

### ΠΥΓΜΑΧΙΑ

Η χρησιμοποίηση της γροθιάς είναι τόσο παλιά, όσο και ο άνθρωπος. Ο άνθρωπος αναγκάστηκε να χρησιμοποιήσει τη γροθιά του για να αμυνθεί και για να σκοτώσει για την τροφή του.

Η πυγμαχία παρουσιάστηκε στους προϊστορικούς χρόνους το 1600 π.Χ. βρέθηκε στη θύρα μια τοιχογραφία που την ονόμασαν «παιδική Θήρας». Η τοιχογραφία παριστάνει παιδάκια 6-8 χρονών που φορούσαν γάντι στο ένα χέρι. Κατά την κρίση των αρχαιολόγων με το ένα χέρι πυγμαχούν και με το άλλο κάνουν άμυνα.

Η πυγμαχία ανήκει στην οικογένεια των ολυμπιακών αθλημάτων. Επίσημα εισήχθη σαν ολυμπιακό άθλημα το 670 π.Χ. Στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων πέρασε για πρώτη φορά το 1904.

Στην Ελλάδα το άθλημα της πυγμαχίας εμφανίστηκε το 1922. Στα πρώτα στάδια της πυγμαχίας δεν υπήρχαν κατηγορίες βάρους, ούτε χρονική διάρκεια. Σκοπός του αγώνα ήταν ο ένας αθλητής να φέρει τον άλλον σε τέτοια θέση να παραδεχτεί την ήττα του. Τα γάντια που φορούσαν ήταν κομμάτια από μαλακό δέρμα.

Η Αγγλία θεωρείται η ιδρύτρια της μοντέρνας πυγμαχίας. Η πρώτη επίσημη αναφορά για οργανωμένο αγώνα πυγμαχίας ανάγεται στο 17ο αιώνα.

Για πολλά χρόνια γίνονταν επαγγελματικοί αγώνες πυγμαχίας παράνομα. Κι οι έφοδοι της αστυνομίας ήταν πολύ συχνές. Σταδιακά άρχισαν να ισχύουν και οι πρώτοι κανόνες. Στην αρχή χωρίστηκαν οι αθλητές σε τρεις κατηγορίες βάρους. Στα ελαφρά βάρη, στα μεσαία βάρη και στα βαρέα βάρη. Μετά εφαρμόστηκε η εισαγωγή των σημείων σαν μέτρων κρίσης για το νικητή. Το σύστημα αυτό θεωρήθηκε τόσο επιτυχημένο που άρχισε να εφαρμόζονται

στους επαγγελματικούς αγώνες πυγμαχίας.

Η πυγμαχία έχει και τους επικριτές της. Επικρατεί η αντίληψη ότι το άθλημα είναι βάρβαρο. Αυτό οφείλεται κυρίως στην άγνοια που υπάρχει γύρω από την πυγμαχία και στην επίδραση που ασκεί η επαγγελματική πυγμαχία όπου κυριαρχεί το άγριο θέαμα και το κέρδος και δεν λαμβάνονται αυστηρά μέτρα προστασίας των αθλητών σε αντίθεση με την ερασιτεχνική πυγμαχία που τα μέτρα υγείας και προστασίας των αθλητών είναι αυστηρά.

Στα παλαιότερα χρόνια πρωταρχική θέση στον αγώνα είχαν οι φυσικές και ψυχικές δυνάμεις και την τεχνική, την ηθική, την ευγενή άμιλλα και το αθλητικό πνεύμα. Την πυγμαχία δεν την αντιμετωπίζουμε μόνο σαν άθλημα αλλά και σαν μέσο ψυχαγωγίας, διαπαιδαγώγησης και καλλιέργειας των διαφορετικών δυνατοτήτων του κάθε ατόμου. Με την πυγμαχία μπορούν να ασχοληθούν άτομα κάθε ηλικίας και φύλου.

Η πυγμαχία μπορεί να επηρεάσει τη φυσική και ψυχολογική κατάσταση ενός παιδιού προς το καλύτερο. Από τη στιγμή που τα παιδιά θα έρθουν στο γυμναστήριο θα τους διδάξουμε πως θα χτυπιούνται λιγότερο από όσο θα ήθελαν αν λειτουργούσαν ανεξέλεγκτα και από ένστικτο. Θα μάθουν να αντιπαρατίθενται με ασφάλεια, χωρίς περιττά χτυπήματα και με σωστή τεχνική και αθλητικό πνεύμα. Το στοιχείο της αντιπαραθέσης και της σύγκρουσης μεταξύ αντιπάλων συμβαδίζει με τη φύση του ανθρώπου.

Στο γυμναστήριο ο πυγμάχος θα μάθει τι σημαίνει να «τραυματίσεις» ή να «τραυματιστείς» και δεν θα χρειαστεί να το μάθει έξω στο δρόμο. Η επιθετικότητά του θα μειωθεί στο ελάχιστο όσο θα υπάρχει στους κανόνες και την λογική της ομάδας.

Ο αθλητής θα δοκιμάζει συνέχεια τον εαυτό του και αυτό θα του δίνει μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση που θα τον βοηθήσει γενικά στη ζωή του.