

1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓ.ΙΩΑΝ.ΡΕΝΤΗ

Σχολικό Έτος : 2015-2016

ΤΑΞΗ Α6

Μάθημα : Τεχνολογία

ΑΤΟΜΙΚΟ ΕΡΓΟ

Του μαθητή : Γιάννη Φραγκιαδάκη

ΤΙΤΛΟΣ ΘΕΜΑΤΟΣ

Γήπεδο καλαθοσφαίρισης



Καθηγητής : ΗΡ. ΝΤΟΥΣΗΣ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΚΕΦΑΛΑΙΑ-ΕΝΟΤΗΤΕΣ	Σελ.
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο : ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ	
1α. Η σημασία της δημιουργίας αθλητικών χώρων	2
1β. Οι κυριότεροι αθλητικοί χώροι.....	2
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο : ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ	
2α. Η γέννηση του αθλήματος.....	4
2β. Οι μεγάλοι σταθμοί στην Ιστορία του Μπάσκετ.....	5
2γ. Το Μπάσκετ στην Ελλάδα.....	6
2δ. Ιστορία της Ε.Ο.Κ.....	8
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο : ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΓΗΠΕΔΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ	
3α. Τα οφέλη της άθλησης μέσα στους αγωνιστικούς χώρους	9
3β. Η σχέση της καλαθοσφαίρισης με την οικονομία . Επιχειρήσεις & επαγγέλματα σχετικά με τα γήπεδα καλαθοσφαίρισης	10
3γ. Εικόνες από τα μεγαλύτερα γήπεδα καλαθοσφαίρισης στην Ελλάδα	12
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο : ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΓΗΠΕΔΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ	
4α. Τα μέρη του γηπέδου καλαθοσφαίρισης.....	14
4β. Προδιαγραφές γηπέδων καλαθοσφαίρισης.....	18
4γ. Κανονισμοί διεξαγωγής αγώνων καλαθοσφαίρισης.....	19
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο : ΣΧΕΔΙΑΣΗ ΤΟΥ ΓΗΠΕΔΟΥ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.....	20
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο : ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΤΟΥ ΓΗΠΕΔΟΥ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.....	21
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο : ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ.....	26
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο : ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΥΛΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΟΣΤΟΥΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ.....	27

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Από μικρός μου άρεσε η κατασκευή σπιτιών, γηπέδων και τώρα επειδή ασχολούμαι με την καλαθοσφαίριση και μου έχει τραβήξει το ενδιαφέρον .Θα ήθελα να κατασκευάσω ένα τέτοιο γήπεδο γιατί άλλωστε κινούμαι και παίζω μέσα σε αυτό. Επίσης θα μου δοθεί η ευκαιρία να συγκεντρώσω πληροφορίες για την ιστορία , την χρησιμότητα και κατασκευαστικά στοιχεία για την καλαθόσφαιρα και τους αγωνιστικούς χώρους που διεξάγεται το αγαπημένο μου άθλημα.

Επειδή έχω αρκετή εμπειρία, πιστεύω πως θα καταφέρω να κατασκευάσω αυτό το έργο γιατί το θέλω πολύ, έχω τα κατάλληλα υλικά και επίσης ελπίζω πως θα μπορώ να το χρησιμοποιήσω κιόλας παίζοντάς το. Πιστεύω ότι έχω αρκετή φαντασία να το υλοποιήσω και η χαρά που θα μου δώσει όταν το δω τελειωμένο , δεν θα συγκρίνεται με τίποτα!!!



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο : ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

1α. Η σημασία της δημιουργίας αθλητικών χώρων

Οι αθλητικές εγκαταστάσεις προορίζονται για την σωματική άσκηση και την ψυχαγωγία των κατοίκων μιας πόλης. Έτσι συμβάλουν στην σωστή και δημιουργική διαχείριση του ελεύθερου χρόνου των πολιτών. Παράλληλα βοηθούν στη διατήρηση και ανάπτυξη του υψηλού επιπέδου των αθλητών και των τοπικών ομάδων. Όμως θεωρούνται απαραίτητοι για την βιωσιμότητα και την ανάπτυξη αθλητικών σωματείων. Τα τελευταία, έχοντας εξασφαλίσει το χώρο δραστηριότητας τους μπορούν να αναλώσουν τις προσπάθειες τους στη ποιότητα των υπηρεσιών που προσφέρουν. Επίσης κατά κάποιον τρόπο βοηθούν στην ανάπτυξη της τοπικής οικονομίας και των θέσεων εργασίας. Δηλαδή συντηρούν ένα μεγάλο κύκλο εργασιών, βοηθώντας τους τοπικούς επαγγελματίες και γενικότερα την κοινωνία. Τέλος, αξίζει να αναφερθούμε στη σπουδαιότητα των αγωνιστικών χώρων, όσον αφορά στην διάδοση και την εμπέδωση του αθλητικού πνεύματος.

1β. Οι κυριότεροι αθλητικοί χώροι

Γήπεδα βόλεϊ: Το γήπεδο του βόλεϊ είναι, 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.

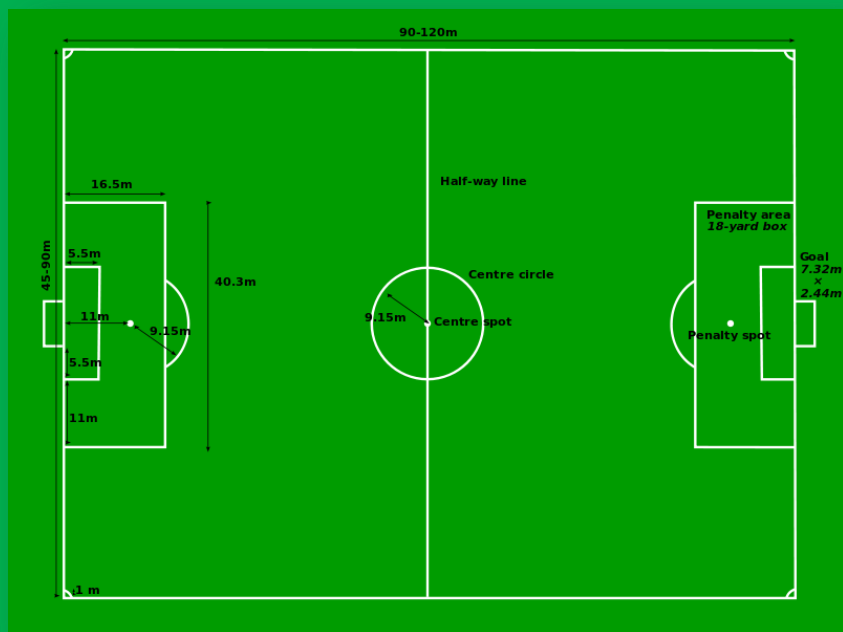
Συνήθως το γήπεδο του βόλεϊ είναι σε κλειστό χώρο αλλά μπορεί να διεξαχθεί και σε ανοιχτό, κυρίως σε διοργανώσεις μικρού επιπέδου (σχολικές κλπ). Το ορθογώνιο γήπεδο διαιρείται σε δύο ίσα τετράγωνα μέρη (9x9 μ.) από την κεντρική γραμμή, πάνω από την οποία τοποθετείται κάθετα ένα τεντωμένο δίχτυ (φιλέ) 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.

Γήπεδα ποδοσφαίρου: Το ποδόσφαιρο παίζεται σε ορθογώνιο παραλληλόγραμμο γήπεδο. Το μήκος του πρέπει να είναι από 90 μέχρι 120 μέτρα και το πλάτος του από 45 μέχρι 90 μέτρα. Το γήπεδο χωρίζεται, κατ' αρχάς σε δύο μέρη, στα οποία τοποθετούνται στο ξεκίνημα του αγώνα οι δύο ομάδες. Σε κάθε ένα από αυτά τα δύο μέρη, υπάρχει ένας ορθογώνιος χώρος που αποκαλείται μεγάλη περιοχή. Η περιοχή αυτή αποτελεί το όριο στο οποίο μπορεί ο τερματοφύλακας της ομάδας που αμύνεται σε αυτήν, να ακουμπήσει την μπάλα με τα χέρια. Από την τελική γραμμή κάθε περιοχής και στη μέση της υπάρχουν δύο κάθετα δοκάρια, που απέχουν μεταξύ τους 7,32 μ. και συνδέονται μ' ένα οριζόντιο δοκάρια που έχει ύψος απ' το έδαφος 2,44 μ.



Εικόνα 1: Γήπεδο βόλεϊ



Εικόνα 2 : Γήπεδο ποδοσφαίρου

Γήπεδα αντισφαίρισης

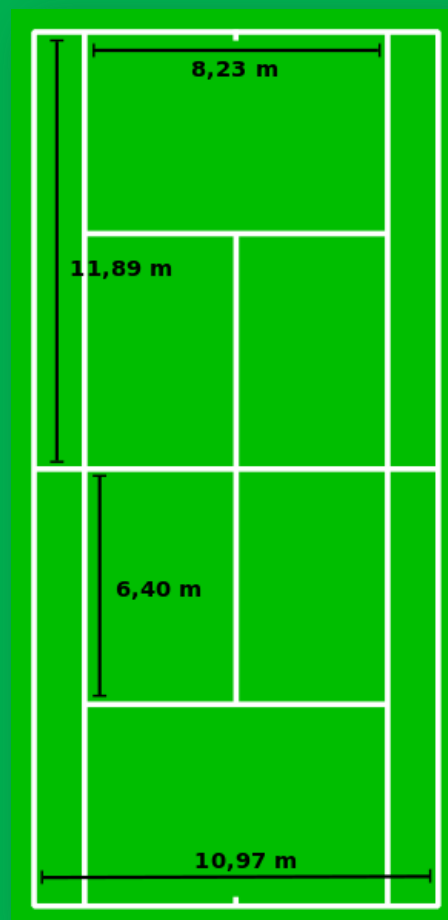
Τα γήπεδα αντισφαίρισης (τένις) χωρίζονται σε τρεις βασικές κατηγορίες ανάλογα με την επιφάνεια τους.

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).

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 προστίθενται στο παιχνίδι και οι εξωτερικές γραμμές του γηπέδου. Αυτό είναι το τέρμα.



*Εικόνα 3:
Γήπεδο αντισφαίρισης*

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο : ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

2α. Η γέννηση του αθλήματος

Ήταν ένα κρύο και βροχερό χειμωνιάτικο απόγευμα του 1891 όταν ο Καναδός Τζιμ Νέισμιθ, ο νεαρός γυμναστής του Κολεγίου Σπρίνγκφιλντ της Μασσαχουσέττης, καθόταν προβληματισμένος στο γραφείο του. Σκεφτόταν πώς θα μπορούσε να δημιουργήσει ένα παιχνίδι για να παίζουν οι μαθητές του σε κλειστό χώρο και ταυτόχρονα να είναι ενδιαφέρον και θεαματικό. Η ώρα περνούσε κι άρχισε ν' απογοητεύεται. "Αδίκαια πονοκεφαλιάζω", είπε και εκνευρισμένος πέταξε στο καλάθι των σκουπιδιών ένα τσαλακωμένο χαρτί, που όση ώρα σκεφτόταν, το ταλαιπωρούσε στα χέρια του. Το χάρτινο μπαλάκι μπήκε στο καλάθι και τότε ο Νέισμιθ, σαν να χτυπήθηκε από ηλεκτρικό ρεύμα. Πετάχτηκε όρθιος. Χτύπησε τα χέρια του και φώναξε σαν νέος Αρχιμήδης: "Εύρηκα". Η ενστικτώδης κίνηση που έκανε, του έδωσε την ιδέα πάνω στην οποία θα στήριζε το παιχνίδι. Ο Νέισμιθ είχε σπουδάσει θρησκευτικά, αλλά τον κέρδισε ο αθλητισμός γιατί, όπως έλεγε κι ο ίδιος, "πιο εύκολα μπορώ να επηρεάσω τους νεαρούς να γίνουν Χριστιανοί μέσω του αθλητισμού, παρά με το κήρυγμα".

