



ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ



dreamstime.com

ΟΙ ΝΕΟΙ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗ ΖΩΗ

*ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΜΟΥΔΡΟΥ
ΑΡΓΥΡΙΟΣ ΜΟΣΧΙΔΗΣ
Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
ΣΧ. ΕΤΟΣ 2012-2013*

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

**ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΤΥΠΟΥ
ΟΙ ΝΕΟΙ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗ ΖΩΗ**

Υπεύθυνη Προγράμματος: Παπαχαραλάμπος Ζωή (ΠΕ 07)
Συμμετέχων Καθηγητής: Λασκαρέλιας Βασίλης (ΠΕ11)

Επιμέλεια Εντύπου: Παπαχαραλάμπος Ζωή

ΘΕΜΑ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ: Κυριαζής Σαράντης
Κατακουζηνός Χάρης
Μπούμπουρας Νίκος
Αρχοντίδης Δημήτρης

ΕΞΩΦΥΛΛΟ: Κυριαζής Σαράντης
Μπούμπουρας Νίκος

ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ : Κυριαζής Σαράντης
Μπούμπουρας Νίκος

ΛΑΥ ΛΟΥΤ ΕΝΤΥΠΟΥ : Η καθηγήτρια
ΠΑΠΑΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΖΩΗ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ολυμπιακοί αγώνες	ΣΕΛ 5
Πετοσφαίριση	ΣΕΛ 13
Καλαθοσφαίριση	ΣΕΛ 21
Αφιέρωση:	
Κόμπι Μπράιντ	ΣΕΛ 24
Λεμπρόν Τζέιμς	ΣΕΛ 25
Χειροσφαίριση	ΣΕΛ 29
Αντισφαίριση	ΣΕΛ 31
Επιτραπέζια αντισφαίριση	ΣΕΛ 36
Υδατοσφαίριση	ΣΕΛ 39
Ποδόσφαιρο	ΣΕΛ 42
Αφιέρωση:	
Νειμάρ	ΣΕΛ 51
Ρεάλ Μαδρίτης	ΣΕΛ 52
Εθνική Ελλάδα	ΣΕΛ 55
Μπέιζμπολ	ΣΕΛ 69
Σπουδές σε Τμήματα ΤΕΦΑΑ	ΣΕΛ 73

Ολυμπιακοί αγώνες

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι αθλητική διοργάνωση πολλών αγωνισμάτων που γίνεται κάθε τέσσερα χρόνια. Η καταγωγή των αγώνων είναι η Αρχαία Ελλάδα, και έχουν αναβιωθεί από τον Γάλλο βαρόνο Πιέρ ντε Κουμπερτέν στα τέλη του 19ου αιώνα. Οι Αγώνες της Ολυμπιάδας, γνωστοί και ως Θερινοί Ολυμπιακοί, τελούνται κάθε τέσσερα χρόνια από το 1896 και μετά, με εξαίρεση τις χρονιές κατά τη διάρκεια των Παγκόσμιων πολέμων. Το 1924 άρχισαν ειδικοί Ολυμπιακοί Αγώνες, οι Χειμερινοί Ολυμπιακοί, για χειμερινά αθλήματα. Από το 1994 οι χειμερινοί αγώνες δεν γίνονται πια την ίδια χρονιά με τους Θερινούς Ολυμπιακούς.

Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Ο πρώτος καταγεγραμμένος εορτασμός των Ολυμπιακών Αγώνων στην αρχαιότητα ήταν στην Ολυμπία, το 776 π.Χ. Είναι σχεδόν σίγουρο ότι αυτή δεν ήταν και η πρώτη φορά που γίνονταν οι Αγώνες. Τότε οι Αγώνες ήταν μόνο τοπικοί και διεξαγόταν μόνο ένα αγώνισμα, η κούρσα του σταδίου.

Από το 776 π.Χ. και μετά οι Αγώνες, σιγά-σιγά, έγιναν πιο σημαντικοί σε ολόκληρη την αρχαία Ελλάδα φτάνοντας στο απόγειο τους κατά τον πέμπτο και έκτο αιώνα π.Χ. Οι Ολυμπιακοί είχαν επίσης θρησκευτική σημασία αφού γίνονταν προς τιμή του θεού Δία, του οποίου το τεράστιο άγαλμα στεκόταν στην Ολυμπία. Ο αριθμός των αγωνισμάτων έγινε είκοσι και ο εορτασμός γινόταν στην διάρκεια μερικών ημερών. Οι νικητές των αγώνων θαυμάζονταν και γίνονταν αθάνατοι μέσα από ποιήματα και αγάλματα. Το έπαθλο για τους νικητές ήταν ένα στεφάνι από κλαδιά ελιάς.

Οι Αγώνες σιγά σιγά έχασαν την σημασία τους όταν οι Ρωμαίοι κατέλαβαν την Ελλάδα και όταν ο Χριστιανισμός έγινε η επίσημη θρησκεία της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, οι Ολυμπιακοί θεωρούνταν πια σαν μία παγανιστική γιορτή, και το 393 μ.Χ. ο αυτοκράτορας Θεοδόσιος απαγόρευσε την διεξαγωγή τους. Με αυτό τον τρόπο τελείωσε μια περίοδος χιλίων χρόνων κατά την οποία οι Ολυμπιακοί διεξάγονταν συνέχεια κάθε τέσσερα χρόνια.

Αναβίωση των Αγώνων

Είναι γνωστό ότι κατά τον 17ο αιώνα γινόταν κάποια γιορτή η οποία έφερε το όνομα "Ολυμπιακοί αγώνες" στην Αγγλία. Παρόμοιες εκδηλώσεις ακολούθησαν στους επόμενους αιώνες στην Γαλλία και Ελλάδα οι οποίες όμως ήταν μικρής έκτασης και σίγουρα όχι διεθνείς. Το ενδιαφέρον για τους Ολυμπιακούς μεγάλωσε όταν ανακαλύφθηκαν τα ερείπια της αρχαίας Ολυμπίας από Γερμανούς αρχαιολόγους στα μέσα του 19ου αιώνα.

Ο Εδεσσαίος λόγιος Μηνάς Μηνωίδης, που τότε δίδασκε την αρχαία ελληνική γλώσσα σε πανεπιστήμιο του Παρισίου, μετέφρασε και δημοσίευσε στη γαλλική το "Γυμναστικό" του Φιλόστρατου (1858), και τη συνόδευσε με κείμενό του, περί της

ανάγκης αναβίωσης των Ολυμπιακών Αγώνων.

Πιέρ ντε Κουμπερτέν

Λίγο αργότερα, ο βαρόνος Πιέρ ντε Κουμπερτέν, ο οποίος ήταν Γενικός Γραμματέας των γαλλικών αθλητικών σωματείων, προσπαθούσε να δικαιολογήσει την ήττα των Γάλλων στον Γαλλοπρωσικό πόλεμο (1870-1871). Πίστευε ότι ο λόγος της ήττας ήταν επειδή οι Γάλλοι δεν είχαν αρκετή φυσική διαπαιδαγώγηση και ήθελε να την βελτιώσει. Ο Κουμπερτέν ήθελε επίσης να ενώσει της εθνότητες και να φέρει μαζί την νεολαία με τον αθλητισμό παρά να γίνονται πόλεμοι. Πίστευε ότι η αναβίωση των Ολυμπιακών Αγώνων θα πετύχαινε και τους δύο πιο πάνω σκοπούς του.

Σε ένα συνέδριο στο πανεπιστήμιο της Σορβόνης στο Παρίσι που έγινε από τις 16 μέχρι τις 23 Ιουνίου, το 1894 παρουσίασε τις ιδέες του σε ένα διεθνές ακροατήριο. Την τελευταία μέρα του συνεδρίου αποφασίστηκε να διεξαχθούν

οι πρώτοι μοντέρνοι Ολυμπιακοί αγώνες το 1896 στην Αθήνα, την πόλη και την χώρα που τους γέννησε. Έτσι γεννήθηκε η Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή (ΔΟΕ) για να διοργανώσει τους Αγώνες με πρώτο πρόεδρο τον Έλληνα Δημήτριο Βικέλα, γενικό γραμματέα τον βαρόνο Πιέρ ντε Κουμπερτέν και μέλη προσωπικότητες από διάφορα κράτη.

Οι πρώτοι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες γνώρισαν μεγάλη επιτυχία. Αν και οι αθλητές που πήραν μέρος δεν ξεπερνούσαν τους 250, ήταν η μεγαλύτερη αθλητική διοργάνωση που έγινε ποτέ. Οι Έλληνες αξιωματούχοι και το κοινό ήταν ενθουσιασμένοι και ζήτησαν να έχουν το μονοπώλιο των αγώνων. Η ΔΟΕ όμως αποφάσισε διαφορετικά και οι δεύτεροι Ολυμπιακοί Αγώνες έγιναν το 1900 στο Παρίσι (Γαλλία).

Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Σχετικά άρθρα: Θερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες και Χειμερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες

Μετά, όμως από την αρχική επιτυχία, οι Ολυμπιακοί είχαν σοβαρά προβλήματα. Στους εορτασμούς στο Παρίσι (1900) και στο Σεντ Λούις (1904) οι αγώνες επισκιάστηκαν από τις διεθνείς εκθέσεις στις οποίες είχαν περιληφθεί. Οι επόμενοι Μεσολυμπιακοί Αγώνες έγιναν το 1906 για να γιορτάσουν τα δέκατα γενέθλια των αγώνων. Αν και είχαν διοργανωθεί από την ΔΟΕ, μια μετέπειτα απόφαση της κήρυξε ότι δεν ήταν επίσημοι Ολυμπιακοί αγώνες. Οι αγώνες του 1906 όμως ξανά προσέλκυσαν ένα μεγάλο αριθμό από παγκόσμιες συμμετοχές. Το 1904 το 80% των συμμετοχών ήταν Αμερικάνοι αθλητές και σηματοδοτούν την αρχή της ανάπτυξης των αγώνων σε δημοσιότητα και μέγεθος.

Χειμερινοί Αγώνες

Όταν εγκαθιδρύθηκε η ΔΟΕ, ένα από τα αγωνίσματα που προτάθηκαν για το πρόγραμμα αγώνων ήταν η πατινάζ ταχύτητας. Όμως το αγώνισμα αυτό δεν διεξήχθη μέχρι τους Θερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες 1908 στο Λονδίνο, στους οποίους

διεξήχθησαν τέσσερα αγωνίσματα καλλιτεχνικού πατινάζ. Η ιδέα για την οργάνωση ξεχωριστών Ολυμπιακών αγώνων για χειμερινά αγωνίσματα προτάθηκε αλλά απορρίφθηκε από Σκανδιναβικές χώρες που προτιμούσαν την δική τους διοργάνωση Νορβηγικοί Αγώνες. Όμως, χειμερινά αγωνίσματα ήταν στο πρόγραμμα των αγώνων του 1916 που ακυρώθηκαν, και στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1920.

Για το 1924 αποφασίστηκε να οργανωθεί μια "Διεθνής εβδομάδα χειμερινών αγώνων" (Semaine des Sports d'Hiver) στο Σαμονί της Γαλλίας υπό την προστασία της ΔΟΕ, και σε συνδυασμό με τους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες 1924 στο Παρίσι. Αυτή η "Εβδομάδα" είχε μεγάλη επιτυχία και το 1925 η ΔΟΕ αποφάσισε να δημιουργήσει ξεχωριστή διοργάνωση για Χειμερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες η οποία δεν θα συνδέεται με τους Θερινούς Αγώνες. Η διοργάνωση του 1924 χαρακτηρίστηκε, αργότερα στην συνάντηση της ΔΟΕ το 1926, ως οι πρώτοι Χειμερινοί Ολυμπιακοί.

Όλα τα αθλήματα στους Χειμερινούς Ολυμπιακούς διεξάγονται πάνω σε πάγο ή χιόνι όπως επιβάλλει το καταστατικό των Ολυμπιακών, το σύνταγμα της ΔΟΕ. Ο αριθμός των αθλητών σε χειμερινούς Ολυμπιακούς είναι κατά πολύ μικρότερος από αυτό των θερινών. Στο Σολτ Λέικ Σίτι 2,400 αθλητές αγωνίστηκαν στους Χειμερινούς Ολυμπιακούς του 2002 σε 78 αγωνίσματα.

Μέχρι το 1992, οι Χειμερινοί Ολυμπιακοί αγώνες διεξάγονταν την ίδια χρονιά με τους Θερινούς αγώνες. Το 1986 η ΔΟΕ αποφάσισε οι Χειμερινοί Ολυμπιακοί να γίνονται κάθε τέσσερα χρόνια αλλά δύο χρόνια μετά τους Θερινούς. Έτσι οι Χειμερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες του 1994 έγιναν δύο χρόνια μόνο μετά τους προηγούμενους.



Πολιτική παρέμβαση

Σε αντίθεση με τι πίστευε ο Κουμπερτέν, οι Ολυμπιακοί δεν απέτρεψαν τους πολέμους και έτσι διακόπηκε η διεξαγωγή τους κατά τον πρώτο και δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο. Πολιτικά ζητήματα επηρέασαν επίσης αρκετές Ολυμπιάδες. Το 1936 στο Βερολίνο οι Ολυμπιακοί χρησιμοποιήθηκαν για πολιτική προπαγάνδα από τον Αδόλφο Χίτλερ και τους Ναζί. Κατά τις δεκαετίες του '70 και '80, επηρεάστηκαν από μπούκοτάζ. Αφρικανικά κράτη μποϊκόταραν τους Ολυμπιακούς του 1976 επειδή η Νέα Ζηλανδία μετείχε σε αγώνες rugby στην Νότια Αφρική. Οι Ηνωμένες

Πολιτείες της Αμερικής και άλλα κράτη του δυτικού κόσμου αρνήθηκαν να αγωνιστούν στους Ολυμπιακούς του 1980 στη Μόσχα επειδή η Σοβιετική Ένωση εισέβαλε στο Αφγανιστάν. Η Σοβιετική Ένωση και άλλες ανατολικές χώρες μποϊκόταραν τους Ολυμπιακούς του 1984 στο Λος Άντζελες. Η Βόρειος και η Νότιος Κορέα συμμετείχαν με κοινή αποστολή στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 2000 και 2004.

Ολυμπιακοί Αγώνες Νέων

Στις 6 Ιουλίου 2007, στη συνδιάσκεψη της ΔΟΕ που έγινε στη Γουατεμάλα, έπειτα από πρόταση του προέδρου Ζακ Ρογκ, αποφασίστηκε η διεξαγωγή Ολυμπιακών Αγώνων Νέων για αθλητές και αθλήτριες από 14 ως 18 ετών από το 2010. Οι Αγώνες Νέων έχουν αρκετά κοινά στοιχεία στο αγωνιστικό και τελετουργικό μέρος με τους Θερινούς και Χειμερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες. Στο πρόγραμμα περιλαμβάνονται τα ίδια αθλήματα αλλά τα αγωνίσματά τους είναι προσαρμοσμένα στις ηλικίες των αθλητών. Σε ορισμένα ομαδικά αγωνίσματα (π.χ. ομαδικό μοντέρνου πεντάθλου, ομαδικό τοξοβολίας, διπλός τέννις) προβλέπεται η δημιουργία ηπειρωτικών αντί εθνικών ομάδων, με αθλητές από διαφορετικές χώρες. Επίσης, δεν ανακρούονται οι εθνικοί ύμνοι των χωρών των νικητών, ούτε γίνεται έπαρση σημαιών. Κατά τα άλλα υπάρχει το τελετουργικό με τη φλόγα, η τελετή έναρξης στην οποία η Ελλάδα παρελαύνει πρώτη τιμής ένεκεν, η τελετή λήξης, το ολυμπιακό χωριό, η απονομή χρυσών, ασημένιων και χάλκινων μεταλλίων κλπ.

Οι 1οι Θερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες Νέων διεξήχθησαν στη Σιγκαπούρη από 14 ως 26 Αυγούστου 2010 και οι επόμενοι θα γίνουν το 2014 στο Ναντζίνγκ της Κίνας. Οι 1οι Χειμερινοί Ολυμπιακοί Αγώνες Νέων διεξήχθησαν το 2012 στο Ίνσμπρουκ της Αυστρίας.

Ιδιαίτεροι Ολυμπιακοί Αγώνες

Οι Ιδιαίτεροι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι οι Παραολυμπιακοί Αγώνες για τα άτομα με αναπηρία οι οποίοι έλαβαν χώρα το έτος 2004 στην Αθήνα, οι Ειδικοί Ολυμπιακοί Αγώνες για τα άτομα με νοητική υστέρηση και πολλαπλές αναπηρίες οι οποίοι έλαβαν χώρα το έτος 2011 στην Αθήνα και οι Ολυμπιακοί Αγώνες των κωφών οι οποίοι επρόκειτο να λάβουν χώρα το έτος 2013 στην Αθήνα, όμως ακυρώθηκαν εξαιτίας της Ελληνικής κρίσης χρέους.

Διοργανώτριες Πόλεις

Θερινοί Αγώνες

- ♣ Αθήνα (Ελλάδα) 1896
- ♣ Παρίσι (Γαλλία) 1900
- ♣ Σεντ Λούις (ΗΠΑ) 1904
- ♣ Λονδίνο (Ηνωμένο Βασίλειο) 1908
- ♣ Στοκχόλμη (Σουηδία) 1912
- ♣ Αμβέρσα (Βέλγιο) 1920
- ♣ Παρίσι (Γαλλία) 1924
- ♣ Άμστερνταμ (Ολλανδία) 1928
- ♣ Λος Άντζελες (ΗΠΑ) 1932
- ♣ Βερολίνο (Γερμανία) 1936
- ♣ Λονδίνο (Ηνωμένο Βασίλειο) 1948
- ♣ Ελσίνκι (Φινλανδία) 1952
- ♣ Μελβούρνη (Αυστραλία) 1956

- ♣ Ρώμη (Ιταλία) 1960
- ♣ Τόκιο (Ιαπωνία) 1964
- ♣ Πόλη του Μεξικού (Μεξικό) 1968
- ♣ Μόναχο (Γερμανία) 1972
- ♣ Μοντρεάλ (Καναδάς) 1976
- ♣ Μόσχα (Ρωσία) 1980
- ♣ Λος Άντζελες (ΗΠΑ) 1984
- ♣ Σεούλ (Νότια Κορέα) 1988
- ♣ Βαρκελώνη (Ισπανία) 1992
- ♣ Ατλάντα (ΗΠΑ) 1996
- ♣ Σίδνεϊ (Αυστραλία) 2000
- ♣ Αθήνα (Ελλάδα) 2004
- ♣ Πεκίνο (Κίνα) 2008
- ♣ Λονδίνο (Ηνωμένο Βασίλειο) 2012
- ♣ Ρίο ντε Τζανέιρο (Βραζιλία) 2016

Χειμερινοί Αγώνες

- ♣ Σαμονί (Γαλλία) 1924
- ♣ Σεν Μόριτζ (Ελβετία) 1928
- ♣ Λέικ Πλάσιντ (ΗΠΑ) 1932
- ♣ Γκάρμις-Παρτενκίρχεν (Γερμανία) 1936
- ♣ Σεν Μόριτζ () 1948
- ♣ (Νορβηγία) 1952
- ♣ Κορτίνα Νταμπέτσο (Ιταλία) 1956
- ♣ Σκουά Βάλλεϊ () 1960
- ♣ Ίνσμπρουκ (Αυστρία) 1964
- ♣ Γκρενόμπλ (Γαλλία) 1968
- ♣ Σαπόρο (Ιαπωνία) 1972
- ♣ Ίνσμπρουκ (Αυστρία) 1976
- ♣ Λέικ Πλάσιντ () 1980
- ♣ Σαράγεβο (Γιουγκοσλαβία) 1984
- ♣ Κάλγκαρυ (Καναδάς) 1988
- ♣ Αλμπερβίλ (Γαλλία) 1992
- ♣ Λίλεχαμερ (Νορβηγία) 1994
- ♣ Ναγκάνο (Ιαπωνία) 1998
- ♣ Σολτ Λέικ Σίτυ (ΗΠΑ) 2002
- ♣ Τορίνο (Ιταλία) 2006
- ♣ Βανκούβερ (Καναδάς) 2010
- ♣ Σότσι (Ρωσία) 2014

Μελλοντικοί Ολυμπιακοί Αγώνες

Το Σότσι της Ρωσίας έχει επιλεγεί για την διοργάνωση των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων 2014.

Το Ρίο ντε Τζανέιρο πρόκειται να διοργανώσει τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2016.

Τελετές Έναρξης

Η τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων θεωρείται πλέον ως η μεγαλύτερη γιορτή κάθε 4 χρόνια. Κάθε πόλη που τους φιλοξενεί, μέσα από αυτή προσπαθεί να περάσει την ιστορία της στον υπόλοιπο κόσμο. Έχει πλέον καθιερωθεί οι τελετές να γίνονται Παρασκευή πριν το πρώτο Σαββατοκύριακο των Αγώνων.

Το πρωτόκολλο που ακολουθεί την τελετή είναι αυστηρό και θα το συναντήσουμε παντού το ίδιο. Έτσι:

- Ο Πρόεδρος της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής ΔΟΕ μαζί με τον πρόεδρο της Οργανωτικής Επιτροπής, υποδέχονται τον αρχηγό του κράτους που τους διοργανώνει μέσα στο στάδιο.
- Η παρέλαση των αθλητών. Πριν από κάθε αποστολή προηγείται μια ταμπέλα με το όνομα της συμμετέχουσας χώρας και η σημαία της. Η παρουσίαση γίνεται σύμφωνα με το αλφάβητο της διοργανώτριας χώρας. Εξάιρεση αποτελούν η Ελλάδα που πάντα εισέρχεται πρώτη στο στάδιο και η διοργανώτρια χώρα που εισέρχεται τελευταία.
- Ο λόγος του προέδρου της Οργανωτικής Επιτροπής, πάντα τελειώνει με την φράση "I have the honour of inviting ..., President of the International Olympic Committee, to speak."
- Ο λόγος του προέδρου της ΔΟΕ, πάντα τελειώνει με την φράση, , "I have the honour of inviting ... (the Head of State) to proclaim open the Games of the... Olympiad of the modern era."
- Ο αρχηγός του κράτους που κυρήσσει την έναρξη των αγώνων λέγοντας στην μητρική του γλώσσα τα παρακάτω "I declare open the Games of ... (name of City) celebrating the ... Olympiad of the modern era." (πχ Κυρησσω την έναρξη των Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας και τον εορτασμό της 28ης Ολυμπιάδος της σύγχρονης εποχής).
- Η Ολυμπιακή σημαία και ο Ολυμπιακός Ύμνος. Κατά την διάρκεια του Ολυμπιακού ύμνου, η σημαία εισέρχεται (οριζόντια) στο στάδιο και υψώνεται σε ιστό μέσα σε αυτό.
- Η Ολυμπιακή Λαμπαδηδρομία και το άναμμα του βωμού. Αθλητές φέρνουν την Ολυμπιακή φλόγα μέσα στο στάδιο και δίνοντας ο ένας στον άλλον την δάδα τελικά ανάβουν τον βωμό.
- Ο όρκος των αθλητών και των κριτών.
- Απελεύθερωση περιστεριών (σημ. Μετά τους Ολυμπιακούς της Σεούλ το 1988 και τα περιστέρια που κήκαν επειδή κάθισαν στον βωμό, ακολουθείται πιο ελεύθερο πρωτόκολλο. Στην Ατλάντα παιδιά κρατούσαν κοντάρια που πάνω είχαν χάρτινα περιστέρια, στην Αθήνα παιδιά με κλαδιά ελιάς εισήλθαν στο στάδιο).
- Ο ύμνος της διοργανώτριας χώρας
- Το καλλιτεχνικό πρόγραμμα.

Τελετές Λήξης

Η τελετή λήξης σε αντίθεση με αυτή της έναρξης έχει έναν πιο χαλαρό χαρακτήρα.

Κύρια σημεία της είναι:

- ▲ Καλλιτεχνικό πρόγραμμα
- ▲ Η είσοδος των σημαίων των χωρών που συμμετείχαν. Συνήθως μπαίνουν όλες μαζί, αλλά στην κορυφή της πομπής βρίσκονται οι σημαίες της διοργανώτριας χώρας, της επόμενης χώρας που θα τους διοργανώσει αλλά και της Ελλάδας.
- ▲ Η είσοδος των αθλητών που συμμετείχαν. Αυτή δεν γίνεται με κάποια σειρά, αλλά μπερδευμένα.
- ▲ Η ανάκρουση των Εθνικών Ύμνων της Ελλάδας (ως φόρος τιμής για την χώρα που γέννησε τους Αγώνες-καθιερώθηκε το 1928), της χώρας που διοργανώθηκαν και της χώρας που θα διοργανωθούν οι Αγώνες.
- ▲ Η είσοδος της Ολυμπιακής σημαίας της Αμβέρσας. Την φέρνει μέσα στο στάδιο ο δήμαρχος της διοργανώτριας πόλης, ο οποίος την παραδίδει στον πρόεδρο της ΔΟΕ.
- ▲ Η παράδοση της Ολυμπιακής σημαίας στην επόμενη διοργανώτρια πόλη. Ο πρόεδρος της ΔΟΕ την παραδίδει στον δήμαρχο της πόλης.
- ▲ Η παρουσίαση ενός μικρού καλλιτεχνικού δρόμενου από την επόμενη διοργανώτρια πόλη.
- ▲ Ο Πρόεδρος της ΔΟΕ κηρύσσει την λήξη των Ολυμπιακών Αγώνων και καλεί όλη την νεολαία της γης να συγκεντρωθεί στην επόμενη διοργανώτρια πόλη και τον εορτασμό των Αγώνων της Ολυμπιάδας.
- ▲ Το σβήσιμο της Ολυμπιακής φλόγας στον βωμό.
- ▲ Καλλιτεχνικό πρόγραμμα.

Ολυμπιακά Αθλήματα

Στους Ολυμπιακούς του 2000 οι αθλητές αγωνίστηκαν σε 28 κύριες κατηγορίες αθλημάτων σύμφωνα με τη ΔΟΕ. Αυτές οι κύριες κατηγορίες όμως αντιπροσωπεύουν στην πραγματικότητα 34 διαφορετικά αθλήματα, από τα οποία μόνο πέντε ήταν συνέχεια στο πρόγραμμα των Ολυμπιάδων από το 1896: στίβος, ποδηλασία, ξιφασκία, γυμναστική και κολύμβηση. Αν το 1896 η κωπηλασία δεν ακυρωνόταν λόγω άσχημου καιρού, θα ήταν επίσης σε αυτόν τον κατάλογο.

Στους χειμερινούς Ολυμπιακούς υπάρχουν 7 αθλήματα, ή 15 εάν καταμετρήσουμε τα αθλήματα που υπάρχουν σε γενικές κατηγορίες όπως skiing και πατινάζ. Από αυτά τα cross country skiing, Καλλιτεχνικό πατινάζ, χόκεϋ επί πάγου, nordic combined, ski jumping και speed skating έχουν διεξαχθεί σε όλους τους χειμερινούς Ολυμπιακούς. Επίσης το Καλλιτεχνικό πατινάζ και το χόκεϋ επί πάγου διεξήχθησαν σαν μέρος των θερινών Ολυμπιακών πριν ακόμα καθιερωθούν οι χειμερινοί Ολυμπιακοί.

Τα τελευταία χρόνια η ΔΟΕ έχει προσθέσει καινούργια αθλήματα στο πρόγραμμα για να προσελκύσει νέους θεατές. Μερικά παραδείγματα είναι το snowboarding και beach volleyball. Η ανάπτυξη των Ολυμπιακών σημαίνει ότι μερικά όχι και τόσο δημοφιλή αγωνίσματα, όπως τα (μοντέρνο πένταθλο), και άλλα "ακριβά" (white

water canoeing) μπορεί να χάσουν την θέση τους στο Ολυμπιακό πρόγραμμα. Από το 1920 μέχρι σήμερα η ΔΟΕ δεν έχει αφαιρέσει κανένα αγώνισμα από το πρόγραμμα, αλλά αυτό είναι μια πιθανότητα μετά τους Ολυμπιακούς του 2004 αν αυτά δεν μπορέσουν να μπουν στο πρόγραμμα.

Μέχρι το 1992 οι Ολυμπιακοί περιλάμβαναν επίσης και αγωνίσματα "επίδειξης". Η προσπάθεια ήταν αυτά τα αγωνίσματα, τα οποία δεν ήταν στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών, να μπορέσουν να παρουσιαστούν σε ένα μεγάλο ακροατήριο. Οι νικητές των αγωνισμάτων αυτών δεν θεωρούνται επισήμως Ολυμπιονίκες. Συνήθως τα αγωνίσματα αυτά ήταν δημοφιλή μόνο στην φιλοξενούσα χώρα, υπάρχουν όμως περιπτώσεις που διεθνώς γνωστά αθλήματα έχουν επιδειχθεί. Μερικά από αυτά τα αγωνίσματα όπως το μπίτζμπολ και το curling κατάφεραν να μπουν τελικά στο επίσημο πρόγραμμα των αγώνων.

Πετοσφαίριση (αγγλ.: volleyball)

Η πετοσφαίριση (αγγλ.: volleyball) είναι ένα ομαδικό ολυμπιακό άθλημα, το οποίο παίζεται από ανδρικές και γυναικείες ομάδες των έξι παικτών. Επινοήθηκε το 1895 και στους Ολυμπιακούς Αγώνες εντάχθηκε το 1964 στο Τόκιο. Στην Ελλάδα εποπτεύεται από την Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης (ΕΟΠΕ)

Ιστορικές πληροφορίες



Η πετοσφαίριση επινοήθηκε το 1895 από τον Αμερικανό καθηγητή Γουίλιαμ Μόργκαν, που εργαζόταν στο παράρτημα της ΧΑΝ (YMCA) στην πολιτεία Μασαχουσέτη των ΗΠΑ. Προσπαθώντας να δημιουργήσει ένα ομαδικό παιχνίδι κλειστού χώρου, χωρίς τον κίνδυνο τραυματισμών, επινόησε το βόλεϊ. Αρχικά ονόμασε το παιχνίδι: "μιντονέτ". Το όνομα βόλεϊ δόθηκε λίγο αργότερα, έπειτα από έναν αγώνα επίδειξης, μάλλον από τον Άλφρεντ Χάλστιντ.

Το νέο άθλημα διαδόθηκε πολύ γρήγορα, κυρίως μέσω των παραρτημάτων της Χ.Α.Ν. στις πολιτείες των ΗΠΑ και σε όλο τον κόσμο. Στην Ευρώπη μεταφέρθηκε κατά τη διάρκεια του α΄ παγκοσμίου πολέμου από τους

Αμερικανούς στρατιώτες.

Αρχικά παιζόταν με διάφορες μπάλες. Το 1900 κατασκευάστηκε η πρώτη ειδική μπάλα βόλεϊ. Το 1947 ιδρύθηκε η Διεθνής Ομοσπονδία Βόλεϊ (Fédération Internationale de Volleyball ή FIVB) στο Παρίσι, η οποία διαμόρφωσε ενιαίους διεθνείς κανονισμούς. Το 1963 ιδρύθηκε και Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Βόλεϊ (Confédération Européenne de Volleyball ή CEV). Το 1964 αποτέλεσε σημαντική χρονιά για το βόλεϊ, αφού εντάχθηκε στο πρόγραμμα της Ολυμπιάδας του Τόκιο, τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες.

Στην Ελλάδα οι πρώτες ομάδες βόλεϊ εμφανίστηκαν στα τέλη της δεκαετίας

1910-20 στη Θεσσαλονίκη από τη Χ.Α.Ν.Θ. και στη Σμύρνη από τον Πανιώνιο. Για πολλά χρόνια το άθλημα ανήκε στον ΣΕΓΑΣ, ο οποίος διοργάνωνε τα σχετικά πρωταθλήματα. Το 1970 ιδρύθηκε η Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης ή ΕΟΠΕ.

Από το 2000 και μετά ισχύουν νέοι κανονισμοί, τους οποίους η διεθνής ομοσπονδία έχει θεσπίσει με στόχο τη

θεαματικότητα του αθλήματος. -ο χρόνος κατοχής της μπάλας στο σερβίς έγινε 8 - επιτρέπεται η απόκρουση της μπάλας με το πόδι ή οποιοδήποτε άλλο μέρος του σώματος -ο προπονητής μπορεί να στέκεται σε μια ορισμένη περιοχή ανάμεσα στο πάγκο και στο γήπεδο. -στο σερβίς η μπάλα επιτρέπεται να ακουμπήσει στο φιλέ.

Ο αγωνιστικός χώρος



Volleyball Pavilion

Το γήπεδο του βόλεϊ έχει σχήμα ορθογώνιο παραλληλόγραμμο με διαστάσεις: 9x18 μ. Πρέπει να περιβάλλεται από ελεύθερη ζώνη, η οποία στις μεγάλες διοργανώσεις απέχει 7 ως 9 μέτρα από τις τελικές γραμμές και 3 ως 5 μ. από τις πλευρικές. Συνήθως το γήπεδο του βόλεϊ είναι σε κλειστό χώρο αλλά μπορεί να διεξαχθεί και σε ανοιχτό, κυρίως σε διοργανώσεις μικρού επιπέδου (σχολικές κλπ).

Το ορθογώνιο γήπεδο διαιρείται σε δύο ίσα τετράγωνα μέρη (9x9 μ.) από την κεντρική γραμμή, πάνω από την οποία τοποθετείται κάθετα ένα τεντωμένο δίχτυ (φιλέ) ύψους 2,43 μ. για τους άνδρες και 2,24 μ. για τις γυναίκες. Σε κάθε ένα από τα δύο μέρη του γηπέδου, και σε απόσταση 3 μ. από την κεντρική γραμμή, υπάρχει η επιθετική γραμμή, που χωρίζει το κάθε μέρος σε δύο ζώνες: την επιθετική ή μπροστινή ζώνη (3x9 μ.) και την αμυντική ή πίσω ζώνη (6x9 μ.).

Το δίχτυ του βόλεϊ

Το δίχτυ βρίσκεται πάνω από την κεντρική γραμμή, έχει μήκος 9,5 μ., πλάτος 1μ. και ύψος 2,43 για τους άνδρες και 2,24 για τις γυναίκες. Στις άκρες του και σε 9μ. απόσταση μεταξύ τους βρίσκονται οι αντένες, μήκους 1,80μ. (προεξέχουν 0.80 μ. πάνω από το δίχτυ) και ορίζουν τα όρια του γηπέδου στον αέρα. Δεν επιτρέπεται

στους παίκτες να ακουμπήσουν το δίχτυ κατά τη διάρκεια της αγωνιστικής φάσης. Το ύψος του δικτυού διαφέρει ανάλογα με την κατηγορία.

Στους άνδρες, όπως είπαμε φτάνει τα 2,43 μ., στους εφήβους (περί 18-19 ετών), στους πέδες (περί 13-17) είναι το ίδιο, ενώ, στους παμπαίδες (περί 10-15) είναι 2.35 μ.

Στις γυναίκες φτάνει τα 2,24 μ., όπως και στις νεάνιδες (18-19) και στις κορασίδες (περί 12-17), ενώ, στις παγκορασίδες (περί 10-14) τα 2,20 μ.

Υπάρχει και μία ειδική κατηγορία που ονομάζεται μίνι (8-13), στην οποία το φιλέ φτάνει τα 2,10 μ, και διοργανώνει ειδικές εκδηλώσεις με αγώνες, κυρίως για λόγους διαφήμισης της Ε.Σ.ΠΕ.Δ.Α. και προώθησης της πετοσφαίρισης.

