



# GUIDE DE L'ENSEIGNANT

Célébrez les Jeux olympiques d'hiver en organisant une semaine de sports olympiques à l'école, couronnée d'une journée sportive pleine de plaisir. Le Programme scolaire olympique canadien vous fournit tout ce dont avez besoin pour le faire, avec un éventail de ressources pour préparer des activités et développer le sens du leadership chez vos jeunes.



**PROGRAMME SCOLAIRE**





## Expérimenter les jeux olympiques d'hiver

# GUIDE DE L'ENSEIGNANT

## INTRODUCTION

C'est l'occasion idéale pour les élèves de créer leurs propres Jeux olympiques d'hiver. Jouez à une version modifiée de certains des sports d'hiver du programme olympique afin de favoriser la compréhension de ces sports, de faire l'expérience des valeurs olympiques et de s'amuser en encourageant Équipe Canada pendant les Jeux olympiques d'hiver de Milan Cortina 2026.

Nous avons inclus des suggestions d'adaptation pour les plus jeunes et pour les élèves aux capacités différentes afin que tout le monde s'amuse.

## FORMATS

*Nous vous proposons différents formats pour organiser votre événement :*



### **SEMAINE DES JEUX OLYMPIQUES D'HIVER**

Il s'agit d'une semaine entière d'activités, qui commence le lundi et se termine le vendredi avec une journée dédiée au sport. Dans la présente ressource, vous trouverez un horaire, des activités quotidiennes à organiser pendant les récréations et les cours d'éducation physique, ainsi que des astuces pour faire concourir des équipes multiclassées pendant la semaine et lors du dernier jour.



### **CLASSES/GROUPES DE CLASSES**

La présente ressource est adaptée aux écoles qui souhaitent limiter les activités à certaines classes ou à certains groupes de classes. Des écoles pourraient décider, pour différentes raisons, de réserver la journée sportive à certains groupes d'âge. Nous proposons donc des idées pour adapter les activités aux élèves plus jeunes ou aux capacités diverses.



### **JOURNÉE DES JEUX OLYMPIQUES D'HIVER**

Certaines écoles préfèrent organiser un événement sur une seule journée. Dans la présente ressource, vous trouverez un guide pour un format d'une journée, avec dix ateliers inspirés des sports olympiques.



### **ÉCOLE ENTIÈRE**

Le leadership est une des valeurs olympiques. Pour nous, le Programme scolaire olympique canadien est donc l'occasion idéale d'aider les enseignantes et les enseignants à développer cette compétence chez les élèves. Nous encourageons les élèves plus âgés à endosser des responsabilités auprès des élèves plus jeunes, en formant des équipes multiclassées. La présente ressource offre des astuces aux plus grands, des questions à poser en classe pour parler de leadership, et des activités sur ce thème.



**PROGRAMME SCOLAIRE**





## Expérimenter les jeux olympiques d'hiver

# GUIDE DE L'ENSEIGNANT

## ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

Faites monter l'enthousiasme pour la journée ou la semaine des Jeux olympiques d'hiver avec nos activités de préparation amusantes.



### ADOPTEZ DES PAYS

Assignez un pays à chacune des équipes, et demandez-leur d'en apprendre davantage sur le pays qu'elles représentent. Demandez aux élèves de confectionner des drapeaux ou des uniformes. Créez des affiches du Village olympique à coller sur les murs de chaque salle de classe.



### EXPLOREZ LES VALEURS OLYMPIQUES

Inspirez-vous des histoires racontées sur [www.olympicschool.ca](http://www.olympicschool.ca) pour enseigner des valeurs olympiques comme l'excellence, le leadership, l'amitié et le respect. Vous pourriez choisir une « valeur olympique du jour » à discuter dans une classe ou dans toute l'école.



### DÉCOREZ LA COUR DE RÉCRÉATION

Dessinez les anneaux olympiques avec de la neige et coloriez-les avec des colorants alimentaires. Créez une statue olympique avec des cartons vides obtenus auprès d'une épicerie du coin.



### CRÉEZ UN CRI D'ÉQUIPE

Demandez aux élèves de créer des cris d'encouragement pour leur équipe ou pour l'équipe olympique canadienne. Demandez à chaque équipe de présenter son cri aux autres équipes et aux autres groupes.



### ÉCHANGE D'ÉPINGLETTES

L'échange d'épinglettes est une activité phare du Village olympique. Demandez aux élèves de créer leur propre épinglette à l'image de leur pays en utilisant du carton et des fournitures d'art plastique. Les élèves pourront ensuite échanger leurs épinglettes pour essayer de collectionner tous les pays.



## Former des équipes

**L'événement sera d'autant plus amusant et captivant si les équipes sont équilibrées du point de vue des capacités sportives. Voici quelques idées pour former les équipes.**

Divisez l'école ou les groupes de classes de manière à former dix équipes, c'est-à-dire une équipe pour chaque atelier du vendredi des sports olympiques. Vous pouvez ajuster le nombre d'équipes si vous décidez d'ajouter des ateliers (sportif ou pour prendre une pause). Idéalement, chaque équipe ne devrait pas dépasser les 24 élèves. Si vous en avez plus, envisagez de former davantage d'équipes.

Nous encourageons les enseignantes et enseignants à porter une attention particulière aux élèves qui excellent sur le plan athlétique et aux élèves qui auront besoin d'aide. Il sera ainsi plus facile de créer dix équipes multiclassées équilibrées. Une fois les équipes formées, elles sont présentées aux responsables de l'organisation, qui jaugent une dernière fois la répartition des capacités avant de donner le feu vert.

Attribuez ensuite un pays à chaque équipe. Les écoles choisissent souvent des pays où les sports d'hiver sont populaires, mais ce n'est pas obligatoire.

Une fois le choix fait, annoncez aux équipes le pays qui leur est attribué. En classe, demandez aux élèves d'en apprendre davantage sur celui-ci. Sont-ils capables de le situer sur une carte, de reconnaître son drapeau ou de citer quelques faits? Dans certaines écoles, on demande aux élèves de dessiner le drapeau de leur pays et de créer un uniforme d'équipe.



PROGRAMME SCOLAIRE





## Expérimenter les jeux olympiques d'hiver **GUIDE DE L'ENSEIGNANT**

# CÉRÉMONIE D'OUVERTURE

Recréez le grand spectacle des Jeux olympiques en organisant une cérémonie d'ouverture.



## **ORGANISEZ UN DÉFILÉ DES NATIONS**

Faites entrer une équipe à la fois pour former un long défilé des équipes sur un terrain extérieur ou dans le gymnase. Encouragez les élèves à porter les couleurs, à agiter le drapeau et à montrer l'esprit de leur pays.



## **PRÊTEZ LE SERMENT DES ATHLÈTES**

Au début des Jeux olympiques, tous les athlètes s'engagent à faire preuve d'esprit sportif et à respecter tous les règlements olympiques. Lors de la cérémonie d'ouverture, un athlète du pays hôte prête serment au nom de tous les athlètes. Intégrez le serment olympique ci-dessous à votre cérémonie d'ouverture :

*« Au nom de tous les compétiteurs, les athlètes de <<INSÉREZ le nom de votre école>>, promettent de prendre part à ces Jeux olympiques en respectant et en suivant les règles qui les gouvernent, dans un esprit de sportivité, pour la gloire du sport et pour l'honneur de ses équipes. »*



## **INCLUEZ UNE COMPOSANTE ARTISTIQUE**

Une cérémonie d'ouverture n'en est pas une sans une expérience culturelle ou une danse. Encouragez tout le monde à participer à une routine artistique apprise pendant les cours d'éducation physique ou dirigée par un membre du personnel.



## **ALLUMEZ LE FLAMBEAU OLYMPIQUE**

Désignez un ou une élève qui portera une version modifiée du flambeau olympique, avec lequel il ou elle fera semblant d'allumer la vasque et de déclarer les Jeux ouverts lors de la cérémonie d'ouverture.



**PROGRAMME SCOLAIRE**



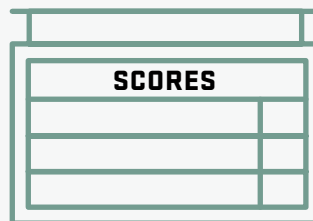




## Expérimenter les jeux olympiques d'hiver

# GUIDE DE L'ENSEIGNANT

## Confectionnez un tableau des scores



Créez un tableau des scores de chaque pays et affichez-le dans un endroit bien visible de l'école. De nombreuses écoles font aussi une annonce des nouveaux scores à la fin de chaque journée pour entretenir l'enthousiasme des élèves à propos des Jeux et de la compétition.

# ACTIVITÉS SPÉCIALES

Envisagez de réserver certains jours pour des activités spéciales, lors desquelles les équipes pourront gagner des points supplémentaires ou faire des concours amusants.



### JOURNÉE « PORTEZ VOS COULEURS »

Donnez à chaque équipe un point pour chaque personne portant les couleurs de son pays. Donnez des points supplémentaires aux élèves qui ont fait un effort extraordinaire.



