



## Olympiade antique au collège René-Caillié

publié le 02/05/2022

Mercredi 30 avril, dans le cadre du PEAC1 intitulé « Mens sana in corpore sano2 » nos deux classes de 3e E et H ont participé à une initiation aux épreuves olympiques de l'Antiquité.

### Sommaire :

- Le lancer
- La course
- Les sports de combat
- L'olympiade

Ce PEAC a donné lieu toute l'année à des apprentissages en français, en arts plastiques, en grec et en latin, sur le thème du sport en général et sur l'origine des JO antiques.

L'association ACTA est spécialisée dans l'histoire des sports. Deux animateurs d'ACTA, à la fois sportifs et scientifiques, nous ont initiés aux épreuves des premiers JO, datant de 776 av. J.-C., qui se tenaient en Grèce, à Olympie. Si ces sports existent toujours aujourd'hui, dans l'Antiquité, ils se pratiquaient souvent de façon différente.

### ● Le lancer

Durant les jeux olympiques de l'Antiquité, il existait trois types de lancers :

le lancer de disque, le lancer de javelot et le lancer de soi-même (ἑαυτον βάλλειν : eauton ballein). Ces trois lancers sont des épreuves du pentathlon, qui en compte cinq, avec, en plus des trois lancers, la course et la lutte. Il faut trois victoires dans trois épreuves différentes pour gagner le pentathlon, les cinq épreuves n'ayant donc pas toutes obligatoirement lieu. L'une des spécificités de ces lancers est que, durant l'Antiquité, aucun sport n'était pratiqué avec élan.

Les disques de l'Antiquité étaient généralement en bronze et pesaient environ 5 kg. Grâce aux œuvres que l'Antiquité nous a laissées, telles que les vases grecs, les mosaïques, les œuvres littéraires... nous connaissons (entre autres) les positions adoptées par les discoboles pour leurs lancers.



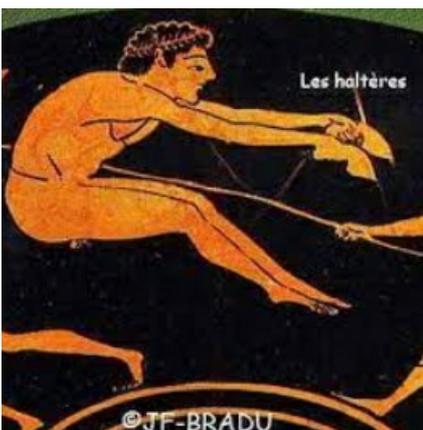
#### ○ Voici la position du Discobole.

Nous n'avons pas pu essayer de lancer le disque car il n'y en avait qu'un seul. Nous avons donc simplement assisté à une démonstration. Ceci est certainement le seul bémol de cette activité.

#### ○ Le javelot de l'Antiquité était fait en un bois très léger et vide, généralement en sureau. Pour l'activité, nous avons utilisé du bambou.

De plus, les stades faisaient environ 200m sur 30m. En conséquence et afin de ne pas lancer les javelots dans les gradins, les lanceurs utilisaient des propulseurs. Ce sont des lacets de cuir formant une boucle en leur bout, qui permettaient de maintenir le tir droit. Il nous a été expliqué qu'afin de bien lancer, il fallait garder le bras bien tendu en arrière, puis lancer le javelot le plus loin possible et ne surtout pas lâcher le propulseur. (Dans ce cas, le tir ne sera pas compté).

Cette fois ci, nous avons pu nous exercer, seulement une fois chacun malheureusement, car nous n'avions que deux javelots à notre disposition.



Le lancer de soi-même n'est autre que le saut en longueur. Pendant l'Antiquité, cette épreuve se pratiquait avec des haltères dans chaque main afin de propulser son corps en avant et d'atteindre une distance maximale en cinq sauts. Le record de l'Antiquité est de 16,28 m effectuée par Phayllos au Ve siècle avant J-C.

Les haltères étaient en plomb et avaient des poids compris entre 1,6 et 4,6 kilos.

Nous avons essayé de reproduire la même chose mais avec des haltères moins lourds. Nous avons fait un record d'environ 11,5m.



