



BEIJING 2022

MIKAËL KINGSBURY

AMBASSADEUR DU
PROGRAMME SCOLAIRE OLYMPIQUE CANADIEN

EXPLORER LE RESPECT AVEC MIKAËL KINGSBURY



Photo par Vaughn Ridley / COC

SKI ACROBATIQUE

Les athlètes olympiques ont l'occasion de se mesurer à des personnes du monde entier. Ils sont mis en présence d'un vaste éventail de personnalités, de croyances, de cultures et d'identités. Malgré toutes ces différences, ils trouvent le moyen de se traiter mutuellement avec respect.

Puisque nous souhaitons tous être respectés pour ce que nous sommes, nous devons apprendre à être respectueux avec les autres. L'objectif de cette semaine, dont le thème est le respect, est d'apprendre à être plus respectueux, même envers ceux qui sont différents. Nous entendrons les témoignages de cinq olympiens, qui aborderont tous le respect sous un angle unique.

Aujourd'hui, nous allons commencer par explorer la valeur du respect avec l'aide de notre ambassadeur du Programme scolaire olympique canadien, Mikaël Kingsbury, médaillé d'or olympique en ski acrobatique.

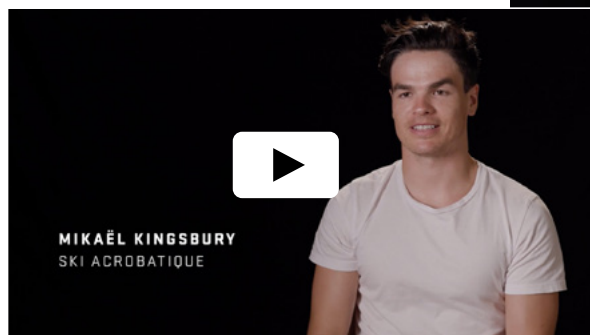
ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

1

Demandez aux élèves ce qui leur vient à l'esprit lorsque vous prononcez le mot « respect ». À quoi ressemble le respect, comment témoigne-t-on du respect et comment le ressent-on?

[Montrez la vidéo sur le respect de Mikaël à la classe >](#)

Discutez de la façon dont Mikaël recherche des points communs avec ses adversaires et fonde son respect pour eux sur les choses qu'ils partagent. Comment cette approche peut-elle nous aider à témoigner un respect sincère aux autres?



2

Il est parfois difficile de respecter les autres. Peut-être se comportent-ils d'une façon que vous n'appréciez pas ou agissent-ils de manière blessante à votre égard. Les athlètes olympiques ont également du mal à montrer du respect envers les compétiteurs qu'ils soupçonnent de tricher. Il est difficile de respecter des personnes qui ne sont pas respectables ni même respectueuses.

Dans ton journal, offre tes conseils à un athlète olympique sur la façon de respecter un adversaire, même s'il se comporte de manière irrespectueuse.





BEIJING 2022

JOCELYNE LAROCQUE
HOCKEY SUR GLACE

LE RESPECT, C'EST D'ABORD PRENDRE LE TEMPS DE S'INTÉRESSER AUX AUTRES



Photo par Vincent Ethier / COC

La rivalité entre les États-Unis et le Canada en hockey féminin est des plus féroces. Toujours intenses, les matchs des Jeux olympiques d'hiver rassemblent des partisans des deux pays rivés à leur écran pour encourager à grand renfort de cris leur équipe respective.

Alors qu'elle s'entraîne en vue des Jeux de 2022, Jocelyne Larocque se remémore les hauts et les bas de ses deux olympiades précédentes. En 2014, l'équipe a remporté la médaille d'or contre les Américaines; mais en 2018, à Pyeongchang, elle a subi une défaite crève-cœur en tirs de barrage. L'obtention de la médaille d'argent ne donnait pas tellement envie de célébrer.

« Sur le coup, on se sent triste, nous confie Jocelyne. On sait que tous les membres de l'équipe ont fait beaucoup de sacrifices pour arriver là. »

Jocelyne a grandi dans la petite ville de Sainte-Anne, au Manitoba, où elle a commencé à jouer au hockey à l'âge de trois ans. Comme il n'y avait pas assez de filles pour former une équipe, sa sœur aînée et elle ont intégré l'équipe masculine de la ville.

