

Petite réflexion pour l'apprentissage de l'Aïkido et de son évaluation :

En Aïkido, après le port de l'hakama, le 1^{er} DAN reste une étape importante pour tous les pratiquants. Certains en font leur bâton de maréchal et parfois arrêtent ensuite l'Aïkido qu'ils aient réussi ou non à cet examen. Mon professeur, Camille Guiral, nous répétait souvent que le 1^{er} DAN était le début de la pratique ; il représentait les fondations indispensables de tout Aïkidoka. Si l'on peut observer différentes modalités possibles pour valider ce grade, on ne peut ignorer l'existence d'un nombre relativement importants de capacités à mettre en œuvre afin de réaliser ce qu'un examinateur va demander. Ainsi, l'évaluation, reste un moyen utile à tout enseignant et également à l'élève pour rester dans une homogénéité de pratique.

La notion d'évaluation va donc passer par un ensemble de critères indispensables à connaître et à mettre en œuvre dans les situations pédagogiques. Si ces notions sont indispensables pour l'enseignant, elles seront également utiles à l'élève. *« L'évaluation consiste à identifier des écarts entre ce qui est demandé et ce qui est réalisé. Il s'agit ensuite d'organiser et de mettre en œuvre les moyens pour tenter de réduire ces écarts et progresser... »*

Pour réussir à enseigner de manière cohérente, l'enseignant doit connaître certaines étapes d'apprentissage. L'enseignement des Kihon peut-être une étape essentielle dans la progression. Il suffit, ce n'est pas si évident que ça, d'être compétent et le plus efficace possible. Il ne s'agit pas de s'égarer dans des familiarisations sans fin ou dans des successions d'exercices sans cohérence. Nous n'avons pas de méthode nationale en Aïkido et chacun fait ce qui lui semble cohérent. Certains ont essayé d'écrire sur le sujet : Arnaud Waltz, Raff Raji... Christian Tissier a également édité des livres et réalisé des vidéos comme quelques enseignants. La liberté de la transmission sur cet enseignement reste prépondérante dans nos pratiques et chacun fonctionne dans sa logique propre.

La répétition est un élément essentiel dans l'apprentissage et cela dans tous les domaines. Il faudra donc s'adapter aux vitesses d'apprentissage des élèves qui sont très différentes. Tous les pratiquants ne viennent pas à tous les cours et chaque individu est unique. La difficulté de l'enseignant résidera à accompagner un individu dans des situations où l'action se déroule en groupe. Nous n'avons pas tous les pratiquants les mêmes jours et l'irrégularité des uns, très compréhensible dans notre société actuelle, ne permet pas de tracer de grandes lignes de progression. L'adaptation, à chaque cours, sera donc indispensable et primordiale pour que chacun y trouve un intérêt.

L'apprentissage est effectif quand le pratiquant est capable de réaliser l'exercice en respectant les consignes données par l'enseignant. La notion d'évaluation va être primordiale dans cette progression ou chaque enseignant devra se poser la notion de l'acquis. Exemple : l'élève a-t-il acquis la notion du Tai-Sabaki ? Oui, on passe à Irimi Nage ; non on revient sur les fondamentaux. Si le pratiquant ne maîtrise pas les compétences censées être acquise à une étape, il sera en difficulté avec les prérequis de l'étape suivante. D'où l'importance des grades kyu qui correspondent, ou semble correspondre à une progression logique bien que discutable. D'ailleurs nombre d'enseignants ont adaptés les grades kyu dans leur club. Les Kyu font partie d'une progression technique à peu près fiable, pour une école donnée, de l'apprenant devant ses pairs et devant son enseignant.

