fiche pédagogique

BLOC 1 : SAVOIR PÉDALER

SAVOIR ROULER à vélo

www.savoirrouleravelo.fr

COMPÉTENCES :

ROULER
EN ENLEVANT UN APPUI
(UNE MAIN OU UN PIED)

fiche pédagogique

Description de la situation

Une douzaine d'enfants évoluent sur un terrain rectangulaire (type terrain de basket-ball ou handball), 4 cônes sont posés aux 4 coins.

Sources : Fédération Française de Cyclisme

fiche pédagogique

Consignes

- Au signal de l'intervenant précédé par « Jacques a dit », et seulement à cette condition, l'enfant exécute le commandement :

— Jacques a dit « lève une main »

— Jacques a dit « lève un pied »

— Jacques a dit « lève le pied droit »

Comportements attendus

- L'enfant garde son équilibre et sa trajectoire lorsqu'il enlève un appui.
- Il/Elle utilise tout l'espace
- Il/Elle varie l'appui qu'il lève.

Variantes

- Enchaîner rapidement les commandements.
- Demander aux enfants d'énoncer le commandement chacun à leur tour.

MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE
Liberté
Égalité
Fraternité

FF vélo
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