

4ο ΠΕ.Κ.Ε.Σ
ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΨΗΦΙΑΚΟ ΥΛΙΚΟ ΣΤΗΝ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

« Ταξίδι με πυξίδα την παράδοση, τα ήθη
&
τα έθιμα του τόπου μου ...»

ΣΕΕ Φυσικής Αγωγής
Ευδοκία Σαμουηλίδου

Μάρτιος 2021
Νέα Σμύρνη

Εισαγωγή

- ❖ Σε αρκετές περιοχές της χώρας μας σώζονται έθιμα και παραδόσεις που μεταφέρονται από γενιά σε γενιά και φτάνουν μέχρι τις μέρες μας .
- ❖ Παραδόσεις, ήθη και έθιμα που συνδέονται με μνήμες με τοπικές ιστορίες , δρώμενα που αναβιώνουν .
- ❖ Στόχος η ανάγκη για ψυχαγωγία , χαρά , αναψυχή κάτι που διευκολύνει τους ανθρώπους να ξεχάσουν τη καθημερινότητα και να οδηγηθούν σε ένα ξεφάντωμα κεφιού...

έθιμα ...

Με συντροφιά τα ήθη, τα έθιμα και τη παράδοση θα πραγματοποιήσουμε ένα ταξίδι με πυξίδα τον Λαϊκό μας πολιτισμό , στο χώρο και στο χρόνο , στο τότε και στο τώρα . Αυτό το ταξίδι θα μας βοηθήσει να γνωρίσουμε περιοχές με διαφορετικά έθιμα και παραδόσεις .

(υπόθεση που μπορούμε να εφαρμόσουμε και λόγω επικαιρότητας στο μάθημά μας).

Ας ξεκινήσουμε αναζητώντας την έννοια των λέξεων ήθη, έθιμα, παράδοση

Η παράδοση, τα ήθη και τα έθιμα είναι έννοιες
αλληλένδετες , η μια συμπληρώνει την άλλη

Παράδοση

ετυμολογία της λέξης “*παραδίδωμι*”

Που σημαίνει ότι δίνω κάτι στα χέρια κάποιου ατόμου.

Τα χαρακτηριστικά ενός λαού που είναι στοιχεία
πολιτισμού τα ήθη και τα έθιμα που παραδίδονται από
γενιά σε γενιά

(Γαβριηλίδου .,Μ , Λαμπροπούλου ,Π .

Αγγελάκος 2010)

Έθνη

είναι κανόνες συμπεριφοράς ενός λαού , σύστημα αξιών ενός ανθρώπου , ανεξάρτητα από αποδέκτες ηθικές αρχές που ορίζουν τι είναι καλό και τι δεν είναι.

Τα έθνη είναι οι αντιλήψεις ενός λαού

Έθιμα

Τα έθιμα είναι πράξεις που διαμορφώνονται και εκφράζονται μέσα από τα έθνη. Είναι συνήθεια μιας κοινωνικής ομάδας που διαμορφώθηκε και παγιώθηκε από μακρά παράδοση .

Είναι κανόνες, δημιούργημα ενός λαού τους οποίους μεταβιβάζει από τη μια γενιά στην άλλη.

Που ανήκουν τα έθιμα ;

Τα έθιμα ανήκουν στην κατηγορία των λαϊκών θεμάτων, είναι στάσεις και τρόπος ζωής, απαντώνται στον κύκλο του κοινωνικού βίου των ηθών και εθίμων, στη ζωή του κάθε ανθρώπου και της κοινωνίας.

Υπάρχουν διάφορα ήθη & έθιμα για τα Χριστούγεννα, το Πάσχα για την Αποκριά, πολλά άλλα έθιμα που στη χώρα μας γιορτάζονται με ιδιαίτερη αγάπη και υλοποιούνται από παλιές και νέες γενιές ...

Οι παραδόσεις, τα ήθη και τα έθιμα ταξινομούνται σε 2 κατηγορίες

Στον Κύκλο της ζωής η γέννηση , ο γάμος , ο θάνατος

Στον Κύκλο του έτους , τα έθιμα

διακρίνονται σε τοπικά έθιμα , κοινωνικά και θρησκευτικά .

