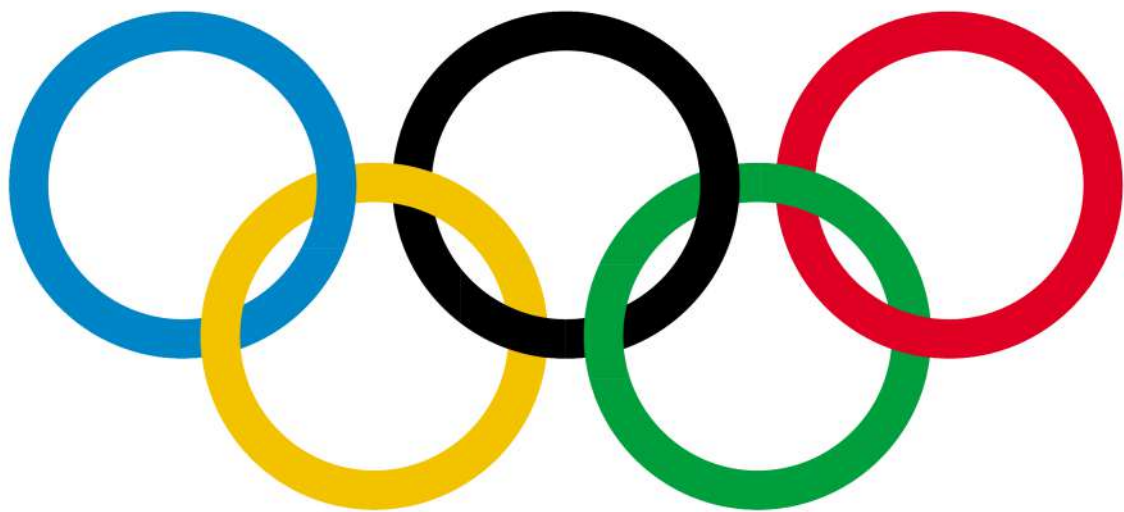


Lær om

# De Olympiske Lege



Navn: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_

# Hvad ved du?

Hvad du egentlig om De Olympiske Lege? Hvilke discipliner er der?

Hvor længe har det været der? Findes der forskellige typer af OL?

Hvem må deltage? Hvordan deltager man?

*Lav et mindmap over, hvad du ved om De Olympiske Lege.*



Hvad ved du om De Olympiske Lege?

# Hvad er De Olympiske Lege?

De Olympiske Lege er en sportsbegivenhed, hvor sportsfolk fra hele verden mødes for at konkurrere i forskellige discipliner og fejre sportens ånd.

Der findes både Sommer-OL og Vinter-OL.

Sommer-OL i 2024 skal afholdes i Paris, Frankrig.



Sommer-OL finder sted om sommeren og har en masse discipliner, som giver mest mening at afholde om sommeren. Der er fx løb, svømning, fodbold og atletik.

Vinter-OL foregår om vinteren og fokuserer på sportsgrene, der involverer sne og is som skiløb, skøjteløb og ishockey.



De Olympiske Lege afholdes hvert fjerde år. Hver fjerde år er der Sommer-OL, og hver fjerde år er der Vinter-OL. De bliver dog ikke afholdt samme år. Faktisk er der olympiske lege hvert andet år, fordi det skifter mellem Sommer-OL og Vinter-OL.



# Hvad er De Olympiske Lege?

Stedet, hvor De Olympiske Lege afholdes, ændrer sig hver gang. Måden et land og en by kan blive vært for OL, er ved at ansøge om det. Derefter skal, de som står bag OL, vurdere landets økonomi, og om landet har evnerne til planlægge en så stor begivenhed.



Når en person vil med til OL kræver det flere ting:

## Være talentfuld

Man skal være dygtig til den sportsgren, man stiller op i. Det kræver mange års hård træning.



## Opfylde krav

Man skal opfylde de krav, der er til den disciplin, man stiller op i.



## Repræsentere sit land

Man skal repræsentere det land, som man kommer fra.



Når en atlet deltager i De Olympiske Lege, repræsenterer de det land, de kommer fra. De bærer deres nationale flag og konkurrerer for at gøre deres land stolt. OL handler nemlig ikke kun om at vinde men også om at vise respekt, venskab og fair play på tværs af landegrænserne.



# Svar på spørgsmålene



Hvilke forskellige typer OL findes der og hvorfor?

---

---

---

Hvor tit afholdes OL og hvorhenne?

---

---

---

Hvad kræver det, når et land skal være vært for OL?

