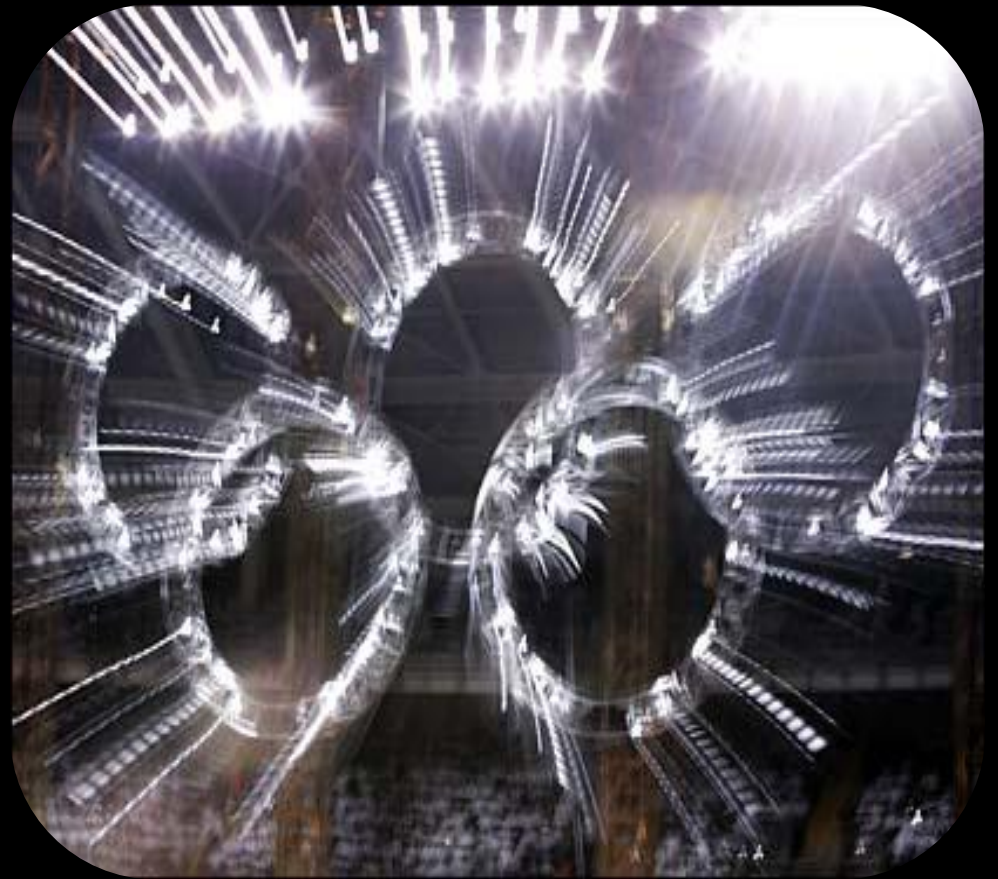


***Олимпийски
е игри в
древности
и сегодня***



Преподаватель-организатор ОБЖ Тамамян С. Р.

Из Древности



"Нет ничего благороднее солнца, дающего столько света и тепла. Так и люди прославляют те состязания, величественнее которых нет ничего, - Олимпийские игры."

Эти слова древнегреческого поэта Пиндара, написанные два тысячелетия назад, не забыты по сей день. Не забыты потому, что Олимпийские состязания, проводившиеся на заре цивилизации, продолжают жить в памяти человечества.



Олимпия

Деревня Олимпия, в которой проживали спортсмены, расположена в северо-западной части Пелопонесского полуострова. Здесь находился Алтис (Альтис) – легендарная священная роща Зевса и храмово-культурный комплекс, окончательно сформировавшийся примерно в 6 в. до н.э. На территории святилища располагались культовые здания, монументы, спортивные сооружения и дома, где в период проведения состязаний проживали атлеты и гости.

Вскоре после запрета Олимпийских игр все эти сооружения были сожжены по приказу императора Феодосия II (в 426 г.н.э.), а столетие спустя окончательно разрушены и погребены сильными землетрясениями и разливами рек.



Центром олимпийского мира древности был священный округ Зевса в Олимпии – роща вдоль реки Алфей при впадении в нее ручья Кладей. В этом прекрасном городке Эллады почти триста раз устраивались традиционные общегреческие состязания в честь бога-громовержца. Ветры ионического моря беспокоили могучие сосны и дубы на вершине холма Кронос. У его подножия раскинулась заповедная территория, тишину которой раз в четыре года нарушало олимпийское торжество.

