

Рабочая тетрадь по физической культуре

Тема: Олимпийские игры Древней Греции и их возрождение



Парадное шествие на Открытие Олимпийских игр.

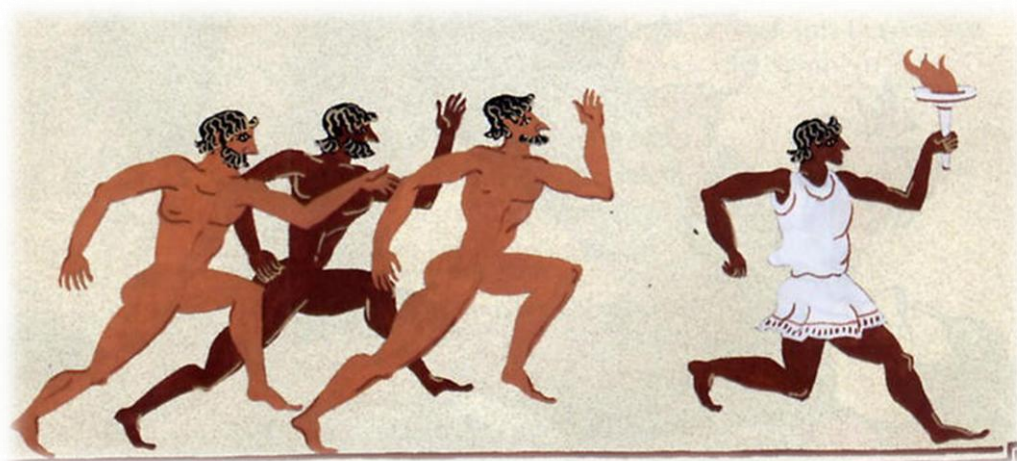
Впереди шли судьи, затем величаво выступали атлеты, похожие на богов Олимпа

*Автор: Чернавских Е.Ю.
Учитель физической культуры*

*МАОУ СОШ № 1,
г. Арамиль*

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Часть 1. Олимпийские игры в Древней Греции..... | 3 |
| 2. Часть 2. Возрождение Олимпийской идеи..... | 7 |
| 3. Проверь себя..... | 11 |
| 4. Интересные факты..... | 12 |



ЧАСТЬ 1. ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНЕЙ ГРЕЦИИ

ЗАПОМНИ ВАЖНЕЙШИЕ ТЕРМИНЫ:

Экехейрия — Олимпийское перемирие (от др.-греч. ἔκεχεῖρία, hekecheiria — снятие оружия)

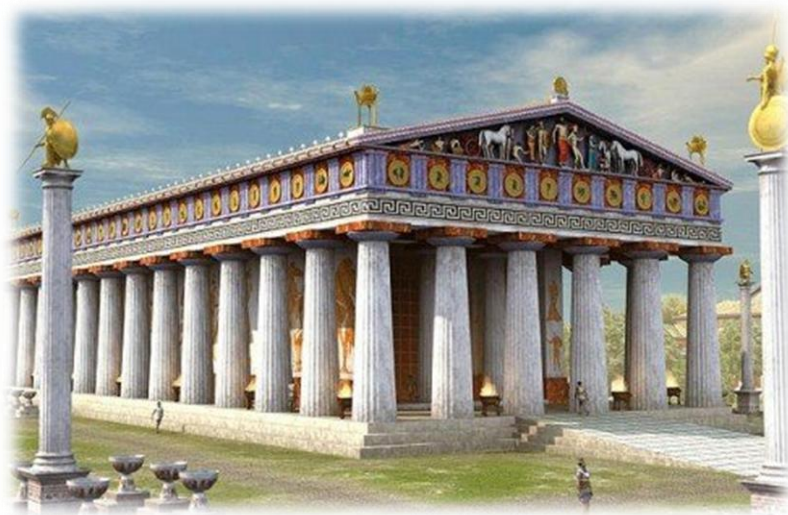
776 г. до н. э. — первые в истории Олимпийские игры

Термины: Элланодики, панкратион

Персоналии: Корибос (Короб)

ПРОЧИТАЙ

Первые Олимпийские игры состоялись в **776 г. до н. э.** в городе Олимпия в Южной Греции на полуострове Пелопоннес. По легенде, их основал герой Геракл и посвятил богу Зевсу. В дальнейшем игры проводились один раз в четыре года. Объявление соревнований становилось для древних людей объединяющим праздником. На это время греки объявляли священный мир, прекращали все военные действия, забывали распри. Не дозволялось даже появляться в Олимпии с оружием.



