

LE VÉLO À L'ÉCOLE PRIMAIRE



SOMMAIRE

Le mot de l'inspecteur d'académie	p. 3
Le vélo dans les programmes d'enseignement de l'école primaire	p. 4, 5 & 6
Le vélo et l'éducation à la sécurité routière	p. 7
L'organisation d'une sortie à vélo sur route au cycle 3	p. 8 & 9
Les informations indispensables aux intervenants bénévoles en vélo	p. 10 & 11
Le p'tit tour USEP	p.12
Le circuit d'éducation routière de l'antenne départementale de Prévention-MAIF	p. 13 & 14
Un module d'apprentissage – Niveau 1	p. 15 à p.29
Un module d'apprentissage – Niveau 2	p.30 à p.52
Le relevé de compétences et le diplôme du brevet du petit cycliste USEP	p. 53

L'école a pour mission de développer des compétences motrices et civiques permettant à l'élève d'intégrer des règles de vie collective, afin de devenir un citoyen respectueux des règles, sachant se déplacer dans son environnement.

La pratique du vélo contribue largement à cette mission. Cette activité physique et sportive s'inscrit dans les programmes de l'EPS et contribue à l'acquisition de la compétence spécifique « *adapter ses déplacements à différents types d'environnement* ».

Apprendre à maîtriser ce moyen de locomotion contribue au développement d'un registre important du répertoire moteur des élèves (maîtrise de l'équilibre lié à la propulsion et la vitesse...).

Etroitement liée à l'éducation à la sécurité routière, la pratique du vélo permet que soit délivrée, au terme de l'école primaire, l'attestation de première éducation à la route (APER), intégrée au livret personnel de compétences (LPC). Il est donc essentiel que les élèves acquièrent les règles du code de la route ainsi que les comportements d'un cycliste responsable et autonome.

Afin de vous aider à enseigner ces savoirs et savoir-faire, l'équipe départementale EPS de l'Aveyron a réalisé ce document à vocation pédagogique.

Cet outil vous apporte, au travers des modules d'apprentissages, des situations concrètes à mettre en œuvre dans le cadre des séances d'EPS. Il rappelle ou précise la réglementation et les possibilités d'organisation de sorties à vélo dans le cadre scolaire.

Nos partenaires de l'école publique peuvent vous aider pour effectuer des sorties sur le réseau routier : l'USEP dans le cadre de son *P'tit Tour* et l'antenne départementale de Prévention MAIF dans celui des *circuits d'éducation routière*. Je tiens à les remercier de l'aide précieuse qu'ils nous apportent et à souligner la qualité de leurs actions.

Vous trouverez dans ce document les aides pédagogiques et les conseils dont vous avez besoin pour permettre à nos jeunes élèves d'acquérir les habiletés garantissant la sécurité par une bonne maîtrise de l'engin, la gestion de l'effort dans un environnement complexe.

Je m'associe donc à l'équipe EPS départementale pour souhaiter à nos jeunes élèves :
« Bonne route à vélo ! »



Christian Patoz, inspecteur d'académie, DSDEN

LE VÉLO DANS LES PROGRAMMES D'ENSEIGNEMENT DE L'ÉCOLE PRIMAIRE

1. Extraits des programmes de l'EPS :

• Au cycle 2 :

- « ... Adapter ses déplacements à différents types d'environnement : [...] »
▪ Activités de rouler et glisse : réaliser un parcours simple [...] en vélo... »

• Au cycle 3 :

- « ... Adapter ses déplacements à différents types d'environnement : [...] »
▪ Activités de rouler et glisse : réaliser un parcours d'actions diverses [...] en vélo, ... »

2. Extraits du socle commun de connaissances et de compétences :

Lors de la réalisation d'un module d'apprentissage consacré à la pratique du vélo, plusieurs compétences du socle commun peuvent être développées (en référence au livret personnel de compétences et de connaissances) :

• Au premier palier : (compétences attendues à la fin du CE1) :

- « ... Compétence 6 : Les compétences sociales et civiques

L'élève est capable de : [...]

- respecter les autres et les règles de la vie collective ;
- pratiquer un jeu ou un sport collectif en respectant les règles ; [...]
- participer en classe à un échange verbal en respectant les règles de la communication ; [...]

- Compétence 7 : L'autonomie et l'initiative

L'élève est capable de :

- écouter pour comprendre, interroger, répéter, réaliser un travail ou une activité ;
- échanger, questionner, justifier un point de vue ;
- travailler en groupe, s'engager dans un projet ;
- maîtriser quelques conduites motrices [...]
- se représenter son environnement proche, s'y repérer, s'y déplacer de façon adaptée... »

• Au deuxième palier : (compétences attendues à la fin du CM2) :

- « ... Compétence 6 : Les compétences sociales et civiques

L'élève est capable de : [...]

- respecter les règles de la vie collective, notamment dans les pratiques sportives ;
- comprendre les notions de droits et de devoirs, les accepter et les mettre en application ;
- prendre part à un dialogue : prendre la parole devant les autres, écouter autrui, formuler et justifier un point de vue ;
- coopérer avec un ou plusieurs camarades ;
- obtenir l'attestation de première éducation à la route ; savoir si une activité, un jeu ou un geste de la vie courante présente un danger vital.

- Compétence 7 : L'autonomie et l'initiative

L'élève est capable de :

- respecter des consignes simples en autonomie ;
- montrer une certaine persévérance dans toutes les activités ;
- commencer à savoir s'auto-évaluer dans des situations simples ;
- s'impliquer dans un projet individuel ou collectif ;
- se déplacer en s'adaptant à l'environnement ; [...]
- utiliser un plan... »

3. Extraits des repères proposés aux équipes pédagogiques pour organiser la progressivité des apprentissages (BOEN n°1 du 5 janvier 2012) :

• Au CP :

- Utiliser les équipements de sécurité (casque, genouillères, protège-poignets...), s'équiper seul, vérifier le matériel avant de l'utiliser.
- Prendre de l'élan, se laisser rouler, changer de direction, s'arrêter dans une zone définie.
- Maîtriser des équilibres en fonction de l'engin utilisé (en vélo, pédaler assis et debout, [...]).
- Prendre des informations en roulant (symbole, couleur, panneau routier...) et agir en conséquence ou en mémoriser le contenu.

• Au CE1 :

- Vérifier et régler seul le matériel et les équipements de sécurité.
- Parcourir des espaces nécessitant des franchissements, des contournements et comprenant des déclivités adaptées aux capacités des élèves et au matériel utilisé.
- [...] pédaler en gérant son effort sur un parcours connu.
- Circuler à plusieurs dans un espace restreint en adaptant sa vitesse et ses trajectoires.
- Suivre, croiser des piétons ou d'autres cyclistes sur un chemin ou une piste aménagée.

Niveau de réalisation attendu en fin de cycle 2 :

- Réaliser des parcours [...] en vélo sur des chemins peu fréquentés ou des pistes aménagées.
- Rouler en ligne droite, faire un slalom de 3 ou 4 virages serrés, accélérer sur une dizaine de mètres, rouler très lentement, monter et descendre une pente, s'arrêter dans une zone de 3 mètres.

- **Au CE2** : réaliser des parcours en vélo sur des chemins peu fréquentés, des pistes aménagées, des voies à faible circulation
 - Utiliser le matériel et les équipements de sécurité et participer à leur réglage, à leur entretien (casque, freins, pression des pneumatiques, hauteur de selle...).
 - Circuler à plusieurs sur un itinéraire convenu en adaptant sa vitesse et ses trajectoires.
 - Suivre, croiser des piétons ou d'autres cyclistes sur un chemin ou une piste aménagée.
 - Croiser, se faire dépasser par un véhicule motorisé en tenant sa droite, en roulant en groupe.