Такова Олимпия, колыбель игр. О ее былом величии напоминают ныне отнюдь не безмолвные руины. Свидетельство античных авторов, статуи и изображения на вазах и монетах воссоздают картину Олимпийских зрелищ.

Возле священной Олимпии вырос впоследствии одноименный городок в окружении апельсиновых и оливковых рощ.





Легенда



Пожалуй, самой популярной в древности была легенда, о которой упоминает в своих песнях в честь победителей Олимпийских игр Пиндар. По этой легенде Игры основал Геракл после свершения своего шестого подвига - очищения скотного двора Авгия, царя Элиды. Авгий обладал неисчислимыми богатствами. Особенно многочисленны были его стада. Геракл предложил Авгию очистить в один день весь его громадный двор, если он согласится отдать ему десятую часть своих стад. Авгий согласился, считая, что такую работу выполнить в один день просто невозможно. Геракл сломал с двух противоположных сторон стену, окружавшую скотный двор, и отвел в него воду реки Алфей. Вода в один день унесла весь навоз со скотного двора, и Геракл снова сложил стены. Когда Геракл пришел к Авгию требовать награды, царь не дал ему ничего, да еще и выгнал его. Геракл страшно отомстил царю Элиды. С большим войском он вторгся в Элиде, победил в кровопролитной битве Авгия и убил его смертоносной стрелой. После победы собрал Геракл войск и всю добычу у города Писы, принес жертвы олимпийским богам и учредил Олимпийские игры, которые проводились с тех пор каждые четыре года на священной равнине.



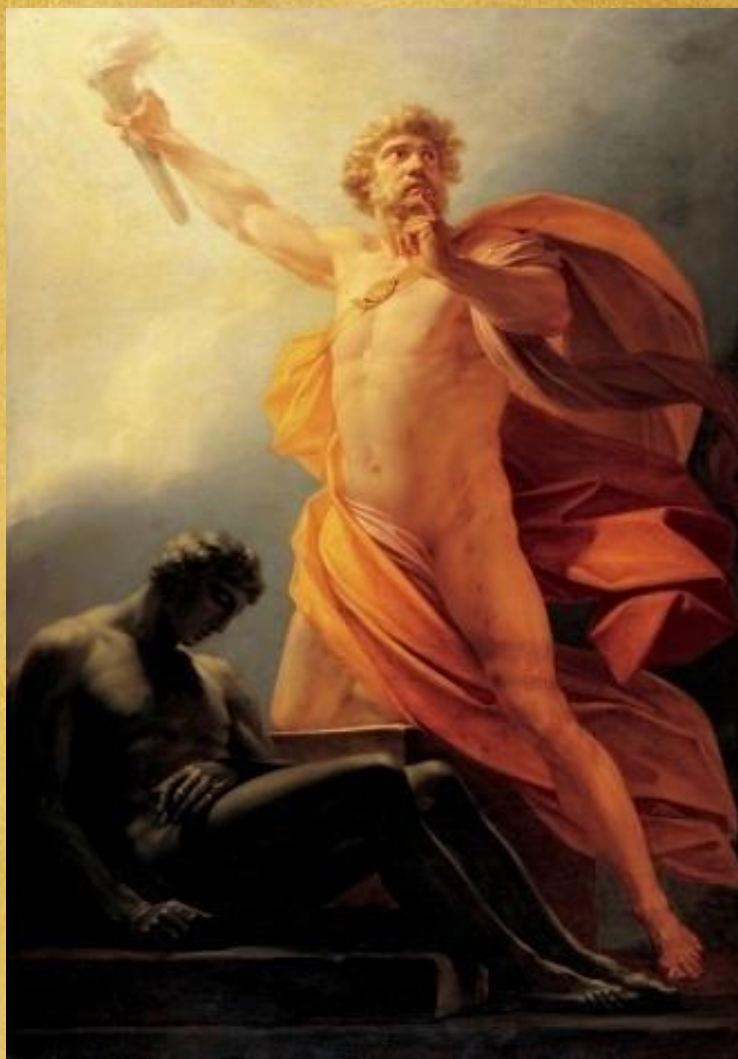
Легенда об Олимпийском Огне



Олимпийский огонь символизирует чистоту, попытку совершенствования и борьбу за победу, а также мир и дружбу.

