**«Древние Олимпийские игры»**

Олимпийские игры – это большой спортивный праздник, на котором собираются самые лучшие спортсмены из разных стран.

Первые Олимпийские игры проходили в Греции, в провинции Олимпия. По этому, игры и назвали Олимпийскими.

В Древней Греции Олимпийские игры были самыми известными и важными соревнованиями. Когда назначались игры, прекращались все войны. И никто не мог прийти в Олимпию с оружием.

Кто же имел право участвовать в Олимпийских играх? Отбор спортсменов был очень суров. Олимпийцами могли стать только греки и только мужчины.

Каждые четыре года в греческие города-государства отправлялись специальные послы. Они приглашали всех желающих принять участие в Олимпийских играх.

В преддверии спортивных соревнований прекращались все войны. Никто не имел права вступать на территорию Олимпии с оружием. Нарушителя ждал штраф. Выступать на играх считалось большой честью.

Каждый атлет- спортсмен должен был готовиться дома и еще месяц тренироваться в Олимпии. За будущими олимпийцами внимательно и строго наблюдали судьи и распорядители игр. Они не только отвечали за подготовку атлетов, но и следили за тем, чтобы места соревнований были в надлежащем порядке.

И вот в назначенное время со всех сторон в Древнюю Грецию двигались торжественные делегации и посольства. По всем дорогам Греции люди спешили на празднества: некоторые ехали верхом или на повозках, но большинство народа шло просто пешком.

Олимпийский стадион вмещал около 40 тысяч человек и был всегда переполнен. Путник, попавший в Олимпию после долгих дней пути, был оглушен шумом многотысячной толпы.

Пока не начались игры, все спешили осмотреть достопримечательности этих мест. А самое главное принести подарки греческому богу Зевсу и попросить о помощи.

В храмах перед открытием Олимпийских игр все участники давали клятву: "***Я честно и упорно готовился, и буду честно соревноваться со своими соперниками!"***

Наступал первый день соревнований, он открывался состязаниями в беге. При восходе солнца раздавался звук трубы, и глашатый вызывал состязающихся в беге. Участники состязаний уходили в особое здание, где снимали всю одежду и натирались маслом, тянули жребий, кто первым начнет соревнования. Кто побеждал в этом беге, получал титул главного олимпионика, и его именем называлась вся олимпиада.

Кроме основного бега, существовал еще двойной и более длительный бег, когда соревнующиеся должны были обежать стадион два, шесть, а иногда даже двенадцать раз.

Следующий день –второй день - это состязания по пятиборью. В него входили, кроме бега и борьбы, метание диска, копья и прыжки. Состязающиеся в прыжках вставали на особую насыпь, в руках у них были грушевидные гири: они вытягивали руки с гирями вперед – затем прыжок – руки быстро отбрасывались назад, и тело устремлялось вперед.

Метатели диска назывались – Дискоболы. Они брали в руку тяжелый бронзовый диск, несколько раз вращали его рукой в воздухе, причем для сохранения равновесия – наклоняли верхнюю часть туловища вперед и опирались левой рукой о правое колено, в момент броска распрямляли тело, а диск, пущенный рукой, со свистом летел, рассекая воздух.

Пятиборье заканчивалось метанием копья, которое не просто бросали как можно дальше, оно еще должно было попасть в определенную цель.

На третий день начинались соревнования по борьбе. Существовало несколько видов борьбы: самый простой из них заключался в том, что противники выходили друг против друга с голыми руками. А иногда спортсмены обматывали кулаки кожаными ремнями и тогда, это был кулачный бой.

Четвёртый день полностью отдавали в распоряжение детям. Дистанции бега для них были в два раза короче, чем для взрослых.

На пятый день устраивались гонки на колесницах, запряжённых четвёркой лошадей, и скачки на лошадях. Это состязание требует большей силы и ловкости. Какое прекрасное зрелище представляют мчащиеся колесницы!

После бега колесниц начинались скачки верхом. Они имеют одну особенность: перед приближением к финишу наездник должен соскочить лошади и бежать рядом с ней, держа поводья в руках.

Состязания закончены. Однако празднество этим не завершалось, наступал один из самых торжественных моментов –награждение.

Судьи торжественно возлагали на головы победителей венки сплетенные из веток и листьев оливкового дерева, перевитые белыми лентами. Оливковое дерево, из ветвей которого сплетались венки, росло здесь же; по приданию, оно было посажено самим Гераклом. Эта простая награда ценилась греками дороже золота и драгоценностей, она давала её обладателям вечную славу и почет.

Заканчивалось всё торжественным шествием: впереди которого шли судьи, затем олимпионики в ярких цветных одеждах, с венками на головах, в руках пальмовые ветви в окружении должностных лиц, жрецов, послов и представителей различных делегаций. Они двигались под звуки флейт и пения гимнов в честь организатора олимпийских игр Геракла. Толпа людей восторженно приветствовала победителей и забрасывала их цветами.Олимпийские игры были настолько значимы для жителей Древней Греции, что картинки с изображением соревнований рисовали на посуде,на картинах, на медалях,на украшениях.

Победитель Древних Олимпийских игр всю жизнь оставался почитаемым человеком. Его обычно освобождали от всех повинностей, отводили ему почетное место в театре и на празднествах, возводили его статую в общественном месте.

Вот так проходили в Древней Греции самые первые Олимпийские игры.