

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/273138627>

# Edukacja olimpijska dla gimnazjum

Book · January 2015

---

CITATIONS

4

---

READS

1,609

2 authors:



[Michał Bronikowski](#)

Poznan University of Physical Education

98 PUBLICATIONS 715 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



[Malgorzata Anna Bronikowska](#)

University of Physical Education Poznan Poland

58 PUBLICATIONS 379 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Michał Bronikowski  
Małgorzata Bronikowska

# Edukacja olimpijska

dla gimnazjum

Poradnik dla nauczycieli



materiały i podręczniki  
Mariana Pietraszewskiego

Poznań 2009

Redaktor

*Anna Kaczmarek*

Akwarele

*Wojciech Zabłocki*, ze zbioru Muzeum Sportu i Turystyki (MSiT) w Warszawie (s. 11, 17, 18, 20, 23, 27, 31)

Zdjęcia:

GeoM – Fotolia.com (s. 15), arfo – Fotolia.com (s. 26), Katarzyna Rainka (s. 44), Leszek Fidusiewicz (s. 47, 68, 69), Szymon Sikora (s. 38, 39, okładka – [www.szymonsikora.com](http://www.szymonsikora.com)), Muzeum Sportu i Turystyki (MSiT) w Warszawie (s. 14, 32, 50), Małgorzata Bronikowska (s. 53, 69), Maurizio Ascione – Fotolia.com (s. 27), Wikipedia (s. 47, 66), Corel Corporation (s. 62), s. 76 od lewej: Stefan Baum – Fotolia.com, Małgorzata Bronikowska, Freefly – Fotolia.com, Związek Piłki Ręcznej w Polsce, waveworld – Fotolia.com, Jorge Casais – Fotolia.com, Corel Corporation, Sportlibrary – Fotolia.com, Margo Harrison – Fotolia.com, Piotr Sikora – Fotolia.com, Piotr Sikora – Fotolia.com, Nicholas Piccillo – Fotolia.com, Clarence Alford – Fotolia.com, Friday – Fotolia.com, Galina Barskaya – Fotolia.com, Yury Maryunin – Fotolia.com, Franc Podgoršek – Fotolia.com

Konsultacja ikonograficzna

*Krzysztof Tomczak*

Łamanie komputerowe

*Reginaldo Cammarano*

*Autorzy składają wyrazy podziękowania Panu dr. Marcinowi Czechowskiemu i Panu dr. Filipowi Kobieli za cenne uwagi, Panu Wojciechowi Zabłockiemu oraz Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie za udostępnienie prac plastycznych – akwarel dla celów edukacyjnych, Polskiemu Komitetowi Olimpijskiemu za możliwość wykorzystania zdjęć ze zbiorów Leszka Fidusiewicza, Katarzyny Rainki, Szymona Sikory.*

© Copyright by Polski Komitet Olimpijski, Warszawa 2009

ISBN 978-83-89287-95-3

Oficyna Edukacyjna Wydawnictwa eMPI<sup>2</sup> s.c.

ul. św. Wojciech 28, 61-749 Poznań

tel. 61 851 76 61, fax 61 853 06 76

[www.empiz.pl](http://www.empiz.pl), e-mail: [sprzedaz@empiz.pl](mailto:sprzedaz@empiz.pl)

## Spis treści

Podstawa programowa .....	4
1. Czym są igrzyska olimpijskie? .....	7
2. Igrzyska antyczne w starożytnej Grecji .....	11
3. Starożytni bogowie – mitologia grecka .....	15
4. Dzień z życia olimpijczyka w starożytnej Olimpii .....	19
5. Starożytność i etyka .....	24
6. Tradycje olimpijskie w okresie między starożytnymi a nowożytnymi igrzyskami olimpijskimi .....	26
7. Pierre de Coubertin – wskrzesiciel nowożytnych igrzysk olimpijskich ..	32
8. Symbole olimpijskie oraz olimpijskie ceremoniały .....	37
9. <i>Fair play</i> .....	43
10. Ciekawostki i fakty, czyli 100 lat nowożytnych igrzysk olimpijskich .....	50
11. Twój ulubiony sportowiec .....	67
12. Sporty olimpijskie .....	70
13. Twój najlepszy wynik w różnych dyscyplinach sportu .....	77
Konspekty lekcji języka angielskiego na temat sportów olimpijskich (Plans of English lessons on Olympic sports) .....	85
Literatura uzupełniająca .....	103

# Podstawa programowa

---

Niniejszy poradnik jest propozycją realizacji celów i treści zamieszczonych w nowej podstawie programowej wychowania fizycznego i niektórych celów i treści etyki.

## Wychowanie fizyczne

### Cele kształcenia – wymagania ogólne

Dbłość o sprawność fizyczną, prawidłowy rozwój, zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne oraz zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem, w szczególności:

- a) umiejętność oceny własnej sprawności fizycznej i przebiegu rozwoju fizycznego w okresie dojrzewania;
- b) gotowość do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej oraz ich organizacji;
- c) zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem;
- d) umiejętności osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu i bezpieczeństwu.

### Treści nauczania – wymagania ogólne

1. **Diagnoza sprawności i aktywności fizycznej oraz rozwoju fizycznego.** Uczeń:
  - a) wykonuje wybrany przez siebie zestaw prób do oceny wytrzymałości, siły i gibkości;
  - b) ocenia poziom własnej aktywności fizycznej;
  - c) wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego;
  - d) wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni.
2. **Trening zdrowotny.** Uczeń:
  - a) omawia zmiany zachodzące w organizmie w czasie wysiłku fizycznego;
  - b) wskazuje korzyści z aktywności fizycznej w terenie;
  - c) omawia korzyści dla zdrowia z podejmowania różnych form aktywności fizycznej w kolejnych okresach życia człowieka;
  - d) przeprowadza rozgrzewkę;
  - e) opracowuje i demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne, w tym wzmacniające mięśnie brzucha, grzbietu oraz kończyn górnych i dolnych, rozwijające gibkość, zwiększające wytrzymałość, a także ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;
  - f) opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym;
  - g) planuje i wykonuje prosty układ gimnastyczny;
  - h) wybiera i pokonuje trasę crossu.

3. **Sporty całego życia i wypoczynek.** Uczeń:
  - a) stosuje w grze: odbicie piłki oburącz sposobem dolnym, zagrywkę, forhend i backhand, zwody;
  - b) ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie;
  - c) wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej.
4. **Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista.** Uczeń:
  - a) wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania im;
  - b) wskazuje zagrożenia związane z uprawianiem niektórych dyscyplin sportu;
  - c) demonstrowa ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze;
  - d) wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania.
5. **Sport.** Uczeń:
  - a) planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”;
  - b) pełni rolę organizatora, zawodnika, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych;
  - c) wyjaśnia, co symbolizują flaga i znicz olimpijski;
  - d) stosuje zasady „czystej gry”: niewykorzystywanie przewagi losowej, umiejętność właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki.
6. **Taniec.** Uczeń opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub w zespole dowolny układ tańca.
7. **Edukacja zdrowotna.** Uczeń:
  - a) wyjaśnia, czym jest zdrowie; wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ;
  - b) wymienia zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu oraz wyjaśnia, na czym polega i od czego zależy dokonywanie wyborów korzystnych dla zdrowia;
  - c) identyfikuje swoje mocne strony, planuje sposoby ich rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
  - d) omawia konstruktywne sposoby radzenia sobie z negatywnymi emocjami;
  - e) omawia sposoby redukcji nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny;
  - f) omawia znaczenie dla zdrowia dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci;
  - g) wyjaśnia, w jaki sposób może dawać i otrzymywać różnego rodzaju wsparcie społeczne;
  - h) wyjaśnia, co oznacza zachowanie asertywne, i podaje jego przykłady;
  - i) omawia szkody zdrowotne i społeczne związane z paleniem tytoniu, nadużywaniem alkoholu i używaniem innych substancji psychoaktywnych; wyjaśnia, dlaczego i w jaki sposób należy opierać się presji oraz namowom do używania substancji psychoaktywnych i innych zachowań ryzykownych.

## Etyka

### Cele kształcenia – wymagania ogólne

1. Kształtowanie refleksyjnej postawy wobec człowieka, jego natury, powinności moralnych oraz wobec różnych sytuacji życiowych.
2. Rozpoznawanie podstawowych wartości i dokonywanie właściwej ich hierarchizacji, dokonywanie wyboru wartości i tworzenie ich hierarchii.
3. Poznawanie specyficznych norm i wartości leżących u podstaw działalności publicznej w szkole (samorząd uczniowski), społeczności lokalnej i państwie demokratycznym; rozpoznawanie sytuacji naruszających te normy i wartości (np. korupcji); podejmowanie działań zgodnych z tymi normami i wartościami w grupie rówieśniczej i szkole.
4. Podjęcie odpowiedzialności za siebie i innych oraz za dokonywanie wyboru moralnego; rozstrzyganie wątpliwości i problemów moralnych zgodnie z przyjętą hierarchią wartości i dobrem wspólnym.
5. Stosowanie zasad harmonijnego współistnienia i współdziałania ze środowiskiem społecznym i przyrodniczym.

Zajęcia z etyki mają charakter wychowawczy. W ramach tych zajęć powinien być prowadzony pogłębiony dialog wychowawczy na temat moralnego wymiaru ludzkiego działania odnoszony do otaczającej uczniów rzeczywistości.

Na III etapie (gimnazjum) edukacyjnym do zadań szkoły należy w szczególności:

- 1) uświadamianie ważnych problemów moralnych i sposobów ich rozwiązywania;
- 2) ukazywanie znaczenia zasad moralnych dla rozwoju osobistego człowieka, kształtowania się relacji między ludźmi oraz życia społecznego, gospodarczego i politycznego;
- 3) ułatwianie nawiązywania więzi z własną rodziną, państwem oraz jego kulturą, umożliwiających rzeczywiste otwieranie się na różnorodność kultur w otaczającym świecie;
- 4) umożliwienie rozwijania umiejętności prezentacji własnego stanowiska w dialogu z innymi i demokratycznego współdecydowania.

## CZYM SĄ IGRZYSKA OLIMPIJSKIE?

---

### Wprowadzenie do lekcji

1. Jak myślisz, czy wiedza o tematyce olimpijskiej jest w wystarczającym stopniu znana polskiej młodzieży? Jeżeli tak, to w jakim zakresie, jeżeli nie, to dlaczego? Czy jest ona Tobie znana?

A. Uczniowie odpowiadają na pytania.

1. Czym są dla Ciebie igrzyska olimpijskie?

- a) festiwalem sportowym,
- b) zwykłymi zawodami sportowymi,
- c) najważniejszym wydarzeniem sportowym w danym roku,
- d) zawodami podobnymi do mistrzostw świata,
- e) wielkim *show* (widowiskiem).

2. Igrzyska olimpijskie odbywają się:

- a) co kilka lat na różnych kontynentach,
- b) co dwa lata w różnych państwach,
- c) w nieregularnych odstępach czasu, ale w różnych miastach,
- d) co cztery lata w różnych miastach.

3. W igrzyskach olimpijskich mogą brać udział:

- a) dowolni zawodnicy z każdego kraju,
- b) tylko mistrzowie kraju w każdej z dyscyplin sportowych,
- c) najlepsi zawodnicy w danych dyscyplinach sportu w kraju,
- d) wszyscy zawodnicy, którzy chcą i są przygotowani,
- e) tylko najlepsi sportowcy w kraju zrzeszeni w federacjach sportowych.

4. Igrzyska olimpijskie:

- a) dotyczą sportów wymyślonych w XX wieku,
- b) są kontynuacją starych rzymskich tradycji,
- c) zostały wskrzeszone przez Francuza barona Pierre de Coubertina w XIX wieku,
- d) są takie same dzisiaj, jakie były w starożytności,
- e) nie różnią się od mistrzostw świata, tylko odbywają się rzadziej.

5. Mistrzowie olimpijscy:

- a) zostają jednocześnie mistrzami świata,
- b) w czasie wręczania medali otrzymują także wysokie nagrody pieniężne,



- c) nie mogą startować w mistrzostwach świata,
- d) zostają mistrzami olimpijskimi aż do następnych igrzysk olimpijskich,
- e) stają się automatycznie mistrzami swojego kraju.

#### 6. Oficjalnym symbolem igrzysk olimpijskich jest:

- a) pięć kółek olimpijskich,
- b) maskotka igrzysk olimpijskich,
- c) antyczna rzeźba „Dyskobol”,
- d) białe gołębie olimpijskie,
- e) pochodnia z ogniem olimpijskim.

#### 7. Czy wiesz, co znaczy zachowywać się zgodnie z zasadami fair play? Spróbuj się zastanowić wspólnie z kolegami/koleżankami z klasy.

- Zastanów się, dlaczego wybrałeś właśnie taką odpowiedź?

### B. Informacja o charakterze naukowym dla uczniów.

Nauczyciel czyta tekst. W dalszej części lekcji jako pracę samodzielną lub w zespołach nauczyciel wyznacza uczniom zebranie danych z ankiety „Cele i zadania ruchu olimpijskiego”, by następnie przedstawić je z wykorzystaniem wykresów bądź tabel.

*W Polsce, podobnie jak w innych krajach, od wielu lat prowadzi się badania naukowe, których tematem są zagadnienia związane z ruchem olimpijskim, olimpiżmem czy z ideą fair play. Aby lepiej zrozumieć potrzebę wprowadzania takich treści do programów nauczania w szkole, za pomocą uzyskanych wyników przedstawimy aktualny stan wiedzy polskiej młodzieży w tym zakresie.*

*W 1989 roku przeprowadzono w Warszawie badania pt. „Idea fair play w świadomości młodzieży”, którymi objęto 360 uczniów. Okazało się, że z pojęciem fair play zetknęło się około 80% badanej młodzieży, ale w większości wypadków było to związane z ich aktywnością sportową w klubie (70%) oraz relacjami ze sportowych imprez w prasie i TV. Tylko 5% uczniów nieuprawiających sportu słyszało o fair play w szkole, a 7,5% uczniów dowiedziało się czegoś na ten temat od rodziców. Jest to zatem bardzo mało, nie mogą też dziwić wyniki dalszych analiz, według których 35% młodzieży nie widzi, aby igrzyska olimpijskie odgrywały jakąś rolę w upowszechnianiu tej idei, a 26% nie zauważa szansy na propagowanie idei fair play nawet na szczeblu szkolnych i międzyszkolnych zawodów sportowych. Najważniejszą funkcję przypisuje ludziom i instytucjom bezpośrednio związanym ze sportem (45% badanych), a znacznie mniejszą szkole (23%).*

*W innych badaniach sondażowych, w których udział wzięło 500 osób, 25% chłopców i 18% dziewcząt uważało, że obserwuje przykłady postępowania zgodnie z zasadą fair play również w innych sferach życia, chociaż 36% z nich twierdziło, że takich zachowań w ogóle nie dostrzega w codziennym życiu.*

*W ankietach przeprowadzonych wśród nauczycieli w Wielkopolsce (50 nauczycieli wychowania fizycznego), dotyczących wprowadzenia treści olimpijskich do programów nauczania w szkole, większość z badanych uważała, że takie zagadnienia powinny się wdrażać na lekcjach wychowania fizycznego (96%), historii (72%) oraz na lekcjach*

języka ojczystego i obcego (25%), a tematy powinny dotyczyć: historii igrzysk olimpijskich (72%), wychowania i kształtowania postaw moralnych (56%), zasad fair play (47%) i dyscyplin olimpijskich z praktycznym ich doskonaleniem (45%) oraz udziału Polaków w igrzyskach olimpijskich (36%), wiedzy o krajach, kulturze i sportowcach uczestniczących w igrzyskach olimpijskich (tylko 12%).

(Powyższe dane pochodzą z różnego rodzaju opracowań naukowych publikowanych w specjalistycznych czasopismach, takich jak: „Wychowanie Fizyczne i Sport” czy „Kultura Fizyczna”, a także w „Almanachach PKOl”).

Uwaga! Wartości procentowe nie sumują się do 100, gdyż respondenci mogli wybrać po kilka odpowiedzi.

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 2. Ruch olimpijski

To zadanie można zrealizować w podziale na grupy, uczniowie sprawdzają swoją wiedzę na temat zadań ruchu olimpijskiego i zbierają dane w wyznaczonych grupach.

#### A. Cele i zadania ruchu olimpijskiego

##### Kto jest za co odpowiedzialny, jakie są cele ruchu olimpijskiego? Dyskusja wstępna.

Uczniowie przygotowują pisemny plan (w punktach) do dyskusji po wcześniejszym zapoznaniu się z poniższymi zadaniami.

Co to jest Międzynarodowy Komitet Olimpijski? .....

.....

Kto jest prezydentem Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego? .....

.....

#### B. Utożsamianie ruchu olimpijskiego z pewnymi zjawiskami

Uczniowie wypełniają ankietę.

##### Zaznacz krzyżykiem te zjawiska, z którymi kojarzy Ci się ruch olimpijski.

Mogą to być:	TAK	NIE	NIE WIEM
a) doping farmakologiczny	[ ]	[ ]	[ ]
b) przekupstwo, oszustwa	[ ]	[ ]	[ ]
c) honor kraju	[ ]	[ ]	[ ]
d) braterstwo sportowe	[ ]	[ ]	[ ]
e) <i>fair play</i> , czysta gra, przestrzeganie zasad	[ ]	[ ]	[ ]
f) poznawanie innych kultur	[ ]	[ ]	[ ]

	TAK	NIE	NIE WIEM
g) harmonijny rozwój ciała i duszy	[ ]	[ ]	[ ]
h) lepszy świat	[ ]	[ ]	[ ]
i) kształtowanie silnego charakteru	[ ]	[ ]	[ ]
j) zwycięstwo	[ ]	[ ]	[ ]
k) reklama	[ ]	[ ]	[ ]
l) zawody dla amatorów	[ ]	[ ]	[ ]

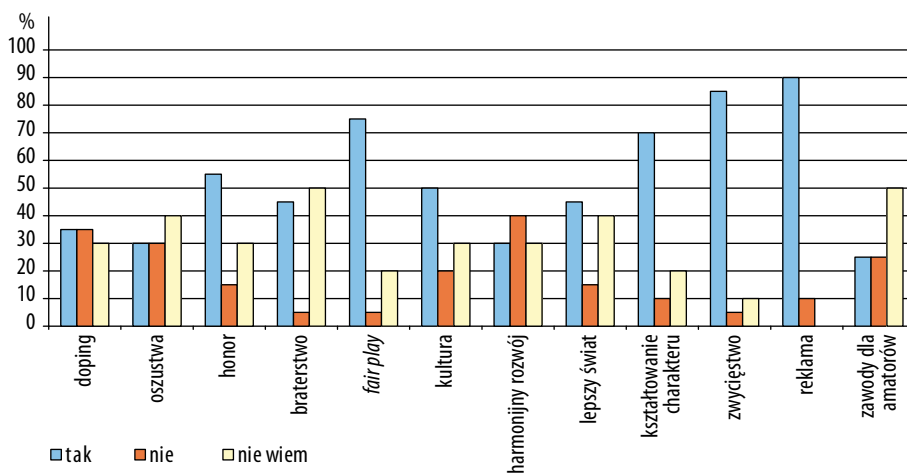
### Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)

### 3. Zadania dla uczniów

**A. Zastanów się, które z powyższych punktów są rzeczywistymi zasadami i zadaniami ruchu olimpijskiego, a które są wynikiem innych (najczęściej negatywnych) współcześnie występujących zjawisk?**

**B. Przedyskutuj swoje propozycje w grupie, a potem na forum całej klasy z nauczycielem.**

**C. Przedstaw zebrane dane w postaci graficznego wykresu.**



Przykładowe opinie uczniów klasy III na temat stopnia występowania różnych zjawisk na igrzyskach olimpijskich [%]

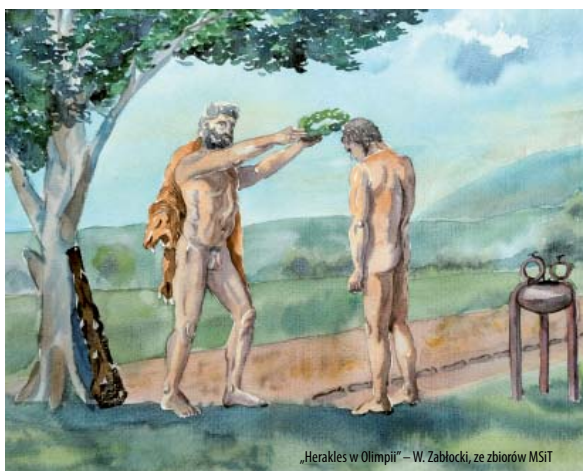
Spróbuj zrobić taki lub inny wykres ilustrujący zebrane przez Ciebie wyniki ankiety przeprowadzonej w Twojej lub innej klasie.

## Wprowadzenie do lekcji

### 1. Tekst prezentowany w klasie przez nauczyciela bądź ucznia

#### Historia

Za oficjalną datę pierwszych igrzysk antycznych uznaje się rok 776 p.n.e., chociaż prawdopodobnie odbywały się one znacznie wcześniej. Starożytna Grecja, podzielona na liczne miastostany (*polis*), pozostawała w stanie częstych konfliktów pomiędzy poszczególnymi miastami. Igrzyska sportowe stały się wspólną areną do pokojowej rywalizacji w duchu walki sportowej, sposobem wychowania. Grecy,



którzy dostrzegali potrzebę równomiernego kształcenia fizycznego i moralnego, wierni byli idei *kalokagatii* (*kalokagatia* – greckie pojęcie oznaczające połączenie dobra z pięknem), przygotowującej młodych obywateli do życia w kraju o demokratycznych poglądach.

Powstanie igrzysk związane było z mitycznymi postaciami Zeusa i Heraklesa, ale było i jest również wy-

*razem męskiej potrzeby porównywania swoich sił przez udział w różnych zawodach (w starożytnych igrzyskach udział brać mogli tylko mężczyźni). Igrzyska odbywały się kolejno w różnych miastach starożytnej Grecji (Nemea, Istmia, Delfy i Olimpia) co roku. Dawało to przerwę czterech lat między igrzyskami w tym samym mieście – przerwa ta nazywała się „Olimpiadą”, a zawody rozgrywane między obywatelami Grecji w Olimpii nazywały się igrzyskami olimpijskimi. Na czas igrzysk ogłaszano pokój olimpijski „Ekecheiria”, który gwarantował nietykalność i bezpieczne dotarcie do miejsca igrzysk każdemu, kto chciał wziąć udział, mimo panujących wojen i konfliktów między poszczególnymi miastami. Początkowo igrzyska trwały tylko jeden dzień, potem wydłużono je do trzech i pięciu dni, by móc wprowadzić kilka nowych dyscyplin. Oprócz zawodów sportowych igrzyskom towarzyszyły również obrzędy sakralne i konkursy sztuki, a cały pierwszy dzień poświęcony był uroczystościom ku czci Zeusa, przysiędze i badaniom sprawności fizycznej zawodników.*

## 2. Sprawdzenie zapamiętanej przez uczniów wiedzy

Klasę można podzielić na grupy, w których jedna osoba będzie moderatorem dyskusji na temat przeczytanego tekstu.

Przykładowe pytania:

**A. Czy pamiętasz, kiedy zorganizowano pierwsze starożytne igrzyska olimpijskie?**

**B. Co to jest pokój olimpijski? Czy myślisz, że dzisiaj to zjawisko jest respektowane tak samo jak w czasie starożytnych igrzysk olimpijskich? Uzasadnij swoją odpowiedź.**

**Rozwińcie temat lekcji**

## 3. Zadania dla ucznia (praca w grupach w klasie)

**A. Wytlumacz znaczenie poniższych słów greckich:**

GYMNASTIKOS .....

OLIMPIONIK .....

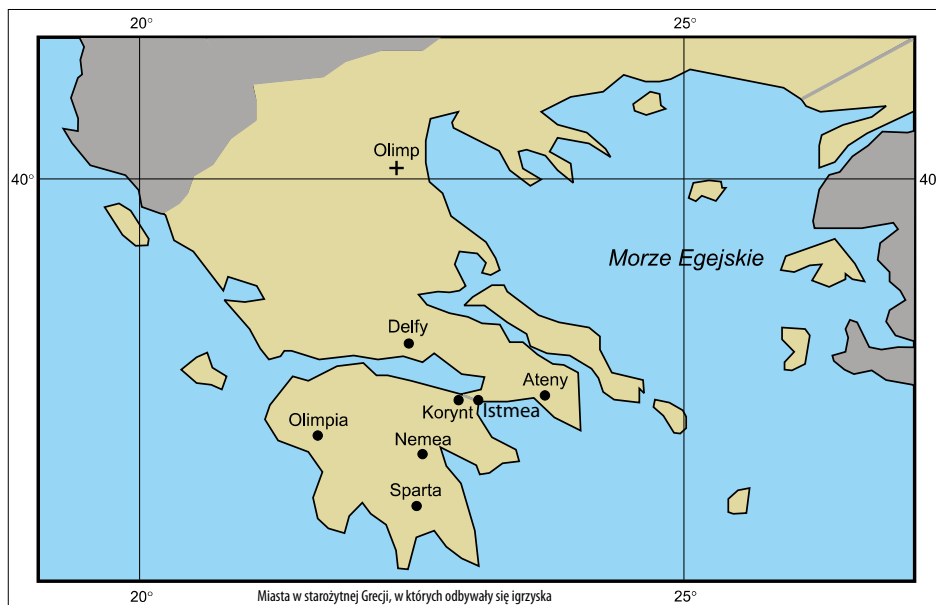
DEMOKRATIA .....

