



**ΣΤΑΥΡΑΚΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΝΩΓΕΙΩΝ**



**ΣΧ. ΕΤΟΣ 2013 - 2014**



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ**



**Β' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ**



# **ΤΡΕΧΟΝΤΑΣ ΤΟ ΜΥΘΟ**





*Λίγα λόγια για την εργασία μας...*

Στην καθομιλούμενη γλώσσα ο **μύθος** είναι φαντασία, κάτι που δε θεωρείται αληθινό. Ο μύθος είναι ένα ιδιαίτερο είδος ιστορίας, που άλλοτε αφορά θεούς και άλλες υπερφυσικές υπάρξεις, άλλοτε είναι αφήγηση της δημιουργίας του κόσμου. Μπορεί να ερμηνεύει την προέλευση του σύμπαντος ή να είναι μια προεπιστημονική προσπάθεια του ανθρώπου να ερμηνεύσει το φυσικό του περιβάλλον.

Σε όλο τον κόσμο, σε όλες τις εποχές, και κάτω από οποιεσδήποτε περιστάσεις οι μύθοι των ανθρώπων υπήρξαν η ζωντανή έμπνευση για όλες τις δραστηριότητες του νου, των συγκινήσεων και του σώματος. Πολύ περισσότερο κάτι τέτοιο είναι αληθινό για τους Έλληνες, ένα λαό με γόνιμη μυθοπλαστική φαντασία. Η ελληνική μυθολογία αποτελεί μια πλούσια συλλογή αφηγήσεων για την προέλευση του κόσμου, τις περιπέτειες θεών και ηρώων. Είχε ουσιώδη επιρροή στον δυτικό πολιτισμό. Ποιητές και καλλιτέχνες έχουν εμπνευσθεί από την ελληνική μυθολογία.

Η επιβίωση των μύθων μέχρι τις μέρες μας είναι κάτι που, πολλές φορές, δεν το προσέχουμε. Για παράδειγμα, τα ονόματα πολλών αθλητικών ομάδων είναι πρόσωπα μυθολογικά. Ακόμα, σε πόσες περιπτώσεις βλέπουμε γύρω μας τα ονόματα των θεών του Ολύμπου; Όταν ακούσαμε πως γίνονται αθλητικοί αγώνες που συνδέονται με κάποιο μυθολογικό πρόσωπο ή ένα ιστορικό γεγονός, αποφασίσαμε να το ερευνήσουμε περισσότερο.

Εργαστήκαμε σε ομάδες. Αφού χωριστήκαμε, η κάθε ομάδα ανέλαβε να ερευνήσει κάποια θέματα. Μετά από συνεργασία, δουλειά και μικρές παρουσιάσεις, ολοκληρώσαμε την εργασία μας. Την εργασία μας μπορείτε να τη δείτε στην ιστοσελίδα του σχολείου.

Ελπίζουμε πως όλοι θα μάθουμε κάτι...

*Οι μαθητές της Β΄ τάξης του Σταυράκειου Γυμνασίου Ανωγείων*

# ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ

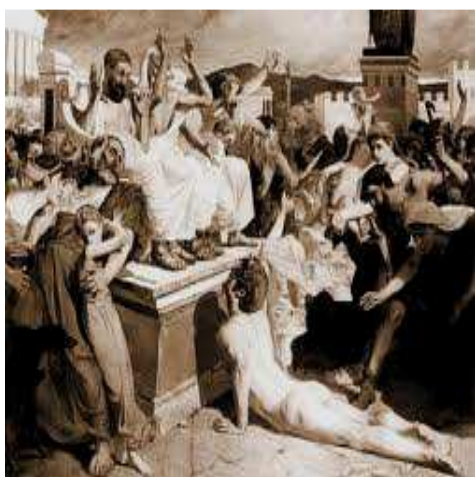
Ο Μαραθώνιος Δρόμος είναι αγώνας αντοχής δρόμου, επίσημης απόστασης 42,195 χιλιομέτρων που περιλαμβάνεται στα σύγχρονα ολυμπιακά αθλήματα.

Σημειώνεται ότι στην αρχαιότητα δεν υπήρχε ως άθλημα "μαραθώνιος δρόμος" και ούτε είχε θεσμοθετηθεί κάτι παρόμοιο.



Η ιδέα της γέννησης αυτού του αθλήματος και η ένταξή του στους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες οφείλεται στον Γάλλο γλωσσολόγο και ελληνιστή Michel Breal που πρότεινε κατά την αναβίωση των Ολυμπιακών αγώνων στην Αθήνα το 1896 «την επανάληψη του διάσημου εκείνου δρόμου που εξετέλεσε ο στρατιώτης του Μαραθώνος».

Σήμερα γίνονται περισσότεροι από 850 μαραθώνιοι σε όλο τον κόσμο κάθε χρόνο. Η μεγάλη πλειοψηφία των δρομέων είναι ερασιτέχνες που τρέχουν για φιλανθρωπικούς σκοπούς ή απλά για την εμπειρία. Οι μεγαλύτεροι μαραθώνιοι μπορεί να έχουν δεκάδες χιλιάδες συμμετέχοντες.



