

Pourquoi Dinard?

J'ai passé une semaine inoubliable dans la ville bretonne de Dinard. Mais pourquoi est-ce que j'ai quitté Düsseldorf pour voyager 800km et passer la semaine du 2 jusqu'au 7 juin 2013 à Dinard ?

En été 2012 j'ai pu observer un cours de natation dans une piscine locale du Touquet. L'entraîneur. Nicolas Monet, demanda aux enfants de sauter dans l'eau de plusieurs façons pendant tout le cours. Puisque je n'avais encore jamais vu un cours pareil en Allemagne, ma curiosité fut immédiatement éveillée. Nicolas me donna la possibilité d'observer quelques leçons, et me recommanda la lecture du livre „La natation de demain“ de Raymond Catteau. Un peu plus tard, je tenais le livre dans la main et j'essayais de faire le lien entre tout ce que j'avais pu observer au Touquet et le contenu du livre. Mais plus je m'imprégnais des concepts du livre, plus je prenais conscience que la lecture seule ne suffirait pas pour me permettre de mettre en œuvre la natation de demain. Un an plus tard, j'ai eu la chance de voir de tout près la pédagogie de l'action avec Raymond Catteau, quand il anima en octobre 2012 un atelier dans le cadre d'une conférence bisannuelle sur l'apprentissage de la natation de la Jeunesse de Natation Allemande (« Fachtagung Schwimmen Lernen der Deutschen Schwimmjugend »). Depuis cette conférence des experts, nous sommes restés en contact régulier. En traduisant son article français „Devenir un meilleur nageur à l'école“¹ et par une correspondance régulière avec Raymond, je me suis rapproché de plus en plus du socle théorique de « la natation de demain » et souhaitais passer à la pratique. Quand j'entendais du séminaire à Dinard, je me suis rendu compte immédiatement que Je ne pouvais donc pas laisser échapper l'occasion exceptionnelle de participer au séminaire à Dinard avec Raymond et son équipe.

Et c'est pourquoi je suis parti le 2 juin 2013 dans la direction de Dinard. C'était pour participer du 2 au 7 juin au 10ème séminaire de natation sous l'animation de Raymond Catteau et de son équipe. Nous étions hébergé au „Château de Hébert“, un petit château directement en bord de mer. Le séminaire avait un emploi du temps assez chargé et une heure après l'arrivée nous étions déjà dans la piscine de Dinard. Là je fis la connaissance des autres participants du séminaire. Il y avait environ 30 participants qui étaient presque à la fin de leurs formations BPJEPS AAN². C'est à Dinard que les stagiaires devaient passer leurs examens finaux pour terminer la formation. En plus de ces stagiaires il y avait aussi « les externes », entraîneurs de natation qualifiés et brevetés de France et du monde entier (Canada, Belgique, Suisse, Italie et naturellement Allemagne) venus pour assister et vivre « la natation de demain » avec Raymond Catteau et son équipe. Je crois que j'étais la première participante allemande de toute l'histoire du programme. Les journées de séminaire commençaient vers 7h15 par le petit déjeuner et finissaient après la dernière théorie le plus souvent vers 22h15. Les pauses repas ou les courts déplacements étaient utilisés pour des échanges d'idées, la part de la pratique et de la théorie était bien équilibrée sur la semaine.

Un jour de séminaire se déroulait de la manière suivante :

La pratique commençait juste avant 9 heures dans la piscine. Dans cette piscine à l'eau de mer chauffée de 50 x 17,5 m (et 4m de profondeur maximale) les cours de natation avec des enfants de 4 à 10 ans des écoles primaires locales avaient lieu deux fois par jour. Quand chaque matin le sifflet de Daniel retentissait à 9 heures pile, 90 enfants se précipitaient dans la piscine. Ils étaient répartis dans 14 groupes pendant 45 minutes. Tout était très bien structuré et organisé. Chaque groupe d'enfants

¹ Dieser Artikel ist unter „Devenir meilleur nageur a l'école“ erschienen in der Revue „CONTRE PIED“, N° 7, Oktober 2000, Seiten 11 bis 16, Veröffentlicht durch EPS ET SOCIETE, 76, rue des Rondeaux, 75020 Paris, Tel 01 44 62 82 28, Fax 01 43 66 72 63

² Le diplôme d'Etat d'Educateur Sportif, délivré par le ministère des Sports qui permet d'exercer en tant que Maître-Nageur Sauveteur, avec une double compétence en enseignement et en surveillance. http://www.guide-piscine.fr/nage-et-baignade/maitre-nageur/bpjeeps-aan-diplome-etat-devenir-maitre-nageur-sauveteur-piscine-natation-713_A

mettait un bonnet de bain d'une couleur différente et même le maitre-nageur portait le même bonnet de bain comme ses élèves. A côté de chaque maitre-nageur, il y avait un responsable pour la sécurité de chaque groupe d'élèves. Tout de suite après les 45 minutes du premier groupe d'élèves le sifflet de Daniel annonçait le deuxième groupe de 90 élèves qui venaient pour leur premier cours de natation du jour. Tous les élèves se mettaient en même temps dans l'eau. Même les débutants se déplaçaient dans la goulotte – même dans le bassin à profondeur de 4m – les maitres-nageurs restant avec la personne de sécurité hors de l'eau au bord du bassin.



