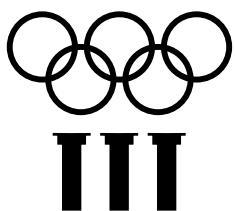


Ausstellungs-  
führer

# DIE OLYMPISCHE REISE

DAUERAUSSTELLUNG



DAS  
OLYMPISCHE  
MUSEUM

# Die Reise

Dieser „Ausstellungsführer“ gehört zu einer Serie von Dokumenten, die Lehrkräften die Vorbereitung eines Besuches des Olympischen Museums mit ihrer Schulklasse erleichtern sollen.

Dazu gehören „Lehrmittel“, welche die verschiedenen Themen der Ausstellungen präsentieren und vertiefen, sowie Aufgabenblätter, die im Anschluss an den Museumsbesuch mit der Klasse im Schulzimmer gelöst werden können.

Der Besuch kann mit Hilfe von interaktiven Tablets durchgeführt werden. Die Schüler und Schülerinnen können die Ausstellung autonom in kleinen Gruppen erkunden.

Dieses Erlebnis kann durch einen von den «Coachs» des Museums geleiteten Workshop ergänzt werden. Dank dieser Mediatoren entdecken die Kinder spielerisch und ihrem Alter entsprechend ein olympisches Thema.

Weitere Informationen auf Französisch und Englisch: [www.olympic.org/pedagogie](http://www.olympic.org/pedagogie)

**Herausgeber**  
© CIO, Das Olympische Museum, Lausanne  
2. Ausgabe, 2019

**Autoren**  
DidWeDo s.à.r.l.  
Abteilung Kultur- und Lehrprogramme

**Pädagogische Prüfung**  
DidWeDo s.à.r.l.  
Sylvie Delisle, Sekundarschule Prilly

**Grafik**  
DidWeDo s.à.r.l.

Dieses Dokument ist auf Deutsch, Französisch und Englisch verfügbar.  
Es kann heruntergeladen werden unter [www.olympic.org/pedagogie](http://www.olympic.org/pedagogie).

**Bildnachweis**  
Alles  
außer S. 6 (links)

© CIO  
© TOUBIS

# Verwendung des Lehrmaterials

In diesem „Ausstellungsführer“ werden vier didaktische Hilfsmittel vorgestellt, die bei der Vorbereitung des Museumsbesuchs nützlich sein können.

---

## Lehrziele

Die Lernziele der Ausstellung sind auf Seite 4 beschrieben.

---

## Aufgaben und Animationen

Für jedes Thema werden der Lehrkraft Vorschläge für Aktivitäten gemacht, um die Thematik während des Ausstellungsbesuchs oder im Klassenzimmer je nach Alter der Schüler anhand von Fragen, Diskussionen oder Aufgaben zu vertiefen.



---

## Lehrmittel

Für jedes angesprochene Thema werden der Lehrkraft zusätzliche Lehrmittel angeboten, die auf der Website des Museums abrufbar sind: [www.olympic.org/musee](http://www.olympic.org/musee).

Sie können direkt mit dem Klick auf den Bezugstext angegebene Ressource zu gehen.

### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele?
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“

# Ablauf des Rundgangs

## Die Olympische Reise

**Wer in die Geschichte der Olympischen Spiele eintaucht, entdeckt eine einzigartige internationale Veranstaltung, die von menschlichen Werten geprägt ist.**

Anhand von Themen rund um die Olympischen Spiele können über vernetzte, fachübergreifende Ansätze vielerlei Brücken zum Lehrplan geschlagen werden.

In der Dauerausstellung können Themen wie Körper und Gesundheit, Wissenschaft und Technik, Demokratiebewusstsein, Mentalität sowie Kunst und Kreativität angesprochen werden.

Diese Broschüre richtet sich an Lehrkräfte, die einen Museumsbesuch mit ihrer Klasse planen. Sie gibt einen Überblick über die Ausstellung und legt besonderes Augenmerk auf Aspekte, die für die Schüler speziell spannend sind. Die Verweise auf den Lehrplan sind jeweils angegeben und es werden verschiedene Aufgaben und Diskussionsthemen zur Vorbereitung des Ausstellungsbesuchs vorgeschlagen.

Der Ausstellungsbesuch umfasst 11 Etappen. In der Broschüre wird jede Etappe auf einer Doppelseite präsentiert, wobei der Ausstellungsbereich und die dort verfügbaren Hilfsmittel jeweils kurz beschrieben und zwei Themen oder Aspekte dieses Bereichs im „Fokus“ vertieft erläutert werden.

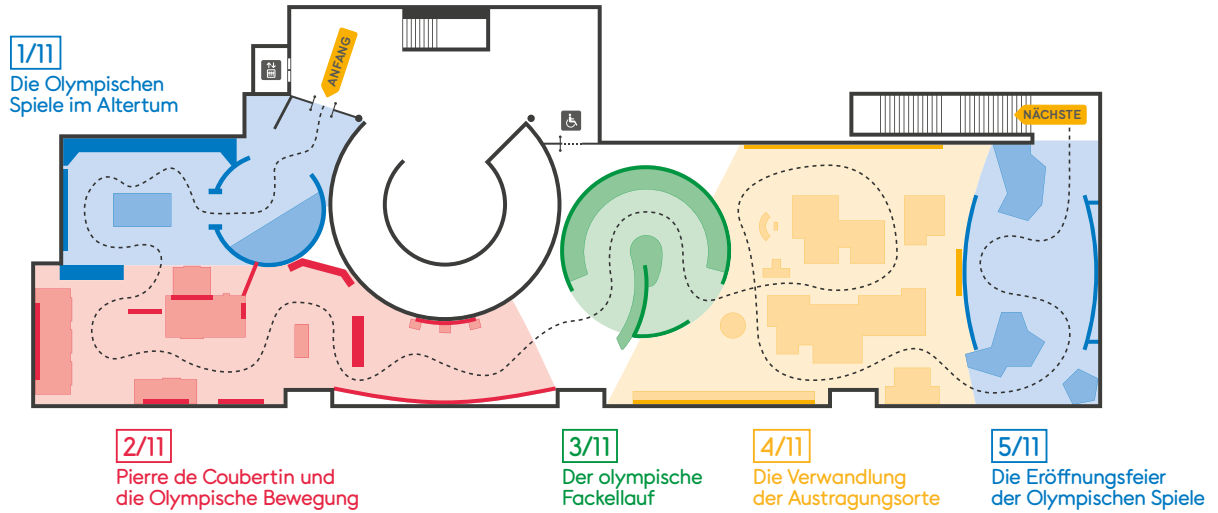
### Pädagogische Ziele

- Den Glauben und die Rituale, die das Leben der antiken Griechen prägte, verstehen.
- Das 19. Jahrhundert in seinem gesellschaftspolitischen Zusammenhang mit Baron Pierre de Coubertin thematisieren.
- Das Erbe der Olympischen Spiele und der Olympischen Bewegung beleuchten und darlegen, wie sie auch heute noch die Sitten und Bräuche beeinflussen.
- Über die Fackelläufe und Eröffnungsfeiern in die Kultur der Gastländer der Olympischen Spiele eintauchen.
- Anhand der Architektur der olympischen Dörfer ein Gespür für die technischen, städtebaulichen und ökologischen Herausforderungen unserer Zeit schaffen.
- Unter Berücksichtigung von Merchandising, Bildsprache und Logos die Sinne für Kreativität und Design schärfen.
- Wichtige Ethikfragen ansprechen.
- Die Bedeutung von Wissenschaft und Technik im Sport und zum Schutz der Athleten erfassen.
- Am Beispiel des olympischen Dorfes mit seinen Bewohnern aus aller Welt das Leben in der Gemeinschaft erörtern.
- Der eiserne Wille und das harte Training zur Sprache bringen, das Spitzensportler zum Erreichen ihrer Ziele brauchen.
- Themen aus dem Bereich Körper und Gesundheit behandeln.