PALESTRA .....

EKECHEIRIA .....

POLIS .....

**B. Poszukaj na mapie Grecji miejsc związanych ze starożytnymi igrzyskami i spróbuj ustalić harmonogram kolejnych igrzysk na przestrzeni np. 24 lat, rozpoczynając od daty 776 r. p.n.e.**



Olimpia 776 r. p.n.e.

.....  
 .....  
 .....

Olimpia 772 r. p.n.e.

.....  
 .....  
 .....

**C. Co wiesz na temat starożytnych igrzysk – rodzaju zawodów, zawodników, znanych mistrzów olimpijskich?**

**D. Wymień kilka źródeł wiedzy historycznej, z których możemy dowiedzieć się czegoś o starożytnych igrzyskach.**

Dyskusja na forum klasy na temat zbierania i weryfikowania współczesnych źródeł informacji.

## Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)

### 4. Mitologiczni zwycięzcy olimpijscy

**A. Zapoznaj się z podaną poniżej legendą. Spróbuj sobie przypomnieć, czy znasz jakieś inne legendy dotyczące starożytności. Przygotuj przykłady na kolejną lekcję, tak abyś mógł zaprezentować je przed klasą.**

*Legenda głosi, że Herakles trafił pewnego razu do domu Tespiosa, Ateńczyka, który miał 50 córek. Potomkowie Heraklesa i 50 córek Tespiosa zaludnili świat grecki i od nich, według legendy, wywodzili się wszyscy starożytni zwycięzcy olimpijscy, zwani olimpionikami. Pierwszym zwycięzcą w biegu prostym został Herakles, a dystans 192 metrów (długość jednego stadionu) mierzony był jako 600 stóp olimpijskich i wyznaczany na podstawie długości stopy samego Heraklesa. Chionisa ze Sparty ogłaszano 6-krotnie zwycięzcą 29., 30., i 31. igrzysk olimpijskich.*

*Pierwszym 3-krotnym zwycięzcą na tych samych igrzyskach (w trzech różnych dyscyplinach) był Fanas z Peleny, który podczas 67. olimpiady wygrał bieg na jeden stadion oraz bieg podwójny i bieg w uzbrojeniu. W 67 r. n.e. w 211. igrzyskach*

*olimpijskich udział wziął rzymski cesarz Neron, zdobywając łącznie sześć wieńców olimpijskich w sześciu konkurencjach: zawodach heroldów, w wyścigach czterokonnych zaprzęgów, konkursach muzycznych i w konkursie utworów dramatycznych. Gdy cesarz wypadł na jednym z zakrętów ze swojego zaprzęgu, pozostali zawodnicy wstrzymali zaprzęgi, nie ośmielając się wyprzedzić Nerona. Nie dziwi zatem, że wygrał on we wszystkich konkurencjach, w których startował.*



„Dyskobol”, Myron, V w. p.n.e., kopia ze zbiorów MSTI/for. P. Oprządek

**B. Zapoznaj się ze zdjęciem (lub rysunkiem) dyskobola wzorowanym na rzeźbie „Dyskobol” Myrona. Spróbuj znaleźć informacje na ten temat. Można również na jego podstawie namalować lub wykonać rzeźbę dyskobola z gliny, plasteliny lub innego tworzywa.**

## Wprowadzenie do lekcji

1. Zapoznaj się z fragmentem epepei Homera *Iliady* dotyczącej igrzysk i zastanów się nad innymi źródłami wiedzy na ten temat (wazy, zdjęcia, wykopaliska).

## 2. Głośne odczytanie fragmentów epepei

Nauczyciel wyznacza jednego ucznia do czytania lub przydziela kilku uczniom po kilka wersów.

### „Iliada” Homera (fragment):

Jużci nowe nagrody Greków serca łechcą,  
Dla tych, co trudną walką zapasu pójść zechcą:  
Trójnóg dostanie szermierz najpierwszy w tym boju,  
Dwunastu wołów ceny, a w nagrodę znoju  
Dziewicę wartą cztery woły, kto ulegnie.....  
Wstał Ajas Telamoński olbrzymiej postawy,  
Wstał podstępny Odyseusz; zwłoki żadnej nie ma:  
Przepasani, rękami chwycą się obiema;  
Tak dwu balów budownik łączy w górze czoła,  
Że domu najmocniejszy ruszyć szturm nie zdoła.  
Od wyteżonych dłoni obu trzeszczą boki,  
Pot im z członków słonymi leje się potoki;  
Jeden drugiego mocno w silnych rękach trzyma,  
W czerwonych dęgach ciała na grzbiecie się wzdyma,  
A oni coraz bardziej swe siły wzmagali:  
Tak ich trójnóg i pięknej sławy żądza pali.  
Ajas Odysa nie mógł swoją złamać mocą,  
Nie mógł Odys Ajasa. Gdy się długo pocą,  
Tęsknotę już czyniła walka uporczywa;  
Wtem się do przeciwnika Ajas tak odzywa:  
„Dźwignij mię, lub ja ciebie dźwignę, Odyseju!  
Komu da Zeus, zwycięży w tym ciężkim turnieju”.  
Rzekł i dźwignął; lecz Odys w tej chwili przytomny  
Uderzył pod kolana; padł Ajas ogromny,  
Padł na wznak, a Odyseusz piersi mu przytłoczył.  
Zdumiał się lud, gdy widok niespodziany zoczył.  
Wstali. Dźwignął Odyseusz siłami wszystkiemi,



Posąg Homera, fot. Geoml - Fotolia.com



Lecz nie podniósł Ajasa, ledwie ruszył z ziemi.  
A wtem się mu kolana zgięły w ciężkiej próbie,  
Upadł: obadwa legli na piasku przy sobie.  
Już po trzeci raz jeden drugiego się imał,  
Kiedy powstał Achilles i walkę zatrzymał:  
„Prześciancie! Dłużej waszych sił wycieńczać szkoda.  
Równe obu zwycięstwo i równa nagroda.  
Niech drudzy walczą Grecy o nowe zapłaty”.  
Usłuchali, proch strzęśli i odziali szaty.

Przekład F. K. Dmochowskiego,  
Wydawnictwo Literackie, Kraków 1972

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 3. Czy wiesz kim był Zeus?

Na podstawie dotychczasowej wiedzy uczniowie przedstawiają swoje wyobrażenia o Zeusie i jego pochodzeniu, a następnie nauczyciel (albo któryś z uczniów) odczytuje poniższe fragmenty mitologii.

Fragment „Mitologii Greków i Rzymian” Zygmunta Kubiaka (1998)

Zaiste najpierw Chaos powstał, potem Gaja  
Rozłożysta, bezpieczna podstawa dla wszystkich  
[Nieśmiertelnych, co śnieżnym władają Olimpem,  
I mglisty Tartar w głębi pod rozległą ziemią],  
I Eros, najpiękniejszy z nieśmiertelnych bogów,  
Wątlący członki, który i bogom, i ludziom,  
Ujarmia w sercach rozum i mądre zamysły  
Z Chaosu Ereb się wyłonił i Noc czarna,  
A z Nocy Eter oraz Dzień się narodziły [...]  
[Poczęte, kiedy legła z Erebem w miłości].  
Gaja zaś urodziła najpierw Uranosa  
Równego jej, gwiazdnego, by ją okrył z zewsząd  
I by dla szczęśnych bogów pewną był siedzibą;  
Wydała też wysokie Góry, wdzięczne boskich  
I Pontosa, jałowe, wzdęte falą morze;  
To wszystko bez błógiego pożycia wydała.  
Potem przy Uranosie ległszy, urodziła  
Wzburzonego przepastnie Okeana oraz  
Kojosa, Kriosą, Hyperiona i Japeta,  
Teję, Reję, Temidę, Mnemosyne, złotem  
Wieńczoną Fojbę, Tetys przepiękną, a po nich  
Najmłodsze, najgroźniejsze potomstwo: Kronosa  
Przebiegłego, ten ojca krzepkiego nie cierpiał.



#### 4. Czy znana jest Ci legenda o królu Pelopsie? Co wiesz na ten temat?

Odczytanie fragmentu książki „Dysk olimpijski” Jana Parandowskiego (nagrodzonej brązowym medalem w Olimpijskim Konkursie Literatury i Sztuki w Berlinie podczas igrzysk w 1936 roku), dotyczącego legendy związanej z królem Pelopsem.

*Zdawało się, że widzą króla Oinomaosa, z czarną brodą, z ciemnym spojrzeniu spod nawisłych brwi jak wsparty na włócznie rozważa tuman kurzu na drodze. Obok stoi Hipodameja, jego piękna córka, jasne włosy spadają jej na plecy, ręka przyciska serce i drży, słysząc coraz bliższy tętent. Znowu jakiś księżę jedzie prosić o jej rękę. Przyszedł, wita się z królem. Krucze włosy wiją się w puklach dookoła śniadej twarzy. Pelops. Przyniosło go morze z dalekiej Lidii. Król Oinomaos mówi: Jeśli zwyciężysz w wyścigach, oddam ci córkę. Albo zabiję cię dzidą. Przed tobą było trzynastu i wszyscy leżą w ziemi. Zaprzęgają konie, wsiadają, lecą. Wiatr z nimi. W gorącej, jasnej, umykającej oddali słychać krzyk. Hipodameja zamyka oczy. Czyjeś ręce na włosach, śniada twarz Lidyjczyka przy jej twarzy. Służba wynosi króla z roztrzaskanego wozu.*

Po zapoznaniu się z legendą nauczyciel prowadzi dyskusję na forum całej klasy (można również podzielić ją na zespoły, przydzielić im prace, aby każdy miał do rozważenia inny punkt widzenia odnośnie do zachowania bohaterów tej legendy).

Jeżeli nauczyciel będzie potrafił później uzasadnić postępowanie Pelopsa, można powiedzieć uczniom o podstępie, jaki zastosował Pelops, aby pokonać okrutnego króla Oinomaosa. Namówił służącego, aby

podmienił drewniane kołki w kołach zaprzęgu króla na podobne, ale zrobione z wosku. W czasie jazdy wosk roztopił się, a cały zaprzęg rozpadł się w pełnym pędzie. Król zginął pod kołami swojego zaprzęgu. Jedna z legend głosi, że właśnie ku jego czci Pelops wyprawił pierwsze starożytne igrzyska olimpijskie.

## 5. Zastanów się, jakich znasz innych bohaterów mitologii greckiej i czym się oni wstawili.

### Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)

6. Przypomnij sobie, poszukaj samodzielnie lub zapytaj starsze rodzeństwo albo rodziców, kim byli następujący bohaterowie w mitologii greckiej: Odys, Achilles, Parys, Helena, Hektor i z czym kojarzą Ci się te postacie.

7. Zadanie do wspólnego wykonania przez całą klasę.

Przygotujcie kącik „Olimpijskie pamiątki, symbole, wydarzenia”. Wybierzcie miejsce, zróbcie gablotkę.



Uczniowie przygotowują materiał (zdjęcia, podpisy, odpisy dyplomów, ciekawostki, zagadki, krzyżówki), miejsce na symbole olimpijskie, rekordy, Nagrody *Fair Play*, maskotki kolejnych igrzysk, miejsce do wywieszenia regulaminu „Zachowanie olimpijskie w szkole”, zapowiedzi wizyt znanych osób związanych z ruchem olimpijskim oraz naszych sportowych olimpijskich nadziei.

# DZIEŃ Z ŻYCIA OLIMPIJCZYKA W STAROŻYTNEJ OLIMPII

---

## Wprowadzenie do lekcji

### 1. Zapoznaj się z opisem przygotowań do igrzysk w starożytnej Grecji.

Uczniowie samodzielnie zapoznają się z fragmentem książki J. Parandowskiego „Dysk olimpijski”.

*W trzecią pełnię po przesileniu letnim, w elejskim miesiącu Parthenios, Olimpia przyjmie zawodników i gości. Stanąć do igrzysk ma prawo każdy Grek wolno urodzony, nie splamiony zabójstwem, nieobciążony klątwą bogów. I wszystek świat powinien być wolny od zbrodni, bez zmaży krwi, nie zakłócony zgielkiem broni, a najbardziej ziemia elejska i gaj Dzeusa, i czas, i miejsce igrzysk. Pokój boży .... Mowa spondofora zdaniem po zdaniu rozbrajała kraje, miasta, góry, wybrzeża. Hellada rozproszona w sto drobnych ustrojów, pozamykanych granicami, murami, wałami, żyjących w odosobnieniu swych praw i obyczajów, w rozjątrzeniu dziedzicznych waśni, otwierała się wolną przestrzenią wzdłuż dróg i ścieżek, które rozkaz boży obdarzał bezpieczeństwem. Obezwładniał nawet rozbójników z wąwozów górskich, nawet barbarzyńców niepodległych religii Dzeusa, albowiem każdy Grek przyjmował na siebie obowiązek ścigania tych, którzy by jakimkolwiek gwałtem zagrodzili drogę do Olimpii. Nastawał czas powszechnego rozejmu...*

Po przeczytaniu można przeprowadzić dyskusję na forum klasy i zapytać, jak nazywał się powszechny rozejm, jak mogło wyglądać życie codzienne w okresie igrzysk.

### 2. Zapoznaj się ze zdjęciami, rysunkami i szkicami oraz z opisem Olimpii i wyobraź sobie, jak wyglądała 2000 lat temu.

*Starożytne igrzyska odbywały się w Olimpii, mieście leżącym na Peloponezie, na greckiej Elidzie. Ośrodek ten leżący nad rzeką Alfejos i mniejszym strumieniem Kladeos, znajdował się u podnóża wzgórza Kronosa. W Olimpii rozprzestrzenił się Altis – gaj, stanowiący krąg poświęcony Zeusowi. Na tym obszarze mieściły się liczne budowle, świątynie, teatr, skarbcze różnych miast oraz galeria posągów zwycięzców dotychczasowych igrzysk. W centrum znajdowała się świątynia z posągami Zeusa, która była dziełem rąk znanego rzeźbiarza Fidiasza. W drugiej części usytuowano obiekty związane z zawodami sportowymi – stadion (192 m), gimnazjon, palestra, hipodrom. Gdy w 393 r. n.e. cesarz rzymski Teodozjusz I zakazał organizowania igrzysk olimpijskich, Olimpia opustoszała, a ruiny zniszczonej później przez plemię Gotów Olimpii zostały zasypane w czasie trzęsienia ziemi; resztę zniszczenia dopełniły obie rzeczki przepływające przez*

dolinę Olimpii. Na wiele lat ruiny tego niegdyś tętniącego życiem centrum antycznej kultury (nie tylko przecież w wymiarze sportowym) schowane zostały pod warstwą mułu i piasku. Dopiero w XVIII wieku świat przypomniał sobie Olimpię za sprawą Niemca Johanna Joachima Wickelmannna. Jego niezrealizowane plany wykopalisk Olimpii podjął w 1770 roku angielski archeolog Richard Chandler, dokonując pierwszych odkryć. W 1787 r. odkryta została świątynia Zeusa. W 1961 roku w pobliżu starożytnej Olimpii zlokalizowano siedzibę Międzynarodowej Akademii Olimpijskiej.



„Widok sanktuarium i obiektów sportowych w Olimpii” – W. Zabłocki, ze zbiorów MSiT

**Gimnazjon** – miejsce ćwiczeń sportowych, składające się z bieżni i placów do ćwiczeń pod gołym niebem, najczęściej zlokalizowane nad rzeką, ale w cieniu drzew; z czasem rozbudowano system drewnianych lub kamiennych krytych budynków, służących do ćwiczeń.

**Palestra** – miejsce do ćwiczeń zapaśników (po grecku *pale* – oznacza zapasy).

**Hipodrom** – miejsce rozgrywania zawodów powozów konnych, rydwanów.

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 3. Sporty starożytnych igrzysk

#### A. Opis przygotowań i przebiegu igrzysk.

Dziesięć miesięcy przed igrzyskami olimpijskimi rozpoczynał się obóz treningowy, w którym był do nich przygotowaniem udział mogli brać tylko rodowici Grecy, prezentujący nienaganną postawę moralną. Ostatni miesiąc przed igrzyskami zawodnicy

spędzali w mieście Elis, ćwicząc pod okiem ówczesnych trenerów (paidotribes). Kontrolowani byli przez ówczesnych sędziów (hellanodików). Często startujących dzielono na dwie kategorie wiekowe (na tych bez zarostu i na tych z brodami).

W igrzyskach trwających pięć dni dużo czasu poświęcano na obrzędy sakralne. Pierwszego dnia składano ofiary Zeusowi i odbierano od zawodników przysięgę. W drugim dniu odbywały się zawody chłopców w biegu, zapasach i walce na pięści, a w trzecim – zawody mężczyzn w biegu, skoku w dal i pankration – walce, w której wszystkie chwytły były dozwolone. Czwartego dnia przeprowadzano wyścigi konne na hipodromie, pentathlon – starożytny pięciobój i bieg hoplitów – uzbrojonych wojowników. Wreszcie ostatni, piąty dzień, przypadający na pełnię księżyca, był dniem zwycięzców. Triumfatorzy, których bezpośrednio po zakończeniu zmagania dekorowano gałązkami palmowymi lub wełnianymi przepaskami na czole, otrzymywali w ostatni dzień wieńce, sporządzone z gałązek świętego krzewu oliwnego. Zwycięzca miał prawo postawić swój posąg w pobliżu świątyni Zeusa w Olimpii.

Igrzyskom sportowym towarzyszyły zawsze konkursy oratorskie i muzyczne. W czasie zmagania sportowych w Olimpii odbywały się również mniej lub bardziej oficjalne spotkania między radami miast, kupcami i kapłanami z różnych świątyni. W tym specyficznym miejscu swojego szczęścia i zarobku szukali artyści, np. rzeźbiarze, rzeźbiąc zwycięzców, poeci, pisząc pochwalne ody.

Najstarszą konkurencją był bieg na długość jednego stadionu. Legenda głosi, że ta odległość wyznaczona została przez Heraklesa i wynosiła 600 jego stóp – dzisiaj wiemy, że była to odległość 192,2 m.

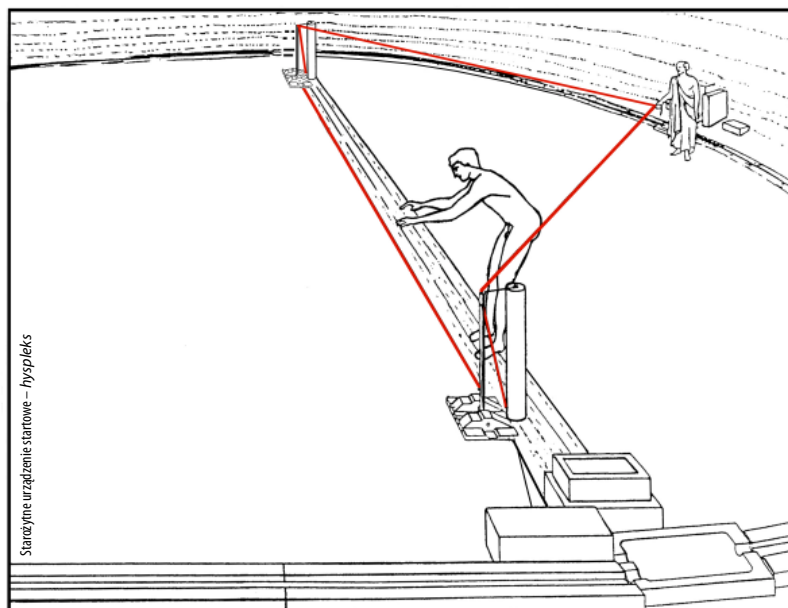
Po zapoznaniu się z tekstem nauczyciel inicjuje dyskusję na forum klasy na temat:

**Jakie sporty i dlaczego właśnie takie uprawiano podczas igrzysk starożytnych?**

**B. Poniżej znajduje się rysunek antycznego stadionu. Zastanów się wraz z kolegami i koleżankami z klasy, jakie konkurencje tam rozgrywano. Między literami ukryte są nazwy starożytnych dyscyplin olimpijskich, spróbuj je zatem rozszyfrować.**



C. Analizując szkic dawnego mechanizmu startowego, spróbuj zastanowić się, jak on funkcjonował.



D. Jakie były pozycje startowe i techniki w poszczególnych konkurencjach, a jakie są dzisiaj?

E. W jaki sposób w starożytności spełniano warunek równości szans na starcie w różnych konkurencjach?

F. W jaki sposób starożytni Grecy rozwiązyali problem równego startu jednocześnie kilku osób?

G. Czy umiesz uzasadnić, dlaczego również dzisiaj ważne jest zapewnienie wszystkim zawodnikom równych szans na starcie? Przedstaw swoje argumenty grupie.

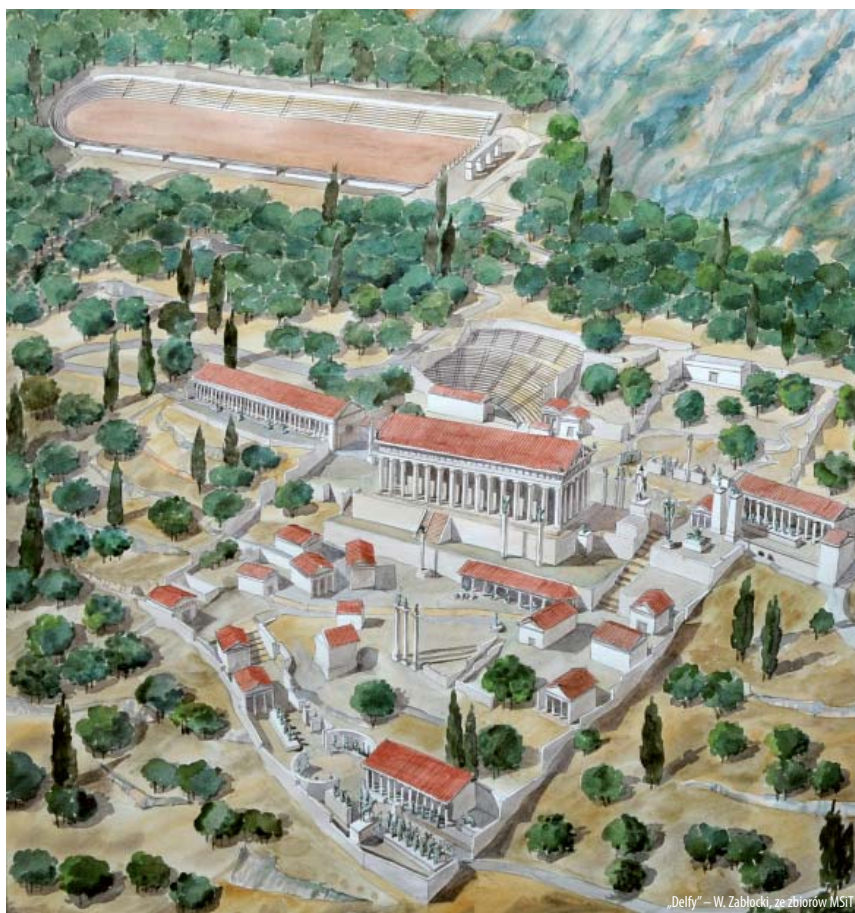
**Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)**

#### 4. Praca samodzielna ucznia

A. Wybierz jeden z obiektów starożytnej Olimpii i postaraj się wyciąć oraz skleić papierowy model (najlepiej z kartonu), a potem wspólnie z całą klasą stworzyć makietę Olimpii. Przygotujcie wystawę w szkolnej gablotce.

B. Poproś nauczyciela wychowania fizycznego (lub rodzica, starsze rodzeństwo), aby zorganizowali zawody starożytnego pięcioboju sportów olimpijskich. Wspólnie rozdzielcie zadania, ustalcie, kto jest odpowiedzialny za przygotowanie i przeprowadzanie poszczególnych konkurencji oraz jakie powinny być kryteria oceny, które pomogą wyłonić najwszechstronniejszego olimpijczyka.

C. Spróbuj opisać jedną ze starożytnych dyscyplin olimpijskich. Zastanów się, z jakich materiałów źródłowych możesz skorzystać. Zrób tak, jakbyś opisywał tę dyscyplinę rodzicowi chcącemu spróbować swoich sił w zorganizowanych przez Was igrzyskach szkolnych.





## Wprowadzenie do lekcji

## 1. Historia a etyka

## A. Nauczyciel zapoznaje uczniów z opisem etyki związanej ze starożytnymi igrzyskami olimpijskimi.

Etyka i moralne wymagania stawiane zawodnikom chcącym wziąć udział w igrzyskach były surowe, a ich nieprzestrzeganie groziło dotkliwymi karami. Musieli oni zjawić się w mieście igrzysk na długo przed zawodami, by wyznaczeni sędziowie mogli ocenić wiek i poziom sprawności startujących (termin określony przez organizatorów był ściśle przestrzegany).

Zdarzyło się, że pewien pięściarz, zwany **Apolloniosem**, nie zdążył stawić się w wyznaczonym czasie i próbował potem usprawiedliwić swoje spóźnienie niesprzyjającymi wiatrami na morzu. Nie miał jednak szczęścia. Do udziału w tych samych igrzyskach przygotowywał się Herakleides, który zdemaskował kłamstwo Apolloniosa i dowiódł, że spóźnił się on z powodu udziału w zawodach w Jonii, gdzie można było wygrać wysokie nagrody finansowe. Hellanodikowie wykluczyli więc Apolloniosa, dzięki czemu Herakleides wygrał, gdyż był jedynym startującym.

