

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΤΕΥΧΟΣ Α' ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:
ΤΑΞΗ Β' ΓΚΙΟΥΖΕΠΑΚΗ ΑΡΓΥΡΩ ΠΕ0401
ΟΝΟΜΑΤΑ ΟΜΑΔΩΝ:

1)ΣΤΡΟΥΜΠΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΣ, ΣΕΡΕΠΑ ΙΩΑΝΝΑ, ΜΟΝΙΟΥΔΗΣ
ΓΙΩΡΓΟΣ:

ΚΑΚΛΑΜΑΝΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ, ΠΕΤΡΟΥΝΙΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ

2)ΣΙΤΑΡΑΣ ΠΕΤΡΟΣ, ΒΑΦΕΙΑΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ, ΜΑΛΛΙΟΥ ΜΑΡΙΝΑ:
ΓΙΑΝΝΙΩΤΗΣ ΣΠΥΡΟΣ, ΚΟΡΑΚΑΚΗ ΑΝΝΑ

3)ΚΑΡΓΑΤΖΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ, ΖΩΑΝΟΥ ΣΤΕΛΛΑ Μ., ΚΩΝ/ΝΟΣ
ΚΑΛΠΑΚΤΣΟΓΛΟΥ:

ΠΥΡΡΟΣ ΔΗΜΑΣ

4)ΚΟΚΟΛΑΚΗΣ ΣΙΔΕΡΗΣ, ΣΙΔΗΡΟΓΛΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ, ΣΤΡΟΓΓΥΛΟΥ
ΕΛΕΑΝΝΑ:

ΣΥΛΛΑΣ ΝΙΚΟΣ

5)ΠΡΩΑΚΗ ΛΕΝΑ, ΤΣΑΜΠΛΑΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ, ΜΠΟΓΗ
ΑΓΓΕΛΙΚΗ:

ΥΠΕΥΘΥΝΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΕΛΙΚΗ ΜΟΡΦΗ ΤΟΥ POWERPOINT

6)ΓΙΑΜΟΥ ΜΑΡΙΑΝΤΖΕΛΑ, ΖΩΑΝΟΥ ΣΤΕΛΑ Κ., ΘΛΙΒΙΤΗ ΧΡΥΣΑΝΘΗ:
ΥΠΕΥΘΥΝΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΕΛΙΚΗ ΜΟΡΦΗ ΤΟΥ WORD

ΕΛΛΗΝΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΤΟΥΣ

Η Ελλάδα, μία μικρή πληθυσμιακά χώρα έχει αναδείξει σπουδαίους αθλητές οι οποίοι έχουν διακριθεί για τις δεξιότητές τους σε πολλά Ολυμπιακά αθλήματα. Ο Νίκος Σύλλας, ο Σπύρος Λούης, ο Πύρρος Δήμας, ο Νίκος Κακλαμανάκης, ο Λευτέρης Πετρούνιας, η Βούλα Πατουλίδου, η Άννα Κορακάκη και πολλοί άλλοι είναι μερικοί από τους πολλούς διακεκριμένους της χώρας μας.



ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ

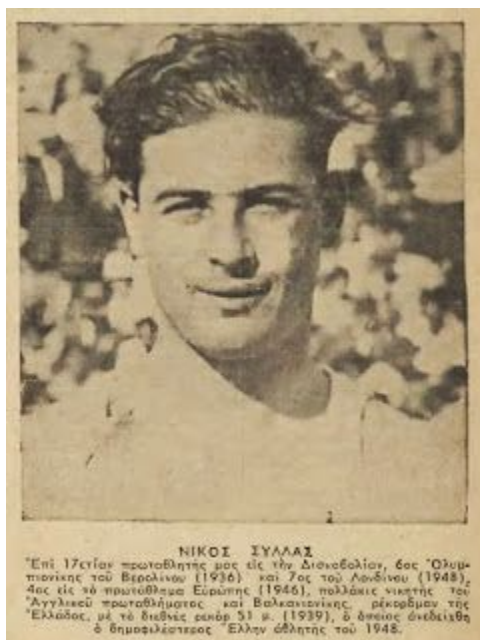
Η δισκοβολία ήταν ένα αγαπητό αγώνισμα για τους Αρχαίους Έλληνες, γεγονός που φαίνεται και από την τέχνη τους. Κατά την ελληνική παράδοση αυτός που εφηύρε τη δισκοβολία ήταν ο Περσέας, ο οποίος κατά τη συμμετοχή του σε επιτάφιους αγώνες, έριξε το δίσκο και σκότωσε άθελά του, τον παππού του Ακρίσιο. Ο Απόλλωνας, επίσης, σε αγώνισμα δισκοβολίας σκοτώνει το φίλο του Υάκινθο. Γενικά, λόγω της φύσης του, ο δίσκος από τους προϊστορικούς χρόνους συνδέεται με πολλά θανατηφόρα ατυχήματα. Επίσημα, ωστόσο, η δισκοβολία περιγράφεται στην Οδύσσεια και στην Ιλιάδα του Ομήρου.

