

Tout ce qui roule

Document pédagogique Cycle 1
Activité trottinette, drainsienne



Programmes EPS cycle 1 - Objectif 2 :

Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés

Attendus : Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés

Se déplacer, sur un itinéraire simple, avec un engin qui déstabilise les équilibres habituels et engage des actions motrices spécifiques (trottinette, draisiennne, rollers...)

Compétences :

-  Utiliser les engins sollicitant des modes d'équilibre et de propulsion différents.
-  Construire des déplacements dans des espaces aménagés
-  Réaliser des actions motrices inhabituelles.

Activité patinette : les savoirs visés

1. Faire la différence entre propulser (patiner) et rouler, s'équilibrer
2. Créer des trajectoires variées
3. Créer et maîtriser des vitesses variées
4. Dissocier haut et bas du corps
5. Enchaîner plusieurs actions sans s'arrêter

Mais également :

Savoir s'orienter dans un espace familier et protégé, salle de jeu, cour d'école... :

- Effectuer un parcours et le décrire
- Réaliser un parcours imposé, en respectant le point de départ, le sens de déplacement, l'arrivée
- Choisir un parcours en fonction du niveau de difficulté
- Dessiner un parcours en y faisant apparaître les éléments essentiels
- Coder et décoder un parcours
- Mettre en place un parcours à partir d'un schéma.

Organisation :

- Il sera souhaitable de prévoir une patinette aux normes pour 2 élèves. L'activité peut se pratiquer sans casque.
- Mettre en place des règles de sécurité dès la première séance et les rappeler au début de chaque séance :
« on ne fonce pas dans les autres » - « on respecte les déplacements de ses camarades » « on ne jette pas sa trottinette par terre », etc...
- Etre attentif au temps d'activité : la maîtrise des habiletés s'acquiert par de nombreuses répétitions pour que chacun ajuste ses réponses motrices.

Situation de départ, évaluation :

Déplacements dans une zone limitée avec consignes :

1. on se promène
2. on se promène et on se laisse glisser ou rouler.
3. on se promène en tournant d'un côté, de l'autre côté, en slalomant (ajout de coupelles, cerceaux au sol)
4. on va lentement, on va très vite, STOP !
5. on touche les objets posés ou accrochés au passage sans s'arrêter

Objectifs

Pour l'enseignant: observer les comportements significatifs des enfants pour une adaptation des apprentissages futurs.

Grille d'observation possible évaluant les savoirs 1/2/3/4

Pour l'élève : découverte de l'activité dans sa globalité, des attentes, des problèmes à résoudre.

Consigne : « je ne m'arrête pas »

Echelle de compétences patinette :

De...



... à

1	2	3	4	Situations d'apprentissage favorables
Poussées fréquentes peu efficaces	Poussées fréquentes	Utilise la propulsion pour rouler	Adapte la propulsion à l'objectif de déplacement	Situations 1, 2, 3
Regarde les pieds, zigzague	Prend une direction rectiligne	Sait virer	Sait enchaîner virages et trajectoires directes	Situations 4, 5, 6, 7
Tombe 2 pieds souvent au sol	Prend un peu de vitesse	Sait accélérer, ralentir ou freiner, s'arrêter	Régule la vitesse en fonction de l'intention, de la difficulté	Situations 8, 9, 10
Tient l'engin avec les 2 mains exclusivement	Peut lâcher une main pour toucher ou attraper	Peut prendre des positions variées sur l'engin	Passe sous des obstacles, attrape des objets	Situations 11 et 12

Situations d'apprentissage, de remédiation

Propulser et rouler équilibré, augmenter le temps de roule

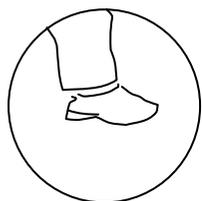
• Situation 1 :

But : réalise le parcours en respectant les zones de propulsion et de roule (ne pas sortir des zones, ne pas poser le pied en zone de roule)

Aménagement matériel :

3 parcours de longueur identique mais de niveau différent (voir ci-après) tracés au sol.