Ο επικεφαλής του αθλητικού τμήματος στο Σπρίνγκφιλντ είχε προετοιμάσει τον Νέισμιθ. Του επέστησε την προσοχή ότι οι μαθητές του ήταν "επαναστάτες", ότι οι παλιές ασκήσεις γυμναστικής τους άφηναν παντελώς αδιάφορους κι ότι έπρεπε να βρεθεί ένα νέο παιχνίδι που να τους αποσπάσει το ενδιαφέρον.

Ο οραματιστής Νέισμιθ σκεφτόταν: "θα είναι παιχνίδι με μπάλα, αλλά όχι ποδόσφαιρο που είναι επικίνδυνο. Οι παίκτες δεν θα μπορούν να τρέχουν με την μπάλα, άρα δεν θα γίνονται τάκλιν, άρα δεν θα υπάρχουν τραυματισμοί".

Το επόμενο πρόβλημα ήταν και το πιο βασικό. Πώς το παιχνίδι θα γινόταν ανταγωνιστικό.

Δηλαδή πώς θα σκόραραν οι παίκτες. Σκέφτηκε να βάλει ένα κουτί στο πάτωμα και να έριχναν εκεί οι παίκτες την μπάλα, αλλά αυτό ήταν ανέφικτο, καθώς οι αμυντικοί θα στέκονταν μπροστά και το παιχνίδι θα γινόταν τραχύ.

Έτσι αποφάσισε να βάλει τα κουτιά να κρέμονται πάνω από τα κεφάλια των παικτών.

+Το επόμενο μέλημα του ήταν να βρει την κατάλληλη μπάλα. Αυτή του αμερικανικού ποδοσφαίρου ήταν εύκολο να κουβαληθεί από τους παίκτες και έτσι αποφάσισε ότι η μπάλα του ποδοσφαίρου ήταν η πιο κατάλληλη.

Το πρωί ο Νέισμιθ βρήκε τον κ. Στέμπινς, επιστάτη του κολεγίου και του ζήτησε δύο κουτιά. Ο επιστάτης απάντησε αρνητικά, αλλά είπε στον Νέισμιθ ότι έχει δύο καλάθια από ροδάκινα να του δώσει. Ο Νέισμιθ πήρε τα καλάθια και τα κρέμασε στο μπαλκόνι του γυμναστηρίου, είχε ύψος 3 μέτρα και 5 εκατοστά. Αυτό το ύψος έχουν μέχρι και σήμερα τα καλάθια του μπάσκετ.

Στις 11.30 ο Νέισμιθ περίμενε τους μαθητές του να τους παρουσιάσει το νέο παιχνίδι. Νωρίτερα τους είχε δείξει κι άλλα παιχνίδια, αλλά οι μαθητές του τα απέρριψαν, γελώντας ειρωνικά. Η αγωνία του νεαρού καθηγητή ήταν μεγάλη. "Ει, άλλο ένα νέο παιχνίδι" φώναξε ένας μαθητής, μόλις



Εικόνα 4: Ο Δρ. Τζέιμς Νέισμιθ

μπήκε στο γυμναστήριο. "Δοκιμάστε κι αυτό και αν δεν σας αρέσει, δεν θα σας παρουσιάσω ποτέ κανένα άλλο" είπε ο Τζιμ. Στη συνέχεια χώρισε τους 18 μαθητές του σε δύο ομάδες των 9 ατόμων και έβαλε τους δύο αρχηγούς να σταθούν στη μέση του γηπέδου. Πέταξε την μπάλα ψηλά ανάμεσα τους. Ήταν το πρώτο τζάμπολ. Οι δύο νέοι πήδηξαν να διεκδικήσουν την μπάλα και ... ήταν γεγονός: το πρώτο παιχνίδι μπάσκετ είχε αρχίσει. Οι παίκτες, αφού δεν μπορούσαν να τρέχουν κρατώντας την μπάλα στα χέρια, άρχισαν να αλλάζουν πάσες και να προσπαθούν να τη βάλουν στο καλάθι.



Εικόνα 5

αυτό το υπέροχο παιχνίδι. Έπαιζαν συχνά στη συνέχεια. Τον Ιανουάριο του 1892, όταν οι μαθητές γύρισαν από τις διακοπές των Χριστουγέννων, άρχισαν να δίνουν αγώνες με τα γειτονικά σχολεία που κι αυτά είχαν αρχίσει να παίζουν το νέο παιχνίδι. Τα πρώτα ματς της εποχής έληγαν συνήθως με 3-2 ή με 2-1. Το κάθε καλάθι μετρούσε ένα πόντο. Το Μάρτιο της ίδιας χρονιάς, διοργανώθηκε στο Σπρίνγκφιλντ το πρώτο τουρνουά μπάσκετ, μεταξύ των μαθητών του κολεγίου. Διάφορες γυναίκες που παρακολουθούσαν τους αγώνες από το μπαλκόνι πρότειναν να παίζουν κι αυτές. Μόλις τελείωσαν οι αγώνες των αντρών, οι γυναίκες μπήκαν στο γήπεδο και έπαιζαν. Ήταν ένα πρωτόγνωρο θέαμα, καθώς φορώντας μακριά φουστάνια προσπαθούσαν να τρέξουν και να βάλουν την μπάλα στο καλάθι. Δεν το κατάφεραν, αλλά μην ξεχνάμε ότι αυτό που μετράει στον αθλητισμό είναι η προσπάθεια.

Την άνοιξη, το παιχνίδι μεταφέρθηκε έξω. Εκεί έστησαν δύο σιδερένιους πασσάλους και κρέμασαν σ' αυτούς τα καλάθια. Το μπάσκετ είχε ανοίξει τις πόρτες του και είχε ξεκινήσει για να κατακτήσει τον κόσμο.

Μια μέρα ένας φοιτητής, ονόματι Φρανκ Μάχαν, επισκέφτηκε τον Νείσμιθ στο γραφείο του. -"Δρ. Νείσμιθ, πώς σκοπεύετε να ονομάσετε το νέο παιχνίδι;", τον ρώτησε. Ο Νείσμιθ απάντησε ότι δεν είχε αποφασίσει ακόμη για το όνομα του παιχνιδιού.

-"Να το πούμε Νείσμιθ - μπολ", πρότεινε ο Μάχαν.

-"Αυτό το όνομα θα σκότωνε κάθε παιχνίδι", απάντησε γελώντας ο καθηγητής.

-"Τότε γιατί να μην το πούμε μπάσκετ - μπολ; Εξάλλου παίζεται με δυο καλάθια και μια μπάλα", αντιπρότεινε ο νεαρός.

Ο Νείσμιθ πετάχτηκε επάνω, έδωσε το χέρι του στον μαθητή του και του είπε: -"Μπράβο, αυτά είναι το όνομα που του αξίζει". Το ωραιότερο παιχνίδι του κόσμου είχε βρει το όνομα του. Ο Τζιμ Νείσμιθ ήταν ο πατέρας του και ο Φρανκ Μάχαν ο νονός του.

2β. Οι μεγάλοι σταθμοί στην Ιστορία του Μπάσκετ

Δεκέμβριος 1891: Το μπάσκετ επινοείται στο Πανεπιστήμιο της Μασαχουσέτης, όταν ο καθηγητής Τζ. Νείσμιθ ρίχνει μια μπάλα σε ένα καλάθι που έβαζαν ροδάκινα!

Το 1893 έγινε ο πρώτος αγώνας στην Ευρώπη μεταξύ των ομάδων της Εθνικής Γαλλίας και του Αμερικάνικου Πανεπιστημίου YUCA

18 Ιουνίου 1932: Ιδρύεται η FIBA από τις Ομοσπονδίες της Αργεντινής, της Τσεχοσλοβακίας, της Ελλάδας, της Ιταλίας, της Λετονίας, της Πορτογαλίας, της Ρουμανίας και της Ελβετίας. Πρώτος Πρόεδρος ήταν ο Ελβετός LeonBouflard και Γενικός Γραμματέας ο WilliamJones



Το 1935: Έγινε το πρώτο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ανδρών στην Γενεύη και Πρωταθλήτρια ανακηρύχθηκε η Λιθουανία.

01 Αυγούστου 1936: Για πρώτη φορά το ανδρικό μπάσκετ περιλαμβάνεται στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων του Βερολίνου

Το 1949 δημιουργήθηκε στην Αμερική το NBA

22 Οκτωβρίου 1950: Αρχίζει το πρώτο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ανδρών στο Μπουένος Αϊρες της Αργεντινής.

07 Μαρτίου 1953: Αρχίζει το πρώτο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Γυναικών στο Σαντιάγκο της Χιλής.

Το 1957: Έγινε το πρώτο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ανδρών σε επίπεδο ομάδων-Συλλόγων. Πρωταθλήτρια ανακηρύχθηκε η ASK RIGA.

Το 1958: Έγινε το πρώτο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Γυναικών σε επίπεδο ομάδων-Συλλόγων. Πρωταθλήτρια ανακηρύχθηκε η Slavia Sofias.

07 Μαρτίου 1953: Αρχίζει το πρώτο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Γυναικών στο Σαντιάγκο της Χιλής.

08 Απριλίου 1989: Το παγκόσμιο συνέδριο της FIBA αποφασίζει να απαλείψει της διάκριση ανάμεσα σε ερασιτέχνες και επαγγελματίες, δίνοντας σε όλους τους παίκτες το δικαίωμα να αγωνίζονται στις διοργανώσεις της.

1976: Για πρώτη φορά το Γυναικείο Μπάσκετ περιλαμβάνεται στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων του Μόντρεαλ.

1991: Τα 100 χρόνια του μπάσκετ εορτάζονται από περίπου 250.000.000 παίκτες σε όλο τον κόσμο. Οι εκδηλώσεις ολοκληρώνονται στη γενέτειρα του μπάσκετ, στο Σπρίνγκφιλντ της Μασαχουσέτης.



Ιούλιος 1992: Για πρώτη φορά επαγγελματίες παίκτες (του NBA) συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες, στη Βαρκελώνη.

Οκτώβριος 1997: Η FIBA αριθμεί 206 ομοσπονδίες - μέλη

Το 2001 η FIBA διαχωρίστηκε σε πέντε ζώνες: στην FIBAEurope, FIBAAmericas, FIBAOceania, FIBAAAsia& FIBAAfrica. Η Ελλάδα ανήκει στην ζώνη της FIBAEurope

2γ. Το Μπάσκετ στην Ελλάδα

Το μπάσκετ πρωτοεμφανίστηκε στην Ελλάδα το 1918 μέσω της XAN -κυρίως- και του "οίκου του στρατιώτη". Τότε, στο γήπεδο της XAN Αθηνών, πρωτοπαίχτηκε μπάσκετ στην Ελλάδα. Μερικά μέλη της, μεταξύ των οποίων και ο Μάικ Στεργιάδης, που υπήρξε μαθητής του Νέισμιθ στο Σπρίνγκφιλντ, πήραν δύο καρέκλες, τις στερέωσαν ανάποδα σε δύο τοίχους και με μία μπάλα ποδοσφαίρου πρωτόπαιξαν μπάσκετ. Η XAN φρόντισε να διαδοθεί το άθλημα στα σχολεία και στους συλλόγους, ενώ συγχρόνως άρχισε να διοργανώνει και αγώνες. Μάλιστα, το 1920 έγινε στη Σμύρνη και το πρώτο τουρνουά, με τη συμμετοχή πέντε ομάδων και νικητής ήταν ο Πανιώνιος. Αυτά τα τουρνουά συνεχίστηκαν μέχρι το 1924 και άρχισαν να παίρνουν μέρος φοιτητές και μαθητές.

Η XAN Αθηνών το 1924 διοργάνωσε ένα πρωτάθλημα, που κέρδισε η ΑΕΚ. Αν αυτό θεωρηθεί ως πρώτο, η ΑΕΚ είναι η πρώτη πρωταθλήτρια Αθηνών.

