

# PAROLES DE BENJAMINS ET MINIMES

LUNA, NOAH, DAVID et VICTORIA

Luna Gallice, Noah Somaïni, David Grenier-Hermany et Victoria Maria ont 53 ans.... mais, à eux quatre réunis ! Les deux premiers sont benjamins première année et les deux derniers sont minimes première et deuxième année. Ils sont au stade deux, trois voire quatre fois par semaine. Ce sont d'authentiques passionnés d'athlétisme. Ils sont tous les quatre très assidus à l'entraînement et en compétition, et sont probablement, parmi d'autres de leurs camarades des jeunes catégories, les piliers de nos équipes d'interclubs de demain. Si l'origine de la motivation des athlètes adultes se trouve souvent dans un projet de dépassement et de réalisation de soi, d'où peut bien naître une passion de l'athlé quand on est juste dans l'adolescence ? Qu'est-ce qui fait marcher, courir sauter et lancer nos jeunes ? Qu'est-ce qui les motive à venir à l'entraînement ? Quels sont leurs rêves et leurs ambitions ?



Aussi jeune qu'on soit, l'histoire de chacun est individuelle. Même si l'on peut repérer des raisons communes de venir au stade, chacun a son parcours et chacun ses raisons de mettre de l'énergie et du désir dans son sport. Luna, Noah, David et Victoria ont tous commencés l'athlétisme très jeunes : avant six ans et même à trois ans pour Luna et leurs raisons de commencer ont toutes été différentes. Victoria, dont le papa est entraîneur au club, avait, à n'en pas douter, un modèle. Mais, elle fait figure d'exception. Luna, Noah et David ont bien des parents qui ont des loisirs sportifs, ou bien des oncles ou tantes compétiteurs et compétitrices dans d'autres sports, mais aucun n'a été immergé jeune dans le milieu de l'athlétisme. Et si c'est le cas de Victoria, si son papa est pour quelque chose dans ses débuts au club, c'est aujourd'hui par choix et par passion personnelle qu'elle continue.

Nos quatre jeunes sont passés par la phase « baby-athlé ». Ils ont connu les parcours destinés à éveiller leurs qualités motrices. Mais tous, sans exception, ne se sont pris de passion pour leur sport qu'à partir du moment où ils ont vraiment pu se confronter aux épreuves

traditionnelles d'athlétisme, donc en benjamin et en minime. Luna : « Quand on était petit, on ne faisait pas vraiment d'athlétisme, on faisait des parcours un peu sportifs. » Et les parcours sportifs, ça peut être amusant, ça peut être le moyen d'éduquer des aptitudes



motrices. Mais ça ne fait pas rêver... Et des rêves, nos jeunes en ont, c'est ce qui les fait avancer : « Quand je serai grand, je voudrais aller aux jeux olympiques » dit Noah. Si pour Noah, l'athlétisme est aussi un moyen pour lui d'être meilleur au foot car plus rapide, ce n'est pas sa principale source de motivation. Alors que le foot est un jeu, Noah s'amuse mieux en athlé. Le plaisir qu'il éprouve à faire de l'athlétisme tient à l'idée qu'il peut s'améliorer. Il peut mesurer plus facilement ses progrès. Noah rêve de performances et la performance c'est là son principal moteur. On peut sourire du propos du jeune garçon. La sélection olympique est impitoyable. Beaucoup de rêveurs ont été déçus. Peu de rêves olympiques se sont concrétisés. Mais ces rêves ne sont pas vains car,

d'une part, ceux qui ont réussi ont commencé par en rêver, et d'autre part, ceux qui n'ont pas pu concrétiser leur rêve de sélection olympique, quoiqu'ils y aient beaucoup travaillé, ont aussi beaucoup appris. Ils ont appris à organiser leur vie autour d'un projet, à gérer leur temps et leurs émotions, à bien se nourrir, à digérer les échecs et à rectifier leurs ambitions. Et même si ce rêve n'a pas débouché sur une concrétisation et une satisfaction du désir passionné, la tentative de réalisation a été formatrice. Il ne faut pas sourire lorsqu'un enfant exprime à voix haute ce dont il rêve. L'enfant ne doute pas, il croit en lui. Et c'est peut-être précisément parce qu'il ne doute pas que parfois... il réussit. Il ne se met pas d'obstacle imaginaire, pas de croyance négative. Il ne doute pas de ses capacités et il a bien raison. Noah n'est pas le seul à se voir sur les sommets. David aussi, même si à court terme il souhaite déjà se qualifier pour les championnats régionaux, il nourrit des rêves de grands championnats. Pour David, c'est en regardant des compétitions à la télévision que le rêve est né. D'où l'importance de la médiatisation pour que les jeunes se tournent vers notre sport.

