

LES ENGINS ROULANTS à l'école primaire

Ce document permet à l'enseignant de réaliser une unité d'apprentissage en utilisant soit la trottinette, le tricycle, la bicyclette ou le roller à l'école primaire.



SOMMAIRE

⇒ *Page 3* : Les objectifs

⇒ *Page 4* : Les problèmes fondamentaux posés par la pratique...

✓ du vélo

✓ du roller

⇒ *Page 5* : Les engins

⇒ *Page 6* : Les règles de fonctionnement

✓ Quatre propositions d'organisation

✓ Le temps de pratique des élèves

✓ La chute en roller

✓ L'échauffement

✓ L'espace : l'aire d'évolution

⇒ *Page 9* : Vers la route

✓ Le rappel des textes de référence

✓ L'APER

✓ La fiche de route

⇒ *Page 9* : L'interdisciplinarité

⇒ *Page 10* : Les fondamentaux

✓ Les situations de référence

✓ Les situations pédagogiques

⇒ Les annexes

✓ 1 : Les documents d'accompagnement

✓ 2 : Le dossier échauffement

✓ 3 : Les fiches du bulletin départemental

✓ 4 : L'APER

✓ 5 : La fiche de route

✓ 6 : Bibliographie / Contact

⇒ Les objectifs

voir annexe 1 : les documents d'accompagnement 2002

Dans un premier temps, on abordera l'activité en travaillant la compétence :

« Adapter ses déplacements à différents types d'environnements :

- dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (rouler, slalomer, s'arrêter...)
- en pilotant des engins instables (trotinette, tricycle, bicyclette, roller, patins à roulettes)
- en fournissant des efforts variés (vitesse ou durée)
- dans des milieux divers (plats, vallonnés, bitume, herbe...)
- en gérant des règles simples de sécurité (par rapport à l'équipement et au déplacement) »

C'est cet aspect que l'on développera dans le dossier.

Dans un second temps (dans l'année ou dans le cycle), on pourra développer les autres compétences :

- S'affronter individuellement et collectivement (jeux collectifs...)
- Concevoir et réaliser des actions à visée esthétique, artistique ou expressive (évolution en groupe, synchronisation...)
- Réaliser une performance mesurée (courses longues, de vitesse, de relais...)

⇒ Les problèmes fondamentaux posés par la pratique...

✓ du vélo

PILOTER UN VELO c'est	
Passer d'une locomotion de piéton - sur 2 appuis parallèles (les pieds) - propulsée et guidée par ces mêmes appuis C'est à dire	à une locomotion - sur 2 appuis en alignement (les 2 roues), - guidée par les bras et les mains (et propulsée par les jambes)
Changer son mode habituel de déplacement, donc établir de nouvelles coordinations motrices sur un nouvel équilibre.	
Et aussi : Passer d'une possibilité de vitesse de déplacement peu rapide (marche) ou moyenne (course) Soit	à une possibilité de grande vitesse
Etre confronté à une prise d'informations (donc à des prises de décision) dans des délais plus courts.	

✓ du roller

Les problèmes fondamentaux se créent autour de la mise en œuvre d'une motricité dont les repères sont :

- prise de risques
- maîtrise de la vitesse
- déplacement en orientation arrière

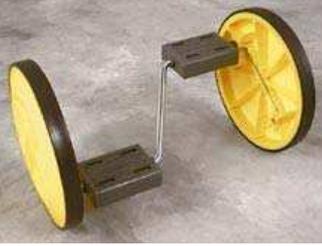
L'enfant s'organise dans l'activité en suivant des étapes successives, **de la remise en cause de la propulsion de marcheur vers la construction d'une propulsion de patineur :**

- prendre une impulsion pour glisser sur un ou deux patins,
- accepter la glissade,
- supprimer le réflexe de marche,
- maîtriser des trajectoires variées,
- dissocier le train porteur du train supérieur pour d'autres activités (exemple : roller pour les pieds et crosse de hockey pour les bras),
- créer un déplacement arrière spécifique,
- rechercher l'efficacité et la maîtrise.

L'enfant se crée un mode nouveau de déplacement fondé sur :

- **de nouvelles coordinations,**
- **un nouvel équilibre.**

⇒ Les engins

<p>La draisienne ou le porteur</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 ou 4 roues - un guidon - sans pédales - sans freins 		
<p>Le tricycle</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 roues - un guidon - 2 pédales (avec ou sans chaîne) - sans freins 		
<p>La trottinette</p> <ul style="list-style-type: none"> - une planche montée sur - 2 ou 3 roues - un guidon 		
<p>Le vélo</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 roues alignées - un guidon - 2 pédales - avec ou sans freins - transmission directe ou par chaîne 		
<p>Le pédalgo</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 ou 4 roues - sans guidon - 2 pédales - sans freins 		
<p>Les patins à roulettes : 2 fois 2 roues</p> <p>Les rollers : 4 roues en ligne</p>		

⇒ Les règles de fonctionnement

✓ Quatre propositions d'organisation

1^{er} cas : les élèves exécutent les consignes du maître (situation en grand groupe)

2^{ème} cas : le parcours (type situation de référence)

3^{ème} cas : l'atelier (situation d'exercice répété)

4^{ème} cas : la situation-jeu (les déménageurs, 1,2,3 soleil, ...)

Chaque proposition peut présenter différentes évolutions : différenciation (variable espace-temps), adaptation aux engins, aux niveaux des élèves,

✓ Le temps de pratique des élèves

Il doit être privilégié. Pour cela :

- éviter les files d'attente (privilégier les dispositifs tels que les parcours avec couloir de retour, les ateliers...)
- donner la possibilité aux élèves de s'essayer de nombreuses fois
- permettre à l'élève d'être tour à tour cycliste/rouleur et observateur, quand les situations s'y prêtent.

Pour que les élèves soient en sécurité lors des situations de **passation de consignes**, il faut :

- en roller, adopter **la position du chevalier** (1 genou au sol) **PHOTO**
- en vélo, poser les mains sur le guidon et les 2 pieds au sol de chaque côté du vélo.

✓ La chute en roller

Il est souhaitable à tous les niveaux d'expliquer aux élèves qu'il est moins risqué de chuter vers l'avant en utilisant les protections :

*Tomber sur les genoux protégés puis sur les mains protégées
pour éviter de partir en arrière et de chuter sur le coccyx.*

✓ L'échauffement.

Il va se dérouler en deux temps :

1. Avant de s'équiper

voir annexe 2 : dossier échauffement

Ensuite, il faut s'équiper. Voir fiche EQU.1

Bien penser à faire vérifier son équipement par un adulte.

2. Après s'être équipé :

Le temps de préparation et d'équipement étant différent par groupe d'individus, il est important de penser **l'échauffement de manière autonome** en respectant quelques principes de sécurité :

- matérialiser un circuit simple
- imposer un sens de rotation
- respecter un code de dépassement par la gauche en prévenant oralement
- les meilleurs rouleurs doivent faire attention aux autres
- ne pas s'arrêter sur l'espace de roule

Au fil des séances, on peut amener quelques relances :

- suivre son camarade
- imiter son camarade (lever un bras, se fléchir...)
- par 2, rouler sur dix mètres puis se dépasser

✓ L'espace : l'aire d'évolution

L'activité se pratique en général dans la cour, dans une salle de sport ou dans un parc aménagé.

Pour les élèves de cycle 3, elle peut se dérouler sur la voie publique.

voir paragraphe : vers la route

L'espace de travail doit être aménagé et assez grand pour permettre à l'enfant d'exercer réellement sa motricité et d'évoluer sur des parcours variés.

L'aménagement de l'environnement s'obtient à partir d'un matériel fixe (utilisation de traits au sol) ou d'un matériel mobile (lattes, plots...), ce dernier donnant la possibilité de modifier rapidement un parcours.

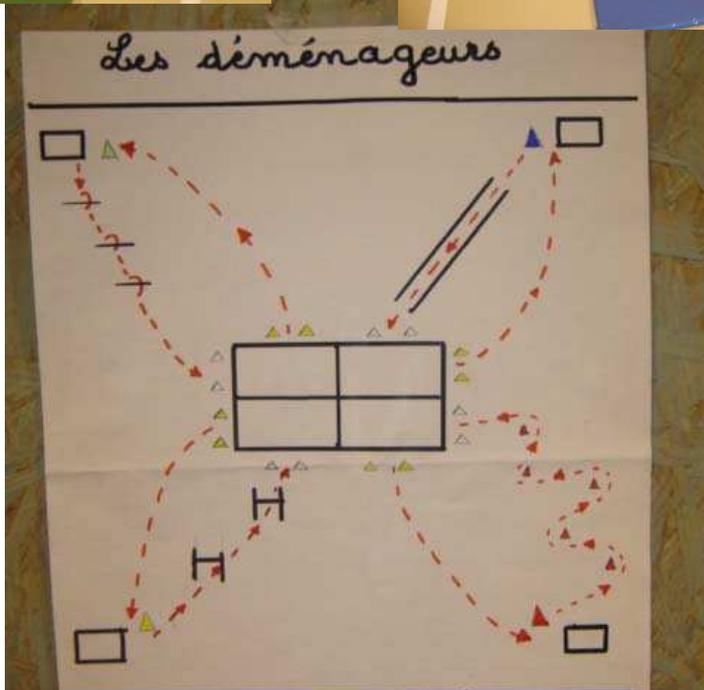
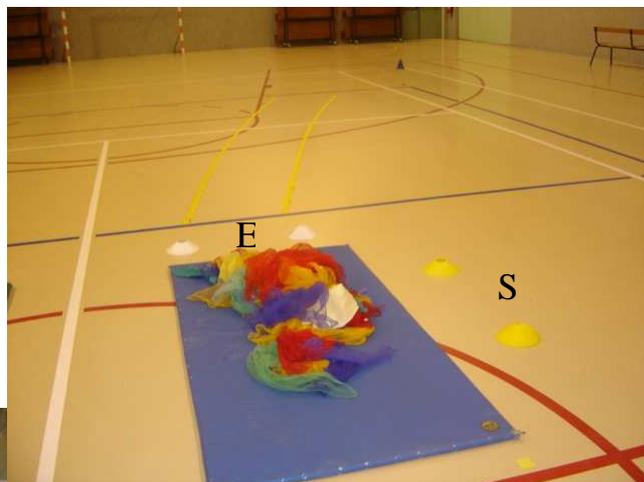
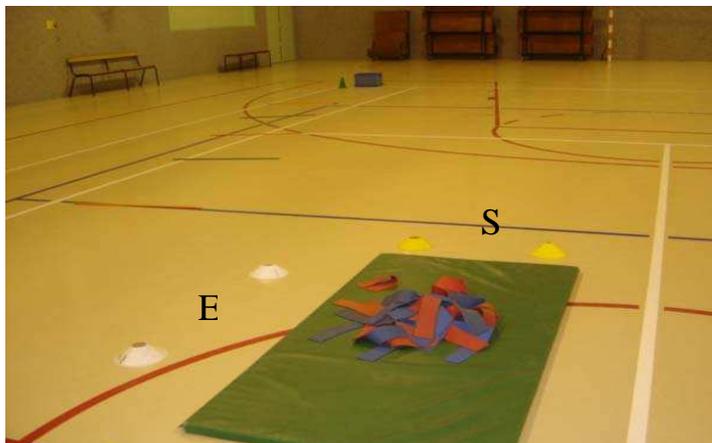
Selon l'organisation choisie (vagues d'élèves, ateliers...), prévoir un couloir de retour matérialisé avec une porte d'entrée (E) et une porte de sortie (S) afin d'éviter tout croisement.

Voir fiche : D4 le signal (fonctionnement par vagues)

Exemple d'organisation de l'espace pour une classe.

« Les déménageurs »

mis en place dans une classe de section de grands pratiquant le roller.



⇒ Vers la route ...

✓ Le rappel des textes de référence

Voir annexe 3 : fiches I-13 / F-33 / F-331 / A-153 du bulletin départemental.

- **Les sorties sur voies publiques sont autorisées exclusivement au cycle 3.**

- Cas particulier des anciennes voies ferrées et le halage :

Ce sont des voies publiques. Elles peuvent néanmoins être empruntées par les élèves de cycle 2 en respectant la règle suivante :

Tous les trajets de liaison et croisements de route doivent être effectués vélo à la main.

Pour toute sortie sur la voie publique, prendre contact plusieurs semaines à l'avance avec le conseiller pédagogique de circonscription.

✓ L'Attestation de Première Education Routière

Voir annexe 4 : l'APER

Elle a pour but d'évaluer les comportements de l'enfant et constitue la première étape déterminante vers l'obtention du permis de rouler, en deux roues d'abord, puis en voiture. Elle prend la forme d'une grille d'évaluation que l'on peut intégrer au dossier scolaire de chaque élève. Elle répertorie des savoirs et des savoir-faire acquis du cycle 1 au cycle 3.

Pour vous aider, vous pouvez consulter le site eduscol.education.fr/securite qui propose des situations.

✓ La fiche de route

Voir annexe 5 : la fiche de route

⇒ L'interdisciplinarité

✓ L'éducation civique:

✓ La technologie : cyclotechnie, transmissions de mouvement, développements, leviers...

✓ Les Mathématiques : vitesse, moyenne horaire, échelles, calculs de durée, calcul du développement...

Les fondamentaux de la démarche pédagogique en engins roulants

CONNAISSANCES DES PROGRAMMES
Compétence disciplinaire : Adapter ses déplacements à différents types d'environnement.
Compétences générales : S'engager lucidement dans l'activité en choisissant des stratégies d'action en fonction du milieu, en anticipant sur les actions à réaliser et en contrôlant ses émotions.
Compétences transversales : Parler, lire, écrire et éducation du citoyen.

X élèves répartis par groupes de niveau ou par ateliers.

CONNAISSANCE DE L'ACTIVITE
 Piloter un engin en maîtrisant les équilibres et les trajectoires, en contrôlant ses émotions et leurs effets en situation de difficulté.

LA SITUATION DE REFERENCE
 Réaliser un parcours comprenant un slalom, une zone de roue, un obstacle et une zone d'arrêt.

Rouler en groupe sur un itinéraire dans des milieux variés sur des engins instables en respectant des règles.

CONNAISSANCE DES ELEVES
 L'élève identifie, compare, expérimente.
 IL COMPREND / CONCOIT / FAIT.

Un terrain varié : dénivelé, variété de sols

L'élève peut organiser une sortie.

Prévoir le matériel de sécurité pour pouvoir mener l'activité (casques, protections...).

SE DEPLACER EN SECURITE

CONSTRUIRE UN ITINERAIRE

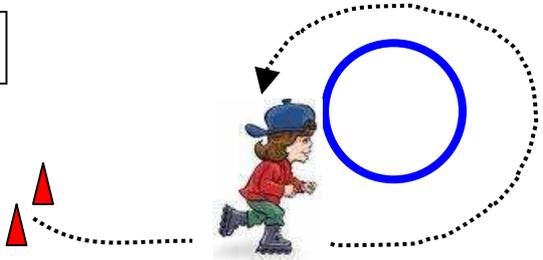
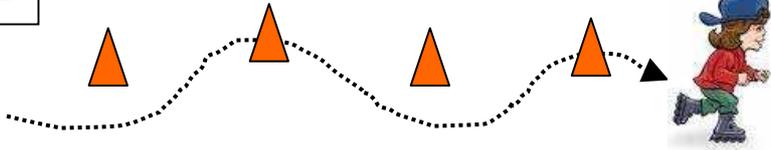
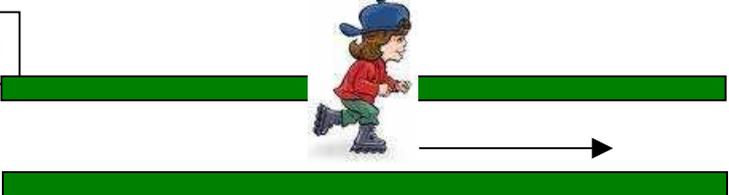
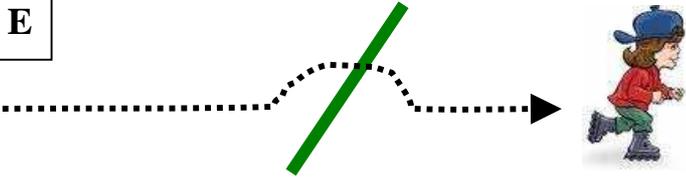
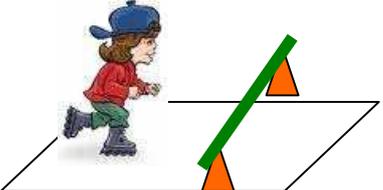
REALISER DES ACTIONS MOTRICES SPECIFIQUES

S'équiper	Connaître et manipuler son engin
EQ1 : S'équiper	Voir édition Revue EPS « Apprendre à faire du vélo dès l'école maternelle »

se Diriger	s'Equilibrer	Gérer son allure	s'Arrêter	Se Propulser
D1 : Le slalom D2 : Les cercles D3 : Le tour du plot D4 : Le signal D5 : Les 3 couleurs	E1 : Sauter E2 : Se baisser E3 : Le dernier arrivé	G1 : Slalom à 2 G2 : Les trains qui arrivent ... G3 : Les déménageurs	A1 : 1,2 ,3 soleil A2 : Minuit dans la bergerie A3 : Les défis	P1 : La roue P2 : La locomotive et son wagon P3 : Le couloir

SECURITE ROUTIERE

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche de l'élève cycle 1</i>		Date :
	L'observateur Le secrétaire <i>J'entoure la tête qui convient.</i>	 Le rouleur <i>Je réalise le circuit proposé.</i>

A 	<p><i>Je décris un cercle sans le toucher.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
B 	<p><i>Je slalome sans toucher les plots.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
C 	<p><i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin sans le faire tomber.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
D 	<p><i>Je roule en ligne droite sans sortir du couloir.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
E 	<p><i>Je franchis l'obstacle sans le toucher.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
F 	<p><i>Je m'arrête dans la zone sans faire tomber la latte.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
<p><i>Je réalise tout le parcours sans m'arrêter.</i></p>		<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche du maître roller cycle 1</i>		

zones	Verbes d'action	Ce que je dois faire	Les critères de réussite
A Diamètre de 3m.	Se diriger	<i>Je décris un cercle...</i>	<i>...sans le toucher.</i>
B 1m entre les plots	Se diriger S'équilibrer	<i>Je slalome...</i>	<i>...sans toucher les plots.</i>
C 5m	S'équilibrer Se propulser	<i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin...</i>	<i>...sans le faire tomber.</i>
D L = 10m l = 1m	Se propulser	<i>Je roule en ligne droite...</i>	<i>...sans sortir du couloir.</i>
E latte	S'équilibrer	<i>Je franchis l'obstacle...</i>	<i>...sans le toucher.</i>
F Zone d'arrêt : 1m	S'arrêter	<i>Je m'arrête dans la zone...</i>	<i>...sans faire tomber la latte.</i>

Mise en place de l'observation par les élèves :

Le parcours suivant est dessiné et expliqué en classe.

Les critères de réussite sont donnés pour chacune des six zones.

Les élèves sont associés en trinôme : un rouleur - un observateur – un secrétaire

La fiche d'élève ne peut être utilisable qu'avec un travail préalable de lecture de la fiche.

1^{ère} proposition :

Le rouleur passe dans une zone, l'observateur possède deux affichettes (avec le sourire ou la tristesse). Il lève l'une des deux en fonction de l'exercice réussi ou non.

