



# BEES 1 AÏKIDO - L'ÉPREUVE GÉNÉRALE

## PARTIE ÉCRITE: SUJETS DES ANNÉES PRÉCÉDENTES

---

Les sujets sont classés par année.

[2009](#) - [2008](#) - [2007](#) - [2006](#) - [2005](#) - [2004](#) - [2003](#) - [2002](#) - [2001](#) - [2000](#) - [1999](#) - [1998](#) - [1997](#) - [1996](#) - [1995](#) - [1994](#) - [1993](#) - [1992](#) - [1991](#) - [1990](#) - [1989](#) - [1988](#) - [1987](#) - [1986](#) - [1984](#)

---

### ANNÉE 2009

*Session de novembre*

1. Que peut apporter l'activité d'enseignement à un pratiquant d'aïkido-aïkibudo ?  
En quoi cela peut-il le faire progresser ?  
Appuyez-vous sur des exemples précis.
2. Un pratiquant sourd-muet se présente à votre cours.  
Comment allez-vous tenter de l'intégrer à votre groupe d'élèves ?  
Plus généralement, comment accueillir des pratiquants handicapés ?
3. De nombreux styles existent en aïkido-aïkibudo. Ils peuvent se distinguer notamment par le rôle plus ou moins actif demandé à l'uke.  
Analyser les avantages et/ou les inconvénients d'une démarche ou de l'autre :  
la première démarche qui impose un rôle très actif à l'uke tout au long de la pratique ;  
la seconde qui cherche à rendre le travail de l'uke plus neutre ;  
la troisième qui impose les attaques plus réalistes en fonction de la progression de tori.
4. En aïkido l'âge moyen des pratiquants adultes s'accroît chaque saison.  
Faut-il conserver la pratique en suwari wasa et en hanmi handachi wasa malgré les inconvénients de ces deux modes de travail vis-à-vis des articulations de l'appareil locomoteur ?  
Argumenter votre réponse en précisant les risques, contre-indications mais aussi les intérêts, apports de ces deux modes de travail en aïkido-aïkibudo.

---

### ANNÉE 2008

*Session de novembre*

Page 1 sur 13

1. L'Aïkido est un art martial. Qu'est-ce que cela signifie ? Comment peut-on faire passer cette notion dans un cours ?
2. Un médecin généraliste, avant de vous délivrer un certificat de non-contre indication à la pratique et à l'enseignement de l'Aïkido, vous demande en quoi consiste cette activité.  
Quelles réponses lui faites-vous ?  
Il vous demande également quels risques présente la pratique de cette discipline.  
Que répondez-vous ?
3. Comment définissez-vous l'Aïkido ? Cela peut-il expliquer la multiplication de pratiques proches et concurrentes à laquelle on assiste depuis plusieurs années ?
4. Les armes en Aïkido posent question à tout enseignant : Sont-elles l'histoire, le symbole, une partie, l'essence de l'Aïkido ou autre chose que cette discipline ? Après avoir envisagé ces différents aspects, vous préciserez votre position.

---

## ANNÉE 2007

### *Session de novembre*

1. Les Ukemis : Leurs différentes places en aikido/aïkibudo ; comment les enseigner à des débutants jeunes ou âgés ? Quels risques présentent-ils ?
2. Un nouvel inscrit dans votre club vient d'apprendre que le soir après le cours d'aïkido/aïkibudo à mains nues, il y a une initiation au travail des armes (bokken et jo). Il s'étonne alors que le club ne mette pas de bokken et jo à disposition. Que lui répondez-vous ?
3. Une femme de quarante ans, sans condition physique, vient s'inscrire dans votre club en croyant que vous enseignez du Taïchi. Quelles précautions particulières prenez-vous et quels arguments pourriez-vous développer pour la convaincre de pratiquer l'aïkido/aïkibudo ?
4. Comment expliquez-vous la stagnation actuelle constatée du nombre de pratiquants d'aïkido/aïkibudo en France ? Que proposeriez-vous comme actions au niveau de votre club pour inverser la tendance ?

---

## ANNÉE 2006

### *Session de novembre*

1. Certains de vos élèves viennent d'apprendre l'existence de 2 fédérations officielles d'aïkido en France.

Comment leur expliquez-vous cette situation à partir de l'histoire de l'aïkido-aïkibudo ?

