



Journal des anthropologues

Association française des anthropologues

112-113 | 2008

Anthropologie des usages sociaux et culturels du corps

Capital corporel et accès à l'excellence en gymnastique artistique et sportive

Bodily Capital and Achieving Excellence in Artistic and Sports Gymnastics

Bruno Papin



Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/jda/822>

DOI : 10.4000/jda.822

ISSN : 2114-2203

Éditeur

Association française des anthropologues

Édition imprimée

Date de publication : 1 juin 2008

Pagination : 323-343

ISSN : 1156-0428

Référence électronique

Bruno Papin, « Capital corporel et accès à l'excellence en gymnastique artistique et sportive », *Journal des anthropologues* [En ligne], 112-113 | 2008, mis en ligne le 28 juin 2010, consulté le 30 avril 2019.

URL : <http://journals.openedition.org/jda/822> ; DOI : 10.4000/jda.822

Ce document a été généré automatiquement le 30 avril 2019.

Journal des anthropologues

Capital corporel et accès à l'excellence en gymnastique artistique et sportive

Bodily Capital and Achieving Excellence in Artistic and Sports Gymnastics

Bruno Papin

- 1 Le sport moderne et les règles précises et universelles qui l'organisent ont pour conséquences la désignation d'un vainqueur et la construction d'une hiérarchie d'excellence en fonction des règlements constitutifs d'un sport donné. Le champion incarne ainsi le modèle de référence en matière d'exercices corporels, sur la base de modalités variables selon les sports. Reconnu de tous, le champion doit sa position à sa capacité à réaliser une performance strictement étalonnée dans le respect des règlements établis par les institutions sportives (Laurans, 1990 : 1047). Repéré, sélectionné par une institution sportive, l'athlète s'adonne à une organisation de la vie qui place la modélisation du corps au centre de ses préoccupations afin d'atteindre l'excellence sportive. La construction de cet espace propre livre les clés de la compréhension des choix que le champion est parfois amené à faire tout le long de sa carrière. Il faut ainsi donner de la visibilité à cet aspect central de la vie du sportif, qui se trouve toujours occulté par l'évènement sportif qui n'en est pourtant que le point d'aboutissement. Il est nécessaire d'entrer dans le monde du champion organisé autour de la performance physique pour comprendre quels usages maximaux celui-ci est amené à faire sur son corps pour le perfectionner et atteindre le plus haut niveau de performance.
- 2 L'intensité, la durée, ou encore la fréquence des entraînements, la persévérance dans l'exercice d'une seule pratique donnée durant des années caractérisent en première approche l'activité physique du sportif de haut niveau. À l'inverse du pratiquant épisodique qui voit dans le sport une fonction sanitaire ou le moyen de l'amélioration du bien-être social et qui lui apporte alors « une note sportive à son style de vie » (Defrance, 2003 : 55), la pratique sportive sur le mode de la haute performance engendre l'incorporation de schèmes moteurs spécifiques à un sport donné, doublée d'une intériorisation des normes et des valeurs constitutives de l'espace sportif considéré. Dans

le prolongement des travaux réalisés par Wacquant (2000) à propos de la formation des boxeurs dans les ghettos de Chicago, Sorignet (2001) sur la pratique professionnelle de la danse contemporaine par des hommes, Faure (2004) qui porte son regard sur les pratiques des filles et des garçons en danse hip-hop, ou encore Mennesson (2000) à propos de la pratique intensive des sports « masculins » qui ont contribué à mettre en relation l'engagement physique intensif et la formation d'un habitus sportif, l'enjeu est ici de porter notre regard sur le traitement concret du corps du champion sportif et de montrer les processus sociaux et culturels de construction des élites sportives.

- 3 Compte tenu de l'investissement que demande le choix de devenir champion, il n'est pas possible de comprendre qu'un tel engagement puisse être réalisé sans une mobilisation positive des individus concernés. C'est dire que toutes les contraintes attachées à l'espace sportif ne peuvent jouer sans que les futurs champions se les approprient sous la forme d'un projet de vie qui va les prendre totalement ; autrement dit sous la forme d'une cause à laquelle ils vont se consacrer totalement, corps et âme. Ils se construisent ainsi une seconde nature en s'installant dans un autre monde dans lequel l'exploit physique devient une pratique ordinaire. Pour ce faire, le sportif adopte une organisation de la vie qui met l'entraînement sportif au cœur des activités quotidiennes. Le rythme de vie ainsi adopté rompt avec le style de vie ordinaire, avec les relations habituelles pour vivre dans un monde à contre-temps, à contre-espace dans lequel le domaine du privé n'a plus guère de place. Il entretient par ailleurs un rapport qui implique la mobilisation des individus sur la production d'un corps modelé pour l'accès à l'excellence sportive qui s'accompagne d'un rapport à l'effort continu, à la douleur, à la blessure qui rend possible une continuité de l'entraînement. Enfin, la finalité poursuivie amène le gymnaste à adopter une ascèse sportive particulière qui devient un mode normal de vie, au point de ne plus être perçue comme une contrainte. À partir d'un travail empirique de terrain effectué auprès de gymnastes de haut niveau¹, nous entendons repérer concrètement les processus de formation et de légitimation du style de vie adopté par les gymnastes de haut niveau où la modélisation du corps aux prises avec les normes et les valeurs de l'espace du sport de haut niveau conditionne l'accès à l'excellence dans la production de performances corporelles.

