



**VENDÉE**  
LE DÉPARTEMENT

# Dico JO

## A

**ACTE CITOYEN** : c'est faire preuve de civisme, c'est-à-dire être dévoué à une cause encadrée par des règles.

**ADRÉNALINE** : c'est une hormone produite par le corps pendant une situation de danger ou bien pendant de fortes émotions (colère, stress, peur, etc.). Cette substance est créée dans les glandes au-dessus des reins et est ensuite répandue dans le sang. L'adrénaline permet de « booster » le corps pour réagir plus vite.

**AIRE MOTRICE** : partie du cerveau qui produit et transmet l'aptitude à bouger.

**ANTIQUITÉ** : période qui se situe après la Préhistoire et avant le Moyen-Âge. On la situe généralement au début de l'invention de l'écriture (3 000 av. J.-C) et jusqu'à la chute de l'Empire romain (476 ap. J.-C).

**ARTÈRE** : gros vaisseau sanguin qui permet de diffuser le sang du cœur au reste du corps.

**ANXIÉTÉ** : une inquiétude, une crainte vis-à-vis d'un événement.

**ASSOCIATION** : structure composée par un ensemble de personnes qui ont un intérêt commun (ex : association sportive).

**ATHLÈTE** : individu qui pratique un sport de haut-niveau.

## B

**BATTLE** : du mot anglais signifiant « bataille », la battle désigne la confrontation de deux danseurs durant une chorégraphie.

**BÉNÉVOLE** : individu qui effectue une action de son plein gré et de manière gratuite.

**BREAKING** : mot anglais qui désigne un style de danse sportive et acrobatique. Le Breaking vient des États-Unis et s'inspire de la culture hip-hop (style musical généralement accompagné par une danse acrobatique).

## C

**CHARTRE** : texte écrit qui rassemble plusieurs règles d'organisation.

**CITÉ-ÉTAT** : ville ou territoire possédant l'ensemble des pouvoirs politiques. Par exemple, dans la Grèce Antique la ville d'Athènes et celle de Sparte étaient des cités-états.

**CIO** : Comité International Olympique.

**COMMUNAUTÉ** : groupe d'humains ayant un intérêt commun.

**CONTRE-LA-MONTRE** : lorsque le classement d'une épreuve se fait à partir du temps sur un parcours clairement délimité.

**CORTEX CÉRÉBRAL** : tissu organique qui recouvre les deux hémisphères du cerveau. Il commande notamment le langage et le mouvement.

**CRESCENDO** : mot issu de l'italien qui désigne l'augmentation progressive d'un son.

## D

**DÉLÉGATION** : groupe de personnes qui représentent les mêmes intérêts. Pour les JO, les délégations mettent à l'honneur une nation. Exemple : la délégation française.

**DIVINITÉ** : être surhumain considéré comme un dieu ou une déesse.

## E

**ÉCONOMIE CIRCULAIRE** : il s'agit d'un modèle économique qui vise à diminuer l'épuisement des ressources. L'objectif est de produire de façon durable en limitant le gaspillage et la production de déchets. Ce système fait partie de la loi anti-gaspillage initiée par le gouvernement français en 2022.

**ÉLITE** : dans l'univers sportif, l'élite représente une catégorie pour les sportifs de haut niveau.

## F

**FLOTTE** : désigne un ensemble de bateaux. Exemple : Une flotte de bateaux naviguera sur la Seine lors de la cérémonie d'ouverture des Jeux olympiques de Paris 2024.

## H

**HORMONE** : substance produite naturellement par un organe. L'hormone est transmise par le sang et peut agir sur d'autres organes.

## I

**IME** : Institut Médico-Éducatif qui accueille des enfants et des adolescents en situation de handicap mental. Ces élèves reçoivent des soins adaptés : soutien psychologique, orthophonie, rééducation scolaire...

**INDÉNIABLE** : quelque chose que l'on ne peut pas nier, qui est évident.



## M

**MESSAGE MOTEUR :** message construit dans l'aire motrice et transmis par les nerfs du système nerveux afin d'effectuer un mouvement.

## N

**NERF :** cordon organique composé de fibres nerveuses qui transmettent une information. Cette information peut être envoyée depuis le cerveau jusqu'aux organes et inversement.

**NUTRIMENT :** substance nécessaire au corps. L'alimentation est un bon apport en nutriment.

## O

**OCCIDENTAUX :** appellation donnée aux habitants qui peuplent l'Europe et l'Amérique du Nord.

**ORGANISME :** désigne généralement le corps humain, ensemble des organes qui le constitue.

## P

**PAYS HÔTE :** pays qui reçoit des personnes pour un événement en particulier (ex : Paris reçoit les athlètes venus pour les Jeux olympiques).

**PHYSIOLOGIQUE :** réactions de l'organisme. Ex : lorsque l'on court, le cœur réagit en augmentant son rythme.

**PROCOLE :** ensemble de règles qui est fixé et qui doit être respecté pour un événement en particulier.

**PSYCHIQUE :** ce qui concerne l'esprit, les pensées. Un handicap psychique peut donc altérer le comportement d'une personne.

**PUBLIC ÉLOIGNÉ :** personne qui ne peut accéder à un service ou une activité à cause d'une incapacité souvent indépendante de leur volonté (maladie, handicap, pauvreté, éloignement géographique, etc.).

**PUGILAT :** sport antique pratiqué par les Grecs durant les Jeux de l'Antiquité. Le pugilat oppose deux personnes qui se donnent des coups de poings. Le combat s'arrête seulement lorsque l'un des adversaires est KO.

