

DES CHAMPIONNES ET DES CHAMPIONS DÉFENDENT LES COULEURS DE LA FRANCE AUX JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES

■ SOMMAIRE

ÉCLAIRAGES POUR LE PROFESSEUR	2
Michel Théato, premier champion franco-luxembourgeois olympique. II ^e Olympiade de Paris (1900).....	2
Suzanne Lenglen domine le tennis lors de la VII ^e Olympiade d'Anvers (1920)	3
Lucie Bréard, première médaillée d'or d'athlétisme aux Jeux féminins de Paris (1922).....	4
Alain Mimoun, la victoire de la persévérance sur marathon. XVI ^e Olympiade, Melbourne (1956)	5
Marie-José Pérec, multi-médaillée de l'athlétisme français. XXV ^e Olympiade de Barcelone 1992 et XXVI ^e Olympiade d'Atlanta 1996.....	7
Quand le champion, c'est le collectif ! L'exemple du handball français depuis 1992	9
Jeux d'Athènes en 2004 : Laure Manaudou (natation) et Émilie Le Pennec (gymnastique), de jeunes championnes en or	11
Teddy Riner : un palmarès exceptionnel dans l'histoire olympique du judo français	11
Marie-Amélie Le Fur, une championne ambassadrice des valeurs paralympiques	14
ENJEUX PÉDAGOGIQUES ET ÉDUCATIFS	15
Promouvoir l'activité physique des jeunes et les encourager à la persévérance par l'identification à des championnes et champions olympiques ou paralympiques	15
Jusqu'où ira la course aux records olympiques ? Sports et sciences	16
Des championnes et champions qui s'engagent au-delà du sport : histoire, citoyenneté et compréhension du monde.	18
PISTES PÉDAGOGIQUES	19
Pour le premier degré	19
Pour le collège	22
Pour le lycée	23
Toutes disciplines et tous niveaux : ressources Génération 2024.....	25
POUR APPROFONDIR : BIBLIOGRAPHIE SÉLECTIVE ET RESSOURCES EN LIGNE ..	26

La participation aux Jeux olympiques ou paralympiques est la concrétisation d'un rêve pour tout athlète. Les championnes et champions, d'hier à aujourd'hui, inspirent la jeunesse en incarnant les valeurs du sport, de l'olympisme ou du paralympisme : engagement, excellence, égalité, respect, amitié, courage, détermination et partage. À travers leur destin exceptionnel, ils sont aussi le reflet d'une époque, de ses progrès comme de ses dérives scientifiques, technologiques, politiques ou idéologiques. Contrairement aux Jeux de l'Antiquité, où les performances n'étaient pas mesurées, les Jeux modernes associent la victoire à la quête du record, dans une société qui voue dorénavant « un culte à la performance » (Alain Ehrenberg, 1991). Le champion sportif peut devenir un héros populaire, défendant les couleurs de son pays, lorsque ses exploits semblent dépasser la condition humaine. L'étude de l'histoire et des exploits des championnes et des champions français, qui ont marqué de leur empreinte les annales des Jeux olympiques et paralympiques, permet aux élèves de mieux comprendre les enjeux des olympiades passées et de développer une culture olympique élargie, lucide et critique dans la perspective de l'accueil des Jeux de Paris 2024.

■ ÉCLAIRAGES POUR LE PROFESSEUR

Cette section propose une sélection de portraits de championnes et champions olympiques et paralympiques français, depuis le début des Jeux modernes jusqu'à nos jours. Elle n'épuise évidemment pas la liste des médaillées et médaillés français et pourra être complétée au choix du professeur.

Michel Théato, premier champion franco-luxembourgeois olympique. II^e Olympiade de Paris (1900)



Source : [Wikimedia Commons](#)

Le nom de Michel Théato (1878-1923) n'est pas des plus connus. Pourtant, il est devenu le premier champion olympique de l'histoire de l'athlétisme français en remportant l'épreuve du marathon aux Jeux de la II^e Olympiade de Paris (1900).

En ce jeudi 19 juillet 1900, jour du marathon, la capitale connaît une journée caniculaire (39 °C). Le tracé de la course reprend celui de l'actuel périphérique parisien (portes Maillot, Villette, Vincennes, Châtillon, Point du Jour, Passy), avec un départ et une arrivée au bois de Boulogne. Pas facile de se frayer un chemin dans la capitale parisienne, en plein milieu d'après-midi, « avec les tramways à vapeur, les troupeaux de moutons et de vaches, qui sont conduits aux abattoirs de la Villette, les cyclistes, les automobilistes, les carrioles des artisans, les badauds¹ » ! Parti prudemment, Michel Théato effectue une remontée spectaculaire jusqu'à la porte de Châtillon avant de conclure l'épreuve en tête sur l'anneau en herbe du stade de la Croix-Catelan. Champion olympique à 22 ans, l'ébéniste de profession domine une course dans laquelle trois Français se sont classés parmi les quatre premiers.

Ce titre olympique sur l'épreuve du marathon est **tout aussi inédit que singulier** :

- il n'a pas couru 42,195 km mais 40,260 km. La distance actuelle du marathon ne sera fixée qu'à partir des Jeux de Londres en 1908 ;
- sa victoire est contestée, car il est né dans le Grand-Duché de Luxembourg mais réside en banlieue parisienne. Il n'a alors pas la nationalité française, qu'il n'acquerra que plus tard. À cette époque, les coureurs s'inscrivent individuellement aux Jeux et les équipes nationales n'existent pas encore ;
- en 1900, le Comité olympique n'a pas prévu de budget pour les médailles du marathon. Il lui faudra attendre 12 ans avant d'en recevoir une.

Suzanne Lenglen domine le tennis lors de la VII^e Olympiade d'Anvers (1920)



Suzanne Lenglen, le 10 juin 1922 au stade de la Croix-Catelan (Paris), lors de la finale du championnat de France.

Source : Gallica BnF

1. *Les Jeux olympiques. D'Athènes à Athènes. Tome 1, 1896-1960*, édité par le journal *L'Équipe*, 2003.

Suzanne Lenglen (1899-1938) est la première joueuse de tennis professionnelle française du début du XX^e siècle. Championne du monde en 1914 à l'âge de 15 ans, elle remporte six fois le tournoi de Wimbledon, quatre fois les championnats de France et deux fois les Internationaux de France en simple. Selon l'International Tennis Hall of Fame, Suzanne Lenglen « a remporté 250 championnats : 83 simples (sept sans perdre un seul jeu), 74 doubles et 93 doubles mixtes » avec plus de 98 % de victoires. Lors des Jeux d'Anvers (1920), la championne française obtient deux médailles d'or (simple et double mixte avec Max Decugis) et une médaille de bronze (double dames). Elle gagne ses trois premiers matchs sans perdre un seul jeu. En demi-finale, elle concède un jeu mais deux sets lui suffisent pour s'imposer 6-0, 6-1 contre la Suédoise Sigrid Fick. Puis en finale, Suzanne Lenglen ne laisse aucune chance à son adversaire, la Britannique Dorothy Holman, qu'elle bat 6-3, 6-0 pour remporter la médaille d'or.

Suzanne Lenglen ne s'est pas seulement distinguée par ses talents de joueuse de tennis, elle a également changé la **perception du sport féminin grâce à son charisme** au cours des « Années folles » en France. Fervente défenseuse de l'égalité des sexes et des droits des femmes, elle a revendiqué son style de femme moderne : « La personnalité de Lenglen était aussi grande que son jeu. Elle apparaissait aux matchs dans un long manteau de fourrure et un maquillage épais accentué de rouge à lèvres rouge vif. Souvent coiffée d'un chapeau et les cheveux courts, style très populaire auprès des jeunes flappers² du début des années 1920 [...] elle jouait avec des foulards ornés de diamants, des bas de soie et des vêtements scandaleux pour l'époque, montrant ses avant-bras et ses mollets³. »

Pour aller plus loin sur l'histoire des « années folles » en France

Niveau « collègue » : vidéo lumi [Paris et les années-folles](#)

Lucie Bréard, première médaillée d'or d'athlétisme aux Jeux féminins de Paris (1922)

N'ayant pas leur place dans le modèle des Jeux olympiques qu'a voulu recréer Pierre de Coubertin, les femmes sont d'abord exclues des premiers Jeux (1896) avant d'être autorisées à participer uniquement aux compétitions de golf et de tennis dans le cadre de l'exposition universelle de Paris (1900)⁴. Progressivement, le mouvement sportif féminin se fédère sous l'impulsion d'Alice Milliat qui préside la Fédération des sociétés féminines sportives de France à partir de 1917. Devant le refus du baron de Coubertin d'inclure des épreuves féminines d'athlétisme aux Jeux d'Anvers (1920), Alice Milliat organise le 20 août 1922 **les premiers Jeux « Olympiques féminins »** au stade Pershing, dans le bois de Vincennes. 77 sportives venues de France, des États-Unis, de Tchécoslovaquie, de Grande-Bretagne et de Suisse s'affrontent devant plus de 20 000 spectateurs.