Podczas innych igrzysk **Eupolos z Tesalii** przekupił swoich przeciwników, by pozwolili mu wygrać, ale cała sprawa wyszła na jaw i wszyscy musieli zapłacić karę (którą zwykle w takich wypadkach wykorzystywano do sfinansowania budowy pomników hańby, zwanych zanes). Choć przed zawodami zawodnicy składali przysięgę, zobowiązując się do przestrzegania sportowych reguł przed igrzyskami, nie odebrano Eupolosowi zdobytego wieńca olimpijskiego, gdyż w Grecji uważano, że raz danej rzeczy nie powinno się odbierać.

**Dwaj sportowcy z Arsynoe** dokonali zakładów pieniężnych przed swoją walką. Gdy dowiedzieli się o tym sędziowie, ukarali obu zawodników wysoką grzywną.

Jeszcze inny przykład dotyczy **zawodnika z Aleksandrii**, który uciekł na jeden dzień przed walką, za co musiał także zapłacić.

W całej historii igrzysk w Olimpii (około 1170 lat) odnaleziono tylko 16 pomników zanes i mimo że nie jesteśmy pewni, czy nie było ich więcej (według Pauzaniusza – 18), to jednak tak mała liczba świadczy o bardzo wysokim szacunku do zawodów sportowych i przestrzegania reguł walki sportowej.

**B. Czy wiesz, jakie konsekwencje ponoszą współcześni sportowcy w razie niedozwolonych zachowań? Jakie zachowania są niedozwolone? Czy wiesz dlaczego?**

Po zapoznaniu uczniów z tekstem nauczyciel inicjuje dyskusję na forum klasy:

### **Rozwinięcie tematu lekcji**

#### **2. Zadanie do wspólnego wykonania przez całą klasę**

**A. Przeanalizujmy wspólnie przykłady różnych walk starożytnych bohaterów.**

Nauczyciel przypomina walki Achillesa, Herkulesa i Parysa.

**Czy w tych przykładach to było oszustwo czy spryt? Czy pamiętasz jakieś sytuacje sportowe, w których zauważyłeś podobne zachowania?**

Dyskusja na podstawie wybranych przykładów.

**B. Spróbuj wymieni ć kilka powodów, dla których starożytni sportowcy startowali w igrzyskach olimpijskich.**

**C. Czy można powiedzieć, że starożytni sportowcy walczyli tylko dla wieńca gałązek oliwnych (laurowych, a czasem i z selera)? A może mieli jakieś inne motywy? Przedstaw swoje zdanie na ten temat.**

**D. Ustosunkuj się do następującej tezy:**

Oficjalnie starożytni sportowcy nie otrzymywali nagród, ale były one często „ukryte” pod postacią różnych darowizn, przywilejów, a mimo to na bieżni obowiązywała zasada czystej walki. Dzisiaj nazywamy ją *fair play*. Jak myślisz, dlaczego?

### **Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)**

#### **3. Etyka a sport dzisiaj**

**A. Jakie nagrody i kary za łamanie reguł w sporcie, Twoim zdaniem, należy stosować dzisiaj i od czego powinny być one uzależnione? Podaj kilka przykładów.**

**B. Podaj kilka przykładów *fair play*.**

**C. Czy wiesz, jakie były przyczyny zaprzestania rozgrywania starożytnych igrzysk olimpijskich? Kiedy rozegrano je po raz ostatni?**

# TRADYCJE OLIMPIJSKIE W OKRESIE MIĘDZY STAROŻYTNymi A NOWOŻYTNymi IGRZYSKAMI OLIMPIJSKIMI

## Wprowadzenie do lekcji

### 1. Zadania dla ucznia

Uczniowie zapoznają się z tekstem wprowadzającym w temat i robią krótką notatkę pt. „Postrzeganie ciała na przestrzeni wieków”.

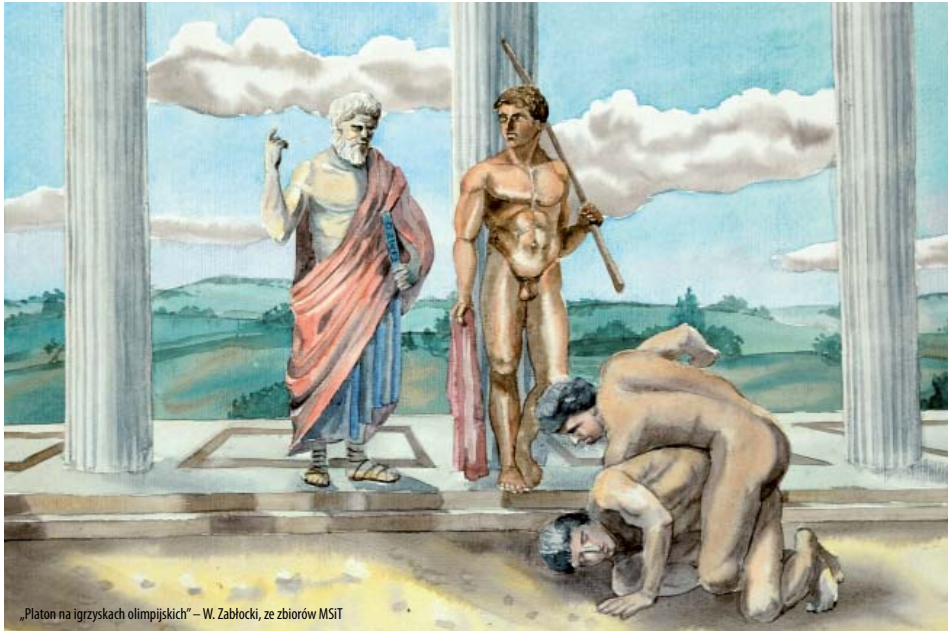
*Na przestrzeni wieków sport odgrywał znaczącą rolę w kształtowaniu rozwoju różnych społeczności. Kultura fizyczna przebiła się do świadomości społecznej „drogą na skrót”, co nie oznaczało wcale, że kultura fizyczna była obca człowiekowi w starożytności, średniowieczu czy renesansie (być może jako tak sformułowane pojęcie, ale nie jako zjawisko).*

*Starożytna idea wychowania fizyczno-cieleśnego znalazła swoje odzwierciedlenie w wychowawczym modelu „kalokagatii” (piękny i mądry), a pogodny śródziemnomorski klimat sprzyjał rywalizacji w niemal każdej dziedzinie życia (poczawszy od ceramiki, poprzez rzeźbę, na zawodach sportowych organizowanych z okazji pogrzebów kończąc). Potrzeba współzawodnictwa była jednym ze społecznych źródeł antycznej idei olimpijskiej, stworzonej na podstawie jasnych zasad patronujących harmonijnym*



*potrzebom człowieka starożytnego, czyniąc z małych miast, organizujących igrzyska, wielotysięczne zgromadzenia ludzi (przynajmniej raz na cztery lata), a tematykę sportową nobilitując do rangi motywów przewodnich wielu przepięknych osiągnięć artystycznych, które podziw i szacunek budzą nawet dziś wśród najbardziej negatywnie nastawionych przeciwników uznania wkładu kultury fizycznej w rozwój kultury ogólnej. Nie można przy tym nie docenić znaczącego wkładu w rozwój naszej cywilizacji innych, niemal równoległych kultur (japońskie Budo, koreańskie Hwarangdo czy „okresu stu szkół filozoficznych” w Chinach).*

*W zawiłym i mrocznym średniowieczu kultura dbałości o ciało też nie była ludziom obca (choć czasami prowadziła do ślepych zaułków, jak np. asceza, ale raczej to nie był nurt dbałości o ciało, tylko jego*



„Platon na igrzyskach olimpijskich” – W. Zablocki, ze zbiorów MSiP

degradacja). Inną formą dbałości o kondycję fizyczną były turnieje rycerskie, chociaż niestety często kończyły się śmiercią rywalizujących śmiałków. Różniła się ona jednak od dzisiejszego pojęcia kultury fizycznej, kojarzącego się nam z fizycznie i psychicznie pozytywnymi zdrowotnie wpływami aktywności ruchowej. Przez tysiące lat wiedza i stosunek do dbałości o ciało miały znamienity wpływ na inne formy życiowej aktywności człowieka – poezję i literaturę, sztukę, muzykę czy naukę. Wielcy filozofowie podejmowali temat kultury fizycznej w swoich rozważaniach od czasów Platona, Arystotelesa i Sokratesa, podkreślając jego społeczną ważność; kult heroicznych bohaterów Iliady czy Odysei, znany jest nam wszystkim (przynajmniej ze słyszenia) mimo upływu tysięcy lat, tak samo słynna rzeźba „Dyskobol”, dłuta Myrona, która stała się później również inspiracją sonetu polskiego poety Kazimierza Przerwy-Tetmajera, a być może także inspiracją dla Jana Parandowskiego do napisania „Dysku olimpijskiego”, nagrodzonego brązowym medalem w olimpijskim Konkursie Literatury i Sztuki w 1936 roku, w Berlinie. Natomiast anatomii człowieka uczyć moglibyśmy się nawet dziś, patrząc na dzieła Michała Anioła, który niepomny na zakazy Kościoła starał się poznać tajniki budowy ciała człowieka, a że czynił to wielce dokładnie, widzimy od razu, patrząc na jego rzeźby, np. „Dawida” czy „Mojżesza”. Zatem związki kultury ogólnej z kulturą fizyczną wzajemnie się warunkowały.



Rzeźba Michała Anioła „Mojżesz”, fot. WarrimtoAcrone/Fotolia.com

Analizując wpływ fizycznej strony działalności człowieka na kształtowanie się przebiegu rozwoju cywilizacyjnego, należy odnieść się do określonych warunków historycznych i społecznych, by docenić, ile przeciętny człowiek wie dzisiaj o sobie, swoich fizycznych potrzebach i możliwościach (zarówno w wymiarze indywidualnym, jak również w odniesieniu do całego gatunku ludzkiego), a to głównie dzięki łatwemu i powszechnemu dostępowi do multimedialnej informacji na temat wyśrubowanych ludzkich rekordów, określających granice ludzkich możliwości. Gdy wiedzę tę porównamy ze świadomością na temat ciała, charakterystyczną dla ograniczonego przez Wielką Inkwizycję człowieka średniowiecza pytanie nasuwa się samo. Ale co dzisiaj wynika z tak obszernej i dogłębnej wiedzy? Czyżby było tak, że im więcej wiemy na temat naszego ciała i im pełniej rozumiemy potrzebę podtrzymywania wysokiego poziomu sprawności (jako podstawowego czynnika decydującego o zdrowiu każdej kolejnej generacji), tym mniej ruszamy się jako gatunek, podważając odwieczny ekologiczny ład w naturze? Człowiek staje się bardziej społecznym niż przyrodniczym elementem natury, zmieniając dotychczasowy naturalny układ relacji człowiek – środowisko w układ człowiek – społeczność ludzka, który zagraża naszej długoterminowej egzystencji, zapominając o naturalnym otoczeniu, i przyczyniając się do jego ekologicznej degradacji. Szansę na powstrzymanie jednostronnego fizycznego rozwoju dają te formy aktywności ruchowej, które akcentują kulturowy związek między dbałością o ciało a dbałością o intelektualno-emocjonalny rozwój, kształtując i wychowując poprzez i do kultury fizycznej.

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 2. Różne rodzaje igrysk sportowych na przestrzeni wieków – najpopularniejsze sporty, stosunek ludzi do kultury fizycznej w zależności od epoki

#### A. Zapoznaj się z poniższym opisem historycznym.

W 1618 r. król Anglii Jakub I wydał edykt zwany „Deklaracją sportów”, który zachęcał poddanych, by nie ograniczali się tylko do pracy i modlitwy, ale również **uprawiali** w czasie wolnym różne sporty. Na początku XVII w. angielski prawnik Robert Dover zamieszkał w małej angielskiej miejscowości, w pobliżu Cotswold i włączył się w organizowanie zawodów o charakterze sportowej rywalizacji dla miejscowej ludności, które były rozgrywane w Chipping Campden. Z czasem zyskały dużą popularność, a ze względu na miejsce ich przeprowadzania zaczęto je nazywać **Cotswold Olympic Games**. Rozgrywano je z powodzeniem przez wiele lat, a do najciekawszych konkurencji należały: wyścigi konne, biegi, skoki, rzut drągiem, rzut młotem kowalskim, zawody w tańcach ludowych i w grze na dudach z towarzyszeniem bębnow, a także shin-kicking, które było rodzajem zapasów z kopaniem się po kostkach aż do utraty równowagi przeciwnika.

Niestety, zawody te nie przetrwały z powodu zbyt dużego zainteresowania kibiców, czasami dochodzącego do 30 tysięcy. Wznowione częściowo w 1887 roku – dopiero w 1952 roku przywrócono je jako jeden z ważnych historycznie elementów kultury

Anglii i od tego czasu *Cotswold Olympic Games* odbywają się dzięki finansowej pomocy *National Trust*.

## B. Z czego znane są igrzyska w Chipping Campden?

## C. Podaj dwa fakty, z którymi kojarzyć się powinny te igrzyska.

## 3. Zapoznaj się z krótkim opisem igrzysk w Much Wenlock.

W innej części Anglii równie dużą popularnością cieszyły się zawody organizowane od 1850 roku przez angielskiego lekarza i społecznika, *Williama Penny Brookesa*. Były to coroczne imprezy określane jako *Igrzyska Olimpijskie w Much Wenlock*. Podczas otwarcia niesiono flagi z napisami greckimi, zwycięzcy otrzymywali wieńce oliwne i medale w kształcie krzyża maltańskiego. Każdy medal miał wizerunek bogini zwycięstwa *Nike* z cytatem *Pindara*: „Nagroda za pełne chwały zwycięstwo”. W programie pierwszych igrzysk *Brooksa* pojawiły się takie konkurencje jak: krykiet, 14-osobowa piłka nożna, skok wzwyż i w dal, rzut metalowymi kłębami, biegi płaskie i wyścigi w workach. W 1851 roku program został rozszerzony o kilka konkurencji biegowych, w tym płotkarskich. Udział w tych zawodach mogli brać nie tylko mieszkańcy *Much Wenlock* i okolic, ale również dojeżdżający członkowie *Birmingham Athletic Club* i uczniowie *Gimnazjum Niemieckiego w Londynie*. W 1859 roku *Brookes* wprowadził współzawodnictwo w poezji oraz w eseistyce na zadany temat. Pierwszym tematem eseju były „Moralne i polityczne wartości rekreacji fizycznej w starożytności i współcześnie”.

W 1868 roku włączono pięciobój, na który składały się: skok wzwyż, w dal, bieg na pół mili, wspinanie się po linie i rzut głazem wagi 32 funtów. Najbardziej widowiskowy był wprowadzony w 1858 roku turniej rycerski na kopie. W 1865 roku lokalne Stowarzyszenie Olimpijskie *Brookesa* przekształciło się w *Narodowe Stowarzyszenie Olimpijskie (National Olympian Society)*. Pod jego auspicjami w nowej, rozszerzonej formule rozegrano igrzyska w Londynie w 1866, z udziałem 3,3 tys. zawodników i ok. 10 tys. widzów. Kolejne rozegrano w *Birmingham* (1867 r.), *Shrewsbury* (1877 r.) i *Hadley* (1883 r.). Z nich wywodzi się dzisiejsza tradycja igrzysk *Imperium Brytyjskiego*, które po II wojnie światowej przemianowano na *Igrzyska Commonwealthu*. Nazwisko *Brookesa* znalazło się na liście uczestników I Kongresu Olimpijskiego w 1894 roku. *Francuski baron Pierre de Coubertin* planował, by właśnie *Brookes*, jako organizator „angielskich” igrzysk olimpijskich, podjął się zorganizowania *Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego*. *Brookes* jednak ze względów zdrowotnych do Paryża nie mógł przyjechać. Zmarł 10 grudnia 1895 roku kilka miesięcy przed igrzyskami w Atenach. Tradycję jego igrzysk kultywuje szkoła im. *W. P. Brookesa* w *Much Wenlock*.

## A. Czy Much Wenlock mogło być miejscem pierwszych nowożytnych igrzysk olimpijskich?

B. Porównaj powyższe daty z datami wskrzeszenia pierwszych nowożytnych igrzysk olimpijskich w Atenach. W dyskusji w grupach czteroosobowych przeanalizuj uwarunkowania historyczne – potrzeby społeczne, zainteresowanie sportem, możliwości finansowania, nagłośnienia czy promocji igrzysk.

#### 4. Zapoznaj się z tekstem poniżej i spróbuj odpowiedzieć samodzielnie na pytania zamieszczone pod tekstem.

We Włoszech, które czerpały z kultury antycznej Grecji w sposób bezpośredni, zjawisko igrzysk sportowych nie było obce. Zachowało się wiele artykułów dotyczących historii greckiej agonistyki sportowej (czyli związanych z rywalizacją cielesną). W XVIII wieku rzymska Akademia „Arcadia” urządziła co cztery lata igrzyska nazywane „Giurochi Olimpici celebrati dagli Arcadi”. Od antycznych igrzysk olimpijskich różniły się tym, że obejmowały tylko konkursy literackie, przenosząc „ciężar gatunkowy” zawodów z fizyczno-intelektualnego charakteru potyczek w igrzyskach greckich, mających znamiona przygotowania militarnego, do intelektualnych spotkań literackich o pokojowym charakterze w rzymskiej „Arcadii”. Zachowany został jednak ich elitarny charakter, jako że udział mogli brać tylko członkowie arystokracji, intelektualiści i dostojnicy kościoła. Pozostawiono numerację będącą kontynuacją starożytnych igrzysk olimpijskich i na przykład Giurochi Olimpici z roku 1701 były 620. olimpiadą (licząc od I olimpiady w 776 r. p.n.e. do ostatniej antycznej olimpiady przed zakazaniem ich przez cesarza Teodozjusza I w 393 roku n.e., co razem dawało 293 okresy 4-letnie, a kolejne 327 okresów minęło od 393 do 1701 roku, dając łącznie 620 okresów 4-letnich).

W zachowanych materiałach literackich, zawierających wiersze o tematyce sportowych igrzysk olimpijskich, tradycja antycznych wydarzeń jest odtworzona ze staranną dokładnością. W 1700 roku Giovanni Mario Crescimbeni w swojej „Arcadia Roma 1700” w księdze VI opisał wędrowkę Nimfy po Peloponezie, docierając aż do Olimpii. W opisie tym autor przytacza wyimaginowany przebieg igrzysk olimpijskich, opierając się na dostępnej mu wiedzy o zwyczajach antycznych. G. Crescimbeni podaje pełny obraz igrzysk, ich przebieg wraz z opisem poszczególnych konkurencji i ujawnieniem zwycięzców. Według programu odbywały się tam: biegi krótkie, wyścigi konne i zaprzęgów konnych, skoki wzwyż i w dal, rzut dyskiem, po których następowały boks i zapasy. Według opisu G. Crescimbeniego po igrzyskach sportowych następowały igrzyska poetyckie. Przykład ten ukazuje, jak wielki wpływ mają tradycje olimpijskie na ogólnokulturowy rozwój wielu społeczeństw i jaki wpływ miała epoka na odradzającą się ideę igrzysk. W wypadku XVII-wiecznej Arcadii włoskie odrodzenie humanistycznej myśli i wiary w człowieka spowodowało zmianę charakteru igrzysk z militarno-sportowych na czysto intelektualne.

#### A. Czy Arkadia istniała naprawdę?

#### B. Czy wiesz, co oznacza termin „arkadia”? Jeśli nie, spróbuj znaleźć definicję w różnych źródłach.

Praca w grupach i przedstawienie wniosków na forum całej klasy – otwarta dyskusja (nauczyciel może wyznaczyć jedną lub kilka osób moderujących dyskusję). Jednego z uczniów można poprosić o określenie uwarunkowań czasowych, innego o społeczne uwarunkowania, a jeszcze innego o najważniejsze wydarzenia historyczne okresów, o których mowa powyżej. Mogą to zrobić samodzielnie, korzystając np. z Internetu, albo przygotowując odpowiednie pytania, które zadane zostaną na forum całej klasy.

C. Spróbuj ustalić kontekst historyczny dla tych igrzysk oraz przedstawić mapę Europy z zaznaczonymi miejscami i okresem, epoką, datą.

D. Czy umiesz skojarzyć stosunek ludzi z danej epoki do kultury fizycznej i do dbania o własne ciało z poglądami, religią i obyczajami charakterystycznymi dla danego okresu? Zastanów się na podstawie fragmentów literatury i danych historycznych.

**Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)**

## 5. Zadanie dla ucznia

W 1859 roku W.P. Brookes wprowadził współzawodnictwo w poezji oraz w eseistyce na zadany temat. Pierwszy temat eseju brzmiał: *Moralne i polityczne wartości rekreacji fizycznej w starożytności i współcześnie*. Spróbuj napisać na ten temat wypracowanie na około 500 słów. Zaprezentuj argumenty za i przeciw oraz przedstaw własny punkt widzenia, a w konkluzji – stanowisko w tej sprawie.



„Wyścigi konne” – W. Zabłocki, ze zbiorów MSIT



## PIERRE DE COUBERTIN – WSKRZESICIEL NOWOŻYTNYCH IGRZYSK OLIMPIJSKICH

---

Nauczyciel może podzielić materiał na dwie jednostki lekcyjne lub przygotować w postaci zajęć warsztatowych bądź świetlicowych, np. na jedną godzinę lekcyjną.

### Wprowadzenie do lekcji

#### 1. Zadania dla uczniów

A. Z podanych skrawków informacji ułóż notę biograficzną w porządku chronologicznym (rozsyпка słowna, której celem jest rozwinięcie umiejętności tworzenia notatki o jakimś wydarzeniu, o konkretnej osobie). Jak myślisz, kogo dotyczyą te informacje?



Pierre de Coubertin, fot. ze zbiorów MST

Otrzymał złoty medal w 1912 roku w olimpijskim Konkursie Literatury i Sztuki w Sztokholmie za wiersz „Oda do Sportu”, pierwszy raz odwiedził Ateny w 1894 roku, napisał traktat „Wychowanie młodzieży w XX wieku”, 1906-1915, zmarł we wrześniu 1937 roku w Genewie, w 1882 roku ukończył liceum jezuitów, urodzony 1 stycznia 1863 roku w Paryżu, wskrzesił Nowożytny Igrzyska Olimpijskie w 1896 roku w Atenach, odbył kilka podróży do Anglii, by przyjrzeć się systemowi edukacji sportowej, wizytując uniwersytety (Oxford, Cambridge) i szkołę znanego pedagoga angielskiego dr. Thomasa Arnolda w Rugby (1883, 1886, 1890), Prezydent Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego w latach 1896–1925, pedagog, chciał zreformować system edukacji i wychowania młodzieży w XIX-wiecznej Francji.

#### B. Miejsce na notatkę:

.....

.....

.....

.....

.....

### C. Z jakich dodatkowych źródeł wiedzy możesz skorzystać? Wymień przynajmniej trzy.

.....

.....

.....

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 2. Interpretacja wiersza autorstwa Coubertina.

Nauczyciel wyznacza kilku uczniów, z których każdy czyta jedną zwrotkę wiersza „Oda do Sportu”, następnie zadaje pytania:

#### A. Dlaczego ten wiersz jest ważny i w jaki sposób może wiązać się z igrzyskami olimpijskimi?

#### B. Jak rozumiesz jego przesłanie?

To zadanie można wykonać również w grupach, które przygotowują interpretację fragmentów, potem przedstawią ją na forum całej klasy. W klasach humanistycznych można również zastosować dramę jako formę ekspresji.

#### *Oda do Sportu*

I

*O Sporcie, rozrywko (bogów), esencjo życia objawiona nagle  
pośród karczowiska daremnych trudów dnia dzisiejszego,  
promienny wysłanniku odległych czasów ludzkiego uśmiechu.  
Pojawiłeś się i na wierzchołkach gór rozbłysła jutrzeńka,  
a promienie światła przenikać poczęły mroki puszczy.*

II

*O Sporcie, ty jesteś Piękno! Tyś architektem tej budowli ludzkiego ciała,  
które oddane niskim żądzom warte jest pogardy,  
a rzeźbione szlachetnym wysiłkiem staje się czarą wzniosłości.  
Żadne piękno nie może istnieć bez proporcji i równowagi,  
a tyś mistrzem niezrównanym obydwu,  
gdyż ty stwarzasz harmonię, ty nadajesz rytm ruchom,  
ty siłę zdobisz wdziękiem, a gibkość nasycasz mocą.*

III

*O Sporcie, tyś jest Sprawiedliwością! Słuszną miarą zasług,  
której daremnie poszukują ludzie w ustanowionych prawach  
rodzi się sama z siebie w twym kręgu.  
Nikt nie wzleci wyżej nad poprzeczkę, nie pobiegnie dłużej o chwilę  
niż naprawdę zdoła:  
tylko moc ciała i ducha wyznaczyć może granice zwycięstwa*

#### IV

O Sporcie, ty jesteś Śmiałością! Sens trudu mięśni,  
streszcza się cały w jednym słowie: ośmielić się.  
Po cóż są mięśnie, do czego służyć może poczucie  
własnej zręczności i siły, ćwiczenie zręczności i siły,  
jak nie do wypróbowania siebie?  
Lecz śmiałość, którą wzbudzasz, nie ma nic wspólnego  
z zuchwalstwem awanturnika, który stawia wszystko na jedną kartę.  
Jest to śmiałość ostrożna i z rozmysłem.

