



36

ΩΡΕΣ

ΓΙΑ ΤΗ

ΣΠΑΡΤΗ

ΜΟΥΣΕΙΑ

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

Αθλητισμός & Αρχαιολογία

Στις παρακάτω σελίδες παρουσιάζονται~~Παρακάτω ακολουθούν~~ όλα τα εκθέματα που περιέχονται στα μουσεία του δικτύου «36 ώρες για τη Σπάρτη». Προτείνεται ο εκπαιδευτικός να ξεκινήσει την παρουσίαση στους μαθητές και την ανάπτυξη δημιουργικής συζήτησης γύρω από τη χρήση τους. Στην τάξη μπορεί~~ούν~~ να παρουσιαστ~~είούν~~ μέρος ή και το σύνολο των εκθεμάτων, και όλα τα εκθέματα ανάλογα με τα ενδιαφέροντα των μαθητών.

Τα Μουσεία που συμμετέχουν στο πρόγραμμα είναι τα ακόλουθα:

- Αρχαιολογικό Μουσείο Δελφών
- Μουσείο Ιστορίας των Ολυμπιακών Αγώνων της Αρχαιότητας
- Αρχαιολογικό Μουσείο Ολυμπίας
- Αρχαιολογικό Μουσείο Νεμέας
- Αρχαιολογικό Μουσείο Τεγέας
- Αρχαιολογικό~~ς~~ Μουσείο Ισθμίας χώρος Ισθμίων
- «Αθανασάκειο» Αρχαιολογικό Μουσείο Βόλου

Με την ολοκλήρωση της παρουσίασης ο εκπαιδευτικός μπορεί είτε να κάνει μια συζήτηση εφ' όλης της ύλης, είτε να δώσει ασκήσεις στους μαθητές με αφορμή τα αντικείμενα που μόλις τους παρουσιάστηκαν. Οι ασκήσεις μπορεί να είναι είτε ατομικές είτε ομαδικές.

Θέμα για συζήτηση:

Ποιο αντικείμενο και γιατί σας έκανε περισσότερη εντύπωση;

Ασκήσεις για τους μαθητές:

- Επιλέξτε ένα αντικείμενο από κάθε μουσείο και φτιάξτε~~κάντε~~ μια ιστορία τοποθετώντας την στην Αρχαία Ελλάδα .
- Επιλέξτε το αγαπημένο σας αντικείμενο και σχεδιάστε το ή ζωγραφίστε το ~~το~~ στο χαρτί.



Αρχαιολογικό Μουσείο ΔελφώνArchaeological Museum of Delphi

Ο **Ηνίοχος των Δελφών** είναι ένα από τα πλέον αναγνωρίσιμα αρχαιοελληνικά αγάλματα. Το άγαλμα αυτό ενός ηνίοχου σε φυσικό μέγεθος αποτελούσε μέρος ενός συμπλέγματος που απεικόνιζε ένα τέθριππο (δηλαδή ένα άρμα συρόμενο από τέσσερα άλογα). Ο ηνίοχος ήταν νέος αριστοκρατικής καταγωγής και αναπαρίσταται να φορά την ταινία του νικητή στα μαλλιά και έναν μακρύ χιτώνα που φτάνει ως τους αστραγάλους του. Παρελαύνει ενώπιον του κοινού που τον επιδοκιμάζει. ~~The **Charioteer of Delphi** is one of the best known statues from Ancient Greece. The life-size statue of a chariot driver was part of a group representing a four-horse chariot. A youth from a noble family, the charioteer wears the victor's ribbon on his head and a long tunic or chiton which reaches to his ankles. He parades before a cheering public.~~

Το άγαλμα ανατέθηκε (δηλαδή αφιερώθηκε σε ιερό) στους Δελφούς, σε ανάμνηση της νίκης του άρματος του τυράννου Πολύζαλου από τη Γέλα της Σικελίας, στα Πύθια του 478 ή του 474 π.Χ., τους αγώνες που διεξάγονταν στους Δελφούς προς τιμήν του Πύθιου Απόλλωνα.

