

# PROJET PÉDAGOGIQUE

## ROULE ET GLISSE

### Roller et Patinage sur glace

Janvier 2020

Guillaume Tribes (animateur service jeunesse – ville de Rochefort)

Magali Pairault (CPC EPS – circonscription de Rochefort)



Pour le roller :

### **Textes de référence :**

**Note IA-DASEN du 20 juin 2018 :** « *Participation des intervenants extérieurs à l'encadrement des activités physiques et sportives sur le temps scolaire, dans les écoles maternelles et élémentaires publiques.* » s'appuyant sur :

- *la circulaire n°92-196 du 3 juillet 1992 « Participation d'intervenants extérieurs aux activités d'enseignement dans les écoles maternelles et élémentaires »*,
- *le Bulletin Officielle n°7 hors-série du 23 septembre 1999 « Organisation des sorties scolaires pour les écoles maternelles et élémentaires publiques »*,
- *la circulaire n° 2014-088 du 9 juillet 2014 « Ecoles maternelles et élémentaires : Règlement type départemental des écoles maternelles et élémentaires publiques »*,
- *la circulaire interministérielle n°2017-116 du 6 octobre 2017 « Encadrement des activités physiques et sportives des écoles maternelles et élémentaires publiques »*,

### **Les programmes des cycles 2 et 3 de l'éducation nationale de 2015**

#### **Conventions Roller et Patinage IA-DASEN et Maire de Rochefort signés en novembre 2019.**

Seuls les CE2 en cycle 2 et les cycles 3 sont concernés par la co-intervention avec les intervenants extérieurs en Roller.

Pour l'activité patinage sur glace, la co-animation peut concerner les élèves du cycle 1 ( à partir de la moyenne section) au cycle 3.

« *Les équipements de protection (tête, mains, poignets, coudes, genoux, chevilles) sont obligatoires ...* » (BO n° 7 du 23/09/1999 hors série). Pour le patin à glace casque et gants suffisent.

- Recommandation : prévoir les équipements individuels de sécurité, même pour une pratique dans l'enceinte de l'école.
- Vérifier qu'il n'y ait pas d'éléments dangereux (coins de radiateur, angles de banc, sol inégal avec racines d'arbre...), en cas de mauvais temps supprimer la séance (risques accrus de glissades).
- Dans le cas d'une utilisation collective des casques, prévoir des bonnets, « Charlotte » ou un système de désinfection après usage (ex. bombe hygiénique).
- Utiliser un matériel adapté à la taille des élèves. Vérifier la norme et le bon état du matériel (réglage, serrage).

## ENJEUX EDUCATIFS

### En relation avec les compétences attendues en EPS

Classée dans les activités de « glisse et de roule », les programmes de l'EPS indiquent le cadre des compétences dans lequel il convient d'exploiter cette activité :

4 champs d'apprentissage peuvent être concernés.

#### **Le champ d'apprentissage prioritaire est**

- « *Adapter ses déplacements à différents types d'environnement* »

C'est la compétence prioritaire développée en roller. Equipé d'un matériel produisant de l'instabilité (patins à roulettes en ligne) les élèves évoluent en tenant compte des contraintes de l'espace (plots, cerceaux, lattes...), du déplacement des autres camarades sur le plateau, éventuellement de la déclivité du terrain.

#### **2 autres champs d'apprentissage peuvent être retenus dès lors que les élèves sont à l'aise sur les patins**

« *Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée* » : il s'agit d'amener l'élève à produire une performance de type : patiner vite ou longtemps.

« *S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique* » : il s'agit alors d'amener l'élève à produire une prestation esthétique (ex. un enchaînement à deux ou plusieurs où il s'agit de « patiner en étant synchrone » par exemple).

L'enseignant peut faire le choix d'orienter son projet de co-intervention avec l'intervenant sur l'une ou l'autre de ces deux dimensions.

**Le 4<sup>ème</sup> champ d'apprentissage** « *Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou inter-individuel* » comme le Hockey- Roller n'est pas abordé avec l'intervenant dans le cadre de la co-intervention.

Ces formes de déplacements induisent des adaptations spatio-temporelles fines (distance, rythme), sollicitent d'autres prises d'informations (visuelles, proprioceptives) et développent un équilibre basé sur des coordinations motrices nouvelles qui enrichissent les pouvoirs moteurs de l'élève.