## R

**RÉSILIENCE :** le fait de ne pas se décourager malgré une situation difficile.

**RITUEL :** se dit de quelque chose que l'on fait de façon habituelle.



## S

**SACRIFICE** : dans la religion, acte sacré au profit d'une divinité (ex : sacrifice d'animaux offert à Zeus lors des Jeux olympiques de la Grèce Antique).

**SANCTUAIRE** : lieu utilisé pour le culte d'une religion, espace sacré.

**SANTÉ PUBLIQUE** : discipline abordant la santé de façon collective. L'objectif de la santé publique est d'améliorer l'état de santé d'une population.

**SÉDENTARITÉ** : désigne le manque d'activité physique (ex : rester longtemps assis), et la faible dépense énergétique.

**SERMENT** : c'est le fait de promettre quelque chose. Exemple : Lors de la cérémonie d'ouverture des Jeux olympiques, un athlète prête serment au nom de tous les olympiens. C'est-à-dire qu'il s'engage à respecter les règles durant toute la compétition.

**SUBMERSIBLE** : qui peut être inondé.

**SYMBOLE** : un objet ou une personne qui représente quelque chose (ex : les anneaux olympiques, sont un symbole des Jeux olympiques).

**SYSTÈME NERVEUX** : réseau de nerfs et de cellules nerveuses qui transmet un message depuis le cerveau jusqu'à la partie du corps concernée.

## T

**TEMPO** : généralement utilisé en musique, le tempo désigne la vitesse d'exécution d'une production musicale.

**TRADITION** : transmission de génération en génération, quelque chose que l'on fait par habitude.

**TRÊVE** : lorsqu'on arrête un combat, une guerre, pendant un temps délimité.

## V

**VAISSEAUX SANGUINS** : sorte de conduit dans lequel circule le sang. Les artères, les veines sont des vaisseaux sanguins.

**VALEUR** : qualité physique, intellectuelle et morale.

**VALEUR FONDAMENTALE** : cette expression désigne les valeurs qui apparaissent comme essentielles au bon fonctionnement d'une société. Le respect est une valeur fondamentale.





**VENDÉE**  
LE DÉPARTEMENT

# La Grèce berceau de l'olympisme

Pour comprendre les origines des Jeux olympiques, il faut remonter à la période de l'Antiquité (3 500 av. J.-C. et jusqu'à 476 ap. J.-C.). C'est notamment à travers la littérature antique et les fouilles archéologiques que l'on parvient peu à peu à reconstituer cette époque révolue.

Il y a plus de 3 000 ans, la région du Péloponnèse a accueilli des compétitions sportives dans le sanctuaire d'Olympie. Ce site était également composé d'un espace sacré nommé l'Altis et d'un espace profane qui servait pour les entraînements et les compétitions.



## Entre mythe et réalité

Bien que la littérature antique nous laisse des traces du passé, de nos jours, les origines de cette emblématique compétition sportive gardent quelques zones d'ombres. Cependant, on prête plusieurs croyances concernant l'origine des Jeux :



**La légende d'Héraclès** (protecteur des athlètes) raconte qu'il aurait détourné le fleuve Alphée (fleuve du Péloponnèse) et fait une course avec ses quatre frères. Le vainqueur fut couronné d'une branche d'olivier.



**La légende de Pélops** raconte qu'il a fondé les Jeux pour expier son crime, il aurait tué son beau-père lors d'une course de chars.



**La légende d'Iphitos** raconte que les Jeux furent créés pour apaiser la colère des dieux. À cette période, les guerres entre cités-états font rage, et Iphitos souhaite que cela cesse. Il est allé consulter la Pythie de Delphes qui lui suggère d'organiser des Jeux, seul remède pour obtenir l'apaisement des dieux.

## Les jeux panhelléniques

À cette époque, les Grecs organisaient plusieurs jeux dans différentes villes de Grèce. On les appelle **les Jeux panhelléniques**. Preuve du polythéisme de la culture grecque, les compétitions étaient toujours organisées en l'honneur d'une divinité :

- Les **Jeux d'Olympie** (Jeux olympiques) et de Némée (Jeux Néméens) pour **Zeus**, roi des dieux.
- Les **Jeux de Delphes** (Jeux Pythiques) pour **Apollon**, dieu du soleil et de la beauté.
- Les **Jeux d'Isthme de Corinthe** (Jeux Isthmiques) pour **Poséidon**, dieu de la mer et des océans.





## Bon à savoir

Lors des anciens Jeux il n'y avait pas de sports collectifs, chaque épreuve se faisait individuellement. De plus, les athlètes n'étaient pas des professionnels mais des amateurs.

Ici l'olympisme revêt donc un **caractère religieux** indéniable. Durant la période de ces Jeux, on assiste à de nombreux **sacrifices** en l'honneur d'un dieu. Une coutume qui s'effacera avec la laïcité des jeux modernes.

Un athlète était autorisé à participer à l'ensemble de ces Jeux. Il arrivait même que celui-ci se retrouve vainqueur sur les quatre sites, il obtenait alors le titre de **périodonikès** pour avoir gagné le tournoi. Toutefois, les Jeux d'Olympie étaient considérés comme les plus importants.

Alors que la Grèce, composée en cités-états indépendantes, était en guerre, les Jeux panhelléniques avaient déjà cette volonté d'unir et de rassembler les hommes. En effet, si on découpe le mot « panhellénique », on retrouve **pan** qui signifie « tout » et **hellène** pour désigner « Grec ».

