



БЕЛАРУСКАЯ
АЛІМПІЙСКАЯ
АКАДЭМІЯ



Программа тренинга

ОЛИМПИЙСКИЕ АМБАССАДОРЫ

Е.В. Гарусова, Д.А. Мельхер, Н.В. Апончук

УДК 796.032:37+796.032.2

ББК 75.4:74я7

П78

Белорусская олимпийская академия
при поддержке Национального олимпийского комитета Республики Беларусь

Авторы-составители:

Е.В. Гарусова, Д.А. Мельхер, Н.В. Апончук

Гарусова Е. В. Олимпийские амбассадоры: обуч. материалы / Е. В. Гарусова,
Д. А. Мельхер, Н. В. Апончук. – Минск, БОА, 2022. – 80 с.

Тренинг «Олимпийские амбассадоры» станет вашим проводником в мир олимпийского движения. Его особенность заключается в использовании практического подхода к изучению олимпийских ценностей и формированию комплексного понятия олимпийского движения как мирового феномена, воплотившего в себе лучшие гуманистические принципы.

Тренинг содержит творческие задания и психологические упражнения, которые позволят сформировать у учащихся навыки критического мышления, решения проблем и публичного выступления, развить умение работать в команде.

Обучающие материалы предназначены для педагогов, педагогов-психологов и социальных педагогов.

СОДЕРЖАНИЕ

Организационная часть03 с.

День 1: Пьер де Кубертен – «отец» Олимпийских игр
современности. Олимпийские атрибуты и церемонии06 с.

День 2: Олимпийские ценности и принципы22 с.

День 3: Спорт и искусство36 с.

День 4: Современное олимпийское движение: организации,
направления деятельности, решение проблем52 с.

День 5: Олимпийское движение Беларуси68 с.

Литература78 с.

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ЧАСТЬ

Целевая аудитория – подростки от 13 до 16 лет.

Оптимальное количество участников – 10-15.

Использование практического подхода к изучению олимпийских ценностей.

Цель тренинга – дать всесторонние теоретические знания и создать условия для формирования практических навыков для дальнейшего транслирования идей и принципов Олимпизма в учреждениях образования.

Задачи:

- 1) расширение и углубление знаний в области олимпийского движения;
- 2) формирование знаний об актуальных темах развития олимпийского движения и направлениях деятельности Международного олимпийского комитета;
- 3) создание условий для развития критического мышления, а также формирования собственного мнения в вопросах олимпийского движения;
- 4) создание условий для развития творческих способностей и формирования собственных идей учащихся;
- 5) создание условий для развития навыка «решения проблем»;
- 6) создание условий для развития умения работать в команде;
- 7) создание условий для развития навыка публичного выступления.

Данная программа предназначена для воспитательной работы с детьми подросткового возраста в общеобразовательных школах, детских оздоровительных лагерях, при организации досуга в период каникул в общеобразовательных школах.



ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ ТРЕНИНГОВОЙ ГРУППЫ:

Добровольность. Когда ведущий объясняет правила, выбирает водящего, он должен прежде всего исходить из желания участников, избегать принуждения.

Положительный характер обратной связи. Необходимо использовать положительную обратную связь, которая является надежным средством помощи подростку в преодолении застенчивости и повышении самооценки. По ходу и в конце каждой игры или упражнения выражается благодарность всем участникам. Также ведущий должен решительно пресекать попытки подростков давать друг другу негативную обратную связь.

Доверительный характер отношений. Для соблюдения данного принципа важно создать в группе атмосферу доверия, психологической безопасности, обеспечить психологический комфорт членам группы.

Дистанцирование и идентификация. В случаях неудач при выполнении упражнений, нужно помочь подростку дистанцироваться от его неудачи. Не надо говорить: «Ты ошибся», можно сказать: «В этот раз интуиция не на твоей стороне». Также ведущий помогает участникам идентифицироваться с успехом, когда замечает успехи подростков – важно дать на это положительную обратную связь.

Включенность. Ведущий может выполнять упражнения с участниками группы. Исключение – те игры, в которых нужно следить за временем или регулировать ход игры, и игры, которые проводятся в подгруппах.

ПРОГРАММА ТРЕНИНГА «ОЛИМПИЙСКИЕ АМБАССАДОРЫ»

Программа тренинга рассчитана на 5 дней (1 занятие в день). Длительность 1 занятия – 4 академических часа (всего 20 академических часов).

День 1: Пьер де Кубертен – «отец» Олимпийских игр современности. Олимпийские атрибуты и церемонии.

День 2: Олимпийские ценности и принципы.

День 3: Спорт и искусство.

День 4: Современное олимпийское движение: организации, направления деятельности, решение проблем.

День 5: Олимпийское движение Беларуси.

Каждое занятие проводится по стандартной форме и включает в себя следующие элементы:

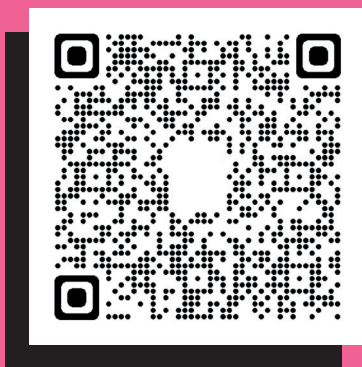
1. Приветствие.
2. Разминка.
3. Основная часть.
4. Рефлексия.



Материальное обеспечение: для ведущего подготовлена презентация для проведения занятия. Ведущий опирается на материал презентации, чтобы подача информация была систематизированной и наглядной.

Перед каждым занятием ведущему необходимо подготовиться, изучить материал для изложения. Некоторые упражнения предполагают наличие раздаточных материалов для участников, которые ведущему необходимо заранее подготовить в необходимом количестве.

Презентации к занятиям и раздаточные материалы для участников размещены в свободном доступе на сайте Белорусской олимпийской академии www.olympic-academy.by и доступны по QR-коду.



Для проведения занятия и демонстрации презентации ведущему необходим компьютер или ноутбук (если есть возможность, то демонстрировать презентацию лучше на большом экране).

На каждом занятии в свободном доступе для участников должны быть: бумага, карандаши, фломастеры, маркеры, ножницы, клей, стикеры, скотч. При необходимости заранее должны быть распечатаны раздаточные материалы к тренингу.

Для каждого участника должен быть подготовлен стул, помещение для проведения занятий должно быть достаточно просторным.



Пьер де Кубертен – «отец» олимпийских игр современности.

Олимпийские атрибуты и церемонии

*«Начинайте делать все, что вы можете
сделать – и даже то, о чем можете хотя бы
мечтать. В смелости гений, сила и магия»*

Иоганн Вольфганг Гёте

Подготовительная часть: перед началом тренинга ведущий размещает на доске (и, при желании, на стенах аудитории) листы А4 со следующим текстом, чтобы во время перерывов участники могли подойти и ознакомиться с определением Олимпизма.

«Олимпизм – это философия жизни, возвышающая и объединяющая в сбалансированное целое достоинства тела, воли и разума. Олимпизм, соединяющий спорт с культурой и образованием, стремится к созданию образа жизни, основывающегося на радости от усилия, воспитательной ценности хорошего примера, социальной ответственности и уважении к всеобщим основным этическим принципам».

ПРИВЕТСТВИЕ

Здравствуйте уважаемые участники тренинга! Меня зовут... *(рассказать краткую информацию о себе)*. Сегодня мы с вами начинаем участие в тренинге «Олимпийские амбассадоры». Тренинговая форма предполагает активность участников. Я уже знаю, что вы достаточно активные ребята, поэтому надеюсь, что благодаря вам и вашей активности у нас получится не просто отлично провести время, но и стать самыми настоящими олимпийскими амбассадорами! Будьте готовы погрузиться в эту интересную тему! Но для начала нам нужно познакомиться (текст приветствия может изменяться ведущим).

УПРАЖНЕНИЕ «ПРАВИЛА НАШЕЙ ГРУППЫ»

Материалы: ведущий может подготовить небольшие визуальные схемы, символизирующие правила поведения в данной группе. Их можно вывешивать на каждом занятии для напоминания участникам.

Для того чтобы занятия протекали более эффективно, чтобы каждый извлекал из них как можно больше для себя, вводятся правила поведения и работы в группе:

1. У нас принято называть друг друга по имени и обращаться на «ты».
2. Искренность в общении, доверительный стиль общения в группе: во время работы мы говорим только то, что чувствуем и думаем по поводу происходящего, т. е. только правду.
3. Конфиденциальность всего происходящего в группе: все, что происходит во время занятий, ни под каким предлогом не разглашается.
4. Нельзя оценивать человека. При обсуждении происходящего мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение.
5. Как можно больше контактов и общения с различными людьми.
6. Активное участие в происходящем. Это норма поведения, в соответствии с которой в любую минуту мы реально включены в работу: активно смотрим, слушаем, чувствуем себя, партнера и коллектив в целом.
7. Уважение к говорящему. Когда высказывается кто-то из товарищей, мы его внимательно слушаем, давая возможность сказать то, что он хочет.
8. Пунктуальность
9. Правило поднятой руки: высказываются по очереди: когда один говорит, остальные молча слушают и, прежде чем взять слово, поднимают руку.
10. Правило «Стоп»: если обсуждение какого-то личного опыта участников становится неприятным, тот, чей опыт обсуждается, может закрыть тему, сказав «Стоп».

Каждое правило обсуждается отдельно.

Время проведения: 7 минут.

ЗАДАНИЕ «YOUTUBE КАНАЛ»

Цель:

при необходимости познакомиться и запомнить имена участников, снять психоэмоциональное напряжение, освоить навыки самопрезентации.

Материалы: лист А4 на каждого участника, карандаши, ручки, фломастеры.

Процедура проведения:

1. Ведущий раздает пустые листы участникам группы.
2. Задача участников – написать на листе небольшую презентацию себя (имя, увлечения, чем он гордится, занимается ли спортом и каким, какими сильными качествами обладает, почему именно его должны выбрать в качестве ведущего и др.)

Инструкция для участников:

Представьте, что НОК Беларуси завел YouTube канал и проводит кастинг на ведущего данного канала. У каждого из вас есть все шансы стать таким ведущим-блогером. Для этого вам необходимо рассказать своим подписчикам о себе, можно использовать информацию, написанную на листе. Задача – презентовать себя.

Например:

«Меня зовут Дарья, я спортивный психолог. Я люблю свою работу, работаю со спортсменами разных видов спорта. Я люблю проводить свое время с друзьями и семьей. Раньше я занималась легкой атлетикой. Горжусь тем, что я хороший спортивный психолог. Я много учусь, активная и инициативная. Меня нужно выбрать, потому что я обаятельная и красиво могу излагать свои мысли».

Затем участники презентуют себя. Презентация должна быть не более 2 минут.

После презентации участники могут приклеить свои листы к стене, а в течение дня все участники могут нарисовать сердечко на листе того, презентация которого ему понравилась больше всего. Тот, у кого будет больше сердечек тот и будет символически назван ведущим канала.

Время проведения: 10 минут на подготовку, 30 минут на презентацию.

Мы начинаем путь Олимпийских амбассадоров с знакомства с этим великим человеком. Почему великим? Ведь без него не было бы современного олимпийского движения, а лучшие спортсмены не встречались бы каждые 4 года на главном спортивном празднике мира – Олимпийских играх. Его заслуженно считают «отцом» современных Олимпийских игр и основателем концепции Олимпизма.



Знакомьтесь – барон Пьер де Кубертен! Кубертен родился 1 января 1863 года в Париже в состоятельной аристократической семье. Получил классическое образование: изучал политику, социологию, идеи гуманизма и историю Древней Греции. Занимался фехтованием, греблей, боксом и регби.

Все это повлияло на формирование мировоззрения юного барона. Он много путешествовал, изучая методики преподавания в учреждениях образования в разных странах. Пьер де Кубертен стремился усовершенствовать имеющуюся систему образования, гармонично вписав в нее спорт, поскольку считал, что спорт очень важен для воспитания и гармоничного развития человека, а также для укрепления мира и взаимопонимания между странами и народами.

Но, пожалуй, ключевую роль в дальнейшей судьбе Кубертена сыграло его путешествие в Олимпию (Греция).



КТО ЗНАЕТ, ЧЕМ ИЗВЕСТНО ЭТО МЕСТО?

Именно в Олимпии проводились Олимпийские игры Древности. Много лет она была погребена под толстым слоем земли. А в конце XIX века Германия провела там археологические раскопки, подарив миру множество открытий, связанных с олимпийскими состязаниями тех времен.

Греческая культура и, в особенности, Олимпийские игры всегда вдохновляли Кубертена. Олимпию он называл местом атлетизма и искусства. Как и древние греки, Кубертен верил, что важно объединить разум и физическую силу в гармоничном человеке. Поэтому именно это путешествие вдохновило Пьера де Кубертена на разработку плана возрождения Олимпийских игр!

Впервые он выступил со своей идеей в 1892 году в Париже. Публика аплодировала, одобряла, желала успехов, но мало кто верил, что такая, казалось бы, невероятная идея сможет воплотиться в жизнь. Однако благодаря своим личным качествам и энергии Кубертену удалось всех убедить. И в 1894 году на конгрессе в Сорбонне было принято решение о возрождении Олимпийских игр! Тогда же был учрежден Международный олимпийский комитет (МОК). Было решено проводить Игры каждые 4 года, а местом проведения первых Олимпийских игр был выбран греческий город Афины – в знак преемственности Игр Древности.

Интересно, что до Пьера де Кубертена было немало попыток возродить Олимпийские игры, но все они не увенчались успехом. Дело в том, что все предшественники Кубертена рассматривали Олимпийские игры только как спортивные состязания, в них не было идейного наполнения. **А ведь спорт – это не только быть быстрее, выше и сильнее всех. Спорт – это преодоление себя, уважение к сопернику и непрерывное стремление к совершенству. Эта глубокая идея и отражена в концепции Олимпизма.**



ЗАДАНИЕ «ВЕЛИКИЙ ПЬЕР»

Представьте, что вы – Пьер де Кубертен и пытаетесь возродить современные Олимпийские игры. Вам необходимо сделать презентацию перед группой влиятельных людей. Что бы вы сказали, чтобы убедить их в необходимости поддержать ваши усилия?

Распределитесь на несколько групп, подготовьте речь на 3 – 5 минут. Подумайте, что бы вы включили в свою презентацию, какие аргументы привели? Представьте свою речь перед группой.

Время проведения: 20 минут.

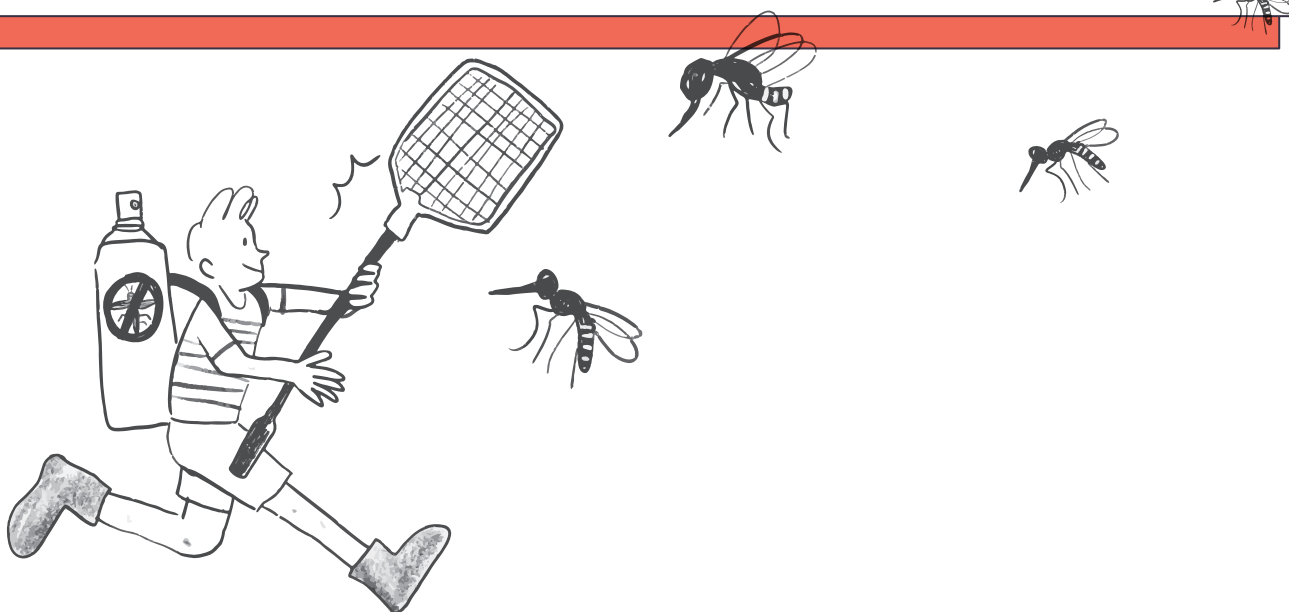
УПРАЖНЕНИЕ: «ЛОВЛЯ КОМАРОВ» (ПСИХОГИМНАСТИКА)

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: Ведущий указывает на одного из участников игры, представляя его (ее) как «хозяина, который пригласил нас в гости. У него дома много комаров. Он пригласил нас для того, чтобы все мы вместе помогли ему (ей) избавиться от комаров». Далее ведущий предлагает всем участникам группы «убить по 10 комаров», и первый демонстрирует «убивание комара» хлопками в воздухе, хлопаньем по плечам и головам участников, по вещам в помещении и т. п. Он побуждает всех членов игры принять участие в этом действии.

Ведущий прекращает упражнение с учетом меры вовлеченности всех участников в игру.

