

Πειραματικό Γενικό Λύκειο Πατρών
Μάθημα Ερευνητική Εργασία

Θέμα: «Ο Αθλητισμός στις 5 ηπείρους»

Υποθέμα: «Τα πιο δημοφιλή αθλήματα ανά ήπειρο»

ΤΑΞΗ Α 3

Εργασία των μαθητών:

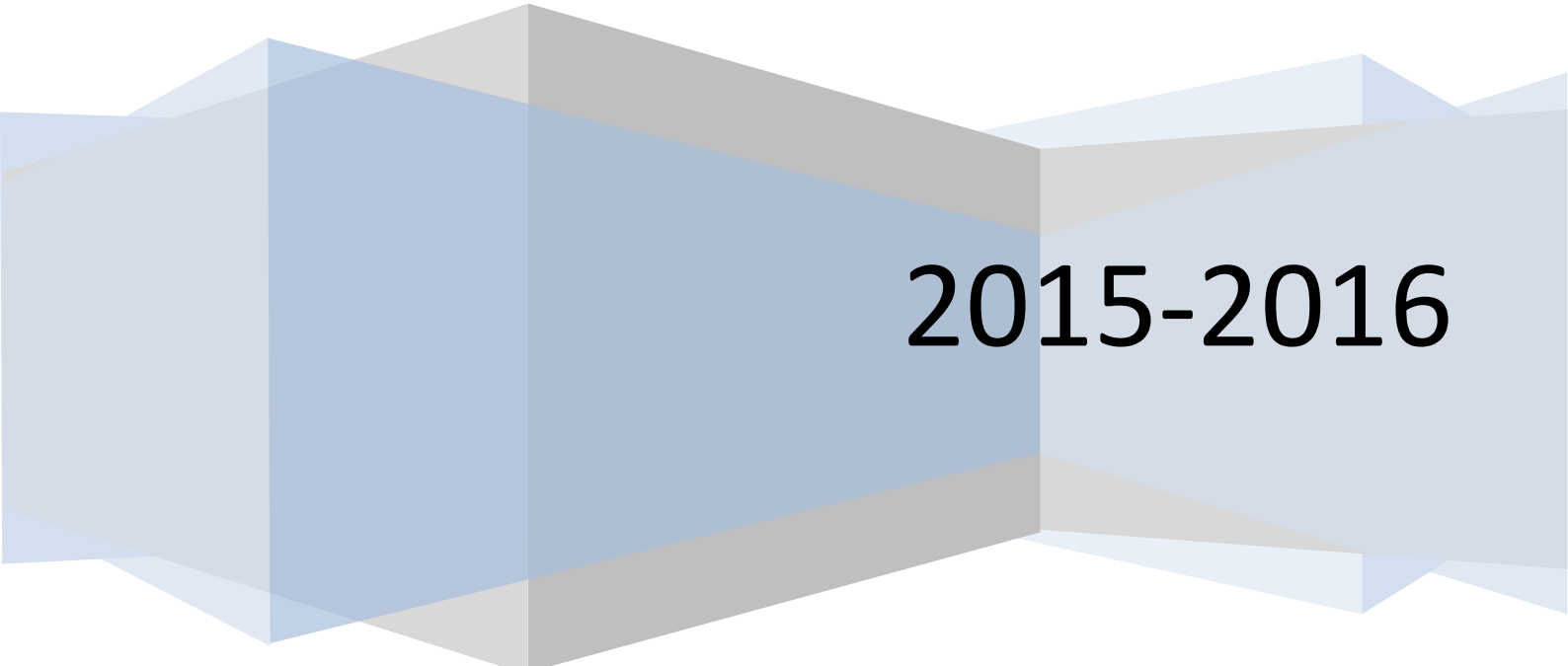
Νίκος Βασίλης

Σπυράτος Χρήστος

Σταματόπουλος Γιώργος

Στεφάνου Χρήστος

Τζανάτος Μιχάλης



2015-2016

Πίνακας περιεχομένων

Τα πιο δημοφιλή αθλήματα του κόσμου.....	3
Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Ευρώπης	
Ποδόσφαιρο στην Ευρώπη.....	7
Μπάσκετ (Καλαθοσφαίριση) στην Ευρώπη.....	7
Το ράγκμπι στην Ευρώπη.....	8
Ο στίβος στην Ευρώπη.....	9
Το τένις στην Ευρώπη.....	9
Άλλα αθλήματα.....	10
Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Αφρικής	
Ποδόσφαιρο στην Αφρική.....	11
Στίβος στην Αφρική.....	12
Το ράγκμπι στην Αφρική.....	13
Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Αμερικής	
Ποδόσφαιρο στην Αμερική.....	14
Το μπάσκετ στην Αμερική.....	14
Αμερικάνικο ποδόσφαιρο.....	15
Το βόλεϊ στην Αμερική.....	16
Το μπέιζμπολ στην Αμερική.....	16
Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Ασίας	
Το ποδόσφαιρο στην Ασία.....	17
Το πινγκ-πονγκ στην Ασία.....	17
Οι πολεμικές τέχνες στην Ασία.....	18
Το κρίκετ στην Ασία.....	19
Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Ωκεανίας	
Το ποδόσφαιρο στην Ωκεανία.....	20
Το ράγκμπι και το αυστραλιανό ποδόσφαιρο στην Ωκεανία.....	20
Άλλα αθλήματα.....	23

Τα πιο δημοφιλή αθλήματα του κόσμου (ανά οπαδούς)

Αυτά είναι τα δημοφιλέστερα αθλήματα του κόσμου σύμφωνα με την ιστοσελίδα www.mostpopularsports.net.