Η μπάλα του βόλεϊ

Η μπάλα είναι κατασκευασμένη από μαλακό πλαστικό ή δέρμα. Μετά το 1996 η μπάλα είναι πολύχρωμη για χάρη της θεαματικότητας και αποτελείται από 12 ομοιόμορφα κομμάτια, σε συνδυασμό τριών χρωμάτων (κίτρινο, άσπρο, μπλε). Έχει περιφέρεια 65-67 εκ. και βάρος 260-280 γραμ. Το 2009 όμως αλλάζει. Παραμένουν το μπλε και το κίτρινο (το άσπρο φεύγει) και η κατανομή τους αλλάζει. Η μπάλα τώρα έχει πολύ περισσότερους πόρους με αποτέλεσμα να είναι πολύ πιο μαλακή από την προηγούμενη.

Σκοπός του παιχνιδιού

Σκοπός του παιχνιδιού είναι να περάσει η μπάλα πάνω από το φιλέ και να ακουμπήσει στο γήπεδο του αντιπάλου ή να αναγκαστεί ο αντίπαλος να την πετάξει εκτός γηπέδου. Για να πετύχει το σκοπό αυτό η κάθε ομάδα έχει δικαίωμα να κάνει τρεις μπαλιές με οποιοδήποτε μέρος του σώματος. Το μπλοκ δεν υπολογίζεται στις επαφές της ομάδας. Το πόδι δεν επιτρέπεται.

Ο ίδιος παίκτης δεν έχει δικαίωμα να κάνει δύο συνεχόμενες μπαλιές. Επίσης, μετά από κάθε χτύπημα η μπάλα πρέπει να αναπηδήσει, δηλαδή δεν μπορεί να κρατηθεί από τον παίκτη (πιαστό). Οι διαιτητές είναι λίγο πιο ελαστικοί όταν γίνεται πιαστό στην πρώτη επαφή της μπάλας (αυτό βέβαια σε μικρότερες κατηγορίες).

Οι ομάδες

Η κάθε ομάδα πετοσφαίρισης αποτελείται από έξι παίκτες. Επίσης, μπορεί να έχει μέχρι έξι αναπληρωματικούς, έναν προπονητή, το βοηθό του και φυσιοθεραπευτή. Στο ξεκίνημα κάθε σερβίς οι έξι αγωνιζόμενοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται μέσα στο γήπεδο και σε συγκεκριμένες θέσεις. Είναι τρεις στην επιθετική ζώνη (μπροστά: αριστερά, κέντρο, δεξιά) και τρεις στην αμυντική ζώνη (πίσω: αριστερά, κέντρο, δεξιά). Εξαιρείται ο παίκτης που εκτελεί το σερβίς.

Οι παίκτες που βρίσκονται στην αμυντική ζώνη δεν επιτρέπεται να εκδηλώσουν επιθετικό χτύπημα πατώντας στην μπροστινή ζώνη από ύψος μεγαλύτερο του φιλέ.

Κάθε φορά που η ομάδα τους κερδίζει το σερβίς, οι παίκτες μετακινούνται κατά μία θέση προς τα δεξιά, κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού. Έτσι σταδιακά όλοι οι

παίκτες παίζουν σε όλες τις θέσεις. Σε περίπτωση αλλαγής, ο παίκτης που βγήκε μπορεί να μπει μόνο στη θέση του παίκτη που μπήκε ώστε να μην αλλάζει θέσεις στο γήπεδο.

Οι θέσεις στην πετοσφαίριση

Οι θέσεις έχουν ως εξής 1. Είναι η θέση στα δεξιά στην αμυντική ζώνη. Ο παίκτης που βρίσκεται σε αυτή εκτελεί το σερβίς. Σε αυτή τη θέση αμύνονται είτε ο πασαδόρος και ο διαγώνιος (σύστημα 5-1) είτε οποιοσδήποτε άλλος παίκτης σε άλλο σύστημα παιχνιδιού. 2. Είναι η θέση στα δεξιά στην επιθετική ζώνη από την οποία καρφώνει ο διαγώνιος (5-1) ή άλλος παίκτης σε άλλο σύστημα παιχνιδιού. Σε αυτήν πασάρει και βγάζει μπλοκ ο πασαδόρος ανάλογα πάντα με το σύστημα παιχνιδιού. 3. Είναι η κεντρική θέση στην επιθετική ζώνη. Σε αυτή παίζει ο κεντρικός ή ο πασαδόρος σε σύστημα 6-0 4. Είναι η αριστερή θέση στην επιθετική ζώνη. Σε αυτή παίζει ο ακραίος (σύστημα 5-1) ή οποιοσδήποτε άλλος παίκτης σε άλλο σύστημα παιχνιδιού. 5. Είναι η αριστερή θέση στην αμυντική ζώνη. Σε αυτή αμύνεται ο κεντρικός ή ο libero (σύστημα 5-1) ή οποιοσδήποτε άλλος παίκτης σε άλλο σύστημα παιχνιδιού. 6. Είναι η κεντρική θέση στην αμυντική ζώνη. Σε αυτή αμύνεται ο ακραίος (5-1) ή οποιοσδήποτε άλλος παίκτης σε άλλο σύστημα παιχνιδιού.

Οι ειδικότητες στην πετοσφαίριση

Παρακάτω περιγράφονται οι ειδικότητες που μπορεί να έχει ένας παίκτης σε έναν αγώνα πετοσφαίρισης. Ο τρόπος παιχνιδιού είναι διαφορετικός ανάλογα με το σύστημα παιχνιδιού.

Εμείς θα μελετήσουμε παρακάτω το σύστημα 5-1 (το σύστημα στο οποίο πασαδόρος είναι μόνο ένας παίκτης).

A) Ο ακραίος: είναι ο παίκτης ο οποίος καρφώνει και παίρνει υποδοχή στη θέση 4 (όταν βρίσκεται στην επιθετική ζώνη) και αμύνεται στο 6 όταν βρίσκεται στην αμυντική ζώνη.

B) Ο διαγώνιος: είναι ο παίκτης ο οποίος καρφώνει και παίρνει υποδοχή στη θέση 2 (όταν βρίσκεται στην επιθετική ζώνη) και αμύνεται στο 1 όταν βρίσκεται στην αμυντική ζώνη. Όταν βρίσκεται στην πίσω ζώνη και συνεπώς ο πασαδόρος στην επιθετική ζώνη, καρφώνει πάλι από το 2 προσέχοντας να μην κάνει υπέρβαση (να καρφώσει δηλαδή την μπάλα μέσα στην επιθετική ζώνη όταν η μπάλα βρίσκεται σε σημείο ψηλότερο από το φιλέ). Θεωρείται ο καλύτερος επιθετικός της ομάδας.

Γ) Ο κεντρικός: είναι ο παίκτης ο οποίος καρφώνει και παίρνει υποδοχή στη θέση 3 (όταν βρίσκεται στην επιθετική ζώνη) και αμύνεται στο 5 όταν βρίσκεται στην αμυντική ζώνη. Συνήθως όμως τον αντικαθιστά ο λίμπερο, όταν βρίσκεται στην αμυντική ζώνη. Μπορεί να καρφώνει είτε δεύτερο χρόνο, είτε πρώτο χρόνο (στις μεγαλύτερες ομάδες χρησιμοποιείται σπάνια ο δεύτερος).

Δ) Ο λίμπερο: αμυντικός παίκτης που παίζει στην πίσω ζώνη. Για περισσότερες πληροφορίες συμβουλευτείτε την ενότητα <<ο λίμπερο>>.

Ε) Ο πασαδόρος: είναι ο παίκτης ο οποίος πασάρει από τη θέση 2 (όταν βρίσκεται

στην επιθετική ζώνη) και πάλι από τη θέση 2 όταν βρίσκεται στη ζώνη άμυνας (ισχύει ο κανόνας της υπέρβασης). Όταν βρίσκεται στην αμυντική ζώνη αμύνεται στη θέση 1. Αν δε βγάλει άμυνα προχωρά γρήγορα στη θέση 2 για να κάνει πάσα και έπειτα επιστρέφει πάλι στη θέση 1. Σε περίπτωση που βγάλει άμυνα το ρόλο του πασαδόρου αναλαμβάνει ο κεντρικός.

Το παιχνίδι

Το παιχνίδι ξεκινά με σερβίς της μιας ομάδας έπειτα από κλήρωση. Το σερβίς εκτελείται από τον παίκτη της πίσω δεξιά θέσης, από ένα σημείο πίσω από την τελική γραμμή του γηπέδου. Παλιότερα ο παίκτης που εκτελούσε σερβίς όφειλε να βρίσκεται στην πίσω δεξιά γωνία και εκτός τελικής γραμμής. Τα τελευταία χρόνια επιτρέπεται η εκτέλεση του σερβίς από οποιοδήποτε σημείο πίσω από την τελική γραμμή. Με την εκτέλεση του σερβίς η μπάλα προωθείται πάνω από το φιλέ προς τη μεριά της αντίπαλης ομάδας χωρίς να μεσολαβήσει άλλος παίκτης της ομάδας που εκτελεί το σερβίς. Παλιότερα απαγορευόταν να χτυπήσει στο φιλέ αλλά ο σημερινός κανονισμός το επιτρέπει.

Κάθε φορά που η μπάλα φτάνει στην περιοχή της, η ομάδα προσπαθεί να την επαναφέρει στην αντίπαλη περιοχή με τρεις μπαλιές. Συνήθως ο πρώτος παίκτης αποκρούει, ένας δεύτερος υψώνει δίνοντας πάσα κοντά στο φιλέ και ένας τρίτος καρφώνει με δύναμη προς το αντίπαλο μέρος. Δεν υπολογίζεται ως μπαλιά τυχόν απόκρουση της μπάλας από το αμυντικό μπλοκ στο καρφί του αντίπαλου. Παλιότερα η απόκρουση αυτή θεωρείτο ως μία από τις τρεις μπαλιές, με αποτέλεσμα να υπάρχουν διχογνωμίες κατά πόσο η μπάλα βρήκε ή όχι στο αμυντικό μπλοκ.

Μια ομάδα κερδίζει έναν πόντο, όταν καταφέρει να στείλει τη μπάλα στο έδαφος της αντίπαλης ομάδας (μέσα) ή

όταν η αντίπαλη ομάδα στείλει τη μπάλα εκτός γηπέδου (άουτ). Η ομάδα που κερδίζει πόντο εκτελεί και σερβίς. Όσο συνεχίζει να κερδίζει πόντους το σερβίς εκτελεί ο ίδιος παίκτης. Όταν χάσει πόντο, παίρνει το σερβίς η άλλη ομάδα, οι παίκτες της οποίας μετακινούνται μια θέση προς τα δεξιά, κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού. Παλιότερα μια ομάδα κέρδιζε πόντο μόνο όταν εκτελούσε σερβίς. Δηλαδή, πρώτα έπρεπε να κερδίσει την αλλαγή του σερβίς και στη συνέχεια τον πόντο. Με το παλιό σύστημα, σε ένα παιχνίδι μπορούσαν να γίνονται συνεχείς αλλαγές και να μην κερδίζονται πόντοι, με αποτέλεσμα να είναι απροσδιόριστη η διάρκειά του. Αυτός ήταν ο λόγος που καταργήθηκε.

Νικήτρια αναδεικνύεται η ομάδα που κερδίζει τρία σετ. Στα πρώτα στάδια ανάπτυξης του αθλήματος η νικήτρια ομάδα προέκυπτε από δύο νικηφόρα σετ, σύστημα που εφαρμόζεται ακόμα σε σχολικά ή παιδικά πρωταθλήματα. Το κάθε σετ τελειώνει όταν μια ομάδα φτάσει τους 25 πόντους και έχει τουλάχιστον δύο πόντους προβάδισμα (δηλαδή τουλάχιστον: 25-23). Αλλιώς το σετ συνεχίζεται μέχρι να επιτευχθεί προβάδισμα δύο πόντων από μια ομάδα (26-24, 27-25 κλπ) χωρίς όριο. Με το παλιό σύστημα διεξαγωγής (πρώτα αλλαγή σερβίς και μετά πόντος) τα σετ τελείωναν στους 15 πόντους, πάλι με καθαρό προβάδισμα δύο πόντων.

Μετά από κάθε σετ οι ομάδες αλλάζουν

πλευρά στο γήπεδο. Αν μετά από τέσσερα σετ οι ομάδες είναι ισόπαλες 2-2, ο νικητής αναδεικνύεται σε ένα πέμπτο τελικό σετ (τάι-μπρέικ) των 15 πόντων, πάντα με προβάδισμα δύο πόντων για το

νικητή (15-13 τουλάχιστον ή 16-14, 17-15 κλπ). Στο πέμπτο σετ οι ομάδες αλλάζουν τερέν, όταν κάποια φτάσει τους 8 πόντους.

Το καρφί και οι χρόνοι του

Το καρφί στη πετοσφαίριση μπορεί να γίνει σε τρεις χρόνους.

Ο χρόνος προσδιορίζεται από το ύψος της πάσας.

1ος χρόνος: Γίνεται από το 3. Στην προκειμένη περίπτωση η πάσα απομακρύνεται ελάχιστα από τα χέρια του πασαδόρου. Ο κεντρικός για να την προλάβει πρέπει να βρίσκεται ήδη στον αέρα όταν η μπάλα φεύγει από τα χέρια του πασαδόρου. Είναι ταχύτατο καρφί και πολύ αποτελεσματικό γιατί ο χρόνος αντίδρασης των αντιπάλων (ακόμα και του μπλοκ) είναι ελάχιστος. Υπάρχει και μια δεύτερη περίπτωση πρώτου χρόνου που γίνεται από το 2 κατόπιν συνεννόησης του πασαδόρου και του διαγωνίου.

2ος χρόνος: Γίνεται κυρίως από το 4,3,2 αλλά και από τις πίσω θέσεις σε περίπτωση που μια ομάδα θέλει να αιφνιδιάσει τους αντιπάλους της ή σε περίπτωση άσχημης πάσας. Η μπάλα, σε αυτό το καρφί, φτάνει περίπου το ύψος των 3-3,5m.

3ος χρόνος: Χρησιμοποιείται πολύ σπάνια και η μπάλα μπορεί να φτάσει πάνω από 3,5m.

Συμβουλές για σωστή τεχνική

Τα δάχτυλα

Αυτά που πρέπει να προσέχει κάποιος όταν κάνει δάχτυλα είναι τα παρακάτω:

- α) Οι δύο αντίχειρες και οι δύο δείκτες να σχηματίζουν τριγωνάκι κατά την επαφή με την μπάλα.
- β) Τα χέρια να τεντώνουν τελείως κατά την επαφή τους με την μπάλα.
- γ) Ένα από τα πόδια μας να προωθείται του άλλου ανάλογα με το προς τα πού θέλουμε να στείλουμε την μπάλα(αριστερό για δεξιά και δεξί για αριστερά)
- δ) Τα πόδια μας να τεντώνονται παράλληλα με τα χέρια μας.
- ε) Να βρίσκετε την μπάλα πάντα πάνω από το κεφάλι σας και κυρίως πάνω ακριβώς από το μέτωπό σας.
- στ) Οι ώμοι να κοιτούν προς τα εκεί που θα γίνουν τα δάχτυλα.

Η μανσέτα

Η λέξη μανσέτα έχει καθιερωθεί από τη γαλλική λέξη μανσέτες που είναι το μέρος του πουκαμίσου στη μανικετόκουμπα.

- α) Η επαφή με τη μπάλα να γίνεται όχι στην περιοχή της παλάμης αλλά στην περιοχή των μανσετών.
- β) Τα πόδια να είναι ελαφρώς λυγισμένα και να τεντώνουν κατά την επαφή με την

μπάλα.

γ) Τα χέρια να είναι πάντα τεντωμένα-οι αγκώνες να μην λυγίζουν.

δ) Το ένα πόδι να προηγείται του άλλου ανάλογα με το πού θέλουμε να στείλουμε την μπάλα.

ε) Το βάρος του σώματος να είναι στις μύτες.

στ) Κατά την επαφή με την μπάλα το βάρος του σώματος να περνάει μπροστά φέρνοντας το ένα πόδι μπροστά από το άλλο.

Όλα όσα διαβάσατε είναι μία και μόνο μία συγχρονισμένη κίνηση.

Τάιμ άουτ

Κάθε ομάδα δικαιούται από δύο τάιμ άουτ των 30 δευτερολέπτων σε κάθε σετ, τα οποία δίνονται μόνον όταν έχει λήξει η φάση. Στις μεγάλες διοργανώσεις επιτρέπεται οι διαιτητές να δίνουν δύο τεχνικά τάιμ άουτ των 60 δευτερολέπτων σε κάθε ένα από τα τέσσερα πρώτα σετ, μόλις μια ομάδα φτάσει στους 8 και στους 16 πόντους για λόγους τηλεοπτικού διαφημιστικού χρόνου. Στο πέμπτο σετ δεν επιτρέπεται τεχνικό τάιμ άουτ. Τυπικά κατά τη διάρκεια του τάιμ άουτ οι έξι παίκτες που παίζουν εκείνη τη στιγμή απαγορεύεται να βρίσκονται μέσα στον αγωνιστικό χώρο.

Αλλαγές - Λίμπερο

Κάθε ομάδα δικαιούται να αλλάξει παίκτη, όταν λήξει μια φάση. Ο παίκτης που βγαίνει ξαναπαίγει στη θέση του παίκτη που μπήκε. Μπορούν να γίνουν έξι τέτοιες αλλαγές. Αν ένας παίχτης μπει να παίξει και μετά ξαναβγει και αντικατασταθεί από τον παίκτη που προηγουμένως αντικατέστησε λέμε ότι έκλεισε η αλλαγή. Σύμφωνα με τους νέους κανονισμούς σε κάθε ομάδα αγωνίζεται ένας παίκτης **λίμπερο**, ο οποίος φορά διαφορετική φανέλα από τους συμπαίκτες του.

Ο λίμπερο παίζει μόνο στην αμυντική γραμμή, αντικαθιστά απεριόριστες φορές τους συμπαίκτες του στην άμυνα, απαγορεύεται να κάνει σερβίς, να κάνει επίθεση με καρφί (ψηλότερα από το φιλέ ακόμα και στην αμυντική ζώνη), να κάνει μπλοκ και να αντικαταστήσει δύο παίκτες συνεχώς χωρίς να μεσολαβήσει σερβίς. Τέλος, απαγορεύεται να κάνει πάσα μέσα στην επιθετική ζώνη.

π.χ. ο παίχτης λαμπερό παίρνει εντολή από τον προπονητή να αντικαταστήσει τον παίκτη (συνήθως τον κεντρικό) που βρίσκεται στο 1 αφού χάσει η ομάδα του το δικαίωμα του σέρβις. Το κάνει. Αφού βγάλει υποδοχή είναι υποχρεωμένος να πάει να αμυνθεί στη θέση 5. Μόλις περνά από τη θέση 5 στη θέση 4 βγαίνει από τον αγωνιστικό χώρο αλλάζοντας θέση με τον παίκτη που είχε βγει προηγουμένως. Απαγορευμένες ενέργειες

Σύμφωνα με τον κανονισμό πόντος εις βάρος μιας ομάδας καταλογίζεται επίσης, όταν κάποιος παίκτης της υποπέσει στα εξής παραπτώματα:

♣ Μεταφορά της μπάλας (πιαστό).

♣ Άγγιγμα του φιλέ.

♣ Πέρασμα των χεριών πάνω από το φιλέ προς το αντίπαλο μέρος για την

παρεμπόδιση της αντίπαλης επίθεσης.

- ♣ Πέρασμα του σώματος στο αντίπαλο μέρος, με αποτέλεσμα την παρεμπόδιση του αντιπάλου. Δεν απαγορεύεται το στιγμιαίο πέρασμα ή πάτημα στην αντίπαλη περιοχή κατά την εκδήλωση επίθεσης, εφόσον δεν εμποδίζεται ο αντίπαλος.
- ♣ Δύο συνεχόμενα χτυπήματα (διπλή μπαλιά). Το χτύπημα σε μπλόκο δεν υπολογίζεται.
- ♣ Πέρασμα της μπάλας προς το αντίπαλο μέρος δίπλα ή κάτω από το φιλέ.

Διαιτητές

Κάθε παιχνίδι βόλει διεύθυνεται από δύο διαιτητές και δύο ή τέσσερις επόπτες γραμμών ανάλογα με το επίπεδο της διοργάνωσης. Οι δύο διαιτητές βρίσκονται εκατέρωθεν του φιλέ, στην κεντρική γραμμή του γηπέδου. Ο πρώτος διαιτητής κάθεται πάνω σε σκάλα σε ύψος 50 ως 80 εκ. πάνω από το φιλέ και ο δεύτερος στέκεται όρθιος στην απέναντι πλευρά. Ο πρώτος διευθύνει και έχει τον αποφασιστικό λόγο για κάθε φάση. Ο δεύτερος ελέγχει τις παραβάσεις στην περιοχή ευθύνης του.

Οι επόπτες γραμμών κρατούν σημαία και υποδεικνύουν αν η μπάλα χτύπησε εντός ή εκτός γηπέδου δείχνοντας προς τα κάτω ή προς τα πάνω αντίστοιχα. Επίσης, ελέγχουν αν η μπάλα πέρασε πάνω ή δίπλα από τις κεραίες του φιλέ.

Επίσης, υπάρχει σημειωτής που είναι υπεύθυνος για τη σημείωση των πόντων, τις αλλαγές, τα τάιμ άουτ και γενικά καταγράφει τις αποφάσεις των διαιτητών στο φύλλο αγώνα.

Καλαθοσφαίριση (αγγλ. basketball, μπάσκετ-μπολ)



Η καλαθοσφαίριση (αγγλ. **basketball**, **μπάσκετ-μπολ**) ή πιο συχνά μπάσκετ, είναι ένα ομαδικό άθλημα. Εμπνευστής και δημιουργός του ήταν ο Καναδός, καθηγητής φυσικής αγωγής στο Σπρίνγκφιλντ της Μασαχουσέτης των ΗΠΑ, Τζέιμς Νάισμιθ. Ημερομηνία δημιουργίας - γέννησης του αθλήματος έχει καταγραφεί η 15/29 Δεκεμβρίου 1891.

Κανόνες

Παίζεται με δύο ομάδες των πέντε ατόμων σε ένα (συνήθως κλειστό, που στο έδαφός του έχει παρκέ) γήπεδο με δύο αντικριστά καλάθια. Οι παίκτες επιτρέπεται να ακουμπήσουν την μπάλα μόνο με τα χέρια (ωστόσο δε συνιστά παράβαση εάν αυτή ακουμπήσει και οποιοδήποτε άλλο μέρος του σώματος, εκτός από τα πόδια). Σκοπός των ομάδων είναι να βάλουν με [σουτ] την μπάλα μέσα από το καλάθι όσο το δυνατόν περισσότερες φορές στα 40 λεπτά του αγώνα (τέσσερα δεκάλεπτα). Η ομάδα που θα πετύχει περισσότερους πόντους είναι η νικήτρια. Εάν ο αγώνας λήξει ισόπαλος, οι δύο ομάδες συνεχίζουν σε πεντάλεπτη παράταση κ.ο.κ. Κάθε ομάδα έχει 5 παίκτες ανά πάσα στιγμή μέσα στο γήπεδο, ενώ κατά τη διάρκεια ενός αγώνα μπορεί να χρησιμοποιήσει άλλους 7 παίκτες (που βρίσκονται στον πάγκο), πραγματοποιώντας αλλαγές. Ανάλογα με το ποια ομάδα κατέχει την μπάλα, οι

παίκτες παίζουν αμυντικά ή επιθετικά. Ο συνολικός χρόνος της επίθεσης μιας ομάδας είναι 24 δευτερόλεπτα, ενώ για να περάσει μια ομάδα την μπάλα από το μισό γήπεδο έχει μόνο 8 δευτερόλεπτα. Δεν επιτρέπεται να τρέχει κάποιος κρατώντας την μπάλα (βήματα): πρέπει ή να κάνει συγχρόνως ντρίμπλα ή να σταματήσει και να δώσει πάσα. Αλλιώς η μπάλα πηγαίνει στην αντίπαλη ομάδα.

Κάθε αγώνας διαρκεί 4 περιόδους ίσης διάρκειας. Ανάμεσα στην 1η και τη 2η, καθώς και ανάμεσα στην 3η και την 4η, μεσολαβεί διάλειμμα 2 λεπτών. Ανάμεσα στην 2η και την 3η, υπάρχει διάλειμμα 15 λεπτών, το λεγόμενο ημίχρονο. Κάθε προπονητής έχει το δικαίωμα να καλέσει τους παίκτες του στον πάγκο για να τους δώσει οδηγίες, τέσσερις φορές στον αγώνα. Αυτό λέγεται time-out και κατά τη διάρκειά του ο αγώνας διακόπτεται για 1 λεπτό, ενώ οι παίκτες συγκεντρώνονται στους πάγκους.

Στο παρκέ υπάρχει η γραμμή του τριπόντου (στα 6.75 μέτρα στην Ευρώπη για διοργανώσεις υπό την αιγίδα της FIBA[1], 7.25 στο NBA), που ορίζει την αξία κάθε σουτ. Οι αθλητές μπορούν να σκοράρουν για 2 πόντους (μέσα από τη γραμμή) ή για 3 (έξω από αυτήν, εφόσον δεν την πατούν). Για 1 πόντο μετράει η βολή, την οποία σουτάρουν οι παίκτες, κατόπιν υποδείξεως των διαιτητών (ενώ ο χρόνος έχει διακοπεί) μετά από φάουλ ή τεχνική ποινή (βλ. παρακάτω).

Παραβάσεις

Υπεύθυνοι για τις παραβάσεις είναι οι 3 διαιτητές. Βασικότερες παραβάσεις στο μπάσκετ είναι: το φάουλ, που είναι η βίαιη παρενόχληση ενός παίκτη από κάποιον αντίπαλό του, με τρόπο που ξεφεύγει από τα αθλητικά πλαίσια. Ο αμυνόμενος μπορεί να παρεμποδίσει τον επιτιθέμενο χρησιμοποιώντας μόνο τον κορμό του. Ο αθλητής που κάνει 5 φάουλ σε έναν αγώνα, αποβάλλεται και δεν μπορεί να επανέλθει στο γήπεδο (στα 6 φάουλ είναι η αποβολή στο NBA). Τα βήματα συμβαίνουν όταν ένας παίκτης κάνει περισσότερα από 2 βήματα κρατώντας την μπάλα, χωρίς να κάνει ντρίμπλα ή όταν κουνήσει τα πόδια του αφού έχει σταματήσει, κρατώντας την μπάλα με τα δύο χέρια. Σε περίπτωση άσχημης (υβριστικής, βίαιης κλπ.) συμπεριφοράς αθλητή ή προπονητή, ο διαιτητής έχει δικαίωμα να τον τιμωρήσει με τεχνική ποινή, ενώ σε ακραίες περιπτώσεις υπάρχει η τιμωρία ντισκαλιφιέ (γαλλική disqualifié), που ισοδυναμεί με αποβολή του παίκτη από τον αγώνα. Στο επιθετικό φάουλ όταν ο αμυνόμενος είναι ακίνητος και ο επιθετικός τον απωθήσει, είναι παράβαση. Το αν παίζει με πλάτη ή με πρόσωπο στο καλάθι δεν έχει σημασία, το φάουλ ισχύει και για τις δύο περιπτώσεις. Σε περίπτωση που ο επιθετικός αρνηθεί το φάουλ τιμωρείται με τεχνική ποινή από τον διαιτητή. Σε περίπτωση που ένας παίκτης σταματήσει την ντρίμπλα, τότε δεν μπορεί να ξεκινήσει να τριπλάρει ξανά γιατί έτσι θα κάνει διπλή τρίπλα, που ισοδυναμεί με βήματα.

Το μπάσκετ στους Ολυμπιακούς Αγώνες

Το 1904, στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σεντ Λούις, το μπάσκετ παρουσιάστηκε ως спор επίδειξης και 32 χρόνια αργότερα, στην Ολυμπιάδα του Βερολίνου το 1936, εντάχθηκε επίσημα στο πρόγραμμα ως ολυμπιακό άθλημα. Το 1992 στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Βαρκελώνης επιτράπηκε για πρώτη φορά η συμμετοχή

επαγγελματιών μπάσκετμπολιστών.

Η καλαθοσφαίριση στις 5 ηπείρους

Αμερική

Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής

Στις ΗΠΑ το NBA είναι το πιο γνωστό πρωτάθλημα καλαθοσφαίρισης. Σε αυτή τη διοργάνωση, μετέχουν οι καλύτεροι παίκτες σε όλο τον κόσμο, καθώς και πολλοί γνωστοί Ευρωπαίοι (και όχι μόνο) παίκτες, όπως οι Ντιρκ Νοβίτσκι, Τόνι Πάρκερ, Πάου Γκασόλ κ.ά. Παλαιότερα συμμετείχαν και άλλοι γνωστοί Ευρωπαίοι παίκτες, όπως ο Ντράζεν Πέτροβιτς, γνωστός με το ψευδώνυμο «Μότσαρτ», ο Τόνι Κούκοτς, ο Άρβιντας Σαμπόνις, ο Πρέντραγκ Στογιάκοβιτς και άλλοι. Τώρα ξεχωρίζουν οι Κόμπι Μπράιαντ και ΛεΜπρόν Τζέιμς ενώ παλιότερα μεγάλα ονόματα αμερικάνων που συμμετείχαν ήταν μεταξύ άλλων ο Μάικλ Τζόρνταν, ο Λάρι Μπέρντ και ο Μάτζικ Τσόνσον. Η Dream Team δηλαδή η εθνική ομάδα των Η.Π.Α. έχει κατακτήσει 4 χρυσά μετάλλια σε Παγκόσμια Πρωταθλήματα και άλλες πολλές διακρίσεις. Μάλιστα, στο NBA αγωνίζεται και ο Ελληνοαμερικανός Κώστας Κουφός για τους Denver Nuggets

Καναδάς

Ο Καναδάς δεν έχει εγχώριο επίσημο πρωτάθλημα αλλά είναι παραδοσιακή δύναμη του αθλήματος σε επίπεδο εθνικών ομάδων. Μεταξύ των πλέον γνωστών Καναδών καλαθοσφαιριστών είναι ο Στιβ Νας, ο Ρικ Φοξ, ο Σάμιουελ Ντάλεμπερτ και ο Τοντ ΜακΚάλου.

Κεντρική και Λατινική Αμερική

Από την υπόλοιπη Αμερική, πέραν της Βόρειας, ελάχιστες χώρες έχουν να επιδείξουν σημαντική ιστορία και διακρίσεις στην καλαθοσφαίριση. Οι πιο σημαντικές δυνάμεις της ηπείρου είναι: 1) η Αργεντινή, που στέφθηκε χρυσή ολυμπιονίκης στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας και τον 21ο αιώνα έχει μια από τις πιο ταλαντούχες γενιές καλαθοσφαιριστών στην ιστορία της ηπείρου, και 2) η Βραζιλία, που έχει κάποιες καλές διακρίσεις και είναι κυρίως γνωστή για έναν από τους καλύτερους σκόρερ που έβγαλε ποτέ το παγκόσμιο μπάσκετ, τον Όσκαρ Σμιντ. Από τις καλύτερες εθνικές ομάδες έχει και το Πουέρτο Ρίκο. Καλύτερος καλαθοσφαιριστής από τη Λατινική Αμερική τα τελευταία χρόνια θεωρείται ο Αργεντίνος Μανού Τζινόμπιλι.

Ασία

Η Ασία θεωρείται η ήπειρος με τις πιο αδύναμες εθνικές ομάδες στην καλαθοσφαίριση. Τις πιο καλές εθνικές ομάδες έχουν η Κίνα, το Ιράν, η Ιαπωνία, ο

Λίβανος και η Ινδία. Σημαντικά εθνικά πρωταθλήματα είναι της Κίνας και των Φιλιππίνων. Καλύτερος Ασιάτης καλαθοσφαιριστής τα τελευταία χρόνια θεωρείται ο Κινέζος Τζιανλίαν Γι.

Αφρική

Οι εθνικές ομάδες της Αφρικής είναι αδύναμες και δεν έχουν σημαντικές διακρίσεις, ενώ και τα πρωταθλήματά τους είναι χαμηλού επιπέδου. Την πιο καλή εθνική ομάδα εδώ και αρκετά χρόνια έχει η Αγκόλα, ενώ οι αμέσως καλύτερες είναι η Νιγηρία και η Ακτή Ελεφαντοστού.

Ευρώπη

Η καλαθοσφαίριση στην Ευρώπη έχει τεράστια ιστορία και πλήθος σπουδαιών αθλητών έχουν περάσει από τα ευρωπαϊκά γήπεδα. Καλύτεροι Ευρωπαίοι καλαθοσφαιριστές τα τελευταία χρόνια θεωρούνται ο Ντιρκ Νοβίτσκι (Γερμανία), ο Πάου Γκαζόλ (Ισπανία), ο Τόνι Πάρκερ (Γαλλία), ο Χουάν Κάρλος Ναβάρο (Ισπανία), ο Αντρέι Κιριλένκο (Ρωσία), ο Θεοδωής Παπαλουκάς (Ελλάδα) και ο Δημήτρης Διαμαντίδης (Ελλάδα). Αυτή τη στιγμή στην ήπειρο λαμβάνουν χώρα οι εξής διεθνείς διασυλλογικές διοργανώσεις: Ευρωλίγκα, EuroCup και EuroChallenge, ενώ τα καλύτερα εγχώρια πρωταθλήματα είναι της Ισπανίας, της Ελλάδας και της Ιταλίας. Το ευρωπαϊκό μπάσκετ είναι αρκετά ανταγωνιστικό τα τελευταία χρόνια. Επίσης, στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2006 η Ελλάδα και η Ισπανία ήρθαν αντιμέτωπες στον τελικό. Μεγάλες ομάδες της Ευρώπης είναι ο Παναθηναϊκός, η ΤΣΣΚΑ Μόσχας, ο Ολυμπιακός, η Μακάμπι Τελ Αβίβ, η Μπαρτσελόνα και η Ρεάλ Μαδρίτης.

Ωκεανία

Δύο είναι οι σημαντικές εθνικές ομάδες της Ωκεανίας: 1) η Αυστραλία και 2) η Νέα Ζηλανδία. Αυτές οι ομάδες είναι παρούσες στις περισσότερες μεγάλες διεθνείς διοργανώσεις των τελευταίων χρόνων.

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΕ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΠΑΙΚΤΕΣ

Κόμπι Μπράιαντ

Ο Κόμπι Μπράιαντ (Αγγλικά: Kobe Bean Bryant), γεννημένος στις 23 Αυγούστου 1978 στη Φιλαδέλφεια της Πενσυλβάνια, είναι Αμερικανός καλαθοσφαιριστής. Αγωνίζεται στη θέση του σούτινγκ γκαρντ για την ομάδα των Λος Άντζελες Λέικερς του NBA. Έχει ύψος 1,98 μέτρα και βάρος 93 κιλά. Επιλέχθηκε στο νούμερο 13 του NBA Draft του 1996 από τους Σάρлот Χόρνετς. Αγωνίζεται με τον αριθμό 24 και οι αποδοχές του ξεπερνούν τα 21 εκατομμύρια δολάρια.

Ο Μπράιαντ και ο τότε συμπαίκτης του Σακίλ Ο'Νιλ οδήγησαν τους Λέικερς σε τρία

συνεχόμενα πρωταθλήματα NBA από το 2000 έως το 2002. Μετά την αναχώρηση του Ο' Νιλ, την περίοδο 2003-04, ο Μπράιαντ έγινε ο ακρογωνιαίος λίθος της ομάδας. Αποτέλεσε τον παίκτη που σημείωσε τους περισσότερους πόντους στο πρωτάθλημα κατά της περιόδους 2005-06 και 2006-07. Το 2006 κατέκτησε προσωπικό ρεκόρ, σημειώνοντας 81 πόντους κατά των Τορόντο Ράπτορς, τη δεύτερη μεγαλύτερη επίδοση στο σκοράρισμα στην ιστορία του NBA, μετά τους 100 πόντους που σημείωσε ο Γουίλτ Τσάμπερλεν στις 2 Μαρτίου του 1962 με τους Φιλαδέλφεια Γουόριορς ενάντια στους Νιου Γιork Νικς. Τη σεζόν 2009-2010 οδήγησε τους Λέικερς στην κατάκτηση του τίτλου κερδίζοντας το βραβείο του πολυτιμότερου παίκτη των τελικών για πρώτη φορά στην καριέρα του απέναντι στους Ορλάντο Μάτζικ του Ντουάιτ Χάουαρντ.