Ουσιαστικά όμως η επίσημη περίοδος για το ελληνικό μπάσκετ αρχίζει το 1927, όταν ο ΣΕΓΑΣ συγκρότησε την πρώτη Τεχνική Επιτροπή του μπάσκετ, αποτελούμενη από τους Απόστολο Νικολαΐδη, Νικόλαο Λορέντη, Γιώργο Λιβαδά, Δημήτρη Λέξο και Κωνσταντίνο Καλούδη. Δύο χρόνια αργότερα διοργάνωσε το πρώτο πρωτάθλημα. Πήραν μέρος ο Πανελλήνιος, ο Εθνικός Αθ., οι Ν. Βύρωνος, η XAN, η ΑΕΚ, η Σχολή Ευελπίδων και ο Πανιώνιος. Πρωταθλητής αναδείχτηκε ο Πανελλήνιος. Η Νήαρ Ηστ ανακηρύχθηκε πρωταθλήτρια Αθηνών το 1930 και τη χρονιά εκείνη διοργανώθηκε και το πρώτο πανελλήνιο πρωτάθλημα στη Θεσσαλονίκη. Από την πλευρά του κέντρου μετείχαν η Νήαρ Ηστ και ο Πανιώνιος. Τη Θεσσαλονίκη εκπροσωπούσαν ο Άρης, που κατέλαβε και την πρώτη θέση, και η XANΘ

(τερμάτισε δεύτερη). Η Νήαρ Ηστ επανέλαβε την επιτυχία τα δύο επόμενα χρόνια, ενώ στη Θεσσαλονίκη η ΧΑΝΘ πήρε τα σκήπτρα από τον Άρη.



Εικόνα 6 : Ομάδα της ΧΑΝΘ το 1950

Το 1932 εμφανίστηκε η Πανεπιστημιακή ομάδα των Αθηνών, που έπαιξε σπουδαίο ρόλο στην εξέλιξη του αθλήματος στην προπολεμική περίοδο. Κατέκτησε το πρωτάθλημα το 1933 και το 1934, αλλά την επόμενη χρονιά αποχώρησε λόγω διαφωνιών με τον διευθυντή του πανεπιστημιακού γυμναστηρίου. Ο Πανελλήνιος στέφεται πρωταθλητής Ελλάδας, ενώ τις εντυπώσεις κερδίζει ο Ηρακλής που έχει στις τάξεις του τους ψηλότερους παίκτες (Νανές, Μαντόπουλος). Το Πανεπιστήμιο που δημιούργησε πάλι αξιόλογη ομάδα κέρδισε το 1936 το πρωτάθλημα Αθηνών, αλλά δεν πήρε μέρος στο πανελλήνιο, που έγινε στη Θεσσαλονίκη. Αντικαταστάθηκε από τη Νήαρ Ηστ, που κατέκτησε και το πρωτάθλημα Ελλάδας. Την επόμενη χρονιά, το Πανεπιστήμιο πήρε τα πρωτεία κερδίζοντας στον τελικό τη Νήαρ Ηστ. Η ομάδα της Καισαριανής είναι η πρώτη στην ιστορία του ελληνικού μπάσκετ που χρησιμοποίησε Αμερικανό παίκτη. Ήταν ο καθηγητής Γουέρλντ, που εργαζόταν στο κολέγιο Αθηνών. Στα τελευταία χρόνια της προπολεμικής περιόδου εντυπωσίασε η ομάδα του Πανελληνίου, που κατέκτησε διαδοχικά τρεις φορές τον τίτλο. Όμως, τα ακατάλληλα γήπεδα αλλά και το σύστημα του πρωταθλήματος, που υποχρέωνε τις ομάδες να δίνουν την ίδια μέρα τρεις και τέσσερις αγώνες, αποτελούσαν ανασταλτικό παράγοντα. Πριν από τον πόλεμο έγιναν και οι δύο πρώτοι αγώνες της εθνικής ομάδας, με αντιπάλους εκτός έδρας την Τουρκία και την Αίγυπτο. Μάλιστα η συνάντηση στην Κωνσταντινούπολη έγινε σε κλειστό γήπεδο με παρκέ, κάτι πρωτόγνωρο για την ελληνική ομάδα. Στην περίοδο της Κατοχής, διοργανώνεται ανεπίσημα στην Αθήνα, τον Πειραιά, τη Θεσσαλονίκη και την Πάτρα και νέοι αθλητές εμφανίστηκαν. Οι παίκτες του Πανελληνίου δημιούργησαν μία δική τους ομάδα, που την ονόμασαν "Μίλων" και διεκδικούσαν το πρωτάθλημα από τον Σπόρτιγκ. Το έδαφος είναι πρόσφορο πια για την ανάδειξη του ελληνικού μπάσκετ και το κοινό έτοιμο να δεχτεί αγώνες με μεγάλες ομάδες. Τα γήπεδα αποδεικνύονται ανεπαρκή για να χωρέσουν το αυξανόμενο πλήθος των θεατών και οι ομάδες διδάσκονται τη νέα τακτική της καλαθόσφαιρας από τις αμερικανικές ομάδες.

Το χαρακτηριστικό της δεύτερης μεταπολεμικής περιόδου του ελληνικού μπάσκετ ήταν η επικράτηση των ομάδων των μεγάλων ποδοσφαιρικών συλλόγων, που τη διέκοψε μόνο η παρένθεση της ομάδας του Πανελληνίου. Το πρώτο μεταπολεμικό πρωτάθλημα διοργανώθηκε το 1945 και ο Παναθηναϊκός κέρδισε

τον τίτλο. Από το 1949 άρχισαν να διοργανώνονται πρωταθλήματα και σε άλλες πόλεις, όπως στην Πάτρα, τη Ρόδο και τη Χαλκίδα, όπου διακρίνονταν οι ομάδες του Σκαγιοπούλειου, της ΑΕΝ και του Τρίτωνα. Από το 1951 άρχισε η κυριαρχία του Πανελληνίου, που χάρη στις επιτυχίες της θεωρήθηκε μία από τις καλύτερες ομάδες της Ευρώπης. Η περίοδος μέχρι και το 1957 σηματοδοτήθηκε από την παρουσία του Πανελληνίου, του οποίου οι πέντε παίκτες του συγκροτούσαν και την εθνική ομάδα. Τότε άρχισαν και οι πρώτες μεταγραφές σε ευρωπαϊκούς συλλόγους. Ο Στεφανίδης, ο Ματθαίου και ο Μουρούζης πήγαν στην Ιταλία, ενώ ο Ρουμπάνης μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες της Μελβούρνης φοίτησε σε αμερικανικό πανεπιστήμιο.

Οι πρώτοι κανονισμοί: Οι πρώτοι κανόνες εφαρμόστηκαν το 1929 από τον Λούις Ρίεζ, καθηγητή φυσικής αγωγής της ΧΑΝ. Ο ίδιος, το 1934, εφάρμοσε στην Ελλάδα και τους διεθνείς κανονισμούς. Όμως, παρά τη μεγάλη δραστηριότητα που είχε το μπάσκετ στην Ελλάδα, οι διεθνείς αγώνες ήρθαν στην Κωνσταντινούπολη το 1936 και αφού το 1934 είχε προηγηθεί μια αποτυχημένη προσπάθεια για φιλικό παιχνίδι με την Ιταλία.

Το 1939 ο Μίλων, που έδρευε στην Αίγυπτο, ήρθε σε επαφή με τον Σπόρτιγκ και δημιούργησαν μια ομάδα που μας εκπροσώπησε το 1940 σε αγώνες στην Αίγυπτο. Αυτές οι δύο ομάδες, Μίλων και Σπόρτιγκ, πρόσφεραν πολλά στο ελληνικό μπάσκετ, κυρίως σε θέματα τεχνικής.

2δ. Ιστορία της Ε.Ο.Κ

Το 1927 δημιουργήθηκε η πρώτη Τεχνική Επιτροπή Αθλοπαιδιών στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με Πρόεδρο τον Α. Νικολαΐδη και μέλη τους κ.κ. Νικ. Λωρεντίν, Γ. Λιβαδά και Δ. Λέζον.

Τα επίσημα Πανελλήνια Πρωταθλήματα άρχισαν να διεξάγονται από το 1928. Έκτοτε κάθε χρόνο διεξάγονται τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα εκτός από τα έτη 1931 έως 1934, 1941 έως 1945 και 1948, 1952 και 1956 που δεν διεξήχθησαν για διαφόρους λόγους.

Το 1936 διεξήχθη ο πρώτος αγώνας της Εθνικής Ελλάδος Ανδρών στην Κωνσταντινούπολη (25/06/1936) και σ' αυτήν συμμετείχαν οι αθλητές Αγγέλου, Σαπουντζάκης, Νανές, Μπαχώμης, Αμαραντίδης, Βάσσης, Σκυλογιάννης και Κουτσαλέξης. Προπονητής της ομάδας ήταν ο Μάικ Στεργιάδης.

Το 1958 διεξήχθη ο πρώτος αγώνας της Εθνικής Ελλάδος Γυναικών στην Αθήνα (15/04/1958) και σε αυτήν συμμετείχαν οι αθλήτριες: Ζαπονίδου, Σκριβάνου, Βαρελοπούλου, Αρναούτογλου, Κανδιά, Ηρωΐδου, Χριστακοπούλου, Πολυμενάκου, Μικελέτη και Κελέρη.

Το 1995 με απόφαση του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.(30/09/1965) συνεστήθη ανεξάρτητη Ομοσπονδία Αθλοπαιδιών και ονομάστηκε «ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ» (Ε.Ο.ΑΠ.) Το 1966 με την 3644/22.02.66 απόφαση του Πρωτοδικείου Αθηνών αναγνωρίστηκε η Ομοσπονδία και την 22/02/1966 ενεγράφη στην F.I.B.A.

Το 1970 διαχωρίστηκε το Μπάσκετ από τις Αθλοπαιδιές και δημιουργήθηκε ανεξάρτητη ομοσπονδία του αθλήματος με τον τίτλο:

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ (Ε.Ο.Κ.) με έδρα την Αθήνα (Σαροπούλου 11 , πίσω από το Μουσείο). Η Ομοσπονδία εγκρίθηκε με την 48/70 απόφαση του Πρωτοδικείου Αθηνών και ενεγράφη στο Βιβλίο αναγνωρισμένων Σωματείων με την 11366/10-04-1970 απόφαση.

Σήμερα στη δύναμη της Ομοσπονδίας ανήκουν 1198 Σύλλογοι και στα μητρώα της είναι εγγεγραμμένοι 423.183 Αθλητές. Η Ελλάδα είναι μέλος της FIBA από το 1932

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο : ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΓΗΠΕΔΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

3α. Τα οφέλη της άθλησης μέσα στους αγωνιστικούς χώρους

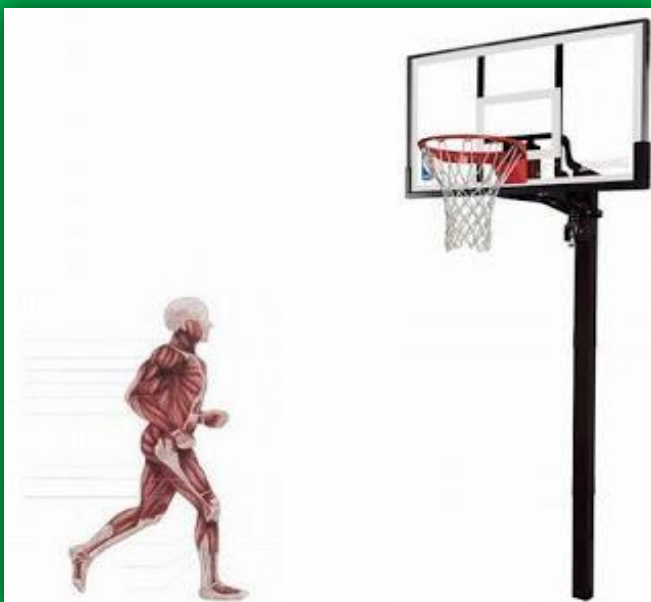
Η σωματική άσκηση ορίζεται συνήθως ως «κάθε σωματική κίνηση που συνδέεται με μυϊκή συστολή η οποία αυξάνει τις ενεργειακές δαπάνες πάνω από τα επίπεδα ανάπαυσης». Αυτός ο ευρύς ορισμός περιλαμβάνει όλες τις μορφές σωματικής άσκησης, δηλ. τη σωματική άσκηση κατά τον ελεύθερο χρόνο (που περιλαμβάνει τις περισσότερες αθλητικές δραστηριότητες και το χορό), τη σωματική άσκηση στην εργασία, τη σωματική άσκηση στο σπίτι ή κοντά στο σπίτι και τη σωματική άσκηση που συνδέεται με τη μετακίνηση. Παράλληλα με τους προσωπικούς παράγοντες, υπάρχουν και φυσικές επιδράσεις από το περιβάλλον στα επίπεδα σωματικής άσκησης (π.χ. δομημένο περιβάλλον, χρήσεις γης), κοινωνικές και οικονομικές.