La priorité sera du point de vue de la santé, des temps d'activité permettant une pratique d'intensité modérée ou forte (recommandations internationales : au moins 1 heure d'activité physiques à intensité forte ou modérée par jour pour un enfant entre 5 et 17 ans).

En même temps, ces adaptations, associées au risque permanent de chuter invitent l'élève à développer des attitudes favorables à l'engagement raisonné dans l'activité, à la concentration, à la gestion de ses émotions, à la recherche de moyens pour progresser, seul, à deux ou à plusieurs.

Si l'enseignant et les intervenants assurent la sécurité passive, ils forment également l'enfant à construire une sécurité active et autonome.

Objectif pour l'enseignant et l'intervenant : permettre à l'élève de patiner en toute autonomie dans un espace connu.

La séquence d'apprentissage comprend à minima 8h de pratique effective, nécessaires pour réaliser de véritables apprentissages. L'enseignant pourra si nécessaire compléter par des séances conduites seul.

## **ENJEUX et CONTENUS**

### **Préalable sécuritaire : Apprendre à tomber et à se relever**

Pour éviter que l'élève se mette en danger ou pour vaincre certaines appréhensions, il est souhaitable d'apprendre aux élèves à **chuter vers l'avant et sur le côté** (en tirant profit des protections) et à **se relever** avec un appui stable, sans perdre l'équilibre.

### **TYPES DE PROJETS**

**3 grands types de « projet glisse » pour l'élève en lien avec les trois champs d'apprentissages présentés précédemment.**

- **La balade** (se déplacer, s'arrêter, se diriger, enjamber ou éviter des obstacles...).

Ce projet est prioritaire, c'est lui qui est évalué en cours et en fin de séquence d'apprentissage.

Et au choix

- **Le défi** (courir vite, longtemps, s'affronter/coopérer dans un jeu : ex. la queue du diable, relais navette par équipe, jeu de hockey... ) Il vient à l'appui des tâches proposées (réinvestissement des acquis, motivation, dédramatisation).

ou

- **La chorégraphie** (reproduire ou créer des figures de style simples, des petits enchaînements codifiés, seul ou à deux ou 3...). Aspect relationnel et créatif.

## **ENJEUX**

Les activités Roller, Patin à Glace et/ou Trottinette mobilisent et sollicitent chez les élèves différentes aptitudes et capacités (perceptives, physiques, affectives, cognitives...). Il s'agit dans un premier temps pour les élèves d'apprendre à :

**s'équilibrer, se propulser, glisser, virer/se diriger/piloter, s'arrêter.**

Ces 4 enjeux moteurs seront travaillés à chaque séance ainsi que l'enchaînement de plusieurs actions sous forme de parcours.

Durant la séquence d'apprentissage, la marche avant sera abordée, développée et renforcée. La marche arrière sera abordée suivant le niveau des participants. Il y aura deux séances sur la glace et quatre séances trottinette pour compléter la séquence.

## **S'équilibrer**

- Gérer ses postures
- Orienter son regard
- Positionner son centre de gravité
- Utiliser ou positionner ses membres supérieurs

## **Se propulser**

Patiner en avant ou en arrière, avec des prises de carres efficaces :

- Sur une ligne droite
- Sur une ligne courbe, en suivant une double boucle (le « 8 »)
- En pas de trottinette (un pied propulse)
- Cheval et charrette (attelage à deux)
- En patinant à deux ou plus, en synchronisant les poussées
- En accélérant, en faisant varier sa vitesse (lent, rapide)

## **Glisser**

Patiner en avant ou en arrière, sur deux patins, sur un seul et en maintenant une posture équilibrée :

- A vitesse constante sur une ligne droite,
- En slalomant
- En écartant et rapprochant les patins //
- En se faisant tracter ou pousser, en s'accroupissant.