Ο Μπράιαντ έλαβε το Βραβείο Πολυτιμότερου Παίκτη (MVP) κατά την αγωνιστική περίοδο NBA 2007-08, αφού οδήγησε την ομάδα του στους τελικούς της διοργάνωσης. Το 2008 κατέκτησε χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Πεκίνου, ως μέλος της Εθνικής Ομάδας των Η.Π.Α.

Το 2003 κατέλαβε πρωτοσέλιδα εφημερίδων όταν κατηγορήθηκε για σεξουαλική επίθεση από την υπάλληλο ενός ξενοδοχείου στο Κολοράντο. Αν και παραδέχτηκε πως συνευρέθηκε με την ενάγουσα, παρόλο που ήταν παντρεμένος, αρνήθηκε πως επρόκειτο για επίθεση. Τον Σεπτέμβριο του 2004, οι κατήγοροι απέσυραν την υπόθεση όταν η ενάγουσα αρνήθηκε να καταθέσει. Η τελευταία έκανε ανεξάρτητη μήνυση στον καλαθοσφαιριστή, υπόθεση που κανονίστηκε εκτός δικαστικών αιθουσών.

Λεμπρόν Τζέιμς

Ο ΛεΜπρόν Ρέιμον Τζέιμς (αγγλ.: LeBron Raymone James, γενν. στις 30 Δεκεμβρίου του 1984) είναι Αμερικανός παίκτης του μπάσκετ. Είχε το προσωνύμιο "Κινγκ (Βασιλιάς) Τζέιμς" στο St. Vincent-St. Mary High School. Υπήρξε τρεις φορές "Μίστερ Μπάσκετμπολ" στο σχολείο δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης του Οχάιο όπου φοίτησε και σύντομα ακολούθησε καριέρα στο NBA. Στα 18 του μόλις επιλέχτηκε στο νούμερο 1 του ντραφτ του 2003 από τους Κλήβελαντ Καβαλίερς. Αγωνίζεται στη θέση του σμολ φόργουορντ και κατέχει πολλά ρεκόρ από τότε που μπήκε στο NBA, όπως ο ρούκι της σεζόν 2003-2004 ή πολυτιμότερος παίκτης της κανονικής περιόδου 2008-2009, 2009-2010 και 2011-2012. Το 2010 Ο ΛεΜπρόν Τζέιμς μετεγγράφηκε στους Μαϊάμι Χιτ αφού έμεινε ελεύθερος από τους Κλήβελαντ Καβαλίερς. [1] Το 2012 κατέκτησε το πρώτο του πρωτάθλημα με τους Μαϊάμι Χιτ.

Λύκειο

Ο Τζέιμς παρακολούθησε το St. Vincent-St. Mary High School στο Άκρον. Με μέσο όρο 21 πόντους και 6,2 ριμπάουντ οδήγησε το λύκειό του στην κατάκτηση της Division 3 με ρεκόρ νικών 23-1.

Καριέρα NBA

2003-2004

Ο Τζέιμς επιλέχθηκε στο Νο1 του ντραφτ του 2003 από τους Κλήβελαντ Καβαλίερς. Στον πρώτο του αγώνα με τους Σακραμέντο Κινγκς ο Τζέιμς πετυχαίνει 25 πόντους, 9 ασίστ, 6 ριμπάουντ και 4 κλεψίματα. Στη συνέντευξη του μετά τον αγώνα, όταν τον ρώτησαν σε ποιον θα ήθελε να μοιάσει εκείνος απάντησε στον Τζέισον Κιντ. Τον Κιντ τον θαύμαζε από μικρός και το πρώτο του τριπλ-νταμπλ το πέτυχε εναντίον του. Ο Κιντ απάντησε λέγοντας, πως ο Τζέιμς είναι ο καλύτερος εν ζωή πόιντ γκαρντ και εκπληκτικός πασέρ. Την ίδια χρονιά ο Τζέιμς γίνεται ο νεαρότερος παίκτης που πετυχαίνει πάνω από 40 πόντους σε ένα παιχνίδι, σκοράροντας 41 στο ματς των Κλήβελαντ Καβαλίερς εναντίον των Νιου Τζέρσεϊ Νετς. Στο τέλος της χρονιάς ο Τζέιμς αναδεικνύεται ρούκι της σεζόν και γίνεται ο πρώτος παίκτης των Κλήβελαντ Καβαλίερς και ο νεότερος παίκτης στην ιστορία που παίρνει τον τίτλο.

2004-2005

Ο Τζέιμς στο ντεμπούτο του στα πλέι οφ του 2006.

Αυτή τη σεζόν ο Τζέιμς παίζει στο πρώτο του All-Star Game πετυχαίνοντας 13 πόντους, δίνοντας 6 ασίστ και μαζεύοντας 8 ριμπάουντ. Παίζοντας με την Ανατολή νικάει τη Δύση 115-125. Αυτή τη σεζόν ο Τζέιμς γίνεται ο νεότερος παίκτης, που πετυχαίνει σε μια σεζόν τριπλ-νταμπλ, 50 πόντους και καταφέρνει να μπει στη All-NBA Team.

2005-2006

Τη σεζόν αυτή ο Τζέιμς παίζει για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά σε All-Star Game οδηγώντας την Ανατολή σε νίκη 122-120 εναντίον της Δύσης. Στο συγκεκριμένο παιχνίδι ο Τζέιμς είχε 29 πόντους, 2 ασίστ και 6 ριμπάουντ και επίσης γίνεται ο νεότερος παίκτης, στα 21 του, που στέφεται MVP του All-Star Game. Επίσης, γίνεται ο νεότερος παίκτης, που πετυχαίνει πάνω από 30 πόντους κατά μέσο όρο σε μια σεζόν και γίνεται ο 4ος παίκτης του NBA, που πετυχαίνει σε μια σεζόν πάνω από 30 πόντους, 6 ασίστ και 7 ριμπάουντ. Τη συγκεκριμένη σεζόν ο Τζέιμς κάνει το ντεμπούτο του στα πλέι οφς, αφού οι Κλήβελαντ Καβαλίερς καταφέρνουν να περάσουν στα πλέι οφς, για πρώτη φορά μετά το 1998. Εκπληκτικό είναι πως ο Τζέιμς στο ντεμπούτο του εναντίον των Ουάσινγκτον Ουίζαρντς γίνεται ο τρίτος παίκτης μετά τους Τζόνι Μακάρθι και Μάτζικ Τζόνσον, που πετυχαίνει τριπλ-νταμπλ στο ντεμπούτο του στα πλέι οφς, με 32 πόντους, 11 ασίστ και 11 ριμπάουντ. Τελικά, οι Κλήβελαντ Καβαλίερς περνάν από το εμπόδιο των Ουάσινγκτον Ουίζαρντς, αλλά θα σταματήσουν στους Ντιτρόιτ Πίστονς. Στο τέλος της χρονιάς, ο Τζέιμς θα υπογράψει συμβόλαιο για τρία ακόμα χρόνια, αξίας 60 εκατομμυρίων δολαρίων, με οψιόν για 1 ακόμα χρόνο. Το συμβόλαιο ξεκίνησε τη σεζόν 2007-2008.

2006-2007

Το 2007 ο Τζέιμς συμμετέχει για τρίτη συνεχόμενη φορά σε All-Star Game. Στα 32 λεπτά που έπαιξε, είχε 28 πόντους, 6 ασίστ και 6 ριμπάουντ. Στο πρώτο γύρο των πλέι οφς, οι Καβαλίερς διαλύουν σε τέσσερις αγώνες τους Washington Wizards. Στο δεύτερο γύρο, οι Καβς επικράτησαν των Νιου Τζέρσεϊ Νετς, με νίκες 4-2. Έτσι, οι Καβαλίερς πέρασαν στους τελικούς του NBA μετά 15 χρόνια όπου έχασαν από τους Σαν Αντόνιο Σπερς με 4-0.

2007-2008

Κατά την περίοδο 2007-2008, ο Τζέιμς συνέχισε το κυρίαρχο του παιχνίδι, κερδίζοντας για τέταρτη συνεχόμενη φορά τη συμμετοχή του σε All-Star Game και μπαίνει, για μία ακόμη φορά στη λίστα με τους πολυτιμότερους παίκτες του NBA. Ακόμα στέφεται All-Star Game MVP, στο All-Star Game του 2008, με 27 πόντους, 9 ασίστ, 8 ριμπάουντ, 2 μπλοκ και 2 κλεψίματα, νικώντας τη Δύση με 134-128. Στις 26 Φεβρουαρίου 2008, εναντίον των Μπόστον Σέλτικς, ο Τζέιμς γίνεται ο νεότερος παίκτης, που ξεπερνάει τους 10.000 πόντους, στα 23 χρόνια και 59 ημέρες. Με 45-37 νίκες, οι Καβς τερματίζουν στη 4η θέση του Ανατολικής Περιφέρειας και παίρνει μέρος στα πλέι οφς. Οι Καβαλίερς αποκλείστηκαν στο δεύτερο γύρο με 4-3 από τους μετέπειτα πρωταθλητές Μπόστον Σέλτικς.

2008-2009

Ο Τζέιμς απέναντι στους Washington Wizards το 2009

Τη σεζόν 2008-2009 ψηφίστηκε δεύτερος καλύτερος αμυντικός της χρονιάς έχοντας ρεκόρ καριέρας με συνολικά 93 μπλοκ και μέσο όρο 1.2 ανά παιχνίδι. Επίσης βελτίωσε σημαντικά τις ελεύθερες βολές και έκανε ρεκόρ καριέρας με ποσοστό 78 τις εκατό. Οι Καβαλίερς προκρίθηκαν στα πλέι οφς με ρεκόρ νικών 66-16 και ο Τζέιμς έγινε ο πρώτος παίχτης τους που κερδίζει το βραβείο του MVP της χρονιάς με 28.4 πόντους, 7.2 ασίστ, 7.6 ριμπάουντ, 1.2 μπλοκ και 1.7 κλεψίματα μέσο όρο. Στα πλέι οφς οι Καβαλίερς απέκλεισαν με 4-0 νίκες τους Ντιτρόιτ Πίστονς και Ατλάντα Χοκς αλλά έχασαν στους τελικούς περιφέρειας από τους Ορλάντο Μάτζικ.

2009-2010

Τη σεζόν 2009-2010 ψηφίστηκε για έκτη συνεχόμενη χρονιά να συμμετάσχει στο All-Star Game. Στις 13 Μαρτίου του 2010 έγινε ο νεώτερος παίχτης στην ιστορία του NBA που ξεπερνάει τους 15.000 πόντους. Έχοντας μέσο όρο 29.7 πόντους 8.6 ασίστ, 7.3 ριμπάουντ, 1 μπλοκ και 1.6 κλεψίματα βραβεύτηκε για δεύτερη συνεχής χρονιά ως πολυτιμότερος παίχτης (MVP) της κανονικής περιόδου. Στα πλέι οφς οι Καβαλίερς αποκλείστηκαν στον δεύτερο γύρο από τους Μπόστον Σέλτικς. Ο Τζέιμς είχε υψηλό μέσο όρο πόντων αλλά χαμηλά ποσοστά στις εύστοχες προσπάθειες και αποδοκιμάστηκε από τους οπαδούς των Καβαλίερς.

2010



Την 1 Ιουλίου του 2010 ο Τζέιμς έμεινε ελεύθερος από τους Καβαλίερς. Ενώ είχε πολλές προτάσεις από διάφορες ομάδες του NBA αποφάσισε να συνεχίσει την καριέρα του στους Μαϊάμι Χιτ όπου θα είχε περισσότερες πιθανότητες για την κατάκτηση ενός τίτλου με συμπαίκτες τους Ντουέιν Γουέιντ και Κρις Μπος.

Ο Τζέιμς το 2010 με τους Χιτ.

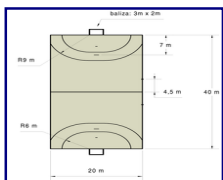
Τη σεζόν 2010-2011 αναδέχθηκε δεύτερος σκόρερ του πρωταθλήματος με μέσο όρο πόντων 26.7 και βοήθησε το Μαϊάμι να προκριθεί στα πλέι οφς. Αφού απέκλεισαν τους Φιλαδέλφεια 76ers, Μπόστον Σέλτικς και Σικάγο Μπουλς στην σειρά των πλέι οφς, οι Χιτ έφτασαν για δεύτερη φορά στην ιστορία τους στα τελικά του NBA. Εκεί έχασαν με 4-2 από τους Ντάλας Μάβερικς και ο Τζέιμς δέχτηκε κριτική για την κακή του απόδοση στα παιχνίδια των τελικών όπου είχε μέσο όρο μόλις 17,8 πόντων, ποσοστό πολύ χαμηλότερο σε σχέση με την κανονική περίοδο του πρωταθλήματος.

Τη σεζόν 2011-2012 αναδέχθηκε πολυτιμότερος παίχτης (MVP) του πρωταθλήματος για τρίτη φορά στη καριέρα του έχοντας μέσο όρο 27.1 πόντους, 8.3 ριμπάουντ, 5.8 ασίστ και 1.9 κλεψίματα. Στον πρώτο γύρο των πλέι οφς του 2012 οι Χιτ απέκλεισαν εύκολα τους Νιού Γιρκ Νικς με σκορ 4-1. Στον δεύτερο γύρο αν και βρέθηκαν πίσω με 2-1 από τους Ιντιάνα Πέισερς αλλά κατάφεραν να το γυρίσουν σε 4-2 με τον Τζέιμς να σκοράρει 40 πόντους στο έκτο παιχνίδι. Στα τελικά της περιφέρειας απέναντι στους Μπόστον Σέλτικς ο Τζέιμς σκόραρε 45 πόντους στο έκτο παιχνίδι ισοφαρίζοντας σε 3-3 τις νίκες. Οι Χιτ προκρίθηκαν στα τελικά του NBA με 4-3 για δεύτερη συνεχής χρονιά. Εκεί αντιμετώπισαν τους Οκλαχόμα Σίτι Θάντερ και μετά από μια νίκη εκτός έδρας στα δυο πρώτα παιχνίδια έκαναν το 4-1 με τρεις νίκες εντός έδρας και κατέκτησαν το δεύτερο πρωτάθλημα. Αυτό ήταν το πρώτο πρωτάθλημα για τον Τζέιμς που αναδείχθηκε MVP και των τελικών έχοντας μέσο όρο 28.6 πόντους, 10.2 ριμπάουντ, 7.4 ασίστ ανά παιχνίδι.

Χειροσφαίριση

Η χειροσφαίριση ή χάντμπολ (handball) είναι ομαδικό ολυμπιακό άθλημα, το οποίο παίζεται από άνδρες και γυναίκες. Διαθέτει στοιχεία από όλα τα ομαδικά αθλήματα. Ωστόσο, πιο πολύ προσιδιάζει στο ποδόσφαιρο, με τη διαφορά ότι το χάντμπολ παίζεται με τα χέρια και σε κλειστό γήπεδο. Επίσης, οι παίκτες στο ποδόσφαιρο είναι περισσότεροι από εκείνους της χειροσφαίρισης. Ο αγώνας χωρίζεται σε δύο ημίχρονα, από τα οποία το καθένα διαρκεί 30 λεπτά. Ανάμεσα σε αυτά υπάρχει μία διακοπή δεκαπέντε λεπτών. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να επιτευχθούν τέρματα, με νικήτρια ομάδα να είναι εκείνη που πετυχαίνει τα πιο πολλά από αυτά. Το άθλημα εντάχθηκε στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων το 1972.

Γήπεδο και παίκτες



Μέγεθος και σχέδιο ενός γηπέδου χειροσφαίρισης.

Οι διαστάσεις του χώρου όπου διεξάγονται οι αγώνες είναι 40X20 μ. Το γήπεδο χωρίζεται στα δύο από μία κεντρική γραμμή (κατά πλάτος). Στο κέντρο των δύο ακριανών γραμμών κατά πλάτος του γηπέδου βρίσκονται δύο εστίες, με ύψος 2 μέτρα και μήκος 3 μέτρα. Η περιοχή του τέρματος ορίζεται στα 6 μέτρα. Μια γραμμή σε σχήμα ημικύκλιου επιτρέπει να ξεχωρίζει η περιοχή αυτή. Δικαίωμα να πατήσει σε αυτή τη γραμμή έχει αποκλειστικά ο τερματοφύλακας και κανένας άλλος από τους παίκτες. Αναφορικά με τους παίκτες, οι τελευταίοι διακρίνονται σε βασικούς, που είναι επτά (συμπεριλαμβανομένου του τερματοφύλακα) και σε ισάριθμους αναπληρωματικούς.

Μπάλα και στολές

Η μπάλα που χρησιμοποιείται στο άθλημα είναι κατασκευασμένη από δέρμα και η περίμετρός της διαφέρει στους άνδρες σε σχέση με τις γυναίκες. Έτσι, για τους άνδρες ορίστηκε σε 58-60 εκατοστά, ενώ για τις γυναίκες σε 54-56 εκατοστά. Η στολή των παικτών και παικτριών αποτελείται από φανέλα με κοντά μανίκια (και με αρίθμηση από το 1 ως το 99) και κοντό παντελόνι. Για να υπάρχει καλύτερη επαλείφουν τις άκρες των δακτύλων τους με κόλλα.

Κανόνες

Ο βασικός σκοπός είναι η να σταλεί η μπάλα στο τέρμα της αντίπαλης ομάδας από τους παίκτες ή τις παίκτριες. Αυτό γίνεται με την αποκλειστική χρήση των χεριών. Οι παίκτες που πραγματοποιούν επίθεση δεν επιτρέπεται να κρατήσουν την μπάλα για χρόνο μεγαλύτερο των τριών δευτερολέπτων χωρίς να πασάρουν, να σουτάρουν ή να κάνουν ντρίμπλα. Στη διάρκεια του αγώνα μπορεί να γίνουν απεριόριστες αλλαγές μεταξύ των παικτών ή παικτριών.

Φάουλ

Σε περίπτωση που ο παίκτης ή η παίκτρια χτυπήσει τον αντίπαλο με αντιαθλητικό τρόπο, τότε δέχεται απευθείας κόκκινη κάρτα. Εάν κάποιος αμυντικός παίκτης ή παίκτρια χτυπήσει αντίπαλο, τότε του/της καταλογίζεται φάουλ από τους δύο διαιτητές του αγώνα. Σε περίπτωση που το χτύπημα είναι σκληρό, τότε ο παίκτης που το εκτέλεσε αποβάλλεται για δύο λεπτά και μετά την παρέλευση της ποινής, επανέρχεται στο παιχνίδι. Ωστόσο, ο παίκτης μπορεί να αποβληθεί οριστικά από τον αγώνα εάν συμπληρώσει τρεις αποβολές διάρκειας δύο λεπτών η καθεμιά.

Ιστορικά στοιχεία



Φάση από αγώνα χειροσφαίρισης γυναικών.

Η χειροσφαίριση έχει τις ρίζες της στην αρχαία Ελλάδα. Με κάποιες διαφορές από τη σημερινή του μορφή εμφανίστηκε στη Δανία, τη Γερμανία και την Τσεχοσλοβακία στα τέλη του 19ου αιώνα[1]. Τότε παιζόταν με ομάδες απαρτιζόμενες από 11 παίκτες. Το 1910 διατυπώθηκαν οι πρώτοι κανονισμοί για τη χειροσφαίριση, στη Σουηδία. Το 1922 έγιναν ανάλογοι αγώνες και στον ελληνικό χώρο. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης ιδρύθηκε το 1946 στην Κοπεγχάγη. Σήμερα η έδρα της είναι στη Γενεύη και υπό την αιγίδα της διεξάγονται σημαντικές διεθνείς διοργανώσεις του χάντμπολ. Η πρώτη εμφάνιση του αθλήματος σε Ολυμπιακούς Αγώνες έγινε επίσημα το 1972, στη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων του Μονάχου. Το 1979 ιδρύθηκε η Ελληνική Ομοσπονδία (Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης Ελλάδος), γνωστότερη με το αρκτικόλεξο ΟΧΕ. Δύο χρόνια νωρίτερα, το 1977 διεξήχθη στο Αμύνταιο ο πρώτος επίσημος αγώνας.

Μπιτς χάντμπολ

Παραλλαγή του αθλήματος της χειροσφαίρισης αποτελεί η χειροσφαίριση στην άμμο, γνωστότερη με την ξενική της ονομασία (μπιτς χάντμπολ). Το άθλημα αυτό παίζεται αποκλειστικά στην άμμο με ανάλογους κανονισμούς. Την τελευταία δεκαετία διεξάγονται και ευρωπαϊκά όπως επίσης και παγκόσμια πρωταθλήματα.

Αντισφαίριση

Η Αντισφαίριση, γνωστή με την ξενόγλωσση ονομασία τένις είναι ένα σύγχρονο αθλητικό παιχνίδι.

Οι παίκτες χρησιμοποιούν ρακέτες για να χτυπήσουν μια κοίλη λαστιχένια σφαίρα που καλύπτεται με χνουδωτό ύφασμα πέρα από ένα δίχτυ στο γήπεδο του αντιπάλου. Με προέλευση την Ευρώπη, προς το τέλος του 19ου αιώνα, η αντισφαίριση διαδόθηκε πρώτα σε όλο τον αγγλόφωνο κόσμο, ιδιαίτερα μεταξύ των ανώτερων κατηγοριών.

Η αντισφαίριση είναι για μια ακόμη φορά ολυμπιακό άθλημα και παίζεται σε όλα τα επίπεδα της κοινωνίας, από όλες τις ηλικίες, και σε πολλές χώρες σε όλο τον κόσμο.

Με εξαίρεση την υιοθέτηση της παράτασης (tie-break) στη δεκαετία του '70, οι κανόνες του έχουν παραμείνει εντυπωσιακά αμετάβλητοι από τα 1890's. Μαζί με τα εκατομμύρια παικτών του, εκατομμύρια θεατών παρακολουθούν την αντισφαίριση, ειδικά τα τέσσερα μεγάλα πρωταθλήματα (Grand Slam).

Ιστορική αναδρομή του τένις

Λένε ότι τα χρόνια του Μεσαίωνα σε μερικά μοναστήρια, μοναχοί έπαιζαν ένα άθλημα που θεωρείται ο πρόδρομος του σημερινού τένις. Η προέλευση της σύγχρονης αντισφαίρισης ξεκινά το 1856 όταν οι Alex Ryder και Joao Batista Pereira έπαιζαν ένα παιχνίδι που ονόμασαν pelota.

Οι Pereira, Dr. Frederick Haynes και Dr. A. Wellesley Tomkins δημιούργησαν την πρώτη λέσχη τένις το 1874 (Leamington Tennis Club) και καθόρισαν τους βασικούς κανόνες του παιχνιδιού. Αμέσως, το παιχνίδι αυτό διαδόθηκε στην Αγγλία και, από το 1881, σ' όλη την Ευρώπη.

Βλέποντας τις εμπορικές προοπτικές που έχει η αντισφαίριση, πατένταρε το 1874, ο Άγγλος ταγματάρχης Γουίκφηλντ ένα παρόμοιο με την αντισφαίριση παιχνίδι, όταν υπηρετούσε στην Ινδία, με τις ονομασίες sphairistike, από το ομόνυμο αρχαίοελληνικό άθλημα της σφαιριστικής, και tennis, αλλά απέτυχε στην καθιέρωση της πατέντας του. Η αντισφαίριση του Γουίκφηλντ βασίστηκε στο παλιότερο γαλλικό άθλημα της αντισφαίρισης εσωτερικού χώρου γνωστό ως indoor tennis ή real tennis.

Το πρώτο τουρνουά αντισφαίρισης καταγράφεται στο Γουίμπλεντον, στο Λονδίνο το 1877.

Το 1881 δημιουργήθηκε στις Η.Π.Α. ο σύλλογος United States National Lawn Tennis Association με σκοπό να τυποποιήσει τους κανόνες και να διοργανώσει τουρνουά αντισφαίρισης.

Το πρώτο γυναικείο τουρνουά αντισφαίρισης διοργανώθηκε το 1887 στις Η.Π.Α.

Στην Ελλάδα η αντισφαίριση χρονολογείται από το 1896.

Το Davis Cup, το παγκόσμιο πρωτάθλημα αντισφαίρισης αντρων (μεταξύ χωρών) και ξεκινά το 1900. Για τις γυναίκες υπάρχει αντίστοιχο πρωτάθλημα, το λεγόμενο Fed Cup.

Το 1926 ο C.C. Pyle δημιούργησε το πρώτο επαγγελματικό τουρνουά αντισφαίρισης, με Αμερικανούς και Γάλλους τενίστες που έπαιζαν παιχνίδια επίδειξης μπροστά σε κοινό. Εκείνη την περίοδο αν κάποιος τενίστας γίνονταν επαγγελματίας δεν μπορούσε να συμμετέχει στα ερασιτεχνικά πρωταθλήματα.

Το 1968 κατόπιν εμπορικών πιέσεων ο περιορισμός αυτός καταργήθηκε και δημιουργήθηκε η ανοιχτή εποχή (open era) στο τένις, όπου μπορούσε οποιοσδήποτε αθλητής να αγωνιστεί σε όποιο τουρνουά ήθελε. Μετά το 1968 οι καλύτεροι αθλητές της αντισφαίρισης μπορούν να ζουν από τον αθλητισμό. Στην ανοιχτή εποχή με την καθιέρωση παγκόσμιου πρωταθλήματος αντισφαίρισης, η αντισφαίριση διαδόθηκε σε όλο τον κόσμο και έχασε την εικόνα που είχε ως άθλημα της υψηλής κοινωνίας.

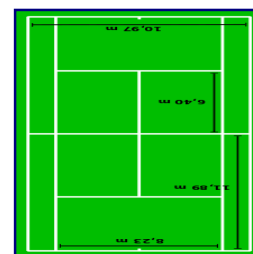
Ορολογία αντισφαίρισης



Ο Ρότζερ Φέντερερ ετοιμάζεται για χτύπημα "forehand"

- ♣ Η λέξη τένις προέρχεται από την Γαλλική λέξη tenez (από το ρήμα tenir) που φώναζαν οι Γάλλοι παίκτες όταν ήταν να σερβίρουν.
- ♣ Η λέξη ρακέτα προέρχεται από την Αραβική λέξη rakhat που σημαίνει η παλάμη του χεριού.
- ♣ Η λέξη deuce (ισοπαλία) προέρχεται από την Γαλλική φράση à deux le jeu που σημαίνει ότι και στους δύο είναι το παιχνίδι.
- ♣ Η λέξη love (μηδέν) μπορεί να προέρχεται από την Γαλλική λέξη l'œuf που σημαίνει αυγό, από το σχήμα του μηδέν.

Περιγραφή της αντισφαίρισης



Οι διαστάσεις του γηπέδου αντισφαίρισης.

Η αντισφαίριση είναι άθλημα στο οποίο αγωνίζονται δύο ή τέσσερις παίκτες. Αν οι αντίπαλοι είναι δύο, το παιχνίδι λέγεται απλό, ενώ αν είναι τέσσερις (ένα ζευγάρι σε κάθε πλευρά), λέγεται διπλό (double) και σε αυτή την περίπτωση προστίθονται στο παιχνίδι και οι εξωτερικές γραμμές του γηπέδου.

Το γήπεδο

Ο αγώνας διεξάγεται σε ειδικό γήπεδο, το οποίο χωρίζεται στη μέση με δίχτυ ύψους 91 εκ.

Τύποι γηπέδων

Τα γήπεδα χωρίζονται σε τρεις βασικές κατηγορίες ανάλογα με την επιφάνεια τους.

- ▲ Σκληρά γήπεδα. Η πλειοψηφία των γηπέδων στον κόσμο. Σε αυτήν την κατηγορία ανήκει το Αυστραλιανό Όπεν που διεξάγεται στο Melbourne Park και το U.S. Open που διεξάγεται στο USTA National Tennis Center (ακρυλική επιφάνεια).
- ▲ Χωμάτινα γήπεδα. Στην Ευρώπη τα περισσότερα γήπεδα ανήκουν σε αυτήν την κατηγορία. Σε αυτήν την κατηγορία ανήκει το French Open που διεξάγεται στο Ρολάν Γκαρός (Stade de Roland Garros).
- ▲ Γήπεδα με χόρτο. Τέτοια γήπεδα υπάρχουν κυρίως στην Αγγλία. Σε αυτήν την κατηγορία ανήκει το Γουίμπλετον. Η δυσκολία στην συντήρησή τους έχει οδηγήσει σε πολλά γήπεδα να καταργούν το χόρτο και να βάζουν άλλη επιφάνεια (συνήθως σκληρή).

Οι μπάλες του τένις είναι ελαστικές, λαστιχένιες, ντυμένες με χνουδωτό ύφασμα, με διάμετρο 65 χιλιοστά και βάρος 55-60 γραμμάρια. Το μέγεθος της ρακέτας δεν είναι καθορισμένο. Έχει μήκος 65-70 εκατοστά.

Το παιχνίδι



Η Τζάστιν Χένιν σε χτύπημα "βολέ"

Κάθε αγώνας χωρίζεται σε σετ. Οι γυναίκες χρειάζονται δύο νικηφόρα σετ, ενώ οι άντρες συνήθως τρία νικηφόρα σετ για να κερδίσουν έναν αγώνα.

Κάθε σετ κερδίζεται με έξι τουλάχιστον νικηφόρα games (παιχνίδια). Χρειάζεται να υπάρχει διαφορά δυο γκέιμ για να κερδηθεί ένα σετ, εκτός των περιπτώσεων που το σετ έχει έρθει ισόπαλο 6-6. Η νίκη του σετ τότε καθορίζεται με παράταση (tie-break). Στην παράταση μετρούνται οι κερδισμένοι βαθμοί και όποιος φτάσει τους 7 βαθμούς και έχει διαφορά 2 βαθμών από τον αντίπαλο κερδίζει το γκέιμ και συνεπώς το σετ. Υπάρχει η τάση τα σετ να καθορίζονται σε παράταση (tie-break) εκτός από από το τελευταίο σετ το οποίο συνεχίζεται να παίζεται μέχρι να επιτευχθεί η διαφορά των δύο γκέιμ. Στα διπλά παιχνίδια συνήθως αντί για τρίτο σετ πηγαίνουν κατ' ευθείαν σε διαδικασία παράτασης (tie-break) στο οποίο κερδίζει όποιος φτάσει πρώτος τους 10 βαθμούς με διαφορά 2 βαθμών.

Τουρνουά αντισφαίρισης

Αναφορά στα τουρνουά αντισφαίρισης που διεξάγονται γίνεται στην σελίδα Κατάλογος τουρνουά αντισφαίρισης.

Τρόποι χτυπήματος της μπάλας στην αντισφαίριση

Ο τενίστας έχει οκτώ βασικά χτυπήματα στην διάθεση του κατά την διάρκεια του αγώνα: το

σερβίς, forehand, backhand, βολέϊ, half-volley, overhead smash, drop shot, και το lob.

Το σερβίς

Είναι το χτύπημα το οποίο χρησιμοποιεί ο τενίστας για να ξεκινήσει ένα πόντο.

Υπάρχουν διάφοροι τρόποι σερβίς:

- ▲ Flat Σερβίς
- ▲ Topspin Σερβίς (Μερικές φορές αποκαλείται και "Kick/Kicker" σερβίς. Μερικές φορές το μπερδέουν με το "American Twist" σερβίς, μια και οι δύο τύποι σερβίς αποκαλούνται "Kick/Kicker" σερβίς.)
- ▲ American Twist/Twist Σερβίς (Επίσης, μερικές φορές αποκαλείται και "Kick/Kicker" σερβίς, το οποίο δημιουργεί σύγχυση.)
- ▲ Slice/Slider/Sidespin Σερβίς
- ▲ Topspin-Slice Σερβίς
- ▲ Reverse Slice/Reverse Slider/Reverse Sidespin Σερβίς
- ▲ Reverse Twist/Reverse American Twist Σερβίς
- ▲ Reverse Topspin-Slice Σερβίς

Forehand

Για τον δεξιόχειρα παίκτη το forehand είναι το χτύπημα που ξεκινά από την δεξιά πλευρά του κορμού, συνεχίζει μπροστά στον κορμό του ενώ γίνεται η επαφή με την μπάλα, και τελειώνει με το χέρι στην αριστερή πλευρά του κορμού του.

Backhand

Για τον δεξιόχειρα παίκτη το backhand είναι το χτύπημα που ξεκινά από την αριστερή πλευρά του κορμού, συνεχίζει μπροστά στον κορμό του ενώ γίνεται η επαφή με την μπάλα, και τελειώνει με το χέρι στην δεξιά πλευρά του κορμού του.

Βολέ

Το χτύπημα βολέ πραγματοποιείται πριν η μπάλα αναπηδήσει στο έδαφος, συνήθως πραγματοποιείται κοντά στο φιλέ.

Half-Volley

Το χτύπημα half-volley πραγματοποιείται όταν η επαφή με την μπάλα γίνεται αμέσως μετά την αναπήδηση, κατά την διάρκεια ανόδου της μπάλας, συνήθως και αυτό το χτύπημα πραγματοποιείται κοντά στο φιλέ.

Overhead smash

Το overhead smash είναι ένα δυνατό χτύπημα πάνω από το ύψος του κεφαλιού που μοιάζει με το σερβίς.

Drop shot

Όταν ο αντίπαλος βρίσκεται μακριά από το φιλέ ο παίχτης μπορεί να επιλέξει ένα χτύπημα drop shot. Αυτό πραγματοποιείται με ελαφρό άγγιγμα της μπάλας ώστε μόλις να περάσει το φιλέ και ο αντίπαλος να μην προλάβει να τρέξει για την φτάσει εγκαίρως.

Lob

Όταν ο αντίπαλος βρίσκεται κοντά στο φιλέ μπορεί να επιλεγεί ένα χτύπημα lob. Αυτό πραγματοποιείται στέλνοντας την μπάλα ψηλά πάνω από το κεφάλι του αντιπάλου στο πίσω μέρος του γηπέδου, και αναγκάζοντας το αντίπαλο να τρέξει στο πίσω μέρος του γηπέδου προσπαθώντας να προλάβει την μπάλα. Αυτό δίνει στο παίχτη χρόνο για να προετοιμάσει την άμυνα του στην επόμενη βολή. Υπάρχει ο κίνδυνος η βολή να μην είναι αρκετά ψηλά και ο αντίπαλος να καταφέρει ένα overhead smash.

Λαβές ρακέτας

Κατά την διάρκεια των χτυπημάτων ο παίχτης έχει στην επιλογή του διάφορους τρόπους πιασίματος της ρακέτας. Αυτές ονομάζονται continental, semi-western, western, extreme western ή eastern.

Πρωταθλητισμός και ψυχολογία

Ο γνωστός αθλητικός ψυχολόγος Glyn Roberts τονίζει ότι, η υπερβολική σημασία που δίνεται στο αποτέλεσμα και η μικρή έμφαση στην ορθή εκμάθηση ενός αθλήματος, είναι ένας από τους πρωταρχικούς παράγοντες, εξαιτίας των οποίων οι νεαροί αθλητές δεν απολαμβάνουν την ενασχόλησή τους με το τένις και σταματούν να ασχολούνται μ' αυτό. Σύμφωνα με τον Dr. Glyn Roberts, το 80% των παιδιών μεταξύ 12 και 18 χρονών εγκαταλείπουν την ενεργό αθλητική δράση, όταν αυτή έχει έντονο ανταγωνιστικό χαρακτήρα. Οι περισσότεροι από αυτούς που εγκαταλείπουν το τένις, έχουν ως κυρίαρχο ή μοναδικό στόχο τους τη νίκη.

