

# *Du tricycle...*



# *...au P'tit Tour*

**Document Cyclo-USEP Nièvre 2012**

**Livret 1**



## PREAMBULE AU DOCUMENT CYCLO

Ce document se veut un instrument de travail pour les enseignants du 1er degré de la maternelle à la classe de CM2. Il comprend des recommandations pour la conduite d'une activité à encadrement renforcé, le cyclo, et des chapitres d'illustration dont un répertoire de situations didactiques sur lequel pourra s'appuyer l'enseignant, pour construire une progression cohérente en vue d'objectifs qui peuvent aller de la simple sortie scolaire, à la participation à une rencontre organisée par l'USEP dont la plus médiatisée est celle du « P'tit tour ».

Ce guide constitue une somme précieuse d'informations, d'outils méthodologiques et de conseils à laquelle les enseignants à l'école primaire, ne manqueront pas de se référer. Cet ouvrage est un remarquable complément à l'éducation physique et sportive. Il est le résultat d'efforts d'une équipe, au sein du comité départemental de l'USEP, qui y consacra passion, compétences et générosité.

Ce préambule est pour l'Inspecteur d'Académie l'occasion de saluer l'action de l'USEP dans le département et de remercier toutes celles et ceux qui s'impliquent dans le sport au service des élèves.

M. BOUVARD

Inspecteur d'Académie, Directeur des Services Départementaux de l'Éducation Nationale

# L'USEP Nièvre et le Cyclisme

L'USEP de la Nièvre a depuis de longues années la volonté de développer l'activité Cyclisme au sein de ses Associations d'écoles. Il existe plusieurs raisons à cela :

- la richesse constituée par l'APS (Activité Physique et Sportive) en elle-même
- le projet pluridisciplinaire qui peut y être associé
- la possibilité de contribuer à la formation du jeune citoyen sportif que nous visons, au travers des volets Education à la Sécurité Routière et Education à la Santé
- la spécificité de notre département dont de nombreux sites se prêtent à la pratique du cyclisme
- enfin, et peut-être surtout, parce que la pratique du cyclisme à l'école est sans doute une des activités les plus propices à faire vivre de manière très concrète la Vie Associative à l'école par le biais de l'Association USEP.

En effet, pour être mise en place, l'activité Cyclo, par son taux d'encadrement, par ses contraintes matérielles et de sécurité, doit réunir et impliquer tous les acteurs de l'école et de sa périphérie : équipe enseignante, enfants, mais aussi parents, autres bénévoles et souvent collectivités locales.

Pour favoriser l'émergence de tels projets associatifs, l'USEP 58 a, très tôt dans son histoire, organisé des rencontres d'aboutissement pour les élèves de cycle 3 sous forme de grands rassemblements ou de relais entre écoles. Tout naturellement, lorsque l'USEP nationale a créé le P'tit Tour à Vélo, l'USEP 58 s'est lancée dans l'aventure. Au fil des années, avec un nombre de participants ne cessant de croître, le P'tit Tour dans la Nièvre est devenu une véritable institution dans les paysages sportif et éducatif Nivernais. Les élèves de Cycle 1 et Cycle 2 ont à leur tour été concernés par des rencontres départementales correspondant à leurs possibilités.

Ces temps forts que sont les rencontres ne sont que la finalisation du travail effectué en amont par les enseignants animateurs USEP dans leur association d'école. Grâce à celui-ci, chaque élève a la possibilité d'acquérir des compétences scolaires, de se construire par le vécu un bagage de jeune citoyen sportif, de connaître et solliciter ses ressources physiques et mentales, d'expérimenter en situation réelle l'apprentissage de la sécurité routière, tout cela au travers de la réalisation d'un projet collectif .

La pratique du cyclisme à l'école est d'une grande richesse. Elle trouve sa place du Cycle 1 au Cycle 3. Afin d'en faciliter la mise en oeuvre, le comité départemental USEP de la Nièvre a souhaité mettre le vécu de ses membres à la disposition de tous. *Du tricycle... au P'tit Tour* a été élaboré par des enseignants ayant l'expérience de l'activité et désireux de la partager. L'aboutissement de ce travail de longue haleine devrait permettre à chacun de trouver les éléments qui lui permettront de construire son propre projet Cyclo.

Le président de l'USEP 58

Olivier PIERRE

# L'USEP NIEVRE

L'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré (USEP) est un mouvement humaniste au service de l'enfant qui revendique de former un sportif citoyen.

Cette ambition s'inscrit dans:

- Une visée idéologique : l'éducation par le sport
- Un lieu d'évolution: l'Ecole publique et sa périphérie
- Un champ disciplinaire: l'Education Physique et Sportive
- Des pratiques diversifiées: les Activités Physiques et Sportives
- Un moyen privilégié: la vie associative

**Notre Comité Départemental a pour vocation:**

- **de développer un cadre associatif qui donne toute sa place aux enfants et aux parents, dans et hors de l'Ecole**
- **de proposer des rencontres sportives, supports d'apprentissages et mettant l'enfant en situation d'être acteur**
- **d'être l'interface entre le monde scolaire et le monde sportif**
- **d'accompagner les enseignants en proposant des formations, des supports pédagogiques et un réseau d'échanges professionnels**

*Par ces actions, l'USEP 58 fait vivre les valeurs de la Ligue de l'Enseignement*

# Sommaire

## 1) Pédagogie : ..... page 6

- Analyse didactique de l'activité.....page 7
- Programmation des activités .....page 9
- Les niveaux de progrès observables..... page 10

### a) Stade 1 :..... page 10

- Tableaux d'objectifs.....page 11
- Fiches jeux.....page 12
- Fiche évaluation.....page 28

## 2) Interdisciplinarité : .....page 29

## 3) Le Tout P'tit Tour Maternelle.....page 31

## 6) Bibliographie et références ..... page 32

# Pédagogie



# 1. Analyse didactique de l'activité

---

Il s'agit de faire acquérir aux élèves, de façon individuelle et collective, en milieu protégé et ouvert des habiletés motrices et des compétences générales et spécifiques nécessaires aux déplacements à vélo, sous de multiples formes et sous différentes contraintes environnementales.

## **Définition de l'activité :**

Le cyclisme sur route relève du domaine des actions motrices effectuées dans un environnement physique avec incertitude. Il s'agit d'adapter son comportement aux données du milieu, d'apprendre à se déplacer en sécurité dans un environnement aléatoire, de définir et réaliser des projets d'action pour atteindre un but tout en maintenant son équilibre.

Le VTT est une activité réservée au Cycle 3, relevant d'un taux d'encadrement renforcé, car elle se pratique dans un milieu aléatoire (chemins non carrossables, sentiers) pouvant présenter des risques particuliers (franchissement d'obstacles, sentiers glissants, passage en dévers...)

Une sortie à VTT se prépare avec beaucoup de précision.

L'enseignant devra déterminer les capacités à acquérir par chacun de ses élèves avant une sortie sur site naturel.

## **Les objectifs visés se déclinent sous forme de compétences à acquérir :**

Développer une motricité spécifique sur engin (en l'occurrence le vélo) nécessitant des coordinations et des synchronisations d'actions simples et de plus en plus complexes.

