

ΚΑΡΟΛΙΝΑ Γ. ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ
PhD

Επίκουρη Καθηγήτρια Γυμναστικής
Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΥ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Α Θ Η Ν Α
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2018

I. ΑΤΟΜΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ : ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ του Γεωργογερασίμου
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: Εθνικής Αντίστασης 41, Δάφνη, 17237
e-mail: kbarzouk@phed.uoa.gr
ΤΗΛΕΦΩΝΟ: 210-7276082

II. ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

1982: Πτυχίο ΕΑΣΑ
1985: Ισοτιμίας ΑΕΙ
2004: Διδακτορικό Δίπλωμα στη προπονητική αθλοπαιδιών, ΤΕΦΑΑ

III. ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

- ❑ Επίκουρη Καθηγήτρια της Ειδικής Προπονησιολογίας Πετοσφαίρισης στη ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
- ❑ Διαλέξεις στα ειδικά θέματα του μεταπτυχιακού 2018
- ❑ Δέκα εννέα χρόνια διδασκαλίας στην Ειδικότητα Πετοσφαίρισης (1995-1997 , 2000- 2012, από το ακαδημαϊκό έτος 2013-14 μέχρι και σήμερα είναι και υπεύθυνη της ειδικότητας)
- ❑ Είκοσι οκτώ χρόνια διδασκαλίας σε ΤΕΦΑΑ (1984-85 με μίσθωση έργου, από το 1987-97 το 2001-2002 και το 2003-2006-07 με απόσπαση ενώ το 2002-2003 παρόλο που είχε εκπαιδευτική άδεια έκανε διδασκαλία στην Ειδικότητα Πετοσφαίρισης στο ΤΕΦΑΑ, από το 2007 ως Λέκτορας και από το 2011 έως σήμερα ως επίκουρη καθηγήτρια).
- ❑ Ένα χρόνο διδασκαλία στη ΣΕΛΜΕ (1991-1992).
- ❑ Επτά χρόνια διδασκαλίας ως Κ.Φ.Α στη Μέση εκπαίδευση(1982-1987, 1997-2000).
- ❑ Δύο μήνες διδασκαλία στο Αμερικάνιο Κολλέγιο θηλέων από 1^η Σεπτεμβρίου έως 31 Οκτωβρίου 1982.

IV. ΜΕΛΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΩΝ

Ακαδημαϊκών

α. Επταμελείς εξεταστικές

β. Τριμελείς εξεταστικές

Μέλος τριμελών εξεταστικών επιτροπών σε πέντε Μεταπτυχιακές Διατριβές της προπονητικής και διατροφής σε ομάδες αθλοπαιδιών

Διοικητικών

Συμμετοχή στη Γενική Συνέλευση της Σχολής (2007 έως σήμερα με διακοπή το 2013-14).

V. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Δημόσιες Επιστημονικές Διαλέξεις

Συμμετοχή σε τριάντα δημόσιες επιστημονικές διαλέξεις και σεμινάρια για ενημέρωση επαγγελματιών της Αθλητικής επιστήμης και του κοινού πληθυσμού με ποικίλη θεματολογία.

Διάφορα

- Αθλήτρια πετοσφαίρισης (1972- 1982) στον αθλητικό σύλλογο "Παναθηναϊκό Α.Ο." καθώς και στην εθνική ομάδα
- Ιδρυτικό μέλος του Συλλόγου Καθηγητών Πετοσφαίριση «ΣΚΑΠ», στην Αθήνα (1983-1989).
- Συντονίστρια των κλιμακίων εθνικών ομάδων (1994-96)
- Ομοσπονδιακή προπονήτρια πετοσφαίρισης Εθνικών ομάδων γυναικών και αναπτυξιακών τμημάτων.
- Προπονήτρια ομάδων Α1, Α2 και Β' εθνικών κατηγοριών
- Μέλος του Συλλόγου Διδακτικού, Ερευνητικού και Εκπαιδευτικού Προσωπικού της Σχολής (2015 -2018)

VI. ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

- ❑ Υποτροφία από το Ίδρυμα Κρατικών Υποτροφιών για τη διάκριση στις σπουδές και το ήθος, κατά τα ακαδημαϊκά έτη 1978-1982.
- ❑ Βραβεύσεις (25) για την προσφορά της στην πετοσφαίριση από διάφορους φορείς όπως αθλητικούς συλλόγους, δήμους, Ομοσπονδία πετοσφαίρισης, Σύλλογος προπονητών πετοσφαίρισης, Πανεπιστήμιο και μέση εκπαίδευση
- ❑ Αρκετές διακρίσεις ως αθλήτρια (5 πρωταθλήματα Ελλάδος) μέλος εθνικής ομάδος και ως προπονήτρια αρκετές ανόδους ομάδων από χαμηλότερες κατηγορίες μέχρι και στην Α1 γυναικών καθώς 8^η θέση στο Πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα με την Εθνική Κορασίδων