Elle a été bien accueillie et s'est sentie acceptée à titre de joueuse métisse. Les autres ont appris à la connaître et à la respecter. Si un adversaire lui causait des ennuis parce qu'elle était une fille, les garçons de son équipe se portaient immédiatement à sa défense. Très vite, elle a rejoint l'équipe féminine du Manitoba, puis Équipe Canada.

Elle a été plus que ravie d'être sélectionnée pour participer au tournoi olympique de Sochi, en 2014. Mais la phase préparatoire s'est révélée difficile : les joueuses ont essuyé une série de revers qui ont ébranlé leur confiance. Leur calendrier, trop chargé, commençait à affecter leur performance. Entre les déplacements, les entraînements et les parties, il leur restait trop peu d'énergie pour réellement s'approprier. Le temps pour s'amuser ou nouer des liens entre coéquipières manquait.

« La confiance entre les membres d'une équipe ne se bâtit pas du jour au lendemain, explique Jocelyne. Il faut du temps pour apprendre à se connaître. »

« LA CLÉ DU SUCCÈS, C'EST DE TRAVAILLER ENSEMBLE, D'APPRENDRE À SE CONNAÎTRE ET DE VOULOIR ÊTRE DE BONNES COÉQUIPIÈRES. »

Bien qu'elle ait conquis l'or, l'équipe n'était pas soudée : les joueuses n'avaient pas eu la chance de pouvoir s'apprécier mutuellement. Or, quand on respecte une personne, on prend le temps s'intéresser à elle.

Depuis 2014, Équipe Canada a fait de ce principe une priorité. Ses membres jouent à des jeux-questionnaires, ont des discussions amusantes et passent du temps ensemble. Elles se rapprochent en tant qu'amies et coéquipières. C'est d'ailleurs cette proximité qui les a aidées à composer avec la déception de 2018.

Jocelyne accorde beaucoup d'importance aux moments d'interaction sociale.

« Apprendre à connaître les autres, c'est un investissement qui donne envie de devenir une bonne coéquipière. Naturellement, on ne veut pas laisser tomber les personnes qu'on apprécie. »

Pendant la pandémie de COVID-19, les membres de l'équipe n'ont pas pu s'entraîner ensemble. Elles ont néanmoins pris la peine d'organiser des discussions et des jeux virtuels pour s'encourager et entretenir le respect essentiel à la constitution d'une équipe.

Lorsqu'elles retourneront sur la glace à l'occasion de la prochaine finale olympique, elles n'auront jamais été aussi proches. Les Américaines n'auront qu'à bien se tenir!



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

1 LIS. ÉCRIS. DISCUTES.

Quand on respecte une personne, on prend le temps de s'intéresser à elle. On écoute son histoire et on cherche des points communs.

Sur un bout de papier, écrivez quelque chose que les autres ne savent peut-être pas à votre sujet. Il peut s'agir d'une chose que vous aimez ou détestez, de votre plus beau souvenir, ou vos animaux de compagnie. Mettez tous les bouts de papier dans un bol ou un chapeau et à tour de rôle, pigez-en un et lisez ce qui y est écrit à voix haute. Ensemble, essayez de deviner qui en est l'auteur, puis demandez à celui-ci d'en parler plus en détail.

À la fin de l'activité, les participants réfléchissent à la question suivante : en quoi une meilleure connaissance de l'autre peut-elle accroître le respect mutuel ?

2 ACTIVITÉ PHYSIQUE

CHANGEMENT DE DIRECTION S'ENTRAÎNER COMME UN JOUEUR OU UNE JOUEUSE DE HOCKEY

Au hockey, il faut savoir contrôler la rondelle et la diriger où l'on veut. Les athlètes placent leur main dominante à l'extrémité supérieure du bâton (pommeau), les doigts vers l'intérieur, et leur main non dominante au milieu de celui-ci (de 20 à 25 cm plus bas), les jointures vers l'extérieur. Ils effectuent une série de faibles touches du coup droit et du revers. La rondelle est maintenue assez loin des pieds, mais pas plus d'une enjambée devant. Cette activité permet de s'exercer à contrôler la rondelle. Il s'agit aussi d'un bon échauffement avant une partie de hockey en salle.



