



OLYMPIJSKÝ DEŇ

NÁVOD NA AKTIVITY



PRÍHOVOR

Olympijský deň - Náš deň

Bolo to 23. júna 1894 na parížskej Sorbonne, keď sa účastníci športového kongresu rozhodli prijať návrhy baróna Pierra de Coubertin a zriadiť Medzinárodný olympijský výbor, aj obnoviť v novoveku tradíciu antických olympijských hier. Tento deň sa neskôr stal oficiálnym sviatkom medzinárodného olympijského hnutia a každoročne sa pripomína na celom svete ako Olympijský deň.



z OD stalo nezaujímavé a nikým nechcené „kliše“. Šport v ňom však nemôže chýbať. Predstavuje východisko pre všetko ďalšie, o čo sa v olympijskom hnutí snažíme. A ak šport, tak potom predovšetkým beh, ktorý je u nás čoraz populárnejší a rozšírenejší. Možno po skúsenostiach s úspechom slovenskej olympijskej štafety by stálo za to organizovať aj rôzne štafetové behy. Štafety beh obohacujú o tímovú spoluprácu a dávajú mu aj emocionálny náboj.

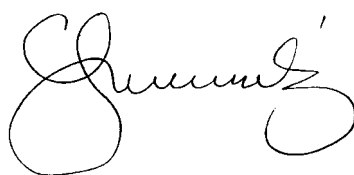
Slovenský olympijský výbor už od svojho vzniku, t.j. od roku 1993 každoročne v tento deň, resp. počas týždňa v tretej dekáde júna, organizuje rôzne aktivity - predovšetkým Beh Olympijského dňa (BOD). Beh preto, lebo je to základným prejav aktívneho ľudského pohybu. Je jednoduchý a dá sa organizovať všade a takmer pre všetkých.

Významnými organizátormi BOD i ďalších aktivít v rámci osláv Olympijského dňa sa postupne stali naše regionálne olympijské kluby. Ich spolupráca so školami a pôsobenie predovšetkým medzi deťmi a mládežou každoročne dostáva v tento deň do pohybu tisícky detí, juniorov i seniorov. Vďaka Vám za to, priatelia!

Slovenský olympijský výbor rešpektuje rôznosť podmienok jednotlivých obcí a regiónov, ako aj diferencovaný záujem skupín účastníkov. Preto uprednostňujeme rôznorodý program osláv Olympijského dňa. Neboli by sme radi, ak by sa

Olympizmus však nie je len šport, preto v programe Olympijského dňa by v akejkoľvek podobe mali zaznieť aj olympijské hodnoty a princípy. Šport je vysoko pozitívna a účinná spoločenská aktivita, ktorá pomáha človeku rozvíjať smerom k dokonalosti. Musí však byť predchnutý duchom fair play, solidaritou, rešpektom, priateľstvom a prepojený s výchovou, kultúrou i ochranou životného prostredia. Inak sa môže stať len bezduchou, formálnou alebo komerčnou aktivitou, a to nechceme.

Návod na aktivity, ktorý Vám, vážení priatelia, posielame, prijmite skutočne len ako návod. Je na Vás, čo z tohto návodu využijete a aký Olympijský deň zorganizujete. Žiadame Vás len, aby ste nestratili zo zreteľa, že je to deň nás všetkých, ktorým sa páčia olympijské hodnoty, šport. A boli by sme radi, ak sa nám o tom podarí presvedčiť čo najviac občanov Slovenska.



František Chmelár

prezident Slovenského olympijského výboru

AKTIVITA NA ZNAČKY

Na značky...

Začiatok (šprintových) pretekov v starovekých a moderných olympijských hrách

Trvanie: 30 minút

Cieľová skupina: vek 12 a vyššie

Vybavenie

- Obrázky zo štartu šprintu v súčasnosti a v starovekom Grécku (rekonštrukcia)
- Informačný list o pretekoch v starovekom Grécku
- Ak môžete, získajte niekoľko štartovacích blokov (voliteľné)

Vedúci aktivity: 1 alebo 2

Opis

Aké sú podobnosti a rozdiely v štartovacej pozícii bežca na starovekých olympijských hrách a v súčasnosti? Môžete skopírovať pozície športovcov?

Príprava (vedúci aktivity)

- Vytlačte alebo skopírujte priložené obrázky.
- Ak chcete vedieť viac o starovekých olympijských hrách, prečítajte si text publikácie „Aké boli antické olympijské hry“ (na stiahnutie tu: <http://www.olympic.sk/userfiles/files/Publikacie/ak-boli-antick-olympijsk-hry-60053.pdf>)

Inštrukcie

- Spýtajte sa skupiny, či a prečo je štartovacia pozícia na 200 m (pozícia, reakčný čas) dôležitá (otvorená diskusia).
- Rýchlo predstavte olympijské hry v antike (pozri informačný list) a vysvetlite, že medzi rôznymi súťažami toho času boli aj preteky v šprinte (vrátane šprintu na 192 m – ekvivalentné dĺžke štadióna).
- Spýtajte sa účastníkov, či si myslia, že pozície športovcov na štarte pretekov boli v tom čase podobné ako v súčasnosti (diskusia). Ukážte obrázky a identifikujte podobnosti a rozdiely.
- Požiadajte účastníkov, aby napodobnili tieto pozície (antika a súčasnosť). Kto je najlepší imitátor v skupine?
- Zorganizujte skutočné preteky s týmito dvoma štartovacími pozíciami (s alebo bez štartovacích blokov pre moderné preteky), takže si deti môžu priamo „otestovať“ rôzne pozície.

