

PROGRAMME DE 8 RESSOURCES

J O U E R ,
A P P R E N D R E ,
C O N N A Î T R E
L A G L O I R E
G U I D E



PROGRAMME SCOLAIRE

A P E R Ç U

Tous les quatre ans, les nations du monde se rassemblent pendant 16 jours pour célébrer le sport et la culture. Ce programme a pour but de susciter l'engouement des participants et de leur donner l'occasion de découvrir les sports, les valeurs et les cérémonies olympiques.

Le programme se divise en huit séances débordantes d'action pendant lesquelles les participants découvrent une valeur olympique qui leur est présentée par les athlètes en vedette. Les participants acquièrent des compétences en littératie physique d'une façon amusante et agréable, notamment grâce à des activités d'échauffement et des jeux en lien avec un sport donné. Les cérémonies d'ouverture et de clôture et les huit séances d'activités allieront les valeurs et symboles olympiques, à l'activité physique et à l'engagement olympique.

Découvrez les valeurs olympiques présentées par les athlètes en vedette

VALEUR	ACTIVITÉ BRISE-GLACE	ATHLÈTES EN VEDETTE	CONSEIL DE LITTÉRATIE PHYSIQUE	JEUX
Respect	Passer le cerceau	Antoine Valois-Fortier Sarah Pavan et Melissa Humana-Paredes	Agilité et coordination	1. Toucher de cibles en relais 2. Ménage du printemps
Travail d'équipe	Au pied levé	Quinn Blair Bann	Contrôle d'un objet	1. Renverser les cibles 2. Bataille de ballons
Amitié	Fait intéressant ou fait loufoque ?	Claudia Holzner et Jacqueline Simoneau Markus Thormeyer	Nager	1. Jeu du miroir 2. Poursuite à la nage en équipe t
Persévérance	Chasse au podium	Jennifer Abel Damian Warner	Sauter	1. Tag grenouille 2. Sauteur à propulsion
Leadership	L'entraîneur-chef dit	Miranda Ayim et Nathan Hirayama	Lancer	1. Pète la bulle 2. Renverser les cibles en équipe
Inclusion	Le ballon silencieux	Équipe féminine de rugby à 7	Attraper	1. Volleyball assis 2. L'attrapé en cercle
Plaisir	Charades sportives	Annie Guglia Sean McColl	Équilibre	1. Tag bourdon 2. Course à relais en équilibre
Excellence	Célébration des réussites	Ellie Black Andre de Grasse	Course	1. Retournement de cônes 2. Lièvres et laitues



CÉRÉMONIE D'OUVERTURE

Recréez le grand spectacle des Jeux olympiques en organisant une cérémonie d'ouverture.

organisez un défilé des nations

Faites entrer une équipe à la fois pour former un long défilé des équipes sur un terrain extérieur ou dans le gymnase. Les participants seront encouragés à porter les couleurs et à agiter le drapeau de leur équipe et à montrer l'esprit de leur pays.

Prêtez serment

Au début de chacun des Jeux olympiques, tous les athlètes s'engagent à faire preuve d'esprit sportif et à respecter toutes les règles olympiques. Un athlète du pays hôte prête serment lors de la cérémonie d'ouverture au nom de tous les athlètes. Intégrez le serment olympique ci-dessous à votre cérémonie d'ouverture :

« Au nom de tous les compétiteurs, les athlètes de _____, je promets de prendre part à ces Jeux olympiques en respectant et en suivant les règles qui les gouvernent, dans un esprit de sportivité, pour la gloire du sport et pour l'honneur de nos équipes. »

Demandez aux participants de discuter en équipe de ce que signifie ce serment selon eux, de la raison pour laquelle il est important, et de ce qu'ils y ajouteraient ou y enlèveraient, s'il y a lieu. Envisagez d'organiser une discussion au sujet de l'importance de respecter les règles pour les athlètes olympiques. Pourquoi y a-t-il des règles ? Pourquoi est-ce important de les respecter ?

Incluez une composante artistique

Une cérémonie d'ouverture n'en est pas une sans une expérience culturelle ou une danse. Encouragez la participation de tous à un numéro comme un cercle de tambours, une danse, une démonstration de corde à sauter ou de gymnastique.

Chantez l'hymne national

En grand groupe, levez-vous et chantez le « Ô Canada » comme si les participants étaient des athlètes du Canada qui venaient tout juste de gagner une médaille d'or. Demandez aux participants de trouver en ligne des vidéos d'athlètes sur le podium et de réfléchir à ce que l'athlète peut ressentir pendant que joue son hymne national.

Allumez la flamme olympique

Faites un parcours de la flamme olympique au cours duquel les autres participants forment un tunnel pour encourager le relayeur de la flamme. Remettez au dernier porteur de la flamme une version modifiée du flambeau olympique avec lequel il fera semblant d'allumer la vasque et de déclarer les jeux ouverts lors de la cérémonie d'ouverture.



CÉRÉMONIE DE CLÔTURE

À la fin des huit séances, organisez une cérémonie de clôture.

Cérémonie des médailles

Organisez une cérémonie des médailles où seront attribuées les médailles d'or, d'argent et de bronze aux pays méritants. Demandez aux participants de créer leurs propres médailles olympiques avec du matériel d'art pour qu'elles représentent l'importance des jeux de Tokyo.

