

# ANTİK YUNAN'DA SPOR VE SPOR EĞİTİMİNİN TARİHSEL GELİŞİMİ\*

Aysun AYNUR YILMAZ<sup>1</sup>

## ÖZ

İlk örneklerini Mezopotamya'da, Mısır'da, Hindistan'da veren uygar toplum ve toplumsal yapı düşünceleri, Eskiçağın Yunan toplumunda büyük gelişme göstermiştir. Deniz ticareti sayesinde birçok toplumla iletişim halinde olan Yunanlar bu toplumların kültürlerinden etkilenmişlerdir. Özellikle kolonileşme yoluyla yerleştikleri toprakların kültürlerini kendi kültürleriyle harmanlayarak yeni bir kültür oluşumunu gerçekleştirmişlerdir. Bu oluşumlardan biri de spor etkinlikleridir. Çalışmada Antik Yunan'daki spor ve branşları incelenmiştir. Olimpiyatlar konusu farklı bir çalışma olarak değerlendirileceğinden bu çalışmada yer verilmemiştir. Antik çağ yazarlarının konuyla ilgili eserlerinden yararlanılmış, Antik Yunan toplumunun spora olan ilgileri belirtilen kaynaklar doğrultusunda açıklanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Antik Yunan, spor, Antik çağ yazarları, kültür

---

\* Aysun AYNUR, (1999). "Eskiçağ (Eski Batı)'da Spor ve Sporun Yeri" konulu, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsünde tamamlanan Yüksek Lisans tezi temel alınarak oluşturulan metindir.

<sup>1</sup> Dr. Öğretim Üyesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi Bölümü, Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı, aysunaynur@konya.edu.tr

# HISTORICAL DEVELOPMENT OF SPORTS AND SPORTS EDUCATION IN ANTIQUE GREEK

## ABSTRACT

The civilized society and social structure that gave its earliest examples in Mesopotamia, Egypt, India, have shown great improvement in ancient Greek society. Greeks communicating with many communities through maritime trade have been influenced by the cultures of these communities. In particular, they have formed a new culture by blending the cultures of the lands that they have settled through colonization with their own cultures. One of these formations is sporting events. In the study, the sports and branches of Ancient Greece were examined and this work was not included because the Olympics will be considered as a different study. It was used in the study of works related to the subject of antiquity writers. The relevance of the ancient Greek society to the spore has been explained in the light of the sources mentioned.

**Keywords:** Ancient Greek, sports, Ancient writers, culture

## Giriş

İlk örneklerini Mezopotamya'da, Mısır'da, Hindistan'da veren uygar toplum ve toplumsal yapı düşünceleri, Eski Çağın Yunan toplumunda büyük gelişme göstermiştir. Yunan Uygarlığı'nın kökeninde Minos (Girit) Uygarlığı, Minos ve Miken uygarlıklarının temelinde de Ortadoğu uygarlıklarının üç bin yıllık uygarlık ve kültür birikimi yatmaktadır. Minos Uygarlığı'nı yıkan Yunanlar, onların uygarlıklarından ve değerlerinden etkilenmişlerdir. Başlangıcının dinsel kaynaklı olduğu varsayılan spor oyunlarının kökeni de hep tanrılara, tanrıçalara dayandırılmış ve onların adına (onuruna) düzenlenmiştir. Zaman içerisinde dinsel nitelikten çıkan spor, özellikle felsefik dönemde (M.Ö. 5.-6. yy.) eğitimin müzik ile birlikte önemli temel taşlarından birisi olmuştur. Spor askerlerin eğitiminde de önemli bir yer tutmuştur; hatta spor yarışmalarının bazı branşlarında silahlarla ve askeri kıyafetle yarışmalara katılmışlardır.

M.Ö. 8. yüzyıldan başlayarak destanlarda ve bazı arkeolojik belgelerdeki cenaze törenlerinde, araba yarışları, boks, güreş, koşu ve en çok da kargı oyunlarının yapıldığı görülmektedir. Bu tür bayramlar ve yarışmalar, büyük tanrılar - tanrıçalar adına düzenlenir ve bir kısmının kökeninde mitolojik olaylar bulunurdu. Bu bayramlarda kazananın ödülü bir zeytin dalından taç, heykelinin dikilmesi ya da adına şairler yazılmasıydı. Onlar için en önemli şey zaferle birlikte gelen onur idi. Bu uğurda gençler, sistemli ve sürekli çalışmalarla vücut ve bilinçlerini geliştirmeye çalışmışlardır. Gençler zaferle birlikte Yunanların ulusal kahramanı olurlar ve çeşitli ödüllerle onore edilirdi. Spor zaman içerisinde (özellikle M.Ö.5.yüzyıl) eğitimde, müzikle birlikte olmazsa olmaz koşullardan biri olmuştur.Yedi yaşındaki erkek çocuklar cimnastik salonunun bir parçası olan palaestraya getirilirdi. Burada Musalar'ın<sup>2</sup> sanatı ve tüm atletizm türlerinin ilkeleri öğretilirdi. Pentatlona önem verilirdi. Düzenli bir şekilde planlanmış atlama, cirit ve disk atma, koşu ve güreş yarışmaları yapıldı. Vücut ve beyin bir bütün olarak eğitilirdi. Cimnastik salonlarının bahçeleri, sıra kolonları, gölgelikli ağaçlıkları, açık ve kapalı mekanları, sınıfları vardı. Bunlar, buldukları şehrin gururuydu. Zenginlerin erkek çocukları buraya yirmi yaşına kadar devam ederdi; fakir çocuklar daha erken yaşta buralardan ayrılmak zorunda kalırdı. Bu salonlar kültürel bir misyonu da yerine getirmekteydi. Heykeltıraşlar, ressamlar bu mekanlarda çalışan sporcuları kendilerine model olarak seçerlerdi. Atletler klasik kültürün en ünlü eserlerine de ilham kaynağı olmuşlardır. Heykellere ve vazo resimlerine model olarak tercih edilmişlerdir. Yunanların modern dünyaya en iyi miraslarından biri olan "fiziksel form" anlayışını oluşturmuşlardır. Spor için kullanılan mekanlar aynı zamanda felsefeciler için de bir sohbet ve tartışma

<sup>2</sup> Musalar -Yunan mitolojisindeki dokuz esin perileri

yeriydi. Klasik ve arkeolojik kaynaklardan antik yunan spor hayatı ile ilgili bilgi edinilebilmektedir.