Lucie Marie Bréard (1902-1988), licenciée au club omnisports Fémina Sport, est une spécialiste de demi-fond, même si elle pratique aussi le lancer de poids et de javelot. Elle est déjà une athlète accomplie : en 1921, elle a établi un record du monde sur 500 m et sur 800 m. En 1922, à l'issue d'un 1 000 m d'anthologie, elle établit un nouveau record du monde en 3'12"00 et devient la seule athlète tricolore à remporter une victoire aux « Jeux féminins » de 1922. Une course haletante, où Lucie Bréard dépasse sur le fil sa compatriote Georgette Lenoir.

2. Ce nom désignait aux États-Unis, au début des années 1920, une jeune femme qui adoptait une coupe de cheveux au carré et des vêtements courts. Son équivalent français est *garçonne*. Cette mode s'inscrit dans la lutte pour l'émancipation des femmes et l'égalité entre les sexes.

3. source : [L'héritage centenaire de « La Divine » Suzanne Lenglen](#)

4. Voir la fiche de janvier 2024.



Lucie Bréard remporte le 1000 mètres aux premiers « Jeux olympiques féminins » (stade Pershing, 20 août 1922)

Source : [Gallica BnF](#)

Pour aller plus loin sur la percée des femmes dans le sport au début du XX^e siècle

Film documentaire « [Les incorrectes : Alice Milliat et les débuts du sport féminin](#) » sur le site génération 2024.

Focus antique : Kynisca de Sparte, princesse royale et première championne olympique (396 av. J.-C.)

« [Le roi de Sparte] Archidamos avait aussi une fille nommée Kynisca qui eut l'ambition de concourir aux Jeux olympiques ; elle est la première femme qui ait entretenu des chevaux pour la course des chars et qui ait remporté des victoires à Olympie. Plusieurs autres femmes, surtout des Macédoniennes, obtinrent depuis des prix à Olympie, mais elle est la plus célèbre de toutes ».

Pausanias, *Description de la Grèce*, III, 8

Alain Mimoun, la victoire de la persévérance sur marathon. XVI^e Olympiade, Melbourne (1956)

Pour son premier marathon aux Jeux de Melbourne en 1956, le Français Alain Mimoun (1921-2013) obtient enfin, après une liste impressionnante de titres nationaux (une vingtaine de titres dans plusieurs disciplines), l'or olympique qu'il convoitait depuis longtemps, n'ayant obtenu que l'argent aux Jeux de Londres et d'Helsinki : « Il se souvenait de cette journée brûlante de 1948 où il s'était classé deuxième du 10 000 m

olympique à Londres, puis de ces journées nordiques d'Helsinki, où il avait couru en grand champion le 5 000 et le 10 000 m. Toujours, il y avait eu quelqu'un devant lui⁵. » En Australie, il est certain de son succès, bien qu'il soit âgé de 35 ans et n'ait aucune expérience sur la distance du marathon.



Alain Mimoun (au centre), lors du 5000 m aux Jeux olympiques d'Helsinki (1952).

Source : [Wikimedia Commons](#)

En ce 1^{er} décembre 1956, Alain Mimoun s'élance vers son destin, sous une température caniculaire. Dès le cinquième kilomètre, portant le dossard n° 13, Mimoun étonne par sa facilité au cœur d'un groupe de 13 coureurs en tête de course. Une fois le 20^e kilomètre franchi, ils ne sont plus que cinq aux avant-postes. Seul en tête après le semi-marathon, Alain Mimoun décide de maintenir son allure en voyant ses adversaires en difficulté, notamment Emil Zátopek, son ami et champion tchécoslovaque, qui n'a pas sa foulée habituelle. À partir du 32^e kilomètre, l'athlète français connaît une défaillance mais continue son échappée avant d'entrer dans le stade de Melbourne devant 120 000 spectateurs. Après 2 heures 25 de course, il boucle son premier marathon et remporte l'or olympique.

Peu après, Emil Zátopek termine difficilement son marathon à la sixième place. Ignorant dans un premier temps le nom du vainqueur de l'épreuve, il se met par la suite au garde-à-vous en enlevant sa casquette devant Alain Mimoun et déclare « Alain, je suis heureux pour toi. » C'est la dernière fois que ces deux rivaux participent à une même course.

⁵. *Les Jeux olympiques. D'Athènes à Athènes. Tome 1, 1896-1960*, édité par le journal *L'Équipe*, 2003.

Alain Mimoun entre dans la légende du sport français : sa volonté, son courage et sa persévérance ont marqué durablement les esprits.

Pour aller plus loin

« **Histoire(s) de Jeux : Alain Mimoun, une foulée pour l'éternité** ».

Boughéra El Ouafi : un autre champion olympique français du marathon, injustement méconnu

Né dans le Sud de l'Algérie, Ahmed Boughéra El Ouafi (1898-1959) traverse la Méditerranée pour prendre part à la Première Guerre mondiale. Après celle-ci, il décide de rester engagé dans l'armée française. En 1923, un jeune lieutenant, ayant remarqué ses talents d'athlète, lui offre la possibilité de participer à une première course de fond au cours de laquelle il s'illustre. Très vite, il enchaîne les épreuves et devient champion de France en 1924, avant de participer aux Jeux olympiques de Paris la même année, sans succès. Après la fin de son engagement dans l'armée, sans ressources, Ahmed Boughéra El Ouafi s'engage comme manœuvre chez Renault, sur les chaînes de montage des usines de Billancourt, aux côtés de centaines de travailleurs des colonies. Inscrit au club du CO Billancourt, il continue à courir 15 kilomètres par jour et à participer à plusieurs courses. Il est sacré champion de France du marathon en 1927 et empoche par la même occasion sa sélection pour les Jeux olympiques d'Amsterdam. Au cœur de l'été 1928, sur la ligne de départ du marathon olympique, un athlète maghrébin, sur lequel personne ne mise, porte le dossard 71 frappé du coq bleu blanc rouge. Au 10^e kilomètre, il n'est qu'en 20^e position. Mais au 32^e kilomètre, il remonte et arrive alors à la 3^e place. Puis, à 5 kilomètres de l'arrivée, il double l'Américain Ray, le Japonais Yamada et remporte le marathon à la surprise générale. Si ce 5 août 1928, Ahmed Boughéra El Ouafi s'est imposé comme l'un des plus grands champions olympiques de sa discipline, la suite de sa vie sera difficile. Radié à vie par la Fédération française d'athlétisme pour avoir voulu monnayer ses talents aux États-Unis, il sombre peu à peu dans la misère. La notoriété du travailleur immigré algérien qui a porté haut les couleurs de la France n'a pas dépassé le temps de l'olympiade de 1928. Le 18 octobre 1959, dans un café de Saint-Denis, en pleine guerre d'Algérie, l'ancien coureur de fond est tué par balle lors d'un règlement de compte. À cette époque, son nom était tombé dans l'oubli, sauf pour son ami Alain Mimoun qui avait tenu à saluer son glorieux prédécesseur lors de sa victoire au marathon des Jeux olympiques de Melbourne en 1956 en l'invitant à la réception donnée en son honneur à l'Élysée par le Président de la République René Coty. D'après : [PORTRAITS DE FRANCE](#)

Marie-José Pérec, multi-médaillée de l'athlétisme français. XXV^e Olympiade de Barcelone 1992 et XXVI^e Olympiade d'Atlanta 1996

Vingt-quatre ans après Colette Besson ([championne olympique sur 400 mètres aux JO de Mexico en 1968](#)), Marie-José Pérec lui succède au palmarès du 400 mètres aux Jeux de Barcelone en 1992. Et de quelle manière ! Ce 5 août 1992, à Barcelone, deux athlètes se détachent du reste des participantes lors de la finale du 400 mètres : l'Ukrainienne Olha Bryzhina, championne olympique en titre, et Marie-José Pérec, championne du monde à Tokyo en 1991. Bryzhina sort en tête après le virage, mais la Française applique



Marie-José Pérec, médaille d'or en 200 m et 400 m d'athlétisme, Atlanta, 1996.

Source : © 1996/Comité international olympique (CIO)

scrupuleusement le plan de course prévu par son entraîneur Jacques Piasenta. Dans un ultime effort, elle déploie son élégante foulée dans la dernière ligne droite pour décrocher l'or en 48 secondes et 83 centièmes.

