

Projet « CLASSES OLYMPIQUES »

2022-2023

En partenariat avec :

Le Comité Départemental Olympique et Sportif



**La Fédération Sportive Éducative de l'Enseignement
Catholique**



Classes Olympiques 2022-2023

Un contexte, des objectifs

L'Éducation Physique et Sportive (E.P.S.) fait partie intégrante du paysage éducatif français. Elle contribue à la mise en place d'**apprentissages fondamentaux**, à l'**épanouissement de l'individu** et à son **équilibre**. Elle participe au **développement de l'élève sur les plans physique et psychologique**. Elle donne tout son sens aux **valeurs sociales et civiques** qui permettent l'éducation de futurs citoyens.

Quant au sport associatif, outil de l'Éducation Physique, il est un élément important de la culture contemporaine et un facteur de lien social. Il est associé aux **valeurs de travail, d'effort, de rigueur** mais aussi de manière très étroite à la **notion de plaisir**. A travers la pratique sportive, il permet à l'enfant d'apprendre le **respect des autres, de soi et de la règle**. Il lui donne le goût de l'effort, élément essentiel d'une future **hygiène de vie** et donc de **santé**.

L'Olympisme moderne associe intimement la Culture à l'E.P.S. et au sport. Originellement, dans l'esprit de Pierre de Coubertin, l'art est indissociable de la dimension esthétique du sport, lequel « doit être envisagé comme producteur d'art et comme occasion d'art ». L'éducation culturelle et artistique, même si elle n'a pas toujours été une évidence, a une réelle mission de **socialisation** et d'**éducation**. C'est également aujourd'hui une des composantes de formation générale de tous les enfants car elle permet à tout individu de développer sa **créativité**, témoignage **d'imagination, d'originalité, d'instinct** et **d'inspiration**. Cette dernière ajoute un plus à la vie, de la couleur et de l'émotion, amène de la stratégie, de la compréhension, de la sensibilité et de la perception et permet souvent de se dégager de la contrainte.

Le sport, média de la culture, est un outil au bénéfice de la **morale** car il s'agit de bien comprendre que la compétition est avant tout une rencontre où on est d'accord pour s'opposer au contraire de la guerre. **L'adversaire n'est pas un ennemi mais un partenaire indispensable, sans lui on ne joue pas**. Le sport offre un vaste réseau de communication qui permet de dépasser les clivages et la complicité entre adversaires oblige chacun à mettre sa confiance dans le mystère de l'autre. Le sport est un lieu de **fraternité**, notion qu'il est nécessaire de mettre en exergue.

Le projet « classe olympique » s'appuie ainsi sur ce lien entre sport et culture pour développer :

. **La promotion** des valeurs éducatives et sociales véhiculées par le sport et l'Olympisme. Il s'agit de mettre en avant le sport comme vecteur des valeurs éducatives et citoyennes aussi bien à l'école, où il s'inscrit dans le cadre de l'éducation en mobilisant des connaissances et compétences disciplinaires et transversales, que hors de l'école, en lien avec un large réseau associatif qui permet à chacun de découvrir et pratiquer une multitude d'activités. Il faut souligner que le tissu associatif sportif, comme l'école, s'appuie sur les mêmes valeurs : le goût de l'effort, la persévérance, la volonté de progresser, le respect des autres, de soi et des règles, la fraternité, ...

. **L'accès à la pratique d'activités sportives diversifiées** sous ses différentes formes (loisir, compétition) en valorisant la dimension culturelle du sport et en l'utilisant comme un outil permettant de renforcer les liens entre chacun, corrigeant ainsi les inégalités d'accès à la pratique sportive quelles qu'en soient les causes (territoriales, sociales, sexuées, culturelles ou bien liées à un handicap).

. **L'acquisition d'une culture générale** en s'appuyant sur les activités physiques et sportives et la culture au travers de l'art et les sciences est essentielle. En effet, le sport à l'école concerne toutes les disciplines auxquelles il apporte un support concret du jeu. Le sport est une aventure qui se construit dans l'espace et dans le temps, il offre son large champ aux sciences humaines et sociales, aux sciences de la nature et aux sciences de la vie et de la santé. La réussite par le sport ne se limite donc pas aux seuls résultats sportifs : le sport peut offrir à tous les élèves une voie nouvelle à la compréhension des choses.

