

STRUCTURER ET EVALUER LA PROGRESSION DES ENFANTS

Objectif de ce document

L'objectif de ce document est de proposer aux enseignants des pistes de réflexion et de travail qui semblent utiles et cohérentes avec l'Aïkido que nous cherchons à promouvoir.

Ces propositions restent donc ouvertes et suggèrent aux enseignants de prendre le temps d'une réflexion et d'un travail de fond pour mettre en place leur propre pédagogie.

Sommaire

- ✓ Réfléchir à la progression des enfants
- ✓ Structurer la progression des grades Kyu
- ✓ Points de repères pour les compétences à développer chez l'enfant : du 6^e au 3^e Kyu
- ✓ Réfléchir à l'organisation des passages de grades : exemples dans différents dojos

Pour enrichir et faire évoluer ce document, nous encourageons les enseignants à échanger, à nous donner un retour critique et à poser des questions aux membres de la commission...

Contact : ffab.aikido@wanadoo.fr

Contributeurs Commission Jeunes :

Xavier Boucher, Membre commission jeunes, CEN FFAB, 5^e Dan
Fabrice Cast, Membre commission jeunes, CEN FFAB, 5^e Dan
Xavier Dufau, Membre commission jeunes 4^e Dan
Gabriel Femenias, Membre commission jeunes 4^e Dan
Eric Lamali, Membre commission jeunes 4^e Dan
Jean Pierre Pigeau, Responsable commission jeunes, CEN FFAB, 6^e Dan
Brahim Siguesmi, Membre commission jeunes, CEN FFAB, 5^e Dan
Antoine Soarès, Membre commission jeunes, CEN FFAB, 5^e Dan

REFLECHIR A LA PROGRESSION DES ENFANTS

Ci-dessous nous synthétisons quelques thèmes de réflexion qui peuvent vous aider à orienter votre propre travail

Répondre au besoin de progresser des enfants

Il est intéressant de prendre conscience combien les enfants ont besoin d'avoir le sentiment de progresser. Ils ont soif d'apprendre, soif de devenir grand, soif de découvrir et de maîtriser de nouvelles choses. *Dans cette optique, le fait de structurer clairement une progression des acquis puis de la valider répond à leur besoin de se voir eux-mêmes progresser.* La progression dans l'apprentissage répond ainsi à plusieurs attentes :

- Leur permettre de prendre conscience de leur progression effective et leur donner confiance dans leurs acquis
- Les aider dans l'apprentissage en explicitant concrètement les différents comportements et savoir-faire qu'ils doivent assimiler,
- Leur donner confiance dans la qualité de leur enseignant qui les fait progresser,
- Leur permettre de montrer à l'extérieur (notamment à leur famille) leurs acquis.

Indépendamment des passages de grades, bien des enfants apprécient réellement de pouvoir montrer leurs acquis dès que l'occasion se présente. On peut rappeler la vision de Maître Tamura à ce sujet « *La seule raison d'être des examens de kyu ou de dan en Aïkido est de pouvoir prendre soi-même la mesure de ses progrès techniques ainsi que du niveau mental acquis dans un art où la compétition n'existe pas.* »

Le plaisir dans la pratique

La motivation essentielle des enfants pour participer à des cours d'Aïkido, est sans doute le plaisir qu'ils peuvent en retirer. Les plaisirs du tatami sont multiples, à la fois individuels et liés au groupe : plaisir de bouger lié au mouvement, de chuter, de ressentir les choses, plaisir dans le fait que la technique marche, fonctionne, et plaisir de partager avec les autres, de retrouver des amis... Ces plaisirs donneront également naissance à d'autres motivations (de progresser, de maîtriser des techniques, peut-être même d'atteindre un grade, etc...) mais le besoin de plaisir reste essentiel. *Pour l'enseignant, la volonté de faire progresser les enfants et de leur proposer des évaluations et des grades, doit également s'inscrire dans cette recherche de plaisir, avec la difficulté de plaisirs un peu spécifiques pour chaque enfant.*

Ne pas imposer une exigence trop forte - Souvent les contraintes inadaptées figent le mouvement

En travaillant avec les enseignants enfants qui débutent, on s'aperçoit souvent d'une exigence trop élevée sur les résultats que devrait atteindre les enfants dans une séance pédagogique. L'enseignant étant lui-même adulte, l'exigence qu'il exprime se réfère souvent à sa propre expérience de l'apprentissage adulte. *Pour les enfants, il importe de réfléchir à exprimer des exigences de compétences assez globales. Le niveau d'exigence doit s'adapter à chaque âge, et parfois même à chaque enfant.*

Construire une progression en fonction des besoins des enfants autant qu'en fonction des acquis souhaités

Une progression dans l'enseignement de l'Aïkido répond bien sûr à la nécessité de construire progressivement les différents acquis nécessaires, avec un cheminement cohérent où chaque étape permet d'aller plus loin. Mais en même temps, plus particulièrement dans le cas des enfants, la progression doit aussi répondre aux besoins des pratiquants. Dans leur développement personnel, corporel et mental, les enfants profitent également de l'Aïkido pour répondre à leurs propres besoins de construction de leur corps, de leur personnalité. *Il est donc important que l'enseignant prenne le temps d'approfondir les besoins des enfants à chaque âge, et de chercher à adapter la progression de l'apprentissage en fonction de ces différences.* Une progression ne peut pas être systématisée, elle requiert parfois même de s'adapter aux spécificités de chaque enfant individuellement.