Signalisation des zones de propulsion et roule renforcées éventuellement par les panneaux ou des plots :



Pied au sol possible



Pas de pied au sol

Niveau 1 :



Niveau 2 :



Niveau 3 :



Critères de réussite : répéter 3 fois sans erreur le parcours choisi

Critères de réalisation :

- pousser en amenant la jambe d'appui en extension
- combiner propulsion et équilibre

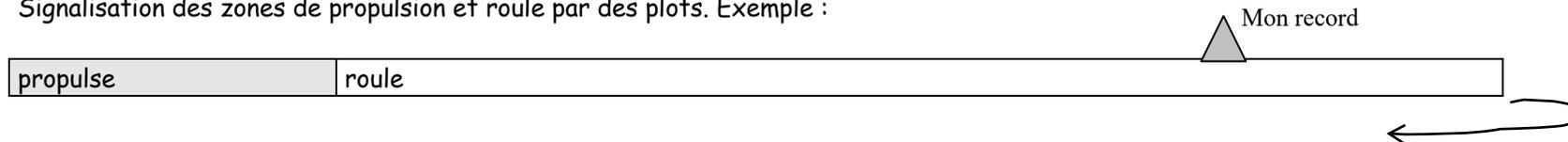
- **Situation 2 :** record de roule après une zone de propulsion

But : patine jusqu'au repère puis roule le plus loin possible (placer un repère pour battre son record, les autres)

Aménagement matériel :

4 parcours tracés au sol en parallèle comportant chacun une zone de propulsion plus ou moins grande.

Signalisation des zones de propulsion et roule par des plots. Exemple :



- **Situation 3 :**

But : réalise le parcours en propulsant aux endroits indiqués .

Aménagements matériels : 3 parcours de niveaux différents tracés au sol

Critères de réussite : répéter 3 fois sans erreur le parcours choisi.

Critères de réalisation :

- pousser en amenant la jambe d'appui en extension
- combiner coordination propulsion et équilibre

Variables :

- Ecartement des appuis
- appuis surélevés (briques ...)

Niveau 1 :

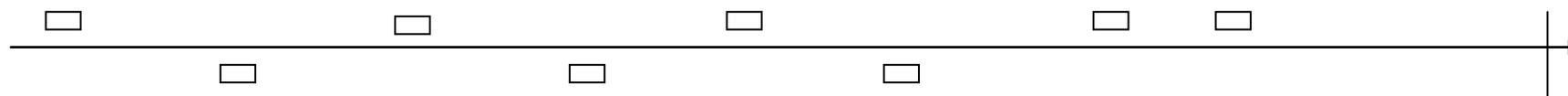
DEPART

ARRIVEE

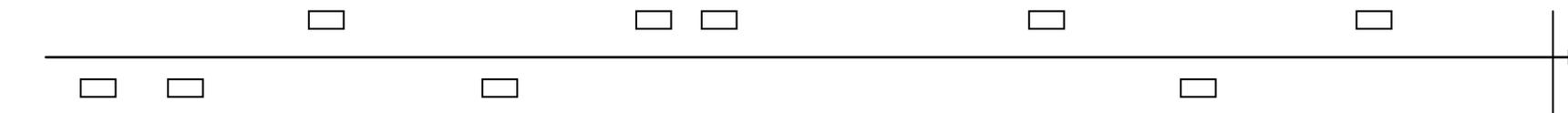


Appui droit

Niveau 2 :



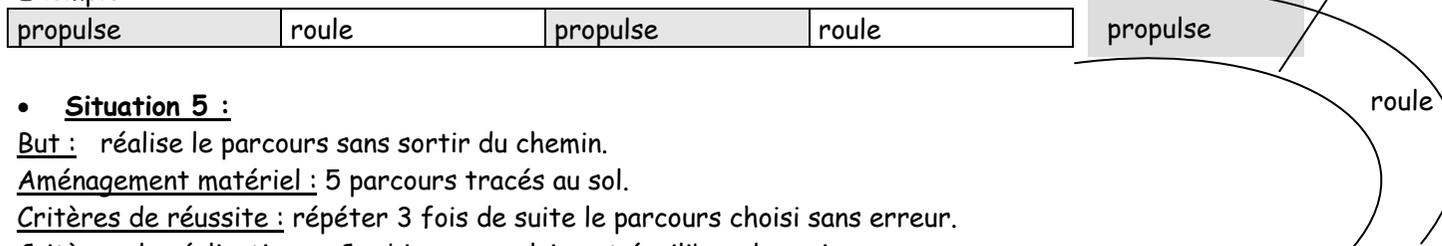
Niveau 3 :



