

O  
c  
t  
o  
b  
r  
e  
  
2  
0  
2  
4



# Tu l'as dit Sadi...

## NUMERO SPECIAL

### La journée d'intégration à Olhain

## *Ou quand les lycéens s'en mêlent...*



**Lycée Carnot**  
PERSPECTIVES SUR L'AVENIR

Pour sa traditionnelle journée d'intégration, la **section sportive Judo** du lycée a pris, **le jeudi 26 septembre 2024**, la direction du parc départemental d'Olhain. Deux journalistes de « Tu l'as dit Sadi » ont accompagné les élèves pour vous raconter !

## Quelle journée !

**Le 26 septembre 2024** nous nous sommes rendus **au parc départemental d'Olhain** pour la **traditionnelle journée d'intégration** de la **section sportive judo** du lycée.

Cela fait en effet plusieurs années que les élèves du lycée retrouvent la section sportive judo du collège les Dentelliers de Calais pour pratiquer ensemble des activités sportives et relever quelques défis !

Cette année tout avait une saveur particulière car c'est la dernière année avant la retraite de la célèbre coach Marie Laure Philipps, la professeur de Judo de notre établissement :)

Deux journalistes de « Tu l'as dit Sadi » ont suivi le groupe pour vous raconter cette journée bien remplie !

Au programme de la matinée, un petit tour dans les célèbres filets .. L'occasion pour le groupe de participer à un tournoi de volley et à un tournoi de football, le tout suspendu dans le vide :). Un concept original qui a lancé la journée sur des chapeaux de roue !

Vers midi, place à la restauration. Malgré le temps incertain tout le monde a pu sereinement profiter du pique-nique avant de rejoindre un endroit abrité pour préparer un jeu de rôle : il s'agissait de retracer en quelques minutes l'évolution d'un judoka de ses débuts à sa vie de professionnelle. Chaque groupe, composé de lycéens et de collégiens, s'est donc mis d'accord pour proposer une interprétation. Puis le jury a voté pour la meilleure prestation.

Reportage réalisé par  
**Camille Lambert** et  
**Lily Raevesteyn**



## Les gagnants de la journée

**Janisse Masondahi**  
**Téo Legrand**  
**Matéo Gallet**  
**Alexis Cardon**

Pour terminer la journée direction la tyrolienne pour une séance émotions fortes !

Ce fut donc une belle journée qui a permis de créer des liens et de partager de bons moments :)

# LE SAVIEZ-VOUS ?



## La section sportive Judo

Il existe au lycée une section sportive dédiée à la pratique du Judo.

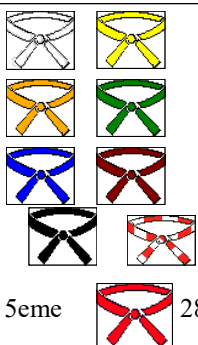
Cette année elle compte **25 élèves**: des secondes, des premières et des terminales . Certains ont déjà une ceinture noire mais d'autres sont au début de leur formation. Les élèves peuvent passer les grades au lycée s'ils ne sont pas membres d'un club.

La pratique sportive s'effectue en 2 séquences hebdomadaires. Les séances se déroulent dans la salle de sport du lycée (dojo) équipée pour le judo.

Elles sont encadrées par un enseignant d'EPS titulaire du DEJEPS mention Judo Ju jitsu **Mme Philipps**.

## Les grades

**Ceinture blanche** : à partir de 4 ans  
**Ceinture jaune** : à partir de 8 ans  
**Ceinture orange** : à partir de 10 ans  
**Ceinture verte** : à partir de 12 ans  
**Ceinture bleue** : à partir de 13 ans  
**Ceinture marron** : à partir de 14 ans  
**Ceinture noire** : 1er dan 15 ans, 2eme 17 ans, 3eme 20 ans, 4eme 24 ans et 5eme 28 ans.  
**Ceinture rouge et blanche** : du 6eme au 8eme dan  
**Ceinture rouge** : 9e ,10ème et 11ème dan.



