

DOSSIER PÉDAGOGIQUE SUR LA MOBILITÉ SCOLAIRE À DESTINATION DES ENSEIGNANTS



INTRODUCTION



Ce dossier est le résultat de la **collaboration entre quatre GAL** qui regroupent chacun plusieurs communes :



Le GAL Pays de l'Ourthe

Durbuy, Erezée,
Hotton, Houffalize,
La Roche-En-
Ardenne, Manhay,
Rendeux



Le GAL Burdinale Mehaigne

Braives, Burdinne,
Héron et Wanze



GAL Condroz-Famenne

Havelange, Hamois,
Ciney et
Somme-Leuze



Le GAL Romana

Rochefort,
Marche-En-
Famenne et
Nassogne

Les GAL sont des associations qui accompagnent et soutiennent des projets d'acteurs locaux et de citoyens en lien avec l'économie locale et l'environnement. Ils organisent des rencontres, des animations, des outils pédagogiques et des formations dans des secteurs tels que la mobilité active, les énergies renouvelables, les circuits courts, le tourisme, etc...

POURQUOI CE DOSSIER ET POUR QUI ?

Depuis 2015, chacun des 4 GAL a développé des outils et animations pour mener à bien ses projets de mobilité dans les écoles. L'objectif à travers ce dossier à destination des enseignants est de **faciliter la mise en place de projets mobilité** dans leur établissement, ainsi que leur pérennisation.

COMMENT UTILISER CE DOSSIER ?

Dans ce dossier, vous trouverez 7 modules, chacun indépendant des autres : vous pouvez naviguer d'un module à l'autre sans contrainte et réaliser l'une ou l'autre action de manière isolée. Des pictogrammes indiquent à quel projet peut servir chaque module :



favoriser le déplacement à pied



favoriser le déplacement à vélo



favoriser la sécurité routière aux abords de l'école

Pour savoir par où commencer, nous vous suggérons de faire un **diagnostic**, une photo de la situation de mobilité à l'école. Comment les élèves et les enseignants viennent tous les jours à l'école ? Avec quel mode de déplacement ? Relever les différents modes et le nombre de personnes par mode. Analyser avec les élèves les avantages et les inconvénients de chaque mode de déplacement.

Vous pouvez ensuite **réaliser une carte** soit en version digitale, soit en version papier grand format pour visualiser tous les déplacements de la communauté scolaire au quotidien, se rendre compte des éventuels points de rencontre et des différentes possibilités à mettre en place pour une mobilité plus active. Cet état des lieux vous permettra également de vous orienter vers l'un des 7 modules à réaliser en priorité.

Par ailleurs, le guide de démarrage Vélobus est disponible au téléchargement sur le portail du SPW Mobilité & Infrastructures :

<http://mobilite.wallonie.be/home/je-suis/un-etablissement-scolaire/education-mobilite-et-securite-routiere-emsr/le-velobus.html>

REMERCIEMENTS

La cellule Éducation à la Mobilité et à la Sécurité Routière (EMSR) du SPW et particulièrement Bénédicte Vereecke pour sa relecture.

TABLE DES MATIÈRES

Module **La journée vélo** :

organiser une journée vélo pour les élèves. (5 pages)

Module **Le cyclo tour parrainé** :

organiser un tour où les élèves se font parrainer par des adultes. (9 pages)

Module **Ca gaze, et toi ?** :

sensibiliser et informer sur l'impact de notre mobilité. (10 pages)

Module **Le check up vélo** :

faire un contrôle de son vélo du point de vue technique et mécanique. (16 pages)

Module **La mobifestation** :

préparer une ou plusieurs manifestations sur des problématiques en lien avec la sécurité routière aux abords de l'école et la mobilité active. (6 pages)

Module **Le fabuleux défi** :

réaliser un max. de trajets vers l'école en mobilité plus douce. (7 pages)

Module **Le Passeport du cycliste** :

Apprendre à rouler à vélo sur la route en toute sécurité. (13 pages)



Avec le soutien de la



Wallonie



Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

MODULE

ÇA GAZE, ET TOI ?





Socles de compétence :	Éveil - formation historique et géographique • (Se) poser des questions Éveil - initiation scientifique • L'énergie • Les hommes et l'environnement Éducation physique • Maîtriser les grands mouvements fondamentaux de déplacement
Objectifs du module :	• Sensibiliser et informer sur l'impact de notre mobilité • Apprentissage de notions spécifiques : CO₂ ; effet de serre; énergie renouvelable et non renouvelable
Public-cible :	Écoles primaires
Temps de préparation :	2 périodes
Durée :	2 périodes
Partenaires potentiels :	GAL

Matériel nécessaire	Où le trouver	☒
Ensemble d'objets et d'images avec un maximum de moyens de déplacement	Les images et les objets sont à collecter par l'enseignant (Annexe 1 – liste non-exhaustive). Néanmoins, vous trouverez des images à imprimer en annexe 2. <i>Egalement disponible dans la mallette pédagogique du GAL Pays de l'Ourthe</i>	☐
Jeu de cartes sources d'énergie	Voir annexe 3 ou également disponible dans la mallette pédagogique du GAL Pays de l'Ourthe	☐
Boîte en bois sur les productions de CO2	<i>Egalement disponible dans la mallette pédagogique du GAL Pays de l'Ourthe</i>	☐
Chasubles pour les enfants qui représentent les rayons solaires	<i>Egalement disponible dans la mallette pédagogique du GAL Pays de l'Ourthe</i>	☐

Cordes, craie, branches ou autres objets pour délimiter une ligne de départ et une ligne d'arrivée	<i>Egalement disponible dans la mallette pédagogique du GAL Pays de l'Ourthe</i>	☐
Bouées	<i>Egalement disponible dans la mallette pédagogique du GAL Pays de l'Ourthe</i>	☐



INTRODUCTION

L'idée de ce module de jeu est de sensibiliser et informer sur l'impact de notre mobilité. Les enfants sont amenés à réfléchir à la source d'énergie qui fait avancer nos différents moyens de déplacement. Ils apprennent la différence entre énergie renouvelable et non renouvelable. Ils appréhendent l'effet de serre en se mettant dans la peau d'un rayon de soleil...

DÉROULEMENT

TEMPS 1 : LES DIFFÉRENTS MOYENS DE DÉPLACEMENT – 20 MINUTES

Matériel :

Ensemble d'objets et d'images avec un maximum de moyens de déplacement (cf. liste en annexe 1).

Déroulé :

Question ouverte aux élèves : ***Citez un maximum de moyens de transport que vous connaissez.***

Proposer aux élèves de prendre un moyen de transport, idéalement chacun un différent. S'ils ont du mal à les trouver, leur donner des pistes (cacher le pot de véhicules dans une chasuble car les enfants regardent plutôt que de réfléchir eux-mêmes).

Si les élèves donnent un moyen de transport que nous n'avons pas, ils en prennent un autre à la place qui y ressemble au maximum.

TEMPS 2 : LES SOURCES D'ÉNERGIE - 30 MINUTES

Matériel :

- Jeu de cartes sources d'énergie (cartes jaunes en annexe 3 à imprimer)
- Boîte en bois sur les productions de CO₂

Déroulé :

Disposer les cartes sources d'énergie dans l'espace de la salle/pelouse.

Séparer en 2 parties, les sources d'énergies renouvelables d'un côté et les non renouvelables de l'autre.



Question aux élèves :

- Pourquoi a-t-on séparé les énergies en 2 groupes différents ? Que veut dire « énergie renouvelable » et « énergie non renouvelable » ?
- Quelle est, selon vous, la source d'énergie de votre moyen de déplacement ? Peut-il y en avoir plusieurs ?

Les élèves vont placer leur mode de déplacement sur une source d'énergie et expliquent leur choix (Annexe 4 : exemples de réponses possibles)

Pour aller plus loin : leur demander s'ils savent ce qu'est l'uranium et apporter une petite explication :

L'uranium est chauffé à très haute température dans des centrales pour qu'il produise de l'électricité. Le gros souci est de s'en débarrasser après. Cette source d'énergie, devenue déchet est enfouie sous terre car l'uranium est radioactif et donc dangereux.

Si les enfants demandent, leur expliquer que les gros panaches de fumée qui sortent des centrales sont de la vapeur d'eau et non du CO₂.

Question ouverte : **C'est quoi le « CO₂ » ?** (cf. définition en fin de document)

On passe à la boîte en bois sur les productions de CO₂.





Question : Penses-tu que le véhicule que tu as choisi produit beaucoup de CO₂ ?

Découverte du nombre de boules de CO₂ par moyen de transport : les élèves découvrent, chacun à leur tour, le nombre de boules de CO₂ du moyen de transport qu'ils ont choisi au début de l'atelier (l'explication du nombre de boules de CO₂ par mode de transport est disponible en annexe 5).

Les chaînes des moyens de transports producteurs de CO₂ sont étalées les unes à côté des autres pour comparaison à la fin du jeu.



Question : Quel est au final le plus gros producteur de CO₂ ?

Quels sont les moyens de transport qu'il vaudrait mieux utiliser pour venir à l'école en fonction de ce qu'on a observé ?

Si les enfants creusent la réflexion plus loin :

- Le nombre de boules de CO₂ tient compte d'un ratio entre la production de CO₂ et le nombre de personnes dans le véhicule.
- On ne compte pas le CO₂ issu de l'énergie grise, produit lors de la construction des véhicules (certains enfants s'interrogent sur l'impact de la voiture électrique).

TEMPS 3 : LE JEU DE L'EFFET DE SERRE – 30 MINUTES

Matériel :

- Chasubles pour les enfants qui représentent les rayons solaires
- Cordes, craie, branches ou autres objets pour délimiter la ligne de départ (ligne Atmosphère) et la ligne d'arrivée (ligne Terre)
- Bouées

Préparation :

Délimiter à l'aide de deux grandes cordes une ligne de départ et une ligne d'arrivée (distance environ 10-15m).

La ligne de départ représente l'atmosphère et la ligne d'arrivée la surface de la Terre.

Déroulé :

EXPLICATION DE L'EFFET DE SERRE GRÂCE À UN JEU EN 3 TEMPS

1. SANS L'EFFET « HUMAIN »

Les élèves se répartissent sur la ligne de départ (Atmosphère). Ce sont des rayons de soleil. On désigne 1 ou 2 attrapeurs.euses qui peuvent se mouvoir entre les deux lignes.

Ce sont les molécules de gaz à effet de serre. Ils ont une bouée autour d'eux (si ce sont des enfants un peu trop grands ou trop petits pour rentrer dans la bouée, ils peuvent la tenir et toucher les autres enfants avec – on peut choisir comment on attrape les autres mais on ne lance pas la bouée).

A l'aller (Atmosphère → Terre), les rayons de soleil ne peuvent pas être interceptés par les molécules de gaz à effet de serre.

Au retour (Terre → Atmosphère), les élèves se transforment en rayons thermiques.

A ce moment-là, ils peuvent être attrapé.e.s par la/les molécule(s) de gaz à effet de serre.

Une fois touchés, les élèves rayons thermiques rendent leur chasuble et aident les molécules de gaz à effet de serre à attraper les autres au milieu de la zone.

Ceux qui ne se font pas attraper, continuent à faire des allers/retours entre Atmosphère et Terre.

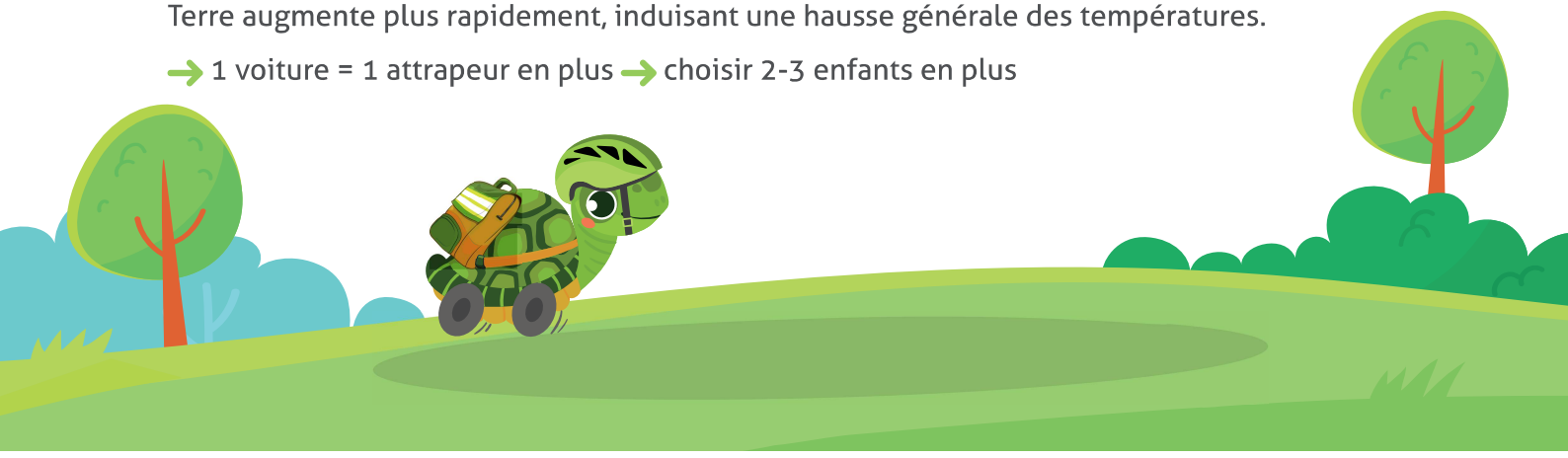
→ Préciser aux enfants qu'ils peuvent faire les allers/retours sans attendre le top départ de l'enseignant.e

2. AVEC L'EFFET « VOITURE À L'ÉCOLE »

L'Homme produit de plus en plus de gaz à effet de serre et ce sont ces derniers qui sont responsables des changements climatiques et du réchauffement de la Terre.

On passe à la variante « effet de serre induit par l'humain », on augmente le nombre d'attrapeurs (donc de gaz à effet de serre). Ainsi le nombre de rayons thermiques piégés à la surface de la Terre augmente plus rapidement, induisant une hausse générale des températures.

→ 1 voiture = 1 attrapeur en plus → choisir 2-3 enfants en plus



A ce stade, ce qui menace notre planète et ses habitants, ce n'est pas l'effet de serre naturel, mais son accroissement. En effet, les activités humaines depuis l'ère industrielle (transport, chauffage, production industrielle, ...) dégagent de grosses quantités de gaz à effet de serre (en particulier le CO₂) qui, en s'accumulant dans l'atmosphère, renforcent ou déséquilibrent l'effet de serre naturel. Les rayons infrarouges n'arrivent plus à s'échapper de l'atmosphère, ils sont piégés, ce qui provoque une élévation des températures terrestres moyennes et provoque les changements climatiques, avec tous les impacts négatifs que l'on connaît.

3. AVEC L'EFFET « MOINS DE VOITURES À L'ÉCOLE ET PLUS DE VÉLOS » PROPOSER AUX ÉLÈVES DE TROUVER UNE SOLUTION = VENIR À PIED OU À VÉLO

On revient en arrière et on enlève des voitures.

DÉFINITIONS :

CO2/dioxyde de carbone : Le dioxyde de carbone, plus communément employé sous sa formule moléculaire CO₂ (pour un atome de carbone et deux atomes d'oxygène), est un gaz sans couleur ni odeur. Il appartient au cycle du carbone sur la planète et s'avère à cet égard un élément crucial de ce cycle. Ainsi, l'être vivant transforme l'oxygène en CO₂, tandis que les plantes transforment le CO₂ en oxygène. Cet équilibre permet de préserver les écosystèmes et de permettre tant aux plantes qu'aux espèces animales et végétales de vivre.

Si le CO₂ est essentiel pour le cycle du carbone et joue un rôle primordial dans les procédés vitaux des êtres vivants et des plantes, il ne faut pas minimiser l'effet néfaste qu'il peut avoir en étant trop abondant dans l'atmosphère. En cas de surabondance, il est compliqué de le résorber entièrement, ce qui peut impacter l'environnement de manière catastrophique. (GEO, 2023)

Effet de serre : L'effet de serre est un phénomène naturel contribuant au réchauffement de la planète.

L'énergie solaire qui arrive sur Terre est en partie absorbée par l'atmosphère, la surface terrestre et les océans puis est à nouveau en partie réfléchi vers l'espace sous forme de rayonnement infrarouge.

La Terre est entourée d'une couche composée d'un mélange gazeux qu'on appelle l'atmosphère. Elle laisse passer la plupart des rayons du soleil, puis emprisonne une partie de leur chaleur et l'empêche de repartir. L'atmosphère retient une partie de la chaleur envoyée par le soleil grâce à certains gaz appelés les gaz à effet de serre. On appelle ce phénomène « l'effet de serre naturel » et sans lui, il ferait trop froid sur Terre (-18°C) et la vie ne pourrait pas se développer.

Energie non renouvelable : Une énergie non renouvelable (énergie fossile) est une source d'énergie qui se renouvelle trop lentement pour être considérée comme inépuisable à l'échelle de temps humaine. (Académie de Bordeaux, 2008)

Energie renouvelable : Une énergie renouvelable est une source d'énergie qui se renouvelle assez rapidement pour être considérée comme inépuisable à l'échelle de temps humaine. (Académie de Bordeaux, 2008)

SOURCES

Académie de Bordeaux, Energie, « Exemples simples de sources d'énergie », 2008.

(online : <http://educ47.ac-bordeaux.fr/sciences/fiches/en-se-s1.pdf>)

GEO, CO2 : qu'est-ce que le dioxyde de carbone ?, 2023.

(online : <https://www.geo.fr/environnement/co2-quest-ce-que-le-dioxyde-de-carbone-193560>)

Goodplanet, Explique-moi ... les énergies renouvelables, 2023.

(online : <https://www.goodplanet.org/fr/explique-moi-les-energies-renouvelables/>)

WWF Suisse, Activité climat, « L'effet de serre, Jeu de mouvement », janvier 2021.

(Online : <https://www.wwf.ch/sites/default/files/doc-2021-07/2021-01-materiel-pedagogique-jeu-effet-de-serre.pdf>)

ANNEXES

ANNEXE 1 : LISTE (NON-EXHAUSTIVE) DE MODES DE DÉPLACEMENT

ANNEXE 2 : IMAGES DE MOYENS DE DÉPLACEMENT

ANNEXE 3 : JEU DE CARTES SOURCES D'ÉNERGIE

ANNEXE 4 : QUELLE EST, SELON VOUS, LA SOURCE D'ÉNERGIE DE VOTRE MOYEN DE DÉPLACEMENT ?

ANNEXE 5 : EXPLICATION DU NOMBRE DE BOULES PAR MODE DE DÉPLACEMENT





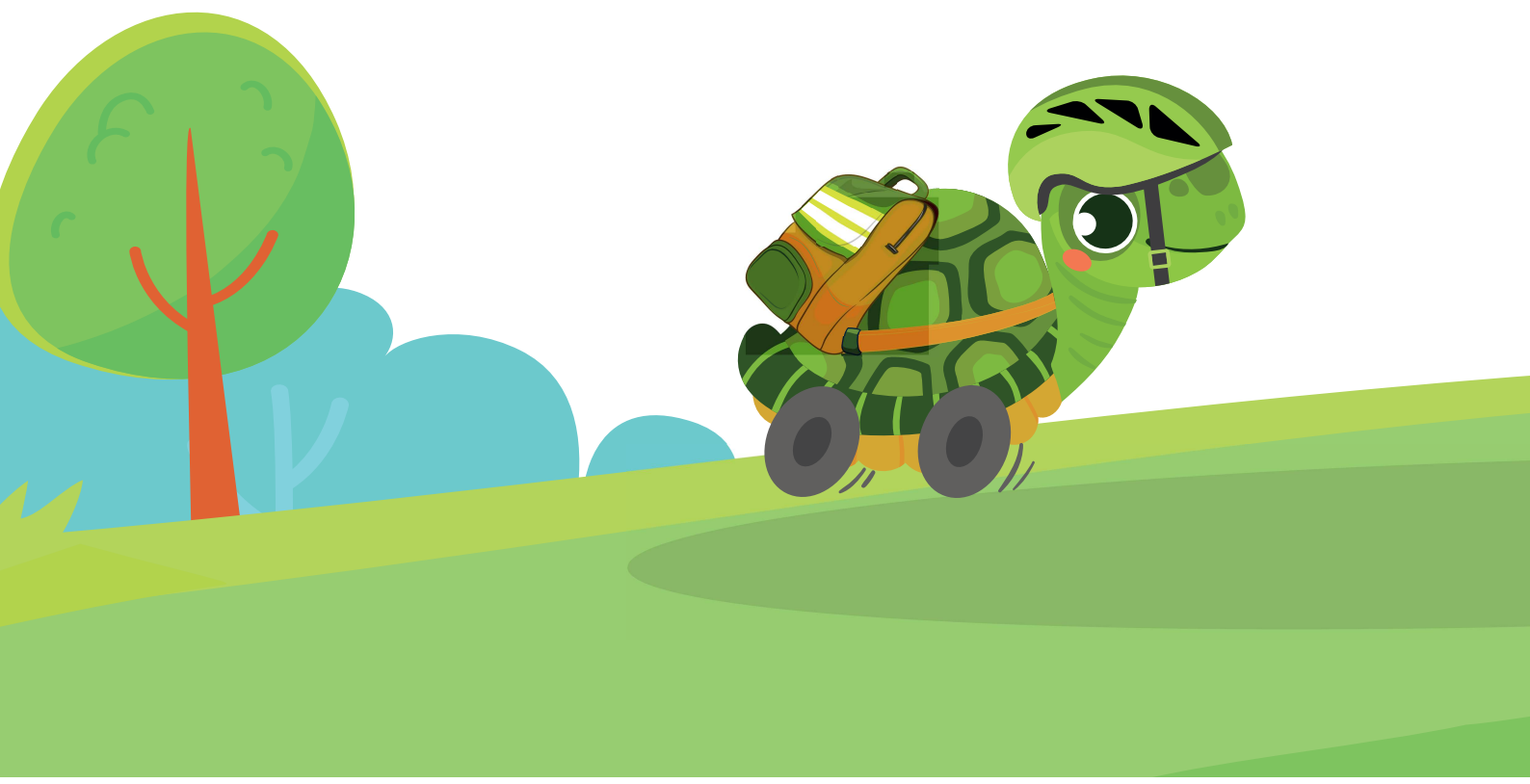
Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

ANNEXES

ANNEXE 1 : LISTE (NON-EXHAUSTIVE) DE MODES DE DÉPLACEMENTS



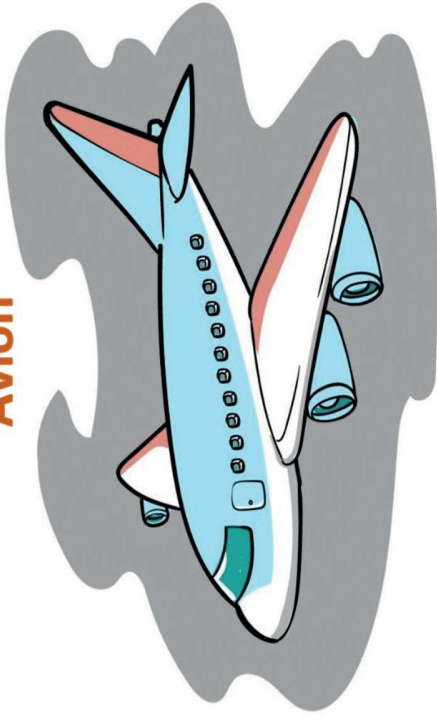
- Voiture
- Vélo
- Bus
- Bateau
- Hélicoptère
- Avion
- Poney
- Trottinette
- Métro
- Quad
- Train
- Skate
- Fusée
- Chaussure
- Rollers
- Moto
- Parapente
- La nage
- Surf
- Camion de marchandises
- Tracteur



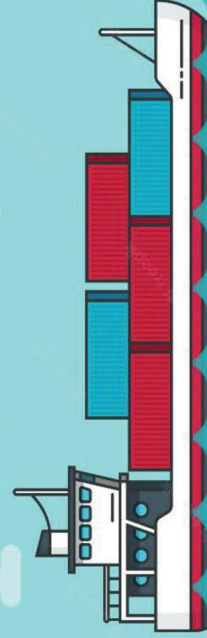
ANNEXE 2 : IMAGES DE MOYENS DE DÉPLACEMENT