1. Ποδόσφαιρο



Το ποδόσφαιρο είναι το πιο διάσημο άθλημα στον κόσμο με περίπου 3,5 δις. οπαδούς από όλες τις ηπείρους.

2. Κρίκετ



Το κρίκετ έρχεται δεύτερο στη λίστα με 2,5 δις. οπαδούς κυρίως σε Ασία, Αυστραλία και Ηνωμένο Βασίλειο.

3. Χόκεϊ επί χόρτου



Το χόκεϊ επί χόρτου έχει περίπου 2 δις. οπαδούς σε Ευρώπη, Αφρική, Ασία και Ωκεανία.

4. Τένις



Το τένις έχει 1 δις. οπαδούς κυρίως στην Ευρώπη, την Ασία και την Αμερική.

5. Βόλεϊ



Το βόλεϊ μετρά 900 εκ. οπαδούς από όλο τον κόσμο.

6. Πινγκ Πονγκ (επιτραπέζια αντισφαίριση)



Το πινγκ πονγκ έχει 850 εκ. οπαδούς από Ασία, Ευρώπη, Αφρική και Αμερική.

7. Μπέιζμπολ



Το μπέιζμπολ έχει 500 εκ. οπαδούς από Αμερική και Ασία (κυρίως Ιαπωνία).

8. Γκολφ



Το γκολφ μετρά 450 εκ. οπαδούς από όλο τον κόσμο.

9. Α) Μπάσκετ (καλαθοσφαίριση)



Το μπάσκετ έχει περίπου 400 εκ. οπαδούς κυρίως από την Αμερική.

Β) Αμερικάνικο ποδόσφαιρο



Το αμερικάνικο ποδόσφαιρο έχει περίπου 400 εκ. οπαδούς από την Αμερική, κατά κύριο λόγο.

Τα δημοφιλέστερα αθλήματα στην Ευρώπη

Ποδόσφαιρο στην Ευρώπη

Το ποδόσφαιρο είναι το πιο δημοφιλές άθλημα στην Ευρώπη. Μετρά εκατομμύρια οπαδούς σε όλη την Ευρώπη και μάλιστα είναι το πιο διάσημο άθλημα στις περισσότερες χώρες.

Παιχνίδια που μοιάζουν με αυτό υπήρχαν από την αρχαιότητα, τέτοια έπαιζαν οι αρχαίοι Έλληνες και οι Ρωμαίοι. Το 1863, με την ίδρυση της Αγγλικής Ποδοσφαιρικής Ομοσπονδίας (F.A.), εκδόθηκαν οι επίσημοι κανονισμοί για το άθλημα αυτό, οι 'Νόμοι του Παιχνιδιού', που έγιναν η βάση του ποδοσφαίρου, όπως το γνωρίζουμε τώρα.

Η U.E.F.A. (Union of European Football Associations) είναι η ομοσπονδία ποδοσφαίρου της Ευρώπης και μετρά συνολικά 54 μέλη, ανάμεσά τους και κράτη που δεν ανήκουν γεωγραφικά στη Γηραιά Ήπειρο, όπως η Γεωργία, η Αρμενία, το Καζακστάν, το Αζερμπαϊτζάν και το Ισραήλ. Η U.E.F.A. διοργανώνει κάθε χρόνο το Champions League και το Europa League όπου συμμετέχουν οι καλύτερες ομάδες στην Ευρώπη και κάθε τέσσερα χρόνια διεξάγεται το U.E.F.A. Euro για τις εθνικές ομάδες.



Μπάσκετ (Καλαθοσφαίριση) στην Ευρώπη

Το μπάσκετ μπορεί να δημιουργήθηκε στην Αμερική από τον Καναδό Τζέιμς Νάισμιθ, αλλά στην Ευρώπη έχει τεράστια ιστορία και πλήθος σπουδαίων αθλητών έχουν περάσει από τα ευρωπαϊκά γήπεδα. Πολλές χώρες της Ευρώπης έχουν υψηλά στις προτιμήσεις τους το μπάσκετ, αλλά βρίσκεται χαμηλότερα από ότι το

ποδόσφαιρο. Τέτοιες χώρες είναι η Ισπανία, η Ιταλία, η Ελλάδα, η Ρωσία, η Σερβία και η Τουρκία. Εξαιρέση αποτελούν η Λιθουανία και η Λετονία, όπου το μπάσκετ είναι το πιο διάσημο σπορ.



Η FIBA Europe είναι η υπεύθυνη αρχή του Ευρωπαϊκού μπάσκετ και διατηρεί τα γραφεία της στο Μόναχο.

Η ευρωπαϊκή ομοσπονδία καλαθοσφαίρισης είναι η FIBA Europe, μια ζώνη εντός της FIBA, που μετρά 52 εθνικές ομοσπονδίες από όλη την Ευρώπη ως μέλη και ιδρύθηκε το 1957.



Το Ευρωμπάσκετ είναι η διοργάνωση στην οποία συμμετέχουν οι καλύτερες εθνικές ομάδες της Ευρώπης. Το 2015 πραγματοποιήθηκε στα γήπεδα της Γαλλίας, της Γερμανίας, της Κροατίας και της Λετονίας και έσπασε πολλά ρεκόρ στη θέαση των αγώνων, συγκεντρώνοντας τα βλέμματα εκατομμυρίων οπαδών του ευρωπαϊκού μπάσκετ.

