

Fiche pédagogique

Marc Ristori – d'une seconde à l'autre

Sortie :
7 décembre 2011 (Suisse)



**Film documentaire,
Suisse, 2011**

Réalisation et scénario:
Benjamin Tobler

Production :
Nasser Bakhti - Troubadour
Films

Distribution en Suisse :
Agora Films

Version originale française

Durée : 1h39

Public concerné :
âge légal : 7 ans
âge suggéré : 12 ans

Site de l'organe (VD et GE) de
contrôle des films
<http://www.filmages.ch>

Résumé

Le 30 novembre 2007, Marc Ristori, champion suisse de motocross, chute lors du Supercross de Palexpo, à Genève. L'accident est grave, la blessure irréversible. A l'aube de son 26^{ème} anniversaire, Marc Ristori est paraplégique.

Commence alors une longue période de rééducation et d'adaptation. L'accident l'a non seulement privé de l'utilisation de ses jambes, mais lui a également fait perdre son métier, sa petite amie ainsi que la possibilité de poursuivre sa passion pour la moto. Cependant, Marc Ristori est un battant, et il travaille sans relâche afin de retrouver, si ce n'est de la mobilité, du moins quelques sensations dans la partie inférieure de son corps.

Il effectue plusieurs stages dans des centres de rééducation en Suisse et à l'étranger. Puis, le

verdict tombe : sa moelle épinière, touchée lors de l'accident, est entièrement sectionnée; il ne remarchera vraisemblablement jamais.

Le champion de motocross s'adapte à sa nouvelle vie et apprend à vivre dans ce corps différent. Toutefois, son identité reste marquée par la moto. Dans un défi personnel mais également dans le but de donner des réponses à ses fans qui ne l'ont pas oublié, Marc Ristori, avec l'aide de ses parents et de ses amis, décide de faire le pari fou de remonter sur une moto.



Marc Ristori, entouré de ses proches, au moment de remonter sur sa moto, près de 3 ans après son accident.

Commentaires

La rencontre entre Marc Ristori et le réalisateur, Benjamin Tobler, en 2008, au centre Suva

Care de Sion, est le point de départ d'une aventure qui va durer près de trois ans. Le

Disciplines et thèmes concernés

Français :

Écrire des textes variés à l'aide de diverses références. Le texte qui relate. Le texte qui transmet des savoirs.

Objectifs L1 22-23 du PER

Santé et bien être :

Agir par rapport à ses besoins fondamentaux en mobilisant les ressources utiles.

Objectif FG 22 du PER

Sciences de la nature :

Identifier les différentes parties de son corps, en décrire le fonctionnement et en tirer des conséquences pour sa santé.

Objectif MSN 27 du PER

Éducation physique :

Mobiliser ses capacités physiques pour améliorer sa condition physique et se maintenir en santé.

Objectif CM 21 du PER



Marc Ristori dans un centre de rééducation.

Le tournage débute quelques mois seulement après l'accident et permet, grâce aux témoignages sincères et sans tabou de l'ancien champion de motocross, de suivre son évolution dans le processus d'acceptation de son handicap, avec tous les deuils que cela implique, en commençant par celui de l'usage de ses jambes.

Le documentaire cherche davantage à raconter la propre histoire de vie de Marc Ristori que de l'investir de la mission de porte parole de la paraplégie. L'ancien champion souhaite d'ailleurs avant tout présenter une image positive de son quotidien et montrer la

possibilité de mener une vie normale malgré son handicap.

Le réalisateur, Benjamin Tobler, partage la même vision : « *Durant toutes les phases de réalisation, je me suis d'abord intéressé à l'homme, avec ses qualités et ses défauts, ses forces et ses faiblesses. Sa paraplégie est là, comme une compagne omniprésente, mais le handicap n'est jamais stigmatisé. Au contraire, je me suis appliqué à comprendre et montrer ce qu'il vivait, en m'attachant à ce qui le relie à nous-autres les valides, et non à ce qui le distingue.* »

Objectifs

- **Rechercher** des informations en lien avec un projet d'écriture et un thème choisi. **Sélectionner** les informations en fonction du destinataire et du message que l'on souhaite véhiculer.
- **Identifier et hiérarchiser** les différents besoins humains en utilisant la pyramide de Maslow.
- **Mettre en évidence** la catégorisation des mouvements (flexion, extension) et de différentes articulations (dans un axe, dans plusieurs directions) par expérimentation sur son corps. **Observer** la faculté du corps à se régénérer.
- **Sensibiliser** aux risques liés à la pratique sportive (blessures, séquelles, ...). Savoir les identifier et les évaluer.