Ο Μαραθώνιος προέρχεται από την ιστορία του Φειδιππίδη, ενός Έλληνα αγγελιοφόρου. Σύμφωνα με αυτήν, ο Μιλτιάδης αμέσως μετά την περίφημη εκείνη μάχη απέστειλε τον Φειδιππίδη, που θεωρούνταν ο ταχύτερος τότε ημεροδρόμος του αθηναϊκού στρατού, από το πεδίο του Μαραθώνα στην Αθήνα για να αναγγείλει τη νίκη κατά των Περσών

Λέγεται ότι έτρεξε όλη την απόσταση χωρίς διακοπή και μπήκε στην Συνέλευση της Βουλής, όπου αναφώνησε "Νενικήκαμεν" (νικήσαμε) πριν καταρρεύσει και πεθάνει. Η ιστορία της πορείας από το Μαραθώνα στην Αθήνα εμφανίζεται αρχικά στον Πλούταρχο στη "Δόξα της Αθήνας" του 1ου αιώνα π.Χ. όπου αναφέρει τη χαμένη εργασία του Ηρακλείδη Ποντικού. Αυτός δίνει το όνομα του δρομέα ως Θέρσιπος ή Ευκλής. Ο Λουκιανός (2ος αιώνας π.Χ.) επίσης δίνει την ιστορία αλλά ονομάζει το δρομέα Φιλίππιδη.

Η ιστορική ακρίβεια του ονόματος δεν είναι εξακριβωμένη. Ο Ηρόδοτος, η κύρια πηγή για τους ελληνοπερσικούς πολέμους, αναφέρει τον Φειδιππίδη ως τον αγγελιοφόρο που έτρεξε από την Αθήνα στη Σπάρτη (και πίσω) ζητώντας βοήθεια, μια απόσταση πάνω από 240 χιλιόμετρα. Ο Ηρόδοτος δεν κάνει καμία αναφορά για αγγελιοφόρο που στέλνεται από το Μαραθώνα στην Αθήνα. Αναφέρει ότι το κύριο μέρος του αθηναϊκού στρατού, που αγωνίστηκε ήδη και κέρδισε την εξαντλητική μάχη, φοβόταν μια ναυτική επιδρομή από τον Περσικό στόλο ενάντια σε μια ανυπεράσπιστη Αθήνα, και βιάστηκε γρήγορα πίσω από τη μάχη στην Αθήνα, φθάνοντας την ίδια μέρα.



Μεταξύ του Μαραθώνα και της Αθήνας υπάρχει η Πεντέλη, έτσι αυτό σημαίνει ότι, εάν ο Φειδιππίδης έκανε πραγματικά το διάσημο τρέξιμό του μετά από τη μάχη, έπρεπε να τρέξει γύρω από το βουνό.

Η προφανέστερη διαδρομή ταιριάζει σχεδόν ακριβώς με τη σύγχρονη εθνική οδό Μαραθώνα-Αθήνας, που ακολουθεί την εθνική οδό προς τα νότια από τον κόλπο Μαραθώνα και κατά μήκος της ακτής, κατόπιν ένας ομαλός αλλά παρατεταμένος ανήφορος δυτικά προς την ανατολική προσέγγιση στην Αθήνα, μεταξύ Υμηττού και Πεντέλης, και έπειτα κατηφορικά προς την Αθήνα. Αυτή η διαδρομή είναι περίπου 42 χιλιόμετρα.

## ΣΠΟΥΔΑΙΟΙ ΜΑΡΑΘΩΝΟΔΡΟΜΟΙ

### ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ

Έλληνας μαραθωνοδρόμος και εθνικός ήρωας. Πήρε το χρυσό μετάλλιο στους πρώτους σύγχρονους Ολυμπιακούς αγώνες με χρόνο 2 ώρες, 58 λεπτά και 50 δεύτερα.

Μετά τους Ολυμπιακούς γύρισε στο χωριό του και δεν πήρε μέρος σε κανέναν άλλο αγώνα δρόμου. Έζησε μια ζωή ήρεμη, εργαζόμενος ως αγρότης, και αργότερα ως τοπικός αστυνομικός



## ΓΚΑΜΠΡΙΕΛΑ ΑΝΤΕΡΣΕΝ ΣΙΣ

Η Γκαμπριέλα Άντερσεν είναι γνωστή Ελβετή μαραθωνοδρόμος. Είναι γνωστή για τον τερματισμό της στους πρώτους γυναικείους ολυμπιακούς αγώνες το 1986:

Έχουν περάσει περίπου 20 λεπτά από τον τερματισμό της πρώτης αθλήτριας. Το Στάδιο «παγώνει». Κάνει την εμφάνισή της η 39χρονη, Γκαμπριέλα Άντερσεν.



