

Badge Cycliste de Bronze



Manuel pour
l'apprentissage du vélo

Niveau scolaire : 1^{er} degré primaire



BRUXELLES MOBILITÉ
SERVICE PUBLIC RÉGIONAL DE BRUXELLES



Remerciements

Ce manuel a été conçu en collaboration avec le
Vlaamse Stichting Verkeerskunde.



Ce manuel a été rédigé par les asbl Coren et GoodPlanet
à la demande de Bruxelles Mobilité – Direction Mobilité et Sécurité routière

Avant-propos

Afin de vous accompagner dans l'apprentissage et la pratique de la marche et du vélo avec vos élèves, Bruxelles Mobilité, en collaboration avec les asbl COREN et GoodPlanet, a développé des **programmes d'apprentissage**. Ces programmes ont pour objectif de faire de vos élèves des citoyen·nes maîtrisant les **modes actifs de déplacement** et responsables de leur mobilité. Nos réflexions ont pris la forme de kits « marche » et « vélo », pour les différents niveaux scolaires, destinés aux **enseignant·es** de la 1^{re} maternelle jusqu'à la 6^e primaire.

Chaque kit éducatif est composé d'un manuel pédagogique destiné aux enseignant·es, d'une fiche de contrôle, d'une fiche d'auto-évaluation et de quelques fiches d'exercices supplémentaires. Les kits sont également accompagnés de Badges pour distribuer aux élèves après le test final et de « Cartes Cycliste de Bronze » pour les parents.

Le programme d'apprentissage vélo est constitué de quatre Badges, adaptés à chaque niveau :

- ➡ Le Badge Petit Cycliste pour les maternelles
- ➡ Le Badge Cycliste de Bronze pour le 1^{er} degré primaire
- ➡ Le Badge Cycliste d'Argent pour le 2^e degré primaire
- ➡ Le Badge Cycliste d'Or pour le 3^e degré primaire

Vous avez en mains le manuel du Badge Cycliste de Bronze, qui accompagne les enseignant·es du **premier degré primaire** dans l'apprentissage du vélo. Le Badge Cycliste de Bronze est la suite du Badge Petit Cycliste de l'école maternelle. Les jeux et exercices, qui permettent aux élèves de s'entraîner et de développer leurs aptitudes, sont faciles à organiser. Les exercices sont adaptés à leur âge et à leur phase de développement. Toutes les **compétences de base** sont couvertes, de la marche avec le vélo à la main aux défis plus importants comme le slalom. Ce Badge Cycliste de Bronze vous permettra de faire avancer vos élèves en mettant l'accent sur leurs capacités à **maîtriser leur vélo avec agilité**. A la fin de ce manuel, vous trouverez nos conseils pour équiper votre école et vos élèves, ainsi que des propositions de formations pour les enseignant·es et les parents.

Ce programme éducatif est basé sur une publication du VSV (Vlaamse Stichting Verkeerskunde). Nous remercions également Pro Velo pour leurs conseils dans la conception de ce manuel.

Bonne route !



Table des matières

1. Introduction	6
1.1. Le principe STOP.....	6
1.2. Les étapes d'apprentissage du vélo.....	8
1.3. Les prérequis.....	9
1.4. Les objectifs du Badge Cycliste de Bronze.....	10
1.5. Les étapes du Badge Cycliste de Bronze.....	11
1.6. Comment bien utiliser ce manuel.....	12
1.7. Points d'attention pour les jeunes enfants dans la circulation.....	12
2. Entraînement des compétences	17
Compétence 1 : Marcher en tenant son vélo.....	18
Compétence 2 : Monter et démarrer.....	23
Compétence 3 : Rouler tout droit.....	27
Compétence 4 : Garder l'équilibre en roulant lentement.....	32
Compétence 5 : Slalomer.....	35
Compétence 6 : S'arrêter et descendre du vélo.....	40
Compétence 7 : Citer les avantages du vélo.....	44
Compétence 8 : Indiquer le bon endroit où doit rouler un cycliste.....	46
Compétence 9 : Connaître son vélo.....	48
3. Test final du Badge Cycliste de Bronze	49
3.1. Préparation.....	49
3.2. Le jour du test final.....	50
3.3. Le test final du Badge Cycliste de Bronze.....	50
3.4. L'obtention du Badge Cycliste de Bronze.....	58
3.5. Après la journée de test.....	58
4. Comment vous outiller ?	59
4.1. Les Plans de Déplacements Scolaires.....	59
4.2. La Semaine de la Mobilité.....	60
4.3. La newsletter Mobilité scolaire.....	60
4.4. Matériel en prêt.....	60
4.5. Impliquer les parents et équiper les enfants.....	61

1.

Introduction

Les jeunes enfants à l'école primaire ne se déplacent pas encore de manière autonome. Ils ne le feront que vers l'âge de 10 ans, lorsque les réflexes et l'orientation spatiale nécessaires seront acquis. Toutefois ils prennent déjà part à la circulation : en tant que piéton avec un adulte ou en trottinette sur le trottoir. En outre, de plus en plus de jeunes enfants font du vélo avec leurs parents.

C'est pourquoi il est important de commencer l'éducation à la mobilité active le plus tôt possible. Les parents, mais aussi les enseignant-es, jouent un rôle important dans l'éducation à la mobilité des enfants. Dans ce manuel, nous nous adressons à vous en tant qu'enseignant-e.

La structure du Badge Cycliste de Bronze suit les différentes étapes du processus d'apprentissage des enfants. En tant qu'enseignant-e, il est important que vous sachiez aussi comment fonctionne ce processus d'apprentissage.

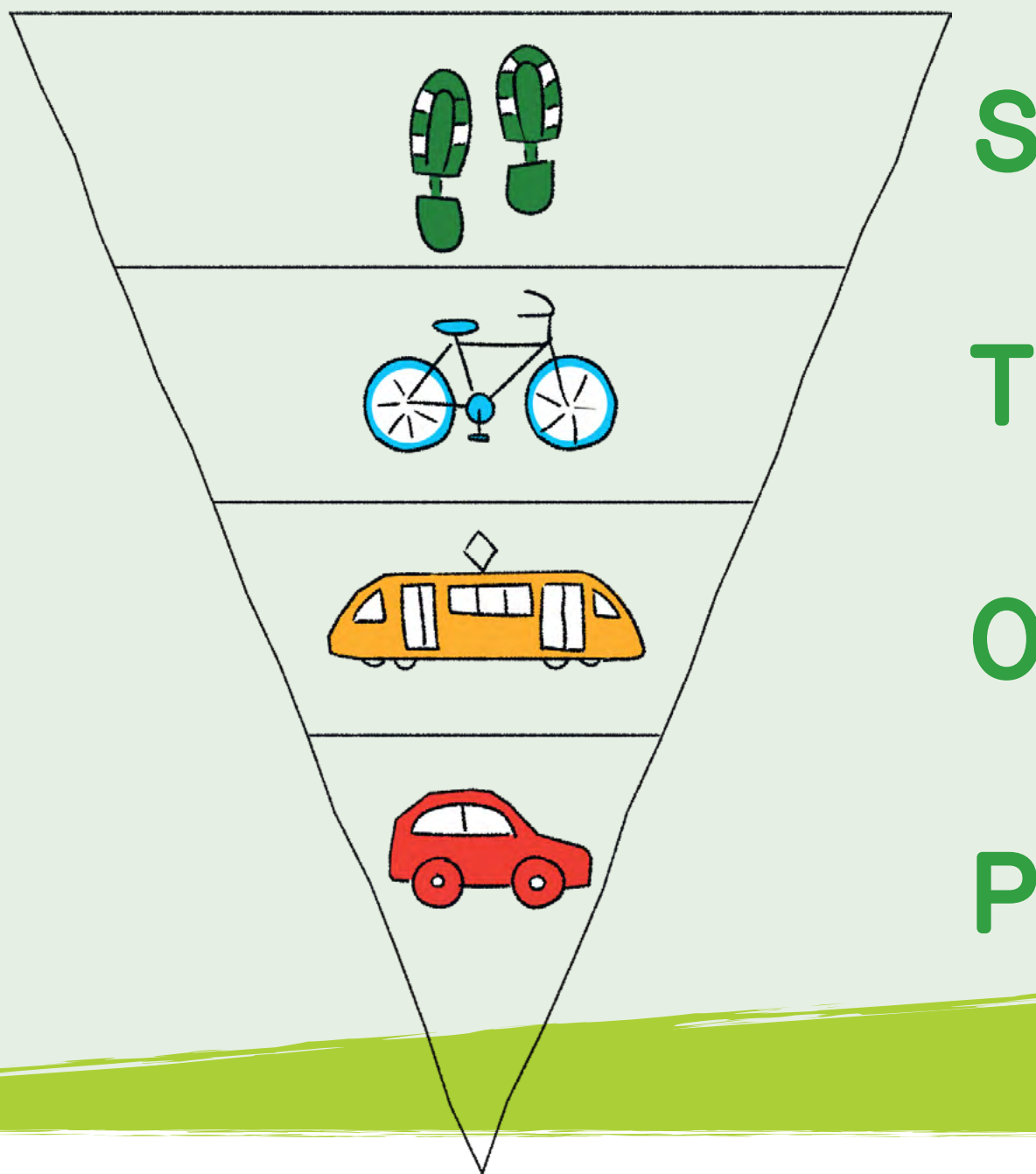
Ce manuel se focalise sur le vélo, le deuxième mode de déplacement dans la hiérarchie du principe STOP.



1.1. LE PRINCIPE STOP

Le principe STOP est une hiérarchisation des différents modes de déplacement. L'idée promue par le principe STOP est de prioriser les piétons (Stappen), puis les cyclistes (Trappen), ensuite les transports publics (Openbaar vervoer) et enfin les véhicules privés (Personenwagen) dans l'espace public urbain. En pratique ce principe mène largement à une population plus active (et donc en meilleure santé) ainsi qu'à des rues avec moins d'embouteillages et moins de pollution générée par les voitures.

ORDRE DE PRIORITÉ DES MODES DE DÉPLACEMENT



Principe STOP

- S = STAPPEN (**MARCHER**, 1 à 2 km)
Mettez de bonnes chaussures et déplacez-vous à pied quand les distances sont courtes !
- T = TRAPPEN (**PEDALER**, 2 à 5 km)
La distance est un peu plus grande ? Sortez votre vélo du garage !
- O = OPENBAAR VERVOER (**TRANSPORT PUBLIC** > 5 km)
Le bus, le train, le tram et le métro vous amènent encore plus loin !
- P = PERSONENWAGEN (**VOITURE PERSONNELLE**)
Il n'est pas possible d'utiliser les trois premières options ?
Prenez dans ce cas la voiture, sans oublier le covoiturage !

1.2. LES ÉTAPES D'APPRENTISSAGE DU VÉLO

Les étapes d'apprentissage reprises ci-dessous indiquent l'endroit où se situent les élèves dans le programme éducatif que nous avons développé au moyen de nos Badges.

École maternelle	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices liés au Badge Petit Cycliste ➤ Entraînement et test final pour le Badge Petit Cycliste 	Maîtrise de l'équilibre
✓ 1 ^{re} primaire	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices liés au Badge Cycliste de Bronze ➤ Entraînement et test final pour le Badge Cycliste de Bronze 	Maîtrise de l'agilité
✓ 2 ^e primaire		
3 ^e primaire	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices liés au Badge Cycliste d'Argent ➤ Entraînement et test final pour le Badge Cycliste d'Argent 	Maîtrise de la direction
4 ^e primaire		
5 ^e primaire	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices liés au Badge Cycliste d'Or ➤ Entraînement et test final pour le Badge Cycliste d'Or 	Maîtrise dans la circulation
6 ^e primaire		



1.3. LES PRÉREQUIS

Le Badge Cycliste de Bronze fait suite au Badge Petit Cycliste de maternelle. Les **objectifs de l'apprentissage en maternelle** doivent donc être acquis avant de pouvoir se lancer dans le Badge Cycliste de Bronze.

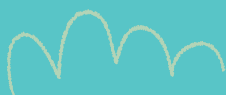
Au terme du Badge Petit Cycliste, les élèves savent être attentifs à leur environnement et savent rouler à vélo correctement dans un milieu protégé (cour de récréation, salle de sport...). Voici les compétences acquises au cours de cet apprentissage :

- Regarder des deux côtés
- Écouter et localiser des sons
- Maintenir son équilibre
- Monter et démarrer
- Rouler tout droit
- Rouler les jambes en l'air
- Rouler sur un revêtement différent
- Slalomer
- S'arrêter
- Rouler avec un vélo à pédales

Le programme éducatif de maternelle est basé sur la maîtrise de la conduite du vélo à pédales, en passant par la maîtrise de la draisienne.

Vos élèves de primaire doivent être capables de rouler sur un vélo à pédales et maîtriser leur équilibre pour pouvoir entamer le programme du Badge Cycliste de Bronze.

Si vous vous rendez compte que ces prérequis ne sont pas tout à fait acquis, n'hésitez pas à exercer vos élèves avec les jeux et exercices du manuel Badge Petit Cycliste.



1.4. LES OBJECTIFS DU BADGE CYCLISTE DE BRONZE

Le Badge Cycliste de Bronze regroupe deux objectifs pour les élèves de 1^{re} et 2^e primaire : savoir rouler à vélo correctement dans un milieu protégé (cour de récréation, salle de sport...) et découvrir la vie de cycliste.

Ces objectifs ont été déclinés en compétences que vous pourrez évaluer au cours du test final qui permettra l'obtention du Badge. En suivant les exercices de ce manuel et des fiches supplémentaires, vous pourrez travailler chaque compétence une à une et progressivement.

Objectifs	Compétences
Rouler à vélo	1. Marcher en tenant son vélo
	2. Monter et démarrer
	3. Rouler tout droit
	4. Garder l'équilibre en roulant lentement
	5. Slalomer
	6. S'arrêter et descendre du vélo
Découvrir la vie de cycliste	7. Citer les avantages du vélo
	8. Indiquer le bon endroit où doit rouler un cycliste
	9. Connaître son vélo

1.5. LES ÉTAPES DU BADGE CYCLISTE DE BRONZE

L'obtention du Badge Cycliste de Bronze avec vos élèves se déroule en plusieurs étapes logiquement structurées.

ÉTAPE 1

Se préparer

- Lisez attentivement ce manuel
- Informez vos collègues et votre direction
- Informez les parents de l'entraînement au Badge Cycliste de Bronze
- Vérifiez que les vélos des élèves (ou ceux de l'école) sont en bon état



ÉTAPE 2

Travailler sur les compétences

Exercez les compétences suivantes avec vos élèves par le biais d'exercices :

- Marcher en tenant son vélo
- Monter et démarrer
- Rouler tout droit
- Garder l'équilibre en roulant lentement
- Slalomer
- S'arrêter et descendre du vélo

Ce sont ces compétences qui seront évaluées au cours du test final.

Discutez des compétences suivantes par le biais d'exercices :

- Citer les avantages du vélo
- Indiquer le bon endroit où doit rouler un cycliste
- Entretien son vélo et connaître les équipements obligatoires

Vous trouverez des exercices adaptés à chaque compétence plus loin dans ce manuel.

ÉTAPE 3

Le parcours pour passer le Badge Cycliste de Bronze

- Installez le parcours
- Parcourez-le avec vos élèves pour les entraîner
- Évaluez les élèves au moyen de la fiche de contrôle

ÉTAPE 4

L'obtention du Badge Cycliste de Bronze

- Notez les points forts et les points d'attention sur la « Carte Cycliste de Bronze » destinée aux parents
- Distribuez les Badges aux élèves
- Réalisez l'exercice d'auto-évaluation avec vos élèves

1.6. COMMENT BIEN UTILISER CE MANUEL

Pour faciliter une bonne progression de vos élèves, nous proposons pour chaque compétence une série d'exercices progressifs. Nous conseillons de suivre l'ordre des compétences et des exercices afin que les élèves développent facilement leurs aptitudes au vélo. Chaque exercice peut être répété plusieurs fois au cours de l'année afin de bien ancrer la compétence.

Faites confiance à votre jugement et à votre connaissance des capacités de vos élèves pour savoir sur quels exercices il sera nécessaire de passer plus de temps.



