



Co-funded by
the European Union



EU TeqGames

Αναφορά προπόνησης και δημιουργία ομάδας





Co-funded by
the European Union



E U T E Q
GAMES

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ:

- 1 - ΕΙΣΑΓΩΓΉ
- 2 - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΊΑ
- 3 - ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΆ ΚΑΙ ΑΝΆΛΥΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ
- 4 - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΌΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΌΤΗΣΗ
- 5 - ΣΥΜΠΈΡΑΣΜΑ
- 6- ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα/-είς και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.

1 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η προπόνηση για τις ομάδες των συλλόγων, καθώς και η συγκρότηση εξειδικευμένων τμημάτων του Teqsport – και συγκεκριμένα του Teqball – ξεκίνησε κυρίως μετά τη διεξαγωγή των ημερίδων γνωριμίας που πραγματοποιήθηκαν τον Μάρτιο και τον Απρίλιο του 2024. Ωστόσο, ορισμένοι εταίροι ξεκίνησαν τη διαδικασία νωρίτερα, προκειμένου να καλλιεργήσουν ενδιαφέρον και να δημιουργήσουν δυναμική, ώστε οι παίκτες να ξεκινήσουν να ασχολούνται ενεργά με το άθλημα. Αυτό επιτεύχθηκε κυρίως μέσω επισκέψεων σε σχολεία, όπου παρουσιάστηκε το άθλημα και έγινε προσπάθεια να κεντριστεί το ενδιαφέρον των παιδιών.

Μετά την ολοκλήρωση των ημερίδων γνωριμίας, οι εταίροι ξεκίνησαν τη διαδικασία οργάνωσης προπονήσεων και δημιουργίας ομάδων εντός των συλλόγων τους. Σχεδόν όλοι συνεργάστηκαν με ήδη υπάρχοντα τμήματα των συλλόγων, όπως το ποδοσφαιρικό ή το τμήμα βόλει, αξιοποιώντας τα τραπέζια που διέθεταν αυτά τα τμήματα για την εκπαίδευση των παικτών και την καλλιέργεια ενδιαφέροντος, με στόχο τη δημιουργία οργανωμένων ομάδων. Παράλληλα, δημιουργήθηκαν συνεργασίες με σχολεία, αξιοποιώντας την παρουσία μεγάλου αριθμού παιδιών σε ένα ενιαίο περιβάλλον, ώστε να παρουσιαστεί το άθλημα, να ενθαρρυνθεί η συμμετοχή τους και τελικά να ενταχθούν σε ομάδες. Το άθλημα χρησιμοποιήθηκε επίσης ως μέρος των προγραμμάτων κοινωνικής ενίσχυσης των συλλόγων, με τα τραπέζια να χρησιμοποιούνται σε κοινοτικά κέντρα. Το άθλημα παρουσιάστηκε επίσης σε σημαντικές εκδηλώσεις, όπως σε αγώνα ποδοσφαίρου της Feyenoord, όπου οι αθλητές συμμετείχαν ενεργά, αξιοποιώντας την περίσταση και ως ευκαιρία για επιπλέον προπόνηση.

Για τη συλλογή στατιστικών δεδομένων, οι εταίροι κατέγραψαν τον αριθμό των εκδηλώσεων, την αναλογία φύλου, καθώς και τη συμμετοχή αθλητών με αναπηρία. Όπως θα φανεί στη συνέχεια, ορισμένοι σύλλογοι πραγματοποίησαν σαφώς περισσότερες προπονήσεις από άλλους και κατάφεραν να προσελκύσουν μεγαλύτερο αριθμό παικτών που συμμετείχαν στην εκπαίδευση και εντάχθηκαν στις ομάδες τους.



Co-funded by
the European Union

Αναλυτικές πληροφορίες για την επίσημη εκπαίδευση και τη διαμόρφωση των ομάδων παρατίθενται στην παρακάτω αναφορά. Επιπλέον, είναι σημαντικό να τονιστεί ότι οι περισσότερες ομάδες χρησιμοποίησαν τα τραπέζια ως μια δωρεάν ευκαιρία για το κοινό και τα παιδιά να παίξουν, ενώ ταυτόχρονα τους εξηγούνταν οι κανόνες του παιχνιδιού. Αυτή η διαδικασία λειτούργησε ως ανεπίσημη μορφή προπόνησης και ανέδειξε το ενδιαφέρον του κόσμου για το Teqtable και τη φιλοσοφία των Teqsports. Αν και δεν διαθέτουμε στατιστικά δεδομένα για αυτήν την ανεπίσημη εκπαίδευση, είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι αυτή η πρακτική είναι σε εξέλιξη από την άφιξη των τραπέζιων σε κάθε ομάδα και συνεχίζεται μέχρι και σήμερα.



Co-funded by
the European Union

2 - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΪΑ

Για τη συλλογή των απαραίτητων πληροφοριών για αυτήν την αναφορά, σε κάθε εταίρο της κοινοπραξίας δόθηκε μια Φόρμα Συλλογής Δεδομένων, στην οποία τους ζητήθηκε να καταγράψουν τον αριθμό των προπονήσεων που πραγματοποιήθηκαν ανά μήνα, τον αριθμό των ανδρών και γυναικών που συμμετείχαν, εάν υπήρχαν αθλητές με αναπηρία, καθώς και το ηλικιακό εύρος των συμμετεχόντων. Ένα παράδειγμα της φόρμας που συμπλήρωσαν οι εταίροι παρατίθεται στο τέλος της αναφοράς, στην ενότητα "Παράρτημα".

