FICHE PÉDAGOGIQUE 06

version du 27/05/2021

FAIRE COURS

Comment faire cours ?

L'enseignement efficace de l'aïkido, notamment auprès des publics jeunes, ne doit pas ressembler à une conférence ou à une minutieuse analyse.
C'est à l'inverse une approche globale, active et attentive aux besoins fondamentaux des jeunes qu'il faut mobiliser – ce qui nécessite que l'enseignant soit au clair sur les finalités de son enseignement, et réfléchisse aux modalités qui lui permettront au mieux de les atteindre.

PÉDAGOGIE
PROGRAMMATION
Enseignement
STRUCTURATION

Ce document appartient à une série de fiches pédagogiques créées par la Commission Jeunes de la Fédération Française d'Aïkido et de Budo. Il peut être imprimé simplement ou, sous format 4 pages pliées, pour constituer un dossier, dans lequel viendront s'insérer les fiches annexes. Pour aller plus loin, vous pouvez retrouver l'ensemble de la collection sur le site de la Fédération.

LA PLACE ET LE RÔLE
DE L'ENSEIGNANT

Contrairement à une représentation populaire, le cours d'aïkido ne tourne pas autour de l'enseignant et de son savoir, mais autour de l'élève et de ses apprentissages. Cela est particulièrement vrai avec les publics jeunes : c'est le rôle de l'enseignant de faire une place au jeune, et d'organiser l'enseignement pour que les pratiquants s'en saisissent et construisent leur propre maîtrise de l'aïkido. Moins que transmettre l'aïkido, il s'agit ainsi de le mettre à portée des élèves, et de le leur confier. Cela signifie-t-il que l'enseignant doit totalement s'effacer ? Pas vraiment : il doit accepter de jouer un rôle de repère, de guide et de modèle.

En tant que repère, c'est lui qui indiquera aux jeunes pratiquants la direction de la recherche, et leur fournira les indications nécessaires, qui leur permettront d'évaluer leurs progrès, d'identifier les étapes suivantes de leur recherche, mais aussi de pratiquer en toute confiance en sachant que les conditions de sécurité sont respectées pour chacun.

En tant que guide, il doit proposer aux élèves un parcours méthodiquement réfléchi, qui les rapproche progressivement d'une maîtrise égale (ou même supérieure) à la sienne.
La finalité réelle de l'enseignement est en effet de rendre l'élève autonome et compétent, et de lui permettre progressivement de s'affranchir de la tutelle de l'enseignant.

En tant que modèle, il doit fournir aux jeunes pratiquants l'image de ce que c'est que « pratiquer l'aïkido ». Comment, en effet, mieux incarner le dynamisme de la pratique qu'en chutant soi-même ? Comment mieux faire vivre l'étiquette ou *shoshin* (l'esprit du débutant) qu'en les mobilisant et en les faisant vivre cours après cours devant les jeunes pratiquants ? Quelques actes, de ce point de vue, valent bien mieux que de longs discours jamais mis en œuvre.
Plus encore, l'enseignant doit fournir aux publics jeunes une image désirable du pratiquant et, peut-être même, de l'adulte accomplis, qui leur donne envie de s'élever et de grandir, d'assumer à leur tour la responsabilité de la transmission de l'aïkido.

SHOSHIN

Shoshin, « l'esprit du débutant » est une qualité essentielle du pratiquant et, a fortiori, de l'enseignant d'aïkido : c'est l'esprit du débutant, qui consiste à éviter les certitudes et l'autosatisfaction, pour entretenir un esprit de recherche, d'ouverture et d'exigence envers soi-même.
Pour l'enseignant, il se traduit notamment par le fait de savoir également rester élève, en continuant à pratiquer et à chuter durant les cours, à rencontrer d'autres enseignants, à fréquenter les stage et les autres clubs, pour enrichir constamment son travail.
Une attitude facile à mettre en œuvre pour cultiver shoshin consiste déjà pour l'enseignant à pratiquer avec ses élèves sans enseigner, c'est à dire en acceptant de jouer les deux rôles (tori & aite), sans expliquer ni corriger.

