



**FORMATION AÏKIDO
ECOLE DES CADRES
2017 - 2018
LIGUE CÔTE D'AZUR**

合気道

SAMEDI 17 FEVRIER 2018

RELATION TORI-UKE

9h00	<i>RDV à la salle et Mise en place des TATAMIS</i>	ACCUEIL <i>Présentation de la journée</i>
9h30	<i>Résumé de la séquence précédente : <u>RETOUR SUR LES NOTIONS DE TECHNIQUE – STYLE</u></i> <i>Une pratique sera proposée lors de la dernière session</i>	<u>PRATIQUE / RETOURS</u> <i>Résumé des contenus du 2 décembre Pierrick, Kevin et Julien nous ferons un retour sur le stage 8° dan du 17-18 février lors de la prochaine session</i>
10h00	<u>RELATIONS TORI – UKE</u> <i>(introduction de la dernière session) La pratique proposée permettra d'illustrer : Les COMPÉTENCES : Propres à TORI - Propres à UKE Communes à TORI et à UKE</i>	<u>PRATIQUE / ÉCHANGES</u> <i>3 groupes de stagiaires Encadrés chacun par 1 membre du CTR Eric, Bernard et Bruno</i>
12h15	REPAS au CREPS de BOULOURIS	

13h30	INTRO :	
13h45	<u>PEDAGOGIE JUNIOR :</u> <i>retours éventuels sur la formation de Vichy (encadrée par Christian MOUSA, Hélène DOUE) Thématiques :</i> <ul style="list-style-type: none">- psychomotricité, anatomie-biomécanique, sécurité-intégrité- progressions et évaluation (en s'appuyant sur le document de J.M. MERRIT qui, rappelons le n'est pas un doc officiel de la fédé mais une contribution privée avec copyright.)- préparations "ludiques", mises en situation.	<u>RÉFLEXIONS / ÉCHANGES / PRATIQUE</u> <i>Animation : Rolland BALDELLI Rolland a participé, ainsi que Régine et Nicolas à la formation de Vichy proposée en 2017</i>
14h45	<u>Débat :</u> Apports des « recherches sur l'enseignement aux enfants à la pratique adulte » Notions de DIDACTIQUE - de FONDAMENTAUX – etc.	
- 15h00		

15h00	<u>Pratique par groupes répartis en ateliers (au choix) :</u> <i>Ukemi – Tanto dori – Liaison armes mains nues – Frappes enchaînements – Kaeshi waza Les ateliers peuvent être : technique - sur un principe – sur une capacité...</i>	<u>2 à 3 ATELIERS au choix</u> <i>Animés par les membres du CTR assistés de volontaires et/ou d'intervenants extérieur</i>
16h45		

16h45 17h00	<i>Retours sur la journée et présentation de la dernière session</i>	
----------------	---	--

*Infos et bilans sur le site de la ligue : <http://www.aikido-cotedazur.com/>
Infos et contenus sur <http://www.formationaikido.com/>*

Si vous participez le dimanche à la **PRÉPARATION DE GRADES DAN :**
vous pouvez dormir sur place en réservant, à l'avance, votre hébergement au CREPS de BOULOURIS