Η περίοδος κατά την οποία μετρήθηκαν οι προπονήσεις και ο σχηματισμός των ομάδων καλύπτει 11 μήνες, από τον Απρίλιο του 2024 έως τον Φεβρουάριο του 2025. Η επιλογή αυτής της χρονικής περιόδου έγινε για πρακτικούς λόγους, ξεκινώντας από τον μήνα των ανοικτών ημερών και φτάνοντας μέχρι τον τελευταίο μήνα, κατά τον οποίο οι συντονιστές του έργου μπόρεσαν να συλλέξουν τα δεδομένα, λόγω της καταληκτικής ημερομηνίας αυτής της παράδοσης. Ο χρονικός προγραμματισμός ήταν επίσης ευνοϊκός, καθώς οι 2οι Ευρωπαϊκοί Αγώνες Teq θα πραγματοποιηθούν το πρώτο Σαββατοκύριακο του Απριλίου 2025, προσφέροντας έτσι μια πλήρη και αξιόπιστη εικόνα των προπονήσεων και των λοιπών δεδομένων από τη στιγμή που το Teqball παρουσιάστηκε στο κοινό κατά τις ανοιχτές ημέρες μέχρι το τελικό τουρνουά, σύμφωνα με το σχέδιο του έργου.

Για να αποκτήσουμε μια καλύτερη κατανόηση των απόψεων των προπονητών, των αθλητών και των συντονιστών του έργου, πραγματοποιήθηκαν τακτικές συναντήσεις με τους εταίρους, προκειμένου να παρακολουθήσουμε την πρόοδο των προπονήσεων και της δημτων ομάδων. Επιπλέον, δημιουργήσαμε ένα τελικό ερωτηματολόγιο, το οποίο απευθύνθηκε στα μέλη των συνεργαζόμενων συλλόγων που συμμετείχαν στο έργο, με σκοπό να κατανοήσουμε σε ποιο βαθμό θεωρούν ότι η προπόνηση ήταν επαρκής και κατάλληλη για την προετοιμασία τους για τα τουρνουά, καθώς και πώς οι προπονητές αξιολόγησαν την προπόνηση του αθλήματος. Ένα παράδειγμα του ερωτηματολογίου που διανεμήθηκε μπορεί να βρεθεί στο τέλος αυτής της αναφοράς, στην ενότητα "Παράρτημα".



3 - ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΑΝΑΛΥΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ

3.1 Επισκόπηση του ηλικιακού εύρους που λήφθηκε υπόψη για την αναφορά

Αρχικά, όταν ξεκίνησε το έργο, η εστίαση ήταν στα παιδιά κάτω των 18 ετών. Ωστόσο, για να ενισχυθεί η συμπερίληψη, μερικοί σύλλογοι άνοιξαν τις συνεδρίες και για παιδιά ηλικίας 8 έως 10 ετών. Δυστυχώς, λόγω των τεχνικών χαρακτηριστικών και των κανόνων του αθλήματος, αυτά τα παιδιά δυσκολεύτηκαν να κατανοήσουν την έννοια του αθλήματος. Για τον λόγο αυτό, η επιλογή περιορίστηκε τελικά σε ηλικίες 12-18 ετών, όπου οι προπονήσεις ήταν πιο αποτελεσματικές. Για τους σκοπούς των Αγώνων, το ηλικιακό εύρος ορίστηκε μεταξύ 15 και 18 ετών, προκειμένου να διασφαλιστεί ο δίκαιος ανταγωνισμός με αθλητές παρόμοιων ηλικιών στα τουρνουά.

3.2 Επισκόπηση των προπονήσεων

Ο στόχος του έργου ήταν κάθε σύλλογος να διοργανώνει τουλάχιστον 2 προπονήσεις την εβδομάδα. Ωστόσο, αυτό αποδείχθηκε δύσκολο για ορισμένους συλλόγους, καθώς παρατηρήθηκαν σημαντικές διαφοροποιήσεις στη συχνότητα των προπονήσεων, ανάλογα με τις ανάγκες κάθε συλλόγου. Από την ανατροφοδότηση που λάβαμε, παρατηρήθηκε ότι για τους συλλόγους με λιγότερους αθλητές, οι προπονήσεις ήταν λιγότερες, ενώ οι σύλλογοι με περισσότερους συμμετέχοντες διοργάνωναν περισσότερες προπονήσεις. Αυτό ήταν αναμενόμενο, καθώς αντανακλά τη διαθεσιμότητα και τον χρόνο των αθλητών για προπόνηση.

Επιπλέον, ορισμένοι σύλλογοι εκμεταλλεύτηκαν ευκαιρίες, όπως άλλες αθλητικές εκδηλώσεις, για να προβάλλουν το άθλημα και χρησιμοποίησαν αυτές τις εκδηλώσεις ως ανεπίσημες προπονήσεις, παρουσιάζοντας τις ομάδες τους και διδάσκοντας στους συμμετέχοντες πώς να παίξουν το άθλημα. Ορισμένοι σύλλογοι δεν διοργάνωσαν προπονήσεις ή πραγματοποίησαν λιγότερες κατά τη διάρκεια των θερινών διακοπών, λόγω των αθλητών που απουσίαζαν για διακοπές.