Μετά από χρόνια έρευνας και μελέτης δεν γνωρίζουμε αν οι αρχαίοι δισκοβόλοι έριχναν το δίσκο με τις γνωστές περιστροφές που πραγματοποιούν οι σημερινοί αθλητές του αγώνισματος με σκοπό να επιτύχουν μεγαλύτερες επιδόσεις. Πιστεύεται ότι έριχναν το δίσκο με ρυθμικές και φυσικές κινήσεις σύμφωνα με τους ανατομικούς όρους του ανθρώπινου σώματος. Νικητής στο αγώνισμα τις δισκοβολίας ανακηρυσσόταν εκείνος ο δισκοβόλος που έριχνε σε μεγαλύτερη απόσταση το δίσκο. Δεν είναι γνωστό πόσες προσπάθειες-δισκιές έριχνε ο κάθε ρίπτης προκειμένου να γίνει η τελική κρίση μεταξύ των δισκοβόλων. Πιθανόν να έριχναν από τρεις βολές γενικά στις ρίψεις λόγω της ιερότητας του αριθμού 3. Το σημείο της πτώσεως του δίσκου σημειωνόταν με γραμμή ή με κάποιο αντικείμενο και λεγόταν «πτώσεις, ίχνος, σήμα, τέρμα». Τοποθετούσαν ένα ξύλινο αιχμηρό πασσαλίσκο. Έτσι η μέτρηση της επίδοσης του αθλητή στη ρίψη άρχιζε από τη βαλβίδα και τελείωνε στο σημείο τοποθέτησης του πασσαλίσκου.

ΒΑΣΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ

Ο αθλητής πρέπει να πετάξει το δίσκο όσο πιο μακριά μπορεί, μέσα στον τομέα ρίψης, χωρίς να πατήσει έξω από τη βαλβίδα. Αφού ακουμπήσει ο δίσκος στο έδαφος θα πρέπει να βγει από το πίσω μέρος της βαλβίδας.

ΝΙΚΟΣ ΣΥΛΛΑΣ (ΔΙΣΚΟΒΟΛΟΣ)



Ο Νίκος Σύλλας (Καλλιμασιά Χίου 1914 – Χίος 1986) υπήρξε ο μεγαλύτερος Έλληνας δισκοβόλος κατά την προπολεμική και την πρώτη μεταπολεμική περίοδο. Ήταν πανελληνιονίκης, βαλκανιονίκης, μεσογειονίκης και ολυμπιονίκης. Κατέρριψε δέκα φορές το πανελλήνιο ρεκόρ στη δισκοβολία, με κορυφαία επίδοση 51 μ. το 1939, που παρέμεινε ακατάρριπτη επί 18 χρόνια. Ήταν μέτριου ύψους αλλά είχε νεύρο, εκρηκτικότητα και καταπληκτικό παλμό στην περιστροφή, ίσως τον καλύτερο παγκοσμίως στην εποχή του. Υπήρξε αθλητής του Παγκιακού Γ.Σ. αρχικά και στη συνέχεια του Πανιωνίου.

Ο Νίκος Σύλλας γεννήθηκε στις 30 Νοεμβρίου 1914 στην Καλλιμασιά της Χίου. Έμεινε ορφανός από πατέρα σε ηλικία 14 ετών και είχε φτωχικά εφηβικά χρόνια. Είχε μια ευχέρεια στο πέταγμα της πέτρας και του άρεσε να πετάει μακριά βαριές πέτρες έτσι χάριν παιδιάς. Την πρώτη του επαφή με το αγώνισμα της δισκοβολίας είχε σε ένα αγώνα στο Μεζάρι. Τότε κατάλαβε ότι μπορούσε να ρίξει μακρύτερα από τους αθλητές που αγωνίζονταν εκεί. Άρχισε να προπονείται σε ένα χωράφι, δίπλα στο σχολείο του χωριού υπό την επίβλεψη του γυμναστή Κώστα Σταμούλη που ήταν συγχωριανός του και μετρούσε τις βολές του με ένα σπάγκο.

