

AO2 SPORTS
Olivier AUBRY
31 rue Paul Fort
49100 ANGERS
☎ **06.35.13.71.22**
➤ **ao2sports@gmail.com**

ECOLE A VELO

Découverte de l'école à vélo



OBJECTIFS

⇒ Amener des enfants vers une autonomie en vélo en toute sécurité.

⇒ Sensibiliser les enfants des écoles primaires à l'intérêt du vélo comme moyen de déplacement individuel et collectif.

L'opération doit permettre de valoriser ou d'initier cette approche dans les domaines pédagogiques relatifs à de la santé, de la sécurité routière ainsi que celui de l'environnement et du développement durable.

PUBLIC

Education nationale (enseignement privé ou public)
Elèves de cycle 2 et 3 (CE1-CE2)-(CM1-CM2)

DEMARCHE PEDAGOGIQUE

Sécurité à vélo.
Sensibilisation à l'environnement.

MATERIEL

Coupelles plastiques.
Vélos et casques fournis par les enfants ou en location.(9€ en location vélo+casque avec VERT-EVENT)

CYCLE. → CONTENU DE LA SÉQUENCE PROPOSÉE

6 séances avec un objectif de déplacement de la maison au collège en toute sécurité.

- Mon casque, mon vélo, le freinage.
- Donner une direction, trouver mon équilibre.
- Trouver la bonne vitesse.
- Le rond point, les stops, les départs.
- Le rond point, les stops, les départs du stop, priorité à droite.
- Sortie en extérieur, mise en situation réelle, autonomie.

Tarif : 40 € HT/heures 48€ TTC *6 séances = 240€ TTC. Possibilité de location de vélos et casques pour l'activité par la société VERTEVENT : 9€ TTC de l'heure / par vélo.

Contraintes/difficultés à prendre en compte.

Trouver un endroit assez grand pour réaliser les exercices.
S'adapter quand les enfants n'ont pas de casques ou de vélos.
Prendre en compte les enfants qui ne sont pas à l'aise sur un vélo.
Prendre en compte la peur des enfants.
Evaluer les différents niveaux de compréhension de chacun (droite de la gauche).

MON PUBLIC, MA DEMARCHE

Spécificités du public ciblé :

Je m'adresse à des enfants de cycle 3 d'une même école et d'une même classe avec une activité sur un temps d'EPS.

Les progrès moteurs sont importants (anticipation, régulation rapide). La capacité à traiter différents types d'informations en simultané s'accroît. L'enfant est capable de comprendre le pourquoi des apprentissages, leur sens.

DEMARCHE PEDAGOGIQUE

Amener des enfants vers une autonomie en vélo en toute sécurité.

Leur faire prendre conscience des bienfaits du vélo pour l'environnement, leur corps.

Véhiculer par leur intermédiaire des prises de conscience vers (par ?) les parents.

Créer une cohésion entre eux pour pouvoir se sentir mieux et être plus sereins au sein de l'école.

Faire prendre conscience aux enfants des bienfaits du vélo ou du sport en général.

LE CYCLE

Finalités recherchées :

Sécuriser au maximum les déplacements des enfants à vélo.

Amener les écoles à proposer des personnes professionnelles pour animer des séances d'EPS.

Pour le pratiquant : réussir à mettre en pratique tous les fondamentaux vus au préalable pour pouvoir se déplacer en toute sécurité.

Réussir à prendre ou reprendre goût au vélo et au sport.

Prendre conscience que l'activité physique peut aider dans la vie de tous les jours.

Ne pas se désociabiliser en restant devant les écrans.

Se sentir bien dans son corps et dans sa tête.

Organisation générale :

Nombre de séances, durée, rythme, lieu et créneau.

Six séances hebdomadaires

Les séances :

S1 : mettre correctement mon casque, connaître l'anatomie du vélo, le freinage.

Etre capable de régler correctement mon casque tout seul.

Etre capable d'identifier les différentes parties de mon vélo.

Etre capable de freiner dans des zones bien délimitées.

S2 : l'équilibre.

Etre capable de lâcher mon bras droit.

Etre capable de lâcher mon bras gauche.

Etre capable de me mettre en cavalier sur mon vélo.

Etre capable de trouver mon équilibre avec le pied gauche et la pédale de gauche seulement.

Etre capable de monter sur mon vélo en passant ma jambe par l'arrière en roulant.

S3 : la propulsion.

Etre capable de mettre un gros rapport (grand plateau, petit pignon)

Etre capable de dire mon ressenti par rapport à ce développement.

Etre capable de mettre un petit rapport (petit plateau, grand pignon)

Etre capable de dire mon ressenti par rapport à ce développement.

Etre capable de trouver le développement le plus adapté pour moi.

Etre capable de m'arrêter à deux plots en guise de stop.

S4 : mise en place d'un circuit avec un rond point.

Etre capable de circuler dans un circuit avec un rond point.

Etre capable de tendre son bras gauche dans le rond point pour avertir les autres usagers.

Etre capable de tendre son bras droit pour indiquer la sortie que je souhaite prendre.

Etre capable de rouler sur l'extérieur de l'anneau giratoire pour être en sécurité.

Etre capable de m'arrêter au stop prédéfini dans le circuit.

Etre capable de partir au stop à 2, 4, 6 vélos en toute sécurité.

Etre capable de rouler à 2, 4, 6 vélos sur le circuit avec les règles de sécurité.

S5 : mise en place d'un circuit avec un rond point et une priorité à droite.

Etre capable de circuler dans un circuit avec un rond point.

Etre capable de tendre son bras gauche dans le rond point pour avertir les autres usagers.

Etre capable de tendre son bras droit pour indiquer la sortie que je souhaite prendre.

Etre capable de rouler sur l'extérieur de l'anneau giratoire pour être en sécurité.

Etre capable de m'arrêter au stop prédéfini dans le circuit.

Etre capable de partir au stop à 2, 4, 6 vélos en toute sécurité.

Etre capable de rouler à 2, 4, 6 vélos sur le circuit en respectant les règles de sécurité.

Etre capable de laisser la priorité à droite aux autres usagers.

S6: Sortie en extérieur encadrée par l'éducateur, le maitre et des parents ou personnes bénévoles.

Sur un circuit élaboré avec l'enseignant de la classe : mise en condition réelle des règles de sécurité vues lors des séances précédentes.

EVALUATION.

Auto évaluation + évaluation de l'enseignante

➔ Co-évaluation.