Ритуал зажжения священного огня происходит от древних греков и был возобновлен Пьером де Кубертенем в 1912 году. Факел зажигают в Олимпии направленным пучком солнечных лучей, образованных вогнутым зеркалом.

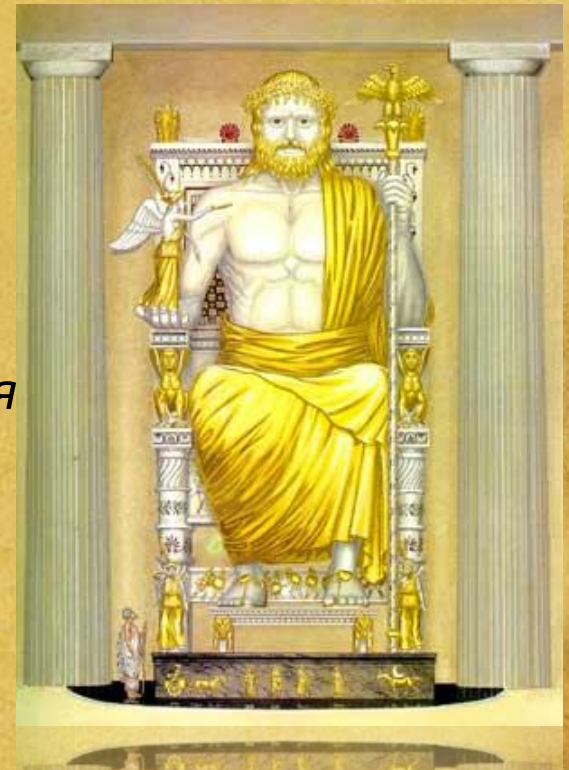




Традиция зажигать огонь на стадионах была начата в 1928 году (на зимних Играх – в 1952 году). Эстафета по доставке факела в город-хозяйин Игр впервые состоялась в 1936 году. Одна из прекраснейших легенд прошлого повествует о богоборце и защитнике людей Прометее, который похитил огонь с Олимпа и принес его в тростнике и научил смертных пользоваться им. Как гласят мифы, Зевс повелел Гефесту приковать Прометея к Кавказской скале, пробил ему грудь копьем, а огромный орел каждое утро прилетал клевать печень титана, но он был спасен Гераклом. И не сказание, а история свидетельствует о том, что в иных городах Эллады существовал культ Прометея, а в его честь проводились Прометей состязания бегунов с горящими факелами.

Подготовка

Прежде чем выступить перед толпой, все желавшие принять участие в состязаниях должны были доказать элладикам, что время, предшествующих состязанию, было посвящено ими предварительной подготовке (греч. προυμνάσματα) и дать в том клятву перед статуей Зевса. Отцы, братья и гимнастические учителя желающих состязаться должны были также поклясться том, что они не будут виновны ни в каком преступлении. За 30 дней все желающие состязаться должны были в Олимпийской гимназии предварительно показать своё искусство .



Соревнования

Древнегреческие атлеты соревновались голыми. От слова "голый" ("гимнос") происходит слово "гимнастика". Обнаженное тело не считалось чем-то стыдным - наоборот, оно показывало, как упорно спортсмен тренировался. Стыдным было иметь неспортивное, нетренированное тело. Женщинам запрещалось не то что участвовать, но и наблюдать за ходом Игр. Если на стадионе обнаруживали какую-нибудь женщину, ее по закону должны были бросить в пропасть.



Изображение бегунов на амфоре.
Эллада. VI в. до н.э.



Состязания

Порядок состязаний объявлялся публике посредством белой вывески (греч. λεύκωμα)

Физические упражнения древнего человека входили в магический церемониал, обрядовые танцы, посвящения, игры, имитируя трудовые, военные и другие действия

Одним из видов соревнований были гонки на колесницах - необычайно опасный вид спорта, часто кони пугались, колесницы сталкивались, жокеи падали под колеса... Иногда до старта доходили лишь две колесницы из десяти. Но все равно, какую бы силу и ловкость не проявил жокей, венок победителя получал не он, а хозяин лошадей.



