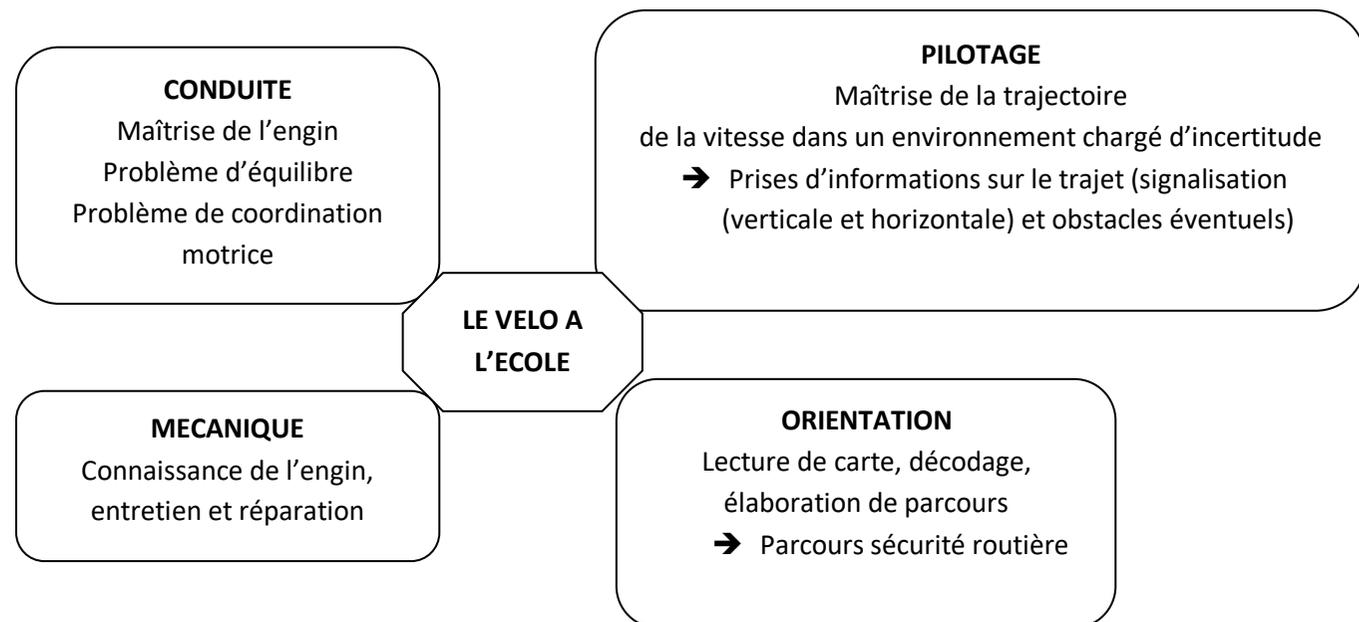


CHAMP D'APPRENTISSAGE : ADAPTER SES DEPLACEMENTS A DES ENVIRONNEMENTS VARIES

Compétences attendues en fin de cycle : Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel. Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement. Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.

COMPOSANTES DE L'ACTIVITE

SEANCES	OBJECTIFS	BUT	MATERIEL	ORGANISATION	DEROULEMENT	CRITERES DE REEUSIITE	VARIANTES
1 Prise en main du vélo Evaluation diagnostique	Manipuler le vélo et à pied Evaluer le niveau d'habileté à conduire le vélo	Manipuler le vélo sans l'enfourcher Se déplacer à vélo	Plots, coupelles	Travail collectif Travail par binômes : Un cycliste et un observateur avec changement de rôle.	S1/ Découvrir différentes manières de tenir le vélo sans qu'il ne tombe S2/ Le cycliste se déplace en enfourchant le vélo, l'observateur marche à côté...	S1/ -Ne pas faire tomber le vélo- Manipuler avec aisance. S2/- Cyclistes et marcheurs ne se mettent pas en difficulté – Pas de chute-Echange rapide du vélo	S1/ 2 mains sur le guidon – 1 main (D ou G) 1 main sur le cadre une main sur la selle ... – En trottinant- En contournant le vélo – En suivant un tracé au sol ou contournant les plots- Dans une pente ou une montée.
2 Situation De référence	Evaluer la capacité à conduire et à piloter son vélo.	Se déplacer à vélo sur un parcours	Ligne de départ et d'arrivée plot, coupelles, lattes ou planches	Travail collectif ou par binômes (cycliste et observateur)	Chaque cycliste prend le départ pour réaliser un parcours composé de 4 ateliers. Atelier 1 : Rouler droit Atelier 2 : Passer dans un entonnoir Atelier 3 : Franchir un obstacle Atelier 4 : Freiner et s'arrêter dans une zone <i>L'observateur renseigne la fiche (smiley, code-couleur...)</i>	-Ne pas poser de pied au sol pendant le parcours – Ne pas tomber	
3 à 5 Situations d'apprentissage	Conduire son vélo (s'équilibrer)	Propulser le vélo en draisienne	Ligne de départ et d'arrivée	Travail collectif ou par binômes	S1 / En binôme, le cycliste se déplace en draisienne, l'autre se déplace en trottinant à côté de lui. Au bout du couloir, les rôles sont inversés. 2 à 3 passages	S1/ Ne pas tomber- Maintenir le vélo droit-	S1/Le marcheur est devant- Le marcheur accélère à côté du cycliste - Le marcheur ralentit à côté du cycliste – 2 appuis autorisés au sol sur la distance à parcourir

