AÏKI CH'TI

Lettre d'information électronique

N°120

Novembre 2019

NUMERO SPECIAL !

Pleins feux sur la formation Enseignants Aïkido Jeunes !

- Dossier réalisé par François PENIN, Dominique ALIQUOT
- Crédits photographiques : Dominique ALIQUOT, Cédric DEPRET, Cédric ROUSSEAU
- Dessins : Dominique ALIQUOT

Bonjour à toutes et à tous, pratiquants, enseignants et membres des bureaux de nos associations.

La formation Enseignants Aïkido Jeunes qui s'est déroulée le samedi 16 novembre à Nomain et le 17 à Marcq-en-Baroeul sous la direction de Fabrice De RE a rassemblé 45 professeurs et assistants avec, en point d'orgue, une brillante démonstration de Fabrice au cours d'un stage rassemblant 56 enfants de tous âges venus des quatre coins de la région.

Nous ne nous berçons pas de l'illusion de tenir ici un compte rendu de cette formation. S'il est déjà difficile d'embrasser un contenu d'une telle richesse, il est impossible de le restituer même partiellement. Tout au plus pouvons-nous en révéler tout le sel et susciter l'appétit pour certains parmi vous, amis lecteurs Aïkidoka, d'une vocation nouvelle de « Sensei Jeunes » et pour vous, enfants de 6 à 14 ans l'envie de participer au prochain stage Enfants qui se déroulera à Harnes le 4 Avril 2020.

Bonne lecture et à bientôt pour de nouvelles aventures !

François Penin
Président de la Ligue des Hauts-de-France
et du Comité Interdépartemental Nord – Pas-de-Calais – FFAAA

Sommaire

Fabrice De RE ou l'art de la fugue 2
Les mots font merveille ! 6
Les ateliers prévus 7
Témoignage d'un parent lu sur les réseaux sociaux 9
Le mot du président 9
Message de Fabrice de RE 10
Quelques références bibliographiques et internet : 10
Croqués sur le vif 10
Affiches des prochains stages un rappel et un ajout 14
Stages de Ligue Stage privé 14
Panorama des stages, rencontres et manifestations du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais 14

Ces deux jours de formation dirigés par Fabrice de RE, avec des interventions conjointes de Stéphanie DUPONT, psychomotricienne, et Philippe TRAMON, Kinésithératpeute, resteront dans nos mémoires gravés en lettres d'or. Les propos liminaires de Fabrice témoignaient déjà d'une théorisation soutenue de la pédagogie destinée à l'enseignement des enfants et des adolescents associée aux découvertes des neurosciences en matière de comportement.

Adhérant déjà à demi à la proposition, nous ne demandions qu'à être convaincus de sa pertinence et de son efficacité sur un public Enfants. La présentation par Stéphanie DUPONT de quelques concepts qui soustendent la psychomotricité de ce public particulier renforcèrent notre intérêt : perception progressive de son propre corps par l'enfant en fonction de son âge à travers la notion de schéma corporel et de tonus, notamment. De même, l'exposé de Philippe TRAMON sur la prévention des pathologies ostéo-articulaires et musculaires chez l'enfant apporta son lot d'informations précieuses à prendre en compte dans ce contexte.

Le matin du premier jour et le matin du dimanche, la répartition des participants en trois ateliers a permis à partir de simulations et de la création collective de jeux éducatifs, — sur le thème du déplacement-placement, par exemple— de se faire une idée plus précise des attendus spécifiques d'un cours enfants. L'occasion s'est alors offerte de façon concrète et pratique de revenir sur la posture de l'enseignant face aux jeunes, de son intention dans l'enseignement de la discipline, de la juste distance et —chose essentielle— d'une bienveillance de tous les instants.

Ainsi, par exemple, « nommer » —entendre : baptiser le jeu d'un nom faisant écho à l'imaginaire des enfants— est plus essentiel que d'en décrire le fonctionnement par le menu. Ne pas se noyer dans des explications, aller droit au but, passer très vite à la démonstration : l'attention des enfants est vive mais courte si on ne leur donne pas à « faire » eux-mêmes très vite, il faut leur permettre d'entrer très tôt dans la danse. De même, ne pas exiger d'eux la perfection dès les premiers mouvements mais au contraire questionner leur approximation pour mieux les aider à progresser d'eux-mêmes vers ce qu'il serait possible de faire !