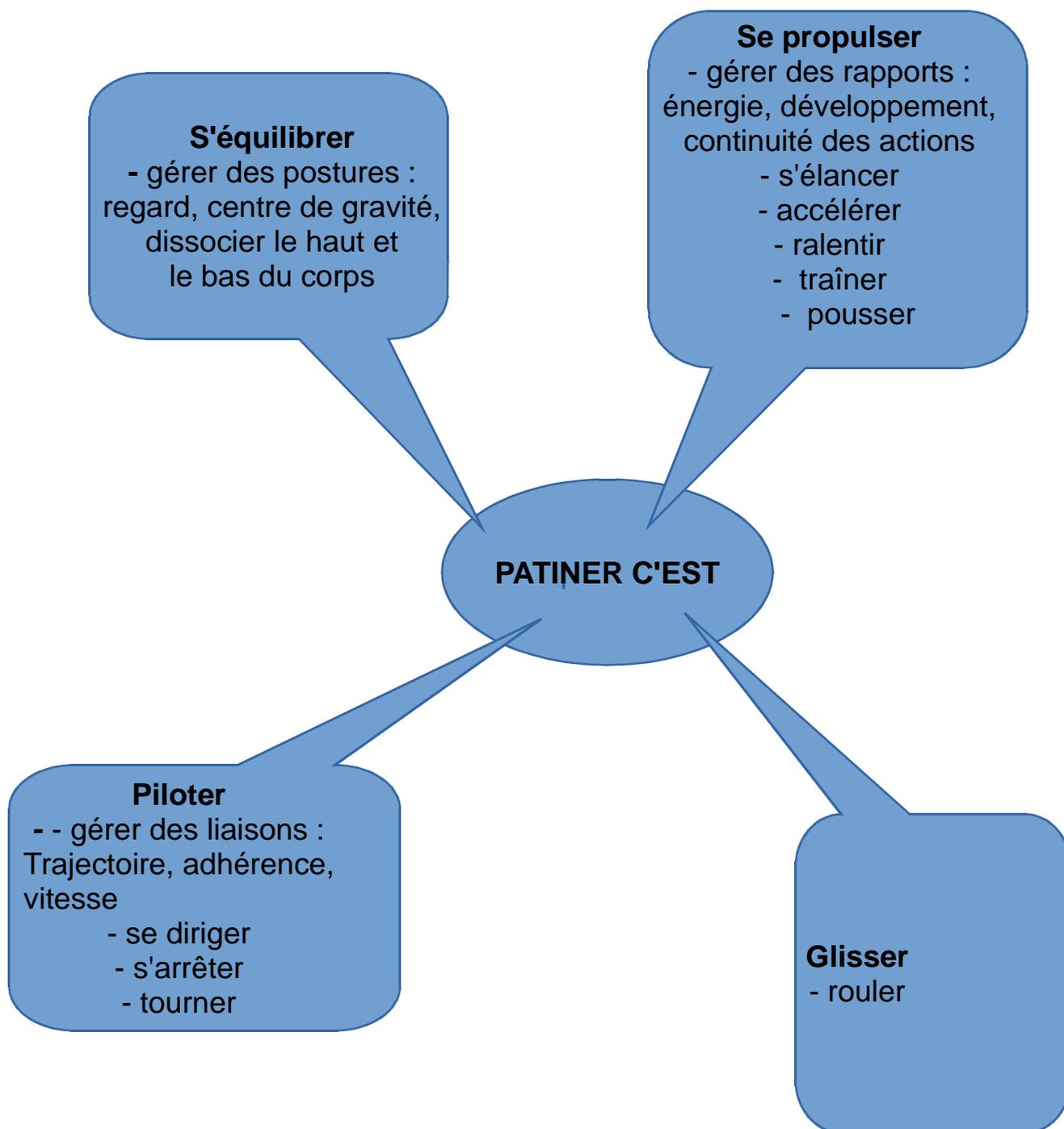
## **Virer, se diriger, piloter**

- Virer à droite et à gauche ( $\frac{1}{4}$  ou  $\frac{1}{2}$  tour, boucle large ou réduite, slalom)
  - Patins //, patins en ligne, 1 seul patin
  - En croisant les patins.

## **S'arrêter**

- Freiner en diminuant sa vitesse, en glissade avant, en frottant une partie d'un patin (butée : « avec butée » ou roues : « en T »)
- Freiner en diminuant sa vitesse, en glissade avant, en « chasse-neige »
- Freiner en tournant sur soi-même

Le roller en verbes d'actions :



Dans chaque séance, prévoir les 4 enjeux moteurs (s'équilibrer, se propulser, glisser, s'arrêter) avec une dominante donnée pour chaque séance sur une situation évolutive. L'enchaînement de deux ou plusieurs actions doit être envisagé dès le début de la séquence.