2^{ème} proposition :

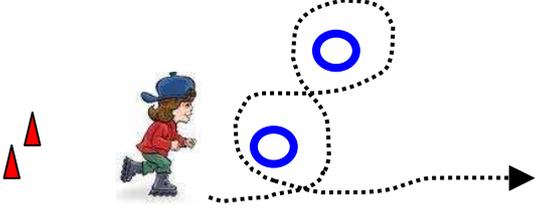
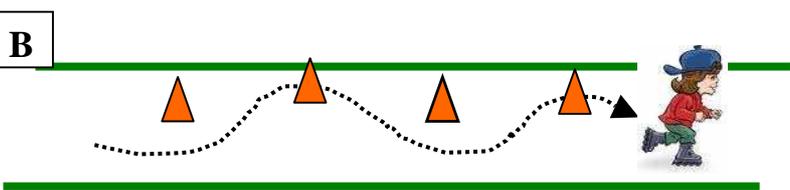
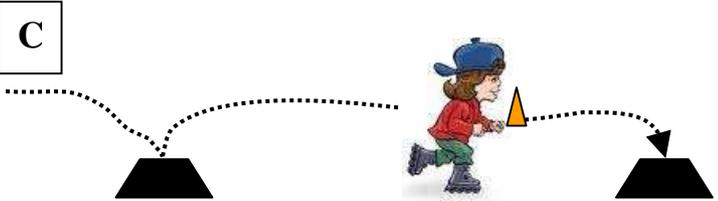
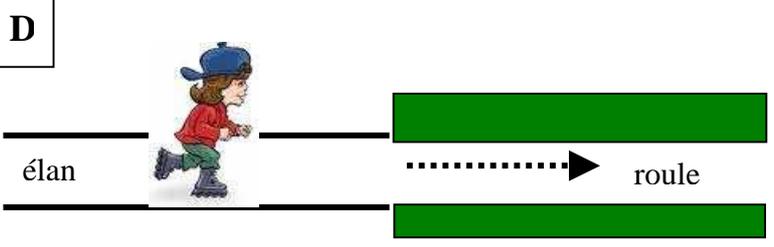
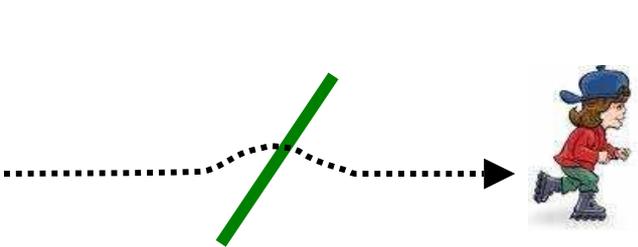
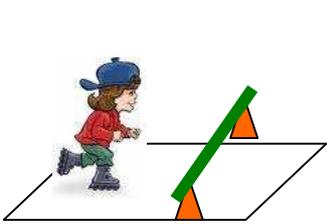
Après le passage du rouleur dans la zone, l'observateur vient déposer l'étiquette (prénom du rouleur) dans la caisse sourire ou la caisse tristesse près de l'enseignant.

Après la séance, on remplira la fiche individuelle lors d'une situation de langage, en atelier dirigé par exemple. L'utilisation du caméscope pourra permettre de vérifier les choix des observateurs.

3^{ème} proposition :

Pendant que le rouleur effectue tout le parcours, le secrétaire remplit la fiche élève en grand format suivant les indications de l'observateur.

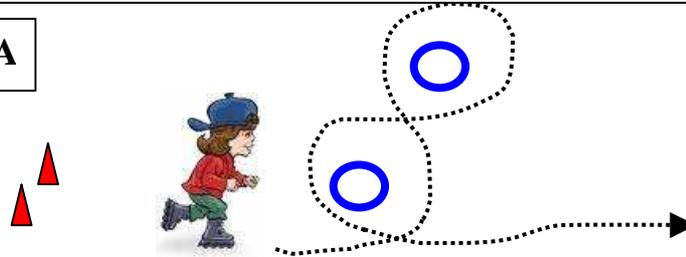
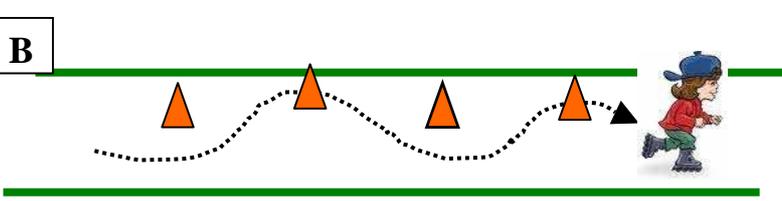
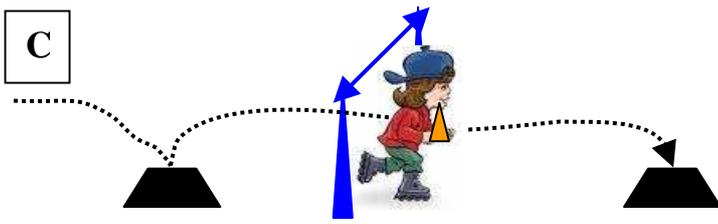
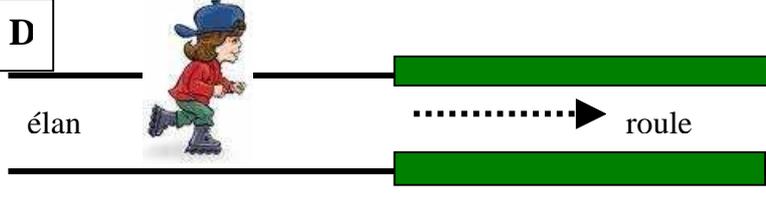
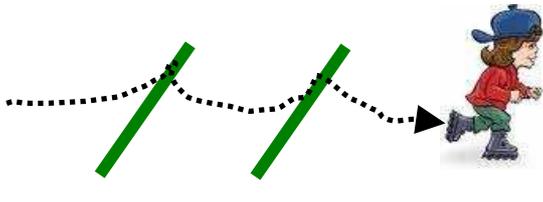
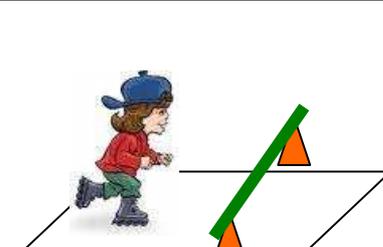
EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche de l'élève cycle 2</i>		Date :
	L'observateur Le Secrétaire <i>J'entoure la tête qui convient</i>	 Le rouleur <i>Je réalise le circuit proposé.</i>

A 	<i>Je décris un huit sans toucher les plots.</i>  
B 	<i>Je slalome :</i> <i>- sans toucher les plots et sans sortir du couloir</i>  
C 	<i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin :</i> <i>- sans le faire tomber</i>  
D 	<i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler :</i> <i>- sans sortir du couloir</i>  
E 	<i>Je franchis l'obstacle :</i> <i>- appel pieds joints</i> <i>- sans tomber et sans le toucher</i>  
F 	<i>Je m'arrête dans la zone sans faire tomber la latte.</i>  
<i>Je réalise tout le parcours sans m'arrêter.</i>  	

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche du maître roller cycle 2</i>		

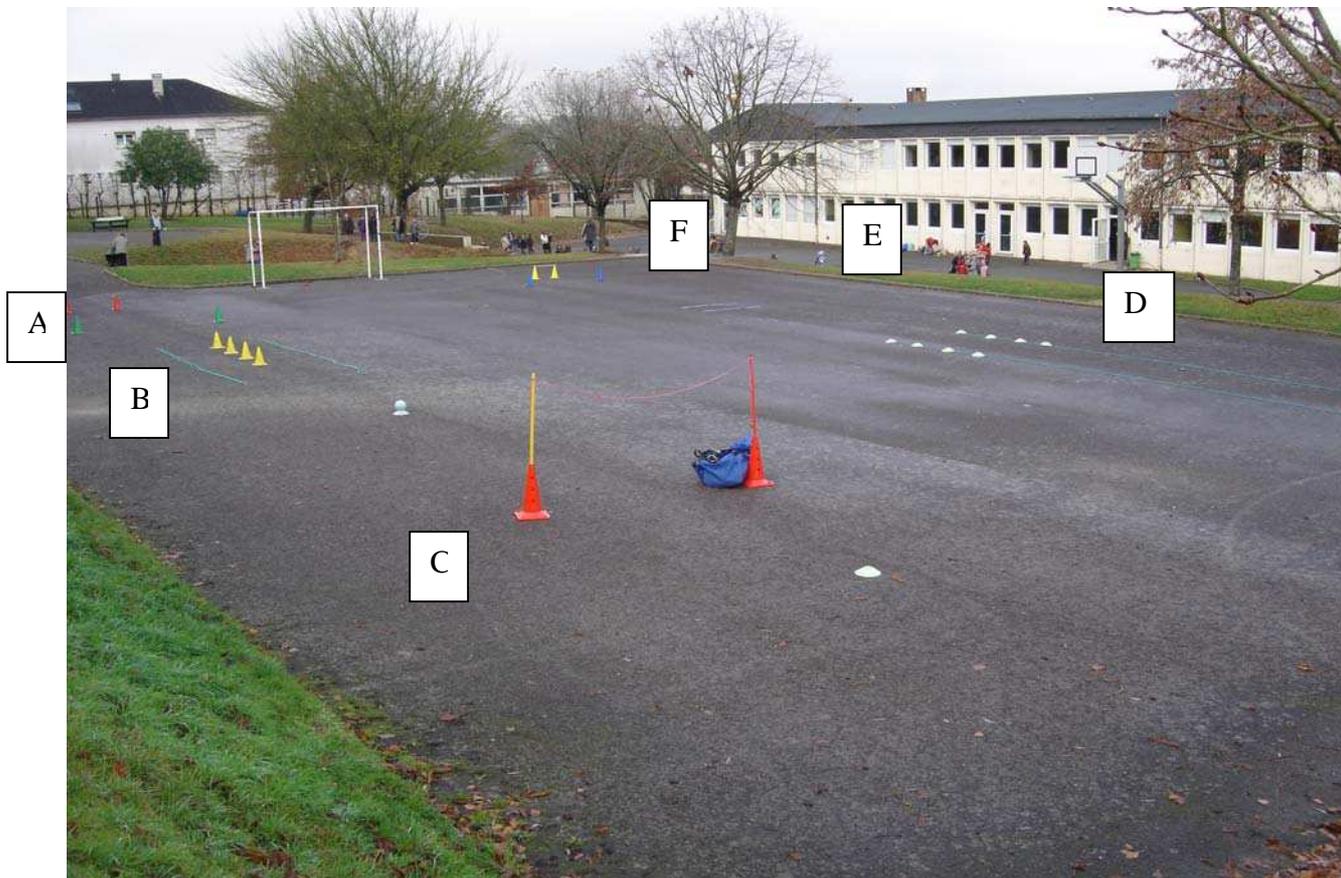
zones	Verbes d'action	Ce que je dois faire	Les critères de réussite
A 3m entre les plots	Se diriger	<i>Je décris un huit...</i>	<i>...sans toucher les plots</i>
B 1m entre les plots 2m entre les lignes	Se diriger S'équilibrer	<i>Je slalome...</i>	<i>...sans toucher les plots et sans sortir du couloir</i>
C 10m	S'équilibrer Se propulser	<i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin...</i>	<i>...sans le faire tomber</i>
D Zone de propulsion 10m Zone de roue 2m Largeur de couloir 1m	Se propulser	<i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler...</i>	<i>...sans sortir du couloir</i>
E latte	S'équilibrer	<i>Je franchis l'obstacle...</i>	<i>...appel pieds joints sans tomber et sans le toucher</i>
F Zone d'arrêt : 1m	S'arrêter	<i>Je m'arrête dans la zone...</i>	<i>...sans faire tomber la latte</i>

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche de l'élève cycle 3</i>		Date :
 <p>L'observateur</p> <p>Le secrétaire</p> <p><i>J'entoure la tête qui convient.</i></p>	 <p>Le rouleur</p> <p><i>Je réalise le circuit proposé.</i></p>	

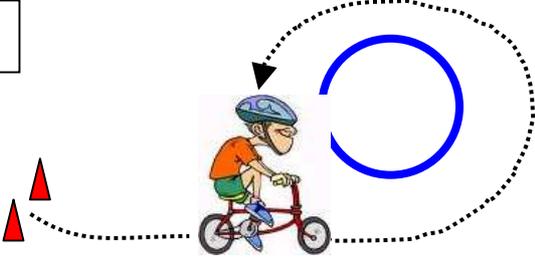
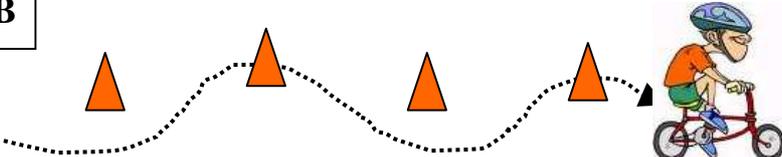
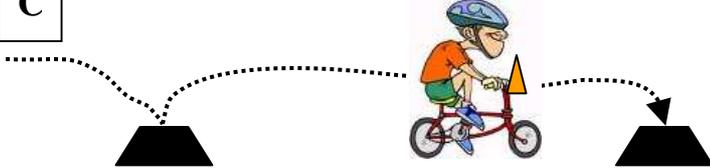
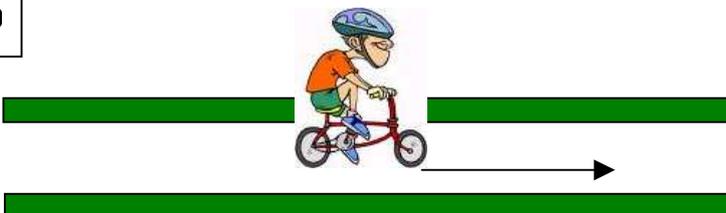
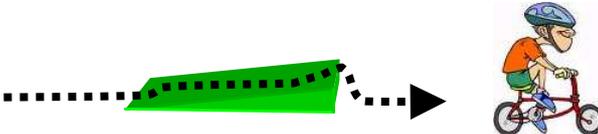
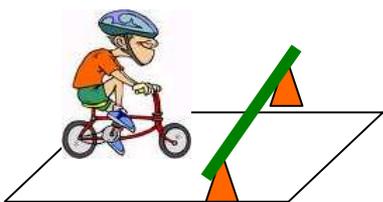
<p>A</p> 	<p><i>Je décris un huit sans toucher les plots.</i></p> <p style="text-align: right;">   </p>
<p>B</p> 	<p><i>Je slalome :</i></p> <p>- d'un pied sur l'autre  </p> <p>- sans toucher les plots et sans sortir du couloir  </p>
<p>C</p> 	<p><i>Je passe sous un obstacle sans le faire tomber</i></p> <p style="text-align: right;"> </p> <p><i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin sans le faire tomber</i></p> <p style="text-align: right;"> </p>
<p>D</p> 	<p><i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler :</i></p> <p>- sur un patin et sans sortir du couloir</p> <p style="text-align: right;"> </p>
<p>E</p> 	<p><i>Je franchis les 2 obstacles :</i></p> <p>- appel pieds joints  </p> <p>- sans tomber et sans les toucher  </p>
<p>F</p> 	<p><i>Je m'arrête dans la zone sans faire tomber la latte.</i></p> <p style="text-align: right;"> </p>
<p><i>Je réalise tout le parcours sans m'arrêter</i></p> <p style="text-align: right;"> </p>	

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche du maître roller cycle 3</i>		

zones	Verbes d'action	Ce que je dois faire	Les critères de réussite
A 2m entre les plots	Se diriger	<i>Je décris un huit...</i>	<i>...sans toucher les plots.</i>
B 0.75m entre les plots 1.50m entre les lignes	Se diriger S'équilibrer	<i>Je slalome...</i>	<i>...d'un pied sur l'autre sans toucher les plots et sans sortir du couloir.</i>
C 10m	S'équilibrer Se propulser	<i>Je passe sous un obstacle...</i> <i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin...</i>	<i>...sans le faire tomber.</i> <i>...sans le faire tomber.</i>
D Zone de propulsion 10m Zone de roue 2m Largeur de couloir 1m	Se propulser	<i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler..</i>	<i>...sur un patin et sans sortir du couloir.</i>
E 1,50m entre les lattes	S'équilibrer	<i>Je franchis les 2 obstacles...</i>	<i>...appel pieds joints sans tomber et sans les toucher.</i>
F Zone d'arrêt : 1m	S'arrêter	<i>Je m'arrête dans la zone...</i>	<i>...sans faire tomber la latte.</i>

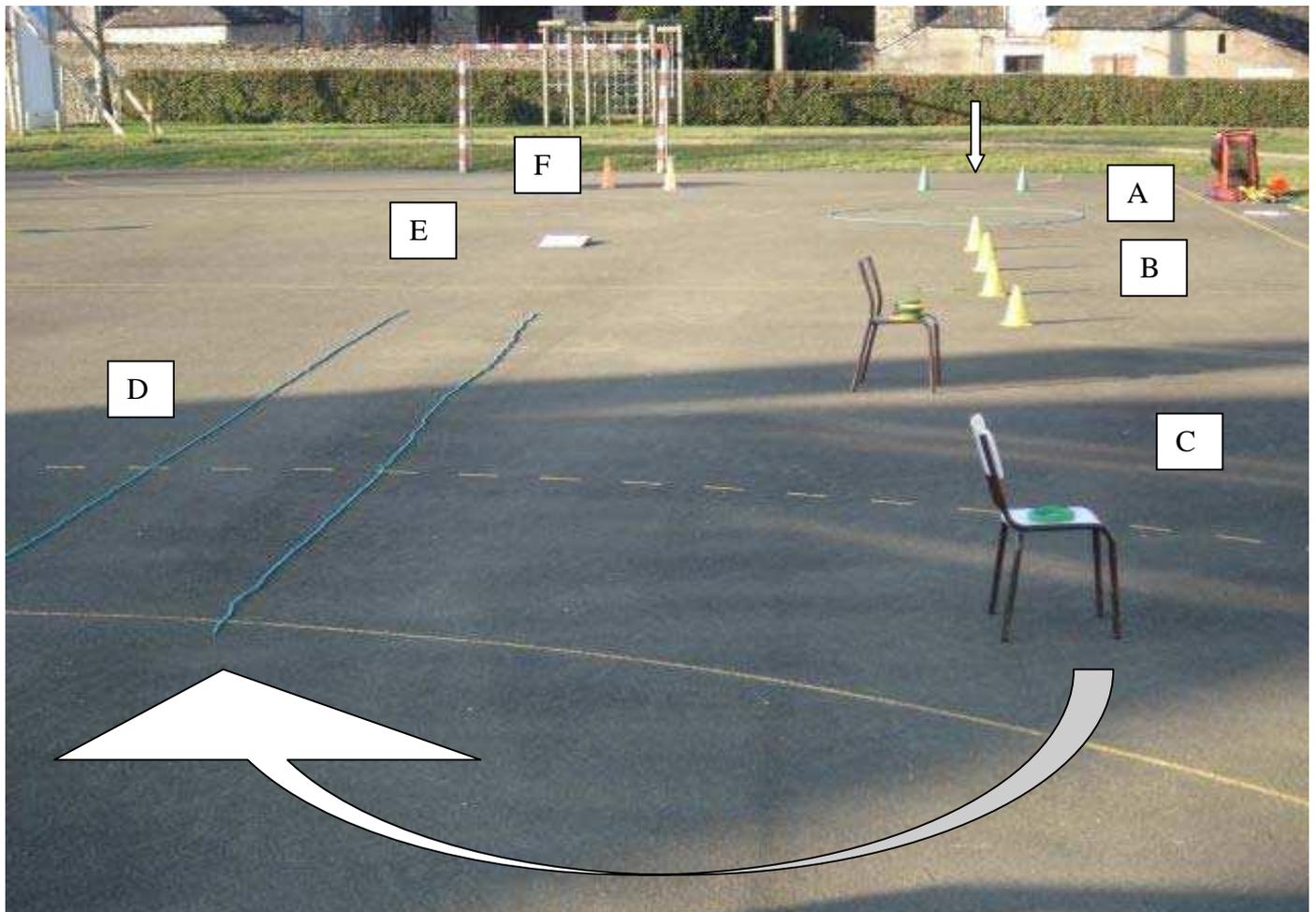


EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche de l'élève cycle 1</i>		Date :
	L'observateur Le secrétaire <i>J'entoure la tête qui convient</i>	 Le rouleur <i>Je réalise le circuit proposé.</i>

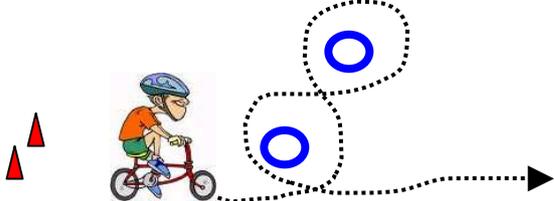
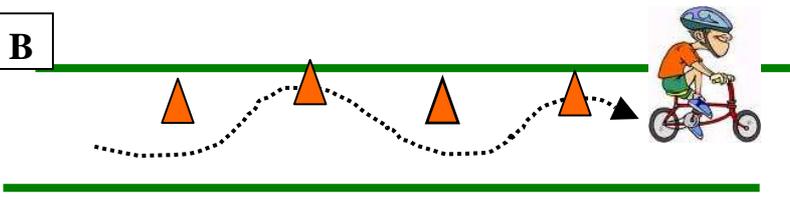
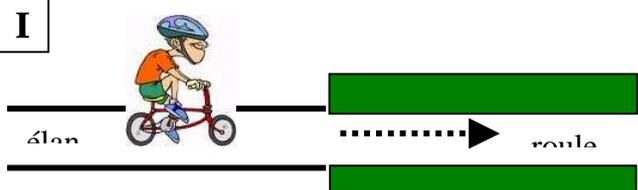
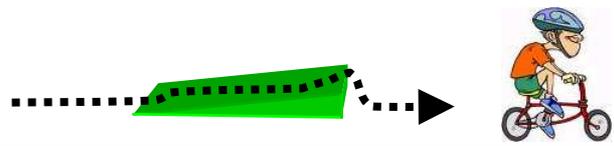
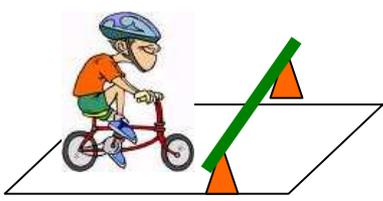
<p>A</p> 	<p><i>Je décris un cercle sans le toucher.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>B</p> 	<p><i>Je slalome sans toucher les plots.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>C</p> 	<p><i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin, sans le faire tomber.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>D</p> 	<p><i>Je roule en ligne droite sans sortir du couloir.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>E</p> 	<p><i>Je franchis l'obstacle sans tomber.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>F</p> 	<p><i>Je m'arrête dans la zone sans faire tomber la latte.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p><i>Je réalise tout le parcours sans m'arrêter.</i></p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche du maître vélo cycle 1</i>		

zones	Verbes d'action	Ce que je dois faire	Les critères de réussite
A Diamètre de 3m.	Se diriger	<i>Je décris un cercle</i>	<i>sans le toucher</i>
B 2m entre les plots	Se diriger S'équilibrer	<i>Je slalome</i>	<i>sans toucher les plots.</i>
C 10m	S'équilibrer Se propulser	<i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin</i>	<i>sans le faire tomber.</i>
D L = 10m l = 1m	Se propulser	<i>Je roule en ligne droite</i>	<i>sans sortir du couloir</i>
E Plan incliné	S'équilibrer	<i>Je franchis l'obstacle</i>	<i>sans le toucher</i>
F Zone d'arrêt : 2m	S'arrêter	<i>Je m'arrête dans la zone</i>	<i>sans faire tomber la latte</i>



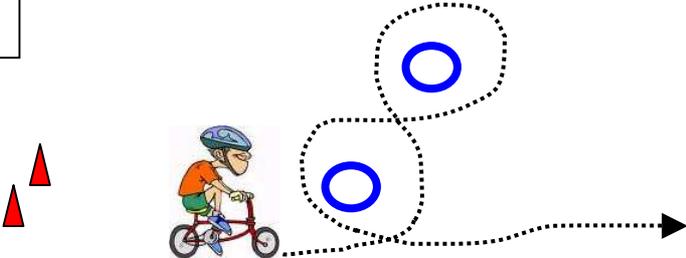
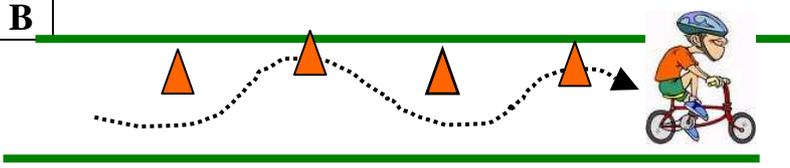
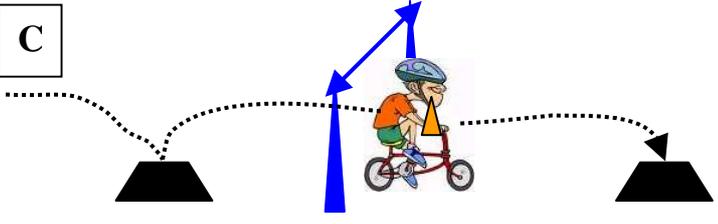
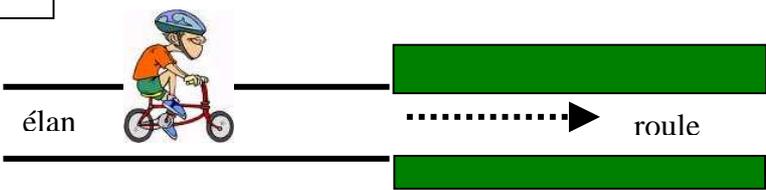
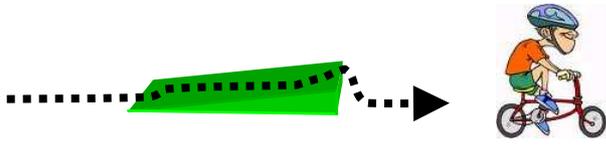
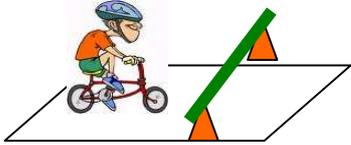
EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche de l'élève cycle 2</i>		Date :
	L'observateur Le Secrétaire <i>J'entoure la tête qui convient</i>	 Le rouleur <i>Je réalise le circuit proposé.</i>

A 	<i>Je décris un huit sans toucher les plots.</i>  
B 	<i>Je slalome :</i> <i>- sans toucher les plots et sans sortir du couloir</i>  
C 	<i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin :</i> <i>- sans le faire tomber</i>  
I 	<i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler :</i> <i>- en tenant le guidon à une main et sans sortir du couloir</i>  
E 	<i>Je franchis l'obstacle :</i> <i>- sans tomber.</i>  
F 	<i>Je m'arrête dans la zone sans faire tomber la latte.</i>  
<i>Je réalise tout le parcours sans m'arrêter.</i>  	

EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche du maître roller vélo 2</i>		

zones	Verbes d'action	Ce que je dois faire	Les critères de réussite
A 3m entre les plots	Se diriger	<i>Je décris un huit...</i>	<i>sans toucher les plots</i>
B 1,50m entre les plots 2m entre les lignes	Se diriger S'équilibrer	<i>Je slalome</i>	<i>sans toucher les plots et sans sortir du couloir</i>
C 10m	S'équilibrer Se propulser	<i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin</i>	<i>sans le faire tomber</i>
D Zone de propulsion 10m Zone de roue 2m Largeur de couloir 1m	Se propulser	<i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler</i>	<i>En tenant le guidon à une main et sans sortir du couloir</i>
E Plan incliné	S'équilibrer	<i>Je franchis l'obstacle</i>	<i>sans tomber</i>
F Zone d'arrêt : 2m	S'arrêter	<i>Je m'arrête dans la zone</i>	<i>sans faire tomber la latte</i>

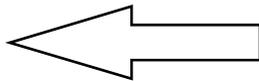
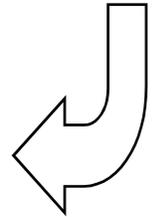
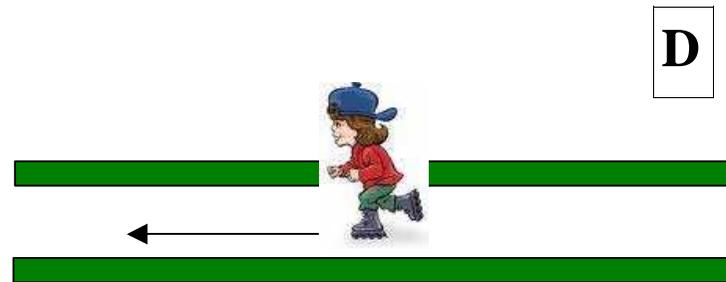
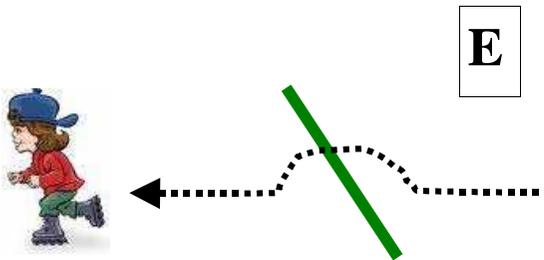
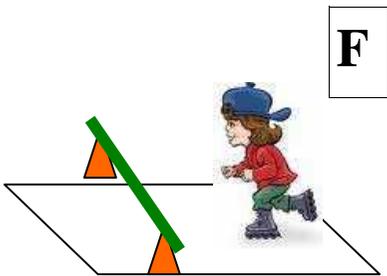
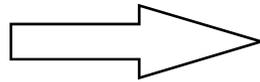
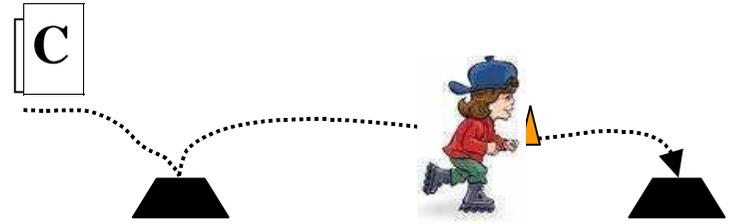
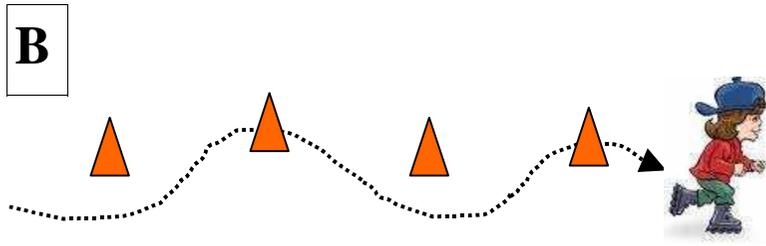
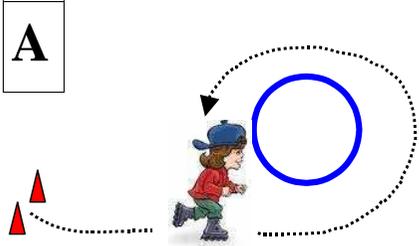
EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche de l'élève cycle 3</i>		Date :
 <p>L'observateur</p> <p>Le secrétaire</p> <p><i>J'entoure la tête qui convient.</i></p>	 <p>Le rouleur</p> <p><i>Je réalise le circuit proposé.</i></p>	

<p>A</p> 	<p><i>Je décris un huit sans toucher les plots.</i></p> <p> </p>
<p>B</p> 	<p><i>Je slalome :</i> - sans toucher les plots et sans sortir du couloir.</p> <p> </p>
<p>C</p> 	<p><i>Je passe sous un obstacle sans le faire tomber</i></p> <p> </p> <p><i>Je ramasse un objet que je dépose plus loin sans le faire tomber</i></p> <p> </p>
<p>D</p> 	<p><i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler :</i> - en tenant le guidon d'une main sans sortir du couloir.</p> <p> </p>
<p>E</p> 	<p><i>Je franchis l'obstacle :</i> - sans tomber</p> <p> </p>
<p>F</p> 	<p><i>Je m'arrête dans la zone sans faire tomber la latte.</i></p> <p> </p>
<p><i>Je réalise tout le parcours sans m'arrêter.</i></p> <p> </p>	

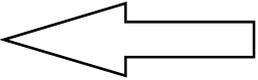
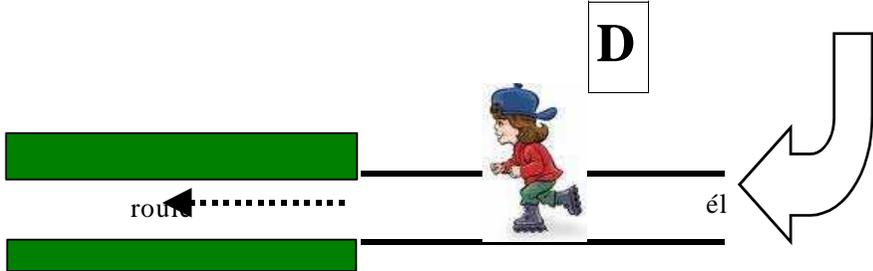
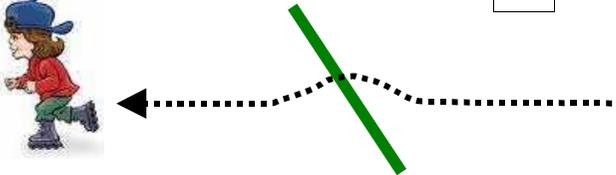
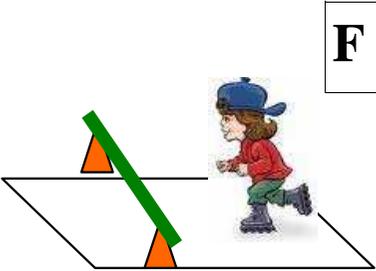
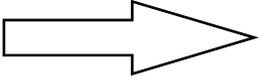
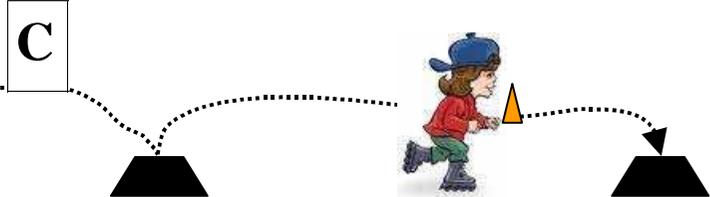
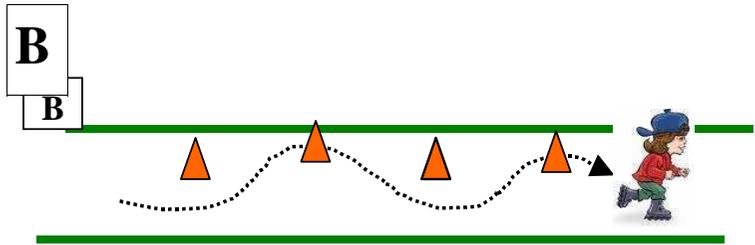
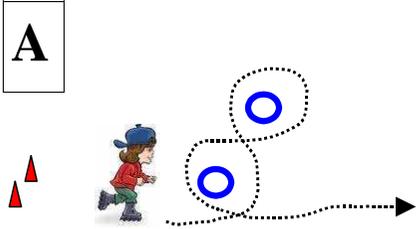
EPS	Les engins roulants	SR Situation de référence
<i>La fiche du maître vélo cycle 3</i>		

zones	Verbes d'action	Ce que je dois faire	Les critères de réussite
A 3m entre les plots	Se diriger	<i>Je décris un huit</i>	<i>sans toucher les plots</i>
B 2m entre les plots 3m entre les lignes	Se diriger S'équilibrer	<i>Je slalome</i>	<i>sans toucher les plots et sans sortir du couloir</i>
C 10m	S'équilibrer Se propulser	<i>Je passe sous un obstacle Je ramasse un objet que je dépose plus loin</i>	<i>sans le faire tomber sans le faire tomber</i>
D Zone de propulsion 10m Zone de roue 2m Largeur de couloir 1m	Se propulser	<i>Je prends de l'élan et je me laisse rouler</i>	<i>En tenant le guidon d'une main sans sortir du couloir</i>
E Plan incliné	S'équilibrer	<i>Je franchis les 2 obstacles</i>	<i>sans tomber</i>
F Zone d'arrêt : 2m	S'arrêter	<i>Je m'arrête dans la zone</i>	<i>sans faire tomber la latte</i>

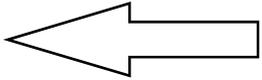
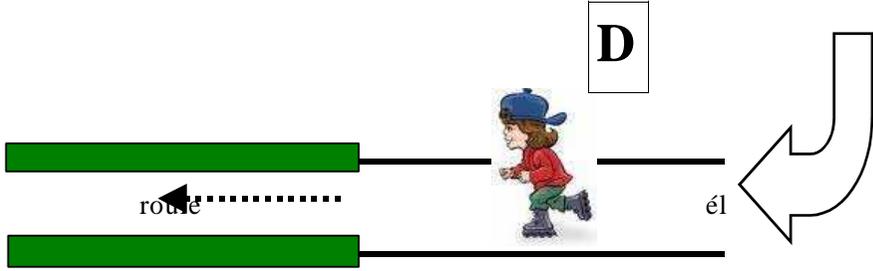
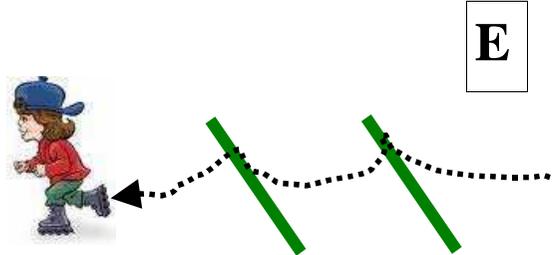
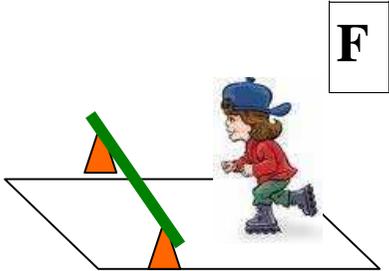
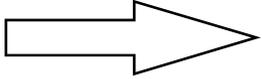
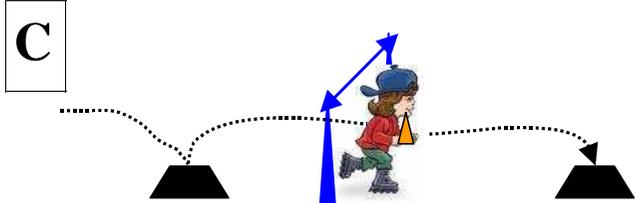
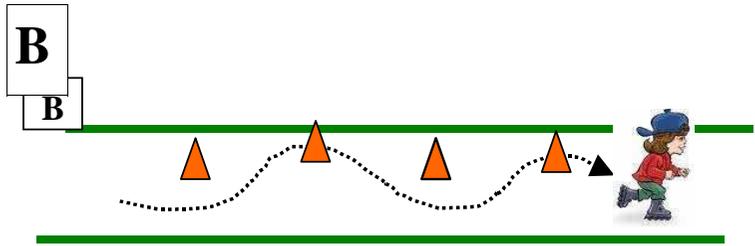
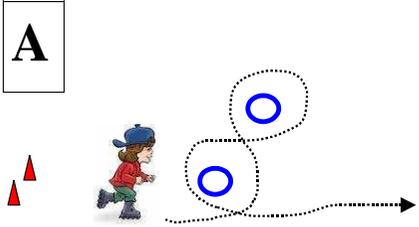
EPS	Les engins roulants
Parcours de la situation de référence	Roller Cycle 1



