

EN BOXE, PLUS VOUS TRANSPIREZ À L'ENTRAÎNEMENT ET MOINS VOUS SAIGNEZ DANS LA BATAILLE¹

Propos recueillis par Yvanne Chenouf

Madioula Aïdara Djaby est Conseillère Principale d'Education en Seine Saint-Denis depuis 18 ans, au collège Rosa Luxemburg d'Aubervilliers depuis 10 ans. Elle est aussi élue depuis 2014 à L'Île Saint-Denis, en charge des dossiers Jeunesse, Sport et Culture. Elle est enfin à l'initiative, dans son établissement, de la mise en place d'un club de boxe et d'un entraînement sur la plateforme *elsa*. Avec elle, nous avons évoqué l'intérêt de mener de pair ces deux activités dans le cadre du projet « Des Athlètes dans leur tête ».

Du côté de la boxe Le club

Quand je suis arrivée au collège Rosa Luxemburg, le chef d'établissement était passionné de sport, d'art, de culture... Sachant que mes frères étaient champions du monde de boxe² (un sport que je pratiquais en amatrice), il m'a proposé de monter un club de *boxe éducative* au sein du collège, en lien avec les enseignants, pour lutter contre les phénomènes de violence (la boxe éducative relevant davantage du contrôle de soi que de l'affrontement). On a obtenu le soutien financier du Département et du Collège et, les deux premières années, mes frères ont assuré l'entraînement tandis que je m'occupais du suivi des élèves. D'autres boxeurs, tout aussi compétents, ont pris la relève, comme Mustapha Mayouf ou Djibril

Sahi, un boxeur auréolé d'un titre universitaire, actuellement en STAPS pour devenir professeur d'éducation physique et sportive.

Le club fonctionne en fin d'après-midi, une fois par semaine, pour une vingtaine d'élèves (6^{ème} à 3^{ème}). Il attire de plus en plus de filles, ce dont on se félicite. L'information se fait par voie d'affichage mais certains élèves sont envoyés par les professeurs pour des raisons physiques (hyperactivité, questions de poids...) ou psychologiques (s'inscrire dans un groupe, se changer les idées). La boxe est un sport très complet.

Le club est ouvert à tout le monde, sans aucune discrimination, dans un esprit ludique (pas

de compétition) : on vient là pour se sentir bien avec soi-même et avec les autres. Les enfants aiment dire qu'ils font de la boxe. On organise, une fois par an, une sortie au musée de la boxe de Sannois (95) et, exceptionnellement, une autre sortie : l'an dernier, lors d'un déplacement à Lille, avec les jeunes d'Aubervilliers, de Saint-Ouen et de L'Île Saint-Denis, nous avons rencontré un médaillé olympique et suivi un cours avec lui. Cela a été l'occasion de débattre autant sur son parcours de champion que sur la boxe en tant que pratique sportive. Cette année nous accueillerons les Lillois pour leur faire découvrir les installations de JO (Stade de France, futur village olympique, etc.).

Chaque année débute par la projection d'un documentaire sur Mohamed Diaby et par la remise officielle des gants.

La séance

En introduction de séance, chaque élève rappelle une des *règles*, selon son choix (respecter son adversaire, l'entraîneur, le groupe, ne pas donner des coups n'importe

où...). Ce sont *nos* règles. Elles n'ont pas valeur universelle et ne sont là que pour affirmer le caractère pédagogique de notre projet. Ensuite, on procède à l'**échauffement**, parfois individualisé (pour les élèves plus en difficulté, par exemple). Les jeunes peuvent faire des propositions d'exercices (en n'oubliant aucune partie du corps). Pas de progression particulière : on n'est pas dans la compétition mais dans le loisir.

L'**entraînement** à proprement parler se fait généralement en binômes, toujours en tournant, tout le monde devant travailler avec tout le monde (quels que soient la taille, le poids, les affinités, etc.). L'entraîneur choisit les mouvements qu'il décompose devant les enfants, lesquels doivent les reproduire exactement, souvent selon la technique du *shadow* (les gestes se font dans le vide, contre un adversaire imaginaire, jusqu'à leur automatisation).

L'entraîneur veille à travailler les fondamentaux (Cardio, Endurance, Souplesse...).