Ακολουθεί μια καριέρα γεμάτη από επιτυχίες, που κράτησε ως το 1952. Καταρρίπτει δέκα φορές το πανελλήνιο ρεκόρ δισκοβολίας, το οποίο από 41,70 το 1932 το

έφτασε στα 51 μ. το 1939, επίδοση που θα καταρρίψει 18 χρόνια αργότερα Αντώνης Κουνάδης με 51,30. Από το 1932 ως το 1940 είναι μόνιμος πρωταθλητής Ελλάδος και βαλκανιονίκης στη δισκοβολία και στην ελληνική δισκοβολία, συνήθως με πανελλήνιο ρεκόρ.

Το 1934 πετυχαίνει 44,13 που αποτελεί τη 13η επίδοση στον κόσμο και τη 10η στην Ευρώπη. Το 1936, στην Ολυμπιάδα του Βερολίνου, με 47,75 μ. κατακτά την 6η θέση, που αποτελεί την ύψιστη διάκριση στην καριέρα του. Δυο βδομάδες αργότερα σε διεθνείς αγώνες στο Μάλμοε της Σουηδίας ρίχνει βολή 49,35 μ. και παίρνει την πρώτη θέση επικρατώντας των Ομπερμπέργκερ (Ιταλία) και Σόρλιε (Νορβηγία) που ήταν 3ος και 4ος ολυμπιονίκης αντίστοιχα.



Στο μεταξύ εγκαθίσταται μόνιμα στην Αθήνα και γίνεται αθλητής του Πανιωνίου Γ.Σ. Την άνοιξη του 1939, στο εαρινό πρωτάθλημα, πετυχαίνει 51 μ. την καλύτερη επίδοση τότε στον κόσμο. Τον Αύγουστο του 1939 βρίσκεται στην καλύτερη φόρμα της καριέρας του. Ρίχνει μόνιμως πάνω από 50 μ., θριαμβεύει στο πανελλήνιο

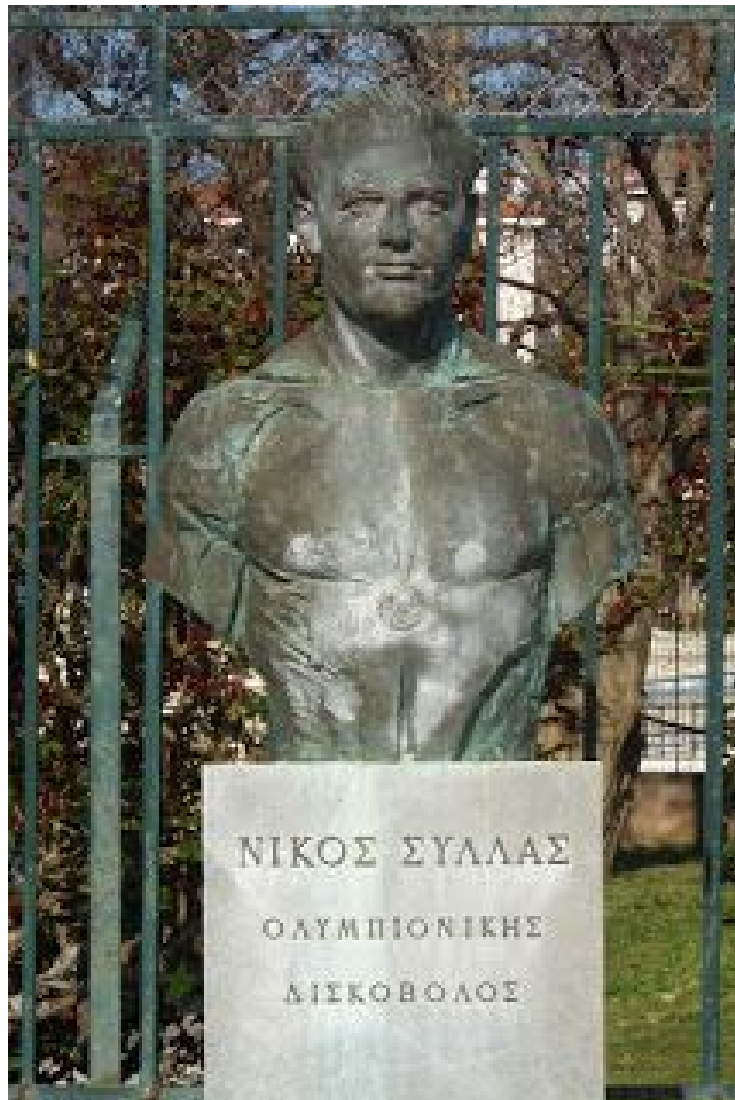
πρωτάθλημα με 50,92 και στους βαλκανικούς με 50,11 και συμμετέχει σε διεθνείς συναντήσεις με επιτυχία. Σε προπόνηση το 1939 φτάνει τα 52,38 μ. πλησιάζοντας το παγκόσμιο ρεκόρ. Αυτή είναι ανεπίσημα η υψηλότερη επίδοσή του. Δυστυχώς ξεσπά ο Β' Παγκόσμιος πόλεμος, η Ολυμπιάδα του 1940 ματαιώνεται και χάνει την ευκαιρία μιας μεγάλης διάκρισης.