Σε πολλές περιοχές της Ελλάδας αναβιώνουν
παραδοσιακά έθιμα πολλά εκ των οποίων έχουν τις ρίζες
τους από την περίοδο των ελληνοιστικών χρόνων .

Τέτοια έθιμα είναι και τα έθιμα της Αποκριάς της Καθαράς
Δευτέρας ...

Διδακτικό Σενάριο με θέμα : Επιλέγω τα ήθη και έθιμα του τόπου μου ..., τα έθιμα του τόπου καταγωγής των παππούδων , γιαγιάδων μου

Αξίζει να :

Τα θέματα που επιλέγουμε σε σχέση με το αντικείμενό μας , σε μια προσπάθεια σύνδεσης του , με τους κοινωνικούς σκοπούς της Φυσικής Αγωγής και να είναι επίκαιρα . Στη παρούσα φάση και σε μια πρωτόγνωρη περίοδο που διανύουμε , πρέπει να επιλέγονται δραστηριότητες για τους μαθητές / τριες με στόχο τη ψυχαγωγία τη χαρά .

Άποψη που θα ενισχύσει αυτή την κατεύθυνση , είναι και οι Απόκριεςτα Αποκριάτικα ήθη και έθιμα ...



Ποντιακά ήθη & έθιμα

- Ένα ξεχωριστό κεφάλαιο της Λαϊκής μας παράδοσης είναι τα ήθη και τα έθιμα του Πόντου τα οποία έφεραν μαζί τους οι έλληνες του Πόντου οι παππούδες και οι γιαγιάδες μας μετά τον Ξεριζωμό από τις εστίες τους .
- Ήθη και έθιμα που διασώθηκαν μέχρι τις μέρες μας και μεταφέρονται ευλαβικά από γενιά σε γενιά
- Τα έθιμα κατά την περίοδο της Αποκριάς στον Πόντο είχαν να κάνουν με τη προετοιμασία για τη Σαρακοστή
- Και την περίοδο της Νηστείας του Πάσχα.

Πόντος ήθη & έθιμα του Τριωδίου

*Καθαρά Δευτέρα , Ο Κουκουράς , Το γαϊτανάκι , Τα
Εμπονέστια*

Τι είναι το Τριώδιο ;

Αναφέρεται ως η χρονική περίοδος 3 εβδομάδων πριν τη
μεγάλη νηστεία της Σαρακοστής

1^η εβδομάδα – Κυριακή του Τελώνη(ταπείνωση)

2^η εβδομάδα – Κυριακή του Ασώτου

(διδαχή της μετάνοιας)

3^η εβδομάδα (Κυριακή Απόκρεω τελευταία Κυριακή)

Καθαρά Δευτέρα : Σταχτοδευτέρα των Ποντίων

Η ημέρα αυτή ήταν ημέρα καθαριότητας και προετοιμασίας για την περίοδο της Σαρακοστής .Οι νοικοκυρές στον Πόντο καθάριζαν εντατικά όλα τα σκεύη της κουζίνας , σύμφωνα με τη παράδοση , για να μη υπάρχει ίχνος από τροφές τις “ μαντζιριγμένες”
(οι τροφές που καταλύουν τη νηστεία)

Η ονομασία **Σταχτοδευτέρα** έρχεται από τις νοικοκυρές του Πόντου όπου τότε έβραζαν νερό με στάχτη σε ένα μεγάλο καζάνι για να πλύνουν με αυτό και να γυαλίσουν όλα τα μεταλλικά αντικείμενα



Κουκαράς (χειροποίητη κατασκευή)

Οι μητέρες στον Πόντο για να φοβίσουν τα παιδιά τους να κρατήσουν νηστεία μέχρι το Πάσχα κατασκεύαζαν , ένα σκιάχτρο , ένα κρεμμύδι μεγάλο ή μια πατάτα με κοτσάνι για να μπορεί να δένεται στο ταβάνι του σπιτιού. Ήταν μαυρισμένο με μουστάκια –ριζίδια με άσπρα μεγάλα μάτια . Επάνω σ αυτό κάρφωναν 7 φτερά από κόκορα ,ή από κότα (τόσες ήταν οι εβδομάδες της νηστείας). Η τοποθέτηση του Κουκαρά στο ταβάνι του σπιτιού έπρεπε να γίνει χωρίς να αντιληφθούν τα παιδιά. Το κρέμασμα γίνονταν τη Καθαρά Δευτέρα .

