

Ευαγγελία Α. Ανδρεάδου & Σταυρούλα Σ. Μέλλη

«Χαμένος αγώνας είναι μόνο ο αγώνας
που δεν δόθηκε»

ΑΞΙΑ ΕΧΕΙ Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Εικονογράφηση: Αναστασία Γουδίνη & Αρετή Κατσανοπούλου

το κρυμμένο μυστικό της ιστορίας



Αυτοέκδοση

Η Σταυρούλα Σ. Μέλλη γεννήθηκε στον Βόλο. Είναι πτυχιούχος του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και έχει μεταπτυχιακό στην Οργάνωση και Διοίκηση της Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Έχει παρακολουθήσει διάφορα σεμινάρια, συνέδρια και ημερίδες. Είναι Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής και έχει πραγματοποιήσει δράσεις σε σχολεία, που έχει υπηρετήσει. Έχει κάνει παρουσιάσεις και δημοσιεύσεις σε συνέδρια. Συμμετείχε σε ευρωπαϊκά και ερευνητικά προγράμματα, σε πανελλήνιους μαθητικούς διαγωνισμούς λαμβάνοντας διακρίσεις με τους μαθητές της.

Η Ευαγγελία Α. Ανδρεάδου γεννήθηκε στη Νάουσα. Είναι πτυχιούχος του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και έχει μεταπτυχιακό στην Εκπαιδευτική Τεχνολογία του Πανεπιστημίου της Λευκωσίας. Έχει παρακολουθήσει διάφορα σεμινάρια, συνέδρια και ημερίδες. Είναι Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής και επιμορφώτρια Β2 στις ΤΠΕ. Έχει πραγματοποιήσει δράσεις σε σχολεία, που έχει υπηρετήσει. Συμμετείχε σε ευρωπαϊκά και ερευνητικά προγράμματα, σε πανελλήνιους μαθητικούς διαγωνισμούς λαμβάνοντας διακρίσεις με τους μαθητές της.

Ευαγγελία Α. Ανδρεάδου & Σταυρούλα Σ. Μέλλη

«Χαμένος αγώνας είναι μόνο ο αγώνας
που δεν δόθηκε»

ΑΞΙΑ ΈΧΕΙ Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ



Εικονογράφηση: Αναστασία Γουδίνη & Αρετή Κατσανοπούλου

Βόλος
Μάιος 2021
Αυτοέκδοση

Συντελεστές/Συγγραφείς:

Ανδρεάδου Α. Ευαγγελία, Μέλλη Σ. Σταυρούλα

Εικονογράφηση:

Αναστασία Γουδίνη & Αρετή Κατσανοπούλου

Τίτλος:

Χαμένος αγώνας είναι μόνο ο αγώνας που δεν δόθηκε. Αξία έχει η συμμετοχή. Το κρυμμένο μυστικό της Ιστορίας

Έντυπη έκδοση ISBN:978-618-85475-2-0

Ηλεκτρονική έκδοση ISBN: 978-618-85475-5-1

Το βιβλίο αυτό αποτελεί μια σκέψη σχετικά με την ενίσχυση των κοινωνικών δεσμών και την προαγωγή αξιών όπως της αποδοχής της διαφορετικότητας, της συνεργασίας, του σεβασμού, της φιλίας, της ισότητας μέσα από τον αθλητισμό και τη σχολική φυσική αγωγή. Γίνεται μια προσπάθεια σε συνδυασμό με ένα στοιχείο διακειμενικότητας, όπως η αξιοποίηση του μύθου του Αισώπου τα παιδιά να κατανοήσουν ότι πρέπει κανείς να αγωνίζεται ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα και να αντιληφθούν τον παιδαγωγικό χαρακτήρα του μαθήματος της φυσικής αγωγής.

Ευχαριστούμε πολύ τις μαθήτριες μας Αναστασία Γουδίνη και Αρετή Κατσανοπούλου για την εξαιρετική εικονογράφιση και τη Μαρία Γαϊτανίδου για τον σχολιασμό του πρωτοτύπου!



Η προσπάθειά μας αυτή αφιερώνεται με
πολλή αγάπη στους μαθητές και στις μαθήτριές μας!

**«Χαμένος αγώνας είναι μόνο ο αγώνας που
δεν δόθηκε»**

Η μέρα σήμερα δεν πήγαινε και πολύ καλά. Ο ήλιος έμοιαζε, να παίζει με τα σύννεφα κρυφτό. Μία έβγαινε, μια κρυβόταν. Κι άντε όταν το σύννεφο ήταν καλό, ήταν άσπρο δηλαδή, το ευχαριστιόμασταν κióλας. Μας έκανε και σκιά. Όταν όμως ήταν θυμωμένο



και μαύρο... μας πιτσιλούσε και μας μούσκευε. Δίπλα μου στεκόταν η κυρία της γυμναστικής σαστισμένη. Δεν ήξερε, τι να κάνει. Όλο κοίταζε ψηλά και μονολογούσε: «Θα κρατήσει ο καιρός; Να συνεχίσουμε έξω; Ή θα μας τα χαλάσει; Και θα πρέπει, να μπούμε στην τάξη;»

Η αλήθεια είναι, πως όταν έχεις γυμναστική και πρέπει να είσαι μόνο στην αυλή, γιατί δεν έχουμε κι έναν στεγασμένο χώρο βρε παιδί μου σε αυτό σχολείο, πρέπει να το πάρεις απόφαση. Είσαι εξαρτημένος από τον καιρό. Ώρες, ώρες πιάνω τον εαυτό



μου, να σκέφτεται σαν τον παππού μου, όταν θέλει να πάει για ψάρεμα με τη βάρκα. «Έχει καλό καιρό; Θα πάω για ψάρεμα. Δεν έχει; Δεν θα πάω».

