

Thème du mois 01-02/2021: Inline skating Kids

En avant, en arrière ou en pas croisés: l'inline skating – ou le roller inline – est une activité attractive aussi bien pour les adultes que pour les enfants et les adolescents. Ce thème du mois permet aux moniteurs et aux enseignants de concevoir des cours qui conviendront aux débutants, aux pratiquants réguliers et même aux plus avancés.



S'exercer, s'exercer, s'exercer... C'est à ce prix que les enfants apprivoiseront les ficelles du métier et qu'ils éprouveront du plaisir en toute sécurité. La capacité à rouler et à garder l'équilibre sont les deux ingrédients de base de l'inline skating. Mais avant de se lancer, il est impératif de savoir freiner rapidement et s'arrêter à tout moment.

La pratique avant tout

Ce thème du mois propose des contenus pédagogiques destinés aux enfants de tous les niveaux. Introduits déjà dans de nombreux cours, les exercices proposés favorisent l'acquisition des techniques de base de l'inline skating pour les enfants dès quatre ans, sans spécialisation pour d'autres engins à roulettes (comme le patinage de vitesse ou le patinage artistique sur roulettes). Ils conviennent aussi bien aux débutants qu'aux pratiquants avancés et peuvent se déployer dans le cadre scolaire ou au sein d'un club.

Huit domaines techniques

Les exercices et formes de jeu sont répartis en huit domaines qui visent l'acquisition et le développement des bases de l'inline skating, avec un accent particulier placé sur les capacités de coordination. Différents exercices modulables en fonction du niveau des élèves sont présentés pour chaque domaine. Les indications qui les accompagnent (D = débutant, M = moyen, A = avancé) facilitent le choix selon les groupes en présence.

Vidéos et diplômes en bonus

La plupart des exercices sont disponibles sur la [chaîne YouTube](#) de notre partenaire motionline.ch, ce qui simplifie leur mise en place dans la pratique. En complément, nous présentons [quatre leçons types](#) qui peuvent mener à l'obtention d'un diplôme. Tous les critères, les exercices et les [diplômes](#) pour cinq niveaux différents sont décrits dans les annexes. Ils peuvent également être [téléchargés](#) sur notre site internet.

Thème du mois

- [Inline skating Kids](#) (pdf)

Articles

- [Principes méthodologiques](#)
- [Diplômes](#)
- [Formulaire d'évaluation](#) (xls)

Pratique

- [Bases](#)
- [Sécurité](#)
- [Coordination](#)
- [Virages](#)
- [Figures](#)
- [Travail d'équipe](#)
- [Rouler](#)
- [Jeux](#)

Leçon

- [Conception de leçons](#)

Source: [Gabi Schibler, enseignante d'éducation physique et propriétaire de Motionline Sàrl](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO