

11.05.2020

## IGRZYSKA OLIMPIJSKIE



Dzisiaj dowiesz się :

- jak wyglądały igrzyska w starożytności i współcześnie
- jakie są symbole i dyscypliny olimpijskie
- co to jest zasada „fair play”
- jak zdobywa się złote medale olimpijskie

oraz:

- nauczysz się poprawnie zapisywać nazwy narodowości

Potrzebujesz:

- x podręcznik cz.5 str.18-19
- x karty ćwiczeń z języka polskiego - cz.5 str.20-21
- x ćwiczeń z matematyki - cz.4 str 34 i 35

Piękna wiosenna pogoda sprzyja aktywnemu spędzaniu czasu. Wiele z was trenuje różne dyscypliny sportowe. Czas epidemii nie musi oznaczać, że „spoczniemy na laurach” (tzn staniemy się bezczynni). **Warto znaleźć sposób na jakiś rodzaj aktywności na świeżym powietrzu. Dlaczego? Mówi się, że „sport to zdrowie”.** W tym tygodniu będę zachęcać Was, byście zamienili się w sportowców i spędzali dużo czasu w ruchu. Niech inspiracją dla Was będą wybitni sportowcy biorący udział w największych zawodach sportowych świata - **IGRZYSKACH OLIMPIJSKICH.**

Dowiedzmy się czegoś więcej o olimpiadzie.

➔ Przeczytaj proszę tekst **w podręczniku na str.18-19**

Odpowiedz na moje pytania:

- Jakie wyróżniamy rodzaje igrzysk?
- Jak często się je organizuje?
- Jakie są najważniejsze symbole olimpijskie?
- Co oznaczają kolory kół na fladze olimpijskiej?

Z pewnością odpowiedziałeś dobrze :) **BRAWO**

**JEŚLI MASZ OCHOTĘ POZNAJ CIEKAWOSTKI OLIMPIJSKIE, KTÓRE PRZYGOTOWAŁAM**

➔ **DLA CHĘTNYCH** garść ciekawostek olimpijskich:

- ✓ Pierwsze igrzyska olimpijskie odbywały się od 776 roku p.n.e. w Olimpii, na Półwyspie Peloponeskim w starożytnej Grecji. Rozgrywano je co 4 lata przez kolejnych 1169 lat. Trwały początkowo tylko 5 dni. Zawodnikami i widzami mogli być wyłącznie mężczyźni. Na czas zawodów przerywano wojny i konflikty. Zwycięzca otrzymywał wieniec laurowy. Zyskiwał ogromną sławę. W murze jego miasta robiono dziurę, przez którą wchodził witany przez mieszkańców. Oznaczało to, że miasto nikogo już się nie obawia, ponieważ ma takiego obrońcę



Tu znajdziesz więcej wiadomości o historii starożytnych igrzysk olimpijskich :

1. Interaktywne zadania:

<http://www.scholaris.pl/resources/run/id/49003>

2. Prezentacja:

<https://slideplayer.pl/slide/831543/>

- ✓ Przerwa w rozgrywaniu igrzysk wynosiła około 1500 lat. Przywrócono je dopiero w 1896 roku n.e. Odtąd nie odbyły się tylko trzy razy: w 1916 roku z powodu I wojny światowej, w 1940 i w 1944 z powodu II wojny światowej.
- ✓ W tym roku również, z powodu pandemii, nie odbędzie się zaplanowana na rok 2020 olimpiada letnia. Miała się odbyć w Tokio. Będziemy czekać na nią cały rok. A warto! Zawody olimpijskie są bardzo emocjonujące.
- ✓ Dostać się na olimpiadę to już wielki sukces, bo oznacza to, że się jest najlepszym z najlepszych. Ogromnym przeżyciem jest reprezentować swój kraj na olimpiadzie.



Radość polskich siatkarzy po wywalczeniu awansu do Tokio

- ✓ Dla sportowców **MEDAL** olimpijski to najcenniejsze trofeum.



Tomasz Majewski zdobył złoty medal w pchnięciu kulą. „Dla takich chwil warto żyć, warto trenować, i to bardzo ciężko” Jest trzecim lekkoatletą w historii igrzysk, który po raz drugi z rzędu został mistrzem olimpijskim. (2008 i 2012)



Mistrzyni olimpijska i rekordzistka świata w rzucie młotem Anita Włodarczyk odbiera upragnione złoto igrzysk i z najwyższego stopnia podium wysłuchuje hymnu Polski. (2016r. Rio de Janeiro)



Justyna Kowalczyk wywalczyła złoty medal olimpijski w biegu na 30 km. (2010r. Vancouver))

- ✓ Kibice czekają na wielkie święto sportu. Wspaniałą imprezą jest **CEREMONIA OTWARCIA IGRZYSK**. Oto ceremonie otwarcia igrzysk na przestrzeni 100 lat. Efekty specjalne coraz bardziej niesamowite, ale emocje wciąż te same.  
<https://www.youtube.com/watch?v=jjt-c282q3A>

Tu niezwykła ceremonia otwarcia Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Pyeongchang (Korea) w 2018. Wykorzystano 1200 dronów!