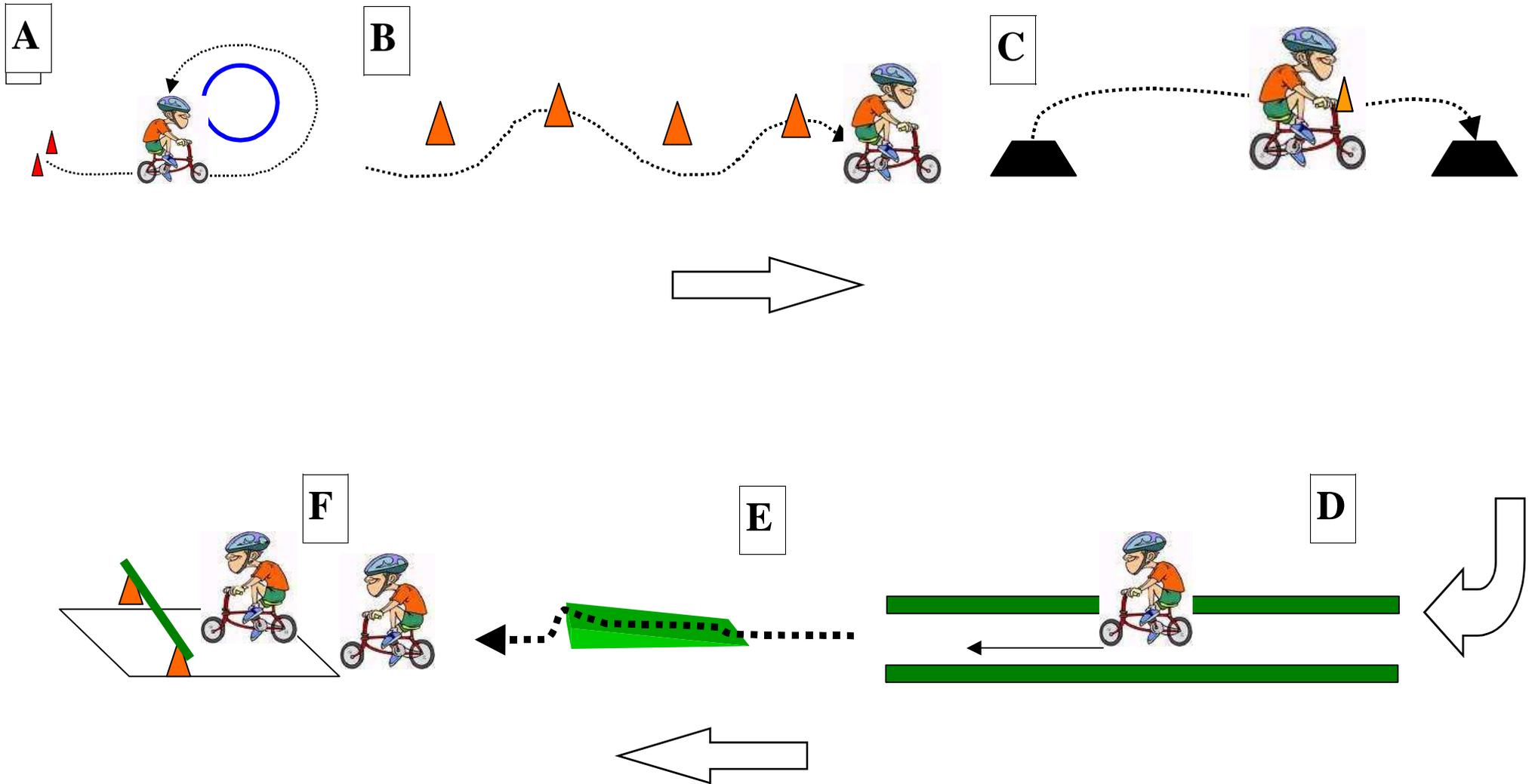
EPS	Les engins roulants
Parcours de la situation de référence	roller Cycle 2



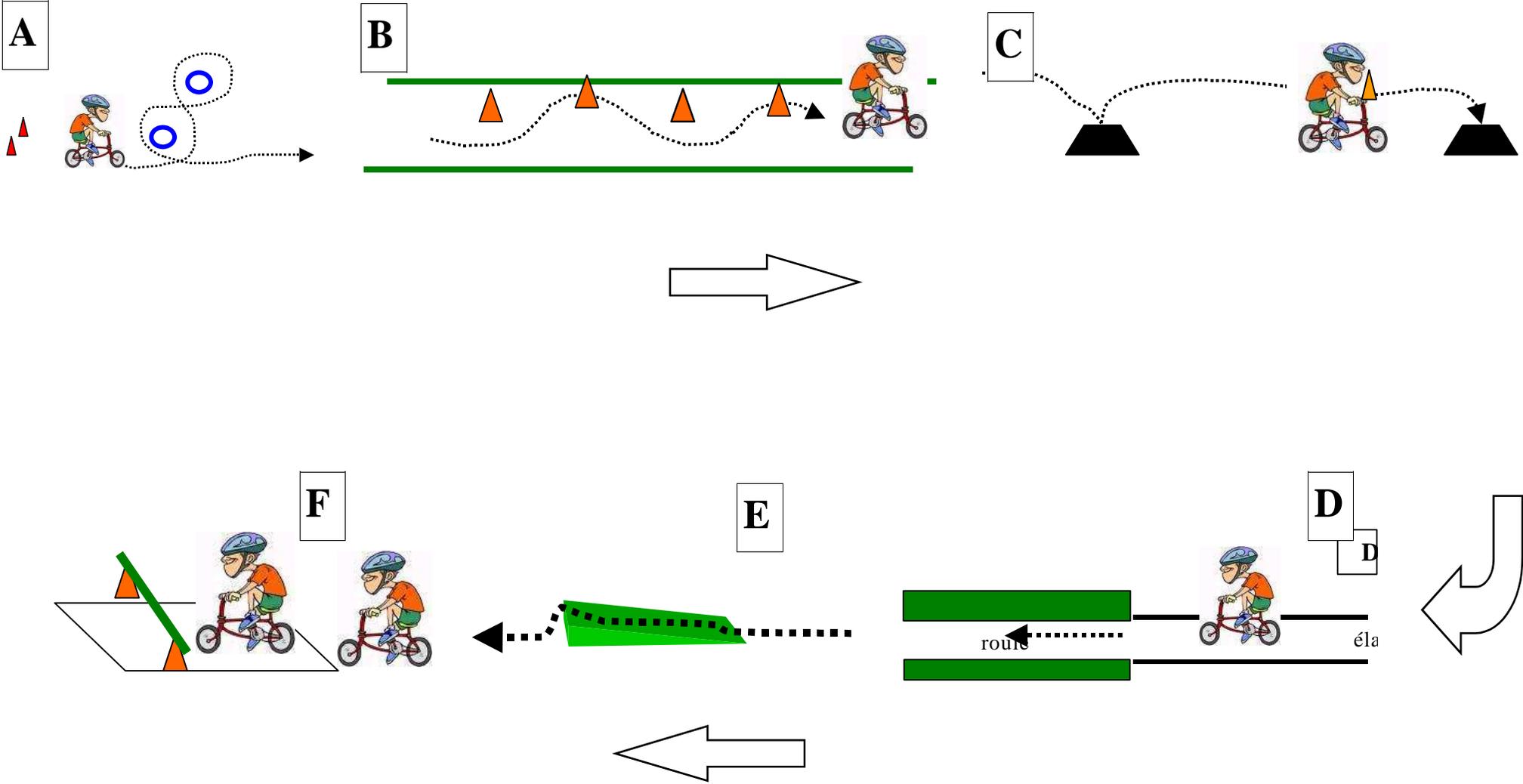
EPS	Les engins roulants
Parcours de la situation de référence	roller Cycle 3



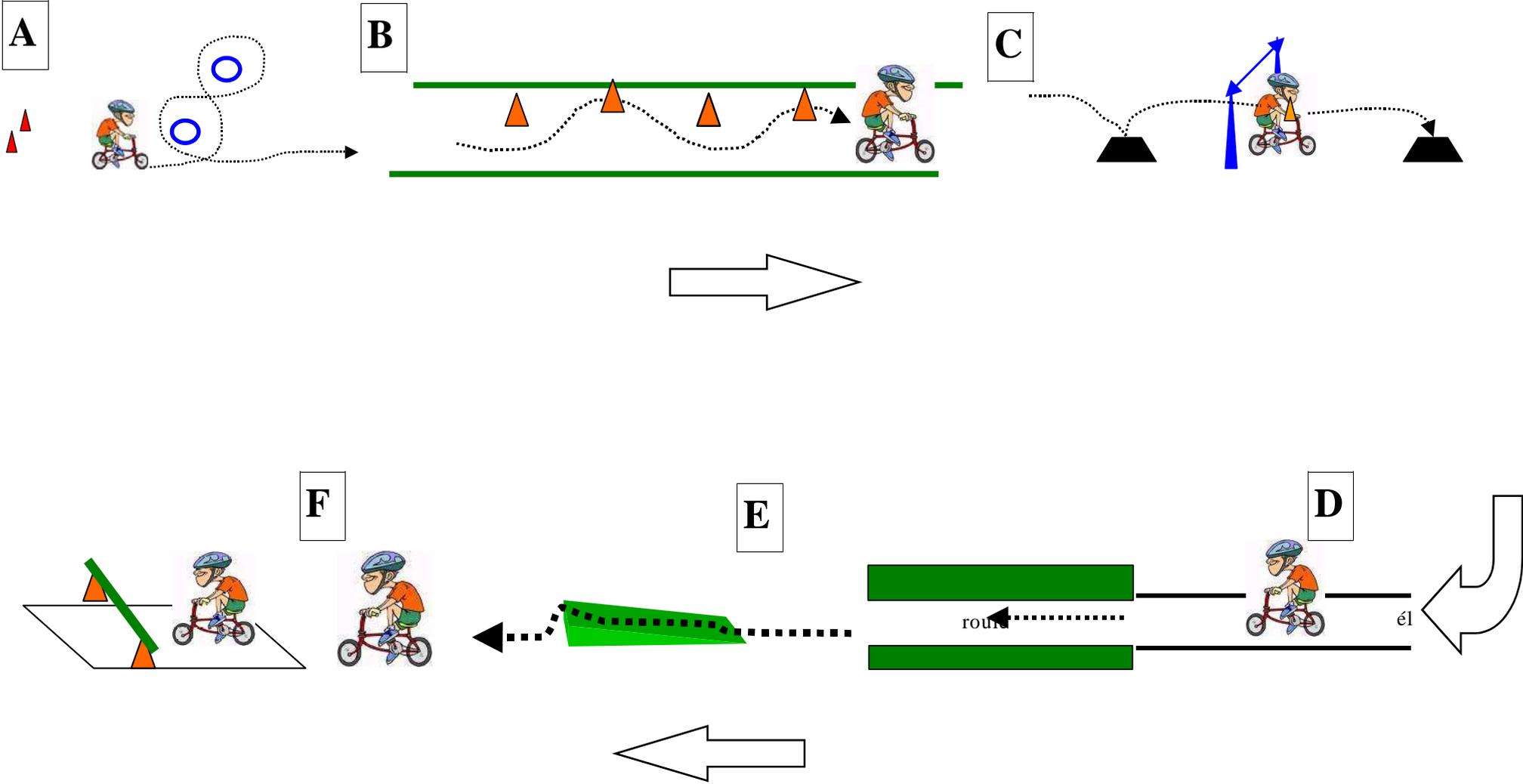
EPS	Les engins roulants
Parcours de la situation de référence	vélo Cycle 1



EPS	Les engins roulants
Parcours de la situation de référence	vélo Cycle 2



EPS	Les engins roulants
Parcours de la situation de référence	vélo Cycle 3



Engins roulants	Tous les cycles	EQ1
 S'ÉQUIPER		

⇒ Le choix du matériel

Utiliser un matériel réglé à la taille des élèves et en bon état.

Tout engin roulant est utilisable (trottinette, tricycle, porteur...).

Dès que les élèves sont rouleurs, privilégier les vélos :

- à deux freins (avec poignées adaptées aux mains des enfants)
- à roue libre (pas de pignon fixe)
- à réglages faciles et rapides (systèmes à « blocage rapide » au niveau de la hauteur de selle et des roues).

⇒ La maintenance

Stocker les engins roulants de façon à :

- favoriser leur rangement par les enfants (facilité d'accès)
- éviter leur détérioration (enchevêtrement pédale de l'un avec roue de l'autre par exemple).

Au cycle 3, amener les élèves à assumer l'entretien des vélos (nettoyage, lubrification, réglages simples, contrôle de l'état des pneus et des freins...).

⇒ Avant la première séance :

	Pour les rollers :	Pour le vélo :
Les engins	Régler individuellement les rollers en terme de pointure et de fermeture . Vérifier les roulements : nettoyage, entretien.	Régler la selle Vérifier les freins, les roues (nettoyage, entretien, gonflage...) et la béquille Enlever les antivols et les bidons
La tenue	Essayer et régler le casque est obligatoire. S'équiper de protections (pour le roller) : coudières, genouillères, poignets (<i>équipement obligatoire, cf BO hors série N°7 du 23 septembre 99</i>)	Essayer et régler le casque est obligatoire. Contrôler le laçage des chaussures. Éviter les vêtements amples (prise au vent, risque d'accrochage dans le pédalier ou les rayons).

Pour les rollers, **chaque élève** se verra attribuer un lot de matériel (protections et casque), **rangé** dans un **sac individuel** nommément désigné, dont il sera responsable jusqu'à la fin du module.

Il est important de toujours **mettre les protections avant les rollers**.

A la fin, **retirer les rollers puis les protections**.

Ce temps préalable à l'activité est l'occasion également de favoriser l'autonomie des élèves dans l'utilisation du matériel (apprendre à chausser, s'équiper complètement et rapidement).

Cette préparation méthodique peut se faire par petits groupes (2-3 élèves) en amont de la première séance.



UN CASQUE



UNE COUDIERE



UNE GENOUILLERE



**UNE PROTECTION
POIGNET**

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche D1
 <h1 style="text-align: center; color: red;">LE SLALOM</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.		
Compétence générale : Construire de façon autonome un projet d'action.		
Acquisition : Se diriger.		
Parler, lire, écrire : Comparer plusieurs slaloms – Construire un schéma avec les élèves.		
Education du citoyen : Tenir le rôle du juge (dans le slalom géant).		
<p>Le slalom 1 : les trois slaloms</p> <p>But : Réussir les 3 slaloms.</p> <p>Consignes : Je passe dans le couloir indiqué puis je reviens par le couloir de retour.</p> <p>Critère de réussite : Réaliser le parcours sans s'arrêter et sans toucher les cônes.</p> <p>Dispositif : « Plateau » partagé en 3 couloirs : - 1 slalom fermé (plots alignés régulièrement) - 1 slalom large (plots décalés, en largeur et en longueur) - 1 slalom varié (plots décalés irrégulièrement) Prévoir un couloir de retour.</p> <p>Matériel : Plots, flèches.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le slalom de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>		
<p>Le slalom 2 : le huit</p> <p>But : Enchaîner des rotations.</p> <p>Consignes : Je fais des huit autour des plots.</p> <p>Critère de réussite : Ne pas s'arrêter. Ne pas toucher les plots.</p> <p>Dispositif : 2 plots séparés d'une certaine distance.</p> <p>Matériel : Plots.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le slalom de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>		
<p>Le slalom 3 : le slalom</p> <p>But : Franchir le plus grand nombre de portes en 10 secondes.</p> <p>Consignes : Pour le meneur : je siffle toutes les 10 secondes. Pour le juge : je repère la dernière porte franchie par son coureur au coup de sifflet.</p> <p>Critère de réussite : Nombre de portes franchies. Ne pas heurter les portes.</p> <p>Dispositif : « Plateau » partagé en 3 couloirs délimités. Plusieurs portes (largeur 1 mètre) décalées. Prévoir un couloir de retour.</p> <p>Matériel : Plots hauts pour faire des portes. Chronomètre et sifflet.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves sont par 2 : un rouleur et un juge. Départ à chaque coup de sifflet, d'un coureur par couloir. Inverser les rôles.</p>		
<p>Le slalom 4 : traverser les zones</p> <p>But : Traverser les zones sans toucher les obstacles mis en place.</p> <p>Consignes : Pour le juge : je repère le nombre d'obstacles touchés. Pour le rouleur : je traverse les zones sans toucher d'obstacles.</p> <p>Critère de réussite : Ne pas s'arrêter. Nombre d'obstacles touchés.</p> <p>Lieu : « Plateau » partagé en 3 zones : plots, bancs et cerceaux. Prévoir un couloir de retour.</p> <p>Matériel : Plots, bancs et cerceaux.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves sont par 2 : un rouleur et un juge. Ils évoluent librement en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur. Inverser les rôles.</p>		
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) : Accepter les changements d'appuis d'une jambe à l'autre</p>		
<p>SI ...</p> <p>Il ne prend pas de vitesse Il n'arrive pas à tourner son guidon</p> <p>Il va trop vite dans les virages (inclinaison du cycliste dans les virages)</p>	<p>...ALORS</p> <p>Allonger la zone d'élan et la distance entre les plots.</p> <p>Imposer la position relevée de la pédale située à l'intérieur du virage.</p>	<p>Variables</p> <p>Varié les distances entre les cônes. Réussir le même slalom plusieurs fois. Réussir en enchaînant les trois slaloms. Varié le matériel pour prendre des trajectoires différentes.</p>



LES CERCLES

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Compétence générale : Construire un projet d'action.

Acquisition : Se diriger dans une courbe.

Parler, lire, écrire : Commenter les déplacements ; proposer oralement le but de chaque situation à partir des dessins.

Les trois cercles

But :

Contourner le cercle.

Consignes :

Je choisis le cercle où je réussis le plus souvent à faire un demi-tour sans élan.

Critère de réussite :

Faire un demi-tour sans reprendre d'élan.

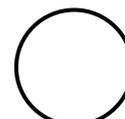
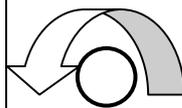
Dispositif :

3 cercles :

1 petit

1 moyen

1 grand



Gestion de la classe :

L'élève évolue librement sur le cercle de son choix. Il s'élanche seulement lorsque le rouleur précédent est revenu à son point de départ.

Les cercles identiques

But :

Rouler dans l'anneau.

Consignes :

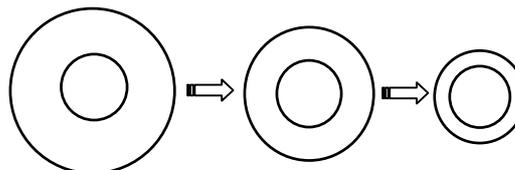
Je choisis l'anneau où je réussis le plus souvent à faire un tour sans en sortir.

Critère de réussite :

Réaliser le tour complet sans s'arrêter et sans toucher les lignes de l'anneau.

Dispositif :

3 anneaux (avec cercle intérieur identique pour tous) :



Gestion de la classe :

L'élève évolue librement sur l'anneau de son choix. Il s'élanche seulement lorsque le rouleur précédent est revenu à son point de départ.

Les cercles concentriques

But :

Réagir à un ordre, un signal... tout en roulant.

Consignes :

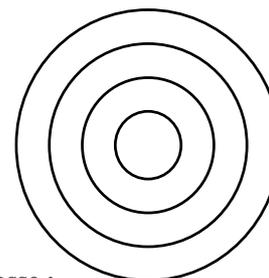
Je roule dans un couloir sans toucher les lignes.
Je change de couloir au signal.

Critère de réussite :

Ne pas s'arrêter et rester dans le couloir.

Dispositif :

4 cercles concentriques tracés au sol, formant trois anneaux.



Gestion de la classe :

8 élèves par groupe.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

Accepter de se pencher dans les virages.

SI ...

Le virage ne se déclenche pas (roller)

Vitesse importante dans les virages (inclinaison du cycliste)

ALORS

Fléchir les genoux latéralement vers l'intérieur du cercle et se propulser avec le pied extérieur.

Imposer la position relevée de la pédale située à l'intérieur du virage.

Variables

Longueur des cercles.
Introduction d'obstacles.
Changements de direction (SAM ou SIAM).

Diversifier les guidages (phrases, verbes d'action, claquement de mains...).
Modifier l'ordre du parcours.



LE TOUR DU PLOT

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Compétence générale : S'engager dans l'action.

Acquisition : Se diriger.

Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Apprendre et respecter des règles de circulation.

Le demi-tour couloir :

But :

Contourner le plot.

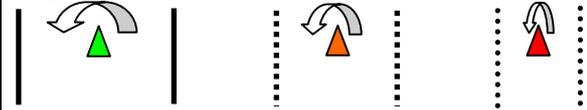
Consignes :

Je choisis le parcours où je réussis le plus souvent à contourner le plot.

Critère de réussite :

Virer sans s'arrêter, sans renverser les plots et sans sortir du couloir.

Dispositif :



Trois plots à l'extrémité de trois couloirs: l'espace pour faire le demi-tour est de plus en plus petit.

Matériel :

Plots et assiettes.

Gestion de la classe :

L'élève évolue librement sur le parcours de son choix (ne s'élance que lorsque le précédent est revenu à son point de départ).

