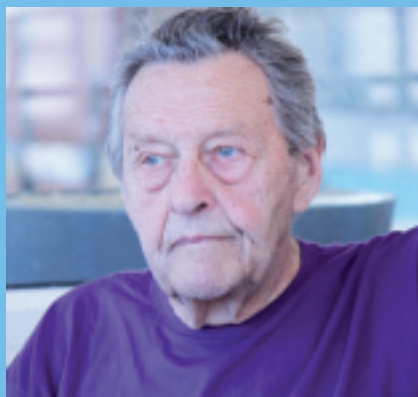




L'âge libre

Plus que les autres, les entraîneurs de natation prennent souvent des allures de mentor comme Philippe Lucas, ou de Pygmalion comme Guennadi Touretski. Mais personne ne possède autant de recul que le doyen de la profession, Raymond Catteau, qui s'intéresse à ce sport depuis 80 ans et qui en parle toujours avec la même passion!

Né le 22 juillet 1923 à Tourcoing, Raymond Catteau fut d'abord excellent nageur. Il compte onze sélections en équipe de France de water-polo. Il fut aussi enseignant d'EPS puis CTR (Conseiller Technique Régional) du Nord-Pas-de-Calais. Il a tout connu des développements de la natation depuis les années 30 jusqu'à aujourd'hui et est l'auteur de plusieurs livres qui font toujours référence comme *L'Enseignement de la Natation* avec Gérard Garoff (Ed. Vigot). Le livre sort une première fois en 1968. Puis il est réédité et mis à jour à deux reprises (1971, 1974). Plus récemment, citons aussi *La natation de demain - une pédagogie de l'action*, aux Éditions Atlantica, FSGT 2008.



Les statistiques montrent que 20% des jeunes Français ne savent pas nager. Depuis quelques années, cette proportion aurait même plutôt tendance à augmenter. Qu'en pensez-vous? Déjà, je ne suis pas trop d'accord avec l'expression «savoir nager». Elle donne l'impression que les choses sont d'un bloc. On dit «On sait» ou «on ne sait pas» nager alors qu'en réalité il s'agit d'un continuum qui va du plus piètre niveau jusqu'aux performances des meilleurs champions sans que celles-ci ne connaissent de limites, d'ailleurs. Alors qui peut dire qu'il «sait» nager?

Disons que 20% des enfants ne savent pas se déplacer seuls dans l'eau dès lors qu'ils n'ont plus pied.

Ca me désole, que voulez-vous? On pourrait faire une analogie avec l'illettrisme. En plus, vous me dites que la proportion des nageurs régresse. Oui, c'est déplorable! Cela montre que rien n'est jamais définitivement acquis dans l'enseignement. Il faut sans cesse se reposer les bonnes questions. Pourquoi telle

pédagogie ne fonctionne pas? Pourquoi tant d'enfants passent à travers les mailles du filet? J'ai parfois l'impression qu'on refait le chemin déjà parcouru.

Vous-même, vous avez été enseignant dans une période difficile au sortir de la guerre...

A l'époque, on avait une vision très mécaniste des activités physiques. On se représentait les différentes nages comme une succession de mouvements qu'il fallait reproduire dans un ordre précis, espérant acquérir ainsi les rudiments de la brasse, du crawl et de dos. Le papillon n'existait pas encore. Cela menait à des absurdités notoires. Au début du XX^e siècle, on apprenait encore à nager dans des salles de gymnastique en prenant appui sur des tabourets ou suspendu à des cordes. Il a fallu du temps pour qu'on comprenne que cela ne fonctionnait pas du tout comme on l'avait imaginé. Le mérite revient en partie à Emile Schoebel dont l'histoire a oublié le nom. C'est dommage! Au poste de responsable de l'enseignement de la natation dans les écoles normales d'éducation physique, il a rajouté les anciennes méthodes en s'inspirant notamment de ce qui se faisait en Allemagne. Tout cela figure dans un livre, *Le précis de natation scolaire*, publié en 1947 qui eut un fort impact sur les enseignants qui avaient été ses élèves. Enfin, on y parlait de familiarisation avec le milieu aquatique, une étape qui constitue évidemment un passage obligé de tout apprentissage. Pour nager, il faut inhiber ses réflexes de terrien et apprendre le langage aquatique.

