

Stage de Formation Enseignants

Dimanche 8 janvier 2023 – Sennecey-le-Grand (71)

Intervenant : Daniel KOWACKI, 5^{ème} Dan

Participants : 30 pratiquants

Grade	2ème Kyu	1 ^{er} Kyu	1 ^{er} Dan	2ème Dan	3ème Dan	4ème Dan	5ème Dan	Total
Nombres de pratiquants	5	3	5	6	3	5	2	30

Déroulement du stage

L'ACT a demandé aux pratiquants envisageant de préparer le Brevet Fédéral ou demandant un BIFA pour cette saison ou la saison prochaine de se faire connaître : deux futurs candidats pour le BF, deux pratiquants pour le BIFA.

Rappel : la participation à au moins un stage de Formation à l'Enseignement du CID Bourgogne est validante pour la délivrance des BIFA de la saison 2023/2024.

L'intervenant a fait le lien entre travail des armes et travail à main nues lors de ses enchaînements pédagogiques : avec le BOKKEN le matin et avec le JO l'après-midi. L'utilisation de ces outils permet d'illustrer les principes qui régissent notre pratique. Les enseignants sont vivement encouragés à les utiliser le plus souvent possible et au plus tôt dans la formation des nouveaux pratiquants.

De futurs candidats BF et BIFA ont eu la possibilité d'intervenir pendant 15 minutes chacun pour développer des situations de travail dans le prolongement du cadre proposé.

Matin : 9h30 - 12h00

Préparation :

- AME NO TORIFUNE
- Préparation articulaire et réveil physique
- Respirations

Situations proposées :

- Travail avec le BOKKEN :

L'intervenant a rappelé l'importance de la saisie du BOKKEN et de l'extension des bras et du sabre pour la mise en place de la garde, et donc de la construction d'un KAMAE correct.

- Travail de coupe SHOMEN UCHI : monter en coupant, ne pas avoir de temps d'arrêt
- Travail de coupe WA NO TACHI : extension des bras, le sabre monte et coupe devant

- Travail de coupe dans les 16 directions : mobilité des appuis, sans ancrage dans le sol
- Travail à mains nues :
L'intervenant a insisté sur le placement du corps avant la saisie pour que AITE ne soit pas bloqué et puisse exprimer sa technique.
Retrouver le travail du sabre : couper en montant et en descendant et les deux mains travaillent ensemble.
Avoir les épaules basses et en arrière
 - TACHI WAZA KATATE DORI KOKYU HO
 - TACHI WAZA RYOTE DORI TENCHI NAGE
 - TACHI WAZA RYOTE DORI JYU WAZA
 - TACHI WAZA RYOTE DORI SHIHO NAGE
 - TACHI WAZA RYOTE DORI IKKYO
 - TACHI WAZA RYOKATA DORI IKKYO
- Points pédagogiques abordés :
 - L'enseignant devra veiller à allier le geste à la parole lors de ses démonstrations : « je fais ce que je dis, je dis ce que je fais » car l'élève reproduit.
 - Rester simple dans ces explications
 - Consignes au niveau de l'élève
 - Na pas attirer l'attention sur les détails
 - Privilégier le travail JUO NO GEIKO (souple et en mouvement)
- Mise en situation Euh-Na Pruvost, futur candidate BF
 - Cours pour public hétérogène – saisie RYOKATA DORI
 - RYOKATA DORI IKKYO
 - RYOKATA DORI SANKYO
 - Consignes : rester droit lors de l'exécution de la technique et particulièrement lors du TAI SABAKI au moment de la saisie de AITE – travail sur le SHISEI
 - Reprises sur les attentes : les candidats doivent se mettre en situation de donner un cours et être en mesure de donner les consignes qui aideront à faire progresser le pratiquant
- Reprise du cours par l'intervenant - Changement de situation d'étude : USHIRO RYOTE DORI
 - USHIRO RYOTE DORI IKKYO
 - Question : Comment / pourquoi AITE passe derrière ?
 - Élément de réponse : Lors de l'attaque, TORI devra veiller à ne pas avoir les appuis. Travail de KOKYU RYOKU pour faire passer AITE avec AME NO TORI FUNE
 - USHIRO RYOTE DORI JYU WAZA
 - USHIRO RYOTE DORI SHIHO NAGE

Après-midi : 15h00 - 17h30



Le déroulement du cours est resté le même que le matin : Travail basé sur le JO comme outil pédagogique servant à démontrer les mêmes éléments vus le matin.

Préparation : remise en route par des exercices de respirations et travail SUWARI WAZA RIOTE DORI KOKYU HO

Situations proposées :

- Travail avec le JO
 - Enchaînement TSUKI – YOKOMEN UCHI
 - Attention à ne pas marquer de temps d'arrêt
 - Le JO est le prolongement du corps
- KATATE DORI IKKYO
- KATATE DORI KOSHI NAGE
- KATATE DORI NIKKYO URA
- HANMI HANDACHI WAZA KATATE DORI IKKYO
- KATATE DORI KOKYU NAGE

- Mise en situation Fulvio Bianchi, titulaire BIFA
 - Cours pour public hétérogène – saisie KATATE DORI
 - KATATE DORI IKKYO
 - KATATE DORI IRIMI NAGE
 - KATATE DORI SHIHO NAGE
 - Consignes : Sortir de la ligne avant que la saisie d'AITE ne se pose

- SUWARI WAZA RIOTE DORI KOKYU HO
- Respirations et retour au calme

Debriefing / questions diverses et Conclusion

15 minutes ont été réservées à un moment d'échange sur la mission d'enseignant.

Pour les futurs candidats BF, il est rappelé que la séance qui doit être présentée et mise en place doit être personnelle et d'éviter les arguments d'autorité lors d'une démonstration. Les enseignants doivent simplifier au maximum leur intervention, se concentrer sur les points importants de la démonstration (l'élève doit savoir quoi faire en se levant pour pratiquer), essayer de ne pas expliquer les erreurs mais se concentrer à démontrer le positif aux élèves. Une démonstration épurée passe par un cours préparé en amont.

Les enseignants doivent être vigilant à la transmission des fondations de notre école qui constituent notre socle commun, quelques soient les différences de détails techniques.

Le CID Bourgogne remercie Sennecey Aïkido pour l'accueil et la qualité de l'organisation, Daniel KOWACKI pour la conduite et l'animation de ce stage et l'ensemble des enseignants et futurs enseignants présent et investi lors de cette journée de mise en commun.

Anthony BERNIZET (ACT)

Prise de notes par Jérôme TIERRIE et Hervé BADET