

La politesse

C'est le respect
d'autrui

La modestie

Parler de soi-même
sans orgueil

Le courage

C'est faire
ce qui est juste

La respect

Sans respect,
aucune confiance
ne peut naître

La sincérité

S'exprimer sans déguiser
sa pensée

Le contrôle de soi

Savoir se taire
lorsque monte la colère

L'honneur

Être fidèle
à la parole donner

L'amitié

C'est le plus pur
des sentiments humains



F.F. KARATÉ
et disciplines associées

Code Moral

空
手
道

COURAGE

Force morale face aux épreuves,
au danger et à la souffrance.

AMITIÉ

Sentiment humain qui unifie les groupes.

SINCERITE

Qualité d'une personne qui s'exprime
sans déguiser ses émotions et ses pensées.

HONNEUR

Devoir de respecter ses paroles
et ses engagements.
Faire preuve de dignité morale.

MODESTIE

Qualité d'une personne modérée
dans l'appréciation qu'elle a d'elle-même.

RESPECT

Manière de traiter les personnes
et les choses avec déférence.

CONTROLE DE SOI

Capacité à rester calme et lucide
quand monte la colère.

POLITESSE

Ensemble de règles de savoir-vivre en société
et de courtoisie envers les autres.

HUMILITE

Une attitude par laquelle on ne se met
pas au-dessus des autres.

Le corps, la technique, l'esprit et ces valeurs
morales construisent le Budoka de demain.



Les valeurs

Le football affirme des valeurs morales et éthiques. Les joueurs s'engagent à s'y conformer, qu'ils soient joueurs amateurs ou professionnels. Les spectateurs également.

Respect : S'écouter les uns et les autres, prendre soin du matériel et accepter les règles.

Tolérance : Accepter les différences, les décisions et les éventuelles erreurs d'arbitrage.

Solidarité : Être soudé ; s'encourager les uns et les autres.

Fair-play : Se comporter avec élégance, ne pas contester les décisions de l'arbitre, relever un joueur à terre. S'applique également aux spectateurs : ne pas siffler ni l'arbitre, ni les joueurs.

Lutte contre le racisme : Ne pas stigmatiser quelqu'un en fonction de sa couleur de peau. Pour lutter contre le racisme, en Ligue des champions ou en ligue Europa, le brassard des capitaines des équipes est orné de la phrase « No to racism » ou « respect ». L'UEFA, l'union du football européen, a adopté cette mesure en 2011.



Le 31 mai 2020, Marcus Thuram, attaquant français du Borussia Mönchengladbach, a mis un genou à terre pour célébrer son but en hommage à George Floyd, un Afro-Américain de 46 ans, décédé après son arrestation le 25 mai à Minneapolis aux États-Unis. | MARTIN MEISSNER / REUTERS...

Lutte contre la violence des spectateurs : Les stades sont parfois les lieux de débordements de violence. Plusieurs mesures ont été prises pour les empêcher :

interdictions de stade pour les hooligans (auteur d'actes de violence ou de vandalisme dans et autour des stades), renforcement de la sécurité, rédaction d'un code de conduite au stade... Mais la sécurité est l'affaire de tous. Chacun doit se sentir concerné. C'est tous ensemble qu'il faut lutter contre la violence qui n'a pas sa place, ni dans les stades, ni ailleurs.

LES TROIS VALEURS DE L'OLYMPISME

Les trois valeurs fondamentales de cette philosophie sont :

L'Amitié, le Respect et l'Excellence.

Chacune de ces valeurs se reflète dans les symboles du Mouvement Olympique.

La devise olympique, Citius, Altius, Fortius, promeut la valeur de l'excellence, encourageant les athlètes à toujours se dépasser. (plus vite, plus haut, plus fort)

La flamme olympique qui traverse en relais de nombreux pays à travers le monde symbolise l'amitié entre les peuples.

Les anneaux olympiques représentent le respect, unissant sans aucune discrimination toutes les nations et les continents dans la paix.

Les valeurs olympiques ne s'appliquent pas uniquement aux événements sportifs d'élite. Il s'agit d'une philosophie qui transcende toutes les frontières : dans le sport, à l'école, à la maison, au travail, ...

Ces valeurs peuvent être véhiculées dans tous les aspects de notre vie quotidienne.

Ces valeurs de l'Olympisme s'insèrent également dans le cadre du droit aux loisirs, au sport, et à la culture, tel que défini par la Convention internationale des droits de l'enfant (CIDE).

L'article 31 explique que "L'enfant a le droit au repos et aux loisirs, de se livrer au jeu et aux activités récréatives propres à son âge et de participer librement à la vie culturelle et artistique".

La Convention internationale des droits de l'enfant (CIDE), adoptée par les Nations Unies le 20 novembre 1989, protège les droits des enfants. Il s'agit d'un ensemble de normes de base qui, une fois ratifiées par un pays, deviennent juridiquement contraignantes.

La France, ainsi que 195 autres pays, a ratifié la CIDE faisant ainsi de cette convention le traité sur les droits humains le plus ratifié au monde.

1 -L'amitié est une valeur olympique prônant le rassemblement des athlètes du monde entier dans le cadre d'une compétition pacifique et amicale : les Jeux Olympiques et Paralympiques.

L'amitié permet de surmonter les barrières, en encourageant les individus à passer outre leurs différences visibles et à célébrer leurs similitudes.

Elle promeut des actes de solidarité, de paix et la compréhension de l'autre.

Elle est essentielle entre les coéquipiers mais aussi à l'égard des adversaires, car c'est à partir de l'appréciation et de la compréhension des efforts déployés ensemble pour atteindre des records que naissent le soutien, l'encouragement et la solidarité.