VII. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Συμμετοχή σε Συνέδρια-Σεμινάρια

38 διεθνή και πανελλήνια επιστημονικά συνέδρια

19 επιμορφωτικά σεμινάρια

Καθοδήγηση μεταπτυχιακών εργασιών

Μεταπτυχιακές Διατριβές (διεκπεραιωμένες)

5 μεταπτυχιακές διατριβές (στην τριμελή επιτροπή)

Σιδηροκαστρίτης Κωνσταντίνος (2011) «Σύγκριση της επίδοσης στο κάθετο άλμα μεταξύ πλειομετρικής προπόνησης στη σάλα και την άμμο».

Κομποδιέτα Ναταλία (2011) «Τυχαία και ομαδοποιημένη εξάσκηση για την βελτίωση του επιθετικού χτυπήματος στην πετοσφαίριση»

Μανωλάκη Νίκη (2014) «Η Διερεύνηση του φαινομένου της μετασκησιακής Υπότασης μετά από προσομοιωμένη προπόνηση πετοσφαίρισης»

Γιαννόπουλος Νικηφόρος (2014) «Η απόδοση των παικτών πετοσφαίρισης στην επίθεση σε σχέση με τα σωματομετρικά τους χαρακτηριστικά»

Κουμπούρη Δήμητρα (2016) «Διερεύνηση της εκδήλωσης Διατροφικών Διαταραχών σε Ελληνίδες Αθλήτριες Ομαδικών Αθλημάτων»

VIII. ΔΗΜΟΣΙΕΥΜΕΝΟ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

Διατριβές

- 1) Μπαρζούκα, Κ. (2004). «Η επίδραση διαφορετικών τύπων ανατροφοδότησης στην εκμάθηση δεξιοτήτων Πετοσφαίρισης».Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Πλήρεις δημοσιεύσεις (επιστημονικά περιοδικά)

Δέκα επτά πλήρεις δημοσιεύσεις σε περιοδικά με κριτές. Δεκαέξι από αυτές είναι γραμμένες στην αγγλική και μία στην ελληνική γλώσσα. Δέκα πέντε εργασίες εμπεριέχονται σε διαβαθμισμένα περιοδικά με το σύστημα συντελεστή βαρύτητας, ο οποίος κυμαίνεται από 0.95 έως 2.896.

1. Malousaris., G., Apostolidis., N., Bolatoglou., T., **Barzouka., K.** (2004) Evaluation and comparison of morphological characteristics of Female top level Basketball and Volleyball Athletes. *Conferinta Stiintifica Internationala Bucuresti*, pp.275-281.
2. Maloussaris., G., **Barzouka., K.**, Bergeles N. (2005). Libero's competitive participation and performance in volleyball teams and his contribution to the game's balance. *Physical Education and Sport management*, 15, 97-101.
3. **Barzouka., K.**, Malousaris., G., Bergeles N. (2005). Comparison of effectiveness between complex I and complex I in women volleyball in 2004 Olympic games. *Physical Education and Sport management*, 15, 102-106.
4. **Μπαρζούκα., Κ.**, Μπεργελές,Ν. & Χατζηχαριστός, Δ. (2006). Η Επίδραση Διαφορετικών Τύπων Ανατροφοδότησης στην Εκμάθηση της Δεξιότητας του Σερβίς στην Πετοσφαίριση. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή και στον Αθλητισμό-HAPE. (Inquiries In Sport & Physical education) τα 4(1)*, 11-18
5. **Barzouka., K.**, Nikolaidou., M.E., Malousaris, G., & Bergeles, N. (2006) Performance Excellence of Male Setters and Attackers in Complex I and II on Volleyball Teams in the 2004 Olympic Games. *International journal of Volleyball Research*. V9 No 1, 19-24.
6. **Barzouka, K.**, Bergeles, N., Hatziharistos, D. (2007) Effect of Simultaneous Model Observation and Self Modeling on Volleyball Skill Acquisition. *Perceptual and Motor Skills*, 104, 32-42.
7. Malousaris, G., Bergeles, N., **Barzouka, K.**, Bayios, I., Nassis, G., Koskolou, M.(2008) Somatotype, size and body composition of competitive female volleyball players. *Journal of Science and Medicine in Sport* 11, 337-344
8. **Barzouka k.**, Nikolaidou M.E., Malousaris G., Bergeles N. (2008) Performance of male and female volleyball attackers in the 2004 Olympic games. *Journal of Physical Education and Sport*, 2008, Vol. 8, No.1, p.8-10