Κάθε φορά που έχω γυμναστική την επόμενη μέρα, στήνομαι από βραδύς μπροστά στην τηλεόραση. Περιμένω με αγωνία να ακούσω το δελτίο καιρού. Γιατί όλα



κι όλα εγώ το μάθημα της γυμναστικής δεν θέλω, να το χάνω. Το περιμένω πως και πως κάθε φορά. Τρεις ώρες την εβδομάδα είναι όλο κι όλο. Να χάνουμε κιόλας λόγω καιρού; Ε όχι! Αυτό πάει πολύ!

Αυτά σκεφτόμουν, όταν ξαφνικά, βλέπω τη Βασιλεία, να έρχεται τρέχοντας προς την κυρία. Κι όπως στεκόμουν εκεί δίπλα, την ακούω, να λέει με τρεμάμενη φωνή και μάτια έτοιμα να στάξουν:

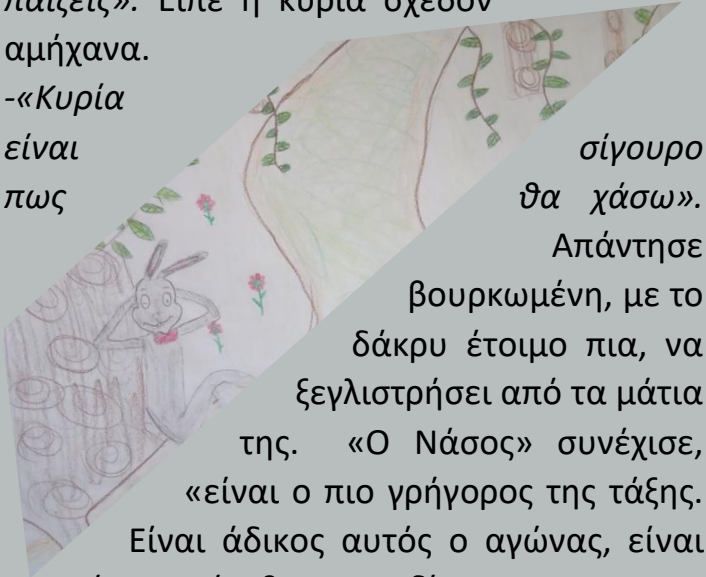
-«Κυρία εγώ δεν θέλω, να παίξω σε αυτό το παιχνίδι». Απόρησα. Έστρεψα κι εγώ το βλέμμα μου πάνω της. Κάπως αδιάκριτα τολμώ να πω.

Δεν μπορούσα να καταλάβω, πως η Βασιλεία ξεστόμιζε κάτι τέτοιο. Η Βασιλεία είναι πάρα πολύ γρήγορη και πάντα πρώτη στο παιχνίδι. Μπορεί, να είναι και το πιο γρήγορο κορίτσι της τάξης μας.

-«Γιατί Βασιλεία μου; Εσύ πάντα θέλεις, να παίζεις». Είπε η κυρία σχεδόν αμήχανα.

