



BILD 1: Projektet ”OS i Skolan” presenteras

BILD 2: Vad är Olympiska spel?

Tävlingar mellan individer eller lag – men ej mellan nationer – arrangeras vart fjärde år. En olympiad är perioden från och med ett sommar-OS till nästa.

Sommar-OS inleder Olympiaden. Vinter-OS inrymmer idrotter som utövas på is och snö.

Numreringen av OS är för sommar-OS i löpande ordning oberoende av avbrott med start från Aten 1896. För Vinter-OS i den ordning de genomförs med start från Chamonix 1924.

I Sochi i Ryssland 2014 hålls de XXII:e vinterspelen och i London 2012 arrangeras den XXX:e olympiaden.

BILD 3: Den Olympiska flaggan

Den Olympiska flaggan består av fem sammanflätade ringar i färgerna från vänster blått, gult, svart, grönt och rött på vit botten. Den Olympiska symbolen representerar unionen av de fem kontinenterna och de Olympiska Spelen. Den presenterades för första gången av Pierre de Coubertin vid Pariskongressen 1914.

BILD 4: Det Olympiska mottot

Det Olympiska mottot är

Citius – Altius – Fortius vilket betyder Snabbare – Högre– Starkare

BILD 5: Chartersn och den Olympiska Rörelsen

Chartern kan samtidigt sägas vara stadgar för Internationella Olympiska Kommitten (IOK). Av chartern framgår bland annat målet för den Olympiska rörelsen:

”Målet för den Olympiska rörelsen är att bidra till byggandet av en fredlig och bättre värld genom utbildning av ungdom genom idrott utan diskriminering av någon och i den olympiska andan, vilket kräver ömsesidig förståelse med en anda av vänskap solidaritet och ärligt spel”.

Samt:



”Den Olympiska rörelsens aktivitet är ständigt fortgående och världsomfattande. Den når sin höjdpunkt vid sammanförandet av världens idrottsmän och kvinnor i den stora festivalen, de Olympiska Spelen”.

En olympisk strävan är att utnyttja en unik möjlighet till utveckling. Genom deltagande i Olympiska spel erhåller man en universell tillhörighet; man kommer för alltid att vara olympier.

BILD 6: Olympisk historia

Olympiska Spelens ursprung är Olympia, en liten ort på västra Peloponnesos i Grekland.

Sedan urminnes tider dyrkade man Zeus och i samband med de religiösa offerfesterna förekom även idrottstävlingar. Offren och festligheterna till Zeus ära avtog dock så småningom. När hungersnöd och pest drabbade området i början av 800-talet f.Kr. frågade man oraklet i Delfi till råds. Oraklet svarade att Zeus var vred för att man försummat att dyrka honom i Olympia. Med anledning av detta slöts 884 f.Kr. ett fördrag mellan kungarna i Elis, Pisa och Sparta om att återuppta de religiösa ceremonierna i Olympia till Zeus ära.

Från 884 f.Kr. pågick Olympiska Spelen oavbrutet i 1277 år fram till 393 e.Kr. då de förbjöds av den romerske kejsaren Theodosius. Man räknar med att de Olympiska Spelens glanstid under antiken, ur idrottslig synvinkel, inföll under åren 576-476 f.Kr. Senare forskning anger vanligen 400-talet f.Kr som spelens höjdpunkt, då segrarna också fick sätta upp sina statyer. Dessa utstrålade det antika skönhetsidealet, harmoniskt utvecklade män, som endast tävlade för äran. När det olympiska programmet var som störst stod 20 tävlingar i 13 olika grenar på programmet.

Under antiken tävlade man bland annat i löpning en, två och 24 stadionlängder (en stadionlängd 192 meter), brottning, boxning, pankration (en blandning mellan boxning och brottning), femkamp, kappridning och körning med två och fyrspann.