L'ensemble de ces dispositifs doit permettre l'acquisition par tous les élèves du socle commun de connaissances, de compétences et de culture. Il sera de nature à favoriser également l'inclusion scolaire des élèves en situation de handicap.

Classes Olympiques 2022-2023

Les actions

Le site internet du CDOS présente :

- les actions proposées,
- des informations utiles,
- l'exposition JO antiques et JO modernes,
- la fiche pédagogique pour la production artistique,
- des ressources sur l'olympisme, etc...

www.cdosnord.fr → <https://www.cdosnord.fr/classes-olympiques/>

Actions proposées pour toutes les classes olympiques de CE1 / CE2 / CM1 / CM2 :

- **Des séances pédagogiques** à mener en classe en s'appuyant sur ces ressources mises à disposition par le CNOSF (exemples en pages 12-13) :
<http://cnosf.franceolympique.com/cnosf/actus/6552-ressources-pdagogiques-pour-la-classe.html>
- **La production artistique arts plastiques.** Les classes auront la liberté de créer un ou plusieurs objets à partir d'éléments recyclables. Elle sera exposée lors de la journée olympique.
- **Athlètes de haut niveau :** Nous essayons de créer un parrainage de chaque classe olympique par un athlète de haut niveau du département du Nord. Il viendrait dans votre classe afin de partager son parcours avec les élèves. Si vous connaissez un athlète qui accepterait, vous pouvez nous le faire savoir.
- **Tous au 400 (message de Colette Besson):** Chaque classe olympique organise son propre 400m quand elle le souhaite.

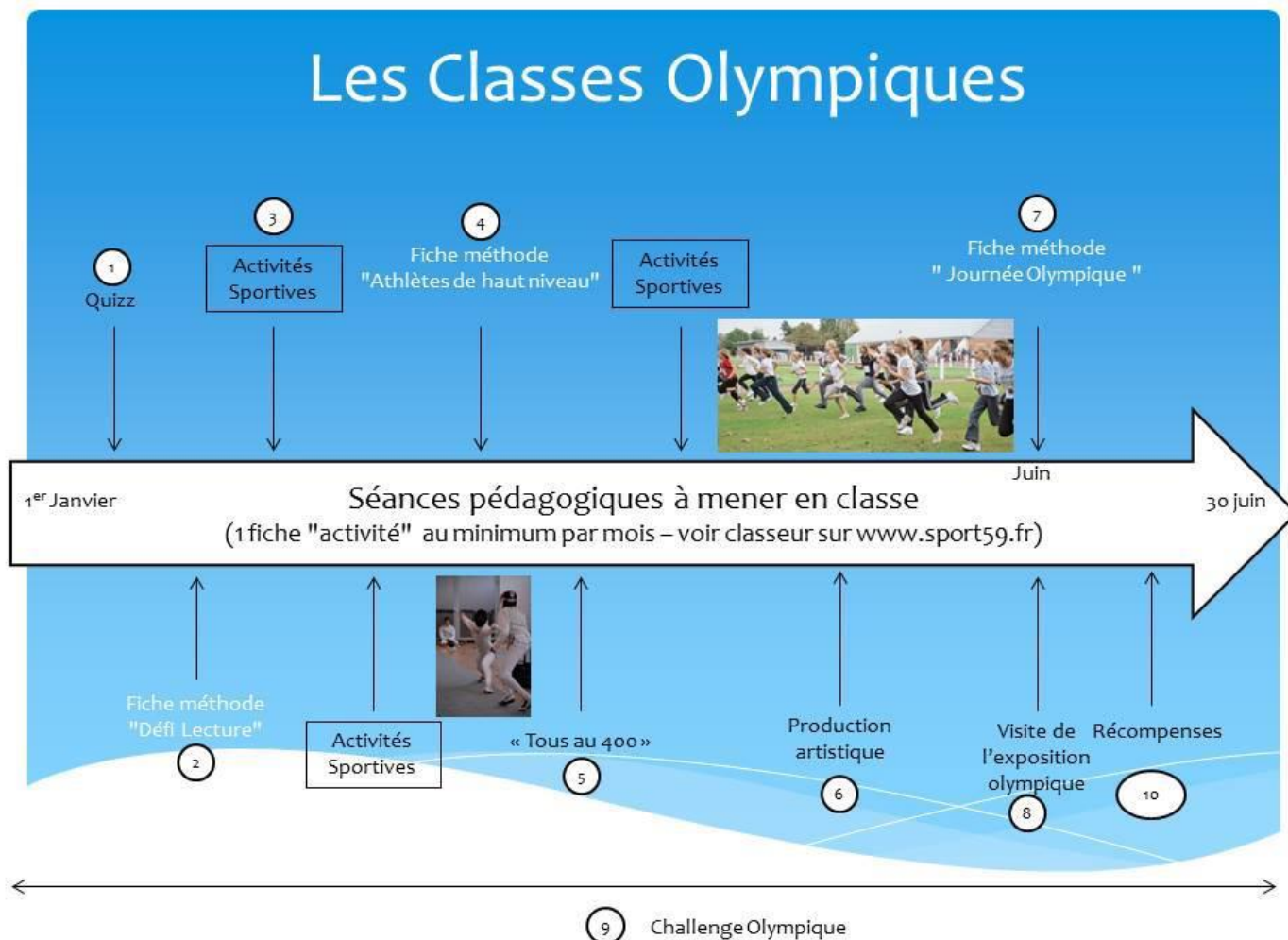
Actions proposées uniquement pour les classes de CM1 / CM2 :

