

**Compte-rendu :**  
**École des Cadres 1 – Saison 2024-2025**  
**Dimanche 24 novembre 2024 à Guingamp (22)**

**9h30 – 12h et 14h – 16h30.**

**Animateur : Farid Si Moussa, DFR pour la ligue Bretagne**  
**Membres du CTR : Martin Gaumont, Jean-Jacques Le Ny,**  
**Pascal Piveteau**

16 participants pour cette école des cadres.



**9h30 : Accueil et temps d'information et d'échanges sur les élections fédérales**

**10h : 4 ateliers de travail (durée 1 heure)**

Quatre ateliers sont proposés, avec un travail d'une heure environ.

<b>Animateur / Coordinateur</b>	Farid Si Moussa Martin Gaumont (CTR)  Sylvain Reyt	Pascal Piveteau (CTR) Jean-Jacques Le Ny (CTR)	Aude Leroy	Paolo Atzori Joaquim De Sousa
	<b>I</b> Initiation à la <b>Pédagogie Par</b> <b>Objectifs</b> en vue de la préparation du Brevet Fédéral	<b>II</b> Groupe de réflexion et préparation d'un exposé sur : <b>Aïkido en France /</b> <b>aïkido au Japon</b>	<b>III</b> Groupe de réflexion et préparation d'un exposé sur : <b>les cours enfants</b>	<b>IV</b> Préparation d'un cours sur le thème : <b>Jo dori et travail à</b> <b>mains nues</b>

## I – Initiation à la PPO

Les fondements de la Pédagogie par Objectifs sont exposés aux stagiaires qui suivent cet atelier soit par intérêt personnel, soit en vue de se présenter en 2026 à l'examen du Brevet Fédéral.

Y ont été abordés :

- les notions de base de pédagogie : adaptation, progression, répétition, variation.
- le sens de l'enseignement : qu'enseigne-t-on et pourquoi ?
- le *comment* de l'enseignement, à travers les éléments essentiels qui permettront de construire la fameuse « Grille de cours » attendue à l'examen :
- la **distinction entre objectifs et moyens** : les objectifs se formulent en « Être capable de » suivi d'un verbe d'action ; les moyens sont les techniques ou exercices qui permettent d'atteindre ces objectifs.
- la notion d'**indicateurs de réussite (?)** et de **consignes (!)** : les indicateurs de réussite permettent à l'enseignant de savoir si les objectifs sont atteints ou pas ; les consignes sont les phrases données à l'auditoire pour les aider à atteindre les objectifs en réalisant les moyens correctement.
- la **progressivité verticale de la grille** : les exercices proposés ajoutent à chaque étape des éléments ou des contraintes supplémentaires : déplacements, saisies plus contraignantes, etc.

Les explications de Farid Si Moussa sont complétées par celles de Martin Gaumont, membre du CTR enseignant expérimenté et déjà deux fois jury de Brevet fédéral, et celles de Sylvain Reyt, qui vient d'être tuteur au Brevet fédéral et a une expérience d'enseignement. Tous deux apportent des compléments intéressants, Sylvain insistant notamment sur l'état d'esprit et la lucidité qui seront précieux à l'examen du BF pour éviter de tomber dans un cercle vicieux de perte de confiance ↔ erreurs ↔ panique ↔ perte de confiance ; Martin Gaumont précise quant à lui la logique interne de la grille de cours ainsi que le vocabulaire spécifique employé.

Réponses aux questions et remarques, et formalisation globale d'une grille de cours, dans le but de donner un premier aperçu et l'état d'esprit qui préside à cette forme d'enseignement de l'aïkido l'objectif pour le DFR étant de faire comprendre le fonctionnement et la logique de la grille de cours, avec en priorité les distinctions entre les concepts d'*objectif*, de *moyen*, de *consigne* et d'*évaluation par des indicateurs*.

# Exemple d'une grille de cours :

Période de la saison : Milieu de saison

Effectif : 15

Niveau : 4ème kyu → 3ème dan

École des cadres ligue Bretagne

Grille de cours - Pédagogie par objectifs

## THÈME : *Le ma-ai* – Le timing (en examen BF : sujet 18)

### OBJECTIF GLOBAL DE LA SÉANCE :

= Résultat à atteindre à la fin de la séance :

Rendre l'élève capable de / Être capable de **déséquilibrer uké en intervenant à différents moments de l'attaque**