-«Κυρία είναι πως

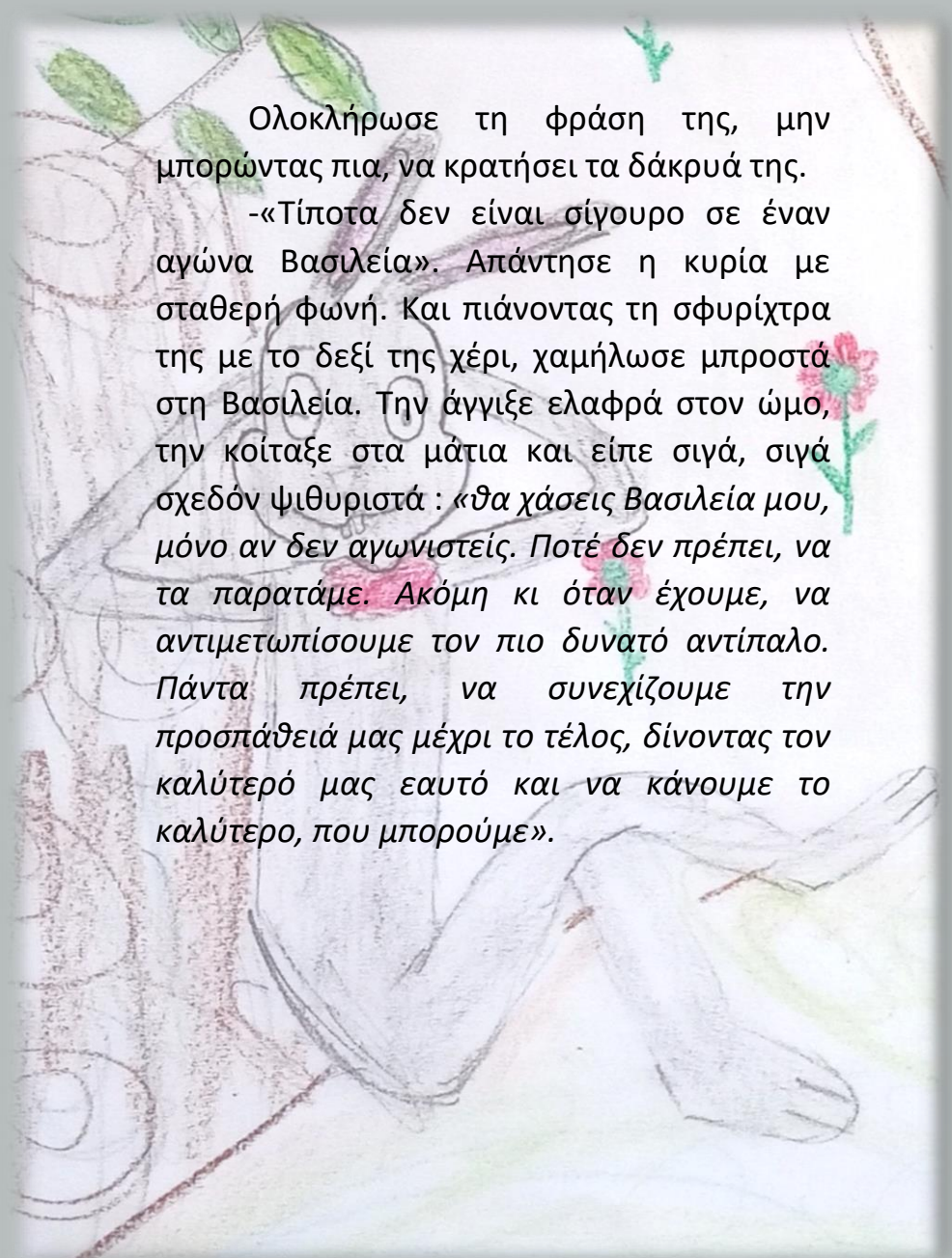
σίγουρο θα χάσω».



Απάντησε βουρκωμένη, με το δάκρυ έτοιμο πια, να ξεγλιστρήσει από τα μάτια της. «Ο Νάσος» συνέχισε,

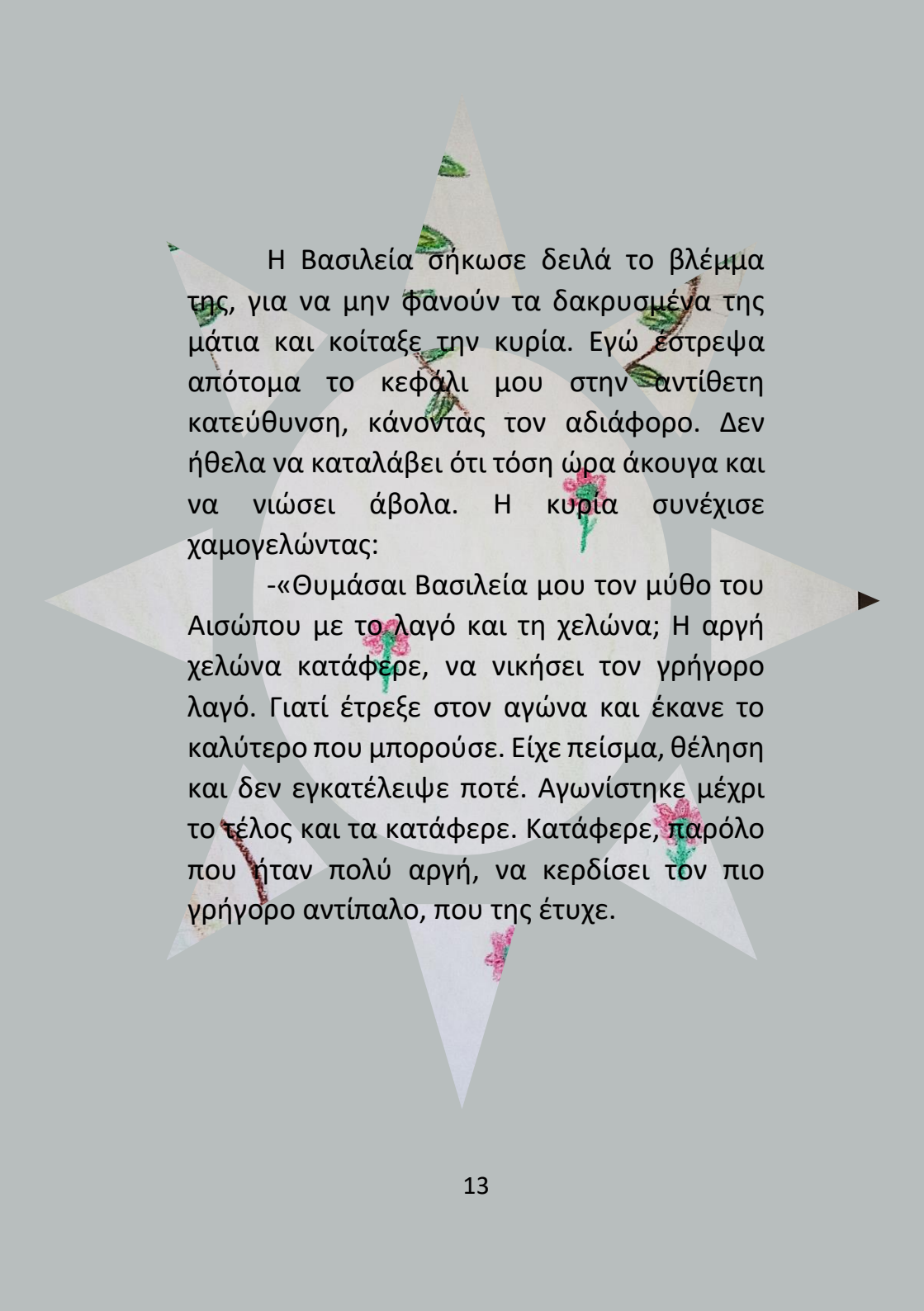
«είναι ο πιο γρήγορος της τάξης.