## Jeux antiques, jeux uniques

Les jeux anciens avaient leurs lots de particularités, certaines peuvent paraître aujourd'hui tout à fait insolites.

À titre d'exemple, **les femmes étaient exclues** de toutes les compétitions, mais aussi des gradins. Celles qui n'étaient pas encore mariées pouvaient toutefois assister aux épreuves en tant que spectatrices. Une entorse à la règle est également faite pour la prêtresse **Déméter** (déesse des moissons et de la fertilité) qui avait le droit à sa place en face de la tribune officielle.

Les femmes n'étaient pas les seules évincées des Jeux, **les esclaves, les étrangers et les condamnés ne pouvaient pas prendre part aux épreuves.** Seul l'homme grec et libre pouvait participer.

**Les compétitions et les entraînements se faisaient entièrement nus.** Certains voient une volonté d'égalité entre les hommes, d'autres pensent plutôt qu'il s'agissait du meilleur moyen pour vérifier qu'aucune femme ne concourait ! Pour protéger leur peau du soleil, les athlètes s'enduisaient d'huile d'olive et de sable fin, avec la sueur une fine croûte se formait, ils la raclaient une fois l'épreuve terminée.

Dans la mesure où les Jeux honoraient un dieu grec, la victoire n'était pas toujours accordée par des juges, appelés les « hellanocides » en grec ancien, mais par les dieux.

Gare à celui qui triche... **le juge usait du fouet** durant l'épreuve. En cas de faute grave, l'athlète recevait une amende, l'argent servait à ériger des statues de Zeus. Le nom du tricheur était gravé sur le socle de cette statue.



Amphore, 530 av. J.C.  
MET New York



## Bon à savoir

Les Grecs comptaient le temps en Olympiades et non en années. Une olympiade avait lieu tous les quatre ans.



## La Grèce sous domination Romaine



Pollice Verso, Jean-Léon Gérôme  
Phoenix Art Museum, Arizona

À partir de 275 av. J.-C, les différents territoires grecs (cités-états) sont conquis par l'Empire romain. Dès lors, on assiste à une certaine « romanisation » du monde grec. L'influence de l'Empire romain vient chambouler la vie des citoyens grecs, et les épreuves des Jeux n'y échappent pas.

Effectivement, on remarque l'ajout des pratiques culturelles romaines au sein du programme des Jeux Antiques, désormais connus sous le nom de « Jeux de la Rome Antique ». On retrouve alors des épreuves emblématiques comme les combats de gladiateurs ou encore la lutte contre des fauves.



### Bon à savoir

Le combat entre gladiateurs était avant tout un « sport-spectacle », cela explique pourquoi l'exercice était codifié par des règles strictes. Bien souvent, les films sur les gladiateurs ne prennent pas en considération ce fait.





**VENDÉE**  
LE DÉPARTEMENT

# La Vendée un département sportif

**En Vendée, le sport est une activité régulièrement mise à l'honneur par des comités sportifs engagés.**

Depuis 1979, le **CDOS Vendée (Comité Départemental Olympique et Sportif de Vendée)** représente le **CNOSF (Comité National Olympique et Sportif Français)** ainsi que le mouvement sportif sur l'ensemble du territoire vendéen.

Le CDOS Vendée œuvre quotidiennement pour aider les associations sportives vendéennes à :

- Développer la pratique sportive pour tous
- Défendre et promouvoir le sport et ses valeurs éducatives
- Promouvoir et préserver les valeurs de l'Olympisme
- Accompagner le développement du mouvement sportif



Afin d'accompagner ces dernières, plusieurs actions sont menées autour des différentes notions développées par le CNOSF :



**En Vendée, le CDOS Vendée est à l'initiative de nombreuses actions en faveur du sport, mais aussi de la promotion des prochains Jeux olympiques.** Un programme d'actions et d'animations intitulé « **Vendée Terre de Sports** » a donc été développé en partenariat avec le Conseil Départemental de la Vendée pour accompagner les territoires vendéens labellisés « Terre de Jeux 2024 ».

Les collectivités labellisées peuvent également soutenir les sportifs vendéens intégrés au **Team Sport Vendée** dans leurs projets et leurs performances.

Le Team Sport Vendée s'est fixé deux objectifs :

- Soutenir et aider les athlètes vendéens de haut niveau licenciés dans un club local dans la pratique de leur activité sportive.
- Accompagner les entreprises qui souhaitent développer la pratique d'activités physiques et sportives auprès de leurs salariés.







VENDÉE  
LE DÉPARTEMENT

# La Vendée, un département sportif

enseignants  
fiche 3

## Le Team Sport Vendée comporte 18 élites et 8 espoirs.

Dans cette équipe on retrouve, Gwladys Lemoussu, Aloïse Retornaz, Léo Bergère, Enzo et Hugo Grau, Gaëtan Menguy et bien d'autres encore.

Les mots de Jean-Philippe Guignard, l'actuel président du CDOS Vendée et du Team Sport Vendée : « *Le Team Sport Vendée s'est donné comme mission de développer la pratique sportive auprès du plus grand nombre et notamment au sein des entreprises Vendéennes* ».



© World Triathlon

Gwladys Lemoussu  
et Léo Bergère

Pour Paris 2024, le CDOS Vendée et le Team Sport Vendée ont créé **le « Trophée du Jeune sportif vendéen »**. Ce trophée récompense les sportifs licenciés en Vendée et âgés entre 16 et 25 ans.

