



Jocs Olímpics

Esportistes d'elit, medalles i rècords mundials. Estem parlant dels Jocs Olímpics JJOO. Segur que els has vist alguna vegada, és la competició esportiva més important del món, on participen els millors atletes de cada país.

Història

Les primeres Olimpíades es van celebrar l'any 776 AC (abans de Crist). Els JJOO, s'anomenen així perquè originàriament es celebraven a la ciutat d'Olímpia, a Grècia. Es celebraven cada 4 anys, que és una Olimpíada, període de preparació per als següents jocs.

En els JJOO al principi només participaven atletes grecs i en successives celebracions es van anar incorporant atletes de tota la zona mediterrània; només participaven homes, les dones no hi podien accedir ni com a espectadores



Els Jocs tenien un marcat caràcter religiós i la festa esportiva se celebrava en honor del déu [Zeus](#). A més, durant la setmana olímpica, els pobles de tota Grècia assumien una treva sagrada (*Echenkeria*) que prohibia a les ciutats declarar-se la guerra o fabricar armament.

Eren diverses les competicions que es realitzaven com les carreres, salts, llançament, hípica i lluita, al mateix temps que se celebraven cerimònies religioses i concursos de poesia i oratòria curses. La prova més important del calendari era la carrera de l'estadi, una competició en la qual els atletes recorrien una distància de 192,27 metres, una volta a l'estadi olímpic. Els guanyadors eren aclamats per la multitud i considerats autèntics herois.



El primer campió olímpic va ser [Corebo](#), un forner de la ciutat d'Elis, no li van entregar cap medalla, va rebre com a trofeu una corona de llorer.

Aquesta festa es va disputar amb regularitat durant gairebé mil anys fins que, en el segle IV d. de C., l'emperador romà Teodosi va ordenar suprimir-los.

JJOO moderns



Els JJOO tal i com els coneixem avui en dia es deuen a l'aristòcrata francès [Baró Pierre de Coubertin](#), qui va tenir la idea de restablir-los, amb l'ajuda econòmica del banquer Averoff i el suport de la família reial grega.

Al 1896, a Atenes, es van celebrar els primers JJOO amb 311 atletes de 14 països diferents. En aquella època només hi havia 9 esports olímpics. Els Jocs van ser un èxit i el baró



va organitzar la següent cita olímpica, l'any 1900 a París (aquesta vegada sí amb participació femenina). Des de llavors, els Jocs s'han celebrat cada quatre anys, excepte en els períodes de les dues grans Guerres Mundials, que van ser interromputs.

Des d'aleshores i fins a 2016 a Rio de Janeiro, s'ha celebrat ja 31 Olimpíades. Aquest estiu de 2020 els JJOO s'havien de celebrar al Japó, a la ciutat de [Tokyo](#), però degut a la COVID-19 s'han posposat fins a l'estiu de 2021, és la primera vegada que succeeix en 124 anys d'història moderna dels jocs.

Com ja saps, ara els atletes no competeixen per corones de llorer, sinó per medalles (or, plata i bronze), i de ben segur que has vist el símbol dels JJOO les anelles de colors entrelaçades en un fons blanc.



Els JJOO s'inauguren en una cerimònia on hi desfilen tots els atletes dels països participants amb les seves banderes. El moment més important és l'encesa del pebeter amb la flama de la torxa olímpica. El pebeter resta encès fins al darrer dia dels jocs, quan a la cerimònia de cloenda una nova torxa recull el foc i es porta de mà en mà fins a la següent seu dels JJOO, així el foc olímpic no s'apaga mai. Comença doncs la nova olimpíada de 4 anys, període de preparació dels atletes per als propers JJOO

L'any 1992 en van celebrar a [Barcelona els JJOO de la XXV Olimpíada](#), és a dir la vint-i-cinquena edició . Hi van participar 9356 atletes —6652 homes i 2704 dones — de 169 comitès nacionals



L'esperit Olímpic



El baró de Coubertin va imaginar els Jocs Olímpics com un esdeveniment d'agermanament, solidaritat i amistat entre tots els països del món a través de l'esport.