Le tour complet :

But :

Faire un aller-retour en réalisant un tour complet de plot.

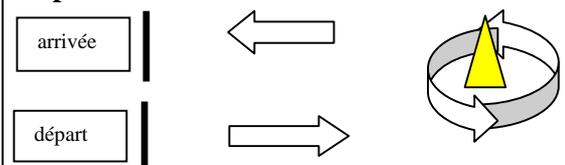
Consignes :

Je fais un tour complet autour du plot.

Critère de réussite :

Réaliser son parcours au plus près du plot.

Dispositif :



Matériel :

Plots.

Gestion de la classe :

L'élève ne s'élance que lorsque le précédent est revenu au point de départ.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

Accepter de se pencher pour tourner.

Gérer sa vitesse.

SI ...

L'élève sort du couloir (situation 1).

L'élève ne réussit pas à contourner les plots.

ALORS

Diminuer sa vitesse.
Choisir un couloir plus large.

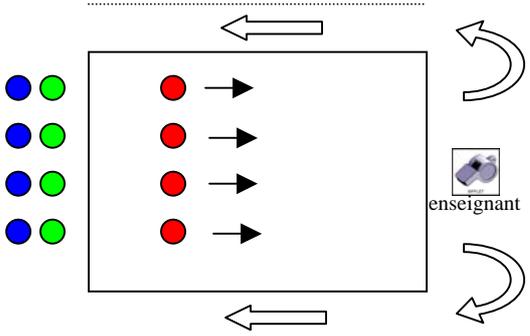
Fléchir les genoux latéralement vers l'intérieur du cercle et se propulser avec le pied extérieur.

Variables

Variation des distances entre les plots (situation 2).

Jouer sur la largeur des couloirs (situation 1).

Inverser le sens de rotation autour des plots.

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche D4
 <h1 style="color: red; margin: 0;">LE SIGNAL</h1>		
<p>Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.</p>		
<p>Compétence générale : Appliquer et construire des principes de vie collective.</p>		
<p>Acquisition : Se diriger sur un parcours.</p>		
<p>Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Assumer différents rôles.</p>		
<p>Le signal 1 : la flèche</p> <p>But : Suivre la direction indiquée par la flèche.</p> <p>Consignes : Pour le meneur : je présente un panneau lorsque les rouleurs arrivent à l'extrémité du terrain. Pour les rouleurs : je change de direction selon la flèche présentée, je reviens par le couloir correspondant. Je me place en ligne de 3 ou 4 (vague) en respectant une distance suffisante avec la vague de devant.</p> <p>Critère de réussite : Faire un demi-tour sans reprendre d'élan.</p>	<p>Dispositif : Plateau délimité avec un couloir de retour de chaque côté.</p>  <p>Matériel : Deux panneaux portant une flèche (une dans chaque sens) pour le meneur de jeu.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement par vagues de 3 ou 4 sur le large couloir en respectant une distance suffisante avec la vague de devant. Prévoir deux couloirs de retour.</p>	
<p>Le signal 2 : le meneur</p> <p>But : Suivre les déplacements du meneur.</p> <p>Consignes : Pour le meneur : je me déplace librement sur le plateau en contournant les repères. Pour le suiveur : je suis les déplacements du meneur en maintenant un écart constant.</p> <p>Critère de réussite : Rester toujours à la même distance du meneur.</p>	<p>Dispositif : Plateau délimité avec des repères dispersés (plots ou assiettes).</p> <p>Matériel : Plots, assiettes.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves sont par deux : un meneur un suiveur. Les doublettes sont en dispersion.</p>	
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation)</p>		
<p>Lever la tête pour prendre des informations.</p>		
<p>Adapter son allure à celle du meneur (le signal2)</p>		
<p>SI ...</p> <p>Les rouleurs n'ont pas le temps de réagir (le signal1) .</p>	<p>...ALORS</p> <p>Donner le signal plus tôt.</p>	<p>Variables</p> <p>Ajouter des obstacles (le signal1) Un panneau sur lequel on laisse le choix aux enfants (le signal1).</p> <p>Un meneur avec plusieurs suiveurs (le signal2)</p>

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche D5
 <h1 style="text-align: center; color: red;">LES 3 COULEURS</h1>		
<p>Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.</p>		
<p>Compétence générale : Appliquer et construire des principes de vie collective.</p>		
<p>Acquisition : Se diriger sur un parcours.</p>		
<p>Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Tracer sur un plan le parcours effectué.</p>		
<p>But : Adapter sa vitesse et sa trajectoire en fonction de son itinéraire et de ses camarades.</p> <p>Consignes : Je choisis une couleur de plot. Je contourne les plots de ma couleur. Je me déplace de plot en plot sans provoquer de collision.</p> <p>Critères de réussite : Effectuer un déplacement sans s'arrêter. Contourner uniquement les plots de ma couleur.</p>	<p>Dispositif : Plots disposés sur un espace de roule.</p> <p>Matériel : Un engin roulant par élève. Plots de 3 couleurs différentes. Dossards pour distinguer les groupes.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent par groupe. Chaque groupe est associé à une couleur de plot. Elèves en dispersion dans chaque atelier.</p>	
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) Anticiper son changement de direction. Adapter son allure en fonction des camarades.</p>		
<p>SI ...</p> <p>Des rouleurs sont « perdus »</p> <p>Des rouleurs ne respectent pas les consignes</p>	<p>ALORS</p> <p>Diminuer le nombre de rouleurs.</p> <p>Mettre en place des juges.</p>	<p>Variables</p> <p>Ajouter des obstacles.</p> <p>Varié les distances entre les plots.</p> <p>Augmenter le nombre de couleurs de plots et donc le nombre de groupes.</p> <p>Ne pas effectuer deux fois le même parcours.</p> <p>Changer de couleur pour éviter de faire tout le temps le même parcours.</p>

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche E1
 <h1 style="text-align: center; color: red;">SAUTER</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.		
Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : S'équilibrer.		
Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : choisir un numéro de saut parmi les trois proposés et le présenter à ses camarades.		
<p>Le saut 1 : le saut d'obstacles.</p> <p>But : Sauter par dessus tous les obstacles.</p> <p>Consignes : Je roule et je saute sans toucher les obstacles.</p> <p>Critère de réussite : Ne pas toucher les obstacles. Ne pas s'arrêter.</p>	<p>Dispositif : Plusieurs parcours avec des obstacles disposés en ligne. D'un parcours à l'autre, faire varier la distance entre les obstacles et la hauteur.</p> <p>Matériel : Cordes, bandes de marquage au sol, briques...</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le parcours de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>	
<p>Le saut 2 : le saut de rivière.</p> <p>But : Sauter par dessus la zone.</p> <p>Consignes : Je prends de l'élan. Je saute le plus loin possible pour ne pas arriver dans l'eau. Je me réceptionne sur mes deux pieds et je me laisse rouler.</p> <p>Critères de réussite : La rivière est traversée Enchaînement : propulsion/ saut. Pas d'arrêt.</p>	<p>Dispositif : Des rivières de différentes largeurs sont tracées au sol.</p> <p>Matériel : Cordes et bandes de marquage au sol.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le saut de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>	
<p>Le saut 3 : la tête</p> <p>But : Toucher le ballon avec la tête.</p> <p>Consignes : Je prends de l'élan. Je saute le plus haut possible pour toucher le ballon. Je me réceptionne sur mes deux pieds et je me laisse rouler.</p> <p>Critère de réussite : Le ballon est touché. Enchaînement : propulsion/ saut. Pas d'arrêt.</p>	<p>Dispositif : Ballons placés à différentes hauteurs.</p> <p>Matériel : Cordes et bandes de marquage au sol.</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le saut de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>	
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fléchir les jambes pour l'impulsion. - Monter les genoux (situations 1 et 2). - Fléchir pour retrouver ses appuis et pencher le buste vers l'avant à la réception du saut. 		
<p>SI ...</p> <p>L'élève touche un obstacle.</p> <p>L'élève atterrit dans la zone tracée (le saut de rivière).</p>	<p>ALORS</p> <p>Matérialiser la zone d'impulsion.</p> <p>Choisir une zone plus adaptée. Augmenter la vitesse de propulsion.</p>	<p>Variables</p> <p>Varié la hauteur des obstacles (bandes, cordes, plots, briques...).</p> <p>Tracer en couleur des zones de différentes largeurs au sol.</p>

Engins roulants	Cycles 1 et 2	Fiche E2
 <h1 style="text-align: center; color: red;">SE BAISSER</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.		
Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : S'équilibrer.		
Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Participer à l'aménagement de l'atelier ; écrire une liste d'objets.		
Se baisser 1 : Ramasser des objets		
<p>But : Transporter des objets.</p> <p>Consignes : Je roule et je ramasse un objet que je dépose plus loin. Je maintiens ma trajectoire tout en fléchissant les genoux.</p> <p>Critère de réussite : Enchaîner successivement les quatre actions suivantes : Propulsion / ramassage d'un objet / propulsion / pose de l'objet.</p>	<p>Dispositif : Plusieurs parcours avec des objets disposés en ligne. D'un parcours à l'autre, faire varier la distance entre les objets, la hauteur de prise et la taille de l'objet.</p> <p>Matériel : cônes, briques, sacs de sable, bandes courtes, etc.....</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le parcours de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>	
Se baisser 2 : Sous des ponts		
<p>But : Passer sous les portiques.</p> <p>Consignes : Je prends de l'élan. Je me laisse rouler pour passer sous l'obstacle. Je reprends ma propulsion.</p> <p>Critère de réussite : Enchaînement : propulsion/ rouler sans toucher la barre et propulsion.</p>	<p>Dispositif : Plusieurs parcours avec des portiques disposés en ligne. D'un parcours à l'autre, faire varier la distance et la hauteur entre les portiques.</p> <p>Matériel : Portiques...</p> <p>Gestion de la classe : Les élèves évoluent librement sur le couloir de leur choix en respectant une distance suffisante entre chaque rouleur.</p>	
Règles pour y parvenir (critères de réalisation) :		
- Anticiper en prenant de l'élan.		
<p>SI ...</p> <p>L'élève n'attrape pas bien les objets</p>	<p>ALORS</p> <p>Lui proposer des prises plus faciles.</p>	<p>Variables</p> <p>Chercher des objets plus ou moins difficiles à attraper ;</p> <p>Prendre l'objet de différentes façons (main droite, gauche, entre les jambes...)</p> <p>Accumuler les objets.</p>



LE DERNIER ARRIVE

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.

Acquisition : S'équilibrer.

Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Echanger après le parcours pour parler des difficultés rencontrées pour garder son équilibre.

But :

Arriver le dernier derrière la ligne d'arrivée, sans poser le pied à terre.

Consigne :

Pour le rouleur : Au signal, je démarre et roule jusqu'à l'arrivée en allant le plus lentement possible.

Pour l'observateur : je compte le nombre de fois où le pied touche le sol.

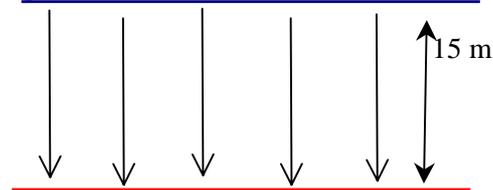
Critère de réussite :

Poser le pied le moins de fois possible au sol.

Dispositif :

Les vélos sont, les uns à côtés des autres, espacés de 2 m, face à la ligne de départ. L'observateur est derrière la ligne d'arrivée, face au cycliste.

Départ



Arrivée

Matériel : plots

Gestion de la classe :

Un rouleur, un observateur.

Faire plusieurs essais, pour améliorer la performance.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation) :

- S'équilibrer en étant en appui sur le guidon et les pédales : quitter la position assise sur la selle pour mieux s'équilibrer à vitesse lente.
- Appuyer sur les deux pédales en même temps.
- Utiliser des freins.

SI ...

Le rouleur pose beaucoup le pied à terre

Le rouleur va trop vite

Les rouleurs réussissent

ALORS

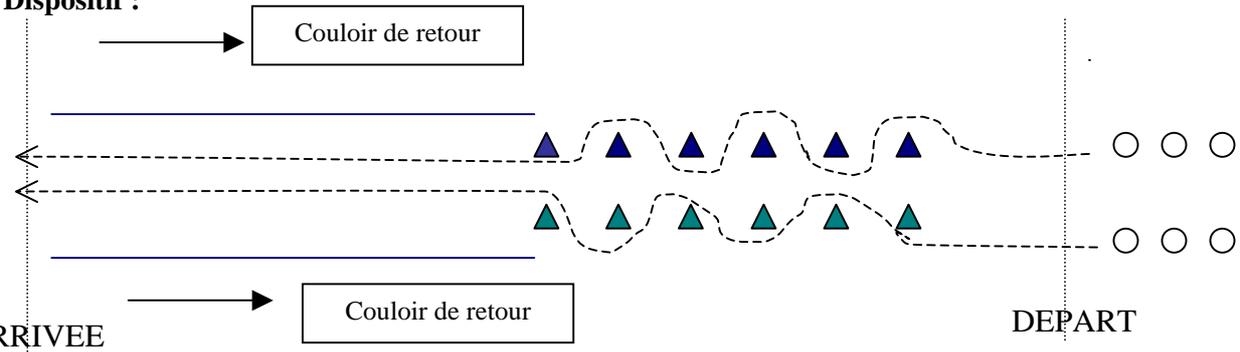
Accélérer légèrement.
Ne pas se mettre en position assise.

Ne pas faire le tour de pédale complet pour ne pas trop accélérer.
Utiliser les freins.

Augmenter la distance.

Variables

La distance.

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche G1
 <h1 style="text-align: center; color: red;">SLALOM A DEUX</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.		
Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : Gérer son allure.		
Parler, lire , écrire ; éducation du citoyen : Echanger après le parcours pour parler des difficultés rencontrées.		
<p>But : Adapter sa vitesse à son partenaire.</p> <p>Consignes : Je pars au signal. J'adapte ma vitesse pour arriver en même temps que mon partenaire.</p> <p>Critère de réussite : Arriver en même temps que son camarade.</p>	<p>Matériel: Plots, cordes...</p> <p>Gestion de la classe : Deux groupes au point de départ , en file indienne.</p>	
<p>Dispositif :</p> 		
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) S'arrêter dans la zone d'arrêt. Arriver en même temps que mon partenaire.</p>		
<p>SI ...</p> <p>Ils ne restent pas alignés</p> <p>Si il fait tomber les plots</p>	<p>ALORS</p> <p>Faire tenir une corde entre les deux (roller)</p> <p>Augmenter la distance entre les plots.</p> <p>Vélo :Travailler la position des pédales. (fiche P1)</p>	<p>Variables</p> <p>Distance entre les plots.</p> <p>Vitesse.</p>



LES TRAINS QUI ARRIVENT ...

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.

Acquisition : Adapter et maintenir son allure, seul ou en groupe.

Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Compléter une fiche d'observation. Echanger après le parcours pour parler des difficultés rencontrées pour garder son allure.

Les trains qui arrivent à l'heure (1)

But : Passer devant chaque gare au coup de sifflet.

Consignes :

Pour le rouleur :

Vous partez d'une gare.

Chaque fois que vous entendez le signal vous devez être au niveau d'une gare.

Pour l'observateur :

Vous tracez une croix si le rouleur se trouve devant la gare au coup de sifflet. Sinon vous tracez un rond.

Critère de réussite :

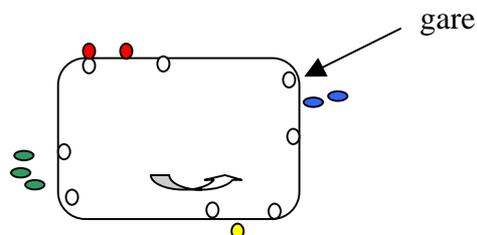
Je passe au niveau de la gare quand le coup de sifflet retentit.

Variantes :

Rouler par deux ou par trois sur le parcours, les uns derrière les autres.

Idem, en changeant de meneur à chaque tour.

Dispositif : 1 circuit de minimum 80 m avec des « gares » tous les 20 m.



Gestion de la classe :

Pas plus de trois élèves par gare de départ.

Binômes : un rouleur associé à un observateur.

Matériel : plots, sifflet, chronomètre, fiche-élève G2 bis.

Durée :

Durée nécessaire pour faire 5 tours. Le maître définit la durée entre les coups de sifflet.

Les trains qui arrivent à l'heure (2)

But : A chaque tour, arriver aux gares en même temps que le train-chef.

Consignes :

Pour les rouleurs :

Vous partez d'une gare en groupe de trois ou quatre.

Vous devez arriver aux gares en même temps que le train-chef désigné.

Pour l'observateur :

Vous tracez une croix si le rouleur se trouve devant la gare au coup de sifflet. Sinon vous tracez un rond.

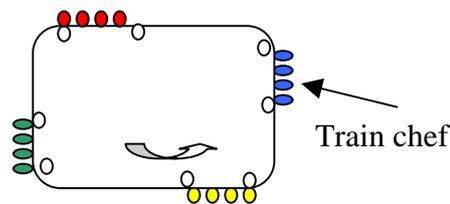
Critère de réussite :

Le dernier rouleur du train arrive avant que le premier rouleur du train-chef ne sorte de la gare.

Variantes :

Un seul rouleur à chaque gare de départ.

Dispositif : 1 circuit de minimum 80 m avec des « gares » tous les 20 m.



Gestion de la classe :

Pas plus de quatre élèves par gare de départ.

Binômes : un rouleur associé à un observateur.

Matériel : plots, fiche-élève G2 bis.

Durée :

Durée nécessaire pour faire 5 tours.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

1) Fixer son allure après le premier tour réalisé.

2) Détacher le regard de sa zone de roule afin d'observer la position du(des) rouleur(s) de référence.

Rester groupés (dans le cas de trains à plusieurs).

SI ...

Le rouleur arrive toujours en avance ou en retard...

ALORS

Établir des groupes de niveau.
Adapter la distance entre deux plots ou la durée entre les coups de sifflets.

Variables

La durée.
Le parcours.
L'homogénéité des groupes.



La fiche élève		G2 bis
EPS	Engins roulants	Les trains qui ...
Date :		

Le(s) rouleur(s) :	L'(es) observateur(s) :
--------------------	-------------------------

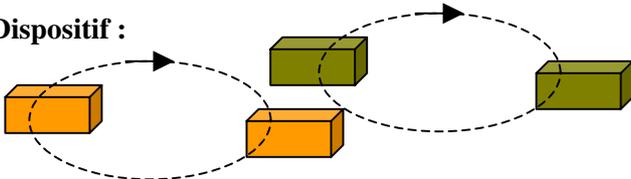
	1 ^{ère} gare	2 ^e gare	3e gare	4e gare
1er tour				
2 ^e tour				
3 ^e tour				
4 ^e tour				
5 ^e tour				
X = réussi O = non réussi				



La fiche élève		G2 bis
EPS	Engins roulants	Les trains qui ...
Date :		

Le(s) rouleur(s) :	L'(es) observateur(s) :
--------------------	-------------------------

	1 ^{ère} gare	2 ^e gare	3e gare	4e gare
1er tour				
2 ^e tour				
3 ^e tour				
4 ^e tour				
5 ^e tour				
X = réussi O = non réussi				

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche G3
 <h1 style="color: red; margin: 0;">LES DEMENAGEURS</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d' environnements.		
Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : Gérer son allure , enchaîner avancer, s'arrêter.		
Parler, lire , écrire ; éducation du citoyen : Echanger après le parcours pour parler des difficultés rencontrées pour réussir.		
<p>But : Transporter les objets un par un dans son camp.</p> <p>Consignes : Je ramasse les objets un par un et je les emmène dans mon camp.</p> <p>Critère de réussite : Avoir le plus d'objets dans son camp au signal de fin.</p> <p>Variante : Mettre des obstacles sur le parcours et/ou installer des zones de franchissement sur un pied par exemple.... pour varier les enchaînements d'actions.</p>	<p>Dispositif :</p>  <p>Gestion de la classe : 2 équipes en jeu, une équipe arbitre et chronomètre</p> <p>Durée : 3 minutes de jeu puis changer les rôles.</p> <p>Matériel : 4 boîtes, 1 vingtaine d'objets, sifflet chronomètre</p>	
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) <i>Pour prendre un objet sans s'arrêter :</i> ralentir en arrivant à la caisse, fléchir les jambes pour abaisser le centre de gravité en se mettant en appui vers l'avant, prendre l'objet épaules vers l'avant, ensuite se propulser en se relevant toujours en appui, mains vers l'avant (pour ne pas basculer en arrière).</p>		
<p>SI ...</p> <p>Le rouleur ne réussit pas à prendre l'objet.</p> <p>Les équipes réussissent avant le coup de sifflet final.</p>	<p>ALORS</p> <p>Travailler les situations « s'équilibrer ».</p> <p>Augmenter la distance du parcours. Augmenter le nombre d'objets. Modifier le parcours(voir variante).</p>	<p>Variables</p> <p>La durée.</p> <p>La distance.</p> <p>Le nombre d'objets.</p>



1, 2, 3 SOLEIL

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

Compétence générale : S'engager dans un projet d'action
Mesurer et apprécier les effets de l'activité

Acquisition : Maîtriser son allure pour pouvoir **S'ARRÊTER**

Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : discuter des problèmes liés aux décisions du meneur (éviter le favoritisme) ; indiquer les différentes manières de s'arrêter.