Vous-même, vous étiez précurseur. Dans un article qui date de 2006, la professeure Carine Erard (Université de Bourgogne) écrit à votre propos: «Il dynamite son modèle initial E.R.P (Équilibre-Respiration-Propulsion) et diffuse un nouveau modèle (corps flottant, corps projectile, corps propulseur). Un modèle théorique devient vite indispensable lorsqu'on doit enseigner à des classes nombreuses. Il permet de rationaliser son enseignement et de le programmer. Donc je suis effectivement parti de l'expérience de la flottaison. Lorsqu'on plonge dans l'eau pour la première fois, on découvre assez vite que la faible densité corporelle, surtout celle des enfants, et l'air contenu dans les poumons nous maintiennent à la surface. On ne coule pas au fond de l'eau comme on l'imaginait. Peu à peu, on réalise aussi que tout ce que l'on immerge se trouve repoussé vers le haut

par la loi d'Archimède, tandis que tout ce que l'on sort de l'eau vous y enfonce! C'est déstabilisant. Au début, on conservera donc son orientation verticale de terrien et on explore l'immersion complète. On se met la tête sous l'eau. Cela ne pose pas trop de problème à condition qu'on ait préalablement construit une capacité d'apnée, c'est-à-dire qu'on sache gérer l'absence d'échanges ventilatoires pendant la durée de l'exercice. Voilà pour le corps flottant. Puis on cherche à se déplacer, ce qui implique un passage de la verticale à l'horizontale. Il s'agit d'un moment-clé de l'apprentissage qui implique de surmonter son appréhension naturelle. Le débutant a souvent l'impression de «chuter» lorsqu'il adopte une position couchée. Enfin, il apprend peu à peu à s'organiser par rapport à l'action de l'eau sur le corps (corps projectile) puis du corps sur l'eau (corps propulseur).

Dans quelles circonstances avez-vous appris à nager?

C'était dans les années 1930. Je devais avoir sept ans. Mes parents me trouvaient trop chétif par rapport aux enfants de mon âge. Ils avaient questionné le docteur et c'est lui qui leur avait recommandé ce sport. Je me suis piqué au jeu. En 1939, j'ai décroché le titre de champion de France en brasse, catégorie cadets. Par la suite, je me suis mis à jouer au water-polo et j'ai continué dans ce sport tout en préparant un professeurat d'éducation physique et sportive à l'Institut Régional d'éducation physique puis au Creps de Strasbourg pour entrer à l'École Normale Supérieure de l'Éducation Physique de Joinville-le-Pont qui allait devenir l'INSEP quelques années plus tard (*). Tout cela remonte aux années 50.



Autrefois, on apprenait même à nager à plat ventre sur les fesses de copains.

Comment surmonter sa peur de mettre la tête dans l'eau

Lors d'une interview, l'entraîneur russe Guennadi Touretski déclarait ceci: «*Pour s'épanouir le nageur talentueux a besoin d'un climat favorable. Or ce climat n'existe nulle part.*» Qu'en pensez-vous?

Je suis d'accord. D'ailleurs cela ne concerne pas seulement les nageurs talentueux. Les débutants aussi. Lorsqu'on pénètre dans une piscine, le changement est important avec le monde du dehors. Le bruit, l'odeur, la chaleur, l'humidité de l'air. C'est intimidant! Puis tout le monde se met en maillot et on doit plonger dans un milieu qui fait perdre d'un coup tous ses réflexes habituels. Certains tirent de cette expérience mal conduite une aversion pour la natation qui les poursuit tout au long de leur vie. Pour d'autres, la détestation vient plus tard. J'ai connu de bons nageurs qui en sont arrivés à avoir ce sport en horreur parce que les contraintes étaient devenues envahissantes pour eux, alors qu'au départ ils adoraient nager. Donc je suis d'accord avec Touretski. Qu'il s'agisse d'apprendre ou de se perfectionner, un climat favorable est indispensable. Et il ne l'est pas souvent!

Vous venez de faire un parallèle entre deux profils de nageurs très différents. Celui qui fait ses premières armes dans l'eau et celui de l'élite qui s'entraîne pour progresser. C'est la même chose? L'un s'inscrit dans le prolongement de l'autre. Il s'agit toujours de mettre ses acquisitions à l'épreuve de la durée puis de l'intensité. Le professeur ou l'entraîneur sont là pour apporter leur aide. En ce début d'année, j'animais le onzième séminaire de natation de Dinard. C'est une organisation unique en France, et probablement dans le monde, au cours de laquelle on discute de l'enseignement de la natation mais pas seulement de façon théorique. Pendant deux semaines, on accueille environ deux cents enfants à qui on enseigne la natation, à raison de deux séances par jour. On est face au réel, là! Sur le terrain, on s'aperçoit très bien qu'on est beaucoup plus efficace lorsqu'on respecte la chronologie des passages obligés de la construction des nageurs. Lorsqu'ils rencontrent des difficultés, nous vérifions que la tâche a été bien définie et bien comprise plutôt qu'en cherchant à les cadrer et à leur imposer un type de progression de façon stéréotypée. Lorsque la difficulté persiste, on trouve souvent la cause dans une étape antérieure non acquise ou stabilisée. Les choses ne sont pas écrites. On travaille en fonction des besoins et toujours dans un esprit de continuité qui fait qu'on ne leur fixe pas de limites. C'est la raison pour laquelle je suis si hostile à des expressions comme «*savoir nager*», vous l'avez compris.

