



## PROGRAMME SCOLAIRE

# LE PARCOURS

**KIM BOUTIN**

(2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> année du primaire)



## DESCRIPTION DU SPORT

Les patineurs de vitesse sur courte piste ont besoin de force physique, de vitesse et d'endurance. Ils doivent aussi faire preuve de stratégie. Ils doivent être plus rusés que les autres athlètes. Par exemple, ils doivent faire un dépassement juste au bon moment pour remporter la course. Ce sont souvent les patineurs les plus intelligents qui gagnent en patinage de vitesse sur courte piste.

La piste ovale sur laquelle les athlètes patinent mesure seulement 111 mètres. Les virages sont serrés. Puisqu'il y a quatre à six athlètes qui patinent en même temps, il arrive souvent que les patineurs perdent le contrôle et chutent. Les contacts sont nombreux et ils se poussent souvent. Un patineur qui fait un dépassement ne peut pas se faufiler devant un autre athlète ni lui bloquer le chemin. S'il fait ça, il sera disqualifié.



## À PROPOS DE L'ATHLÈTE

### KIM BOUTIN:

Date de naissance : 16 décembre 1994

Ville natale : Sherbrooke (Qc)

Âge : 23

Sport : Patinage de vitesse sur courte piste

Taille : 165cm

Poids : 58kg

Jeux : PyeongChang 2018

*« Le sport, c'est une école de vie, raconte Kim Boutin. Les Jeux olympiques font partie du parcours que j'ai suivi. »*



# L'HISTOIRE

**KIM BOUTIN**

(2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> année du primaire)

La route est longue pour se rendre aux Jeux olympiques. Un athlète doit continuer de poursuivre ses objectifs même dans les moments difficiles. Il doit garder sa concentration malgré les hauts et les bas. Tout cela en vaut la peine quand on réussit enfin à obtenir sa place aux Jeux olympiques, et c'est encore plus le cas quand on gagne une médaille à sa première participation.

C'est ce qui est arrivé à la patineuse de vitesse sur courte piste Kim Boutin aux Jeux olympiques d'hiver de PyeongChang 2018. Elle a terminé au quatrième rang en finale du 500 mètres féminin. Elle était très heureuse. Puis, a suivi une bonne nouvelle. La patineuse coréenne qui avait disputé la finale était disqualifiée. Elle s'était fauflée devant Kim dans un des derniers virages. Les juges ont affirmé que c'était contre les règles. Kim a donc obtenu la médaille de bronze.

Elle était très contente! Mais une heure avant la cérémonie de remise des médailles, elle a lu les messages qu'elle avait reçus sur les réseaux sociaux.

Kim a eu peur! Les gens menaçaient de lui faire mal. *« J'étais tellement effrayée. Je ne voulais pas continuer de participer aux Jeux olympiques. »*

Toutefois, Kim a été brave et elle est allée à la cérémonie des médailles. Elle a réussi à garder la maîtrise de ses émotions. Comment allait-elle réussir à rester concentrée pour la course suivante? Était-elle vraiment en danger?

Elle devait garder son calme. Elle a demandé l'aide à ceux et celles qui pouvaient la soutenir. Elle a été grandement réconfortée de savoir que les autres membres de son équipe étaient derrière elle. Ils l'ont beaucoup aidée. Par contre, le courage dont elle avait besoin pour continuer à disputer ses courses est venu d'elle.

*« Il y a une force en chacun de nous, dit Kim. Ma force, c'était que j'étais convaincue que je pouvais rester concentrée sur mes objectifs et bien patiner quand ça comptait. »*

Bien avant que cette crise éclate, Kim a passé du temps à apprendre quelles étaient ses forces. Trois ans auparavant, elle a arrêté de faire du patinage pendant six mois. Elle avait besoin de s'éloigner de son sport. Elle avait besoin de temps pour réfléchir.

Elle devait en avoir le cœur net et savoir si elle voulait vraiment faire du patinage de vitesse ou arrêter. Elle devait savoir ce qui était le plus important pour elle. Elle a demandé de l'aide pour trouver la réponse

à ses questions. Elle est devenue forte mentalement. Elle ne le savait pas à ce moment-là, mais cette période de réflexion l'a bien préparée à affronter les menaces qui allaient arriver plus tard.

Afin de se préparer à disputer la course suivante, Kim s'est entourée de ses amis qui l'ont beaucoup aidé. Elle croyait en ses forces. Elle s'est présentée sur la ligne de départ du 1500 mètres et s'est bien concentrée. Elle a bien patiné dans les premières rondes et elle s'est qualifiée pour la finale. Encore une fois, elle s'est retrouvée contre la Coréenne dans sa quête pour remporter une médaille. Encore une fois, des partisans coréens allaient souhaiter qu'elle ne réussisse pas.

Kim a été forte. Elle a été brave dans sa façon de patiner et elle a encore une fois remporté une médaille de bronze. Elle n'avait plus peur. Quelques jours plus tard, elle a obtenu la médaille d'argent au 1000 mètres.

Gagner une médaille olympique représente quelque chose de très spécial. Gagner deux médailles olympiques dans une vie, c'est quelque chose de rare. Kim en a gagné trois au cours des mêmes Jeux olympiques. WOW!

*« J'ai reçu beaucoup de messages. Ceux qui me sont restés en tête, ce sont ceux qui ont fait mal, rappelle Kim. J'ai décidé de me concentrer seulement sur les bons messages. C'étaient des messages qui venaient de gens qui m'aimaient. J'ai choisi de ne pas accorder d'attention aux mauvais messages provenant des gens qui disaient ne pas m'aimer. »*

*« La confiance en soi, c'est moins important que de connaître la force qu'il y a en toi. Tu dois te concentrer sur tes forces. »*