Certes, de l'aveu même des participants enseignants, il leur a fallu un temps pour sortir du rôle important du Sensei dans la restitution des jeux inventés mais, la magie des mises en situation

a fini par faire ressurgir chez ces candidats instructeurs les gamins qui sommeillent en chacun d'eux.
Le médium de tous ces conseils, c'est la parole. Les mots de Fabrice : « volonté de faire, intention d'être », « susciter l'interaction en permanence », etc., d'abord abstraits, ont pris alors corps mieux encore que dans l'esprit.

Mais voilà ! Nous étions entre nous, adultes, professeurs et assistants d'expérience. Avouons que nous attendions Fabrice au tournant de la pratique et cette fois face aux enfants !

Le stage Enfants du samedi après-midi rassemblait 56 enfants des quatre horizons de la région Hauts-de-France, dirigés par Fabrice, seul, et bien sûr les enseignants de la formation formant un collège d' « accompagnateurs » (préféré au terme *assistants*). Ce moment nous apporta l'éclatante démonstration de l'efficacité et de l'opérabilité des conseils jusqu'ici prodigués.

Deux heures durant, Fabrice enchaîna un festival de jeux et d'exercices, alternant démonstrations et conseils avec des phases de réalisation par les enfants eux-mêmes, tenant en haleine les enfants en les invitant à participer en vedette au centre du tapis, en coachant les enseignants en formation à leur rôle d'accompagnants et en apostrophant les familles assises sur les gradins sur les techniques, sur les valeurs d'harmonie et de non compétition de l'aïkido.

En véritable homme-orchestre, Fabrice, suscitant chez toutes et tous, du début à la fin, un enthousiasme débridé. sautait de jeux en pratique, de démonstrations en explications rapides et pointues, notamment sur la sécurité dans l'exécution de techniques parfois simples comme Tenchi Nage ou complexes comme Aïki Otoshi.

Fabrice nous fit ainsi la démonstration qu'en demandant peu aux enfants on obtenait beaucoup, et surtout beaucoup plus qu'en leur imposant la doctrine de réalisations techniques irréprochables. Apprendre suppose de tâtonner, de chercher donc de parfois de ne pas prendre la bon chemin pour mieux se retrouver sur la Voie. Il nous a convaincu que la bienveillance permanente et l'encouragement décuplait l'envie des enfants à faire et à faire toujours mieux.

Le plaisir des uns et des autres était évident : des enfants, tout d'abord, pusillanimes au début lorsque Fabrice demandait un volontaire, — un ou deux d'entre eux, peut-être un peu égarés, osant lever un doigt timide— rivalisaient à qui mieux mieux à la fin pour servir d'Uke aux démonstrations et passer au milieu du tatami devant l'assemblée ! Plaisir des enseignants aussi invités parfois eux aussi à travailler sous l'œil amusé des enfants.

Pendant ce temps les parents, spectateurs ébahis devant tant d'enthousiasme, parfois eux-mêmes mis à contribution par Fabrice, étaient littéralement scotchés sur les gradins, le sourire accroché aux oreilles !

La fugue est une forme musicale fluide, cursive, qui semble couler de source, aller de soi mais elle est construite. La fugue que nous a jouée Fabrice de RE ce samedi après-midi avait pour partition : le jeu « renouveleur » d'énergie, les variations entre mouvements dynamiques et formes techniques, mettant en jeu tout ensemble de façon concrète pour tout un chacun dans un joyeux « remuement », perception sensorielle, gestuelle, équilibre du corps, bases de la pratique d'aïkido, énergie-intensité et transmission.

Ce qui, de l'avis unanime des enseignants rassemblés lors des synthèses successives, s'est révélé du Grand Art d'enseigner aux jeunes l'Aïkido.

Les mots font merveille !

…A condition de penser de manière positive sinon ils peuvent être inopérants voire bloquants.