Οι αρματοδρομίες, ένα από τα πιο δημοφιλή αγωνίσματα κατά τους αρχαιοελληνικούς, ρωμαϊκούς και βυζαντινούς χρόνους, αποτελούσαν εξέχον αγώνισμα των Ολυμπιακών και άλλων αγώνων που συνδέονταν με θρησκευτικές εορτές στην Αρχαία Ελλάδα. Τα άρματα ήταν ελαφρά

και τα ατυχήματα πιθανά, οπότε και ο οδηγός τους συχνά μπλεκόταν στα ηνία (δηλαδή τα χαλινάρια) και μπορεί να τραυματιζόταν σοβαρά ή και να συρόταν μέχρι θανάτου.

Τις αρματοδρομίες μπορούσαν να παρακολουθήσουν και οι γυναίκες, στις οποίες απαγορευόταν η παρακολούθηση πολλών άλλων αγωνισμάτων. Το αγώνισμα αυτό έχασε σταδιακά τη σημασία του κατά τους χρόνους μετά την πτώση της Ρώμης.

~~The statue was set up at Delphi to commemorate the victory of the tyrant Polyzalus of Gela in Sicily and his chariot in the Pythian Games of 478 or 474 BC, which were held at Delphi in honor of Pythean Apollo.~~

~~Chariot races, which were one of the most popular ancient Greek, Roman, and Byzantine sports, were a prominent feature of the ancient Olympic Games and other games associated with Greek religious festivals. The racing chariots were light and easily smashed, in which case the driver was often entangled in the reins, and dragged to death or seriously injured.~~

~~Chariot races could be watched by women, who were banned from watching many other sports. The sport faded in importance after the fall of Rome.~~

Πηγή: Το Αρχαιολογικό Μουσείο Δελφών, Ίδρυμα Λάτση, σελ. 321



Αρχαιολογικό Μουσείο ΔελφώνArchaeological Museum of Delphi

Το άγαλμα αυτό του παγκρατιαστή Αγία, νικητή πολλών Πανελληνίων Αγώνων κατά τον 5^ο αιώνα π.Χ., ανήκε στο Μνημείο του Δαόχου Β΄, ένα σύμπλεγμα εννέα αγαλμάτων μελών της οικογένειάς του, που ο Δάοχος Β΄ αφιέρωσε στο θεό Απόλλωνα.

Το παγκράτιον ήταν ένα επικίνδυνο αγώνισμα πάλης, όπου όλα τα χτυπήματα επιτρέπονταν. Τα μόνα που απαγορεύονταν ήταν να δαγκώσεις τον αντίπαλο, να βάλεις τα δάχτυλά σου στα μάτια, τη μύτη ή το στόμα του και να τον χτυπήσεις στους όρχεις. Παρ' όλα αυτά, ο κίνδυνος τραυματισμού ήταν μικρότερος από ότι στην πυγμαχία. Το παγκράτιον ήταν το αγαπημένο αγώνισμα των θεατών. Στους αγώνες όπου δίδονταν και χρηματικά έπαθλα, ο νικητής του παγκρατίου λάμβανε περισσότερα χρήματα από οποιονδήποτε άλλον, εξαιρουμένων των νικητών στα ιππικά αγωνίσματα. Οι αρχαίοι Έλληνες το θεωρούσαν ως την ανώτατη δοκιμασία αθλητικής δύναμης και τεχνικής.

The **statue of the pankration athlete Agias**, pankration champion and victor of many Panhellenic games in the 5th century bc, belonged to the family offering of Daochos II (a group of nine marble statues dedicated to Apollo).

Pankration was a dangerous sport, in which everything was permitted except biting and stabbing with your finger in your opponent's eye, nose or mouth and attacking the genitals. The danger of getting wounded was nevertheless smaller than with boxing. Pankration was the favourite sport of the spectators. At those games where money could be won, the winning pankratiast received the highest prize money of all the winners, except for the winners of the equestrian events. The Greeks regarded it as the ultimate test in strength and technique.