#### V

O Sporcie, tyś jest Honorem! Twoje tytuły wcale nie są warte, gdy nie są  
zdobyte drogą uczciwą i w duchu pełnej bezinteresowności.  
Kto doń dochodzi wprzód wywiódłszy w pole swych towarzyszy,  
sam ponosi szkodę: przyłgnie do niego miano niegodnego,  
gdy się postępek potajemny wyda.

#### VI

O Sporcie, tyś jest Radością! Na zew twój ciało rozkwita weselem,  
oczy się śmieją i krew szybciej krąży.  
Myśli się stają czystsze i jaśniejsze.  
Pierzchają troski udręczonych smutkiem, a pełni życia kosztują  
szczęśliwi.

#### VII

O Sporcie, Tyś jest Płodnością! Ty wiesz krótką  
i szlachetną drogą do poprawienia gatunku ludzkiego,  
niszcząc zakaźki czyhających chorób,  
prostując wszelkie ułomności ciała.  
Ty także rodzisz w człowieku pragnienie wydania na świat  
synów szybkich, mocnych, godnych następców jego na arenie,  
gotowych sięgać po laury ojcowskie.

#### VIII

O Sporcie, tyś jest Postępem. By móc ci służyć,  
człowiek musi stale rozwijać ciało i rozwijać ducha.  
Musi przestrzegać najwyższej higieny;  
wyrzec się wszelkich zbytecznych nadużyć.  
To ty mu wpajasz te mądre zasady, który wzbraniając mu naruszać  
zdrowie, wysiłek jego uczynią skutecznym.

#### IX

O Sporcie! Ty jesteś Pokojem,  
Ty ustanawiasz przyjacielskie związki między ludami,  
zbliżając je sobie we wspólnym kulcie siły ujarzmionej,

*rzeczniczeki ładu, zwyciężczyni siebie.  
Tobie zawdzięcza wszytka młodzież świata poznanie siebie  
i poszanowanie wzajemne bogactw kultury swych krajów.  
I tak najwyższe wartości narodów stają się źródłem  
szlachetnej walki i pokojowego współzawodnictwa.*

G. Hohrod i M. Eschbach (fragment tłumaczenia J. Sadowskiej)

### 3. Zadania dla uczniów

**A.** W 1912 roku utwór ten zdobył I nagrodę w Konkursie Literatury i Sztuki Olimpijskiej po igrzyskach w Sztokholmie, a autorem ukrywającym się pod pseudonimem G. Hohrod i M. Eschbach był baron Pierre de Coubertin. Jak myślisz, dlaczego Coubertin postąpił w ten sposób?

**B.** Przygotujcie wraz z nauczycielem: skrawki listów, gazet, zawierające opisy ceremonii, przygotowań, dyscyplin, sytuacji komunikacyjnej, dojazdu, możliwości rozchodzenia się wiadomości, zdjęć, niektórych wyników z kroniki sportu, np. z biegu maratońskiego z opisem historycznym (maraton – Ateny, wiadomość posłańca).

Można tę część zrealizować przy okazji wycieczki do muzeum, biblioteki itd., rozdając albo indywidualnie każdemu, albo grupie zagadnienie do opracowania.

**C.** Zastanówcie się wspólnie – czy w pierwszych nowożytnych igrzyskach olimpijskich w Atenach brali udział Polacy? Ustalcie uwarunkowania historyczne.

**D.** Spróbuj własnymi słowami wytłumaczyć znaczenie poniższych wyrazów (krótko opisz):

AMATOR .....

CEREMONIA/ SUKCES .....

SYMBOL .....

CZYSTA GRA .....

**Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)**

### 4. Praca samodzielna ucznia

**A.** Zastanów się (w formie pisemnej lub ustnej, ale z odpowiednim przygotowaniem argumentów), jakie warunki klimatyczne i społeczne panowały w starożytnej Grecji w czasie antycznych igrzysk olimpijskich?

**B.** Jakie tradycje charakteryzowały starożytną Grecję?

## C. Gdzie poszukasz potrzebnych informacji i wiadomości, z kim powinienś je skonsultować?

### D. Odczytanie notki biograficznej dotyczącej Pierre'a Coubertina.

Nauczyciel po sprawdzeniu notek uczniów może zaprezentować prawidłowo sporządzoną notkę.

**Pierre de Coubertin** – francuski baron, historyk i pedagog. Urodził się 1 stycznia 1863 roku w Paryżu. Swoją szkolną edukację zakończył na etapie bakalaureatu (współczesnego licencjatu) z nauk humanistycznych (1880 r.), z nauk matematyczno-przyrodniczych (1881 r.), i z nauk prawnych (1885). Młody Pierre de Coubertin chciał służyć krajowi, jednak jego niespokojny charakter potrzebował akcji, działania. Wojsko było dla niego zbyt monotonne, nie interesowały go również ani kariera polityczna, ani kleryczna. Pierre de Coubertin napisze później w 1908 roku w swojej „Une Campagne de 21 ans”, że o rezygnacji z nauki w Akademii Wojskowej zdecydowała potrzeba włączenia się w nurt reform pedagogicznych. W 1889 roku odbył misję rządową do USA, wizytując uniwersytety i szkoły. Odbył również liczne podróże do Anglii, by przyjrzeć się systemowi edukacji znanego pedagoga angielskiego dra Thomasa Arnolda ze szkoły w Rugby. Tam też zafascynował się możliwościami, jakie daje edukacja przez sport, co stało się później myślą przewodnią jego działań. Chcąc zachęcić młodzież do większego udziału w aktywności sportowej, Coubertin postanowił wskrzesić igrzyska olimpijskie. Pierwszy raz odwiedził Ateny w 1894 roku, a w 1896 roku w Atenach zorganizował I Nowożytny Igrzyska Olimpijskie. Przez wiele lat był Prezydentem Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego (1896-1925). Napisał także wiele prac o tematyce wychowawczej i społeczno-historycznej oraz stworzył pięć kół olimpijskich, symbolizujących unię wszystkich ekip biorących udział w igrzyskach. Poszczególne kolory kół reprezentowały podstawowe barwy znajdujące się na flagach państw uczestniczących w ruchu olimpijskim. Coubertin otrzymał złoty medal w olimpijskim Konkursie Literatury i Sztuki za wiersz „Oda do Sportu” zgłoszony do konkursu na Igrzyskach Olimpijskich w Sztokholmie w 1912 roku. Zmarł w 1937 roku w Genewie.

## SYMBOLE OLIMPIJSKIE ORAZ OLIMPIJSKIE CEREMONIAŁY

---

Motto  
*Citius, altius, fortius*

### Wprowadzenie do lekcji

#### 1. Zadania dla uczniów

A. Czy wiesz, co oznacza motto *citius, altius, fortius*? Zastanów się, jak można byłoby inaczej zinterpretować jego znaczenie (np. w bardziej humanistyczny sposób)?

B. Wymień najważniejsze części programu igrzysk olimpijskich.

C. Co oznacza przysięga olimpijska i kogo dotyczy?

*W imieniu wszystkich zawodników przysięgam stanąć do igrzysk olimpijskich we współzawodnictwie opartym na lojalności i poszanowaniu rządzących nimi przepisów, bez dopingu farmakologicznego oraz uczestniczyć w nich w duchu rycerskim dla honoru naszych drużyn i dla chwały sportu.*

D. Kto i kiedy ją wygłasza?

E. Zaproponuj własną wersję przysięgi olimpijskiej.

F. Dyskusja na forum klasy.

### Rozwinięcie tematu lekcji

#### 2. Symbolika olimpijska

A. Zapoznaj się z poniższym tekstem.

Uczniowie czytają tekst indywidualnie.

*Dla każdego sportowca występ na igrzyskach olimpijskich jest najwyższym wyróżnieniem. Najpiękniejszym momentem w sportowej karierze jest oczywiście zwycięs-*

two w olimpijskim konkursie, w wybranej dyscyplinie. Zwycięzca otrzymuje złoty medal oraz wysłuchuje wraz z całą widownią hymnu narodowego własnego kraju. Jest to moment bardzo wzruszający zarówno dla sportowca, jak i wszystkich jego rodaków. Ci najlepsi na świecie mistrzowie olimpijscy, twardzi w rywalizacji sportowej, często w czasie hymnu narodowego płaczą



„Kola olimpijskie”, fot. Sz. Sikora, Pekin 2008

jak dzieci. Ceremonie otwarcia i zamknięcia igrzysk stanowią także niepowtarzalne widowiska artystyczne. Jednak, aby je zrozumieć, trzeba dysponować podstawową wiedzą z zakresu olimpizmu i znajomości kultur różnych narodów, a w szczególności narodu, w którym organizowane są igrzyska. Mogą one również służyć międzynarodowej wymianie najlepszych i najbardziej wartościowych elementów kultur i tradycji różnych narodów.

Jednym z podstawowych symboli igrzysk olimpijskich jest **flaga z pięcioma kółkami olimpijskimi**. Te pięć wzajemnie połączonych pierścieni oznacza połączenie ludzi z pięciu zamieszkałych kontynentów (Europy, Afryki, Azji, Ameryki, Australii i Oceanii) oraz symbolizuje ich spotkanie na zawodach sportowych. Pomysł, aby stworzyć taki symbol poddał baron Pierre de Coubertin (wskrzesiciel nowożytnych igrzysk olimpijskich). Zaproponował wykorzystanie sześciu kolorów (pięciu na oznaczenie kółek i szóstego białego na tło flagi). W barwach flag narodowych każdego z krajów uczestniczących w igrzyskach olimpijskich zawsze znajduje się przynajmniej jeden z kolorów wybranych przez Coubertina. Wciągnięcie flagi na maszt rozpoczyna igrzyska, a potem jej ściągnięcie w czasie ceremonii zamknięcia oznacza zakończenie igrzysk. Do najważniejszych symboli igrzysk olimpijskich należą: **motto „citius, altius, fortius – szybciej, wyżej, mocniej”**, **przysięga**



„Złota olimpijska”, fot. Sz. Sikora, Pekin 2008



*olimpijska, a także **olimpijski znicz**. Sztafeta ze zniczem jest „sztafetą pokoju”, obwieszczającą nadchodzące zawody sportowe. Kolejne miasta organizujące igrzyska prześcigają się w ulepszaniu technicznych rozwiązań „przenoszenia” tego świętego ognia. Tworzą sztafety biegających ludzi, płynących łodzi itp., wykorzystując systemy satelitarne i laserowe. Należy pamiętać, że „płomień pokoju” nie może być przenoszony transportem zmechanizowanym.*

**B. Czy wiesz, co symbolizują kółka olimpijskie?**

**C. Co to znaczy „święty ogień”?**

**D. Przyjrzyj się uważnie fladze olimpijskiej. Czy umiesz wyjaśnić, dlaczego zastosowano takie kolory kółek?**





**E. Ułóż rozsypkę (znajdź i rozwiń poszczególne reguły). Pomogą Ci one w tworzeniu Twojego Kodeksu zachowania sportowego fair play:**

/ przestrzeganie / sędziego / dla / przepisów / decyzji / szacunek / samokontrola / przeciwnika / zachowania / dla / poszanowanie / szansa / wszystkich / uczestnictwo / bez / doping farmakologiczny

**F. Na podstawie przysięgi olimpijskiej zaproponuj Kodeks zachowania fair play, który obowiązywać będzie Ciebie i kolegów na zawodach, w Twojej szkole i poza nią. W jaki sposób będziesz oceniać i wyróżniać za zachowanie fair play?**

Mój Kodeks zachowania fair play:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Data i podpis .....

**G. Ustal skalę punktacji zachowania fair play i zamieść ją w widocznym dla wszystkich miejscu w szkole, np. w kąciku/gablocie o tematyce olimpijskiej, sportowej (jakie kryteria, kto ocenia, jak często). Wraz z kolegą lub koleżanką zaproponuj i zapisz ją poniżej.**

To zadanie można również wykonywać w w grupach 3-5-osobowych. Wspólne wnioski powinny być później referowane na forum grupy przez jednego ucznia – jej przedstawiciela. Nauczyciel może przy tej okazji zapytać o zawody i sytuacje, w których jeden człowiek reprezentuje stanowisko grupy.

Kryteria zachowania fair play

na boisku:

poza boiskiem:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

H. Na mapie Polski zaznacz trasę biegu ze zniczem olimpijskim ustaloną wspólnie z Twoją grupą (praca w grupach). Opisz, przez jakie miejscowości będzie przebiegać trasa biegu z ogniem olimpijskim i uzasadnij, dlaczego właśnie przez te, co jest takiego specjalnego w tych miejscach, jak wiążą się one z naszą historią?



### Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)

#### 3. Zadania do pracy w domu

A. Zaproponuj jakiś graficzny symbol Nagrody *Fair Play* (w grupach, indywidualnie albo wspólnie w rodzicem/opiekunem). Możesz również wraz z nauczycielem plastyki rozpisać konkurs plastyczny na najciekawszy pomysł maskotki np. igrzysk w Zakopanem, gdyby się takie miały odbyć, albo innych olimpiad.

## B. Znajdź informację, kiedy wprowadzono marsz z flagami na rozpoczęcie igrzysk.

---

## C. Wymyśl swoje motto życiowe:

---

W treści lekcji można umieścić jakieś życiowe mądrości, np.

*Każda napotkana osoba wie coś, czego ty nie wiesz.*

*Ucz się od ludzi.*

*Pamiętaj, że im więcej wiesz, tym mniej się boisz.*

*Zachowuj się grzecznie i uczciwie, niezależnie od tego, jak inni traktują ciebie.*

*Nie pozwól, żeby oni decydowali o twoim zachowaniu.*

*Niech ludzie wiedzą, za czym i przeciwko czemu się opowiadasz.*

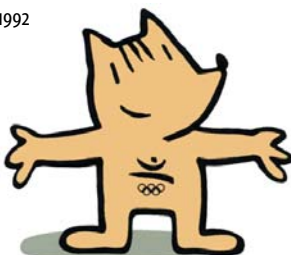
*Citius, altius, fortius (faster, higher, stronger).*

## D. Poszukaj w różnych źródłach informacji, kiedy wprowadzono maskotki jako symbol igrzysk olimpijskich. Wpisz odpowiednie nazwy maskotek oraz nazwy miast, w których rozgrywane były igrzyska olimpijskie.

1984



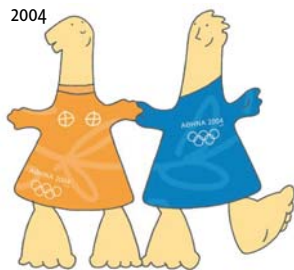
1992



1996



2004



2006



2010



## Temat 9

# FAIR PLAY

*...Każdy człowiek pilnuje, aby nie oszukał go jego sąsiad, ale nadejdzie dzień, w którym zacznie on pilnować, aby to on nie oszukał swojego sąsiada i wtedy wszystko będzie dobrze...*

(Emerson)

## Wprowadzenie do lekcji

### 1. Czytanie fragmentów wiersza na temat *fair play*.

Nauczyciel może wyznaczyć do recytowania każdej kolejnej zwrotki innego ucznia.

*Mój przyjaciel fair play*

*Fair play – to czarodziejskie słowa:  
„Proszę”, „Przepraszam”, „Dziękuję”.  
W nich bowiem cała mądrość się chowa,  
choć tak niewiele kosztuje.*

*Fair play – to podać rękę.  
Fair play – to uśmiech nieść.  
Kochać przyrodę, szanować ludzi.  
Całemu światu powiedzieć: Cześć!*

*Cześć! Całej ziemi od gór, po oceany.  
Fair play – szacunek i miłość.  
Radosny okrzyk: „My się kochamy!”*

Jest to fragment wypowiedzi 11-letniej Ani, nadesłany na ogólnopolski konkurs nt. „Co dla mnie znaczy *fair play*”.

\*\*\*

*Fair play – to gra, która duże zalety ma.  
Tobie i twojemu przeciwnikowi szansę da.  
Nieważne, jaki kolor skóry masz, ważne, że uczciwie grasz.  
Nieważne, czy dobrze grasz, lecz ważne, że honor masz.  
Nie słuchaj tego, który namawia cię do złego,*

*posłuchaj sumienia swego.  
Nie prowokuj słabszego, ani silniejszego,  
abyś potem nie żałował postępu swojego.  
Nie używaj środka dopingującego  
i szanuj przeciwnika swojego.*

(K.P.)

Fragment wypowiedzi zgłoszonej do ogólnopolskiego konkursu na temat „Co dla mnie znaczy fair play”.

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 2. Przeczytanie poniższego tekstu i dyskusja o fair play – rys historyczny, przypomnienie zasad.

Zasady postępowania fair play związane są z obyczajem godnego i honorowego postępowania rycerzy jeszcze w czasach średniowiecznych. Wszystkich rycerzy przystępujących do wspólnej rywalizacji w turniejach rycerskich obowiązywał kodeks określonych zachowań w stosunku do rywala, do publiczności, do króla. Nieprzestrzeganie tych, chociaż niepisanych, zasad zachowania prowadziło do zdecydowanej dezaprobaty społeczności rycerskiej, natomiast wcielanie ich w życie, nie tylko w czasie turniejów, ale również na co dzień czy w czasie wojny, przydawało rycerzowi międzynarodowej sławy (tak jak w wypadku naszego rycerza Zawiszy Czarnego, na którym można było polegać, ponieważ zawsze dotrzymywał danego słowa). Zasady postępowania fair, czyli z szacunkiem do przeciwnika, czysto, bez oszustw, znane były już w czasach starożytności. W okresie średniowiecznych pojedynków rycerskich (od połowy XVI wieku, gdy rozpoczął się okres pojedynku honorowego) zwracano uwagę na zasady, które były tak surowo przestrzegane, że utrzymały się do dzisiaj, np.

- nie wolno atakować przeciwnika w plecy (z tyłu),
- nie wolno bić ani kopać leżącego czy rannego,
- nie wolno napadać znieścacka i w kilku przeciw jednemu.

Również w czasie starożytnych igrzysk olimpijskich sportowcy i ich trenerzy przestrzegali określonych zasad moralnych, jak poszanowanie przeciwnika i jego wysiłku zarówno przed, w czasie, jak również i po walce, czy stosowanie się wszystkich do ogólnie przyjętych zasad rywalizacji w duchu sportowym. Za ich łamanie groziły surowe kary. Dzisiaj zachowanie fair play kojarzone jest z takim postępowaniem sportowca, który nie tylko przestrzega regulaminu gry, ale także szanuje przeciwnika, jego zdrowie, wysiłek i tak samo postępuje w życiu, jak i na boisku.



„Trofeum Fair Play PKOl”, fot. K. Ranka

### 3. Zabawy i gry w duchu *fair play*

(można przeprowadzić je w sali gimnastycznej, korytarzu szkolnym czy w parku).

#### A. Spróbujcie przeprowadzić wspólnie następujące zabawy i gry. Zastanówcie się, co jest w nich niezwykłego.

**Zawody w przenoszeniu owocu** (np. jabłka) **na wyznaczoną odległość** w dowolnych grupach. W pierwszym biegu podziel klasę na równe zespoły, z których każdy otrzymuje po dwie łyżki, jeden z zespołów otrzymuje dodatkowo jeszcze widelec. Zespoły mają za pomocą tych sztuców przenieść jabłko na drugą stronę. W następnym biegu zmniejsz liczbę uczniów w jednym z zespołów.

Stosując ten podział na równe zastępy, zaproponuj **sztafetę z przenoszeniem kilkunastu piłek (lub książek) na rękach**. Jednej z grup będzie wolno powiązać piłki (lub obwiązać książki sznurkiem). W następnym biegu jeden z zespołów będzie miał do przebiegnięcia nieco krótszy dystans.

Po zakończeniu nauczyciel zadaje pytanie.

**Co w tych zabawach było nie w porządku? Co powinien zmienić nauczyciel, żeby wyrównać szanse wszystkich zespołów – zmniejszyć niektórym dystans, zmienić liczbę przyborów itd.?**

**B. Zaproponujcie kolejną zabawę wspólnie z całą klasą, ustalając razem reguły, których wspólnie będziecie musieli przestrzegać.**

**C. Co oznacza zwrot *fair play*? Spróbuj odpowiedzieć na to pytanie, zanim przeczytasz dalszy tekst.**

*Fair play jest wyrazem postawy reprezentowanej na boisku, gdzie zwycięstwo nie jest celem, który należy osiągnąć za wszelką cenę. Jest zatem moralną postawą walki sportowej z przestrzeganiem przepisów gry i nieczepiania korzyści z błędów sędziego czy różnego rodzaju oszustw sportowych. Postawa taka wynika z przeświadczenia, że zwycięstwo osiągnięte w wyniku nierównych szans w walce nie stanowi prawdziwej wygranej i nie daje zwycięzcy satysfakcji. W zawodach sportowych przestrzeganie przepisów jest podstawowym obowiązkiem sportowca, ale nie jest to postępowanie wystarczające, aby uznać je za *fair play*. Wykracza ono bowiem poza ramy obowiązkowych przepisów i dotyczy także niepisanych reguł walki sportowej oraz poszanowania siebie i swojego przeciwnika.*

*W postępowaniu *fair play* nie ma znaczenia, czy chodzi o indywidualną czy zespołową walkę. Wymiar moralny jest taki sam, bez względu na reprezentowany poziom (zarówno zawodowiec, jak i amator powinni postępować godnie). Łatwiej grać *fair*, jeśli przeciwnik gra uczciwie, a o wiele trudniej, jeśli przeciwnik nie stwarza przyjaznej atmosfery.*

Współczesne warunki życia, ciągła rywalizacja i walka o bycie lepszym od innych nie sprzyjają rozwijaniu postaw moralnych o charakterze fair play. W takim zachowaniu powinny obowiązywać szacunek i uznanie dla przeciwnika, niezależnie od tego, czy jest on zwycięzcą czy przegranym, odpowiednio godne zachowanie zarówno w wypadku wygranej, jak i przegranej oraz świadomość, że przeciwnik jest przede wszystkim partnerem w grze i bez jego udziału gra nie byłaby możliwa.

#### D. Które z poniższych zasad stosujesz w życiu na co dzień? Zaznacz krzyżykiem w odpowiedniej rubryce:

- nie czerpię korzyści z okoliczności, w których szanse w walce nie są równe,
- nie dążę do zwycięstwa za wszelką cenę, ryzykując zdrowiem własnym lub rywala,
- nie korzystam z żadnych dodatkowych, niedozwolonych środków, które są niezgodne z regulaminem i zniekształcają sens rywalizacji sportowej w duchu równości szans, dając przewagę jednej ze stron,
- nie krytykuję decyzji sędziów ani trenera i odnoszę się z szacunkiem zarówno do rywali, ich trenerów, jak również do wszystkich sędziów,
- kieruję się dobrem rywalizacji sportowej i widowiska sportowego.

#### E. Wymień trzech sportowców, którzy, Twoim zdaniem, uzyskaliby pięć gwiazdek\*\*\*\*\* w teście fair play:

#### F. Czy postępowanie fair play jest ograniczone tylko do sportu? Uzasadnij krótko swoją odpowiedź w formie pisemnej (spróbuj zrobić to za pomocą nie więcej niż 100 słów).

#### G. Przeczytaj uważnie opisy zachowań fair play.

W 1969 roku główne trofeum Fair Play przyznano piłkarzowi hiszpańskiemu Pedro Zaballa. W meczu o mistrzostwo Hiszpanii między drużynami „Realu” i „Sabedel” piłkarz znalazł się w sytuacji podbramkowej, gdy obrońca i bramkarz „Realu” zderzyli się, padając zamroczeni na ziemię. Pedro Zaballa wybił piłkę z pola bramkowego, rezygnując ze zdobycia gola. Otrzymał owacje od 80 tysięcy kibiców „Realu” i Nagrodę Fair Play za zrezygnowanie z korzyści powstałej w wyniku kontuzji przeciwnika.

\*\*\*

W 1982 roku nagrodzono listem gratulacyjnym za postawę fair play załogę polskiego jachtu „Dar Młodości”. W czasie regat „Sail 82” załoga dostrzegła czerwone rakiety niemieckiego statku, przerwała wyścig, aby uratować ludzi i ugasić pożar na statku. Pomimo straty czterech godzin „Dar Młodości” wrócił na trasę i wygrał wyścig.