- Au CM :
 - **En vélo** : pratiquer sur circuit des activités de pilotage élaborées incluant des passages d'obstacles, des contournements, le maintien d'allures contrastées, un freinage d'urgence...
 - **Préparer et effectuer une sortie à vélo** (itinéraire, étapes, durée, identification des points dangereux, préparation matérielle...)
 - Utiliser les équipements de sécurité, entretenir, régler sa bicyclette.
 - Prendre en compte les différentes contraintes (configuration et état de la chaussée, espaces et densité de circulation, conditions météo) aussi bien dans un espace aménagé que sur la chaussée.
 - Respecter les règles de la circulation en groupe, accepter sa place dans la file, signaler par le geste ou par la voix un changement d'allure, de direction, un danger.
 - Maîtriser sa vitesse sur le plat et en descente (en maintenant un écart de sécurité adapté).

Niveau de réalisation attendu en fin de cycle 3 : rouler en groupe sur un itinéraire de chemins ou de routes pendant au moins une heure, en gérant son effort et en respectant les règles de sécurité qui s'appliquent.

LE VÉLO ET L'ÉDUCATION À LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Dans le livret personnel de compétences et de connaissances, figure l'attestation de première éducation à la route (APER) qui valide les apprentissages réalisés par l'élève tout au long de la scolarité primaire (circulaire n°2002-229 du 25 octobre 2002). Lors de la réalisation d'un module d'apprentissage concernant le vélo, il est particulièrement pertinent de permettre à l'élève d'acquérir les savoirs et savoir-faire suivants répertoriés sous la rubrique « Quand je roule » et qui vise les objectifs suivants :

- conduire un engin adapté et bien entretenu, dans des espaces appropriés, en maîtrisant sa conduite, en tant compte des autres, dans le respect des règles du code de la route ;
- connaître, choisir et utiliser les éléments de protection ;
- comprendre et respecter les règles du code de la route.

Extraits de l'attestation de première éducation à la route :

Quand je roule...			
- Je sais rouler prudemment sur le trottoir et les espaces piétons.			
- Je roule dans l'espace de circulation correspondant à l'engin que j'utilise.			
- Je contrôle ma vitesse, mon équilibre, ma trajectoire.			
- Je sais rouler en tenant compte des autres.			
- Je sais rouler en groupe.			
- Je demande et j'utilise les équipements de protection.			
- Je vérifie et j'utilise les équipements.			
- Je vérifie les organes de sécurité de l'engin.			
Je connais les règles du code de la route :			
- Je connais les espaces de circulation où je ne dois pas rouler.			
- Je sais rouler à droite.			
- Je connais la signification de la signalisation (feux et panneaux).			
- Je connais l'ordre de passage aux intersections.			
- Je signale à temps mes intentions de changement de direction.			
- Je respecte ces règles du code de la route.			

Pour vous aider dans cette démarche, vous pouvez :

- participer à l'opération nationale organisée par l'USEP, « P'tit tour USEP » (voir p.11) ;
- participer à l'opération nationale organisée par Prévention-MAIF, « Ensemble à vélo » ;
- participer aux circuits d'éducation routière organisée par l'antenne départementale de Prévention-MAIF (voir p.12 & 13) ;
- solliciter les kits de matériels (petits panneaux de signalisation routière et casques) en prêt dans les inspections de l'Éducation nationale.

L'ORGANISATION D'UNE SORTIE À VÉLO SUR ROUTE AU CYCLE 3

- **Se mettre en rapport avec le CPC-EPS** de la circonscription pour une aide à :
 - la préparation et, éventuellement, à la mise en œuvre d'un module d'apprentissage préalable,
 - l'agrément des intervenants bénévoles,
 - l'organisation et déroulement de la sortie.
- **Se mettre en rapport avec l'USEP** pour bénéficier d'une aide logistique et matérielle.
- **Repérer et définir un ou des circuit(s)** selon le niveau de pratique des élèves et sur des chaussées adaptées en prenant en compte :
 - la distance,
 - le dénivelé,
 - la durée de la sortie,
 - la dangerosité des routes :
 - ne pas fréquenter une nationale,
 - éviter les départementales très empruntées (axes principaux reliant deux villes),
 - faire attention aux routes étroites ou mal entretenues (abords non stabilisés ou très herbeux).
- **S'informer des conditions météorologiques** les jours avant le départ et au moment du départ.
- **Bien contrôler les vélos** de façon à limiter le plus possible les incidents mécaniques au cours de la sortie et à ne pas trop perturber le déplacement d'un groupe d'élèves et son encadrement par l'adulte responsable :
 - les freins (patins, poignées et leviers),
 - les pneus (état, gonflage),
 - la hauteur de la selle et du guidon,
 - le fonctionnement des dérailleurs (avant et arrière).

L'idéal est d'effectuer ce contrôle la veille ou quelques jours avant la sortie. Un contrôle rapide doit être effectué par chaque responsable de groupe juste avant le départ.

- **Vérifier l'équipement :**
 - le casque : sa taille, son réglage (il ne doit pas bouger) et son bon positionnement sur le dessus de la tête,
 - l'habillement (confortable et adapté à la météo) :
 - pantalons près du corps ou bermudas (s'il fait chaud),
 - chasuble fluorescente pour tous les adultes,
 - chaussures avec lacets (bien noués),
 - lunettes de soleil, si nécessaire,
 - le sac à dos contenant une gourde (ou au porte-gourde sur le cadre du vélo), barres énergétiques, crème solaire et vêtements complémentaires (pour le froid, la pluie ou le change),
 - un sifflet par adulte.

- **Informez les familles** du déroulement de la sortie et de son organisation **et demandez leur autorisation.**

- **Informez les autorités** plusieurs jours auparavant :
 - la police ou la gendarmerie selon la zone,
 - la ou les mairies des communes traversées,
 - le centre d'exploitation routière du Conseil général (ex DDE).

RECOMMANDATION IMPORTANTE :

Même dans la cour de l'école, faites porter un casque à vos élèves !

Sur un plan réglementaire, cela constitue une précaution essentielle en matière de sécurité et, sur un plan éducatif, cela contribue à leur donner le réflexe de le mettre avant de faire du vélo.

L'élève apprendra ainsi à bien le régler ce qui est un apprentissage qu'il ne faut pas négliger.

LES INFORMATIONS INDISPENSABLES AUX INTERVENANTS BÉNÉVOLES EN VÉLO

- **Domaine réglementaire :**
 - Le taux d'encadrement minimal pour le cyclisme sur route : 1 adulte agréé pour 6 élèves.
 - Le port du casque est obligatoire.
 - La répartition des rôles avec l'enseignant :
 - l'enseignant est responsable de l'organisation pédagogique, des activités mises en œuvre et de la sécurité des élèves.
 - l'intervenant partage avec l'enseignant la responsabilité du groupe qui lui est confié.
 - Les règles de sécurité liées à l'activité et au lieu de pratique :
 - vérification de l'équipement (voir fiche « L'organisation d'une sortie à vélo sur route au cycle 3 » p.8 & 9),
 - respect du code de la route,
 - place des adultes lors des déplacements : à l'arrière du groupe de 6 élèves lors des montées ou sur un circuit plat, à l'avant du groupe lors des descentes,
 - écart à respecter entre deux cyclistes : distance de freinage en fonction de la vitesse du vélo (équivalent à deux vélos sur le plat et quatre en descente).
 - L'appel des secours : l'adulte prend les mesures qui s'imposent face à tout problème rencontré (incident mécanique, indiscipline, fatigue d'un ou des élèves, accident...) et se met en relation avec l'enseignant de la classe et/ou l'organisateur. En cas d'incident mécanique ou d'accident corporel, l'adulte responsable du groupe l'arrête et le stationne sur le bord de la chaussée (en ligne droite). Il téléphone à l'organisateur afin que la voiture-balai puisse, éventuellement, venir récupérer l'enfant qui ne peut plus participer ou apporter un autre vélo.
- **Domaine des contenus d'enseignement :** il observe les comportements et, éventuellement, les note sur le relevé de compétences (p. 53) en vue du brevet du petit cycliste USEP éventuellement.
 - La sortie sur route est l'aboutissement d'un travail mené à l'école.
 - Cette sortie permet d'évaluer :
 - les connaissances en lien avec la sécurité routière,
 - la maîtrise de l'engin instable : l'équilibre, la propulsion, l'arrêt (progressif ou d'urgence), la trajectoire et la vitesse, l'effort sur une longue durée.
- **Domaine de l'intervention pédagogique :**
 - La gestion du groupe et le rôle éducatif de l'adulte :
 - encourager,
 - donner des conseils techniques (notamment pour l'utilisation du dérailleur),
 - garantir la sécurité en rappelant les consignes régulièrement (notamment les écarts entre les vélos),

- gérer les comportements déviants : l'élève qui ne respecte pas les consignes de sécurité et/ou le code de la route doit être averti d'abord, puis sanctionné (voiture-balai).
 - La concertation préalable à la mise en œuvre de l'activité, sa régulation et son évaluation avec l'enseignant doivent être des temps privilégiés.
 - L'adulte accompagnateur doit avoir conscience de la gestion parfois difficile de ses propres enfants (confusion du statut de l'adulte). Il est conseillé de ne pas les prendre dans son groupe.
- **Domaine de l'utilisation du matériel :**
 - Vérification des vêtements (en fonction des conditions météorologiques), la nourriture, la boisson, la crème solaire...
 - Vérification du matériel :
 - les freins,
 - le gonflage des pneus,
 - le fonctionnement des dérailleurs,
 - la hauteur de la selle et du guidon,
 - le réglage du casque.

- **Domaine de la pratique personnelle :**

Tout intervenant bénévole encadrant l'activité aux côtés de l'enseignant doit être agréé par l'inspecteur d'académie.

Il est indispensable de participer à une réunion d'information et de passer un test de niveau de compétence technique pour obtenir cet agrément.

La compétence technique sera validée à partir de la réussite aux épreuves suivantes :

1. Démarrer avec la chaîne qui a été déraillée au niveau du pédalier
2. Faire un tour du circuit en :
 - a. faisant descendre la chaîne sur le plus petit pignon (« tout à droite ») sans toucher au plateau du pédalier (rester sur le petit ou le moyen) à l'aller
 - b. recherchant un bon placement de la chaîne (un bon pignon au niveau de la roue arrière) pour faire sans difficulté le circuit aménagé
3. Effectuer un slalom adapté
4. Toucher le dossier de deux chaises avec une main différente chaque fois
5. Faire le tour d'un cerceau
6. Passer sous un élastique tendu à une hauteur d'1,50 m
7. Traverser un « entonnoir » sans rouler sur les planchettes (largeur de l'entrée : 2m ; largeur de la sortie 0,50m)
8. Rouler sur un petit obstacle stable
9. Accélérer avant de s'arrêter quelques dizaines de centimètres avant une planchette



LE P'TIT TOUR USEP

1. Principes généraux d'organisation :

- Le P'tit Tour est une manifestation nationale organisée par l'USEP et qui se décline au sein des régions et des départements. Elle contribue à l'éducation à la sécurité routière.
- Elle a lieu au mois d'avril ou de mai.
- Elle s'adresse aux élèves de cycle 3 de l'école primaire. Il est souhaité que tous les participants soient licenciés.
- L'organisation de cette journée varie d'une année sur l'autre :
 - les années paires, le P'tit Tour est uniquement basé sur le vélo (parcours sur le réseau routier et ateliers) ;
 - les années impaires, le vélo est couplé à un autre mode de déplacement (randonnée pédestre, roller, kayak, etc.) en fonction des installations locales.
- L'organisation respecte la réglementation en vigueur :
 - la circulaire sur les sorties scolaires du 23/09/1999 ;
 - le port du casque par tous les adultes et les enfants à vélo ;
 - le port du gilet de sécurité pour tous les cyclistes désignés pour l'encadrement.
- La dimension régionale s'exprime :
 - soit par l'organisation d'une ou plusieurs étapes régionales. Y participent des enfants du département d'accueil ainsi que des délégations d'enfants et d'adultes des autres départements concernés. La journée-phare retenue par la région relate les différentes étapes organisées dans la région.
 - soit par la mise en place d'un « fil rouge », lien entre les départements. La journée-phare valorise le « fil rouge » choisi par la région (par exemple : mise en œuvre au travers de productions pédagogiques des départements participants).

2. Déroulement de la journée P'tit Tour USEP (années paires) :

- 8h/9h : réception sur site des vélos (transportés par les familles ou les collectivités)
- 9h/9h30 : arrivée des élèves et répartition en deux grands groupes A et B.
- 9h30/10h : départ échelonné du groupe A sur les parcours à vélo (sur le réseau routier). Le groupe B s'installe sur les ateliers de maîtrise du vélo.
- 10h/12h : parcours de longueurs et difficultés différentes et ateliers
- 12h/13h30 : pause repas
- 13h30/16h : même organisation que le matin, les groupes sont inversés.



LE CIRCUIT D'ÉDUCATION ROUTIÈRE DE L'ANTENNE DÉPARTEMENTALE DE PRÉVENTION-MAIF

Parmi les différentes actions d'éducation que l'antenne départementale de Prévention-MAIF propose aux écoles de mettre en place, il y a le circuit d'éducation routière.

Cette action s'adresse aux classes de cycle 3, plus particulièrement aux classes de CM2. Venant en conclusion d'un travail déjà effectué en classe, elle constitue un outil très pertinent pour évaluer plusieurs savoirs et savoir-faire de l'APER (attestation de première éducation à la route) délivrée par le conseil des maîtres de cycle 3.

L'antenne départementale de Prévention-MAIF fournit seulement la logistique le jour de l'intervention et le formulaire d'attestation. En outre, l'activité est couplée avec la délivrance d'un coffret-kit "Ensemble à vélo" qui permet aux élèves la prise de conscience des difficultés liées à la circulation à vélo et la protection de l'environnement.

Le circuit d'éducation routière entre dans le processus d'apprentissage défini par les nouveaux programmes de l'école primaire en matière de sécurité routière (circulaire n° 2002-229 du 25 octobre 2002). **Par sa conception « grandeur nature », il met les écoliers dans des conditions réelles de circulation.**

Le circuit d'éducation routière se déroule en quatre temps distincts et complémentaires :

a – **En classe : le tracé du circuit** est élaboré par le groupe maître(sse)-élèves à partir du plan du village ou du quartier de la ville. Il comporte, éventuellement, de nouvelles obligations ou interdictions de circulation. L'enseignant(e) apporte une information sur la signalisation routière et les éléments du code de la route liés à l'observation et à la signification des panneaux. Il apporte la connaissance des actions que le cycliste doit effectuer pour sa sécurité, en particulier pour ce circuit et en général dans les conditions habituelles de circulation à vélo.

b - **En mairie** : une **réunion** est organisée. Le maire, l'enseignant, l'agent local responsable des routes, le représentant des parents d'élèves élu au conseil d'école, un représentant de la gendarmerie ou de la police et l'intervenant de Prévention-MAIF examinent le projet de circuit qui comporte des modifications de la circulation (feux tricolores, sens interdit, stops, giratoires, etc.). Après rectification éventuelle, le maire prend un arrêté municipal modificatif de la circulation valable pour la journée correspondant à l'activité.

c - **Sur le circuit et aux abords : déroulement de l'action**

Les élèves d'une classe ou d'un regroupement de classes sont répartis en trois groupes.