Время проведения: 5 минут.



Мы познакомились с «отцом» современных Олимпийских игр и историей их возрождения. Но прежде, чем переходить дальше, очень важно разобраться в понятиях «Олимпиада», «Олимпийские игры», «Игры Олимпиады», «Олимпийские зимние игры» и никогда их не путать. «Олимпиада» – это промежуток в четыре года, который начинается с Игр Олимпиады и завершается открытием Игр следующей Олимпиады. В этот период спортсмены готовятся к соревнованиям. Сами соревнования называются «Олимпийские игры».



Игр Олимпиады
(включают соревнования по летним видам спорта)

Олимпийские игры состоят из:

Олимпийских зимних игр
(включают соревнования по зимним видам спорта)



Игры Олимпиады часто ошибочно называют Летними Олимпийскими играми, но это неверно!

ПЕРЕРЫВ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ: 15 МИНУТ

ЗАДАНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЕ АТТРИБУТЫ»

Для следующего задания вам необходимо разделиться на 3 подгруппы. Каждой подгруппе я выдам текст, в котором описаны олимпийские атрибуты и церемонии. Ваша задача – изучить текст и подготовить презентацию, которая познакомит остальных участников с вашими атрибутами. Старайтесь быть креативными: вы можете придумать интересную подачу материала. Ваша инициатива и творчество приветствуются! По ходу текста вы увидите «Вопросы для активизации внимания учащихся». Обязательно задавайте эти вопросы участникам других подгрупп во время своей презентации для вовлечения в тему и более глубокого понимания.

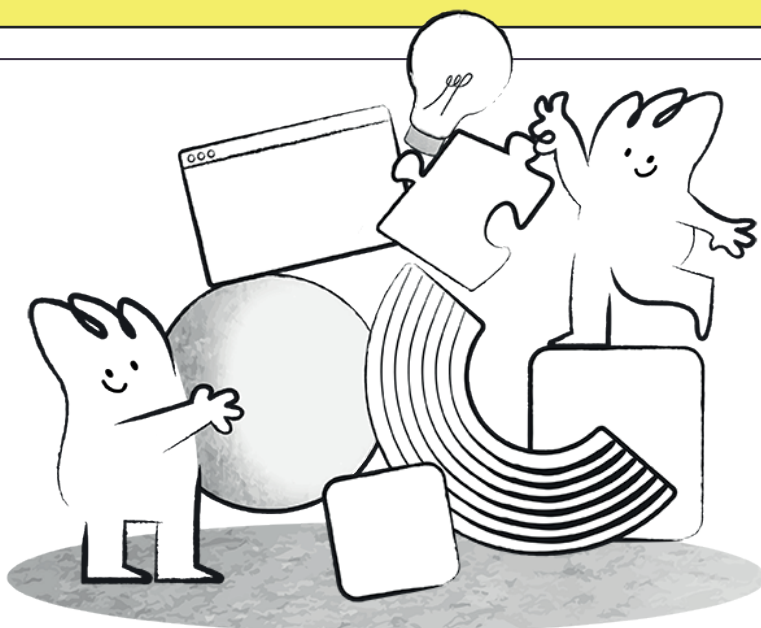
Раздаточные материалы для подгрупп представлены в приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.

Время проведения: 60 минут: 25 минут на изучение материала и подготовку; 30 минут на презентацию (до 10 минут на выступление одной команды).

ЗАДАНИЕ «РЕЖИССЕРЫ-ПОСТАНОВЩИКИ»

Теперь, когда вы ближе познакомились с олимпийскими атрибутами и церемониями, я предлагаю нам перевоплотиться в режиссеров-постановщиков церемонии открытия Олимпийских игр в Беларуси. Оставайтесь в этих же группах и продумайте программу для торжественной части церемонии открытия. Вам необходимо представить искусство, культуру и историю нашей страны. Что бы вы включили в церемонию, какое послание хотели бы выразить? Представьте вашу программу.

Время проведения: 10 – 15 минут.



УПРАЖНЕНИЕ «ЗУМ»

Цель: сплочение команды, психоэмоциональная разгрузка.

Процедура проведения: Участники сидят по кругу. Ведущий говорит: «сейчас мы попали на трассу, где с огромной скоростью проносятся машины. А едем мы так: я резко поворачиваю голову к правому соседу и передаю ему звук "зум", он передает его своему правому соседу и т. д. Если кто-то хочет притормозить или остановиться, то он немного отклоняется назад и издает звук торможения, а "зум" передается в обратном направлении».

Время проведения: 10 минут.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ. РЕФЛЕКСИЯ

Процедура проведения: Все участники сидят в кругу. Каждого просят поделиться впечатлениями о прошедшем занятии и рассказать о своем настроении.

Также можно посмотреть, у кого из участников больше всего «лайков» на листах с презентациями и поаплодировать победителю.

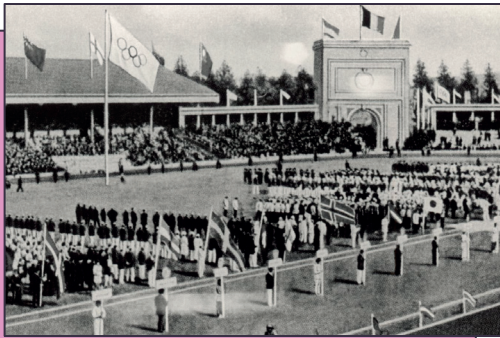
Время проведения: 10 – 15 минут.



Информация для изучения для первой подгруппы

ОЛИМПИЙСКИЙ СИМВОЛ И ОЛИМПИЙСКИЙ ФЛАГ

Пьер де Кубертен впервые представил олимпийский символ в 1913 году. А в первый раз олимпийский флаг был поднят в 1920 году во время церемонии открытия Игр Олимпиады в Антверпене.



Олимпийский символ состоит из пяти переплетенных колец синего, черного, красного, желтого и зеленого цветов. Олимпийские кольца символизируют союз пяти континентов и встречу спортсменов всего мира на Олимпийских играх.

Олимпийский флаг представляет собой белое полотнище в центре которого расположен олимпийский символ.



Часто цвета колец сопоставляют с определенными континентами. Но это неверно! Кольца символизируют единение пяти континентов, но не приписывают конкретный цвет отдельному континенту. Это грубая ошибка!



Вопросы для активизации внимания учащихся.

По вашему мнению, сохранил ли олимпийский символ свое значение в нашем быстро меняющемся мире? Будет ли он актуален через 100 лет? Как бы вы объяснили своими словами значение олимпийского символа человеку, который никогда его не видел и не знаком с олимпийским движением?

ОЛИМПИЙСКИЙ ДЕВИЗ

До недавнего времени олимпийский девиз звучал так – «Быстрее, выше, сильнее»



Вопросы для активизации внимания учащихся.
Как вы понимаете эти слова?

Не стоит воспринимать эти слова буквально. Ведь основная идея Пьера де Кубертена заключается в том, что спортсмен должен соревноваться не только для побед и медалей, а для личностного роста и победы над собой. Давайте прочитаем его высказывание: «Самая важная вещь в жизни – не победа, а борьба. Главное – не победить, а отважно бороться. Развивая эти принципы, мы создаем более смелое, сильное, совестливое и благородное человечество»

В этих словах, пожалуй, отражена основная идея всего олимпийского движения. Олимпийский девиз существовал неизменно больше 100 лет, но в 2021 году, прямо перед Играми Олимпиады в Токио, он был изменен. Теперь он звучит так – «Быстрее, выше, сильнее – вместе».



Вопросы для активизации внимания учащихся.
Как вы думаете, с чем связано это изменение?

На это изменение повлияла пандемия коронавируса. Она наложила отпечаток на все сферы нашей жизни, в том числе на олимпийское движение. Игры Олимпиады в Токио, которые должны были состояться в 2020 году, были перенесены на один год из-за пандемии. Никогда прежде такого не случалось в истории современного олимпийского движения! Таким образом изменение олимпийского девиза символизирует стремление к единению и солидарности людей, а также объединение перед лицом сложностей.



Вопросы для активизации внимания учащихся.

А есть ли у вас свой девиз, которому вы следуете по жизни? Важные слова, которыми вы руководствуетесь в принятии важных решений? Если да, поделитесь им и расскажите, что они значат для вас.

Информация для изучения для второй подгруппы

ОЛИМПИЙСКИЙ ОГОНЬ И ЭСТАФЕТА ОГНЯ

Олимпийский огонь является символом мира и дружбы, это один из самых узнаваемых и важных символов Олимпийских игр. Зажжение огня символизирует начало Игр, а когда в чаше на главном стадионе города гаснет олимпийский огонь – заканчивается четырехлетний период Олимпиады. Впервые олимпийский огонь появился на Играх Олимпиады в Амстердаме в 1928 году – тогда он был зажжен на вершине башни около Олимпийского стадиона.

А традиция эстафеты огня впервые появилась на Играх Олимпиады в Берлине в 1936 году. С тех пор каждые Олимпийские игры эстафета объединяет весь мир и знаменует приближение самого грандиозного спортивного праздника.



А знаете ли вы, где зажигают олимпийский огонь? Церемония зажжения олимпийского огня проходит у храма Зевса в городе Олимпия, на родине Олимпийских игр. Актрисы в греческих туниках зажигают огонь от солнечных лучей при помощи параболического зеркала. Далее огонь эстафетой доставляется на главный стадион принимающего города, но прежде он успевает побывать в самых необычных местах нашей планеты и не только. Например, во время Игр XIX Олимпиады в Мехико 1968 года маршрут эстафеты олимпийского огня повторил путешествие Христофора Колумба. Перед Играми XXVI Олимпиады в Атланте 1996 года олимпийский огонь доставили в космос на шаттл «Колумбия», а на Играх XXVII Олимпиады в Сиднее 2000 года факел с олимпийским огнем опустили под воду вблизи Большого барьерного рифа. Организаторы XXII Олимпийских зимних игр в Сочи 2014 года решили объединить эти идеи и отправили олимпийский огонь на Международную космическую станцию, а также спустили на дно самого глубокого озера в мире – Байкал.

ОЛИМПИЙСКАЯ КЛЯТВА



Еще одним неотъемлемым элементом Олимпийских игр является олимпийская клятва. Текст олимпийской клятвы был разработан Пьером де Кубертенем в далеком 1913 году. А впервые на Олимпийских играх клятву произнес бельгийский спортсмен Виктор Бойн на Играх Олимпиады в Антверпене в 1920 году.

Звучит клятва так: От имени всех спортсменов я обещаю, что мы будем участвовать в этих Олимпийских играх, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духе, во славу спорта и во имя чести своих команд.

Сегодня олимпийскую клятву произносят во время церемонии открытия Олимпийских игр, и делают это трижды: от лица спортсменов, судей и тренеров.



Вопросы для активизации внимания учащихся.

Как вы думаете, откуда берет свое начало традиция олимпийской клятвы?

Как мы помним, Пьер де Кубертен вдохновлялся Олимпийскими играми Древности. И традицию произнесения олимпийской клятвы он тоже перенял у Древних греков. Тогда спортсмены произносили клятву чести на стадионе в Олимпии у алтаря Зевсу. А что же было, если эта клятва нарушалась?

Олимпийские игры в Древней Греции проводились в честь верховного бога Зевса и считались священными. Поэтому за нарушение правил атлетов ждало необычное и суровое наказание – спортсмен и город, из которого он был родом, должны были выплатить большой штраф. За полученные деньги в Олимпии перед входом в стадион возводили бронзовые статуи Зевса, которые называли «Заны». На каждую статую прикрепляли табличку, на которой подробно описаны все проступки атлета.



Вопросы для активизации внимания учащихся.

Какие наказания сегодня применяются для спортсменов, нарушивших правила? Какие необычные наказания вы бы использовали, чтобы предотвратить жульничество и нарушения?

Информация для изучения для третьей подгруппы

ЦЕРЕМОНИЯ ОТКРЫТИЯ И ЗАКРЫТИЯ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Олимпийские игры – это не только спортивные состязания. В первую очередь это праздник спорта, искусства, культуры и дружбы. И доказательство тому – торжественные церемонии закрытия и открытия. Это грандиозные и уникальные события, равных которым нет ни в одних спортивных соревнованиях.



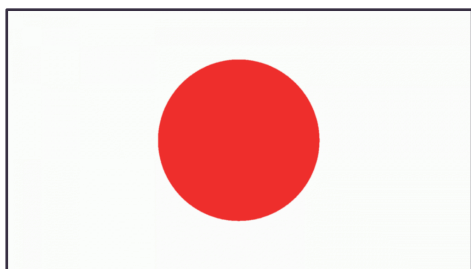
Последовательность событий на церемониях открытия и закрытия изложена в Олимпийской хартии и должна строго соблюдаться.

- Церемония открытия начинается со слов главы государства, принимающего Игры, и президента Международного олимпийского комитета.
- После этого звучит национальный гимн страны, принимающей Игры.
- Затем начинается одна из самых важных традиций – парад наций. Делегации всегда выходят в алфавитном порядке, согласно алфавиту страны, принимающей Игры. Но есть и важные исключения: Греция всегда выходит первой на правах исторической родины Олимпийских игр, замыкает парад страна, принимающая Игры.
- После парада наций в небо запускают голубей, как символ мира.
- Глава принимающей страны официально объявляет Олимпийские игры открытыми, и на стадион вносят олимпийский флаг.
- Флаг поднимают на флагштоке, а во время этого звучит олимпийский гимн.
- Спортсмены, тренеры и судьи произносят олимпийскую клятву.
- В чаше зажигают олимпийский огонь.
- Начинается самая красочная, яркая и захватывающая часть церемонии – художественная программа. Организаторы и постановщики церемонии стараются рассказать историю страны, ее традиции, показать культуру, особенности, отличающие ее от других стран мира. Поэтому художественную программу всегда ждут с особым интересом.



Вопросы для активизации внимания учащихся.

Чтобы закрепить полученные знания, предлагаю в группах выполнить задание. Представьте, что вы – режиссер-постановщик церемонии открытия Олимпийских игр в Беларуси. Ваша задача – подготовить порядок выхода стран на параде наций. Расставьте флаги стран в том порядке, в котором будут выходить делегации (3 – 5 минут).
(Правильный порядок – Греция, Великобритания, Китай, Швеция, Япония, Беларусь)



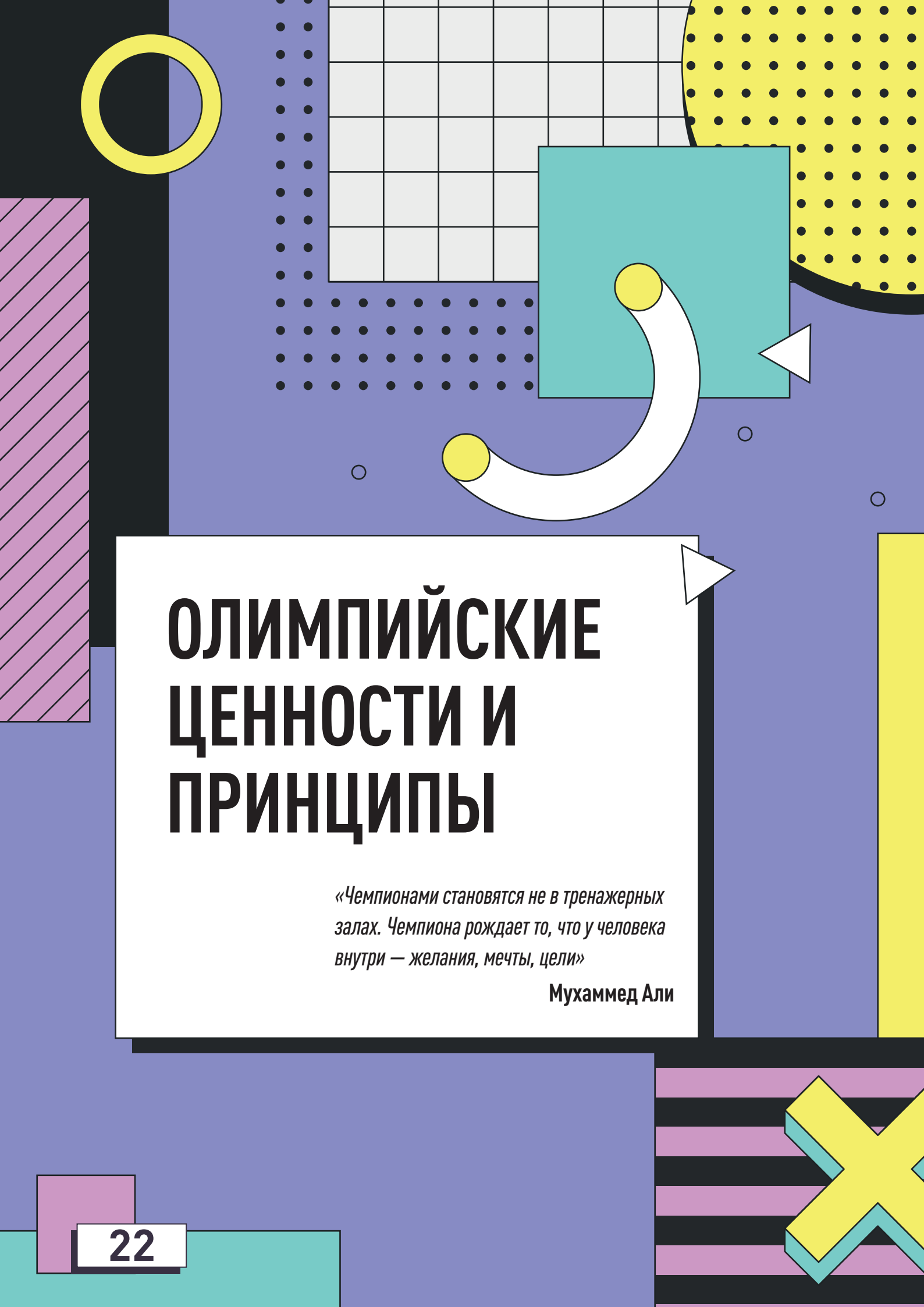
Церемония закрытия тоже начинается с парада, но в этот раз – с парада флагов. Как и на церемонии открытия Игр, первым идет знаменосец Греции, замыкает парад флаг страны-хозяйки, а остальные спортсмены выходят на стадион все вместе, символизируя тем самым единство и дружбу, которая сложилась между ними за время проведения Олимпийских игр. После на стадионе опускается олимпийский флаг, в чаше гаснет олимпийский огонь – Игры объявляются закрытыми. А дальше снова художественная программа, но на этот раз она будет рассказывать о традициях и культуре страны, которая через 4 года будет принимать Олимпийские игры.