Quatre ans plus tard, en remportant sa deuxième médaille d'or sur 400 m aux Jeux d'Atlanta (1996), elle devient la première athlète (hommes et femmes confondus) à conserver son titre olympique. Elle établit alors un nouveau record olympique de l'épreuve à 48''25. Elle n'en resta pas là en relevant un nouveau défi, le demi-tour de piste (200 m), avec l'envie de marquer l'histoire des Jeux olympiques. Malgré son titre mondial en 1995 sur cette distance, la star française ne possède pas cette fois le même statut de favorite, détenu par son amie Merlene Ottey. Placée dans l'un des couloirs intérieurs, la Française sort du virage derrière Ottey. Mais à la faveur d'un dernier 100 mètres extraordinaire, elle dépasse sa rivale du soir dans les toutes dernières foulées. En 21 secondes et 07 centièmes, elle entre à jamais dans la légende du sport français !

Vous pouvez revivre les exploits de Marie-José Pérec à travers [cette vidéo](#) du site Eurosports ou [cette vidéo](#) du site Olympics.com.

Focus sur la reconnaissance des champions par la République française

Le 9 octobre 2013, Marie-José Pérec est décorée de la Légion d'honneur par le président François Hollande. « Par votre performance vous êtes l'une des plus brillantes athlètes de l'histoire de l'athlétisme français », a loué le président avant de lui remettre les insignes d'officier de la Légion d'honneur.

Tous les médaillés olympiques reçoivent un grade dans l'un des deux ordres nationaux pour avoir contribué au rayonnement de la France dans le monde, en portant haut les valeurs de dépassement de soi et d'excellence. Cette pratique initiée par le général de Gaulle avec l'attribution de l'ordre national du Mérite aux médaillés des Jeux d'Innsbruck en 1964 fut poursuivie par le président François Mitterrand après les Jeux de Séoul (1988), puis pérennisée par la volonté du président Jacques Chirac en 1996 (Jeux d'Atlanta). L'attribution de ces décorations répond aux critères de « mérites éminents » et de « mérites distingués » fixés par le code (réglementation des ordres nationaux) et à une ascension progressive au sein des ordres nationaux afin de maintenir toute leur valeur et leur crédibilité à ces décorations. Ainsi les sportifs recevant une médaille lors d'une première participation aux Jeux sont faits chevaliers de la Légion d'honneur pour l'or, et chevaliers de l'ordre national du Mérite pour l'argent ou le bronze. Pour la réédition d'une médaille d'or lors de nouveaux Jeux, les médaillés sont promus officiers de la Légion d'honneur si un minimum de huit ans d'ancienneté dans le grade de chevalier de la Légion d'honneur est respecté ; officiers de l'ordre national du Mérite si l'ancienneté est inférieure. Pour la réédition d'une médaille d'argent ou de bronze, ou si le résultat est inférieur, aucune promotion n'est accordée. Pour l'obtention d'un résultat supérieur lors de nouveaux Jeux, les médaillés sont promus, sans restriction d'ancienneté.

Source : [Une promotion spéciale de la Légion d'honneur et de l'ordre national du Mérite récompense les médaillés des Jeux olympiques et paralympiques de Pékin.](#)

Quand le champion, c'est le collectif ! L'exemple du handball français depuis 1992

Depuis 1992, l'équipe de France de handball a connu de nombreux succès mondiaux et olympiques. Tout débute en 1992 avec une bande de copains qui forment une équipe de France attachante et pleine d'espoir. Cette équipe se hisse jusqu'en demi-finale des Jeux olympiques de Barcelone (1992) face à la Suède. Il s'agit alors déjà d'un exploit pour les Bleus. Pour célébrer leur qualification en demi-finale, tous les joueurs se sont teint les cheveux en blond ! Les hommes de Daniel Constantini s'inclinent en demi-finale mais remportent le match pour la 3^e place contre la Croatie, synonyme de médaille de bronze. La génération des « [Barjots](#) » venait de naître : elle deviendra championne du monde en 1995.

Au début des années 2000, la génération des « [Costauds](#) » (surnom donné à l'équipe par Daniel Constantini en 2001) remporte de nouveau le titre mondial à Paris. Ce succès marque la fin d'une génération et de son capitaine emblématique, Jackson Richardson. Sous les ordres de Claude Onesta, cette équipe de France devient ensuite « [les Experts](#) » et remporte trois titres de champion d'Europe (2006, 2010, 2014), cinq titres de champion du monde (2001, 2009, 2011, 2015, 2017) et **deux titres olympiques (2008, 2012)**.

Au cours de l'histoire des Jeux olympiques, certaines équipes ont tellement marqué leur discipline sportive de leur empreinte **qu'elles peuvent être décrites comme invincibles**. Parmi toutes ces médailles, l'or olympique de Pékin 2008 est l'une des plus importantes pour le handball français, arrivant après 16 années sans médaille aux Jeux. Les Bleus s'étaient inclinés en quarts de finale lors de trois olympiades précédentes contre la Croatie à Atlanta 1996, la Yougoslavie à Sydney 2000 et la Russie à Athènes 2004. Aux Jeux de Pékin en 2008, l'équipe de France a été impressionnante. Toutes ses rencontres ont été remportées facilement (mis à part le match nul contre la Pologne lors du dernier match de groupe), avec notamment des victoires face à la Russie et à la Croatie en phase finale. La domination est totale contre l'Islande en finale et le score sans appel : la France s'impose 28 à 23 et devient pour la première fois championne olympique le 24 août 2008.

Cette génération dorée des Nikola Karabatic, Daniel Narcisse, Bertrand Gille, Jérôme Fernandez, Thierry Omeyer atteint l'apogée avec un deuxième titre consécutif de champion olympique aux Jeux de Londres en 2012. Aux Jeux de Tokyo en 2021, après une période difficile (élimination au tour préliminaire de l'Euro 2020), les Bleus se sont imposés en finale contre les champions du monde en titre danois (25-23). Ils ont ainsi remporté **leur troisième titre olympique** et retrouvé le sommet de l'Olympe. Cette même année, les handballeuses françaises, déjà championnes d'Europe (en 2018) et du monde (en 2003 et 2017), sont également sacrées championnes olympiques.



Équipe masculine de handball, médaillée d'or, Tokyo, 2020.

Source : © 2021/Comité international olympique (CIO)/DULAT, Tom

Pour approfondir la carrière hors du commun d'un champion du handball français

Jackson Richardson : [Handball. Jackson Richardson : rétrospective d'un joueur hors du commun.](#)

Jeux d'Athènes en 2004 : Laure Manaudou (natation) et Émilie Le Pennec (gymnastique), de jeunes championnes en or

Avant ce 15 août 2004, il faut remonter très loin pour trouver un champion olympique français de natation. Le dernier en date est [Jean Boiteux](#). Ce dernier a été sacré en 1952 aux Jeux d'Helsinki sur 400 mètres nage libre. Dès 2003, Laure Manaudou remporte cinq titres de championne de France en battant quatre records nationaux. En mai 2004, elle est sacrée championne d'Europe du 400 m nage libre et du 100 m dos à Madrid. Première des séries du 400 m nage libre aux Jeux d'Athènes (2004), elle bat d'emblée son propre record de France, témoignant d'une forme physique impressionnante. En finale, la triple championne d'Europe part sur des bases chronométriques impressionnantes. Derrière elle, ses concurrentes tentent vainement de revenir. En 5 minutes 34 secondes, c'est l'heure de l'or pour Laure Manaudou. À tout juste 17 ans, **elle devient la première nageuse tricolore championne olympique** avec, en prime, le record d'Europe sur 400 m nage libre. Elle s'adjuge également deux autres médailles en Grèce : l'argent sur 800 m nage libre et le bronze sur 100 m dos. Ses performances olympiques lui valent une célébrité parfois difficile à vivre. En seulement quelques années (2003-2007), Laure Manaudou s'est constitué l'un des palmarès les plus impressionnants de la natation internationale féminine, en obtenant en tout 81 titres nationaux et internationaux.

Lors de la même olympiade, une autre jeune championne française se révèle : Émilie Le Pennec n'a que 16 ans lorsqu'elle participe, avec la délégation nationale, au concours de gymnastique. La jeune fille réalise **un exploit immense dans l'histoire du sport français**. Elle se présente aux barres asymétriques avec un enchaînement très complexe contenant une figure nommée Def (du nom du gymnaste français, Jacques Def, qui l'a inventée), assez périlleuse et sur laquelle elle avait plutôt tendance à chuter à l'entraînement. Le public et les équipes concurrentes sont restés stupéfaits lorsqu'ils ont vu Émilie Le Pennec, obtenir la note de 9,687 points, avec ce mouvement parfaitement réalisé. Émilie Le Pennec devance deux Américaines et **devient la première championne olympique française de gymnastique**.

