

Episode 1

A suivre dans le prochain Natation Magazine n°140 (mars 2013) :
L'enfant prodige, une difficile réalité ?



L'enfant prodige, un mythe ?

Yannick Agnel, champion olympique du 200 m nage libre également titré avec le relais 4x100 m nage libre, a remporté le classement général du Natathlon en 2005.

Il y a un certain nombre de compétences à réunir pour accéder au haut niveau, mais elles ne sont jamais toutes réunies dans une même personne et pour une personne, elles ne s'acquièrent pas forcément à un moment donné.

Considérée encore souvent comme un sport à maturité précoce - au même titre que la gymnastique - la natation est-elle réellement le royaume des enfants prodiges ? Conseiller Technique National en charge du développement en natation course (cf. encadré), Laurent Guivarc'h apporte aujourd'hui la réponse de la Fédération Française de Natation à cette interrogation. Remise en question des idées reçues.

La question peut paraître abrupte, mais est-ce qu'il y a, selon vous, des « surdoués » de la natation ?

La question du don est difficile à traiter, comme celle du talent. D'un point de vue éthique, cette question pose, d'une façon générale, un nombre important de questions pédagogiques dans l'approche que peuvent avoir les éducateurs, les clubs ou les parents. Nous savons qu'il y a un certain nombre de compétences à réunir pour accéder au haut niveau, mais elles ne sont jamais toutes réunies dans une même personne et pour une personne, elles ne s'acquièrent pas forcément à un moment donné. Chaque

athlète est un savant mélange, une recette singulière qui évolue chaque jour et que nous devons accompagner. A ce sujet, le neurophysiologiste Pierre Karli, auteur de l'ouvrage *Le cerveau et la liberté* (Odile Jacob, 1995), nous alerte sur le danger de la représentation que nous avons de la génétique dans nos réflexions entre Inné et Acquis. Ces réflexions étant étroitement liées à la question du Talent. Il précise que « toute histoire individuelle [...] ce sont des interactions complexes des deux catégories de facteurs - génétiques et environnementaux - qui permettent au vivant à la fois de s'adapter et d'innover ». Il

(KWSP/Siaphane Kempinaire)



Laurent Guivarc'h

poursuit en précisant deux éléments essentiels. D'une part que, contrairement à l'imaginaire collectif, les gènes ne sont pas tous stables dans le temps : il existe un certain nombre de « gènes mobiles » et donc évolutifs. D'autre part, si nous prenons l'exemple du cerveau, il reconnaît que sa structuration (lobe frontal, pariétal, cervelet, etc.) est déterminée génétiquement, mais la médiation des différentes zones entre elles est liée à l'interaction de l'individu avec l'environnement. Par ailleurs, nous aurions tort de croire que, parce qu'un athlète est un « bon jeune », il sera bon plus tard et inversement. Cette approche est risquée dans la mesure où elle entraîne souvent un fort abandon dans les premières années. Or les différences de maturation (physiologique et psychologique) sont telles qu'il apparaît important de se centrer sur l'individu, son interaction avec l'environnement, son évolution plutôt que de le comparer avec les autres enfants du même âge. Cette réflexion a occupé des philosophes,

sociologues, psychologues et neurologues durant toute leur vie. Bien que ce résumé soit incomplet, c'est une réflexion passionnante à mener.

Peut-on dire alors que ceux qui réussissent mieux dans les catégories de jeunes s'entraînent plus ?

Au départ, il apparaît nécessaire de recadrer ce que nous mettons derrière le mot « entraînement » et ce que nous entendons par « s'entraîner plus ». En effet, notre jugement se porte-t-il sur le nombre d'heures passées dans l'eau, sur le nombre de kilomètres parcourus ou sur la qualité du travail accompli ? Prenons deux exemples types :

	Nageur 1	Nageur 2
Nombre de séances	5	5
Durée des séances	1h30	1h30
Km parcourus	20	35

A première vue, nous pourrions croire que le nageur 2 s'entraîne davantage.

En revanche, c'est en regardant les séances avec plus d'attention que l'on peut comprendre où se situe la qualité. Au fond, ce qui importe ce n'est pas de s'entraîner plus, mais de s'entraîner mieux. Fabrice Pellerin a cette phrase très juste qui dit : « Plutôt que de progresser à s'entraîner, il faut s'entraîner à progresser ». Il est important de comprendre la portée pédagogique de cette maxime. Donc, pour répondre à votre question, il est probable que les benjamins que nous retrouvons aux avant-postes au trophée Lucien Zins (cf. encadré) s'entraînent plus en volume kilométrique que les autres, mais pas tous heureusement. Cette réponse à la contrainte de performance qui passe préférentiellement par un entraînement quantitatif plus que qualitatif explique, en partie, pourquoi nous retrouvons peu de benjamins âgés de 13 ans (au trophée Lucien ZINS) lors des championnats de France minimes la saison suivante.