ПАРАД НАЦИЙ



ПАРАД ФЛАГОВ



ОЛИМПИЙСКИЕ ЦЕННОСТИ И ПРИНЦИПЫ

«Чемпионами становятся не в тренажерных залах. Чемпиона рождает то, что у человека внутри — желания, мечты, цели»

Мухаммед Али

ПРИВЕТСТВИЕ

Добрый день! Вчера было насыщенное занятие и сегодня, не сбавляя оборотов, мы продолжаем погружаться в интереснейший мир олимпийского движения. Сегодня я также прошу вас быть максимально активными, включенными в процесс. Сегодня в нашей группе действуют вчерашние правила работы, давайте перечислим их и будем стараться следовать им.

Помните, Вы – Олимпийские амбассадоры. Вы «лицо», представители Олимпизма! Все, что вы будете узнавать сегодня, делать, запоминать – это все пригодится вам не только в процессе занятий, но и в жизни! Ну, а мы начинаем.

УПРАЖНЕНИЕ «ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЕ»

Цель: Эмоциональный разогрев группы, подготовка к основной части тренинга.

Процедура проведения: Участники сидят в кругу.

Инструкция: Представьте себе, что сложилась такая ситуация, что вам необходимо перевоплотиться в какой-то объект материального мира, животное или растение. Подумайте и скажите, какой объект, животное или растение вы бы выбрали?

Время выполнения: 5 минут.

БЛИЦ-ОПРОС ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ

Ведущий задает вопросы по теме предыдущего занятия, это своеобразный «мостик» между занятиями и включение участников в интеллектуальную деятельность.

Ведущий зачитывает вопрос для всех и дожидается ответа, при необходимости может задавать наводящие вопросы или подсказывать.

1. Его называют «отцом» современных Олимпийских игр и основателем концепции Олимпизма (Пьер де Кубертен).
2. Где проводились Олимпийские игры Древности (Олимпия).
3. Где и в каком году прошли первые Олимпийские игры современности? (Афины, 1896 г.)
4. Что такое Олимпиада? (это промежуток в четыре года, который начинается с Игр Олимпиады и завершается открытием Игр следующей).
5. Как звучит олимпийский девиз? (Быстрее, выше, сильнее – вместе).
6. В каком году впервые прошла эстафета огня? (1936 г.)
7. Сколько раз на церемонии открытия произносят олимпийскую клятву? (трижды: от лица спортсменов, тренеров и судей).
8. Как в Древней Греции наказывали спортсменов, нарушивших олимпийскую клятву? (возводили статуи «Заны»).
9. В чем разница между парадом наций на церемонии открытия Олимпийских игр и парадом флагов на церемонии закрытия? Назовите последовательность выхода спортсменов на обеих церемониях. (во время парада наций спортсмены выходят в алфавитном порядке, во время парада флагов – все вместе. Исключение – первой всегда выходит команда Греции, последней – страна-хозяйка).

Спорт – это неотъемлемая часть воспитательного процесса, ведь спорт, наряду с наукой, литературой и искусством, помогает достичь гармоничного развития тела, воли и разума. Чтобы заниматься спортом, совершенствоваться, расти над собой и честно побеждать, нужно иметь определенные качества характера, которые необходимо воспитывать в себе. Эти качества объединяются в жизненные принципы и ценности. Именно эти ценности и принципы и составляют идейную основу Олимпизма.

Итак, тема нашего сегодняшнего занятия

ОЛИМПИЙСКИЕ ЦЕННОСТИ И ПРИНЦИПЫ



Как вы понимаете значение слов «ценность» и «принцип»?
Что эти слова значат для вас?

Ценность – это важность и значимость чего-либо.

Принцип – это убеждение или правило, которое регулирует поведение человека в определенных ситуациях.



Как вы думаете, как формируются принципы и ценности?
Назовите свои ценности и жизненные принципы, которым вы следуете.

Отлично! Давайте познакомимся с олимпийскими ценностями.

Совершенство, дружба, уважение – ценности олимпийского движения!

Ведущий записывает на доске три ценности таким образом:

Совершенство

Дружба

Уважение

—
—
—

—
—
—

—
—
—

ЛИБО

крепит 3 листа А3. На каждом листе написана одна ценность.

Слова должны быть написаны достаточно крупно и ярко.

СОВЕРШЕНСТВО – полная самоотдача как на спортивной арене, так и в жизни, стремление к достижению поставленных целей, преодоление себя.

ДРУЖБА – одна из основных человеческих ценностей. Спорт помогает найти взаимопонимание между людьми и целыми народами, несмотря на существующие между ними различия и разногласия.

УВАЖЕНИЕ – это уважение к себе, своему телу, уважение к другим, к окружающей среде. В спорте уважение – это соблюдение правил, средство борьбы против использования допинга и других злоупотреблений. Уважение к сопернику исключает использование неспортивных средств достижения цели.

Сегодня мы подробно обсудим эти три ценности. По ходу нашего занятия мы будем последовательно заполнять схему на доске (либо дополнять листы с ценностями) и записывать, что подразумевает собой каждая ценность и какие понятия включает в себя.

ЗАДАНИЕ «СТРЕМЛЕНИЕ К СОВЕРШЕНСТВУ»

Каждому участнику раздается текст, рассказывающий вдохновляющие истории белорусского гребца Владимира Парфеновича и канадской легкоатлетки Лии Пеллс. После прочтения ведущий задает вопросы учащимся. Сразу несколько учащихся могут высказать свое мнение по одному вопросу. Важно услышать разные точки зрения и зажечь дискуссию среди учащихся.

Раздаточные материалы представлены в Приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.

Время выполнения: 5 минут – чтение текста, 5 – 10 минут – обсуждение.

- Какие мысли и эмоции у вас вызывают истории Владимира Парфеновича и Лии Пеллс?
- О каких качествах характера говорит история Владимира Парфеновича?
- О каких качествах характера говорит история Лии Пеллс?
- Объясните, каким образом история Владимира Парфеновича отражает олимпийскую ценность «Совершенства»?
- Объясните, каким образом история Лии Пеллс отражает олимпийскую ценность «Совершенства»?
- Почему важно не сдаваться на пути к достижению поставленных целей?
- Оказывался ли кто-нибудь из вас в ситуации, когда вы не победили, но были довольны своим выступлением и получили удовольствие от участия? Опишите это мероприятие и ваши чувства.

На основе историй Владимира Парфеновича и Лии Пеллс сформулируйте свое определение СОВЕРШЕНСТВА.

Просим одного из участников выйти и записывать, какие понятия включает в себя ценность «Совершенство». Ведущий и остальные участники могут помогать и предлагать свои варианты.

Мы переходим к следующей олимпийской ценности. Чтобы узнать, к какой именно, предлагаю выполнить небольшое задание и продолжить пословицы:

*Не имей сто рублей, а имей... (сто друзей).
Человек без друзей, что дерево... (без корней).
Дерево живет корнями, а человек... (друзьями).
Старый друг лучше... (новых двух).
Дружба – как стекло: разобьешь – ... (не сложишь).*

Молодцы! Как вы уже поняли, следующая ценность, которую мы будем обсуждать – **ДРУЖБА**



Что такое дружба? Какими качествами должен обладать настоящий друг?

УПРАЖНЕНИЕ «КАРАНДАШИ»

Цель: развить умение четко координировать совместные действия на основе невербального восприятия друг друга.

Материалы: карандаши, ручки.

Инструкция: Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары располагаются друг напротив друга на расстоянии 70 – 90 см и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50 – 60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания:

Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение; вытянуть руки вперед, отвести назад; сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед; наклониться вперед, назад, выпрямиться; присесть, встать; использовать не указательные, а безымянные пальцы или мизинцы.

Время выполнения: 5 – 10 минут.

После выполнения данных действий, участники присаживаются на свои места.

Психологический смысл упражнения: при выполнении упражнения от участников требуется четкая координация совместных действий на основе невербального восприятия друг друга. Если каждый участник будет думать только о своих действиях, то упражнение практически невыполнимо. Необходимо строить свои действия с учетом движений партнеров.



Какие действия должен выполнять каждый из нас, чтобы карандаши в кругу не падали? На что ориентироваться при выполнении этих действий? Как установить с окружающими необходимое для этого взаимопонимание, научиться «чувствовать» другого человека?

В командной работе необходимо координировать совместные действия, устанавливать взаимопонимание с окружающими, «чувствовать» человека, который находится рядом.



Умение работать в команде необходимо для достижения успеха в очень многих жизненных ситуациях. Приведите примеры таких ситуаций.

Как Олимпийские игры помогают найти взаимопонимание между людьми и целыми народами?

Для чего нужно умение устанавливать взаимопонимание с окружающими? Приведите примеры.

Просим одного из участников выйти и записывать, какие понятия включает в себя ценность «Дружба». Ведущий и остальные участники могут помогать и предлагать свои варианты.



ПЕРЕРЫВ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ: 15 МИНУТ



УПРАЖНЕНИЕ «РОМАШКА САМОУВАЖЕНИЯ»

Упражнение начинается с обсуждения фразы:

«Уважение к другим начинается с уважения к себе». Согласны ли вы с этим утверждением? Выскажите свою точку зрения.

Заранее подготовить наборы полосок с названиями позитивных качеств.

Материалы для скачивания размещены на сайте Белорусской олимпийской академии.

Инструкция: Участники делятся на подгруппы по 4 – 5 человек, каждой группе выдается набор полосок со следующими названиями качеств:

Активность

Артистичность

Бескорыстие

Благородство

Жизнелюбие

Заботливость

Искренность

Дружелюбие

Великодушие

Воля

Доброжелательность

Правдивость

Отважность

Решительность

Собранность

Отзывчивость

Трудолюбие

Улыбчивость

Умение быть благодарным

Умение понимать другого

Оптимизм

Группа выбирает 6 качеств, которые, по их мнению, важны для самоуважения. Затем берутся серединки от ромашки и к ним приклеиваются полоски с качествами, чтобы было похоже на лепестки цветка. Затем представитель группы выходит к доске и прикрепляет ромашку, озвучивая выбор своей команды.

Далее ведется обсуждение.

Примечание: если в процессе обсуждения и выбора 6 качеств, возникнут недопонимания, то важно проговорить, что уважение к другим – это слышать и учитывать его мнение.

Время выполнения: 10 минут.



По вашему мнению, важно ли воспитывать уважение к себе?

Почему важно проявлять уважение к правилам в спорте?

Перечислите, к кому (чему) важно проявлять уважение в спорте? (к тренеру, соперникам, членам команды, болельщикам, волонтерам, к правилам, решениям судей)

ЗАДАНИЕ «УВАЖЕНИЕ ОППОНЕНТОВ: “ЗА” ИЛИ “ПРОТИВ”»

Разделитесь на группы и обсудите следующий вопрос: **«Можно ли уважать оппонентов в спортивных соревнованиях – или это признак слабости?»**. Приведите примеры. Как думаете, есть ли ситуации в спорте, не достойные уважения? Представьте свои выводы.

Время выполнения: 5 – 10 минут.

Просим одного из участников выйти и записывать, какие понятия включает в себя ценность «Уважение». Ведущий и остальные участники могут помогать и предлагать свои варианты.

СОВЕРШЕНСТВО, ДРУЖБА, УВАЖЕНИЕ – ЦЕННОСТИ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Можно ли назвать эти ценности общечеловеческими?

Да, конечно! В этом и заключается идея Олимпизма. Недостаточно быть только хорошим спортсменом и показывать хорошие результаты на спортивной арене, важно при этом оставаться человеком, соблюдать правила, уважать своих соперников, быть хорошим примером, постоянно стремиться к развитию и никогда не останавливаться на достигнутом. Философия Олимпизма очень обширная, и, конечно, ее идейная основа выходит далеко за рамки трех ценностей – совершенства, дружбы и уважения. На основе этих ценностей строятся олимпийские принципы, о некоторых из них мы с вами сейчас поговорим.



УПРАЖНЕНИЕ «ОЙ-ОЙ-ОЙ» (ПСИХОГИМНАСТИКА)

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: Все играющие стоят по кругу и каждому, включая ведущего, присваивается порядковый номер (порядковый номер не меняется на протяжении всей игры).

Ведущий выходит в центр круга. Называет два номера, например 3 и 15. Участники, чьи номера он назвал, выбегают, встречаются в центре круга, стучат себя по коленкам, кричат «ой-ой-ой» и стараются занять место партнера. Тем временем ведущий занимает одно из свободных мест. Участник, которому не хватило места, становится ведущим.



Fair Play (Фэйр плэй). Знакомо ли вам понятие Fair Play? Что оно обозначает?

«Fair Play» переводится с английского как «Честная игра». Существует целое мировое движение Фэйр плэй и определяется оно гораздо шире, чем просто игра по правилам. Движение Фэйр плэй – это совокупность этических законов поведения в спорте, основанных на внутренней установке спортсмена поступать честно и справедливо, действовать без обмана, грубости, запрещенных приемов и без использования допинга. Оно опирается на концепции дружбы и уважения к соперникам. Фэйр плэй определяется не только как форма поведения, но и как мировоззрение, идеалы, ценности, принципы и убеждения которого исключают мошенничество и обман и выступают против насилия, неравных возможностей и коррупции.

ЗАДАНИЕ «ФУТБОЛЬНЫЕ АНАЛИТИКИ»

Разделитесь на группы. Представьте, что вы анализируете футбольный матч на соответствие этой игры принципам Фэйр плэй. На что вы будете обращать внимание, чтобы это понять? Выделите как минимум 4 пункта (критерия) и представьте свои идеи.

Время выполнения: 5 минут.



На самом деле у движения Фэйр плэй есть 5 принципов, которые устанавливают спортивное поведение. Давайте посмотрим, насколько ваши идеи совпали с этими принципами.

- уважение к сопернику;
- уважение к правилам и решениям судей — принимать все решения судей и оспаривать их корректно в отдельном порядке;
- допинг и любое искусственное стимулирование не может быть использовано;
- равные шансы — все спортсмены на старте соревнований могут одинаково рассчитывать на победу;
- самоконтроль спортсмена — сдерживая свои эмоции, уметь адекватно воспринимать любой исход поединка.

Согласитесь, непросто бывает принять правильное решение. А для спортсмена, у которого на кону стоит заветная медаль, а на принятие решения есть доли секунды, эта задача кажется невероятной.

ЗАДАНИЕ «В ДУХЕ ФЭЙР ПЛЭЙ»

Каждому участнику раздается текст, рассказывающий о поступках достойного спортивного поведения двух белорусских спортсменов. Прочитайте текст. После прочтения ведущий задает участникам следующие вопросы и стимулирует дискуссию:

Проккоментируйте поступки Дарьи Домрачевой и Владимира Самсонова. Сложно ли принять такое решение? Какими качествами должен обладать спортсмен, чтобы продемонстрировать благородное поведение?

Время выполнения: 5 минут – чтение текста, 5 минут – обсуждение.

Раздаточные материалы представлены в приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.

Есть олимпийские виды спорта, в которых используется система судейства для определения победителей. Среди таких видов спорта – гимнастика, прыжки в воду, фигурное катание, лыжная акробатика. Судейская коллегия оценивает такие показатели, как артистичность, сложность элементов и так далее. Как вы думаете:

- Могут ли судьи жульничать? Если да, то каким образом?
- Для чего они прибегают к этому?
- Как можно избежать жульничества среди судей?
- По вашему мнению, должно ли быть наказание для судей за жульничество в спорте? Если да, то какое?

Сегодня мы еще ближе познакомились с философией Олимпизма. Теперь мы точно знаем, Олимпийские игры — это не просто спортивные состязания. Это праздник мира и дружбы народов, это отражение всего лучшего, что есть в человечестве. Настоящий спортсмен всегда следует правилам честной игры, своим примером он показывает стремление к постоянному росту, развитию как физических, так и умственных и духовных качеств. Он уважает своих соперников и добивается поставленных целей, соблюдая не только спортивные, но и этические правила.

ЗАДАНИЕ «ЦИТАТЫ»

Вспомните еще раз, как звучат олимпийские ценности? Что такое честная игра и как Олимпизм отражает идею «мира во всем мире»? Основываясь на полученных сегодня знаниях, в группах обсудите следующие цитаты. Рассмотрите их с точки зрения олимпийских ценностей и принципов, представьте свои выводы.

Раздаточные материалы представлены в Приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.

Время выполнения: 10 минут.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИЯТНО СКАЗАТЬ...»

Цель: формирование доброжелательного отношения участников друг к другу, снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: Давайте встанем поближе друг к другу, образуем тесный круг и протянем руки к его середине.

По моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого из нас оказалась чья-то одна рука. При этом постараемся не брать за руки с теми, кто стоит рядом с вами.

Итак, давайте начнем. Раз, два, три... Теперь, соприкоснувшись руками, вы должны сказать друг другу приятное слово или поблагодарить за занятие.

Время выполнения: 5 минут.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ. РЕФЛЕКСИЯ

Процедура проведения: Все участники сидят в кругу. Каждого просят поделиться впечатлениями о прошедшем занятии и рассказать о своем настроении.

Время проведения: 10 минут.

Задание

Стремление к совершенству

Владимир Парфенович – гордость белорусского гребного спорта. Он – трехкратный олимпийский чемпион, завоевавший три золотые медали на одних Играх Олимпиады (произошло это в 1980 году в Москве). До сих пор ни одному байдарочнику в мире не удалось побить это достижение Владимира.

Однако свою спортивную карьеру Парфенович начинал не с гребли, а с борьбы. Три года он упорно тренировался, но однажды заболел и был вынужден пропустить занятия. После чего побоялся возвращаться в борцовский зал – был уверен, что за прогулы его отчитают и выгонят. Но без спорта он свою жизнь не мыслил, поэтому решил записаться в секцию по гребле.

С первого раза в секцию молодой человек не попал – тренер не увидел в Владимире будущего чемпиона. Но Парфенович не сдался, пришел снова через полгода, и ему решили дать шанс. Первый выход на воду – и снова неудача. Неопытный гребец плохо привязал поплавки к лодке и перевернулся. Ничто не сломило Владимира, он продолжил заниматься и уже через несколько лет попал в сборную Советского Союза и стал одним из лучших байдарочников в истории советского спорта.

«Дело не в медали». Во время отборочных соревнований по легкой атлетике на дистанции 1500 м для женщин на Играх Олимпиады 1996 года в Атланте канадская спортсменка Лия Пеллс начала забег наряду со многими талантливыми спортсменками. Никто не ожидал, что она сможет войти в группу лидеров, но Пеллс была в хорошей форме и настроена на упорное сражение и финал, который стал настоящим зрелищем. Пеллс бежала в последней группе и вряд ли могла бы финишировать в группе лидеров. Однако на последнем круге быстрый бег на раннем этапе стал сказываться на многих бегуньях и Пеллс начала действовать. Она обходила уставших соперниц одну за другой. При выходе на финишную прямую она была на 6-м месте, затем на 5-м и в конечном итоге финишировала 4-й. Она находилась всего в полушаге от олимпийской медали. После забега она давала интервью перед телевизионными камерами. Один из комментаторов спросил: «Вы, должно быть, разочарованы?». Пеллс посмотрела на комментатора, и слезы выступили у нее на глазах. «Разочарование? Это величайший забег в моей жизни. Я так счастлива, что хочется плакать. Дело не в медали...».

Задание

В духе Фэйр Плэй

Дарья Домрачева – белорусская биатлонистка, обладательница почетного звания «Герой Беларуси». Единственная в истории женского биатлона четырехкратная олимпийская чемпионка по биатлону. Дарья – не только талантливая спортсменка, она настоящий пример честного спортивного поведения. В 2018 году на шестом этапе Кубка мира белоруска упорно боролась с итальянской спортсменкой Доротеей Вирер за серебряную медаль. Прямо у финишной прямой Дарья случайно наступила на палку итальянки. По словам самой Дарьи, «...на мой взгляд, было бы нечестно бороться со спортсменом без палки, которая потеряна по моей вине». Дарья пропустила вперед Доротее и завоевала бронзовую медаль.

В 2005 году на турнире по настольному теннису белорус Владимир Самсонов вышел в финал. За чемпионство наш спортсмен сражался с россиянином Алексеем Смирновым. В решающей партии счет был 14:13 в пользу спортсмена из России. Алексей Смирнов сделал мощную подачу и мяч задел край стола, но судья не засчитал ему очко, решив, что мяч ушел в аут. Сам Самсонов увидел касание и попытался объяснить судье, что соперник попал мячом по столу, но рефери все равно назначил переигровку. Тогда Самсонов специально пробил мимо стола и отдал победу россиянину. Объясняя свой поступок, Владимир сказал: «Побеждать надо в честной борьбе».

Цитаты



Цитата

«Пусть на земле будет мир, и пусть он начинается с меня».

Сай Миллер и Джилл Джексон

Обсудите:

Определите одно действие, которое вы могли бы сделать сегодня, что помогло бы наладить мирные отношения между вами и кем-то в вашей семье или между вами и другом.

«Теперь люди путешествуют быстрее, но я не знаю, направляются ли они к тому, что является лучше».

Уилла Кэсер

Олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее – вместе». Некоторые люди считают, что попытка делать «быстрее, выше и сильнее» не всегда является способом создания «мира во всем мире». Что пытаются объяснить Уилла Кэсер и Махатма Ганди? Согласны ли вы с ними? Почему? Или почему нет?

«Жизнь – это больше, чем постоянное наращивание ее скорости».

Махатма Ганди

«Говорить, не думая – как стрелять, не целясь».

Испанская пословица

Обидные слова, сказанные людьми, оставляют незаживающие раны. Каковы могут быть последствия того, что вы говорите? Как можно научиться сдерживать себя?

«Нельзя пожать руку сжатым кулаком».

Индира Ганди

Объясните это высказывание. Согласны ли вы с ним? В конце игры, в которой вы проиграли, иногда самое трудное – пожать друг другу руки. Почему важно все равно пожать друг другу руки?



СПОРТ И ИСКУССТВО

*«Тренируйся с теми, кто сильнее.
Не сдавайся там, где сдаются
другие. И победишь там, где
победить нельзя»*

Брюс Ли

ПРИВЕТСТВИЕ:

Доброе утро, олимпийские амбассадоры! Сегодня нас ждет еще один увлекательный день, полный олимпийских открытий. Чтобы у нас с вами было отличное настроение и ясный ум, нужна разминка.

УПРАЖНЕНИЕ «АВТОМОЙКА»

Цель: активизация участников, развитие групповой сплоченности.

Процедура проведения: Все участники становятся в две шеренги лицом друг к другу, расстояние между ними около 1 метра. По очереди каждый из участников представляет себя либо каким-нибудь предметом кухонной утвари, либо автомобилем, и проходит внутри шеренги. Все имитируют его «помывку», прикасаясь к нему с различной интенсивностью. Они могут имитировать сильные горячие струи воды, легкий прохладный душ или протирание теплым воздухом. Прошедший становится в конец любой шеренги, а стоящий в начале одной из шеренг начинает движение.

Время выполнения: 7-10 минут.

Тема нашего занятия сегодня – Олимпизм и искусство.

Но прежде, чем мы начнем говорить о прекрасном, мы вспомним самые важные моменты с нашей прошлой встречи. Я буду зачитывать вопрос, а вы отвечаете. Не спешите, лучше немного подумайте, вспомните и постарайтесь ответить правильно.

«БЛИЦ-ОПРОС ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ»

Ведущий задает вопросы по теме предыдущего занятия, это своеобразный «мостик» между занятиями и включение участников в интеллектуальную деятельность.

Ведущий зачитывает вопрос для всех и дожидается ответа, при необходимости может задавать наводящие вопросы или подсказывать.

1. Назовите три ценности олимпийского движения (совершенство, дружба, уважение).
2. К кому и чему можно и нужно проявлять уважение в спорте? (к тренеру, соперникам, членам команды, болельщикам, волонтерам, к правилам, решениям судей).
3. Что такое Фэйр Плэй? (это совокупность этических законов поведения в спорте, основанных на внутренней установке спортсмена поступать честно и справедливо, действовать без обмана, грубости, запрещенных приемов и без использования допинга).

Отлично! С этой минуты вы уже не просто участники занятия, сегодня вы дизайнеры, художники, креативные директора, представители организационного комитета по подготовке к Олимпийским играм. Вы участвуете в проекте по изучению и созданию олимпийских атрибутов. Ваша задача сегодня понять в чем их особенности, как они отражают культуру, как они создаются, а также вы будете придумывать и свои атрибуты.

Уважаемые представители творческой группы, приготовьтесь, мы начинаем!



Как вы думаете, как спорт может быть связан с искусством?
Какие у вас есть идеи?

Давайте снова обратимся к определению Олимпизма и найдем фразу, которая говорит о том, что Олимпизм имеет непосредственное отношение к искусству и культуре.

«Олимпизм – это философия жизни, возвышающая и объединяющая в сбалансированное целое достоинства тела, воли и разума. Олимпизм, **соединяющий спорт с культурой** и образованием, стремится к созданию образа жизни, основывающегося на радости от усилия, воспитательной ценности хорошего примера, социальной ответственности и уважении к всеобщим основным этическим принципам».

Олимпийские игры были неразрывно связаны с искусством еще со времен Древней Греции.

Кроме спортивных состязаний, на Олимпийских играх существовали конкурсы искусств. Появились они на Играх 85 Олимпиады в 444 г. до н.э. Выдающиеся философы, поэты и драматурги делились своими произведениями, соревновались в красноречии. На аренах происходили не только спортивные, но и ораторские соревнования. Для многих интеллектуалов того времени Олимпийские игры стали площадкой для решения важнейших вопросов, а победа считалась вершиной творческого мастерства. В Олимпии выступали великие философы Платон, Сократ, Диоген, Гераклит, отцы истории Геродот и Фукидид, основоположник медицины Гиппократ, классики древнегреческой поэзии Софокл, Пиндар, Еврипид.

Кроме того, со времен Древней Греции сохранились скульптуры, картины и предметы керамики, благодаря которым мы можем увидеть, как тренировались и соревновались спортсмены на Олимпийских играх Древности.

Внимательно посмотрите на изображение и ответьте на вопросы:



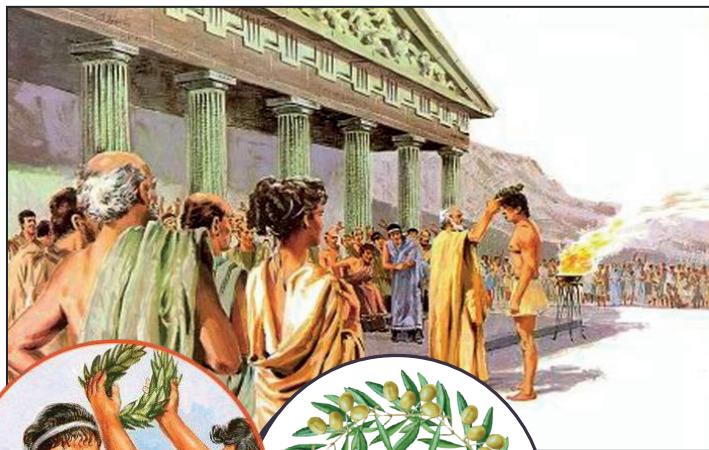
Какие состязания изображены на вазах и скульптурах? (бег, гонки на колесницах, борьба, метание копья, метание диска).

Какие выводы вы можете сделать о древнегреческих атлетах по скульптурам и изображениям на вазах?

Назовите ключевые отличия олимпийских состязаний в Древней Греции от Олимпийских игр современности.

Первое, на что мы обращаем внимание – все атлеты изображены нагими. Действительно, атлеты в Древней Греции тренировались и состязались обнаженными. Древние греки высоко почитали атлетическое мужское тело и совсем не стеснялись его демонстрировать.

Что касается программы Олимпийских игр Древности, изначально Олимпийские игры длились всего один день, а атлеты соревновались лишь в одной дисциплине – беге на один стадий (стадий – это древнегреческая мера длины, равная приблизительно 150 – 190 метрам). Затем программа стала расширяться и проведение состязаний растянулось на 5 дней. Были введены состязания в беге на два стадия, беге на 24 стадия, беге с вооружением. Атлеты начали соревноваться в пентатлоне (аналог современного пятиборья), включавшем бег на один стадий, прыжки в длину, метание диска, метание копья и борьбу. Позже в программу вошли кулачный бой, гонки на колесницах и панкратион (древний вид единоборств).



Победителя Олимпийских игр древности называли **Олимпионик**. Награждали олимпионика **оливковым венком**. Олимпионик и город, из которого он прибыл, считались избранниками богов. Олимпионик имел право возвести себе статую в Олимпии, ему посвящали поэмы, выплачивали денежные призы, пожизненную пенсию, предоставляли бесплатное питание и лучшие места в театре.



УПРАЖНЕНИЕ «И РАЗ-ДВА-ТРИ...» (ПСИХОГИМНАСТИКА)

Цель: снять напряжение и провести физический разогрев группы, развить умение быстро реагировать на изменяющиеся условия.

Процедура проведения: группа разбивается на пары. Задание на первый взгляд чрезвычайно простое: в каждой паре партнеры стоят лицом друг к другу и начинают считать от одного до трех. Счет идет «по кольцу» без остановок.

Первый: один.

Второй: два.

Первый: три.

Второй: один.

Первый: два.

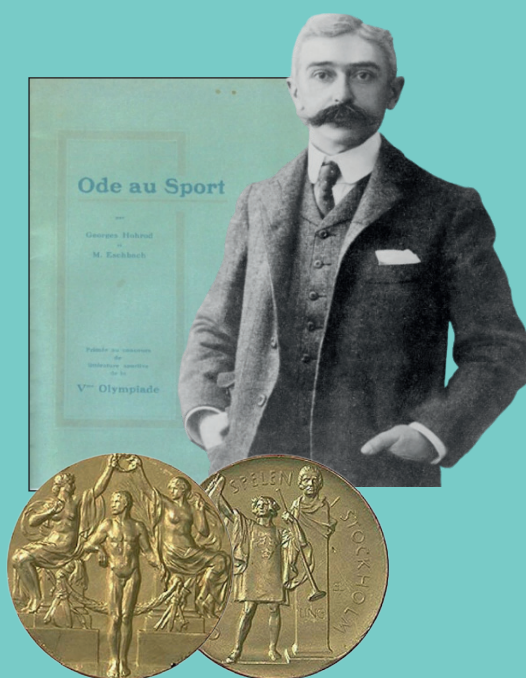
Второй: три...

Когда первый этап освоен и не представляет большой сложности для игроков, тренер вводит дополнительное действие.

Теперь, вместо цифры «один» нужно молча присесть. Дадим парам насладиться освоением этого этапа. Затем вместо произнесения цифры «два» просим подпрыгнуть (вновь 2 – 3 минуты на тренировку). Последний этап – заменяем произнесение цифры «три» хлопком в ладоши! Начали!

Давайте перенесемся в XIX век, в период возрождения Олимпийских игр. Вы помните, что Пьер де Кубертен, «отец» Олимпийских игр современности, считал важным не только физическое, но и интеллектуальное, духовное и культурное развитие человека. И, конечно, вы помните, что он увлекался историей и традициями древнегреческих Игр.

Поэтому не удивительно, что во времена Пьера де Кубертена на Олимпийских играх проводились **конкурсы искусств**. Впервые такой конкурс был проведен на Играх V Олимпиады в Стокгольме в 1912 году. В конкурсе участвовали произведения архитектуры, живописи, скульптуры, музыки и литературы, посвященные олимпийскому движению. К сожалению, до наших дней традиция не сохранилась – последний раз конкурс искусств прошел на Играх XIV Олимпиады в 1948 году.



Сам Пьер де Кубертен тоже принимал участие в Олимпийских играх и даже стал олимпийским чемпионом! Он принимал участие в литературном конкурсе на Играх V Олимпиады в Стокгольме. И хотя Кубертен не был поэтом, он написал прекрасную поэму под названием «Ода спорту», которая покорила судей и была удостоена высшей оценки. Но так как Кубертен имел большую известность среди представителей олимпийского движения, он подал жюри свое литературное произведение под псевдонимом Хохрод и Эшбах, и только спустя время мир узнал настоящего автора «Оды спорту». Даже если вы никогда не слышали название поэмы, вам наверняка знакома строчка «О, спорт – ты мир!».

ЗАДАНИЕ «ОДА СПОРТУ»

Поэма «Ода спорту» состоит из 9 стихов. Разбейтесь на 3 группы. Каждой группе дается для обсуждения 3 стиха. Прочитайте их. Подумайте, какая олимпийская ценность или образовательная тема олимпизма заложена в каждый стих. Проанализируйте каждый стих и объясните, какую основную идею он отражает. Представьте свои выводы.

Время выполнения: 10 минут – обсуждение в группах, 5 – 7 минут – представление выводов.

Раздаточные материалы представлены в Приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.



Ну а что же сейчас? Так ли до сих пор Олимпизм неразрывно связывает спорт с искусством? Как вы считаете?

И хоть на Олимпийских играх больше не выступают философы и поэты и не проводятся конкурсы искусств, олимпийское движение так же неразрывно связано с культурой и искусством.



Смотрели ли вы когда-нибудь церемонию открытия Олимпийских игр?

Если да, то за счет чего она такая запоминающаяся и красочная?

Вспомните, как вы на первом занятии готовили свои проекты открытия Олимпийских игр. Старались ли вы отразить культуру своей страны?

ЗАДАНИЕ «ЦЕРЕМОНИИ ОТКРЫТИЯ»

Сейчас мы посмотрим небольшие отрывки с церемоний открытия прошедших Олимпийских игр. Обратите внимание, насколько разные по настроению все эти церемонии.

После просмотра ответьте на вопрос: «Как каждая из этих стран отразила особенности своей культуры?»

Время выполнения: 5 – 10 минут.

Видео с церемоний открытия представлены в презентации к занятию, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.