- *Premier groupe* : circulation à vélo sur le circuit (sens de circulation imposé ou non selon le circuit, autonomie des cyclistes) ;
- *Deuxième groupe* : évaluation sur les différents lieux du circuit présentant des obligations caractéristiques du code de la route (stop, feux tricolores, giratoires, tourne à gauche...) du comportement des cyclistes. Les groupes évaluateurs de deux ou trois élèves sont dispersés sur le circuit et encadrés par un adulte.
- *Troisième groupe* : épreuve de maîtrise de l'engin vélo sous la forme d'un gymkhana (lieu sécurisé) adapté aux possibilités des élèves (slalom, tremplin bascule, freinage, équilibre, lâcher du guidon d'une main, trajet rectiligne...).

d - **En fin d'action** : bilan oral sur les actions constatées. Il sera suivi en classe d'un examen des fiches d'évaluation permettant, selon les « items » choisis, de renseigner les savoirs et savoir-faire de l'APER mis en jeu dans cette opération. Un compte-rendu du circuit d'éducation routière est établi par les enseignants et adressé à l'antenne départementale Prévention-MAIF.

Chronologie conseillée à l'enseignant(e) :

1. **Informez l'IEN du projet.**

2. **En classe :**

- mise en place d'un module d'apprentissage vélo ;
- préparation du circuit sur plan ;
- apprentissage du comportement cycliste, des panneaux de signalisation et des éléments du code de la route ;
- formation des groupes (vert, rouge et jaune) et établissement des listes pour le jour J.

3. **Contact avec le maire** : l'informer de la date du circuit. Prévoir la date de la réunion en mairie pour laquelle le maire doit convoquer le responsable de la gendarmerie ou de la police et le responsable des routes. L'enseignant(e) doit aviser l'intervenant de Prévention-MAIF désigné pour cette réunion 15 jours avant la date de la dite réunion et le parent d'élève.

4. **Contact avec la brigade locale de gendarmerie ou le commissariat ou le bureau de la police municipale** pour s'assurer de la connaissance de la date de l'opération.

5. **Réunion préparatoire en mairie** : présence indispensable de tous les responsables.

6. **Invitation adressée aux correspondants locaux de presse.**

7. **Information des adultes** encadrant l'activité pour répartir les tâches. Un plan du circuit avec localisation des points de contrôle par adulte est impératif.

8. **Jour J :**

- le matin : mise en place du circuit (panneaux, feux tricolores, tracés...) suivant le plan par les intervenants de Prévention-MAIF et l'employé communal si sa présence a été requise en réunion mairie ;
- fin de matinée : découverte à pied du circuit et consignes de l'enseignant ;
- après-midi : regroupement des élèves en 3 équipes, distribution des dossards et mise en place des trois activités (**parcours à vélo, évaluations et gymkhana**) ;
- fin d'après-midi : retour en classe et rangement du matériel par les intervenants Prévention-MAIF.

Organisation - Détails pratiques :

- Longueur du circuit : entre 800 m et 1200 m pour 2 ou 3 passages.
- Branchement électrique à proximité des feux tricolores.
- Demander aux élèves d'amener leur vélo en bon état de fonctionnement et leur casque.

UN MODULE D'APPRENTISSAGE - NIVEAU 1

- **Entrée dans l'activité :**
 - Déplacements avec trottinettes et draisiennes
 - Déplacements en poussant le vélo

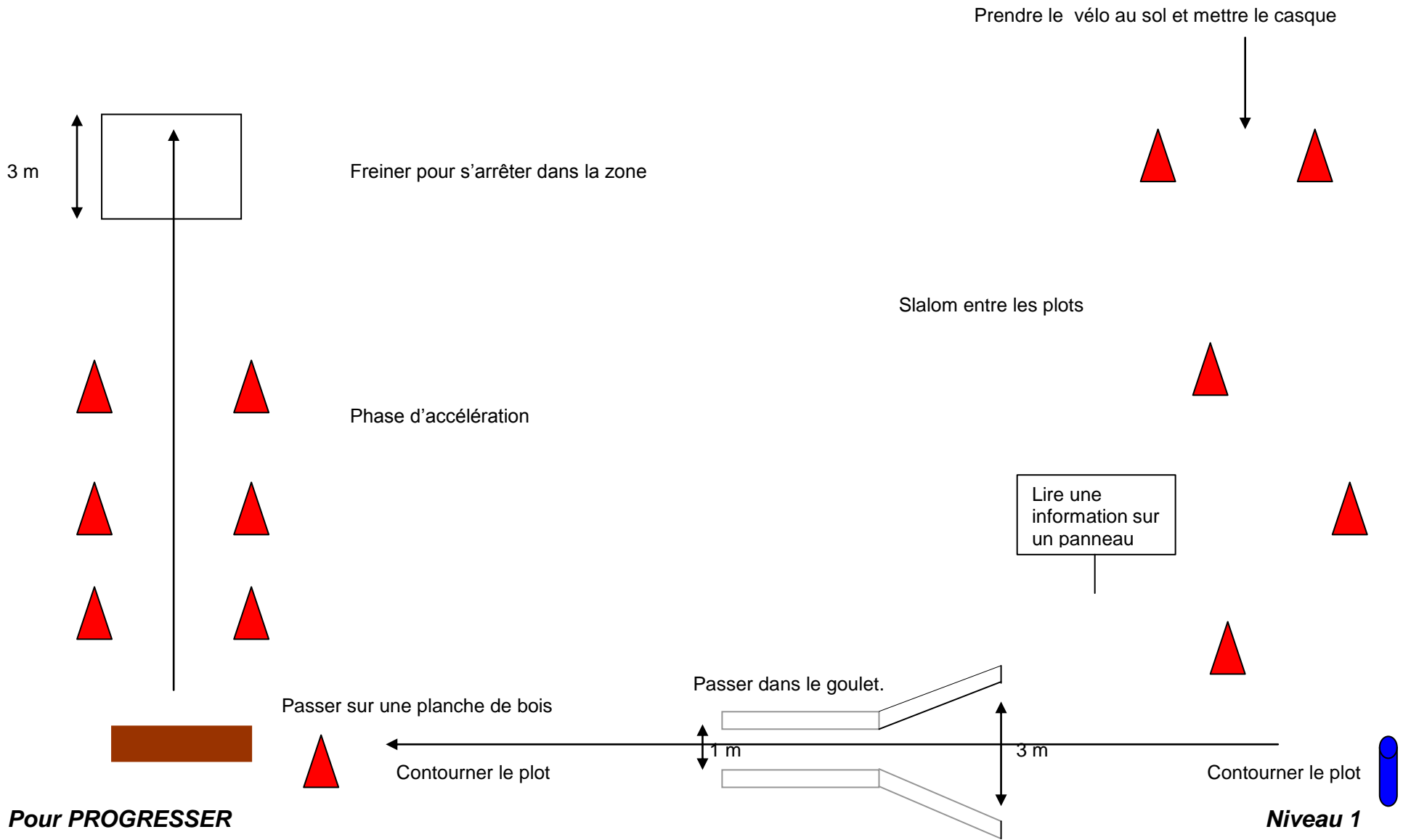
- **Situation de référence :** parcours varié que l'on peut effectuer en draisienne ou vélo. Cette situation de référence sera reprise en cours ou en fin de module d'apprentissage.