Avion



Bateau



Bus



Camion de marchandises



Cheval



Fusée



Hélicoptère



Marche



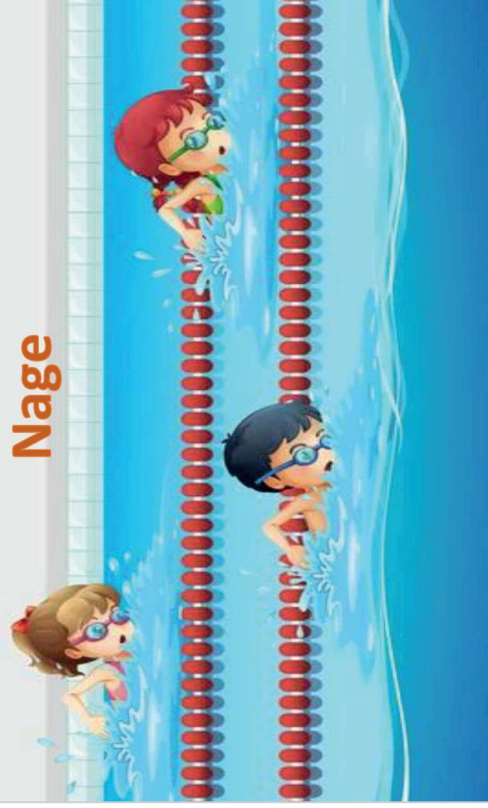
Parapente



Quad

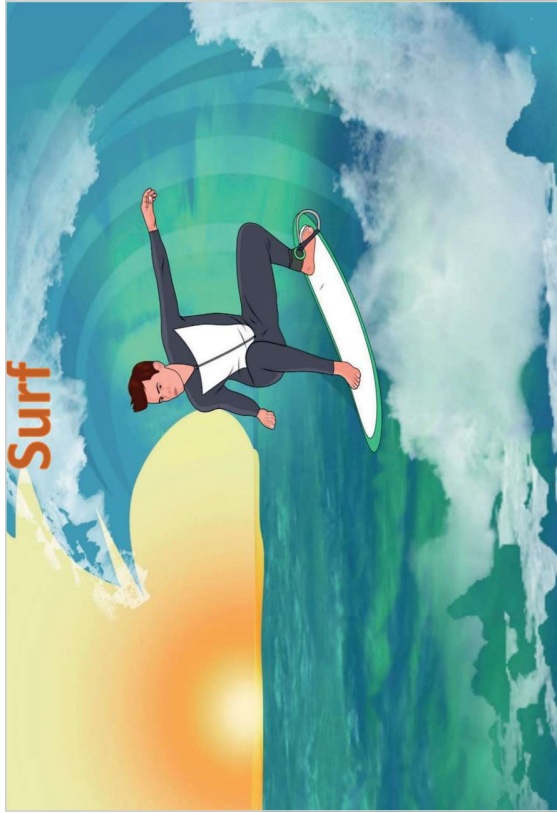


Nage



Moto





Rollers

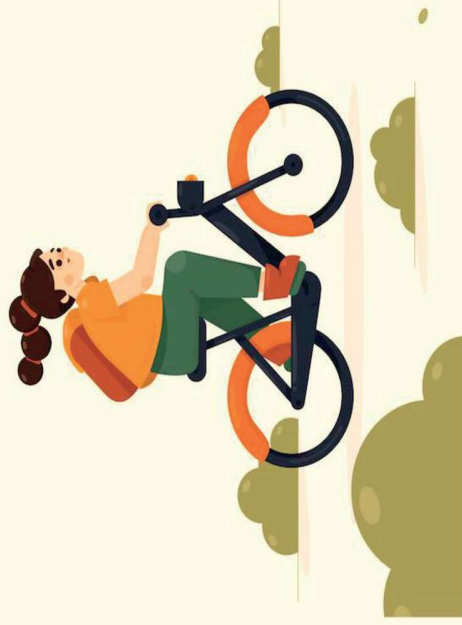


Tracteur



Skate

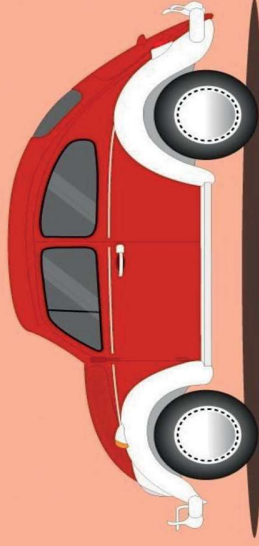
Vélo



Train



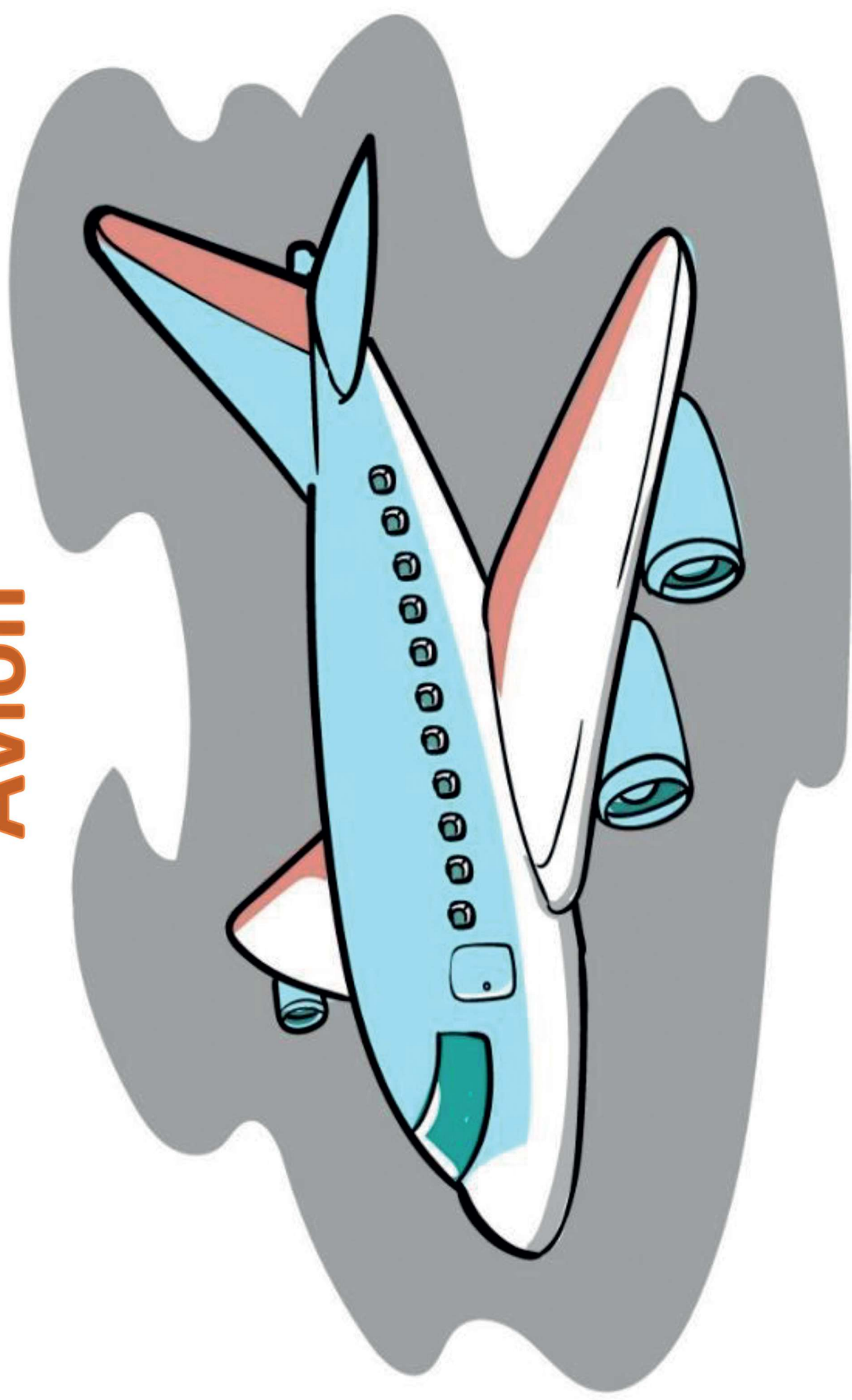
Voiture



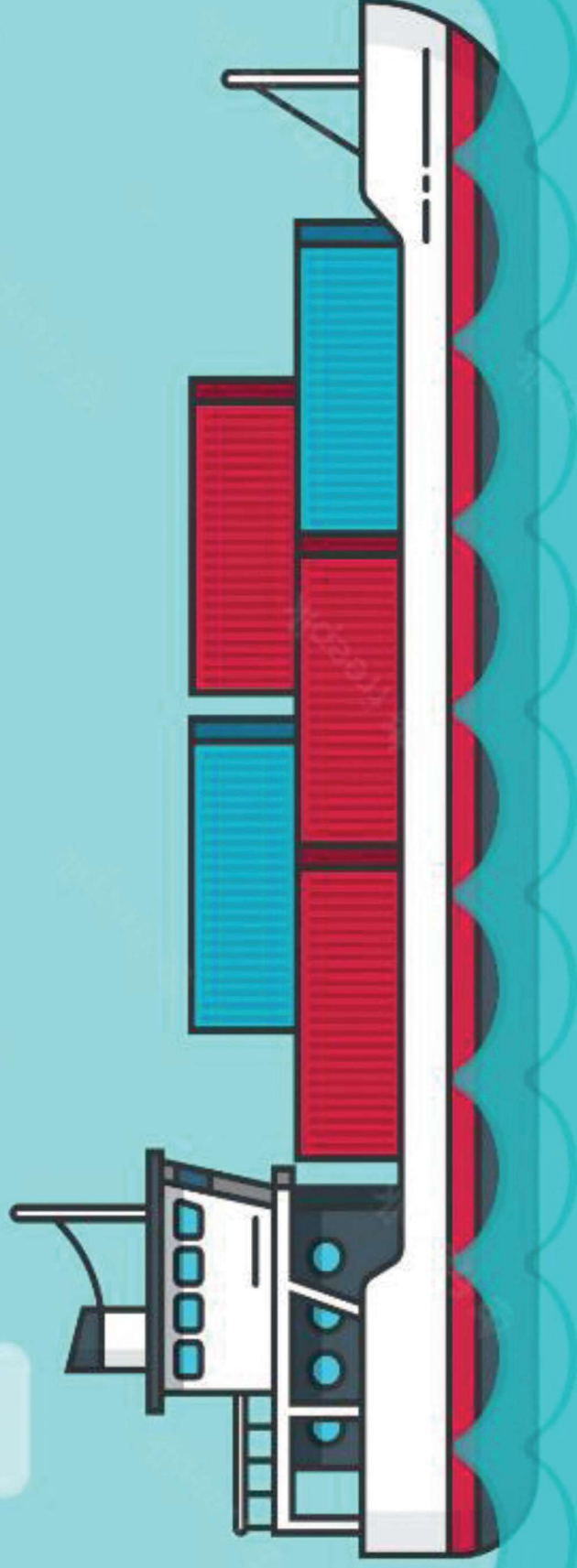
Trottinette



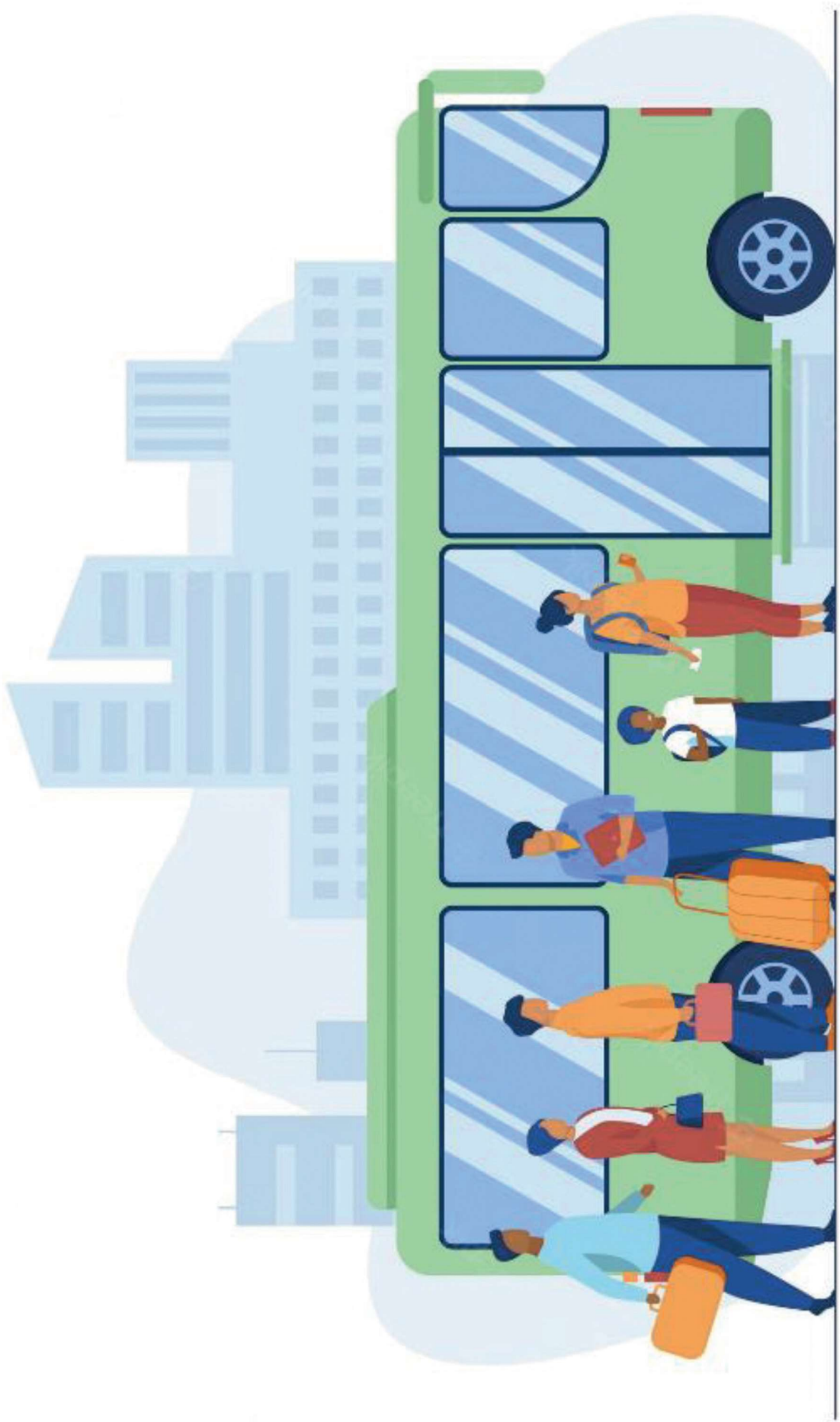
Avion



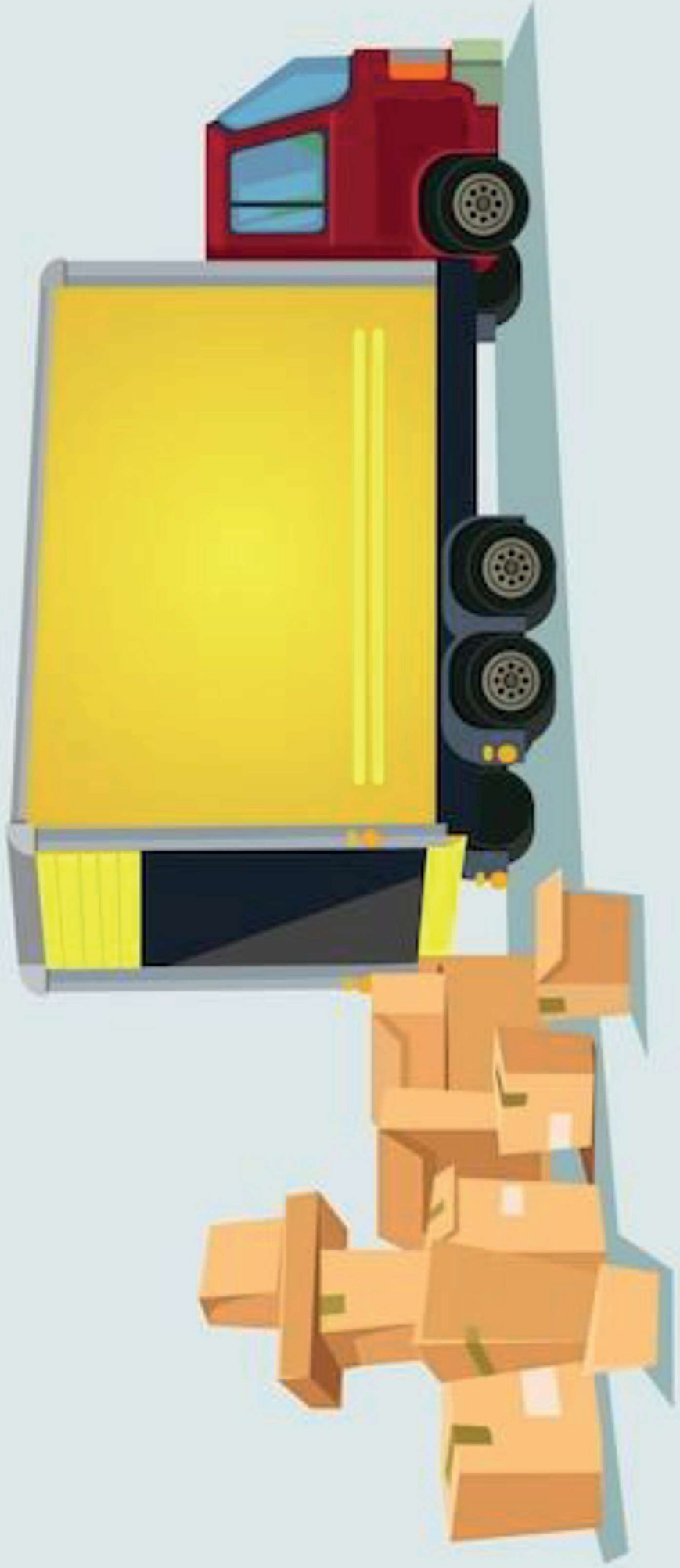
Bateau



Bus



Camion de marchandises



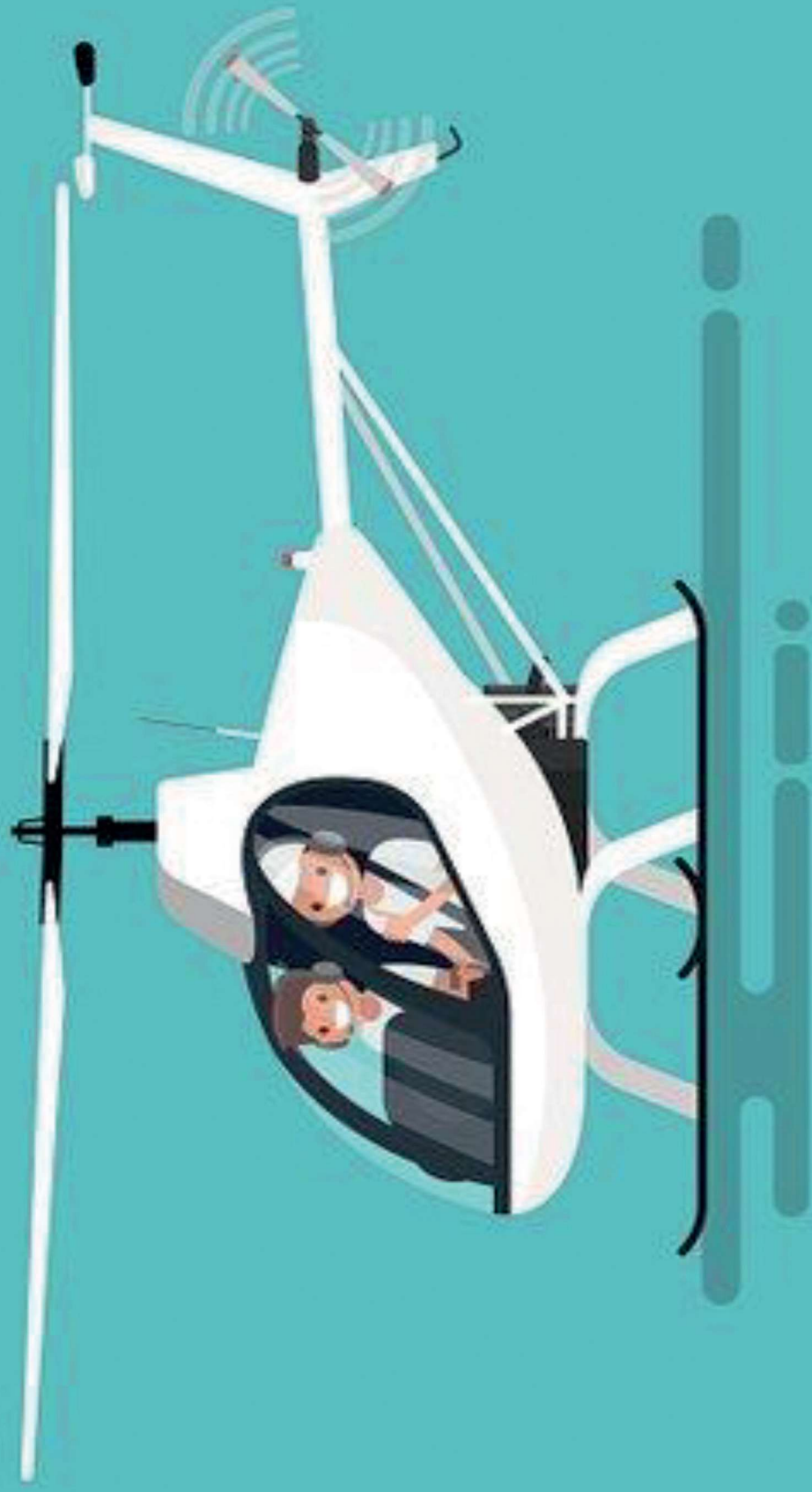
Cheval



Fusée



Hélicoptère



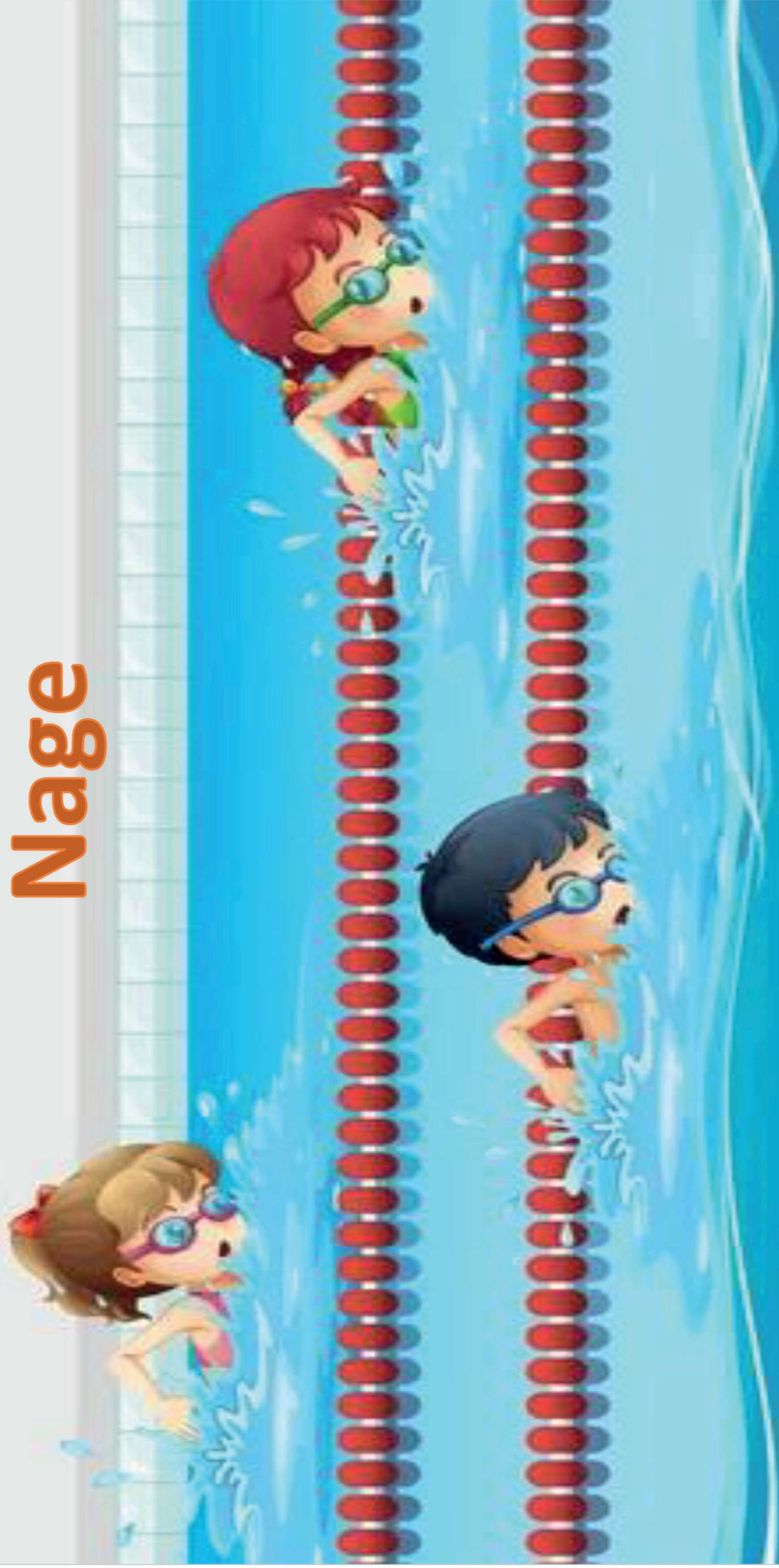
Marche



Moto



Nage



Parapente



Quad



Rollers



skate



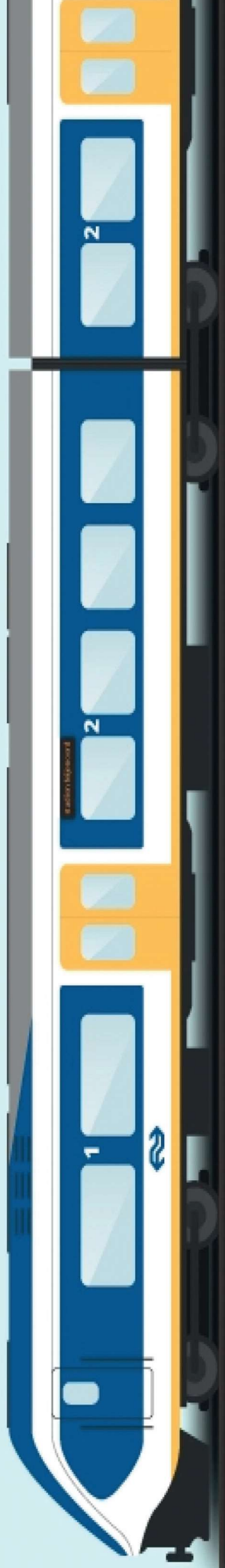
Surf



Tracteur



Train



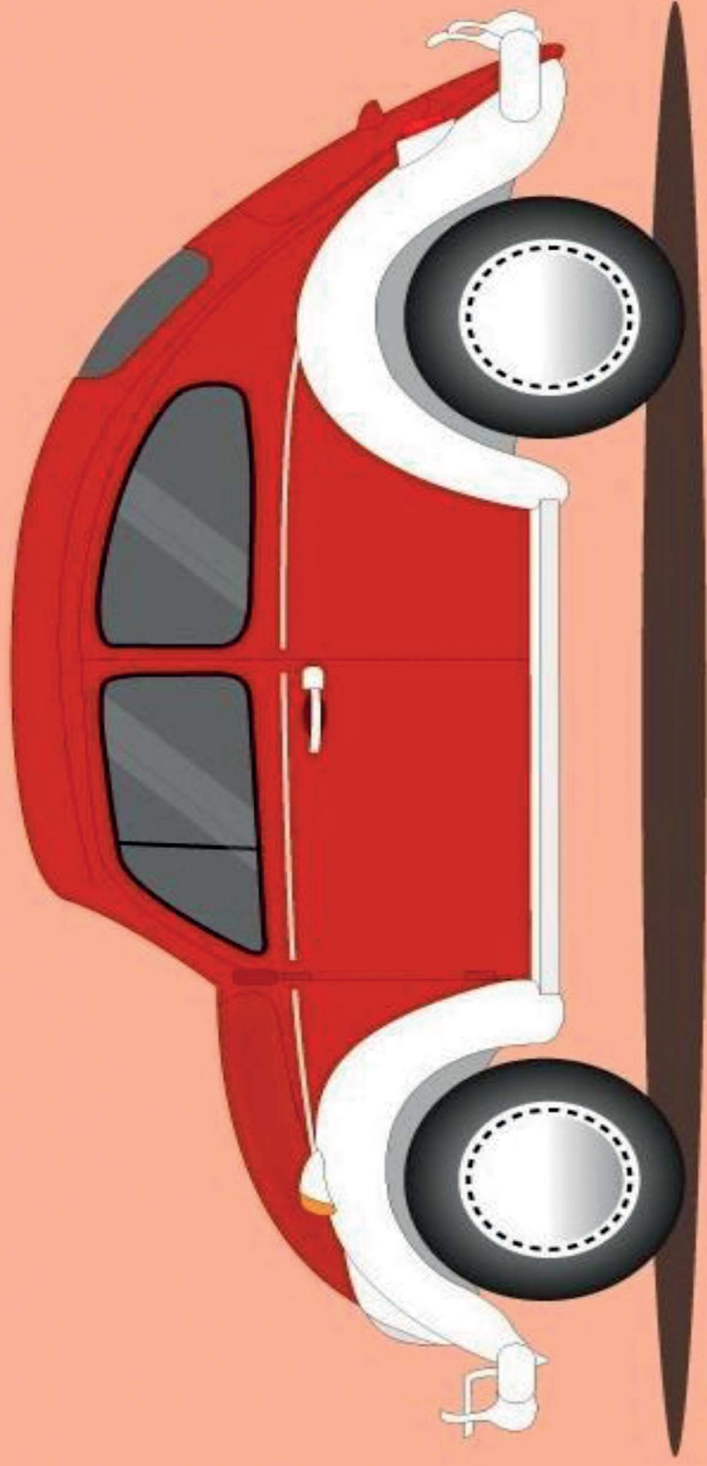
Trottinette



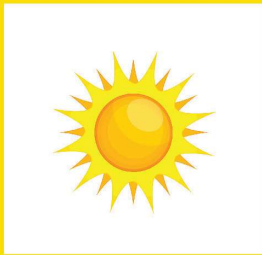
Vélo



Voiture



ANNEXE 3 : JEU DE CARTES SOURCES D'ÉNERGIE



Soleil



Pile électrique



Pétrole



Vent



Charbon



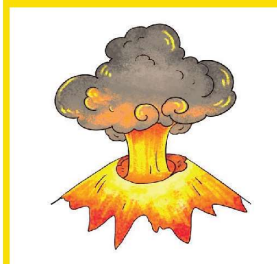
**Houle
Vagues**



Chutes d'eau



Gaz



Volcans



Aliments



**Uranium
radioactif**



Soleil



Pile électrique



Pétrole



Vent



Charbon



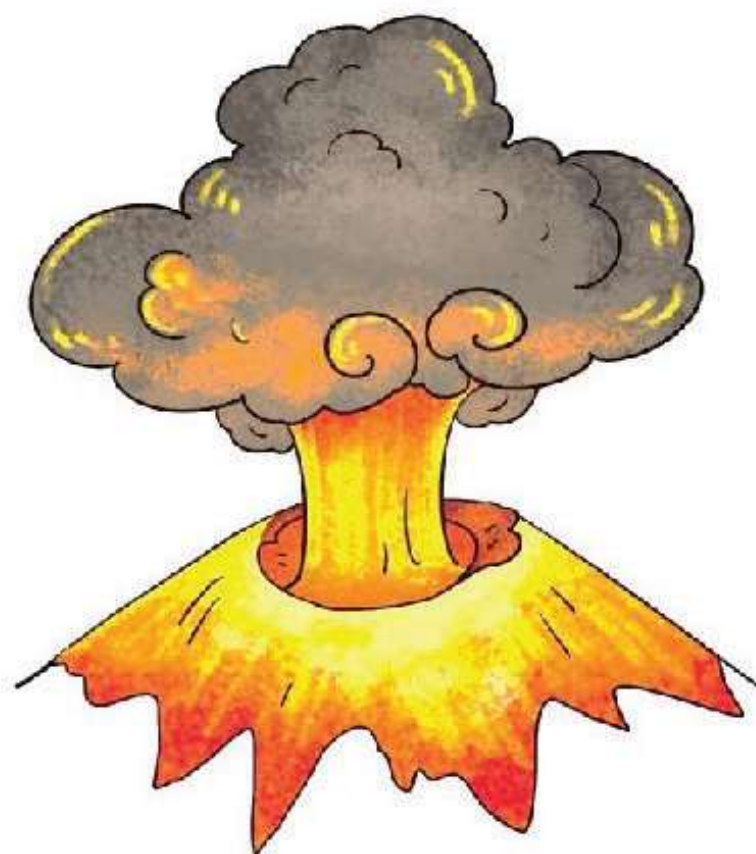
Houle
Vagues



Chutes d'eau



Gaz



Volcans



Aliments



**Uranium
radioactif**

ANNEXE 4 : QUELLE EST, SELON VOUS, LA SOURCE D'ÉNERGIE DE VOTRE MOYEN DE DÉPLACEMENT ?

Objets	Source = Energie renouvelable	Source = Energie non renouvelable
Vélo	Aliments (source d'énergie humaine)	
Bus	Soleil (bus électrique si rechargé avec du photovoltaïque)	Diesel – Essence – Uranium (si électrique sur secteur)
Bateau	Soleil (bateau électrique si rechargé avec du photovoltaïque)	Diesel – Essence – Uranium (si électrique sur secteur)
Hélicoptère		Diesel – Essence – Uranium (si électrique sur secteur)
Avion	Soleil (premiers avions solaires)	Diesel – Essence – Uranium (si électrique sur secteur)
Poney	Aliments	
Trottinette	Aliments (source d'énergie humaine) – Soleil (si électrique avec panneaux photovoltaïques)	Uranium (trottinette électrique branchée sur secteur)
Métro		Uranium
Quad	Soleil (si électrique avec panneaux photovoltaïques)	Essence – Uranium (si batterie électrique sur secteur)
Train		Uranium
Skate	Aliments (source d'énergie humaine)	
Fusée		Essence
Chaussure	Aliments (source d'énergie humaine)	
Rollers	Aliments (source d'énergie humaine)	
Moto		Essence – Diesel
Parapente	Vent	
La nage	Aliments (source d'énergie humaine)	
Surf	Aliments (source d'énergie humaine) + eau	
Camion de marchandises		Essence -Diesel

ANNEXE 5 : EXPLICATION DU NOMBRE DE BOULES PAR MODE DE DÉPLACEMENT.

Objets	CO2 – gr/km	Nombre de boules
Voiture	150gr/km si non renouvelable ; 2gr/km si électrique	Essence = 7 moyennes + 1 petite
Electrique = 1 mini boule		
Vélo	0 (musculaire) – 0.05 (électrique)	0 boule
Bus	110 gr/km	5 moyennes + 1 petite
Bateau – transport marchandises	267 gr/km	1 grosse + 3 moyennes
Hélicoptère	660 gr/km	3 grosses +3 moyennes
Avion	250gr/km	1 grosse + 2 moyennes + 1 petite
Poney	0	0 boule
Trottinette	0	0 boule
Métro	30	1 moyenne + 1 petite
Quad	100	5 moyennes
Train	13 gr/km	1 petite boule
Skate	0	0 boule
Fusée	700 gr/km	3 grosses + 5 moyennes
Chaussures	0	0 boule
Rollers	0	0 boule
Moto	100	5 moyennes
Parapente	0	0 boule
Camion de marchandises	618 gr/km	3 grosses + 1 moyenne

Précisions quant au grammage de CO2 :

Mini boule < 10gr

Petite boule = 10gr

Moyenne boule = 20gr

Grosse boule = 200gr

MODULE CHECK UP VÉLO





Socles de compétence :	Education physique : • Maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels. • Maîtriser les grands mouvements fondamentaux de déplacement (courir, grimper, glisser, sauter, se suspendre, s'arrêter, s'appuyer, se réceptionner, tourner selon les trois axes corporels...). • Se repérer dans l'espace. Education par la technologie : • Définir le problème à résoudre : décomposer le problème principal en sous-problèmes et les organiser les uns par rapport aux autres. • Structurer les informations en établissant des liens logiques entre les différents éléments.
Objectifs du module :	• Parties 1,2,3 : Connaître les bons équipements pour veiller à sa sécurité sur les routes. • Veiller aux bons réglages de son vélo pour améliorer son confort et l'apprentissage du vélo. • Partie 4 : Parer aux pannes les plus courantes. Savoir se dépanner lors d'un trajet (remettre sa chaîne par exemple). • Partie 5 : Maîtriser son vélo. Être plus confiant dans la circulation.
Public-cible :	P3 - P6
Temps de préparation :	1 à 2 périodes
Durée du défi :	1 période pour l'ensemble des parties 1, 2 et 3 1 à 2 périodes pour la partie 4 (5^e et 6^e primaire) 1 période pour la partie 5
Partenaires potentiels :	Les ateliers vélo les plus proches de l'école, Pro Vélo, ...
Modules complémentaires :	Passeport du cycliste, Cyclo tour parrainé
 	

Matériel nécessaire	Où le trouver	☒
Outil multifonction avec des clés allen.	Tout magasin de bricolage.	☐
• Boîte avec des rustines • 3 démontes-pneus ou "minutes" • Colle • Papier de verre (ou plusieurs si vous faites la partie 4).	Tout magasin de vente de vélos.	☐
Une pompe ou un gonfleur qui s'adapte aux 2 types de pipette	Tout magasin de vente de vélos.	☐
1 vélo de démonstration	Votre vélo, celui d'un collègue ou d'un voisin.	☐
Un jeu de clés plates ou mini clé anglaise	Tout magasin de bricolage.	☐
Bonus - Pour la partie 4 A destination des 5 ^e et 6 ^e années primaires (une roue par 4-5 élèves)	Si vous n'en possédez pas, vous pouvez demander aux ateliers vélos les plus proches.	☐
Bonus - Partie 5 • rubalise ou craie • 8-10 cônes • 1 objet pouvant servir de « témoin » - Cf. ex. 8	Magasins de bricolage ou grossiste en matériel scolaire.	☐

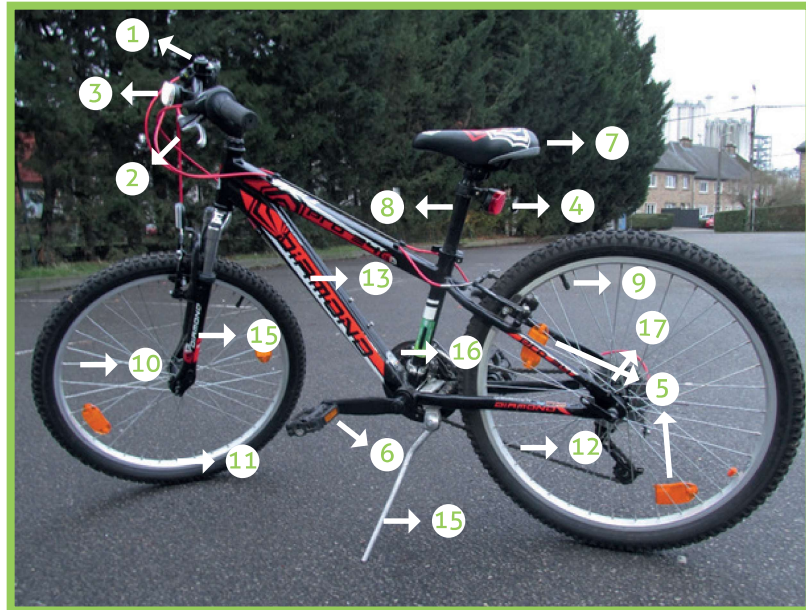


PARTIE 1 - UN VÉLO : DEUX ROUES, UNE SELLE, UN GUIDON, ET QUOI D'AUTRE ?

1. RASSEMBLER LES ÉLÈVES AUTOUR D'UN VÉLO

Interroger les élèves : comment nomme-t-on les différentes parties du vélo ?

A quoi servent-elles ?



1. Sonnette
2. Freins avant et arrière
3. Catadioptré blanc et phare blanc
4. Catadioptré rouge et phare rouge
5. Paire de catadioptrés orange
6. Catadioptrés orange sur chaque pédale
7. Selle
8. Tige de selle
9. Valve de chambre à air
10. Rayon
11. Jante
12. Chaîne
13. Cadre
14. Fourche
15. Béquille/pied
16. Plateau
17. Cassette (ensemble de pignons/couronnes)

Un schéma peut être distribué aux élèves en fin de module, afin que ceux-ci puissent se remémorer les différentes parties du vélo.



2. DESCRIPTION DES DIFFÉRENTES PARTIES DU VÉLO

Choisissez parmi : rayons, freins, cadre, guidon, vitesses, pédales, pneu, chaîne, selle.

Cadre :

Le cadre du vélo est l'élément assurant la liaison entre les principaux éléments du deux-roues.

Plaquettes de frein :

Maintenues dans un étrier et protégées par une garniture, les plaquettes de frein (patins) exercent une fonction très importante : elles assurent des frictions avec les disques de freinage et permettent de diminuer la vitesse du véhicule et de l'immobiliser. Certains vélos ont des plaquettes de freins à disques qui ne sont pas situées au même endroit (voir partie 3, point 5).