Un rapport au corps finalisé et ajusté à la performance

- 4 L'organisation de vie qui met l'investissement sportif au centre des activités quotidiennes du champion a pour corollaire un rapport au corps finalisé par la performance. L'adoption d'une ascèse de vie particulière, spécifique à la pratique sportive de haut niveau se présente comme le symbole du trait d'union de cette double logique d'intériorisation des contraintes du sport de haut niveau et d'un modelage finalisé du corps. La construction de la gymnastique de haut niveau comme espace fermé sur lui-même, séparé du monde ordinaire (Papin, 2000) participe à la réalisation d'une double opération de congrégation et d'agrégation des élites sportives et contribue à l'inculcation d'une culture commune (Bourdieu, 1989)² dont un des aspects est notamment le respect d'une hygiène de vie qui interdit tous les débordements. L'adoption d'une ascèse de vie participe à la gestion du « capital-corps » (Wacquant, *op. cit.* : 125). En effet, un rythme de vie sans excès, un bon équilibre alimentaire se présentent comme des facteurs centraux de la réussite sportive. L'ascèse adoptée devient un mode normal de vie au point que tout écart est alors perçu comme une déviance coupable. Le rapport au corps induit par la

quête sans fin de la performance conduit le gymnaste de haut niveau à se doter d'une morale corporelle particulière qui agit en se combinant avec les règles de conduite objectivement contenues dans l'organisation de l'espace de la haute compétition. Ce qui est enseigné ici est tout autant l'accès à la perfection technique qu'une éthique propre à la pratique de la gymnastique de haut niveau : « un éthos » (Weber, 1964 : 47). Limiter les sorties tardives, respecter les temps de repos et de récupération, ne pas faire d'excès en matière d'alimentation sont autant de comportements intériorisés par les gymnastes de haut niveau dès le plus jeune âge. Entraîneurs, équipes médicales veillent à la conduite de vie sans écarts. Le médecin, le kinésithérapeute outrepassent largement le rôle d'administration de soins médicaux dévolu à leur fonction et contribuent à inculquer auprès des gymnastes dès le plus jeune âge, l'adoption d'une ascèse de vie dans et en dehors du gymnase. Le corps médical qui complète le travail des techniciens incite et contrôle le respect quotidien de l'équilibre alimentaire. Pour le cas de la gymnastique, la problématique du poids est au centre de toutes les attentions au point que le sportif lui-même en vient à contrôler tous les jours les écarts à la norme prescrite le concernant. Au-delà des discours, les actes d'accompagnement d'éducation à la bonne hygiène de vie se multiplient. Le médecin prescrit pour chaque gymnaste l'apport nécessaire en calories sur la base d'une enquête diététique initiale pour déterminer le régime alimentaire à adopter. Il oriente la nourriture des sportifs en les invitant à privilégier les sucres lents et rappelle l'importance de l'absorption d'eau et de laitages. Il contrôle à l'occasion de visites régulières dans le cadre d'une relation directe avec chaque gymnaste les éventuels écarts à la norme. Il dicte les choix d'alimentation les jours de compétition par l'intégration des temps nécessaires de digestion et de la durée et de la nature de l'effort. Ainsi, au rôle de préparation et de réparation physiologique, le corps médical, par la répétition de ses interventions auprès des jeunes gymnastes dans un contexte de gestion rationnelle des corps, participe pleinement à penser l'ascèse ainsi adoptée comme un mode normal de vie. Cette construction a d'autant plus de force que les entraîneurs des pôles, dans la relation de proximité qu'ils entretiennent avec les gymnastes, ne sont pas sans rappeler, chaque fois qu'il est nécessaire, les sportifs à leur devoir³.

- 5 La recherche d'un équilibre alimentaire est perpétuelle, en atteste l'attention sur les variations pondérales. Si les séquences d'entraînement sont rigoureusement programmées, les temps de non travail sportif sont pesés. Le souci de la construction d'un corps performant sacralise les temps de repos et de récupération dans et en dehors du gymnase⁴. L'ascèse sportive adoptée par le gymnaste se présente comme un principe de gestion de son capital-corps. Pour le gymnaste de haut niveau comme pour le boxeur, à la manière dont Wacquant (*op. cit.* : 125) décrit le processus, le déroulement heureux d'une carrière suppose une gestion rigoureuse du corps, un entretien méticuleux de chacune de ses parties, une attention de tous les instants, dans le gymnase et en dehors, nécessaire à son bon fonctionnement et à sa protection. L'accès à l'excellence sportive exige une gestion rationnelle du corps qui résulte d'un *sens pratique de la gymnastique*, c'est-à-dire « d'un sens de l'épargne corporelle acquis insensiblement au contact durable des autres athlètes et des coaches, au fil des entraînements et des combats (des compétitions), et qui reste en tant que tel inaccessible à la maîtrise consciente et délibérée, en dépit des efforts conjugués des boxeurs (des gymnastes), des entraîneurs et des managers les plus enclins à la rationalisation de leur métier » (Wacquant, *ibid.* : 126). La maîtrise du corps dans l'espace avec ou sans contact avec les agrès, la perception pratique des limites à ne pas dépasser dans les prises de risque lors de la réalisation de figures acrobatiques ou dans

l'adaptation corporelle immédiate en cas de déséquilibres, les comportements qu'ils adoptent au moment de faiblesse passer d'un appui sont autant de signes qui attestent d'une sorte de « sciences concrètes de leur propre corps, de ses potentialités et de ses insuffisances, tirée de l'entraînement au quotidien » (Wacquant, *ibid.* : 126). Dans le prolongement de ce sens pratique en acte, les règles de vie, l'hygiène corporelle, les régimes alimentaires sont autant de comportements intériorisés qui ne relèvent pas du calcul réfléchi de la ligne de conduite à suivre, mais qui participent malgré tout à la gestion du capital-corps.