### JOURNÉE DES VALEURS OLYMPIQUES

Désignez une valeur olympique pour chaque jour de la semaine (excellence, respect, amitié, esprit sportif et leadership). Organisez un concours d'affiches pour chacune des valeurs.



### COURSE À LA RÉCRÉ

Choisissez un endroit de la cour de récréation, annoncez-le à tout le monde et donnez des points aux équipes pour chaque personne qui y arrive en moins de trois minutes.



### RÉCRÉ CACHE-CACHE

Cachez cinq cerceaux (un pour chaque anneau olympique) dans la cour de récréation. Donnez cinq points par cerceau aux équipes qui les trouveront et les ramèneront à l'endroit désigné.



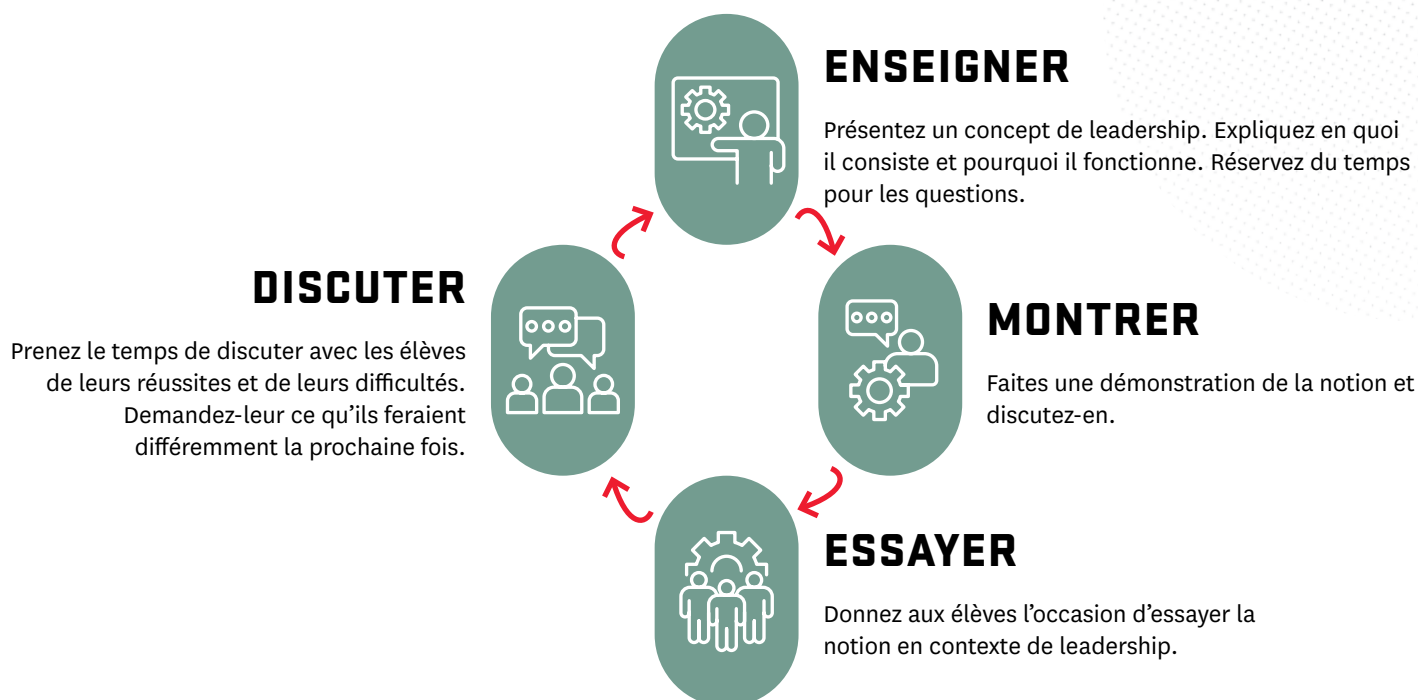
PROGRAMME SCOLAIRE



# LEADERSHIP ÉTUDIANT

La journée/semaine des Jeux olympiques d'hiver est l'occasion idéale de développer le leadership chez les élèves. Les élèves plus âgés sont encouragés à prendre des responsabilités auprès des élèves plus jeunes. Nous avons inclus des ressources sur le leadership pour aider les membres du corps enseignant à guider les élèves plus âgés.

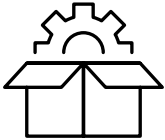
C'est la meilleure approche pour leur transmettre cette valeur.



