAA, AUTH.
- Takouridou, A. (2013). Teaching of PE to students with visual impairments: Adaptation of the course "Physics" E Primary to the specifics of blind children. (Postgraduate Thesis). School of Education, Department of Primary Education, University of Ioannina. Retrieved from: <https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/bitstream/123456789/6705/1/A5.pdf>
- Tsinarelis, G. (2005). Education and visually impaired people. Retrieved from: <http://repository.edulll.gr/edulll/retrieve/3679/1084.pdf>.
- Vute. R. (2017). Halliwick Swimming Method. In the Wellness Reflexions as Swimming for Everyone. *ActaSalus Vitae*, Vol 5, ISSN 1805-8787.
- <https://www.maty.gr/>

Do και Don'ts στα άτομα με τύφλωση

Όταν συνομιλείς με ένα άτομο με τύφλωση:

- Παρουσιάσου, ιδιαίτερα όταν μπαίνεις σε ένα δωμάτιο. Μη λες (για κανένα λόγο, ούτε για αστείο) «Ξέρεις ποιος είμαι; Ξέρεις ποιος είναι αυτός»;
- Μίλησε απευθείας στο άτομο με τύφλωση. Μη μιλά διαμέσου του συνοδού του. Αν δεν έχουν προβλήματα ακοής, μπορούν να απαντήσουν για τον εαυτό τους.
- Δώσε συγκεκριμένες οδηγίες, όπως «Το γραφείο είναι 30 εκατοστά στα δεξιά σου» κι όχι «Το γραφείο είναι εκεί».
- Δώσε μία καθαρή εικόνα, όταν περιγράφεις ένα αντικείμενο στα άτομα με τύφλωση. Συμπεριέλαβε λεπτομέρειες, όπως το χρώμα, η υφή, το σχήμα και ο τόπος.
- Ακούμπησέ τους στον ώμο ή χρησιμοποίησε το όνομά τους, όταν τους απευθύνεις το λόγο. Αυτό τους βοηθάει να καταλάβουν, ότι μιλάς σε αυτούς κι όχι σε κάποιον άλλο στο δωμάτιο.
- Μη φωνάζεις, όταν τους μιλάς. Δε βλέπουν, αλλά ακούν περίφημα.
- Μη φοβάσαι να χρησιμοποιήσεις λέξεις, όπως «τυφλός» ή «βλέπω». Μπορεί τα μάτια τους να μη βλέπουν, αλλά η έκφραση «Είναι ωραία που σε είδα» δεν αλλάζει νόημα για τους τυφλούς.

Αν δεις ένα τυφλό άτομο, που φαίνεται να χρειάζεται βοήθεια:

- Συστήσου και ρώτησε το άτομο, αν χρειάζεται βοήθεια.
- Δώσε τη βοήθειά σου, αν σου ζητηθεί.
- Σεβάσου τις επιθυμίες του ατόμου με τύφλωση.
- Μην επιμένεις να βοηθήσεις, αν το αίτημά σου για βοήθεια, απορρίφθηκε.

Αν ένα τυφλό άτομο ζητά οδηγίες:

- Χρησιμοποίησε λέξεις όπως «ευθεία μπροστά», «στρίψε δεξιά», «στα αριστερά σου».
- Μη δείχνεις και μη πεις «Πήγαινε προς τα εκεί» ή «Είναι εκεί».

Αν σου ζητηθεί να καθοδηγήσεις ένα άτομο με τύφλωση:

- Επέτρεψε στο άτομο, που καθοδηγείς να κρατήσει τον βραχίονά σου και να σε ακολουθεί, καθώς περπατάς.
- Μετακίνησε τον βραχίονά σου πίσω από την πλάτη σου, όταν πλησιάζετε στενά σημεία έτσι, ώστε το άτομο που καθοδηγείς να πάει από πίσω σου και να δημιουργήσετε μία μονή γραμμή.
- Σταμάτα για λίγο σε μία στροφή ή στην αρχή μίας σκάλας.
- Πες στο άτομο που καθοδηγείς, αν τα σκαλιά πάνε προς τα πάνω ή προς τα κάτω.
- Επέτρεψε στο άτομο, που καθοδηγείς, να βρει την κουπαστή και την άκρη του σκαλοπατιού, πριν προχωρήσετε.
- Μην αρπάζεις το άτομο που καθοδηγείς από το χέρι, τον βραχίονα ή τον ώμο και να προσπαθείς να τον κατευθύνεις.
- Μην αρπάζεις το μπαστούνι ή τη χειρολαβή ενός σκύλου- οδηγού.

Γενικές οδηγίες:

- Μη φροντίζεις, ταΐζεις ή αποσπάς την προσοχή ενός σκύλου-οδηγού. Δεν είναι κατοικίδια. Είναι εργαζόμενοι- σύντροφοι του ατόμου με τύφλωση κι εξαρτάται από αυτό.
- Μεταχειρίσου τα άτομα με τύφλωση σαν άτομα. Οι άνθρωποι με οπτικές αναπηρίες έρχονται σε διάφορα μεγέθη και χρώματα. Έχουν τις δικές τους αδυναμίες και τα δικά τους δυνατά σημεία, όπως όλοι οι άλλοι.

Βασικές γνώσεις σχετικά με το άθλημα

Παγκόσμια ιστορία του αθλήματος της υδατοσφαίρισης

Το παιχνίδι της υδατοσφαίρισης έχει μακρά ιστορία, που χρονολογείται από τα μέσα του 19ου αιώνα. Ξεκίνησε για πρώτη φορά στην Αγγλία, επειδή οι αγώνες κολύμβησης μειώνονταν σε δημοτικότητα.

Στις αρχές του 20ου αιώνα έγινε δημοφιλές και στις χώρες του Ατλαντικού και στη συνέχεια στον υπόλοιπο κόσμο. Η υδατοσφαίριση ανδρών ήταν από τα πρώτα ομαδικά αθλήματα, που εισήχθησαν στους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1900. Σήμερα η υδατοσφαίριση παίζεται σε πολλές χώρες σε διάφορες ηλικιακές κατηγορίες. Παίζεται από άνδρες και γυναίκες και θεωρείται ένα από τα περισσότερα απαιτητικά αθλήματα, όταν πρόκειται για σωματικές και ψυχολογικές πτυχές του παιχνιδιού.

Η υδατοσφαίριση διευθύνεται από τη Διεθνή Ομοσπονδία των Εθνών, ακρωνύμιο FINA και Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Κολύμβησης (Ligue européenne de natation, ακρωνύμιο LEN). Το άθλημα είναι στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών αγώνων από το 1900 και οι γυναίκες παίζουν από το 2000.

Το Παγκόσμιο Κύπελλο παίζεται από το 1973, το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα από το 1926. Το Κύπελλο Πρωταθλητριών Ευρώπης παίζεται από το 1963/64 (από την Ευρωλίγκα του 2003) και το Κύπελλο Κυπελλούχων από το 1974.

Βιβλιογραφικές αναφορές:

-Βιβλίο: Κανόνες υδατοσφαίρισης, συμβουλές, στρατηγική και ασφάλεια. Tracie Egan, 2005.

Η ιστορία του αθλήματος στις χώρες-εταίρους Κροατία

Η υδατοσφαίριση στην Κροατία οργανώνεται κι εκπροσωπείται από τον Κροατικό Οργανισμό Υδατοσφαίρισης. Οι Κροάτες παίκτες υδατοσφαίρισης αγωνίζονται στους συλλόγους τους στο Κροατικό Πρωτάθλημα και το Κύπελλο Κροατίας, στην Αδριατική Λίγκα, τη Ευρωλίγκα και τη LEN Cup. Εκπροσωπούν τη χώρα τους στα ευρωπαϊκά και παγκόσμια πρωταθλήματα και στους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Για την ανάπτυξη της υδατοσφαίρισης χρειάζονται πρωτίστως δυνατότητες υποδομής, εσωτερικές πισίνες, που διαθέτουν το Ζάγκρεμπ, το Σπλιτ, η Ριέκα και το Ντουμπρόβνικ, και αγώνες υδατοσφαίρισης ακόμα και για το χειμώνα. Η ερασιτεχνική ή ψυχαγωγική υδατοσφαίριση είναι εξαιρετικά δημοφιλές άθλημα το καλοκαίρι κατά μήκος της κροατικής ακτής. Κάθε καλοκαίρι διεξάγεται ο πιο διάσημος ερασιτεχνικός διαγωνισμός υδατοσφαίρισης - το Wild League - στις παραλίες και τις περιοχές κολύμβησης του Ντουμπρόβνικ. Οι Κροάτες υδατοσφαιριστές κέρδισαν τα περισσότερα μετάλλια σε παγκόσμια πρωταθλήματα, επτά, με δύο χρυσά μετάλλια, ενώ στους Ολυμπιακούς Αγώνες ήταν χρυσοί το 2012 στο Λονδίνο, και δύο φορές ήταν δεύτεροι (2016, 1996).

Ιταλία

Στην Ιταλία, η υδατοσφαίριση άρχισε να γίνεται δημοφιλής στα τέλη του 19ου αιώνα. Ένας αγώνας επίδειξης έλαβε χώρα στο Μιλάνο το 1899 και ο Τύπος σχολίασε αυτό το νέο είδος αθλήματος σαν το ποδόσφαιρο αλλά πιο κουραστικό και δύσκολο. Η πρώτη εμφάνιση της ιταλικής εθνικής ομάδας υδατοσφαίρισης ήταν στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 1920. Ο πρώτος αγώνας έγινε με την Ισπανία, που έτρεξε με 1-1 αλλά στην παράταση οι Ιταλοί παίκτες δεν ήθελαν να μπουν στην πισίνα λόγω του παγωμένου νερού. Ωστόσο, ο αγώνας ολοκληρώθηκε με ένα ακόμη γκολ των Ισπανών. Μετά την ήττα στον πρώτο αγώνα, η Ιταλία πήρε μέρος στο τουρνουά για το χάλκινο μετάλλιο, όπου η Ελλάδα κέρδισε με 5-1.

Στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του Μονάχου, το 1947, η Ιταλία είχε το πρώτο της βάθρο, κατακτώντας ένα χρυσό μετάλλιο κι έμεινε και στους πέντε αγώνες της διοργάνωσης. Το επόμενο έτος η ομάδα μπήκε στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λονδίνου και πήρε το παρατσούκλι "Settebello". Το ψευδώνυμο υποτίθεται, ότι προέρχεται από ένα πολύ δημοφιλές παιχνίδι τράπουλας, που προφανώς έπαιξαν οι παίκτες κατά τη διάρκεια των ταξιδιών τους. Αφού πέρασαν τον πρώτο γύρο νικώντας την Αυστραλία (9-0) και ισοπαλία με τη Γιουγκοσλαβία (4-4), μπήκαν στον δεύτερο, όπου κέρδισαν με μικρή διαφορά την Ουγγαρία. Στον ημιτελικό κέρδισε τη Γαλλία (5-2) και την Αίγυπτο (5-1). Στον τελευταίο γύρο αναδείχθηκαν για πρώτη φορά Ολυμπιονίκες.

