

## Le magazine périodique des Jeux Olympiques à l'école

### N° 4 : Les jeux paralympiques

*Le terme « Paralympique » est composé du préfixe « para », qui veut dire « à côté » en grec. Ce qui signifie que les Jeux Paralympiques existent à côté des Jeux Olympiques. L'objectif était de leur permettre de dépasser leur handicap grâce à la pratique d'un sport. Aujourd'hui, les jeux Paralympiques permettent de montrer à la terre entière que, malgré leur infirmité, les athlètes handicapés sont capables de réaliser des exploits.*

#### Connais-tu ces sports ?



#### Le sais-tu ?

Les athlètes sont classés en trois catégories différentes. Certains sportifs ont un handicap moteur, cela signifie qu'ils ne peuvent pas se servir de leur corps comme une personne valide. Par exemple, ils peuvent être paralysés des jambes ou d'un bras. D'autres ont un handicap psychique, c'est-à-dire qu'ils n'ont pas toutes leurs capacités mentales. Enfin, la dernière catégorie correspond aux athlètes non ou malvoyants. Ils ont tous pour point commun d'être des sportifs de haut niveau capables de performances impressionnantes.

Les valeurs du mouvement paralympiques sont : courage, détermination, inspiration, égalité.

Les Jeux Paralympiques ont toujours lieu environ deux semaines après les Jeux Olympiques. Depuis 1988, les Jeux Olympiques et Paralympiques ont lieu dans la même ville et sur les mêmes infrastructures.

## Je m'informe, je retiens

Accès au sport pour tous, accessibilité, visibilité : trois défis à relever. Près de 15% de la population mondiale, soit environ un milliard de personnes sont à l'heure actuelle en situation de handicap.

Le symbole des Jeux Paralympiques n'est pas les anneaux.

Il est composé de trois vagues, appelées « Agitos », ce qui signifie « Je bouge » en latin.



Chaque sport paralympique a son propre système de classification. La classification dépend de l'impact de la déficience sur la performance sportive et permet le maintien de l'équité entre les athlètes.

Aucune prothèse n'est autorisée en para natation, les athlètes nagent tous sans aucun accessoire.



La boccia est un dérivé de la pétanque, elle est pratiquée en fauteuil roulant, par des sportifs dont le handicap atteint sévèrement les fonctions motrices.

Au basket fauteuil, le panier de basket est à la même hauteur que pour les Jeux Olympiques, soit 3m05. Pas de différence, tout est question d'adresse et d'entraînement !



Au cécifoot et au goalball, le ballon est rempli de grelots, il fait du bruit en roulant pour que les joueurs le repèrent. En cécifoot, les joueurs portent un masque afin de garantir une totale équité entre tous.

En volleyball assis, les joueurs laissent leur fauteuil au bord du terrain, et se déplacent sur les fesses, à la force de leurs bras.



## Pour aller plus loin

L'origine de cette compétition date de 1948 ! ...  
L'histoire commence dans un hôpital militaire situé à 60km au nord de Londres, à Stoke Mandeville. Sir Ludwig Guttmann, un neurologue allemand, cherche un moyen d'accélérer le rétablissement de ses patients paraplégiques, tous vétérans de la seconde guerre mondiale. Son unité spécialisée réunit des pilotes de la Royal Air Force, blessés médullaires, tous en fauteuil roulant.  
Il imagine des épreuves sportives au moment même où les Jeux Olympiques se déroulent à Londres.



Le terme « Jeux Paralympiques » ne sera officiellement utilisé et validé par le CIO qu'à partir des Jeux de 1984.

De 1960 à 1980, les Jeux portent officiellement le nom de « Jeux Internationaux de Stoke Mandeville »



En 2024, pour la première fois de son histoire, Paris accueillera les Jeux paralympiques. Du 28 août au 8 septembre 2024, la ville vibrera aux côtés des 4 400 athlètes, en lice dans 549 épreuves.

## Un peu de vocabulaire

Handisport : le mot handisport combine les mots « handicap » et « sport ». Un handisport, c'est un sport pratiqué par une personne non valide.

Ce qui n'empêche pas les non valides de jouer ! Au handibasket par exemple, un non valide peut jouer un match, il lui suffit de s'installer dans un fauteuil roulant.

Autre exemple de mixité, les filles et les garçons peuvent jouer ensemble !

## « Je me teste » : Lis, observe cette photo et coche les bonnes réponses

Houdet et Peifer sont des athlètes avant d'être handicapés. Ils partagent les mêmes valeurs et le même mental que les sportifs valides : persévérance, détermination, envie de gagner et accomplissement.

D'ailleurs, Hervé Karcher, l'entraîneur de Nicolas Peifer, dit d'eux : « C'est quand même des mecs hors norme avec une force de caractère! Il faut des qualités comme dans n'importe quel sport pour être au plus haut niveau. »

Une des différences entre le tennis paralympique et le tennis olympique est la règle du double rebond. Bien que les fauteuils aient des roues adaptées qui aident les joueurs à se déplacer, ils n'ont pas la même capacité de mouvement. Par conséquent, les joueurs doivent frapper la balle avant qu'elle n'effectue un troisième rebond (à la différence du tennis olympique, où la balle doit être frappée avant son second rebond).



Stéphane Houdet et Nicolas Peifer, médailles d'or en double, tennis en fauteuil, Rio (2016).

Il s'agit d'une photo prise aux Jeux Olympiques de Rio, en 2016.	
Il s'agit d'une photo prise aux Jeux Paralympiques de Rio, en 2016.	
Les sportifs s'appellent Stéphane Houdet et Nicolas Peifer.	
Ils sont valides.	
Ils pratiquent le tennis en fauteuil roulant.	
Nicolas Peifer est hâncapé depuis un accident de moto.	
Nicolas Peifer a commencé le tennis en fauteuil à l'âge de 11 ans.	
Stéphane Houdet est l'actuel n° 1 mondial en simple et en double.	
Les sportifs handicapés partagent les mêmes valeurs et le même mental que les valides.	
En tennis fauteuil, il faut frapper la balle avant son second rebond.	
Les fauteuils roulants ont des roues adaptées qui aident les joueurs à se déplacer.	

## « Donne ton avis »

Dans ton école, tous les lieux sont-ils déjà accessibles aux personnes handicapées moteurs ou sensoriels (la vue, l'ouïe) ? Penses-tu que la situation soit satisfaisante ? Où vois-tu des progrès à réaliser ? Et dans ta commune, qu'en est-il ? Que peux-tu faire ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....