

Un exemple d' U.A. en PATINS à ROULETTES

« Evaluer le niveau des élèves et leurs craintes éventuelles »

Séance n°1 : découverte du matériel (coudières, genouillères, casque, patins)

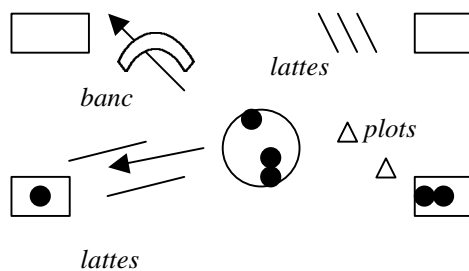
- avec 1 patin : marcher / courir / slalom entre des plots / changer de pied
- avec 2 patins : se déplacer le long d'un mur / se déplacer de A à B sans aide / essayer de ramasser des objets dispersés dans la cour
- retour au calme, bilan

Séance n°2 : « 1 situation de référence "les déménageurs" »

matériel : 4 types d'objets, 4 caisses / cartons/ cerceaux/ ou zones à la craie, 1 parcours aménagé
 But : transporter les objets de la zone centrale vers les boîtes correspondantes

Règle d'action :

- choisir un objet et le ranger dans la boîte correspondante.
- il faut faire le parcours imposé avant de le déposer



Prénom	nombre d'essais
Enjamber	
Slalom	
Aller tout droit	
Passer sous	

2 par 2. / un élève observe et remplit la fiche

« Rendre l'élève capable de se déplacer, de se propulser dans des positions différentes »

Séance n°3 :

- avec un patin : jeu "la trottinette"
 - chercher à rouler le plus possible, espacer les temps de poussée
 - réaliser des trajectoires courbes
 - changer le patin de pied
- "les attelages" : les élèves sont par 2, le A avec un patin, le B non. A est tenu par B à l'aide d'un bâton
 - rouler assis, debout, sur un pied
 - tenir le bâton à 2 mains, à une main
 - essayer de patiner
 -

Séance n°4 :

- parcours : de A à B avec aide, sans aide, en slalom, en relais
- chercher des objets dispersés au sol
- "les ponts" : d'abord fixes, puis mobiles, inverser. : l'élève passe sous le pont formé par les bras de 2 élèves
- parcours inventifs :
 - passer sous des ponts
 - se déplacer sur un pied entre 2 lattes
 - frapper des objets suspendus
 - ramasser des objets, sur table, au sol, les transporter

« Tourner, se retourner, changer de direction, freiner »

Séance n°5 :

- jeu "tout ranger" : 1 grand nombre de petits objets / 4 ou 5 boîtes de rangement
 But : l'élève se déplace, ramasse un objet et va le mettre dans une boîte.
- "1, 2, 3 soleil" => prévoir un temps de réaction

- Ateliers :
 - o Course avec un couloir d'arrêt (espace à réduire au fur et à mesure des séquences)
 - o Parcours : slalom entre plots, tour complet autour d'un cerceau
 - o Les voitures "code de la route" : au plot rouge=> s'arrêter / au plot vert => accélérer / aux cerceaux => virages/ aux lattes au sol => repartir en arrière

Séance n°6 :

- "1, 2, 3 soleil" : réduire le temps d'arrêt
- course : réduire l'espace du couloir d'arrêt
- ateliers

« Evaluation intermédiaire »

Séance n°7 : jeu "les déménageurs" : constater les progrès

« Enjamber »

Séance n°8 :

- mise en train : relais des 3 objets
 - 1 observateur et 1 patineur
 - o équilibre sur 1 pied, aller de A à B
 - o soulever un pied
 - o lever 2 fois le pied
- } varier le nbre de fois / le pied
- même chose : durée plus importante
 - o lever le pied et compter jusqu'à 3, 4 ou 5
 - avec obstacles horizontaux (petite rivière) / verticaux (caissette surélevée légèrement)

Séance n°9 :

- mise en train : "jacques a dit,..."
- mêmes tâches qu'en n°8, augmenter durées et distances
- "le bétet"

« Evaluation »

Séance n°10 :

- mise en train : "les ponts, 1 2 3 soleil, écureuils en cage"
- reprise de la situation " les déménageurs"

Idées pour réinvestir les compétences acquises :

- Jeux de relais: navette, chronomètre vivant
- Epervier / dans la mare / sur la rive
- Jeux de chat
- bétet