Μετά από ένα συντριπτικό Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, το 1952 η ιταλική ομάδα κέρδισε το χάλκινο μετάλλιο, υπό τις υπερδυνάμεις της Ουγγαρίας και της Γιουγκοσλαβίας. Αυτή η τάση συνεχίστηκε μέχρι το αξέχαστο χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ρώμης το 1960. Μπροστά στο κοινό της η εθνική ομάδα πέρασε αήττητη τόσο την πρώτη όσο και τη δεύτερη φάση της διοργάνωσης. Στον τελευταίο γύρο αντιμετώπισαν τις ισχυρότερες ομάδες στον κόσμο. Μετά από ένα συντριπτικό Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, το 1952 η ιταλική ομάδα κέρδισε το χάλκινο μετάλλιο, υπό τις υπερδυνάμεις της Ουγγαρίας και της Γιουγκοσλαβίας. Αυτή η τάση συνεχίστηκε μέχρι το αξέχαστο χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ρώμης το 1960. Μπροστά στο κοινό της η εθνική ομάδα πέρασε αήττητη τόσο στην πρώτη όσο και στη δεύτερη φάση της διοργάνωσης.

Στον τελευταίο γύρο αντιμετώπισαν τις ισχυρότερες ομάδες στον κόσμο. Νίκησαν τη Γιουγκοσλαβία και τη Σοβιετική Ένωση. Το τελευταίο ματς ήταν με την Ουγγαρία. Αυτό έληξε ισόπαλο (3-3), αλλά χάρισε στην Ιταλία τη μαθηματική νίκη του τίτλου. Στο τέλος του αγώνα η ομάδα με αρχηγό τον Σαλβατόρε Γκιόντα πήδηξε στο νερό, για να πανηγυρίσει το ιστορικό αποτέλεσμα. Η επόμενη δεκαετία σημαδεύτηκε δυστυχώς από αποτυχίες και χαμένα βάθρα.

Στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 1975, η Ιταλία κατέκτησε το χάλκινο μετάλλιο, εκμεταλλευόμενη τον αποκλεισμό της Γιουγκοσλαβίας στην προκριματική φάση των αγώνων και την ίδια χρονιά κέρδισε και το χρυσό στους Μεσογειακούς Αγώνες.

Το 1978, οι Ατζούρι κέρδισαν το πρώτο τους ιστορικό χρυσό μετάλλιο στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Δυτικό Βερολίνο, κερδίζοντας για άλλη μια φορά τους αιώνιους Ευρωπαίους αντιπάλους τους με μόλις έναν βαθμό. Το 1979, η FINA εγκαινίασε μια νέα διοργάνωση, που ονομάζεται Παγκόσμιο Κύπελλο, στην οποία έγινε δεκτή η Ιταλία παρόλο που έφτασε στην 6η θέση.

Στα τέλη της δεκαετίας του 1970, γεννήθηκε η λεγόμενη «Setterosa», η εθνική ομάδα υδατοσφαίρισης γυναικών της Ιταλίας.

Στη δεκαετία του 1990, ο μύθος του Settebello έφτασε στο απόγειό του όταν, με προπονητή τον Ratko Rudić, κατάφερε να κατακτήσει το Grand Slam, που ξεκίνησε με το χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Βαρκελώνης το 1992. Η Ιταλία σημείωσε τρεις νίκες (έναντι Ολλανδίας, Κούβας και Ελλάδας) και δύο ισοπαλίες (με Ουγγαρία και Ισπανία) στον προκριματικό γύρο. κέρδισε στους τελικούς την Ισπανία (9-8), με το καθοριστικό γκολ στην τρίτη παράταση του Φερδινάνδο Γκαντόλφι. Αυτή η επιτυχία ακολούθησε μια σειρά από νίκες: την επόμενη χρονιά η Settebello κέρδισε το μοναδικό της Παγκόσμιο Κύπελλο, λίγους μήνες αργότερα το χρυσό μετάλλιο στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του Σέφιλντ, το 1994 το χρυσό μετάλλιο στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Ρώμης και τέλος το χρυσό μετάλλιο ενός άλλου Ηπειρωτικού θριάμβου στη Βιέννη 1995. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1996 στην Ατλάντα, η εθνική ομάδα της Ιταλίας κέρδισε το χάλκινο μετάλλιο, αλλά τα επόμενα χρόνια υπήρξε πτώση στην απόδοση. Θα χρειαστούν περισσότερα από δέκα χρόνια, για να δούμε μια αναγέννηση της ομάδας.

Η δεκαετία από το 1994 έως το 2004 ήταν η πιο επιτυχημένη περίοδος για τη Setterosa, με προπονητή τον Pierluigi Formiconi. Κέρδισαν τον ευρωπαϊκό τίτλο τέσσερις φορές το 1995, το 1997, το 1999 και το 2003, και ήρθαν δεύτεροι το 2001, δύο παγκόσμια πρωταθλήματα το 1998 και το 2001 και το χρυσό στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας το 2004. Το 2010 η Campagna άλλαξε την ομάδα του Settebello καλώντας πολλούς νεαρούς παίκτες. Αφού απέτυχε να προκριθεί στους τελικούς του World League, η Ιταλία κέρδισε το φιλικό τουρνουά οκτώ εθνών τον Ιούλιο και επέστρεψε στο βάθρο το Σεπτέμβριο στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 2010 στο Ζάγκρεμπ, κερδίζοντας το ασημένιο μετάλλιο.

Το 2011 οι Settebello συμμετείχαν στους τελικούς του World League στη Φλωρεντία, όπου κέρδισαν το δεύτερο ασημένιο μετάλλιο στη διοργάνωση, νικώντας τη Σερβία (9-8) στον τελικό. Ένα μήνα αργότερα, οι δύο εθνικές ομάδες συναντήθηκαν ξανά στον τελικό του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος στη Σαγκάη. Η Ιταλία αναδείχθηκε για τρίτη φορά παγκόσμια πρωταθλήτρια, επικρατώντας των Σέρβων (7-8) μετά την παράταση. Ο αρχηγός Stefano Tempesti εξελέγη καλύτερος τερματοφύλακας και καλύτερος παίκτης του παγκοσμίου πρωταθλήματος.

Τον Ιούλιο, η Ιταλία κέρδισε ένα χάλκινο μετάλλιο στο φιλικό τουρνουά οκτώ εθνών, πριν κερδίσει ένα ασημένιο μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λονδίνου το 2012 μετά την ήττα στον τελικό (8-6) από την Κροατία. Η ομάδα του Sandro Campagna έγινε ξανά παγκόσμιος πρωταθλητής στο Παγκόσμιο Κύπελλο Κορέας το 2019, βελτιώνοντας το εξαιρετικό χάλκινο ολυμπιακό μετάλλιο από τρία χρόνια νωρίτερα. Οι Settebello κέρδισαν το χρυσό - το τέταρτο στην ιστορία τους - νικώντας την Ισπανία με 10-5 σε έναν κυρίαρχο τελικό. Στο Gwangju οι Azzurri - που έβαλαν τρεις βετεράνους του χρυσού του 2011 στη Σαγκάη: Figlioli, Figari και Aicardi - κατάφεραν να συγκρατήσουν την ιβηρική υπερεπίθεση (90 γκολ στη διοργάνωση, σαράντα περισσότερα από την Ιταλία) και επέβαλαν τις αμυντικές τους ικανότητες.

Σλοβενία

Για μια δεκαετία μετά τον Πρώτο Παγκόσμιο Πόλεμο, η υδατοσφαίριση παιζόταν μόνο στη Λιουμπλιάνα. Οι περισσότερες πηγές λένε, ότι το άθλημα μεταφέρθηκε στη Λιουμπλιάνα από μαθητές, που σπούδασαν στο εξωτερικό γύρω στο 1920 (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003).

Ομοίως, η πρώτη μπάλα υδατοσφαίρισης ήρθε στη Λιουμπλιάνα από τραχιά, εμποτισμένα και κόκκινα βαμμένα υφάσματα. Οι κανόνες του νέου παιχνιδιού και φυσικά ένα μεγάλο κύμα ενθουσιασμού για το παιχνίδι υδατοσφαίρισης ήρθαν περίπου την ίδια χρονική περίοδο (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003). Εκείνες τις μέρες κάθε νέο άθλημα που εμφανιζόταν, και αυτό της υδατοσφαίρισης, παιζόταν κυρίως από πλουσιότερους

ανθρώπους. Ο πρώτος αθλητικός σύλλογος της Λιουμπλιάνας (LAŠK) οστη Σλοβενία, άρχισε να παίζει υδατοσφαίριση το 1920, αλλά μόνο για διασκέδαση (Stanišič, 1986). Την ίδια περίοδο οι παίκτες της υδατοσφαίρισης της Λιουμπλιάνας βρήκαν ένα μέρος, για να παίξουν στο Mali Graben προς τη Ljubljana, "στο Špica". Μέλη του αθλητικού συλλόγου της Λιουμπλιάνας (LŠK), του οποίου η αρχική λειτουργία ήταν η κωπηλασία, ήταν αυτοί που έφεραν την υδατοσφαίριση στη Λιουμπλιάνα. Είχαν κατάλληλες συνθήκες, νερό, στερεά υλική βάση κι ενθουσιασμό, για να αναπτυχθεί το παιχνίδι (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003).

Για τον αγώνα το γήπεδο ετοιμάστηκε τεντώνοντας τα σχοινιά, που ήταν κατά μήκος της Λιουμπλιάνιτσα επενδυμένα με σανίδες, για να επιπλέουν στο νερό. Το τέρμα της υδατοσφαίρισης επέπλεε στο νερό. Δεν προπονούσαν κάθε μέρα, όπως κάνουν οι σημερινοί παίκτες υδατοσφαίρισης, αλλά μόνο όταν ήθελαν να πάνε στο νερό με μια μπάλα. Ασκήσεις για τις πιο βασικές τεχνικές μπάλας μπήκαν στο προπονητικό πρόγραμμα μόνο μετά από αρκετά χρόνια.

Η Ljubljana Sports Club (LŠK) δεν ήταν μόνο η πρώτη, αλλά και η ισχυρότερη ομάδα στη Σλοβενία. Αμέσως μετά από αυτούς, δημιουργήθηκαν δύο ακόμη σύλλογοι - η Ilirija της Λιουμπλιάνα και η ASK Primorje. Πριν από τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, έπαιζαν υδατοσφαίριση στο Trbovlje, όπου είχαν δύο συλλόγους. Ο ένας ήταν ο ŠD Trbovlje, που ήταν πιο πλούσιος, ο άλλος ήταν ο σύλλογος εργατών ŠD Amater (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003). Στις 19 και 20 Αυγούστου πραγματοποιήθηκε το πρώτο πρωτάθλημα Σλοβενίας σε κολύμβηση, καταδύσεις και υδατοσφαίριση στο Bled. Οι παίκτες υδατοσφαίρισης έπρεπε να παίξουν στην πισίνα του ξενοδοχείου Toplice (Jenšterle et al., 2003). Ο Σλοβένος παίκτης υδατοσφαίρισης Μιράν Φουκς ήταν επίσης μέλος της εθνικής ομάδας της Γιουγκοσλαβίας στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1936 στο Βερολίνο.