Μεταπολεμικά κυριαρχεί στον εσωτερικό χώρο αλλά δεν θα φτάσει πλέον τη φόρμα του παρελθόντος. Πάντως μετέχει και διακρίνεται στο πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα του 1946, όπου τερματίζει 4ος με 47,96 μ. χάνοντας το μετάλλιο για 18 εκ. Το 1948 στην Ολυμπιάδα του Λονδίνου ρίχνει 48,04 στον προκριματικό και 47,26 στον τελικό παίρνοντας την 7η θέση. Το 1949 αναδεικνύεται μεσογειονίκης στην πρώτη, δοκιμαστική, διοργάνωση των Μεσογειακών Αγώνων που έγινε στην Κωνσταντινούπολη, μόνο με αγωνίσματα στίβου με επίδοση 45,03 μ. Ένα παρά λίγο μοιραίο ατύχημα θα ανακόψει την καριέρα του. Επανέρχεται το 1950 και παίρνει την 7η θέση στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα με 46,14 μ. Η τελευταία διεθνής διάκρισή του είναι στην Ολυμπιάδα του 1952, στο Ελσίνκι της Φινλανδίας, όπου τερματίζει 9ος με 48,99 μ.

Το 1953 αν και έχει σχεδόν αποσυρθεί, μετέχει απροπόνητος στους πρώτους μεταπολεμικούς βαλκανικούς και ρίχνει 45,40μ. Το 1955, σε ηλικία 41 ετών, θα επανέλθει στις προπονήσεις για να πετύχει την πρόκριση στην Ολυμπιάδα της Μελβούρνης. Όμως, έχει ήδη εμφανιστεί ο ταλαντούχος Αντώνης Κουνάδης, ο οποίος δύο χρόνια αργότερα θα καταρρίψει το πανελλήνιο ρεκόρ με 51,30 μ. Έτσι Σύλλας εγκαταλείπει οριστικά τον αθλητισμό.

Στη συνέχεια εγκαταστάθηκε στη γενέτειρά του, την Καλλιμασιά Χίου, όπου έζησε όλη την υπόλοιπη ζωή του με τη γυναίκα του Δέσποινα, μακριά από τα φώτα της δημοσιότητας.

Πέθανε σε ηλικία 72 ετών, στις 16 Αυγούστου 1986 ενώ παρακολουθούσε ένα γάμο στο χωριό Άγιος Γεώργιος Συκούσης στη Χίο. Η κηδεία του έγινε στις 18 Αυγούστου στην Αθήνα.



ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

Ολυμπιάδες : τρεις συμμετοχές στον τελικό της δισκοβολίας.

Βερολίνο 1936: 6η θέση με 47,75 μ.

Λονδίνο 1948: 7η θέση με 47,26 μ. (στον προκριματικό 48,04 μ.).

Ελσίνκι 1952: 9η θέση με 48,99 μ.

Πανερωπαϊκοί Αγώνες: δύο συμμετοχές στον τελικό της δισκοβολίας

Όσλο 1946: 4η θέση με 47,96 μ.

Βρυξέλλες 1950: 7η θέση με 46,14 μ.

Μεσογειακοί Αγώνες Στίβου:

Κωνσταντινούπολη 1949: χρυσό μετάλλιο με 45,03 μ.

Βαλκανικοί Αγώνες Στίβου: 14 φορές πρώτος βαλκανιονίκης από το 1932 ως 1940 στη δισκοβολία και ελληνική δισκοβολία.

Πρωταθλητής Ελλάδος:

δισκοβολία 15 φορές: 1932 ως 1935, 1937 ως 1940, 1946 ως 1951 και 1956.

ελληνική δισκοβολία 6 φορές: 1932, 1934, 1935, 1937, 1940, 1950.