Créer des trajectoires variées : savoir virer en patinant, en roulant

- **Situation 4** : reprendre la situation 1 précédente en aménageant la dernière partie de propulsion et de roule en courbe (à droite ou à gauche puis en combinant la partie roule à droite puis à gauche)

Exemple :



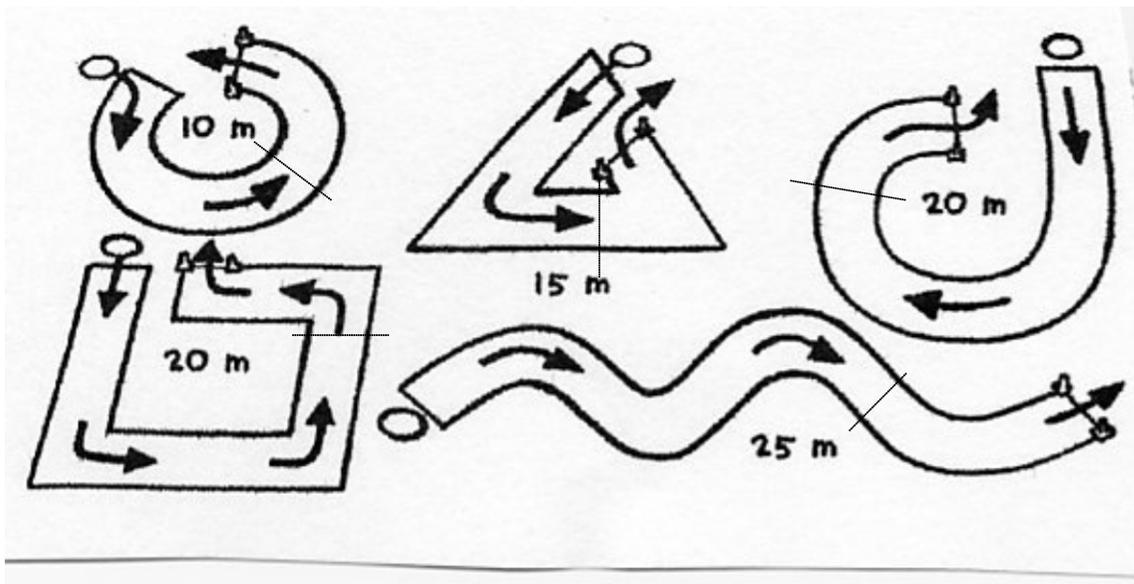
- **Situation 5** :

But : réalise le parcours sans sortir du chemin.

Aménagement matériel : 5 parcours tracés au sol.

Critères de réussite : répéter 3 fois de suite le parcours choisi sans erreur.

Critères de réalisation : Combiner propulsion et équilibre dynamique.



Variables : (complexification)

- terminer en roulant à partir de la marque indiquée (pointillés) ou obliger des parties en roulant
- augmenter la longueur et la sinuosité : acoler 2 circuits
- utiliser des terrains en légère déclivité
- après prise d'élán, poser le moins de fois pied à terre dans le parcours (= rouler en restant équilibré malgré une trajectoire non rectiligne)

- **Situation 6**

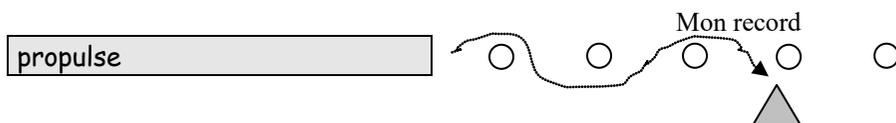
Record de roue en slalom après une zone de propulsion

But : patine jusqu'au repère puis roule le plus loin possible dans le slalom (placer un repère à l'endroit où l'on a posé le pied pour battre son record, les autres)

Aménagement matériel :

4 parcours tracés au sol en parallèle comportant chacun une zone de propulsion plus ou moins grande.

Signalisation des zones de propulsion et roue en slalom par des plots. Exemple :



Variables : longueur de la zone de propulsion, écartement des plots du slalom, décalage des plots de part et d'autre d'un axe.