Aquest ideal de confraternitat és el que es coneix comunament amb el nom de "esperit olímpic" i és la raó que converteix aquesta cita esportiva en un esdeveniment d'extraordinària rellevància a tot el món.

El conjunt de persones, organitzacions i països que participen en els Jocs rep el nom de "moviment olímpic".

Tots accepten les normes redactades en la [Carta Olímpica](#). Els esportistes han de mostrar la seva conformitat amb els ideals de l'esperit olímpic mitjançant un jurament simbòlic, un dels atletes, en representació de tots pronuncia la frase: "En nom de tots els competidors, prometo que participarem en aquests Jocs Olímpics respectant i complint els seus reglaments amb autèntic esperit esportiu, per a major glòria de l'esport i honor dels nostres equips".

Disciplines olímpiques

Les [disciplines olímpiques](#) que formen part del programa actual dels Jocs poden agrupar-se en diferents categories:

- L'atletisme . Les competicions es desenvolupen o conclouen en l'Estadi Olímpic. Entre les disciplines atlètiques, destaca la prova de marató, la carrera més dura de l'atletisme i la qual atorga un major prestigi al guanyador.
- El grup dels esports aquàtics integrat per la natació, la natació sincronitzada, els salts i el waterpolo. El grup dels esports nàutics inclou disciplines com el rem, el piragüisme i la vela.
- Els esports de pilota constitueixen el grup més nombrós. Entre les disciplines de pilota s'inclouen el tennis, el tennis de taula, el bàdminton, el beisbol, el softbol i l'hoquei sobre herba, el futbol, el bàsquet, l'handbol, el voleibol i el vòlei platja.
- El grup d'esports gimnàstics està format per la gimnàstica (dividida en gimnàstica artística, la gimnàstica rítmica i el trampolí o llit elàstic) i l'halterofília. També poden incloure's les disciplines de combat: el judo, el taekwondo, la boxa, la lluita i l'esgrima.
- La resta de disciplines olímpiques d'estiu són el ciclisme, l'hípica, el tir i els anomenats esports multidisciplinaris: el triatló i el pentatló modern.

Per tal que un esport es consideri Olímpic cal que compleixi un seguit de condicions, entre d'altres:

- Ha de ser practicat en un mínim de 75 països i 4 continents en homes i 40 països i 3 continents en el cas de les dones.
- Ha d'adoptar i aplicar el codi antidopatge mundial.





En l'actualitat dues de les proves més conegudes són la marató i els 100 metres llisos. La marató té una llarga i curiosa història. El seu origen es troba en la gesta del soldat grec Fidípides, qui l'any 490 aC va morir de fatiga després d'haver recorregut 42 quilòmetres des de la ciutat de Marató (Grècia) fins a Atenes per anunciar la victòria sobre l'exèrcit persa

JJOJ d'hivern

Els [Jocs Olímpics d'hivern](#) van aparèixer més tard que els d'estiu. En una sessió del COI Comitè Olímpic Internacional l'any 1925 es va decidir que se celebressin cada quatre anys, atès el gran èxit de la Setmana Internacional dels Esports d'Hivern celebrada a Chamonix (França) que, de fet, fou considerada ja la primera olimpíada d'hivern. Les disciplines esportives que hi participen són l'esquí alpí i nòrdic, el patinatge sobre gel, el bobsleigh, el curling, el biatló i el luge.



Els propers es celebraran a Pekín (Xina) entre el 4 i 20 de febrer de 2022.

JJOJ Paralímpics i Special Olympics



Els Jocs Paralímpics són un esdeveniment internacional on participen esportistes amb alguna discapacitat física o sensorial: Se celebra cada quatre anys durant les setmanes posteriors als Jocs Olímpics, a la mateixa seu que els JJOJ.

Els primers Jocs Paralímpics d'estiu es van celebrar l'any 1960 a Roma (Itàlia), i els primers Jocs Paralímpics d'hivern van ser l'any 1976 a Örnsköldsvik (Suècia). Hi participen atletes amb discapacitat motriu, amputacions, ceguesa i paràlisi cerebral. Els que tenen deficiències mentals, en canvi, participen en els Jocs Mundials [Special Olympics](#).