

## Valores del olimpismo y deportes que practicamos

### Los juegos Olímpicos

Hace más de 120 años, Pierre de Coubertin ha creado el movimiento Olímpico moderno. Puede ayudar a unir las comunidades, promover competiciones saludables, a que el mundo sea mejor alentando la amistad, el compañerismo y el juego limpio. Combina en un conjunto armónico las cualidades del cuerpo la cultura y la formación del deporte y el respeto por los principios éticos fundamentales universales.

Los valores del olimpismo son la Excelencia, la amistad y el respeto. La excelencia consiste en dar lo mejor de uno, de esforzarse al máximo para ganar y alcanzar las metas personales, beneficiarse con la saludable combinación de cuerpo, mente y voluntad fuerte. La Amistad consiste en crear vínculos y las relaciones amistuosas practicando el mismo deporte y pasar buenos momentos con deportivos de otros países. El respeto es el respeto por uno mismo por el cuerpo propio, por los otros, por las reglas y regulaciones. Es escuchar y respetar las reglas y respetar a todos sin diferencia entre el género, el color, el origen y la religión, respetar al adversario.

Yo practico dos deportes, el surf y el baile. Surfeo en Royan en la Cuesta Salvaje. Es mi pasión, lo practico todos los fines de semana, lo hago desde 2019 durante una pasantía con mi mejor amigo y desde aquel día el surf es mi pasión. El surf me aportó la calma porque deslizarse sobre las olas me pesaba y cuando me dispuse a subirme a mi tabla todos mis pensamientos se detuvieron y me convertí en uno con la ola. La relación entre los juegos olímpicos y el surf es que el surf es un juego olímpico. El surf me permite sentirme mucho más libre.

Practico también el baile Jazz moderno, el baile contemporáneo. Bailo desde los 3 años, es mi pasión desde antes porque veía mucho bailar a mi hermana que ya lo practicaba. La danza es el arte de expresarse mediante la realización de composiciones coreográficas. Practico el baile en Art et Danse. Como el surf, el baile me hace sentir mucho más libre. El baile me aporta mucho como la cohesión del equipo, crear mucha amistad, enseña respeto y saca lo mejor de mí. La relación entre los juegos olímpicos y el baile es que como los juegos olímpicos los valores son la excelencia, la amistad y el respeto.

Capucine

En 1890, Pierre de Coubertin quiere que el mundo entero haga deporte. Para que el mundo sea mejor desea que el deporte ayude a convivir. Hace falta que las guerras se detengan. Es necesario que haya compañerismo.

El deporte y el Olimpismo pueden ayudar a unir las comunidades y promover competiciones saludables.

Los valores del Olimpismo son los valores de la excelencia, de la amistad y del respeto. La excelencia consiste en dar lo mejor de uno y esforzarse al máximo para alcanzar las metas.

La amistad es el hecho que todos pueden jugar sin diferencias de género, políticas, religiosas, económicas o raciales y se puede forjar amistades con el deporte a pesar de esas diferencias.

El respeto significa saber respetarse a uno mismo y a su cuerpo. Con eso, hay la lucha contra el doping y todas las conductas poco éticas.

Eléanor

① Pierre de Coubertin proponía el concepto del Olimpismo moderno, hay más de ciento veinte años para ayudar a detener las guerras. Los primeros Juegos Olímpicos se han lanzado en mil ochocientos noventa, y definen más claramente la idea del Olimpismo. El Olimpismo combina las cualidades del cuerpo y de la mente especialmente la voluntad y crear un estilo de vida.

② El Olimpismo combina muchos valores como la excelencia que consiste en dar lo mejor de uno para alcanzar sus metas personales, pero también la combinación de cuerpo, de mente y de la voluntad, la amistad que permite superar las diferencias políticas, económicas, de género, raciales o también religiosas, y el respeto por uno mismo, del cuerpo, pero también de los otros, y de las reglas. El respeto se refiere sobre todo al juego limpio y a la lucha contra el doping y todas las conductas poco éticas

③ Practico el tiro deportivo en Cognac desde hace dos años, me gusta mucho este deporte porque me permite dar lo mejor de mí, mejorar la confianza en mí. Creo que el tiro me hizo más feliz y sentir mucho más libre.

Colline

## Los valores del olimpismo

Hace más de 120 años Pierre de Coubertin fundó el movimiento olímpico moderno. Quería transmitir el valor educativo, la responsabilidad social y el respeto por los éticos fundamentales. El deporte, puede ayudar a unir las comunidades, detener las guerras, el deporte puede hacer que el mundo sea mejor.

