|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Adapter ses déplacements à des environnements variés* Roule et glisse Roller** | | **Cycle 3 CM1 CM2** |
| **APPRENTISSAGES ATTENDUS :** | **Objectifs généraux :** Se déplacer de façon adaptée et se repérer dans des formes d’action inhabituelles mettant en cause l’équilibre dans des milieux variés et sur des engins instables.  **Objectifs moteurs :** Réaliser un parcours d’actions diverses en roller.  **CM1 CM2**   * Maîtriser la position de sécurité (patins parallèles, écartés à la largeur du bassin, genoux légèrement fléchis) dans des situations de gestion de l’élan, de plan incliné, de franchissement d’obstacles au sol nécessitant de sauter de quelques centimètres. * Ralentir pour s’arrêter à l’aide du frein. * Patiner de plus en plus vite en contrôlant sa vitesse, ses trajectoires et en anticipant sur les obstacles à franchir, sur les déplacements d’autres patineurs.   **Objectifs affectifs et sociaux :**   * Compétence 6 du socle : respect des règles de sécurité routière ; assumer les rôles sociaux. * Compétences 7 : affiner la connaissance de soi en fonction de ses ressources ; prendre des initiatives au cours de l’activité. * J’ai mes affaires de sport. * Je respecte les autres. | |
| **MATERIEL**  Rollers, chasubles, Chronomètre, sifflet, cônes, matériel de protection… | **CRITERES DE REUSSITE**  **CM1 CM2**  Je patine pendant 8 à 12 minutes sans m’arrêter, en gérant mon effort, en changeant d’allure. | **PLUS FACILE**   * Durée de l’activité. * Parcours de difficulté adaptée sans obstacles. |
| **REGLES DE SECURITE, REGLES D’OR**   * Règles élémentaires de sécurité routière. * Eviter le regroupement. * Avoir son matériel de protection. | **PLUS DIFFICILE**   * Je vire de différentes façons (en transférant mon poids, en ramenant successivement chaque patin en avant de l’autre…) pour contourner des obstacles, pour enchaîner plusieurs virages. * J’utilise différentes techniques pour freiner et m’arrêter. |

Situation d'apprentissage – Livret EPS