BILD 7: Pierre de Coubertain

Den som återupplivade de Olympiska Spelen i modern tid var fransmannen Pierre de Coubertin. På en internationell kongress i Paris 1894, drev han igenom beslutet att återuppta de Olympiska Spelen. Han hävdade betydelsen av internationella idrottstävlingar för att hindra stridigheter mellan nationerna och skapa fred. Han är känd för att ha myntat det välkända orden:

”Det viktigaste i livet är inte att segra, utan att kämpa väl”



BILD 8: Svensk OS-historia

Under 1800-talet gjordes i Sverige, England och Grekland lokala försök att återuppliva de Olympiska Spelen. I Sverige hölls Olympiska tävlingar i Helsingborg 1834 och 1836 och även i Stockholm 1843.

Den som återupplivade de Olympiska Spelen i modern tid var fransmannen Pierre de Coubertin, som på en internationell kongress i Paris 1894, drev igenom beslutet att återuppta de Olympiska Spelen. På kongressen deltog Sverige med två representanter från Svenska Gymnastikförbundet, herrarna Fredrik Bergh och Sten Drakenberg.

För att ta hand om spelen valdes en Internationell Olympisk kommitté. Bland ledamöterna var bland annat Viktor Balck, ”den svenska idrottens fader”, som blev invald trots att han inte var med på kongressen. De första spelen hölls i Aten 1896. Cirka 245 aktiva ställde upp varav de flesta kom från Grekland. Totalt deltog 15 länder och man tävlade i nio sporter i 43 grenar. Trots att Sverige genom Bergh och Drakenberg var en av ”grundarna” till spelen, gjordes det inte i Sverige något större väsen av spelen i Aten. Balck gjorde inte mycket reklam för spelen, vilket innebar att bara två personer anmälde sig för att åka till Aten. Av de två var det bara en, Henrik Sjöberg, som kunde skaffa fram pengar till resan. Nu var Sverige i ganska gott sällskap. Storbritannien som ju sedan länge haft egna lokala Olympiska Spel skickade bara fem aktiva till Aten. De två engelska IOK-ledamöterna var inte särskilt intresserade av spelen och de som åkte gjorde det på eget initiativ. Den brittiska truppen blev till slut dubbelt så stor, då fem i Grekland bosatta briter också ställde upp! De första spelen blev trots allt en stor succé och det fanns stora förväntningar på kommande spel.

I Paris 1900 och St Louis 1904 kopplades spelen ihop med de pågående världsutställningarna vilket gjorde att spelen blev utspridda i tiden. Det tog fem till sex månader att genomföra spelen, vilket gjorde att de blev misslyckade och den olympiska tanken förfelades.

Mycket stod på spel när London skulle arrangera spelen 1908. Spelen blev en succé med över 2000 aktiva från 22 länder som ställde upp i 22 sporter och 110 grenar. Succén i London räddade de Olympiska Spelens framtid. Succén fortsatte i Stockholm 1912 då Viktor Balck höll i trådarna och arrangerade spelen efter mönster från London. 1924 arrangerades de första Vinterspelen i Chamonix.



BILD 9: Olympiska idrotter

För att inkluderas på det Olympiska programmet måste en idrott uppfylla följande villkor:

1. För sommar-OS vara ”widely practiced” av män i minst 75 länder och fyra kontinenter och av kvinnor i minst 40 länder och tre kontinenter.
2. För vinter-OS vara ”widely practiced” av män och kvinnor i minst 25 länder och tre kontinenter.
3. Vara godkänd för införande minst sju år före aktuellt OS.

För en disciplin, till exempel alpin skidåkning, som är en del av en idrott och bestående av en eller flera ”events” (grenar) gäller samma regler som för en idrott.

För en gren som till exempel störtlopp för herrar gäller:

1. Att den måste ha en godkänd internationell nivå både antalsmässigt och geografiskt samt ha förekommit minst två gånger på världs- eller kontinentmästerskap.
2. En gren kan tillåtas bli införd fyra år före aktuellt OS.

