

Dossier Enseignant

Rollers, patinage à roulettes



Livret de compétences EPS

Fin de cycle 3



Cycle des approfondissements

Compétence 2 **Adapter ses déplacements à différents types d'environnements**

Compétences spécifiques Objectifs généraux

<p>Fiches de compétences pour l'élève</p> <p><i>Fiche « mes progrès au cours des séances »</i> <i>Fiche « mes compétences en fin de cycle 3 »</i> <i>Fiches de compétences transversales</i></p>		<p>Fichier de l'enseignant (repères des compétences à acquérir pour l'élève pendant et en fin de cycle 3)</p> <p><i>Fiche « Objectifs opérationnels »</i> <i>Fiche « propositions de mise en œuvre »</i> <i>Fiche « technique et sécurité »</i> <i>Fiche-classe « Situations de références »</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 parcours 	
<p><u>APS choisie</u></p> <p style="font-size: 1.5em; margin-top: 20px;">ROLLER</p>	<p>Autres APS</p> <p>Orientation Escalade Activités nautiques Activités de roule et de glisse Equitation</p>	<p><u>APS choisie</u></p> <p style="font-size: 1.5em; margin-top: 20px;">ROLLER</p>	<p>Autres APS</p> <p>Orientation Escalade Activités nautiques Activités de roule et de glisse Equitation</p>



Cycle des approfondissements

Compétence : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

APS de référence : Roller

Objectifs généraux

- . Développer des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices
- . Accéder au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques sportives et artistiques, pratiques sociales de référence
- . Acquérir des compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en forme

Référence B.O

Compétences spécifiques

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

Aspect moteur de l'activité

- En développant de nouvelles coordinations motrices
- En développant un nouvel équilibre
- En fournissant des efforts de types variés

Aspect transversal de l'activité

- En utilisant des savoirs et des connaissances de manière efficace
- En mettant en oeuvre des principes de sécurité



APS : Roller

Finalités

- Glisser
- Se propulser
- S'arrêter
- Virer, se retourner
- Sauter

sur des engins roulants (Patins à roulettes, Quads ou En-Ligne) .

Programmation

- . 10 à 15 séances par module d'apprentissage
- . 1 à 2 séances d'1 heure par semaine

Conseil : s'équiper fait partie des apprentissages (rollers, matériel de sécurité...)

Situation de référence

- Effectuer le parcours de référence respectant les contraintes et en agissant sous pression temporelle.

OUTILS POUR LE MAITRE

- . Situation de référence (parcours)
- . Evaluation diagnostique du niveau des élèves en fonction des objectifs opérationnels

Propositions bibliographiques :

- Patinage à roulettes à l'école maternelle et élémentaire, par E. Millet – Le Breton et A. Gourinchas (édit. E.P.S)
- Education Physique, Le guide de l'enseignant Tome 2 (édit. E.P.S)
- Roller, collection Gym et Fiches, CDDP de Versailles (2001)
- Roller skating, De l'initiation au perfectionnement (édit. E.P.S)
- Divers articles de la Revue EPS1 (www.revue-eps.com)
- Latéralisation, spatialisation, représentation en APS [un exemple d'initiation au roller skating (Annie Valencot)]



APS : Roller

**Compétences spécifiques
à acquérir au cycle des approfondissements**

Objectifs opérationnels

1/ Glisser

2/ Se propulser

3/ S'arrêter

4/ Virer, se retourner

5/ Sauter



Propositions de mises en œuvre

	Actions à mettre en œuvre
I. Glisser Rouler	<p>En avant ou en arrière, sur deux patins, sur un seul en maîtrisant l'équilibre :</p> <ul style="list-style-type: none"> • A vitesse constante sur une ligne droite, • En descendant une pente sur une ligne droite, • En slalomant • En tenant un objet dans les mains, • En se faisant tracter ou pousser, en s'accroupissant.
	Actions à mettre en oeuvre
II. Se propulser	<p>En avant ou en arrière :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sur une ligne droite de façon efficace, • En tenant un objet dans les mains • En pas de trottinette (un pied propulse) • Cheval et charrette (attelage à deux) • A l'aide d'une corde, tirer une/un autre. • Sur une ligne courbe
	Actions à mettre en oeuvre
III. S'arrêter dans un espace délimité	<ul style="list-style-type: none"> • Diminuer sa vitesse en glissade avant ou arrière en frottant une partie d'un patin (butée ou roues), • Diminuer sa vitesse avant ou arrière en slalomant (prise de carres comme au ski), • S'arrêter en tournant sur soi-même (pieds // ou écart) • Dérapier.
	Actions à mettre en oeuvre
IV. Virer, se retourner	<ul style="list-style-type: none"> • Virer à droite et à gauche en suivant sa trajectoire, <ul style="list-style-type: none"> ○ En dansant (ronde à 2), ○ En croisant les patins. • Se retourner de l'avant à l'arrière ou inversement en maintenant sa vitesse et en conservant sa trajectoire en ligne droite et en virage. • En utilisant la prise de carres,
	Actions à mettre en œuvre
V. Sauter	<p>De deux patins sur deux patins, de deux patins sur un patin, d'un patin sur l'autre, d'un patin sur le même :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bondir pour franchir une zone plus ou moins longue ou haute, • Réaliser un saut départ en glissade avant et réception en arrière ou inversement (demi tour en l'air).