1.7. POINTS D'ATTENTION POUR LES JEUNES ENFANTS DANS LA CIRCULATION

Les enfants âgés de 6 à 8 ans ne sont pas encore prêts à prendre part à la circulation sans accompagnement. Ils doivent encore franchir certaines **étapes sensorielles et neurologiques** avant d'être en mesure de faire des appréciations correctes. Ils doivent donc être surveillés de près par un **adulte**. Cependant, ils sont déjà très réceptifs aux règles de base de la sécurité dans la circulation et ont vaguement conscience du rôle que chacun joue dans l'espace public. En outre, dans cette phase de leur vie, cela leur fait du bien d'élargir leur univers en se déplaçant activement, même dans des environnements qu'ils connaissent déjà.

Développement neurologique

Entre 7 et 8 ans, les enfants développent un sens du bien et du mal. Les adultes peuvent leur apprendre ce qui est un **bon comportement** (prudence et courtoisie dans la circulation), et **quel comportement n'est pas bon** (ne pas allumer ses phares quand on roule dans le noir, pendre son cartable au guidon...).

Le cerveau des jeunes enfants est encore en plein développement. Il est nécessaire d'effectuer fréquemment des exercices dans la circulation, car les enfants apprennent par **l'expérience**. Il est nécessaire de rafraîchir régulièrement la connaissance des règles de la circulation et des panneaux.

Il faut également prendre en compte que les enfants peuvent régulièrement régresser. Par exemple, lorsqu'ils sont en phase de forte croissance, toute leur énergie peut y passer. Dans cette phase, c'est comme s'ils ne connaissaient plus les règles de la circulation. Patience : ça revient. Néanmoins, cela signifie que les adultes doivent toujours tenir compte du **comportement imprévisible** des jeunes enfants.

Développement sensoriel

Les fonctions sensorielles se développent de pair avec les fonctions motrices : l'enfant comprend de mieux en mieux comment il interagit avec son environnement. Le bon développement de la vue, de l'ouïe et de la perception de l'espace est essentiel pour effectuer des déplacements en toute sécurité dans la circulation.

➡ Ouïe

On n'est jamais seul dans la circulation, il est donc important que les enfants apprennent dès le plus jeune âge que les **autres usagers** s'annoncent consciemment ou inconsciemment et qu'il faut y être attentif. Un élève de premier degré rencontre encore des difficultés à être attentif aux bruits comme le moteur d'une voiture, un klaxon ou une sonnette de vélo. L'appréciation de **l'origine d'un bruit**, de la direction que prend l'usager de la route et de la vitesse à laquelle il s'approche de l'enfant est encore plus complexe. C'est pourquoi les enfants réagissent tardivement aux avertissements sonores comme un crissement de freins*. Il est bon de leur apprendre à reconnaître ces sons dans un **environnement familial**, afin qu'ils puissent plus tard les isoler dans une situation réelle de circulation.

➡ Vue

La motricité oculaire est encore en plein développement chez les jeunes enfants. Leur champ de vision est beaucoup moins large que celui d'un adulte, c'est un peu comme s'ils avaient des **ocillères**. Le champ de vision plus large ne se développe que vers l'âge de 10 ans. De ce fait, le jeune enfant est désavantagé dans la circulation. Il voit **moins rapidement qu'un adulte** un véhicule venant de gauche ou de droite.

De nombreux manuels conseillent d'apprendre à l'enfant à regarder à gauche et à droite avant de traverser. Cependant, ce n'est pas toujours évident pour les enfants de connaître la différence entre la gauche et la droite. C'est pourquoi nous recommandons de toujours parler « **des deux côtés** ».

Lorsque l'enfant observe la circulation qui approche, il a du mal à apprécier dans combien de temps l'autre usager de la route passera, ou s'il a encore le temps de traverser. En cas de doute, il vaut mieux que l'enfant attende, établisse un **contact visuel** avec le conducteur et le laisse d'abord s'arrêter complètement.

➡ Equilibre

Nous savons que l'équilibre est très important pour fonctionner dans la circulation. Le contrôle de l'équilibre en tant que piéton et en tant que cycliste doit être **automatique** afin que le jeune enfant puisse concentrer toute son attention sur toutes les autres tâches qu'il doit accomplir dans la circulation.

*Source : Regionaal Regionaal Orgaan Verkeersveiligheid Oost-Nederland, Leeftijdsspecifieke vaardigheden van kinderen en jongeren in het verkeer, 2015.

Développement moteur

Pour prendre part en toute sécurité à la circulation, le jeune enfant doit maîtriser un certain nombre de compétences motrices.

➡ Compétences de freinage et vitesse de réaction

La capacité à réagir rapidement à des stimuli visuels ou auditifs n'est pas encore développée de manière optimale chez les jeunes enfants. Un jeune enfant peut avoir besoin de **deux ou trois secondes supplémentaires** pour réagir à un signal. Ce temps supplémentaire est un gros désavantage quand il se trouve dans la circulation. D'où l'importance d'**exercer** les compétences de freinage et de vitesse de réaction des jeunes enfants, et d'un accompagnant attentif qui peut intervenir plus rapidement que l'enfant en cas de besoin. Plus ils ont de l'expérience de la circulation, plus les enfants apprendront à adopter les **bons réflexes**.



➡ Mouvements composés

Les enfants apprennent d'abord des mouvements simples comme pédaler ou garder l'équilibre. Plus tard, ils sont capables de **combiner** ces **deux mouvements simples en un seul mouvement**. Nous appelons cela un mouvement composé. Ce mouvement est particulièrement important pour apprendre à rouler à vélo.

Défis pour les enfants aux besoins spécifiques

Unia et la Communauté française veulent promouvoir l'intégration d'élèves aux besoins spécifiques (atteints par exemple d'un trouble tel que le TDAH, la dyslexie ou l'autisme) dans l'enseignement ordinaire. Fin 2017, la Communauté française a adopté le décret relatif à l'accueil, à l'accompagnement et au maintien dans l'enseignement ordinaire (fondamental et secondaire) des élèves présentant des besoins spécifiques.



Ces enfants, en comparaison avec leurs camarades du même âge, sont confrontés à des défis supplémentaires, comme :

- Une perception insuffisante du danger
- Une propension à la distraction plus importante
- Une difficulté ou une incapacité à éliminer les stimuli en arrière-plan
- Une impulsivité accrue
- Une plus grande agitation et de l'impatience (ex. : ne pas être capable « d'attendre »)
- Des problèmes cognitifs et d'apprentissage plus importants
- Des difficultés d'orientation spatiale et à trouver son chemin
- Des difficultés à appréhender des notions comme la gauche, la droite, avant, après, en-dessous, au-dessus
- Des difficultés à comprendre des tâches complexes
- Des difficultés à s'imaginer dans la perspective de l'autre
- Une confiance en soi amoindrie en raison des défis ci-dessus



Afin qu'ils puissent respecter les règles de sécurité de manière fiable, il faut les leur répéter souvent, jusqu'à ce qu'elles deviennent un automatisme. Voici quelques **conseils à appliquer dans tout le groupe** pour que les enfants neurotypiques bénéficient également de ces méthodes.

- Utilisez un langage clair et donnez des tâches univoques

- Apprenez aux enfants à demander de l'aide

- Compensez là où c'est nécessaire en autorisant les aides qui favorisent l'autonomie, comme un « pense-bête » avec des icônes que l'enfant peut garder avec lui

- Faites usage de plusieurs manières pour visualiser : avec des pictogrammes, en mimant, avec des poupées ou des vidéos

- Travaillez étape par étape, en découpant la tâche à accomplir

- Expliquez pourquoi une règle est d'application

- Préférez la dénomination « les deux côtés » plutôt que « gauche et droite »

2.

Entraînement des compétences

Le manuel vise à entraîner et à tester les différentes compétences en fonction des phases de développement de l'enfant. Les exercices sont **classés** selon les neuf compétences que vos élèves doivent maîtriser pour obtenir leur Badge Cycliste de Bronze, et **par niveau de difficulté**. Il est préférable de commencer par le premier exercice. En suivant cette structure, vous travaillerez toujours dans la bonne phase de développement de vos élèves.

Dans la pratique

Les **six objectifs pratiques** du Badge Cycliste de Bronze sont exercés par le biais de jeux qui durent entre cinq et dix minutes chacun.

Pour beaucoup de ces exercices, vous avez besoin d'un vélo par enfant. Vous pouvez demander aux enfants d'apporter leur propre vélo, ce qui les encouragera également à découvrir le trajet depuis leur domicile vers l'école et à prendre goût aux déplacements cyclistes. Dans le dernier chapitre de ce manuel, nous donnons également des pistes pour l'acquisition de vélos pour la flotte de l'école.

Les **trois objectifs citoyens** du Badge Cycliste de Bronze sont à discuter avec vos élèves en classe au moyen de fiches et d'images fournies.

A la fin, vous pouvez mettre en place le parcours du test final afin que les enfants s'exercent. Ainsi, le jour du test, la mise en place ne sera pas une surprise, ni pour vous, ni pour vos élèves.



COMPÉTENCE 1 MARCHER EN TENANT SON VÉLO

Objectif

Les élèves peuvent marcher en tenant leur vélo et le garder sous contrôle (rester en équilibre et diriger).

Conseils

Assurez-vous qu'ils fassent rouler le vélo à une distance constante de leur corps. Ils ne doivent pas regarder leur vélo, mais le point vers lequel ils se dirigent.

« Madame-Monsieur dit »

Matériel Pas de matériel supplémentaire.

Organisation Pas d'organisation préalable.

Jeu Les élèves se trouvent à côté de leur vélo en le tenant. Expliquez-leur que vous allez leur donner des missions, mais qu'ils peuvent uniquement les exécuter lorsque vous dites « Madame-Monsieur dit » :

- ➡ Levez une main.
- ➡ Soulevez votre vélo.
- ➡ Marchez en faisant un cercle avec votre vélo.
- ➡ ...

Si vous leur donnez une mission sans dire avant « Madame-Monsieur dit », ils ne peuvent pas exécuter cette mission. Les élèves qui exécutent quand même cette mission perdent cette manche, mais ils peuvent retenter leur chance au cours de la suivante.



Tic Tac Boum

Matériel Une petite balle (tennis, ping-pong...), un bandeau pour les yeux.

Organisation Pas d'organisation préalable.

Jeu Un élève se tient près de vous, les yeux bandés. Les autres élèves sont dispersés dans la cour avec leur vélo à la main. L'un des élèves reçoit une balle. Lorsque vous dites « démarrez », les élèves se passent la balle pendant qu'ils marchent avec leur vélo. L'élève qui a les yeux bandés dit : « tic, tac, tic, tac ». A un moment aléatoire, il peut dire « boum ». L'élève qui tient la balle à ce moment-là, perd et prend la place de l'élève qui a les yeux bandés.

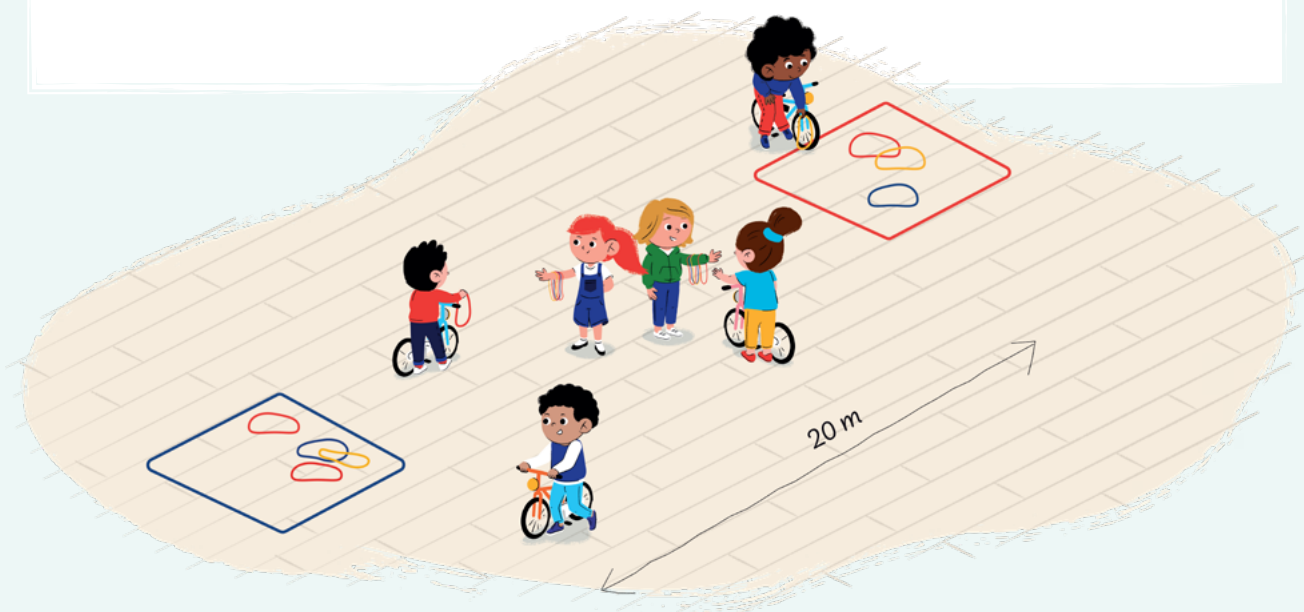


La course aux élastiques

Matériel Des élastiques, de la craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Dessinez avec une craie deux rectangles au sol à 20 mètres l'un de l'autre. Il s'agit des camps.

Jeu Désignez cinq élèves comme statues et donnez à chaque statue quelques élastiques. Les statues se répartissent sur l'espace à au moins 5 mètres l'une de l'autre. Répartissez les élèves restants en deux équipes l'une en face de l'autre. Les statues se trouvent donc entre les deux équipes. Un élève de chaque camp reste au camp, il reçoit les élastiques de ses coéquipiers. Les autres élèves marchent en tenant leur vélo vers une statue et reçoivent un élastique. Ils apportent l'élastique au « receveur » de leur équipe qui se trouve dans leur camp et partent ensuite vers une autre statue. Pendant qu'ils vont chercher et apporter les élastiques, les élèves ne peuvent pas se toucher. S'ils touchent quand même quelqu'un, ils vous apportent leur élastique et le point ne compte pas. Les équipes essaient de rassembler le plus grand nombre possible d'élastiques en cinq minutes.

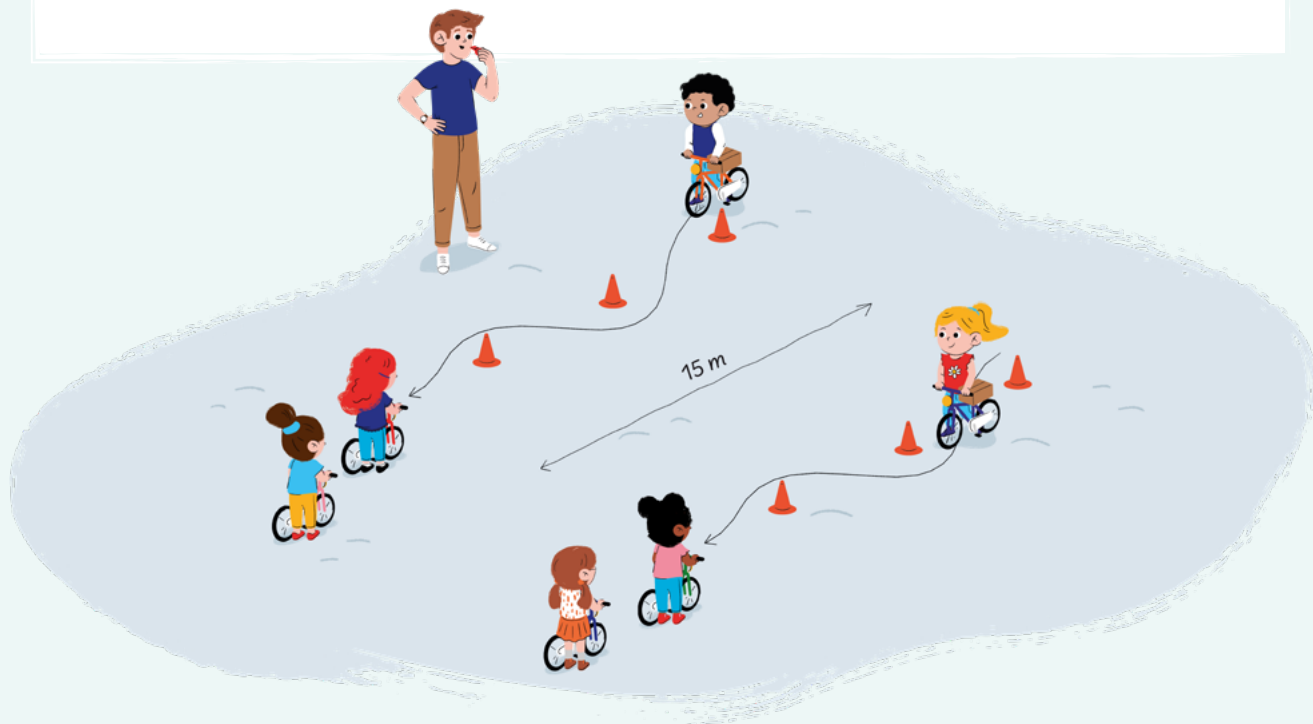


L'estafette vélo

Matériel Six cônes, une craie de trottoir, un sifflet et deux boîtes.

