

## À QUOI SERT CE LIVRET ?

Ce livret te permettra de suivre tes progrès en roller et d'évaluer toi-même ton niveau. À toi d'être le plus juste possible dans ton évaluation et de prendre soin de ce livret qui te suivra sur plusieurs années.

## COMMENT UTILISER MON LIVRET ?

À chaque apprentissage, un niveau d'évaluation te permettra de situer ta progression.

### 1 - Découverte

J'entoure ce niveau lorsque je découvre pour la première fois une nouvelle technique.

### 2 - Progression

J'entoure ce niveau si je réussis la technique une fois sur deux.

### 3 - Réussite

J'entoure ce niveau si je maîtrise complètement une technique.



Du bronze à l'or, chaque technique a son niveau de difficulté. À toi de remporter toutes les médailles et d'être sacré(e) champion(ne) de ta classe.

## OÙ CONTINUER MON APPRENTISSAGE ?

Si je souhaite perfectionner mon apprentissage, je peux m'inscrire à l'école municipale de roller de la ville de Puteaux, via le portail famille.

[HTTP://PUTEAOXFAMILLE.FR/](http://PUTEAOXFAMILLE.FR/)

## PARCOURS

### ZONE D'ÉQUIPEMENT

1

2

3

5

7

6

4

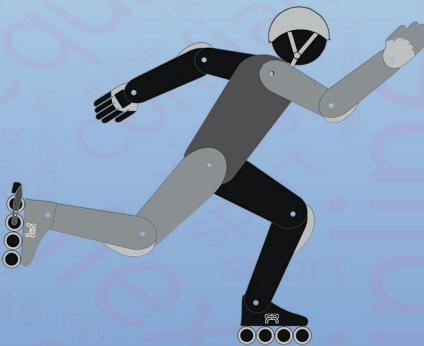
8



VILLE DE  
**PUTEAUX**

# LE ROLLER À L'ÉCOLE

## LIVRET D'APPRENTISSAGE CE2 / CM1 / CM2



NOM : .....

PRÉNOM : .....

ECOLE : .....

CLASSE : .....

ANNÉE : .....

## S'ÉQUIPER

Je mets mon matériel tout(e) seul(e).



Je mets mon matériel tout(e) seul(e) et j'ajuste son serrage.

1



## SE LEVER - SE BAISER - CHUTER

Je me lève sans l'aide des mains et sans chuter.

2



Je glisse sur une genouillère et me relève.



Je passe sous un obstacle sans le toucher et sans chuter.



Je ramasse un objet et le dépose plus loin.

4



Je glisse sur les genouillères et m'arrête.



## ROULER - SE DÉPLACER

Je me laisse rouler sur mes deux patins.

3



Je réalise deux «citrons» avec mes patins en marche avant.



Je réalise deux «citrons» avec mes patins en marche arrière.



## TOURNER - SLALOMER

Je réalise un virage à droite et à gauche.

6



Je slalome entre les plots en gardant mes patins au sol.



## S'ÉQUILIBRER - SE RETOURNER

Je lève un patin, puis l'autre, au-dessus d'un obstacle.

5



Je lève un patin, puis l'autre sur une distance de 2mètres.



Je me retourne en passant de la marche avant à la marche arrière.



Je me retourne en passant de la marche arrière à la marche avant.



## FRANCHIR - SAUTER

Je franchis une latte en bois de face.

7



Je franchis une latte latéralement d'un côté, puis de l'autre (pas chassés).



Je franchis un tapis en roulant dessus sans chuter, ni m'arrêter.



Je saute une barre d'une hauteur de 20 cm.



## S'ARRÊTER

Je m'arrête dans une zone définie avec le frein tampon.

8



Je m'arrête dans une zone définie en réalisant un freinage en «T».



Retrouve les éléments numérotés sur le parcours qui est au dos de ce livret.

Ce parcours ne concerne que les classes de CM1 et CM2.