## **Klasik Kaynaklar**

### **Epinikion**

Epinikionlar, Yunan edebiyatında ozanlar tarafından spor karşılaşmalarında zafer kazananların onuruna yazılan şiirlerdir. Bu şiirler sporcuların kente dönüşlerinde düzenlenen kutlama törenlerinde (ya da kente dönmeden önce) koro tarafından söylenirdi. Zafer kazananlar, doğdukları şehre dönüşlerinde coşkun gösterilerle karşılanırdı. Onlar için söylenen bu zafer şiirlerinde zaferin kazanıldığı oyun hakkında bilgi verilir, ilgili efsaneler, zafer kazanan kişinin soyu, doğduğu şehir, bu şehrin efsaneleri ve koruyucu tanrıları söz konusu edilirdi.

Simonides'e kadar uzanan epinikionun normal şeması üç bölümdür:

1- Kutlanan zafer nedeniyle,

2- Birincinin yurduna ya da soyuna çeşitli biçimlerde bağlanan mitos ile dolu orta bölüm (kısa şiirlerde bazen bu bölüm yoktur.),

3-Ahlak dersi unsuru. Bu en kişisel bölümdü (mitosun seçimi ve formüle edilmesi) ve çoğunlukla olduğu gibi, birinci bir prens olduğu zaman siyasal anlam kazanıyordu.

Antik yunan sporları hakkında ilk bilgiler Homeros'tan edinilmiştir. Pindaros, Bakchylides, Pausanias'ın eserlerinde de sporla ilgili bilgiler yer almıştır.

### **Homeros**

Kahramanlık destanının en büyük temsilcisi olan Homeros'un (Çelgin, 1991) yaşadığı tarihler ve doğduğu yer kesin olarak bilinmemektedir. Muhtemelen İonia bölgelerindeki Smyria (İzmir) şehrinde doğmuştur. Yaşadığı dönem İ.Ö. 750-700 yılları arası kabul edilmektedir. Spor ruhunun ilk tanımına Homeros'a ait kaynaklarda rastlanmaktadır. Homeros'da spor en iyi olmak, diğerini geride bırakmak ve güç içindeki eğlencelerdir. Her Akhalı savaşçı bir atlettir ve savaşçı ruhuyla eğlence ruhunu birleştiren bir kişidir. Atlet kelimesi ilk olarak Odysseus destanında Odysseus'un gemi kazası sonrası Phaeacion ülkesine ulaştığı bölümlerde kullanılmıştır. Homeros bu satırlarda gençleri, koşu, atlama, güreş, boks ve disk atarken tanımlamıştır. (Gardiner, 1930) Kullandığı tanımlama acı ve dayanıklılığı

içermektedir. Homeros her savaşçının bir atlet olmasını beklerdi. Gerçek atletlerin ödülleri ise maddi değil, manevi değerlerdi. (W.Geber, 1971)

İlyada 23. kitapta Partoklos'un cenaze töreni sonrası, onuruna, Akhilleus tarafından yarışmalar düzenlendiği geçmektedir. İlk olarak üç tekerlekli araba yarışları için ödüller konur, yarış yapılır, ödüller dağıtılır. Araba yarışlarından sonra boks dövüşünün ödülleri konur. Boks karşılaşmalarından hemen sonra koşu yarışmalarına geçilir, tam silahla donatılmış kişiler arasında mızrakla düello yapılır, son yarışma ise okçuluktur. Bir misafirlikte ev sahibi Homeros'un Odyseia adlı destanının kahramanı Odysseus'a, yumruk dövüşünde, güreşte, atlamada, koşuda ne kadar üstün olduklarını göstermek ister ve yarışmalar yapılır. Güreş müsabakalarından sonra Odysseus'un da yarışması istenir. Homeros'un sporcuları toplumsal yapı olarak aristokratlardır. Bu özelliği dolayısıyla, tarihi Yunan oyunlarından ayrılmaktadır. Boks ve güreş daha çok aristokratların uğraştığı sporlardı ve organize olmuş bir eğitimleri yoktu. (Gardiner, 1930)

### Pindaros

İ.Ö. 522/518-446'da Thebai yakınındaki Kynos Kephaiai'da doğmuştur. (Çelgin, 1991, s. 55) Küçük yaşlardan itibaren şiir ve müzikle ilgilenmiş olan Pindaros'un Myrtis ve Korinna adlı kadın şairlerin öğrencisi olduğu söylenir. İlk müzik eğitimini kendi yurdunda almıştır. 6. yüzyılın son yıllarında Atina'da yaşamış, burada Hermioneli Lasos'un öğrencisi olmuştur. Atina'da bulunması, sonradan ulusal ve panhelenik bir nitelik kazanan sanatının ufuklarını genişletmiş olmalıdır. Bütün Yunanistan için şiirler yazmıştır. (Robinson, 1995) Tarihi belirlenebilen en eski şiiri, 498 yılında koşu birincisi Tesalyalı genç Hippokles için yazılmış olan X. Pythik'tir.<sup>3</sup> Maraton savaşının yılı olan 490 yılında Pindaros artık ünlü bir ozandır. Araba yarışı birincisi Akragas beyi Theron'un kardeşi Ksenokrates (VI. Pythiki ve gene Akragaslı flütçü Midas) XII. Pytnik: bir müzik yarışmasını kutlayan tek şiir örneğidir. Orkhomenos (488: Olympia birinciliği için ilk şiiri) Atina (Alkmainoia ailesinden Magakles için), Aigina (özellikle sevdiği bu ada için 45 epinikionundan on birini ayırmıştır). Kyrene, Delphia, Loknis, Eyrzenhyria, Korinthos, Opoeis, Akharnai, Himena, Rodos, Kamatina, Tendelos, Argos ve başka yerler için övgü şiirleri de yazmıştır. Şen ve sakin bir şiir olan birincisinde Theron'un araba yarışında kazandığı birinciliği kutlar ve Herakles Hyperboların ülkesinden zeytin ağacını getirdiği zaman Olimpiyat oyunlarının düzenlendiğini anlatır. 470 yılından itibaren gözden düşmeye başlamıştır. Bu yılda, uzaktan Hieron'a Pythik'ini yollamış, tiranın Delphoi'deki birinciliğini ve Hieron'un beş yıl önceki yeni kenti Aitne'yi kutlamıştır. Bu yıldan sonra, bilmediğimiz bir takım olayların sonucunda Bakkhylides, birazda