Garde-boue :

Bande de métal (ou plastique) incurvée qui recouvre en partie la roue de la bicyclette pour protéger le cycliste des éclaboussures.

PARTIE 2 - L'ÉQUIPEMENT DU VÉLO

Le code de la route impose au cycliste d'avoir plusieurs éléments sur son vélo.



Indique le numéro de l'équipement correspondant dans les bulles de l'image.

1. Sonnette
2. Freins avant et arrière
3. Catadioptr blanc et phare blanc
4. Catadioptr rouge et phare rouge
5. Paire de catadioptrs orange
6. Catadioptrs orange sur chaque pédale

Attention, les phares avant et arrière ne font pas partie de l'équipement obligatoire du vélo : ils sont obligatoires quand il fait sombre, et peuvent se trouver sur le vélo ou bien le cycliste.

Le casque n'est pas obligatoire mais vivement conseillé ainsi que des vêtements fluo réfléchissants ou une chasuble fluorescente.



PARTIE 3 : LA SÉCURITÉ, D'ABORD : QUELQUES RÉGLAGES

Passer en revue les différents éléments à vérifier, sur son vélo, avant de prendre la route.

Signaler aux enfants ce qui ne va pas.

Cette partie peut se faire avec les vélos des enfants, ou simplement avec un vélo de démonstration. Si les enfants ont leur vélo, l'avantage est de vérifier directement le réglage du vélo de chaque enfant (prévoir 1 période supplémentaire).

1. L'ÉTAT DES PNEUS - USURE DES PNEUS.

- Montrer ce qu'il se passe lors des dérapages, cela use inutilement le pneu et la roue risque de se plier.
- Vérifier s'il y a des morceaux de pneus usés à certains endroits. Vérifier le gonflage des pneus. Un pneu mal gonflé est une crevaisson assurée. Il ne faut jamais rouler avec des pneus mal gonflés. Pour regonfler les pneus, regarder les indications sur le pneu : soit PSI, soit BAR. PSI est exprimé en dizaine et BAR en unité. On regarde la valeur maximale indiquée sur le pneu et on retire une dizaine si exprimé en PSI et une unité si exprimé en BAR.
- Quand on s'assied sur son vélo, le pneu ne peut pas s'écraser.

2. LA HAUTEUR DE LA SELLE.

- Une fois assis sur la selle, la pointe des deux pieds peut toucher le sol.
- Pour avoir une selle à bonne hauteur. Positionner la pédale en bas à la verticale. On s'assied sur sa selle, on pose son talon sur la pédale. Quand on pose le talon, la jambe doit être totalement tendue (à fond). On roule avec l'avant du pied ; de ce fait, la jambe sera détendue au moment du pédalage.
- Les conséquences de la selle mal réglée : quand la selle est trop haute, on risque d'avoir mal aux jambes car celles-ci seront trop tendues). Lorsque la selle est trop basse, on va très vite fatiguer, attraper des crampes et des maux de dos.



3. HAUTEUR DU GUIDON

(c'est une question de confort) : on peut décider d'avoir les bras vers le haut ou vers le bas. Mais, il y a une limite à ne pas dépasser. Il faut toujours que le tube du guidon (valable également pour le tube de selle) soit enfoncé à au moins $\frac{1}{3}$. Sinon, il y a un risque de plier le tube de son guidon et de passer par-dessus son vélo. Généralement, il existe un témoin sur le tube, à ne pas dépasser.

4. TAILLE DE L'ENFANT

Très important : vérifier que **le vélo est à la taille de l'enfant**

Un vélo trop petit, trop grand ou mal adapté n'aura que des conséquences négatives sur l'apprentissage et la pratique du deux roues par l'enfant. Il est inutile de choisir un vélo plus grand pour le garder plus longtemps.

5. FONCTIONNEMENT DES FREINS

Il y a deux choses différentes à vérifier pour un vélo avec des patins :

- Première chose, regarder si les patins ne sont pas usés et si les patins ne touchent pas le pneu (car cela peut faire éclater le pneu). Si on roule avec des patins usés, la jante peut se découper. Si les freins sont usés (métal contre métal), c'est l'accident assuré.
- Deuxième chose, vérifier le réglage des freins. Les deux freins doivent fonctionner de la même façon, de façon symétrique. Les poignées de freins (sur le guidon) ne peuvent pas s'enfoncer de plus de la moitié de sa course. Si on sait appuyer sur la poignée jusqu'au guidon, c'est très mauvais ! Dernier élément : si les freins sont durs, c'est que les câbles sont rouillés dans les gaines, il faudra remplacer les câbles.

S'il s'agit d'un vélo à disques, il faut regarder s'il y a encore de la matière sur les plaquettes (demander conseil à un vélociste local). Cet aspect est trop technique pour les enfants. Parfois on ne sait pas voir les plaquettes car elles sont mal positionnées sur le vélo. Le signal d'alarme est le bruit de métal que l'on peut entendre lorsqu'on freine. C'est un signe que la plaquette est trop usée et qu'il ne faut plus l'utiliser tant que la réparation n'est pas effectuée.

Copyright photos : unsplash.com



Bonus : Réaliser un petit exercice de freinage.

Il faut bien identifier la poignée du frein avant et celle du frein arrière. 99% des vélos ont le frein avant à gauche et le frein arrière à droite. Il n'y a que les vélos en Angleterre qui sont montés à l'envers.

Quel est le frein qui freine le mieux ? C'est le frein avant. Mais, il faut freiner toujours des deux freins en même temps. Seule chose à ne pas faire, dans une descente, freiner uniquement de son frein avant car on pourrait passer par-dessus son vélo.

Exercice : Sur une ligne droite, proposer aux enfants de rouler sur un sol non-goudronné. L'élève est invité à freiner d'abord à fond du frein arrière seul (manette de droite) ... On dérape, puis du frein avant seul (manette de gauche). Faire cet exercice à côté de son vélo car risque de chute, communément appelée "un soleil".

6. LA TENUE

Je porte des vêtements adaptés (pantalon étroit ou bermuda, baskets).

- Pourquoi un pantalon étroit ? Avec un pantalon large, on risque de l'accrocher à la chaîne et la chute est assurée. Astuce : Mettre la chaussette au-dessus du pantalon. Cela arrivera plus facilement à la jambe droite qu'à la jambe gauche (partie de la chaîne).
- Pour les chaussures, il faut toujours faire attention à ses lacets, pour ne pas que le lacet se prenne dans la chaîne.
- Un gilet fluo est un vêtement vivement recommandé pour bien se faire voir des autres usagers de la route.
- Lors de balades, il est préférable de mettre des lunettes, afin de protéger ses yeux des insectes volants.

7. RÉGLAGE DU CASQUE

Généralement, le casque est pourvu d'un système de serrage à l'arrière. Il se présente souvent sous forme d'une molette. La première chose à faire est de demander aux élèves de poser le casque sur leur tête et de faire des mouvements de gauche à droite afin de déterminer si ce couvre-chef tient. La seconde étape consiste dans le réglage de la mentonnière/ lanière. Celle-ci est bien réglée lorsque l'on sait passer l'épaisseur d'un doigt entre le menton et la mentonnière/ lanière.

8. LES VITESSES

Sur du plat, on utilise de préférence un petit pignon pour rouler à vive allure et un pignon beaucoup plus grand pour progresser à faible vitesse. Si le terrain est pentu, mieux vaut utiliser le plus petit braquet afin de minimiser l'effort physique puisque le développement est optimisé.