Επιπλέον, πολλοί σύλλογοι κατέγραψαν τις προπονητικές τους συνεδρίες και τις ανήρτησαν στα επίσημα κοινωνικά δίκτυα των εταίρων του έργου, χρησιμοποιώντας αυτές τις πλατφόρμες για να προωθήσουν το Teqball, να αναδείξουν την πρόοδο και να εμπλέξουν ένα ευρύτερο κοινό στις δραστηριότητες.

Περαιτέρω υλικό και κάλυψη σχετικά με τις προπονητικές συνεδρίες και τις προωθητικές δραστηριότητες θα περιληφθούν στην επικοινωνία και στη συνεχιζόμενη αναφορά διάδοσης. Στο παρόν άρθρο, παρουσιάζουμε μόνο τα πιο σημαντικά και αντιπροσωπευτικά παραδείγματα για να αναδείξουμε τα κύρια σημεία και την εμπλοκή στους συνεργαζόμενους συλλόγους.

Επιλεγμένοι σύνδεσμοι κοινωνικών δικτύων:

[Training in Rome](#)

[S. S. Lazio Training, S. S. Lazio Training_\(2\),](#)

[Aalborg.post on Training](#)

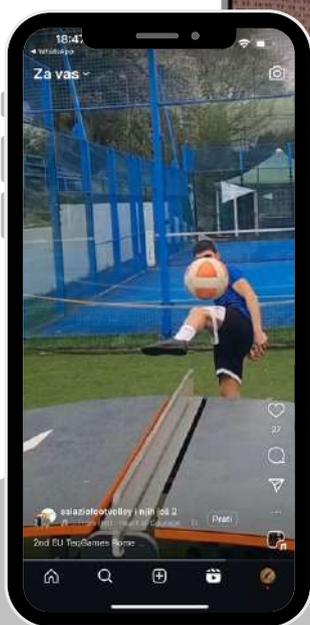
Αναρτήσεις στην ιστοσελίδα του έργου:

1 - [Training begins: from Open days to first touches on the Teq table](#)

2 - [Teams are getting ready for Piraeus](#)

3 - [One month to go: ready for Rome](#)

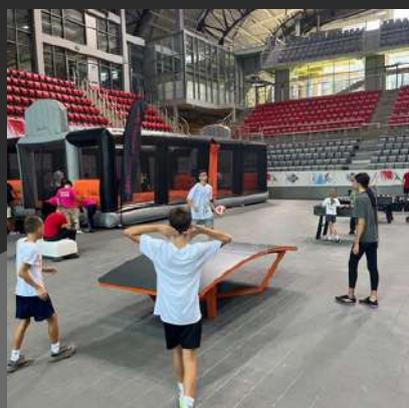
4 - [Feyenoord's Dynamic Implementation of the Project during the UEFA Champions League Match](#)



Co-funded by
the European Union



Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ



Βάσει μέσων όρων, προέκυψαν τα εξής στατιστικά στοιχεία:

Πίνακας 1. Μέσος αριθμός προπονήσεων ανά μήνα για το σύνολο των 6 συλλόγων

Μήνας	Μέσος όρος ανά μήνα
Απρίλιος 2024	5,2
Μάιος 2024	6,6
Ιούνιος 2024	6,8
Ιούλιος 2024	6,6
Αύγουστος 2024	4
Σεπτέμβριος 2024	7,2
Οκτώβριος 2024	7,3
Νοέμβριος 2024	6,5
Δεκέμβριος 2024	5,6
Ιανουάριος 2025	6,3
Φεβρουάριος 2025	6,8

Κατά μέσο όρο, οι σύλλογοι είχαν τη δυνατότητα να πραγματοποιούν 6,3 προπονήσεις ανα μήνα.



Co-funded by
the European Union

Πίνακας 2. Αριθμός προπονήσεων ανά σύλλογο με βάση μέσο όρο 11 μηνών

Σύλλογος	Μέσος όρος άνω των 11 μηνών
Άαλμποργκ	3,2
Φέγενορντ	11,1
ΧΑΣΚ Νεολαία	4
Λάτσιο	9,8
Λέφσκι	8
Ολυμπιακός	2,1

3.3 Στατιστικά Συμμετεχόντων

Σε γενικές γραμμές, τόσο τα Teqsports όσο και κυρίως το Teqball αποδείχθηκαν πιο δημοφιλή στους άνδρες σε σύγκριση με τις γυναίκες. Πιστεύεται ότι αυτό οφείλεται κυρίως στο γεγονός ότι το Teqball συνδέεται στενά με το ποδόσφαιρο, όπου παραδοσιακά συμμετέχουν περισσότεροι άνδρες παρά γυναίκες. Κάθε σύλλογος ανέφερε ότι ο αριθμός των ανδρών που έπαιζαν Teqball και συμμετείχαν στα Teqsports ήταν υψηλότερος από εκείνον των γυναικών. Ωστόσο, σε ορισμένους συλλόγους παρατηρήθηκε με την πάροδο του χρόνου αύξηση στον αριθμό των γυναικών που συμμετείχαν στις προπονήσεις και εντάχθηκαν σε ομάδες. Αν και δεν υπάρχει κάποια συγκεκριμένη εξήγηση για το φαινόμενο αυτό, θεωρείται ότι όταν οι γυναίκες δοκίμασαν άλλα Teqsports, όπως το TeqVolley και το TeqPong, συνειδητοποίησαν ότι το τραπέζι είναι ευέλικτο και επιτρέπει την εξάσκηση διαφόρων αθλημάτων. Αυτή η εμπειρία τις ενθάρρυνε να δοκιμάσουν και το Teqball, οδηγώντας τις τελικά στην ένταξή τους στις ομάδες.