Επιτραπέζια αντισφαίριση

Η επιτραπέζια αντισφαίριση (πινγκ πονγκ, πινγκ-πονγκ ή και πιγκ-πογκ) είναι ένα από τα δημοφιλέστερα αθλήματα στον κόσμο. Η καταγωγή της είναι από την Κορέα. Παίζεται σε εσωτερικό χώρο και απαιτεί σχετικά μικρό κόστος εξοπλισμού. Αν και έχει αρκετές ομοιότητες με το τέννις (κυρίως

ως προς τους κανονισμούς), η σύγκριση μεταξύ τους σταματά εδώ. Το βάρος της μπάλας, η μικρή περιοχή του τραπέζιού, ο περιορισμένος χρόνος αντίδρασης κάνουν το παιχνίδι αρκετά σύνθετο και δύσκολο, ενώ απαιτείται, όσο και αν φαίνεται περίεργο, ιδιαίτερα καλή φυσική κατάσταση.

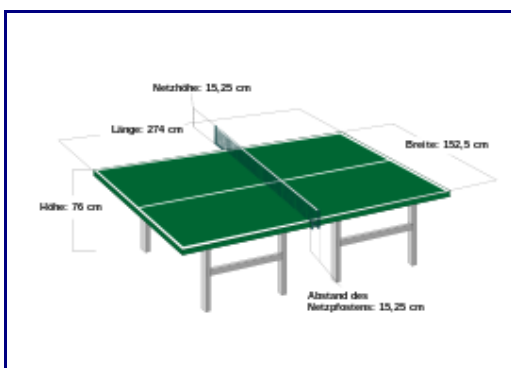
Εξοπλισμός



Μπάλα

Οι διεθνείς κανόνες ορίζουν ότι το παιχνίδι παίζεται με μια ελαφριά (2,7 γραμμ.) με διάμετρο 40 mm μπάλα. Οι κανόνες ορίζουν ότι η μπάλα πρέπει να αναπηδήσει έως 24-26cm, όταν πέφτει από ύψος 30,5 cm πάνω στο τραπέζι. Η μπάλα των 40 mm καθιερώθηκε μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2000. Μια μπάλα 40 mm είναι πιο αργή και περιστρέφεται λιγότερο από την κανονική μπάλα 38 mm (1,5 ίντσας). Η μπάλα είναι κατασκευασμένη από πλαστικό υψηλής αναπήδησης (celluloid) ή παρόμοια πλαστικά υλικά, χρώματος πορτοκαλί ή λευκού. Ανάλογα με το χρώμα του τραπέζιού επιλέγεται η σωστή μπάλα. Στο μπλε τραπέζι χρησιμοποιείται πορτοκαλί μπάλα επειδή διακρίνεται καλύτερα από το μάτι, ενώ στο πράσινο τραπέζι λευκή. Τα αστερία στην μπάλα υποδεικνύουν την ποιότητά της. Οι μπάλες τριών αστεριών που φέρουν το σήμα ITTF (International Table Tennis Federation) χρησιμοποιούνται σε διεθνείς και επίσημους αγώνες.

Τραπέζι



Παρουσίαση του τραπέζιου επιτραπέζιας αντισφαίρισης με τις επίσημες διαστάσεις

Η επιτραπέζια αντισφαίριση παίζεται σε τραπέζι φτιαγμένο από ξύλο ή σύνθεση ξύλου και μετάλλου. Η επιφάνεια του τραπέζιου είναι ματ χρώματος σκούρου πράσινου ή μπλε. Το τραπέζι έχει μήκος 275cm, πλάτος 152.5cm και ύψος 76cm. Χωρίζεται σε δύο μέρη από το φιλέ που χωρίζει το τραπέζι σε δύο γήπεδα. Το φιλέ έχει ύψος 15.25cm και εκτείνεται 15.25cm πέρα από κάθε πλευρά του τραπέζιου.

Ρακέτα

Η ρακέτα αποτελείται από δύο μέρη: το ξύλο και τα λάστιχα. Υπάρχουν διάφορα είδη λάστιχων και ξύλων. Για παράδειγμα υπάρχουν επιθετικά, αμυντικά ή άλλα ξύλα, όπως επίσης υπάρχουν και λάστιχα με λεία επιφάνεια και επιφάνεια με δοντάκια. Το στυλ παιχνιδιού του παίκτη είναι ο οδηγός για την αγορά της κατάλληλης ρακέτας.

Τρόπος παιχνιδιού

Σερβίς

Στο παιχνίδι ένας πόντος ξεκινάει με τον παίκτη να σερβίρει την μπάλα. Στεκόμενος πίσω από την γραμμή του τραπέζιου, με την μπάλα στην παλάμη του ενός χεριού και την ρακέτα στην άλλη, ο παίκτης που σερβίρει πετάει την μπάλα προς τα πάνω, χωρίς να της δίνει φάλτσο, τουλάχιστον 15 εκατοστά.

Ο παίκτης τότε πρέπει να χτυπήσει την μπάλα με τέτοιο τρόπο, ώστε να αναπηδήσει μία φορά στο δικό του μισό του τραπέζιου και τουλάχιστον μία φορά σε αυτό του αντιπάλου. Εάν η μπάλα χτυπήσει στο φιλέ, αλλά δεν χτυπήσει στην μεριά του αντιπάλου, τότε ο αντίπαλος κερδίζει τον πόντο. Όμως αν η μπάλα χτυπήσει στο φιλέ και παρόλα αυτά προχωρήσει και αναπηδήσει στην άλλη πλευρά, τότε έχουμε net. Σε αυτή την περίπτωση το παιχνίδι σταματά και ο παίκτης ξανασερβίρει την μπάλα. Ένας παίκτης μπορεί να κάνει οποιονδήποτε αριθμό net χωρίς να υπάρχει κάποια ποινή.

Αν το σερβίς είναι "καλό", τότε ο αντίπαλος πρέπει να κάνει μια "καλή" επιστροφή επιστρέφοντας την μπάλα, προτού αυτή αναπηδήσει δεύτερη φορά. Η επιστροφή ενός σερβίς είναι ένα από τα δυσκολότερα σημεία ενός αγώνα, μια και η πρώτη κίνηση του παίκτη είναι συχνά και η λιγότερο προβλέψιμη.

Πόντοι

Ένα σετ κερδίζεται από τον παίκτη (ή το ζευγάρι στο διπλό) που θα φθάσει πρώτος τους 11 πόντους, εκτός εάν το σκορ φθάσει 10-10, οπότε και χρειάζεται διαφορά 2 πόντων για να κριθεί το σετ. Ένας αγώνας τελειώνει στα τρία ή τα πέντε νικηφόρα σετ.

Ο αθλητής χάνει πόντο όταν:

- ▲ Αποτυγχάνει να κάνει ένα καλό service.
- ▲ Αποτυγχάνει να επιστρέψει επιτυχώς την μπάλα του αντιπάλου.
- ▲ Η μπάλα χτυπήσει δύο φορές στο γήπεδό του.
- ▲ Σε κάποιες περιπτώσεις κατά τη διάρκεια του service.

Επιτυχημένη απόκρουση

Μια επιτυχημένη απόκρουση είναι το χτύπημα της μπάλας με τη ρακέτα, αφού αυτή έχει αναπηδήσει μία φορά στο γήπεδό μας έτσι, ώστε να επιστρέψει στο γήπεδο του αντιπάλου. Φυσικά η μπάλα επιτρέπεται να χτυπήσει στο φιλέ κατά τη διάρκεια της απόκρουσης, αρκεί να περάσει από τη μεριά του αντιπάλου. Εντούτοις, αν η μπάλα ακουμπήσει το φιλέ (περνώντας από την αντίπαλη μεριά) κατά τη διάρκεια του service, τότε αυτό επαναλαμβάνεται.

Σειρά στα service

Η σειρά στα service αλλάζει κάθε 2 πόντους. Αυτό συνεχίζεται μέχρι ένας παίκτης να κερδίσει το σετ. Μετά το τέλος του σετ, οι παίκτες αλλάζουν γήπεδα και ο παίκτης που σέρβιρε πρώτος στην αρχή του προηγούμενου σετ αποκρούει πρώτος. Στο διπλό οι κανόνες στην αλλαγή του service και του γηπέδου είναι οι ίδιοι όπως και στο απλό, με τη διαφορά ότι το service εκτελείται πάντα από την δεξιά μεριά και πάντα διαγώνια. Κάθε δύο πόντους αυτός που κάνει το service αλλάζει με τον συμπαίκτη του έτσι, ώστε ο άλλος να αποκρούσει το service του αντιπάλου. Στο διπλό οι μπαλιές παίζονται με συγκεκριμένη σειρά. Όταν ένα ζευγάρι κάνει το service, ο ένας κάνει το service και ο άλλος αποκρούει την μπάλα που έρχεται από τον αντίπαλο κοκ.

Εξαιτίας της απατηλής του απλότητας οι περισσότεροι από αυτούς που έχουν οι καλοί παίκτες οφείλουν να διατηρούν σε εξαιρετικά επίπεδα τη φυσική τους κατάσταση.

παίζει επιτραπέζια αντισφαίριση τείνουν να μην το παίρνουν στα σοβαρά.

Εντούτοις υπάρχουν πάρα πολλά τα οποία πρέπει να έχει κανείς υπόψη του για να μπορέσει να παίξει επιτραπέζια αντισφαίριση. Για παράδειγμα υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία τεχνικών χτυπημάτων και φάλτσων τα οποία κάνουν το παιχνίδι αρκετά συναρπαστικό, αλλά ταυτόχρονα και πολύ δύσκολο. Ο καλύτερος τρόπος να μάθει κανείς επιτραπέζια αντισφαίριση είναι να πάει σε κάποιο σωματείο ή να αρχίσει με κάποιον προπονητή.

Η επιτραπέζια αντισφαίριση προσφέρει το πλεονέκτημα ότι μπορεί να παίζεται και από παίκτες προχωρημένης ή ακόμα και πολύ προχωρημένης ηλικίας. Τέτοιοι παίκτες, όπως είναι φυσικό, στηρίζονται κυρίως στην τεχνική και λιγότερο στη δύναμη και τη ταχύτητα. Ωστόσο

Υδατοσφαίριση



Διεθνής αγώνας water polo

Η Υδατοσφαίριση είναι ομαδικό άθλημα, το οποίο διεξάγεται σε πισίνα, από δύο επταμελείς ομάδες - έξι παίκτες και έναν τερματοφύλακα. Ο σκοπός του παιχνιδιού είναι η επίτευξη τερμάτων με την ρίψη της μπάλας μέσα στο δίκτυ που φυλάσσεται από τον τερματοφύλακα, και νικήτρια είναι η ομάδα με τα περισσότερα τέρματα. Το παιχνίδι έχει ομοιότητες με τη χειροσφαίριση και το χόκεϊ επί πάγου.

Ιστορία

Διεξάγεται από το 1926[εκκρεμεί παραπομπή], αν και από τότε έχει αλλάξει πολύ. Συχνά οι κανονισμοί αλλάζουν, σε μια προσπάθεια της διεθνούς ομοσπονδίας να κάνει το άθλημα πιο κινητικό και θεαματικό. Σύμφωνα με μια φήμη, κάποτε στις Ινδίες Άγγλοι έφιπποι παίζοντας το πόλο από στραβό χτύπημα έστειλαν τη μπάλα σε παρακείμενη λίμνη. Οι πολίστες βρήκαν την ευκαιρία να βουτήξουν στο νερό για να δροσιστούν και να πιάσουν τη μπάλα και διαπίστωσαν ότι μπορεί να γίνει ένα ανάλογο παιχνίδι μέσα στο νερό. Έτσι, με μια μικρή μπάλα του πόλο παίχτηκε για πρώτη φορά πόλο σε πισίνα που είχε για τέρματα δυο βάρκες σε απόσταση 50 μέτρων.

Αργότερα ο χώρος μίκρυνε και η μπάλα μεγάλωσε. Άγγλοι κολυμβητές με φανατικότερο τον Ουίλσον από τη Γλασκώβη οργάνωσαν τους πρώτους ανεπίσημους αγώνες το 1876. Σε 10 χρόνια συντάχθηκαν οι πρώτοι κανονισμοί και έγιναν οι πρώτοι αγώνες του πρωταθλήματος. Το 1890 παίχτηκε σε ανοικτό κολυμβητήριο του Κένσιγκτον ο πρώτος διεθνής αγώνας μεταξύ της Αγγλίας και της Σκωτίας. Υπήρχε μεγάλος φανατισμός και οι Άγγλοι κέρδισαν με 4-0. Ο θόρυβος που δημιουργήθηκε

διέδωσε το άθλημα στην Ουαλία και την Ιρλανδία. Το 1901 έγινε και ο πρώτος διεθνής αγώνας στη Βιέννη με αντιπάλους μια ομάδα της Ουγγαρίας και τη Βίνερ Ατλέτικ σπορ κλαμπ και το πόλο προστέθηκε στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών αγώνων το 1900. Μέχρι το 1930 στις ΗΠΑ ήταν δημοφιλής μια παραλλαγή του αθλήματος όπου παιζόταν με μισοφουσκωμένη μπάλα και είχε αντικειμενικό σκοπό την κατοχή της για όσο το δυνατό μεγαλύτερο διάστημα.

Για πολλά χρόνια η Ουγγαρία ήταν η βασίλισσα της Ευρώπης και του κόσμου. Κατέκτησε τον τίτλο 10 φορές στις 14 πρώτες διοργανώσεις. Στη συνέχεια ξεπετάχτηκε η πρώην Σοβιετική Ένωση και η Γερμανία. Από το 1985 συμπεριλήφθηκε στο πρόγραμμα και η υδατοσφαίριση γυναικών με πρώτη πρωταθλήτρια την Ολλανδία.

Κανόνες

Η υδατοσφαίριση είναι ομαδικό άθλημα και παίζεται σε πισίνες από δυο ομάδες κολυμβητών. Κάθε ομάδα έχει 13 παίκτες από τους οποίους συμμετέχουν οι επτά και αντικειμενικός σκοπός της είναι να στείλει την μπάλα στα δίχτυα της αντίπαλης ομάδας. Οι παίκτες, εκτός του τερματοφύλακα, επιτρέπεται να χρησιμοποιούν μόνο το ένα χέρι στην προώθηση ή τη μεταβίβαση της μπάλας που μοιάζει με εκείνη του ποδοσφαίρου.

Κάθε αγώνας έχει τέσσερις περιόδους από οκτώ (8) λεπτά πραγματικού παιχνιδιού. Η επίθεση κάθε ομάδας διαρκεί 30. *Ανάμεσα στις περιόδους γίνεται μια δίλεπτη διακοπή ώστε οι ομάδες να αλλάζουν τέρματα. Σε περίπτωση ατυχήματος ή τραυματισμού ο διαιτητής μπορεί να παρατείνει τον αγώνα μέχρι και τρία λεπτά. Αν το ματς τελειώσει ισόπαλο και οπωσδήποτε πρέπει να υπάρχει νικητής γίνεται μια πεντάλεπτη διακοπή και ακολουθούν δυο τρίλεπτες περίοδοι πραγματικού παιχνιδιού, δηλαδή σταματάει ο χρόνος σε φάουλ, πέναλτι και άλλα με διάλειμμα ενός λεπτού. Όποια ομάδα σκοράρει θα είναι η νικήτρια.*

Σήμερα έχουν γίνει αρκετές τροποποιήσεις σε αυτό το άθλημα. Κάθε αγώνας έχει τέσσερις περιόδους από 8 λεπτά, ανάμεσα από την 1η και 2η περίοδο έχει 1 λεπτό διάλειμμα, ανάμεσα στην 2η και 3η υπάρχει ημίχρονο που διαρκεί πέντε λεπτά στο οποίο οι ομάδες αλλάζουν εστίες και ανάμεσα στην 3η και τέταρτη υπάρχει διάλειμμα ενός λεπτού.

Γκολ επιτυγχάνεται όταν ολόκληρη η μπάλα περάσει τη γραμμή του τέρματος που βρίσκεται ανάμεσα στα κάθετα και το οριζόντιο δοκάρι της εστίας, με την προϋπόθεση ότι δεν προωθήθηκε με γροθιά και ότι την άγγιξαν τουλάχιστον δυο παίκτες εκτός του τερματοφύλακα. Επίσης γκολ επιτυγχάνεται και όταν ένας αθλητής περάσει τη γραμμή του τέρματος της ομάδας του μαζί με τη μπάλα. Νικήτρια είναι η ομάδα που πετυχαίνει τα περισσότερα γκολ. Κατάλληλα χρώματα θεωρούνται το άσπρο για τη γραμμή του τέρματος που πρέπει να απέχει τουλάχιστον 30 εκ. από το άκρο της πισίνας, το άσπρο για τη γραμμή της σέντρας που χωρίζει την πισίνα σε δυο ίσα μέρη, το κόκκινο για τη γραμμή του κόρνερ που απέχει δυο μέτρα από τη γραμμή του τέρματος και το κίτρινο για τη γραμμή του πέναλτι που απέχει πέντε μέτρα από

τη γραμμή του τέρματος. Στην πλευρά της πισίνας όπου κινούνται οι κριτές τερμάτων τοποθετείται δυο μέτρα μακριά από κάθε γωνία ένα ευδιάκριτο χρωματιστό σημάδι. Για το διαιτητή πρέπει να υπάρχει αρκετός ελεύθερος χώρος, έτσι ώστε να κινείται από το ένα ως το άλλο άκρο της μιας πλευράς της πισίνας, καθώς και για τους δυο κριτές τερμάτων που βρίσκονται στο ύψος των γραμμών του τέρματος. Τα τέρματα πρέπει να είναι άσπρα, να επιπλέουν στο νερό, να είναι γερά συναρμολογημένα και να μη λυγίζουν. Έχουν άνοιγμα τριών μέτρων, ενώ το οριζόντιο δοκάρι πρέπει να βρίσκεται 90 εκ. πάνω από την επιφάνεια του νερού (όταν το νερό έχει βάθος πάνω από 1,5 μέτρα) ή 2.40 από το βυθό της πισίνας (όταν το νερό έχει βάθος λιγότερο από 1,5 μέτρα). Τα τέρματα είναι εφοδιασμένα με δίχτυ.

Η μπάλα έχει περιφέρεια 68 ως 71 εκ. και βάρος 400 ως 450 γραμμάρια. Πρέπει να είναι στρογγυλή, καλά φουσκωμένη και εντελώς αδιάβροχη. Απαγορεύεται η επικάλυψή της με γράσο ή παρόμοιο υλικό. Οι κολυμβητές των δύο ομάδων πρέπει να φοράνε διαφορετικά σκουφάκια, συνήθως μπλε και άσπρο για να διακρίνονται και να μη μπερδεύονται οι αντίπαλοι. Αν κάποιος παίκτης χάσει το σκούφο πρέπει να περιμένει μια διακοπή για να βρει ή να τον αντικαταστήσει με άλλο. Ο τερματοφύλακας έχει τον αριθμό 1 και οι άλλοι παίκτες από το 2 μέχρι και το 13. Οι αθλητές φοράνε μαγιό και απαγορεύεται να έχουν πάνω τους οποιοδήποτε αντικείμενο, ενώ δεν μπορούν να αλειφθούν με λάδι.



Ένα σκουφί πόλο.

Το σκουφάκι του πόλο πρέπει να έχει πλαστικά προστατευτικά για τα αυτιά, με τρύπες για να ακούγεται η σφυρίχτρα του διαιτητή κάτω από το νερό και να δένεται καλά από τον παίκτη. Συνήθως είναι μπλε ή άσπρο.



Ποδόσφαιρο

Υψιστη διοικητική αρχή

Άλλο όνομα

Πρώτο παιχνίδι

Επαφή

Μέλη ομάδας

Μικτών φύλων

Κατηγοριοποίηση

Εξοπλισμός

Χώρος διεξαγωγής

Ολυμπιακό Άθλημα

Παραολυμπιακό Άθλημα

Χώρα ή περιοχή

ΦΙΦΑ

«Ο βασιλιάς των σπορ»

Μέσα του 19ου αιώνα στην Αγγλία

Χαρακτηριστικά

Ναι

11 κάθε ομάδα

Ναι, διαφορετικές διοργανώσεις

, Αθλήματα με μπάλα

Μπάλα ποδοσφαίρου

Γήπεδο ποδοσφαίρου

Ναι, από τους Ολυμπιακούς Αγώνες 1936

Ομαδικά αθλήματα Όχι

Παγκόσμια

Το ποδόσφαιρο είναι ομαδικό άθλημα, που παίζεται ανάμεσα σε δύο ομάδες των έντεκα παικτών με μία σφαιρική μπάλα. Αποτελεί το πιο δημοφιλές άθλημα στον κόσμο. Στις αρχές του 21ου αιώνα, το ποδόσφαιρο παιζόταν από περισσότερους από 250 εκατομμύρια ποδοσφαιριστές σε περισσότερα από 200 κράτη. Το παιχνίδι παίζεται σε ένα ορθογώνιο γήπεδο που καλύπτεται από γρασίδι, με δύο τέρματα στο μέσον κάθε μιας από τις μικρές πλευρές του γηπέδου. Σκοπός του παιχνιδιού είναι οι παίκτες να οδηγήσουν την μπάλα στο αντίπαλο τέρμα, δηλαδή να επιτύχουν (σκοράρουν) γκολ (από την αγγλική λέξη goal που σημαίνει σκοπός).

Το παιχνίδι παίζεται σε όλα τα επίπεδα, από φιλικά παιχνίδια λίγων (όχι κατ' ανάγκη έντεκα με έντεκα) παιδιών, χωρίς θεατές και σε ένα οποιοδήποτε μεγέθους πεδίο, με δύο ζεύγη αντικειμένων σαν δοκάρια του τέρματος, χωρίς να ρυθμίζεται αυστηρά από τους κανονισμούς, μέχρι επαγγελματικά παιχνίδια μεταξύ ομάδων με επαγγελματίες ποδοσφαιριστές, με την παρουσία περισσότερων από 100.000 ενθουσιωδών θεατών, σε ένα κατάλληλα διαμορφωμένο, πολυτελές ποδοσφαιρικό γήπεδο.

Γενικά, οι τερματοφύλακες είναι οι μόνοι παίκτες που επιτρέπεται να ακουμπήσουν τη μπάλα με τα χέρια (εκτός και αν η μπάλα βγει εκτός αγωνιστικού χώρου, οπότε οι παίκτες πρέπει να επανεκκινήσουν το παιχνίδι με πλάγιο άουτ, ρίχνοντας τη μπάλα με τα χέρια). Οι υπόλοιποι παίκτες χρησιμοποιούν κυρίως τα πόδια τους για να κλωστήσουν τη μπάλα, αλλά και τον κορμό ή το κεφάλι τους. Η ομάδα που θα επιτύχει τα περισσότερα γκολ ως το τέλος του παιχνιδιού, κερδίζει. Εάν οι δύο ομάδες πετύχουν τον ίδιο αριθμό τερμάτων, τότε το παιχνίδι τελειώνει με ισοπαλία ή το παιχνίδι οδηγείται στην παράταση ή/και στα πέναλτι, ανάλογα με τη μορφή της διοργάνωσης. Οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού είχαν αρχικά κωδικοποιηθεί στην Αγγλία από την Ένωση Ποδοσφαίρου Αγγλίας (The Football Association) το 1863 και έχουν εξελιχθεί από τότε. Το ποδόσφαιρο διοικείται διεθνώς από τη ΦΙΦΑ (FIFA-Fédération Internationale de Football Association), η οποία διεξάγει την κορυφαία ποδοσφαιρική διοργάνωση, το Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου, κάθε τέσσερα χρόνια.

Ετυμολογία και ονομασίες

Οι κανονισμοί του ποδοσφαίρου κωδικοποιήθηκαν στην Αγγλία, χώρα γέννησης και ανάπτυξης του σύγχρονου ποδοσφαίρου, από την Ένωση Ποδοσφαίρου Αγγλίας (The Football Association) το 1863. Στην αγγλική γλώσσα χρησιμοποιείται ο όρος association football για να γίνεται διάκριση μεταξύ άλλων μορφών ποδοσφαίρου που διεξάγονταν την εποχή εκείνη και ειδικότερα από το ράγκμπι (rugby football).[6] Επίσης, στην αγγλική γλώσσα χρησιμοποιείται ο όρος soccer που προέρχεται από την Αγγλία και πρωτοεμφανίστηκε τη δεκαετία του 1880 από τη σύντμηση των λέξεων Social Ceremony, που στα ελληνικά σημαίνει «κοινωνική τελετή».[7]. Μερικές άλλες πηγές αναφέρουν ότι η λέξη soccer προήλθε από συντομογραφία της λέξης Association (έτσι αποκαλούσαν αρχικώς το ποδόσφαιρο για να υπάρχει διάκριση από το ράγκμπι) με την προσθήκη της κατάληξης -er, αρχικά ως Assoccer και αργότερα ως soccer.[8] Στη σύγχρονη εποχή, στις αγγλόφωνες χώρες, ο όρος football χρησιμοποιείται αντί του όρου association football στο Ηνωμένο Βασίλειο και soccer στον Καναδά και στις ΗΠΑ[8]. Σε άλλες αγγλόφωνες χώρες, όπως η Αυστραλία και η Νέα Ζηλανδία μπορεί να χρησιμοποιούνται και οι δύο όροι[8][9] ή να υπάρχουν και τοπικά ονόματα για το άθλημα.

Τρόπος διεξαγωγής



Ένας τερματοφύλακας αποκρούει σουτ μέσα στη μεγάλη περιοχή

Το ποδόσφαιρο παίζεται βάσει ενός συνόλου κανόνων οι οποίοι είναι γνωστοί ως Κανονισμοί του Παιχνιδιού. Το παιχνίδι παίζεται με τη χρήση μιας σφαιρικής μπάλας, που είναι γνωστή ως μπάλα ποδοσφαίρου. Δύο ομάδες των έντεκα ποδοσφαιριστών διαγωνίζονται για να πάρουν τη μπάλα στο τέρμα της αντίπαλης ομάδας (μεταξύ των κάθετων δοκαριών και κάτω από το οριζόντιο), πετυχαίνοντας ένα γκολ (νοούμενου ότι προηγουμένως δεν έχει σημειωθεί παράβαση των κανονισμών του παιχνιδιού από την ομάδα που σημείωσε το τέρμα). Η ομάδα που έχει πετύχει τα περισσότερα τέρματα στο τέλος του παιχνιδιού είναι η νικήτρια ομάδα. Αν και οι δύο ομάδες έχουν σκοράρει ίσο αριθμό γκολ τότε το παιχνίδι λήγει ισόπαλο. Σε κάθε ομάδα υπάρχει ένας ποδοσφαιριστής σε ρόλο αρχηγού, με τους Κανόνες του Παιχνιδιού να ορίζουν ως τη μοναδική του ευθύνη να συμμετέχει στην κλήρωση πριν από το εναρκτήριο λάκτισμα ή το πέναλτι.

Ο κύριος κανονισμός του ποδοσφαίρου είναι ότι όλοι οι παίκτες εκτός από τον τερματοφύλακα δεν μπορούν να χειριστούν σκόπιμα τη μπάλα με τα χέρια τους (δηλαδή από τον ώμο μέχρι την άκρη των δακτύλων) κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα χέρια τους στη διάρκεια επανεκκίνησης του παιχνιδιού από πλάγιο άουτ. Παρά το γεγονός ότι οι παίκτες χρησιμοποιούν συνήθως τα πόδια τους για να κυκλοφορήσουν τη μπάλα στο αγωνιστικό χώρο, μπορούν να χρησιμοποιήσουν οποιοδήποτε μέρος του σώματος τους (κυρίως πραγματοποιούν κεφαλιά με το μέτωπο τους), εκτός από τα χέρια ή τα μπράτσα τους. Όλοι οι ποδοσφαιριστές είναι ελεύθεροι να παίξουν τη μπάλα προς οποιαδήποτε κατεύθυνση και να κινούνται σε όλο τον αγωνιστικό χώρο, εκτός και αν κάποιος ποδοσφαιριστής βρεθεί σε θέση οφσάιντ.

Σε ένα ποδοσφαιρικό αγώνα, οι ποδοσφαιριστές προσπαθούν να δημιουργήσουν ευκαιρίες για επίτευξη γκολ μέσω ατομικού ελέγχου της μπάλας, όπως με ντρίμπλα, με πάσα σε ένα συμπαίκτη τους και με σουτ προς το τέρμα, το οποίο φρουρείται από τον αντίπαλο τερματοφύλακα. Οι αντίπαλοι ποδοσφαιριστές προσπαθούν να ανακτήσουν τον έλεγχο της μπάλας είτε ανακόπτοντας μια πάσα ή είτε κάνοντας τάκλιν στον αντίπαλο ποδοσφαιριστή που κατέχει τη μπάλα. Ωστόσο, η φυσική επαφή μεταξύ των αντιπάλων είναι περιορισμένη. Το ποδόσφαιρο γενικά είναι ένα παιχνίδι με ελεύθερη ροή, όπου το παιχνίδι σταματά μόνο όταν η μπάλα περάσει έξω από τον αγωνιστικό χώρο ή όταν το διακόψει ο διαιτητής για παράβαση των κανόνων. Μετά από μια διακοπή, το παιχνίδι ξαναρχίζει με ένα συγκεκριμένο τρόπο επανεκκίνησης.

Σε επαγγελματικό επίπεδο, στα περισσότερα παιχνίδια επιτυγχάνονται μόνο μερικά γκολ. Για παράδειγμα, την περίοδο 2005-06 στην αγγλική Πρέμιερ Λιγκ ο μέσος όρος γκολ ανά αγώνα ήταν 2,48. Αν και οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού δεν καθορίζουν οποιαδήποτε θέση των ποδοσφαιριστών στο γήπεδο εκτός από τη θέση του τερματοφύλακα, υπάρχουν κάποιες συγκεκριμένες θέσεις στις οποίες μπορεί να αγωνιστεί κάθε ποδοσφαιριστής. Σε γενικές γραμμές, οι θέσεις αυτές περιλαμβάνουν τρεις κύριες κατηγορίες: επιθετικοί (με κύριο στόχο την επίτευξη τέρματος), αμυντικοί (που ειδικεύονται στην αποτροπή σκοραρίσματος από τους αντιπάλους) και στους μέσους, με κύριο καθήκον να διατηρήσουν την κατοχή της μπάλας, να παίρνουν την μπάλα από τους αμυντικούς και να την προωθούν στους επιθετικούς της ομάδας τους. Οι θέσεις αυτές υποδιαιρούνται περαιτέρω ανάλογα με το σημείο στο οποίο είναι τοποθετημένος κάθε ποδοσφαιριστής. Για παράδειγμα, υπάρχουν κεντρικοί αμυντικοί και αριστερός ή δεξιός ακραίος μέσος. Οι δέκα ποδοσφαιριστές στις θέσεις αυτές μπορούν να διατάσσονται σε οποιοδήποτε συνδυασμό. Ο αριθμός των ποδοσφαιριστών σε κάθε θέση καθορίζει το στυλ του παιχνιδιού κάθε ομάδας. Περισσότεροι επιθετικοί και λιγότεροι αμυντικοί δημιουργούν ένα πιο επιθετικό παιχνίδι, ενώ το αντίθετο δημιουργεί ένα πιο αμυντικό στυλ παιχνιδιού. Η διάταξη των ποδοσφαιριστών μιας ομάδας είναι γνωστή σαν σύστημα ποδοσφαίρου. Ο καθορισμός του συστήματος με το οποίο θα αγωνιστεί μια ομάδα είναι συνήθως ευθύνη του προπονητή της ομάδας.

Ιστορία



Η Εθνική Αγγλίας αντιμέτωπη με την Εθνική Σκωτίας το 1982 στο The Oval



Η ομάδα Ρόγιαλ Εντζίνιρς η οποία ήταν φιναλίστ στο πρώτο τελικό του κυπέλλου Αγγλίας το 1872. Οι αγώνες που περιστρέφονται γύρω από το κλάτσημα μιας μπάλας έχουν παιχτεί σε πολλές χώρες σε όλη την ιστορία, όπως το «woggabaligi» στην Αυστραλία, το «harpastum» στη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία και το «cuju» στην Κίνα. Οι μοντέρνοι κανονισμοί του ποδοσφαίρου βασίζονται στις προσπάθειες που έγιναν στα μέσα του 19ου αιώνα για τυποποίηση των ποικίλων μορφών του ποδοσφαίρου που παιζόταν στα δημόσια σχολεία της Αγγλίας. Η ιστορία του ποδοσφαίρου στην Αγγλία χρονολογείται τουλάχιστον από τον όγδοο αιώνα.

Οι Κανόνες του Κέμπριτζ, που καταρτίστηκαν για πρώτη φορά στο Πανεπιστήμιο του Κέμπριτζ το 1848, είχαν μεγάλη επιρροή στην ανάπτυξη των επόμενων κανόνων του ποδοσφαίρου. Οι Κανόνες του Κέμπριτζ γράφτηκαν στο Τρίνιτι Κόλετζ (Trinity College) του Κέμπριτζ σε μια συνεδρίαση στην οποία συμμετείχαν εκπρόσωποι από τα σχολεία Ίτον (Eton College), Χάρου (Harrow School), Ράγκμπι (Rugby School), Γουίντσεστερ (Winchester College) και Σριούσμπερι (Shrewsbury School). Δεν είχαν καθιερωθεί καθολικά, όπου δηλαδή παιζόταν το ποδόσφαιρο. Κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του 1850, πολλές ομάδες που δεν συνδέονταν με σχολεία ή πανεπιστήμιο δημιουργήθηκαν σε όλο τον αγγλόφωνο κόσμο, για να παίξουν διάφορες μορφές του ποδοσφαίρου. Μερικές ομάδες δημιούργησαν τους δικούς τους ξεχωριστούς κανόνες, με χαρακτηριστικό παράδειγμα τη Σέφιλντ Φ.Κ., που δημιουργήθηκε από πρώην μαθητές του δημόσιου σχολείου το 1857, και που οδήγησε στη δημιουργία της Ποδοσφαιρικής Ομοσπονδίας του Σέφιλντ (Sheffield Football Association) το 1867 και των Κανόνων του Σέφιλντ. Το 1862, ο Τζον Τσαρλς Θρινκ (John Charles Thring) του σχολείου Uppingham School επινόησε επίσης ένα ισχυρό σύνολο κανόνων.

Οι συνεχιζόμενες αυτές προσπάθειες συνέβαλαν στη δημιουργία της The Football Association (FA- Ένωση Ποδοσφαίρου Αγγλίας) το 1863, η οποία συνεδρίασε για πρώτη φορά το πρωί της 26ης Οκτωβρίου του 1863 στην Ταβέρνα των Μασόνων στην Great Queen Street του Λονδίνου.