Durée		OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES = Résultats à atteindre au cours des exercices « Être capable de » + verbe d'action	MOYENS = Quelles situations d'apprentissage Les exercices et techniques	COMPORTEMENTS OBSERVABLES = Consignes et indicateurs Consignes : ! – Indicateurs : ?
3 mn	Prise en main	Rendre l'élève capable de / Être capable de se rendre disponible physiquement et mentalement à la pratique	Salut Échauffement classique global	! : (Consignes diverses servant à mettre l'attention à l'endroit du corps souhaité)
10 mn	Préparation générale Éducatifs	Rendre l'élève capable de / Être capable de Réaliser l'attaque qui sera nécessaire à la suite du cours et à la poursuite de l'objectif global	Katate ryote dori dori Yonkyo (fait par uké sur tori)	! : premier contact en ai hanmi, descendre la main pour saisir à deux mains, changement de hanmi, remonter le coude vers le haut puis extension et vers le bas pour faire Yonkyo  ? : les mains de uké sont-elles placées pour Yonkyo ? ? : y a-t-il prise de contact, descente du bras de tori puis remontée puis redescende ?
40mn à 1h10	Partie principale	Rendre l'élève capable de / Être capable de Utiliser le début de l'attaque (mouvement descendant) pour déséquilibrer uké	Katate ryote dori kokyu nage	! : Sortez votre pied arrière sur le côté et piquez avec le bras saisi vers le pied arrière du uké ! : ce mouvement doit être fait avant que uké ne remonte votre bras donc soyez au rythme de la descente de la première main saisie  ? : tori se déplace-t-il dès le début de l'attaque ? : uké est-il empêché, du fait qu'il chute, d'avoir le temps de remonter le bras de tori ?
		Rendre l'élève capable de / Être capable de Utiliser le moment milieu-médian de l'attaque (début du mouvement ascendant) pour déséquilibrer uké  Rendre l'élève capable de / Être capable de Utiliser le moment de fin de l'attaque (fin du mouvement ascendant) pour déséquilibrer uké  Rendre l'élève capable de / Être capable de Utiliser un moment ou un autre de l'attaque pour déséquilibrer uké	Katate ryote dori Ude Kime nage  Katate ryote dori Ushiro kiri otoshi  Jiyu waza avec les trois techniques précédentes	! : Même début que précédemment : le pied arrière sort puis on ajoute : pivot sur ce pied → au global on fait un tai sabaki ! : à la fin du tai sabaki uke a remonté légèrement le bras de tori, tori passe le bras libre sous le coude et engage ude kie nage  ? : uké a-t-il le temps de remonter le bras de uké à hauteur chudan ? ? : tori crée-t-il un déséquilibre par son tai sabaki → uké se retrouve-t-il bras tendus et sur un pied ?  ! : On prolonge l'intention de uké en le laissant remonter le bras et on fait passer uké devant soi ! : le bras saisi de tori remonte puis pique vers le ciel  ? : uké a-t-il le temps de remonter le bras de uké à hauteur jodan ? ? : tori crée-t-il un déséquilibre par son tai sabaki et la pique vers le haut → uké se retrouve-t-il bras tendus et son axe cassé vers l'arrière ?  ! : tori décide du moment de l'attaque qu'il va utiliser ! : uké garde l'intention de faire Yonkyo  ? : tori utilise-t-il les trois techniques ? ? : tori utilise-t-il les trois techniques sans que uké ne puisse se stabiliser
3 mn	Fin du cours	Rendre l'élève capable de / Être capable de revenir au calme physiquement et mentalement	Salut final	

## II – Groupe de réflexion sur Aïkido en France / Aïkido au Japon

→ cf. ci-dessous, **14h**.

## III – Groupe de réflexion sur l'enseignement aux enfants

→ cf. ci-dessous, **15h15**.

## IV – Cours sur Jo dori et mains nues

→ cf. ci-dessous, **11h**.

### 11h : Animation de cours puis réflexion commune d'un point de vue pédagogique

Paolo et Joaquim du groupe **IV** animent le cours qu'ils ont préparé, sur le thème « jo dori et travail à mains nues ».



Nous pratiquons 50 minutes.

Ensuite, nous faisons un retour en groupe et un échange d'un point de vue pédagogique sur le cours de Paolo et Joaquim. Les retours permettent de rendre concret les éléments vus dans l'atelier **I** et d'illustrer ainsi le travail théorique.

Le thème abordé par Paolo et Joaquim fut le *ma-ai*, décliné ensuite selon les situations en divers objectifs et moyens, engendrant ainsi des consignes et des évaluations adaptées.



12h30 - 14h00 : Pause / repas du midi.