»

(FRN/Philippe Pongertyl)

Triathlon, Natathlon : qu'es aquo ?

Créé en 2000 et réservé aux benjamin(e)s - qui « s'affrontaient » alors sur 50, 400 m nage libre et 200 m 4 nages -, le « triathlon » connaît - sans le savoir - son heure de gloire en 2002. **Le classement général féminin (établi par l'addition des points réalisés dans chaque épreuve selon la table de cotation) consacre, en effet, cette année-là une certaine Camille Muffat !** Trois ans plus tard, le Natathlon remplace feu le triathlon. Le menu devient à cette occasion plus copieux puisque - pour apparaître dans le classement final - les benjamin(e)s doivent nager, au gré des trois étapes (ou « plots ») réparties au fil de la saison et disputées dans chaque département, un total de sept épreuves (50, 400 et 800 m nage libre, 50 m dos, 50 m brasse, 50 m papillon et 200 m 4 nages). **En 2009, le principe général reste le même, mais le nombre d'épreuves est ramené à six : 100 et 800 m nage libre, 50 m dos, 50 m brasse, 50 m papillon et 400 m 4 nages.** Une « finale » nationale (le « Trophée Lucien Zins », du nom de l'un des entraîneurs mythiques de la natation française) réunit en fin de saison les 120 premiers des classements généraux féminin et masculin. Du côté des futures « têtes d'affiche » de la natation française, le Natathlon démarre en trombe. **En 2005 pour sa première saison d'existence, le classement général couronne en effet Margaux Fabre, qui deviendra championne d'Europe junior du 200 m nage libre en 2007, mais aussi et surtout Yannick Agnel, futur champion olympique du 200 m nage libre !** En 2008, c'est au tour de Charlotte Bonnet de figurer au premier rang du palmarès (cf. tableau). Une précocité au plus haut niveau qu'elle confirmera aux JO de Londres en décrochant le bronze olympique avec ses coéquipières du 4x200 m nage libre à seulement 17 ans.

PALMARES DU NATATHLON

2005 : Margaux Fabre (Canet 66 natation) et Yannick Agnel (NC Nîmes)
2006 : Marie Jugnet (CN Cannes) et Vince Regent (CN de Baie-Mahault)
2007 : Thiphanie Janin (NC Echirolles) et Joris Viaut (AC Pontault-Roissy)
2008 : Charlotte Bonnet (CN Brest) et Alain Bernardeschi (ON Nice)
2009 : Camille Gheorghiu (AC Bourges) et Thomas Arnaud (Yerres natation)
2010 : Anaïs Arlandis (SNM Bar-sur-Aube) et Axel Capazza (AC Pontault-Roissy)
2011 : Clothilde Peseux (AN Besançon) et Alexandre Derache (Amiens métropole natation)
2012 : Maëlle Baesel (TOEC) et Tanguy Lesparre (CN Cannes)

« **Nous devons véritablement insister sur le fait que plus les apprentissages sont de qualité et variés, plus ils entreront en interaction avec d'autres formes d'apprentissage. Le cerveau n'a pas de frontière telle que nous aimerions le voir, il est profondément perméable.** »

Comment réagissez-vous à cet état de fait ?

Nous essayons d'y répondre en améliorant notamment la qualité des formations dans les ERFAN et l'INFAN.

kilomètre sans savoir pourquoi, sans lui donner les éléments pour s'auto-évaluer.

Pourquoi la FFN a-t-elle créé une compétition spécifique pour les benjamin(e)s ? Est-ce que des choses « se jouent » dès cette catégorie ?

La FFN n'est pas uniquement focalisée sur les benjamins car rien ne se « joue » dès cette catégorie. De nombreuses études sur le développement psychomoteur des enfants montrent que les processus de transformation sont possibles tout au long de la vie et, d'autre part, que les facteurs essentiels sont en action dans la tranche d'âge 0-6 ans, voir 0-3 ans dans certains cas. Quoi qu'il en soit, nous essayons surtout de proposer des finalités pour chaque étape de la vie sportive d'un nageur. L'école de natation française permet d'avoir les

que sur 8 500 nageurs participants au Natathlon, 5 500 se trouvaient classés à la fin (pour être classés, les nageurs doivent réaliser toutes les épreuves du programme). Ainsi, la progressivité annoncée dans le règlement entre 12 et 13 ans, a pour but d'augmenter le nombre total de participants et, également, d'augmenter le nombre total de nageurs classés.