	Conduire son vélo (S'équilibrer longtemps)	Propulser le vélo en patinette	Ligne de départ et d'arrivée plots	Travail collectif ou par binôme	S2 : En vague les élèves partent en position de patinette debout. Au niveau de chaque plot ils s'arrêtent puis ils repartent. Ils effectuent le retour de la même façon. 3 passages	-Prendre appui sur la pédale pendant que le vélo roule -Maintenir le vélo droit -Ne pas tomber	-2 appuis autorisés au sol sur la distance à parcourir -Le parcours est placé dans une légère pente
	Conduire son vélo (libérer un ou deux appuis)	Rouler droit Rouler en lâchant une main et /ou un pied ou les deux pieds	Ligne de départ et d'arrivée plots	Travail collectif ou par binômes	S1/Le cycliste doit suivre le trajet précis sans sortir du tracé. Bande de 2m de large puis de 1 m. S2/Le cycliste prend le départ et doit lâcher une main en roulant. S3/ Le cycliste prend le départ et doit lâcher un pied en roulant.	-Maintenir l'équilibre quel que soit l'appui libéré -le vélo reste en ligne -Regarder devant soi -Ne pas tomber -la main ou le pied est libéré bien avant	- Lâcher main/ pied D ou G - Toucher un objet en passant
		Rouler en variant : -sa trajectoire -sa vitesse	Ligne de départ et d'arrivée plots	Travail collectif ou par binômes	S1/ Trajet précédent complété par des virages : Le cycliste doit tourner à droite ou à gauche en indiquant sa direction avec le bras. <u>S2/Course de lenteur</u> : Au signal sans poser le pied et le plus lentement possible, pédaler jusqu'à la ligne d'arrivée. <u>S3/Course de vitesse</u> : Au signal, franchir la ligne d'arrivée le premier, freiner dans la zone de freinage	- Regarder devant soi - Le bras est bien tendu - Le vélo reste en ligne S2/Les deux pieds restent sur les pédales - L'équilibre est recherché au maximum - Les freins sont utilisés S3/ Le rythme du pédalage est soutenu et régulier- le vélo s'arrête dans la zone de freinage	-Placer les virages différemment dans le parcours- Terrain légèrement en pente - Placer le départ dans une montée légère
	Piloter son vélo	Lire des indices fixes situés au sol ou à hauteur des yeux Contourner des	Ligne de départ et d'arrivée Plots Barres et supports	Travail collectif ou par binômes	S1/ Parcours aménagé de lignes droites, virages, obstacles à contourner et à franchir. S2/- Les cyclistes sont en binômes côte à côte - Les cyclistes sont en binômes l'un derrière l'autre S3/ Le cycliste prend le départ et doit	-Regarder devant soi -Les actions sont enchaînées rapidement	-Placer les virages différemment dans le parcours- Terrain légèrement en pente - Placer le départ dans une montée légère

		obstacles			passer sous les barres sans toucher		
--	--	-----------	--	--	-------------------------------------	--	--

