



## PROGRAMME SCOLAIRE

# LE PARCOURS

**KIM BOUTIN**

(4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> année du primaire)



## DESCRIPTION DU SPORT

Les patineurs de vitesse sur courte piste n'ont pas seulement besoin de force physique, de vitesse et d'endurance. Ils doivent aussi avoir une bonne tactique pour être plus malins que leurs adversaires et prendre les devants dans les moments-clés de la course. Ce sont souvent les patineurs les plus forts du côté tactique qui l'emportent en patinage de vitesse sur courte piste.

La piste ovale qu'ils doivent parcourir n'est longue que de 111 mètres et les virages sont serrés. Il y a habituellement 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 pour tenter de prendre les devants. 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**

(4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> année du primaire)

Se rendre aux Jeux olympiques est un parcours qui nécessite beaucoup de persévérance. Pendant de nombreuses années, un athlète doit s'entraîner, surmonter les blessures et rester concentré 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 remporte une médaille à sa première participation.

La patineuse de vitesse sur courte piste Kim Boutin a réalisé son rêve aux Jeux olympiques d'hiver de 2018 à PyeongChang. Elle était enchantée d'avoir terminé au quatrième rang de la finale du 500 mètres féminin. Quelques minutes plus tard, elle a appris une nouvelle. La Sud-Coréenne Minjeong Choi était disqualifiée. Il y a eu contact dans un des derniers virages au moment où Minjeong essayait de se faufiler devant Kim. Le patinage de vitesse sur courte piste est un sport robuste, mais ce geste était contre les règles. Kim a ainsi grimpé en troisième place, bonne pour la médaille de bronze.

Elle était folle de joie! Son bonheur s'est prolongé jusqu'au moment où elle a pris connaissance des messages qu'elle avait reçus sur les réseaux sociaux : « Si je te trouve, tu vas mourir! » « Voleuse de médaille. » « Je vais couper tes mains et ta jambe, vilaine fille. » C'était à peine une heure avant la cérémonie de remise des médailles. Kim était terrifiée! Des gens la menaçaient de mort. « Tu te prépares pour les Jeux olympiques et tu cherches à rester dans ta bulle durant les courses. Mais tu n'es pas prête à ça! J'étais tellement effrayée. Je ne voulais pas continuer de participer aux Jeux olympiques. »

Elle a fait preuve de bravoure et a participé à la cérémonie de remise de médaille. Elle est venue près de perdre la maîtrise de ses émotions. Comment allait-elle réussir à rester concentrée lors de sa prochaine course? 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 et il faut savoir la reconnaître afin de pouvoir être forte dans les moments difficiles, dit Kim. Moi, ma force, c'était que j'étais convaincue que je pouvais rester concentrée sur mes objectifs et livrer la marchandise quand ça comptait. »

Bien qu'aucun olympien ne se prépare pour ce genre de cauchemar,

Kim avait déjà passé du temps à apprendre à connaître ses forces en elle. Peu après avoir été nommée « l'Étoile montante de Patinage de vitesse Canada » en 2015, elle a arrêté de patiner pendant six mois. Elle avait besoin de s'éloigner de son sport. Elle avait besoin de temps pour réfléchir. Kim avait besoin de découvrir ce qu'elle voulait et ce qui était le plus important pour elle. Elle a rencontré un psychologue sur une base régulière. Ils ont travaillé afin de trouver des réponses à ses questions. Personne ne le savait à ce moment-là, mais elle travaillait à découvrir la force dont elle aurait besoin trois ans plus tard pour affronter les menaces.

Entourée par les membres de son équipe et confiante en ses forces, Kim s'est présentée sur la ligne de départ de l'épreuve du 1500 mètres. Elle a bien patiné dans les rondes de qualification et s'est rendue jusqu'en finale. Encore une fois, elle s'est retrouvée contre la Coréenne dans sa quête pour remporter une médaille. Encore une fois, des partisans de Choi 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 a gagné en confiance et quelques jours plus tard, elle a décroché la médaille d'argent au 1000 mètres.

Gagner une médaille olympique représente quelque chose de très spécial pour un athlète. Gagner deux médailles olympiques dans une vie, c'est quelque chose de rare. Le parcours de Kim, fait de bravoure et de persévérance, lui a permis de remporter trois médailles au cours des mêmes Jeux olympiques.

« J'ai reçu beaucoup de messages sur les réseaux sociaux, mais ceux qui me sont restés en tête, ce sont ceux qui ont fait mal, déclare Kim. J'ai décidé de me concentrer seulement sur les bons messages venant des gens qui m'appréciaient et de ne pas accorder de l'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. »