Aussi Fabrice nous a-t-il alertés sur la sémantique qui doit accompagner nos prestations à l'égard des enfants. Les mots sont en relation avec notre propre éducation. Dire à un enfant « tu t'es trompé » est contre-productif car c'est le ramener à une norme qu'il ne connaît peut-être pas ou pas encore. Ce genre de formule paralyse et contrarie le désir de faire.

Par notre éducation, nous avons été formatés dans l'idée de la réussite, de la perfection, de la hantise de l'échec, dans l'épée de Damoclès de la note. Nous devons apprendre à lâcher prise sur cette exigence totalitaire. Laisser faire l'enfant pour l'aider à faire mieux. L'enfant ne se « trompe » pas, il fait, il essaie. L'échec est un moyen pour réussir.

Autre exemple : La différence entre *tenter* et *essayer*. Ces concepts sont proches et cependant ils ont des implications différentes : Dans *tenter*, l'expérimentation se déploie et l'agir est au rendez-vous : celui de faire ; et c'est un mouvement et une mise en action, un nouvel élan et un plaisir à relever les défis, nous sommes dans l'acquisition de nouvelles compétences.
Dans *essayer*, je me laisse une porte d'échec « Au cas où je ne réussis pas, je l'avais dit j'essaye » donc je ne vais pas jusqu'au bout de la situation pour évoluer, je suis dans la résistance. Si je vois que cela ne marche pas de suite, que je n'ai pas le résultat escompté, j'arrête et ne développe pas un autre angle car c'est un effort trop important que mon égo ne supportera pas. C'est l'idée de rester dans sa zone de confort, l'immobilisme à la moindre contrariété.
Ces différences sémantiques sont fondamentales proposant un comportement innovant et des capacités à faire ou bien à stagner… « Rester dans sa zone de confort c'est exister, osez en sortir c'est vivre ».

Par ailleurs, il faut bannir tout jugement de façon à installer une bienveillance permanente, et encourager l'enfant même dans l'à peu-près, dès l'instant où les règles de sécurité et le *Reishiki* sont respectés.

Solliciter sa réflexion en lui demandant son avis sur ce qui se passe, susciter son attention autour de l'action, des échanges.

Enfin, la joie de l'enseignant doit se voir car elle est communicative.