- 6 Les gymnastes font appel à de nombreuses techniques pour préserver et modeler leur corps pour que celui-ci devienne performant dans le respect des règles qui désignent le champion dans cette spécialité sportive. Si les règles de vie comme les régimes alimentaires, la limitation des activités de loisirs, voire même l'évitement de toute activité physique susceptible de contrarier l'efficacité musculaire spécifique à la gymnastique, concourent à l'optimisation du capital-corps, les manières particulières de s'échauffer, de s'assouplir, de se tenir entre les passages, de se préparer, de se concentrer, de respirer, avant et pendant l'exercice visent à mettre dans les meilleures conditions physiologiques et psychologiques l'exploitation du corps. Certains avant la réalisation de l'enchaînement sollicitent, sous la forme de rotation des articulations, le cou, les épaules ou encore les coudes afin de relâcher ou de mobiliser des parties particulièrement éprouvées lors de la réalisation de l'exercice, lorsque ces mouvements ne se présentent pas comme des rituels de concentration. D'autres enchaînent deux ou trois fois de suite un ou deux pas d'élan avec une impulsion des deux pieds pour effectuer un saut corps gainé⁵ dans l'objectif de mémoriser les temps forts que seront les impulsions pédestres lors de la réalisation des acrobaties au sol ou à la poutre. Un autre s'enduit une nouvelle fois les mains de magnésie⁶ ou réajuste ses maniques⁷, attribuant à ces objets des indices de sécurité garants de la préservation de son intégrité physique. Autant d'attitudes, autant de techniques de préservation de son capital-corps que de gymnastes, sont ainsi repérables. Les signes les plus visibles de préservation du capital-corps sont le recours aux bandages et aux protections diverses. Depuis la manière de bander les différentes articulations (poignets, genoux, chevilles, coudes, épaules, avec des types de bandages plus ou moins protecteurs), à l'utilisation de maniques afin de limiter les plaies aux mains aux agrès de suspension ou de protections rembourrées pour limiter les chocs lors de la reprise des barres, les gymnastes recourent à une gamme étendue de dispositifs explicitement conçus pour ménager les différentes parties du corps. Enfin, avec la professionnalisation de l'encadrement technique des pôles d'entraînement, nombreux sont les moments de réparation et d'entretien du capital-corps, à l'occasion les massages qui anticipent ou à l'inverse terminent les séances d'entraînement ou de compétition. Comme pour le boxeur, l'un des principaux paradoxes du gymnaste est d'user de son corps sans jamais l'user. Le gymnaste navigue donc entre « deux écueils également dangereux, d'autant plus qu'ils sont invisibles, variables dans le temps et en grande partie subjectifs : d'un côté un excès de préparation qui dilapide vainement les ressources et raccourcit inutilement la carrière ; de l'autre un défaut de discipline et d'entraînement qui accroît les risques de blessure grave et compromet les chances de succès (sur le ring) en laissant inexploitées une partie de ses capacités de (combattants) » (Wacquant, *ibid.* : 128).
- 7 Le rapport au corps ajusté à la performance prend tout son sens dans l'acharnement auquel s'adonne sans relâche le gymnaste à muscler, assouplir, modeler son corps pour le

rendre efficace dans la logique définie par la compétition sportive. Le modèle a d'autant plus de force en gymnastique que le corps est à la fois moyen et objet de la performance. « En effet, la finalité de la gymnastique réside dans le mouvement lui-même. Il s'agit de montrer et démontrer ce qu'il est possible de faire avec son corps sur des engins gymniques selon un code conventionnel » (Thomas, 1992 : 11). La gymnastique nécessite ainsi un effort continu, centré sur le corps, de préparation physique et technique. Le gymnaste modèle son corps et anticipe ses performances par son travail. C'est de « travail-gymnaste » (Lucas, 1978 : 98) dont il faut ici parler pour mettre en avant l'abnégation, l'entraînement du gymnaste afin de préparer son corps à une amélioration sans fin. Ainsi, le sportif produit des performances qui résultent du travail accompli inlassablement deux ou trois séances par jour dans le gymnase. La durée et la fréquence des entraînements et la répétition des mêmes exercices, qu'ils soient techniques, de musculation ou d'assouplissement, n'excluent pas qu'ils procurent du plaisir sans lequel il serait difficile de persévérer. Il y a tout d'abord la complicité des gymnastes qui se manifeste dans les vestiaires ou entre les passages sous la forme de sourires, d'expressions du visage, de regards, de blagues, de défis pour la réussite la plus rapide d'un exercice, ou encore d'encouragements. Ensuite, à la manière du boxeur, et très certainement de tout sportif engagé dans la pratique intensive d'une discipline, « le plaisir de sentir son corps s'épanouir, se délier, se faire peu à peu à la discipline qu'on lui impose » (Lucas, *ibid.* : 88). La sensation de domination des agrès, la maîtrise des appuis sur les différents engins ou celle de son corps dans l'espace, la différenciation segmentaire finement dosée renforcent ce sentiment d'exaltation et d'épanouissement corporel. Dans le prolongement de cette plénitude corporelle, le plaisir suprême naît de la maîtrise d'une nouvelle figure acrobatique ou d'un nouvel enchaînement qui offre un sentiment de compétence décuplé. Enfin, le plaisir ressenti dans le travail sportif est d'autant plus grand qu'il est partagé par un sentiment d'appartenance à une communauté à part sur la base d'une complicité forte qui s'inscrit durablement entre les gymnastes, amitié plus profonde que la simple solidarité liée à des intérêts partagés. Intériorisée par les gymnastes, cette forme de confrérie trouve son expression discrète dans le gymnase par des tenues, des coiffures, des indices vestimentaires convenus.