- **Situation 7 :**

L'imitateur

Par 2, sur une musique, on patine l'un derrière l'autre. Celui de derrière suit et imite le premier (trajectoires, gestuelle...). Au signal, on change de rôle puis de partenaire

Créer et maîtriser des vitesses variées : savoir accélérer, ralentir, s'arrêter (sous forme de JEUX)

- **Situation 8** : Chez Pépé, chez Mémé

But : Roule dans la zone sans t'arrêter. A l'arrêt de la musique ou au signal regagne le camp indiqué le plus rapidement possible.

Aménagement matériel :



Règle : on accroche une pince à linge au dernier qui regagne le camp (gagé). Pas d'élimination.

Critère de réussite : Avoir le moins de gages.

Critères de réalisation : utiliser des vitesses différentes et maîtriser de façon dynamique des trajectoires.

Variables : Introduire des obstacles à éviter entre la zone de patinage et les 2 camps.

Ajouter 2 autres zones : chez Tata, chez Tonton

- **Situation 8 : Chat qui paralyse**

Grand zone tracée au sol ou délimitée par des plots de même couleur

Les souris évoluent dans l'aire à patinette. 1 chat à pied.(le PE au début)

Temps de jeu : 2 minutes

But pour le chat : paralyser toutes les souris en les touchant (interdit de pousser) ; But pour les souris : rester en vie

Règles : une souris peut en délivrer une autre paralysée en la touchant.

Au sifflet (arrêt du jeu) on compte le nombre de souris prises par le chat et on change de chat.

Une souris qui sort de la zone est paralysée en bordure.

Critères de réalisation : utiliser des vitesses différentes, changer de trajectoire en fonction des déplacements du chat (regarder le chat)

Variables : dimension de la zone, le chat marche ou court ou saute à pieds joints, plusieurs chats successivement

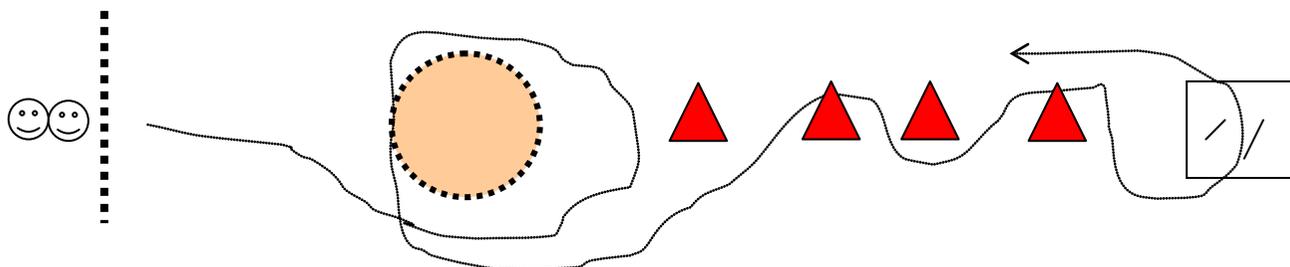
- **Situation 9 : Relais craie**

Faire 4 équipes et jouer au temps (5 minutes) pour de nombreux passages.

Consigne :

« Pars avec la craie en ligne droite, fais un tour complet du cercle en passant sur la flèche, slalome entre les plots, marque un trait dans le carré, reviens en suivant le même parcours et passe la craie au suivant. »

L'équipe ayant le + de traits de craie dans sa boîte à la fin du temps a gagné.



