



Le SHINTAI BUDO pour les enfants

Ce sont les enfants de 7 à 12 ans qui sont intéressés ici.

Le but n'est en aucun cas d'apprendre aux enfants à ce battre, bien au contraire. Il s'agit d'accompagner leur développement personnel par des activités variées et équilibrées où chacun peut s'exprimer librement dans la tolérance et le respect.

Les enfants bénéficient donc d'un enseignement technique et d'une progression spécialement adaptés à leurs capacités et à leurs besoins.

1. La technique

Comme les adultes mais à leur niveau, les enfants apprennent des mouvements de boxe, de projections, et le maniement d'armes en mousse. Les techniques sont édulcorées et les protections nécessaires sont portées afin d'écartier tout danger. Les frappes éventuelles (avec les protections adéquates) sont extrêmement légères. Tous les mouvements présentant une quelconque dangerosité sont bien évidemment exclus.

Ainsi les enfants pratiquent :

- les chutes (éventuellement sur un tapis de chutes)
- la lutte ludique au sol
- les esquives
- les frappes sur sac
- le nunchaku en mousse
- le sabre en mousse
- des katas de bâton

2. Les capacités

L'alternance d'activités dynamiques, calmes, ludiques et d'apprentissage permet aux enfants de développer leurs capacités physiques, leur concentration, leur réactivité, leur agilité, ... et par là même leur confiance en eux. Les séances sont donc construites autour de cette alternance. Cela passe par des jeux d'adresse ou d'opposition, des exercices de concentration, des minis « parcours du combattant »... Le tout en prenant toutes les mesures de sécurité nécessaires.

3. Les attitudes

Au delà de la technique et des capacités physiques, le SHINTAI-BUDO se doit de conduire les enfants vers un comportement vertueux. En effet, le respect de l'enseignant, des autres enfants et de soit même sont indispensables sur les tatamis. Les enseignants d'ESCAMAR veillent particulièrement à l'écoute des enfants, à leur tolérance de l'autre, à l'entraide dans l'apprentissage, et tout un ensemble de petits détails qui permettent le bon déroulement des séances.



Le SHINTAI BUDO pour les enfants

Ce sont les enfants de 7 à 12 ans qui sont intéressés ici.

4. Les ressources matérielles

L'association ESCAMAR met à disposition de ses adhérents nombre de matériels qui lui appartient : armes en mousse, matériels pédagogiques, tapis de chutes, sac de frappes, etc.

Ces équipements ne sont pas en accès libre mais ne peuvent être utilisés qu'en présence d'un enseignant.

De même une pratique libre sur le tapis n'est pas autorisée.

5. Les ressources humaines

L'association ESCAMAR, fait particulièrement singulier pour être signalé, dispose d'un Collège des Ceintures noires où siègent des hauts gradés et des enseignants diplômés.

C'est au Collège des Ceintures noires que revient la charge d'élaborer une progression qui sera alors proposées aux enfants dans un souci d'épanouissement intellectuel et corporel.

Ce mode de fonctionnement est garant de l'excellence vers laquelle est tournée ESCAMAR, École d'Arts martiaux.

6. Contacts

Vous souhaitez des informations complémentaires ?

Deux possibilités s'offrent à vous :

- Venir nous voir en début des cours... : pour nous trouver il faut aller dans l'onglet « Accueil » puis dans l'onglet « [Nous rejoindre...](#) ».
- Nous téléphoner ou nous envoyer un message via le site internet : pour cela aller dans l'onglet « Accueil » puis dans l'onglet « [Nous contacter...](#) ».

Une réponse sera apportée à vos interrogations.