Состязания - Панкратион



Панкратион (греч. παυκράτιον) — рукопашный бой, в котором соединялись удары руками и ногами и борцовая техника. Слово является производным от греческих слов пан и кратос, то есть означает примерно «всей силой». Этот вид состязаний ввели в Олимпийские игры в честь мифического основателя игр Геракла, который сумел одолеть огромного льва, только задушив его, потому что как шкура льва была неуязвима для оружия.



Бокс

Бокс (греч. πυγμή, лат. pugilatus) добавлен в Олимпийские состязания на 23-й Олимпиаде (688 до.н.э). Особым уважением пользовались боксёры, сумевшие победить, не получив удара от соперника. Боксёры обматывали кисти кожаными ремнями. Однако этот вид состязаний считался самым опасным. Если боксёры уставали, разрешался перерыв для отдыха. Если же и после отдыха победитель не выявлялся, то боксёры обменивались оговорённым числом ударов, не защищаясь. Поединок завершался, как только побеждённый поднимал руку, когда был не в силах оказывать сопротивление.



Пентатлон

Пентатлон (греч. πενταθλον, лат. *quinguertium, pentathlon*) — пятиборье, включавшее бег на стадию, метание диска, метание копья, прыжок в длину и борьбу. Все виды проводились в один день в определённом порядке, начиная с прыжков. Атлеты делились на пары и соревновались между собой.

Победителем считался выигравший у соперника 3 вида состязаний. Затем победители соревновались между собой до тех пор, пока не оставалась финальная пара.

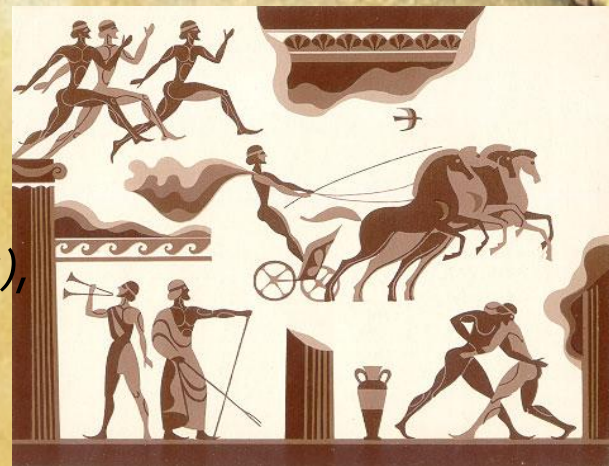


Новые состязания

Первое время в программе Олимпийских игр был только стадион – бег на один стадий (192,27 м), затем число олимпийских дисциплин выросло.

Отметим некоторые кардинальные изменения в программе:

- на 14 Олимпийских играх (724 до н.э.) в программу включен диаулос – бег на 2 стадия, а 4 года спустя – долиходром (бег на выдержку), дистанция которого составляла от 7 до 24 стадиев;
- на 18 Олимпийских играх (708 до н.э.) впервые проведены соревнования по борьбе и пентатлону (пятиборью), включавшему, помимо борьбы и стадиона, прыжки, а также метание копья и диска;
- на 23 Олимпийских играх (688 до н.э.) в программу состязаний вошел кулачный бой;
- на 25 Олимпийских играх (680 до н.э.) добавлены гонки на колесницах (запряженных четырьмя взрослыми лошадьми, со временем этот вид программы расширился, в 5–4 вв. до н.э. стали проводиться гонки колесниц, запряженных парой взрослых лошадей, молодыми лошадьми или мулами);



– на 33 Олимпийских играх (648 до н.э.) появились верховые скачки на лошадях (в сер. 3 в. до н.э. стали также проводиться скачки на жеребьятах) и панкратион – единоборство, соединявшее в себе элементы борьбы и кулачного боя с минимальными ограничениями на «запрещенные приемы» и во многом напоминающее современные бои без правил.



Греческие боги и мифологические герои причастны к появлению не только Олимпийские игры в целом, но и отдельных их дисциплин. К примеру, считалось, что бег на один стадий ввел сам Геракл, лично отмерявший эту дистанцию в Олимпии (1 стадий равнялся длине 600 ступней жреца Зевса), а панкратион восходит к легендарной схватке Тезея с Минотавром.