## OBJECTIFS/séance

SEANCE	OBJECTIFS			
	S'EQUILIBRER	SE PROPULSER	PILOTER	GLISSER
1	Apprendre à se relever, se stabiliser	Marcher en « petit soldat », bras en avant, jambes fléchies et pieds en V	Contourner un objet en marchant	Glisser sur deux pieds sur 2 mètres
2	Baisser le centre de gravité, passer sous un portique en marchant	Utiliser le patinage trottinette, le citron Apprendre à ralentir en chasse neige	Faire un virage en glissant sur ses deux pieds	Glisser sur deux pieds sur 10 mètres
3	Améliorer la posture	Apprendre à freiner en T	Se déplacer dans un virage en faisant l'avion (appui sur la jambe intérieure du virage)	Se laisser glisser sur un pied
4	Dissocier le haut et le bas du corps	Mettre le poids du corps sur la jambe qui ne pousse pas. Freinage en T	Varié les trajectoires	Alterner pousser et glisser sans perte d'équilibre
5 (sur glace)	Se mettre à genoux, avoir un contact avec la glace et se relever Travailler la position de base	Se déplacer en marche avant sans luge	Freiner sur la glace en chasse neige sur 5 mètres	Se laisser glisser sur deux pieds en passant sous un obstacle
6 (sur glace)	Renforcer l'équilibre sur la glace	Améliorer sa propulsion latérale pour accélérer	Freiner sur la glace en chasse neige sur 1 mètre Varié ses trajectoires	Après une propulsion, se laisser glisser sur 1 pied / alterner le pied au sol
7 (trottinette)	Travailler la position de base	Positionner ses pieds pour une poussée optimum	S'arrêter avec le frein de la trottinette	Se laisser glisser sur une distance sans mettre le pied au sol
8 (trottinette)	Reculer en trottinette	Travailler le pied « faible » pour se servir des 2 pieds de poussée	Apprendre à slalomer	Rouler avec les deux pieds sur le plateau
9 (trottinette)	Tenir sur sa trottinette à l'arrêt sans mettre le pied par terre	Savoir alterner les pieds de poussée	Reconnaître une situation à risque et anticiper	Rouler en faisant une figure
10 (trottinette)	Tenir sur sa trottinette à l'arrêt sans mettre le	La poussée sur un pied est	Maîtriser sa trottinette	Savoir alterner pousser et glisser

	pied par terre	optimale et permet de rouler longtemps		
--	----------------	--	--	--

Il reste à l'adapter au contexte de la classe et à y ajouter les séquences d'évaluation.

\*

**Rappel** : les contenus d'enseignement étudiés à l'intérieur de chaque thématique sont de complexité croissante (ex. les freinages : avec « butée » , en chasse-neige, en rotation... ex. la propulsion : en pas alternatifs, en accélération , en croisés avants...)

## EVALUATION

Evaluation à partir des compétences des programmes et des attendus de fin de cycle, auxquels il faut ajouter vos objectifs. Vous pouvez vous aider du tableau ci-dessus.

Exemple:

Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé.

<b>Cycle 2</b> Attendus de fin de cycle	Non atteint	Partiellement Atteint	Atteint	Dépassé
<b>Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices.</b>	Il se déplace en faisant des petits pas	Il se déplace en faisant la patinette ou le citron	Il glisse	Il se déplace avec des grandes poussées en alternant chaque pied
<b>S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements</b>	Il se tient à un objet	Il avance sans objet mais n'a pas d'équilibre	Il est en position de base pour se déplacer	Il maîtrise la position de base avec un centre de gravité bas
<b>Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes.</b>	Il contourne les objets en piétinant	Il sait maîtriser les faibles changements de direction à grandes courbures	Il glisse sur deux patins en appuyant sur le pied intérieur	Il sait se diriger sans perte de vitesse et maîtrise tout type de virages
<b>Respecter les règles essentielles de sécurité.</b>	Il ne s'équipe pas seul	Il sait mettre les protections et le casque	Il s'équipe seul	Il aide les autres à s'équiper
<b>Reconnaître une situation à risque.</b>	Il tombe lors du freinage ou se laisse glisser	Ralentissement en chasse neige	Arrêt technique en T	Sait s'arrêter d'urgence à vive allure

Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.