Άνδρες Αθλητές

Παρακάτω παρατίθενται 2 πίνακες. Ο πρώτος πίνακας (πίνακας 3) περιέχει τον μέσο αριθμό ανδρών αθλητών για το σύνολο των 6 συλλόγων ανά μήνα. Ο δεύτερος πίνακας (πίνακας 4) δείχνει, κατά μέσο όρο, πόσοι άνδρες προπονήθηκαν σε κάθε σύλλογο, με βάση τον μέσο όρο των 11 μηνών.

Πίνακας 3. Μέσος αριθμός ανδρών αθλητών που προπονούνται ανά μήνα για το σύνολο των 6 συλλόγων

Μήνας	Μέσος όρος ανά μήνα
Απρίλιος 2024	13,2
Μάιος 2024	43,3
Ιούνιος 2024	36
Ιούλιος 2024	22
Αύγουστος 2024	16,3
Σεπτέμβριος 2024	29
Οκτώβριος 2024	44,6
Νοέμβριος 2024	32,5
Δεκέμβριος 2024	27
Ιανουάριος 2025	20
Φεβρουάριος 2025	18,2

Κατά μέσο όρο, οι σύλλογοι, στο σύνολό τους, είχαν 27,4 άνδρες αθλητές που προπονούσαν κάθε μήνα.



Co-funded by
the European Union

Πίνακας 4. Αριθμός ανδρών αθλητών που προπονούνται ανά σύλλογο με βάση μέσο όρο 11 μηνών

Σύλλογος	Μέσος όρος άνω των 11 μηνών
Άαλμποργκ	1,45
Φέγκενορντ	59,1
ΧΑΣΚ Νεολαία	32,1
Λάτσιο	12,2
Λέφσκι	16
Ολυμπιακός	15,5



Co-funded by
the European Union

Γυναίκες Αθλήτριες

Παρακάτω παρατίθενται 2 πίνακες. Ο πρώτος πίνακας (πίνακας 5) περιέχει τον μέσο αριθμό γυναικών αθλητριών που προπονήθηκαν για το σύνολο των 6 συλλόγων ανά μήνα. Ο δεύτερος πίνακας (πίνακας 6) δείχνει, κατά μέσο όρο, πόσες γυναίκες προπονήθηκαν σε κάθε σύλλογο, με βάση τον μέσο όρο των 11 μηνών.

Πίνακας 5. Μέσος αριθμός Γυναικών Αθλητριών που προπονούνται ανά μήνα για το σύνολο των 6 συλλόγων

Μήνας	Μέσος όρος ανά μήνα
Απρίλιος 2024	4,3
Μάιος 2024	17,3
Ιούνιος 2024	7
Ιούλιος 2024	5,5
Αύγουστος 2024	4,6
Σεπτέμβριος 2024	10,2
Οκτώβριος 2024	18,6
Νοέμβριος 2024	11,5
Δεκέμβριος 2024	8,75
Ιανουάριος 2025	7
Φεβρουάριος 2025	7,3

Κατά μέσο όρο, οι σύλλογοι, στο σύνολό τους, είχαν 9,3 αθλήτριες που προπονούνταν κάθε μήνα.



Πίνακας 6. Αριθμός αθλητριών που προπονούνται ανά σύλλογο με βάση μέσο όρο 11 μηνών

Σύλλογος	Μέσος όρος άνω των 11 μηνών
Άαλμποργκ	1,2
Φέγκενορντ	12,9
ΧΑΣΚ Νεολαία	14,6
Λάτσιο	4,2
Λέφσκι	5,6
Ολυμπιακός	8,6

Αθλητές με αναπηρία

Οι σύλλογοι προώθησαν τα αθλήματα με τον πιο συμπεριληπτικό τρόπο, ώστε οι δραστηριότητες προπόνησης να είναι προσβάσιμες σε όλους τους αθλητές, ανεξαρτήτως ικανοτήτων. Θεωρήθηκε ακατάλληλο για τους συλλόγους να αναζητούν συγκεκριμένα άτομα με αναπηρία, καθώς δεν πιστεύαμε ότι αυτή ήταν η σωστή προσέγγιση για να προσελκύσουμε παιδιά και γενικότερα ανθρώπους στο άθλημα. Ωστόσο, από την ανάλυση των στατιστικών που συλλέχθηκαν από κάθε σύλλογο, παρατηρούμε ότι 3 σύλλογοι (HASK Mladost, Lazio και Levski) είχαν προπονήσεις στις οποίες συμμετείχαν αθλητές με αναπηρία. Αυτό ανέδειξε την ευελιξία του αθλήματος και τις αμέτρητες δυνατότητες για τη δημιουργία μεικτών ομάδων, με αθλητές διαφορετικών ικανοτήτων να αγωνίζονται μαζί. Στον παρακάτω πίνακα, μπορείτε να δείτε τον αριθμό των αθλητών και τις προπονήσεις στις οποίες συμμετείχαν.