Πανελλήνια ρεκόρ:

δισκοβολίας: 51,00 (1939)

ελληνικής δισκοβολίας: 42,98 (1937)



ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ

Η άρση βαρών είναι αγωνιστικό ατομικό άθλημα που από αρχαιοτάτων χρόνων συμβόλιζε το σπορ της δύναμης και της σωματικής ομορφιάς. Στο Πελόπιο του νομού Ηλείας βρέθηκε μια βαριά πέτρα 143 κιλών με λαβή να πιάνεται από το ένα χέρι. Στην πέτρα αυτή γράφεται το εξής: «Ο αθλητής Βυήβων με ανύψωσε με το ένα χέρι επάνω από το κεφάλι του», η πέτρα αυτή χρονολογείται από τον 6ο αιώνα π.Χ. Αυτό το αγώνισμα όμως, δεν είχε καθιερωθεί στους μεγάλους πανελλήνιους αγώνες, γίνονταν περιθωριακά. Στη σύγχρονη εποχή το άθλημα της άρσης βαρών εμφανίζεται στις αρχές του 19ου αιώνα.



ΠΥΡΡΟΣ ΔΗΜΑΣ (ΑΡΣΙΒΑΡΙΣΤΑΣ)

Γεννήθηκε στις 13 Οκτωβρίου 1971 στη Χειμάρρα της Βορείου Ηπείρου. Έχει ύψος 1,72 μέτρα και αγωνιζόταν στη κατηγορία των 85 κιλών.

Υπήρξε αθλητής του Α.Ο Νέας Σμύρνης Μίλων. Στην ολυμπιάδα της Αθηνάς το 2004 κατέλαβε την τρίτη θέση. Έχει αναδειχθεί τρεις φορές χρυσός Ολυμπιονίκης, στην Βαρκελώνη το 1992 στην κατηγορία των 82,5 κιλών, στην Ατλάντα το 1996 στην κατηγορία των 83 κιλών και στο Σίδνεϊ το 2000 στην κατηγορία των 85 κιλών. Στην κατοχή του έχει ακόμη τρεις παγκόσμιους τίτλους στο σύνολο και ένα Ευρωπαϊκό . Για τις διακρίσεις του έχει αναδειχθεί τέσσερις φορές καλύτερος αθλητής της χρονιάς στο ετήσιο δημοψήφισμα των αθλητικών συντακτών της Ελλάδας . Έχει μείνει στην ιστορία με δύο παγκόσμια ρεκόρ καθώς τα είχε πετύχει στη κατηγορία των 83 κιλών , στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ατλάντα. Σήκωσε τότε 180 κιλά στο αρασέ και 393 κιλά στο σύνολο. Είναι κάτοχος του παγκοσμίου ρεκόρ στην κίνηση του αρασέ στην κατηγορία των 85 κιλών , με 180 κιλά επίδοση την οποία πέτυχε το 1999 στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα της Αθήνας, ενώ οι ατομικές του επιδόσεις στο ζετέ είναι 210 κιλά και στο σύνολο 388 κιλά. Το Μάρτιο του 2005 στην Κωνσταντινούπολη βραβεύτηκε από την παγκόσμια ομοσπονδία ως τον καλύτερο αθλητή τον 100 χρόνων. Τον Οκτώβριο του 2008 εξελέγη Πρόεδρος της Ελληνικής Ομοσπονδίας άρσης βαρών, τίτλο που διατηρεί μέχρι και σήμερα.



ΙΣΤΟΡΙΑ ΣΚΟΠΟΒΟΛΗΣ

Στην σύγχρονη μορφή του αθλήματος, αποκλειστικό ρόλο για την μετέπειτα εξέλιξή του έπαιξε το γεγονός ότι η σκοποβολή μπήκε στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών αγώνων το 1896. Η πρώτη εμφάνιση του αθλήματος της σκοποβολής στους Ολυμπιακούς αγώνες, έφερε και την Ελλάδα σε πλεονεκτική θέση σαν λαός που οφείλει την ελευθερία του στα όπλα. Η σκοποβολή είναι ένα από τα εννέα ιδρυτικά αθλήματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων και συμμετέχει σε αυτούς με 15 αγωνίσματα σταθερού και πηλίνου στόχου. Τα αγωνίσματα του σταθερού στόχου εκτελούνται με τουφέκι ή πιστόλι, αεροβόλο ή πυροβόλο. Οι κατηγορίες των αθλητών είναι : Ανδρών, Γυναικών, Εφήβων, Νεανίδων και Παίδων – Κορασίδων. Η σκοποβολή είναι άθλημα για όλες τις ηλικίες. Έχουν αναδειχθεί Ολυμπιονίκες και Παγκόσμιοι Πρωταθλητές σε ηλικίες από 14 έως 72 ετών. Μέσα από την σκοποβολή ο αθλητής, ακόμη και ο πιο μικρός, μαθαίνει να συγκεντρώνεται, να ελέγχει τον εαυτό του, να διαχειρίζεται το άγχος του και να θέτει στόχους. Οι δεξιότητες αυτές του χρησιμεύουν σε κάθε πτυχή της ζωής του.