On ne peut jamais croiser sa chaîne ! C'est-à-dire qu'il ne faut jamais régler le petit plateau et le petit pignon ensemble. Cela vaut aussi pour les grands rapports (grand plateau/ grand pignon). Voir schéma du début «Partie 1».

PARTIE 4 : SE DÉPANNER !

Ce que tout cycliste devrait avoir dans une petite sacoche : une chambre à air de rechange, une pompe adaptée à sa chambre à air, une petite boîte avec des rustines et deux démonte-pneus, d'un jeu de clés Allen...

Questionner les élèves - Quelle est la panne la plus handicapante ?

1. CREVAISON (ON NE RENTRE PAS CHEZ SOI)

Proposer aux élèves de réparer un pneu par groupes de 4-5.

Il existe différents tutoriels sur internet qui indiquent la marche à suivre :

- <https://www.lecyclo.com/fr-be/blogs/conseils/tutoriel-reparation-crevaison-velo>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LZaap5V97oU>

2. DÉRAILLER – REMETTRE UNE CHÂÎNE

Cela arrive très souvent. Vous pouvez apprendre aux enfants à remettre la chaîne eux-mêmes.

Il existe différents tutoriels sur internet qui indiquent la marche à suivre :

- <https://www.youtube.com/watch?v=oUuj6euz74E>

3. ENTRETIEN DU VÉLO

Il faut toujours entretenir sa chaîne, la chaîne doit être grasse sans être poisseuse. Vous pouvez la nettoyer avec du WD40 (pulvériser et puis l'essuyer complètement). Vous pouvez ensuite remettre un tout petit peu de WD40. Ne jamais mettre de WD40 sur les plaquettes et disques de freins.



PARTIE 5 : EXERCICES D'AGILITÉ ET D'HABILITÉ

Voici différents exercices pour aider vos élèves à mieux maîtriser leur vélo afin d'améliorer leur sécurité sur la route. Cela leur permet aussi de se sentir plus à l'aise sur la route.

Vous aurez besoin d'une craie (en bleu dans les schémas) et de cônes (en orange).

Chaque exercice sera répété plusieurs fois par l'élève.

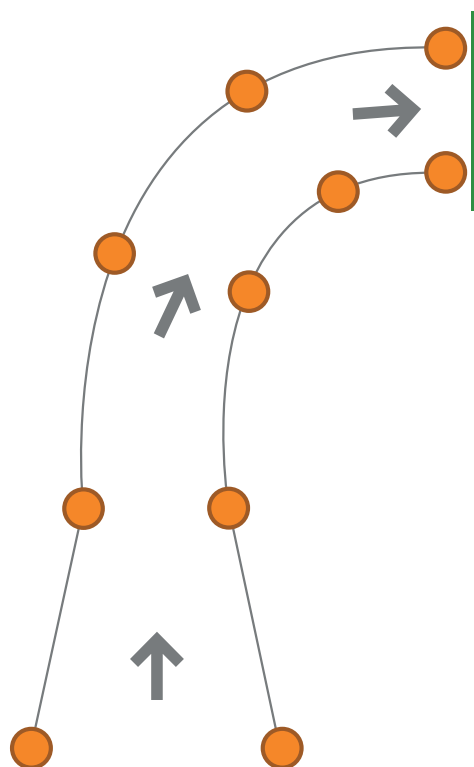
Si vous avez suffisamment de cônes, vous pouvez réaliser un circuit avec les différents exercices.

Dans un premier temps, chaque exercice sera réalisé l'un après l'autre par les élèves.

Dans un second temps, vous pouvez laisser les élèves circuler librement d'un exercice à l'autre.

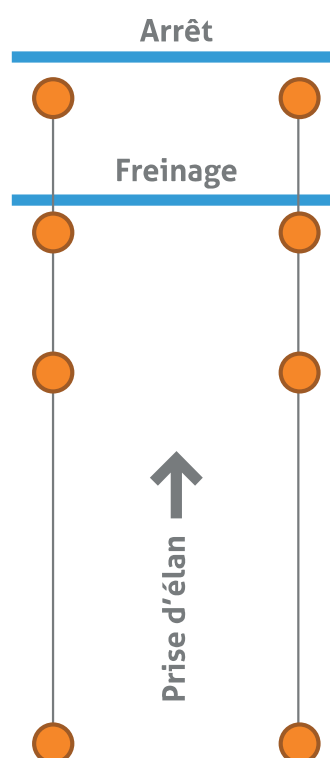
EXERCICE 1 : PASSAGE ENTRE CÔNES.

Le passage se rétrécit. L'élève doit ainsi garder son équilibre, et passer sans renverser les cônes.



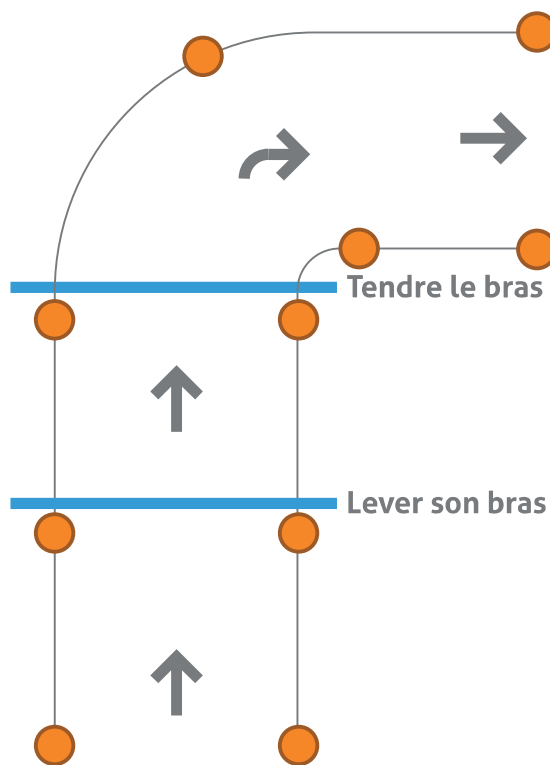
EXERCICE 2 : EXERCICE DE FREINAGE.

L'élève doit commencer son freinage à la première ligne, et s'arrêter net à la seconde. L'élève ne peut donc pas dépasser la deuxième ligne. Vous pouvez augmenter la vitesse de roulage d'un passage à l'autre. Vous pouvez également proposer à l'élève de freiner du frein droit lors d'un premier passage, du frein gauche lors du second et des deux freins lors d'un troisième.



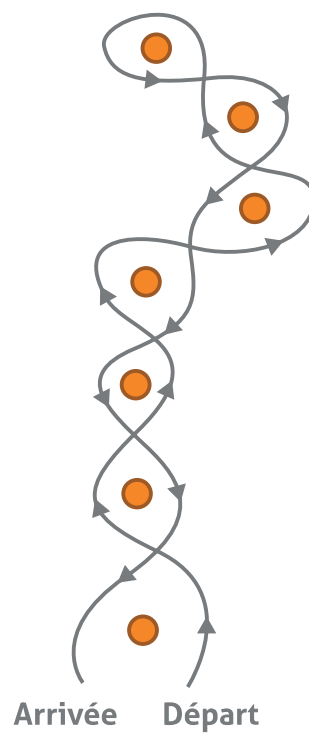
EXERCICE 3 : EXERCICE D'ÉQUILIBRE.

L'élève devra lever son bras à la première ligne, bien le tendre à la seconde et le maintenir jusqu'au bout (même dans le tournant). Réaliser un premier passage avec le bras droit, et un second avec le bras gauche.



EXERCICE 4 : EXERCICE DE SLALOM.

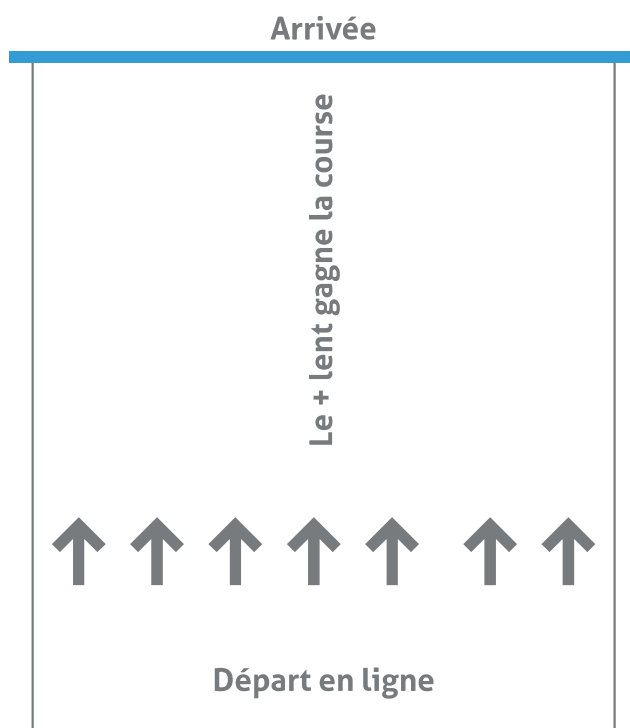
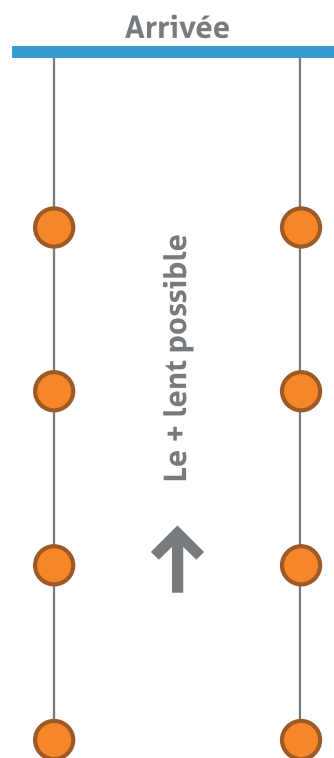
Slalomer entre les différents cônes. Au dernier cône, faire demi-tour.



EXERCICES 5 ET 6 : EXERCICE DE LA LENTEUR.

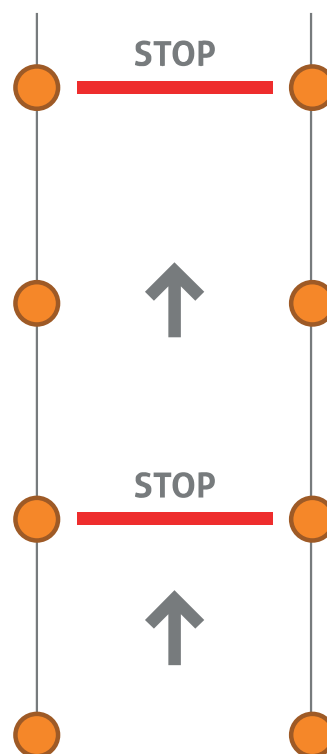
L'élève doit réaliser le parcours en pédalant le moins possible jusqu'à la ligne d'arrivée (sans poser le pied à terre).

Vous pouvez également réaliser un petit concours par groupe. Celui qui arrive le dernier, sans mettre le pied à terre, a gagné.



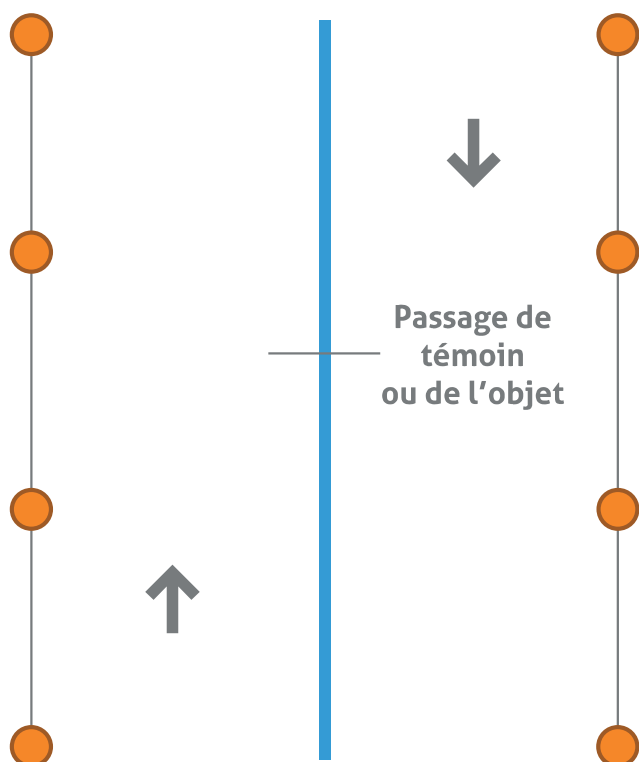
EXERCICE 7 : EQUILIBRE ET FREINAGE.

L'élève doit marquer 2 fois un arrêt sur le parcours sans mettre son pied à terre.



EXERCICE 8 : PASSAGE DU TÉMOIN.

Deux élèves participent à l'exercice. Le premier se positionne d'un côté, et le second de l'autre. Au milieu du parcours, ceux-ci doivent se passer un objet. Ils réalisent l'exercice dans un sens, et puis dans l'autre.



SOURCES

www.ikonet.comwww.touring.be

www.velo-on-line.fr

www.citycle.com

www.educatief.diekeure.be

Ce module n'aurait pas pu voir le jour sans la précieuse aide de Guy Dekoster, bénévole-mécanicien.





Avec le soutien de la



Wallonie



Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

MODULE CYCLO TOUR PARRAINÉ



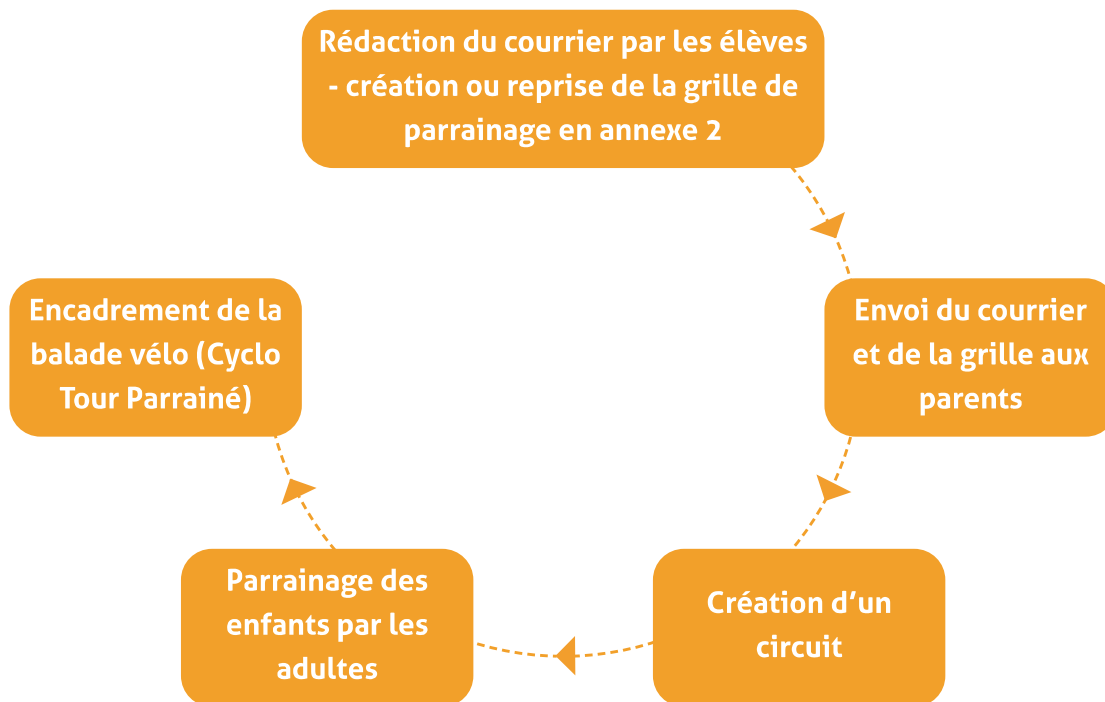


Socles de compétence :	Français • Orienter son écrit en fonction de la situation de communication • Élaborer des contenus • Élaborer des significations • Assurer l'organisation et la cohérence du texte • Utiliser les unités grammaticales et lexicales • Assurer la présentation Education physique • Habiletés gestuelles et motrices • Condition physique • Coopération-sociomotrice
Objectifs du module :	• Temps 1 - Ecrire une lettre [Français - Savoir écrire] • Temps 2 - Appliquer des principes de géométrie (tracer des droites) [grille de parrainage] • Temps 3 - Calcul de moyennes, de distances horaires et lecture d'une carte • Temps 4 - Se déplacer en groupe à vélo
Public-cible :	Ecoles primaires : P4 – P5 – P6
Temps de préparation :	3 périodes
Durée :	7 périodes
Partenaires potentiels :	GAL , GRACQ, police
Modules complémentaires :	« Fabuleux Défi Mobilité »

INTRODUCTION

Le Cyclo Tour Parrainé s'apparente à la marche parrainée. Tout comme celle-ci, les élèves se font parrainer par des adultes (voisins, entourage). L'argent récolté sert à développer des projets dans l'école. Le jour du Cyclo Tour, les élèves effectuent un circuit à vélo accompagné de leur enseignant, de personnes de l'école ou encore de parents ou grands-parents bénévoles.

MODE OPÉRATOIRE :



DURÉE DU DÉFI

- Temps 1 : 1 période
- Temps 2 : 1 période
- Temps 3 : 1 période
- Temps 4 : 4 périodes



DÉROULEMENT

TEMPS 1 : ECRIRE UNE LETTRE

MATÉRIEL : De quoi écrire

DÉROULÉ : Consignes aux élèves : complétez le texte à trous repris dans le document ci-après puis remettez les phrases dans le bon ordre chronologique et au bon endroit sur la lettre pour obtenir le courrier à envoyer aux parents.

Liste de mots à replacer dans les blocs de texte :

Sentiments - vélocipédique - marche parrainée - sponsoriser - accueil favorable - ordre de marche - mode de déplacement actif - goûter copieux - eau - participation

Convaincus que vous réserverez un à cette initiative et comptant sur votre aide, nous vous prions de croire, Madame, Monsieur, à l'assurance de nos dévoués.

La direction

..... (lieu où se situe l'école), le (date)

Signature

Madame, Monsieur,
Chers parents,
Chers grands-parents,

Si nécessaire, une structure du territoire liée à la mobilité *peut vous aider pour la remise en état des vélos avant l'animation. Pour en savoir plus, veuillez prendre contact avec le Groupe d'Action Locale.*

L'organisation de ce tour dans notre école est programmée le (date à convenir en classe) prochain. Nous vous demandons votre collaboration afin que votre enfant dispose à cette date de son vélo en

Les élèves de^{ème} année

OBJET : Cyclo tour parrainé

Signatures des élèves

Nous vous informons de la de notre école à un cyclo tour parrainé.

Libre à vous bien entendu d'accompagner votre enfant à vélo pendant la balade. Pour le confort des enfants, nous vous demandons également de prévoir un ainsi que de l'.....

TEMPS 2 : RÉDIGER UNE GRILLE DE PARRAINAGE

MATÉRIEL :

Par élève : De quoi écrire, une feuille, une équerre et une latte ou une règle roulante

CONSIGNE :

A l'aide de l'équerre et de la latte, tracez des lignes horizontales et verticales parallèles pour réaliser une grille suivant les instructions suivantes :

DÉROULÉ :

A. Mettez la feuille en mode paysage

B. Tracez une ligne à 1cm de chaque bord de la feuille de manière à former un rectangle

C. A partir du bord supérieur reportez 3cm à gauche et à droite pour faire un 2^e rectangle.

C'est là que vous indiquerez :

Cyclo Tour Parrainé à l'école de

Votre nom et prénom

D. Dans le grand rectangle, vous allez tracer 5 colonnes :

La 1^{ère} fait 2cm de large

La 4^e colonne fait 3,5cm et la 5^e colonne fait 6cm de large

Les colonnes 2 et 3 ont la même largeur

E. En dessous du côté supérieur du grand rectangle, tracez une ligne à 1,5cm. En faisant cela, 5 cases apparaissent sur votre feuille. Annotez les mots suivants dans la bonne case

Case 1 : / (cette case reste vide, ne rien noter)

Case 2 : Nom et prénom

Case 3 : Adresse

Case 4 : Montant

Case 5 : Signature

F. Tracez de la même manière une ligne à 1cm en dessous de la précédente. Répétez cette opération autant de fois que possible pour créer de nouvelles cases

G. Numérotez les cases de la 1^{ère} colonne de haut en bas en laissant la première case vide. Voilà ta grille de parrainage est prête !

Cyclo Tour Parrainé à l'école de				
Nom et prénom de l'élève				
	Nom et prénom	Adresse	Montant	Signature
1				
2				
3				
4				
5				
6				

TEMPS 3 : CRÉER UN CIRCUIT

MATÉRIEL :

- Un écran pédagogique ayant accès à internet pour pouvoir utiliser Framacarte
- Pour un support numérique, voici des exemples de sites libres d'accès : Framacarte, Openrun hub, Calcul d'itinéraires

DÉROULÉ :

Questions ouvertes aux élèves :

1. Où se trouve notre école ? Quelle est l'adresse de l'école ?

Un élève écrit l'adresse dans la barre de recherche, un autre place un marqueur sur l'école

2. Quelle est la différence entre la distance à vol d'oiseau et la distance réelle ?

Le professeur indique un second marqueur. Les élèves expliquent ces 2 notions en fonction du marqueur école et du dernier marqueur placé.

3. A quelle vitesse moyenne roulez-vous à vélo pendant une heure tous ensemble ?

Un élève note au tableau la moyenne estimée de chaque élève. Une moyenne générale est calculée à partir de celles-ci.

4. Sur base de la moyenne générale de la classe, si l'on veut faire un circuit qui dure une heure, combien de km pouvons nous effectuer ?

A partir de la vitesse moyenne horaire, un circuit est tracé avec les élèves en fonction de leurs suggestions et de lieux propices à la circulation du vélo. Le nombre de kilomètres du trajet ainsi défini est calculé via l'option « Mesurer les distances » de Framacarte.

Attention, la vitesse du groupe ne sera en réalité pas la vitesse moyenne mais la vitesse du plus lent !



TEMPS 4 : ROULER EN GROUPE

MATÉRIEL :

Par élève :

- Un vélo en ordre de fonctionnement (freins, changement de vitesse, ...)
- Un casque
- Une chasuble fluo réfléchissante

DÉROULÉ :

A. Vérification des casques, de la hauteur de selle, de la pression des pneus et des freins

Casque : dans un premier temps, celui-ci est bien réglé s'il tient sur la tête de l'élève alors que la lanière n'est pas attachée (uniquement via le serrage à l'arrière du casque). Le dernier réglage s'effectue en serrant la lanière qui ne doit pas être ni trop serrée ni trop lâche (si vous savez passer l'épaisseur d'un doigt entre la lanière et le menton de l'élève alors le réglage est correct).

Hauteur de selle : lorsqu'il est assis sur sa selle, les plantes de pieds de l'élève sont au sol. Si celui-ci perd l'équilibre la selle est trop haute. Si l'entièreté des pieds est posée au sol alors la selle est trop basse.

Pression des pneus :

Si vous savez enfoncer votre pouce dans le pneu, alors ce dernier n'est pas suffisamment gonflé.

Pour connaître la pression adéquate, veuillez vous référer aux indications du pneu :

- Soit en PSI - prenez la valeur maximale et retirez 10 unités, c'est la pression recommandée.
- Soit en bar - prenez la valeur maximale et retirez 1 unité, c'est la pression idéale.

Les freins : voir point suivant

B. Jeu feu vert, feu rouge feu orange

CONSIGNE :

Quand le professeur dit :

- « Feu vert » : les élèves roulent
- « Feu rouge » : ils s'arrêtent
- « Feu orange » : ils se mettent en position debout et statique sur les pédales en gardant l'équilibre jusqu'à la fin du compte à rebours annoncé par le professeur (de 3 à 9)

Ce jeu permet de repérer les élèves qui ont plus de difficulté à démarrer, à s'arrêter et à tenir l'équilibre.

Remarque : si l'élève ne parvient pas à freiner, veuillez regarder si les freins sont bien réglés

C. Les élèves sont placés en file indienne à une distance de minimum une roue de vélo qui correspond à la distance de freinage. Ceux-ci doivent garder cette distance entre eux. Comme vu précédemment les élèves avec plus de difficultés sont positionnés en tête de rang, derrière l'adulte de tête. (voir « Passeport du cycliste - carnet pédagogique pages 13 et 14)

D. Les élèves effectuent des tours en file indienne dans la cour pour que chacun se familiarise avec sa place dans le rang.

