

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

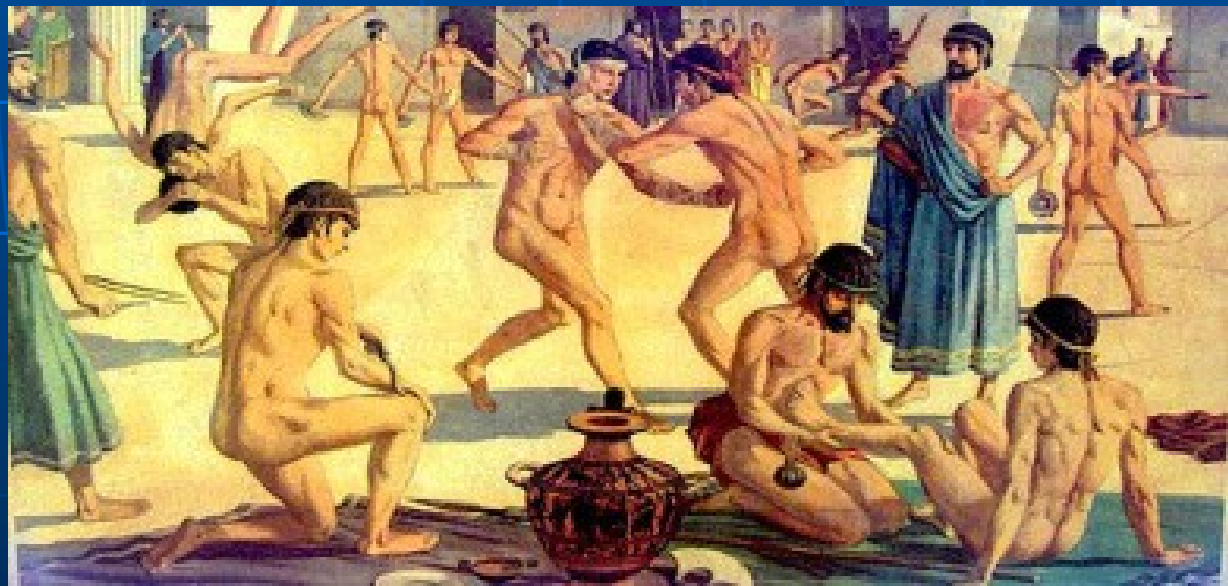
ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΑΘΛΗΜΑΤΑ



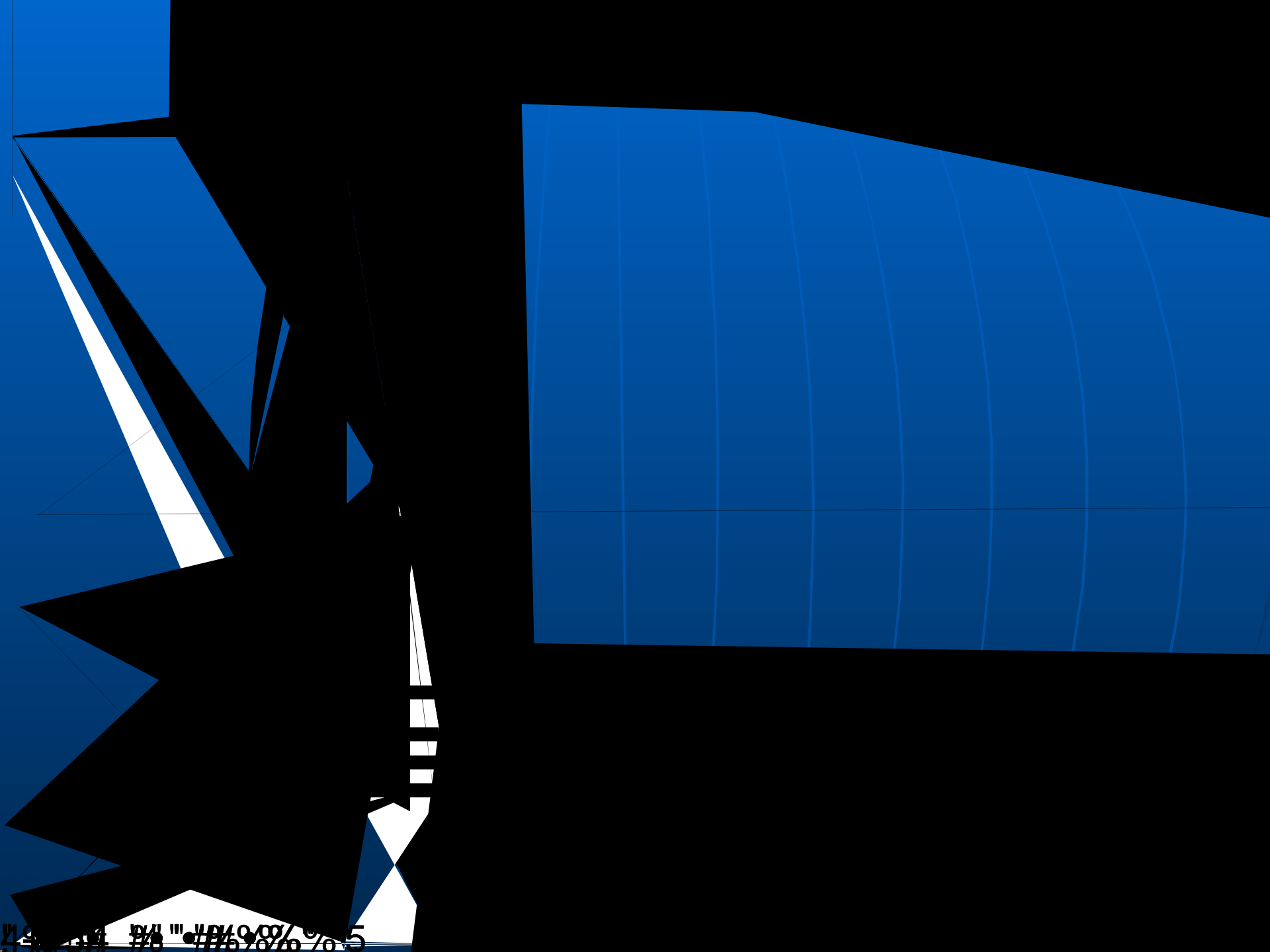
1 ΕΠΑΛ ΙΣΤΙΑΙΑΣ Α΄ ΛΥΚΕΙΟΥ
Σχ.Ετος 2014-2015
Αντώνης-Χρήστος Κουκούβελος
Βασίλης-Ιωάννης Μιχόπουλος
Μαρία Μιχόπουλου
Στάθης Ντελκής
Μιχάλης Μπούτης

ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ





ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ



ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ



ΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΣΤΗΝ

Η πάλη ήταν πολύ δημοφιλές άθλημα. Σύμφωνα με τον μύθο ο Θησέας ήταν αυτός που ανακάλυψε την τεχνική της πάλης, έτσι ώστε ο νικητής να μην είναι εξαρτημένος μόνο από την φυσική του σωματική δύναμη, αλλά από την τεχνική, την ευελιξία και την γρηγοράδα των κινήσεών του. Ο έφηβος Κρατίνος απέκτησε φήμη όχι μόνο για την νίκη του, αλλά και για την καλαισθησία των κινήσεων του.

Στην πάλη διακρίνουμε δύο αγωνίσματα. Στο πρώτο ο αθλητής είχε σκοπό να ρίξει τον αντίπαλο τρεις φορές με τους ώμους στο χώμα, ενώ στο δεύτερο ο αγώνας συνεχιζόταν ακόμα και στο έδαφος, μέχρι που ο νικημένος αναγκαζόταν να παραδεχτεί την ήττα του σηκώνοντας το χέρι.



Η πυγμαχία ήταν βίαιο και συχνά θανατηφόρο αγώνισμα. Τα χέρια ήταν ενισχυμένα με χοντρά δερμάτινα λουριά από τον αγκώνα μέχρι τις γροθιές, ενώ τα δάχτυλα έμεναν ακάλυπτα για να κλείνουν σχηματίζοντας γροθιά. Τα λουριά μπορεί να ήταν ενισχυμένα με μικρούς μολυβένιους βόλους ή καρφιά. Σε περίπτωση που ο αγώνας κρατούσε πολύ ώρα χωρίς νικητή, οι αγωνιστές έπρεπε να κάνουν την ονομαζόμενη «κλίμακα». Δηλαδή οι πυγμαχοί στέκονταν ακίνητοι χωρίς να αμύνονται ή να αποφεύγουν το χτύπημα, ενώ εναλλακτικά αντάλλασσαν χτυπήματα μέχρι που ένας από τους δυο κατέρρεε. Αν και πολλές μαρτυρίες έχουμε για τα φοβερά και αιματηρά τραύματα του αγώνισματος, η τέχνη της πυγμαχίας ήταν άλλη. Νικητής ήταν αυτός που κατόρθωνε να μην χτυπηθεί. Ακόμα καλύτερα ήταν αυτός που κατόρθωνε να μην χτυπηθεί αλλά ούτε και να χτυπήσει τον αντίπαλο, κάνοντάς τον απλά να καταρρεύσει εξουθενωμένος από τις άκαρπες επιθετικές προσπάθειές του.