Храм Зевса в Олимпии (историческая реконструкция XIX в.)

Участники ОЛИМПИЙСКИХ ИГР:

К участию в Олимпийских играх допускались все свободнорожденные греческие граждане. Рабы и варвары, т.е. лица негреческого происхождения, участвовать в Олимпийских играх не могли.

Программа ОЛИМПИЙСКИХ ИГР:

На первых 12-ти Олимпиадах была единственная дисциплина — забег на 600 старинных футов (192 м). Затем добавили гонки в полных доспехах, прыжки, бокс, метание диска, панкратион, борьбу, гонки на колесницах, верховую езду, стрельбу из лука и пр.

ЗАПОМНИ ВАЖНЕЙШИЕ ТЕРМИНЫ:

1 стадий равен 192 метра 27 сантиметров

Первое время в программе Олимпийских игр был только стадион — бег на один стадий (192,27 м), затем число олимпийских дисциплин выросло. Отметим некоторые кардинальные изменения в программе:

– на 14 Олимпийских играх (724 до н.э.) в программу включен диаулос — бег на 2 стадия, а 4 года спустя — долиходром (бег на выдержку), дистанция которого составляла от 7 до 24 стадиев;

– на 18 Олимпийских играх (708 до н.э.) впервые проведены соревнования по борьбе и **пентатлону** (пятиборью), включавшему, помимо борьбы и бега, прыжки в длину, а также метание копья и диска;

– на 23 Олимпийских играх (688 до н.э.) в программу состязаний вошел кулачный бой,

– на 25 Олимпийских играх (680 до н.э.) добавлены гонки на колесницах (запряженных четырьмя взрослыми лошадьми, со временем этот вид программы расширился, в 5–4 вв. до н.э. стали проводиться гонки колесниц, запряженных парой взрослых лошадей, молодыми лошадьми или мулами);

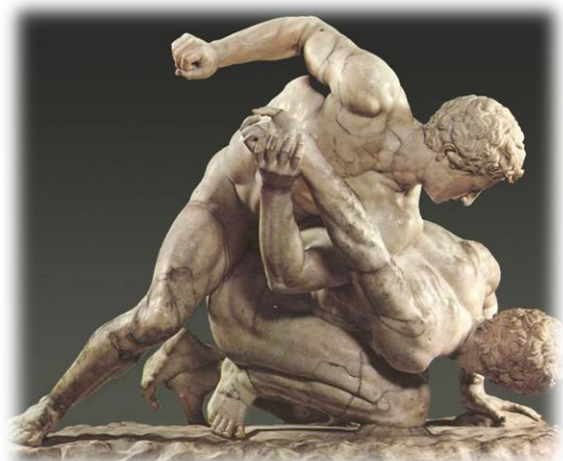
– на 33 Олимпийских играх (648 до н.э.) в программе Игр появились верховые скачки на лошадях (в сер. 3 в. до н.э. стали также проводиться скачки на жеребятках) и панкратион — единоборство, соединявшее в себе элементы борьбы и кулачного боя с минимальными ограничениями на «запрещенные приемы» и во многом напоминающее современные бои без правил.

ПРОЧИТАЙ

Сущность ПАНКРАТИОНА заключалась в проведении поединка двух невооруженных атлетов с применением приемов борьбы, ударов руками и ногами, болевых и удушающих захватов. Борцы не использовали какое-либо защитное снаряжение. В этом состязании греки видели отличное средство подготовки юношей к рукопашной во время войн. Победители в панкратионе становились национальными героями.

ЗАПОМНИ ВАЖНЕЙШИЕ ТЕРМИНЫ:

ПАНКРАТИОН — один из видов единоборств, впервые включенный в программу Олимпийских игр Древней Греции в 648 году до нашей эры.



Панкратион **вид** единоборства в Древней Греции, соединявшего приемы борьбы и кулачного боя

Судьи ОЛИМПИЙСКИХ ИГР:

Элланодики (греч. hellanodikes) – члены комиссии из 10 граждан Элиды, которые во время проведения Олимпийских игр выполняли функции судей: проверяли атлетов, следили за их тренировками, принимали у них присягу и распределяли награды.