Ο Σλοβένος διαιτητής υδατοσφαίρισης Božo Kramaršič έκρινε στους ίδιους Ολυμπιακούς Αγώνες (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003).

Η Σλοβενία έπαιξε τον πρώτο της αγώνα εθνικής ομάδας το 1937 με την εθνική ομάδα του Γκρατς ή Καρινθία. Στον αγώνα κέρδισε η εθνική ομάδα της Σλοβενίας με αποτέλεσμα 10:0 (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP EP in water polo, 2003). Μετά το Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, το 1946, η υδατοσφαίριση άκμασε στη Σλοβενία. Ιδρύθηκαν πολλοί νέοι κολυμβητικοί σύλλογοι, στους οποίους καλλιεργούνταν και η υδατοσφαίριση.

Ξεκίνησαν αγώνες υδατοσφαίρισης με συλλόγους, όπως παρακάτω:

- ŽPK Ljubljana (Σιδηροδρομικός Κολυμβητικός Όμιλος),
- VK Triglav,
- PVK Koper,
- PK Neptun Celje,
- PK Celulozar Krško,
- TVD Partizan Piran,
- TVD Partizan Renče,
- ŠD Polet Maribor,
- ΠΚ Καρνικ.

Το 1946 ιδρύθηκε η πιο επιτυχημένη ομάδα υδατοσφαίρισης, που σημάδεψε την εξέλιξη της Σλοβενικής υδατοσφαίρισης τα τελευταία 60 χρόνια. Τα εύσημα γι' αυτό πήγαν στους αθλητές της Καρνιόλας (Jenšterle et al., Newsletter of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003).

Μετά το 1951 δύο Σλοβενικοί σύλλογοι άκμασαν, με το όνομα ŽPK από τη Λιουμπλιάνα και Triglav από το Kranj. Με την άφιξη του Djordje Ivkonič, ο Triglav έγινε ο πιο ποιοτικός σύλλογος στη Σλοβενία. Με την άφιξη του Mirko Mirkonič από το Ζάγκρεμπ, η ŽPK της Λιουμπλιάνας άρχισε να παίζει ποιοτική υδατοσφαίριση. Εκτός από τους ήδη αναφερθέντες συλλόγους, ισχυρή ήταν και η αθλητική ένωση Polet της Μάριμπορ. Έτσι, εκείνη την περίοδο υπήρχαν τρεις σύλλογοι υδατοσφαίρισης, που βοήθησαν στην εξέλιξη του αθλήματος.

Είκοσι τέσσερα χρόνια αργότερα δημιουργήθηκαν νέοι σύλλογοι. Αυτοί ήταν:

- VK Slovan από τη Λιουμπλιάνα,

- VK Vodovodni stolp Kranj,
- VK Žusterna από το Koper.

Η Ένωση Υδατοσφαίρισης της Σλοβενίας δραστηριοποιείται από το 1973, όταν ιδρύθηκε από Σλοβένους συλλόγους υδατοσφαίρισης. Μέχρι τότε οι σύλλογοι υδατοσφαίρισης λειτουργούσαν εντός της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Σλοβενίας. Από τότε λειτουργεί ως ανεξάρτητη εθνική ένωση.

Η Ένωση Υδατοσφαίρισης της Σλοβενίας είχε τους εξής προέδρους:

- Μάτε Μπέτσιτς (1974-1980),
- Jože Jenšterle (1980-1981),
- Janez Kovačič (1981-1982),
- Jože Jenšterle (1982-1989),
- Iztok Kraševac (1989-1993),
- Jože Jenšterle (1993-2003),
- Matjaž Rakovec (2003-2008).

Από την αρχή της Ένωσης Υδατοσφαίρισης της Σλοβενίας, το κύριο καθήκον της ήταν η ανάπτυξη της υδατοσφαίρισης στη Σλοβενία (Jenšterle et al., Information Bulletin of the Water Polo Association of Slovenia, EP in water polo, 2003).

Τις δεκαετίες του 1960, του 1970 και του 1980, οι ακόλουθοι Σλοβένοι παίκτες υδατοσφαίρισης αγωνίστηκαν για την εθνική ομάδα νέων της Γιουγκοσλαβίας: Tomo Balderman, Ljubo Čalič, Bojan Leskovar, Miro Malavašič, Zmago Malavašič, Viktor Mohorič, Boris Jankolo V. Švegelj, Jože Velikonja and Tugo Vidic (Jenšterle et al., Information Bulletin of the Water Polo Association of Slovenia, EP in Water Polo, 2003). Στη δεκαετία του 1990, οι Roman Naglič, Tomaž Lašič, Igor Štirn, Krištof Štromajer και Primož Tropan.

Μετά το 1990 στη Σλοβενία ιδρύθηκαν αρκετοί ακόμη σύλλογοι:

- VK Portorož,
- VK Kranj 90
- VK Probanka Leasing Maribor,
- VK Mogota Ljubljana,
- VK Tivoli- Olimpija,

- VK Nova Gorica,
- VK Kokra in
- VK Molet Koper.

Φυσικά, υπήρχαν μερικά άλλα τμήματα στην ιστορία της σλοβενικής υδατοσφαίρισης, τα οποία δυστυχώς δεν λειτούργησαν για περισσότερα από μερικά χρόνια. Αυτοί ήταν οι Partizan Murska Sobota, Rudar Velenje, Gregorčič Jesenice, Domžale και Slatina Radenci (Jenšterle et al., Information Bulletin of the Water Polo Association of Slovenia, European Water Polo Championship, 2003).

Μετά την ανεξαρτησία της Σλοβενίας, η εθνική ομάδα υδατοσφαίρισης της Σλοβενίας έπαιξε τον πρώτο της επίσημο αγώνα υπό τη σημαία του νέου κράτους στις 4 Ιουλίου 1992. Η Σλοβενική ομάδα υδατοσφαίρισης αγωνίστηκε εναντίον της Αυστρίας και κέρδισε 29:6. Η εθνική ομάδα σχηματίστηκε από τους Tadej Peranovič, Kristof Štromajer, Primož Tropan, Tomaž Lašič, Matjaž Homovec, Branko Hajdinjak, Marko Štrkalj, Igor Štirn, Jure Gantar, Jože Starman, Aleš Stopar, Peter Bolčič και Uroš Čadež.

Η Σλοβενία είχε την πρώτη της εμφάνιση στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Υδατοσφαίρισης το 1999 στη Φλωρεντία (Ιταλία), όπου οι υδατοσφαιριστές της, με επικεφαλής τον Igor Štirn, κατέκτησαν την 11η θέση. Αυτή ήταν και η μεγαλύτερη επιτυχία της σλοβενικής ομάδας υδατοσφαίρισης.

Ένα πολύ ιδιαίτερο γεγονός για τη σλοβενική υδατοσφαίριση έλαβε χώρα το 2003, όταν η Σλοβενία φιλοξένησε τις καλύτερες ευρωπαϊκές εθνικές ομάδες στο Kranj (ανδρών) και στη Λιουμπλιάνα (γυναικών). Η Σλοβενία έγινε έτσι η τρίτη χώρα στη Γηραιά Ήπειρο, μετά την Ιταλία (1999) και την Ουγγαρία (2001), που διοργάνωσε ένα «ανεξάρτητο» (χωρίς κολύμβηση, καταδύσεις και κολύμβηση μεγάλων αποστάσεων) ευρωπαϊκό πρωτάθλημα υδατοσφαίρισης. Εκείνη την εποχή, για πρώτη φορά στην ιστορία, η Σλοβενία είχε αντιπροσώπους ανδρών και γυναικών στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 2003. Στο τέλος, οι άνδρες της εθνικής ομάδας κατέκτησαν τη 12η θέση και οι γυναίκες την 8η θέση.

Στα 68 χρόνια (από το 1935 έως το 2003), η εθνική ομάδα της Σλοβενίας έπαιξε 155 επίσημους αγώνες εθνικής ομάδας, σημειώνοντας 87 νίκες και 62 ήττες. Η Σλοβενία έφερε επίσης ισοπαλία έξι φορές (Jenšterle et al., Information Bulletin of the Water Polo Association of Slovenia, European Water Polo Championship, 2003).

Στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Σίδνεϊ 2000, Αθήνα 2004 και Πεκίνο 2008, το Ολυμπιακό τουρνουά υδατοσφαίρισης κρίθηκε από τον Σλοβένο κριτή Boris Margeta (Jenšterle et al., Newsletter of the Slovenian Water Polo Association, European Water Polo Championship, 2003).

Ελλάδα

Η υδατοσφαίριση εισήχθη στην Ελλάδα την εποχή της ίδρυσης της Ελληνικής Κολυμβητικής Ομοσπονδίας το 1927.

Η διοργάνωση του εγχώριου πρωταθλήματος έγινε ιστορικά από:

1. 1926-27: Πανελλαδικό Πρωτάθλημα (διοργάνωση ΣΕΓΑΣ)
2. 1927-28 έως 1965-66: Πανελλήνιο Πρωτάθλημα (που διεξήχθη από την Ελληνική Κολυμβητική Ομοσπονδία)
3. 1966-67 έως 1985-86: Α Εθνική
4. 1986-87 έως σήμερα: Α1 Εθνική

Η Α' Εθνική (Εθνική Κατηγορία) ξεκίνησε το 1967, αλλά το ελληνικό πρωτάθλημα ξεκίνησε το 1923 ως Πανελλήνιο Πρωτάθλημα. Η Ελληνική Κολυμβητική Ομοσπονδία ανακηρύσσει πρωταθλήτριες όλες τις πρωταθλήτριες ομάδες από το 1928 και μετά. Η Α1 Εθνική, που συχνά αναφέρεται ως Ελληνικό Πρωτάθλημα Υδατοσφαίρισης, είναι το υψηλότερο επαγγελματικό πρωτάθλημα υδατοσφαίρισης στην Ελλάδα. Διοικείται από την Ελληνική Κολυμβητική Ομοσπονδία. Θεωρείται ένα από τα κορυφαία εθνικά πρωταθλήματα στην ευρωπαϊκή υδατοσφαίριση, καθώς οι σύλλογοί του έχουν σημειώσει σημαντικές επιτυχίες σε ευρωπαϊκές διοργανώσεις. Όλα αυτά τα χρόνια μια άποψη των ελληνικών ομάδων, όπως παρουσιάζονται στην Εθνική Ελλάδα είναι (σε ιεραρχία του αριθμού των παρουσιών): Ολυμπιακός Πειραιώς Σ.Φ.Π., Εθνικός Πειραιώς, Ο.Φ.Π.Φ., Ν.Κ. Χίος, Ν.Κ. Πατρών, Παναθηναϊκός Α.Ν.Ο., Βουλιαγμένη Α.Ν.Ο., Γλυφάδα Α.Ο., Παλαιό Φάληρο Ν.Κ.Α., Χανιά, Τ.Κ. Θεσσαλονίκης, Πανιώνιος Γ.Σ.Σ.,

Ηρακλής Θεσσαλονίκης, Ν.Α.Ο. Κέρκυρα, Ν.Κ.Βόλος, Ν.Κ.Καλαμάκι, Άρης Θεσσαλονίκης, Ν.Κ.Υδραϊκός, Ν.Κ.Χαλκίδα, Ο.Φ.Θαλάσσης, Κ.Ο. Ποσειδών Ιλισίων, Ηλυσιακός Α.Ο. Ν.Ε. Πατρών, Απόλλων Σμύρνης, Ε.Ν.Ο. Αιγύπτιοι, Ν.Ο. Αργοστολίου, Α.Ο. Νηρέας Χαλανδρίου, Ν.Ο. Μυτιλήνης, Γ.Ν.Ο. Άρης Νίκαιας, Γ.Σ.Περιστέρι, Ν.Ο. Λάρισας, Γ.Σ.Νηρέας Λαμίας, Γ.Σ.Ηλιούπολης, Α.Ε.Κ., Ο.Υ.Κ. Βόλου, Ο.Φ.Ι., Α.Φ.Μ.Σ. Φοίνικας Πειραιώς.