- 8 Dans l'entraînement naît une économie des corps. Tout se compte, tout se gère, tout est matière à bilan descriptif, estimation du travail et des bénéfices du travail. L'entraînement est censé produire des performances, par une gestion optimale des intensités, des durées, des alternances. Par le travail, le sportif progresse. L'engagement perpétuel du gymnaste de haut niveau dans les interminables répétitions d'exercices d'assouplissement et de musculation, ainsi que celles de mouvements de plus en plus acrobatiques, de plus en plus risqués, de plus en plus aériens, s'inscrit dans cette logique. Les valeurs de travail participent à la pensée de l'activité sportive conduisant en quelque sorte à une sublimation du travail. « La préparation gymnique est le commencement et la fin : une souveraine ascèse » (Lucas, *ibid.* : 88). Le travail est source de plaisir et de satisfaction, et ce n'est pas le moindre paradoxe du sport que de jouer sur la dénégarion du travail pour valoriser le plaisir d'une activité qui devient à elle-même sa propre fin. Le travail-gymnaste est une propriété faite vertu, l'abnégation du gymnaste à l'entraînement disparaît, seul demeure le plaisir engendré par l'excellence.

L'inculcation d'un habitus gymnique

- 9 Si les sportifs ambitionnent de réaliser un projet qu'ils pensent assumer en toute liberté, ils sont, malgré tout, largement choisis par l'espace du sport de haut niveau (Papin, *op. cit.*). Le travail d'inculcation réalisé par l'institution sportive et par les entraîneurs est indissociablement mêlé au travail d'appropriation des normes et des valeurs spécifiques à l'espace de pratique de haut niveau par les jeunes gymnastes. L'origine militaire de la gymnastique confère à ce sport des valeurs d'ordre et de discipline affirmées (Chambat, 1980 : 142). Malgré les évolutions techniques et structurelles de la gymnastique artistique et sportive depuis la deuxième moitié du XX^e siècle, les compétitions rappellent inlassablement les comportements idoines à respecter dans l'espace spécifique propre à cette spécialité. Le code de pointage, manuel de référence au niveau international pour la notation des exercices gymniques qui rappelle les droits et devoirs des gymnastes et des entraîneurs, marque l'attachement de la gymnastique à ses valeurs traditionnelles. L'alignement des gymnastes qui précède le salut collectif de l'équipe aux juges avant la période d'échauffement, de même que celui effectué par le gymnaste avant et après son évolution à chaque agrès symbolisent la reconnaissance de l'ordre hiérarchique du monde de la gymnastique, tandis que les changements d'agrès sous forme de défilés au rythme de la musique rappellent l'ordre et la discipline qui entourent cette pratique.
- 10 La gymnastique est une éducation posturale qui impose à ceux qui la pratiquent l'adoption d'une tenue particulière du corps, « une bonne tenue » (Lucas, *op. cit.* : 88). La gymnastique est éducation. De cette fonction communément admise se construit une sorte d'imaginaire collectif autour de la pratique de la gymnastique où l'idée de préparation permet de rendre compte du travail-gymnaste. « La gym est une école ; « c'est l'école de la vie ». On les éduque, dit-on. Il s'agit de parvenir par « la connaissance de son corps », à la « connaissance de soi-même entièrement ». Donner de « bonnes habitudes » ; « faire des hommes » et « des citoyens » ; acquérir « le sens des responsabilités » [...]. « L'éducation posturale, donner une bonne tenue, de bonnes habitudes, les habituer au travail, à la vie en société...Vous savez, il y a des tas de choses » (Lucas, *ibid.* : 89). Ainsi, la gymnastique, dans les représentations, est porteuse de valeurs morales qui préparent à la vie sociale dont la posture adoptée à tous les instants par les gymnastes est le symbole. Le code de pointage précise la tenue vestimentaire autorisée en utilisant explicitement les termes de correction et de décence⁸. Les tenues soignées et normalisées des gymnastes sont ainsi les signes extérieurs d'une manière particulière de se tenir (buste sorti, tête droite, épaules dégagées, pas décidé) qui n'est en fait que l'expression d'un système de valeurs centré sur la rigueur et le respect de l'ordre.
- 11 L'œuvre d'inculcation de la vocation réalisée par l'institution sportive doit prendre la forme d'un travail d'intériorisation des valeurs inhérentes à la pratique de la gymnastique de haut niveau pour préparer les futurs champions à entrer dans cet espace spécifique. L'enseignement des principes techniquement impliqués par la pratique de la gymnastique, c'est-à-dire des moyens d'usage rationnel de son corps pour évoluer sur les agrès, est loin de couvrir tout le champ d'application de l'inculcation gymnique. À côté et au sein même de l'enseignement de ces principes techniques, il y a place pour l'inculcation de règles de comportement. Si l'apprentissage de règles techniquement justifiées vise à former un savoir-faire, l'apprentissage de rituels contribue à former des manières d'être, ou plus exactement à engendrer des pratiques conformes à l'exercice de