- **Situation 10 : Un, deux, trois soleil**

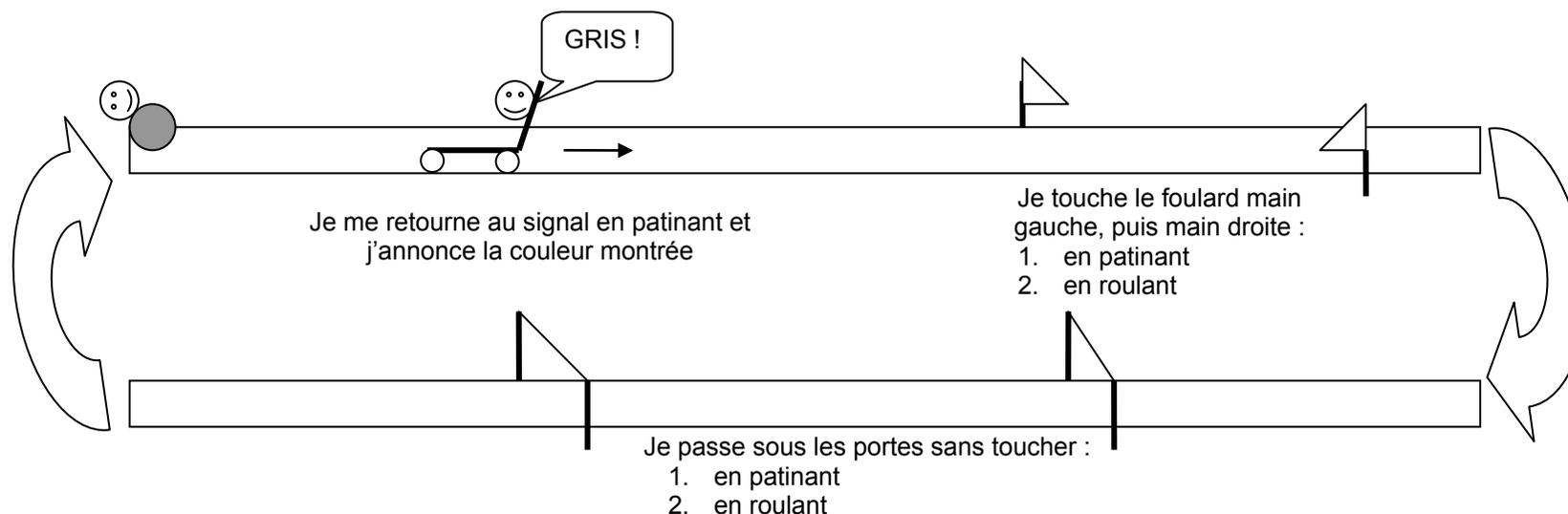
La classe sur une ligne, 1 meneur contre un mur de dos au groupe qui annonce lentement ou à sa guise « 1-2-3-soleil » puis se retourne

Règles : sur 123 soleil je patine, quand le meneur se retourne, je stoppe net. Pris en mouvement, je retourne au départ.



Dissocier haut et bas du corps

- **Situation 11** : Patiner sur un circuit en effectuant les tâches successives (effectuer de nombreux passages)



- **Situation 12** : Déménageurs foulards

But : Ramener le plus de foulards sur son banc.

Aménagement matériel et humain :

2 camps (les bancs) séparés de 20 mètres par la zone de patinage.

2 équipes de 6 patineurs identifiées par des dossards

Au début 6 foulards posés sur chaque banc (ou objets ou balles)

Règles : Au signal tous partent chercher un foulard et le ramènent sur leur banc, ainsi de suite. Transporter un seul foulard par trajet. Poser l'objet **SUR** le banc

Critères de réussite :

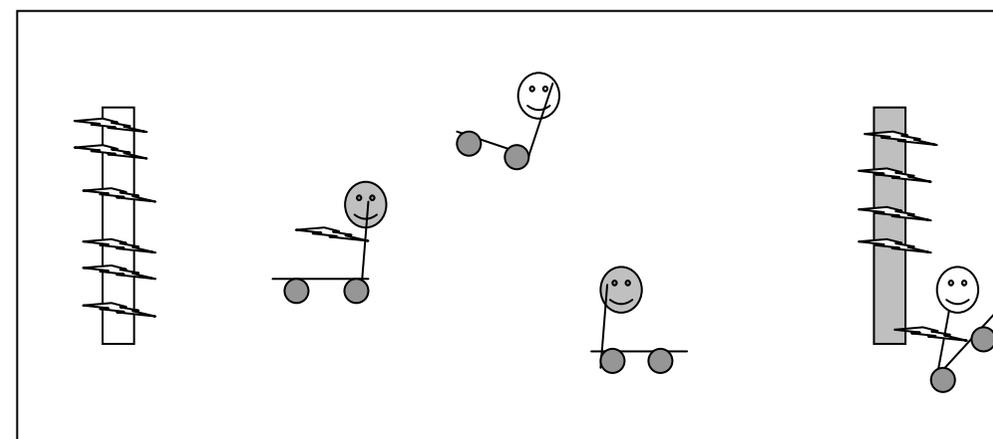
A la fin de x temps de jeu : Avoir plus d'objets que l'équipe adverse dans son camp (les foulards en main ne comptent pas).