Σε επίπεδο εθνικών ομάδων, οι ελληνικές ομάδες υδατοσφαίρισης έχουν εμφανιστεί στους Ολυμπιακούς Αγώνες συχνότερα από οποιαδήποτε άλλη εθνική ομάδα. Η εθνική ομάδα υδατοσφαίρισης ανδρών της Ελλάδας έχει συμμετάσχει σε 16 από τα 27 επίσημα τουρνουά υδατοσφαίρισης ανδρών. Το καλύτερο αποτέλεσμα είναι η 2η θέση στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2020 στο Τόκιο, μετά την ήττα με 13-10 από τη Σερβία στον αγώνα για το χρυσό μετάλλιο.

Οι Έλληνες έχουν εξασφαλίσει παρουσία στα προημιτελικά σε έξι περιπτώσεις.

Το άθλημα είναι δεύτερο μόνο μετά το μπάσκετ στα επιτεύγματα των Ολυμπιακών Αγώνων μεταξύ των ομαδικών αθλημάτων (6η θέση στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ατλάντα το 1994).

Η εθνική ομάδα υδατοσφαίρισης γυναικών της Ελλάδας εκπροσωπεί επίσης την Ελλάδα σε διεθνείς αγώνες υδατοσφαίρισης γυναικών. Από τα μέσα της δεκαετίας του 1990, η Ελλάδα έχει αναδειχθεί ως μία από τις κορυφαίες δυνάμεις στον κόσμο, μετά την κατάκτηση του χρυσού μεταλλίου στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2011. Έχουν επίσης κερδίσει το ασημένιο μετάλλιο στους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004, το χρυσό μετάλλιο στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2005, 3 ασημένια μετάλλια στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 2010, 2012 και 2018 και το χρυσό μετάλλιο στο Κύπελλο Europa 2018.

Η Ελληνική Γυναικεία Υδατοσφαίριση είναι η Α1 Λιγκ (είναι το κορυφαίο πρωτάθλημα γυναικείων ομάδων υδατοσφαίρισης στην Ελλάδα. Ιδρύθηκε το 1988 και σήμερα αγωνίζονται σε αυτή οκτώ ομάδες.

Το Ελληνικό Πρωτάθλημα κατατάσσεται ως ένα από τα κορυφαία εθνικά πρωταθλήματα στο ευρωπαϊκό πόλο. Η πρωταθλήτρια, η δευτεραθλήτρια και η τρίτη ομάδα προκρίνονται στο LEN Euro League. Πρωταθλητής ήταν ο Εθνικός Πειραιώς.

Επιπλέον, στους διεθνείς διαγωνισμούς συλλόγων ανδρών, οι σύλλογοι υδατοσφαίρισης Βουλιαγμένης και Ολυμπιακός ήταν αντίστοιχα πρωταθλητές και δευτεραθλητές Ευρώπης το 1997 και το 2001.

Παρά το εξαιρετικό ρεκόρ της υδατοσφαίρισης σε μεγάλες παγκόσμιες διοργανώσεις, λίγοι θεατές παρακολουθούν αγώνες τακτικά (αυτό περιλαμβάνει τους αγώνες της Α1 Κατηγορίας ανδρών). Αυτό είχε ως αποτέλεσμα η είσοδος στα περισσότερα επίσημα παιχνίδια να είναι δωρεάν σε όλα τα επίπεδα ανταγωνισμού (με εξαίρεση μερικά πολύ σημαντικά παιχνίδια). Επιπλέον, η τακτική τηλεοπτική μετάδοση ενός εβδομαδιαίου αγώνα από την Α1 Κατηγορία ανδρών την περίοδο του εθνικού πρωταθλήματος 1996-97 τερματίστηκε λόγω χαμηλών ποσοστών τηλεθέασης.

Κανόνες και Σφυρίγματα

ΚΑΝΟΝΙΚΑ ΦΑΟΥΛ-ΣΦΥΡΙΓΜΑ

Τα συνηθισμένα φάουλ συμβαίνουν, όταν ένας παίκτης παρεμποδίζει την ελεύθερη κίνηση ενός αντιπάλου, που δεν κρατά την μπάλα αλλά την έχει στην κατοχή του ή κοντά του. Το πιο συνηθισμένο είναι, όταν ένας παίκτης περνά το χέρι του πάνω από τον ώμο ενός αντιπάλου, για να χτυπήσει την μπάλα μακριά και ταυτόχρονα εμποδίζει τον αντίπαλο. Οι επιθετικοί παίκτες μπορούν να κληθούν για φάουλ σπρώχνοντας έναν αμυντικό, για να δώσουν χώρο για πάσα ή σουτ. Ο διαιτητής υποδεικνύει το σφάλμα με ένα σύντομο σφύριγμα και δείχνει το ένα χέρι προς την κατεύθυνση της επιτιθέμενης ομάδας (που στέκεται περίπου στην ευθεία με τη θέση του φάουλ), η οποία συνεχίζει να έχει στην κατοχή της την μπάλα.

ΕΠΙΘΕΤΙΚΟ ΦΑΟΥΛ-ΣΦΥΡΙΓΜΑ

Επιθετικά φάουλ (ή Turnover ή Contra: αλλαγή κατοχής μπάλας). Όταν ο διαιτητής υποδεικνύει ένα σφάλμα ανατροπής, πρέπει να διασφαλίζει, ότι οι ομάδες κατανοούν ξεκάθαρα την κατάσταση, για να αποφευχθεί οποιαδήποτε σύγχυση. Αυτό συμβαίνει με τη σωστή χρήση του σφυρίγματος και των σημάτων.

ΠΕΝΑΛΤΙ (ΚΥΡΙΟ)-ΣΦΥΡΙΓΜΑ ΦΑΟΥΛ

Εάν ένας αμυντικός διαπράξει ένα σημαντικό φάουλ εντός της περιοχής των έξι μέτρων, που αποτρέπει ένα πιθανό γκολ, η επιτιθέμενη ομάδα κερδίζει πέναλτι ή σουτ. Αυτό συμβαίνει συνήθως, όταν ο επιθετικός παίκτης αποτρέπεται από το να κάνει ένα σουτ στο τέρμα, από πίσω ή από το πλάι. Σύμφωνα με τις αλλαγές στον κανόνα της FINA το 2019, ο διαιτητής δεν έχει πλέον καμία διακριτική ευχέρεια να δώσει πέναλτι (π.χ. λαμβάνοντας υπόψη, εάν ένα γκολ ήταν πιθανό ή όχι). Ένας επιθετικός παίκτης παρατάσσεται στη γραμμή των πέντε μέτρων μπροστά από την αντίπαλη εστία.

ΣΦΥΡΙΓΜΑ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΥ ΠΑΙΚΤΗ

Ο αποκλεισμός πραγματοποιείται, όταν ο αμυντικός παίκτης «κρατά (ειδικά με δύο χέρια), βυθίζει ή τραβάει πίσω» (φράση κλειδί στην υδατοσφαίριση) τον επιθετικό παίκτη. Αυτό περιλαμβάνει το κολύμπι στα πόδια ή την πλάτη του άλλου παίκτη, το σταμάτημα του άλλου παίκτη από το να κολυμπήσει ή εμποδίζοντας με άλλο τρόπο τον επιθετικό παίκτη να διατηρήσει το πλεονέκτημά του.

Ένας διαιτητής σηματοδοτεί ένα σημαντικό φάουλ με δύο σύντομες ριπές σφυρίγματος, μετά ένα μεγάλο σφύριγμα, και υποδεικνύει, ότι ο παίκτης πρέπει να εγκαταλείψει τον αγωνιστικό χώρο και να μεταβεί στην περιοχή του πέναλτι για είκοσι δευτερόλεπτα. Ο διαιτητής θα υποδείξει πρώτα τον παίκτη, που κάνει το φάουλ και θα σφυρίξει, μετά θα δείξει τη γωνία αποκλεισμού και θα σφυρίξει ξανά. Ο παίκτης πρέπει να μετακινηθεί στην περιοχή επανεισόδου του χωρίς να επηρεάσει το φυσικό παιχνίδι και σε εύλογο χρόνο (ή δίνεται πέναλτι). Ένας παίκτης, που έχει αποβληθεί τρεις φορές, πρέπει να μείνει εκτός αγώνα για το υπόλοιπο του αγώνα

ΣΦΥΡΙΓΜΑ ΟΦΣΑΪΝΤ (ΚΑΝΟΝΙΚΟ ΦΑΟΥΛ)

Οι παίκτες μπορούν να πάρουν κανονικό φάουλ, εάν κινηθούν εντός της γραμμής των 2 μέτρων χωρίς συμπαίκτη και ένας συμπαίκτης τους περάσει την μπάλα. Αυτό είναι το «οφσάιντ» στην υδατοσφαίριση.

ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Ενδεικτικές δεξιότητες και γνώσεις υδατοσφαίρισης για άτομα με προβλήματα όρασης ή/και τύφλωση

Δεξιότητες κολύμβησης χρήσιμες στην κατανόηση της υδατοσφαίρισης

Εκπνοή

- Φυσάτε από το στόμα σας με το στόμα βυθισμένο στο νερό - Κρατηθείτε από την άκρη της πισίνας,
- φυσάτε από τη μύτη σας με το πρόσωπό σας βυθισμένο στο νερό - κρατώντας την άκρη της πισίνας,
- βουτάτε ελαφρά χωρίς να κρατιέστε και βυθίζετε το κεφάλι σας.

