SOUMIS PAR
Irmgard

ON
06/04/2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

roller



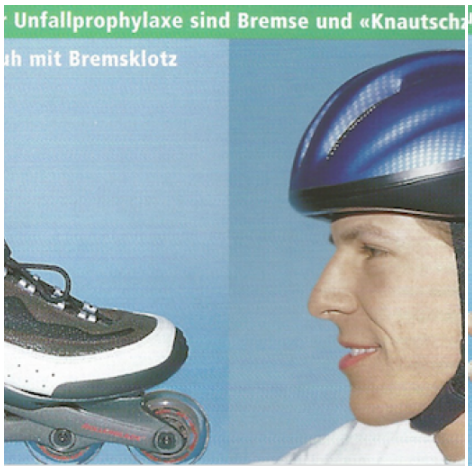
Le roller offre de nombreuses possibilités pour rendre les cours d'éducation physique plus attrayants en y intégrant le jeu et le plaisir.

Les virages, les pirouettes, les sauts, les figures acrobatiques et le hockey en ligne font du roller un sport aux contenus pédagogiques extrêmement intéressants et variés. Il permet de travailler et d'améliorer la coordination, tout en développant la condition physique sans solliciter excessivement les articulations.

Important

- Apposez des bandes réfléchissantes à l'avant et à l'arrière des patins. La nuit, munissez-vous d'une lumière blanche orientée vers l'avant et d'une lumière rouge orientée vers l'arrière, bien visibles. Celles-ci peuvent être fixées sur les vêtements.
- Ne roulez que sur des places sans circulation, sur les trottoirs, les voies piétonnes et les pistes cyclables.
- Ne roulez dans les rues secondaires à faible trafic que s’il n’y a pas de trottoirs, ni de voies piétonnes ou cyclables le long de la route.
- Respectez le panneau « interdiction aux engins assimilés à des véhicules » et respectez l’« interdiction aux piétons ».
- Les freins et la « zone de déformation » constituent un élément important de la prévention des accidents ! Veillez à porter des coudières et des genouillères.

