

Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΘΛΗΣΗ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ

Ευάγγελος Αλμπανίδης
Ph.D, Καθηγητής



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΔΙΑΛΕΞΗΣ

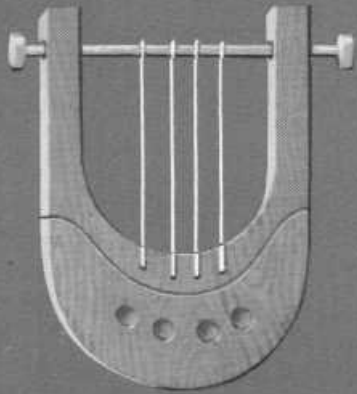
- Διερεύνηση της σχέσης άθλησης και μουσικής-Χρήση της μουσικής από τον αθλητισμό
- Συνύπαρξη μουσικών διαγωνισμών και αθλητικών αγώνων
- Συνύπαρξη χορευτικών διαγωνισμών και αθλητικών αγώνων

ΠΗΓΕΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

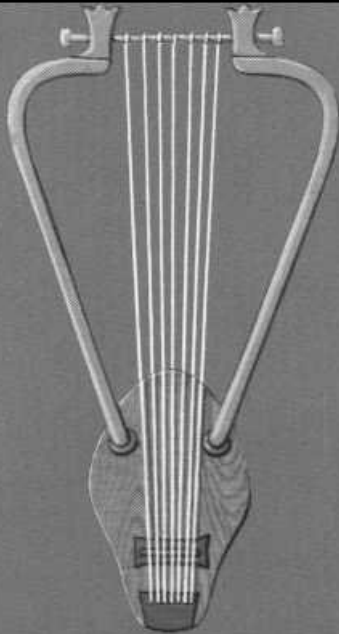
- Αρχαία κείμενα
- Απεικονίσεις με σκηνές μουσικής
- Ανασκαφικά ευρήματα
- Σωζόμενα μουσικά κείμενα

ΜΟΥΣΙΚΑ ΟΡΓΑΝΑ

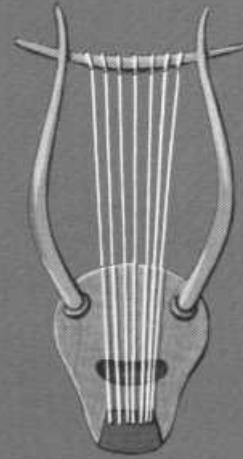
- **Έγχορδα** (Κιθάρα, Λύρα, Βάρβιτος, Φόρμιγξ, Τρίγωνο (Άρπα), Μάγαδισ, Πανδούρα)
- **Πνευστά** (Αυλός, Δίαυλος, Άσκαυλος, Σάλπιγξ, Σύριγξ, Ύδραυλις)
- **Κρουστά** (Τύμπανο, Κρόταλο, Κύμβαλα)



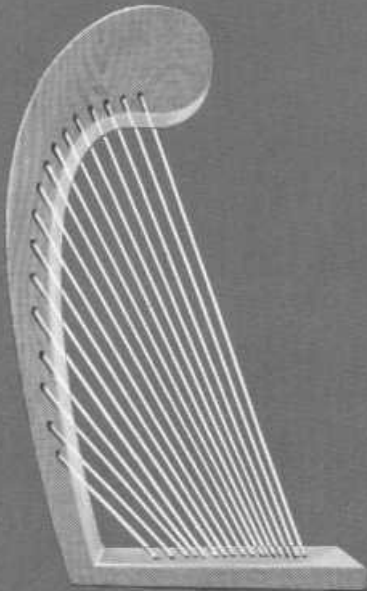
Φόρμιγξ



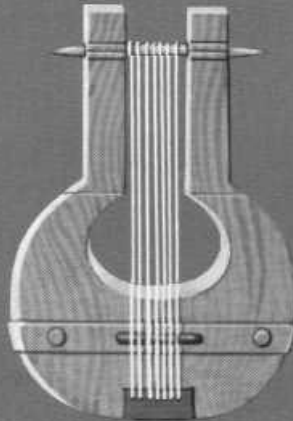
Βάρβιτος



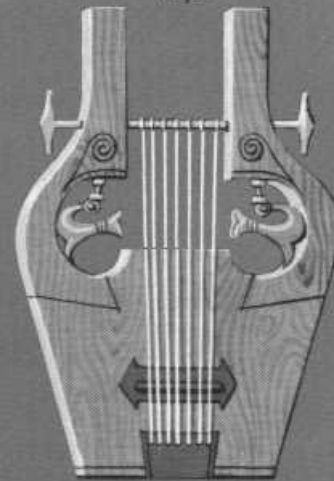
Λύρα



Ἄρπα



Κιθάρα



Κιθάρα-



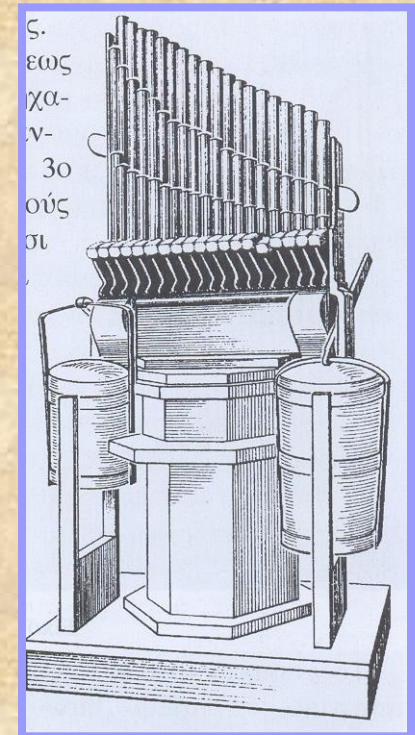
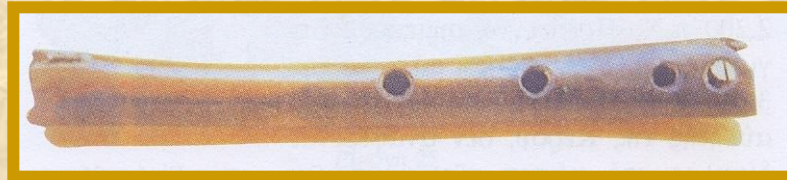
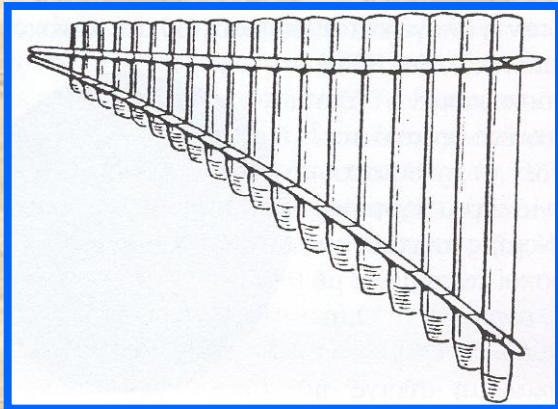
Πανδοῦρα