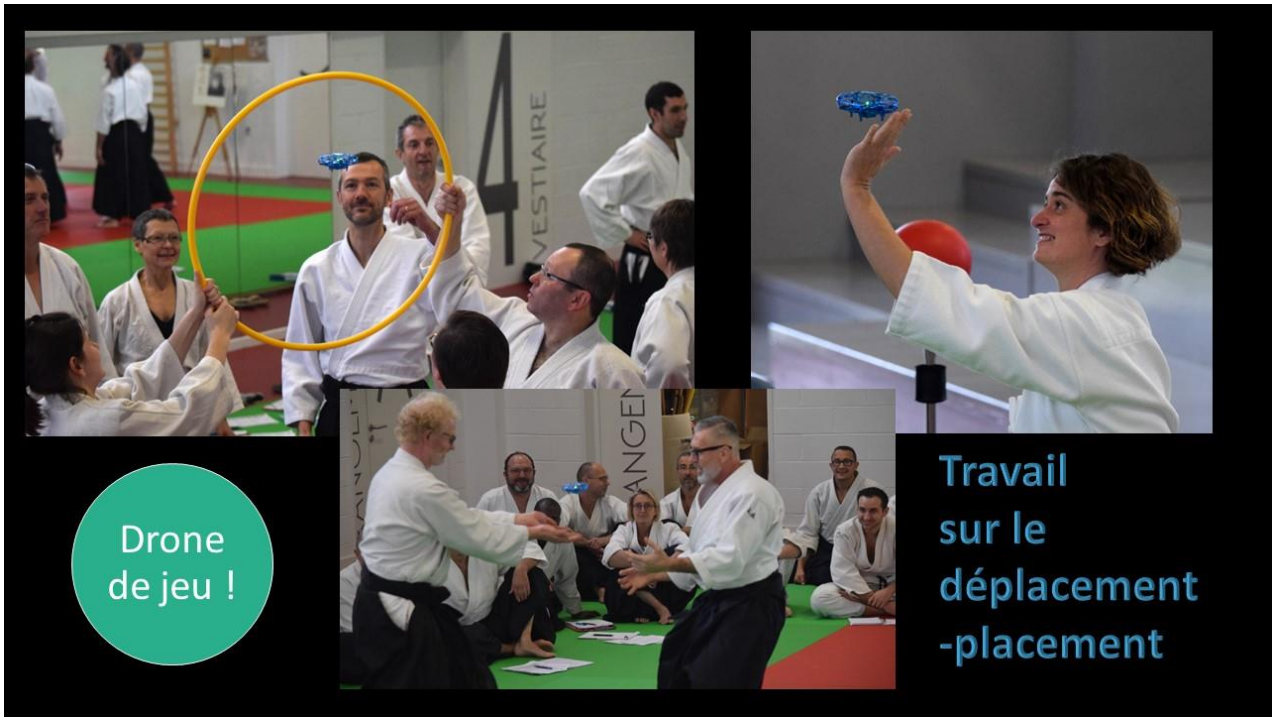
Les ateliers prévus

Dans chaque atelier, divisés en 3 groupes, les participants élaboraient un jeu collectivement. Un membre du groupe était chargé de la restitution dans le rôle de l'enseignant, les autres jouant le rôle des enfants. La préparation se faisait en utilisant l'outil fiche PPO (pédagogie par objectifs). Une fois le jeu terminé, échanges d'expérience et apports théoriques.

- **Atelier 1 : Matériel/objet pédagogique et éducatif sur les dynamiques psychomotrices selon différentes tranches d'âge.**
  - **Thème : Déplacemlent/placement / sens de l'équilibre et du déséquiliubre / notion d'intégrité et de distance**
- **Atelier 2 : Jeu « renouveleur d'énergie » / stratégie de développement sensoriel et d'intensité**
  - **Thème : Cadrer l'énergie débordante des enfants / redonner de l'intérêt au sein du cours.**
- **Atelier 3 : Variation entre mouvement dynamlique et forme technique**
  - **Thème : Techniques connectés et mouvement régulier/ le rôle d'Uke et son interactivité avec Tori.**
- **Atelier transverticalité 1-2-3 : Sens du mouvement et technique associant l'articulation des 3 atelier précédents.**
  - **Thème : Rencontre et intégrité dans les mouvements de déplacements et techniques.**

Trois noms de jeux créés par les participants : « Le relais du Ninja », « Les deux ponts », « Ichi, Ni, San Taiyou » (variante japonaise de « Un, Deux, Trois, Soleil ») , « Le combat de coqs de Tokyo »

Matériel pédagogique : à côté des traditionnels ballons en mousse, échelles, plots, bâtons et cerceaux, les participants purent recourir à un petit drone pour un jeu sur les déplacements-placements.



Témoignage d'un parent lu sur les réseaux sociaux

Mme Soizic SEINGIER :

Un grand merci pour l'organisation et la réussite de ce stage de ligue enfants ! Merci à Monsieur DE RE, à notre président de ligue, à tous les enseignants pour leur bienveillance et la transmission de notre belle pratique.
Le sourire et le punch des enfants tout au long de cet après-midi est la plus belle des gratifications de cet engagement ! 🥋 👏

Le mot du président

Je suis heureux de voir autant de participants à cette formation qui laisse espérer que de nombreux cours enfants s'ouvriront bientôt dans la région Hauts-de-France.

Les enfants constituent l'avenir de l'Aïkido mais aussi son présent.

L'avenir ? Tout le monde comprend. Pour le présent : qui touche les enfants touche aussi les parents accompagnateurs qui, comme à Marcq-en-Baroeul pour 10 à 20% d'entre eux, décident de se déchausser et de monter sur le tatami essayer eux aussi l'Aïkido.