---

---

---

Hvad skal der ske, hvis man gerne vil deltage til OL?

---

---

---



# Værtsbyer for OL

Hvem har været vært for De Olympiske Lege de sidste 20 år? Nogle lande får lov til at være vært flere gange. Disse værtsbyer er nogle, som organisationen bag OL mener, har økonomien og pladsen til at afholde OL.



## Sommer-OL



**2020:** Tokyo, Japan

**2016:** Rio de Janeiro, Brasilien

**2012:** London, Storbritannien

**2008:** Beijing, Kina

**2004:** Athen, Grækenland



## Vinter-OL



**2022:** Beijing, Kina

**2018:** Pyeongchang, Sydkorea

**2014:** Sochi, Rusland

**2010:** Vancouver, Canada

**2006:** Turin, Italien

*Find værtsbyerne og skriv årstallet ind på kortet.*



# Traditionerne ved OL

## 1 Åbningsceremonien

Til hvert OL er der en åbningsceremoni, som markerer starten på De Olympiske Lege. Til den ceremoni bliver deltagerne præsenteret, og udvalgte atleter og dommere afgiver et olympisk løfte på vegne af de øvrige atleter og dommere. Det løfte går ud på, at de vil respektere og overholde reglerne til ære for sporten og hinanden.



## Den olympiske flamme



Den olympiske flamme bliver også tændt. Eller faktisk er den blevet tændt nogle måneder i forvejen i Olympia i Grækenland. Den skal nemlig fragtes til værtbyen for De Olympiske Lege. Den har både været med fly, skib og tog.



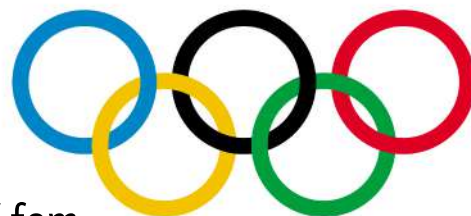
Flammen tændes ved hjælp af solens stråler gennem et spejl. Ligesom du måske kender det fra at man gennem et forstørrelsesglas ved hjælp af solens stråler, kan tænde ild til noget. Flammen er tændt under hele OL og slukkes først, når det er slut.

*I 2020 da Tokyo var værtsby for OL, skulle flammen fragtes dertil fra Grækenland. Det er en strækning på næsten 10.000 km.*

# Traditionerne ved OL



## De olympiske ringe



Symbolet for De Olympiske Lege består af fem ringe, der hænger sammen. De har farverne blå, gul, sort, grøn og rød. De fem ringe symboliserer de fem verdensdele som en enhed og fællesskab på tværs af verden.

Flaget med de olympiske ringe blev først et symbol for De Olympiske Lege i år 1913.

*Skriv de 5 verdensdele:*

---

---



## Medaljerne



1. pladsen, 2. pladsen og 3. pladsen i alle discipliner får en medalje. Medaljerne er forskellige fra år til år, da der ofte er trykt noget af værtsbyens kultur eller historie på medaljerne.

Medaljerne hænger i et bånd i de olympiske farver. Medaljerne findes i guld, sølv og bronze.

*Hvilken medalje får man, hvis man kommer på:*

1. pladsen = \_\_\_\_\_

2. pladsen = \_\_\_\_\_

3. pladsen = \_\_\_\_\_



# Oldtidens Olympiske Lege

De Olympiske Lege har ikke altid været på den måde, som de er i dag. I gamle dage hed det Den Græske Olympiade. Det gjorde den, da det var antikkens grækere, som startede legene. Dengang var det en religiøs fest, som blev afholdt for Guden Zeus. De første Olympiske Lege er sporet helt tilbage til år 776 f.kr.



Ligesom i dag blev der konkurreret i forskellige sportsgrene. Dengang varede Olympiaden mellem tre og fem dage. I Paris i år 2024 varer De Olympiske Lege 17 dage. Legene foregik på et kæmpe stadion ved templet Olympia, og her dystede de om den største titel af dem alle - olympisk mester.

Det var faktisk ikke kun sportsgrene, som man kunne se, når Den Græske Olympiade blev afholdt. Der var også foredrag, kunstudstillinger og koncerter.



Deltagerne i Den Græske Olympiade måtte ikke snyde, bestikke dommere, trække sig fra konkurrencerne eller bruge bestemte træningforme, som var ulovlige. Hvis de gjorde det, kunne de blive straffet med en bøde. Det var kun mænd og drenge, som måtte deltage og kigge på under legene. Dog havde unge ugifte kvinder deres eget konkurrenceløb, men hvis en gift kvinde blev taget i at kigge på, kunne det straffes med døden.