la gymnastique. Cette éducation vise ici à former un habitus propre à la gymnastique pratiquée sur le mode de la compétition. À la manière de la distinction décrite par Louis Pinto (1975) entre procédés techniques et rituels dans l'entretien du fusil dans l'armée, l'initiation à la tenue du corps illustre pour le cas de la gymnastique ce double aspect de l'apprentissage. Tout d'abord, elle est un principe technique nécessaire à l'apprentissage de savoir-faire gymniques. Le placement des segments, la tenue des jambes, la position de la tête sont autant de manières de se tenir qui conditionnent la réussite des figures gymniques. La production de formes techniques qui caractérise la gymnastique aux différents agrès engage le gymnaste à l'adoption de postures gestuelles propices au respect des lois de la biomécanique. Principes techniques nécessaires à la réalisation de formes gymniques, la tenue des segments est aussi une norme réglementairement codifiée. La codification de la gymnastique voit dans l'alignement des segments, bras, jambes, pointes de pieds tendus, le buste droit, la tête dégagée, les repères d'excellence de la production sportive dans cette discipline. Partagée par l'ensemble de la communauté des gymnastes, elle relève de l'arbitraire culturel et se distingue ainsi de toute autre pratique acrobatique comme le cirque qui souhaite créer l'émotion chez le spectateur en usant de formes segmentaires variées qui ne posent pas la rectitude des segments comme règle. Mais ces postures sont aussi des manières d'être à côté des apprentissages techniques et deviennent alors des rituels. L'attitude corporelle adoptée par le gymnaste, la rectitude du corps deviennent des règles de comportement dans et en dehors du gymnase. La tenue du corps devient un élément scénique qui atteste d'une maîtrise et d'une connaissance de soi-même, un élément d'excellence et de distinction.

- 12 À la fois principe technique et manière d'être, la tenue du corps fait l'objet d'un apprentissage dès le plus jeune âge. De la même manière, les comportements intériorisés des gymnastes dans les compétitions de haut niveau comme le salut au jury, la marche ordonnée lors des changements d'agrès font l'objet d'un apprentissage systématique lors de la prime éducation gymnique⁹. Cette construction s'inscrit dans la logique du processus décrit par Marcel Mauss (1950) montrant que les techniques du corps résultent d'un apprentissage culturel dans des conditions d'existence particulières.
- 13 Produits de la convention, ces rituels sont des usages légitimés par les jeunes gymnastes qui renforcent leur croyance dans le bien-fondé de leurs pratiques et rappellent l'ordre établi entre les différents acteurs de cette pratique. Ils sont l'expression des règles d'ordre et de discipline auxquelles le gymnaste doit se soumettre vis-à-vis de la hiérarchie historiquement construite de cette institution sportive. L'inculcation des comportements est le produit de la répétition du même cérémonial lors des compétitions dès le plus jeune âge par les rappels à l'ordre fréquemment annoncés par le responsable du concours, mais elle fait aussi l'objet d'un apprentissage à l'occasion des séances d'entraînement dès lors que le jeune gymnaste est inscrit dans une logique de pratique de la gymnastique en compétition. C'est ainsi que chaque séquence débute par un rassemblement ordonné, debout en position droite face à l'entraîneur, rituel qui est reproduit à la fin de l'entraînement. Le contenu même de l'entraînement qui règle les ordres de passage sur les agrès et les différents ateliers à l'intérieur du groupe, mais aussi entre les groupes, la hiérarchisation entre les entraîneurs implicitement admise et symboliquement marquée, sont autant de techniques d'intériorisation des valeurs d'ordre et de discipline. Fréquemment appliquées avec les groupes compétitifs des clubs engagés dans la pratique de la gymnastique au plus haut niveau, ces procédures sont systématisées dans les stages de perfectionnement regroupant les jeunes gymnastes investis dans le processus de

repérage et de sélection et contribuent ainsi à former les futurs champions à un habitus propre à la gymnastique pratiquée sur le mode de la compétition¹⁰.

- 14 Si la pratique de la gymnastique se distingue de la boxe par son caractère très codifié, le mode d'inculcation est aussi pratique et collectif. À la manière du processus décrit par Loïc Wacquant (*op. cit.* : 99), la gymnastique présente « le paradoxe d'un sport ultra-individuel dont l'apprentissage est foncièrement collectif ». Le gymnaste est seul face à l'agrès au moment de la réalisation de son exercice, mais l'apprentissage des figures gymniques résulte d'un jeu de complicités strictement réglé et hiérarchisé entre les différents membres de la communauté de la salle de gymnastique, du responsable du centre aux gymnastes, en passant par les différents entraîneurs. L'échauffement collectif du début de la séance est le premier acte pratique de la construction d'une communauté morale autour de croyances et de pratiques partagées. Le plus souvent pris en charge par un gymnaste du groupe sous le regard des entraîneurs du centre, ce moment est l'occasion de répéter ensemble des exercices d'assouplissement, d'étirement ou de musculation de base et sert de stimulation et d'émulation collective. Ce moment de pratique collective peut se prolonger en fonction des séances d'entraînement, sous la direction d'un des responsables techniques, par un temps de répétition de gammes d'exercices au sol, à la manière du musicien, que tous les gymnastes exécutent successivement avec une recherche de perfection technique de tous les instants. Si l'exécution de ces mouvements de base est l'occasion d'automatiser la maîtrise du corps nécessaire à la recherche de l'excellence corporelle, cette séquence est aussi le moment de renforcer les normes de tenue du corps dans un contexte de pratique construit sur les valeurs de rigueur et de discipline. Le groupe d'entraînement éclate alors et les sportifs se répartissent dans la salle sur les différents agrès dans un ordre préalablement réglé par l'entraîneur. Le gymnase est alors une sorte d'espace de recueillement où les sportifs s'exercent dans une ambiance quasi silencieuse rythmée par les bruits engendrés par les courses d'élan, les réceptions ou les grincements des agrès.
- 15 Une gymnaste est à la poutre et tente un salto arrière tendu et chute. Elle remonte aussitôt, recommence et chute encore. La gymnastique est ainsi, c'est une école de la ténacité, de la rigueur. Une fois sur l'agrès, « c'est le corps qui comprend et apprend, qui trie et emmagasine l'information, trouve la bonne réponse dans le répertoire d'actions et réactions possibles qui devient le véritable sujet de la pratique « gymnique » » (Wacquant, *ibid.* : 98). L'apprentissage réussi en gymnastique suppose la construction d'un système de repérage du corps dans l'espace essentiellement proprioceptif par le jeu d'un ajustement perpétuel des segments du corps nécessaire à l'exécution des enchaînements des figures gymniques. L'excellence en gymnastique impose donc une grande rigueur et une grande discipline individuelle pour se concentrer toujours et tout le temps sur les informations qui permettent de localiser finement la position des différentes parties du corps, la position et la vitesse des mouvements exécutés, ou encore l'intensité des contractions musculaires engagées. À force d'ajustements corporels, le geste devient un automatisme construit sur la base d'un schéma moteur stabilisé susceptible de permettre au gymnaste l'engagement dans l'apprentissage de nouvelles formes techniques dans une sorte de conquête sans fin de l'excellence. La gymnastique est ainsi recherche de perfection technique dans le cadre d'une pratique très codée et réglementée, mais aussi recherche de sensations émotionnelles nouvelles. Le moteur du progrès trouve un point d'ancrage dans la contradiction qui invite le gymnaste à se perdre dans l'espace, à