Une progression éclaire l'enfant sur ce qu'on lui demande

Le fait de communiquer explicitement aux enfants la progression générale attendue peut faciliter l'apprentissage de l'enfant, en lui fournissant des consignes générales sur les acquis qui méritent toute son attention. Bien utilisé, cela peut donc constituer un outil pédagogique utile. Ainsi certains clubs ont imaginé des supports écrits (sous forme d'affichage au dojo ou petits documents écrits) afin que les enfants prennent mieux conscience de la progression proposée. *Il reste évidemment nécessaire de ne pas rendre systématique et fermée la progression et de garder un discours qui s'adapte à chacun.*

STRUCTURER LES GRADES KYU

Voici des éléments de base pour vous aider dans votre réflexion, au niveau de votre club : non pas des règles à suivre, mais une réflexion personnelle à mener dans chaque club.

Sens des grades et de la progression

L'Aïkido pour les enfants mérite une approche pédagogique adaptée. Cependant, le sens et les valeurs exprimées pour l'Aïkido en général, restent les mêmes pour les enfants. Ainsi, pour notre fédération Maître Tamura a très clairement souligné le sens des grades : en aucun cas la différence entre 2 grades ne correspond à un panel technique différent de l'un à l'autre de ces grades. Le sens de la progression se rapporte plutôt à la manière dont chacun intègre et manifeste progressivement dans la pratique les principes de l'Aïkido, tant dans son comportement corporel que mental. *Une progression pédagogique consistera donc à structurer un développement cohérent et progressif de compétences globales corporelles et mentales, se manifestant dans des situations techniques, et non pas à structurer simplement un panel de techniques, considéré comme de plus en plus large et compliqué selon le grade.* Simplement les techniques sont l'outil de travail pour développer ces compétences : leur acquisition est à mettre en correspondance avec les compétences recherchées.

La progression est également ouverture d'esprit et éducation de l'enfant...

En explicitant aux enfants que la progression qu'on leur demande concerne leur comportement autant que leur réussite technique, l'enseignant fait également murir la prise de conscience que l'on n'attend pas uniquement un résultat technique. Cette forme de pédagogie contribue ainsi à construire dès le début, chez l'enfant, une vision qui s'ouvre aux différentes facettes de l'Aïkido. On s'inscrit ainsi dans une vraie démarche d'éducation progressive.

...Tendant vers l'auto-éducation

L'enfant tire partie d'une disposition naturelle qui le pousse constamment à s'adapter, changer, découvrir. Sa capacité à s'auto-éduquer est déjà présente quand il veut expérimenter, quand il veut faire par lui-même. Ce potentiel ne demande qu'à être reconnu, respecté et nourri par l'enseignant.

Réfléchir aux différentes dimensions incluses dans l'apprentissage progressif de l'enfant

Quel que soit le niveau, les compétences que l'on construit chez l'enfant se répartissent sur plusieurs dimensions auxquelles chaque enseignant peut réfléchir. Comme point de départ, rappelons également les écrits de Maître Tamura sur les grades « *Ce qui importe est donc de pouvoir manifester entièrement des résultats de sa pratique quotidienne, dans le sens de l'unité du Ki, du cœur (kokoro), du corps et de la technique* ». S'agissant d'enseigner aux enfants, il ne s'agit pas de souligner ces dimensions de l'apprentissage de la même manière, mais l'orientation de la pédagogie demeure identique.

On pourra notamment réfléchir à la manière dont le développement des différentes compétences suivantes, va se réaliser progressivement :

Différentes dimensions de l'apprentissage en Aïkido pour les enfants

Apprendre un cadre de respect de la pratique

- Reishiki

Développer des valeurs de relation à autrui

- Relation à l'enseignant et aux exercices proposés
- Respect général du groupe et de l'atmosphère de la pratique
- Respect de aïte et de son intégrité

Développer sa force de caractère personnelle (aptitudes mentales)

- Concentration
- Capacité à répéter et travailler pour s'améliorer – Volonté
- Confiance en soi
- Motivation, joie et plaisir dans la pratique

Développer des aptitudes corporelles générales

- Capacité de coordination
- Clarté des placements, déplacements
- Construction du shiseï
- Développer un travail sans force excessive

Développer la maîtrise technique

- Compréhension de certains principes d'Aïkido comme le ma-ai, le déséquilibre, le contrôle, etc....
- Importance du travail technique comme uke
- Développer le sens d'un travail technique qui « fonctionne ».
- Le travail technique peut être structuré selon les différents volets classiques de l'Aïkido : Suwari wasa, Hanmi handachi wasa, Tachi wasa, Travail avec les armes.

Progression et évaluation

Au-delà du fait que l'on cherche à développer plusieurs types de compétences, il est important également de réfléchir à « l'évaluation d'un résultat » par rapport à « l'évaluation d'une progression ». Evaluer une progression dans certaines compétences cibles est sans doute plus complexe : cela demande concrètement d'être capable de suivre l'évolution des enfants individuellement. Cependant la taille limitée des groupes au sein de chaque club le rend possible. Vouloir évaluer un résultat risque de trop figer et systématiser l'attendu demandé aux enfants, alors que chaque enfant est si particulier qu'une attention individualisée et la prise en compte de ses difficultés et de son rythme de progression individuelle sont souvent nécessaires. *Il est important de mettre en place des évaluations construites dans l'objectif d'aider à progresser plutôt que dans l'objectif de sélectionner ou discriminer les uns par rapport aux autres.*

Points de repères sur la progression des compétences

En nous appuyant sur les propositions ci-dessus, nous proposons ci-dessous quelques points de repères, qui ont pour but de faciliter la réflexion de chaque enseignant sur la progression des grades kyu. D'autres choix sont bien sûr tout à fait possibles.

