

DEVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR ET AÏKIDO

Age	Motricité	Intelligence et cognition	Psychoaffectif	Aïkido
0 - 2 ans	Passage d'une motricité réflexe à une motricité volontaire. Intégration et structuration du corps pour permettre d'accéder à la marche.	Stade sensorimoteur : recherche de sensation , expérimente ses limites pour savoir de quoi il est capable.	Recherche constante de plaisir, intolérance à la frustration , ne comprend pas toutes ses émotions.	Non préconisé. Plutôt ateliers d'éveil corporel en crèche ou bébé nageur.
2 - 7 ans	Motricité fine et globale, coordinations/dissociation, équilibre en cours d'acquisition. Latéralisation en cours.	Stade préopératoire, sémiotique et symbolique : représentations mentales, capacités d'abstraction, théorie de l'esprit (3-4 ans).	Entrée en « phase de latence » (vers 6 ans) : capable de laisser la recherche de mouvement, de sensation et de plaisir et d'investir les apprentissages et la sphère intellectuelle . Se considère comme le « centre de l'univers », impulsivité. Hésitant et indécis. Les comportements socialisés apparaissent.	Proposer des situations ludiques mettant jeu le corps sur le plan moteur et sensoriel (chute, déséquilibre, jeux sur les différents plans de l'espace). « Donner à sentir et à bouger » : les capacités d'attention et de mémorisation sont encore faibles, les fonctions exécutives ne sont pas en place. Proposer des jeux et exercices qui permettent d'enregistrer une mise en forme du corps => mémoire corporelle . L'utilisation de matériel est intéressante puisqu'elle sollicite l'ensemble des sens et permet de donner des éléments concrets à l'enfant. Cela apporte aussi une dimension ludique à l'exercice. Mettre en relief le cadre et l'étiquette de la discipline pour apporter des éléments structurant à l'enfant (salut, respect des règles, vigilance, bienveillance, tenue vestimentaire, etc.). Les démonstrations doivent être courtes et apporter des informations concises, essentielles et visuelles . Le professeur devra faire preuve de dynamisme, d'énergie, d'attention et d'écoute .

7 - 11 ans	<p>Acquisitions terminées, affinement dans l'aisance et la fluidité corporelle (force, rapidité, endurance, précision).</p> <p>Latéralisation achevée.</p>	<p>Stade opérations concrètes : maturation des régions antérieures du cerveau, mise en place des fonctions exécutives (planification, contrôle attentionnel, flexibilité mentale). Reconnaissance des visages.</p>	<p>7 ans : assimile, équilibre entre désirs propres et exigences extérieures, rêveur, autocritique.</p> <p>8 ans : âge de la socialisation, quête de connaissance, ségrégation fille-garçon.</p> <p>9-10 ans : s'identifie à son groupe d'âge, se détache de sa famille, sens de la solidarité, coopération. Identification à une icône, sentiment d'appartenance.</p>	<p>L'enfant peut se représenter les gestes et mouvements mentalement et il sait s'orienter et s'organiser dans l'espace. Les techniques d'aïkido peuvent être proposées comme chez l'adulte mais précédées d'exercices éducatifs ludiques préalables et présentées avec dynamisme.</p> <p>Des propositions ludiques impliquant la coopération sont intéressantes. Suggérer aux jeunes de démontrer les techniques. Utiliser du matériel pour transposer les connaissances sur différents supports et développer à la fois la flexibilité mentale et corporelle.</p>
Ado	<p>Développement psychomoteur achevé mais influencé par les modifications corporelles de la puberté.</p>	<p>Stade opérations formelles : raisonnement hypothético-déductif.</p> <p>Maturation du système nerveux achevée entre 15 et 20 ans.</p>	<p>Age du groupe social (bande, etc.).</p> <p>Modifications corporelles et hormonales impliquent l'estime de soi.</p> <p>Constitution de l'identité propre.</p>	<p>Proposer des échauffements et exercices éducatifs ludiques : l'ado n'est pas un enfant mais pas un adulte. Malgré les apparences et ce qu'il peut laisser penser, il est en pleine transition et en demande non formulée de ludisme. Mise en forme du corps.</p> <p>Relations garçon-fille : parfois compliquées avec certaines techniques, la force musculaire tend à se différencier. Etre vigilant et à l'écoute => équilibre entre mixité et ségrégation garçon-fille.</p> <p>Passages de grade : préserver le système de ceintures et associer les kyu dès 14 ans.</p> <p>Proposer aux jeunes d'être assistant au cours enfants (si différence entre cours enfant et ado) pour développer les notions de transmission mais aussi valoriser. Relation sempai-kohai à mettre en avant dans les cours « jeunes » (enfants-ados).</p>