QUELLE APPROCHE PÉDAGOGIQUE ?

Quelle approche pédagogique spécifique peut-on mettre en œuvre avec les pratiquants jeunes ?

D'abord : ne pas nuire ! Il est en effet indispensable que l'enseignant adapte ses attitudes au public qui lui est confié. Cela est particulièrement vrai avec les publics jeunes (enfants et adolescents), qui possèdent des besoins et des capacités tout à fait spécifiques, aussi bien au niveau moteur qu'au niveau affectif (voir aussi Fiche Technique 05 - BESOINS DES PRATIQUANTS JEUNES EN FONCTION DES ÂGES).
De façon générale, on ne saurait également que trop conseiller une pédagogie vivante, entraînante, bienveillante, qui se méfie de la contrainte et de l'austérité. N'oubliez pas : c'est le plaisir que prendront les pratiquants lors des entraînements qui est le meilleur moteur de leur motivation (voir aussi Fiche Annexe 1.01 – COMPRENDRE LA MOTIVATION)

Les publics jeunes appellent aussi une pédagogie aussi globale que possible. On évitera ainsi toute déconstruction analytique, toute approche trop intellectuelle ou trop abstraite, qui ne correspondent pas aux processus d'apprentissage de l'enfant ou de l'adolescent.
On privilégiera à l'inverse des stratégies d'enseignement par imitation, par le jeu ou par objectifs opérationnels concrets (« réussir à... »), bien plus efficaces et stimulantes. Elles permettent un développement presque « inconscient » des capacités, une apprentissage « par le corps », plutôt que « par la tête ».
Cette approche plaide pour une véritable maîtrise de la parole par l'enseignant. Celle-ci devrait en effet être la plus limitée possible, et c'est bien à l'activité des pratiquants que la plus grande partie du cours devrait être consacrée (et non aux explications, ou mêmes aux démonstrations de l'enseignant).

Il est en revanche important de favoriser les interactions directes entre l'enseignant et chaque pratiquant, aussi bien durant les temps de démonstration que les temps de pratique. Celles-ci offrent en effet à chaque jeune pratiquant l'occasion d'un « contact privilégié » avec l'enseignant, qui est à la fois stimulant et valorisant, et qui permet de fournir des sensations de référence, orientées par un partenaire maîtrisant l'apprentissage en cours.
De ce point de vue, un repère minimal pourrait consister pour l'enseigner à pratiquer au moins une fois avec chaque élève à chaque cours.

L'objectif d'accompagner la construction de l'autonomie des jeunes pratiquants invite également à leur confier progressivement des responsabilités au sein du cours.
Du pratiquant responsable des lumières ou des portes du vestiaire aux sempaïs qui assureront l'animation de la préparation (sous la surveillance vigilante de l'enseignant) ou exécuteront un kata pour en permettre l'apprentissage à leur kohaïs, en passant par les élèves chargés du rangement ou de la distribution des armes ou de l'accueil des nouveaux pratiquants en début d'année, il existe de nombreuses opportunités de « donner un rôle » aux jeunes pratiquants.
Cette démarche est importante non seulement parce qu'elle est motivante et valorisante pour les jeunes pratiquants. Mais également parce qu'elle les aide à mémoriser et intégrer des éléments du reishiki ou de la pratique (un kata, une séquence d'exercices préparatoires...). Enfin, elle les prépare naturellement à prendre leur place au sein du dojo, le moment venu – comme sempaï, comme membre actif de l'association ou, pourquoi pas, un jour, comme enseignant à leur tour.

LE CHOIX DU PARTENAIRE

Avec les publics enfants, le choix du partenaire de pratique revêt un intérêt stratégique important, et l'enseignant perspicace aurait tort de le laisser au hasard ou de le livrer à la seule spontanéité des pratiquants, les plus jeunes ayant naturellement tendance à ne pas se mélanger, pour rester toujours avec un seul ou quelques partenaires choisis.