ΠΝΕΥΣΤΑ

Απλοί και
διπλοί αυλοί

σύριγξ



ύδραυλις

ΥΔΡΑΥΛΙΣ





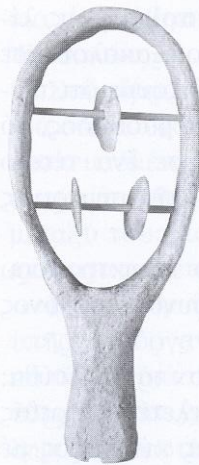


ΚΡΟΥΣΤΑ

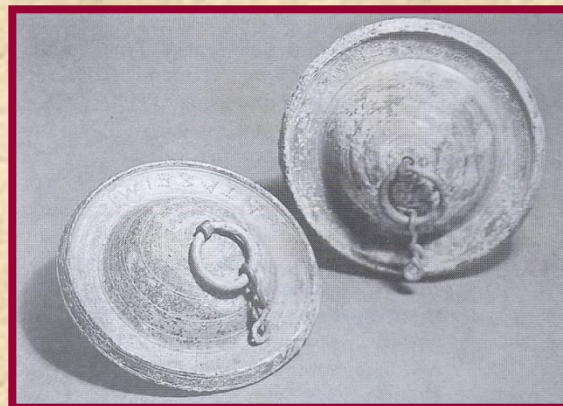
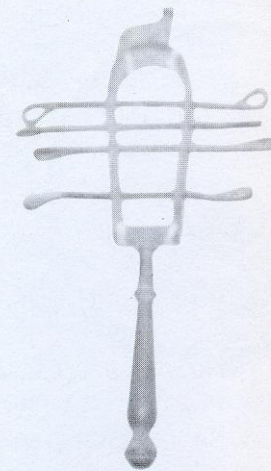
κρόταλα