Το μόνο σχολείο στο οποίο εκπροσωπήθηκε ήταν το Charterhouse School. Η συνάντηση στην ταβέρνα ήταν η απαρχή για πέντε ακόμα συναντήσεις μεταξύ Οκτωβρίου και Δεκεμβρίου, στο τέλος των οποίων παρήχθη το πρώτο ολοκληρωμένο σύνολο κανόνων. Στην τελευταία συνάντηση, ο πρώτος ταμίας της FA, ο εκπρόσωπος της ομάδας ράγκμπι Blackheath Rugby Club, απέσυρε την ομάδα του από την FA εξαιτίας της απόρριψης δύο προτάσεων. Η πρώτη επέτρεπε το τρέξιμο με την μπάλα στο χέρι και η δεύτερη επέτρεπε την παρεμπόδιση της ενέργειας αυτής με λάκτισμα στις κνήμες του αντιπάλου, τρικλοποδιά ή συγκράτηση με τα χέρια. Άλλες ποδοσφαιρικές ομάδες ράγκμπι ακολούθησαν και δεν εντάχθηκαν στην FA ή αποχώρησαν στη συνέχεια δημιουργώντας το 1871 την Ένωση Ράγκμπι (Rugby Football Union). Τα υπόλοιπα έντεκα σωματεία, κάτω από την εποπτεία του Ebenezer Cobb Morley, επικύρωσαν τους αρχικούς δεκατρείς κανόνες του παιχνιδιού.

Οι κανόνες αυτοί περιλάμβαναν το χειρισμό της μπάλας με «απόκρουση» και την απουσία οριζόντιου δοκαριού και έμοιαζαν εκπληκτικά με τους κανόνες του βικτωριανού ποδοσφαίρου που αναπτύσσονταν την ίδια περίοδο στην Αυστραλία. Η Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία του Σέφιλντ διατηρούσε τους δικούς της κανόνες μέχρι τη δεκαετία του 1870 και η FA υιοθέτησε ορισμένους από τους κανόνες αυτές, μέχρι που υπήρχε μόνο μικρή διαφορά στα παιχνίδια.

Οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού σήμερα καθορίζονται από το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο (IFAB). Το συμβούλιο συγκροτήθηκε το 1886 μετά από συνάντηση που πραγματοποιήθηκε στο Μάντσεστερ μεταξύ της FA, της Ποδοσφαιρικής Ομοσπονδίας Σκωτίας, της Ποδοσφαιρικής Ομοσπονδίας Ουαλίας και της Ιρλανδικής Ποδοσφαιρικής Ομοσπονδίας. Η παλαιότερη ποδοσφαιρική διοργάνωση στον κόσμο είναι το Κύπελλο Αγγλίας, το οποίο δημιουργήθηκε από τον C. W. Alcock και στο οποίο διαγωνίζονται οι αγγλικές ομάδες από το 1872. Ο πρώτος διεθνής ποδοσφαιρικός αγώνας έλαβε χώρα το 1872 μεταξύ της Εθνικής Σκωτίας και της Εθνικής Αγγλίας στη Γλασκώβη και πάλι με πρωτοβουλία του C. W. Alcock. Στην Αγγλία επίσης δημιουργήθηκε το πρώτο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου στον κόσμο, το οποίο ιδρύθηκε στο Μπέρμιγχαμ το 1888 από το διευθυντή της Άστον Βίλα William McGregor. Η αρχική μορφή του πρωταθλήματος περιλάμβανε 12 σωματεία από την κεντρική και βόρεια Αγγλία. Η ΦΙΦΑ, ο διεθνώς αναγνωρισμένος οργανισμός που διοικεί το ποδόσφαιρο, ιδρύθηκε στο Παρίσι το 1904, οπότε και δηλώθηκε ότι θα τηρηθούν οι Κανόνες του Παιχνιδιού της FA. Η αυξανόμενη δημοτικότητα του διεθνούς παιχνιδιού οδήγησε στην αποδοχή εκπροσώπων της ΦΙΦΑ στο Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο το 1913. Το συμβούλιο σήμερα αποτελείται από τέσσερις εκπροσώπους της ΦΙΦΑ και από ένα εκπρόσωπο από κάθε μία από τις τέσσερις ποδοσφαιρικές ομοσπονδίες της Βρετανίας. Η Βρετανία είναι το μόνο κράτος που διατηρεί τέσσερις εθνικές ομάδες (Εθνική Αγγλίας, Εθνική Σκωτίας, Εθνική Ουαλίας και Εθνική Βορείου Ιρλανδίας) τιμής ένεκεν, για την προσφορά της στο άθλημα.

Σήμερα, το ποδόσφαιρο παίζεται σε επαγγελματικό επίπεδο σε όλο τον κόσμο. Εκατομμύρια κόσμου πηγαίνουν τακτικά σε γήπεδα ποδοσφαίρου για να παρακολουθήσουν τις αγαπημένες τους ομάδες και δισεκατομμύρια το παρακολουθούν από την τηλεόραση ή το διαδίκτυο. Επιπρόσθετα, ένας πολύ μεγάλος αριθμός ανθρώπων παίζουν ποδόσφαιρο σε ερασιτεχνικό επίπεδο. Σύμφωνα με μια έρευνα της ΦΙΦΑ, που δημοσιεύτηκε το 2001, περισσότερα από 240 εκατομμύρια άνθρωποι σε περισσότερα από 200 κράτη στον κόσμο παίζουν τακτικά ποδόσφαιρο. Το ποδόσφαιρο έχει το μεγαλύτερο παγκόσμιο τηλεοπτικό κοινό στον αθλητισμό.

Σε πολλά μέρη του κόσμου το ποδόσφαιρο προκαλεί μεγάλα πάθη και παίζει σημαντικό ρόλο στη ζωή των φιλάθλων, σε κοινότητες, ακόμα και σε έθνη. Ο R. Karuscinski αναφέρει ότι οι άνθρωποι που είναι ευγενικοί, μετριοπαθείς ή ακόμη και ταπεινοί στην Ευρώπη πέφτουν εύκολα στη μανία να παίζουν ή να παρακολουθήσουν ποδοσφαιρικά παιχνίδια. Η Εθνική Ακτής Ελεφαντοστού βοήθησε στην εξασφάλιση ανακωχής στον εμφύλιο πόλεμο της χώρας το 2006 με την πρόκρισή της στην τελική φάση του Παγκοσμίου Κυπέλλου 2006 και συνέβαλε στην περαιτέρω μείωση των εντάσεων μεταξύ της κυβέρνησης και των ανταρτών το 2007, παίζοντας ένα αγώνα (προκριματικά κυπέλλου Εθνών Αφρικής 2008) στην πρωτεύουσα των ανταρτών, Μπουακέ, μια ευκαιρία που έφερε τους δύο στρατούς μαζί, ειρηνικά για πρώτη φορά. Ωστόσο, το ποδόσφαιρο ευρέως θεωρείται ότι ήταν η αφορμή για τον πόλεμο του ποδοσφαίρου τον Ιούνιο του 1969 μεταξύ του Ελ Σαλβαδόρ και της Ονδούρας. Επίσης, το άθλημα επιδείνωσε τις εντάσεις στις αρχές του πολέμου στη Γιουγκοσλαβία τη δεκαετία του 1990, όταν ένας αγώνας μεταξύ της Ντιναμό Ζάγκρεμπ και του Ερυθρού Αστέρρα Βελιγραδίου εξελίχθηκε σε ταραχές το Μάιο του 1990.

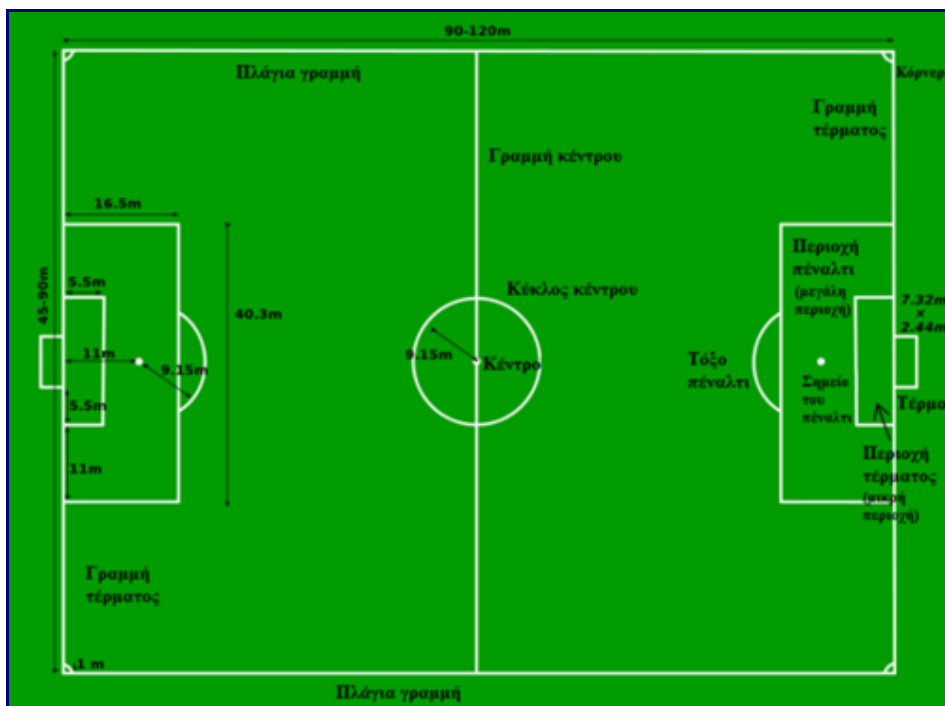
Κανόνες

Το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο έχει καθορίσει 17 κανονισμούς, οι οποίοι είναι γνωστοί σαν οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού. Κάθε κανονισμός περιέχει μια συλλογή από προδιαγραφές και κατευθυντήριες γραμμές. Οι ίδιοι κανονισμοί έχουν σχεδιαστεί για να εφαρμοστούν σε όλα τα επίπεδα του ποδοσφαίρου, αν και επιτρέπονται ορισμένες τροποποιήσεις για ομάδες παιδιών, παλαιμάχων, γυναικών και ατόμων με ειδικές αδυναμίες. Οι κανονισμοί συχνά δίνονται σε γενικές

γραμμές, επιτρέποντας έτσι την ευελιξία στην εφαρμογή τους ανάλογα με τη φύση του παιχνιδιού. Οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού δημοσιεύονται από τη ΦΙΦΑ, αλλά καθορίζονται από το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο. Εκτός από τους 17 κανονισμούς, πολλές από τις αποφάσεις και οδηγίες του Διεθνές Ποδοσφαιρικού Συμβουλίου συμβάλλουν στη ρύθμιση του παιχνιδιού.

Ο αγωνιστικός χώρος

Δεδομένου ότι οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού διατυπώθηκαν στην Αγγλία και αρχικώς αποφασίζονταν από τις τέσσερις βρετανικές ποδοσφαιρικές ομοσπονδίες και το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο, οι τυποποιημένες διαστάσεις ενός ποδοσφαιρικού γηπέδου εκφράζονταν σε βρετανικές μονάδες μέτρησης. Στη σύγχρονη εποχή οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού εκφράζονται σε διεθνείς, κατά προσέγγιση ισοδύναμες, διαστάσεις. Ωστόσο, υπάρχει η τάση χρήσης των παραδοσιακών μονάδων σε αγγλόφωνες χώρες



Το γήπεδο ποδοσφαίρου και οι διαστάσεις του

Ο αγωνιστικός χώρος διεξαγωγής του ποδοσφαίρου είναι ένα γήπεδο σε σχήμα ορθογώνιου παραλληλόγραμμου (βλ. εικόνα), το οποίο πρέπει να χαράσσεται με γραμμές. Οι γραμμές αυτές ανήκουν στις περιοχές των οποίων αποτελούν τα όρια. Όλες οι γραμμές πρέπει να έχουν το ίδιο πλάτος, το οποίο δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 12 εκατοστά. Οι δύο μεγαλύτερες σε μήκος γραμμές ονομάζονται πλάγιες γραμμές. Οι δύο μικρότερες σε μήκος γραμμές ονομάζονται γραμμές τέρματος. Για διεθνείς ποδοσφαιρικούς αγώνες ενηλίκων το μήκος της πλάγιας γραμμής πρέπει να κυμαίνεται από 100 μέχρι 110 μέτρα και η γραμμή τέρματος από 64 μέχρι 75 μέτρα. Για μη διεθνείς ποδοσφαιρικούς αγώνες η πλάγια γραμμή μπορεί να έχει μήκος 90 έως 120 μέτρα και η γραμμή τέρματος από 45 έως 90 μέτρα, με την προϋπόθεση ότι ο αγωνιστικός χώρος δεν θα γίνει τετράγωνο (το μήκος της πλάγιας γραμμής πρέπει να είναι πάντα μεγαλύτερο από το μήκος της γραμμής τέρματος). Παρόλο που το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο ενέκρινε, το 2008, τυποποιημένα μεγέθη (105 μέτρα για την πλάγια γραμμή και 68 μέτρα για τη γραμμή τέρματος) για διεθνείς αγώνες επιπέδου A, αλλά η απόφαση αυτή δεν εφαρμόστηκε ποτέ.

Ο αγωνιστικός χώρος χωρίζεται σε δύο τμήματα με μία διχοτόμο γραμμή (γραμμή κέντρου), η οποία συναντά το μέσο κάθε πλάγιας γραμμής. Το σημείο του κέντρου βρίσκεται στη μέση της διχοτόμου γραμμής. Γύρω από αυτό σημειώνεται ένας κύκλος με ακτίνα 9,15 μέτρα.

Κάθετα προς τη γραμμή τέρματος χαράσσονται δύο γραμμές που αρχίζουν από απόσταση 5,50 μέτρων από το εσωτερικό κάθε κάθετου δοκαριού. Οι γραμμές αυτές εκτείνονται μέσα στον αγωνιστικό χώρο σε απόσταση 5,50 μέτρων και ενώνονται με μία γραμμή παράλληλη με τη γραμμή τέρματος. Η περιοχή που καθορίζεται από τις γραμμές αυτές και την γραμμή τέρματος αποτελεί την «περιοχή τέρματος» ή «μικρή περιοχή».

Κάθετα προς τη γραμμή τέρματος χαράσσονται δύο γραμμές που αρχίζουν από απόσταση 16,50 μέτρων από το εσωτερικό κάθε κάθετου δοκαριού. Οι γραμμές αυτές εκτείνονται μέσα στον αγωνιστικό χώρο, σε απόσταση 16,50 μέτρων και ενώνονται με μία γραμμή παράλληλη με τη γραμμή τέρματος. Η περιοχή που καθορίζεται από τις γραμμές αυτές και τη γραμμή τέρματος αποτελεί την περιοχή πέναλτι ή την μεγάλη περιοχή. Μέσα σε κάθε περιοχή πέναλτι, αποτυπώνεται το σημείο του πέναλτι, σε απόσταση 11 μέτρων από τη μέση μεταξύ των κάθετων δοκαριών και σε ίση απόσταση από αυτά. Έξω από την περιοχή πέναλτι χαράσσεται ένα τόξο κύκλου με ακτίνα 9,15 μέτρων από το κέντρο κάθε σημείου πέναλτι.

Σε κάθε γωνία (κόνερ) του αγωνιστικού χώρου τοποθετείται ένα κοντάρι ύψους το λιγότερο 1,5 μέτρα, χωρίς αιχμηρή κορυφή, με σημαία. Κοντάρια με σημαία επιτρέπεται να τοποθετηθούν στο κάθε άκρο της διχοτόμου γραμμής σε απόσταση το λιγότερο 1 μέτρο έξω από την πλάγια γραμμή. Στο εσωτερικό τμήμα του αγωνιστικού χώρου χαράσσεται ένα τεταρτημόριο κύκλου με ακτίνα 1 μέτρο από κάθε κοντάρι με σημαία του κόνερ.

Ένα ορθογώνιο τέρμα είναι τοποθετημένη στο μέσο κάθε γραμμής τέρματος. Τα δύο κάθετα δοκάρια της εστίας βρίσκονται σε ίση απόσταση από κάθε κοντάρι με σημαία του κόνερ και οι κορυφές τους ενώνονται από ένα οριζόντιο δοκάρι. Οι κάθετες και η οριζόντια δοκός πρέπει να είναι κατασκευασμένες από ξύλο, μέταλλο ή άλλο εγκεκριμένο υλικό. Επιτρέπεται να έχουν σχήμα τετράγωνο, ορθογώνιο, κυκλικό ή ελλειπτικό και δεν πρέπει να είναι επικίνδυνα για τους παίκτες. Η απόσταση μεταξύ των κάθετων δοκαριών είναι 7,32 μέτρα και η απόσταση από το χαμηλότερο άκρο του οριζόντιου δοκαριού μέχρι το έδαφος είναι 2,44 μέτρα. Και τα δύο κάθετα δοκάρια και το οριζόντιο δοκάρι έχουν το ίδιο πλάτος και πάχος, όχι μεγαλύτερο από 12 εκατοστά. Οι γραμμές τέρματος πρέπει να έχουν το ίδιο πλάτος με τα κάθετα δοκάρια και το οριζόντιο δοκάρι. Στο τέρμα και στο έδαφος πίσω από το τέρμα επιτρέπεται να αναρτηθούν δίχτυα (αν και δεν είναι απαραίτητα σύμφωνα με τους Κανονισμούς του Παιχνιδιού), με την προϋπόθεση ότι είναι καλά στερεωμένα και δεν εμποδίζουν τον τερματοφύλακα. Το χρώμα των κάθετων και οριζόντιων δοκαριών πρέπει να είναι λευκό. Τα τέρματα πρέπει να είναι αγκυρωμένα με ασφάλεια στο έδαφος. Επιτρέπεται η χρήση μεταφερόμενων τερμάτων, εφόσον πληρούν αυτή την προϋπόθεση.

Η μπάλα

Η μπάλα Adidas JABULANI που χρησιμοποιήθηκε στο Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου 2010

Σύμφωνα με τους Κανονισμούς του Παιχνιδιού, η μπάλα πρέπει να έχει σφαιρικό σχήμα, να είναι κατασκευασμένη από δέρμα ή άλλο κατάλληλο υλικό και να έχει περιφέρεια το πολύ 70 εκατοστά και το λιγότερο 28 εκατοστά. Το βάρος της πρέπει να μην ξεπερνά τα 450 γραμμάρια και να μην είναι λιγότερο από 410 γραμμάρια κατά την έναρξη του αγώνα. Επιπρόσθετα, πρέπει να έχει πίεση ίση με 0,6 - 1,1 ατμόσφαιρες σε επίπεδο θάλασσας.



Αν κατά τη διάρκεια του αγώνα η μπάλα σκάσει ή καταστεί αντικανονική, ο αγώνας διακόπτεται και ξαναρχίζει με ελεύθερο του διαιτητή, με τη νέα μπάλα να τοποθετείται στο σημείο που η αρχική μπάλα κατέστη ελαττωματική, εκτός αν το παιχνίδι διακόπηκε μέσα στην περιοχή τέρματος,

περίπτωση κατά την οποία ο διαιτητής αφήνει τη νέα μπάλα να πέσει στη γραμμή της περιοχής του τέρματος που είναι παράλληλη με τη γραμμή τέρματος στο πλησιέστερο σημείο όπου βρισκόταν η αρχική μπάλα όταν διακόπηκε το παιχνίδι.

Εάν η μπάλα σκάσει ή καταστεί αντικανονική κατά τη διάρκεια ενός λακτίσματος πέναλτι ή ενός λακτίσματος από το σημείο πέναλτι καθώς κινείται εμπρός και πριν ακουμπήσει κάποιον παίκτη ή το δοκάρι ή το τέρμα, το λάκτισμα επαναλαμβάνεται. Αν η μπάλα σκάσει ή καταστεί αντικανονική σε διακοπή του αγώνα, σε εναρκτήριο λάκτισμα, από τέρματος λάκτισμα, γωνιακό λάκτισμα (κόρνερ), ελεύθερο λάκτισμα, λάκτισμα πέναλτι ή επαναφορά της μπάλας από τα πλάγια ο αγώνας ξαναρχίζει ανάλογα με την περίπτωση.

Δεν επιτρέπεται η αλλαγής της μπάλας κατά τη διάρκεια του αγώνα χωρίς την έγκριση του διαιτητή.

Ο αριθμός των ποδοσφαιριστών

Κάθε ομάδα αποτελείται κατ' ανώτατο όριο από έντεκα ποδοσφαιριστές (με εξαίρεση τους αναπληρωματικούς), ένας εκ των οποίων πρέπει να αγωνίζεται στη θέση του τερματοφύλακα. Οι κανόνες της διοργάνωσης μπορεί να καθορίζουν ένα ελάχιστο αριθμό ποδοσφαιριστών που μπορεί να θεωρηθούν ομάδα. Ο αριθμός αυτός είναι συνήθως 7 ποδοσφαιριστές. Οι τερματοφύλακες είναι οι μόνοι ποδοσφαιριστές που επιτρέπεται να παίζουν τη μπάλα με τα χέρια τους, υπό την προϋπόθεση ότι βρίσκονται μέσα στην μεγάλη περιοχή μπροστά από τη δική τους εστία. Αν και υπάρχει μια πληθώρα από θέσεις που οι υπόλοιποι ποδοσφαιριστές (εκτός από τον τερματοφύλακα) μπορούν να τοποθετηθούν από ένα προπονητή, οι θέσεις αυτές δεν καθορίζονται ούτε απαιτούνται από τους Κανονισμούς του Ποδοσφαίρου.

Ένας αριθμός ποδοσφαιριστών μπορεί να αντικατασταθεί από τους αναπληρωματικούς ποδοσφαιριστές κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Ο μέγιστος αριθμός αλλαγές που επιτρέπονται στα περισσότερα πιο ανταγωνιστικά διεθνή και τοπικά πρωταθλήματα είναι τρεις για κάθε ομάδα. Σε άλλες διοργανώσεις ή σε φιλικά παιχνίδια ο αριθμός αυτός μπορεί να διαφέρει.

Κοινοί λόγοι για αλλαγή ενός ποδοσφαιριστή είναι ο τραυματισμός, η κούραση, η αναποτελεσματικότητα, η αλλαγή στην τακτική της ομάδα ή η προσπάθεια να κερδηθεί χρόνος προς το τέλος του παιχνιδιού όταν το αποτέλεσμα βολεύει την ομάδα του. Στα παιχνίδια ενηλίκων, ο ποδοσφαιριστής που έχει αντικατασταθεί συνήθως δεν μπορεί να λάβει περαιτέρω μέρος στο παιχνίδι. Το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο συνιστά ότι ένας αγώνας δεν θα πρέπει να συνεχιστεί, εάν υπάρχουν λιγότεροι από επτά παίκτες σε τουλάχιστον μία από τις δύο ομάδες. Η απόφαση για τους βαθμούς σε παιχνίδια που έχουν διακοπεί για τον πιο πάνω λόγω επαφίεται στις επιμέρους ποδοσφαιρικές ομοσπονδίες.

Εξοπλισμός ποδοσφαιριστή

Οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού καθορίζουν το βασικό εξοπλισμό που πρέπει να φοριέται από όλους τους ποδοσφαιριστές στον Κανονισμό 4: Ο Εξοπλισμός του Ποδοσφαιριστή. Αναφέρονται πέντε ξεχωριστά αντικείμενα: φανέλα ή κοντομάνικη φανέλα, παντελονάκι, κάλτσες, υποδήματα και επικαλαμίδες. Επίσης, επιτρέπεται οι τερματοφύλακες να φοράνε μακριές φόρμες αντί για κοντά παντελονάκια. Οι περισσότεροι ποδοσφαιριστές φοράνε ποδοσφαιρικά παπούτσια με καρφιά αν και οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού δε διευκρινίζουν ότι απαιτούνται. Οι φανέλες πρέπει να έχουν μανίκια (είτε κοντά είτε μακριά) και ο κάθε τερματοφύλακας πρέπει να φέρει χρώματα τα οποία θα τον ξεχωρίζουν από τους υπόλοιπους παίκτες, το διαιτητή και τους βοηθούς διαιτητές. Μπορούν επίσης να φορεθούν κάτω από το παντελονάκι εφαρμοστά εσώρουχα («κολλάν»), εφόσον έχουν το ίδιο χρώμα με το παντελονάκι αλλά δεν πρέπει να είναι μακρύτερα από το γόνατο. Οι επικαλαμίδες πρέπει να καλύπτονται πλήρως από τις κάλτσες, να είναι κατασκευασμένες από καουτσούκ, πλαστικό ή παρόμοιο υλικό και «να παρέχουν ικανοποιητικό βαθμό προστασίας». Επιπρόσθετα, οι Κανονισμοί του Παιχνιδιού θέτουν τον περιορισμό ότι ένας ποδοσφαιριστής δεν μπορεί να

χρησιμοποιεί ή να φέρει εξοπλισμό που είναι επικίνδυνος για τον ίδιο ή κάποιο άλλο ποδοσφαιριστή.

Διαιτητής και βοηθοί διαιτητές



Ο Αυστριακός βοηθός διαιτητής Clemens Schüttengruber υποδεικνύει οφσάιντ Ένα παιχνίδι ελέγχεται από ένα διαιτητή, ο οποίος έχει την πλήρη εξουσία να επιβάλει τους Κανονισμούς του Παιχνιδιού στο παιχνίδι στο οποίο έχει οριστεί (Κανονισμός 5) και του οποίου οι αποφάσεις είναι τελεσίδικες. Κινείται σε όλο των αγωνιστικό χώρο και ελέγχει το παιχνίδι χρησιμοποιώντας σφυρίχτρα και κάνοντας σήματα με τα χέρια του. Ο διαιτητής δέχεται βοήθεια από δύο βοηθούς διαιτητές, οι οποίοι κινούνται κατά μήκος των πλάγιων γραμμών. Υποδεικνύουν παραβάσεις με μια σημαία. Σε παιχνίδια υψηλού επιπέδου υπάρχει ακόμη και ο τέταρτος διαιτητής ο οποίος βοηθά το διαιτητή και μπορεί να τον αντικαταστήσει σε περίπτωση ανάγκης.

Διάρκεια του αγώνα

Ο τέταρτος διαιτητής υποδεικνύει ότι θα υπάρξουν τουλάχιστον δύο λεπτά χρόνου καθυστέρησης.



Ένα παιχνίδι ποδοσφαίρου αποτελείται από δύο περιόδους των 45 λεπτών έκαστη, γνωστές ως ημίχρονα. Ο χρόνος κάθε ημιχρόνου τρέχει συνεχώς, χωρίς να σταματάει όταν η μπάλα είναι εκτός παιχνιδιού. Μεταξύ των δύο ημιχρόνων υπάρχει ένα διάλειμμα, το οποίο συνήθως έχει διάρκεια 15 λεπτά. Ο διαιτητής είναι ο επίσημος χρονομέτρης του αγώνα και μπορεί να προσθέσει περαιτέρω χρόνο (μερικά λεπτά) σε κάθε ημίχρονο εξαιτίας του χρόνου που χάνεται για τις αλλαγές των ποδοσφαιριστών, τους τραυματισμούς που χρήζουν προσοχής ή για άλλες διακοπές του παιχνιδιού. Ο χρόνος που προστίθεται από το διαιτητή συνήθως αναφέρεται ως «χρόνος καθυστερήσεων» ή «καθυστερήσεις του αγώνα». Η διάρκεια του χρόνου αυτού είναι στη διακριτική ευχέρεια του διαιτητή. Μόνο ο διαιτητής σηματοδοτεί το τέλος του αγώνα. Εάν στον αγώνα έχει οριστεί και τέταρτος διαιτητής, προς το τέλος κάθε ημιχρόνου ο διαιτητής κάνει σύνθημα στον τέταρτο διαιτητή για το πόσα λεπτά καθυστερήσεων προτίθεται να προσθέσει. Έπειτα, ο τέταρτος διαιτητής ενημερώνει τους ποδοσφαιριστές και τους θεατές, κρατώντας μια πινακίδα που δείχνει τον αριθμό των λεπτών των καθυστερήσεων. Ο αριθμός αυτός μπορεί να παραταθεί από τον διαιτητή. Ο χρόνος των καθυστερήσεων εισήχθη εξαιτίας ενός περιστατικού που συνέβη το 1891 κατά τη διάρκεια ενός αγώνα μεταξύ της Στόουκ Σίτι Φ.Κ. και της Άστον Βίλα. Το σκορ του αγώνα ήταν 1-0 και υπολείπονταν δύο λεπτά για να συμπληρωθεί το ενενηντάλεπτο. Η Στόουκ κέρδισε πέναλτι. Ο τερματοφύλακας της Άστον Βίλα κλώτσησε την μπάλα εκτός γηπέδου και μέχρι να επαναφερθεί εντός γηπέδου, ο χρόνος των ενενήντα λεπτών είχε εξαντληθεί. Ο κανονισμός καθορίζει ακόμη ότι σε περίπτωση που πρέπει να εκτελεστεί ή επαναληφθεί ένα πέναλτι, η διάρκεια κάθε ημιχρόνου παρατείνεται μέχρι να εκτελεστεί το πέναλτι.

Σε μερικές περιπτώσεις, όπου στο παιχνίδι πρέπει οπωσδήποτε να βγει κάποιος νικητής (π.χ. σε τελικό κυπέλλου ή νοκ-άουτ αγώνες), το παιχνίδι μπορεί να παραταθεί μετά το τέλος των 90 λεπτών (και των καθυστερήσεων), οπότε παίζεται επί πλέον χρόνος που ονομάζεται παράταση (σήμερα η παράταση διαρκεί μισή ώρα και χωρίζεται σε δύο δεκαπεντάλεπτα ημίχρονα, που και γι' αυτά υπάρχει η δυνατότητα περαιτέρω ολιγόλεπτης επέκτασης). Αν και πάλι δεν προκύψει νικητής, το παιχνίδι οδηγείται στην διαδικασία των πέναλτι. Εκεί η κάθε ομάδα εκτελεί διαδοχικά πέναλτι.

Σε διοργανώσεις νοκ-άουτ όπου κάθε ομάδα διαγωνίζεται εντός και εκτός έδρας με την αντίπαλη ομάδα, το συνολικό σκορ των δύο αγώνων καθορίζει την πρόκριση. Όταν το συνολικό σκορ για κάθε ομάδα είναι ίσο, μπορεί να εφαρμοστεί ο κανόνας του εκτός έδρας γκολ για να καθοριστεί ο νικητής. Στην περίπτωση αυτή νικήτρια είναι η ομάδα που έχει επιτύχει τα περισσότερα εκτός έδρας γκολ. Αν το αποτέλεσμα είναι και πάλι ίσο, προστίθεται παράταση και αν το αποτέλεσμα παραμείνει ισόπαλο εκτελούνται πέναλτι.

Στα τέλη της δεκαετίας του 1990 και στις αρχές της δεκαετίας του 2000, το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο πειραματίστηκε με διάφορους τρόπους καθορισμού του νικητή, χωρίς να απαιτείται η διαδικασία των πέναλτι, η οποία συχνά θεωρείται ως ένας ανεπιθύμητος τρόπος για να ολοκληρωθεί ένας αγώνας. Σύμφωνα με τους κανόνες αυτούς ένα παιχνίδι ολοκληρώνεται πριν να ολοκληρωθεί η παράταση, είτε όταν μια ομάδα πετύχει γκολ (χρυσό γκολ), είτε αν μια ομάδα κατέχει το προβάδισμα στο τέλος του πρώτου ημιχρόνου της παράτασης (ασημένιο γκολ). Το χρυσό γκολ χρησιμοποιήθηκε στο Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου 1998 και το Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου 2002. Το πρώτο παιχνίδι του Παγκοσμίου Κυπέλλου που κρίθηκε με το χρυσό γκολ ήταν η νίκη της Εθνικής Γαλλίας επί της Εθνική Παραγουάης το 1998. Η Εθνική Γερμανίας ήταν η πρώτη ομάδα που σκόραρε χρυσό γκολ σε σημαντική διοργάνωση, κερδίζοντας την Εθνική Τσεχίας στον τελικό του Euro 1996. Το ασημένιο γκολ χρησιμοποιήθηκε στο Euro 2004 με την Εθνική Ελλάδος να κερδίζει την Εθνική Τσεχίας στον ημιτελικό και να προκρίνεται στον τελικό. Και τα δύο αυτά πειράματα διακόπηκαν από το Διεθνές Ποδοσφαιρικό Συμβούλιο.

Καριέρα

Νεϊμάρ Σάντος

Ο Νεϊμάρ ντα Σύλβα Σάντος Τζούνιορ ή απλώς Νεϊμάρ (Neymar) είναι βραζιλιάνος ποδοσφαιριστής, που αγωνίζεται ως κεντρικός ή πλάγιος επιθετικός. Γεννήθηκε στις 5 Φεβρουαρίου του 1992 και αγωνίζεται με την Σάντος.

Ξεκίνησε την ποδοσφαιρική του καριέρα στα 11 του, από την Σάντος το 2003. Την επόμενη χρονιά (2004), το ταλέντο του εκτιμήθηκε από την Ρεάλ Μαδρίτης και πέρασε επιτυχημένα δοκιμαστικά τεστ από τον ισπανικό σύλλογο, για να μεταγραφεί εκεί, όμως η ομάδα του, τον πλήρωσε με 1 εκατ. ρεάλ βραζιλίας (το νόμισμα της χώρας) και τον κράτησε στις ακαδημίες της. Το 2009, μετά από πέντε χρόνια στις ακαδημίες, προωθήθηκε σε ηλικία 17 ετών στην πρώτη ομάδα. Από τότε έχει εντυπωσιάσει με τις εμφανίσεις του, την τεχνική του κατάρτιση, τις ντρίμπλες του και την ταχύτητά του. Πολλές ομάδες, μεταξύ αυτών οι Ρεάλ Μαδρίτης και Μπαρτσελόνα, έχουν προσπαθήσει να τον αποκτήσουν.

Εθνική Βραζιλίας



Ο Νεϊμάρ με την Εθνική Βραζιλίας

Το 2009, αγωνίστηκε για την Βραζιλιάνικη ομάδα κάτω των 17 ετών στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα αυτών των ηλικιών. Ο ποδοσφαιριστής προτάθηκε από θρύλους του βραζιλιάνικου ποδοσφαίρου, όπως ο Πελέ και ο Ρομάριο, στον προπονητή της εθνικής Βραζιλίας, για να συμπεριληφθεί στην ομάδα του Παγκοσμίου Ποδοσφαίρου του 2010, αλλά δεν επιλέχθηκε, κάτι που έγινε για πρώτη φορά στις 26 Ιουλίου του 2010. Έκανε όμως ντεμπούτο στις 10 Αυγούστου σε ηλικία 18 ετών, σκοράροντας μάλιστα, στην νίκη με 2-0 εναντίον των Η.Π.Α.. Έχει συμμετάσχει στο Κύπελλο Κόπα Αμέρικα του 2011 και στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λονδίνου. Έως τις 10 Ιουλίου 2012 έχει με την Εθνική Βραζιλίας 18 εμφανίσεις και 9 γκολ.

Διακρίσεις

Το 2011 βραβεύτηκε με το βραβείο Πούσκας για το καλύτερο γκολ του 2011. Ψηφίστηκε το 2011 ως ο καλύτερος νοτιοαμερικανός ποδοσφαιριστής με μεγάλη διαφορά ψήφου και θεωρείται ότι βαδίζει στα χνάρια του Πελέ. Από πολλούς θαυμαστές και μέσα ενημέρωσης συγκρίνεται με τον τέσσερις φορές κάτοχο της χρυσής σφαίρας, Λιονέλ Μέσσι. Με την Σάντος έχει κατακτήσει το 2010 ένα Κύπελλο Βραζιλίας, τρία πρωταθλήματα (2010, 2011, 2012) και ένα Κόπα Λιμπερταδόρες.

Ρεάλ Μαδρίτης

Ρεάλ Μαδρίτης Κ.Φ.

