



girls worldwide say

World Association of Girl Guides and Girl Scouts  
Association mondiale des Guides et des Eclaireuses  
Asociación Mundial de las Guías Scouts

## L'INSIGNE OLYMPIQUE DE L'AMGE

### Introduction

L'insigne olympique de l'AMGE a été à l'origine conçu par l'Association des Guides de Grèce pour rappeler au monde entier le but originel des Jeux Olympiques. Les prochains Jeux Olympiques se dérouleront à Beijing en 2008, c'est pourquoi l'AHKGE et l'AMGE ont mis au point ensemble le nouvel insigne olympique dans une note chinoise.

En prenant part aux activités autour de l'insigne olympique, vos équipes pourront s'informer sur les habitants de la Chine, les sports olympiques, la préparation des athlètes, ainsi que sur la promotion de la paix et de l'amitié internationales encouragée par les Jeux Olympiques. Le but de chaque athlète est de donner son maximum, but familier à toutes les guides.



Bronze

Argent

Or

### Les origines des Jeux Olympiques

Les Jeux Olympiques sont célébrés comme un magnifique gala sportif qui a pour message de maintenir la paix, renforcer l'amitié et promouvoir la civilisation, dans le monde entier. La Chine, un des pays les plus importants de notre monde contemporain, est prête à faire le maximum pour la promotion du Mouvement olympique. C'est l'aspiration non seulement des habitants de Beijing mais aussi de tout le peuple chinois de partager l'Esprit olympien, de prendre part aux événements olympiques et d'accueillir les Jeux Olympiques.

Les championnats nationaux de sports tels que le football, le basketball, le volleyball, le tennis de table et le badminton, attirent des millions de sportifs dans les gymnases et les stades, surtout au week-end; et leur succès a encouragé d'autres sports à en faire autant. Les organisateurs d'événements sportifs sont de plus en plus nombreux à chercher de nouveaux sponsors et une nouvelle voie de développement.

Les efforts répétés de Beijing pour être sélectionné pour les Jeux Olympiques, couronnés par le succès dans la sélection finale, signifient que la Chine veut partager l'esprit olympique, célébrer les relations humaines et élargir les échanges entre l'Orient et l'Occident. Cette réussite est également pour Beijing l'occasion idéale d'exposer le développement actuel économique, culturel, social et politique de la Chine dans tout son ensemble. La capitale de la Chine espère montrer au monde entier l'image nouvelle et forte d'une métropole accessible, modernisée, civilisée et bien développée, dans la marche aux Jeux Olympiques 2008. Beijing est prête à devenir une vraie métropole internationale et à faire tous ses efforts pour réaliser des "Jeux Olympiques verts", des "Jeux Olympiques de haute technicité", des "Jeux Olympiques populaires" et par dessus tout des Jeux Olympiques sans précédent qui, d'après le rapport de la Commission

d'Évaluation du Comité Olympique International, laisseraient après eux un héritage exceptionnel à la fois pour la Chine et pour le sport dans son ensemble.

Les Jeux de la XXIX<sup>e</sup> Olympiade-Beijing 2008 auront lieu du 8 au 24 août 2008. Les Jeux Olympiques de Beijing accueilleront les 28 sports d'été actuellement au programme olympique. Environ 10.500 athlètes prendront part aux J.O. avec dans les 20.000 médias accrédités qui présenteront les Jeux Olympiques au monde entier. Les Jeux Paralympiques 2008 auront aussi lieu à Beijing du 6 au 17 septembre 2008. Il y aura 20 différents sports qui feront venir environ 4000 athlètes, 2500 entraîneurs, 4000 médias et agents de presse, originaires de 150 divers pays.

Les Jeux Olympiques et Paralympiques ont besoin ensemble d'environ 100 000 volontaires qui apporteront une aide directe à ces événements sportifs et de 400 000 volontaires supplémentaires dans les autres villes de Chine pour aider au succès de ces événements. On compte à ce jour (novembre 2007) plus de 730 000 et 650 000 demandes respectivement pour être volontaires pour les événements sportifs et pour être volontaires en ville. Les habitants de Beijing attendent avec impatience les Jeux Olympiques. Le 13 juillet 2001 ils ont célébré toute la nuit à Beijing, capitale de la République Populaire de Chine, leur succès à la sélection des Jeux Olympiques de la XXIX<sup>e</sup> Olympiade 2008.