**Au plan moteur :** par des expérimentations variées en situations aménagées et réelles liées :

- aux équilibres (statiques et dynamiques à différentes vitesses, dans différentes situations matérielles et environnementales) ;
- à la propulsion (patinettes, draisienne...) ;
- au pilotage :
  - adaptation des comportements individuels et collectifs des élèves face à différents profils du terrain (conduites, contrôles, freinage, accélération, décélération...) ;
  - aux maîtrises
    - du système de freinage ;
    - du système de changement de vitesse ;
    - de l'enchaînement de situations simples et de plus en plus complexes.

## **Au plan cognitif :**

- Expérimenter des situations nouvelles à partir du respect de consignes verbales, écrites ou de démonstrations ;
- Être en mesure d'expliquer aux autres ses propres réalisations ou d'observer et expliciter celles des autres à partir d'un cadre simple ;
- Pouvoir se situer par rapport à une grille d'éléments simples d'évaluation ;
- Utiliser une grille d'évaluation ou de comparaison, seul ou en co-évaluation ;
- Analyser une situation et identifier ses points faibles et ses points forts, c'est à dire identifier les effets d'une situation en fonction des réussites ou des non réussites.

## **Au plan affectif :**

- Vaincre l'appréhension d'une situation nouvelle en identifiant des repères stables ;
- Oser s'engager dans une situation vis-à-vis de laquelle les risques sont pris en compte et analysés ;
- Accepter de coopérer avec d'autres ou de s'y confronter quel que soit leur niveau ;
- Accepter de perdre momentanément son équilibre ou de le modifier pour le rétablir ensuite ;
- Accepter de se mesurer à l'autre, sous son regard, lors d'une démonstration ou d'un défi ;
- Accepter d'être conseillé par un pair, observé et évalué par lui ;
- Accepter d'explorer des situations inhabituelles ;

- Transformation d'un « risque » subjectif en un « risque » prompt à être appréhendé.

Le module d'apprentissage doit également donner lieu au développement de compétences telles que :

- Apprendre à se situer dans un environnement, à prélever des indices et s'orienter ;
- Découvrir, respecter et protéger la nature ;
- Déterminer différents itinéraires, différents profils de terrain ;
- Adapter et gérer ses efforts en fonction :
  - du milieu et du temps imparti,
  - d'un rythme imposé....
- S'adapter à son moyen de transport, à l'environnement proche et de plus en plus incertain, qu'il soit matériel ou humain ;
- Intervenir dans le groupe ou la classe pour enrichir des propositions par rapport à ses propres expériences.





## 2. Programmation des activités

---

Nous reprenons, pour cette notion, les éléments donnés dans le document « orientation au cycle 2 » produit en février 2007 par l'USEP Nièvre.

Une véritable éducation physique cohérente, complète et équilibrée nécessite une programmation précise des activités. Celle-ci est placée sous la responsabilité de l'équipe de cycle.

Pour éviter l'accumulation de séances disparates, quelques principes doivent être respectés :

- dans chacune des années du cycle, les quatre compétences spécifiques sont abordées ("réaliser une performance mesurée", "**adapter ses déplacements à différents types d'environnement**", "s'affronter individuellement ou collectivement" et "concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive");

- chaque compétence est traitée au travers d'une ou plusieurs activités;

- il est souhaitable, pour que les apprentissages soient réels, que les modules d'apprentissage soient de 10 à 15 séances. Par souci de réalisme, le minimum est fixé à 5 à 6 séances de chaque activité pour un module d'apprentissage. (Extraits des programmes 2002).

Les trois heures hebdomadaires seront réparties au minimum sur deux jours distincts par semaine. La pratique journalière, quand elle est réalisable dans des conditions acceptables, doit être recherchée chaque fois que c'est possible.

La programmation est donc indispensable au bon déroulement de l'EPS dans une école et doit faire partie intégrante du volet EPS du projet d'école. Les maîtres élaborent conjointement la programmation de la discipline. Son affichage sera prévu de façon à être accessible aux élèves.

Cette programmation s'appuie sur les Activités Physiques, Sportives et Artistiques (APSA) supports, retenues en fonction des objectifs spécifiques visés.

Les APSA supports sont choisies, dans le cadre des programmes, en fonction:

- des priorités de l'école (public concerné);
- des objectifs généraux et spécifiques de l'EPS;
- des compétences de chacun des enseignants;
- des réalités du terrain.

### **Elle se décline en une programmation d'école et une programmation par classe :**

Programmation d'école : elle représente les choix communs à toute l'école.

Programmation de classe : tout en respectant la programmation d'école elle tient compte des besoins spécifiques des élèves et des projets particuliers de chaque classe.

A l'école élémentaire, les maîtres assurent ensemble son insertion dans l'ensemble des activités de la classe.

Le choix des APSA, support d'apprentissage, se fait en fonction des objectifs retenus. On est toutefois tenu de faire des choix réalistes (en fonction des moyens matériels dont on dispose : locaux, installations sportives, matériel... et des compétences des membres de l'équipe) mais évolutifs (en liaison avec l'achat de matériel, la demande d'attribution d'installations sportives, la formation continue...)

Chaque APSA contenue dans la programmation se décline en modules d'apprentissage.