Όταν ξύπναγαν τα παιδιά ο Κουβαράς ήταν στο ταβάνι, Κάθε εβδομάδα έβγαζαν και ένα φτερό , μέχρι να βγουν και τα 7 φτερά κάτι που σήμαινε ότι τελείωσε η νηστεία



Το Γαϊτανάκι

Στα έθιμα της Αποκριάς στη περιοχή του Πόντου και της ευρύτερης Μ. Ασίας συναντάμε και **το Γαϊτανάκι** .

Μάλιστα **ο χορός** με το Γαϊτανάκι , έθιμο που έφεραν οι πρόσφυγες στην Ελλάδα .Ο χορός είναι κυκλικός και αποτελείται από 13 άτομα , στο κέντρο του χορού υπάρχει ένας στύλος από τον οποίο είναι κρεμασμένες 12 πολύχρωμες κορδέλες , **τα γαϊτάνια** .

Κάθε χορευτής κρατάει μια κορδέλα και εναλλάσσεται με το ταίρι του στο γαϊτάνι, με αυτό τον τρόπο οι χορευτές με τις κορδέλες χορεύουν –πλέκοντας τις κορδέλες σε σχέση με το στύλο δημιουργώντας μια πλεξούδα .

Εμπονέστια

Η έκφραση « Εμπονέστια » στη ποντιακή διάλεκτο προέρχεται , από τη σημασία της λέξης «**από την νηστεία** » (εμβαίνω εις την νηστεία) ήταν η Αποκριά στον Πόντο .Την τελευταία εβδομάδα της Αποκριάς οι νέοι γλεντούσαν , έτρωγαν και έπιναν , μασκαρεύονταν και τριγυρνούσαν στα σπίτια της πόλης /του χωριού που ζούσαν . Χαρακτηριστικό ήταν ότι μασκαρεύονταν φορούσαν φουστανέλα και περικεφαλαία του Μ. Αλέξανδρου , επάνω σε άλογα μιμούνταν την «**Πορεία του Μ. Αλεξάνδρου** » , το έθιμο αυτό αναβιώνει και στις μέρες μας σε πολλές περιοχές .



Προτάσεις , τι μπορώ να δημιουργήσω με τους μαθητές /τριες

- ❖ Προτείνετε ,Εργασίες για τους μαθητές σε Ατομικό & Ομαδικό επίπεδο Ηθών , Εθίμων από τόπους καταγωγής των μαθητών αφού συζητήσετε μαζί τους
- ❖ (Επιλέγω περιοχή)
- ❖ Ενημερώστε τους μαθητές το χρόνο που θα παρουσιάσουν τις εργασίες
- ❖ Ζητήστε να περιγράψουν την περιοχή γεωγραφικά και ιστορικά που έχετε επιλέξει
- ❖ Μπορείτε να ζητήσετε να σας ζωγραφίσουν ,θέματα που έχουν σχέση με κάποιο δρώμενο
- ❖ Συγκεντρώστε τις εργασίες των μαθητών

(Στις επόμενες 2 διαφάνειες ενδεικτικά παραθέτω περιοχές με τα Αποκριάτικα έθιμα , μπορείτε να ορίσετε ομάδες και με κλήρο να δώσετε περιοχές στους μαθητές / τριές σας , για να εργαστούν πάνω στα προτεινόμενα ήθη /έθιμα , να παρουσιάσουν στη τάξη το υλικό πάνω στο οποίο εργάστηκαν)



Ενδεικτικά ήθη και έθιμα από τον τόπο μας

Θεσσαλονίκη :«Κουδουνοφόροι »

Πανάρχαιο έθιμο , σχετίζεται με τη γονιμότητα .