Structure de la progression sur 10 à 15 séances (les situations d'apprentissages sont construites autour des objectifs opérationnels)

A. Evaluation diagnostique par un parcours chronométré (1^{ère} à 2^{ème} séance) :

1. Repérage du niveau d'habiletés de l'élève, niveau individualisé (voir fiche pour l'enseignant : Evaluation diagnostique du niveau des élèves en fonction des objectifs opérationnels)
2. Repérage de la performance (prise de temps de chaque élève sur le parcours) qui pourra être comparée avec les évaluations intermédiaires et finale

B. Situations d'apprentissages (8 à 13 séances) :

. Construites autour des jeux collectifs, de jeux dansés, de parcours, d'ateliers, sur les 5 objectifs opérationnels et en fonction des niveaux repérés des élèves

Variables didactiques : vitesse, trajectoire, forme d'appuis, espace de déplacement

C. Evaluation (1 à 2 séances) :

- . Evaluation sommative : retour au parcours chronométré, reprenant les 5 objectifs opérationnels
- . Evaluation formative : niveau d'habiletés de chaque élève en fin de progression (voir livret de compétences élèves)

La séance type

Une séance type peut comprendre :

Entrée dans l'activité

1. La mise en place du matériel, le « chaussage » dans un lieu adapté et l'équipement du matériel de sécurité [casque, coudières, genouillères et protège-poignets : équipement obligatoire en cas de sortie scolaire].
2. La mise en train sera libre la plupart du temps, mais avec une aire d'évolution et des règles de sécurité définies (elle permettra en outre la gestion du temps nécessaire au règlement des problèmes d'équipements).

NB ! Les enfants les plus lents à s'équiper sont parfois/souvent ceux qui ont du mal à évoluer : veillez à ce qu'ils aient eux aussi un temps de mise en train suffisant.

Corps de la séance

3. La/les mise (s) en situation (s) peuvent se faire sous forme d'ateliers (par objectifs), de situations aménagées, de relais, de parcours polyvalents, jeux, chorégraphies avec support musical, Rink-Hockey, endurance.
4. Plusieurs mises en situations peuvent coexister au cours de la même séance.

Sortie de l'activité

5. Le retour au calme comprend le bilan de la séance, la présentation de la prochaine séance, le « déchaussement des patins » et le rangement du matériel.

D'autre part, un cycle « Roller » peut être une excellente préparation à une sortie scolaire durant laquelle l'APS dominante serait une activité de glisse (ski de fond, de piste, patin sur glace...)

Suite à un cycle roller l'enseignant pourra inscrire sa classe à des rencontres départementales ou de circonscription.



Technique et matériel



Le but de l'enseignement est

la maîtrise d'un équilibre dynamique par une glisse fluide.

Un matériel bien adapté va favoriser cette maîtrise avec des conditions de sécurité repérées.

Recommandations matérielles

1/ Le matériel induit la motricité :

- Les patins en ligne, de part la forme ergonomique des chaussures, et l'alignement des roues, favorisent **la bonne position du patineur** (jambes fléchies, appuis vers l'avant, prise de carre) et autorisent plus rapidement les progrès vers la glisse, la fluidité et la vitesse. Ils sont recommandés pour tous, et spécialement pour les élèves en difficulté.

- Les quads (patins classiques) n'induisent aucune motricité spécifique (jambes fléchies, appuis vers l'avant, prise de carre). C'est à l'élève de construire cette motricité, qui bien souvent débute par **une reproduction de la marche**, sans prise de carres et sans glisse, et peut provoquer des chutes arrière.