PARTICIPANTS : Toute la classe



ESPACE : Gymnase ou terrain de jeu



MATÉRIEL : Un bâton et une balle/rondelle pour chaque élève

DESCRIPTION :

- Les élèves se dispersent dans le gymnase. Chacun d'eux a un bâton et une balle/rondelle.
- À votre signal, ils doivent changer de direction (à droite, à gauche, vers l'avant, vers l'arrière). Leur objectif est de se concentrer sur le contrôle de la balle/rondelle.

SUPPLÉMENT :

- Établissez un système de pointage en demandant aux élèves de se rendre le plus vite possible à un mur. Les cinq premiers à y arriver sans perdre leur balle/rondelle marquent un point.

STIM 3

Au hockey, lors d'un tir frappé, la rondelle est propulsée à très grande vitesse vers le gardien. La vitesse d'un tir frappé ne dépend pas entièrement de la force musculaire de l'athlète; elle est en grande partie liée aux lois de la physique.

L'athlète s'élanche en levant son bâton au-dessus de ses épaules, puis frappe la glace tout juste derrière la rondelle. Ainsi, l'énergie est emmagasinée dans le bâton flexible, alors qu'il avance vers la rondelle. L'athlète accentue ce phénomène en mettant du poids sur son bâton et en le fléchissant au moment où il touche à la rondelle. Quand il fouette la rondelle en direction du filet, toute l'énergie emmagasinée est transférée au mouvement de celle-ci, comme un ressort.

Fais un essai. Pose une gomme à effacer sur un bureau et envoie-la au loin en la frappant avec une règle. Prends soin de ne viser personne. Ensuite, courbe la règle de manière à fouetter la gomme. Remarque comment l'énergie stockée dans la règle est transférée à la gomme. Imagine à présent l'effet combiné des deux gestes. Voilà le secret de la puissance du lancer frappé.

4 LE SAVIEZ-VOUS ?

Il y a eu cinq tournois olympiques de hockey féminin depuis l'introduction de cette discipline aux Jeux de Nagano, en 1998. Dans la rivalité féroce qui oppose le Canada aux États-Unis, quelle équipe a remporté le plus de médailles d'or ?

Réponse : L'équipe canadienne a remporté quatre médailles d'or et deux d'argent. L'équipe américaine a quant à elle remporté deux médailles d'or, trois d'argent et une de bronze.





BEIJING 2022

RUSSELL KENNEDY
SKI DE FOND

LE RESPECT, C'EST APPRENDRE DES AUTRES



Photo par David Jackson / COC

À bout de souffle, Russell Kennedy gravit une côte en skis à roulettes. C'est l'été et il s'entraîne à haute altitude, où la teneur en oxygène est moins élevée qu'au niveau de la mer. Il doit se soumettre à cet entraînement éreintant pour espérer triompher des meilleurs fondeurs aux Jeux olympiques d'hiver de 2022.

Il n'est pas seul : Brian McKeever le talonne. Plus que son partenaire d'entraînement, Russell est le skieur-guide de Brian, un skieur malvoyant compétitionnant aux Jeux paralympiques. Il doit se positionner devant lui pour le guider dans les courbes et l'aider à éviter les obstacles.

« On m'a demandé d'être le guide de Brian avant les Jeux paralympiques de 2018, se rappelle Russell. Il avait fini 21^e à la Coupe du monde pour les athlètes sans handicap... peu de skieurs auraient pu tenir le rythme devant lui! »

Durant ses décennies de compétition, Brian a gagné plus de médailles paralympiques que tout autre athlète canadien aux Jeux d'hiver. Il lui fallait donc un guide au sommet de son sport. Pour l'entraîneur, le choix allait de soi. Tout comme Brian, Russell n'avait qu'un objectif : l'excellence.

