

# Bicyclette

Nature de l'activité : **pratique de rouler dans l'école ou à proximité sur un terrain sécurisé, hors circulation routière**

Niveaux concernés : cycle 1, cycle 2, cycle 3

## Activité d'EPS

<p><b>Attendus de fin de cycle</b></p>	<p><b>A la fin de l'école maternelle :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et des contraintes variés :<ul style="list-style-type: none"><li>○ TPS/PS<ul style="list-style-type: none"><li>- découvrir différents aménagements et différents engins</li><li>- se déplacer en mettant en œuvre une motricité inhabituelle, y prendre plaisir et découvrir ses propres possibles</li></ul></li><li>○ MS<ul style="list-style-type: none"><li>- explorer des actions motrices variées de plus en plus maîtrisées dans des espaces ou avec des contraintes nécessitant des déséquilibres plus importants</li><li>- affiner ses réponses</li></ul></li><li>○ GS<ul style="list-style-type: none"><li>- ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir</li><li>- se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés : rechercher par exemple la progression du vélo pour que l'équilibre enfant/bicyclette soit de moins en moins aléatoire</li></ul></li></ul></li></ul> <p><b>A la fin du cycle des apprentissages fondamentaux :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Adapter ses déplacements à des environnements variés :<ul style="list-style-type: none"><li>- réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel : réaliser par exemple le parcours suivant : slalomer entre les plots, monter et descendre une courte pente, s'arrêter dans une zone de 2 mètres</li><li>- l'espace est aménagé et sécurisé</li><li>- respecter les règles de sécurité qui s'appliquent</li></ul></li></ul> <p><b>A la fin du cycle de consolidation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Adapter ses déplacements à des environnements variés :<ul style="list-style-type: none"><li>- réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel</li><li>- connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement</li><li>- identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème</li></ul></li></ul>
--	---

<p><b>Compétences à développer</b></p>	<p><b>A l'école maternelle : cycle 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés <ul style="list-style-type: none"> <li>- favoriser la réalisation d'actions motrices inhabituelles</li> <li>- construire des déplacements dans des espaces aménagés</li> <li>- utiliser les engins sollicitant des modes d'équilibre et de propulsion différents</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Au cycle des apprentissages fondamentaux : cycle 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adapter ses déplacements à des environnements variés <ul style="list-style-type: none"> <li>- transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices,</li> <li>- s'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements,</li> <li>- lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes</li> <li>- respecter les règles essentielles de sécurité,</li> <li>- reconnaître une situation à risque.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Au cycle de consolidation : cycle 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adapter ses déplacements à des environnements variés <ul style="list-style-type: none"> <li>- conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité</li> <li>- adapter son déplacement aux différents milieux</li> <li>- tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation ...)</li> <li>- gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ</li> <li>- aider l'autre</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Qualification</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>L'enseignant</b> : il reste le responsable pédagogique de sa classe</li> <li>• <b>Intervenant extérieur agréé</b> : rémunéré ou bénévole (voir l'agrément de la procédure départementale)</li> </ul>
<p><b>Sécurité</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Avant l'activité</u></b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>- adapter les bicyclettes à la taille de chacun des enfants</li> <li>- vérifier la conformité et l'état du matériel (pneus, patins de freins...)</li> </ul> </li> <li>• <b><u>Pendant l'activité</u></b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>- respecter un espace de 3 à 5 mètres entre chaque enfant</li> </ul> </li> <li>• <b><u>Sécurité active</u></b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>- maîtriser l'équilibre de l'engin et l'utilisation des freins et dérailleurs</li> <li>- utiliser un freinage progressif en maintenant en permanence deux doigts sur les leviers de freins</li> <li>- équilibrer le poids du corps sur les deux pédales horizontales, et non sur la selle</li> <li>- centrer son regard sur l'espace avant, et non sur le guidon ou la roue avant, pour anticiper le comportement face à une difficulté éventuelle</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Conditions de pratique</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Site d'accueil</u> : espace délimité, circuit aménagé</li> <li>• <u>Équipement vestimentaire</u> : pantalon souple mais pas ample, chaussures de sport</li> <li>• <u>Équipement technique</u> : casques protecteurs</li> </ul>
<p><b>Recommandations pédagogiques</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prévoir une unité d'apprentissage de 10 à 15 séances</li> </ul>

<b>Remarques particulières</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Renseignements complémentaires auprès du CPC-EPS</li> </ul>
<b>Textes de références</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Note de service n°84-027 du 13.01.1984 (la bicyclette pour les déplacements en groupe)</li> <li>• Code de la route : décrets n°69-150 du 15.02.69, n°5-967 du 10.09.85</li> <li>• Circulaire n°92-196 du 3.7.1992, BOEN n°29 (Intervenants Extérieurs)</li> <li>• Notes de service n°85-65, BOJS n°10 19.05.85, n°87-287, BOEN n°34 du 01.10.87, BO n°6 du 15.09.97</li> <li>• Circulaire n°99-136 du 21.9.1999, BOEN n°7 (sorties scolaires).</li> <li>• Circulaire n°2004-138 du 13.7.2004, BOEN n° 32 (EPS et sport scolaire).</li> <li>• Décret n°2015-372 du 31-3-2015, BOEN n°17 (socle commun).</li> <li>• Arrêté du 9.11.2015, BOEN spécial n°11 (programmes).</li> <li>• Décret n°2017-766 du 4 mai 2017 (agrément intervenants extérieurs).</li> <li>• Circulaire interministérielle n°2017-116 du 6-10-2017, BOEN n°34 (encadrement de activités physiques et sportives)</li> </ul>