Organisation Dessinez deux lignes à 15 mètres l'une de l'autre. Répartissez les cônes entre les deux lignes de manière à former deux parcours de slalom.

Jeu Répartissez la classe en deux groupes. La moitié de chaque groupe se place derrière la ligne de départ avec le vélo à la main, l'autre moitié se place en face derrière la ligne. Les premiers élèves derrière la ligne de départ ont une petite boîte sur leur selle. Au coup de sifflet, ces deux élèves se mettent en route en marchant à côté de leur vélo et font le parcours, en slalomant entre les cônes, sans que la boîte tombe par terre. Si cela arrive, ils doivent recommencer. Lorsqu'ils arrivent de l'autre côté, ils donnent la boîte au premier élève de leur groupe. Cet élève place la boîte sur sa selle et fait le parcours à son tour (dans l'autre sens). Le jeu se poursuit ainsi jusqu'à ce que tous les élèves aient fait le parcours. Le groupe qui a fini le premier a gagné.

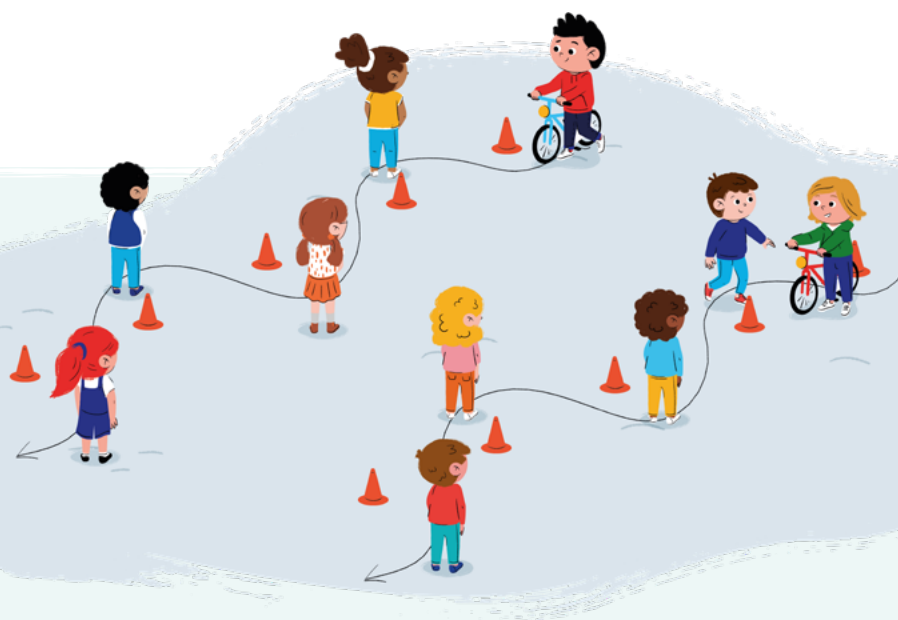


Le petit train vélo

Matériel Une vingtaine de cônes, une craie de trottoir.

Organisation Tracez une ligne de départ et tous les 2 mètres à partir de cette ligne, placez un cône de manière à former un parcours en slalom. Faites cela pour les deux groupes.

Jeu Répartissez la classe en deux groupes. Placez les élèves (sans vélo) aux cônes et laissez démarrer un élève par groupe depuis la ligne de départ avec un vélo à la main. Les élèves doivent arriver de l'autre côté en se passant le vélo. L'élève qui part en premier tient le vélo à sa droite. Il avance vers le côté gauche de l'élève devant lui et lui passe le vélo. L'élève qui tient le vélo le passe via le côté droit de l'élève devant lui. Ainsi de suite, jusqu'à ce que les élèves dans ce « petit train » se trouvent de l'autre côté. Le groupe qui arrive le premier avec le vélo a gagné.



COMPÉTENCE 2 MONTER ET DÉMARRER

Objectif

Grâce à leur équilibre et à leur vitesse, les élèves peuvent monter sur leur vélo et démarrer sans remettre un pied à terre.

Conseils

Assurez-vous que les élèves placent leur « pédale de démarrage » en haut et l'avancent légèrement afin d'avoir suffisamment de vitesse au premier coup de pédale. Faites en sorte qu'ils regardent dans la direction où ils veulent aller et non leur guidon ou leurs pieds.

De l'autre côté du vélo

Matériel Un sifflet.

Organisation Aucune organisation préalable.

Jeu Les élèves marchent dans l'espace dans tous les sens en tenant leur vélo. Au coup de sifflet, les élèves montent sur leur vélo, s'asseyent un moment sur leur selle et redescendent du vélo de l'autre côté. A présent, ils se trouvent de l'autre côté du vélo. Ils marchent à nouveau dans tout l'espace, vélo à la main. Au coup de sifflet suivant, les élèves remontent sur leur vélo et redescendent de l'autre côté. Vous pouvez répéter la mission plusieurs fois.



Le jeu des missions

Matériel Une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez la ligne de départ et répartissez les vélos dans l'espace.

Jeu Les élèves se trouvent l'un à côté de l'autre derrière la ligne de départ. Donnez une petite mission aux élèves. Par exemple : sautez cinq fois en hauteur, asseyez-vous, tournez trois fois en rond... Lorsque les enfants ont exécuté la mission, ils courent vers un vélo et roulent librement dans l'espace. Au coup de sifflet, les élèves s'arrêtent, descendent et retournent derrière la ligne de départ pour une autre mission.

Extension A chaque tour, retirez un vélo. Celui qui ne trouve pas de vélo après la mission a perdu cette manche. Il peut toutefois retenter sa chance à la manche suivante.



A la conquête des cerceaux

Matériel Autant de cerceaux que d'élèves, un sifflet.

Organisation Répartissez les cerceaux dans l'espace.

Jeu Les élèves roulent à vélo entre les cerceaux. Au coup de sifflet, les élèves s'arrêtent, descendent de leur vélo, le placent sur sa béquille et vont se placer à deux pieds dans un cerceau. Il ne peut y avoir qu'un seul élève par cerceau. Vous retirez chaque fois un cerceau. L'élève qui ne trouve pas de cerceau perd cette manche. Il peut toutefois retenter sa chance à la manche suivante.

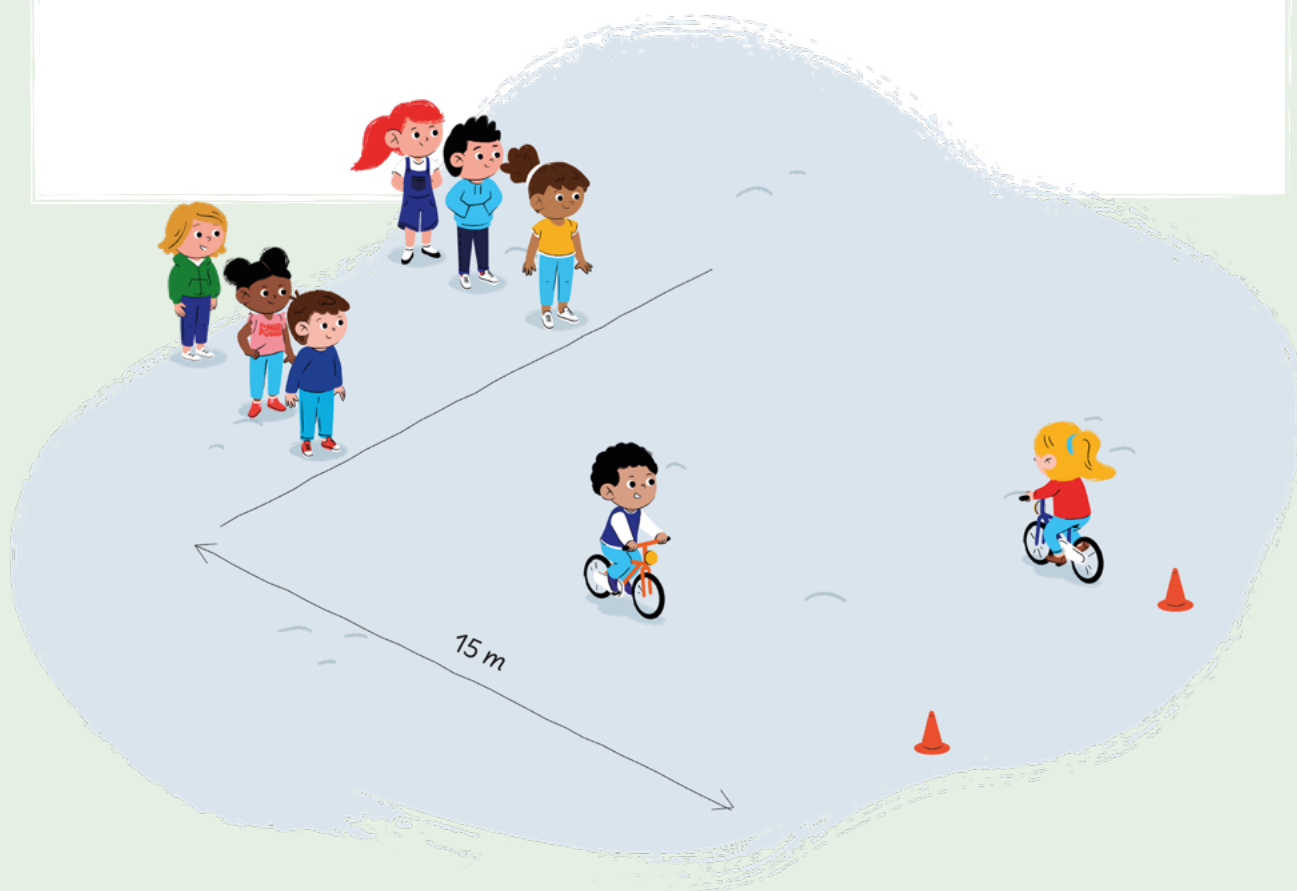


Le relais vélo

Matériel Deux cônes, une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez une ligne de départ et placez deux cônes à 15 mètres de la ligne de départ.

Jeu Divisez les élèves en deux groupes, qui se placent l'un derrière l'autre derrière la ligne de départ. Les deux premiers élèves démarrent avec le vélo au coup de sifflet. Ils tournent autour du cône de l'autre côté de l'espace et retournent à la ligne de départ. Le vélo est à chaque fois passé à l'élève suivant. Le groupe le plus rapide a gagné.



COMPÉTENCE 3 ROULER TOUT DROIT

Objectif

Les élèves peuvent rouler tout droit sans dévier vers la gauche ou la droite.

Conseils

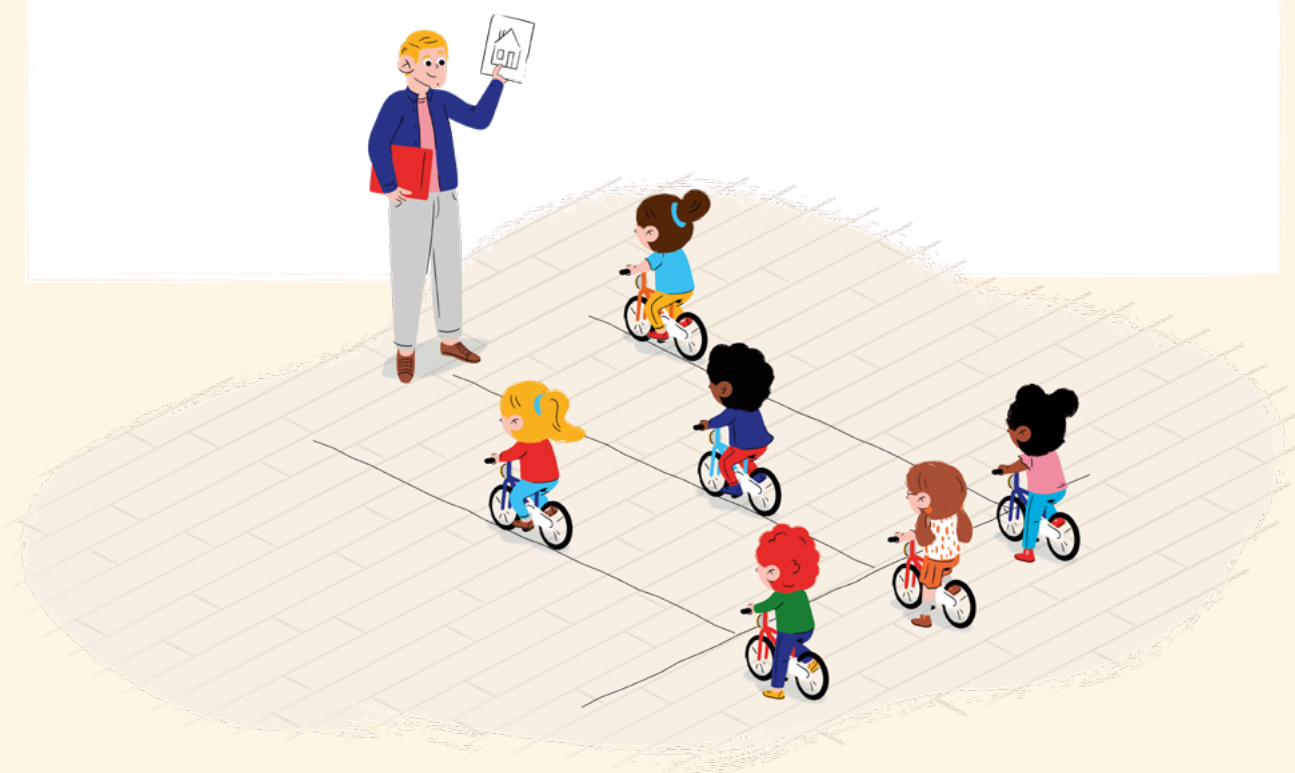
Veillez à une bonne posture assise : la pointe du pied sur les pédales, le torse légèrement penché vers l'avant et les bras détendus. Demandez aux élèves de se concentrer sur un point donné dans l'espace devant eux.

Regarde les images

Matériel Plusieurs grandes images, une craie de trottoir.

Organisation Tracez une ligne de départ et trois bandes droites.

Jeu Répartissez les élèves en trois groupes. Ils se placent derrière la ligne de départ avec leur vélo. Le premier élève de chaque groupe roule tout droit. A un moment donné, vous montrez une image. Les trois élèves en jeu crient le plus rapidement possible ce qu'ils voient sur l'image. L'élève qui dit le premier ce qui se trouve sur l'image reçoit un point pour son groupe. Ensuite, ils retournent à la ligne de départ et c'est au tour de l'élève suivant.