ПЕРЕРЫВ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ: 15 МИНУТ

Олимпийские факелы, эмблемы, талисманы, медали – все это форма искусства. С помощью этих атрибутов каждый город-организатор Олимпийских игр стремится отразить свои традиции и рассказать свою историю. Если олимпийский символ, флаг, девиз и гимн – универсальные и неизменные олимпийские атрибуты, то эмблема, факел, талисман и медали разрабатываются отдельно для каждой Олимпийских игр. Дизайн для этих атрибутов выбирается не случайно – он призван стать отражением особенностей культуры и традиций страны, которая встречает Игры. Сегодня мы подробно остановимся на этих атрибутах и начнем с олимпийской эмблемы.



ЭМБЛЕМА ОЛИМПИЙСКИХ ИГР всегда сочетает в себе изображение олимпийского символа и название города, где проводятся очередные Игры. Эмблемы на Олимпийских играх появились не сразу. Первая эмблема появилась лишь на Играх X Олимпиады в Лос-Анджелесе 1932 года



Внимательно посмотрите на эмблему Игр X Олимпиады в Лос-Анджелесе 1932 года. Что на ней изображено? Как она отражает олимпийское движение и культуру страны-хозяйки?

XTH OLYMPIAD
LOS ANGELES
1932



Давайте подробнее познакомимся с некоторыми знаковыми олимпийскими эмблемами.



Эмблема Игр XIX Олимпиады в Мехико 1968 года сочетает в себе изображение олимпийских колец, место и год проведения Игр. Примечательно, что эмблема стала отражением с одной стороны, влияния направления поп-арт в искусстве, а с другой – традиционных узоров народа уичоли, коренных жителей Мексики.



Игры
XXII Олимпиады
Москва
1980

А это, как вы можете догадаться, эмблема Игр XXII Олимпиады в Москве 1980 года. Над олимпийскими кольцами расположены параллельные линии в форме пирамиды и пятиконечная звезда, которые символизируют башню Кремля.



Не менее интересна эмблема Игр Олимпиады в Рио 2016 года. Эмблема представляет собой трех человечков, изображенных в цветах бразильского флага: синем, зеленом и желтом. Если всмотреться в их фигуры, можно увидеть, как они складываются в буквы R, I и O. Дизайн эмблемы был вдохновлен знаменитой горой Сахарная голова, расположенной в Рио. Эмблема символизирует знаменитую гору, море, солнце, людей, обнимающих город Рио, и отражает олимпийский дух.

ЗАДАНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЕ ЭМБЛЕМЫ»

Согласитесь, все эти эмблемы очень лаконичны и минималистичны, но даже с одного взгляда мы можем понять, когда и где проходили Олимпийские игры. Разделитесь на группы, выберите любую страну, где проходили Олимпийские игры, изучите эмблему(ы) прошедших там Игр. Какая история стоит за их созданием? Как они отражают культуру страны? Поделитесь своими открытиями.

При выполнении задания участники пользуются материалами из сети Интернет.

Время выполнения: 15 минут – подготовка, 10 минут – презентации.

ТАЛИСМАНЫ ИЛИ МАСКОТЫ сейчас присутствуют во многих видах спорта. Талисман команды помогает болельщикам прочувствовать праздник, настроиться на игру и поддержать свою команду.



Вспомни, каких талисманов команды ты знаешь?



И, конечно же, свой уникальный талисман есть на каждой Олимпийских играх. В качестве талисмана может выступать любое существо, животное, человек, мифологический или сказочный персонаж. Главное – чтобы он отражал олимпийский дух и особенности страны, принимающей Олимпийские игры.

Первый талисман появился в 1968 году на Олимпийских зимних играх в Гренобле. Им стал лыжник Шусс – антропоморфное существо с красной головой. И хоть Шусс не получил статус официального талисмана, идея «помощников» и «послов» олимпийского движения, отражающих традиции принимающей страны, всем очень понравилась.



И уже на следующих Играх XX Олимпиады в 1972 году в Мюнхене появился первый официальный талисман – им стала такса Вальди. Такса – очень популярная собака в Баварии, которая славится упорством, ловкостью и выносливостью. Интересно, что у Вальди есть живой прототип – длинношерстная такса по имени Шери фон Биркенхоф, которую президент мюнхенского оргкомитета подарил президенту Международной ассоциации спортивной прессы в 1970 году. Даже маршрут марафона олимпийского огня на Играх 1972 года по форме напоминал таксу!



Кто знает, кто стал талисманом Игр XXII Олимпиады в Москве 1980 года?



Медвежонок по имени Миша! А если быть более точным – Михаил Потапыч Топтыгин, именно так звучит полное имя талисмана Игр в Москве. Медведь был выбран не случайно, ведь это животное является героем многих русских народных сказок, песен и стихов. Миша носит ремень с пряжкой в виде олимпийских колец. Ему присущи такие характерные для спортсмена качества, как сила, упорство и смелость. Во время подготовки к Олимпийским играм Миша даже побывал в космосе! 15 июня 1978 года он улетел в космос на ракете «Союз» и посетил орбитальную станцию «Салют-6». А во время церемонии закрытия Игр медвежонок Миша покидал главный стадион на множестве воздушных шаров, прощаясь с Олимпийскими играми. Этот момент до сих пор остается одним из самых трогательных в олимпийской истории.

ЗАДАНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЙ ТАЛИСМАН»

Представьте, что Олимпийские игры должны состояться в Беларуси. В группах придумайте талисман, который наилучшим образом будет отражать особенности нашей страны. Нарисуйте ваш талисман. Напишите небольшой рассказ о предыстории вашего талисмана. В рассказе постарайтесь отразить олимпийские ценности и принципы. Представьте вашу работу. При представлении, участники выходят, и по возможности, прикрепляют на доску свои рисунки.

Время выполнения: 25 минут – подготовка, 15 минут – презентации.



Олимпийская медаль – самая заветная награда для любого спортсмена. Как мы сегодня узнали, в Древней Греции медалей не было – победителя Игр, олимпионика, награждали оливковым венком.



А какими медалями сегодня награждают победителя и призеров Олимпийских игр?



Золотую медаль вручают за первое место, серебряную – за второе и бронзовую за третье. А вместе эти три медали называют комплектом олимпийских медалей. Но так было не всегда. Традиция вручать медали трех достоинств появилась лишь на играх III Олимпиады 1904 года в Сент-Луисе.

На Играх I Олимпиады в Афинах 1896 года награждали лишь спортсменов, занявших первое и второе место, а золотой медали не было вовсе! Победитель получал серебряную медаль и оливковый венок, а занявший второе место – бронзовую медаль и лавровый венок.



А как выглядит привычная нам медаль? Какой она формы, как ее вручают победителю и призерам?

Привычная для нас медаль имеет круглую форму. Ее надевают на шею победителям и призерам Олимпийских игр.



Но и так было не всегда. Например, на Играх II Олимпиады 1900 года медали были не привычной для нас круглой формы, а прямоугольные. А что касается традиции вешать медаль на шею победителям, она появилась лишь в 1960 году на Играх XVII Олимпиады в Риме! До этого медали вручались победителям прямо в руки или прикалывались на форму спортсмена. И только на Играх в Риме-1960 организаторы изготовили тонкие бронзовые цепочки в форме оливковой ветви, чтобы медали можно было вешать на шеи спортсменам. Они не были уверены, придется ли по вкусу такое нововведение, поэтому рядом с медалями на подушечках лежали ножницы, чтобы срезать цепочку, если понадобится. Однако идея понравилась, и с тех пор к олимпийским медалям стали крепиться цепочки или ленты.





Почему же медали тоже относятся к атрибутам, отражающим культуру страны-организатора?

Потому что за дизайн олимпийских медалей отвечает организационный комитет страны-организатора. Именно поэтому дизайн медалей меняется из года в год, и каждый раз организаторы стремятся изготовить все более креативные медали и отразить особенности своей культуры.



Например, на Играх XXIX Олимпиады в Пекине в 2008 году в олимпийские медали были добавлены элементы из нефрита. Этот камень с давних времен является символом императорской власти, самым драгоценным камнем для жителей Китая. В золотые медали организаторы добавили самый ценный белый нефрит, который раньше мог носить только император. Таки образом организаторы стремились передать значимость звания олимпийского чемпиона.



Игры XXXII Олимпиады-2020 прошли в Токио, столице Японии. Япония известна своим стремлением к осознанному потреблению и защите окружающей среды. Поэтому при подготовке к Играм, вопросам экологии уделялось особое внимание. 5 тысяч олимпийских и паралимпийских медалей были изготовлены из переработанной техники. За несколько лет до начала Игр организационный комитет объявил о сборе электронных устройств (смартфонов, ноутбуков, фотокамер), из которых и были извлечены необходимые для медалей металлы. Всего во время проекта было собрано приблизительно 78,985 тонн электронных устройств!



Как вы уже можете догадаться, дизайн **олимпийского факела** тоже разрабатывается организационным комитетом каждой Игр. В нем, как и в остальных атрибутах, всегда заложена глубокая идея, отражающая олимпийский дух и национальный колорит города-организатора.

Для примера обратимся к последним Олимпийским зимним играм в Пекине 2022 года. Факел этих Игр получил название «Летающий». По задумке дизайнера, витая красная полоса по всей длине факела символизирует, с одной стороны, Великую Китайскую стену и олимпийские лыжные трассы, а с другой – неустанное стремление человека к свету, миру и совершенству. Факел выполнен в двух цветах – красном и серебряном. Вместе эти цвета представляют метафору огня и льда. Таким образом создатели факела хотели сказать, что он несет «свет и тепло в мир снега и льда».

ЗАДАНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЕ ДИЗАЙНЕРЫ»

Разбейтесь на две группы. Задача первой группы – разработать концепцию олимпийских медалей. Задача второй – концепцию олимпийского факела. Продумайте внешний вид, материалы, из которых будут выполнены медали или факел. Какую идею вы хотите передать с их помощью, какую историю рассказать? По возможности подготовьте рисунок или макет вашей медали/факела. Сделайте презентацию своих разработок.

Примечание: участникам необходимо предоставить материалы для выполнения задания: листы цветной бумаги, картон белый и цветной, клей, ножницы, ленты, фломастеры, карандаши, скотч и т. д.

Время выполнения: 25 минут – подготовка, 15 минут – презентация.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ. РЕФЛЕКСИЯ

Процедура проведения: Все участники сидят в кругу. Каждого просят поделиться впечатлениями о прошедшем занятии и рассказать о своем настроении.

Время проведения: 10 минут.

Задание

Ода спорту

Олимпийские ценности – совершенство, дружба, уважение.

Образовательные темы Олимпизма – уважение к другим; честная игра; стремление к совершенству; гармония разума, души и тела; радость от усилия.

I

О спорт! Ты — наслаждение!
Ты верный, неизменный спутник жизни.
Нашему духу и телу ты щедро даришь
радость бытия.
Ты — бессмертен.
Ты здравствуешь и сегодня, после
крушения затерянных в веках олимпиад.
Ты торжествующий вестник весны
человечества. Весны, когда
зарождалось упоение от гармонии
разума и силы.
Ты как эстафету передаешь нам это
наследие предков.
Проходят века. Жизнь торжествует. Ты
живешь, неподвластный времени, спорт!

II

О спорт! Ты — зодчий!
Ты помогаешь находить пропорции
совершеннейшего творения природы —
человека, торжествующего в победе и
сокрушающегося в неудаче. Ты — мастер
гармонии.
Ты делаешь нас сильными, ловкими,
статными, исправляешь недостатки,
унаследованные нами от рождения.
Ты особенный, необычный зодчий. Твой
строительный материал — человек в
движении.
Ты доказал, что вечное движение — не
мечта, не утопия. Оно существует.
Вечное движение — это спорт.

III

О спорт! Ты — справедливость!
Ты указываешь прямые, честные пути,
которые ищут люди для достижения
целей, поставленных в жизни.
Ты — беспристрастен.
Ты учишь, что правила соревнований —
закон. Ты требуешь: «Ни один
спортсмен, выполняющий упражнения
перед зрителями и судьями, не должен
преступать эти правила».
Ты определяешь границы между видами
спорта. Нет судьи взыскательнее и
строже, чем ты сам.
Непоколебимо твоё требование
справедливых оценок за истинные
достижения.

IV

О спорт! Ты — вызов!
Ты требуешь борьбы. Вся сила наших
мускулов сосредоточена в одном на
взрыв похожем слове — спорт.
Ты — трубадур.
Твой пламенный, волнующий призыв
находит отклик в наших сердцах.
Ты спрашиваешь у вышедших на старт:
зачем же сила, опыт и проворство, если
не мечтать о победном финише?
Ты утверждаешь — надо мечтать. Надо
сметь. Надо дерзать.
Ты убеждаешь, требуешь,
приказываешь. Ты зовешь людей
помериться силой. Преодолеть себя.

V

О спорт! Ты — благородство!
Ты осеняешь лаврами лишь того, кто
боролся за победу честно, открыто,
бескорыстно.
Ты — безупречен.
Ты требуешь высокой нравственности,
справедливости, моральной чистоты,
неподкупности.
Ты провозглашаешь: если кто-нибудь
достигнет цели, введя в заблуждение
своих товарищей, достигнет славы при
помощи низких, бесчестных приемов,
подавив в себе чувство стыда, тот
заслуживает позорного эпитета, который
станет неразлучен с его именем.
Ты возводишь стадионы — театры без
занавесей. Все свидетели всему.
Никакой закулисной борьбы.
Ты начертал на своих скрижалях:
«Трижды сладостна победа, одержанная
в благородной честной борьбе».

VI

О спорт! Ты — радость!
Ты устраиваешь праздники для тех, кто
жаждет борьбы, и для тех, кто жаждет
этой борьбой насладиться.
Ты — ликование.
Ты горячишь кровь. Заставляешь
учащенно биться сердце. Как радостно,
как отрадno откликнуться на твой зов.
Ты раздвигаешь горизонты. Проясняешь
дали. Вдохновляешь убегающих со
старта на близкий финиш.
Ты врачуешь душевные раны. Печаль
или скорбь одного отступают в то
мгновение, когда нужно побороть все
перед многооком взглядом многих.
Доставляй же радость, удовольствие,
счастье людям, спорт!

VII

О спорт! Ты — плодотворность!
 Ты преградой встаешь на пути пагубных
 недугов, извечно угрожающих людям.
 Ты — посредник.
 Ты рекомендуешь страждущим,
 немощным, хворым лучшее из лекарств.
 Себя.
 Ты примером своих сильных, здоровых,
 статных, мускулистых, закаленных, не
 поддающихся болезням приверженцев
 врачуешь отчаявшихся.
 Ты горячишь кровь. Заставляешь
 учащенно биться сердце. Исцеляешь от
 недугов. Ты — красная строка в
 «Кодексе здоровья».
 Ты утверждаешь: «В здоровом теле —
 здоровый дух!»

VIII

О спорт! Ты — прогресс!
 Ты способствуешь совершенству
 человека — самого прекрасного
 творения природы.
 Ты — устремленность.
 Ты предписываешь следовать правилам
 и требованиям гигиены. Сдерживаешь
 от излишеств.
 Ты учишь человека добровольно,
 сознательно, убежденно поступать так,
 чтобы никакие высшие достижения,
 никакой рекорд не были результатом
 перенатуги, не отразились на здоровье.
 Никаких стимуляторов, кроме жажды
 победы и мудрой тренировки, не
 признаешь ты.
 Ты убеждаешь, что прогресс физический
 и прогресс нравственный — два пути к
 одной цели.

IX

О спорт! Ты — мир!
 Ты устанавливаешь хорошие, добрые,
 дружественные отношения между
 народами.
 Ты — согласие.
 Ты сближаешь людей, жаждущих
 единства.
 Ты учишь разноязыкую, разноплеменную
 молодежь уважать друг друга.
 Ты источник благородного, мирного,
 дружеского соревнования.
 Ты собираешь молодость — наше
 будущее, нашу надежду — под свои
 мирные знамена.
 О спорт!
 Ты — мир!





СОВРЕМЕННОЕ ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ: ОРГАНИЗАЦИИ, НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ

*«Вы должны быть таким, каким хотите
увидеть мир»*

Махатма Ганди

ПРИВЕТСТВИЕ:

Добрый день, олимпийские амбассадоры. Вы узнали уже очень многое об Олимпизме и Олимпийских играх. Сегодня нас ждет очень важное занятие – мы заглянем еще глубже в мир олимпийского движения и познакомимся с такими его аспектами, которые обычно скрыты от глаз простого обывателя.

УПРАЖНЕНИЕ «ЦВЕТ НАСТРОЕНИЯ»

Цель: активизация участников.

Процедура проведения: Участники сидят в кругу. Предоставляется небольшой мяч. Один участник называет цвет своего настроения и какие ожидания у него от занятия, перебрасывает мячик следующему участнику, тем самым передает ход. Важно, чтобы мяч побывал у каждого участника.

Время выполнения: 5 минут.

Сегодня мы поговорим с вами о современном олимпийском движении, узнаем об организациях, которые регулируют его деятельность, обсудим важные социальные задачи, которые решает олимпийское движение, а также узнаем, с какими проблемами оно может сталкиваться и как эти проблемы необходимо решать. Но прежде, чем начать, мы вспомним, что важного мы узнали на прошлом занятии

«БЛИЦ-ОПРОС ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ»

Ведущий задает вопросы по теме предыдущего занятия, это своеобразный «мостик» между занятиями и включение участников в интеллектуальную деятельность.

Ведущий зачитывает вопрос для всех и дожидается ответа, при необходимости может задавать наводящие вопросы или подсказывать.