Επίπλευση

- Επιπλέοντας ανάσκελα,
- Επιπλέοντας στην κοιλιά σε πρηνή θέση.

Πρώθηση

Το ελεύθερο με το κεφάλι έξω είναι ο βασικός τρόπος μετακίνησης στην υδατοσφαίριση, με τον οποίο ένας παίκτης κινείται στο νερό κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Οι χεριές είναι σύντομες, γρήγορες και πιο ανοικτές (έξω από τους ώμους) σε σχέση με το αγωνιστικό ελεύθερο, γεγονός που επιτυγχάνει γρήγορες αλλαγές στην ταχύτητα και την κατεύθυνση της κίνησης, καθώς και αποτελεσματικότητα στο χειρισμό της μπάλας. Οι ισχυρές κινήσεις των ποδιών με ελαφρώς μεγαλύτερο πλάτος από ό,τι στην κολύμβηση και σε μεγαλύτερο βάθος επιτρέπουν τη βέλτιστη θέση του σώματος. Το ύπτιο κολύμπι της υδατοσφαίρισης χαρακτηρίζεται από καθιστή θέση ή διαγώνια θέση του κορμού, με το κεφάλι έξω από το νερό. Οι χεριές μεγάλης συχνότητας και ισχύος χρησιμοποιούνται συχνότερα από τους παίκτες, όταν θέλουν να απαλλαγούν από τον αντίπαλο και όταν αποτρέπουν και ακολουθούν αντεπιθέσεις.

Κανόνες υδατοσφαίρισης

Μελετήστε μόνοι σας τα βασικά σφυρίγματα

Βασικοί κανόνες του παιχνιδιού

- Ο στόχος του παιχνιδιού είναι να πετύχετε όσο το δυνατόν περισσότερα γκολ. Ο αγώνας διαρκεί 32 λεπτά και χωρίζεται σε τέσσερα οκτάλεπτα, το καθένα από τα οποία διαρκεί 8 λεπτά. Στην αρχή κάθε περιόδου, ένας παίκτης από κάθε ομάδα κολυμπάει από το τέρμα προς το κέντρο του γηπέδου, όπου βρίσκεται η μπάλα. Ο παίκτης, που φτάνει πρώτος στη μπάλα, κερδίζει την κατοχή και η ομάδα του περνάει πρώτη στην επίθεση.
- Παίζεται σε ορθογώνια πισίνα ποικίλων διαστάσεων, με ελάχιστο βάθος 1,8 μέτρα. Οι αγώνες χωρίζονται σε τέταρτα, καθένα από τα οποία διαρκεί 8 λεπτά. Η υδατοσφαίριση περιλαμβάνει κολύμπι (με ή χωρίς μπάλα), ρίψη, υποδοχή και σουτ της μπάλας με το ένα χέρι. Επειδή η υδατοσφαίριση είναι άθλημα επαφής, οι μικρές παραβάσεις είναι συχνές και οι αποκλεισμοί είναι συνηθισμένοι, κατά τη διάρκεια των οποίων ένας παίκτης αποκλείεται από το παιχνίδι για 20 δευτερόλεπτα. Ο ειδικός εξοπλισμός της υδατοσφαίρισης αποτελείται από μια μπάλα υδατοσφαίρισης, ένα σκουφάκι υδατοσφαίρισης και εστίες, οι οποίες επιπλέουν στο νερό ή είναι προσαρτημένες στην άκρη της πισίνας.

Οι συντελεστές και οι ρόλοι τους (διαιτητής, κριτής τερμάτων, χρονομέτρης, γραμματέας)

Για τους αγώνες, που διοργανώνονται από τη Διεθνή Οργάνωση Υδατοσφαίρισης (FINA), οι συντελεστές είναι δύο κριτές, δύο κριτές τερμάτων (γραμμής), χρονομέτρες και γραμματείς, ο καθένας με τις δικές του αρμοδιότητες και τα καθήκοντά του.

Διαιτητές υδατοσφαίρισης

Οι διαιτητές του αγώνα υδατοσφαίρισης πρέπει να έχουν τον πλήρη έλεγχο του παιχνιδιού. Η δικαιοδοσία τους επί των παικτών πρέπει να διαρκεί καθ' όλη τη διάρκεια, που αυτοί και οι παίκτες βρίσκονται στην πισίνα. Όλες οι αποφάσεις των διαιτητών πρέπει να είναι οριστικές και οι ερμηνείες τους για τους κανόνες κατά τη διάρκεια του αγώνα πρέπει να είναι υποχρεωτικές. Οι κριτές δεν πρέπει να υποθέτουν τα πραγματικά γεγονότα, αλλά πρέπει να ερμηνεύουν τα παρατηρούμενα με τον τρόπο, που γνωρίζουν καλύτερα. Οι διαιτητές πρέπει να σφυρίζουν για την έναρξη και την επανέναρξη του παιχνιδιού, να κατακυρώνουν γκολ, ρίψεις τερματοφυλάκων, ρίψεις από το πλάι (είτε οι τερματοφύλακες έδωσαν το σήμα είτε όχι), ουδέτερες ρίψεις και παραβιάσεις των κανόνων του παιχνιδιού. Ο διαιτητής μπορεί να αλλάξει την απόφασή του παίρνοντας τη μπάλα και επιστρέφοντάς την στο παιχνίδι. Οι διαιτητές πρέπει να μην κατακυρώσουν ένα συγκεκριμένο παράπτωμα, εάν κατά την άποψή τους αυτό θα αποτελούσε πλεονέκτημα για την ομάδα, που δόθηκε το αντικανονικό παίξιμο. Οι διαιτητές δεν πρέπει να κατακυρώνουν ένα απλό φάουλ, όταν υπάρχει ακόμα η δυνατότητα να παιχτεί η μπάλα.

Σημείωση: Οι διαιτητές πρέπει να εφαρμόζουν αυτή την αρχή στο ακέραιο. Για παράδειγμα, δεν πρέπει να καταλογίζουν φάουλ υπέρ ενός παίκτη, που έχει την κατοχή της μπάλας και προχωρά προς την αντίπαλη εστία, καθώς αυτό θεωρείται, ότι ευνοεί την ομάδα, που διέπραξε το φάουλ. Οι διαιτητές έχουν την εξουσία να αποκλείουν οποιονδήποτε παίκτη από το παιχνίδι σύμφωνα με το σχετικό άρθρο. Εάν ένας παίκτης αρνείται να αποχωρήσει από το παιχνίδι, το παιχνίδι πρέπει να διακοπεί. Οι διαιτητές έχουν την εξουσία να απομακρύνουν οποιονδήποτε παίκτη, αναπληρωματικό παίκτη, θεατή ή επίσημο συντελεστή από το χώρο της πισίνας.

Διαιτητής γραμμής

Η θέση του κριτή τερμάτων (γραμμής). Οι κριτές τερμάτων ή κριτές γραμμής πρέπει να παίρνουν τις θέσεις τους στην πλευρά της πισίνας, όπου βρίσκεται ο πίνακας αποτελεσμάτων, στη γραμμή τερμάτων και στα άκρα του γηπέδου.

Τα καθήκοντα των κριτών τερμάτων είναι τα εξής:

- το σήκωμα του χεριού σε κάθετη θέση, που δίνεται, όταν οι παίκτες έχουν πάρει σωστά τη θέση τους στη γραμμή τέρματος στην αρχή του οκταλέπτου,
- το σήκωμα και των δύο χεριών σε κάθετη θέση, για να δοθεί σήμα για λανθασμένη έναρξη ή επανέναρξη,
- το χέρι σε οριζόντια θέση προς την κατεύθυνση της επίθεσης, για να δοθεί σήμα για ρίψη τέρματος,
- χέρι σε οριζόντια θέση προς την κατεύθυνση της επίθεσης, για να δώσει σήμα για ρίψη από τη γωνία (κόρνερ),
- σηκώνοντας και διασταυρώνοντας και τα δύο χέρια σε κάθετη θέση, για να δώσει σήμα για χτύπημα,
- σηκώνοντας και τα δύο χέρια σε κατακόρυφη θέση, για να δώσει σήμα για λανθασμένη είσοδο του αποκλεισμένου παίκτη ή του αντικαταστάτη του.

Κάθε διαιτητής τέρματος πρέπει να διαθέτει επαρκή αριθμό μπαλών. Σε περίπτωση που η μπάλα του παιχνιδιού φεύγει από τον αγωνιστικό χώρο, πρέπει να δώσει αμέσως τη δεύτερη μπάλα στον τερματοφύλακα για τη ρίψη του τέρματος ή στον πλησιέστερο παίκτη της ομάδας στο κόρνερ. Πρέπει να κάνει το ίδιο με εντολή του κριτή.

Χρονομέτρες

Τα καθήκοντα του χρονομέτρη κατά τη διάρκεια του αγώνα είναι:

- να μετρά τον ακριβή χρόνο της πραγματικής διάρκειας του αγώνα, το διάλειμμα του προπονητή (τάιμ άουτ) και την ανάπαυση μεταξύ των οκταλέπτων,
- μέτρηση του χρόνου συνεχούς κατοχής της μπάλας για κάθε ομάδα,
- να μετρά τη χρονική ροή των αποκλεισμένων παικτών σύμφωνα με τους κανονισμούς και να ανακοινώνει τη λήξη του χρόνου αυτού και την ώρα επανεισόδου των αποκλεισμένων παικτών ή των αντικαταστατών τους,
- να ανακοινώνει σαφώς την έναρξη του τελευταίου λεπτού του αγώνα και του τελευταίου λεπτού της δεύτερης παράτασης,
- να σφυρίζει το τέλος κάθε προπονητικού διαλείμματος (τάιμ άουτ).

Γραμματέας

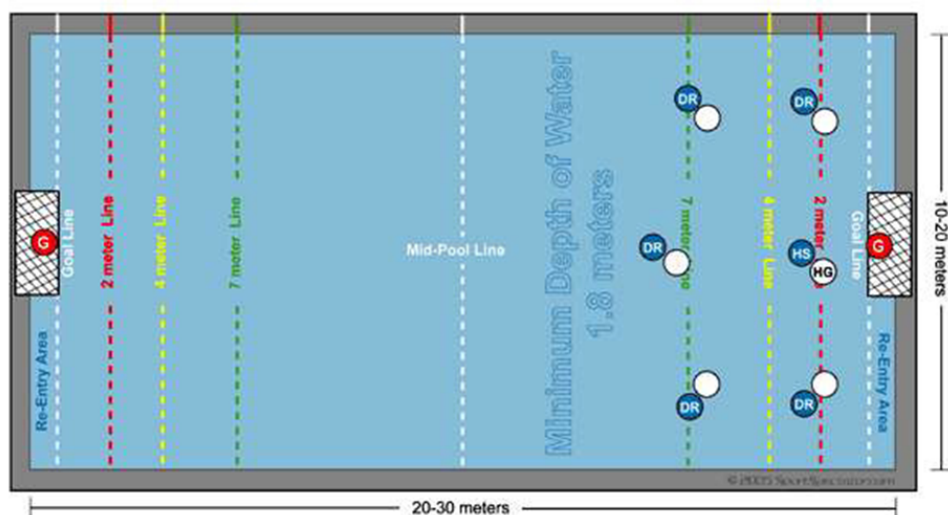
Ο γραμματέας παρέχει τις συμβουλές του στον διοργανωτή για το πώς μπορεί να επιτύχει την ομαλή διεξαγωγή του παιχνιδιού υδατοσφαίρισης. Ο γραμματέας λειτουργεί επίσης ως μεσολαβητής μεταξύ των παικτών υδατοσφαίρισης και του διοργανωτή. Επίσης, πραγματοποιεί συναντήσεις με το διοργανωτή, όταν απαιτείται.

