

QU'IL Y A-T-IL DE NOUVEAU ?

Le maître mot :

« Faire revivre notre Ecole, avec bienveillance et s'adapter ».

L'organisation des passages de grades en autonomie est une chance que nous offre aujourd'hui le cours de l'histoire de l'Aïkido en France.

La FFAB s'est empressée de saisir cette opportunité **afin que nous approfondissions ensemble ce que nous sommes réellement**, et que **nous nous donnions les moyens de mutualiser notre richesse** et notre spécificité jusqu'au tout dernier petit club de notre famille.

Le premier stage « Formation des formateurs des Examineurs » fut l'occasion de revisiter nos acquis, nos insuffisances, nos urgences, nos espoirs..

L'objectif de ce séminaire fut d'élaborer la feuille de route qui permette aux Examineurs d'être tous en phase, d'avoir le même regard, de parler d'une même voix.

Vous trouverez ci-après sous forme de fiches le canevas qu'utiliseront les Examineurs afin d'animer nos passages de grades dans les meilleures conditions.

- Fiche n°1. LE PLACEMENT EN DEBUT D'INTERROGATION
(Le kamiza, le jury, le salut, le placement des candidats, le placement des armes).

Le maître mot : « Respect de l'étiquette ».

- Fiche N°2. LE JURY.
(Son rôle, son attitude, la délibération, la restitution).

Les maîtres mots : « Bienveillance, adaptation, accompagnement ».

- FICHE N°3. SHODAN
- FICHE N°4. NIDAN
- FICHE N°5. SANDAN
- FICHE N°6. YONDAN

Bien entendu, dès lors que l'ensemble de ces travaux constitue la trame qui redonne sens aux grades, chacun à son niveau de responsabilité (ligues, CID, Examineurs, mais aussi CEN, ACT, et tous les Enseignants) sauront en faire le meilleur usage.

Jacques Bonemaison
Responsable de la Commission Enseignants & Examineurs.

● *****

PLACEMENTS EN DEBUT D'INTERROGATION

- *Le Kamiza**
- *Le Jury**
- *Le salut**
- *La place des candidats**
- *La place des armes.**

Le maître mot :

« Respect de l'étiquette et adaptabilité ».

***LE KAMIZA.**

Les examinateurs auront veillé au préalable, et de concert avec les organisateurs, à ce que le kamiza ait sa juste place.

***LE SALUT.**

En début de cession, tout le monde se tourne vers le kamiza et salue. Puis jury(s) et candidats se saluent.

Le salut s'inscrit dans le respect de la discipline, ainsi que la reconnaissance envers le fondateur grâce auquel nous pouvons pratiquer cet Art. (et ne saurait se confondre avec une quelconque « vénération »).

***LE JURY.**

Si le jury est unique : le sens naturel est que « le Kamiza prime ».

Si la cession comporte plusieurs jurys : chaque jury « fait office » de kamiza.

***LA PLACE DES CANDIDATS.**

Le premier candidat appelé se place à la gauche du jury.

Son Aïte se placera à la gauche de Tori.

***LA PLACE DES ARMES.**

La règles de base : « les armes doivent être faciles d'accès ».

- ✓ **Dès qu'il est appelé, le candidat place ses armes où le jury aura préalablement indiqué (en fonction de la configuration du lieu).**
- ✓ **Il porte ses armes avec la main droite (signe de paix, donc de respect vis-à-vis du Kamiza ou jury). Il les déposera directement avant de se placer lui-même.**
- ✓ **Si un seul jury : elles seront placées sur le côté, lames et pointes opposées au jury.
Si plusieurs jurys : devant la table, à côté, lames et pointes opposées au jury.
(Le candidat aura été formé pour connaître les différentes places possibles, afin d'éviter toute hésitation).**
- ✓ **Les armes seront manipulées avec conscience. (Ne jamais les enjamber).**

NB : Les différentes situations seront étudiées avec précision durant les stages (formation Examineurs, Enseignants, écoles des cadres, préparation aux grades Dan, afin que le candidat soit à même de démontrer qu'il possède une juste perception du sens que revêt les armes dans notre école.