ЗАПОМНИ ВАЖНЕЙШИЕ ТЕРМИНЫ:

Элланодики – судьи состязаний в Древних Олимпийских играх



Элланодик торжественно провозглашает победителя Олимпийских игр.

Победители ОЛИМПИЙСКИХ ИГР:

Олимпионик – победитель античных Олимпийских игр

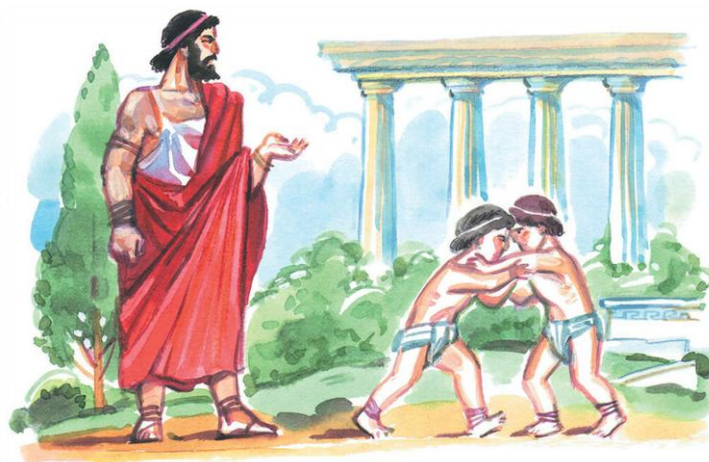
Победитель Олимпийских игр получал вместе с оливковым венком (эта традиция пошла с 752 до н.э.) и всеобщее признание. Он становился одним из самых уважаемых людей в своем городе, его нередко освобождали от государственных повинностей, давали прочие привилегии.



Чествование победителя.

Первым из известных нам олимпиоником стал **Коррибос (Корреб)** из Элиды, одержавший победу в беге на один стадий в 776 до н.э.

Тренеров в Древней Греции называли гимнастами. Сам термин «гимнастика» возник в VIII в. до н.э. В переводе с древнегреческого он означает «тренировать» или «упражнять». Под присмотром гимнастов мальчики с 12 лет занимались в **палестрах** борьбой, прыжками, метанием копья и диска, бегом.



Палестра (греч. παλαίστρα), частная гимнастическая школа в Древней Греции, в которой занимались физическим воспитанием детей

ЧАСТЬ 2. Возрождение Олимпийской идеи

ЗАПОМНИ ВАЖНЕЙШИЕ ТЕРМИНЫ:

Олимпийская хартия — свод основополагающих принципов олимпизма, правил и официальных разъяснений, принятых **Международным олимпийским комитетом (МОК)**.

1894 г. — основан Международный олимпийский комитет.

1896 г. — первые современные летние Олимпийские игры — проходили с 6 по 15 апреля в Афинах, Греция.

Термины: МОК (Международный олимпийский комитет)

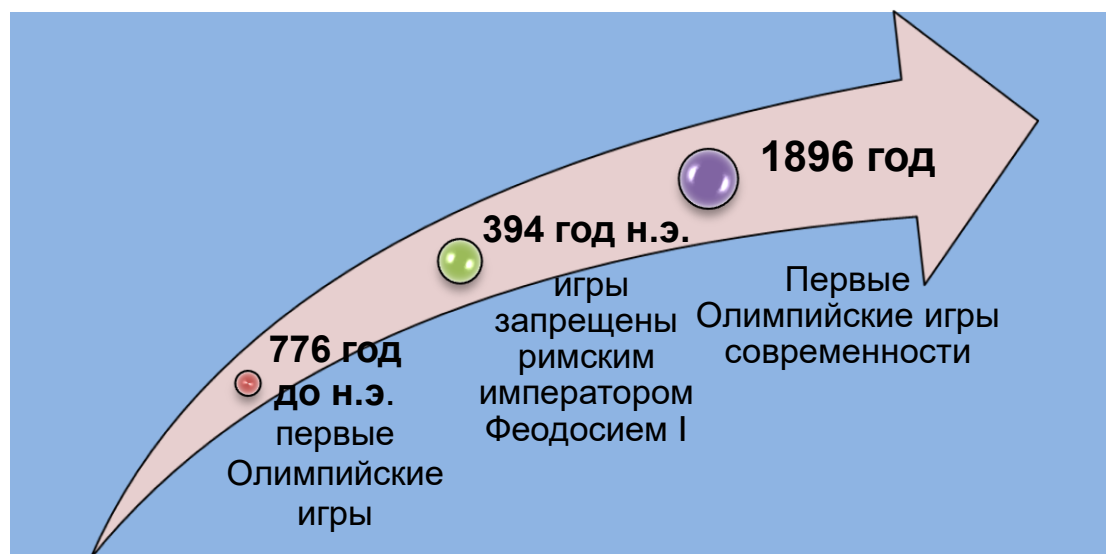
Персоналии: Феодосий I, Пьер де Кубертен

