

CYCLE PATINAGE SUR GLACE A L'ECOLE MATERNELLE

*
* *

Cycle patinoire : GS – Maternelle

Compétences spécifiques EPS:

- Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

Compétences générales :

- S'engager lucidement dans l'action

Objectifs :

- ◆ Découvrir un milieu nouveau en dehors de l'école et de la salle de motricité, une activité nouvelle
- ◆ S'adapter à un milieu instable, qui enlève les repères habituels de marche et d'équilibre
- ◆ Apporter des réponses motrices nouvelles en vue de s'adapter à ce milieu (marcher avec les patins, s'équilibrer...). Se libérer des appuis mains... glisser
- ◆ Respecter les règles de sécurité du milieu (casque – gants)
- ◆ Oser prendre des risques.

Cycle patinoire :

Avant de partir - en classe:

Présentation de l'activité :

Langage :

Comment irons-nous ? quand ? quel jour ? avec qui ?

L'équipement :

Prévoir avec les enfants une tenue adaptée

⇒ pantalon gros pull

⇒ jogging anorak

⇒ prévoir un change.

**Si les enfants n'y sont jamais allés,
prévoir une visite de la patinoire.**

Les règles d'or de l'activité (sécurité)

GANTS OBLIGATOIRES – Verbaliser avec les enfants, pourquoi.

Nécessité du casque.

Présentation d'une paire de patins à glace. Les différences avec les patins à roulettes. Les rollers.

Comparer : Dans quelles conditions s'en sert-on ? Faire émerger les représentations des enfants par rapport à l'activité. (cf. télé patinage artistique)

Les patins à glace :

Les différentes parties du patin

Notre pointure (choisir une taille de plus que la pointure habituelle afin que les enfants n'aient pas mal aux pieds).

⇒ Connaître sa pointure :

- Situer les différentes pointures des enfants de la classe sur la bande numérique.

- Préparer une bande numérique spécifique des pointures de patins à glace... « je chausse du ... ».

Objectif:

- Que les enfants soient capables de demander seuls leur pointure de patins à la dame lors des séances.

Cycle patinoire GS – 8 séances :

Le jeudi de 14 h à 14 h 45 à la patinoire de CHALONS.

* Départ 13 h 30 de l'école. Aller à pied (l'école n'est pas très éloignée de la patinoire)-retour bus de ville (les enfants seront fatigués après la séance).

* Retour vers 15 h 30 à l'école.

Pas d'intervenant extérieur, mis à part les parents agréés.

Responsable : la maîtresse de classe : c'est elle la responsable pédagogique, qui dirige la séance, les parents agréés ont un rôle d'aide aux enfants en difficulté motrice sur la glace)

Parents accompagnateurs sur la glace (agrément Equipe EPS CPC EPS de la circonscription) : 3 personnes

Parents accompagnateurs (chaussage, déssauchage) : 3 personnes

1^{ère} SEANCE :

1. S'équiper

Respecter les règles pour patiner

⇒ Casque

⇒ Gants + tenue adaptée

⇒ Patins.

- Découverte d'un milieu nouveau, différent de la salle de motricité de l'école

- Découvrir des sensations différentes par rapport :

✓ à la glace

✓ à la patinoire

✓ à son équilibre de terrien

⇒ **trouver des réponses motrices appropriées – oser prendre des risques.**

I. Marcher sur le tapis en caoutchouc « comme on marche dans la rue » - Bien lever les pieds pour ne pas se prendre les patins dans les tapis.

II. Entrer sur la glace

Marcher sur la glace en restant près de la balustrade.

Essayer de faire le tour en marchant :

- ① d'abord on se cramponne des 2 mains
- ② essayer de ne se tenir que d'une main
- ③ encourager les enfants à se lâcher et à marcher près de la balustrade.

Garder son équilibre – Marcher avec les patins sur la glace.

Traverser la patinoire en marchant sans se tenir.

Pour les enfants en grande difficulté ou craintifs, prévoir une chaise (ou un cône de chantier ou encore un cône type ASCO avec un bâton ASCO planté dedans) : l'enfant peut se déplacer en faisant glisser le cône et en se tenant au bâton comme appui ⇒ plus de balustrade.