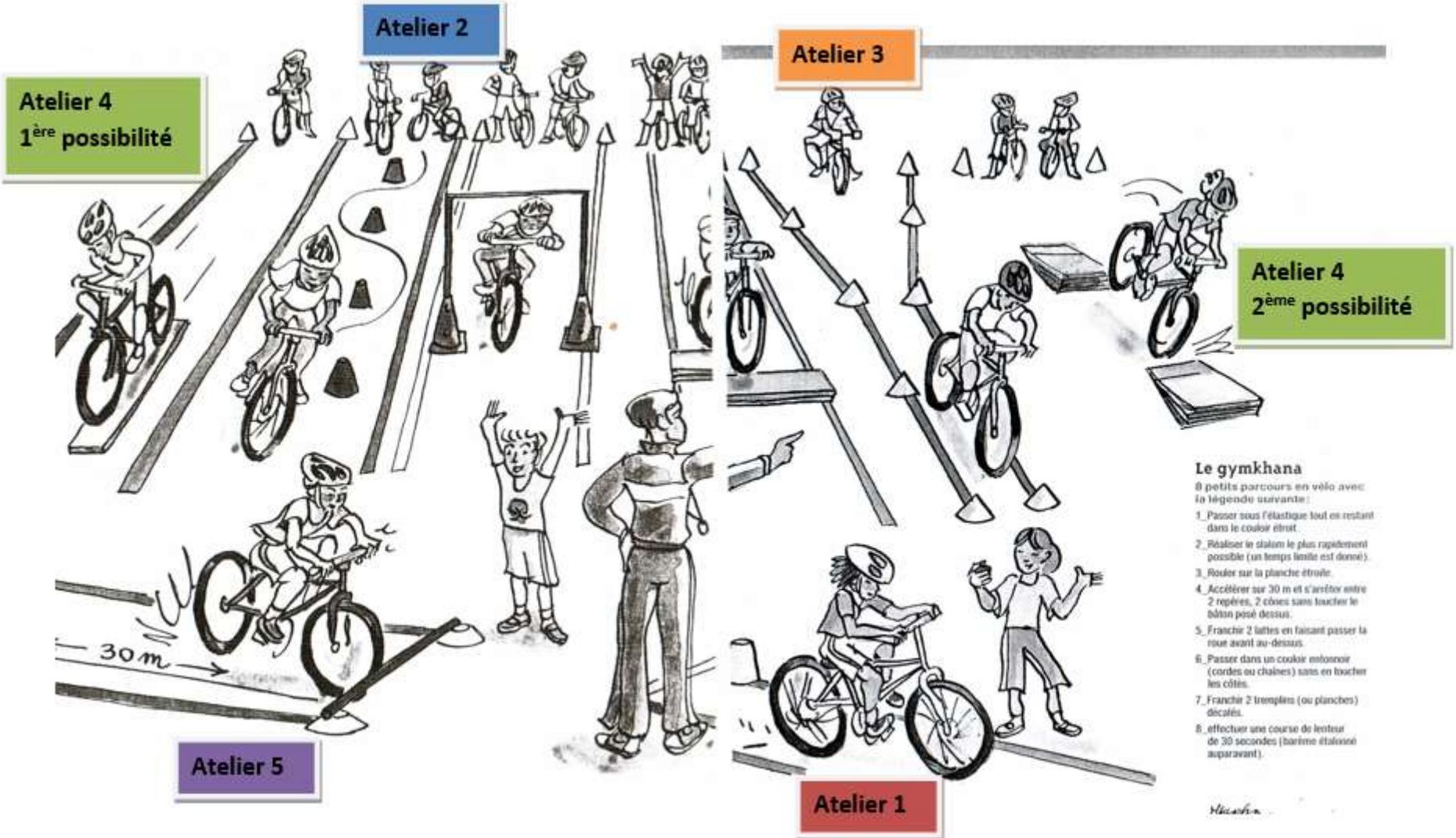
OUTILS /REFERENCES:

[Cyclotourisme à l'école - France Olympique](#)

[Vélo - Éducation et sensibilisation à la sécurité routière - Éduscol](#) /*eduscol.education.fr/education-securite-routiere/spip.php?mot44*

[Primaire cycle 2 - Semaine nationale de la marche et du vélo - Eduscol](#)

[Savoir rouler à vélo - \(sports.gouv.fr\)](#)



Le gymkhana

8 petits parcours en vélo avec la légende suivante :

1. Passer sous l'élastique tout en restant dans le couloir étroit.
2. Réaliser le slalom le plus rapidement possible (un temps limite est donné).
3. Rouler sur la planche étroite.
4. Accélérer sur 30 m et s'arrêter entre 2 repères, 2 cônes sans toucher le bâton posé dessus.
5. Franchir 2 bâtes en faisant passer la roue avant au-dessus.
6. Passer dans un couloir étroit (cordes ou chaînes) sans en toucher les côtés.
7. Franchir 2 tremplins (ou planches) décalés.
8. Effectuer une course de longueur de 30 secondes (barème étalonné auparavant).

Miscart

FICHE D'OBSERVATIONS / Date :.....

Cycliste :.....

Observateur :

Ateliers	Observations					
	Atelier réussi <i>selon les critères de réussite (observables)</i>			Atelier non réussi <i>selon les critères de réussite (observables)</i>		
	<i>Observable1</i>	<i>Observable 2</i>	<i>Observable 3</i>	<i>Observable1</i>	<i>Observable 2</i>	<i>Observable 3</i>
Roule avec le vélo Atelier 1						
Slaloms Atelier 2						
Passer dans un couloir entonnoir Atelier 3						
Franchir deux tremplins ou Franchir des lattes Atelier 4						
Accélération sur 30m Atelier 5						