

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ:

Πρόλογος

Κεφαλαίο Πρώτο

Η Άθληση από τον Μινωικό Πολιτισμό μέχρι τα Ομηρικά Έπη

1. Μινωικός Πολιτισμός

Αθλητικές εκδηλώσεις στη Μινωική Κρήτη

Η τοιχογραφία της Θήρας: «παιδική πυγμαχία»

2. Μυκηναϊκή Εποχή

Η άθληση κατά τη Μυκηναϊκή εποχή

3. Τα Ομηρικά Έπη

Αθλητικοί αγώνες στα Ομηρικά έπη

Κεφαλαίο Δεύτερο

Πανελλήνιοι Ιεροί Αγώνες - Σπουδαίοι Τοπικοί Αγώνες

1. Κοινά Χαρακτηριστικά των Πανελλήνιων Ιερών Αγώνων

2. Ολυμπία

Η ίδρυση των Ολυμπιακών Αγώνων

Η διεξαγωγή των Ολυμπιακών Αγώνων

Εκεχειρία

Οι αρχαίοι ολυμπιονίκες

Πολιτιστικά δρώμενα στην αρχαία Ολυμπία

Οι αγωνιστικοί χώροι της Ολυμπίας

3. Πυθία

Ίδρυση των Πυθίων

Οργάνωση των αγώνων

Το στάδιο των Δελφών

4. Ισθμία

Η διεξαγωγή των αγώνων

Οι αγωνιστικοί χώροι των Ισθμίων

5. Νεμέα

Οργάνωση των αγώνων

Το στάδιο της Νεμέας

6. Σπουδαίοι Τοπικοί Αγώνες

Αγώνες προς τιμήν της θεάς Αθηνάς

Αγώνες προς τιμήν του Απόλλωνα

Αγώνες προς τιμήν του Δία

Αγώνες προς τιμήν της Ήρας

Αγώνες προς τιμήν του Ασκληπιού

Αγώνες προς τιμήν του Ερμή

Κοινά χαρακτηριστικά όλων των αθλητικών αγώνων

Κεφαλαίο Τρίτο

Τα Αγωνίσματα των Αρχαίων Ελλήνων - Οι Αγωνιστικοί Χώροι

1. Αγωνίσματα Δρόμου

Δρομικά αγωνίσματα

Μηχανισμοί άφησης στα αρχαία στάδια

2. Η ΠΑΛΗ

3. Η Πυγμαχία

4. Το Παγκράτιο

5. Το Άλμα

6. Η Δισκοβολία

7. Ο Ακοντισμός

8. Το Πένταθλο
9. Αγώνισμα του Ιπποδρόμου
10. Οι αγωνιστικοί Χώροι (στάδιο - ιππόδρομος)

Το στάδιο

Ο ιππόδρομος

Κεφαλαίο Τέταρτο

Η Φυσική Αγωγή στην Αρχαία Ελλάδα

1. Η Φυσική Αγωγή στη Σπάρτη
2. Η Φυσική Αγωγή στην Αθήνα
3. Το Γυμνάσιο και η Παλαίστρα
4. Η Οργάνωση των Γυμνασίων - Ο Χαρακτήρας του Θεσμού της Γυμνασιαρχίας
5. Ο Θεσμός της Εφηβείας
6. Ο Παιδοτρίβης και ο Γυμναστής

Κεφαλαίο Πέμπτο

Ειδικά Θέματα Ιστορίας της Άθλησης

1. Γιατί Αθλούνταν οι Αρχαίοι Έλληνες;
2. Κριτική Εναντία στον Αθλητισμό
3. Γυναίκα και Άθληση
4. Η Προπονητική Τέχνη των Αρχαίων Ελλήνων
5. Η Προαγωγή της Υγείας διαμέσου της Άθλησης στον Αρχαίο Ελληνικό Κόσμο
6. Η Σχέση Μουσικής και Άθλησης στην Αρχαία Ελλάδα
7. Τα Σφαιριστικά Παιχνίδια των Αρχαίων Ελλήνων
Σφαιριστικά παιχνίδια
8. Η Κολύμβηση
9. Οι Λεμβοδρομίες (Άμιλλα πλοίων)
10. Η Άρση Βαρών

Κεφαλαίο Έκτο

Τα Χαρακτηριστικά της Άθλησης από την Ελληνιστική Περίοδο μέχρι την Τουρκοκρατία

1. Η Άθληση κατά την Ελληνιστική Περίοδο
Χαρακτηριστικά της άθλησης κατά την ελληνιστική περίοδο
2. Ο Αθλητισμός στον Ελληνικό Κόσμο κατά τους Αυτοκρατορικούς Χρόνους
Γυμνικοί αγώνες στον ελληνικό κόσμο κατά την αυτοκρατορική εποχή
Οι συντεχνίες των επαγγελματιών αθλητών
Τα ρωμαϊκά θεάματα
3. Η Οργάνωση Αθλητικών Γεγονότων κατά τη Βυζαντινή Περίοδο
Χριστιανισμός - άθληση
Σωματική δραστηριότητα στο Βυζάντιο
Η κατάργηση των Ολυμπιακών Αγώνων
Βυζαντινός ιππόδρομος - Η οργάνωση των αρματοδρομιών
4. Σωματικές Δραστηριότητες των Κλεφταρματολών
κατά την Περίοδο της Τουρκοκρατίας

Κεφάλαιο Έβδομο

Οι 1οι Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες και το Ολυμπιακό Κίνημα - Ο Σύγχρονος Ελληνικός Αθλητισμός

1. Προσπάθειες Αναβίωσης
Οι πρώτες προσπάθειες
Προσπάθειες αναβίωσης των Ολυμπιακών Αγώνων στην Ελλάδα
2. Ζαππείες Ολυμπιάδες-Πορεία προς την Αναβίωση

Συνέδριο της Δ.Ο.Ε. - Ανάθεση των Ολυμπιακών Αγώνων στην Αθήνα

3.Ολυμπιακοί Αγώνες - Αθήνα 1896

Πρόγραμμα - αγωνίσματα - συμμετοχή αθλητών

Ο πρώτος Μαραθώνιος

Ολυμπιακοί Αγώνες και καλλιτεχνική δημιουργία - Ολυμπιακός ύμνος

Συνέπειες της διοργάνωσης των Ολυμπιακών Αγώνων του 1896

Η Μεσοολυμπιάδα της Αθήνας του 1906

4.Συνοπτική Αναφορά στην Εξέλιξη των Συγχρόνων Ολυμπιακών Αγώνων

Σύντομη αναφορά στα προβλήματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων

Αρχαίοι και σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

5.Η Σχολική Φυσική Αγωγή και ο Ελληνικός Αθλητισμός στη Σύγχρονη Ελλάδα

Η σχολική Φυσική Αγωγή

Διασυλλογικός αθλητισμός στη σύγχρονη Ελλάδα

Η αθλητική δραστηριότητα από το Μεσοπόλεμο μέχρι σήμερα

Βιβλιογραφία

Κατάλογος: Εικόνων

Κατάλογοι Πινάκων

Γενικό Ευρετήριο

Σύντομο Βιογραφικό