Le diagramme ci-dessus illustre les quatre leçons de leadership que nous vous invitons à enseigner, à montrer, à essayer et à discuter. Idéalement, enseignez le concept pendant la matinée, pour que les élèves puissent le pratiquer pendant les activités du midi avec les celles et ceux dont ils sont responsables. Si vous optez pour une seule journée sportive, vous vous recommandons d'enseigner ce concept en préparation de celle-ci.

**Nous avons inclus à la fin de la présente ressource des feuillets à l'intention des élèves sur le contenu des activités.**

# 1 Fais preuve d'enthousiasme



## CONCEPT :

Mener est un privilège, et une responsabilité qu'on est parfois amenés à assumer. Il faut mener avec enthousiasme.



## ENSEIGNEZ :

« Dans la vie, vous aurez l'occasion de mener des gens. Vous pourriez être capitaine d'une équipe sportive, entraîner des athlètes, faire du bénévolat dans votre communauté, encadrer des gens au travail, ou être parent. Bien mener n'est pas facile, et c'est beaucoup de responsabilités, mais c'est aussi un grand honneur et un privilège. Mener vous donne la possibilité d'améliorer un peu la vie de quelqu'un. C'est pourquoi vous devriez aborder cette chance avec enthousiasme et dynamisme. Pensez à vos modèles dans la vie. C'est plus facile de suivre quelqu'un qui aime son rôle de modèle, non? Ces personnes sourient et sont sympathiques. Elles sont rigoureuses, sans se prendre elles-mêmes trop au sérieux. Elles ne rechignent pas et ne se plaignent pas, et sont plutôt positives et volontaires. Faites preuve d'enthousiasme, et vous constaterez avec surprise que le leadership devient beaucoup plus facile. »



## MONTREZ :

C'est la journée idéale pour montrer que le leadership peut être amusant et satisfaisant. Certains jours sont plus durs que d'autres, mais vos élèves vous prendront comme modèle pour savoir comment mener avec enthousiasme.



## ESSAYEZ :

Quand vos élèves sortent de classe pour se diriger vers les activités du midi, encouragez-les à trouver des élèves plus jeunes de leur équipe et à se présenter. Dites-leur de faire preuve d'enthousiasme et de positivité.



## DISCUTEZ :

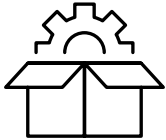
Demandez aux élèves de remplir le journal et discutez-en en classe. A-t-il été difficile d'approcher des élèves plus jeunes sans les connaître? Si oui, comment cette difficulté a-t-elle été surmontée? Comment ont réagi les élèves?



## CONSEILS :

Souriez! Parfois, quand on dirige, on a tendance à se prendre trop au sérieux. Amusez-vous avant tout, et rappelez-vous que ce n'est qu'une première expérience. Ne soyez pas trop durs avec vous-mêmes.

## 2 Adapte-toi aux personnes que tu diriges



### CONCEPT :

Il faut comprendre les besoins et les capacités des personnes dont on est responsable.



### ENSEIGNEZ :

« Quand vous étiez en 1<sup>re</sup> année, vous ne pouviez pas faire ce que vous êtes capable de faire maintenant. Être responsable de jeunes enfants demande de la patience et de la compréhension, car ceux-ci n'ont pas les mêmes capacités que vous. Ils bougeront moins vite, auront moins d'expérience, et solliciteront davantage votre patience. »



### MONTREZ :

Dites à vos élèves de vous observer pendant la matinée. Vous pouvez leur expliquer en quoi les attentes pour une activité ou un sujet seront plus élevées l'année prochaine ou plus tard dans leurs études, mais que l'activité est adaptée à leur âge pour l'instant.

Après le dîner, donnez-leur quelques minutes pour dresser une liste des adaptations que vous avez apportées à l'activité en fonction de leur âge et de leurs capacités. Discutez de leurs listes. Demandez-leur s'ils ont des idées de choses qu'ils sont capables de faire maintenant, mais ne pouvaient pas faire en 1<sup>re</sup> ou en 2<sup>e</sup> année.



### ESSAYEZ :

Donnez à vos élèves l'occasion d'animer une activité pour les plus jeunes. Demandez-leur d'ajuster leurs attentes en fonction des capacités de ceux-ci.



### DISCUTEZ :

En classe, discutez de la manière dont vos élèves ont adapté leurs attentes auprès des plus jeunes. Comment les ont-ils aidés en cas de difficultés? Ont-ils eu du mal à les aider? Si oui, que pourraient-ils essayer de faire la prochaine fois?

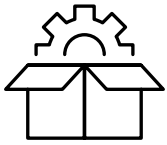


### CONSEILS :

Souvenez-vous de la manière dont vous souhaitez être traités par les personnes plus âgées que vous. Vous voulez probablement qu'on vous apprécie et qu'on vous respecte. Vous trouvez agréable que des personnes plus âgées remarquent ce que vous faites bien, et qu'elles ne s'attardent pas sur vos erreurs.