E. Un rappel des consignes de sécurité (tendre son bras avant de tourner mais pas dans le virage, distance de sécurité, priorité de droite, céder le passage, ...)

SOURCES

Obligations du cycliste : https://www.belgium.be/fr/mobilite/cyclistes_et_pietons/cyclistes/obligations

"A vélo en mode ok ?"

ANNEXES

ANNEXE 1 - ÉQUIPEMENT VÉLO OBLIGATOIRE POUR ROULER SUR LA ROUTE

- Une sonnette
- Des freins à l'avant et à l'arrière
- Un catadioptré blanc à l'avant
- Un catadioptré rouge à l'arrière
- Une paire de catadioptrés orange en vis-à-vis sur chaque roue
- Un catadioptré orange sur chaque pédale
- Une bande réfléchissante de chaque côté du pneu (remplace la paire de catadioptrés orange en vis-à-vis sur chaque roue). Attention au recouvrement de celles-ci (boue) qui diminue la visibilité.
- Phare avant blanc et phare arrière rouge quand il fait sombre, apposés sur le vélo ou sur le cycliste

Le vélo d'un enfant n'est pas en ordre ? Pas de problème, contactez les vélocistes locaux ou le GAL.

ANNEXE 2 - RÉALISER LE CIRCUIT DU CYCLO TOUR

Différents sites peuvent être utilisés pour réaliser un cyclo tour :

- Framacarte
- Calcul d'itinéraires
- Openrunner





Avec le soutien de la



Wallonie



Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

ANNEXES

ANNEXE 2 : CYCLO TOUR PARRAINÉ



	Nom et prénom	Adresse	Montant	Signature
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				



Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

MODULE JOURNÉE VÉLO





Socles de compétence :	Education physique • Maîtriser les grands mouvements fondamentaux de déplacement : courir, grimper, glisser, sauter, se suspendre, s'arrêter, s'appuyer, se réceptionner, tourner selon les trois axes corporels... • Coordonner ses mouvements : tirer, pousser, manipuler, lancer des objets en fonction de leurs caractéristiques (nature, forme, poids, fragilité, encombrement...) • Se repérer dans l'espace • Maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels • Endurance : fournir des efforts de longue durée à une intensité moyenne • Agir collectivement dans une réalisation commune
Objectifs du module :	• Mettre en avant, récompenser les enfants ayant passé leur permis vélo/passeport vélo dans l'année • Rouler sur la voie publique pour se rendre au lieu de rendez-vous et mettre en pratique les compétences apprises lors de ce permis/passeport vélo
Public-cible :	Les élèves ayant passé le permis/passeport vélo dans l'année (généralement les P5-P6)
Durée :	L'équivalent d'une journée d'école, 8 périodes
Partenaires potentiels :	• Le GAL : si besoin d'aide ce jour-là • La Commune : pour la salle et une aide financière (pour le repas de midi par exemple) • Les ASBL locales : celles-ci pourraient donner un plus à la journée pour une collation ou de l'aide
Modules complémentaires :	• Passeport du cycliste
Matériel général :	• 1 vélo, 1 casque et 1 gilet par accompagnateur • 1 vélo, 1 casque et 1 gilet par enfant
Besoin humain :	• 1 à 2 accompagnateur(s) par classe
Le matériel spécifique aux jeux sera détaillé dans chaque fiche-jeu plus loin dans le document.	

INTRODUCTION

Afin de valoriser les élèves ayant reçu leur passeport/permis vélo, nous vous proposons de leur organiser une journée vélo.

La journée peut être organisée pour une classe, plusieurs classes, voire même plusieurs classes de différentes écoles. Les consignes des jeux en annexe sont à adapter en fonction de la formule choisie.

AU PROGRAMME :

- Acheminement des enfants de l'école vers un lieu prédéfini à vélo
- Multi-jeux sur place
- Les vainqueurs de chaque jeu auront l'occasion de représenter leur classe auprès des autres.
- Remise des passeports/diplômes (et récompense des gagnants)
- Retour à l'école à vélo

OPTIONNEL :

- Repas de midi offert aux élèves (pain saucisse, ...)
- Partenariat avec ASBL ou autre pour un goûter (fruits, ...)
- Récompense pour les gagnants
- Célébration d'événements tels que :
 - le vélobus/ramassage scolaire à vélo
 - fin des examens (jours blancs)
 - les 100 jours
- ...

PRÉPARATION

☐ Trouver un lieu où organiser la journée, de préférence une salle où il y a de l'espace à l'extérieur et du matériel de sport à l'intérieur.

☐ Trouver les différentes activités à faire le jour-j, voici quelques propositions ;

- Jeu de l'escargot
- Jeu des 10 passes
- Essai BMX : parcours d'obstacle chronométré
- Touché-perdu
- La zone

Les jeux expliqués dans les fiches-jeux (voir les annexes) plus loin dans le document

- Informer les élèves et les parents de l'activité pour que, le jour-j, tous les enfants aient un vélo en ordre et un casque.
- Prévoir des gilets fluo réfléchissants.
- Préparer des feuilles de programme/horaire pour les classes avec un « chef de file », cet enfant aura le rôle d'acheminer ses compagnons d'un jeu à l'autre.
- Préparer les zones de jeu et le matériel.
- Optionnel : préparer pour le temps de midi.

RÉSULTATS

À la suite des jeux et avant le départ pour le retour à l'école, les accompagnateurs ou instituteurs annoncent les résultats de chaque jeu. Si le gagnant est un enfant et pas le groupe, on félicite l'enfant mais la classe gagne également.

Vous pouvez prévoir des mini-récompenses pour les gagnants.

DURÉE

Le journée vélo dure toute une journée de classe :

8h30	Départ de l'école à vélo pour rejoindre le lieu de rendez-vous avec les autres écoles
9h30	Répartition des classes, première activité
10h15	Collation
10h30	Deuxième activité
11h15	Troisième activité
12h	Temps de midi
13h	Quatrième activité
13h45	Cinquième activité
14h30	Goûter et annonce des classes gagnantes pour chaque activité
14h45	Retour vers l'école
15h30	Arrivée à l'école

SOURCES

- Inspection académique Charente – Maritime, « La bicyclette à l'école – 26 jeux pour apprendre », p2, <https://ww2.ac-poitiers.fr/dsden17-pedagogie/sites/dsden17-pedagogie/IMG/pdf/jeusite-2-2.pdf>
- Tabea Ulmer (responsable de projet «Cyclisme pour tous», Swiss Cycling), Daniela Keller (experte J+S Cyclisme) et Flurin Dörig (responsable de formation Swiss Cycling Guide, <https://www.mobilesport.ch/cyclisme/rouler-a-velo-basics-2-forme-de-jeu-course-descargots/#>)
- Les professeurs d'éducation physique des écoles de la commune de Marche. Exemple de jeu : BMX et jeu des 10 passes.

ANNEXES = FICHES JEUX



Avec le soutien de la



Wallonie



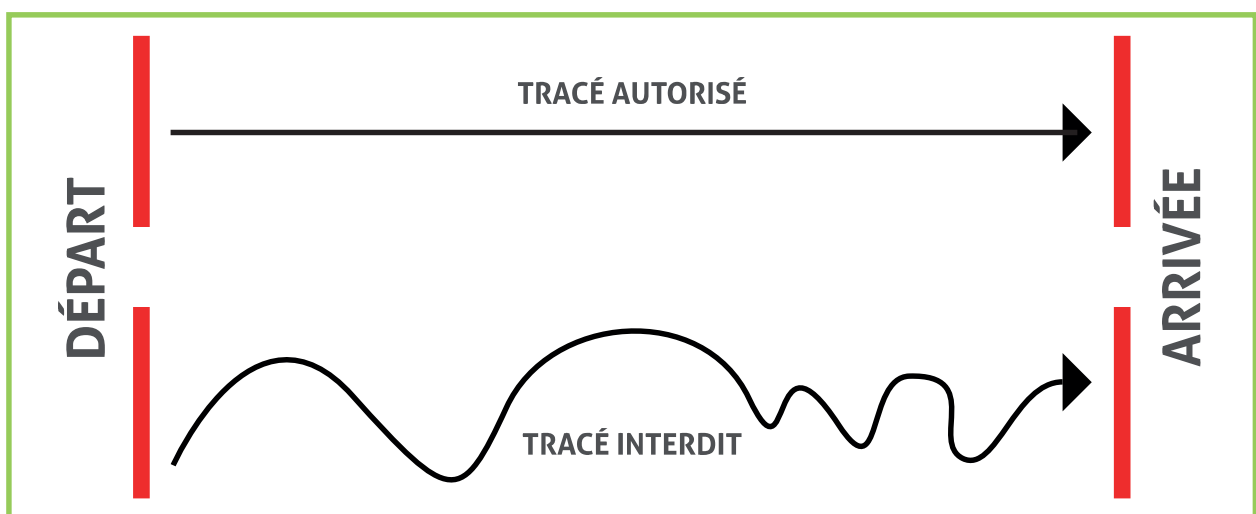
Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

ANNEXES

ANNEXE 1 : JEU DE L'ESCARGOT



Matériel	• Craie • Chrono • Feuille de papier + bic pour écrire les résultats • 1 vélo et 1 casque par enfant
Organisation	• L'arbitre (adulte) trace une ligne de départ et une d'arrivée (10-15 m entre les deux). • Les élèves se mettent à la ligne de départ. • Il y a 45 minutes pour ce jeu, ce qui est bien assez, donc la classe/le groupe peut être divisé.e en sous-groupes afin que les enfants encouragent leurs camarades. • Chaque enfant peut faire 3 temps. • À faire en extérieur.
Situation	• Au signal de l'arbitre, les élèves démarrent, le but étant d'être le plus lent possible • Attention : les enfants doivent prendre le chemin direct, pas de zigzags ou de petits sauts, ils ne peuvent pas non plus mettre le pied à terre • Le dernier à franchir la ligne sans poser le pied est le représentant de la classe/du groupe. • Noter le temps de chaque meilleur de classe/du groupe.



ZONE DE JEU

ANNEXE 2 : LE JEU DES 10 PASSES



Matériel	• Craie/corde/ruban - pour délimiter les zones de jeux • Chrono • Feuille de papier + bic pour écrire les résultats • 1 vélo par enfant • Balle de tennis • Petit seau avec de l'eau • Une bouteille • Cerceau
Organisation	• Sur un terrain • Zone de jeu délimitée par un trait à la craie, corde, ruban, cônes, ... • Zone de jeu de +/- 6 x 8 mètres • La zone de jeu est divisée en 4 parties • Par zone, un groupe de 3, 4 ou 5 enfants • Chaque partie correspond à un objet • Une partie dure 5 minutes (chrono) • A chaque partie, changer d'objet pour le groupe
Situation	• Les enfants doivent se passer l'objet en question tout en roulant à vélo dans sa zone • Il faut faire 10 passes • Les enfants ne doivent pas poser le pied par terre

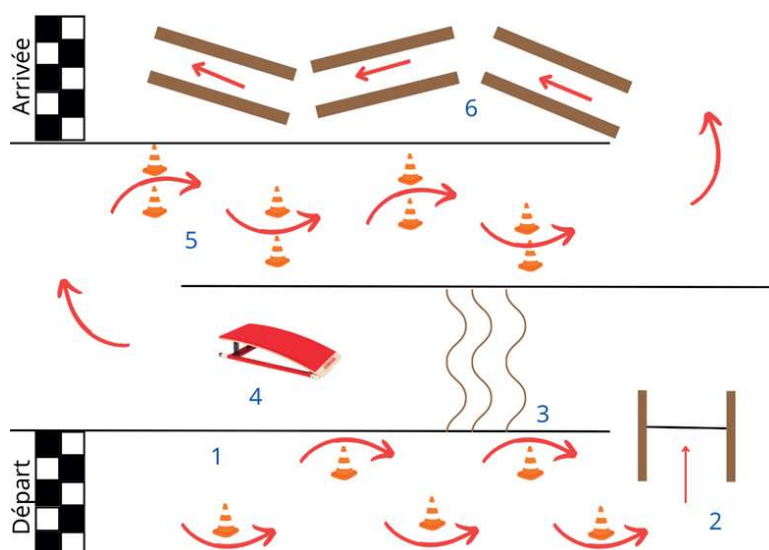
Zone 1 : balle de tennis	Zone 2 : une bouteille
Zone 3 : cerceau	Zone 4 : petit seau avec de l'eau

ZONE DE JEU

ANNEXE 3 : BMX - PARCOURS D'OBSTACLES



Matériel	• 2 + 3 BMX • Des cônes/plots x13 • Grosse corde • Petit tremplin • Bancs x6 • Pylône et corde • Chrono • Feuille de papier + bic pour écrire les résultats
Organisation	• L'arbitre prépare les obstacles (voir annexe) • Il explique aux enfants le tracé • Chaque enfant a droit à 2-3 passages • Le meilleur chrono de la classe/du groupe est gardé pour être le représentant • Pour gagner du temps quand un 1^{er} élève est à la moitié du parcours, un 2^{ème} peut se lancer • À faire à l'intérieur
Situation	• Départ • Obstacle 1 : slalomer entre les plots/cônes • Obstacle 2 : passer en dessous de la corde • Obstacle 3 : rouler sur la corde • Obstacle 4 : passer sur le tremplin • Obstacle 5 : passer entre les plots/cônes • Obstacle 6 : passer entre les bancs



ANNEXE 4 : TOUCHÉ - PERDU

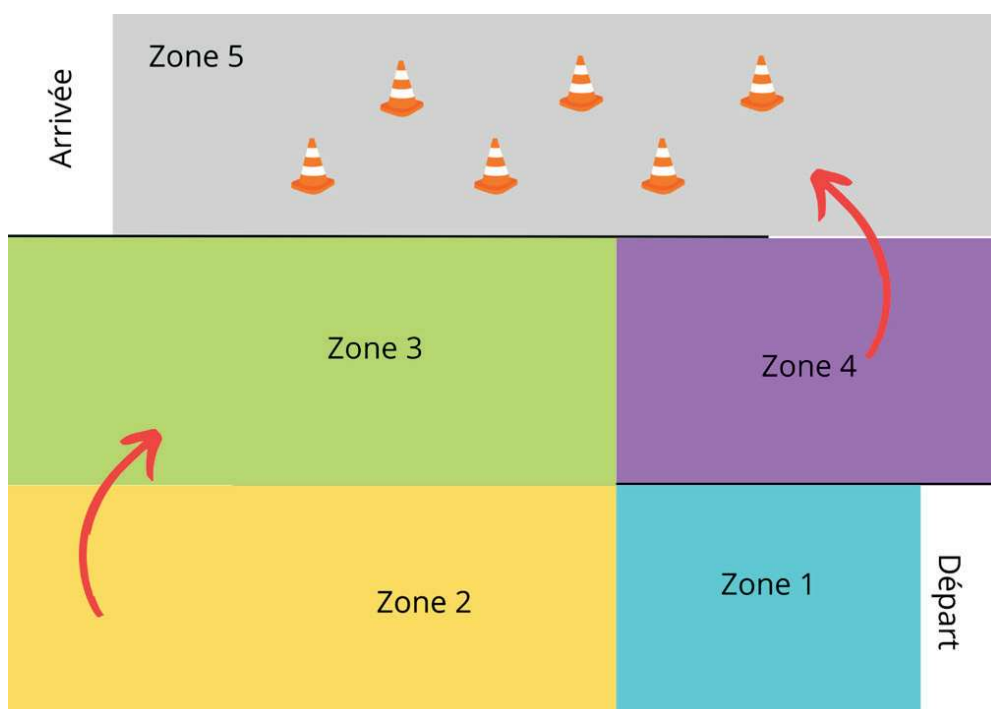


Matériel	• 1 vélo par enfant • Feuille de papier + bic pour écrire les résultats • Chrono
Organisation	• Diviser le groupe en 2-3 • +/- 10 minutes de jeu par session • Possibilité de faire deux sessions • Le jeu est gagné par le groupe qui a le plus d'enfants à la fin • À faire en extérieur
Situation	• Les enfants se déplacent en file indienne dans tout l'espace • Le chef de file freine de sa propre initiative • Les autres doivent s'arrêter sans se toucher • Changer de chef tous les 3 arrêts • Celui qui touche le précédent est éliminé. • Le but est d'avoir le moins d'éliminés à la fin du chrono • Variante : changer l'allure pendant le jeu

ANNEXE 5 : LES ZONES



Matériel	• 1 vélo par enfant • 1 chrono • 1 objet : foulard, balle de tennis, ... • plots/cônes
Organisation	• Les élèves font le parcours chacun à leur tour • 2-3 passages • Placer les plots et les objets • Le meilleur chrono est le représentant de la classe/du groupe (ne pas compter la zone 2)
Situation	Départ • Zone 1 : l'enfant ramasse un objet • Zone 2 : l'enfant doit aller très doucement (l'arbitre peut dire si la vitesse est assez basse) • Zone 3 : l'enfant doit aller le plus vite possible • Zone 4 : l'enfant doit rouler à une main (il peut reprendre son guidon à deux main pour tourner) • Zone 5 : l'enfant doit slalomer entre les cônes/plots



MODULE

LE FABULEUX DÉFI MOBILITÉ





Socles de compétence :	Éducation physique • Maîtriser les grands mouvements fondamentaux de déplacement • Se repérer dans l'espace Éducation artistique • Agir et exprimer, transférer et créer dans les domaines tactile, gestuel, corporel et plastique (adapter sa production au format, choisir ses outils, reproduire des tracés sur des supports différents, etc.) Mathématique • Dénombrer • Classer
Objectifs du module :	• Sensibiliser à la mobilité douce et à l'impact de celle-ci sur l'environnement et la santé • Promouvoir la mobilité douce au sein de l'école via un petit défi • Aider les enfants à devenir plus autonomes
Public-cible :	• Les élèves 3^{èmes} maternelles • Les élèves de primaire
Ateliers de préparation avec les élèves :	Maximum 3 périodes
Durée du défi :	Minimum deux semaines et maximum un mois
Partenaires potentiels :	GAL, associations locales culturelles et/ou artistiques
Modules complémentaires :	• « Mobifestation » • « Cyclo Tour Parrainé »



Matériel	Explication	Où le trouver
3 types de jetons (chacun correspond à un nombre de kilomètres)	• Tableaux pour réaliser les jetons (jetons avec kilométrage ou sans). Ces tableaux sont à plastifier et à découper. • Ceux-ci peuvent être remplacés par un autre type de jetons. • Jetons avec kilométrage : • Jaune = 500m • Bleu = 2km • Vert = 5km	➔ Annexe 1 : le tableau avec les kilométrages ➔ Annexe 2 : le tableau sans kilométrage
4 urnes	Ces urnes correspondent aux différents moyens de locomotion utilisés : ➔ Par exemple quatre urnes : une pour le vélo/trottinette, une pour la marche à pied, une pour le covoiturage et une pour les transports en commun ➔ Sur les urnes sera indiqué, par un dessin par exemple, le moyen de transport auquel l'urne correspond	À votre choix : • Des pots en verres avec une ouverture dans le couvercle • Des pots en plastique ➔ L'idée est de faire de la récup
1 affiche	Une affiche devant les urnes attire le regard et permet également de motiver les élèves. Elle reprend : • Le nom de l'école • Le nom de la classe (si vous le faites par classe) • Les différents moyens de locomotion	➔ En créer une avec les élèves par exemple
1 diplôme	Il est intéressant d'offrir un diplôme à l'école/aux classes en fin de défi. De cette façon, les élèves et leurs parents pourront voir le travail réalisé.	➔ Annexe 3 : un exemple de diplôme ➔ Possibilité d'impliquer les élèves dans la réalisation du diplôme
Mot d'information aux parents	Afin que le défi soit compris et intégré au maximum, informer les parents est important. De cette manière, ceux-ci ont plus de chance de prendre part au défi avec les enfants.	Annexe 4 : exemple de mot pour les parents (Voir Module Cyclo Tour Parrainé, temps 1 - écrire une lettre)

INTRODUCTION

L'idée est de **promouvoir la mobilité douce au sein de l'école** via un petit défi mobilité. En effet, les élèves sont invités à se rendre à l'école durant la période du défi en utilisant un mode alternatif à la voiture. Arrivés à l'école, les élèves mettent des jetons dans l'urne du moyen de déplacement utilisé. Chaque jeton correspond à une distance parcourue.

Exemple : 1 jeton jaune = 500m. L'élève, qui habite à 1km et qui est venu à vélo mettra 2 jetons (x2 s'il rentre aussi à vélo).

Nous avons classé ces derniers en trois types via un calcul qui permet de savoir le taux d'effort, CO₂ économisé, etc. Ces calculs seront expliqués plus loin.

Moyens de locomotion :

- Covoiturage, transports en commun
- Vélo, trottinette, équitation, ...
- Marche à pied

Le défi permet aux jeunes de participer ensemble pour gagner. Ici, le défi est une coopération entre les différents participants. L'objectif est de faire travailler les enfants ensemble afin de réaliser le meilleur score, à savoir :

- Le nombre de kilomètres parcourus en mobilité douce ;
- Le nombre de participations ;
- Le nombre de grammes de CO₂ économisés.

DURÉE DU DÉFI

Nous préconisons que le défi dure :

- Au minimum **deux semaines** : afin que ce dernier puisse être bien compris par les élèves et bien intégré. Cette durée permet aux premiers participants de motiver leurs camarades.
- Au maximum **un mois** : il ne faut pas que le défi soit trop long pour éviter qu'il ne s'essouffle.

Nous proposons également aux écoles de réaliser le challenge deux fois sur l'année, un au début et l'autre à la fin (quand la météo est clémente). Les objectifs sont de permettre aux élèves de visualiser la progression réalisée et d'améliorer le score antérieur de l'école.



PRÉPARATION AVEC LES ÉLÈVES

*En tant qu'instituteur,
essayer si possible de
participer au défi pour
motiver les enfants.*

AVANTAGE DE LA MOBILITÉ DOUCE 15'-30'

Trouver avec les enfants les avantages et les inconvénients de venir à l'école autrement qu'en voiture individuelle (<https://youtu.be/KGC5zyMGBqo>) via un petit jeu ou brainstorming.

Optionnel : Mot aux parents - 2 périodes avec les enfants. (Voir Module Cyclo Tour Parrainé, temps 1 - écrire une lettre) Rédiger un petit mot aux parents sur base du résultat.

CRÉATION DU MATÉRIEL NÉCESSAIRE - 1 PÉRIODE SI CRÉÉ AVEC LES ENFANTS

Afin d'impliquer un maximum d'élèves dans ce défi, la mise en place des différents matériaux peut être réalisée par les enfants.

Le défi peut être réalisé par toute l'école en même temps ou par classe.

Affiche : créée par les plus petits ou par la classe

Urnes : décorées par les plus petits ou par la classe

L'affiche et les urnes peuvent être mises à l'entrée de l'école pour que les élèves déposent les jetons en arrivant à l'école, cela peut aussi aider à impliquer les parents. L'affiche peut également être placée dans la classe.

Jetons : si vous utilisez les modèles en annexe, les faire découper par les enfants

Dans les **annexes**, vous trouverez deux types de tableaux afin de réaliser les jetons :

Annexe 1 : le tableau avec les kilométrages permet aux élèves d'inscrire le nombre de kilomètres parcourus en mobilité douce. On y retrouve trois types de jetons :

- Jaune = 500 m
- Bleu = 2 km
- Vert = 5 km

De cette façon, les enfants peuvent couvrir un maximum les kilomètres parcourus.

Annexe 2 : le tableau sans les kilométrages permet aux élèves de comptabiliser le nombre de participations.

Diplôme : les plus petits peuvent réaliser le diplôme ou celui-ci peut être imprimé (Voir annexe 3).

RÉSULTATS

A la fin du défi, c'est le moment de compter les jetons.

Le comptage peut être fait par les plus grands.

AVEC KILOMÉTRAGES

- Calculer le nombre de kilomètres pour chaque type de moyen de locomotion ;
- Calculer le nombre de CO₂ économisé : le tableau ci-dessous vous montre le grammage de CO₂ par kilomètre pour chaque type de transport. Il suffit de multiplier le nombre de km de chaque type de transport avec le nombre de grammes de CO₂ économisés.

Types de transport	gCO ₂ /km	gCO ₂ épargné/km
Voiture	127	0
Covoiturage	63,5	63,5
A pied	0	127
Vélo	0	127
Trottinette	0	127
Pédibus	0	127
Transports en commun	31,8	95,2
Cheval	/	127

Certains de ces calculs peuvent être réalisés par les élèves.

SANS KILOMÉTRAGE

Le nombre de participations (un jeton = une participation)

Un petit sondage est réalisé pour voir qui est prêt à continuer le défi au quotidien.

