



PROGRAMME SCOLAIRE
SCHOOL PROGRAM

LES HISTOIRES D'OLYMPIENS

Maëlle Ricker —

Respect // 6e année et plus

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

Une grosse voix fait écho du sommet de Cypress Mountain et résonne dans les oreilles de Maëlle Ricker.

« Soyez prêts! », crie l'annonceur.

Maëlle agrippe les poignées de la porte de départ, plie les genoux et 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 et trois autres concurrentes s'apprêtent à descendre sur une piste qui serpente et zigzague, qui est pleine de sauts, de bosses et de virages inclinés... les quatre en même temps et à pleine vitesse. La journée a été mouillée et collante et l'état de la piste est loin d'être idéal.

« Il faut être prudente; il faut donc s'assurer de toujours porter son casque et un équipement sécuritaire. Il faut respecter la montagne, Dame Nature et les autres concurrentes, car ce sport peut être dangereux. »

Maëlle connaît bien ce danger puisque quatre années plus tôt, à Turin, en Italie, elle a chuté dès le début de la course. Elle espérait 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, une de mes carres s'est prise dans la neige et 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 durant l'entraînement et lors de sa première descente de qualification. Il est difficile de bouger lorsqu'il y a quatre compétitrices sur la piste en même temps. Maëlle sait qu'un des principaux attraits de ce sport pour les spectateurs et les concurrentes est de surfer à l'étroit avec beaucoup de monde autour.

« Il faut travailler beaucoup, s'y donner à 100 % 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 dans cette situation. Toutes les concurrentes s'entendent pour dire qu'elles ne tricheront pas, et qu'elles n'intimideront pas une adversaire simplement pour gagner. »

Tricher peut être de couper devant une concurrente, la pousser ou même la projeter par terre. Maëlle sait que les actions de ses adversaires sont une partie de la course qu'elle ne peut contrôler, ni s'en inquiéter.

« Il est très rare que quelqu'un triche. Nous sommes comme une famille dans le monde du surf des neiges. Mais il se peut que quelqu'un triche et il vaut mieux 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 et 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 parce qu'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 et 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 l'article, Maëlle explique que le respect, l'esprit sportif et la sécurité sont importants dans un sport comme le snowboard. Pense à un sport ou à un jeu du cours d'éducation physique que tu aimes. Explique ce qui rend ce jeu équitable, les mesures qui assurent la sécurité de tous les participants et comment ceux-ci peuvent faire preuve d'esprit sportif.

Nom du sport ou du jeu : _____

Qu'est-ce qui rend le jeu équitable?

Quelles en sont les mesures de sécurité?

Comment les participants peuvent-ils faire preuve d'esprit sportif?



Maëlle Ricker — Respect



2. Le snowboard cross a fait son entrée officielle aux Jeux olympiques d'hiver en 2006 à Turin. Si on te demandait de créer un jeu qui sera intégré aux prochains Jeux olympiques, te sentirais-tu à la hauteur?

Dans l'espace ci-dessous, crée ton propre jeu, puis réponds aux questions suivantes :

- Quelles sont les règles qui assurent que ton jeu est équitable?
- Comment y joue-t-on de manière sécuritaire?
- Nomme des façons dont les participants peuvent faire preuve d'esprit sportif.

Nom et diagramme du jeu : _____