AKTIVITA NA ZNAČKY

Príloha: informačný list

Preteky v šprinte na starovekých olympijských hrách

- Tak ako v súčasnosti, staroveké olympijské hry zahŕňali viacero športových odvetví, ako sú preteky v behu na dlhé vzdialenosti, preteky v brnení a pentatlon (päťboj), ktorý pozostával z behu na 1 štadión, skoku do diaľky, hodu diskom a oštepom a zápasenia.
- Všetky preteky sa konali na olympijskom štadióne.
- Existovalo tiež niekoľko typov pretekov:
 - Stadium alebo štadión bol beh na jednu dĺžku štadióna, zhruba 192 m.
 - Dvojité beh diaulos dve dĺžky alebo dvakrát štadión.
 - Dolichos bol dlhý beh (od 7 do 24 kôl).
 - Preteky v brnení (v Olympii to bol hoplítodromos), kde mali športovci oblečenú helmu a holennú časť brnenia a niesli štít.



- Súperi zaujali svoje miesto na štartovacej čiare vyznačenej bielymi vápencovými dlaždicami
- Ich pozícia bola pozícia v stoji, nohy spolu, kolená jemne ohnuté a ruky vystreté dopredu.
- Bariéra sa znížila, čo bolo signálom pre štart. Preteky sa bežali po rovnej čiare.
- Pri dlhších behoch bežali bežci na každom konci štadióna okolo značky alebo žrde.
- Športovci vždy trénovali a súťažili nahí – v skutočnosti museli odrážať ideál harmonickej rovnováhy medzi telom a duchom.

Štartovacia pozícia na pretekoch v antike (rekonštrukcia)

AKTIVITA NA ZNAČKY

Šprint na moderných olympijských hrách

- Moderná atletika pozostáva z množstva pretekov, skokov, hodov, chôdzí a kombinovaných podujatí.
- Atletika bola na programe olympijských hier na I olympiáde v Aténach v roku 1896 a odvtedy bola na programe vždy.
- Beh na krátke a stredne dlhé trate (až do 10000m) sa konal na štadióne.
- Pri štarte behu na 100 m, 200 m a 400 m je športovec v prikrčenej pozícii. Odtlačí sa od štartovacieho bloku, kúska nastaviteľného zariadenia pozostávajúceho z dvoch blokov pre nohy.



Moderné olympijské hry – štartovacia pozícia na pretekoch (šprint).
Carline Muir (Kanada), Peking 2008 Olympijské hry, atletika, ženy na 400 m

AKTIVITA VYROBTE SI OLYMPIJSKÝ OLIVOVÝ VENIEC

Umelecký remeselný workshop:

Urobte olympijský olivový veniec

Trvanie: 30 minút

Cieľová skupina: deti vo veku 6 – 12 rokov

Materiál:

- Olivové listy (ak je to možné; ak nie, hrubý zelený papier)
- Špagát
- Lepidlo
- Nožnice pre deti a dospelých
- Farbičky, fixky, permanentné fixky
- Papierová fólia (červená a zlatá), farebné ženilkové drôty
- Hotový veniec na ukážku
- Referenčné materiály o víťazoch na starovekých olympijských hrách.

Moderátori: 2 – 3

Prehľad

Účastníci vyrobia olivový veniec. Tento workshop je podnetom na diskusiu o tom, ako boli oslavovaní víťazi starovekých olympijských hier v Grécku (Olympia): boli korunovaní olivovým vencom (v gréčtine „kotinos“).

Inštrukcie

Pred workshopom

- Zoznámte sa so starovekými olympijskými hrami a so spôsobom, ako boli oslavovaní víťazi (pozri priložený list aktivity Odmeny víťazov).

Na workshope

- Predstavte staroveké olympijské hry a vysvetlite, že víťazi podujatí vyhrali olivový veniec (nie zlaté – strieborné – bronzové medaily ako v súčasnosti: len ten športovec, ktorý prišiel ako prvý, vyhral cenu).
- Ukážte príklad ručne vyrobeného olivového venca.
- Vysvetlite postup:
 1. Vezmite si zopár olivových listov (alebo ich vystrihnite zo zeleného papiera).
 2. Do každého listu urobte dierku a pretiahnite cez ňu špagát.
 3. Ak chcete, aby veniec vyzeral „dobovejšie“, vyzdobte ho fóliou alebo ženilkovými drôtmami.
 4. Nasadte si korunu... a odfotte sa!



Mladá účastníčka na olympijskom dni s olivovým vencom na hlave

AKTIVITA ODMENY PRE VÍŤAZOV

Odmeny pre víťazov

Koruny, stuhy a palmové listy

V moderných olympijských hrách sú odmeňovaní športovci, ktorí skončili na prvom, druhom a treťom mieste zlatou, striebornou a bronzovou medailou v tomto poradí. Na panhelénskych hrách bol len jeden víťaz, ktorého cenou bol veniec alebo koruna z listov.

Na každom z týchto miest sa koruny vyrábajú z rozdielnych typov listov.

Tak ako korunu, víťaz dostal aj stuhu z červenej vlny, zvanú taenia. Známa socha sochára Polykleita (datovaná do druhej polovice 5. Storočia p. Kr.) ukazuje víťaza s previazanou stuhou okolo hlavy. Socha sa nazýva Diadumenos a pri vstupe do Olympijského múzea v Lausanne existuje jej bronzová kópia.