ET APRÈS ?

1 PÉRIODE (OPTIONNEL)

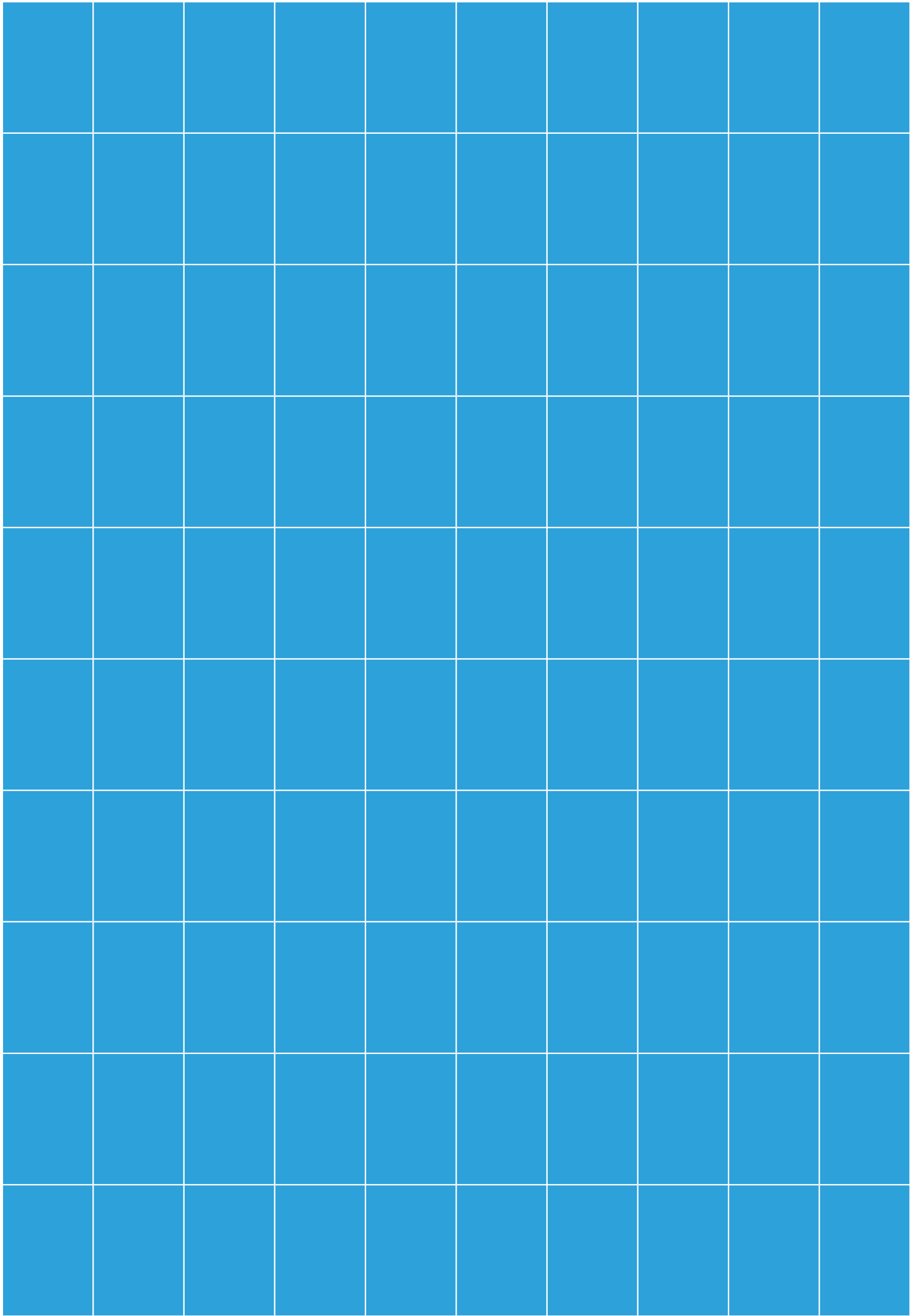
Petit évènement organisé (par exemple : petit déjeuner offert) pour communiquer les résultats aux élèves et les féliciter.





Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

ANNEXES





DIPLOME EN MOBILITE DOUCE

Pour l'école :

Ton école a obtenu : kilomètres / participations



LE FABULEUX DÉFI MOBILITÉ

Chers parents, chers enfants,

Votre école vous propose du au un défi mobilité douce. L'occasion de faire attention à notre façon de se déplacer au quotidien et notamment pour les trajets école – domicile.

Les petits gestes du quotidien peuvent faire la différence !

Défi mobilité

Durant semaines nous vous invitons à participer à notre défi mobilité douce à l'intention des élèves de l'école Le but est d'essayer de venir à l'école autrement qu'en voiture, que ça soit à vélo, à pied, ... même le covoiturage est déjà un pas vers la mobilité plus douce.

L'idée est de sensibiliser les enfants à cette mobilité douce de façon ludique et de désengorger un peu la circulation aux abords de l'école.

Les élèves pourront enregistrer les km parcourus et le moyen de transport utilisé à l'arrivée à l'école via des jetons indiquant les km et des urnes représentant les moyens de transport.

Le défi est à destination des primaires mais les élèves de maternelle sont également les bienvenus si ceux-ci veulent participer à leur niveau !



MODULE MOBIFESTATION





Socles de compétence :	Français • S'organiser pour réaliser un projet commun ; • Rechercher et inventer des idées, des mots ; • Utiliser un vocabulaire précis et adapté à la situation de communication. Éducation artistique • Représenter de manière réaliste des personnages, des objets, des animaux, des paysages ; • Assurer la présentation au niveau graphique et au niveau des interactions entre les éléments verbaux et non verbaux.
Objectifs du module :	• Imaginer des outils de communication à destination des parents et utilisateurs des infrastructures routières aux alentours de l'école ; • Planifier et organiser les événements de sensibilisation.
Public-cible :	Les 5 ^{ème} et 6 ^{ème} années primaires imaginent et organisent la mobifestation tout en pouvant faire appel aux autres élèves de l'école pour les aider à réaliser des supports de communication.
Durée :	2 périodes de cours minimum
Partenaires potentiels :	Le GAL, la police locale le jour des mobifestations, la Commune, le GRACQ, etc.
Modules complémentaires :	• « Fabuleux Défi Mobilité » • « Cyclo Tour Parrainé »



Matériel	Où le trouver
Feuilles blanches de différentes dimensions	Ecole
Feutres, peinture, crayons de couleur	Ecole
Ciseaux, colle	Ecole
Autres en fonction des actions choisies	Ecole

INTRODUCTION

La mobifestation est un mot-valise de 'mobilité' et 'manifestation'. Ce module servira à préparer une ou plusieurs manifestations sur des problématiques en lien avec la sécurité routière aux abords de l'école et la mobilité douce.

DURÉE DU DÉFI

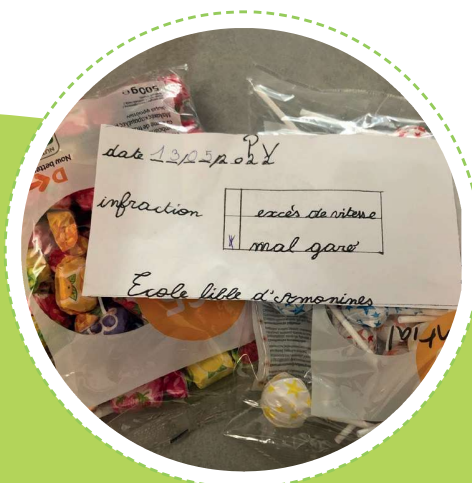
En fonction de l'objectif, la mobifestation peut avoir lieu une seule fois ou être répétée plusieurs fois pour que le message à faire passer soit entendu. Au moins une période de cours sera nécessaire pour préparer les outils de communication et ensuite, cela dépendra de l'objet de la mobifestation.

DÉROULEMENT

TEMPS 1 : INTRODUCTION

1. Rappeler les **objectifs** du projet de l'école en lien avec la mobilité.

Exemple : Améliorer la sécurité routière en sensibilisant les automobilistes à se garer sur les places de parking adéquates.



2. Identifier le ou les **public(s)-cible(s)** du message à faire passer : **A qui s'adresse-t-on ?**

Exemple : les conducteurs qui déposent et reprennent les enfants à l'école.

3. **Pop-corn d'idées** pour trouver des actions à mettre en place pour atteindre les objectifs.

Les élèves donnent toutes les idées qui leur passent par la tête : écrire une lettre aux parents et aux voisins, écrire un article dans le bulletin communal, faire grève, etc.

→ Et pourquoi ne pas faire une manifestation ? On l'appellerait : la **MOBIFESTATION !**

4. Quels **outils** la classe peut-elle inventer pour faire passer son message lors de la mobifestation ?

Exemples :

- **Cocottes en papier** : réaliser des cocottes en papier avec des questions, sujets de discussion, gages autour du problème identifié (voir annexe) ;
- **Slogans** : inventer des phrases courtes faciles à retenir et qui font passer un message positif, fort et clair. Commencer par lister des mots qui riment pour pouvoir les associer (exemple 'sur les pavés, les pieds') ;
- **Pancartes** : sous forme de dessin ou de collage, exprimer une revendication/un message marquant ;
- Distribuer **un plan** des abords de l'école avec des recommandations (*Exemple : plan avec les parkings disponibles à moins de 3' à pieds*) ;
- Distribuer de faux PV aux automobilistes mal garés (date, motif de l'infraction, signature du faux policier, cachet, etc.) → actions à réaliser en fin de Mobifestation ;
- Distribuer des récompenses pour les personnes bien garées (autocollant pour la voiture, un pouce bleu avec écrit « merci », etc.) ;
- Créer des panneaux de signalisation (ex. parking à 2 minutes à pied de l'école).

TEMPS 2 : RÉALISATION DES OUTILS

Réalisation en groupe d'un ou plusieurs outil(s) sélectionné(s).

TEMPS 3 : LES MOBIFESTATIONS

Même si le travail de création n'est pas terminé, planifier la ou les mobifestations (idéalement à la sortie des cours, le moment où il y a un maximum d'affluence) ainsi que les prochaines dates auxquelles il est prévu de continuer ce travail de création.



ANNEXE

Annexe : Exemple de quizz pour les cocottes des mobifestations

SOURCES

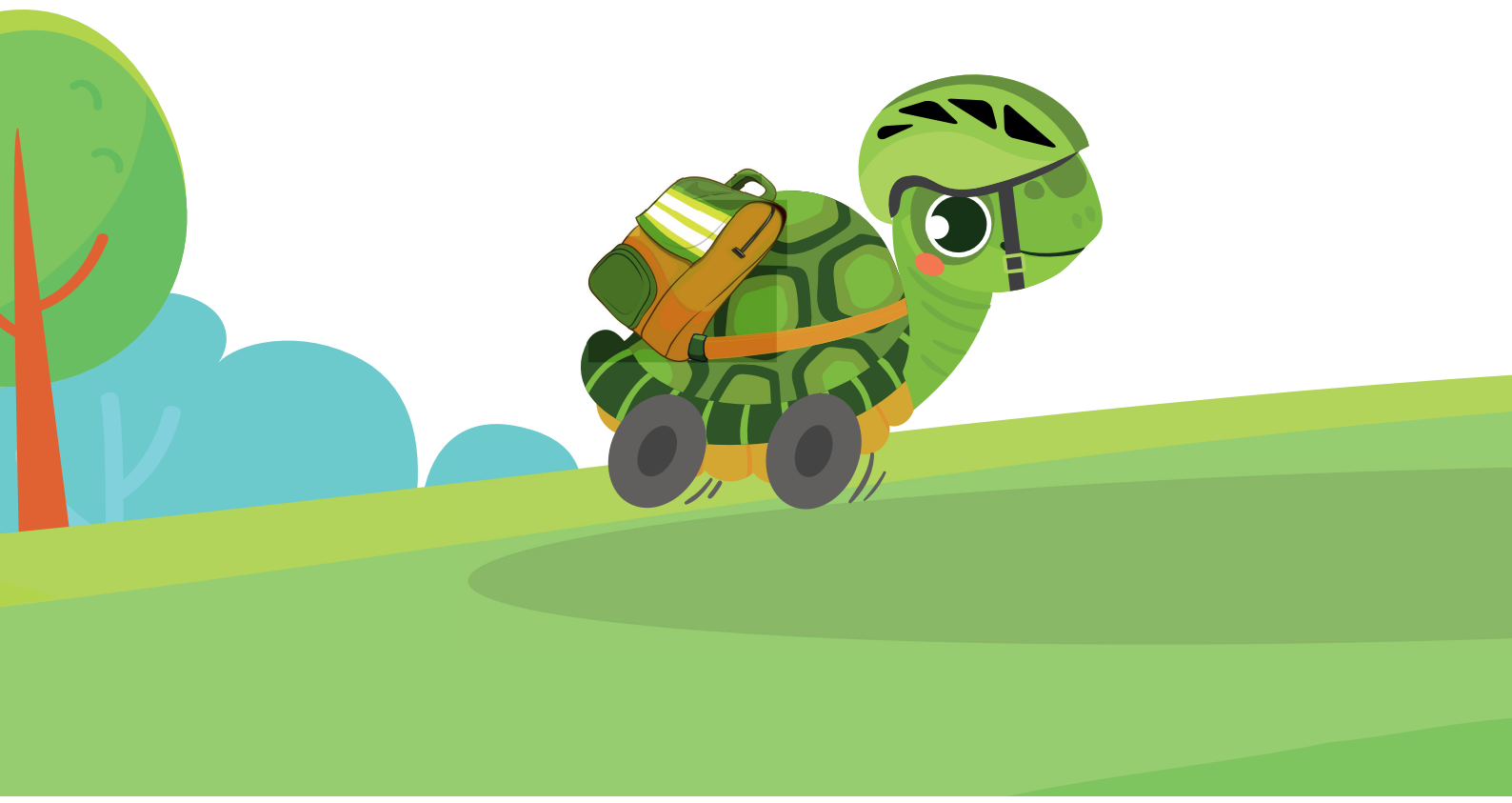
“Sur la route de l'école. Kit de sensibilisation à la mobilité pour les enfants de 6 à 10 ans”, Métropole Européenne de Lille, 2016.

« Laisser tourner le moteur plus de 10 secondes (...) », article internet de la RTBF : <https://www.rtb.be/article/laisser-tourner-le-moteur-plus-de-10-secondes-consomme-plus-et-emet-plus-de-co2-que-de-redemarrer-selon-iew-10125392>

« Mieux utiliser sa voiture », fiche conseil d'Ecoconso : <https://www.ecoconso.be/fr/Mieux-utiliser-sa-voiture>

« Règlement relatif aux infractions en matière d'arrêt et stationnement et aux infractions aux signaux C3 et F103 constatées au moyen d'appareils fonctionnant automatiquement », Police fédérale :

https://www.police.be/5325/sites/5325/files/attachments/Reglement%20Arret%20et%20stationnement%20-%20PDF_Version%20definitive-1.pdf





Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

ANNEXES

ANNEXE : EXEMPLE DE QUIZZ POUR LES COCOTTES



Public cible : élèves de primaire à destination de leurs parents

Projet de l'école : stationnement

Question 1 : Combien de minutes cela prend-il de marcher entre le parking du home des enfants jusqu'à l'école communale ?

Réponse 1 : 2 minutes à pied

Question 2 : Sauf accord des voisins, peut-on se garer dans une cour privée ?

Réponse 2 : Non

Question 3 : Est-il autorisé de se garer sur le trottoir ?

Réponse 3 : Non. Il est interdit de se garer sur les trottoirs et dans les agglomérations sur les accotements en saillie

Question 4 : Est-il autorisé de se garer sur un passage pour piétons ?

Réponse 4 : Non. Il est interdit de se garer sur ou à moins de 5m des passages pour piétons/ cyclistes

Question 5 : Laisser mon moteur allumé quand je ne roule pas ne pollue pas.

Réponse 5 : Faux. Laisser tourner le moteur plus de 10 secondes consomme plus et émet plus de CO₂ que de redémarrer selon IEW.

Question 6 : Vrai ou faux ? En Belgique, 21% des déplacements de moins d'un kilomètre se font en voiture.

Réponse 6 : Vrai

Question 7 : Combien peut coûter une amende pour mauvais stationnement ?

Réponse 7 : Entre 55 et 330€

Question 8 : La limite de 30 km/h aux abords des écoles est-elle d'application le weekend ?

Réponse 8 : Oui, sauf s'il y a un panneau variable.



MODULE PASSEPORT DU CYCLISTE





Socles de compétence :	Français - Assurer et dégager l'organisation et la cohérence du message Education physique - Maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels - Maîtriser les grands mouvements fondamentaux de déplacement - Coordonner ses mouvements : tirer, pousser, manipuler, lancer des objets en fonction de leurs caractéristiques - Se repérer dans l'espace - Repérer les critères spécifiés dans l'énoncé de la situation-problème en vue de sa résolution - Définir le problème à résoudre : décomposer le problème principal en sous-problèmes et les organiser les uns par rapport aux autres - Structurer les informations en établissant des liens logiques entre les différents éléments
Objectifs du module :	- Permettre à l'élève de se familiariser à son vélo - Augmenter l'adresse à vélo - Rendre l'élève autonome dans ses déplacements
Public-cible :	- P5 - P6
Durée du défi :	3 journées scolaires et une matinée d'épreuve
Partenaires potentiels :	GAL, GRACQ, Royal APPER, etc
Picto à mettre vélobus + SRAE	



Matériel	Où le trouver
Matériel général • Un vélo en ordre par élève • Un casque par élève • Un vélo avec l'équipement obligatoire complet (voir annexe 5) • Des disques de couleur • Vidéo « La fin du tout toto » • Vidéo « Le vélo, la liberté au bout des pieds » • Le passeport du cycliste – carnet pédagogique	• Possibilité de vérification chez votre vélociste ou dans un atelier vélo • Neuf en magasin / Prêt • Neuf en magasin / Prêt • Matériel d'éducation physique • site +clef USB • Disponible auprès des GAL ou sur leur site et en annexe 4 de ce module
Matériel spécifique	Où le trouver
• Une piste d'éducation à la sécurité routière	• Disponible auprès du GAL Burdinale Mehaigne • Cellule Education et Prévention de la Province du Luxembourg • les GAL • Royal APPER • Police Locale
Besoin humain	Où le trouver
• 2 adultes par sortie sur route • Des observateurs/évaluateurs le jour de l'épreuve en nombre égal aux nombres de carrefours traversés par les élèves	• Personnel de l'école (enseignants ou autres) • Grands-parents, parents, toutes personnes intéressées



INTRODUCTION

Le module « Passeport du cycliste » s'articule autour du carnet qui porte le même nom. Celui-ci est disponible sur le site des GAL. Il contient la théorie nécessaire à une pratique en sécurité du vélo sur la route. Pour une meilleure concentration des élèves, il est préférable de réaliser la théorie le matin et de l'appliquer sur le terrain l'après-midi.

DURÉE DU PASSEPORT

Minimum 3 jours et demi

DÉROULEMENT

Jour 1

Etape 1 : L'équipement obligatoire sur le vélo - Théorie - 20 minutes - Jour 1

Etape 2 : Révision des panneaux de signalisation - Théorie - 90 minutes - Jour 1

Etape 3 : Jeu par équipe sur les panneaux de signalisation - Théorie - 30 minutes - Jour 1

Etape 4 : Piste d'éducation à la sécurité routière - Pratique - 30 minutes - Jour 1

Jour 2

Etape 5 : Rouler en groupe et traverser les carrefours - Théorie - 90 minutes - Jour 2

Etape 6 : Exercices d'habileté dans la cour de l'école - Pratique - 85 minutes - Jour 2

- A. Jeu des feux tricolores - 15 minutes
- B. S'arrêter devant un obstacle - 15 minutes
- C. Jeu de l'escargot - 15 minutes
- D. Tendre son bras à gauche et à droite - 20 minutes

Jour 2 et 3

Etape 7 : Exercices sur la route pour traverser différents carrefours - Pratique - 215 minutes + 300 minutes - Jour 2 et Jour 3

Jour 4

Etape 8 : Epreuve - Pratique - 90 minutes - Jour 4



JOUR 1 - ÉTAPE 1 : L'ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE SUR LE VÉLO - THÉORIE - 20 MINUTES

MATÉRIEL :

- Un vélo avec l'équipement obligatoire complet
- Carnet pédagogique « Passeport du cycliste »

Un vélo présentant l'équipement obligatoire et des accessoires est montré en classe. Le code de la route impose un équipement particulier sur le vélo.

Questions ouvertes aux élèves :

A votre avis, de quel équipement le cycliste doit-il disposer sur son vélo ?

Quels éléments portés par le cycliste lui permettent d'être mieux protégé et plus visible ?

Pendant la séance de réponses :

- Explication sur l'utilité / le fonctionnement :
 - Du catadioptré : il réfléchit la lumière et permet au cycliste d'être mieux vu. Une expérience en classe avec une lampe permet de mieux visualiser le phénomène.
- Des freins avant et arrière :
 - La manette de gauche actionne le frein avant. Celui-ci est bien réglé si le vélo se lève de l'arrière lorsque la manette de gauche est actionnée et que le vélo est avancé.
 - La manette de droite actionne le frein arrière. Il est bien réglé si le vélo se lève de l'avant lorsque la manette de droite est actionnée et le vélo poussé vers l'arrière.

Les élèves réalisent l'exercice en marchant avec leur vélo (en avant ou en arrière en fonction du frein à vérifier) et en actionnant la manette correspondante indiquée ci-dessus.

- Voir aussi le **Module Check-up vélo**

Lorsque tous les éléments sont trouvés, les élèves complètent les pages 4 et 5 du carnet pédagogique « Passeport du cycliste ».

JOUR 1 - ÉTAPE 2 : RÉVISION DES PANNEAUX DE SIGNALISATION - THÉORIE - 90 MINUTES

MATÉRIEL :

- Carnet pédagogique « Passeport du cycliste »

La classe est divisée en 5 groupes. Chacun d'eux aura pour mission de compléter l'une des pages allant de la numéro 6 à la 10.

CONSIGNES :

Dans un premier temps, chaque groupe commencera par déterminer la famille de panneaux correspondant à la page à compléter (s'aider de la présentation des familles basées sur les formes et les couleurs du début de la page 6). Cela étant fait, les élèves d'un même groupe se concerteront pour relier chaque panneau à son nom.

Une fois l'exercice terminé par l'ensemble de la classe, chaque groupe présente sa série de panneaux afin de permettre aux autres de compléter le carnet. La signification des panneaux est expliquée par l'enseignant au moyen de schémas dessinés au tableau ou de mises en situation en classe.

REMARQUES :

Les groupes qui ont fini rapidement l'exercice peuvent passer à la page 11 pour patienter. Là, ils peuvent imaginer un nouveau panneau (par élève ou par groupe) en dessinant un symbole en noir dans le panneau pré-dessiné et en donner la signification sur les pointillés.

JOUR 1 - ÉTAPE 3 : JEU PAR ÉQUIPE SUR LES PANNEAUX DE SIGNALISATION THÉORIE - 30 MINUTES

MATÉRIEL :

- Panneaux de signalisation (disponible avec la piste d'éducation à la sécurité routière)
- Un cône

Ce jeu est à réaliser à l'extérieur et sans vélo. La classe est divisée en 2 groupes dans lesquels les élèves sont en ligne et se font face. Le cône est placé à égale distance entre les 2 équipes. Chaque élève recevra le nom d'un panneau.

CONSIGNES :

Lorsque l'enseignant montre un panneau, l'élève de chaque équipe ayant reçu le nom de ce panneau doit courir jusqu'au cône. Le premier arrivé donne le nom du panneau. Si celui-ci est juste alors son équipe gagne 1 point. Si le nom est faux ou incomplet, l'élève de l'autre équipe peut en donner le nom afin d'obtenir le point. L'équipe gagnante est celle qui arrive à 15 points.

