

L'ENFANT ET LE SPORT DE HAUT NIVEAU

INTRODUCTION

"Si vos enfants vivent loin de la maison et que les parents en font les frais, alors, en compensation, ils peuvent passer leurs journées au gymnase, aussi longtemps qu'il le faut." [1]. Cette phrase vient de la mère de Kristie Philips, gymnaste américaine ayant abandonné la compétition il y a peu suite à une tentative de suicide. Le rapporteur de ces paroles, Joan Ryan, nous informe d'autre part que "durant une période où Kristie pratiquait malgré un poignet blessé, elle prit jusqu'à douze antalgiques et dix inflammatoires par jour. Un cachet après l'autre, à longueur de journée."

D'où les questions qui nous viennent tout de suite à l'esprit : comment une athlète peut prendre aussi simplement une telle quantité d'antalgiques connus pour pouvoir provoquer des hémorragies internes ou des lésions rénales ? Comment un médecin peut-il prescrire un tel traitement ? Mais surtout comment une mère peut-elle cautionner une telle pratique sur sa fille blessée ?

Malgré tous les points positifs que peut apporter la pratique sportive, beaucoup d'enfants pâtissent de la course au rendement sportif opérée officiellement dans le sport de haut niveau.

L'entraînement spécifique intensif précoce, l'ESIP, est une réalité depuis des dizaines d'années. Un entraînement spécifique est un entraînement ciblé sur une même discipline à longueur de séances. La qualification d'entraînement intensif précoce varie suivant l'âge et le sport que pratique l'enfant ou le jeune, en général on peut appeler un entraînement intensif "précoce" lorsqu'il est imposé à des athlètes n'ayant pas finis leur période de croissance. Il s'agit ici de montrer où les dérives peuvent mener et de tenter de donner quelques pistes afin de faire changer les choses.

PARTIE 1 : L'enfant et le sport

QU'EST-CE QUE LE SPORT POUR UN ENFANT ?

L'enfant fait du sport tous les jours sans même s'en apercevoir, il court, saute, s'adonne à une multitude de jeu faisant appel aux aptitudes physiques (marelle, élastique, chat perché, loup...). Le sport répond à un besoin physiologique naturel de l'enfant : tout comme l'animal, l'exercice physique lui permet d'acquérir des aptitudes motrices en grand nombre, de maîtriser son environnement, d'aider son corps à se développer... Le sport, en particulier chez les garçons, permet à l'enfant de se mesurer à ses camarades, prémices de la compétition sportive. Arrivé à un certain âge, l'enfant trouve dans le jeu sportif un moyen d'être en contact avec l'autre, on "joue ensemble". Ainsi, sans aucune structure l'enfant peut construire ses moments sportifs seul ou avec ses copains. Mais alors, pourquoi faire du sport en club ?

QU'EST CE QUI POUSSE UN ENFANT À ENTRER DANS UN CLUB ?

Une étude canadienne [2] a révélé que la principale motivation des enfants à pratiquer un sport est le plaisir. Contrairement à ce que l'on pourrait penser la réponse "pour gagner" vient en dernière position. Le club est là pour apporter des repères : une structure stable à l'activité physique, un soutien matériel, un encadrement, une aide pour progresser... et une reconnaissance officielle attestant de la pratique de l'enfant dans un sport. C'est donc aussi un moyen de s'affirmer socialement comme le dit Glyn Roberts (psychologue canadien du sport) : "Le sport permet de se tailler une place et d'être accepté par ses pairs. Les enfants sont acceptés par leurs semblables lorsqu'ils excellent dans la pratique d'activités que valorisent les autres enfants" [3]. C'est pourquoi l'appartenance à une équipe arrive aussi dans les premières positions de l'étude citée ci-dessus. En effet, le côté socialisant du sport - l'appartenance à un groupe social - est très fort chez les enfants. Le club permet aux enfants de se retrouver régulièrement en dehors de l'école entre copains pour jouer. On s'aperçoit aussi que la réussite sportive permet aux enfants de s'intégrer plus facilement au sein d'un groupe social (classe, groupe de copain...). Ainsi, un enfant peut être jugé par ses semblables par rapport à son niveau de succès sportif. Mais comment un enfant conçoit-il le succès ?