Pour voir les performances exceptionnelles de ces deux championnes olympiques

Laure Manaudou ([médaille d'or aux 400 mètres nage libre d'Athènes en 2004](#)).

Émilie Le Pennec, [asymétrie parfaite](#).

Teddy Riner : un palmarès exceptionnel dans l'histoire olympique du judo français

Teddy Riner vise à nouveau l'or aux Jeux de Paris 2024. Le triple champion olympique de judo est déjà une véritable légende de son sport grâce à un palmarès impressionnant, un physique hors-normes et une longévité remarquable qui ont fait de lui le roi de la catégorie des lourds. Son talent éclate à la face du monde dès 2006 : Teddy Riner obtient alors plusieurs titres européens avant de devenir le plus jeune champion du monde masculin à l'âge de 18 ans en 2007.

Il se présente à ses premiers Jeux olympiques à Pékin en 2008 avec l'ambition de conquérir l'or mais n'obtient que la médaille de bronze. Champion du monde en 2008, 2009, 2010 et 2011, le Français assume son statut de favori aux Jeux de Londres où il obtient sa première médaille d'or olympique, à l'été 2012. Il en remporte une deuxième aux Jeux de Rio en 2016 dans la catégorie des poids-lourds (+100 kg). À Tokyo (2021),

affaibli par une blessure survenue quelques semaines avant le grand rendez-vous, il s'incline en quart de finale mais parvient à décrocher le bronze chez les lourds, comme en 2008 à Pékin, avant de gagner une nouvelle médaille d'or sur le concours par équipe mixte.



Teddy Riner, médaillé d'or de judo, Jeux de Rio (2016).

Source : © 2016/Comité international olympique (CIO)/EVANS, Jason (CIO)/DULAT, Tom

S'il n'est pas le premier champion olympique français dans sa discipline (Thierry Rey obtient l'or à Moscou en 1980 ; David Douillet à Atlanta en 1996 et à Sydney en 2000), Teddy Riner **détient le plus grand palmarès de l'histoire du judo mondial**.

Focus antique : Théagène de Thasos (V^e s. av. J.-C.), champion de pancrace et de pugilat, accède au rang des dieux après sa mort

« Lorsqu'il eut terminé ses jours, un de ceux qui avaient été ses ennemis durant sa vie, allait toutes les nuits à sa statue et la frappait de verges, comme si Théagène avait cru sentir les coups qu'il donnait au bronze ; mais cette insulte ne resta pas impunie, et cette statue le tua en tombant sur lui. Les enfants du mort attaquèrent en justice la statue, comme coupable de meurtre [...]. Les Thasiens jetèrent la statue de Théagène dans la mer. Depuis ce temps, comme leur pays ne produisait aucun fruit, ils envoyèrent des députés à Delphes, et l'oracle [d'Apollon] leur ordonna de rappeler les exilés : ils les rappelèrent, mais la stérilité ne cessa pas pour cela. Ils allèrent donc une seconde fois vers la Pythie, et lui dirent que quoiqu'ils eussent fait ce qui leur avait été ordonné, la colère des dieux durait toujours. Alors elle leur répondit : "Vous avez laissé dans l'oubli Théagène, le plus grand de vos concitoyens". Comme ils étaient très embarrassés sur les moyens de retrouver la statue de Théagène, on dit que des pêcheurs, s'étant avancés dans la mer pour chercher des poissons,

la ramenèrent dans leurs filets et la reportèrent ensuite à terre. Les Thasiens, l'ayant fait replacer dans l'endroit où elle était primitivement, lui offrent des sacrifices comme à une divinité. Je sais qu'on a érigé à Théagène des statues dans beaucoup d'autres endroits de la Grèce, et même chez des peuples barbares : les gens de ces différents pays lui rendent un culte, et croient qu'il procure la guérison aux malades ».

Pausanias, *Description de la Grèce*, VI, 11 (extraits)

Le judo féminin n'est pas en reste. **Clarisse Agbégénou** possède le plus grand palmarès pour une judokate française (cinq titres mondiaux, deux médailles d'or olympiques et une médaille d'argent). Pour ses premiers Jeux olympiques en 2016, elle perd en finale alors qu'elle est championne du monde en titre. Elle prend sa revanche à Tokyo en individuel et par équipes. Cette championne s'engage **pour défendre l'émancipation des femmes par le sport**, en pointant notamment les difficultés rencontrées dans un monde sportif peu adapté à la maternité. Elle écrit, avec le docteur Bernadette de Gasquet, le livre *Maman et sportive. Préserver son corps et retrouver la forme après bébé* (2023), dans lequel elle donne des conseils pour retrouver ses performances sportives après une grossesse⁶.

Focus sur les porte-drapeau aux Jeux olympiques et paralympiques : des championnes et champions représentent la France

Si le mythique drapeau olympique fait son apparition en 1920, la tradition du porte-drapeau remonte quant à elle à 1912. Chacune des délégations participant aux Jeux désigne en effet son porte-drapeau, bien souvent un athlète reconnu unanimement dans son pays. Ce dernier a ainsi l'honneur d'arborer les couleurs de sa nation lors de la cérémonie d'ouverture. Au cours du défilé, les athlètes de chacun des comités nationaux olympiques parquent derrière leur porte-drapeau officiel, nommé plusieurs mois auparavant par leur délégation. Chaque nation participante est libre de définir ses propres méthodes de sélection du porte-drapeau. En France, c'est au Comité national olympique et sportif français (CNOSF) que revient la décision finale. « Porte-drapeau : une expérience très forte » selon Tony Estanguet. Triple champion olympique de canoë monoplace slalom (C1), Tony Estanguet se souvient de l'émotion particulière qu'il a ressentie en marchant à la tête de la délégation française à Pékin en 2008. Le 8 août 2008, il ouvre la voie de la délégation française devant les 91.000 spectateurs du « Nid d'oiseau » : « J'ai vécu un privilège immense. Au-delà de l'acteur sportif, au-delà du compétiteur, on me donnait un rôle de capitaine d'équipe, un rôle symbolique, et on venait récompenser mes valeurs d'homme au-delà du champion que j'étais en tant que double champion olympique. J'ai vécu là une expérience très forte, parce que c'était dans un autre cadre. C'était une émotion nouvelle pour moi d'être porte-drapeau. Cette fois-ci, même si j'avais déjà défilé deux fois, j'étais devant la délégation et c'était vraiment un moment dont je me souviendrai

6. Les sportives de haut niveau et professionnelles sont de plus en plus nombreuses à faire le choix d'avoir un ou plusieurs enfants au cours de leur carrière. La direction des sports en lien avec des experts - professionnels de santé, juristes, sociologues, chercheurs – a publié un guide « **Sport de haut niveau et maternité, c'est possible** ». Ce guide recense une multitude d'informations pratiques et de conseils précieux sur la manière d'adapter son entraînement et sa nutrition, appréhender les modifications anatomiques, psychologiques et physiologiques induites par la grossesse, se faire accompagner dans les démarches administratives liées à l'arrivée d'un enfant ou encore connaître ses droits.

pour toujours. La cérémonie d'ouverture, c'est un message symbolique de paix à travers le sport qui est formidable, fantastique et je suis très fier d'avoir défilé quatre fois et d'avoir été le porte-drapeau de mon pays ». (source : [Tony Estanguet](#) : « [Porte-drapeau : une expérience très forte](#) »).

Pour la première fois de l'histoire des Jeux olympiques, les Comités nationaux olympiques ont pu élire deux porte-drapeau, un homme et une femme, aux Jeux de Tokyo (2021). C'est Clarisse Agbégénou et Samir Aït Saïd qui ont eu la chance de guider la délégation française pour le début officiel des Jeux de Tokyo. Pour les Jeux paralympiques, les porte-drapeau ont été désignés par un vote du public. Mais qui seront les porte-drapeau aux Jeux de Paris 2024 ? Les paris sont ouverts...

Marie-Amélie Le Fur, une championne ambassadrice des valeurs paralympiques

Ambassadrice de sa discipline, Marie-Amélie Le Fur débute l'athlétisme à 6 ans. À la suite d'un accident de scooter en 2004, elle est amputée d'un membre inférieur et doit renoncer à sa vocation de sapeur-pompier. Quatre mois seulement après, bien entourée et tirant parti d'une solide force mentale, elle reprend la course pour ne plus s'arrêter et **enchaîne les performances au plus haut niveau paralympique, en sprint et longueur**. Après avoir obtenu deux médailles d'argent à Pékin et trois médailles à Londres (bronze, argent et or), elle décroche aux Jeux de Rio une première médaille d'or en saut en longueur en battant le record du monde (5,83 mètres) et une seconde sur 400 mètres, en battant également le record du monde (59 secondes et 27 centièmes). Elle obtient également une troisième médaille, en bronze, sur 200 mètres. Aux Jeux de Tokyo, elle est médaillée d'argent au saut en longueur.