Πλήρες όνομα	Ποδοσφαιρικός Σύλλογος Ρεάλ Μαδρίτης
Ψευδώνυμο(α)	Λευκοί Μερένχες, "Βασίλισσα"
Σύντομο όνομα	Ρεάλ Μαδρίτης
Ίδρυση	6 Μαρτίου 1902
Γήπεδο	Σαντιάγο Μπερναμπέου, Μαδρίτη (χωρητικότητα: 85.454 θέσεις)
Πρόεδρος	Φλορεντίνο Πέρεθ
Προπονητής	Ζοζέ Μουρίνιο
Πρωτάθλημα	Πριμέρα Ντιβιζιόν
2011–12	1η

Η Ρεάλ Μαδρίτης (ισπανικά: Real Madrid Club de Fútbol) είναι ισπανικό ποδοσφαιρικό σωματείο που εδρεύει στη Μαδρίτη και ιδρύθηκε το 1902. Η Ρεάλ κατέχει το ρεκόρ των

32 τίτλων στη Λα Λίγκα ή Πριμέρα Ντιβιζιόν, ενώ έχει κατακτήσει και 18 Κύπελλα Ισπανίας. Ο σύλλογος επίσης διατηρεί δεύτερη ποδοσφαιρική ομάδα, τη Ρεάλ Μαδρίτης Β.

Έδρα της ομάδας είναι το Σαντιάγο Μπερναμπέου στη Μαδρίτη. Ιδιαιτερότητα της Ρεάλ είναι πως, σε αντίθεση με τα περισσότερα

ποδοσφαιρικά σωματεία, ανήκει και διοικείται αποκλειστικά από τα μέλη της (socios), από το 1902. Στις 23 Δεκεμβρίου 2000, η Ρεάλ τιμήθηκε από τη ΦΙΦΑ ως "Ο μεγαλύτερος σύλλογος του 20ου αιώνα". Η ισπανική ομάδα είναι επίσης ο πιο επιτυχημένος σύλλογος στις ευρωπαϊκές διοργανώσεις έχοντας κατακτήσει συνολικά 11 τρόπαια, 9 Κύπελλα Πρωταθλητριών, αριθμό ρεκόρ, και 2 Κύπελλα ΟΥΕΦΑ. Η τεράστια και διαχρονική επιτυχία της, της έχουν χαρίσει το χαρακτηρισμό

"Βασίλισσα της Ευρώπης". Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι παραμένει τα τελευταία χρόνια στην κορυφή των πιο πλούσιων συλλόγων του κόσμου με συνολικά έσοδα το 2007-08 ύψους 289,6 εκατ. ευρώ[1]. Επίσης, αποτελεί μια από τις τρεις ομάδες που δεν έχουν υποβιβαστεί ποτέ από την πρώτη κατηγορία του Ισπανικού ποδοσφαίρου, μαζί με την Αθλέτικ Μπιλμπάο και την Μπαρτσελόνα.

Ιστορία



Το ποδόσφαιρο εισήχθη στη Μαδρίτη από τους καθηγητές και μαθητές του Institución Libre de Enseñanza, μεταξύ των οποίων υπήρχαν και αρκετοί απόφοιτοι των Πανεπιστημίων της Οξφόρδης και του Κέιμπριτζ. Εν έτει 1895 ίδρυσαν την ομάδα Football Sky (ουρανός του ποδοσφαίρου), που αγωνιζόταν τα κυριακάτικα πρωινά στη Μονκλόα. Το 1900 η ομάδα χωρίστηκε σε δύο διαφορετικούς συλλόγους, τη New Foot-Ball de Madrid και την Español de Madrid. Πρόεδρος της δεύτερης ήταν ο Julián Palacios. Το 1902 η Español de Madrid χωρίστηκε και πάλι, με αποτέλεσμα το σχηματισμό της Sociedad Madrid FC στις 6 Μαρτίου 1902. Πρώτος της πρόεδρος υπήρξε ο Juan Padrós Rubió, ενώ πρώτος γραμματέας ο Manuel Mendía. Λίγο αργότερα τον Juan Padrós Rubió θα διαδεχόταν ο αδελφός του Carlos Padrós. Τρία μόλις χρόνια μετά την ίδρυσή της, η Madrid FC κατέκτησε τον πρώτο της τίτλο, το πρώτο από τα τέσσερα συνεχόμενα Κύπελλα Ισπανίας. Το όνομα Real (=βασιλική), της αποδόθηκε από τον Βασιλιά Αλφόνσο 13ο στις 29 Ιουνίου 1927. Έκτοτε η ομάδα αναφέρεται ως Real Madrid (Ρεάλ Μαδρίτης), αλλά οι οπαδοί της συνηθίζουν να την αποκαλούν και ως Madrid (Μαδρίτη). Το χρώμα της φανέλας της (λευκό), είναι δανεισμένο από τα χρώματα της θρυλικής ερασιτεχνικής ομάδας "Κορίνθιανς", που αγωνιζόταν τον καιρό της ίδρυσης της Ρεάλ στην Αγγλία.

Γήπεδο

Το γήπεδο της Ρεάλ Μαδρίτης είναι το Σαντιάγο Μπερναμπέου, ένα από τα θρυλικότερα γήπεδα της Ευρώπης και μια από τις έδρες - φόβητρα. Κατασκευάστηκε το 1947, στο χώρο που βρισκόταν το τότε γήπεδο της Ρεάλ, το Στάδιο Σαμαρτίν. Το όνομα Σαμαρτίν, το διατήρησε μέχρι το 1955, οπότε στις 4 Ιανουαρίου του έτους αυτού πήρε τη σημερινή του ονομασία, προς τιμήν του προέδρου της ομάδας, Σαντιάγο Μπερναμπέου. Σήμερα έχει χωρητικότητα 80.400 θέσεις, ενώ το 1953 η χωρητικότητά του έφτανε τις 120.000.

Προσωνύμια

Στη διάρκεια της ιστορίας του, ο σύλλογος απέκτησε διάφορα προσωνύμια. Από τα πρώτα υπήρξαν

το los merengues, που αναφέρεται στο γνωστό γλυκό μαρέγκα και το los blancos, ήτοι οι λευκοί. Βάση και των δύο υπήρξε η θρυλική κατάλευκη φανέλα της ομάδας, ενώ και τα δύο χρησιμοποιούνται έως και τις μέρες μας. Στη δεκαετία του 1970 έγινε δημοφιλές και το παρατσούκλι los vikingos δηλαδή οι Βίκινγκς, ενδεχομένως λόγω της απόκτησης την εποχή εκείνη αρκετών Βορειο-ευρωπαίων ποδοσφαιριστών. Πιο πρόσφατα, οι εφημερίδες της απέδωσαν το χαρακτηρισμό los galácticos (οι γαλαξιακοί), εξαιτίας της απόφασης της τότε διοίκησης της ομάδας να φέρει στη Μαδρίτη ορισμένους από τους μεγαλύτερους και ακριβότερους ποδοσφαιριστές της αγοράς.

Σαντιάγο Μπερναμπέου

Πριν γίνει πρόεδρος το 1945 ο Σαντιάγο Μπερναμπέου είχε περάσει ήδη από τη θέση του ποδοσφαιριστή, αρχηγού της ομάδας, μάνατζερ και τεχνικού διευθυντή. Ως πρόεδρος ανέλαβε να ανοικοδομήσει τον σύλλογο μετά τον Ισπανικό Εμφύλιο και ήταν αυτός, επί της προεδρίας του οποίου, κτίστηκαν το ομώνυμο γήπεδο της Ρεάλ καθώς και ολόκληρο το αθλητικό της κέντρο, η περίφημη Ciudad Deportiva. Είναι ο πρόεδρος στον οποίο αποδίδουν οι φίλοι της Ρεάλ τη μετάβαση από έναν μικρομεσαίο σύλλογο της Ισπανίας στον αδιαμφισβήτητο ηγεμόνα του ευρωπαϊκού ποδοσφαίρου.

Οργάνωσε το σύλλογο σε όλα τα επίπεδα, δημιουργώντας την απόλυτη διοικητική ιεραρχία που αποτελεί πλέον κανόνα στο σύγχρονο ποδόσφαιρο και αποδίδοντας σε κάθε επίπεδο και τμήμα του συλλόγου ανεξάρτητη δομή και οργάνωση, στρατολογώντας για αυτό πρόσωπα, όπως ο περίφημος Raimundo Saporta. Μετά από όλα αυτά, στις αρχές του 1953, έβαλε σε εφαρμογή το όραμά του για απόκτηση παικτών παγκόσμιας κλάσης από το εξωτερικό, με χαρακτηριστικό παράδειγμα τον Αλφρέντο Ντι Στέφανο, δημιουργώντας για πρώτη φορά

μια πραγματικά πολυεθνική δύναμη. Στη διάρκεια της προεδρίας του Μπερναμπέου πολλά μεγάλα ονόματα, πλην του Ντι Στέφανο, φόρεσαν τη φανέλα της Ρεάλ, όπως οι Francisco Gento, Luis Molowny, Miguel Muñoz, Raymond Kopa, Héctor Rial, Amancio, Carlos Alonso González ή Santillana, Juan Gómez González ή Juanito, Uli Stielike, Vicente Del Bosque, José Antonio Camacho και ο Φέρεντς Πούσκας.

Το 1955, κατόπιν μιας ιδέας του Gabriel Hanot, δημοσιογράφου της γαλλικής αθλητικής εφημερίδας L'Equipe (Εκίπ), βασισμένης πάνω στο τότε υπάρχον Copa Latina (μια διοργάνωση με συλλόγους από Γαλλία, Ισπανία, Πορτογαλία, και Ιταλία), ο Μπερναμπέου συναντήθηκε στο Ambassador Hotel του Παρισιού με τους Bedrignan και Gustav Sebes και αποφάσισαν τη δημιουργία ενός Κυπέλλου Πρωταθλητριών Ομάδων Ευρώπης, αυτού που είναι πλέον γνωστό ως Τσάμπιονς Λιγκ.

Ο Μπερναμπέου έμεινε στο τιμόνι της Ρεάλ για 35 χρόνια. Μέχρι το θάνατό του το 1978 η ομάδα είχε κατακτήσει 1 διηπειρωτικό κύπελλο, 6 ευρωπαϊκούς τίτλους, 16 πρωταθλήματα Ισπανίας και 6 Κύπελλα Ισπανίας.

Εθνική Ελλάδος (ποδόσφαιρο ανδρών)

Ελλάδα



Ψευδώνυμο(α)	Η Γαλανόλευκη Το Πειρατικό
Ομοσπονδία	ΕΠΟ
Συνομοσπονδία	UEFA (Ευρώπη)
Προπονητής	Φερνάντο Σάντος
Βοηθός προπονητή	Λεωνίδας Βόκολος
Αρχηγός	Κώστας Κατσουράνης
Περισσ. συμμετοχές	Γιώργος Καραγκούνης (121)
Κορυφαίος σκόρερ	Νίκος Αναστόπουλος (29)
Στάδιο έδρας	Στάδιο Καραϊσκάκης
Κωδικός FIFA	GRE
Κατάταξη FIFA	10
Υψηλ. κατάταξη FIFA	8
Χαμηλ. κατάταξη FIFA	66

Πρώτος αγώνας

Ελλάδα 1–4 [[Εθνική (ποδόσφαιρο ανδρών)]]
(Αθήνα, Ελλάδα στις 7 Απριλίου 1929)

Ευρύτερη νίκη

Ελλάδα 8–0 Συρία
(Αθήνα, Ελλάδα στις 25 Νοεμβρίου 1949)

Ευρύτερη ήττα

Ουγγαρία 11–1 Ελλάδα
(Βουδαπέστη, Ουγγαρία στις 25 Μαρτίου 1938)

Εθνική Ελλάδα (2010-11-17)

Η Εθνική Ελλάδα του ποδοσφαίρου ανδρών είναι το αντιπροσωπευτικό συγκρότημα της Ελλάδας σε διεθνείς ποδοσφαιρικές διοργανώσεις και μεμονωμένους αγώνες. Υπήρξε η Πρωταθλήτρια Ευρώπης του 2004. Το 2007 ψηφίστηκε από τους αθλητικούς συντάκτες του ΠΣΑΤ ως κορυφαία ομάδα του ελληνικού αθλητισμού.



Ιστορία

Η Ελληνική Ομοσπονδία Ποδοσφαίρου ιδρύθηκε το 1926, με κοινή απόφαση των τριών μεγάλων Ενώσεων της χώρας, Αθηνών, Πειραιώς και Θεσσαλονίκης. Η ίδρυση της σηματοδότησε την οργάνωση του ελληνικού ποδοσφαίρου σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα. Το 1927 η Ελληνική Ομοσπονδία Ποδοσφαίρου γίνεται μέλος της ΦΙΦΑ ενώ το 1954 αποτελεί ένα από τα πρώτα μέλη της ΟΥΕΦΑ. Ο πρώτος επίσημος αγώνας της Εθνικής Ελλάδος ήταν μια φιλική αναμέτρηση κόντρα στην Εθνική Ιταλίας τον Απρίλιο του 1929 στην Αθήνα (ήττα με 1-4).

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 1980

Το 1980 η Εθνική Ελλάδα είχε την πρώτη σημαντική επιτυχία της η οποία ήταν η πρόκριση και συμμετοχή στα τελικά του Ευρωπαϊκού πρωταθλήματος στην Ιταλία.

Η ομάδα του 1980 ήταν μια ίσως από τις πιο ταλαντούχες και χαρισματικές που έχει παρουσιάσει η Εθνική Ελλάδα, με ποδοσφαιριστές ηγέτες στις ομάδες τους που άφησαν εποχή στο ελληνικό ποδόσφαιρο όπως οι Γιώργος Κούδας, Θωμάς Μαύρος, Νίκος Αναστόπουλος, Μάικ Γαλάκος, Ντίνος Κούης, Γιάννης Κυράστας, Άνθιμος Κανής και πολλούς άλλους, όμως η απειρία και το εξαιρετικά υψηλό επίπεδο των αντιπάλων την εποχή εκείνη εμπόδισαν την ομάδα αυτή να κάνει την υπέρβαση που παρ' όλα αυτά ήταν μέσα στις δυνατότητές της.

Η Ελλάδα παρότι κέρδισε τις εντυπώσεις δεν κατάφερε να διακριθεί. Θετικό μπορεί να θεωρηθεί και το ισόπαλο αποτέλεσμα με τη μετέπειτα τροπαιούχο Δ. Γερμανία.

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ▲ Ελλάδα - Ολλανδία 0-1: Κιστ 65' (πεν.) (Νάπολι, 11/06/1980, θεατές 15.000)
- ▲ Ελλάδα - Τσεχοσλοβακία 1-3: Αναστόπουλος 14' - Πανένκα 6', Ββζεκ 26', Νεχόντα 63' (Ρώμη, 14/06/1980, θεατές 7.614)
- ▲ Ελλάδα - Δ. Γερμανία 0-0 (Τορίνο, 17/06/1980, θεατές 16.000)

Εθνική Ελλάδα 1980				
No	Όνομα	Θέση	Ημερ. Γέννησης	Ομάδα
1	Βασίλης Κωνσταντίνου	Τερματοφύλακας	1947	Παναθηναϊκός
2	Γιάννης Κυράστας	Αμυντικός	25/10/1952	Ολυμπιακός
3	Κώστας Ιωσηφίδης	Αμυντικός	14/1/1952	ΠΑΟΚ
4	Άνθιμος Καυής	Αμυντικός	1950	Παναθηναϊκός
5	Γιώργος Φοιρός	Αμυντικός	8/11/1953	Άρης
6	Σπύρος Λιβαθινός	Μέσος	8/1/1955	Παναθηναϊκός
7	Χρήστος Τερζανίδης	Μέσος	13/2/1945	Παναθηναϊκός
8	Τάκης Νικολούδης	Μέσος	1951	Ολυμπιακός
9	Χρήστος Αρδίζογλου	Επιθετικός	1952	ΑΕΚ
10	Μάικ Γαλάκος	Επιθετικός	23/11/1951	Ολυμπιακός
11	Γιάννης Δαμανάκης	Μέσος	1952	ΠΑΟΚ
12	Γιάννης Γούναρης	Αμυντικός	1952	ΠΑΟΚ
13	Μπάμπης Ξανθόπουλος	Επιθετικός	29/8/1956	Ηρακλής
14	Γιώργος Κούδας	Μέσος	23/11/1946	ΠΑΟΚ
15	Θωμάς Μαύρος	Επιθετικός	31/5/1954	ΑΕΚ
16	Ντίνος Κούης	Μέσος	23/11/1955	Άρης
17	Πέτρος Ραβούσης	Αμυντικός	1954	ΑΕΚ
18	Λάκης Νικολάου	Αμυντικός	1949	ΑΕΚ
19	Γιώργος Κωστικός	Επιθετικός	26/4/1958	ΠΑΟΚ
20	Νίκος Αναστόπουλος	Επιθετικός	22/1/1958	Πανιώνιος
21	Λευτέρης Πουπάκης	Τερματοφύλακας	28/12/1945	ΟΦΗ
22	Στέλιος Παπαφλωράτος	Τερματοφύλακας	27/1/1954	Άρης
C	Αλκέτας Παναγούλιας	Προπονητής	30/5/1934	Εθνική Ελλάδα

Παγκόσμιο Κύπελλο 1994

Το 1994 η Εθνική Ελλάδα για πρώτη φορά στην ιστορία της ως ποδοσφαιρική ομάδα, συμμετείχε τελική φάση Παγκοσμίου Κυπέλλου στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, το 1994.

Το αποτέλεσμα ήταν απογοητευτικό και προκάλεσαν άσχημα σχόλια για την τότε ομάδα. Δεν πρέπει όμως να παραβλέψει κανείς ότι οι αντίπαλοι ήταν ορισμένες από τις πιο ισχυρές και φορμαρισμένες ομάδες της διοργάνωσης. Η Αργεντινή είχε στη σύνθεσή της το μεγάλο Ντιέγκο Μαραντόνα πριν τιμωρηθεί και ήταν ασταμάτητη έως τότε, η Βουλγαρία κατέκτησε την 4η θέση του τουρνουά και η Νιγηρία ήταν η μεγάλη έκπληξη.

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ▲ Ελλάδα - Αργεντινή 0-4 : Γκάμπριελ Μπατιστούτα 2', 45', 90', Ντιέγκο Μαραντόνα 60', (Βοστώνη, 54.456 θεατές)
- ▲ Ελλάδα - Βουλγαρία 0-4 : Χρίστο Στόιτσκοφ 5' (πεν.), 55' (πεν.), 66' Ιορντάν Λέτσκοφ 66', Ντάνιελ Μποριμιροφ 90', (Σικάγο, 63.160 θεατές)
- ▲ Ελλάδα - Νιγηρία 0-2 : Φίνιντι Τζορτζ 45', Ντανιέλ Αμοκάτσι 90', (Βοστώνη, 53.001 θεατές)

Εθνική Ελλάδος 1994				
No	Όνομα	Θέση	Ημερ. Γέννησης	Ομάδα
1	Αντώνης Μήνου	Τερματοφύλακας	4/5/1958	Απόλλων Αθηνών
2	Στράτος Αποστολάκης	Αμυντικός	11/5/1964	Παναθηναϊκός
3	Θανάσης Κολιτσιδάκης	Αμυντικός	10/11/1966	Παναθηναϊκός
4	Στέλιος Μανωλάς	Αμυντικός	13/7/1961	ΑΕΚ
5	Γιάννης Καλιτζάκης	Αμυντικός	17/2/1966	Παναθηναϊκός
6	Γιώτης Τσαλουχίδης	Μέσος	30/3/1963	Ολυμπιακός
7	Δημήτρης Σαραβάκος	Επιθετικός	26/7/1961	Παναθηναϊκός
8	Νίκος Νιόπλιας	Μέσος	17/1/1965	Παναθηναϊκός
9	Νίκος Μαχλάς	Επιθετικός	16/6/1973	ΟΦΗ
10	Τάσος Μητρόπουλος	Μέσος	23/8/1957	ΑΕΚ
11	Νίκος Τσιαντάκης	Μέσος	20/10/1963	Ολυμπιακός
12	Σπύρος Μαραγκός	Μέσος	20/2/1967	Παναθηναϊκός
13	Βάιος Καραγιάννης	Αμυντικός	25/6/1968	ΑΕΚ
14	Βασίλης Δημητριάδης	Επιθετικός	1/2/1966	ΑΕΚ
15	Χρήστος Καρκαμάνης	Τερματοφύλακας	22/11/1969	Άρης
16	Αλέξης Αλεξούδης	Επιθετικός	20/6/1972	ΟΦΗ
17	Μηνάς Χατζίδης	Μέσος	4/7/1966	Ολυμπιακός
18	Κούλης Καραταΐδης	Αμυντικός	4/7/1965	Ολυμπιακός
19	Σάββας Κωφίδης	Μέσος	21/5/1961	Άρης
20	Ηλίας Ατματζίδης	Τερματοφύλακας	24/4/1969	ΑΕΚ
21	Αλέκος Αλεξανδρής	Επιθετικός	21/10/1968	ΑΕΚ
22	Αλέξης Αλεξίου	Αμυντικός	8/9/1968	ΠΑΟΚ
C	Αλκέτας Παναγούλιας	Προπονητής	30/5/1934	Εθνική Ελλάδα

Αποτυχημένες προσπάθειες

Η Εθνική Ελλάδος ποδοσφαίρου κατετάγει 3η στα προκριματικά του παγκοσμίου κυπέλλου το 1970 για ένα βαθμό. Η Εθνική Ελλάδος απέτυχε να προκριθεί στα τελικά του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος του 1996 όπου παρόλο που έκανε καλό ξεκίνημα στα προκριματικά (4 συνεχόμενες νίκες) τελικά τερμάτισε στην 3η θέση του ομίλου.

Στα Προκριματικά του Μουντιάλ του 1998 έφτασε μια ανάσα από την πρόκριση δεν κατάφερε όμως να νικήσει στον τελευταίο κρίσιμο αγώνα του ομίλου την Δανία (0-0) στο ΟΑΚΑ με αποτέλεσμα να καταλάβει την 3η θέση του ομίλου και να αποκλειστεί.

Στα Προκριματικά του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος του 2000 η Ελλάδα θα μπορούσε να πάρει την πρόκριση πλήρως όμως την αδυναμία της να κερδίσει αγώνες με υποδεέστερους αντιπάλους (εντός έδρας ήττα από την Λετονία με 1-2, εκτός έδρας «λευκή» ισοπαλία με την Αλβανία) με αποτέλεσμα να τερματίσει πάλι στην 3η θέση.

Στα Προκριματικά του Μουντιάλ του 2002 η Εθνική Ελλάδος απέτυχε παταγωδώς καταλαμβάνοντας την 4η θέση του ομίλου σε σύνολο 5 ομάδων. Την ίδια τύχη είχε και η προσπάθεια για πρόκριση στο Μουντιάλ του 2006 όπου η Ελλάδα κατετάγη πάλι 4η.

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 2004



Η τελετή έναρξης πριν τον αγώνα Πορτογαλία-Ελλάδα



Το πρωτοσέλιδο της εφημερίδας Φως των σπορ, την επομένη της κατάκτησης του Ευρωπαϊκού πρωταθλήματος 2004 από την Ελλάδα



Το γκολ του τελικού

Η κορυφαία στιγμή στην ιστορία της Εθνική Ελλάδος ήρθε το 2004 όταν κατέκτησε Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα στην Πορτογαλία.

Η ελληνική ομάδα έκανε εκπληκτικές εμφανίσεις και παίζοντας άριστη άμυνα, αγωνίστηκε απέναντι στα μεγάλα φαβορί της διοργάνωσης και κατέκτησε το τρόπαιο αφήνοντας άφωνους όλους τους ποδοσφαιρόφιλους.

Στον πρώτο αγώνα με την Πορτογαλία, η Ελλάδα αφινιδίασε τους πάντες σκοράροντας με γκολ του Γιώργου Καραγκούνη μόλις στο 6ο λεπτό. Ο Άγγελος Μπασινάς με πέναλτι που κέρδισε ο Γιούρκας Σεϊταρίδης διπλασίασε τα γκολ, αφήνοντας την Πορτογαλία μόνο να μειώσει σε 2-1 λίγο πριν τη λήξη με τον Κριστιάνο Ρονάλντο.

Στο δεύτερο αγώνα οι Ισπανοί πίστεψαν ότι το γκολ του Φερνάντο Μοριέντες ήταν αρκετό για τη νίκη, η σέντρα ακριβείας όμως του Βασίλη Τσιάρτα στον Άγγελο Χαριστέα έδωσε το βαθμό της ισοπαλίας στην Ελλάδα.

Η μοναδική ήττα για την Ελλάδα ήρθε από τη Ρωσία, όμως το εκπληκτικό γκολ του Ζήση Βρύζα έδωσε την πρόκριση.

Επόμενη αντίπαλος ήταν η κάτοχος του τροπαίου εθνική Γαλλίας. Ο Θοδωρής Ζαγοράκης με μια εντυπωσιακή ενέργεια τροφοδοτεί τον Άγγελο Χαριστέα και αυτός με κεφαλιά στέλνει την Ελλάδα στους "4" και τον κόσμο στους δρόμους για να πανηγυρίσει.

Ούτε η ισχυρή ομάδα της Τσεχίας μπόρεσε να σταματήσει την Ελλάδα. Στο τελευταίο λεπτό του πρώτου ημιχρόνου της παράτασης ο Βασίλης Τσιάρτας εκτελεί κόρνερ και ο Τραϊανός Δέλλας σκοράρει με κεφαλιά, στέλνοντας την Ελλάδα στον τελικό με το ασημένιο γκολ, προκαλώντας τον ενθουσιασμό σε όλους τους Έλληνες.

Στον τελικό όλοι Έλληνες τραγουδούσαν ζητώντας από τους διεθνείς να σηκώσουν το τρόπαιο και αυτό έγινε μετά από το κόρνερ που εκτέλεσε ο Άγγελος Μπασινάς, όταν ο Άγγελος Χαριστέας εκτέλεσε με κεφαλιά την Πορτογαλία που δεν μπόρεσε ποτέ να αντιδράσει. Οι σκηνές των πανηγυρισμών που ακολούθησαν από τους Έλληνες σε όλο τον κόσμο δεν έχουν προηγούμενο, η Ελλάδα ήταν στην κορυφή της Ευρώπης.

Η κατάκτηση του τροπαίου από την Ελλάδα θεωρείται μια από τις μεγαλύτερες εκπλήξεις όλων των εποχών στον ομαδικό αθλητισμό.

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ▲ Ελλάδα - Πορτογαλία 2-1
- ▲ Ελλάδα - Ισπανία 1-1
- ▲ Ελλάδα - Ρωσία 1-2
- ▲ Ελλάδα - Γαλλία 1-0
- ▲ Ελλάδα - Τσεχία 1-0
- ▲ Ελλάδα - Πορτογαλία 1-0

Οι Πρωταθλητές Ευρώπης 2004				
No	Όνομα	Θέση	Ημ. Γέννησης	Ομάδα
1	Αντώνης Νικοπολίδης	Τερματοφύλακας	13/1/1971	Παναθηναϊκός
2	Γιούρκας Σειταρίδης	Αμυντικός	4/6/1981	Παναθηναϊκός
3	Στέλιος Βενετίδης	Αμυντικός	19/11/1976	Ολυμπιακός
4	Νίκος Νταμπίζας	Αμυντικός	3/8/1973	Λέστερ
5	Τραϊανός Δέλλας	Αμυντικός	31/1/1976	Ρόμα
6	Αγγελος Μπασινάς	Μέσος	3/1/1976	Παναθηναϊκός
7	Θοδωρής Ζαγοράκης	Μέσος	27/10/1971	ΑΕΚ
8	Στέλιος Γιαννακόπουλος	Μέσος	12/7/1974	Ολυμπιακός
9	Αγγελος Χαριστέας	Επιθετικός	9/2/1980	Βέρντερ Βρέμης
10	Βασίλης Τσιάρτας	Μέσος	12/11/1972	ΑΕΚ
11	Ντέμης Νικολαΐδης	Επιθετικός	17/9/1973	Ατλέτικο Μαδρίτης
12	Κώστας Χαλκιάς	Τερματοφύλακας	30/5/1974	Παναθηναϊκός
13	Φάνης Κατεργιαννάκης	Τερματοφύλακας	16/2/1974	Ολυμπιακός
14	Τάκης Φύσσας	Αμυντικός	12/6/1973	Μπενφίκα
15	Ζήσης Βρύζας	Επιθετικός	9/11/1973	Φιορεντίνα
16	Παντελής Καφές	Μέσος	24/6/1978	Ολυμπιακός
18	Γιάννης Γκούμας	Αμυντικός	24/5/1975	Παναθηναϊκός
19	Μιχάλης Καηής	Αμυντικός	18/10/1973	ΑΕΚ
20	Γιώργος Καραγκούνης	Μέσος	6/3/1977	Ίντερ Μιλάνου
21	Κώστας Κατσουράνης	Μέσος	26/6/1979	ΑΕΚ
22	Δημήτρης Παπαδόπουλος	Επιθετικός	20/9/1981	Παναθηναϊκός
23	Βασίλης Λάκης	Μέσος	8/3/1972	ΑΕΚ
C	Ότο Ρεχάγκελ	Προπονητής	9/8/1938	Εθνική Ελλάδος

Κύπελλο Συνομοσπονδιών 2005

Το 2005 η Εθνική Ελλάδος συμμετείχε στη μεγάλη πρόβα του μουντιάλ το Κύπελλο Συνομοσπονδιών της Γερμανίας.

Με εξαίρεση τον αγώνα με την πιο φορμαρισμένη ομάδα του κόσμου εκείνη την εποχή Βραζιλία, η Εθνική Ελλάδος παρά το γεγονός ότι δεν κατόρθωσε να σημειώσει γκολ είχε μια αξιοπρεπή παρουσία στο τουρνουά καθώς θα μπορούσε να αποφύγει και την ήττα από την Ιαπωνία.

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ▲ Ελλάδα - Βραζιλία 0-3
- ▲ Ελλάδα - Ιαπωνία 0-1
- ▲ Ελλάδα - Μεξικό 0-0
- ▲ Σύνθεση

1 Αντώνης Νικοπολίδης, 2 Γιούρκας Σειταρίδης, 3 Λουκάς Βύντρα, 4 Στάθης Ταυλαρίδης, 5 Σωτήρης Κυργιάκος, 6 Αγγελος Μπασινάς, 7 Θοδωρής Ζαγοράκης, 8 Στέλιος Γιαννακόπουλος, 9 Αγγελος Χαριστέας, 10 Βασίλης Τσιάρτας, 11 Δημήτρης Παπαδόπουλος, 12 Κώστας Χαλκιάς, 13 Μιχάλης Σηφάκης, 14 Τάκης Φύσσας, 15 Ζήσης Βρύζας, 16 Παντελής Καφές, 17 Γιάννης Αμανατίδης, 18 Γιάννης Γκούμας, 19 Μιχάλης Καηής, 20 Γιώργος Καραγκούνης, 21 Κώστας

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 2008

Η εμφάνιση 2008-09

Στις 17 Οκτωβρίου του 2007 η εθνική Ελλάδος με τη νίκη της απέναντι στην Εθνική Τουρκίας εξασφάλισε την πρόκρισή της στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 2008 στην Αυστρία και την Ελβετία για να υπερασπιστεί τον τίτλο της, αποδεικνύοντας ότι ανήκει πλέον στις υπολογίσιμες ποδοσφαιρικές δυνάμεις. Επίσης κατέλαβε την 1η θέση στον όμιλό της.

Στον πρώτο της αγώνα στον τρίτο όμιλο, στις 10 Ιουνίου του 2008, η Ελλάδα ηττήθηκε από τη Σουηδία στο Σάλτσμπουργκ. Στον δεύτερο της αγώνα στον τρίτο όμιλο, στις 14 Ιουνίου του 2008, η Ελλάδα ηττήθηκε από τη Ρωσία με αποτέλεσμα να αποκλεισθεί από την τελική φάση του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος. Στον τελευταίο της αγώνα, η Εθνική Ελλάδας έχασε από την Ισπανία με 2-1 στις 18 Ιουνίου του 2008.

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ♣ Ελλάδα - Σουηδία 0-2
- ♣ Ελλάδα - Ρωσία 0-1
- ♣ Ελλάδα - Ισπανία 1-2

Εθνική Ελλάδος 2008				
No	Όνομα	Θέση	Ημερ. Γέννησης	Ομάδα
1	Αντώνης Νικοπολίδης	Τερματοφύλακας	14/1/1971	Ολυμπιακός
12	Κώστας Χαλκιάς	Τερματοφύλακας	30/5/1974	ΠΑΟΚ
13	Αλέξανδρος Τζόρβας	Τερματοφύλακας	12/8/1982	Παναθηναϊκός
2	Γιούρκας Σεϊταρίδης	Αμυντικός	4/6/1981	Ατλέτικο
3	Χρήστος Πατσατζόγλου	Αμυντικός	19/3/1979	Ολυμπιακός
4	Νίκος Σπυρόπουλος	Αμυντικός	10/10/1983	Παναθηναϊκός
5	Τραϊανός Δέλλας	Αμυντικός	31/1/1976	ΑΕΚ
11	Λουκάς Βύντρα	Αμυντικός	5/2/1981	Παναθηναϊκός
15	Βασίλης Τοροσίδης	Αμυντικός	10/6/1985	Ολυμπιακός
16	Σωτήρης Κυργιάκος	Αμυντικός	23/7/1979	Αιντραχτ
18	Γιάννης Γκούμας	Αμυντικός	24/5/1975	Παναθηναϊκός
19	Παρασκευάς Αντζας	Αμυντικός	18/8/1976	Ολυμπιακός
6	Άγγελος Μπασινάς	Μέσος	3/1/1976	Μαγιόρκα
8	Στέλιος Γιαννακόπουλος	Μέσος	12/7/1974	Μπόλτον
10	Γιώργος Καραγκούνης	Μέσος	6/3/1977	Παναθηναϊκός
21	Κώστας Κατσουράνης	Μέσος	21/6/1979	Μπενφίκα
22	Αλέξανδρος Τζιόλης	Μέσος	13/2/1985	Παναθηναϊκός
7	Γιώργος Σαμαράς	Επιθετικός	21/2/1985	Σέλτικ
9	Άγγελος Χαριστέας	Επιθετικός	9/2/1980	Νυρεμβέργη
14	Δημήτρης Σαλπιγγίδης	Επιθετικός	18/8/1981	Παναθηναϊκός
17	Φάνης Γκέκας	Επιθετικός	23/5/1980	Λεβερκούζεν
20	Γιάννης Αμανατίδης	Επιθετικός	3/12/1981	Αιντραχτ
23	Νίκος Λυμπερόπουλος	Επιθετικός	4/8/1975	ΑΕΚ
C	Ότο Ρεχάγκελ	Προπονητής	9/8/1938	Εθνική Ελλάδος

Παγκόσμιο Κύπελλο 2010

Η Εθνική Ελλάδος αγωνίστηκε στο δεύτερο όμιλο προκριματικών για το Μουντιάλ 2010, με αντιπάλους τις ομάδες του Ισραήλ, της Λετονίας, του Λουξεμβούργου, της Ελβετίας και της Μολδαβίας. Η ελληνική ομάδα τερμάτισε δεύτερη με 20 βαθμούς πίσω από την Ελβετία που συγκέντρωσε 21 βαθμούς και προκρίθηκε απευθείας. Η Ελληνική ομάδα έδωσε αγώνες μπαράζ με την Ουκρανία και προκρίθηκε (0-0 στην Αθήνα και 0-1 στο Ντόνετσκ) για την τελική φάση του Μουντιάλ 2010 που διεξήχθη στην Νότιο Αφρική.

