

Jouer au judo

BABY-JUDO. « On met un doigt sur la bouche... » Le silence est à nouveau d'or au dojo Antoine-Cauret du gymnase Joliot-Curie. « Vous parlez trop, vous criez trop, vous pleurez trop ! On se croirait à la crèche ! » Angélique Lemière, ceinture noire 3^e dan de judo, a piqué les orgueils. Les judokas en culotte courte sont tout ouïes. Une main de fer dans un kimono de coton... Avant le début du cours, la sensei des tout-petits de l'USF déclarait : « avec les très jeunes enfants, il faut être ferme, juste ce qu'il faut. Mais je ne transige pas avec le respect, la politesse, la discipline. Le judo repose sur un code moral... »

« A-t-on le droit de crier ? » En chœur, les enfants : « Naaaaan ! » « Pieds collés, les bras le long du corps. On salue. Allez on court ! » Les gamins s'animent. Ça rigole. Ils s'éclatent déjà. Seul Ismaël, 4 ans, pleurniche encore un peu d'avoir dû lâcher la main de son papy Djamel, mais il trotte quand même avec les autres. Les larmes de crocodile ne vont pas durer longtemps, le temps de passer à la marche du serpent... ça « saurien » de pleurer !

Une ceinture pour couper le cordon

« Avec les 4-5 ans, nous proposons du jeu : on court, on fait des marches animales qui les amusent beaucoup, on se

sert de supports ludiques comme des cerceaux. On apprend à se pousser sans pleurs, à faire des roulades avant, arrière et, petit à petit, à faire des mini-combats au sol. » Dans les gradins, les parents sont ippon. Dabel, maman d'Ismaël, 4 ans et demi : « je l'ai inscrit au judo car j'apprécie les valeurs de ce sport : la discipline, le partage. C'est un autre cadre que l'école où il apprend à vivre en collectivité. » Maria, qui encourage son Gabriel, 4 ans et demi : « je pense que ça va lui apporter de la confiance. La prof est super, elle a de l'autorité, mon fils l'adore. »

Angélique commande à chacun d'effectuer une chute arrière au sol. Ce n'est que le troisième cours de l'année, mais elle connaît déjà chacun des enfants pas son prénom. « Parfait Maxence ! » Dans les gradins, Louisa n'est pas peu fière : « Mon fils est fan des

Power Rangers, alors je l'ai inscrit au judo pour la rigueur, canaliser son énergie. Il était très impatient de venir : il ne parle que de ça toute la semaine ! » Arnaud, papa de Nino, 4 ans, le sourire incandescent d'attendrissement, souligne quant à lui : « c'est bon pour son développement, sa motricité, son équilibre... » Le judo, littéralement la voie de la souplesse. Petit roseau ne rompra pas dans la tempête...

Fin du cours. Angélique précise la possibilité d'essayer sur deux ou trois séances « pour être sûr que l'enfant s'épanouisse. » Elle ajoute : « le plus dur au baby-judo, c'est de lâcher la main de maman ou papa... » Mais c'est ainsi qu'on grandit. / □

140€ + 38€ de licence pour les 4/5 ans ; 10€ le kimono - mercredi de 16h à 17h - info@us-fontenay.com 06 86 03 27 94.

