



CHARTRE

FORMATION ET PRATIQUE DE LA SELF-DÉFENSE

Préambule

La présente charte engage chaque moniteur mais aussi pratiquant à respecter les valeurs, principes et responsabilités liés à l'enseignement et à la pratique de la self défense, quelle que soit la méthode.

Elle offre un cadre de référence partagé, assurant un enseignement et une pratique rigoureux, adaptés, conformes aux lois, respectueux des individus et fidèles aux objectifs de la self-défense.

Elle affirme que l'apprentissage de la self-défense ne vise jamais l'affrontement ou la domination, mais la prévention des conflits, le respect des lois et le développement personnel par la maîtrise de soi.

1. Principes fondamentaux de l'enseignement

- Respect des individus et du cadre d'apprentissage : assurer la prise en compte des particularités physiques, psychologiques et sociales des pratiquants, tout en garantissant le respect strict des règles, des normes de sécurité, des normes environnementales et des espaces dédiés à la pratique.
- Contrôle et maîtrise de soi : développer chez chaque élève la capacité à gérer ses réactions émotionnelles et motrices, condition indispensable pour limiter les risques et optimiser l'efficacité des techniques enseignées.
- Approche pédagogique bienveillante et adaptée : proposer un enseignement progressif, personnalisé et inclusif, qui favorise la compréhension, la sécurité et la confiance de tous les pratiquants, quels que soient leur âge, leur niveau ou leurs limitations physiques et/ou mentales.
- Intégrité et loyauté : adopter une posture d'honnêteté intellectuelle et éthique, s'engager à respecter rigoureusement les limites de sécurité et éviter toute mise en danger volontaire des participants.
- Esprit de solidarité et transmission collective : encourager la coopération, l'entraide et le partage des connaissances au sein du groupe, bases essentielles à une progression durable et à une dynamique d'apprentissage positive.
- Neutralité et impartialité : garantir une pratique dans un cadre strictement martial et pédagogique, sans aucune instrumentalisation idéologique, politique, religieuse ou commerciale.
- Promotion de la non-violence et du respect mutuel : intégrer dans chaque séance l'apprentissage du recul face au conflit, de la désescalade verbale et du refus de la violence gratuite, dans le respect des autres et de soi-même.

2. Parcours progressif selon l'âge et la maturité

La formation à la self-défense doit suivre une progression pédagogique graduée, cohérente avec le développement physique, émotionnel et moral des pratiquants.

L'enseignement doit s'appuyer sur une approche progressive, cohérente et sécurisée :

- Self-défense découverte (enfants et jeunes adolescents) : apprentissage ludique par le jeu, contact limité à la mise à distance, gestes techniques défensifs sans intention de faire mal. La sécurité et le bien-être des pratiquants sont garantis, avec un accent sur la prévention, le respect mutuel et la gestion des émotions.
- Self-défense éducative (adolescents et jeunes adultes) : affirmation de soi et conscience du danger, contact souple et moyens de contrôle autorisés (touches légères), techniques puissantes interdites. Les techniques sont enseignées de manière progressive et sécurisée, dans le respect de chacun.
- Self-défense appliquée (adultes) : gestes techniques pragmatiques et adaptés, incluant contacts autorisés, techniques de préhension et de soumission, pratiquées avec maîtrise et proportionnalité.

La sécurité des pratiquants et le respect strict du cadre légal sont au cœur de la pratique.

Toutes les séances visent à éviter la violence plutôt qu'à la provoquer, à désamorcer les tensions plutôt qu'à les nourrir.

3. Conformité légale et réglementaire

Le moniteur :

- Respecte strictement les textes en vigueur (Code du sport, Code pénal, Code de procédure pénale, etc.).
- Exerce obligatoirement dans le cadre d'un diplôme ou titre reconnu par la WUKFF et en cours de validité.
- Met en œuvre une pratique conforme aux règles d'hygiène, de sécurité et de responsabilité civile.
- A l'obligation d'informer sans délai la WUKFF de toute situation ou comportement contraire aux lois ou aux règles déontologiques.

4. Doctrine d'enseignement

L'enseignement dispensé répond aux exigences suivantes :

- Progressivité pédagogique : les contenus sont adaptés à l'âge, au niveau, aux capacités physiques et mentales des pratiquants.
- Méthode structurée : les techniques enseignées suivent un programme écrit, cohérent et conforme aux valeurs de la self défense WUKFF.
- Spécificités par public : les contenus sont adaptés aux enfants, adolescents, adultes et, si possible, aux personnes en situation de handicap.
- Tenues autorisées : tenue spécifique à la pratique ou tenue civile. Les tenues à connotation militaire ou paramilitaire sont interdites.
- Utilisation d'armes d'entraînement : seules les armes d'entraînement prévues à cet effet (bâton, couteau factice, etc.) peuvent être utilisées.
- Port de protections : Chaque pratiquant doit être équipé d'un matériel de protection adapté à la discipline, en bon état et conforme aux exigences de sécurité. Le moniteur s'assure avec vigilance du respect de ces règles, afin de garantir une pratique encadrée, sécurisée et respectueuse de l'intégrité physique de chacun.

Règles strictes à respecter

L'enseignement et la pratique de techniques potentiellement dangereuses, incluant les frappes ou contraintes sur des zones sensibles pouvant mettre en jeu le pronostic vital de l'agresseur, sont strictement limités aux situations d'agression réelle où une nécessité vitale est avérée, dans le cadre légal de la légitime défense.

Ces techniques doivent être présentées avec clarté, rigueur, et toujours replacées dans ce contexte précis.

- Toute démonstration de techniques issues des forces armées étrangères, telles que les torsions cervicales violentes à visée létale, est formellement interdite.
- L'utilisation d'armes ou d'artifices réels est proscrite en toutes circonstances.
- Toute simulation exposant les pratiquants à un danger physique ou psychologique réel est interdite.

Le non-respect de ces règles engage pleinement la responsabilité du moniteur.

5. Responsabilités du moniteur

Le moniteur :

- S'assure de la sécurité physique et psychologique des pratiquants à chaque instant.
- Veille à instaurer un climat de confiance et de respect mutuel.
- Est responsable des contenus qu'il enseigne, de leur niveau de dangerosité, de leur légitimité et de leur cohérence.
- Est un référent en matière de conduite, d'exemplarité et de gestion des comportements inadaptés.
- S'engage à promouvoir une culture de la sécurité, de la maîtrise de soi et du respect des différences, en refusant toute forme d'endoctrinement, de discrimination ou de dérive autoritaire.

Fédération WUKFF

David ROSSI

Directeur technique fédéral WUKFF

Christophe ERIBON

Responsable de la commission self défense WUKFF