Marie-Amélie Le Fur, dans le 200 mètres féminin T44, lors des championnats du monde d'athlétisme handisport en 2013.

Source : [Wikimedia Commons](#)

Pour voir un portrait de Marie-Amélie Le Fur à l'occasion des Jeux paralympiques de Rio

[Accéder à la vidéo.](#)

En 2018, elle devient présidente du Comité paralympique et sportif français (CPSF). Elle œuvre depuis lors pour faciliter l'accès à la pratique sportive pour tous, pour développer les para-sports, faire rayonner le mouvement paralympique et, plus généralement, pour la construction d'une nation plus inclusive par le sport. Elle présente dans [cette vidéo](#) les enjeux des Jeux paralympiques de Paris 2024 afin de « tirer vers le haut toutes les personnes en situation de handicap. »



Béatrice Hess, nageuse paralympique, a remporté 20 médailles d'or.

Le plus grand champion français est... une championne paralympique ! La nageuse Béatrice Hess, dont le handicap l'empêche de faire usage de ses jambes, a remporté 20 médailles d'or entre 1984 et 2004.

Source : © 2001/Comité international olympique (CIO)/LOCATELLI, Giulio

■ ENJEUX PÉDAGOGIQUES ET ÉDUCATIFS

Promouvoir l'activité physique des jeunes et les encourager à la persévérance par l'identification à des championnes et champions olympiques ou paralympiques

Parler aux élèves des championnes et champions, parfois devenus leurs héroïnes et héros sportifs, offre un terrain privilégié pour réfléchir aux valeurs de notre société : ils influencent et expriment notre rapport au monde, ils incarnent et reflètent la culture de l'époque où ils naissent. Cela permet d'amener les élèves à s'interroger sur ce qui fait d'un athlète médaillé un héros ou non. C'est discuter avec eux de la notion de « modèle » pour les amener à un regard critique, car les exploits sportifs sont parfois obtenus au prix de sacrifices, y compris en matière de santé, et certains comportements individuels de championnes ou de champions peuvent susciter la polémique.

Pour autant, les championnes et champions peuvent constituer pour la jeunesse une référence, et, par leur exemple, encourager les élèves à la pratique de l'activité physique et sportive et les inciter à poursuivre leur propre rêve. La rencontre avec une ou un athlète de haut niveau peut permettre de tisser un lien privilégié pour un élève, encore plus lorsque cette rencontre est suivie d'un temps de pratique sportive partagée. C'est un moment qui leur permet d'approcher une championne ou un champion, pour entrer dans son univers et comprendre l'exigence de sa pratique quotidienne (préparation, motivation, compétition, nutrition, sommeil) et découvrir les émotions, le plaisir et la passion qui l'animent.

Pour incarner le déploiement des 30 minutes d'activité physique quotidienne à l'école, le ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse, ainsi que le ministère des Sports et des Jeux olympiques et paralympiques ont décidé de constituer une communauté de sportifs de haut niveau, une « Équipe de France des 30 minutes », dont l'objectif est de promouvoir l'activité physique à l'école. Chaque sportif de haut niveau s'est engagé à effectuer au moins un déplacement au cours de l'année scolaire 2023-2024, pour échanger avec les élèves et évoquer les bénéfices d'une pratique sportive quotidienne pour leur bien-être physique et mental. Cet échange donnera ensuite lieu à l'animation d'une séance en accord et en lien étroit avec les enseignants et les directeurs ou chefs d'établissements.

Focus sur l'accueil d'un sportif de haut niveau dans votre école ou votre établissement

[Liste des sportifs membres de l'équipe de France des 30 minutes.](#)

[Comment préparer l'accueil d'un sportif de haut niveau dans votre école.](#)

[Découvrir la liste des athlètes de haut niveau sur votre territoire.](#)

Pour entrer en contact avec un sportif de haut niveau, il est possible de [contacter le comité régional et/ou départemental olympique \(CDOS/CROS\), le comité régional ou départemental handisport](#), les délégations régionales du CPSF.

Jusqu'où ira la course aux records olympiques ? Sports et sciences

« Plus vite, plus haut, plus fort ! » dit la devise olympique. Mais jusqu'où peut aller la course aux records sportifs ? Les records sportifs s'arrêteront-ils un jour ? « Depuis les premiers Jeux olympiques modernes de 1896, pas moins de 3 263 records mondiaux ont marqué la progression sportive. [...] Ils suivent une croissance par paliers, ralentie par les guerres et accélérée par l'introduction de nouvelles techniques⁷. » Le tableau ci-dessous illustre cette progression des records en athlétisme, discipline historique des Jeux depuis 1896. Mais après avoir connu une progression fulgurante au XX^e siècle, les records stagnent légèrement dans de nombreuses disciplines depuis la fin des années 1980, sauf dans celles bénéficiant d'innovations technologiques. L'histoire des records sportifs est-elle uniquement celle de championnes et de champions hors du commun, à la personnalité et aux capacités physiologiques exceptionnelles ? Quelle est la part des avancées scientifiques ou technologiques dans les records sportifs actuels ?

Les records et performances sportives sont des objets d'étude intéressants pour rendre concrets de nombreux apprentissages fondamentaux. Le sport permet de donner du sens à des savoirs interdisciplinaires et de favoriser les croisements entre disciplines.

⁷ Geoffroy Berthelot et Jean-François Toussaint, « Les records sportifs auront-ils une fin ? », *Pour la Science* n° 422, 2012.

L'étude des techniques sportives, d'un point de vue théorique mais aussi en pratique dans les APSA (activités physiques sportives et artistiques), permet d'appréhender le fonctionnement du corps humain dans ses aspects mécaniques et physiologiques en lien avec les sciences de la vie et de la Terre (SVT) ou la physique. La manipulation de différents modes de représentation (chiffres, graphiques, tableaux) pour rendre compte d'une performance réalisée ou la comparer à d'autres en EPS permet aux élèves de faire usage des mathématiques dans un contexte stimulant. L'étude des évolutions technologiques et de leur impact (fosbury en hauteur, rotation au lancer de poids, combinaisons 100 % polyuréthane en natation, plaques de fibre carbone en course de fond) témoigne de l'importance actuelle de la technologie sportive. Les records doivent aussi beaucoup à l'évolution du sport et à sa professionnalisation : le développement des méthodes et des principes d'entraînement, l'optimisation de la nutrition sportive, de la récupération ou de la préparation mentale. Ces dimensions de la performance sportive sont aussi des supports privilégiés pour aborder en classe, dès le plus jeune âge, les différents comportements favorables à la santé (les effets d'une pratique physique régulière sur le corps, l'équilibre alimentaire, les principes scientifiques de la diététique, les besoins en sommeil, etc.). Le sport a des bienfaits que l'institution promeut sous forme ludique et accessible pour les élèves, à l'image d'une [vidéo de Jamy Gourmaud et Michel Cymes](#) publiée sur le site Générations 2024.

Néanmoins, certains records sportifs bien qu'homologués génèrent de la suspicion, à l'instar des temps réalisés par Florence Griffith-Joyner en 1988, sur 100 m et 200 m, du bond de Mike Powell en 1991 à 8,95 m, des performances des athlètes (notamment les nageuses) de l'ex-RDA dans les années 1980 ou de la Russie entre 2011 et 2015. Les liens entre le dopage (pharmaceutique ou mécanique) et la quête des records **permettent d'engager le débat avec les élèves sur les valeurs éthiques du sport**, l'égalité des chances, l'environnement du sportif et les dérives du « culte de la performance » (Alain Ehrenberg, 1991). La lutte contre le dopage constitue un enjeu de maintien de l'équité des compétitions et de respect des valeurs véhiculées par le sport. Le ministère des Sports et des Jeux olympiques et paralympiques a mis en place un Plan national de prévention du dopage et des conduites dopantes dans les activités physiques et sportives 2020-2024, qui se concrétise dans un [guide à destination des enseignants](#). Il a pour objectif de les aider à proposer des actions de sensibilisation pour lutter contre les conduites dopantes auprès des collégiens et des lycéens. Évoquer le dopage dans le sport permet également de travailler avec les élèves sur la lutte contre les addictions, dans une perspective de prévention.