# Ablauf des Rundgangs

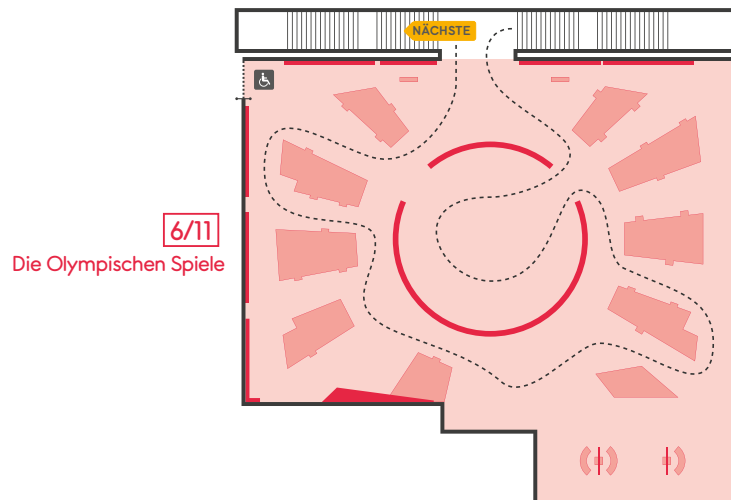
## +1

### Die Olympische Welt



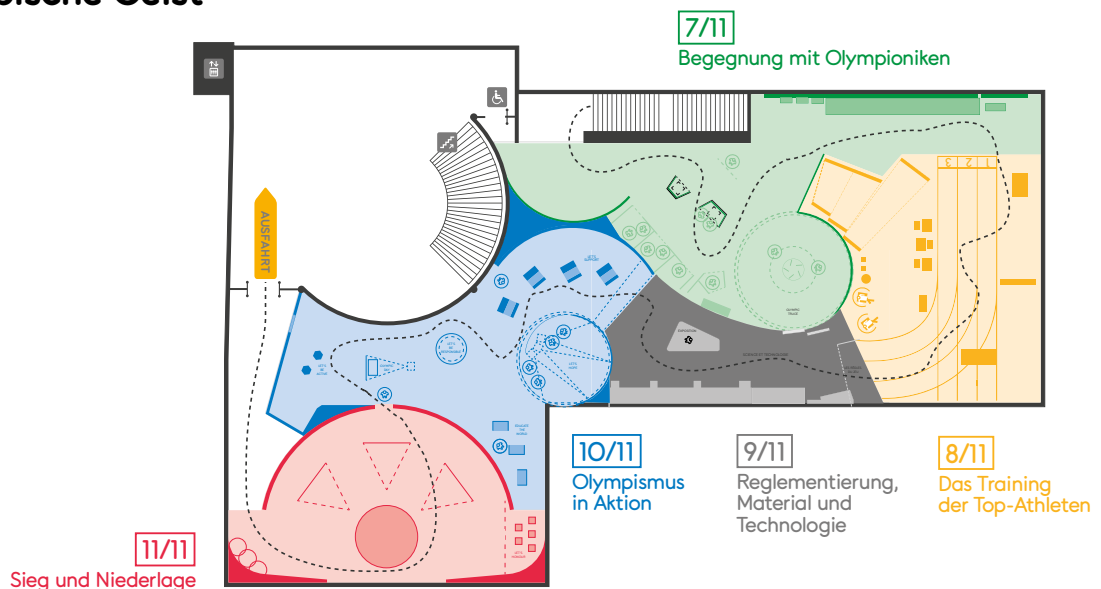
## 0

### Die Olympischen Spiele



## -1

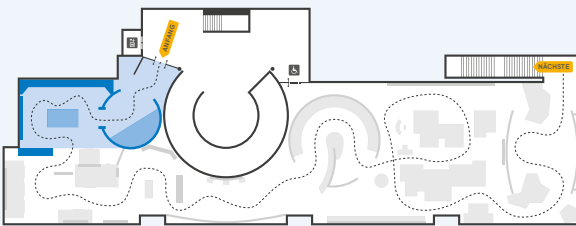
### Der Olympische Geist



1/11

# Die Olympischen Spiele im Altertum

+1



## Die Festspiele in Olympia

**Epoche:** Altertum. Erste schriftliche Überlieferung, 776 v. Chr.

**Ort des Geschehens:** Heiligtum von Olympia, Peloponnes, Griechenland.

**Geschehnisse:** Olympiaden, sportliche Wettbewerbe alle 4 Jahre.

**Wer:** alle Griechen oder Hellenen (Griechenland und Kolonien); Athleten, Rhetoriker, Dichter, Politiker, Künstler, Händler usw.

**Bedeutung:** heilige Festspiele zu Ehren von Zeus. Wille zur Vereinigung des hellenischen Volkes mittels der Versammlung von Menschen gleicher Herkunft, gleicher Sprache und gleichen Glaubens. Es wird eine Waffenruhe zwischen den Stadtstaaten eingehalten, um sicher nach Olympia gelangen zu können, keine Konflikte während der Festspiele.

### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 2-3
- Dokumentationsatz „Die olympischen Schwerpunkte“, Mappe „Die Olympischen Spiele des Altertums“



Die Olympische Welt – Ausstellungsbereich „Der Ursprung der Olympischen Spiele“.

## Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

### Zur Thematisierung des Standorts Olympia:

- Durch Immersion (Film) Olympia entdecken; 40'000 Menschen sind an den Festspielen anwesend.
- Im interaktiven Modell die verschiedenen Bauwerke des Standorts erkunden (heiliger Bereich / profaner Bereich).

### Zur Thematisierung der Mythologie und des sakralen Charakters der Festspiele:

- Anhand von Film und Modell den Zeus-Tempel und die Zeus-Statue von Phidias auskundschaften.
- Über die interaktive Infosäule mehr erfahren über den Modell-Athleten Herakles – im Zentrum stehen der Zeus-Tempel und die Metopen, welche die zwölf Arbeiten des Helden illustrieren.

### Zur Thematisierung der Athleten und der Sportarten im Programm:

- Gemalte Szenen auf den Vasen in der Vitrine. Diese Gegenstände ergänzen sich mit den interaktiven Infosäulen, die Erläuterungen zu Sportarten, Ausrüstung, Trainingsmethoden und Vorbereitung des Körpers liefern.
- Sequenzen experimenteller Archäologie zur konkreten Darstellung der Sportarten im antiken Griechenland.
- Rekonstruktion der Wettbewerbe anhand von Bildern auf Grossleinwand.

1/11

# Die Olympischen Spiele im Altertum



Illustrationen der Stätte von Olympia mit dem profanen und dem heiligen Bereich.



Die Sportarten im Programm der Olympischen Spiele des Altertums mit auf Vasen gemalten Szenen.

## FOKUS: Der Standort Olympia

Olympia ist eine heilige Stätte. Alle vier Jahre werden dort sportliche Wettbewerbe zu Ehren des Zeus abgehalten, die „Olympischen Spiele“.

Olympia ist in zwei Bereiche unterteilt:

**Der heilige Bereich**, die **Altis**, umfasst Tempel, 3000 Statuen und Altäre. Im Zentrum thront der Tempel des Zeus und darin eines der sieben Weltwunder der Antike, die berühmte 12 Meter hohe Zeus-Statue (aus Elfenbein und Gold), und die Metopen (Reliefplatten), welche die zwölf Arbeiten des Herakles darstellen. Der Legende zufolge soll Herakles zu Ehren seines Vaters Zeus das Stadion erbaut haben, dessen Länge 600 Mal seinem Fuß entspricht.

**Der profane Bereich** mit seinen zivilen Bauwerken für das Training und die Wettkämpfe, wie dem Stadion (damals eine rechteckige Bahn von 192 m Länge), der Palestra, dem Gymnasium und dem Hippodrom, sowie den Gebäuden für die Verwaltung und den Gästempfang dient als Austragungsort für die Festspiele. Über 40 000 Menschen finden während der Festspiele Platz in Olympia.

## Fokus: Die Sportarten im Programm

Das Programm umfasste nur Einzelsportarten.

Die **Wettläufe** (die Läufer sind barfuß und nackt)

- Sprint: der Stadion-Lauf über eine Stadionlänge
- Mittelstrecke: der Diaulos über zwei Stadionlängen, einmal hin und zurück
- Langstrecke: der Dolichos über 7 bis 24 Stadionlängen
- Waffenlauf: 2 bis 4 Stadionlängen in Militärmontur.

Die **Kampfsportarten**

- Faustkampf: die Hände werden mit Lederriemen geschützt
- Ringen: gekämpft wird mit bloßen Händen
- Pankration: Mischform aus Ringen und Faustkampf mit bloßen Händen.

Der **Pentathlon**

- Diskuswerfen: aus dem Stand mit einem Diskus von 1 bis 5 kg
- Speerwerfen: mit einem Lederriemen wird die Rotation erzeugt
- Weitsprung: ohne Anlauf, mit Hanteln für den Impuls
- Wettlauf und Ringen.

Die **Pferde- und Wagenrennen**

- Rennen der Quadrigen: Viergespanne, über 12 km
- Rennen der Bigen: Zweigespanne, über 10 km
- Berittenes Pferderennen: ohne Sattel.



6-9

Weshalb sind die beiden Bereiche getrennt? Ist das in einer Schule auch so (Lernbereich und Pausenbereich)?



9-12

Welche heiligen Stätten für die verschiedenen Religionen gibt es heute?



12+

Was sind die zwölf Arbeiten des Herakles? Die griechische Mythologie mit ihren Riten und Göttern.



6-9

Welche Sportarten der Antike werden auch heute noch ausgeübt? Wie haben sie sich verändert?



9-12

Um den Kunststil der Antike zu verstehen, eine olympische Sportart von heute auf einen Gegenstand unseres Alltags (z. B. eine Trinkflasche) aufzeichnen.



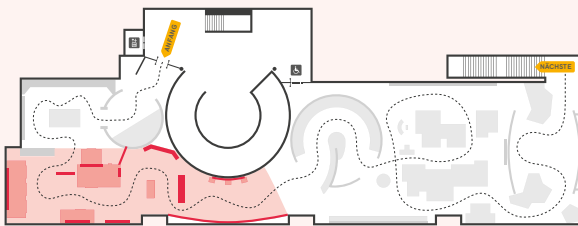
12+

Wozu diente der Riemen beim Speerwurf? Wozu die Hanteln im Weitsprung?

2/11

# Pierre de Coubertin und die Olympische Bewegung

+1



## Pierre de Coubertin

**Epoche:** Ende 19. Jahrhundert

**Ort des Geschehens:** Büro von Pierre de Coubertin, Paris, Frankreich.

**Der Mann:** Pierre de Coubertin (geb. 1863), ein Sportler, Pädagoge und Visionär, der sein Leben der Erziehung durch den Sport widmet.

**Sein Projekt:** Die Wiedereinführung der Olympischen Spiele mit der Gründung des IOC im Jahr 1894, die ersten Olympischen Spiele der Neuzeit in Athen im Jahr 1896.

**Sein Erbe:** Die Olympische Bewegung entwickelt sich im Laufe des 20. Jahrhunderts stetig weiter und wird universell. Coubertin ist sich der Bedeutung einer „Marke“ für ein Produkt bewusst und erfindet die fünf Ringe.

### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 4-5
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte, Mappe „Olympismus und Olympische Bewegung“



Die Olympische Welt – Ausstellungsbereich „Die Erneuerung der Olympischen Spiele“.

## Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

### Zur Thematisierung von Pierre de Coubertin:

- Bilder, Gemälde, Gegenstände von und über Coubertin und seine Familie.