Intitulés des panneaux, voir annexe 6



JOUR 1 - ÉTAPE 4 : PISTE D'ÉDUCATION À LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE - PRATIQUE - 30 MINUTES

MATÉRIEL :

- Piste d'éducation à la sécurité routière (GAL Burdinale Mehaigne)
- Craies
- Disques de couleur
- Un vélo et un casque par enfant

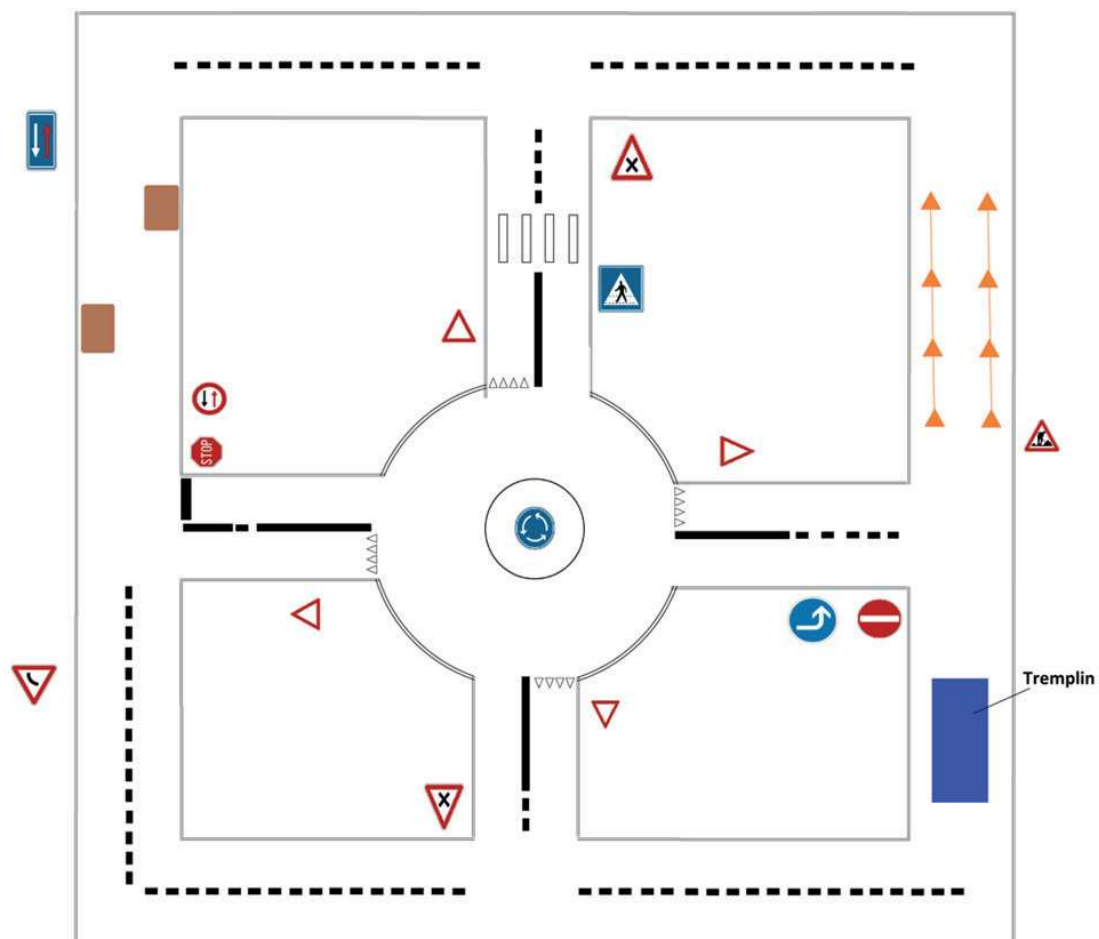
PRÉALABLE :

Vérification du casque, de la hauteur de selle, de la pression des pneus

Un rappel de la signification et de l'implication des panneaux est réalisé avant cet exercice.

CONSIGNES :

Les élèves empruntent le chemin qu'ils souhaitent tant qu'ils respectent le code de la route. Pour rappel, la priorité de droite est d'application lorsque 2 « routes » se croisent et qu'il n'y a pas de panneaux.



JOUR 2 - ÉTAPE 5 : ROULER EN GROUPE ET TRAVERSER LES CARREFOURS - THÉORIE - 90 MINUTES

MATÉRIEL :

- Carnet pédagogique « Passeport du cycliste »

CONSIGNES :

- a) Les élèves lisent les pages 13 et 14 pour répondre aux questions de la page 15 puis correction avec l'enseignant(e).
- b) pages 16 : Les élèves observent les étapes sur le schéma puis ils indiquent le numéro dans la case qui correspond à la situation lue.
- c) page 17 : Les élèves observent les étapes sur le schéma puis ils indiquent le numéro dans la case qui correspond à la situation lue.
- d) Lecture par un élève de la classe de la page 18 puis mise en situation en classe en créant un couloir et un obstacle.
- e) Lecture par un élève de la classe de la page 19.
- f) Les élèves effectuent les pages 20 et 21 comme indiqué par l'énoncé de la page 20.

REMARQUE :

Il est important après chaque page de vérifier si les élèves ont bien compris les différentes étapes car celles-ci seront à appliquer et à mémoriser pour les déplacements sur la route.

JOUR 2 - ÉTAPE 6 : EXERCICES D'HABILITÉ DANS LA COUR DE L'ÉCOLE PRATIQUE - 85 MINUTES

A. JEU DES FEUX TRICOLORES – 15 MINUTES

MATÉRIEL :

- Un casque et un vélo en ordre de fonctionnement par élève
- Disques de couleur (minimum 4 couleurs)
- Craies

CONSIGNES :

Lorsque l'adulte annonce « feu rouge », les élèves s'arrêtent. Au « feu vert », ils démarrent et au « feu orange » ils se mettent debout sur leurs pédales sans effectuer de rotation pendant un temps imparti et compté à voix haute par l'adulte. Le but du feu orange est de rester en équilibre pendant la durée annoncée préalablement par le maître du jeu. Une alternance des couleurs constitue le tempo de la partie.

Ce jeu permet aux élèves de :

- S'arrêter au bon moment.
- Se mettre debout pour voir plus loin et gagner en maîtrise de la vitesse.
- S'entraîner à redémarrer rapidement.

Causes de difficultés possibles pour les démarrages difficiles :

- Selle trop haute.
- Position des pédales non anticipée. La pédale sur laquelle l'élève va pousser en premier doit être plus haute que la seconde et vers l'avant du vélo de manière à permettre à l'élève de pousser directement dessus au démarrage. Cette préparation des pédales permet de donner l'impulsion nécessaire au vélo pour tenir en équilibre et effectuer un démarrage rapide.

B. S'ARRÊTER DEVANT UN OBSTACLE - 15 MINUTES (VARIANTE DE L'EXERCICE 2 DU MODULE CHECK-UP VÉLO)

MATÉRIEL :

- 2 cônes
- Un manche à balai ou un tube
- Un casque et un vélo en ordre de fonctionnement par élève

CONSIGNES :

Les élèves doivent freiner et s'arrêter le plus près possible du balai sans le faire tomber.

C. JEU DE L'ESCARGOT – 15 MINUTES

Voir Module « Journée vélo », fiche « jeu de l'escargot ».

Une variante consiste à fixer aux élèves le mot de départ qui varie d'une part à l'autre où le dernier à atteindre la ligne d'arrivée est le gagnant.

Pour garder l'attention des élèves, changez le terme utilisé pour lancer le départ de la course.

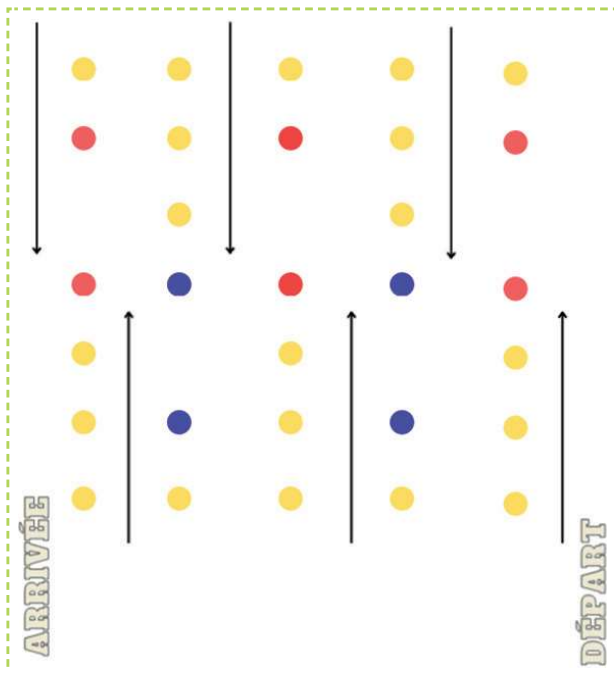
Exemple : départ lorsque les élèves entendent une fois "Partez" et une fois "Go".

D. TENDRE SON BRAS À GAUCHE ET À DROITE – 20 MINUTES

MATÉRIEL :

- Des disques de couleur (3 couleurs minimum)
- Un casque et un vélo en ordre de fonctionnement par élève

Au moyen des disques d'une même couleur, faites des rangées dans lesquelles se trouvent 2 mêmes disques comme sur le schéma ci-après.



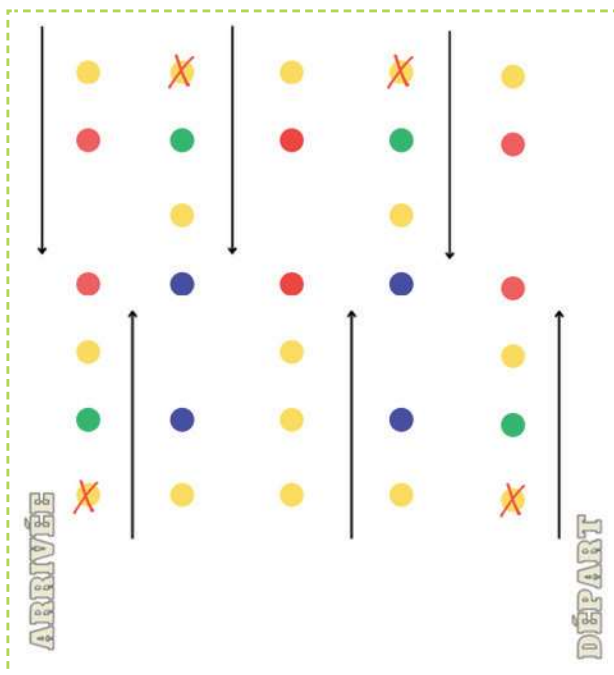
CONSIGNES : les élèves roulent entre les rangées formées par les disques. Au premier disque de couleur, ils tendent le bras et cela jusqu'à arriver au disque de même couleur suivant. Sur le schéma, les plots rouges indiquent un bras tendu à gauche tandis que les bleus font tendre le bras à droite.

MATÉRIEL :

- Des disques de couleur (4 couleurs minimum)
- Un casque et un vélo en ordre de fonctionnement par élève

L'exercice est le même que le précédent mais on ajoute une étape avant de tendre le bras.

L'instituteur se placera près du premier disque d'une rangée (croix rouge sur le schéma) et disposera en main de 3 disques de couleurs différentes. La présence de plusieurs adultes à ces croix augmente la rapidité de l'apprentissage.



CONSIGNES : au disque vert, les élèves regardent **derrière eux par la gauche** pour voir la couleur du disque présenté par l'enseignant en annonçant la couleur. La suite du parcours est similaire à l'exercice précédent pour lequel l'élève tend son bras d'un côté ou de l'autre en fonction de la couleur.

REMARQUE : sur la route, il est important de savoir si l'on est suivi. Le fait de regarder derrière par la gauche permet de vérifier que personne n'est en train de nous dépasser et que l'on va pouvoir tourner en sécurité.

JOUR 2 ET JOUR 3 - ÉTAPE 7 : EXERCICES SUR LA ROUTE POUR TRAVERSER DIFFÉRENTS CARREFOURS - PRATIQUE - 215 MINUTES + 300 MINUTES

MATÉRIEL :

- Carnet pédagogique « Le passeport du cycliste »
- Une chasuble jaune, un casque et un vélo en ordre de fonctionnement par élève

BESOIN HUMAIN :

Une deuxième personne qui se placera en fin de file :

a) Pour permettre aux élèves de se familiariser avec le circuit, faites-le avec l'ensemble de la classe en file indienne comme indiqué à la page 14. Les élèves doivent garder entre eux au minimum la distance d'une roue de vélo (24') pour la sécurité en cas de freinage.

b) A chaque carrefour, ré-expliquez les différentes étapes en vous référant aux pages 16 et 21 du carnet pédagogique « le passeport du cycliste ». Montrez ensuite aux élèves comment traverser à vélo en mettant l'accent sur les différentes étapes.

N'hésitez pas à remonter cette action 2 à 3 fois et à donner des repères auxquels les élèves pourront se raccrocher.

Les élèves doivent retenir les étapes pour les appliquer ensuite sur la route. Une fois le rappel des étapes terminé, chaque élève traversera individuellement les 2 carrefours concernés sous l'œil attentif de l'enseignant(e). Une fois l'exercice réalisé, l'élève attendra ses condisciples sur le trottoir (ou l'accotement) avec la roue avant du vélo derrière la bordure et perpendiculaire à la route. Les élèves seront donc en ligne sur le trottoir comme des dominos et en sécurité (hors route). Cela s'appelle se garer en parking/en garage.

Passez aux 2 carrefours suivants pour faire de même et ainsi de suite afin de réaliser l'exercice sur l'ensemble des carrefours du circuit.

REMARQUE :

Tourner à gauche est l'exercice le plus difficile. Pour finaliser plus rapidement l'exercice et peut-être par peur des voitures, certains élèves n'avanceront pas suffisamment à l'étape 6 avant de tourner.

De manière générale, indiquez-leur des repères pour les aider.

- Où s'arrêter au carrefour ? A la ligne de meilleure visibilité formée en reliant les 2 coins de chaque bordure. La roue avant reste derrière cette ligne. Au « rond-point » et aux « céder le passage », cette ligne est symbolisée par les dents de requin.
- Quand tourner à gauche ? A l'endroit où l'on estime pouvoir arriver à 1m de la bordure après avoir tourné.
- Où rouler ? A 1m du bord (voir page 12).
- Où se placer dans le rond-point ? Au milieu de sa bande.
- Où se placer à l'entrée d'un carrefour ? Au milieu de sa bande pour éviter de se faire dépasser au dernier moment.
- Un obstacle est sur ma bande et il n'y pas de panneaux. Que faire ?
Laisser passer le conducteur d'en face (qui a la priorité car l'obstacle est sur notre bande) puis effectuer le dépassement comme expliqué à la page 18.

JOUR 4 - ÉTAPE 8 : EPREUVE - PRATIQUE - 90 MINUTES

MATÉRIEL :

- Chasuble orange pour adulte
- Chasuble numérotée pour les élèves
- Plaque à pince et de quoi écrire
- Une grille d'observation (voir en annexe)
- Plan avec le circuit et les postes d'observation

BESOIN HUMAIN :

Un nombre d'observateurs/évaluateurs égal au nombre de carrefours traversés.

CONSIGNES :

Tous les élèves reçoivent une chasuble jaune numérotée en prêt le temps de l'épreuve, excepté le dernier à réaliser l'exercice qui en recevra une de couleur différente. Ce dernier aura pour consigne de ne pas dépasser d'autres élèves car il indique aux observateurs la fin de l'épreuve.

Explications à l'attention des observateurs :

Les observateurs se placent aux lieux déterminés avec l'organisateur de l'épreuve. Chacun a reçu une grille d'observation, une plaque à pince, un descriptif des étapes à vérifier et de quoi écrire.

Les observateurs vérifient si chaque étape au carrefour qu'il observe est bien réalisée. Si certaines sont manquantes, ils les écrivent dans la colonne « Remarque » de la grille d'observation (voir annexe). Si d'autres éléments sont manquants, alors ils sont également notés.

Lorsque le circuit a été réalisé par tous les élèves. Les accompagnateurs et l'organisateur font un tour de table afin de recueillir les remarques que l'organisateur compilera sur le passeport du cycliste. C'est également sur cette base que la couleur du feu sur le document « Passeport du cycliste » sera établie :

- **Feu vert** : bon circuit avec des révisions mineures
- **Feu orange** : certains éléments sont à revoir (oubli de céder la priorité de droite, roule trop près du trottoir, etc)
- **Feu rouge** : l'élève ne maîtrise pas suffisamment son vélo, il se met lui ou les autres usagers en danger

Les documents « Passeport du cycliste » sont ensuite distribués aux élèves avec un petit mot sur les éléments à améliorer tout en les encourageant à continuer le vélo notamment via le vélobus si celui-ci est organisé au sein de l'établissement scolaire.



SOURCES

Visuels :

- Frein vélo - manette de gauche : <https://lesveloselectriques.fr/assurance-velo-electrique/>
- Panneaux de signalisation : site de la Sécurorhèque : <https://securorheque.wallonie.be>

ANNEXES

ANNEXE 1 - POINTS D'ATTENTION ANNEXE 2

ANNEXE 2 - GRILLE D'OBSERVATION

ANNEXE 3 - DIPLÔME DU PASSEPORT DU CYCLISTE

ANNEXE 4 - CARNET PÉDAGOGIQUE - LE PASSEPORT DU CYCLISTE

ANNEXE 5 - EQUIPEMENT VÉLO OBLIGATOIRE POUR ROULER SUR LA ROUTE

ANNEXE 6 - PANNEAUX DE SIGNALISATION

ANNEXE 7 - RÉPONSES DU CARNET PÉDAGOGIQUE PASSEPORT DU CYCLISTE





Avec le soutien de la



Wallonie



Fonds européen pour le développement rural :
l'Europe investit dans les zones rurales

ANNEXES

ANNEXE 1 : POINTS D'ATTENTION



CAS 1 : TOURNER À DROITE

- Regarder derrière soi (idéalement par la gauche)
 - Tendre son bras à droite
 - Se déporter à plus d'un mètre du bord
 - Ralentir à l'approche du carrefour et vérifier que la voie est libre avant de s'engager
 - S'engager
 - Se remettre à environ 1 mètre du bord sur la bande de droite
- Remarque : priorité de droite, céder le passage

CAS 2 : DÉPASSER UN OBSTACLE DEVANT SOI

- Regarder derrière soi (idéalement par la gauche)
- Ralentir
- S'assurer que l'obstacle est immobile et qu'il n'arrive rien en face.
- Tendre son bras à gauche pour signaler le dépassement
- Dépasser
- Tendre son bras à droite pour indiquer que l'on « se rabat »
- Se rabattre et se placer à 1 mètre du bord

CAS 3 : TRAVERSER UN CARREFOUR EN LIGNE DROITE

- Regarder derrière soi (idéalement par la gauche)
- Se déporter à plus d'1 mètre du bord
- Ralentir à l'approche du carrefour
- Respecter la priorité de droite, le céder le passage
- S'engager si tout risque est écarté
- Se placer à 1 mètre du bord sur la bande de droite une fois le carrefour franchi



CAS 4 : TRAVERSER UN ROND-POINT

- Regarder derrière soi (idéalement par la gauche)
- Se déporter à plus d'un 1 du bord
- Ralentir à l'approche du rond-point
- S'arrêter si un autre usager est déjà dans le rond-point et le laisser terminer sa manœuvre
- S'engager dans le rond-point si tout risque est écarté en se mettant au milieu de la bande
- Tendre son bras à droite pour indiquer son intention de sortir du rond-point au moment adéquat et sortir
- Se remettre à 1 mètre du bord sur la bande de droite

CAS 5 : TOURNER À GAUCHE

- Regarder derrière soi (idéalement par la gauche)
- Mettre son bras à gauche
- Se mettre au milieu de sa bande
- Ralentir au carrefour
- Laisser passer les véhicules prioritaires.
- Une fois les risques écartés, traverser la chaussée en angle droit
- Se remettre à 1 mètre du bord



ANNEXE 2 : GRILLE D'OBSERVATION



Personne à joindre en cas de soucis :

Les différentes conduites :

A = assurée / C = Conforme/ H = hésitante/ L = Lacunaire

Numéro	A	C	H	L	Remarques
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					

15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					

Assurée : présence de voitures, respecte les consignes de sécurité et le code de la route.

Conforme : absence de voitures, respecte les consignes de sécurité et le code de la route.

Hésitante : respecte les consignes et le code de la route mais reste hésitante dans sa conduite.

Lacunaire : très hésitante, ne respecte pas suffisamment le code de la route, voire se met en danger.

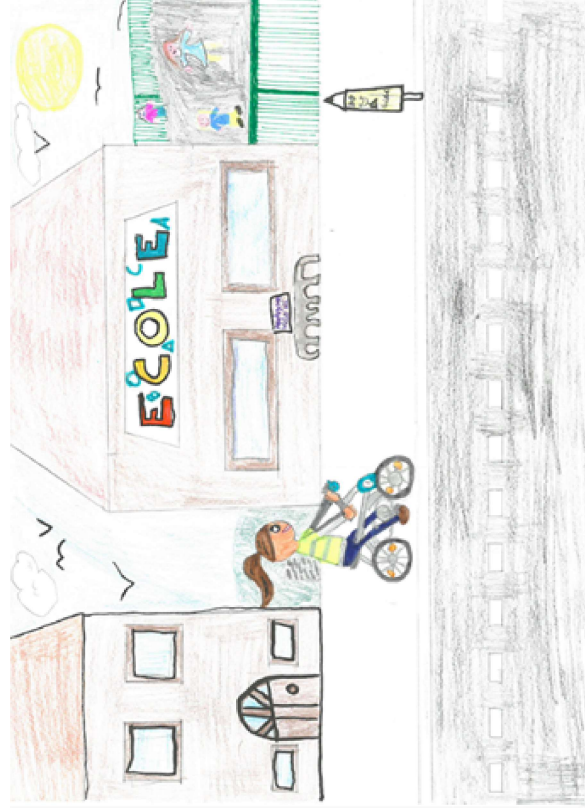


PASSEPORT DU CYCLISTE

Attribué à :

Pour sa capacité à maîtriser son vélo et à respecter les règles de bonne conduite au sein de la circulation.

Nom de l'école : Date.....



Cachet + signature



Gardons à l'esprit que :

- Le casque est fortement conseillé. Il protégera la tête en cas de chute !
- Le vélo est un mode de transport plus écologique que la voiture. Il n'y a jamais de bouchons avec ce type de véhicule !
- Avant chaque sortie, je vérifie la présence de l'équipement obligatoire :
Freins arrière et avant fonctionnels, feu avant blanc, feu arrière rouge, catadioptre arrière rouge, sonnette, catadioptres orange sur les pédales et une paire de catadioptres orange par roue.
- S'habiller en fonction de la météo et prendre de l'eau rendra mes trajets plus agréables.
- Dans le noir, je veille à rester visible au moyen d'un gilet fluo et de lampes adaptées.
- En tant que cycliste, j'ai le droit d'être sur la « chaussée ». Une place m'y est réservée sur la bande de droite (à 1m du bord) !
- Le vélo me rend autonome dans mes déplacements et il me permet de garder une bonne santé.
- En bon usager, je respecte le code de la route.

Attention :

Ce passeport ne signifie pas que tu connais tout de la conduite à vélo, seule la pratique régulière t'amènera de l'expérience et de la confiance.

Un bon moyen d'y arriver est de rouler accompagné d'un adulte pour venir à l'école ou pour réaliser tes petits déplacements quotidiens.

Mention : feu vert – feu orange – feu rouge (biffer la mention inutile)

Remarque (s) :

.....

.....

.....

.....

Mon vélo, mon autonomie !

