



## PROCEDURE D'AGREMENT DES INTERVENANTS BENEVOLES EN VELO

### 1. REUNION D'INFORMATION :

Lors de laquelle seront abordés les points suivants :

#### I – Domaine réglementaire :

- taux d'encadrement renforcé et celui spécifique au cyclisme sur route
- règles relatives à la répartition des rôles entre enseignant, intervenant, accompagnateur et responsabilités de chacun
- port du casque obligatoire
- règles de sécurité liées à l'activité et au lieu de pratique : équipement, respect du code de la route, place des adultes lors des déplacements, écart à respecter entre deux cyclistes ...
- appel des secours

#### II – Domaine des contenus d'enseignement et d'animation :

- enjeux et spécificité du cyclisme et traitement de la compétence spécifique correspondante (adapter ses déplacements à différents types d'environnements, ici sur un engin instable)
- objectifs opérationnels : construire un équilibre sur le vélo en se propulsant, maîtriser sa trajectoire et sa vitesse, s'arrêter, gérer l'effort sur une longue durée
- importance éducative du moment d'équipement

#### III – Domaine de l'intervention pédagogique :

- conseils relatifs à la gestion du groupe et au rôle éducatif de l'adulte : position dans le groupe, nature des interventions (liées à la technique, fonctionnement et au comportement du groupe), encourager...
- importance de la concertation préalable à la mise en œuvre de l'activité et de la régulation avec l'enseignant
- gestion parfois difficile de leurs propres enfants (confusion du statut de l'adulte)

#### **IV – Domaine de l'utilisation du matériel :**

- importance des vêtements, de la nourriture et de la boisson (pour un long déplacement) et de la crème solaire en fonction des conditions météorologiques
- importance de vérifier :
  - les freins,
  - le gonflage des pneus,
  - le fonctionnement des dérailleurs,
  - la hauteur de la selle et du guidon
  - le réglage du casque

#### **2. CONTROLE TECHNIQUE :**

#### **V – Domaine de la pratique personnelle : test de niveau de compétence technique**

La compétence sera validée à partir de la réussite aux épreuves suivantes :

1. Démarrer avec la chaîne qui a été dérailée au niveau du pédalier
2. Faire un tour du circuit en :
  - a. faisant descendre la chaîne sur le plus petit pignon (« tout à droite ») sans toucher au plateau du pédalier (rester sur le petit ou le moyen) à l'aller
  - b. recherchant un bon placement de la chaîne (un bon pignon au niveau de la roue arrière) pour faire sans difficulté le circuit aménagé
3. Effectuer un slalom adapté
4. Toucher le dossier de deux chaises avec une main différente chaque fois
5. Faire le tour d'un cerceau
6. Passer sous un élastique tendu à une hauteur d'1,50 m
7. Traverser un « entonnoir » sans rouler sur les planchettes (largeur de l'entrée : 2m ; largeur de la sortie 0,50m)
8. Rouler sur un petit obstacle stable
9. Accélérer avant de s'arrêter quelques dizaines de centimètres avant une planchette

