

# Savoir Rouler à Vélo

---

► Région académique Normandie  
Académie de Normandie

## ► Quelques questions...

- Dans un module de Savoir Rouler à Vélo, les élèves gagnent...
- Dans un module de Savoir Rouler à Vélo, les élèves risquent...

# ► Les partenaires

- **Associations sportives**

À Pont Audemer: ACPA et VCPA

- **Association de prévention**

Prévention MAIF, ANEC, Prévention Routière

- **Les forces de l'ordre**

Gendarmerie et police municipale

- **L'USEP**

- **SRAV**

# ► En pratique



## CONTROLE TECHNIQUE DE MON VELO

<b>Utilisateur du vélo :</b>						
Date :		Oui	À compléter	À réparer	À changer	À régler
<b>Taille du vélo adaptée</b>						
<b>Eclairage</b>	avant blanc					
	arrière rouge					
<b>Catadioptrés</b>	avant blanc					
	arrière rouge					
	de roues orange					
	de pédales orange					
<b>Frein avant</b>	câble					
	patins					
<b>Frein arrière</b>	câble					
	patins					
<b>Sonnette</b>						
<b>Pneu avant</b>	gonflé					
	ni lisse ni déformé					
<b>Pneu arrière</b>	gonflé					
	ni lisse ni déformé					
<b>Roue avant</b>	jante non voilée					
<b>Roue arrière</b>	jante non voilée					
<b>Fonctionnement des vitesses</b>						

En rouge, les points essentiels pour l'utilisation du vélo.

En noir, ce qui est important pour rouler sur route.

Signature des parents et de l'utilisateur :



# ► la séance

- ❖ Consignes: dans la classe
- ❖ Échauffement autour et avec le vélo
- ❖ Corps de séance
- ❖ Retour au calme
- ❖ Bilan oral et/ou écrit

# ► Atelier 1 : situation de référence

## SITUATION DE REFERENCE CYCLISME CYCLE 3

EDEPS 64

**COMPETENCE Cycle 3** : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

**ETRE CAPABLE DE** : Maîtriser son engin, conduire et se conduire seul à vélo, sur un parcours présentant de nombreuses difficultés.

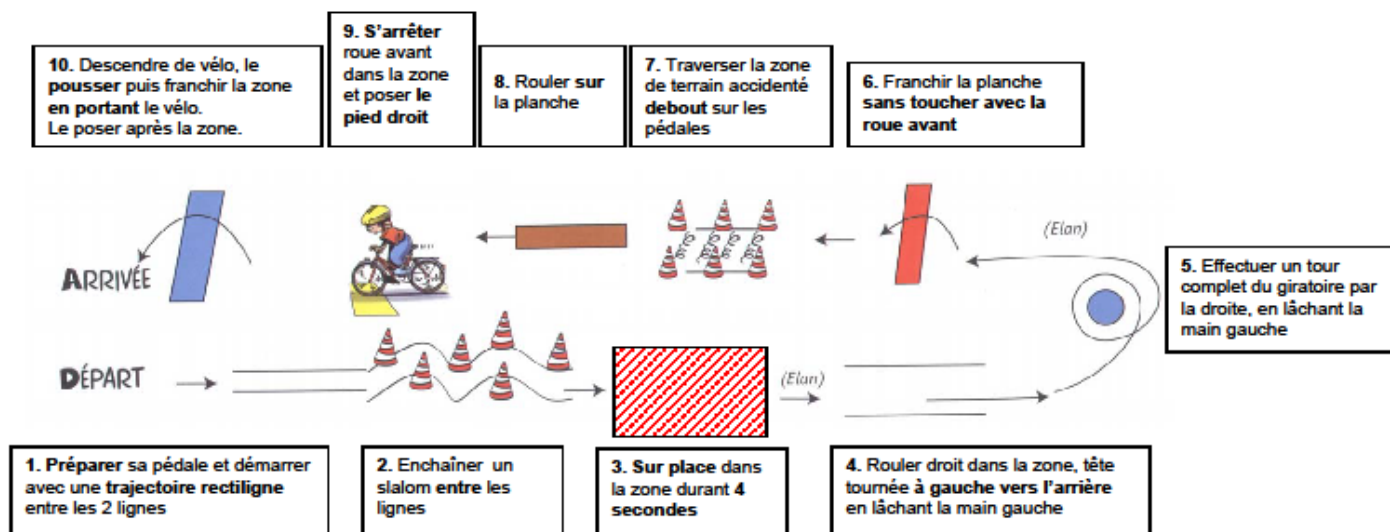
**ACTIVITÉ et BUT général** : Réaliser à vélo sans erreur un parcours présentant de nombreuses difficultés.