Το ράγκμπι στην Ευρώπη

Το ράγκμπι ή ράγκμπι φούτμπολ είναι ένα διαδεδομένο, πολύ παλιό ομαδικό άθλημα, το οποίο αποτελεί μετεξέλιξη της μορφής ποδοσφαίρου που παιζόταν στις αρχές του ΙΘ΄ αιώνα στο φημισμένο ιδιωτικό σχολείο Rugby School που υπάρχει ακόμα και σήμερα στην Αγγλία.

Στην Ευρώπη είναι διαδεδομένο κυρίως στις χώρες της Μεγάλης Βρετανίας, που είναι η γενέτειρα του αθλήματος, στην Ιρλανδία αλλά και σε άλλες χώρες, όπως η Γαλλία.

Πιο σημαντική διοργάνωση θεωρείται το Πρωτάθλημα Έξι Εθνών (Six Nations Championship), στο οποίο συμμετέχουν η εθνικές ομάδες της Αγγλίας, της Ουαλίας, της Ιρλανδίας, της Σκωτίας, της Γαλλίας και της Ιταλίας.



Το λογότυπο του Πρωταθλήματος Έξι Εθνών, της πιο σημαντικής διοργάνωσης ράγκμπι στην Ευρώπη.

Ο στίβος στην Ευρώπη

Ο στίβος έχει μεγάλη απήχηση στην Ευρώπη. Για πολλούς έρχεται δεύτερο στα δημοφιλέστερα αθλήματα στη Γηραιά Ήπειρο. Πολλές Ευρωπαϊκές χώρες έχουν αθλητές που διακρίνονται πολύ συχνά σε παγκόσμιο επίπεδο στο άλμα επί κοντώ, στο άλμα εις ύψος και στους αγώνες δρόμου τόσο σε μικρές αποστάσεις (100-400 μ.), όσο και σε μεγάλες. Χώρες που έχουν βγάλει σημαντικούς αθλητές στο στίβο είναι η Μεγάλη Βρετανία, η Ρωσία, η Γαλλία, η Γερμανία, η Ιταλία κ.α.

Το τένις στην Ευρώπη

Το τένις είναι πολύ γνωστό άθλημα στο ευρωπαϊκό κοινό. Είναι πολύ διάσημο σε χώρες όπως η Μεγάλη Βρετανία, η Γαλλία, η Ρωσία, η Ελβετία, η Ισπανία, η Σερβία. Αυτές οι χώρες έχουν βγάλει πολύ σημαντικούς αθλητές όπως ο Νόβακ Τζόκοβιτς (Σερβία), ο Ρότζερ Φέντερερ (Ελβετία) και η Μαρία Σαράποβα (Ρωσία) και φιλοξενούν σημαντικές διεθνείς διοργανώσεις τένις όπως το Ρολάν Γκαρός (Γαλλία), το Γουίμπλετον (Αγγλία) και μερικούς αγώνες της σειράς ATP World Tour.



Ρολάν Γκαρός: ένα από τα πιο σημαντικά και γνωστά τουρνουά τένις στον κόσμο και διεξάγεται κάθε χρόνο στο Παρίσι.

Άλλα αθλήματα

Μερικά ακόμη διαδεδομένα σπορ στην Ευρώπη είναι το χόκεϊ επί χόρτου, πολύ γνωστό στην Αγγλία, την Ισπανία, την Ολλανδία και την Ισπανία.

Το γκολφ είναι παιχνίδι ολλανδικής καταγωγής (όπου παιζόταν με την ονομασία κολφ) με μεγάλη διάδοση κυρίως στην Αγγλία όσον αφορά την Ευρώπη.

Το σκι, εκτός από διάσημη ασχολία για τις διακοπές το χειμώνα, είναι ένα πολύ γνωστό άθλημα στη Γηραιά Ήπειρο, κυρίως στη Ρωσία, την Ελβετία, την Αυστρία και τη Φινλανδία.

Το βόλεϊ είναι διαδεδομένο στις περισσότερες χώρες της Ευρώπης. Μετρά πολλούς οπαδούς σε Ελλάδα, Ιταλία, Σλοβακία, Γαλλία, Βέλγιο, Γερμανία κ.α. Η υπεύθυνη αρχή για το βόλεϊ στην Ευρώπη είναι η Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Βόλεϊ (Confédération Européenne de Volleyball ή CEV), η οποία διοργανώνει κάθε χρόνο το CEV Champions League και το CEV Cup για τους καλύτερους συλλόγους της Γηραιάς Ηπείρου.



Το λογότυπο της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας Βόλεϊ (Confédération Européenne de Volleyball ή CEV), η οποία εδρεύει στο Λουξεμβούργο.

Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Αφρικής

Ποδόσφαιρο στην Αφρική

Το δημοφιλέστερο άθλημα στην Αφρική είναι αδιαμφισβήτητα το ποδόσφαιρο. Σχεδόν σε κάθε γειτονιά της Αφρικής παίζεται ποδόσφαιρο. Παρόλα αυτά σε παγκόσμιο επίπεδο δεν υπάρχει κάποια σπουδαία διάκριση. Την τελευταία εικοσαετία και ειδικότερα την περασμένη δεκαετία έγινε η μεγάλη ποδοσφαιρική έκρηξη στην ήπειρο της Αφρικής. Ποδοσφαιριστές από αφρικανικές χώρες με πλούσιο ταλέντο πήραν μεταγραφή για ευρωπαϊκούς συλλόγους και έλαμψαν με την παρουσία τους στο παγκόσμιο στερέωμα. Οι περισσότεροι από αυτούς μάλιστα προέρχονταν από χώρες της Δυτικής Αφρικής. Παραδοσιακά η Δυτική Αφρική ήταν η ισχυρότερη ποδοσφαιρικά με την παρουσία της Νιγηρίας και του Καμερούν, που εμφάνισαν ιδιαίτερα δυνατά σύνολα τη δεκαετία του 90'. Τη σκυτάλη πήρε η Σενεγάλη στις αρχές της περασμένης δεκαετίας, ενώ τα τελευταία χρόνια η Ακτή Ελεφαντοστού και η Γκάνα έχουν αναπτυχθεί σε τεράστιο βαθμό ποδοσφαιρικά. Δεν είναι τυχαίο άλλωστε το γεγονός ότι στο τελευταίο Κύπελλο Εθνών Αφρικής, οι τέσσερις χώρες που βρέθηκαν στα ημιτελικά (Νιγηρία, Μπουρκίνα Φάσο, Μάλι και Γκάνα) προέρχονταν όλες από τη Δυτική Αφρική. Δεν είναι τυχαίο ότι μεγάλοι παίκτες κατάγονται από την Αφρική όπως ο Ντιντιέ Ντρογκμπά και ο Σάμιουελ Ετό. Αξίζει να σημειωθεί ότι το 2010 ήταν η πρώτη φορά που διοργανώθηκε το παγκόσμιο κύπελλο ποδοσφαίρου στην Αφρική και συγκεκριμένα στην Δημοκρατία της Νότιας Αφρικής.



της Αφρικής παίζεται ποδόσφαιρο.

Σχεδόν σε κάθε γειτονιά

Στίβος στην Αφρική

Ανέκαθεν η Αφρική είχε παράδοση στα αγωνίσματα τρεξίματος (δρόμου) και κυρίως μεσαίων και μικρών αποστάσεων. Ιδιαίτερα από την Κένυα και την Αιθιοπία κατάγονται μεγάλοι αθλητές, όπως ο Χαϊλέ Γκεμπρεσελασιέ (Αιθίοπας), Κενενίσα Μπεκέλε (Αιθίοπας), Ο Γουίλσον Κίπκετερ (Κενυάτης). Βεβαία τα τελευταία χρόνια έχουν αναπτυχθεί και τα υπόλοιπα αθλήματα στον στίβο. Για παράδειγμα ο Τζούλιους Γιέγκο έφτασε στην κορυφή του κόσμου κατακτώντας το χρυσό μετάλλιο στον ακοντισμό. Γενικότερα θα μπορούσαμε να πούμε ότι ο στίβος είναι μια διέξοδος για πολλούς Αφρικάνους για να βγουν από την φτώχεια της χώρας τους. Συγκεκριμένα για να πάει ένα παιδί στο σχολείο, είναι υποχρεωμένο να τρέχει για περίπου 20 χιλιόμετρα και άλλα τόσα για να επιστρέψει πίσω. Εκτός αυτής της απόστασης, είναι υποχρεωμένα να ακολουθούν ειδικό πρόγραμμα γυμναστικής που βασίζεται στη φυσική κατάσταση. Έτσι, από μικρή ηλικία μπαίνουν σε διαδικασία πρωταθλητισμού και γι' αυτό βγαίνουν και τόσο πολλοί πρωταθλητές.



Ο Τζούλιους Γιέγκο

Το ράγκμπι στην Αφρική

Η Αφρική έχει παράδοση και στο ράγκμπι. Για πρώτη φορά το 1995 η νότιος Αφρική κατέκτησε το παγκόσμιο κύπελλο. Αυτό είχε και ένα ιδιαίτερο μήνυμα, καθώς εκείνη την εποχή στην Αφρική υπήρχε το απαρτχάιντ. Επίσης κατέκτησε ξανά την πρώτη θέση το 2007 και την Τρίτη το 1999 και το 2015. Βέβαια το ράγκμπι είναι ένα άθλημα κυρίως για τις πιο οικονομικά ανεπτυγμένες χώρες (νότιος Αφρική).



Η εθνική ομάδα ράγκμπι της Νότιας Αφρικής, μια ομάδα με αρκετές διακρίσεις σε παγκόσμιο επίπεδο.

Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Αμερικής

Ποδόσφαιρο στην Αμερική

Το ποδόσφαιρο είναι το πιο διάσημο άθλημα στην Αμερικανική ήπειρο. Είναι επίσημο άθλημα σε σχεδόν όλες τις χώρες της ηπείρου, από τη Νότια, που είναι παραδοσιακοί λάτρεις του αθλήματος, μέχρι την Κεντρική, εκτός από τις Η.Π.Α, τον Καναδά, αλλά και εκεί κερδίζει συνεχώς όλο και περισσότερους οπαδούς.

Οι υπεύθυνες αρχές του ποδοσφαίρου στην Αμερική είναι η CONMEBOL (Ποδοσφαιρική Συνομοσπονδία Νοτίου Αμερικής/ισπανικά: Confederación Sudamericana de Fútbol, CSF, πορτογαλικά: Confederação Sul-Americana de Futebol) για τη Νότια Αμερική και η CONCACAF (Confederation of North, Central American and Caribbean Association Football) για τη Βόρεια και Κεντρική Αμερική.



της CONCACAF.



Τα λογότυπα της CONMEBOL και

Το μπάσκετ στην Αμερική

Το μπάσκετ είναι ένα πολύ διαδεδομένο άθλημα στην Αμερική, κυρίως στη Βόρεια και, πιο συγκεκριμένα, στις Η.Π.Α, όπου δημιουργήθηκε από τον Καναδό γυμναστή Τζέιμς Νάισμιθ στο Σπρίνγκφιλντ της Μασαχουσέτης.