## Les niveaux de progrès observables

| <b>Objectifs de fin de stade</b> | <b>Stade 1 :</b><br><i>être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</i>  | <b>Stade 2 :</b><br><i>être capable de réaliser un parcours d'une certaine durée dans un espace connu et varié.</i>  | <b>Stade 3 :</b><br><i>être capable d'effectuer une randonnée longue en toute sécurité.</i>   |
|----------------------------------|---|--|---|
| <b>Objectifs généraux</b>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- connaître son vélo</li> <li>- manipuler son vélo</li> <li>- s'équilibrer</li> <li>- utiliser ses freins</li> <li>- démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse</li> <li>- conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée)</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- connaître son vélo</li> <li>- maintenir son équilibre en déplacement</li> <li>- changer de direction de manière plus ou moins rapprochée</li> <li>- moduler sa vitesse en fonction du contexte</li> <li>- maîtriser le freinage</li> <li>- franchir un obstacle</li> <li>- se déplacer en file indienne en gardant ses distances</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- connaître son vélo</li> <li>- utiliser le changement de vitesse de manière adaptée en fonction du relief</li> <li>- franchir ou éviter des obstacles successifs et variés</li> <li>- réagir à un événement exceptionnel</li> <li>- garder l'équilibre et les distances de sécurité</li> <li>- lire et interpréter les informations de l'environnement</li> <li>- se déplacer en toute sécurité lors d'un déplacement long</li> </ul> |
| <b>Propulsion</b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- se mettre en mouvement : <ul style="list-style-type: none"> <li>↳ en draisienne</li> <li>↳ en pédalant (tricycle, vélo avec ou sans stabilisateurs)</li> </ul> </li> <li>- varier sa vitesse par une succession de phases de pédalage et d'arrêts</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- adapter sa vitesse: ralentir et accélérer</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- adapter sa vitesse au passage d'un obstacle, arrêter de pédaler en franchissant l'obstacle</li> <li>- choisir sa fréquence de pédalage en fonction du profil du terrain</li> <li>- changer d'allure tout en gardant ses distances avec le partenaire précédent</li> </ul>  |
| <b>Équilibration</b>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- maintenir un équilibre en déplacement : <ul style="list-style-type: none"> <li>↳ en draisienne</li> <li>↳ en pédalant (tricycle, vélo avec ou sans stabilisateurs)</li> </ul> </li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- lâcher un appui (main, pied)</li> <li>- se déplacer en draisienne</li> <li>- passer sous et au-dessus d'un obstacle</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- savoir rétablir une situation de déséquilibre</li> <li>- lâcher un appui main de façon prolongée et en toutes circonstances</li> <li>- passer sur ou sous un obstacle sans perdre l'équilibre, ramasser un objet</li> <li>- s'arrêter à un point précis sans poser le pied à terre, faire du sur place puis repartir</li> </ul>  |
| <b>Direction</b>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- rouler dans un couloir rectiligne</li> <li>- effectuer des virages</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- suivre une ligne droite sans faire d'écarts</li> <li>- suivre une trajectoire en enchaînant les virages</li> <li>- suivre une ligne courbe sans faire d'écarts</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- suivre une ligne courbe sans faire d'écarts</li> <li>- suivre une trajectoire en enchaînant les virages serrés</li> <li>- choisir une trajectoire optimale en tenant compte du relief et des autres sans faire d'écarts</li> </ul>   |
| <b>Maîtrise de l'engin</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- manipuler son vélo sans être dessus</li> <li>- freiner pour s'arrêter dans une zone</li> <li>- réaliser un parcours</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- freiner pour s'arrêter à un point précis</li> <li>- freiner pour réduire sa vitesse (virage, obstacle, distance de sécurité)</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- utiliser ses vitesses</li> <li>- maîtriser le freinage d'urgence</li> <li>- adapter son braquet au profil du terrain pour garder une fréquence de pédalage optimale</li> </ul>   |
| <b>Gestion de l'effort</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- réaliser des successions de sprints et de pauses</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- gérer sa vitesse au départ et sur la durée d'un trajet long (10 à 20 min pour C2 et C3)</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- être régulier au cours d'un effort sur terrain plat</li> <li>- adapter sa vitesse en fonction du profil du terrain</li> <li>- gérer un effort long d'une trentaine de kilomètres</li> </ul>  |
| <b>Prise d'informations</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- détacher son regard de sa roue pour prendre ponctuellement des informations sur l'environnement</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- rester en file indienne avec les élèves de son groupe</li> <li>- maintenir une distance de sécurité,</li> <li>- communiquer dans le groupe lors d'un déplacement</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- savoir signaler une information au reste du groupe et interpréter rapidement l'information reçue</li> <li>- tenir compte de la trajectoire des autres pour adapter la sienne au sein d'une file</li> <li>- lire l'ensemble des informations de l'environnement et anticiper en modifiant sa trajectoire ou en adaptant sa position sur le vélo</li> </ul>  |



# Stade 1



# DES OBJECTIFS ...

# DES SITUATIONS

**Stade 1 : être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.**

Stade 2 : être capable de réaliser un parcours d'une certaine durée, dans un espace connu et varié.

Stade 3 : être capable d'effectuer une randonnée longue en tout sécurité.

| Objectifs  | Situations d'apprentissage                                  | Pages              |
|--|---|--------------------|
| Connaître son vélo   | <i>Je découvre mon vélo</i>                                 | <a href="#">15</a> |
| Manipuler son vélo   | <i>Je découvre l'engin et les limites de l'espace</i>       | <a href="#">16</a> |
|  | <i>Jeu du pousser-piloter</i>                               | <a href="#">17</a> |
|  | <i>Je mets mon vélo sur 2 roues et je me déplace à côté</i> | <a href="#">18</a> |
|  | <i>J'échange mon vélo</i>                                   | <a href="#">19</a> |
| S'équilibrer   | <i>Je monte sur mon vélo</i>                                | <a href="#">20</a> |
|  | <i>Je prends de l'élan et je m'équilibre</i>                | <a href="#">21</a> |
|  | <i>Je garde les pieds posés sur les pédales</i>             | <a href="#">22</a> |
| Utiliser ses freins  | <i>Je découvre mes freins</i>                               | <a href="#">23</a> |
| Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse                    | <i>Je démarre avec mon vélo</i>                             | <a href="#">24</a> |
|  | <i>Je pédale</i>  | <a href="#">25</a> |
|  | <i>Plus vite, moins vite...</i>                             | <a href="#">26</a> |
| Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée) | <i>Je tourne autour des cerceaux</i>                        | <a href="#">27</a> |
|  | <i>Je roule dans un couloir rectiligne qui se rétrécit</i>  | <a href="#">28</a> |
|  | <i>Je roule dans un couloir en courbe</i>                   | <a href="#">29</a> |
|  | <i>Je me déplace sur un parcours ville</i>                  | <a href="#">30</a> |

En fonction de l'objectif poursuivi, l'animateur USEP choisira un matériel ou un autre : le tricycle, paraît adapté pour travailler la propulsion alors que le vélo sans stabilisateurs est nécessaire pour travailler l'équilibre.

Dans la mise en œuvre, l'enseignant peut faire le choix de combiner plusieurs jeux sous la forme de parcours.

**LORS D'UNE ACTIVITÉ CYCLO, LE PORT DU CASQUE EST INDISPENSABLE POUR TOUS.**



|  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <p><b>1. <u>Connaître son vélo.</u></b><br/>2. <i>Manipuler son vélo.</i><br/>3. <i>S'équilibrer.</i><br/>4. <i>Utiliser ses freins.</i><br/>5. <i>Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</i><br/>6. <i>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</i></p> | <p><b>Je découvre mon vélo (en classe)</b></p> |
|--|---|--|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Connaître les parties techniques du vélo.</b> |
|--------------------|--|

**But pour l'élève : Maîtriser le vocabulaire associé au vélo.**

**Dispositif :** A partir de la représentation d'un vélo, les enfants vont replacer et nommer : **le guidon, la selle, les roues, les pédales, la chaîne et le casque.**

**Consigne :** « Replace le guidon, la selle, les roues, les pédales et la chaîne au bon endroit. »

**Matériel :**

- Une affiche d'un vélo ou un vélo.
- Une affiche du cadre d'un vélo.
- Les images des différents éléments à replacer (guidon, selle...)

**Règles de sécurité :**

| <b>Critère(s) de réussite :</b>                          | <b>Variante(s)</b>  |
|--|---|
| L'enfant nomme et situe les différentes parties du vélo. | A partir de représentations incomplètes de vélo, les élèves devront repérer et nommer l'élément manquant. Ils devront préciser la fonction de celui-ci. |

**Observations :**



|  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. <b>Manipuler son vélo.</b></li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</li> </ol> | <p><b>Je découvre l'engin et les limites de l'espace</b></p> |
|--|---|--|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Être capable de se déplacer avec un tricycle.</b> |
|--------------------|--|

**But pour l'élève :** Aller d'un point à un autre en tricycle.

**Dispositif :**

1. Les enfants se déplacent librement pendant 10 minutes, l'enseignant repère les élèves qui vont directement monter sur l'engin et ceux qui ont une appréhension.
2. Retour en collectif.