1. Как называется литературное произведение Пьера де Кубертена, за которое он получил золотую олимпийскую медаль? («Ода спорту»).
2. Как звали первый официальный олимпийский талисман, который появился на Играх Олимпиады в Мюнхене 1972 года? (такса Вальди).
3. В каком году появилась традиция награждения победителей и призеров Олимпийских игр медалями трех достоинств: золотой, серебряной и бронзовой? (в 1904 году).
4. Каким образом олимпийские эмблемы, талисманы, медали и факелы связаны с искусством? (с помощью этих атрибутов каждый город-организатор Олимпийских игр стремится отразить свои традиции и рассказать свою историю).

Олимпийские игры – грандиозное событие мирового масштаба, охватывающее 5 континентов. В их организацию и проведение вовлечены сотни тысяч людей. Олимпийское движение – одно из самых массовых и глобальных социальных движений.



Кто же стоит во главе и регулирует такую масштабную деятельность?



Эта непростая задача возложена на **Международный олимпийский комитет (МОК)**.

Международный олимпийский комитет – высший постоянно действующий орган олимпийского движения. Олимпийский комитет – самая крупная и наиболее авторитетная организация в мире спорта. Он был создан в 1894 году по инициативе барона Пьера де Кубертена с целью возрождения и организации Олимпийских игр.

Штаб-квартира МОК находится в Лозанне (Швейцария). Руководит деятельностью МОК **Президент**. Интересно, что первым Президентом МОК стал не Пьер де Кубертен, по чьей инициативе был создан комитет, а Деметриус Викелас – греческий поэт и общественный деятель. Кубертен изначально был избран генеральным секретарем, а в 1896 году сменил Викеласа на посту Президента и занимал его до 1925 года. В настоящее время руководит деятельностью МОК Томас Бах. Он был избран в 2013 году, став девятым Президентом.

Какие **задачи** выполняет МОК? Прежде всего, роль МОК заключается в руководстве олимпийским движением и продвижении философии Олимпизма в мире. Он поощряет развитие спорта и организацию спортивных соревнований, обеспечивает защиту спортсменов, поддерживает распространение этики в спорте и основополагающих принципов Олимпизма. МОК определяет порядок и правила включения какого-либо вида спорта в программу Олимпийских игр и обеспечивает их регулярное проведение.



Чем же руководствуется МОК в своей деятельности?
Как вы думаете, есть ли документ, который регулирует
деятельность всего олимпийского сообщества?



Да, и этот документ называется

Олимпийская хартия.

Олимпийская хартия – это своеобразная конституция олимпийского движения. В ней прописаны основополагающие принципы Олимпизма и правила, принятые Международным олимпийским комитетом. Кроме того, Олимпийская хартия определяет условия проведения Олимпийских игр.

Согласитесь, Международному олимпийскому комитету было бы достаточно сложно качественно регулировать деятельность по продвижению олимпийского движения в каждом уголке мира. Для этого в каждой стране функционирует свой **Национальный олимпийский комитет**.



Есть ли в нашей стране Национальный олимпийский комитет?
Когда он был создан? Знаете ли вы, где находится его
штаб-квартира? Кто является главой НОК Беларуси?



Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь был основан 22 марта 1991 года.

Возглавляет Национальный олимпийский комитет Президент. Первым Президентом Национального олимпийского комитета Республики Беларусь в 1991 году был избран Владимир Рыженков. В 1997 году эту почетную должность занял Президент Республики Беларусь Александр Лукашенко. А с 2021 года НОК Беларуси возглавляет Виктор Лукашенко.



Штаб-квартира Национального олимпийского комитета Республики Беларусь находится в Минске. Она была построена в 2013 году и считается одним из самых примечательных по архитектуре зданий столицы.

Миссия НОК заключается в развитии и защите олимпийского движения в нашей стране в соответствии с Олимпийской хартией. НОК имеет исключительное право представлять страну на Олимпийских играх и других спортивных соревнованиях. Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь тесно сотрудничает с национальными федерациями по видам спорта, помогает белорусским спортсменам готовиться и выступать на олимпийских состязаниях. Проводит спортивные и культурные мероприятия, фестивали, конкурсы и праздники для детей и взрослых.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИКОСНИСЬ» (ПСИХОГИМНАСТИКА)

Цель: снять эмоциональное напряжение, научить быстро реагировать на изменение условий.

Процедура проведения: участники в бодром темпе перемещаются по комнате. Время от времени ведущий называет какое-то свойство (качество, материал).

Примерные задания: коснуться стены, зеленого, стола, стеклянного, высокого, рыжего, Михаила, пола, черного, звездного, провокационного, неординарного, металлического, смешного, красивого, злого.

Задание: все участники как можно быстрее должны коснуться названного. Именно переключение внимания с одних свойств на другие, от конкретики к абстрактному образу позволяет эффективно «разогреть» участников и тренирует, растормаживает мыслительные процессы.

Время выполнения: 5 – 10 минут.

Международный олимпийский комитет не только поддерживает развитие спорта и олимпийского движения в мире. Он также **стремится привлечь внимание общественности к наиболее важным социальным проблемам**. Например, большое внимание МОК уделяет **гендерному равенству и устойчивому развитию**.



Как вы понимаете понятия «гендерное равенство» и «устойчивое развитие»? Что они в себя включают?

ЗАДАНИЕ «ГЕНДЕРНОЕ РАВЕНСТВО И УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ»

Для дальнейшей работы необходимо поделиться на две группы. Первая группа изучает тему гендерного равенства в спорте. Вторая – устойчивого развития в спорте. После изучения каждая группа делает презентацию по изученной теме. В своих презентациях старайтесь быть креативными, задавайте слушателям вопросы на понимание и закрепление материала. В подготовке вы можете пользоваться дополнительными источниками информации.

После выступлений обеих групп учащиеся обобщают услышанную информацию и делают выводы.

Время выполнения: 20 минут на подготовку, 10 минут на презентации.

Раздаточные материалы представлены в Приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.

ЗАДАНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЕ АРХИТЕКТОРЫ»

Неотъемлемой частью каждой Олимпийских игр является олимпийская деревня. Это не просто место, где атлеты едят, спят и отдыхают. Это культурный центр, место, объединяющее и сближающее спортсменов со всех уголков мира. Оно символизирует дружбу, поощряет мир и взаимопонимание между всеми участниками Олимпийских игр. Разделитесь на две группы (или оставайтесь в уже существующих группах). Представьте, что вы являетесь архитектором, которому поручено создать проект ЭКОЛОГИЧНОЙ олимпийской деревни. Продумайте структуры и объекты, которые вы бы там разместили. Нарисуйте или опишите ваши идеи и поделитесь с группой.

Время выполнения: 20 минут – подготовка, 10 минут – презентация.

Для участников должны быть подготовлены листы бумаги, карандаши, ручки, маркеры и т. д.

ПЕРЕРЫВ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ: 15 МИНУТ

Как и каждая организация, Международный олимпийский комитет сталкивается с проблемами, которые ему приходится решать. Зачастую эти проблемы даже противоречат основным ценностям и принципам Олимпизма.



Как вы думаете, о чем может идти речь? Перечислите возможные проблемы, с которыми сталкивается МОК.

Среди таких проблем: допинг, коррупция, отмена Олимпийских игр из-за военных действий, бойкоты, теракты на Олимпийских играх. Решение всех этих невероятно сложных проблем и ситуаций также возложено на Международный олимпийский комитет. Сегодня мы поговорим о некоторых таких случаях из истории олимпийского движения.



Вспомните, какие мировые войны обрушились на мир в XX веке. В какие годы они проходили? Как вы думаете, как эти трагические события отразились на олимпийском движении?

В 1912 году было объявлено, что хозяйкой следующих Игр Олимпиады станет Германия. Однако в тот момент никто не ожидал, что в 1916 борьба между странами произойдет не на стадионе, а на настоящем поле битвы.

В связи с разразившейся мировой войной Игры Олимпиады не проводились. Интересно то, что порядковый номер «VI» так и остался закрепленным за отмененными Играми в Берлине.

Берлин все-таки принял Олимпийские игры, но уже в 1936 году. Важно сказать, что право на проведение Игр XI Олимпиады Германия получила в 1931 году, еще до того, как к власти в стране пришел Адольф Гитлер. Долгое время проведение этих Игр оставалось под вопросом. Некоторые страны объявили о бойкоте этих соревнований по политическим причинам, среди них – Испания, Литва, Советский Союз. Таким образом, Игры 1936 года вошли в историю как одни из самых противоречивых.



Как вы считаете, правильно ли поступил МОК, решив не переносить Игры в Германии в другую страну? Почему это решение вызвало недовольство со стороны некоторых стран? Приведите критические доводы за и против переноса Игр в Берлине 1936 года с точки зрения олимпийских ценностей и принципов.

В 1940 году Япония готовилась принимать и Игры Олимпиады в Токио и Олимпийские зимние игры в Саппоро. Однако за три года до долгожданного спортивного события, Япония начала полномасштабную войну с Китаем и была вынуждена отказаться от проведения Игр.

Интересный факт – раньше Игры Олимпиады и Олимпийские зимние игры проводились в один год. И только с 1994 года они стали проводиться с интервалом в 2 года.

Тогда МОК принял решение перенести Игры XII Олимпиады из Японии в Хельсинки, а Олимпийские зимние игры в немецкий город Гармиш-Партенкирхен. Но, как мы знаем, на мир обрушилась Вторая мировая война, и этим Играм не суждено было состояться. В 1944 году были также отменены Игры XIII Олимпиады в Лондоне и Олимпийские зимние игры на итальянском курорте Кортина-д'Ампеццо.

УПРАЖНЕНИЕ «СЧЕТ ОТ 1 ДО 10»

Цель: содействовать совместной и согласованной деятельности команды, показать, что при решении командной задачи могут возникать конфликты. У каждого участника будет своя стратегия, но важно выбрать самую конструктивную.

Инструкция: Встаньте, пожалуйста, командой в один тесный круг, плечом к плечу. Просьба моя к вам будет очень простой: вам надо посчитать от 1 до 20 (в зависимости от количества участников). В каждой группе один из участников может начать счет, сказав: «Раз», затем следующий может заговорить и сказать: «Два» и т. д. Однако в этой игре действуют несколько особых правил:

В один момент времени может говорить только один человек.

Если два участника заговорили одновременно, то команда должна начать счет сначала. Вы не имеете права договариваться заранее или как-то специально организовывать вашу стратегию поведения в этой игре. Стратегии могут быть разными. Например, счет по кругу или через одного. Все это не разрешается. Вы должны действовать спонтанно. Вы готовы? Тогда становитесь плечом к плечу и начинайте!

ПРИМЕЧАНИЕ:

Когда группа выполняет это упражнение впервые, достичь вроде бы простого результата довольно трудно — для этого требуется множество попыток и достаточно много времени. Для достижения результата от участников всегда требуется самодисциплина, внимание друг к другу (особенно к невербальным проявлениям) и умение слушать других. Поэтому, досчитав до конца, команда испытывает удовлетворение и гордость. Вы можете варьировать число участников, однако более эффективно игра проходит в группах от десяти до двенадцати человек.

После нескольких неудачных попыток участники начинают раздражаться, злиться и искать виноватого, могут возникать микро-конфликты, и важно помогать участникам замечать это и искать конструктивный способ достижения цели.

Время проведения: 15 – 20 минут

Следующая проблема, о которой сегодня пойдет речь – это **бойкоты на Олимпийских играх**. Сегодня мы уже упомянули один случай олимпийского бойкота, он произошёл на Играх XI Олимпиады в Берлине-1936.



Вспомните какие страны и почему бойкотировали Игры Олимпиады в Берлине в 1936 году? Подумайте о других возможных случаях бойкота на Олимпийских играх.

Наверное, самым ярким примером олимпийского бойкота являются Игры XXII Олимпиады в Москве 1980 года и Игры XXIII Олимпиады в Лос-Анджелесе 1984 года.

Причина тому – «холодная война» между двумя мировыми державами – СССР и США. Проведение Олимпийских игр в этих странах выпало как раз на самый разгар событий «холодной войны». В общей сложности Игры в Москве бойкотировали представители 64 государств. Некоторым спортсменам из бойкотирующих стран все же удалось приехать на олимпийские состязания, но выступали они под олимпийским флагом, а не под национальными флагами своих стран. Как вы можете догадаться, команда Соединенных Штатов Америки в Москву тоже не приехала. А на церемонии закрытия Игр даже не был поднят флаг США – страны-хозяйки следующих Олимпийских игр.

В следующих Играх в Лос-Анджелесе-1984 так же сознательно отказались участвовать многие страны, но в этот раз уже со стороны социалистического блока.



Как вы считаете, правильно ли поступали страны, принимая решение о бойкоте Олимпийских игр по политическим причинам? Представьте, что вы являетесь спортсменом, которому выпал единственный в жизни шанс проявить себя на Олимпийских играх, а в последний момент ваша страна решает бойкотировать и не отправлять свою команду на Олимпийские игры. Как вы бы себя чувствовали?

БОЙКОТ

ЗАДАНИЕ «ТЕРАКТЫ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ»

Согласиться, принять единственное правильное решение в таких ситуациях очень сложно. Но порой олимпийское сообщество и Международный олимпийский комитет сталкиваются с самыми настоящими трагедиями. И Олимпийские игры, которые являются символом мира и дружбы между странами, оказываются в центре страшных событий и используются в совершенно противоположных целях. Так произошло на Играх XX Олимпиады в Мюнхене 1972 года и Играх XXVI Олимпиады в Атланте 1996 года. Разделитесь на 2 группы и прочитайте о терактах, которые произошли на этих Играх. Подготовьте небольшую презентацию и выступите перед участниками другой группы.

Время выполнения: 10 минут – подготовка, 10 минут – презентации.

Раздаточные материалы представлены в Приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.



Обсудите события Игр в Мюнхене-1972 и Игр в Атланте-1996. Какие действия, по вашему мнению, необходимо предпринять Международному олимпийскому комитету, чтобы никогда не допустить повторения этих страшных событий? Почему, по вашему мнению, МОК принимал решения не прекращать Олимпийские игры? Как бы поступили вы?

УПРАЖНЕНИЕ «ПОРОСЯЧЬИ БЕГА»

Цель: регуляция психического и эмоционального состояния, сплочение участников команды.

Инструкция: перед началом упражнения можно ввести некоторую интригу от том, что в программу Олимпийских игр добавлен новый вид спорта, стремительно завоевывающий симпатии болельщиков. И сейчас каждому из нас посчастливилось стать его непосредственным участником! Итак:

Участники сидят в кругу. Ведущий говорит о том, что нужно как можно быстрее передать «хрюк» по кругу. Сначала дайте возможность всем участникам потренироваться в хрюкании. Составьте им в этом компанию. Затем сообщите, что игра на время. «Хрюк» передается от одного участника к другому с поворотом головы. Старайтесь добиться рекорда.

Время проведения: 5 минут

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ. РЕФЛЕКСИЯ.

Процедура проведения: Все участники сидят в кругу. Каждого просят поделиться впечатлениями о прошедшем занятии и рассказать о своем настроении.

Время проведения: 10 минут.

Задание

Гендерное равенство и устойчивое развитие

Группа 1 – Гендерное равенство в спорте

Олимпийская хартия гласит: **«Занятия спортом - одно из прав человека. Каждый должен иметь возможность заниматься спортом, не подвергаясь никакой дискриминации...»**. Но так было не всегда. В Древней Греции женщины не могли принимать участие и даже присутствовать на Олимпийских играх.



А что же было в эпоху возрождения Олимпийских игр, принимали ли участие женщины в Играх I Олимпиады в Афинах 1896 года?

Пьер де Кубертен не поддерживал участие женщин в Олимпийских играх. Но не спешите его осуждать. Прежде всего, стоит напомнить, что он вдохновлялся Олимпийскими играми Древности, в которых принимали участие только мужчины. Большую роль сыграло и то, что Кубертен был человеком своего времени. Вспомним, что это был конец XIX века, когда женщине еще тяжело было представить за работой в офисе или на заводе. Женщина в те времена оставалась хранительницей очага и казалось практически невероятным увидеть ее в спортивных состязаниях. К тому же, Кубертен был воспитан в очень консервативной семье, поэтому, несмотря на зарождающиеся социальные изменения роли женщины в обществе, Кубертен оставался верен своим взглядам.

Впервые женщины приняли участие в Играх II Олимпиады в Париже 1900 года. Тогда отдельные женские соревнования прошли по гольфу и теннису, а первой олимпийской чемпионкой стала британская теннисистка **Шарлотта Купер**. Из 997 атлетов, участвовавших в этих играх женщин было всего 22. Это лишь 2 % от общего числа участников! Сейчас это кажется совсем незначительным, но на то время это был огромный прорыв.

Наше общество непрерывно развивается, и олимпийское движение вместе с ним. В XX веке роль женщины стала меняться: они стали поднимать свои голоса и постепенно становиться равноправными членами общества и выступать на равне с мужчинами. Это изменение не могло не отразиться на олимпийском движении. На Играх в Амстердаме 1928 года спортсменок было 10 %, на Играх в Монреале-1976 – 20 %, а на Играх в Атланте 1996 года – уже 34 %.

Международный олимпийский комитет неизменно стремится к достижению гендерного равенства. Это одна из приоритетных задач олимпийского движения, которая закреплена в таких документах, как Олимпийская повестка – 2020 и Олимпийская повестка – 2020+5.