# Svar på spørgsmålene

Hvordan er værdierne forskellige fra Den Græske Olympiade og til De Olympiske Lege, som vi kender i dag?




---

---

---

Hvorfor tror du, at gifte kvinder ikke måtte deltage?

---



---

---

Tegn de ting, som man ellers kunne opleve til Den Græske Olympiade, udover konkurrencerne.

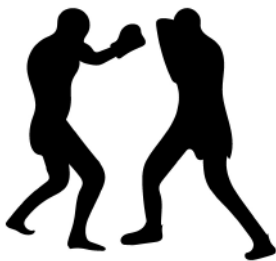


# Discipliner dengang

En af de største ændringer fra Den Græske Olympiade til De Olympiske Lege, som vi kender i dag er, at dengang var sportsgrenene individuelle og foregik mand mod mand. Dengang kunne man altså ikke stille op som hold. En anden stor forskel var, at **alle atleterne var nøgne og indsmurt i olie**. I dag er der 38 forskellige sportsgrene med over 400 forskellige konkurrencer.

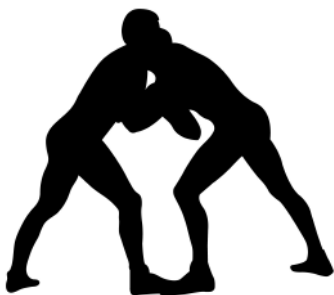
Nogle af konkurrencerne dengang var:

**Femkamp:** Løb, længdespring, spydkast, diskoskast og brydning. Løbene på stadion bestod af 200-meterløb, 400-meterløb og et løb med en distance på 4,6 km.



**Boksning:** Boksning blev også kaldt "nævekamp". Man kunne vinde ved at lave en knockout på sin modstander eller, hvis én af bokserne rakte en arm i vejret. Det signalerede, at man gav op.

**Hestevæddeløb:** Det var den mest prestigefyldte disciplin. Løbene var voldsomme med sammenstød, heste der styrtede, og vogne der væltede. Det tiltrak mange tilskuere.



**Pankration:** Det var en blanding mellem boksning og brydning. I denne disciplin var (næsten) alt tilladt. Med undtagelse af at bide og stikke fingrene i øjnene på modstanderen.

# Find forskellene



Hvilke forskelle er der på Den Græske Olympiade og De Olympiske Lege i dag? Der er en del ting, som er de samme, men der er også mange ting som er anderledes.

Hvordan var det dengang og hvordan er det nu? Svar på spørgsmålene.

Spørgsmål	Den Græske Olympiade	De Olympiske Lege i dag
<i>Hvem må deltage?</i>		
<i>Hvad hed det?</i>		
<i>Hvor mange konkurrencer er der?</i>		
<i>Hvor lang tid er OL?</i>		
<i>Hvilke redskaber bruger man i boksning?</i>		
<i>Hvem er tilskuer til OL?</i>		
<i>Hvad er den længste distance i løb til OL?</i>		

Der er mange ting som er de samme fra dengang og til nu, men der er også mange ting som er ændret. Hvor mange dage er ol? Hvilke redskaber bruger man i de forskellige discipliner?

# De første moderne Lege



Siden år 393 e.Kr. og frem til år 1896 har der ikke været afholdt De Olympiske Lege. Den romerske kejser Theodosius forbød det nemlig i år 393 e.kr.

1896 blev året, hvor de moderne olympiske lege kom tilbage siden Oldtidens Olympiske Lege. Det var en fransk mand ved navn, Pierre de Coubertin, som stod for at genopbygge den store begivenhed.

Han opfattede sport som noget, der kunne hjælpe med at gøre verden til et bedre sted. Han mente, at De Olympiske Lege var med til at skabe fællesskab, venskab, ærlighed, fairplay, dannelse og fred på tværs af landegrænser.



*Der var ca. 40.000 tilskuere til åbningsceremonien, og 70.000 mennesker var til stede under maratonløbet.*

Der var ca. 245 deltagere fra forskellige lande i De Olympiske Lege i 1896. De dystede i 9 discipliner:

- Atletik
- Gymnastik
- Svømning
- Cykling
- Brydning
- Fægtning
- Vægtløftning
- Skydning
- Tennis



*Faktisk skulle der også have været sejlsport og roning med, men det blev aflyst pga. manglende deltagere og dårligt vejr.*

# Tid til quiz

Indtil nu har du hørt om, hvad De Olympiske Lege er, hvordan det var i gamle dage, og hvordan det blomstrede op igen i slutningen af 1800-tallet.