Évolution des records en athlétisme

Épreuve	Record du passé	Record actuel	Progression
100 m Hommes	11 s. 80 établi par Thomas Burke (États-Unis) aux JO Athènes (1896)	9 s. 58 établi par Usain Bolt (Jamaïque) aux championnats du monde d'athlétisme de Berlin (2009)	222 centièmes soit 18 % d'amélioration
100 m Dames	12 s. 20 établi par Elizabeth « Betty » Robinson (États-Unis), 1 ^{re} femme médaillée olympique sur 100m aux JO d'Amsterdam (1928)	10 s 49 établie par Florence Griffith-Joyner (États-Unis) aux JO de Séoul (1988)	171 centièmes soit 14 % d'amélioration
Marathon	2 h 58 min. 50 s. établi par Spyridon Loúis (Grèce) aux JO Athènes (1896)	2 h 00 min. 35 s. établi par Kelvin Kiptum (Kenya) au marathon de Chicago le 8 octobre 2023	Environ 1 heure soit 33 % d'amélioration
Longueur Hommes	6,35 mètres par Ellery Clark (États-Unis) aux JO Athènes (1896)	8,95 mètres établi par Mike Powell (États-Unis) aux championnats du monde d'athlétisme de Tokyo (1991)	2,60 mètres soit 41 % d'amélioration
Hauteur Femmes	1,59 mètre par Ethel Catherwood (Canada), championne olympique aux JO d'Amsterdam (1928)	2,09 mètres établi par Stefka Kostadinova (Bulgarie) aux championnats du monde d'athlétisme de Rome (1987)	50 centimètres soit 31 % d'amélioration
Perche Hommes	4,77 mètres établi par Cornelius Warmerdam (États-Unis) lors des California Relays en 1942, record qui a tenu plus de 14 ans	6,23 mètres établi par Armand Duplantis (Suède) en 2023 au meeting de la Diamond League à Eugene	1,46 mètre soit 30 % d'amélioration

Des championnes et champions qui s'engagent au-delà du sport : histoire, citoyenneté et compréhension du monde.

En 2024, Paris accueillera pour la 3^e fois de son histoire les Jeux olympiques, et pour la première fois les Jeux paralympiques. Chaque olympiade est une occasion unique de rassembler les athlètes de tous les continents et de mettre en avant leur engagement qui a marqué l'histoire des Jeux.

À travers ces destins exceptionnels de championnes et de champions, de nombreuses ressources permettent de travailler avec les élèves du cycle 2 au cycle 4 **la culture de l'engagement, son sens et son importance dans une démocratie ou un système politique**. À partir du lycée, l'étude de certains événements historiques des Jeux permet de donner aux élèves des clés de compréhension du monde passé et contemporain sur le plan des relations sociales, politiques, économiques et culturelles. Le programme « **histoire, sport et citoyenneté** » pour soutenir la promotion du sport à l'école et des valeurs de l'olympisme et du paralympisme, propose un récit exceptionnel sur 125 ans d'histoire autour de sportives et sportifs d'exception.. Ce programme, qui s'intègre dans le volet héritage des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024, est labellisé « olympiade culturelle ». L'exposition se décline en format

totem, affiche ou augmenté et s'accompagne de [livrets pédagogiques pour les collèges et les lycées](#) ainsi que d'un [mur virtuel](#) avec les sportives et sportifs qui ont marqué les Jeux.

■ PISTES PÉDAGOGIQUES

Pour le premier degré

Cycle 1 – Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions – Enrichir le vocabulaire

À partir de [photographies de championnes et champions sportifs](#) dans leurs disciplines respectives (voir pages 8 et 9 du document pour accéder aux photographies), les élèves découvrent le vocabulaire de certaines activités sportives.

Puis, pour chaque activité sportive reconnue, ils associent le pictogramme correspondant. Pour approfondir, on peut envisager un Memory en associant la photographie et son pictogramme.

Cycle 1 – Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique et acquérir les premiers outils mathématiques – S'approprier des rôles sociaux

En classe, une [activité ludique](#) sur la compréhension des différents rôles en EPS et leur répartition permet de responsabiliser progressivement les élèves et **d'en faire des champions de leurs catégories** : champion « maître de la marque », champion « maître du temps », champion « maître du matériel », etc. Très tôt, cela permet de comprendre que le champion n'est pas que le pratiquant, mais aussi celui qui fait ce qu'on attend de lui avec respect et implication. Par ailleurs, ces activités permettent simultanément de construire le nombre pour mesurer des quantités.

Cycle 1 – Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique – Collaborer, coopérer, s'opposer

Les [jeux d'opposition proposés par l'USEP](#) sont l'occasion d'apprendre à entrer en contact avec les autres, de prendre conscience du groupe et de la nécessité de la règle. Accepter de perdre ou de gagner avec humilité est une condition nécessaire **pour développer des compétences de coopération et gérer la frustration**.

Cycle 1 – Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique – Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variées

Parce que « certains enfants ont besoin de temps pour s'engager dans des espaces nouveaux » alors que d'autres « investissent d'emblée les propositions nouvelles sans appréhension mais également sans conscience des risques potentiels » (programme du cycle 1 en vigueur), les [jeux d'orientation](#) proposés par l'USEP sont un remarquable outil éducatif **pour faire des élèves des « p'tits champions de l'orientation »**.

Cycle 1 – Explorer le monde et mobiliser le langage dans toutes ses dimensions – Découvrir le monde vivant et enrichir le vocabulaire

À travers les activités physiques à l'école, les élèves apprennent à connaître et à mieux maîtriser leurs corps. Ils comprennent qu'ils doivent en prendre soin pour le maintenir en forme. La [réglette du plaisir](#) proposé par l'USEP est un outil intéressant à mobiliser

pour quantifier le plaisir éprouvé par les élèves. Elle peut se compléter avec une [réglette de l'effort et des progrès](#) pour identifier et exprimer des ressentis.

Cycle 2 – EPS – Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps et partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

Après avoir évoqué une championne ou un champion olympique en athlétisme, les élèves s'engagent dans les activités athlétiques, établissent des performances personnelles et assument des rôles de juge pour mesurer les performances des camarades. Un [document](#), disponible sur le site de l'USEP et fruit d'un travail conjoint avec la Fédération française d'athlétisme, propose des pistes pour enseigner de manière diversifiée et progressive les courses, les sauts et les lancers.

Cycle 2 – Mathématiques – Grandeurs et mesures

En relation avec l'étude de la championne Suzanne Lenglen, le CNOSF propose des [activités mathématiques](#) autour des sports de raquette. Ce document, comprenant une fiche à destination de l'enseignant et une autre à destination des élèves de cycle 2, permet de travailler longueurs, périmètres, formes géométriques (carré et rectangle) tout en utilisant une démarche par résolution de problèmes pour développer des capacités à chercher, raisonner et communiquer.

Cycle 2 – Questionner le monde – Reconnaître des comportements favorables à sa santé

La thématique des champions peut aussi être propice à travailler l'entraînement invisible. La série de vidéo [« Manger, bouger mais aussi bien dormir »](#) publiée sur le site Lumni est un média ludique qui permet d'aborder des thématiques comme l'alimentation, l'activité physique, le sommeil avec des enfants de cycle 2. En suivant le quotidien de Marcus, un jeune garçon ayant quelques mauvaises habitudes, c'est l'occasion d'apprendre pourquoi il est important de se nourrir correctement, de se dépenser régulièrement et de dormir suffisamment.

Sur la thématique spécifique du sommeil, le site [Mémétonpyj](#) propose également une ressource pertinente.

Cycle 2 – Questionner le monde – Se situer dans le temps

Les élèves, plutôt de fin de cycle 2, peuvent réaliser une frise chronologique en indiquant les différentes olympiades depuis 1896 et situer sur cette frise une championne ou un champion français pour chaque olympiade.

Cycle 3 – Français – Lecture et compréhension de l'écrit.

Le site Génération 2024 propose une ressource intitulée [« Le héros sportif »](#) : « De nos jours, le mot "héros" désigne en littérature le personnage principal d'un roman ou d'une histoire. S'il passe initialement pour ordinaire, il devient un héros à part entière en se surpassant face à des épreuves. Les héros sont aussi ces hommes et ces femmes, médaillés olympiques et paralympiques, qui entrent dans la légende en établissant des performances, à force de persévérance et d'efforts physiques. Différentes ressources permettent de découvrir les figures héroïques du sport et de comprendre les émotions qu'elles provoquent chez le lecteur, tout en développant des compétences en lecture, écriture et oral. » Le travail s'appuiera sur l'étymologie du nom héros : en grec ancien ἦρως (hèrôs) désigne un demi-dieu, c'est-à-dire un être né de l'union d'une divinité et d'un ou une mortelle.

Cette ressource permet de découvrir des figures héroïques du sport et de comprendre les émotions que ces femmes et hommes provoquent chez le public, tout en développant des compétences en lecture, écriture et à l'oral.

Dans le même cadre, le CNOSF met également à disposition des enseignants une [ressource autour du vocabulaire du sport et des exploits sportifs](#).

