



LES HISTOIRES D'ATHLÈTES

# UNE HISTOIRE DE DÉTERMINATION

Dawn Richardson Wilson est arrivée au Canada en compagnie de sa mère et de ses frères et sœurs lorsqu'elle n'avait que deux ans. Se faire à la vie à Edmonton a été difficile pour toute la famille, qui arrivait du Ghana. Mais les choses ont empiré lorsque la mère de Dawn est décédée soudainement. Cruelle ironie du sort, son père est lui aussi décédé la même année, au Ghana.

Orpheline à six ans seulement, Dawn est allée vivre avec son frère aîné et sa femme. En grandissant, elle s'est fait une deuxième famille dans le monde du sport. Elle a joué au basketball, au rugby et au ultimate, tout en participant à des compétitions d'athlétisme. Motivée et déterminée à réussir, Dawn est devenue avec l'âge une athlète exceptionnelle.

À sa première année d'université, Dawn a été informée par l'entraîneur qu'elle avait au secondaire d'une possibilité intéressante : Bobsleigh Canada Skeleton tenait un camp de recrutement. Curieuse, la jeune sportive s'est inscrite pour essayer. Sa vitesse et sa détermination ont tellement impressionné les entraîneurs qu'elle a été sélectionnée dans l'équipe de développement.

Déterminée à rejoindre les rangs de l'équipe senior, l'athlète faisait chaque jour six heures de route aller-retour pour s'entraîner à Calgary. Elle se consacrait à l'apprentissage de son nouveau sport, endurant les enflures, les ecchymoses et les chutes au fur et à mesure qu'elle apprenait à maîtriser le bobsleigh. Elle avait toujours un carnet sur elle pour noter ce qu'elle apprenait et en tirer des leçons. Même si elle était bien plus légère que ses coéquipières et que ses rivales, elle était motivée à faire ce qu'il fallait pour se tailler une place dans l'équipe.



Cette activité montre aux élèves à être déterminés. Le message véhiculé est de ne jamais abandonner, de tenir bon devant les épreuves et de toujours se rappeler de ses buts et de ses objectifs.

# ENSEIGNER DES VALEURS GRÂCE À DES HISTOIRES D'OLYMPIENS

Les histoires olympiques de triomphe et de déception peuvent inciter les élèves à participer à des discussions qui traitent de ces valeurs. Grâce aux histoires et aux défis des athlètes olympiques, les jeunes peuvent explorer et être en contact avec ces valeurs dans leur vie de tous les jours et, qui sait, commencer à voir leur monde sous un nouvel angle.



## GUIDE D'ENSEIGNEMENT À L'INTENTION DES ENSEIGNANTS

La théorie qui sous-tend ce curriculum met l'accent sur l'apprentissage et le renforcement de valeurs à l'aide de diverses méthodes telles que la narration, la présentation d'histoires, les arts, des affiches, le théâtre et l'activité physique. L'approche prône ainsi l'usage d'activités basées sur des histoires, événements ou symboles des histoires des Jeux olympiques qui sont pertinents au contexte scolaire.

## LES VALEURS OLYMPIQUES

Le Comité olympique canadien identifie sept valeurs olympiques: l'excellence, le plaisir, l'équité, le respect, l'épanouissement de l'être humain, le leadership et la paix. Les histoires qui suivent mettent ces valeurs en relief. Lorsque vous engagerez vos élèves dans ces histoires, vous leur offrirez l'opportunité d'améliorer leur compréhension de ces valeurs et d'augmenter leurs capacités morales.

## LES PRINCIPES DE L'APPRENTISSAGE

Les principes d'apprentissage suivants sont mis en valeur afin que les élèves participent activement dans le processus d'apprentissage des valeurs.

1. L'apprentissage est une activité active et non passive. Les élèves doivent participer activement à des discussions et partager leurs idées en petits groupes afin d'explorer les différents points de vue.
2. Les gens apprennent de différentes façons. Certaines personnes apprennent mieux en lisant, d'autres en écoutant et d'autres en bougeant. Les activités en lien avec les histoires offrent différentes façons d'apprendre.
3. L'apprentissage est une activité à la fois individuelle et coopérative. Les jeunes ont besoin d'occasions pour travailler ensemble et séparément. Ils doivent également pratiquer leurs comportements coopératifs afin d'apprendre des comportements compétitifs.

