

ΤΑ ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

Πρότυπο Γυμνάσιο Ευαγγελικής Σχολής Σμύρνης

27/2/2020

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- ▶ Οι αρχαίοι ολυμπιακοί αγώνες, ήταν αθλητικοί αγώνες μεταξύ αγωνιζόμενων από τις ελληνικές πόλεις της αρχαιότητας και οι σημαντικότεροι από τους πανελλήνιους αγώνες της αρχαίας Ελλάδας Διεξάγονταν στην αρχαία Ολυμπία κάθε τέσσερα έτη από το 776 π.Χ, και διοργανωνόταν έως το 393 μ.Χ. όταν ο Ρωμαίος αυτοκράτορας Θεοδόσιος τους κατήργησε οριστικά. Αρχικά στους Ολυμπιακούς Αγώνες, μπορούσαν να συμμετάσχουν μόνο Έλληνες ελεύθεροι πολίτες, ενώ αργότερα κατά την Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία αυτό άλλαξε κι είχαν δικαίωμα συμμετοχής όλοι οι πολίτες της αυτοκρατορίας. Οι γυναίκες δεν είχαν δικαίωμα να παρακολουθήσουν τους αγώνες που διεξάγονταν στο στάδιο. Οι αρχαίοι Έλληνες πραγματοποιούσαν τους Ολυμπιακούς Αγώνες, προς τιμήν του Ολύμπιου Δία.

ΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

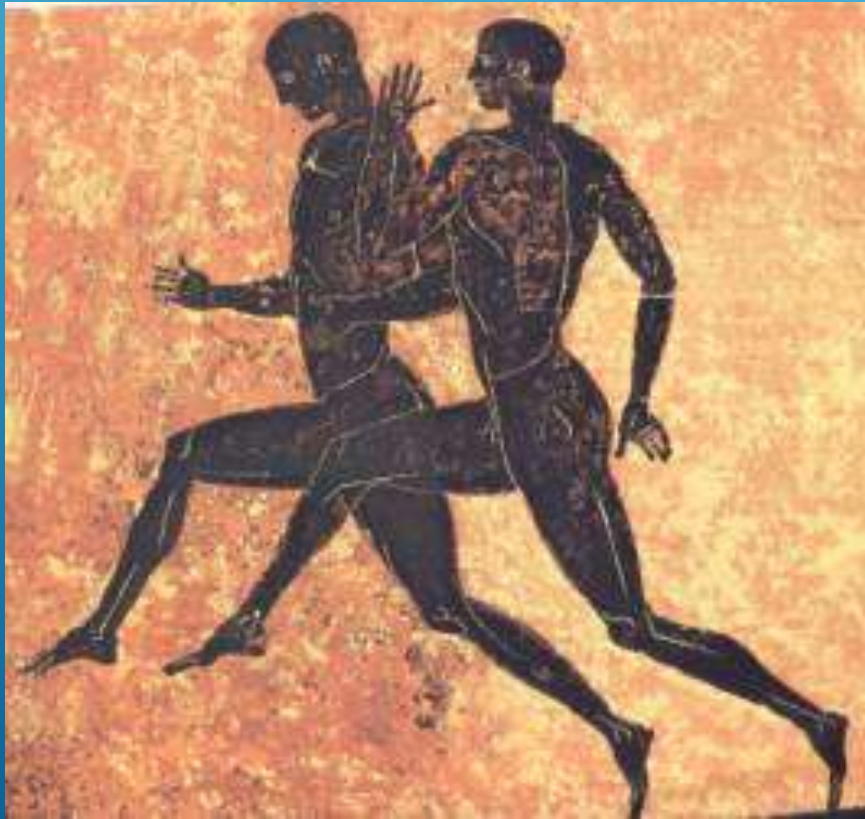
- ▶ Τα αρχαία Ολυμπιακά αθλήματα ήταν τα:
- ▶ Πυγμαχία
- ▶ Αγώνες δρόμου
- ▶ Παγκράτιο
- ▶ Πένταθλο (άλμα εις μήκος, ακοντισμός, δισκοβολία, το στάδιον και πάλη)
- ▶ Ιππικοί αγώνες.