2. Après avoir rappelé les modalités d'application et les caractéristiques de la forme de travail Hanmi Handachi Waza, essayer d'en dégager les objectifs, les apports et les limites ?
3. Le président de votre club souhaite lancer un cours pour seniors et vous demande votre avis.  
Que lui répondez-vous ?  
Quel pourrait être le contenu de votre enseignement pour ce public spécifique ?  
Quelles précautions allez-vous prendre et pourquoi ?
4. Rédigez un texte publicitaire pour le démarrage d'un cours pour adolescents (12-16 ans).

---

## ANNÉE 2005

### *Session de novembre*

1. Vous enseignez dans un club universitaire.  
Comment allez-vous faire passer votre conception de l'étiquette en aikido auprès de votre public étudiant, *a priori* plutôt critique et irrespectueux ?
2. Un parent assistant à votre cours vous pose des questions sur la préparation que vous faites en début de cours.  
Comment allez-vous argumenter ?  
Quel(s) rôle(s) a-t-elle ? Quel(s) lien(s) peut-elle avoir avec le thème de votre cours ?
3. Pendant votre cours, vous parlez d'Uke et d'Aïte ce qui provoque une demande d'éclaircissement d'un de vos élèves.  
Comment définiriez-vous ces deux notions ?  
Quelle(s) relation(s) ont-elles ?  
Vous vous appuyerez dans votre réponse sur des exemples techniques.
4. Une des principales caractéristiques de l'aïkido est l'absence de compétition.  
Justifiez cette caractéristique historiquement et structurellement (par la nature même de la discipline, la forme et les structures des mouvements).  
Les passages de grades ne sont-ils pas une forme de compétition avec un jury composé de « juges » tirés au sort ?

### *Pas de session en juin*

---

## ANNÉE 2004

*Session de novembre*

1. La devise des Jeux Olympiques est « Citius, Altius, Fortius » (plus vite, plus haut, plus fort). Vous paraît-elle pleinement ou partiellement applicable à l'Aïkido, l'Aïkibudo ? Faites une réponse argumentée à partir d'éléments historiques mais aussi à partir de la représentation de votre discipline. Quelle devise proposeriez-vous pour l'Aïkido, l'Aïkibudo ?
2. Un parent d'un de vos élèves vous demande les raisons pour lesquelles on travaille en suwariwaza et en hanmihandachiwaza en Aïkido, en Aïkibudo. Après avoir donné des explications historiques, vous soulignez leurs spécificités, leurs intérêts pédagogiques, leurs difficultés... Vous expliquez également comment dans vos cours vous prévenez les éventuels problèmes articulaires que ces formes de travail sont susceptibles de provoquer.
3. L'enseignement de l'Aïkido, de l'Aïkibudo ne se réduisant pas à la présentation d'un catalogue de techniques, comment un enseignant peut-il très concrètement faire passer dans ses cours des idées comme l'harmonie, le respect, la tolérance, la non-violence ?
4. Les expressions KI et de KOKYU sont souvent utilisées en Aïkido, en Aïkibudo. Quelles définitions et explications pourriez-vous en donner à un groupe de vos élèves dans leur 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> année de pratique ?

*Pas de session en juin*

---

**ANNÉE 2003**

*Session de novembre*

1. A l'occasion d'une journée portes ouvertes vous devez présenter votre discipline grâce à une démonstration et une brève intervention. Comment organisez-vous la démonstration ?
2. Est-il utile pour des pratiquants d'aïkido/aïkibudo d'effectuer des activités physiques complémentaires (muscultation, footing, natation, vélo...) ou l'aïkido/aïkibudo se suffit-il à lui-même ?
3. Votre club crée une section enfants. Vous devez définir les règles de fonctionnement : âge des enfants accueillis, principe de fonctionnement, responsabilités des parents et de l'enseignant (horaires, transports...).
4. Objectifs essentiels et utilité du travail des armes en aïkido/aïkibudo.

