

## **Mèze 2016 : cap sur la formation continue**

**Article coordonné par Florence Galtier, Hervé Piotrowski-Nozahic et Gérard Lévy, avec la participation de l'ensemble des stagiaires**

Pour sa troisième édition, le stage enseignant de Mèze rassemblait, autour de Luc Mathevet et Bernard Palmier, 21 participants, hébergés au village club Thalassa sur les bords du bassin de Thau. Depuis le centre, l'accès au dojo ne demande qu'une marche de quelques minutes le long de la plage, la situation est donc idéale.

Comme à chaque fois, le stage a débuté en début d'après midi par un tour de table, qui a permis de recueillir les attentes de chacun. Celles-ci recouvrent des aspects techniques (construction de Ushiro waza, ancrage et mobilité, sens de Hanmi Handachi waza, Omote/Ura...), pédagogiques (cycle d'enseignement, prise en compte des niveaux hétérogènes, intégration des débutants...) voire médicaux (douleurs lombaires...). Le challenge sera de répondre à tout !

Ce temps nous permet de faire connaissance, le groupe est constitué de pratiquants du 1<sup>er</sup> au 4<sup>ème</sup> dan venus de toute la France (et même de Nouvelle Calédonie, Guyanne et Martinique !), la plupart déjà enseignants ou engagés dans une démarche de formation (BF ou CQP), d'autres sans intention d'enseigner mais venant chercher un point de vue différent sur la pratique.

Certains thèmes de travail se dégagent déjà à l'issue de ce premier temps collectif. D'autres thématiques se préciseront lors de la séance de pratique qui suit immédiatement, sous forme d'une "animation en relais" : à partir de la saisie Katate dori, les pratiquants se relaient pour animer une pratique d'environ 1h15, avec 2 ou 3 interventions par volontaire qui passent d'une intervention à l'autre en fonction d'une articulation précise, laissée au libre choix de chacun mais qu'il faudra ensuite expliciter.

Après un travail de synthèse et de regroupement des informations récoltées au cours de ces deux temps d'expression (expression verbale puis expression à travers la pratique), des thèmes et des sujets de réflexions sont définis (le soir même) et permettront la planification des jours suivants.

Ainsi, même si la structure du stage est la même que les années précédentes, le contenu est nouveau et propre au groupe qui le porte. Le programme n'est pas préétabli mais fait "sur mesure", au plus près des préoccupations exprimées par les participants (un point sera fait en milieu de semaine pour adapter le contenu si besoin).

Les stagiaires sont ensuite répartis en 4 groupes de travail, mêlant les niveaux, les expériences et les origines géographiques, chacun piloté par le membre le plus expérimenté. Les thèmes retenus (cette année : verticalité ; mobilité ; contrôle du coude ; action/réaction), sont ensuite distribués aux différents groupes de travail qui doivent élaborer un plan de cours. Celui-ci fera l'objet d'une mise en situation animée par l'un des stagiaires, si possible l'un de ceux qui prépare un diplôme d'enseignement. Le travail sur les plans de cours et les mises en situations constituent la majeure partie du mardi et du mercredi. Chaque mise en situation fait l'objet d'un retour immédiat, par les "élèves" qui expriment leur ressenti, mais aussi par des "observateurs" qui sont chargés de remplir et commenter une grille d'évaluation. Le fait d'être placés en situation d'évaluer nous pousse à un effort de clarification.

Le jeudi est consacré au travail sur le cycle d'enseignement, ce qui nous demande d'aller au delà du plan de cours et permet de nouveaux échanges au sein des groupes : c'est l'occasion de partager les éducatifs, les éléments de discours ou les choix techniques utilisés par les uns ou les autres, bref de s'enrichir mutuellement des pratiques pédagogiques de chacun. Les préoccupations ou questionnements des stagiaires prennent tout leur sens dans l'exploration collective ou les propositions de réponse des animateurs.

Autour du travail des stagiaires, les journées sont encadrées par le cours du matin (animé par Bernard) et du soir (animé par Luc), illustrant une des thématiques. Ces cours sont autant d'occasions pour les animateurs de proposer des formes de travail en lien direct avec les questions posées, et sont riches d'exemples et de situations pédagogiques originales. La commission médicale intervient également pour apporter des éléments sur la prévention et les bonnes attitudes à adopter dans sa pratique de l'aïkido (voir encadré).

Au total, dans cette ambiance à la fois chaleureuse, studieuse et ludique, la semaine passe très vite, avec une grande intensité. C'est un moment de "prise de recul" par rapport à la pratique, et qui en même temps nous met au cœur de la pratique. Nous repartons avec des réponses mais aussi de nouvelles questions et surtout beaucoup de motivation et d'envie de retransmettre. Un stage à conseiller sans modération à tous les enseignants !

### Intervention de la commission médicale

Un temps a été réservé à l'intervention de représentantes de la Commission Médicale, elles aussi aikidokas. Marina et Florence, toutes deux médecins, ont parlé de la physiopathologie lombaire, cette région vertébrale étant exposée tant dans notre pratique martiale (chutes, Koshi nage) que dans la vie courante (port de charge, usure) à de nombreux traumatismes. Dominique, éducateur sportif, a ensuite présenté des exercices de renforcement musculaire destiné à la prévention de ce qui est "la maladie du siècle". Un dernier atelier a été dédié aux soins d'urgence, avec pratique du massage cardiaque externe et utilisation du défibrillateur externe, gestes simples, accessibles à tous et dont la réalisation immédiate permettrait de sauver de nombreuses vies. La bonne humeur et le sérieux régnèrent durant cet atelier où des mannequins nous prêtèrent leur cage thoracique. Et un grand merci à Christophe d'avoir assuré les projections vidéo !

### Les points forts du stage :

Le lieu : facile d'accès en transports en commun, cadre très agréable, mêlant confort et convivialité.

Les intervenants : grâce à la mise en œuvre de leurs compétences en temps réel, Bernard Palmier et Luc Mathevet arrivent à répondre à la quasi totalité des demandes sur la semaine. Leurs deux personnalités se complètent parfaitement, ce qui enrichit énormément les échanges tant théoriques que pratiques.

Les choix des thèmes, qui répondent aux questions, mais ouvrent également de nouvelles perspectives.

La variété des outils abordés : ceux attendus aux examens (PPO ; cycle d'enseignement) mais aussi le travail sur l'évaluation, l'approche des travaux en cours au CTN...

Le rythme, soutenu mais jamais excessif, et donnant toujours la possibilité d'aller au fond des choses.

L'excellente ambiance entre les stagiaires : des liens se créent pendant et après le stage et permettent ainsi de conserver et d'étendre le partage de la pratique et des réflexions.

### Et un seul point faible :

...le prix, qui a augmenté cette année d'une centaine d'euros (stage + hébergement)...

La saison prochaine nous aurons 2 stages nationaux de formation enseignants et futurs enseignants :

- un 1er stage à la Baule, du 29 octobre au 2 novembre 2016, animé par Arnaud WALTZ et Eric MARCHAND ;
- un 2ème stage à Mèze, du 18 au 22 avril 2017, avec les mêmes animateurs, Bernard PALMIER et Luc MATHEVET."