Varié les conditions de réalisation va permettre d'automatiser un geste en lui donnant les caractéristiques recherchées dans notre nomenclature. Ainsi, il sera aisé de reconnaître Katate Dori Shionage dans bon nombre de clubs même si chacun l'apprend différemment. Ainsi différentes approches pourront être mises en place afin de réaliser cet exercice reconnu par tous les pratiquants. Mais l'enseignant devra être capable également de développer des capacités motrices qui seront les conséquences d'une répétition de situations souvent identiques. Le cadre de l'Aïkido même s'il est varié dans ses exercices correspond cependant à la réalisation, même partielle de cette nomenclature. Si le fondateur, d'après son fils, avait coutume de dire : *« Il n'y a pas de forme, ni de style en Aïkido, il n'y a que le mouvement de la nature, dont le secret est profond et infini »* c'est quand même le fils,

Kishomaru Ueshiba qui est à l'origine de ce catalogue qui a permis de vulgariser la discipline dans le monde entier.

L'apprentissage de différentes situations va ainsi permettre de réaliser une organisation motrice du pratiquant. Cet apprentissage devrait être lent et méticuleux. « *Yukuri* » s'amuse à répéter maître Yamashima : « doucement » ! On ne doit également pas utiliser sa force, mais plutôt celle de son partenaire. Ainsi le principe d'intégrité pourra être réalisé par le couple pratiquant. L'expérience est également un facteur sur lequel on doit tenir compte. La forme de savoirs empiriques non verbalisés, ces trucs et astuces que chacun emploie permettent également de favoriser une progression. Les échanges entre les enseignants sont primordiaux. Les stages permettent également de voir et de rencontrer d'autres enseignants. Ce qu'on a eu du mal à comprendre avec son enseignant devient évident avec un autre et réciproquement. Cette confrontation avec les autres est également un facteur d'enrichissement. A l'Aïkikaiï, la maison mère, c'est également un panel important de professeurs qui interviennent. Ainsi chaque pratiquant prend un peu de l'un, un peu de l'autre et se construit progressivement. L'autonomie doit être l'aboutissement de la pratique, le grade, le chemin parcouru. Mais beaucoup de pratiquants n'ont pas besoin de grade. La notion de plaisir doit être primordiale.

L'Aïkido c'est se confronter de manière adaptée et progressive aux spécificités de chaque situation. Varier les échanges, changer de partenaires, s'adapter. C'est de cette richesse de situations que son propre Aïki s'épanouira. Il permettra de produire des transformations affectives, informationnelles et motrices.

Un examen d'Aïkido, quelque soit le niveau, doit répondre à des capacités attendues. A des questions précises, l'examineur attend des réponses précises. Cet échange doit amener le pratiquant à se construire avec des compétences solides et durables.

La maîtrise à chaque étape correspond à des éléments « observables » par rapport à des critères. J'ai repris ci-dessous des éléments énoncés par Bernard Palmier qui restent d'actualité :

Les critères fondamentaux :

Le niveau d'exigence sera différent d'un grade à l'autre.

- ***1er dan :*** Reproduire des formes techniques, des schémas ; disposer des "outils constitutifs" de la pratique. La "fluidité" n'est pas demandée.
- ***2ème dan :*** manifester une compétence dans le maniement des outils ; commencer à introduire de la fluidité dans la construction des techniques : la fluidité est balbutiante. Il s'agit plus de coordination que de fluidité.
- ***3ème dan :*** le cadre de la fluidité est posé, les éléments sont en place, mais pas forcément maîtrisés.
- ***4ème dan :*** les éléments sont maîtrisés, la fluidité est accomplie.

- **1er critère : La connaissance formelle des techniques**
- aucune hésitation dans l'exécution des techniques demandées
- une grande variété de techniques : techniques fondamentales, variations, variantes.
- FLUIDITE □

- **2ème critère : La construction des techniques**
- distinguer les trois phases de construction pour les lier entre elles
- exécuter des variations à partir des différentes façons de réaliser chaque phase (Henka waza)
- FLUIDITE □
- **3ème critère : L'intégrité**
- On retrouve dans le 3ème critère tous les principes qui contribuent à développer la fluidité.