Είναι άδικος αυτός ο αγώνας, είναι σίγουρο ότι θα με κερδίσει».



Ολοκλήρωσε τη φράση της, μην μπορώντας πια, να κρατήσει τα δάκρυά της.

-«Τίποτα δεν είναι σίγουρο σε έναν αγώνα Βασιλεία». Απάντησε η κυρία με σταθερή φωνή. Και πιάνοντας τη σφυρίχτρα της με το δεξί της χέρι, χαμήλωσε μπροστά στη Βασιλεία. Την άγγιξε ελαφρά στον ώμο, την κοίταξε στα μάτια και είπε σιγά, σιγά σχεδόν ψιθυριστά : *«θα χάσεις Βασιλεία μου, μόνο αν δεν αγωνιστείς. Ποτέ δεν πρέπει, να τα παρατάμε. Ακόμη κι όταν έχουμε, να αντιμετωπίσουμε τον πιο δυνατό αντίπαλο. Πάντα πρέπει, να συνεχίζουμε την προσπάθειά μας μέχρι το τέλος, δίνοντας τον καλύτερό μας εαυτό και να κάνουμε το καλύτερο, που μπορούμε».*

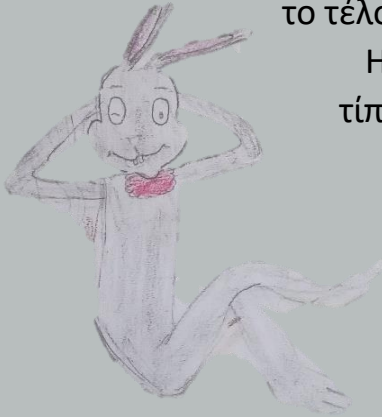


Η Βασιλεία σήκωσε δειλά το βλέμμα της, για να μην φανούν τα δακρυσμένα της μάτια και κοίταξε την κυρία. Εγώ έστρεψα απότομα το κεφάλι μου στην αντίθετη κατεύθυνση, κάνοντας τον αδιάφορο. Δεν ήθελα να καταλάβει ότι τόση ώρα άκουγα και να νιώσει άβολα. Η κυρία συνέχισε χαμογελώντας:

-«Θυμάσαι Βασιλεία μου τον μύθο του Αισώπου με το λαγό και τη χελώνα; Η αργή χελώνα κατάφερε, να νικήσει τον γρήγορο λαγό. Γιατί έτρεξε στον αγώνα και έκανε το καλύτερο που μπορούσε. Είχε πείσμα, θέληση και δεν εγκατέλειψε ποτέ. Αγώνιστηκε μέχρι το τέλος και τα κατάφερε. Κατάφερε, παρόλο που ήταν πολύ αργή, να κερδίσει τον πιο γρήγορο αντίπαλο, που της έτυχε.

Σε αντίθεση με τον λαγό που την υποτίμησε και έδειξε υπεροψία. Ποτέ δεν τα παρατάμε Βασιλεία μου. Κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε μέχρι το τέλος».

Η Βασιλεία δεν είπε τίποτα, για όσα άκουσε.



Κοίταξε την κυρία και χαμογέλασε διστακτικά με σφραγισμένα τα χείλη της. Κούνησε δύο φορές καταφατικά το κεφάλι της πάνω, κάτω και έριξε ένα γρήγορο βλέμμα προς τους συμμαθητές μας, μην τυχόν και είχε καταλάβει κάποιος τον δισταγμό της. Είναι και υπερήφανος άνθρωπος η Βασιλεία, βλέπετε! Σκούπισε βιαστικά τα δακρυσμένα της μάτια και ξαναγύρισε τρέχοντας στο παιχνίδι.

