



**Олимпийские игры** – это главные спортивные соревнования, лучших спортсменов. В стране, где давным - давно в далеком прошлом, впервые проводились Олимпийские игры, считается – Древняя Греция. Это Родина Олимпийских игр. А именно почитаемое греками, святилище – Олимпия. Люди этой страны жили очень беспокойно, враждовали. И вот однажды Царь Ифит обратился к мудрецу с вопросом: «Что сделать, чтобы народ не враждовал?» И мудрец посоветовал провести спортивные игры, которые сдружили бы всех греков. Люди в Греции очень любили спорт и обрадовались такому решению. В год Олимпийских игр глашатаи разносили по городам радостную весть: «Все в Олимпию!» В состязаниях мог участвовать любой желающий. Олимпийские игры посвящались богу Зевсу. Продолжались игры пять дней. В первый день атлеты приходили в храм в Олимпию, по велению самого главного греческого бога Зевса, повелителя грома и молнии, зажигали от солнечного луча священный огонь, и давали клятву – бороться честно. Эта традиция сохранилась и до наших дней.





Главным атрибутом каждой олимпиады являются пять сплетённых цветных колец, они обозначают дружбу между людьми всех континентов: Европы, Азии, Африки, Австралии и Америки.

**Синий цвет** кольца - цвет Дружбы, цвет Европы.

**Черный цвет** - цвет Африки.

**Красный цвет** - цвет Америки.

**Желтый цвет** - цвет Солнца, цвет Азии.

**Зеленый** - цвет травы, цвет Австралии.

### **Пальчиковая нейрогимнастика**

**Пять колец, пять кругов –**

**Знак пяти материков.**

**Знак, который означает**

**То, что спорт, как общий друг,**

**Все народы приглашает,**

**В свой всемирный,**

**Мирный круг!**

Одновременно на двух руках показать кольца, соединив большой палец последовательно со всеми остальными пальцами

Делаем руками рукопожатия, сначала одна рука сверху, потом друг

Сцепить пальцы двух рук между собой, и поднять вверх большой круг из рук



## Талисманы зимней олимпиады в Китае 2022

Китай выбрал талисманом -панду, это животное является достоянием страны. Назвали талисман Олимпиады БИН Дунь-Дунь. Бин в китайском языке означает лёд, а иероглиф Дунь – здоровый, жизнерадостный. А ещё в Китае ласково обращаются к детям.



**ПАНДА БИН ДУНЬ-ДУНЬ ФОНАРИК СЮЭ ЖУНЬ-ЖУНЬ**

**Какой Китай без знаменитых фонариков?**

Летающий фонарик, популярный во всём мире, является частью традиционной культуры Китая и ассоциируется с праздниками, урожаем, яркостью и процветанием. Фонарику дали имя Сюэ Жун Жун. Иероглиф «Сюэ» обозначает снег. Повторение «Жун» отсылает к теплу и таянию снега.



**Зажжение олимпийского огня** – главный ритуал на торжественном открытии игр. Олимпийский огонь один из символов Олимпийских игр, его зажигают в городе проведения игр во время их открытия, и он горит непрерывно до их окончания. Огонь доставляют из самой Олимпии.

Олимпийский огонь зажигали в Древней Греции как напоминание о подвиге Прометея, который похитил огонь у Зевса и подарил его людям. Это стало символом к стремлению к высоким целям в борьбе со злом.

**У каждой олимпиады есть свой талисман** – это обычно изображение животных или любимых сказочных персонажей той страны, где проводятся игры.

Мишки (Калгари), Американский енот. Талисманом олимпиады Москва – 80 был бурый медвежонок Миша. На олимпиаде в Сочи – 2014 талисманами были сразу 3 животных: леопард, белый медведь и заяц.





## **Олимпийская викторина**

Назовите зимнюю командную игру?

(хоккей)

Кто судит соревнования? (Судья)

Кто болеет за спортсменов? (болельщики, зрители)

Кто по снегу быстро мчится, провалиться не боится? (лыжник)

Кто самый главный в команде? (капитан)

Какое самое почётное место в соревнованиях? (первое)

Чем награждается победитель соревнований? (медалью)

Какую медаль дают за 1-е место? (золотую)

Какую медаль дают за 2-е место?  
(серебряную)

Какую медаль дают за 3-е место?  
(бронзовую)

Что изображено на олимпийском флаге?  
(олимпийские кольца)

Назовите девиз Олимпиады? («Быстрее, выше, сильнее»)

Назовите талисман Олимпиады 2022г. в Китайском Пекине (панда Бин Дунь-Дунь и фонарик Сюэ Жун-Жун)

## Глазная гимнастика

### «Тренировка»



Раз – налево, два – направо,  
Три – наверх, четыре — вниз.  
А теперь по кругу смотрим,  
Чтобы лучше видеть мир.  
Взгляд направим ближе, дальше,  
Тренируя мышцу глаз.  
Видеть скоро будем лучше,  
Убедитесь вы сейчас!  
А теперь нажмем немного  
Точки возле своих глаз.  
Сил дадим им много – много,  
Опустить взгляд вниз.  
Чтоб усилить в тыщу раз!  
Быстро поморгать.