Πίνακας 7: Αριθμός αθλητών με αναπηρία που προπονήθηκαν ανά μήνα ανά σύλλογο

Σύλλογος	Απρ 2024	Μάιος 2024	Ιούν 2024	Ιούλ 2024	Αύγ 2024	Σεπτ 2024	Οκτ 2024	Νοε 2024	Δεκ 2024	Ιαν 2025	Φεβ 2025
ΧΑΣΚ Νεολαία	-	-	-	-	-	-	1	2	-	-	2
Λάτσιο	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Λέφσκι	-	-	2	2	6	4	2	6	4	2	4

Εκπαίδευση προπονητών

Ήταν επίσης σημαντικό οι προπονητές που ανέλαβαν την εκπαίδευση των αθλητών να έχουν πλήρη κατανόηση του παιχνιδιού. Παρά το γεγονός ότι όλοι είχαν ολοκληρώσει το διαδικτυακό πρόγραμμα πιστοποίησης, για να εξασφαλιστεί ότι δεν υπήρξαν ή δεν θα υπήρχαν παρανοήσεις σχετικά με τους κανόνες των παιχνιδιών, οργανώθηκε ένα εργαστήριο πριν από τους 1ους Αγώνες EU Teq στην Πειραιά, Ελλάδα. Το εργαστήριο αυτό διεξήχθη από έναν από τους επίσημους διαιτητές της FITEQ (Διεθνής Ομοσπονδία Teqball), ο οποίος πραγματοποίησε μια διαδραστική συνεδρία με τους προπονητές και τους παρείχε πολλές πρακτικές συμβουλές. Αυτή η διαδικασία βοήθησε τους προπονητές να προετοιμαστούν καλύτερα για τη διαχείριση των αθλητών τους στους αγώνες και να προπονήσουν πιο αποτελεσματικά τους αθλητές τους κατά τη διάρκεια της 2ης έκδοσης των EU Teq Games, οι οποίοι θα διεξαχθούν στη Ρώμη.

Ένα δεύτερο υποχρεωτικό εργαστήριο για προπονητές έχει προγραμματιστεί και πάλι για τους αγώνες στη Ρώμη, δίνοντας την ευκαιρία στους προπονητές να διευκρινίσουν οποιαδήποτε ζητήματα. Επίσης, η εκπαίδευση έχει καταστεί υποχρεωτική για τους αθλητές, ώστε να αποκτήσουν επιπλέον κατάρτιση και να ξεκαθαρίσουν οποιαδήποτε απορίες έχουν πριν από τους αγώνες.





ΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ

Μέσα κοινωνικής δικτύωσης:

[Εκπαίδευση στη Ρώμη](#)

[Εκπαίδευση στην Ελλάδα](#)

Αναρτήσεις στην ιστοσελίδα του έργου:

[Εργαστήριο στη Ρώμη](#)

[Εργαστήριο στην Ελλάδα](#)



4 - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΌΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗ ΣΤΙΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΙΣ

Ένα ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από αθλητές, προπονητές και συντονιστές σχετικά με τα σχόλια τους για τις προπονήσεις και τη διαδικασία σχηματισμού των ομάδων. Η ανταπόκριση ήταν γενικά θετική, με κάποιες εποικοδομητικές παρατηρήσεις για το πώς θα μπορούσε να βελτιωθεί ένα παρόμοιο έργο στο μέλλον:

Σχόλια Αθλητών

Οι περισσότεροι αθλητές βρήκαν την επικοινωνία με τους προπονητές τους σαφή και κατανοητή, και είχαν ξεκάθαρη εικόνα για τις απαιτήσεις τους. Επίσης, ανέφεραν ότι έλαβαν εποικοδομητική ανατροφοδότηση από τους προπονητές κατά τη διάρκεια των προπονήσεων, όταν έκαναν λάθη ή χρειαζόνταν διόρθωση.

Σχόλια Προπονητών

Η γενική ανατροφοδότηση από τους προπονητές ήταν ότι, ενώ οι αθλητές ήταν ενθουσιώδεις και πρόθυμοι να μάθουν, πίστευαν ότι οι αθλητές είχαν μόνο βασική ικανότητα να εκτελούν τις τεχνικές και να ακολουθούν τους κανόνες των παιχνιδιών. Αυτό οφείλεται στους αυστηρούς κανόνες του Teqball και, σε κάποιο βαθμό, στην έλλειψη εμπειρίας των προπονητών, οι οποίοι μάθαιναν το παιχνίδι για πρώτη φορά. Παρά την αρχική αυτή δυσκολία, οι αθλητές παρουσίασαν βελτίωση στις δεξιότητες με τη μπάλα και τις τεχνικές τους με την πάροδο του χρόνου. Πιστεύεται ότι αυτή η πρόοδος θα συνεχιστεί και θα ενισχυθεί μέχρι την επόμενη διοργάνωση των EU Teq Games στη Ρώμη.