Σωματική άσκηση, υγεία και ποιότητα ζωής είναι στενά συνδεδεμένα μεταξύ τους. Το ανθρώπινο σώμα ήταν σχεδιασμένο να κινείται και, κατά συνέπεια, χρειάζεται τακτική σωματική άσκηση για να λειτουργεί άριστα και να αποφεύγει την ασθένεια. Έχει αποδειχθεί ότι ο καθιστικός τρόπος ζωής είναι παράγοντας κινδύνου για την ανάπτυξη πολλών χρόνιων ασθενειών, όπως οι καρδιακές παθήσεις που αποτελούν σοβαρή αιτία θανάτου στο δυτικό κόσμο. Επιπλέον, ένας δραστήριος τρόπος ζωής επιφέρει και πολλά άλλα κοινωνικά και ψυχολογικά οφέλη και υπάρχει άμεση σύνδεση ανάμεσα στη σωματική άσκηση και το προσδόκιμο ζωής· έτσι, τα άτομα που ασκούνται σωματικά συνήθως ζουν περισσότερο από τα άτομα που δεν ασκούνται. Άνθρωποι συνηθισμένοι στην καθιστική ζωή που αρχίζουν να ασκούνται σωματικά αναφέρουν ότι αισθάνονται καλύτερα τόσο σωματικά όσο και ψυχικά και απολαμβάνουν καλύτερη ποιότητα ζωής.

Η τακτική σωματική άσκηση έχει ως αποτέλεσμα το ανθρώπινο σώμα να υφίσταται μορφολογικές και λειτουργικές αλλαγές οι οποίες μπορούν να προλάβουν ή να καθυστερήσουν την εμφάνιση ορισμένων ασθενειών και να βελτιώσουν την ικανότητά μας για σωματική προσπάθεια. Ιδιαίτερα για τους νέους και του μαθητές, η άθληση προσφέρει πολλαπλά οφέλη, όπως:

Φυσικά οφέλη: Η συμμετοχή σε κάποιο ομαδικό άθλημα μειώνει τις πιθανότητες παχυσαρκίας, ένα φαινόμενο με ανησυχητικά αυξητικές τάσεις. Επίσης, ο αθλητισμός μειώνει τον κίνδυνο καρδιακών παθήσεων και παθήσεων των οστών. Αν το παιδί συνεχίσει να αθλείται και κατά τη διάρκεια της εφηβείας, τότε έχει λιγότερες πιθανότητες να εμπλακεί στη χρήση ουσιών αλλά και γενικότερα σε παραβατικές συμπεριφορές.

Ακαδημαϊκά οφέλη: Εκτός από τα φυσικά οφέλη, οι έρευνες δείχνουν ότι, η συμμετοχή στην ομαδική άθληση βοηθά τους μαθητές και στην ακαδημαϊκή τους πορεία. Τα παιδιά που συμμετέχουν σε ομαδικά αθλήματα, είναι πιο πιθανό να συμμετέχουν και να δουλεύουν πιο πολύ στο σχολείο. Αυτό συμβαίνει γιατί μέσα από το ομαδικό άθλημα τα παιδιά μαθαίνουν πώς να είναι πειθαρχημένα και πώς να επικεντρώνουν την προσοχή τους σε κάτι, καθώς και πώς να έχουν υπομονή όταν τα πράγματα δυσκολεύουν. Επίσης, τα παιδιά που ασχολούνται με τον ομαδικό αθλητισμό, μαθαίνουν από πολύ νωρίς



Εικόνα 7

πώς να διατηρούν την ισορροπία ανάμεσα στο σχολείο, στον αθλητισμό και τις κοινωνικές δραστηριότητες, με αποτέλεσμα να αποκτούν δεξιότητες οργάνωσης σε πολλούς τομείς της ζωής τους.

Συναισθηματικά οφέλη: Μέσα από τη συμμετοχή στον αθλητισμό χτίζεται η αυτοπεποίθηση και το παιδί αποκτά καλύτερη αυτοεικόνα. Η ικανοποίηση που βιώνουν οι αθλητές όταν μετά από ομαδική και σκληρή δουλειά, βλέπουν να ανταμείβονται οι προσπάθειες τους και να πραγματοποιούνται οι στόχοι τους, ενισχύει σε σημαντικό βαθμό την αυτοπεποίθησή τους. Επίσης μαθαίνουν να έχουν θάρρος και εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και αποκτούν βαθύτερες αξίες που μόνο ο αθλητισμός μπορεί να διδάξει.

Κοινωνικά οφέλη: Τα ομαδικά αθλήματα μαθαίνουν στο παιδί την αξία του να δουλεύει συνεργατικά και ομαδικά. Μέσα από τα αθλήματα το παιδί έχει περισσότερες πιθανότητες να κάνει νέους φίλους και να πάρει σημαντικά μαθήματα ζωής. Μαθαίνει επίσης να επικεντρώνεται στο σύνολο της ομάδας και όχι μόνο στον εαυτό του. Επιπλέον «ακονίζει» δεξιότητες ζωής όπως η επιμονή και η υπομονή.

Κλείνοντας, λοιπόν να αναφέρουμε επιγραμματικά τι κερδίζει και τι αναπτύσσουν τα παιδιά μέσα από την ομαδική άθληση.

- Φιλία και συντροφικότητα
- Συνεργατικές δεξιότητες
- Αρχηγικές δεξιότητες
- Σεβασμό των συμπαίκτων, ανωτέρων, αντιπάλων
- Η αίσθηση του να ανήκει σε μια ομάδα
- Αυτοπεποίθηση
- Αυτοπειθαρχία
- Σεβασμός του διαφορετικού

- Κοινωνικές δεξιότητες.



Εικόνα 8

3β. Η σχέση της καλαθοσφαίρισης με την οικονομία . Επιχειρήσεις & επαγγέλματα σχετικά με τα γήπεδα καλαθοσφαίρισης

Η οικονομία κάθε χώρας εξαρτάται από ένα πλήθος παραγόντων και συσχετίζεται άμεσα με αυτούς. Ο αθλητισμός είναι ένας από αυτούς. Ειδικότερα κάποια συγκεκριμένα σπορ όπως το μπάσκετ συντελούν στην ανάπτυξη της. Πιο συγκεκριμένα, λόγω της ανάπτυξης του αθλήματος στη χώρα μας, αυξήθηκαν ραγδαία τα κέρδη των αθλητικών σωματείων, κυρίως λόγω των χορηγιών από εταιρείες. Επιπρόσθετα, μετά τις πρώτες ελληνικές επιτυχίες, στις οποίες θα αναφερθούμε παρακάτω, το ελληνικό μπάσκετ έγινε ευρύτερα γνωστό σε όλο τον κόσμο, κάτι που είχε ως συνέπεια την αύξηση των κερδών και τη δημιουργία ομάδων-κολοσσών στον ελληνικό αθλητισμό. Γίνεται επομένως αντιληπτό ότι λόγω της άνθησης του μπάσκετ, επωφελήθηκαν και άλλα αθλήματα (ποδόσφαιρο, βόλεϊ).

Λόγω του αθλήματος της καλαθοσφαίρισης δημιουργούνται και επιχειρήσεις που σχετίζονται μ' αυτό, με κορυφαίο παράδειγμα το επαγγελματικό μπάσκετ του NBA. Οι σημαντικότερες απ' αυτές είναι οι:

⇒ ΚΑΕ οι οποίες, είναι κανονικές Ανώνυμες Εταιρίες (επαγγελματικά σωματεία) με καταστατικό, μετοχικό κεφάλαιο, μετόχους κλπ με τη διαφορά ότι διέπονται και από κάποιους ειδικούς όρους όπως για παράδειγμα ότι η λειτουργία τους πρέπει να συμβαδίζει με το καταστατικό της ΕΟΚ και τους κανονισμούς των διεθνών ομοσπονδιών καλαθοσφαίρισης .

⇒ ΣΤΟΙΧΗΜΑΤΙΜΑΤΙΚΕΣ ΕΤΑΙΡΕΙΕΣ οι οποίες, εστιάζουν σε στοιχήματα από τον επαγγελματικό αθλητισμό και φυσικά και από τους αγώνες καλαθόσφαιρας . Ο κλάδος τους γνωρίζει άνθηση τα τελευταία χρόνια και πολύ σύντομα 24 νέες εταιρίες πήραν επίσημα άδεια από τις αρχές, έχουσε εγκριθεί δηλ. από την ΕΕΕΠ Επιτροπή Ελέγχου και Εποπτείας Παιγνίων)

⇒ ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΕΣ ΕΤΑΙΡΙΕΣ τις οποίες, το κοινό βλέπει αναγκαστικά (π.χ. στις φανέλες των σωματείων ή στα πλάγια των γηπέδων, που είναι ορατά διαρκώς σχεδόν σε όλες τις φάσεις ενός ποδοσφαιρικού αγώνα που προβάλλεται από την τηλεόραση).

Κάποια από τα επαγγέλματα που σχετίζονται με τα γήπεδα καλαθοσφαίρισης είναι τα εξής:

1. Προπονητής καλαθοσφαίρισης: Αντικείμενο της εργασίας του είναι η προετοιμασία, η εκγύμναση και η καθοδήγηση της ομάδας τόσο έξω όσο και μέσα στον αγωνιστικό χώρο. Ειδικότερα, ο προπονητής ασχολείται με την εκτίμηση της φυσικής κατάστασης και της τεχνικής κατάρτισης των αθλητών, την εκπόνηση του προπονητικού προγράμματος που θα εφαρμόσει με βάση εφικτούς στόχους και τη χρήση κατάλληλων μέσων και μεθόδων, καθώς



Εικόνα 9

και με το συνολικό έλεγχο της προπονητικής διαδικασίας. Επίσης, έργο του αποτελεί η αναζήτηση ταλέντων και η εφαρμογή καινοτόμων προγραμμάτων με βάση την ηλικία, το επίπεδο και τις ικανότητες των αθλητών που προπονεί. Ακόμη, καθήκον του είναι να διαφυλάττει το καλό όνομα της ομοσπονδίας και του αθλητικού σωματείου στο οποίο ανήκει και του αθλητισμού γενικότερα και να αντιμετωπίζει με σοβαρότητα και υπευθυνότητα τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Παράλληλα, έχει την υποχρέωση να χρησιμοποιεί μέσα μεταφοράς (ξηράς, θαλάσσης, αέρος) που καθορίζει η εταιρεία. Για την εκτέλεση του έργου συνεργάζεται με βοηθούς προπονητή, μεταφραστές, αθλητιάτρους, ορθοπεδικούς, αθλητικούς ψυχολόγους, φυσικοθεραπευτές, εργοφυσιολόγους, διαιτολόγους κ.ά.