Ο Δρόμος



Δρόμος



- ▶ Το σημαντικότερο αλλά και το πρώτο άθλημα των Ολυμπιακών αγώνων ήταν ο Δρόμος. Μάλιστα έως και το 724π.Χ. παρέμεινε και το μοναδικό, ενώ στη συνέχεια συμπεριλήφθηκε και στο πένταθλον. Τη σημαντικότητα του μπορούμε να καταλάβουμε και από το γεγονός ότι ο νικητής του δρόμου έδινε το όνομά του στο έτος της Ολυμπιάδας στην οποία συμμετείχε. Σύμφωνα με τον μύθο εφευρέτης του αθλήματος θεωρείται, μεταξύ διαφόρων άλλων μυθικών ηρώων, και ο Ηρακλής.

Δρόμος

- ▶ Αρχικά οι αθλητές έτρεχαν φορώντας ένα περίζωμα και με γυμνά πόδια. Στη συνέχεια όμως αυτό καταργήθηκε και οι αθλητές έτρεχαν ολόγυμνοι. Ειδικότερα από την 15^η Ολυμπιάδα (720π.Χ.) ένας αθλητής, ο Όρσιππος από τα Μέγαρα, άφησε να του πέσει το περίζωμα και άρχισε να τρέχει γυμνός. Ο Όρσιππος ήταν και ο νικητής των αγώνων και μετά την αυθόρμητη κίνησή του, το γυμνό τρέξιμο καθιερώθηκε οριστικά από όλους.



Οι εγκαταστάσεις

- ▶ Το μήκος του σταδίου που έτρεχαν, μεταξύ των δύο βαλβίδων, ήταν 192,28μ. Οι αθλητές ανταγωνίζονταν σε ομάδες τεσσάρων. Οι επί μέρους νικητές ανταγωνίζονταν μεταξύ τους, επίσης σε ομάδες τεσσάρων. Οι έφηβοι αγωνίζονταν μόνο στο απλό «στάδιο», δηλαδή στον αγώνα δρόμου μιας διαδρομής.



Οι εγκαταστάσεις


- ▶ Στους ολυμπιακούς αγώνες ο κότινος καθιερώθηκε ως έπαθλο για τους νικητές από τον Ίφιτο τον βασιλιά της Ηλείας ύστερα από χρησμό που του δόθηκε από το μαντείο των Δελφών για να ενθαρρύνει τους αθλητές να συμμετέχουν. Πρώτη φορά δόθηκε, το 752 π.Χ. κατά την έκτη ολυμπιακή διοργάνωση και αντικατέστησε τον καρπό της μηλιάς που δινόταν ως τότε ενώ σύμφωνα με τη μυθολογία εισήχθη ως έπαθλο για τον νικητή του δρόμου από τον Ηρακλή, προς τιμήν του πατέρα του Δία. Σύμφωνα με τη μυθολογία ο Ιδαίος Ηρακλής ήταν αυτός που έφερε την ελιά από την πατρίδα του την Κρήτη ή από τον βορρά και τη φύτεψε στην Ολυμπία. Μαζί με

τον μεγαλύτερο αδερφό του πήγε μια μέρα στην Ολυμπία για να τρέξουν και λέγεται ότι αυτοί υπήρξαν οι πρώτοι αγώνες δρόμου, ενώ ο Ηρακλής ήταν αυτός που στεφάνωσε πρώτος με κλαδί ελιάς τον νικητή. Το στεφάνι ελιάς είχε συμβολική σημασία, καθώς θεωρούσαν πως έφερνε τύχη και θεϊκή προστασία στον στεφανωμένο αθλητή.