## 3 Incarne un modèle que les autres veulent suivre



### CONCEPT :

Les gens prennent pour modèles les personnes qu'ils apprécient et respectent, et sur qui ils peuvent compter pour prendre soin d'eux.



### ENSEIGNEZ :

« Être un bon meneur, c'est demander à ce que les gens nous suivent parce qu'ils nous apprécient, nous respectent et nous font confiance pour s'occuper d'eux. On suit plus souvent une influence qu'une autorité. Même si on n'a pas l'autorité pour donner des ordres ou forcer les autres à faire quelque chose, on a de l'influence. On peut les encourager, montrer l'exemple, agir avec bienveillance et sans autoritarisme, gagner leur confiance, et devenir la personne qu'ils ont envie de suivre. »



### MONTREZ :

Demandez aux élèves d'écrire dans leur journal sur une personne plus âgée qu'ils ont envie de suivre parce qu'ils apprécient la manière dont cette personne les traite. Qui est cette personne? Pourquoi l'admirent-ils? Que voient-ils en cette personne qui leur donne envie de la suivre? Comment cette personne mène-t-elle de sa simple influence?



### ESSAYEZ :

Lorsque vos élèves encadreront des élèves plus jeunes pendant la pause dîner, demandez-leur de travailler sur ces points (gagner la confiance, faire preuve de bienveillance, mener par l'encouragement).



### DISCUTEZ :

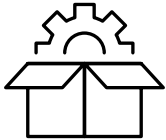
En classe, discutez du comportement montré par les plus jeunes en réponse à ce type de leadership. Qu'est-ce qui a bien fonctionné? Qu'envisageraient-ils de faire différemment la prochaine fois?



### CONSEILS :

Apprenez le nom des membres de votre équipe. Les gens aiment quand vous prenez le temps d'apprendre et de mémoriser leur nom. Il faut se montrer bienveillant avec les enfants qui ont l'air d'en avoir le plus besoin. Les gens ne se soucient pas de ce que vous savez, jusqu'à ce qu'ils sachent que vous vous souciez d'eux. Être bienveillant montre que vous vous souciez vraiment des autres, et qu'on peut vous faire confiance pour mener. C'est le comportement à adopter.

## 4 Mène avec le "nous" et pas avec le "je"



### CONCEPT :

Les bons meneurs élèvent les autres, reconnaissent leurs contributions et les encouragent tout le monde.



### ENSEIGNEZ :

« On doit à Rudyard Kipling le fameux proverbe : "La force de la meute est dans le loup. La force du loup est dans la meute". Une meute de loups peut chasser un grand animal qu'un loup seul ne pourrait pas chasser. Quand les loups chassent ensemble, ils peuvent accomplir plus de choses. Le pouvoir du nombre est un principe que comprennent les bons meneurs. Ils font en sorte que toutes les personnes dans l'équipe restent motivées à donner le meilleur d'elles-mêmes pour l'équipe, pas seulement pour elles-mêmes. Un bon meneur favorise l'esprit de collaboration. Ils renforcent l'équipe, reconnaissent les contributions de chacune et de chacun, et font passer les autres en premier. Un bon meneur ne blâmera jamais les autres en cas d'échec. L'équipe partage les victoires comme les défaites. »



### MONTREZ :

En classe, visionnez les courtes animations YouTube sur le travail d'équipe : <https://www.youtube.com/watch?v=4duPBWzf46E>. Demandez à vos élèves d'observer la manière dont les meneurs favorisent le travail d'équipe dans ces animations. Regardez la vidéo à nouveau et discutez du concept selon lequel le rôle du meneur est de faire en sorte que tout le monde donne le meilleur de soi-même.



### ESSAYEZ :

Lorsque vos élèves supervisent les plus jeunes pendant la semaine des Jeux olympiques, demandez-leur de se concentrer sur la motivation des membres de leur équipe. Ils doivent résister à l'attrait de leur position et renforcer l'esprit d'équipe.



### DISCUTEZ :

Donnez à vos élèves la possibilité d'écrire ce qu'ils en pensent dans leur journal, puis discutez-en en classe. Ont-ils vu des enfants qui ne voulaient pas participer? Ont-ils été en mesure de les motiver à participer?



### CONSEILS :

Parfois, on se prend au jeu de la compétition et on oublie les personnes qui ne participent pas. Il faut garder un œil sur les personnes qui restent en marge et les encourager à rejoindre l'équipe. C'est le comportement à adopter.