Στις πρώτες Ολυμπιάδες υπήρχε μια μεγάλη ποικιλία αγωνισμάτων σκοποβολής με ποικίλα όπλα, τρόπους σκόπευσης και από διαφορετικές αποστάσεις. Έτσι το 1908 έγιναν 15 αγωνίσματα και το 1920 έγιναν 21, που αποτελεί και ρεκόρ για όλες τις Ολυμπιάδες.

Μετά το 1924 ξεκαθαρίστηκε το τοπίο. Το 1928 δεν έγινε κανένα αγώνισμα ενώ το 1932 έγιναν μόνο δύο. Στη συνέχεια ο αριθμός τους αυξάνεται σταθερά. Το [1936](#) έγιναν πέντε, το 1952 έξι, το 1968 επτά και το 1996 έφτασαν τα δέκα που είναι ο μεγαλύτερος αριθμός μετά το 1924.

Από το [1984](#) μπήκαν στο πρόγραμμα τρία αγωνίσματα γυναικών, τα οποία σταδιακά αυξήθηκαν σε επτά το [2004](#).

Το [2008](#) έγιναν 15 αγωνίσματα (εννιά ανδρών και έξι γυναικών)



ANNA ΚΟΡΑΚΑΚΗ (ΣΚΟΠΕΥΤΡΙΑ)



Η Άννα Κορακάκη (Δράμα, 8 Απριλίου 1996) είναι Ελληνίδα σκοπεύτρια και ολυμπιονίκης. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2016 στο Ρίο ντε Τζανέιρο κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο στο πιστόλι 25 μέτρων και το χάλκινο μετάλλιο στο αεροβόλο πιστόλι 10 μέτρων και έγινε ο δεύτερος Έλληνας αθλητής μετά τον Κωνσταντίνο Τσικλητήρα, και η πρώτη γυναίκα Ελληνίδα αθλήτρια στην ιστορία των Ελληνικών Ολυμπιακών Ομάδων, που κατακτά δύο μετάλλια στην ίδια διοργάνωση Ολυμπιακών Αγώνων. Είναι αθλήτρια του Ωρίωνα Θεσσαλονίκης και προπονητής της είναι ο πατέρας της, Τάσος Κορακάκης. Αθλείται στη σκοποβολή από το 2009 και σπουδάζει Ειδική Αγωγή στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας.



Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Η γυμναστική περιλαμβάνεται στους Ολυμπιακούς Αγώνες από την Α΄ Ολυμπιάδα του 1896 στην Αθήνα και αποτελεί ένα από τα βασικά ολυμπιακά αθλήματα. Το 1928 στην Ολυμπιάδα του Άμστερνταμ προστέθηκαν και τα γυναικεία αγωνίσματα γυμναστικής.

Ως το 1980 στις Ολυμπιάδες γινόταν μόνο η ενόργανη γυμναστική. Από το 1984 στο Λος Άντζελες προστέθηκε και η ρυθμική γυμναστική που είναι καθαρά γυναικείο άθλημα. Το 2000 στο Σίδνεϊ μπήκε το τραμπολίνο.

Αγώνες ενόργανης γυμναστικής υπήρχαν και στους μεσοολυμπιακούς του 1906 στην Αθήνα.

Η Ενόργανη Γυμναστική γεννήθηκε στις αρχές του 19ου αιώνα στη Γερμανία σε μια εντελώς διαφορετική μορφή από αυτή που εξελίχθηκε στη συνέχεια ως εξειδικευμένο άθλημα

Οι αρχαίοι Έλληνες αλλά και αρκετοί άλλοι λαοί επιδίδοντο στην ακροβασία με ή χωρίς όργανα, αλλά και με ζώα (ταυροκαθάψια). Στην κεντρική μεγάλη αυλή των Μινωικών παλατιών μεταξύ άλλων λάμβαναν χώρα και ακροβατικές επιδείξεις στο έδαφος, οι οποίες μπορούν να θεωρηθούν ως μακρινοί πρόγονοι των σύγχρονων ασκήσεων εδάφους. Επίσης τα μινωικά ταυροκαθάψια μπορούν να θεωρηθούν ως μακρινός πρόγονος των αλμάτων στο άλμα, αφού οι διάφορες μορφές των κυβιστήσεων, που εκτελούσαν οι ακροβάτες στηριζόμενοι στα κέρατα του ταύρου, έχουν κινητική συγγένεια, αλλά και ιστορική συνέχεια με αυτές του άλματος.