2/ Un sol lisse et roulant est indispensable.

3/ Les notions d'endurance se travaillent particulièrement lors des séances de patinage.

Sécurité

Equiper les élèves (rollers maintenant bien les pieds, casque, coudières, genouillères, protège-poignets).

Vérifier l'état des sols et la présence d'obstacles dangereux (bordures, jardinières etc. ...).

Eviter la chute en arrière en fléchissant les jambes et en conservant les bras vers l'avant.

Eviter de mettre les mains dans les poches lors de l'activité.

L'organisation des différents espaces en étoile donne une position privilégiée à l'enseignant.



Compétences attendues en fin de cycle

		En avant	En arrière
I. Glisser, rouler :	a) à vitesse constante sur une ligne droite en restant sur un appui.		
	b) en slalomant en utilisant des prises de carres.		
II. Se propulser :	a) en accélérant sur une ligne droite et en amplifiant ma poussée.		
	b) en accélérant sur une ligne courbe en croisant		
III. S'arrêter dans un espace délimité:	a) en virant avec une prise de carres		
IV. Virer...	a) en suivant une trajectoire réduite		
et se retourner :	b) en effectuant une rotation de 180° en conservant ma vitesse		
V. Sauter :	a) avec un élan : à grande vitesse		
	b) avec une impulsion : sur un tremplin		
	c) avec une réception : équilibrée		



Les disciplines du Roller

Après un cycle roller l'enseignant qui le souhaite peut orienter la pratique vers les disciplines suivantes :

- **Course**

Deux types de course se pratiquent à l'école

- La course de vitesse sur des distances d'une trentaine à une cinquantaine de mètres
- La course d'endurance en patinant de 8 à 12 minutes sans s'arrêter

- **Patinage artistique, Danse**

Ces disciplines sportives et artistiques associent performance physique et expression corporelle. Elles exigent rigueur, concentration et placements corporels extrêmement précis. Elles peuvent se baser sur un mode de réglementation par codification des figures (similaire au patinage sur glace), et/ou sur un mode d'expression plus ouvert.

- **Rink hockey**

Le rink hockey est le jeu de hockey sur patin à roulettes. Ce jeu collectif se pratique sur un petit terrain. Il est très complet puisqu'il permet de valider des acquisitions très diverses :

- Rapidité d'exécution
- Adresse
- Maintien d'un engin
- Jeu collectif

Pour le pratiquer il suffit de délimiter le terrain et les buts (cf. le Unihoc).

- **Roller in line hockey**

C'est le même jeu mais avec des rollers en ligne.

- **Roller acrobatique**

Le slalom, le saut. Ces disciplines s'envisagent à l'école avec protections dans un milieu aménagé.