### Zur Thematisierung der Vision von Pierre de Coubertin (die Wiedereinführung der Olympischen Spiele):

- Interaktives Journal über den sozialpolitischen Hintergrund der damaligen Zeit, der die Ideen und die Vision Coubertins beeinflusst hat.
- Audiovisuelle Installation über seine Vision und die Meilensteine der Entwicklung der Olympischen Spiele der Neuzeit.

### Zur Thematisierung der fünf Ringe (olympische Fahne) und der anderen identitätsstiftenden olympischen Elemente:

- Eine der ersten olympischen Fahnen.
- Interaktive Infosäule mit Informationen zur Entwicklung der olympischen Fahne und ein Spiel, um die Bedeutung der fünf ineinander verschlungenen Ringe zu verstehen.
- Das olympische Motto, die olympische Hymne und die olympische Charta.

### Zur Thematisierung der Olympischen Bewegung:

- Freske über die wichtigsten Entwicklungsschritte der Olympischen Bewegung.
- Drei Infosäulen zu den drei Pfeilern der heutigen Olympischen Bewegung – das Internationale Olympische Komitee (IOC), die nationalen Olympischen Komitees (NOK), die internationalen Sportverbände.



2/11

## Pierre de Coubertin und die Olympische Bewegung



Die Olympischen Spiele von Sotschi 2014 – Riesige Installation auf der Langlaufanlage.



Dr. Thomas Bach, IOC-Präsident.

### FOKUS: Die olympischen Ringe

Die fünf ineinander verschlungenen Ringe stehen für die fünf Erdteile, die im Sport vereint sind, und für das Zusammentreffen von Athleten aus aller Welt an den Olympischen Spielen. Sie bilden eines der weltweit bekanntesten Embleme überhaupt.

Auf der olympischen Fahne sind die Ringe, von links nach rechts, in blau, gelb, schwarz, grün, rot auf weißem Grund dargestellt.

Keine der Farben ist einem bestimmten Kontinent zugeordnet. Pierre de Coubertin wählte diese sechs Farben weil in jeder Flagge der damaligen Welt mindestens eine dieser Farben vorkommt, was auch heute noch weitgehend der Fall ist.

Die Ringe erscheinen erstmals 1913 in einem Briefkopf, handgezeichnet und koloriert von Coubertin.

Die olympische Fahne weht erstmals an den Olympischen Spielen von Antwerpen 1920 in einem Olympiastadion. Es nehmen jedoch bereits seit Stockholm 1912 Athleten aus den fünf Kontinenten an den Olympischen Spielen teil.



6-9

Der Kreis wird oft verwendet, um Informationen zu vermitteln – Beispiele finden.



9-12

Wieso soll ein Symbol universell sein? Welche anderen Organisationen haben ein Emblem (UNO)?



12+

Ein Emblem erfinden, das die kulturelle, sprachliche, religiöse Vielfalt usw. der Schulklasse zusammenfasst.

### FOKUS: Die Olympische Bewegung

Am 23. Juni 1894 gründet Pierre de Coubertin die Olympische Bewegung. Ziel ist, die Jugend zur Ausübung von Sport zu erziehen, um eine friedliche Welt zu errichten. Von Anfang an verleiht er der Bewegung eine internationale Dimension, die sich im Laufe des 20. Jahrhunderts weiterentwickelt, um schliesslich wirklich universell zu werden.

Die Olympische Bewegung beruht auf drei Hauptpfeilern: dem Internationale Olympische Komitee (IOC), den nationalen Olympischen Komitees (NOK) und den internationalen Sportverbänden. Der Präsident der Olympischen Bewegung (derzeit Thomas Bach) repräsentiert das IOC und lenkt all seine Aktivitäten.

Die Mission der Olympischen Bewegung beschränkt sich nicht auf die Organisation der Olympischen Spiele. Seit mehr als hundert Jahren beteiligt sie sich an zahlreichen Projekten, zum Beispiel:

- Internationaler Tag des Sports für Entwicklung und Frieden: Förderung von Sport und körperlicher Aktivität als universelle Sprache.
- Gleichstellung von Mann und Frau im Sport: an den Olympischen Spielen von London 2012 sind 45 Prozent der Teilnehmenden Frauen und sie sind in allen Sportarten des Olympia-Programms vertreten.
- Nachhaltige Entwicklung: Planung, Management und Umsetzung von Olympischen Spielen mit möglichst geringen negativen Auswirkungen auf die Umwelt in einem nachhaltigen und sozialen Rahmen.



6-9

Die Bedeutung unseres Verhaltens gegenüber anderen, der Umwelt, seiner Familie ansprechen.



9-12

Gemeinsam eine Sache finden, für die man sich einsetzen möchte, und darüber nachdenken, wie die anderen Schüler der Schule zum Mitmachen animiert werden können.



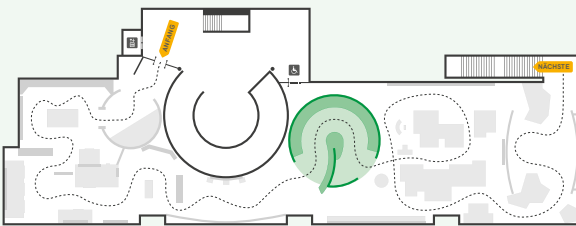
12+

Wie können Firmen, Sportverbände oder Stars usw. helfen, Werte zu verteidigen? Ist das ihre Aufgabe? Müssen sie mehr tun? Was ist überhaupt ein Wert?

3/11

## Der olympische Fackellauf

+1



### Der olympische Fackellauf

**Kurz gesagt:** Das Olympische Feuer wird ein paar Monate vor den Olympischen Spielen in Olympia entzündet. In einem Fackellauf wird es von tausenden Läufern bis zu seinem Bestimmungsort, dem Olympiastadion, getragen, wo es an der Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele eine Feuerschale entfacht.

Der Fackellauf ist eine Erfindung der Olympischen Spiele der Neuzeit und wird erstmals 1936 veranstaltet.

**Bedeutung:** Mit dem Fackellauf werden die Olympischen Spiele angekündigt. Das Feuer wird von Hand zu Hand (und von Fackel zu Fackel) weitergereicht und symbolisiert so den Frieden und die Verbundenheit zwischen den Völkern aus aller Welt.

#### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 10-11
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“,  
Mappe „Das Olympische Feuer und der Fackellauf“



Die Olympische Welt – Ausstellungsbereich „Das Olympische Feuer“.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

#### Zur Thematisierung der Entzündung des Feuers in Olympia:

- Der Hohlspiegel (bündelt die Sonnenstrahlen).
- Film über die Entzündungszeremonie in Olympia.

#### Zur Thematisierung des Fackellaufs:

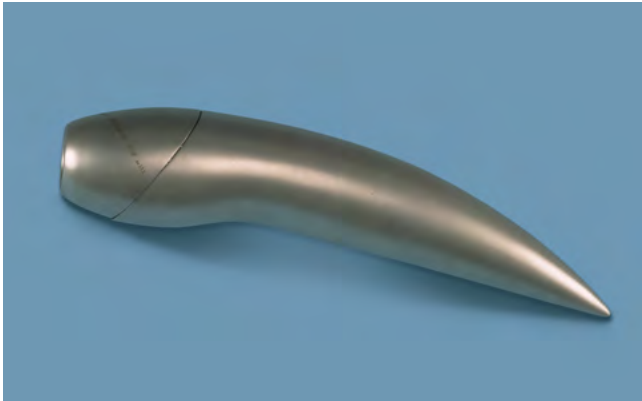
- Die vollständige Sammlung aller Fackeln der Olympischen Sommer- und Winterspiele seit dem ersten Fackellauf (1936).
- Entsprechende Infosäulen erläutern die Route jedes Fackellaufs und geben Auskunft über jede Fackel.

#### Zur Thematisierung der technischen Funktionsweise einer Fackel:

- Die gesplante Fackel zeigt die Gaspatrone.
- Sicherheitslampen für den Transport des Feuers im Flugzeug und für seinem Schutz.

3/11

## Der olympische Fackellauf



Die Olympischen Spiele von Albertville 1992 – Von Philippe Stark gestaltete Fackel.



Traditionelle Zeremonie zur Entzündung des Olympischen Feuers im griechischen Olympia.

### FOKUS: Die olympischen Fackeln

Als **Emblem der Olympischen Spiele** prägt das Fackeldesign seine Epoche. Die Weiterentwicklung der Materialien hat zur Folge, dass die Formen moderner und die Farben kühner werden. Manche Fackeln wurden von berühmten Designern gestaltet, wie z. B. Philippe Stark (Albertville 1992) oder Pininfarina (Turin 2006).

Ihre Konzipierung ist eine technische Herausforderung, denn die Fackeln müssen schwierigen Witterungsverhältnissen standhalten und für die ungewöhnlichsten Transportarten geeignet sein. Ab dem ersten Fackellauf im Rahmen der Olympischen Spiele von Berlin 1936 werden zahlreiche Brennstoffe getestet, auch Olivenöl! Heute wird das Feuer über eine einfache Gaspatrone im Griff der Fackel genährt.

**Jede Fackel** ist einmalig und ein richtiges Kunstwerk für das Gastgeberland. Jene von Nagano wurde von der traditionellen japanische Fackel inspiriert, jene von Sydney erinnert an den Bogen eines Bumerangs und an das Opernhaus der Stadt. So bleibt die Fackel ihrer Symbolkraft zwar treu, wird jedoch mit jeder neuen Olympia-Ausgabe anders gestaltet und neu interpretiert.



6-9

Die Fackel der eigenen Stadt gestalten und die Elemente erläutern.



9-12

Welche Symbolik (Symbole, Materialien usw.) könnte als Inspiration für die Fackel der eigenen Stadt dienen?



12+

Sich eine Fackel ausdenken, die zu 100 % im eigenen Land hergestellt wird: Aus welchen Elementen besteht sie? Könnte man sie herstellen?