- **De ai** : la façon de rencontrer le partenaire (pression, extension)
- **Ki musubi** (être en phase avec son partenaire, permanence du contrôle)
- **Irimi** (détermination, orientation, prise d'angle, contrôler le centre, l'intérieur)
- **Unité du corps, centrage** (engager le corps dans le sens de l'action)
- **Ma ai** : distance/temps pendant l'exécution. La distance juste : la distance dont on a besoin pour exécuter une technique en appliquant les principes d'Aïkido.
- **Ki nagare** (conduire l'énergie, conduire le partenaire à partir d'un contact ou d'une saisie, en gardant l'unité du corps et en restant orienté sur le partenaire)
- **Principe d'économie, d'ergonomie du corps et de gestion de l'effort.**
- **Zanshin** : Continuité entre les techniques : présence, shisei, concentration
- **Metsuke** : la vision, le regard
- **Reishiki** : le respect de l'étiquette contribue à créer les conditions d'une pratique fluide (Connaissance du Reishiki : 1er critère / Respect du Reishiki : 3ème critère).

- **La fluidité peut se décliner de la façon suivante :**
- **Liberté d'expression** : connaissance et maîtrise du répertoire, variété et facilité dans la pratique.
- **Adaptabilité** : pratique maîtrisée et contrôlée quel que soit le partenaire ; saisir les opportunités offertes par Uke (Henka waza)
- **Non-opposition** : prendre et garder l'ascendant sur le partenaire sans jamais s'opposer à lui.
- **Puissance** : imposer et maintenir un rythme à l'intérieur du mouvement, développer de la puissance sans mettre de force inutile (kokyu)
- **Permanence du contrôle dans la relation Uke /Tori** : maintenir la saisie ou le contact pour rester en relation avec son partenaire. Raideur, blocage, choc arrêt, rupture, saccade...vont à l'encontre de la "fluidité".

Les 3 idées fortes de l'évaluation au sein du Collège Technique de la FFAAA :

1. L'évaluation doit être cohérente avec la pratique et l'enseignement ...
2. L'évaluation est la base de toute activité pédagogique...
3. Dans le domaine de l'évaluation, nous n'aurons jamais fini...

Petit extrait d'une interview du regretté VDB, il n'y a pas de système de jugement objectif en Aïkido :

« Lorsque l'on court un 100m ou que l'on fait de l'haltérophilie le résultat ne fait aucun doute. Mais une technique est-elle juste parce que sa forme extérieure ressemble à nos références? On ne juge pas de son efficacité puisqu'il n'y a pas de combat et que les examinés coopèrent. Et le combat ne résoudrait d'ailleurs rien car il faudrait ensuite déterminer si la victoire a été obtenue avec de l'Aïkido ou autre chose et l'on retombe sur le problème de définition de la discipline. En outre les choses véritablement essentielles comme l'utilisation correcte du corps ne peuvent à ma connaissance être jugées qu'au contact.

Je crois qu'il faut d'abord cesser de dire qu'un jugement de passage de grades en Aïkido est objectif. Si l'on présentait le même passage à des groupes d'examineurs différents il est clair que les résultats seraient très variables. Ensuite il est important de comprendre ce qu'est un grade. Aujourd'hui les définitions ne sont pas claires et prêtent souvent à sourire. Je pense qu'un grade d'Aïkido doit sanctionner un chemin parcouru, les efforts fournis. Lorsque deux pratiquants arrivent leurs potentiels sont très différents selon leur âge, leur situation physique, leur vécu. A l'heure actuelle un jeune sportif s'entraînant intensivement pourra obtenir un premier dan en trois ans. Ce fut le cas pour nombre de mes élèves. A l'opposé une personne âgée qui a fait peu de sport dans sa vie et fera autant d'efforts passera au minimum le double de ce temps. Ce n'est pas juste parce qu'aujourd'hui les passages de grades jugent une démonstration qui se rapproche d'une exhibition sportive au lieu de sanctionner un chemin parcouru. Il est évident que faire le même chemin demande des efforts différents à chacun et qu'on n'arrivera pas au même endroit en parcourant la même distance si l'on part de plus loin. C'est pourquoi je pense qu'il faut admettre le caractère subjectif des passages de grades et en remettre la responsabilité aux enseignants et chefs de courants. »

Voilà en quelques mots les enjeux de cette formation à l'évaluation.

Serge Socirat (Président de la Ligue Midi-Pyrénées FFAAA)