Grande joie pour Beijing, ceci représente également un succès considérable pour la nation toute entière car le fait d'être l'hôte des Jeux Olympiques va sans aucun doute apporter de nouvelles opportunités à Beijing même mais aussi dans toute la Chine.

### **Positions traditionnelles sur la santé et le bien-être en Chine**

Les Chinois insistent sur l'importance de l'équilibre du yin, yang et des cinq éléments (métal, bois, eau, feu et terre) pour la santé et le bien-être. La cosmologie chinoise ancienne, mais aussi les sciences médicales chinoises, ont recours à ces cinq éléments qui correspondent aux cinq organes principaux du corps humain: poumon (le métal), foie (le bois), rein (l'eau), cœur (le feu) et rate (la terre). On pense généralement en Chine que les cinq éléments de la nature sont étroitement associés au corps humain et qu'ils s'influencent mutuellement. La nourriture et la médecine se classifient comme yin, yang ou chacun des cinq éléments et on leur attribuera par conséquent des combinaisons diverses et un bon équilibre dans la médication.

Plutôt que de détruire quoi que ce soit dans le corps humain, les sciences médicales chinoises utilisent une médication différente pour équilibrer le niveau du yin, yang et des 5 éléments. A part les médicaments ingérés, le Qi Gong (exercices de respiration) et la thérapie des aiguilles (acupuncture) sont des médications courantes. A la différence des sciences médicales occidentales, les Chinois n'utilisent pas seulement ces médications pour soigner seulement la maladie mais aussi pour rester en bonne forme et en bonne santé dans leur vie quotidienne.

### **Le sport et la culture en Chine**

Le Tai-Chi est un art martial chinois qui se pratique souvent dans le but de promouvoir bonne santé et longévité. Les différentes formes d'entraînement du Tai-Chi sont bien connues en tant que lentes routines de mouvements que des groupes de gens pratiquent ensemble tous les matins dans des parcs partout dans le monde et surtout en Chine. Les études médicales du Tai-Chi soutiennent son efficacité comme exercice de médecine douce et comme une forme de thérapie des arts martiaux. Le Tai-Chi est considéré comme un art martial de style doux -un genre d'art martial traitant avec un pouvoir interne - et donc on distingue sa théorie et son application des styles d'arts martiaux durs.

Il y a 56 différentes ethnies locales chinoises en Chine et chacune d'entre elles a une culture différente, englobant la nourriture, les costumes et les arts. Chaque danse culturelle traditionnelle (qu'on appelle aussi danse folklorique) a ses propres caractéristiques, représentatives également de la vie journalière de ces gens. La danse folklorique mongole, par exemple, symbolise la vie quotidienne de ce peuple et l'importance du cheval ; pour d'autres communautés, la danse autour du feu de camp est une activité sociale. Les danses chinoises les plus connues à l'étranger sont la danse du lion, la danse du dragon, la danse des rubans et la danse de l'éventail (plumes ou soie) qui se pratiquent chez la plus grande ethnie locale de Chine - l'ethnie des Han (environ 97% des Chinois sont des Han).

On peut trouver plus de renseignements sur les traditions et la culture chinoise en faisant des recherches sur internet.

## L'insigne olympique

L'insigne olympique de l'AMGE représente un programme d'activités sportives créé par l'Association des Guides de Grèce et inspiré par le fait qu'Athènes (le site d'origine pour les Jeux Olympiques) a accueilli de nouveau les Jeux Olympiques en 2004.

### Buts de l'insigne olympique

- Encourager les activités sportives.
- Soutenir le rôle des femmes comme artisans de la paix.
- Promouvoir l'image publique des activités des guides et des éclaireuses représentant une communauté active de volontaires motivées.
- réaliser la mission de l'AMGE consistant à aider au développement sportif des jeunes filles et jeunes femmes.

### Les trois catégories de l'insigne olympique

**Le stade** (le corps) représente le développement harmonieux du corps et il est lié à l'effort mental fourni pour acquérir de bonnes techniques, une bonne forme physique et une appréciation de notre environnement et de nous-mêmes. Les activités de cette catégorie consistent à pratiquer des sports et à développer le corps.