<b>Cycle 3</b> Attendus de fin de cycle	Non atteint	Partiellement Atteint	Atteint	Dépassé
<b>Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité.</b>	Il se déplace avec des petits pas, le regard vers le sol.	Il glisse en transférant ses appuis la tête se relève.	Il est en position de base pour se déplacer. La poussée est équilibrée	Il glisse avec une propulsion cadencée, en parfait équilibre
<b>Adapter son déplacement aux différents milieux.</b>	Les changements de direction sont déséquilibrés, il tombe en franchissant l'obstacle.	Il sait prendre des virages de faibles courbures en se laissant glisser. Le franchissement d'obstacle le déséquilibre.	Il glisse sur deux patins en appuyant sur le pied intérieur. Il franchit un obstacle au ras du sol.	Il sait se diriger sans perte de vitesse, franchir aisément un obstacle sans perte d'équilibre.
<b>Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.).</b>	Il se laisse glisser pour ralentir, il a besoin d'une aide pour s'arrêter.	Il ralentit en chasse neige, il s'arrête à faible allure, progressivement .	Arrêt technique en T ou en dérapant	Il sait freiner en cas d'urgence, il est réactif en fonction des conditions.
<b>Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ.</b>	Il se fatigue rapidement, se désorganise vite dans la coordination, les patins ne quittent presque pas le sol.	Il cherche à aller vite au détriment de la posture, les patins et les genoux sont rentrés.	Il patine à vive allure, ne se sert que du bas du corps.	L'amplitude de la poussée , la coordination des bras et la continuité de la vitesse lui permettent de gérer son déplacement.
<b>Aider l'autre.</b>	Il n'a pas assez de maîtrise pour s'équiper seul et ne peut pas encore aider les autres.	Il va s'équiper seul mais a besoin d'aide pour lacer ses patins, il va pouvoir aider ceux qui se servent du matériel « luge ».	Il s'équipe seul et entièrement. Il aide les autres à s'équiper. Il peut encourager les autres à lâcher le matériel de type « luge ».	Il sait s'équiper seul et se rend disponible pour aider les autres. Il peut servir de soutien pour aider ses camarades en apprentissage.

## POSTURES ET GESTUELLES ETUDIÉES AU COURT DE LA SEQUENCE

### Repères techniques - Observables

<b>Position fondamentale de glisse</b>	Alignement casque/genoux/patins Gainage du bassin, position semi fléchie Roulement sur la partie médiane des roues, écartement largeur du bassin
<b>Chutes avant, arrière et latérales</b>	Acceptation de la chute en douceur, ramener ses doigts à soi, contrôler sa nuque, pas de bras avec coudes en opposition. Pour se relever : passage en position ventrale, appui solide sur genou avant
<b>Freinages</b>	Avec butée Passage progressif Chasse-neige du poids du corps En T sur les appuis freins En rotation
<b>Virages</b>	Courts ou longs Sur 1 seul patin ou les deux Avec ou sans déclenchement des épaules, regard orienté vers l'intérieur, poids du corps patin intérieur
<b>Croisés avant</b>	Placement des bras, épaules tournées vers l'intérieur du cercle, poussée complète du patin arrière

Les bras jouent un « rôle » différencié selon les différentes gestuelles : équilibrateur (rééquilibrant le déplacement des masses), propulseur (prise d'élan et appui stable/membres inférieurs), déclencheur (dissociation haut et bas du corps favorable aux changements d'axe).

## Fiche d'observables pour l'élève de C3

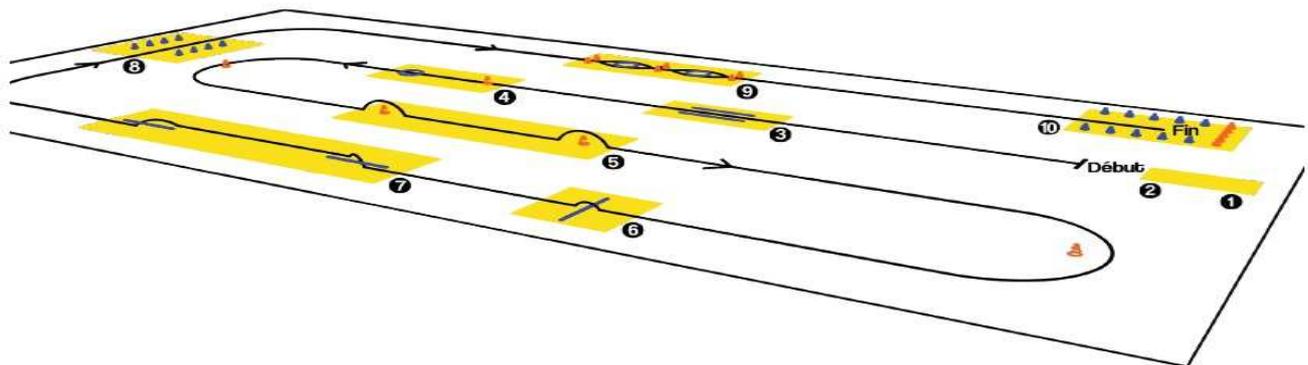
Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