Η άποψη του C. Diem ότι τα «ακροβατικά στοιχεία άρχισαν να εισάγονται στο χορό των αρχαίων, όταν άρχισε να καθιερώνεται και η ατομική εκτέλεση», μας παραπέμπει σε μια πανομοιότυπη εξέλιξη των σύγχρονων ασκήσεων εδάφους. όταν δηλαδή εγκαταλείφθηκε η ομαδική εκτέλεση των ελεύθερων γυμναστικών ασκήσεων και άρχισε η ατομική εκτέλεση, τότε ακριβώς άρχισαν στα χορευτικά και γυμναστικά στοιχεία του παρελθόντος να εισάγονται και ακροβατικά. Έτσι δημιουργήθηκε στην Ενόργανη Γυμναστική ένα νέο άθλημα που καθιερώθηκε με το όνομα ασκήσεις εδάφους. Αυτή η αλλαγή στους μεν άνδρες πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά στο

παγκόσμιο πρωτάθλημα γυμναστικής του Λουξεμβούργου (1930), στις μεν γυναίκες από το 1949 και μετά.

Επιχειρώντας κανείς μια σύγκριση των αρχαίων χορευτικών και ακροβατικών στοιχείων με τη σύγχρονη Ενόργανη Γυμναστική, διαπιστώνει ομοιότητα στα κύρια χαρακτηριστικά τους. Από τα παραπάνω συνάγεται ότι μακρινός πρόγονος της σύγχρονης Ενόργανης Γυμναστικής είναι τα αρχαία ταυροκαθάψια, οι αρχαίοι χοροί και αρχαίες ακροβατικές επιδείξεις

Άνδρες

Το ολυμπιακό πρόγραμμα περιλαμβάνει οκτώ ανδρικά αγωνίσματα ενόργανης: έξι ατομικά αγωνίσματα οργάνων, το ατομικό σύνθετο και το ομαδικό σύνθετο. Σε παλιότερες ολυμπιάδες διεξήχθησαν και άλλα αγωνίσματα γυμναστικής.

Γυναίκες

Το ολυμπιακό πρόγραμμα περιλαμβάνει έξι γυναικεία αγωνίσματα ενόργανης: τέσσερα ατομικά αγωνίσματα οργάνων, το ατομικό σύνθετο και το ομαδικό σύνθετο. Σε παλιότερες ολυμπιάδες διεξήχθη και μια παραλλαγή της σημερινής ρυθμικής.



ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΠΕΤΡΟΥΝΙΑΣ (ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ)

Ο Λευτέρης Πετρούνιας (Αθήνα, 30 Νοεμβρίου 1990) είναι Έλληνας γυμναστής και ολυμπιονίκης με ύψος 1,64 μ. και βάρος 62 kg και διακρίνεται ιδιαίτερα στο αγώνισμα των κρίκων.

Ξεκίνησε την ενόργανη γυμναστική σε ηλικία 5 ετών στον Πανιώνιο αλλά το 2005 σε ηλικία 15 ετών έκανε την επανάστασή του εγκαταλείποντας προσωρινά το άθλημα για να επιστρέψει σε αυτό το 2008, αποφασισμένος να γράψει ιστορία.

Κάποια στιγμή είχε εκφράσει την επιθυμία να ασχοληθεί με το πατινάζ. «Όλα αυτά μέσα στο γυμναστήριο, το τραμπολίνο, το δίζυγο, τα στρώματα, τα είδα τότε σαν έναν μεγάλο παιδότοπο, σαν μια τεράστια παιδική χαρά», έχει δηλώσει ο ίδιος. Στο Λύκειο υπήρξε ιδιαίτερα δημοφιλής, γεγονός που τον ανέδειξε σε πρόεδρο του 15μελούς συμβουλίου του σχολείου του. Εκείνη την εποχή ανακάλυψε την άλλη μεγάλη του αγάπη, το παρκούρ, το οποίο συνεχίζει μέχρι και σήμερα όταν έχει χρόνο καθώς τον βοηθά τόσο στην ελαστικότητα όσο και ως εκτόνωση



ΙΣΤΙΟΠΛΟΙΑ

Η **ιστιοπλοΐα** είναι η τέχνη του αρμενίσματος στο νερό (σε θάλασσα ή σε λίμνη) χρησιμοποιώντας ως αποκλειστική ή κύρια πηγή ενέργειας τον άνεμο.

