

En préambule de mon propos intitulé « Maîtres à maîtriser, mythomanie, mégalomanie dans le Dojang : attention danger ! », je citais Kenji Tokitsu en ces termes : "Les arts martiaux sont une méthode d'auto-éducation, dont l'objectif est de rendre chaque être humain autonome et capable de prendre la responsabilité de sa propre vie. L'élève n'est jamais éduqué mais apprend, guidé par l'enseignant, à s'éduquer lui-même".

C'est dire si je partage cette approche de K. Tokitsu ! En effet, je n'ai, comme quelques autres, de cesse de rappeler et répéter la valeur éducative, citoyenne et éthique des arts martiaux, hier comme aujourd'hui.

Mais encore, faut-il pouvoir s'approprier convenablement une telle méthode d'auto-éducation, ou d'éducation tout court !

En dehors des aspects réglementaires que viennent polluer et/ou pervertir la course puérile aux honneurs et l'avidité insatiable des médailles, les fédérations concernées et le ministère de tutelle se donnent-ils suffisamment la peine et les moyens de tirer profit de la quintessence des arts martiaux, de leurs champions censés être dotés de valeurs éducatives ?

Un champion multi-médaillé fera rêver une multitude de jeunes qui seront attirés ponctuellement par un art martial. Mais comme l'écrasante majorité n'atteindra jamais ce niveau de notoriété dû à des capacités physiques exceptionnelles, un encadrement adéquat et un gros travail de préparation, beaucoup s'arrêteront vite en chemin une fois les rêves déçus.

A contrario, une pratique qui a du sens pour toutes les catégories d'âge et de population, a davantage l'adhésion durable du plus grand nombre, à la condition d'être correctement vulgarisée à travers une politique de communication adéquate, et surtout un strict respect du contrat moral énoncé dans les publicités des clubs et des fédérations.

Les deux conditions ne sont pas contradictoires, bien au contraire. L'exemple du judo en atteste : sa valeur éducative mise en avant et sa structuration lui ont permis d'être présent dans les moindres recoins de l'Hexagone. De grands champions à l'image de David Douillet, aujourd'hui de Teddy Riner, ont attiré à travers leurs résultats et leur image de nombreux nouveaux licenciés dans leur fédération. Ce n'est pas un hasard si la fédération de judo compte plus de 500 000 licenciés !

La FFTDA vient de lancer une initiative que je crois intéressante, intitulée « Welcome Week ». Ce qui à mon avis pourra attirer les connaissances des membres des clubs qui participeront à cette initiative.

Néanmoins, seul le sentiment de sérieux, de sécurité, la discipline et le respect qui se dégageront de ces portes ouvertes, en plus des autres aspects sportifs et d'efficacité au combat et à l'autodéfense pourront convaincre durablement nos invités

Comment percevoir et mettre en avant les aspects éducatifs de l'art martial ? Quels sont-ils ?

Des pratiquants d'une semaine vous les dévoilent à travers leur expérience « d'éducateurs spécialisés ». Contacté par l'INFA l'année dernière, j'ai accepté d'animer un atelier « arts martiaux » au cours d'une session de techniques éducatives en décembre 2008. À l'issue de cette première session qui a concerné 12 éducateurs, 3 sont venus s'entraîner au Club Saint-Germain Paris, et deux se sont inscrits début 2009.

