

<p align="center"><b>Item de l'APER</b></p> <p>Je sais pourquoi je dois être retenu.</p>	<p align="center"><b>Fiche 4</b></p>	<p align="center"><b>Cycle 3</b></p>
<p><b>Objectif de formation</b></p> <p>Utiliser un système de retenue adapté</p>	<p align="center"><b>Connaissances, capacités et capacités</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Je sais pourquoi je dois rester attaché.</li> <li>- Ressentir la sensation de vitesse et de freinage</li> </ul>	
<p><b>But :</b></p> <p><b>Critère de réussite :</b></p>	<p><b>Situations à travailler</b></p> <p>faire vivre et contrôler des situations d'accélération et de vitesse dans les activités physique (accélérer, freiner, s'arrêter brusquement..) en courant, en roulant sur un engin ou en glissant sur un toboggan.</p>	