Cycle 3 – Sciences – Alimentation humaine

Le site Canopé propose une [ressource vidéo](#) pour aborder l'alimentation humaine et notamment celle des sportifs. En complément, il propose une [fiche d'accompagnement pédagogique](#) pour bien mettre en lumière les besoins fondamentaux à partir d'une classification des différents aliments.

Pour approfondir, la vidéo « [Combien je bouge, combien je mange](#) » proposée par l'Agence régionale de santé de la région Pays-de-la-Loire permet de mener une action de prévention sur cette même thématique.

Cycle 3 – Mathématiques – Grandeurs et mesures

Cette fiche ressource du CNSOF « [les épreuves de natation aux Jeux olympiques](#) » permet à l'élève du cycle 3 de situer les performances et les records des champions en natation par l'étude des grandeurs (unités de longueur et de durée).

Une autre ressource du CNSOF « [la vitesse aux Jeux olympiques](#) » permet à l'élève du cycle 3 d'étudier le record du monde du 100 mètres (situer une performance à l'échelle humaine) à partir d'un protocole complet pour appréhender les notions de mouvement.

Cycle 3 – EPS – Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel et partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

Les activités du champ d'apprentissage n° 4 dont voici quelques propositions par l'USEP ([Tennis de table](#), [hand à 4](#)) permettent de s'affronter et de progresser en jouant. Le relevé des performances réalisées permet d'observer une évolution et des progrès sous l'effet de l'entraînement. Ainsi, dans le cadre d'une école inclusive, **le champion à l'école est l'élève qui progresse et pas uniquement le meilleur de la classe.**

La même philosophie est possible dans toutes les activités, y compris dans les activités de performance du [champ d'apprentissage n° 1](#) pour lesquelles des propositions pédagogiques innovantes développent le concept « être champion de soi-même » à travers une démarche d'enseignement auto référée.

Cycle 3 – EMC et histoire – Le droit et la règle ; se repérer dans le temps

Le site Génération 2024 propose dans le « Cartable des Jeux » plusieurs activités éducatives autour des Jeux olympiques et paralympiques. [L'activité n° 5](#) (de la page 28 à 35) trouvera un écho particulier si vous souhaitez travailler sur la place des femmes aux Jeux olympiques et **comprendre la proportion des championnes au regard des champions.**

Pour le collègue

Cycle 3 – Histoire - Récits fondateurs, croyances et citoyenneté dans la Méditerranée antique au 1^{er} millénaire av. J.-C.

Le programme d'histoire de la classe de 6e, en abordant le monde des cités grecques, est l'occasion de traiter les premiers Jeux olympiques dans l'Antiquité et **leur première légende sportive, Milon de Crotoné**. Le CNOSF met à disposition des enseignants une [ressource](#) pour comprendre que le concept de « champion » ne date pas des Jeux modernes.

Cycle 4 – Français – Lecture et compréhension de l'écrit

Réseau Canopé, dans le cadre de « La grande école du sport », propose deux ressources ([C comme Champion](#), [Le mot Champion](#)) pour travailler sur les athlètes comme figures héroïques. L'objectif est de faire comprendre l'exemplarité du « héros », en soulignant notamment les valeurs collectives que le champion incarne.

Cycle 4 – Français – Étude de la langue

En se fondant sur quelques mots tirés de la présente fiche (notamment flapper et handball), le professeur sensibilise les élèves à l'un des procédés lexicaux les plus féconds en français, à savoir l'emprunt à une langue étrangère. À ce titre, le vocabulaire des sports (notamment les nombreux noms en -ball) constitue un réseau lexical intéressant. Au sein de ce dernier, on fera une place particulière au nom handball, plusieurs fois cité dans la présente fiche et qui est emprunté à l'allemand et non pas à l'anglais comme les autres noms en -ball (volleyball, basketball, football, etc.).

Repère bibliographique pour des exemples de corpus : Henriette Walter, *L'aventure des mots français venus d'ailleurs*, Paris (Robert Laffont), 1997.

Cycle 4 – EMC – Construire une culture civique

Réalisée à partir de l'ouvrage *Portraits de France*, cette [ressource](#) disponible sur le site éducol s'appuie sur quatre portraits de personnalités (dont Alain Mimoun) qui représentent la France et permettent d'aborder avec les élèves les valeurs de la République et l'engagement individuel ou collectif du citoyen dans une démocratie. D'autres sportifs sont présents dans l'ouvrage [Portraits de France](#).

Cycle 4 – SVT et EPS – Le corps humain et la santé

Le site Canopé met à disposition des enseignants une [série de neuf vidéos](#) pour comprendre le fonctionnement du corps humain durant un effort et le lien entre sport et santé. Le site [Lumni](#) propose des jeux permettant de travailler les connaissances autour du squelette, du système musculaire, du système nerveux, de la digestion et de la respiration.

Si le sport est porteur de valeurs et peut être inspirant pour la jeunesse, il convient également d'être conscient **de certaines dérives pour mieux les éviter**. Une fiche ressource du CNOSF [« sport et lutte contre le dopage »](#) permet à l'élève de prendre conscience de l'existence du dopage, notamment dans sa dimension « quête de la performance », et des effets néfastes induits pour la santé (activité cérébrale et mentale).

Cycle 4 – SVT – Le corps humain et la santé : l'addiction au sport

Le site éducol propose une [activité sur l'addiction au sport](#). À partir de l'analyse d'expériences réalisées chez le rat, l'existence d'une addiction à l'activité physique

est établie ainsi que ses bases neurophysiologiques. La relation entre circuit de la récompense et sensation de plaisir est approfondie en classe de seconde.

Cycle 4 – EPS – Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

La présentation d'athlètes ayant marqué leur époque par leurs performances permet aux élèves de s'identifier et de s'inspirer de ces championnes et champions. Les élèves peuvent s'engager et chercher à se dépasser tout en acquérant une culture physique, sportive, artistique qui permet de construire un regard lucide sur soi et les autres. Ainsi, en athlétisme, les élèves pourraient parcourir la plus grande distance possible en 9 secondes 58 pour les garçons et 10 secondes 49 pour les filles, ou bien encore réaliser 18,29 m en multi-bonds avec un minimum de bonds, réaliser un saut en hauteur et comparer leur performance avec le record du monde.

Pour aider les collégiennes et collégiens à acquérir de nouveaux repères sur soi, sur les autres, sur l'environnement, pour construire une image positive d'eux-mêmes dans le respect des différences, il convient de ne pas privilégier uniquement la comparaison aux champions ou aux autres élèves de la classe mais d'inviter les élèves à s'attacher à leurs propres performances et progrès, pour que chacun devienne « **champion de soi-même** » (G. Hanula, E. Llobet et J.-Y. Saulnier).

Cycle 4 – Technologie – Les objets techniques, les services et les changements induits dans la société

Les championnes et champions cyclistes constituent une longue tradition française dans l'histoire des Jeux olympiques et paralympiques. Étudier l'évolution du vélo en tant qu'objet sportif permet de comprendre l'impact de l'évolution technique de cet objet sur notre société. L'académie de Bordeaux propose une activité mêlant histoire et technologie pour comprendre l'évolution de la bicyclette. Elle peut être complétée par la vidéo « Un jour, une actu » : Qui a inventé le vélo ? L'étude de l'objet peut également conduire à une réflexion sur l'évolution de la place des femmes dans notre société : en 1897, la militante américaine pour le vote des femmes Susan B. Anthony estimait ainsi que la « bicyclette a fait plus pour l'émancipation de la femme que n'importe quelle autre chose au monde ».

Pour le lycée

Seconde professionnelle – Protection-santé-environnement – Module A3 : L'activité physique

À partir de vidéos disponibles sur le site Lumni, les élèves réalisent un travail en groupe puis présentent un exposé sur le **mouvement volontaire** et la contraction du muscle ainsi que les **modifications physiologiques** à l'effort. En appui de ce travail, le professeur peut porter à la connaissance des élèves quelques repères physiologiques sur les capacités physiques des athlètes de haut niveau, par exemple le VO2max ou la VMA, que les élèves apprécieront au regard des repères dont ils disposent sur leurs propres qualités physiques éprouvées en EPS.

Terminale professionnelle – Protection-santé-environnement – Module C10 : Les risques liés à l'activité physique

À partir d'une situation ludique s'appuyant sur un **QUIZZ**, les élèves apprennent à mieux connaître la structure de leur corps, à nommer certaines parties du corps mais

aussi à identifier des ressentis en EPS et ainsi à éviter des accidents au travail. Une [ressource de l'INRS sur la Santé et la sécurité](#) au travail peut constituer un support supplémentaire pour faire prendre conscience aux lycéennes et lycéens qu'il est important de développer et de préserver leur capital santé. Toutefois, les risques liés à une pratique sportive de haut niveau (surentrainement, fatigue, blessures, etc.) doivent également être abordés afin que les élèves appréhendent mieux les déterminants et les conséquences d'une recherche de haute performance sur l'équilibre physiologique et psychologique du corps.