● * * * * *

LE JURY

- *Son rôle***
- *L'attitude & l'interrogation***
- *La délibération***
- *La restitution.***

Les maîtres mots :

« *Bienveillance, adaptation, accompagnement* ».

SON ROLE.

***Outre son rôle d'examineur, le jury donne sens au concept de passage de grade Dan tel que nous pouvons aujourd'hui le mettre en pratique.**

Il mettra les candidats en confiance dès l'entretien préalable, où il expliquera le sens de l'adaptation eu égard aux difficultés physiques éventuelles (qu'il demandera alors d'exprimer).

***C'est le jury qui, par son attitude et son action, va permettre à chacun d'avoir un regard autre : plus apaisé, plus serein, plus clair sur ce que nous mettons en place.**

L'ATTITUDE & L'INTERROGATION.

***L'exemplarité de son attitude durant l'intégralité de la cession.**

- **Tenue vestimentaire soignée (port de la cravate traditionnellement recommandée)**
- **Corps droit même en cas de fatigue. (Anecdote : pourquoi TAMURA Senseï ne s'adossait jamais).**

***La qualité de l'interrogation.**

- **cf. les fiches sur chacun des grades Dan.**
- **Le fil de l'interrogation doit être « positif » :**
 - Trouver ce qui met en valeur le candidat, quel que soit ses capacités et s'adapter.**
 - NB. Là est la réponse aux difficultés rencontrées (âge, handicaps physiques ou psychologiques).**
- **Le regard doit être objectif :**
 - Pas de préférence (ni son contraire).**

**Le jury doit avoir du recul par rapport à sa propre perception de la technique.
(Il interroge un candidat par rapport à un niveau donné).**

-Il doit « accompagner le candidat ».

Le jury est « tori », le candidat son « aïte ».

Le jury est en train de vivre le passage avec le candidat.

Il est en harmonie avec lui.

Tout au long de l'interrogation, il « porte le candidat vers la réussite ».

LA DELIBERATION.

***Le jury analyse dans la globalité le travail du candidat (dans le rôle de tori et d'aïte).
La globalité prend le pas sur les « petits détails techniques ».**

***Son regard porte sur les Fondamentaux.**

***Le jury est souverain. (Le président de session peut éventuellement être sollicité, mais à la demande du jury qui délibère seul).**

LA RESTITUTION.

NB : Le retour fait partie de l'examen :

Tous les candidats se doivent d'être présents

- **Le retour est d'abord global.
On insiste sur les Fondamentaux qui sont perçus.
Puis, sur ceux qu'il conviendra d'approfondir.**
- **Le retour personnalisé :
Quel que soit le résultat, les remarques doivent donner un regain d'énergie
au candidat afin qu'il ait envie de poursuivre sa progression.**
- **Chacun doit repartir avec, dans sa poche, des éléments clairs sur les
Fondamentaux à approfondir.**

● *****

SHODAN

CANEVAS DANS LEQUEL S'INSCRIT LE GRADE SHODAN :

Les indications de TAMURA Sensei : « *Sho est le début, ce qui commence. Le corps commence enfin à répondre aux commandements et à reproduire les formes techniques. On commence saisir une certaine idée de ce qu'est l'Aïkido. Il faut alors s'efforcer de pratiquer ou de démontrer, lentement si nécessaire, mais en s'attachant à la précision et à l'exactitude* ».

LE 1^{er} CRITERE : L'ETIQUETTE (Reigisaho : la politesse du cœur).

Elle doit être connue et respectée durant toute la session (tenue vestimentaire correcte, position correcte, saluts bien réalisés).

Cela signifie aussi : placement correct pour les armes (tranchant et pointe du bokken bien positionnés. Ne jamais les enjamber).

NB : voir la fiche « Le placement des armes en début d'examen » qui vaut pour tous les grades.

2. LES CRITERES D'EVALUATION.

L'évaluation porte à la fois sur la prestation d'Aïte et de Tori.

*Le nom des attaques et des techniques est connu.

*Attaques correctes pour Aïte. Pour Tori, sachant que la réalisation globale du mouvement n'est pas encore aboutie, il sera demandé de faire montre d'une recherche de précision et d'exactitude. (Notamment, le sens de shomen uchi et yokomen uchi doit être perçu pour les 2 partenaires).