Le stage de Fabrice de RE confirme notre intuition sur les « Petits Samouraïs » dont nous préparerons dès janvier la 5e édition : investir sur le public Enfants est un pari sur l'avenir à plus d'un titre pour notre discipline (développer l'Aïkido en recrutant davantage) et pour la société elle-même (diffuser le plus largement possible les valeurs de l'Aïkido : harmonie, bienveillance, non-compétition…)
Ainsi proposons-nous bien plus qu'une simple activité sportive, sans comparaison avec d'autres arts martiaux comme le Judo et le Karaté : nous associons à la pratique de l'Aïkido des Enfants non seulement des valeurs mais aussi un accompagnement attentif et bienveillant et des rencontres à la fois studieuses et festives.

Enfin, —et la remarque est d'importance : l'encadrement des enfants et des adolescents est l'objet de soins attentifs tant de la part des municipalités que des collectivités locales. Nous avons une carte à jouer dans ce domaine et des ressources à gagner en déployant notre action vers ce public.

François PENIN

Message de Fabrice de RE

Je vous remercie pour cette lettre d'information qui m'honore, mon travail et moi. Je suis touché par cette réception de mon travail qui conforte ma vision de continuer ce chemin d'apprentissage et d'expérimentation en direction de l'enseignement enfants qui, comme vous l'avez écrit, est l'avenir mais surtout le présent.

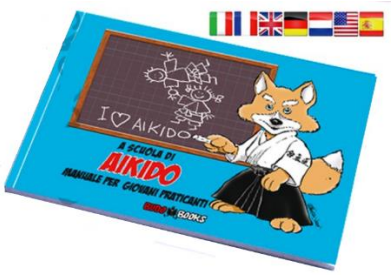
J'ai été heureux de venir chez vous, l'ambiance et l'esprit sont très ouverts et empreints de curiosité, ce qui augmente la capacité d'apprendre et de sortir de sa zone de confort.

Il y a eu un grand engouement par vases communiquants, nous nous sommes alimentés de grandes énergies productives à développer, utiliser et mettre en action selon les moyens et le rythme de chacun. Ce fut de très belle rencontre et le vivier d'enseignants que vous accompagnez sur de nouvelles pratiques est très prometteur dans l'avenir proche avec de grandes potentialités. Je vous remercie d'avoir eu confiance en ces process innovants et atypiques.

Fabrice DE RE

Quelques références bibliographiques et internet :

- ***Aïkido : Entre Jeu et technique – L'enseignement pour les 6-12 ans*, Fabrice DE RE - TheBookEditions - 2012. Lille.**
- ***Une école d'Aïkido* : manuel illustré pour les enfants qui apprennent l'aïkdi chez Budo Books (15€ - disponible en français sur http://www.budobooks.it/ plus précisément : http://www.budobooks.eu/store/it/aikido/10-a-scuola-di-aikido.html**



- **Un site interactif sur l'apprentissage de l'Aïkido auprès des enfants géré par Luc ANSELME : www.edojo.fr**