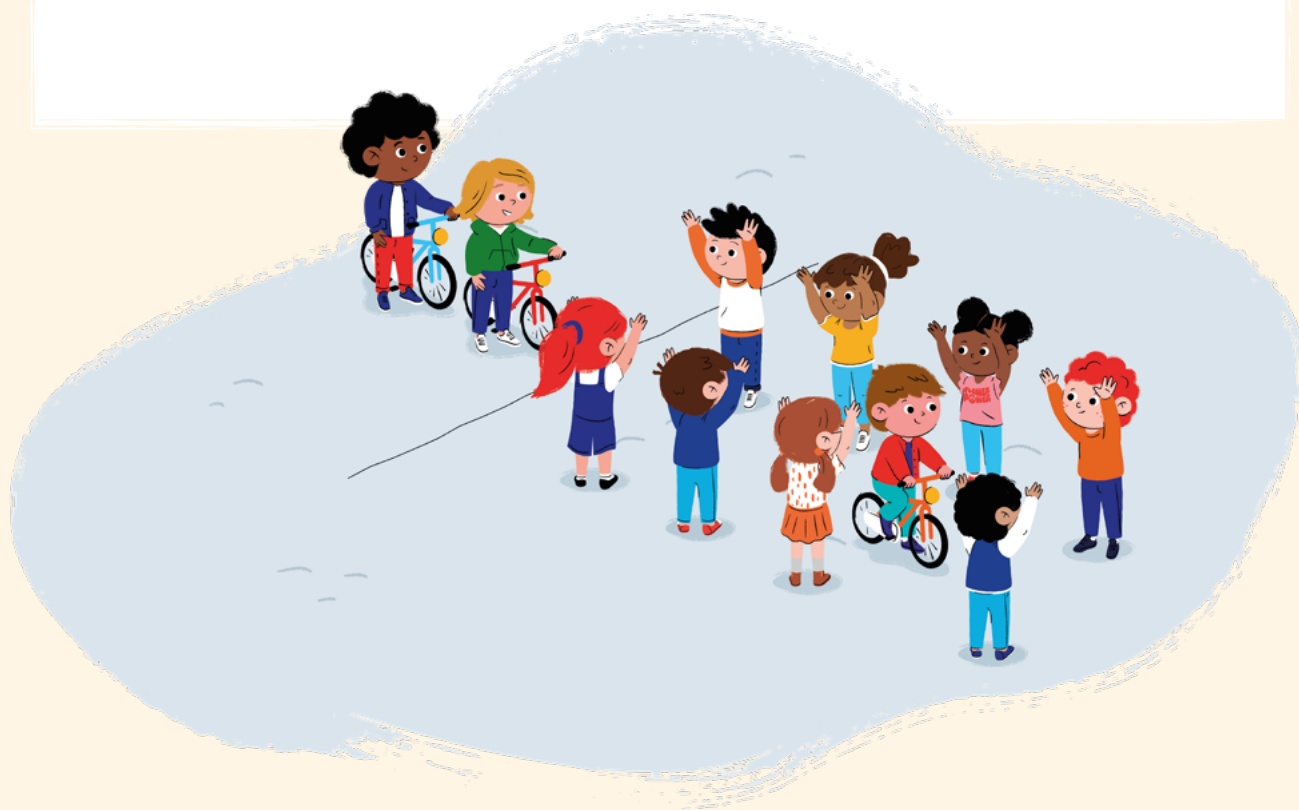


Le chemin qui rétrécit

Matériel Une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez une ligne de départ.

Jeu Répartissez les élèves en deux groupes. Un groupe se place avec les vélos derrière la ligne de départ. Les autres élèves se placent en deux rangées les uns en face des autres (à 5 mètres de distance) et forment ainsi un passage pour les vélos. Les cyclistes roulent tout droit entre les élèves et, à la fin, ils opèrent un demi-tour pour revenir à la ligne de départ. A chaque coup de sifflet, les élèves qui forment le passage font un pas vers l'avant de sorte que le passage devient à chaque fois plus étroit. Ensuite les élèves changent de rôle.

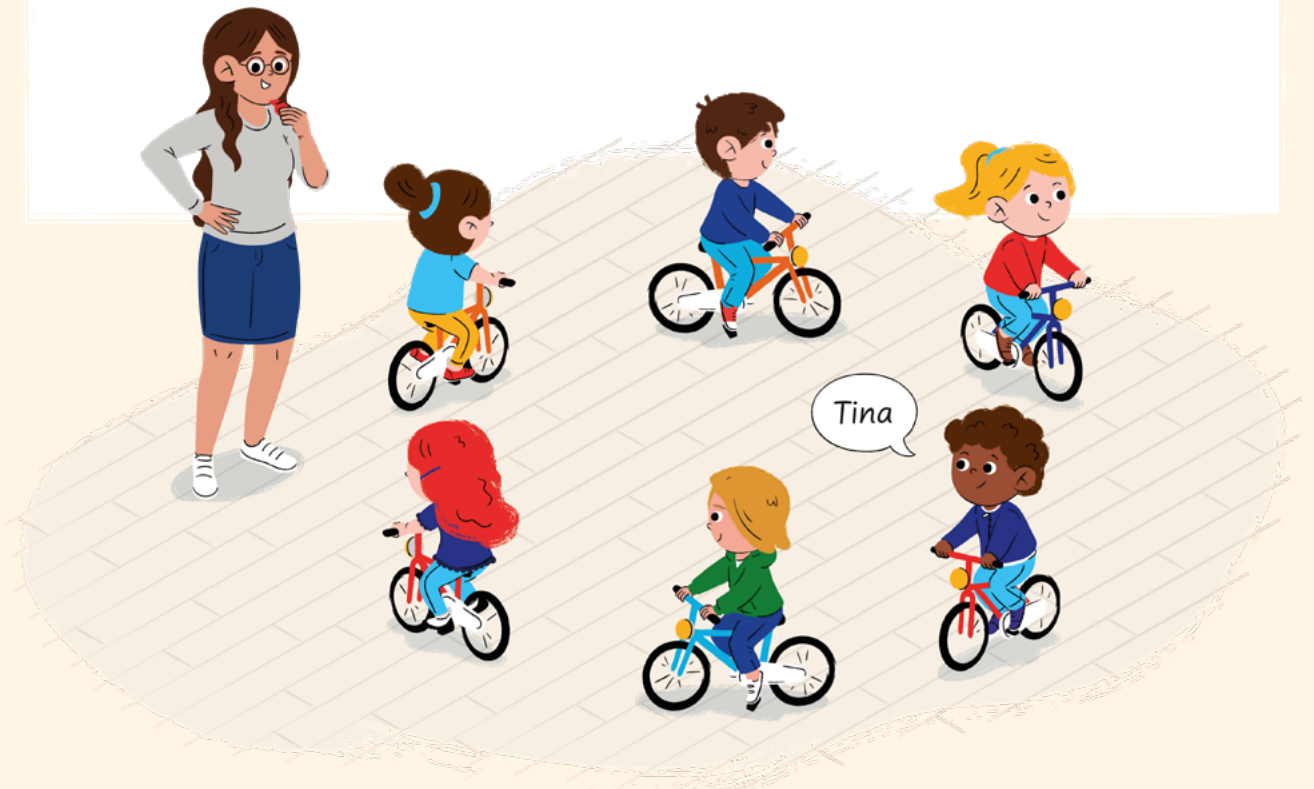


Cite les noms

Matériel Un sifflet.

Organisation Aucune organisation préalable.

Jeu Les élèves roulent à vélo dans l'espace dans tous les sens. Au coup de sifflet, ils roulent tous les uns derrière les autres en cercle. Lorsque vous sifflez une deuxième fois, chaque élève regarde devant lui et cite le nom de l'élève qui roule devant lui. Lorsque vous sifflez encore une fois, les élèves se remettent à rouler dans tous les sens. Vous pouvez réitérer l'instruction plusieurs fois.



Imite le chef d'orchestre

Matériel Une craie de trottoir.

Organisation Tracez une ligne droite à un endroit aléatoire dans l'espace.

Jeu Roulez avec les élèves dans l'espace, vous en tête. Lorsque vous passez sur la ligne droite, faites un geste (par exemple vous mettre debout sur les pédales, agiter la main, faire sonner la sonnette du vélo...). Les élèves vous imitent sur la ligne droite. Vous pouvez également confier la tâche de chef d'orchestre à un élève.

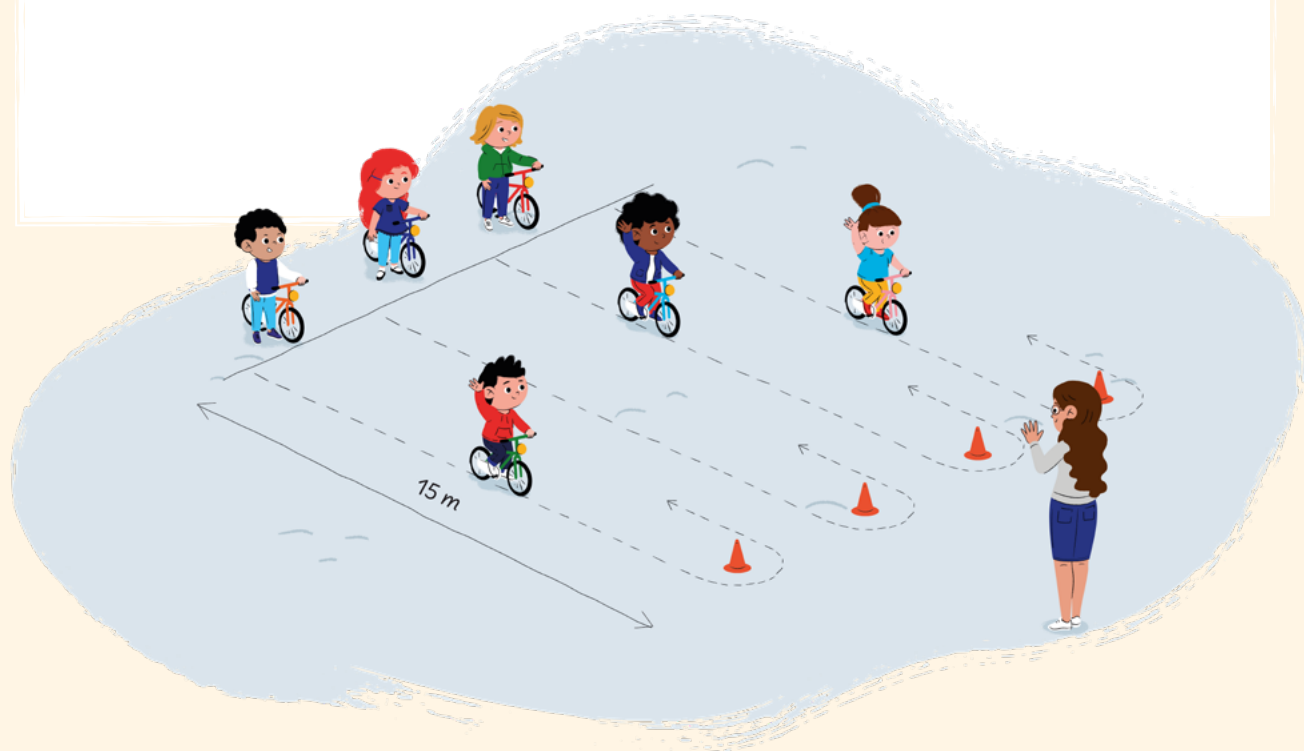


Reproduis les gestes

Matériel Une craie de trottoir, huit cônes.

Organisation Tracez une ligne de départ et placez un cône près de chaque groupe. Placez à nouveau un cône 15 mètres plus loin.

Jeu Répartissez la classe en quatre groupes. Placez-vous en face, derrière les cônes, où les élèves peuvent bien vous voir. Le premier élève de chaque groupe démarre et roule tout droit. Lorsque vous faites un signe (mettre votre main en l'air, toucher votre nez, faire un signe de la main...), les élèves en jeu vous imitent tout en continuant à pédaler droit vers le cône. Lorsqu'ils ont atteint le cône, ils retournent à la ligne de départ et les élèves suivants peuvent alors partir.



COMPÉTENCE 4 GARDER L'ÉQUILIBRE EN ROULANT LENTEMENT

Objectif

Les élèves peuvent maintenir leur équilibre tout en roulant à vélo, même dans les situations où ils doivent rouler plus lentement.

Conseils

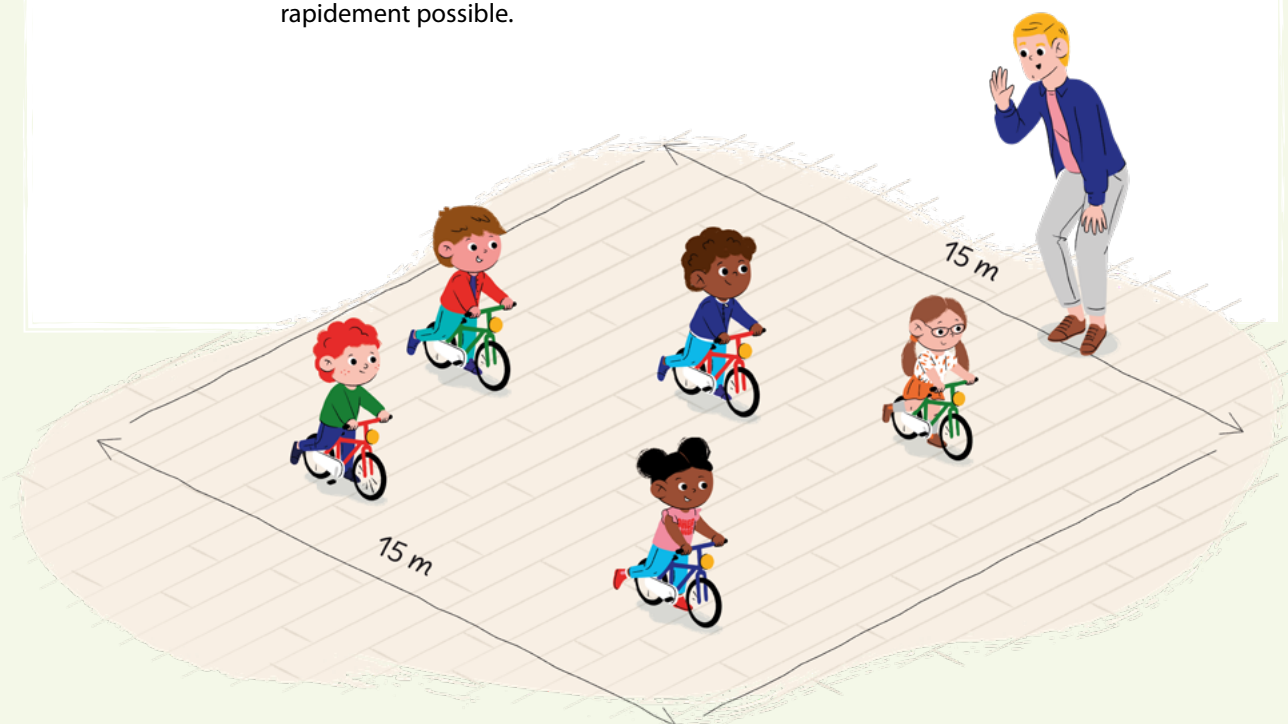
Demandez aux élèves de regarder loin devant eux, vers la destination qu'ils veulent atteindre à vélo. Lorsqu'ils conduisent lentement, il est important qu'ils apprennent à freiner de manière contrôlée, c'est-à-dire : commencer par freiner doucement, puis de plus en plus fort. Les élèves doivent être souples et détendus sur la selle.

On pagaie !

Matériel Une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez une ligne de départ et une ligne d'arrivée à 15 mètres l'une de l'autre.

Jeu Tous les élèves attendent avec leur vélo derrière la ligne de départ. Lorsque vous donnez un coup de sifflet, ils peuvent commencer à rouler. Au coup de sifflet suivant, ils lâchent leurs pédales et se mettent à « pagayer » (pousser avec les pieds au sol comme avec une draisienne). Lorsque vous sifflez à nouveau, ils peuvent recommencer à rouler. Ils doivent tenter de traverser la ligne d'arrivée le plus rapidement possible.

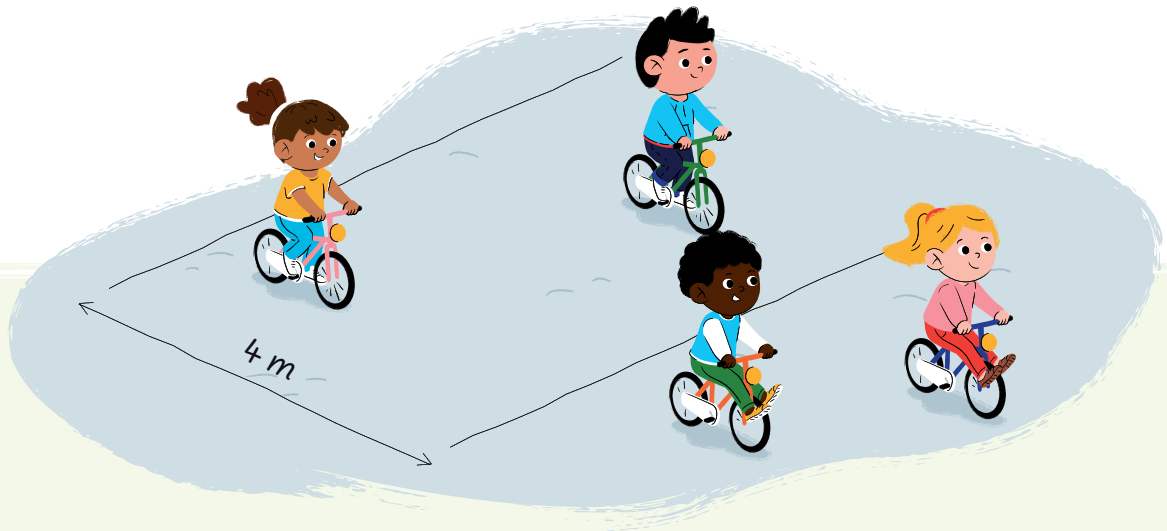


L'arrêt progressif

Matériel Une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez une ligne de départ et 4 mètres plus loin une ligne d'arrêt.

