

LES HISTOIRES D'ATHLÈTES



PROGRAMME SCOLAIRE

# UNE HISTOIRE D'AMÉLIORATION CONTINUE

Donovan Bailey est né en Jamaïque et a émigré au Canada avec sa famille à l'âge de douze ans. Ses parents lui ont inculqué le sens des valeurs et une bonne éthique de travail, ce qui l'a beaucoup influencé. Son père lui a montré à se fixer des objectifs, à se centrer sur ses buts, et à toujours donner son maximum. C'est une approche que le coureur a intégrée dans sa pratique sportive.

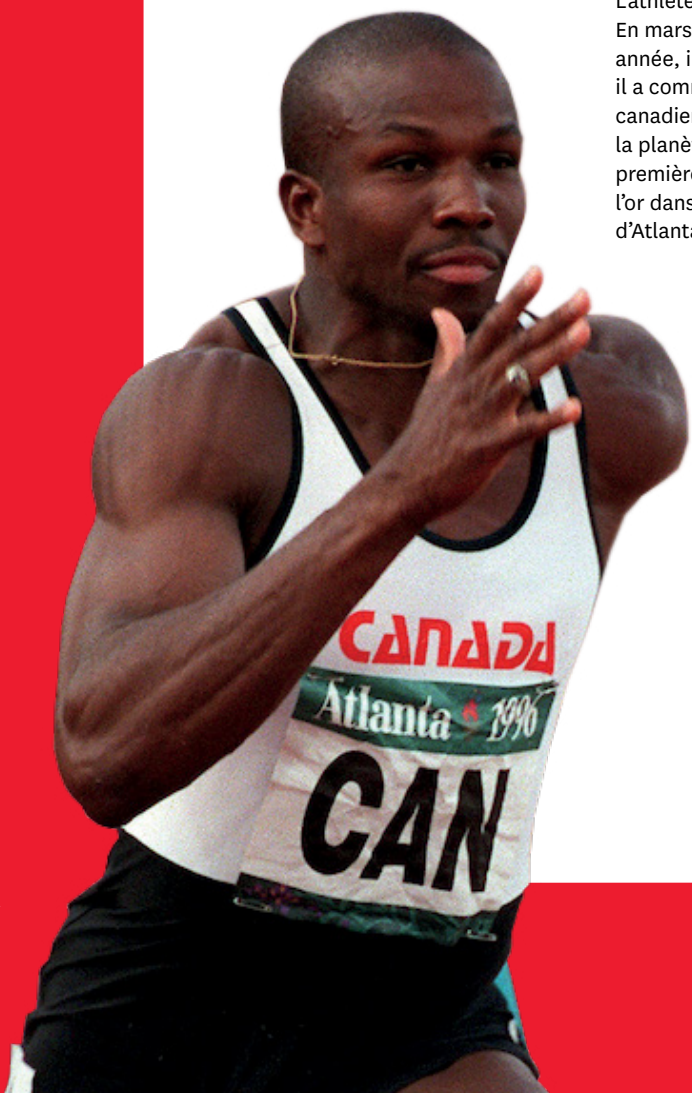
Avant d'arriver au Canada, il était parmi les sprinteurs les plus rapides de son âge en Jamaïque. Adolescent, il était clair qu'il avait un excellent potentiel en athlétisme, mais c'est lorsque Donovan a déménagé pour s'entraîner avec le légendaire Dan Pfaff que sa carrière a décollé.

L'athlète a progressé à grande vitesse sous les conseils de Pfaff. En mars 1994, il déménageait en Louisiane, et en juin de la même année, il était parmi les meilleurs sprinteurs du monde. En 1995, il a commencé sa saison de course en établissant un nouveau record canadien. Cette même saison, il est devenu le plus grand sprinteur de la planète, en gagnant le 100 m des Championnats du monde, une première pour le Canada. Il a ensuite aidé l'équipe nationale à obtenir l'or dans le relais 4 x 100 m. Il était favori pour les Jeux olympiques d'Atlanta en 1996.

Après avoir surmonté une blessure subie pendant la saison, il a raflé l'or et établi un nouveau record du monde. Plusieurs considèrent sa performance comme l'un des moments les plus mémorables de l'histoire du sport canadien.

Dans un sprint, un centième de seconde peut faire la différence entre la victoire et la défaite : les sprinteurs passent donc leur vie à tenter de grappiller un peu de temps sur leur performance. Le moindre changement à leur technique, à leur alimentation ou à leur entraînement peut déterminer s'ils auront une médaille d'or ou d'argent. C'est cette recherche continue de petites améliorations qui a permis à Donovan de devenir le sprinteur le plus rapide de son époque.

Cette activité encourage les élèves à réfléchir à l'amélioration continue. Le message véhiculé est de célébrer ses passions, de ne jamais abandonner, et de constamment travailler à pousser son maximum.



# ENSEIGNER DES VALEURS GRÂCE À DES HISTOIRES D'OLYMPIENS

Les histoires olympiques de triomphe et de déception peuvent inciter les élèves à participer à des discussions qui traitent de ces valeurs. Grâce aux histoires et aux défis des athlètes olympiques, les jeunes peuvent explorer et être en contact avec ces valeurs dans leur vie de tous les jours et, qui sait, commencer à voir leur monde sous un nouvel angle.



## GUIDE D'ENSEIGNEMENT À L'INTENTION DES ENSEIGNANTS

La théorie qui sous-tend ce curriculum met l'accent sur l'apprentissage et le renforcement de valeurs à l'aide de diverses méthodes telles que la narration, la présentation d'histoires, les arts, des affiches, le théâtre et l'activité physique. L'approche prône ainsi l'usage d'activités basées sur des histoires, événements ou symboles des histoires des Jeux olympiques qui sont pertinents au contexte scolaire.

## LES VALEURS OLYMPIQUES

Le Comité olympique canadien identifie sept valeurs olympiques: l'excellence, le plaisir, l'équité, le respect, l'épanouissement de l'être humain, le leadership et la paix. Les histoires qui suivent mettent ces valeurs en relief. Lorsque vous engagerez vos élèves dans ces histoires, vous leur offrirez l'opportunité d'améliorer leur compréhension de ces valeurs et d'augmenter leurs capacités morales.

## LES PRINCIPES DE L'APPRENTISSAGE

Les principes d'apprentissage suivants sont mis en valeur afin que les élèves participent activement dans le processus d'apprentissage des valeurs.

1. L'apprentissage est une activité active et non passive. Les élèves doivent participer activement à des discussions et partager leurs idées en petits groupes afin d'explorer les différents points de vue.
2. Les gens apprennent de différentes façons. Certaines personnes apprennent mieux en lisant, d'autres en écoutant et d'autres en bougeant. Les activités en lien avec les histoires offrent différentes façons d'apprendre.
3. L'apprentissage est une activité à la fois individuelle et coopérative. Les jeunes ont besoin d'occasions pour travailler ensemble et séparément. Ils doivent également pratiquer leurs comportements coopératifs afin d'apprendre des comportements compétitifs.

## LES ÉTAPES D'UNE SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE

Un apprentissage réussi se construit à partir d'une série d'étapes bien établies qui permettent aux élèves d'être en contact avec une **première compréhension**, suivi d'un **processus** actif d'intégration et de pratique de la nouvelle information, pour ensuite terminer avec la **transformation** de leur compréhension en de fortes démonstrations d'apprentissage.

Chacune des histoires est présentée selon trois niveaux de lecture : bronze (deuxième et troisième année), argent (quatrième et cinquième année) et or (sixième année et septième année ou première secondaire). Les activités qui sont en lien avec les histoires s'adressent à une variété de styles et capacités d'apprentissage et mettent l'accent sur les six facettes de la compréhension : l'explication, l'interprétation, l'application, la mise en perspective, la responsabilisation et le développement de la connaissance de soi. Ces habiletés importantes sont tissées dans les trois étapes de la séquence d'apprentissage afin de permettre une compréhension importante des valeurs et des concepts.



## CRÉATION DE LIENS

### JETER LES BASES D'UN NOUVEL APPRENTISSAGE

**Nous avons tous des activités préférées. Ce sont souvent celles qui nous passionnent et dans lesquelles nous avons connu une forme de réussite.**

#### Fais-moi un dessin (2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> année)

Dans leur journal, les élèves illustrent une activité qu'ils aiment faire. Demandez-leur de rédiger une phrase qui explique pourquoi ils l'apprécient.

Par exemple, une élève pourrait se dessiner en train de jouer au soccer et écrire comment elle se sent lorsqu'elle marque un but.

#### Discussions en équipe (4<sup>e</sup> à 7<sup>e</sup> année ou secondaire 1)

En équipe de deux, les élèves discutent de différentes activités qu'ils aiment faire, en s'expliquant pourquoi l'un à l'autre.

Par exemple, un élève pourrait parler de sa passion pour la cuisine et d'à quel point il est heureux lorsque quelqu'un goûte à l'un de ses plats. Un autre aime peut-être le ski, à cause de la vitesse. Une autre encore aime peut-être jouer d'un instrument et trouve gratifiant de pouvoir jouer ses pièces préférées.

#### Discussion en classe (Tous les niveaux)

Les élèves expliquent pourquoi ils aiment leurs activités préférées. Faites-leur remarquer que beaucoup de ce qu'ils affectionnent demande d'avoir une certaine compétence. Souvent, plus on est compétent, plus on peut vivre les émotions positives que l'on apprécie.

Par exemple, en s'améliorant au piano, on vit plus souvent la joie d'arriver à jouer nos pièces préférées.

## MISE EN APPLICATION

### ADOPTER DES STRATÉGIES POUR ACQUÉRIR ET METTRE À PROFIT DES CONNAISSANCES

**Demandez aux élèves de lire l'histoire en silence.**

**Relisez-la avec eux.**

#### Un sage exemple (2<sup>e</sup> à 5<sup>e</sup> année)

Demandez aux élèves de dresser la liste des apprentissages que Donovan a faits grâce à son père, et échangez sur l'influence qu'ils ont pu avoir sur sa victoire au 100 m aux Jeux olympiques.

#### Des valeurs gagnantes (6<sup>e</sup> à 7<sup>e</sup> année ou secondaire 1)

Dès son plus jeune âge, Donovan s'est fait transmettre les valeurs d'un champion par ses parents. Dans leur journal, les élèves écrivent sur les valeurs que l'athlète a apprises et comment elles ont contribué à sa réussite.



## LA TRANSFORMATION

### DÉMONTRER LA COMPRÉHENSION D'UNE NOUVELLE FAÇON

Donovan et son entraîneur cherchaient toujours à trouver de nouvelles manières d'améliorer sa vitesse. Passionné par le sprint, le coureur se consacrait pleinement à l'amélioration des fins détails qui l'aideraient à remporter l'or. Il a travaillé entre autres à développer la bonne attitude nécessaire pour battre son record personnel.

#### Toujours s'améliorer (2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> année)

Les élèves reviennent au dessin fait dans leur journal et énumèrent cinq choses qu'ils pourraient accomplir pour devenir meilleurs à leur activité préférée.

Par exemple : suivre des cours, pratiquer davantage, se joindre à un club, améliorer sa confiance en soi, soumettre une composition écrite à un concours, etc.

#### Des valeurs gagnantes (4<sup>e</sup> à 7<sup>e</sup> année ou secondaire 1)

Les élèves écrivent sur une grande feuille de papier cinq valeurs inculquées par des adultes au cours de leur vie. Ils illustrent ensuite par un dessin à côté de chaque valeur comment elle peut les aider à s'améliorer dans une activité ou une passion qui leur est chère.

DES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE



PROGRAMME SCOLAIRE

# DONOVAN BAILEY

**2<sup>e</sup> ET 3<sup>e</sup> ANNÉE**

## ATHLÉTISME

Quand Donovan Bailey avait douze ans, lui et sa famille ont quitté la Jamaïque pour l'Ontario. Ses parents les aimaient beaucoup, lui et ses frères et sœurs. Mais déménager au Canada n'a pas été facile. Ils ne connaissaient pas le Canada.

Le père de Donovan restait toujours concentré sur ses objectifs. Il a appris à ses enfants à travailler fort. Il leur a dit de ne pas abandonner.

*« Mon père était toujours optimiste, se souvient Donovan. Rien ne l'arrêtait quand il se fixait un but. »*

Son père voulait acheter une maison près de bonnes écoles. Donovan a vu à quel point son papa a travaillé fort pour réussir à le faire. Il a vu que son père n'abandonnait jamais.

Son papa lui a aussi montré à toujours donner son maximum. À toujours s'améliorer. Donovan a appliqué la même approche dans les sports et à l'école.

Avant d'arriver au Canada, en Jamaïque, Donovan était parmi les meilleurs sprinteurs de son âge. Enfant, il était très rapide. Mais il avait beaucoup de choses à améliorer s'il voulait devenir l'homme le plus rapide du monde.

Même les petits détails étaient importants. Il devait bien manger et dormir. Son médecin s'assurait qu'il était en bonne santé. Il cherchait toujours avec son entraîneur d'autres moyens de devenir plus rapide :

*« Chaque année, je prenais du recul et je voyais comment je pouvais m'améliorer pour l'année suivante. »*

Donovan était favori pour gagner l'or au 100 m des Jeux olympiques d'Atlanta. Il avait remporté les Championnats du monde l'année précédente. Ses adversaires savaient qu'il était leur principal rival.

Avant les Jeux olympiques, il avait gagné les courses les plus importantes. Il s'améliorait à chaque compétition. Puis, un grave accident est arrivé!

Donovan participait à une compétition en France, quelques semaines avant les Jeux. Il était à égalité en tête à la fin de la course. Il s'est jeté en avant pour franchir le fil d'arrivée. Il a gagné la course, mais s'est fait mal à l'aine. Sa blessure était tellement grave qu'il a eu besoin d'aide pour quitter la piste.

Donovan savait qu'il n'avait pas beaucoup de temps pour guérir avant la course la plus importante de sa vie. Il s'est concentré sur son but, comme son père le lui avait enseigné.

Il est resté optimiste. Son entraîneur et son médecin se sont appliqués à l'aider à regagner sa forme.

*« J'allais aux Jeux, et j'allais gagner. Je n'en ai jamais douté. »*

Le décompte avait commencé. Allait-il pouvoir se remettre de sa blessure à temps pour la compétition?

Il faisait chaud et humide la nuit de la finale du 100 m aux Jeux olympiques. Plus de 80 000 partisans étaient dans les gradins pour voir la course. Des millions de téléspectateurs regardaient l'épreuve à la télé.

Il y a eu trois faux départs. Les coureurs ont été rappelés à chaque fois pour recommencer. Il y avait de la tension dans l'air!

La quatrième fois a été la bonne. Les coureurs se sont élancés sur la piste.

Donovan tirait de l'arrière à la moitié de la course. Graduellement, il a commencé à rattraper les autres. Il a pris la tête et a franchi le fil d'arrivée le premier. La foule criait sa joie! L'horloge affichait 9,84 secondes... un nouveau record du monde!

Sa victoire est l'un des plus grands moments de l'histoire du sport canadien. Il détient toujours le record canadien.

Donovan ne court plus de sprints aujourd'hui. Mais il est toujours aussi occupé. Il est propriétaire d'une compagnie de promotion immobilière. Il est aussi commentateur sportif pour la télé. Il a une œuvre de bienfaisance pour aider les jeunes et organise des collectes de fonds pour combattre le cancer.

# AMÉLIORATION


**PROGRAMME SCOLAIRE**

# DONOVAN BAILEY

## ATHLÉTISME

4<sup>e</sup> ET 5<sup>e</sup> ANNÉE

Donovan Bailey n'avait que douze ans quand lui et sa famille ont quitté la Jamaïque pour Oakville (Ontario). Ses parents, en particulier son père, ont dû faire face à de nombreuses épreuves. Ils ne connaissaient pas le Canada. Mais le père de Donovan restait toujours centré sur ses objectifs. Il a appris à ses enfants à travailler fort, même devant les difficultés.

*« Mon père restait toujours optimiste, se souvient Donovan. Rien ne l'arrêtait quand il se fixait un but. »*

Issu d'une longue lignée de propriétaires terriens, le père de Donovan avait comme objectif d'acheter une maison. Il voulait que la famille habite près de bonnes écoles. Donovan a vu à quel point il a travaillé fort pour accomplir son but. Il a vu que son père restait optimiste. Qu'il n'a jamais abandonné.

Ses parents lui ont inculqué le sens des valeurs. Ils croyaient à l'importance de travailler fort et de réussir à l'école, ce qui a profondément influencé Donovan. Son père lui a montré à toujours donner son maximum, et à toujours pousser son maximum plus loin. C'est une approche que le coureur a intégrée dans sa pratique sportive.

Avant d'arriver au Canada, il était parmi les sprinteurs les plus rapides de son âge en Jamaïque. Au fur et à mesure qu'il grandissait, il est devenu évident qu'il était dans une classe à part. Il progresserait pour devenir le plus grand sprinteur de son époque.

Ses améliorations se comptaient maintenant en centièmes de seconde. Il devait travailler fort pour réduire son record personnel de même quelques fractions de seconde. Même des petits détails comme l'alimentation, le sommeil, la technique et la physiothérapie faisaient une différence. Il cherchait toujours avec son entraîneur d'autres moyens de devenir plus rapide :

*« À chaque fin de saison, je prenais du recul pour voir comment m'améliorer l'année suivante. »*

Donovan était le favori pour les Jeux olympiques d'Atlanta en 1996. Il avait remporté les Championnats du monde l'année précédente. Ses adversaires savaient qu'il était leur principal rival. Au début de la saison, il gagnait les plus grandes compétitions et devenait de plus en plus rapide. Puis, un grave accident est arrivé!

Quelques semaines avant les Jeux olympiques, Donovan participait à une compétition en France. Il se disputait la victoire en fin de course et s'est jeté en avant pour gagner. Il a réussi, mais ce mouvement l'a blessé à l'aine. Sa blessure était tellement grave qu'il a eu besoin d'aide pour quitter la piste.

Donovan savait qu'il n'avait pas beaucoup de temps pour guérir avant la course la plus importante de sa vie. Comme son père le lui avait enseigné, il s'est concentré sur son objectif. Il est resté optimiste. Son entraîneur et son physiothérapeute se sont appliqués à l'aider à regagner sa forme.

*« J'allais aux Jeux, et j'allais gagner. Je n'en ai jamais douté. »*

Mais le temps filait. Les adeptes de l'athlétisme du monde entier se demandaient s'il serait remis à temps pour battre les meilleurs sprinteurs.

Il faisait chaud et humide la nuit de la finale du 100 m aux Jeux olympiques. Au Stade olympique, plus de 80 000 partisans étaient rassemblés pour voir la course. Des millions de téléspectateurs de partout dans le monde regardaient l'épreuve à la télé. À trois reprises, il y a eu des faux départs. Chaque fois, les coureurs ont été rappelés pour recommencer la course. L'atmosphère devenait tendue. Un des coureurs fut même disqualifié après trop de faux départs.

Lorsque le signal de départ a retenti une quatrième fois, la course a commencé. Sept coureurs s'élançaient à toute vitesse sur la piste. Avec 50 mètres à faire, Donovan tirait de l'arrière. Mais peu à peu, il a commencé à rattraper les autres. Il l'a emporté sur tous ces coureurs d'élite et a gagné la médaille d'or. Sous les cris retentissants de la foule, l'horloge affichait 9,84 secondes. C'était le chrono le plus rapide de l'histoire... un nouveau record du monde!

Sa victoire est considérée comme l'un des plus grands moments de tous les temps de l'histoire du sport canadien. Il détient toujours le record canadien.

Donovan Bailey cumule toujours les succès. Il a une entreprise propriétaire de développements immobiliers. Il est aussi commentateur sportif pour la télé. Il chapeaute The Bailey Foundation, une fondation qui accompagne les jeunes et qui fait de la sensibilisation sur le cancer. Donovan continue de dénoncer le racisme systémique.

# AMÉLIORATION



PROGRAMME SCOLAIRE

# DONOVAN BAILEY

## ATHLÉTISME

Donovan Bailey a grandi dans une famille aimante et stricte. Immigrant de la Jamaïque lorsqu'il avait douze ans, lui et sa famille se sont installés à Oakville (Ontario). Ses parents ont dû faire face à de nombreuses épreuves, en particulier son père, en tant qu'homme Noir d'origine étrangère au Canada. Malgré tout, le père de Donovan est toujours resté centré sur ses objectifs, et il a appris à ses enfants à travailler fort, même devant les difficultés.

« Mon père restait toujours optimiste, se souvient Donovan. Rien ne l'arrêtait quand il se fixait un but. »

Issu d'une longue lignée de propriétaires terriens et d'entrepreneurs, le père de l'athlète avait comme objectif d'acheter une maison dans un secteur réputé pour ses écoles. Donovan a vu à quel point il a travaillé fort pour accomplir son but. Il a vu que son père gardait son optimisme et sa détermination.

Ses parents lui ont inculqué le sens des valeurs et une bonne éthique de travail. Ils croyaient à l'importance de travailler fort et de réussir à l'école, ce qui a profondément influencé Donovan. Son père lui a montré à toujours donner son maximum, et de continuellement pousser son maximum plus loin. C'est une approche que le coureur a intégrée dans sa pratique sportive.