<sup>3</sup> Pythik , bir çeşit zafer şiiridir.

dayısının etkisiyle, Hieron'un gözdesi olmuştur. 468 yılında Olympia'daki araba yarışı birinciliği için epinikion yazma onuru Pindaros'un değil Bakkhylides'in olmuştur. 466 yılından sonra ozan hakkında hiçbir şey öğrenemiyoruz. Bildiğimiz en son bu tarihte Aiginalı Aristomenos için VIII. Pythik'ini yazmıştır. Dört kitap içinde toplanan epinikionları tam olarak elimize geçmiştir. Hepsisi 44 şiirdir. 14 Olympik, 12 Pythik, 11 Nemea, 7 İstmia (yine de bu ayırım her zaman kesin değildir). 350 kadar fragmenti kalmıştır. Şiir bakımından en çok dikkat çeken epinikionları arasında şunları anabiliriz: VIII. Isthmik (478): Pankreas, çocuklarda Aiginalı Kreandros için, I Olympik (476); araba yarışında Syrakusaili Hieron için III. Olympik (476); araba yarışında Akragaslı Theron için, I. Nemea (476); araba yarışında Syrakusaili Khromios için, VI. Olympik (464); yumruk dövüşünde Rodoslu Diagoras için, Pythik (462); araba yarışında Kyreneli Arkesilaos için, X Nemea (444); güreşte Argoslu Theraios için yazdıkları Pindaros'un ilhamı en özgün epinikionlarıdır. Dinsel görkemli şenlik neşesi içinde birincinin panhelenik anılarında yüceltilmesi ve bir kahraman onuruna düzenlenmiş, eski kutsal değerini hala koruyan yarışın kutlanmasıdır. Çoğunlukla soyları bir kahramana bağlanan büyük aristokrat ailelerin çocukları bu yarışlarda, eski şanlarını yeniden yaşatırlardı. Alkalos ve Theognis için olduğu gibi, bu bir aile geleneğinin de özelliğidir. Böylece bu yarışlara katılan atletler fizik 'alka' ile ahlaki 'areta'nın karışımındadırlar. Bunlar, eski ve büyük hanedanların mükemmel örnekleridir; bu mükemmellik sayesinde zenginlik, güç ve şan üzerindeki haklarını doğrularlar.

Pindaros esas olarak mitos ozanıdır. Güçlü, kuvvetli atletlerden, görkemli beylerden çok tanrıları ve kahramanları yüceltir. Pindaros'a göre, kahramanlarda tanrılar kadar saftır. Onlar için onur kırıcı şeylerden kaçınır. Atletin soyunun ya da kentinin efsanevi kurucusu ya da kentinde saygı gören bir kahramanın üstünlüğünü de gösterir. Böylece efsane o günün şanını ölümsüzleştirerek, yaşanan günü geçmişe bağlar. Birinci gelen atlete eski ve şanlı soyunun sorumluluğunu hatırlatır. Pindaros'un epinikionlarındaki birlik buna dayanır. Bir tek çıkış noktasından hareket eden bir ilham birliği Pindaros'un hayalinde canlı tuttuğu bu sonsuz değerler dünyasında yaşamaktadır. İlhamını ve şiir dünyasını besleyen can damarı budur. Gözü pek araba sürücüsü, güçlü pankreasçı, hızlı koşucu için bütün yapabildiği onları bu dünya ile birleştirmek, bu tanrısal ve kahramanlık, erdem ışığının onlara da parladığını söylemektir. Şiirleri okurken, gerçek dışı bir dünyada yaşayan atletleri ve beyleriyle bir heykel müzesi havasında solunur.

## Bakkhylides

518/517 yıllarından birinde Keos adasında, Iulis kentinde doğmuştur. Hayatı üzerine çok şey bilinmemekle birlikte, şiirlerinden belli başlı olaylar çıkarılabilmektedir. 490 yılından önce Makedonya'da üne kavuşmuştur.

487 yılında Pindaros ile Aigina'da karşılaşmıştır. (Robinson, 1995, s. 102) Aigina, Pindaros'un bir tür şiir kalesidir ve Pindaros Pytheas'ın Nemea oyunlarındaki birinciliğini resmen kutlamıştır. (V. Nemea); ama Bakkhylides, aynı başarı için kendiliğinden XIII. epinikionunu yazmıştır. 476 yılında Hieron'un atı Pherenikos ile Olympia'da birinci gelince, Bakkhylides Keos'tan epinikionlarının en güzeli olan V. epinikionu göndermiştir. Pindaros da Syrakusai'de I. Olympik'ini yazmıştır. 470 yılında Hieron Pythia oyunlarında dört atlı arabası ile birinci olmuş, Pindaros I. Pythik'i yazmış, Bakkhylides de çok kısa olan IV. epinikionunu yazmıştır. Son olarak 468 yılında Hieron ölmeden bir yıl önce, Olympia'da dört atlı arabası ile başarılarının en büyüğünü kazandığı zaman, Bakkhylides tek başına bu başarıyı III. epinikionu ile kutlamıştır. Hieron'un ölümünden sonra ozanın nereye gittiğini bilmiyoruz. Yaşamının sonuna doğru ozan yurduna dönmüştür ve kesin olarak tarihlenebilen VI. epinikionunu 452 yılında Olympia'da stadion birincisi Keoslu genç Lakhon'un başarısı için yazmıştır. Büyük bir olasılıkla 450 yılına doğru ölmüştür. Bakkhylides epinikionunda; Pindaros'ta olduğu gibi birinci olanın atalarının, kentinin övülmesi, kazanılan başarı için tanrılara teşekkür edilmesi, yeni başarılar için dilekte bulunmuştur. Şiirde, birincinin övgüsünü çoğunlukla çok zayıf bir ilgi bağı olan mitosa bağlar; şiirin orta bölümünde efsaneyi anlatır ve birincinin övgüsü, tanrılara şükran vb. ile bitirir. V.epinikionunda, Alpeios ırmağı boyunca Boreas'ın esintileriyle yarışarak, seyircilerin alkışları arasında, Hieron'un yarış atı Pherenikos'un başarısını kutlar; IX. epinikionunda ozan, atlet Automedes'in son derece güzel bedenini, disk atarken, kalabalığın coşkulu haykırışları arasında cirit atarken, yarışmadaki rakiplerini yere nasıl serdiğini anlatır.