Jeu Après le coup de sifflet, les élèves commencent à rouler. Lorsqu'ils atteignent la ligne d'arrêt, ils lâchent les pédales et se laissent rouler. L'élève qui se laisse rouler le plus loin a gagné.



Tout doucement

Matériel Dix cônes.

Organisation Placez les cônes en deux rangées entre lesquelles vous laissez un espace d'1,5 mètre.

Jeu Les élèves vous suivent dans l'espace. Lorsque vous roulez entre les cônes, vous roulez très lentement. Les élèves vous suivent à vitesse égale, sans poser un pied au sol. Ensuite, vous désignez un autre responsable de rang. Encouragez-le à rouler le plus lentement possible entre les cônes sans poser un pied au sol.

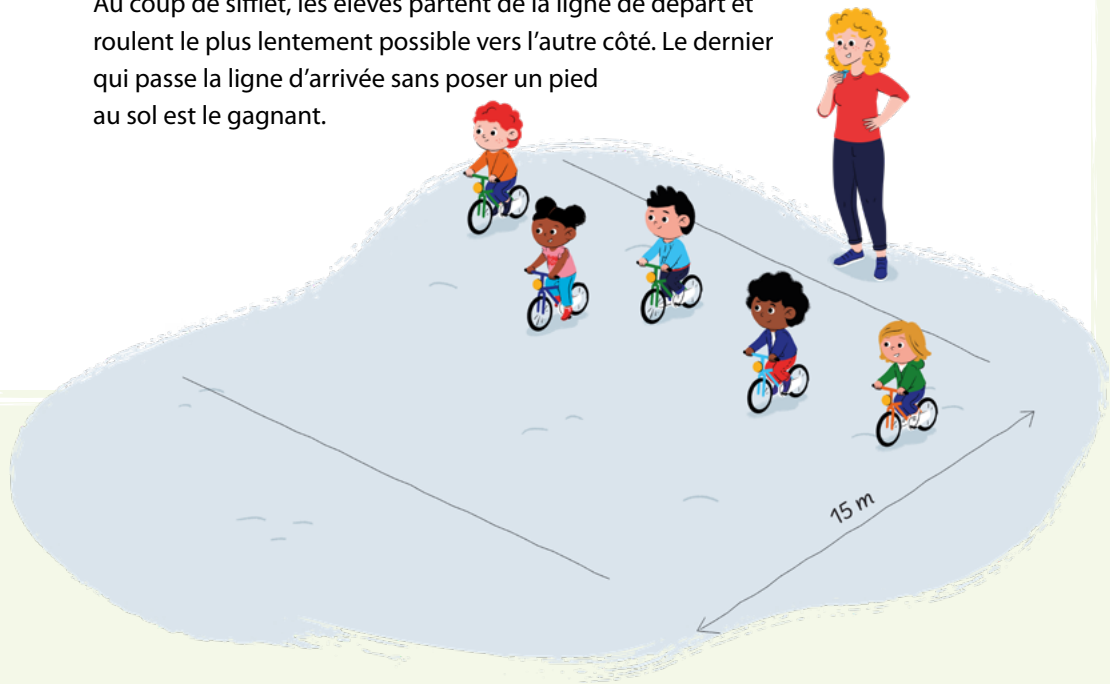


La course d'escargots

Matériel Une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Dessinez une ligne de départ et une ligne d'arrivée à 15 mètres l'une de l'autre.

Jeu Au coup de sifflet, les élèves partent de la ligne de départ et roulent le plus lentement possible vers l'autre côté. Le dernier qui passe la ligne d'arrivée sans poser un pied au sol est le gagnant.

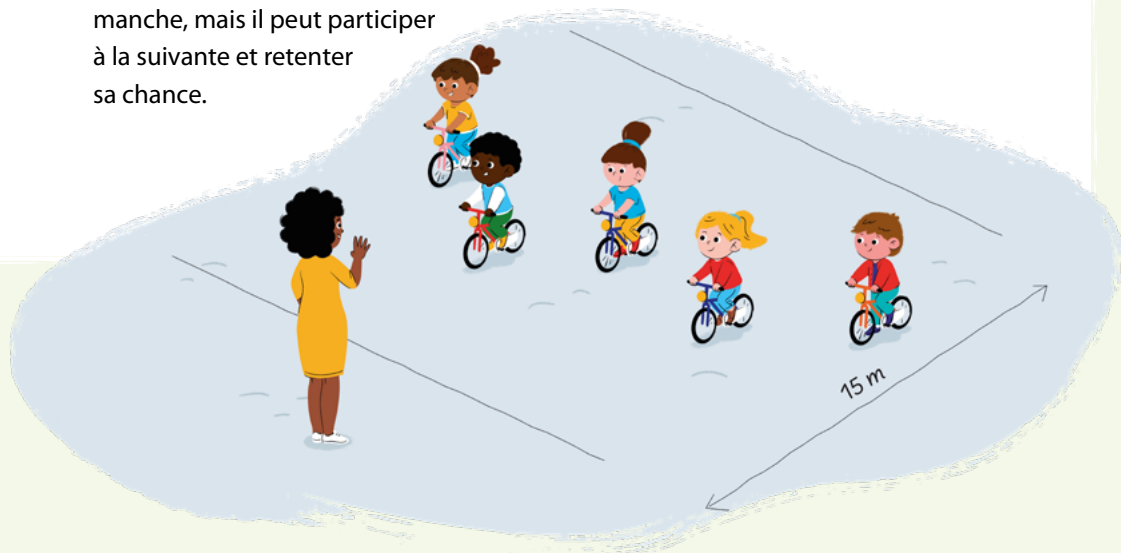


La course de position

Matériel Une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Dessinez une ligne de départ et une ligne d'arrivée à 15 mètres l'une de l'autre.

Jeu Au coup de sifflet, tous les élèves quittent la ligne de départ et se dirigent lentement vers la ligne d'arrivée, sans poser un pied au sol. Donnez un deuxième coup de sifflet et criez un chiffre, par exemple « trois ». Le but est de ne pas être le troisième à passer la ligne d'arrivée. Le troisième élève qui passe la ligne d'arrivée a perdu cette manche, mais il peut participer à la suivante et retenter sa chance.



COMPÉTENCE 5 SLALOMER

Objectif

Les élèves maîtrisent les techniques du slalom : freinage dosé, conduite lente, estimation du mouvement de virage, maintien de l'équilibre et technique de visée correcte.

Conseil

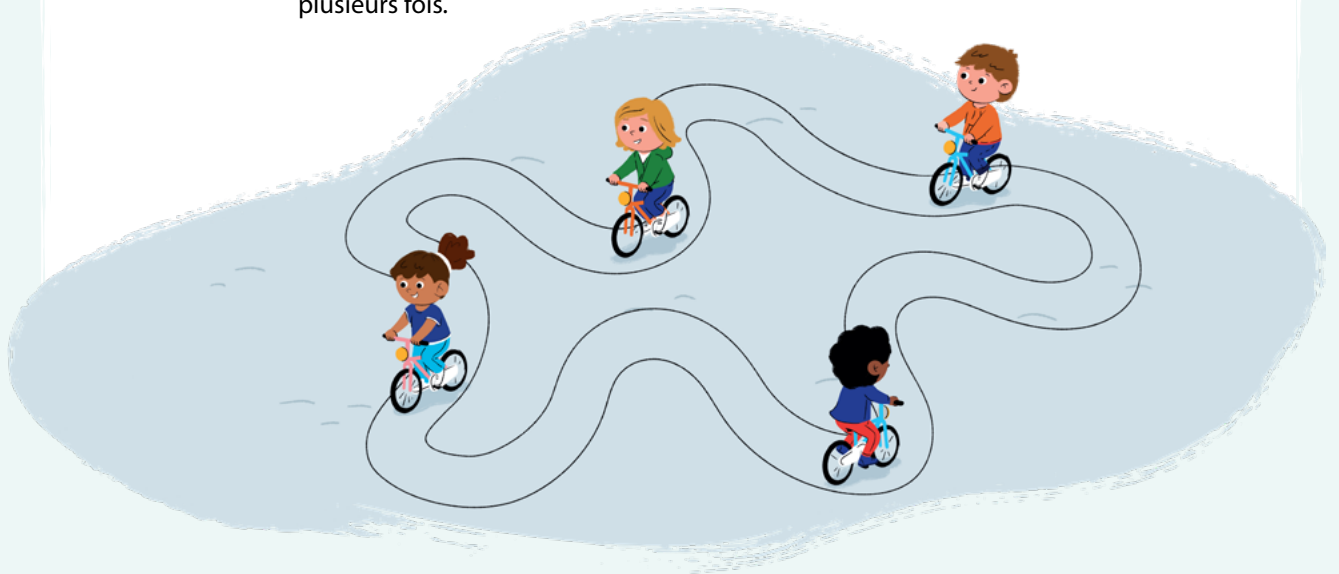
Lors de l'apprentissage du slalom, les élèves peuvent prendre des virages assez larges au début. En slalomant, les élèves regardent toujours dans la direction où ils veulent aller. Cela n'est pas évident pour les enfants. C'est pourquoi, au début, il faut placer les obstacles à une distance suffisante les uns des autres (3 à 4 mètres, minimum 1,5 mètre).

Le chemin sinueux

Matériel Une craie de trottoir.

Organisation Dessinez un long chemin sinueux.

Jeu Les élèves roulent les uns derrière les autres et suivent ce chemin. Vous pouvez également dessiner ce parcours en boucle pour que les élèves le fassent plusieurs fois.



Le slalom vivant

Matériel Aucun matériel supplémentaire.

Organisation Aucune organisation préalable.

Jeu Répartissez la classe en deux groupes égaux. Les élèves de chaque groupe se placent en rangée (en gardant 3 mètres entre chaque élève) pour permettre aux élèves à vélo de slalomer. Un élève de chaque groupe prend un vélo et slalome entre les autres élèves de son groupe. Lorsqu'il arrive au dernier élève de son groupe, il retourne au départ, passe le vélo à l'élève suivant et se place à la fin de la rangée. Tout le monde doit effectuer son slalom. L'équipe la plus rapide a gagné.



Le slalom dans la cour de récréation/au parc

Matériel Aucun matériel supplémentaire.

Organisation Aucune organisation préalable.

Jeu Vous roulez à vélo dans la cour de récréation ou dans le parc le plus proche. Tous les élèves roulent en serpent derrière vous. Faites autant de virages que possible autour des équipements de jeu, des bancs, des arbres, du bac à sable... Essayez également de rouler sur une surface différente, comme de l'herbe ou du gravier. Faites éventuellement rouler un élève en tête.



Le slalom autour des cônes

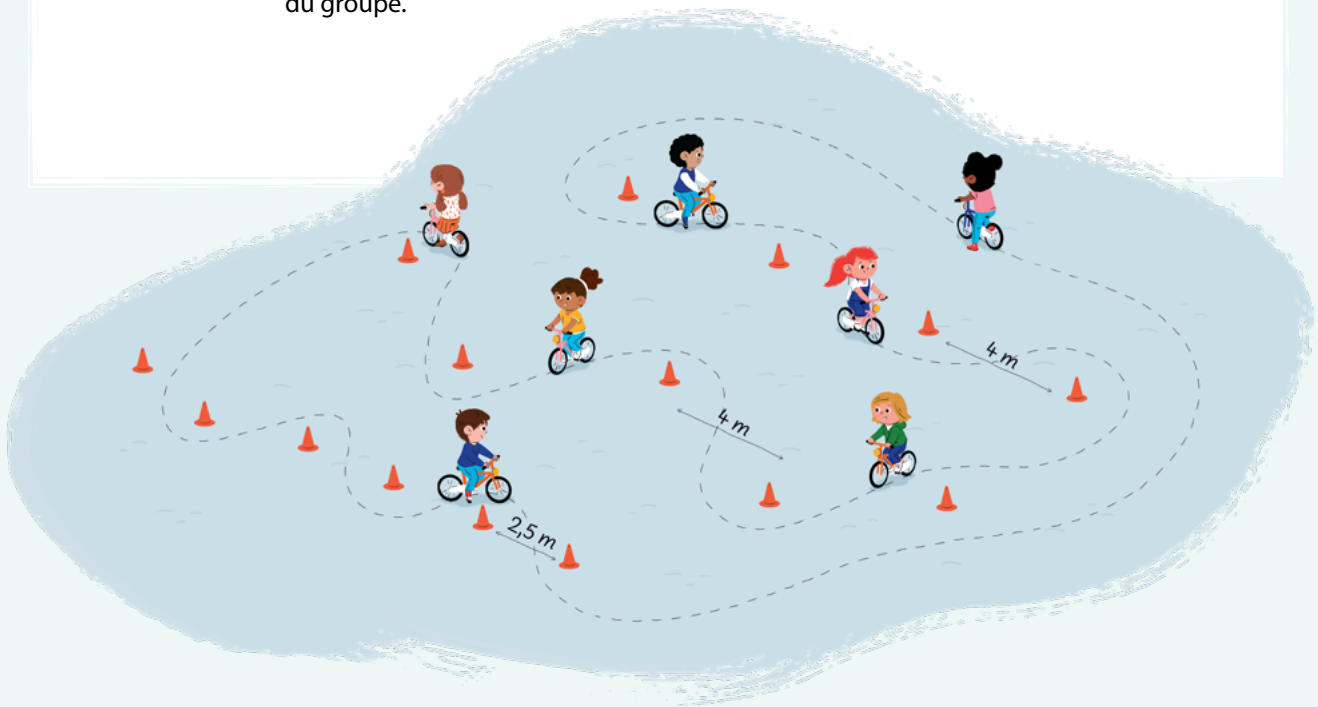
Matériel Quinze cônes, une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Trois rangées de cônes :

- Rangée 1 : quatre cônes à 4 mètres de distance les uns des autres.
- Rangée 2 : cinq cônes à 4 mètres de distance les uns des autres, mais décalés.
- Rangée 3 : six cônes à 2,5 mètres de distance les uns des autres. Dessinez à la fin de la « rangée 3 » un chemin sinueux vers le point de départ.

Jeu

Les élèves se placent avec leur vélo en file indienne. Le premier élève part au coup de sifflet et slalome entre les cônes. A votre coup de sifflet, l'élève suivant démarre (sifflez quand le premier élève a atteint la deuxième rangée de cônes). Ils slaloment autour de trois rangées de cônes, suivent le chemin sinueux et se replacent à l'arrière du groupe.

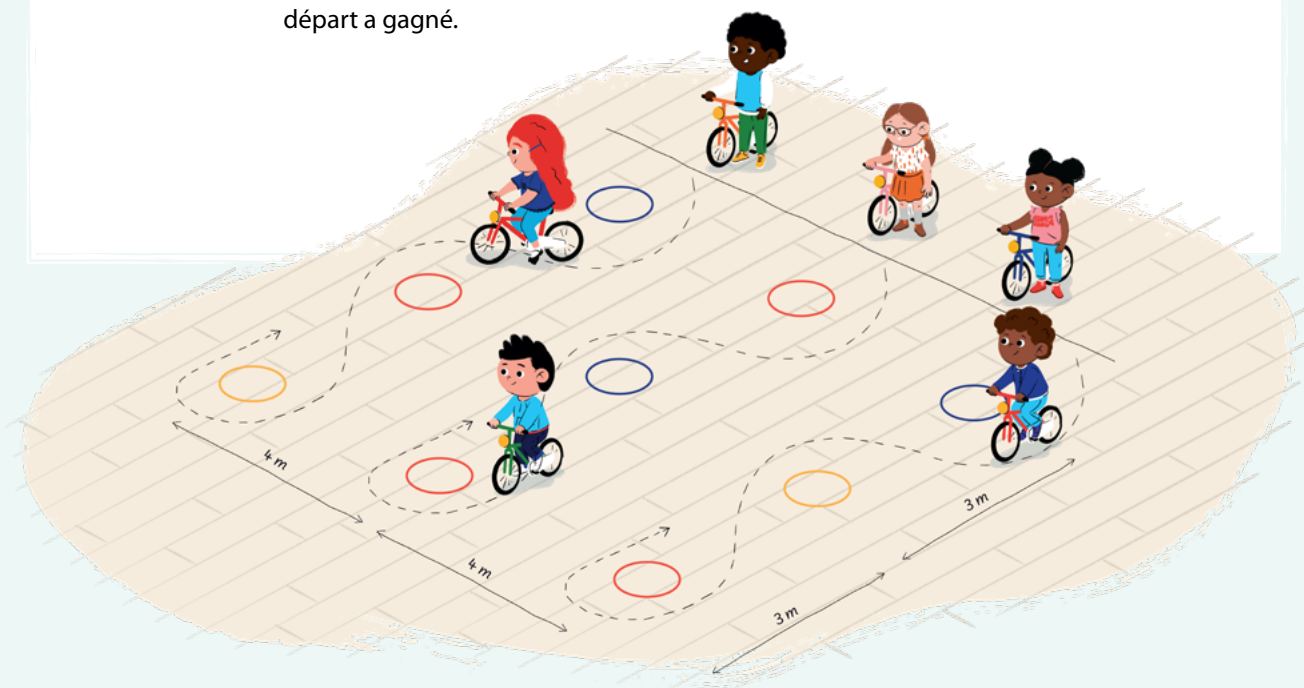


Le slalom de cerceaux

Matériel Neuf cerceaux, une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez une ligne de départ derrière laquelle trois groupes se placent avec leur vélo. Devant chaque groupe, placez trois cerceaux à 3 mètres les uns des autres. Assurez-vous que les groupes ne se gênent pas en laissant un espace de 4 mètres entre chaque groupe.