<b>Repères techniques pour progresser</b>	Jamais	De temps en temps	Toujours
<b>Position fondamentale de glisse</b>			
Alignement casque/genoux/patins (ni trop penché en avant, ni les fesses trop en arrière)			
Position semi fléchie des jambes (pas le corps tout droit)			
Glisse sur le milieu des roues (pas les genoux en dedans)			
<b>Propulsion vers l'avant</b>			
Poussée latérale, en carre interne			
Passage du poids du corps d'un patin à l'autre (métronome)			
Relance du patinage sans heurt			
<b>Freinage</b>			
Sait s'arrêter dans une zone			
Reste équilibré en fin de freinage			
<b>Virage</b>			

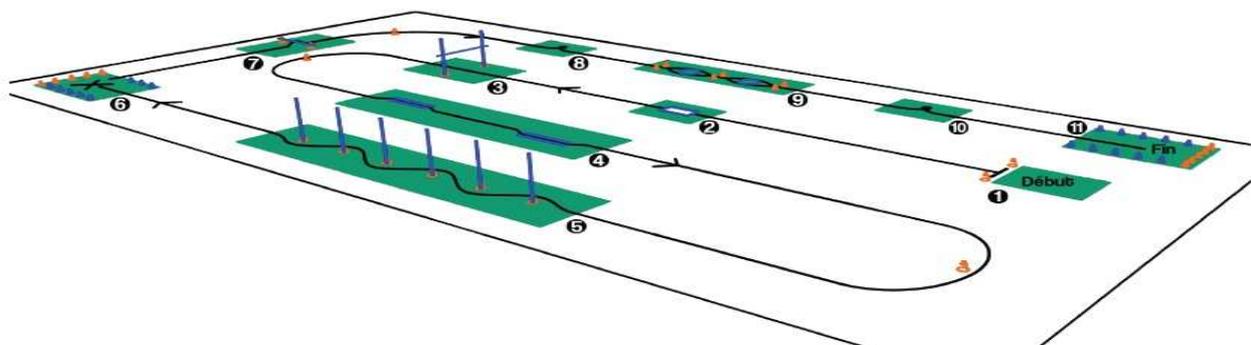
Sait faire un virage court (slalom , ¼ ou ½ tour), sur 1 ou 2 patins, sans être déporté vers l'extérieur du virage			
Sait faire un virage long (slalom large, boucle), sur 1 ou 2 patins, // ou en ligne, sans piétiner <b>Enchaînement</b>			
Sait enchaîner une phase de propulsion, de virages, de laisser glisser			

Les situations d'évaluation seront réalisées avec des circuits, inspirés de ceux de la Fédération Française de Roller Skating, qui reprennent les différentes habiletés travaillées au long de cette séquence d'apprentissage.

