fiche pédagogique

BLOC 1 : SAVOIR PÉDALER

SAVOIR ROULER à vélo

www.savoirrouleravelo.fr

COMPÉTENCES :

ROULER
DANS UN COULOIR ÉTROIT
EN POSITION CAVALIER

fiche pédagogique

Description de la situation

- Plusieurs couloirs sont dessinés à la craie au sol.
- Leur longueur varie entre **5 et 10m.**
- Leur largeur varie entre **20 et 50cm.**

Sources : Fédération Française de Cyclisme

fiche pédagogique

Consignes

- S'engager dans le couloir s'il n'y a pas un autre enfant dedans et rouler tout le long sans en sortir.
- Regarder loin de devant.

Comportements attendus

- Conduire son vélo en maintenant sa direction.
- Le regard est fixé sur la fin du couloir.

Variantes

- Élargir les couloirs ou les ouvrir à leur sortie.
- Matérialiser les couloirs par des cordes à sauter, coupelles, branches, etc.
- Suivre un tracé au sol (exemples : tracé de parking, lignes d'un tracé de sport).

fiche pédagogique

MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

Liberté
Égalité
Fraternité

FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME

12, rue Louis Bertrand - CS80045
94207 Ivry-sur-Seine Cedex
Tél. : 01 56 20 88 88
info@ffvelo.fr - www.ffvelo.fr / www.veloenfrance.fr

www.savoirrouleravelo.fr