## Pausanias

Muhtemelen Lydia'da M.S. II. yüzyıl sonu doğmuştur. 'Periegesis tes Hellados' (Yunanistan'ın tasviri) adlı 10 kitaplık bir gezi kitabı yazmıştır. Eser o dönemdeki Yunanistan'ı anlatan en eksiksiz tasvirdir. (Çelgin, 1991, s. 196). Anlattıklarının doğruluğu daha sonra yapılan araştırma ve kazılarla ispatlanmıştır. I. kitabında Atika'yı, II. kitabında Korinthia'yı, III. kitabında Lakonia'yı, IV. kitabında Messenia'yı, V. ve VI. kitaplarında Elis'i, VII. kitabında Akhaia'yı, VIII. kitabında Arkadia'yı IX. kitabında Boitia'yı, X.kitabında ise Phokis'i tasvir etmiştir. Pausanias eserinde genellikle sanat eserleri ve anıtlarla ilgilenmiştir. Anlattığı yerlerin hemen hemen hepsini görmüş, eserini yazarken güvenilir kaynaklara başvurmuştur.

(Robinson, 1995, s. 122) Eser, Yunanistan'ın mitolojisi, anıtları ve topografisi açısından önemlidir. Arkeolojik kaynaklar; arkeolojik çalışmalar sonucu ele geçirilen vazolar, heykeller, rölyefler vb. arkeolojik buluntuları içermektedir. Bu buluntular Yunanistan, İngiltere, İtalya, Almanya, Fransa, Vatikan vd. ülkelerdeki müzelerde sergilenmektedir.



### **Antik Yunan Spor Branşları**

Antik Yunan'da gerçekleşen birçok festivalde rekabetçi spor ve oyunlar hayati bir önem taşımaktaydı. Olimpiya'daki Olimpiyat oyunları Zeus'u ve Apollon'u onurlandırmak için yapılmaktaydı. Delphi'deki Pythian oyunları askerlerin yeteneklerini ve atletik kahramanlıklarını göstermeleri, aynı zamanda başarıları için bir servet kazanmaları için bir fırsattı. Herodotos'a göre, Atinalılar Perslerin Marathon'a MÖ 490 yılında Atina'ya saldırmak için gittiklerini öğrendiklerinde, Pheidippides isimli bir elçi yardım talebiyle Sparta'ya koşar. Bu orijinal maraton koşucusu, iki günden daha kısa bir sürede 260 kilometrelik engebeli araziye geçer ve Persler Maraton Savaşı'nda yenilirler. En basit koşu yarışı olan 600 feetlik düz koşu Olimpiyat oyunlarının en özgün yarışmalarından biridir ve sonraları geliştirildiği anlaşılmaktadır. Koşu, Yunan atletleri arasında en gözde spordur.



Koşu alanı/parkuru yumuşak kumdan yapılmıştır; eğer kum çok sıkı konulmuşsa önce nefes nefese koşar, sonra büyük güçlkle devam ederlerdi.



Yunanlar birkaç çeşit çıplak ayakla koşma yarışına sahiptirler. En kısası 60 feetlik tek yönlü hız koşusudur. “Diaolor” denilen ikili koşu tek yönde aşağı yukarı gitme; at yarışı 2400 feetlik yuvarlak sahayı iki kere koşma; en zoru ve sonuncusu ise mesafesi anlaşılmaya göre ayarlanabilen (7,12,20,24 stadia) uzun koşu: dolichor’dur. Olimpiyat’ın en güç yarışının (yaklaşık 3 mil) olduğu söylenir. Daha basit olan ilk yarış biter bitmez, ikincisi hızla başlar. Savaş teçhizatı (miğfer, kalkan, zırh) giyinmiş çıplak ayaklı, dönemin 5 güçlü erkeği ortaya çıkar. ‘Hoplitodromos’ denilen zırh yarışı sadece deneyimli askerler ya da profesyonel atletler için tehlikesizdir. Yunanlar, çıplak ayakla koşuların her türünü çok ciddiye almışlardır. Ancak bu oyunlarda sunulan hediyeler ve en ünlü koşucularla ilgili kayıt yoktur. Çıplak ayaklı koşular Homeros’ta da geçmektedir. Çeşitli çıplak ayak koşularının uzunluğu, stadyumun uzunluğuna göre belirlenirdi. Her yaş grubuna göre düzenlenmiş yarışlar vardı. Kızlar için olan yarışların daha kısa olduğu bilinmektedir. Olimpia’da yarışlarda kızlar arası yarışlarının normal yarışlara göre 1/6 oranında daha kısa olduğu bilinir. (Davis, 1995, s. 170-172)



Kadınların Eski Yunan olimpiyatlarında rekabet etmelerine izin verilmemesine rağmen, Heravia oyunlarında Olimpia’da rekabet etmişlerdir. Bu yarışma, kadınlar için tanrıça Hera’nın adı verilen 160 metrelik bir koşu yarışıydı. Spartalı kadınlar özellikle güçlü rakiplerdi ve bu 2.500 yıllık bronz heykel, bir Spartan kızının çalışmasının nadir bir betimlemesiydi. Yunan yarışlarını günümüzden ayıran iki ana noktadan birincisi aşamalı viraj yerine kazıklardan geriye dönüş ve ikincisi de aynı anda koşuya başlanmasını sağlayan başlama kapılarıdır. (Harris, 1972, s. 27) Bunun uygulama tarihi olarak M.Ö. 5. yüzyıl verilebilir. Bu, işaretten önce koşuya başlayanların dövüldüğünü o zamanları anlatan anekdotlarda yer alır. Olimpia’da bu tarihlerde arabalar için mekanik bir başlama kapısı ortaya çıkmıştı. Yunanların ‘husplex’ diye adlandırdığı atletler için başlama kapısının varlığı koşucuların ayakları arasında yivli başlama çizgilerinde kazık oyuklarından anlaşılmıştır. 1956’da Oscar Broneer’in Isthmia’da yaptığı kazılar bunlara kesinlik kazandırmıştır. Broneer, buradaki stadyumun zemininde mükemmel bir durumda husplex, atletlerin koşucuların arkasındaki başlama çukuruna doğru yivli kazıklar bulmuştur.

