

## Compétences spécifiques

Réaliser une performance mesurée

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

S'affronter individuellement ou collectivement

Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive

## Compétences transversales

S'engager lucidement dans l'action

Construire un projet d'action

Mesurer et apprécier les effets de l'activité

Appliquer et construire des principes de vie collective

# À vélo sur les routes et chemins Par A. Besse

La programmation d'un module d'apprentissage « cyclisme » dès le début de l'année scolaire vise le développement de comportements moteurs spécifiques et l'acquisition d'une autonomie des déplacements en groupe.

**A**utour de notre école rurale d'Agonges (Allier), de nombreuses petites routes départementales sans réelles difficultés, un stade et une forêt proches permettent d'envisager des sorties à vélo sur des terrains et distances variés. Les 17 élèves de cycle 3 (de CE2 à CM2) possédant leur vélo, les acquisitions construites en début d'année rendent ensuite possible les déplacements et sorties de proximité sans avoir besoin de recourir aux autobus.

### Les objectifs

À l'école, la pratique du vélo contribue à l'acquisition de compétences motrices, conforte l'équilibre et la coordination. Le développement des capacités de prise

et de traitement d'informations renforce l'attention et la capacité des enfants à réagir aux situations complexes qu'exigera la pratique en milieu ouvert, qu'il soit naturel, routier ou urbain. Les apprentissages contribuent à l'acquisition de l'autonomie tout en développant la capacité à se conduire en groupe.

### La démarche

L'organisation régulière des séances en trois activités (circuit simple, ateliers d'habiletés, parcours en boucle), successives ou parallèles, facilite le repérage par les élèves et apporte un gain de temps dans la mise en œuvre. Certaines situations peuvent être reprises

en exercices d'échauffement lors des séances ultérieures. Au fur et à mesure, on introduit les variables proposées pour les trois activités ce qui permet de limiter le nombre de consignes nouvelles et d'entrer rapidement dans l'action.

À partir de l'observation des élèves, l'enseignant différencie et adapte les situations et la composition des groupes de travail pour favoriser les progrès de tous.

### Les contenus d'apprentissage

Chaque séance commence par une vérification des éléments de sécurité (frein, casque, gonflage des pneus). Les activités sont indépendantes et l'ordre a peu d'importance.

### Le circuit

**Dispositif** : un circuit simple, à vue, matérialisé dans la cour (autour des arbres, plots ou piquets) ou à l'extérieur (stade, etc.).

**Consigne** : rouler à allure modérée pendant 5 à 10 minutes.

**Rôle du maître** : observer les élèves, leurs difficultés éventuelles, pour constituer des groupes de niveaux.







#### Variantes :

- rouler en groupes de niveaux de 4 à 6 enfants en une file<sup>1</sup> ;
- rouler à 2 de front en conservant les espaces entre cyclistes ;
- sur une file, rouler à allure régulière et, au signal, le premier se laisse dépasser pour prendre la place en queue de groupe, le nouveau meneur devant donner une autre allure (plus rapide ou plus lente, mais régulière) au peloton ;
- 3 groupes de 4 élèves se succèdent et, au signal, un élève de chaque équipe, distingué par une chasuble, doit aller s'intercaler dans la file d'un autre groupe, etc.

#### Le parcours d'habiletés

**Dispositif :** les ateliers sont progressivement proposés afin d'introduire les éléments de difficulté adaptés aux capacités des enfants. Différents thèmes sont ainsi abordés :

- la maîtrise de la trajectoire : réaliser un slalom, conduire son vélo en ligne droite, en virage serré, entre des lignes formant un entonnoir, etc. ;
- l'équilibration : passer sous un portique, prendre sur un socle un bidon, le transporter pour le poser sur une table, etc. ;
- la maîtrise de l'engin : réaliser un arrêt

1. En sortie, on préférera composer des groupes de 6 à 8 enfants avec un adulte, roulant sur une file et distants de 30 à 50 m afin de ne pas poser de difficultés lors du dépassement ou croisement de véhicules.

d'urgence entre des lattes (faire tomber la première mais pas la seconde), etc. ;

- la propulsion : franchir la planche à bascule, etc.

**Consignes :** après une découverte du parcours à pied, à côté du vélo, enfourcher son engin et effectuer les différentes actions.

**Rôle du maître :** adapter les contraintes (espaces entre les plots, aire d'activité, etc.) selon les réussites et difficultés observées ; moduler le nombre d'ateliers en fonction de l'effectif, du niveau et de l'organisation de la classe.

#### Variantes :

- gérer l'aménagement du matériel (c'est le maître qui installe lors de la première séance et organise les groupes d'élèves qui seront ensuite chargés de l'installation) ;
- être assistant pour remettre en place les éléments déplacés et veiller au maintien des ateliers ;
- effectuer les tâches progressivement complexifiées (espaces à parcourir plus grands, contraintes plus fortes, etc.) ;
- enchaîner deux, trois, puis toutes les situations successivement sans reprise d'appuis intermédiaires, etc. ;
- jouer le rôle d'un piéton qui circule à travers les différents éléments du circuit et dont les cyclistes doivent tenir compte.

#### La longue route

**Dispositif :** un parcours en boucle balisé tous les 50 m.

**Consignes :** rouler pendant 3 minutes à vitesse régulière et dénombrer le nombre de balises dépassées.

#### Rôle du maître :

- au préalable en classe, faire calculer les vitesses moyennes correspondantes pour que les élèves connaissent instantanément leur vitesse horaire ;
- repérer les élèves capables de rouler longtemps à la même allure : ils seront garants de la stabilité du groupe, composante essentielle pour des sorties sur route comportant un objectif à atteindre (distance à parcourir) en un temps donné.

#### Variantes :

- rouler longtemps à la même vitesse (calcul des vitesses moyenne et instantanée en classe) ;
- agir de même sur un temps plus long.

#### Des prolongements

En classe, de nombreuses activités sont motivées par l'EPS dans les domaines mathématiques (calculer des vitesses), technologiques (les éléments constitutifs du vélo, les différents développements), pratiques (savoir réparer une chambre à air) et d'éducation à la sécurité (règles d'action, code de la route, etc.).

Les apprentissages sont finalisés par la participation aux étapes du « P'tit tour de l'USEP » de notre département qui associe déplacement sportif en vélo et rassemblement festif. ●

**Alexis Besse,**

Professeur des écoles,  
Association USEP, Agonges (03).