Στις Η.Π.Α και στον Καναδά διεξάγεται το NBA, το πιο γνωστό πρωτάθλημα μπάσκετ, το οποίο συγκεντρώνει τα βλέμματα εκατομμυρίων οπαδών του αθλήματος από όλο τον κόσμο. Στη Νότια και στην Κεντρική Αμερική είναι διαδεδομένο, κυρίως στην Αργεντινή, τη Βραζιλία, τη Βενεζουέλα, το Πουέρτο Ρίκο και το Μεξικό, χώρες που έχουν βγάλει ομάδες και παίκτες με σημαντικές διακρίσεις.



Το λογότυπο του NBA (αριστερά). Η FIBA Americas (δεξιά) είναι η υπεύθυνη αρχή του μπάσκετ στην Αμερική.

Αμερικάνικο ποδόσφαιρο

Το Αμερικάνικο ποδόσφαιρο είναι το πιο διάσημο άθλημα στις Η.Π.Α. Είναι ένα είδος ράγκμπι που εξελίχτηκε, απέκτησε διαφορετικούς κανονισμούς για να γίνει το άθλημα που μετρά σήμερα περίπου 400 εκατομμύρια οπαδούς, όχι μόνο εντός των αμερικανικών συνόρων.

Το National Football League (NFL) να είναι το πιο δημοφιλές πρωτάθλημα ενώ το Σούπερ Μπόουλ (Super Bowl), ο τελικός του πρωταθλήματος αυτού, είναι ένα από τα αθλητικά γεγονότα με την μεγαλύτερη τηλεθέαση παγκοσμίως.



Το λογότυπο του 49^{ου} τελικού Super Bowl που διεξήχθη στην Αριζόνα τον περασμένο Φεβρουάριο που έκανε ρεκόρ σε εισπράξεις από τηλεοπτικές διαφημίσεις.

Το βόλεϊ στην Αμερική

Το βόλεϊ είναι ένα άθλημα που επινοήθηκε το 1895 από τον καθηγητή Γουίλιαμ Μόργκαν στη Μασαχουσέτη των Η.Π.Α. Αποτελεί ένα από τα πιο διάσημα αθλήματα στην ήπειρο, κυρίως σε χώρες όπως οι Η.Π.Α, η Βραζιλία, ο Καναδάς αλλά και σε Πουέρτο Ρίκο, Μεξικό κ.α.



Η εθνική ομάδα των Η.Π.Α. είναι μία από τις καλύτερες στον κόσμο.

Το μπέιζμπολ στην Αμερική

Το μπέιζμπολ είναι και αυτό ένα άθλημα που επινοήθηκε στην Αμερική (στις Η.Π.Α) στις αρχές του 19^{ου} αιώνα και παίζεται, κατά κύριο λόγο, στις Η.Π.Α.

Το πιο γνωστό πρωτάθλημα μπέιζμπολ είναι το MLB (Major League Baseball/Η.Π.Α.) και οι τελικοί του πρωταθλήματος αυτού (World Series) συμπεριλαμβάνονται στα μεγαλύτερα σε σημασία αθλητικά γεγονότα της χώρας.



Το τρόπαιο του World Series.

Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Ασίας

Το ποδόσφαιρο στην Ασία

‘Ο βασιλιάς των σπορ’ είναι και στην Ασία το πιο διάσημο άθλημα. Η υπεύθυνη αρχή του ασιατικού ποδοσφαίρου είναι η AFC, η οποία διοργανώνει το AFC Champions League, το Ασιατικό Κύπελλο (για εθνικές ομάδες) και τα προκριματικά του Παγκοσμίου Κυπέλλου.



Το πινγκ-πονγκ (επιτραπέζια αντισφαίριση) στην Ασία

Η επιτραπέζια αντισφαίριση (πινγκ-πονγκ) είναι ένα από τα δημοφιλέστερα αθλήματα στον κόσμο. Η καταγωγή της είναι από την Κορέα.

Η επιτραπέζια αντισφαίριση ή αλλιώς πινγκ πονγκ, είναι ένα άθλημα που παίζουν δύο ή τέσσερις αντίπαλοι και κερδίζουν πάντα οι... Κινέζοι! Αυτό το άθλημα αν και δεν έχει ξεκινήσει από αυτούς, είναι λες και υπάρχει... μόνο για αυτούς, αφού κυριαρχούν από το τέλος της δεκαετίας του 1950. Στην πατρίδα τους οι Κινέζοι έκαναν... πάρτι, αφού συνολικά, σε όλες τις κατηγορίες, κατέκτησαν 8 μετάλλια, 4 χρυσά, 2 αργυρά και 2 χάλκινα. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας, κατέκτησαν τρία χρυσά, ένα ασημένιο και δύο χάλκινα μετάλλια, χάνοντας μόνο έναν τελικό, στο απλό ανδρών, υποχρεώνοντας ένα ολόκληρο έθνος να... κλαίει για την ήττα του συμπατριώτη τους, Χάο Ουάνγκ από τον Κορεάτη Σονγκ Μιν Ρίου! Αντίθετα, στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϋ αλλά και στην Ατλάντα, τόσο στο ατομικό των γυναικών και ανδρών όσο και στα αντίστοιχα αγωνίσματα του διπλού, τις πρώτες θέσεις κατέκτησαν αθλητές από την Κίνα. Μάλιστα το 2000 εκτός από τα τέσσερα χρυσά, οι Κινέζοι κατέκτησαν άλλα τρία ασημένια και ένα χάλκινο μετάλλιο. Δηλαδή οκτώ μετάλλια από τα 12 που μοιράστηκαν συνολικά.