Παραπατάει. Τα χέρια της κρέμονται, προσπαθεί να τα ελέγξει. Τα πόδια τρικλίζουν. Έχει πάθει ηλίαση, παρ' όλα αυτά έχει τις αισθήσεις της και έχει μια τεράστια καρδιά μέσα της που λέει ότι πρέπει να τερματίσει. Την πλησιάζουν οι άνθρωποι του ιατρικού team. Η Άντερσεν τους διώχνει. Δεν τους αφήνει να πλησιάσουν. Ξέρει ότι αν την ακουμπήσουν θα ακυρωθεί.

Όλοι χειροκροτούν ξέροντας ότι αυτό μπορούν να κάνουν για να δώσουν κουράγιο στην «Γκάμπι» να συνεχίσει την προσπάθειά της. Οι στιγμές σε κάνουν να ανατριχιάζεις. Η Άντερσεν θέλει να τερματίσει. Θα τερματίσει στον πρώτο Μαραθώνιο Γυναικών που έγινε στην ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων

## ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΥΡΟΣ

Έλληνας υπερμαραθωνοδρόμος, με σειρά διακρίσεων στο μη Ολυμπιακό άθλημα του υπερμαραθωνίου. Γεννήθηκε το 1956, στην Τρίπολη Αρκαδίας. Από δεκαέξι ετών ξεκίνησε τον αθλητισμό και έως σήμερα έχει καταρρίψει τουλάχιστον 160 παγκόσμια ρεκόρ.

Το 1983 τρέχει το 1ο Σπάρταθλον όπου τερματίζει 3 ώρες και 15 λεπτά μπροστά από το δεύτερο δρομέα. Το 2000 το νομαρχιακό διαμέρισμα της Αττικής σε μια τελετή τον έχρισε ως πρεσβευτή του ελληνισμού. Έχει κερδίσει το Σπάρταθλον συνολικά τέσσερις φορές (1983, 1984, 1986, 1990), επιδόσεις οι οποίες τον καθιστούν μοναδικό διεθνώς.



Το 2005 και το 2011 πραγματοποίησε τον Φειδιππίδειο Άθλο, δηλαδή διέσχισε τη διαδρομή του αρχαίου Αθηναίου ημεροδρόμου Φειδιππίδη: "Αθήνα-Σπάρτη-Αθήνα".

# ΨΗΛΟΡΕΙΤΗΣ RACE

Μυθικό και ιερό βουνό στην αρχαιότητα ο Ψηλορείτης ή Ίδη είναι το ψηλότερο βουνό της Κρήτης (2.456 μ.) και ένα από τα ψηλότερα βουνά της Ελλάδας. Η ονομασία Ψηλορείτης είναι νεότερη και αναφέρεται στο έγγραφο διανομής της Κρήτης στα δώδεκα αρχοντόπουλα το 1184 ως "το όρος το υψηλόν". (Η αρχαία ονομασία "Ίδη" ή στη δωρική διάλεκτο "Ίδα" προέρχεται από την εξάισια θεά που παρουσιάζεται από την κορυφή, από όπου φαίνονται μεγάλες εκτάσεις (σχεδόν ολόκληρη η Κρήτη) και μάλιστα οι αρχαίοι έλεγαν ότι το βουνό αυτό έχει το προνόμιο να βλέπει τον ήλιο πριν ανατείλει). Η πιο ακριβής ετυμολογία της λέξης "Ίδη" ή "Ίδα" σημαίνει δασωμένο βουνό, δρυμός ή άλσος, πράγμα το οποίο υποδηλώνει ότι κατά τους αρχαίους χρόνους η βλάστηση ήταν πολύ πιο πλούσια από αυτήν που βλέπουμε σήμερα.



Η ιδέα για ένα ορεινό αγώνα στην Κρήτη, με υψηλές όμως διεθνείς προδιαγραφές, γεννήθηκε τον Ιούνιο του 2008 στον Όλυμπο. Η αγάπη για το βουνό που ανατράφηκε ο Κρηταγενής Δίας, τον Ψηλορείτη, η προβολή της φυσικής ομορφιάς τού ορεινού του όγκου αλλά και όλης της Κρήτης, μεταμόρφωσε τελικά την ιδέα σε πράξη. Ο διεθνής ορεινός αγώνας «Psiloritis Race» αποτελεί μια αθλητική συνάντηση που προβάλλει τη σωματική άσκηση σε συνδυασμό με το περιβάλλον και την επαφή με τη φύση.

Ο αγώνας, εκτός από τη μοναδικότητα της Ορεινής Κρήτης και τη συναρπαστικότητα που προσφέρει ένα μοναδικό ορεινό άθλημα αντοχής και περιπέτειας, στοχεύει να προσελκύσει και να αναδείξει έλληνες και ξένους αθλητές που αφοσιώνονται στο ορεινό τρέξιμο, προσφέροντάς τους την ευκαιρία να ζήσουν τη μοναδική εμπειρία ενός επίπνου αγώνα διάρκειας επτά περίπου ωρών. Πρόκειται για μία διαδρομή 35 χλμ., που ξεκινά από το οροπέδιο της Νίδας, ανηφορίζει ως την κορυφή του Τίμιου Σταυρού και τερματίζει στη νότια πλευρά του βουνού, στο χωριό Κουρούτες.