τύμπανον



σειστρα



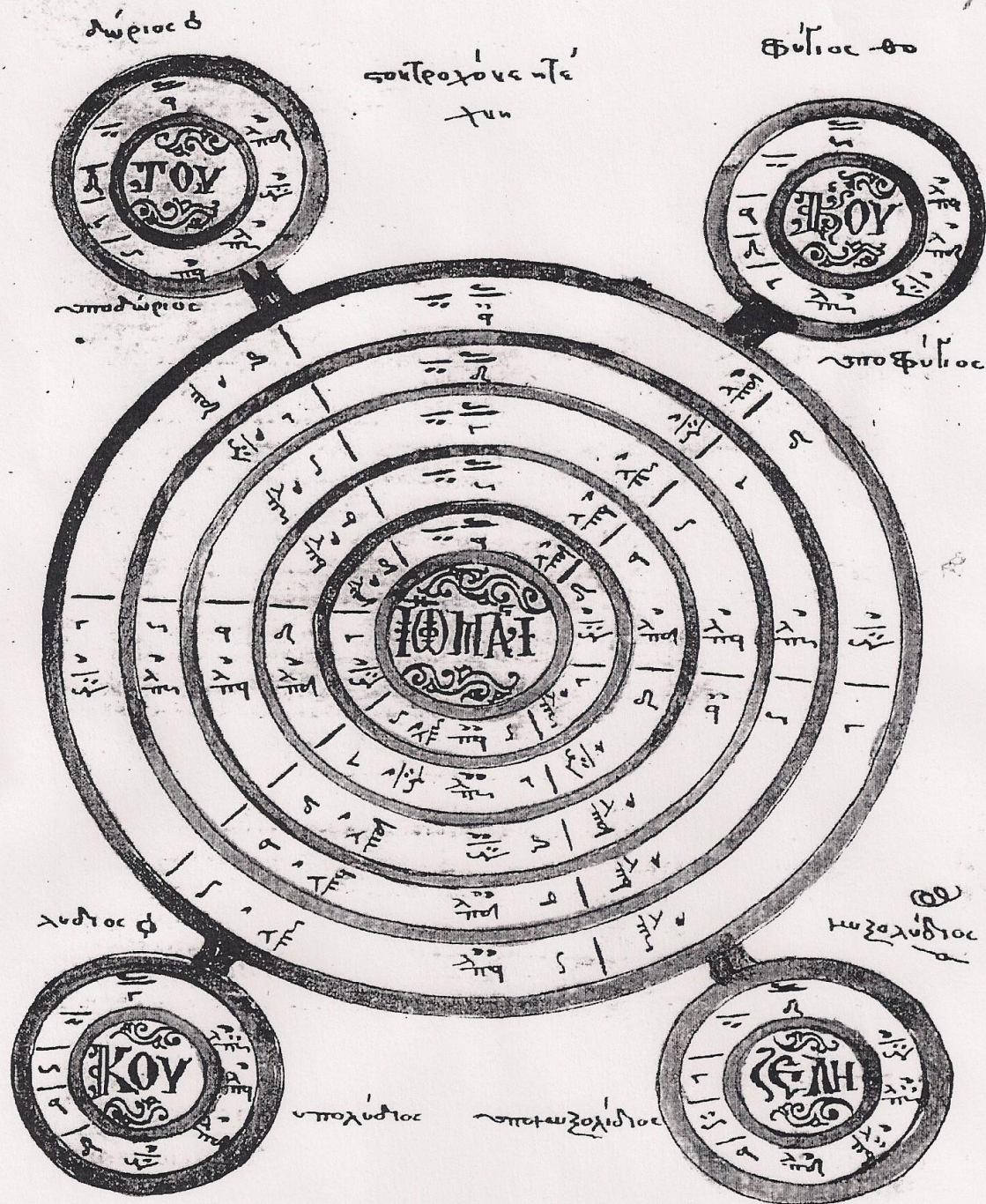
κύμβαλα

Ρυθμός-αρμονία

- **ΡΥΘΜΟΣ:** Κάθε τακτική επαναλαμβανόμενη κίνηση, συμμετρία μπορεί γενικά να οριστεί οποιαδήποτε εναλλαγή που χαρακτηρίζεται από την οργανωμένη διαδοχή ισχυρών και αδύναμων στοιχείων (ή/και το αντίθετο).
- **ΑΡΜΟΝΙΑ:** Το δομημένο σύνολο ήχων που προέκυπτε από το αρμονικό ταίριασμά τους, αυτό που λέμε σήμερα τρόπο

ΓΕΝΙΚΑ ΠΕΡΙ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

- **Αρχαίοι Μουσικοί Φθόγγοι** (υπάτη, παρυπάτη, λιχανός, μέση, παραμέση, νήτη, παρανήτη)
- **Αρμονίες** (δωρική, υποδωρική, φρυγική, υποφρυγική, λυδική, υπολυδική, μιξολυδική)
- **Ρυθμικά σχήματα:** ίαμβος, τροχάιος, ανάπαιστος, ιωνικός, χορίαμβος.....
- **Τρόποι γραφής** (Γράμματα, Συλλαβές, Οργανική και φωνητική σημειογραφία)



Αρχαίοι
τρόποι

Βυζαντινοί
ήχοι

Οι αρχαίοι τρόποι και οι Βυζαντινοί ήχοι

Αρχαία (Τρόποι)	Βυζαντινά (Ήχοι)	Τουρκοαραβικά (Μακάμ)
Δώριος	Πρῶτος	Σεπά (μέλος μαγευτικών)
Λύδιος	Δεύτερος	Χουζάμ
Φρύγιος	Τρίτος	Τζαρκιάχ
Μιξολύδιος	Τέταρτος και «Λέγετος»	Νεβά & Σεγκιάχ
Υποδώριος	Πλάγιος τοῦ Πρώτου	Χουσεϊνί
Υπολύδιος	Πλάγιος τοῦ Δευτέρου	Χιτζάζ
Υποφρύγιος	Πλάγιος τοῦ Τρίτου ἢ Βαρῦς	Μπεστεγκιάρ, Αράκ, Έβιτζ
Υπομιξολύδιος	Πλάγιος τοῦ Τετάρτου	Ράστ (=προϋπάντηση)

Αντιστοιχία αρχαίου & σύγχρονου τρόπου γραφής

ΔΕΙΓΜΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΣΗΜΕΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

ϸ ρ̄ ρ̄̄ κ ι ρ ρ̄
δ-σον ζῆς φαί - - νου.

κ ι ρ̄ ι κ ο ρ̄ ο ϕ̄
μη - δέν ὄ- λως σύ λυ - ποῦ.

ϸ κ ρ̄ ι κ̄ ι κ ρ̄ ο ϕ̄
πρὸς ὀ- λί- γον ἐ- στί τὸ ζῆν.

ϸ κ ο ι ρ̄ κ ρ̄ ρ̄ ρ̄ ρ̄
τὸ τέ-λος ὁ χρό-νος ἀπ- αι- τεῖ.

ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ

ΠΡΑΚΤΙΚΟΣ

- Απομνημόνευση
- Κοινωνικές Εκδηλώσεις
- Ελεύθερος χρόνος
- Θεραπεία

ΗΘΟΠΛΑΣΤΙΚΟΣ

- Ήθος
- Εξημέρωση
- Εκτόνωση
- Αναγκαίο αντίβαρο

«Η της μουσικής δύναμις»

- Η δύναμη αυτή οφείλεται στο γεγονός ότι η μουσική αντιπροσωπεύει κινήσεις της ψυχής. Ανάλογα με το είδος της, που καθορίζεται από το μουσικό όργανο, τον μουσικό τρόπο, τον ρυθμό κ.λπ., η μουσική μπορεί να έχει διπλή επίδραση: αφενός μπορεί να επενεργήσει στο ήθος των ανθρώπων, χαλιναγωγώντας πάθη και επιθυμίες και αποκτώντας έτσι μεγάλη παιδευτική αξία, αφετέρου μπορεί να επιδράσει στο άλογο μέρος της ψυχής όταν αυτό υφίσταται διαταραχές, να λειτουργήσει δηλαδή θεραπευτικά με χρήση κυρίως ομοιοπαθητικών μεθόδων.

Η συνύπαρξη γραμματικής και μουσικής παιδείας



Περιεχόμενο Μουσικής Εκπαίδευσης

- Μάθηση από μνήμης
- Μουσική Θεωρία
- Μουσική Γραφή (Ρυθμογραφία, Μελογραφία)
- Κιθαρωδία- κιθάριση, αυλωδία.