Ces points de repères ne peuvent pas être appliqués directement. Il nous semble indispensable que chaque enseignant construise lui-même une progression kyu reflétant sa pédagogie, en prenant le temps de se poser des questions : quels sont mes choix en tant qu'enseignant ? Dans quelle logique s'inscrit ma pédagogie ? Quel est l'impact de mes choix pédagogiques sur l'enfant ? Dans chaque situation technique : que cherchons nous à construire chez l'enfant ? En lien à chaque niveau de pratique : qu'observons nous et qu'évaluons nous ?

Ces points de repères pour une progression par niveau pour les enfants associent d'une part l'explicitation des compétences à développer, et d'autre part des situations techniques typiques utilisées comme support à ces apprentissages.

Commission jeunes FFAB

Points de repères, 6è KYU

Ces points de repères ne peuvent pas être appliqués directement. Il nous semble indispensable que chaque enseignant construise lui-même une progression kyu reflétant sa propre pédagogie. Merci également de nous donner un retour (mail...) sur ces propositions.

	Compétences clés à développer	Exemples de critères d'évaluation
Respect de la pratique et respect d'autrui	<ul style="list-style-type: none"> • Respect du lieu • Connaissance et respect des règles et de l'étiquette • Apprentissage du respect de l'autre 	<ul style="list-style-type: none"> • S'habiller, utiliser les zoris • Respect de l'étiquette, attitude en seiza et sur les saluts • Place des armes • Atmosphère du cours et capacité à travailler dans le calme
Développer des aptitudes mentales	<ul style="list-style-type: none"> • Par alternance entre calme et activité, développement d'une meilleure maîtrise de la 'fougue' naturelle des enfants 	
Développer des aptitudes corporelles générales	<ul style="list-style-type: none"> • Les saluts dans différentes situations • Apprentissage des déplacements de base en suwari wasa et tachi wasa • Découverte de la posture du corps 	<ul style="list-style-type: none"> • Se lever et s'asseoir correctement • Placements et coordination corporelle face aux attaques • Réalisation des déplacements seuls (suwari wasa, tachi wasa) et des chutes
Apprentissage technique	<ul style="list-style-type: none"> • Découverte de la logique des attaques • Première perception d'une notion de placement 	

	Exemple de situations techniques pour l'apprentissage
Suwari Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage des déplacements shikko • Connaissance de l'attaque Shomen uchi
Tachi Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Déplacements : Taisabaki, Tsugi ashi • Mae ukemi, ushiro ukemi • Situations d'attaques : Aihanmi katate dori • Techniques : ikkyo omote/ura, iriminage
Travail des armes	<ul style="list-style-type: none"> • Utilisation pédagogique des armes (Tanto/Jo Bokken) : développer la coordination, par exemple pour le sens de la coupe, première sensibilisation au shisei.

Commission jeunes FFAB

Points de repères, 5è KYU

Ces points de repères ne peuvent pas être appliqués directement. Il nous semble indispensable que chaque enseignant construise lui-même une progression kyu reflétant sa propre pédagogie. Merci également de nous donner un retour (mail...) sur ces propositions.

	Compétences clés à développer	Exemples de critères d'évaluation
Respect de la pratique et respect d'autrui	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisation au respect de l'intégrité du partenaire • Apprentissage de la capacité à travailler en binôme pour progresser. 	
Développer des aptitudes mentales		
Développer des aptitudes corporelles générales	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre conscience que l'attitude la posture conditionne une bonne pratique • Attention portée à la posture du buste et du dos, en position seiza tout comme dans la pratique • Développement de la stabilité 	<ul style="list-style-type: none"> • Déplacements corrects pour amener Aïte en contrôle ou en chute • Maintien du shiseï dans la pratique • Stabilité dans la pratique
Apprentissage technique	<ul style="list-style-type: none"> • Attention aux positions de base : shizentaï, kamae • Première prise de conscience simple de la logique de construction des techniques (recherche du déséquilibre notamment). 	

	Exemple de situations techniques pour l'apprentissage
Suvari Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Aihanmi katate Dori : ikkyo omote/ura • Ryote dori : KokyuHo
Tachi Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Ukemis avant et arrière en place • Connaissance des attaques tsuki et yokomen uchi • Connaissance des taisabaki et développement de la stabilité • Attaques : en priorité katate dori (Aihanami + "Gyakku hanmi), tsuki, shomen. Découverte yokomen uchi. • Techniques : Kokyunage - Ikkyo/sankyo - Iriminage, kotegaeshi, shihonage, udekiminage. • Kokyunage
Travail des armes	<ul style="list-style-type: none"> • Utilisation pédagogique des armes : utiliser les armes comme éléments de motivation, d'intérêt, de variété. Découverte des premiers liens entre travail avec arme et sans arme.

Commission jeunes FFAB

Points de repères, 4è KYU

Ces points de repères ne peuvent pas être appliqués directement.