### Circuit 1



### Circuit 2



## DES SITUATIONS D'APPRENTISSAGES :

Nom	Déroulement	Objectif(s)	Variables didactiques
Pousser / Tirer	Les élèves sont par deux, le « poussé » garde les pieds au sol et dirige, le « pousseur » tient son partenaire au niveau des hanches.	Améliorer l'équilibre, travailler la propulsion.	« poussé » accroupi. Les élèves se « tirent » à l'aide de cordes (passant derrière le dos), de crosses...)
Queue du renard	Les élèves s'accrochent des foulards à la ceinture. Il y a deux équipes. Au signal, ils doivent prendre la queue des élèves de l'autre équipe.	Se propulser, adapter ses déplacements, dissocier le haut et le bas du corps.	Se propulser, adapter ses déplacements, dissocier le haut et le bas du corps. Réserve pour reprendre un foulard ou élimination. Temps de jeu. Un à un (face à face) ou en équipe (dispersés)
Le Grand huit	Les élèves tournent en « huit » autour de deux plots espacés de 10m. Pas plus de 4 élèves par atelier. Au fur et à mesure des tours, diminuer la largeur des courbes.	Virer, ralentir, se propulser, tenir une trajectoire	Nombre d'ateliers. Distances entre les plots. Plots ajoutés (pour marquer le rayon de la courbe).
Les chaises musicales	Des cerceaux sont disposés dans la cour, au signal (ou arrêt d'une musique), les élèves doivent rejoindre un cerceau (à l'arrêt, main sur les genoux, en équilibre). Puis on retire des cerceaux	S'arrêter, prendre des informations, contrôler sa vitesse.	Nombre de cerceaux, espacement. Plots à la place des cerceaux (mains dessus, précision). Interdire des couleurs de cerceaux/plots...
1 / 2 / 3 soleil	Les élèves sont en ligne, à 15/20m d'un banc (éviter le mur, ou alors le protéger avec un tapis), un élève guide le jeu et énumère la comptine « 1-2-3 soleil », puis se retourne. Les élèves doivent être immobiles, sinon ils repartent au début	S'arrêter net, s'équilibrer, anticiper et se propulser, contrôler sa vitesse.	Temps de la comptine (plus elle est longue, plus les élèves ont pris de la vitesse et auront du mal à s'arrêter). Distance à réaliser. Tolérance au mouvement
Jeu des sorciers	Les élèves sont dans un espace délimité. 5 joueurs (pour une classe de 25) sont nommés « sorciers ». Lorsqu'ils touchent d'autres élèves, ceux-ci se transforment en statue et doivent garder la position qu'il avait au moment de la « touche ». On change les sorciers lorsque tous les élèves sont touchés.	Se propulser, éviter, varier ses trajectoires, s'équilibrer, contrôler sa vitesse	Nombre de sorciers. Espace d'évolution
Les déménageurs	Les élèves sont séparés en deux équipes. Ils doivent déplacer le plus d'objets présents dans une caisse dans un cerceau situé à 10m de la caisse. Un seul objet par élève. L'objet doit être posé et pas jeté.	Patiner vite, dissocier le haut/bas du corps (patiner avec un objet plus ou moins encombrant), contrôler sa vitesse (pour poser)	Distance entre la caisse et le cerceau. Obstacles éventuels (passage entre deux plots, rivière à sauter/enjamber...) 3 équipes ? 4 équipes ? Encombrement des objets (plots, balles, poids, crosses, etc.)

Épervier	Les élèves sont une ligne, un ou deux élèves sont « éperviers », au centre de l'espace. Au signal, les élèves doivent traverser l'espace sans se faire toucher par les éperviers. S'ils sont touchés, ils deviennent éperviers à leur tour. Le jeu s'arrête lorsque tout le monde a été touché.	Patiner vite, contrôler sa vitesse et ses trajectoires.	Espace d'évolution
----------	---	---	--------------------

Collaboration enseignant/intervenant pour co-construire le projet, en référence de la note de service de l'IA-DASEN 20 juin 2018.

**En relation avec les autres domaines d'enseignement et le socle commun de connaissances et de compétences, par exemple :**

### **Maîtrise de la langue française :**

- Termes spécifiques au roller ou aux activités de rouler et glisse
- Rechercher des écrits sur l'origine du patin à roulettes, de la trottinette, des articles de journaux
- Langage en situation :
- Compréhension des consignes, des règles
- Langage d'évocation (en classe) :
- Oraliser les actions effectuées
- Exprimer ses émotions, son ressenti

### **Questionner le monde**

Cycle 2 : Reconnaître des comportements favorables à sa santé

Repérer les éléments permettant la réalisation d'un mouvement corporel.

Sciences et Technologies : Observer et décrire différents types de mouvements

Cycle 3 : Décrire un mouvement et identifier les différences entre mouvements circulaire ou rectiligne.

**Enseignement Morale et Civique autour des 4 axes en lien avec les compétences sociales, civiques et l'accès à l'autonomie :**

### **Culture de la sensibilité**

- coopérer avec un ou plusieurs camarades (partenariat, entraide technique)

### **Culture de la règle et du droit**

- respecter des consignes simples en autonomie (une contrainte gestuelle, un sens de rotation sur un trajet, des distances de sécurité...).

### **Culture du jugement**

- prendre des risques calculés, gérer sa vitesse de déplacement sans se mettre ou mettre les autres en danger.

### **Culture de l'engagement**

- Savoir s'équiper seul, s'évaluer ou évaluer un camarade