\*\*\*

W 1988 roku nagrodę w postaci dyplomu Fair Play otrzymał Andrzej Grubba za to, iż grając w turnieju Grand Prix z zawodnikiem szwedzkim i prowadząc 19:17, dostrzegł



Żaglowiec szkolny „Dar Młodzieży”, fot. Wikipedia



Andrzej Grubba, fot. L. Fidusiewicz



*pomyłkę sędziów, którzy niesłusznie zaliczyli mu punkt. Widząc, że piłka jest autowa, przyznał rację Szwedowi, w dalszej walce mecz przegrał, i choć od zwycięstwa dzieliło tak niewiele, nie chciał wygrać po nieuczciwej walce.*

\*\*\*

*W 1994 roku główne trofeum Fair Play przyznano publiczności sportowej w czasie Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Lillehammer. Wykazała się wysokim poziomem kultury i samoorganizacji, stwarzając wszystkim zawodnikom wspaniałą atmosferę bez względu na narodowość i poziom sportowy. Tysiące wolontariuszy z całego kraju przyczyniło się do sukcesu igrzysk olimpijskich, nadając im głęboki humanitarny sens.*

## H. Czy pamiętasz jakieś zachowania sportowców, które można określić lub wyróżnić jako zachowania fair play?

### Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)

#### 4. Zadania dla uczniów

**A. Podaj przykład zachowania *fair play* z Twojego życia (nie tylko sportowego). Opisz całą sytuację.**

**B. Zastanów się i określ swoje stanowisko w poniższych przykładach, używając argumentów za i przeciw. Możesz konsultować swoje zdanie z opinią rodziców.**

*Co byś zrobił w takiej sytuacji?*

Wyobraź sobie, że jesteś w dużym supermarkecie i szukając rzeczy, które chcesz kupić, zauważyłeś, że dwóch Twoich kolegów z klasy schowało paczkę cukierków i butelkę „Pepsi” pod kurtkę, zamiast włożyć do koszyka. Szybko zorientowałeś się, że nie mają zamiaru zapłacić za te towary. Gdy minęli bez problemów kasę, kierując się do wyjścia, stało się jasne, że ochrona sklepu nie zauważyła, co zrobili chłopcy. A może Ci się przewidziało, albo koledzy pochodzili z biednej rodziny, w której pieniądze starczały ledwo na życie i rodzice nigdy nie kupowali im żadnych słodyczy? Jeśli ich wydasz, a oni się zorientują, dlaczego zostali złapani, prawdopodobnie będą chcieli się zemścić na Tobie. Teraz możesz jeszcze zareagować. Co zrobisz w takiej sytuacji?

*Jak postąpisz w następującej sytuacji?*

Podczas walki szermierczej na planszy pojawiła się błędna punktacja. Nikt tego nie zauważył – ani Twój rywal, ani sędziowie, również Ty. Po walce o wejście do finału, którą wygrałeś(-łaś) na punkty, okazuje się, że Twój trener notował wszystkie wyniki i po podliczeniu zorientowałeś(-aś) się, iż wystąpił błąd w obliczeniach sędziów.

Przyznanie się do wychwyconego błędu automatycznie eliminuje Cię z udziału w walkach finałowych. Zdajesz sobie sprawę, że sytuacja może być jeszcze gorsza, gdy sędziowie doliczą się punktów, a przeciwnik dowie się, że wiedziałeś o pomyłce sędziów. Jak wtedy postąpisz?

*Co byś zrobił gdyby...?*

Na sprawdzianie z języka angielskiego nauczyciel, który bardzo Was lubił i darzył dużym zaufaniem, nie podzielił klasy na grupy, a Ty próbowałeś(-aś) odpisać zadanie od kolegi. Nauczyciel to zauważył, ale mylnie zinterpretował sytuację, ponieważ widział tylko, jak Twój kolega odpowiadał Ci na pytanie i pomyślał, że to tamten próbował odpisać. Zabrał mu pracę i postawił ocenę niedostateczną. Kolega chciał zawsze być najlepszy za wszelką cenę, angielskiego uczył się już wcześniej i w każdej sytuacji potrafił sobie poradzić, natomiast Tobie angielski sprawiał trudność i ocena niedostateczna mogłaby Ci zaszkodzić przy wystawianiu ocen semestralnych. Co robisz w takiej sytuacji?

ARGUMENTY „ZA”

ARGUMENTY „PRZECIW”

.....  
.....  
.....  
.....

.....  
.....  
.....  
.....

WNIOSKI:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## CIEKAWOSTKI I FAKTY, CZYLI 100 LAT NOWOŻYTNYCH IGRZYSK OLIMPIJSKICH

### Wprowadzenie do lekcji

#### 1. Zadania dla uczniów

Zastanów się, czy pamiętasz jakieś wydarzenia związane z igrzyskami olimpijskimi? Czy umiałbyś(-abyś) wspólnie z kolegami/ koleżankami z klasy ustalić kilka najważniejszych wydarzeń dotyczących sukcesów polskich sportowców olimpijskich?

Uczniowie zgłaszają różne ciekawe fakty w otwartej dyskusji na forum klasy. Poniższe ciekawostki mogą być ilustrowane zdjęciami lub zabawnymi rysunkami obrazującymi daną sytuację. Zadanie można zrobić też w takiej formule, aby uczniowie dopasowywali obraz do danego wydarzenia.

#### 2. Czy wiedziałeś, że.....?

**A.** W Atenach w 1896 roku w czasie I Igrzysk Olimpijskich odniesienie sukcesu w **biegu maratońskim** miało szczególne, symboliczne znaczenie dla Greków. Ten pierwszy nowożytny maraton rozegrany został na historycznej trasie pomiędzy greckimi miastami Maraton i Ateny. Wyznaczona trasa miała przypomnieć Grekom ich chwile świetności, kiedy grecki żołnierz, Phidippides, w 490 roku p.n.e. przebiegł ją, niosąc radosną nowinę o zwycięstwie Greków nad Persami. Jak głosi legenda, posłaniec zmarł zaraz po przekazaniu wiadomości. Zwycięzca maratonu z 1896 r. potrzebował 2 godzin 58 minut. Było to długo oczekiwane w Grecji wydarzenie, na zwycięzcę czekało na stadionie około 100 tysięcy ludzi, rodzina królewska i wysokie nagrody. Jeden z zamożnych Greków (licząc na



wygraną jakiegoś oficera wojskowego) zaproponował nawet rękę swojej córki. Pierwszym, który minął linię mety, okazał się **Grek Spiros Louis** – skromny pasterz, dla którego wygranie maratonu stało się przełomowym momentem w życiu. Nie przyjął on żadnej z nagród pieniężnych ani nie poślubił córki zamożnego Greka. Ożenił się z dziewczyną ze swojej wioski, a dzięki zwycięstwu i swojej skromnej postawie został okrzyknięty bohaterem narodowym. Odtąd już zawsze towarzyszył reprezentacji Grecji na każdych kolejnych igrzyskach.

**B.** W Atenach w 1896 roku zdyskwalifikowano zawodnika, który przybiegł na metę trzeci za to, że część trasy maratonu przejechał wozem.

Kolejna anegdota głosi, że w Paryżu w 1900 roku znajomość miasta pomogła dwóm Francuzom wygrać bieg maratoński. Amerykanin Arthur Newton od połowy biegu prowadził i myślał, że nie pozwolił wyprzedzić się aż do mety. Jakież było jego zdziwienie, gdy dowiedział się, wpadając na stadion, że dwaj Francuzi już ukończyli bieg. Pierwsze miejsce zajął Michel Théato, z zawodu dostarczyciel pieczywa w Paryżu. Drugi był Émile Champion, któremu cały czas towarzyszył na rowerze pilot, nie dopuszczając, aby ten zmylił trasę, tak jak stało się w wypadku trzeciego na mecie Szweda Ernsta Fasta, skierowanego w złą stronę przez nieświadomego policjanta. Czwarty był Eugene Besse, a Newton przybiegł dopiero piąty.

**C.** W Londynie w 1908 roku jako pierwszy wbiegł na stadion Włoch Dorando Pietri, ale ze względu na potworne zmęczenie, nie był w stanie ukończyć biegu o własnych siłach. Minął linię mety przy pomocy sędziów. Przeciwno takiemu zwycięstwu w biegu maratońskim zaprotestowali Amerykanie, których zawodnik John Hayes wpadł na metę jako drugi. W wyniku protestu Amerykanin otrzymał złoty medal, a Dorando Pietri dostał na pocieszenie złoty puchar od żony króla Anglii Aleksandry, co przyniosło mu większą popularność niż Amerykaninowi zdobycie złotego medalu.

**D.** Pierwszy raz zamontowano **basen strażacki** na stadionie w Londynie w 1908 r., umożliwiając tym samym rozegranie zawodów pływackich, a bieg na dystansie maratońskim został wydłużony o 385 jardów. Przyczyną zmiany dystansu była decyzja ustawienia linii startowej na wysokości Windsor Castle. Linia mety znalazła się na wysokości specjalnie przygotowanych miejsc siedzących dla pary królewskiej na White City Stadium, tak aby królowa Aleksandra mogła obserwować przybiegających zwycięzców. Dystans ten (42 km, 195 m) został później oficjalnie zatwierdzony przez Międzynarodową Federację Lekkiej Atletyki.

**E. Krawaty dla mistrzów olimpijskich.** W 1900 roku w Paryżu zwycięzcom wręczano nagrody kupowane na straganach i jarmarkach (krawaty, parasole, portfele, notatniki), co wywołało falę oburzenia w miejscowej prasie. Kobiety złamały antyczny zakaz udziału w igrzyskach w 1900 roku i wystartowały w rozgrywkach w tenisa.

**F. Dni Antropologiczne w St. Louis (USA) w 1904 roku.** Amerykanie zorganizowali zawody sportowe dla przedstawicieli plemion indiańskich, plemion afrykańskich, Turków, określając je jako nieolimpijskie. Do najciekawszych konkurencji należało strzelanie z łuku.

**G.** W 1920 roku w Antwerpii (Belgia) pierwszy raz wypuszczono w czasie ceremonii otwarcia igrzysk białe **gołębki pokoju** i pierwszy raz wciągnięto na maszt **flagę olimpijską**. W Amsterdamie (Holandia) w 1928 roku po raz pierwszy zapalono **znicz olimpijski**, a w Berlinie (Niemcy) w 1936 roku ogień przywędrował niesiony przez „pośłańców” z greckiego miasta - Olimpii – kolebki starożytnych igrzysk olimpijskich.

**H. Johnny Weissmuller** – mistrz olimpijski w pływaniu na 100 metrów z Paryża w 1924 roku i z Amsterdamu w 1928 roku został później legendarnym odtwórcą roli Tarzana w filmie o chłopcu wychowanym w dżungli przez zwierzęta.

**I.** W 1932 roku na Zimowe Igrzyska Olimpijskie w Lake Placid (USA) zwożono śnieg ciężarówkami z pobliskiej Kanady.

**J.** W 1952 roku w Igrzyskach Olimpijskich w Helsinkach (Finlandia) wzięła udział po raz pierwszy reprezentacja narodowa Związku Radzieckiego.

**K.** W 1960 roku na organizatora zimowych igrzysk wybrano miasto **Squaw Valley** w USA, mimo iż stał tam jedynie hotel, a obiektów sportowych nie było wcale. Organizatorzy odmówili wybudowania toru bobslejowego, gdy do konkursu zgłosiło się tylko dziewięciu zawodników. W tym samym roku 1960 podczas Letnich Igrzysk Olimpijskich w Rzymie bieg maratoński wygrał nieznany wówczas **Etiopczyk Abebe Bikila**, przebiegając całą trasę boso.

(Nauczyciel może zwrócić uwagę na to, że wtedy igrzyska zimowe i letnie rozgrywane były w tym samym roku i zapytać uczniów, od kiedy zaczęto rozgrywać igrzyska naprzemiennie).

**L.** W 1968 roku podczas Igrzysk Olimpijskich rozgrywanych w stolicy Meksyku, mieście Meksyk, **Amerykanin Bob Beamon** ustanowił fenomenalny rekord olimpijski i świata w skoku w dal (8,90 m), który od Igrzysk w Rzymie w 1960 r. należał do **Ralph Boston** (8,12 m). Dopiero po 23 latach w 1991 r. **Mike Powell** pobił ten rekord, skacząc na odległość 8,95 m.

**Ł. Pierwsze Zimowe Igrzyska** odbyły się w 1924 roku w Chamonix (Francja) i aż do 1994 roku odbywały się w tym samym roku co igrzyska letnie. Obecnie igrzyska zimowe i letnie odbywają się w cyklu co 4 lata, tak aby pomiędzy nimi była różnica 2 lat.



XX Zimowe Igrzyska Olimpijskie w Turynie, 2006 rok, fot. M. Bronikowska

## Rozwinięcie tematu lekcji

### 3. Quiz olimpijski

Zaproponuj zabawę „Quiz olimpijski”, w której mógłbyś wykorzystać informacje uzyskane na lekcjach. Zabawę tę można zorganizować na zasadach prostego quizu, a najlepsze osoby wyróżnić ocenami lub plusami. Można też przeprowadzić go w formie zabawy ruchowej, w której każdy z biorących udział ma do wykonania jakieś zadanie ruchowe, a po wyciągnięciu losu z pytaniem – udzielenie odpowiedzi.

(Nauczyciel może także przygotować odpowiedzi na karteczkach, z których uczniowie wybierają właściwą i umieszczają ją razem z pytaniem w wyznaczonym miejscu albo zorganizować lekcję w sali komputerowej z wykorzystaniem gry komputerowej „Quiz sportowy” firmy AIDEM MEDIA, która daje szansę na sprawdzenie wiedzy uczniów w zakresie tematyki sportowej i olimpijskiej za pomocą komputera).

## Zestaw pytań do quizu z wiedzy olimpijskiej:

### Wersja łatwiejsza – I etap

- Olimpizm to:
  - kierunek w sporcie, który przyczynia się do wykształcenia atletów i zawodników we wszelkich dziedzinach sportowych,
  - filozofia życia wyrażająca i łącząca w wyważoną całość wartości ciała, woli i umysłu,
  - okres pomiędzy igrzyskami olimpijskimi.
- Baron Pierre de Coubertin był?
  - Szwajcarem,
  - Belgiem,
  - Francuzem.
- Pierre de Coubertin był:
  - wskrzesicielem igrzysk olimpijskich,
  - pierwszym sportowcem nowożytnych igrzysk olimpijskich, który zapalił znicz,
  - autorem książki pt. „Olimpizm dla każdego”.
- Jednym z prezydentów MKOl był:
  - Aleksander Kwaśniewski,
  - Michel François Platini,
  - Pierre de Coubertin.
- Olimpiada to:
  - duże widowisko sportowe mające na celu wyłonienie najlepszych sportowców z całego świata,
  - międzynarodowe zawody sportowe, w czasie których zdobywane są tytuły mistrza świata w danej dziedzinie sportu,
  - okres czterech kolejnych lat kalendarzowych, rozpoczynający się 1 stycznia pierwszego roku i kończący 31 grudnia czwartego roku.
- Igrzyska olimpijskie to:
  - najstarszy międzynarodowy „festiwal sportowy” organizowany przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski co 4 lata w różnych miastach, pod hasłem współzawodnictwa i braterstwa,
  - mistrzostwa świata we wszystkich dyscyplinach sportowych rozgrywane jednocześnie,
  - sportowy konkurs mistrzów z całego świata.
- Flaga olimpijska z pięcioma kółkami olimpijskimi symbolizuje:
  - unię pięciu kontynentów (oraz podstawowe barwy występujące na wszystkich flagach narodowych) i sportowców całego świata,
  - pięć ras biorących udział w igrzyskach olimpijskich,
  - pięć podstawowych kolorów w malarstwie i sztuce.

8. Po raz pierwszy znicz olimpijski zapłonął na igrzyskach w:
  - a) Amsterdamie 1928 r.,
  - b) Berlinie 1936 r.,
  - c) Atenach 1896 r.
9. I Igrzyska Olimpijskie rozegrano w Grecji w:
  - a) Delfach 876 r. p.n.e.,
  - b) Olimpii 776 r. p.n.e.,
  - c) Atenach 772 r. p.n.e.
10. Pięciobój grecki *pentathlon* obejmował:
  - a) bieg, skok o tyczce, rzut oszczepem, jazdę konną, zapasy,
  - b) bieg, skok w dal z ciężarkami, rzut oszczepem, rzut dyskiem, zapasy,
  - c) wyścigi rydwanów, jazdę konną, pchnięcie kulą, bieg długi, boks.
11. Kobiety wystąpiły po raz pierwszy na nowożytnych igrzyskach olimpijskich w 1900 roku w:
  - a) Atenach,
  - b) Los Angeles,
  - c) Paryżu.
12. Pierwsze zimowe igrzyska olimpijskie odbyły się w:
  - a) Antwerpii 1920 r.,
  - b) Chamonix 1924 r.,
  - c) Lake Placid 1932 r.
13. Igrzyska Paraolimpijskie (potocznie: Paraolimpiada) to:
  - a) światowe igrzyska sportowców pozbawionych pełnej sprawności fizycznej,
  - b) międzynarodowe mistrzostwa w skokach na parolotni,
  - c) igrzyska olimpijskie dla konkurencji, w których występuje się w parach.
14. Olimpiada specjalna to:
  - a) międzynarodowa olimpiada dla dzieci z niedosłuchem,
  - b) międzynarodowe zawody sportowe dla zawodników z niepełnosprawnością intelektualną,
  - c) międzynarodowe specjalne zawody osób w konkurencjach sportów ekstremalnych.
15. Miano „Złotej Jedenastki” przypadło w udziale:
  - a) zawodnikom piłki nożnej, którzy zdobyli złoty medal na Igrzyskach Olimpijskich w Monachium w 1972 r.,
  - b) zawodnikom kolarstwa szosowego – wyścigu drużynowego podczas Igrzysk Olimpijskich w Moskwie w 1980 r.,
  - c) Zbigniewowi Zarzyckiemu jako najlepszemu rozgrywającemu, z nr. 11 w reprezentacji piłki siatkowej z Igrzysk Olimpijskich w Montrealu 1976 r.,
16. Zawodniczką, która występowała w barwach Polski na kolejnych pięciu igrzyskach olimpijskich, była:
  - a) Ewa Kłobukowska,



- b) Irena Szewińska,
  - c) Halina Górecka-Richter.
17. Uczestnicy igrzysk olimpijskich związani z Poznaniem to:
- a) Piotr Mowlik, Izabela Dylewska, Szymon Ziółkowski,
  - b) Wiesław Rudkowski, Antoni Zajkowski, Renata Mauer,
  - c) Artur Partyka, Andrzej Wroński, Małgorzata Książkiewicz.
18. Dyscypliny wchodzące w skład konkurencji olimpijskich:
- a) golf, wspinaczka alpinistyczna, duathlon,
  - b) szybownictwo, bieg na 300 m, jazda artystyczna na nartach,
  - c) triathlon, strzelectwo z karabinka pneumatycznego, tenis stołowy.
19. Obecnie przerwa między letnimi i zimowymi igrzyskami olimpijskimi wynosi:
- a) 4 lata,
  - b) rozgrywane są w tym samym roku,
  - c) 2 lata.
20. Zdobywcą złotego medalu w skokach narciarskich na dużej skoczni podczas Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Sapporo w 1972 był:
- a) Franciszek Groń-Gąsienica,
  - b) Adam Małysz,
  - c) Wojciech Fortuna.
21. Nową dyscypliną sportu, wprowadzoną na Igrzyska Olimpijskie w Sydney w 2000 roku, był:
- a) kick-boxing,
  - b) badminton,
  - c) triathlon.
22. Miasto – organizator Zimowych Igrzysk Olimpijskich w 2002 roku - to:
- a) Sapporo,
  - b) Salt Lake City,
  - c) Nagano.
23. Miastem, w którym odbyły się igrzyska olimpijskie przypadające w setną rocznicę ich wznowienia były:
- a) Ateny,
  - b) Paryż,
  - c) Atlanta.
24. Igrzyska XXIX Olimpiady odbyły się w:
- a) Europie,
  - b) Afryce,
  - c) Azji.
25. Polscy zdobywcy złotych medali na Igrzyskach XXVI Olimpiady – Atlanta 1996:
- a) Artur Partyka, Arkadiusz Skrzypaszek, Urszula Włodarczyk,
  - b) Paweł Nastula, Renata Mauer, Mateusz Kusznierewicz,

c) Artur Wojdat, Alicja Pęczak, Piotr Haczek.

26. Połącz zgodnie z faktami:

Moskwa	1992 r.	Korzeniowski
2000 r.	Kozakiewicz	Barcelona
Skrzypaszek	Sydney	1980 r.

27. W igrzyskach olimpijskich mogą brać udział:

- tylko mężczyźni, amatorzy, bez ograniczeń wiekowych,
- tylko sportowcy zawodowi (kobiety i mężczyźni), bez ograniczeń wiekowych,
- najlepsi sportowcy (kobiety i mężczyźni), bez ograniczeń wiekowych.

28. Zasada *fair play* określa:

- prawo zawodników do równoprawnego startu olimpijskiego bez względu na wyniki,
- przestrzeganie przepisów obowiązujących w danej dyscyplinie sportu, a także unikanie gwałtownych zachowań prowadzących do przemocy oraz w razie potrzeby niesienie pomocy innym, przy rezygnacji z odnoszenia sukcesu za wszelką cenę,
- prawo do bezwzględnego dążenia do zwycięstwa, nie bacząc na przepisy ani zasady.

29. Wyjaśnij znaczenie podanych skrótów:

- MKOl – .....
- NKOl – .....
- PKOl – .....

30. Prezesem PKOl-u w latach 1988–1991 był(-ła):

- Aleksander Kwaśniewski,
- Irena Szewińska,
- Stefan Paszczyk.

### Wersja trudniejsza – II etap

1. Olimpizm to:

- kierunek w sporcie, który umożliwia kształcenie atletów i zawodników we wszelkich dziedzinach sportowych,
- filozofia życia wyrażająca i łącząca w wyważoną całość wartości ciała, woli i umysłu,
- okres pomiędzy igrzyskami olimpijskimi.

2. Baron Pierre de Coubertin, wskrzesiciel nowożytnych igrzysk olimpijskich, był:

- Szwajcarem,
- Belgiem,
- Francuzem.

3. Pierre de Coubertin zmarł w 1937 roku w:

- Paryżu,

- b) Lozannie,
  - c) Genewie.
4. Igrzyska olimpijskie organizowane są co:
    - a) 2 lata,
    - b) 4 lata,
    - c) 6 lat.
  5. Gospodarzem I Zimowych Igrzysk Olimpijskich było miasto:
    - a) Chamonix, 1924 r.,
    - b) Lake Placid, 1932 r.,
    - c) Sankt Moritz, 1928 r.
  6. I Nowożytne Igrzyska Olimpijskie zorganizowane zostały w:
    - a) Paryżu, 1900 r.
    - b) Atenach, 1896 r.,
    - c) Atenach, 1906 r.
  7. W Międzynarodowym Komitecie Olimpijskim obowiązują dwa oficjalne języki:
    - a) francuski – niemiecki,
    - b) francuski – angielski,
    - c) angielski – niemiecki.
  8. Symbol 5 kółek na fladze olimpijskiej oznacza:
    - a) różne rasy ludzkie,
    - b) unię pięciu kontynentów,
    - c) podstawowe barwy znajdujące się we wszystkich flagach narodowych.
  9. Ile i jakie kolory są na fladze olimpijskiej?  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....
  10. Polski Komitet Olimpijski powstał w roku:
    - a) 1946,
    - b) 1919,
    - c) 1991.
  11. Organizacja igrzysk olimpijskich przyznawana jest:
    - a) państwu,
    - b) miastu,
    - c) okręgowi.
  12. William Penny Brookes podjął próbę wskrzeszenia igrzysk olimpijskich w XIX wieku, w Anglii w miejscowości:
    - a) Chipping Campden,
    - b) Much Wenlock,
    - c) Rugby.

13. Władysław Kozakiewicz zdobył złoty medal w skoku o tyczce podczas igrzysk w:
  - a) Los Angeles, w 1984 r.,
  - b) Montrealu, w 1976 r.,
  - c) Moskwie, w 1980 r.
14. Pierwsze starożytne Igrzyska Olimpijskie odbyły się w Olimpii (Grecja), w roku:
  - a) 383 n.e.,
  - b) 776 p.n.e.,
  - c) 186 p.n.e.
15. Dwa złote medale w tej samej konkurencji na dwóch kolejnych igrzyskach olimpijskich wywalczył(-ła) spośród polskich sportowców:
  - a) Irena Szewińska,
  - b) Robert Korzeniowski,
  - c) Jacek Wszół.
16. Nagroda *Fair Play* przyznawana jest za:
  - a) grę zgodną z przepisami,
  - b) wyjątkowe, nieokreślone przepisami zachowanie oraz sportową postawę na boisku i poza nim,
  - c) wygranie wyrównanej walki z przeciwnikiem.
17. Ile razy dotychczas igrzyska olimpijskie odbyły się w USA:
  - a) 6,
  - b) 7,
  - c) 8.
18. Motto „*citius, altius, fortius*” oznacza:
 

.....
19. Trzy konkurencje olimpijskie w starożytnych igrzyskach olimpijskich to:
 

.....
20. Organizatorem kolejnych letnich igrzysk olimpijskich będzie miasto:
 

.....
21. Główna siedziba MKOl mieści się w:
  - a) Paryżu,
  - b) Lozannie,
  - c) Genewie.
22. Polacy pierwszy złoty medal olimpijski zdobyli w:
  - a) 1924 roku w Paryżu,
  - b) 1928 roku w Amsterdamie,
  - c) 1932 roku w Los Angeles.
23. W Sydney odbyły się Igrzyska, której kolejnej Olimpiady:
  - a) XXV,
  - b) XXII,
  - c) XXVII.