9. Bergeles., N., **Barzouka., K.** and Nikolaidou E. (2009) Performance of male and female setters and attackers on Olympic-level volleyball teams. *International journal of Performance Analysis of Sport.* 9, 141-148.
10. **Barzouka, K.**, Malousaris, G. (2009) The effect of the different types of feedback on the volleyball trainees' internal impulsion. *Journal of Physical Education an Sport Vol 23, no 2.1-7.*
11. Bergeles N., **Barzouka K.** and Malousaris, G. (2010) Performance effectiveness in Complex II of Olympic-level male and female volleyball players. *International journal of Volleyball Research.* Vol 10 No 1 26-33.
12. Sotiropoulos, K., Smilios, I., Christou, M., **Barzouka, K.**, Spaias, A., Douda, H., and Tokmakidis,S (2010) Effects of warm-up on vertical jump performance and muscle electrical activity using half-squats at low and moderate intensity. *Journal of Sports Science and Medicine* 9, 326 - 331
13. Rousanoglou, **E.**, **Barzouka, K.**, Boudolos, K. (2013). Seasonal changes of jumping performance and knee muscle strength in under-19 women volleyball players. *Journal of Strenght and Contitioning Research.* 2013 Apr;27(4): 1108-17. Doi 10.1519/JSC. ObO13e3182606e05.
14. **BARZOUKA K1.**, SOTIROPOULOS, K1., KIOUMOURTZOGLOU E2 The effect of feedback through an expert model observation on performance and learning the pass skill in volleyball and motivation *Journal of Physical Education and Sport*15(3), Art 61, pp. 407 - 416, 2015
15. Achilleopoulos John, Lamprousi Georgia, **Barzouka Karolina** (2017) A Group of Factors Influencing the Development of the Greeks Volleyball Athletes at School Age *Journal of Sports Science* 5, 29-37
16. I Smilios, K Sotiropoulos, **K Barzouka**, M Christou, SP Tokmakidis (2017) Contrast Loading Increases Upper Body Power Output in Junior Volleyball Athletes *Pediatric exercise science* 29 (1), 103-108
17. N Giannopoulos, G Vagenas, K Noutsos, **K Barzouka**, N Bergeles (2017) Somatotype, Level of Competition, and Performance in Attack in Elite Male Volleyball *Journal of Human Kinetics* 58 (1), 131-140

Σύντομες δημοσιεύσεις (εκδόσεις συνεδρίων)

Δύο σύντομες δημοσιεύσεις σε πεπραγμένα συνεδρίων με ευρεία θεματολογία.

1. **Μπαρζούκα, Κ.**, Φραντζέσκος Γ., Λύκος Ι., Μπεργελές Ν. (2009). Η Απόδοση των επιθετικών στους Ολυμπιακούς αγώνες Ανδρών Πετοσφαίρισης 2004. *16^ο Διεθνές συνέδριο Κομοτηνής* p 24-29
2. Μανωλάκη Ν., **Μπαρζούκα Κ.** & Μπεργελές Ν. (2009). Χρονικές παράμετροι σε αγώνες πετοσφαίρισης Ολυμπιακού επιπέδου. *17^ο Διεθνές συνέδριο Κομοτηνής*

Μονοσέλιδες Δημοσιεύσεις (περιλήψεις ανακοινώσεων)

Εβδομήντα τέσσερις εργασίες οι οποίες εμφανίζονται ως μονοσέλιδες δημοσιεύσεις σε βιβλία που συνοψίζουν τις περιλήψεις των ανακοινώσεων σε συνέδρια, από το 2001 έως σήμερα καθώς και 22 εργασίες σε περιοδικά (χωρίς κριτές)

Σημειώσεις

Προπονητικής (Ειδικότητα Πετοσφαίρισης)

Τεχνικής και μηχανικής ανάλυσης (Ειδικότητα Πετοσφαίρισης)

Ομαδικής τακτικής (Ειδικότητα Πετοσφαίρισης)

Ειδικών θεμάτων πετοσφαίρισης (Ειδικότητα Πετοσφαίρισης)

ΣΕΛΜΕ

ΙΧ. ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΙΜΟΤΗΤΑ ΕΡΓΟΥ

- Μέχρι στιγμής, έχουν γίνει 439 αναφορές στο παραπάνω ερευνητικό έργο στη βάση δεδομένων Google Scholar h-index: 6 στη βάση δεδομένων Google Scholar
- Προσκεκλημένη κριτής άρθρων σε επιστημονικό περιοδικό (Κινησιολογία)
- Μέλος της επιστημονικής επιτροπής του 1ου Συνεδρίου Αθλητικής Επιστήμης, 2011.
- Μέλος της επιστημονικής επιτροπής του 1^{ου} και 2^{ου} Συνεδρίου για την Ελληνική Πετοσφαίριση