

*Κι εκείνοι σφαίρα παίρνοντας στα χέρια πορφυρένια
και λαμπερή, που ο Πόλυβος την έφτιαξε ο τεχνίτης,
ο ένας την έρριχτε αψηλά προς τα ισκιερά τα νέφια,
γέρνοντας πίσω από τη γης πετιόταν τότε ο άλλος
κι ανάερα την άρπαζε το χώμα πριν αγγίξει.*

(Οδύσσεια, θ 372-376).

Στην Οδύσσεια αναφέρεται, επίσης, ότι η Βασιλοπούλα Ναυσικά έπαιζε με τις φίλες της με τόπι, όταν βρήκε τον Οδυσσέα ναυαγό σε μία παραλία στο νησί των Φαιάκων.

*Και σα χαρήκανε θροφή κι αυτή κι οι παρακόρες
βγάλαν τις μπόλιες κι έπαιξαν τη σφαίρα ανάμεσά τους.*

(Οδύσσεια, ζ 99-100).



Μαρμάρινη στήλη. Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο Αθήνα 490 π.Χ
Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο Αθηνών 4ο αιώνα π.Χ.



Οι αρχαίοι Έλληνες χρησιμοποιούσαν πιθανότατα την μπάλα, όχι μόνο για να παίζουν διάφορα παιχνίδια, αλλά, όπως φαίνεται και στην παραπάνω εικόνα, σαν μέσο προθέρμανσης, πριν από κάποιο αγώνα. Στην εικόνα παρατηρούμε ένα νεαρό άνδρα και ένα παιδί. Ο νεαρός άνδρας ισορροπεί μια μπάλα στο δεξί του πόδι. Προφανώς δεν πρέπει να την αγγίξει με τα χέρια του, διότι με την παλάμη του δεξιού του χεριού κρατάει το αριστερό του χέρι. Ο νεαρός άνδρας μοιάζει με σημερινό ποδοσφαιριστή σε προπόνηση.

Την μπάλα με τη σημερινή της μορφή, λέγεται ότι την ανακάλυψαν οι Ισπανοί, την εποχή των μεγάλων ανακαλύψεων, σε ένα ταξίδι τους, στο Μεξικό. Εκεί αντίκρυσαν, για πρώτη φορά, μια μπάλα φτιαγμένη από καουτσούκ να αναπηδά. Όταν γύρισαν πίσω στην Ισπανία έφεραν μαζί τους μπάλες, αλλά και ικανούς και επιδέξιους παίκτες του παιχνιδιού, που έπαιζαν με αυτή τη μπάλα. Είναι, το γνωστό σε όλους μας, ποδόσφαιρο!

Στοιχεία για το πώς ήταν οι μπάλες παλαιότερα μας δίνουν και οι ζωγράφοι μέσα από τα έργα τους.



Περικλής Πανταζής:
«Τα τρία παιδιά» (1880)



Pablo Picasso:
«Το παιδί με το περιστέρι» (1901)

Μπάλες, όπως αυτές που βλέπεις στους παραπάνω πίνακες, υπάρχουν μέχρι και σήμερα. Είναι πολύ πιθανόν και συ να έχεις παίξει με μια παρόμοια μπάλα.



Όταν οι γονείς των παιδιών δεν είχαν τη δυνατότητα να τους αγοράσουν μια μπάλα, αυτά έπαιζαν με τόπια φτιαγμένα από κάλτσες παραγεμισμένες με κουρέλια ή με ένα κουβάρι μαλλί. Χειροποίητα τόπια υπήρχαν στην Ελλάδα μέχρι και τη δεκαετία του 1960.

Τα παιχνίδια με την μπάλα, εκτός από το ότι μας διασκεδάζουν, έχουν θετική επίδραση στην υγεία μας, κάτι το οποίο είναι γνωστό από την αρχαιότητα.

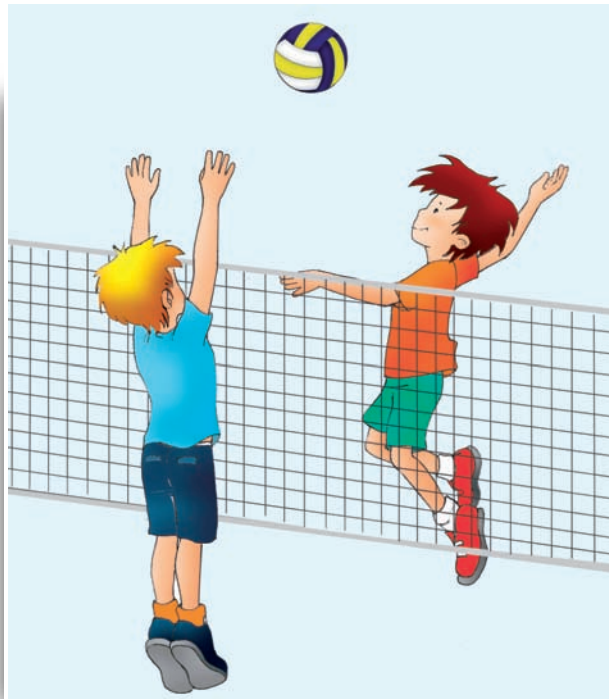
Ο Γαληνός, μεγάλος γιατρός της αρχαιότητας, υποστήριζε την ευεργετική επίδραση του παιχνιδιού με την μπάλα και την υπεροχή του συγκριτικά με όλες τις άλλες ασκήσεις του σώματος. **«Το παιχνίδι με την μπάλα δεν είναι μόνο καλή άσκηση για τα πόδια, αλλά πολύ καλή και για τα χέριαΘα καταλάβεις, επίσης, ότι το παιχνίδι με την μπάλα γυμνάζει το μάτι, αν σκεφτείς ότι, όποιος δεν μπορεί να υπολογίσει την τροχιά της, δεν μπορεί και να την πιάσει. Επίσης, ο παίκτης θα οξύνει και την κριτική του ικανότητα».**