ПРОЧИТАЙ

Олимпийские игры существенно потеряли своё значение с приходом римлян. После того, как христианство стало официальной религией, игры стали рассматриваться как проявление язычества и в 394 н. э. они были запрещены императором **Феодосием I**.



Феодосий I, римский император, который издал указ, запрещающий проведение Олимпийских игр



Запомни: Важные даты



Пьер де Кубертен французский общественный и спортивный деятель, историк, философ, педагог.

Инициатор современных Олимпийских игр, основоположник идей олимпизма. 2-й президент Международного олимпийского комитета (МОК).

ПРОЧИТАЙ

На конгрессе, проведённом 16-23 июня 1894 в Сорбонне (Парижский университет), барон Пьер де Кубертен представил международной публике свои идеи о возрождении Олимпийских игр. В последний день конгресса (23 июня) было принято решение о том, что первые Олимпийские Игры современности должны состояться в **1896** году в Афинах, в стране-родоначальнице Игр — Греции. Чтобы организовать проведение Игр, был основан Международный олимпийский комитет (МОК).

Первым президентом Комитета стал грек **Деметриус Викелас**, который был президентом до окончания I Олимпийских Игр 1896 года. Генеральным секретарём стал барон Пьер де Кубертен.

8



Члены первого Международного Олимпийского Комитета

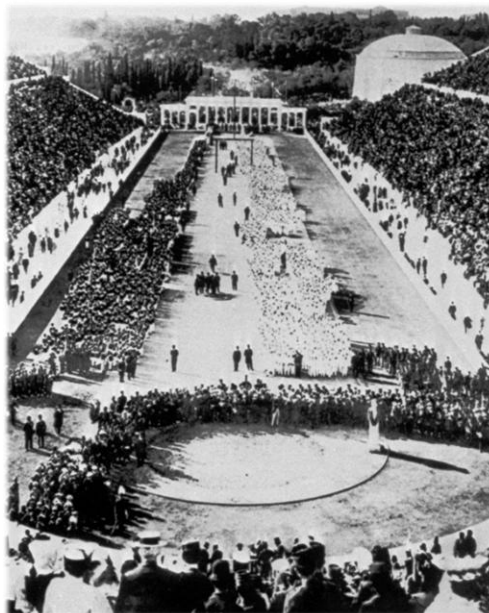
ПРОЧИТАЙ

По данным МОК, в первой Олимпиаде участвовали 14 государств.

Спортивные дисциплины: борьба, плавание, велоспорт, гимнастика (лазание по канату; кольца; конь; перекладина; параллельные брусья; опорный прыжок; командная перекладина; командные брусья), стрельба, теннис, тяжелая атлетика, фехтование, легкая атлетика.



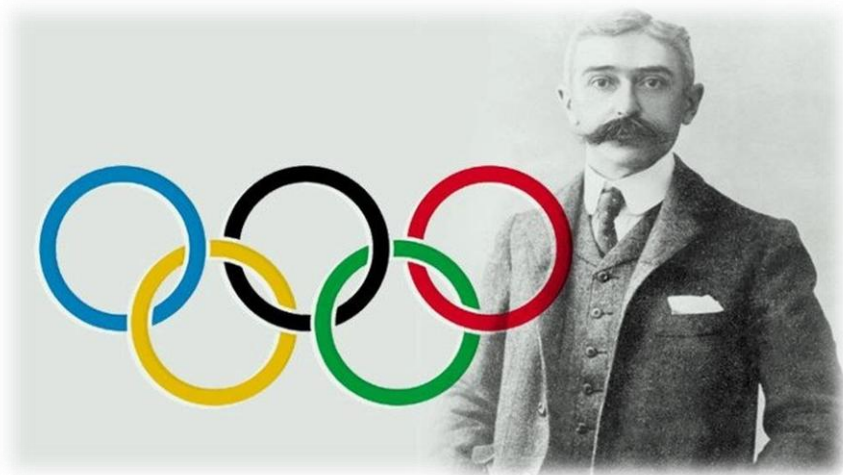
Медаль первых Олимпийских игр



Церемония открытия Игр

Первые Олимпийские игры стали большим успехом, хотя и не пользовались такой популярностью, как сейчас. На тот момент это было самое крупное спортивное международное мероприятие. Стадион «Панатинаикос» был переполнен самой большой толпой, которая когда-либо смотрела спортивные соревнования. По разным источникам, на стадионе собиралось от 15 до 80 тысяч человек.