Utöver dessa villkor kan tilläggas:

1. Idrotter, discipliner eller grenar som väsentligen är beroende av mekanisk kraft/motorer kan inte accepteras.
2. En enstaka gren kan inte samtidigt ges både individuell- och lagplacering, det vill säga flera medaljer kan inte utdelas för samma prestation.
3. Idrotter, discipliner och grenar som inte uppfyller de grundläggande reglerna kan trots detta efter beslut av IOK få vara kvar på det Olympiska programmet för den Olympiska traditionens skull.

Sommaridrotter

Vinteridrotter

Badminton

Alpint

Basketboll

Backhoppning

Bordtennis

Bob och Rodel

Boxning

Curling

Brottning

Freestyle-hopp



Bågskytte	Freestyle- puckelpist
Cykel	Freestyle- skicross
Fotboll	Ishockey
Friidrott	Konståkning
Fäktning	Nordisk Kombination
Golf from 2016	Skeleton
Gymnastik	Skidor, längd
Handboll	Skidor, sprint
Judo	Skidskytte
Kanot	Skridsko
Landhockey	Skridsko, short track
Modern Femkamp	Snowboard-alpint
Ridsport	Snowboard-halfpipe
Rodd	Snowboardcross
Rugby	
Segling	
Simhopp	
Simning	
Skyttesport	
Taekwondo	
Tennis	
Triathlon	
Tyngdlyftning	
Volleyboll	



BILD 10: Den Olympiska elden

1928 infördes den Olympiska elden som 1936 tändes för första gången i Olympia, för att i ett fackeltåg föras till Berlin som då arrangerade spelen. Den olympiska elden tänds alltid av solens strålar i Olympia, Grekland. Elden symboliserar strävan efter perfektion och kampen för seger, fred och vänskap.

BILD 11: Städer som arrangerat sommar-OS

SOMMAR- OS

1896 Aten

1900 Paris

1904 St Louis

1908 London

1912 Stockholm

1920 Antwerpen

1924 Paris

1928 Amsterdam

1932 Los Angeles

1936 Berlin

1948 London

1952 Helsingfors

1956 Melbourne

1956 Stockholm

1960 Rom

1964 Tokyo

1968 Mexico City

1972 München

1976 Montreal



1980 Moskva

1984 Los Angeles

1988 Seoul

1992 Barcelona

1996 Atlanta

2000 Sydney

2004 Aten

2008 Peking

2012 London

BILD 12: Städer som arrangerat vinter-OS

VINTER -OS

1924 Chamonix

1928 St Moritz

1932 Lake placid

1936 Garmisch

1948 St Moritz

1952 Oslo

1956 Cortina

1960 Squaw Valley

1964 Innsbruck

1968 Grenoble

1972 Sapporo

1976 Innsbruck

1980 Lake Placid

1984 Sarajevo



1988 Calgary
1992 Albertville
1994 Lillehammer
1998 Nagano
2002 Salt lake city
2006 Turin
2010 Vancouver
2014 Sochi

BILD 13: 1916, 1940, 1944, 1964, 1980

Spelen 1916, 1940 och 1944 inställdes på grund av världskrigen. Men trots de påtvingade uppehållen ökade intresset för Olympiska Spel världen över.

1948 i London och 1952 i Helsingfors slog deltagarrekorde trots att det i stort sett var samma program. 1964 växer spelen med nya sporter och med fler grenar i de redan etablerade sporterna. Från 1960-talet har det tillkommit en rad nya nationer. 1960 i Rom deltog 83 länder med drygt 5000 aktiva varav 600 var kvinnor. 2004 i Aten var antalet nationer 201 och deltagarantalet 10625 varav 4329 var kvinnor. Med de Olympiska Spelens allt större betydelse trängde de politiska frågorna också på.

1964 uteslöts Sydafrika ur IOK på grund av landets rasdiskrimineringspolitik som var i strid med de olympiska reglerna.

1976 bojkottades spelen i Montreal av ett stort antal afrikanska stater eftersom Nya Zeeland hade idrottsutbyte med Sydafrika.

1980 organiserade USA en bojkott mot spelen i Moskva i protest mot Sovjets ingripande i Afghanistan.

1984 i Los Angeles, svarade Sovjetunionen och flertalet öststater med en motbojkott.