## ● La course

○ A Olympie, le stade, que nous pouvons toujours admirer aujourd'hui, était rectangulaire et mesurait 192,27 m de long.

Il y avait plusieurs types de courses : le dromos δρόμος, qui faisait un aller simple sur le stade, et le dolichos δόλιχος, qui mesurait deux stades, avec un demi-tour en bout de stade. Pendant cette course, les athlètes faisaient un aller-retour, et pour effectuer le demi-tour, ils devaient tourner autour d'un poteau, vers la droite. Les coureurs pouvaient bousculer et pousser leurs adversaires, ce qui était avantageux pour eux. Ils partaient pieds joints « poda para poda » ποδὰ παρὰ ποδᾶ à partir d'une ligne et « apite » ἄπιτε était le signal de départ. Ils pratiquaient ce sport – comme tous les autres – nus. En revanche, nous, nous étions habillés ! Sur une petite distance, nous devons courir le plus rapidement possible et, au moment où il fallait faire demi-tour, nous devons ralentir notre vitesse pour ne pas perdre trop de temps.

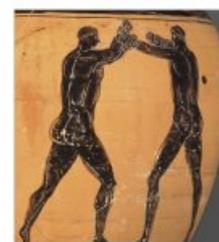


## ● Les sports de combat

○ A Olympie, il existait trois sports de combat : la lutte, le pugilat, ancêtre de la boxe, et le pancrace, où tous les coups étaient permis. Nous nous sommes essayés au pugilat.



Tout d'abord, l'animateur nous a montré une reconstitution de ce à quoi ressemblait un gant de boxe dans l'Antiquité (un ceste), ce qui nous a beaucoup surpris. En effet, ces gants ne protégeaient que les phalanges, ne couvrant rien d'autre. Ensuite, nous avons appris les bases en matière de garde pour garder une distance entre eux et leur adversaire. « Apite » ! Nous nous mettons en garde. Par la suite, nous frappons à l'aide de techniques antiques comme le « sagittaire », le « marteau » et le « fendant ». Les combats ont entraîné un plus grand enthousiasme de notre part que les entraînements et cela s'est senti ! Sans pourtant être violents, nous avons apprécié ces simulations de combats avec nos camarades, dans la joie et la bonne humeur.



## ● L'olympiade

○ En quatrième et dernière heure de la matinée, nous avons mis en pratique nos connaissances, et avons affronté les camarades de la classe adverse, lors de ce que l'on appelle une « olympiade », une compétition.

Lors de cette olympiade, nous avons pratiqué le lancer (de soi et de javelot) et la course du dolichos.

Tout d'abord, les garçons ont commencé par le « lancer de soi-même » ou saut en longueur. Kyliann est arrivé le plus loin, au bout de ses quatre sauts, entraîné par les haltères. Chez les filles, c'est Mathilde qui a gagné.

Ensuite, il y a eu un affrontement au lancer de javelot. Après un duel acharné entre Atlanta et Rémi, c'est ce dernier qui l'a emporté. Chez les filles, Chloé est la grande gagnante.

Enfin, cette olympiade s'acheva par l'épreuve de course, opposant jusqu'à quatre participants par course. Les « bagarres » au moment du demi-tour ont fait rage. Nos athlètes Kyliann et Mathilde ont de nouveau remporté la palme.

Nous avons trouvé cette olympiade entre nos deux classes très agréable. L'ambiance était très conviviale et sans animosité entre les élèves. Bonne entente, encouragements et fair-play étaient au rendez-vous.

Nous avons interviewé des élèves de 3e E : « J'ai beaucoup aimé cette initiation qui nous a aéré l'esprit avant la période du brevet blanc », a affirmé Suzanne. « Même si j'avais des a priori, me battre pour de faux avec mes camarades était très drôle » ajoute Marius.

Nous remercions les enseignants, et notamment les professionnels qualifiés dans leur domaine, pour nous avoir initiés aux sports de l'Antiquité, et ainsi, nous instruire et nous divertir.



Les élèves de 3<sup>e</sup> E et de 3<sup>e</sup> H

1. P.E.A.C : parcours éducatif artistique et culturel (pouvant être choisi pour l'épreuve orale du D.N.B.)
2. « Un esprit en bonne santé dans un corps en bonne santé »