



## Catal'offre « 2 heures de sport en plus pour les collégiens »

**Nom de la Fédération :** Fédération Française de Vol libre

**Site internet :** <https://federation.ffvl.fr/>

**Page dédiée 2HSC :** <https://federation.ffvl.fr/pages/jeunes-scolaire-educen-ciel>

**Contact :** [ffvl@ffvl.fr](mailto:ffvl@ffvl.fr)

### 1. Pourquoi cette offre ?

Le vol libre est une famille d'activité qui a en commun le jeu avec l'air : delta, parapente, cerf-volant, kite, wing. Depuis 2003, la FFVL a développé le programme Educ'en Ciel qui a pour objectif d'accueillir les jeunes autour de cette culture de l'air, du vent et de l'environnement à travers des activités éducatives comme la mise en place d'ateliers de fabrication de cerfs-volants et de boomerangs mais aussi la pratique physique de loisirs. Le caractère technique, technologique mais aussi ludique de ces deux activités peut ainsi constituer un levier attractif pour des jeunes éloignés de la pratique sportive.



### 2. De quelle activité parle t-on ? Quel est son caractère ludique ? Innovant ?

#### Le cerf-volant et le boomerang

Disciplines très anciennes, elles sont accompagnées d'ateliers de constructions et d'épreuves ludiques. Elles incluent dans leur approche éducative, la vie collective (on construit, on collabore et on pratique ensemble à travers une approche innovante), le développement de connaissances techniques et technologiques (fabrication de son support de vol en boomerang et cerf-volant, utilisation d'une variété de matériaux, découverte de principes physiques, d'aérodynamique et de mécanique de vol, connaissances numériques appliquées à la construction par impression 3D...), le respect des capacités de chacun (on tâtonne, on test, on ajuste progressivement la fabrication de son support de vol à travers une variété d'ateliers favorisant l'entraide), la dimension ludique et sportive (on pratique en salle ou en extérieur). Elles constituent pour les jeunes collégiens un tremplin vers l'obtention du Brevet d'Initiation Aéronautique (BIA) que nos encadrants accompagnent à travers un dispositif de soutien.

#### Le kite et la wing

Né dans les années 90, le kite est l'association d'une planche ou d'un engin de roulage à une aile de traction. Kitesurf, snowkite et mountainboard permettent de s'élancer sur tous les terrains. La wing est un nouveau sport de glisse en pleine explosion. Debout sur un engin de roulage ou une planche nautique, on évolue en se faisant tracter par une aile très légère à la structure gonflable. L'approche éducative de ces deux activités innovantes débute par une pratique terrestre, accessible et sécurisé où l'on découvre le pilotage d'un cerf-volant et d'une l'aile de wing à travers des ateliers variés pouvant aller jusqu'à une pratique avec un support de roulage (char à cerf-volant, mountainboard...). Cette pratique ludique permet au collégien d'apprendre à évoluer dans un milieu naturel, en mouvement perpétuel et aléatoire, ce qui sort le jeune de ses repères habituels. Il lui sera nécessaire d'adapter et de faire évoluer son schéma corporel et ses habiletés motrices.

### 3. Pour quels publics ?

Pratiqués en extérieur ou en intérieur, le cerf-volant et le boomerang sont particulièrement accessibles et nécessitent relativement peu d'aménagements notamment pour les jeunes en situations de handicap moteur, cognitif, psychique ou mental (par exemple, on peut construire son support avec peu d'assistance, le lancer avec une seule main, se positionner en fauteuil pour le rattraper...). Au-delà du caractère accessible, les ateliers de fabrication de cerf-volant et de boomerang permettent d'attirer les jeunes davantage intéressés par une approche moins traditionnelle de la pratique sportive et tournée vers des connaissances technologiques, physiques, mathématiques...

Pour les situations d'activités physiques, il s'agit d'ateliers ludiques et variées, par exemple : vitesse (effectuer des rattrapages le plus vite possible), précision (faire atterrir le plus proche de soi), endurance (effectuer le plus de rattrapage dans un temps donné), acrobatie (réalisation de figures imposées à la réception du support), team-relais (lancers et réceptions en équipe), « Glorp » (inventer une figure à la réception du support qui devra être reproduite par les autres élèves...). Moins victimes de représentations, on peut enfin noter que les stéréotypes de genre semblent moins marqués dans ces deux disciplines sportives.

