**Igrzyska Olimpijskie, symbole igrzysk olimpijskich. Polacy na igrzyskach olimpijskich.**

**Zapoznajcie się z poniższymi zagadnieniami oraz pojęciami. Warto wiedzieć jak ważną role odgrywają igrzyska olimpijskie w sporcie oraz jak fantastyczne emocje towarzyszyły przez wieki nie tylko sportowcom, ale również widzom inaczej mówiąc kibicom. Każdemu z nas ruch jest potrzebny do życia. Im więcej odpowiednich ćwiczeń będziemy wykonywać w dzieciństwie o tyle zdrowiej będzie nam się żyło w przyszłości. Bycie w dobrej formie może znacząco wydłużyć długość naszego życia. Dużymi krokami zbliża się lato i upragnione wakacje.**

**Kiedy ustąpi już epidemia spotkamy się z kolegami ze szkolnej ławki na podwórkach, placach zabaw, boiskach. Przyjemnie będzie się pochwalić swoją sportową sylwetką. Jak sami zdajecie sobie sprawę nie łatwo jest zostać wybitnym sportowcem. Marzeniem każdego sportowca jest udział w Igrzyskach Olimpijskich. Dlaczego tak ważnym wydarzeniem są IO. Zachęcam jeszcze raz do przeczytania pojęć oraz obejrzenia filmiku z ciekawostkami z Igrzysk olimpijskich. Link do skopiowania do przeglądarki internetowej znajdziecie pod zadaniem, jakie macie do wykonania.**

**Igrzyska Olimpijskie**

Najstarsza i zarazem największa międzynarodowa impreza [sportowa](https://pl.wikipedia.org/wiki/Sport) organizowana co 4 lata. (Odbywają się co 2 lat na przemian letnie igrzyska olimpijskie i zimowe igrzyska olimpijskie) w różnych krajach, pod hasłem szlachetnego współzawodnictwa i braterstwa wszystkich narodów [Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego](https://pl.wikipedia.org/wiki/Mi%C4%99dzynarodowy_Komitet_Olimpijski).

**Olimpiada**

Okres pomiędzy dwoma następującymi po sobie [igrzyskami](https://pl.wikipedia.org/wiki/Staro%C5%BCytne_igrzyska_olimpijskie). Zazwyczaj trwał około 4 lat. Co tyle lat odbywały się starożytne igrzyska w [Olimpii](https://pl.wikipedia.org/wiki/Olimpia_(miasto)) i właśnie stąd wywodzi się nazwa tego okresu.

Współcześnie czteroletni okres pomiędzy kolejnymi [nowożytnymi igrzyskami olimpijskimi](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_igrzyska_olimpijskie) liczony jest od pierwszych igrzysk nowożytnych rozegranych w Atenach w 1896 roku. Obecnie każda olimpiada, zgodnie z ustaleniami [Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego](https://pl.wikipedia.org/wiki/Mi%C4%99dzynarodowy_Komitet_Olimpijski), rozpoczyna się 1 stycznia roku, w którym odbywają się letnie igrzyska.

**Starożytne igrzyska olimpijskie**

(z języka greckiego *hieroj olympiakoj agones* – święte igrzyska olimpijskie) – [Greckie igrzyska](https://pl.wikipedia.org/wiki/Igrzyska_panhelle%C5%84skie) odbywające się w cyklu czteroletnim ku czci boga [Zeusa](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zeus). Organizowano je w [Olimpii](https://pl.wikipedia.org/wiki/Olimpia_(Grecja)) (stąd nazwa igrzysk), mieście w Grecji. Trwały początkowo 1 dzień jednak z czasem wydłużono ich rozgrywanie do 5 dni. Mogli w nich uczestniczyć wyłącznie mężczyźni. Data pierwszych igrzysk w Olimpii przyjmowana jest na rok [776 p.n.e.](https://pl.wikipedia.org/wiki/776_p.n.e.)

Miesiąc przed oraz podczas igrzysk olimpijskich w [Grecji](https://pl.wikipedia.org/wiki/Staro%C5%BCytna_Grecja) obowiązywał święty pokój, przerywano spory, kłótnie, wojny. Udział w nich mogli brać wyłącznie nie karani obywatele [Hellady](https://pl.wikipedia.org/wiki/Hellada) czyli Grecji. Występowali oni nago z wyjątkiem wyścigów rydwanów oraz hoplites – wyścigu w pełnym uzbrojeniu. Kobiety nie brały udziału w uroczystości, nawet w charakterze widzów.