prendre des risques corporels pour mieux se retrouver et ainsi dominer le vertige. La gymnastique est alors un sport ultra-individuel.

- 16 Elle est aussi une pratique dont l'apprentissage est foncièrement collectif. « Allez, allez... dessus Émilie »¹¹. Pendant que cette gymnaste répète inlassablement le même exercice avec une réussite aléatoire, celles qui attendent leur tour encouragent discrètement la copine qui se remet à l'ouvrage. La réussite d'une gymnaste du groupe est ainsi collectivement partagée. Les ajustements corporels successifs engagés par les gymnastes sont au croisement des encouragements et des conseils des autres gymnastes qui font état de leurs propres expériences motrices et des consignes techniques prodiguées par l'entraîneur principal du pôle d'entraînement ou par un de ses adjoints. Parfois verbales, « il faut que tu redresses plus vite au moment de l'impulsion », parfois sous forme de signes avec les mains, ou encore par le jeu d'une manipulation dont le but est d'amener la gymnaste à mémoriser une posture particulière à un moment clé de l'exécution de l'exercice, les consignes s'inscrivent dans le cadre d'un code partagé de communication à la fois technique et symbolique. L'enseignement de la gymnastique est ainsi une pédagogie réfléchie et organisée selon un plan d'entraînement élaboré par les techniciens qui structurent de manière minutieuse les temps d'apprentissage de nouvelles figures, moments consacrés à la préparation physique, ou encore les séquences spécifiques de préparation à la compétition, mais qui laisse une grande part à la complicité collective des membres de la communauté du gymnase. Les conseils promulgués par l'entraîneur le sont avec parcimonie et par intermittence sous la forme de descriptions plus ou moins précises du mouvement, en mettant en exergue le décalage entre la production du gymnaste et la norme technique de la figure à réaliser : « Mets plus de shoot... tu es trop devant... va chercher ton appui plus vite... tu prends de la faute... ». Les consignes ainsi déclinées, attestent de l'importance du code de communication construit parallèlement aux apprentissages purement techniques. La complexité des formes techniques produites en gymnastique impose aux techniciens de construire conjointement les apprentissages techniques et l'inculcation de valeurs collectivement partagées. Cette construction donne d'autant plus de force aux conseils, aux encouragements, aux différents signes de soutien technique ou symbolique prodigués par les autres gymnastes. Dans ce contexte, l'apprentissage collectif par imitation, par émulation et par encouragements diffus et réciproques où le rôle de l'entraîneur est de coordonner et de stimuler l'activité routinière se révèle être d'une très grande efficacité.
- 17 L'environnement spécifique que constitue le gymnase contribue à l'inculcation d'un habitus gymnique. La rigueur et l'ordre transparaissent dans la structuration matérielle de cet espace de pratique. Les agrès sont disposés sur des lignes strictement parallèles les unes par rapport aux autres, les murs du gymnase se présentant comme les repères structurant l'espace de pratique ne laissent aucune place à d'éventuelles lignes obliques ou courbes. Cette disposition uniforme des engins de gymnastique répond à une exigence pratique. Les systèmes visuels centraux et périphériques jouent un rôle fondamental dans la prise de repères des gymnastes nécessaire à la maîtrise de figures gymniques complexes. L'alignement des agrès réduit les interférences et facilite les prises d'informations sensorielles pour la réalisation de formes acrobatiques complexes. Si l'espace ainsi construit répond à des contraintes fonctionnelles, il symbolise les valeurs d'ordre et de discipline qui fondent cette spécialité sportive. Les lignes dessinées par les tapis de réception, les barres parallèles, les poutres et autres engins rappellent la rectitude de la tenue des gymnastes et la droiture des comportements induite par la