Croqués sur le vif

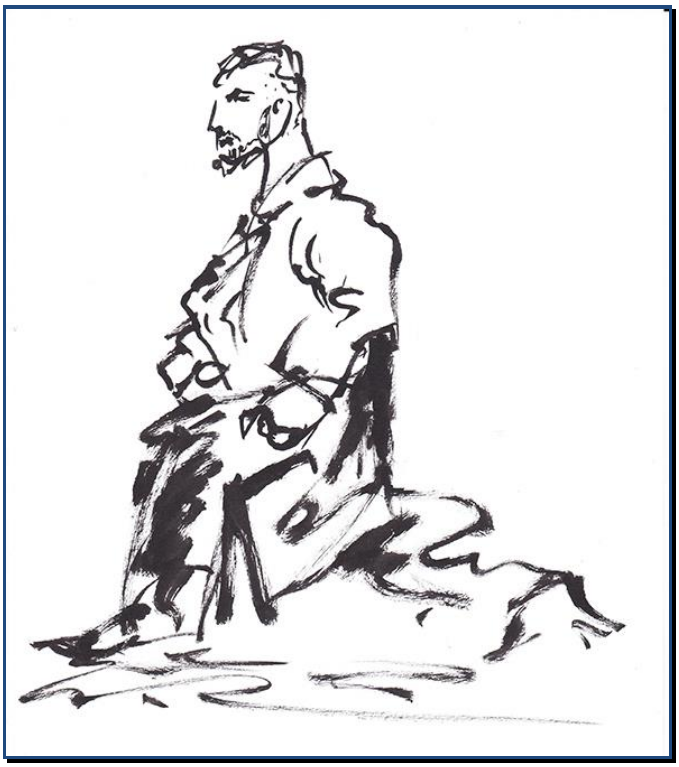


Figure 1 : Directivité, autorité et bienveillance. Pas d'autoritarisme

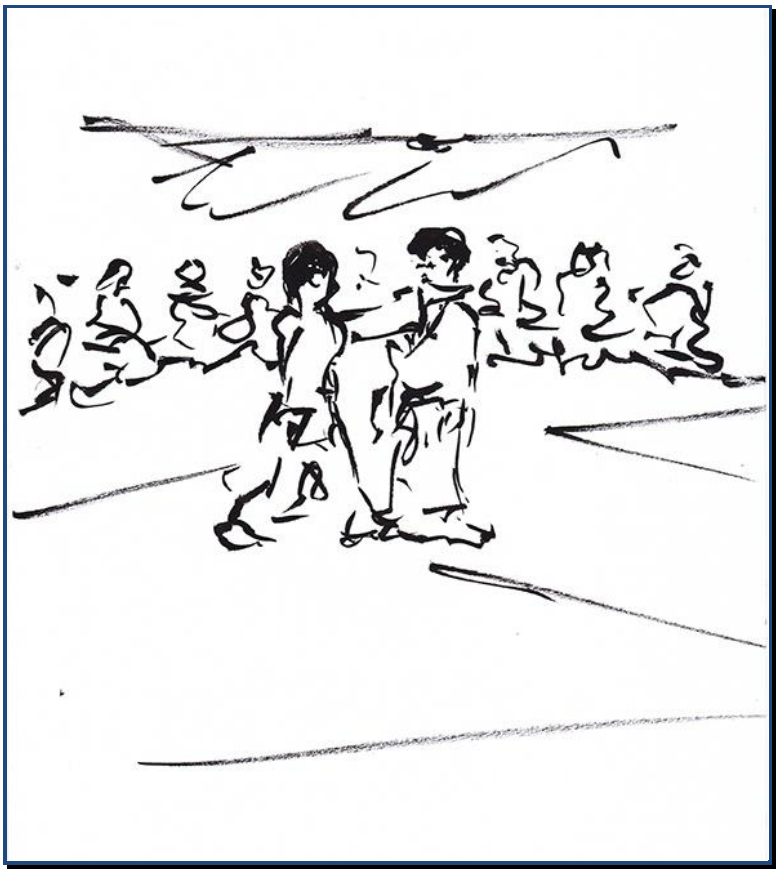


Figure 2 : La confiance est communicative. Atémi croisé : travail sur le centrage sur soi pour générer la confiance