<https://www.youtube.com/watch?v=miiKIs9WJxY>

- ✓ Symbolem igrzysk jest **OGIEŃ OLIMPIJSKI**. Na czas starożytnych igrzysk olimpijskich w Olimpii zapalano ogień za pomocą promieni słonecznych skupionych przez zwierciadło. Ogień symbolizował czystość, prawdę, światło i wiedzę. Współcześnie również zapala się go tradycyjnie w Olimpii od promieni słonecznych. Potem jest niesiony, lub częściowo przewożony, kolejno przez różne osoby (to się nazywa sztafeta), aż do stadionu olimpijskiego w mieście, gdzie odbywają się igrzyska. Pokonuje nieraz setki kilometrów. Ostatni uczestnik sztafety biegnącej z ogniem olimpijskim zapala znicz olimpijski w dzień rozpoczęcia igrzysk. Płonie on, aż do końca olimpiady. Zapalenie znicza olimpijskiego to wielki zaszczyt dla wybranego sportowca.

Znicz zapalano na różne oryginalne sposoby. Który jest według Ciebie najbardziej niezwykły?

<https://www.youtube.com/watch?v=W1Af40zuPjU>

## DISCYPLINY SPORTOWE NA OLIMPIADZIE



Na pierwszych nowożytnych letnich igrzyskach olimpijskich (1896 r.) rywalizowano w 9 dyscyplinach sportowych. Obecnie rozgrywa się ich dużo więcej. Organizatorzy igrzysk olimpijskich Tokio 2020 zaprezentowali piktogramy (symbole) wszystkich dyscyplin, które znajdą się w programie japońskiej imprezy.

### ZASADA „FAIR PLAY”

Nieważne jaka dziedzina sportu, wszystkich sportowców obowiązuje ta zasada. „Fair play” to znaczy „sprawiedliwa gra”. Mówi ona, że zwycięstwo nie jest celem, który należy osiągnąć za wszelką cenę. Należy przestrzegać przepisów i nie oszukiwać.

Znasz wszystkie olimpijskie dyscypliny? Sprawdź się w quizie jeśli chcesz.

[!https://gazetawroclawska.pl/quiz/](https://gazetawroclawska.pl/quiz/)

[7363.quiz\\_znasz\\_wszystkie\\_dyscypliny\\_olimpijskie\\_sprawdz.q.t.html](https://7363.quiz_znasz_wszystkie_dyscypliny_olimpijskie_sprawdz.q.t.html)