2. Ο Γυμναστής: ο οποίος, φροντίζει για την σωματική άσκηση και καλή φυσική κατάσταση των αθλητών ή άλλων ατόμων, προτείνοντας και εφαρμόζοντας τις κατάλληλες για τον καθένα μεθόδους σωματικής άσκησης. Ο γυμναστής, χρειάζεται να έχει καλή σωματική υγεία και πολύ καλή φυσική κατάσταση. Πρέπει να διακρίνεται από ενθουσιασμό και να τον μεταδίδει στα άτομα που έχει αναλάβει να εκγυμνάζει. Ακόμα, πρέπει έχει υπομονή και ψυχραιμία για να αντιμετωπίσει τυχόν δυσάρεστες καταστάσεις. Επίσης, ο δυναμισμός, οι ηγετικές ικανότητες, η ευσυνειδησία και η συνέπεια, καθώς και η ικανότητα διδασκαλίας και μεταδοτικότητας πρέπει να είναι ανάμεσα στα χαρακτηριστικά του. Η ικανότητα αντίληψης του χώρου για την απόλυτη εκμετάλλευσή του με τα κατάλληλα μέσα και όργανα, αποτελεί ένα ακόμα προσόν που είναι σκόπιμο να τον διακρίνει. Τέλος, πρέπει να είναι σε θέση να εργάζεται δημιουργικά με την ομάδα.

3. Οι επαγγελματίες αθλητές: οι οποίοι αγωνίζονται με αμοιβή, ως μέλη συλλόγων, κυρίως σε δημοφιλή αθλήματα (ομαδικά ή ατομικά). Έτσι και στην καλαθοσφαίριση Οι αθλητές αυτοί, ως μέλη μιας ομάδας, επιδιώκουν να κερδίζουν τις αντίπαλες ομάδες που συμμετέχουν στις ίδιες με την ομάδα τους διοργανώσεις. Το πρόγραμμα ενός αθλητή περιλαμβάνει την γυμναστική για σωματική άσκηση και απόκτηση ή διατήρηση άριστης φυσικής κατάστασης, την



Εικόνα 10

προπόνηση, για εξοικείωση με το άθλημα και τους συμπαίκτες ή την εφαρμογή και αφομοίωση των συστημάτων που θα ακολουθηθούν κατά τη διάρκεια των αγώνων στα πλαίσια των διοργανώσεων που συμμετέχει η ομάδα. Ο αθλητής χρειάζεται ειδικό εξοπλισμό ανάλογα άθλημα με το οποίο ασχολείται (αθλητικές φόρμες και ειδικά παπούτσια, μπάλες και διάφορα όργανα γυμναστικής).

3γ. Εικόνες από τα μεγαλύτερα γήπεδα καλαθοσφαίρισης στην Ελλάδα



Εικόνα 11: Κλειστό ΟΑΚΑ



Εικόνα 12: Αλεξάνδρειο Μέλαθρο



Εικόνα 13: Στάδιο Ειρήνης και Φιλίας



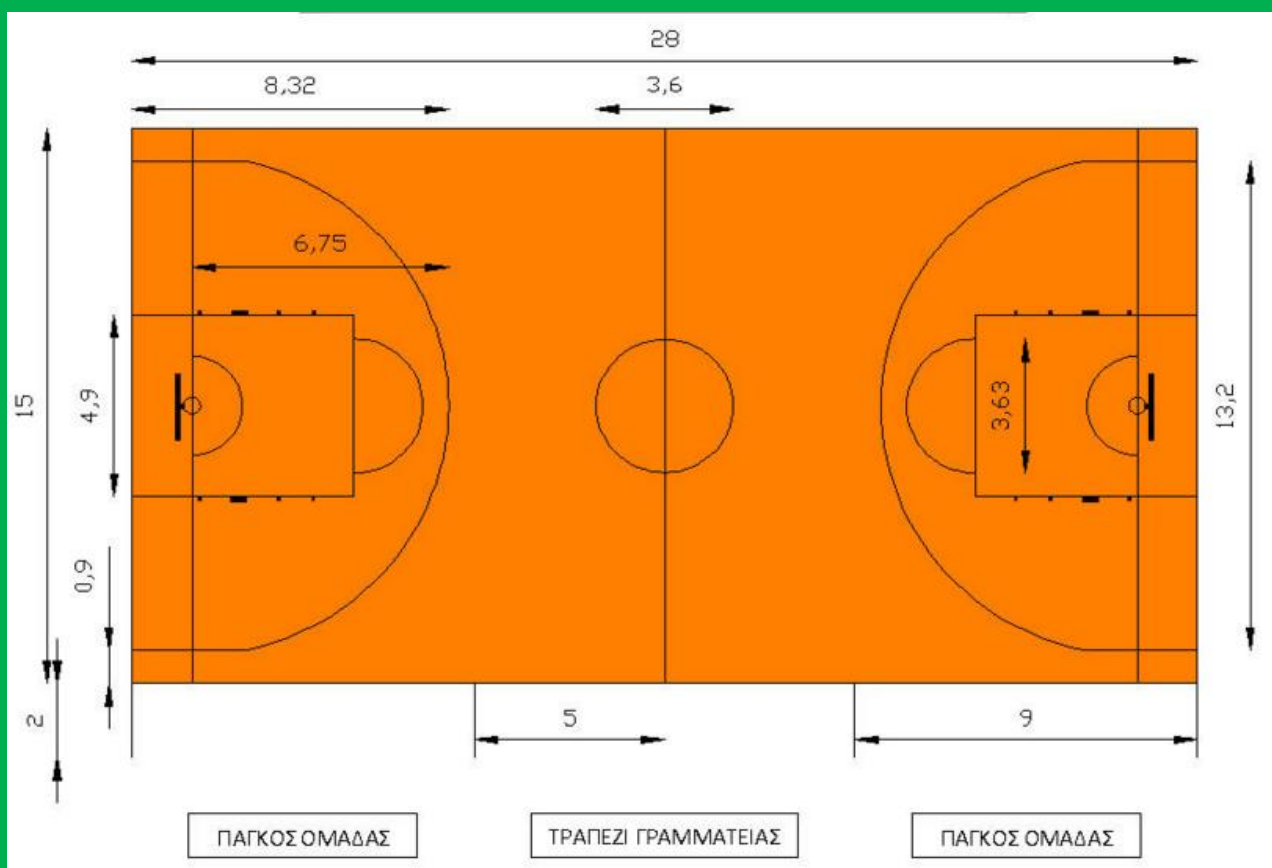
Εικόνα 14 : Ήβανόφειο

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο : ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΓΗΠΕΔΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

4α. Τα μέρη του γηπέδου καλαθοσφαίρισης

Ο κανονισμός της διεθνούς ομοσπονδίας καλαθοσφαίρας (F.I.B.A.) σχετικά με το γήπεδο μπάσκετ προβλέπει για τα διάφορα σημεία του αγωνιστικού χώρου που διεξάγονται οι αγώνες τα εξής :

Ο αγωνιστικός χώρος: Ο αγωνιστικός χώρος θα πρέπει να είναι παραλληλόγραμμος, επίπεδος, σκληρής επιφάνειας, ελεύθερος εμποδίων. Για όλα τα γήπεδα όπου διεξάγονται επίσημες διοργανώσεις από την F.I.B.A. καθώς και για τα νεοκατασκευαζόμενα, οι διαστάσεις των γραμμών του αγωνιστικού χώρου, θα πρέπει να είναι 28 μέτρα μήκος και 15 μέτρα πλάτος, μετρημένες από την εσωτερική πλευρά των ορίων του γηπέδου. Για όλες τις άλλες διοργανώσεις, το αρμόδιο μέλος της F.I.B.A., όπως η Επιτροπή Ζώνης ή η Εθνική Ομοσπονδία, έχει την αρμοδιότητα να εγκρίνει προϋπάρχοντες αγωνιστικούς χώρους, όμως με ελάχιστες διαστάσεις 26 μέτρων μήκους και 14 μέτρων πλάτους.



Εικόνα 15: Χαράξεις αγωνιστικού χώρου

Οροφή: Το ύψος της οροφής ή το χαμηλότερο εμπόδιο, θα πρέπει να είναι κατ' ελάχιστο επτά (7) μέτρα.

Φωτισμός: Η αγωνιστική επιφάνεια θα πρέπει να είναι επαρκώς φωτισμένη. Τα φώτα θα πρέπει να είναι έτσι τοποθετημένα, ώστε να μην εμποδίζουν την όραση των παικτών και των διαιτητών.

Γραμμές: Όλες οι γραμμές πρέπει να είναι του ίδιου χρώματος (κατά προτίμηση λευκού), πλάτους 5 εκατοστών και πλήρως ευδιάκριτες.

Τελικές και πλάγιες γραμμές: Ο αγωνιστικός χώρος θα πρέπει να είναι οριοθετημένος από τις δύο τελικές γραμμές (στις μικρές πλευρές του αγωνιστικού χώρου) και των πλευρικών γραμμών (στις μεγάλες πλευρές του αγωνιστικού χώρου). Αυτές οι γραμμές δεν αποτελούν τμήμα του αγωνιστικού

χώρου. Ο αγωνιστικός χώρος θα πρέπει να απέχει το λιγότερο 2 μέτρα από οποιοδήποτε αντικείμενο, συμπεριλαμβανομένων και των πάγκων των ομάδων.

Κεντρική γραμμή: Η κεντρική γραμμή είναι μία γραμμή χαραγμένη παράλληλα προς τις τελικές γραμμές, από το μέσο των πλάγιων γραμμών. Επεκτείνεται 15 εκατοστά πέρα από τις πλάγιες γραμμές.

Περιοριστικοί χώροι, διάδρομος, γραμμή ελευθέρων βολών: Οι γραμμές των ελευθέρων βολών, θα πρέπει να είναι χαραγμένες παράλληλα προς τις τελικές γραμμές. Η εξωτερική πλευρά της γραμμής των ελευθέρων βολών, θα πρέπει να είναι σε απόσταση 5,80 μέτρων από το εσωτερικό άκρο της τελικής γραμμής και το μήκος της θα πρέπει να είναι 3,60 μέτρα. Το μέσον της, θα πρέπει να βρίσκεται επί της νοητής γραμμής που ενώνει τα μέσα των δύο τελικών γραμμών. Οι περιοριστικοί χώροι, θα πρέπει να είναι οι επιφάνειες του αγωνιστικού χώρου οριοθετημένες από: τις δύο τελικές γραμμές, τις γραμμές των ελευθέρων βολών και τις γραμμές που ορίζονται από τις εξωτερικές πλευρές των τελικών γραμμών, σε απόσταση 3 μέτρων από το μέσον αυτών και να καταλήγουν στην εξωτερική πλευρά των γραμμών των ελευθέρων βολών. Οι γραμμές αυτές, εξαιρουμένων των τελικών γραμμών, αποτελούν μέρος των περιοριστικών χώρων. Το εσωτερικό των περιοριστικών χώρων, μπορεί να χρωματιστεί, αλλά θα πρέπει να είναι του ίδιου χρώματος με αυτό του κεντρικού κύκλου. Οι διάδρομοι των ελευθέρων βολών, είναι οι περιοριστικοί χώροι που ορίζονται από ημικύκλια ακτίνας 1,80 μέτρων, με κέντρο τους, το μέσον των γραμμών των ελευθέρων βολών. Όμοια ημικύκλια, θα πρέπει να χαράσσονται με διακεκομμένη γραμμή εντός των περιοριστικών χώρων. Οι κατά μήκος των περιοριστικών χώρων θέσεις, χρησιμοποιούμενες από παίκτες κατά την διάρκεια της εκτέλεσης των ελευθέρων βολών.

Κεντρικός κύκλος: Ο κεντρικός κύκλος θα πρέπει να είναι σχεδιασμένος στο κέντρο του αγωνιστικού χώρου, ακτίνας 10 μέτρων, μετρημένης ως την εξωτερική πλευρά της περιμέτρου. Αν το εσωτερικό του κεντρικού κύκλου είναι χρωματισμένο, θα πρέπει να είναι του ίδιου χρώματος με αυτό των περιοριστικών χώρων.

Περιοχή καλαθιού 3 πόντων: Η περιοχή καλαθιού τριών πόντων μίας ομάδας, είναι ολόκληρος ο αγωνιστικός χώρος, εκτός από αυτόν ο οποίος βρίσκεται περί του καλαθιού των αντιπάλων και ο οποίος ορίζεται και περιλαμβάνει: Δύο παράλληλες γραμμές, προεκτεινόμενες από την τελική γραμμή, σε απόσταση 6,75 μέτρων από το σημείο της ορθής προβολής του κέντρου του αντιπάλου καλαθιού. Η απόσταση του σημείου αυτού, από την εσωτερική άκρη του μέσου της τελικής γραμμής, θα πρέπει να είναι μήκους 1,575 μέτρων. Ένα ημικύκλιο ακτίνας 6,75 μέτρων από την εξωτερική πλευρά ως το κέντρο του ίδιου σημείου (όπως ορίζεται στο ανωτέρω εδάφιο), το οποίο συναντά τις παράλληλες γραμμές.