1992 var Sydafrika tillbaka i den Olympiska familjen sedan apartheidpolitiken fallit. Politiska bojkotter har visat sig verkningslösa och efter 1984 har spelen varit förskonade.



BILD 14: Vilka får delta i Olympiska spel?

Den grundläggande regeln är ”Eligibility Code”, tidigare populärt kallad amatörregeln.

Den innebär att: Varje Internationellt förbund fastställer den egna sportens deltagarregler i enlighet med den Olympiska Charter. Dessa deltagarregler skall godkännas av IOK.

Ansvar för tillämpningen av deltagarreglerna ligger hos de Internationella förbunden, de till dem anslutna nationella specialförbunden och de Nationella Olympiska Kommittéerna inom respektive ansvarsområde.

Alla deltagare i Olympiska Spel ska:

1. Respektera Fair Play och icke-våld samt uppträda i enlighet med detta på tävlingsbanorna.
2. Vägra utnyttja ämnen eller utföra handlingar som ej tillåts i IOK:s eller IF:s regler.
3. Respektera och i alla hänseenden åttlyda IOK:s Medical Code.
4. Ingen deltagare i Olympiska Spel får tillåta sin person, sitt namn, foto eller idrottsliga kunnande utnyttjas för reklamändamål under de Olympiska Spelen.
5. Anmälan till deltagande i Olympiska Spel får icke vara villkorligt av någon finansiell överenskommelse.

BILD 15: OS-maskotar!

OS-maskoten är en viktig del i marknadsföringen för den stad som arrangerar spelen. OS-maskotar dök upp för första gången till sommarspelen i Mexiko 1968. För vinterspelens del gjorde maskoten debut 1980 i Lake Placid.

Nedan är en lista över namnen på de maskotar som förekommit:

Sommarspel:

- Mexiko 1968 - en namnlös jaguar
- München 1972 - Waldi
- Montréal 1976 - Amik
- Moskva 1980 - [Misha](#)
- Los Angeles 1984 - Sam
- Seoul 1988 - Hodori
- Barcelona 1992 - Cobi



- Atlanta 1996 - Izzy
- Sydney 2000 - Olly, Syd, Millie
- Aten 2004 - Athena & Phevos
- Peking 2008 - Fem barn, kallade **fuwa**: BeiBei - en fisk, JingJing - en panda, HuanHuan - den olympiska elden, YingYing - en antilop och NiNi - en svala.
- London 2012 - Wenlock och Mandleville

Vinterspel:

- Lake Placid 1980 - Roni
- Sarajevo 1984 - Vuchko
- Calgary 1988 - Hidy & Howddy
- Albertville 1992 - Magique
- Lillehammer 1994 - Kristin & Hakon
- Nagano 1998 - Snowlets
- Salt Lake City 2002 - Powder, Copper, Coal
- Turin 2006 - Neve, Gliz
- Vancouver 2010 - Sumi, Quatchi & Miga

Hämtat från www.wikipedia.se

BILD 14: Vad gör IOK, SOK och SOA?

Den **Internationella Olympiska Kommittén (IOK)** bildades i Paris den 23 juni 1894. Initiativtagare var fransmannen Pierre De Coubertin. De grundläggande reglerna för den Olympiska rörelsen finns i den Olympiska Charter.

IOK:s uppgift är att leda den olympiska rörelsen. Utöver IOK omfattar den olympiska rörelsen de Nationella Olympiska kommittéerna (NOC), de Internationella Förbunden (IF), Organisationskommittéerna för de Olympiska Spelen (OCOG), de nationella förbunden samt de personer som tillhör dessa – aktiva och ledare.

De uppgifter som **enligt den Olympiska Charter** åvilar de Nationella Olympiska Kommittéerna kan sammanfattas så här:

1. Utveckla och skydda den Olympiska Rörelsen i landet.
2. Främja utvecklingen av elitidrott
3. Ha den exklusiva rätten beträffande landets deltagande i Olympiska Spel.
4. Välja den stad som får ansöka om att arrangera Olympiska Spel i landet.
5. Bevara sin självständighet.



