



STAROŻYTNE IGRZYSKA OLIMPIJSKIE



Starożytne igrzyska olimpijskie – panhelleńskie igrzyska odbywające się w cyklu czteroletnim ku czci boga Zeusa. Organizowano je w Olimpii (stąd nazwa igrzysk), mieście na Półwyspie Peloponeskim. Mogli w nich uczestniczyć wyłącznie mężczyźni.

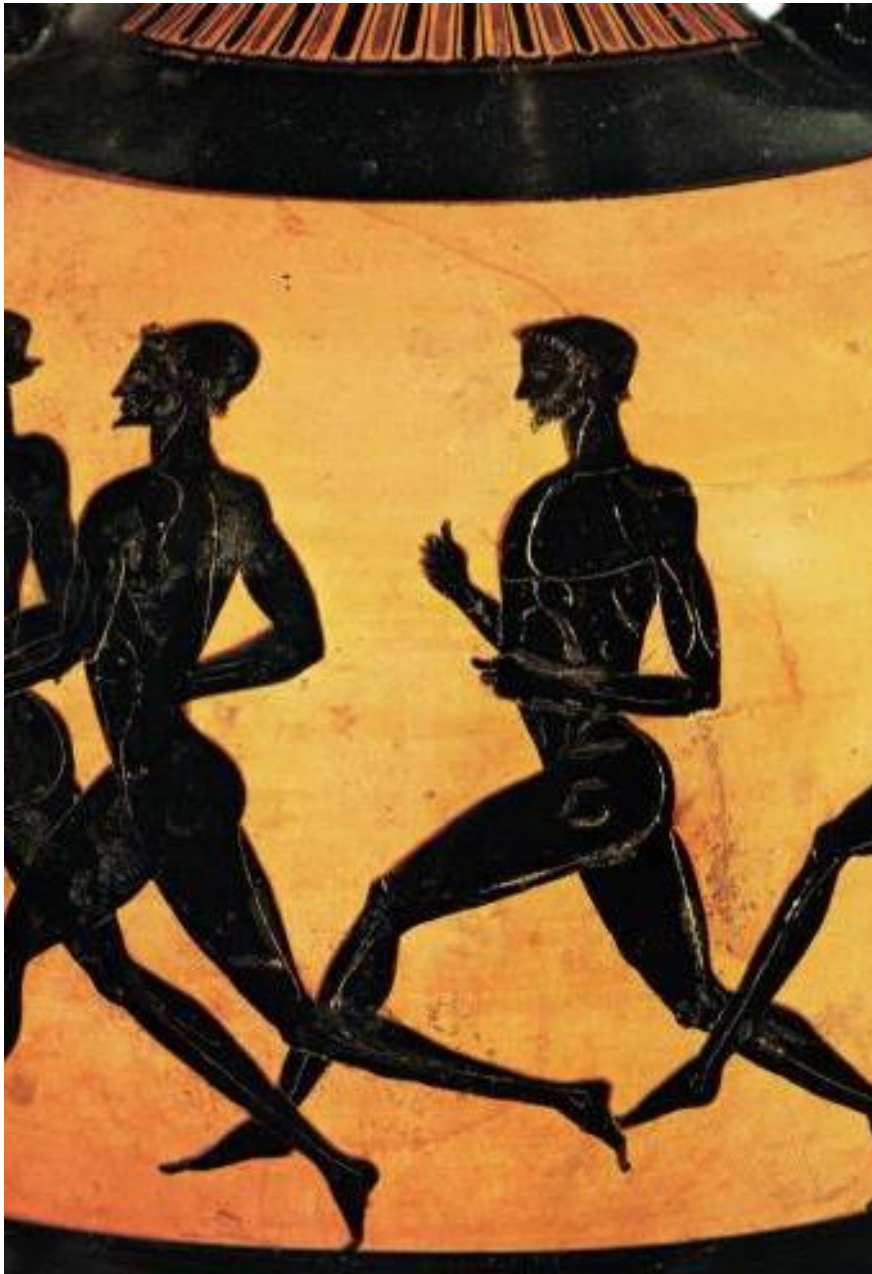
Data pierwszych igrzysk olimpijskich to **776r.p.n.e.** Według mitów ich inicjatorem był Herakles Idajski, jeden z braci Kuretów, którzy opiekowali się Zeusem. To właśnie Herakles wezwał pozostałych braci do rywalizacji w biegach, a zwycięzcę