Certificats de participation

Remettez des certificats de participation à tous les participants.

Ambassadeur des valeurs

Demandez aux équipes de voter pour la personne qui, selon elles, a été leur plus grand ambassadeur des valeurs olympiques. Faites écrire aux participants une réflexion sur les valeurs qu'ils ont le mieux incarnées et comment, ou organisez une discussion en groupe à ce sujet.

Présentez un diaporama

Demandez à un photographe bénévole de prendre des photos, à des graphistes de retoucher les photos, et à une équipe de conception de créer un diaporama.



É D U C A T I O N O L Y M P I Q U E

La philosophie de l'éducation olympique repose sur un équilibre entre le développement intellectuel, culturel et physique. Elle est basée sur la participation, l'effort et l'idée de donner tout ce qu'on a dans la poursuite de l'excellence. L'éducation olympique adhère au concept de l'olympisme :

L'éducation olympique et les récits de triomphe et de déception des Olympiens peuvent inspirer les jeunes à chercher à donner le meilleur d'eux-mêmes, à développer leur résilience et à adopter un mode de vie actif et sain.

L'éducation olympique consiste à faire découvrir aux jeunes les Jeux olympiques et les Olympiens. L'apprentissage est une activité active et non passive. C'est pourquoi les participants doivent prendre activement part à des discussions, partager leurs idées en petits groupes et explorer différents points de vue. Il faut susciter des discussions qui créent une connexion émotive et intellectuelle

“

L'olympisme est une philosophie de vie, exaltant et combinant en un ensemble équilibré les qualités du corps, de la volonté et de l'esprit. Alliant le sport à la culture et à l'éducation, l'olympisme se veut créateur d'un style de vie fondé sur la joie dans l'effort, la valeur éducative du bon exemple, la responsabilité sociale et le respect des principes éthiques fondamentaux universels.

Charte olympique, Principes fondamentaux de l'Olympisme

”

Voici quelques astuces :

- Suscitez l'intérêt des participants au sujet des athlètes en vedette de chaque séance en leur posant des questions. Que connaissent-ils du sport pratiqué par ces athlètes ? Que signifie pour eux la valeur présentée ?
- Demandez aux participants d'expliquer ce qu'ils savent du sport pendant qu'ils font les activités d'échauffement liées à ce sport. Quel est l'équipement nécessaire pour pratiquer ce sport ? Connaissent-ils les règles ? Ont-ils déjà vu ou pratiqué ce sport ?
- Faites un lien entre les habiletés liées aux fondements du mouvement et les divers sports. Par exemple, le tennis nécessite des habiletés locomotrices (course), des habiletés de manipulation (frapper la balle avec la raquette) et des habiletés non locomotrices (tourner le corps pour atteindre la balle). Plus un jeune utilise ces habiletés avec confiance, plus il est motivé à essayer de nouvelles activités et à adopter un mode de vie actif.
- Profitez des cérémonies d'ouverture et de clôture pour parler aux jeunes des symboles olympiques. Les jeunes sont fascinés par la signification des anneaux et de leurs couleurs, par le parcours de la flamme olympique et par la cérémonie des médailles.
- Jouez à une version modifiée de certains des sports d'été du programme olympique afin de favoriser la compréhension de ces sports, de faire l'expérience des valeurs olympiques et d'avoir les outils nécessaires pour encourager l'équipe olympique canadienne pendant les Jeux olympiques de Tokyo 2020.
- Regroupez les participants en équipes et demandez-leur d'adopter un pays. Encouragez-les à apprendre quelque chose au sujet de la ou des langues, de la culture, des traditions, de la cuisine et des vêtements du pays qu'ils ont choisi. Prenez un moment pour fabriquer des drapeaux ou des uniformes à utiliser lors d'une célébration officielle comme un festival culinaire ou une cérémonie traditionnelle.
- Créez un cri d'équipe. Demandez aux participants de créer des cris d'encouragement pour leur pays. Demandez à chaque équipe de présenter son cri d'encouragement aux autres équipes et aux autres groupes. Encouragez les participants à porter les couleurs de leur équipe et le drapeau ou le logo de leur pays.
- Encouragez les participants à en apprendre davantage sur chacun des sports. Quelles en sont les règles ? Combien de pays participent à des compétitions dans ce sport ? Quels pays sont arrivés en tête de classement lors de Jeux antérieurs ? Comment les équipes ou les athlètes peuvent-ils se qualifier pour les Jeux olympiques dans ce sport ?



REMERCIEMENTS

Merci

LE PROGRAMME SCOLAIRE OLYMPIQUE CANADIEN TIENT À REMERCIER LES SERVICES DE BIEN-ÊTRE ET MORAL DES FORCES CANADIENNES (SBMFC) ET À SOULIGNER LEUR CONTRIBUTION. SANS LEURS EFFORTS ET LEUR CRÉATIVITÉ, CE PROJET N'AURAIT PAS VU LE JOUR.

L'équipe des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes :

- Ryan Cane
- Steve Cymbaluk
- Kristen Lucyshyn
- James Mackenzie
- Agnès Manivit
- Alyssa Matetich
- Madlynn Palmer
- Hilary Pollock
- Caitlin Salisbury



PROGRAMME SCOLAIRE