- **Situations d'apprentissage :**

	Maniement	Équilibre	Trajectoire	Propulsion	Allure	Freinage
Prends et dépose le vélo	√√√					
Je promène mon vélo	√√√					
Echangeons nos vélos	√√√					
La draisienne				√√√	√√	
La draisienne avec élan		√√√		√√		
La draisienne avec élan et pédalage		√√√		√√√	√√	
Le départ arrêté		√√√		√√√		
L'arrêt en zone		√√				√√√
Les chemins		√	√√√	√√	√	√
Le suiveur	√	√√	√√√	√√	√√	√√
Les cerceaux	√√√	√√	√√√	√√	√√	√
Monte à droite, monte à gauche	√√√	√√√				
Passes dessus	√	√√√				

- **Réinvestissement :** ateliers lors de rencontres inter classes

Situation de référence - Niveau 1



Apprendre à manier son vélo

Prends et dépose le vélo

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Manier le vélo.• Connaître les différentes parties du vélo et le vocabulaire spécifique.
MATÉRIEL	Vélos.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Zones de « garage » (au sol, contre un mur, un arbre, un talus, etc.).
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les vélos sont garés à différents endroits de la cour (zones de « garage »).• Les élèves vont chercher un vélo et le déplacent en le poussant vers une autre zone de « garage ».• Ils doivent impérativement poser le vélo du côté opposé à la chaîne.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Se déplacer à vélo.• Imposer diverses prises du vélo (guidon et selle, guidon seul, etc.).• Changer de côté de guidage.

Je promène mon vélo

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Manier le vélo.• Connaître les différentes parties du vélo et le vocabulaire spécifique.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Plots, craies, lattes.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des parcours (plus ou moins difficiles) aménagés dans l'espace de déplacement.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Chaque élève pousse un vélo sur les différents parcours.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Imposer diverses prises du vélo (guidon et selle, guidon seul, etc.).• Changer de côté de guidage.• Aménager les parcours sur des terrains variés comportant des obstacles à faire franchir au vélo (bac à sable, pelouse, etc.).

Échangeons nos vélos

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Manier le vélo.• Connaître les différentes parties du vélo et le vocabulaire spécifique.
MATÉRIEL	Vélos.
DISPOSITIF	Un vélo par élève.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Chaque élève pousse un vélo.• Au signal, il l'échange avec un camarade sans le poser.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Se déplacer à vélo.• Imposer diverses prises du vélo (guidon et selle, guidon seul, etc.).• Changer de côté de guidage.• Modifier le type d'échange : vélos côte-à-côte, vélos face-à-face.

La draisienne

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Propulser son vélo en draisienne (se propulser par des impulsions données à partir d'appuis au sol sans l'aide du pédalier).
MATÉRIEL	Vélos avec selles abaissées au maximum.
DISPOSITIF	Espace libre pour débiter et aménagé au fur et à mesure des variantes choisies.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves se déplacent assis sur le vélo en poussant au sol avec les pieds.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Imposer l'alternance des pieds pour la poussée au sol.• Imposer la simultanéité des pieds pour la poussée au sol.• Changer les trajets :<ul style="list-style-type: none">- suivre un circuit tracé au sol,- suivre un camarade (un sans vélo ou les deux avec vélos),- faire un slalom,- organiser une course par vagues de 4 à 5 enfants, franchir le premier la ligne d'arrivée avec un mode de propulsion imposé ou libre.• Évoluer en légère montée puis en faible descente.

La draisienne avec élan

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Propulser son vélo en draisienne et utiliser l'élan pour abandonner les appuis plantaires et préparer l'utilisation du pédalage.
MATÉRIEL	Vélos avec selles abaissées.
DISPOSITIF	Espace libre pour débiter et aménagé au fur et à mesure des variantes choisies.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves se déplacent assis sur le vélo en poussant au sol avec les pieds afin d'atteindre une vitesse qui permet le déplacement et l'équilibre sans les appuis plantaires.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Mettre en place une zone d'élan A suffisante pour traverser la zone consécutive B en équilibre sans propulsion.• Même exercice, les pieds sont posés sur les pédales dans la zone B.• Introduire progressivement le pédalage dans la zone B agrandie.

La draisienne avec élan et pédalage

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Propulser son vélo en draisienne.• Se propulser avec l'aide du pédalier.
MATÉRIEL	Vélos avec selles abaissées au maximum.
DISPOSITIF	Espace libre pour débiter (de préférence en pente douce) et aménagé au fur et à mesure des variantes choisies.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Sur un même déplacement : <ul style="list-style-type: none">• Les élèves s'élancent assis sur le vélo en poussant au sol avec les pieds.• Puis, abandonnent leurs appuis plantaires et posent les pieds sur les pédales.• Enfin, après un temps d'équilibre, commencent à pédaler.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Suivre un circuit tracé au sol ou matérialisé.• Se déplacer sur un terrain plat.• Allonger la zone de pédalage.• Réduire la zone d'élan.• Organiser une course par vagues de 4 à 5 enfants, franchir le premier la ligne d'arrivée.

Pour PROGRESSER
Apprendre à s'équilibrer et à se propulser

Niveau 1

Le départ arrêté

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Propulser son vélo en utilisant le pédalier.
MATÉRIEL	Vélos avec selles réglées pour permettre un appui au sol.
DISPOSITIF	Espace libre pour débiter (de préférence en pente douce) et aménagé au fur et à mesure des variantes.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves sont à l'arrêt, un pied posé sur un appui surélevé et stable (rebord, moellon, poutre, etc.). Ils recherchent avec l'autre pied une position initiale de pédale qui leur permet de démarrer en utilisant le pédalage.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Démarrer sans appui surélevé.• Se déplacer sur un terrain plat ou légèrement ascendant.• Essayer d'atteindre la zone numérotée la plus éloignée.• Augmenter la hauteur de la selle (sans dépasser la hauteur adéquate) pour une meilleure efficacité du pédalage.

L'arrêt en zone

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Freiner afin de s'arrêter dans une zone donnée.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Plots, craies ou traçages au sol.
DISPOSITIF	Plusieurs couloirs parallèles terminés par une zone.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves roulent dans leur couloir et doivent arrêter le vélo dans la zone en freinant (avec les 2 freins).
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Se déplacer sur un terrain légèrement descendant.• Réduire la longueur de la zone (minimum 3 m).

Les chemins

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser sa trajectoire et son allure.• Adapter sa propulsion.• S'équilibrer.• Freiner.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Plots, craies ou traçages au sol.
DISPOSITIF	Plusieurs chemins aménagés et numérotés plus ou moins étroits et sinueux.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves roulent sur le chemin de leur choix.• L'élève change de chemin après réussite (pour un chemin plus difficile) ou échec (pour un chemin plus facile).
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Se déplacer sur un terrain avec un peu de relief.• Chronométrer le déplacement et essayer d'augmenter ou de réduire son temps.• Emprunter les chemins dans les deux sens afin que les cyclistes se croisent et donc ils roulent à droite.

Pour PROGRESSER
Apprendre à maîtriser sa trajectoire

Niveau 1

Le suiveur

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser sa trajectoire.• Adapter sa propulsion.• Maîtriser le freinage.
MATÉRIEL	Vélos.
DISPOSITIF	Les élèves se regroupent par deux avec un rôle différent (un meneur et un suiveur).
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Le meneur trotte dans l'espace en tenant compte des autres binômes. Sa vitesse de course peut varier et il s'arrête quand il est fatigué.• Le suiveur, à vélo, suit son partenaire en gardant une distance de sécurité (l'espace correspondant à 1 ou 2 vélos).• Changer de rôle.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Le meneur se déplace à vélo.• Effectuer les déplacements sur un terrain avec plus de relief.• Réduire quelque peu l'espace de déplacement.

Les cerceaux

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser son vélo.• Maîtriser son équilibre.• Maîtriser sa trajectoire.• Adapter sa propulsion.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Cerceaux.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• De nombreux cerceaux répartis dans l'espace de déplacement.• Un vélo par élève.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves se déplacent librement dans l'espace. Quand ils rencontrent un cerceau, ils en font le tour complet. Ils se dirigent ensuite vers un autre cerceau « libre ».
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Imposer (avec flèche tracée au sol) le sens de rotation.• Contourner le cerceau au plus près.• Proposer des cerceaux de tailles variées (éventuellement tracés à la craie).• Tracer un cercle plus grand autour du cerceau qu'il ne faut pas franchir lors de la rotation.