### FOKUS: Die Organisation des Fackellaufs

**Die Zeremonie** zur Entzündung des Olympischen Feuers findet Monate vor den jeweiligen Olympischen Spielen vor den Ruinen des Hera-Tempels in Olympia statt. In einem Hohlspiegel werden die Sonnenstrahlen gebündelt und das so entstandene Feuer von der Hohepriesterin an den ersten Fackelläufer im antiken Stadion übergeben. Dann wird das Feuer nach Athen getragen, wo es an die Vertreter des Gastgeberlandes der Olympischen Spiele überreicht wird.

**Die Route** des Fackellaufs kann von den Organisatoren vor dem Hintergrund einer historischen, kulturellen oder aktuellen Thematik frei gestaltet werden. Für jede Etappe, bei der das Feuer an den nächsten Läufer weitergegeben wird, gibt es eine Feier, zu der möglichst viele Menschen jeden Alters eingeladen sind, um gemeinsam den olympischen Geist zu zelebrieren. Die Fackelträger sind sowohl bekannte Persönlichkeiten als auch Unbekannte.

Die Route des Fackellaufes von Sotschi verlief über mehr als 56 000 km und dauerte 123 Tage, wobei das Olympische Feuer von 14 000 Menschen auf russischem Boden, auf dem Nordpol, unter Wasser im Baikalsee und sogar im Weltraum weitergereicht wurde.



6-9

An welchen Orten im eigenen Land sollte der Fackellauf unbedingt vorbeiführen?



9-12

Welches Thema könnte der Fackellauf im eigenen Land haben?



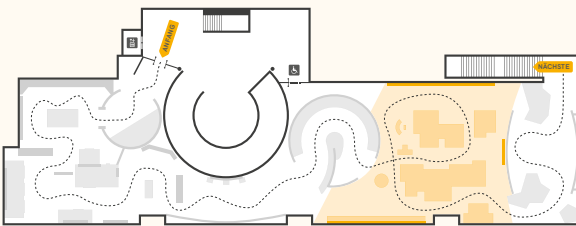
12+

15 Fackelläufer des eigenen Landes auswählen (Persönlichkeiten aus Sport, Politik, öffentlichem Leben, Wirtschaft usw.); jeder argumentiert und verteidigt seine Auswahl.

4/11

## Die Verwandlung der Austragungsorte

+1



### Die Verwandlung der Austragungsortes

**Kurz gesagt:** Für den Austragungsort sind die Olympischen Spiele eine wahre Triebkraft für städtebauliche, architektonische, technische und kulturelle Innovationen.

**Erbe:** Jede Auflage der Olympischen Spiele geht in die Geschichte ein. Die Olympischen Spiele können den Austragungsort tiefgreifend verwandeln.

**Identität:** Jede Ausgabe der Olympischen Spiele hat ihre eigene visuelle Identität, die den gesamten Austragungsort „erfüllt“.



Die Olympische Welt – Ausstellungsbereich „Die Austragungsorte“.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

**Zur Thematisierung der Art und Weise, wie die Städte die Olympischen Spiele aufnehmen und sich vor der ganzen Welt präsentieren:**

- Die Würfel, die die neun Vorbereitungsjahre eines Austragungsortes darstellen und jede wichtige Etappe beschreiben.
- Die Inseln über die Architektur, den Städtebau und die nachhaltige Entwicklung mit Modellen, Bildern und Multimedia-Infosäulen.
- Die Insel zur visuellen Identität der Olympischen Spiele.
- Die Insel zu den Medien an den Olympischen Spielen, die zeigt, dass die Austragungsorte die Gelegenheit nutzen, dass Medien aus aller Welt vor Ort sind, um ihr Image zu fördern und neue Touristen anzulocken.

**Zur Thematisierung des geschichtlichen Hintergrunds jeder Olympia-Ausgabe im 20. und 21. Jahrhundert:**

- Eine interaktive, chronologische Mauer mit einem Film über die Olympia-Ausgaben und ihre Epoche.

**Zur Thematisierung der kulturellen Aspekte der Olympischen Spiele:**

- Die Plakate der Kultur-Olympiaden, welche die Kunst und Kultur des Gastgeberlandes ins Scheinwerferlicht rücken.

#### Lehrmittel

- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“,  
Mappe „Die Olympia-Plakate“

4/11

## Die Verwandlung der Austragungsorte



Olympische Spiele von Beijing 2008 – Das Nationalstadio (Vogelnest).



Olympische Spiele von Vancouver 2010 – Die Maskottchen Miga und Quatchi.

### FOKUS: Stadien und nachhaltige Entwicklung

Mit ihrem **architektonischen** Wagemut symbolisieren die Silhouetten der Stadien während Jahrzehnten die Dynamik der Austragungsorte. Im Olympiastadion, dem Herzstück im bunten Treiben der Olympischen Spiele, finden die Eröffnungs- und Schlussfeier sowie die Leichtathletikwettbewerbe statt.

Eine **nachhaltige Architektur** dieser Bauwerke sichert ihnen eine Lebensdauer weit über die Olympischen Spiele hinaus. Die Architekten benötigen heute beim Bau der Infrastruktur und den Renovierungsarbeiten Erfindergeist, Sinn für das Praktische und ein Bewusstsein für das städtische Umfeld und verwenden dabei die neusten Technologien und Materialien.

Ein paar Beispiele illustrieren dieses Streben nach Nachhaltigkeit:

- Das **Fassungsvermögen** des Stadions von London wurde nach den Olympischen Spielen von 80 000 auf 25 000 Plätze reduziert.
- **Temporäre Stadien** können in andere Städte verlegt oder für andere Sportarten umgebaut werden.



Wie viele Sportarten werden in der Turnhalle der Schule ausgeübt? Welches sind die Vor- und Nachteile?



Wie alt ist das Stadion eurer Stadt? Wie wird es genutzt? Wie kann seine Nutzung verbessert werden?



Welche (wirtschaftlichen, finanziellen usw.) Argumente sprechen für die Renovierung eines „alten“ Stadions bzw. den Neubau eines Stadions in einer Stadt?

### FOKUS: Die visuelle Identität der Olympischen Spiele

Ziel ist ein einheitliches Bild der Olympischen Spiele zu schaffen. Es soll mit seiner Signalwirkung ästhetisch und anschaulich sein und sowohl den Olympismus zelebrieren als auch die Werte, die Kreativität und die Besonderheiten einer Region vermitteln.

Die visuelle Identität einer Olympia-Ausgabe ist omnipräsent und sofort wiedererkennbar. Sie hinterlässt ihre Spuren auf zahlreichen Gegenständen, bestimmt die Signalsprache, schmückt Stadt und Stadien usw.

- Das Emblem besteht aus den Ringen, dem Namen des Austragungsortes und der Jahreszahl der Olympischen Spiele, einem Symbol und Farben in Anlehnung an das Erbe des Gastgeberlandes.
- Die Piktogramme stellen seit den Olympischen Spielen von Tokio 1964 alle Sportarten in einer gemeinsamen Sprache dar.
- Die Maskottchen sind die Botschafter der Olympischen Spiele und seit München 1972 ein fröhlicher Farbtupfer im olympischen Geist.
- Die Merchandising-Produkte bieten Teilnehmern und Zuschauern die Möglichkeit, ein Stück Olympia zu besitzen und als Souvenir zu behalten.



Welchem Tier könnte das Maskottchen eures Landes gleichen?



Für 5 Fächer oder schulische Aktivitäten Piktogramme erfinden und darstellen.

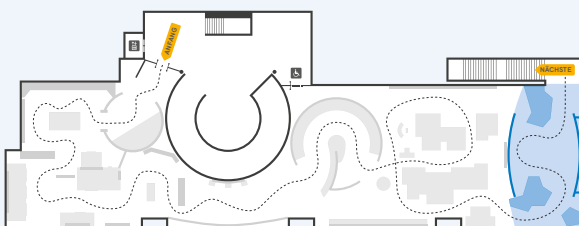


Eine Sportmarke auswählen und ihre Verwendung auf Gegenständen und in der Werbung beobachten und darüber sprechen, wie die Marke ihre Werbebotschaft ausdrückt.

5/11

## Die Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele

+1



### Die Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele

**Kurz gesagt:** An der Eröffnungsfeier stehen der olympische Geist, die Traditionen des Gastgeberlandes und die Athleten im Zentrum.

**Ein Ritual:** Die protokollarischen Elemente bleiben unverändert und sind in der Tradition verankert; Einzug der Athleten, Ankunft der Olympischen Fahne, Eide, Ankunft des Olympischen Feuers und Entzünden der Feuerschale, Freilassen von Tauben.

Der kulturelle und künstlerische Teil ist an jeder Olympia-Ausgabe anders.



Die Olympische Welt – Ausstellungsbereich „Die Eröffnungsfeier“.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

**Zum Zeigen der verschiedenen Elemente einer Eröffnungsfeier (künstlerische und protokollarische Elemente):**

- 7-minütiger Film über einige der schönsten Momente der Eröffnungsfeiern von Winter- und Sommerspielen.

**Zur Thematisierung des kulturellen und künstlerischen Schaffens rund um eine Eröffnungsfeier:**

- Die fantastischen ausgestellten Kostüme, die oft von renommierten Stylisten kreiert wurden. Sie lassen erkennen, welche atemberaubenden Szenarien die größten Künstler auf die Beine stellen.

#### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 14-15
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“, Mappe „Die Olympischen Spiele der Neuzeit“

5/11

# Die Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele



Olympische Spiele von Beijing 2008 – Schaubild der Eröffnungsfeier.



Olympische Spiele von London 2012 – Einmarsch der Athleten an der Eröffnungsfeier.

## FOKUS: Die Elemente der Feier

Die **Eröffnungsfeier als offizieller Start** der Olympischen Spiele hat sich Pierre de Coubertin ausgedacht. Die Vorbereitungen für diesen außergewöhnlichen Anlass verlaufen streng geheim. Oft weiß man vor dem Tag X kaum etwas über die Details des großen Spektakels.