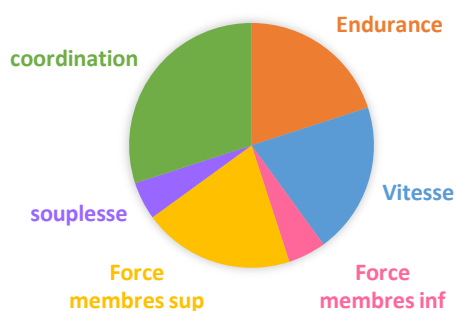
La pratique du kite et de la wing sont des activités nautiques mais demeurent également accessibles pour une pratique terrestre par le biais d'équipements adaptés (mountainboard, char à cerf-volant) à condition de disposer d'un terrain extérieur dégagé. Les aspects techniques et technologiques sont également abordés et permettent de développer une véritable culture de l'air. Les situations proposées restent variées : apports théoriques, initiations à travers le cerf-volant, séances de pilotage, déplacement dans l'espace avec un engin de roulage, ateliers et parcours d'évolution, découverte de la pratique nautique avec un engin de glisse. Ces activités sont également un moyen attractif et ludique afin d'aider les jeunes à développer leur aisance aquatique.

#### 4. Quels sont les effets attendus de la pratique proposée ? en quoi la pratique répond aux objectifs du dispositif (école promotrice de la santé) ?

Ils pourront ainsi développer des compétences (CPS) dans les domaines suivants :

- **Social** : capacité d'écoute, développer des liens sociaux pour résoudre collectivement des difficultés.
- **Affectif** : capacité à faire face aux situations compliquées, exprimer ses émotions de façon positive.
- **Cognitif** : capacité à résoudre des problèmes autrement que par la dimension purement physique et sportive en sollicitant des compétences cognitives et créatrices.

Cette offre peut permettre de développer les qualités physiques suivantes :



Du point de vue de la motricité, le cerf-volant et notamment les activités de lancers en boomerang nécessitent un travail de coordination, d'équilibre, d'habileté des mains et du poignet. Le travail du bras, des épaules, la gestion des appuis est ainsi sollicitée. La phase de rattrapé en boomerang réclame également de nombreuses courses sollicitant ainsi les qualités de vitesse de déplacement dans l'espace.

Pour la pratique du kite et de la wing, la coordination (liée notamment au pilotage de l'aile) et l'équilibre (savoir s'opposer à la traction de l'aile) sont les deux maîtres-mots. Le travail des bras, des épaules, des dorsaux et des abdominaux (gainage) seront également sollicités.

#### 5. Pour des groupes de combien de jeunes ?

L'encadrement de disciplines comme le cerf-volant ou le boomerang permettent d'accueillir avec peu de contraintes un maximum d'une vingtaine d'élèves par séance tandis que des activités comme le kite ou la wing nécessitent un groupe plus restreint d'une dizaine d'élèves.

#### 6. De quoi a-t-on besoin ? (matériel, équipement, espace....)

Le besoin en matériel, en équipement sera systématiquement fourni par l'encadrant et demeure peu contraignant pour des activités comme le cerf-volant et le boomerang qui demandent peu d'espace. Pour les autres disciplines, il est nécessaire de disposer d'un espace de pratique adapté à proximité.

#### 7. Qu'est-ce que la Fédération fait pour vous accompagner ?

|   |   |
|---|---|
| Site internet fédéral :                                     | <a href="#">lien site web fédéral</a>     |
| Lettre d'information fédérale :                             | <a href="#">lien information fédérale</a> |
| Accompagnement par les cadres techniques (CTF/CTS) :        | Oui                                       |
| Crédits mobilisables dans le Projet sportif fédéral (PSF) : | Oui                                       |
| Formation fédérale dédiée :                                 | En cours                                  |

#### Ressources téléchargeables :

|  |   |
|--|---|
| <a href="#">Le vol libre en vidéo (version longue)</a> | <a href="#">Le programme éducatif en ciel</a>               |
| <a href="#">Boomerang – construction et lancer</a>     | <a href="#">« 2h de sport en plus pour les collégiens »</a> |