Sveriges Olympiska Kommitté (SOK)

Sveriges Olympiska Kommitté bildades den 27 april 1913 i Klocktornet på Olympiastadion.

SOK är det högsta organet för handläggandet av olympiska frågor inom idrotten i Sverige. Kommittén består av ordinarie medlemsförbund (samtliga förbund med idrotter på det olympiska tävlingsprogrammet) och så kallade ”recognized förbund” (av Internationella Olympiska Kommittén godkända idrotter, men ej med på det olympiska tävlingsprogrammet).

SOK:s huvudsakliga arbetsuppgifter består av:

1. Organisera och genomföra Sveriges deltagande Olympiska Spel
2. Förberedelser för deltagande i Olympiska Spel
3. Uttagning av aktiva
4. Elitidrottsutveckling
5. Internationellt arbete
6. Marknadsföring och sponsring

SOK fördelar via egna sponsormedel drygt 50 miljoner kronor årligen till svensk olympisk idrott.

SOK har för sin idrottsliga satsning en långsiktig handlingsplan, Olympiskt program.

Det långsiktiga målet är:

1. En framgångsrik idrottsnation med medaljkapacitet i många idrotter
2. 20 medaljer varav 5 guld vid sommar- och vinter-OS senast 2020

Det är självklart att satsningen ska ske inom ramen för etiskt korrekta metoder. Lika självklart är att se idrotten som en del i de aktivas totala livssituation. Idrottsgrenar med individer och lag som har potential för världstoppen prioriteras. Alla OSidrotter värderas lika.

Stödet koncentreras så att de bästa och de som bedöms som de största talangerna får möjlighet att fullt ut göra det som krävs. Stödet ska vara tydligt riktat och skräddarsys med hänsyn till idrott och den aktives behov.

SOK:s olympiska program ger stöd och utveckling till OSF (Olympiska Special Förbund) via två delprogram:



1. Topp- och talangprogrammet

Topp- och talangprogrammet innebär stöd till aktiva som presterat resultat i världstoppen och stöd till aktiva med bedömd långsiktig kapacitet att nå världstopp.

Den individuella satsningen och stödet är långsiktigt och grundas på en fyra till åtta års lång utvecklingsplan som preciseras för varje år. Behoven för en optimal satsning styr stödet.

Antalet aktiva i programmet anpassas efter tillgängliga resurser. De aktiva ska kunna göra det som krävs i den utvecklingsfas de är inne i utan kompromisser av resursskäl.

Utvecklingen av *insats*, *kapacitet* och *resultat* följs upp löpande för alla aktiva i gruppen.

2. Supportprogrammet

SOK har ett centralt resursteam med specialister på olika ämnesområden som är viktiga för att utveckla prestationsförmågan. Teamet ska ge stöd till tränare och aktiva för planering, uppföljning och individanpassning. Det ska också kunna ge stöd när OSF tar fram verktyg som kravanalyser, långsiktiga utvecklingsstrategier. Genom resursteamet kan OSF få stöd till utvecklingsprojekt när det gäller metoder, nya träningsidéer och uppföljning/utvärdering.

Sveriges Olympiska Akademi (SOA) bildades den 29 november 1989 med uppgift att utbilda och informera om den olympiska tanken. Dess huvudman är Sveriges Olympiska Kommitté (SOK) och Akademiens kansli är detsamma som SOK:s. Internationell huvudman är Internationella Olympiska Akademin (IOA), med säte i Aten. SOA:s ordförande är Tomas Gustafsson, olympisk guldmedaljör i skridskor 1984 och 1988.

Akademiens arbete har koncentrerats på följande arbete:

1. Deltagande i IOA:s sessioner i Olympia.
2. Deltagande i övriga nordiska akademiernas sessioner.
3. Stöd till forskningsprojekt inom den olympiska rörelsen, bl. a litteratursammanställning över olympiskt källmaterial, översättning av Coubertins skrifter från franska till svenska.
4. Framtagande av mindre informationsskrift om olympiska rörelsen att användas av skolor, föreningar, OS-truppen m.fl.