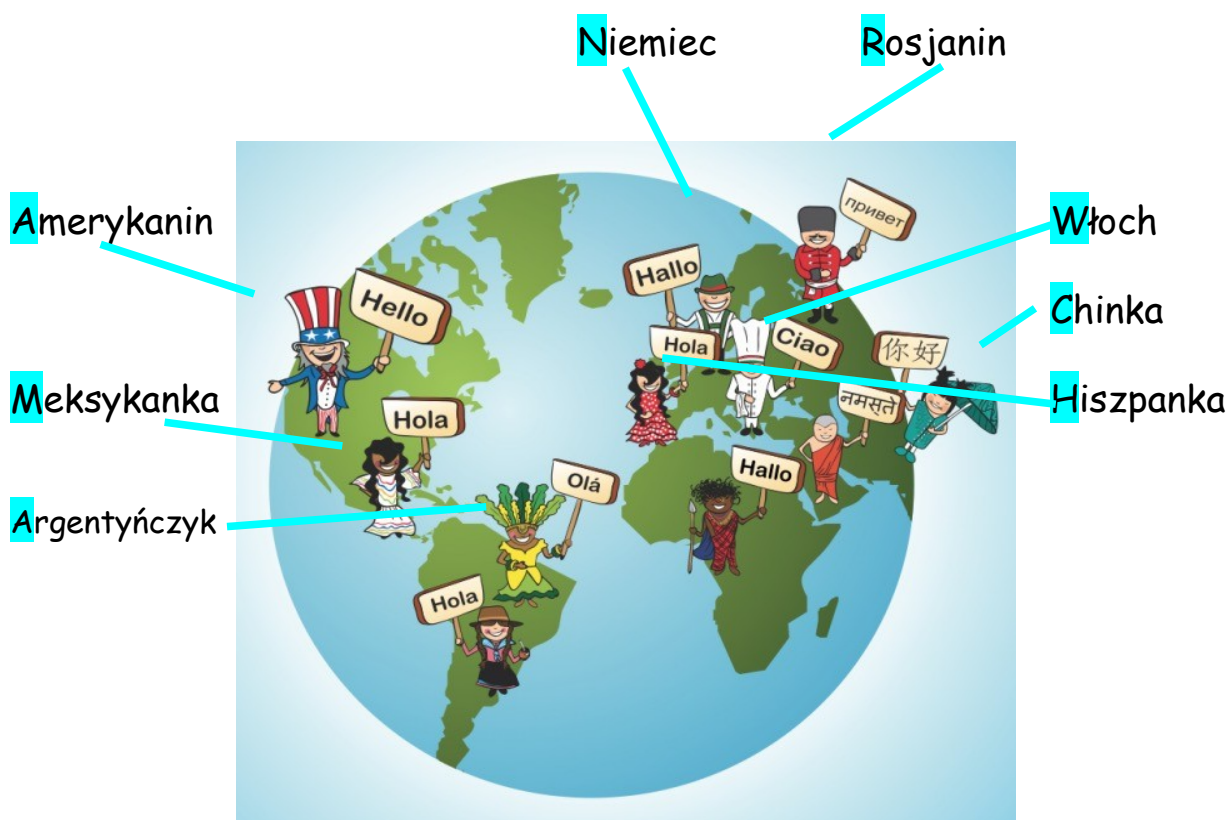


### MASKOTKI OLIMPIJSKIE

Każda olimpiada ma swoją maskotkę. Która podoba Ci się najbardziej?



- Już dużo wiesz na temat IGRZYSK OLIMPIJSKICH. Wykonaj teraz proszę zadania 1 i 2 na str. 20 w Kartach ćwiczeń cz.5
- w igrzyskach olimpijskich biorą udział sportowcy z około 200 państw. Wykonaj zadania 3 - 5 ze strony 21 i
- **ZAPAMIĘTAJ** - nazwy mieszkańców państw piszemy WIELKĄ literą.



Zasady pisowni wielką literą - dla CHĘTNYCH do poćwiczenia.

<https://wordwall.net/resource/563672/zasady-pisowni-wielk%C4%85-liter%C4%85>

**A teraz matematyka.**

Na podstawie poznanych w piątek wiadomości zapraszam do ćwiczeń na stronie 34 i 35. Jak skończycie to sprawdźcie, czy wyszły nam takie same wyniki.

- 1 - 29,26,43
- 2 - 17,18,38
- 3 - 21,76,42
- 4 - 23
- 5 - 18
- 6 - 45,90
- 7 - 55

**DZIĘKUJĘ ZA TWOJĄ WYTRWAŁĄ PRACĘ !!!!!**  
**DLA ZAINTERESOWANYCH SPORTEM ;)**

CZY KAŻDY MOŻE POJECHAĆ NA OLIMPIADĘ?

TAK - JEŚLI LUBI SPORT I JEST WYTRWAŁY :)

Podążaj za marzeniami. Zobacz, dokąd dotarła pani Joasia Jóźwik :)

<https://www.youtube.com/watch?v=9byd5S8C78M>

Różne dyscypliny olimpijskie. Oczywiście jest ich dużo, dużo więcej ...

Skoki z 10m trampoliny do wody

<https://www.youtube.com/watch?v=sb82tVOq2dY>

Skoki z 10m trampoliny do wody synchroniczne (dwie osoby na raz)

<https://www.youtube.com/watch?v=4txymZ8UvIQ>

Dziewczyny - dobrze, że możecie występować na olimpiadzie

[https://www.youtube.com/watch?v=wPU4pb3\\_IPk](https://www.youtube.com/watch?v=wPU4pb3_IPk)

Najdłuższe skoki w dal (czas 1:56)

<https://www.youtube.com/watch?v=zsU9Icyuv3c>

Najlepsze skoki wzwyż. Zobaczycie tu polskiego sportowca. (czas 2:47)

<https://www.youtube.com/watch?v=WLlo4u2HHD4>

Podnoszenie ciężarów (czas 1:32)

<https://www.youtube.com/watch?v=jPwDWMfy7Z4>

I jeszcze niezwykła ceremonia otwarcia. otwarcia Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Pyeongchang (Korea) w 2018. Zwróć uwagę na radość sportowców reprezentujących swój kraj i na sposób zapalenia znicza olimpijskiego.

<https://www.youtube.com/watch?v=gpR3nRvL-9Q>