

JEUX AQUATIQUES... RECREATION LUDIQUE ou APPRENTISSAGE ESSENTIEL ?

"Un enfant ne peut pas faire une compétition sans ses tests ENF" ... "le natathlon est interdit aux filles de moins de 10 ans et les garçons de moins de 11 ans" ... "le programme des avenirs ne propose pas les mêmes épreuves que celles qui les font rêver devant la télévision" ... "la compétition sérieuse ressemblant à celle des adultes devient une confrontation ludique" ... Face à ces nouveautés, il est parfaitement compréhensible d'être un peu perdu, voire de considérer que les techniciens fédéraux ont plus ou moins perdu la tête.

Ce petit document a pour ambition de vous éclairer, autour de quelques principes aujourd'hui très largement validés par les experts de la science et du sport.



1- L'enfant n'est pas un adulte en miniature Le cerveau des enfants n'est pas encore complètement développé et ils sont notamment incapables de prendre des décisions compliquées et de régler des problèmes trop complexes. Les environnements sportifs pour adultes ne conviennent donc pas aux enfants. Adapter les épreuves ne doit pas consister simplement à diviser la distance à parcourir. → **les épreuves sont des distances, mais aussi des plongeurs, des parcours, des coulées, etc.**

2- Il y a bien plus de choses à savoir faire que les quatre nages Tous les savoir-faire que les enfants doivent apprendre ne se résument pas à quatre formes de nage, ou même aux programmes internationaux des disciplines olympiques. La période de l'enfance est idéale pour apprendre de nombreux mouvements sportifs et la polyvalence des enfants est fortement corrélée à la réussite future. → **les déplacements ne sont pas uniquement en surface, ni en ligne droite**



3- Réussir plus tôt que les autres n'est pas forcément mieux La réussite à un jeune âge est un mauvais indicateur de la réussite à long terme. Les bons résultats obtenus par un enfant sont souvent davantage liés à une maturité précoce plus qu'à un potentiel. Faire les mêmes épreuves que les adultes incite à se comparer à eux, à faire des prévisions... qui sont le plus souvent fausses → **les épreuves sont volontairement incomparables aux épreuves adultes**

4- Gagner, c'est bien. Progresser, c'est mieux Quand on pose la question à des enfants sur ce que représente la réussite sportive, la notion de victoire est souvent la dernière raison citée. Avant 9 ans, les enfants commencent à peine à comparer leurs aptitudes aux autres, et ils ne savent pas juger de leurs aptitudes. C'est précisément là qu'ils ont besoin d'aide des parents et des entraîneurs : plutôt que de saluer la victoire de quelques-uns, aidons tous les enfants à savourer leur progression personnelle → **le système de classement permet de mesurer la progression, d'une étape vers la suivante.**



5- Le plaisir se trouve dans le défi Le plus beau cadeau à faire à un enfant est de lui apprendre à aimer les défis, être curieux de ses erreurs, aimer l'effort, et persévérer. La façon de réussir importe au moins autant que le résultat. Un exercice considéré par un enfant comme facile sera ennuyeux, un exercice considéré comme impossible sera source de stress. Trouver le juste niveau de défi des enfants... c'est le défi des adultes ! → **les épreuves proposent des niveaux de difficultés graduels.**

6- L'intéressant, c'est d'être avec les autres, pas de construire sa carrière Sauf rares exceptions, l'intérêt des enfants pour la pratique du sport et d'abord lié au contexte (les copains, l'entraîneur, l'ambiance...) L'intérêt personnel et l'engagement dans un projet de carrière arrive bien plus tard. Très souvent, alors que les parents et les entraîneurs continuent d'analyser sa prestation, l'enfant l'a déjà oubliée en sortant de la piscine → **les épreuves proposent des confrontations individuelles et collectives, dans une ambiance décontractée.**



7- Le meilleur apprentissage, c'est le jeu Le jeu qui nécessite toute la concentration de l'enfant pour être réussi est le mode d'apprentissage le plus performant. La multiplication et la diversité des jeux permettent d'offrir de nombreuses opportunités de réussir... et de dédramatiser la défaite ! Loin d'être un simple passe-temps, le jeu est une activité sérieuse pour les enfants. → **les règles et les buts transforment le jeu récréatif en jeu compétitif.**

Vous aurez compris, nous l'espérons, que l'enjeu de ce programme est de favoriser la confrontation et la construction de fondations solides pour la réussite future des enfants, et non l'inverse ! Son ambition est précisément de générer un goût du défi, un plaisir de nager, en tenant compte des spécificités de l'enfant.

Parents, juges, dirigeants, entraîneurs... Nous avons besoin de l'aide de tous !