Θέσεις θεατών : Γενικά η ύπαρξη κερκίδων δεν είναι υποχρεωτική στα μικρά Κλειστά Γυμναστήρια, καθίσταται όμως υποχρεωτική σε Κλειστά Γυμναστήρια που αποσκοπούν στη διεξαγωγή αγώνων εθνικού και διεθνούς επιπέδου. Οι κερκίδες αποτελούνται από σειρές αναβαθμών με ελάχιστο πλάτος 85 εκ. και κυμαινόμενο ύψος, όπως αυτό προκύπτει από τη καμπύλη ορατότητας. Τα καθίσματα τοποθετούνται σε σταθερό ύψος 40 (\pm 2) εκ.. Στην περίπτωση που δεν υπάρχουν καθίσματα, το μέγιστο ύψος του αναβαθμού δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 52 εκ.. - Ορατότητα – Καμπύλη Ορατότητας Από τις κερκίδες πρέπει να εξασφαλίζεται η ελεύθερη ορατότητα όλων των θεατών σε όλο το μήκος και το πλάτος του αγωνιστικού χώρου και για όλα τα αθλήματα, που διεξάγονται στο Κλειστό Γυμναστήριο και συγκεκριμένα σε όλη τη περιμετρική γραμμή που περιβάλλει τον αγωνιστικό χώρο, χωρίς κανένα εμπόδιο. Σε ένα Κλειστό Γυμναστήριο διεξάγονται περισσότερα ομοειδή αθλήματα. Εφόσον υπάρχει καλή ορατότητα στη περιμετρική γραμμή του αγωνιστικού χώρου του αθλήματος, που απαιτεί τις μεγαλύτερες διαστάσεις, είναι σαφές ότι εξασφαλίζεται η πλήρης ορατότητα και των υπολοίπων αθλημάτων, που διεξάγονται εντός των ορίων του συγκεκριμένου αγωνιστικού χώρου. Στην περίπτωση π.χ. των αθλοπαιδιών, η χειροσφαίριση απαιτεί το μεγαλύτερο αγωνιστικό χώρο (40,00μ.Χ20,00μ) από τα άλλα αθλήματα. Η καλή ορατότητα στη περιμετρική γραμμή του αγωνιστικού χώρου της χειροσφαίρισης εξασφαλίζει την ορατότητα και των αγωνισμάτων των υπολοίπων αθλημάτων, δηλαδή



Εικόνα 16: Ημικύκλιο περιοχής καλαθιού 3 πόντων

της καλαθοσφαίρισης, πετοσφαίρισης κ.λ.π.. Προϋπόθεση είναι οι αγωνιστικοί χώροι των συγκεκριμένων αθλημάτων να χαράσσονται με κοινούς άξονες συμμετρίας κατά πλάτος και κατά μήκος, οι οποίοι απαιτείται να συμπίπτουν με τους άξονες της αίθουσας του Κλειστού Γυμναστηρίου. Στον υπολογισμό της καμπύλης ορατότητας λαμβάνονται υπ' όψη οι εξής σταθερές: - Τα σημεία στόχευσης, που στην προκειμένη περίπτωση είναι οι πλάγιες γραμμές οριοθέτησης του αγωνιστικού χώρου. - Το ύψος των οφθαλμών του θεατή από το δάπεδο του αναβαθμού της κερκίδας, όπου πατάνε τα πόδια του, ορίζεται σε 1,25μ. και το ύψος των οφθαλμών του θεατή από την επιφάνεια του καθίσματός του, ορίζεται σε 0,85μ.. - Η απόσταση της οπτικής ακτίνας καθήμενου θεατή, από τον οφθαλμό καθήμενου θεατή της προηγούμενης σειράς, ορίζεται κατ' ελάχιστον σε 0,10μ..



Εικόνα 17

Θέσεις Δημοσιογράφων Γραπού και Ηλεκτρονικού Τύπου: Για τους δημοσιογράφους διατίθεται ειδικός τομέας κερκίδων, με ανεξάρτητη πρόσβαση από τον περιβάλλοντα χώρο. Στις περιπτώσεις που το Κλειστό Γυμναστήριο διαθέτει μικτή ζώνη, δηλαδή ειδικά διαμορφωμένο χώρο στην έξοδο των αθλητών από τον αγωνιστικό χώρο προς τα αποδυτήρια, όπου δίνονται σύντομες συνεντεύξεις μετά τον αγώνα, πρέπει να προβλέπεται σύντομη και ασφαλής πρόσβασης των δημοσιογράφων στο χώρο αυτό. Σε άμεση επαφή με τον τομέα των κερκίδων των δημοσιογράφων, χωροθετούνται οι χώροι εξυπηρέτησης τους, όπως αναψυκτήριο, χώροι υγιεινής κ.τ.λ.. Πάνω στις κερκίδες και σε σημεία που δεν εμποδίζεται η ελεύθερη ορατότητα των θεατών, προβλέπεται η τοποθέτηση κλειστών δημοσιογραφικών θεωρείων σε μέγεθος και αριθμό σύμφωνα με την κλίμακα του Κλειστού Γυμναστηρίου. Τα δημοσιογραφικά έδρανα με τα αντίστοιχα καθίσματα, καταλαμβάνουν κατά κανόνα δύο σειρές κερκίδων, πλάτους 1,70 μ. και μήκους τουλάχιστον 0,90 μ.. Σε κάθε έδρανο προβλέπεται παροχή ηλεκτρικού ρεύματος και τηλεπικοινωνιακή σύνδεση. Ο συνολικός αριθμός των θέσεων, που προορίζονται για τους δημοσιογράφους του γραπού και ηλεκτρονικού Τύπου, δεν είναι προκαθορισμένος για κάθε εγκατάσταση. Εξαρτάται από την κλίμακα της εγκατάστασης, το επίπεδο των αγώνων που διεξάγονται ανά κατηγορία αθλήματος και σύμφωνα με τις

προδιαγραφές διεξαγωγής των αγώνων, όπως ορίζονται από την αντίστοιχη Αθλητική Ομοσπονδία.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΟΙ - ΒΟΗΘΗΤΙΚΟΙ ΧΩΡΟΙ:

Αίθουσες γυμναστικής - προπόνησης – ενδυνάμωσης: Τα Κλειστά Γυμναστήρια ευρύτερης κλίμακας, που εξυπηρετούν πολλά αθλήματα και παράλληλα φιλοξενούν αγώνες διεθνούς και εθνικού επιπέδου, εκτός από τον κύριο αγωνιστικό χώρο, πρέπει να διαθέτουν και χώρους άθλησης μικρότερης κλίμακας, για την ταυτόχρονη λειτουργία περισσότερων αθλητικών δραστηριοτήτων. Οι συνθήκες κλιματισμού των αιθουσών αυτών (ψύξη, θέρμανση, φωτισμός και αερισμός), πρέπει να είναι ίδιες με εκείνες της κύριας αγωνιστικής αίθουσας. Στα Κλειστά Γυμναστήρια λειτουργούν αίθουσες προπόνησης, για την κάλυψη των αναγκών των αθλημάτων, που διεξάγονται σε αυτά. Οι αίθουσες προπόνησης υποστηρίζονται με τους αντίστοιχους βοηθητικούς χώρους (αποδυτήρια αθλητών, χώρους εξυπηρέτησης θεατών, κυλικεία, αποθήκες οργάνων κ.λ.π.), καθώς και με τον απαιτούμενο εξοπλισμό (κερκίδες, δάπεδα, όργανα κ.λ.π.). Ανάλογα με τα αθλήματα, που διεξάγονται στις αίθουσες προπόνησης, επιλέγεται και το είδος του δαπέδου που επιστρώνεται. Στις αίθουσες προπόνησης βαρέων αθλημάτων των Κλειστών Γυμναστηρίων προπονούνται οι αθλητές της άρσης βαρών και πάλης, καθώς επίσης και αθλητές άλλων αθλημάτων, των οποίων η προπόνηση απαιτεί τη χρήση βαρών. Οι αίθουσες αυτές είναι εξοπλισμένες με αντίστοιχα όργανα, κατάλληλα δάπεδα και υποστηρίζονται από τους αναγκαίους βοηθητικούς χώρους.

Αποδυτήρια αθλητών (τουλάχιστον δύο χώροι): Το εμβαδόν μίας μονάδας αποδυτηρίων κυμαίνεται μεταξύ 50,00 μ² και 70,00 μ² και χωρίζεται σε τρεις διακριτές περιοχές, στο χώρο ένδυσης - απόδυσης των αθλητών, στο χώρο λουτρού και στους χώρους υγιεινής. Ο χώρος ένδυσης – απόδυσης πρέπει να παρέχει τη δυνατότητα εξυπηρέτησης τουλάχιστον 12 ατόμων συγχρόνως, με αντίστοιχο αριθμό ερμαρίων, καθισμάτων και κρεμαστρών. Ο χώρος λουτρού πρέπει να εξυπηρετεί τουλάχιστον 7 άτομα συγχρόνως, με αντίστοιχο αριθμό καταιονιστήρων και να έχει τη δυνατότητα να εξυπηρετήσει Α με Α. Οι χώροι υγιεινής πρέπει να είναι δύο με πλήρη εξοπλισμό, ένας εκ των οποίων να είναι προσβάσιμος και να πληροί τις προδιαγραφές χρήσης από Α με Α. Στο συγκρότημα των αποδυτηρίων πρέπει να προβλεφθεί χώρος με ερμάρια, νιπτήρα και ντουζιέρα, για τη φύλαξη των ειδών καθαριότητας.

Συγκρότημα φυσιοθεραπείας – μασάζ και σάουνα: Στα Κλειστά Γυμναστήρια, που προορίζονται για αγώνες διεθνούς ή εθνικού επιπέδου, κάθε συγκρότημα αποδυτηρίων, πρέπει να περιλαμβάνει και συγκρότημα φυσιοθεραπείας – μασάζ και σάουνας, το οποίο διαχωρίζεται στο χώρο της φυσιοθεραπείας – μασάζ, τον ανεξάρτητο χώρο της σάουνας και ένα χώρο υγιεινής με προθάλαμο και πλήρη εξοπλισμό. Στη περίπτωση που δεν υπάρχει η δυνατότητα κάθε συγκρότημα αποδυτηρίων να διαθέτει και χώρο για φυσιοθεραπεία - μασάζ και σάουνα, τότε αυτός χωροθετείται σε κεντρικό σημείο, πλησίον των αποδυτηρίων, ώστε να είναι άμεσα προσβάσιμος.

Ιατρείο – χώρος πρώτων βοηθειών και περίθαλψης: Ο χώρος του ιατρείου πρέπει να χωροθετείται στην περιοχή των αποδυτηρίων, ενώ παράλληλα να βρίσκεται πλησίον του αγωνιστικού χώρου, να έχει εύκολη πρόσβαση στον περιβάλλοντα χώρο του Κλειστού Γυμναστηρίου και στο χώρο στάθμευσης των οχημάτων εκτάκτου ανάγκης. Οι πόρτες και οι διάδρομοι που οδηγούν στο ιατρείο πρέπει να έχουν επαρκές πλάτος και να είναι εύκολα προσβάσιμοι από φορεία και αναπηρικά αμαξίδια. Προτείνεται το ιατρείο να έχει επιφάνεια της τάξης των 30,00 μ² και να περιλαμβάνει: - ένα χώρο υγιεινής με πλήρη εξοπλισμό - χώρο λουτρού με ένα τουλάχιστον καταιονιστήρα - ένα ιατρικό κρεβάτι - δύο κινητά φορεία τραυματιών - ερμάρια - έπιπλο γραφείου και καρέκλες. Πρέπει να είναι εξοπλισμένο με ιατρικά όργανα και φαρμακευτικό εξοπλισμό, σύμφωνα με τις υποδείξεις του ιατρού της αρμόδιας Επιτροπής για την έκδοση άδειας λειτουργίας του Κλειστού Γυμναστηρίου.