## Τι λέει ο μύθος;

Ο Δίας, ο πατήρ θεών και ανθρώπων του ολυμπιακού πανθέου, σύμφωνα με τη «θεογονία» του Ησίοδου, ήταν γιος του Κρόνου και της Ρέας, οι οποίοι είχαν γονείς τη Γη και τον Ουρανό...

Ο Κρόνος, ο πατέρας του Δία, έτρωγε όλα τα παιδιά του μόλις γεννιούνταν, επειδή οι του είχαν πει πως μια μέρα κάποιο από τα παιδιά του θα του πάρει τη βασιλεία...



Η Ρέα, η μητέρα του Δία, όταν επρόκειτο να γεννήσει τον Δία, παρακάλεσε τους γονείς της, τη Γη και τον Ουρανό, να καταστρώσουν κάποιο σχέδιο. Αυτοί την έστειλαν μια νύχτα στο Όρος Ίδη, όπου γέννησε κρυφά τον Δία. Ωστόσο, κάποια στιγμή έμαθε ο Κρόνος τα καθέκαστα και ήρθε και ζήτησε να δει το παιδί... Η Ρέα, γνωρίζοντας τις προθέσεις του Κρόνου, σπαργάνωσε ένα βράχο και τον έδωσε στον Κρόνο, ο οποίος τον καταβρόχθισε, νομίζοντας ότι είναι ο Δίας και αργότερα τον ξέρασε στον Παρνασσό.



Για να μη πεθάνει το μωρό η Ρέα το παρέδωσε να το αναθρέψουν κρυφά οι Ιδαίοι Δάκτυλοι ή Κουρήτες στο Ιδαίον Άντρο. Οι Κουρήτες έβαλαν μια αίγαγρο, την Αμάλθεια, να θηλάσει τον Δία και, από την άλλη, κτυπούσαν τις ασπίδες τους, όταν έκλαιγε ο Δίας, για να μην ακούει τα κλάματα του ο Κρόνος και έρθει να τον φάει. Το Ιδαίον Άντρο υπήρξε σύμφωνα με

νεότερες έρευνες, μαντείο και αστεροσκοπείο. Οι αρχαιολόγοι το ονόμασαν «Βηθλεέμ της αρχαιότητας».

## ΔΙΚΤΑΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Με τον ίδιο μύθο, της ανατροφής του Δία, συνδέεται και το Δικταίον Άντρο.

Το σπήλαιο στο Όρος Δίκη στην Κρήτη, είναι κοντά στο σημερινό χωριό Ψυχρό, στο νομό Λασιθίου. Σύμφωνα με το μύθο στο σπήλαιο αυτό συναντούσε ο Μίνωας τον Δία, ο οποίος του απαγόρευσε τη νομοθεσία του. Επίσης, στο άντρο λατρεύουν μια μινωική θεότητα...



Το 1909, ο διευθυντής της αμερικανικής αρχαιολογικής σχολής στην Αθήνα έκανε ανασκαφές. Ανακάλυψε βωμό, τείχος, πήλινα αγγεία και κομμάτια από τραπέζια για σπονδές, μικρά χάλκινα αγαλμάτια που παριστάνουν άντρες σε στάση προσευχής, πολλά χάλκινα εργαλεία και αναθηματικά όπλα, καθώς και ιερούς διπλούς πέλεκυς ...

Οι Δικταίοι Αγώνες ξεκίνησαν με πρωτοβουλία του συλλόγου Λασιθιωτών Αθηνών «Ο Δικταίος» πριν από 3 δεκαετίες και τελούνταν με επίκεντρο τον Άγιο Ιωάννη τον Καμπίτη, ανήμερα της γιορτής του. Συνεχίστηκαν από τον σύνδεσμο Λασιθιωτών

Ηρακλείου «Το οροπέδιο», σε συνεργασία με τους πολιτιστικούς συλλόγους και τις κοινότητες οροπεδίου Λασιθίου.

Από το 2000 οι Δικταίοι αγώνες αναβαθμίστηκαν και τελούνται με επίκεντρο το Δικταίο άντρο και την πλατεία Ψυχρού. Την οργάνωση έχουν αναλάβει ο δήμος Οροπεδίου Λασιθίου, ο πολιτιστικός σύλλογος Ψυχρού “ξένιος Ζευσ” και ο όμιλος υπεραποστάσεων Κρήτης, με συνδιοργανωτές την εταιρεία Γραμμάτων και Τεχνών Ανατολικής Κρήτης, την πνευματική εστία οροπεδίου Λασιθίου, τον σύνδεσμο Λασιθιωτών Ηρακλείου και τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο Λασιθίου.



ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:

- ο ΔΙΚΤΑΙΟΣ ΑΓΩΝΑΣ δρόμου 24.500 μ. (Ο γύρος του οροπεδίου Λασιθίου)
- Δρόμος 2000 μ. για μαθητές και μαθήτριες γυμνασίου
- δρόμος 1000 μ. για μαθητές και μαθήτριες δημοτικού

## ΑΡΚΑΔΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Ονομάζονται και Αρκάδια. Είναι ένα αθλητικό γεγονός που σκοπό έχει να τιμήσει την εθελοντική θυσία εκατοντάδων ηρώων του τόπου μας, για την ελευθερία και την ανεξαρτησία. Τελείται κάθε χρόνο στις 8 Νοεμβρίου, στην επέτειο του Ολοκαυτώματος της Μονής Αρκαδίου το 1866. Στην διοργάνωση περιλαμβάνονται και άλλα αγωνίσματα, όπως η σκυταλοδρομία από μαθητές δημοτικών σχολείων και το Κρητικό Βόλι.

Η ιστορία των Αρκάδιων αγώνων ξεκινά το 1930. Το σωματείο Ατρόμητος, με πρόεδρο το λοχαγό Νικόλαο Ζερβό, για να τιμήσει την επέτειο του ολοκαυτώματος του Αρκαδίου, αποφάσισε να τελήσει στις 8 Νοεμβρίου 1930 τοπικούς αθλητικούς αγώνες, με την ονομασία «Πανρεθύμνια». Το έτος εκείνο τελούσαν σ’ όλη τη χώρα γιορτές για τα 100 χρόνια της απελευθέρωσης της Ελλάδας από τον τουρκικό ζυγό. Οι γιορτές στο Ρέθυμνο θα τελείωναν με την επέτειο του ολοκαυτώματος της Μονής Αρκαδίου στις 8 Νοεμβρίου. Έτσι αποφασίστηκε να μετονομαστούν οι αγώνες σε «Αρκάδια» (ανεπίσημα).





Οι πρώτοι αγώνες «ΑΡΚΑΔΙΑ» έγιναν στις 8 Νοεμβρίου 1936 από τον αθλητικό όμιλο Ρεθύμνης (ΑΟΡ) στην πλατεία Αβέρωφ. Ο αθλητής Πισκοπάκης Ανδρέας διάβασε τον όρκο και ο πρόεδρος του ΑΟΡ Μανούσος Χατζηγρηγόρης χαιρέτησε τους αθλητές. Επαίνεσε τους νέους που άφησαν το καφενείο και ήρθαν να διεκδικήσουν τον κότινο της νίκης, αλλά και να τιμήσουν αυτούς που θυσιάστηκαν το 1866 στο Αρκάδι. Ο νομάρχης Κρεββατάς κήρυξε την έναρξη των Α' Αρκάδιων αγώνων. Στις εορταστικές εκδηλώσεις του Ρέθυμνου για την 70η επέτειο του ολοκαυτώματος ήταν παρών ο πρωθυπουργός Ι. Μεταξάς. Το 2006 παραβρέθηκε ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας, Κάρολος Παπούλιας

## ΕΡΜΟΝΙΚΕΙΑ

Ο Ερμονίκειος Δρόμος, που στο σύνολο του διατρέχει τον κεντρικό οδικό άξονα Σπηλίου – Αγίας Γαλήνης, ξεκινά από την πλατεία των Μελάμπων και διατρέχοντας τους πρόποδες των τοπικών ορέων, τερματίζει στο καταπράσινο Σπήλι, μετά από διαδρομή 20 χλμ. Πραγματοποιήθηκε πρώτη φορά το 2013.



Ως ημερομηνία διεξαγωγής του αγώνα ορίστηκε η Κυριακή 13 Οκτωβρίου. Το πρόγραμμα περιελάμβανε Ορειβατική διαδρομή, την οποία διεξήγαγε ο Ορειβατικός Σύλλογος Ρεθύμνου με μεγάλη συμμετοχή γύρω από το τοπικό βουνό του Βορίζη, ενώ ταυτόχρονα διεξάγονταν δρόμοι στο Σπήλι και τις Μέλαμπες. Η συμμετοχή ξεπέρασε κάθε αρχική προσδοκία, καθώς άγγιξε σχεδόν τις 300 συμμετοχές, ανάμεσα στις οποίες κορυφαίοι αθλητές από την Ελλάδα και το εξωτερικό.

Αναλυτικά, πραγματοποιήθηκαν ο ΚΟΙΝΟΣ ΔΡΟΜΟΣ (2 χλμ.), οι ΔΡΟΜΟΙ ΠΑΙΔΩΝ Μελάμπων και Σπηλίου και ο 1ος ΕΡΜΟΝΙΚΕΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ (20 χλμ.)

