



# TOP DÉPART

PARIS 2024 EST HEUREUX DE T'OFFRIR CETTE GAZETTE POUR PRÉPARER LES JEUX DE TOKYO CET ÉTÉ ET LES JEUX DE PARIS, EN 2024.

## PLUS VITE, PLUS HAUT, PLUS FORT

Nés en Grèce dans l'Antiquité en 776 av. J.-C., longtemps oubliés, puis modernisés par Pierre de Coubertin en 1896, les Jeux sont devenus le premier événement sportif au monde : pas moins de **206 nations sont représentées et plus de 4 milliards de téléspectateurs suivent les compétitions.** Pendant quelques semaines, tous les yeux seront braqués sur Tokyo (du 24 juillet au 9 août 2020 pour les Jeux Olympiques, puis du 25 août au 6 septembre pour les Jeux Paralympiques), en attendant Paris, en 2024.



## QUELQUES DATES CLÉS

**776 av. J.-C.**  
**Premiers Jeux antiques** à Olympie, en Grèce.

**1896**  
**Premiers Jeux de l'ère moderne**, à Athènes.

**1952**  
Le Tchèque **Emil Zatopek** remporte le seul triplé (5 000 m, 10 000 m et marathon) sur des Jeux.

**1960**  
**Premiers Jeux Paralympiques**, à Rome.

**1960**  
L'Américaine **Wilma Rudolph** est la première femme à gagner trois médailles d'or aux Jeux.

**1996**  
L'escrimeuse **Laura Flessel** obtient deux médailles d'or aux Jeux d'Atlanta.

**2008**  
Le nageur américain **Michael Phelps** décroche huit médailles d'or à Pékin.

**2008**  
Les Français **Michaël Jeremiasz et Stéphane Houdet** remportent le double en tennis fauteuil.

**2012**  
À Londres, **Teddy Riner** conquiert son premier titre olympique en judo.

**2024**  
**Paris** accueille les Jeux.

## LES SYMBOLES DES JEUX

### LA FLAMME OLYMPIQUE ET PARALYMPIQUE

Cette flamme était déjà une tradition durant l'Antiquité. De nos jours, elle brûle du début à la fin des compétitions. Pour l'allumer, une cérémonie est organisée à Olympie, en Grèce, sur le site des Jeux antiques. Le flambeau s'embrase grâce à l'énergie solaire, puis il voyage dans le monde avant de rejoindre la ville qui organise les Jeux. Un joli trait d'union entre tous les pays.



### LE SYMBOLE OLYMPIQUE

Conçu en 1913 par Pierre de Coubertin, ce symbole évoque l'union entre les peuples. Les couleurs des anneaux (bleu, noir, rouge, jaune et vert) sur fond blanc sont celles qui sont les plus représentées sur les drapeaux du monde.



### LE SYMBOLE PARALYMPIQUE

Ces trois courbes sur fond blanc sont appelées *agitos* (du latin « je bouge »). Elles représentent le mouvement. C'est le symbole officiel des Jeux Paralympiques depuis la cérémonie de clôture des Jeux d'Athènes, en 2004.



## LES TROIS GÉNIES DES JEUX

**Pierre de Coubertin** était un historien français. Pour donner aux élèves l'envie de s'initier au sport, il a renouvelé les Jeux Olympiques. Et en 1896, les premiers Jeux modernes se sont déroulés à Athènes. Plus

tard, en 1922, la sportive et militante française **Alice Milliat** a organisé les Jeux mondiaux féminins, une compétition réservée aux femmes. Grâce à cette action et à son engagement, beaucoup plus de femmes

ont pu participer aux Jeux à partir de 1928, à Amsterdam. Quant à **Ludwig Guttmann**, un médecin allemand, il a permis l'émergence des Jeux Paralympiques à partir de 1960.

# 5 000

C'est le nombre de médailles qui seront remises lors des Jeux Olympiques et Paralympiques de Tokyo en 2020.





## SPORT & BIEN-ÊTRE

Pratiquer une activité sportive régulièrement et **bouger au moins 30 minutes par jour** est un bon moyen de rester en forme et d'éviter le surpoids. Le sport t'aide aussi à bien

dormir et à être plus concentré en cours. Voici quelques bons réflexes à adopter au quotidien:  
**Conseil n°1** : préfère les escaliers à l'ascenseur.  
**Conseil n°2** : si tu voyages

en bus, descends une station avant ton arrêt pour terminer le trajet à pied.  
**Conseil n°3** : participe aux tâches ménagères. Oui, ça brûle aussi des calories !

## MATHILDE RÊVE DES JEUX

“ Pour un athlète, les Jeux, c'est le Graal. Cet été, j'espère être sélectionnée pour découvrir la cérémonie d'ouverture à Tokyo et marcher dans le stade avec les autres athlètes français. Concourir à ceux de Paris en 2024 est aussi une grande motivation. J'aime les valeurs écologiques des Jeux de Paris car ils sont conçus pour durer dans le temps. Le Village olympique et paralympique servira ensuite de logements pour les habitants. Les Jeux, c'est bien plus que du sport ! ”

Mathilde Doudoux, 23 ans, championne de BMX



## LES GRANDES VALEURS DES JEUX

### OLYMPIQUES



EXCELLENCE



AMITIÉ



RESPECT

### PARALYMPIQUES



COURAGE



ÉGALITÉ



INSPIRATION



DÉTERMINATION

## TES RENDEZ-VOUS DE 2020

### SEMAINE OLYMPIQUE ET PARALYMPIQUE - Du 3 au 8 février 2020

Si ton établissement participe, **tu vas pouvoir découvrir des disciplines olympiques et paralympiques pendant une semaine**. Par exemple, le collège de Passamaïnty de Mamoudzou (Mayotte) va proposer de super animations à ses 1 700 élèves : découverte de l'histoire du marathon, marathon en relais avec tous les élèves d'une même classe, concours de tirs en basket fauteuil... Le plein de sport en perspective !

### JOURNÉE OLYMPIQUE - Juin 2020

Parce que les Jeux nous concernent tous, **des centaines d'événements seront organisés par les fédérations sportives sur tout le territoire**. Course à pied, initiation à l'escalade, au golf, au skateboard, rencontres avec des champions... Une grande fête du sport autour des valeurs de l'Olympisme et du Paralympisme nous attend !

### TOUS À TOKYO! - De juillet à septembre 2020

Les Jeux Olympiques (du 24 juillet au 9 août) et les Jeux Paralympiques (du 25 août au 6 septembre) te donnent rendez-vous à Tokyo durant l'été 2020 ! Pays hôte en 1964, **le Japon accueille les Jeux d'été pour la deuxième fois de son histoire**. Ce sera l'occasion de découvrir le baseball en sport invité. On le sait peu, mais cette discipline d'origine américaine est la plus populaire du pays.



FÉVRIER 2020

JUIN 2020

ÉTÉ 2020

# LES JEUX DANS LES JEUX



## LE QUIZ EN OR

1 Comment s'appellent les courbes de couleur du drapeau Paralympique ?

- A Les célécos.
- B Les agitos.
- C Les coolos.

2 Marie-Amélie Le Fur a gagné trois médailles d'or aux Jeux de Rio, en 2016. Dans quelle discipline ?

- A Le tennis fauteuil.
- B Le para athlétisme.
- C Le para badminton.

3 Quel est le premier sport collectif à avoir rapporté l'or à la France ?

- A Le football.
- B Le handball.
- C Le water-polo.

4 Quelle vitesse peut atteindre une flèche décochée par un archer ?

- A 100 km/h.
- B 150 km/h.
- C 300 km/h.

5 Comment appelle-t-on la tenue des judokas ?

- A Le judogi.
- B Le kumikata.
- C Le veston.

6 Quel était le surnom d'Usain Bolt ?

- A L'Au revoir.
- B La Foudre.
- C Flash.

7 En 1896, quelle était la durée de la plus longue course de vélo ?

- A 6 heures.
- B 8 heures.
- C 12 heures.

8 Quels sont les noms des mascottes des Jeux Olympiques et des Jeux Paralympiques de Tokyo ?

- A Miraitowa et Someity.
- B Mario et Luigi.
- C Sakura et Bento.

9 La longueur d'un marathon est de 42 km et...

- A 0 m.
- B 100 m.
- C 195 m.

10 En 2020, la lanceuse de disque Mélina Robert-Michon peut devenir l'athlète française ayant participé le plus de fois aux Jeux. C'est-à-dire ?

- A Ce serait sa troisième participation.
- B Ce serait sa cinquième participation.
- C Ce serait sa septième participation.

Réponses: 1-B / 2-B / 3-C / 4-C / 5-A / 6-B / 7-C (seulement deux cyclistes ont terminé ce jour-là) / 8-A / 9-C / 10-B

## C'EST QUOI ?

RELIE CHAQUE SPORT PARALYMPIQUE À SA DÉFINITION.

**a.** Aussi appelé cécifoot, ce sport se pratique avec un ballon sonore permettant aux joueurs atteints d'un handicap visuel de l'envoyer dans un but.

**b.** Cette discipline de l'athlétisme est uniquement réservée aux Jeux Paralympiques.

**c.** Discipline pratiquée allongé où il faut soulever des poids de plus en plus lourds.

**d.** Dans ce sport de raquettes, l'athlète peut relancer la balle qui a rebondi deux fois.

**1. PARA HALTÉROPHILIE**

**2. TENNIS FAUTEUIL**

**3. FOOTBALL À CINQ**

**4. LANCER DE MASSUE**

Réponses: 1-c / 2-d / 3-a / 4-b

## ENCOURAGE UN ATHLÈTE POUR LES JEUX DE TOKYO !

Choisis l'athlète ou l'équipe olympique ou paralympique que tu souhaites encourager et trouve la façon la plus originale de le/la/les motiver : **lettre, vidéo inspirée ou dessin passionné ! À gagner : une invitation VIP sur la prochaine Journée Olympique, qui se tiendra en juin 2020.**

**Envoie ta participation par e-mail à l'adresse suivante :**

**concours-sop@paris2024.org**

**Date limite :**

**15 mai 2020**