

COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?

Qu'est-ce qui transforme un simple sportif en véritable champion ?
Est-ce uniquement la victoire et les médailles ?
Ou existe-t-il quelque chose de plus profond ?

INTRODUCTION POUR L'ANIMATEUR

Ce document vous est destiné. Il vous servira à la fois de :

- Support de mise en place et de création des équipes
- Règle du jeu
- Support de conclusion et discussion

Nous vous recommandons de préparer la salle pour accueillir 5 équipes de 3 à 6 joueurs max. Idéalement, chaque équipe doit se placer debout autour d'un bureau ou d'une table.

OBJECTIFS DE L'ACTIVITÉ

- Découvrir le parcours d'un champion
- Identifier les éléments qui favorisent la réussite d'un champion et ceux qui la freinent
- Comprendre les qualités nécessaires pour surmonter les difficultés

NOTES :

LA MISSION DE CETTE ACTIVITÉ

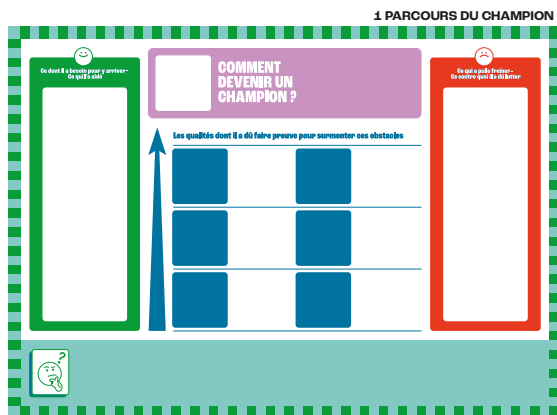
Pour introduire et présenter cette activité aux participants, expliquez-leur qu'à travers celle-ci, leur mission est :

- D'explorer ensemble ce qui fait **la grandeur d'un champion**, en se mettant dans la peau d'un sportif, d'un musicien, d'un acteur, d'une personne qui excelle dans son domaine, etc. qu'ils admirent.
- Qu'en équipe, ils vont découvrir **les ingrédients du succès**, identifier les obstacles à surmonter et révéler **les qualités essentielles** pour atteindre l'excellence.
- Rappelez-leur que chaque difficulté surmontée les rend plus fort, et que chaque petit pas vers leur objectif est déjà une victoire.

« Êtes-vous prêts à découvrir ce qui fait de vous des champions dans l'âme ? »

MATÉRIEL DE JEU

Les cartes permettent de compléter le parcours du Champion : elles peuvent contenir des mots, des images ou des photos.



MISE EN PLACE



1. Formez vous-même, si vous le souhaitez, des groupes de 3 à 6 personnes.



2. Chaque équipe récupère son matériel de jeu (47 cartes et 1 support) et s'installe autour d'une table.



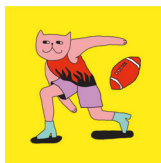
3. Placez le poster au centre de la table. Triez les cartes par couleur et formez 5 piles distinctes, face cachée.

1. CHOISIR SON CHAMPION



1. Les joueurs prennent les 5 cartes roses et choisissent leur champion :

- Demandez à l'ensemble des élèves de réfléchir : connaissez-vous de grands champions ou avez-vous des idoles dans le sport ou dans d'autres domaines ?
- Encouragez-les à faire le lien avec la personne à laquelle ils ont réfléchi.



2. Les joueurs placent leur carte en haut du poster.

COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?

Les qualités dont il a dû faire preuve pour surmonter ces obstacles

Ce dont il a besoin pour y arriver - Ce qui l'a aidé

Ce qui a pu le freiner - Ce contre quoi il a dû lutter

?

Posez une autre question aux élèves : **selon vous, quelle est la plus grande récompense pour un sportif ?**

Orientez la discussion vers la notion de consécration, d'atteinte et de dépassement de ses objectifs sportifs ou autres (par exemple, se qualifier aux Jeux olympiques et paralympiques, battre sa meilleure performance, remporter une médaille à un championnat, etc.).

2. CE QUI AIDE OU FREINE UN CHAMPION



1. Les joueurs retournent les cartes violettes face visible :

Expliquez aux élèves que ces cartes sont de 3 types : des mots, des images ou des photos.

2. Les joueurs répartissent toutes les cartes :

- ce qui **aide**, sous le smiley vert
- ce qui **freine**, sous le smiley rouge
- ce qui est difficile à classer, en bas, à côté du point d'interrogation

Pour les plus jeunes (6^e-5^e), proposez-leur de retourner les cartes une par une, à tour de rôle et d'énoncer ce qu'ils voient ou ce qu'ils interprètent de l'image, de la photo ou du mot.