Τα στοιχεία που κάνουν τον Ερμονίκειο Δρόμο ένα ιδιαίτερο γεγονός, είναι ο συνδυασμός του μοναδικού επιβλητικού τοπίου με την κύρια θεματολογία της εορτής που εμπνέεται από βασικά επεισόδια της αρχαίας Ελληνικής μυθολογίας και συγκεκριμένα το θεό Ερμή.

## ΚΝΩΣΕΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ

Είναι μια διαδρομή 21,5 χλμ., από την Κνωσό ως το Γάζι Ηρακλείου. Διοργανώνεται κάθε Σεπτέμβριο. Η Κνωσός είναι σήμερα για εμάς ένας πολύ σημαντικός αρχαιολογικός χώρος. Η ιστορία των ανακτόρων της φτάνει πίσω, γύρω στο 2000 π.Χ.

Η Κνωσός ήταν διοικητικό, οικονομικό, καλλιτεχνικό και θρησκευτικό κέντρο. Το 1700 π.Χ. ένας σεισμός κατέστρεψε το παλάτι. Οι Μίνωες το ξανάχτισαν αλλά καταστράφηκε πάλι

από σεισμό το 1450 π.Χ. Μετά την καταστροφή της Κνωσού και των άλλων πόλεων της Κρήτης έσβησε ο μινωικός πολιτισμός και με τον καιρό ξεχάστηκε και το παλάτι. Το 1900 ένας άγγλος αρχαιολόγος, ο Άρθουρ Έβανς, έκανε ανασκαφές στην Κνωσό και βρήκε το παλάτι. Βρήκε τον θρόνο του Μίνωα, μεγάλους πίθους (πιθάρια), πήλινα αγγεία και χρυσά κοσμήματα. Στους τοίχους ξεσκεπάστηκαν ωραίες τοιχογραφίες.



## Η ιστορία του Μινώταυρου

Πριν γίνει βασιλιάς ο Μίνωας ζήτησε από τον θεό Ποσειδώνα ένα σημάδι που να αποδεικνύει ότι αυτός έπρεπε να γίνει βασιλιάς. Ο θεός του έστειλε έναν ταύρο και ζήτησε να τον θυσιάσει προς τιμήν του. Ο Μίνωας, όμως, αντί για αυτόν τον ταύρο θυσίασε έναν άλλον. Ο θεός το κατάλαβε και εξοργισμένος έκανε την Πασιφάη (γυναίκα του Μίνωα) να ερωτευτεί τον ταύρο.



Η Πασιφάη ζήτησε βοήθεια από τον Δαίδαλο. Αυτός έφτιαξε ένα κενό ομοίωμα αγελάδας, μπήκε μέσα η Πασιφάη και ζευγάρωσε με τον ταύρο. Από την ένωση αυτή γεννήθηκε ο Μινώταυρος. Ο Μίνωας ζήτησε από τον Δαίδαλο να φτιάξει ένα κτίσμα έτσι ώστε να κλειστεί μέσα ο Μινώταυρος. Κι ο Δαίδαλος κατασκεύασε τον Λαβύρινθο.

Ο γιος του Μίνωα Ανδρόγεωσ πήρε μέρος στα Παναθήναια και νίκησε. Γι' αυτό το λόγο Οι Αθηναίοι τον σκότωσαν. Ο Μίνωας έκανε πόλεμο στην Αθήνα

και νίκησε. Όρισε ως ποινή κάθε χρόνο να πηγαίνουν νέοι Αθηναίοι στην Κρήτη και να κατασπαράζονται από τον Μινώταυρο. Όμως, ένας Αθηναίος, ο Θησεάς ήρθε στην Κρήτη και σκότωσε τον Μινώταυρο. Επειδή είχε δέσει ένα σχοινί στην είσοδο κατάφερε να βγει από τον Λαβύρινθο. Το σχοινί αυτό ήταν ο μίτος της Αριάδνης.



## ΤΑΛΩΣ

Ο Γιάννης Παντατοσάκης από το χωριό Καλλονή Πεδιάδος έχει τρέξει σε κάθε βουνοκορφή που υπάρχει σε Κρήτη και Ελλάδα. Από το 1972, ο 12χρονος τότε Γιάννης, άρχισε να τρέχει. Από τότε δεν έχει σταματήσει να αγωνίζεται γιατί αγαπάει το άθλημα. Λατρεύει τον αθλητισμό και τα ιδεώδη που συνδέονται με αυτόν.