Νάξος :« Κορδελάτοι , Φουστανελάτοι »

Ιωάννινα :«Οι Τζαμάλες »

Κέρκυρα : «Χορός των παπάδων » , «Κορφιάτικος
Γάμος »

Κοζάνη : « Φανοί »

Κρήτη :«Αρπαγή της Νύφης » , «Καμήλα »

Γαλαξίδι :« Αλευροπόλεμος »

Πελοπόννησος Μεθώνη :«του Κουτρούλη ο Γάμος »



Αποκριάτικα έθιμα

**Οι «μπούιες» και οι «γιανίτσαροι»
Μακεδονία - Νάουσα**

Ένα από τα πλέον συγκινητικά έθιμα της περιόδου, με έντονο παραδοσιακό χρώμα. Εδώ στους δρόμους βγαίνουν οι «γιανίτσαροι» και οι «μπούιες». Οι ρίζες βαστούν από τα αρχαία ελληνικά Ανθεστήρια, όπου είχαμε δρώμενα υπέρ του Διονύσου. Το πρωί της Κυριακής είναι συγκεντρωμένοι στο κονάκι του μουντίρη (δημαρχείο). Ο ζουρνάς παίζει το προσκύνημα. Οι μπούιες κάνουν τεμενάδες. Οι γιανίτσαροι τινάζονται

αγέρωχα.

Κάποιοι θα βγάλουν τον πρόσωπο (προσωπείο) που φορούν, για να πείσουν τον μουντίρη ότι δεν είναι καταζητούμενοι αντάρτες. Γιατί επί Οθωμανοκρατίας, το έθιμο έδωσε πρώτη τάξεως αφορμή στους κλέφτες και τους αρματολούς να κατεβαίνουν στην πόλη, να βρίσκουν τους δικούς τους, να μαθαίνουν νέα τους και να μεταδίδουν νέα