24. Zimowe Igrzyska Olimpijskie w Lillehammer uświetniły maskotki:
  - a) Howdy i Hidy (dwa niedźwiedzie polarne),
  - b) Haakon i Kristin (norweskie dzieci ubrane w tradycyjne stroje),
  - c) Sukki, Nokki, Lekki i Tsukki (cztery sowy śnieżne).
25. Terminem „olimpiada” określamy:
  - a) igrzyska olimpijskie organizowane co 2 lata,
  - b) okres czterech kolejnych lat kalendarzowych, rozpoczynający się 1 stycznia pierwszego roku i kończący 31 grudnia czwartego roku,
  - c) międzynarodowe zawody sportowe organizowane co 4 lata.
26. Jan Parandowski zdobył brązowy medal w czasie Igrzysk Olimpijskich w Berlinie 1936 roku, w:
  - a) rzucie dyskiem,
  - b) biegu na 200 metrów,
  - c) konkursie literatury i sztuki za powieść „Dysk olimpijski”.
27. Z miastem Poznań związana jest para sportowców:
  - a) Robert Korzeniowski, Artur Partyka,
  - b) Artur Wojdat, Szymon Ziółkowski,
  - c) Andrzej Supron, Grzegorz Lato.
28. Starożytne igrzyska olimpijskie były organizowane w:
  - a) kilku miejscach starożytnej Grecji,
  - b) tylko w mieście Olimpia,
  - c) u podnóża góry Olimp.
29. Ekecheiria to:
  - a) określenie sędziego w starożytnych igrzyskach olimpijskich,
  - b) pokój boży, który oznaczał zawieszenie wszelkich wojen i sporów na czas igrzysk,
  - c) miejsce oddawania czci Zeusowi przed rozpoczęciem igrzysk starożytnych.
30. W 2006 roku igrzyska zimowe zorganizowało miasto:
  - a) Turyn,
  - b) Sion,
  - c) Zakopane.
31. Ceremonię na igrzyskach olimpijskich otwiera i zamyka:
  - a) prezydent miasta, w którym organizowane są igrzyska,
  - b) prezydent państwa, w którym odbywają się igrzyska,
  - c) prezydent Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego.
32. Na którym z poniżej podanych kontynentów nie odbyły się jeszcze nigdy igrzyska olimpijskie?
  - a) afrykańskim,
  - b) australijskim,
  - c) azjatyckim.

### 3. Zadania ruchowe

Nauczyciel dzieli klasę na pięć równych grup, z których każda reprezentuje jeden z pięciu kontynentów. Każda grupa oznaczona jest jednym kolorem szarf (żółtym, czerwonym, czarnym, niebieskim, zielonym). Może również przygotować więcej kolorów, by uczniowie mogli wybrać i dopasować kolory odpowiednio do kontynentu (patrz temat: *Symbole olimpijskie oraz ceremoniał olimpijskie*).

Zadania dla uczniów:

**A. Wyobraźmy sobie, że klasa (sala gimnastyczna) to mapa świata. Gdzie leży Europa? A inne kontynenty? Niech każdy stanie w wybranym przez siebie mieście, w którym odbyły się igrzyska olimpijskie.**

Klasa odgaduje nazwę miasta i datę. Jeśli uczniowie nie mogą odgadnąć, to jeden z nich podpowiada najważniejsze charakterystyczne wydarzenia dla tych igrzysk albo pokazuje jakąś konkurencję sportową i podaje rekordy, wyniki lub zwycięzców bądź jakieś inne fakty. Nauczyciel może wyznaczyć po jednej osobie z każdej grupy. Dobrze by było, gdyby wcześniej uczniowie pod okiem nauczyciela przygotowali również mapę świata z zaznaczonymi miastami – organizatorami kolejnych igrzysk olimpijskich.

**B. Pogrupuj poniższe daty i miejsca w zależności od kontynentu. Zaznacz miasta olimpijskie odpowiednimi kolorami, różnicując je według lat rozgrywanych igrzysk. Zadanie wykonywane jest przez całą grupę, w której każdy przedstawia jedno miasto.**

**Igrzyska olimpijskie (letnie):**

Ateny – 1896 r., 2004 r., Paryż – 1900 r., 1924 r., Londyn – 1908 r. 1948 r., Los Angeles – 1932, 1984 r., Moskwa – 1980 r., Atlanta – 1996 r. Czy znasz inne miasta olimpijskie na tych kontynentach?

**Igrzyska olimpijskie (zimowe):**

Chamonix – 1924 r., Garmisch-Partenkirchen – 1936 r., Oslo – 1952 r., Lake Placid – 1980 r., Nagano – 1998 r. Czy znasz inne miasta olimpijskie na tych kontynentach?

**4. Czy Polskę stać na przygotowanie igrzysk? Ekonomia, warunki finansowania olimpiady, sponsoring – spróbuj wypowiedzieć się na te tematy.**

Najlepiej przekazać uczniom przed lekcją artykuł na temat opłacalności organizowania dużych imprez sportowych. Można również poprosić ich o przygotowanie i przyniesienie takich informacji na lekcję, traktując to jako część pracy domowej bądź wykonać poniższe zadania na lekcji i dopiero potem poprosić uczniów o znalezienie odpowiednich informacji w prasie/Internecie w celu pogłębienia wiedzy.

**A. Jak przygotować kalkulację kosztów i jak zgłosić projekt organizacji igrzysk olimpijskich? Co powinien zawierać taki projekt? Wymień kilka zadań do przygotowania.**

.....

.....

.....

.....

**B. Igrzyska olimpijskie w Polsce? Jakie miasta są najlepiej przygotowane, jakie obiekty już istnieją, jakie należy zbudować, jakie koszty będą musieli ponieść organizatorzy? Jakie korzyści naszemu krajowi może przynieść takie przedsięwzięcie?**

Praca w grupach – każda z nich przygotowuje swój projekt według przykładowego schematu:

**Dyscyplina: pływanie**

– jakie obiekty są potrzebne, jakie już istnieją, a jakie musimy dobudować, jakie są formalne wymagania, dokumenty?

– jakie mogą być przewidywane koszty budowy, ziemi, materiałów, dachu (wszystko w przybliżeniu)?

– jaki jest koszt utrzymania takiej pływalni (za co musi płacić właściciel – wymianę wody, utrzymanie czystości, oświetlenie, prąd, wodę, natryski, obsługę, ratowników, ciepłik)?

– kto pokryje takie koszty w wypadku organizacji igrzysk, kto zorganizuje i opłaci sędziów, a kto kupi przyrządy do pomiarów czasu?



Sportowy kompleks olimpijski w Monachium, 1972 rok, fot. Corel Corporation

**C. Wybierz swój obiekt sportowy i oszacuj ewentualne koszty jego budowy. Wybór musi wynikać z propozycji Twojej grupy dotyczącej miejsca organizacji igrzysk w Polsce (jakich obiektów brakuje w danym mieście?). Zadanie wykonaj według poniższego schematu.**

**Budowa stadionu ogólnosportowego:**

- w jakich dyscyplinach sportowych mogą być tam przeprowadzane zawody, a jakie wymagają oddzielnych obiektów?
- w jakiej kolejności powinny być one przeprowadzone?
- ile dni trwały igrzyska w starożytności?
- ile trwają obecnie i od czego to zależy?
- czy można niektóre konkurencje prowadzić równolegle?
- co zrobić w razie, gdyby np. równolegle odbywały się dwa finały w dwóch różnych dyscyplinach?

Klasa jest podzielona na grupy, z których każda opracowuje swój 7-dniowy program na różnych obiektach albo program na jednym obiekcie:

Program na poszczególne dni	Wydarzenia, dyscypliny itd.	Miejsca, obiekty
1. dzień		
2. dzień		
3. dzień		
4. dzień		
5. dzień		
6. dzień		
7. dzień		

**D. Sporządź diagram z finansowymi nakładami sponsorów, np. w milionach złotych, na organizację igrzysk olimpijskich, w kolejnych latach, opatrzone krótkim komentarzem. Pamiętaj, że nie wszystkie koszty ponosi miasto – organizator (państwo), ale pochodzą one w dużej części z sektora kapitału prywatnego.**

Tabela poniżej może być podana jako dodatkowe wspierające dane źródłowe. Uczniowie mogą też poszukać samodzielnie takich danych odnoszących się do innych miast olimpijskich w innych źródłach.



Tab. Przykładowe kalkulacje finansowe Berlina starającego się o organizację igrzysk w 2000 roku w milionach marek niemieckich DM

OCZEKIWANE WPŁYWY		WYDATKI ORGANIZATORÓW	
1. Prawa telewizyjne	936,5	1. Inwestycje	1857,4
2. Sponsorzy	543,3	2. Poszczególne sporty	150,0
3. Licencje dla wykonawców	269,7	3. Ceremonie, wydarzenia kulturalne	100,0
4. Bilety	136,3	4. Wydatki na ruch olimpijski	81,1
5. Karty telefoniczne	9,5	5. Technologie	456,8
6. Darowizny, datki	2,0	6. Administracja	391,5
7. Okazyjne monety, pamiątki	1414,7	7. Komunikacja	105,5
8. Loterie	119,7	8. Bezpieczeństwo	51,2
9. Znaczk	4,7	9. Ubezpieczenia	9,7
10. Inne źródła	30,5	10. Olimpiada Specjalna, inne	74,0
		11. Zyski	189,7
RAZEM	3466,9	RAZEM	3466,9

Źródło: Meannig W., *Kosten und Erlöse Olympischer Spiele in Berlin 2000*, Berlin 1992, tab. 4.2.

## E. Wymień najważniejszych znanych Ci sponsorów w sporcie w Twoim kraju i na świecie:

w kraju

na świecie

.....  
 .....  
 .....

.....  
 .....  
 .....

## F. Sponsorzy nie mogą wywieszać swoich reklam na obiektach sportowych i stadionach podczas igrzysk olimpijskich. Co o tym sądzisz?

## G. Który z polskich sponsorów mógłby wspierać igrzyska olimpijskie i jakie może mieć z tego korzyści? Podaj przykłady. Opracuj ewentualną ofertę dla potencjalnych sponsorów. Co powinna ona zawierać? Spróbuj zrobić prezentację dla pozyskania potencjalnego sponsora.

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

.....

.....

.....

.....

### Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)

H. Zastanów się nad ważnymi momentami historycznymi (kiedy pojawiły się medale na igrzyskach olimpijskich, kiedy wprowadzono sztafetę z pochodnią olimpijską; wielcy wygrani, znani olimpijczycy, wielcy przegrani). Podaj przykłady takich wydarzeń i spróbuj określić, na których igrzyskach i w jakim mieście miały miejsce te wydarzenia.

.....

.....

.....

.....

I. Igrzyska olimpijskie a wojny, terroryści w Monachium, bojkot Igrzysk w Los Angeles i Moskwie, próby powstrzymania sztafety olimpijskiej z pochodnią w Pekinie – czy umiałbyś zabrać głos w dyskusji na te tematy? Czy uważasz, że arena igrzysk olimpijskich to dobre miejsce do manifestowania swoich poglądów politycznych bądź społecznych? Uzasadnij swoją opinię na ten temat w kilku zdaniach.

.....

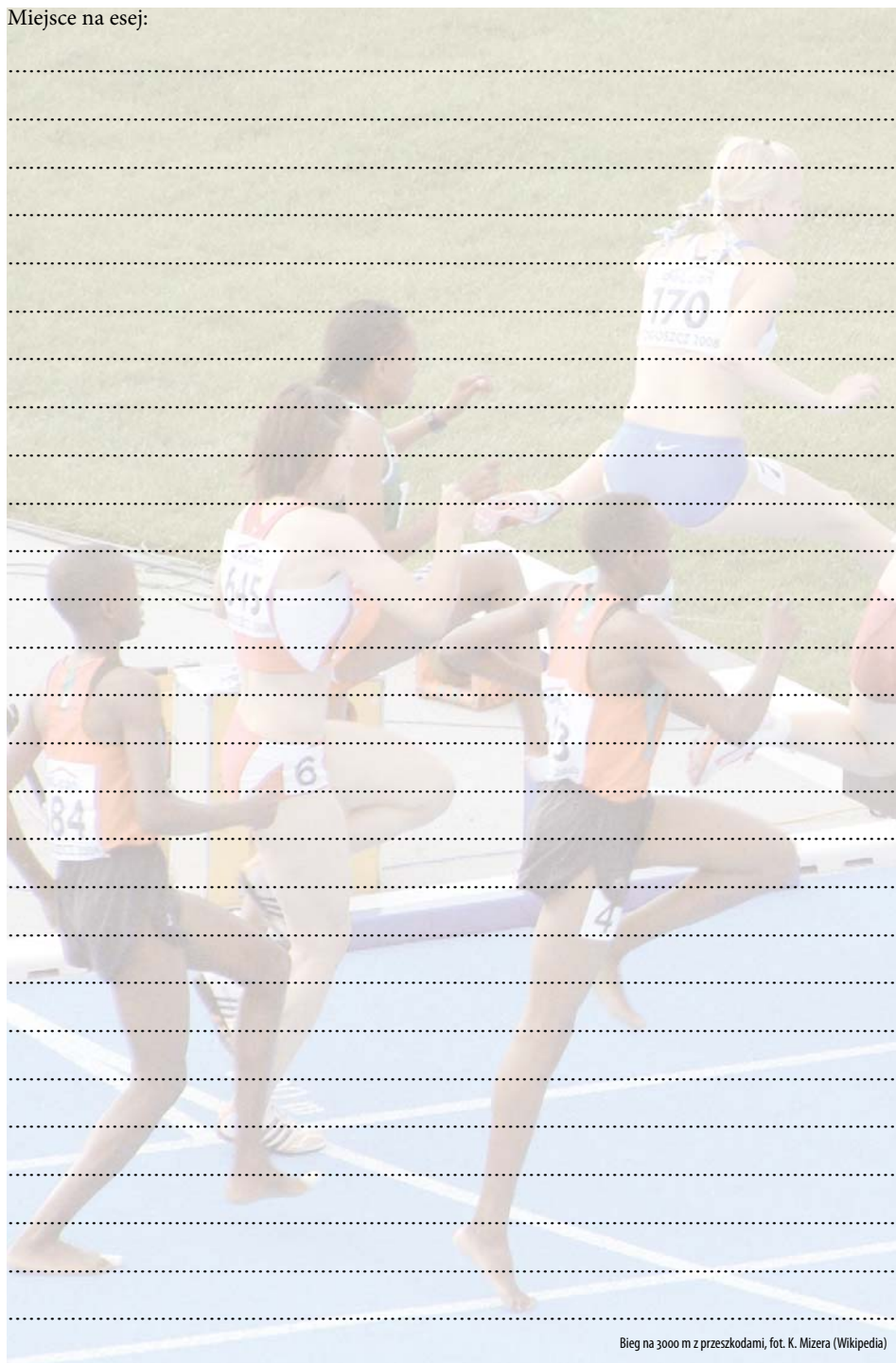
.....

.....

.....

J. Jaki jest dla Ciebie najważniejszy moment w historii igrzysk olimpijskich? Uzasadnij swój wybór. Potem wspólnie z całą grupą wybierz najważniejszy dla Was moment i przedstaw go klasie z uzasadnieniem – dyskusja i próba ustalenia jednego najważniejszego momentu (umiejętność prowadzenia dyskusji, argumentacja własnego punktu widzenia). Wyraź swoje za i przeciw (forma opracowania zadań dowolna, najlepiej w postaci eseju bądź prezentacji multimedialnej).

Miejsce na esej:



Bieg na 3000 m z przeszkodami, fot. K. Mizera (Wikipedia)

## TWÓJ ULUBIONY SPORTOWIEC

---

### Wprowadzenie do lekcji

#### 1. Czy znasz swojego idola?

Uczniowie próbują przygotować odpowiedź na poniższe pytania, które potem przedstawiają/porównują na forum klasowym:

##### A. Czy brał udział w igrzyskach olimpijskich, kiedy i jakie osiągnął wyniki?

.....

.....

.....

##### B. Czy wyróżnił się czymś dodatkowym (postawą, gestem, godnością, zachowaniem sportowym, skromnością, spontanicznością, pogodnością) podczas zwycięstw i porażek?

.....

.....

.....

##### C. W jakich klubach trenował i kiedy po raz pierwszy reprezentował nasz kraj?

.....

.....

.....

##### D. Czy Twój ulubiony sportowiec – poza swoją dyscypliną sportu – ma jeszcze inne zainteresowania, hobby? Wymień jakie.

.....

.....

.....

### 2. Zawód reporter

To zadanie można realizować w grupach; uczniowie poznają etapy przygotowywania się do przeprowadzenia wywiadu ze znanym sportowcem; nauczyciel podpowiada, co powinni wiedzieć, jakie informacje zdobyć przed wywiadem, o co pytać w czasie wywiadu.

**A. W jaki sposób przygotować się do wywiadu ze swoim idolem sportowym? Jakie kroki powinno się podjąć, aby być dobrym reporterem? Wymień w punktach:**

- a) .....
- .....
- b) .....
- .....
- .....
- c) .....
- .....
- .....
- d) .....
- .....
- .....



### Przykładowe charakterystyki sportowców

**Władysław Komar** – ur. w 1940 r., lekkoatleta, zdobywca złotego medalu olimpijskiego w pchnięciu kulą w 1972 roku podczas Igrzysk Olimpijskich w Monachium, absolwent AWF Poznań, zagrał również w kilku filmach fabularnych (np. „Piraci”, reż. R. Polański); zginął w wypadku samochodowym w 1998 r. (razem z innym olimpijczykiem – Tadeuszem Ślusarskim).



Fot. L. Fidusiewicz

**Irena Szewińska** (I. Kirszenstein-Szewińska) – ur. w 1946 r., lekkoatletka, działaczka sportowa, wielokrotna rekordzistka świata, najlepsza polska lekkoatletka w okresie powojennym, zdobywczyni 3 złotych medali olimpijskich (sztafeta 4 x 100 m – 1964 r. Tokio, 200 m – 1968 r. Meksyk, 400 m – 1976 r. Montreal), 2 srebrnych medali (200 m i skok w dal – 1964 r. Tokio) oraz 2 brązowych (100 m – 1968 r. Meksyk i 200 m – 1972 r. Monachium), obecnie członek Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego.



## B. Czasami zapamiętujemy tylko zdjęcie sportowca

Uczniowie przygotowują odpowiedzi na pytania:

a) zgadnij, kto to jest?

.....

b) czy pamiętasz, jakie ma osiągnięcia sportowe?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



c) czy wiesz coś więcej o jej życiu – kiedy się urodziła, gdzie trenuje?

.....

.....

.....

.....

d) najlepszy rezultat sportowy?

.....

e) od kiedy trenuje?

.....

f) jakie ma zainteresowania poza sportem, czym się zajmuje?

.....

**C. Czy uważasz, że podane informacje w pełni oddają obraz danego sportowca? A może chciałbyś(-abyś) dowiedzieć się nieco więcej o tak wybitnej osobie? Spróbuj przygotować się do takiego zadania. Ułóż pytania, które miałbyś(-abyś) ochotę zadać swojemu idolowi sportowemu. Zapisz przykładowe pytania do wywiadu:**

a) .....

b) .....

c) .....

d) .....

e) .....

f) .....

### 3. Wywiad z idolem sportowym

Uczniowie dobierają się w pary, każdy z pary wybiera sportowca, którym chciałby być i gromadzi o nim informacje. W przygotowaniu takich charakterystyk można skorzystać z Internetu. Nauczyciel może też poprosić o wykonanie polecenia w domu i przeprowadzić dalszą część zadania na kolejnej lekcji. Uczniowie będą mieli wówczas szansę na wyszukanie ewentualnych ciekawostek związanych z danym sportowcem – zdjęć, artykułów z prasy, nawet autografów. Na podstawie uzyskanych odpowiedzi uczniowie sporządzą notkę biograficzną o danym sportowcu. Jeśli istnieje taka możliwość, nauczyciel zaprosi na zajęcia jakiegoś znanego sportowca.

**A teraz postaraj się zdobyć odpowiedzi na przygotowane pytania, przeprowadzając wywiad z kolegą (koleżanką) z klasy, który staje się na chwilę ulubionym sportowcem.**

### Odpowiedzi:

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....





### Wprowadzenie do lekcji

#### 1. Otwarta dyskusja na forum klasy

##### A. Czy wiesz, jakie sporty wchodzą w skład programu nowożytnych igrzysk olimpijskich?

(Uczeń wymienia te, które zna. Nauczyciel może podzielić klasę na grupy i zadać jednej zebranie nazw sportów z letnich igrzysk, drugiej – z zimowych).

##### B. Czy znane są Ci zasady wprowadzania nowej dyscypliny lub konkurencji do programu igrzysk?

(Nauczyciel słucha wypowiedzi uczniów, później dopiero tłumaczy zasady doboru dyscypliny do programu igrzysk).

### Rozwinięcie tematu lekcji

#### 2. Zagadnienia do zastanowienia i wspólnego opracowania

##### A. Jakie, Twoim zdaniem, powinny być kryteria włączania nowych sportów do letnich i zimowych igrzysk? Co to są sporty pokazowe w programie igrzysk olimpijskich?

(Najpierw uczniowie proponują kryteria, a potem omawiają je wspólnie z nauczycielem.)

##### B. Czy znasz przepisy obowiązujące w sporcie, który uważasz za swój ulubiony?

(Praca samodzielna lub w grupach, jeśli nazwy sportów się powtarzają.)

#### 3. Zaproponuj swoją ulubioną dyscyplinę sportową

A. Opracuj dokładnie przepisy i przygotuj się do ich przedstawienia, zaproponuj zestaw ćwiczeń rozgrzewających, tak aby można było zaprezentować tę dyscyplinę na kolejnych lekcjach, które odbędą się w sali gimnastycznej, na boisku szkolnym czy w parku (podczas prezentacji można wykorzystać tablicę i inne przybory).

**B. Zastanów się i wymień wszystkie te dyscypliny sportowe, które uprawiasz(-aś) i uprawiasz sam (sama) lub rodzinnie. Wyjaśnij, dlaczego właśnie te sporty uprawiasz(-cie) rodzinnie? Może zaproponujesz inne, nowe? Jakimi kryteriami będziesz się kierować? Napisz poniżej odpowiedź w kilku zdaniach po uprzedniej rozmowie z rodzicami.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

#### **4. Nowe dyscypliny sportu w programie igrzysk olimpijskich**

Po wcześniejszej dyskusji w klasie nauczyciel przedstawia główne zasady włączania nowych sportów do programu igrzysk olimpijskich, może też nawiązać do zasad wprowadzania sportów pokazowych albo zaproponować to jako zadanie domowe.

##### **Kryteria wprowadzania nowych sportów do programu:**

###### **• zimowych igrzysk olimpijskich**

– sport musi być popularny i praktykowany przynajmniej w 25 krajach, na przynajmniej trzech kontynentach, tak jak np. biathlon, bobsleje, hokej, jazda szybka na łyżwach, jazda figurowa, skoki narciarskie, biegi narciarskie.

###### **• letnich igrzysk olimpijskich**

– sport musi być uprawiany przynajmniej w 75 krajach, na 4 kontynentach przez mężczyzn i przynajmniej w 40 krajach, na trzech kontynentach przez kobiety.

#### **5. Wymyśl swój sport**

Klasa proponuje i przygotowuje nową dyscyplinę sportu do demonstracji jako dyscyplinę pokazową dla szkoły i rodziców na szkolnych igrzyskach (np. gra w ringo, badmintona, kabbadi, inne własne).

**Co trzeba zrobić, aby taki sport stał się sportem olimpijskim? Spróbuj go zademonstrować z rówieśnikami lub z rodziną.**

## 6. Krzyżówka olimpijska

Wśród ukrytych liter w poniższej krzyżówce postaraj się odnaleźć jak najwięcej sportów olimpijskich, ludzi lub przedmiotów sportowych związanych z dyscyplinami olimpijskimi.

A	B	R	D	W	I	O	Ś	L	A	R	S	T	W	O
W	O	D	A	I	G	S	M	E	K	O	L	A	R	Z
T	K	P	D	W	N	Z	V	K	R	W	D	X	L	H
E	S	I	Z	A	P	A	S	Y	O	Ł	Y	Ż	W	Y
N	K	Ł	K	D	F	B	Q	D	B	O	B	S	P	M
I	O	K	A	I	G	L	X	S	A	M	X	Z	R	J
S	K	A	J	A	K	A	R	Z	T	D	P	I	A	C
U	W	N	A	T	U	W	Q	L	Y	W	L	K	W	M
D	Y	O	K	I	A	B	H	O	K	E	J	U	D	O
Y	A	Ż	A	G	L	E	P	M	A	R	A	T	O	N
S	L	N	R	M	Ł	O	T	I	K	U	L	A	F	G
K	L	A	S	Y	C	Z	N	Y	S	T	Y	L	X	P
N	A	R	T	Y	I	S	I	A	T	K	Ó	W	K	A
P	Ł	Y	W	A	N	I	E	M	O	J	L	Ó	D	H
F	I	N	O	S	Z	C	Z	E	P	W	T	W	C	V

## 7. Sprawdź, czy znasz olimpijskie dyscypliny sportowe.

- A. Dwa sporty, które wymagają lodu, to m.in. \_\_ k \_\_ i cu \_\_\_\_\_.
- B. Sport, w których m.in. pogoda odgrywa decydującą rolę, to \_e \_\_\_\_\_ m \_\_.
- C. W \_\_\_c\_ r\_\_\_\_\_ i \_\_\_\_\_f\_\_\_\_\_ m.in. wszyscy członkowie drużyny muszą współpracować razem, aby uzyskać jak najlepszy wynik / rezultat.
- D. Dwa sporty, w których używane są łódki, to ż \_\_\_\_\_ i \_\_\_\_\_ k \_\_\_\_\_.
- E. Skok w dal, biegi na różnych dystansach, rzut oszczepem, to konkurencje \_\_ \_\_\_\_\_.
- F. Sporty, w których zawodnik walczy przeciwko innemu zawodnikowi indywidualnie jeden na jeden, to m.in. j \_\_\_\_\_, \_\_ k \_\_, \_a \_\_\_\_\_.
- G. Sporty, w których uczestniczą konie, to s \_\_\_\_\_ przez \_\_\_\_\_ o \_\_\_\_\_ i u \_\_\_\_\_.