Les deux filles sont plus modestes dans leur ambition. Luna souhaiterait se qualifier à un championnat de France. Quand à Victoria, elle cherche à améliorer ses performances mais ne regarde pas plus en avant. Réalisme lié au fait qu'elle soit un peu plus âgée que ses camarades ? Ou façon de se garantir contre la déception ?

En passant à la catégorie Benjamin, tous les quatre ont commencé à s'orienter parmi les épreuves d'athlétisme. Victoria est attirée par la course de vitesse et le marteau, David par les haies et le javelot, Noah par le 1000m et le javelot également, et enfin Luna par les haies et le disque. Nos quatre jeunes athlètes, ne sont pas encore spécialisés mais envisagent déjà leur avenir sportif sur des épreuves spécifiques ; et c'est en se projetant vers cet avenir que

leur motivation se construit. On peut donc s'interroger sur la nécessité de la pluridisciplinarité obligatoire. Est-elle vraiment la meilleure chose ? Il est clair que la plupart de nos jeunes n'auraient pas l'occasion de découvrir les différentes disciplines de l'athlétisme, si on ne les entraînait que sur les épreuves de leur choix. La contrainte a ici une vertu, celle d'ouvrir les jeunes athlètes à toutes les disciplines et peut-être à découvrir contre toute attente celle dans laquelle ils pourront s'épanouir. Mais une fois le choix fait, et si toutefois il est fait avant la catégorie minimale 2<sup>ème</sup> année, il est motivant pour ces jeunes de pouvoir déjà s'entraîner dans leur future spécialité. Et c'est dans ce sens que va la politique actuelle du NCAA : permettre à des minimales 2 de commencer à s'entraîner une fois par semaine dans les groupes cadets et plus.

En dehors de l'accomplissement du rêve, la motivation chez les jeunes vient beaucoup du collectif. Ainsi pour Victoria, son meilleur souvenir d'athlé se rapporte aux championnats de France « équip'athlé ». L'attrait d'un tel championnat n'est pas que la performance. Pour ces jeunes, dormir avec les copains à l'hôtel ou manger ensemble au restaurant, c'est une expérience très attrayante. C'est un partage qu'ils n'ont pas souvent eu l'occasion d'avoir. Et ce n'est pas parce que les à côté de la compétition sont attrayants que la performance elle-même n'a pas d'importance. Au contraire : « du coup, sur la piste il fallait être plus concentrée. Il y avait un stress parce qu'il fallait un résultat pour l'équipe. » (Victoria). Isabelle, coach de Victoria le confirme : « Elle aime la compétition (...) C'est à la fois un jeu pour elle, car c'est l'occasion de passer la journée avec les copines ; et c'est aussi sérieux, car elle a pour objectif de battre ses records et de réaliser les minimales pour les compétitions régionales. » Tous ces jeunes



individus deviennent réellement une équipe par les échanges qu'ils ont en dehors de la piste. C'est là que se créent les liens de solidarité et de fraternité qui pourront ensuite les pousser à se surpasser sur la piste. On pourrait penser que ces expériences de vie avec les copains et copines ne sont pas nouvelles pour eux. A l'école ils sont entre eux. Mais, selon Victoria, « c'est différent. Ce n'est pas la même ambiance ». L'ambiance est différente parce qu'au club, ils ne sont pas reliés par l'obligation scolaire, mais par un centre d'intérêt commun : le désir de performer, le désir de réussir ensemble. Pour Noah, c'est un déplacement en cross à Carpentras qui l'a le plus marqué et, quelque-soit son intérêt pour la performance, il se souvient du voyage en autobus ! Pour David, c'est aussi à l'occasion d'un déplacement à Orange, que s'est constitué son meilleur souvenir de jeune athlète.



Lorsqu'on creuse un peu plus la question de la source du désir de performance, on trouve encore d'autres réponses. Ainsi, pour nos jeunes, ce qui compte aussi, c'est être fier d'eux-mêmes ou encore de rendre fier leur entourage. Luna : « C'est pour rendre fier mes parents. Je sais qu'ils me suivent beaucoup dans le sport. Ils viennent voir mes compétitions. » Unanimement, Noah, Victoria et David acquiescent. Ils souhaitent rendre fier leur entourage ! La réalisation de performance et la réussite sportive contribue à travailler l'image qu'ils ont d'eux même et qu'ils renvoient aux autres. C'est un processus de la construction de soi en tant que personne. Et ce n'est pas là une exclusivité des plus jeunes. On sait que même si, par pudeur, les plus âgés ne le reconnaissent pas toujours, la valeur et la reconnaissance de cette valeur