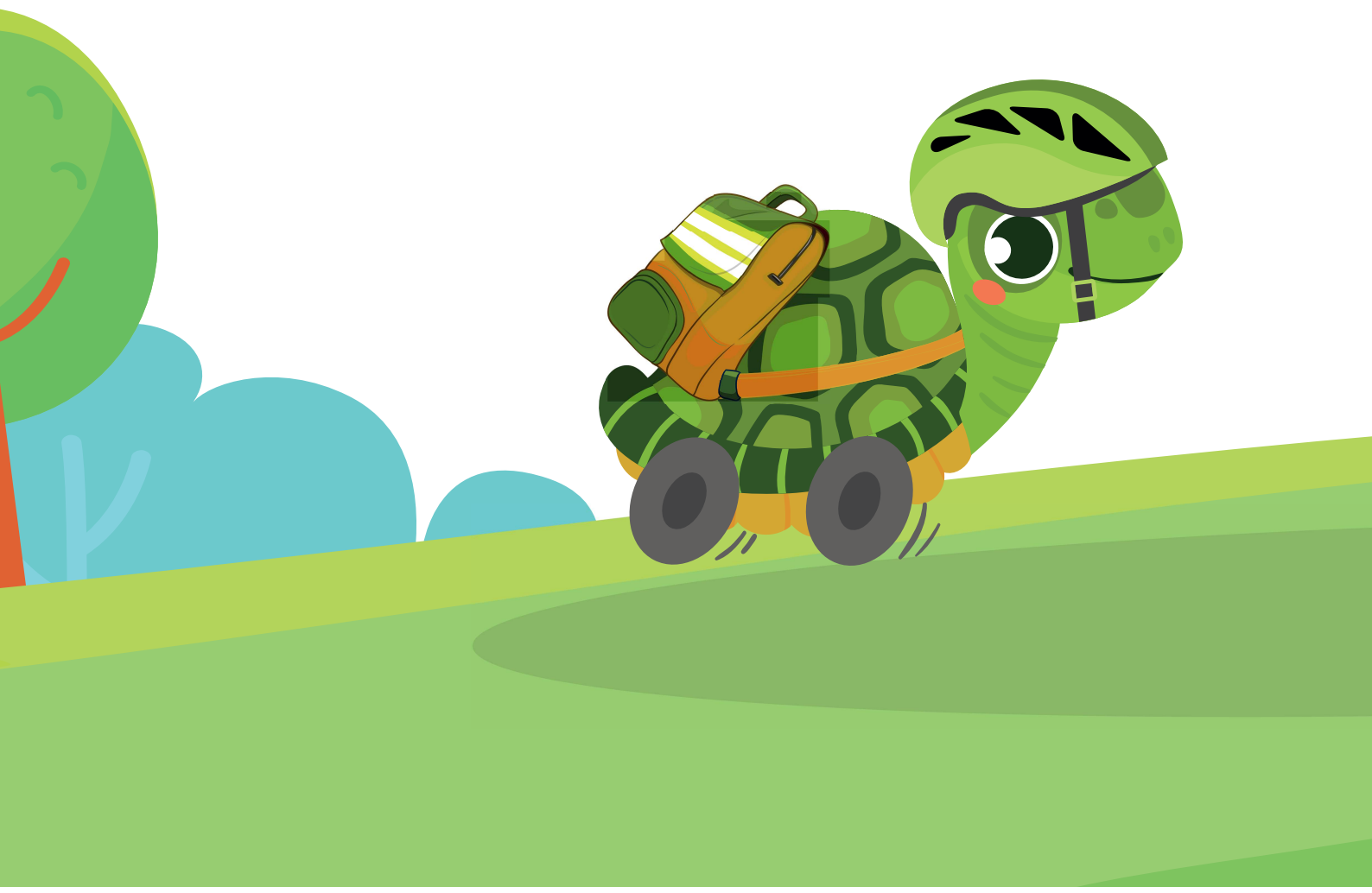
ANNEXE 5 - EQUIPEMENT VÉLO OBLIGATOIRE POUR ROULER SUR LA ROUTE



- Une sonnette
- Des freins à l'avant et à l'arrière
- Un catadioptré blanc à l'avant
- Un catadioptré rouge à l'arrière
- Une paire de catadioptré orange en vis-à-vis sur chaque roue
- Un catadioptré orange sur chaque pédale
- Une bande réfléchissante de chaque côté du pneu (remplace la paire de catadioptrés orange en vis-à-vis sur chaque roue). Attention au recouvrement de celles-ci (boue) qui diminue la visibilité.
- Phare avant blanc
- Phare arrière rouge

Eléments non obligatoire mais important pour augmenter la sécurité du cycliste :

- Un casque vélo
- Chasuble fluorescente avec bandes réfléchissantes (possibilité d'en obtenir auprès de l'EMSR pour les écoles)



ANNEXE 6 : PANNEAUX DE SIGNALISATION



	Obligation de tourner à gauche
	Sens giratoire obligatoire
	Sens interdit
	Passage pour piéton
	Céder le passage
	Priorité de droite
	Marquer l'arrêt et céder le passage
	Passage étroit avec obligation de céder le passage



Passage étroit avec priorité de passage



Virage dangereux à gauche



Travaux



L'ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE



1. Sonnette
2. Freins avant et arrière
3. Catadioptr blanc et phare blanc
4. Catadioptr rouge et phare rouge
5. Paire de catadioptrs orange
6. Catadioptrs orange sur chaque pédale



Coche les actions pour te protéger et être bien vu.e à vélo :



Porter un casque



Se balader avec un miroir dans le dos



Porter une chasuble fluorescente avec idéalement des bandes réfléchissantes



Signaler sa présence avec un parlophone

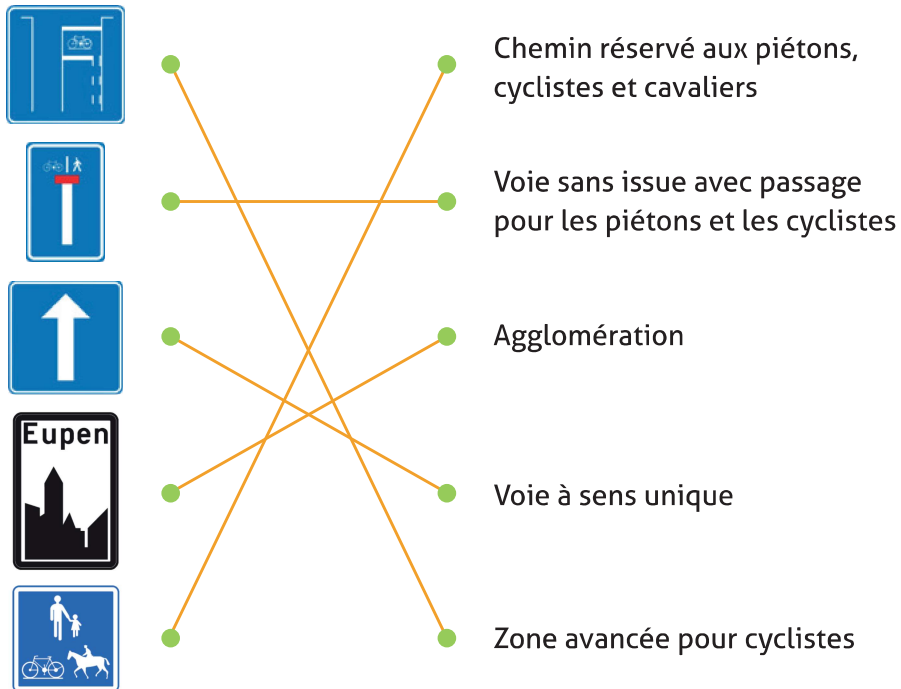


Mettre des pneus avec une bande réfléchissante

Les panneaux de signalisation pages 6,7,8,9 et 10

 Relie chaque panneau à son nom.

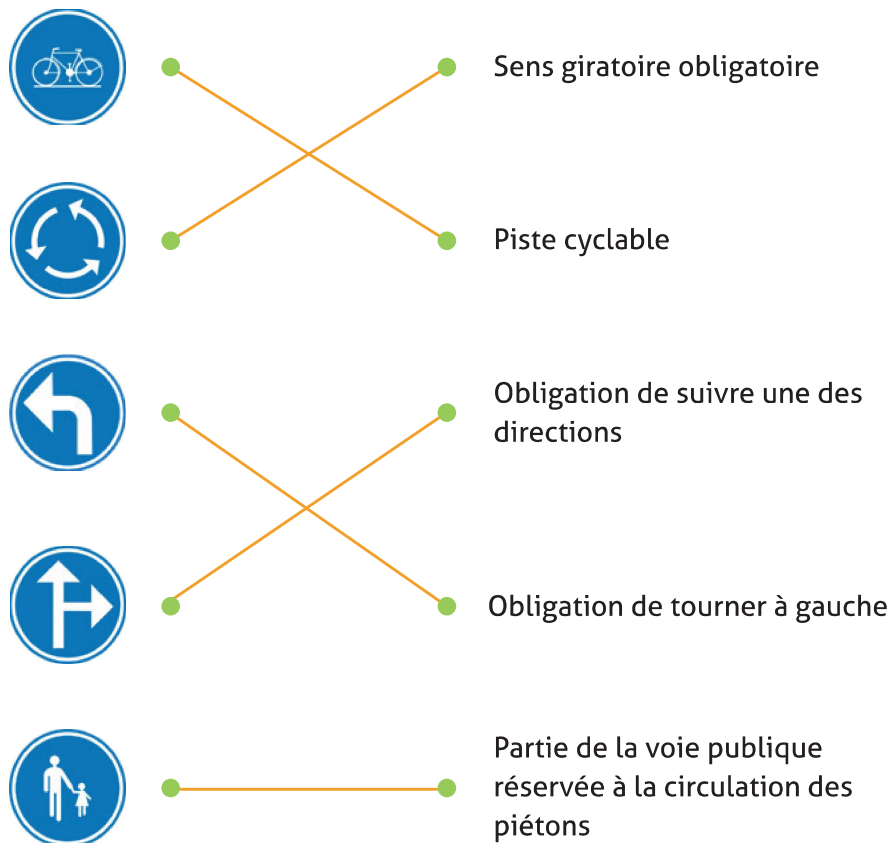
LES PANNEAUX D'INDICATION donnent une information.



Indication



LES PANNEAUX D'OBLIGATION imposent/obligent une action.



LES PANNEAUX DANGER préviennent de la présence d'un danger potentiel.



Traversée de gros gibier

Virage dangereux à gauche

Rétrécissement de chaussée à droite et à gauche

Chaussée glissante

Travaux

Dispositif surélevé

Danger



LES PANNEAUX D'INTERDICTION interdisent certaines actions.



Accès interdit aux conducteurs de véhicules ayant, chargement compris, une largeur supérieure à celle indiquée



Interdiction de dépasser un véhicule attelé ou un véhicule de plus de 2 roues



Accès interdit aux piétons



Accès interdit, dans les 2 sens, à tout conducteur



Sens interdit pour tout conducteur

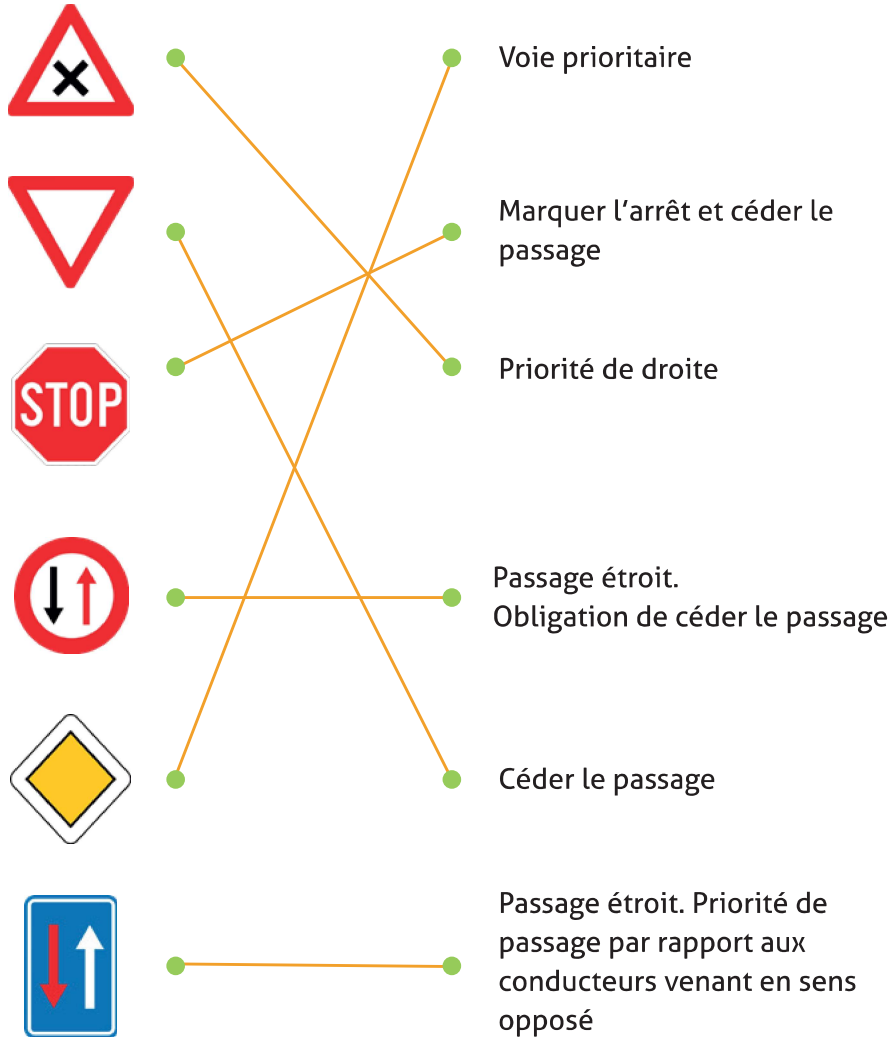


Interdiction de tourner à droite

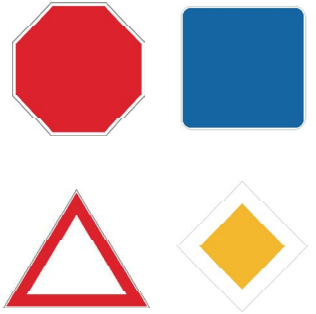
Interdiction



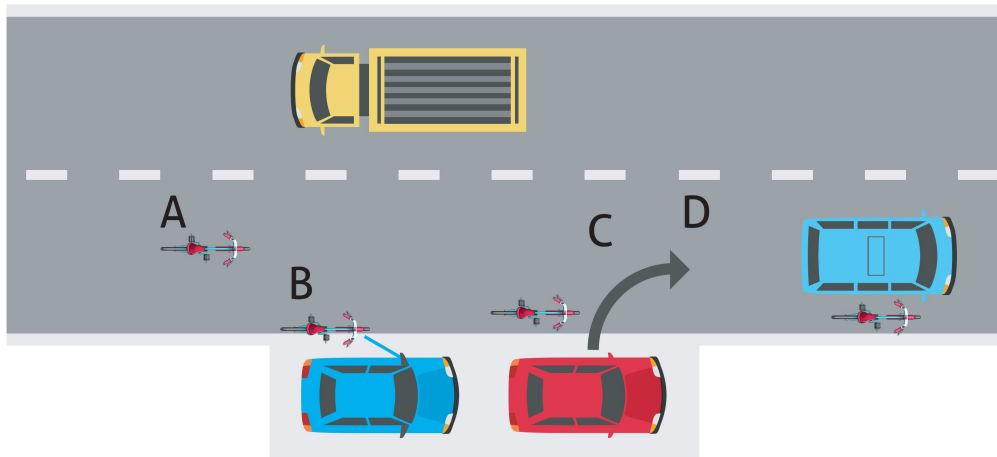
LES PANNEAUX DE PRIORITÉ déterminent qui a priorité.



Priorité



SE POSITIONNER SUR LA ROUTE



Observe les situations ci-dessus. Ecris dans chaque case la lettre qui correspond à la situation décrite par le dessin :

- ☐ B Une portière s'ouvre.
- ☐ D Le cycliste est coincé entre les roues de la voiture et la bordure.
- ☐ C L'automobiliste quitte son stationnement.
- ☐ A Le cycliste roule à 1 mètre du bord.

C'est la situation A.

Le cycliste peut éviter la portière qui s'ouvre et le véhicule qui sort de son stationnement. De plus, il ne sera pas pris en étau lorsqu'un véhicule voudra le dépasser. Les autres usagers prendront le temps de vérifier que la voie est libre avant de dépasser le cycliste.

ROULER EN GROUPE

L'agglomération indique l'entrée ou la sortie d'une ville.

☒ Vrai

☐ Faux

Deux doigts levés indiquent que le groupe va rouler en file indienne.

☐ Vrai

☒ Faux

On peut rouler en double rang en dehors de l'agglomération lorsqu'une voiture arrive par l'arrière.

☐ Vrai

☒ Faux

La distance de sécurité correspond à 10 cm.

☐ Vrai

☒ Faux

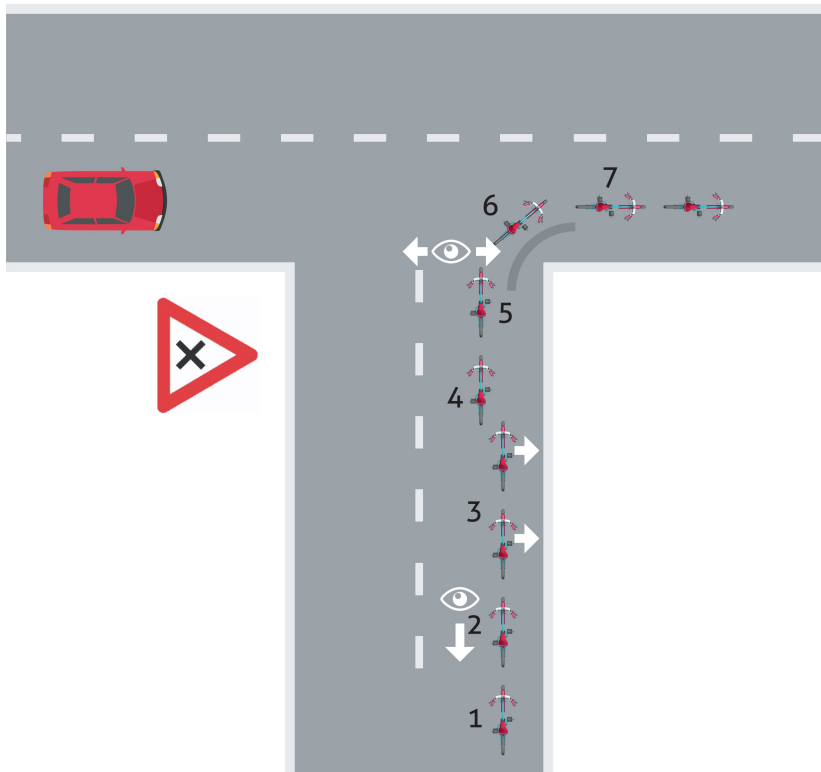


Ecris le nom de l'agglomération où se situe ton école sur les pointillés.



TRAVERSER DES CARREFOURS

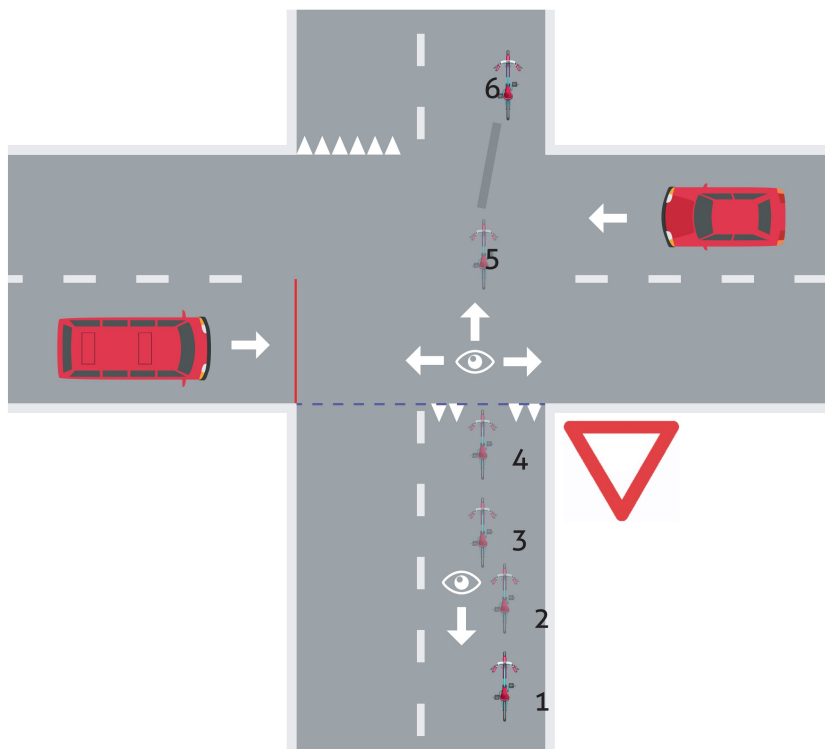
TOURNER À DROITE



En observant le schéma ci-dessus, indique le bon numéro dans chaque case.

- ☐ 2 Je vérifie par un regard en arrière (par la gauche) et à l'audition si d'autres usagers me suivent.
- ☐ 3 Je marque mon intention de tourner à droite en tendant mon bras dans cette direction.
- ☐ 4 Je reprends mon guidon à deux mains et je me déporte à plus d'un mètre.
- ☐ 1 Je me place à 1 mètre du bord pour débiter mon parcours .
- ☐ 5 Je m'assure que les véhicules venant de gauche me laisseront passer (notamment par le regard)
Le code de la route indique que la voiture doit s'arrêter car je viens de sa droite (priorité de droite)
Cependant, si le véhicule ne décélère pas et ne s'arrête pas à la ligne rouge, il vaut mieux s'arrêter
au niveau de la ligne pointillée mauve.
- ☐ 6 J'effectue une rotation.
- ☐ 7 Je me replace à 1 mètre du bord.

TRAVERSER EN LIGNE DROITE



Remplace les mots suivants dans le texte à trous : 1 mètre – dents de requins – plus d'1 mètre – la gauche.

Je démarre à 1 mètre du bord (1).

Je vérifie si d'autres usagers me suivent par un regard en arrière par *la gauche* (2).

Je me déporte ensuite à *plus d'un mètre* du bord (3).

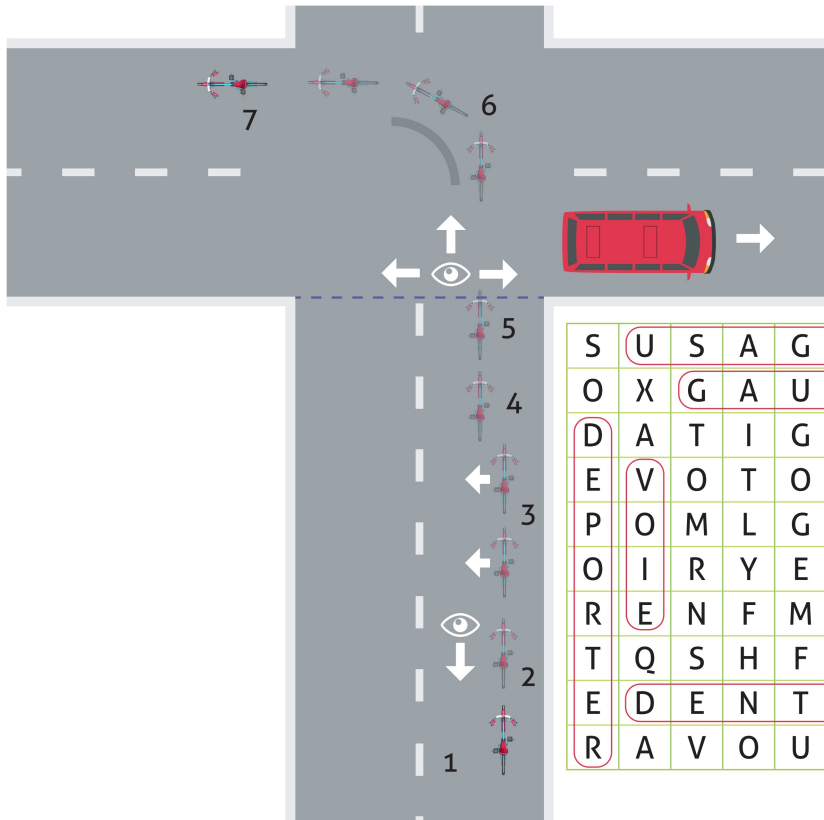
Arrivé à hauteur du croisement, je m'arrête sur les « *dents de requin* » (4).

Je suis suffisamment avancé (ligne pointillée mauve) pour voir à gauche, à droite et devant moi. J'applique le code de la route (priorité de droite, céder le passage).

Je regarde successivement à droite, tout droit, à gauche puis une seconde fois à droite.

Quand la voie est libre, je traverse (5) et je me repositionne à *un mètre* du bord de la chaussée traversée (6).

TOURNER À GAUCHE



S	U	S	A	G	E	R	S
O	X	G	A	U	C	H	E
D	A	T	I	G	D	E	D
E	V	O	T	O	R	M	I
P	O	M	L	G	O	I	O
O	I	R	Y	E	I	U	R
R	E	N	F	M	T	A	V
T	Q	S	H	F	E	P	Y
E	D	E	N	T	S	E	M
R	A	V	O	U	N	L	Z

7 mots à retrouver !
Usagers, gauche, dents, un,

- ☐ Regarder en arrière par la *gauche*
- ☐ Se *déporter* à plus d'un mètre.
- ☐ S'arrêter aux *dents* de requin si des véhicules sont engagés.
- ☐ S'engager une fois la *voie* libre.
- ☐ Indiquer aux autres *usagers* que l'on va tourner par un bras tendu à *gauche*
- ☐ Se repositionner à *un* mètre du bord.

6 mots à replacer
dont un deux fois !