Igrzyska olimpijskie trwały do roku [393](https://pl.wikipedia.org/wiki/393) naszej ery. Starożytne greckie igrzyska olimpijskie stanowiły wzór dla [**Pierre'a de Coubertina**](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pierre_de_Coubertin), (francuski baron nazywany ojcem nowożytnych igrzysk olimpijskich), który w roku [1896](https://pl.wikipedia.org/wiki/1896) w [Atenach](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ateny) zapoczątkował [nowożytne igrzyska olimpijskie](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1896).

Najważniejsze dyscypliny jakie rozgrywano podczas starożytnych Igrzysk Olimpijskich:

- biegi (najbardziej prestiżowa konkurencja) dystans wynosił 192 metry,

- zapasy

- rzut oszczepem (włócznią)

- rzut dyskiem

- skok w dal

- wyścigi rydwanów

Zwycięscy otrzymywali wieńce oliwne z gałęzi świętej oliwki, dodatkowo zyskiwali różnorakie przywilej. Ich imiona i nazwiska znała cała Grecja, byli sławni.

**Nowożytne igrzyska olimpijskie**

Nawiązując do starożytnych IO gospodarzem pierwszych nowożytnych Igrzysk Olimpijskich były Ateny stolica Grecji.Wielosportowe zawody, trwały 10 dni od 6 do 15 kwietnia 1896 roku. Wystąpiły reprezentacje z 14 krajów. Były to pierwsze igrzyska olimpijskie od czasów starożytnych. Pomysłodawcą powrotu IO był [Pierre de Coubertin](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pierre_de_Coubertin) francuz. Od [1924](https://pl.wikipedia.org/wiki/1924) r. ([Chamonix](https://pl.wikipedia.org/wiki/Chamonix-Mont-Blanc) - Francja) odbywają się zimowe igrzyska olimpijskie. Obie imprezy odbywają się cyklicznie co 4 lata, aż do dziś. Trzykrotnie Igrzyska Olimpijskie nie odbyły się zgodnie z planem (lata 1916, 1940, 1944) przyczyną były okresy I i II wojny światowej. Pierwsze IO składały się z 9 dyscyplin i były to:

* lekkoatletyka
* gimnastyka
* szermierka
* pływanie
* kolarstwo
* [jazda konna](https://pl.wikipedia.org/wiki/Je%C5%BAdziectwo)
* tenis (na kortach trawiastych)
* podnoszenie ciężarów
* strzelectwo

Obecnie w programie Igrzysk Olimpijskich mamy ponad 50 dyscyplin. Program nadal jest rozszerzany o kolejne dyscypliny. Obecnie IO trwają 16 dni i są transmitowanie na całym świecie.

**Polacy na igrzyskach olimpijskich**

**Polscy olimpijczycy** – grupa [sportowców](https://pl.wikipedia.org/wiki/Sportowiec) reprezentująca [Polskę](https://pl.wikipedia.org/wiki/Polska) na [igrzyskach olimpijskich](https://pl.wikipedia.org/wiki/Igrzyska_olimpijskie) zarówno na [letnich](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_igrzyska_olimpijskie) (od [igrzysk w Paryżu](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1924) w 1924) jak i [zimowych](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zimowe_igrzyska_olimpijskie) (od [igrzysk w Chamonix](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zimowe_Igrzyska_Olimpijskie_1924) w 1924).

W letnich igrzyskach olimpijskich reprezentowało Polskę **2097** sportowców: 1630 mężczyzn, 467 kobiet, a na zimowych igrzyskach olimpijskich **473** zawodników: 379 mężczyzn, 94 kobiety. Polscy olimpijczycy zdobyli łącznie 275 medali w tym 67 złote, 86 srebrnych i 125 brązowych.

Pierwsze medale olimpijskie dla niepodległej Polski 27 lipca 1924 roku, w Paryżu, wywalczyła czwórka kolarzy torowych w składzie [Franciszek Szymczyk](https://pl.wikipedia.org/wiki/Franciszek_Szymczyk), [Jan Łazarski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Jan_%C5%81azarski), [Józef Lange](https://pl.wikipedia.org/wiki/J%C3%B3zef_Lange) i [Tomasz Stankiewicz](https://pl.wikipedia.org/wiki/Tomasz_Stankiewicz) – medal srebrny. Kilkanaście minut później medal brązowy w jeździeckim konkursie skoków zdobył indywidualnie [Adam Królikiewicz](https://pl.wikipedia.org/wiki/Adam_Kr%C3%B3likiewicz) na koniu Picador.