**Consignes :**

1. « Prenez un tricycle et déplacez-vous. »
  2. « Comment avez-vous avancé ? Montrez-moi . ».
- Réponse attendue : « Je dois être assis, tenir le guidon avec les deux mains et mettre mes deux pieds sur les pédales. »

**Matériel :** - Un tricycle par enfant.

**Règles de sécurité :** Travailler dans un espace dégagé suffisamment étendu et plat.

|  |                      |                         |
|--|----------------------|-------------------------|
| <b>Critère(s) de réussite :</b><br><br>Chaque enfant monte sur un tricycle et essaie d'avancer assis sur la selle. | <b>Variante(s)</b>   |                         |
|  | <b>Plus facile :</b> | <b>Plus difficile :</b> |

**Observations :**



|  |   |                                      |
|--|---|--------------------------------------|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. <b>Manipuler son vélo.</b></li> <li>3. <i>S'équilibrer.</i></li> <li>4. <i>Utiliser ses freins.</i></li> <li>5. <i>Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</i></li> <li>6. <i>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</i></li> </ol> | <p><b>Jeu du pousser-piloter</b></p> |
|--|---|--------------------------------------|

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <p><b>Objectif(s)</b></p> | <p><b>Acquérir une bonne position sur le tricycle.</b></p> |
|---------------------------|--|

**But pour l'élève :** Être assis, tenir le guidon avec les deux mains et mettre mes deux pieds sur les pédales.

**Dispositif :** Les enfants sont en binôme et disposent d'un tricycle. L'un est assis sur le tricycle, l'autre le pousse.

**Consigne :** «Vous êtes par deux, l'un d'entre vous monte sur le vélo, l'autre le pousse doucement derrière. Ensuite, on inversera les rôles. Celui qui est sur le vélo doit bien regarder devant lui. »

**Matériel :** - Un tricycle pour deux enfants.

**Règles de sécurité :** Travailler dans un espace dégagé suffisamment étendu et plat.

|   |                             |                                |
|---|-----------------------------|--------------------------------|
| <p><b>Critère(s) de réussite :</b></p> <p>Tenir le guidon correctement, et mettre les pieds sur les pédales pour ne pas tomber.</p> | <p><b>Variante(s)</b></p>   |                                |
|   | <p><b>Plus facile :</b></p> | <p><b>Plus difficile :</b></p> |

**Observations :**



|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. <b><u>Manipuler son vélo.</u></b></li> <li>3. <i>S'équilibrer.</i></li> <li>4. <i>Utiliser ses freins.</i></li> <li>5. <i>Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</i></li> <li>6. <i>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</i></li> </ol> | <p><b>Je mets mon vélo sur deux roues</b></p> |
|--|--|---|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Adapter sa conduite au matériel</b> |
|--------------------|--|

**But pour l'élève :** Tenir son vélo en équilibre et se déplacer avec.

**Dispositif :** Chaque élève a un vélo.

**Consignes :**

A l'arrêt :

- « Tiens le vélo vers toi en le tenant, soit par le guidon et la selle, soit par le guidon. »

- « Enjambe le vélo et relève-le par les 2 poignées. »

En marchant :

- « Déplace-toi à droite, à gauche, devant, derrière ton vélo. »

- « Déplace-toi pour te retrouver de l'autre côté du vélo (en passant par derrière le vélo, en passant devant le vélo, en enjambant le vélo). »

- « Suis ton camarade. »

- « Suivez-vous. »

- « Slalome. »

- « Suis le circuit tracé au sol. »

**Matériel :** - un casque et un vélo par élève.

**Règles de sécurité :**

| <b>Critère(s) de réussite :</b>                                  | <b>Variante(s)</b>   |
|--|--|
| <p>L'enfant se place et se déplace correctement sans tomber.</p> | <p>- Tenue du vélo : les deux mains sur les poignées du vélo, une main sur une poignée l'autre sur la selle, une main sur une poignée l'autre sur le cadre, une main sur la potence soulevant la roue avant, puis la roue arrière.</p> <p>- Déplacement : en marchant en avant, en arrière, en trottinant, en courant.</p> |

**Observations :**





|  |   |                                  |
|--|---|----------------------------------|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Connaître son vélo.</i></li> <li>2. <b><u>Manipuler son vélo.</u></b></li> <li>3. <i>S'équilibrer.</i></li> <li>4. <i>Utiliser ses freins.</i></li> <li>5. <i>Démarrer; se propulser; faire varier sa vitesse.</i></li> <li>6. <i>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</i></li> </ol> | <p><b>J'échange mon vélo</b></p> |
|--|---|----------------------------------|

|                    |                            |
|--------------------|----------------------------|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Manipuler son vélo.</b> |
|--------------------|----------------------------|

**But pour l'élève :** Tenir son vélo en équilibre, se déplacer avec et l'échanger avec un camarade.

**Dispositif :**

- Tenir son vélo pendant une certaine durée,
- Se positionner pour pouvoir échanger son vélo avec quelqu'un d'autre,
- Coordonner son action avec le partenaire,
- Échanger son vélo en se déplaçant.

**Consigne :** « A mon signal, échange ton vélo avec un camarade. »

**Matériel :** Un vélo par enfant.

**Règles de sécurité :**

| <b>Critère(s) de réussite :</b> | <b>Variante(s)</b>   |
|---------------------------------|--|
| Réussir l'échange de vélos.     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Échanger son vélo en fonction de la couleur (la même, une différente).</li> <li>- Échanger son vélo avec l'élève placé le plus proche de soi ou au signal de l'enseignant.</li> </ul> |

**Observations :**



|  |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. <b><u>S'équilibrer.</u></b></li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</li> </ol> | <p><b>Je monte sur mon vélo</b></p> |
|--|--|-------------------------------------|

|                    |                                    |
|--------------------|------------------------------------|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Savoir enfourcher son vélo.</b> |
|--------------------|------------------------------------|

**But pour l'élève : Enfourcher son vélo en maintenant son équilibre.**

**Dispositif :** Les enfants sont dispersés dans l'espace et tiennent leur vélo par le guidon. Au signal (sifflet, consigne « Tous en selle ! »...) les enfants enjambent le cadre et s'assoient sur la selle de leur vélo, pieds au sol. Alternier la montée en selle par la droite et par la gauche en privilégiant le passage de jambe par l'arrière.