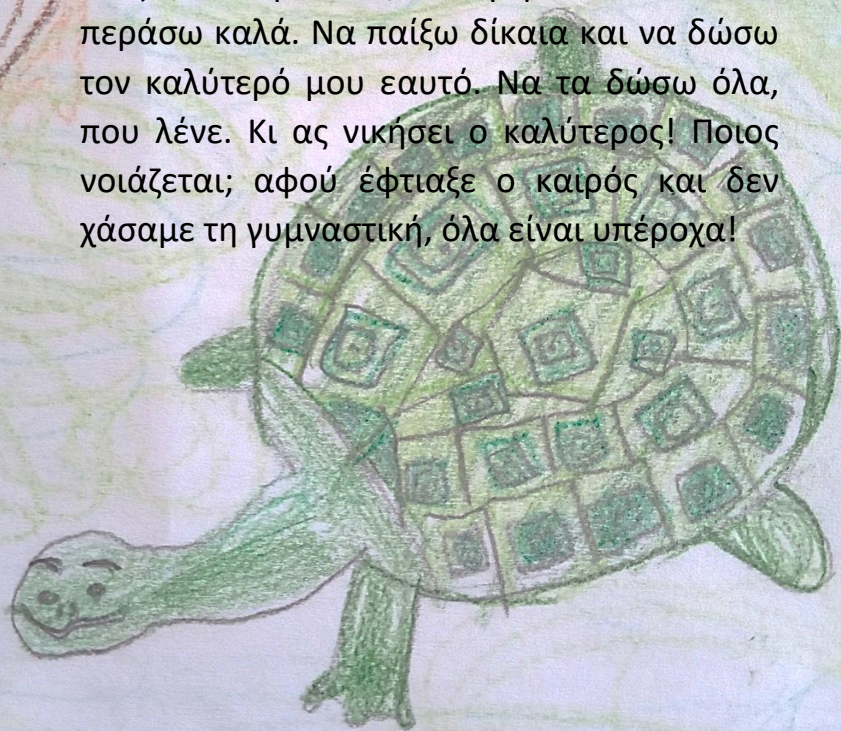
Η κυρία έριξε ξανά μια γρήγορη ματιά στον ουρανό. Επιτέλους, είχε καθαρίσει. Είχαν φύγει τα σύννεφα και ο ήλιος έδειχνε πια κυρίαρχος. Τότε έπιασε τη σφυρίχτρα της,



φούσκωσε τα μάγουλά της και σφύριξε δυνατά δύο φορές, για να πάρουμε τις θέσεις μας. Σήκωσε το δεξί της χέρι ψηλά, μας κοίταξε όλους εξονυχιστικά, ελέγχοντας αν

βρισκόμαστε στο σωστό σημείο και με μια ταυτόχρονη κίνηση, κατέβασε το χέρι της και σφύριξε την έναρξη του αγώνα.

Το παιχνίδι είχε αρχίσει και όλοι συμμετείχαμε με μεγάλο ενθουσιασμό. Η Βασιλεία έτρεχε σαν σίφουνας και φαίνονταν να μην νοιάζεται, για το ποιος θα νικήσει. Ούτε κι εμένα με νοιάζει, ποιος θα νικήσει. Θέλω μόνο να το ευχαριστηθώ. Να τρέξω, να παίξω, να γελάσω, να γυμναστώ και να περάσω καλά. Να παίξω δίκαια και να δώσω τον καλύτερό μου εαυτό. Να τα δώσω όλα, που λένε. Κι ας νικήσει ο καλύτερος! Ποιος νοιάζεται; αφού έφτιαξε ο καιρός και δεν χάσαμε τη γυμναστική, όλα είναι υπέροχα!



«Ο λαγός και η χελώνα»,

Ο μύθος του
Αιδώπου,

κάπως έτσι...



«Ο λαγός και η χελώνα»,

Ο μύθος του Αιδώπου,

κάπως έτσι...

Ήταν πρωί ακόμη και ο λαγός ξεκουράζονταν στο δάσος κάτω από τη σκιά ενός δέντρου. Εκείνη τη στιγμή η χελώνα πήγαινε αργά, αργά, νωχελικά τον πρωινό της περίπατο. Όταν όμως έφτασε μπροστά στον λαγό, εκείνος της φώναξε περιπαιχτικά:

-«Καλημέρα χελώνα!»

-«Καλημέρα λαγέ.»

-«Νωρίς ξεκίνησες σήμερα! Που θα πάς; Στον απέναντι θάμνο; Αχαχα, αχαχα.... Έτσι γρήγορα που πας, θα σε πιάσει η νύχτα καημένη! Αχαχα... Άχαχα.

-«Είναι αλήθεια πως είσαι γρήγορος λαγέ. Όμως αυτό δε σου επιτρέπει, να μιλάς έτσι.»