Yivler orjinal konumda duran bronz zımbalarla sabitlenmişlerdir. Bu husplex ile ilgili en alışılmış modeldir. Olimpia, Delphi, Epidarmik, Delos ve Didyma buna kanıt olarak hâlâ görülebilir. En büyüleyici yerlerden biri de Priene'dir. Çoğu stadyumda on iki - yirmi arasında koşucu için yer varken, burada sadece sekiz yarışmacı için yer vardı. Bunlar muhtemelen değişik bir prensiple çalışan oldukça karışık bir şekilde yerleştirilmişti. Kazılar buranın el değmemiş temelini, sütunlar üzerine konulan ve üst giriş kısmında olan taşlar dahil, üstünde birkaç parçayı ortaya çıkarmış, eşiğe iyi bir şekilde inşa edilen on temel bulunmuştur. Priene'deki temel her bir koşucunun bölmesinin iç yüzeyinde dikey yivlerin bulunduğu kare sütunlar taşımaktaydı ve buradaki yivler kanallarla birlikte eşiğe doğru kesintisiz olarak inmekteydi. Bu kanallardan stadyumun kendisine doğru merkezi açılışın iki kapısı vardı.

Epidaurus'da yapılan kazılar sonucunda zarif eski model bir başlama eşiği, koşucuların ayakları için kazık çukurları ve Priene'dekine benzer kare tek bir blok bulunmuştur. Bu Epidaurus'un yetkililerinin sonraki modellerle ilgili deney yaptıkları havasını vermektedir. Atina'daki Panathenaik stadyumuna yaklaşık M.Ö. 100'de 'husplex'lerin tekrar inşa edildiklerini eldeki kayıtlardan bilmekteyiz. Priene stadyumunda tek bir sorun vardır. Birçok spor atletizminde tüm yarışlar aynı yerde bitiyordu, öyle ki 400 yard uzun mesafe koşusu ve zırhlı koşu aynı çizgide başlayıp bitiyordu. 200 yard koşusu ise stadyumun ters yönünde başlayıp sona eriyordu. Bu Olympia ve Delphi'dekinin neden her bitişte 'husplex' için hazırlıklı başlama çizgisi olduğunu açıklamaktadır. Priene ve diğer stadyumlarda birden fazla olduğunu gösterir kanıt yoktur. Başlama kapısı açıkça 200 yard koşuları için gerekiyordu. Buna göre Priene'de, ya bu yarış diğerlerine göre ters tarafta bitiyordu, ya da daha uzun mesafeli koşular 200 yard çizgisinde başlayıp bitiyor ve kapı kullanılmıyordu.

## Uzun ve Yüksek Atlama



(Uzun atlama, Kırmızı figür bardağı, Panaitios. Boston Güzel Sanatlar müzesindeki kırmızı figür bardağı. (F: Wellcome Images, wikimedia commons.)(Arkeofili, 21.10.2017))

Bu spor dalı Yunan kırlarında yolculuk sırasında dar dağ geçitleri ve su yollarını geçmede oldukça faydalıydı. Buralarda çok az sayıda duvar vardı. Dolayısıyla yüksek atlama bir önem taşımıyordu.

Sırıkla atlamada program haricinde uygulanmış bir spor dalıdır. Ksenophon mızrağı bir sırık gibi kullanıp ata binebileceği bir metot olarak anlatmış ve bu vazo resimlerinde canlandırılmıştır.

Yunan uzun atlama hâlâ birçok çelişkilerle doludur. Modern tecrübeler Yunanların atlama ağırlıkları kullandıkları için uzun atlamalarına açıklık getirememektedir. Tek atlayışlarda, havada geriye doğru atmaları atletin performansını arttırabilmektedir. Fakat edindiğimiz bulgular Yunan atletini bunu düşene kadar elinde tuttuğunu yönündedir. Eskilerden kalma sadece iki atlama kaydı mevcuttur. Bunlar 52 fit ve 55 fit'tir. Başka bulgulara göre, Yunan atlayışı bir, çift, üçlü ve hatta dördülmakta ve böyle karışık bir dalda ağırlığı kullanmanın modern teknikleri bilinmemektedir. Eski teknik özenle hazırlanmış ve vazo resimleriyle idmanları bize aktarılmıştır.

## Cirit Atma

Cirit atma savaş hazırlığı amacıyla yapılan bir spordur. Homeros'un zamanından Roma imparatorluğuna kadar piyadelerin ikinci önemli silahıydı. Düşmana yaklaşmadan önce de atmak üzere iki tane taşıyordu. (Harris, 1972, s. 36) Hedefte isabet büyük önem taşıyordu. Yunanlar bu konuda askeri eğitim görürlerdi. Uzağa atmak büyük bir önem taşıyordu çünkü düşmanın atışından önce ciritin hedefine ulaşması gerekiyordu. Atletizmde cirit atmada mesafe önemliydi.