5. Bistå med hjälp för att föra ut informationen om olympiska rörelsen.
6. Olympiskt nätverk – nätverket arbetar med vidareutbildning. Nätverkets medlemmar verkar för att sprida kunskap om den olympiska rörelsen på skolor, föreningar, företag m.m.

BILD 17: Vad vinner man i ett olympiskt spel?

Medaljerna i London väger 375-400 gram. De är 85 mm i diameter och 7 mm tjocka.

Guldmedaljen är tillverkad av 92,5 % silver och 1,34 % guld, resten är koppar. Den måste innehålla minst 6 gram guld.

Silvermedaljen är gjord av 92,5 % silver och resten koppar.

Bronsmedaljen är tillverkad av 97,0 % koppar, 2,5% zink och 0,5% tenn.

BILD 18: Den Olympiska hymnen

Den olympiska hymnen godkändes av IOK vid sessionen i Tokyo 1958. Den är komponerad av greken Spiros Samaras. Första gången hymnen spelades var vid OS i Aten 1896. Om ni vill lyssna kan ni söka på Internet.

BILD 19: Hur finansieras spelen?

Sedan 1980 står inkomsterna från TV-rättigheterna för en väsentlig del av spelens finansiering. TV-pengarna går inte bara till arrangörerna utan också till IOK och de internationella specialförbunden, samt till de nationella olympiska kommittéerna. Över 90 procent av IOK:s samtliga inkomster går tillbaka till idrotten.

BILD 20: Kommer Sverige få arrangera OS någon gång?

Grunden för val av en OS-ort är en ansökan från den kandiderande staden med godkännande av den Nationella Olympiska Kommittén. Vidare måste vederbörande lands regering garantera att spelen kan genomföras i enlighet med den Olympiska Charter. Val äger rum vid IOK:s session sju år innan OS äger rum. En teknisk utvärdering sker av samtliga kandidatstäder innan de går vidare till en finalomgång. Inga IOK-ledamöter, utöver de som är med i den utvärderingskommission som gör den tekniska utvärderingen av kandidatstäderna, får besöka en kandidatstad. Röstberättigade är samtliga IOK-ledamöter.



Valet fortgår tills en stad har erhållit en majoritet av rösterna. När valet är klart ger IOK uppdraget till den Nationella Olympiska Kommittén och värdorten att organisera OS.

BILD 20: Hur väljs de olika idrotterna ut?

För att inkluderas på det Olympiska programmet måste en idrott uppfylla följande villkor:

1. För sommar-OS vara ”widely practiced” av män i minst 75 länder och fyra kontinenter och av kvinnor i minst 40 länder och tre kontinenter.
2. För vinter-OS vara ”widely practiced” av män och kvinnor i minst 25 länder och tre kontinenter.
3. Vara godkänd för införande minst sju år före aktuellt OS. För en disciplin, till exempel alpin skidåkning, som är en del av en idrott och bestående av en eller flera ”events” (grenar) gäller samma regler som för en idrott.

För en gren som till exempel störtlopp för herrar gäller:

1. Att den måste ha en godkänd internationell nivå både antalsmässigt och geografiskt samt ha förekommit minst två gånger på världs- eller kontinentmästerskap.
2. En gren kan tillåtas bli införd fyra år före aktuellt OS.

Utöver dessa villkor kan tilläggas:

1. Idrotter, discipliner eller grenar som väsentligen är beroende av mekanisk kraft/motorer kan inte accepteras.
2. En enstaka gren kan inte samtidigt ges både individuell- och lagplacering, det vill säga flera medaljer kan inte utdelas för samma prestation.
3. Idrotter, discipliner och grenar som inte uppfyller de grundläggande reglerna kan trots detta efter beslut av IOK få vara kvar på det Olympiska programmet för den Olympiska traditionens skull.

BILD 22: OS i Skolan

Materialet är sammanställt av ”OS i Skolan” utifrån skriften ”Den Olympiska Rörelsen”, utgiven av SOK och SOA