- **Le quizz :** chaque mois, 4 questions sur l'olympisme seront posées, 2 en anglais (réponse en anglais) et 2 en français (réponse en français). Les questions seront consultables à partir du 12 de chaque mois et les réponses devront être envoyées par mail avant le dernier jour du mois.
- **Serments olympiques :** Chaque classe devra créer un serment olympique des athlètes et un serment olympique des juges de 20 lignes maximum. Ces derniers seront à transmettre au CDOS du Nord 1 mois avant la journée des classes olympiques car ils seront jugés. Lors de la journée olympique, les meilleurs serments seront lus.

Classes Olympiques 2022-2023

Le projet de classe

Selon Pierre de Coubertin, le sport et la culture sont indissociables.
Le projet éducatif a donc été construit autour de ces 2 dimensions.



Classes Olympiques 2022-2023

Des séances pédagogiques

5

CULTURE SCIENTIFIQUE

Symboles

4

La course au temps

Mesurer des distances et des durées.

Organisation et matériel

Des feuilles de format A4, des chronomètres, règles et crayons.



Observer

Vérifier les connaissances liées à la lecture de l'heure, par exemple en faisant nommer ou écrire les heures indiquées par 2 horloges utilisant des modes d'affichage différents (digital, aiguilles). Calculer la durée écoulée entre ces 2 indications. Apprendre à utiliser le chronomètre : mise en marche, arrêt, remise à zéro.

Agir

Etablir, après la séance d'EPS (course d'endurance, saut en longueur, etc.) un tableau par classement des performances réalisées pour les comparer ou pour apprécier les progrès individuels entre 2 séances.

Produire

Résoudre une situation-problème : la cour de l'école est un rectangle de 50 x 30 m. Pour s'entraîner à la prochaine rencontre sportive, les élèves doivent parcourir une distance de 1 200 m. Calculer le nombre de tours entiers qu'il faudra parcourir et indiquer le nombre de mètres restants.

Prolongements

- Proposer un calcul de vitesse de réalisation de la distance puis du tour.
- Connaître son allure en exprimant la distance parcourue en km/h. La comparer à des repères usuels (vitesse d'animaux, de véhicules, etc.).

Pour une culture de l'Olympisme...

La devise des Jeux olympiques - L'excellence et le dépassement de soi trouvent leur expression dans la devise « Citius, altius, fortius » formulée en 1891 par le Père Didon à laquelle P. de Coubertin fit référence dans ses propos sur l'éducation ; il ajouta toutefois en 1908 que « le plus important aux Jeux olympiques n'est pas de gagner mais de participer, car l'important dans la vie, ce n'est point le triomphe mais le combat ; l'essentiel, ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu ».