Pour obtenir le trophée, plusieurs caractéristiques sont prises en compte :

- Les résultats sportifs
- La progression sportive
- Les perspectives et potentialités pour les Jeux olympiques et paralympiques
- L'esprit sportif (pas de sanctions sportives ou dopage)

En guise de récompenses, le jeune sportif reçoit :

- Un trophée avec le logo « Team Sport Vendée »
- Une aide financière
- Une entrée dans le groupe espoir du « Team Sport Vendée » pour deux ans maximum.



[vendeecoeurdesports.fr](http://vendeecoeurdesports.fr)

En partenariat avec



CDOS  
VENDÉE



**VENDÉE**  
LE DÉPARTEMENT

# Sport et environnement pendant les Jeux olympiques

Un événement tel que les Jeux olympiques est une grande fête sportive à vivre. Néanmoins, l'ampleur de cette manifestation sportive tend parfois à nous dépasser, et ce sont souvent nos ressources et notre environnement qui en pâtissent le plus.



## Sale temps pour l'environnement

Que ce soit pour les Jeux olympiques d'été ou d'hiver, l'impact environnemental des précédentes éditions a souvent été pointé du doigt.

Effectivement, chaque édition comporte ses problématiques. Des solutions doivent être apportées pour accueillir en bonne et due forme ce grand événement. Pour ce faire, l'environnement peut pâtir des solutions mises en œuvre.

### Quelques exemples...

#### Épuisement des ressources

Pour les Jeux olympiques d'été de Rio (Brésil) en 2016, certaines ressources épuisables comme l'eau ont été grandement utilisées : 8 millions de mètres cubes d'eau en tout, soit l'équivalent de 3 200 piscines olympiques d'une profondeur de 2 mètres !

# 8 000 000 m<sup>3</sup>

#### Dégradation environnementale

Jeux olympiques d'hiver de **Sotchi (Russie)** en 2014 : destructions de forêts entières pour construire des complexes sportifs, hôteliers, et des routes.

Jeux olympiques d'hiver de **Pyeongchang (Corée du Sud)** en 2018 : une grande partie d'une forêt au Mont Gariwang (sanctuaire sacré pour beaucoup de Coréens) a été rasée afin d'installer les pistes de ski.

Avec cette déforestation, de nombreuses espèces animales en voie de disparition furent menacées comme la loutre eurasienne, la martre, le léopard-chat et l'écureuil volant.



Le Mont Gariwang, à Jeongseon, en Corée du Sud, le 25 janvier 2019  
(AFP/Archives - Yelim LEE)



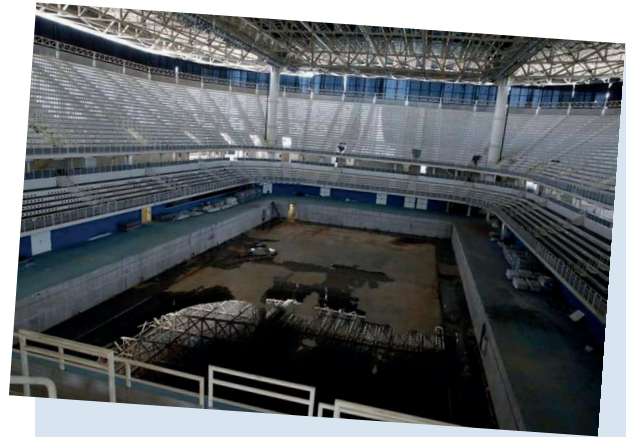
## Infrastructures conçues pour un court terme

Après la fin des Jeux, de nombreuses infrastructures sont **abandonnées** et ne resservent jamais, elles deviennent parfois de véritables **vestiges**.

Les sites olympiques ne sont donc pas toujours construits dans une démarche durable. Certains appellent ces sites abandonnés les « éléphants blancs ». Cette expression serait issue de la culture bouddhiste, et désignerait le fait qu'un projet d'envergure devienne un véritable fardeau économique et d'entretien.

En France, nous avons un exemple concret d'éléphant blanc avec le tremplin de saut à ski construit pour les Jeux olympiques d'hiver à Grenoble en 1968. Malgré une volonté de réutiliser le tremplin et ses 2 hectares pour de nouvelles activités comme le VTT, la zone est désormais classée zone dangereuse et la réhabiliter revient trop cher à la ville.

Lors d'un reportage en 2018 réalisé par France Bleu Isère, pour les 50 ans de ces Jeux d'hiver, on remarque que ce lieu est un bâtiment totalement désaffecté.



Bassin olympique Rio 2016,  
photo : Pilar Olivares / Reuters



À chaque nouvelle édition des Jeux, les citoyens du monde entier attendent beaucoup quant à la protection de l'environnement et la durabilité des infrastructures. **Paris 2024 compte bien ne pas les décevoir.**



## Les actions vendéennes en faveur de l'environnement

Soucieux de préserver la planète des générations futures, le **Comité Départemental Olympique et Sportif de Vendée (CDOS 85)** a décidé de mettre en place un plan d'action pour lutter contre la problématique environnementale présente dans notre société et dans le sport.



Dans ce plan d'action, on retrouve « **Sport z'Héros Déchets** ». Cette campagne de communication, en collaboration avec le **Conseil Départemental de la Vendée et l'association des maires de Vendée**, milite pour un sport sans déchets.