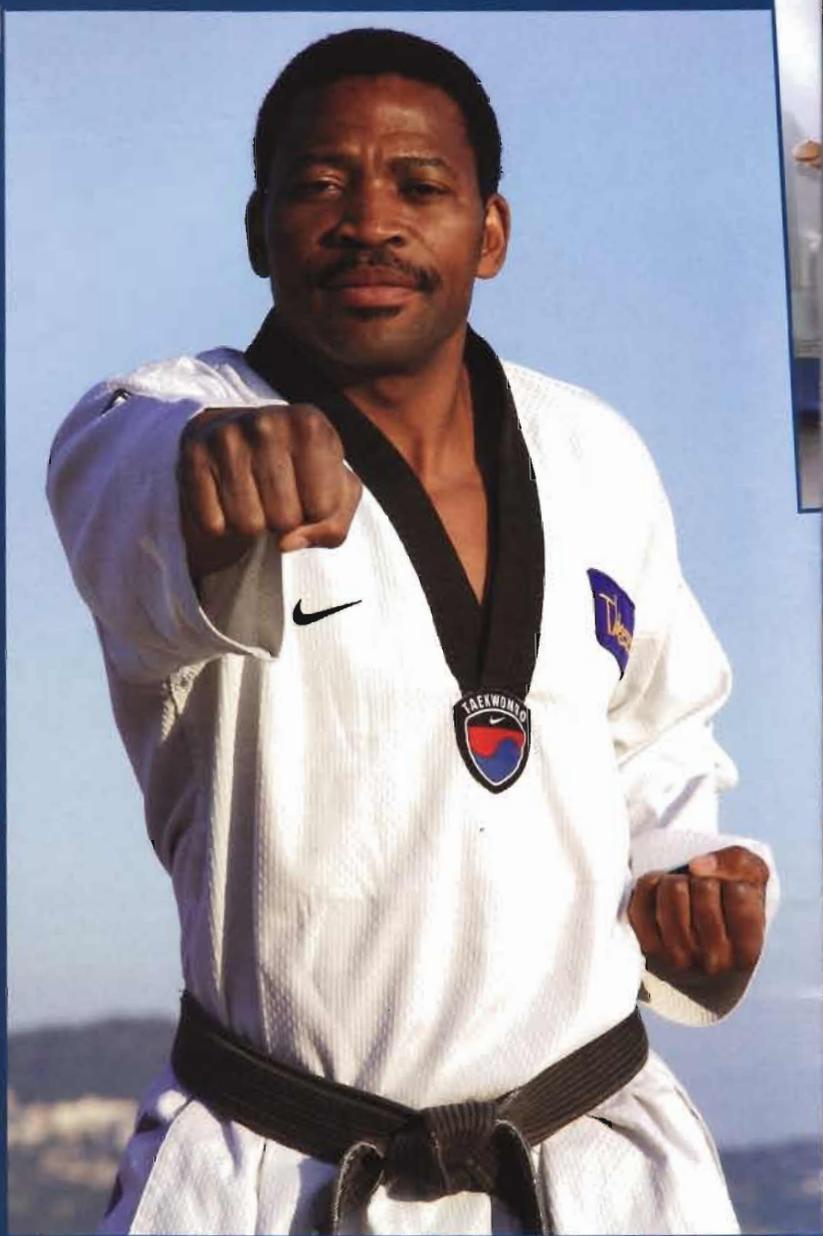
Les 14 participants à la deuxième session (30 novembre – 4 décembre 2009) ont accepté de vous livrer leur ressenti et leurs impressions par écrit.

C'est révélateur de la capacité de l'art martial, le taekwondo en l'occurrence, d'être utilisé comme un véritable outil d'éducation !

Au cours des deux sessions, tous les éducateurs se sont pleinement impliqués dans l'atelier, et ont été surpris en fin de semaine en présence de leurs camarades et leurs formateurs. De vrais artmarcialistes disciplinés, concentrés, impliqués et efficaces dans les différents domaines de la pratique du taekwondo.

Lisez plutôt ! ■

**Adama COULIBALY**  
Instructeur au Club Saint-Germain Paris



#### EXEMPLE DES « TECHNIQUES ÉDUCATIVES » DE INFA (L'INSTITUT NATIONAL DE FORMATION ET D'APPLICATION À DESTINATION DES ÉDUCATEURS SPÉCIALISÉS EN 2<sup>E</sup> ANNÉE DE FORMATION).

Cette semaine de technique éducative « taekwondo » animée par Adama COULIBALY m'a permis de connaître cette discipline et de faire un parallèle avec notre profession d'éducateur spécialisé.

Apprendre à écouter notre corps, à travailler sa respiration pour pouvoir se concentrer, à se positionner par rapport à l'autre, sont des éléments qui nous aident à renforcer la confiance en soi, aller de l'avant et être clair avec soi-même et Autrui.