*Pas de session en juin*

---

**ANNÉE 2002**

### *Session de novembre*

1. Comment promouvoir l'Aïkido, Aïkibudo auprès des femmes?  
Quels arguments, quelles modalités d'actions proposeriez-vous dans votre club?
2. Le responsable du club omnisports où vous enseignez vous demande un bref article (une page maximum) sur "l'Aïkido, Aïkibudo et la santé".  
Vous insisterez sur les bienfaits, mais aussi les risques et les principales contre-indications à la pratique de cet art martial.
3. Comment définissez-vous le dojo et comment le présentez-vous à vos élèves?
4. Présentez la notion de kokyū, wa no seishin : Significations, origines.  
Quelles utilisations dans vos cours, quelles formes de travail et quelles techniques?

### *Session de juin*

1. Comment concevez-vous la préparation en Aïkido? Est-ce un simple échauffement?  
Quelle(s) relation(s) éventuelle(s) a-t-elle avec le cours proprement dit?
2. A l'occasion d'un examen de grades kyu, vous rappelez à vos élèves la signification des grades en Aïkido (définition, rôle, place, limites, dérives possibles,...) ainsi que les conditions de présentation.
3. Pour un enseignant déjà titulaire du B.E.E.S. 1er degré Aïkido, quel intérêt peut présenter le suivi d'une Ecole Régionale des cadres?
4. Comment définiriez-vous rapidement le discipline Aïkido à des spectateurs de votre cours (en club) : est-ce un art martial, une discipline de relaxation, une activité gymnique de loisir, un yoga dynamique? Quels bénéfices peuvent en attendre les pratiquants, et avec quelles réserves?

---

## **ANNÉE 2001**

### *Session de novembre*

1. Face aux excès des sports de compétitions (dopage, argent, violence ...), l'Aïkido (Aïkibudo) discipline non compétitive et pratique de santé devrait avoir de beaux jours devant elle. Quels sont actuellement ses atouts et ses faiblesses ?
2. Les parents d'un jeune pratiquant vous demandent à quoi sert la licence et comment est utilisé l'argent versé. Quelle(s) réponse(s) allez-vous lui faire ? Ils vous demandent également si leur fils peut pratiquer l'Aïkido sans payer de licence. Quelle(s) réponse(s) leur faites-vous ?
3. Lors d'un cours que vous dirigez, un de vos élèves se blesse à l'épaule sur un ukemi. Quelle sera votre conduite (dans l'immédiat, plus tard) ? Vous souhaitez profiter de cet accident pour rappeler les obligations administratives de tout Aïkidoka s'inscrivant

dans un club. Quel message allez-vous faire passer?

4. Un de vos élèves, souffrant des genoux, vous demande à quoi sert la forme de travail suwariwaza. Quelle réponse argumentée allez-vous lui faire ?

---

## ANNÉE 2000

### *Session de novembre*

1. Pourquoi n'y a t-il pas de compétition en Aïkido/Aïkibudo?  
Quelles sont les conséquences pour les élèves sur les plans physiques et psychologiques ?
2. La secrétaire du club omnisport où vous enseigner l'Aïkido/Aïkibudo vous demande les conditions à remplir pour s'inscrire à votre section (âge, condition physique, formalités administratives, etc.) ainsi que les principales contre-indications à cette pratique.
3. Enseignement de l'Aïkido/Aïkibudo aux enfants. Limite des adaptations nécessaires pour la sécurité eu égard aux fondements de la discipline.
4. Importance de la pratique des armes en Aïkido/Aïkibudo.

### *Pas de session en mai*

---

## ANNÉE 1999

### *Session de novembre*

1. L'Aïkido (Aïkibudo) semble se transformer de plus en plus en une activité tournée vers le loisir, la " mise ou le maintien en forme " et touche de ce fait un public nouveau.  
L'Aïkido (Aïkibudo) fait-il, dans ces conditions, encore partie des "ARTS MARTIAUX" ? Quelle que soit votre réponse, justifiez-la par rapport à votre vision de la discipline.
2. Les modalités actuelles de passages de grades DAN, au sein de l'UFA, sont toujours très discutées : protestations des candidats, conflits entre membres du jury, etc.  
Certains proposent de revenir aux " grades d'Écoles " où celles-ci seraient seules responsables de la délivrance des grades de leurs adhérents.  
Donnez les avantages et inconvénients de chaque système : grades d'État (délivrés par l'UFA) et grades d'Écoles.
3. Intérêts et limites d'une nomenclature des techniques d'Aïkido (Aïkibudo).
4. Suite à un contrôle anti-dopage positif d'un pratiquant d'Aïkido (Aïkibudo), le président de votre Ligue vous demande de sensibiliser vos élèves à ce problème.