Lors du Forum « Terre de Jeux 2024 » en décembre 2022, « Sport z'Héros Déchets » a été récompensée pour son initiative en faveur de l'environnement dans le sport. Ce trophée a été remis, des mains de Tony Estanguet, à Jean-Philippe Guignard président du CDOS 85. Les mots du président du CDOS 85 : « Il y avait 15 trophées pour près de 1 000 projets. Avoir la reconnaissance de Paris 2024, ce n'est pas rien. »

Pour « Sport z'Héros Déchets », **quelques sportifs vendéens et 30 communes de Vendée ont participé à cette initiative** en proposant par exemple des goûters zéro déchet après les matches, en finançant des gourdes réutilisables pour les licenciés, en ayant une utilisation raisonnable des spots lumineux, etc.



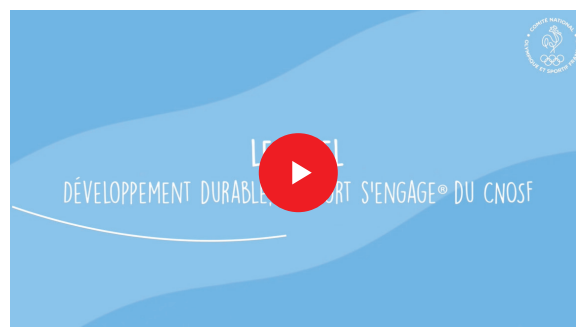
## Le label « Développement durable, le sport s'engage ® ».

En 2009, le **Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF)** lance son label : « **Développement durable, le sport s'engage ®** ».

Le label permet aux associations sportives de développer une **stratégie éco-responsable** pour l'organisation d'événements sportifs. Il intervient tant sur des événements locaux que nationaux préalablement labélisés par le CNOSF et les comités territoriaux comme le CDOS.

Par exemple, le **CDOS Vendée** s'occupe de traiter certain dossier de candidature selon la taille, le lieu, et le porteur de l'événement sportif.

Pour la présentation du label,  
c'est par ici !





VENDÉE  
LE DÉPARTEMENT

# Sport et environnement pendant les Jeux olympiques

enseignants  
fiche 4

## Les ambitions environnementales de Paris 2024

Le comité de Paris 2024 affiche clairement ses ambitions de faire de ces Jeux, les Jeux les plus écologiques possible : « Nous voulons participer à l'accélération de la transition écologique dans le sport, les territoires et les grands événements ».

### Les principaux moyens mis en œuvre par le comité Paris 2024 pour des Jeux éco-responsables :

- **Les épreuves se feront sur des sites déjà existants** afin de limiter le plus possible les nouvelles constructions et ainsi l'empreinte carbone.

Pour Paris 2024, **seulement 5 % de nouveaux sites seront construits** et avec le plus de matériaux durables.

Utiliser des **sites déjà existants** aura un autre **avantage** non négligeable. Effectivement, certains hauts-lieux français (place de la Concorde, l'esplanade des Invalides, le Château de Versailles, etc.) vont accueillir les manifestations sportives, ce qui permettra également de **valoriser le patrimoine français**.

- Pour être exemplaire en termes d'écologie et organiser les Jeux les plus verts, **Paris 2024 a sollicité l'aide de WWF France** (fondation d'utilité publique chargée de la protection de l'environnement) pour les accompagner dans leur stratégie « d'excellence environnementale ».



- **Repas en circuit court.** Pour les **13 millions de repas prévus**, Paris 2024 vise une alimentation 100 % certifiée, qui privilégiera les circuits courts pour moins polluer et espère avoir au moins 80 % de produits « origine France ».



L'accent sera également mis sur le **végétal** et le **bio** afin de réduire la production de CO<sup>2</sup> et l'épuisement des ressources non renouvelables comme l'eau.

Le circuit court est donc un système qui permet de faire intervenir le moins d'intermédiaires possible. C'est-à-dire que le produit passe rapidement du producteur au consommateur, limitant ainsi l'impact écologique.

- **Les Jeux de Paris 2024 se sont alignés à l'Accord de Paris sur le climat** (signé en 2015), qui prévoit une **réduction des émissions de gaz à effet de serre et une compensation des émissions carbonées**.



[vendeecoeurdesports.fr](http://vendeecoeurdesports.fr)

En partenariat avec



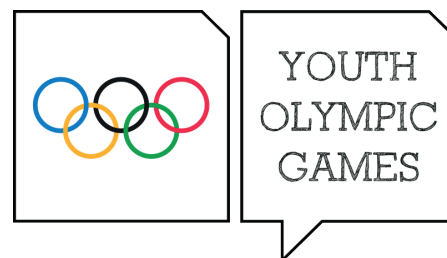
CDOS  
VENDÉE



**VENDÉE**  
LE DÉPARTEMENT

# Les Jeux olympiques de la jeunesse

Lorsque l'on évoque les Jeux olympiques, on pense généralement aux éditions qui se déroulent en été ou bien en hiver, pourtant il existe une deuxième variante : les Jeux olympiques de la Jeunesse (JOJ). Cette manifestation sportive et de haut-niveau réunit des adolescents du monde entier âgés de 15 à 18 ans.