**AMENAGEMENTS HUMAINS** : Les élèves passent à tour de rôle. Ils travaillent par binômes : l'un réalise le parcours, l'autre observe et témoigne (grille et critique).

**CRITERES DE REUSSITE** : 1 point par action réussie au début, puis lorsque la situation de référence est proposée à nouveau être de plus en plus exigeant sur les critères de réalisation.

**EVALUATION sur 10 points** : 1 action réussie = 1 point

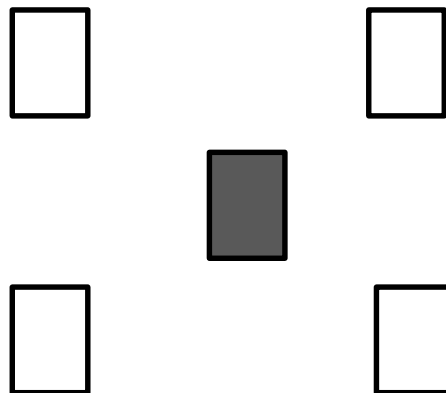
A partir de ce parcours de référence, qui favorise l'examen des comportements devant être maîtrisés par les élèves, des manques ou besoins seront observés. Des situations d'apprentissage seront alors proposées pour développer la maîtrise de ces comportements jugés significatifs.



