

Que faut-il prendre en compte avec un enfant ?

1

Ecole des cadres - Enseignement jeunes

Nicolas Rio

Les bienfaits physiques

- A moins de 10h par semaine :
 - Architecture osseuse : favorise l'accroissement et le renforcement
 - Système musculaire et tendineux : renforcement et gain en élasticité
 - Système hormonal : favorise la libération d'endorphine et d'hormone de croissance
 - Mobilité : gain en motricité, coordination et en adresse

Les bienfaits Psychologiques

- A moins de 10h par semaine :
 - Gain d'autonomie
 - Entretien le gout de l'effort
 - Améliore la concentration et la rigueur
 - développe les compétences sociales

Ouvrir une section enfant

- Démarrage conseillé à partir de 6 ans sans excéder 2-3h/semaine (peut être augmenté après 9 ans) à cet âge :
 - ❖ La latéralité est en place
 - ❖ Le taux d'apprentissage est excellent
 - ❖ Le mimétisme est très développé
 - ❖ La coordination n'est pas encore gênée par le développement du corps
- Groupe d'une douzaine idéal

A savoir pour animer un cours enfant



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÏKIDO
AÏKIBUDO KINOMICHI & DISCIPLINES ASSOCIÉES

- Les émotions forment un moteur déterminant :
 - Vous êtes enseignants, attention à votre posture, tant pour les élèves que pour leurs parents.
- L'aspect ludique essentiel.
 - « Activité divertissante, soumise ou non à des règles, pratiquée par les enfants de manière désintéressée [...] »
- Aborder le travail des principes pour aboutir à la technique puis consolider les principes

Source :

Article scientifique : <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0765159786800788>

CNRTL : <https://www.cnrtl.fr/definition/jeu>

A savoir pour animer un cours enfant

Les principes d'aïkido sont présents naturellement à tous moments et en tous lieux.

Pour construire un cours enfant efficace :

- Choisir un principe
- Définir un objectif de séance
- Choisir des approches ludiques et leur transcription technique pour mettre en œuvre les principes et atteindre les objectifs

Que puis-je faire avec les enfants ?

TOUT !!

On peut faire :

- Les techniques Mains-nues
- Les armes
- Les projections (sur un tapis adapté)

Que puis-je faire avec
les enfants ?

Vraiment TOUT ??

OUI !!!

Mais attention, on parle de posture enseignant :

Pour que le travail puisse se faire et en toute sécurité, des règles précises doivent être posées et explicitées, tant pour les enfants que pour les parents.

Vous n'êtes pas des maîtres d'école mais vous n'en êtes pas si loin !

À prendre en compte

Limites courantes chez les enfants	Pistes de solutions
Pas de raisonnement ordonné avant 12 ans	Pas d'explication à rallonge. Les enfants doivent être dans l'action.
Recherche permanente des limites	Règles = limites, c'est votre rôle de les poser et de les faire respecter
Peu de conscience du danger	
Image de soi en construction	Être bienveillant en soulignant les réussites et indiquant des façons de progresser
Capacité de concentration très variable	Cours ludique et très rythmé