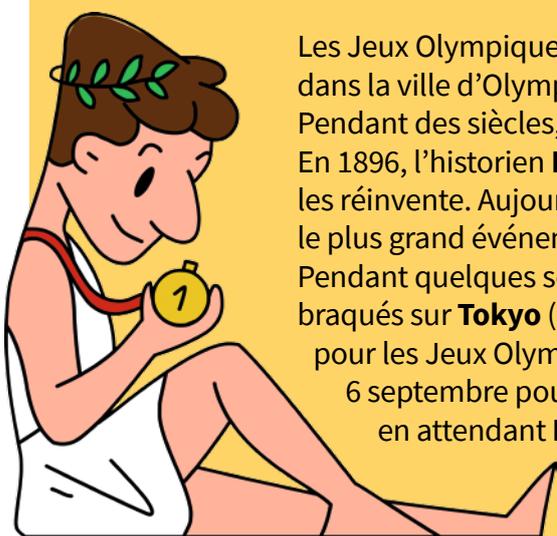


LES P'TITS

CHAMPIONS

PLUS VITE, PLUS HAUT, PLUS FORT!



Les Jeux Olympiques sont nés en Grèce, dans la ville d'Olympie, durant l'Antiquité. Pendant des siècles, ils sont oubliés. En 1896, l'historien **Pierre de Coubertin** les réinvente. Aujourd'hui, les Jeux sont devenus le plus grand événement sportif au monde. 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**.

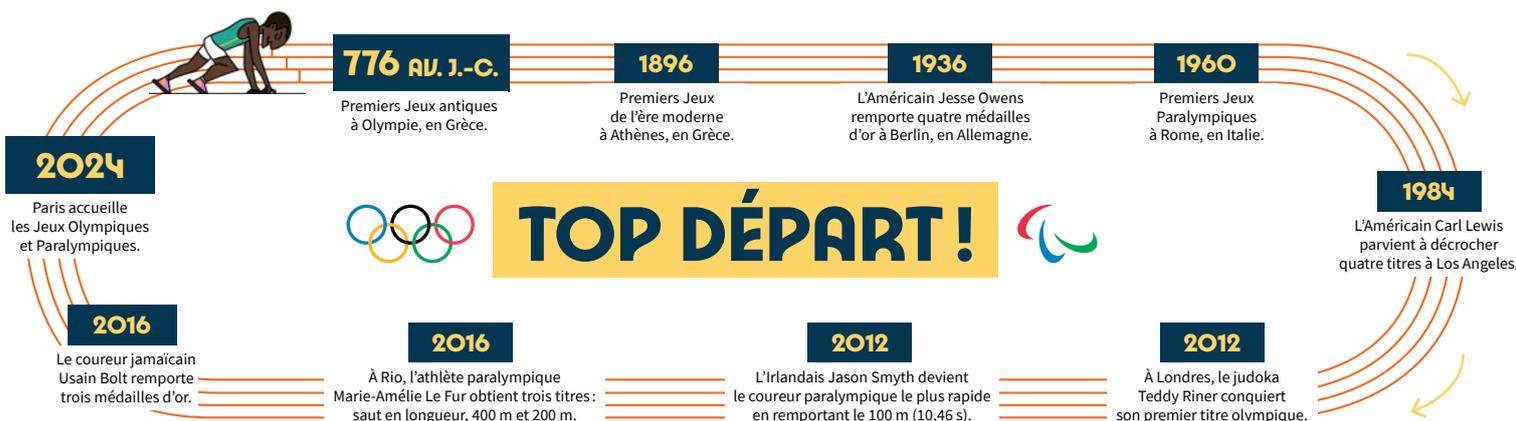
LES GÉNIES DES JEUX



Pierre de Coubertin, un historien français, avait un rêve dans la vie : que l'éducation physique soit plus présente à l'école. Pour donner aux élèves l'envie de s'initier au sport, cet homme visionnaire eut l'idée de créer des Jeux Olympiques modernes en s'inspirant des Jeux antiques qui se tenaient en Grèce. Un événement planétaire qui dure depuis plus d'un siècle.

Grâce à la sportive **Alice Milliat**, les femmes ont pu pleinement participer aux Jeux à partir de 1928.