H. W \_\_\_\_\_ m \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ d \_\_\_\_\_ f \_\_\_\_\_ na \_\_\_\_\_ o \_\_\_\_\_  
i s \_\_\_\_\_ do \_\_\_\_\_, s \_\_\_\_\_ r \_\_\_\_\_ ocenia się technikę i estetykę  
wykonania ćwiczeń

**8. Które sporty powinny być włączone do programu igrzysk olimpijskich (czy jest jakiś polski sport, który mógłby być włączony?), a które nie powinny być rozgrywane w trakcie igrzysk? Uzasadnij swoje stanowisko.**

### **Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)**

#### **9. Polski sport pokazowy**

**A. Czy znasz jakieś sporty, które były dotychczas sportami pokazowymi w programie igrzysk olimpijskich?**

**B. Zastanów się (możesz wspólnie z rodzicami lub starszym rodzeństwem), jaki tradycyjny sport polski mógłby być sportem pokazowym, gdyby igrzyska olimpijskie były organizowane w Polsce?**

**C. Przygotuj opis takiego sportu (jego historię powstania) oraz zasady rozgrywania wraz z kilkoma ćwiczeniami rozgrzewającymi.**

#### **Historia powstania**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Zasady gry

---

---

---

---

---

---

## Wymagany sprzęt i warunki rozgrywania

---

---

---

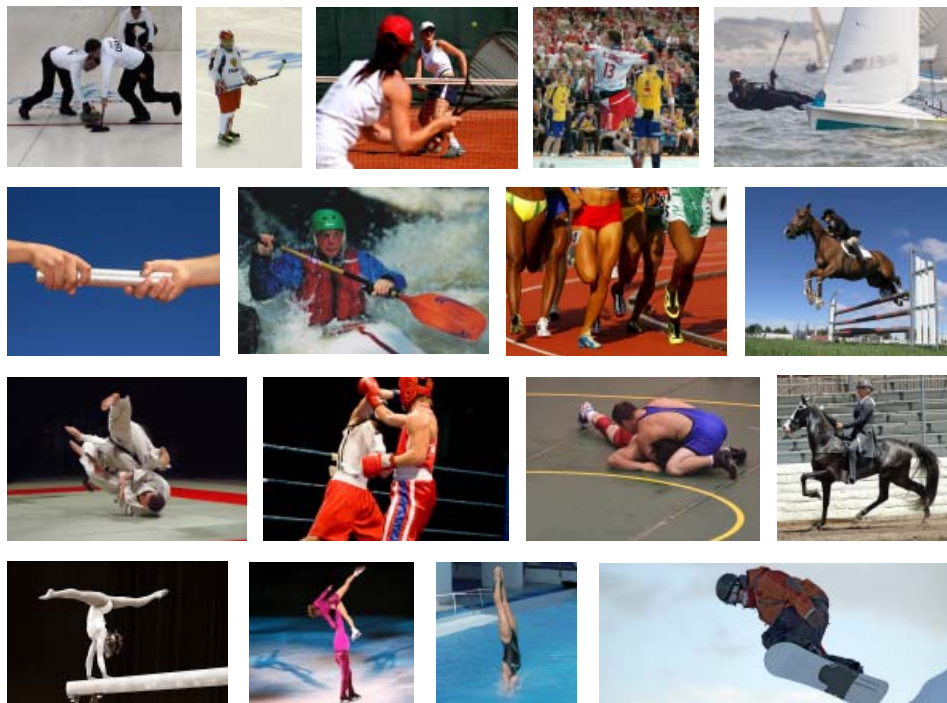
---

## Liczba uczestników

---

---

### Podpowiedzi do zadania 7.



# TWÓJ NAJLEPSZY WYNIK W RÓŻNYCH DYSCYPLINACH SPORTU

---

## Wprowadzenie do lekcji

### 1. Najciekawsza lekcja wychowania fizycznego

**A. Czy pamiętasz najciekawszą lekcję wychowania fizycznego? Co zdecydowało o tym, że była dla Ciebie taka ciekawa? Wymień trzy powody.**

.....  
.....  
.....

**B. Czy pamiętasz, które zadanie ruchowe sprawiło Ci największą trudność? Jak sobie z tym poradziłeś? Czy dałeś radę? Jeśli tak, to co o tym zdecydowało? A jeśli nie, to dlaczego?**

Uczniowie mogą mieć różne wcześniejsze doświadczenia w zakresie aktywności sportowej, warto zatem przeprowadzić tę część lekcji w formie dyskusji na forum klasy, podkreślając zadania i sytuacje, w których podjęli oni wyzwanie i sobie z nim poradzili. Można to zrobić w formie tzw. „rundki” w ustawieniu w półkolu z poleceniem: *Dokończ zdanie: Największą trudność na lekcji wychowania fizycznego sprawia mi...; najwięcej radości na lekcjach wychowania fizycznego odczuwam, gdy...* Będzie to punkt wyjścia do dalszych szczegółowych rozważań.

## Rozwinięcie tematu lekcji

**C. Sprawdź, ile wiesz o sporcie i na ile Cię stać. W wy kropkowanych miejscach wpisz oznaczenie literowe wybranego podpunktu.**

• W biegu na 100 m wynik mistrza olimpijskiego z Atlanty wynosił \_\_\_\_\_?

a) 9,98 s   b) 9,89 s   c) 9,84 s

• Michael Johnson został mistrzem olimpijskim w \_\_\_\_\_.

a) biegu na 100 m   b) biegu na 110 m przez płotki   c) biegu na 200 i 400 m

- Najwięcej medali dla \_\_\_\_\_ w pływaniu (3 złote i 1 brązowy) zdobyła Michelle Smith  
a) Anglii b) USA c) Irlandii d) Niemiec

- Długość skoku w trójskoku wynosi średnio dla mężczyzn \_\_\_\_\_, a dla kobiet \_\_\_\_\_ . Jaki jest Twój wynik?.....

Mężczyźni:

- a) 18 m b) 17 m c) 16 m d) 15 m

Kobiety:

- a) 16 m b) 15 m c) 14 m d) 13 m

- Jakie są najlepsze drużyny w siatkówce na świecie? Wymień trzy męskie i trzy żeńskie.

.....  
.....

- Czas biegu na 1500 m podczas Igrzysk Olimpijskich w Pekinie wynosił średnio: \_\_\_\_\_ dla mężczyzn i \_\_\_\_\_ dla kobiet.

- a) 3'50" b) 4'50" c) 3'10" d) 4'00" e) 5'00"

Jaki wynik jesteś Ty w stanie osiągnąć? .....

Wpisz rezultat, który – według Twoich przewidywań – byłbyś w stanie osiągnąć, i potwierdź go, próbując przebiec ten dystans po lekcjach. Poproś kogoś, aby zmierzył Twój czas.

Nauczyciel może też poprosić, aby uczniowie przynieśli podpis rodzica potwierdzający dany czas i na tej podstawie nagrodzić ucznia oceną lub plusem. Może on potem zweryfikować wpisany przez każdego ucznia wynik w trakcie kolejnych lekcji wychowania fizycznego i wpisać dodatkową ocenę.

- Najwięcej złotych medali w pływaniu w całej historii nowożytnych igrzysk olimpijskich zdobył:

- a) Johnny Weissmuller (USA) b) Mark Spitz (USA) c) Michael Phelps (USA)

- W pływaniu na 100 m stylem dowolnym kobiet najlepszy wynik w Atlancie to \_\_\_\_\_.

- a) 1'05" b) 0'54"50 c) 0'50"50

Czy wiesz, o ile poprawiły się wyniki na Igrzyskach w Pekinie? Sprawdź to i porównaj. Zastanów się, w jakim czasie jesteś w stanie przepłynąć 100 m stylem dowolnym? ..... (wpisz wynik). Poproś kogoś, aby pomógł Ci to zmierzyć na pływalni.

- Najwięcej medali dla reprezentacji Polski na Igrzyskach w Pekinie zdobyto w:
  - a) szermierce
  - b) zapasach
  - c) kajakarstwie
  - d) lekkoatletyce
- Tomasz Majewski był najlepszym zawodnikiem w Pekinie w:
  - a) pływaniu
  - b) strzelaniu
  - c) kajakarstwie
  - d) lekkoatletyce
- Mistrzami olimpijskimi w piłce nożnej w Pekinie zostali:
  - a) Brazylijczycy
  - b) Argentyńczycy
  - c) Nigeryjczycy
  - d) Portugalczycy

Spróbuj wraz z kolegami zorganizować miniturniej olimpijski w piłce nożnej, w którym każda drużyna będzie reprezentować inne państwo. Ustal zasady turnieju i punktację. Przygotuj „drabinkę” eliminacji. Finał możecie przeprowadzić w szkole.

## 2. Zadania matematyczne do rozwiązania dla ucznia

Każdy uczeń próbuje rozwiązać zadania samodzielnie. Zadania te można również wykorzystać jako część lekcji wychowania fizycznego za pomocą metod opartych na rozwiązywaniu zadań problemowych.

**A. Zawodnicy wagi muszej w boksie powinni ważyć poniżej 48 kg. Kto w Waszej klasie mógłby wystartować w tej konkurencji na najbliższych igrzyskach? Czy wiesz, co to jest BMI? Spróbuj obliczyć wartość tego wskaźnika dla siebie.**

Poniżej wzór i normy:

$$\text{BMI} = \text{masa ciała (w kg)} / \text{wzrost}^2 \text{ (w m}^2\text{)}$$

Ktoś waży na przykład 103,5 kg i mierzy 183 cm, zatem  $103,5$  podzielone przez  $1,83^2 = 30,91$ .

Skala BMI wygląda natomiast następująco (dane według Międzynarodowej Organizacji Zdrowia – WHO):

- $\leq 15$  – wygłodzenie
- $15,1 - 17,4$  – wychudzenie
- $17,5 - 18,5$  – niedowaga
- $18,5 - 24,9$  – wartość prawidłowa
- $25,0 - 29,9$  – okres przed otyłością – nadwaga
- $30,0 - 34,9$  – I stopień otyłości
- $35,0 - 39,9$  – II stopień otyłości
- $\geq 40,0$  – III stopień otyłości (otyłość skrajna)



Należy zaznaczyć tu, że skala ta nie odnosi się do kobiet w ciąży, osób starszych i sportowców, którzy mogą mieć inny skład masy ciała.

Zastanów się, czy boks powinien być konkurencją olimpijską? Przedstaw swoje argumenty za i przeciw.

Po dyskusji nauczyciel może przeprowadzić w tej sprawie głosowanie, pytając niektórych uczniów o podanie argumentów dlaczego tak, a nie inaczej głosowali.

**B. Jeśli pewnemu zawodnikowi dotarcie na zajęcia treningowe na stadion, oddalony o 5000 m od jego domu, zajmuje 20 minut (jadąc tramwajem z jedną przesiadką), to ile czasu powinien poświęcić na drogę do szkoły, aby nie spóźnić się na lekcje? Szkoła jest oddalona o 1000 m od jego domu, a po drodze musi się przesiadać dwa razy. Oblicz, ile czasu musi poświęcić, aby zdążyć do szkoły bez spóźnienia. Podaj rozwiązanie i uzasadnienie.**

.....  
.....  
.....

**C. W biegu na 800 m Zosia z klasy IA z gimnazjum była pierwsza, pokonując ten dystans w 3 minuty 25 sekund. Marta z I B przybiegła trzecia, z czasem o 12 sekund gorszym. Jaki czas uzyskała druga w tym biegu Weronika z IB, jeśli udało się jej wyprzedzić Martę na finiszu o 3 sekundy, a jaki Ania z klasy IA, która przybiegła 5 sekund za Martą? Na tych zawodach za pierwsze miejsce w biegach przyznawano pięć punktów, cztery punkty za drugie i trzy punkty za trzecie, a dwa za czwarte. Ile punktów zebrały Marta i Weronika z klasy IB, a ile Zosia i Ania z klasy IA?**

**D. Czy wiesz, ile wynosi wartość tętna spoczynkowego przeciętnego człowieka? Jeśli nie, to postaraj się je zmierzyć w ciągu 10 sekund. Ile razy musisz pomnożyć uzyskany wynik, aby otrzymać liczbę skurczów serca (tętno) na minutę?**

**Zakończenie lekcji (lub zadanie domowe)**

**Zaplanuj swój ruch**

**A. Dowiedz się, ile razy w tygodniu powinien podejmować aktywność sportową chłopiec/dziewczynka w Twoim wieku i zastanów się, czy Ty spełniasz te kryteria.**

**B. Decyduj sam(-a) – wybierz zdrowie. Ustal, ile razy w ciągu następujących dwóch tygodni będziesz aktywny(-a) fizycznie w czasie wolnym po szkole. Spróbuj wypełnić poniższą tabelkę i skonsultuj wpisane treści z rodzicami, a nauczycielowi pokaż ją po wykonaniu.**

Karta do planowania aktywności fizycznej w czasie wolnym

I semestr – poziom „Aktywność”

Data	Forma aktywności fizycznej	Punkty za każdy wysiłek	Czasy trwania każdego wysiłku fizycznego	Planowane punkty (miesięczne)	Rzeczywiste punkty (miesięczne)	Uwagi własne
Miesiąc 1. Tydzień 1. Tydzień 2. Tydzień 3. Tydzień 4. Tydzień 5.						
Miesiąc 2. Tydzień 1. Tydzień 2. Tydzień 3. Tydzień 4. Tydzień 5.						
Miesiąc 3. Tydzień 1. Tydzień 2. Tydzień 3. Tydzień 4. Tydzień 5.						
Miesiąc 4. Tydzień 1. Tydzień 2. Tydzień 3. Tydzień 4. Tydzień 5.						
Miesiąc 5. Tydzień 1. Tydzień 2. Tydzień 3. Tydzień 4. Tydzień 5.						
Suma						

Kryteria przyznawania punktów na poziomie „Aktywność”

- 1 pkt – mało intensywny wysiłek do 30 minut
- 2 pkt – średnio intensywny wysiłek do 30 minut
- 3 pkt – mało intensywny wysiłek do 45 minut
- 4 pkt – średnio intensywny wysiłek do 45 minut
- 5 pkt – średnio intensywny wysiłek powyżej 45 minut

Mało intensywny wysiłek – tętno w zakresie 100-120 HR max  
Średnio intensywny wysiłek – tętno w zakresie 121-140 HR max  
Bardzo intensywny wysiłek – tętno w zakresie 141-160 HR max

Formy aktywności do wyboru: R – rower, B – bieganie, PS – piłka siatkowa, PN – piłka nożna, PK – piłka koszykowa, Rol – jazda na rolkach, P – pływanie, A – aerobik, T – taniec, SK – siłownia, kulturystyka, SW – sporty walki, AD – aktywność dowolna, I – inna forma.

Inne zadania – „wyzwania”, które nauczyciel (przede wszystkim nauczyciel wychowania fizycznego) może wykorzystać we wspólnym planowaniu zadań o charakterze aktywności sportowej.

• **Czy myślisz, że jesteś w stanie przebiec 100 m w mniej niż 15 sekund? Podobne zadanie można wykorzystać w wypadku rozwijania wytrzymałości na bazie zadań wytrzymałościowych). Mniej niż 5 minut na 1000 m? Czy to możliwe? Sprawdźmy.**

• **Ile razy jesteście w stanie z kolegą (rodzicem, rodzeństwem) wykonać podań/odbić (np. siatkarskich albo nogą tak jak w piłce nożnej) piłki bez jej upadku na ziemię, czyli utrzymując ją cały czas w powietrzu?**

• **Ile razy w tygodniu jesteś w stanie wyciągnąć rodziców/rodzeństwo/kolegów do wspólnego podjęcia dowolnej formy aktywności ruchowej na boisku szkolnym lub w parku?**

**I semestr – Czy jesteś w stanie wyciągnąć kogoś choć raz na 30 minut?**

**II semestr – Jak myślisz, który z Twoich kolegów (albo ilu z Twoich kolegów) byłoby chętnych, aby pójść pograć z Tobą w Wasz ulubiony sport? (sprawdź, czy miałeś rację, jeśli udało Ci się, otrzymujesz bdb).**

Dodatkowe materiały nauczyciele mogą znaleźć w programie nauczania dla gimnazjum naszego autorstwa pt. *Wychowanie fizyczne z elementami edukacji olimpijskiej*, Wydawnictwo eMPI<sup>2</sup>, Poznań 2004.

### Regulamin Szkolnego Konkursu o Nagrodę *Fair Play* Szkolny *Fair Player* (złoty, srebrny i brązowy)

1. Możliwość zdobycia nagrody przysługuje wszystkim uczniom.
2. Nagroda przyznawana jest przez zespół wybranych nauczycieli i rodziców, którzy wspólnie decydują o przyznaniu wyróżnienia. W skład komisji wchodzi: dyrektor szkoły, nauczyciele wychowania fizycznego, przewodniczący Rady Rodziców oraz dwóch wychowawców klas i przedstawiciele samorządu szkolnego.

3. Nagrodę mogą otrzymać uczniowie, którzy w danym roku szkolnym dokonali jakiegoś wyjątkowego czynu bądź zachowali się w sposób świadczący o wysokiej kulturze osobistej, a swoim zachowaniem przyczynili się do utrzymania „czystości” współzawodnictwa zarówno sportowego, jak i naukowego. Nagroda może być również przyznawana uczniom, których postawa zdecydowanie wyróżnia się na tle zachowania ich rówieśników.
4. Co roku przyznawane są Nagroda Główna – Największy *Fair Player* w szkole oraz wyróżnienia – honorowy *Fair Player* w szkole i wręczane są przez dyrektora szkoły w czasie uroczystości Dnia Sportu.
5. Kandydatury do Nagrody Głównej mogą zgłaszać wszyscy nauczyciele i wychowawcy klas pisemnie do każdego z nauczycieli wychowania fizycznego lub do dyrektora szkoły. Rozważane mogą być również kandydatury uczniów zgłaszanych przez uczniów do nauczycieli, wychowawców lub dyrekcji z pisemnym (krótkim) uzasadnieniem.
6. Zgłaszanie kandydatur i decydowanie o przyznawaniu nagród będzie również jednym z zadań Szkolnego Klubu Olimpijczyka, w skład którego wejdą: dyrekcja szkoły, wybrani nauczyciele, uczniowie oraz członkowie Rady Rodziców.
7. Wyniki konkursu będą zgłaszane do wiadomości Polskiego Komitetu Olimpijskiego.

W kolejnym roku do konkursu o Nagrodę *Fair Play* można włączyć nauczycieli uczących w szkole. W takim wypadku nagroda przyznawana będzie przez uczniów (samorząd) i Radę Rodziców.

### **Poprawne odpowiedzi do quizów z wiedzy olimpijskiej (ze s. 54):**

#### **Wersja łatwiejsza – I etap**

1. b, 2. c, 3. a, 4. c, 5. c, 6. a, 7. a, 8. a, 9. b, 10. b, 11. c, 12. b, 13. a, 14. b, 15. a, 16. b, 17. a, 18. c, 19. c, 20. c, 21. c, 22. b, 23. c, 24. c, 25. b, 26. Moskwa-Kozakiewicz-1980, 2000-Sydney-Korzeniowski, Skrzypaszek-1992-Barcelona, 27. c, 28. b, 29. MKOl – Międzynarodowy Komitet Olimpijski, NKOl – Narodowy Komitet Olimpijski, PKOl – Polski Komitet Olimpijski, 30. a.

#### **Wersja trudniejsza – II etap**

1. b, 2. c, 3. b, 4. b, 5. a, 6. b, 7. b, 8. b, 9. sześć kolorów (niebieski, żółty, czarny, zielony, czerwony i biały), 10. b, 11. b, 12. b, 13. c, 14. b, 15. b, 16. b, 17. c, 18. „Szybciej, wyżej, silniej”, 19. np. skok w dal z ciężarkami, bieg na jeden stadion, rzut dyskiem, 20. Londyn 2012, 21. b, 22. b, 23. c, 24. b, 25. b, 26. c, 27. b, 28. a, 29. b, 30. a, 31. c, 32. a.



# KONSPEKTY LEKCJI JĘZYKA ANGIELSKIEGO NA TEMAT SPORTÓW OLIMPIJSKICH (PLANS OF ENGLISH LESSONS ON OLYMPIC SPORTS)

---

## Lesson I

### Subject: Sport in your life

**Aim of the lesson:**  
**Introduction to the subject of sport vocabulary  
with grammar: verb + *-ing* and *to-* infinitive forms.**

## Programme of the lesson

### 1. Lead-in/Elicitation

Teacher sets a loose discussion on sport, types of sport activities and about free time, starting himself/herself with some questions to the pupils, e.g.

Do you like sport?

Do you practice anything?

What sports do you like to watch and why?

### 2. Explanation and use of a grammar rule

As a warming-up pupils working individually go over the exercise „Vocabulary: sport, games and leisure” (Ex. 1), in which they have to name sports on the picture provided by the teacher who additionally points at those names using *-ing* forms and *to-* infinitives.

Teacher explains to pupils the use of verb + *to-* infinitives and *-ing* forms basing on examples from the exercise and discussion provided earlier (see also ex. 2). For instance:

*I would love to learn judo* but *I love dancing*

*We expect them to win the match* but *I am going to stop running*.



## Rules:

1. We use verbs describing preferences (e.g. *love, like, prefer* – always with *would*) + *to*- infinitive to point out our preference at the moment of speaking.
2. We use similar verbs (e.g. *start, love, like, dislike, prefer, hate* – without *would*) + *-ing* form to present our general preference or constant activity.
3. Some words expressing preferences always require *to*- infinitive form (e.g. *want, expect*) or bare infinitive (e.g. *I'd rather*)
4. We use *stop* + *to*- infinitive to mark that we move no longer to be able to begin a new activity, and *stop* + *-ing* form to mark that we don't perform stated activity any more.

## 3. How the Olympics Began

Read the text below. As You see, some words are in bold. All of them are hidden in the puzzle under the text. Find them and circle. They may be written forward, backward, or diagonally, but always in a straight line.

Thousands of years ago the people of **Greece** created a great **civilization**. Greeks enjoyed many **sports** as they believed that body was just as important as mind for a man.

Both foot and **chariot** races were organized and **boxing** as same as wrestling were performed, too. **Religion** had either a lot of significance to the Greeks. They believed in plenty of gods with **Zeus** – the most important and powerful – above all. Zeus had his main **shrine** in the Valley of Olympia. Religious ceremonies that were held there included sports.

776 BC is the year of the first recorded sport competition (and its results) that took place in Olympia during the **ceremony** to honour Zeus. From that moment the Games were held once every four years. To allow all Greek boys and men to be **participants** of contests all **wars** were stopped for that short period. For the reason that the Games were held in the valley of Olympia, they became known as the **Olympic** Games.

Eventually the **ancient** Olympic Games lasted five days during which more than 40,000 **spectators** crowded the hillsides. All of them were either men or boys, since women were not allowed to watch or to **compete**.



C	I	P	M	Y	L	O	U	P	O	D	P	J	R
E	O	E	U	C	T	Z	L	L	Q	T	A	F	A
R	W	M	M	I	E	V	Y	G	S	I	R	B	N
E	J	S	P	U	K	M	H	G	R	Z	T	O	C
M	G	E	S	E	P	O	N	A	O	S	I	E	I
O	R	M	O	I	T	I	C	H	T	T	C	P	E
N	E	A	A	B	X	E	S	S	A	R	I	G	N
Y	E	G	Y	O	W	R	E	Z	T	O	P	D	T
Z	C	N	B	F	A	P	I	F	C	P	A	E	V
K	E	G	C	W	W	L	K	N	E	S	N	N	R
R	E	L	I	G	I	O	N	Q	P	R	T	I	J
H	L	X	D	V	L	B	M	U	S	S	S	R	Q
A	G	N	I	L	T	S	E	R	W	N	I	H	V
O	M	C	H	A	R	I	O	T	Y	T	S	S	A

#### 4. An introduction to the Olympic Games

Did you know that:

- in 1968, a Canadian Nancy Green became Queen of the slops, winning a gold and a silver medals in skiing.
- in 1960, Squew Valley organizers refused to build a bobsled run because only nine participants showed an interest in competing.
- in 1956, the winter games were televised for the first time.
- in 1924, Canada won gold in hockey by defeating Czechoslovakia 30-0, Sweden 22-0, Switzerland 18-0, and Britain 19-2.
- in the ancient Olympics, women were not allowed to watch or participate.
- in 1908 in London, the traditional 42 kilometres marathon was extended 365 yards so English Queen Alexandra could view the finish line.
- in the 1928 in Amsterdam, the Olympic flame was lit for the first time.
- in 1960, unknown Abebe Bikila won the marathon... barefooted. In 1964 he won again, this time wearing shoes.
- in 1932 in Lake Placid (USA) snow was brought in trucks from Canada when cross-country ski trails melt. Figure skating was then held indoors for the first time.

## 5. Fitness, sport and You

Statements:	Agree	Undecided	Disagree
1. Physical fitness is okay for those who like sport, but not for me.			
2. People make by sport really good friends.			
3. I enjoy playing sports just to get away from problems.			
4. I like team sports more than individual ones.			
5. Physical activities are one way to make me relax.			
6. The amount of time some people spend exercising could be spent more wisely in other ways			
7. Good health and physical fitness are essential for all of life's activities.			
8. Competition in sport can destroy good friendships.			