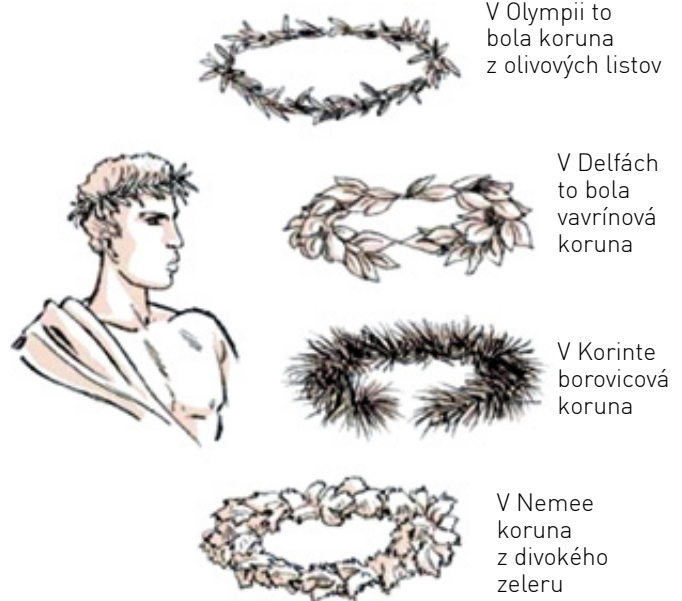
Napokon mal víťaz často palmový list, ďalší symbol víťazstva.

Niké, posol bohov

Starovekí Gréci si mysleli, že sú to bohovia, ktorí udeľujú športovcovi víťazstvo. Víťazstvo sa často predstavovalo vo forme okrídlenej ženskej postavy, známej ako Niké, čo znamená v gréčtine „víťazná“. Ako služobníčka alebo posol bohov Niké priletela k vyvolenej osobe, aby jej priniesla božskú odmenu vo forme venca alebo stuhy.

Sláva

Āj keď víťazi nedostávali žiadnu finančnú odmenu, olympijskí šampióni sa stali dôležitými postavami vo svojom meste, kde často prijali politickú úlohu. Sláva víťazného športovca priniesla odlesk slávy všetkým obyvateľom mesta, z ktorého pochádzal. Keď sa vrátil z olympijských hier, vítali ho ako hrdinu a do konca svojho života si užíval nespočetné výsady. Aby víťaz ukázal, že sa stal slávny, mal právo postaviť vlastnú sochu. Mohol tiež požiadať básnika, aby napísal verše ospevujúce jeho triumfy. Keďže boli na neho



jeho spoluobčania hrdí, niekedy vyrábali mince s jeho podobizňou, aby sa o ňom vedelo v celom gréckom svete. Aby víťaz ukázal, že sa stal slávny, mal právo postaviť sochu seba. Mohol tiež požiadať básnika, aby napísal verše ospevujúce jeho triumfy. Keďže boli na neho jeho spoluobčania hrdí, niekedy vyrábali mince s jeho podobizňou, aby sa o ňom vedelo v celom gréckom svete.

Ceny v miestnych súťažiach

Ceny udeľované v miestnych súťažiach mali veľkú materiálnu hodnotu. Víťazovi sa často dávali amfory naplnené olivovým olejom. V tom období bol olivový olej extrémne vzácný a drahý. Iné poklady, ako sú bronzové trojnožky (veľké vázy s troma nohami), bronzové štíty alebo strieborné šálky sa tiež dávali ako ceny. Napriek tomuto rozdielu zostala prestíž panhelénskych hier neprekonaná. Skromná koruna z listov bola najväčšia možná odmena v gréckom svete, nakoľko jej držiteľovi zaručovala úctu a rešpekt od všetkých

AKTIVITA OLYMPIJSKÉ MEDAILY

Umelecký remeselnícky workshop:

Olympijské medaily

Trvanie: 30 minút

Cieľová skupina: deti vo veku 6 – 12 rokov

Materiál:

- Papier a kartón
- Papierová fólia (červená a zlatá)
- Lepidlo
- Nožnice pre deti a dospelých
- Farbičky, permanentné fixky
- Zošívачka a dierovač
- Šnúrky
- Šablóny na: medailu; krídla; plameň; baterka; vavrínový veniec
- Príklad olympijských kruhov (urobí sa kópia)
- Hotová medaila na ukážku
- Referenčné materiály o olympijských medailách.

Moderátori: 2 – 3

Prehľad

Účastníci vyrobia duplikát olympijskej medaily podľa svojho výberu. Tento workshop umožňuje hovoriť o olympijských medailách a ich symbolike.

Inštrukcie

Pred workshopom

- Oboznámte sa s olympijskými medailami a s ich špecifikami (pozri str. 24 a 25 v publikácii Olympijské symboly, ceremoniály, hodnoty a princípy (<http://www.olympic.sk/userfiles/files/Publikacie/olympijske-symboly-ceremonialy--hodnoty-a-principy-62485.pdf>) a nájdite fotografie olympijských medailí v knihách alebo na internete.
- Pripravte si šablóny.