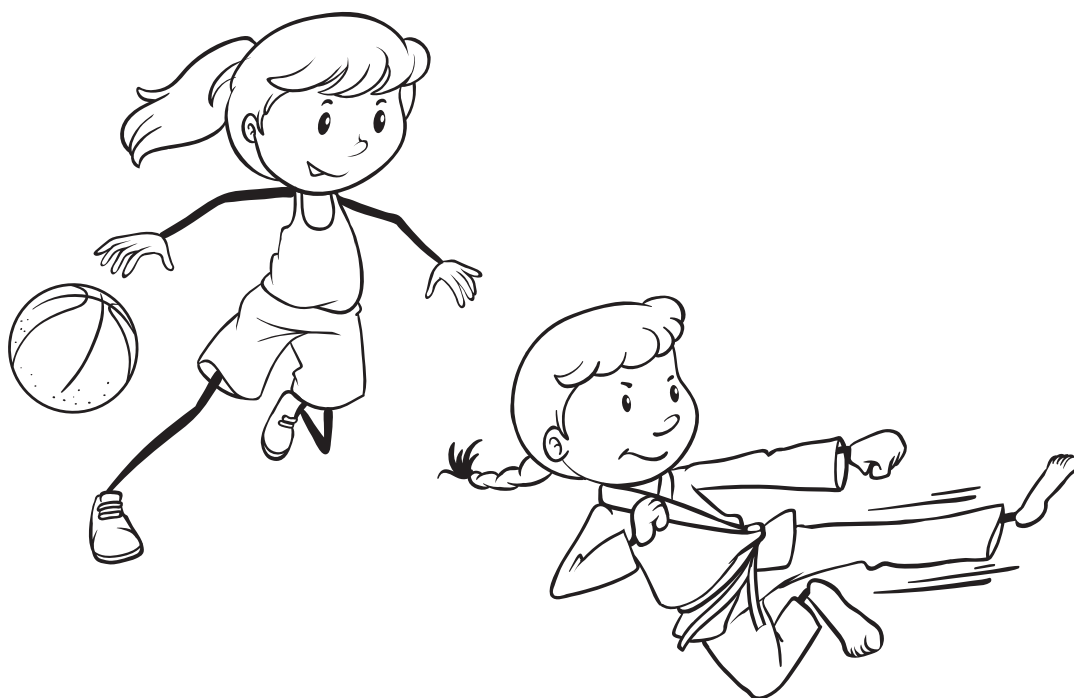
На Играх Олимпиады в Лондоне в 2012 году девушки впервые принимали участие во всех видах спорта, а процент спортсменок составил 44 %. На Играх в Токио-2020 был практически достигнут гендерный баланс – 49 % женщин и 51 % мужчин.

В последние годы появилась еще одна традиция, поддерживающая гендерное равенство на Олимпийских играх. На церемонии открытия, во время парада наций, знаменосцами национальных команд стали выступать сразу двое спортсменов – женщина и мужчина. Например, на Играх в Токио-2020 флаг нашей страны несли Анна Марусова (стрельба из лука) и Никита Цмыг (плавание), а на Олимпийских зимних играх в Пекине-2022 – Игнат Головатюк и Анна Нифонтова (оба – конькобежный спорт).



Как вы думаете, сталкиваются ли сегодня женщины с трудностями и дискриминацией в спорте? Если да – приведите примеры.

Даже сегодня мы видим, что подавляющую часть представителей исполнительных органов и руководящих постов занимают мужчины. Обществу и Международному олимпийскому комитету еще есть к чему стремиться, но, согласитесь, всего за 100 лет была проделана невероятная работа, чтобы помочь женщинам пройти путь от домохозяек до первоклассных спортсменок и влиятельных управленцев.



Группа 2 – Устойчивое развитие в спорте

Олимпийские игры – одно из самых масштабных мероприятий в мире. Только вообразите, какие последствия принесло бы бездумное строительство олимпийских объектов и пренебрежительное отношение к окружающей среде!

Именно поэтому одно из ключевых направлений деятельности Международного олимпийского комитета – обеспечение устойчивого развития. Даже в Олимпийской хартии сказано, что одна из миссий МОК: **«поощрять и поддерживать ответственный подход к проблемам охраны окружающей среды, способствовать экологически устойчивому развитию спорта и требовать, чтобы Олимпийские игры проводились в соответствии с этими принципами».**



Что такое устойчивое развитие? Как вы понимаете этот термин?

Можно сказать, что устойчивое развитие – это забота об окружающей среде. Но этот термин гораздо шире. Итак, давайте разберемся! Когда мы говорим об устойчивом развитии в олимпийском движении, мы подразумеваем:

- осознанное строительство объектов с минимальным влиянием на окружающую среду, максимальное использование уже имеющейся инфраструктуры;
- рациональное использование ресурсов. Это касается не только энергии, обеспечивающей спортивные объекты, но и, например, питания для спортсменов и даже посуды, из которой они едят;
- рациональное использование транспортных сетей – как для прибытия в страну проведения Олимпийских игр, так и для перемещения между олимпийскими объектами;
- обеспечение комфортных условий труда для рабочих и волонтеров;
- стремление благодаря проведению Олимпийских игр оставить позитивное наследие в принимающем городе.

Первыми «зелеными» играми стали олимпийские зимние игры в Лиллехаммере-1994. С тех пор и началось участие олимпийского движения в решении экологических проблем нашей планеты.



Во время Игр в Атланте-1996 в городе произошла большая реконструкция, которая помогла восстановить районы города, ранее непригодные для жизни. Кроме этого, был разбит парк 100-летия Олимпийских игр, ставший самым большим «зеленым» сооружением США за 25 лет.

В 1998 году на Играх в Нагано организаторы решили подавать все блюда в олимпийской деревне и олимпийских объектах на бумажных тарелках. Таких тарелок было 900 тысяч! Все они впоследствии стали удобрением или были переработаны.

Перед Играми в Афинах-2004 года в столице Греции было высажено 1 миллион кустов, 290 тысяч деревьев и 11 миллионов маленьких кустиков! Это невероятные цифры!

Одними из самых «зеленых» стали Игры Олимпиады в Токио-2020.

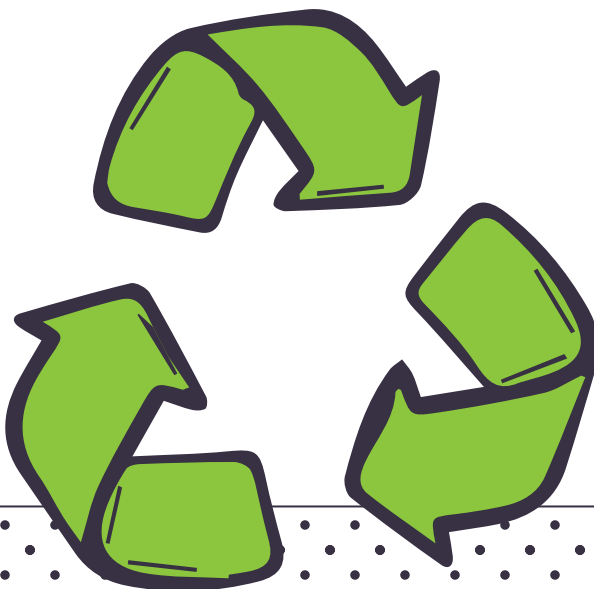


Об одном из экологических аспектов на этих Играх мы говорили вчера. Вспомните, о чем шла речь.

5 тысяч олимпийских и паралимпийских медалей были изготовлены из переработанной техники (смартфонов, ноутбуков, фотокамер). Всего во время проекта было собрано приблизительно 78,985 тонн электронных устройств!

Помимо этого, пьедесталы для награждения победителей были сделаны из переработанного пластика, а кровати, на которых спали участники Олимпийских игр, изготовили из картона! Деревню атлетов и места проведения соревнований обеспечивали электроэнергией солнечные и ветровые установки. Более того, для проведения Олимпийских игр использовали около 60 % существующих объектов, включая шесть, оставшихся после Игр Токио-1964.

Тема устойчивого развития была широко затронута и на Олимпийских зимних играх в Пекине-2022. Особо интересно, что один из кластеров, где проходили соревнования – Чжанцзякоу – смог выйти из бедственного положения благодаря организации и проведению Олимпийских игр. Место стало горнолыжным курортом, там была обновлена инфраструктура: от железнодорожных путей до улучшения водоснабжения, электроэнергии и связи.



Задание

Теракты на Олимпийских играх

Группа 1. Теракт на Играх XX Олимпиады в Мюнхене 1972 года

Игры XX Олимпиады в Мюнхене 1972 года были крайне важны для руководства Германии. Власти надеялись, что смогут перечеркнуть воспоминания о противоречивых Играх 1936 года и старались организовать все на высочайшем уровне. Но события этих Игр были навсегда омрачены страшным терактом, который унес жизни одиннадцати членов израильской команды и одного немецкого полицейского.

5 сентября в 4.30 утра восемь палестинцев из террористической организации «Черный сентябрь» проникли в олимпийскую деревню, убили двух членов израильской делегации и девятерых взяли в заложники. Переговоры немецких властей с захватчиками длились 16 часов, но все было тщетно. Тогда началась операция по освобождению людей, но спасти не удалось никого – все девять заложников были убиты. В ходе операции погиб также представитель немецкой полиции и пятеро из восьми террористов.

После страшных событий многие обвиняли организаторов Игр в Мюнхене. Дело в том, что после Второй мировой войны для Мюнхена было очень важно показать миролюбие немецкого народа, продемонстрировать его открытость и добрые намерения. В связи с этим организаторы стремились свести к минимуму присутствие агентов и полиции на олимпийских объектах. Именно из-за сложившейся обстановки террористы смогли так легко проникнуть в олимпийскую деревню.

Игры прервали на 34 часа впервые в истории. А на следующее утро на олимпийском стадионе прошла траурная церемония в память погибших израильтян. Поступали предложения о прекращении Игр, но, после тщательных размышлений, соревнования возобновились по настоянию Президента МОК Эйвери Брэндеджа, который произнес знаменитую фразу: «Игры должны продолжаться!»



Группа 2 – Теракт на Играх XXVI Олимпиады в Атланте 1996 года

В 1996 году мир отмечал столетие Олимпийских игр. Честь принимать юбилейные Игры XXVI Олимпиады выпала американскому городу Атланта.

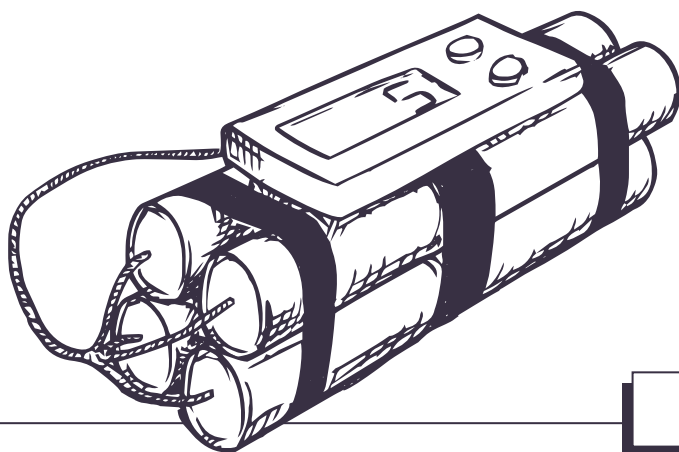
Специально к этим Играм в самом центре Атланты, неподалеку от Олимпийского стадиона был построен Парк Столетия. Каждый вечер там отдыхали сотни людей, организовывались концерты и праздники.

В ночь на 27 июля 1996 года прогремел взрыв. Такого нельзя было представить даже в страшных снах. Бомба взорвалась прямо в олимпийском парке, среди множества людей.

Массовой гибели людей удалось избежать лишь благодаря охраннику Ричарду Джуэллу, который обнаружил рюкзак с тремя трубчатыми бомбами под скамейкой парка. Джуэлл немедленно оповестил об этом полицию и охрану парка. В это же время в службу 911 поступил анонимный звонок о заложенной бомбе в парке. В самый разгар эвакуации бомба взорвалась. Взрыв стал причиной смерти двоих человек, еще более 100 человек были ранены.

Сначала СМИ провозгласили Ричарда Джуэлла героем за обнаружение бомбы и помощь в эвакуации, а через несколько дней он стал главным подозреваемым. Официальные обвинения ему так и не были предъявлены, но долгое время он подвергался травле в СМИ.

Найти настоящего преступника удалось лишь через семь лет, и то после того, как он совершил еще несколько похожих терактов. Им оказался Эрик Роберт Рудольф. Именно он сделал анонимный звонок о заложенной бомбе за несколько минут до взрыва, когда ни в чем не виновный Джуэлл помогал эвакуировать людей. Эрик Роберт Рудольф был осужден пожизненно без права на досрочное освобождение. А Ричард Джуэлл был полностью реабилитирован и получил заслуженную благодарность за спасение множества жизней на Олимпийских играх.





ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ БЕЛАРУСИ

*«Все, что ты делаешь в жизни, нужно делать
с любовью»*

Дарья Домрачева

ПРИВЕТСТВИЕ:

Добрый день, олимпийские амбассадоры! Сегодня у нас с вами завершающая встреча, но это совсем не повод грустить, так как сегодня нас ждет много интересного. Как обычно, для начала разомнемся и настроимся на работу.

УПРАЖНЕНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЙ ПОДАРОК»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: Сегодня, приветствуя друг друга, мы будем дарить подарки. Начиная с ведущего, каждый по очереди средствами пантомимы изображает какой-то предмет и передает его своему соседу справа (книга, мяч, гиря, и т. п.). Принимающий должен отгадать, что ему подарили, и поблагодарить.

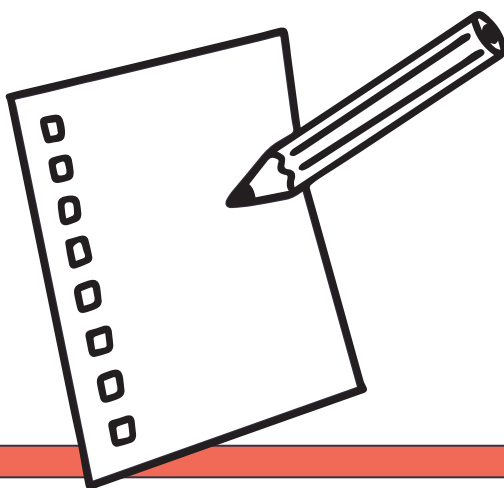
Время выполнения: 10 минут.

«БЛИЦ-ОПРОС ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ»

Ведущий задает вопросы по теме предыдущего занятия, это своеобразный «мостик» между занятиями и включение участников в интеллектуальную деятельность.

Ведущий зачитывает вопрос для всех и дожидается ответа, при необходимости может задавать наводящие вопросы или подсказывать.

1. В каком году был создан Международный олимпийский комитет? (в 1894 году).
2. Как называется документ, регулирующий деятельность олимпийского движения? (Олимпийская хартия).
3. В каком году был создан Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь? (в 1991 году).
4. Когда девушки впервые приняли участие в Олимпийских играх? (в 1900 году на Играх II Олимпиады в Париже).
5. Какие аспекты входят в понятие «устойчивое развитие» в контексте олимпийского движения? (осознанное строительство олимпийских объектов, рациональное использование ресурсов и транспортных сетей, обеспечение хороших условий труда, стремление оставить позитивное наследие).



За время нашего путешествия мы узнали очень многое об олимпийском движении, а теперь пришло время познакомиться с белорусской олимпийской историей и узнать о белорусских чемпионах и призерах, которые творили историю и прославляли нашу страну на международной арене.



Каких белорусских олимпийских чемпионов и призеров вы знаете?

История белорусского спорта на Олимпийских играх начинается с первых шагов современного олимпийского движения. Первым олимпийцем – уроженцем Беларуси является Кáроль Руммель. Давайте познакомимся с его историей.

Участники самостоятельно читают историю Кáроля Руммеля. После прочтения участники отвечают на вопросы, высказывают свою точку зрения. Ведущему необходимо стимулировать обсуждение.

Время выполнения: 5 минут – чтение, 5 минут – обсуждение.

Раздаточные материалы представлены в Приложении в конце занятия, а также размещены для скачивания на сайте Белорусской олимпийской академии.



Произвела ли на вас впечатление история Кáроля? О каких качествах характера говорит его поступок? Какие олимпийские ценности он отражает?



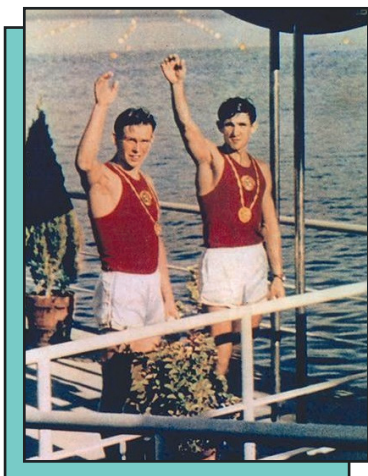
Как вы думаете, почему Кáроль Руммель выступал сначала в составе команды Российской Империи, а затем в составе команды Польши?

Я уверен(а), что вы все хорошо знакомы с историей Беларуси и знаете, что она обрела независимость лишь в 1991 году. А до этого времени наша территория входила в состав разных государств. Так, Кáроль Руммель в 1912 году выступал в составе команды Российской Империи, а в 1928 – в составе команды Польши именно потому, что часть территории нашей страны в то время входила в состав этих государств.

