

# Ministère des Affaires étrangères et européennes

Direction de la coopération culturelle et du français



## Regards VI, DVD 2 Jeunesse et sports 1. Speed riding

### Réalisation

Isabelle Barrière, Thomas Sorin (CAVILAM)

### Rédaction

Magali Foulon (CAVILAM)

### Coordination

Elyane Daniel (Direction de la coopération culturelle et du français (DCCF)  
audiovisuel éducatif)  
Décembre 2007

## 1. Speed riding

### Transcription

Le nouveau venu dans la famille du vol libre s'appelle le speed riding, ou comment dévaler des montagnes en alternant tranches de glisse et phases de vol, avec un parachute et une paire de skis.

**Franck Coupat - Moniteur de speed riding :**

*"Au départ, le débutant, il va travailler comme ça : face voile, pour acquérir une certaine douceur aux commandes. Après, vous arrivez au décollage. Vous faites ça. La même manip'. Vous chaussez vos skis. Vous vous retournez. Et là, vous êtes prêts à y aller. Plus on est bon skieur, plus c'est facile. Un skieur va mettre trois jours à acquérir une certaine autonomie sur site. Et une semaine pour une autonomie quasi-totale. Un parapentiste, ça va mettre deux jours. Et un chuteur va prendre trois jours, suivant son niveau à ski."*

Inventé il y a cinq ans par des parapentistes désireux de voler par vent fort, le speed riding permet toutes les audaces. Il faut juste s'habituer à manipuler la voile, tout en maîtrisant le contact avec la neige.

**Fabien Radix - Élève de speed riding :**

*"Le vent commence à nous faire découvrir les possibilités qu'on a, justement, de jouer avec lui. On se rend compte que c'est quand même fin. Il faut y aller doucement parce qu'on peut quand même se faire mal rapidement."*

**Marion Rey - Élève de speed riding :**

*"Soit on fait un grand vol, genre parapente. On va loin, on est haut. Et puis, et puis voilà. Soit, comme on fait un peu plus aujourd'hui, parce qu'il y a du vent. C'est plus simple : des petits virages, des grandes traversées de montagne. On a le choix. Il y a plein, plein de choses possibles."*

Se laisser tracter pour longer, voire remonter les pentes. Glisser en conduisant la voile. Décoller, reposer. Jouer avec le relief et l'air. Impression de facilité déconcertante et évasion totale.

**David Eyraud - Moniteur de speed riding :**

*"Ce qui est génial, quand on se prend pour un skieur, c'est de pouvoir sauter une barre rocheuse, replaquer en dessous. Aller s'envoler, replaquer sur une petite languette de neige inaccessible, pour aller poser une trace, deux-trois courbes. Ressauter une barre rocheuse dans un endroit qui serait complètement inaccessible. On a vu, cette année déjà, des déclenchements d'avalanche par des pilotes de speed riding qui ont pu s'échapper en survolant l'avalanche."*

Un cas extrême qu'il vaut mieux éviter. Attention : s'il est rapide d'accès, le speed riding reste un sport à risque relatif.

**Franck Coupat - Moniteur de speed riding :**

*"Là, cet hiver, on va arriver à quelque chose comme 20 000 vols. 20 000 décollages effectués depuis là-haut. Et actuellement, on a encore aucun accidenté grave. On n'en est qu'à de la bobologie. Le plus grave ayant été : entorse et petites égratignures."*

La Fédération Française de Vol libre a déjà formé une vingtaine de moniteurs à l'enseignement du speed riding qui devrait, dès la saison prochaine, fleurir dans toutes les stations de ski.

# 1. Speed riding

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Niveaux</b><br/>B1, B2.</p> <p><b>Public</b><br/>Grands adolescents, adultes.</p> <p><b>Tâches</b><br/>Écrire une lettre.<br/>Présenter un sport.</p> <p><b>Compétences</b><br/><i>communicatives</i>: faire des hypothèses à partir d'image ; comprendre un reportage globalement puis en détail ; s'exprimer à l'oral en continu.<br/><i>(inter-) culturelle</i> : découvrir un sport extrême.<br/><i>(socio-) linguistique</i> : enrichir son lexique dans le domaine des sports extrêmes.</p> | <p><b>Thèmes</b><br/>Le speed riding, les sports extrêmes.</p> <p><b>Vocabulaire</b><br/>Une tranche de glisse : <i>une phase de glisse</i>.<br/>Une tranche, une phase : <i>une période</i>.<br/>Le décollage : <i>endroit, en altitude, où le speed rideur prend son envol</i>.<br/>Une manip' : <i>abréviation pour « manipulation »</i>.<br/>Replaquer : <i>se reposer en sécurité, dans l'axe de ses skis, sur la piste</i>.<br/>Se faire mal : <i>se blesser</i>.<br/>Poser une trace : <i>aller skier dans la neige fraîche, là où aucun skieur n'est encore allé</i>.<br/>Une avalanche : <i>une masse de neige qui glisse sur les pentes d'une montagne</i>.<br/>La bobologie : <i>néologisme</i>. <i>Blessures superficielles</i>.<br/>Fleurir : <i>ici, se développer</i>.</p> |
|---|---|