Obwohl jede Eröffnungsfeier anders ist, folgen sie doch alle einem Protokoll.

Im künstlerischen Teil wird in verschiedenen Szenen anhand von kulturellen Verweisen, technischen Innovationen und olympischen Werten die Geschichte des Gastgeberlandes erzählt.

Grandiose Feuerwerke erleuchten das Stadion und künden das Ende der Feier an: die Olympischen Spiele sind eröffnet!

## FOKUS: Das Protokolle

Obwohl Spektakel und Kreativität bei der Feier großgeschrieben werden, gibt es doch sehr präzise Rituale im Zusammenhang mit dem Protokoll, gestützt auf die Olympische Charta.

1. Die **Zeremonie** beginnt mit der Begrüßung des Staatschefs des Gastgeberlandes durch den IOC-Präsidenten im Stadion, der Hymne und dem Aufziehen der Landesfahne.
2. Die **Nationen** laufen in alphabetischer Reihenfolge der Sprache des Gastgeberlandes ein – mit Ausnahme von Griechenland, das als erste Delegation einläuft, und dem Gastgeberland, das das Schlusslicht bildet.
3. Die **Olympischen Spiele** werden vom Staatschef des Gastgeberlandes mit einem traditionellen Ausspruch für eröffnet erklärt.
4. Der **Olympische Geist** kommt durch die olympische Hymne, den Aufzug der Fahne, das Freilassen der Tauben und die drei Eide, die von einem Athleten, einem Richter und einem Trainer abgelegt werden, zum Ausdruck.
5. Schließlich tritt das **Olympische Feuer** ins Rampenlicht und die Feuerschale wird für die Dauer der Olympischen Spiele entzündet.



Gedanklich eine Feier zum Ende des Schuljahres vorbereiten (Redner/Dankesreden und Feierlichkeiten).



Eine Feier zum ersten Schultag heute und im Jahr 1950 ausdenken und die beiden Feiern vergleichen. Worin unterscheiden sie sich?



Nachforschungen anstellen, wo überall man einen Eid ablegen muss. Diskussion über die Bedeutung des Eides.



Welche Gewohnheiten in unserem Alltag sind mit einem Protokoll vergleichbar?



Nachforschungen über verschiedene Protokolle in religiösen Feiern oder Zeremonien anstellen (Jahresende, Kino, Sport usw.).

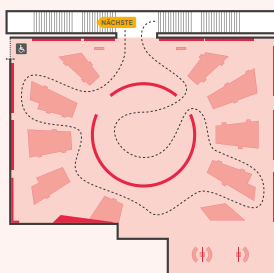


Wer einen Eid ablegt, verpflichtet sich zu etwas. Was geschieht, wenn diese Verpflichtung nicht eingehalten wird? Weiter ausführen.

6/11

## Die Olympischen Spiele

O



### Die Olympischen Spiele

**Kurz gesagt:** Die Olympischen Spiele, die alle vier Jahre stattfinden, sind das größte Sportfest weltweit – aufgrund der Anzahl Sportarten im Programm, der Anzahl anwesender Athleten und der Anzahl Angehöriger verschiedener Nationen, die gleichzeitig am selben Ort versammelt sind.

**Wann:** Die ersten Olympischen Sommerspiele finden 1896 in Athen statt, die ersten Olympischen Winterspiele 1924 in Chamonix. Die Olympischen Spiele werden alle 4 Jahre ausgetragen, im 2-jährigen Wechsel zwischen Sommer- und Winterspielen.

**Inhalt:** Heute dauern die Olympischen Spiele 16 Tage. Höhepunkte und schöne Geschichten prägen jede Olympia-Ausgabe und schaffen kollektive Erinnerungen.

#### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 16-17
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“, Mappe „Die Olympischen Spiele der Neuzeit“



Ausstellungsbereich „Die Olympischen Spiele. Die Sportarten und Athleten, die Höhepunkte“.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

#### Zur Thematisierung der Wettkampfleistungen der Sportler:

- Immersion (Film) „Mitten im Rennen“ (6 Minuten), um in die Haut eines Athleten zu schlüpfen, der einen Wettlauf bestreitet.
- Die Themeninseln (3 für die Winterspiele 4 für die Sommerspiele) mit den Olympia-Höhepunkten, illustriert anhand von Ausrüstungsgegenständen und vertieft in den Multimedia-Infosäulen mittels Anekdoten.
- „Olympic Channels“ zum Entdecken und Wiederentdecken von Wettbewerben (über 1000 Videosequenzen).
- Tastmauer mit Ausrüstungsgegenständen zum Anfassen und Vergleichen von Materialien usw.

#### Zur Thematisierung der Entwicklung des Sportprogramms der Olympischen Spiele seit 1896:

- Zwei interaktive Installationen (je eine für die Winter- und Sommerspiele) mit Piktogrammen der Sportarten, die aufleuchten in Abhängigkeit des mit dem Cursor ausgewählten Jahres.

#### Zur Thematisierung der „anderen Olympiaden“:

- Zwei Themeninseln zu den Olympischen Jugendspielen und den Paralympischen Spielen, den Special Olympics und den Deaflympics.



6/11

## Die Olympischen Spiele



Olympische Spiele von Beijing 2008 – Leichtathletik, Finale des 100-Meter-Laufs der Männer.



Olympische Spiele von Moskau 1980 – Kunstturnen, die legendäre Nadia Comăneci.

### FOKUS: Die Sportarten im Programm

Bei den **Olympischen Sommerspielen** (Tokyo 2020) stehen 33 Sportarten auf dem Programm, mit etwa 50 Disziplinen und 339 Wettbewerben. Sie werden in der Halle oder im Stadion, auf der Bahn oder dem Rasen, im Wasser oder auf dem Wasser ausgeübt. Die Paradesportarten sind Leichtathletik und Schwimmen.

Bei den **Olympischen Winterspielen** (PyeongChang 2018) stehen 7 Sportarten auf dem Programm, mit 15 Disziplinen und 98 Wettbewerben. Sie werden drinnen oder draußen ausgeübt, auf Eis oder Schnee. Die Paradesportarten sind Ski, Eishockey und Eislauf.

**Um ins Programm aufgenommen zu werden oder dort zu bleiben**, werden die Sportarten und Disziplinen von der IOC-Kommission für das olympische Programm auf verschiedene Kriterien hin geprüft. Golf (im Programm 1900 und 1904) und 7er-Rugby (im Programm von 1900 bis 1924) werden an den Olympischen Spielen von Rio wieder ins Programm genommen.

**Die Gleichstellung von Mann und Frau** ist seit den Olympischen Spielen von London 2012 erreicht: Frauen sind zu allen Disziplinen zugelassen, die es für Männer gibt – so auch zum Boxen.



Bekannte Sportarten aufzählen, die nicht olympisch sind, und versuchen zu erklären, weshalb.



Gibt es Sportarten, die eher für Männer gemacht sind und andere eher für Frauen? Begründen.



Einen Athleten vorstellen, der Olympia-Geschichte geschrieben hat. Vertiefen.

### FOKUS: Höhepunkte der Olympischen Sommer- und Winterspiele

**Edward Eagan**, Der US-Amerikaner ist eine Legende, da er eine olympische Goldmedaille im Boxen und eine olympische Goldmedaille im Viererbob gewann – Antwerpen 1920 / Lake Placid 1932.

**Jesse Owens**, Dieser dunkelhäutige Leichtathlet aus den USA gewinnt inmitten der Nazi-Propaganda vier olympische Goldmedaillen – Berlin 1936.

**Jean Vuarnet** Mit 37 Jahren gewinnt er das olympische Abfahrtskirennen dank einer neuen ergonomischen Körperhaltung, die er erfunden hat: die „Ei-Haltung“ – Squaw Valley 1960.

**Nadia Comăneci**, Die Rumänin ist 14-jährig die erste Turnerin, welche die Höchstnote 10 erhält – Montreal 1976.

**Eric Heiden** Der Eisschnellläufer geht in die Geschichte ein, als er fünf Wettbewerbe gewinnt und jedes Mal den olympischen Rekord bricht – Lake Placid 1980.

„**Cool Runnings**“: Unter diesem Namen wurde die jamaikanische Bobmannschaft trotz einiger Zwischenfälle und keiner Medaille zur Legende – Calgary 1988.



Erklären, weshalb Jean Vuarnet 1960 dank der „Ei-Haltung“ die Abfahrt gewinnen konnte.



Einen oder mehrere einheimische Sportler ausfindig machen, die an Olympia teilnahmen und uns in Erinnerung blieben. Begründen.

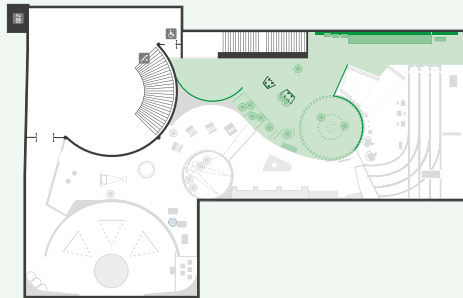


Sich vorstellen, was angesichts der aktuellen wirtschaftlichen und politischen Lage die Sommer- oder Winterspiele prägen könnte.

7/11

## Begegnung mit Olympioniken

-1



### Begegnung mit Olympioniken

**Zusammenfassung:** Das olympische Dorf steht für das olympische Ideal; Menschen aus der ganzen Welt leben hier harmonisch zusammen, vereint durch ihre Begeisterung für Sport.

**Die Athleten:** Die Aussicht, an Olympischen Spielen teilzunehmen und so Olympionike zu werden, ist der Traum und das oberste Ziel der meisten Sportler. Wer sich für Olympia qualifizieren möchte, braucht einen eisernen Willen, enorme Disziplin und jahreslanges hartes Training.