Πηγή: Το Αρχαιολογικό Μουσείο Δελφών, Ίδρυμα Λάτση, σελ. 321



Αρχαιολογικό Μουσείο ΔελφώνArchaeological Museum of Delphi

Αυτό το ζεύγος αθλητών από χαλκό βρέθηκε το 1939 και χρονολογείται στα 470-460 π.Χ.

Ο αθλητής στα αριστερά, πιθανότατα νικητής στο αγώνισμα του άλματος εις μήκος στα Πύθια, κρατά έναν αλτήρα, δηλαδή ένα μικρό «βαράκι», το οποίο τον βοήθησε να νικήσει, ενώ

επιδεικνύει τον στέφανο της νίκης με το άλλο του χέρι. Ο νέος στα δεξιά φαίνεται να χαιρετά τους συναθλητές του.

Το άλμα εις μήκος αποτελούσε μέρος του πεντάθλου. Ο άλτης προσγειωνόταν, όπως και στις μέρες μας, εντός ενός σκάμματος. Η κύρια διαφορά σε σχέση με σήμερα είναι ότι στην Αρχαία Ελλάδα οι άλτες κρατούσαν αυτά τα μικρά βαράκια (τους «αλτήρες»), βάρους 1,5-2 κιλών, ένα σε κάθε χέρι. Χάρη σε αυτά, μπορούσαν να πηδήξουν πιο μακριά και να προσγειωθούν πιο σταθερά.

This **bronze pair of athletes** was found in 1939, and dates from 470–460 π.Χ.

The athlete on the left, probably a winner of the long jump in the Pythian Games, holds a jumping weight, which helped him win, while displaying his wreath of victory in his hand. The youth on the right salutes his fellow athletes.

The long jump was part of the pentathlon. The jumper landed, as today, in a sandpit. A major difference with today's long jump is that the Greeks held jumping weights of 1,5 to 2 kg in each hand. Thanks to these halters, the athletes jumped further and landed more steadily.

Πηγή: Το Αρχαιολογικό Μουσείο Δελφών, Ίδρυμα Λάτση, σελ. 273



Μουσείο Ιστορίας **των** Ολυμπιακών Αγώνων **της** Αρχαιότητας

Χάλκινο αγαλμάτιο δρομέα με επιγραφή:

Τα μικρά ειδώλια αναπληρώνουν κατά κάποιον τρόπο την απώλεια των μεγάλων πλαστικών έργων που είχαν αφιερωθεί στο Δία, καθώς-γιατί το μικρό τους μέγεθος-μέγεθός τους δεν επηρεάζει την καλλιτεχνική τους ποιότητα, η-τους-η-ο οποία είναι ενίοτε εξαιρετικά υψηλή.

Γνωστό και φημισμένο στάθηκε κατά τον 6^ο αι. π.Χ. το εργαστήριο του Άργους, που διατήρησε τη φήμη του και την υψηλή παραγωγή του και κατά στα κλασικά χρόνια, όταν και κατακτά μια ξεχωριστή θέση με τον κορυφαίο γλύπτη-πλάστη Πολύκλειτο και τους επιαπογόνους του. Όταν κανένας δει κανείς το μικρότατο ειδώλιο ενός δρομέα, που με απλωμένα χέρια και λυγισμένο το αριστερό γόνατο γέρνει προς τα εμπρός, έτοιμος για την εκκίνηση-να-ξεκινήσει-για-το-αγώνισμα, καταλαβαίνει πόσο καλά-πως κατόρθωσαν οι τεχνίτες του Άργους ν' αποδώσουν με τον πιο απλό και πυκνό τρόπο και το γυμνασμένο κορμί και τη φευγαλέα στιγμή της «αφέσεως». Η επιγραφή που είναι χαραγμένη στο δεξιό μηρό του -ΤΟ ΔΙΦΟΣ ΙΜΙ (= είμαι του Δία)- μας δηλώνει πως κάποιος αθλητής το ανέθεσε (δηλαδή το αφιέρωσε)-χάρισε γύρω στα 480-470 π.Χ. στον προστάτη των Ολυμπιακών Αγώνων.