Γενική Ανατροφοδότηση

Οι εταίροι του έργου είναι ικανοποιημένοι και θεωτούν ότι οι στόχοι του έργου επιτεύχθηκαν: Ένα νέο άθλημα, το Teqball, μπορεί να γίνει κατανοητό από τους αθλητές και μπορεί να εισαχθεί στους συλλόγους, στα σχολεία και τις κοινότητες. Επιπλέον, οι προπονήσεις θεωρήθηκαν επαρκείς για τον σχηματισμό των ομάδων και για την προετοιμασία των αθλητών για τους αγώνες των δύο εκδόσεων των EU Teq Games.



Τα σχόλια σχετικά με τη σωματική και ψυχική επίδραση που είχαν η προπόνηση και το άθλημα στους αθλητές ήταν ποικίλα, με ορισμένους συλλόγους να αναφέρουν ότι οι προπονήσεις ήταν σωματικά εξαντλητικές για ορισμένους αθλητές, ενώ άλλοι δεν είχαν την ίδια αίσθηση. Παρά ταύτα,, σχεδόν όλοι συμφώνησαν ότι η προπόνηση βοήθησε τους αθλητές να βελτιώσουν τη λήψη αποφάσεων, τον χρόνο αντίδρασης και την στρατηγική τους σκέψη κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού..

Γενικά, θεωρήθηκε ότι απαιτείται περισσότερος χρόνος προπόνησης για να βελτιωθούν οι γνώσεις και οι δεξιότητες των αθλητών στο Teqball. Αυτό που αναφέρθηκε από όλους σχεδόν τους συλλόγους ήταν ότι, λόγω της τεχνικής φύσης των κανόνων του αθλήματος, οι αθλητές δυσκολεύονταν να κατανοήσουν πλήρως τους κανόνες του παιχνιδιού, γεγονός που τους απογοήτευε. Αυτό αποτέλεσε έναν από τους κύριους λόγους για τους οποίους το ηλικιακό εύρος μειώθηκε σημαντικά κατά τη διάρκεια των προπονήσεων, προσαρμόζοντας τις ομάδες στην ηλικιακή κατηγορία 15-18 ετών, καθώς οι αθλητές αυτής της ηλικίας ήταν πιο ικανοί να κατανοήσουν καλύτερα τις έννοιες και να ενισχύσουν τους σχηματισμούς των ομάδων για τους Αγώνες.





Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ





Βίντεο: Προπονήσεις του TeqGames

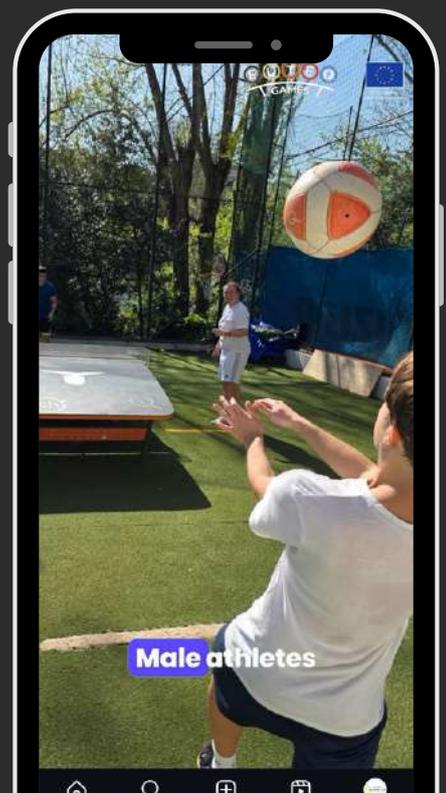
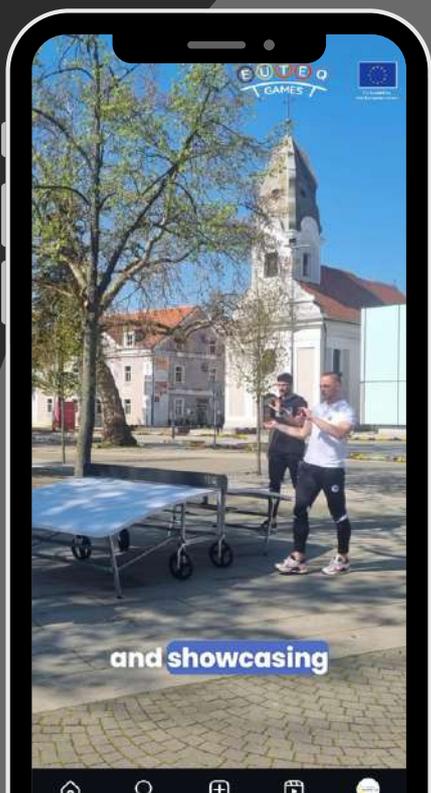
Αυτό το βίντεο προσφέρει μια σύντομη οπτική περίληψη των προπονήσεων που πραγματοποιήθηκαν από τους συνεργαζόμενους συλλόγους καθ' όλη τη διάρκεια του έργου EU TeqGames.

Καταγράφει βασικές στιγμές από τακτικές προπονήσεις, συνεδρίες σε σχολεία και δραστηριότητες χωρίς αποκλεισμούς, δείχνοντας πώς το Teqball εισήχθη και αναπτύχθηκε σε όλη την Ευρώπη.