Comment faites-vous ?  
Quels sont les aspects de ce problème sur lesquels vous allez insister ?  
Quels messages allez-vous faire passer ?

*Session de mai*

1. Vous devez écrire un article d'une vingtaine de lignes de présentation de l'aïkido pour un journal local. Quelles sont les choses qui vous paraissent primordiales ?  
Écrivez un premier jet d'article.
2. Au moment de l'inscription de son fils dans votre club, un parent inquiet vous demande si " l'aïkido est une secte ".  
Quelle réponse argumentée lui faites-vous ?
3. Intérêt(s) et apport(s) du travail des armes dans notre discipline.  
Analysez-le dans les domaines SHIN (valeurs spirituelles et morales), GHI (technique), TAI (corps).
4. Lors d'un cours, un de vos élèves se plaint de douleurs violentes au ventre.  
Quelle sera votre attitude ?

---

**ANNÉE 1998**

*Session de novembre*

1. A quoi sert la pratique de l'Aïkido / Aïkibudo dans notre société occidentale du XXIème siècle ?
2. Quel intérêt apportez-vous au travail des armes en l'Aïkido / Aïkibudo ?  
A quel moment l'introduisez-vous dans l'organisation de votre entraînement ?
3. Comment conciliez-vous la nécessité de préserver l'intégrité physique et la pratique de l'Aïkido / Aïkibudo ?
4. Importance des Taï Sabaki dans la pratique de l'Aïkido / Aïkibudo.

*Session de mai*

1. Y a t-il un "esprit" Aïkido ? Si oui, définissez-le.
2. L'Aïkido, selon O Senseï, c'est IRIMI et ATEMI ?
3. Comment comprenez-vous cette définition ? Importance du Taï Sabaki.
4. IRIMI ou TENKAN : lequel définit le mieux l'Aïkido selon vous ?

## ANNÉE 1997

### *Session de novembre*

1. Un débutant vous demande si l'Aïkido est efficace pour le combat de rue. Quelle(s) réponse(s) lui faites-vous ?
2. Explicitez l'utilisation du bassin dans la pratique de l'Aïki (Aïkido et/ou Aïkibudo).
3. En cette fin de siècle, quel(s) sens peut avoir la pratique de l'Aïkido ?
4. "L'Aïkido, c'est IRIMI et ATEMI".  
Comment comprenez-vous cette définition de O SENSEI?

### *Session de mai*

1. Expliquez le rôle des ATEMIS en Aïkido (ou Aïkibudo) ; ATEMIS portés par TORI ou début ou/et durant l'exécution d'un mouvement.
2. L'Aïkido (ou Aïkibudo) pour enfants comporte des spécificités : lesquelles ?  
Pourquoi ?  
Précisez en fonction des classes d'âges.
3. Le REISHIKI au sein d'un DOJO :  
Quel est son rôle ?  
Rappelez-en les éléments essentiels ;  
Comment le faire connaître aux débutants ?
4. Suite à une chute claquée (KOKYU-NAGE) un pratiquant reste allongé au sol. Que faites-vous ?  
Envisagez plusieurs cas de gravité.

---

## ANNÉE 1996

### *Session de novembre*

1. Quelle importance accorder à la respiration dans la pratique de l'Aïkido ou Aïkibudo ?
2. Importance du Tai Sabaki dans la pratique de l'Aïkido ou Aïkibudo.
3. Comment concevez-vous la préparation au cours proprement dit ?
4. Importance du Jo (ou du Boken) dans la pratique de l'Aïkido ou de l'Aïkibudo

### *Session de mai*



1. Qu'est-ce que le MA AI ?  
Comment peut-on le faire comprendre aux pratiquants et l'illustrer en pratique?
  2. Expliquez la notion de TEN KAN (Aïkido).
  3. Comment pourrait-on organiser l'enseignement de l'Aïkido et l'Aïkibudo pour permettre aux élèves de pratiquer à tout âge et le plus longtemps possible ?
  4. La pratique des armes vous paraît-elle importante en Aïkido(Aïkibudo) ? Pourquoi ?
- 