Δεξιότητες και ασκήσεις υδατοσφαίρισης ξηράς

Αντίληψη του γηπέδου

1. Οι προπονητές πρέπει να χρησιμοποιούν μία ηχητική μπάλα, με έντονα χρώματα.
2. Να παρέχουν μια απτική αναπαράσταση του γηπέδου για εξερεύνηση. Δώστε την έννοια του χώρου, αναλογίες (Εικόνα 1) και χαρτογράφηση του παιχνιδιού. Οι απτικοί πίνακες μπορούν να κατασκευαστούν εύκολα με οποιοδήποτε μέσο.

Εικόνα 1. Διαστάσεις του γηπέδου υδατοσφαίρισης



Πηγή: https://www.sportspectator.com/fancentral/waterpolo/guide04.html?fbclid=IwAR1C64FA8jOYUjxFXFIV-0vyStNcbsXQW30mc1w7v_YhiYBb7ppdHASBa58

Ορισμένοι βασικοί παράγοντες, που πρέπει να λάβετε υπόψη, όταν φτιάχνετε έναν απτικό χάρτη:

- Θα πρέπει να είναι φορητός ή τουλάχιστον εύχρηστος.
- Θα πρέπει να είναι αρκετά ανθεκτικός.
- Καθορίστε τι είναι σημαντικό να τοποθετήσετε στο χάρτη, όπως ορόσημα, διασταυρώσεις και εμπόδια. Χρησιμοποιήστε διάφορες υφές, για να αναπαραστήσετε ή να συμβολίσετε αυτά τα αντικείμενα.
- Η χρήση ενός κλειδιού μπορεί να βοηθήσει τον εκπαιδευόμενό σας στην αναγνώριση των αντικειμένων.
- Βεβαιωθείτε, ότι αφήνετε τουλάχιστον 5 mm χώρο μεταξύ των αντικειμένων για την αναγνωσιμότητα.
- Προσπαθήστε να φτιάξετε τον χάρτη σε κλίμακα.
- Προσπαθήστε να προσανατολίσετε τον χάρτη χρησιμοποιώντας βασικές κατευθύνσεις με την κορυφή του χάρτη να δείχνει προς τον βορρά.
- Λάβετε υπόψη τις ανάγκες των εκπαιδευομένων σας χρησιμοποιώντας χρώματα με αντίθεση, ετικέτες σε γραφή Braille ή χρησιμοποιώντας μεγάλα γράμματα.
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε απλό χαρτί, χαρτί με υφή, τσόχα, αφρώδες υλικό (το αυτοκόλλητο είδος είναι υπέροχο), πιστόλι κόλλας (κάνει όμορφους δρόμους), μπογιά (λιγότερο πιθανό να σας κάψει), αφρώδη αυτοκόλλητα, Velcro, ανακυκλωμένα αντικείμενα, ξυλάκια παγωτού κ.λπ.

Ενδεικτικά παραδείγματα ακολουθούν παρακάτω:

- **Μαγνητικός πίνακας τακτικής**

Εικόνα 2. Μαγνητικός πίνακας τακτικής



Πηγή: [https://www.g-sport.si/timski-sport/sportni-pripomocki/trenerske-takticne-table/trenerjeva-takticna-tabla-za-vaterpolo-45-x-30-x-2-cm-magnet?](https://www.g-sport.si/timski-sport/sportni-pripomocki/trenerske-takticne-table/trenerjeva-takticna-tabla-za-vaterpolo-45-x-30-x-2-cm-magnet?fbclid=IwAR3p9L0tecfcTkpdDk_ALpW8NxHJ__yls7pK-d_Zd6jfuggCnoNHktl-dok)
fbclid=IwAR3p9L0tecfcTkpdDk_ALpW8NxHJ__yls7pK-d_Zd6jfuggCnoNHktl-dok

- **Σχεδιάστε στην πλάτη των ατόμων με μειωμένη όραση ή τύφλωση ένα γήπεδο υδατοσφαίρισης σε κλίμακα**

Εικόνα 3. Σχεδίαση στην πλάτη των τυφλών ή ατόμων με προβλήματα όρασης



Πηγή: Schmidt, G., 2008, p.19

Ατομική τακτική

- Άσκηση πάσας, υποδοχής και σουτ για γκολ.
- Χρησιμοποιήστε, αν είναι δυνατόν, ένα πραγματικό δοκάρι τερμάτων υδατοσφαίρισης έξω από την πισίνα. Νιώστε το δοκάρι του τέρματος, μετρήστε τις διαστάσεις του περπατώντας. Σουτ για γκολ.

Ομαδική τακτική

- Σχεδιάστε ένα ημικύκλιο στον αγωνιστικό χώρο, βάλτε το άτομο να κινηθεί στο ημικύκλιο προκειμένου να κατανοήσει το σύστημα άμυνας ζώνης.
- Εξασκήστε την τακτική "παίκτης προς παίκτη" για την άμυνα ("man to man").
- Ασκήστε την ίδια τακτική κατά την επίθεση.

Στην πισίνα δεξιότητες και ασκήσεις υδατοσφαίρισης

Συσκευές

- Αγγίξτε και φορέστε το σκουφάκι της υδατοσφαίρισης.
- Αγγίξτε το προστατευτικό πλαστικό, που βρίσκεται στην περιοχή των αυτιών του σκουφιού υδατοσφαίρισης.
- Νιώστε την μπάλα με τα δύο χέρια.
- Ζήστε την τριβή της μπάλας στο χέρι των συμμετεχόντων.

Προσανατολισμός στην πισίνα

- Κολυμπήστε το γήπεδο σε κάθε κατεύθυνση.
- Στοιχεία τεχνικής με την μπάλα, σουτ στο τέρμα.

Ασκήσεις "παίκτη προς παίκτη" ("man to man")

- Κολύμβηση με έναν συμπαίκτη,
- πάσα.

Θέσεις

- Εξηγήστε τις θέσεις στο νερό (τερματοφύλακας, αριστερός ακραίος, αριστερός οδηγός, σημείο, δεξιός οδηγός, δεξιός ακραίος και ένας σέντερ φορ στη μέση). Βάλτε τους συμμετέχοντες σε κάθε θέση και αφήστε τους να κολυμπήσουν για να κατανοήσουν τα όρια κάθε θέσης.
- Ασκήστε την ίδια άσκηση με έναν αντίπαλο.

Αμυντική τακτική

- Χρησιμοποιήστε υλικό από την ορολογία.

Επιθετική τακτική

- Χρησιμοποιήστε υλικό από την ορολογία.

Λάθη

Ασκηθείτε στα πιο συνηθισμένα σφάλματα, όπως:

- χτυπώντας το χέρι του αντιπάλου,
- το κράτημα της μπάλας με τα δύο χέρια,
- βύθιση της μπάλας,
- βύθιση του αντιπάλου.

Περιβάλλον της ημέρας του αγώνα

Κάθε παίκτης είναι διατεταγμένος να καλύπτει το δικό του χώρο και την άμυνα. Πιθανόν να προσανατολίζονται γύρω από το γήπεδο, όπου μπορούν να κινηθούν, κατά μήκος των γραμμών και γύρω από το τέρμα.

Ενδεικτική ορολογία, που θα χρησιμοποιηθεί για τον έλεγχο. Κάποιους από αυτούς τους όρους μπορούν να βιώσουν οι συμμετέχοντες στο νερό.

Άμυνα 5 εναντίον 6 - Άμυνα που συμβαίνει, όταν ένας παίκτης αποβάλλεται και η ομάδα του παίκτη πρέπει να παίξει με 5 παίκτες για 20 δευτερόλεπτα. Η άμυνα είναι να παίζεις με ένα άτομο κάτω

Επίθεση 6 εναντίον 5 - Επίθεση που συμβαίνει, όταν ένας παίκτης της αντίπαλης ομάδας αποβάλλεται για 20 δευτερόλεπτα. Η επίθεση παίζεται με ένα άτομο πάνω.

Βοήθεια - Πάσα σε συμπαίκτη, που οδηγεί απευθείας στο σκοράρισμα ενός τέρματος.

Back Door - Στην αδύναμη πλευρά (εκτός μπάλας) ο παίκτης κολυμπάει πίσω από τον παίκτη του, όπου μπορεί να δεχτεί μια πάσα για ένα γρήγορο σουτ. (Βλέπε Blind Pig).

Backhand - Ένας τύπος σουτ ή πάσας κατά τον οποίο ένας παίκτης ρίχνει την μπάλα πίσω του.

Δόλωμα - Παιχνίδι με τρόπο που κάνει τον αντίπαλο να πιστεύει λανθασμένα, ότι δεν αποτελεί απειλή για να αναχαιτίσει ή να μπλοκάρει την πάσα του.

Πλευρά της μπάλας - Πλευρά του αντιπάλου σας, που βρίσκεται πιο κοντά στη μπάλα. Είναι καλύτερο, όταν οδηγείτε, να οδηγείτε στην πλευρά της μπάλας.

Ball Under - Τεχνικό φάουλ, που ζητείται, για να πάρεις την μπάλα κάτω από το νερό, όταν σε μαρκάρει ένας αντίπαλος.

Cage - Ένα άλλο όνομα για το τέρμα του πόλο στο νερό.

Κεντρικός αμυντικός - Αμυντικός του οποίου η κύρια ευθύνη είναι να προστατεύει το επιθετικό άτομο των 2 μέτρων (M).

Κεντρικός επιθετικός - Παίκτης του οποίου η κύρια επιθετική θέση είναι στη γραμμή 2M του αντιπάλου.

Check - Τοποθέτηση του χεριού ή του αντιβραχίου στο στήθος του αντιπάλου, για να παρεμποδιστεί η κίνηση και να διατηρηθεί η θέση της άμυνας.

Cherry Picker - Παίκτης που δεν καλύπτει πίσω στην άμυνα και που ελπίζει σε μια αλλαγή, που θα του επιτρέψει να σκοράρει αφύλακτα.

Crash - Να πέφτει ή να γλιστράει με επιθετικό τρόπο προς τον σέντερ φορ.