Σήμερα εξακολουθούμε να πιστεύουμε τα ίδια, διότι πραγματικά τα παιχνίδια με την μπάλα αναπτύσσουν τις κινητικές δεξιότητες όλου του σώματος, ιδιαίτερα των ποδιών και των χεριών, καθώς επίσης και τις αντιληπτικές ικανότητες και ιδιαίτερα την οπτική αντίληψη. Επιπλέον αναπτύσσουν τη συνεργατικότητα, το σεβασμό του ενός για τον άλλο και την επικοινωνία μεταξύ των παικτών, διότι τα περισσότερα παιχνίδια με μπάλα είναι ομαδικά.

Ας δούμε παρακάτω μερικά από τα πιο γνωστά παιχνίδια της εποχής μας, που παίζονται με μπάλα.



Η καλαθοσφαίριση



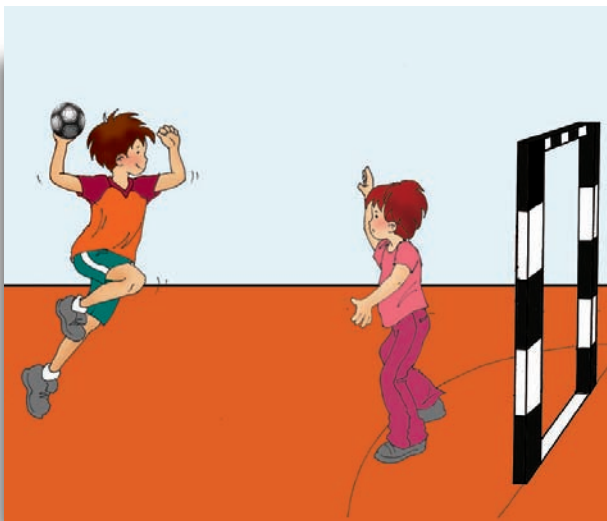
Η πετοσφαίριση



Το ποδόσφαιρο



Η χειροσφαίριση



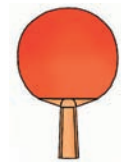
Δραστηριότητες

Οι ρακέτες

Για να παίξεις με αυτές τις μπάλες, χρειάζεσαι και μία ειδική ρακέτα. Κάθε ρακέτα είναι διαφορετική. Αντιστοίχισε τη σωστή ρακέτα σε κάθε παιχνίδι.



Αντισφαίριση (Tennis)



Επιτραπέζια Αντισφαίριση
(Table Tennis)



Αντιπέρσιση





Μπάλες και παιχνίδια

Στην παρακάτω εικόνα παρατηρείς μερικές μπάλες. Κάθε μπάλα έχει διαφορετικό μέγεθος και είναι ειδικά φτιαγμένη για διαφορετικό παιχνίδι. Είναι τόσες πολλές, που τελικά μπερδεύτηκαν. Οδήγησε, με μια γραμμή, κάθε μπάλα στο σωστό παιχνίδι.



Πετοσφαίριση
(Volleyball)

Καλαθοσφαίριση
(Basketball)

Υδατοσφαίριση
(Water polo)

Ποδόσφαιρο
(Football)

Χειροσφαίριση
(Handball)

Μπέιζμπολ
(Baseball)

Γρίφος

Μετά τον αγώνα Μπάσκετ ανάμεσα στην ομάδα Α και την ομάδα Β, “χάθηκε” το τελικό σκορ... Ωστόσο, αν αξιοποιήσεις κάποιες πληροφορίες, θα βρεις εύκολα το νικητή.

1. Γνωρίζουμε ότι ο παίκτης με τη φανέλα νούμερο 5, της ομάδας Α, έβαλε τόσα καλάθια, όσα το νούμερο της φανέλας του αν το πολλαπλασιάσεις επί 2.
2. Ο παίκτης της ομάδας Β, με το νούμερο 7, πέτυχε 4 δίποντα.
3. Ο καλύτερος παίκτης της ομάδας Α πέτυχε 5 τρίποντα και 4 δίποντα.
4. Ο παίκτης της ομάδας Β, με το νούμερο 9, πέτυχε 5 δίποντα.
5. Ο παίκτης της ομάδας Α με το νούμερο 1, πέτυχε 2 δίποντα λιγότερα από τον παίκτη με το νούμερο 9, της ομάδας Β.
6. Ο παίκτης, με το νούμερο 12, της ομάδας Β, πέτυχε 4 πόντους λιγότερους από τον παίκτη της ομάδας Α, με το νούμερο 5.

Βοήθησε, σε παρακαλώ, το διαιτητή να βρει το τελικό σκορ και τη νικήτρια ομάδα!

Βαθμολογία ομάδας Α	Βαθμολογία ομάδας Β
Σύνολο:	Σύνολο:

Νικήτρια ομάδα: _____



Οι ερωτήσεις

Διάβασε προσεκτικά τις παρακάτω ερωτήσεις και βάλε την μπάλα στο σωστό καλάθι...

1) Πόσους παίκτες έχει μία ομάδα μπάσκετ ;



3



5



7

2) Ποια μπάλα είναι μεγαλύτερη ;



μπάσκετ



βόλεϊ



τένις

3) Ποιο γήπεδο είναι μεγαλύτερο ;



βόλεϊ



μπάσκετ



ποδοσφαίρου