En tant qu'éducatrice, j'ai cette position à la fois d'apprenante et de formatrice envers les jeunes que j'accompagne. Pas de compétition, juste de la connaissance en profondeur de soi et d'autrui.

**Aurore**

Cinq jours de techniques éducatives nous ont permis de découvrir le taekwondo. Cette activité nous apparaît être un très bon support éducatif. En effet, celle-ci permet de transmettre des valeurs tel le respect de l'autre, la sagesse, la patience, l'écoute, la persévérance...

Au cours de cette semaine nous avons appris à nous surpasser tout en respectant nos limites corporelles. De plus, les arts martiaux peuvent aider les personnes auprès desquelles nous travaillons, en posant un cadre et des limites. Un autre aspect nous a semblé important. Nous avons constaté qu'en pratiquant ce sport nous pouvions évacuer toutes les tensions, le stress, les soucis du quotidien. Nous n'hésiterons pas à orienter les personnes que nous accompagnons à pratiquer ce sport. Un grand merci à Adama Coulibaly pour sa sympathie et sa patience. Il a réussi à nous transmettre sa passion, et nous a donné envie d'en découvrir davantage.

**Delphine, Emilie & Sandra**



## TECHNIQUE ÉDUCATIVE

J'ai particulièrement apprécié cette initiation au taekwondo avec Adama Coulibaly. Cet art martial a à mon sens beaucoup de vertus, tant sur le plan physique que mental et spirituel. Cette expérience fut fort enrichissante. Nous avons pu découvrir de multiples facettes de cet art en l'espace d'une semaine.

En lien avec la formation d'éducateur spécialisé je pense que cette pratique a totalement sa place. Elle aide à maîtriser ses émotions et à se canaliser. Dans notre pratique professionnelle nous avons le devoir de pouvoir encaisser ce que nous renvoie l'usager tout en restant maître de nos réactions. Le rapport à la discipline et au respect dû au maître est aussi un aspect important. Ce sont des efforts intenses et ils ont besoin d'être encadrés.

Je pense que dans une activité encadrée par un professionnel, l'éducateur peut transmettre des valeurs et des principes utiles et constructifs à l'usager.

Je vous remercie pour cette semaine que je n'oublierai pas. Rendez-vous dans un an et demi à la fin de ma formation pour des cours. Merci.

————— **Romain DUPIN**

Ayant pratiqué plusieurs sports, j'ai été très étonné par l'effet que peuvent procurer les arts martiaux.

À première vue cet art peut paraître « brut » et violent, mais en s'y intéressant j'ai pu découvrir une discipline qui nous apprend la rigueur, la sagesse, le respect, etc. Cherchant à canaliser mon énergie, les arts martiaux par leur enseignement spirituel m'aident dans cette démarche.

J'ai pu aussi noter que le rôle du Maître est primordial, il est l'exemple, l'éducateur et l'enseignant d'une vertu que l'on a parfois du mal à saisir. Les arts martiaux sont bien plus qu'un sport, c'est un art de vivre, un état d'esprit qui nous permet de s'élever et d'acquérir une connaissance de soi profonde. PS. Merci Maître, pour tout !

————— **Fabrice NKOMBO**

J'ai énormément apprécié la découverte des arts martiaux dans le cadre de ces « techniques éducatives ».

Avec un Maître tel qu'Adama, on comprend vite que cette discipline est bien plus qu'un sport... En tant qu'éducatrice spécialisée en formation, je peux



dire que c'est une grande richesse d'avancer dans cette pratique, tant pour

sa construction personnelle que pour tous les bénéfices que l'on peut tirer dans son quotidien, et mettre à profit des personnes accompagnées.

Je désire poursuivre le taekwondo et qui sait, peut être un jour, y entraîner nos jeunes qui manquent tellement de repères, et avec lesquels nous sommes souvent à court d'outils éducatifs. L'art martial est une précieuse voie d'éducation je crois !

Merci à Adama de nous avoir fait entendre sa voix...