Un seul français a réussi à atteindre le grade de ceinture rouge 10eme dan, il s'agit d'**Henry Courtine**, né en 1930 . Notre champion **Teddy Riner** est ceinture noire 6ème Dan. **David Douillet** est quant à lui devenu le plus jeune 8ème Dan de France

## Les valeurs morales du Judo

- La politesse**: le respect d'autrui  
**Le courage** : faire ce qui est juste  
**La sincérité** : s'exprimer sans déguiser sa pensée  
**L'honneur** : être fidèle à la parole donnée  
**La modestie** : parler de soi-même sans orgueil  
**Le respect** : sans respect aucune confiance ne peut naître  
**Le contrôle de soi** : c'est savoir se taire lorsque monte la colère  
**L'amitié** : le plus pur des sentiments humains



## Le judo aux JO 2024 Teddy Riner...

Il a remporté **sa troisième médaille d'or** olympique chez les lourds en battant en finale le champion du monde en titre, le Coréen Minjong Kim, par ippon . Il devient le judoka le plus titré de l'histoire de son sport.

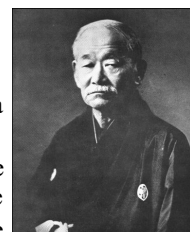


## Le fondateur du judo

**Jigoro Kano** naît au XIXème siècle. Il est celui qui a bâti une théorie qu'il nomme JUDO (la voie de la souplesse) au lieu du JU-JITSU (la technique de la souplesse)

En 1882 il crée sa propre école de judo à Tokyo qu'il nomme le **Kodokan**. Son école relève de nombreux défis venant des autres écoles, mais le triomphe de ses champions lui procure une grande renommée . L'un des plus fameux champions du Kodokan était **Shino Saïgo** (surnommé le chat), il est doué d'une extraordinaire souplesse et d'un don pour l'équilibre, il demeure invaincu. Ses disciples sont tous aussi passionnés que lui

Il fait plusieurs voyages en Europe et est le premier japonais à être élu en 1909 membre du comité international olympique. **En 1938**, au Caire, il propose lors de la réunion du Comité Olympique International de faire admettre le Judo aux J.O





# Quelques présentations !

## Ilhan

**Ilhan Eve** fait du judo depuis 14 ans au club de Labourse. Il est ceinture marron et espère obtenir la ceinture noire prochainement. Dans le code moral la valeur qu'il aime est celle de la modestie. Plus tard il veut devenir gendarme et rêve d'intégrer le PSIG, le peloton de surveillance et d'intervention de la gendarmerie.



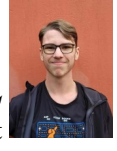
## Maxence

**Maxence Leclercq** est en Terminale STMG1. C'est en seconde au lycée qu'il a découvert le judo grâce à la section sportive. Il aime l'esprit de compétition et dans le code moral ce qui lui plaît c'est la notion de respect. Plus tard il veut intégrer l'armée et faire une école de sous officier.



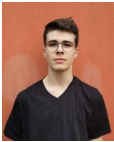
## Lucas

**Lucas Speyser** est en 1ère 3. Cela fait 9 ans qu'il pratique le judo. Il est ceinture noire premier dan. Dans le code moral la valeur qu'il trouve essentielle est la modestie. Plus tard il compte devenir développeur informatique.



## Raphaël

Elève en 1ère 3 **Raphaël Smith** fait du judo depuis deux ans. Il est ceinture orange. Il aime se former aux techniques de ce sport et apprécie dans le code moral la notion d'honneur qui pousse à être fidèle à la parole donnée.



En ce qui concerne son avenir professionnel il se voit bien policier.

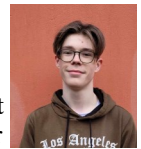
## Paul

**Paul Delaverny** est lui aussi en 1ère 3. Il pratique le judo depuis le CM2. Désormais ceinture marron il aime l'esprit de compétition. « *Le judo me permet aussi de dépasser mes limites et m'apprend le contrôle de soi.* » Son futur métier ? « ingénieur » nous affirme t-il.