Pour relancer l'activité

- Quel trajet a parcouru Philippidès ?
- Pourquoi la distance de l'épreuve du marathon n'a pas toujours été la même ?
- Quelle était la vitesse (km/h) du marathonien vainqueur aux Jeux olympiques de Pékin ?

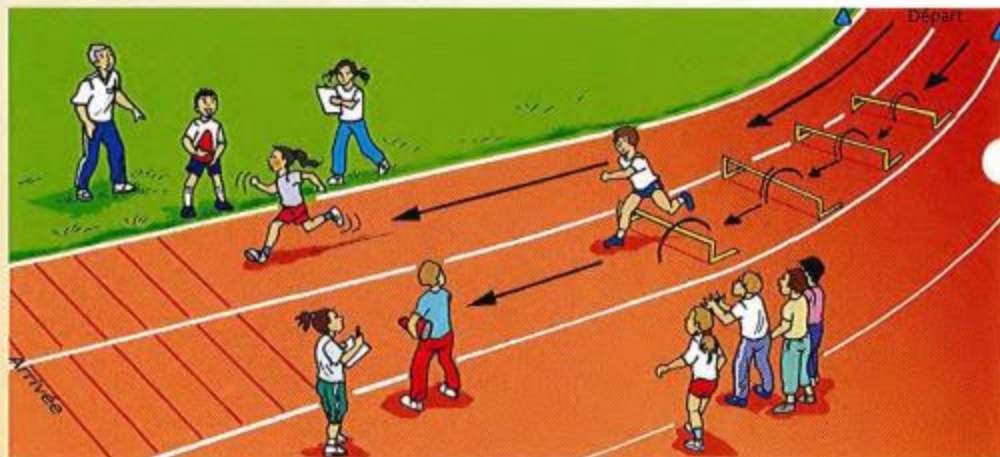


Course à plat et de haies : le défi !

Connaître des techniques sportives et mesurer des performances.

Matériel et sécurité

2 couloirs de course contigus de 40 m de long, l'un sans obstacle, l'autre avec 4 haies basses (30 cm) placées à 11, 17, 23 et 29 m du départ. Matérialiser 5 zones d'1 m avant l'arrivée (par des plots placés tous les mètres ou des tracés au sol).
Des fiches et crayons, des chronomètres.



Préalables

Proposer un **échauffement** simple, alternant des courses rythmées pour augmenter l'activité cardio-respiratoire et placer les enfants en situation d'action.

Organisation

Les **élèves sont groupés** par 4 : 2 coureurs et 2 juges, tenant 1 plot et placés près de la zone d'arrivée.

Consignes

Au **signal**, 2 enfants s'élancent dans leur couloir et chacun tente d'arriver le premier. Celui qui réalise le parcours de haies est retardé par les obstacles. Lorsque le plus rapide passe la ligne d'arrivée, l'observateur regarde la zone atteinte par son adversaire et place le plot sur le côté. On inverse les rôles et l'on compare les distances parcourues. Répéter plusieurs essais pour tenter de réduire l'écart entre les adversaires.

Variantes

- **Jouer sur la hauteur** des haies (jusqu'à 50 cm de hauteur).
- Chronométrer les coureurs et comparer les temps sur les parcours.
- Trouver le handicap de distance à donner au coureur à plat dans le binôme pour que les enfants arrivent en même temps.
- Selon les tableaux de résultats, défier un enfant que l'on pense pouvoir battre.

Pour une culture sportive...

Aux **Jeux olympiques**, les épreuves athlétiques comportent 5 grandes familles : les courses, les sauts, les lancers, les épreuves sur route et les épreuves combinées.
Au **départ des courses**, le starter donne 3 ordres : à vos marques, prêt, partez.
C'est en 1948 que les premiers starting-blocks ont été utilisés dans des épreuves olympiques.
En 1964, à Tokyo, apparaissent les premiers chronomètres à quartz : une technologie désormais présente dans toutes les montres.

Le sport éducatif est un apprentissage à l'exercice de responsabilités et, entre autres, celui du respect de la dignité de l'autre seule forme possible de lien social. Pourtant, l'éducation par le sport ne semble plus être le fondement, le passage obligé à partir desquels pourront s'épanouir les pratiques sportives quel que soit leur niveau.