————— **Emmanuelle CLAVEIROLE**

J'ai vraiment apprécié cette semaine d'art martial auprès de Monsieur Coulibaly. D'abord, elle m'a permis de découvrir une discipline que je ne connaissais pas. J'ai pu me rendre compte que c'est un sport qui contient et tente d'enseigner de nombreuses valeurs telles que le respect, la discipline, la loyauté, l'humilité...

Il nous a été montré durant cette semaine que le taekwondo, mais plus généralement les arts martiaux, permettaient grâce à un enseignement et un accompagnement de qualité de s'élever à la fois physiquement et spirituellement. La notion de spiritualité est davantage mise en avant dans les arts martiaux, il ne s'agit pas simplement d'apprendre des techniques de combat. Et c'est en cela que j'ai apprécié l'enseignement qui nous a été transmis.

J'ai pu y trouver un réel intérêt et établir un lien avec la formation d'éducateur spécialisé. C'est par l'expérience que j'ai pu faire sur moi-même, mais que j'ai aussi constaté au sein du groupe, l'exercice de cette discipline a permis un rassemblement de soi et collectif. (...) Pour moi, qui ne connaissais pas les arts martiaux, j'ai d'abord été ravie de cette découverte, que je souhaiterais approfondir, mais j'ai surtout été surprise de ce que l'on pouvait

apprendre sur soi, sur ces capacités, ses envies, sa volonté et sur son corps. C'est pourquoi, j'estime (même après une semaine) et je ne pense pas me tromper en disant que les arts martiaux favorisent à la fois la concentration d'un point de vue spirituelle mais aussi l'expression du corps, de ses énergies. (...) J'ai compris que l'exercice des arts martiaux pouvait permettre de développer sa confiance en soi, de travailler sur l'estime de soi ; la possibilité de se créer des repères, une identité propre, d'aller davantage vers l'autonomie et la responsabilité. Ce sont des notions qui me paraissent importantes en éducation spécialisée, c'est pourquoi j'y ai trouvé un très grand intérêt et de bonnes pistes de réflexion. (...).

————— **Delaitre Camille.**

## BILAN DES TECHNIQUES ÉDUCATIVES (1<sup>re</sup> Session) ARTS MARTIAUX

Comment résumer cette semaine de techniques éducatives passée à l'atelier « Arts Martiaux » aux côtés de Adama Coulibaly. Le premier mot qui me vient à l'esprit est « courbatures ». En réalité, cette semaine a été très attractive pour les muscles mais aussi pour la réflexion. Les arts martiaux, notamment le taekwondo, sont comme le nom l'indique un art mais pas seulement. Au-delà du sport existe toute une philosophie qui entoure cette pratique. C'est en partie cette philosophie qui est intéressante à exploiter dans notre travail d'éducateur spécialisé.

L'éducateur au cours de sa pratique est amené à travailler autour de la notion de respect. Ce terme a été évoqué dès le premier jour d'initiation au taekwondo. Chaque pratiquant doit respecter l'autre. Ce respect est symbolisé par le salut.

Comme tous les sports, le taekwondo est encadré par des règles précises. Celles-ci doivent être respectées par tous pour le bon déroulement de la pratique. Ainsi par le biais du taekwondo, l'éducateur peut travailler avec le jeune autour de la notion de règles, et plus largement de lois de la société.

Le taekwondo est un sport divisé en plusieurs formes de pratiques : la technique traditionnelle, la self-défense, le combat, le body taekwondo. En effet, durant chaque exercice, le pratiquant est amené à contrôler sa respiration. Plus largement, il apprend à contrôler son corps, ceci lui permettant de canaliser son énergie. C'est pourquoi, il me semble intéressant de pratiquer cette discipline

avec des jeunes débordant d'énergie. (...) Durant cette semaine, M. Adama a su nous transmettre sa passion pour les arts martiaux. J'ai pu faire ressentir les bienfaits de la discipline dans le travail de l'éducateur. Toutefois, je pense qu'il est important d'avoir des bases solides pour pouvoir mettre en place un atelier de ce type au cours de sa pratique d'éducateur.

————— **Melissa Codassé**