**Das olympische Dorf:** Das Dorf, in dem die Athleten und Athletinnen aus der ganzen Welt während der Spiele leben, beherbergt während der Sommerspiele bis zu 17'000 Personen.

#### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 20-21
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“, Mappe „Die Olympischen Spiele der Neuzeit“



Der Olympische Geist – Ausstellungsbereich „Begegnung mit Olympioniken“.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

#### Zu den Athleten:

- Erlebnisberichte von Olympioniken unterschiedlicher Altersstufen und Epochen, um mehr über ihren sportlichen Parcours, ihre Träume und ihre Herausforderungen zu erfahren...
- Porträts von Athleten, freiwilligen Helfern und Zuschauern des Projekts *Inside Out*, das vom französischen Fotografen JR für die Olympischen Spiele von Rio 2016 konzipiert wurde.
- Eine Selfie-Säule.

#### Zur Thematisierung des olympischen Friedens:

- Ein Teil der Mauer des Friedens der Olympischen Spiele in London 2012 mit den Unterschriften der Athleten und Funktionäre als Unterstützung einer besseren und friedlichen Welt dank Sport.
- Ein Film, der den olympischen Frieden erklärt.
- Die olympische Erklärung der koreanischen Halbinsel, bei der bekannt gegeben wird, dass die Delegationen Süd- und Nordkoreas bei der Eröffnungszeremonie der Olympischen Spiele in PyeongChang 2018 gemeinsam defilieren.

#### Zur Thematisierung des olympischen Dorfs:

- Das Fresko mit der Geschichte der olympischen Dörfer.
- Gegenstände, Schilder und Informationen zur praktischen Organisation eines olympischen Dorfes, der Infrastruktur und des Dienstleistungsangebots für die Bewohner.
- Die interaktive Infosäule über die Olympia-Helfer (Volunteers), ohne die das olympische Dorf (und die Olympischen Spiele allgemein) nicht funktionieren könnte.

7/11

## Begegnung mit Olympioniken



Eine Athletin unterschreibt auf der Mauer des Olympischen Friedens.



Olympische Spiele von Los Angeles 1932 – Luftansicht des olympischen Dorfes.

### FOKUS: Der olympische Frieden

#### Die antiken Spiele und «Ekecheiria»

Der in ganz Griechenland während der antiken Olympischen Spiele geheiligte und eingehaltene Friede (Ekecheiria) ermöglichte den Zuschauern, Sportlern und Veranstaltern eine sichere Anreise zu den Spielen.

#### Friedensförderung

Den internationalen Kontext der Olympischen Spiele berücksichtigend, beschloss das Internationale Olympische Komitee (IOK) gemeinsam mit den Vereinten Nationen, die Tradition des olympischen Friedens wieder aufleben zu lassen, um, soweit wie möglich, die Interessen der Athleten und des Sports zu schützen und die Suche nach friedlichen Lösungen für die Konflikte dieser Welt zu fördern.

#### Die Friedensmauer

Anlässlich der verschiedenen Olympischen Spiele werden die Athleten und die Funktionäre des olympischen Dorfs aufgefordert, den olympischen Frieden durch eine Unterschrift auf einer Mauer zu unterstützen.



6-9

Die Schüler und Schülerinnen fragen, ob sie bereit wären, eine Friedensmauer zu unterzeichnen, um Konflikte untereinander zu verringern..



9-12

Welche Alltagssituationen würden einen „Waffenstillstand“ benötigen und wie würden die Modalitäten lauten?



12+

Informationen über das vereinte Korea suchen und gemeinsam überlegen, was das historisch gesehen bedeute.

### FOKUS: Die Geschichte des olympischen Dorfes

An den Olympischen Spielen von Los Angeles 1932 gibt es erstmals ein richtiges olympisches Dorf. Dort leben ausschließlich männliche Athleten. Zum ersten Mal gibt es auch Einrichtungen, wie sie für eine Stadt typisch sind: ein Krankenhaus, eine Feuerwehrkaserne, ein Postamt usw. Erst seit den Olympischen Spielen von Melbourne 1956 sind beide Geschlechter im olympischen Dorf untergebracht.

**Heute** ist das olympische Dorf in der Nähe der wichtigsten Sportanlagen angesiedelt. Seinem Bau wird bei der Vorbereitung der Olympischen Spiele größte Aufmerksamkeit geschenkt. Seine Bewohner – die Sportler und ihre Trainer – genießen alle Vorteile: Die Restaurants sind rund um die Uhr für sie geöffnet, sie können zum Friseur gehen, sich in der Disco vergnügen oder sich am Abend ein Konzert anhören.

**Das Leben in der Gemeinschaft** begünstigt den Austausch zwischen Athleten verschiedener Sportarten und Vertretern entfernter Länder. Alle Dorfbewohner sind sich einig: Wesentlich sind nicht der Komfort oder die Annehmlichkeiten der Unterkunft, sondern die Kontakte, die mit Sportlern aus aller Welt geknüpft werden.



6-9

Das Herkunftsland aller Schüler der Klasse nennen und zählen, wie viele Fahnen es bräuchte, um sie alle darzustellen.



9-12

Eine Schule mit einem olympischen Dorf vergleichen und die verschiedenen Räumlichkeiten aufzählen.



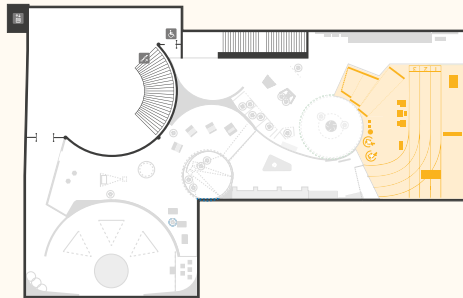
12+

Erläutern, inwiefern das Zusammenleben von „verschiedenen“ Menschen, die nicht denselben Aktivitäten nachgehen, förderlich sein kann. Beispiele geben.

8/11

## Das Training der Top-Athleten

-1



Der Olympische Geist – Ausstellungsbereich „Das Training der Top-Athleten“.

### Das Training der Top-Athleten

**Kurz gesagt:** Das Training der Top-Athleten ist eine Frage des physischen und mentalen Gleichgewichts. Hinzu kommt die nötige Motivation, um hoch gesteckte Ziele zu erreichen.

Dieser Teil der Ausstellung ist stark interaktiv ausgerichtet, mit Installationen zum Trainieren von Körper und Geist, zum selbst Ausprobieren.

**Botschaft:** Keiner wird als Champion geboren. Natürlich gibt es körperliche Voraussetzungen, die das Ausüben gewisser Sportarten begünstigen, doch nur das stete Streben nach einer Verbesserung seiner Fähigkeiten, nach der im Training unzählige Male wiederholten perfekten Bewegung sowie körperliche und mentale Stärke machen den Athleten aus.

Die Arbeit an der Motivation und der Beharrlichkeit, um der großen Trainingsbelastung standzuhalten, ist genauso wichtig wie das Training selbst.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

#### Zur Thematisierung des körperlichen Trainings und zum Ausprobieren:

- Ein Ski-Simulator (nur für Kinder ab 10 Jahren, muss unter Aufsicht eines Erwachsenen durchgeführt werden).
- Drei „Balance Boards“ für Gleichgewichtsübungen.
- Spiele zur Verbesserung der Reflexe und des peripheren Sehens.
- „Mini-Biathlon“-Spielum zu verstehen, weshalb es für den Biathleten wichtig ist, Techniken zu trainieren, anhand derer er nach einer großen körperlichen Anstrengung ein Ziel treffen kann.

#### Zur Thematisierung des mentalen Trainings und zum Ausprobieren:

- Visualisierungs- und Gedächtnisspiel.
- Zwei Aufzeichnungen von mentalem Training (Visualisierung und Entspannung) zum Anhören.
- Drei «Glücksbringer» Gegenstände.

#### Zum Thema Ernährung:

- Ein Raum, in dem die ausgewogene Ernährung der Sportler und die Zusammenstellung ihrer Mahlzeiten vorgestellt wird.

#### Zur Thematisierung der Physiologie der Athleten:

- Ein Fresko von Howard Schatz, das den unterschiedlichen Körperbau von Sportlern zeigt, die verschiedene Sportarten praktizieren.

#### Lehrmittel

– Informationsmappe „Sieg im Visier“

8/11

## Das Training der Top-Athleten



Olympische Spiele von Sotschi 2014 – Fitnesszentrum des olympischen Dorfes.



Olympische Spiele von Sotschi 2014 – Athlet in voller Konzentration vor dem Wettkampf.

### FOKUS: Das körperliche Training

**Hauptziel** ist es, den Sportler Schritt für Schritt zum Höhepunkt seiner Form am Wettkampftag hinzubringen. Dieses Training ist eine Ergänzung zur Technik. Es trägt zur Leistungssteigerung bei und beugt Verletzungen vor.

Das **Programm** für das Konditionstraining umfasst bei allen Athleten die Arbeit an den folgenden Elementen:

- Ausdauer;
- Kraft;
- Schnelligkeit;
- Geschicklichkeit;
- Beweglichkeit.

Auch der **Umgang mit der Erschöpfung** ist eine wichtige Komponente. Zu einem guten Training gehört auch eine gute Erholung, um Toxine abzubauen, Mikroläsionen der Muskeln abheilen zu lassen und Verletzungen zu pflegen.

Damit **kein Überdross** und somit keine Müdigkeit aufkommen, wechseln Sportler intensive aktive Phasen und ruhigere Phasen ab.



Ist Ausdauer in unserem Alltag nützlich?



Eine Sportart auswählen, die regelmäßig ausgeübt wird, und das Training der folgenden Komponenten erläutern: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Geschicklichkeit, Beweglichkeit.



In ein und derselben Sportart verletzen sich gewisse Top-Athleten regelmäßig, andere nie (z. B. Tennis). Welche Faktoren spielen hier mit?