Avant d'arriver au Canada, il était parmi les sprinteurs les plus rapides de son âge en Jamaïque. Au fur et à mesure qu'il grandissait, il est devenu évident qu'il était dans une classe à part. Il progresserait pour devenir le plus grand sprinteur de son époque. Ses améliorations se comptaient maintenant en centièmes de seconde. Pour continuer à s'améliorer, il devait arriver à réduire de quelques fractions de seconde son temps record. Même des petits détails comme la technique, l'alimentation, le sommeil et la physiothérapie faisaient une différence. Il cherchait toujours avec son entraîneur d'autres moyens de devenir plus rapide :

« À chaque fin de saison, je prenais du recul, je décortiquais ce que j'avais réalisé pour voir comment construire encore mieux là-dessus l'année suivante. »

Donovan était le favori pour les Jeux olympiques d'Atlanta en 1996. Il avait été couronné champion du monde l'année précédente et tous ses adversaires savaient qu'il était leur principal rival. Au début de la saison, il gagnait les plus grandes compétitions et devenait de plus en plus rapide. Puis, la catastrophe!

Quelques semaines avant les Jeux olympiques, Donovan participait à une compétition en France. Lorsqu'il s'est jeté en avant au fil d'arrivée pour gagner la course, il s'est blessé à l'aine. Sa blessure était tellement grave qu'il a eu besoin d'aide pour quitter la piste.

Donovan savait qu'il n'avait pas beaucoup de temps pour guérir avant la course la plus importante de sa vie. Comme son père le lui avait enseigné, il s'est concentré sur son objectif. Il est resté optimiste. Son entraîneur et son physiothérapeute se sont appliqués à l'aider à regagner sa forme.

« J'allais aux Jeux, et j'allais gagner. Je n'en ai jamais douté. »

Mais le temps filait. Les adeptes de l'athlétisme du monde entier se demandaient s'il serait remis à temps pour battre les meilleurs sprinteurs.

Il faisait chaud et humide la nuit de la finale du 100 m aux Jeux olympiques. Au Stade olympique, plus de 80 000 partisans étaient rassemblés, témoins des trois faux départs de la course. Des millions de téléspectateurs de partout dans le monde regardaient l'épreuve à la télévision. Après chaque faux départ, les coureurs revenaient en place, et la tension montait. Un des coureurs fut même disqualifié après trop de faux départs.

Lorsque le signal de départ a retenti une quatrième fois, la course a commencé et les sept coureurs se sont élancés à toute vitesse sur la piste. Avec 50 mètres à faire, Donovan tirait de l'arrière. Mais graduellement, il a commencé à accélérer pour dépasser les autres. Il l'a emporté sur tous ces coureurs d'élite et a gagné la médaille d'or. Sous les cris retentissants de la foule, l'horloge affichait 9,84 secondes, le chrono le plus rapide de l'histoire... un nouveau record du monde!

Sa victoire est considérée comme l'un des plus grands moments de tous les temps de l'histoire du sport canadien. Vingt-cinq ans plus tard, son record n'a toujours pas été battu par les autres athlètes du pays et est encore l'un des temps les plus rapides au 100 m.

Donovan Bailey cumule toujours les succès. Il a une entreprise propriétaire de développements immobiliers. Il est aussi analyste sportif à la télé, où il commente les courses des meilleurs d'athlètes actuels. Il chapeaute The Bailey Foundation, une fondation qui accompagne les jeunes et qui soutient la recherche sur le cancer et l'alzheimer. Il continue aussi de dénoncer le racisme systémique.

# AMÉLIORATION



PROGRAMME SCOLAIRE



# EFFORTS ET CRÉATIVITÉ

Le Programme scolaire olympique canadien tient à remercier les personnes suivantes et à souligner leur contribution. sans leurs efforts et leur créativité, ce projet n'aurait pas vu le jour.

## ATHLÈTES EN VEDETTE

Daniel Igali  
Dawn Richardson Wilson  
Donovan Bailey  
Gary Reed  
Jennifer Abel  
Phil Edwards  
Raymond Lewis  
Sarah Nurse  
Seyi Smith  
Tammara Thibeault

## RÉDACTION

Bruce Deacon  
Rosey Edeh

## TRADUCTION

Élisabeth Savoie  
Daniel da Costa Santo

## CONCEPTION GRAPHIQUE

Myriam Boivin

REMERCIEMENTS

