

# Épreuve n° 2 de l'UC1 CQP MAM mention Aïkido

## Rappel

---

Dans les épreuves des diplômes d'enseignement aikido (BF, CQP), il existe une épreuve technique dite de démonstration (en fait, *épreuve pratique de démonstration* pour le CQP et *épreuve technico-pédagogique* pour le BF). L'erreur la plus courante du côté des juges et/ou des candidats est de transformer cette épreuve en un passage de grades. Ce n'est pas un passage de grades. Voici un extrait du règlement du CQP MAM :

*Epreuve n°2 : Epreuve pratique de démonstration*  
*Cette épreuve consiste en des démonstrations techniques commentées par le candidat, destinées à présenter et détailler les points importants des contenus techniques qui alimenteront ses programmes et cycles d'enseignement. Le candidat tirera au sort un sujet qui comprendra tout ou partie :*

- *des formes traditionnelles (kata ...)* ;
- *des techniques de la nomenclature de la mention* ;
- *des exercices d'application et procédés d'entraînement.*

Comme l'indique le texte du règlement CQP MAM, l'épreuve N° 2 de l'UC1 est une **épreuve pratique de démonstration**. Il n'y a aucune indication de temps pour cette épreuve dans le règlement CQP MAM. C'était déjà le cas dans le règlement CQP APAM. La FFAAA avait utilisé une durée de 20 minutes dans les examens CQP précédents.

Différences entre passage de grades et démonstration technique

- Les techniques doivent être démontrées de façon claire et lisible. Par exemple, effectuer quatre reproductions de la même technique en variant les angles de démonstration. Il est possible de varier le rythme d'exécution, plus rapide et fluide si pas de commentaire ;
- Le rythme ne peut pas être le même que dans une épreuve de passage de grades puisque le texte demande de commenter.

Conséquences concrètes :

- Le nombre de techniques est plus restreint que pour un passage de grades.
- Contrairement à un passage grade (en particulier 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> dan), les variations sont à éviter car il s'agit d'une démonstration.

[1/7]

Concernant le commentaire et s'agissant d'une épreuve pratique de démonstration :

- Il ne peut pas s'agir de consignes (instructions orales utiles à la réalisation de l'objectif qui sont destinées aux élèves) puisque ce n'est pas une épreuve pédagogique.
- Cela ne doit pas être également une pure description qui serait totalement redondante avec ce que voit le jury. Une description ne permettrait de démontrer la compréhension par le candidat des principes, des points clés à l'œuvre dans la technique.

Il peut s'agir de mettre en avant :

- Les caractéristiques d'une attaque (saisie ou frappe). Exemple : *katate ryote* est une des saisies les plus contraignantes, elle oblige à une vigilance plus grande sur les notions de centrage, de coordination entre le haut et le bas du corps, etc.
- Les caractéristiques de la technique. Exemple : *shiho nage* (qui est considéré comme un *kihon waza*) Commentaire d'un point clé de la technique : pivot sous les mains, grande liberté dans le déplacement, coupe dans les quatre directions possibles, etc.
- Les caractéristiques de la forme de travail. Exemple : *hanmi handachi waza*. Pourquoi pratique-t-on cette forme de travail ? Quel est son intérêt pédagogique ?

L'intérêt du commentaire est de signaler, de mettre en avant des points, des notions qui pourraient être utilisées dans un plan de cours ou dans un cycle d'enseignement, de faire la relation entre des notions que l'on retrouve dans des techniques différentes (transversalité, *ri ai*). Attention à ne pas faire trop de commentaires. Comme pour l'épreuve pédagogique, la mise en avant d'un point par démonstration est sans doute suffisant. Il s'agit d'une épreuve de démonstration. Commenter en même temps que démontrer n'est sans doute pas une bonne idée. Cela nuit en général à la lisibilité de la démonstration sauf lorsqu'il s'agit de mettre en évidence un point-clé à l'intérieur de la technique.

La sous-commission se prononce par : admis, non admis.

### Commission Technique Formation

Auteur : Gilles RETTEI  
Création : octobre 2017  
MAJ : nov. 2017

## Proposition de sujets pour l'épreuve N° 2 de l'UC1 : épreuve pratique de démonstration

---

## Sujet 1

### Suwari waza

Shomen uchi ikkyo omote (et ura)\*  
Shomen uchi nikyo (omote et)\* ura  
Shomen uchi irimi nage

### Hammi handachi waza

Katate dori shiho nage  
Ushiro ryo kata dori kokyu nage

### Tachi waza

Ryote dori tenchi nage  
  
Katate ryote dori irimi nage  
Katate ryote dori kokyu nage  
  
Yokomen uchi sankyo omote (et ura)\*  
Yokomen uchi yonkyo (omote et)\* ura

### Ushiro waza

Ryote dori juji garami  
Katate dori kubishime sankyo  
Katate dori kubishime shiho nage

### Buki waza

Démontrer 4 (ou 2)\* techniques de projection en jo nage waza  
Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en ken tai ken

\* en fonction du temps

## Sujet 2

### Suwari waza

Yokomen uchi ikkyo omote (et ura)\*  
Yokomen uchi nikyo (omote et)\* ura  
Yokomen uchi kote gaeshi

### Hammi handachi waza

Katate dori uchi kaiten nage  
Ushiro ryo kata ikkyo

### Tachi waza

Aïhanmi katate dori sankyo omote (et ura)\*  
Aïhanmi katate dori yonkyo (omote et)\* ura

Ryote dori tenchi nage

Kata dori men uchi shiho nage  
Kata dori men uchi irimi nage

### Ushiro waza

Ryote dori sankyo  
Katate dori kubishime kokyu nage  
Katate dori kubishime kote gaeshi

### Buki waza

Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en tanto dori chudan tsuki  
Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en jo tai jo

\* en fonction du temps

### Sujet 3

#### Suwari waza

Kata dori ikkyo omote (et ura)\*  
Kata dori nikkyo (omote et)\* ura  
Yokomen uchi kote gaeshi

#### Hammi handachi waza

Ryote dori shihonage  
Ushiro ryo kata dori sankyo

#### Tachi waza

Katate dori uchi kaiten nage

Kata dori men uchi shiho nage  
Kata dori men uchi koshi nage

Shomen uchi ikkyo omote (et ura)\*  
Shomen uchi nikyo (omote et)\* ura

#### Ushiro waza

Ryote dori juji garami  
Ryo kata dori kokyu nage  
Ryo kata dori sankyo

#### Buki waza

Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en tanto dori chudan tsuki  
Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en tachi dori

\* en fonction du temps

## Sujet 4

### Suwari waza

Kata dori ikkyo omote (et ura)\*  
Kata dori nikkyo (omote et)\* ura  
Yokomen uchi kote gaeshi

### Hammi handachi waza

Katate dori uchi kaiten nage  
Ushiro ryo kata dori kote gaeshi

### Tachi waza

Ryote dori tenchi nage  
Ryote dori irimi nage

Muna dori shiho nage

Aïhanmi katate dori sankyo omote (et ura)\*  
Aïhanmi katate dori yonkyo (omote et)\* ura

### Ushiro waza

Ryote dori kote gaeshi  
Eri dori ikkyo  
Eri dori shiho nage

### Buki waza

Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en jo dori  
Démontrer 4 (ou 2)\* techniques en ken tai ken

\* en fonction du temps