## **ANNÉE 1995**

### *Session de novembre*

1. Comment présentez-vous le concept de KOKYU à des débutants ?
2. Importance de l'étiquette en Aïkido ou en Aïkibudo ?
3. Quel est l'intérêt de la pratique en SUWARI WAZA, ou en HANMI HAN DACHI WAZA ?
4. Doit-on chercher à apprécier l'efficacité, et comment, dans la pratique de l'Aïkido ou de l'Aïkibudo?

### *Session de mai*

1. L'Aïkido (ou Aïkibudo) peut-il être pratiqué à tout âge ?
  2. Que représente pour vous la notion d'UKEMI ? Comment l'expliquez-vous à vos élèves ?
  3. Importance des exercices de préparatoires dans la pratique de l'Aïkido ou de l'Aïkibudo ?
  4. Comment expliquez-vous IRIMINAGE ?
- 

## **ANNEE 1994**

### *Session de novembre*

1. Quelle place tient le " DOJO " dans les arts martiaux ?
2. Comment présentez-vous le concept de " KI " ?
3. Importance de l'esquive en Aïkido (ou en Aïkibudo) ?

4. Quelles sont les principales contre-indications à la pratique de l'Aïkido (ou de l'Aïkibudo) ?

*Session de mai*

1. Utilité d'une nomenclature des techniques ? Présentations possibles ?
  2. Comment présentez-vous la notion de grades à vos élèves ?
  3. Le concept de " ZANCHIN " dans les arts martiaux, et dans celui que vous pratiquez.
  4. A l'entraînement, deux de vos élèves se percutent dans une chute. L'un d'eux se plaint d'une vive douleur au dos. Que faites-vous ?
- 

**ANNÉE 1993**

*Session de novembre*

1. Quelles sont les incidences de l'âge sur la pratique de l'Aïkido ou de l'Aïkibudo ?
  2. Définissez les principaux aspects du rôle d'UKE en Aïkido, ou en Aïkibudo, et leurs conséquences pratiques ?
  3. La notion de style en Aïkido ou en Aïkibudo a-t-elle un sens, selon vous ? Expliquez votre position.
  4. Quelles sont les principales contre-indications physiques à la pratique de l'Aïkido ou de l'Aïkibudo ?
- 

**ANNÉE 1992**

*Session de novembre*

1. L'Aïkido pratiqué aujourd'hui vous paraît-il différent de celui pratiqué dans les années 50 ?
  2. Quelle place faut-il accorder à l'étude des "ukemis" dans l'étude de l'Aïkido ? Quels sont vos principes pédagogiques ?
  3. Considérez-vous préférable d'étudier la pratique des armes (jo, tanto, boken) simultanément à celle de l'Aïkido, ou seulement à partir d'un certain niveau technique ?
  4. Quelle est la conduite à tenir en cas d'évanouissements dans la pratique de l'Aïkido ?
-

## ANNÉE 1991

### *Session de novembre*

1. En quoi l'Aïkido, est-il un BUDO spécifique ?  
Les candidats de la spécialité " Aïkibudo " traiteront : " En quoi l'Aïkibudo est-il un BUDO spécifique ? "
2. Quelle utilité y a-t-il à classer les techniques selon une nomenclature ? Que pensez-vous de celle(s) existante(s) ?
3. Incidences de la pratique de l'Aïkido, ou de l'Aïkibudo sur les ensembles articulaires ?
4. Quels peuvent être les apports de l'Aïkido, ou de l'Aïkibudo aux comportements de la vie quotidienne ?