But :

S'arrêter lorsque le meneur crie « soleil » afin de pouvoir rejoindre le mur.

Consignes :

Pour le meneur :

Face au mur, j'énonce la comptine « un, deux, trois, soleil » tout en battant le rythme sur le mur avec ma main.

Après avoir dit « soleil », je me retourne et je désigne les joueurs que je vois bouger.

Puis je recommence jusqu'à ce qu'un joueur vienne taper sur le mur.

Pour les autres joueurs :

« J'avance progressivement vers le mur en m'arrêtant lorsque le meneur se retourne. Lorsque le meneur m'indique qu'il m'a vu bouger, je retourne au départ. Si je suis le premier joueur à toucher le mur, je remplace le meneur. »

Critères de réussite :

Ne pas se faire désigner par le meneur.

Lieu :

Salle, cour, plateau

Matériel :

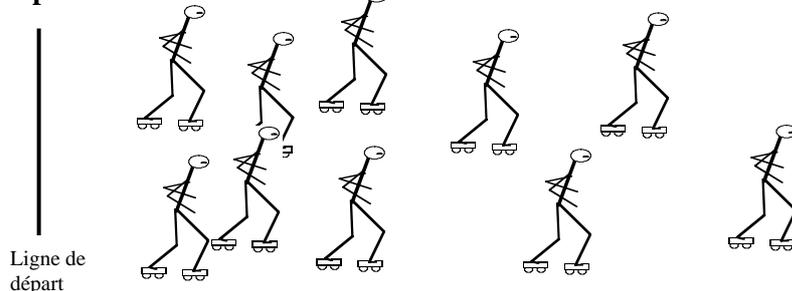
Aucun

Gestion de la classe :

- rôle spécifique pour 1 élève (alterne les situations dos tourné au groupe-classe et les volte-face)
- le reste du groupe-classe

Durée : 3-5 mn

Dispositif :



Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

Ecouter attentivement le meneur et progresser en fonction de lui.

Utiliser les freins à bon escient. Pour les rollers :

- a) Freiner avec le frein tampon : jambes fléchies, bras en avant, avancer le pied du tampon vers l'avant, puis l'incliner pour frotter le tampon sur le sol.
- b) Freiner en chasse-neige : écarter largement les jambes et faire obliquer les pointes des pieds légèrement vers l'intérieur en poussant les talons vers l'extérieur, en résistant pour que les pieds ne se rapprochent pas.

SI ...

- L'élève n'ose pas avancer.
- L'élève n'est jamais arrêté lorsque le meneur se retourne.

ALORS...

- Demander au meneur de dire la comptine plus lentement.
- Rappeler et/ou faire travailler les « techniques » d'arrêt : le « citron », utilisation des freins...
- Demander à l'élève d'être moins « gourmand » en termes de progression.

Variables

- La vitesse de diction de la comptine.
- La distance entre le mur et le point de départ des joueurs.



MINUIT DANS LA BERGERIE

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.

Acquisition : Rejoindre un endroit le plus vite possible et s'arrêter.

Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Indiquer les différentes manières de s'arrêter.

But :

Pour le loup, attraper le plus de moutons possible.
Pour les moutons, rejoindre la bergerie sans se faire attraper par le loup.

Consignes :

Le loup :

« Quand j'ai donné le signal établi, j'essaie d'attraper le plus de moutons possible. »

Les moutons :

« Au signal établi, je rejoins la bergerie sans me faire attraper par le loup. »

Critère de réussite :

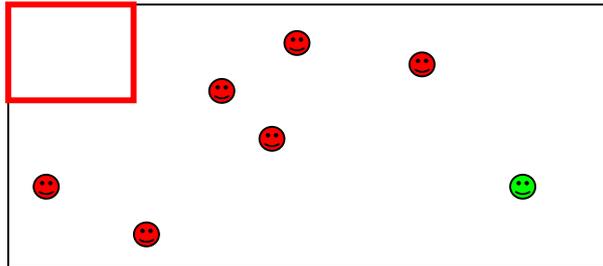
Arriver sain et sauf dans la bergerie.

Variante :

Les moutons doivent aller chercher des objets dans un panier.

Dispositif :

Les enfants « moutons » se déplacent à l'intérieur d'un espace défini. Ils demandent régulièrement l'heure à un enfant « loup ». Ce dernier répond en donnant l'heure de son choix. Quand il répond « minuit », il s'élance pour attraper les moutons, qui doivent s'enfuir pour regagner la bergerie.



Matériel : un espace délimité par des plots pour la bergerie.

Fin d'une partie: Compter le nombre de moutons attrapés par le loup après x passages.

Gestion de la classe :

Deux demi-classes sur deux terrains.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

Utiliser les freins à bon escient.

a) Freiner avec le frein tampon : jambes fléchies, bras en avant, avancer le pied du tampon vers l'avant, puis l'incliner pour frotter le tampon sur le sol.

b) Freiner en chasse-neige : écarter largement les jambes et faire obliquer les pointes des pieds légèrement vers l'intérieur en poussant les talons vers l'extérieur, en résistant pour que les pieds ne se rapprochent pas.

SI ...

Le loup n'attrape pas beaucoup de moutons.

Les moutons se font attraper rapidement.

Certains moutons s'arrêtent en s'accrochant à leurs camarades.

ALORS

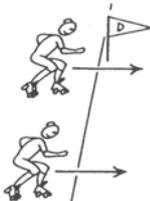
- Placer une zone neutre devant la bergerie, au-delà de laquelle les moutons doivent sortir.
- Augmenter le nombre de loups.
- Installer deux bergeries. Les moutons doivent changer de bergerie après chaque passage.
- On change de loup à chaque passage (on peut compter le nombre de moutons attrapés par chaque loup).
- Encombrer l'espace d'évolution (cartons...).

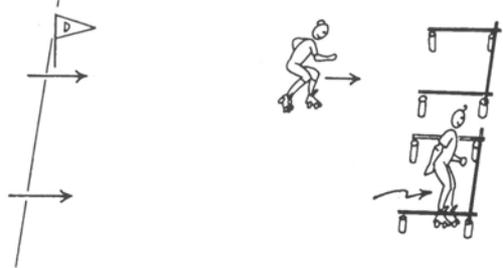
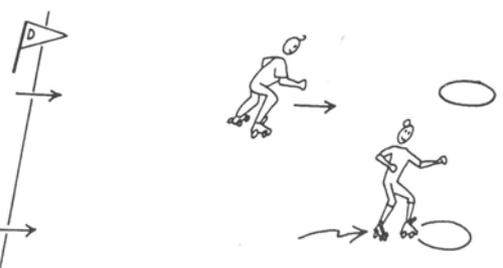
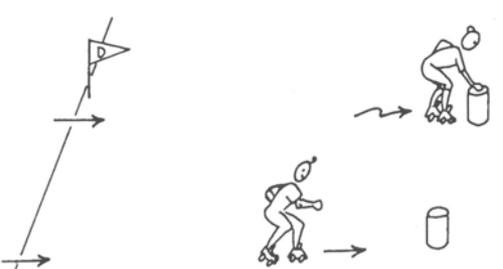
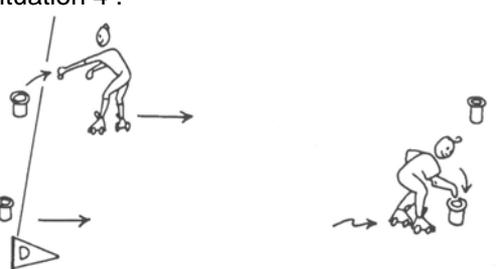
- Le loup doit attraper les moutons en leur prenant leur foulard attaché à la ceinture.
- Les moutons ont plusieurs vies (élastiques accrochés au poignet).

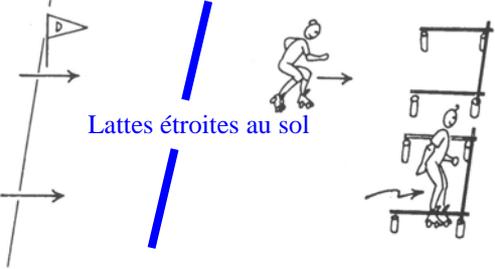
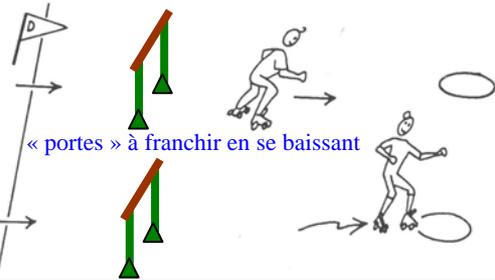
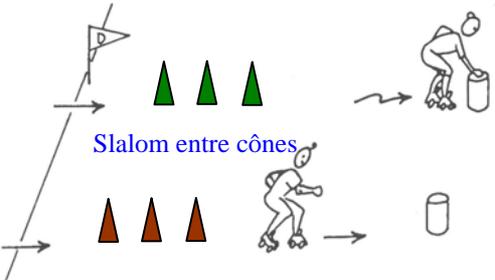
- Installer des bergeries individuelles (cerceaux) pour amener les moutons à s'arrêter seuls.
- Rappeler et/ou faire travailler les « techniques » d'arrêt : le « citron », utilisation des freins...

VARIABLES

- L'espace.
- Le nombre de loups.
- Le nombre et la taille des bergeries.
- Le matériel.

Engins Roulants	Cycles 2 et 3	Fiche A3
 <h1 style="text-align: center; color: red;">LES DEFIS</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.		
Compétence générale : S'engager dans un projet d'action, mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : Maîtriser son allure pour pouvoir s'arrêter.		
Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Lire la fiche d'installation et mettre en place la situation proposée, s'organiser à trois.		
But : Arriver avant son adversaire. Consignes : Je réalise le parcours proposé plus rapidement que mon adversaire. Critères de réussite : J'ai réussi l'enchaînement proposé. Je suis arrivé le premier.	Lieu : Salle, cour, plateau. Matériel : Cerceaux, plots ou cônes, baguettes, barils, ballons, craie... (→ voir fiches-élèves) Gestion de la classe : Ateliers (binômes ou trinômes au sein de l'atelier) Durée : 5 min Répétition : plusieurs passages	
Aménagement initial commun aux différentes situations proposées		
		
<u>Règles pour y parvenir (critères de réalisation)</u>		
<ul style="list-style-type: none"> - Prendre un bon départ, s'équilibrer, décrire une trajectoire directe, anticiper son arrêt. - Utiliser les freins à bon escient. Pour les rollers : <ul style="list-style-type: none"> a) Freiner avec le frein tampon : jambes fléchies, bras en avant, avancer le pied du tampon vers l'avant, puis l'incliner pour frotter le tampon sur le sol. b) Freiner en chasse-neige : écarter largement les jambes et faire obliquer les pointes des pieds légèrement vers l'intérieur en poussant les talons vers l'extérieur, en résistant pour que les pieds ne se rapprochent pas. 		
<u>SI ...</u> -je dépasse la zone indiquée	<u>ALORS</u> -rollers : faire un travail sur les appuis (appuyer les mains sur les genoux, ...) -vélo : s'entraîner à utiliser les freins...	<u>Variables</u> - dimensions (aire) de la zone d'arrêt

EPS	 Les engins roulants	Les défis								
La fiche de l'élève cycle 2		Date :								
Le rouleur A	Le rouleur B	Le rouleur C								
Situation 1 : 	Matériel : 2 lignes, 8 petits supports (cônes, pots de yaourt...), 6 baguettes Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre) Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes Consigne : S'élancer au signal et s'arrêter à l'intérieur de la zone délimitée par les baguettes Critères de réussite : Arriver le premier sans faire tomber les baguettes	Le 3è joueur arbitre et complète le tableau, <table border="1" data-bbox="1257 477 1469 757"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> puis entoure le nom du gagnant de chaque défi	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										
Situation 2 : 	Matériel : 1 ligne, 2 cercles tracés à la craie (ou 2 cerceaux) Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre) Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes Consigne : S'élancer au signal et s'arrêter à l'intérieur du cercle (ou du cerceau) Critères de réussite : S'immobiliser le premier à l'intérieur du cercle (ou du cerceau -> sans le déplacer)	<table border="1" data-bbox="1257 891 1469 1171"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										
Situation 3 : 	Matériel : 1 ligne, 2 barils, 2 ballons Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre) Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes Consigne : S'élancer au signal, aller poser son ballon sur le baril et le lâcher (finir bras levés) Critères de réussite : Immobiliser le premier son ballon sur le baril	<table border="1" data-bbox="1257 1321 1469 1601"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										
Situation 4 : 	Matériel : 1 ligne, 4 seaux, 3 petits objets dans chaque pot situé derrière la ligne de départ Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre) Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes Consigne : Vider son seau, objet par objet, pour remplir l'autre seau Critères de réussite : Finir le premier	<table border="1" data-bbox="1257 1702 1469 1982"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										

EPS	 Les engins roulants	Les défis								
<p align="center">La fiche de l'élève cycle 3</p> <p>Mêmes situations qu'au cycle 2, en introduisant des obstacles à franchir (barres, portes, slaloms) entre la ligne de départ et la zone d'arrivée → nécessité, comme au cycle 2, d'enchaîner sauts et arrêts maîtrisés</p>		<p>Date :</p>								
Le rouleur A	Le rouleur B	Le rouleur C								
<p>Situation 1 :</p>  <p align="center">Lattes étroites au sol</p>	<p>Matériel : 2 lignes, 8 petits supports (cônes, pots de yaourt...), 6 baguettes</p> <p>Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre)</p> <p>Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes</p> <p>Consigne : S'élancer au signal et s'arrêter à l'intérieur de la zone délimitée par les baguettes</p> <p>Critères de réussite : Arriver le premier sans faire tomber les baguettes</p>	<p align="center"><i>Le 3^e joueur arbitre et complète le tableau,</i></p> <table border="1" data-bbox="1248 548 1455 824"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p align="center"><i>puis entoure le nom du gagnant de chaque défi</i></p>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										
<p>Situation 2 :</p>  <p align="center">« portes » à franchir en se baissant</p>	<p>Matériel : 1 ligne, 2 cercles tracés à la craie (ou 2 cerceaux)</p> <p>Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre)</p> <p>Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes</p> <p>Consigne : S'élancer au signal et s'arrêter à l'intérieur du cercle (ou du cerceau)</p> <p>Critères de réussite : S'immobiliser le premier à l'intérieur du cercle (ou du cerceau -> sans le déplacer)</p>	<table border="1" data-bbox="1248 929 1455 1205"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										
<p>Situation 3 :</p>  <p align="center">Slalom entre cônes</p>	<p>Matériel : 1 ligne, 2 barils, 2 ballons</p> <p>Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre)</p> <p>Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes</p> <p>Consigne : S'élancer au signal, aller poser son ballon sur le baril et le lâcher (finir bras levés)</p> <p>Critères de réussite : Immobiliser le premier son ballon sur le baril</p>	<table border="1" data-bbox="1248 1299 1455 1574"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										
<p>Situation 4 :</p>  <p align="center">Lattes plus larges ou plus hautes au sol</p>	<p>Matériel : 1 ligne, 4 seaux, 3 petits objets dans chaque pot situé derrière la ligne de départ</p> <p>Organisation : Trinômes (2 concurrents/1 arbitre)</p> <p>Déroulement : Chaque joueur affronte à tour de rôle ses adversaires en 2 manches gagnantes</p> <p>Consigne : Vider son seau, objet par objet, pour remplir l'autre seau</p> <p>Critères de réussite : Finir le premier</p>	<table border="1" data-bbox="1248 1680 1455 1955"> <thead> <tr> <th>Défi</th> <th>Score</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A↔B</td> <td></td> </tr> <tr> <td>A↔C</td> <td></td> </tr> <tr> <td>B↔C</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Défi	Score	A↔B		A↔C		B↔C	
Défi	Score									
A↔B										
A↔C										
B↔C										



LA ROULE

Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d' environnements.

Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.

Acquisition : Enchaîner propulsion et roule.

Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Dire les règles d'action pour améliorer la roule.

But : Se laisser rouler dans une zone définie.

Consignes :

Quand je me trouve devant un plot bleu, je prends de l'élan.

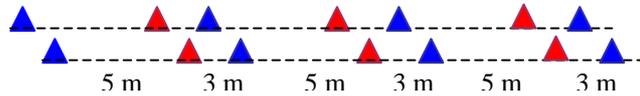
Quand je me trouve devant un plot rouge, je me laisse rouler sur deux rollers (patins) jusqu'au plot bleu suivant.

Critère de réussite :

Faire le parcours en allant du plot rouge au plot bleu en se laissant rouler.

Variante : Rouler sur un roller dans la zone de roule.

Dispositif :



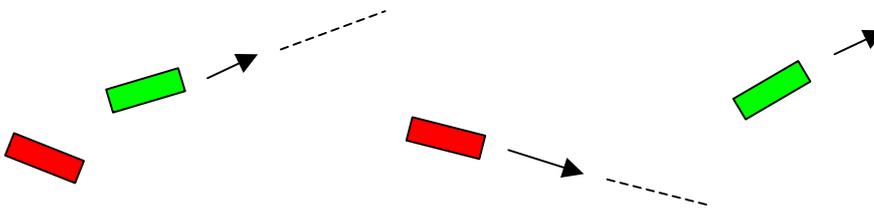
Gestion de la classe :

Par ateliers.

Matériel : un couloir délimité par des plots de deux couleurs.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

Pour la propulsion : Pousser sur la jambe d'appui, transférer le poids du corps sur le roller qui roule. En fin de mouvement, enchaîner avec l'autre jambe.



Pour la glisse : Ramener les épaules vers l'avant, mains vers l'avant (visibles par le rouleur), jambes légèrement fléchies. Garder les rollers parallèles.

SI ...

Le rouleur ne parvient pas à se laisser rouler sur toute la zone.

Le rouleur ne prend pas suffisamment d'élan.

ALORS

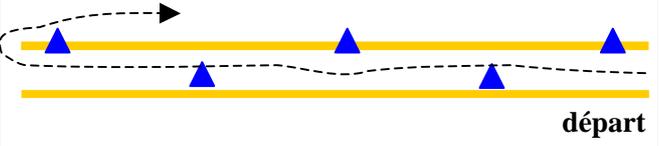
Réduire la zone de roule.
Garder les rollers parallèles à l'axe de direction.
Prendre davantage d'élan.

Faire prendre conscience du mouvement à adopter pour se propulser.
Mettre en place un exercice spécifique sur la propulsion à l'aide de portes à franchir.

Variables

Les distances.