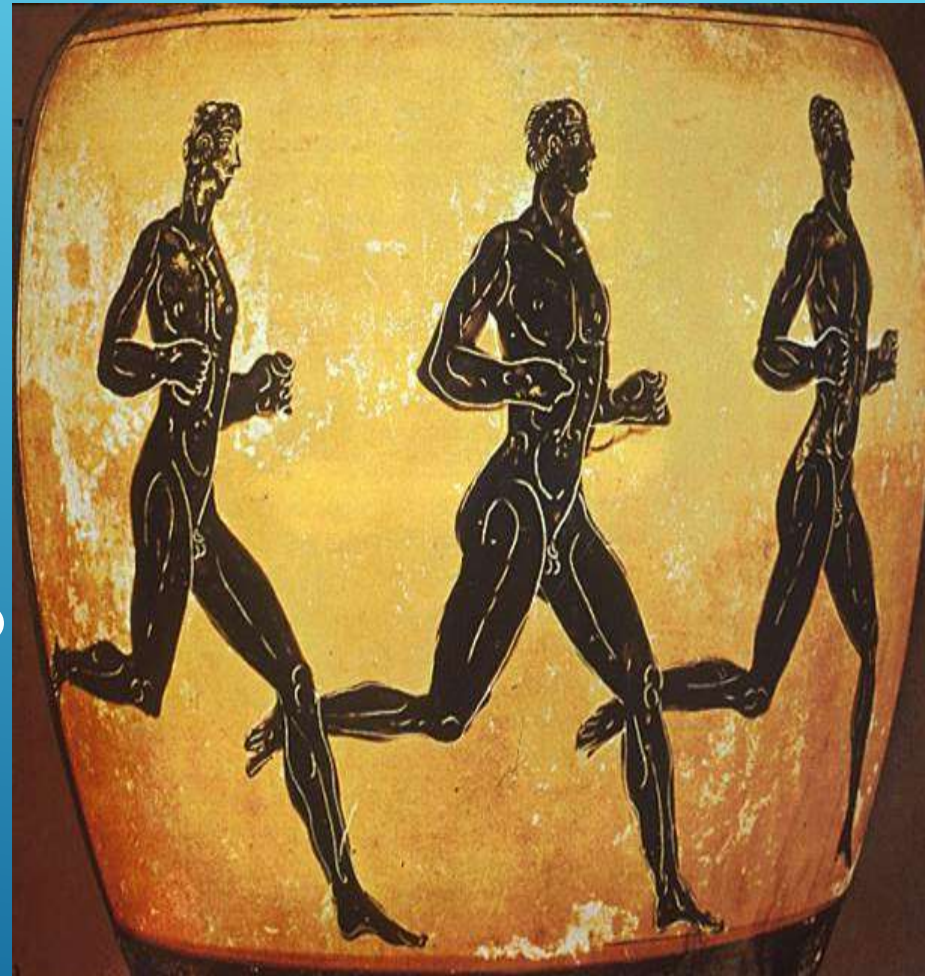
Αγωνίσματα του δρόμου

Τα αγωνίσματα του δρόμου ήταν τα εξής:

- Στάδιον
 - Δίαυλος
 - Δόλιχον
 - Οπλίτης δρόμος
- 
- A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted diagonally from the bottom right towards the top right, set against the blue background.

Δίαυλος

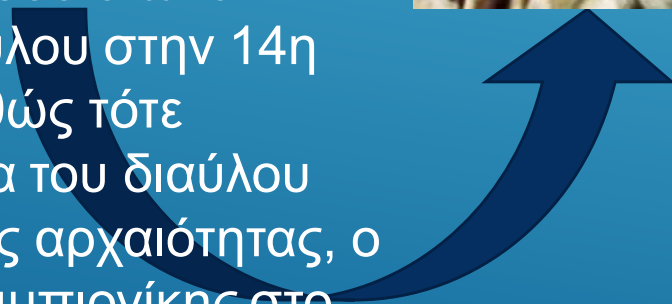
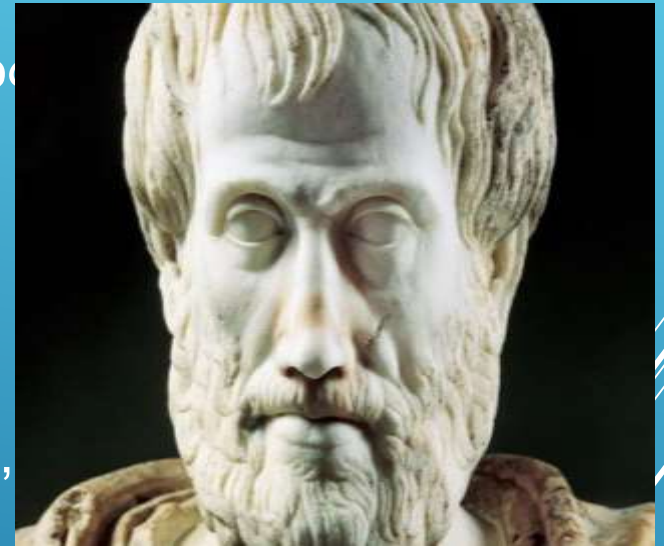
Το παλαιότερο και σημαντικότερο άθλημα των Ολυμπιακών Αγώνων ήταν ο δρόμος. Ένα είδος δρόμου ήταν και ο Δίαυλος. Ο διάυλος ήταν ένας αγώνας δρόμου ταχύτητας με διπλάσια διαδρομή από το αγώνισμα στάδιον, δηλαδή περίπου 400 μέτρα. Εισήχθη στη 14η Ολυμπιάδα των αρχαίων Ολυμπιακών αγώνων, το 724 π.Χ.