Jacques Rogge

## Les origines des Jeux olympiques de la Jeunesse

Ces Jeux sont à l'initiative de Jacques Rogge, ancien président du CIO (2001 à 2013). En 2007, il soumet l'idée de créer les Jeux olympiques de la Jeunesse afin d'inciter la pratique du sport chez les jeunes et de les encourager à adopter les valeurs olympiques : **amitié, respect, excellence.**

Pour en savoir un peu plus sur les valeurs du Mouvement Olympique avec vos élèves, France Olympique a réalisé un court film d'animation : « Découvrez les valeurs olympiques ! »



La première édition des Jeux olympiques de la Jeunesse d'été a eu lieu à Singapour (Asie du Sud-Est) en 2010 et celle en hiver a eu lieu à Innsbruck (Autriche) en 2012.

Ces JOJ sont généralement plus courts. Pour les JOJ d'été, les compétitions durent 12 jours, et il faut compter 10 jours pour les compétitions des JOJ d'hiver.



## Les points communs avec les Jeux olympiques

Les Jeux olympiques de la Jeunesse ont lieu tous les quatre ans tout comme les Jeux olympiques. Toutefois, les JOJ d'été se tiennent lors des JO d'hiver, et les JOJ d'hiver lors des JO d'été.

Sur le principe, les Jeux olympiques de la Jeunesse sont relativement similaires aux Jeux olympiques puisqu'ils accueillent des sportifs de haut-niveau du monde entier. De plus, le programme sportif des JOJ s'inspire de celui des JO et introduit de nouveaux sports ou de nouvelles disciplines à chaque édition.

Néanmoins, les Jeux olympiques de la jeunesse se démarquent des Jeux olympiques sur bien des aspects.

## Les particularités des Jeux olympiques de la Jeunesse

Bien que le système de récompense par médaille existe toujours pour ces JOJ, cet

« Pour chacun, le sport peut être un moyen  
de développement personnel »

Pierre de Coubertin

événement sportif ne doit pas uniquement être tourné vers la compétition et la performance.

La volonté de ces Jeux est également extra-sportive. En outre, le programme sportif se juxtapose à un programme culturel et éducatif intitulé « Learn & share ». L'objectif est de former les futurs champions de demain sur trois domaines : la protection des athlètes, le travail sur la performance et l'aide apportée aux athlètes en dehors du sport.



L'Olympisme et ses valeurs

La responsabilité

Le développement des compétences

L'expression à travers les médias

Le bien-être et le mode de vie sain



VENDÉE  
LE DÉPARTEMENT

# Les Jeux olympiques de la jeunesse

enseignants  
fiche 5

Pour ce faire, les jeunes athlètes sont alors initiés à cinq thématiques essentielles pour leur carrière sportive :

À chaque édition des JOJ, **les fédérations internationales (FI) sélectionnent des « athlètes modèles »**. Il s'agit bien souvent d'anciennes stars du sport qui se sont illustrées lors d'anciennes éditions des Jeux olympiques.

Les « athlètes modèles » viennent sur les villages olympiques, les sites de compétition et d'entraînement, ou pendant les activités éducatives afin d'échanger avec les jeunes athlètes. Ils constituent de réels **mentors** pour les jeunes.

Lors des Jeux olympiques de la Jeunesse d'hiver à Lausanne (Suisse) en 2020, deux Françaises sont venues échanger avec les jeunes athlètes français : **Nathalie Péchalat** (Danse sur glace) et **Marie-Laure Brunet** (Biathlon).

Certains sports ne sont pas inscrits au programme mais constituent une découverte pour les spectateurs. De ce fait, les JOJ peuvent être une source d'inspiration. En 2018, à l'occasion des JOJ de Buenos Aires (Argentine), l'escalade sportive était présentée aux yeux du public.

L'engouement est tel que ce sport entre officiellement au programme des Jeux olympiques de Tokyo 2021.



Mickaël Mawem



## Les prochains Jeux olympiques de la Jeunesse

À l'occasion des Jeux olympiques de la Jeunesse d'hiver à Lausanne (Suisse) en 2020, nos **athlètes français** sont montés pas moins de **18 fois sur le podium** : 4 médailles d'or, 8 médailles d'argent et 6 médailles de bronze.

Ne ratez pas les prochaines éditions des JOJ pour suivre nos jeunes athlètes français. Les prochains JOJ à venir seront les

JOJ d'hiver à Gangwon (Corée du Sud) en 2024. Les JOJ d'été auront lieu, quant à eux, à Dakar (Sénégal) en 2026.

Pour le festival sportif et culturel qui célèbre le premier événement olympique d'Afrique à Dakar, la chaîne [Olympics.com](https://olympics.com) vous propose une courte vidéo qui dévoile un aperçu de l'édition 2026 des JOJ.



En partenariat avec



CDOS  
VENDÉE



[vendeecoeurdesports.fr](https://vendeecoeurdesports.fr)



Au sens propre du terme, l'athlète désigne une personne qui pratique l'athlétisme ou qui possède une certaine musculature. Toutefois, dans le cadre des Jeux olympiques, on emprunte régulièrement ce mot pour désigner les sportifs venus chercher une performance. Tour d'horizon sur ces athlètes depuis les premiers Jeux aux plus modernes.

## L'athlète pendant les Jeux de l'Antiquité

### Une tenue d'athlète ou presque...

L'athlète de la Grèce antique était unique, et surtout facilement identifiable par sa totale nudité. Cette nudité visait à refléter l'idéal du corps humain masculin, mais surtout l'harmonie entre le corps et l'esprit. Les Grecs croyaient fermement que l'athlète qui entraînait son corps développait également son esprit.

### Du sport mais pas que...

Avec les Jeux Antiques, le sport devient alors **l'un des fondements de la civilisation grecque**. Effectivement, pendant ces Jeux, chaque cité grecque préparait ses athlètes. L'enseignement portait tant sur l'exercice physique que sur l'éducation avec des cours de grammaire, de lecture, de mathématiques ou encore de musique.

