



Blasons de monocycle



Textes officiels

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui).

La pratique des activités est organisée sur les trois années du cycle en exploitant les ressources locales.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- *Activités de roule et glisse* : réaliser un parcours d'actions diverses en roller, en vélo, en ski.

*B.O.E.N. Hors Série n°3 - 19 juin 2008 - p.23
Horaires et programmes d'enseignement de l'école primaire*

NB : l'acquisition de trois blasons d'une même couleur dans différentes activités sportives marque l'acquisition de la ceinture correspondante.

Compétences requises



- Savoir régler et mettre un casque de protection.
- Monter sur un monocycle en s'aidant d'un grillage.
- Parcourir 5 mètres en monocycle en s'aidant d'un grillage, sans mettre pied à terre.



- Être capable de rattraper un monocycle pour que sa selle ne tombe pas au sol.
- Parcourir 10 mètres en monocycle en s'aidant d'un grillage, sans mettre pied à terre.
- Changer quatre fois de sens, en s'aidant d'un grillage, sans mettre pied à terre.



- Savoir remettre "droite" la selle d'un monocycle.
- Parcourir 5 mètres en monocycle sans s'aider d'appuis.
- Connaître les différents types de monocycles (simple, *trial*, VTT, girafe, roue impossible).



- Savoir régler la hauteur de la selle d'un monocycle.
- Parcourir 10 mètres en monocycle sans s'aider d'appuis.
- Être capable de réaliser un demi-tour.



- Réaliser le tour du terrain de handball en monocycle, sans s'aider d'appuis.
- Suivre un parcours en slalomant.
- Savoir trouver sur la Toile des vidéos illustrant des figures de monocycle et des magasins en vendant.



- Monter sur un monocycle sans s'aider d'appuis.
- Réaliser le tour de la cour en monocycle, sans s'aider d'appuis.
- Réaliser une figure (sur-place, à reculons, saut, à une seule pédale, en dribblant).



- Savoir changer le pneu ou la chambre à air d'un monocycle.
- Suivre un parcours monocycle comprenant quelques petits obstacles (petite bordure, changement de qualité du sol, passage étroit...).
- Réaliser trois figures (sur-place, à reculons, saut, à une seule pédale, en dribblant, en se baissant, en *wheel walking*, en jonglant...).