### FOKUS: Das mentale Training

Heute spielt die mentale Komponente eine wichtige Rolle bei der Vorbereitung von Spitzensportlern: Sie entscheidet über ihre Toleranz gegenüber Schmerzen und Müdigkeit oder ihre Fähigkeiten, eine schwierige Situation zu wenden.

**Ziel** ist es, den Athleten dabei zu unterstützen, Stress und Angst zu reduzieren sowie Konzentration und Ausdauer aufzubauen, um am Wettkampftag Höchstleistungen abrufen zu können.

Mit oder ohne Mentaltrainer erarbeitet der Sportler **verschiedenen Techniken**, namentlich:

- Anhand von geistigen Bildern werden Handlungen visualisiert und durchgespielt sowie positive Wahrnehmungen und Vertrauen geschaffen.
- Entspannungsübungen helfen loszulassen und Abstand zu gewinnen, um den Kopf zu leeren und negativen Stress abzubauen.
- Das Festlegen von Zielen hilft, sich auf konkrete Handlungen zu konzentrieren, die Motivation beizubehalten und die Zeit zu planen.
- Der Aufbau gewisser Routineabläufe gibt Sicherheit und erleichtert den Umgang mit der Angst.



Wie gehen die einzelnen Schüler mit Stress um?



Welche mentalen Übungen kann man vor einer Prüfung machen?

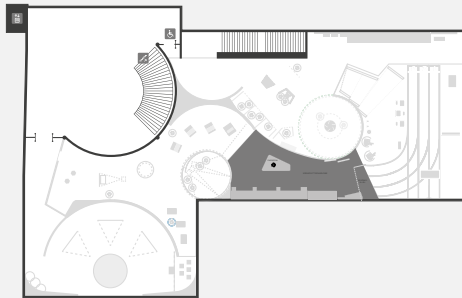


Eine erlebte Situation schildern, in der dank mentaler Stärke Stress und Angst überwunden oder Leistungen beeinflusst werden konnten.

9/11

# Reglementierung, Material und Technologie

-1



## Reglementierung, Material und Technologie

**Zusammenfassung:** Die Beiträge der Wissenschaft und der Technologie im Sport sind zahlreich und zielen nicht nur auf eine bessere Leistung der Sportler ab. Um Fairness zu garantieren, wird ihr Einsatz kontrolliert und geregelt.

**Zum Thema Technologie:** Wissenschaftliche Entwicklungen stellen sich in den Dienst des Wohlbefindens der Athletinnen und Athleten. Sie ermöglichen eine grössere Chancengleichheit, können aber auch die Ausübung und die Bewegungen einer Sportart radikal verändern.

**Zum Thema Ethik:** Missbräuchlich und ohne Ethik verwendet, können diese Technologien auch für Doping-Zwecke oder mit betrügerischen Absichteneingesetzt werden. Homologierungen, Reglementierungen und Kontrollen zielen darauf ab, einen verantwortungsvollen und nachhaltigen Sport zu gewährleisten.

### Lehrmittel

– Informationsmappe „Athleten und Wissenschaft“



Der Olympische Geist – Ausstellungsbereich „Material und Technologie“.

## Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

### Zur Thematisierung der Dopingbekämpfung:

- Das Antidoping-Labor erläutert die Etappen einer Kontrolle während der Olympischen Spiele.
- Die Informationen zu den Dopingmitteln: die Auswirkungen auf die Leistung, aber auch und insbesondere die Gefahren für die Gesundheit.

### Zur Thematisierung der Homologierung der Ausrüstung:

- Die Mauer mit Beispielen von Ausrüstungsgegenständen, die hinsichtlich der Zulassung problematisch waren, mit Erklärungen.

### Zur Thematisierung von Wissenschaft und Technologie:

- Beispiele für Materialien, welche die Gesundheit oder das Wohlbefinden der Athleten fördern.
- Eine interaktive Vorrichtung, welche die Entwicklung der verschiedenen Materialien präsentiert (Laufschuhe und Sprungtische).
- Messsysteme, die bei Wettkämpfen eine grössere Chancengleichheit ermöglichen.
- Neue Technologien, welche das Ausüben, die Bewegungen oder das Training einer Sportart verändern.

9/11

# Reglementierung, Material und Technologie



Olympische Spiele von Athen 2004 – Proben aus dem Dopinglabor (OAKA).



Olympische Spiele von Stockholm 1912 – Tennis, Einzel Frauen, Sigrd FICK (SWE).

## FOKUS: Der Schutz des „sauberen Athleten“

**Prävention und Kontrolle:** Vor den Olympischen Spielen werden die Sportler über die Gefahren des Dopings aufgeklärt. Während der Olympischen Spiele werden Urin- und Bluttests vorgenommen (5051 in London 2012).

**Sanktionen:** Die Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA), die NOK, die internationalen Sportverbände und die nationalen Anti-Doping-Agenturen (NADA) des Gastgeberlandes stellen sicher, dass nur „saubere“ Athleten an den Olympischen Spielen teilnehmen und dass gegen Athleten und deren Umfeld (Trainer, Ärzte usw.), die sich eines Dopingvergehens schuldig gemacht haben, Sanktionen (Disqualifikation, Sperren, Medaillenverlust) ergriffen werden.



6-9

Ist es bereits Doping, jeden Morgen Vitamine einzunehmen, um fit zu sein?



9-12

Analysieren, weshalb gewisse Sportarten stärker von Dopingproblemen betroffen sind als andere.



12+

Das Beispiel eines bekannten Sportlers nennen, der sich gedopt hat. Versuchen, die Gründe dafür zu erklären und die positiven und negativen Auswirkungen zu erläutern.

## FOKUS: Ausrüstung und Material

Heute wird der Sieg in Tausendstelsekunden entschieden und die Leistung verbirgt sich in Details. Die Ausrüstung der Spitzensportler ist hoch technisch und die Materialien entsprechen immer mehr den Bedürfnissen und dem Komfort des Athleten, um ihn bei der Leistungsoptimierung zu unterstützen.

Die Innovation bei der Ausrüstung und den Materialien deckt folgende Bereiche ab:

- Die **Sicherheit** dank Schützern und Schonern, die dank ihrer Biegsamkeit die Bewegungsfreiheit nicht einschränken und im Falle eines starken Aufpralls fest werden.
- Der **Komfort** des Athleten mithilfe von intelligenten Stoffen, die beispielsweise die Körpertemperatur regulieren.
- Die **Verlässlichkeit und Leistungsfähigkeit** des Materials mittels maßgeschneiderter Verbundwerkstoffen. Die Ausrüstung und die Materialien sind leichter und flexibler; sie passen sich den Bedürfnissen des Verwenders an und tragen so zur Weiterentwicklung des Sports bei.
- Die **Chancengleichheit** dank hoch präziser Technologien zur Unterstützung der Richter oder zur Vorbereitung einer Skipiste.
- Das **Spektakel** aufgrund der Steigerung der technischen Leistungen des Athleten bei der Ausübung seiner Sportart.



6-9

Worin unterscheiden sich die Tennisschläger von Roger Federer und Björn Borg?



9-12

Eine Sportart auswählen, die alle ausüben und deren Ausrüstung sich in den letzten Jahren stark verändert hat. Die Veränderungen analysieren.



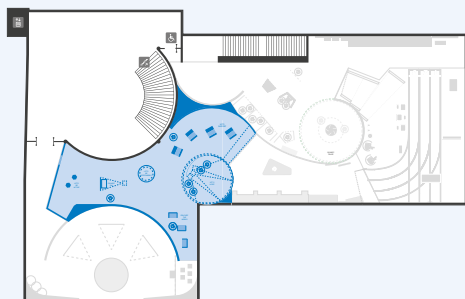
12+

Haben die Ausrüstung und die Materialien einen Einfluss auf den Wert der Leistung oder des Resultats?

10/11

## Olympismus in Aktion

-1



### Olympismus in Aktion

**Zusammenfassung:** Die Mission der olympischen Bewegung und speziell des IOK beschränkt sich nicht nur auf die Ausrichtung der Spiele, sondern besteht auch darin, den Olympismus in der Welt und den Sport in der Gesellschaft zu fördern sowie Sportorganisationen zu unterstützen.

**Wie:** Um diese Ziele zu erreichen, werden verschiedene Programme umgesetzt. Sie betreffen den Schutz der Gesundheit der Athleten, die Gleichheit zwischen Männern und Frauen, die Unterstützung von Athleten auf der ganzen Welt, damit sie unter guten Bedingungen trainieren und an den Spielen teilnehmen können, die Förderung von Frieden, Erziehung, Kultur usw.



Der Olympische Geist – Ausstellungsbereich „Olympismus in Aktion“.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

#### Zu den Aktionen des Internationalen Olympischen Komitees:

- Videos, die vier Stipendiaten der Olympischen Solidarität vorstellen.
- Die Vorstellung von drei Aktionen, die vom IOK unterstützt werden.
- Ein Bereich, welcher der Förderung der olympischen Werte vorbehalten ist.

#### Zum Erbe der Olympischen Spiele:

- Ein Multimedia-Spiel, um positive Beispiele des olympischen Erbes zu entdecken.

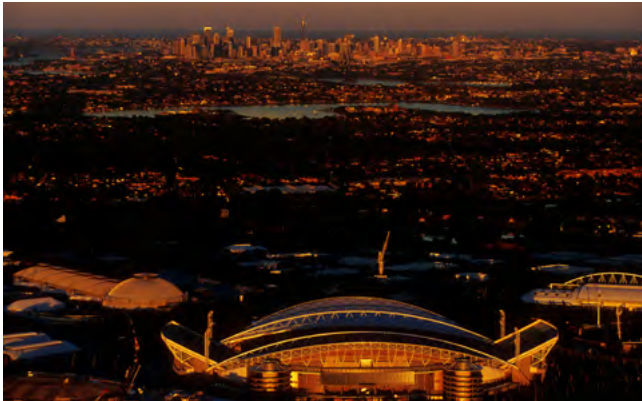
#### Zur Förderung der körperlichen Bewegung im Alltag:

- Ein Film, der die Aktionen des «Olympic Day» vorstellt.
- Interaktive Vorrichtungen, welche den Begriff einer «aktiven Stadt» hervorheben.