Le lien entre un athlète malvoyant et son guide est très fort. Le guide devient les yeux du paralympien pendant la course, et les deux doivent communiquer constamment pour adapter leurs stratégies et leurs techniques de course.

Plus Russell et Brian s'entraînaient et compétitionnaient ensemble, plus leur amitié se consolidait. Ils ont appris à se faire confiance, et Russell a commencé à tirer des enseignements de la vaste expérience de Brian.

« Quand on est guide, on ne dicte pas le rythme, explique Russell. C'est une occasion unique d'apprendre. Pour ma part, j'ai appris que je me donnais aux mauvais moments et que je perdais du temps. Guider Brian m'apprend à mieux skier. »

« CHAQUE PERSONNE A SON HISTOIRE; QUAND ON PREND LA PEINE DE LA CONNAÎTRE, ON FAIT NAÎTRE UN NOUVEAU RESPECT. »

Mais l'apprentissage n'est pas à sens unique. Russell se fie beaucoup à son intuition et à son ressenti, tandis que Brian réfléchit à chaque mouvement.

« Russell ressent les choses, mais pour moi, tout passe par la réflexion. J'ai de la difficulté à faire autrement... Il me dit souvent d'arrêter de penser et de me laisser aller. Parfois, j'en ai bien besoin. Mais il faut aussi savoir skier intelligemment pour économiser son énergie. »

Brian est une source inépuisable de connaissances et d'expérience. Il a aidé Russell à s'améliorer en entraînement et en compétition. Et la saison dernière, ses efforts ont payé : Russel a terminé parmi les 30 meilleurs athlètes à la Coupe du monde. Pour les fondeurs, c'est l'indicateur d'une performance de classe mondiale.

D'une certaine façon, tous deux sont des guides. Leur respect mutuel repose sur leur conviction de pouvoir apprendre l'un de l'autre, et c'est ce qui fait d'eux de meilleurs skieurs.



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

1 LIS. ÉCRIS. DISCUTES.

Le respect, c'est reconnaître que chaque personne a quelque chose à nous apporter.

Réfléchissez à ce que vous savez et que les autres élèves pourraient ignorer. Pensez aux choses inhabituelles que vous savez faire. Puis, mentionnez les expériences uniques que vous avez vécues. Il pourrait s'agir de compétences, d'une particularité culturelle ou d'un détail sur vos passe-temps ou intérêts.

Montrez votre liste à un partenaire. Choisissez ensemble un des éléments de votre liste et préparez une courte présentation que vous ferez devant un petit groupe plus tard cette semaine.

2 ACTIVITÉ PHYSIQUE

FEU ROUGE/FEU VERT S'ENTRAÎNER COMME UN FONDEUR OU UNE FONDEUSE

En ski de fond classique, les skis avancent parallèlement sur une piste ou sur des sillons dans la neige. Ils sont propulsés vers l'avant par de grandes enjambées. L'athlète se penche légèrement vers l'avant dans la foulée tout en poussant sur la jambe arrière. Cet exercice exige équilibre et adresse. Le jeu proposé aide à améliorer l'équilibre nécessaire au mouvement.



PARTICIPANTS : Toute la classe



ESPACE : Gymnase ou terrain extérieur



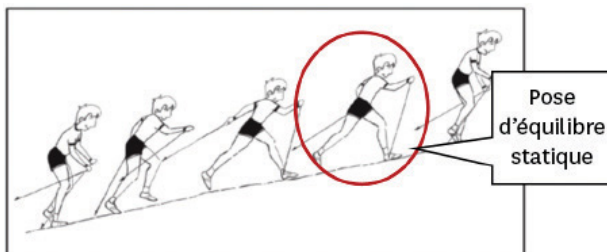
MATÉRIEL : Aucun



PRÉPARATION : Aucune

DESCRIPTION :

- L'enseignant se tient à une extrémité de l'aire de jeu, et les élèves, à l'autre extrémité.
- Lorsque l'enseignant crie « feu vert », les élèves courent vers lui. Lorsqu'il crie « feu rouge », ils doivent s'arrêter et se tenir en équilibre, une jambe au sol à l'avant et l'autre surélevée à l'arrière, comme en ski de fond.
- L'enseignant alterne entre « feu rouge » et « feu vert » jusqu'à ce que les élèves l'aient rejoint.



STIM 3

Les globules rouges transportent l'oxygène jusqu'aux muscles, nous permettant de bouger, de faire du sport et de demeurer actifs. Les athlètes olympiques dans des disciplines d'endurance comme le ski de fond, le biathlon, la course, le triathlon ou le cyclisme s'entraînent souvent à haute altitude.

Pourquoi? Parce l'air y est moins oxygéné, ce qui pousse le corps à fabriquer encore plus de globules rouges. Ainsi, quand les athlètes retournent au niveau de la mer, leur corps peut transporter encore plus d'oxygène. Tout cet oxygène leur donne accès à l'énergie emmagasinée dans leurs muscles et les aide à remporter les compétitions.

4 LE SAVIEZ-VOUS ?

Les quatre médailles olympiques du Canada en ski de fond ont été remportées par des femmes : Beckie Scott (or en 2002 et argent en 2006), Sara Renner (argent en 2006) et Chandra Crawford (or en 2006).



BEIJING 2022

JOHN EPPING
CURLING


Photo par Michael Burns / Curling Canada

LE RESPECT PASSE PAR L'ACCEPTATION DE NOS DIFFÉRENCES

Pour les Epping, le curling, c'est une affaire de famille. Le grand-père de John avait créé un club de curling local, et sa mère l'amenait toujours à l'aréna. À la fin des parties, sa mère et ses amies allaient socialiser au restaurant. C'est à ce moment-là que John en profitait pour « lancer des pierres ».

Les joueurs de curling font glisser une lourde pierre de granite sur une longue piste de glace. L'objectif est de la faire arriver le plus près possible du centre de la cible, à l'autre bout de la piste. En balayant la glace juste devant la pierre, les coéquipiers peuvent faire accélérer celle dernière. L'équipe adverse tente de déloger les pierres déjà placées.

Dès ses six ans, John s'exerçait à lancer des pierres en rêvant de remporter des tournois prestigieux. Les meilleurs joueurs de curling au monde sont rapidement devenus ses héros, et le sport, une partie de son identité.

« J'ai eu la chance de jouer pour l'équipe de mon idole d'enfance, se remémore John. C'est une expérience dont je me souviendrai toute ma vie. J'étais comme un enfant dans un magasin de bonbons. »

À peine quelques années plus tard, il était capitaine de sa propre équipe. Dans le milieu du curling, tout le monde connaissait John Epping : il était l'une des étoiles montantes du sport. Le curling était indissociable de son identité, et tout un chacun respectait les compétences et les réalisations du jeune homme.

Mais dans les coulisses, John vivait un conflit interne.

« Pendant environ deux ans, j'ai ruminé à propos de ma sexualité. Je n'étais pas certain de la réaction de mes coéquipiers si je leur annonçais que j'étais gai. »

Le respect dont il bénéficiait en tant que joueur de calibre mondial s'évaporerait-il si les gens étaient au courant de son orientation sexuelle? Qu'est-ce que ses adversaires penseraient de lui? Et ses amis, ses coéquipiers, ses parents?

« JE NE TIENS PAS ABSOLUMENT À CE QUE LES GENS SACHENT QUE JE SUIS GAI. MAIS JE RACONTE MON HISTOIRE POUR QUE LES AUTRES N'AIENT PAS À SE CACHER. »

Il en a d'abord parlé à ses parents, puis à la communauté du curling. Les nouvelles voyagent vite! À sa surprise, tous ses compétiteurs lui ont fait savoir qu'ils le soutenaient et le respectaient toujours.