Le match

Sur un ring, l'objectif n'est pas de mettre son adversaire KO mais de gagner par la tactique (la boxe étant un des sports les plus tech-

niques). Même si les enfants ne sont engagés dans aucun combat, le « *match* » est présent dans les esprits. La plupart fait de la boxe pour savoir se défendre, « *affronter la violence des autres* », « *se sentir fort pour qu'on ne vienne pas les chercher* », « *venir au collège sans avoir peur* », quelques-uns pour apprendre à « *envoyer les bons coups* », « *taper au bon endroit* » : ce sont les bagarreurs, ceux qui font peur et sont réputés pour « *cogner des gens* ».

Les exercices « parlent » à ces représentations en commençant par la règle d'or qui consiste à *toucher sans se faire toucher*. Un exercice consiste, par exemple, à mettre le bras derrière et à essayer de toucher l'épaule de l'autre tandis qu'il esquivé. Le regard est très important : on doit toujours être attentif à l'autre, l'observer, savoir le surprendre, sans jamais détourner les yeux. On parle de *l'œil du tigre* (lueur particulière attribuée au guerrier). L'essentiel est de trouver et d'imposer son propre rythme en prenant le temps d'analyser la situation, en s'y engageant prudemment mais avec intensité, sans perdre ses moyens.

La motivation

Les enfants aiment venir à l'entraînement et ils sont assidus : c'est un moment privilégié où ils parlent de tout et de rien, de leurs difficultés en cours, de leurs pro-

(1) Julien Lorcy, boxeur né à Argenteuil, aujourd'hui consultant. (2) Youssef Diaby et Mohamed Diaby (champion du monde de boxe savate française pour le Mali, décembre 2019 au Sénégal).

blèmes personnels, d'un contrôle à préparer... Il arrive qu'ils finissent un devoir. Même si, parfois, ils ne font pas grand-chose physiquement, être là est important. On ne propose aucun exercice *sur soi* (concentration...) mais on évoque l'hygiène de vie : bien manger se coucher tôt, connaître et réguler son corps, gérer son souffle.

L'évaluation

L'entraînement est un loisir, on ne se préoccupe pas de contrôles. Chaque fin d'année, il y a une démonstration devant tout le collège. Chacun expose une règle pour montrer ce qu'il ou elle a appris. On a toujours trop de demandes par rapport au nombre de places (lié au nombre de gants – financés par le fonds social du collège).

L'analyse

En absence de match, l'entraînement n'a pas su proposer de retour sur l'action, de réflexivité (sauf lors d'une rare rencontre avec d'autres équipes). Aucun match n'est analysé, ni en lien avec l'actualité sportive (retransmission) ni sous forme de films (*Million dollar baby*, *Racing Bull...*) et aucun écrit (livres ou presse) n'est présenté...

Du côté de la lecture

L'entraînement parallèle

Les jeunes font d'eux-mêmes le parallèle entre les deux entraînements : **elsa** exerce à fixer les groupes de mots et à anticiper (comme dans la boxe). Mieux vaut ne pas regarder les éléments séparément mais observer le texte dans son ensemble, prendre des indices, les associer, apprendre des techniques et les automatiser. *Regarder le texte dans les yeux*. Davantage avec **elsa** qu'en boxe, il y a des moments où c'est dur, où le découragement l'emporte. Le côté ludique est peu présent en lecture, la solitude devant l'écran renforçant la démobilité.

L'exercice

En boxe, chaque élève doit reproduire le geste de l'entraîneur à l'identique. Madioula Aïdara Diaby fait de cette stricte application *la* condition de la réussite. A quel moment l'apprenti peut-il commencer à construire une manière qui lui soit personnelle et qui le différencie ? « *A cet âge-là on n'a pas la capacité de revisiter un exercice. Ça relève du haut niveau, quand on fait des combats, qu'on a découvert son corps, ses capacités, que l'expérience pousse à tenter des choses que même l'entraîneur ne sait pas faire.* » N'y a-t-il pas de place à la créativité ?