Le Constat, est celui d'enseignants, d'éducateurs, de dirigeants, de sportifs et notamment les représentants du sport scolaire et universitaire : L'USEP, l'UNSS, l'UGSEL, la FFSU, l'UNCU.

Des successions de comportements inquiétants nous incitent à agir ensemble et à mener ce combat contre cette dérive préoccupante.

Nous convions les enfants, les adolescents, les jeunes adultes à participer à un événement qui relèverait ce défi.

Pour cristalliser ces intentions fortes, nous faisons appel au souvenir vivace d'une personnalité exemplaire : Colette BESSON !

Championne Olympique, athlète irréprochable, professeur d'EPS, éducatrice, citoyenne active ayant défendu l'éthique jusqu'au dernier souffle de sa vie, elle était tout ce que le sport et la femme peuvent apporter à la dignité de l'homme.



Le Message Universel est donc celui de Colette BESSON, transmis plusieurs centaines de milliers de fois par autant de participants, effectuant chacun 400 mètres, dans toutes les villes de France et si possible dans quelques autres pays.

Pour participer à la transmission de ce message, il suffit de :

- lire le texte ci-dessus aux élèves
- débattre avec eux
- leur proposer de réaliser 400 m autour d'une piste d'athlétisme (ou dans un autre lieu que vous aurez choisi).

***Je veux vivre avec dignité.
Je me bats pour celle des autres.***

Classes Olympiques 2022-2023

L'exposition JO antiques et JO modernes

L'exposition, disponible en version numérique sur le site du CDOS59, contient 12 panneaux comparant les Jeux Olympiques Antiques et les Jeux Olympiques Modernes.

Elle sera exposée lors de la journée olympique organisée avec le CDOS59 à MAUBEUGE.
Elle est à disposition des écoles qui souhaitent l'emprunter.

Les Jeux Olympiques antiques et modernes

LA COURSE

Les courses antiques

La course de vitesse
La course de vitesse se disputait sur une longueur (environ 200 m) ou sur deux longueurs de stade (environ 400 m).

Les courses de longue distance
Elles se disputaient sur des distances allant de 7 à 24 stades (1500 à 5200 m environ).

La course en armes
Les coureurs portaient un casque, un bouclier et une lance. La distance de course était de 4 stades (800 m).



Les courses modernes

La course de vitesse
Le coureur de vitesse prend le départ dans des starting blocks. Le départ est donné par un officier muni d'un pistolet. Les courses de vitesse se disputent sur 100, 200 et 400 m.



Les courses de demi-fond et de fond
Elles se déroulent sur des distances allant de 800 m à 42,195 km (marathon).



FRANCE
Olympique
Maubeuge

Les Jeux Olympiques antiques et modernes

LE SAUT

Le saut antique

Le saut en longueur se pratiquait sans élan. Le sauteur tenait un bâton dans chaque main. À partir d'une poutre fixée au sol, le sauteur exécutait une série de sauts à pieds joints. Le saut était mesuré à l'aide d'une tige entre la poutre de départ et l'empreinte laissée par les deux pieds dans le sable lors du dernier saut.



Les sauts modernes

Le saut en longueur
Le sauteur en longueur après une course d'élan de 30 à 40 mètres effectue un appel d'un seul pied sur une planche qu'il ne doit pas dépasser. Après une suspension de plusieurs mètres, il retombe dans le sable en laissant une empreinte. Le saut est mesuré entre cette empreinte et la planche d'appel.



Le triple saut
Le triple sauteur après une course d'élan de 30 à 40 mètres effectue un appel d'un seul pied sur une planche. Il exécute un saut à cloche-pied, puis une foulée bondissante et enfin un saut semblable au saut en longueur.




FRANCE
Olympique
Maubeuge

Les Jeux Olympiques antiques et modernes

LES LANCERS


Le lancer du disque antique

Le disque était en bronze, en fer ou en plomb. Si son poids pouvait varier, les lanceurs utilisaient un disque identique. Le lancer s'effectuait sans élan, à partir d'une poutre fixée au sol qu'il ne fallait pas dépasser. Le point de chute du disque était marqué à l'aide d'une fiche en bois. La distance était mesurée depuis cette marque jusqu'à la poutre de départ.