Jeu Répartissez les élèves en trois groupes. Après le coup de sifflet, le premier élève de chaque groupe démarre et slalome entre les cerceaux. Ensuite, il revient à la ligne de départ. Lorsque l'élève a passé la ligne de départ, l'élève suivant peut démarrer. Le groupe dont tous les élèves ont slalomé et dont tous les élèves ont passé la ligne de départ a gagné.



COMPÉTENCE 6 S'ARRÊTER ET DESCENDRE DU VÉLO

Objectif

Les élèves doivent s'arrêter de manière contrôlée : pas trop brutalement, de manière dosée et avec les deux freins en même temps.

Conseil

Pour s'arrêter (également en cas d'arrêt urgent), il est important d'actionner les deux freins en même temps et de commencer à freiner à temps. Lorsque les élèves conduisent lentement, il est important qu'ils apprennent à freiner de manière contrôlée. C'est-à-dire commencer par freiner doucement, puis de plus en plus fort.

1-2-3, vélo !

Matériel Une craie de trottoir.

Organisation Tracez une ligne de départ à 20 mètres du mur.

Jeu Un élève se place face au mur tandis que les autres roulent vers lui. L'élève au mur crie « 1-2-3, vélo » et se retourne ensuite. Les élèves à vélo doivent s'arrêter et mettre un pied à terre. L'élève au mur peut renvoyer à la ligne de départ tous ceux qu'il a encore vus bouger. Le premier qui atteint le mur prend la place au mur.

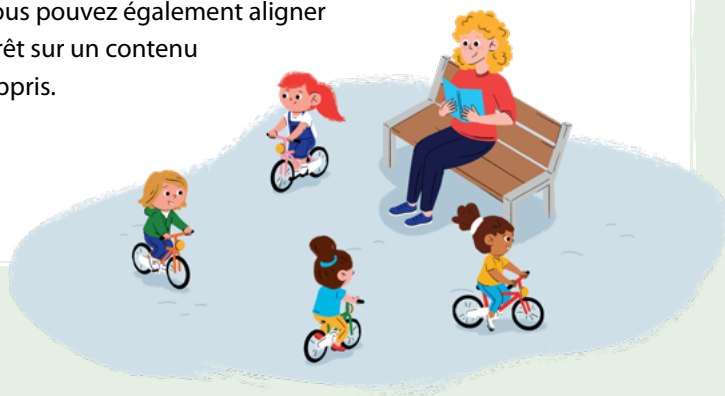


L'histoire-stop

Matériel Une histoire.

Organisation Cherchez une histoire et choisissez un mot d'arrêt.

Jeu Racontez une histoire pendant que les élèves roulent à vélo dans l'espace. Convenez avec eux qu'ils doivent s'arrêter de rouler à vélo dès qu'ils entendent un certain mot (ex. : vélo, bus, métro, train, rouge, un prénom...). Lorsque les élèves se sont arrêtés, poursuivez votre histoire. Vous pouvez également aligner cette histoire et ce mot d'arrêt sur un contenu pédagogique récemment appris.



La course aux cartes

Matériel Une boîte, un jeu de cartes, de la musique.

Organisation Placez la boîte avec les cartes à jouer (une carte de moins que le nombre de cyclistes) au milieu et laissez la musique jouer.

Jeu Vous vous trouvez au milieu de l'espace avec la boîte. La moitié des élèves se place dans un grand cercle autour de la boîte. L'autre moitié roule à vélo dans le cercle formé par les autres élèves. Pendant que les élèves roulent, la musique joue. Lorsque vous arrêtez la musique, les élèves s'arrêtent de rouler et donnent leur vélo à l'élève qui se trouve le plus près d'eux dans le cercle. Ensuite ils vont chercher une carte dans la boîte. L'élève qui n'a pas eu de carte perd cette manche. Lorsque la musique redémarre, les élèves replacent la carte dans la boîte et se placent en cercle autour des élèves qui vont à présent rouler à vélo.

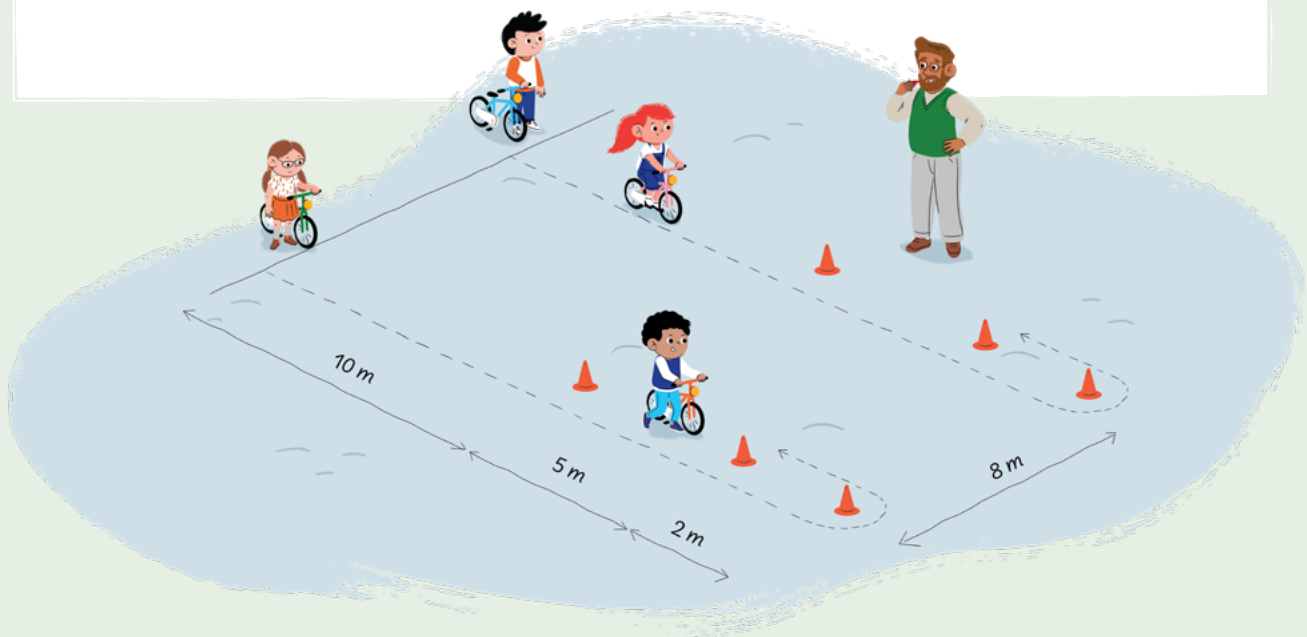


La course de cônes

Matériel Six cônes, une craie de trottoir, un sifflet.

Organisation Tracez une ligne de départ. Placez le premier cône à 10 mètres, le deuxième 5 mètres plus loin et le troisième 2 mètres plus loin. Laissez 8 mètres entre les deux groupes.

Jeu Divisez les élèves en deux groupes, qui se placent derrière la ligne de départ. Après le coup de sifflet, le premier élève de chaque groupe démarre et roule jusqu'au premier cône. Arrivé au premier cône, il descend du vélo et marche en tenant le vélo jusqu'au prochain cône. Là, il remonte sur le vélo, roule autour du troisième cône et retourne à la ligne de départ, où il passe le vélo à l'élève suivant. Le premier groupe qui termine a gagné.



Houla-Hoop

Matériel Cinq cerceaux, un sifflet.

Organisation Répartissez les cerceaux dans l'espace.

Jeu Divisez la classe en deux groupes. La moitié prend un vélo, l'autre moitié se met sur le côté. Les élèves traversent la salle à vélo et lorsqu'ils entendent un coup de sifflet, ils doivent pédaler aussi vite que possible jusqu'à un cerceau libre et placer leur roue avant dans le cerceau. Les élèves qui ne trouvent pas de cerceau libre s'arrêtent et sont remplacés par des « élèves en attente » qui n'ont pas encore fait de vélo.





COMPÉTENCE 7 CITER LES AVANTAGES DU VÉLO



Objectif

Les élèves connaissent les avantages du vélo en ville et sont capables d'en citer quelques-uns.

Remarque

Les compétences 7, 8 et 9 sont importantes à acquérir par les élèves, tout comme les compétences techniques vues ci-dessus. Toutefois, ces compétences, plus citoyennes, ne seront pas testées dans le parcours final qui se concentre sur la maîtrise technique du vélo par les enfants. La bonne connaissance des compétences citoyennes leur permettra de bien entamer l'apprentissage du Badge Cycliste d'Argent, en 2^e degré primaire.

On discute en classe

Les avantages du vélo sont nombreux. En voici quelques-uns dont vous pouvez discuter ensemble en classe, en discussion ouverte avec vos élèves. Peut-être vos élèves en trouveront-ils d'autres.

- ➔ **C'est bon pour la santé** : on fait du sport, on prend l'air...
- ➔ **C'est bon pour la planète** : zéro pollution, pas besoin d'essence.
- ➔ **C'est bon pour le moral** : c'est amusant, on rencontre des gens, on passe par des parcs, des voies vertes, on peut plus facilement discuter...
- ➔ **C'est bon pour le portefeuille** : ça coûte peu... beaucoup moins qu'une voiture.
- ➔ **C'est rapide** : en ville, c'est l'un des moyens de déplacement les plus efficaces, on dépasse les embouteillages...

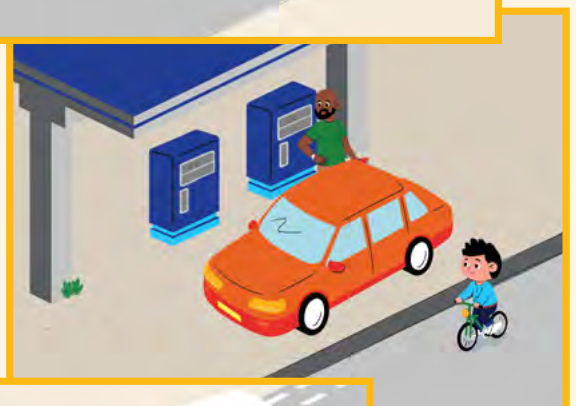
Le vélo c'est chouette !

Matériel Les illustrations du jeu « Le vélo c'est chouette » à trouver sur le site mobilite-mobiliteit.brussels/fr/ecole. Imprimez-les et distribuez-les à vos élèves (une par groupe de 3-4 élèves).

Organisation Divisez la classe en cinq groupes et donnez à chaque groupe une illustration d'un avantage lié aux déplacements à vélo.

Jeu Chaque groupe discute de l'avantage (et du désavantage associé) qu'il peut observer sur son image. Ensuite, les élèves du groupe présentent à la classe cet avantage et vous pouvez en discuter ensemble.

Extension Afin de pousser au maximum leur sens de l'observation, vous pouvez découper préalablement chaque image en puzzle, que les élèves pourront ainsi reconstituer en groupe.





COMPÉTENCE 8
INDIQUER LE
BON ENDROIT OÙ
DOIT ROULER
UN CYCLISTE

Objectif

Les élèves sont capables d'indiquer dans la rue ou sur un dessin où doit rouler un cycliste, suivant son âge et la situation.

Remarque

Voir la remarque sur la compétence 7.

Où doit rouler le cycliste ?

Matériel Illustrations de rues à trouver sur le site mobilite-mobiliteit.brussels/fr/ecole.

Organisation Imprimez les illustrations de rues et accrochez-les au tableau afin que les élèves puissent les observer.

Montrez aux élèves les illustrations de rues et demandez-leur où doit rouler un cycliste. Vous pouvez également imprimer ces illustrations de rues pour chaque élève et leur demander de dessiner des cyclistes au bon endroit (enfants et adultes).

Expliquez-leur les points suivants :

- ➡ **Enfant de moins de 10 ans :**
 - Vous pouvez toujours rouler sur le trottoir, même s'il y a une piste cyclable.
 - Lorsque vous roulez sur le trottoir, vous devez obligatoirement céder la priorité aux piétons.
- ➡ **Enfant de 10 ans et plus :**
 - A partir de 10 ans, les cyclistes ne peuvent plus rouler sur le trottoir, ils doivent rouler sur la route ou sur la piste cyclable s'il y en a une.
 - Lorsque le vélo n'est pas monté, il n'est pas considéré comme un véhicule : vous pouvez donc circuler sur le trottoir en ville si vous marchez à côté de votre vélo en le tenant.
 - Si la piste cyclable est en mauvais état, vous pouvez rouler sur la route.
 - Il n'est pas autorisé de rouler dans les deux sens sur une piste cyclable (sauf indication contraire).
- ➡ **Traverser la rue à vélo :** Vous pouvez traverser la rue sur un passage pour piétons, en roulant à vélo. Attention : vous n'avez pas la priorité, vous devez céder le passage aux piétons et aux véhicules. Si vous descendez du vélo, vous pouvez traverser en tant que piéton et vous avez alors la priorité.



COMPÉTENCE 9 CONNAÎTRE SON VÉLO

Objectif

Les élèves connaissent les éléments principaux de leur vélo, ils peuvent les nommer et les montrer. Ils connaissent également l'équipement obligatoire pour rouler en rue.

Remarque

Voir la remarque sur la compétence 7.

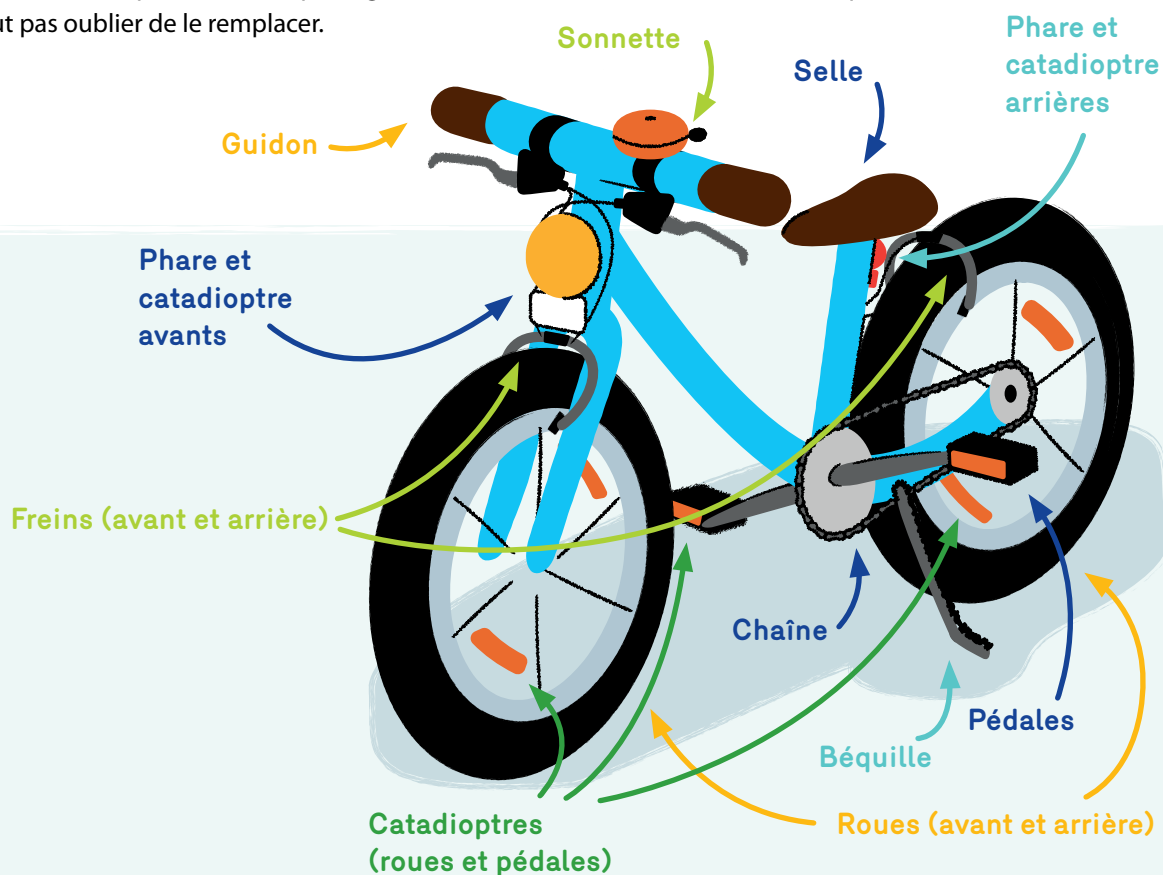
Connais ton vélo !

