



PROGRAMME SCOLAIRE
SCHOOL PROGRAM

LES HISTOIRES D'OLYMPIENS

Maëlle Ricker —

Respect // 2e et 3e années

À propos de l'athlète

DATE DE NAISSANCE

2 décembre 1978

VILLE NATALE Vancouver,
Colombie-Britannique

SPORT Snowboard

JEUX Sochi 2014, Vancouver 2010,
Turin 2006, Nagano 1998

SA COLLATION SANTÉ PRÉFÉRÉE

Les concombres

SON SURNOM Mighty Mouse
(puissante souris)



Maëlle Ricker — Respect



Maëlle Ricker entend la grosse voix de l'annonceur.
Il crie : « Soyez prêts! »
Le son fait écho du sommet de Cypress Mountain. Maëlle agrippe les poignées de la porte de départ. Elle plie les genoux. Elle est prête à partir.

« Je suis capable, se dit-elle. C'est à ton tour »

« Se mettre en confiance constitue une grande partie de la préparation pour une course importante. »

La course qui débutera bientôt est une des épreuves les plus excitantes aux Jeux olympiques d'hiver de 2010 à Vancouver – le snowboard cross. Maëlle fera sa course en même temps que trois autres concurrentes. Le tracé serpente et zigzague. Il y a plusieurs sauts et plusieurs virages. Il a plu beaucoup et la neige est très mouillée et collante. Ce n'est pas la meilleure température pour une course.

« Il faut être prudente. Nous portons toujours un casque et un équipement sécuritaire. Il faut respecter la montagne. Il faut respecter Dame Nature. Il faut respecter les autres concurrentes. Ce sport peut être dangereux. »

Maëlle connaît bien ce danger. Quatre années plus tôt, lors des Jeux olympiques d'hiver de 2006 à Turin, en Italie, Maëlle est tombée dès le début de la course. Elle voulait terminer la course avec une médaille, elle a plutôt fini la course à l'hôpital avec une commotion cérébrale.

« J'ai fait une erreur technique et une de mes carres s'est prise dans la neige. Je suis tombée en exécutant un saut. »

Il y a aussi eu des chutes et des sorties de piste au cours des courses de qualification pour la finale d'aujourd'hui. Maëlle est tombée plus d'une fois en piste. Elle est tombée durant l'entraînement. Elle est également tombée lors de sa première descente de qualification. Il est difficile de bouger lorsqu'il y a quatre concurrentes sur la piste en même temps. Maëlle sait que les spectateurs aiment quand il y a beaucoup de circulation.

« Il faut travailler beaucoup et s'entraîner pour ça. Chacune des concurrentes veut prendre le chemin le plus rapide. Cela peut être le fun de se bousculer un peu, et les spectateurs aiment ça. Mais il faut se respecter. Toutes les concurrentes s'entendent pour dire qu'elles ne tricheront pas, et qu'elles n'intimideront pas une adversaire simplement pour gagner. »

Une tricheuse pourrait couper devant une concurrente, la pousser ou même la projeter par terre. Maëlle sait qu'elle ne peut contrôler, ni s'inquiéter des actions de ses adversaires.

« Il est très rare que quelqu'un triche. Nous sommes comme une famille dans le monde du surf des neiges. Mais ça peut arriver. Il faut l'ignorer. Il ne faut pas se venger. Je veux gagner en étant la meilleure et pas une brute, même envers les brutes. »

Maëlle sait qu'elle est au sommet de sa forme aujourd'hui.

L'annonceur crie : « Cinq secondes pour le départ. »

Maëlle sait que le départ est très important. Si elle peut devancer les autres, elle aura un avantage immense. Elle s'est entraînée pour que chaque muscle la fasse sortir rapidement de la porte de départ et en avant des trois autres.

« Cela te permet de faire ta propre course. Tu peux choisir la ligne que tu veux suivre sur la piste. Tu décides comment tu veux prendre un virage ou un saut. Il s'agit de prendre le contrôle, le contrôle de ta course et de la ligne que tu veux suivre sur la piste. »

Le départ de Maëlle est parfait. Elle se retrouve en avant. Désormais, ce n'est plus important ce que font les autres surfeuses. Maëlle sera la première dans les virages, la première dans les sauts et si elle demeure concentrée et en contrôle, elle sera la première à franchir la ligne d'arrivée.

« Jouer franc jeu est aussi plus agréable pour tout le monde. À la fin de la course, nous voulons que la gagnante soit celle qui est la meilleure, la plus rapide. De cette façon, nous pouvons rester amies, pas seulement des adversaires et je peux être contente si je gagne ou si une autre gagne de façon loyale. »

Personne ne pourra rattraper Maëlle cette fois-ci. Elle est rapide et loyale. Elle garde sa ligne de course et mène du début à la fin. La foule crie sa joie.

« Je ne peux pas décrire combien j'étais heureuse lorsque j'ai franchi la ligne d'arrivée. »

Gagner la course de façon loyale et propre n'a fait qu'augmenter le plaisir.

Maëlle Ricker — Respect

1. Dans son histoire, Maëlle explique qu'il est important de pratiquer un sport de manière sécuritaire. Elle porte toujours un casque. Choisis un sport ou un jeu que tu aimes. Fais un dessin de toi qui y joue en toute sécurité.



Maëlle Ricker — Respect



2. Dans son histoire, Maëlle explique à quel point il est important de travailler fort. Elle parle aussi du respect envers les autres. Le respect, c'est faire la différence entre ce qui est bien et ce qui est mal. C'est aussi savoir écouter, être gentil et faire les bons choix. Comment peux-tu être respectueux envers toi-même, les autres et le monde?

Illustre et écris comment tu fais preuve de respect.

Je me respecte en _____

Je me respecte en _____

Je me respecte en _____