**Consigne :** « A mon signal, tous en selle ! »

**Matériel :** - Un casque et un vélo par enfant.

**Règles de sécurité :** Vérifier que la hauteur de selle soit adaptée à la taille de l'enfant. S'assurer, qu'en cas de déséquilibre du vélo, les enfants soient suffisamment éloignés les uns des autres. Insister sur la prise ferme du guidon pour ne pas échapper le vélo.

| <b>Critère(s) de réussite :</b>  | <b>Variante(s)</b>   |   |
|--|--|---|
| <p>Rester assis sur la selle en respectant l'alignement des 2 roues.</p> | <p><b>Plus facile :</b><br/>Enfourcher avec l'aide d'un autre enfant (qui maintient le vélo en équilibre en bloquant la roue avant et le guidon)<br/>Enfourcher son vélo à partir d'une marche, d'un trottoir...</p> | <p><b>Plus difficile :</b><br/>Marcher et enjamber.<br/>Courir et enjamber.<br/>Patiner croisé (l'enfant se place à gauche du vélo, pose son pied gauche sur la pédale gauche et patine avec son pied droit) et enjamber.</p> |

**Observations :**



|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. <b><u>S'équilibrer.</u></b></li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</li> </ol> | <p><b>Je prends de l'élan et je m'équilibre</b></p> |
|--|--|---|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Enchaîner et coordonner plusieurs actions simples</b> |
|--------------------|--|

**But pour l'élève : Conduire son vélo en draisienne.**

**Dispositif :** S'asseoir sur la selle et pousser des deux pieds de part et d'autre du vélo pour le faire avancer, en recherchant l'équilibre le plus longtemps possible, en regardant devant soi et sans chercher à poser les pieds sur les pédales.

Dans un premier temps, travail individuel en dispersion. Dans un deuxième temps, travail en lignes et par vagues successives.

**Consigne :** « Assieds-toi sur ton vélo et avance en te poussant avec tes pieds. Tu ne dois pas mettre les pieds sur les pédales. »

**Matériel :** - Un casque et un vélo par enfant.

**Règles de sécurité :** Travailler dans un espace dégagé suffisamment étendu et plat.

| <b>Critère(s) de réussite :</b>  | <b>Variante(s)</b>  |   |
|--|---|---|
|  | <b>Plus facile :</b>  | <b>Plus difficile :</b>   |
| <p>Ne plus poser les pieds au sol sur une certaine distance.</p> <p>Avancer sans tomber.</p> | <p>- Faire « marcher » les enfants en difficulté, assis sur le cadre ou la selle baissée au plus bas, de façon qu'ils puissent poser les deux pieds au sol simultanément. Puis relever la selle légèrement pour passer d'un pied sur l'autre.</p> | <p>- imposer l'alternance des pieds pour la poussée au sol.<br/>- imposer la simultanéité des pieds pour la poussée au sol.<br/>Franchir des espaces de plus en plus grands d'une seule poussée des deux pieds.<br/>- pousser un objet.</p> |

**Observations :**



|   |  |  |
|---|--|--|
| <p><b>CYCLO<br/>Stade 1</b><br/>Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. <b><u>S'équilibrer.</u></b></li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</li> </ol> | <p><b>Je garde les pieds posés sur les pédales</b></p> |
|---|--|--|

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <p><b>Objectif(s)</b></p> | <p><b>Placer ses pieds sur les pédales.</b></p> |
|---------------------------|---|

**But pour l'élève :** Après avoir pris son élan, poser les pieds sur les pédales sans les regarder.

**Dispositif :** Les enfants sont dispersés dans l'espace. Ils prennent de l'élan en draisiene (pieds à terre) et en regardant toujours devant eux, doivent poser les pieds sur les pédales et se laisser rouler le plus longtemps possible.

**Consigne :** « Prends de l'élan, pose tes pieds sur les pédales et avance le plus loin possible sans pédaler. »

**Matériel :** Un casque et un vélo par enfant.

**Règles de sécurité :** Vérifier que la hauteur de selle soit adaptée à la taille de l'enfant. S'assurer, qu'en cas de déséquilibre du vélo, les enfants soient suffisamment éloignés les uns des autres. Tenir compte du positionnement des autres pour éviter les risques de collision.

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>Critère(s) de réussite :</b></p> <p>Rester équilibré sur son vélo en gardant les pédales à la même hauteur.</p> | <p><b>Variante(s)</b></p>   |   |
|   | <p><b>Plus facile :</b><br/>Être poussé par l'adulte pour la prise d'élan avec les pieds préalablement (ou non) placés sur les pédales.</p> | <p><b>Plus difficile :</b><br/>Enchaîner l'exercice plusieurs fois de suite en reprenant de l'élan.<br/>Se tenir debout en appui sur les pédales.</p> |

**Observations :**



|  |   |                                      |
|--|---|--------------------------------------|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li><b>4. Utiliser ses freins.</b></li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</li> </ol> | <p><b>Je découvre mes freins</b></p> |
|--|---|--------------------------------------|

|                    |                            |
|--------------------|----------------------------|
| <b>Objectif(s)</b> | <b>Utiliser ses freins</b> |
|--------------------|----------------------------|

**But pour l'élève :** Se déplacer et freiner sans tomber.

**Dispositif :** Les enfants se déplacent librement et s'arrêtent en utilisant les freins au signal sonore.

**Consigne :** « Au signal, arrêtez-vous en utilisant vos freins. »

**Matériel :** - Un casque et un vélo entretenu par enfant.

**Règles de sécurité :** Travailler dans un espace dégagé suffisamment étendu et plat.

| <b>Critère(s) de réussite :</b>  | <b>Variante(s)</b>   |                         |
|----------------------------------|----------------------|-------------------------|
|                                  | <b>Plus facile :</b> | <b>Plus difficile :</b> |
| Utiliser ses freins sans tomber. |                      |                         |

**Observations :**

Vérifier l'état des freins auparavant.



## CYCLO Stade 1

Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.

1. Connaître son vélo.
2. Manipuler son vélo.
3. S'équilibrer.
4. Utiliser ses freins.
5. **Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.**
6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).

**Je démarre  
avec mon  
vélo**

**Objectif(s)**

**Trouver la position permettant de commencer à pédaler**

**But pour l'élève :** Arriver dans la zone de couleur la plus éloignée, sans poser le pied par terre, en appuyant une fois sur la pédale.

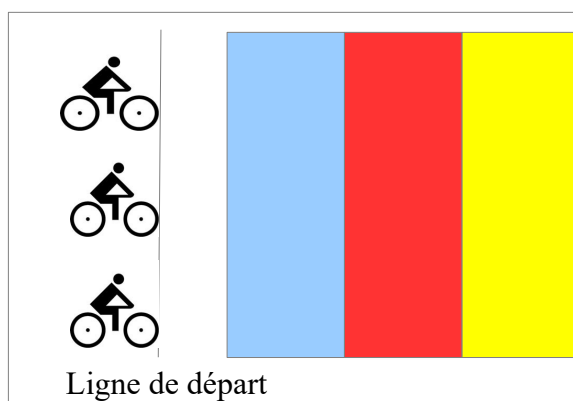
**Dispositif :** Une ligne de départ, des zones d'arrivée de couleurs différentes ( largeur des zones = 1m).

**Consigne :** « A mon signal, appuie une fois sur la pédale et essaie d'aller le plus loin possible sans poser le pied par terre. »

**Matériel :** tricycle ou vélo

**Règles de sécurité :**

- Veiller à un espace de sécurité suffisant entre les élèves d'une même « ligne ».
- Demander aux élèves de revenir sur le côté, vélo à la main.