Le mouvement sera poursuivi jusqu'à son terme.

Si la synchronicité n'est pas encore demandée, l'action par rapport à l'attaque devra se réaliser en un laps de temps correct.

Ainsi, l'attention de l'examineur se portera sur la globalité de l'ensemble des mouvements demandés et non sur des petits détails techniques.

* Le jugement ne portera pas sur le catalogue technique mais sur les Fondamentaux dont les prémices seront déjà perceptibles (shisei, kamae, maï, kokyu, taisabaki, irimi, tenkan..). Le candidat montrera l'attention qu'il porte à ces Fondamentaux que ce soit dans le mouvant pour Tori ou les attaques pour Aïte. (De fait, les épaules seront souples, ce qui évitera des attitudes figées).

- Shisei correct durant tout le mouvement
- Début de prise de conscience du Maï.
- Irimi sera en construction.
- L'ossature de la technique sera perçue.

***La condition physique sera correcte (ce qui ne saurait se confondre avec de la précipitation). Le rythme doit être maintenu du début à la fin de la prestation.**

3. LE DEROULEMENT DE L'INTERROGATION.

***L'ordre traditionnel suivant sera respecté :**

- **Suwariwaza**
- **Hanmihabdachiwaza**
- **Tachiwaza**
- **Ushiwaza**
- **Tanto dori**
- **Jo dori et jo nage waza**
- **Taninzugake sur ryokata dori**

***Le Travail avec les armes :**

- **Tanto : La technique est globalement comprise. L'attaque est contrôlée, arrêtée.**
- **Jo : Tori n'est pas touché, et sait sortir des 2 côtés du jo.**
-

***Taninzugake :**

- **Notion du maai.**
- **Ne pas rester toujours à la même place.**
- **Aïte attaque sans attendre et doit valoriser le travail de Tori.**
- **Notion d'irimi (aller chercher le partenaire).**

4. LA RESTITUTION.

Voir la fiche « La restitution » qui vaut pour chaque examen de grade Dan.

● *****

NIDAN

CANEVAS DANS LEQUEL S'INSCRIT LE GRADE NIDAN :

Les indications de TAMURA Sensei : « *Au travail du shodan, on ajoute rapidité et puissance en même temps que l'on démontre une plus grande détermination mentale. Cela s'exprime chez le pratiquant par la sensation d'avoir progressé. L'examineur doit ressentir ce progrès en constatant une clarté de la mise en forme et de l'orientation du travail* ».

LES CRITERES D'EVALUATION.

- * Le niveau NIDAN doit permettre de manifester une compétence et un approfondissement dans l'expression des éléments définis pour le SHODAN (tant pour Tori que pour Aïte).
- * Une perception plus approfondie des Fondamentaux au travers des mouvements est attendue, ainsi qu'une progression nette en matière de fluidité et d'unité du corps.
- * De fait, l'examineur sera plus exigeant sur le respect des Fondamentaux en demandant des mouvements qui seront l'expression d'une plus grande maturité.
- * On sent les prémices d'une harmonisation.
- * Aïte aura un placement correct et ne devra pas se mettre en danger.

LE DEROULEMENT DE L'INTERROGATION

* L'ordre traditionnel sera respecté et sera le même que celui suivi pour le SHODAN.

* Le Travail avec les armes :

- Tanto : Tori sort de la ligne.
- Jo : Tori sort de la ligne d'attaque.
-

* Taninzugake :

- Notion du maai.
- Se placer, se déplacer correctement.

-
LA RESTITUTION.

Voir la fiche « La restitution » qui vaut pour chaque examen de grade Dan.

● *****

SANDAN

CANEVAS DANS LEQUEL S'INSCRIT LE GRADE SANDAN :

Les indications de TAMURA Sensei : « *C'est le début de la compréhension du kokyu ryoku (coordination du rythme respiratoire et de la puissance physique). L'entrée dans la dimension spirituelle de l'Aïkido, la finesse, la précision et l'efficience de la technique commencent à se manifester. Il demeure alors possible de transmettre ces qualités* ».

