

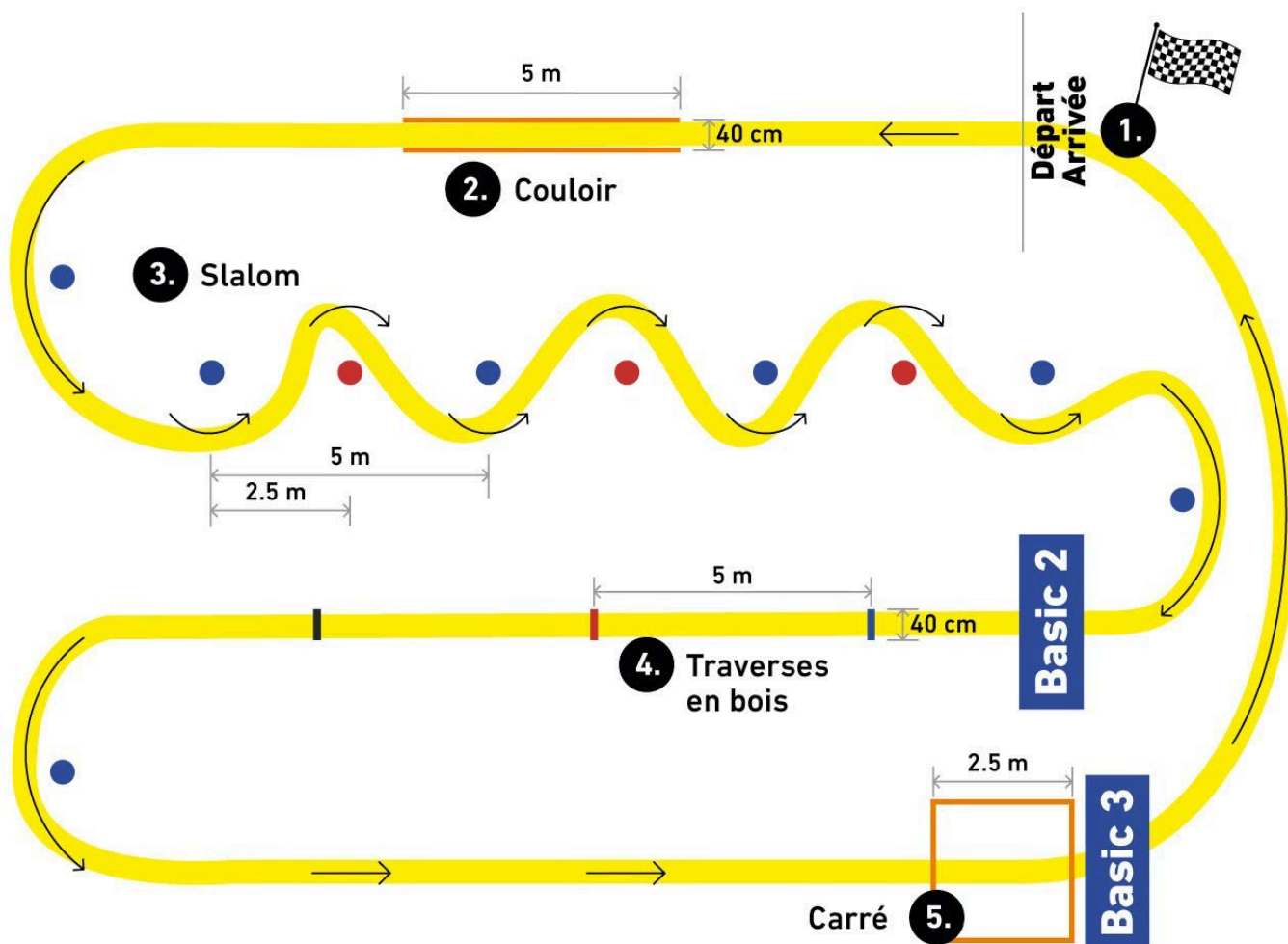
Rouler à vélo: Parcours d'évaluation

Pour se faire une idée rapide et précise du niveau des élèves et de la classe en général, les enseignants et moniteurs peuvent recourir à un parcours d'évaluation spécialement conçu pour cela. Celui qui est présenté ci-après correspond au niveau Basics.

Les enfants effectuent plusieurs fois d'affilée le parcours afin que les moniteurs et enseignants puissent évaluer les compétences des élèves et noter leurs observations sur une fiche d'évaluation («[Protocole d'évaluation](#)», pdf).

Si cette forme d'organisation s'avère trop compliquée pour permettre une évaluation pertinente des élèves, ces derniers peuvent aussi effectuer le parcours à tour de rôle. Pendant qu'un camarade roule, les autres s'adonnent à une tâche annexe, un quiz sur le bon équipement à vélo par exemple.

Après la séquence d'enseignement et en guise de contrôle final, les enfants peuvent se lancer une nouvelle fois sur le parcours d'évaluation afin de vérifier leurs progrès.



A télécharger: [Parcours d'évaluation](#) (pdf)

Basic 1

Je sais rouler à vélo!

Les enfants sont capables de monter sur le vélo, de rouler sans poser les pieds, de freiner et de redescendre du vélo de manière contrôlée.

Basic 2

- | | |
|-----------------|---|
| 1. Départ/Arrêt | Freiner et s'arrêter sur la ligne définie à l'avance, repartir avec le placement correct du pied sur la pédale. |
| 2. Couloir | Rouler (assis) en ligne droite le long du couloir, regarder vers la gauche et faire un signe de la main. |
| 3. Slalom | Faire des virages en pivotant le guidon du vélo, les cônes distants de 2,5 mètres. |

Basic 3

- | | |
|----------------------|---|
| 1. Départ/Arrêt | Freiner et s'arrêter sur la ligne définie à l'avance, repartir avec le placement correct du pied sur la pédale. |
| 2. Couloir | Rouler (assis) en ligne droite le long du couloir, regarder vers la gauche et faire un signe de la main. |
| 3. Slalom | Faire des virages en pivotant le guidon du vélo, les cônes distants de 2,5 mètres. |
| 4. Traverses en bois | Enrouler des obstacles en délestant la roue avant et la roue arrière. |
| 5. Freiner | Rouler avec une seule main sur le guidon, freiner à une main et s'arrêter dans le carré de manière contrôlée. |

Matériel

Le parcours nécessite peu de matériel (disponible chez Swiss Cycling):

- 2-3 cordes de 5 mètres
- 4 bâtons ou traverses en bois d'env. 4 x 4 x 40 cm
- 8-10 cônes

Des lignes au sol pour indiquer des directions peuvent aussi être tracées à l'aide de craies.

Source: 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)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO