



## SOMMAIRE

- Paris, un dossier en or p. 2
- Fabriquer un parcours sportif ! p. 4
- Le guide du supporter p. 4

Pour les  
**6-10 ans**



# PARIS, CANDIDATE À L'ORGANISATION DES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES DE 2024 !



## 3 enfants sur 4

pratiquent une activité  
physique chaque semaine  
en dehors de l'école.



## LE SAIS-TU ?



Les Jeux Olympiques sont nés  
à Olympie, en **Grèce** (Europe),  
il y a environ **2 800 ans**.  
Ils ont ensuite été interrompus  
pendant 1 600 ans avant d'être  
« réinventés » en **1896** par  
le Français **Pierre de Coubertin**.  
On dit qu'il est le « père »  
des Jeux modernes.

## MOT-CLÉ

• **Comité international olympique (CIO) :**

• Organisme qui dirige et accompagne l'organisation des Jeux Olympiques d'été et d'hiver.  
• Les Jeux Paralympiques sont assurés par le Comité international paralympique.



« Qu'on soit sportif ou pas, on a tous un rêve et il faut trouver la force pour le réaliser. » *Teddy Riner (8 fois champion du monde et triple médaillé olympique), au sujet de Paris 2024.*



## PARIS, UN DOSSIER EN OR

Paris souhaite organiser les Jeux Olympiques et Paralympiques d'été en 2024. On dit qu'elle est « ville candidate », tout comme Budapest (Hongrie) et Los Angeles (États-Unis). Pour être choisie, elle doit présenter un projet détaillé et montrer sa **motivation**.



### DES SITES EXCEPTIONNELS

Paris possède déjà de nombreux sites sportifs, comme le Stade de France, le stade Roland-Garros ou le Parc des Princes. Mais pour les Jeux, des épreuves se dérouleront aussi dans des lieux historiques. Par exemple, dans les jardins du château de Versailles ! Incroyable : les compétitions de nage en eau libre et de triathlon auront lieu dans la Seine !



### TOUS UNIS PAR LE SPORT

Le sport encourage et développe de belles **valeurs**, comme l'amitié et l'entraide, la volonté, la **tolérance**, le respect, l'effort... Ces valeurs sont plus que jamais mises en avant pendant les Jeux.



### DES SPORTIFS AUX COMMANDES

Les athlètes sont au centre des Jeux. Ainsi, depuis que la capitale française est candidate, ils sont consultés afin que Paris puisse présenter un dossier adapté aux athlètes. C'est d'ailleurs un grand sportif, Tony Estanguet (triple champion olympique de canoë monoplace), qui dirige le projet « Paris 2024 ».



### LA FRANCE ENTIÈRE DERRIÈRE PARIS

Les Jeux de Paris sont les Jeux de la France entière. De nombreuses compétitions auront lieu dans d'autres villes : Bordeaux, Lille, Lyon, Marseille, Nantes, Nice, Saint-Étienne et Toulouse.

### LES JEUX PARALYMPIQUES

À la suite des Jeux Olympiques d'été (au mois d'août), les Jeux Paralympiques accueillent les **sportifs handicapés**. Ils se déroulent en septembre. En 2024, 4 350 athlètes se dépasseront dans **22 sports** : équitation, tennis, natation, athlétisme...



Pratiquer une activité physique, c'est bon pour la santé, bien sûr, mais pas seulement. Le sport sert aussi à se défouler, à se détendre, à rencontrer des amis, à partager, à progresser, à donner le meilleur de soi-même, à apprendre le goût de l'effort ! **Alors go, go, go !**

### UNE CHAMPIONNE



**Emmeline Ndongue**, membre de l'équipe de France de basket-ball, championne d'Europe, médaillée d'argent aux Jeux de Londres, nous fait partager son rêve.

« Je rêve des Jeux à Paris ! Dès que j'ai su que Paris était candidate, j'ai tout de suite voulu aider. Je suis ambassadrice : je participe à des événements pour soutenir notre candidature en France et à l'étranger. Les Jeux à Paris seraient l'occasion de rassembler les Français autour du sport et de ses valeurs, l'amitié, le partage, le respect, et aussi de faire une grande fête ! »

### ? QUESTION

Vrai ou faux ? Paris a déjà accueilli 2 fois les Jeux Olympiques d'été.