C'est le médecin allemand **Ludwig Guttmann** qui est à l'origine des Jeux Paralympiques dont la première édition a eu lieu en 1960.



TOP DÉPART!

LES SYMBOLES DES JEUX

LA FLAMME OLYMPIQUE ET PARALYMPIQUE

Cette flamme était déjà une tradition dans l'Antiquité. De nos jours, elle brûle du début à la fin des compétitions. Pour l'allumer, une cérémonie est organisée à Olympie. La torche s'embrase grâce aux rayons du Soleil, puis voyage dans le monde pour rejoindre la ville qui organise les Jeux.



LE SYMBOLE OLYMPIQUE

Les anneaux de couleur sur fond blanc évoquent l'union entre les peuples. Le bleu, le noir, le rouge, le jaune, le vert et le blanc sont les couleurs les plus présentes sur les drapeaux à travers le monde.



LE SYMBOLE PARALYMPIQUE

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

EN ROUTE POUR PARIS 2024

En 2024, Paris accueillera les Jeux pour la troisième fois. La précédente édition des Jeux d'été en France a eu lieu en 1924. Alors, pour fêter ce centenaire, Paris 2024 va proposer des Jeux révolutionnaires !

C'EST QUAND ?

Les Jeux Olympiques se tiendront du 26 juillet au 11 août 2024. Les Jeux Paralympiques suivront, du 28 août au 8 septembre 2024.

C'EST OÙ ?

En plus de Paris et sa région, des épreuves comme le football se dérouleront partout en France. À Marseille, on pourra assister aux compétitions de voile, tandis que les surfeurs s'affronteront à Tahiti.

RÉGION ÎLE-DE-FRANCE



QUELQUES SPORTS PRÉSENTS À PARIS 2024

ZONE PARIS CENTRE

- Sports olympiques
- Sports paralympiques



Pour retrouver l'ensemble des disciplines des Jeux, rendez-vous sur paris2024.org

C'EST NOUVEAU !

ÉGALITÉ, ÉGALITÉ, ÉGALITÉ !

Cette édition des Jeux d'été accueillera pour la première fois autant d'athlètes féminines que d'athlètes masculins. Un message d'égalité porté par les 15 000 sportifs attendus !

OUVERT À TOUS

Le parcours du marathon sera ouvert au public juste après l'épreuve officielle. **Tout le monde peut tenter de gagner une invitation.** Des défis seront prochainement lancés dans le Club Paris 2024.

LE PLEIN DE DISCIPLINES

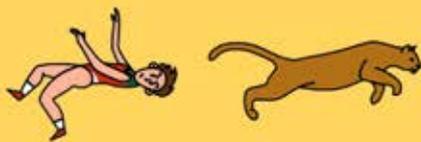
On dénombre 22 parasports pour les Jeux Paralympiques, 28 sports pour les Jeux Olympiques et des sports invités : escalade, skateboard, surf et, **pour la toute première fois, breaking**, la plus spectaculaire des danses hip-hop. Ces quatre disciplines devraient être confirmées en décembre 2020.

DES JEUX QUI SE BOUGENT POUR LA PLANÈTE !

Gratuit des transports, électricité renouvelable, fontaines à eau ou encore des repas à la fois bons pour les athlètes et pour la planète : **les Jeux de Paris 2024 seront durables !** Véritable écoquartier pour les futurs habitants, le Village des athlètes sera la preuve qu'il est possible de vivre différemment.

LE MATCH ATHLÈTE/ANIMAL

LE SAUT EN HAUTEUR



L'athlète : **2,09 m**
(Stefka Kostadinova, 1987)

Le puma :
4 m

LE SAUT EN LONGUEUR



L'athlète : **6,01 m**
(Marie-Amélie Le Fur, 2016, record paralympique)

L'antilope Springbok :
15 m

LE 100 M



L'athlète : **9,58 s**
(Usain Bolt, 2009)

Le guépard :
3,5 s

LES JEUX ET TOI



BOUGER, C'EST BON POUR LA SANTÉ

Faire de l'exercice est excellent pour ton corps !