Encourager le plus possible les enfants à lâcher les appuis (chaise ou balustrade ou main de l'adulte).

Apprendre à se relever

Les enfants sont assis par terre sur la glace (on fait comme si on était tombé) .Pour se relever, on se met à 4 pattes ; puis accroupi ; puis on essaie de passer à la station verticale (aide des adultes pour les enfants en difficulté ou plus timorés)

Traverser la patinoire.

Se baisser – se relever tout en se déplaçant(pour les enfants les plus en réussite)

Occuper tout l'espace. Se déplacer dans tout l'espace disponible.

Ramasser les anneaux épars sur la glace et venir les empiler sur le piquet que promène la maîtresse (⇒ la chercher, elle est en mouvement et se déplace).

Marcher et s'accroupir. Se relever. Traverser la patinoire et ramasser un anneau (validation par la maîtresse ensuite) ou 2 anneaux de couleur différente, ou un certain nombre d'anneaux (2, 3 ou les deux mêmes)

Marcher. S'accroupir pour ramasser un objet – Se relever – marcher.

2^{ème} SEANCE :

2 groupes (groupes de besoin formés à partir des observations de la première séance) :

- ✓ 1 groupe d'enfants qui ne peuvent lâcher les appuis sans tomber ou craintifs
⇒ aide : une chaise ou un cône
- ✓ 1 groupe d'enfants capables de se lâcher

Marcher – s'équilibrer :

- Marcher le long de la balustrade – partout sur la patinoire.
- **Marcher comme « Charlot »** (pointes de pied ouvertes en basculant le poids du corps d'un pied sur l'autre) ou en canard.

Glisser – s'équilibrer :

- Pour les enfants qui se débrouillent le mieux. Faire le « héron » ⇔ Marcher comme Charlot et de temps en temps lever un pied comme un héron (difficile)

S'équilibrer et glisser avec les crosses de hockey sans palet – se déplacer :

Bonne tenue de la crosse de hockey :

- **à deux mains, pouces au-dessus**
- le bout coloré de la crosse « caresse » la glace

Le fait de tenir la crosse permet aux enfants de mieux s'équilibrer en trouvant un appui léger au sol.