Vrai (en 1900 et en 1924).

### CHIFFRE CLÉ

+ 1 400 km

de **pistes cyclables** seront ouverts à Paris en 2024 pour que les spectateurs puissent se rendre à vélo sur les sites de compétition (l'équivalent d'un aller-retour entre Paris et Marseille !).

### DICO

**Motivation** : envie, désir, volonté.

**Valeur (ici)** : idée considérée comme belle et juste par la plupart des gens.

**Tolérance** : fait de respecter les idées et les actes d'une personne.

**Relais (ici)** : fait de déplacer un objet en se le passant de personne à personne.

**Devise (ici)** : phrase courte qui exprime les valeurs des Jeux.

### LE SAIS-TU ?

Il existe plusieurs symboles des Jeux, comme le drapeau, la flamme ou la devise.



#### LE DRAPEAU

Il est composé de **5 cercles entrelacés**. Il représente la rencontre des athlètes du monde entier aux Jeux Olympiques.



#### LA FLAMME

Elle marque le lien entre les Jeux Olympiques anciens (ceux de l'Antiquité) et les Jeux modernes (organisés depuis 1896). Avant chaque olympiade, elle est allumée grâce aux rayons du soleil à Olympie (en Grèce). Puis un **relais** est organisé : la flamme traverse de nombreux pays jusqu'à la ville qui accueille les compétitions. **Elle symbolise l'amitié entre les peuples.**



#### LA DEVISE

Celle des Jeux est « **Citius, Altius, Fortius** ». Cela signifie « plus vite, plus haut, plus fort ». Le sport est un moyen de dépasser ses limites.





## ACTIVITÉ

### FABRIQUE UN PARCOURS SPORTIF !

Si tu t'ennuies ou que tu ne peux pas sortir, crée ton propre parcours sportif chez toi ! Quelques idées d'épreuves : passer sous une chaise, sauter à cloche-pied par-dessus un coussin, zigzaguer entre des livres, faire une roulade sur un tapis... Chronomètre-toi pour t'améliorer.



Illustration : F. Mosca



## TRUCS & ASTUCES DU SPORTIF

**Avant le sport,** choisis des vêtements adaptés, mange bien (mais pas dans l'heure qui précède). Et n'oublie pas de boire et de t'échauffer, sinon tu risques de te blesser.

**Pendant le sport,** bois régulièrement. Sois à l'écoute de ton corps. Si ça chauffe et que c'est difficile, c'est normal. Mais si ça fait trop mal, stop !

**Après le sport,** bois, fais des étirements et lave-toi. C'est important pour rester en bonne santé !

## LE GUIDE DU SUPPORTER

Les Jeux sont l'occasion de rassembler les supporters de chaque pays derrière leurs athlètes. Voici quelques règles pour être un bon supporter : **respecter ses adversaires, accepter les décisions des arbitres, gagner en restant modeste et bien s'équiper** (maquillage, drapeaux, banderoles...).



© Mairie de Paris / Valentin Chesneau-Dommas



© Eleonore H. Fotolia

**La Seine** sera au cœur de la fête. Un parcours sur ses berges, appelé « **route des fans** », proposera des écrans géants sur lesquels les compétitions seront retransmises, des zones de démonstrations, de nombreuses animations... L'idéal pour tous les supporters !

## QUIZ

Quel pays a gagné le plus de médailles aux Jeux Olympiques de Rio de Janeiro (Brésil), en 2016 ?

Les États-Unis (121 médailles au total).

Combien de fois la France a-t-elle organisé les Jeux Olympiques d'hiver : 1, 2 ou 3 ?

3 : Chamonix (1924), Grenoble (1968), Albertville (1992).

Où se dérouleront les Jeux Olympiques et Paralympiques d'été en 2020 : au Canada, au Japon ou en Finlande ?

Au Japon, à Tokyo.

Quel sport fera son entrée aux Jeux d'été de 2020 : l'escalade, la formule 1 ou la pétanque ?

L'escalade.

Vrai ou faux ? Lors des courses, les athlètes malvoyants courent avec un guide.

Vrai : des athlètes guides accompagnent les athlètes malvoyants pour qu'ils restent sur le bon chemin.