L'amitié est quelque chose d'indispensable pour tous au quotidien. Les enfants grandissent et se développent : de personnes centrées sur elles-mêmes, ils deviennent des êtres qui accomplissent des choses en collectivité et qui interagissent avec autrui.

La distinction est importante, car elle souligne le fait que l'amitié et les interactions sociales se construisent et évoluent.

Apprendre à s'entendre avec les autres, à partager et à négocier est une notion essentielle. Le vivre-ensemble dans une société, à l'école, au travail se développe à partir des identités de chaque individu, chaque citoyen, vivant dans un environnement réglementé.

Accepter l'autre tel qu'il est, se nourrir des différences d'autrui nous enrichit mutuellement et ouvre notre regard et notre esprit au monde qui nous entoure.

2 -Le respect est au cœur de la dynamique olympique. Cette valeur englobe le respect de soi, des autres, des règles et de l'environnement.

Le respect est une notion essentielle à la base de l'amitié, du fair-play et de l'esprit d'équipe.

Le respect nous permet d'agir et d'interagir sans impact négatif sur les autres, sur nous-même et sur notre environnement. Le respect est une des valeurs les plus fondamentales de l'humanité.

Le respect est présent dans le monde entier, en droit, dans notre éducation, dans nos croyances.

Se respecter soi-même, respecter les autres et son environnement sont des principes qui vont bien au-delà du sport.

Prendre conscience des conséquences de nos actions, bonnes ou mauvaises, est une étape importante pour notre développement et pour notre rôle dans la société : être conscient, par exemple, que si l'on abat un arbre, nous empêchons à d'autres de profiter de son ombre ou de ses fruits (respect de son environnement), anticiper le fait que l'on peut vexer, blesser quelqu'un en refusant de jouer avec lui (respect des autres), savoir qu'il faut adopter une alimentation équilibrée, se reposer, pratiquer une activité physique régulière, et avoir soif de nouvelles connaissances pour favoriser son développement personnel (respect de soi).

3 -L'excellence consiste à donner le meilleur de soi-même.

Les athlètes se présentent aux Jeux Olympiques et Paralympiques comme des représentants du plus haut niveau de leur sport. Il ne s'agit pas uniquement de gagner la médaille d'or mais d'une motivation interne pour atteindre de nouveaux records personnels et ressentir la joie issue de l'effort et de la volonté de se dépasser.

La participation est essentielle. Ce sont les petites étapes, le progrès et l'amélioration continue, transformant le novice en expert, qui façonnent l'excellence. Elle est le fruit de la détermination, du goût de l'effort et de la persévérance, de même que d'une vie saine et équilibrée.

L'excellence, dans la vie quotidienne, est l'idée d'atteindre un but, de parvenir à un objectif que je me suis, que l'on m'a ou que nous nous sommes fixés.

Pour les enfants, ce but peut être l'apprentissage de l'alphabet, des tables de multiplication ou la lecture d'un livre.

Certains de ces buts peuvent avoir été décidés parce que les enfants souhaitent progresser dans un domaine ou parce qu'ils sont nécessaires à la poursuite d'un autre objectif (son éducation par exemple). D'autres enfants peuvent souhaiter atteindre un but simplement parce qu'ils prennent du plaisir dans l'activité en tant que telle, ou parce qu'ils souhaitent s'amuser.

L'excellence ne signifie pas toujours être le meilleur, c'est apprécier ce que l'on fait, être motivé pour le faire et essayer de s'améliorer, de se dépasser. L'excellence ne doit pas être uniquement envisagée comme une démarche individuelle, solitaire. Dans une équipe sportive, dans une famille, dans un groupe d'amis, nous devons parfois relever des défis collectifs, nous nous fixons un objectif commun à atteindre. L'implication de chacun et la collaboration entre chaque individu (avec une stratégie collective partagée) sont 2 dimensions essentielles pour l'atteinte de ce but.

Le symbole paralympique

Le symbole des Jeux paralympiques est composé de trois « agitos », respectivement rouge, bleu et vert, s'encerclant sur un fond blanc

. Chaque agito (ce qui en latin signifie « je bouge ») symbolise le mouvement en formant ensemble une figure ressemblant à un croissant. Cela représente les trois couleurs les plus largement représentées dans les drapeaux nationaux du monde entier : bleu, rouge et vert.

La devise des Jeux Paralympiques est « l'esprit, le corps et l'âme » mais aussi « citius, altius, fortius », la même que celle des Jeux Olympiques (plus vite, plus haut, plus fort)

Le symbole olympique

Le symbole olympique, communément appelé « anneaux olympiques » à travers le monde, est pour des milliards d'individus l'ambassadeur visuel de l'Olympisme.

Conçus à partir d'un dessin original de Pierre de Coubertin, les anneaux olympiques demeurent aujourd'hui une représentation globale du Mouvement olympique et de son activité.

Définition :

"Le symbole olympique se compose de cinq anneaux entrelacés de dimensions égales (les anneaux olympiques), employés seuls, en une ou cinq couleurs.

Les couleurs sont, de gauche à droite, le bleu, le jaune, le noir, le vert et le rouge. Les anneaux sont entrelacés de gauche à droite ; l'anneau bleu, le noir et le rouge se trouvent en haut, le jaune et le vert en bas, conformément à la reproduction graphique ci-après."

(Charte olympique, Règle 8)

Signification : "Le symbole olympique exprime l'activité du Mouvement olympique et représente l'union des cinq continents et la rencontre des athlètes du monde entier aux Jeux Olympiques"

(Charte olympique, Règle 8)