Награждение



Символическая награда победителю Олимпийских игр в Др. Греции в Олимпии венки сплетенный из ветвей священной оливы (*kalistefanos*). Чести срезать ветви удостоивался юноша из Элиды, у которого еще были живы родители. Затем готовый венок клали на специальную треногу в храме Зевса, где он находился до окончания соревнований. В V в. до н. э. тренога была заменена столиком из золота и слоновой кости работы скульптора Колота, столик установили в храме Геры. Непосредственно по окончании каждого состязания герольд объявлял о решении судей и выкликал победителя, которому вручали пальмовую ветвь. Оливковым венком победителя венчали после окончания всех соревнований. Первым известным истории атлетом, награжденным венком, был Дейклес из Мессении, победитель в беге на 1 стадий во время Олимпийских игр 752 до н. э. Обычай награждения оливковым венком по одной из легенд был введен Гераклом, который привез дерево из страны гипербореев; по другой легенде — Иритом на основе существовавшего обычая в Дельфах. Венок вручали также победителям первых Олимпийских игр современности.

Победитель Олимпийских игр получал вместе с оливковым венком и пурпурными лентами всеобщее признание. Он становился одним из самых уважаемых людей в своем городе (для жителей которого победа земляка на Олимпиаде тоже была огромной честью), его нередко освобождали от государственных повинностей, давали прочие привилегии. Олимпионнику воздавались на родине и посмертные почести. А согласно введенной в 6 в. до н.э. практике, трехкратный победитель Игр мог поставить свою статую в Альтисе.

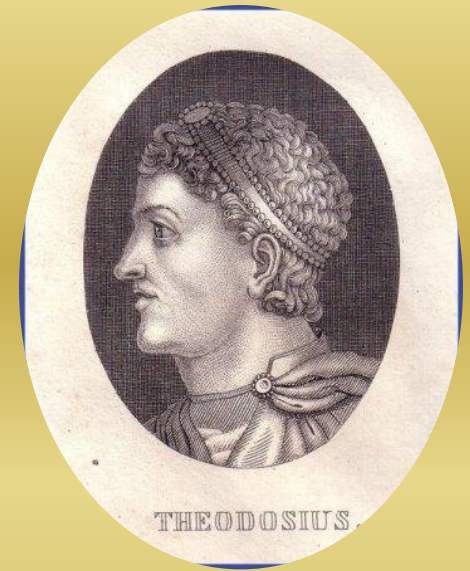
Первым из известных нам олимпиоником стал Корэб из Элиды, одержавший победу в беге на один стадий в 776 до н.э.

Самым знаменитым – и единственным за всю историю древних Олимпийских игр атлетом, побеждавшим на 6 Олимпиадах, – был «сильнейший среди сильных», борец Милон из Кротона. Уроженец греческого города-колонии Кротон (юг современной Италии) и, по некоторым данным, ученик Пифагора, он одержал свою первую победу на 60-й Олимпиаде (540 до н.э.) в соревнованиях среди юношей. С 532 до н.э. по 516 до н.э. он завоевал еще 5 олимпийских титулов – уже среди взрослых атлетов. В 512 до н.э. Милон, которому было уже больше 40 лет, попытался завоевать свой седьмой титул, но уступил более молодому сопернику. Олимпионик Милон являлся также неоднократным победителем Пифийских, Истмийских, Немейских Игр и многих местных соревнований. Упоминания о нем можно найти в трудах Павсания, Цицерона и др. авторов.



Возрождение Олимпийского движения

Олимпийские игры существенно потеряли своё значение с приходом римлян. После того, как христианство стало официальной религией, игры стали рассматриваться как проявление язычества и в 394 н. э. они были запрещены императором Феодосием I.



Олимпийская идея и после запрета античных состязаний не исчезла насовсем. В Англии в течение XVII века неоднократно проводились «олимпийские» соревнования и состязания. Позже похожие соревнования организовывались во Франции и Греции. Тем не менее, это были небольшие мероприятия, носившие, в лучшем случае, региональный характер. Первыми настоящими предшественниками современных Олимпийских игр являются «Олимпиады», которые проводились регулярно в период 1859—1888 годов.



Олимпийские игры, крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования современности, которые проводятся каждые четыре года. Традиция, существовавшая в древней Греции, в конце XIX века была возрождена французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем. Он много размышлял над идеей проведения международных соревнований в целях популяризации спорта. Заметив возросший интерес общества к Античным олимпийским играм, вызванный громкими археологическими открытиями в Олимпии, Кубертен разработал проект возрождения Олимпийских игр и выступил 25 ноября 1892 года в Сорбонне, всемирно известном Парижском университете, с докладом «Возрождение олимпизма».