Δίαυλος

Οι μελετητές διαφωνούν για το αν ή όχι οι δρομείς του αγωνίσματος έκαναν δύο γύρους στο στάδιο για τον αγώνα, ή αν γύριζαν στο τέλος του πρώτου γύρου, και στη συνέχεια έτρεχαν προς τα πίσω στη γραμμή της εκκίνησης για να τερματίσουν.

Ο Ύπηνος ο Πισαίος ήταν αρχαίος Έλληνας αθλητής από την πόλη Πίσα της αρχαίας Ηλείας, ο οποίος άκμασε στα τέλη του 8ου αιώνα π.Χ. και έγινε ολυμπιονίκης του διαύλου στην 14η Ολυμπιάδα το 724 π.Χ. και καθώς τότε πρωτοεμφανίστηκε το αγώνισμα του διαύλου στους Ολυμπιακούς αγώνες της αρχαιότητας, ο Ύπηνος υπήρξε ο πρώτος Ολυμπιονίκης στο άθλημα αυτό.



Ο οπλίτης δρόμος

Ο οπλίτης δρόμος ήταν δρόμος ταχύτητας και ένα από τα πιο εντυπωσιακά αγωνίσματα, με την ενδυμασία του δρομέα να περιλαμβάνει χάλκινη αμυντική πανοπλία.

Για πρώτη φορά εισήχθη στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 520 π.Χ., κατά την 65η Ολυμπιάδα, και, σύμφωνα με την παράδοση, γινόταν προς τιμήν κάποιου ήρωα που έπεσε μαχόμενος.



Ο οπλίτης δρόμος

Οι δρομείς κάλυπταν την **απόσταση δύο σταδίων⁽¹⁾** (σπανιότερα τεσσάρων) φέροντας **κράνος, κνημίδες και ασπίδα**.

Ο Πausανίας μάλιστα αναφέρει ότι στον Ναό του Δία στην Ολυμπία φυλάσσονταν 25 τέτοιες **ασπίδες**, που **μοιράζονταν** στους οπλιτοδρόμους, έτσι ώστε όλοι οι αθλητές να **φέρουν ασπίδες ίδιου βάρους**.



(1): Το **στάδιο** ήταν **μονάδα μέτρησης μήκους** που χρησιμοποιούσαν οι Αρχαίοι Έλληνες, ίση με το μήκος ενός αθλητικού σταδίου (600 πόδια), που αντιστοιχούσε σε **μήκος 195,15 μέτρων**.