-«Μπα και γιατί όχι; Είμαι ο γρηγορότερος στο δάσος και θα λέω ό,τι θέλω.»

-«Νομίζω, πως υπερβάλεις λαγέ. Και με έχει κουράσει αυτή η συμπεριφορά σου. Σε προκαλώ λοιπόν, να παραβγούμε στο τρέξιμο.

Θα τρέξουμε μαζί και αν σε κερδίσω, θα σταματήσεις, να καυχιέσαι ότι είσαι ο γρηγορότερος όλων και να μιλάς ειρωνικά και κοροϊδευτικά σε άλλους .»

-«Αχαχα, αχαχαχαχα... Αυτό κι αν είναι αστείο. Με προκαλείς; Εσύ; Εμένα; Να παραβγούμε στο τρέξιμο; Και να με περάσεις κιόλας; Που όχι μόνο είσαι πάρα πολύ αργή, αλλά κουβαλάς στην πλάτη σου και αυτό το τεράστιο καβούκι; Αχαχα...»

-«Άσε τι είμαι εγώ και τι κουβαλάω. Δέχεσαι;»

-«Τι να δεχτώ; Δεν έχει νόημα αυτός ο αγώνας. Εγώ πριν καλά, καλά ξεκινήσω, θα έχω φτάσει κιόλας στο τέρμα κι εσύ θα είσαι ακόμη στην αφετηρία.»

-«Λοιπόν, δέχεσαι;»

-«Αφού το θέλεις τόσο πολύ, να χάσεις, δέχομαι. Πες μου μόνο που και πότε θα γίνει ο αγώνας!»

-«Αύριο την ίδια ώρα. Στο ίδιο σημείο. Θα πάμε μέχρι το ποτάμι και πίσω. Όποιος καταφέρει, να τερματίσει πρώτος, θα είναι ο νικητής του αγώνα.»

-«Σύμφωνοι. Αύριο λοιπόν.»

Έτσι κι έγινε. Την άλλη μέρα όλα τα ζώα του δάσους συγκεντρώθηκαν στην αφετηρία, για να παρακολουθήσουν τον αγώνα. Στις μεταξύ τους συζητήσεις φαίνονταν, ότι θεωρούσαν δεδομένο το αποτέλεσμα. Μάλιστα απορούσαν, πως η αργοκίνητη χελώνα, αποφάσισε, να συναγωνιστεί στο τρέξιμο τον ταχύτατο λαγό.

Την εκκίνηση έδωσε η αλεπού και ο αγώνας άρχισε. Ο λαγός ανέπτυξε τόσο μεγάλη ταχύτητα, που σήκωσε σκόνη πίσω του και φώναξε υπεροπτικά στη χελώνα:

-«Θα τα πούμε στον τερματισμό χελώναααα.... σε μια εβδομάδα δηλαδή. Όταν θα έχεις έρθει κι εσύ.... Αχαχα...»

-«Αυτό θα το δούμε λαγέ.» Είπε η χελώνα, η οποία ξεκίνησε να τρέχει, με τον δικό της ρυθμό.

Ο λαγός έφτασε γρήγορα στο ποτάμι. Ήπια λίγο νερό και κοιτώντας πίσω του σκέφτηκε:

-«Καλά, ούτε που φαίνεται η χελώνα. Γιατί να βιαστώ; Καλύτερα να πάρω έναν υπνάκο και να ξεκινήσω σε λίγο πάλι.»

Κι έτσι έκανε. Ξάπλωσε ευθύς αμέσως κάτω από τον κορμό ενός δέντρου και έκλεισε τα μάτια του. Είχε βαθύ ύπνο, όταν πέρασε από μπροστά του η χελώνα. Η οποία τον είδε να κοιμάται, αλλά δεν έκανε απολύτως τίποτα. Συνέχισε την προσπάθειά της. Ήταν αποφασισμένη. Δεν θα εγκατέλειπε ποτέ τον αγώνα. Θα τερμάτιζε έστω και τελευταία. Ο αγώνας είναι αγώνας και πρέπει να δίνεται πάντα μέχρι το τέρμα. Και συνέχισε με τα αργά, αλλά σταθερά βήματα της.



-«Μμμ...» Ακούστηκε μετά από αρκετή ώρα ο λαγός, τεντώνοντας νωχελικά τα χέρια και τα πόδια του. Μόλις είχε ξυπνήσει. Ούτε που είχε καταλάβει, πως η χελώνα είχε ήδη περάσει από μπροστά του εδώ και ώρα.

-«Ωραίος ο υπνάκος αλλά έχουμε κι έναν αγώνα! Για να δω φαίνεται η χελώνα;» Είπε κι έριξε ένα βιαστικό βλέμμα πίσω του. «Α, μπα, τίποτα ακόμη. Ας ξεκινήσω λοιπόν.»

Άρχισε να τρέχει, αφήνοντας πάλι σκόνη πίσω του.