« J'avais peur de perdre mes coéquipiers, ma famille et mes amis. C'est toujours plus difficile de parler aux personnes qui nous sont chères. On ne veut pas perdre leur respect ni le lien qui nous unit. C'est une crainte bien réelle, même si dans mon cas, elle n'avait pas lieu d'être. »

Respecter les autres, ce n'est pas seulement admirer leurs réalisations. C'est aussi respecter leur personne dans son entièreté. C'est s'ouvrir à la différence, et apprécier la complexité des identités. Quand on respecte les autres, on accepte qu'ils soient différents de nous.

« Depuis toujours, j'essaie d'être quelqu'un de bien dans la vie. J'ai à cœur d'être gentil et respectueux envers les autres et de toujours chercher à comprendre leur vécu. »

John et ses coéquipiers mettent les bouchées doubles pour se préparer aux Jeux olympiques de 2022. Son respect pour autrui n'amoinçait rien sa compétitivité féroce. Parce qu'il respecte ses coéquipiers, il n'a qu'un seul objectif, celui de gagner.

« Sur la glace, je ne pense qu'à la victoire. Je fais tout en mon pouvoir pour gagner chaque partie. »



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

1 LIS.
ÉCRIS.
DISCUTES.

Nous sommes tous différents; le respect passe par l'acceptation et la compréhension de ces différences. Vos camarades de classe ont diverses couleurs de peau, origines ethniques, appartenances culturelles, croyances religieuses, orientations sexuelles, identités de genre, valeurs et personnalités. Demandez-vous pourquoi tant de gens ont de la difficulté à accepter les personnes qui sont différentes d'eux. En groupe, discutez vos points de vue.

2 ACTIVITÉ PHYSIQUE

RENVERSER LES CIBLES S'ENTRAÎNER COMME UN JOUEUR OU UNE JOUEUSE DE CURLING

Au curling, il faut pouvoir envoyer une pierre à un endroit précis tout en gardant son équilibre en position basse. Dans cette activité, nous nous exercerons à relâcher une « pierre » sans perdre l'équilibre dans cette position.



PARTICIPANTS : Équipes de deux ou de quatre personnes



ESPACE : Gymnase ou couloir



MATÉRIEL : Vrais balais de curling, balais ordinaires, vrais bâtons de hockey, bâtons de hockey en plastique, bâtons de crosse ou bâtons de ballon sur glace, balles et cibles (bouteilles de plastique, cartons de lait, quilles, etc.)

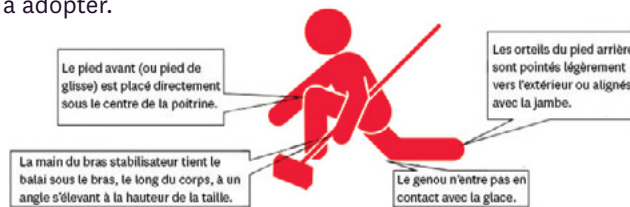


PRÉPARATION :

- Désignez l'une des lignes du gymnase comme ligne de lancer.
- Disposez les cibles derrière la ligne de fond à diverses distances de la ligne de lancer.

DESCRIPTION :

- Démontrez brièvement la position de glisse, puis demandez aux participants de la reproduire en restant sur place, afin de bien « sentir » l'équilibre et la posture à adopter.



- Formez des équipes de deux ou de quatre personnes.
- Disposez deux ensembles de cibles à chaque bout de l'aire de jeu.
- Chacun leur tour, les participants doivent relâcher la balle dans la position de glisse et tenter de renverser autant de cibles que possible.
- Calculez le score selon le nombre de cibles renversées après un nombre prédéterminé de lancers par équipes.

STIM

3

Si vous avez déjà regardé une partie de curling, vous savez que certains membres de l'équipe balaient la glace pour faire avancer la pierre plus vite le long de la piste. Lorsqu'on balaie plus fort, la pierre accélère suffisamment pour déloger celle d'un adversaire ou placer une garde.

Pendant longtemps, on croyait que le balayage faisait fondre la surface de la glace et que la mince couche d'eau ainsi créée maintenait l'élan de la pierre. Des scientifiques canadiens ont toutefois découvert que la glace ne fondait pas : en réalité, elle ne fait que ramollir, le balayage vigoureux faisant passer sa température de surface de -5°C à -3°C . Cette légère augmentation suffit pour diminuer la friction et accélérer la vitesse de la pierre.