Vérifiez avec vos élèves s'ils connaissent bien les éléments indiqués sur le schéma ci-dessous et savent les indiquer sur leur propre vélo.

Apprenez-leur également les équipements obligatoires sur un vélo :

- Deux freins en bon état de marche : un sur la roue avant et un sur la roue arrière.
- Une sonnette.
- Un catadioptré blanc à l'avant, un catadioptré rouge à l'arrière, des catadioptrés orange sur les pédales et sur les roues.
- Un feu blanc ou jaune à l'avant et un feu rouge à l'arrière.

Porter un casque n'est pas obligatoire en Belgique. Il est toutefois fortement recommandé pour les jeunes enfants, qui peuvent chuter plus facilement à vélo ou en trottinette car ils sont moins expérimentés que les enfants plus âgés et les adultes. En cas de chute où le casque subit un choc, il ne faut pas oublier de le remplacer.



3.

Test final du Badge Cycliste de Bronze

3.1. PRÉPARATION

Maintenant que vos élèves sont bien préparés, voici quelques conseils afin de vous faciliter la tâche le jour du test final.

CONSEIL 1

Trouvez des accompagnant-es supplémentaires

Pour faire passer le test final, nous vous recommandons l'aide d'au moins une personne supplémentaire : professeur-e de gymnastique, psychomotricien-ne, logopède, autre membre du personnel, personne de la direction ou un parent.

CONSEIL 2

Établissez un planning

Choisissez une date appropriée pour faire passer le test final qui durera une demi-journée au maximum.

Vérifiez si tout le matériel nécessaire est disponible et rassemblez-le.

Passez en revue avec les accompagnant-es les compétences que les élèves doivent maîtriser et la manière dont vous allez les évaluer. Parcourez la fiche de contrôle et convenez qui évaluera les élèves et comment.

CONSEIL 3

Annoncez le test final

Informez les parents et le reste de l'école de la date du test pour le Badge Cycliste de Bronze. Demandez aux parents que leur enfant vienne à l'école à vélo le jour du test. Prévoyez des vélos de la flotte de l'école pour les enfants qui ne pourront pas apporter le leur.

Donnez un aperçu des compétences qui seront testées et encouragez les parents à pratiquer les compétences avec leur enfant.



3.2. LE JOUR DU TEST FINAL

Pendant le parcours, évaluez les enfants à l'aide de la **fiche de contrôle** en annexe de ce manuel. Utilisez une fiche de contrôle par classe. Les élèves effectuent le parcours chacun à leur tour. Ainsi, vous pouvez **observer chaque élève individuellement**.

Faites le parcours au préalable avec les enfants et attardez-vous sur les différentes compétences. Expliquez aux enfants quels seront les aspects évalués.

Pour que le test se déroule efficacement, il est préférable de diviser la classe en deux. La moitié des élèves est prête à effectuer le parcours. L'autre moitié s'exerce avec l'accompagnant·e supplémentaire en jouant à des jeux.

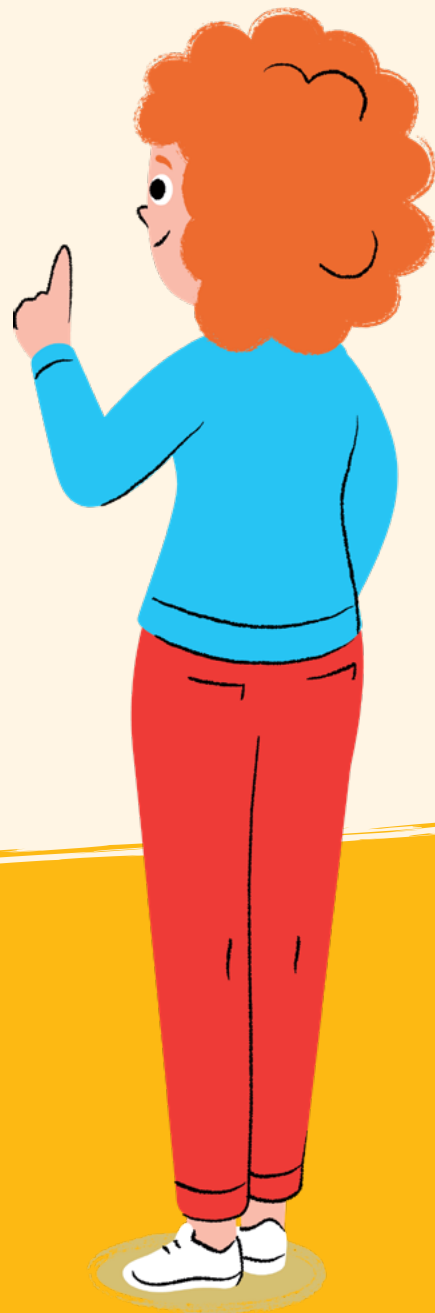
Soyez juste dans les évaluations. Une petite correction ne signifie pas que l'élève rate tout son parcours. Par exemple, lorsqu'un élève pose un pied au sol lors du parcours, mais qu'il maîtrise bien cette compétence par ailleurs, il peut tout de même la réussir. Faites confiance à votre jugement et à votre connaissance des capacités de vos élèves.

L'obtention du Badge est surtout un moment d'**appréciation de l'effort** de chaque élève. Une fois le test final terminé, il est intéressant que vos **élèves s'auto-évaluent**, à l'aide de la fiche en annexe. Ils pourront ainsi estimer par eux-mêmes les points qui méritent d'être travaillés davantage et donner une appréciation du parcours final.

3.3. LE TEST FINAL DU BADGE CYCLISTE DE BRONZE

Le grand jour est arrivé ! Il est temps de savoir comment vos élèves se débrouillent sur le parcours du test final pour obtenir leur Badge Cycliste de Bronze.

Pour obtenir le Badge Cycliste de Bronze, vos élèves doivent maîtriser **neuf compétences**. Les six premières, les compétences techniques, sont testées en demandant aux enfants de réaliser un **parcours** en vue de vérifier leurs capacités. Les trois autres, les compétences citoyennes, sont **à voir en classe** mais elles ne sont pas évaluées au cours du test final.

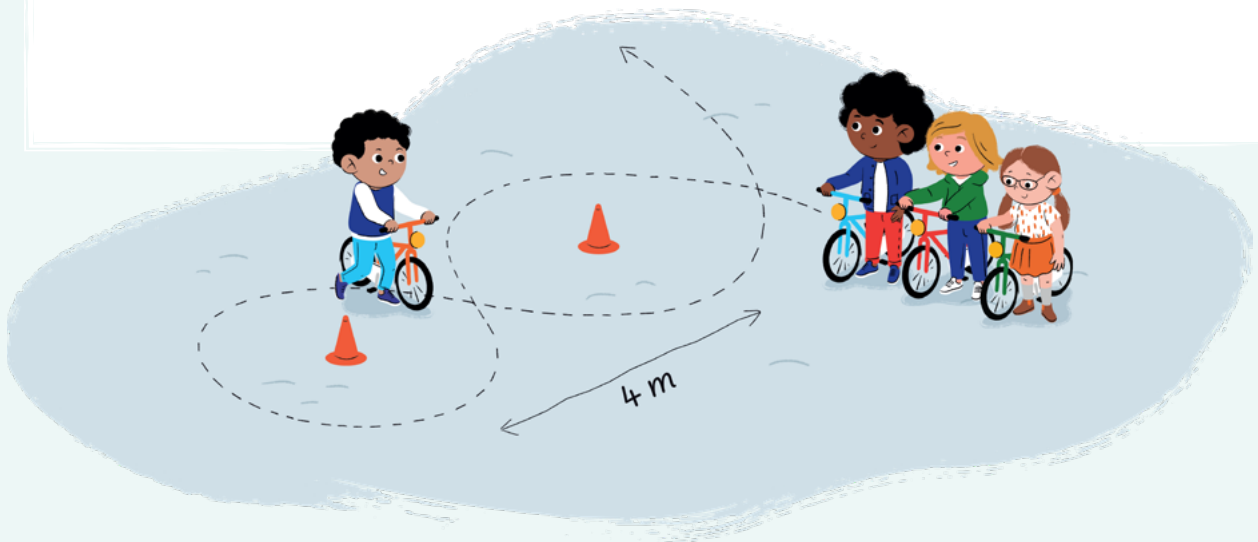


TEST COMPÉTENCE 1 MARCHER EN TENANT SON VÉLO

Partie 1 du parcours

Épreuve L'élève circule sur le parcours en huit en tenant son vélo à la main et se place ensuite entre les quatre cônes de l'épreuve suivante.

Évaluation Pour réussir cette compétence, l'élève doit avoir la maîtrise de son vélo et garder son équilibre. L'élève et son vélo ne peuvent pas toucher les cônes. L'élève peut choisir lui-même comment il tient son vélo, soit en tenant son guidon des deux mains, soit avec une main sur la selle.



TEST COMPÉTENCE 2

MONTER ET DÉMARRER

Partie 2 du parcours

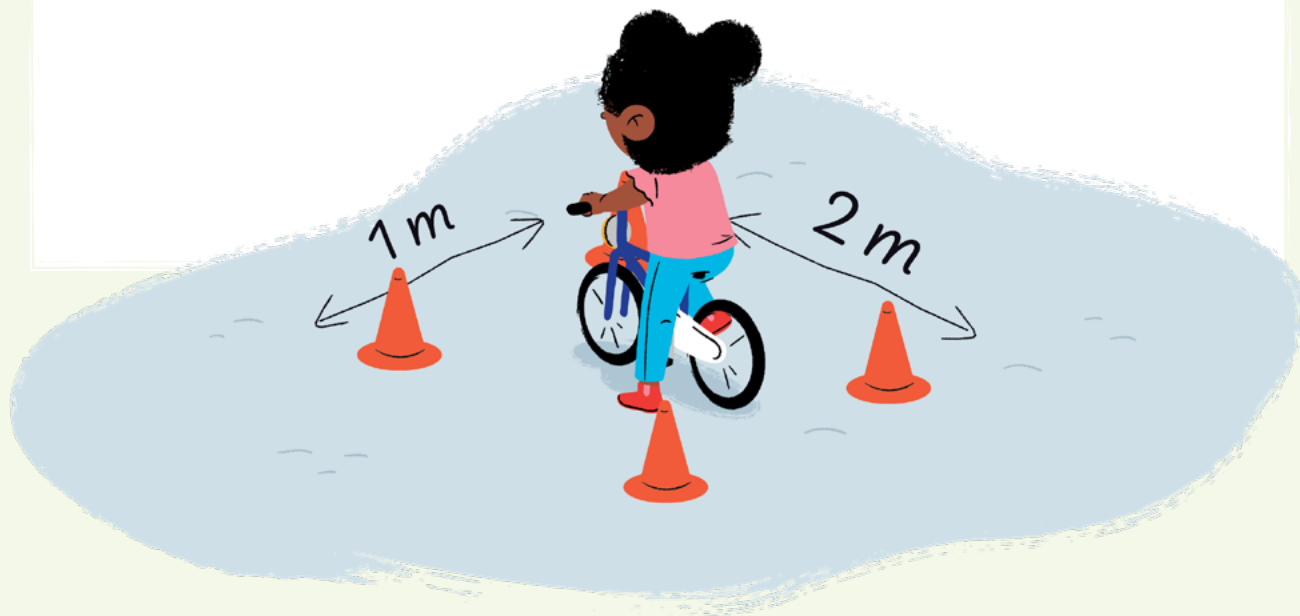
Épreuve

L'élève se trouve dans la case de départ à la deuxième épreuve et monte sur son vélo. Il démarre et prend une posture assise correcte et confortable sur le vélo.

Départ de base : l'élève est assis sur la selle, serre les freins. L'élève met le pied sur la pédale supérieure, relâche les freins et pousse la pédale vers le bas, ce qui lui permet de prendre de la vitesse et de trouver son équilibre. Il place son autre pied sur l'autre pédale. Il pédale pour prendre de la vitesse.

Évaluation

Pour réussir cette compétence, l'élève doit prendre un départ en douceur à partir de la position de départ correcte, sans avoir à remettre un pied au sol ou à zigzaguer.

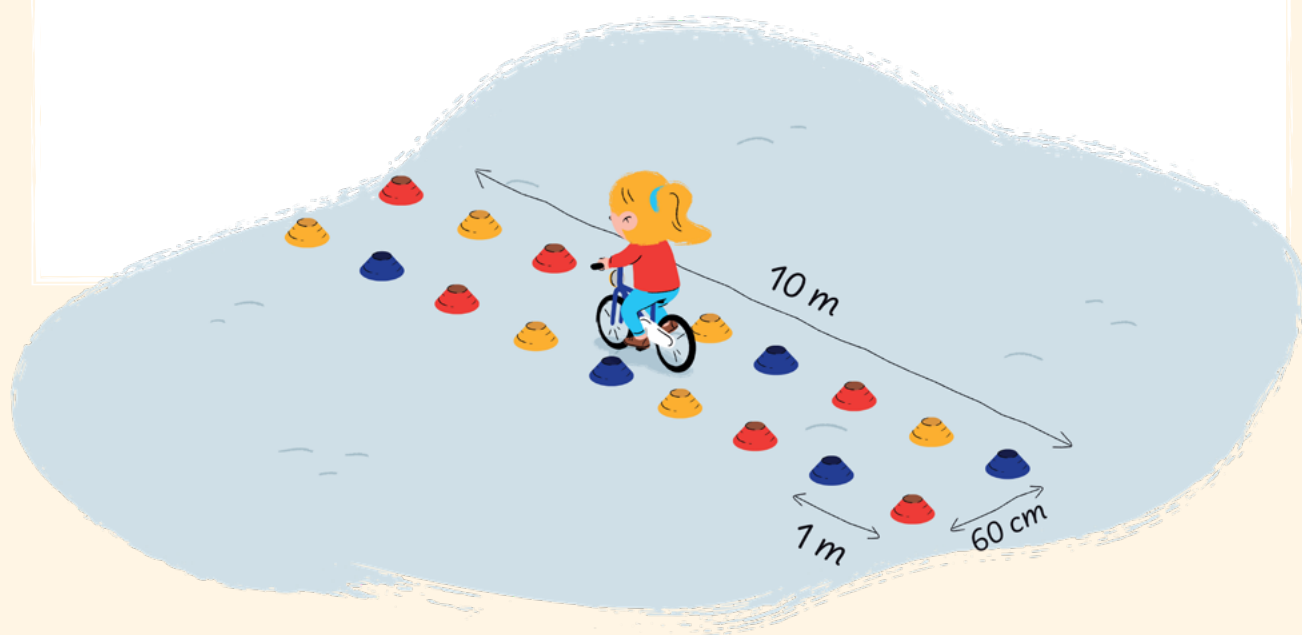


TEST COMPÉTENCE 3 ROULER TOUT DROIT

Partie 3 du parcours

Épreuve L'élève traverse le passage étroit et tient une ligne droite entre les deux rangées de plots de marquage.

Évaluation Pour réussir cette compétence, l'élève ne doit pas toucher de cônes et doit fixer son regard sur un point au loin afin de pouvoir rouler sans effort en ligne droite.