Na workshope

- Predstavte olympijské medaily: čo sú medaily na zimných a letných olympijských hrách, atď. a ako vyzerajú (ukážte obrázky rôznych medailí).
- Ukážte príklad ručne vyrobenej medaily.
- Vysvetlite postup:
 1. Na kartón nakreslite dva kruhy a vystrihnite ich.
 2. Zlepte ich dohromady a prikryte ich, ak si želáte, fóliovým papierom.
 3. Medailu ozdobte (reproduktujte existujúci model alebo vytvorte nový).
 4. Urobte dierku a medailu zaveste na šnúrku.
- Po tom, čo každý dokončí medailu, môžete simulovať ceremóniu odovzdávania medailí alebo odfoťiť deti s medailami na krku a s tematikou olympijských hier na pozadí. Možno vy alebo vaši účastníci budete mať iné nápady!

AKTIVITA KOLEKTÍVNE HRY

Kolektívne hry

Kolektívne hry umožňujú účastníkom rozvíjať tímovú prácu, kreatívne myslenie, riešenie problémov a vzájomnú podporu.

Hra 1: Ľudský uzol

Trvanie: 10 – 15 minút

Cieľová skupina: deti vo veku 8 – 9 rokov

Materiál: žiadny

Moderátor: 1

Prehľad

Stojac v kruhu, členovia skupín natiahnu a podajú si ruky, pričom sa každou rukou dotknú inej osoby. Skupina sa potom pokúsi rozmotáť tento „ľudský uzol“ tak, že vyvlečie svoje telá bez toho, aby si ruky navzájom pustili. Majte na pamäti, že táto aktivita si vyžaduje fyzickú blízkosť.

Táto aktivita je dobrá na uvoľnenie atmosféry na začiatku. Umožňuje účastníkom, aby sa navzájom spoznali a spolupracovali a (v prípade starších účastníkov) môže tiež pomôcť zamerať sa na skupinové pochopenie komunikácie, vodcovstvo, riešenie problémov, tímovú prácu, dôveru, vytrvalosť, atď.

Inštrukcie

Hra

- Ideálna veľkosť skupiny je približne 10 účastníkov, ale môže sa zrealizovať pri akejkoľvek veľkosti skupiny zhruba od 7 do 16. Ak sú dve skupiny alebo viac, ktoré túto úlohu robia paralelne, urobte medzi skupinami rozumné rozostupy.
- Požiadajte účastníkov, aby vytvorili kruh, rameno pri ramene. Potom im povedzte, aby zatvorili oči a každý umiestnil ruku do stredu kruhu a uchoпил ruku niekoho iného.
- Vysvetlite účastníkom, že chcete, aby sa rozmotali do kruhu bez toho, aby pustili ruku toho druhého.
- Stojte v úzadí a pozerajte sa, čo sa stane...

Vypočutie diskusie

(dá sa prispôbiť podľa veku účastníkov): začnite tým, že sa budete pýtať otázky o aktivite. Ak chcete, môžete odkázať na tímové športy a na olympijské hodnoty.

- Ako sa vám táto aktivita páčila?
- Akú stratégiu ste si našli, aby ste rozviazali uzol? Skúšali ste predtým iné stratégie?
- Mali ste „vodcu skupiny“ (niekoho, kto hovoril druhým, čo by mali robiť)? Bolo to užitočné, že vás niekto viedol? Počúvali ho všetci?
- Boli v skupine nejaké iné roly?
- Čo je dôležité, ak chce skupina nájsť spoločné riešenie?

AKTIVITA KOLEKTÍVNE HRY

- Teraz hovorme o športoch (tímových športoch): môžete porovnať to, čo sa stalo v uzle, s tým, čo by sa mohlo stať počas zápasu?
- Môžu byť olympijské hodnoty - výnimočnosť, priateľstvo a rešpekt - užitočné, ak sa využijú v aktivite, ako je uzol?

Hra 2: Stoličky

Trvanie: 15 – 30 minút

Cieľová skupina: deti vo veku 9 – 15 rokov

Účastníci: 12 – 25

Materiál:

- 4 stoličky
- 4 papiere s inštrukciami

(každý papier s rôznymi inštrukciami – vyzerajú rozdielne, sú však kompatibilné!)

Moderátor: 1

Prehľad

Rôzne skupiny dostanú rôzne (avšak kompatibilné) inštrukcie a potreby skupiny, aby zistili, ako nájsť spoločné riešenie, ktoré by bolo uspokojivé pre všetkých. Aktivita umožňuje diskusiu o význame komunikácie a o dôležitosti stanovenia jasných pravidiel (aj v športe).

Inštrukcie pre skupiny

Skupina 1: Umiestnite všetky stoličky do kruhu.

Skupina 2: Presuňte stoličky do druhej miestnosti (alebo len von z miestnosti).

Skupina 3: Každý člen skupiny sedí na stoličke.

Skupina 4: Uistite sa, že stoličky nie sú nikdy tvárou v tvár

Inštrukcie

Hra

- Do stredu miestnosti umiestnite štyri stoličky a hráčov rozdeľte do 3 – 5 skupín po 4 hráčoch, v závislosti od počtu účastníkov
- Každá skupina dostane papier s inštrukciami, ktorých sa má držať. Povedzte im, aby svoje inštrukcie udržiavali v tajnosti.
- Nechajte ich hrať.

Vypočutie diskusie

Keď sa aktivita skončí, spýtajte sa celej skupiny na jej dojmy:

- Ako šla aktivita?
- Kedy pochopili, že inštrukcie skupín neboli nekompatibilné?
- Mali nejaké konflikty? Ako sa vyriešili?
- Diskutujte o pravidlách: čo je dôležité, keď dávate inštrukcie skupine? A v športe?