ПРОЧИТАЙ Олимпийское движение имеет свои эмблему и флаг, утвержденные МОК по предложению Кубертена в 1913. Эмблема — олимпийские кольца. Девиз — *Citius, Altius, Fortius* (быстрее, выше, сильнее). Флаг — белое полотнище с олимпийскими кольцами, с 1920 поднимается на всех Играх.



Придумал девиз не создатель Международного олимпийского комитета (МОК) и современных Олимпиад барон Пьер де Кубертен, которому его часто приписывают, а доминиканский священник Анри Дидон.

Дидон активно продвигал спорт, устраивая соревнования в колледже неподалеку от Парижа, в котором он был директором. На открытии одного из турниров священник произнес знаменитую фразу, которая, правда, изначально звучала в другом порядке – Citius, Fortius, Altius (Быстрее, Сильнее, Выше). Фразу услышал друг Дидона – Пьер де Кубертен, которому настолько понравилась, что стала девизом будущих Олимпийских игр.



Анри Дидон

ЧАСТЬ 3. Проверь себя

1. В каком году прошли первые в истории Олимпийские игры? _____
2. Чему равен один стадий? _____
3. Как называлось священное перемирие, которое греки объявляли на время Олимпийских игр? _____
4. Судей в Древней Греции называли? _____
5. Как называется вид спорта, объединяющий борьбу и кулачный бой? _____
6. Чем награждали олимпийских чемпионов в Древней Греции? _____
7. Международный олимпийский комитет был создан? _____
8. Первым президентом МОК был выбран... _____
9. Принципы современного олимпизма изложены в... _____
10. Где и когда прошли первые Олимпийские игры современности? _____
11. Как звучит девиз Олимпийских игр? _____

Ответы:

1. в 776 г. до н. э
2. 192 м 27 см
3. Экехейрия
4. Элланодики
5. Панкратион
6. Оливковая ветвь
7. 1894 г.
8. Деметриус Викелас
9. Олимпийской хартии
10. Афины, Греция, 1896 г.
11. «Быстрее, Сильнее, Выше»

Интересные факты

Новый Девиз Олимпийских игр — *Citius, altius, fortius — communiter* (Быстрее, выше, сильнее – вместе») утверждён 20 июля 2021 года Международным олимпийским комитетом в Токио.

Право проведения ОИ закрепляется за городом, а не за страной.

Каждый раз заново разрабатываются эмблема и талисманы Олимпийских игр. Так, талисманами Олимпиад были снеговик, енот, ягуар и даже такса. Один из самых популярных образов – медведь.

В шествии стран-участниц первой идет делегация из родоначальницы Игр – Греции.

Существует особый ритуал зажжения Олимпийского огня от лучей солнца. В нем участвуют 11 девушек, что является отсылкой к древнегреческим музам.

Игры дважды не состоялись из-за войн – Первой и Второй мировой.

Впервые эстафета Олимпийского огня была проведена в 1936 году в фашистской Германии. Церемония носила пропагандистский характер. Огонь доставили напрямую из греческой Олимпии.

Церемония открытия Олимпиады 1936 года в Берлине впервые в истории соревнования транслировалась в прямом эфире по телевидению.

Современные церемонии открытия ОИ непременно сопровождают грандиозные представления. Первое театрализованное представление для Олимпиады поставил сам Уолт Дисней. Им открывались зимние Игры 1960 года.

В среднем Олимпийские игры длятся 16-18 дней. Но в истории состязаний были Игры, которые продолжались несколько месяцев. Они проходили в 1900 году в Париже и в 1904 году в Сент-Луисе.

Знаменитый философ Пифагор, кроме ума, блистал ещё и спортивными достижениями. На 48-й Олимпиаде в 588 г. до н.э. философ стал чемпионом в единоборствах. Правда, в каких именно – нет единого мнения. Одни источники утверждают, что Пифагор побеждал в панкратионе, другие – в борьбе.