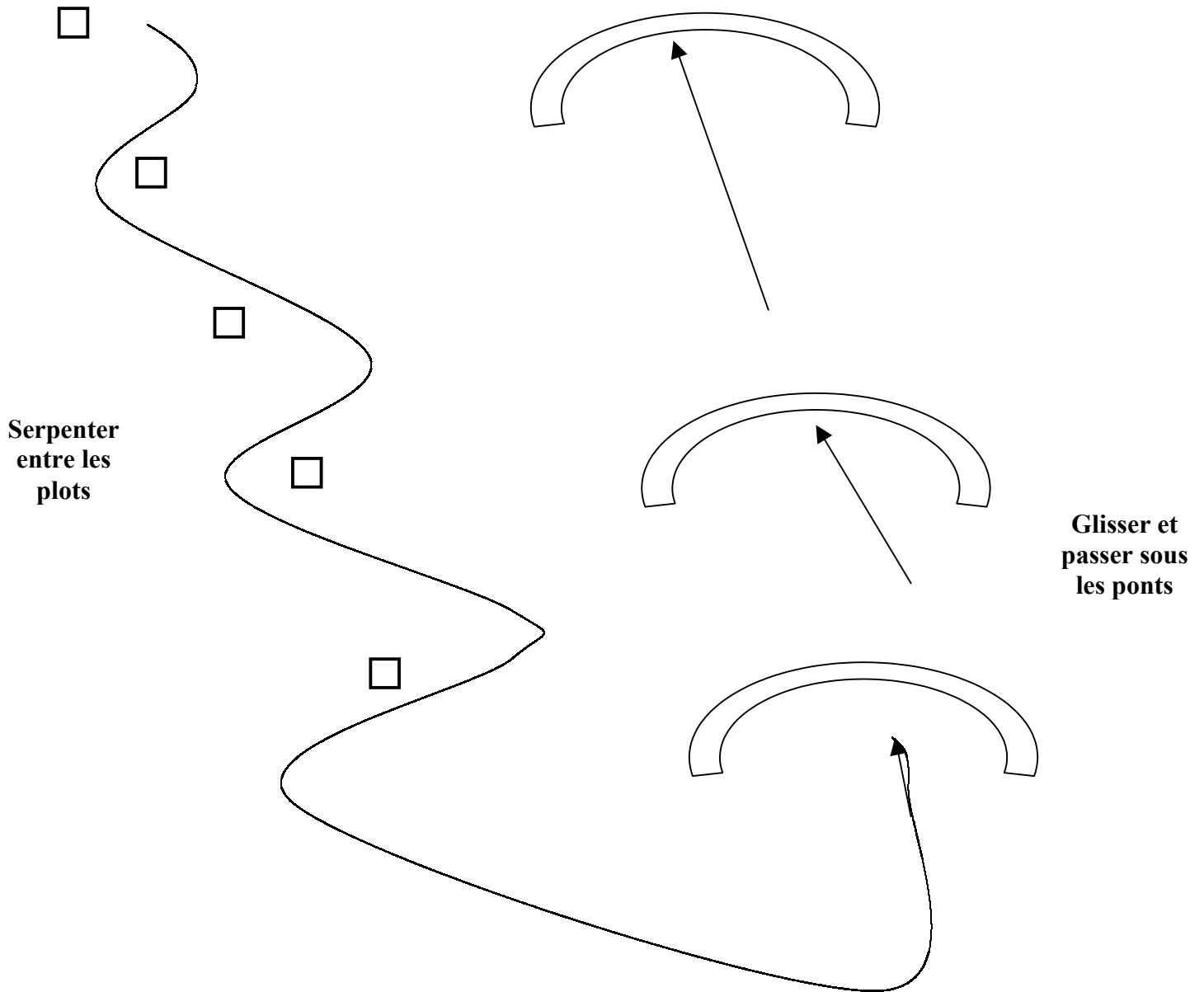
Se déplacer sur toute la patinoire en balayant la glace.

- **Idem avec un anneau – Promener l'anneau** sur toute la surface de la patinoire par petits coups (anneau plus facile que le palet) – possibilité de positionner la crosse à l'intérieur de l'anneau, et celui-ci glisse moins vite que le palet.

Aider les enfants ayant des difficultés, leur donner la main, main basse à hauteur de la hanche leur permettant **un appui**

Parcours

2^{ème} séance : (avec aide de la chaise ou du cône pour les enfants en difficulté)



3^{ème} SEANCE :

Marcher – S'équilibrer :

- Marcher normalement
- Traverser la patinoire S'équilibrer avec les bras
- Occuper tout l'espace.

Marcher – Glisser – S'équilibrer :

- Marcher comme Charlot en canard

Marcher – Glisser avec les crosses de hockey :

- Se déplacer avec la crosse de hockey en balayant – caressant la glace par petits à coups sur toute la surface.
- Idem en déplaçant un anneau.

Parcours : (idem séance précédente); adapter le parcours (écartement des plots, hauteur de ponts en fonction des réponses motrices des enfants)

Jouer sur les variables didactiques de temps et d'espace

4^{ème} et 5^{ème} SEANCES :

Au début de chaque séance, laisser les enfants patiner librement :

- soit en se tenant le long de la balustrade
- en occupant tout l'espace...

Objectif :

Retrouver des sensations de glisse, de marche, d'équilibre.

Jeu des statues :

Objectifs :

- contrôler ses déplacements
- occuper tout l'espace
- savoir s'arrêter.

Les enfants patinent sur toute la surface de la patinoire, en se tenant le moins possible à la balustrade.

Au signal sonore (crécelle), ils doivent s'immobiliser **seuls** (sans se tenir ni à la balustrade, ni à un copain, ni à un adulte) et rester aussi immobile qu'une statue.

Variante : jeu avec élimination

Le dernier qui reste a gagné.

Parcours :

Installer deux parcours parallèles.