*«Από τον αθλητισμό περισσότερα είναι τα θετικά από τα αρνητικά. Είναι τρόπος ζωής, μέσα από την οποία γνωρίζεις νέους ανθρώπους και τόπους. Συνιστώ ανεπιφύλακτα σε όλα τα παιδιά να ασχοληθούν με τον αθλητισμό», τονίζει ο κ. Παντατοσάκης.*

Ο Παντατοσάκης είναι από τους πιο παλιούς εν ενεργεία Μαραθωνοδρόμους στην Κρήτη. Έχει αναδειχθεί δύο φορές τρίτος νικητής στον δύσκολο διεθνή ορειβατικό Μαραθώνιο του Ολύμπου. Έχει τερματίσει σε 20 Μαραθωνίους και σε 20 Υπερμαραθωνίους. Ο Γιάννης Παντατοσάκης είναι εμπνευστής και οργανωτής πολλών ιστορικών και πολιτιστικών αγώνων δρόμου, όπως:

ο Δασκαλογιάνειος Δρόμος 19 χλμ. στο δήμο Σφακίων, ο Δρόμος Κουδουμά 23 χλμ. στο δήμο Κοφινά, ο Δικταίος Δρόμος 24 χλμ. στο Οροπέδιο Λασιθίου, ο Μινωικός Δρόμος 70 χλμ. Φαιστός-Κνωσσός, ο Τάλως 500 χλμ. διάσχιση της νήσου Κρήτης, η Αναβίωση του Κνώσειου δρόμου (21,5 χλμ.) στον δήμο Ηρακλείου και Λαβυρίνθιου Δρόμου (22 χλμ.) στη Μεσσαρά, ο Ιδαίος Δρόμος στον δήμο Ανωγείων.

Τον Ιούλιο του 2000 οργάνωσε τον 1<sup>ο</sup> **Τάλω Υπερμαραθώνιο Βουνού Κρήτης**, 500 χλμ, με αφετηρία την Ιερά Μονή Χρυσοκαλίτισσας (Νοτιοδυτικά του νομού Χανίων) και τερματισμό στο Μινωικό Ανάκτορο της Κάτω Ζάκρου (στη Σητεία νομού Λασιθίου). Ο δεκαήμερος Υπερμαραθώνιος ΤΑΛΩΣ είναι μια αθλητική, πολιτιστική, φυσιολατρική διαδρομή και είναι από τους μεγαλύτερους και δυσκολότερους Υπερμαραθώνιους βουνού στον κόσμο.

### Η ιστορία του Τάλω

Ο Πλάτων τον θεωρεί υπαρκτό πρόσωπο, αδελφό του Ραδάμανθυ. Ο Απολλώνιος ο Ρόδιος αναφέρει ότι ήταν δώρο του Δία στην Ευρώπη, η οποία τον χάρισε στον γιο της Μίνωα. Μεταγενέστερα, ο Ι. Κακριδής, βασισμένος στο ότι ο Ησύχιος γράφει πως Τάλως σήμαινε ήλιος στην Κρήτη, εκφράζει την άποψη ότι ήταν ηλιακή θεότητα που αργότερα μετεταπλάστηκε σε ήρωα.



Κατά άλλους ήταν γεωργός και είχε καθήκον να κρατά σε απόσταση τα άγνωστα πλοία που πλησίαζαν την Κρήτη πετώντας τεράστιες πέτρες. Αν οι άγνωστοι είχαν αποβιβαστεί, πυράκτωνε το χάλκινο σώμα του σε κάποια φωτιά, τους αγκάλιαζε και τους έκαιγε.

Ο Τάλως στην ελληνική μυθολογία ήταν ανιψιός του Δαίδαλου. Ο Τάλως από μικρό παιδί είχε εξαιρετικές ικανότητες εφευρέτη. Λέγεται ότι επινόησε το πριόνι βλέποντας το σαγόνι ενός φιδιού ή τη ραχοκοκαλιά ενός ψαριού. Του αποδίδονται επίσης ο κεραμικός τροχός και ο διαβήτης.



Το τέλος του Τάλω ήρθε όταν συναντήθηκε με τους Αργοναύτες που γύριζαν από τη Κολχίδα. Η Μήδεια, που ταξίδευε μαζί τους, μάγεψε με τα λόγια της τον Τάλω υποσχόμενη αθανασία. Έτσι, μπόρεσε ο Ιάσωνας να του αφαιρέσει το καρφί στη φτέρνα, που έκλεινε τη μια και μοναδική φλέβα που διέτρεχε όλο του το κορμί και περιέχε ιχώρ θανατώνοντάς τον.

## Τι θα ρωτούσα έναν αθλητή;

Με την ολοκλήρωση της έρευνάς μας, απευθυνθήκαμε σε έναν αθλητή, τον δρομέα Δημήτρη Πελαντάκη, μέλος του συλλόγου Μαραθωνοδρόμων Κρήτης. Με προθυμία απάντησε στις ερωτήσεις μας και τον ευχαριστούμε θερμά.