Η Μουσική στην καθημερινή δραστηριότητα

- Με άσματα συνόδευαν συμπόσια και θρησκευτικές τελετές
- Η μουσική έδινε ρυθμό και ηθικό στη μάχη
- Συνόδευε δραστηριότητες που η φύση τους ήταν επαναληπτική ή ρυθμική

Χρήση της Μουσικής στον Αθλητισμό

- Έδινε ρυθμό στην Παλαίστρα και το Γυμνάσιο
- Συνόδευε διάφορες αγωνιστικές δραστηριότητες και ιδιαίτερα τα αγωνίσματα του Πεντάθλου
- Έδινε ρυθμό στους κωπηλάτες στα πλαίσια των κωπηλατικών αγώνων
(αγώνες νεών)

Λόγοι της Χρήσης της Μουσικής

- Κανονικότητα στις κινήσεις
- Συγχρονισμός
- Ευμενής προδιάθεση για άθληση
- Εκτόνωση
- Προκαλούσε χαλάρωση στους θεατές

Μουσική και τραγούδια «ντοπάρουν» τους αθλητές

Τα μουσικά για... χρυσές επιδόσεις από Έλληνα καθηγητή

Και η γυμναστική θέλει τη μουσική της

Οι μεγάλης έντασης ασκήσεις απαιτούν υψηλή καρδιακή συχνότητα και συνεπώς μουσική με γρήγορο τέμπο, ενώ αντίθετα οι αθλητές που χρειάζεται να αυτοσυγκεντρωθούν και να ηρεμήσουν, είναι προτιμότερο να επιλέγουν μελωδία με πιο αργό ρυθμό

Επί 20 χρόνια ο δρ Κώστας Καραγιάννης μελετά την επίδραση της μουσικής στον αθλητισμό. Τα στοιχεία δείχνουν με σαφήνεια πως η σωστή επιλογή μουσικής αυξάνει τις επιδόσεις των αθλητών και...

ΕΙΔΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΜΟΥΣΙΚΗ			
	ΡΟΚ	ΠΟΠ	SOUL / R 'n B	ΚΛΑΣΙΚΗ
Ήρεμη γυμναστική όπως: τζόκινγκ, μπαδμιντόν - στεπ, αργή κολύμβηση	The Best Tina Turner	Lifter Lighthouse Family	Back to Life Soul II Soul	«Άνοιξη» από τις «Τέσσερις Εποχές» - Βιβάλντι
Γυμναστική με μέτρια δυσκολία: ποδηλασία σε λόφο, κολύμβηση (πεταλούδα)	Keep on Running The Spencer Davis Group	Till You Get Enough Michael Jackson	I will Survive Gloria Gaynor	March Johann Strauss
Σκληρή γυμναστική: μπάσκετ, γρήγορο τρέξιμο, σκουός	Born to be Wild Steppenwolf	Movin' Too Fast Artful Dodger & Romina Johnson	I Feel Good James Brown	Τρόικα Προκόβιεφ
Γρήγορη γυμναστική: γρήγορο τρέξιμο, σκι μεγάλων αποστάσεων	The Heat is On Glenn Frey	Reach S Club 7	Everybody Needs Somebody to Love The Blues Brothers	William Tell Overture Rossini



ΤΖΕΪΜΣ ΚΡΑΝΚΕΛ

Ο κωπηλάτης που κέρδισε το χρυσό στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϊ συνήθιζε πριν από τον αγώνα να ακούει το άλμπουμ των Red Hot Chili Peppers, με τίτλο «Blood Sugar Sex Magic»



ΚΕΛΙ ΧΟΛΜΣ

Η δις Ολυμπιονίκης της Βρετανίας στον στίβο, συνήθιζε κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων στην Αθήνα να ακούει μπαλάντες για να ηρεμεί και να συγκεντρώνεται. Το αγαπημένο της τραγούδι ήταν το «Killing me Softly»



ΧΑΪΛΕ ΓΚΕΜΠΡΕΣΣΕΛΑ

Ο Αιθίοπας χρυσός Ολυμπιονίκης στο αγώνισμα δρόμου των 10.000 μέτρων ζητούσε να ακούσει techno τραγούδι «Scatman» τέμπο 135 χτύπους το λεπτό

Ποιες αθλητικές δραστηριότητες συνόδευε ο αυλός;

- Η μουσική συνόδευε το Πένταθλο
- (Πλούταρχος)
- Πυθική μελωδία συνόδευε το αγώνισμα του άλματος από Πυθικό αυλητή (Παυσανίας)
- Η μουσική ως συνοδευτική της πυγμαχίας και της πάλης (Πλούταρχος)

Αθλητικές δραστηριότητες που εικονίζονται να συνοδεύονται από αυλό

- Ο **Raschke** κατέγραψε **53** σχετικά έργα
- Αυλητής εικονίζεται να συνοδεύει δισκοβόλους, ακοντιστές και άλτες
- Πιθανόν άλτης και δισκοβόλος ασκούσαν με το ίδιο μουσικό κομμάτι και ο ακοντισμός χρησιμοποιούσε διαφορετικό ρυθμό ως συνοδεία
- Μουσική συνόδευε πυγμάχους κατά την προπόνηση και ακροβάτες.