Monte à droite, monte à gauche

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Manier le vélo.• Maîtriser son équilibre à vélo.
MATÉRIEL	Vélos.
DISPOSITIF	Un vélo par élève.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Au signal, les élèves montent sur leur vélo (côté favori) et se déplacent dans l'espace.• Au signal suivant, ils s'arrêtent, descendent de vélo (côté favori) et repartent en enfourchant le vélo de l'autre côté.• Au signal suivant, ils descendent de ce même côté. Et ainsi de suite.
VARIANTE	Monter à vélo dans une pente douce (descendante, ascendante).

Passe dessus

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Maîtriser son équilibre à vélo.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Obstacles peu épais (planches, lattes, cerceaux plats, etc.).
DISPOSITIF	Des obstacles répartis dans l'espace de déplacement.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves se déplacent librement dans l'espace et franchissent à vélo les obstacles qu'ils rencontrent.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Utiliser des terrains variés et les obstacles (petits talus, bordures de pelouse, caniveaux, etc.) qu'ils comportent.• Imposer un circuit (des obstacles, un sens de franchissement, etc.).

UN MODULE D'APPRENTISSAGE - NIVEAU 2

- **Entrée dans l'activité :**
 - « Feu rouge, feu vert »
 - « Un, deux, trois, soleil »
 - « Les chemins », « Le suiveur » et « Les cerceaux », situations d'apprentissage proposés dans le module d'apprentissage - niveau 1, peuvent servir de situations d'entrée dans l'activité au niveau 2.

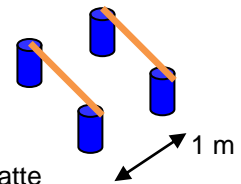
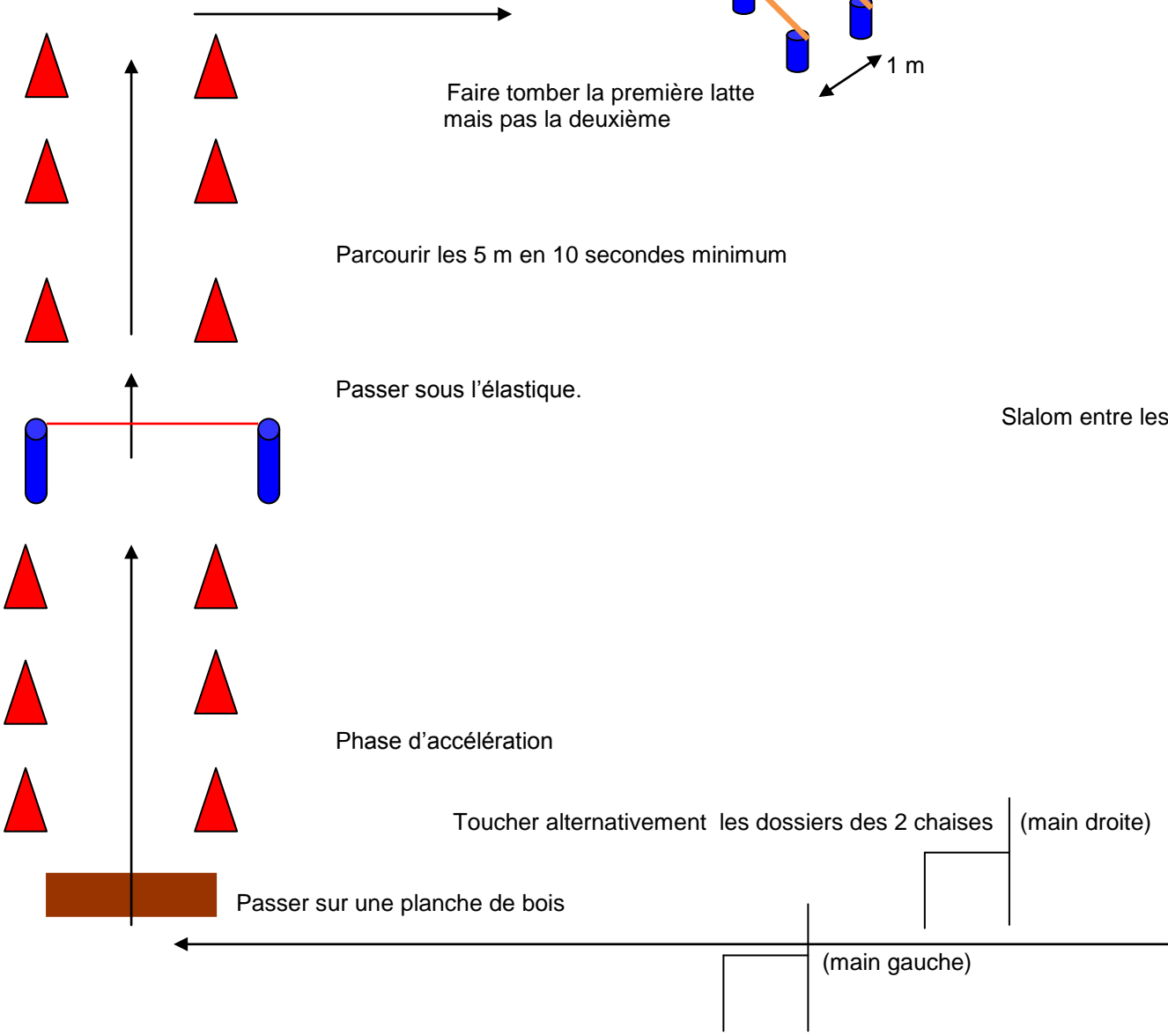
- **Situations de référence :**
 - Parcours aménagé avec slaloms, entonnoir, zone de freinage, passer sur une planche, sous un fil, libérer la main droite pour effectuer une action, la main gauche, contourner un cerceau, maîtriser sa trajectoire sur des chemins tracés au sol étroits (voir p. 30)
 - Circuit effectué en petit groupe de 5 à 6 élèves en changeant de meneur.

- **Situations d'apprentissage :**

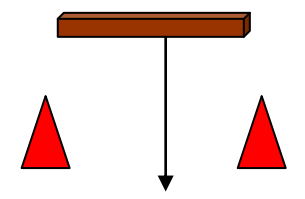
	Maniement	Équilibre	Trajectoire	Propulsion	Freinage	Allure
Prends et dépose un objet	√√	√√√				
Jacques a dit (1)		√√√				
Le chef d'orchestre		√√√				
Jacques a dit (2)	√√√		√√√	√√√	√√√	√√√
Tape avec le pied		√√√				
La bascule		√√√	√√	√√√		
Passes sous un fil	√	√√√				
Passes à ton voisin	√√	√√√	√			√√
Course de lenteur		√√√	√√		√√	√√√
Course au finish				√√√		√√√
Fais tomber la première mais pas la seconde					√√√	
Slalom en boucle	√√√		√√√			
Les couloirs			√√√			
Vélo synchronisé		√√	√√√			√√√
Choisis ta vitesse				√√√		√√√
Le meneur		√√	√√√		√√√	√√√
Patine et enfourche		√√√		√√√		
Franchir un obstacle		√√√		√√√		
Le dernier en selle	√√√	√√√	√	√	√	√√
Les signaux		√√	√√√			
Attaque les tours	√√	√√√				

- **Réinvestissement :** « P'tit tour USEP ».