## LES ÉTAPES D'UNE SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE

Un apprentissage réussi se construit à partir d'une série d'étapes bien établies qui permettent aux élèves d'être en contact avec une **première compréhension**, suivi d'un **processus** actif d'intégration et de pratique de la nouvelle information, pour ensuite terminer avec la **transformation** de leur compréhension en de fortes démonstrations d'apprentissage.

Chacune des histoires est présentée selon trois niveaux de lecture : bronze (deuxième et troisième année), argent (quatrième et cinquième année) et or (sixième année et septième année ou première secondaire). Les activités qui sont en lien avec les histoires s'adressent à une variété de styles et capacités d'apprentissage et mettent l'accent sur les six facettes de la compréhension : l'explication, l'interprétation, l'application, la mise en perspective, la responsabilisation et le développement de la connaissance de soi. Ces habiletés importantes sont tissées dans les trois étapes de la séquence d'apprentissage afin de permettre une compréhension importante des valeurs et des concepts.



## CRÉATION DE LIENS

### JETER LES BASES D'UN NOUVEL APPRENTISSAGE

#### (Tous les niveaux)

Un acrostiche, c'est un poème dont les initiales des vers, lues verticalement, composent un mot.

Écrivez le mot « Détermination » à la verticale au tableau blanc. Demandez aux élèves ce que la détermination signifie selon eux. Lorsque quelques réponses ont été données, les élèves rédigent tous ensemble un acrostiche composant le mot « détermination ».

Chaque vers doit utiliser la première lettre pour commencer un mot ou une courte phrase qui décrit la détermination.

Par exemple, « D – Demeurer optimiste », « É – Éprouver ses limites », « T – Tenter de s'améliorer »... Faites cette activité collectivement au tableau blanc. Aidez les élèves à trouver des idées. Avec les plus vieux, l'activité peut être faite en groupes de deux ou individuellement.

## MISE EN APPLICATION

### APPLIQUER DES STRATÉGIES POUR ACQUÉRIR ET METTRE À PROFIT DES CONNAISSANCES

#### (Tous les niveaux)

Demandez aux élèves de lire l'histoire en silence. Relisez-la avec eux.

#### Initiatives et motivations

Les élèves dessinent un grand « T » dans leur journal. Dans le coin supérieur gauche du « T », ils écrivent « Initiative » et dans le coin supérieur droit, « Motivation ». Ils dressent ensuite dans la colonne de gauche la liste des moments où Dawn a démontré de la détermination. Dans la colonne de droite, ils indiquent la raison qui l'a poussée à être déterminée pour chaque moment.

Discutez en groupe des moments dans la vie où la détermination est une qualité enrichissante. Quand nous vient-elle en aide?

## LA TRANSFORMATION

### DÉMONTRER LA COMPRÉHENSION D'UNE NOUVELLE FAÇON

Lorsqu'on doute de soi, on a plus que jamais besoin d'être déterminé. Parfois, on se ment à soi-même en se disant des choses comme « Je ne serai jamais bonne en maths » ou « Je suis nul en sports ». Ou des fois, ce sont les autres qui disent des choses qui nous font douter de nous. Dans ces moments-là, nous avons besoin d'un mantra qui nous rappelle notre détermination : comme lorsque Dawn s'est dit « Je suis capable » quand elle a essayé le bobsleigh pour la première fois.



# DAWN RICHARDSON WILSON

**2<sup>e</sup> ET 3<sup>e</sup> ANNÉE**

## BOBSLEIGH

Dawn Richardson Wilson est arrivée au Canada avec sa maman et ses frères et sœurs lorsqu'elle avait seulement deux ans. Son papa est resté au Ghana.

C'était difficile de s'habituer aux hivers très froids d'Edmonton. Tout était différent de sa terre natale. Puis, une terrible tragédie s'est abattue sur elle.

Soudainement, sa maman est morte à la maison. Dawn avait seulement six ans. La même année, son père est mort au Ghana.

Elle n'avait plus de parents et est donc allée vivre avec son frère Emad. La femme de son frère, Cécilia, a élevé Dawn comme si elle était sa propre fille. Au début, c'était bizarre d'appeler Cécilia « maman ». Au fil du temps, elles ont tissé un lien solide.