	Compétences clés à développer	Exemples de critères d'évaluation
Respect de la pratique et respect d'autrui	<ul style="list-style-type: none"> Recherche de la souplesse dans la relation uke/tori 	<ul style="list-style-type: none"> Capacité à répéter une même technique plusieurs fois à un rythme régulier Disparition progressive des mouvements brusques
Développer des aptitudes mentales	<ul style="list-style-type: none"> Développement de la concentration Développement de la capacité à mieux percevoir son propre corps 	
Développer des aptitudes corporelles générales	<ul style="list-style-type: none"> Développement de la coordination corporelle et de la coordination uke/tori Attention portée à la recherche du relâchement 	<ul style="list-style-type: none"> Kamae correct Souplesse et stabilité du travail de uke Les placements dans la technique Mémorisation des techniques de base
Apprentissage technique	<ul style="list-style-type: none"> Exigence sur la notion de Kamae : disponibilité mentale et posture physique Bonne maîtrise des différentes attaques Compréhension des placements et de la construction des techniques Elargissement du bagage technique Découverte du sens de la coupe au sabre. 	

	Exemple de situations techniques pour l'apprentissage
Suwari Wasa	<ul style="list-style-type: none"> Shomen uchi : ikkyo (omote/ura) - iriminage
Hanmi Handachi Wasa	<ul style="list-style-type: none"> Katate dori : sumi-otoshi, kokyunage
Tachi Wasa	<ul style="list-style-type: none"> Bonne maîtrise des différentes attaques Kata : ikkyo (omote, ura) Katatedori (Gyakuhanmi/aihanmi) et shomen uchi : uchikaitenage, soto kaitenage, iriminage, kotegaeshi, shihonage, udekiminage Tsuki : iriminage, kotegaeshi Yokomen uchi : ikkyo, iriminage, shihonage
Travail des armes	<ul style="list-style-type: none"> Bokken : mise en place de l'étiquette, du shiseï, du travail de coupe

Commission jeunes FFAB

Points de repères, 3^e KYU

Ces points de repères ne peuvent pas être appliqués directement.

	Compétences clés à développer	Exemples de critères d'évaluation
Respect de la pratique et respect d'autrui	<ul style="list-style-type: none"> • Développement du lien au partenaire et de l'harmonisation dans la relation uke/tori 	<ul style="list-style-type: none"> • Respect de l'intégrité du partenaire • Présence progressive dans la vie du club
Développer des aptitudes mentales	<ul style="list-style-type: none"> • Développement de la concentration et de la volonté • Capacité à enchaîner les situations techniques en maintenant un bon rythme 	
Développer des aptitudes corporelles générales	<ul style="list-style-type: none"> • Attention à la notion de ma-ai • Développement d'un travail dynamique et d'une certaine endurance physique • Attention portée à la recherche de la construction des déséquilibres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilisation d'un rythme adapté dans les techniques • Travail de uke souple, dynamique et maintenu. • Ma-ai correct • Construction correcte des déséquilibre
Apprentissage technique	<ul style="list-style-type: none"> • Enlever les temps d'arrêt : maintien d'un mouvement du début à la fin de la technique • Elargissement du bagage technique • Développement du sens de la coupe au sabre. 	

	Exemple de situations techniques pour l'apprentissage
Suvari Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Shomen uchi : sankyo • Kata dori : ikkyo, nikkyo, iriminage
Hanmi Handachi Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Gyakuhanni Katatedori : shihonage uchikaitenage
Tachi Wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Elargissement du répertoire technique : tENCHINAGE, udekiminage, koshinage, kokyunage de différentes formes. • Attaques : Ryote dori, yokomenuchi, katadori Menuchi
Ushiro wasa	<ul style="list-style-type: none"> • Ryote dori et ryokata dori • Techniques de bases : ikkyo, kokyunage
Travail des armes	<ul style="list-style-type: none"> • Bokken : développement du travail de suburi, techniques de base à 2 sur attaque shomen uchi, développement du sens du sabre dans la pratique à main nue • Jo : développement des exercices de base (déplacement, développement du kamae, développement des attaques). Lien au travail de tsuki à mains nues.

REFLECHIR A L'ORGANISATION DES PASSAGES DE GRADES

Ci-dessous quelques témoignages de pratiques différentes pourront vous aider dans vos choix personnels

Le passage de grade comme outil de construction

Le passage de grade reste un moment clé qui marquera la progression des pratiquants. Mais, au-delà de sa fonction d'évaluation, le passage de grade peut également se révéler un outil très utile pour aider les élèves dans leur progression. Dans cette optique, il peut être intéressant de prêter attention à ce qui se passe avant et après le grade :

- Avant les passages de grades, une bonne période préparatoire est la plupart du temps l'occasion d'une progression forte des pratiquants, dont l'attention est renforcée par l'exigence du grade.
- Après le grade, on observe aussi parfois chez les enfants des sauts de maturité dans l'attitude et la pratique : peut-être s'agit-il pour eux d'être « à la hauteur » de son nouveau grade. L'après-grade mérite donc aussi une réelle attention.

Le stress des grades

Concernant l'organisation de passage de grades, les pratiques des clubs sont variées (voir des exemples ci-après) : il importe de rester conscient du stress induit sur les enfants, et plus largement d'être conscient du rapport des enfants avec le grade. Un passage de grade formel n'est pas adapté systématiquement à tous les enfants. Le passage de grade doit mettre en confiance et rendre possible d'évaluer une progression autant qu'une « performance ».