Χώρος ελέγχου ντόπινγκ (Doping Control): Σε κλειστά Γυμναστήρια, που προορίζονται για αγώνες εθνικού ή και διεθνούς επιπέδου, πρέπει να προβλέπεται χώρος ελέγχου ντόπινγκ, ο

οποίος να ευρίσκεται πλησίον του αγωνιστικού χώρου, στην έξοδο των αθλητών μετά τον αγώνα και στη διαδρομή τους προς τα αποδυτήρια, χωρίς να παρεμβάλλεται ενδιάμεσα (μεταξύ αγωνιστικού χώρου και χώρου ελέγχου ντόπινγκ) άλλος χώρος. Απαγορεύεται αυστηρά να είναι προσβάσιμος από θεατές και εκπροσώπου Τύπου. Ο χώρος ελέγχου ντόπινγκ πρέπει να έχει επιφάνεια από 20,00 μ² έως 35,00 μ² και να διαχωρίζεται σε αίθουσα αναμονής, αίθουσα δειγματοληψίας και χώρο υγιεινής, οι οποίοι θα είναι συνεχόμενοι και θα επικοινωνούν μεταξύ τους. Στο χώρο αυτό απαιτείται άπλετος φωτισμός, αερισμός με φρέσκο αέρα και κλιματισμός. Οι τοίχοι και τα δάπεδα πρέπει να επενδύονται με υλικά, που να καθαρίζονται εύκολα. Τα δάπεδα πρέπει να είναι μη ολισθηρά και οι τοίχοι του χώρου υγιεινής να είναι υπενδεδυμένοι με καθρέπτες. Η αίθουσα αναμονής πρέπει να έχει επαρκή χώρο για οκτώ καθήμενους και να είναι εξοπλισμένη με μία συσκευή τηλεόρασης και ένα ψυγείο. Η αίθουσα δειγματοληψίας πρέπει να βρίσκεται σε συνέχεια της αίθουσας αναμονής και να είναι εξοπλισμένη με:

- 1 γραφείο
- 4 καρέκλες
- 1 νιπτήρα με καθρέπτη
- 1 συσκευή τηλεφώνου με σύνδεση εσωτερική και εξωτερική
- 1 ερμάριο με κλειδαριά για τα δείγματα
- 1 ψυγείο

Ο χώρος υγιεινής πρέπει να βρίσκεται σε άμεση επαφή με την αίθουσα δειγματοληψίας και να έχει αποκλειστική πρόσβαση από αυτήν. Επίσης πρέπει να περιλαμβάνει πλήρη εξοπλισμό και χώρο λουτρού για ένα άτομο.

Εγκαταστάσεις Πρώτων Βοηθειών: Εκτός από την αναγκαιότητα να υπάρχει οργανωμένος χώρος Ιατρείου και Πρώτων Βοηθειών, όπως η Κ.Υ.Α. οικ. 46596/22-11-2004 ορίζει, συνιστάται σε κλειστά Γυμναστήρια με μεγάλη χωρητικότητα άνω των 3.000 θεατών, να προβλέπονται χώροι έκτακτης ιατρικής φροντίδας και παροχής Πρώτων Βοηθειών, που θα πληρούν τους κανόνες λειτουργίας, που προβλέπει η αντίστοιχη Νομοθεσία

4β. Προδιαγραφές γηπέδων καλαθοσφαίρισης

Ο αγωνιστικός χώρος ενός γηπέδου καλαθοσφαίρισης θα πρέπει να είναι παραλληλόγραμμος, επίπεδος, σκληρής επιφάνειας, ελεύθερος εμποδίων.

Για όλα τα γήπεδα όπου διεξάγονται επίσημες διοργανώσεις από την F.I.B.A. καθώς και για τα νεοκατασκευαζόμενα, οι διαστάσεις των γραμμών του αγωνιστικού χώρου, θα πρέπει να είναι 28 μέτρα μήκος και 15 μέτρα πλάτος, μετρημένες από την εσωτερική πλευρά των ορίων του γηπέδου.

Για όλες τις άλλες διοργανώσεις, το αρμόδιο μέλος της F.I.B.A., όπως η Επιτροπή Ζώνης ή η Εθνική Ομοσπονδία, έχει την αρμοδιότητα να εγκρίνει προϋπάρχοντες αγωνιστικούς χώρους, όμως με ελάχιστες διαστάσεις 26 μέτρων μήκους και 14 μέτρων πλάτους.

Η οροφή, ή το χαμηλότερο εμπόδιο για ανοιχτούς χώρους, θα πρέπει να είναι κατ' ελάχιστο 7 μέτρα.

Ο αγωνιστικός χώρος θα πρέπει να απέχει το λιγότερο 2 μέτρα από οποιοδήποτε αντικείμενο, συμπεριλαμβανομένων και των πάγκων των ομάδων.

Όλες οι γραμμές της διαγράμμισης πρέπει να είναι του ίδιου χρώματος (κατά προτίμηση λευκού), πλάτους 5 εκατοστών και πλήρως ευδιάκριτες.

Η κατασκευή ενός γηπέδου καλαθοσφαίρισης υλοποιείται σε δύο στάδια. Κατά το πρώτο στάδιο κατασκευάζεται η υποδομή / υπόβαση και κατά το δεύτερο η τελική επιφάνεια. Η υποδομή που θα κατασκευαστεί εξαρτάται τόσο από την υπάρχουσα κατάσταση του χώρου, όσο και από την επιλογή της τελικής επιφάνειας. Συνήθως επιλέγουμε για υπόβαση να κατασκευάσουμε ένα βιομηχανικό δάπεδο ή



Εικόνα 18

επίστρωση ασφαλοτάτητα 5-7 εκ Α265 κλειστού τύπου. Το γήπεδο πρέπει να είναι εντελώς επίπεδο ώστε να μην κατακρατεί νερό με ρύση η οποία δίδεται στη διαγώνιο και είναι της τάξης 5 - 7/1000.

Η επιφάνεια του γηπέδου συνήθως κατασκευάζεται από αντικραδασμικό ελαστοτάτητα, μπορεί όμως να κατασκευαστεί και από ελαστοτάτητα χωρίς τη χρήση αντικραδασμικού ρολού, για μία πιο οικονομική κατασκευή με ερασιτεχνική χρήση.

Οι μπασκέτες μπορεί να είναι σταθερές, οι οποίες είτε βιδώνονται σε ειδικές βάσεις πάκτωσης, είτε φυτεύονται στο έδαφος, ή μεταφερόμενες με βάση η οποία γεμίζει με άμμο ή με νερό.

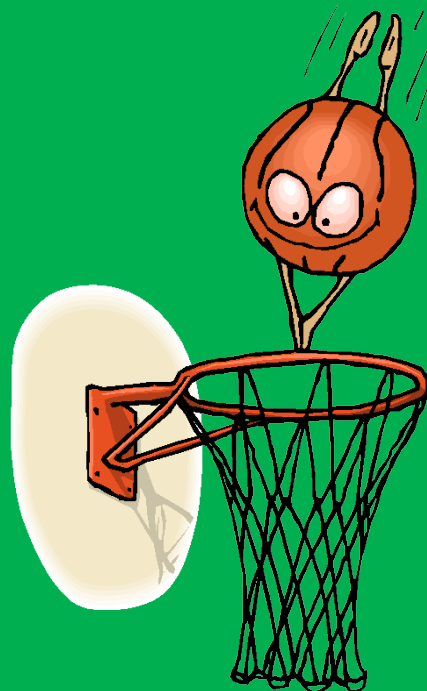
4γ. Κανονισμοί διεξαγωγής αγώνων καλαθοσφαίρισης

Για να διεξαχθεί ένας αγώνας καλαθοσφαίρισης , χρειάζονται δύο ομάδες των πέντε ατόμων σε ένα (συνήθως κλειστό, που στο έδαφος του έχει παρκέ) γήπεδο με δύο αντικριστά καλάθια. Οι κυριότεροι κανονισμοί του αθλήματος συνοψίζονται στα εξής :

Το καλάθι στο οποίο επιτίθεται μία ομάδα , είναι το αντίπαλο καλάθι και το καλάθι στο οποίο αμύνεται η ομάδα , είναι το «δικό της» καλάθι. 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 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 ταυτόχρονα να κτυπά τη μπάλα στο πάτωμα (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.

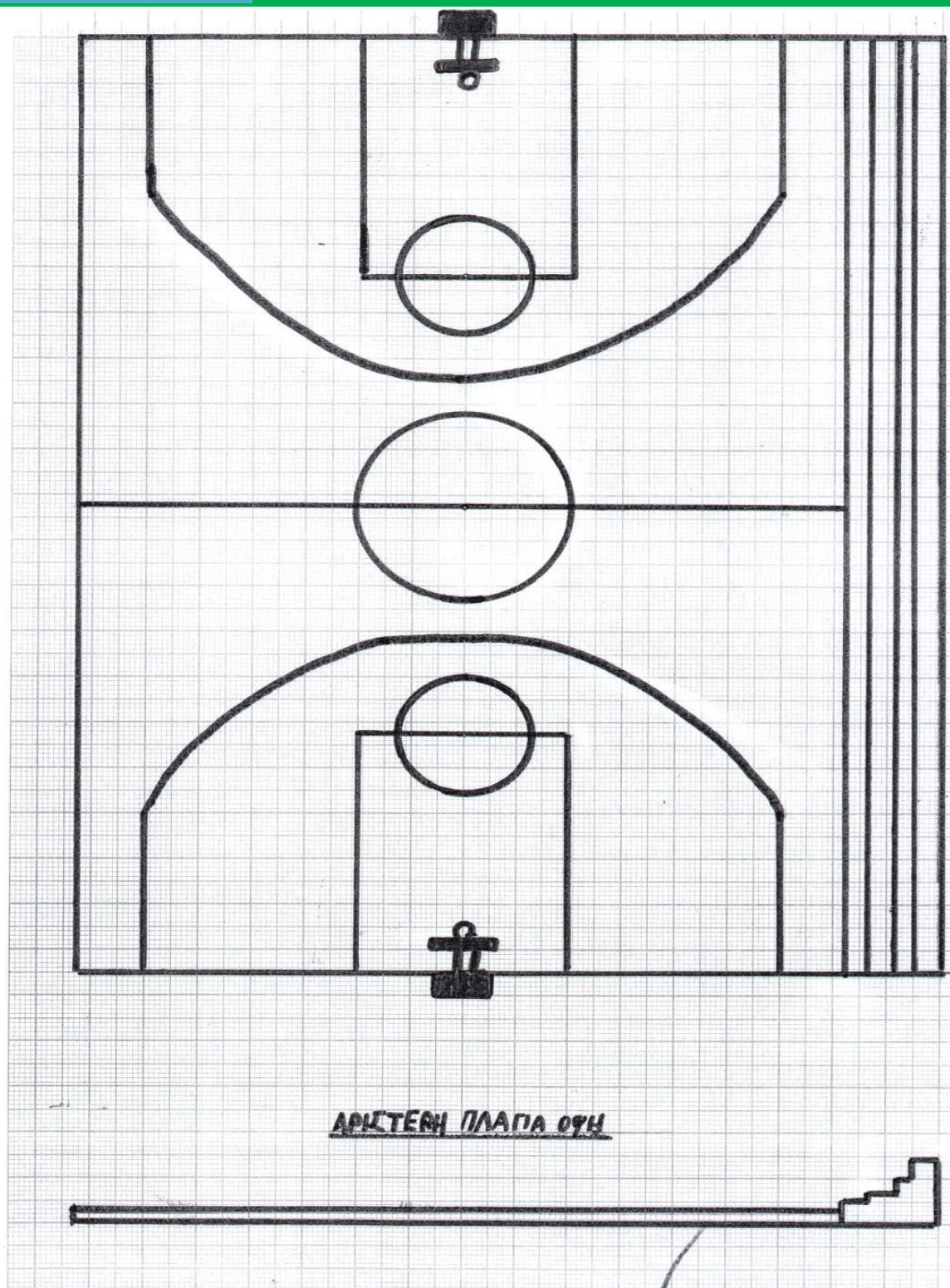
Στο παρκέ υπάρχει η γραμμή του τριπόντου (στα 6,75 μέτρα στην Ευρώπη για διοργανώσεις υπό την αιγίδα της FIBA[2], 7.25 στο NBA), που ορίζει την αξία κάθε σουτ. Οι αθλητές μπορούν να σκοράρουν για 2 πόντους (μέσα από τη γραμμή) ή για 3 (έξω από αυτήν, εφόσον δεν την πατούν). Για 1 πόντο μετράει η βολή, την οποία σουτάρουν οι παίκτες, κατόπιν υποδείξεως των διαιτητών (ενώ ο χρόνος έχει διακοπεί) μετά από φάουλ ή τεχνική ποινή.