Dawn était une petite fille gênée et discrète. Mais à l'école secondaire, elle a découvert le sport. C'était un excellent moyen d'apprendre de nouvelles choses et de se faire des amis. Elle a fait partie des équipes de rugby, de course et de basketball de son école.

*« S'impliquer en sports, c'est comme avoir une deuxième famille. »*

Dawn était déterminée à réussir. Elle ne se trouvait pas très douée au basketball. Elle ne voulait pas abandonner ses coéquipières, alors elle a fait des entraînements supplémentaires avant et après l'école. Elle était motivée à devenir une bonne joueuse.

Son entraîneur du secondaire lui a parlé d'un camp d'essai de bobsleigh. Dawn ne connaissait pas beaucoup de choses sur le bobsleigh. Elle a décidé d'essayer.

La piste glacée du bobsleigh est souvent très effrayante. La piste, qui serpente, pleine de virages abrupts, peut être très dangereuse. Dawn était déterminée à faire de son mieux.

Elle s'est dit : *« Je suis capable. »* Elle s'est lancée sur la piste dans une luge double. La descente a été rapide et terrifiante. Les entraîneurs ont apprécié sa vitesse.

Sa détermination lui a rapporté gros. Elle a été sélectionnée dans l'équipe de développement nationale. Ses coéquipières sont rapidement devenues sa deuxième famille.

La détermination de Dawn a été mise à l'épreuve par sa vie de bobbeuse. Elle devait faire chaque jour six heures de route aller-retour entre Edmonton et Calgary pour s'entraîner avec l'équipe. À l'époque, elle était encore adolescente.

Les chutes, les enflures et les bleus ne lui ont pas fait peur. Elle n'allait pas se laisser décourager. Elle voulait appliquer les leçons qu'elle apprenait à la descente suivante. Les entraîneurs et les autres athlètes la trouvaient persévérante.

*« Quand je fais du sport, j'ai soif d'apprendre. J'ai toujours mon carnet de notes avec moi. Je découvre toujours de nouvelles choses. »*

Dawn était plus légère que les autres bobbeuses. C'était plus difficile pour elle de prendre de la vitesse. Ça ne l'a pas découragée. Elle n'a pas lâché de vue son objectif : rejoindre l'équipe senior.

En 2020, Dawn est entrée dans l'équipe nationale senior. Elle voyage maintenant avec l'équipe pour affronter les meilleures bobbeuses du monde. Rivaliser avec les meilleures la rend encore plus déterminée.

Dawn saura en janvier 2022 si elle est sélectionnée pour l'équipe olympique. Elle adorerait gagner une médaille à ses premiers Jeux olympiques! Mais elle sait que c'est l'expérience qui compte.

Les parents de Dawn ne sont plus là depuis longtemps. Mais elle veut encore les rendre fiers.

*« Je les sens avec moi dans tout ce que je fais. Le sport me permet d'être en contact avec cette partie-là de moi. Ça me rend très heureuse. »*

Dawn a juste 22 ans. Ce n'est que le début de sa longue carrière. Elle pourrait être une bobbeuse d'élite encore de nombreuses années. Elle étudie à l'université et espère se joindre à la GRC.

# DÉTERMINATION


**PROGRAMME SCOLAIRE**

# DAWN RICHARDSON WILSON

**4<sup>e</sup> ET 5<sup>e</sup> ANNÉE**

## BOBSLEIGH

Dawn Richardson Wilson n'avait que deux ans lorsqu'elle est arrivée au Canada en compagnie de sa mère et de ses trois frères et sœurs aînés. Son père est resté au Ghana.

Les hivers froids d'Edmonton étaient bien différents de sa terre natale. Il a été difficile pour la famille de se faire à la vie au Canada. Puis, une terrible tragédie est survenue.

Lorsque Dawn n'avait que six ans, sa mère est morte soudainement, dans leur maison à Edmonton. La même année, son père est mort au Ghana.

Elle n'avait plus de parents et est donc allée vivre avec son frère Emad et sa femme Cécilia. Cécilia a élevé Dawn comme sa propre fille. Au début, c'était bizarre d'appeler Cécilia « maman », mais au fil du temps, elles ont tissé un lien solide.

Quand elle était jeune, Dawn était gênée et discrète. Lorsqu'elle est arrivée à l'école secondaire, elle a réalisé que le sport était un excellent moyen d'apprendre de nouvelles choses et de se faire des amis. Elle se sentait liée aux autres lorsqu'elle jouait avec les équipes de rugby, de course et de basketball de son école.