Yunanlar gerek stadyumda gerekse savaşta ciriti parmaklarına ince deri bağlayarak atıyorlardı. İnce deri iki amaca hizmet ediyordu; atışı yapan kolun yarıçapını arttırarak fırlatma hızını arttırıyordu. Daha önemlisi cirit etrafına sarılması ve atışta açılmamasıyla, silahtan çıkan bir mermi gibi dönerek gitmesini ve ciritin uçuşunu dengeleyerek bir noktaya düşmesini sağlıyordu. Bu ölçüm için gerekliydi. İnce deri kullanıldığında atıcı, gergin durması için ciriti geriye doğru itiyordu. Bu birçok vazo resminde görülmektedir. Yunanların cirit atma yarışmaları savaşlar için faydalıydı. Aynı şekilde taş atmaları da doğal olabilirdi çünkü kullanışlı bir silahtı. Bu etkinliğin orijinini Homeros açıklığa kavuşturmuştur. (Homeros, s. 23)



Cirit, av ve savaş Cirit, av ve savaş amacıyla kullanıldığından mızrağın ağır olması gerekiyordu. Savaş için yapılan ciritlerde “cornus ağacı” tercih edilirdi. Avlanma için ise grattius cornus, myrtle, porsuk ağacı, çam, broom, yabani zeytin ağacı veya frankincense tercih edilirdi. Bakkhylides ise atletizm ciritleri için yaşlı ağaçların kullanılması gerektiğini, Theophrastus açıkça atletik amaçla olduğunu belirtmese de bambunun kullanılmasının uygun olacağını söyler. Atletizm amaçlı kullanılan ciritlerin rüzgârın mukavemetinden etkilenmemesi için iyice zımparalanması gerekmektedir. Resimler, bir atletin bazen sivri bazen de küt cirit attığını göstermektedir; muhtemelen sivri olan yarışmalarda kör olan ise eğitimde kullanılmaktaydı. En iyi Yunan atlet, yarışma esnasında rakiplerini yenmesiyle ortaya çıkıyordu, diğer atletlerin başka yarışmalarda yaptıkları dereceler önem taşımıyordu.

Eskiden atılan mesafelerle ilgili herhangi bir kayıt yoktur. Sadece Philo Judaneus, iki atlama kaydıyla ölçümlere değinen tek yazardır.

## Disk Atma



Discobolus heykeli belki de eski zamanların en tanınmış disk atıcısıdır. «Townley Diskobu» olarak bilinen bu heykel, aslında kaybedilmiş bir bronz yunan orijinalinin bir roma kopyasıdır. Heykel, bugün gördüğümüz tüm rotasyonlardan ziyade üç çeyrek dönümün eski tekniğini vurgular. Bu mermer heykel M.Ö. 470-440 civarında heykeltıraş Miron tarafından yapılmıştır.

Disk atma cenaze oyunlarında aynı zamanda galibinde ödülü olan, bakır külçesini almak için yapılan bir yarışmaydı. Eritilmiş maden genellikle dairesel şekilde olan kalıplara dökülürdü. Böylece külçenin şekli; üst ve alt kısmı düz bir yapıya sahip olurdu. Birçok külçe günümüze kadar ulaşmıştır. Bunların bir kısmı büyük olmasına rağmen, Cagliari müzesindekiler bugünkü modern atletizmde kullanılan disklerle yaklaşık olarak aynıdır.

Yunanların disk atma metodu arkeolojik eserlerinden öğrenilmektedir. Edebi eserlerdeki tek bilgi, disk atıcılarının etraflarında döndükleridir. Resim ve heykeller bize istediğimiz bilgileri verememektedir. Atıştan önce atletler ellerinde diskle etraflarında dönerek, ısınma hareketleri yaparak gevşemektedirler. Ressam ve heykeltıraşlar atıştan önceki yaylanmaları portrelenmesi daha güç olan atma hareketine tercih etmişlerdir. Görebildiğimiz pek az sanat dalında atıcının bacaklarının döndüğü yansıtılmıştır ancak bu da modern atıcının dairesel dönüşünden farklılık göstermektedir. Diskin maksimum mesafeye ulaşması için sendelemen havada kalması gerekmektedir. Bu, atıcının başparmağını disk elinden ayırırken gergin tutmasıyla sağlanabilmekteydi.

Eski ve modern atışlar arasındaki fark bazı resimlerden anlaşılabilir. (Willoughby, 1970, s. 514-520) Temel olarak mesafe atış hızı, yatay olarak en uygun yüksek kombinasyon olarak belirlenir. Günümüzde atış hızı merkezkaç kuvvetiyle elde edilmekte ve atıcının kolu hareket boyunca gergin durmakta; bunu bacaklar,

vücut ve omuz desteklenmektedir. Birçok resimde eski disk atıcılarının dirseklerinin atıştan önce bükük olduğu görülmektedir.

## **Boks**

Eski Yunan'da boksta sıkletlere göre sınıflandırma yapılmazdı. Maç rauntlara ayrılmadan önce boksörlerden birinin yenilgiyi kabul ederek elini kaldırmasına dek kesintisiz devam ederdi. Günümüzde de olduğu gibi eldivenler eli korumak amacıyla giyilirdi. (Harris, 1972, s. 22) Resimli kaynaklar ilk zamanlarda giyilen eldivenlerin elleri saran yumuşak derilerden meydana geldiğini göstermektedir. Atletler, ince materyalden yapılmış, bilekten parmak uçlarına kadar ulaşan ve parmakları ayrı ayrı saran iç eldiven giymekteydiler. Bu iç eldivenin üzerine uygun bir şekilde bir inç kalınlığında ve üç inç eninde yumuşak boks eldivenleri giymişlerdir. Bu ince deri materyallerin özelliği; çarpan yüzeylerin kolayca yıpranmaması ve yumuşak olmasıydı. Buradaki amaç, vücuduna darbe yiyen boksörün cildinin zarar görmemesini sağlamaktı. Kuzu derisinden yapılmış bir bant hemen bilekten başlayıp tüm ön kolu sarmaktaydı. Bunun amacı ise boksörün terini silmesi içindi. Nakavtlı mücadelelerde, düzensiz katılım sayılarında 'bax' geçmenin önemini kavrayamamışlardır. Bunun sonucunda bir yarışmacı herhangi bir rauntta ve aynı oyunda birkaç defa olmak üzere yani finallerde dahil bax geçilebilirdi. Bax geçen sporcuya "ephedros" yani "kenarda oturan" deniliyordu. Rounta bax geçmeden kazanan atletin zaferine ek puan verilir ve ona 'anephedros' denilirdi.