Образование комитета и некоторые особенности олимпиад

23 июня 1894 года старания Пьера де Кубертена увенчались успехом. На конгрессе в Сорбонне (Парижский университет), было принято историческое решение: «Поскольку нет никаких сомнений в преимуществах, представляемых возрождением Олимпийских игр, как с точки зрения спортивной, так и интернациональной, да будут возрождены эти игры на основах, которые соответствуют требованиям современной жизни».

В последний день конгресса было принято решение о том, что первые Олимпийские Игры современности должны состояться в 1896 году в Афинах, в стране-родоначальнице Игр — Греции. Чтобы организовать проведение Игр, был основан Международный олимпийский комитет (МОК). Первым президентом Комитета стал грек Диметриус Викелас, который был президентом до окончания I Олимпийских Игр 1896 года. Генеральным секретарём стал барон Пьер де Кубертен.



Было решено проводить Игры каждые четыре года. Город, в котором будут проводиться Олимпийские Игры определяется на специальной сессии МОК(международный олимпийский комитет), которая проводится за 7 лет до даты проведения соответствующих игр.

Прием заявок на проведение Игр начинается за 10 лет до даты их проведения, заканчивается за 9 лет, список финалистов определяется за 8 лет, и наконец за 7 лет определяется место проведения.

Официальный Логотип



Логотип Олимпийских Игр решили сделать из пяти сцепленных между собой кругов или колец. Этот символ был разработан основателем современных Олимпийских Игр бароном Пьером де Кубертенем в 1913 году под впечатлением от подобных символов на древнегреческих предметах. Нет подтверждений, что Кубертен связывал число колец с числом континентов, но считается, что пять колец – символ пяти континентов (Европы, Азии, Австралии, Африки и Америки). На флаге любого государства есть по крайней мере один цвет из представленных на олимпийских кольцах.

Олимпийский девиз



Он состоит из трех латинских слов – **Citius, Altius, Fortius**. Дословно это значит «**Быстрее, выше, храбрее**». Однако более распространенным является перевод «**Быстрее, выше, сильнее**» (по-английски – *Faster, higher, stronger*). Фраза из трех слов впервые была сказана французским священником Анри Мартином Дидоном на открытии спортивных соревнований в своем колледже. Эти слова понравились Кубертену и он посчитал, что именно эти слова отражают цель атлетов всего мира.

Олимпийское движение в России

16 марта 1911 года в Петербурге, в бывшем княжеском особняке на Садовой, где размещалось Императорское Российское общество спасения на водах, представители 34 спортобществ двух российских столиц, Риги и других городов учредили Российский олимпийский комитет.

Первую попытку создать национальное олимпийское объединение предпринял генерал Бутовский. В 1892 году, во время командировки во Францию, он познакомился с молодым ученым и энтузиастом спорта Пьером де Кубертенем. Барон предложил генералу стать членом МОК для России, на что получил от него 11 июля 1894 года письменное согласие. Но менее чем через год Алексей Бутовский, энергично принявшийся за создание национального олимпийского комитета, признался Кубертену: "...в России к проблеме физического воспитания относятся с большой долей безразличия. Наша пресса вообще не заинтересована в том, чтобы освещать вопросы физического воспитания... Тем не менее, я не отказался от надежды образовать комитет в поддержку Олимпийских игр"

Наконец, в марте 1911 года в доме общества спасения на водах удалась последняя попытка создать долгожданную олимпийскую организацию. Председательский пост занял 63-летний действительный статский советник Вячеслав Срезневский. Комитет испросил августейшего покровительства у Его Императорского Высочества Великого князя Николая Николаевича.

Собравшиеся на Садовой одобрили проект устава РОК, представив его затем на утверждение правительства. В это время в крупных городах России изучали послание РОК ко всем спортивным организациям. В нем выражалась уверенность в том, что "при правильной организации Россия может показать себя на Олимпийских играх 1912 года с лучшей стороны.