Sur ces parcours :

① **Laisser patiner librement les enfants en boucle**

- ⇒ slalomer entre les plots
- ⇒ passer sous les ponts (insister sur le fait de baisser les fesses, se laisser glisser en avant genoux fléchis)
- ⇒ resserrer et écarter les patins autour des anneaux.

Objectifs : marcher, glisser, s'équilibrer : } combiner ces actions.

Adapter son comportement, sa vitesse, son équilibre à un parcours présentant des obstacles.

② **Sur ces deux parcours parallèles jeu de relais**

Objectifs : glisser vite, contrôler sa vitesse.

⇒ 2 équipes :

- la première équipe qui a fait passer tous ses patineurs a gagné.
(le signal de départ du suivant : taper dans la main)

6^{ème} et 7^{ème} SEANCES :

- Glisser – S'équilibrer – Occuper tout l'espace sur la patinoire – Se dégager des balustrades.

Patiner sur toute la glace (surface impartie). Au signal sonore : s'arrêter ⇒ Vérifier que tout l'espace est occupé. Aider verbalement les enfants à se répartir sur toute la glace.

- **Le jeu des statues :**

S'arrêter – Contrôler sa vitesse et ses déplacements.

Les enfants patinent sur toute la patinoire. Au signal sonore (cécelle), on s'immobilise comme une statue.

Variante... comme une statue

| |
|---------------|
| debout |
|---------------|

⇒ les enfants qui se laissent tomber sont éliminés.

Variante : autre jeu

- **1, 2, 3 soleil.**

Glisser – S'équilibrer ⇒ avec la crosse de hockey (permet un appui léger)

⇒ Bonne tenue de la crosse à hockey : à deux mains, pouces au-dessus. Avec la crosse de hockey, je balaie – caresse la glace.

Consigne : je me déplace partout en balayant – caressant la glace avec ma crosse SANS GENER – SANS RENTRER DANS LES COPAINS ⇒ nécessité de lever la tête et de regarder où l'on va.

Objectif : contrôler sa vitesse – maîtriser sa trajectoire.

- Avec un anneau + la crosse de hockey, emmener l'anneau sur toute la patinoire (retourner la crosse et la poser au milieu de l'anneau pour pouvoir le diriger sans le lancer)
- Diriger l'anneau sur un parcours (slalom), slalom entre les plots de couleur.
- Emmener son anneau avec la crosse de hockey sur tout le parcours (sans le lâcher)
- Maîtriser sa vitesse
- Contrôler la trajectoire de l'anneau qu'on emmène
- Lever le regard et anticiper sur l'action.

- **Deux parcours parallèles – Glisser – S'équilibrer – Contrôler sa vitesse.**

- slalom
- écarter, resserrer les patins au-dessus des anneaux posés sur la glace, passer sous le pont.
- parcours un par un – jeu de relais (2 parallèles, 2 équipes).

Jeu des écureuils en cage – Glisser – s'équilibrer – se diriger – s'arrêter.

Par 3 – 2 enfants face à face forment la cage en se donnant la main. Au milieu un enfant (l'écureuil). Au signal les écureuils sortent des cages et vont patiner à l'extérieur du cercle formé par les cages.

Au signal sonore (crécelle), les écureuils rentrent dans une cage (n'importe laquelle). Evidemment, il y a une cage de moins ou des écureuils en plus.

Le perdant est celui qui n'a pas de cage.

Autre jeu possible : jeu de "**Jacques a dit**" en adaptant les demandes aux actions motrices que les enfants sont capables de réaliser

8^{ème} SEANCE :

Evaluation :

Le matin en classe : verbaliser les dessins des fiches d'évaluation.

Expliquer

- ce qu'il faudra faire)
- seul ou avec aide) critères de réussite.
- combien de fois)

- Traverser la patinoire seul ou avec aide sans tomber (aller et retour → 2 fois)
- Au signal
- Jeu des statues – 5 fois – s'arrêter sans tomber
- Parcours – 3 fois sans tomber (noter le nombre de chutes) seul ou avec aide
- Guider son anneau sur un slalom 2 fois.

A la patinoire – Evaluation

Si on a le temps, terminer par la reprise d'un jeu, pour que la séance reste ludique.