Démonstration individuelle ou collective ?

Selon les âges, les niveaux, les comportements du groupe, il peut être intéressant de réfléchir au bon équilibre entre un travail de démonstration individuel (similaire aux passages adultes) et un travail de démonstration plus collectif : dans ce cas le passage de grade devient une récompense d'une progression reconnue par ailleurs, et un moment de plaisir pour démontrer l'acquis de chacun.

Ci-joint quelques exemples et témoignages de quelques dojos.

Partage d'expérience : Dojo de Xavier Dufau, Ligue Aquitaine

Le cours pour les enfants accueille des petits de 5 à 10 ans, ensuite ils peuvent, s'ils le souhaitent, faire le cours adultes en plus du cours enfants pour qu'ils s'habituent et à pratiquer avec ces derniers, et également qu'ils en fassent la connaissance.

Les enfants passent exactement les mêmes grades que les adultes, ce qui leur prend évidemment plus de temps ! Il n'y a aucun grade intermédiaire, ni couleur de ceinture. Je remarque chaque année qu'ils ne sont pas demandeurs des ceintures mais de l'évolution. Donc je pars du principe qu'ils doivent juste se rendre compte qu'ils évoluent, progressent et peuvent transmettre.

Dans la première année ou au début de la deuxième pour les plus jeunes, ils passent le 5ème kyu, dans la deuxième année ou fin d'année, ils peuvent porter le hakama, ensuite, les grades arrivent lorsqu'ils sont prêts.

Comme le temps peut être long pour certains, ils ont l'autorisation de remplir quelques tâches en fonction de leur niveau ou de leur ancienneté (1. Ouvrir la porte extérieure du dojo, 2. Apprendre aux nouveaux arrivants à monter sur le tatami, le salut, le retournement de zori, 3. Apprendre aux autres à venir chercher le hakama ou un diplôme, 4. Aller placer mes armes au kamisa, 5. Balayer, 6. Fermer la porte extérieure du dojo, 7. Apprendre aux autres à mettre le hakama, à le plier...).

Toutes ces petites tâches et bien d'autres marquent leur évolution dans le groupe et développent leur transmission de l'étiquette et de l'aïkido en général. Les petits bonus sont les histoires de samuraï, mythologiques, les mises en scènes (surtout dans les cours d'armes), la participation aux démonstrations et autres projets collaboratifs, vidéos ou présentations pour diverses occasions.

Sinon je n'hésite pas à leur expliquer qu'il est normal que certains passent des grades avant d'autres, que c'est essentiellement dû à leur âge (la tranche d'âge étant très large). Pour les couleurs de ceinture (surtout pour les ex-judoka), à quoi sert la ceinture ? Tenir la veste fermée.

Voilà quelques idées de ce qui se passe ici, dans le dojo.

Xavier Dufau.

ENFANTS ET ADOLESCENTS : GRADES & PASSAGES DE GRADES.

Partage d'expérience

Gabriel Féménias /Janvier 2013

Dans son livre "Etiquette et Transmission", publié en 1991, TAMURA Senseï définissait le système des grades en ces termes :

"Le dan des grades de Judo et d'Aïkido, s'écrit avec un caractère qui signifie degré, marche. Un escalier se monte et se descend, marche par marche, on ne peut le franchir en une fois comme au moyen d'un escalier roulant ou d'un ascenseur.

Le mot contient l'idée de séparation et indique la méthode nécessaire pour parvenir à un but. A mon sens, c'est ce qui fait qu'il a été choisi pour signifier les grades. (...) Dans le cadre du système de grade kyu dan chacun doit trouver sa propre place en référence au système des titres d'enseignement, la justification de ce système de grades étant d'aider à évaluer le niveau de son travail et d'en comprendre la finalité. (...) Comme les degrés d'un escalier, les grades dan doivent être franchis un par un avec une volonté inépuisable de progrès."

Sans être défini comme des objectifs absolus vers lesquels tendre, les grades n'en demeurent pas moins des éléments repères dans la progression des pratiquants, tant pour les élèves que pour les enseignants.

Ces jalons sont le résultat d'une pratique régulière, sincère et ne sont pas un faire-valoir du type classement compétitif.

La progression de la plupart des pratiquants va les amener, à un moment ou à un autre, à être confrontés au système des grades, nationaux dans un premier temps puis Aïkikai dans un second. Sans tomber dans un conditionnement de la première heure, je pense que les enseignants ont à favoriser la réussite de leurs élèves.

Préparer à l'échéance sans dénaturer la pratique, un défi intéressant pour les enseignants.

ENFANTS ET ADOLESCENTS : PROGRESSION ET RAPPORT AUX GRADES.

Ayant commencé à pratiquer l'Aïkido très jeune, j'ai été un élève enfant puis adolescent et maintenant un élève adulte qui enseigne à son tour. Mon père est enseignant d'Aïkido et c'est à ses côtés que j'ai pu grandir et prendre goût à la pratique. Il est une référence pour moi et je m'appuie en permanence sur ce qu'il a su me transmettre pour transmettre à mon tour.