### *Session de mai*

1. Comment présentez-vous les saluts et le cérémonial de l'Aïkido à des débutants ?
  2. Quelle place faut-il accorder à l'étude des ATEMIS dans l'étude de l'Aïkido ?
  3. Les exercices respiratoires vous paraissent-ils utiles pour la pratique de l'Aïkido ?
  4. Quelles sont les principales contre-indications à la pratique de l'Aïkido ?
- 

## ANNÉE 1990

### *Session de novembre*

1. Que répondriez-vous à une personne désirant étudier l'Aïkido, ou l'Aïkibudo, et vous interrogeant sur l'utilité de cette discipline ?
2. Considérez-vous utiles les " échauffements " dans l'enseignement de l'Aïkido, ou de l'Aïkibudo ? Justifiez votre réponse.
3. Comment expliqueriez-vous à des débutants le concept de KOKYU ?
4. Quel est l'intérêt d'étudier les techniques contre TANTO ? A partir de quel niveau cela vous paraît-il justifié ?

### *Session de mai*

1. L'enseignement de l'Aïkido, ou de l'Aïkibudo, aux enfants se développe. Cela vous paraît-il être une bonne chose ? Justifiez votre réponse.
2. Peut-on, comme en judo, parler " d'immobilisation " en Aïkido, ou en Aïkibudo ?

3. Comment expliqueriez-vous à des débutants les principes positifs et négatifs (OMOTE-URA) ?
  4. Doit-on chercher à apprécier l'efficacité, et comment, dans la pratique de l'AÏKIDO, ou de l'Aïkibudo ?
- 

## ANNÉE 1989

### *Session d'octobre*

1. La pratique des arts martiaux orientaux en France est-elle, selon vous, une mode ? Comment voyez-vous son évolution ?
  2. Quel est l'intérêt technique et pédagogique de la forme d'attaque " SHOMEN " ? Présente-t-elle des inconvénients ?
  3. Quelles connaissances psychologiques vous paraissent-elles nécessaires pour enseigner l'Aïkido, ou l'Aïkibudo ? Justifiez votre opinion.
  4. Quelle attitude adopteriez-vous si vous étiez défié par un autre pratiquant d'art martial ?
- 

## ANNÉE 1988

1. Résumez l'histoire du développement de l'Aïkido, ou de l'Aïkibudo, en France depuis son introduction, en indiquant les étapes qui vous paraissent les plus importantes.
  2. Quel est l'intérêt technique et pédagogique des mouvements de projection ?
  3. Quels sont, selon vous, les accidents les plus fréquents en Aïkido, ou Aïkibudo ? Comment les éviter ?
  4. Comment les démonstrations peuvent-elles servir le développement de l'Aïkido, ou de l'Aïkibudo ?
- 

## ANNÉE 1987

### *Session d'octobre*

1. Depuis quelques décennies, de nombreuses disciplines martiales venues d'orient se sont développées en occident. Comment analysez-vous ce phénomène ? Comment voyez-vous son avenir ? L'Aïkido, ou l'Aïkibudo, présente-t-il un cas particulier à cet égard ?

2. Importance de la notion de SHISEI (attitude-posture) en Aïkido, ou en Aïkibudo ?
  3. Pensez-vous qu'il soit bon, ou mauvais, de faire pratiquer l'Aïkido, ou l'Aïkibudo, séparément pour les hommes et pour les femmes ? Justifiez votre point de vue personnel.
  4. L'Aïkido, ou l'Aïkibudo, peut-il être pratiqué par des handicapés physiques ?
- 

## ANNÉE 1986

### *Session d'avril*

1. Que représente le DOJO dans la pratique d'un art martial ? Comment présenteriez-vous cette notion à des débutants ?
  2. Quel est l'intérêt de la pratique en SUWARI-WAZA, et en HANMI HAN DACHI WAZA ?
  3. Justifiez, par des exemples historiques ou techniques, la parenté de l'Aïkido (ou de l'Aïkibudo) avec d'autres budo japonais, et son originalité.
  4. L'Aïkido (ou l'Aïkibudo), peut-il selon vous être pratiqué à tout âge ? Si oui, quelles conséquences en déduisez-vous pour organiser votre enseignement ?
- 

## ANNÉE 1984

### *Session d'avril*

1. Quelle est la particularité de l'Aïkido par rapport aux autres Arts martiaux ?
  2. L'Aïkido peut-il être pratiqué par tous (âges, sexes différents) ?
  3. Quels procédés utilisez-vous pour développer les qualités d'équilibre d'un AIKIDOKA ?
  4. Décrivez et analysez une technique d'immobilisation de votre choix. Quels en sont les enchaînements et les opportunités possibles ?
-