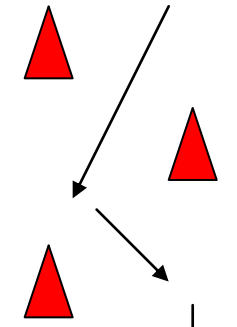
Situation de référence - Niveau 2



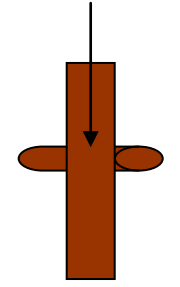
Départ vélo et casque au sol
Mettre le casque
Porter le vélo et passer l'obstacle



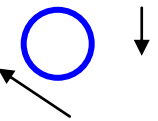
Slalom entre les plots



Passer sur la bascule



Faire le tour du cerceau



Prends et dépose un objet

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Lâcher une main, droite ou gauche.
MATÉRIEL	Quilles, bidons de lessive, foulards, balles, tabourets, tables...
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Plusieurs circuits en parallèles, en ligne droite dans la cour.• Des plots matérialisent départs et arrivées.• Un vélo de part et d'autre du circuit.• Dans chaque circuit, un objet à prendre est à déposer plus loin.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Dans chaque circuit : <ul style="list-style-type: none">• Un élève part de A, prend un objet (au sol ou sur un tabouret), le dépose plus loin (sur un tabouret ou au sol). Il arrive en B, d'où un autre élève part, faisant la même chose dans l'autre sens.• Et ainsi de suite, jusqu'à ce que tous les élèves aient fait le circuit dans les deux sens.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier les objets transportés.• Varier les supports (sol, tabourets ou chaises, tables...).• Varier les distances.• Mettre les équipes en compétition.

Jacques a dit (1)...

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Enlever un ou plusieurs appuis.
MATÉRIEL	Un vélo par élève.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Dans la cour de l'école, tous les élèves sont à vélo.• L'enseignant, ou un élève, donne la consigne.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Le meneur de jeu demande l'abandon d'un ou deux appuis (main gauche, main droite, pied gauche, pied droit, fesses) en disant « Jacques a dit ... ».
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Rétrécir la zone d'évolution.• Montrer le nom (ou les noms) de l'appui à abandonner sur une feuille.• Imposer et allonger le temps d'abandon de l'appui.

Le chef d'orchestre

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Abandonner un ou plusieurs appuis.• Prendre une information visuelle tout en conservant sa trajectoire.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un espace délimité dans la cour de l'école.• Un vélo par élève.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un élève sans vélo est à l'écart du groupe.• On désigne un chef d'orchestre, à vélo.• Les élèves évoluent librement dans la cour.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves doivent imiter le chef d'orchestre, qui enlève un ou plusieurs appuis.• L'élève sans vélo, en dehors de la zone d'évolution, doit découvrir qui est le chef d'orchestre.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Rétrécir ou agrandir la zone.• L'élève qui recherche le chef d'orchestre se déplace à vélo également.

Pour PROGRESSER

Niveau 2

Apprendre à manier son vélo, maîtriser sa trajectoire, la propulsion, le freinage et son allure

Jacques a dit ... (2)

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Varier les allures et les trajectoires.
MATÉRIEL	Un vélo par élève.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Dans la cour de l'école, tous les élèves sont à vélo.• L'enseignant, ou un élève, donne la consigne.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Le meneur de jeu demande de varier l'allure ou les trajectoires : accélérer, freiner, tourner à droite, tourner à gauche, s'arrêter, suivre un ou plusieurs camarades... en disant : « Jacques a dit ... ».
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Rétrécir ou agrandir la zone d'évolution.• Aménager la zone (ajouts de plots, cerceaux...).

Tape avec le pied

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Abandonner un appui-pédale.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Trois à quatre plots (cônes, quilles, bouteilles en plastique lestées...) par couloir.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves sont répartis en groupes.• Chaque groupe est situé au départ d'un couloir dans lequel sont disposés des plots en quinconce. Prévoir un couloir pour le retour.• Un autre élève du groupe d'élèves relève les plots.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Au signal, en gardant une trajectoire la plus droite possible, l'élève se déplace en faisant tomber les plots alternativement du pied droit ou gauche. A son arrivée, il regagne le point de départ par le couloir de retour...
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Augmenter le nombre de plots, diminuer leur espacement.• Remplacer les plots par des ballons dans lesquels on doit tirer.• Insérer « taper avec le pied » dans un circuit plus complexe.• Chaque équipe, à son tour, doit « déboiser » le plus rapidement possible (chronométrer) un espace délimité parsemé de plots.

La bascule

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Abandonner un appui.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des planches d'environ un mètre cinquante et des demi-rondins.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves sont répartis en groupes.• Chaque groupe est situé au départ d'un couloir dans lequel sont disposées une ou plusieurs bascules.• Prévoir un couloir pour le retour.• Dans le groupe, des élèves replaceront les bascules.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Au signal, en gardant une trajectoire la plus droite possible, l'élève se déplace et franchit la bascule en libérant l'appui fessier. À son arrivée, il regagne le point de départ par le couloir de retour.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier l'allure de franchissement de l'obstacle.• Varier les hauteurs et longueurs de planches.

Passe sous un fil

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Abandonner un appui.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des poteaux, un élastique ou du ruban en plastique.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Sur un terrain plat, les enfants sont répartis en groupes selon la taille des vélos et des élèves.• Placer la rubalise ou les élastiques entre 2 poteaux ou arbres (hauteur 40 cm au-dessus du guidon pour débiter...).• Prévoir un couloir de retour.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves passent sous l'obstacle sans le toucher, sans descendre de vélo et en gardant la direction initiale.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier les terrains utilisés : montée, descente.• Changer de type de circuit (en courbe : le départ, l'obstacle et l'arrivée ne sont pas alignés).• Enchaîner plusieurs obstacles à différentes hauteurs.

Passe à ton voisin

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Abandonner un appui.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Un foulard par groupe d'élèves.
DISPOSITIF	Sur un terrain plat, les élèves sont alignés de front par groupe de quatre ou cinq.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	En roulant de front (côte à côte), faire passer de main en main le foulard sans s'arrêter, sans poser le pied au sol sur une distance maximale déterminée.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Mettre les groupes en compétition en comptant le nombre de passage de main en main sur une distance donnée.• Varier l'objet que l'on doit se passer de main en main : balle, témoin...

Course de lenteur

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser son équilibre.• Réguler son pédalage.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Lignes de départ et d'arrivée matérialisées.
DISPOSITIF	Sur un terrain plat, les élèves sont alignés de front par groupe de cinq à dix.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Atteindre la ligne d'arrivée le dernier sans poser un pied à terre.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Mettre des obstacles sur le trajet.• Allonger la distance.• Réduire la largeur.

Pour PROGRESSER
Apprendre à se propulser et à maîtriser son allure.

Niveau 2

Course au finish

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser sa propulsion.• Parvenir à une allure maximale.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Plots pour matérialiser les lignes de départ.• Ligne médiane d'arrivée tracée au sol.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Sur un terrain plat, deux équipes à équidistance d'une ligne médiane.• Dans chaque équipe, les élèves sur leurs vélos, pieds au sol, sont numérotés de 1 à N.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	À l'appel de son numéro, atteindre la ligne médiane avant l'élève de l'équipe adverse en maîtrisant sa trajectoire.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier la distance.• Mettre des obstacles sur le trajet.• Départ vélos au sol.• En attendant leur numéro, les élèves circulent à vélo dans un espace, derrière leur ligne de départ.• Numéroté les élèves en tenant compte des niveaux.

Fais tomber la première mais pas la seconde

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Maîtriser son freinage.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des plots et des lattes.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Sur un terrain plat, les enfants sont répartis en groupes et par couloir.• En bout de couloir, placer une première latte en appui sur deux plots, une deuxième sur deux autres plots distants de 60 cm à 1 m des premiers.• Prévoir un couloir de retour.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves s'élancent, doivent faire tomber la première latte et s'arrêter avant de faire chuter la seconde.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier la distance entre les deux lattes.• Varier la distance de prise d'élan.• Varier la vitesse d'approche.