pratique de la gymnastique. Les glaces fréquemment disposées aux murs aident les gymnastes à avoir un *feed-back* visuel sur le placement des segments à l'occasion des séquences spécifiques de chorégraphie. Elles peuvent aussi être l'objet d'un rappel immédiat à la rigueur et à l'ordre pour le gymnaste coupable d'un relâchement postural pendant et en dehors de sa pratique sportive à l'intérieur du gymnase. Enfin, la décoration du gymnase qui se limite le plus souvent à des photos de gymnastes en action sur les agrès ou de célébrations de champions appartenant au pôle d'entraînement donne à voir l'excellence sportive constamment visée. Des citations, des règles d'or sur le comportement que doit adopter le gymnaste complètent parfois les illustrations affichées dans le gymnase rappelant les valeurs d'ordre, de rigueur, de discipline ou de perfectionnisme comme c'est le cas du temple de la gymnastique à l'Institut national des sports et de l'éducation physique. Nous pouvons y lire un extrait d'un texte de Goethe : « Quoique vous rêviez de faire, entreprenez-le. L'audace donne du génie, de la puissance, de la magie. Commencez maintenant ». En apposant cette citation, l'entraîneur de l'équipe de France féminine veut affirmer la recherche de perfection qui doit constamment fonder les comportements à adopter par les gymnastes de haut niveau. Ainsi, la structuration du gymnase et la décoration sommaire, mais éloquente, accompagnent le travail d'inculcation d'un habitus spécifique à la pratique de la gymnastique sur le mode de la haute performance.

Conclusion

- 18 L'événement sportif donne à voir le caractère d'exception du champion. Si l'exploit sportif se présente comme la consécration ultime, l'accès à l'excellence sportive résulte d'un long et méticuleux travail de modelage des corps pour le perfectionner et atteindre le plus haut niveau de performance. À côté des apprentissages techniques rendus possibles par l'intensité, la durée ou encore la fréquence des entraînements, le déroulement réussi d'une carrière suppose une gestion rigoureuse du corps, un entretien minutieux de chacune de ses parties, une rigueur de tous les instants dans et en dehors du gymnase. L'adoption d'un rapport au corps finalisé par et ajusté à la performance est le produit de l'inculcation d'un habitus gymnique que les conditions de vie organisées dès la prime éducation par les centres spécialisés de formation des élites sportives favorisent. La construction d'un espace spécifique autorise la mise en œuvre d'une pédagogie enveloppante propice à l'intériorisation de rituels, de normes et valeurs spécifiques à la pratique de la gymnastique sur le mode de la haute compétition. À la manière du processus décrit par Wacquant (*op. cit.* : 125) : « Le ressort de cette machine pédagogique autorégulée que constitue le « gym » ne réside ni dans l'imitation mécanique de tel geste, ni de la somme des exercices inlassablement répétés par tous, et encore moins dans le « savoir-pouvoir » de tel agent (ici le coach) situé au point névralgique de l'édifice, mais bien dans le système indivis des rapports matériels et symboliques qui s'établissent entre les différents participants, et notamment dans l'agencement de leur corps dans l'espace physique de la salle et dans son temps spécifique. En un mot, c'est le « petit milieu » du « gym » tout entier « comme faisceau de forces physiques et morales » qui fabrique le boxeur (le gymnaste) ».

BIBLIOGRAPHIE

- BOURDIEU P., 1989. *La noblesse d'État. Grandes écoles et esprit de corps*. Paris, Minuit.
- CHAMBAT P., 1980. « Les muscles de Marianne », in EHRENBURG A., « Aimez-vous les stades ? », *Recherches*, 43 :139-184.
- DEFRANCE J., 2003. *Sociologie du sport*. Paris, La Découverte (4^e édition).
- FAURE S., 2004. « Filles et garçons en danse hip-hop. La production institutionnelle de pratiques sexuées ». *Société contemporaine*, 55 : 5-20.
- LAURANS G., 1990. « Qu'est-ce qu'un champion ? La compétition sportive au Languedoc au début du siècle », *Annales ESC*, 5 (septembre-octobre) : 1047-1069.
- LUCAS P., 1978. « Le travail-gymnaste : rites mineurs du pays minier », *Cahiers de sociologie*, 64 : 83-102.
- MENNENSON C., 2000. *Des femmes au monde des hommes. La construction de l'identité des femmes investies dans un sport « masculin » : analyse comparée du football, des boxes poings-pieds et de l'haltérophilie*. Thèse en sciences sociales, université Paris V.
- MAUSS M., 1950. *Sociologie et anthropologie. Les techniques du corps*. Paris, PUF.
- PAPIN B., 2000. *Sociologie d'une vocation sportive. Conversion et reconversion des gymnastes de haut niveau*. Thèse de doctorat de sociologie, université de Nantes.
- PINTO L., 1975. « L'armée, le contingent et les classes sociales », *Actes de la Recherche en Sciences Sociales*, 19 : 18-40.
- SORIGNET P. E., 2001. *Le métier de danseur contemporain*. Thèse de sociologie. Paris, EHESS.
- THOMAS L., 1992. *Gymnastique sportive, de l'école aux associations*. Paris, Éditions Revue EPS.
- WEBER M., 1964. *L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme*. Paris, Plon.
- WACQUANT L., 2000. *Corps et âme. Notes ethnographiques d'un apprenti boxeur*. Marseille, Éditions Agone.

NOTES

1. Les notes consignées sur un carnet de terrain dans le cadre d'une observation participante dans les centres d'entraînement de haut niveau (pôles Espoirs et pôles France) durant deux années ainsi que les entretiens semi-directifs réalisés auprès d'internationaux français et d'apprentis champions de gymnastique artistique et sportive masculine et féminine nous ont permis de proposer cette approche des usages sociaux et culturels du corps.
2. Le processus décrit par l'auteur pour le cas des élites scolaires peut s'appliquer ici pour le cas des champions de gymnastique artistique et sportive.
3. Extrait d'entretien réalisé avec un entraîneur des équipes de France féminines à la fin des années 1980 et durant les années 1990. « C'est important de leur dire pendant l'entraînement et ça aide beaucoup pour leur attitude, l'hygiène de vie, le régime alimentaire. D'ailleurs, je ne parle

jamais de régime, mais je dis plutôt : tu as vu comme tu es ? Est-ce que tu crois que tu vas plaire à quelqu'un comme ça ? En tous les cas, tu ne me plais pas ».