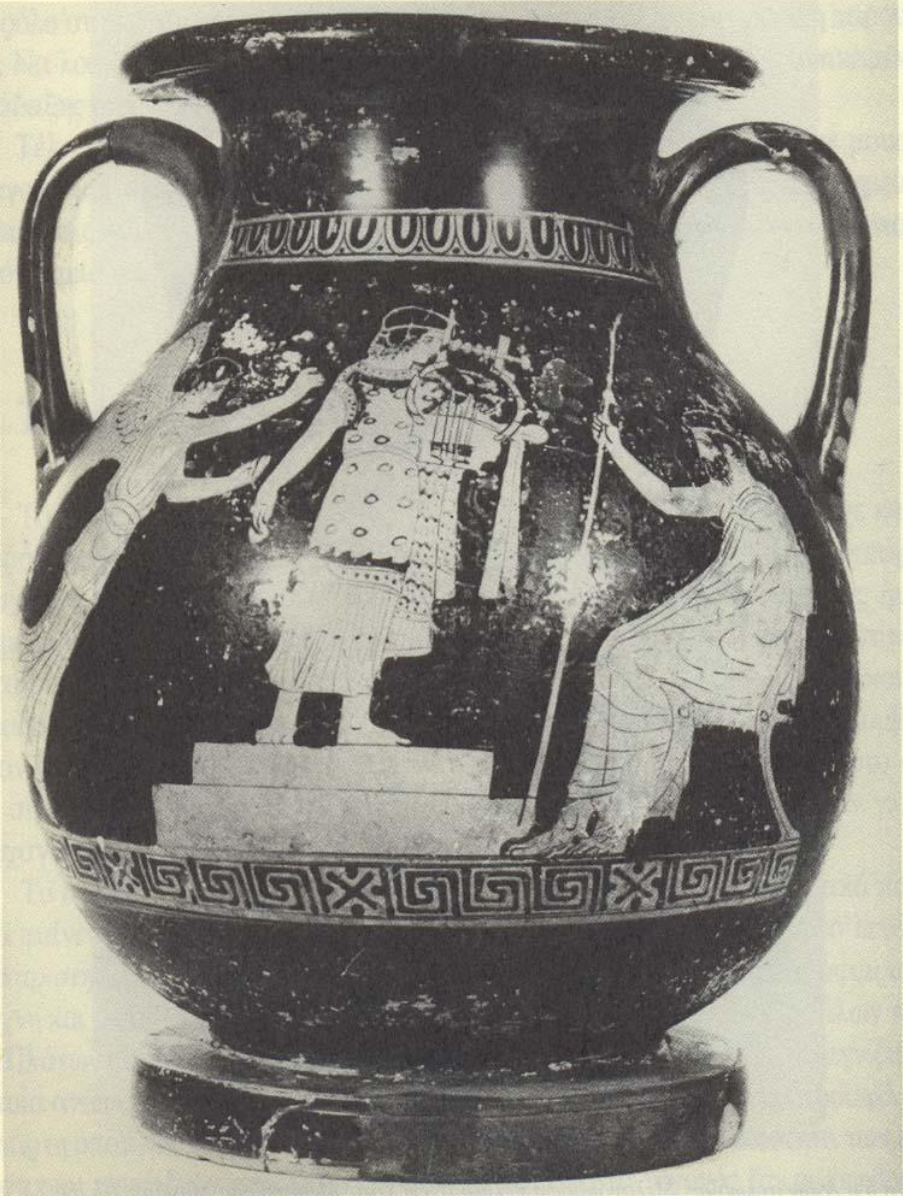


ΚΑΛΟΣΤΟΙ ΚΑΙ ΒΙΣΤΕΙΤΟΙ



Είδη μουσικών αγώνων

- Αγώνες οργανοπαικτών (κιθάρισις, αΰλησις)
- Αγώνες άσματος και μουσικής συνοδείας (κιθαρωδία, αυλωδία)
- Αγώνες στην απαγγελία επικών ποιημάτων (ραψωδία)
- Αγώνες εγκωμίων
- Χορευτικοί αγώνες (ομαδικοί και ατομικοί)

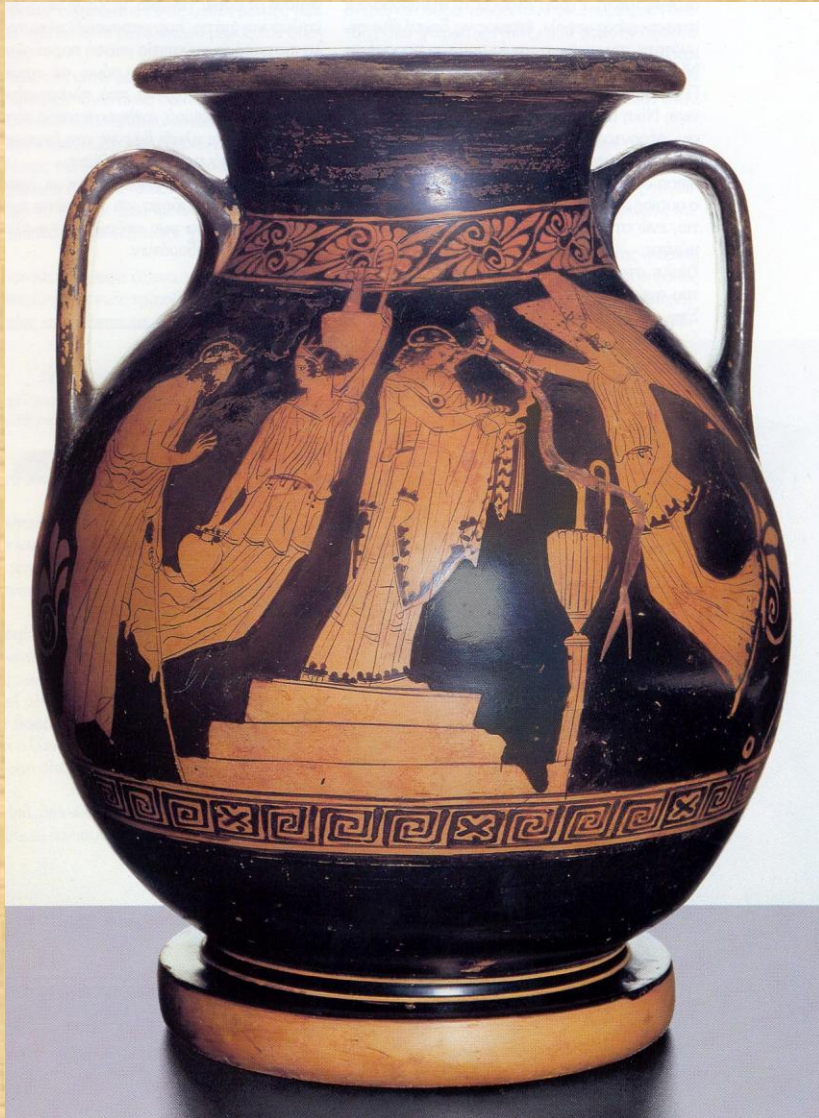


**Αγώνας
Κιθαρωδίας**



**Αγώνας
Αυλωδίας**

ΤΑ ΕΠΑΘΛΑ ΤΩΝ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ



Συνύπαρξη μουσικών διαγωνισμών και αθλητικών αγώνων

- Πύθια Δελφών
- Μεγάλα Παναθήναια
- Απολλώνια Δήλου
- Ίσθμια
- Νέμεα
- Μουσεία Θεσπιών
- Ασκληπίεια
- Επιτάφια
- Ηράκλεια
- Αμφιαράϊα
- Νάϊα
- Άκτια
- Ελευθέρια