AKTIVITA PEXESO O OLYMPIJSKÝCH HODNOTÁCH

Pexeso o olympijských hodnotách

Trvanie: 40 minút

Cieľová skupina: deti a mládež vo veku 9 – 15 rokov. Možné tiež s mladšími skupinami (pexeso), ale následná diskusia sa musí prispôbiť

Maximálna veľkosť skupiny: okolo 15 účastníkov.

Materiál: pexesová zostava, nožnice

Moderátor: 1

Prehľad

Pamäťová hra, v ktorej účastníci musia k sebe priradiť dve karty. Karty obsahujú obrázky odfotené na olympijských hrách, predstavujúce olympijské hodnoty výnimočnosti, rešpektu a priateľstva.

Po hre sú účastníci vyzvaní, aby identifikovali, ktoré symboly predstavujú ktoré olympijské hodnoty a diskutovali o nich.

Príprava (učiteľ/moderátor)

- Zoznámte sa s kartami (1. rad = fotografie výnimočnosti; 2. rad = fotografie rešpektu, 3. rad = fotografie priateľstva)
- Kartičky skopírujte (možno ich budete chcieť skopírovať na hrubý papier). Pripravte jeden súbor kartičiek pre každú skupinu s dvoma až štyrmi účastníkmi. Rozstrihajte 18 kartičiek a pomiešajte ich.

Inštrukcie

Pexeso

- Vysvetlite, že je 9 párov kariet s obrázkami motívov olympijských hier. Úlohou je identifikovať a priradiť k sebe páry (klasické pexeso).
- Vytvorte malé skupiny s tromi až štyrmi hráčmi a každej skupine dajte súbor kariet.
- Vysvetlite, ako hrať: každá skupina rozloží karty čelom dole. Hráči striedavo vždy obrátia dve kartičky. Keď hráč nájde dvojicu, môže ísť ešte raz. Ak sa kartičky k sebe nehodia, opäť sa otočia čelom dole presne na mieste, kde boli predtým. Ďalší hráč obráti dve kartičky a tak ďalej. Víťazom je hráč, ktorý má na konci hry najviac kartičiek.

Klasifikácia olympijských hodnôt

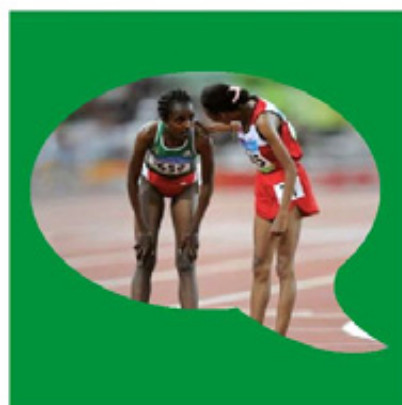
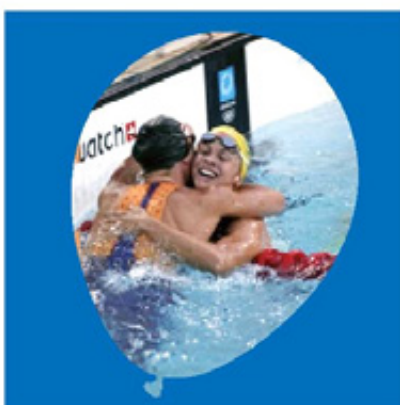
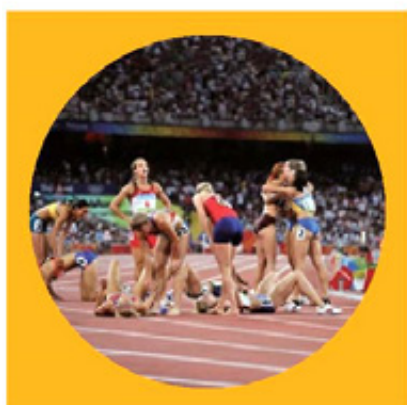
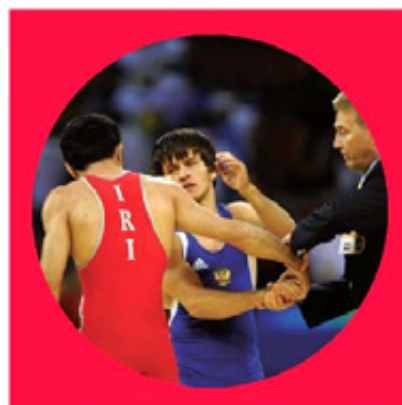
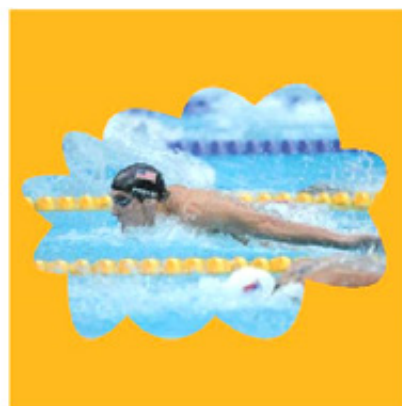
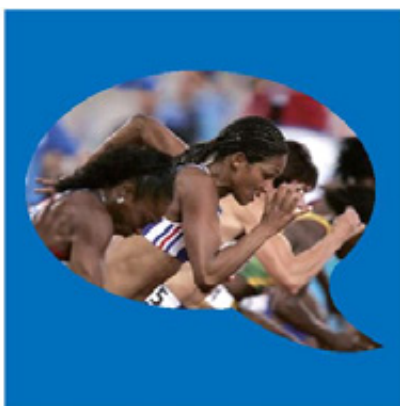
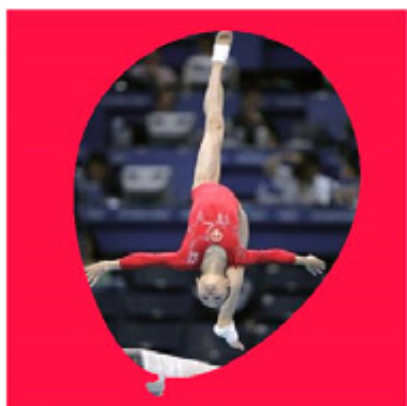
- Akonáhle sa hra skončí, vysvetlite účastníkom, že každý obrázok predstavuje jednu z troch olympijských hodnôt (výnimočnosť – rešpekt – priateľstvo). Požiadajte ich, aby identifikovali, ktorá karta predstavuje ktorú hodnotu. Podľa predchádzajúcich vedomostí skupiny o olympijských hodnotách by mohlo byť užitočné najprv si tieto tri hodnoty predstaviť.
- Cvičenie môžete urobiť s celou skupinou alebo nechať každú malú skupinu, aby si ho urobila osobitne a potom diskutovať spoločne