17 мая 1912 года Совет Министров Российской империи дал разрешение министру внутренних дел утвердить устав Российского олимпийского Комитета. При рассмотрении проекта устава в российском МВД возникли политические сложности в связи с участием в Олимпийских играх финских спортсменов. Так как Финляндия входила в состав империи как Великое княжество Финляндское. А в столице княжества, Гельсингфорсе, размещался с мая 1907 года свой Национальный олимпийский комитет, который возглавлял барон Ренхельд фон Виллебрандт, член МОК.

БУТОВСКИЙ Алексей Дмитриевич

(1833-1917)



Бутовский занимает почетное место и в плеяде пионеров олимпийского движения. Он стоял у истоков неоолимпизма, современных Олимпийских игр, современного олимпийского движения, был первым членом МОК от России (1894—1990), активным участником Первой олимпиады современности, участником III Олимпийского конгресса. В его трудах зафиксированы многие существенные события зарождающегося на рубеже столетий международного олимпийского движения. В области физического воспитания Бутовский проявил себя как многогранный деятель, как ученый и практик: историк, теоретик, методист, организатор и руководитель учебных центров по подготовке специалистов для этой сферы. Забота о воспитании грамотных специалистов была постоянно центральной в деятельности этого человека.



Заседание Олимпийского комитета. Афины, 1896 г. Сидят слева направо: Пьер де Кубертен (Франция), Димитрос Бикелас (Греция), А.Д.Бутовский (Россия). Стоят слева направо: В.Геххард (Германия), И.Гут-Ярковский (Богемия), Ф.Кемени (Венгрия), В.Балк (Швеция).

Несмотря на то, что в спортивной периодической печати внимание Олимпийским играм уделялось немного, на спортивную жизнь России они оказали несомненное влияние: в стране начинают активно развиваться олимпийские виды спорт: велоспорт, гребля и парусный спорт, тяжелая атлетика, борьба, конькобежный и лыжный спорт, футбол, а отечественные спортсмены начинают побеждать на международных состязаниях.

Олимпийская Клятва

Текст клятвы предложил Пьер де Кубертен, впоследствии он несколько изменился и сейчас звучит так:

«От имени всех участников соревнований, 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 чести наших команд».

Клятву принимают также тренеры и официальные лица команд. Спортивные судьи также принимают клятву, текст которой адаптирован для этих целей. Впервые олимпийская клятва прозвучала в 1920 году, а клятва арбитров – в 1968 году в Мехико. В 2000 году на Олимпиаде в Сиднее впервые в тексте клятвы появились слова о неиспользовании допинга в соревнованиях.

Девиз «Быстрее, выше, сильнее!»

Олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее!» впервые появился на второй парижской Олимпиаде Париж, Франция (5–27 июля 1924 года). Именно на парижской Олимпиаде впервые появился олимпийский девиз («Быстрее, выше, сильнее!»), и, что более печально, в последний раз подготовкой к главному соревнованию четырехлетия руководил отец-основатель олимпийского движения – Пьер де Кубертен.

Первая Олимпиада в СССР



Решение о выборе столицы Олимпийских Игр-1980 МОК принимал на 75-й сессии 23 октября 1974 году в Вене. Игры проходили в Москве с 19 июля по 3 августа 1980 года.

Фантастическое открытие, пышное, яркое, незабываемое!

Впервые идея проведения Олимпийских игр в Москве возникла у Председателя Спорткомитета СССР Сергея Павловича Павлова в апреле 1969 года. В тот раз голосование закончилось победой Монреаля (Олимпиада-1976). Несколько лет спустя Павлов убедил руководство страны выставить кандидатуру Москвы ещё раз.

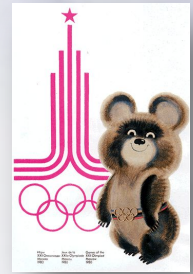
Местом проведения церемонии открытия была выбрана Большая спортивная арена Центрального стадиона имени В. И. Ленина. Одна за другой национальные олимпийские команды проследовали по беговой дорожке стадиона, в традиционном марше приветствия. В танцевальных и спортивных сюжетах церемонии открытия, длившейся около 3 часов, участвовало свыше **16 тысяч** спортсменов, самодеятельных и профессиональных артистов.

Талисман Игры



Талисманом игр стал медведь. Спрашивается, почему именно медведь? Во-первых медведь — известный герой русских народных сказок и не смотря на всю свою видимую грозность, он всегда являлся нам в сказках добрым, мудрым и разумным. Одновременно Медвежонок олицетворял в себе физическую силу и находчивость, те качества, которые так необходимы спортсменам. Именно поэтому комитет по проведению Олимпиады-80 выбрал Мишку Косолапого символом этого мероприятия.