« Peut-être en savate boxe française où c'est plus artistique, où on va faire des retournés de jambe, des feintes. Là on peut improviser. »

La consigne

L'entraînement sportif laisse, au début, peu de marge à ceux qui s'entraînent : ils observent un geste, écoutent la consigne et imitent jusqu'à l'automatisation. Est-ce différent avec **elsa** ? À l'écrit, les utilisateurs, seuls devant l'écran, ne prennent pas le temps d'imaginer l'exercice qui se profile, trop impatients d'entrer dans l'action ou trop découragés par un libellé à la syntaxe inhabituelle : « *Un jour, dit la CPE, un enfant avait mal à la tête. L'entraîneur lui a conseillé de lire la notice avant de prendre un médicament. Ça a été un vrai gag pour les jeunes. Lire le papier de la boîte de médicaments leur semblait totalement farfelu.* » Le travail en binôme pourrait être proposé, en début de séance. De même qu'on pourrait, avant de commencer l'entraînement sur l'écran, rappeler l'essentiel de la séance précédente, reprendre collectivement un exercice, évoquer ce qui a été lu dans la semaine, en français ou dans une autre matière, selon chaque individu.

L'écrit

L'entraînement sportif est séparé des cours et des activités du CDI. Aucun écrit (ni album, ni revue, ni roman) ne vient soutenir cette activité comme si la lecture et l'écriture lui étaient étrangères. Travailler sur les deux formes d'entraînement, c'est associer l'intellect et le sport, c'est affirmer combien toute activité complexe requiert de l'intelligence, une analyse. L'écrit (comme tous les langages, la peinture, la danse...) permet de faire des allers-retours entre la « brutalité » apparente d'une pratique et ce que l'humanité en a tiré comme sources de réflexion. La seule contextualisation qui est proposée aux adolescents passe aujourd'hui par la télévision ou les réseaux sociaux, là où émergent des personnalités d'autant plus attachantes qu'elles appartiennent au même territoire que les adolescents. La CPE reconnaît qu'il y a là un manque auquel il serait facile de remédier en travaillant avec les enseignants et le CDI afin de « *revisiter le cours de boxe, y inclure de la lecture, de l'écriture, mettre des mots sur une pratique.* ».

(3) Akim Ouallaci, « Les savoirs dans la salle de boxe Thaï, Transmissions de savoirs, hiérarchies et reconnaissance locale dans une salle de boxe thaï en banlieue populaire », Revue d'Anthropologie des connaissances, 2014 : <https://www.cairn.info/revue-anthropologie-des-connaissances-2014-4-page-807.htm#>

Vers une pratique culturelle

Il y aurait aussi nécessité de trouver des *temps de lecture de match* avec un champion qui en propose une analyse. La boxe pourrait apparaître avec ses lettres de noblesse (on parle d'art noble), lesquelles concernent autant les valeurs physiques que la manière d'être (avec son corps, avec le corps des autres). Cette vision pourrait aider les jeunes adolescents, parfois en mal avec les savoirs légitimes (ceux de l'école), à acquérir par le biais de cette pratique pugilistique, insérée dans leur environnement, une identité sociale³. Malheureusement, en s'arrêtant avec les vacances scolaires, l'entraînement perd de sa possibilité de se poursuivre dans la ville (sous forme d'un réseau d'amateurs où le fait de partager une passion avec les autres les rend moins menaçants). Le projet « *Des Athlètes dans leur tête* », s'il parvient à s'articuler, sur l'extérieur, avec l'événement international des Jeux Olympiques, pourrait faciliter l'ancrage social des jeunes inscrits non plus dans une parenthèse enchantée (au collège) mais dans les enjeux plus généraux du sport, dans son fonctionnement social.

Des pistes

En se séparant, la CPE et nous, avons eu la ferme impression que nos objectifs étaient en train de se rejoindre et de se renforcer : c'est peut-être Ibrahim qui nous en a apporté confirmation. Seul à être venu à la séance d'après les grèves (les autres ayant oublié), celui qui s'était présenté, lors de la première séance, comme un « cogneur » a sorti l'album prêté la semaine précédente par la CPE : *Champion* de Gilles Rapaport (éditions Circonflexe). Il ne l'avait pas lu et s'apprêtait à nous le rendre. Nous lui avons raconté l'histoire de ce jeune boxeur, Young Perez, qui disputa son dernier combat à Auschwitz où il fut déporté. Ibrahim a écouté attentivement le texte débordant le ring pour mener le combat de l'antifascisme, il a observé la virulence des images et a demandé si c'était vrai, si le héros de cette histoire vivait toujours. Quand nous lui avons dit qu'il avait été abattu le jour de sa libération, durant la marche de la mort, Ibrahim a été physiquement suffoqué. Il est reparti avec l'album ; peut-être acceptera-t-il de le présenter au reste du groupe à la rentrée ? ●