Première – EMC – Les recompositions du lien social (1^{re} GT)/Égalité et fraternité en démocratie (1^{re} pro)

À partir d'une vidéo traitant des [stéréotypes associés](#) au genre féminin et au genre masculin dans le sport, on peut mener un débat sur l'égalité entre les femmes et les hommes en France et dans le monde. D'autres [supports proposés sur le site Lumni](#) peuvent aussi accompagner élèves et enseignants à aborder cette thématique de l'égalité des sexes.

Première ou terminale générale – Éducation physique, pratiques et culture sportives (EPPCS) – La pratique physique dans le monde contemporain.

La vidéo « [Jeux olympiques et Politique](#) » de Canopé permet de comprendre la place des Jeux olympiques et paralympiques (et de ses champions) dans le monde contemporain au regard d'autres enjeux que la compétition sportive notamment, les dimensions économiques et politiques à l'échelle internationale.

La fiche pédagogique « Jeux olympiques et politique » permet d'approfondir les liens entre le sport comme vecteur de propagande (classe de 1^{re}) et la notion de puissance politique en classe de terminale.

Terminale générale – Éducation physique, pratiques et culture sportives – Apports théoriques concernant l'évolution des techniques et des matériaux.

À l'image du célèbre champion américain Dick Fosbury qui a modifié en 1968 la technique du saut en hauteur comme le rappelle [cette vidéo](#), l'histoire du sport a été marquée par de nombreuses innovations techniques et technologiques.

Par exemple, la fibre de verre a transformé les techniques du saut à la perche ; l'utilisation de mousses synthétiques dans les aires de réception a permis de nouvelles audaces techniques (figures acrobatiques en gymnastique, réception sur le dos en saut en hauteur). L'hydrodynamique a inspiré la confection des vêtements aquatiques qui glissent plus facilement dans l'eau, réduisant ainsi l'action de l'eau contre le corps. Les ballons ne sont plus des organes comme dans le passé (il était fréquent d'utiliser des vessies, des panses de brebis ou d'autres animaux pour jouer au ballon) ; les raquettes, les roues des cyclistes ne sont plus en boyaux, mais mobilisent une technologie et une physique des matériaux absolument nouvelles. Les chaussures de sport que nous utilisons aujourd'hui nous permettent d'amortir les chocs, de protéger nos chevilles, nous préservant ainsi de blessures et permettant d'optimiser les performances (notamment de celles du marathon). Les vêtements techniques ont envahi la sphère sportive. En résumé, la technologie, production humaine, « agit » sur le sport et le transforme, définissant constamment de nouveaux horizons de performance. Celles de para-athlètes, équipés de prothèses en carbone (jambes artificielles) et capables de concurrencer voire de surpasser les athlètes valides, sont venues dans une période récente questionner de manière originale la place de la technique et des technologies dans le sport. L'invention de nouvelles techniques sportives et des technologies

ne cesse de questionner le sens du sport, de la compétition et de la recherche de performance.

En s'appuyant sur [l'exposition réalisée par la CASDEN](#), les élèves peuvent répertorier les évolutions techniques et technologiques marquantes au cours des Jeux olympiques et paralympiques depuis 1896 (ces informations figurent souvent en bas de page de chaque olympiade), puis les présenter en portant un regard critique sur la course au record qu'elles nourrissent.

Terminale générale – Sciences de la vie et de la Terre – Le corps humain et la santé (Cerveau et mouvement volontaire)

Le site du [Museum national d'histoire naturelle](#) met à disposition des enseignants et des élèves un article sur la plasticité cérébrale pour comprendre le phénomène d'apprentissage à tous les âges de la vie. Il peut être l'occasion d'un travail de groupe en classe amenant à produire un exposé sur cette thématique. La plateforme ACCES de l'Institut français de l'éducation (IFE) propose un [jeu de données d'étude par IRM de la plasticité du cortex moteur](#). La capacité de plasticité du cortex moteur peut être mise en relation avec le développement du handisport chez des individus dont les lésions surviennent au cours de la vie.

Dans le même ordre d'idées, le [système de récompense](#), découvert en classe de seconde, peut être réinvesti lors de l'étude de certaines addictions comme celle liée au [cannabis](#) par exemple. Un [quizz](#) réalisé par l'INSERM permet également d'aborder la thématique des addictions. On peut notamment établir des liens entre les pratiques liées au dopage sportif dans l'optimisation des performances et l'addiction dont souffrent d'anciens sportifs de haut niveau après leur carrière.

Pour aller plus loin, l'enseignant peut exploiter les ressources universitaires suivantes : une [vidéo-conférence](#) et un [article](#) consacrés aux relations entre effort sportif, circuit de la récompense et addiction au sport.

Terminale générale – Sciences de la vie et de la Terre – Le corps humain et la santé (Produire le mouvement : contraction musculaire et apport d'énergie)

Les sites Lumni et Planet Vie proposent des [vidéos](#) ou articles pour les lycéennes et lycéens afin de développer des connaissances concernant les mécanismes moléculaires de la [contraction musculaire](#) (complexe actine-myosine) et le [besoin d'énergie à l'origine du mouvement](#). Ce travail peut être mis en parallèle avec la recherche et les pratiques dans le domaine du dopage moléculaire (stéroïdes anabolisants, hormones de croissance, EPO, anabolisants, etc.) dans le sport de haut niveau et ses conséquences sur la santé des championnes et des champions. Pour illustrer les risques engendrés par la consommation d'agents dopants, une [activité fondée sur l'analyse par imagerie fonctionnelle](#) peut être adaptée à partir des données proposées sur la plateforme ACCES de l'IFE. Les conséquences cérébrales et physiologiques d'un accident vasculaire cérébral à la suite d'une prise d'EPO sont montrées à l'aide de différentes techniques et mesures.

Toutes disciplines et tous niveaux : ressources Génération 2024

Paris 2024 met à disposition de tous les établissements scolaires via le site Génération 2024 l'exposition « [Champion-ne:s](#) » présentée dans un [guide d'exposition](#). Ce projet photographique s'est constitué autour de rencontres entre quatre athlètes de haut niveau, Arnaud Assoumani, Aya Cissoko, Marie-Amélie Le Fur et Patricio

Manuel, et quatre photographes, Adrien Selbert, Françoise Huguier, Magali Lambert et Maia Flore.

À l'occasion de la Semaine olympique et paralympique 2023, Paris 2024 a réalisé une série d'entretiens avec des para-athlètes, à destination de toute la communauté éducative et des élèves et étudiants :

- une rencontre avec [Sofyane Mehiaoui](#) (basket fauteuil) ;
- une rencontre avec [Arnaud Assoumani](#) (para-athlétisme) ;
- une rencontre avec [Marie Patouillet](#) (para-cyclisme) ;
- une rencontre avec [Nelia Barbosa](#) (para-canoë).

Une troisième ressource permet de découvrir les athlètes olympiques et paralympiques ainsi que leur discipline sous la forme de [cartes athlètes Génération 2024](#).

■ POUR APPROFONDIR : BIBLIOGRAPHIE SÉLECTIVE ET RESSOURCES EN LIGNE

- Une page éducol [«Olympisme, histoire et citoyenneté»](#) propose des ressources documentaires et pédagogiques.
- [Le site internet du Comité international olympique](#) résume pour chaque champion olympique sa biographie, ses résultats et ses participations.
- [Le site Génération 2024](#) publie de nombreuses ressources pédagogiques sur l'histoire des Jeux et de ses champions et championnes.
- Le programme « Histoire, sport et citoyenneté » de la CASDEN, notamment l'onglet [« sportives et sportifs »](#) et [« l'expo augmentée »](#).
- [Le site de l'INSEP](#) regroupe une plateforme documentaire « CANAL SPORT », l'iconothèque de l'INSEP, les archives.
- Le site France TV donne accès à 24 épisodes de la série [« CHAMPIONS »](#), qui propose des portraits d'athlètes en devenir qui rêvent de participer aux Jeux de Paris 2024.
- Le livre illustré *Allez, les champions !*, de Magdalena, dans la série « Je suis en CE1 » (Flammarion Jeunesse, 2019).
- L'ouvrage *Sports : 40 champions olympiques*, de Jean-Michel Billioud (Gallimard Jeunesse, 2020).
- L'ouvrage collectif *100 champions championnes. Anecdotes et confidences* (Solar, 2023).