Πηγή: Ανδρόνικος Μ., Χατζηδάκης Μ., Καραγιώργης Β. (1974), Τα Ελληνικά Μουσεία, Αθήνα: Εκδοτική Αθηνών-Α.Ε.



Αρχαιολογικό Μουσείο Ολυμπίας

Άγαλμα Νίκης, έργο του γλύπτη Παιωνίου

Η Νίκη του Μενδαίου Παιωνίου είναι το μοναδικό επινίκιο μνημείο-άγαλμα ~~μνημείο-άγαλμα~~ ~~πρωτότυπο~~, που περιγράφει ο Πausanias (5, 26.1). Αποκαλύφθηκε το 1875, κατά τις πρώτες γερμανικές ανασκαφές, πεσμένη προς τα εμπρός, στο τριεδρικό βάθρο της. Στο βάθρο αυτό, ~~ε~~ ~~αυτή~~ δύο πολύτιμες επιγραφές αναφέρουν την αιτία ανάθεσης του έργου και του δημιουργού ~~αυτή~~ της: ΜΕΣΣΑΝΙΟΙ ΚΑΙ ΝΑΥΠΑΚΤΙΟΙ ΑΝΕΘΕΝ ΔΙΙ ΟΛΥΜΠΙΩΙ ΔΕΚΑΤΑΝ ΑΠΟ ΤΩΝ ΠΟΛΕΜΙΩΝ (Οι Μεσσήνιοι και οι Ναυπάκτιοι ανέθεσαν ως δεκάτη από τα λάφυρα του πολέμου στον Ολύμπιο Δία). Η δεύτερη επιγραφή αναφέρει: ΠΑΙΩΝΙΟΣ ΑΠΟΙΗΣΕ ΜΕΝΔΑΙΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΚΡΩΤΗΡΙΑ ΕΠΙ ΤΟΝ ΝΑΟΝ ΕΝΙΚΑ (Δημιουργός του γλυπτού είναι ο Μενδαίος Παιώνιος που φιλοτέχνησε και τα ακρωτήρια του ναού μετά από νίκη σε διαγωνισμό). Το αξιοθαύμαστο του

γλυπτού έγκειται στη δεξιοτεχνία με την οποία ο γλύπτης-πλάστης κατόρθωσε να δαμάσει έναν ακατέργαστο όγκο μαρμάρου, περίπου τριών κυβικών μέτρων, όχι για να σμιλέψει μια ιστάμενη ή αναπαυόμενη αγαλματική, ολόγλυφη μορφή, αλλά μιαν ιπτάμενη θεά, την οποία απεικονίζει να προσγειώνεται με μια ιδιαζόντως τολμηρή κλίση του κορμού της προς τα εμπρός. Τα άγαλμα της Νίκης από παριανό μάρμαρο αφιερώθηκε στον προστάτη του ιερού, το Δία, για να υπογραμμίσει την πολεμική πλευρά της λατρείας του. Σημαντικός, ωστόσο, είναι και ο συμβολισμός της, καθώς έχει συνδεθεί από πολλούς μελετητές-συνδέεται συνήθως με πολιτικές και ιστορικής σημασίας πολεμικά γεγονότα (421 ή 420 π.Χ.).

Πηγή: Βλαχόπουλος Α. (επιμ.) (2012): Αρχαιολογία--Πελοπόννησος ~~(σσ. 390-407)~~, Αθήνα: Εκδοτικός οίκος Μέλισσα, σσ. 390-407



Αρχαιολογικό Μουσείο Νεμέας

Λίθινος αλτήρας με επιγραφή: 500 π.Χ.