## Shean

**Shean Audval** est en TSTI2D. Après avoir commencé jeune à pratiquer ce sport il a arrêté pendant quelques années et a repris il y a 4 ans. « *J'aime bien la section sportive. On est un bon groupe. On s'améliore tous. C'est plaisant.* » Il est ceinture marron et vise désormais la noire. Il espère intégrer l'année prochaine l'IUT de Lens.



## Ethan

**Ethan Douez** est ceinture orange. Il est en 1ère ST2S1 et a intégré la section sportive l'année dernière. Il a commencé parce qu'il souhaitait reprendre une activité sportive mais aujourd'hui il apprécie vraiment ce sport pour toutes les valeurs qu'il développe. Et puis « *dans le groupe on s'entend tous bien et c'est vraiment agréable. Les plus gradés apprennent aux moins gradés c'est cool* ». Plus tard il souhaite devenir infirmier.



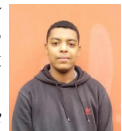
## Janisse

**Janisse Masondahy** est en Terminale. STI2D. Les sports de combat l'ont toujours intéressé. Il est ceinture marron et apprécie ce sport car il valorise les notions d'amitié et de respect. Il en aime aussi la combativité. L'année prochaine il aimerait intégrer un BTS audiovisuel.



## Rayane

**Rayane Kouh** est en 1ère Agora. Il a repris le judo cette année et est donc ceinture blanche. « *C'est un sport que j'aime car je peux me donner à fond et j'aime les compétitions et le challenge.* » Les valeurs du dépassement de soi et du courage lui plaisent. Plus tard il souhaite devenir sapeur pompier. Il est d'ailleurs déjà jeune sapeur pompier à la caserne d'Auchel.



## Sullyvan

**Sullyvan Emonet** est ceinture bleue. Il a commencé le judo à 4 ans et est licencié au club de Bruay. Les compétitions lui plaisent et il aime aussi les valeurs de ce sport notamment le courage et le contrôle de soi. Lui aussi souhaite devenir pompier. C'est la caserne de Bruay Houdain qui l'accueille en tant que jeune sapeur.



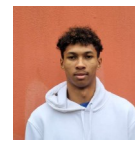
## Kim

**Kim Quintyn** est ceinture verte, et espère obtenir la bleue en octobre. Attirée depuis l'enfance par les sports de combat elle aime le judo qu'elle pratique depuis 4ans. Elle souhaite devenir professeur de sport adapté.



## Lucas

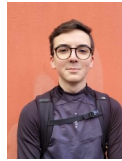
**Lucas Masclet** fait du judo depuis trois ans au lycée. Il est en Terminale STMG2. Désormais ceinture verte lui aussi a l'esprit de compétition mais il apprécie la notion de respect. « *le judo m'apprend la droiture* » dit-il. Plus tard il fera STAPS ou un IUT.





# Quelques présentations !

## Jean



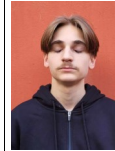
**Jean Wavrant** est en seconde 11 et a commencé le judo à l'âge de 5 ans. Dans le code moral la valeur qu'il préfère est le respect mais il trouve aussi que ce sport nécessite du courage. Il est ceinture bleue. Il ne sait pas encore ce qu'il aimerait faire plus tard mais il sait par contre qu'il continuera à pratiquer le judo.

## Carla

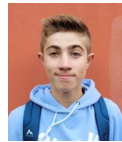


**Carla Smal** est ceinture noire premier dan. Elle est en Terminale 3. Elle aime le judo car c'est un sport qui véhicule la notion de respect. Par ailleurs elle a toujours apprécié l'idée du dépassement de soi et ce sport lui donne confiance en elle. En ce qui concerne son avenir professionnel elle espère devenir kiné du sport.

## Simon

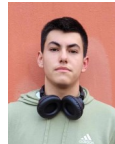


**Simon Duhamel** est en Terminale 3 Il a commencé au lycée et aime le « groupe sympathique dans lequel il évolue. On y apprend beaucoup de choses. Certes on tombe mais c'est le métier qui rentre. » La valeur du code moral qui le motive est le respect. Il espère devenir professeur de sport ou d'histoire.