*« S'impliquer en sports, c'est comme avoir une deuxième famille. Ça me permet de faire partie d'un groupe et d'apprendre des gens autour de moi. »*

Sa vie n'avait pas été facile, mais Dawn était déterminée à réussir. Elle ne se trouvait pas très douée au basketball. Elle ne voulait pas abandonner ses coéquipières, alors elle a fait des entraînements supplémentaires avant et après l'école. Elle était motivée à s'améliorer.

Son entraîneur du secondaire lui a parlé d'un camp d'essai de bobsleigh. Elle ne connaissait pas grand-chose au bobsleigh, mais elle a décidé d'essayer. Sa vitesse a impressionné les entraîneurs.

La piste glacée du bobsleigh est souvent très effrayante. Alors qu'elle regardait la piste en serpentins pleine de virages abrupts, elle était déterminée à faire de son mieux.

*« Je suis capable », s'est-elle dit en se lançant sur la piste dans une luge double. La descente a été rapide et terrifiante.*

Sa détermination lui a rapporté gros. Elle s'est fait proposer de se joindre à l'équipe de développement nationale. Ses coéquipières sont rapidement devenues sa deuxième famille. Elle avait la chance de réussir dans un nouveau sport.

La détermination de Dawn a été mise à l'épreuve par sa vie de bobeuse. Elle devait faire chaque jour six heures de route aller-retour entre Edmonton et Calgary pour s'entraîner avec l'équipe. À l'époque, elle était encore adolescente.

Rivaliser avec des adultes n'était pas facile. Mais les chutes, les enflures et les bleus ne lui ont pas fait peur. Elle n'allait pas se laisser décourager. Elle avait hâte d'appliquer les leçons qu'elle apprenait à la descente suivante. Les entraîneurs et les autres athlètes la trouvaient vaillante.

*« Quand je fais du sport, j'ai soif d'apprendre, de me développer comme personne. Je ne me tanne jamais. J'ai toujours mon carnet de notes avec moi, et je découvre toujours du nouveau. »*

Dawn était plus légère que les autres bobeuses. C'était donc plus difficile pour elle de prendre de la vitesse. Ça ne l'a pas découragée. Elle n'a pas lâché de vue son objectif : rejoindre l'équipe senior.

*« Ma motivation vient du fait que même si je savais que je n'avais pas un gabarit de bobeuse idéal au début, j'ai réussi à me pousser plus loin et j'ai surpris ceux qui doutaient de mes capacités. »*

En 2020, Dawn est entrée dans l'équipe nationale senior. Elle voyage maintenant avec l'équipe pour affronter les meilleures bobeuses du monde. Ces compétitions internationales la rendent encore plus déterminée à s'améliorer.

Dawn saura en janvier 2022 si elle est sélectionnée pour l'équipe olympique canadienne de bobsleigh. Si elle gagnait une médaille à ses premiers Jeux olympiques, ça serait incroyable! Mais elle sait que c'est l'expérience qui compte le plus.

Même si les parents de Dawn ne sont plus là depuis longtemps, elle se sent liée à eux par le sport. Elle est déterminée à les rendre fiers.

*« Je les sens avec moi dans tout ce que je fais. Le sport me permet d'être en contact avec cette partie-là de moi. C'est quelque chose qui me rend très heureuse. »*

Dawn a seulement 22 ans, et elle pourrait être une bobeuse d'élite encore de nombreuses années. Elle étudie à l'Université MacEwan et espère se joindre à la GRC.

# DÉTERMINATION


**PROGRAMME SCOLAIRE**

# DAWN RICHARDSON WILSON

**6<sup>e</sup> ET 7<sup>e</sup> ANNÉE**

## BOBSLEIGH

Dawn Richardson Wilson n'avait que deux ans lorsqu'elle a immigré au Canada en compagnie de sa mère et de ses trois frères et sœurs aînés. Son père est resté au Ghana.

Les froids hivers d'Edmonton étaient bien différents de sa terre natale, en plus de bien d'autres choses auxquelles la famille a dû s'adapter. Il a été difficile de se faire à la vie au Canada. Puis, une terrible tragédie est survenue.