**Le temple** (l'esprit) représente la dimension spirituelle de notre existence, le développement de l'esprit et l'acceptation des autres, de leur esprit et de leurs idées. Ces activités établissent un lien avec l'esprit des Jeux, leur histoire, leurs valeurs, leurs symboles etc.

**Le théâtre** (la culture) représente le développement équilibré de l'âme, le respect de soi et la tolérance dans notre culture et nos émotions et le développement de notre paix intérieure indispensable pour la paix dans le reste du monde. Ces activités sont liées au caractère interculturel des Jeux, à la culture particulière aux Jeux et aux artistes dont l'œuvre a été inspirée par l'esprit olympique.

### Les médailles de l'insigne olympique

Pour gagner cet insigne, les guides et éclaireuses doivent exécuter avec succès les activités dénombrées ci-dessous. Pour obtenir " la médaille de bronze, d'argent ou d'or", il faudra exécuter avec succès les activités de chacune des trois catégories et il est recommandé de choisir un bon équilibre d'activités physiques, mentales et émotionnelles. Par exemple, une jeannette désirant obtenir la médaille d'argent devra compléter deux activités du "Stade", deux activités du "Temple", et deux activités du " Théâtre".

Section des insignes	Bronze	Argent	Or
Jeannettes	3	6	9
Guides	3	6	9
Guides aînées	3	6	9

## **Insigne olympique : section des jeannettes**

### **Le stade (le corps)**

- 1- Choisissez un sport auquel vous pouvez participer qui est lié à un sport olympique et informez-vous sur son histoire, ses meilleurs athlètes et records. Contactez des gens qui pratiquent ce sport dans votre pays ou des gens qui pourraient être allés à des Jeux Olympiques. Allez-voir ce sport et pratiquez-le vous-même.
- 2- Choisissez trois types différents de sports olympiques qui ont lieu dans différents milieux (par ex. dans l'eau, sur terre) et obtenez le plus d'informations possibles à leur sujet. Organisez ces sports et essayez d'y jouer avec votre groupe.
- 3- Découvrez comment les records mondiaux et les records olympiques sont enregistrés. Composez un album de photos montrant des athlètes originaires de divers pays qui ont remporté de tels records.
- 4- Achevez deux insignes ayant comme sujets la santé ou la bonne forme physique (ceci compte comme deux activités).
- 5- Démontrez un type d'art martial chinois ou une activité de gymnastique dans lequel vous vous êtes entraînée depuis au moins trois mois (ci-joint un fascicule d'informations sur l'art martial chinois).
- 6- Choisissez de courir, nager, aller à bicyclette, faire de la voile, pagayer, marcher ou monter à cheval sur un parcours qui corresponde à la forme du symbole olympique.
- 7- Découvrez quel genre d'aliments les Chinois mangent tous les jours pour conserver leur corps en bonne santé. Donnez un dîner à la Beijing en servant des exemples d'aliments préparés à la chinoise.

### **Le temple (l'esprit)**

- 1- Fair play, estime de soi, leadership et bonne forme physique sont toutes les qualités d'un athlète champion. Organisez une course au trésor pour promouvoir ces qualités dans votre patrouille.
- 2- Écoutez l'hymne olympique international (chant) \* avec vos sizeniers et discutez de sa signification.
- 3- Quel est le symbole olympique et que signifie-t-il ? Fabriquez vous-même ce symbole des Jeux Olympiques en utilisant cinq matériaux différents et décorez-en votre maison ou votre local.
- 4- Le casse-tête chinois (tangram) est un jeu ancien originaire de Chine. Essayez de recréer la forme relative aux Jeux Olympiques en utilisant les 7 morceaux fournis sans qu'aucun morceau ne se chevauche. Il y a un modèle à la fin de ce dossier.
- 5- Recherchez comment les athlètes font le vide dans leur esprit pour se concentrer sur l'évènement sportif auquel ils prennent part. Essayez de faire cela avec votre groupe et discutez-en les effets.
- 6- Trouvez un jeu traditionnel auquel jouent les enfants en Chine et qui englobe tous ces éléments: fair play, estime de soi, leadership et bonne forme physique. Jouez-en un avec votre équipe.
- 7- Trouvez quelle assistance les entraîneurs procurent aux athlètes pour les aider à se préparer mentalement pour leurs compétitions.