- Κάθε φορά που συμμετέχετε νιώθετε τον ίδιο ενθουσιασμό και την ίδια αγωνία όπως την πρώτη φορά;  
*Ναι, είναι το ίδιο κάθε φορά. Ένας αθλητής μεγάλων αποστάσεων διαφέρει από τους άλλους αθλητές.*
- Πώς προέκυψε η απόφασή σας να τρέξετε σε ένα μαραθώνιο;  
*Ήταν για επιβεβαίωση της φυσικής μου κατάστασης στον πιο επίπονο αγώνα.*
- Τι συμβαίνει αν κάποιος αθλητής τραυματιστεί ή σταματήσει λόγω κόπωσης;  
*Πρέπει να εγκαταλείψει τον αγώνα γιατί προέχει η ασφάλεια και η υγεία του.*
- Θεωρείτε ότι άνθρωποι με οποιαδήποτε σωματική διάπλαση μπορούν να συμμετέχουν σε ένα μαραθώνιο;  
*Ναι, ας πούμε το 90%. Βέβαια, επιβάλλεται πριν από κάθε αγώνα να ελέγχονται οι αθλητές. Επίσης, πριν τον αγώνα οι αθλητές πρέπει οπωσδήποτε να ακολουθούν κάποιο βασικό πρόγραμμα προπονήσεων και διατροφής.  
Σε κάθε μαραθώνιο συμμετέχουν διάφορες κατηγορίες αθλητών. Υπάρχουν οι πρωτοκλασάτοι αθλητές, που κάνουν χρόνο κάτω από 2,5 ώρες. Άλλη κατηγορία είναι οι αθλητές μεταξύ 2,5 – 3 ωρών, οι λαϊκοί αθλητές με χρόνο 3 ως 4 ώρες και οι απλοί συμμετέχοντες με χρόνο πάνω από 4 ώρες. Όλοι, όμως, έχουν την ίδια αγάπη για τον πιο επίπονο αναγνωρισμένο αγώνα του κόσμου. Οι συμμετέχοντες έχουν έναν τρόπο ζωής και συμπεριφοράς που προέρχεται από την πνευματική και βιωματική σχέση με τον αθλητισμό.*

Για αυτήν την εργασία εργαστήκαμε τα δύο τμήματα της Β΄ γυμνασίου.

Οι ομάδες μας ήταν:

ΤΜΗΜΑ: Β1

ΒΟΥΪΔΑΣΚΗ	ΑΝΤΙΓΟΝΗ
ΒΡΕΝΤΖΟΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ
ΔΑΜΑΒΟΛΙΤΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ
ΔΡΑΜΟΥΝΤΑΝΗΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ
ΚΑΒΒΑΛΟΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ
ΚΑΒΒΑΛΟΣ	ΧΑΡΙΛΑΟΣ
ΚΑΒΒΑΛΟΥ	ΒΕΝΕΤΙΑ
ΚΑΛΟΜΟΙΡΗ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ
ΚΛΑΔΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ
ΚΛΙΝΗΣ	ΡΑΦΑΗΛ
ΚΟΝΙΟΥ	ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ
ΚΟΝΤΟΚΑΛΟΥ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ
ΚΟΥΤΑΝΤΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ

ΤΜΗΜΑ: Β2

ΜΑΝΟΥΡΑΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ
ΜΑΝΟΥΡΑΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ
ΜΕΜΟΣ	ΜΑΝΩΛΗΣ
ΜΥΡΘΙΑΝΟΥ	ΕΥΗ
ΝΙΚΗΦΟΡΟΥ	ΟΛΥΜΠΙΑ
ΞΥΛΟΥΡΗ	ΚΡΥΣΤΑΛΙΑ
ΠΑΡΑΣΥΡΗ	ΑΝΤΙΓΟΝΗ
ΠΑΡΑΣΥΡΗ	ΕΙΡΗΝΗ
ΠΑΡΑΣΥΡΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ
ΣΑΛΟΥΣΤΡΟΥ	ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ
ΣΚΑΝΔΑΛΗ	ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ
ΣΜΠΩΚΟΣ	ΜΑΝΩΛΗΣ
ΧΑΙΡΕΤΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ
ΧΑΡΩΝΙΤΗΣ	ΑΙΑΝΤΑΣ



Με αυτήν την αφίσα συμμετείχαμε στη Γιορτή Δημιουργίας από όλα τα σχολεία του νομού που υλοποίησαν Προγράμματα τη φετινή σχολική χρονιά.

Εκτός από το έντυπο που διαβάζετε, κάθε ομάδα δημιούργησε και μία προβολή PowerPoint και στο τέλος όλοι μαζί συνθέσαμε μία τελική.

Υπεύθυνοι του προγράμματος ήταν οι καθηγητές μας:  
κ. Ηλιάδου Χρυσούλα και κ. Κατσιλιάνος Στέφανος

Στο πλαίσιο του προγράμματος πήγαμε και μια διήμερη εκδρομή, στις 4 και 5 Απριλίου. Πρώτος προορισμός μας ήταν ο αρχαιολογικός χώρος της Φαιστού. Συνεχίσαμε την εκδρομή μας στην Αγία Γαλήνη και στην Αργυρούπολη κάναμε έναν περίπατο στο ευρωπαϊκό μονοπάτι E4.



**καλό καλοκαίρι!**