Engins roulants	Tous les cycles	Fiche P2
 <h1 style="color: red; text-align: center;">LA LOCOMOTIVE ET SON WAGON</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.		
Compétence générale : Mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : Gérer son allure		
Parler, lire, écrire ; éducation du citoyen : Avoir confiance en son camarade.		
<p>But : Tirer un camarade à l'aide d'un engin (à l'intérieur d'un cerceau, corde passée autour de la taille, bâton tenu à deux mains).</p> <p>Consignes : Je roule en me laissant tirer par mon camarade.</p> <p>Critère de réussite : Arriver au bout du parcours sans lâcher le cerceau.</p>	<p>Dispositif : 1 ligne de départ, 1 ligne d'arrivée</p> <p>Gestion de la classe : Groupe de deux, on inverse les rôles. Départ par vagues de 3 ou 4 groupes bien séparés les uns des autres.</p> <p>Matériel : cerceaux, cordes ou bâtons, plots pour définir départ et arrivée.</p>	
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) Fléchir les jambes, baisser le centre de gravité. Garder les rollers en ligne. Se pencher légèrement vers l'avant.</p>		
<p>SI ...</p> <p>L'élève tracté ne tient pas l'équilibre</p>	<p>ALORS</p> <p>Choisir un autre mode de transmission (corde, latte...).</p> <p>Faire observer la posture du « tracté ».</p> <p>Faire observer le « tracteur » (régularité...).</p>	<p>Variables</p> <p>Le tracteur est fixe, il tire à l'aide d'une corde d'escalade.</p> <p>L'engin utilisé.</p>

Engins roulants	Cycle 3	Fiche P3
 <h1 style="color: red; margin: 0;">LE COULOIR</h1>		
Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d' environnements.		
Compétence générale : mesurer et apprécier les effets de l'activité.		
Acquisition : Gérer son allure, réagir aux obstacles rencontrés.		
Parler, lire , écrire ; éducation du citoyen : Echanger après le parcours pour parler des difficultés rencontrées pour mieux réussir.		
<p>But : Rouler dans le couloir sans faire tomber les plots.</p> <p>Consignes : Je roule, sans sortir du couloir et sans faire tomber de plot.</p> <p>Critère de réussite : Je ne touche aucun plot et je ne sors pas du couloir.</p>	<p>Dispositif : 1 couloir de 30 cm de largeur et de 20 mètres de longueur. 6 plots de 30cm de hauteur répartis à l'intérieur de la zone.</p>  <p>Matériel : plots, bandes pour délimiter le parcours.</p> <p>Gestion de la classe : En binôme : un observateur et un rouleur. Le rouleur ne s'engage que quand les plots sont tous en place.</p>	
<p>Règles pour y parvenir (critères de réalisation) Coordonner la position de ses pédales avec le passage des plots. La pédale doit être en position haute du côté du plot rencontré. Pour garder la vitesse, pédaler à nouveau aussitôt le plot passé.</p>		
<p>SI ...</p> <p>Les plots sont tombés à chaque passage.</p> <p>Il y a réussite systématique.</p>	<p>ALORS</p> <p>Modifier la position des pédales au passage de plot. Diminuer la vitesse.</p> <p>Augmenter la vitesse, la distance entre les plots.</p>	<p>Variables</p> <p>Nombre de plots. Longueur du parcours. Chronométrer le passage .</p>

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements : ROLLER

- dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (grimper, rouler, glisser, slalomer, chevaucher...)
- dans des milieux (terrain plat, vallonné, boisé, eau calme, eau vive, neige) et/ou sur des engins instables (bicyclette, VTT, roller, ski, canoë-kayak...)
de plus en plus diversifiés, dans des environnements de plus en plus éloignés et chargés d'incertitude (bois, forêt, montagne, rivière, mer...).
- en fournissant des efforts de types variés (par ex : marcher longtemps, rouler vite...)

En construisant les compétences, par la pratique des différentes activités, les élèves acquièrent des connaissances diverses :

- des connaissances sur soi (à partir des sensations, émotions ressenties au cours de la pratique)
- qui constituent un répertoire qui s'enrichit au fur et à mesure des expériences dans les différentes activités, des modalités de réalisation (actions spécifiques, techniques et tactiques, principes de jeu, stratégies...)
- des façons de se conduire dans un groupe (attitudes, modes de relation)
- des informations (règles de jeu, espaces, matériels, rôles à tenir, "histoire" de l'activité etc....).

1. S'engager lucidement dans l'action :

- Oser s'engager dans les activités :
 - choisir les stratégies d'action les plus efficaces, ou les plus adaptées en fonction du milieu dans laquelle elle se déroule.
 - anticiper sur les actions à réaliser
 - contrôler ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté de plus en plus diversifiées.
 - gérer ses efforts avec efficacité et sécurité.
 - connaître le matériel de sécurité et l'usage qu'il faut en faire.
- * Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons.
- Vitesse et déséquilibre (roller)
 - Accélération et freinage en roller
 - Se déplacer vite sur un engin roulant

Il s'agit de rendre les enfants de plus en plus conscients des caractéristiques de la situation qu'ils sont en train de vivre et des ressources (affectives, cognitives, motrices) qu'ils peuvent utiliser pour mener à bien ces actions.

Exploitation : Ces compétences doivent pouvoir faire l'objet d'un travail d'expression (oralement et/ou par écrit), sous la forme de fiches techniques, de récits, de textes "libres" et/ou de dessins, peintures, fresques...

2. Construire de façon autonome un projet d'action :

- * Formuler, mettre en œuvre des projets d'action ou d'apprentissage et s'engager contractuellement, individuellement ou collectivement :
 - pour viser une meilleure performance
 - pour inventer des formes d'action diversifiées
 - pour acquérir des savoirs nouveaux sur et autour de l'activité.
- Roller : Je vais rouler pendant X tours**
- Proposer des épreuves à passer pour obtenir un « diplôme » : brevet de rouleur

3. Mesurer et apprécier les effets de l'activité :

* **Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes**

* Mettre en relation des notions d'espace et de temps (vitesse, accélération, durée, trajectoires, déplacements...)

* Identifier, sélectionner et appliquer des principes pour agir méthodiquement (faire des hypothèses d'action, identifier des constantes, anticiper...)

* Situer son niveau de capacités motrices, ses ressources, ses possibilités de performance :

- pour réaliser des actions précises,
- pour s'engager dans un type d'effort particulier
- pour s'engager dans une situation de risque mesuré

* Évaluer, juger ses actions, mesurer ses performances et celles des autres avec des critères objectifs (y compris des valeurs expressives et/ou esthétiques dans le cas de vélos acrobates) :

* Identifier et décrire différentes actions, différents types d'effort et leurs effets sur l'organisme et la santé.

- en roller : prendre des indices (obstacles, autres rouleurs, panneaux...) sur un parcours protégé, sans s'arrêter de rouler.

- Avec mes roller : Je vais slalomer sans m'arrêter entre ces 10 plots

- Les critères d'appréciation peuvent être utilisés dans des rôles différents :

- Spectateur
- Organisateur, contrôleur
- Juge

Exploitation : Ces compétences peuvent faire l'objet d'un travail de questionnement, individuel et collectif, pouvant aboutir à la production d'écrits divers réalisés en classe (fiches techniques, récits, conseils, fiches d'évaluation...)

Types de questionnements :

- Comment faire pour faire pour tourner sur place avec des patins à roulettes ?

- Comment s'organiser pour maintenir une moyenne sur plusieurs tours d'un circuit ?

4. Appliquer et construire des principes de vie collective

* Se conduire dans le groupe en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend, que l'on respecte et que l'on peut expliquer aux autres.

* Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets.

* Connaître et assurer plusieurs rôles dans les différentes activités

- Règles de vie collective : par ex. ranger ensemble le matériel

- Règles de jeu ou d'action : par ex. règles d'or ; les positions de sécurité, le matériel obligatoire

- Règles simples de sécurité (y compris la sécurité routière), de respect de l'environnement, d'hygiène, de

prise en compte de sa santé et de celle des autres...

Ces projets peuvent être de nature diverse (actions à faire, stratégie à élaborer, sortie à préparer, spectacle..)

et peuvent amener les enfants à s'aider mutuellement, par

exemple :

- Aider un camarade à réaliser son projet en lui donnant

des idées, des conseils

- Organiser la circulation dans un parcours. rouleur, piéton, contrôleur, juge, etc....

C'est la notion de citoyenneté en actes qu'il s'agit de faire construire aux enfants, en les confrontant à des situations où l'on n'agit pas seul, mais dans un groupe et une société ayant ses règles et ses valeurs.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements : VELO

- dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (grimper, rouler, glisser, slalomer, chevaucher...)
- dans des milieux (terrain plat, vallonné, boisé, eau calme, eau vive, neige) et/ou sur des engins instables (bicyclette, VTT, roller, ski, canoë-kayak...)
de plus en plus diversifiés, dans des environnements de plus en plus éloignés et chargés d'incertitude (bois, forêt, montagne, rivière, mer...).
- en fournissant des efforts de types variés (par ex : marcher longtemps, rouler vite...)

Bicyclette :

- Rouler en groupe sur un itinéraire routier ou forestier varié pendant une heure au moins.

En construisant les compétences, par la pratique des différentes activités, les élèves acquièrent des connaissances diverses :

- des connaissances sur soi (à partir des sensations, émotions ressenties au cours de la pratique)
- qui constituent un répertoire qui s'enrichit au fur et à mesure des expériences dans les différentes activités, des modalités de réalisation (actions spécifiques, techniques et tactiques, principes de jeu, stratégies...)
- des façons de se conduire dans un groupe (attitudes, modes de relation)
- des informations (règles de jeu, espaces, matériels, rôles à tenir, " histoire " de l'activité etc....).

1. S'engager lucidement dans l'action :

- Oser s'engager dans les activités :
 - choisir les stratégies d'action les plus efficaces, ou les plus adaptées en fonction du milieu dans laquelle elle se déroule.
 - anticiper sur les actions à réaliser
 - contrôler ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté de plus en plus diversifiées.
 - gérer ses efforts avec efficacité et sécurité.
 - connaître le matériel de sécurité et l'usage qu'il faut en faire.

* Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons.

- Vitesse et déséquilibre (Bicyclette, roller)
- Accélération (Bicyclette, roller)

Il s'agit de rendre les enfants de plus en plus conscients des caractéristiques de la situation qu'ils sont en train de vivre et des ressources (affectives, cognitives, motrices) qu'ils peuvent utiliser pour mener à bien ces actions.

Exploitation : Ces compétences doivent pouvoir faire l'objet d'un travail d'expression (oralement et/ou par écrit), sous la forme de fiches techniques, de récits, de textes " libres " et/ou de dessins, peintures, fresques...

2. Construire de façon autonome un projet d'action :

* Formuler, mettre en œuvre des projets d'action ou d'apprentissage et s'engager contractuellement, individuellement ou collectivement :

- pour viser une meilleure performance
- pour inventer des formes d'action diversifiées
- pour acquérir des savoirs nouveaux sur et autour de l'activité.

Bicyclette, roller : Je vais rouler pendant X tours

3. Mesurer et apprécier les effets de l'activité :

* **Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes**

* Mettre en relation des notions d'espace et de temps (vitesse, accélération, durée, trajectoires, déplacements...)

* Identifier, sélectionner et appliquer des principes pour agir méthodiquement (faire des hypothèses d'action, identifier des constantes, anticiper...)

* Situer son niveau de capacités motrices, ses ressources, ses possibilités de performance :

- pour réaliser des actions précises,
- pour s'engager dans un type d'effort particulier
- pour s'engager dans une situation de risque mesuré

* Évaluer, juger ses actions, mesurer ses performances et celles des autres avec des critères objectifs (y compris des valeurs expressives et/ou esthétiques dans le cas de vélos acrobates) :

* Identifier et décrire différentes actions, différents types d'effort et leurs effets sur l'organisme et la santé.

- Bicyclette : prendre des indices (obstacles, autres cyclistes, panneaux...) sur un parcours routier protégé, sans s'arrêter de rouler.

- Bicyclette, roller : Je vais slalomer sans m'arrêter entre ces 10 plots

- Les critères d'appréciation peuvent être utilisés dans des rôles différents :

- Spectateur
- Arbitre
- Juge

Exploitation : Ces compétences peuvent faire l'objet d'un travail de questionnement, individuel et collectif, pouvant aboutir à la production d'écrits divers réalisés en classe (fiches techniques, récits, conseils, fiches d'évaluation...)

Types de questionnements :

- Comment rouler autant qu'un cycliste de Paris Roubaix? (en relais-endurance, toute la classe participe)
- Comment faire pour faire du sur place avec un vélo ?
- Comment s'organiser pour maintenir une moyenne sur plusieurs tours d'un circuit ?

4. Appliquer et construire des principes de vie collective

* Se conduire dans le groupe en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend, que l'on respecte et que l'on peut expliquer aux autres.

* Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets.

* Connaître et assurer plusieurs rôles dans les différentes activités

- Règles de vie collective : par ex. ranger ensemble le matériel

- Règles de jeu ou d'action : par ex. règles d'or de la sécurité routière

- Règles simples de sécurité (y compris la sécurité routière), de respect de l'environnement, d'hygiène, de prise en compte de sa santé et de celle des autres...

Ces projets peuvent être de nature diverse (actions à faire, stratégie à élaborer, sortie à préparer, spectacle..) et peuvent amener les enfants à s'aider mutuellement, par exemple :

- Aider un camarade à réaliser son projet en lui donnant des idées, des conseils

- Organiser la circulation dans un parcours. Cycliste, piéton, policier, juge, etc....

C'est la notion de citoyenneté en actes qu'il s'agit de faire construire aux enfants, en les confrontant à des situations où l'on n'agit pas seul, mais dans un groupe et une société ayant ses règles et ses valeurs.

Echauffement

But

L'idée principale est de considérer ce moment comme un rituel d'entrée dans l'activité et d'y associer progressivement les élèves pour que ceux-ci deviennent autonomes (prendre des habitudes pour gérer sa vie physique future).

C'est un moment très important dans la séance : il doit durer environ 10 minutes.

Démarche pédagogique proposée pour que les élèves deviennent autonomes

1. L'enseignant montre l'échauffement et explique le pourquoi de chaque situation.
2. Différents élèves proposent les situations en respectant la trame.
L'enseignant est ici médiateur pour rappeler ce qui a été oublié, corriger si nécessaire.
3. Un élève prend en charge tout l'échauffement.
4. Les élèves s'échauffent par petits groupes.
5. Chacun s'échauffe individuellement.
Tout en considérant que chacun ait le même niveau d'échauffement.

Un support écrit type tableau peut être utile pour rappeler la chronologie souhaitée :

1. activation cardio-pulmonaire.
2. travail sur les articulations.
3. échauffement spécifique.

Suivant la pratique de l'activité physique considérée, on insistera sur tel ou tel élément de l'échauffement

I) Activation cardio pulmonaire

A) Il s'agit d'augmenter progressivement l'intensité des efforts proposés.

- Suivre une ligne en trotinant en AV, en AR, sur le côté sans se croiser.
- Idem en suivant un camarade. Etre attentif aux changements de direction.
- Tours de salle : AV, AR, côté, pas chassés, sautillés, galops, ;
- Déplacements en colonne. Le dernier remonte et prend la place du premier. Varier les types de déplacements
- Jeux sur un cercle : se déplacer sur le diamètre en s'évitant. Varier les modes de déplacement.

B) Travail autour de la famille des sauts

- Courses en foulées bondissantes, jambes tendues.
- Course avec montée de genoux, talons/fesses.
- Courses avec sauts extensions, accroupis, etc
- Sauts pieds joints AV, AR, côté, par dessus une ligne
- Sauts écarts avant-arrière, groupés, ...
- Sauts par-dessus un banc, de chaque côté
- Pas chassés en recherchant la hauteur.

Travail en dispersion sur un espace limité, en vagues en aller et retour, autour de la salle.

II) Travail sur les articulations.

Il s'agit d'échauffer l'ensemble des articulations pour s'adapter à l'activité qui va être pratiquée. L'idée est d'aller vers un échauffement spécifique en fonction de l'APS choisie. Le plus important est de travailler avec une amplitude maximale.

Pour ne pas en oublier, travailler du haut vers le bas. Il faut être exigeant sur le mouvement.

- Cervicales : il faut veiller à effectuer les mouvements lentement.
haut, bas ; D, G ; épaule D, épaule G ; ½ rotation D, puis G = jeu dire oui ou non avec la tête.
- Epaules : il faut veiller à effectuer les mouvements lentement.
moulinets AV, AR bras verticaux, horizontaux.
- Poignets : rotations SAM, SIAM
- Lombaires, dorsales : chat (dos plat, rond), culbuto
- Bassin : rotations
- Chevilles : le but est de développer l'équilibre en ressentant les appuis au sol sur un pied (planche avant).

Disposition en cercle , l'enseignant ou l'élève en charge de l'échauffement sur le cercle.

III)Echauffement spécifique

Jeux pour augmenter l'intensité, faciles à mettre en place (peu de matériel)

- Jeux de chats : chats coupés, glacés, perchés
- Accroche /décroche
- Pile ou face (bleu ou rouge)
- Jeux d'éperviers
- 1, 2, 3 soleil
- l'attrape-ronde

- **Gym, acrosport, jeux d'opposition, escalade**

Travail autour de la quadrupédie sans appui genoux : marcher comme l'éléphant, la fourmi, l'araignée, le crabe, la grenouille, etc ; en AV, AR, sur le côté.

Travail autour du gainage : position tenue en appui soit sur les mains, soit sur les avant-bras, en alignant le tronc avec les membres inférieurs.

- **Jeux collectifs :**

Suivant le thème de la séance : protéger (déplacements, changements d'appuis).

Passer (échange de passes avec un voleur de balles)...

- **Les jeux de raquettes** : insister sur déplacements (pas chassés, pas croisés), reprises d'appuis et haut du corps.
- **Athlétisme** : course et haut du corps pour lancer, changement de direction et reprise d'appuis pour course et saut.
- **Danse** : développer la relation à l'autre (déplacements, regards).
- **Roller** : bien insister sur l'échauffement du dos (rotation, gainage, dos rond, plat) avant de démarrer un temps de roule important (de 6 à 10 à minutes).

A la fin de la séance : récupération

Un retour au calme est nécessaire après chaque activité : c'est **un moment silencieux** où l'on peut ressentir les effets de l'activité sur son corps (augmentation des battements cardiaques, de la respiration). Il est important de se regrouper pour clore la séance (restitution des dossards, rangement du matériel...).

La pratique des étirements avec les plus grands peut trouver sa place dans ce moment (voir document joint).

Quelques cas particuliers :

après des efforts longs type cross, endurance

- Course à son rythme de manière naturelle ou marche pour favoriser une récupération active pendant 5 à 10 minutes .
- Nutrition : fruit frais ou fruits secs (en nombre limité), boisson (de préférence de l'eau).



RANDONNÉE À BICYCLETTE SUR VOIES PUBLIQUES

PROCÉDURES OBLIGATOIRES

Textes de référence	<ul style="list-style-type: none"> • Circulaire n°99-136 du 21/09/1999 MEN. • NS n°84-027 du 13/01/84 (la bicyclette pour les déplacements en groupe). • Code de la route (cf. Essai de Réponses : la bicyclette à l'école) <ul style="list-style-type: none"> - règles relatives à la circulation spéciale aux cyclistes : R198-R190-R191, - règles relatives à l'équipement des bicyclettes : R193-R194-R195-R196-R197-R198. • L'article R192 est supprimé depuis le 4 mai 1995.
Autorisations	<ul style="list-style-type: none"> • Du directeur d'école. • Des propriétaires, si passage sur des terrains privés.
Information	<ul style="list-style-type: none"> • Dans tous les cas de sorties, les familles doivent être précisément informées des conditions dans lesquelles elles sont organisées. (fiche I 13) • Activité inscrite obligatoirement dans le cadre du projet d'école. • Information de l'IEN.
Assurances	<ul style="list-style-type: none"> • Prévoir l'assurance des accompagnateurs, lors d'une sortie régulière. • Prévoir l'assurance des accompagnateurs et des élèves, lors de sorties facultatives. • Cas particulier de la bicyclette utilisée comme moyen de déplacement pour se rendre sur un lieu d'activité. <ul style="list-style-type: none"> - autorisé exclusivement au cycle 3. - assurance spécifique obligatoire pour les élèves. (I.A.C.)
Encadrement	<ul style="list-style-type: none"> • A l'école élémentaire, l'encadrement pour pratiquer la bicyclette en randonnée sur la voie publique (et sentier) est de 2 adultes au moins, quelle que soit la taille du groupe. Au-delà de 12 élèves, 1 adulte supplémentaire pour 6 en plus.
Qualification	<p>Le maître peut enseigner cette activité qui se déroule sous sa responsabilité et peut à sa demande être assisté par un intervenant extérieur dûment agréé par l'inspecteur d'académie et autorisé par le directeur d'école.</p> <p>Intervenants rémunérés : Cf. fiche A - 152</p> <p>B.E. spécifique (cyclisme, VTT) OU B.E.E.S. ACTIVITÉS DU CYCLISME. BAPAAT dans l'activité sous la responsabilité d'un B.E. E.T.A.P.S. pouvant justifier d'une compétence dans l'activité. BESAAPT (sauf VVT) pouvant justifier d'une compétence dans l'activité.</p> <p>Intervenants bénévoles : cf fiche A - 153</p> <p>Reconnaissance de compétence dans l'activité cf fiche F 331</p>
Sécurité	<ul style="list-style-type: none"> • Port d'un casque protecteur conforme aux normes en vigueur, obligatoire. • Vélo conforme aux normes en vigueur du code de la route.