**Critère(s) de réussite:**

Atteindre une zone sans poser un pied au sol et sans tomber en appuyant une seule fois sur une pédale.

**Variante(s)**

**Plus facile :**

- utilisation de tricycle ou vélo avec stabilisateurs
- régler la selle pour que les 2 pieds touchent le sol à l'arrêt, les fesses sur la selle

**Plus difficile :**

- utilisation de vélo sans stabilisateurs
- régler la selle afin que l'enfant ne soit en contact avec le sol que par un pied

**Observations :**



## CYCLO Stade 1

Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.

1. Connaître son vélo.
2. Manipuler son vélo.
3. S'équilibrer.
4. Utiliser ses freins.
5. **Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.**
6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).

## Je pédale

**Objectif(s)**

**Pédaler sans s'arrêter.**

**But pour l'élève :** Pédaler pour arriver dans la zone de couleur la plus éloignée, sans poser le pied par terre.

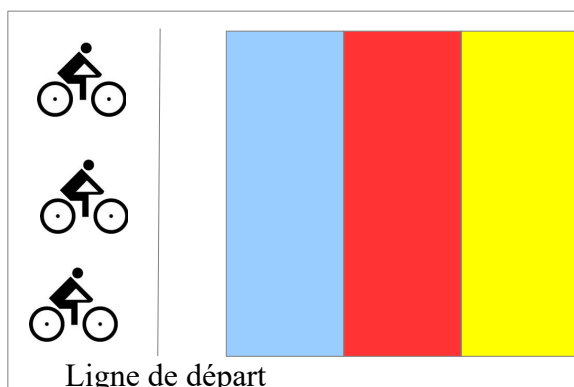
**Dispositif :** Une ligne de départ, des zones d'arrivée de couleurs différentes ( largeur des zones = 5 m ).

**Consigne :** « Essaie d'aller le plus loin possible sans poser les pieds au sol. »

**Matériel :** tricycle ou vélo

**Règles de sécurité :**

- Veiller à un espace de sécurité suffisant entre les élèves d'une même « ligne ».
- Demander aux élèves de revenir sur le côté, vélo à la main.



**Critère(s) de réussite:**

Réaliser un déplacement sans poser un pied au sol et sans tomber.  
Aller le plus loin possible.

**Variante(s)**

**Plus facile :**

- utilisation de tricycle ou vélo avec stabilisateurs
- régler la selle pour que les 2 pieds touchent le sol à l'arrêt, les fesses sur la selle
- diminuer la largeur de zone

**Plus difficile :**

- utilisation de vélo sans stabilisateurs
- régler la selle afin que l'enfant ne soit en contact avec le sol que par un pied
- agrandir la largeur des zones de couleur

**Observations :**



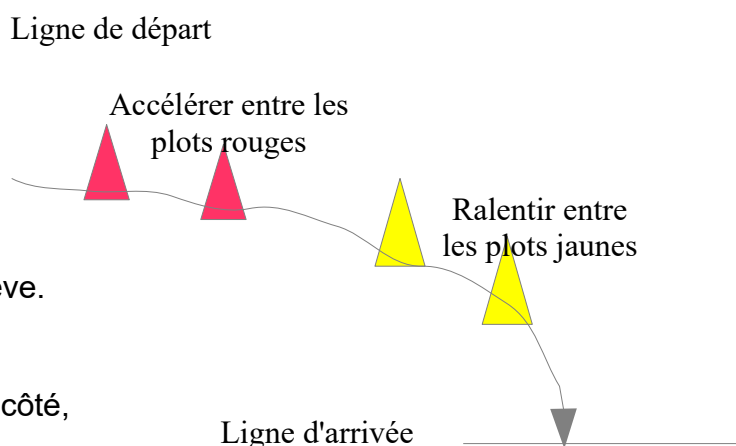
|  |  |  |
|--|--|--|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. <b><u>Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</u></b></li> <li>6. Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</li> </ol> | <p><b>Plus vite...</b></p> <p><b>Moins vite...</b></p> |
|--|--|--|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objectif(s)</b> | <p><b>Varier la vitesse de pédalage</b><br/><b>Utiliser ses freins pour réduire sa vitesse.</b></p> |
|--------------------|---|

**But pour l'élève :** Accélérer ou ralentir suivant la zone du parcours.

**Dispositif :** Une ligne de départ, des zones de couleurs différentes, une ligne d'arrivée.

**Consigne :** « Suis le parcours, accélère entre les plots rouges, ralentis en utilisant tes freins, entre les plots jaunes. »



**Matériel :** Un casque et un vélo par élève.

**Règles de sécurité :**

- Demander aux élèves de revenir sur le côté, vélo à la main.

|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>Critère(s) de réussite:</b>  | <b>Variante(s)</b>                              |   |
| Réaliser le parcours en respectant les zones d'accélération et de ralentissement. | <b>Plus facile :</b><br>- éloignement des zones | <b>Plus difficile :</b><br>- nombre de zones<br>- longueur des zones<br>- proximité des zones |

**Observations :**

- Multiplier le nombre d'ateliers afin de limiter l'attente des élèves.
- La situation peut être reprise en demandant à l'élève observateur de dire si l'enfant sur le vélo a accéléré ou ralenti, et au niveau de quelle zone. Un travail de codage peut être proposé avec des images pré-établies.





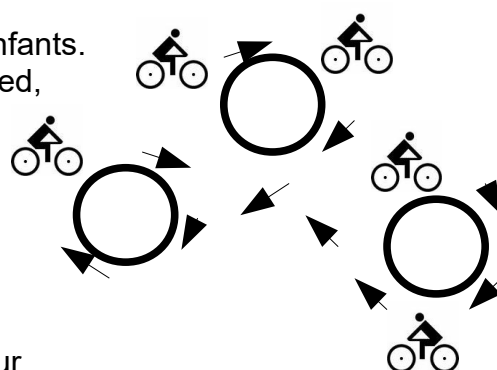
|  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. <b>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</b></li> </ol> | <p><b>Je tourne autour des cerceaux</b></p> |
|--|---|---|

|                           |                                     |
|---------------------------|-------------------------------------|
| <p><b>Objectif(s)</b></p> | <p><b>Effectuer des virages</b></p> |
|---------------------------|-------------------------------------|

**But pour l'élève :** Faire le tour complet de l'objet sans poser le pied au sol.

**Dispositif :**

3 ou 4 cerceaux sont disposés en face de chaque colonne d'enfants. Les élèves pédalent jusqu'au premier cerceau, sans lever le pied, en font le tour (le plus près possible), repartent vers le deuxième cerceau et ainsi de suite.