Λίθινος αλτήρας από το πρώιμο στάδιο της Νεμέας, με αναθηματική επιγραφή Σικυώνιου αθλητή, νικητή στους Αγώνες, προς το Νέμειο Δία. Πρόκειται για μέρος του αθλητικού εξοπλισμού που ο νικητής ανέθεσε στο Δία. Το όνομα του αθλητή δε σώζεται από την επιγραφή. Οι αλτήρες ήταν λίθινα ή μολύβδινα βάρη που χρησιμοποιούσαν οι άλτες κατά την εκτέλεση του αγωνίσματος, για να δώσουν μεγαλύτερη ώθηση στο σώμα τους. Με αυτούς, όμως, εξασκούσαν επίσης τα χέρια και τα δάκτυλά τους.

Πηγή: Βλαχόπουλος Α. (επιμ.) (2012): Αρχαιολογία--Πελοπόννησος ~~(σσ. 117-123)~~ Αθήνα: Εκδοτικός οίκος Μέλισσα, σσ. 117-123



Αρχαιολογικό Μουσείο Τεγέας

Κεραμικό αγγείο με απεικόνιση αθλητή.

Πρόκειται για ένα αγγείο που ονομάζεται σκύφος. Ο σκύφος ήταν αγγείο πόσεως, δηλαδή έπιναν με αυτό το ποτό τους. Ο συγκεκριμένος σκύφος είναι «ερυθρόμορφος», δηλαδή βλέπουμε ότι έχει σκούρο φόντο πάνω στο οποίο η βλέπουμε τη μορφή του αθλητή να είναι σχεδιασμένη με ανοικτό κόκκινο χρώμα.

Πηγή: Πλάντζος Δ., (2011), *Ελληνική Τέχνη και Αρχαιολογία*, (1100-30 π.Χ.), Αθήνα: Εκδόσεις Καπόν



Αρχαιολογικό Μουσείο Ισθμίας

Σιδερένιες στλεγγίδες, 4^{ος} αι. π.Χ.

Στην αρχαιότητα οι στλεγγίδες ήταν το εργαλείο με το οποίο οι αθλητές καθάριζαν το σώμα τους μετά τον αγώνα. Ο αθλητής το χρησιμοποιούσε στο τέλος της προπόνησης ή των αγώνων για να απομακρύνει από το σώμα του τον ιδρώτα, τη σκόνη και το έλαιο με το οποίο είχε αλειφθεί. Οι στλεγγίδες ήταν κατά κανόνα μεταλλινες (χάλκινες ή σιδερένιες) και ορισμένες φορές έφεραν επιγραφή στη λαβή, που αναφερόταν στο εργαστήριο κατασκευής τους.

Πηγή: Ψηφιακή σελίδα Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης:
<https://www.cycladic.gr/exhibit/kp0128-stleggida?cat=archaia-elliniki-techni>



«Αθνασάκειο» Αρχαιολογικό Μουσείο Βόλου

Αρυβαλλοειδές ληκύθιο με μελανόμορφη παράσταση δισκοβόλου.

Ακέραιη λήκυθος με παράσταση δισκοβόλου και ανθέμια που κοσμούν το χώρο γύρω από την παράσταση του αθλητή. Ο αθλητής κρατάει και με τα δύο του χέρια το δίσκο, βρίσκεται δηλαδή στην αρχή της προσπάθειάς του. Οι λήκυθοι ήταν μυροδοχεία, με πολύ διαδεδομένη χρήση μεγάλη διάδοση. Τις συναντούμε συχνά ως κτερίσματα, δηλαδή αφιερώματα που συμπεριλαμβάνονταν στην ταφή, καθώς η επάλειψη του σώματος με αρωματικό έλαιο ήταν κομμάτι της ταφικής τελετουργίας. Η διακόσμηση της ληκύθου μας αποκαλύπτει ότι ανήκει στο μελανόμορφο ρυθμό. Ο μελανόμορφος ρυθμός χαρακτηρίζεται από τα έντονα χρώματα των μορφών, πάνω σε ανοιχτόχρωμη επιφάνεια. Συνδυάζονται οι τεχνικές της σκιαγραφίας (δηλαδή η τέχνη της απεικόνισης προσώπου ή πράγματος με βάση τις κυριότερες ή πιο χαρακτηριστικές γραμμές του), και της εγχάραξης. Χρονολογείται περίπου στα 500-475 π.Χ.