Critères de réalisation :

- Accepter les temps de roule
- Dissocier en mouvement train inférieur / train supérieur
- Virer en patinant, roulant ou s'arrêter.

Variation : dimensions de l'aire, ajouter des obstacles à éviter dans l'aire : plots, cerceaux, piquets ...

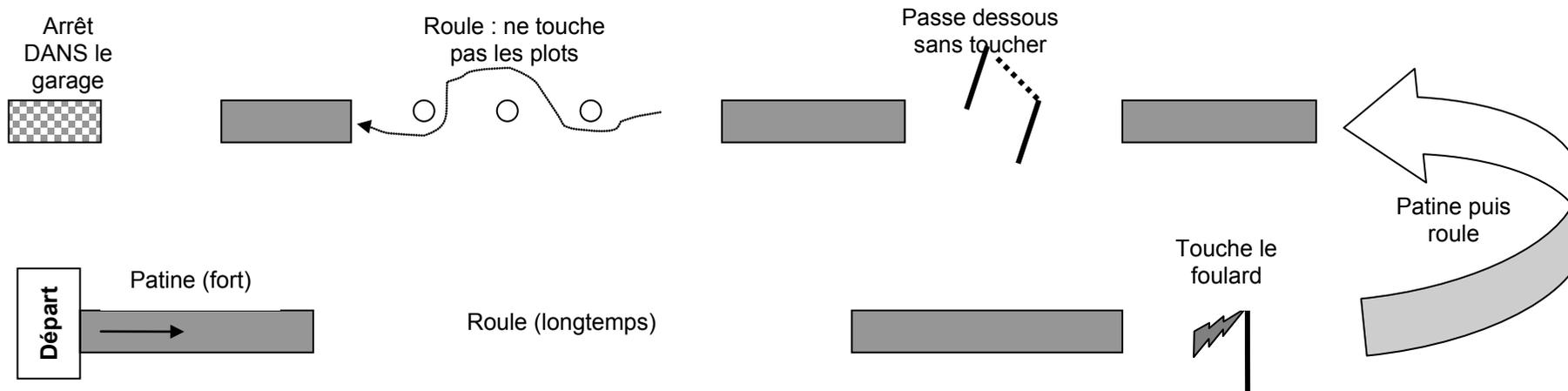
placer un épervier à pied dans une bande centrale : touché, on retourne rapporter l'objet et l'on en prend un autre.



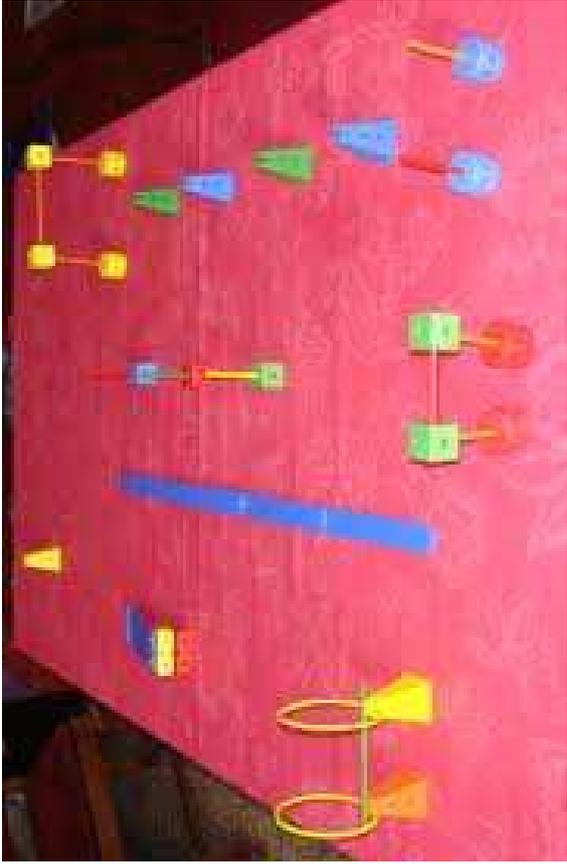
Situation de référence, évaluation finale