AKTIVITA PEXESO O OLYMPIJSKÝCH HODNOTÁCH

Diskusia

- Toto pexeso je dobrým úvodom do diskusie o olympijských hodnotách.
- Napriek faktu, že tieto hodnoty sú v tejto hre zobrazené oddelene, je dôležité trvať na tom, že tieto tri hodnoty sa spájajú, keď ide o šport, súťaž a olympijské hry: čo by bola výnimočnosť bez rešpektu a priateľstva? A priateľstvo bez rešpektu a výnimočnosti? Skutočný šampión je ten, kto dodržiava všetky tieto tri hodnoty.

Pexeso s olympijskými hodnotami



AKTIVITA TEST OLYMPIJSKÝCH HODNÔT

Test olympijských hodnôt

Tento test je jednou zo 40 úloh Hope Factory, výstavného workshopu o olympijských hodnotách, vytvoreného Olympijským múzeom.

Trvanie: 30 minút (minimálne)
Cieľová skupina: mládež od 12 rokov
Materiál: Kópie kvízu (v prílohe)
Moderátor: 1

Prehľad

Účastníci sú vyzvaní, aby zistili mieru „integrácie“ olympijských hodnôt do svojich životov tak, že každý vyplní dotazník s otázkami s viacerými možnosťami odpovedí o svojich reakciách na rôzne situácie z bežného života. Celá skupina potom diskutuje o výsledkoch dotazníka a olympijských hodnotách.

Inštrukcie

- Každému účastníkovi dajte kópiu kvízu. Vyzvite ich, aby ich individuálne vyplnili a pripomeňte im, že majú byť vo svojich odpovediach úprimní.
- Keď všetci skončia (a prečítajú si svoj feedback), začnite diskusiu o olympijských hodnotách v každodennom živote (ak je to po prvýkrát, čo o nich počujú, začnite predstavením týchto troch hodnôt):
 - Súhlasia účastníci so svojim hodnotením? Prečo?
 - Ako integrujú olympijské hodnoty výnimočnosti, priateľstva a rešpektu do športovania? A do svojho každodenného života? Čo by mohli urobiť lepšie?
 - Prečo je dôležité posudzovať tieto tri hodnoty „ako celok“? Aké by mohli byť dôsledky v športe a v živote, ak by sme rešpektovali iba jednu (napr. výnimočnosť) a zabudli na zvyšné dve?
 - Prečo je dôležité rešpektovať tieto hodnoty? Aké sú dôsledky nerešpektovania? Vedia účastníci uviesť príklady?

AKTIVITA TEST OLYMPIJSKÝCH HODNÔT

Pre každú dilemu si vyberte jednu možnosť (A-B-C)

(buďte úprimní vo svojich odpovediach!)

Otázka 1

Váš tím vyhral zápas s veľkým náskokom.

- A** S členom svojho tímu sa smejete z porazených.
- B** Svojim súperom poviete, že šťastie stálo na vašej strane.
- C** Sústreďte sa na ďalší zápas. Tento už nie je dôležitý

Otázka 2

Prehrali ste zápas.

- A** Veľa ste sa naučili a prisaháte, že na budúce budete lepší!
- B** Viníte trénera alebo rozhodcu, pole, počasie či svojich rodičov!
- C** Cítite sa previnilo. Mali ste trénovať viac!

Otázka 3

Člen vášho tímu vám povie, že je HIV-positívny.

- A** Od toho momentu si udržujete odstup.
- B** Skutočne si myslíte, že by mal opustiť klub.
- C** Spýtate sa ho, ako by ste ho mohli podporiť.

Otázka 4

Máte hrať hokejový zápas a viete, že vaši súperia sú dosť agresívni. Čo by mal váš tím urobiť?

- A** Hrať tak agresívne ako oni.
- B** Pokúsiť sa vopred dohodnúť na zápase v duchu fair play.
- C** Hrať svoj vlastný zápas a dôverovať rozhodcovi.

Na druhú stranu si napíšete odpovede a vypočítajte svoje skóre.

Otázka 5

Váš nový tenisový partner je najnepopulárnejšie dieťa z triedy

- A** Využijete príležitosť na to, aby ste ho lepšie spoznali.
- B** Požiadate trénera, aby vám vymenil partnera.
- C** Nepoviete nič a ešte viac sa mu posmievate za jeho chrbtom

Otázka 6

Spolu so svojimi priateľmi - podporovateľmi navštívite medzinárodné basketbalové derby. Niektorí z nich počas národnej hymny pískajú

- A** Je to zábava! Aj vy sa pridáte.
- B** Je to hanba a poviete im to.
- C** Hanbíte sa a snažíte sa ísť od nich ďalej.

Otázka 7

Vášho priateľa vo vašom klube šikanujú.

- A** Nemôžete nič urobiť, ale dúfate, že nebudete ďalšou obeťou.
- B** Sympatizujete so svojím priateľom.
- C** Požiadate trénera, aby násilníkom prikázal, aby s tým prestali.

Otázka 8

Súťaž sa koná na dosť starom gymnáziu

- A** Tu alebo niekde inde, nie je v tom rozdiel.
- B** Zoškriabete maľovku, aby ste svojim priateľom ukázali, aké schátralé to je.
- C** Zvlášť si dáte pozor, aby ste nič ďalšie nepoškodili.

Otázka 9

Hráte tenis so svojím malým bratom, ktorý je začiatočníkom.

- A** Necháte ho vyhrať.
- B** Dáte mu tipy na to, ako urobiť pokrok.
- C** Skvelé, bude to jednoduché víťazstvo

AKTIVITA TEST OLYMPIJSKÝCH HODNÔT

Nižšie napíšte svoje odpovede na každú z otázok (A, B alebo C) a vypočítajte svoje skóre.

1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 ○ 6 ○ 7 ○ 8 ○ 9 ○

	A	B	C
1. otázka	0	1	2
2. otázka	2	0	1
3. otázka	1	0	2
4. otázka	0	2	1
5. otázka	2	1	0
6. otázka	0	2	1
7. otázka	0	1	2
8. otázka	1	0	2
9. otázka	1	2	0

Moje skóre je:
0–5 bodov

Ľuďom neprejavujete veľa priateľstva alebo rešpektu. Možno si myslíte, že aj znevažujúci vtíp je prijateľný. Pravdepodobne ani od iných ľudí sa vám vždy nedostáva rešpektu. Vedeli ste, že sa vám dostane viac rešpektu, ak sami budete rešpekt prejavovať? Vyskúšajte to a nezabudnite, že kľúčom k úspechu je vytrvalosť!

6–11 bodov

Zvyčajne rešpektujete iných ľudí, ale nechcete to preháňať. Taktiež máte niektorých ľudí radšej ako iných a jasne to ukazujete. Veľmi sa nestaráte o situáciu iných ľudí. Pravdepodobne viete, že preukazovanie rešpektu prináša rešpekt. Nezabudnite na to v každodennom živote!

12–18 bodov

Iným ľuďom preukazujete veľa rešpektu. Je to pre vás prirodzené. Nemáte radi predpojaté komentáre. Možno ste príliš priateľskí pre tento ťažký svet. Majte na pamäti, že nie je možné, aby vás všetci mali radi alebo aby ste boli vždy rešpektovaní.

Súhlasíte s touto spätnou väzbou? Áno ○ Nie ○



AKTIVITA OLYMPIJSKÝ KVÍZ

Olympijský kvíz

Trvanie: 20 minút

Cieľová skupina: deti vo veku 12 – 13 rokov

Vedúci aktivity: 1

Príprava (vedúci aktivity)

Oboznámte sa s otázkami

Opis

Desať otázok na preskúšanie olympijských znalostí účastníkov. Pravdivé alebo nepravdivé? Kto bude prvý, kto nájde odpoveď?

Inštrukcie

1. Vytvorte dve skupiny. Vysvetlite účastníkom, že budú musieť uhádnuť, či informácia, ktorú im prečítate, je pravdivá alebo nepravdivá. Prečítajte body od 1 do 10, pričom necháte pár sekúnd pre každú skupinu, aby sa dohodla na správnosti odpovede („pravdivé“ alebo „nepravdivé“) a zapísala ju na kúsok papiera spolu s číslom otázky.
2. Keď ste skončili, prejdite si každú otázku a spýtajte sa každej skupiny, ako odpovedala. Povedzte správnu odpoveď a podajte sprievodné vysvetlenie (alebo sa spýtajte, či niekto pozná odpoveď). V závislosti od veku skupiny a dostupného času začnite diskusiu na tému otázok.
3. Víťazom je skupina, ktorá dá najviac správnych odpovedí.

Kvíz môžete samozrejme využiť aj na iné aktivity alebo iným spôsobom (napr. individuálne odpovede, hľadajte správnu odpoveď na internete, atď.).

Otázka 1

Každá farba olympijských kruhov predstavuje určitý kontinent

NEPRAVDIVÉ

To je mylná predstava. V skutočnosti kruhy predstavujú spojenie piatich kontinentov a schádzanie sa všetkých športovcov na olympijských hrách. Čo sa týka farieb zástavy, boli vybraté preto, lebo minimálne jednu z nich (modrá, čierna, červená, žltá, zelená a biela) je možné nájsť na každej národnej zástave.

Otázka 2

Jedno z poslání olympijského hnutia je hlásať mier vo svete.