Το πένταθλο αποτελείται από πέντε επί μέρους αγωνίσματα, **τροχάδην άλμα πάλη δισκοβολία ακόντιο**. Οι αθλητές του πένταθλου ήταν φημισμένοι για την καλαισθησία του αρμονικά γυμνασμένου σώματός τους. Η διεξαγωγή του πένταθλου άρχιζε με την ρίψη δίσκου ή με το άλμα, και συνέχιζε με την ρίψη ακοντίου, τον αγώνα δρόμου και την πάλη. Η προκαταρκτική εξάσκηση που γινότανε στα αθλητικά γυμναστήρια συμπεριλάμβανε τέσσερις κατηγορίες **άλμα ύψους** **άλμα βάθους**, ενώ στους Ολυμπιακούς αγώνες μνημονεύεται μόνο το **άλμα μήκους**.



*Πύθιο άσμα
βατήρα
αλτήρες*

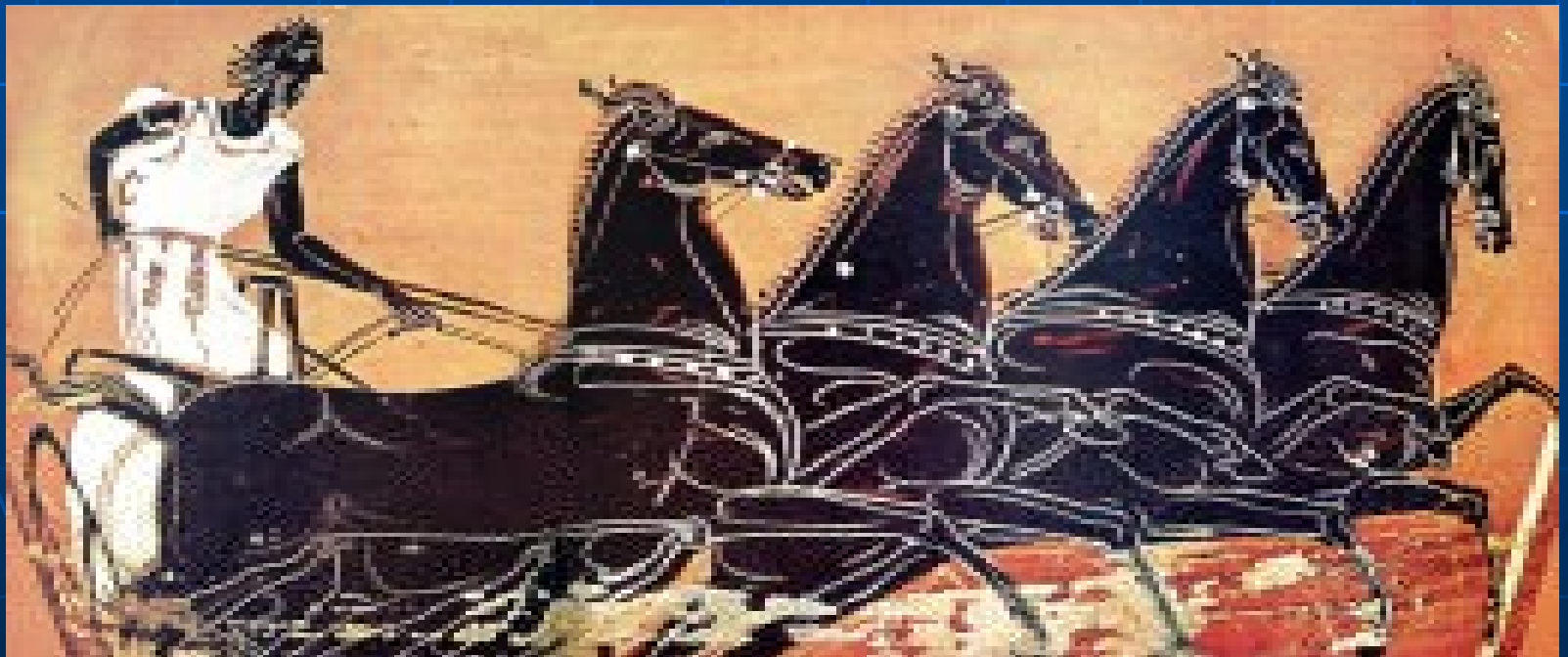




αγκύλη



ιπποδρόμιο



ΜΕΛΗ ΟΜΑΔΑΣ

- ΚΟΥΚΟΥΒΕΛΟΣ ΑΝΤΩΝΗΣ
- ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ
- ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ
- ΜΠΟΥΤΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ
- ΝΤΕΛΚΗΣ ΣΤΑΘΗΣ