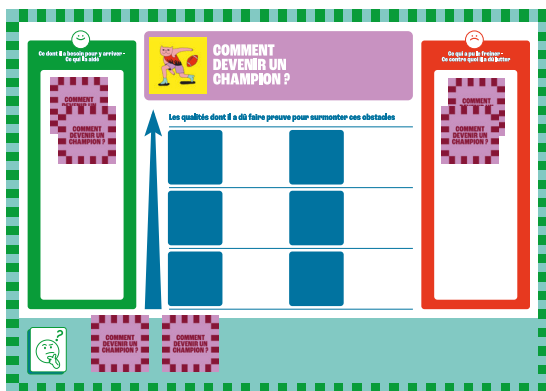
Précisez que s'ils sont incertains de la place de certaines cartes, ils peuvent les placer en bas du poster pour réflexion. Ces cartes pourront être reprises plus tard.

Circulez entre les groupes pour vérifier la compréhension et encourager les discussions. Rappelez qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, mais que chaque choix doit être justifié.

Posez des questions pour les aider à structurer leur raisonnement :

- Si une carte est mal positionnée, ne la déplacez pas, mais interrogez-les sur leur raisonnement.
- Si beaucoup de cartes finissent dans la partie « pour réflexion » en bas du poster, aidez-les à préciser leur réflexion pour qu'ils répartissent les cartes dans l'une ou l'autre des catégories (smiley vert ou rouge).

Encouragez toujours la discussion et laissez les participants déplacer leurs cartes librement, en valorisant leur réflexion.



3. LES QUALITÉS DU CHAMPION



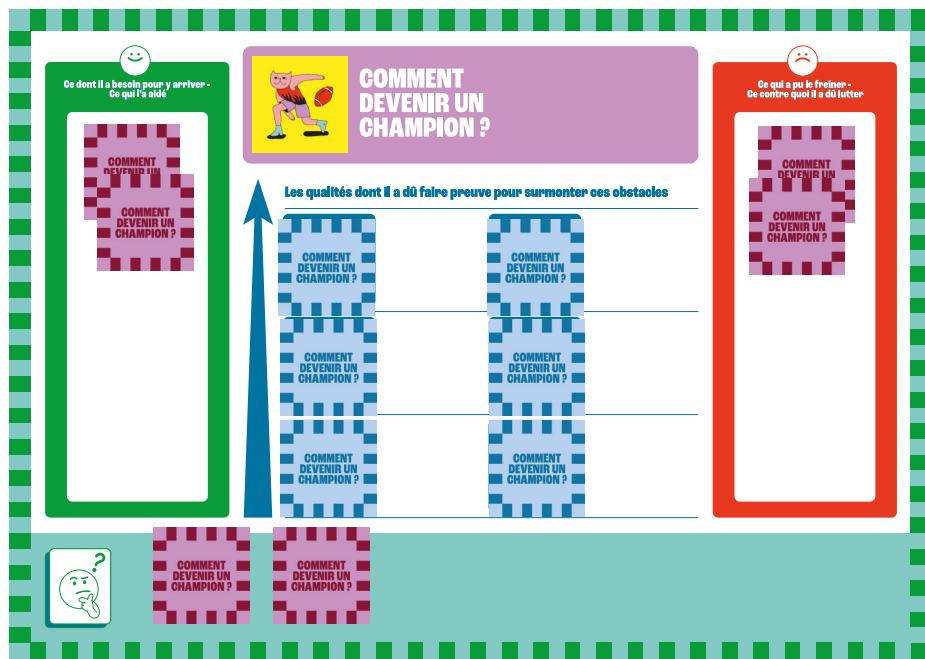
Les joueurs retournent les cartes bleues face visible et les placent sur les cases bleues

- 1 élève énonce la 1^{re} carte placée par son équipe.
- 1 élève de l'équipe suivante énonce aussi sa 1^{re} carte bleue sauf si c'est la même. Il passe alors directement à la carte suivante.
- Et ainsi de suite jusqu'à ce que les 6 qualités aient été lues (sans répétition).

Insistez sur le fait qu'il n'y a pas d'ordre prédéfini ni d'ordre d'importance.

Assurez-vous que les valeurs et qualités énoncées sont **toutes bien comprises**. Demandez aux participants de reformuler si nécessaire.

L'exemple ci-dessous indique où les cartes peuvent être placées selon leur catégorie.



15'

Note : Il peut y avoir plusieurs qualités possibles.

Circulez entre les groupes pour discuter de leurs choix et les amener à justifier **leur réflexion**.

Avez-vous déjà rencontré une difficulté similaire? Quelle qualité vous a aidé à la surmonter?

Demandez aux participants d'observer leur travail terminé.

