

ACTIVITE ROLLER

REGLEMENTATION / EQUIPEMENT

Les équipements de protection (tête, mains, poignets, coudes, genoux, chevilles) sont obligatoires

Conseils : Utiliser un matériel adapté à la taille de l'élève.

OBJECTIF

Etre autonome, gérer sa propre sécurité, celle des autres, l'équipement en Roller est obligatoire pour pouvoir patiner en toute sécurité.



Il est composé :

- Du casque
- Des coudières
- Des genouillères
- Des protège-poignets



Pour s'équiper l'ordre est important :

- Mettre son **casque** et s'assurer qu'il ne bouge pas, pas de bascule avant-arrière et sur les côtés.
- Mettre ses **coudières** et ajuster le serrage.
- Mettre ses **genouillères** et ajuster le serrage
- Mettre ses **rollers** :
 - a. Ecarter les boucles de serrage des rollers.
 - b. Insérer le pied dans le roller en tenant le chausson par l'arrière.
 - c. Serrer les boucles de serrage en commençant par celle du bas.
 - d. Mettre ses **protège-poignets**



SITUATIONS D'APPRENTISSAGE

Les situations d'apprentissage se présentent sous forme d'ateliers mettant en évidence un ou des fondamentaux de l'activité.



- Se déplacer
- Se diriger
- S'arrêter
- Sauter
- Se retourner



La classe de CM2 de Monsieur Cholet pratique le Roller une fois par semaine.