Après la première séance avec les élèves il y avait une heure de pratique avec les participants de séminaire qui avait lieu souvent dans l'eau. Nous travaillions beaucoup sur notre "corps projectile" en sautant dans les manières les plus différentes dans l'eau. L'objectif était de sauter le plus loin possible pour arriver le plus loin possible sans le moindre mouvement dans l'eau en corps projectile. Quelques-uns ont même réussi à traverser dans cette manière une largeur complète de la piscine. A la fin de la semaine j'ai réussi de traverser au moins 2/3 du bassin. Quel succès!

Après une petite pause à midi nous retournions vite à la piscine pour la deuxième séance pratique du jour. Les mêmes élèves passaient en deux groupes de 90 élèves – comme le matin – leurs deuxième leçons dans l'eau entre 14h et 15h30. Après la pratique, il y avait une partie de théorie plus longue avec Raymond et son équipe. Nous parlions des expériences que nous avons vécues le matin au cours ou dans l'eau et de comment est-ce qu'on peut aider un nageur grâce à la vidéo et quelles recommandations lui donner pour devenir un meilleur nageur. Après le dîner nous retournions en classe pour préparer les cours du prochain jour.

Tous les jours avaient le même emploi du temps, sauf le mercredi. Là, aucun cours de groupes n'avait lieu, mais les parents et enfants pouvaient venir en commun dans la piscine et profiter de l'expertise des maitres-nageurs. Une expérience particulière fut pour moi, quand j'ai vu Raymond dans l'action avec une dame âgée qui n'avait jamais encore mis sa tête sous l'eau. Au bout de moins d'une heure, cette femme avait réussi à immerger sa tête sous l'eau. Cette femme était ravie de bonheur ! Dans l'après-midi il y avait aussi une conférence avec Raymond. Il expliquait devant un petit public ce qu'il comprenait par la natation de demain et la pédagogie de l'action et il répondait aux questions des spectateurs.

La semaine passa trop vite et le dernier jour de séminaire arriva. Mais même le vendredi à 17h, quand la fin de séminaire était prévue, nous continuions à discuter dans notre cadre des « stagiaires externes » avec passion des événements vécus.

De retour en Allemagne, les idées tourbillonnaient dans ma tête. Puis peu à peu elles se sont assemblés un peu comme des pièces de puzzle et ce qui n'était avant Dinard qu'une collection de petits morceaux est devenue une plus grande image. J'ai reçu un super aperçu dans « la natation de demain » de Raymond. Merci ! Ce que j'ai trouvé à Dinard, ce sont tout d'abord des très bons amis qui sont aussi curieux et qui partagent la passion de la natation avec moi-même. D'autre part j'ai trouvé beaucoup de solutions pour des problèmes que je ne pouvais pas encore si bien expliquer jusqu'à présent. Certaines phrases me reviennent particulièrement à l'esprit : :

„Il faut d'abord réussir pour comprendre. Et ne pas comprendre pour réussir“ Les enfants apprennent mieux et plus intensément pendant qu'ils accomplissent une tâche avec succès et non en copiant des tâches montrées.

„Nous ne nous engageons jamais dans une situation si nous ne savons pas comment revenir.“ Ce n’est qu’après que les maitres-nageurs aient montré à des enfants qui ne voulaient pas entrer dans l’eau comment en sortir, qu’ils ont accepté de rentrer dans l’eau.

„Il y a une différence entre « un nageur terriens » et « un nageur aquatique ». Le nageur terrien veut rester toujours à la surface et il est très important pour lui de toujours voir où il nage. Le nageur aquatique sépare la direction du regard de la direction de sa propulsion dans l’eau. La respiration joue chez ce nageur, par exemple, seulement un rôle subalterne.

„Alors que nous pensons qu'un enfant ne veut pas faire un exercice c'est en fait souvent qu'il ne peut pas encore le faire. » Si un enfant ne possède pas une capacité d'apnée suffisante et si il n'a jamais exploré l'espace en touchant le sol du bassin, Il est compréhensible qu'il ne saute pas dans „l'eau profonde“.

Symboliquement, la distance qui sépare Dinard et Düsseldorf représente assez la distance qu'il y a entre les méthodes d'apprentissage généralement pratiquées dans les deux pays. . Je réalise qu'il y a en Allemagne encore beaucoup trop de maitres-nageurs qui restent attachés a des méthodes obsolètes et qui produisent encore aujourd'hui des générations « de nageurs terriens ». Je souhaite que de tels séminaires deviennent accessibles à un plus grand nombre pour faire découvrir ces méthodes à la pointe. J'ai prévu déjà fermement dans mon calendrier le 11ème séminaire de natation à Dinard en Mai l'année prochaine.

Je voudrais remercier cordialement Raymond qui m'a sans cesse surpris par son expertise et ses réflexions pertinentes. Je voudrais également remercier l'équipe d'organisation, en particulier Daniel et Marie-Françoise qui m'ont conduit aimablement de et à Saint Malo. Merci David pour la super organisation de séminaire. Et je remercie tous les experts de natation - « les extérieurs » - avec qui j'ai passé une semaine merveilleuse et inoubliable dans le château Hébert à Dinard : Stephane, Thierry, Charlotte, Christophe, Laurence, Nicolas, Mauro. Eh oui, et merci Petrus pour les jours ensoleillés en Bretagne. J'espère que nous nous reverrons tous la prochaine année sain et vivement!

Melanie Ragot

(www.SchwimmMonsterClub.de)