Il m'a toujours dit qu'il ne faisait pas de différence particulière entre l'Aïkido pour les enfants et l'Aïkido

pour les adultes. Bien sûr la pédagogie, les mots et l'exigence sont adaptés aux capacités des enfants cependant il n'y a rien d'exclu ou de reporter à plus tard en disant « quand vous serez grands !!! ». Ainsi les préparations, le travail aux armes, les exercices à plusieurs attaquants, les formes de travail libres sont autant d'outils à la disposition des enseignants dont il serait dommage de se priver tant ils peuvent aider à la compréhension de la discipline.

Tout comme avec les adultes, l'évaluation de la progression des enfants ne peut se limiter pas à la « récitation » d'un catalogue technique. Elle doit, autant que faire se peut, s'intéresser aux éléments constitutifs de la discipline : **les fondements**. Aussi, il est essentiel d'introduire dès les premières heures l'étiquette, ukemi, taï sabaki, irimi/tenkan, atemi, la relation tori/aïte, ... et l'ensemble des éléments constitutifs de notre discipline. La technique devient un outil au service de la compréhension et de l'appropriation de ces fondements. **Penser la technique comme un outil ne signifie pas la déconsidérer, au contraire même.** En effet, c'est à travers la pratique, la recherche de précision et de relâchement que le corps tout comme l'esprit se forgent et se libèrent petit à petit des différentes contraintes.

L'Aïkido est une discipline très riche dans laquelle il existe de nombreuses techniques et variations. Sans tomber dans l'exhaustivité, il me semble malgré tout important, de donner aux enfants un panel varié de ce que l'Aïkido peut offrir. J'aime à prendre pour image le fait que, si quelques mots peuvent suffire à écrire une belle phrase, un vocabulaire plus étoffé offre des perspectives plus large et donc plus de liberté. En pratiquant dès le plus jeune âge, les enfants posent les bases de leur Aïkido d'adulte et ces années sont à mon sens extrêmement propices aux découvertes et à l'inscription profonde de nouvelles compétences et connaissances.

Liberté, exigence et bienveillance sont les mots que j'associe au rôle de l'enseignant et en particulier avec les enfants.

Kyu et ceintures de couleur

Nous n'avons jamais eu recours aux ceintures de couleur dans notre dojo ce qui n'empêchait pas les enfants d'avoir des grades et d'y trouver leur place. Cela ne posait pas vraiment de problème lors des stages où nous rencontrons d'autres enfants dont l'enseignant avait fait un autre choix. Le parti pris de notre enseignant nous avait été expliqué ce qui nous permettait de répondre aux questions des autres enfants et des parents sans difficulté. Je peux très bien comprendre que certains enseignants fassent le choix de proposer des ceintures de couleur dans leur Dojo mais il faut que ce soit réfléchi et assumé. Ni les

parents, ni les enfants n'ont à faire ce choix pour l'enseignant.

Concernant les grades, il existe 6 Kyu que l'enseignant délivre librement au sein du dojo avant la ceinture noire. Sachant que les enfants peuvent débiter l'Aïkido aux alentours de l'âge de 6 ans et que la ceinture noire est accessible à l'âge de 16 ans, nous avons donc 6 Kyu pour 10 années. Les professeurs peuvent décider, comme l'a fait mon enseignant de père, de subdiviser les Kyu en degrés, afin d'avoir plus régulièrement des évaluations débouchant sur un grade. Ces degrés (marches intermédiaires) peuvent être appelés par différents noms, ils donnent à l'enseignant plus de latitude pour différencier le niveau des enfants et réduisent l'attente de ces derniers pour voir leur investissement signifié par l'attribution d'un grade ou grade intermédiaire.

Exemples de méthodes de décernement des grades

Dans le dojo, les grades peuvent être décernés de plusieurs manières :

- à l'issue d'un cours sans mise en situation particulière, signifiant ainsi un l'investissement méritant d'un pratiquant au sein du dojo. Les enfants prennent alors conscience que la progression dans la pratique induit un certain investissement, une certaine vigilance et que leur enseignant pose un regard à chaque instant sur eux.

- les passages de grade improvisés en fin de cours représentent une deuxième forme de mise en jeu de soi. Ils ont pour intérêt de s'insérer dans la continuité de la pratique et évitent des montées en stress chez certains enfants plus sensibles. Cela n'est pas sans rappeler les passages de grade Aïkikai avec Tamura Senseï.

- la troisième forme utilisée est le passage de grade programmé qui peut être organisé sur un créneau particulier. A partir du 3^{ème} Kyu mon père avait pour habitude de demander à un autre professeur de mener l'interrogation afin là aussi d'habituer les enfants à se mettre en jeu devant d'autres yeux tout aussi bienveillants. Il faut avouer que dès le 3ème Kyu, l'interrogation était du niveau d'un Shodan tout en ayant une évaluation adaptée au grade présenté. L'avantage de ce procédé est de permettre aux enfants d'appivoiser progressivement les passages de grade en diminuant, par la répétition, les hésitations liées au cérémonial, au déroulement du passage et à la gestion des affects.

Quelle conception du grade peut-on véhiculer ?

Il est très important de présenter les grades et les évaluations de manière très positive aux enfants et aux parents. **Tamura Senseï employait souvent le mot de « fête » en évoquant le passage de grade.** Il est donc fondamental de ne pas reproduire des situations de stress que connaissent déjà quotidiennement les enfants avant et pendant les examens scolaires. Ce que nous devons construire en

tant qu'enseignants, c'est une relation de confiance avec les enfants afin qu'ils soient prêts à se dévoiler en toute sincérité lors de ces moments de partage intense.