Sæt kryds ved rigtig eller forkert.



1. Sommer-OL og Vinter-OL bliver afholdt samme år.
2. Man kan kun stille op til OL, hvis man repræsenterer det land, man kommer fra.
3. Det er tilfældigt hvilket land og by, der bliver vært for OL.
4. Det var antikkens grækere, der startede De Olympiske Lege.
5. Gifte kvinder måtte ikke deltage i oldtidens olympiade.
6. Engang dystede atleterne i badetøj.
7. Til De Olympiske Lege i Paris i 2024 kan man kun dyste individuelt.
8. De Olympiske Lege blev opfundet for at finde ud af, hvilke atleter der er de bedste.
9. De første moderne Lege fandt sted i år 1896.
10. I dag må både mænd og kvinder deltage til OL.


# Danmark til OL

Danmark deltog for første gang i De Olympiske Lege i 1896 i Athen. Med undtagelse af år 1904 har Danmark deltaget i alle Sommer-OL. Til Vinter-OL begyndte Danmark først at deltage fra år 1988.



Danmark har vundet 49 guldmedaljer, 78 sølvmedaljer og 79 bronzemedaljer siden år 1896. I Danmark er vi specielt gode til sejlsport, roning, håndbold, badminton og cykling.

Vi har en kultur i Danmark, som er med til at rigtig mange af os går til sport på et eller andet tidspunkt i vores liv. Der er rigtig mange sportsklubber og foreninger rundt omkring i Danmark. Det kan være med til at der er nogle, som bliver talentfulde inden for en sportsgren, og derfor kan komme med til De Olympiske Lege og klare sig godt.

*Hvorfor tror du, at et lille land som Danmark klarer sig godt til OL?*

---

---

---

---



# Doping

Hvad ved du om doping?



---

---

---



Doping er, når atleter bruger ulovlige hjælpemidler, som kan gøre dem bedre i konkurrencer. Det er ulovligt at bruge doping, fordi det ikke længere vil være en fair konkurrence. Atleter, som bliver taget i at være dopet, vil blive diskvalificeret, få frataget sine medaljer og må ikke stille op til fremtidige konkurrencer i en bestemt periode.

I år 1968 indførte folkene bag OL et dopingforbud og dopingkontrol. Frem til år 1996 blev 48 atleter afsløret i at være dopet.

Hvorfor tror du, at nogle atleter doper sig selv?

---

---

---

---

---

---

# De Paralympiske Lege

De Paralympiske Lege er ligesom De Olympiske Lege, men man må kun deltage, hvis man har et handicap. Første gang De Paralympiske Lege blev afholdt, var i sommeren i Rom i 1960. Der deltog 400 kørestolsbrugere fra 23 forskellige lande.



De Paralympiske Lege blev en sportbegivenhed, fordi en doktor besluttede sig for at afholde en række forskellige konkurrencer for alle rygskadede engelske soldater, som havde deltaget i 2. verdenskrig.

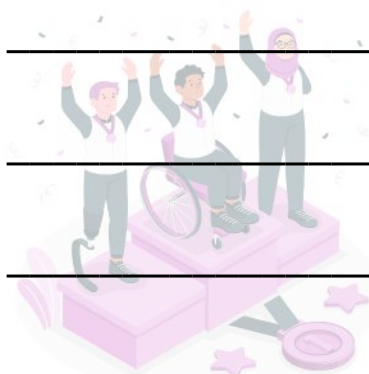
I starten måtte alle med et handicap deltage, men nu er der kamp til stregen om pladserne til De Paralympiske Lege. Folk med et bevægelsehandicap, udviklingshandicap eller syns- og hørehandicap kan deltage i legene.



Danmark er faktisk blandt de 10 bedste lande til De Paralympiske Lege. To af de store deltagere til legene er kørestolsraceren Connie Hansen og svømmeren John Petterson.

# Paraolympiske Lege

Hvorfor er det vigtigt, at der også findes De Paralympiske Lege?



Find en person, som er/har været deltager i De Paralympiske Lege. En som du synes er ekstra sej, eller som har gjort det rigtig godt. Hvad er personens historie? Hvilket handicap har personen? Hvor mange medaljer har personen vundet?

Find informationer om personen på nettet eller i bøger.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

