



Le, 9 mars 2014

Objet : Compte-rendu « Préparation Passages de Grades » - session n°2 - cycle 2013-2014

Destinataire : Francisco Diaz

COMPTE-RENDU Préparation Passages de Grades – session n°2- 1 mars 2014

1 – PREAMBULE

Cette saison 2013-2014, les Préparations Passages de Grades (PPG) s'inscrivent dans un cycle de trois sessions auquel s'ajoutent deux sessions de Passages Blancs (PB), le tout clôturé par l'examen de grade *dan*.

2 – TROIS SESSIONS DE PREPARATIONS PASSAGES DE GRADES

La compréhension par tous de l'utilité d'un fonctionnement sur un cycle, qui permet de répartir sur les trois sessions l'ensemble des éléments constitutifs de l'attribution d'un grade 1^{er} ou 2^{ème} dan, est une opération relevant probablement du moyen terme.

Cependant, mieux qu'une autre cette organisation permet de mettre l'accent sur ce qui doit nourrir notre pratique : le sens.

Rappel : Le cycle de trois sessions de PPG à deux objectifs généraux :

- ✓ expliquer,
- ✓ augmenter la motivation par la compréhension.

La compréhension participe à la réussite. Pour cela l'animation des sessions de Préparation aux Passages de Grades doit amener chaque candidat à se poser les questions sur le sens de sa pratique, le sens à donner aux examens de grades et la signification de l'attribution du grade préparé.

3 – ORGANISATION SESSION N°2 « PREPARATION PASSAGES DE GRADES »

Un membre du Collège Technique Régional L.-R., également évaluateur officiel (4^{ème} dan, BE1 minimum et à jour de la formation à l'évaluation) était disponible pour cette deuxième session : Nicolas Marty.

Le dojo de Béziers, avec une présence de 31 aikidokas lors de la première session du cycle de Préparation aux Passages de Grades dan, risquait d'être trop exigu ; il lui a été préféré le dojo du Complexe sportif Alfred Nakache, à Sète.

Nous étions 19 aikidokas sur les tatamis, avec 17 candidats, dont 6 pour le 2^{ème} dan.

La pré-inscription en ligne sur le site de la Ligue n'avait pas été mise en place pour cette session.

Cette baisse de fréquentation peut, éventuellement, s'expliquer en sept points :

- ✓ la mise en place d'un cycle de PPG basé sur trois sessions est encore une approche non établie dans les mœurs des pratiquants de la Ligue, qui étaient jusqu'à maintenant habitués à des séances uniques de grande révision générale,
- ✓ le changement de lieu,
- ✓ une indication de lieu différente entre l'affiche de la session et l'article de l'onglet « actualités » du site de la Ligue,
- ✓ une éventuelle incertitude du maintien de la session vis-à-vis de l'absence de pré-inscription,
- ✓ un lieu moins centré géographiquement sur le territoire de la Ligue,
- ✓ un découragement possible face à la difficulté connue de stationnement au centre-ville de Sète, où se situe le dojo,
- ✓ une session pendant les vacances scolaires.

Le cycle de PPG se base sur la compréhension de la part des candidats, d'une **démarche** les engageant dans une formation structurée sur trois sessions et non une unique.

Cette démarche nécessite un changement de degré de motivation et implique probablement de répéter, plusieurs fois, l'opération de sensibilisation auprès des licenciés, via notamment le site Internet de la Ligue. Cette modification des habitudes peut demander du temps.

La fréquentation se stabilisera aussi avec la mise en place d'une habitude de fonctionnement, avec la conservation d'une session sur l'autre et d'une saison à l'autre du même lieu : le dojo de Sète. Cette habitude sera double, avec une connaissance des possibilités de stationnement à plus ou moins proche distance du dojo.

Enfin, un effort est effectué pour proposer une solution de stationnement à proximité immédiate : le parking de l'association des Anciens Combattants.

Cette facilité de stationnement encouragerait probablement certaines personnes à s'engager dans la démarche du cycle de PPG à Sète.

Nota Bene : Même avec 19 personnes sur le tatami, le dojo de Béziers aurait été trop exigu pour les pratiques du Hanmi Handachi Waza par tous et du randori en plus de deux ateliers.

Structure d'accueil :

Au dojo de Sète, la surface du tatami correspond parfaitement aux besoins des sessions de Préparation aux Passages de Grades dan.

Horaires :

Afin d'optimiser la mise en place des ateliers, de permettre le maximum d'échanges avec les candidats et d'être en mesure d'avoir le temps de répondre à leurs différentes questions il a été décidé d'augmenter la session à 5 heures au lieu des 4H30 d'avant.

Ce temps est nécessaire.