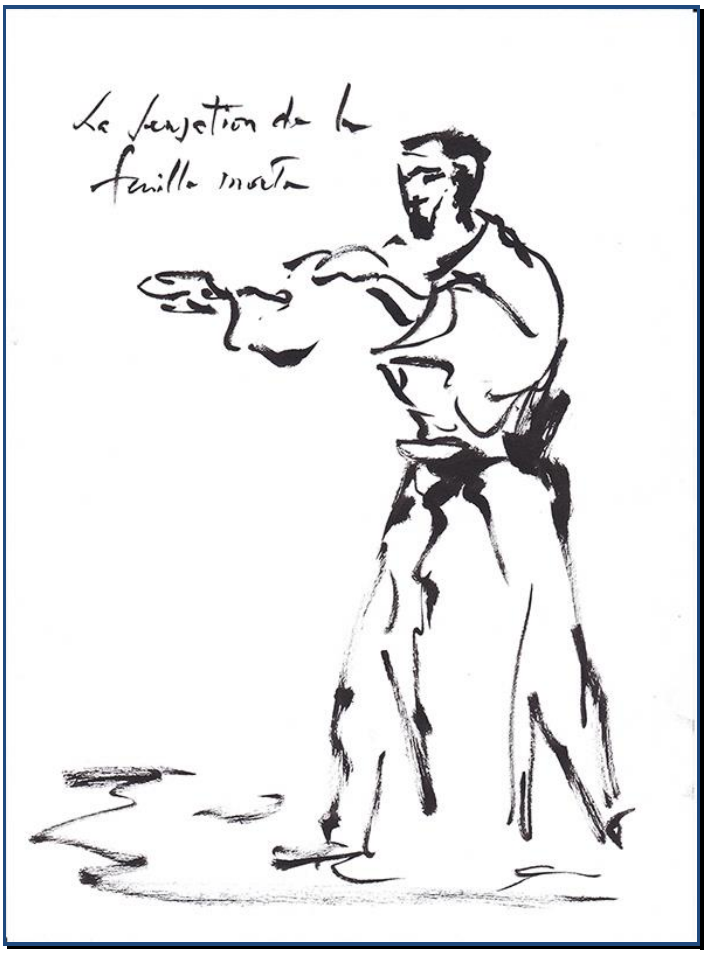


Figure 3 : En appeler à l'imaginaire des enfants : « Vous voyez ? la sensation de la feuille morte »

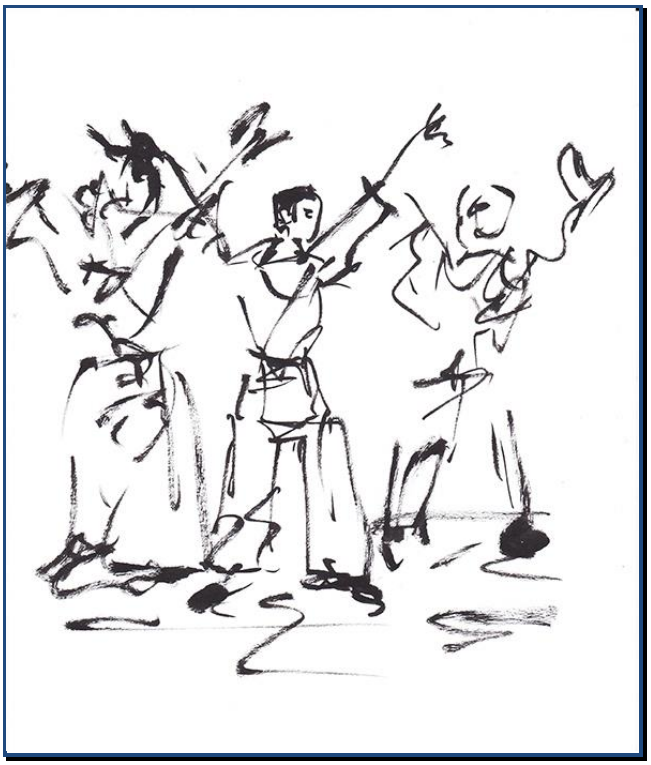


Figure 4 : Fin du stage Enfant : « Qui veut venir faire la démonstration ? »