LES CRITERES D'EVALUATION.

* Le niveau SANDAN doit permettre de manifester une maîtrise plus complète de l'ensemble des mouvements (tant pour Aïte que pour Tori), et la capacité à les adapter aux différentes situations.

L'émergence d'une liberté dans leur application doit commencer à s'exprimer, le mouvement devient « Un » (globalité du geste, relâchement/fluidité, rapidité).

* Les exigences supplémentaires doivent porter sur le niveau de maîtrise des éléments précédents et notamment sur :

- Le contrôle de soi et de ses actes.
- La capacité à faire des variations à partir des bases si nécessaires (notion d'adaptabilité).
- La disponibilité à tout moment de la prestation.
- La maîtrise du principe d'irimi.
- L'appréciation du contrôle du maai.
- La capacité d'imposer et de maintenir un rythme dans tout le mouvement.
- Une plus grande rigueur sur le respect du cadre de l'examen.

* Aïte doit avoir un bon positionnement par rapport à Tori afin de donner du sens à son attaque. Il doit s'engager avec sincérité.

LE DEROULEMENT DE L'INTERROGATION

*L'ordre traditionnel sera respecté et sera le même que celui suivi pour les grades précédents.

*Une exigence supplémentaire : le randori s'effectue avec trois partenaires (saningake).

Commission Enseignants & Examineurs
FORMATION DES FORMATEURS DES EXAMINATEURS

***Le Travail avec les armes :**

- Tanto : Tori guide l'attaque après le contrôle.
- Jo : Le placement permet d'effectuer la technique avec aisance .
- Maai, irimi, kokyu sont très présents.

-

***Taninzugake :**

- Notion du maai.
- Se placer, se déplacer correctement.

LA RESTITUTION.

Voir la fiche « La restitution » qui vaut pour chaque examen de grade Dan.

● *****

YONDAN

CANEVAS DANS LEQUEL S'INSCRIT LE GRADE YONDAN :

Les indications de TAMURA Sensei : « *A ce niveau techniquement avancé, on commence à entrevoir les principes qui régissent les mouvements. Il devient possible de conduire plus précisément les pratiquants sur la voie tracée par le Fondateur* ».

LES CRITERES D'EVALUATION.

* Le niveau YONDAN doit permettre de manifester une maîtrise complète de l'ensemble des mouvements (tant pour Aïte que pour Tori), qu'il s'agisse des mouvements de base ou de leurs variantes.

* Les exigences supplémentaires doivent donc porter sur le niveau de maîtrise des éléments précédents, notamment sur :

-La manière de contrôler à tout moment la situation.

-L'adéquation du travail avec le partenaire. La synchronicité est réalisée.

-La sérénité du candidat.

-La capacité du candidat à exprimer sa maturité dans la perception des Fondamentaux lors de sa relation avec le partenaire, et la liberté dans la réalisation des mouvements, son adaptabilité (notion de kamae où il sera placé avant). Il peut amener le partenaire à déclencher l'attaque

* « Aïte/Tori : même pratique ».

LE DEROULEMENT DE L'INTERROGATION

*L'ordre traditionnel sera respecté et sera le même que celui suivi pour les grades précédents.

*Le randori s'effectue trois partenaires (saningake).

*Le Travail avec les armes :

- Tanto : Tori réalise en même temps contrôle et déséquilibre.

- Jo : Toti donne à Aïte l'occasion d'attaquer. La synchronicité est réalisée

Commission Enseignants & Examineurs
FORMATION DES FORMATEURS DES EXAMINATEURS

Le maï permet à Tori de se libérer de la pression du fait de l'arme.

- Bokken : Pour Aïte, l'attaque doit arriver à destination.

Les 2 bokken n'ont pas à se toucher avant le début du mouvement (voire très légèrement).

Un zanshin correct permet de contrôler Aïte en permanence.

-

***Taninzugake :**

- Anticiper les attaques sans se mettre en danger.

- Fluidité.

LA RESTITUTION.

Voir la fiche « La restitution » qui vaut pour chaque examen de grade Dan.

● * * * * *