10/11

# Olympismus in Aktion



Die Umgebung des olympischen Stadiums von Sydney wurde vor den Olympischen Spielen von Schadstoffen befreit. © Getty Images



Zwei Athleten feiern gemeinsam ihre Leistung beim Marathon der Spiele in Rio 2016.

## FOKUS: Das Erbe der Spiele

Das IOK ermutigt jede Olympiastadt, eine langfristige Strategie zu entwickeln und an die Auswirkungen der Spiele auf das Gastgeberland vor, während und nach ihrer Durchführung zu achten.

**Ein langfristiges Projekt:** Bereits bevor sie gewählt werden, betonen die Städte, die für die Ausrichtung der Spiele kandidieren, die Wichtigkeit des Erbes, das eine solche Veranstaltung für ihre Einwohner haben kann. Oft nützen sie die Spiele als Katalysator für eine urbane Neugestaltung.

**Drei Achsen:** Mit dem Begriff der nachhaltigen Entwicklung verknüpft, fokussieren sich die Aktionen auf den sozialen, ökonomischen und ökologischen Aspekt. Sie streben einen greifbaren oder immateriellen Nutzen an.

**Ermutigen, Sport zu treiben:** Mehrere Organisationskomitees haben beschlossen, Strategien zu entwickeln, um den Prozentsatz der Sport treibenden Personen zu erhöhen. Im Vorfeld der Olympischen Spiele in London 2012 nahmen zum Beispiel 12 000 Schulen in ganz England an Schulolympiaden teil.



Eine Liste der Projekte aufstellen, die den Alltag einer Stadt nach der Veranstaltung der Olympischen Spiele verbessern könnten.



Gemeinsam eine Definition für das Wort «Erbe» in Verbindung mit den Olympischen Spielen finden.



Über die positiven und negativen Auswirkungen diskutieren, welche die Ausrichtung Olympischer Spiele in Ihrer Region haben könnte.

## FOKUS: Die olympischen Werte

Der Olympismus ist eine Lebensphilosophie, deren Ziel es ist, über den Sport eine bessere Welt zu erschaffen. Aus der Verfolgung dieses Ideals ergeben sich eine ganze Reihe von Werten, die sowohl in den Stadien als auch im täglichen Leben angewendet werden können.

**Exzellenz:** Exzellenz bedeutet im Sport und im Alltag sein Bestes zu geben, um konsequent seine persönlichen Ziele zu erreichen ohne sich mit den anderen zu messen. Gewinnen soll nicht an erster Stelle stehen, sondern das Teilnehmen.

**Freundschaft:** Dieser Wert beruht auf dem Willen, in Frieden miteinander zu leben, und zwar dank Solidarität und Teamgeist. Die Olympischen Spiele inspirieren die Menschheit, politische, rassische, religiöse oder geschlechtliche Unterschiede zu überbrücken und trotz dieser Unterschiede Freundschaften zu schliessen.

**Respekt:** Dieses ethische Prinzip betrifft die Selbstachtung, den Respekt gegenüber seinem Körper, den anderen, den Regeln und der Umwelt. Respekt ist verbunden mit Fairplay, das jeder Sportler unter Beweis stellen muss, sowie mit der Bekämpfung des Dopings.



Über die Wichtigkeit dieser Werte im Schulalltag diskutieren.



Die drei interaktiven Stationen des Bereichs «Förderung der olympischen Werte» durchlaufen und anschliessend darüber diskutieren.

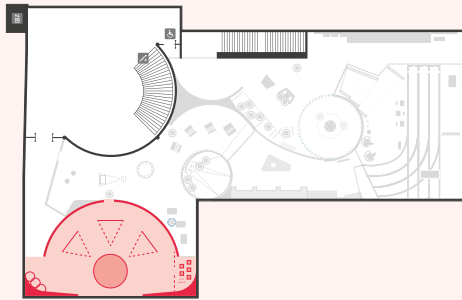


Gemeinsam einen Athleten finden, der alle drei Werte verkörpert und die Wahl begründe.

11/11

## Sieg und Niederlage

-1



Der Olympische Geist – Ausstellungsbereich „Die Ziellinie“

### Sieg und Niederlage

**Kurz gesagt:** Der Athlet, der auf das Podest steigt, um seine Medaille entgegenzunehmen, gilt als Sinnbild des Sieges. Doch Gold, Silber und Bronze für die Bestplatzierten gibt es erst seit 1904.

**Ikonomie:** Anders als bei den Winterspielen befolgt die Ikonomie der Medaillen der Sommerspiele gewisse Standards.

**Dabeisein ist alles:** Auch wenn alle davon träumen, eine olympische Medaille zu gewinnen, sind die Podestplätze rar... Sein Land zu vertreten und während des Wettkampfs sein Bestes zu geben, ist eine Ehre für jeden Athleten, der an Olympischen Spielen teilnimmt. Ob mit oder ohne Medaille – die Teilnahme an den Olympischen Spielen ist und bleibt für jeden eine unvergessliche Erfahrung.

### Hilfsmittel in diesem Ausstellungsbereich

#### Zur Thematisierung der Ikonomie der Medaillen:

- Die Vitrine mit allen Medaillen zum Vergleichen (Winterspiele in der Mitte, Sommerspiele am Rand).
- Die Freske an der Wand mit Erläuterungen zur Ikonomie.

#### Zur Thematisierung der Emotionen im Zusammenhang mit Sieg und Niederlage:

- Projektion auf drei Bildschirmen mit Bildern von sehr bewegten Athleten am Ende ihres Wettkampfes.
- Die an die Wände projizierten Athletenzitate.
- Das Siegetreppchen, das man besteigen kann.

#### Lehrmittel

- Kennen Sie die Olympischen Spiele? S. 22-23
- Dokumentationssatz „Die olympischen Schwerpunkte“,  
Mappe „Die Olympischen Spiele der Neuzeit“

11/11

## Sieg und Niederlage



Olympische Spiele von Athen 2004 – Die Vorderseite der Goldmedaille mit der Siegesgöttin Nike.



Olympische Spiele von Sotschi 2014 – Die Vorder- und Rückseite der Goldmedaille.

### FOKUS: Die Medaillen der Olympischen Sommerspiele

**Das Design:** die Vorder- und Rückseite. Seit den Olympischen Spielen von Amsterdam 1928 und bis zu den Olympischen Spielen von Sydney 2000 wurde das Design der Medaillen praktisch nicht verändert. Auf der Vorderseite ist eine Darstellung der Siegesgöttin zu sehen, im Hintergrund ist eine Arena zu erkennen, die an das Kolosseum in Rom erinnert. Auf der Rückseite ist ein siegreicher Athlet abgebildet, der von der Menschenmenge getragen wird.

Im Jahr 2004 erfährt die Ikonografie eine tiefgreifende Veränderung. Eine Darstellung der Siegesgöttin Nike ist nun auf der Vorderseite der Medaille der Sommerspiele abgebildet. Sie scheint vom Himmel herabzusteigen und sich in einem Stadion niederzulassen, das an jenes erinnert, in dem die ersten Olympischen Spiele der Neuzeit von Athen 1896 eröffnet wurden. Im Hintergrund erkennt man nun die Akropolis. Die Rückseite spiegelt die visuelle Identität sowie kulturelle und ästhetische Elemente des Gastgeberlandes wider.

**Die Materialien.** Die Goldmedaille ist aus Silber und mit mindestens 6 Gramm reinem Gold überzogen; die Silbermedaille ist identisch, einfach ohne Vergoldung. Die Bronzemedaille besteht aus Kupfer mit etwas Zinn und Zink. Die Medaille ist meist rund und wiegt ca. 410 Gramm. Sie muss einen Durchmesser von mindestens 60 Millimetern und eine Dicke von mindestens 3 Millimetern aufweisen.



6-9

Gedanklich eine Medaille für seinen besten Freund gestalten.



9-12

Welche Symbole, die für das eigene Land typisch sind, könnten auf einer Medaille dargestellt werden?



12+

Gedanklich eine Medaille gestalten, die am Ende der Schulzeit überreicht wird. Welche Persönlichkeiten, Bilder oder Zitate könnten darauf abgebildet werden?

### FOCUS: Les médailles des JO d'hiver

Für das Design der Medaillen der Olympischen Winterspiele sind die Regeln nicht so streng wie bei den Sommerspielen. Für alle Olympischen Winterspiele werden also jeweils eigene Medaillen kreiert.

**Originalität des Materials.** Da weder Form noch Modell oder Material vorgegeben sind, zeugen die Medaillen der Winterspiele jeweils von viel Fantasie und Originalität:

- Bergkristall, Albertville 1992
- Granit, Lillehammer 1994
- Lack, Nagano 1998
- geschliffenes Polycarbonat, Sotschi 2014

**Das Design** der Vorderseite besteht aus kulturellen und ästhetischen Elementen des Gastgeberlandes. Die Medaillen der Olympischen Spiele von Vancouver 2010 beispielsweise sind Unikate mit Teilen eines zeitgenössischen Kunstwerks der First Nations. Erwähnenswert sind auch die sieben Goldmedaillen, die am 15. Februar 2014 in Sotschi vergeben wurden und ein Fragment des Meteoriten von Tscheljabinsk enthalten – im Andenken an den Jahrestag seines Niedergangs.



6-9

Welches Sinnbild der eigenen Stadt sollte auf einer Medaille abgebildet werden?



9-12

Mit welchen Materialien könnte eine einheimische Medaille kreiert werden?



12+

Welche symbolischen Siegerpreise könnten eine Medaille ersetzen? Vertiefen.