Pierwsze Igrzyska

Igrzyska Olimpijskie miały pierwotnie następujące konkurencje:

- biegi,
- rzut dyskiem i oszczepem,
- skoki w dal,
- zapasy i pankration,
- boks,
- wyścigi konne i wyścigi zaprzęgów.

Konkurencje



Biegi

- były najważniejszą dyscypliną igrzysk
- rozgrywano je na dystansie jednego stadionu (192,8 m)
- przed każdym biegiem zawodnicy wykonywali ćwiczenia rozgrzewające, a ten, kto popełnił falstart, karany był chłostą.



Rzut dyskiem i oszczepem

- dyski wykonane były z brązu, marmuru i ołowiu, ważyły od 6 do 7 kg,
- rekord rzutu wynosił 30 metrów,
- oszczepy wykonane były z lekkiego drewna i w połowie drzewca miały przewiązaną pętlę,
- rekordowa odległość rzutu to 91 metrów.



Skok w dal

- skoczek trzymał w rękach tzw. ciężarki zamachowe, które wpływały na długość skoku,
- według starożytnych Greków była to najtrudniejsza dyscyplina.

Zapasy

- walczono w dwóch kategoriach zapasów: stojących i naziemnych,
- zapasy naziemne trwały do momentu poddania się jednego z zawodników poprzez podniesienie ręki z wyciągniętym kciukiem,
- gryzienie i drapanie było zabronione.



Pankration

- Pankration był uwielbianą przez widzów brutalną dyscypliną, zawierającą elementy boksu i zapasów na zasadzie dozwolenia wszelkich chwytów.



Boks

- był również bardzo brutalnym, ale popularnym sportem. Od samego początku stosowano rodzaj rękawic bokserskich. Na początku owijano nadgarstki długimi pasami z miękkiej skóry, pozostawiając wolne palce. Później zaczęto używać pasów z twardszej skóry. Zawody odbywały się na otwartej przestrzeni.