Le but est de cultiver et de détecter la polyvalence des jeunes nageurs et nageuses français parce que c'est un gage de réussite pour les futures carrières ?

Le but est surtout d'encourager la polyvalence dans les nages et les distances. Nous devons sortir de cette idéologie selon laquelle un nageur doit être spécialiste d'une nage, d'une distance... Il est intéressant d'observer les décalages entre la réalité du haut



Camille Muffat, Coralie Balmy, Charlotte Bonnet et Ophélie Cyrielle-Etienne, médaillées de bronze au sein du relais 4x200 m nage libre aux Jeux Olympiques de Londres, ont toutes pris part aux épreuves du Natathlon.

Dans cette perspective, la question du volume d'entraînement moyen ne veut rien dire tant la répartition des pratiques de 45 000 benjamins est variable entre un entraînement/semaine et huit entraînements/semaine sans gage d'échec ou de réussite dans un cas comme dans l'autre. En effet, dans un cas, il se peut que le nageur court, joue de la musique, pratique la gym, la danse, le vélo... Il développera une variété de compétences plus riche que celui qui ne fait que nager. Nous devons véritablement insister sur le fait que plus les apprentissages sont de qualité et variés, plus ils entreront en interaction avec d'autres formes d'apprentissage. Le cerveau n'a pas de frontière telle que nous aimerions le voir, il est profondément perméable. L'essentiel doit aller vers la création du sens chez le nageur : il ne doit pas faire un

acquisitions fondamentales et de développer l'ensemble des habiletés motrices à travers toutes les disciplines de la fédération. Nous avons une chance incroyable de pouvoir appuyer notre enseignement sur un panel de disciplines important.

Comment s'est fait le choix des épreuves (50 m dos, 50 m brasse, 50 m papillon, 100 et 800 m nage libre et 400 m 4 nages) qui constituent le Natathlon ?

Le Natathlon s'inscrit dans la poursuite de cet esprit avec un développement de l'ensemble des quatre nages dans la durée et dans la vitesse. Le choix des épreuves s'est fait dans cet esprit. Par ailleurs, l'évolution entre la première et la deuxième année benjamin - telle que nous la proposons - a pour but d'être plus progressive dans les apprentissages. Nous avons remarqué

niveau et les représentations qui en sont faites. Comment pouvons-nous

« **Comment pouvons-nous encore parler de spécialiste du 1500 m nage libre quand le champion olympique de la distance est également vice-champion olympique du 200 m nage libre (le Chinois Yang Sun, ndr) ? Comment pouvons-nous parler de spécialiste en dos, brasse, papillon ou nage libre après avoir vu Phelps et Lochte à l'œuvre ?** »

L'Américain Michael Phelps, vingt-deux médailles olympiques, incarne la polyvalence de la natation mondiale. C'en est désormais fini du schéma un nageur-une spécialité.



(KMSP/Franck Raugere)
Pour l'entraîneur Fabrice Pellerin, coach des champions olympiques Camille Muffat et Yannick Agnel, et élément Lefert (avec le relais) « plutôt que de progresser à s'entraîner, il faut s'entraîner à progresser ».

encore parler de spécialiste du 1500 m nage libre quand le champion olympique de la distance est également vice-champion olympique du 200 m nage libre (le Chinois Yang Sun, ndr) ? Comment pouvons-nous parler de spécialiste en dos, brasse, papillon ou nage libre après avoir vu Phelps et Lochte à l'œuvre ? De même en France, Alain Bernard dispose, par exemple, d'un temps de référence en 1'01" au 100 m brasse. Yannick Agnel a, lui, un temps personnel de 2'04" au 200 m 4 nages (bassin de 50 mètres). Camille Muffat possède toujours les records de France des 200 et 400 m 4 nages tandis que Florent Manaudou s'est récemment illustré sur le 50 m brasse (médaillé de bronze aux Mondiaux d'Istanbul en petit bassin, ndr). En 2010, il avait été champion de France moins de 20 ans des 50 m nage libre, brasse et papillon et vice-champion de France sur le 50 m dos ! Jérémie Stravius, médaillé d'or au JO dans le relais 4x100 m nage libre et médaillé d'or au 100 m dos lors des championnats du monde 2011, détient également les records de France en bassin de 25 mètres sur 50 et 100 m dos, 200 et 400 m 4 nages...

En effet, les exemples ne manquent pas...