Los valores del olimpismo son :

La amistad : Los juegos olímpicos inspiran a la gente a superar y forjar amistades.

Excelencia : Dar lo mejor de uno, en el campo de juego y en su vida personal y profesional. Esforzarse al máximo para ganar, la alegría de participar, alcanzar las metas personales y hacer lo mejor en la vida diaria y la saludable combinación de cuerpo, mente y voluntad.

Respeto : El respeto por uno mismo, por los otros, por las reglas y regulaciones. El respeto se refiere al juego limpio.

Practicaba el handball porque me gusta mucho este deporte. Él me permitió ser más libre, ser menos tímido, forjar amistades, tener más confianza en mí, para superarme, la alegría de participar y me enseñó el respeto.

Sasha

## Olimpismo

El olimpismo es un concepto que fue creado hace 128 años, el creador es Pierre de Coubertin.

Coubertin pensaban que es posible crear un mundo mejor a través de los deportes, además, con los deportes es posible unir las comunidades a pesar de las diferencias (sexo, edad, nacionalidad, religión...)

El olimpismo es una manera de detener las guerras y de promover las competiciones saludables sin trampas.

Los valores del olimpismo son variados, pero, tres son muy importantes, la excelencia, la amistad y el respeto.

Primero, la excelencia que se manifiesta en el deporte pero también en la vida personal y profesional, intentar ser la mejor versión de uno mismo, además, de descubrir la alegría de participar y del éxito.

Segundo, la amistad entre nosotros en general, superar las diferencias sean políticas, económicas, de sexo o religioso. Permite crear lazos .

Finalmente, el respeto de uno mismo y de otra en la sociedad, permite el juego limpio y las conductas éticas.

Yo practicaba la esgrima durante 1 año, la práctica de este deporte me aportaba rigor en mi vida personal, también la esgrima me permitió de conocer a nuevas personas. Es una oportunidad para mejorar y adquirir competencias como la paciencia, la solidaridad, la comunicación y otras habilidades físicas.

Sophia

El Olimpismo puede transmitir el valor educativo, la responsabilidad social y el respeto por los principios éticos fundamentales. El deporte sirve para mantener una buena salud, sirve también a tener un modo de vida saludable. El olimpismo se propone crear un estilo de vida basado en la alegría del esfuerzo.

Practico la equitación. Es un deporte mental y también físico.

Este deporte me esfuerza a sobrepasarme porque no puedo tener miedo: los caballos sienten emociones y por lo tanto tienen miedo.

Me hace sentir mejor con mi cuerpo porque montar a caballo fortalece todo mi cuerpo. Me apasiona porque me gusta el contacto con animales. Me aclara la cabeza. Me gusta también el espíritu competitivo durante las competiciones, me gusta concentrarme sólo en el caballo y en mí.

Como practico este deporte desde hace mucho tiempo, la gente de las cuerdas se ha convertido para mí en una segunda familia y el sentimiento de convivencia me hace sentir como en mi casa.

Camille

Pierre de Coubertin, hace 120 años, ha creado el Olimpismo. Quería una buena relación entre los jugadores, sin discriminación.

Los valores del Olimpismo son, primero la excelencia. La excelencia quiere que se destaque lo mejor de uno. Jugar haciendo el máximo esfuerzo que podamos. Y poder sentirse bien física y mentalmente.

A continuación, la amistad, dar lugar a amistades y no prestar atención a diferencias políticas, económicas, no mostrar racismo. Para terminar, el respeto, obviamente hacia uno mismo, de su cuerpo, de las reglas. Sin doping.

Antes de cambiar de región, practicaba un deporte. Este deporte era la esgrima. Me encantaba este deporte. Me consideraba y creo seguir siendo bastante hábil en ella.

Lo que más me gusta de la esgrima es poder moverme y aprender todo el tiempo y disfruto mucho mejorando. Siendo una persona muy competitiva, me encantaba participar en competiciones y ganar. Logré ganar una durante mis cinco años de esgrima, una oficial para mi nivel, y aún conservo esa medalla. Estoy muy orgullosa de mi trayectoria y creo tener un nivel bastante bueno en la esgrima, lo cual me hace feliz.