Πηγές: Ζαφειροπούλου Ντ. (επιμ.) (2004), Αγώνες και αθλήματα στην αρχαία Θεσσαλία, Αθήνα: Ταμείο Αρχαιολογικών Πόρων και Απαλλοτριώσεων

Πλάντζος Δ., (2011), Ελληνική Τέχνη και Αρχαιολογία, (1100-30 π.Χ.), Αθήνα: Εκδόσεις Καπόν

ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ

- ο Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα **36 ώρες για τη Σπάρτη** δημιουργήθηκε από την ANEMON PRODUCTIONS με αποκλειστική δωρεά από το ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
Σχεδιασμός σχεδίων μαθημάτων Ιστορίας, Νέων Ελληνικών και Αρχαίων Ελληνικών ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΑΝΔΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ (Δρ Ιστορίας) | Σχεδιασμός σχεδίων μαθημάτων Φυσικής Αγωγής ΑΝΤΩΝΗΣ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΣ (Δρ Φυσικής Αγωγής) | Επιμέλεια ενότητας Διατροφής ΑΝΤΩΝΙΑ ΜΑΤΑΛΑ (Καθηγήτρια Ανθρωπολογίας της Διατροφής)
Υπεύθυνη προγράμματος ΔΑΝΑΗ ΑΝΕΖΑΚΗ | Οργάνωση Παραγωγής ΗΛΕΚΤΡΑ ΠΕΠΠΑ | Παραγωγοί ΡΕΑ ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗ & ΓΙΟΥΡΙ ΑΒΕΡΩΦ
Σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Προληπτικής, Περιβαλλοντικής και Εργασιακής Ιατρικής Prolepsis (για τα θέματα διατροφής) & το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
- ο Η ταινία **36 ώρες για τη Σπάρτη** βασίζεται στο ντοκιμαντέρ μεγάλου μήκους **Ultra: The Real Marathon** | Σκηνοθεσία BALAZS SIMONYI | Παραγωγή BALAZS SIMONYI & LASZLO JOZSA | Παραγωγή HBO EASTERN EUROPE & SPEAKEASY | Συμπαράγωγή ANEMON PRODUCTIONS

**ΤΟ 36 ΩΡΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΠΑΡΤΗ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ
ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ
ΜΕ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΗ ΔΩΡΕΑ ΑΠΟ ΤΟ**



ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
STAVROS NIARCHOS FOUNDATION

CREDITS

- ο The educational programme “36 Hours to Sparta” was designed by ANEMON PRODUCTIONS, thanks to an exclusive donation from the STAVROS NIARCHOS FOUNDATION.
Design of History Lesson Plan by CONSTANTINA ADRIANOPOULOU (PhD in History); Physical Education Lesson Plans by ANTONIS CHRISTODOULOS (PhD in PE); Section on Nutrition edited by ANTONIA MATALA (Professor of Nutrition Anthropology)
Project manager DANAE ANEZAKI; Executive producer ELEKTRA PEPPA; Producers REA APOSTOLIDES & YURI AVEROF
In collaboration with the Institute for Preventive, Environmental and Workplace Medicine Prolepsis (for nutrition topics) & Charokopeion University

○ The documentary film “36 Hours to Sparta” is a short film version of the feature length documentary film “**Ultra: The Real Marathon**” | Director BALAZS SIMONYI | Executive Producers BALAZS SIMONYI & LASZLO JOZSA | Produced by HBO EASTERN EUROPE & SPEAKEASY | Co-produced by ANEMON PRODUCTIONS

THE “36 HOURS TO SPARTA” EDUCATIONAL PROGRAMME WAS DESIGNED
THANKS TO AN EXCLUSIVE DONATION FROM