Dans l'Antiquité, les athlètes commençaient l'entraînement dès leur plus jeune âge **auprès d'un maître de gymnastique : le Pédotribe**. C'est ce dernier qui possède la palestre (ensemble de complexes sportifs) où les athlètes viennent s'entraîner et disputer une épreuve. Ces athlètes s'entraînaient à tous les sports pour être « équilibrés ».



Scène de Palestre  
amphore à figures rouges  
(Vers 515 av. J-C)  
Musée du Louvre, Paris



### Bon à savoir

À partir du V<sup>e</sup> siècle, la viande est introduite dans le régime alimentaire de l'athlète. Auparavant ce régime était tourné vers une alimentation plus végétale : bouillie de froment, de noix, de figues, de fromages frais, agrémentée de pain d'orge.



## Les conditions pour participer à ces Jeux Antiques

Plusieurs conditions étaient requises pour participer aux anciens Jeux. Tout d'abord, **il fallait être un homme, être libre et être de nationalité grecque.**

Une fois ces critères remplis, il fallait passer l'étape des **sélections**. Pour ce faire, l'athlète s'entraînait individuellement au moins **quatre semaines avant le début des Jeux**. Ensuite, cet athlète devait se rendre dans la ville d'Élis (Nord-Ouest de la Grèce) pour participer aux sélections. À la suite de celles-ci, les meilleurs athlètes amateurs retenus **prêtaient serment**.

## Les champions de l'Antiquité

Avec plus de douze siècles de compétition, de nombreux athlètes grecs ont marqué l'histoire des Anciens Jeux, voici le top 3 :



### Milon de Crotone

**Il est le lutteur le plus couronné de l'histoire des Jeux Antiques** : il a gagné 6 fois à Olympie, 7 fois à Delphes, 10 fois aux Jeux de l'Isthme de Corinthe et enfin il fut 9 fois vainqueur aux Jeux de Némée.

Grâce à ses nombreuses victoires sur les 4 sites différents des Jeux Panhelléniques, Milon de Crotone se voit décerner le titre de **periodonikès** « vainqueur du circuit ».



### Léonidas de Rhodes

**Célèbre pour ses prouesses en course à pied**, les habitants de Rhodes disaient qu'il « possédait la vitesse d'un dieu ».

En 4 olympiades, Léonidas de Rhodes remporte 12 titres olympiques entre -164 et -152 av. J.-C. Ses records ne furent jamais égalés.

Petit rappel, la course à pied était découpée en 3 épreuves distinctes : **le stadion** (200 mètres), **le diaulos** (400 mètres), **l'hoplitodromos** ou « course en armes » (course à pied munie d'équipement militaire)



### Théagène de Thasos

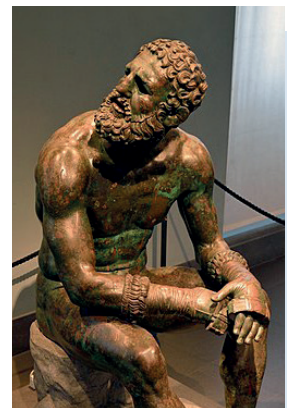
**Il est le plus célèbre des « boxeurs » antiques**, on lui prête pas moins de 1 400 victoires aux épreuves de pugilat et de pancrace.



Milon de Crotone,  
Etienne-Maurice Falconet  
marbre, 1754. Musée du Louvre



Leonidas de Rhodes,  
marbre,  
Musée archéologique de Sparte



« Boxeur des Thermes »  
ou « Pugiliste des Thermes »  
Bronze, III<sup>e</sup>-II<sup>e</sup> siècles av. J.-C.  
Palais Massimo des thermes, Rome



## Bon à savoir

Le pugilat et le pancrace sont tous les deux considérés comme les ancêtres de la boxe anglaise. Véritables sports de combat, ces deux pratiques entraînaient parfois la mort d'un des athlètes.

## Zoom sur les sports vedettes des Jeux de l'Antiquité

### Qu'est-ce que le pugilat ?

Il s'agit d'un sport de contact où le coup est porté **uniquement à la tête**. Les pugilistes portaient généralement des accessoires aux mains, pour amortir les chocs, tels que **l'imante** (une bande de cuir qui recouvrait les doigts et les avant-bras). D'autres athlètes portaient des accessoires pour affaiblir leur adversaire, tels que le **ceste** (gant de cuir muni de poids de plomb et de clous).



Amphore représentant un concours de boxe, vers 336 av. J.-C. British museum, Londres

### Qu'est-ce que le pancrace ?

Souvent considéré comme un art martial ancien, **le pancrace est un mélange de deux sports : la lutte et la boxe**. Durant l'épreuve de pancrace, tous les coups sont (presque) permis, il était toutefois interdit de mordre son adversaire ou bien de lui mettre les doigts dans le nez, dans la bouche et dans les yeux.

Le pancrace constituait l'un des sports préférés des spectateurs.



Amphore représentant le pancrace, vers 500 av. J.-C. MET, New York

## L'athlète pendant les Jeux modernes

### Professionnalisation de la pratique sportive

En réhabilitant les Jeux en 1896, Pierre de Coubertin souhaitait reprendre certaines caractéristiques des anciens Jeux.



COMITÉ  
INTERNATIONAL  
OLYMPIQUE

Parmi ces caractéristiques, **avoir uniquement des athlètes amateurs**.