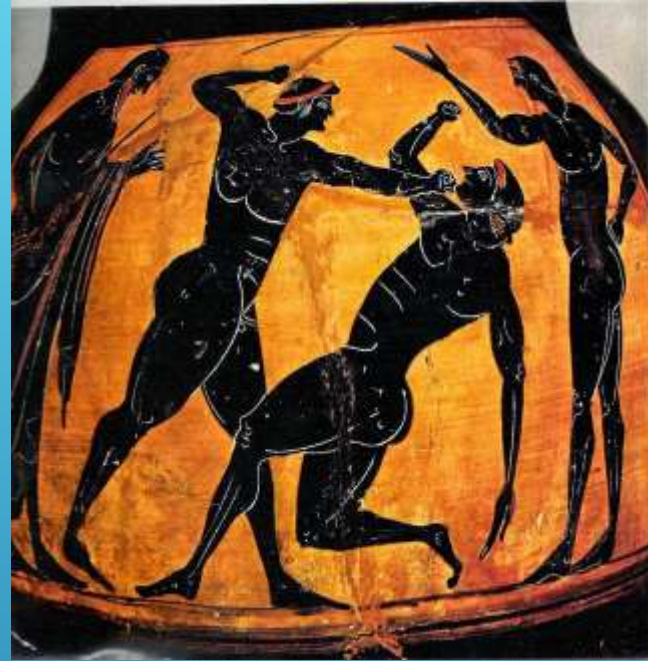
ΠΑΓΚΡΑΤΙΟ



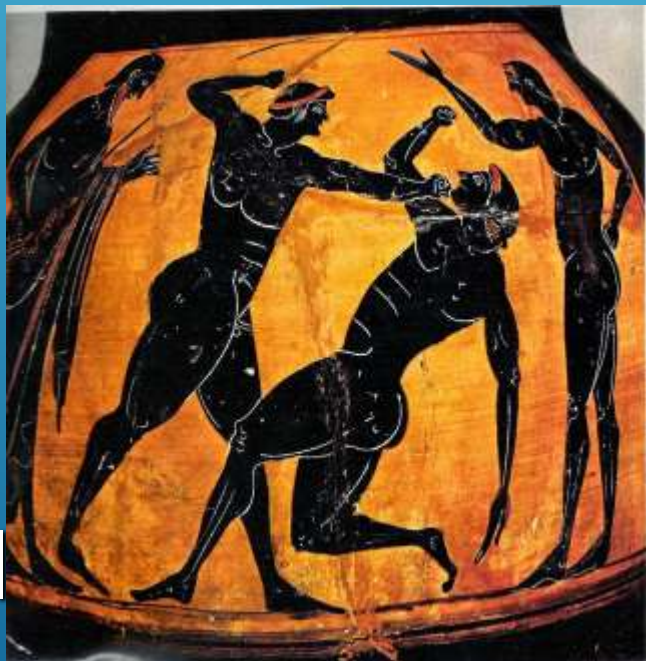
Το παγκράτιο συνδύαζε το χτύπημα και την λαβή και ήταν αγώνας που κερδιζόταν με την υποταγή του αντιπάλου. Ένας αγωνιζόμενος θα μπορούσε να επισημάνει την υποταγή του με ανάταση του χεριού ή ενός δακτύλου του, αλλά μερικές φορές η μόνη μορφή υποταγής ήταν ο θάνατος ενός από τους αγωνιζόμενους.

ΠΑΓΚΡΑΤΙΟ





Από τις αρχαίες πηγές προκύπτει ότι το παγκράτιο ήταν αναπόσπαστο τμήμα τόσο των μεγάλων, όσο και των τοπικών αγώνων κατά την κλασική και ρωμαϊκή αρχαιότητα, από την Ιταλία μέχρι την Μ. Ασία και από τον Εύξεινο Πόντο μέχρι την Αίγυπτο. Αποτελούσε μάλιστα και μέρος της απαραίτητης στρατιωτικής εκπαίδευσης των νέων. Ήταν το πιο δημοφιλές άθλημα στη αρχαιότητα λόγω των αυξημένων απαιτήσεών του, της ποικιλίας που παρείχε ως θέαμα και της αγωνίας που προκαλούσε στους θεατές. Αυτά τα χαρακτηριστικά, άλλωστε, δείχνει το όνομα που του επιφύλαξαν οι αρχαίοι: «το πλήρως επικρατούν».



Το παγκράτιο ξεκίνησε ως καθαρά πολεμικό αγώνισμα και διατηρήθηκε ως τέτοιο μόνο στη Σπάρτη, γι' αυτό και δεν έγινε αμέσως δεκτό στους Ολυμπιακούς αγώνες, διότι το πνεύμα αυτών των αγώνων είναι ειρηνικό και όχι πολεμικό. Μετά από πολύχρονες προσπάθειες και αφού αφαιρέθηκαν τα στοιχεία που του έδιναν χαρακτήρα άγριας συμπλοκής και συμπεριλήφθηκε στους Ολυμπιακούς αγώνες, από την 33η Ολυμπιάδα το 648π.Χ. και έγινε σε λίγο καιρό όπως το χαρακτηρίζει ο Φιλόστρατος «το εν Ολυμπία το κάλλιστον».