\*Voir les Ressources Internet à la fin de ce dossier pour les liens vers le chant olympique.

### **Le théâtre (la culture)**

- 1- Recherchez le style de vie d'un athlète (nutrition, entraînement, heures de sommeil etc.) Puis essayez de suivre son exemple pendant une semaine et présentez ensuite vos notes à votre patrouille.

- 2- Imaginez comment seront les Jeux Olympiques de 2056. Créez et jouez à un sport qui pourrait se jouer dans l'avenir.
- 3- Dessinez un timbre, une pièce de monnaie ou un billet de banque commémorant les Jeux Olympiques de 2056.
- 4- Choisissez votre sport olympique favori. Chaque membre de votre patrouille devra faire semblant d'être un athlète d'une autre région du monde, sans un langage commun pour pouvoir communiquer entre vous. Vous jouez le rôle de l'organisateur. Organisez cette compétition suivant des termes égaux et justes pour tous les athlètes.
- 5- Regardez un sport d'équipe, comme le rugby, le football, le volleyball ou le basketball, dans votre communauté et dites-nous comment ce sport encourage le message de paix promu par les Jeux Olympiques.
- 6- Quel rôle la mascotte joue-t-elle aux Jeux Olympiques ?
- 7- Choisissez au moins deux mascottes des Jeux Olympiques précédents et dites ce qu'elles représentent à votre équipe.
- 8- Renseignez-vous sur une danse traditionnelle exécutée en Chine et présentez-la à votre groupe.

## **Insigne olympique: section des guides**

### **I- Le stade (le corps)**

- 1- Choisissez un sport olympique auquel vous pouvez participer et présentez dans un album de records ce que vous avez appris sur l'histoire de ce sport, ses meilleurs athlètes et records. Trouvez si des athlètes de votre pays pratiquent ce sport et s'ils sont allés à des Jeux Olympiques. Rédigez un essai d'au moins 300 mots sur eux. Essayez de vous entraîner vous-même à ce sport et consignez vos records.
- 2- Choisissez quatre types différents de sports olympiques qui ont lieu dans différents milieux (par ex. dans l'eau, sur terre) et présentez dans un album de records tout ce que vous pouvez apprendre sur eux. Organisez de jouer à ces sports avec votre équipe.
- 3- Découvrez comment les records mondiaux et les records olympiques sont enregistrés. Composez un album de photos montrant des athlètes originaires de divers pays qui ont remporté de tels records.
- 4- Informez-vous sur les Paralympiques et les Jeux Olympiques Spéciaux. Essayez d'obtenir une interview ou de collecter des informations auprès des athlètes qui ont participé à ces compétitions.
- 5- Réalisez deux insignes ayant comme sujet la santé et la bonne forme physique (ceci comptera comme deux activités).
- 6- Démontrez un type d'art martial chinois ou une activité de gymnastique dans lequel vous vous êtes entraînée depuis au moins 3 mois.
- 7- Trouvez la différence entre la pyramide de nourriture occidentale et la pyramide de nourriture chinoise et présentez les résultats à votre groupe.

### **Le temple (l'esprit)**

- 1- Apprenez à chanter l'Hymne olympique international (chant)\* avec votre patrouille.
- 2- Quel est le rapport entre l'esprit olympique et les valeurs des activités des guides et éclaireuses ? Concevez un jeu démontrant l'existence d'au moins cinq ressemblances.
- 3- Faites preuve d'imagination pour raconter l'histoire des Jeux Olympiques, à l'époque ancienne et à l'époque contemporaine, à votre patrouille.
- 4- Fair play, estime de soi, persistance, leadership et bonne forme physique sont toutes les qualités nécessaires à un athlète champion. Trouvez une activité pour encourager ces qualités dans votre patrouille.
- 5- Compilez un album de photos racontant l'histoire des Jeux Olympiques et présentez cela d'une manière originale à votre groupe, classe ou patrouille.
- 6- Le casse-tête chinois (tangram) est un jeu ancien originaire de Chine. Essayez de recréer la forme relative aux Jeux Olympiques en utilisant les 7 morceaux fournis, sans qu'aucun morceau ne se chevauche. Utilisez le modèle à la fin de ce dossier pour cette activité.
- 7- Recherchez sur le site Web le genre de musique jouée par les musiciens chinois. Présentez cette information à votre groupe.