QU'EST CE QUE LE SUCCÈS POUR UN ENFANT ?

Pour l'enfant, le succès sportif est complètement différent du sens que lui donne l'adulte. Pour ce dernier, réussir dans un sport signifie "gagner", "vaincre son adversaire", alors que pour l'enfant la réussite peut tout simplement être d'avoir "nagé toute la

longueur de la piscine sans aide", d'avoir "été le seul qui [ait] réussi à faire [un exercice] pendant l'entraînement" [4]... Comme l'a écrit Jean Whitehead, "les jeunes enfants cherchent bien plus à maîtriser leur environnement et à acquérir des aptitudes qu'à vaincre les autres, du moins jusqu'à ce qu'on leur dise qu'ils doivent gagner." [5]. Et c'est bien là un problème, car si les enfants préfèrent dans leur majorité jouer et s'amuser dans une équipe perdante plutôt que de rester assis sur le banc d'une équipe gagnante, les entraîneurs, les coaches, les parents leurs imposent la réussite telle qu'ils la voient eux (SE REPORTER AUX PARTIES III ET IV). Et ceci, plutôt que d'élargir les objectifs de l'activité sportive de l'enfant, à l'effet inverse de celui voulu et en pousse certains à arrêter leur sport...

QU'EST CE QUI POUSSE UN ENFANT À ARRÊTER UN SPORT ?

Comme vu plus haut, les enfants jouent en premier pour se faire plaisir. L'absence de ce plaisir est donc une principale cause d'abandon d'un sport. Martha Ewing et Vern Seefeldt rapportent que la première chose que changeraient les garçons aussi bien que les filles dans leurs entraînements serait de rendre les séances plus amusantes [6] .. Mais ce n'est pas le seul : il arrive que des enfants perdent simplement tout intérêt envers un sport, car ils jugent ne plus pouvoir progresser, car ils n'estiment plus avoir d'adversaire de leur taille... Un moyen de remédier à cette dernière cause peut être de chercher à passer au niveau supérieur sportif, c'est à dire la compétition.

QU'EST CE QUI POUSSE UN ENFANT A ENTRER DANS LA COMPÉTITION SPORTIVE ?

La compétition est présente très tôt chez l'enfant, en jouant à sauter plus haut ou à courir plus vite que ses copains dans les cours d'écoles ou dans la rue, l'enfant se construit lui-même des compétitions. C'est pourquoi l'entrée dans la compétition sportive leur paraît en général naturelle après quelques années de pratique. Pourtant cette démarche vient rarement de l'enfant même, c'est bien souvent l'entraîneur ou parfois le professeur d'EPS qui l'y pousse après l'avoir remarqué. L'enfant est le mieux à même de se couler dans le moule de la compétition vers 12-13 ans [7]. Mais dès 5-6 ans, il commence à se construire les représentations nécessaires à la compréhension du système compétitif [8], c'est à dire qu'il commence à concevoir le travail collectif comme moyen d'accéder au but suprême qu'est l'excellence. Cette évolution de l'esprit sportif de l'enfant se poursuit jusqu'à l'adolescence. (SE REPORTER AUX PARTIE III ET IV)

Les parties II, III, et IV sont à suivre...

Plan, bibliographie complète et annexes sur ANIMASPORT.org, rubrique "l'Enfant".

[1] RYAN J., 1995, *Little girls in pretty boxes : the making and breaking of elite gymnaste and figure skaters*, Brentanos.

[2] EWING M., et SEEFELDT V., Institute for the Study of Youth Sports (Michigan State University)

[3] ROBERTS G., Institute of Child Behaviour and Development, University of Illinois

[4] WHITEHEAD J., 1993, *Why children choose to do sport - or stop*, Coaching Children in Sport.

[5] *Ibid.*

[6] EWING M., et SEEFELDT V., Institute for the Study of Youth Sports (Michigan State University)

[7] VEROFF J., 1969, *Achievement-related motives in children*, Russel Sage Foudation.

[8] SCANLAN T.K., 1982, *Children in sport : a contemporary anthology*, Human Kinetics Publishers.