## ► Atelier 2 : jeux traditionnels

❖ 1,2,3 soleil

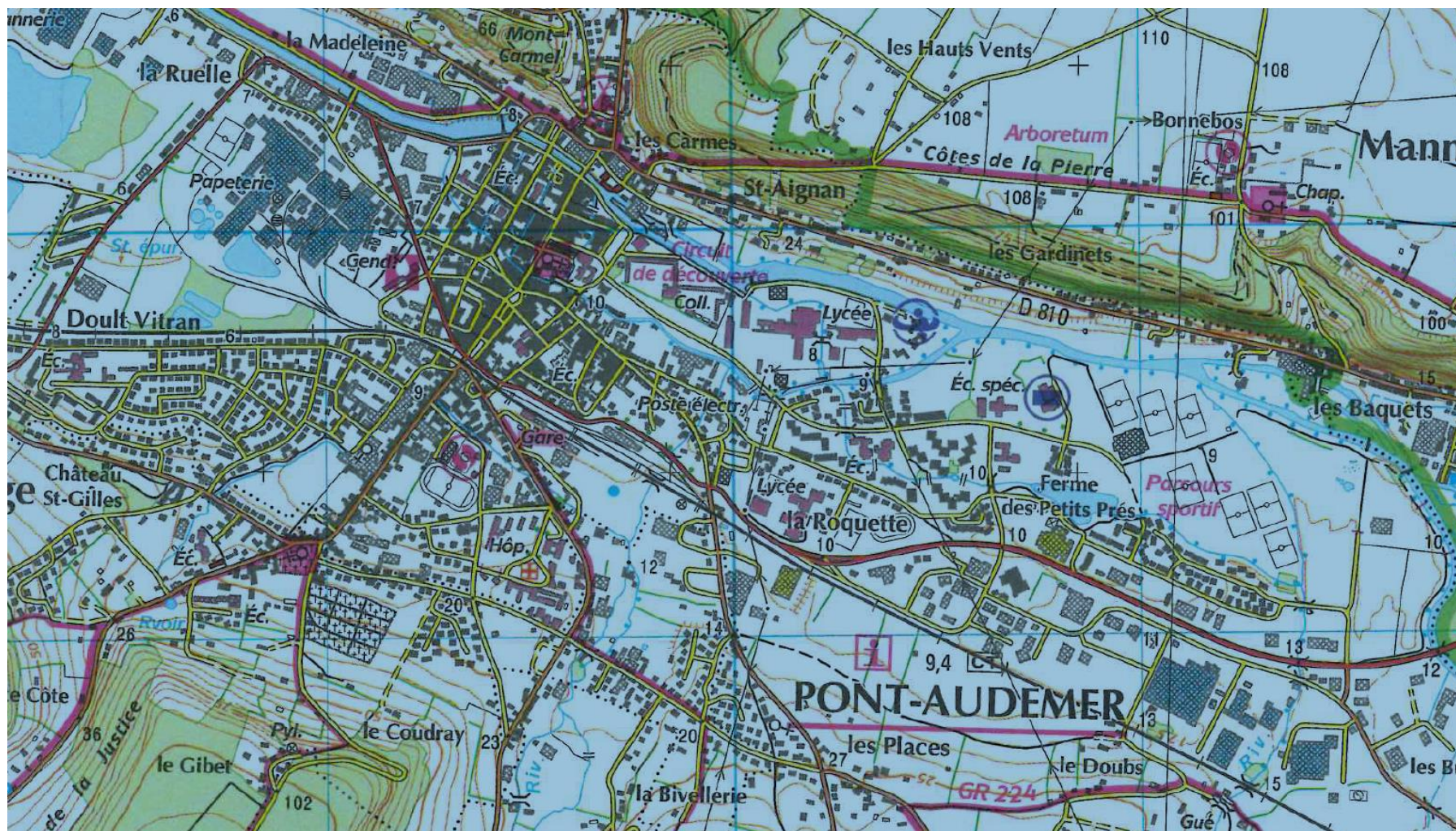
❖ Jeu des maisons



❖ Course de lenteur



# ► Sortie sur route





# ► SRAV: adapter ses déplacements à des environnements variés

Quels enjeux? Quelles ressources?





## SAVOIR ROULER, de l'enfant piéton au citoyen conducteur

### savoir s'engager, quelles compétences affectives?

- accepter de prendre un risque mesuré,
- maîtriser ses émotions
- accepter l'instabilité

### savoir rouler, quels compétences cognitives?

- connaître les éléments de sécurité du cycliste
- connaître les éléments de sécurité du vélo
- connaître le vélo: vocabulaire, mécanique, physique
- connaître les espaces de circulation
- connaître le code de la route
- lire une carte
- décoder, élaborer un parcours
- prendre des informations en roulant

### savoir pédaler, quels compétences motrices?

- démarrer
  - accompagner son vélo, marcher à côté
  - monter et descendre de son vélo
  - se propulser
  - s'équilibrer
- rouler
  - en continu
  - en enlevant un appui
  - en position "cavalier"
  - en montée, en descente
- maîtriser sa vitesse
  - vitesse constante
  - accélérer
  - ralentir
  - freiner
- s'arrêter
- conduire
  - en ligne droite
  - tourner
  - contourner
  - slalomer
- franchir
- changer ses vitesses

### savoir circuler, quelles compétences sociales?

- utiliser le matériel de sécurité du cycliste
- utiliser les éléments de sécurité du vélo
- vérifier le bon fonctionnement du vélo
- respecter les espaces de circulation
- respecter le code de la route
- prendre en compte et communiquer avec les piétons
- prendre en compte et communiquer avec les cyclistes
- prendre en compte et communiquer avec les conducteurs

# ► Cycle 3: Education Physique et Sportive

Pour développer ces compétences générales, l'éducation physique et sportive propose à tous les élèves, de l'école au collège, un **parcours de formation constitué de quatre champs d'apprentissage complémentaires** :

- Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée
- Adapter ses déplacements à des environnements variés
- S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique
- Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