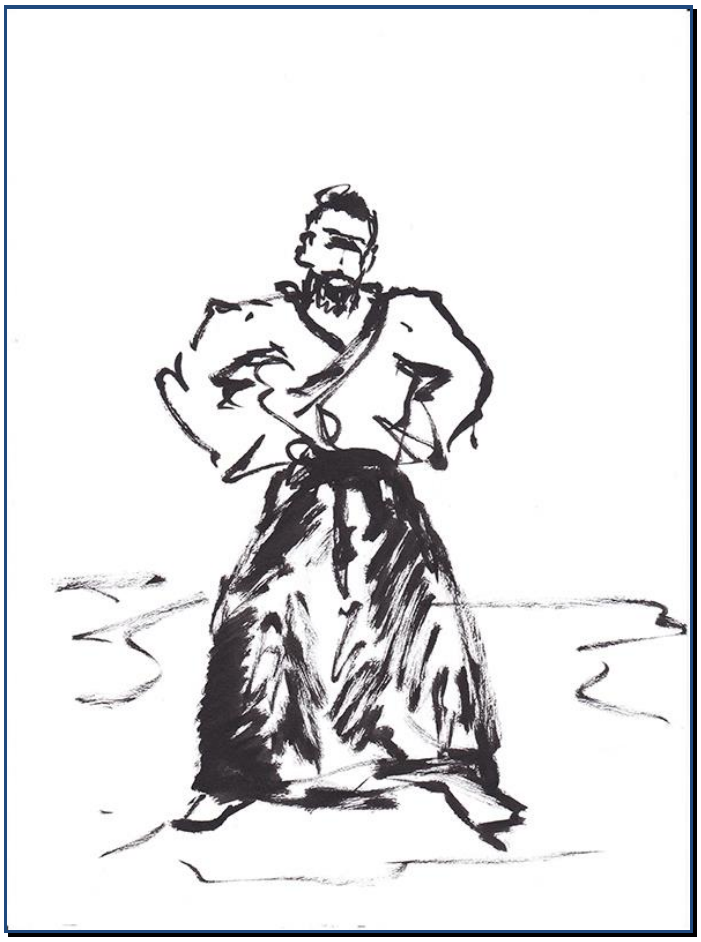


Figure 5 : « Et vous les parents, qu'en pensez-vous ? »

Figure 6 : Le participant à la formation : « Ouf ! il y a du boulot ! »

Affiches des prochains stages un rappel et un ajout

Stages de Ligue

Stage privé

Panorama des stages, rencontres et manifestations du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais

Ce panorama est mis à jour au fur et mesure que les informations nous sont fournies.

Merci de nous adresser les compléments d'informations et de nous signaler les éventuelles erreurs qui auraient pu se glisser.

Le calendrier des stages et événements de la saison 2019-2020, initiés par la ligue Hauts-de-France – CID Nord-Pas-de-Calais est téléchargeable ici : http://aikido-nordpasdecalais.fr/wp-content/uploads/2019/07/Calendrier_saison_-2019-2020.pdf

	dim.	24-nov	9h30-11h30 et 11h45-13h15	Stage privé	Christian TISSIER Shihan	Wasquehal
	sam.	28-nov	10h-12h	Stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Rousies
	sam.	30-nov	16h-18h	Stage privé	Bruno ZANOTTI (7e Dan)	Mouscron (B)
	sam.	30-nov	14h30-17h30	Stage C.I.D NPDC	Hélène DOUÉ (5e Dan)	Maubeuge
Décembre	sam.	01-déc	10h-12h	Stage C.I.D NPDC	Hélène DOUÉ (5e Dan)	Ronchin
	mer.	04-déc	19h-21h	Stage privé kenjutsu-Kashima	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Calais
	sam.	07-déc	9h30-11h30	Stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Éleu-dit-Leauwette
	sam.	07-déc	15h-17h	Stage privé	Bruno ZANOTTI (7e Dan)	Valenciennes
	dim.	08-déc	9h30-11h30	Stage privé	Bruno ZANOTTI (7e Dan)	Liévin
	sam.	14-déc		Stage privé	Marc BACHRATY (6e Dan)	Wattignies
	dim.	15-déc	9h30-11h30	Stage privé	Bruno ZANOTTI (7e Dan)	Maubeuge
	sam. & dim.	21 & 22 déc.	sam. 15h-17h ; dim. 10h -12h	Stage privé	Ludovic CAUDERAN (5e Dan)	Wasquehal
	ven.	27-déc	19h30-21h30	Stage privé	Laurent DAMBRINE (4e Dan)	Sin-le_Noble

Ligue Hauts-de-France d'Aïkido, Aïkibudo et Affinitaires - Comité interdépartemental Nord-Pas-de-Calais

- Portail Ligue Hauts-de-France : http://aikido-hautsdefrance.fr
- Site internet CID Nord-Pas-de-Calais : http://www.aikido-nordpasdecalais.fr/
- Contact : aikido.ligue.npdc@gmail.com