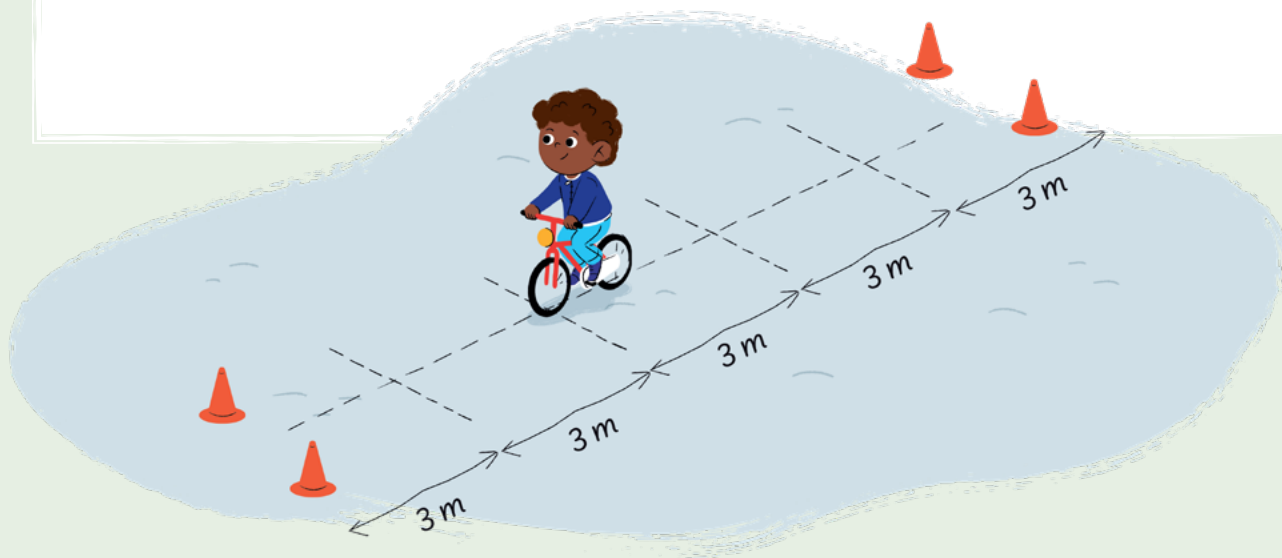


TEST COMPÉTENCE 4 GARDER L'ÉQUILIBRE EN ROULANT LENTEMENT

Partie 4 du parcours

Épreuve L'élève démarre entre les deux cônes et conduit aussi lentement que possible en ligne droite vers les deux cônes de fin. Quatre lignes sont tracées à la craie au sol. Cela permet à l'élève d'estimer sa vitesse. Il doit compter jusqu'à deux ou trois entre chaque ligne.

Évaluation L'élève met au moins douze secondes pour parcourir la distance de 15 mètres qui sépare les deux cônes. On compte jusqu'à deux ou trois entre chaque ligne de craie. Il ne peut pas mettre le pied à terre. L'élève est évalué sur sa capacité à rouler lentement et à garder son équilibre à faible vitesse. Plus il prend du temps, mieux il maîtrise la technique.

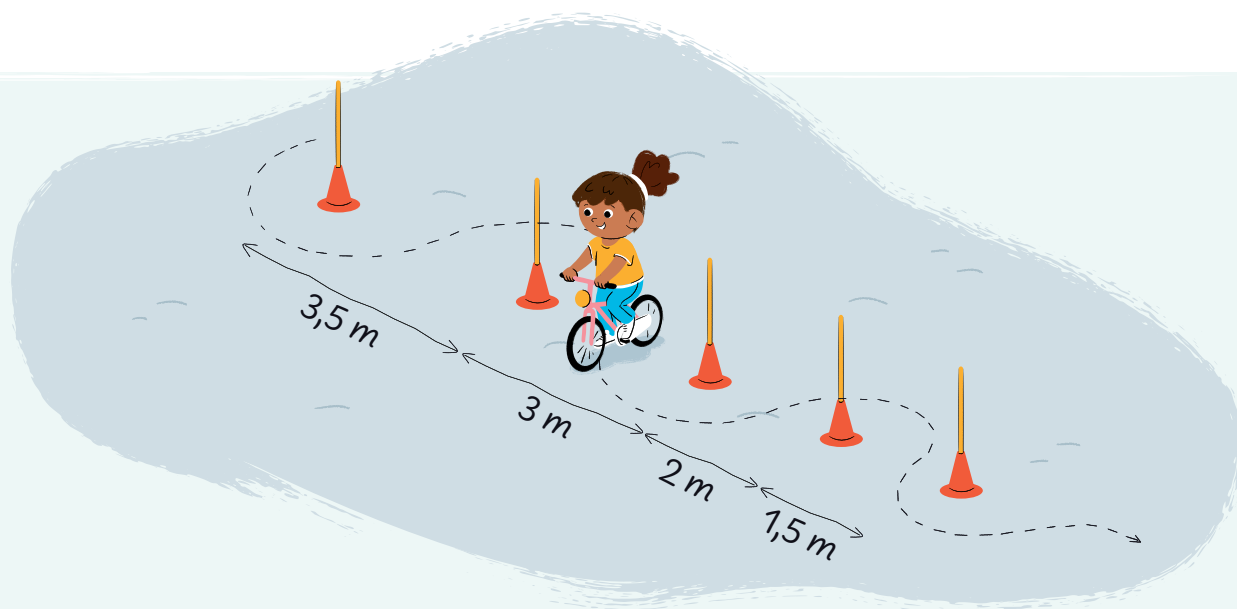


TEST COMPÉTENCE 5 SLALOMER

Partie 5 du parcours

Épreuve L'élève doit slalomer entre cinq piquets.

Évaluation Pour réussir cette compétence, l'élève ne peut toucher aucun piquet, il ne peut pas mettre le pied à terre et il ne peut pas passer un piquet.

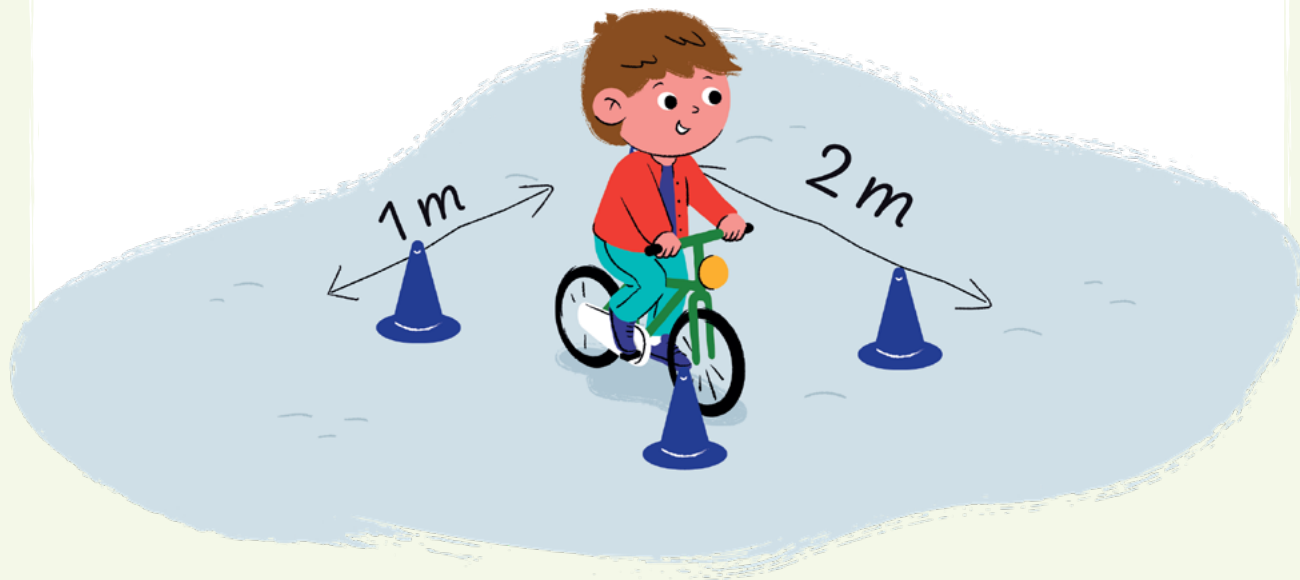


TEST COMPÉTENCE 6 S'ARRÊTER ET DESCENDRE DU VÉLO

Partie 6 du parcours

Épreuve L'élève arrive à vélo. En s'approchant de la case d'arrivée, il commence à freiner légèrement avec ses deux freins. Ensuite il s'arrête dans la case d'arrivée prévue et descend du vélo.

Évaluation L'élève estime correctement sa distance de freinage et s'arrête avec ses deux roues dans la case d'arrivée. L'élève descend du vélo et place le vélo sur sa béquille.



3.4. L'OBTENTION DU BADGE CYCLISTE DE BRONZE

Le Badge Cycliste de Bronze est conçu pour que chaque enfant soit récompensé pour ses efforts, qu'il ait réussi ou pas.

Chaque élève recevra une **petite récompense** pour avoir participé au processus d'apprentissage et au test final.

Sur les « Cartes Cycliste de Bronze » en annexe de ce manuel, vous pouvez donner des remarques individuelles à chaque enfant et préciser les points à améliorer. Servez-vous de la fiche de contrôle que vous avez remplie pendant le test. Les élèves reçoivent cette carte pour la **montrer à leurs parents**. De cette manière, les parents sont mis au courant des compétences cyclistes acquises par leur enfant, et peuvent continuer l'entraînement à la maison.

3.5. APRÈS LA JOURNÉE DE TEST

Vous pouvez transmettre les fiches de contrôle aux enseignant-es du 2^e degré primaire. Les fiches de contrôle contiennent le résumé des **compétences acquises**. Vos collègues pourront ainsi évaluer le niveau général de la classe avant de passer à l'étape suivante de l'apprentissage vélo : le **Badge Cycliste d'Argent**.

Distribuez les Cartes et les Badges le plus rapidement possible après avoir fait passer le test. Ainsi les élèves savent encore bien quelles sont les différentes compétences et ils peuvent réfléchir à leur prestation. Demandez-leur brièvement individuellement comment ils ont vécu le test, au moyen de la **fiche d'auto-évaluation**.

Une petite cérémonie avec les parents et la direction est valorisante pour les élèves, et aide à faire connaître le projet.

Vous pouvez toujours commander des Cartes et des Badges sur notre site mobilite-mobiliteit.brussels/fr/ecole.



4.

Comment vous outiller ?

Votre école souhaite mieux s'équiper pour mener à bien le programme d'apprentissage proposé ? Vous souhaitez recevoir plus d'informations et mieux vous outiller afin de mener vos élèves vers le Badge ? Nous pouvons vous aider, vous n'êtes pas seul·e dans cette démarche ! Découvrez ci-après toutes les pistes pour vous équiper, vous former et entrer en contact avec d'autres écoles.

4.1. LES PLANS DE DÉPLACEMENTS SCOLAIRES

Votre école souhaite travailler de manière plus proactive sur la mobilité active ? Nous vous invitons, si ce n'est pas encore le cas, à vous inscrire aux Plans de Déplacements Scolaires (PDS).

Un PDS permet à une école de mieux comprendre sa situation en termes de mobilité et d'être guidée dans la conception, la mise en œuvre et l'évaluation d'un plan d'action pour promouvoir des **déplacements plus actifs et plus sûrs**.

Les écoles en PDS sont accompagnées par un **coach de mobilité** pendant 18 mois, période pendant laquelle elles reçoivent toutes les informations nécessaires pour pouvoir continuer le travail en **autonomie** par après.

Les écoles en PDS peuvent également bénéficier d'une **large offre** de matériel (parkings vélos, draisiennes, vélos, piste de circulation, casques, chasubles...) ainsi que d'animations, de formations et de services (ex. ateliers de réparation vélo).

Pour profiter de ces aides, les écoles en PDS peuvent introduire un **plan d'action** auprès de Bruxelles Mobilité. Les demandes de soutien dans les plans d'action sont évaluées par Bruxelles Mobilité dans l'esprit de sa vision de la mobilité scolaire, à savoir « **Le public scolaire se déplace activement et en toute sécurité** ».

Pour plus d'informations, nous vous invitons à parcourir notre site : mobilite-mobiliteit.brussels/fr/ecole (partie « Plans de déplacements scolaires »).

Les écoles en PDS sont également invitées chaque année au **Salon** de la Mobilité scolaire : un événement riche en informations et échanges entre les écoles et avec les associations bruxelloises actives dans le secteur de la mobilité.

4.2. LA SEMAINE DE LA MOBILITÉ

Toute école bruxelloise, en PDS ou non, peut répondre à l'appel à projet pour la Semaine de la Mobilité, qui se déroule chaque année du 16 au 22 septembre. En répondant à cet appel, les écoles peuvent bénéficier **d'aide matérielle ou d'animations**.

Il s'agit de projets qui ont un lien direct avec la Semaine de la Mobilité, et qui contribuent à la vision de Bruxelles Mobilité sur la mobilité scolaire : « Le public scolaire se déplace activement et en toute sécurité ». Les projets sont évalués par rapport à cette vision et en tenant compte de l'enveloppe budgétaire disponible.

4.3. LA NEWSLETTER MOBILITÉ SCOLAIRE

Abonnez-vous à notre newsletter sur la mobilité scolaire pour vous tenir informé-e des appels à projets, des activités de nos partenaires, des bonnes pratiques et de toutes les infos mobilité utiles en Région bruxelloise : mobilite-mobiliteit.brussels/fr/ecole (partie « Plans de déplacements scolaires », en bas de la page).

4.4. MATÉRIEL EN PRÊT

➡ Pro Velo

Pour soutenir l'éducation au vélo dans les écoles, Pro Velo et Bruxelles Mobilité mettent gratuitement à votre disposition du matériel (attention, cette offre peut varier dans le temps) :

- Un coffret de circulation comprenant le matériel pour reproduire la voie publique dans un environnement protégé.
- Une piste de circulation composée de six parties que vous pouvez assembler de diverses manières, en fonction de vos besoins et de l'espace disponible.
- Des « box sécurité » comprenant 25 casques et 25 chasubles de différentes tailles pour équiper vos élèves lors d'une sortie à vélo.

Pour plus d'informations et pour accéder au formulaire de réservation, consultez le site de Pro Velo (provelo.org).

➡ Communes

Certaines communes mettent à disposition des écoles du matériel en prêt sur demande.

Contactez le service mobilité ou le service enseignement de votre commune pour vérifier ce qu'ils proposent.

De nombreuses communes offrent également un soutien dans l'organisation de rangs à vélos, de rues scolaires et d'autres activités.

4.5. IMPLIQUER LES PARENTS ET ÉQUIPER LES ENFANTS

Plus les parents sont impliqués, plus vos élèves sont susceptibles de faire du vélo régulièrement et d'affiner leurs compétences. Communiquez-leur l'importance que votre école attache à la mobilité active lors des réunions de parents, lors des journées portes ouvertes et dans vos newsletters. Une petite attention pour les bénévoles qui participent à des sorties ou aident lors du test final peut faire des miracles pour la motivation.

Voici quelques pistes de formations et de ressources pour les parents de vos élèves.

➡ Via Velo

Via Velo est un cycle de formation proposé par Pro Velo pour des adultes qui souhaitent apprendre à rouler à vélo et à faire du vélo en ville en toute sécurité. Cette formation s'adresse aux parents qui ne savent pas encore faire de vélo. Plus d'infos sur provelo.org.

➡ EnVOL

EnVOL est une formation de Pro Velo qui propose aux parents d'expérimenter les trajets entre la maison et l'école afin d'évaluer, en connaissance de cause, le vélo comme moyen de déplacement pour leur enfant. Plus d'infos sur provelo.org.

➡ Vélothèque (Fietsbieb)

Une vélothèque loue de bons vélos à prix modique pour les enfants entre 2 et 12 ans, dans divers lieux à Bruxelles. Dès que le vélo devient trop petit, les parents peuvent l'échanger. Les vélothèques sont gérées par des bénévoles et ouvertes quelques jours par mois. Plus d'infos sur fietsbieb.brussels.

➡ Un vélo pour 10 ans

« Un vélo pour dix ans » est un programme de location de vélos d'enfant à vocation pédagogique. Il favorise l'utilisation de vélos et de pièces de récupération dans une logique de réemploi et de circularité. Le principe est simple : les parents louent un vélo dans le stock des « Ateliers de la rue Voot » et l'échangent dès que nécessaire afin que l'enfant ait toujours un vélo adapté à sa taille. Plus d'infos sur voot.be.





BRUXELLES MOBILITÉ

SERVICE PUBLIC RÉGIONAL DE BRUXELLES