Yunan boksunda, tam olarak nelerin yasak ve nelerin serbest olduğunu bilmiyoruz. Vazo resimlerinden açık elle vuruş olduğunu öğreniyoruz ve aşağıya doğru balyoz vuruşunun serbest olduğunu epik açıklamalardan anlıyoruz. Hatta tekmenin de serbest olması olasıdır. Tıp yazarı Anthylus, eski çağlarda gözde idman metodu olan hayali rakiple mücadeleyi tavsiye etmektedir.



Yunan boksörlerin idman metotlarıyla ilgili bazı bilgiler de vardır; modern meslektaşları gibi onlar da başlık ve yumuşak yüzeyle eldivenler giyiyorlar ve bu şekilde pratik yapıyorlardı. Başlıklar müsabaka sırasında giyilmiyordu. Yunan edebiyatında ayrıca kulaktaki şekil bozukluklarını belirten referanslar vardır.



((<http://www.aktuelarkeoloji.com.tr/antik-yunanda-atletik-siddet>))

Güçsüz insanlar için çuval, darı veya unla, güçlüler için ise kumla dolduruluyordu. Tavandan aşağıya sarkıtıldığında kullanıcının gözü hizasında bulunuyordu. Sık sık bununla idman yapanlar iki elini kullanarak önce yavaşça daha sonra ise kuvvetlice vurarak onu sallamak ve geri dönüşünde yine kendi kuvvetini kullanarak yönünü değiştiriyordu. Sonrada kollarının ulaşamayacağı mesafeye doğru yumruklayarak, şiddetiyle sanki vücut üzerine düşecekmiş gibi geri dönüyordu. Son bir çabayla tüm güçleriyle geri dönüşünde ayaklarıyla sendelemen vurmalıydı. Çuvalın hareketini elleriyle, bazen başlarını geri çekerek göğüsleriyle, bazen de açık sırtlarıyla karşılardı. Böylece kas yapmış ve vücudu şekillendirmiş olurlardı.

Mücadele, hakemler tarafından kontrol edilir ve kuralların uygulanmasını sağlanırdı. Sağlamayanlar dövülürdü. Bu disiplini sağlamak için kullandıkları çatalı sopalar bazı vazo resimlerinde canlandırılmıştır.

## Güreş

Eski Yunan atletizminde yaş, tek sınıflandırma kriteriydi. Mücadele etkinliklerinde, modern dünyada normal karşılanan ağırlığa göre sınıflandırma yoktu. Bunun sonucunda en büyük başarıyı sadece iri insanlar elde edebiliyordu. (Harris, 1972, s. 21) (Gardiner, 1930, s. 181) Yunanlar buna "ağır etkinlik" diyorlardı. Böylece atletizm günden güne profesyonellerin eline geçmiş ve standartlar ve yetenekler artmıştır. Buna karşılık güreş çok yüksek hedefleri olmayan ve kendi ağırlığında başarı kazanmak isteyen sıradan amatör genç insanlar için yaygın bir etkinlik olmayı sürdürmüştür. (Gardiner, 1930) (Willoughby, 1970, s. 365-367)



Tüm Yunan atletleri antrenmandan önce kendilerini yağlarlar, böylece gözeneklerini kirden korurlar, daha sonra banyo yaparak üstlerindeki tozdan, terden ve yağdan bronz fırçalar yardımıyla kurtulmuş olurlardı. Güreşçiler yağlandıktan sonra birbirlerini pudralayarak iyi bir tutuş olmasını sağlarlardı. Bu okullarda çok miktarda yağ ve bu özel pudralardan tüketilirdi. Bir güreş müsabakası üç şekilde sona eriyordu. Bunların biri güreşçilerden birinin omuzunun yere değmesiydi. Tutuş, çelme takma ve atışlar, modern güreşteki gibiydi. Yunanlar iki ana tekniği kullanırlardı. Bunlardan birincisi güreşçi uzak durarak karşı tarafın kolunu ya da bileğini yakalamaya çalışmak, diğeri ise omuz veya kalçasını yakalama çalışmaktı.

## Pankreas

Birçok mücadele araçlarını kapsayan ve sıkı kurallarla ve geleneklerle kontrol edilen mücadelenin uzmanlaşmış şekliydi. Pankreasçının amacı rakibine yenilgiyi kabul ettirmek ya da boğulma ve kırık kemik yoluyla ona acı çektirmektir. (Harris, 1972, s. 25) (Gardiner, 1930, s. 212) Olay güreşteki gibi rakibi sıkıca ve sağlam bir şekilde kavramaya çalışmak açısından benzese de düşmesinden fayda sağlamakta farklılık göstermekteydi.





Gerçekten de pankreasçılar sıkça birbirlerine sıkı bir şekilde sarılarak yerde yuvarlanmışlardır ve yerde sırt üstü yatıyormuş gibi yapıp birçok zaferler elde etmişlerdir. Yumrukla vurmak serbestti ve bu genellikle rakibin sıkı tutuşundan kendisini kurtarmaya çalışanlar için geçerliydi. Sıkı tutuşu engelleyebilecek eldivenler giyilmiyordu. Yunan antolojisinde bir noktede M.Ö. 216'da yapılan "İstihmian Oyunları"nda aynı günde güreş, boks ve pankreasta olimpik bir zafer elde eden Thebesli Kleitomakshus'un başarı kutlamaları anlatılmaktadır. Bu üçlü başarı ile ilgili şâir şunları söylemektedir:

*"Kanlı boks eldivenlerini çıkarttıktan hemen hemen vahşi pankreasta dövüşmeye çıktı"*

*(Anthologia Palatina IX, 588)*

### **Pentatlon**

Pentatlonun kökeninin ne olduğunu bilmemekteyiz. Homeros bu konuda hiçbir şey bildirmemektedir. Yunanlar pentatlonu bazen çok cepheli üstünlük, bazen de koşuyu kazanamayan atletlerin bir avuntusu olarak görüyorlardı. (Harris, 1972, s. 33) (Gardiner, 1930, s. 177)(Suidas'ın kayıtlarına göre III. yüzyılda yaşamış olan matematikçi Eratosthenes'un birçok dalda en üst dereceleri elde ettiği ve ona bazen ikinci Plato, bazen Beta ve bazen de Pentatloncu dendiğini öğreniyoruz. Bu olayın kaynağı belki de Olimpia'daki yetkililerin ilk zamanlarda atış ve atlamayı ayrı ödül verecek kadar önemsemediği ve aralarına güreşi de katarak gruplandırılmalarından kaynaklanmaktaydı. Olimpia'daki yarış düzenleyicileri pentatlonu uygulamaya koyduktan sonra da bu dallara karşı önyargıları yine de değişmemiştir. Pentatlon Yunan dünyasında çocuklar ve gençler tarafından yüzyıllarca sevilerek yapılmıştır.