Μετά την κλήρωση των ομίλων της τελικής φάσης, η Ελλάδα έτυχε να παίξει όπως και το 1994, με την Αργεντινή και την Νιγηρία, συν την Νότια Κορέα, στον δεύτερο όμιλο. Τα πράγματα δεν ήρθαν όπως τα ήθελε η εθνική Ελλάδος και στο πρώτο ματς με τους Νοτιοκορεάτες, ηττήθηκε με 2-0. Η πρώτη νίκη σε τελική φάση Παγκοσμίου Κυπέλλου, έγινε επί της Νιγηρίας με 2-1, σκόρερ οι Δημήτρης Σαλπιγγίδης και Βασίλης Τοροσίδης. Στο τελευταίο παιχνίδι με την Αργεντινή, η Ελλάδα δεν έπρεπε να χάσει, όμως δεν τα κατάφερε και με ήττα 2-0, αποκλείστηκε από την συνέχεια του θεσμού.

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ▲ Νότια Κορέα - Ελλάδα 2-0 (Λι Γιούνγκ Σο 7', Παρκ Γι Σουνγκ 52')
- ▲ Ελλάδα - Νιγηρία 2-1 (Σαλπιγγίδης 44', Τοροσίδης 71' - Ούτσε 16')
- ▲ Ελλάδα - Αργεντινή 0-2 (Ντεμικέλις 77', Παλέρμο 89')
- ▲

Εθνική Ελλάδος Παγκόσμιο Κύπελλο 2010				
No	Όνομα	Θέση	Ημερ. Γέννησης	Ομάδα
12	Αλέξανδρος Τζόρβας	Τερματοφύλακας	12/8/1982	Παναθηναϊκός
1	Κώστας Χαλκιάς	Τερματοφύλακας	30/5/1974	ΠΑΟΚ
2	Γιούρκας Σειταρίδης	Αμυντικός	4/6/1981	Παναθηναϊκός
3	Χρήστος Πατσατζόγλου	Αμυντικός	19/3/1979	Ομόνοια Λευκωσίας
4	Νίκος Σπυρόπουλος	Αμυντικός	10/10/1983	Παναθηναϊκός
22	Στέλιος Μαλεζιάς	Αμυντικός	11/5/1985	ΠΑΟΚ
11	Λουκάς Βύντρα	Αμυντικός	5/2/1981	Παναθηναϊκός
15	Βασίλης Τοροσίδης	Αμυντικός	10/6/1985	Ολυμπιακός
16	Σωτήρης Κυργιάκος	Αμυντικός	23/7/1979	Λίβερπουλ
19	Σωκράτης Παπασταθόπουλος	Αμυντικός	9/6/1988	Τζένοα
8	Αβραάμ Παπαδόπουλος	Αμυντικός	3/1/1984	Ολυμπιακός
5	Βαγγέλης Μόρας	Αμυντικός	18/8/1981	Μπολόνια
18	Σωτήρης Νίνης	Μέσος	3/4/1990	Παναθηναϊκός
23	Θανάσης Πρίττας	Μέσος	9/1/1979	Άρης
10	Γιώργος Καραγκούνης	Μέσος	6/3/1977	Παναθηναϊκός
21	Κώστας Κατσουράνης	Μέσος	21/6/1979	Παναθηναϊκός
6	Αλέξανδρος Τζιόλης	Μέσος	13/2/1985	Παναθηναϊκός
7	Γιώργος Σαμαράς	Επιθετικός	21/2/1985	Σέλτικ
9	Άγγελος Χαριστέας	Επιθετικός	9/2/1980	Νυρεμβέργη]]
14	Δημήτρης Σαλπιγγίδης	Επιθετικός	18/8/1981	Π.Α.Ο.Κ.
17	Θεοφάνης Γκέκας	Επιθετικός	23/5/1980	Άιντραχτ Φρανκφούρτης
20	Παντελής Καπετάνος	Επιθετικός	8/6/1983	Στεάουα Βουκουρεστίου
C	Ότο Ρεχάγκελ .	Προπονητής	9/8/1938	Εθνική Ελλάδος

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 2012

Το Σεπτέμβριο του 2010 η Ελλάδα έπαιξε το πρώτο της παιχνίδι στα προκριματικά του UEFA Euro 2012 ενάντια στη Γεωργία, στο Γεώργιος Καραϊσκάκης και έφερε 1-1. Στο επόμενο ματς στο Ζάγκρεμπ, ενάντια στη Κροατία έμεινε στη λευκή ισοπαλία, πράγμα που βόλεψε τους Κροάτες. Στην επιστροφή στην Ελλάδα και στο "Καραϊσκάκη" η εθνική σημείωσε δύο σερί νίκες με Λετονία και Ισραήλ. Το Μάρτιο του 2011 η Ελλάδα πήγε στη Βαλέτα και κέρδισε τη Μάλτα και πέρασε πρώτη στο βαθμολογικό πίνακα του ομίλου χάρη στη νίκη της Γεωργίας επί της Κροατίας. Στη συνέχεια αντιμετώπισε πάλι τη Μάλτα, αυτή τη φορά στο Καραϊσκάκη νικώντας με σκορ 3-1. Το Σεπτέμβριο του 2011 η εθνική Ελλάδος έπαιξε δύο συνεχόμενα εκτός έδρας παιχνίδια ενάντια σε Ισραήλ και Λετονία. Στο πρώτο ματς κατάφερε να πάρει τη νίκη, όμως στο δεύτερο έμεινε στην ισοπαλία. Έτσι τον Οκτώβριο του 2011 τα έπαιξε όλα για όλα με την Κροατία και την νίκησε με 2-0. Στο τελευταίο ματς στη Τιφλίδα εναντίον της Γεωργίας, αν βρέθηκε πίσω στο σκορ, κατάφερε να επικρατήσει 2-1, παίρνοντας την απευθείας πρόκριση στην τελική φάση του Ευρωπαϊκού

Πρωταθλήματος.

Μετά την κλήρωση των ομίλων της τελικής φάσης, έτυχε να παίξει με τους διοργανωτές Πολωνούς, τους Ρώσους και τους Τσέχους, στον πρώτο όμιλο. Στην προεμιέρα του ομίλου αλλά και γενικότερα της διοργάνωσης, απέσπασε ισοπαλία 1-1 από την γηπεδούχο Πολωνία. Στον επόμενο αγώνα, εναντίον της Τσεχίας, η Ελλάδα ηττήθηκε με 2-1. Ο τελευταίος αγώνας του ομίλου με την Ρωσία, ήταν νικηφόρος με 1-0, και έδωσε την πρόκριση στην ελληνική αποστολή, για τα προημιτελικά. Εκεί συνάντησε την πανίσχυρη Γερμανία και ηττήθηκε με σκορ 4-2. [2]

Τα αποτελέσματα ήταν τα εξής:

- ▲ Πολωνία - Ελλάδα 1-1 (17' Λεβαντόφσκι - 51' Σαλπγιγίδης)
- ▲ Ελλάδα - Τσεχία 1-2 (53' Γκέκας - 3' Γίρατσεκ, 6' Πίλαρ)
- ▲ Ελλάδα - Ρωσία 1-0 (45'+ Καραγκούνης)
- ▲ Γερμανία - Ελλάδα 4-2 (39' Λαμ, 61' Κεντίρα, 68' Κλόζε, 74' Ρόις - 55' Σαμαράς, 89'-πεν.- Σαλπγιγίδης)

Εθνική Ελλάδος Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 2012				
No	Όνομα	Θέση	Ημερομηνία Γέννησης	Σύλλογος
1	Κώστας Χαλκιάς	Τερματοφύλακας	30/5/1974	Π.Α.Ο.Κ.
2	Γιάννης Μανιάτης	Αμυντικός	12/10/1986	Ολυμπιακός
3	Γιώργος Τζαβέλας	Αμυντικός	26/11/1987	Μονακό
4	Στέλιος Μαλεζάς	Αμυντικός	11/3/1985	Π.Α.Ο.Κ.
5	Κυριάκος Παπαδόπουλος	Αμυντικός	23/2/1992	Σάλκε 04
6	Γρηγόρης Μάκος	Μέσος	18/1/1987	Α.Ε.Κ.
7	Γιώργος Σαμαράς	Επιθετικός	21/2/1985}	Σέλτικ
8	Αβραάμ Παπαδόπουλος	Αμυντικός	3/12/1984	Ολυμπιακός
9	Νίκος Λυμπερόπουλος	Επιθετικός	4/8/1975	Α.Ε.Κ.
10	Γιώργος Καραγκούνης	Μέσος	6/3/1977	Παναθηναϊκός
11	Κώστας Μήτρογλου	Επιθετικός	12/3/1988	Ατρόμητος
12	Αλέξανδρος Τζόρβας	Τερματοφύλακας	10/8/1982	Παλέρμιο
13	Μιχάλης Σηφάκης	Τερματοφύλακας	9/9/1984	Άρης
14	Δημήτρης Σαλπγιγίδης	Επιθετικός	18/8/1981	Π.Α.Ο.Κ.
15	Βασίλης Τοροσίδης	Αμυντικός	10/6/1985	Ολυμπιακός
16	Γιώργος Φοτάκης	Μέσος	20/10/1981	Π.Α.Ο.Κ.
17	Φάνης Γκέκας	Επιθετικός	23/5/1980	Σαμσουνσπόρ
18	Σωτήρης Νίνης	Επιθετικός	3/4/1990	Παναθηναϊκός
19	Σωκράτης Παπασταθόπουλος	Αμυντικός	9/6/1988	Βέρντερ Βρέμης
20	Ιωσήφ Χολέβας	Αμυντικός	27/6/1984	Ολυμπιακός
21	Κώστας Κατσουράνης	Μέσος	21/6/1979	Παναθηναϊκός
22	Κώστας Φορτούνης	Μέσος	16/10/1992	Καϊζερσλάουτερν
23	Γιάννης Φετφατζίδης	Επιθετικός	21/12/1990	Ολυμπιακός
C	Φερνάντο Σάντος	Προπονητής	10/10/1954	Εθνική Ελλάδος

Γήπεδο

Έδρα της Εθνικής Ελλάδος είναι το Στάδιο Γεώργιος Καραϊσκάκης στον Πειραιά. Κατά καιρούς, έχει χρησιμοποιηθεί σαν έδρα το Ολυμπιακό Στάδιο Αθήνας, το Καυταντζόγλειο, το Παγκρήτιο Στάδιο και άλλα.

Πρώτοι σε Τέρματα

(Σχετική αναφορά[3].)

#	Παίκτης	Ντεμπούτο	Γκολ	Συμμετοχές	Εν ενεργεία μέχρι
1	Νίκος Αναστόπουλος	1977	29	75	1988
2	Άγγελος Χαριστέας	2001	25	88	σήμερα
3	Φάνης Γκέκας	2005	23	66	σήμερα
4	Δημήτρης Σαραβάκος	1982	22	78	1994
5	Μίμης Παπαϊωάννου	1963	21	61	1978

Πρώτοι σε Συμμετοχές

#	Όνομα	Ντεμπούτο	Συμμετοχές	Γκολ	Εν ενεργεία
1	Γιώργος Καραγκούνης	1999	123	9	Ναι
3	Θοδωρής Ζαγοράκης	1994	120	3	Όχι
2	Άγγελος Μπασινάς	1999	100	7	Όχι
4	Κώστας Κατσουράνης	2003	100	9	Ναι
5	Στράτος Αποστολάκης	1986	96	5	Όχι

Σπουδαίοι πρώην διεθνείς

♣ Αλέκος Αλεξανδρής	♣ Κώστας Ιωσηφίδης	♣ Νίκος Μαχλάς	♣ Κώστας Πολυχρονίου
♣ Νίκος Αναστόπουλος	♣ Γιάννης Καλιτζάκης	♣ Τάσος Μητρόπουλος	♣ Δημήτρης Σαραβάκος
♣ Αντώνης Αντωνιάδης	♣ Γιώργος Κούδας	♣ Κώστας Νεστορίδης	♣ Σταύρος Σαράφης
♣ Στράτος Αποστολάκης	♣ Ντίνος Κούης	♣ Ντέμης Νικολαΐδης	♣ Νίκος Σαργκάνης
♣ Γρηγόρης Γεωργάτος	♣ Σάββας Κωφίδης	♣ Τάκης Νικολούδης	♣ Γιώργος Σιδέρης
♣ Γιάννης Γκούμας	♣ Κώστας Λινοξυλάκης	♣ Αντώνης Νικοπολίδης	♣ Γιώτης Τσαλουχίδης
♣ Γιώργος Δεληκάρης	♣ Τάκης Λουκανίδης	♣ Νίκος Νιόπλιας	♣ Βασίλης Τσιάρτας
♣ Μίμης Δομάζος	♣ Στέλιος Μανωλάς	♣ Τάκης Οικονομόπουλος	♣ Γιώργος Φοιρός
♣ Θοδωρής Ζαγοράκης	♣ Θωμάς Μαύρος	♣ Μίμης Παπαϊωάννου	♣ Στάθης Χάιτας

Η επίσημη ιστορία της Εθνικής ομάδας της Ελλάδας, τόσο για τη FIFA όσο και για την ΕΠΟ, αρχίζει με την ίδρυση της Ελληνικής Ποδοσφαιρικής Ομοσπονδίας το 1926, παρ' όλο που υπήρξαν τα προηγούμενα χρόνια κάποιοι καταγεγραμμένοι αγώνες, όπου συμμετείχε το αντιπροσωπευτικό συγκρότημα, όπως ο προκριματικός για τους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αμβέρσας το 1920.

Ως πρώτο επίσημο παιχνίδι καταγράφεται το Ελλάδα-Β' ομάδα Ιταλίας 1-4 στο γήπεδο της Λ. Αλεξάνδρας στις 7 Απριλίου 1929. Χρέη προπονητή ανέλαβε τότε ο παράγοντας της ΕΠΟ, Απόστολος Νικολαΐδης, κι αυτός καταγράφεται πλέον ως ο πρώτος ομοσπονδιακός τεχνικός. Τα επόμενα χρόνια και μέχρι τη δεκαετία του '60 η εθνική Ελλάδας δεν είχε έναν προπονητή υπεύθυνο για όλα, όπως σήμερα, αλλά διέθετε έναν εκλέκτορα, ο οποίος ουσιαστικά ήταν το «αφεντικό», καθώς ήταν υπεύθυνος για την επιλογή παικτών από τους συλλόγους και για τη συμμετοχή τους ή όχι στην ενδεκάδα του αγώνα, και έναν προπονητή, που ουσιαστικά ήταν ο βασικός γυμναστής της ομάδας και είχε λόγο στην ενδεκάδα, σε συνεννόηση πάντα με τον εκλέκτορα, αλλά και στην τακτική. Γι' αυτό και στον πίνακα με τους Κάτω από αυτές τις ιδιαιτερότητες, οι προπονητές της Εθνικής ομάδας και η θητεία τους από το 1926 έως και σήμερα ήταν:

προπονητές εμφανίζεται κάποιες φορές τεχνικό δίδυμο ή τρίδυμο ή ακόμη και μια Τεχνική Επιτροπή της ΕΠΟ. Υπήρξε πάλι μια περίοδος, όπου κάποιοι προπονητές, όπως ο Αντώνης Μηγιάκης, ο Κώστας Νεγρεπόντης και ο Γιάννης Χέλμης, εναλλάσσονταν συνεχώς στον πάγκο.

Όλα αυτά σταμάτησαν το 1964 και τότε ο Λάκης Πετρόπουλος έγινε ο πρώτος προπονητής, ο οποίος ανέλαβε όλες τις αρμοδιότητες. Από τότε και μέχρι σήμερα η Εθνική ανδρών είχε 16 ομοσπονδιακούς τεχνικούς, με τον Φερνάντο Σάντος να είναι ο 17ος. Φυσικά, μακροβιότερος με εννέα χρόνια παρουσίας (2001-2010) και 106 αγώνες, αλλά και ο πλέον πετυχημένος με την κατάκτηση του τροπαίου στο EURO το 2004, αλλά και τη συμμετοχή στα τελικά του EURO το 2008 και του Παγκοσμίου Κυπέλλου το 2010 είναι ο Οτο Ρεχάγκελ. Εκτός του Γερμανού τεχνικού, άλλος ένας προπονητής έχει οδηγήσει την Εθνική ομάδα σε τελικά μεγάλης διοργάνωσης, ο Αλκέτας Παναγούλιας στα τελικά του Ευρωπαϊκού πρωταθλήματος το 1980 (τότε Κύπελλο Εθνών) και στα τελικά του Παγκοσμίου Κυπέλλου το 1994.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ	ΑΓΩΝΕΣ	N-I-H	ΠΕΡΙΟΔΟΣ
Απόστολος Νικολαΐδης	1	0-0-1	1929
Γιαν Κοψίβα	3	1-1-1	1929-30
Γιόζεφ Σβέγιγκ	1	0-0-1	1930
Επιτροπή ΕΠΟ	4	1-0-3	1930-31
Λουκάς Πανουργιάς	5	0-0-5	1931-32
Κώστας Νεγρεπόντης	4	1-0-3	1933-34
Απόστολος Νικολαΐδης	4	1-1-2	1934-35
Κώστας Κωνσταντάρης	3	0-1-2	1935
Γιόζεφ Κίνσλερ	2	0-0-2	1936
Κώστας Κωνσταντάρης	1	0-0-1	1936
Κώστας Νεγρεπόντης	2	2-0-0	1938
Άλαν Μπάκετ	1	0-0-1	1938
Κώστας Νεγρεπόντης	8	2-0-6	1948-50
Αντώνης Μηγιάκης	1	0-0-1	1951
Γιάννης Χέλμης	3	2-0-1	1951
Νίκος Κατράντζος	1	1-0-0	1951
Α. Μηγιάκης, Κ. Νεγρεπόντης	1	1-0-0	1952

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ	ΑΓΩΝΕΣ	N-I-H	ΠΕΡΙΟΔΟΣ
Αντώνης Μηγιάκης	5	2-1-2	1952-53
Κώστας Νεγρεπόντης	2	1-1-0	1953
Γιάννης Χέλμης	2	1-0-1	1954
Αντώνης Μηγιάκης	2	0-2-0	1954-55
Γιάννης Χέλμης	3	0-1-2	1955
Κώστας Ανδρίτσος	1	0-0-1	1956
Ρίνο Μαρτίνι	7	2-1-4	1957-58
Αντώνης Μηγιάκης	1	0-1-0	1958
Πολ Μπαρόν	5	1-0-4	1959-60
Τρύφωνας Τζανετής	4	1-1-2	1960-61
Αντώνης Μηγιάκης	2	0-0-2	1961
Τρύφωνας Τζανετής	7	4-0-3	1962-64
Λάκης Πετρόπουλος	7	2-1-4	1964-65
Πάνος Μάρκοβιτς	2	2-0-0	1966-67
Λάκης Πέτροπουλος	6	1-2-3	1967
Κώστας Καραπατής	1	0-0-1	1968
Νταν Γεωργιάδης	8	3-4-1	1968-69
Λάκης Πετρόπουλος	13	2-4-7	1969-71
Μπίλι Μπίγκαμ	12	2-3-7	1971-73
Αλκέτας Παναγούλιας	16	5-5-6	1973-76
Λάκης Πετρόπουλος	9	1-2-6	1976-77
Αλκέτας Παναγούλιας	39	12-10-17	1977-81
Χρήστος Αρχοντίδης	21	5-3-13	1982-84
Μίλτος Παπαποστόλου	46	14-15-17	1984-88
Αλέκος Σοφινίδης	7	3-1-3	1988-89
Αντώνης Γεωργιάδης	27	8-9-10	1989-91
Στέφανος Πετρίτσης	1	0-0-1	1992
Αντώνης Γεωργιάδης	3	3-0-0	1992
Αλκέτας Παναγούλιας	19	6-5-8	1992-94
Κώστας Πολυχρονίου	34	17-6-11	1994-98
Άγγελ Ιορντανέσκου	7	4-2-1	1998-99
Βασίλης Δανιήλ	30	14-8-8	1999-01
Νίκος Χρηστίδης	1	0-1-0	2001
Ότο Ρεχάγκελ	106	53-23-30	2001-10
Φερνάντο Σάντος	31	17-11-3	2010-

Θέση στην παγκόσμια κατάταξη

Η εθνική Ελλάδα κατατάσσεται στην 12η θέση μεταξύ των ομάδων του κόσμου, στο σχετικό κατάλογο της ΦΙΦΑ το μήνα Ιούλιο του 2012[4]. Η καλύτερη θέση στον κόσμο στην οποία έχει καταταχθεί είναι η 8η θέση τους μήνες Απρίλιο-Μάιο-Ιούνιο του 2008 και τον Οκτώβριο του 2011.

Μπέιζμπολ



Ένας πίτσερ (ρίπτης) ετοιμάζεται να πετάξει τη μπάλα στον μάτερ (ροπαλοφόρο).

Το μπέιζμπολ (αγγλ.: baseball) είναι ένα ομαδικό άθλημα, το οποίο παίζεται από ομάδες των εννέα παικτών. Επινοήθηκε στις αρχές του 19ου αιώνα στις ΗΠΑ αλλά η πρόωμη μορφή του κατάγεται από τα Αγγλικά rounders και Κρίκετ.

Στις αρχές της δεκαετίας του 1830 στις Η.Π.Α. υπήρξαν αναφορές για μια ποικιλία παιχνιδιών με ρόπαλο και μπάλα που χαρακτηρίστηκαν σαν πρώιμες μορφές του μπέιζμπολ. Αυτά τα παιχνίδια συχνά αναφέρονται σε τοπικό επίπεδο ως "town-ball". αλλά και άλλα ονόματα όπως "round-ball" και "base-ball" χρησιμοποιήθηκαν επίσης. Σε μια επιστολή για το περιοδικό Sporting Life για έναν αγώνα που πραγματοποιήθηκε στο Beachville του Οντάριο το 1838 παρουσιάζονται πολλές ομοιότητες με το σύγχρονο μπέιζμπολ. Η παλιότερη ευρέως αποδεκτή ιστορία όπου ο Abner Doubleday εφεύρε το μπέιζμπολ στο Cooperstown της Νέας Υόρκης, το 1839 έχει οριστικά απορριφθεί από του αθλητικούς ιστορικούς.

Το 1845, ο Alexander Cartwright, μέλος club "Knickerbockers" της Νέας Υόρκης, ήταν επικεφαλής της καταγραφής του λεγόμενου Κανονισμού του Knickerbockers Club για το μπέιζμπολ. Η συνήθης πρακτική που μέχρι τότε για να βγάλεις έναν επιθετικό άουτ, έπρεπε να τον χτυπήσεις με μια πεταγμένη μπάλα, καταργήθηκε. Επίσης οι κανόνες αυτοί επέβαλαν την χρήση μιας μικρότερης, πιο σκληρής μπάλας από ό, τι είχαν παλαιότερα αλλά και αρκετοί άλλοι κανόνες που καταγράφηκαν σε εκείνο το πρώτο βιβλίο κανονισμών, έφεραν το παιχνίδι στην σύγχρονη μορφή του. Ο αγώνας που αναγνωρίζεται ως το πρώτο επίσημο καταγεγραμμένο παιχνίδι μπέιζμπολ στην ιστορία των ΗΠΑ έλαβε χώρα στις 19 Ιουνίου 1846, στο Hoboken του New Jersey: Οι "New York Nine" νίκησαν τους "Knickerbockers" της Νέας Υόρκης με σκορ 23-1, σε τέσσερις περιόδους. Με τους πρώτους κανονισμούς των "Knickerbockers" ως βάση, οι κανόνες του σύγχρονου μπέιζμπολ συνεχίζονται να εξελίσσονται μέχρι σήμερα. Υπήρξε άθλημα επίδειξης στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 1904 στο Σεντ Λούις και σε πολλές επόμενες Ολυμπιάδες.

Το 1984 και το 1988 συμπεριλήφθηκε στο πρόγραμμα των Ολυμπιάδων ως άθλημα υπό δοκιμή και τελικά έγινε επίσημο ολυμπιακό άθλημα από το 1992 στη Βαρκελώνη ως το 2004. Όμως, αποφασίστηκε να αφαιρεθεί και πάλι από τους αγώνες το 2012, όπως και το συγγενικό γυναικείο σόφτμπολ.

Το γήπεδο



Το γήπεδο Wrigley, ένα από τα πιο γνωστά των ΗΠΑ.

Το μπέιζμπολ παίζεται σε ανοιχτό γήπεδο που έχει σχήμα τεταρτημόριου κύκλου. Το γήπεδο περιλαμβάνει δύο περιοχές:

Η Εσωτερική Περιοχή (Infield) ή Διαμάντι (Diamond) έχει σχήμα ρόμβου με πλευρές μήκους 27,43 m. Στις τέσσερις κορυφές του ρόμβου υπάρχουν οι τέσσερις Βάσεις (Bases). Η βάση στην αρχή του γηπέδου, λέγεται Αρχική Βάση ή Αρχική Πλάκα (Home Plate) όπου ξεκινάει και κάθε φάση του αγώνα, μιας και διαδραματίζεται η μονομαχία του ρίπτη (pitcher) της άμυνας με τους ροπαλοφόρους (batter) της επίθεσης. Στις υπόλοιπες βάσεις που αριθμούνται ως 1η, 2η, και 3η Βάση, προωθούνται διαδοχικά οι συμπαίκτες του ροπαλοφόρου - επιθετικοί - και ο ίδιος κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, μέχρι να επιστρέψουν στην αρχική βάση κλείνοντας κύκλο σε όλες τις βάσεις και παίρνοντας έτσι έναν πόντο (run).

Στο εσωτερικό του διαμαντιού και σε απόσταση 18,34 μ. από την αρχική βάση, βρίσκεται ο ρίπτης (πίτσερ) της άμυνας ο οποίος ρίχνει την μπάλα και μονομαχεί με τον ροπαλοφόρο. Πίσω από τον ροπαλοφόρο υπάρχει ένας συμπαίκτης του ρίπτη, ο λήπτης (catcher) που πιάνει τις ρίψεις. Ο λήπτης είναι ο στρατηγός της μονομαχίας και δουλειά του είναι να βγάλουν με τον ρίπτη εκτός παιχνιδιού τους ροπαλοφόρους, να εμποδίσει την προώθηση των δρομέων και να προστατεύει την αρχική βάση από επιθετικούς που επιχειρούν να σκοράρουν.

Την εσωτερική περιοχή αμύνονται έξι (6) αμυντικοί: Ο Ρίπτης, ο Λήπτης, ο Πρώτης Βάσης, ο Δεύτερης Βάσης, ο Σορτ-στοπ και ο Τρίτης Βάσης. Αμύνονται της μπάλας και των επιθετικών και παίζουν όλες τις φάσεις στις βάσεις.

Η Εξωτερική Περιοχή σχηματίζει ένα τόξο με απόσταση τουλάχιστον 76,2 μ. ακτίνα από την αρχική βάση. Είναι προτιμητέο όμως το μέγεθος του γηπέδου να έχει ακτίνες τουλάχιστον 97,5 μ. στα πλάγια και 121,9 μ. στο κέντρο της. Στην εξωτερική περιοχή τοποθετούνται οι τελευταίοι τρεις (3) παίκτες της αμυνόμενης ομάδας και έχουν τον ρόλο της οπισθοφυλακής. Αμύνονται της μπάλας των μακρινών και δυνατών χτυπημάτων της επίθεσης.

Οι θέσεις των παικτών

Το μπέιζμπολ παίζεται από δυο ομάδες των εννέα παικτών, οι οποίες εναλλάσσονται στο ρόλο του επιτιθέμενου και του αμυνόμενου. Οι παίκτες της αμυνόμενης ομάδας, τοποθετούνται ως εξής:

- ▲ Ο ρίπτης (pitcher): μέσα στο διαμάντι
- ▲ Ο λήπτης (catcher): πίσω από την αρχική βάση
- ▲ δυο μεταξύ 1ης και 2ης βάσης
- ▲ δυο μεταξύ 2ης και 3ης βάσης
- ▲ τρεις στην εξωτερική περιοχή.

Οι παίκτες της επιτιθέμενης ομάδας ξεκινάνε διαδοχικά στη θέση του ροπαλοφόρου επιχειρώντας να χτυπήσουν την μπάλα κερδίζοντας την μονομαχία με τον ρίπτη και τον λήπτη. Σε αυτή την

περίπτωση γίνονται δρομείς και προωθούνται στις βάσεις, επιχειρώντας να σκοράρουν. Το παιχνίδι δεν έχει συγκεκριμένη χρονική διάρκεια. Μόλις τρεις παίκτες της επιτιθέμενης ομάδας, είτε ροπαλοφόροι είτε δρομείς, βγουν εκτός παιχνιδιού από την άμυνα, οι ομάδες αλλάζουν ρόλους. Όταν η κάθε ομάδα περάσει από άμυνα και επίθεση, ολοκληρώνεται μια περίοδος (inning).

Βασικοί Κανόνες

Κάθε φάση (play) ξεκινάει με την MONOMAXIA του Ρίπτη (pitcher - άμυνα) - και του Ροπαλοφόρου (batter - επίθεση). Ο Ροπαλοφόρος θέλει να χτυπήσει την μπάλα ενώ ο Ρίπτης προσπαθεί να τον ξεγελάσει και να πετύχει το αντίθετο. Την ρίψη υποδέχεται ο Λήπτης (catcher).

Η MONOMAXIA

Η μπάλα πρέπει να περάσει από ένα συγκεκριμένο νοητό ορθογώνιο, την Ζώνη Ρίψης (strike zone) που ορίζεται πάνω από την Αρχική Βάση (Home Plate) «δίνοντας ευκαιρία» στον Ροπαλοφόρο να την χτυπήσει - αλλιώς είναι λάθος του Ρίπτη και καλείται Μπολ (ball). Η αποτυχία του Ροπαλοφόρου να χτυπήσει την μπάλα καλείται Στράικ (strike) όπου: α) είτε κυνήγησε μια μπαλιά και αστόχησε, β) είτε την χτύπησε Φάουλ (foul) έξω από τον χώρο που η μπάλα παίζεται, γ) είτε η μπάλα πέρασε από την Ζώνη Ρίψης (ευκαιρία για χτύπημα) και αυτός δεν έκανε τίποτα.

Σκοπός της Επίθεσης: Ο Ροπαλοφόρος να χτυπήσει την μπάλα «δυνατά ή τεχνικά» ώστε να δώσει «χρόνο» στους δρομείς του (runners) στις βάσεις αλλά και στον εαυτό του, να προωθηθούν κυκλικά στις βάσεις. Έτσι, μέχρι η άμυνα να επιστρέψει την μπάλα, οι δρομείς να περάσουν από όλες τις βάσεις και να επιστρέψουν πίσω στην αρχική κερδίζοντας έναν Πόντο (run) ή τουλάχιστον να σωθούν σε μια βάση όπου είναι ασφαλείς.

Σκοπός της Άμυνας: να επιστρέψει την μπάλα γρήγορα στον εσωτερικό χώρο (infield) και να εμποδίσει τους γύρους της επίθεσης, «βγάζοντας Άουτ» (out - εκτός φάσης), τον Ροπαλοφόρο και τους άλλους δρομείς στις βάσεις. Ο Ροπαλοφόρος είναι άουτ σε μια από τις ακόλουθες περιπτώσεις: α) χρεωθεί 3 Strikes, β) η μπάλα μετά από χτύπημά του, «πιαστεί στον αέρα», γ) χτυπήσει την μπάλα και αφού αυτή σκάσει στο έδαφος, η άμυνα να καταφέρει να την πιάσει και να την πετάξει σε αμυντικό στην 1η βάση. Το παιχνίδι στην 1η βάση καλείται υποχρεωτικό (force) και στόχος της άμυνας είναι να πατήσει αμυντικός που έχει στην κατοχή του την μπάλα την 1η βάση πριν την πατήσει ο Ροπαλοφόρος/Δρομέας μετά το χτύπημα που ο ίδιος έκανε.

Οι δρομείς είναι άουτ αν τους ακουμπήσει αμυντικός με την μπάλα, ενώ αυτοί δεν πατάνε εκείνη την στιγμή κάποια βάση.

Ένας επιθετικός προσπαθεί να κατακτήσει όσο το δυνατόν περισσότερες βάσεις (κύκλος) χωρίς να τον βγάλουν άουτ. Ασφαλής (safe) είναι μόνο όταν ακουμπάει μια βάση. Έτσι η μπάλα επιστρέφει στον ρίπτη για να μονομαχήσει με τον επόμενο Ροπαλοφόρο.

ΚΛΕΨΙΜΟ

Ένας δρομέας μπορεί αν είναι γρήγορος, να Κλέψει μια βάση (steal) – δηλαδή να προωθηθεί στην επόμενη, πριν η άμυνα μπορέσει να τον ακουμπήσει (πιάσει) με την μπάλα καθώς αυτός θα προωθείται.

Όταν καταφέρει η άμυνα και βγάλει τρία (3) άουτ, τότε αλλάζει η άμυνα με την επίθεση. Μια περίοδος (inning) τελειώνει όταν και οι δυο ομάδες έχουν πάει εναλλάξ από μια φορά σε άμυνα και επίθεση. Ένα παιχνίδι αποτελείται από εννέα (9) περιόδους και νικήτρια είναι η ομάδα που έχει σκοράρει τους περισσότερους πόντους. Επειδή δεν υπάρχει ισοπαλία, στην περίπτωση που μετά τις εννέα περιόδους δεν υπάρχει νικήτης διεξάγεται μια επιπλέον περίοδος ή και περισσότερες, μέχρι κάποια ομάδα ανακηρυχθεί νικήτρια.

Διοργανώσεις

Οι παλαιότερες και πιο σημαντικές διοργανώσεις είναι τα δυο πρωταθλήματα στις Ηνωμένες Πολιτείες, το American League και το National League. Η αποκορύφωση αυτών, καλείται «World Series» όπου οι δυο πρωταθλήτριες παίζουν μια τελική σειρά αγώνων για την ανακήρυξη της καλύτερης ομάδας στον Κόσμο εκείνη την χρονιά. Το world series διεξάγεται από το 1903 και θεωρείται ένα από τα μεγαλύτερα αθλητικά γεγονότα παγκοσμίως αμερικανικό πρωτάθλημα.

Σε διεθνές επίπεδο σημαντικότερη διοργάνωση είναι το παγκόσμιο πρωτάθλημα ή «World Baseball Classic», όπως είναι η επίσημη ονομασία του, το οποίο διοργανώνει η Διεθνής Ομοσπονδία Μπέιζμπολ από το 2002.

ΣΠΟΥΔΕΣ ΣΕ ΤΜΗΜΑΤΑ ΤΕΦΑΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών

Το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ)



Το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, ως θεματοφύλακας των ολυμπιακών παραδόσεων και εστία έρευνας και αθλητικής παιδείας, έχει έμβλημα που συμβολίζει την ενότητα αγώνα και πολιτισμού.

Η σφραγίδα του φέρει την παράσταση τού θεού αγώνα, όπως εμφανίζεται σε αρχαίο νόμισμα τού 4ου αιώνα, το δε χρώμα της τηβέννου του είναι κεραμιδί, για να εκφράζει αφενός την ελληνική αρχαιότητα, που ενέπνευσε και διαμόρφωσε την αθλητική ιδέα, και αφετέρου το γήινο στοιχείο από το οποίο αντλεί τη δύναμή του το σώμα.

Το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού έχει ως Αποστολή:

- Να καλλιεργεί και να προάγει την Επιστήμη της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού με βασική και εφαρμοσμένη έρευνα.
- Να παρέχει στους πτυχιούχους του τα απαραίτητα εφόδια, που θα εξασφαλίσουν την άρτια κατάρτισή τους για την επιστημονική και την επαγγελματική τους σταδιοδρομία.
- Να συμβάλλει στην πρόοδο του Ελληνικού Αθλητισμού και ταυτόχρονα να καλλιεργεί και να διαδίδει στο λαό την Αθλητική Ιδέα.
- Να συμβάλλει στη συνειδητοποίηση από το λαό της σημασίας της Φυσικής Αγωγής ως βασικού παράγοντα για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής.