Εικόνα 19

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο :
ΣΧΕΔΙΑΣΗ ΤΟΥ ΓΗΠΕΔΟΥ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Κάτοψη



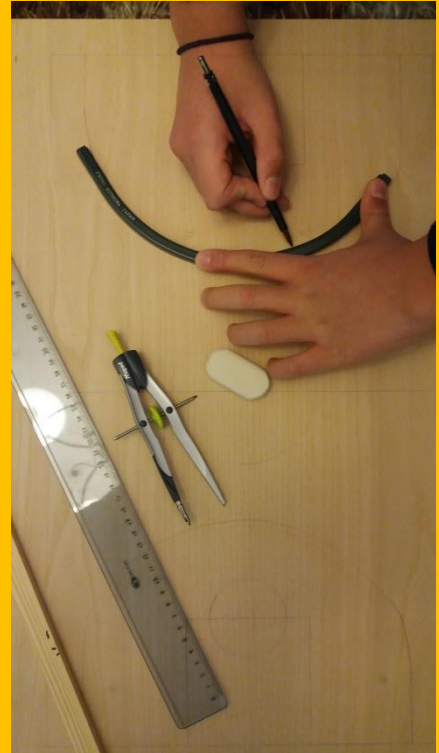
Διαστάσεις γηπέδου : 55 εκ. X 35εκ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο : ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΤΟΥ ΓΗΠΕΔΟΥ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Βήμα 1ο : Συγκεντρώνουμε όλα τα απαιτούμενα υλικά δηλ. την ξύλινη βάση 55X35 εκ. και πηχάκια 55 X3εκ. (που προμηθεύτηκα από ξυλουργείο) και τα υλικά σχεδίασης για την δημιουργία του αγωνιστικού χώρου του γηπέδου καλαθοσφαίρισης.



Βήμα 2ο : Με την βοήθεια γεωμετρικών οργάνων, χαράζω όλες τις απαιτούμενες γραμμές που προβλέπονται στα γήπεδα καλαθοσφαίρισης



Βήμα 3ο : Με την βοήθεια ηλεκτρικής σέγας κόβω και τοποθετώ κατάλληλου μεγέθους στηρίγματα , ανάμεσα στα άκρα από τα πηχάκια και σχηματίζω, επικολλώντας με σιλικόνη και στη συνέχεια στηρίζοντας με βίδες τις κερκίδες του γηπέδου . Τέλος τις βάφουμε με μαύρο χρώμα.

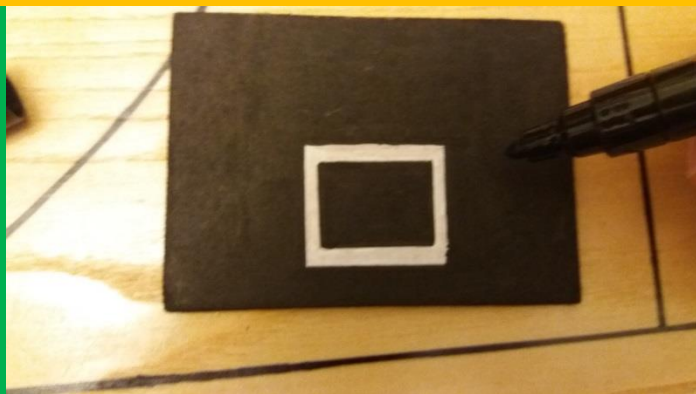
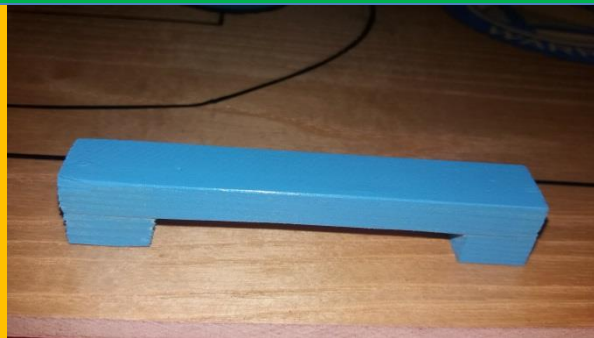


Βήμα 4ο : Δημιουργούμε με στραντζαριστό σίδηρο τις μασκέτες, χρησιμοποιώντας τροχό, ηλεκτροκόλληση και δράπανο. Στερεώνουμε με βίδες τις μασκέτες στο γήπεδο και μετά τις βάφουμε με σπρέι

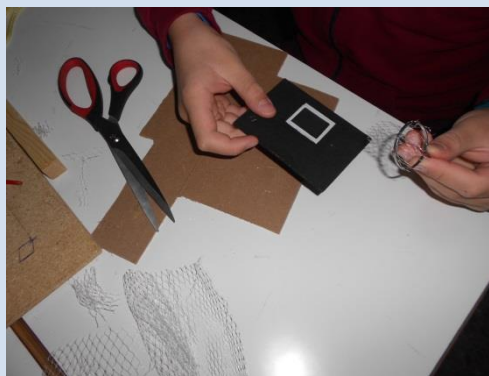


Βήμα 5ο : Κολλάμε με κόλα στιγμής τα διάφορα σχέδια στο γήπεδο και μετά λουστράρουμε όλο το γήπεδο

Βήμα 6ο : Κόβοντας κατάλληλα ένα από τα πηγάκια μας , σχηματίζουμε τους πάγκους και του βάφουμε με μπλε χρώμα.



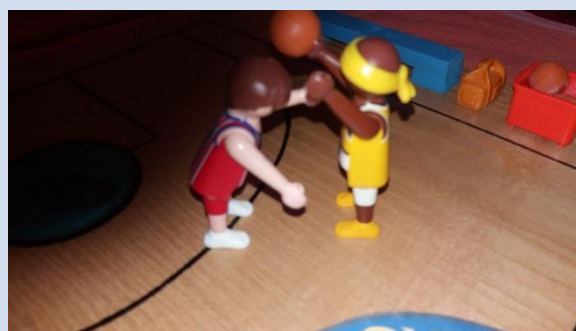
Βήμα 7ο : Κόβουμε το ξύλο που θα το χρησιμοποιήσουμε ως ταμπλό και έπειτα το ζωγραφίζουμε με posca, Με σύρμα , στο οποίο δίνουμε , το κατάλληλο σχήμα , σχηματίζουμε την στεφάνη και τοποθετούμε και το διχτάκι.



Βήμα 8ο : Δημιουργούμε 2 κολώνες με προβολείς και τοποθετούμε κατάλληλα, τμήματα της λεντοταινίας . Συνδέουμε τον μετασχηματιστή με καλώδιο για να ολοκληρωθεί το ηλεκτρικό κύκλωμα φωτισμού του γηπέδου.



Βήμα 9ο : Ζωγραφίζουμε το ταμπλό του σκορ με posca Με κόλα στιγμής κολλάμε τα playmobil και τα διάφορα αξεσουάρ του γηπέδου.



Η κατασκευή μου ολοκληρωμένη



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο :
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΗΚΑΝ

Α/Α	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ	ΧΡΗΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ
1.	ΣΕΓΑ	Κόψιμο των ξύλων
2.	ΠΡΙΟΝΙ	Κόψιμο των μικρών ξύλων
3.	ΤΡΟΧΟΣ	Κόψιμο μπασκετών
4.	ΤΡΙΠΑΝΙ	Άνοιγμα των τρυπών
5.	ΛΙΜΑ	Λειαίνουμε τις γωνίες των ξύλων
6.	ΨΑΛΙΔΙ	Κόψιμο των χαρτονιών
7.	ΜΟΛΥΒΙ-POSCA	Σχεδίαση των γραμμών
8.	ΧΑΡΑΚΑΣ	Χάραξη των γραμμών
9.	ΚΑΤΣΑΒΙΔΙ	Βίδωμα των γραμμών
10.	ΣΙΛΙΚΟΝΗ	Κολλάμε την λεντοταινία
11.	ΗΛΕΚΤΟΚΟΛΗΣΗ	Κόλλημα των σίδερων

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο :
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΥΛΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ

A/A	ΥΛΙΚΟ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΚΟΣΤΟΣ
1.	Ξύλα	12 κομμάτια	15 €
2.	Στρατζαριστό σίδηρο	5 κομμάτια	15 €
3.	Λεντοταινίες	1 τεμάχιο	5 €
4.	Σύρμα	2 κομμάτια	50 λεπτά
5.	Διχτάκι	1 τεμάχιο	1 €
6.	Καλώδιο	1 μέτρο	1 €
7.	Μετασχηματιστής	1 κομμάτι	-
8.	Σπρέι-Βερνίκι	5 μπουκάλια	10 €
9.	Χαρτόνια	5 κομμάτια	1 €
10.	Playmobil	1 κουτί	10 €
11.	Posca	2 posces	4 €
12.	Μονωτική ταινία	1 ταινία	2 €
ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΚΟΣΤΟΣ			64.50 €



ΠΗΓΕΣ ΠΑΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

- <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9A%CE%B1%CE%BB%CE%B1%CE%B8%CE%BF%CF%83%CF%86%CE%B1%CE%AF%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%B7>
- <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B5%CF%84%CE%BF%CF%83%CF%86%CE%B1%CE%AF%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%B7>
- <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%93%CE%AE%CF%80%CE%B5%CE%B4%CE%BF%CF%80%CE%BF%CE%B4%CE%BF%CF%83%CF%86%CE%B1%CE%AF%CF%81%CE%BF%CF%85>
- <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%91%CE%BD%CF%84%CE%B9%CF%83%CF%86%CE%B1%CE%AF%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%B7>
- <http://www.basket.gr/index.php/omospondia/istoria-tou-basket>
- <http://www.athensvoice.gr/sites/default/files/imagecache/image-639x639/article/55574-121635.jpg>
- <http://www.foninaousis.gr/photos/big/26-5-2013-17.jpg>
- <http://www.kallonifc.gr/el/articles/ta-pleonektimata-tis-omadikis-athlisis>
- http://2.bp.blogspot.com/_VxpvIN3wI7k/SOJ3IKKB2CI/AAAAAAAABqg/RkCuNAk18_Q/s320/basketball+exercise.jpg
- http://www.delasalle.gr/gymnasio_lykeio/projects/basket.pdf
- http://kesyp-ampel.att.sch.gr/46_gel_athin_ag_st_2009-10.pdf
- <http://www.stadia.gr/maps/mapbasketball-gr.html>
- <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%93%CE%AE%CF%80%CE%B5%CE%B4%CE%BF%CE%BA%CE%B1%CE%BB%CE%B1%CE%B8%CE%BF%CF%83%CF%86%CE%B1%CE%AF%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%B7%CF%82>
- <http://www.landco.gr/el/services/gipeda-athlisis/kataskeui/gipeda-basket.html>
- <http://thepaper.gr/wp-content/uploads/2014/09/a1-mpasket-panathinaikos-olumpiakos-2os-telikos-19.jpg>
- <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9A%CE%B1%CE%BB%CE%B1%CE%B8%CE%BF%CF%83%CF%86%CE%B1%CE%AF%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%B7>