## Découpage en séquences

- (0'13 à 0'45) Présentation et définition du speed riding.
- (0'45 à 1'31) Franck Coupat donne les principes techniques de ce sport. Le journaliste présente l'historique du speed riding.
- (1'31 à 2'21) Deux élèves décrivent leurs expériences.
- (2'21 à 2'46) David Eyraud parle de son expérience.
- (2'46 à 3'11) Les risques et dangers de ce sport extrême.
- (3'11 à 3'24) Conclusion du journaliste : ce sport est promis à un bel avenir.

## Mise en route

### B1, B2

Faire des groupes de deux.

Faites l'*activité de mise en route*.

Mise en commun.

Corrections :

Base jump : sport qui consiste à s'élancer d'un point fixe avec un parachute.

Ski : sport de glisse qui se pratique sur neige (mais aussi sur sable, eau, herbe).

Traîneau : sport qui consiste à dévaler des pentes enneigées assis sur un véhicule tracté par un animal (chien, cheval).

Parapente : voile dérivée du parachute, permettant la pratique du vol libre.

Luge : sport qui consiste à dévaler des pentes enneigées assis sur un véhicule.

Parachutisme : sport qui consiste à se larguer d'un avion avec un parachute.

Snowboard : sport de glisse sur neige dont l'équipement principal est une planche.

## Activité 1

### B1, B2

Faire des groupes de deux.

Visionner la première séquence (sans le titre) de 0'13 à 0'34 (vidéo sans commentaires).

*Concentrez-vous sur les images.*

*Connaissez-vous ce sport ? Si oui, quel est son nom ?*

*Pouvez-vous en donner une définition ?*

Mise en commun.

Visionner la première séquence dans son intégralité, avec le son.  
*Concentrez-vous sur les propos du journaliste.*  
*Avec les éléments entendus, essayez de compléter/corriger votre définition.*  
Vérifier les hypothèses faites par les apprenants.

### Activité 2

Visionner les trois premières séquences.

**B1** Proposer aux apprenants, en les écrivant au tableau, les adjectifs suivants : dangereux, surprenant, génial, novateur, serein, paisible, incroyable, ravi, inconscient, sûr, imprudent.

**B1, B2** *Concentrez-vous sur l'expression des personnes interviewées et sur les images.*

*Quels adjectifs qualifient le mieux les personnes et l'ambiance du reportage. Justifiez votre choix.*

### Activité 3

**B1, B2**

Visionner le reportage dans sa totalité.

Concentrez-vous sur les propos des personnes.

*Faites l'activité 3.*

Corrections :

N° 5 « Impression de facilité déconcertante et évasion totale. »

N° 1 « Le nouveau venu dans la famille du vol libre s'appelle le speed riding. »

N° 4 « Il faut y aller doucement parce qu'on peut se faire mal rapidement. »

N° 6 « Ce qui est génial, quand on se prend pour un skieur, c'est de pouvoir sauter une barre rocheuse, replaquer en dessous. »

N° 3 « Inventé il y a cinq ans par des parapentistes désireux de voler par vent fort, le speed riding permet toutes les audaces. »

N° 7 « Et actuellement, on a encore aucun accidenté grave. »

N° 2 « Vous chaussez vos skis. Vous vous retournez. Et là, vous êtes prêts à y aller. »

### Activité 4

**B1, B2**

Faire des groupes de deux.

Visionner le reportage.

**B1**

Distribuer la transcription aux apprenants.

**B2**

*Prenez des notes sur ce que vous entendez.*

**B1, B2**

*Faites l'activité 4.*

Corrections :

1. Air
2. Évasion
3. Voler
4. Speedriding (speed riding)
5. Neige
6. Ski
7. Casque
8. Glisser
9. Parachute
10. Accident

### Activité 5

**B1, B2**

*Vous êtes en vacances dans les Alpes et vous venez de vous initier au speed riding.*

*Vous écrivez une lettre à un(e) ami(e) pour lui raconter votre expérience.*

## Pour aller plus loin

B1, B2

*Vous présentez à la classe un sport traditionnel de votre pays. Vous pouvez parler de son origine, de son histoire, du matériel nécessaire, de ses principes...*

B1

Voir le reportage *Le base-jump*, Regards V, DVD 2.