Pierwszy złoty medal zdobyła dyskobolka [Halina Konopacka](https://pl.wikipedia.org/wiki/Halina_Konopacka) w [1928](https://pl.wikipedia.org/wiki/1928).

Najwięcej medali (32) Polska zdobyła na [Igrzyskach w Moskwie](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1980) w [1980](https://pl.wikipedia.org/wiki/1980), zaś najwięcej złotych medali (7) przywozili Polacy czterokrotnie z igrzysk w: [Tokio](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1964), [Monachium](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1972), [Montrealu](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1976), oraz [Atlancie](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1996).

Oficjalnie Polacy biorą udział w [zimowych igrzyskach olimpijskich](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zimowe_igrzyska_olimpijskie), od początku ich istnienia, czyli od [1924](https://pl.wikipedia.org/wiki/1924) roku. Polska jest jednym z dwunastu krajów, które wzięły udział we wszystkich zimowych igrzyskach olimpijskich.

Pierwszy medal na zimowych igrzyskach olimpijskich dla Polski zdobył [Franciszek Gąsienica Groń](https://pl.wikipedia.org/wiki/Franciszek_G%C4%85sienica_Gro%C5%84) (brązowy) w [kombinacji norweskiej](https://pl.wikipedia.org/wiki/Kombinacja_norweska) podczas [igrzysk w 1956 roku](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zimowe_Igrzyska_Olimpijskie_1956).

Pierwszym polskim złotym medalistą w historii ZIO jest [skoczek narciarski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Skoki_narciarskie) [Wojciech Fortuna](https://pl.wikipedia.org/wiki/Wojciech_Fortuna), któremu udało się to osiągnąć podczas [igrzysk w 1972 roku](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zimowe_Igrzyska_Olimpijskie_1972).

**Jakie są symbole igrzysk olimpijskich**

### \*I. Flaga olimpijska

### Najbardziej znany ze wszystkich symboli olimpijskich, [flaga olimpijska](https://pl.wikipedia.org/wiki/Flaga_olimpijska) odzwierciedla ideały [Pierre’a de Coubertina](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pierre_de_Coubertin) – twórcy nowożytnych igrzysk. Pięć różnokolorowych przecinających się kół symbolizuje zarazem różnorodność, jak i jedność ludzi zamieszkujących Ziemię. Poszczególne [kolory](https://pl.wikipedia.org/wiki/Barwa) symbolizują [kontynenty](https://pl.wikipedia.org/wiki/Kontynent): niebieski – [Europę](https://pl.wikipedia.org/wiki/Europa), czarny – [Afrykę](https://pl.wikipedia.org/wiki/Afryka), czerwony – [Amerykę](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ameryka), żółty – [Azję](https://pl.wikipedia.org/wiki/Azja) i zielony – [Australię](https://pl.wikipedia.org/wiki/Australia). Dodatkowo kolory te zostały dobrane tak, by każdy z nich pojawiał się przynajmniej raz na jakiejś [fladze państwowej](https://pl.wikipedia.org/wiki/Flaga_pa%C5%84stwowa). Flaga olimpijska wciągana jest na maszt podczas ceremonii otwarcia igrzysk. Koła oznaczają też 5 dyscyplin sportowych w starożytności.

### II. Hymn olimpijski

### Pojawił się po raz pierwszy podczas [pierwszych igrzysk nowożytnych](https://pl.wikipedia.org/wiki/Letnie_Igrzyska_Olimpijskie_1896) w [Atenach](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ateny) w [1896](https://pl.wikipedia.org/wiki/1896) roku. Oficjalnie utwór pod tytułem „Hymn Olimpijski” jest symbolem olimpijskim od 1958 roku. Autorem słów był [Kostis Palamas](https://pl.wikipedia.org/wiki/Kostis_Palamas), natomiast muzykę skomponował [Spiridon Samaras](https://pl.wikipedia.org/wiki/Spiridon_Samaras).

### III. Motto olimpijskie

### Oficjalnym [mottem](https://pl.wikipedia.org/wiki/Motto) igrzysk jest [łacińskie](https://pl.wikipedia.org/wiki/%C5%81acina) zdanie: *Citius Altius Fortius*, czyli *Szybciej, Wyżej, Mocniej*. Innym znanym cytatem opisującym olimpiadę jest zdanie: *Najważniejszą rzeczą w igrzyskach olimpijskich jest nie zwyciężyć, ale wziąć w nich udział, podobnie jak w życiu nie jest ważne triumfować, ale zmagać się z organizmem*.