Invitez-les à réfléchir au message global : **chaque obstacle ou chaque épreuve surmonté rend le sportif plus fort.**

The diagram is set against a light blue background with a green and white checkered border. At the top center, a large purple banner contains the text "COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?" in white, bold, capital letters. To the left of this banner is a green rectangular box with a white border. Inside this box, at the top, is a small white circle with a smiling face. Below it, the text "Ce dont il a besoin pour y arriver - Ce qui l'a aidé" is written in black. In the center of the green box is a small purple square with a white border, containing the text "COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?" in white, bold, capital letters. To the right of the purple banner is a red rectangular box with a white border. Inside this box, at the top, is a small white circle with a sad face. Below it, the text "Ce qui a pu le freiner - Ce contre quoi il a dû lutter" is written in black. In the center of the red box is a small purple square with a white border, containing the text "COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?" in white, bold, capital letters. In the center of the diagram, there is a large blue arrow pointing upwards. To the right of the arrow, there is a large blue rectangle with a white border. Inside this rectangle, there are three smaller blue rectangles with white borders, each containing the text "COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?" in white, bold, capital letters. To the right of the blue rectangle, there are two red arrows pointing downwards. The entire diagram is framed by a green and white checkered border.

5. LES ÉMOTIONS DE LA VICTOIRE



1. Que ressent un champion lors d'une victoire?

Les élèves peuvent retourner les cartes or seulement une fois que les mots Fierté et Joie sont mentionnés.

2. Où placer ces cartes?

Elles peuvent être positionnées en haut à côté de la carte Champion.

The game board is titled "COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?" and features a central grid of 12 cards, each with the text "COMMENT DEVENIR UN CHAMPION ?". The cards are arranged in a 3x4 grid. A large blue arrow points upwards from the bottom left towards the center of the grid. To the left of the grid is a green vertical path with a smiley face icon at the top, labeled "Ce dont il a besoin pour y arriver - Ce qui l'a aidé". To the right is a red vertical path with a sad face icon at the top, labeled "Ce qui a pu le freiner - Ce contre quoi il a dû lutter". At the bottom left is a thinking face icon with a question mark. The entire board is set against a background of green and white vertical stripes.

2'

- Accompagner la réflexion : du soutien ? Des félicitations ?
- Lorsque les mots **Honneur, Admiration, Reconnaissance** sont mentionnés, faire découvrir les cartes vertes.

- Placer ces cartes vertes en haut, à côté de la carte « Champion » et des cartes « Or ».

Certains participants évoqueront peut-être l'argent, en particulier pour les sports médiatisés comme le football. Expliquez que si l'argent peut être un moyen de poursuivre une carrière, la motivation première des sportifs de haut niveau réside rarement dans la richesse. Ils sont d'ailleurs très peu nombreux à pouvoir vivre de leur sport, même en étant champions.

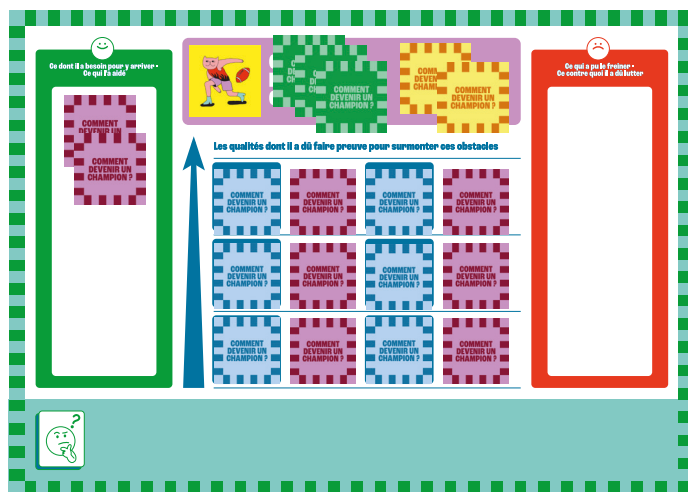
9

DISCUSSION

15' 

En s'appuyant sur les dernières cartes posées, qui illustrent ce que procure la victoire, poser ces questions aux participants et **les amener à faire le lien avec leur propre vécu** :

- Avez-vous déjà ressenti ce type de fierté ou de joie ?
- Dans quelle situation cela vous est-il arrivé ?
- Quelles difficultés avez-vous dû surmonter ?
- Quels efforts ou sacrifices avez-vous dû faire ?



À LEUR TOUR DE BRILLER

Élargissez la discussion en valorisant les petites victoires du quotidien :

- Quand j'ai eu 10 en maths pour la première fois, alors que j'avais renoncé à jouer au foot avec mes copains la veille pour réviser.
- Quand j'ai osé parler devant la classe alors que j'étais stressé.
- Quand j'ai résisté à une pression négative et fait le bon choix.

Insistez sur le fait que **chacun peut être un champion à sa manière**.



Identifiez un défi
Une situation difficile



Comment l'avez-vous surmonté ?
Quelles qualités utilisées



Partager votre victoire
Une réussite personnelle

EN SURMONTANT SES PROPRES DÉFIS, CHACUN DEVIENT UN CHAMPION À SA MANIÈRE !



Se dépasser

Aller au-delà
de ses limites



Avancer

Progresser
chaque jour



Résister

Face aux
difficultés

« Le plus important aux Jeux olympiques n'est pas de gagner mais de participer, car l'important dans la vie ce n'est point le triomphe mais le combat ; l'essentiel, ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu. »

— Pierre de Coubertin
Jeux Olympiques de Londres 1908