Lorsque Dawn n'avait que six ans, sa mère est décédée dans leur maison à Edmonton. La même année, son père est décédé au Ghana. Orpheline, elle est donc allée vivre avec son frère Emad et sa femme Cécilia. Cécilia a élevé Dawn comme sa propre fille. Au début, c'était bizarre d'appeler Cécilia « maman », mais au fil du temps, elles ont tissé un lien solide.

À Edmonton, quand elle était jeune, Dawn était gênée et discrète. Lorsqu'elle est arrivée à l'école Ross Sheppard, elle a réalisé que le sport était un excellent moyen d'apprendre de nouvelles choses, de se développer et de faire partie d'un groupe. Elle s'est mise à se sentir liée aux autres lorsqu'elle jouait avec les équipes de rugby, de course et de basketball de son école.

*« S'impliquer en sports, c'est comme avoir une deuxième famille. Ça me permet de faire partie d'un groupe et d'apprendre des gens autour de moi. »*

Malgré tout ce qu'elle avait vécu enfant, Dawn était déterminée à réussir. Elle ne se trouvait pas très douée au basketball. Craignant de laisser tomber ses coéquipières, elle a fait des entraînements supplémentaires avant et après l'école. Elle était déterminée dans sa volonté de s'améliorer.

À sa première année d'université, son entraîneur du secondaire lui a parlé d'un camp de recrutement de bobsleigh. Elle ne connaissait pas grand-chose au bobsleigh et était curieuse d'en apprendre plus. Motivée à essayer, Dawn est allée au camp d'essai.

La piste glacée du bobsleigh peut sembler très intimidante. Alors qu'elle regardait la piste en serpentins, pleine de virages abrupts, elle a décidé de faire de son mieux. « Je suis capable », s'est-elle dit en se lançant sur la piste dans une luge double. Il y avait une pilote, et Dawn était à l'arrière comme freineuse. La descente a été rapide et terrifiante.

Sa détermination lui a rapporté gros : elle s'est fait proposer de se joindre à l'équipe de développement nationale. Elle avait trouvé une nouvelle famille et une nouvelle occasion de briller en sports. Sa vitesse a impressionné les entraîneurs.

Dawn a eu besoin de beaucoup de détermination et de faire de nombreux sacrifices dans sa vie de bobeuse. Elle faisait chaque

jour six heures de route aller-retour entre Edmonton et Calgary pour s'entraîner au parc olympique.

Elle sortait tout juste de l'adolescence et il n'a pas été facile d'apprendre à rivaliser avec des femmes adultes dans un sport comme le bobsleigh. Les chutes, les enflures et les ecchymoses ne lui ont pas fait peur. Elle n'allait pas se laisser décourager. Elle avait hâte d'appliquer les leçons qu'elle apprenait à la descente suivante. Rapidement, elle a été reconnue comme l'une des athlètes les plus vaillantes du programme.

*« Quand je fais du sport, j'ai soif d'apprendre, de me développer comme personne. Je ne me tanne jamais. J'ai toujours mon carnet de notes avec moi, et je découvre toujours du nouveau. »*

Comme jeune bobeuse, Dawn s'est fait dire qu'elle n'avait pas un gabarit de bobsleigh classique. Elle était plus légère que la moyenne. Ça ne l'a pas empêchée de continuer à viser son but de rejoindre les rangs de l'équipe senior. Dawn a montré à tout le monde qu'elle voulait relever le défi. Elle a publié un mot sur Instagram.

*« Ma motivation me vient du fait que je savais que je n'avais pas un gabarit de bobeuse idéal au début. Je continue de repousser mes limites et de surprendre ceux qui doutaient de mes capacités. »*

En 2020, Dawn s'est taillé une place dans l'équipe nationale senior. Elle voyage maintenant en Europe, en Asie et en Amérique du Nord avec l'équipe pour affronter les meilleures bobeuses du monde. Ces compétitions d'élite la font redoubler de détermination, pour se dépasser et atteindre de nouveaux sommets.

Si elle est sélectionnée pour l'équipe olympique canadienne de bobsleigh en janvier 2022, Dawn participera à ses premiers Jeux olympiques à Beijing (Chine) en février. Gagner une médaille à ses premiers Jeux olympiques, ça serait incroyable! Mais Dawn sait que c'est l'expérience qui compte le plus.

Même si les parents de Dawn ne sont plus là depuis longtemps, elle se sent liée à eux par le sport. Elle est déterminée à les rendre fiers.

