

Un exemple d'unité d'apprentissage « vélo » au Cycle 3

Voici ce que pourrait être une unité d'apprentissage consacrée à la pratique de la bicyclette dans une classe de cycle 3 afin d'organiser, dans les meilleures conditions, une sortie collective en vélo nécessaire pour l'acquisition d'un certain nombre de compétences figurant dans l'A-PER.

Nous avons construit cette unité d'apprentissage à partir du livret d'accompagnement du document « Les aventures de Bill et Cycllette » réalisé par MAIF-Prévention et l'USEP des Pyrénées Atlantiques.

Le nombre de séances est indicatif mais ne pourra être inférieur à celui indiqué. Le dispositif d'évaluation s'articulera autour de la pratique de la sortie collective qui clôturera ce module.

Le matériel minimum nécessaire sera le suivant:

- Au moins 1vélo, correctement réglé et préparé, pour 2 élèves.
- Des casques à la bonne taille pour chacun, des chasubles.
- Des plots, coupelles, cordes, lattes et planches pour aménager les parcours.
- 1 sifflet et 1 chronomètre.

Prévoir aussi des adultes accompagnateurs pour les dernières séances « en circulation ».

Ces séances d'EPS pourront s'accompagner de séances d'éducation civique sur l'élaboration et le respect de règles collectives par exemple, de séances d'éducation scientifique sur la transmission du mouvement et technologique sur les différents réglages du vélo, son entretien et les réparations élémentaires.

Séance	Compétence	Situations
1	<p>Démarrer rapidement avec une trajectoire rectiligne.</p> <p>S'arrêter rapidement en restant équilibré.</p>	<p>Démarrer: - sur du plat, en côte, en descente - dans un couloir, un « entonnoir » - par 2, par 3, en faisant la course</p> <p>S'arrêter puis: - repartir - descendre de vélo - pousser ou porter son vélo</p> <p>Proposer des parcours chronométrés ou parallèles.</p>
2	<p>Slalomer sans risque (relever la pédale intérieure dans la courbe).</p> <p>Rouler sur différents types de terrains.</p>	<p>Proposer des slaloms parallèles.</p> <p>Proposer des parcours avec des lattes de bois, une planche, une échelle posée au sol.</p> <p>Rouler sur différents types de supports (goudron, herbe, gravier, sable)</p>
3	<p>Maîtriser sa vitesse en descente.</p> <p>Garder sa trajectoire dans un espace étroit.</p>	<p>Démarrer dans une descente.</p> <p>Respecter des zones de freinage.</p> <p>Adapter sa vitesse à la nature du sol.</p> <p>Maintenir un écart constant avec celui qui précède.</p> <p>Démarrer puis rouler dans un couloir ou un « entonnoir ».</p> <p>Rouler sur des madriers stables ou à bascule.</p>
4	<p>S'informer tout en conservant sa vitesse et sa trajectoire.</p> <p>Signaler et réaliser un changement de direction.</p>	<p>Toucher des cibles hautes ou basses, à droite ou à gauche en maîtrisant sa direction.</p> <p>Identifier un objet ou surveiller une personne qui roule derrière soi.</p> <p>Effectuer des trajets sur un circuit balisé (type « piste de la sécurité routière ») dans la cour.</p>

Séance	Compétence	Situations
5	Effectuer un parcours présentant de nombreuses difficultés.	Parcours d'évaluation du type joint.
6	<p>Connaître le rôle et les tâches des adultes.</p> <p>Respecter et transmettre les consignes et informations.</p>	<p>Proposer des parcours dans la cour avec un jeu de rôle (les élèves tiennent alternativement le rôle des adultes) dans lequel on énoncera puis transmettra clairement les consignes et informations (« On y va... », « on s'arrête... », « voiture derrière... », etc...)</p> <p>Même situation que précédemment avec:</p> <ul style="list-style-type: none"> - arrêts/démarrages - changements de formation (s'arrêter par 2 ou par 3) - changements de rythme (accélérer dans une intersection, freiner dans une descente...)
7	<p>S'arrêter et redémarrer par 2 ou par 3 et reformer la file indienne.</p> <p>S'arrêter en sécurité hors de la route.</p>	<p>Proposer un parcours, dans la cour, comportant des carrefours. Modifier les formations d'arrêt (par 2, par 3, par 6), démarrer de front et reformer la file.</p> <p>S'entraîner dans la cour à:</p> <ul style="list-style-type: none"> - s'arrêter et se préparer à redémarrer (préparer sa pédale) - poser son vélo en sécurité
8	<p>Rester à sa place dans le groupe.</p> <p>Respecter les distances et signaler les obstacles</p>	<p>Utiliser un circuit en circulation « vraie », connu des élèves, balisé, avec l'encadrement réglementaire (1 adulte pour 6 élèves) pour:</p> <ul style="list-style-type: none"> - se déplacer en groupe en file indienne - s'arrêter et redémarrer dans l'ordre - changer de rythme <p>Sur le même circuit, rouler régulièrement (éviter les « accordéons »), signaler les obstacles (trous, véhicules stationnés...).</p>
9	Etre encore plus vigilant sur certains lieux.	Tester des manœuvres délicates en circulation « vraie », avec des adultes qui protègent les lieux, avec l'encadrement réglementaire (1 adulte pour 6 élèves): rond-point, intersection avec « stop » ou feu, piste cyclable...