Όπως όμως ανέβαινε την τελευταία μεγάλη ανηφόρα, βλέπει έκπληκτος τη χελώνα, να περνάει ήδη τη γραμμή τερματισμού! Ενώ όλοι ζητωκραύγαζαν και τη χειροκροτούσαν!

«Όχι, όχι, δεν είναι δυνατόν.» Φώναζε ο λαγός και έτρεχε όσο πιο γρήγορα μπορούσε. Όμως δεν προλάβαινε πια. Η χελώνα είχε ήδη τερματίσει και άρχισε να πανηγυρίζει. Ο

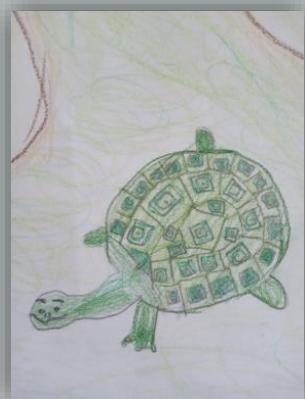


λαγός έφτασε με κατεβασμένα τα αφτιά του. Δεν μπορούσε, να πιστέψει αυτό, που είχε γίνει. Τότε η χελώνα γυρίζει προς το μέρος του και του

λέει:

–«Να θυμάσαι λαγέ, πως μπορεί να πηγαίνω αργά, αλλά πάντα φτάνω στον προορισμό μου! Σε κάθε τι που κάνω, δίνω πάντα τον καλύτερό μου εαυτό. Ποτέ δεν εγκαταλείπω την προσπάθεια μου. Και όπως βλέπεις, αυτό έχει αποτέλεσμα!»

ΜΑΘΑΙΝΩ ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ



1. Ποια φράση της ιστορίας αποτελεί για εμένα το κρυμμένο μυστικό;

.....

.....

.....

.....

.....

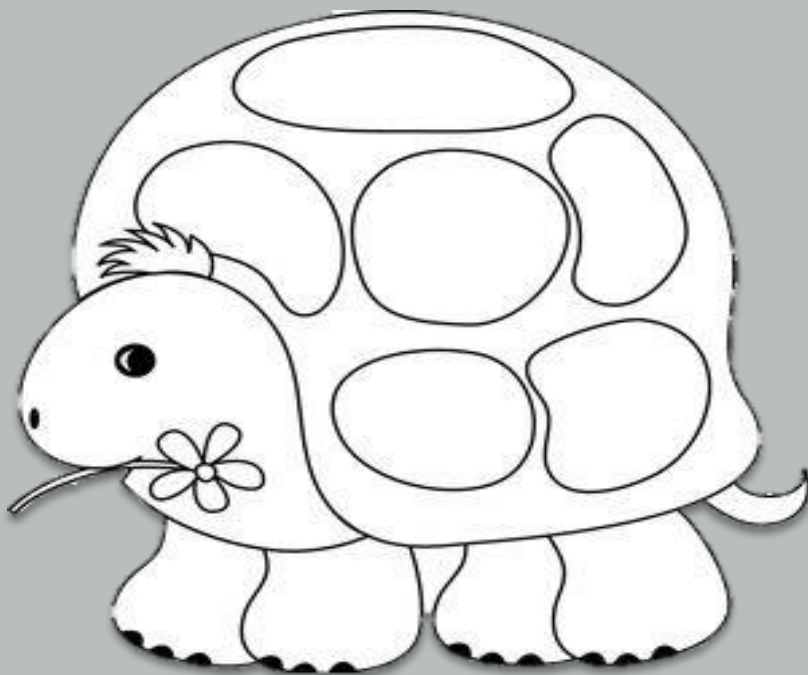
.....

.....

2. Χρωμάτισε την προσωπικότητα της χελώνας.

Ποια χαρακτηριστικά της προσωπικότητας της χελώνας πιστεύεις ότι τη βοήθησαν να κερδίσει τον λαγό; Χρωμάτισε το καβούκι της με το ανάλογο χρώμα.

	Επιμονή		Υπομονή		Αργοκίνητη		Θέληση
	Αλαζονεία		Υπεροψία		Πείσμα		Αφοσίωση στον στόχο



3. Λαβύρινθος

Μπορείς να βοηθήσεις τη χελώνα να πιστέψει στον εαυτό της και να καταφέρει να τερματίσει; Διάλεξε τις φράσεις που θα της δώσουν δύναμη.



Κάνε το καλύτερο που μπορείς

Μην τα παρατάς.

Σε αυτόν τον αγώνα είσαι χαμένη από χέρι.

Γιατί αγωνίζεσαι αφού θα χάσεις

Η προσπάθεια ποτέ δεν πάει χαμένη

Είσαι υπερβολικά αργή

Σε λυπάμαι από τώρα.