À partir de 1984, ce souhait est définitivement mis de côté. **Le CIO supprime cette règle et autorise la participation des sportifs professionnels**.

**Au fur et à mesure des éditions des Jeux modernes, le haut-niveau apparaît**. L'athlète peut désormais se consacrer uniquement à la pratique de son sport qui devient son métier et l'astreint à des entraînements rigoureux quasiment chaque jour.



## Condition des athlètes

Tout comme les athlètes de la Grèce antique, les Olympiens de l'ère moderne sont guidés dans leur pratique sportive. Toutefois, avec le haut niveau, **les moyens mis en œuvre pour une parfaite préparation de l'athlète ont quelque peu changé.**

À titre d'exemple, pour que les sportifs soient bien préparés à une telle compétition, on engage **une équipe dédiée** (souvent appelée « staff ») qui travaille pour élaborer des programmes personnalisés sur le physique, le mental, mais aussi sur l'alimentation et le sommeil des athlètes.

Contrairement aux athlètes grecs de l'Antiquité, les athlètes modernes sont accueillis dans des **villages olympiques** situés à proximité des infrastructures sportives. Ces villages sont conçus pour le bien-être des athlètes, on y retrouve des logements, une cantine, ou encore des équipements sportifs.



## Bon à savoir

La plupart du temps, ces villages olympiques deviennent des endroits touristiques après les Jeux. Toutefois, le CIO exige que l'utilisation de ces villages se fasse sur du long terme. Il arrive alors que des anciens villages olympiques deviennent des universités ou bien des logements pour les populations locales. Après les Jeux d'hiver de Lake Placid (États-Unis) en 1980, les villages furent reconvertis en prison.

## Du sport sous haute surveillance

Avec l'apparition de nouvelles technologies comme la télévision (1926), l'appareil photo étanche (1960), le ralenti (1963) ou encore la photo-finish (1912), la performance de l'athlète moderne est constamment scrutée.

La recherche de la performance pousse certains athlètes à déjouer les limites du corps humain en prenant des produits dopants. Afin de lutter contre cette pratique dangereuse et déloyale, le CIO opère **des contrôles anti-dopage** pour surveiller les athlètes, mais aussi les protéger de ces produits néfastes pour le corps.



Charlotte Reinagle Cooper  
© Olympics.org

## Les Olympiens qui ont marqué l'histoire des Jeux modernes

Pour la première édition des Jeux olympiques qui autorise la participation des femmes (Jeux olympiques de 1900 à Paris), la Britannique **Charlotte Cooper** fut la première championne olympique en gagnant le simple dames en tennis.

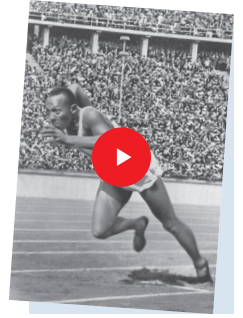


**VENDÉE**  
LE DÉPARTEMENT

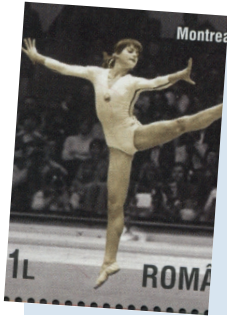
# L'athlète olympique d'hier et d'aujourd'hui

enseignants  
fiche 6

**Jessie Owens**, fut l'athlète africain-américain le plus médaillé des Jeux olympiques de Berlin en 1936. Il remporta 4 médailles d'or sous les yeux d'Hitler, pourtant convaincu que les Aryens étaient des athlètes supérieurs.



Jesse Owens  
© GPA Photo Archive



Nadia Comăneci  
© Poste de Roumanie

Lors des Jeux olympiques de Montréal (Canada) en 1976, la jeune Roumaine **Nadia Comăneci** a fait sensation en devenant la toute première gymnaste à obtenir la note de 10/10 dans une compétition olympique.

**Michael Phelps**, nageur américain aussi surnommé « la balle de Baltimore » est l'athlète olympique qui a remporté le plus de médailles (28 en tout) dans l'histoire des Jeux modernes.



Michael Phelps  
© F. Frazão/Agência Brasil



Laura Flessel-Colovic  
© Dimi15

**Laura Flessel-Colovic**, celle qu'on surnomme « la guêpe », est une escrimeuse française qui a participé à cinq éditions des Jeux olympiques (1996 à 2012). Après s'être spécialisée dans l'épée, elle remportera les deux premières médailles d'or aux Jeux d'Atlanta alors que cette épreuve venait d'être ouverte aux femmes.

**Teddy Riner**, judoka français dans la catégorie des plus de 100 kilos, a remporté trois médailles d'or en trois participations consécutives (Londres 2012, Rio 2016 et Tokyo 2021). Seul l'avenir nous dira s'il perpétuera cette tradition aux Jeux de Paris 2024.



Teddy Riner  
© F. Frazão/Agência Brasil



Gwladys Lemoussu  
© T. Règo/Agência Brasil

## Une championne vendéenne

**Gwladys Lemoussu** est une athlète paralympique licenciée au Saint-Jean-de-Monts Vendée Triathlon Club. Elle compte deux participations aux Jeux paralympiques : Rio 2016 (elle remporte le bronze pour l'épreuve de para-triathlon) et Tokyo 2021.



[vendeecoeurdesports.fr](http://vendeecoeurdesports.fr)

En partenariat avec



CDOS  
VENDÉE