A force d'exemples, nous devons interroger nos représentations pour mieux adapter notre enseignement. Nous devons impérativement mettre régulièrement à jour nos connaissances pour amener la natation française à un meilleur niveau encore. Bien entendu,

« Nous devons impérativement mettre régulièrement à jour nos connaissances pour amener la natation française à un meilleur niveau encore. »

je place ici le rapport à la spécialité du point de vue de l'entraîneur. Dans cette construction du nageur, il est important de centrer les choix de nage sur les désirs de l'enfant tout en lui donnant les outils pour construire intelligemment ce choix. Le nageur doit être acteur de sa progression.

Un lien peut-il être fait entre les précédents lauréats (ou nageurs bien classés) du Natathlon (ou de feu le triathlon) et leur devenir au plus haut niveau national, voire international ?

C'est une question difficile dans la mesure où l'on pourrait croire que le programme sportif garantit la performance future d'un athlète, alors qu'il a avant tout l'ambition de poser un cadre de référence pour tous. L'aventure du haut niveau est un parcours singulier et le programme sportif n'est là que pour donner des balises, des repères. Pour les filles, on remarque cependant que les meilleures françaises étaient bien classées lorsqu'elles étaient jeunes. Il y a différentes interprétations qui coïncident. D'une part, au niveau physiolo-

gique, elles ont un processus de maturation plus précoce que les garçons et apparaissent donc plus rapidement à haut niveau. D'autre part, du point de vue social, on remarque que plus les filles apparaissent tôt à un haut niveau de pratique, plus elles ont tendance à persévérer. Les exemples de Camille Muffat ou de Charlotte Bonnet, donnés par ailleurs, sont à ce sujet très intéressants, mais ne sont pas les seuls. Esther Baron et Coralie Balmy se sont ainsi classées deuxième et quatrième de la première édition du triathlon en 2000. Plus « discrètes » au même âge, Ophélie-Cyrielle Etienne et Alexianne Castel terminaient, pour leur part, onzième et trente-troisième en 2003.

Et qu'en est-il des garçons ?

Pour les garçons, la relation est nettement moins évidente. Camille Lacourt, à 17 ans, n'est « que » quatrième Français du 100 m dos lors des championnats de France cadets. A 16 ans, Fabien Gilot est dixième de son année d'âge au 100 m nage libre. Il a commencé à nager trois fois par semaine à 14 ans après avoir été champion cadet en Water-Polo à 13 ans (surclassé). Jérémie Stravius est vingt-huitième du Triathlon en 2001 et s'entraîne alors trois fois par semaine. Florent Manaudou est vingt-et-unième du Triathlon en 2002 et vingtième en 2003. Giacomo Perez Dortona est trente-huitième du Triathlon en 2002. Si Yannick Agnel est premier du Natathlon en 2005 sous les couleurs du Nautic Club de Nîmes, Fabrice Pellerin raconte qu'il a - à l'arrivée de Yannick à Nice - diminué son volume d'entraînement pour travailler sur la qualité.

Quels écueils le jeune nageur va-t-il devoir éviter pour percer dans les catégories supérieures, voire au plus haut niveau international ?

Il me semble que le plus grand danger, chez les jeunes, ce sont les comparaisons. Il faut impérativement laisser les histoires individuelles se construire. Ce rapport à la singularité du parcours peut se réaliser à partir du moment où le nageur est acteur de son projet. Dans ce cadre, le désir, associé à la création de sens, permettra la mise en œuvre de cette aventure individuelle. Cela impose une éthique, une démarche pédagogique appropriée que nous n'avons pas le temps d'aborder ici. La construction de réussites individuelles successives dans les rapports à l'environnement est le meilleur moteur de l'action à venir •

Recueilli par Jean-Pierre Chafes



Natation Magazine

PREMIER SUR LA NATATION www.ffnatation.fr

Pour tout savoir sur la natation
ABONNEZ-VOUS !

Natation Magazine c'est :

- > L'actu de **toutes les disciplines de la FFN**
- > Des rencontres, des interviews
- > Des dossiers, des reportages
- > Des photos, des analyses
- > Des rendez-vous, des résultats
- > Des rubriques, de l'humour...

Natation Magazine Bulletin d'abonnement

A renvoyer avec votre règlement à : FFN - Département Horizons Natation, TOUR ESSOR 93 - 14, rue Scandicci - 93500 PANTIN

■ **Natation Magazine : 30 € les 8 numéros/an**
soit 4,00 € le numéro !

■ **Je règle :**
par chèque à l'ordre de Horizons Natation

Nom	<input type="text"/>
Prénom	<input type="text"/> Age <input type="text"/>
Adresse	<input type="text"/>
Ville	<input type="text"/>
CP	<input type="text"/> Email <input type="text"/>
Date	<input type="text"/>
Signature	<input type="text"/>