14h00 : Réflexion – Discussion sur le lien entre l'aïkido en France et l'aïkido au Japon



Nous profitons du retour de Farid Si Moussa de trois semaines de pratique au Japon pour aborder la relation entre l'aïkido au Japon et l'aïkido en France.

Le groupe II fait son exposé :

Il y a un *lien historique* entre l'aïkido français et l'aïkido japonais : l'aïkido vient du Japon. Le fondateur, les premiers pratiquants et experts étaient japonais, l'incidence est grande sur notre pratique, à plusieurs points de vue.

- *Culture*

Les racines culturelles profondes de l'aïkido, au Japon, sont implicites pour les Japonais (sabre, *hara*,...). Pour les Français c'est une culture d'importation. Il en découle des différences notables.

- *Enseignement*

L'enseignement à l'Aïkikai et au Japon en général est plus global, plus visuel et plus synthétique. En France la tradition cartésienne donne un enseignement plus analytique (ex : la pédagogie par objectifs) et beaucoup plus explicité oralement.

- *Organisation*

Système d'écoles (*ryu*) au Japon, système fédéral en France. Les grades français sont des grades d'État.

- *État d'esprit*

La différence de culture se traduit dans la pratique et le rapport à la discipline. Moins de notion de performance au Japon, par exemple, semble-t-il. L'Aïkikai affirme ainsi que le but de l'aïkido est l'amélioration des relations sociales par l'exercice physique.

- Le DFR propose ensuite un partage sur le lien historique de notre fédération avec le Japon et l'Aïkikai. Dans les grandes lignes :

. Ueshiba « invente » l'aïkido en 1925 (date de sa révélation mystique).

. Minoru Mochizuki fait la [première démonstration d'aïkido en France](#) à Marseille.

. André Noquet part au Japon et rencontre Ueshiba. Il devient dans les années 60 la figure française de l'aïkido.

. Les maîtres japonais *Tadashi Abé* (1952), *Mutsuro Nakazono* (1962), *Masamichi Noro* (1961) et *Nobuyoshi Tamura* (1964) viendront enseigner en France.  
 . *Christian Tissier* rentre en France en 1976. Son aikido est principalement imprégné de celui de *Seigo Yamaguchi* et de *Kisshomaru Ueshiba*.  
 Cette double influence est encore aujourd'hui la racine de la forme d'aikido pratiquée à la FFAAA.

### 15h15 : Réflexion – Discussion sur l'enseignement aux enfants

Le groupe de travail III présente son exposé dont découle une longue et passionnante discussion de groupe, ainsi que des partages d'exercices.



#### - Sécurité / Intégrité

Le corps des enfants est en construction et donc fragile, il faut s'adapter :

- . Apprentissage progressif des chutes
- . Construction du déséquilibre et non contrainte articulaire

Le psychisme des enfants est aussi en construction :

- . Adaptation aux tranches d'âge, gentillesse, encouragements.

#### - Principes de l'aikido

- . Apprentissage et respect de l'étiquette : les saluts, les moments de silence...
- . Principes corporels : déplacement et placement, *shisei*, pas de contrainte, pas de combat : on travaille et on pratique ensemble.

#### - Aikido et jeu : une vaste question

. Il est plus adapté de passer par le jeu pour enseigner l'aikido aux enfants, mais il ne faut pas que cela sorte des principes de l'aikido et devienne un sport compétitif.

Exemples :

- . le jeu de l'algue (pour le relâchement et l'écoute)
- . s'accrocher au gros ballon pour l'apprentissage de la chute
- . roulade avec les « frites », roulade sur les gros tapis
- . jeu de la chenille
- . contact avec balle en mousse
- . brouette, crabe...
- . etc.

- *Investissement*

. Important que les enseignants valorisent l'investissement : petits cadeaux à des moments clés et récompenser par un discours positif, préparation de démonstrations, montages vidéos à montrer aux parents, photos à imprimer avec logo du club, remises de grade.

**16h30 : Tour de table final.**

La journée est très appréciée par les participants, les temps d'échanges entre enseignants enfants en particulier.

L'école des cadres joue son rôle et est vécue comme un « lieu de ressourcement et de partage ».

-----

Merci à tous les participants pour cette journée.

Un merci particulier aux organisateurs et au club de Guingamp pour la salle et l'accueil.

Merci aux trois membres présents du CTR pour leur aide.

Comme à chaque fois, le président Patrick Fillon a organisé la journée et les inscriptions, apporté son aide et son expérience précieuse en aikido et pédagogie, merci à lui.

Pour la ligue Bretagne, le 6 janvier 2025,  
*Farid Si Moussa, DFR Bretagne.*