**Consigne :** « Fais le tour des cerceaux sans t'arrêter et sans poser les pieds par terre. »

**Matériel :** cerceaux, tricycles, vélos avec ou sans stabilisateur

**Règles de sécurité :**

Laisser un espace très important entre les cerceaux.  
Ne pas aborder les cerceaux trop rapidement.  
Maintenir la distance entre les cyclistes.

| <p><b>Critère(s) de réussite :</b></p>                                | <p><b>Variante(s)</b></p>   |
|---|---|
| <p>Réussir à tourner autour des cerceaux sans perdre l'équilibre.</p> | <p>Varier la taille des cerceaux.</p> <p>Imposer un sens de rotation.</p> <p>Tracer un cercle autour des cerceaux à environ 50 cm : ne pas franchir le tracé.</p> |

**Observations :**



|   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b></p> <p>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. <b>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</b></li> </ol> | <p><b>Je roule dans un couloir rectiligne qui se rétrécit</b></p> |
|---|---|---|

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <p><b>Objectif(s)</b></p> | <p><b>Maîtriser la direction de son vélo dans un espace rectiligne.</b></p> |
|---------------------------|---|

**But pour l'élève :** Conduire sans franchir les lignes.

**Dispositif :**

Les élèves évoluent sur un parcours matérialisé par des lattes plates ou des cordes. Les lattes sont d'abord espacées de 50 cm, puis 35 cm, 20 cm pour la fin du parcours.

**Consigne :** « Roule entre les cordes, suis le chemin. »



**Matériel :** lattes plates  
tricycles, vélos avec ou sans stabilisateur

**Règles de sécurité :**

Maintenir la distance entre les cyclistes.

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Critère(s) de réussite :</b></p> <p>Réussir à contrôler son véhicule pour ne pas franchir les lignes.</p> | <p><b>Variante(s)</b></p> <p>Rouler sur des tracés peints au sol dans la cour ou sur le plateau d'évolution (marelles, circuits, etc.).</p> |
|---|---|

**Observations :**



|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b></p> <p>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. <b>Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée).</b></li> </ol> | <p><b>Je roule dans un couloir en courbe</b></p> |
|---|---|--|

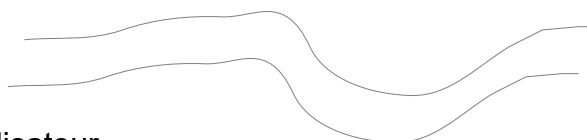
|                           |   |
|---------------------------|---|
| <p><b>Objectif(s)</b></p> | <p><b>Maîtriser la direction de son vélo dans un espace curviligne.</b></p> |
|---------------------------|---|

**But pour l'élève : Conduire sans franchir les lignes.**

**Dispositif :**

Les élèves évoluent sur un chemin matérialisé par des cordes. Les cordes sont disposées de telle manière que les élèves soient amenés à tourner le guidon tout en roulant et en laissant la roue avant à l'intérieur des 2 cordes.

**Consigne :** « Suis le chemin. »



**Matériel :** cordes, tricycles, vélos avec ou sans stabilisateur

**Règles de sécurité :**

Maintenir la distance entre les cyclistes.

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>Critère(s) de réussite :</b></p> <p>Réussir à contrôler son véhicule pour ne pas franchir les lignes.</p> | <p><b>Variante(s)</b></p>   |   |
|   | <p><b>Plus facile :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- écarter les 2 cordes</li> <li>- réduire la nombre de virages</li> <li>- augmenter la distance entre 2 virages</li> </ul> | <p><b>Plus difficile :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- réduire l'écart entre les 2 cordes</li> <li>- augmenter le nombre de virages</li> <li>- placer les virages de manière rapprochée</li> </ul> |

**Observations :**



|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>CYCLO</b><br/><b>Stade 1</b><br/>Être capable de se déplacer de manière autonome dans un espace protégé.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Connaître son vélo.</li> <li>2. Manipuler son vélo.</li> <li>3. S'équilibrer.</li> <li>4. Utiliser ses freins.</li> <li>5. Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.</li> <li>6. <b>Conduire (changer de direction, suivre <u>une trajectoire déterminée</u>).</b></li> </ol> | <p><b>Je me déplace sur un parcours ville</b></p> |
|--|--|---|

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <p><b>Objectif(s)</b></p> | <p><b>Effectuer un circuit en respectant des règles de sécurité routière</b></p> |
|---------------------------|--|

**But pour l'élève :** Conduire son vélo en respectant les règles de sécurité routière

**Dispositif :**

Parcours : réaliser un circuit-ville dans la cour, la salle de jeu (ou espace protégé) avec des panneaux et des intersections.

**Consigne :** « Déplace-toi sur le circuit en respectant les panneaux de signalisation. »

**Matériel :** tricycles, vélos avec ou sans stabilisateur, panneaux , plots, craies, rubalise pour matérialiser les intersections

**Règles de sécurité :**

Maintenir la distance entre les cyclistes.

Travailler dans un espace dégagé suffisamment étendu et plat.

|  |                             |  |
|--|-----------------------------|--|
| <p><b>Critère(s) de réussite :</b></p> <p>Se déplacer en respectant les règles de sécurité routière.</p> | <p><b>Variante(s)</b></p>   |  |
|  | <p><b>Plus facile :</b></p> | <p><b>Plus difficile :</b><br/>- varier le nombre de cyclistes et de piétons</p> |

**Observations :**



# EVALUATION FIN DU STADE 1

Colorie sur le vélo, la zone qui correspond à ce que tu sais faire :

1. Je sais montrer le guidon, la selle, les pédales, les roues, le cadre, la chaîne et les freins.
2. Je sais pédaler.
3. Je sais rouler en ligne droite.
4. Je sais tourner.
5. Je sais freiner.
6. Je sais me déplacer sur un parcours.



# Interdisciplinarité et activité cyclo en maternelle

Programmes de l'école maternelle 2008

## Education Physique et Sportive

L'activité physique et les expériences corporelles contribuent au développement moteur, sensoriel, affectif et intellectuel de l'enfant. Elles sont l'occasion d'explorer, de s'exprimer, d'agir dans des environnements familiers, puis, progressivement, plus inhabituels. Elles permettent de se situer dans l'espace.

L'enfant découvre les possibilités de son corps ; il apprend à agir en toute sécurité tout en acceptant de prendre des risques mesurés, et à fournir des efforts tout en modulant son énergie. Il exprime ce qu'il ressent, nomme les activités et les objets manipulés ou utilisés, dit ce qu'il a envie de faire.

Grâce aux diverses activités, les enfants acquièrent une image orientée de leur propre corps. Ils distinguent ce qui est : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, puis à droite et à gauche, loin et près. Ils apprennent à suivre des parcours élaborés par l'enseignant ou proposés par eux ; ils verbalisent et représentent ces déplacements.

- Connaître son vélo.
- Manipuler son vélo.
- S'équilibrer.
- Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.
- Utiliser ses freins.
- Conduire (changer de direction, suivre une trajectoire déterminée.)

## La maîtrise de la Langue Française S'approprier le langage

- raconter, en se faisant comprendre, un épisode vécu inconnu de son interlocuteur, ou une histoire inventée.
- comprendre un message et agir ou répondre de façon pertinente.
- nommer avec exactitude un objet, une personne ou une action ressortissant à la vie quotidienne.

**exemples :** bilans oraux à l'issue de l'activité cyclo, (utilisation du vocabulaire spécifique à l'activité, des verbes d'action,...)

