Projet Jeux Olympiques

La mission des spécial Olympics :

- *« Changer la vie des personnes ayant un handicap mental grâce au sport ».*
- *« Favoriser l'intégration sociale des personnes ayant un handicap mental par le sport ».*

Les Special Olympics ont pour mission de mettre le sport à la portée de toute personne ayant un handicap mental et offre à chacun, selon ses capacités, la chance de s'entraîner et de participer à des compétitions.

Faire du sport avec les "Special Olympics" a une influence positive sur la confiance en soi ; et ceci sur le terrain, mais aussi en-dehors.

Par le sport, les personnes ayant un handicap mental apprennent à se mesurer aux autres. Ils découvrent le plaisir du sport et le sentiment de satisfaction après l'effort. Les athlètes rentrent à la maison avec de nouvelles amitiés.

Les activités sportives et les compétitions des Special Olympics sont ouvertes à tout athlète ayant un handicap mental à partir de 8 ans, qui s'entraîne régulièrement dans un sport adapté à son niveau.

Les Special Olympics sont l'équivalent de jeux olympiques. Le respect des règlements du différent sport y est en vigueur durant toute la durée des épreuves.

La période des jeux est plus courte (4 jours). Il y a une cérémonie d'ouverture et de clôture avec « la fameuse » flamme olympique. Les compétitions peuvent durer le temps d'une épreuve et la médaille est remise tout de suite après celle-ci ou la compétition a lieu sur trois jours (exemples : les tournois comme au bowling et au tennis de table) et la médaille est alors remise le samedi en début d'après-midi.

Les Special Olympics Belgium ont toujours lieu durant la semaine où il y a le jeudi de l'ascension. L'ouverture se déroule le mercredi soir et la clôture le samedi soir. Il y a donc des compétitions du jeudi matin au samedi midi. Il y a une alternance pour les villes choisies ; Une année sur deux les Special Olympics ont lieu à Bruxelles et l'autre année une fois du côté flamand et une autre fois du côté francophone.

Les Special Olympics Belgium ont lieu chaque année au mois de mai. (Jeux d'été uniquement) Les Jeux Européens Special Olympics sont normalement organisés tous les 4 ans. (Jeux d'été uniquement)

Les Jeux Mondiaux Special Olympics ont lieu tous les 2 ans, en alternant les Jeux d'Été et les Jeux d'Hiver.

Les jeux proposés :

Activité motrice - Jeux sportifs	Activité physique adaptée	Athlétisme	Badminton	Basketball
Bocce	Bowling	Cyclisme	Equitation	Floor hockey
Floorball	Football	Gymnastique	Judo	Netball
Raquette	Ski alpin	Ski de fond	Snowboard	Tennis
Tennis de table	Triathlon	Voile		

Dans la suite de ce projet, je parlerai surtout des Spécial Olympics Belgium qui nous concernent principalement.

Divisioning :

Chaque début septembre nous devons faire une demande de quota pour les disciplines dont nous souhaitons faire participer nos athlètes. Il n'y a pas d'épreuve de qualification. Le nombre d'athlètes sélectionnés dépend des disciplines et du quota d'athlètes de l'année précédente. Nous gagnons des places au fur et à mesure de nos participations et de notre sérieux dans le remplissage des documents. Les compétitions sont structurées de telle façon que les sportifs d'un groupe de performance ne se mesurent que contre des sportifs d'un niveau comparable. La composition des groupes de performances (divisioning) se fait sur la base des meilleurs résultats communiqués (skill tests). Un classement est établi pour chaque groupe par niveau de capacité, par catégories d'âge et par sexe. A l'intérieur d'un groupe, les différences de résultats ne doivent pas dépasser 20 % (indicatif). Ces groupes doivent se composer au minimum de 3 et au maximum de 8 sportifs.

Le coaching :

Les Special Olympics proposent aux coachs des lignes directrices et des guides en ce qui concerne l'entraînement des athlètes. Il existe un règlement pour chaque discipline. Un coach peut s'occuper lors d'entraînements où lors des Special Olympics de plusieurs athlètes et ou de plusieurs disciplines dans la mesure où les horaires des compétitions le permettent.

Parcours du club :

Nous sommes inscrits aux Special Olympics depuis l'année 2012. Au début le club « Au Petit Bonheur » participait aux Special Olympics dans les disciplines suivantes : tennis de table, athlétisme, natation et cyclisme.
Au fil d'années le quota des athlètes a pu augmenter et les demandes des athlètes du « Petit Bonheur » ont changé. Depuis deux ans ou trois ans les disciplines demandées sont le bowling, le tennis de table, la natation et les activités physiques adaptées.
Depuis notre première participation, nos résidents dit « athlètes » ont ramené fièrement des médailles dans les disciplines suivantes :

- La natation : 1 médaille d'or, 2 médailles de bronze
- Bowling : 1 médaille d'or
- Athlétisme : 1médaille de bronze, 1 médaille d'argent
- Cyclisme : 1 médaille d'or,1 médaille d'argent, 1 médaille de bronze
- APA : à titre indicatif : 2 ème place et 3 ème place au sprint. (Car ils reçoivent tous la même médaille)

Tous les athlètes reçoivent une médaille.

Objectifs :

- Faire du sport
- Se dépasser dans ses capacités
- Endurance
- Précision
- Valorisation
- Appartenance à un groupe.
- Représenter son club.
- Respecter un règlement et des consignes
- S'engager pour une période d'un an à tous les entraînements concernant la discipline choisie.
- S'améliorer par rapport à l'année précédente (si il y a déjà eu une participation)
- Bien-être
- Socialisation
- Respect des autres
- Gérer ses émotions

Les plus :

Les Special Olympics, toute une histoire, des implications très intenses remplies d'émotions, d'engagements pendant un an ; (et puis on recommence...). Les athlètes qui sont inscrits sont remplis de fierté mais éprouvent comme tout sportif de championnat, des jeux Olympics, et autres compétitions des sentiments de stress, de joie, de reconnaissance,

Les Special Olympics ont une place très importante.

Tout le foyer est en effervescence pour préparer des panneaux et des calicots pour soutenir les athlètes participant au Special Olympics. Des liens se créent entre les coachs et les résidents car ils ont ensemble des entraînements très réguliers.

Au Special Olympics on partage avec eux leur peine, leur joie, la remise des médailles est un des plus beaux moments remplis d'émotion pour tout le monde : athlètes, coachs et la famille venus les encourager. Il faut le vivre pour se rendre compte des émotions vécus tout au long de l'année.