Το όνομά της είναι σύνθετο από το ιστίο + πλους, δηλαδή πλεύση με το πανί που τα παλιά χρόνια χρησιμοποιούσαν τα σκάφη για να ταξιδεύουν. Τα πανιά δένονταν στα κατάρτια (ιστούς), και με τη βοήθεια του αέρα τα σκάφη που ονομάζονταν ιστιοφόρα αρμένιζαν στις θάλασσες όλου του κόσμου. Και σήμερα ακόμη υπάρχουν πολλά τέτοια σκάφη, που όμως διατηρούν τις μηχανές ως βοηθητικές, σε περίπτωση που επικρατεί άπνοια, δηλαδή δεν φυσάει αέρας.

Στη σημερινή εποχή, όταν γίνεται λόγος για ιστιοπλοΐα, γίνεται για το άθλημα που είναι συναρπαστικό και ένα από τα ωραιότερα που υπάρχουν, γιατί συνδυάζει τη γοητεία της θάλασσας με τις ικανότητες των αθλητών, που πρέπει να είναι πολύ καλά γυμνασμένοι, ειδικά στα πόδια και τη μέση.

Η εξάπλωση του αθλήματος της ιστιοπλοΐας στις τελευταίες δεκαετίες είναι τρομακτική, γι' αυτό και οι ειδικοί έχουν φτιάξει πολλές κατηγορίες σκαφών. Σκαφών μεγάλων που είναι για αγώνες ανοικτής θάλασσας και σκαφών που είναι για αγώνες τριγώνου. Τα σκάφη ανοικτής θάλασσας είναι τριών κατηγοριών, που δεν έχουν «στάνταρ» (σταθερά) χαρακτηριστικά, αφού το κάθε εργοστάσιο έχει τη δική του ναυπηγική τεχνική ("πατέντα"). Αντίθετα, τα λεγόμενα σκάφη τριγώνου έχουν τα ίδια τεχνικά χαρακτηριστικά και με αυτά ασχολούνται περισσότεροι αθλητές, αφού είναι για ένα, δύο ή τρεις το πολύ αθλητές. Στα σκάφη ανοικτής θάλασσας επιβαίνουν πολλοί αθλητές, που μπορεί να συμμετέχουν 9, αλλά και 15.

Η ιστιοπλοΐα είναι το τρίτο κυρίαρχο άθλημα, μετά την κολύμβηση και την κωπηλασία στον λεγόμενο ναυαθλητισμό, η οποία και περιλαμβάνεται στους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες



ΝΙΚΟΣ ΚΑΚΛΑΜΑΝΑΚΗΣ (ΙΣΤΙΟΠΛΟΥΣ)

Ο Νίκος Κακλαμανάκης (19 Αυγούστου 1968) είναι Έλληνας αθλητής της ιστιοπλοΐας και δύο φορές Ολυμπιονίκης.

Γεννήθηκε στη Βάρκιζα στις 19 Αυγούστου 1968 και ξεκίνησε από πολύ μικρός την ιστιοπλοΐα και στην κατηγορία Mistral. Το 1986 συμμετέχει για πρώτη φορά σε διεθνή αγώνα και παίρνει την τρίτη θέση, στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Mistral νέων. Το 1989 παίρνει τη δεύτερη θέση στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα της Φινλανδίας. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Βαρκελώνης παίρνει την ένατη θέση και στην Ατλάντα το 1996 κατακτά το χρυσό μετάλλιο, όπου παίρνει και την προσωνυμία *γιος του ανέμου* και ήταν και ο σημαιοφόρος της αποστολής. Στην επόμενη ολυμπιάδα το 2000 στο Σίδνεϊ πήρε την έκτη θέση και ήταν ο σημαιοφόρος της ελληνικής αποστολής. Το 2004 στην Αθήνα κατέκτησε το δεύτερο ολυμπιακό μετάλλιο, ασημένιο αυτή τη φορά. Μάλιστα, στην Ολυμπιάδα της Αθήνας ήταν αυτός που άναψε την ολυμπιακή φλόγα μέσα στο Ολυμπιακό Στάδιο. Το 1997 πάνω σε μια ιστιοσανίδα έκανε τον διάπλου του Αιγαίου από το Σούνιο στην Κρήτη σε δύο μέρες. Είναι αθλητής του Ν.Ο.Ε..