Consignes : Patine Roule (ne pose pas le pied)

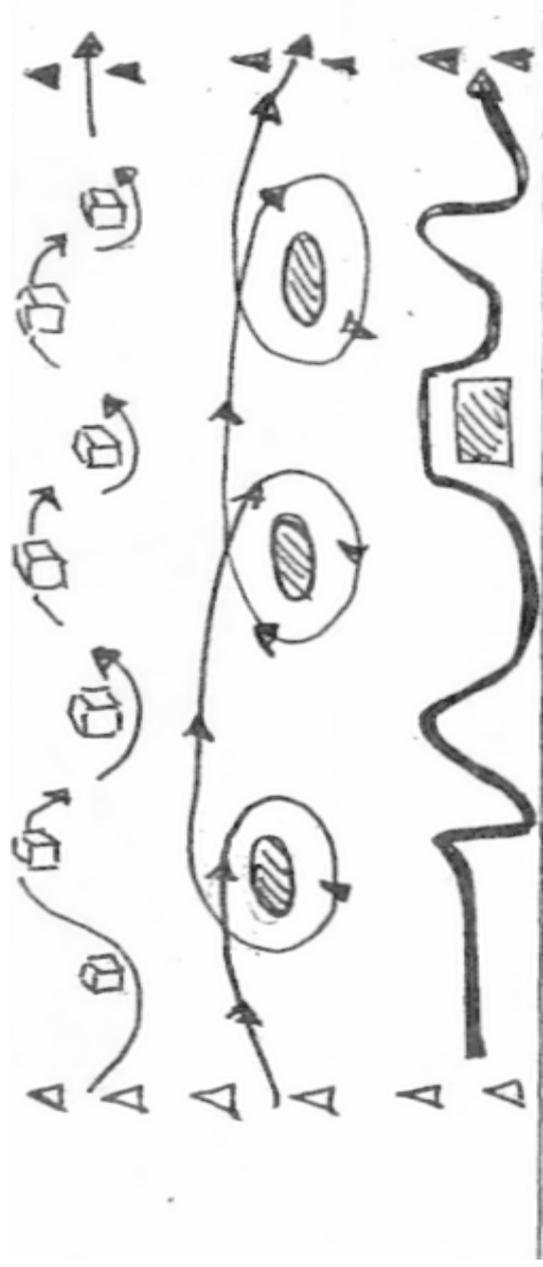
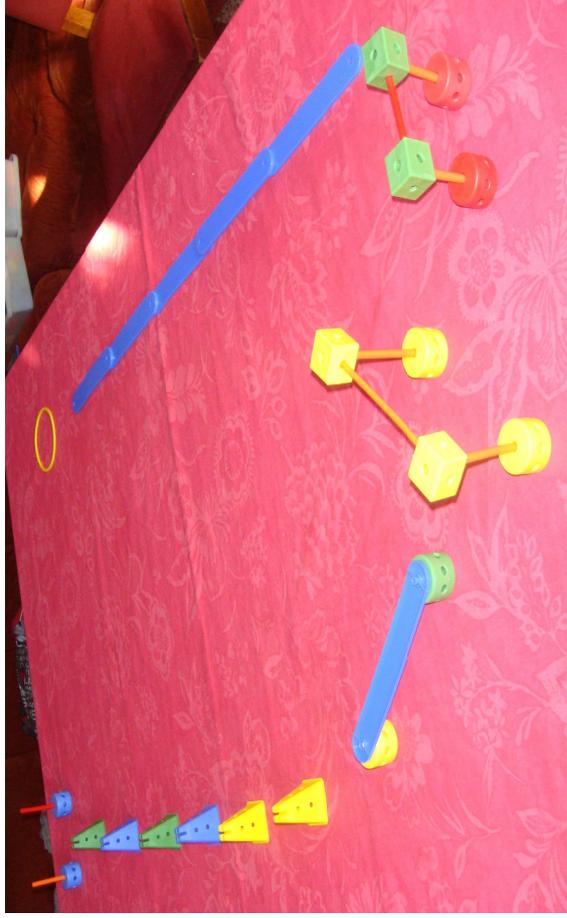
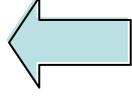
Variable si réussite : le plus rapidement possible