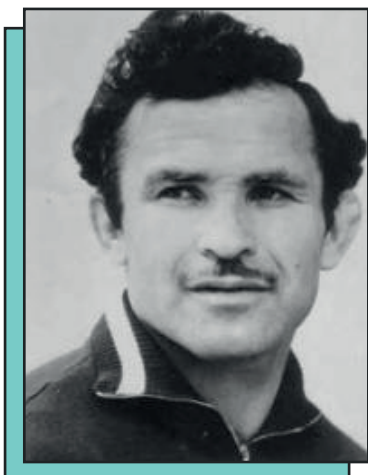
С 1922 по 1991 год Беларусь была в составе Союза Советских Социалистических Республик (СССР) и, соответственно, белорусские спортсмены выступали в составе олимпийской сборной Советского Союза. Впервые **сборная СССР** приняла участие в Играх XV Олимпиады в Хельсинки в 1952 году. Именно с этого года история олимпийского движения в Беларуси стала стремительно развиваться. Появилось много олимпийских героев, которые прославили нашу страну на весь мир.



Знаете ли вы, имена первых белорусских олимпийских чемпионов?



Мир до сих пор не может решить, кто же из белорусских спортсменов стал первым олимпийским чемпионом. А все дело в том, что две золотые медали на Играх XVII Олимпиады в Риме 1960 года были завоеваны практически одновременно. Одну из них завоевали **Сергей Макаренко и Леонид Гейштор** в гребле на каноэ. В это же время победителем стал **Олег Караваев** в греко-римской борьбе.



В 1991 году огромная держава СССР перестала существовать, а на карте мира появилось 15 независимых государств, в том числе и Республика Беларусь. Но на Играх Олимпиады 1992 года в Барселоне спортсмены всех стран, ранее входивших в СССР, снова выступали вместе **в составе Объединенной команды**. Частью этой команды были и белорусские спортсмены.



Как вы думаете, почему спортсмены не могли выступать самостоятельно, представляя каждый свою страну?

Потому что для этого в стране должен функционировать свой Национальный олимпийский комитет. Ведь, как вы помните, именно НОК имеет исключительное право представлять страну на Олимпийских играх. На тот момент НОК Беларуси уже был создан, но лишь в 1993 году он стал полноправным членом мировой олимпийской семьи и получил право отправлять на Олимпийские игры свою национальную команду.



Поэтому впервые национальная олимпийская команда Республики Беларуси выступала в качестве самостоятельной команды на Олимпийских зимних играх в Лиллехаммере (Норвегия) в 1994 году. А первая золотая олимпийская медаль в истории независимой Беларуси была завоевана через 2 года, на Играх XXVI Олимпиады в Атланте 1996 года. Принадлежит эта заслуга Екатерине Карстен! Именно она завоевала первое белорусское олимпийское «золото» в гребле академической.

На протяжении всех этих лет множество выдающихся белорусских спортсменов прославляли нашу страну на мировой спортивной арене. Многие из них оставили яркий след не только в истории белорусского спорта, но и во всем мире. Своими достижениями и поступками они вдохновляли и продолжают вдохновлять тысячи людей. Одним из таких спортсменов является Александр Медведь.

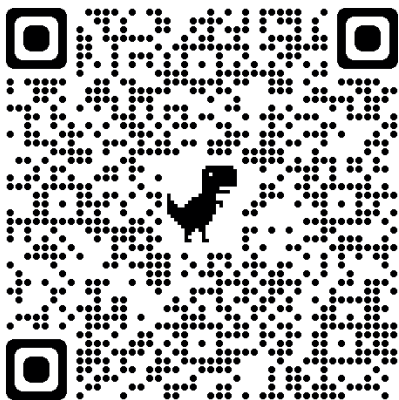


Александр Медведь – человек-легенда, пример для каждого спортсмена и настоящая гордость нашей страны. Он – трехкратный олимпийский чемпион, обладатель звания лучшего борца вольного стиля XX века, кавалер Серебряного ордена МОК. Всех его достижений не перечесть.

Сейчас мы все вместе посмотрим фильм из цикла «Правила жизни», подготовленного Национальным олимпийским комитетом Республики Беларусь. Мы познакомимся с историей и достижениями Александра Медведя и из первых уст узнаем о правилах жизни, которые помогли ему добиться успеха.

ЗАДАНИЕ «ПРАВИЛА ЖИЗНИ АЛЕКСАНДРА МЕДВЕДЯ»

Совместный просмотр фильма «Правила жизни Александра Медведя». После просмотра ведущий задает вопросы учащимся, стимулирует дискуссию.



Время выполнения: просмотр фильма – 13 минут, обсуждение и ответы на вопросы – 5 минут.

Фильм можно посмотреть по ссылке через QR-код либо скачать на сайте Белорусской олимпийской академии в папке «Раздаточные материалы» проекта «Олимпийские амбассадоры».



Какие факты из биографии Александра Медведя вас впечатлили больше всего? Что больше всего запомнилось?



Еще раз внимательно посмотрите на правила жизни Александра Медведя. Что можно сказать о жизненных ценностях этого великого человека? Выделите для себя три наиболее важных правила, которым вы бы хотели следовать всю жизнь.

ПРАВИЛО 1
«Никого не бояться»
•
ПРАВИЛО 2
«Следовать зову сердца»
•
ПРАВИЛО 3
«Чтобы выиграть,
нужно отдаваться полностью»

ПРАВИЛО 4
«Найти свое призвание в жизни»
•
ПРАВИЛО 5
«Надо все время совершенствоваться,
все время искать»
•
ПРАВИЛО 6
«Не уступать никому»
•
ПРАВИЛО 7
«Оставить хороший след в жизни»

ПРАВИЛО 8
«Семья – самое ценное в жизни»
•
ПРАВИЛО 9
«Надо в жизни
идти вперед и бороться»
•
ПРАВИЛО 10
«Вся жизнь – борьба»

УПРАЖНЕНИЕ «МОЛЕКУЛЫ» (ПСИХОГИМНАСТИКА)

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: представим себе, что все мы атомы. Атомы выглядят так (показать). Атомы постоянно двигаются и объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное, оно определяется тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться, и я буду говорить, например, три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по три атома в каждой. Начали движение!

Время выполнения: 5 минут.

Ну, а мы продолжаем. Чтобы узнать истории всех выдающихся белорусских спортсменов, нам не хватит и недели. Поэтому сейчас я предлагаю нам разделиться на группы и представить себя журналистами, которые готовят фильм об одном из талантливых белорусских спортсменов.

ЗАДАНИЕ «ИСТОРИИ УСПЕХА БЕЛОРУССКИХ СПОРТСМЕНОВ»

Участники разбиваются на группы по 3 – 4 человека. Ведущий заранее подготавливает карточки с именами белорусских спортсменов, вырезает их и кладет лицевой стороной вниз. Каждая группа вытягивает одну карточку и готовит презентацию о жизни и спортивных достижениях этого спортсмена (-ки). Для подготовки можно использовать любые источники информации (сеть Интернет). Во время презентаций надо предоставить информацию как можно интересней и креативней, можно использовать фото и видео, задавать вопросы и проводить мини-викторину с остальными участниками. Презентация каждой группы не должна превышать 7 – 8 минут.

Для карточек можно использовать следующих белорусских спортсменов:

Ольга Корбут, Елена Белова, Виталий Щербо, Екатерина Карстен, Юлия Нестеренко, Дарья Домрачева, Антон Кушнир, Анна Гуськова.

*По желанию ведущего можно выбрать белорусских спортсменов – представителей регионов и областей вашего учреждения образования.

Время выполнения: 20 минут на подготовку, 30 минут на презентации.

Молодцы! Я надеюсь, что эти истории вдохновят вас на достижение своих целей не только в спорте, но и в жизни. И какой путь вы бы для себя не выбрали в дальнейшей карьере, вы всегда будете помнить, что упорная, но честная борьба, стремление к совершенству, уважение ваших коллег и соперников – это те ценности, которые лежат в основе достижения успеха.

ЗАДАНИЕ «ОЛИМПИЙСКИЙ ПРОЕКТ»

Вот мы и подошли к заключительной части нашего олимпийского путешествия. За эти пять дней мы узнали очень многое об олимпийском движении. Теперь каждый из вас точно знает, что за словами «Олимпийские игры» стоит гораздо больше, чем просто спортивные состязания. Это целый мир, философия и образ жизни. Я предлагаю нам приступить к последнему заданию. Разбейтесь на 3 группы. Ваша задача – разработать идею вашего уникального олимпийского проекта. При разработке проекта опирайтесь на следующие характеристики:

- Название проекта.
- Цель проекта.
- Целевая аудитория (возраст).
- Масштаб проекта (на уровне школы, региона, страны, мира).
- Длительность проекта.
- Описание проекта и основная идея.

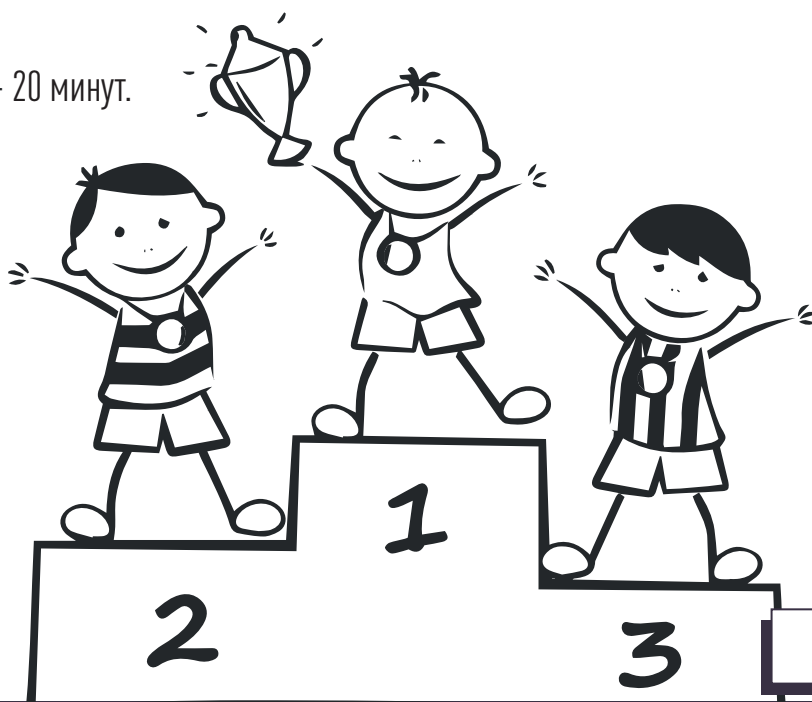
Подготовьте презентацию вашего проекта (5 – 7 минут).

Время выполнения: 25 минут на подготовку, 20 минут на презентации.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ. РЕФЛЕКСИЯ

Процедура проведения: каждый участник должен поделиться своими впечатлениями о прошедшем тренинге. Что для него было самым интересным, что нового он узнал про олимпийское движение, что его впечатлило больше всего, какие задания ему показались самыми интересными.

Время проведения: 15 – 20 минут.



УПРАЖНЕНИЕ «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ОЛИМПИЙСКИЙ АМБАССАДОР»

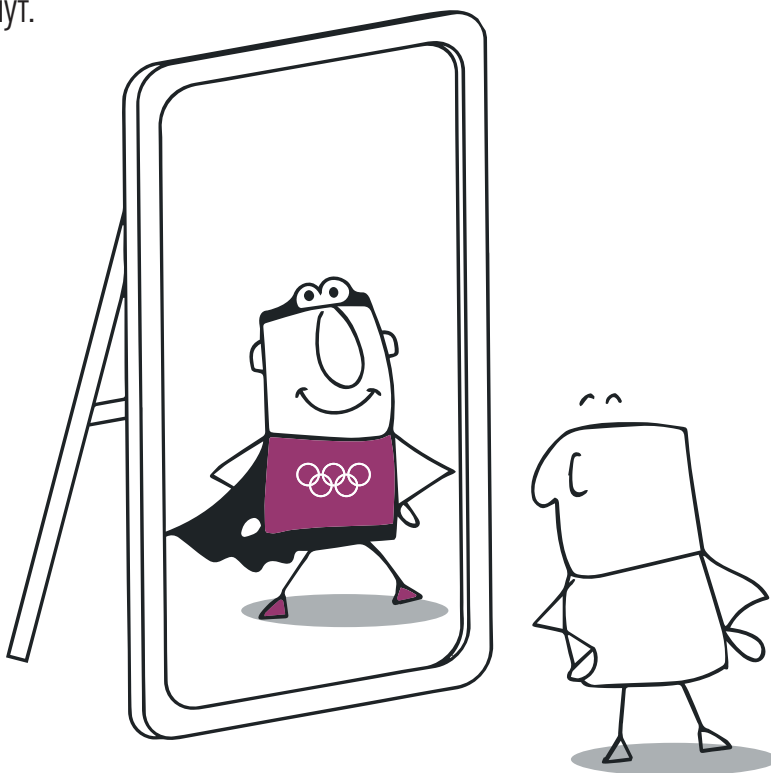
Материалы: Ведущему заранее нужно подготовить коробку и на дно этой коробки приклеить или положить зеркало. Если коробка большая, то ведущий ставит ее на стул и не открывает до того, как озвучит инструкцию. Если коробка маленькая, то держит ее в руках закрытой.

Инструкция: Во время нашего тренинга я наблюдал(-а) за вами, за тем, как вы старались выполнять задания, как узнавали что-то новое и впитывали новые знания, как старались проявить свои самые лучшие качества. Все эти 5 занятий я пытался(лась) определить, кто из вас самый лучший Олимпийский амбассадор. И я нашел(ла) ответ. Изображение этого человека я поместил(а) в эту коробку, вы его точно знаете. Сейчас каждый из вас может увидеть этого человека. Но есть одно важное правило: когда вы увидите изображение этого человека, важно сохранять молчание и никому не говорить, кто там. Посмотрели и молча сели на свое место. Нельзя обсуждать до того, пока все с ним не познакомятся. Начинаем!

Каждый участник подходит к коробке, заглядывает внутрь и видит свое отражение.

Я видел(-а) старания каждого из вас, поэтому каждый из вас – **ЛУЧШИЙ** Олимпийский амбассадор! Я надеюсь, что наши встречи помогли вам не только познакомиться с олимпийским движением, но и найти новых друзей, открыть в себе творческие способности и, может быть, даже лучше узнать себя. Надеюсь, что философия Олимпизма найдет отклик в ваших сердцах, истории спортсменов вдохновят вас на новые свершения, а олимпийские ценности «Совершенство, дружба, уважение» станут вашими жизненными ценностями и помогут вам в достижении самых заветных целей.

Время проведения: 10 минут.



Кáроль Руммель

Кáроль Руммель родился в Гродно и выступал на Играх V Олимпиады в Стокгольме в составе Российской Империи. Кáроль – представитель конного спорта, участвовал в соревнованиях по конкуру (преодоление препятствий) и находился в числе лидеров. На последнем барьере его конь зацепил препятствие и упал, подмяв под себя наездника. Кароль из последних сил продолжил прохождение препятствий и финишировал 15-м. Закончив дистанцию, он потерял сознание и был доставлен в госпиталь, где у него обнаружили перелом пяти ребер.

За силу духа и мужество король Швеции Густав V, который наблюдал за этими событиями, приказал изготовить для Кáроля еще одну аналогичную золотую олимпийскую медаль и лично вручил ее герою в больничной палате. Впоследствии Кáроль завоевал бронзовую олимпийскую медаль по конному спорту на Играх IX Олимпиады в Амстердаме 1928 года. Тогда он выступал уже в составе польской команды, которая успешно выступила в соревнованиях по троеборью.





ЛИТЕРАТУРА

Белорусская олимпийская академия [Электронный ресурс]. – www.olympicacademy.by

Белорусская олимпийская академия. Электронный учебно-методический комплекс «Основы олимпийских знаний» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: olympic-academy.by/основы-олимпийских-знаний

Международная олимпийская академия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.ioa.org.gr

Международный олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.olympic.org

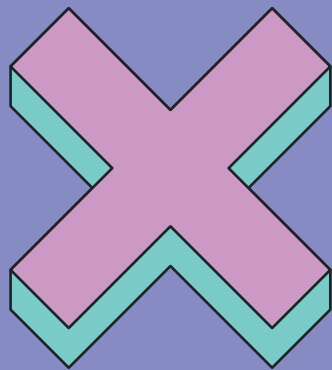
Международный олимпийский комитет. Олимпийская хартия [Электронный ресурс] : (в действии с 9 окт. 2019 г.) : пер. с англ. / Нац. олимп. ком. Респ. Беларусь. – Режим доступа: www.noc.by/olympic-movement/charter/.

Международный олимпийский комитет. Программа обучения олимпийским ценностям 2.0. Сборник учебных заданий. – Лозанна, 2016. – 58 с.

Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – www.noc.by

Преподавание олимпийских ценностей : пособие по организации олимпийского образования / Нац. олимп. ком. Респ. Беларусь, Белорус. олимп. акад., Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; [авт.-сост.: И.И. Гуслистова, В.Ю. Аблам, Н.В. Апончук.]. – Минск: БОА, 2015. – 33 с.

International Olympic Committee. Olympic Values Education Programme. The Fundamentals of Olympic Values Education. – Lausanne, 2017. – 122p.



БЕЛАРУСКАЯ
АЛІМПІЙСКАЯ
АКАДЭМІЯ



ТРЕНИНГ «ОЛИМПИЙСКИЕ АМБАССАДОРЫ»

Авторы-составители:

Е.В. Гарусова

Д.А. Мельхер

Н.В. Апончук

Художественное оформление и верстка:

В.В. Дёмин

Корректор:

Н.С. Геращенко

Общественная организация
«Белорусская олимпийская академия»
220020, Республика Беларусь,
г. Минск, ул. Радужная 27/2

byolympicacademy@gmail.com
www.olympic-academy.by