**\*IV. Ogień olimpijski (znicz olimpijski)**

Przy pomocy skupionych promieni słonecznych [ogień olimpijski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Znicz_olimpijski) wzniecany jest w Grecji w ruinach świątyni [Olimpii](https://pl.wikipedia.org/wiki/Olimpia_(Grecja)). Następnie ogień, rozpoczyna swoją wędrówkę po świecie, odwiedzając kraje biorące udział w igrzyskach olimpijskich. Niosące go osoby nazywamy sztafetą olimpijską. Znicz olimpijski zapala ostatni uczestnik (czasami może to być grupa osób) [sztafety](https://pl.wikipedia.org/wiki/Sztafeta_ze_zniczem_olimpijskim) biegnącej z ogniem olimpijskim. Znicz pozostaje zapalony aż do końca igrzysk olimpijskich.

**V. Ceremonia otwarcia**

Tradycyjnie igrzyska otwiera trwająca kilka godzin ceremonia otwarcia, której celem jest m.in. zaprezentowanie miasta i państwa, w którym odbywają się igrzyska. Stałym elementem tej ceremonii jest defilada państw biorących udział w zawodach. W defiladzie maszerują zawodnicy oraz działacze sportowi z danego kraju. Każde z państw wyznacza jednego sportowca, który jako chorąży (flagowy) reprezentacji niesie flagę państwa. Sportowcy wchodzą na stadion według alfabetu języka używanego w państwie, które gości igrzyska. Z uwagi na szacunek dla ojczyzny igrzysk defiladę otwiera Grecja, a kończy gospodarz.

**VI. Ceremonia zamknięcia**

W części artystycznej ceremonii zamknięcia oprócz spektaklu przygotowanego przez gospodarzy swoją prezentację przedstawia również miasto następnych igrzysk. Sportowcy wkraczający na stadion nie są już podzieleni wedle państw, a wszystkie flagi państw uczestniczących w „festiwalu sportów” są niesione razem. Podczas ceremonii zamknięcia odgrywa się hymny oraz wciąga na maszt 3 flagi: państwa obecnie goszczącego igrzyska, przyszłego gospodarza oraz Grecji.

**Zadanie do wykonania numer 2 dla klasy 5 !!!**

**Waszym zadaniem jest stworzenie w programie tekstowym Word, OpenOffice itp. tabelki z 10 waszym zdaniem najwybitniejszych Polskich olimpijczyków z uwzględnieniem:**

**- w jakiej dyscyplinie sportowej zdobyli medale olimpijskie**

**- ile było tych medali**

**- jakiego kruszcu były to medale.**

**Przypomnę, że mamy medale złote, srebrne i brązowe.**

**Poniżej zamieszczam przykładową tabelkę.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Imię i nazwisko sportowca** | **dyscyplina** | **Ilość zdobytych medali** | **złoty** | **srebrny** | **brązowy** |
| Justyna Kowalczyk | Biegi narciarskie | 5 | 2 | 1 | 2 |
|  |  |  |  |  |  |

**Zadanie do wykonania numer 2 dla klasy 6 !!!**

**W programie tekstowym Word, OpenOffice itp. stwórzcie album z 10 waszym zdaniem najwybitniejszych Polskich olimpijczyków z uwzględnieniem:**

**- w jakiej dyscyplinie sportowej zdobyli medale olimpijskie**

**- ile było tych medali**

**- jakiego kruszcu były to medale.**

**- (przynajmniej) 1 zdjęcie danego olimpijczyka**

**- krótki opis na jakich igrzyskach olimpijskich zdobył medale np. Rzym 1960 złoty medal, Tokio 1964 srebro i brąz**

**- Pierwsza strona album Polscy Olimpijczycy, następnie na każdej stronie kolejny olimpijczyk razem 11 stron.**

**Na wykonanie pracy macie czas do czwartku 24 kwietnia. Każda praca będzie oceniana !!! Za każdy dzień opóźnienia jedna ocena w dół.**

**W tytule maila z wykonanym zadaniem proszę wpisać: swoje imię i nazwisko, klasę oraz numer zadania akurat tutaj 2.**

**Gdybyście mieli pytań lub wątpliwości czekam na maile od was, ewentualnie proszę o znalezienie mnie na Messengerze. Nie wstydźcie się i napiszcie. Pamiętajcie kto pyta nie błądzi!!!**

**Czekam jeszcze do końca tygodnia na zadanie dotyczące tętna (w obu klasach są spóźnialscy)!!! Osoby, które przesłały tabelkę z pomiarami tętna w terminie otrzymały ocenę celującą.**

**Igrzyska olimpijskie ciekawostki**

https://www.youtube.com/watch?v=e2\_SZDUCEP8