Οι Ιάπωνες επικράτησαν στον παγκόσμιο χώρο στη δεκαετία του 1950, ενώ εισήγαγαν και ένα νέο τρόπο κρατήματος της ρακέτας, ο οποίος αργότερα τροποποιήθηκε από τους Κινέζους, που εξελίχθηκαν σε απόλυτους κυρίαρχους μέχρι τα μέσα της δεκαετίας του 1980. Εντούτοις, από το 1995 έως σήμερα η Κίνα κυριαρχεί στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα με εξαίρεση μόνο τη διοργάνωση του 2000 όπου οι Σουηδοί πήραν έναν ακόμα τίτλο. Η Κίνα έχει παντοδυναμία και στις γυναίκες τις τελευταίες δεκαετίες με μία μόνοπαρένθεση όταν έχασε τα πρωτεία από τη Σιγκαπούρη στο προπερασμένο Παγκόσμιο πρωτάθλημα ομαδικού, το 2010.



Στο πινγκ-πονγκ έχουμε απόλυτη ασιατική κυριαρχία στις διεθνείς διοργανώσεις, τα τελευταία χρόνια από την Κίνα.

Οι πολεμικές τέχνες στην Ασία

Η Ασία αποτελεί γενέτειρα πολλών πολεμικών τεχνών, όπως το καράτε (Ιαπωνία), το κουνγκ φου (Κίνα), το muai thai (Ταϊλάνδη) και άλλες.



Μία από τις πιο γνωστές πολεμικές τέχνες είναι το τάε κβον ντο, με καταγωγή από την Κορέα. Στα Κορεάτικα Τάε σημαίνει «πόδι» ή «χτύπημα με το πόδι», Κβον

σημαίνει «χτύπημα με το χέρι» και Ντο σημαίνει «τρόπος ζωής». Επομένως ΤάεΚβον Ντο μπορεί να μεταφρασθεί ελεύθερα ως «ο δρόμος του ποδιού και του χεριού».

Βασική αρχή του ΤάεΚβον Ντο είναι η πειθαρχία και η αυτοσυγκέντρωση, οι οποίες βοηθούν το άτομο να αποδώσει σωματικά, γι' αυτό και καλλιεργούνται συνεχώς στην προπόνηση από αυτούς που ασκούν το άθλημα.

Οι αρχές του ΤάεΚβον Ντο, όπως τις κατέγραψε ο ιδρυτής του αθλήματος Στρατηγός Τσόι Χονγκ Χι μέσα στην Εγκυκλοπαίδεια του ΤάεΚβον Ντο που ο ίδιος έγραψε, είναι οι εξής:

Ευγένεια (ΓεΟύι)

Εντιμότητα (Γιομ Τσι)

Επιμονή (Ιν Νάε)

Αυτοέλεγχος (Γκουκ Γκι)

Ακεραιότητα (Γιομ Τσι)

Ακατάβλητο Πνεύμα (Μπαεκιούλ Μπουλγκούλ)

Τα δύο κυριότερα είδη ΤάεΚβον Ντο είναι αυτό Διεθνούς Ομοσπονδίας ITF που αντιπροσωπεύει την παραδοσιακή πλευρά της μαχητικής τέχνης και αυτό της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας WTF που θεωρείται ως η αθλητική και πιο προοδευτική μορφή του με τους Ολυμπιακούς αγώνες ως πρωταρχικό στόχο και κορυφαία συμμετοχή. Στην Ελλάδα και στην Κύπρο περισσότερο διαδεδομένο είναι το WTF.

Κατά την διάρκεια ενός αγώνα, απαγορεύονται τα χτυπήματα κάτω από τη ζώνη, στην πλάτη, η γροθιά στο πρόσωπο (στο WTF), οι λαβές, τα κλεισίματα, το σπρώξιμο, το γύρισμα πλάτης, η εκούσια πτώση. Οι κανονισμοί από το 2014, έχουν γίνει αυστηρότεροι, όπου προστέθηκαν οι παρακάτω απαγορεύσεις (παραβάσεις): η ακούσια πτώση ελλείψει ισορροπίας, η οπισθοχώρηση περισσότερων των 3 βημάτων, χωρίς αμυντικό χτύπημα, η κυκλική κίνηση γύρω από τον αντίπαλο.

Οι δυο αντίπαλοι φοράνε κάσκα, θώρακα, σπασουάρ (προστατευτικό για τα γεννητικά όργανα), επικαλαμίδες και γάντια, και μάχονται σε 3 γύρους των 2 λεπτών. Ανάλογα με το τι χτυπήματα κάνουν και πού χτυπάνε (στο θώρακα: 1 πόντος για απλό λάκτισμα, 2 πόντοι για περιστροφικό, ενώ στο κεφάλι: 3 πόντοι για απλό χτύπημα, 4 πόντοι για περιστροφικό) παίρνουν πόντους. Οι παραβάσεις αφαιρούν πόντους. Για την ασφάλεια των αθλητών, σε περιπτώσεις εμφανούς άνισου αγώνα, όπως της διαφοράς πόντων μεγαλύτερης των 12, ο αγώνας διακόπτεται από το διαιτητή. Τον αγώνα επιβλέπουν από κοντά ο διαιτητής και από μεγαλύτερη απόσταση οι κριτές.

Στο τέλος του αγώνα, νικητής είναι ο μαχητής με τους περισσότερους πόντους, εκτός αν προκληθεί νοκ άουτ, και αποσυρθεί ο ένας εκ των δύο μαχητών. Σε περίπτωση

ισοβαθμίας, ακόμα και μετά τον χρυσό πόντο, νικητής ανακηρύσσεται, ο αθλητής με τα περισσότερα επιθετικά χτυπήματα.