## Adapter ses déplacements à des environnements variés

Attendus de 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. Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015.	
Compétences travaillées pendant le cycle	Exemples de situations, d'activités et de ressources pour l'élève
<ul style="list-style-type: none"><li>- Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité.</li><li>- Adapter son déplacement aux différents milieux.</li><li>- Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.).</li><li>- Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ.</li><li>- Aider l'autre.</li></ul>	Activité de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir nager, etc.
Repères de progressivité	
La natation fera l'objet, dans la mesure du possible, d'un enseignement sur chaque année du cycle. Les activités d'orientation peuvent être programmées, quel que soit le lieu d'implantation de l'établissement. Les autres activités physiques de pleine nature seront abordées si les ressources locales ou l'organisation d'un séjour avec nuitées le permettent.	

# ► Ressources



[Le site Savoir Rouler à Vélo pour s'inscrire, des ressources, éditer les diplômes:](#)

Des documents et des vidéos réalisés et compilés par l'équipe EPS de la Manche:

[là](#)

26 jeux pour apprendre par l'équipe EPS de Poitiers:

[ici](#)

# ► Organiser une sortie

## Portail métier



### Organisation d'une sortie à bicyclette

**Les sorties à bicyclette ne peuvent avoir lieu sans préparation préalable.** Elles s'intègrent au projet d'école et au projet pédagogique de la classe (élargissement de l'espace éducatif, ouverture de l'école sur son environnement).

#### Niveaux de classes concernés

La pratique de la bicyclette sur route est une activité à encadrement renforcé réservée aux élèves de cycle 3. Elle peut éventuellement être proposée à des élèves de CE2 ayant bénéficié d'un module d'apprentissage leur permettant de participer à cette sortie en toute sécurité.

#### Conditions de mise en œuvre

Cette fiche concerne l'utilisation de la bicyclette comme moyen de déplacement sur route ouverte à la circulation. Une reconnaissance préalable du parcours est indispensable (état de la route, points sensibles, lieux de regroupement possibles...).

L'itinéraire (distance, relief, difficultés...) doit être adapté au niveau des élèves ; il est repéré sur une carte, communiqué à chaque accompagnateur et à disposition à l'école. Les maires de chaque commune traversée doivent être avertis par écrit. Il est également conseillé de prévenir les autorités de police ou gendarmerie des communes traversées.

La sortie ne peut pas avoir lieu si les conditions climatiques sont défavorables : pluies, brouillard, vent fort... Il est nécessaire de vérifier sur le site de la préfecture de l'Eure le niveau d'alerte météorologique.

La classe doit être répartie en sous-groupes de 8 élèves au maximum, un adulte au moins accompagnant chaque sous-groupe.

Les groupes respectent entre eux une distance d'environ 25 mètres, les élèves se suivent en file indienne. Un adulte dégagé de la responsabilité d'un groupe peut assurer le rôle de serre-file ou d'éclaireur.

En cas d'arrêt, le groupe se place obligatoirement et immédiatement sur le bas-côté.

Le véhicule d'assistance peut transporter une ou deux bicyclettes de secours, les sacs des élèves, le matériel de réparation. Il peut éventuellement et avec autorisation écrite préalable des parents transporter un élève en difficulté si ceux-ci sont injoignables ou ne peuvent se déplacer (prévoir un réhausseur).

#### Organisation pédagogique

La sortie doit être l'aboutissement d'un module d'apprentissage qui visera :

- la maîtrise individuelle et en groupe de l'engin ;
- la connaissance des principaux éléments de la bicyclette ;
- la capacité à maintenir la bicyclette en bon état de fonctionnement (entretien et réparations basiques) ;
- la connaissance du code de la route (en lien avec l'APER).

# ► Maîtrise de la langue

## Garder trace de ses activités

### Mon parcours d'APSA







MERCI!

Bonne route!!!



Région académique



MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION NATIONALE  
ET DE LA JEUNESSE

MINISTÈRE  
DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR,  
DE LA RECHERCHE  
ET DE L'INNOVATION