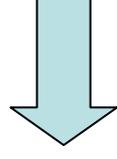
Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4
Poussées fréquentes peu efficaces	Poussées fréquentes	Utilise la propulsion pour rouler	Adapte la propulsion à l'objectif de déplacement
Regarde les pieds, zigzague	Prend une direction rectiligne	Sait virer	Sait enchaîner virages et trajectoires
Tombe 2 pieds souvent au sol	Prend un peu de vitesse	Sait accélérer, ralentir ou freiner, s'arrêter	Régule la vitesse en fonction de l'intention, de la difficulté
Tient l'engin avec les 2 mains exclusivement	Peut lâcher une main pour toucher ou attraper	Peut prendre des positions variées sur l'engin	Passe sous des obstacles, attrape des objets



Modélisation des parcours à réaliser.



Dessin des parcours à réaliser.



Il sera possible et cohérent d'introduire sur cette activité de nombreuses notions travaillées pour l'APER (Attestation de Première Education Routière - circulaire n°2002-229 du 25 octobre 2002) : axes de circulation, connaissance et respect de la signalisation, des autres usagers ...

ATTESTATION DE PREMIÈRE ÉDUCATION À LA ROUTE

Cycle 1



Quand je suis piéton...

Je me déplace sur le trottoir.

	Élève	Maître
Dans la rue je sais regarder.		
Dans la rue je sais écouter.		
Je reconnais et je nomme les différents espaces, les véhicules et les usagers.		

Je sais marcher sur le trottoir :

accompagné.		
-------------	--	--

Je traverse une chaussée.

Je sais que je ne dois pas traverser une chaussée seul(e) : je sais traverser en donnant le main.		
---	--	--

Je vis dans un espace complexe.

Dans un environnement proche :

Je sais reconnaître les dangers.		
Je reconnais les espaces de jeux et les espaces de circulation.		

Dans un environnement non familier :

Je connais les règles du code de la route.		
Je sais donner l'alerte en cas d'accident.		



Quand je suis passager...

	Élève	Maître
Je sais monter et descendre d'un véhicule.		
Je ne gêne pas le conducteur.		
Je sais pourquoi je dois être retenu(e) (ceinture, siège)		



Quand je roule...

Je sais rouler prudemment sur le trottoir et les espaces piétons, le vélo à la main.		
Je roule dans l'espace de circulation correspondant à l'engin que j'utilise.		
Je demande et j'utilise les équipements de protection.		

Je connais les règles du code de la route :

Je connais les espaces de circulation où je ne dois pas rouler.		
---	--	--

ATTESTATION DE PREMIÈRE ÉDUCATION À LA ROUTE

Cycle 2



Quand je suis piéton

Je me déplace sur le trottoir

	Elève	Maître
Dans la rue je sais regarder.		
Dans la rue je sais écouter.		

Je sais marcher sur le trottoir :

non accompagné(e).

--	--	--

Je traverse une chaussée.

Je sais traverser une chaussée seul(e).		
Je sais traverser à un carrefour.		
Je sais traverser à un rond-point.		
Je sais faire traverser une personne.		

Je vis dans un espace complexe.

Dans un environnement proche :

Je sais reconnaître les dangers.		
Je sais me déplacer dans mon quartier ou mon village		

Dans un environnement non familier :

Je connais les règles du code de la route.		
Je sais donner l'alerte en cas d'accident.		



Quand je suis passager...

	Elève	Maître
Je sais comment je dois être retenu(e).		
Je sais utiliser ma ceinture de sécurité.		
Je connais et je respecte le code du passager du véhicule particulier.		
Je connais et je respecte le code du passager à 2 roues.		
Je respecte les consignes de l'adulte dans un transport scolaire.		



Quand je roule...

Je sais rouler prudemment sur le trottoir et les espaces piétons, le vélo à la main.		
Je roule dans l'espace de circulation correspondant à l'engin que j'utilise.		
Je contrôle ma vitesse, mon équilibre, ma trajectoire.		
Je sais rouler en tenant compte des autres.		
Je vérifie et j'utilise les équipements.		

Je connais les règles du code de la route :

Je connais les espaces de circulation où je ne dois pas rouler.		
Je sais rouler à droite.		
Je connais la signification de la signalisation.		