sont souvent ce qui se profile au bout du désir de performance. La pratique de l'athlétisme pour nos jeunes est l'occasion de forger leur caractère. Accepter la confrontation, accepter la défaite, apprendre à rester humble quand on gagne et à ne pas s'affliger quand on perd, autant d'étapes dans la structuration de soi. Noah et Luna se reconnaissent mauvais perdants. Ils acceptent la défaite, mais plutôt quand c'est celle des autres ! (Cette remarque les a fait rire). Ils accordent pourtant de la valeur au fair-play. Ils aiment voir les battus d'une course féliciter les gagnants. Ils aiment l'humilité. Mais quand ils font une mauvaise performance, ils s'isolent et boudent... Ils sont encore tous deux très jeunes et ont encore beaucoup à apprendre. Et la pratique de ce sport est le moyen d'effectuer cet apprentissage. David est confronté à un autre problème. Selon son coach, Yoan, il doit améliorer sa nutrition. Le jeune homme a aussi beaucoup à apprendre et à gagner dans ce domaine. Les athlètes de haut-niveau ne carburent pas plus au soda que les Formules 1 ne roulent à l'eau de vaisselle ! Pour être performant, il faut mettre le bon carburant dans ce moteur qu'est le corps. Quant à Victoria, elle doit apprendre à dompter l'impatience. L'impatience est un défaut lié au désir et totalement compréhensible à son âge. Être jeune et patient paraîtrait presque une contradiction. Mais c'est dans la maîtrise de soi et de notre désir de réussite qu'on peut apprendre à accepter que le temps soit nécessaire pour réaliser une performance (ou toute autre chose dans la vie). La pratique sportive est, encore une fois, un moyen d'éprouver l'impatience et d'apprendre à la dominer. Elle est un moyen de passer du rêve à l'élaboration d'un projet sportif avec la prise de conscience de tout le travail nécessaire à son accomplissement.

Nos quatre jeunes ont déjà une conscience du travail à accomplir puisqu'ils passent auprès de leur coach pour être parmi les plus sérieux du groupe. Isabelle : « Victoria est présente à toutes les compétitions auxquelles nous participons, à l'exception des cross. Ce n'est pas ce qu'elle préfère, mais elle a tout de même participé aux départementaux afin de respecter ses obligations (envers le club) » Isabelle voit Victoria comme une athlète combative, capable de se dépasser en compétition alors qu'elle sortait du covid, d'une humeur agréable, un peu trop souvent en retard à son goût, mais probablement « à cause de son père », dit-elle non sans humour. Selon Yoan, David est aussi un athlète agréable à entraîner. Quoique licencié à Antibes, il s'est parfaitement intégré au groupe niçois. Il est apprécié de tous. Il est « sérieux, à l'écoute des consignes et super attachant » dit Yoan. Et même s'il a encore beaucoup à progresser sur l'hygiène de vie, son ambition, tout comme pour Victoria, est de se qualifier pour la finale nationale des « pointes d'or ». La sur-motivation pour le sport de Luna et Noah est déjà révélée par leur choix d'études. Ils sont scolarisés depuis septembre au collège Port-Lympia dans la classe avec option « athlétisme », une classe résultante d'un partenariat entre notre club et le collège. Tous les deux sont donc encadrés par Gérard Mouche, responsable de l'option, et entre-autre trésorier du NCAA. Mais l'un comme l'autre ne se contentent pas de briller dans leur sport : « Ils sont tous les deux d'excellents élèves et ont eu les félicitations au premier trimestre (...) Leur engagement dans l'athlé est total avec une vraie maturité malgré leur jeune âge! (Gérard) Leur coach nous livre ses impressions sur chacun d'eux : « Luna est particulièrement déterminée et veut battre ses records personnels à chaque compétition. Elle ne ménage pas ses efforts à l'entraînement. Noah est un jeune très complet avec de nombreuses qualités naturelles. Il sera sûrement très performant sur les épreuves combinées (...) Nul doute qu'ils seront dans quelques années la relève du club aux Interclubs !! »



Victoria, David, Luna et Noah sont donc quatre jeunes athlètes que nous aurons bientôt plaisir à côtoyer lors des compétitions cadets et plus. Et ce sera réellement un plaisir parce que ce sont, non seulement quatre personnalités attachantes, mais aussi parce que nous partageons déjà avec eux la passion de l'athlétisme. En attendant de les voir à nos côtés dans les équipes interclubs, souhaitons leurs de faire de beaux championnats régionaux cet été, et d'aller voir ce qui se passe du côté des pointes d'or.

*Christophe Bourguignon*