Соревнования



Часть соревнований Олимпиады-1980 было решено проводить в других городах СССР, а именно: парусные регаты стартовали в Таллине; предварительные игры футбольного турнира состоялись в Киеве, Ленинграде и Минске; соревнования по пулевой стрельбе прошли на стрельбище «Динамо» в подмосковных Мытищах.

В общей сложности было разыграно 203 комплекта наград. Из них 150 в личных дисциплинах, и 53 в командных соревнованиях. В сравнении с предыдущими играми на играх в Москве дебютировали новые дисциплины, это:

Легкая атлетика — ходьба на 50 километров.

Тяжелая атлетика — 1-я весовая категория, наилегчайший вес.

Дзюдо — на предыдущих играх соревнования проводились в 6 весовых категориях, начиная с Игр в Москве в 8 новых категориях.

Хоккей на траве — турнир женских сборных.

Парусный спорт — регата яхт класса «Звездный».



Несмотря на отсутствие на играх большого числа высококлассных спортсменов из стран, бойкотировавших соревнования (из-за ввода советских войск на территорию Афганистана), Олимпиада оказалась необычайно щедрой на высокие достижения. За 14 дней соревнований спортсмены, представляющие все 5 континентов, установили 74 олимпийских, 39 европейских и 36 мировых рекордов.



Сочи-2014

Ровно в 15.20 по местному, гватемальскому времени (в Москве уже наступило 5 июля) президент МОК Жак Рогге вскрыл конверт, преподнесенный ему юной гимнасткой, и зачитал вердикт, по которому столицей Зимних Олимпийских Игр становится город Сочи. Президент МОК и мэр Сочи подписали контракт на проведение зимних Олимпийских игр 2014 года. Теперь осталось только освоить \$ 12 млрд. И провести Олимпиаду.

Сочи - уникальное место. На побережье можно насладиться прекрасным весенним днем, в то время как в горах - настоящая зима. Настоящий снег - гарантирован.

Олимпийский комплекс в Сочи станет первым спортивным центром мирового класса в новой России. Хотел бы отметить, что после распада СССР, Россия лишилась всех горных спортивных объектов. Великолепный спортивный центр в Сочи станет подарком всем спортсменам - нынешним и будущим олимпийцам, гражданам России и всем ее зарубежным гостям. Сочи станет новым курортом мирового класса в новой России и во всем мире

Россия готова к проведению зимних Олимпийских и Паралимпийских игр в 2014 году. И вся олимпийская семья будет чувствовать себя в Сочи как дома.

Все семь городов-претендентов на проведение зимних Олимпийских игр 2014 года успели прислать в Международный олимпийский комитет (МОК) в Лозанне свои заявки. Крайним сроком для подтверждения своих заявок для Сочи (Россия), Зальцбурга (Австрия), Хаки (Испания), Алма-Аты (Казахстан), Пхенчхана (Южная Корея), Софии (Болгария) и Боржоми (Грузия) была полночь среды.

Непосредственно перед голосованием прошли презентации городов-претендентов.

На территории России Олимпийские игры пройдут во второй раз

(до этого в Москве, когда она была столицей СССР, проходили XXII Летние Олимпийские Игры 1980), и впервые — зимняя Олимпиада.

Талисманы, знаки и символика

Талисманом и символом зимней Олимпиады-2014 жители Сочи выбрали дельфина на лыжах. Голосование проходило 2 марта 2008 года вместе с выборами Президента России на всех избирательных участках города среди 270 тыс. избирателей. Однако, после того, как результаты голосования были обнародованы, представитель оргкомитета «Сочи-2014» отметил, что официально талисман зимних Игр будет объявлен не ранее 2011 года.



Источники

Учебники:

- учебник для 5-ого классов «Физическая культура» . А. П. Матвеев. «Просвещение» 2006 г.
- учебник для 5-6-7 классов «Физическая культура». М. Я. Вишневский. «Просвещение» 2007 г.

Сайты:

<http://olymp2010.rian.ru>

<http://20th.su/2009/07/06/>

<http://www.olympichistory.info>

<http://ru.wikipedia.org/wiki/>