Il est pourtant souvent utile de les conduire à sortir de cette « zone de confort », non seulement pour l'élargir et permettre de nouvelles rencontres, enrichissant la dynamique du groupe et l'horizon individuel des jeunes pratiquants (avec par exemple la question de la mixité : voir aussi Fiche Technique 04 - LA MIXITÉ DANS L'AÏKIDO POUR LES JEUNES) ; mais aussi en tant que levier pédagogique à part entière.
La pratique de l'aïkido avec des partenaires différents permet en effet aux pratiquants de rencontrer des physiques, et donc des « problèmes » différents. Il développe ainsi une capacité d'adaptation technique qui permet d'atteindre des principes de construction technique, par-delà l'apparence de la forme.
L'enseignant peut également jouer sur la composition des groupes pour modifier la dynamique du cours, l'engagement des pratiquants... Outre la situation de travail la plus classique (par 2), on peut ainsi faire pratiquer les élèves par groupes de 3, de 4, de 5....
Même par binôme, de nombreux dispositifs permettent de faire varier le partenaire : par lignes ou en cercles, en se décalant après un nombre décidé de techniques ; en nuage, les élèves circulant et attaquant plus ou moins librement sur le tatami (voir aussi Fiche Annexe 01.02 - TROIS EXEMPLES D'ACTIVITÉS)... On peut aussi imposer la pratique entre partenaires du même niveau ou, à l'inverse, regrouper sempaïs et kohaïs le temps d'une étude précise. Des systèmes de tirage au sort ou de désignation des partenaires (par l'enseignant, par le pratiquant précédent...) sont également possibles. On produit ainsi, derrière l'apparente « monotonie », de nombreuses situations d'étude tout à fait différentes (voir aussi Fiche Technique 11 - TECHNIQUES D'ANIMATION POUR DYNAMISER)

QUELQUES CONSEILS POUR L'ENSEIGNANT

ENSEIGNER, C'EST INVENTER !

Bien entendu, il ne saurait s'agir de réinventer l'aïkido, et la transmission suppose de tenter de conserver l'authenticité, l'essence de ce que l'on enseigne, d'en conserver l'esprit et les principes, ainsi que les formes.
Mais passé les premiers temps, où il pourra commencer par « reprendre » les exercices des autres, à commencer par ceux de son propre professeur, des enseignants des clubs avec lesquels il échange, chaque enseignant devra chercher à développer ses propres outils, à adapter les situations de travail qui permettront les meilleurs progrès pour ses élèves, en prenant en compte leurs besoins et leurs capacités.

ENSEIGNER, CE N'EST PAS TOUT IMPROVISER !

Il est important que le cours possède une logique, une cohérence. Les exercices, dès la préparation, doivent converger dans une même direction, se compléter.
Il est également important que le cours suive une progression, séances après séances. On sera ainsi particulièrement attentif à la nécessité de répéter les exercices, pour en permettre une bonne acquisition. A l'inverse, il faudra favoriser un renouvellement régulier, pour éviter la monotonie et ouvrir l'étude sur de nouvelles habiletés.
Pour autant, faire cours, ce n'est pas exécuter un programme non négociable, et l'enseignant devra être capable d'adapter un exercice, ou même le programme de la séance – par exemple s'il se rend compte qu'il est mal adapté à son public (trop facile, trop difficile, dangereux, incompatible avec le nombre de pratiquants ou même, tout simplement, l'humeur du jour).

POUR ALLER PLUS LOIN

Ces réflexions sont proposées pour nourrir votre pratique et votre réflexion. Elles visent à compléter une démarche personnelle de formation, qui commence sur le tatami, en club ou lors de stages de formations, comme ceux que propose la Fédération, et qui se nourrissent nécessairement d'une dynamique d'échanges. N'hésitez pas à vous rapprocher de la Commission Jeunes de la Fédération si vous souhaitez contribuer à ces travaux.»