## Découverte du Monde Se repérer dans l'espace

- comprendre et utiliser à bon escient le vocabulaire du repérage et des relations dans le temps et dans l'espace.
- se situer dans l'espace et situer les objets par rapport à soi.

**exemples :** exercices de repérage dans la classe et dans la cour ( cf doc USEP « Orientation cycle 2 »), travail sur le vocabulaire de positionnement (devant/derrière; gauche/droite; dessus /dessous; loin / près; faire le tour de...)

## Découverte du Monde Se repérer dans le temps

- situer des événements les uns par rapport aux autres.

**Exemples:** histoire de la bicyclette à travers le temps, chronologie des différents moments ou des différentes actions vécus(ues) pendant la séance cyclo, etc...

## Découverte du Monde Découvrir le vivant

- nommer les principales parties du corps humain et leur fonction, distinguer les cinq sens et leur fonction ;
- connaître et appliquer quelques règles d'hygiène du corps, des locaux, de l'alimentation.

**exemples:** connaissance du corps: des membres , des articulations et des muscles. Connaissance de l'hygiène du corps et de l'alimentation. Connaissance des mouvements du corps sur un vélo.

## Devenir élève

Vivre ensemble, coopérer, devenir autonome

- respecter les autres et respecter les règles de la vie commune.
- écouter, aider, coopérer ; demander de l'aide.
- éprouver de la confiance en soi ; contrôler ses émotions.
- exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires.

**exemples :** être autonome sur un parcours, mémoriser des panneaux du code de la route, connaître les règles de sécurité et les respecter.



## **Découverte du Monde**

### Se repérer dans l'espace

- Exercices de repérage dans la classe et dans la cour (jeux d'orientation)
- Travail sur le vocabulaire de positionnement (devant / derrière; dessous / dessus; gauche / droite; loin/près ;faire le tour de...etc...)
- 

## **La maîtrise de la Langue Française**

### S'approprier le langage

- Bilans oraux à l'issue de l'activité cyclo (utilisation des verbes d'action)
- Mémoriser le vocabulaire propre au vélo (roue,selle,guidon,freins,pédales) et les utiliser dans des phrases.

## **Découverte du Monde**

### Découvrir le vivant

- Découvrir les parties du corps: leurs caractéristiques et leurs fonctions.
- Analyser les mouvements du corps sur un vélo.
- Travail sur la santé: alimentation et hygiène du corps.

## **Education Physique et Sportive**

### **ACTIVITE CYCLO**

- Connaître son vélo.
- Manipuler son vélo.
- S'équilibrer.
- Utiliser ses freins.
- Démarrer, se propulser, faire varier sa vitesse.

## **Devenir élève**

### Vivre ensemble, coopérer, devenir autonome

- Se déplacer sur un parcours de façon autonome.
- Respecter les règles de sécurité: port du casque, espace entre 2 vélos, etc...
- Connaître quelques panneaux du code de la route et leur signification.

## **Découverte du Monde**

### Se repérer dans le temps

- Histoire de la bicyclette: remettre dans l'ordre les images des différents vélos du plus ancien au plus récent)
- Images séquentielles du parcours vélo à remettre dans l'ordre.



## Le Tout P'tit Tour Maternelle

En 2005, l'USEP 58 a fait le choix de créer un groupe de travail chargé de réfléchir à l'activité cyclo aux cycles 1 et 2.

Ce groupe de travail a réalisé un document intitulé « l'enfant pilote » à destination des enseignants animateurs USEP en cycle 1 et 2. Celui-ci comprend :

- le déroulement de 8 séances progressives dont les objectifs principaux sont :
  - se déplacer sur un engin roulant stable ( tricycle ) ;
  - prendre des informations sur les autres et les obstacles ;
  - s'équilibrer et maîtriser sa vitesse.
- une séance d'évaluation sommative ;
- un exemple de rencontre USEP « le Tout P'tit Tour Maternelle ».

Cette première rencontre a eu lieu le mercredi 7 juin 2006. Elle a rassemblé 250 enfants répartis sur cinq sites.

C'est désormais une activité régulièrement inscrite au programme des rencontres départementales Hors Temps Scolaire de l'USEP Nièvre.



# Bibliographie



- ★ BO : 21/09/1999 ; 31/10/2002 APER ; Circulaire APS 1/12/2003
- ★ Livret P'Tit tour 2010, USEP
- ★ Essai de réponses Cyclisme à l'école , éditions Revue EP.S, juin 1999
- ★ VELO A L'ECOLE Niveau 1 et compétences du cycle 3, Programmes de l'école Primaire, Sylvain DUMAS, Éducateur du SAS Ville de Lyon et Raymond Reynaud CPC EPS Lyon Part Dieu, octobre 2004
- ★ VELO A L'ECOLE Niveau 2 et compétences du cycle 3, Programmes de l'école Primaire, Sylvain DUMAS, Éducateur du SAS Ville de Lyon et Raymond Reynaud CPC EPS Lyon Part Dieu, octobre 2004
- ★ La bicyclette et l'Attestation de Première Education à la Route aux Cycles 2 & 3, Serge LEVAUFRE CPC-EPS, 2007-2008
- ★ Apprendre à faire du vélo dès la maternelle, Marie-José Le Calvez & Francine Renard, Éditions Revue EP.S, novembre 2001
- ★ Cyclisme à l'école primaire Maîtriser le vélo et se préparer pour effectuer des sorties en milieu ouvert, <http://webetab.ac-bordeaux.fr/Primaire/64/EPS64/pedagogie/proposition/VELO/situations/Doc%20EPS.pdf>
- ★ Sitographie pour organiser des activités vélo à l'école, <http://pedagogie.ia84.ac-aix-marseille.fr/web-eps/doc/Sito-velo84.pdf>
- ★ Association prévention routière, <http://www.preventionroutiere.asso.fr>
- ★ Mise en œuvre d'une attestation de première éducation à la route dans les écoles maternelles et élémentaires, Ministère de l'Education Nationale, B.O. N° 40 du 31/10/2002
- ★ Livret La sécurité routière à l'école primaire, ministère chargé de l'Éducation nationale, en partenariat avec le ministère chargé de l'Équipement et avec le soutien de l'association Prévention MAIF, livret disponible sur le site [eduscol.education.fr](http://eduscol.education.fr), année scolaire 2007/2008
- ★ La sécurité routière à l'école primaire – année scolaire 2004/2005 - cycle1, cycle 2, cycle 3 MAIF/MEN/Sécurité Routière, livrets disponibles sur le site : [eduscol.education.fr/D0163/livretEcole.htm](http://eduscol.education.fr/D0163/livretEcole.htm)
- ★ Cédérom MAE C1, C2 Anastase (la rue) / Cédérom MAIF Les inséparables (trajet scolaire)
- ★ Les fiches USEP 58 concernant les points évoqués :
  - Consignes de circulation
  - Place et rôle de l'adulte sur la route
  - Fiches APER extraites du B.O. n°40 du 31 octobre 2002, cycle 3.
- ★ Fiches équipe EPS 58 : Agrément - Rôle des bénévoles.