\*Voyez les Ressources Internet à la fin de ce dossier pour les liens vers le chant olympique.

### **Le théâtre (la culture)**

- 1- Recherchez quel rôle la mascotte joue aux Jeux Olympiques, ce qu'elle exprime, ce qu'elle représente et quelle est son utilité. Présentez vos résultats à votre patrouille.
- 2- Trouvez au moins deux des mascottes des Jeux Olympiques précédents et présentez-les à votre patrouille.

- 3-** Dessinez un timbre, une pièce de monnaie ou un billet de banque commémorant les Jeux Olympiques de 2056. Créez et jouez à un sport qui pourrait se jouer dans l'avenir.
- 4-** Jouez à un sport d'équipe, comme le rugby, le football, ou le basket-ball dans votre communauté et racontez comment ce sport encourage le message de paix promu par les Jeux Olympiques.
- 5-** Recherchez l'histoire de trois athlètes femmes qui, selon vous, ont influencé l'histoire du sport olympique et présentez leurs exploits.
- 6-** Trouvez des renseignements sur l'opéra et la danse en Chine et présentez-les à votre groupe.

## **Insigne olympique: section des guides aînées**

### **Le stade (le corps)**

- 1- Choisissez un sport auquel vous pouvez participer qui est lié à un sport olympique et présentez dans un album de records ce que vous avez appris sur l'histoire de ce sport, ses meilleurs athlètes et records. Découvrez si des athlètes de votre pays pratiquant ce sport sont allés aux Jeux Olympiques. Rédigez un essai d'au moins 500 mots sur eux. Essayez de vous entraîner vous-même à ce sport et consignez vos records.
- 2- Informez-vous sur les Paralympiques et les Jeux Olympiques Spéciaux. Renseignez-vous sur les athlètes locaux qui ont participé à ces compétitions et parlez d'eux dans un carnet de records.
- 3- Essayez de vous entraîner à un sport spécifiquement joué aux Paralympiques soit toute seule, soit avec votre équipe en simulant les handicaps des athlètes (par ex. essayez de courir sur 60m avec un bandeau sur les yeux en suivant une corde etc.).
- 4- Choisissez cinq sports olympiques différents qui ont lieu dans différents milieux (par ex. dans l'eau, sur terre) et présentez dans un album de records tout ce que vous pouvez apprendre sur eux. Organisez de jouer à certains de ces sports avec votre équipe.
- 5- Introduisez votre Comité olympique national et autres organisations sportives. Donnez des détails sur tout lien avec le Comité Olympique International ou les organisations nationales correspondantes. Présentez vos informations à une réunion de votre équipe.
- 6- Trouvez depuis combien de temps les athlètes féminins participent aux Jeux Olympiques, dans quels sports elles excellent et pourquoi. Recherchez en quoi la participation des athlètes masculins et des athlètes féminins a changé depuis leurs premiers Jeux Olympiques.
- 7- Complétez deux insignes ayant comme sujet la santé et la bonne forme physique. (Ceci comptera comme deux activités).
- 8- Démontrez un type d'art martial chinois ou une activité de gymnastique dans lequel vous vous êtes entraînée depuis au moins 3 mois.
- 9- Recherchez les valeurs nutritionnelles des différents types de nourriture consommés par les athlètes occidentaux et par les athlètes asiatiques.

### **Le temple (l'esprit)**

- 1- Fair play, estime de soi, leadership et bonne forme physique sont toutes les qualités essentielles au succès d'un athlète. Organisez une activité qui encourage ces qualités.
- 2- Quel est le symbole olympique et quelle en est la signification ? Mettez au point une activité liée à la signification du symbole olympique.
- 3- Quelle est la signification de la Flamme olympique ? Toutes ensemble, avec les membres de votre groupe, simulez la cérémonie où on allume la Flamme Olympique. Utilisez toute votre imagination et votre créativité pour concevoir les décors pour la scène, les costumes, la musique et les discours.
- 4- Organisez une soirée autour d'un feu de camp sur le thème des Jeux Olympiques. Ajoutez des hymnes de Jeux Olympiques précédents ou composez votre propre Hymne olympique.
- 5- Quel est le rapport entre l'esprit olympique et les valeurs des activités des guides et des éclaireuses ? Concevez un jeu qui démontre l'existence d'au moins cinq ressemblances et cinq différences entre eux.
- 6- D'après vous, quelle est la valeur (athlétique, spirituelle, culturelle, matérielle, sociale, économique) des médailles olympiques et pourquoi ? Réunissez des informations sur les dessins précédents des médailles olympiques.