Des ingénieurs canadiens ont donc commencé à repenser les balais pour qu'ils renvoient les photons thermiques dans la glace plutôt que dans la tête du balai. Ils avaient bien pris soin de garder leur nouveau modèle secret. Ainsi, les Canadiens parvenaient à envoyer leurs pierres environ un mètre plus loin sans qu'aucun de leurs adversaires sache pourquoi! Cette technologie secrète les a aidés à remporter l'or et l'argent aux Jeux olympiques de Vancouver en 2010.

En groupe, prenez un glaçon et frottez-le pendant 30 secondes avec votre doigt. Notez à quel point cette action a fait fondre le cube. Séchez-le avec une serviette en papier et essayez de frotter le cube avec un autre objet. Qu'est-ce qui fonctionne le mieux? Le doigt, ou l'objet? Pourquoi?

4 LE SAVIEZ-VOUS ?

Depuis le retour du sport au programme, en 1998, Équipe Canada a remporté des médailles en curling masculin et féminin à tous les Jeux olympiques d'hiver sauf un.

Lors de quels Jeux le Canada n'a-t-il pas gagné de médaille en curling?

Réponse : Lors des Jeux olympiques d'hiver de Pyeongchang en 2018.





BEIJING 2022

CYNTHIA APPIAH

AMBASSADRICE DU
PROGRAMME SCOLAIRE OLYMPIQUE CANADIEN

EXPLORER LE RESPECT AVEC CYNTHIA APPIAH



Photo par Bobsleigh Canada Skeleton

BOBSLEIGH

Au cours des quatre derniers jours, nous avons discuté du respect sous différents angles. Mikaël nous a appris comment il cherche un terrain d'entente et respecte ses concurrents pour leur travail acharné. Jocelyne nous a expliqué que le fait de passer du temps ensemble est une façon de construire le respect et d'en témoigner. Russell nous a montré comment nous pouvons apprendre des autres, ce qui forge le respect mutuel. John nous a appris ce qu'on gagne à accepter les différences.

ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

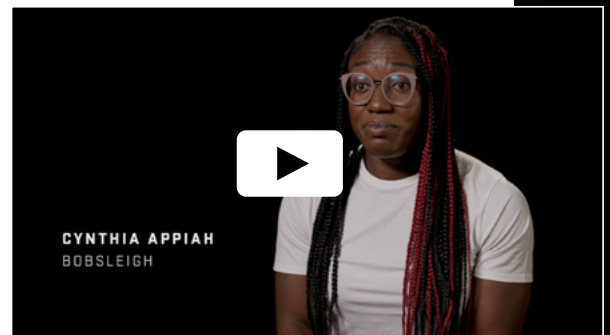
1

En groupe-classe, discutez des choses que vous avez apprises sur le respect cette semaine. Qu'est-ce qui est ressorti des trois histoires d'athlètes que vous avez lues? Que vas-tu faire pour montrer plus de respect aux autres?

Les gens associent souvent respect et amitié, comme s'il fallait absolument être l'ami de ceux qu'on respecte. Mais le respect est différent de l'amitié. Nous sommes amis avec les personnes en qui nous avons confiance, que nous apprécions et avec qui nous partageons des intérêts communs. Si nous n'avons pas ce rapport avec une personne, cela ne signifie pas que nous ne devons pas la traiter avec respect.

L'ambassadrice du Programme scolaire olympique canadien Cynthia Appiah compétitionne en bobsleigh aux Jeux olympiques. Elle explique la différence entre faire preuve de respect à une personne et lui témoigner de l'amitié.

[Montrez la vidéo sur le respect de Cynthia à la classe >](#)



2

Dans ton journal, écris une courte histoire sur le respect. Réunissez-vous en groupes de deux à quatre personnes et partagez vos histoires. Choisissez une des histoires et recréez la scène pour le reste de la classe. Vous devrez peut-être adapter l'histoire pour que chaque membre du groupe ait un rôle à jouer.