Nina

### Los valores del olimpismo

Pierre de Coubertin quería mostrar cómo el deporte podía hacer que el mundo sea un lugar mejor, con amistad, compañerismo y un juego limpio (libres de trampas y discriminación). También quería hacer que el mundo sea un lugar mejor a través del deporte.

Practico desde hace un año el volley-ball y me gusta mucho. Como es colectivo, ese deporte me aprendió muchas cosas: jugar en equipo, escuchar a los otros y hacerse un lugar en el equipo. Pero además, me aprendió a ser fuerte mentalmente y todo el tiempo dar lo mejor de mi misma. Ese deporte se relaciona con el olimpismo y sus valores porque hay competiciones entre los dos equipos y tenés que hacer lo mejor que podés para hacer ganar a tu equipo.

Prune

En 1890, Pierre de Coubertin quería que el mundo entero hiciera deporte para que el mundo fuera mejor. Deseaba que el deporte ayudara a convivir.

Los valores del olimpismo son el excelencia, la amistad y el respeto.

La excelencia es mejorarse cada vez más. Es la victoria y apuntar a lo mejor.

La amistad es crear relaciones amistosas practicando el mismo deporte, pasar buenos momentos con deportivos de otros países.

El respeto es escuchar, respetar las reglas, al árbitro y a nuestro adversario.

El deporte que practico es el aikido. Es un arte marcial japonés. Practico el aikido desde hace un año y medio. Ya me ha ayudado mucho, como mi confianza en mí, sentirme mejor con mi cuerpo y aprender a trabajar con las demás. Obviamente me encanta este deporte.

Victor

¿Qué se proponía Pierre de Coubertin ?

Proponía el concepto de olimpismo hace más de 120 años y es el fundador del movimiento olímpico moderno.

Los valores del olimpismo son:

- Excelencia : permite superarse, ganar, mejorarse y de apuntar la victoria.
- Amistad : permite crear relaciones de amistad practicando el mismo deporte, pasar buenos momentos con deportivos de otros países.
- Respeto : escuchar, respetar las reglas, respetar a todos sin diferencia entre el genero, el color, el origen, la religion, etc.

Me gusta mucho el badminton, lo practico todos los miércoles con mis amigos. Me gusta el yudo porque es un deporte individual, pero hay mucho espíritu de equipo, es genial. Desgraciadamente, lo dejé hace tres años. Me gusta también el atletismo, pero lo dejé porque no tenía tiempo. El deporte me aporta muchos amigos, gana confianza en mí y me permite hacer "mens sana in corpore sano".

Morgan

Pierre de Coubertin era el creador de los Juegos Olímpicos modernos en 1896 en Atenas, Grecia. Quería promover la educación física, el juego limpio y la comprensión internacional a través del deporte. Los valores del olimpismo son el respeto, la amistad y la excelencia.

Antes practicaba el fútbol. Este deporte me permitía jugar en colectivo con mi equipo, hacerme amigos. Lo que me gustaba en el fútbol era jugar con mis amigos y relajarme con ellos. También me permitió ser más libre y ahora ayudo a mi hermana y mi primo para que se conviertan en los mejores.

Gaspard

Pierre de Coubertin quería promover la paz, la amistad y la excelencia deportiva a través de los Juegos Olímpicos.

Los 3 valores del olimpismo son:

- la excelencia: dar lo mejor de uno mismo, superarse y buscar constantemente la mejora.
- la amistad: representa la solidaridad entre los atletas de todo el mundo, sin importar su nacionalidad o cultura.
- el respeto: consiste en tratar a los demás atletas, entrenadores, funcionarios y público con consideración y cortesía.

El deporte que practico actualmente es el balonmano. Antes, practicaba diferentes deportes como baile o gimnasia pero ellos no me apasionan como el balonmano. He podido hacer grandes encuentros gracias a mi deporte, unas compañeras de equipo y amigas increíbles. El ambiente en los partidos, ya sea jugando o apoyando a otros equipos es increíble. Jugar al balonmano me hace sentir libre y me ayuda a desconectar.

Bertille

Los valores de lolimpismo y el deporte que practico:

Pierre de Coubertin quería que el mundo sea mejor y se proponía que el olimpismo creara lazos y detener las guerras. Deseaba mostrar como el deporte es importante.

Los valores del olimpismo son el respeto, por los otros y por las reglas. Hay la amistad con los otros deportivos, hay también la excelencia, consiste en dar lo mejor y se trata de esforzarse al máximo para ganar. La alegría de participar es también un valor.