Δομή Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

(ΤΕΦΑΑ)

Το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού -σύμφωνα με τον Νόμο 1268/82 που διέπει τη λειτουργία των Α.Ε.Ι.- απαρτίζεται από τους Τομείς του που έχουν την κύρια ευθύνη για την εκπαίδευση των φοιτητών και, κατά κανόνα, σ' αυτούς ανήκουν τα μαθήματα του προγράμματος σπουδών που διδάσκονται από τα μέλη ΔΕΠ.

Οι Τομείς του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) είναι:

- [Τομέας Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης](#)
- [Τομέας Θεωρητικών Επιστημών](#)
- [Τομέας Αθλοπαιδιών](#)
- [Τομέας Γυμναστικής και Χορού](#)
- [Τομέας Κλασικού Αθλητισμού](#)
- [Τομέας Υγρού Στίβου](#)

Προπτυχιακές Σπουδές

Ενιαίο Πτυχίο - Το Τμήμα χορηγεί ενιαίο πτυχίο στην «Επιστήμη της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού». όλοι οι φοιτητές εκπαιδεύονται σε ενιαία βάση καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών τους, προκειμένου να ανταποκριθούν : α) στη διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης, στα αθλητικά σωματεία, στα πολιτιστικά σωματεία και στους χώρους δουλειάς (γυμναστήρια, χώροι αναψυχής, κ.ά.), β) στη διεύθυνση και εποπτεία γυμναστηρίων και αθλητικών εγκαταστάσεων και ως σύμβουλοι ή συνεργάτες σε αθλητικούς οργανισμούς ή άλλους φορείς.

Το νέο **Πρόγραμμα Σπουδών** διαρκεί τουλάχιστον οκτώ (8) εξάμηνα, απαιτεί εκ μέρους των φοιτητών (-τριών) τη συμπλήρωση τουλάχιστον 130 διδακτικών μονάδων για την απόκτηση πτυχίου, και περιλαμβάνει :

- Υποχρεωτικά Μαθήματα,
- Επιλογής Υποχρεωτικά Μαθήματα,
- Προαπαιτούμενα και Προπαρασκευαστικά Μαθήματα,
- Ειδίκευση σε Όλα τα Ολυμπιακά Αθλήματα και στα Θεωρητικά Πεδία: «Ευρωστία & Υγεία», «Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή», «Αθλητική Διοίκηση», «Ολυμπιακές Σπουδές», «Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός»,
- Πρακτική Εξάσκηση,
- Εκπόνηση Πτυχιακής Εργασίας.

Δίπλωμα Ειδίκευσης - Το Δίπλωμα Ειδίκευσης χορηγείται: (α) στην Προπονητική των *Αθλημάτων του Ολυμπιακού Προγράμματος* που καλύπτει το Πρόγραμμα, και αποτελεί φυσική συνέχεια της εκπαίδευσης των φοιτητών στα πλαίσια των αθλητικο-κινητικών δεξιοτήτων που έχουν σχέση με τη μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης. (β) στα Θεωρητικά γνωστικά Πεδία *Ευρωστία & Υγεία* (Τομέας Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης), *Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή*, *Αθλητική Διοίκηση*, *Ολυμπιακές Σπουδές* (Τομέας Θεωρητικών Επιστημών), *Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός* (Τομέας Γυμναστικής & Χορού). Οι προϋποθέσεις του Διπλώματος

Ειδίκευσης ορίζονται από τις Γ.Σ. των αντίστοιχων Τομέων. Η απόκτηση Διπλώματος Ειδίκευσης δεν είναι υποχρεωτική. Για την πλήρωση των υποχρεώσεων της Ειδίκευσης απαιτείται η συμπλήρωση τουλάχιστον 20 δ.μ. από τα προβλεπόμενα στην κάθε ειδίκευση μαθήματα.

Πρόσθετο Δίπλωμα Ειδίκευσης - Παρέχεται η δυνατότητα απόκτησης δεύτερου Διπλώματος Ειδίκευσης με απόφαση του οικείου Τομέα.

Υποχρεωτικά Μαθήματα - Το σύνολο των υποχρεωτικών μαθημάτων για λήψη πτυχίου είναι 94 δ.μ. για τους άνδρες και 92 δ.μ. για τις γυναίκες ως εξής: 24 δ.μ. από τον Τομέα Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης, 28 δ.μ. από τον Τομέα Θεωρητικών Επιστημών, 42 δ.μ. για τους άνδρες και 40 δ.μ. για τις γυναίκες από τους Προπονητικούς Τομείς: Αθλοπαιδιών 16 & 12 δ.μ., Γυμναστικής & Χορού 11 & 13 δ.μ., Κλασικού Αθλητισμού 11 & 11 δ.μ. και Υγρού Στίβου 4 & 4 δ.μ.

Πίνακας 1 - Κατανομή Διδακτικών Μονάδων για Απόκτηση Πτυχίου

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ		δ.μ.	
ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Υπ.)		Α	Γ
Τ	ΑΘΛΗΤΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΒΑ)	24	24
Ο	ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ (ΘΕ)	28	28
Μ	ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ΑΠ)	16	12
Ε	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ (ΓΧ)	11	13
Ι	ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (ΚΑ)	11	11
Σ	ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΥΣ)	4	4
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (Ει.)		20	20
ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Επ.)		12	14
ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (Πτ.)		4	4
Σύνολο διδακτικών μονάδων		130	130

δ.μ. = διδακτικές μονάδες, Α = άνδρες, Γ = γυναίκες.

Επιλογής Υποχρεωτικά Μαθήματα

Για τη λήψη πτυχίου απαιτούνται τουλάχιστον 32 δ.μ. στους άρρενες και 34 δ.μ. στις θήλεις: 20 δ.μ. από τα μαθήματα Ειδίκευσης και τουλάχιστον 12 δ.μ. και 14 δ.μ., αντίστοιχα, από μαθήματα ελεύθερης επιλογής.

Προαπαιτούμενα Μαθήματα

Κάθε Τομέας μπορεί να ορίζει μαθήματα ως προαπαιτούμενα. Τα προαπαιτούμενα μαθήματα περιορίζονται μόνο στις ειδικεύσεις και καθορίζονται από τους τομείς σε 2 το πολύ.

Προπαρασκευαστικά Μαθήματα

Είναι προαιρετικά και τα παρακολουθούν φοιτητές που κρίνουν ότι πρέπει να βελτιώσουν τις κινητικές τους δεξιότητες σε αντίστοιχο υποχρεωτικό μάθημα αθλήματος και δεν χρεώνονται με διδακτικές μονάδες. Η Γ.Σ. του Τομέα αποφασίζει για το πλαίσιο οργάνωσης και λειτουργίας αυτών των μαθημάτων. Στην αρχή κάθε ακαδημαϊκού εξαμήνου οι αντίστοιχοι Τομείς ορίζουν, ανάλογα με τις δυνατότητές τους σε διδακτικό προσωπικό, τα μαθήματα που θα διδαχθούν.

Διατμηματική Αναγνώριση Μαθημάτων

Θεσμοθετείται η δυνατότητα αναγνώρισης δ.μ. για μαθήματα που παρακολούθησε ο φοιτητής σε άλλα Τμήματα του ιδίου ή άλλων Πανεπιστημίων της ημεδαπής ή αλλοδαπής.

Εφαρμογή Προγράμματος Σπουδών

Το Πρόγραμμα ισχύει στην παρούσα μορφή από το ακαδημαϊκό έτος 2004-05. Δίνεται η δυνατότητα σε όλους τους φοιτητές ενδιάμεσων ετών από το ακαδημαϊκό έτος 2004-05 να επιλέξουν Ειδίκευση. Θεσμοθετούνται σύμβουλοι σπουδών για τους πρωτοετείς και τους φοιτητές Ειδικεύσεων.

Πτυχιακή Εργασία

1. Η πτυχιακή εργασία είναι υποχρεωτική και εκπονείται στο πλαίσιο της ειδίκευσης του φοιτητή ή σε άλλο γνωστικό αντικείμενο-πεδίο (συνδυασμός μαθημάτων) της απολύτου επιλογής του μετά από συνεννόηση με τον επιβλέποντα καθηγητή.
2. Η πτυχιακή εργασία είναι ατομική. Σε ειδικές όμως περιπτώσεις (π.χ. πειραματική έρευνα) είναι δυνατόν να εκπονηθεί με τη συνεργασία μέχρι τριών (3) φοιτητών κατά την κρίση του επιβλέποντα καθηγητή.
3. Η πτυχιακή εργασία έχει διδακτικό βάρος 4 δ.μ. και αποτελεί προϋπόθεση απόκτησης πτυχίου και όχι εκπλήρωσης των απαιτήσεων (συνόλου 20 δ.μ.) της ειδίκευσης. Σε περιπτώσεις ομαδικής εργασίας οι φοιτητές παίρνουν τις ίδιες διδακτικές μονάδες (4), όπως προβλέπεται και στις ατομικές εργασίες.
4. Σε περίπτωση 2^{ης} ειδίκευσης δεν απαιτείται 2^η πτυχιακή εργασία.
5. Ο επιβλέπων καθηγητής ορίζει τις επί μέρους προϋποθέσεις έναρξης, δομής, ολοκλήρωσης, συγγραφής, παρουσίασης, αξιολόγησης και κατάθεσης της εργασίας.
6. Μετά την ολοκλήρωσή της η εργασία αξιολογείται από τον επιβλέποντα καθηγητή με βάση τις βαθμολογικές κατηγορίες «καλώς» (5-6.4), «λίαν καλώς» (6.5-8.4) και «άριστα» (8.5-10), που ισχύουν και για το πτυχίο και την ειδίκευση.
7. Μετά την επιτυχή αξιολόγηση της εργασίας, ο επιβλέπων καθηγητής συμπληρώνει και καταθέτει στην γραμματεία ειδικό έντυπο με το βαθμό και τον τίτλο της εργασίας.
8. Ολόκληρη η πτυχιακή εργασία κατατίθεται στον Τομέα ή στο αντίστοιχο σπουδαστήριο / εργαστήριο. Στη βιβλιοθήκη του Τμήματος κατατίθεται σε ηλεκτρονική μορφή εκτεταμένη περίληψη τριών (3) σελίδων της εργασίας (περίπου 1400 λέξεις) για αρχειοθέτηση και ενημέρωση των μελλοντικών φοιτητών.
9. Καθιερώνονται τα ακόλουθα προαπαιτούμενα μαθήματα κορμού για την έναρξη εκπόνησης της πτυχιακής εργασίας : 233 Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας, 234 Στατιστική Φ.Α.Α.
10. Συνιστάται η γνώση ξένης γλώσσας (π.χ. 149 Ξένη Γλώσσα, κατά προτίμηση Αγγλικά), και πληροφορικής (word, excell κ.λπ., π.χ. 147 Πληροφορική στη Φ.Α.Α.).
11. Καθιερώνονται από τον επιβλέποντα καθηγητή ενιαία και κατά περίπτωση προαπαιτούμενα μαθήματα σχετικά με το γνωστικό πεδίο της εργασίας, ανάλογα με τους επιστημονικές απαιτήσεις της.
12. Η διαδικασία της πτυχιακής εργασίας αρχίζει τυπικά το Σεπτέμβριο (7^ο εξάμηνο) και η κατάθεσή της στον επιβλέποντα καθηγητή γίνεται το αργότερο στο τέλος Μαΐου (8^ο εξάμηνο), ώστε να υπάρξει επαρκής χρόνος για την αξιολόγησή της.

Κωδικοποίηση Μαθημάτων

Τα μαθήματα του προγράμματος σπουδών παρουσιάζονται στους ακόλουθους πίνακες σύμφωνα με την εξής κωδικοποίηση:

Τομείς :

ΘΕ - Θεωρητικών Επιστημών

ΑΠ - ΑθλοΠαιδιών

ΑΒ - Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης
ΓΧ - Γυμναστικής & Χορού
ΚΑ - Κλασικού Αθλητισμού
ΛΑ - Λοιπά Αθλήματα
ΥΣ - Υγρού Στίβου

Θεωρητικά Πεδία :

ΕΥ - *Ευρωστία & Υγεία*
ΠΑ - *Προσαρμοσμένη (Κινητική) Αγωγή*
ΑΔ - *Αθλητική Διοίκηση*
ΟΣ - *Ολυμπιακές Σπουδές*
ΕΧ - *Ελληνικός (Παραδοσιακός) Χορός*

Υποχρεωτικά Μαθήματα :

100 - 199 Α΄ έτος
200 - 299 Β΄ έτος **Υπ** - Υποχρεωτικά
300 - 399 Γ΄ έτος **Επ** - Επιλογής
400 - 499 Δ΄ έτος

Μαθήματα Επιλογής : **100 & 199**

Τα μαθήματα αυτά κωδικοποιούνται έτσι (όπως τα μαθήματα του Α΄ έτους) ακριβώς για το λόγο ότι μπορούν να τα παρακολουθήσουν οι φοιτητές από το Α΄ έτος.

Α : Άνδρες, **Γ** : Γυναίκες

Παραδείγματα Κωδικοποίησης:

ΘΕ-131Υπ Ιστορία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

Το μάθημα ανήκει στον τομέα Θεωρητικών Επιστημών (ΘΕ), διδάσκεται στο Α΄ έτος (131) και είναι υποχρεωτικό (Υπ).

ΑΒ-405ΕΥ Άσκηση, Ευρωστία, Υγεία

Το μάθημα ανήκει στον τομέα Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης (ΑΒ), διδάσκεται στο Δ΄ έτος (405) και περιέχεται στον κύκλο *Ευρωστία & Υγεία* (ΕΥ).

ΥΣ-186Επ Υδατοσφαίριση

Το μάθημα ανήκει στον τομέα Υγρού Στίβου (ΥΣ), διδάσκεται στους φοιτητές του Α΄ έτους (186) και είναι επιλογής (Επ).



Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο



Θεσσαλονίκης
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής
Αγωγής και Αθλητισμού

Αποστολή όλων των Τ.Ε.Φ.Α.Α. είναι:



- Να καλλιεργούν και να προάγουν την επιστήμη της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού με την ακαδημαϊκή και την εφαρμοσμένη διδασκαλία και έρευνα
- Να παρέχουν στους πτυχιούχους τους τα απαραίτητα εφόδια που θα εξασφαλίσουν την άρτια κατάρτισή τους για την επιστημονική και επαγγελματική τους σταδιοδρομία
- Να συμβάλλουν στην πρόοδο του ελληνικού αθλητισμού και ταυτόχρονα να καλλιεργούν και να διαδίδουν την αθλητική ιδέα

Να συμβάλλουν στη συνειδητοποίηση από τους πολίτες της σημασίας της Φυσικής Αγωγής ως βασικού παράγοντα για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής.

Το **πρόγραμμα σπουδών** είναι διαρθρωμένο σε οκτώ εξάμηνα που είναι και ο ελάχιστος χρόνος για την απόκτηση του πτυχίου. Σύμφωνα με το νόμο, το πρόγραμμα σπουδών είναι ενδεικτικό και όχι υποχρεωτικό. Αυτό σημαίνει ότι οι φοιτητές/-ήτριες μπορούν να παρακολουθήσουν ένα μάθημα σε όποιο εξάμηνο των σπουδών τους επιθυμούν (αρκεί το μάθημα να προσφέρεται στο συγκεκριμένο εξάμηνο). Ωστόσο, η παρακολούθηση των μαθημάτων στα συνιστώμενα εξάμηνα εξασφαλίζει την ομαλότερη δυνατή ροή του προγράμματος, τόσο για τους φοιτητές και τις φοιτήτριες όσο και για το Τμήμα.

Μάθημα, στο οποίο δεν πραγματοποιήθηκαν τουλάχιστον 13 εβδομάδες, θεωρείται ότι δε διδάχθηκε. Από την άποψη του τρόπου διδασκαλίας, ένα μάθημα μπορεί να είναι θεωρητικό,

πρακτικό, εργαστηριακό ή συνδυασμός. Η παρακολούθηση των ειδικοτήτων, των μαθημάτων επιλογής (και των δύο κατηγοριών) και κάθε μαθήματος που έχει πρακτικό ή εργαστηριακό μέρος είναι υποχρεωτική. Στα μαθήματα με υποχρεωτική παρακολούθηση υπάρχει δικαίωμα απουσίας μέχρι το 30 % του συνόλου των ωρών διδασκαλίας. Αν φοιτητής/-ήτρια είναι μέλος εθνικής ομάδας ή ασθενήσει, το όριο απουσίας αυξάνεται σε 40 %. Στην πρώτη περίπτωση απαιτείται βεβαίωση συμμετοχής σε διεθνείς αγώνες, θεωρημένη από τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού. Στη δεύτερη απαιτείται δικαιολογητικό νοσηλείας από δημόσιο νοσοκομείο.

Αν φοιτητής/-ήτρια απουσιάσει από ένα μάθημα περισσότερες ώρες από το ανώτατο επιτρεπτό όριο, τότε θεωρείται ότι δεν παρακολούθησε το μάθημα και είναι υποχρεωμένος/-η να επαναλάβει την παρακολούθηση.

Ο τρόπος αξιολόγησης των φοιτητών/-τριών σε ένα μάθημα αποφασίζεται από τον υπεύθυνο του μαθήματος και μπορεί να περιλαμβάνει εργασίες, ενδιάμεσες εξετάσεις, δοκιμασίες και τελική εξέταση. Οι εξετάσεις μπορεί να είναι γραπτές, προφορικές ή πρακτικές. Προβιβάσιμος βαθμός θεωρείται το πέντε.

Οι τελικές εξετάσεις διενεργούνται σε τρεις περιόδους: (1η) Ιανουαρίου-Φεβρουαρίου, (2η) Ιουνίου και (3η) Σεπτεμβρίου. Τα μαθήματα του χειμερινού εξαμήνου εξετάζονται την 1η και 3η περίοδο, ενώ τα μαθήματα του εαρινού εξαμήνου τη 2η και 3η περίοδο. Με την ολοκλήρωση οκτώ εξαμήνων σπουδών, οι φοιτητές/-ήτριες δικαιούνται να εξετάζονται σε κάθε μάθημα και στις τρεις περιόδους.

Οι υπεύθυνοι των μαθημάτων υποχρεούνται να καταθέτουν την τελική βαθμολογία στη Γραμματεία του Τμήματος το αργότερο 20 ημέρες μετά την ημέρα της τελικής εξέτασης. Ειδικά για την εξεταστική περίοδο του Ιουνίου, η κατάθεση βαθμολογίας πρέπει να γίνεται το αργότερο στις 5 Ιουλίου.

Όταν ο φοιτητής ή η φοιτήτρια περατώσει όλες τις υποχρεώσεις που προβλέπονται από το πρόγραμμα σπουδών, κάνει αίτηση στη γραμματεία του Τμήματος για να ορκιστεί. Μετά από τον έλεγχο των βαθμολογιών, γίνεται η ορκωμοσία και η παραλαβή του πτυχίου. Ο βαθμός του πτυχίου είναι ο μέσος όρος των βαθμών όλων των μαθημάτων στα 8 εξάμηνα φοίτησης.

Η κλίμακα βαθμολογίας στο πτυχίο είναι:

1. Από 5 μέχρι 6,49, «καλώς»
2. Από 6,50 μέχρι 8,49, «λίαν καλώς»
3. Από 8,50 μέχρι 10, «άριστα»

Εκτός από το πτυχίο, οι απόφοιτοι λαμβάνουν πιστοποιητικό παρακολούθησης ειδικότητας.

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

Σκοπός του Τμήματος είναι η ανάπτυξη, προώθηση, διάδοση και εφαρμογή γνώσεων σχετικών με την άθληση, τον αγωνιστικό αθλητισμό, τη φυσική δραστηριότητα και την υγεία. Στο εκπαιδευτικό περιβάλλον του Τμήματος ευδοκούν αλληλεπιδράσεις μεταξύ της μαθησιακής διαδικασίας, της έρευνας, και της παροχής ερεθισμάτων και προκλήσεων, όπου οι φοιτητές έχουν την ευκαιρία να



αποκτήσουν δεξιότητες ηγετικής δράσης, επικοινωνίας και ομαδικότητας. Μέσα από το πρόγραμμα σπουδών επίσης το Τμήμα στοχεύει στη δημιουργία αποφοίτων ικανών να ανταποκριθούν με επαγγελματική ωριμότητα στις ανάγκες της αγοράς εργασίας όπως αυτή διαμορφώνεται στον Ελλαδικό χώρο.

Επιμέρους σκοπό αποτελεί η προώθηση ενός δραστήριου τρόπου ζωής όπου υιοθετούνται συνθήκες και συνήθειες υγιούς διαβίωσης καθώς ο φοιτητής έχει την ευκαιρία να αναπτύξει τις δικές του φυσικές ικανότητες και αθλητικές δεξιότητες.

Μαθήματα υποχρεωτικής παρακολούθησης

ΑΠΟΥΣΙΕΣ: Στα μαθήματα όλων των εξαμήνων που αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα, όπου οι παρουσίες είναι υποχρεωτικές, οι φοιτητές δικαιούνται να απουσιάσουν σε αριθμό μαθημάτων που να ισούται με το 30% του συνόλου των μαθημάτων που πραγματοποιούνται ανά εξάμηνο (Απόφαση Γενικής Συνέλευσης 382/25-5-2009).

Α' - έτος σπουδών

Κωδ.	Μαθήματα Α' εξαμήνου	Κωδ.	Μαθήματα Β' εξαμήνου
N111	Κολύμβηση	N121	Διδακτική της Κολύμβησης
N112	Κλασικός Αθλητισμός	N122	Διδακτική του Κλασικού Αθλητισμού
N113	Καλαθοσφαίριση	N123	Διδακτική της Καλαθοσφαίρισης
N114	Γυμναστική		
N119	Νέες Τεχνολογίες στη Φυσική Αγωγή		

Β' - έτος σπουδών

Κωδ.	Μαθήματα Γ' εξαμήνου	Κωδ.	Μαθήματα Δ' εξαμήνου
N131	Ποδόσφαιρο	N141	Διδακτική του Ποδοσφαίρου
N132	Πετοσφαίριση	N142	Διδακτική της Πετοσφαίρισης
N133	Χειροσφαίριση	N143	Διδακτική της Χειροσφαίρισης
N134	Ενόργανη Γυμναστική	N144	Διδακτική της Ενόργανης Γυμναστικής
N135	Εισαγωγή στον Παραδοσιακό Χορό	N0..	3ο προαπαιτούμενο μάθημα

N0..	1ο προαπαιτούμενο μάθημα επιλογής	N0..	4ο προαπαιτούμενο μάθημα επιλογής
N0..	2ο προαπαιτούμενο μάθημα επιλογής	N148	Εργαστήριο Αθλητικής Απόδοσης

Γ' - έτος σπουδών

Κωδ.	Μαθήματα Ε' εξαμήνου	Κωδ.	Μαθήματα ΣΤ' εξαμήνου
N153	Διδακτική της Τεχνικής των Ασκήσεων με Βάρη	N162	Σχεδιασμός της Προπόνησης με Αντιστάσεις
N3..	1ο μάθημα Κατεύθυνσης	N3..	3ο μάθημα Κατεύθυνσης
N3..	2ο μάθημα Κατεύθυνσης	N3..	4ο μάθημα Κατεύθυνσης
N4..-N5..	1ο μάθημα Ειδικότητας	N4..-N5..	2ο μάθημα Ειδικότητας
N0..	5ο μάθημα ελεύθερης επιλογής	N0..	6ο μάθημα ελεύθερης επιλογής *
-	-	N165	Εργαστήριο Επιστημονικής Προσέγγισης Διπλωματικής Εργασίας *

Δ' - έτος σπουδών

Κωδ.	Μαθήματα Ζ' εξαμήνου	Κωδ.	Μαθήματα Η' εξαμήνου
N3..	5ο μάθημα Κατεύθυνσης	N181	Πρακτική άσκηση στην Πρωτοβάθμια & Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση
N3..	6ο μάθημα Κατεύθυνσης	N3..	7ο μάθημα Κατεύθυνσης
N4..-N5..	3ο μάθημα Ειδικότητας	N4..-N5..	4ο μάθημα Ειδικότητας
N4..-N5..	Πρακτική Άσκηση Ειδικότητας	N0..	8ο μάθημα ελεύθερης επιλογής *
N0..	7ο μάθημα ελεύθερης επιλογής *	N185	Εκπόνηση Διπλωματικής Εργασίας *
N175	Εργαστήριο Παρουσίασης και Ανάλυσης Δεδομένων μέσω Η/Υ *	-	

* Κάθε φοιτητής – τρία μπορεί να επιλέξει στον Κύκλο Εξειδίκευσης (3ο & 4ο έτος σπουδών) ή 4 μαθήματα ελεύθερης επιλογής (5ο, 6ο, 7ο, 8ο μάθημα ελεύθερης επιλογής) ή 1 μάθημα ελεύθερης επιλογής (5ο μάθημα επιλογής) και διπλωματική εργασία (τα μαθήματα με κωδικό N165 και N175 και στη συνέχεια να εκπονήσει την διπλωματική του εργασία – «N185 - Εκπόνηση Διπλωματικής Εργασίας»).

Κατευθύνσεις - Ειδικότητες

Για την επιλογή και παρακολούθηση μιας Ειδικότητας στο 3ο και 4ο έτος σπουδών, κάθε φοιτητής – τρια θα πρέπει οπωσδήποτε να έχει παρακολουθήσει το αντίστοιχο προαπαιτούμενο μάθημα της συγκεκριμένης Ειδικότητας και να έχει αξιολογηθεί με βαθμό τουλάχιστον επτά (7).

Ως προαπαιτούμενο μάθημα της κάθε Ειδικότητας που αντιστοιχεί σε κάποιο από τα βασικά πρακτικά μαθήματα του κορμού, ορίζεται το αντίστοιχο πρακτικό μάθημα Διδακτικής που προσφέρεται στο εαρινό εξάμηνο του 1ου (Β') ή του 2ου (Δ') έτους σπουδών.

Για τις υπόλοιπες Ειδικότητες, που δεν έχουν αντίστοιχο μάθημα στον κορμό (1ο και 2ο έτος) ή δεν έχουν αντίστοιχο μάθημα Διδακτικής, ορίζονται συγκεκριμένα μαθήματα ως προαπαιτούμενα μαθήματα επιλογής στο χειμερινό (Γ') ή στο εαρινό (Δ') εξάμηνο του 2ου έτους σπουδών.

- *Οι δηλώσεις των προαπαιτούμενων μαθημάτων, τα οποία προσφέρονται μόνο στο χειμερινό ή μόνο στο θερινό εξάμηνο, γίνονται πριν την έναρξη του αντίστοιχου εξαμήνου.*
- *Οι ακριβείς ημερομηνίες και ο τρόπος κατάθεσης των δηλώσεων θα ανακοινώνεται κάθε φορά από τη Γραμματεία του Τμήματος*



Το Τμήμα δέχθηκε τους πρώτους φοιτητές το 1994 και από τότε είναι σε συνεχή προσπάθεια ποιοτικής αναβάθμισης σε διδακτικό και ερευνητικό έργο. Με γνώμονα την αριστεία, το Τμήμα μας έχει αναδειχθεί ως ένα από τα καλύτερα στο χώρο της άσκησης και ποιότητας ζωής στην Ελλάδα, εφαρμόζοντας σύγχρονα προγράμματα προπτυχιακών και μεταπτυχιακών σπουδών και αναπτύσσοντας καινοτόμες ερευνητικές και κοινωνικές δράσεις.

Ταυτόχρονα η διεθνής καλή εικόνα του Τμήματος έχει καθιερωθεί με τις πολυάριθμες αναφορές στο επιστημονικό έργο που διεξάγεται, καθώς και με την διαρκώς αυξανόμενη συμμετοχή φοιτητών και προσωπικού σε διεθνείς οργανισμούς και δραστηριότητες.

Η Φυσιογνωμία του Τμήματος: Σύντομη Παρουσίαση

(Ακαδημαϊκό έτος 2012-2013)

Ίδρυση και Εξέλιξη του Τμήματος

Το Τμήμα ιδρύθηκε το 1993. Οι εγκαταστάσεις του βρίσκονται σε έκταση 150 στρεμμάτων στις Καρυές Τρικάλων. Το συνολικό εμβαδόν των εγκαταστάσεων είναι 3000τμ που περιλαμβάνουν εργαστήρια, βιβλιοθήκη, γραφεία, αίθουσες διδασκαλίας, αίθουσα τηλεδιασκέψεων, αίθουσα υπολογιστών κλπ. Έχουν προγραμματιστεί ή υλοποιούνται: κλειστό γυμναστήριο, ποδηλατοδρόμιο, αμφιθέατρο και αίθουσες 1000τμ. Σήμερα το Τμήμα έχει 25 μέλη ΔΕΠ, 9 ΕΕΔΙΠ και 12 μέλη τεχνικής και γραμματειακής υποστήριξης. Πολλά από τα εν λόγω μέλη δραστηριοποιούνται σε ερευνητικά προγράμματα και καινοτόμες δράσεις με εθνική και διεθνή απήχηση όπως η συγγραφή των βιβλίων φυσικής αγωγής για την πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση της χώρας, η υλοποίηση Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων Καινοτομίας (π.χ. μέσω FP7), η ενσωμάτωση δημοσιευμένων δεδομένων σε οδηγίες του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Ρευματολογίας, η έκδοση διεθνών επιστημονικών περιοδικών και η διοργάνωση διεθνών συνεδρίων. Γενικότερα, το Τμήμα έχει περίπου 20 ενεργές διμερείς συμφωνίες στο πλαίσιο του προγράμματος LLP/ Erasmus, πλήθος συνεργασιών με φορείς (π.χ. WomensSportInternational, Institute for Teaching and Learning κ.τ.λ.) και Πανεπιστήμια (π.χ. Universities of Glasgow, Wolverhampton, Edith Cowan και Manchester) του εξωτερικού. Συνεργάζεται ακόμα με 12 πανεπιστήμια στο πλαίσιο του κοινού Ευρωπαϊκού Μεταπτυχιακού Προγράμματος “European Masters Degree in Sports Psychology”.

Το Όραμα

«Με γνώμονα τη μόρφωση, γνώση, έρευνα και καινοτομία, να χαράξουμε την πορεία μας

ως ένα εθνικό και διεθνές κέντρο αριστείας σε θέματα αθλητισμού, άσκησης, υγείας και ποιότητας ζωής». Με τον καθορισμό μίας σειράς βραχυπρόθεσμων, μεσοπρόθεσμων και μακροπρόθεσμων δράσεων στο πλαίσιο ενός στρατηγικού σχεδιασμού ανάπτυξης και βιωσιμότητας, αλλά και καθιστώντας το ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας ένα από τα πρώτα 10 μεταξύ όλων των Τμημάτων ΑΕΙ & ΤΕΙ της χώρας που συμμετείχαν στις διαδικασίες εσωτερικής και εξωτερικής αξιολόγησης του Υπουργείου Παιδείας (για περισσότερες πληροφορίες βλέπε «Αξιολόγηση» στο www.pe.uth.gr), το Τμήμα έχει έμπρακτα ταχθεί υπέρ της υλοποίησης του εν λόγω οράματος.

Προπτυχιακές και Μεταπτυχιακές Σπουδές

Αν και στο ιδρυτικό ΦΕΚ του Τμήματος δεν διατυπώνεται με σαφήνεια η αποστολή και ο σκοπός του, οι δύο αυτές παράμετροι έχουν προσδιοριστεί και καταγραφεί στα σχετικά προγράμματα σπουδών των τελευταίων χρόνων. Το πρόσφατα διαμορφωμένο τετραετές πρόγραμμα καλλιεργεί την ανταγωνιστικότητα και ανταποκρίνεται με επάρκεια στις εθνικές και διεθνείς τάσεις που θέλουν απόφοιτους με περισσότερη εκπαίδευση και λιγότερη κατάρτιση. Οι διαλέξεις τουλάχιστον 55 μαθημάτων έχουν αναρτηθεί στο διαδίκτυο, ενώ πολλοί προπτυχιακοί φοιτητές εμπλέκονται σε διάφορες ερευνητικές εργασίες σε μία προσπάθεια εναρμόνισης με τις προϋποθέσεις εσωτερικής αξιολόγησης της ΑΔΙΠ. Τα μεταπτυχιακά προγράμματα [«Άσκηση & Υγεία», «Άσκηση & Ποιότητα Ζωής», το αγγλόφωνο «SportandExercisePsychology» (μέσω ErasmusMundus), και το «Ψυχολογία της Άσκησης»] που ήδη λειτουργούν έχουν υιοθετήσει πολλές καινοτόμες δράσεις, όπως: επιλογή διδασκόντων με βάση το επιστημονικό τους προφίλ, διδασκαλία και σεμινάρια από επιστήμονες του εξωτερικού (τουλάχιστον 20 ειδικοί έχουν επισκεφθεί τα Τρίκαλα τα τελευταία χρόνια καλύπτοντας μέχρι και το 10% των διδακτικών ωρών), εγγραφή μεταπτυχιακών φοιτητών απ' όλο τον κόσμο με υποτροφίες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, εισαγωγή του θεσμού του εξωτερικού εξεταστού/συμβούλου, παρακολούθηση εργαστηρίων στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Λάρισας, ενθάρρυνση φοιτητών για κατάθεση διατριβής στην αγγλική γλώσσα, και αξιοποίηση των νέων τεχνολογιών για διδασκαλία, μελέτη και έρευνα.

Εργαστήρια Το Τμήμα διαθέτει τρία θεσμοθετημένα εργαστήρια τα οποία παράγουν το 90% των δημοσιευμένων επιστημονικών εργασιών και φιλοξενούν σχεδόν το 100% των διδακτορικών φοιτητών. Στο πλαίσιο διασφάλισης της αριστείας, τουλάχιστον ένα εργαστήριο έχει πιστοποιηθεί κατά ISO9001:2008, ενώ σύντομα θα ακολουθήσουν και τα υπόλοιπα εργαστήρια.

Έρευνα

«Δεν νοείται λειτουργία ανώτατης εκπαίδευσης χωρίς ερευνητική δραστηριότητα, διότι τότε δεν αποτελεί πανεπιστημιακή εκπαίδευση, αλλά κατάρτιση» (Μπαμπινιώτης, Τρίκαλα, 19-3-2010)

Η Αριστεία έχει αναγνωριστεί παγκοσμίως ως κεντρικό κριτήριο που σχετίζεται με την καινοτομία και, συνεπώς, την πρόοδο. Η αριστεία αποτελεί το κεντρικό στόχο και της δικής μας ερευνητικής πολιτικής. Η αναβάθμιση της ποιότητας της έρευνας προϋποθέτει σύνδεση της χρηματοδότησης με την επίτευξη στόχων που περιλαμβάνονται σε προγραμματικές συμφωνίες, ώστε να διασφαλίζεται η αντικειμενικότητα και η διεθνής αναγνώριση. Το Τμήμα συνεργάζεται αρμονικά τόσο με το Ινστιτούτο Σωματικής Απόδοσης και Αποκατάστασης του Κέντρου Έρευνας, Τεχνολογίας και Ανάπτυξης Θεσσαλίας, όσο και με άλλα Τμήματα Ελληνικών και ξένων Πανεπιστημίων η οποία αποτυπώνεται από την κοινή διεκδίκηση και υλοποίηση ερευνητικών προγραμμάτων. Τα μέλη ΔΕΠ του Τμήματος παρουσιάζουν αξιολογότερο ερευνητικό έργο που τους κατατάσσει στις πρώτες θέσεις όχι μόνο μεταξύ των συναδέλφων των άλλων ΤΕΦΑΑ της χώρας αλλά και μεταξύ αυτών του

Ελληνικού Πανεπιστημίου γενικότερα. Οι άμεσοι ωφελούμενοι αυτής της διαδικασίας είναι οι φοιτητές μας οι οποίοι γίνονται αποδέκτες νέας και υψηλής ποιότητας γνώσης μέσω της διδασκαλίας.