Le lancer du disque moderne

Le disque moderne pèse 2 kg pour les hommes et 1 kg pour les femmes.



Le lancer de disque moderne effectue une volte pour augmenter la vitesse du disque. Le lancer s'effectue dans un cercle de 2,50 m de diamètre. Le lanceur ne doit pas en sortir avant que le disque soit retombé.



FRANCE
Olympique
Maubeuge

Réaliser une production à partir d'objets recyclables.

Classes Olympiques – CDOS Nord

9

Réaliser un projet avec des objets recyclés, c'est avant tout accepter que le projet dépende du produit de la quête. Il faut dès lors collecter puis chercher avec ce corpus de formes, de matières et de couleurs, des idées à réaliser – ceci avec les élèves. Le document qui suit tentera de vous orienter dans cette démarche.

1. **Collecter** : des objets, matières, matériaux qui ne servent plus (débatte oralement avec les élèves de la notion d'usage, leurs donner quelques idées, éventuellement établir une liste). Ou constituer une collection thématique ou ciblée (bouchon plastique, tissus, papiers d'emballage).

2. **Trier** : effectuer, par groupes successifs, des tris de cette collecte dans différentes boites. Outre la manipulation, cette étape permet de dégager des critères perceptifs : formes, matières, couleurs, taille, nature, sensations (doux, rêche...). A cette occasion, des idées peuvent émerger : associations d'objets : associations d'idées.

3. **Concevoir** : construire la notion de jeux olympiques : histoire, mur d'images, symboles, cerner les notions de compétition, d'équipe, de représentation et d'uniforme (cérémonies et parade, podiums).

4. **Jouer** : Proposer aux élèves, dans le cadre d'un atelier, « d'associer ces objets pour faire autre chose » : créer des équipes d'objets selon leur matière (métalliques, bois, papier), leur forme ou leur couleur ; opposer ces équipes en jeux et sports différents ; opposer deux séries d'un même objet; rhabiller des équipes d'objets : uniformiser (peindre, recouvrir). Noter les idées à la fin de chaque atelier, après présentation des recherches à la classe.

Les jeux olympiques semblent mettre en évidence des notions contraires :

diversité (peuples, nombre, costumes) et uniformité (mêmes règles, même tenue), popularité et élitisme, le multiple (sélections) et l'unique (médaille), le biologique (corps) et les mathématiques (mesure de temps et d'espace).

Cette singularité stimule les jeux plastiques : des morceaux de papiers déchirés peuvent se regrouper par motifs sur une large étendue de pelouse, trois objets cassés peuvent venir se positionner, médaillés, sur le podium du recyclage, au cœur d'une assemblée de rebus...

5. **Choisir** : Choisir l'idée la plus séduisante, efficace (effet), pratique issue des manipulations successives des élèves.

6. **Créer** : Développer cette idée en un projet plastique : séquences de classes... (Avec précaution, le pistolet à colle permet des assemblages inédits)

7. **Présenter** : Ne pas oublier de jouer sur les formes et matières des lieux : pelouses rectangulaires, pistes ovoïdes d'athlétisme, terre battue, structures métalliques des stades, arènes minérales...

Serment Olympique.

Classes Olympiques – CDOS Nord

Depuis 1972, juste après l'allumage de la flamme olympique, un athlète du pays hôte prête le serment suivant :

« Au nom de tous les concurrents, je promets que nous prendrons part à ces Jeux Olympiques en respectant et suivant les règles qui les régissent, en nous engageant pour un sport sans dopage et sans drogues, dans un esprit de sportivité, pour la gloire du sport et l'honneur de nos équipes. »

Puis, un juge du pays hôte prononce à son tour le serment suivant :

« Au nom de tous les juges et officiels, je promets que nous remplirons nos fonctions pendant ces Jeux Olympiques en toute impartialité, en respectant et suivant les règles qui les régissent, dans un esprit de sportivité. »

Le serment devient le symbole du respect de l'égalité et du jugement rendu entre chacun des concurrents dans la compétition.