Donut - Ένα γκολ, που σημειώνεται πάνω από το κεφάλι του τερματοφύλακα, όταν ο τερματοφύλακας έχει και τα δύο χέρια ψηλά και σταυρωμένα από το κεφάλι του προσπαθώντας να μπλοκάρει. Τα χέρια μοιάζουν με ένα ντόνατ.

Σχεδιασμός φάουλ - Με πονηριά ή βία ένας παίκτης είναι σε θέση να κάνει έναν αντίπαλο να προκαλέσει φάουλ ή αλλαγή.

Ντρίμπλα - Μετακίνηση της μπάλας μέσα στο νερό κολυμπώντας με αυτή μπροστά από το σώμα ανάμεσα στα χέρια.

Drive - Ο παίκτης του μπροστινού γηπέδου, που αντιμετωπίζει τον αντίπαλό του προσπαθεί να κολυμπήσει επιθετικά δίπλα του σε πλεονεκτική θέση.

Egg Beater Kick - Τύπος λακτίσματος υποστήριξης, που περιγράφεται καλύτερα ως εναλλασσόμενο λάκτισμα βατράχου ή πρόσθιου.

Αποβολή - Ένας παίκτης απομακρύνεται από το νερό από τον διαιτητή για 20 δευτερόλεπτα παιχνιδιού λόγω παράβασης κανόνα. (Βλέπε Αποβολή).

Προσποίηση - Να κάνεις τον αντίπαλο να πιστέψει, ότι πρόκειται να πασάρεις, να σουτάρεις, να οδηγήσεις ή να κάνεις οποιαδήποτε κίνηση προκειμένου να ξεγελάσεις έναν αντίπαλο.

Φάουλ - Παραβίαση των κανόνων του παιχνιδιού, για την οποία προκύπτει ελεύθερη βολή, αποβολή ή πέναλτι.

Φάουλ και πτώση - Ο αμυντικός εκτελεί φάουλ στον αντίπαλό του, για να σταματήσει την εξέλιξη της μπάλας και στη συνέχεια πέφτει, για να βοηθήσει στην άμυνα άλλων αντιπάλων.

Ελεύθερη βολή - Μια ελεύθερη πάσα, που απονέμεται σε έναν παίκτη λόγω παράβασης κανόνα από τον αμυντικό του. Οι αντίπαλοι δεν πρέπει να παρεμβαίνουν στην εκτέλεση της ρίψης

Hips Up - Μια πρηνή θέση βαδίσματος με τους γοφούς στο επίπεδο του νερού, η οποία είναι απαραίτητη για καλό επιθετικό και αμυντικό παιχνίδι.

Εντός της γραμμής 2 M - Ο επιθετικός παίκτης κινείται εντός της γραμμής 2 M των αντιπάλων πριν η μπάλα βρεθεί εντός της γραμμής 2 M, γεγονός που έχει ως αποτέλεσμα την απώλεια της μπάλας.

Μέσα στο νερό - Όταν ένας επιθετικός παίκτης βρίσκεται ανάμεσα στον αμυντικό του και στο τέρμα του αμυνόμενου μέσα στο νερό.

Άμυνα "man to man" ("παίκτης προς παίκτη") - Κάθε αμυντικός παίκτης έχει έναν παίκτη, τον οποίο υπερασπίζεται κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Αυτό είναι αντίθετο από το να φυλάει μια περιοχή, όπως στην άμυνα ζώνης.

Περίοδος - Οι κανόνες χωρίζουν το παιχνίδι σε τέσσερις χρονικές περιόδους, που ονομάζονται τέταρτα.

Πίεση - Παίζεται μια πολύ στενή άμυνα "παίκτης προς παίκτη", που αρχίζει, όταν ο επιθετικός τερματοφύλακας προσπαθεί να κάνει πάσα στους συμπαίκτες του.

Pump - Κίνηση του χεριού, για να προσομοιωθεί ένα σουτ προς το τέρμα, σε μια προσπάθεια να δεσμευτεί ο τερματοφύλακας.

Rebound - Μια αμυντική κίνηση, για να εξουδετερωθεί ο σουτέρ ή ένα αμυντικό άτομο από την ανάκτηση ενός ριμπάουντ μετά από μπλοκάρισμα του τερματοφύλακα ή αποκλεισμένο σουτ. Ο αμυντικός παίκτης κόβει μπροστά από τον σουτέρ ή έναν άλλο επιθετικό παίκτη αμέσως μετά την εκτέλεση του σουτ.

Απελευθέρωση - Επιθετικός ελιγμός, που χρησιμοποιείται, για να απελευθερωθεί από έναν αντίπαλο, ώστε αυτός να είναι ελεύθερος να δεχτεί τη μπάλα.

Set ή Setter - Παίκτης γηπέδου του οποίου η κύρια επιθετική θέση βρίσκεται στη γραμμή 2 M των αντιπάλων.

Κλέψιμο - Ένα στατιστικό, που καταγράφεται, όταν ένας αμυντικός παίρνει τη μπάλα από τον παίκτη, που προφυλάσσεται.

Αντικατάσταση - Μπορεί να γίνει ανά πάσα στιγμή. Ο αντικαταστάτης πρέπει να βρίσκεται στην περιοχή για αλλαγή με τον παίκτη που

αντικαθίσταται.

Γύρισμα αντιπάλου - Επιθετικός ελιγμός που χρησιμοποιείται για την απόκτηση πλεονεκτήματος με τη χρήση μόχλευσης ή ορμής, για να γυρίσει ο αντίπαλος.

Δύο χέρια - Η χρήση δύο χεριών από παίκτη εκτός του τερματοφύλακα, για να πιάσει ή να παίξει τη μπάλα θα έχει ως αποτέλεσμα την αλλαγή. Εάν η παράβαση γίνει εντός της γραμμής 4 M, καταλογίζεται πέναλτι.

Υγρή πάσα - Πάσα από έναν παίκτη σε άλλον παίκτη, η οποία προσγειώνεται στο νερό κατά την υποδοχή της. Αυτός είναι ο επικρατέστερος τύπος πάσας, που γίνεται στον παίκτη των 2 M.

Επίθεση ζώνης - Μια επίθεση, που έχει σχεδιαστεί, για να λειτουργεί εναντίον της άμυνας ζώνης του αντιπάλου.

Προετοιμασία πριν από το παιχνίδι

Εξοπλισμός

Peer to peer/ side by side: δίπλα-δίπλα.

Χρησιμοποιήστε ακουστικά.

Χρησιμοποιήστε wi-fi και μια σχετική εφαρμογή.

Πρόσβαση στην πισίνα

Κανονίστε τη μεταφορά.

Σημείο συνάντησης.

Ελέγξτε την πρόσβαση στις εγκαταστάσεις.

Επιλέξτε τη θέση σας στο κατάστρωμα ή κοντά στην πισίνα.

Προκαθορίστε όλα τα παραπάνω, επισκεπτόμενοι το μέρος μια ημέρα πριν από τον αγώνα.

Περιγραφή (Πριν το παιχνίδι & στον αγώνα)

Περιγράψτε το:

Μορφή: χαρακτήρες, μέρη, κείμενο ή οποιοδήποτε άλλο σχήμα ή αντικείμενο του παιχνιδιού του αγώνα.

Κίνηση: δράση, χρόνος ή ο,τιδήποτε κινείται ή υποδηλώνεται από κίνηση.

Χρώμα: τα πάντα που αποτελούνται από το παιχνίδι, το περιβάλλον κ.λπ.

Ήχος: οπτικός ήχος, δηλαδή ήχος, που αναγνωρίζεται μόνο οπτικά.

Αυτό που περιγράφετε το αναλύετε σε τέσσερα κύρια συστατικά- πότε, πού, ποιος και τι. Περιλαμβάνονται επίσης θόρυβοι, που δεν μπορούν να αναγνωριστούν άμεσα: υπότιτλοι, πινακίδες, γραπτό μήνυμα και σημαντικά σύμβολα.

Ποιος

Οι χαρακτήρες

Η ενδυμασία και το στυλ τους

Η γλώσσα του σώματός τους

Τα σωματικά τους χαρακτηριστικά

Η ηλικία τους

Η έκφρασή τους

Πού

Τόποι, σκηνικό, ατμόσφαιρα, εσωτερική διακόσμηση κ.λπ. και ειδικότερα οι αλλαγές των χώρων.

Πότε

Χρονικό πλαίσιο: παρελθόν, παρόν, μέλλον, η εποχή και η ώρα της ημέρας.

Τι

Η δράση που λαμβάνει χώρα, οι μετατοπίσεις και τυχόν ορατές αλλά αθόρυβες αντιδράσεις, οι οποίες συχνά αποτελούν τις σημαντικότερες περιγραφές.

Να εστιάζετε πάντα στην μπάλα.

Συμβουλές

- Κάντε κάποια κοινωνική συζήτηση, που δεν σχετίζεται απαραίτητα με το παιχνίδι.
- Χρησιμοποιήστε τον μαγνητικό πίνακα.
- Συζητήστε τους κανόνες χρησιμοποιώντας το πραγματικό παιχνίδι.

Αξιολόγηση μετά το παιχνίδι

Ερωτηματολόγιο ανατροφοδότησης VIWAS

1. Σε ποιο βαθμό η μετάδοση κάλυψε τις ανάγκες σας είτε όντας στον αγώνα είτε ακούγοντάς τον από απόσταση;

Κακό

Αρκετά καλό

Καλό

Πολύ καλό

-Εξαιρετικό

2. Αξιολογήστε την εμπειρία σας από τη μετάδοση του αγώνα πόλο από το 1 έως το 5 (από κακή έως εξαιρετική).

3. Πώς ήταν η αλυσίδα προσβασιμότητας στις αθλητικές εγκαταστάσεις ;

Κακή

Αρκετά καλή

Καλή

Πολύ καλή

Εξαιρετική

4. Ηλικία των ερωτηθέντων

Λιγότερο από 18

18-30

31-50

Πάνω από 50

5. Επίπεδο εκπαίδευσης

Δευτεροβάθμια εκπαίδευση

Πτυχίο Ανώτατης Εκπαίδευσης

Μάστερ

Διδακτορικό

Αποτελέσματα αξιολόγησης από την αναμετάδοση αγώνων υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης

Σημείωση: Για τους σκοπούς του VIWAS όλοι οι μερικώς βλέποντες συμμετέχοντες έπρεπε να έχουν εντελώς δεμένα μάτια. Γενικά, η χρήση του οδηγού VIWAS πρέπει να προσαρμόζεται στο επίπεδο οπτικής αναπηρίας κάθε συμμετέχοντα.

Η Κροατία, η Ελλάδα και η Σλοβενία είχαν την υποχρέωση να κάνουν την ακουστική περιγραφή ενός αγώνα υδατοσφαίρισης σε άτομα με προβλήματα όρασης. Αμέσως μετά την "παρακολούθηση" του αγώνα δόθηκε στους συμμετέχοντες ένα ερωτηματολόγιο, για να αξιολογήσουν τη διαδικασία της αναμετάδοσης, και ταυτόχρονα την αλυσίδα προσβασιμότητας.