Practico el baile, me hace sentir mucho más libre. Lo practico muy seguido y regularmente. ¡Me apasiona el baile! Lo practico desde hace 5 años.

Louise

En el olimpismo, hay tres valores : la excelencia, la amistad y el respeto.

La excelencia consiste en superarse para alcanzar las metas y ganar. Tienes que dar lo mejor de uno.

La amistad sirve creando amistades con el deporte. Es la convivencia entre deportivos de otro país y otro deporte.

El respeto es muy importante. No podemos crear una competición sin respeto. Los deportivos tienen que respetar las reglas y a los organizadores

Yo practico el baloncesto desde hace diez años. Para mí, el baloncesto no es un deporte, es un lugar donde aprendo la vida, donde yo creo amistades. El baloncesto cambió mi vida. Lo que me gusta en el baloncesto es la técnica para apuntar el balón en el círculo. Gané confianza en mí con el baloncesto. El baloncesto me hizo más trabajador en la escuela y en la vida en general.

Julien

Pierre de Coubertin creó el concepto del Olimpismo hace más de 120 años. El Olimpismo reúne todos los países del mundo para hacer practicar muchos deportes que tienen para meta unir las comunidades, detener las guerras y promueve competiciones saludables libres de trampas y discriminaciones.

Los tres valores del Olimpismo son: la excelencia, la amistad, y el respeto. La excelencia para superarse, ganar, apuntar la victoria y mejorarse cada vez más. La amistad para crear lazos o de relaciones amistosas practicando el mismo deporte pasar buenos momentos con deportivos de otros países y amistad entre comunidades o entre diferentes nacionalidades y el respeto para escuchar, respetar las reglas y al árbitro, respetar a todos sin diferencia entre el género, el color, el origen, la región y respetar al adversario.

El deporte que practico es voleibol, es un deporte que me alegra y me hace olvidar todos mis pensamientos. El voleibol se relaciona con el Olimpismo porque reúne los tres valores del Olimpismo: “la excelencia” para siempre hacer lo mejor que puedes para ganar, “la amistad” para el trabajo en equipo y “el respeto” para respetar al árbitro y a los oponentes.

Hélyna

El olimpismo es un movimiento que promueve los valores de excelencia, amistad y respeto a través de ldeporte. Fueron revividos por Pierre de Coubertin en 1894. Los Juegos Olímpicos modernos se celebran cada cuatro años y reúnen a atletas de todo el mundo en unacompetición pacífica. Además del deporte, el Olimpismo promueve la educación, la cultura y el desarrollo integra ldel individuo. Es un símbolo de unidad y cooperación entre naciones y busca promover un mundo mejor a través del espíritu olímpico.

Melvyn

Para Pierre de Coubertin, el deporte sirve para mantener una buena salud y tener un modo de vida saludable. Pierre de Coubertin se propone crear un estilo de vida basado en la alegría del esfuerzo.

El deporte permite sobrepasarse y puede ayudar a unir las comunidades. Los valores fundamentales del olimpismo son excelencia, amistad y respeto.

Mi deporte es el atletismo. Me permite pensar en otras cosas, liberar energía haciendo lo que amo y ganar confianza en mí. Los valores del atletismo incluyen disciplina, perseverancia, respeto, solidaridad y excelencia.

Maylie

Para Pierre de Coubertin el deporte ayudaba a mantener una buena salud.

El olimpismo se propone crear un estilo de vida basado en la alegría del esfuerzo.

Puede transmitir el valor educativo, la responsabilidad social y el respeto por los principios éticos fundamentales.

El Olimpismo tiene tres valores :

Primero hay la excelencia que consiste en dar lo mejor de uno, en esforzarse al máximo para ganar.

Y luego hay la amistad y el respeto.

Para terminar, yo hago baile, es un deporte que me aporta mucho y tiene muchas cualidades para mí, me permite tener más confianza en mí misma para ser libre y es un deporte que me apasiona.

Lina

Hoy voy a hablar sobre el deporte del atletismo, es un deporte que practicaba durante 4 años, incluso le transmití esta vieja pasión a un amigo y lo hicimos juntos después.

Ganamos medallas, copas y realmente nos apasionaba este deporte.

Me gustaba mucho correr, me relajaba.

Me encantó practicar. Pero sobre todo, me gustaba ganar.

Aunque ya no compito, el atletismo sigue siendo una parte fundamental de mi vida, enseñándome lecciones de perseverancia y superación personal que aplico en cada aspecto de mi día a día.