## Lesson II

### Subject: Sport in the Ancient times

**Aim of the lesson:**  
**Revision of the Simple Past and teaching discussion forms**

### Programme of the lesson

#### 1. Repetition of previous lesson

Teacher asks pupils what they remember from last lesson and ask one or two to remind all the others facts about the ancient and modern Olympic Games. Then he/she gives them exercise on vocabulary „How the Olympic began – repetition” (ex. 1).

#### 2. Lead-in/Elicitation

Teacher tries to elicit from the pupils what fair play means to them using questions e.g.:

Have you heard about fair play? Do you know what it means?

Do you believe it still exist nowadays? Where have you noticed it?

What do You think of Ben Johnson’s behaviour in Seoul?

#### 3. Presentations and discussion

Teacher reads „Fair Play Codes” to children, and gives them task to work out their own ones (pupils divided into groups).

Pupils present their rules one each in turn. If there are any questions speaker tries to answer with support from the group.

Teacher describes some actual examples of fair play behaviour (ex. 3) and asks pupils to discuss other such stories they heard about. Teacher monitors groups.

#### 4. Exercise on vocabulary

Teacher gives some names of Olympic disciplines. Pupils’ task is to write down equipment and place of performance of each of these, as same as to notice whether they are team or individual ones.

If there is some time left teacher asks children to describe one sport in English.

#### 5. Homework

Teacher asks pupils to make a crossword on Olympics. They will exchange them during next lesson, complete them and decide which question was the most and which the least difficult. Pupils can work in groups using their time in the school library or over the Internet. They can also decide on the level of difficulty, i.e. Level I – for Olympic beginners, Level II – for those who are familiar with Olympic matters and Level III – for Olympic “experts” (for example of such crossword see ex. 4 in *Additional materials, tasks, exercises*).

## Range of exercises provided for Lesson II

### 1. How the Olympics began – repetition

*Do You remember words hidden in a puzzle You searched for last time? Match each of them to its short definition.*

- A. \_\_\_\_\_: of long ago
- B. \_\_\_\_\_: fighting with fists
- C. \_\_\_\_\_: formal act or occasion held to honour someone or something
- D. \_\_\_\_\_: a light two-wheeled vehicle usually drawn by horses
- E. \_\_\_\_\_: the kind of life in a specific time or place or among certain people
- F. \_\_\_\_\_: to take part in a contest against another person
- G. \_\_\_\_\_: a European country
- H. \_\_\_\_\_: a valley in western Greece
- I. \_\_\_\_\_: people who take part in an event
- J. \_\_\_\_\_: a set of beliefs about life
- K. \_\_\_\_\_: a place devoted to a religious object or person
- L. \_\_\_\_\_: people who watch while an event takes place
- M. \_\_\_\_\_: athletic activities that require skill
- N. \_\_\_\_\_: king of the gods
- O. \_\_\_\_\_: Games held every four years
- P. \_\_\_\_\_: conflicts between nations

## 2. Fair Play Codes for Children

*Listen to the official Fair Play Codes for Children. Do You find all of them appropriate and sufficient? In groups try to elaborate your own rules.*

- A. Play for own enjoyment, not just to please parents, teachers or coaches.
- B. Control your temper. Fighting and „mouthing off” spoil the game for everybody.
- C. Co-operate with your team mates and opponents, without them you don't have a game
- D. Play by the rules.
- E. Work equally hard for yourself and your team. Your performance will benefit and so will your team's.
- E. Winning is only part of it. Having fun, improving skills, making friends and doing your best are also important.
- G. Cheer all good plays, both your team's and the opponents'.
- H. Remember that coaches and officials are there to help you. Co-operate with them.

*(Fair Play Codes for Children in Sport, Canadian Council on Child and Youth)*

## 3. Examples of fair play behaviour

*Listen to some examples of fair play in sport. Present to Your group other similar stories you've met personally on a pitch or any other sporting situation or the one that you heard about. How would YOU act in such a situation?*

At the 1988 Seoul Olympics, Laurence Lemieux, a Canadian sailor, was in 2<sup>nd</sup> place mid-way through a Finn class race. Sailing conditions at the time were very difficult as a result of heavy winds and rough seas. Suddenly, Lemieux sighted a capsized Singapore boat and one of its sailors well under water in trouble. He left the course, retrieved the sailor and returned him to the capsized boat, at which point a safety craft was nearing the scene. He then returned to the race but finished

well back. For this, he was later presented with an award for the sportsmanship by IOC President Juan Antonio Samaranch.

### Sport-related test

This test is connected with the material that the students have been exposed to in a period of one month (altogether there should be some English classes and possibly some physical education classes, preferably with 1 lecture including powerpoint presentation on a particular sport-related subject). The teacher asks pupils previously to get ready for a test on their own as part of their extracurricular activity.

1. Match sport discipline with piece of equipment it requires by putting a mark “x” in a proper column. Some sorts of sports mentioned fits more than one piece (0,5 point for each good answer).

	ball	bat	bow	club	glove	oar	rocket	stick	mat	beam	rope	others
Archery												
Baseball												
Boxing												
Cricket												
Golf												
Hockey												
Table tennis												
Rowing												
Basketball												
Gymnastics												

2. Match the pairs drawing lines (0,5 point for each).

- |               |           |
|---------------|-----------|
| 1. boxing     | a) course |
| 2. golf       | b) pitch  |
| 3. football   | c) court  |
| 4. basketball | d) mat    |
| 5. swimming   | e) ring   |
| 6. gymnastics | f) pool   |

### 3. Choose the right answer (0,5 point for each)

1. This is the running \_\_\_\_\_ where the first 4 minutes mile was run.  
a) circle b) course c) ring d) track
2. It seems that the world record for this event is almost impossible to \_\_\_\_\_ .  
a) balance b) beat c) compare d) meet
3. All the athletes were wearing \_\_\_\_\_ suits when they came into the stadium  
a) jogging b) running c) sports d) track
4. The faster runner took the \_\_\_\_\_ just five meters before the finishing line.  
a) advance b) head c) lead d) place
5. There is a lot of friendly \_\_\_\_\_ between the supporters of the two teams.  
a) contention b) contest c) defiance d) rivalry
6. The team has practised hard so that it could \_\_\_\_\_ the trophy.  
a) regain b) replace c) restore d) return
7. The \_\_\_\_\_ at the football match became violent when their team lost.  
a) customers b) groups c) observers d) spectators

### 4. Name as many things as you can from equipment that you used during your last three Physical Education classes (0,5 point for each one correct answer).

- volleyball:
- basketball:
- gymnastics:

### 5. Translate sentences into English [to the teacher: applies only if provided earlier in physical education classes] (1 point for good sentence):

a) Leżąc na plecach, zrób skłon w przód z dotknięciem czołem do kolan.

.....

b) Odbij piłkę ponad siatką do partnera.

.....

c) Kozłując piłkę dookoła partnera, wróć na swoje miejsce, obróć się i podaj mu piłkę.

.....

### 6. Describe one of the sport events (rules and how to play it). (5 points for whole max.).

**7. What does *fair play* mean to you? Write an essay for about 500 words (10 points for whole max.).**

**8. Listen to the story and answer the questions below (1 point for each good answer):**

- a) When and where did Alwyn Morris stand on the Olympic podium?
- b) What was he told when he first decided to become an athlete?
- c) Are the sports heroes and rock stars role models?
- d) How many years of struggle did he go through? 20 or 15 or 10.

[listening – text to question no.8 should be read aloud by the teacher twice]

### **An athlete who refused to use performance–enhancing drugs**

When kayaker Alwyn Morris stood on the winner’s podium at the Los Angeles Olympics in 1984 he held aloft an eagle’s feather, symbolizing the life force, honour and courage that form such an important part of his native Mohawk background. That honour and courage sustained him through years of training and international competition and also gave him resources to reject the temptation to use drugs to enhance his athletic performance.

Morris grew up on the Kahnawake reserve, southwest of Montreal and lived with his grandparents from the time he was 14. When he first decided to become an athlete, he was told he was too small to be a good canoeist, but credits his grandfather with teaching him that mental training is just as important as physical training for an athlete. “The mental side of sports is what athletes miss”, he says, “It is drugs and it’s not just training that will make you succeed. Challenges strengthen us and teach us to struggle; our minds must be strong too”.

Alwyn’s convictions about drug use aren’t restricted to the sports world. “Drugs are everywhere, not just in certain groups”, he says, “and drugs aren’t just the stuff you buy on the street”. He thinks it is up to people in the community to set good examples for kids growing up to reduce the temptation to use drugs or alcohol. “It is easy to look at sports heroes or rock stars as the role models”, says Alwyn “but you’re in the community every day.” There are a lot of kids looking up to you because they see you and talk to you all the time”. Alwyn put his principles into action by joining the Role Model Program, part of the National Native Drug and Alcohol Abuse Program in 1982.

“I think of my Olympic medals as one day in the sun” he says now. “What is most important is the 10 years of struggle I went through to get there. I am a believer in what the struggle can do, because Alwyn Morris was just a little guy with a lot of fight in him and that fight had to be directed”.



## Additional materials, tasks, exercises

### 1. An Olympic oath

*Can you make an Olympic oath out of the scrambled sentence?*

INTHE NAME OF ALL COMPETITORS I PROMISE THAT WE WILL TAKE PART IN THESE OLYMPIC GAMES RESPECTING AND ABIDING BY THE RULES WHICH GOVERN THEM COMMITTING OURSELVES TO A SPORT WITHOUT DOPING AND WITHOUT DRUGS IN THE TRUE SPIRIT OF SPORTSMANSHIP FOR THE GLORY OF SPORT AND THE HONOUR OF OUR TEAMS

### 2. The beginnings of modern Olympic Games

*Listen to the text and write down important information about the Olympic Movement.*

#### Olympism and Olympic Movement

##### ***Bringing the spirit of Olympism into everyone's life***

When baron Pierre de Coubertin revived the Olympic Games a century ago, he had more in mind than just playing games. He hoped that the Games would provide an example of how a group of people working toward a common goal – such as becoming the world's best athletes – would make the world a better place to live.

He believed that although only a very few people could participate in the Olympic Games as competitors, everyone could participate in trying to become excellent – in any activity, in any country, in any organization, in all aspects of life.

##### ***Olympism: a set of guidelines for living your life***

Baron Pierre de Coubertin wanted to use the Olympic Games to promote Olympism, the philosophy or beliefs that guide the Olympic Movement. Olympism is a set of values that improves our bodies, minds and sense of right and wrong through sport, art and education. He also believed the Games could promote friendship, understanding and respect in the world.

The Olympic values are as important in life as they are in sport. Just as athletes train hard for many years to improve and perfect their technique, individuals and nations must work hard every day to become better and improve the world.

Olympism encourages us to find our own level of personal excellence, not just in sports, but in all things. By making the values of Olympism part of everyday living, and by participating in different aspects of art, sport and culture, we can all be part of the Olympic Movement.

### ***Six goals of Olympism***

The ideals of Olympism, often open to interpretation, can be summed up in six goals:

1. Mass participation: giving everybody, in all countries, the opportunity to take part in sports and play.
2. Sport as education: creating opportunities for people to improve themselves, through lessons learned on the playing fields and by applying lessons learned from sport in the classroom.
3. Fair play: respecting honesty, fairness and the skills and feelings of the other player – whether you win or lose.
4. Cultural exchange: creating opportunities for having both participants and viewers appreciate the way of life of other participating countries.
5. International understanding: overcoming the differences in people's religious, racial and political beliefs by encountering activities that help people with different backgrounds to see what is interesting about each other's ways of life, and to understand what is different.
6. Excellence: doing the very best that people can, in any activity they take part in.

### **3. The birth of the Winter Olympic Games**

*Listen to the text and answer the following questions:*

- a) Were winter sports included in the first Olympic Games?
- b) What were the first sports to be included in the Olympic Games?
- c) What needs to be done for sport to be included in the Olympic Games?
- d) When were the Summer and Winter Olympic Games organized in the same year for the last time?

When the modern Olympic Games were founded by Pierre de Coubertin in 1896, winter sports were not included. After all, ice and snow were rare in ancient Greece, and the modern Games were modelled after the Ancient Greek Games.

In many countries around the world, however, interest in skating and skiing was growing. In 1900, there were hundreds of skating clubs in Canada, and skiing was a popular activity in such countries as Sweden and Finland.

Because of this interest in the 1908 summer Olympics in London, England, held a figure skating and ice hockey. (Canada, of course, won the gold medal in hockey!)

The first official Winter Games were held in Chamonix, France, in 1924. Organized under the modest title of „International Winter Sports Week“, it took until 1926 for the Games in Chamonix to receive the official Olympic title.

From 1924 to 1992, the Winter Olympic Games were held during the same year as the Summer Olympic Games. At first, the IOC wanted both sets of games held in the same city or country, but that proved impractical. The installations required for the Winter Games can be costly, and unseasonable weather can be disastrous.

In 1928, for instance, a heavy rainfall transformed the skating rink at St. Moritz, Switzerland, into a lake. And in 1932, there was no snow for the cross-country ski trails in Lake Placid, New York, so truck-loads of snow were brought in from Canada. Other hazards through the years have included avalanches and thick fog.

To be included in the Olympic Winter Games, a sport must be widely practiced in at least 25 countries and three continents. Sports currently included in the Olympic Winter Games are: biathlon, bobsleigh, curling, ice hockey, luge, speed skating, figure skating, alpine skiing, free skiing, Nordic combined skiing, cross-country skiing and ski jumping.

In 1994, the years for the Summer and Winter Olympic Games were staggered because the Games were becoming too large and costly to hold during one year. Lillehammer, Norway, hosted the first separate Olympic Winter Games in that year, and Nagano, Japan, held next Winter Games in 1998. The official mascots of the Nagano Games were the Snowlets.

#### 4. The Olympic crossword

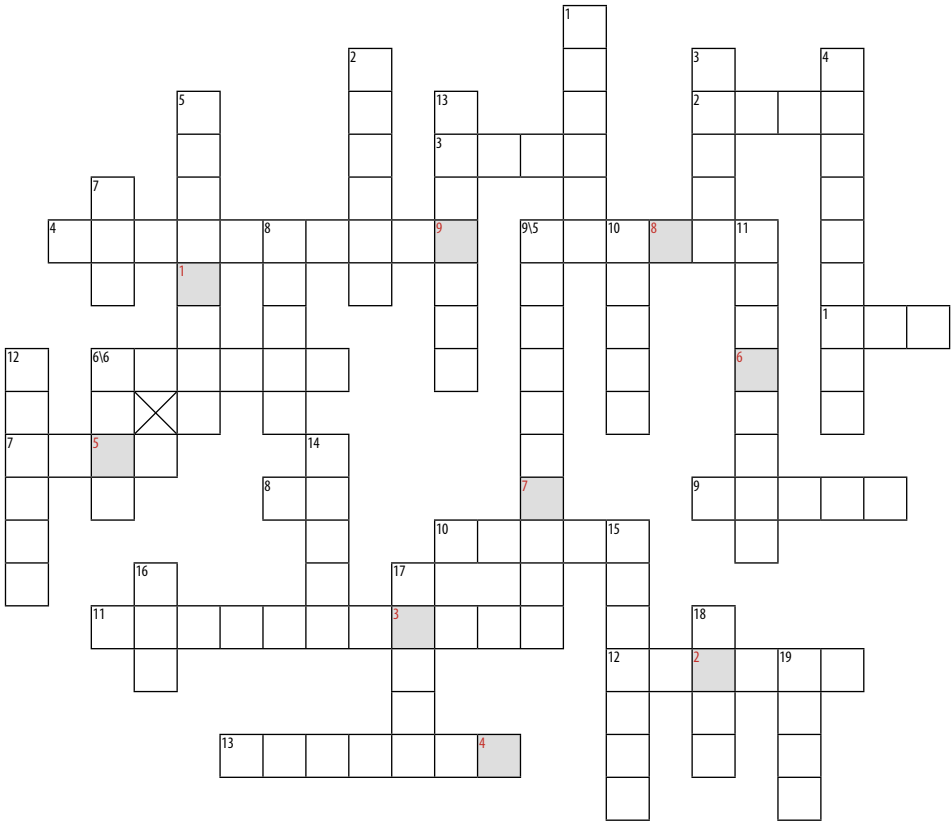
*Complete the crossword. Letters in gaps in red will show You the name of discipline in which Yelena Isinbajeva is a world and Olympic champion.*

##### ACROSS

1. The Original Olympics had \_\_\_\_\_ (how many) sporting events?
2. The first Olympic sport was a foot \_\_\_\_\_.
3. An athlete from the hosting country reads the „Olympic \_\_\_\_\_” at the Opening Ceremony.
4. Devotion, sacrifice and comprehensibility are qualities of the total \_\_\_\_\_ as Olympic athlete must make.
5. A special design created for every Olympics that is placed on badges, pennants or banners is called \_\_\_\_\_.
6. Baron de Coubertin was from this country.
7. Bird representing peace, released during the Opening Ceremonies.
8. Prefix which means „two”.
9. \_\_\_\_\_ were not allowed to attend or participate in the Original Olympics.
10. The Olympics are held every four \_\_\_\_\_.
11. An athlete who participates in the pentathlon.
12. Medals given to third place Olympic winners.
13. Someone trained in a sport requiring strength and ability is called an \_\_\_\_\_.

### DOWN (first 3 are done for you)

1. The song of the winning nation which is played when a winning athlete is presented with their medal.
2. The medal given to the second place winner.
3. In the ancient Olympics a \_\_\_\_\_ was called during war time to allow the Games to go on in the peace.
4. The original Olympic Games were not merely an athletic contest but a \_\_\_\_\_ festival.
5. An athlete who participates in the Olympic Games.
6. Number of rings in the Olympic flag.
7. Abbreviation for the International Olympic Committee.
8. This is carried from Greece by several runners over land and sea to the site of the Olympics.
9. Disaster which buried the original Olympic Games Stadium.
10. Title used to describe a man nobility (this is often used when referring to Pierre de Coubertin).
11. The long-distance Olympic race, named after a city in Greece.
12. Winners of the modern Olympics receive these as prizes.
13. The Olympic motto is „Citius, Altius, \_\_\_\_\_”.
14. Athletes from Greece always enter the Olympic stadium \_\_\_\_\_ (which in turn?).
15. The five interlocking rings in the Olympic flag are \_\_\_\_\_ of the five continents.
16. The prefix „deca” means \_\_\_\_\_.
17. The prize in the original Olympics was an \_\_\_\_\_ wreath.
18. Although in the second century the \_\_\_\_\_ conquered Greece, the Olympics didn't end.
19. The Olympic games originally were held to honour the king of the gods \_\_\_\_\_.



**Password:** (see p. 102)

**Answers:**

**ACROSS:**

1. one, 2. race, 3. oath, 4. commitment, 5. emblem, 6. France, 7. dove, 8. bi, 9. women, 10. years, 11. pentathlete, 12. bronze, 13. athlete.

**DOWN:**

1. anthem, 2. silver, 3. truce, 4. religious, 5. Olympian, 6. five, 7. IOC, 8. torch, 9. earthquake, 10. baron, 11. marathon, 12. medals, 13. Fortius, 14. first, 15. symbols, 16. ten, 17. olive, 18. Rome, 19. Zeus

## Dictionary of vocabulary and phrases on sports and the Olympics

*Below You have a small dictionary of most important words and phrases appearing during last two lessons on sport and Olympics. Can you find some others worth remembering? You may write them down in left gaps.*

### Vocabulary

Ancient	-	starożytny
Archery	-	łucznictwo
an athlete	-	sportowiec, lekkoatleta
a ball	-	piłka
a bat	-	kij do krykieta lub bejsbolu, paletka do tenisa stołowego
a bow	-	łuk
baseball	-	bejsbol
basketball	-	koszykówka
a beam	-	poprzeczka gimnastyczna
a bobsled (bobsleigh) run	-	tor bobslejowy
boxing	-	boks
a canoeist	-	wioślarz pływający na canoe
championships	-	mistrzostwa
a chariot	-	rydwan
a club	-	kij golfowy
a coach	-	trener
to compete	-	rywalizować, walczyć w zawodach
a competition	-	zawody
a contest	-	zawody, zmagania
a course	-	pole golfowe lub pole wyścigów
a court	-	kort tenisowy lub boisko do koszykówki
cricket	-	krykiet
an equipment	-	sprzęt (sportowy)
figure skating	-	łyżwiarstwo figurowe
fitness (physical fitness)	-	kondycja fizyczna
game rules	-	zasady gry
gymnastics	-	gimnastyka
a gymnasium	-	sala do ćwiczeń
ice hockey	-	hokej na lodzie
jogging	-	dżoging
judo	-	dżudo

a kayaker	- kajakowiec (kajakarz)
to lose, a loser	- przegrać, przegrany
a luge	- saneczki (do saneczkarstwa)
a marathon	- maraton
a mat	- mata
a match	- mecz
an olive leaf/wreath	- laur oliwny
Olympic Games (Olympics)	- igrzyska olimpijskie
an olympic oath	- przysięga olimpijska
an opponent	- przeciwnik
a participant	- uczestnik
a performance	- występ
a pitch	- boisko do piłki nożnej
a pool	- basen
to practice, to exercise	- ćwiczyć
a race	- wyścig
a ring	- ring bokserski
a rivalry	- rywalizacja
a rocket	- rakietka tenisowa
rowing	- wioślarstwo
to run, a runner	- biec, biegacz
to sail, a sailor	- żeglować, żeglarz
sportsmanship	- duch sportowy
skating	- łyżwiarstwo
skiing	- narciarstwo
ski-jumping	- skoki narciarskie
a spectator	- widz, obserwator
table tennis	- tenis stołowy
a team	- drużyna
volleyball	- piłka siatkowa

## Phrases

to beat a record	- pobić rekord
a capsized boat	- łódź przewrócona do góry dnem
to regain a trophy	- odzyskać trofeum
to take a lead	- uzyskać przewagę (w biegu)

**The Olympic crossword** password: *pole vault*

## Literatura uzupełniająca

1. Bronikowska M., Bronikowski M.: *Wychowanie fizyczne z elementami edukacji olimpijskiej. Program nauczania dla gimnazjum*, nr DKW-4014-70/01, Wydawnictwo eMPI<sup>2</sup>, Poznań 2004.
2. Bronikowski M.: *Etyczne aspekty wychowawczego programu edukacji olimpijskiej. Wnioski z badań*. Roczniki Naukowe AWF, tom X, s. 141-175, Gdańsk 2001.
3. Bronikowski M.: *W poszukiwaniu własnego olimpizmu*, „Lider”, nr 1, s. 17-18, 2004.
4. Bronikowski M., Bronikowska M.: *Edukacja olimpijska w szkole*, „Lider”, nr 1, s. 23-25, 2001.
5. Bodeńska A., Bodeński S.: *Zdrowie w systemie wartości fair play*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, nr 3, s. 16-19, 2001.
6. *Celebrating 100 Years of the Modern Olympic Games*. Olympic Resource Kit. Canadian Olympic Association, Ottawa, 1995.
7. Derbich J.: *Przygotowanie do wyboru wartości poprzez uprawianie sportu (W:) Wychowawcze aspekty sportu* (red. Z. Dziubiński), Salezjańska Organizacja Sportowa, s. 143-149, Warszawa 1993.
8. Homer: *Iliada* (przekład F. K. Dmochowski), Wydawnictwo Literackie, Kraków 1972.
9. *Keep the Spirit Alive. You and the Olympic Games*. A handbook for Educators. A publication of the IOC Commission for the International Olympic Academy and Olympic Education. Lausanne, 1995.
10. Kubiak Z.: *Mitologia Greków i Rzymian*, Klub Świata Książki, Warszawa 1997.
11. Lipiec J.: *Filozofia olimpizmu*, Sprint, Warszawa 1999.
12. Lipiec J.: *Pożegnanie z Olimpią*, Wydawnictwo FALL, Kraków 2007.
13. Lipoński W.: *Olimpizm dla każdego*, AWF, Poznań 2000.
14. Miller D.: *Historia igrzysk olimpijskich i MKOl. Od Aten do Pekinu 1894-2008*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2008.
15. Nowocien J.: *Sport i olimpizm w systemie dydaktyczno-wychowawczym współczesnej szkoły*. Studia i monografie nr 85, AWF, Warszawa 2001.
16. *Olympism – Lighting the Way to a Legacy of Peace*. Official United States Olympic Committee Curriculum Guide, Griffin Publishing Glendale, California, 1996.
17. Parandowski J.: *Dysk olimpijski*, Wydawnictwo Iskry, Warszawa 1987.
18. Umiaszowska D.: *Styl życia, wiedza o olimpizmie i sprawność fizyczna szczecińskich uczniów*, Uniwersytet Szczeciński, Rozprawy i Studia, Szczecin 1999.
19. Zuchora K.: *Nauczyciel i wartości. Z filozofii kultury fizycznej i pedagogiki sportu*, Spółka Wydawnicza Heliodor, AWF, Warszawa 2009.
20. Żukowska Z.: *Wychowawcze funkcje idei fair play w sporcie dzieci i młodzieży (W:) Fair play, sport, edukacja* (red. Z. Żukowska), PTNKF, s. 167-169, Warszawa 1996.
21. Żukowska Z., Żukowski R.: *Fair Play w europejskiej kulturze i edukacji*, Wydawnictwo Estrella, Warszawa 2004.
22. Żukowski R.: *Młodzież wobec wartości fair play (W:) Fair play, sport, edukacja* (red. Z. Żukowska), PTNKF, s. 156-166, Warszawa 1996.



# Notatki