



PROJET / ACTIVITE DE PILOTAGE

« Du piéton à la roue, De la roue au cycliste modèle »

<u>But</u>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Travailler la bicyclette dans toute sa dimension : entretien de l'engin, connaissance réglage, réparation... ✓ Projet dans le cadre de la validation de l'APER
<u>Objectif</u>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acquérir une bonne maîtrise de l'activité de pilotage (manipulation/déplacements simples/équilibre/réparation)
<u>Ressources :</u>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Prêt de vélos à la Préfecture / Rectorat / USEP / Parents / Assurance ✓ Association La Kaz à vélo (apprentissage réparation)
<u>Mise en œuvre</u>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Préalables en classe : Découverte de l'appareil : vélo (différentes parties, fonction, vocabulaire, manipulation)

- <u>Premier contact</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Permettre un premier rapport avec le vélo • Diverses actions à réaliser à pied : prendre le vélo, le relever, le maintenir en équilibre, le poser contre un mur, le faire faire, aller d'un point à un autre en le conduisant par le guidon
1 – conduire son vélo par le guidon	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer lentement, en allant droit et revenir en passant entre des plots, de caissettes, en suivant un tracé
2 - Se déplacer en « patinettes » et « draisiennes »	<ul style="list-style-type: none"> • Enfourcher le vélo et pousser sur ses pieds • Pousser d'un pied à partir d'une caissette et se servir du vélo comme patinette
3 - Mettre les pieds sur les pédales	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre de l'élan avec ses pieds pour aller loin, aller droit, suivre un tracé • Mettre les pieds sur les pédales et se faire pousser • Essayer de suivre quelqu'un qui marche devant ou à côté de soi
<u>Découverte :</u>	<p><u>Objectif :</u> confronter les élèves aux problèmes simples du pilotage du vélo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se propulser (pousser avec les pieds) • Savoir s'arrêter avec les pieds, maîtriser un équilibre et sa trajectoire...

Situation 1 :	<ul style="list-style-type: none"> • Aller droit le plus loin possible (en suivant ou pas une ligne, un repère) • Se déplacer en draisienne soit en patinette, soit avec les pieds sur les pédales après avoir fourni un élan pour parcourir le chemin
Situation 2 :	<ul style="list-style-type: none"> • Suivre le tracé choisi (6 à 8 parcours) • Comme à la situation 1, en plus chaque élève matérialise sa réussite par la prise d'une étiquette du chemin parcouru
Situation 3	<p><u>Réaliser les parcours (ateliers)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser plusieurs parcours
	<p>Objectif : améliorer la propulsion et l'équilibre : de la position en « draisienne » aux premiers pédalages</p>
Situation 1	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer en patinette (sur une pédale) ou en draisienne (assis sur la selle)
Situation 2	<ul style="list-style-type: none"> • Rester les 2 pieds sur les pédales, en franchissant les limites matérialisées au sol
Situation 3	<ul style="list-style-type: none"> • Pédaler en continuité, sans poser les pieds au sol • <u>En classe</u> : synthèse sur le cahier d'EPS
<u>Entraînement</u> A – S'entraîner pour progresser	<p>Objectif : Maîtriser sa propulsion et le freinage (utilisation des freins du vélo)</p>
Situation 1 :	<p><u>Démarrer et s'arrêter</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser un trajet choisi en respectant les différentes zones (d'élan de roue, libre, de freinage)
Situation 2 :	<p><u>S'arrêter</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Savoir freiner en évitant un obstacle
Situation 3 :	<p><u>Démarrer, rouler</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser différentes actions dans le trajet de son choix (Démarrer, rouler, freiner, s'arrêter et repartir)
Situation 4 :	<p><u>Suivre un camarade</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser un parcours en suivant un camarade qui marche ou court et en reproduisant ce qu'il fait <p><u>Synthèse en classe</u></p>
B – S'entraîner pour progresser et aller plus loin : mieux conduire	<p>Objectif : Améliorer l'habileté de conduite du vélo</p>
Situation 1 :	<p><u>Faire comme...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendre de l'élan et se mettre debout sur les pédales • Pédaler et lâcher 1 main, puis l'autre • Lever un pied des pédales, puis l'autre, puis les deux...
Situation 2 :	<p><u>Réaliser un gym kana</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser 4 parcours constitués de 4 zones : élan, conduite, équilibre et précision (stockage d'étiquettes dans 1 enveloppe)
Situation 3 :	<p><u>Rouler ensemble</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Par 2 ou 3 couples, dans un espace réduit • Tous les couples, en dispersion, ensemble sur un seul espace, un espace vaste • a- le 1^{er} cycliste suit le second, puis on inverse • b- le cycliste roule, s'arrête, repart • c- garder la distance entre les 2 cyclistes • d- rouler l'un à côté de l'autre

Objectif	<p style="text-align: center;">Activité de pilotage et APER</p> <p>➤ Choisir un itinéraire en respectant les consignes, les marquages, les panneaux du code de la route</p> <p>Activités préalables en classe : schémas (lecture de panneaux, décodage, repérage...)</p>
Situation 1 :	<p>Respecter les panneaux</p> <ul style="list-style-type: none"> • Représentation d'un circuit à l'aide de cordes sur lequel sont disposés des panneaux (travaillés en classe) • Les élèves évolueront en vélo
Situation 2 :	<p>Utiliser un rond point</p> <ul style="list-style-type: none"> • Idem, que séance 1 : avec plusieurs rond points représentés, plusieurs entrées et sorties possibles • L'élève s'exerce seul, en suivant un camarade, en respectant les consignes transmises par l'enseignant ou un autre élève.
Situation 3 :	<p>S'exercer dans différents itinéraires</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un dispositif avec des itinéraires simples et complexes • Les élèves travaillent en binôme : 1 cycliste / 1 observateur <p>Synthèse en classe</p>
Objectif :	<p style="text-align: center;">Le Permis cycliste</p> <p>➤ Permettre à l'enfant d'être confronté à une évaluation finale du permis vélo</p>
Situation 1 :	<p>Situation dans la cour :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Itinéraires divers avec des degrés de difficultés : obstacles sur le parcours : slalom, pente, pont, panneaux, engins roulants, piétons
Situation 2 :	<p>Situation dans un espace plus vaste :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mise en situation réelle, authentique de circulation en milieu non protégé (à l'extérieur), en respectant le code de la route et les attitudes de conduites inhérentes : le parcours citoyen

Fréquence	1 fois par semaine si le matériel est disponible dans l'école / ou établissement d'une programmation sur une durée donnée (prêt des vélos) permettant aux différentes classes l'utilisation optimale du matériel
Intervenants/Partenaires	<p>Un parrain par école (cyclistes de différents clubs de cyclisme, pour encadrer et transmettre les savoirs être et faire, leurs connaissances techniques...)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La Police Nationale pour le permis cycliste, à l'école et hors de l'école ➤ La Gendarmerie ➤ L'USEP ➤ La MAE ➤ La GMF ➤ La Préfecture ➤ Les collectivités ➤ Associations pour la réparation ➤ Parents d'élèves