Le sport t'aide à bien dormir, à être plus attentif en classe et à mieux gérer tes émotions. Alors, chaque jour, tu dois au moins bouger une heure : balançoire, corde à sauter, ballon... On peut aussi se dépenser en rangeant sa chambre ou en participant aux tâches ménagères. À l'école, la récré est le bon moment pour se défouler !

Voici un petit jeu pour t'éclater : le loup-prénom.

Rassemble tes copains dans la cour et demande à l'un d'eux de réciter l'alphabet dans sa tête. Dis-lui de s'arrêter et de donner la lettre à laquelle il en était. Par exemple, le D. À ce moment-là, vous devez tous courir pour toucher une personne dont le prénom contient un D. Celui qui y arrive en dernier est éliminé et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il n'en reste qu'un.

LES GRANDS RENDEZ-VOUS DE 2020

DU 3 AU 8 FÉVRIER 2020

SEMAINE OLYMPIQUE ET PARALYMPIQUE

Si ton école participe à cette semaine spéciale, tu vas pouvoir découvrir des disciplines olympiques et paralympiques. Par exemple, à Luzenac, dans le département de l'Ariège, l'école primaire a prévu de nombreux défis pour les élèves du CP au CE2 : découverte de l'histoire des Jeux, écriture de paroles de chansons, création de médailles et olympiades de classes. Va y avoir du sport !

JUIN 2020

JOURNÉE OLYMPIQUE

La Journée Olympique a été imaginée en 1948 pour célébrer le sport et les idéaux olympiques partout dans le monde. Des centaines d'événements seront organisés en juin 2020 par les fédérations sportives. Course à pied, initiation au golf, à l'escalade, au skateboard, rencontres avec des champions... Cette année encore, petits et grands se retrouveront autour des valeurs de l'Olympisme et du Paralympisme.

DE JUILLET À SEPTEMBRE 2020

TOUS À TOKYO !

Les Jeux Olympiques (24 juillet-9 août) et les Jeux Paralympiques (25 août-6 septembre) te donnent rendez-vous à Tokyo durant l'été 2020. Après avoir été pays hôte en 1964, c'est la deuxième fois que le Japon accueille les Jeux d'été. Tu pourras découvrir le baseball, la discipline préférée des Japonais, et le judo, un sport de combat créé au Japon.



LES VALEURS DES JEUX

Olympisme

Excellence
Amitié
Respect



Paralympisme

Courage
Égalité
Détermination
Inspiration

“ Pour moi, les Jeux représentent le partage. Aux Jeux Olympiques et Paralympiques, tous les pays et tous les sports se mélangent. C'est une super ambiance. Tous les athlètes veulent donner le meilleur d'eux-mêmes pour faire vibrer le public. J'espère que je serai présent aux Jeux de Tokyo en 2020. Mon rêve, c'est de participer aux Jeux de Paris en 2024. J'y suis né et j'y habite. J'aimerais gagner devant ma famille et le public français. ”

Ludovic Besson, 21 ans, champion de décathlon
(un sport qui regroupe dix épreuves de course, de saut et de lancer)



LE 100 M NAGE LIBRE



L'athlète : **6 km/h**
(Anna Stetsenko, 2016, record paralympique)

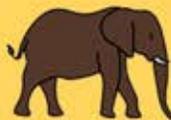


L'espadon-voilier :
110 km/h

LA PARA HALTÉROPHILIE



L'athlète : **310 kg**
(Siamand Rahman, 2016, record paralympique)



L'éléphant :
300 kg

L'ENDURANCE



L'athlète : **50 km** à pied
(la plus longue distance aux Jeux)



Le chameau :
170 km sans arrêt

LES JEUX DANS LES JEUX

TEST

QUEL SPORT OLYMPIQUE OU PARALYMPIQUE EST FAIT POUR TOI ?

Réponds à ces questions et tu sauras quelle discipline te convient le mieux.

Le samedi après-midi, comment préfères-tu t'occuper ?

- B Avec un jeu vidéo, fier de le finir tout seul.
- A Tu passes tes samedis avec tes copains.
- C Tu tentes de nouvelles figures en skate.

Quelle est ton activité favorite à la piscine ?

- B Plonger sans faire d'éclaboussures.
- C Réussir le défi de tenir en équilibre sur une planche en mousse.
- A Faire la course avec tes amis.