A mon sens, le plaisir lié à la pratique de l'Aïkido est l'axe essentiel autour duquel l'enseignant doit graviter pour dynamiser la progression des élèves et notamment des plus jeunes. Prendre plaisir à ce que l'on fait facilite incontestablement la progression et l'investissement.

ENFANTS ET ADOLESCENTS : TRANSMETTRE ET EVALUER

Tamura Senseï nous a donné dans le livre "Etiquette et Transmission" (1991), un carnet de route très riche de ce qu'il estimait être le sens et l'objet de l'évaluation lors des passages de grade.

"Il est bien évident que l'attitude juste lors d'un passage de grade doit être d'abord enseignée par les professeurs. La seule raison d'être des examens de kyu ou de dan en Aïkido est de pouvoir prendre soi-même la mesure de ses progrès techniques ainsi que du niveau mental acquis dans un art ou la compétition n'existe pas. Ce qui importe est donc de pouvoir manifester entièrement les résultats de sa pratique quotidienne, dans le sens de l'unité du ki, du cœur (kokoro), du corps et de la technique. Lors de l'examen, les techniques s'enchaînent avec rapidité, précision et puissance : la puissance du corps doit s'exprimer sans interruption, aussi bien en résistance qu'en endurance.

Le calme et la hardiesse du cœur doivent animer une exécution technique d'une précision méticuleuse. Sans peur, sans hésitation, sans morgue, chaque geste doit se faire dans l'engagement total du corps et de l'esprit. Il est bon, dans cette perspective, d'orienter sa pratique quotidienne vers cet engagement total ce qui permettra, lors des examens, sans changement aucun par rapport à l'exercice ordinaire, d'être détendu, relaxé et de garder le geste ample sans se laisser distraire par quoi que ce soit. Il faut rester libre."

Ces orientations sont-elles adaptées aux enfants ?

Il me semble qu'elles correspondent exactement à leurs qualités intrinsèques. Les limites des enfants sont bien souvent celles que les adultes imaginent pour eux.

Je ne suis pas un défenseur de « l'Aïkido coton » qui tend à placer les enfants dans une enveloppe bien douillette qui les protège de tout et bien souvent qui limite leur expression dans la pratique. Je ne parle pas ici de l'étiquette mais véritablement de la relation à soi, aux autres et aux risques qui sont par définition générateurs de progrès.

Sur ce dernier point, les sciences de l'éducation offrent un éclairage intéressant me semble-t-il. Elles définissent, en effet, une « zone proximale de développement » qui correspond à une exigence d'exercice juste au-delà de la zone de confort de l'apprenant ou du pratiquant. Cette zone peut se

traduire par un **travail sur des sensations** (déséquilibre plus important,...), sur le rythme (plus soutenu ou au contraire très lent), sur la situation elle-même (plusieurs attaquants, enchaînement de techniques annoncées,...) et sur toutes les variations à disposition de l'enseignant pour faciliter le développement de l'enfant au travers d'une **pratique vivante et déstabilisante**.

Ainsi, lorsque j'évoque la notion de « risque », j'induis une différenciation très forte entre le « risque réel » et le « risque perçu ». Le premier est associé à la notion de danger et le rôle de l'enseignant est de mettre en œuvre tous les moyens possibles pour le réduire au maximum (adaptation des exercices, des outils, du matériel, consignes de sécurité,...). Pour ce qui est du « risque perçu », il est le levier incontournable de tout progrès. En effet, avancer, faire un pas vers l'inconnu, c'est progresser mais c'est aussi prendre un risque. **Aussi, la pratique de l'Aïkido doit permettre de vivre et d'expérimenter des sensations, des émotions qui peuvent être aussi des craintes voire des peurs afin de les dépasser et de tendre vers ce que Tamura Senseï appelait « le calme et la hardiesse du cœur ».**

Dans le cadre de la Commission nationale jeunes, j'ai eu l'occasion de participer à de nombreux stages de formation des enseignants enfants/adolescents. Ce qui me saisit systématiquement, c'est la difficulté pour nombre d'entre nous à sortir des chemins balisés et rassurants des cours technico-techniques. S'autoriser une liberté de proposer, de penser, de construire n'est semble-t-il pas chose évidente pour les enseignants et cela est bien souvent le reflet de leur propre formation.

Pour illustrer cela, prenons un exemple simple sur le travail de *ushiro ukemi* :

- un premier enseignant va expliquer aux enfants, la position de chaque pied, de chaque main, du menton collé à la poitrine, des abdominaux contractés, de la ligne dorsale en diagonale pour la chute...
- un second enseignant choisira comme consigne de chercher à réaliser la chute en faisant le moins de bruit possible et sans que la tête ne touche le sol. Il introduira par la suite les éléments nécessaires à l'amélioration du geste.

Ces deux approches, volontairement caricaturées, illustrent une différence importante de l'objet

d'attention de l'enseignant et par conséquent, de ce qu'il va chercher à développer consciemment ou pas chez ses élèves.

Notre responsabilité est grande, nos choix sont déterminants et il est souvent difficile de prendre du recul sur ce que l'on fait. Pour ma part, je m'appuie sur le ressenti des enfants, des adultes qui participent au cours et j'échange régulièrement avec d'autres enseignants.