RECOMMANDATIONS PÉDAGOGIQUES

F – 33 suite

C1	
C2	Sur sites protégés et aménagés
C3	Sur voies publiques

Lieux d'activités	<ul style="list-style-type: none"> • Sur des parcours adaptés au niveau de pratique des enfants (éviter les terrains trop accidentés). • Sur la voie publique, il est préférable de n'organiser des sorties qu'au cycle 3. • A distinguer de l'activité VTT sur terrain accidenté (réglementation particulière)
Conditions matérielles	<ul style="list-style-type: none"> • Vélos en bon état (pneus, freins...) et adaptés à la taille des enfants. • 1 trousse de réparation. • Tenue vestimentaire adaptée à l'activité et aux conditions climatiques - gants recommandés. • Prévoir boissons et aliments énergétiques.
Sécurité	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître l'itinéraire peu de temps avant la sortie. • Prévoir un itinéraire de substitution. • Exclure les routes dangereuses. • Prévoir un accès facile à des points de secours et d'alerte. • Prévoir les n° de téléphone d'urgence et de l'école (carte téléphonique, pièces de monnaie, téléphone portable...). • Se renseigner sur les prévisions météorologiques (annulation possible). • La distance à respecter entre chaque groupe d'élèves doit être suffisante, pour permettre à un véhicule de s'intercaler entre chaque groupe. • Prévoir 1 trousse de secours. • Prévoir un véhicule accompagnateur avec feux de détresse allumés, placé derrière les groupes.
Proposition d'organisation pédagogique	<ul style="list-style-type: none"> • Organiser des groupes de 6 élèves maximum, avec un adulte à l'arrière ou remontant le groupe selon les circonstances. (liste des élèves avec coordonnées) • Placer un élève à l'avant capable d'imprimer un rythme moyen adapté au niveau de pratique du groupe. • Prévoir des intervalles réguliers de l'ordre de 3 m sur le plat et plus en descente entre chaque cycliste. • Prévoir des regroupements réguliers de l'ensemble des groupes à des endroits reconnus le permettant. • cf fiche F - 331
Remarques	<p>Cette activité nécessite une préparation particulière :</p> <ul style="list-style-type: none"> • étude de la carte avec les élèves, choix d'itinéraires. • signalisation routière (panneaux, feux, marquages). • circulation routière (respect des priorités, regroupements aux feux, aux stops...). • préparation du matériel (cyclotechnie). • organisation de groupes homogènes. <p>Passage de tests de maniabilité : Avant la sortie, s'assurer de la compétence des enfants. (parcours maniabilité joint).</p>
Documentation pédagogique	<ul style="list-style-type: none"> • Revue E.P.S. • Revue E.P.S.1. • Document USEP • Essai de réponses : " La bicyclette à l'école ". • La sécurité routière à l'école élémentaire C1- C2 - C3 MEN.
Personne ressource	Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à l'équipe de circonscription.

COMPETENCES REQUISES DES ACCOMPAGNATEURS BENEVOLES POUR LES RANDONNEES A BICYCLETTE

Etre capable de :	<ul style="list-style-type: none"> • rouler 20 kilomètres sans s'arrêter sur terrain vallonné ; • lire un itinéraire sur une carte ; • vérifier sur un vélo les points suivants : réglage selle, guidon, freins ; • changer une roue, une chambre à air ; • réparer une crevaison.
Connaître les règles essentielles du code de la route :	<ul style="list-style-type: none"> • stop, priorités ; • rond point ; • tourner à gauche.
Savoir gérer un groupe (6 enfants) :	<ul style="list-style-type: none"> • rouler en file indienne ; • se placer devant ou derrière le groupe d'enfants selon la configuration du terrain ; • savoir anticiper le comportement des autres usagers ; • faire respecter l'espace entre les groupes ; • être capable de mener le groupe de tête ; • définir les consignes verbales et gestuelles à l'intérieur du groupe <p>Ex : lever le bras au stop ou pour avertir d'un danger.</p> <div style="text-align: center; background-color: #cccccc; padding: 5px;"> <p>Ne jamais laisser un enfant décrocher</p> <p>Ne jamais laisser un enfant seul</p> </div>
Pour la voiture balai :	<ul style="list-style-type: none"> • mettre une banderole avec des indications sur le nombre de groupes ; • rouler à une certaine distance ; • feux de détresse allumés.

Le port du casque est **OBLIGATOIRE pour les enfants** et vivement recommandé pour les accompagnateurs.

Pour l'organisation générale, se reporter à la fiche **F- 33**.

Tous les intervenants doivent être **agréés** par l'Inspecteur d'Académie et assurés.

Ces recommandations ont été élaborées par l'équipe EPS avec le concours de l'USEP et des Présidents des comités Départementaux de Cyclisme et de Cyclotourisme.

AUTORISATION DU RESPONSABLE LEGAL POUR LES SORTIES ET VOYAGES COLLECTIFS

Je soussigné(e), Nom : Prénom :
 Adresse :
 Responsable légal de l'enfant :
 Né(e) le : à

1 - autorise mon enfant à participer à la (aux) sortie(s) organisée(s) par l'école :

Projet et type d'activités :		
Lieu et/ou itinéraire :		
Encadrement assuré par (nom et qualification) :		
Classe :	Effectif	
Moyen de transport utilisé :		
Jour départ :	Heure :	Lieu de départ :
Jour retour :	Heure :	Lieu de retour :

2 - donne au responsable l'autorisation de prendre toute décision qu'il jugerait utile devant une éventuelle intervention médicale ou chirurgicale, **précautions particulières** :

3 - atteste que mon enfant est garanti par une assurance responsabilité civile et par une assurance individuelle accidents corporels souscrites pour les accidents susceptibles de lui survenir ou ceux qu'il pourrait causer à l'occasion de ce déplacement.

Compagnie d'assurance : N° de Police

A le
Signature

--A découper, à conserver

Projet et type d'activités :		
Lieu et/ou itinéraire :		
Encadrement assuré par (nom et qualification) :		
Classe :	Effectif	
Moyen de transport utilisé :		
Jour départ :	Heure :	
Jour retour :	Heure :	

ATTESTATION DE PREMIERE ÉDUCATION À LA ROUTE

Cachet de l'école

Nom de l'élève : Prénom :

Savoirs, savoir-faire à acquérir <i>Les savoir et savoir-faire énoncés dans ce tableau renvoient au document "Attestation de Première Education à la Route". Les cases blanches désignent les cycles au cours desquels ils doivent être acquis. Les cases grisées indiquent la possibilité de poursuivre le travail au cours des cycles suivants, les cases noircies marquent les cycles qui ne sont pas concernés.</i>	Validation de fin de cycle					
	1		2		3	
	Élève	Maître	Élève	Maître	Élève	Maître

Quand je suis piéton...

Je me déplace sur le trottoir

- 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(e)						
- non accompagné(e).						

Je traverse une chaussée

- Je sais que je ne dois pas traverser une chaussée seul(e) : je sais traverser en donnant la main.						
- 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 identifier les dangers.						
- Je reconnais les espaces de jeux et les espaces de circulation.						
- Je sais me déplacer à pied dans mon quartier ou mon village.						

Dans un environnement non familier :

- Je sais identifier les dangers.						
- Je sais organiser mon trajet.						
- Je sais utiliser un plan, une carte.						
- Je connais les règles du code de la Route.						
- Je sais donner l'alerte en cas d'accident.						
- Je connais les principes simples de secourisme.						

Quand je suis passager...

- Je sais monter et descendre d'un véhicule.						
- Je ne gêne pas le conducteur.						
- Je sais pourquoi je dois être retenu(e) (ceinture, siège).						
- 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 deux roues.						
- Je respecte les consignes de l'adulte dans un transport scolaire.						
- Je connais et je respecte le code du passager de transport en commun.						
- J'adopte l'attitude qui convient sur une zone d'attente.						

Quand je roule...

- Je sais rouler prudemment sur le trottoir et les espaces piétons.						
- 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 sais rouler en groupe.						
- Je demande et j'utilise les équipements de protection.						
- Je vérifie et j'utilise les équipements.						
- Je vérifie les organes de sécurité de l'engin.						

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 (feux et panneaux).						
- Je connais l'ordre de passage aux intersections.						
- Je signale à temps mes intentions de changement de direction.						
- Je respecte ces règles du code de la route.						

Attestation attribuée(1) - non attribuée(1) à l'élève en Conseil des maîtres de Cycle 3 le

(1) Rayer la mention inutile

La Directrice - Le Directeur de l'École

Circuit Montsûrs- L'étang de la Forge

Mardi 29 mai 2007

Distance totale km	Communes / lieux dits	Voies	Observations	Horaire lent 12 km/h	Horaire normal 14 km/h	Horaire rapide 16 km/h
0,000	Montsûrs		Départ	8:50	8:50	8:50
		Rue St Nicolas	Au stop prendre à gauche			
		Rue de Surmont	Au stop prendre à droite			
		Route de St Cénére	Au stop prendre à gauche			
		Grande Rue				
		Rue du Pont				
		Place Crotigné	Face à la poste prendre à gauche Attention à la priorité à droite			
	Rue de la Libération	Après le pont au dessus de la voie ferrée prendre à droite la D129				
4,000	St Ouen des Vallons	D129		9:10	9:07	9:05
5,400	Petit Mérolle	D129	Attention au niveau du "Petit Mérolle": à la fourche prendre à gauche	9:17	9:13	9:10
8,500	Montourtier	D207	Dans le bourg prendre sur la gauche la direction de Mayenne par Belgeard	9:33	9:27	9:22
			Arrêt de 10 min devant le cimetière	9:43	9:37	9:32
14,200	Belgeard	D207	Dans le bourg continuer tout droit en direction de Mayenne			
15,000	Belgeard	D207	A la sortie du village, quitter la D207 et prendre la direction d'Aron .	10:16	10:05	9:57
			Juste après la fourche : arrêt de 10 min			
			Continuer en direction d'Aron	10:26	10:15	10:07
18,700			Au carrefour de la Chapelle Ste Anne, tourner à gauche attention à la priorité !	10:44	10:31	10:21
19,000	Aron Arrivée	Etang de la Forge	Avant le pont, entrer dans l'allée sur la gauche et descendre de vélo.			
				10:42	10:32	10:22
Distance	Communes	Voies	Observations	Horaire	Horaire	Horaire

Circuit Montsûrs- L'étang de la Forge

Mardi 29 mai 2007

totale km	/ lieux dits			lent 12 km/h	normal 14 km/h	rapide 16 km/h
0,000	Aron		Départ	14:30	14:30	14:30
0,350			Au carrefour de la Chapelle Ste Anne, tourner à droite en direction de Belgeard	14:32	14:31	14:31
4,100	Belgeard	D207	Au carrefour du cimetière, prendre à gauche en direction du bourg	14:51	14:48	14:45
5,000	Belgeard	D207	Traverser le village en restant sur la D207	14:55	14:51	14:49
7,500		D207	A la sortie de la forêt de Belgeard prendre le chemin à droite (Les Bridellières) pour une pause de 10 minutes.	15:05	15:01	14:59
10,500	Montourtier	D207	Traverser le village en restant sur la D207 en direction de STOuen / Montsûrs	15:20	15:14	15:11
13,600	Petit Mérolle	D207	Intersection avec la D129 : prendre à droite (carrefou du Petit Mérolle)	15:36	15:27	15:23
15,000	St Ouen des Vallons	D129	Arrêt possible de 10 min sur le parking de l'église.	15:53	15:43	15:38
18,100	Montsûrs	D129	Intersection avec la D24 . Au stop, prendre à gauche	16:20	16:07	15:38
18,500	Montsûrs	Rue de la Libération	Place Crotigné, prendre à droite	16:23	16:09	15:40
		Rue du Pont				
		Grande Rue	Prendre à droite direction St Cénére			
		Route de St Cénére	Prendre à gauche, rue de Surmont			
		Rue de Surmont	Prendre à droite, rue des Ifs			
		Rue des Ifs	Prendre à droite, rue de St Nicolas			
19,000	Ecole	Rue St Nicolas	Arrivée	16:26	16:11	15:42

Bibliographie / Contacts

N°	Nom du document	Cycle	Résumé	Nature du support	Références- site
1	<i>Engins roulants</i>	Tous les cycles de l'école primaire	Des tricycles pour les plus petits aux déplacements sur route à bicyclette au cycle 3, les engins roulants doivent avoir leur place à l'École. Leur utilisation peut contribuer à la réalisation de nombreux objectifs. Des objectifs spécifiques à l'E.P.S. liés à la maîtrise de l'engin et à la gestion de l'effort, mais aussi des objectifs généraux par l'intégration de règles de vie collective et d'attitudes indispensables à un comportement citoyen. Cette activité peut être une base active pour l'enseignement de la sécurité routière ainsi que pour la mise en place de projets interdisciplinaires.	Document PDF en ligne sur le site I.A.72	http://appli-etna.ac-nantes.fr:8080/ia72/edusarthe/index.php

N°	Nom du document	Cycle	Résumé	Nature du support	Références- site
2	<i>La sécurité routière à l'école primaire</i>	Tous les cycles de l'école primaire	La sécurité routière à l'école primaire est réalisé par le ministère chargé de l'Éducation nationale, en partenariat avec le ministère chargé de l'Équipement et avec le soutien de l'association Prévention MAIF. Ce livret présente : <ul style="list-style-type: none"> des informations générales sur l'insécurité routière, la réglementation, les partenaires de l'École ; des fiches pédagogiques. 	Livret téléchargeable 2006	http://eduscol.education.fr/D0163/livretEPS.htm?rub=202

N°	Nom du document	Cycle	Résumé	Nature du support	Références- site
3	Cyclisme à l'école	C3	Cet ouvrage est conçu sous forme de 3 unités d'apprentissage permettant d'atteindre des savoirs qu'il faut acquérir en application des programmes et les tâches qui permettent de les acquérir.	Essai de réponses Revue EPS Juin 1999	http://www.revue-eps.com/

N°	Nom du document	Cycle	Résumé	Nature du support	Références- site
4	Apprendre à faire du vélo dès la maternelle	C1	Cet ouvrage est conçu sous forme de 2 unités d'apprentissage permettant de passer de l'utilisation de son vélo en patinette vers la draisienne et enfin vers le pédalage	Des jeux au sport Revue EPS	http://www.revue-eps.com/

<i>N°</i>	<i>Nom du document</i>	<i>Cycle</i>	<i>Résumé</i>	<i>Nature du support</i>	<i>Références- site</i>
5	Education physique et polyvalence au cycle 2	C2	Unité d'enseignement- le vélo page 123 – Cette activité implique une notion de déplacement continu dans un environnement physique généralement incertain, qui induit la gestion d'un équilibre dynamique chez l'élève. L'élève doit adapter sa trajectoire en fonction des signaux et indices complexes, variés et parfois variables qu'il repère dans le milieu.	Manuel d'éducation physique dans la collection Corpus 1- l'EPS à l'école ; Réseau CNDP	SCEREN – CRDP des Pays de Loire http://www.crdp-nantes.cndp.fr/

<i>N°</i>	<i>Nom du document</i>	<i>Cycle</i>	<i>Résumé</i>	<i>Nature du support</i>	<i>Références- site</i>
6	Education physique et polyvalence au cycle 3	C3	Unité d'enseignement- le vélo page 98 – Au cycle 3 , la pratique du vélo s'appuie sur les acquis du cycle 2. Le parti qui est pris, cherche à faire évoluer l'élève vers une maîtrise réelle de l'équilibre dynamique afin de mener à terme une sortie hors de l'école. L'enseignant de ce cycle, favorise la responsabilisation et l'initiative de l'élève en proposant des dispositifs méthodologiques qui facilitent l'adaptation des ses conduites dans les différents itinéraires auxquels il sera confronté.	Manuel d'éducation physique dans la collection Corpus 1- l'EPS à l'école ; Réseau CNDP	SCEREN – CRDP des Pays de Loire http://www.crdp-nantes.cndp.fr/

<i>N°</i>	<i>Nom du partenaire</i>	<i>Cycle</i>	<i>Résumé</i>	<i>Nature du support</i>	<i>Références- site</i>
7	M.A.E.	Tous les cycles de l'école primaire	Spécialiste en Assurance scolaire et familiale, la MAE couvre les accidents de la vie quotidienne de l'enfant et de sa famille. La MAE est un acteur majeur en terme de prévention auprès des jeunes dans les écoles, de la maternelle au lycée. Une cellule spécifique « MAE SOLIDARITÉ » se consacre depuis plus de quinze ans à la prévention .	Mise à disposition des enseignants des outils pédagogiques (bandes-dessinées, jeux, expositions, cassettes vidéos, cédérom, dépliants, DVD), permettant d'enrichir les échanges avec les élèves sur des thèmes importants.	Contactez votre C.PC - E.P.S http://www.mae.fr/ Email : mae53@mae.fr

<i>N°</i>	<i>Nom du partenaire</i>	<i>Cycle</i>	<i>Résumé</i>	<i>Nature du support</i>	<i>Références- site</i>
8	Prévention M.A.I.F. 53	Tous les cycles de l'école primaire	Dans chaque antenne départementale , les bénévoles de Prévention MAIF donnent de leur temps et de leur énergie pour vous aider à lutter contre l'insécurité, qu'elle soit routière ou domestique. Ils vous proposent des solutions pédagogiques, adaptées au contenu des programmes scolaires de la maternelle au lycée, aux projets éducatifs menés en direction du milieu associatif....	Pour la sécurité routière, Interventions, expositions, brochures, cédéroms, jeux, DVD...	Contactez votre C.PC - E.P.S. prevention.maif.laval@maif.fr

<i>N°</i>	<i>Nom du partenaire</i>	<i>Cycle</i>	<i>Résumé</i>	<i>Nature du support</i>	<i>Références- site</i>
9	U.S.E.P.	Tous les cycles de l'école primaire	L'USEP est la fédération sportive de l'école primaire. Elle a pour mission de développer l'éducation physique et sportive dans le premier degré, mission de service publique inscrite dans la convention nationale en vigueur avec le ministère de l'éducation nationale. Dans ce cadre, le délégué USEP organise des rencontres, collabore au montage de projets, apporte une aide humaine et matérielle aux écoles...	Pour la sécurité routière, Interventions, projet pédagogique « petit Tour à vélo » Prêt de casques et vélos.	Contactez votre C.PC - E.P.S. Alexis GILLE, délégué départemental USEP 53 Email : usep53@fal53.asso.fr

<i>N°</i>	<i>Nom du document</i>	<i>Cycle</i>	<i>Résumé</i>	<i>Nature du support</i>	<i>Références- site</i>
10	Prévention Routière	Tous les cycles de l'école primaire	L'association Prévention Routière est reconnue d'utilité publique en 1955. Elle conduit ses actions dans de multiples domaines : l'éducation routière des enfants et adolescents et la formation continue des conducteurs, la sensibilisation et l'information du grand public. Elle intervient régulièrement auprès des pouvoirs publics pour faire des propositions visant à améliorer la sécurité routière....	Interventions, Piste routière, Challenge, expositions, brochures, cédéroms, jeux, DVD...	Contactez votre C.PC - E.P.S. http://www.preventionroutiere.asso.fr Email : preventionroutiere53@wanadoo.fr