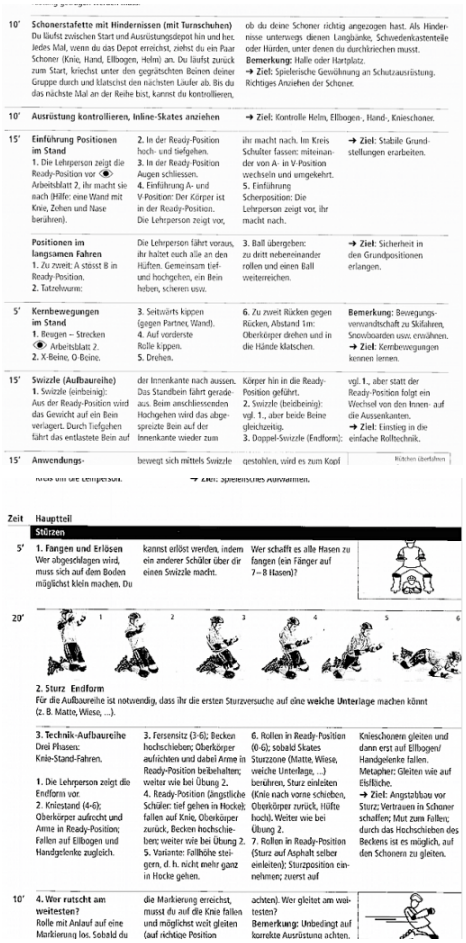
YoungstarsWiki.org

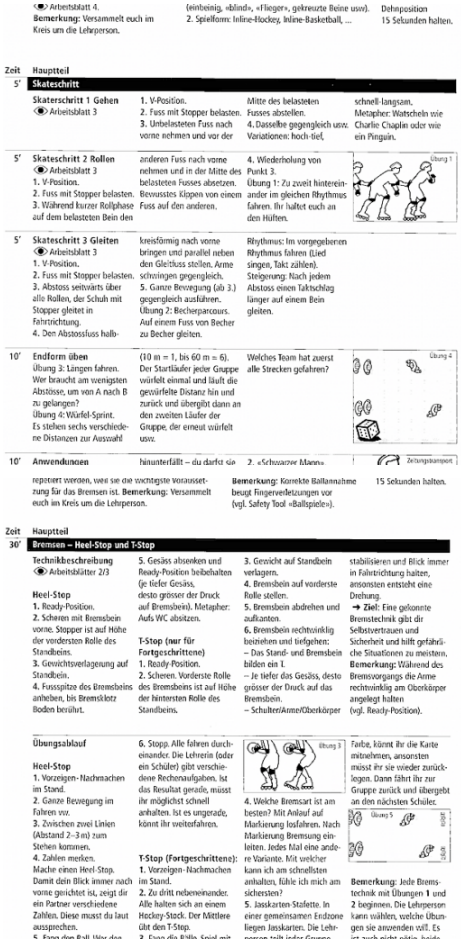


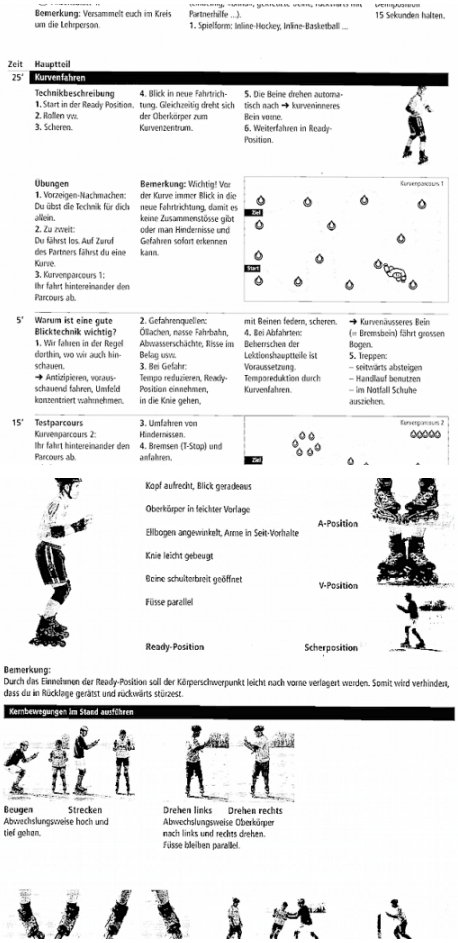


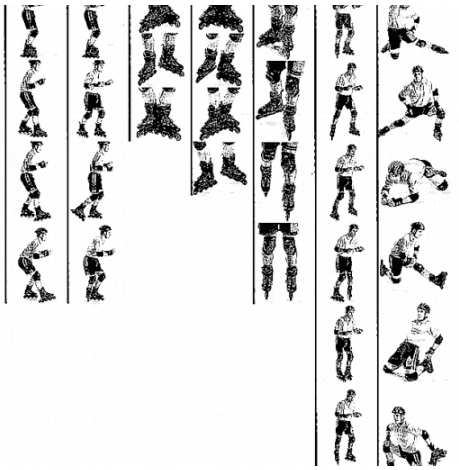
Début_de_l'article

Photos en rapport avec : les bases, la conduite, les virages, les chutes, le freinage, la technique, série de photos









Référence de la source :
Contenu et images : Conseil suisse de prévention des accidents (bfu), Berne. **Copyright :** www.safetytool.ch erz [at] bfu.vh (www.bfu.ch erz[at]bfu[dot]vh)

L'outil de sécurité a été développé dans le cadre du mémoire de diplôme d'enseignant de gymnastique de Reto et Rainer Langenegger, en collaboration avec Jeunesse+Sport

Voir aussi : SISA Suisse. Fixations de roller www.inlineinstruktoren.ch

Weitere Informationen

Categories
Jeux et activités

Tags
roller
Sport
Éducation physique
Jeu
Jeu d'activité physique

Nombre de participants
Aucune donnée disponible.

Bible
Cette information manque.

Durée
Aucune donnée disponible.

Matériau
Presque sans effort

Téléchargement du fichier
Téléchargement de fichiers disponible

KI Generierter Inhalt
Contenu
Categories
Tags
Nombre de participants
Bible
Durée
Matériau

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/fr/wiki/art/roller