En cours de sport, tu aimes...

- A La course de relais.
- B La gymnastique.
- C Le frisbee.

Quel est l'ingrédient indispensable pour regarder du sport ou du parasport à la télé ?

- B Du calme pour rester concentré.
- C Du beau jeu à l'écran.
- A Être en groupe pour supporter ton équipe.

Quand tu fais du sport, quel est ton objectif secret ?

- C Te faire remarquer par des gestes étonnants.
- B Réussir la meilleure performance.
- A Passer un bon moment avec tes copains.

Que préfères-tu quand tu joues au basket ou au basket fauteuil ?

- C Faire tourner le ballon en équilibre sur un doigt.
- A Les belles passes.
- B Lever les bras après avoir marqué un panier.

Quelle est ta principale qualité ?

- A Tu es attentif aux autres.
- B Tu es courageux.
- C Tu as souvent des idées surprenantes.

Lorsque tu rencontres une difficulté, quelle est ta réaction ?

- C Prendre la situation avec humour.
- B Tenter de trouver la solution tout seul.
- A Demander des conseils à quelqu'un de ton entourage.

Ce que tu te dis après un entraînement...

- B « Je me suis bien dépensé/e. »
- C « Je me suis bien amusé/e. »
- A « On a bien joué. »



UN MAXIMUM DE A : TU ES PLUTÔT SPORT COLLECTIF

Tu n'imagines pas le sport sans tes amis. Selon toi, c'est toujours mieux de gagner ou de perdre quand on est plusieurs. Tu penses souvent aux autres et tu as un vrai esprit d'équipe. Les sports collectifs comme le **volleyball assis**, le **basketball** ou le **handball** semblent donc être faits pour toi.

UN MAXIMUM DE B : TU ES PLUTÔT SPORT INDIVIDUEL D'ENDURANCE

Tu aimes tester tes limites et te prouver que tu es capable de réaliser de grandes performances. Pour toi, te dépasser est aussi naturel que de respirer. Pas de doute, un sport individuel qui demande de l'endurance te conviendra parfaitement. **Athlétisme, para canoë, cyclisme, natation...** tu as l'embarras du choix !

UN MAXIMUM DE C : TU ES PLUTÔT SPORT INDIVIDUEL D'ADRESSE

Dans la vie, tu aimes te distinguer, et quand tu pratiques un sport, tu adores trouver le geste parfait. Un mouvement précis ou une parade qui surprend ton adversaire te donne une grande fierté. Tu pourras t'illustrer dans des disciplines telles que le **escrime fauteuil**, le **tennis de table**, le **para judo**...



1. PARA HALTÉROPHILIE

2. BOCCIA

3. FOOTBALL À CINQ

4. PARA TRIATHLON

JEU

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. Un mélange de natation, de cyclisme et de course.

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

d. Cette épreuve de précision et de stratégie ressemble à la pétanque.

Réponses : 1-c / 2-d / 3-a / 4-b



Édité par : Unique Heritage Entertainment SAS, 3-9, avenue André-Malraux, 92300 Levallois-Perret. Actionnaire : Unique Heritage Media SAS. Directeur de la publication : Emmanuel Mounier. Imprimé en France/Printed in France à la demande. Imprimeur : Grafik Plus, 14, rue Montgolfier, 93110 Rosny-sous-Bois. Dépôt légal : janvier 2020. Loi n°49-956 du 16/07/49 sur les publications destinées à la jeunesse. Origine du papier : majoritairement Autriche. Taux de fibres recyclées : 0%. Certification : PEFC. Eutrophisation : P_{tot} 0,032 kg/tonne.



ENCOURAGE UN ATHLÈTE POUR LES JEUX DE TOKYO !

Choisis l'athlète ou l'équipe olympique ou paralympique que tu souhaites encourager pendant les Jeux d'été et sors tes crayons afin de créer le plus beau dessin pour le/la/les motiver. À gagner : une invitation VIP sur la prochaine Journée Olympique, qui se tiendra en juin 2020.



Envoie ton dessin par e-mail à l'adresse suivante :

concours-sop@paris2024.org

Date limite :

15 mai 2020