

STAGE ENSEIGNANTS JEUNES

ARNAY LE DUC – 18/11/2016

Intervenants :

Christophe MASSÉ (3^e dan)

Mehdi BEAUXIS-AUSSALET (2^e dan)



Nombre de participants

Enseignants : 19

Jeunes : 17

Objectifs du stage :

- mettre en situation des enseignants jeunes autour d'un thème (ukemi) : construction d'un cours et mise en œuvre lors d'ateliers
- induire une prise de recul des enseignants jeunes sur leur enseignement : observation, retour sur expérience des ateliers
- faire échanger les pratiques autour de l'enseignement jeunes

Déroulé du stage :

Matin

- Préparation 8 pièces de brocart
- Mise en route : Travail de l'axe – morote dori
- Pratique sur ushiro waza : ikkyo, irimi nage, kote gaeshi
- Préparation du stage jeunes

Consigne : préparer une séquence pédagogique de 15 mn sur le thème « ukemi », qui sera proposée aux enfants l'après-midi

→ Constitution de 4 groupes d'enseignants : 1 atelier suwari waza, 1 atelier hanmi handachi waza, 1 atelier tachi waza, 1 atelier bukiwaza (*cf. annexe : activités proposées lors des ateliers*)

→ Travail en groupe, construction des séquences

→ Restitution : échanges et propositions d'amélioration

→ Désignation d'un **observateur** par groupe pour consigner les points positifs et négatifs lors de la mise en œuvre des ateliers



Après-midi : stage jeunes

- Préparation traditionnelle
- Mise en route : kokyu ho
- Travail en ateliers
 - constitution de 4 groupes d'enfants (par âge)
 - toutes les 15 mn, les enfants passent à l'atelier suivant
 - entre chaque changement, 1 groupe d'enfants montre à tous les techniques qu'il a étudiées
- Fin des ateliers : travail tous ensemble sur suwari waza/shomen uchi/kokyu nage (travail tiré d'un des ateliers)
- Retour au calme



Fin de stage : Synthèse avec les enseignants

- Echanges autour des différents ateliers : parole donnée à chaque observateur

Principaux échanges :

- éducatif ukemi en seiza/suwari : attention au sens de la chute, à ne pas faire dévier le corps, insister sur l'axe de la chute pour ne pas donner de mauvaises habitudes



→ adapter l'éducatif en tirant sur le bras par l'arrière, ou éducatif à partir de kaiten nage (tenir la tête)

- il faut montrer plutôt que trop parler : les jeunes imitent plutôt que d'écouter. Ne pas utiliser des mots compliqués !

- adapter les séquences pédagogiques en fonction des âges

- échanges de pratiques sur les activités ludiques autour des ukemis que chacun met en place au sein de son dojo : « étoile de mer », « train de chutes », etc.

Evaluation du stage : atteinte des objectifs

- ✓ mettre en situation des enseignants jeunes autour d'un thème : en tout, 14 pratiquants adultes ont été mis en situation d'enseignement. La moitié d'entre eux n'étaient pas enseignants. Le travail par atelier a donc été pour eux une première approche de l'enseignement assez confortable (jamais plus de 5 enfants à la fois), qui a pu éventuellement réveiller des envies.



- ✓ induire une prise de recul des enseignants jeunes sur leur enseignement : les observateurs ont chacun rendu une fiche d'observation détaillée, avec les points positifs et négatifs repérés. Les échanges lors de la synthèse attestent d'une certaine prise de recul sur les méthodes d'enseignement, et d'une recherche permanente d'amélioration.

- ✓ faire échanger les pratiques autour de l'enseignement jeunes : lors de la synthèse, différentes méthodes, éducatifs et activités ludiques ont été échangées entre enseignants.

Annexe : activités proposées lors des différents ateliers

1) Atelier suwari waza :

- éducatif position suwari (orteils, garde)
- éducatif ukemi tête sous le bras
- idem avec saisie partenaire pour guider
- shomen uchi – kokyū nage ura : travail du déplacement pour tori, travail mae ukemi pour aite
- a été ajouté shomen uchi kokyū nage omote pour le groupe des ados



2) Atelier hanmi handachi waza

- katate dori : travail shisei ligne verticale
 - 1^{er} temps : accroupi buste droit
 - 2^e temps : à genoux buste droit
- uchi kaiten nage : sortie de ligne, tenkan, se protéger (atemi), couper, projeter
 - notion de garde
- pour les plus grands : kokyū nage
 - éducatif genoux au sol, puis main posée au sol, puis ukemi normal
- travail ushiro ukemi : shiho nage + kote gaeshi



3) Atelier tachi waza

- travail d'harmonie :
 - tai no henka sans saisie
 - idem, avec 2 partenaires qui chutent arrière ensemble et se relèvent
- shomen uchi irimi nage

4) Atelier buki waza : Jo nage waza (sollicitation)

- éducatif kokyū nage (poser jo sur le ventre, changer la direction du partenaire et le faire se retourner)
- kokyū nage en projetant : travail mae ukemi
- shiho nage : travail de l'axe et ushiro ukemi