Pour ce qui est de l'auto évaluation, je l'articule autour de deux questions qui m'apparaissent essentielles :

- Suis-je en mesure, à travers la pratique que je propose, de faire vivre des émotions et des sensations nouvelles aux enfants/adolescents dont j'ai la charge ?
- Suis-je en train de faire de l'Aïkido en proposant ces exercices sachant que « l'Aïkido est une recherche qui tend par l'exercice du corps et de l'esprit à façonner un homme au cœur droit » (Tamura Senseï) ?

A partir de ces deux questions, essentielles à mes yeux, il me semble premièrement, que l'enjeu est immense et c'est aussi pour cela que les meilleurs enseignants devraient s'intéresser aux enfants comme le souhaitait notre Senseï ; deuxièmement, que les moyens au service des enseignants sont extrêmement diversifiés pour atteindre cet objectif ; il n'y a donc pas d'interdit à condition que cela prenne sens dans la progression et la compréhension des fondements de la discipline.

Chers(ères) amis(ies) enseignants(es), soyons libres de prendre et de générer du plaisir au travers de la pratique. Autorisons-nous à prendre des risques, à tenter, à proposer, à « inventer » des exercices et à se tromper aussi par moment. Libres, bienveillants, exigeants et j'ajouterais heureux de partager et de chercher avec les plus jeunes qui apprécieront de voir un enseignant capable de se mettre en jeu totalement pour eux.

Voici le regard que je souhaitais soumettre à la réflexion de tout un chacun. Cette expérience partagée de manière embryonnaire, n'est ni un modèle à suivre, ni un dogme ; mon seul objectif est de contribuer humblement à une réflexion globale sur l'enseignement aux enfants/adolescents. J'espère que ces quelques lignes auront su générer quelques affects chez vous,

Chères amies, chers amis,

A bientôt sur le tatami.

Partage d'expérience : Dojo de Jean Pierre Pigeau, Ligue île de France

2 temps forts dans l'année, finalisant ou non un niveau/grade, permettant :

Pour les jeunes: - de faire un travail de révision
 - de montrer au groupe son travail
 - d'être «évalué» et d'évaluer son travail (démarche d'auto-évaluation accompagnée)

Pour l'enseignant: - moment privilégié pour faire le point sur le travail des jeunes et avec les jeunes, pour préciser les nuances entre chaque niveau traduisant une progression

1er temps : période de Février : Démontrer, présenter son travail :

A. Préparation : mise en place :

Révision pendant plusieurs séances (1 partie du cours) du travail abordé depuis le début de l'année. Un programme, une suite de séquences sont élaborées, permettant à l'enfant de répéter un enchaînement technique, pour les armes des « katas », favorisant la mémorisation.

B. Présentation :

La présentation du travail peut prendre différentes formes. Soit une seule séance où tout le monde pourra montrer son travail, soit sur plusieurs séances en fin de cours...

Les enfants démontrent le travail révisé.

C. Retour sur le travail présenté :

Ce retour est important, c'est un moment de prise de conscience des transformations. Il permet de préciser pour chacun les acquisitions, les progrès, les efforts à faire et de donner une ligne de conduite, un exercice où l'enfant va pouvoir prendre en charge un travail personnel et voir son aboutissement (ou pas) à la fin de l'année.

Les observations peuvent être très simples : améliorer les chutes à gauche, stabilité dans les déplacements, saluer son partenaire en même temps...elles accompagnent l'enfant dans une démarche d'autonomie.

2ème temps : période de Mai/Juin : « passage de grades » :

Actuellement, 4 niveaux Kyu sont établis .Ce système de kyu s'adresse aux enfants (8/12 ans) et n'est pas en correspondance avec le système des adultes. Il suffit d'expliquer naturellement aux jeunes ces différences. Ensuite, l'intégration des jeunes aux cours adultes avec ces grades ne pose pas de problèmes. Ils acceptent sans difficulté la transition.

- le 6ème et 5ème kyu peuvent être obtenus la 1ère année

- le 4ème kyu la 2ème année

- le 3ème kyu ou niveau hakama peut être obtenu la 3ème année

Le parcours pour obtenir ces «grades» peut être très différent suivant les enfants: maturité, différence d'âge... encore une fois on peut leur expliquer le sens de ces passages.

Quand les délais sont plus long pour les plus jeunes, la valorisation de leur travail est un élément clef pour qu'ils se sentent progresser.

A. Préparation :

Révisions mettant en place un programme commun pour tous, balayant toutes les situations étudiées dans la saison SW, HW, TW.... Toujours sur la base d'enchaînements logiques permettant une meilleure mémorisation.

B. Passage :

Suivant les niveaux de pratique, des nuances seront apportées. L'exigence sera bien sûr différente suivant les niveaux et surtout pour chacun en particuliers.

En général, le schéma est le suivant :

une partie technique commune pour tous (« imposée ») Pour les 1ers niveaux, l'exigence se porte sur l'attitude, la mise en place du cadre de la pratique, l'éducation. L'exigence technique est moindre.

une partie plus libre (niveau + avancé et hakama) Pour le niveau Hakama, l'exigence technique est plus grande : un programme technique, et des éléments éclairants ce niveau(liés aux fondations, au sens de la pratique) sont donnés à l'élève pour qu'il soit plus acteur de sa préparation.

C. Retours :

Inviter l'enfant à s'exprimer sur son travail. Les échanges simples doivent lui donner la sensation d'avoir progressé.