Κείμενο: Γιώργος Λεκάκης

συγγραφέας - λαογράφος

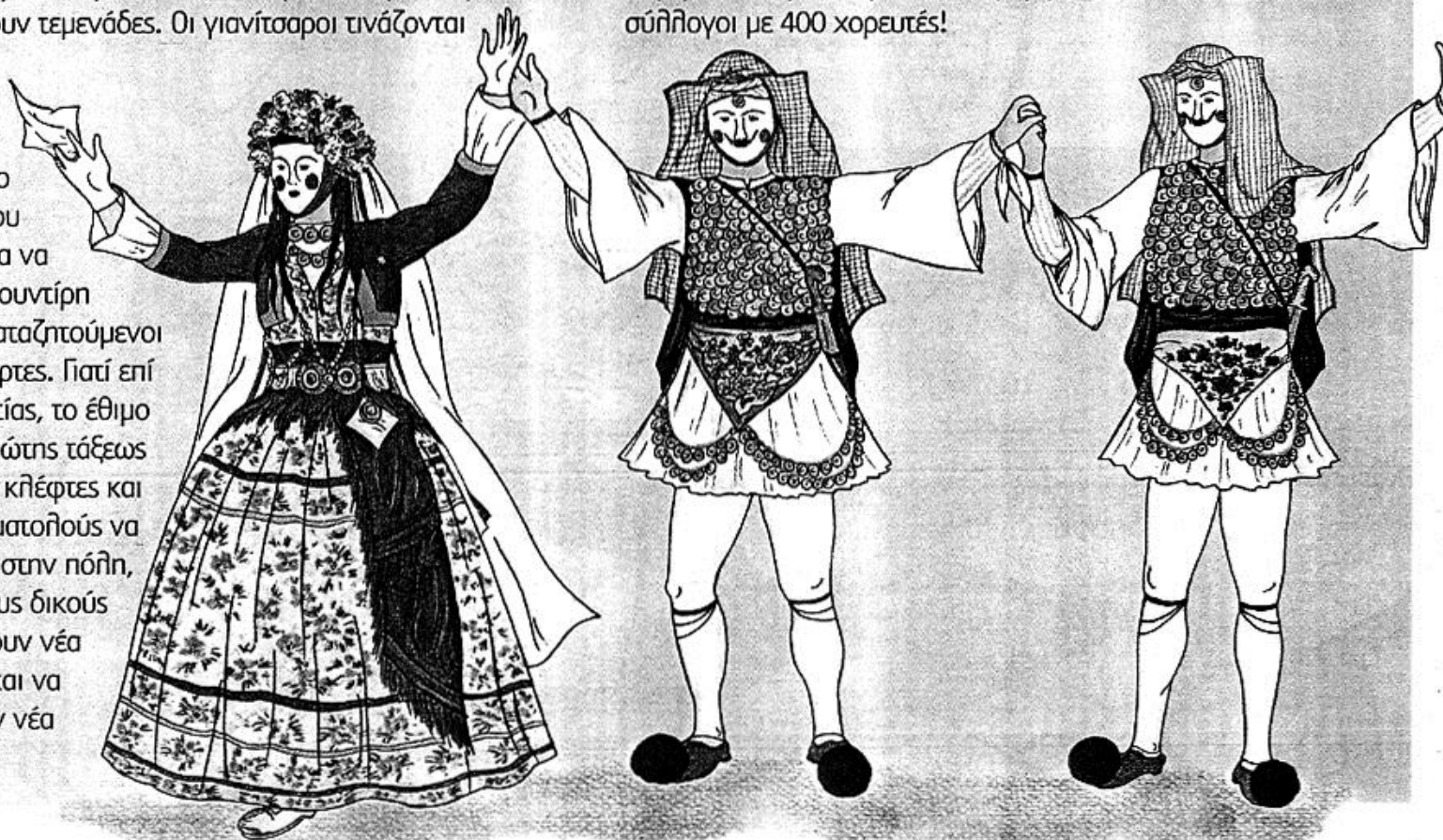
Εικονογράφηση: Ιωάννα Δήμου

Συνεργασία: Λύκειο Ελληνίδων-

Αρχείο Λεκάκη

της Επανάστασης! Γι' αυτό ο Τούρκος άρχοντας ζητούσε την αποκάλυψη.

Μόλις δώσει την άδεια, ο ζουρνάς αηλιάζει σκοπό. Παίζει το «Ρόιδο» και το «θούριο». Οι πάιες (σπαθιά) βγαίνουν από τα θηκάρια. Ακολουθεί η «Παπαδιά» και η «Μακρινίτσα». Το γλέντι στους δρόμους της κρασοπόλης αρχίζει... Σήμερα το έθιμο αναβιώνουν όμορφα πέντε πολιτιστικοί σύλλογοι με 400 χορευτές!



Νάουσα : «οι Μπούλες »

Τήνος : «Αποκριάτικος Χορός ,Αλφαβητάρι της Αγάπης »

Ζάκυνθος : « Βενετσιάνικος Γάμος »

Χίος: « Κουδουνάτοι » , «Μόστρα » «Το Ταλίμι »

Ξάνθη: «Το κάψιμο του Τζάρου »

Σκόπελος : « Η Τράτα »

**(για κάθε τμήμα πάντα συγκεντρώνουμε το υλικό και προσπαθούμε να βάλουμε περιληπτικά –ανάλογα με το θέμα , το υλικό στην Ιστοσελίδα του Σχολείου, στο κομμάτι που αντιστοιχεί στη ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ , χωριστά για κάθε τάξη .*

Πχ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ Α ' Τάξη – Γυμνάσιο /Λύκειο /ΕΠΑΛ..

ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ Β ' Τάξη

ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ Γ ' Τάξη)

το όνομα του ΥΠΕΥΘΥΝΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΕ11)

Πηγές

- *Εγκυκλοπαίδεια Ποντιακού Ελληνισμού*
(Μαλλιάρης παιδεία)
- <https://mail.google.com/mail/u/o?ik=b9abb58c6a&view=pt&search>
-
- <https://mail.google.com/mail/u/o/?tab=wm#inbox/FMfcgxwLsmkgH>
-
- http://www.arttravel.gr/arttravel-best_apokries/article/16083/apokriatika-ethima-se-olh-thn-ellada
- <https://dimosmakrakomis.gov.gr/episkeptes/apokriatika-ithi-ethima>
-
- <http://www.arxeion-politismou.gr/2017/01/geros-kai-korela-Skyrou.html>
-
- **ΤΟ ΑΛΦΑΒΗΤΑΡΙ ΤΗΣ ΑΠΟΚΡΙΑΣ :**
- <https://www.kathimerini.gr/k/travel/1011963/to-alfavitari-tis-apokrias>
-
- **ΕΜΠΟΝΕΣΤΙΑ -ΠΟΝΤΟΣ**
- <https://mnimesellinismou.com/neoteriellada/-emponestia>
-

*Στο σκοτάδι να απαντάς με φώς
Στη κακία με γέλιο
Στη θλίψη με ελευθερία*

N. Καζαντζάκης

*Καλή Επιτυχία στο έργο σας με τη ευχή να ανοίξουν
τα σχολειά μας !*