Πούμσε Τάε Κβον Ντο

Το Πούμσε (τεχνικό) ΤάεΚβον Ντο αποτελεί μέρος της πολεμικής τέχνης και είναι ολυμπιακό αγώνισμα από το 2000. Περιέχει αυτοάμυνες, τεχνικές χεριών (αποκρούσεις και χτυπήματα με μέρη του χεριού), σπασίματα, ψηλά άλματα, πτώσεις και τις φόρμες . Αγωνιστικά στο Πούμσε Τάε Κβον Ντο κάθε ασκούμενος εκτελεί τέλεια τις φόρμες (δηλ. προκαθορισμένες κινήσεις) και βαθμολογείται αρνητικά με το οποιοδήποτε λάθος. Η ισορροπία, το ύφος, οι στάσεις, η εκκίνηση και το τελείωμα μιας τεχνικής, το σημείο της φωνής, ο συντονισμός ποδιών και χεριών καθώς και του άνω και κάτω μέρους του σώματος βαθμολογούνται με αυστηρότητα. Στο τεχνικό Τάε Κβον Ντο ο αθλητής δεν κερδίζει πόντους από την ώρα που θα ξεκινήσει την εκτέλεση της φόρμας, μόνο χάνει.

Πρωταθλήματα τεχνικού Τάε Κβον Ντο γίνονται συχνά σε όλο τον κόσμο και συμμετέχουν σε αυτά πάρα πολλές χώρες.

Το αγωνιστικό και το τεχνικό μέρος της πολεμικής τέχνης συνθέτουν το Τάε Κβον Ντο

Το κρίκετ στην Ασία

Το κρίκετ είναι το πιο δημοφιλές άθλημα στην Ινδία, στο Πακιστάν, στο Κατάρ, στο Αφγανιστάν, στο Νεπάλ και στο Μπουτάν.



Τα δημοφιλέστερα αθλήματα της Ωκεανίας

Το ποδόσφαιρο στην Ωκεανία

Στην Ωκεανία, κυρίαρχη ποδοσφαιρική δύναμη αποτελεί η Αυστραλία και ακολουθεί η Νέα Ζηλανδία.

Υπεύθυνη αρχή για το ποδόσφαιρο στην ήπειρο είναι η OFC.

Η Αυστραλία ακόμα δεν έχει πρωταγωνιστήσει στο ποδόσφαιρο όπως σε άλλα αθλήματα. Η Αυστραλιανή Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία ιδρύθηκε το 1961 ως Australian Soccer Association και σήμερα ονομάζεται Football Federation Australia. Η εθνική ομάδα της Αυστραλίας στο πρώτο παγκόσμιο κύπελλο που έλαβε μέρος δεν κατάφερε να σκοράρει, το 1974 μετά όμως από μια μεγάλη αναμονή επέστρεψε σε τελική φάση της διοργάνωσης, το 2006, και αποκλείστηκε από τα προημιτελικά χάνοντας από την Ιταλία με ένα πέναλτι στις καθυστερήσεις του αγώνα.

Μετά από πολλές νίκες στην Ωκεανία το 2006 εντάχθηκε στην σαφώς ανταγωνιστικότερη AFC, Ασιατική Ομοσπονδία Ποδοσφαίρου.



Το κρίκετ στην Ωκεανία

Το κρίκετ είναι το πιο διάσημο άθλημα στην Αυστραλία, δηλαδή στο μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού της Ωκεανίας.



Η εθνική ομάδα της Αυστραλίας στο κρίκετ είναι μία από τις καλύτερες στον κόσμο.

Το ράγκμπι και το Αυστραλιανό ποδόσφαιρο στην Ωκεανία

Το ράγκμπι είναι το πιο δημοφιλές άθλημα στη Νέα Ζηλανδία, στη Νέα Γουινέα και στα υπόλοιπα μικρά νησιά που ανήκουν στην ήπειρο (πχ. Φίτζι).

Η Νέα Ζηλανδία είναι ονομαστή για το πάθος της για το ράγκμπι, ενώ η εθνική της ομάδα έχει διακριθεί πολλές φορές σε παγκόσμιο επίπεδο, με πιο πρόσφατη την κατάκτηση του Παγκοσμίου Κυπέλλου 2015 νικώντας στον τελικό την εθνική Αυστραλίας.



Η εθνική Νέας Ζηλανδίας σηκώνει το τρόπαιο για το Παγκόσμιο Κύπελλο Ράγκμπι.

Εκτός από τη Νέα Ζηλανδία, υπάρχουν και άλλες σημαντικές ομάδες από την ήπειρο με διεθνείς διακρίσεις, όπως η Αυστραλία, τα Φίτζι και η Τόνγκα.

Το αυστραλιανό ποδόσφαιρο είναι μία τοπική εκδοχή του ράγκμπι (όπως το αμερικάνικο ποδόσφαιρο), η οποία παίζεται μόνο στην Αυστραλία και

διαφοροποιείται σε μερικούς κανονισμούς από το παραδοσιακό ράγκμπι (όπως για το σχήμα του γηπέδου).



Ομάδα αυστραλιανού ποδοσφαίρου.

Άλλα αθλήματα

Το χόκεϊ επί χόρτου είναι ένα διάσημο άθλημα στην Ωκεανία, το οποίο παίζεται είτε σε κλειστές αίθουσες σάλας, είτε σε γήπεδα ανοιχτά με συνθετικό χλοοτάπητα. Το χόκεϊ είναι κυρίως διαδεδομένο στη Νέα Ζηλανδία, όσον αφορά την Ωκεανία.