Στο ολυμπιακό παγκράτιο, δύο άνδρες αγωνίζονταν σε αγώνα χωρίς όπλα, χρησιμοποιώντας όλες τις δυνάμεις τους, έως ότου ο ένας παραδινόταν. Η παράδοση ενδεικνυόταν με άρση του ενός χεριού, όπως αργότερα εφαρμοζόταν από τους μονομάχους και στις ρωμαϊκές αρένες. Οι παγκρατιαστές δεσμεύονταν να ακολουθούν ειδικούς κανόνες κατά την εξάσκηση του παγκρατίου, οι οποίοι δεν επέτρεπαν το «δάκνειν και ορύπτειν», δηλ. το δάγκωμα και το βύθισμα δακτύλων στα ευαίσθητα μέρη του σώματος του αντιπάλου, δηλ. τους οφθαλμούς, το λαιμό και τα γεννητικά όργανα.



ΚΑΝΟΝΕΣ



ΝΕΣ

Αντιθέτως οι Σπαρτιάτες τα επέτρεπαν, γιατί θεωρούσαν το παγκράτιο ως ύστατο τρόπο άμυνας του πολεμιστή και, όπως είναι γνωστό, ήταν κυρίως πολεμικός λαός (Οι Σπαρτιάτες δεν ελάμβαναν μέρος σε αγώνες παγκρατίου με άλλους Έλληνες, γιατί ήταν απαράδεκτο γι' αυτούς να ηττηθούν, αλλά εξασκούσαν ή μάχονταν μεταξύ τους σε ειδική νησίδα μέσα στον Ευρώτα, η οποία ονομαζόταν «Πλατανιστάς»). Στη διάρκεια των επίσημων αγώνων ένας από τους προπονητές επιτηρούσε την εφαρμογή των κανόνων κρατώντας μια βέργα ή μαστίγιο.

ΠΑΓΚΡΑΤΙΟ



ΔΙΑΣΗΜΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ

- Ο Θεαγένης ο Θάσιος αποτελεί έναν από τους διασημότερους αθλητές της αρχαιότητας. Έζησε κατά το πρώτο μισό του 5ου π.Χ. αιώνα, καταγόταν από τη Θάσο και ήταν γιος του Τιμοσθένη.
- Ο Λύγδαμης ο Συρακούσιος (7ος αιώνας π.Χ.) είχε καταγωγή από τις Συρακούσες στέφθηκε ολυμπιονίκης κατά τους 33ους (648 π.Χ.) ολυμπιακούς αγώνες της αρχαιότητας. Αναφέρεται πως διέθετε γιγαντιαίο σωματικό μέγεθος και πως μπορούσε να διανύσει την έκταση του σταδίου με μόλις 600 βήματα.

Θεαγένης ο Θάσιος

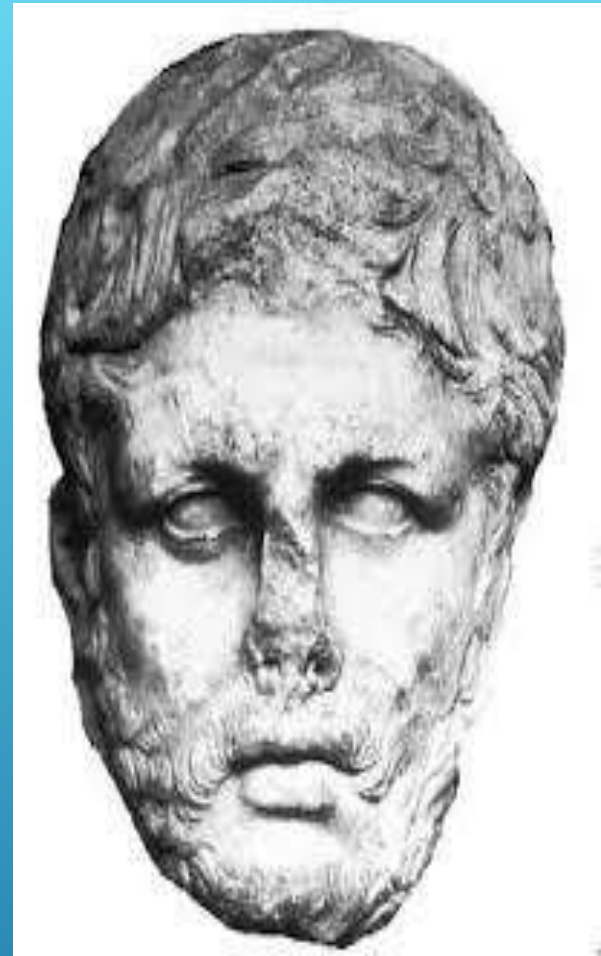


- ▶ Ο Πολυδάμας ο Θεσσαλός γιος του Νικία, ήταν αρχαίος αθλητής και Ολυμπιονίκης στο παγκράτιο το 408 π.Χ. από τη Θεσσαλική πόλη Σκοτούσσα. Φημιζόταν για τη δύναμη του.