Κροατία

Ο Αθλητικός Σύλλογος Ατόμων με Αναπηρίες "RIJEKA" έστειλε τέσσερα (4) συμπληρωμένα ερωτηματολόγια. Ήταν όλοι ενήλικες μεταξύ 31- 50 ετών. Το μορφωτικό επίπεδο για δύο (2) από αυτούς ήταν δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, ενώ για τους υπόλοιπους δύο (2) ήταν πτυχίο ανώτατης εκπαίδευσης (πανεπιστημιακής).

Η πρώτη ερώτηση αφορούσε στο βαθμό που οι ραδιοτηλεοπτικές εκπομπές καλύπτουν τις ανάγκες των ατόμων με προβλήματα όρασης. Τρεις (3) από τους τέσσερις (4) ερωτηθέντες απάντησαν, ότι οι ραδιοτηλεοπτικές εκπομπές κάλυπταν τις ανάγκες τους σε "εξαιρετικό βαθμό", ενώ ένας (1) απάντησε σε "πολύ καλό βαθμό".

Η δεύτερη ερώτηση αφορούσε στην αξιολόγηση της εμπειρίας τους από την αναμετάδοση ενός αγώνα υδατοσφαίρισης. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι δύο (2) από τους συμμετέχοντες αξιολόγησαν την εμπειρία τους σε "πολύ καλό βαθμό" και δύο (2) σε "εξαιρετικό βαθμό".

Η τρίτη ερώτηση αναφερόταν στην αλυσίδα προσβασιμότητας της

αθλητικής εγκατάστασης. Και πάλι, δύο (2) από τους συμμετέχοντες αξιολόγησαν την προσβασιμότητα της εγκατάστασης ως “πολύ καλή”, ενώ οι άλλοι δύο (2) την αξιολόγησαν ως “εξαιρετική”.

Σλοβενία

Η ŠPORTNO DRUŠTVO INVALID LJUBLJANA απέστειλε πέντε (5) συμπληρωμένα ερωτηματολόγια. Δύο (2) από τους συμμετέχοντες ήταν κάτω των 18 ετών, ένας (1) μεταξύ 18-30 ετών, ένας (1) μεταξύ 31- 50 ετών και ένας (1) άνω των 50 ετών. Το μορφωτικό επίπεδο για τρεις (3) από αυτούς ήταν δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και πτυχίο ανώτατης εκπαίδευσης (πανεπιστημιακής) για τους υπόλοιπους δύο (2). Η πρώτη ερώτηση αφορούσε στο βαθμό που οι ραδιοτηλεοπτικές εκπομπές καλύπτουν τις ανάγκες των ατόμων με προβλήματα όρασης. Ένας (1) από τους ερωτηθέντες απάντησε, ότι οι ραδιοτηλεοπτικές εκπομπές κάλυπταν τις ανάγκες του σε “εξαιρετικό βαθμό”, τρεις (3) απάντησαν σε “πολύ καλό βαθμό, ενώ ένας (1) σε “καλό βαθμό”.

Η δεύτερη ερώτηση αφορούσε στην αξιολόγηση της εμπειρίας τους από την αναμετάδοση ενός αγώνα υδατοσφαίρισης. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι τρεις (3) από τους συμμετέχοντες αξιολόγησαν την εμπειρία τους σε “εξαιρετικό επίπεδο” και δύο (2) σε “πολύ καλό επίπεδο”.

Η τελευταία ερώτηση αναφερόταν στην αλυσίδα προσβασιμότητας της αθλητικής εγκατάστασης. Όλοι οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν την προσβασιμότητα της εγκατάστασης ως “εξαιρετική”.

Ελλάδα

Το ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ-ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ μαζί με τον Κολυμβητικό Όμιλο “ΑΣΤΕΡΙΑΣ” έστειλαν εννέα (9) συμπληρωμένα ερωτηματολόγια. Από τους συμμετέχοντες ένας (1) ήταν άνω των 50 ετών, έξι (6) ήταν μεταξύ 31-50 ετών και δύο (2) ήταν μεταξύ 18-30 ετών. Το μορφωτικό επίπεδο για οκτώ (8) από τους συμμετέχοντες ήταν πτυχίο ανώτατης εκπαίδευσης (πανεπιστημιακής) και για έναν (1) ήταν δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

Η πρώτη ερώτηση αφορούσε στο βαθμό που οι ραδιοτηλεοπτικές εκπομπές κάλυπταν τις ανάγκες των ατόμων με προβλήματα όρασης.

Τρεις (3) από τους εννέα (9) ερωτηθέντες απάντησαν, ότι οι ραδιοτηλεοπτικές εκπομπές κάλυπταν τις ανάγκες τους σε “εξαιρετικό βαθμό”, ένας (1) απάντησε σε “πολύ καλό βαθμό”, ενώ πέντε (5) απάντησαν σε “καλό βαθμό”.

Η δεύτερη ερώτηση αφορούσε στην αξιολόγηση της εμπειρίας τους από την αναμετάδοση ενός αγώνα υδατοσφαίρισης. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι έξι (6) από αυτούς αξιολόγησαν την εμπειρία τους σε “πολύ καλό βαθμό” και τρεις (3) σε “εξαιρετικό βαθμό”.

Η τρίτη ερώτηση αναφερόταν στην αλυσίδα προσβασιμότητας της αθλητικής εγκατάστασης. Ένας (1) από τους συμμετέχοντες αξιολόγησε την προσβασιμότητα της εγκατάστασης ως “πολύ καλή”, πέντε (5) την αξιολόγησαν ως “καλή” και οι υπόλοιποι τρεις (3) ως “κακή”.

Συνολικά, συμπληρώθηκαν 18 ερωτηματολόγια αξιολόγησης από τις 3 χώρες.

Η ανάλυση των αποτελεσμάτων για κάθε ερώτηση του ερωτηματολογίου παρατίθενται παρακάτω:

1. Ηλικία συμμετεχόντων:

κάτω των 18: 3

18-30: 2

31-50: 11

πάνω από 51: 2



2. Επίπεδο εκπαίδευσης συμμετεχόντων:

Δευτεροβάθμια εκπαίδευση: 6

Τριτοβάθμια εκπαίδευση: 12

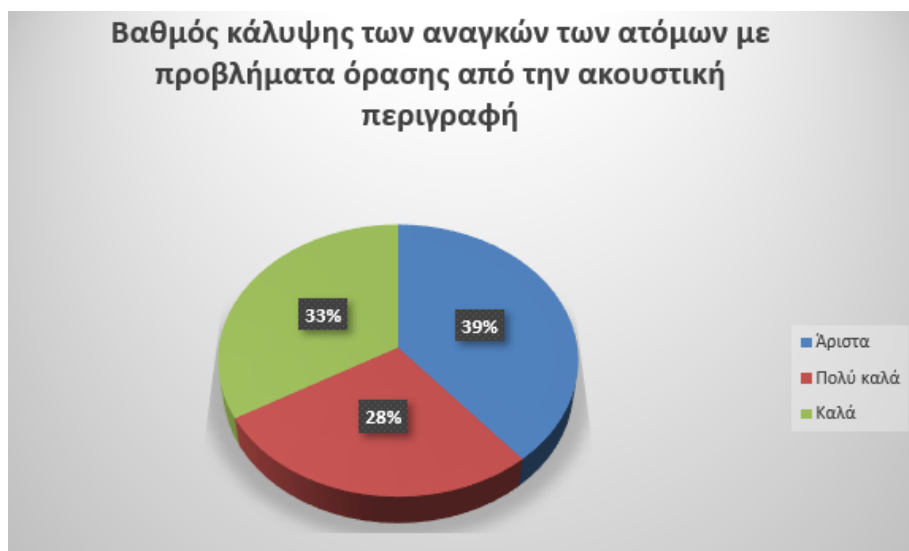


3. Βαθμός κάλυψης των αναγκών των ατόμων με προβλήματα όρασης από την ακουστική περιγραφή ενός αγώνα υδατοσφαίρισης:

Άριστα: 7

Πολύ καλά: 5

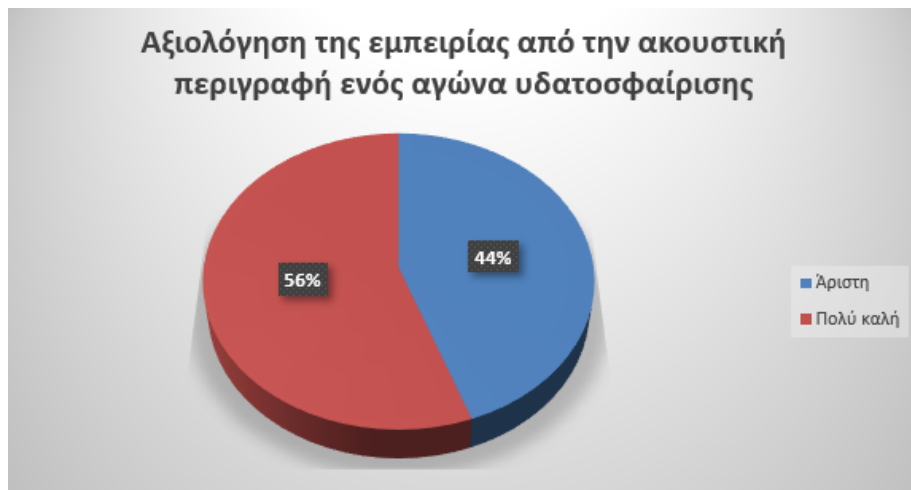
Καλά: 6



4. Αξιολόγηση της εμπειρίας από την ακουστική περιγραφή ενός αγώνα υδατοσφαίρισης:

Άριστη: 8

Πολύ καλή: 10



5. Αξιολόγηση της προσβασιμότητας στην αθλητική εγκατάσταση:

Άριστη: 7

Πολύ καλή: 3

Καλή: 5

Κακή: 3



Φαίνεται, ότι η ακουστική περιγραφή ενός αγώνα υδατοσφαίρισης ήταν μια εξαιρετική ή πολύ καλή εμπειρία για όλους τους συμμετέχοντες. Η μεθοδολογία, που επιλέχθηκε για τη αναμετάδοση, ήταν κατάλληλη και φαίνεται να καλύπτει τις ανάγκες των ατόμων με προβλήματα όρασης. Η αξιολόγηση της αλυσίδας προσβασιμότητας των αθλητικών εγκαταστάσεων αποκαλύπτει διαφορές μεταξύ των χωρών και οδηγεί στην ανάγκη εφαρμογής προτύπων στις εγκαταστάσεις, που θα φιλοξενούν τέτοιου είδους ραδιοτηλεοπτικές εκδηλώσεις. Αυτό μπορεί να διασφαλίσει, ότι η αναμετάδοση ενός αγώνα υδατοσφαίρισης θα γίνεται χωρίς εμπόδια και θα παραμείνει μια εξαιρετική εμπειρία για τα άτομα αυτά.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union