4. Extrait d'entretien réalisé avec Jean-Claude, gymnaste international de gymnastique dans le milieu des années 1990. « Quand je suis arrivé en équipe de France, il est clair que quand il y avait une médaille ou un truc comme ça, il fallait fêter cela, on est pas des moines, non plus, il ne faut pas délirer. Il y a un temps pour rire, un temps pour bosser. Mais, après, le gros problème, c'est que, quand on arrive vraiment à un très haut niveau, après, le moindre écart peut être fatal. Quand tu fais de la gym au haut niveau, tu ne peux pas faire n'importe quoi. Il ne faut pas faire d'excès, tu dois faire attention à ce que tu manges, tu dois avoir une hygiène de vie impeccable. De toute façon, si tu ne dors pas assez, le lendemain, tu es crevé, tu ne peux rien faire. Quand tu manges n'importe quoi, ou, si tu ne fais pas attention, tu peux te blesser. C'est à toi d'avoir une vie normale, comme ça tu n'as rien à te reprocher ».

5. Nous faisons ici référence à la posture adoptée par les gymnastes qui, par la contraction des muscles de la ceinture pelvienne, permet un alignement segmentaire entre les membres inférieurs et le tronc propice à la réalisation de figures acrobatiques complexes.

6. Poudre blanche présentée sous forme de bloc qui a pour fonction d'empêcher de glisser sur les agrès.

7. Objets de cuir qui protègent les mains mais qui, grâce à des bourrelets intégrés, permettent une prise sécurisée aux anneaux, à la barre fixe et aux barres asymétriques notamment.

8. Le code de pointage régissant la gymnastique artistique féminine 2001 éditée par la Fédération internationale de gymnastique précise : La gymnaste « doit porter un justaucorps correct, non transparent, qui peut présenter un design élégant. Le décolleté du justaucorps doit être convenable, c'est-à-dire pas plus bas que le milieu du sternum devant et derrière pas plus bas que la ligne inférieure des omoplates. Le justaucorps peut être avec ou sans manches, les bretelles de moins de deux centimètres ne sont pas autorisées. L'échancrure du justaucorps ne doit pas dépasser l'aîne. [...]. La gymnaste ne doit pas porter de bijoux (bracelets ou colliers). Seules les petites boucles d'oreilles (clous d'oreilles) sont autorisées » (2001 : 12).

9. Les notes de terrain prises à l'occasion des observations réalisées durant les séances d'entraînement des gymnastes Espoirs de Nantes témoignent de cette prime inculcation de ces techniques d'intériorisation : « La tenue vestimentaire adoptée, réduite au minimum (short uniquement ou short plus débardeur) permet un contrôle permanent de l'entraîneur sur la modélisation des corps des gymnastes sur et en dehors des agrès. L'attitude adoptée par les gymnastes lorsqu'ils attendent leur tour pour exécuter un exercice n'est pas relâchée. Qu'ils soient debout ou assis, le buste est droit et la tête dégagee ».

10. Les notes de terrain prises lors d'un entraînement du pôle Espoir de Nantes révèlent le caractère primordial de ces rituels dans l'inculcation d'un habitus sportif spécifique à la gymnastique pratiquée sur le mode de la compétition de haut niveau : « Le rituel de début d'entraînement qui consiste à réunir les gymnastes alignés devant les entraîneurs et débiter l'entraînement répond à une logique implicite de la hiérarchie établie. Le responsable du centre, au début de l'entraînement, s'adresse aux gymnastes au garde-à-vous devant lui, les autres entraîneurs restant en retrait. Il affirme ainsi sa position dominante. Un autre entraîneur prend ensuite le relais sous l'œil du responsable du centre qui s'est mis à distance pour mieux marquer son autorité ».

11. Nous rapportons dans le texte certaines expressions entendues dans le gymnase à l'occasion de séances d'entraînement au sein d'un pôle France féminin que nous avons observé et que nous avons retranscrit sous la forme de notes de terrain.

RÉSUMÉS

L'accès à l'excellence sportive en gymnastique artistique et sportive résulte d'un long et méticuleux travail de modelage des corps pour le perfectionner et atteindre le plus haut niveau de performance. Le déroulement réussi d'une carrière suppose l'apprentissage de techniques corporelles efficaces que seule une gestion rigoureuse du corps, un entretien minutieux de chacune de ses parties, une rigueur de tous les instants dans et en dehors du gymnase autorise. Dès lors, l'adoption d'un rapport au corps finalisé par et ajusté à la performance est le produit de l'inculcation d'un habitus gymnique que les conditions de vie organisées dès la prime éducation par les centres spécialisés de formation des élites sportives favorisent.

Achieving excellence in artistic and sports gymnastics is the result of long and meticulous work, modelling the body in order to perfect it and attain the highest level of performance. The successful development of a career presupposes the learning of effective bodily techniques that only a rigorous management of the body, painstaking care of each of its parts, and constant discipline in and out of the gym makes possible. That being the case, the adoption of a relationship to the body oriented and adjusted to performance is the product of the inculcation of a gymnastic habitus promoted by the living conditions organised from the earliest stages of schooling by centres specialising in the training of sporting elites.

INDEX

Mots-clés : capital corporel, ethos, gymnastique, habitus, sport de haut niveau

Keywords : bodily capital, ethos, gymnastic, habitus, high level sport

AUTEUR

BRUNO PAPIN

Université de Nantes (UFR STAPS), CENS (Centre nantais de sociologie)