- ▶ Ο Σώστρατος καταγόταν από τη Σικυώνα, στέφθηκε νικητής 3 φορές στο αγώνισμα

ΔΙΑΣΗΜΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ

του παγκράτιου κατά τους ολυμπιακούς αγώνες της αρχαιότητας και περιοδονίκης με νίκες και στα Πύθια, Νέμεα και Ίσθμια.



ΠΟΛΥΔΑΜΑΣ Ο ΘΕΣΣΑΛΟΣ

Ο Δωριεύς ή Διαγόρας ο Ρόδιος στέφθηκε τρεις φορές ολυμπιονίκης στους 87ους (432 π.Χ.), 88ους (428 π.Χ.), και 89ους (424 π.Χ.)

αγώνες Αναφέρεται πως υπήρξε επίσης νικητής με 4

νίκες στους αγώνες των Πύθιων, 8

στους Ίσθμιους αγώνες, και 7 στα αγωνίσματα των Νέμεων.



Διαγόρας ο Ρόδιος

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Οι ρίζες του Ολυμπιακού Πνεύματος βρίσκονται στον αρχαίο ελληνικό πολιτισμό. Στην αρχαία Ελλάδα, ο αθλητισμός αποτελούσε μέρος της ευρύτερης παιδείας του ανθρώπου, η οποία απέβλεπε στην αρμονική διάπλαση των πνευματικών, ψυχικών και σωματικών αρετών του. Η προστασία των αθλητών και των θεατών κατά τη διάρκεια του επίπονου ταξιδιού τους εξασφαλιζόταν από την ιερή εκχειρία, την παύση των πολεμικών συγκρούσεων. Δυστηχώς σήμερα δεν υπάρχει εκχειρία... Μάλιστα, γίνεται το ακριβώς αντίθετο, δηλαδή διακόπτονται οι αγώνες λόγω πολέμων, πράγμα το οποίο είναι τραγικό.

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ
ΠΟΛΥ!!!

Οι μαθητές/μαθήτριες του Α'3!!!

ΠΗΓΕΣ

- ▶ <https://www.ea.gr/ep/olympicgames/run.html>
- ▶ <https://el.wikipedia.org/wiki/>
- ▶ <http://5dim-pyrgou.ilei.sch.gr/paideia4.html#dromos>
- ▶ <https://www.ea.gr/ep/olympicgames/material.html>
- ▶ http://www.clickhere.gr/olympics/ancient_greece_gr.html
- ▶ <https://slideplayer.gr/slide/13978907/>
- ▶ <https://ancient-greece.org/archaeology/olympia.html>
- ▶ <https://exfacto.gr/2019/07/31/protos-olympionikis-stin-istoria/>
- ▶ <tps://el.wikipedia.org/wiki>
- ▶ <http://pangration.org/index.php/istoria-tou-athlimatos>
- ▶ https://www.pronews.gr/istoria/76201_pagkraton-apolyto-elliniko-mahitiko-athlima
- ▶ https://www.logiosermis.net/2012/03/blog-post_6044.html#.XlbYvGj7TDc
- ▶ </%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%81%CE%AC%CF%84%CE%B9%CE%BF>
- ▶ <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%81%CE%AC%CF%84%CE%B9%CE%BF>
- ▶ <http://agonaskritis.gr/4545466/>
- ▶ <https://docs.google.com/document/d/1xR3-DnmAAhVpO18QinAW2t6DWRf9PphNlkmyT5TaFy0/edit>
- ▶ https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%98%CE%B5%CE%B1%CE%B3%CE%AD%CE%BD%CE%B7%CF%82_%CE%BF_%CE%98%CE%AC%CF%83%CE%B9%CE%BF%CF%82
- ▶ <http://www.hellenicaworld.com/Greece/Person/gr/PolydamasThessalos.html>
- ▶ https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%94%CE%B9%CE%B1%CE%B3%CF%8C%CF%81%CE%B1%CF%82_%CE%BF_%CE%A1%CF%8C%CE%B4%CE%B9%CE%BF%CF%82