Mücadelelerdeki galipleri belirlemek için sürekli bir tartışma vardı. Bu konuda iki nokta kesindi. Sadece birincilikler önemliydi, Yunanlar ikinciliği ve üçüncülüğü başarı olarak kabul etmiyorlardı. Pentatlon için gerekli olan üç daldan en az birinde kaybedenin başarılı olarak kabul edilmesi de doğal olarak mümkün değildi. Sadece başlı başına bir etkinlik olan koşu ve güreşte zafere izin vardı.



(((<https://tr.ilovevaquero.com/sport-i-fitness/102950-pyatibore-sovremennoe-pyatibore-pyat-sportivnyh-sovershenstv-v-odnom.html>)))

Eldeki kanıtlara göre yapılan ağırlıklı yorum şudur: Pentatlon tenis maçı gibi beş sette yapılıyordu ve karşılaşma bir yarışmacının üç etkinliği de kazanmasıyla sona eriyordu. Pentatlona özgü uzun atlama ve iki atış önce yapılıyordu.

Yunanlara göre bir yarışmacı üçünde de kazanırsa o zaman 'ilk üçte galip' oluyordu. Aksi halde, bu aşama tamamlandıktan sonra ya birer galibiyetle üç yarışmacı vardı A, B ve C ya da iki galibiyetle bir kişi, A ve tek galibiyetle B vardır. Daha sonra bu iki kişi 200 yardlık koşu yapacaklardı. Eğer A galip gelirse üç galibiyeti olacak ve zafer onun olacaktır, fakat koşuyu B'nin kazanması durumunda her ikisinin de ikişer galibiyeti olacak ve yapılacak olan güreş şampiyonu belirleyecektir. İlk üçte eğer her yarışmacının birer galibiyeti varsa o halde bunlar arasında bir koşu olacaktır. Galip gelen, A, şimdi iki galibiyeti vardır ve B ve C'nin hala birer galibiyetleri vardır. Bu durumda A 'ephedros' olup bax geçerken B ve C yarı finalde güreşip A bu maçın galibiyle tüm etkinliğin şampiyonunu belirleyen bir maç daha yapar.

## Yüzme



((<https://tr.pinterest.com/pin/427349452117918873/>))

Yunanların büyük çoğunluğu deniz ya da nehir kenarlarında otururlardı ve bu sayede erkek ve kadınlar yüzmeyi ve dalmayı çok iyi bilirlerdi. (Gardiner, 1930, s. 165) Bu özellikleri deniz savaşlarında onlar için bir avantaj idi. Her türlü deniz kazasından kurtulurlardı.

Yüzme daima evrensel ve de içgüdüsel olduğu için spor eğitimine de çok fazla önem vermezlerdi. Su sporları sadece yüzme ve dalma ile sınırlı değildi, gemi ve kayak yarışları da önemliydi.

## SONUÇ

Düşüncenin eğitilip, geliştirilmesinin yanında beden de eğitilip geliştirilmesi gerektiğine inanan Yunanlar, eğitimde yedi yaşından on sekiz yaşına kadar beden eğitimi zorunlu tutmuşlardır. Gençler festivallere sporcu olarak katılabilmek için aylarca cimnasyonlarda, palaesteralarda özel eğitimciler tarafından çalıştırılırlardı. Amaçları yarışmalarda zaferi kazanmaktı; bu onlar için en büyük onur idi. Yunan halkı, ülkelerinin her tarafından bu festivallerdeki yarışmaları izlemek için gelirlerdi. Bu festivallerin coşkusunu gören diğer şehirler de spor festivalleri düzenlemeye başlamışlardır. İyi sporcuları kendi festivallerine çekebilmek için de ödüller koymuşlardır. Bu ödüller kimi zaman para, kimi zaman sporcunun heykelinin dikilmesi olmuştur. Artık sadece zafer ve onun getirdiği onur için yarışma anlayışı yani spordaki amatör ruh düşüncesi ortadan kalkar ve spora profesyonellik ruhu girer, rekabetin amacı artık zaferin getirdiği ödül olur. Yunanlar spora inançsal bir nitelikte başladılar, felsefi nitelikler ekleyerek insani nitelikler kattılar ve günümüzdeki sporun profesyonelliğinin temelini attılar. Ama her zaman sporun ölçülerini ve niteliğini korumasını da bildiler.

## KAYNAKLAR

((<http://www.aktuelarkeoloji.com.tr/antik-yunanda-atletik-siddet>)). (tarih yok).

((<https://tr.ilovevaquero.com/sport-i-fitness/102950-pyatibore-sovremennoe-pyatibore-pyat-sportivnyh-sovershenstv-v-odnom.html>)). (tarih yok).

((<https://tr.pinterest.com/pin/427349452117918873/>)). (tarih yok).

Çelgin, G. (1991). Yunan Edebiyatı Tarihi. İstanbul.

Davis, W. S. (1995). A Day in Old Athens A Picture of Athenian Life. New York.

Gardiner, E. N. (1930). Athletics of the Ancient World. London.

Harris, H. A. (1972). Sport in Greece and Rome. New York.

Homeros. (tarih yok). İlyada.

Robinson, R. S. (1995). The Sources for the History of Greek Athletics. Ohio.

W.Geber, E. (1971). Innovation and Institutions In Physical Education. Philodelphia.

Willoughby, D. P. (1970). The Super - Athletes. England.