Incluso cuando mis piernas ardían y sentía que ya no podía seguir adelante, me decía a mí misma "¡vamos, solo un poco más!" y me esforzaba por dar lo mejor de mí misma, ¡y me encantaba hacerlo, darme pequeños desafíos !

Léane

Pierre Coubertin es el fundador del Olimpismo hace 120 años. Ha creado el Olimpismo para unir los diferentes países y practicar los diferentes deportes en un país. El deporte podía ayudar a detener las guerras y promover competiciones saludables libres de trampas y discriminación. Combina un juego armónico, las cualidades del cuerpo la cultura y la formación del deporte y el respeto por los principios éticos fundamentales universales.

Práctico aikido es un deporte de lucha, es un deporte que fue creado entre 1929 y 1969, es un artemarcial. Allí aprendemos muchas técnicas de combate. Practicamos los diferentes sables. Eso me aporta mucho, puedo tranquilizarme sobre los otros. Este deporte me ayuda a abrirme. Los puntos comunes entre mi deporte y el Olimpismo son : respeto a los otros, no hacerles daño, un modo de vida saludable, Puedes transmitir el valor por los principios éticos fundamentales, respetar las reglas y las leyes.

Faustine

Los valores del olimpismo son exelencia amistad y respeto. Practico el ultimate, me aporta la libertad y los valores del deporte, la amistad, los encuentros que hago. Me gusta mucho este deporte por el respeto en el campo como el juego-limpio con los jugadores y la exelencia que es superarse y hacer lo mejor, me gusta la competitividad.

El olimpismo fue creado hace más de 120 años por Pierre de Coubertin. Era el fundador del Movimiento Olimpico moderno porque era apasionado de hacer que el mundo sea mejor a través del deporte. Creó todo esto con objetivo de un mundo mejor, limitar las guerras y las injusticias. Mientras planificaba los juegos Olimpicos, se conoce la carta olimpica, evoca la voluntad y el espíritu. Se propone basar la vida en la alegría y el esfuerzo. También se mencionó la responsabilidad social.

Lilly

El olimpismo tiene tres valores. Estos tres valores son la amistad, el respeto y la excelencia. Los deportistas deben respetarse entre sí y también respetar las reglas y al árbitro. Los deportistas que están en el mismo equipo deben ser amigos y entre equipo contrario siempre deben tener respeto. También deben hacer todo lo posible para ganar.

Practico natación pero no en club. Elegí este deporte porque es relajante para mí y también porque es uno de los únicos deportes que me gustan. Solo lo practico para mi placer y no compito. La natación me permite descansar después de un día y estar sola conmigo misma para poder pensar. Gracias a este deporte tengo mejor resistencia y aliento.

Al principio había empezado este deporte por un medicamento que me hacía ganar peso. Así que decidí nadar porque me gusta nadar desde siempre y no quería estar en un club. Así que fue la mejor opción para mí, porque logré ser más paciente y tranquila.

Claire

¡¡Hola a Todos Mis AMIGOOOOS !!



Hoy en el Periódico hablaremos sobre el deporte y los valores de los Juegos Olímpicos. Nos centraremos en particular en el fútbol y su lugar en los Juegos Olímpicos

Primero, Pierre de pensaba que el deporte ayudaba a unir a las comunidades y detener las guerras. El olimpismo implora los valores de la amistad, el respeto y la excelencia.

Juego al fútbol muchas veces en la semana: casi todos los días en el colegio una o dos horas. Me encanta este deporte porque también lo juego con amigos y conozco a gente, de hecho este año conocí a mucha gente a través del fútbol.

También juego baloncesto, este deporte es parte de la mitad de mi vida ya que lo practiqué durante 7 años, este deporte me dio mucha vocación y estoy orgulloso de ello, es gracias a él que aprecio este deporte desde pequeño.

Yann

En 1890, Pierre Coubertin quiere que el mundo entero haga deporte para que el mundo sea mejor.

Los tres valores son la excelencia, es importante alcanzar las metas personales y esforzarse al máximo para ganar. El respeto es esencial para fomentar un ambiente de juego limpio y equitativo. La amistad permite, crear lazos y amistades a pesar de nuestras diferencias.

Practico el baile desde mis 8 años. Para mí el baile es más que un simple deporte, me permite entablar amistades, ganar confianza en mí misma esforzándome al máximo de mis capacidades. Bailar me permite expresarme y escaparme mientras me divierto.

Juliette