- 7- Le casse-tête chinois (tangram) est un jeu ancien originaire de Chine. Essayez de recréer la forme relative aux Jeux Olympiques en utilisant les 7 morceaux fournis sans qu'aucun morceau ne se chevauche. Utilisez le modèle à la fin de ce dossier pour cette activité.
- 8- Recherchez comment les athlètes se préparent pour les compétitions, mentalement et émotionnellement.
- 9- Contactez une guide ou une éclairceuse en Asie et demandez-lui si elle fait du sport tous les jours et comment. Présentez ces informations à votre groupe.

### **Le théâtre (la culture)**

- 1- Recherchez l'histoire de trois athlètes féminines, qui, selon vous, ont influencé l'histoire du sport dans les Olympiques et présentez leurs exploits.
- 2- Quel rôle les mascottes jouent-elles aux Jeux Olympiques ? Qu'expriment-elles ? Que représentent-elles et à quelles fins ? Rassemblez des informations sur les précédentes mascottes olympiques.
- 3- Quels sont les facteurs essentiels pour devenir pays hôte des Jeux Olympiques et de quelle façon peut-on stimuler la vie culturelle locale ? Ecrivez un essai d'au moins 500 mots sur ce sujet.
- 4- Parmi les précédentes Cérémonies d'Ouverture des Olympiades, laquelle avez-vous préférée ? Rédigez un essai d'au moins 500 mots, illustré si possible, pour présenter cet événement.
- 5- À quel prix et avec quels sacrifices un athlète peut-il devenir un médaillé olympique ? Quels sont le pour et le contre auxquels doivent s'attendre les concurrents et concurrentes ? Rédigez un essai d'au moins 500 mots sur ce sujet.
- 6- Comment les Jeux Olympiques peuvent-ils être associés aux Arts ? Concevez une activité artistique sur le thème des Jeux Olympiques et invitez d'autres groupes ou amis de votre Communauté à y participer.
- 7- Quel genre de soutien les entraîneurs et les familles donnent-ils aux athlètes pour les aider à se préparer physiquement, mentalement et émotionnellement aux Jeux Olympiques ?
- 8- Trouvez des renseignements sur la musique et les danses traditionnelles dans l'opéra chinois.

## Ressources Internet\*

Sur les sites répertoriés ci-après vous pourrez trouver des informations sur le sport et les Jeux Olympiques:

[www.olympic.org](http://www.olympic.org)

<http://en.olympic.cn>

[www.hkolympic.org](http://www.hkolympic.org)

[www.equestrian2008.org](http://www.equestrian2008.org)

[www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)

[www.specialolympics.org](http://www.specialolympics.org)

[www.china-2008.biz/en/olympics/beijing](http://www.china-2008.biz/en/olympics/beijing)

[www.stepbystepcc.com/olympic](http://www.stepbystepcc.com/olympic)

Olympic Hymn:

[www.wikipedia.org/wiki/Olympic\\_Anthem](http://www.wikipedia.org/wiki/Olympic_Anthem)

MP3 download:

[www.national-anthems.net/countries/olympic.php](http://www.national-anthems.net/countries/olympic.php)

\*Les sites web répertoriés ici sont pour référence seulement et ne sont pas du ressort de l'AMGE. L'AMGE ne valide ni le contenu, ni l'utilisation des sites Web de tiers pour lesquels elle n'accepte aucune responsabilité. L'AMGE vous fournit ces liens uniquement par commodité, et l'inclusion de tout lien, quel qu'il soit, n'implique aucune validation par l'AMGE du site lié

## Modèle Tangram

Vous pouvez photocopier ce modèle pour mener l'activité qui s'y rattache.