PRAVDIVÉ

„Cieľom olympizmu je dať šport do služieb harmonického rozvoja ľudstva s cieľom podporovať mierovú spoločnosť zaoberajúcu sa zachovaním ľudskej dôstojnosti.“

To je druhý zo šiestich základných princípov olympizmu, zakotvených v „Olympijskej charte“, v dokumente, ktorý reguluje organizáciu, aktivity a fungovanie olympijského hnutia.

AKTIVITA OLYMPIJSKÝ KVÍZ

Otázka 3

Hostiteľské mesto olympijských hier sa vyberá žrebovaním spomedzi kandidátskych miest.

NEPRAVDIVÉ

Členovia MOV volia hostiteľské mestá olympijských hier absolútnou väčšinou (t. z. polovica hlasov plus jeden). Takto sa volí sedem rokov pred konaním olympijských hier na stretnutí nazvanom zasadnutie. Prezident MOV sa na hlasovaní zvyčajne nezúčastňuje.

Otázka 4

Olympijskú hymnu napísal Rod Stewart, spevák 80. rokov 20. storočia.

NEPRAVDIVÉ

Hudbu skomponoval Spyros Samaras a text napísal Costis Palamas. Olympijská hymna sa po prvýkrát hrala v roku 1896 na otváracom ceremoniáli prvých moderných olympijských hier v Aténach. Až v roku 1955 sa nakoniec stala oficiálnou hymnou. Po aténskej premiére ju nahradilo niekoľko hudobných kompozícií (avšak žiadna z nich nebola od Roda Stewarta) a napríklad Pierre de Coubertin za olympijskú hymnu považoval Beethovenovu Ódu na radosť.

Otázka 5

Motto olympijských hier – CITIUS ALTIUS FORTIUS – znamená „Hrdý, vysoký, silný.“

NEPRAVDIVÉ

Tieto tri latinské slová znamenajú „rýchlejšie, vyššie, silnejšie“. Tieto tri slová povzbudzujú športovcov, aby počas súťaže vydali zo seba to najlepšie. Na lepšie pochopenie motto ho môžeme prirovnať k známemu Coubertinovmu heslu: „Na olympijských hrách nie je dôležité zvíťaziť, ale zúčastniť sa. Podstatné v živote nie je dobievať, ale čestne bojovať.“

Otázka 6

Ľadový hokej a krasokorčuľovanie boli v programe tzv. letných olympijských hier.

PRAVDIVÉ

Krasokorčuľovanie bolo v programe olympijských hier v rokoch 1908 a 1920, ľadový hokej v roku 1920. V tom čase existovali len hry olympiády (hovorovo letné olympijské hry). Až v roku 1925 MOV so spätnou platnosťou rozhodol o uznaní Týždňa zimných športov v Chamonix 1924 za I. zimné olympijské hry.

Otázka 7

Obnoviteľ olympijských hier Pierre de Coubertin sa pod pseudonymom zúčastnil na umeleckej súťaži olympijských hier.

PRAVDIVÉ

Coubertinova „Óda na šport“, prihlásená do literárnej súťaže na olympijských hrách 1912 v Štokholme (umelecké súťaže boli v programe olympijských hier v rokoch 1912 – 1948), vyhrala prvú cenu. Coubertin súťažil pod menom vymyslenej dvojice autorov Hohrod – Eschbach.

Otázka 8

V programe olympijských hier bolo dvíhanie 50-kilového kameňa.

PRAVDIVÉ

Táto disciplína bola súčasťou gymnastického viacboja v roku 1900, rovnako ako šplh na lane a skok o žrdi. Športový program olympijských hier sa neustále aktualizuje. V súčasnosti je v programe hier olympiády 28 športov a v programe zimných olympijských hier sedem športov. Vo výberových kritériách je špecifikované, že len športy zastrešované medzinárodnými športovými federáciami, ktoré uznávajú Svetový antidopingový kódex, môžu byť zahrnuté do programu hier a zostať v ňom.

AKTIVITA OLYMPIJSKÝ KVÍZ

Otázka 9

Londýn je jediné mesto, ktoré trikrát hostilo olympijské hry.

PRAVDIVÉ AJ NEPRAVDIVÉ

Londýn hostil olympijské hry v roku 1908, 1948 a 2012. Dvakrát hostilo olympijské hry šesť iných miest: OH Atény (1896 a 2004), Paríž (1900 a 1924) a Los Angeles (1932 a 1984), ZOH St. Moritz (1928 a 1948), Lake Placid (1932 a 1980) a Innsbruck (1964 a 1976). V Aténach sa však v roku 1906 konali tzv. olympijské medzihry (niektorí historici ich uznávajú) a v Innsbrucku sa v roku 2012 premiérovito uskutočnili zimné olympijské hry mládeže.

Otázka 10

Maratón bol v programe antických olympijských hier.

NEPRAVDIVÉ

Maratón nebol v programe antických olympijských hier. Premiéru mal na prvých novovekých olympijských hrách v Aténach v roku 1896 - ako spomienka na legendárneho gréckeho vojaka, ktorý v roku 496 p. n. l. bežal z Maratónu, aby aténskemu ľudu oznámil vojenské víťazstvo nad Perziou (vzdialenosť: asi 34,5 km). Na olympijských hrách v Londýne v roku 1908 sa vzdialenosť predĺžila z 25 na 26,2 míľ (42,195 km), takže sa končila pred kráľovskou lóžou. Táto vzdialenosť sa pre maratón potom stala štandardom a zachovala sa až do súčasnosti.