Retrouver la fiche pédagogique sur les sites suivants :

[www.diplomatie.gouv.fr/fr/audiovisuel-educatif\\_12129](http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/audiovisuel-educatif_12129)

[www.leplaisirdapprendre.com](http://www.leplaisirdapprendre.com)

Fiche réalisée par Magali Foulon, CAVILAM.

# 1. Speed riding

Fiche « apprenant »

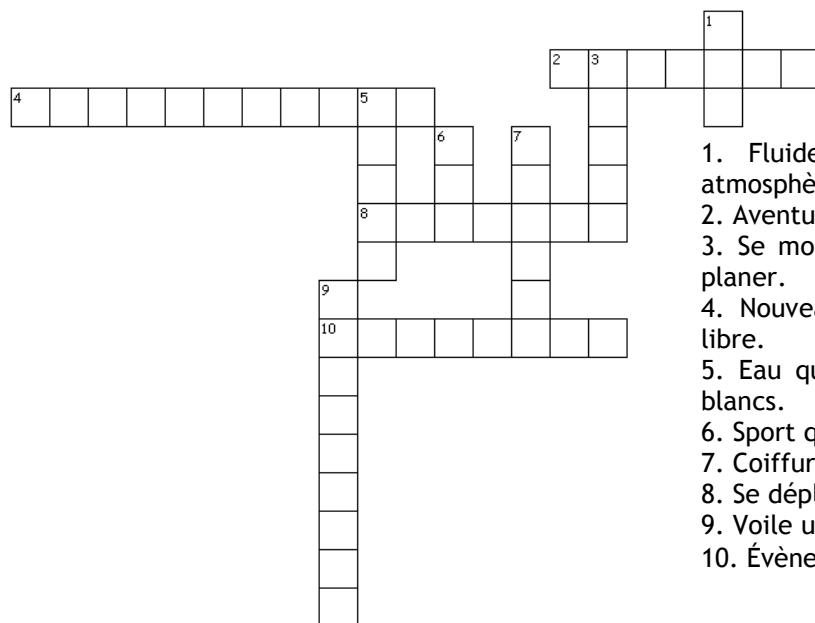
Mise en route - Associez chaque sport à sa définition.

| Sport        | Définition  |
|--------------|---|
| Base jump    | • • Sport qui consiste à se larguer d'un avion avec un parachute.   |
| Ski          | • • Voile dérivée du parachute, permettant la pratique du vol libre.  |
| Traîneau     | • • Sport de glisse sur neige dont l'équipement principal est une planche.  |
| Parapente    | • • Sport qui consiste à dévaler des pentes enneigées assis sur un véhicule tracté par un animal (chien, cheval). |
| Luge         | • • Sport qui consiste à s'élancer d'un point fixe avec un parachute.   |
| Parachutisme | • • Sport de glisse qui se pratique sur neige (mais aussi sur sable, eau, herbe).                                 |
| Snowboard    | • • Sport qui consiste à dévaler des pentes enneigées assis sur un véhicule.                                      |

Activité 3 - Remettez les phrases suivantes dans l'ordre du reportage.

- N° ..... « Impression de facilité déconcertante et évasion totale. »
- N° ..... « Le nouveau venu dans la famille du vol libre s'appelle le speed riding. »
- N° ..... « Il faut y aller doucement parce qu'on peut se faire mal rapidement. »
- N° ..... « Ce qui est génial, quand on se prend pour un skieur, c'est de pouvoir sauter une barre rocheuse, replaquer en dessous. »
- N° ..... « Inventé il y a cinq ans par des parapentistes désireux de voler par vent fort, le speed riding permet toutes les audaces. »
- N° ..... « Et actuellement, on a encore aucun accidenté grave. »
- N° ..... « Vous chaussez vos skis. Vous vous retournez. Et là, vous êtes prêts à y aller. »

Activité 4 - Complétez la grille de mots croisés en vous aidant des définitions données et des activités ci-dessus.



1. Fluide gazeux que nous respirons, atmosphère.
2. Aventure, escapade, disparition.
3. Se mouvoir en l'air au moyen d'ailes, planer.
4. Nouveau venu dans la famille du vol libre.
5. Eau qui tombe sous forme de flocons blancs.
6. Sport qui consiste à glisser sur la neige.
7. Coiffure pour protéger la tête.
8. Se déplacer sur une surface lisse.
9. Voile utilisée par les parachutistes.
10. Évènement malheureux, catastrophe.