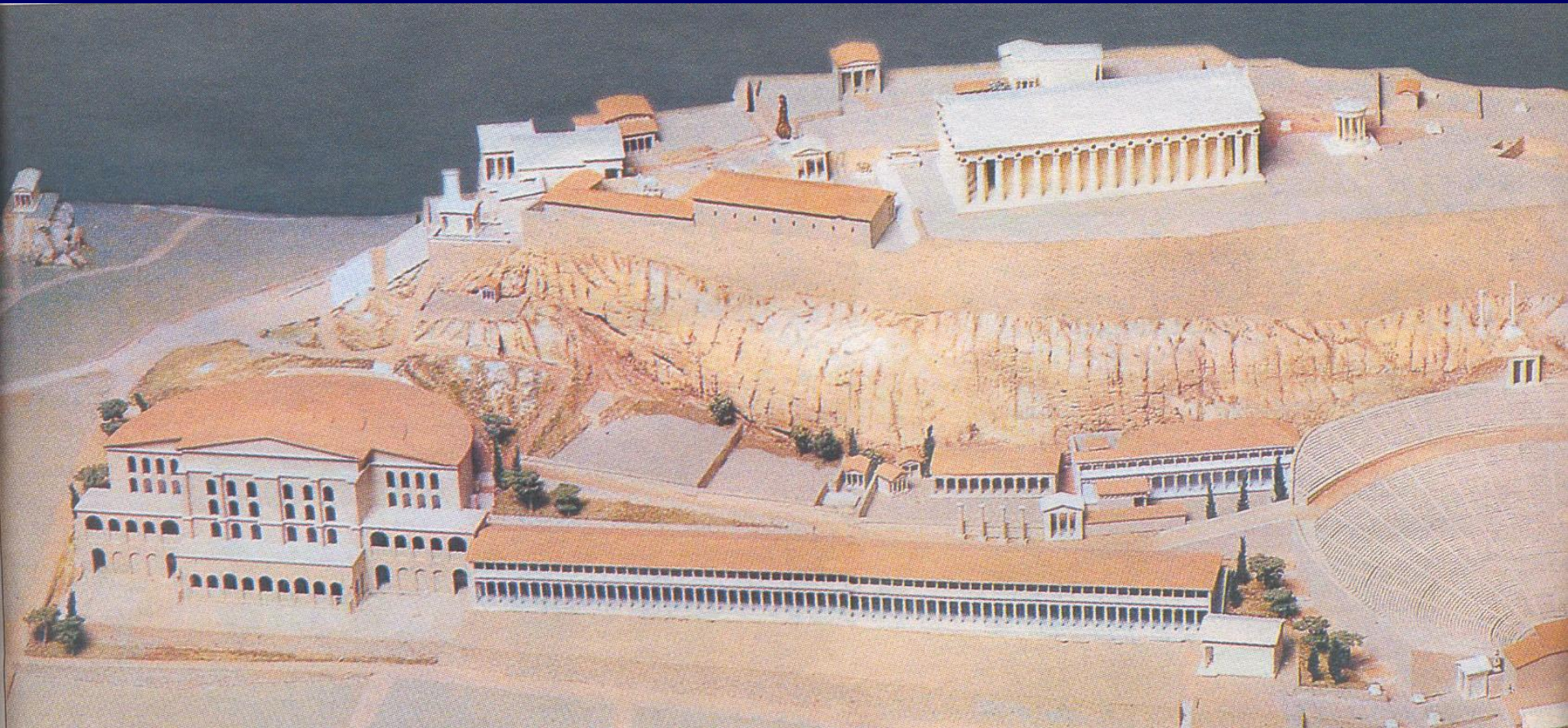
Τα μουσικά αγωνίσματα των Πυθίων

- Αγώνας κιθαρῶν, αυλῶν και αυλητῶν
- Η αυλωδία απεσύρθη στα 2α Πύθια
- Στα 8α Πύθια προστέθηκε ο διαγωνισμός κιθαριστῶν
- Μετά τον 1ο αι. π.Χ. εισήχθη ο αγών εγκωμίων καθώς και ποιητικοί και δραματικοί αγώνες