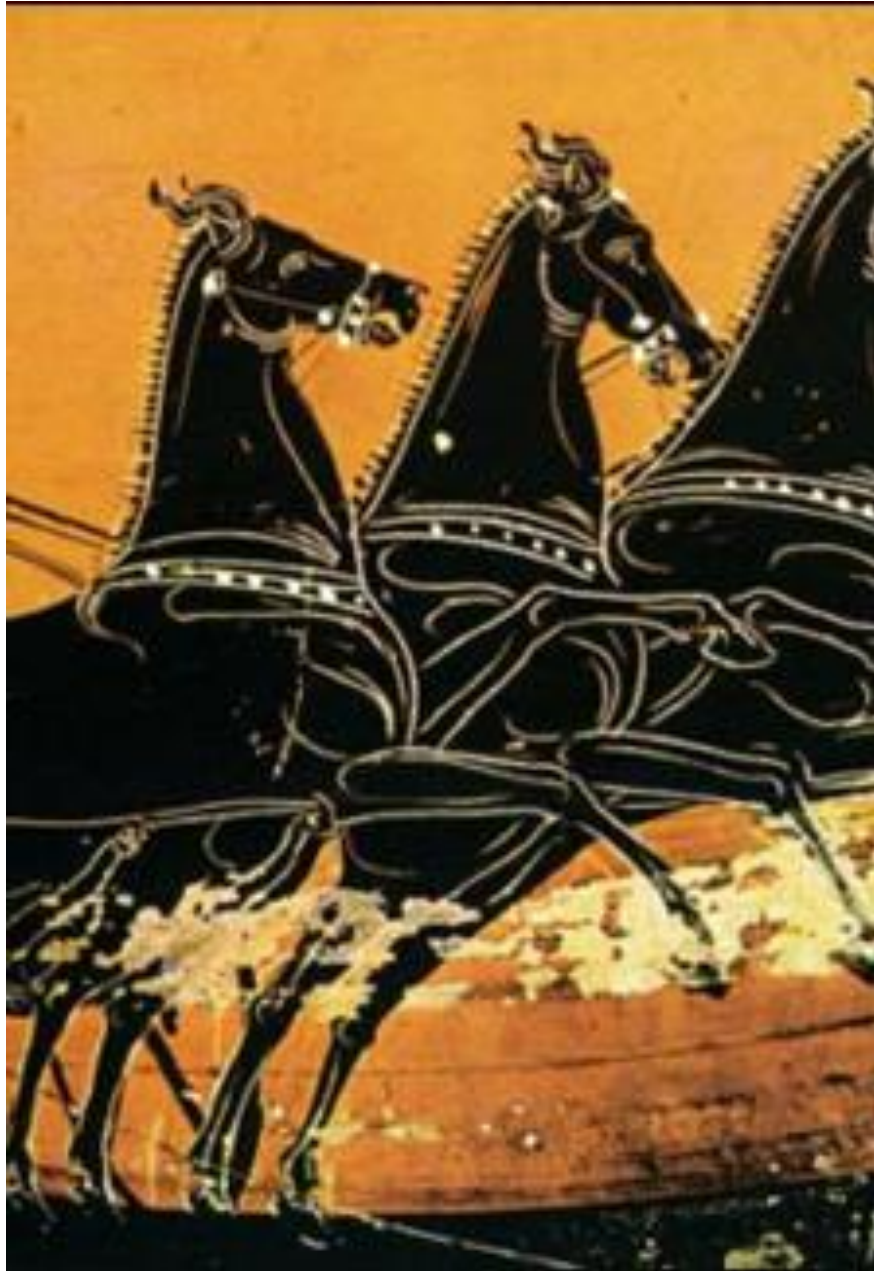
Wyścigi konne i wyścigi zaprzęgów

- zaprzęgi ścigały się w dwóch kategoriach: dwukonnych i czterokonnych. Właściciele koni i zaprzęgów zazwyczaj sami nie brali udziału w wyścigach, tylko wynajmowali jeźdźców i woźniców. Wieniec zwycięzcy otrzymywał jednak właściciel, a jeździec dostawał szarfę. Właściciele szczególnie ubiegali się o zwycięstwo w zawodach czterokonnych zaprzęgów, czyli kwadrygach. Rydwany były zbudowane z drewna, wiklinowej plecionki i nie były resorowane.

Dzień pierwszy

Wszyscy zawodnicy uczestniczyli w obrzędach ku czci Zeusa i przysięgali wraz z ojcami i swym rodzeństwem, że będą walczyć uczciwie. Każdy składał przysięgę, że nie dopuści się żadnego oszustwa na zawodach, co potwierdzali drugą przysięgą, gwarantującą, że pilnie przykładali się do ćwiczeń przez poprzednie 9 miesięcy. Zaprzysięgani byli również sędziowie. Zawodników, którzy nie dotrzymywali przysięgi i walczyli nieuczciwie, piętnowano, karano grzywną i ku przestrodze innych stawiano im potępiające pomniki (*zames*).





Dzień drugi

Rano rozgrywano wyścigi rydwanów na hipodromie, natomiast po południu rozgrywany był pentatlon, czyli pięciobój składający się z następujących konkurencji: bieg, skok w dal, rzut dyskiem i oszczepem oraz zapasy.

Dzień trzeci

O poranku ponownie składano ofiary Zeusowi (ze 150 wołów), natomiast po południu odbywały się biegi chłopców.



W tym dniu rozgrywane były zawody, których celem było wykazanie się odwagą i wytrwałością – zapasy, boks, pankration, wyścigi w pełnym uzbrojeniu.

Dzień
czwarty

W ostatnim dniu zwycięzcy otrzymywali wieńce oliwne z gałęzi świętej oliwki mieli także prawo do postawienia swego posągu w gaju Zeusa.

Dzień piąty

Dziękuję za uwagę

quizizz.com/join?gc=235108