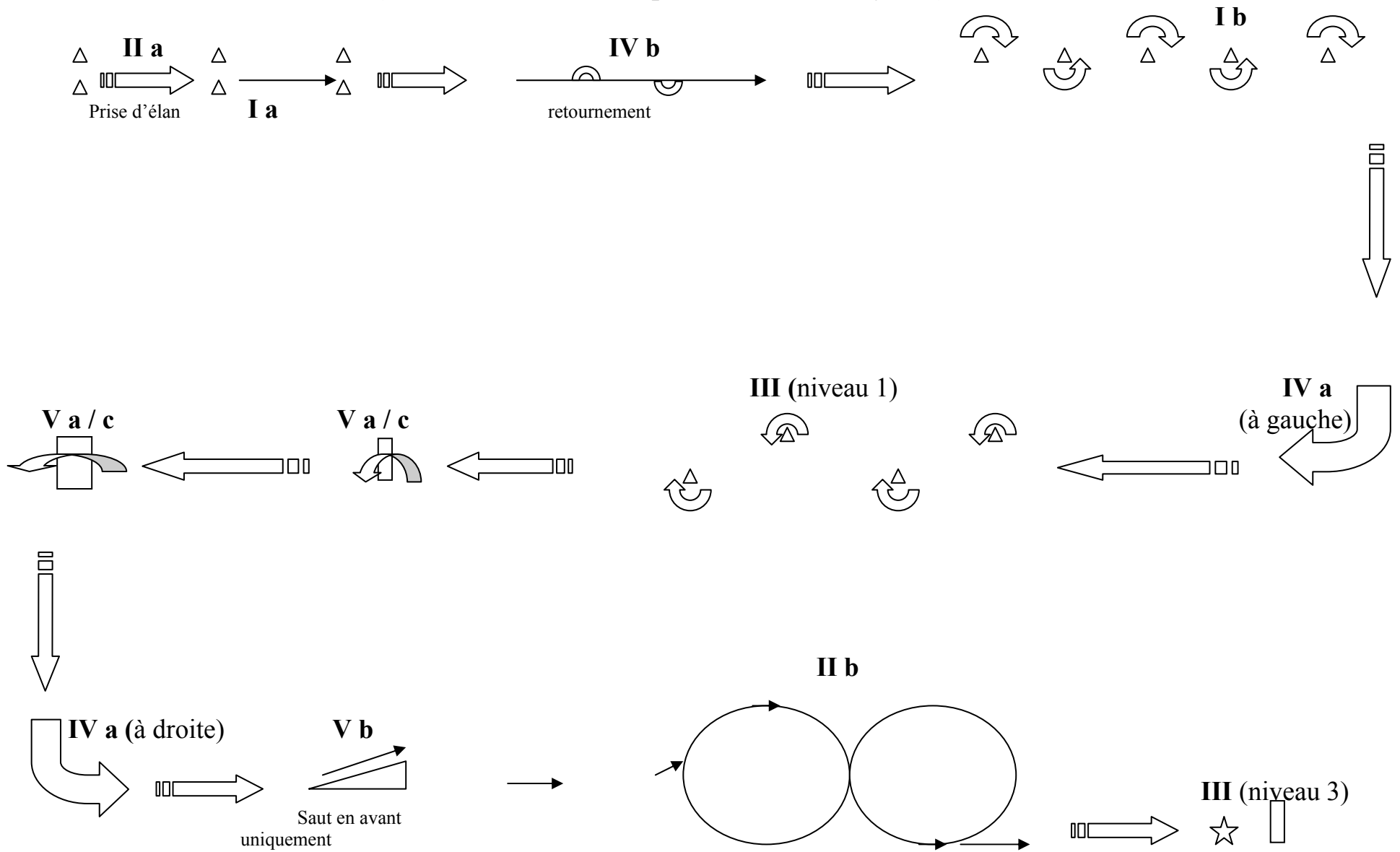
OUTIL POUR L'ENSEIGNANT

Evaluation diagnostique du niveau des élèves en fonction des objectifs opérationnels				
	Niveau 1		Niveau 2	Niveau 3
	A Le débutant	B Le marcheur glisseur	Le patineur	Le patineur confirmé
S'équilibrer	Equilibres statique et dynamique instables et précaires, rigidité musculaire, regard fixé au sol	Equilibre dynamique avec transferts d'appuis brefs, regard fixé au sol	Equilibre dynamique avec appuis glissés, gainage, contrôle des bras et de la jambe libre, regard horizontal	Bras équilibrateurs et propulseurs du même côté que la jambe d'appui Centre de gravité bas et bien placé : Fluidité, vitesse de déplacement et d'exécution, ajustements kinesthésiques, le regard n'est plus organisateur de l'action
Se propulser	Déplacements en piétinant à petits pas non glissés	Débuts d'appuis glissés	Appuis rythmés, glisse sur un appui, Contrôle de la vitesse de déplacement déplacements arrière en cours de maîtrise	Enchaînements et combinaison de différents types de déplacements Vitesse de déplacement et d'exécution
S'arrêter en diminuant ma vitesse	en restant en « roue libre »		en effectuant des grandes courbes	en amplifiant la prise de carres
S'arrêter en utilisant le frein de mes patins :	en appuyant sur le frein		en fléchissant	en utilisant le poids du corps
en utilisant les carres de mes patins	en utilisant une grande courbe		en me limitant à un espace réduit	en dérapant
Virer, se retourner	Virage peu prononcé en piétinant	Utilisation des carres sur des virages peu prononcés	Virages jambes croisées, demi-tours maîtrisés	Maîtrise des trajets quelle que soit la direction et la vitesse
Sauter		Petits sauts pieds joints par allègement des appuis	Sauts sur un ou deux appuis, en avant ou en arrière, avec prise d'élan	Sauts en tournant, saut réception sur un ou deux appuis, enchaînement de sauts

	S'équilibrer	Se propulser	S'arrêter	Virer, se retourner	S'arrêter
Noms des élèves	Niveau	Niveau	Niveau	Niveau	Niveau



Situation de référence : Parcours (voir tableau « Mes compétences en fin de cycle »)



Ce parcours s'effectue en marche avant et en marche arrière (sur certaines parties du parcours) .