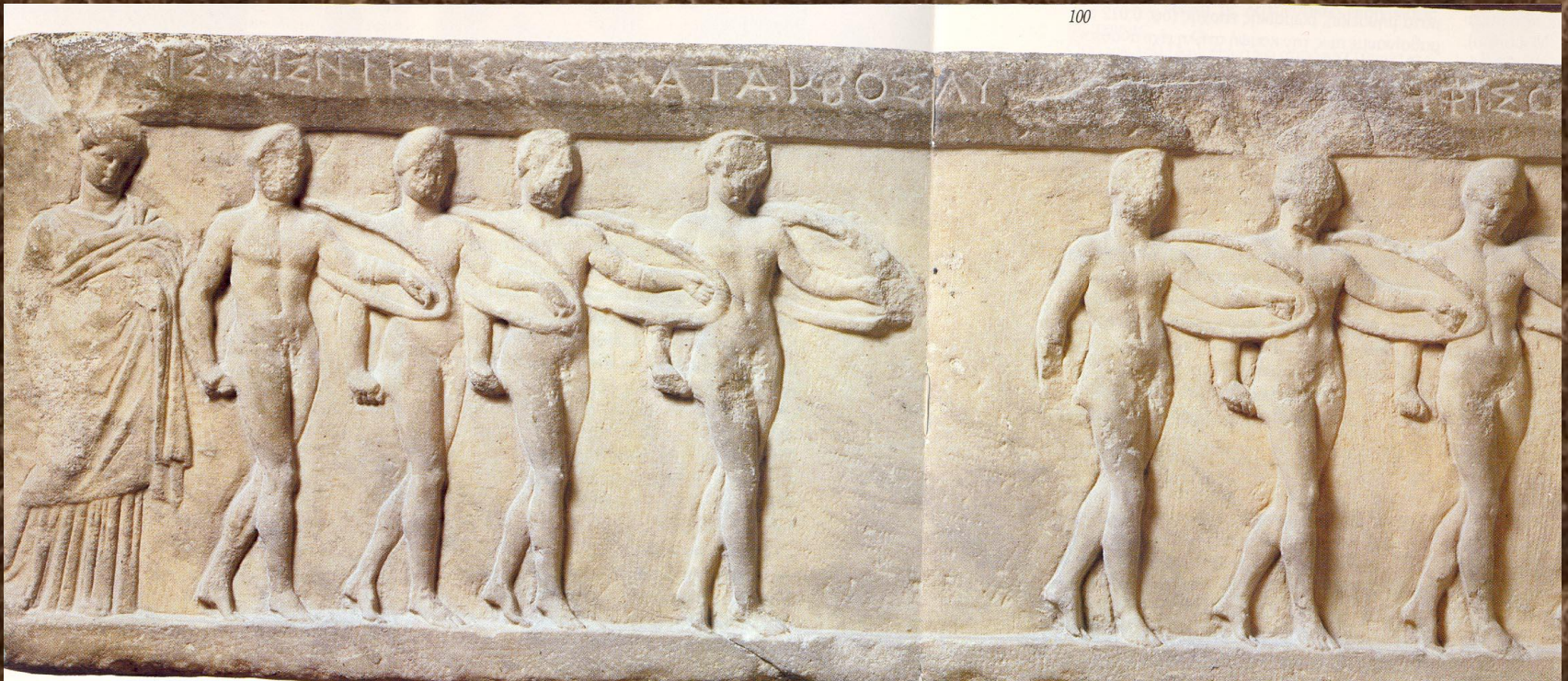
Τα μουσικά αγωνίσματα των Παναθηναίων

- Αγών κιθαρῶν & κιθαριστῶν
- Αγών αυλωδῶν & αυλητῶν
- Αγών ραψῶδων
- Πυρρίχιος χορός

Ωδείο Αθηνών



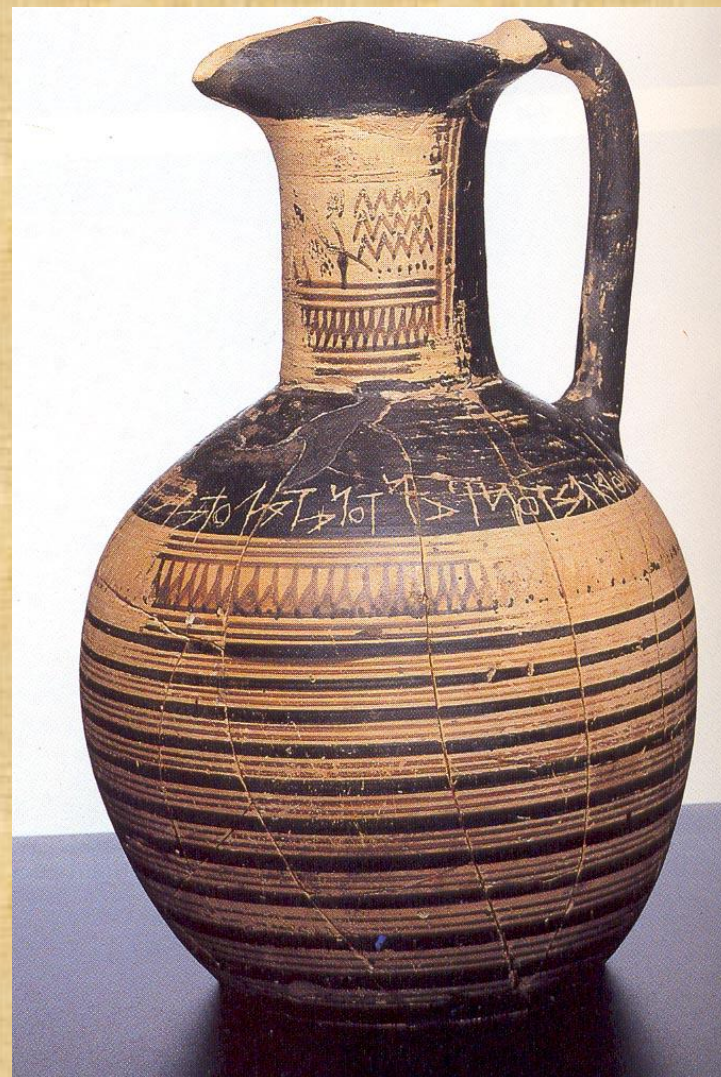
Ο ΠΥΡΡΙΧΙΟΣ ΧΟΡΟΣ ΤΩΝ ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΩΝ



ΧΟΡΟΣ - ΟΡΧΗΣΗ

- **ΠΛΑΤΩΝ** (Όρχηση -θείον δώρημα, Αχόρευτος απαίδευτος)
- **ΣΩΚΡΑΤΗΣ** (Παμμερής άσκηση)
- **ΞΕΝΟΦΩΝ** (Ελεύθερο μέσο συμμετρικής ανάπτυξης σώματος)
- **Χορός**= Παναρμόνιο μέσο αγωγής γιατί καλλιεργεί την ψυχή, εξασκεί το σώμα και τέρπει τους θεατές (**ΛΟΥΚΙΑΝΟΣ**)