Pistes pédagogiques

1 Le texte documentaire

Analyser la manière dont est construit le film (le personnage sujet – Marc Ristori – est filmé sur une période de 3 ans. Le réalisateur – Benjamin Tobler – pose des questions auxquelles le sujet répond. Il n'y a ni décor, ni mise en scène, le sujet est filmé dans son quotidien et relate les faits tels qu'ils sont ou tels qu'il les perçoit ; c'est ce qui fait la principale différence entre un film de fiction et un film documentaire).

Demander aux élèves de trouver une personne (de leur entourage ou qu'ils pourraient facilement rencontrer) avec une histoire de vie, une activité, un métier qui les intéresse ou les touche.

Leur demander de faire un travail d'investigation en préparant des questions dans le but d'interviewer la personne choisie. Lors de cette étape, les élèves ne doivent pas perdre de vue l'objectif de l'entretien et rester dans le thème choisi.

A l'aide des informations récoltées, rédiger un texte documentaire, soit sous forme de récit, soit sous forme d'interview. Les élèves doivent garder en tête que le texte documentaire doit refléter au plus près la réalité et qu'ils ne doivent pas interpréter les faits.

Le même travail peut également se faire sous forme de court-métrage (interview vidéo), dans la mesure du matériel disponible.

2. La pyramide des besoins

Avant de visionner le film *Marc Ristori – d'une seconde à l'autre*, étudier la [pyramide des besoins de Maslow](#) et demander aux élèves de noter leurs besoins pour chaque étape de la pyramide.

Après avoir vu le film, demander à nouveaux aux élèves de noter leurs besoins pour chaque étape de la pyramide, en s'imaginant dans la peau d'une personne paraplégique.

Comparer les réponses données par les élèves afin de voir si leurs besoins sont similaires selon s'ils ont l'usage de leurs jambes ou s'ils s'imaginent dans la peau d'un paraplégique.

Ouvrir une discussion où chaque élève aura l'occasion d'expliquer ses choix de réponses.

3. La paraplégie et le sport

Dans le film, Marc Ristori s'adonne à plusieurs sports (cyclisme et motocross) malgré son handicap. Demander aux élèves s'ils connaissent d'autres sports pour handicapés (handisports) et les lister (aviron, basket-ball, équitation, escrime, rugby, tennis, volley-ball, ...).

Donner aux élèves une liste de différents sports et leur demander de signaler ceux qui seraient adaptables pour une personne paraplégique, et de quelle manière.

Déterminer avec les élèves comment fonctionnent les handisports. Quels sont les sports traditionnels qui se pratiquent de la même manière que les handisports ? (aviron et équitation par exemple, car la position du sportif est assise). Quels sont les handisports qui requièrent une technique différente ? (Basket-ball ou tennis par exemple car la position du sportif n'est plus debout mais assise dans une chaise roulante).

Demander aux élèves ce qu'ils pensent du fait que Marc Ristori remonte sur une moto à la fin du documentaire. Est-ce que les élèves qui pratiquent un sport sont conscients des risques potentiels engendrés par leur sport ? De quelle manière peuvent-ils prévenir au maximum les accidents ? (protections physiques : casques, genouillères..., échauffement physique,...).

Pour en savoir plus

Le site du distributeur suisse du film (avec le dossier de presse) : www.agorafilms.net

Le site officiel du film : <http://www.marcristori-lefilm.com/>

Emilie Revaz, enseignante, décembre 2011.

Droits d'auteur : [licence Creative Commons](#)