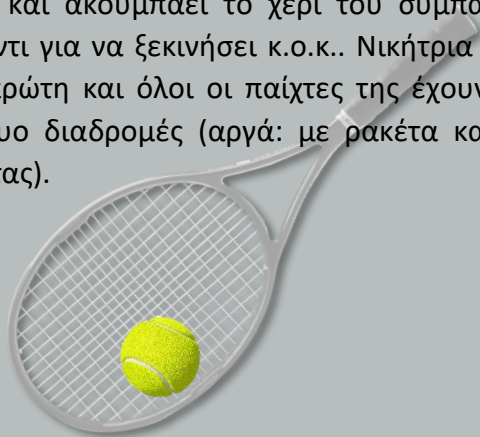
Το πείσμα και η θέληση νικούν τη δύναμη

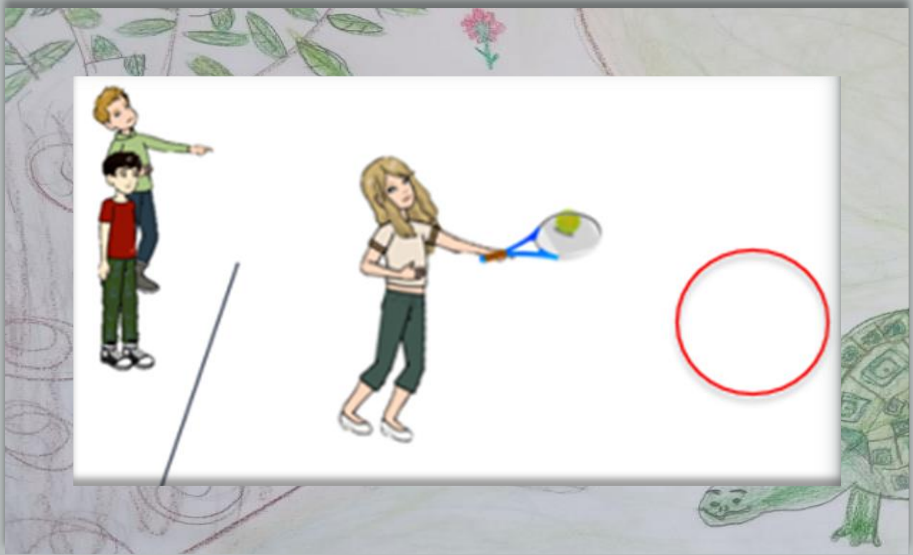


4. Κινητικό παιχνίδι:

Δημιουργούνται δυο ισάριθμες ομάδες. Οι παίχτες κάθε ομάδας μοιράζονται και στέκονται απέναντι σε ίση απόσταση. Στη μέση ακριβώς τοποθετούνται δυο στεφάνια ένα για κάθε ομάδα. Μέσα σε κάθε στεφάνι τοποθετούνται μια ρακέτα και ένα μπαλάκι του τένις. Οι παίχτες που ξεκινούν πρώτοι, θα πρέπει να τρέξουν γρήγορα, να πάρουν τη ρακέτα τους, να ισορροπήσουν το μπαλάκι πάνω στη ρακέτα και να μετακινηθούν προς τον συμπαίκτη τους, που βρίσκεται απέναντί τους, έχοντας το ελεύθερο χέρι τους πίσω από την πλάτη.

Αν πέσει το μπαλάκι, επιστρέφουν στο σημείο, που πήραν τη ρακέτα και ξαναπροσπαθούν. Ο παίχτης που παραλαμβάνει τη ρακέτα και το μπαλάκι, μετακινείται με τον ίδιο τρόπο και αφήνει στο στεφάνι τη ρακέτα και το μπαλάκι. Στη συνέχεια τρέχει όσο πιο γρήγορα μπορεί και ακουμπάει το χέρι του συμπαίκτη του, που βρίσκεται απέναντι για να ξεκινήσει κ.ο.κ.. Νικήτρια είναι η ομάδα που τερματίζει πρώτη και όλοι οι παίχτες της έχουν ολοκληρώσει σωστά και τις δυο διαδρομές (αργά: με ρακέτα και μπαλάκι και γρήγορα: τρέχοντας).





Διαδραστικά παιχνίδια on line

Σάρωσε, παίξε & μάθε!

κλικ



Λαβύρινθος: «Ο λαγός και η χελώνα». Τρέξτε προς τη σωστή φράση αποφεύγοντας τους εχθρούς

Σωστό ή λάθος: «Ο λαγός και η χελώνα». Ταιριάξτε τα χαρακτηριστικά. Παιχνίδι.



Αντιστοίχισε αργά ή γρήγορα;



Γιατί άραγε η Βασιλεία δε θέλει, να έχει στο παιχνίδι αντίπαλό της τον Νάσο; Είναι σωστή η απόφασή της, να τα παρατήσει και να μην αγωνιστεί; Και πως αλήθεια ο μύθος του Αισώπου με τον λαγό και τη χελώνα μπορεί, να μας βοηθήσει, ώστε να ανακαλύψουμε το κρυμμένο μυστικό της ιστορίας;

Στην ίδια σειρά βιβλίων με QR «Το κρυμμένο μυστικό της ιστορίας» κυκλοφορούν επίσης:



Για εκπαιδευτικούς, γονείς και παιδιά ηλικίας 6 + ετών

Έντυπη έκδοση ISBN: 978-618-85475-2-0

Ηλεκτρονική έκδοση ISBN: 978-618-85475-5-1