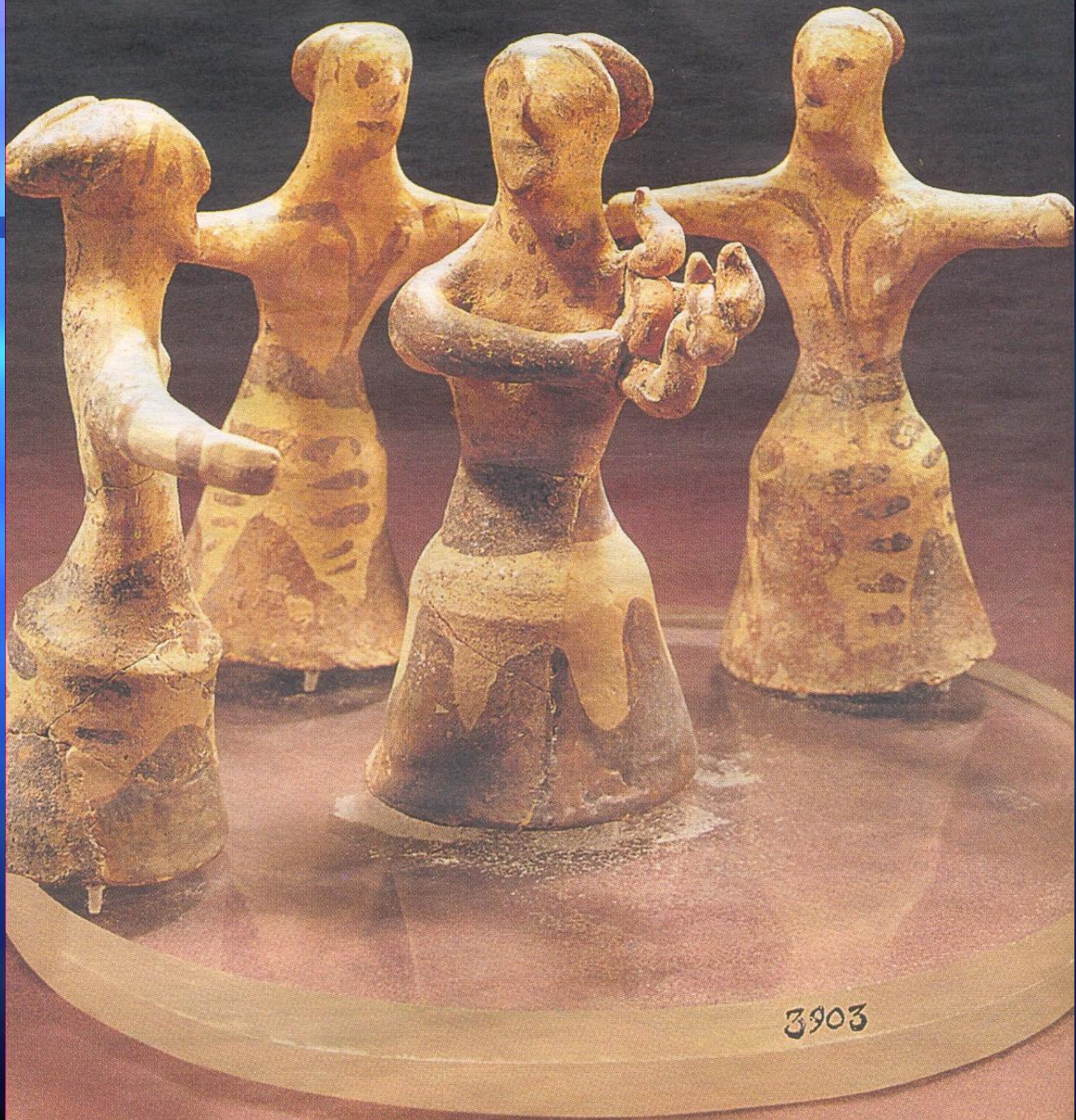
Τα αρχαιότερα έπαθλα
των
χορευτικών αγώνων



Ο Χορός στην Εκπαίδευση

Απόψεις

- Συμπλήρωμα σωματικής άσκησης
- Συμβάλλει στη δημιουργία «καλού»
- Μέσο συμμετρικής σωματικής ανάπτυξης
- Ο χορός εξασφαλίζει και το «τερπνόν» και το «χρήσιμον»
- Προσφέρει ευκαμψία και δύναμη



3903



Εκμάθηση Χορού

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΧΟΡΩΝ

- Κύκλιοι Χοροί
- Πηδηχτοί Χοροί
- Χοροί καθημερινής ζωής
- Λατρευτικοί χοροί
- Θεατρικοί χοροί
- Ζωόμορφοι χοροί
- Πολεμικοί χοροί

Συνύπαρξη χορευτικών διαγωνισμών και γυμνικών αγώνων

- Δήλια ή Απολλώνια
- Μεγάλα Παναθήναια
- Αδριάνεια Εφέσσου
- Ελευθέρια Λάρισσας



Η συνέχεια...







44



43

45

- 43 Λύρα 340 π.χ.
44 Βυζαντινή τοιχογραφία τοῦ ὄρους Ἄθω – λεπτομέρεια
45 Βυζαντινή τοιχογραφία – Βαρλαάμ – Μετέωρα
46 Ζυγιά. Τά συνήθη λαϊκά ὄργανα – (Πελοπόννησος)



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Η Μουσική ήταν στενά συνδεδεμένη με την άθληση και τις αγωνιστικές εκδηλώσεις.
- Η Μουσική συνόδευε τα αγωνίσματα που απαιτούσαν ρυθμό
- Μουσικοί (και χορευτικοί) διαγωνισμοί τελούνταν είτε αυτόνομα είτε συνυπήρχαν με γυμνικούς αγώνες.
- Οι Μουσικοί (και χορευτικοί) αγώνες ήταν χρηματίτες
- Στην ελληνική αρχαιότητα τιμούσαν και επιβράβευαν όχι μόνο τις αθλητικές ικανότητες αλλά και το ρυθμό, την πλαστικότητα της κίνησης και την αρμονία όπως αυτή εκφραζόταν μέσα από το χορό και την μουσική.