## Antoine

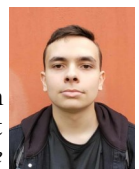
**Antoine Pinte** est en 2nde 11. Il est ceinture blanche et a commencé cette année en entrant en seconde. Il a choisi ce sport car « il aime apprendre les techniques et combattre. » Cela lui a aussi permis de lier connaissance. « en arrivant je ne connaissais personne cela « m'a permis de me faire des amis »



## Téo

**Téo Legrand** est en 1ère 3 et fait du judo depuis deux ans. Il est ceinture orange. La valeur qu'il défend dans le code moral est celle de l'amitié. Il a débuté l'apprentissage de ce sport car il avait besoin de trouver une activité qui le « défoule » Il envisage de devenir gendarme mobile

## Téo



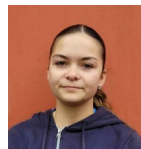
**Téo Wilbaut** est en seconde 11. Il est ceinture jaune. « j'aime les arts martiaux et les valeurs que ces sports véhiculent, surtout l'honneur et le respect. Et puis j'aime aussi l'image des samouraï! » Le groupe est « vraiment sympa. Il y a une bonne ambiance et la coach est top »!

## Matéo



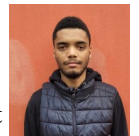
**Matéo Gallet** est en 2nde 11. Il est ceinture blanche car il vient de commencer le judo. C'est en regardant les combats à la télévision et au cours des épreuves des jeux olympiques que l'envie lui est venue de pratiquer ce sport.. Il aime dans le code moral la notion de respect. Plus tard il se voit bien informaticien.

## Inès



**Inès Orhon**, élève en 2nde 11, fait du judo depuis 8 ans. Elle est ceinture verte. Elle aime ce sport pour la possibilité qu'il offre de se défouler. Ce qui la touche le plus dans le code moral c'est la valeur de l'amitié. Elle ne sait pas encore ce que sera son futur métier mais se définit comme ayant un profil plutôt littéraire

## Redwane



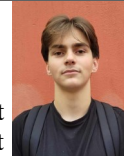
**Redwane Kouch** est en 1ère ST2S. Il a commencé le judo à 7 ans puis il a arrêté et a repris en entrant en seconde. Il est ceinture orange. Dans le judo ce qu'il aime surtout ce sont les techniques et le fait que ce sport véhicule la notion d'honneur. Il trouve la section très sympathique. Chacun s'entraide. Plus tard il sera infirmier et compte bien obtenir la ceinture noire.

## Lucas



**Lucas Guigoz** est en terminale 3. Il a commencé le judo en CE2, est ceinture marron et prépare la noire. Il trouve que le judo est un sport qui développe vraiment l'apprentissage du respect Il espère intégrer l'année prochaine STAPS pour devenir professeur ou éducateur. Il estime qu'à la section « on avance bien et que c'est un bon groupe »

## Alexis



**Alexis Cardon** est en terminale 3. Il est ceinture bleue et combat au club de Bruay. Il aime dans le code moral la valeur du courage : « il en faut pour combattre. Il en faut pour perdre du poids avant les compétitions ! » Il espère se diriger l'année prochaine vers des études en STAPS pour devenir professeur d'EPS. Il dit de Marie Laure qu'elle « a du tempérament » !

## Margot



**Margot Ryckewaert** fait du judo depuis 7 ans. Elle est en terminale 3 et a commencé pour se défouler puis c'est devenu une passion. Aujourd'hui ceinture marron, elle est en 1ère 3 et souhaiterait plus tard travailler avec les enfants. Les valeurs morales qui la touchent sont l'amitié, le respect et le courage.



# Quelques photos pour se souvenir :) )



Lily et Camille journalistes à « Tu l'as dit Sadi » prêtes à tout vous raconter !



Les dernières consignes avant la tyrolienne

Courage !



C'est parti !



Après l'effort le réconfort !



Un tournoi suspendu dans le vide c'est pas banal :)

La tyrolienne !



Même pas peur !



On donne les consignes...

La vue était magnifique..



Le jeu de rôle. « Racontez nous le parcours d'un judoka ... »



Mais qu'arrive t-il à Mme Philipps !! ?



# Quelques photos pour se souvenir :) )