Βιβλιογραφία:

Βιβλία:

‘Ποδόσφαιρο: Ο απόλυτος οδηγός’ (Football, The Ultimate Guide), Συγγραφείς: Martin Cloake, Glenn Dakin, Adam Powley, Aidan Radnedge, Catherine Saunders, Μετάφραση: Θανάσης Χειμωνάς, σελ. 8, 30, 44, 96, 97, Εκδόσεις Πατάκη, Πρώτη έκδοση στα ελληνικά: Ιανουάριος 2009.

Ιστοσελίδες:

<https://el.wikipedia.org/wiki/Καλαθοσφαίριση>,
https://el.wikipedia.org/wiki/Ποδοσφαιρική_Συνομοσπονδία_Βόρειας,_Κεντρικής_Αμερικής_και_Καραϊβικής, <http://www.fiba.com/europe>, <http://www.fibaeurope.com/>,
https://el.wikipedia.org/wiki/Ποδοσφαιρική_Συνομοσπονδία_Νοτίου_Αμερικής ,
http://dromeas.com.cy/arthra/Afrikani_dromis.htm,
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A7%CE%B1%CF%8A%CE%BB%CE%AD_%CE%93%CE%BA%CE%B5%CE%BC%CF%80%CF%81%CE%B5%CF%83%CE%B5%CE%BB%CE%B1%CF%83%CE%B9%CE%AD Πρόσβαση 1/11/2015

<http://exhibitions.europeana.eu/exhibits/show/european-sports-en/famous-european-sports/rugby> , https://en.wikipedia.org/wiki/Six_Nations_Championship,
[https://en.wikipedia.org/wiki/European_Nations_Cup_\(rugby_union\)](https://en.wikipedia.org/wiki/European_Nations_Cup_(rugby_union)).
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%93%CE%BF%CF%85%CE%AF%CE%BB%CF%83%CE%BF%CE%BD_%CE%9A%CE%AF%CF%80%CE%BA%CE%B5%CF%84%CE%B5%CF%81,
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9A%CE%B5%CE%BD%CE%B5%CE%BD%CE%AF%CF%83%CE%B1_%CE%9C%CF%80%CE%B5%CE%BA%CE%AD%CE%BB%CE%B5,
<http://www.sportsland.gr/rugby/%CF%81%CE%AC%CE%B3%CE%BA%CE%BC%CF%80%CE%B9-%CF%80%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%B9%CE%BF-%CE%BA%CF%8D%CF%80%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%BF-%CF%84%CE%BF-%CF%87%CE%AC%CE%BB%CE%BA%CE%B9%CE%BD%CE%BF/>
Πρόσβαση 8/11/2015

<http://www.euroyouth2008.com/the-most-popular-sports-in-europe/>,
<https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%93%CE%BA%CE%BF%CE%BB%CF%86>,
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A7%CF%8C%CE%BA%CE%B5%CF%8A_%CE%B5%CF%80%CE%AF_%CF%87%CF%8C%CF%81%CF%84%CE%BF%CF%85, <http://www.topendsports.com/world/lists/popular-sport/fans.htm> Πρόσβαση
9/11/2015

https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%B9%CE%BF_%CE%BA%CF%8D%CF%80%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%BF_%CF%81%CE%AC%CE%B3%CE%BA%CE%BC%CF%80%CE%B9#.CE.9A.CE.B1.CF.84.CE.AC.CF.84.CE.B1.CE.BE.CE.B7_.CF.84.CF.89.CE.BD_.CE.BF.CE.BC.CE.AC.CE.B4.CF.89.CE.BD Πρόσβαση 12/11/2015

<https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9C%CF%80%CE%AD%CE%B9%CE%B6%CE%BC%CF%80%CE%BF%CE%BB>,
<http://www.contra.gr/Soccer/Hellas/article2900755.ece/BINARY/w940/map.jpg>,
<http://www.rugbyworldcup.com/> Πρόσβαση 16/11/2015

[https://el.wikipedia.org/wiki/Σούπερ_Μπούλ](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%B9%CE%BF_%CE%BA%CF%8D%CF%80%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%BF_%CF%81%CE%AC%CE%B3%CE%BA%CE%BC%CF%80%CE%B9#.CE.9A.CE.B1.CF.84.CE.AC.CF.84.CE.B1.CE.BE.CE.B7_.CF.84.CF.89.CE.BD_.CE.BF.CE.BC.CE.AC.CE.B4.CF.89.CE.BD) ,
[https://el.wikipedia.org/wiki/Αμερικανικό_ποδόσφαιρο](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%B9%CE%BF_%CE%BA%CF%8D%CF%80%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%BF_%CF%81%CE%AC%CE%B3%CE%BA%CE%BC%CF%80%CE%B9#.CE.9A.CE.B1.CF.84.CE.AC.CF.84.CE.B1.CE.BE.CE.B7_.CF.84.CF.89.CE.BD_.CE.BF.CE.BC.CE.AC.CE.B4.CF.89.CE.BD) Πρόσβαση 18/11/2015

[https://el.wikipedia.org/wiki/Ευρωπαϊκή_Συνομοσπονδία_Βόλεϊ](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%B9%CE%BF_%CE%BA%CF%8D%CF%80%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%BF_%CF%81%CE%AC%CE%B3%CE%BA%CE%BC%CF%80%CE%B9#.CE.9A.CE.B1.CF.84.CE.AC.CF.84.CE.B1.CE.BE.CE.B7_.CF.84.CF.89.CE.BD_.CE.BF.CE.BC.CE.AC.CE.B4.CF.89.CE.BD) Πρόσβαση
18/12/2015