Vous pensez qu'il ne faut pas fixer de performances cibles aux athlètes?

Disons qu'il ne faut pas leur accorder l'importance démesurée qu'elles revêtent souvent. Pour la presse et le public, tout est affaire de performance. On peut le

comprendre. On est dans le domaine de l'émotion! La plupart des observateurs et commentateurs n'ont pas le bagage nécessaire qui permet d'appréhender différemment la valeur d'un champion. Mais on ne doit jamais perdre de vue que la performance reste un événement tout à fait original dans la vie d'un athlète et qu'elle survient souvent de façon imprévisible. On ne peut donc pas s'en servir comme mètre-étalon de la progression et vivre avec le nez sur le chrono comme cela se fait beaucoup trop souvent. Le but de l'entraîneur sera de faire en sorte que son athlète soit capable de s'adapter à des changements de situations et puisse chaque fois tirer la quintessence de ses moyens.

Que ressentez-vous lorsque vous apprenez qu'un record du monde est battu?

Je suis moins impressionné par les performances elles-mêmes que par les moyens mis en œuvre pour y arriver. Je réfléchis alors à ce que l'on pourrait éventuellement en tirer pour l'apprentissage du plus grand nombre. Au fil des années, vous savez, je me suis occupé d'athlètes d'élite. Cependant, je ne me suis jamais senti une âme d'entraîneur. Au plus profond de moi, je suis un enseignant. Un pédagogue. Mon ambition reste toujours de mettre les découvertes des meilleurs au service du plus grand nombre. Par conséquent, cela m'intéresse de savoir comment se construisent les compétences actuelles des meilleurs champions. Mais les titres et les records, ne sont à mes yeux que des événements possibles.

Comment expliquez-vous les succès de la natation française? Au tableau des médailles récoltées au Jeux et aux Mondiaux, nous sommes désormais la troisième nation du monde.

Le mérite revient aux athlètes, bien sûr. Mais aussi à l'encadrement. Il me semble que la période d'embellie des résultats correspond au règne de Claude Fauquet à la tête de la Fédération. Il a instauré des règles nouvelles, notamment une amélioration des échanges entre les entraîneurs et un partage des expériences alors qu'auparavant chacun s'occupait de ses athlètes de façon presque jalouse. Aujourd'hui, Claude Fauquet n'occupe plus ce poste et il faudra veiller à ne pas retomber dans les anciens travers. Ce risque existe, il ne faut pas se le cacher. Il est d'autant plus pernicieux que les changements se font de façon toujours très progressive. Comme souvent dans ces cas-là, il existe un décalage entre le changement de politique et les



Ian Thorpe et son entraîneur Guennadi Touretski, le climat était presque parfait.



Laure Manaudou et Claude Fauquet, souvenirs des années de gloire.

premiers signes du déclin. On doit tenir compte du phénomène d'inertie. Est-ce que la France gardera sa belle troisième place dans le concert des nations? Je ne suis pas exagérément optimiste. Evidemment, je souhaite me tromper.

Le risque serait en somme d'assister à un phénomène de lassitude à l'échelle d'une fédération tout entière, un peu comme celui que vous pointiez précédemment pour l'athlète qui ressent un grand vide après être passé par des sommets.

Le risque de lassitude n'existe pas chez celui qui possède véritablement un esprit de pédagogue. Il y a toujours des choses à expérimenter. Car si on s'appuie seulement sur le passé, on est foutu. Il faut regarder vers l'avenir. Pour moi, la natation est indéfectiblement liée à cette notion de remise en question. Cela vaut pour les athlètes. Mais également pour les institutions. Un exemple? On ne comprend pas bien ce que l'aquagym ou la nage avec palmes vient faire dans la fédération de natation. C'est peut-être une très bonne activité pour garder la forme. Mais cela est fort différent de l'idée de recherche, de maîtrise, de perfectionnement qu'implique la démarche sportive.