Les candidats ont appréciés, notamment le fait que le stage ne soit pas coupé en deux par le temps du déjeuner. Cette coupure avait plusieurs inconvénients :

- ✓ deux temps d'échauffements,
- ✓ mise en condition mentale spécifique à une préparation à un passage de grade dan à reprendre l'après-midi (beaucoup de candidat disent avoir vécu les précédentes après-midi différemment avec un relâchement et plus l'orientation vers une pratique plus classique de stage purement technique),
- ✓ pas de reprise de la pratique sur le temps de la digestion, comme l'on fait remarquer plusieurs stagiaires,
- ✓ investissement physique sur la durée permettant une prise de conscience d'une nécessité de mise en place de leur préparation physique.

La convivialité perdue du déjeuner, se renforce sur le tatami où les 5 heures de stage permettent à chacun de tisser des liens plus ténus.

Les futurs candidats peuvent mieux prendre le temps de se connaître et de découvrir les qualités de chacun : connaissances et observations qui peuvent leurs être utiles lors de l'examen.

Ce nouvel horaire serait donc un plus et beaucoup l'on apprécié, voire l'unanimité.

4 – ANIMATION

Un atelier :

Malgré le fait que le cycle de Préparation aux Passages de Grades dan ne soit pas « validant », 17 candidats ont fait le déplacement jusqu'à Sète, et 12 étaient présents à la première session.

Avec 17 candidats (1^{er} et 2^{ème} dan), j'ai décidé de fonctionner en un seul groupe, avec des consignes adaptées à chaque niveau de préparation.

Base commune sur l'ensemble du cycle, les quatre domaines suivants ont été abordés :

- ✓ le contexte des examens de grade *dan*, les gestions personnelle (stress, physique) et relationnelle (les partenaires),
- ✓ critères « connaissance formelle »,
- ✓ critères « construction technique »,
- ✓ critères « intégrités ».

Au niveau de la pratique, cette deuxième session du cycle 2013-2014, a été l'occasion de proposer une recherche de compréhension sur :

- ✓ hanmi handachi waza : katate dori et shomen uchi,
- ✓ tachi waza : muna dori, men uchi, jodan tsuki, kata dori men uchi,

Durée du stage :

La durée du stage sur une période de 5 heures nécessite la mise en place de 3 pauses à intervalles réguliers de 1 H 40 mn et des mini-coupures pour prendre le temps de s'hydrater.

Lors de cette première session avec ce nouvel horaire, les pauses ont eu lieu, mais non régulièrement.

Cette gestion des pauses fera l'objet d'une mesure corrective pour les prochaines sessions.

La durée du stage sur 5 heures a permis aussi de mettre les candidats dans un état mental de préparation physique et de gestion de leur fatigue.

Ces deux aspects ne sont pas étrangers à un examen de grade dan qui comprend une partie d'épreuve physique à ne pas négliger.

Tous les candidats étaient logiquement fatigués à la fin du stage, mais satisfaits et conscients de la nécessité de se préparer physiquement pour leur examen.

Techniques :

Les techniques suivantes :

- ✓ en hanmi handachi waza : katate dori uchi kaiten nage (omote, ura) et soto kaiten nage (omote, ura),
- ✓ et en tachi waza : muna dori shiho nage et kata dori men uchi koshi nage,

ont été les techniques qui ont présentées le plus grand nombre de difficultés aux niveaux des trois critères d'évaluation.

Pour ces techniques, l'ensemble des candidats étaient concernés par des manques importants aux niveaux de la construction de la technique et de l'intégrité.

Il faudrait que ces techniques soient plus pratiquées en club.

La qualité des attaques, afin de mettre en valeur la prestation du candidat Tori, devrait être globalement améliorée ; pour cette session principalement au niveau des tsuki et yokomen.

Il y a un manque de clarté avec une direction ou un plan de coupe confus qui peuvent être sources d'incidents ou de cafouillages ; sans parler de la crédibilité de l'attaque qui est chère à certains évaluateurs...

Il s'agit donc là de pistes de travail à retenir et à approfondir lors des cycles de PPG à venir.

Comme les fois précédentes, la séance a été répartie entre temps d'information, d'observation et recommandations empreintes de neutralité, c'est-à-dire sans positionnement pour un style ou à une pratique personnelle, mais uniquement en référence à l'application des principes.

Plusieurs candidats étaient troublés par une présentation d'une technique qui ne leur été pas enseignée sous cette forme. Le message a été répété plusieurs fois que la construction de leur technique doit respecter les principes et que ce n'est pas la forme qui est évaluée.

L'ensemble des recommandations pouvant être expérimenté lors de la mise en condition de la deuxième session de Passages Blancs, qui se déroulera ce 16 mars 2014 à Manduel.

5 – CONCLUSION

La capacité d'accueil du dojo de Sète convient à la Préparation aux Passages de Grades dan.

La session suivante, n°3, aura lieu le samedi 26 avril 2014, aux mêmes horaires, également au dojo du Complexe sportif Alfred Nakache, rue Danton, 34200 Sète.

Pensez à vous préinscrire sur le site Internet de la Ligue, cela facilite l'organisation.

Georges PARMENTIER