*« Je les sens avec moi dans tout ce que je fais. Le sport me permet d'être en contact avec cette partie-là de moi. C'est quelque chose qui me rend très heureuse. »*

En général, les bobes et bobeuses sont au sommet de leur forme entre la fin de la vingtaine et le début de la trentaine. Dawn n'a que 22 ans, et elle pourrait être une bobeuse d'élite encore de nombreuses années. Dawn est assidue dans sa pratique sportive et dans ses études. Elle étudie la sociologie et la criminologie à l'Université MacEwan et espère un jour se joindre à la GRC.

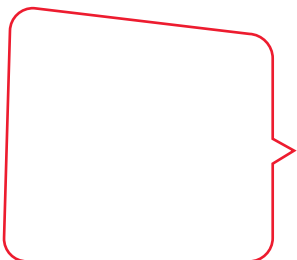
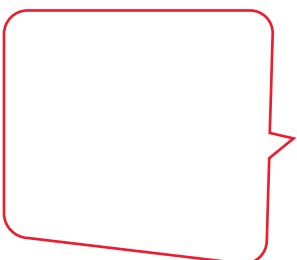
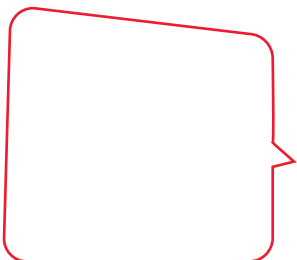
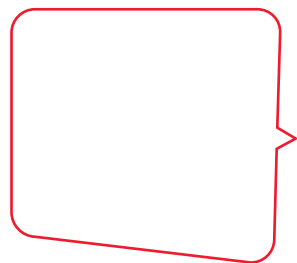

**PROGRAMME SCOLAIRE**

# DÉTERMINATION

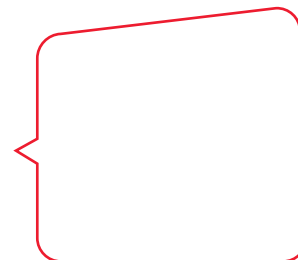
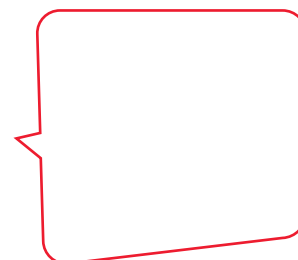
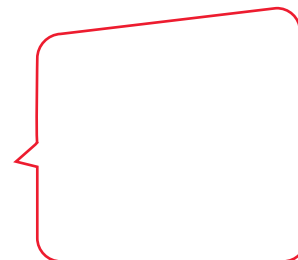
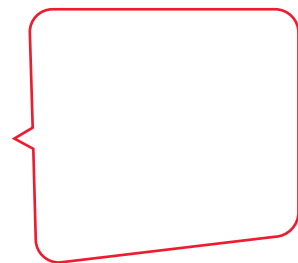
# PHYLACTÈRES

Les élèves utilisent le graphique fourni pour illustrer une situation dans laquelle ils ont douté d'eux. Il pourrait s'agir, par exemple, d'une fois où d'autres personnes ont dit quelque chose qui les a découragés ou qui a ébranlé leur confiance en eux. Ils indiquent, du côté gauche du graphique, ce que d'autres personnes leur ont dit dans les bulles de conversation, ou des pensées qu'ils ont eues dans les bulles de réflexion. Du côté droit, ils utilisent les phylactères pour lister trois à cinq mantras qui leur rappellent d'être déterminés.

## DÉCOURAGEMENT



## DÉCLARATIONS DE DÉTERMINATION





# EFFORTS ET CRÉATIVITÉ

Le Programme scolaire olympique canadien tient à remercier les personnes suivantes et à souligner leur contribution. Sans leurs efforts et leur créativité, ce projet n'aurait pas vu le jour.

## ATHLÈTES EN VEDETTE

Daniel Igali  
Dawn Richardson Wilson  
Donovan Bailey  
Gary Reed  
Jennifer Abel  
Phil Edwards  
Raymond Lewis  
Sarah Nurse  
Seyi Smith  
Tammara Thibeault

## RÉDACTION

Bruce Deacon  
Rosey Edeh

## TRADUCTION

Pascale Tremblay  
Daniel da Costa Santo

## CONCEPTION GRAPHIQUE

Myriam Boivin

REMERCIEMENTS