Vous êtes aussi sévère pour le plongeon ou la natation synchronisée?

Ah non, pas du tout! Là, il y a recherche de la performance même si celle-ci est appréciée et non mesurée. En plongeon, il y a de la recherche, de l'inventivité, du savoir-faire. En natation synchronisée aussi. Même si la structure de l'activité et les dimensions valorisées ne sont pas les mêmes: la relation entre la posture qui, dans la natation classique, était au service du mouvement se voit ici inversée, le mouvement se mettant au service de la posture. Je trouve cela intéressant. Même si je regrette évidemment de ne pas voir directement suffisamment bien ce qui se trame sous l'eau. Car c'est bien sûr ce qui m'intéresse.

Selon les disciplines, on accorde un rôle plus ou moins important aux entraîneurs. En natation, celui-ci est déterminant au point que la notoriété de certains coaches dépasse celle de leurs athlètes. Comment expliquez-vous cela?

A mon avis, cela vient de la difficulté de la tâche qui leur est assignée. En natation, on ne peut pas travailler sur une caractéristique particulière comme par exemple développer la puissance ou la force. Sinon on risque fort



de progresser sur ce tableau et de régresser sur tous les autres. L'équation est passionnante. Prenez deux nageurs de l'élite. Il arrive assez souvent que le plus athlétique des deux ne soit pas le plus rapide. La production d'énergie ne dit pas tout dans ce sport. Il faut aussi tenir compte du rendement. On remarque d'ailleurs que celui-ci évolue pour son propre compte. À puissance maximale, le rendement diminue. A rendement maximal, on ne peut plus utiliser toute la puissance. Un bon entraîneur doit donc être capable de prendre en compte un maximum de paramètres et établir des stratégies pour exprimer la puissance tout en limitant le gaspillage. Un travail d'orfèvre!

Et quelles sont les qualités d'un bon enseignant?

Pour ça, je me range à l'opinion de Jean Piaget qui disait «apprendre c'est réinventer!» Le bon enseignant sera donc celui qui ne se contentera pas de faire reproduire des exercices ou de suivre à la lettre les recommandations écrites par d'autres mais qui sera en mesure de poser aux élèves des problèmes à résoudre pour les faire progresser (4). Cela exige de pouvoir prendre appui sur une didactique de la discipline et de disposer de nombreuses compétences, notamment en psychologie.

Vous êtes hostile à l'utilisation de matériel pédagogique dans l'apprentissage de la natation. Pourquoi?

C'est vrai. Ma démarche est absolument incompatible avec l'usage de matériel. C'est même antinomique! C'est le mariage de la

carpe et du lapin. Les travaux du neurophysiologiste Jacques Paillard (1920-2006) nous enseignent que la dimension informationnelle est inséparable de l'énergétique permettant à chacun de s'adapter à un environnement donné. Or l'accessoire fausse l'information du sujet et ses réactions deviennent inappropriées. Quand je vois des séances où tous les enfants nagent à la queue leu leu avec leur planche à bout de bras, je les plains. Leurs enseignants n'ont manifestement pas compris que la fonction des jambes n'était pas de propulser le nageur mais de l'équilibrer sur sa trajectoire de déplacement. Parfois je me dis qu'on considérera un jour cette façon de faire aussi sévèrement que les cours de natation que l'on donnait jadis en salle de gymnastique. Chaque époque a ses croyances et ses illusions.

**Propos recueillis par Nicolas Knap
(www.aquatikaquebec.com)**

(*) Conditions biographiques de production d'une démarche d'innovation en enseignement de la natation: le cas de Raymond Catteau, par Carine Erard (2006) dans *L'eau et les pratiques corporelles (XIXe-XXe)*, Tome 2, Paris, Ed. L'Harmattan, 2006

(**) L'École Normale d'Éducation Physique, (aussi connue sous l'acronyme ENEP ou ENSEP à partir de 1944) est une ancienne école supérieure d'éducation physique. Fondée en 1933, elle était chargée de former les enseignants d'éducation physique de l'enseignement secondaire ainsi que les futurs cadres de la discipline. Elle a été fusionnée à l'Institut National des Sports (INS) lors de la création de l'Institut National du Sport, de l'expertise et de la performance (INSEP) en 1975.

(***) Claude Fauquet (68 ans) a occupé le poste de directeur de l'équipe de France de natation de 1995 à 2000. Aujourd'hui, il est directeur général adjoint de l'INSEP, chargé de la coordination des politiques sportives.

(****) A découvrir aussi sur le site www.raymondcatteau.com