Slalom en boucle

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Varier les allures et les trajectoires.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des plots.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Prévoir un espace d'évolution pour 6 élèves. L'espace d'évolution est un circuit en boucle, balisé par une succession de 12 plots espacés de 5 m puis 3 m, puis 2 m.• Des flèches indiquent le sens de contournement des plots.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Suivre le sens du circuit et se déplacer entre les plots sans les toucher.• Un élève ne part que quand le précédent a franchi le troisième plot.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Réduire la distance entre les plots.• Proposer une certaine irrégularité dans la succession des contournements.• Varier l'allure en imposant un temps.• Mettre en opposition les élèves sur deux circuits identiques en parallèle.

Les couloirs

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Adapter son allure pour maîtriser sa trajectoire dans des espaces de plus en plus étroits.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Lattes ou craies.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des couloirs de largeurs différentes matérialisés au sol par des tracés ou des lattes.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves sont répartis par groupes au départ des différents couloirs.• Parcourir le couloir jusqu'au bout sans toucher ou rouler sur les bordures.• Changer de couloir du plus large au plus étroit.
VARIANTE	Choisir les couloirs que l'on va parcourir (selon contrat annonçant la largeur).

Vélo synchronisé

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Adapter sa trajectoire et son allure en prenant des repères visuels latéraux.
MATÉRIEL	Un vélo par élève.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves sont répartis par binôme.• Définir un espace suffisamment grand pour que les binômes puissent évoluer librement.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les binômes se déplacent côte à côte.• Un élève est meneur, l'autre synchronise son allure et sa trajectoire au premier.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier les terrains utilisés : montée, descente, aménagements spécifiques.• Varier le nombre d'élèves : du binôme au grand groupe.• Imposer des trajectoires et des figures à réaliser... vers un ballet de vélos.

Choisis ta vitesse

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Être capable de changer de développement de façon pertinente.
MATÉRIEL	Un vélo par élève.
DISPOSITIF	Un terrain d'évolution présentant des variations de relief (montées, descentes, plats...).
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves se suivent en restant espacés de 15 à 20 m.• Les élèves roulent sur le plat en conservant le même développement et la même fréquence de pédalage.• Ils doivent utiliser leur dérailleur de façon à ce que la fréquence de pédalage soit constante en montée, en descente et en plat.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Changer le sens de rotation du circuit.• Diminuer le temps entre chaque changement de vitesse, soit en réduisant les distances entre les changements de profil, soit en augmentant la vitesse de déplacement.

Pour **PROGRESSER**

Apprendre à maîtriser sa trajectoire, le freinage et son allure

Niveau 2

Le meneur

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Se préparer à rouler en groupe sur le réseau routier.
MATÉRIEL	Un vélo par élève.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves sont répartis par groupes de 6.• Définir un espace entre chaque élève correspondant environ à un vélo.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Rouler en file indienne en conservant les écarts.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Le meneur varie sa vitesse (accélération, ralentissement, freinage, arrêt).• Changer de meneur : le meneur s'écarte et ralentit pour se placer à la fin de la file.

Patine et enfourche

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Enfourcher son vélo après une prise d'élan tout en conservant son équilibre.
MATÉRIEL	Un vélo par élève.
DISPOSITIF	Délimiter un espace suffisamment grand permettant aux élèves de se déplacer librement.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	Les élèves se déplacent en patinant et doivent enfourcher le vélo au signal du maître ou d'un élève.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier le pied avec lequel on patine.• Enchaîner phase de patinage d'un pied et d'enfourchement en variant les consignes orales.

Franchir un obstacle

OBJECTIF OPÉRATIONNEL	Maîtriser l'équilibre lors du franchissement d'un obstacle.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Obstacles de forme et de hauteurs différentes à poser au sol : planches, bascule, blocs en plastique.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Obstacles déposés au sol sur un circuit sur prévoyant des zones de prise de vitesse d'une dizaine de mètres avant chaque obstacle.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves roulent en file indienne (avec un écart conséquent) sur un circuit.• Ils franchissent les obstacles sans poser pied à terre.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier le terrain, parcours goudronné, herbeux, caillouteux...• Organiser un déplacement en dispersion.

Le dernier en selle

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser l'équilibre.• Apprendre à manier le vélo.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Vélos.• Plots.
DISPOSITIF	Un vélo par élève.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves roulent en dispersion sur une aire délimitée sans chercher à se pousser ou à se percuter.• L'enseignant réduit progressivement la surface de roue.• Les élèves qui posent pied à terre sont éliminés.

Les signaux

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Maîtriser la trajectoire du vélo.• Développer une vision périphérique et apprendre à regarder loin pour anticiper la trajectoire.
MATÉRIEL	Vélos.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Panneaux.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves roulent en colonne vers le meneur.• Quand ils arrivent à quelques mètres de lui, ce dernier leur indique, par un geste, la direction à prendre.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Utiliser des panneaux à la place du geste.• Placer le meneur sur les côtés et plus ou moins éloigné du circuit suivi par les cyclistes.• Aménager un circuit avec des panneaux de signalisation routière.

Attaque les tours

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS	<ul style="list-style-type: none">• Retirer un appui en maîtrisant son équilibre.• Adapter sa trajectoire et son allure en fonction des autres joueurs.
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• Des quilles.• Des balles.
DISPOSITIF	<ul style="list-style-type: none">• Un vélo par élève.• La classe est divisée en équipes de 5 à 6 joueurs.• Les quilles sont placées dans une zone.• Prévoir un carton contenant une réserve de balles.
CONSIGNES & DÉROULEMENT	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves de l'équipe A défendent les quilles tandis que les élèves de l'équipe B doivent faire tomber les quilles.• Par leur placement, les élèves de l'équipe A doivent gêner les B sans les toucher.• Les élèves de l'équipe B peuvent aller chercher d'autres balles dans la réserve.
VARIANTES	<ul style="list-style-type: none">• Varier le nombre de défenseurs et d'attaquant.• Varier l'espace, plus ou moins grand.



**RELEVÉ DE COMPÉTENCES
POUR LE BREVET DU PETIT CYCLISTE**



Nom et prénom de l'élève :

École :

1. Signalisation routière et code de la route :	
• J'ai vérifié la hauteur de ma selle.	
• J'ai vérifié le bon fonctionnement des freins.	
• J'ai vérifié le gonflage de mes pneus.	
2. Réglages du vélo :	
• Je porte des vêtements adaptés (pantalon serré ou bermuda, baskets).	
• J'ai vérifié le bon réglage de mon casque.	
• J'ai emporté de l'eau et de la nourriture.	
3. Équipements :	
• Je sais lâcher le guidon pour indiquer ma direction.	
• Je maîtrise ma vitesse ; je sais utiliser les freins.	
• Je sais utiliser le système du dérailleur.	
4. Maîtrise du vélo :	
• Je respecte les distances de sécurité.	
• Je sais signaler les dangers.	
• Je sais réguler l'allure du groupe en tant que meneur.	
5. Rouler en groupe :	
• Je respecte la signalisation routière et le code la route.	
• Je roule à droite de la chaussée.	
6. Rouler sur une longue distance :	
• Je sais rouler pendant environ deux heures en régulant mon effort.	

- **Compléter les cases par 0 pour oui et N pour non**
- **Ne rien inscrire dans les cases correspondant aux compétences non évaluées**

Nom, prénom et signature de l'accompagnateur :

AVEYRON



**BREVET DU PETIT CYCLISTE USEP
Année scolaire 2011 - 2012**

Délivré à ...
École publique de ...
Nom et prénom de l'élève

Nom et prénom de l'enseignant : ...
Signature : ...