Παρακάτω παρουσιάζονται επιλεγμένα στιγμιότυπα από το βίντεο.

Ολόκληρο το βίντεο είναι διαθέσιμο εδώ:

[Ανάρτηση στο Instagram](#) & [Ανάρτηση στο Facebook](#)



5 - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ



Με βάση τα δεδομένα και τα σχόλια που ελήφθησαν, αυτό που ήταν σαφές ήταν ότι ορισμένοι σύλλογοι είχαν μεγαλύτερη ανταπόκριση από άλλους συλλόγους στην προπόνηση και ως εκ τούτου την ικανότητα να σχηματίσουν μια σωστή ομάδα. Αυτό οφειλόταν σε διάφορους λόγους, με τους κυριότερους να είναι ότι ήταν δύσκολο να προσελκύσουν άτομα να ασχοληθούν με το άθλημα αν δεν υπήρχε κάποιο αντίστοιχο άθλημα, όπως το ποδόσφαιρο ή το βόλεϊ, για να χρησιμεύσει ως βάση. Οι σύλλογοι που διέθεταν τέτοιου είδους αθλητικά τμήματα μπόρεσαν να προσελκύσουν πολύ περισσότερο κόσμο στο άθλημα και τελικά να προπονηθούν τακτικά και να σχηματίσουν ομάδες για να συμμετάσχουν στους EU Teq Games.



Η προσέγγιση και η χρήση των σχολείων ως πλατφόρμας για την προσέλκυση αθλητών ήταν επιτυχής για πολλούς συλλόγους κακατάφεραν να εμπνεύσουν πολλούς αθλητές να ενδιαφερθούν. Εκείνοι οι σύλλογοι που ακολούθησαν αυτήν την προσέγγιση, κατάφεραν να πραγματοποιούν τακτικές προπονήσεις στα σχολεία.



Η συχνότητα των προπονήσεων διέφερε σημαντικά από σύλλογο σε σύλλογο. Αυτό μπορεί να εξηγηθεί είτε από το επίπεδο ενδιαφέροντος των αθλητών και την έλλειψη προπόνησης, είτε από τις ευκαιρίες που είχαν οι σύλλογοι να οργανώσουν τις προπονήσεις, όπως π.χ. μέσα από τις σχολικές δραστηριότητες ή την προβολή του αθλήματος σε άλλες αθλητικές εκδηλώσεις, όπως έκανε η Feyenoord σε έναν αγώνα ποδοσφαίρου.



Συνολικά, οι σύλλογοι κατάφεραν να προσφέρουν τις καλύτερες δυνατές προπονήσεις και να σχηματίσουν ομάδες με βάση τους πόρους που είχαν στη διάθεσή τους, δηλαδή τις υπάρχουσες αθλητικές κατηγορίες που συμπληρώνουν το άθλημα, σχολεία που ήταν πρόθυμα να συμμετάσχουν και το μέγεθος των συλλόγων, καθώς και την ικανότητά τους να προσελκύσουν νέα μέλη και να σχηματίσουν ομάδες. Με τη διαφοροποιημένη προσέγγιση κάθε συλλόγου για την προπόνηση και τον σχηματισμό ομάδων, λαμβάνοντας υπόψη την ποιότητα των παικτών στο τουρνουά στον Πειραιά και την ικανότητα σχηματισμού πλήρων ομάδων (εκτός από έναν σύλλογο λόγω απρόβλεπτων περιστάσεων), η προπόνηση και ο σχηματισμός ομάδων για τους EU Teq Games θεωρήθηκαν συνολικά επιτυχημένα.



6 - ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Στις επόμενες σελίδες θα βρείτε τις φόρμες και τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια των προπονήσεων για τη συλλογή των δεδομένων που οδήγησαν στη σύνταξη αυτής της στατιστικής αναφοράς. Η ενότητα αυτή αποτελεί προσθήκη στο τμήμα της Μεθοδολογίας της αναφοράς.

Βρείτε τα έντυπα:

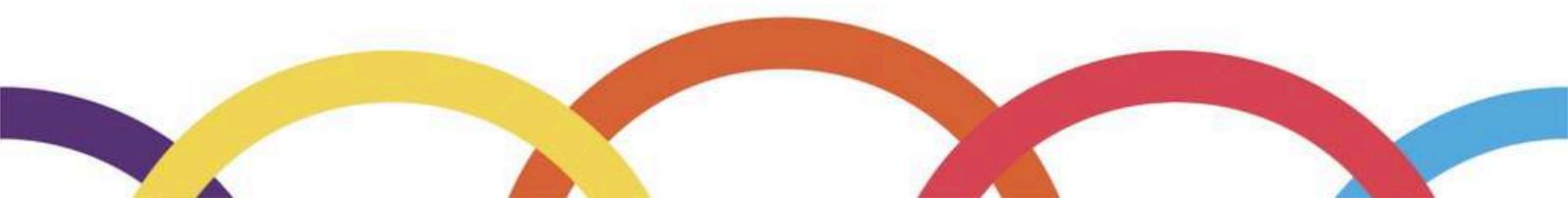
1. Φόρμα συλλογής δεδομένων προπονήσεων - 1 σελίδα
2. Τελικό ερωτηματολόγιο - 3 σελίδες



EURO TEQ GAMES PROJECT

Data Collection of Training Sessions, Team Formations and Participants"

	Month / Year	Sport(s)	Number of events	Number of boys participated	Number of girls participated	Age group of participants	Number of disabled participants
1.	April 2024						
2.	May 2024						
3.	June 2024						
4.	July 2024						
5.	August 2024						
6.	September 2024						
7.	October 2024						
8.	November 2024						
9.	December 2024						
10.	January 2025						
11.	February 2025						



TRAINING SESSIONS – QUESTIONNAIRE

General Questions – **FOR ALL TO COMPLETE**

1. What were the main objectives of the Teqball / Teqsport training sessions? Answer as many as you want
 - To learn about a new sport
 - To learn how to play Teqball
 - To practise how to play Teqball
 - To practise how to play Teqball in order to be match ready
2. Were they achieved?
 - Yes
 - No
3. Were the training session well-structured and did they flow logically?
 - Yes
 - No
4. Was the duration of the training sessions appropriate for learning about TeqSports and match play for TeqBall?
 - Yes
 - No

Participant Engagement & Performance – **FOR COACHES TO COMPLETE**

5. Did the players stay engaged and motivated throughout the sessions?
 - Yes
 - No
6. Generally, how well did participants understand and execute the Teqball techniques (e.g., first touch, passing, control, volleying)?
 - Excellent
 - Good
 - Sufficient
 - Bad
7. Was the training suitable for different skill levels (beginner, intermediate, advanced)?
 - Good
 - Sufficient
 - Bad

8. Did the players demonstrate improvement in ball control, footwork, or positioning?

- Yes
- No

Coaching & Instruction - **FOR ATHLETES TO COMPLETE**

9. Was the coach's communication clear and effective in explaining techniques and tactics?

- Yes
- No

10. Did the coach provide useful feedback and corrections during the session?

- Always
- Usually
- Sometimes
- Never

11. Were demonstrations of techniques (e.g., chest control, head passes, flicks) clear and helpful?

- Yes
- No

Physical & Mental Impact - **FOR ALL TO COMPLETE**

12. Did the session include a proper warm-up (e.g., dynamic stretches, coordination drills) and cool-down?

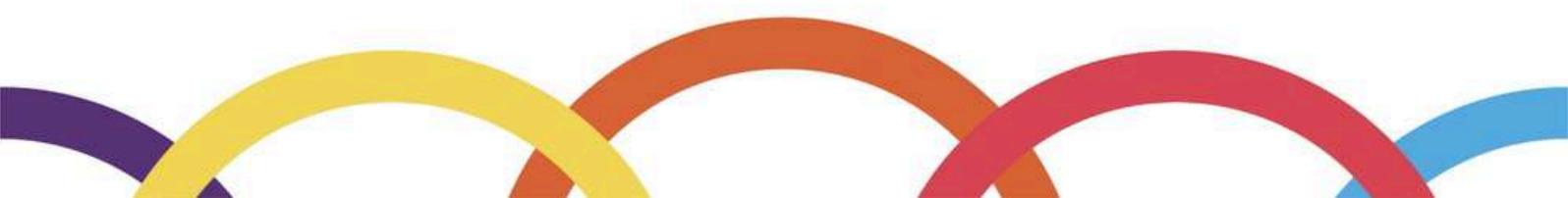
- Always
- Sometimes
- Never

13. Did participants display signs of excessive fatigue or discomfort?

- Yes
- No

14. Did the session help improve decision-making, reaction time, and strategic play?

- Yes
- No



Safety & Equipment - FOR ALL TO COMPLETE

15. Was the Teqball table and playing area safe and properly set up?

- Yes
- No

16. Was all necessary equipment (balls etc.) in good condition?

- Yes
- No

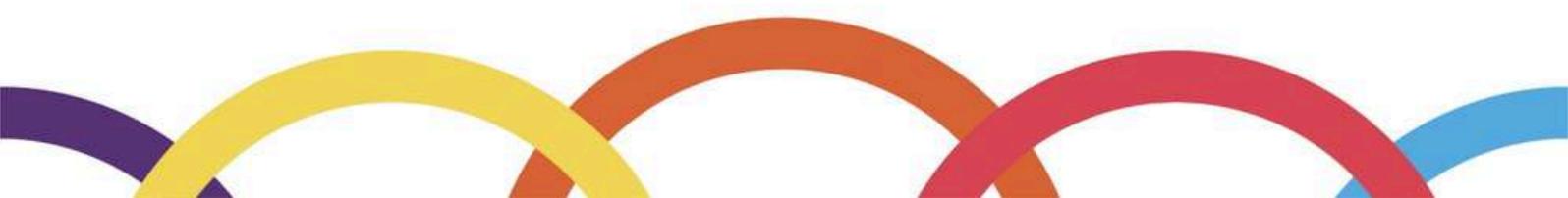
Areas for Improvement - FOR ALL TO COMPLETE

17. What aspects of the session could be improved (e.g., drill selection, pacing, variety)?

18. Were there any drills or exercises that should be adjusted or replaced?

19. How can future sessions be adapted to better suit the players' skill levels and goals?

Thank you for taking the time to complete this questionnaire. Your input is greatly appreciated.





Co-funded by
the European Union



Πήγαινε το παιχνίδι σου σε
άλλο επίπεδο