

## Fiche de route P'tit Tour 2021



### ✦ Equipement du cycliste :

#### ❖ **Le vélo**

- Vélos adaptés
- Vélo qui permet de rouler en forêt, chemins, sentier, hors route.
- Vélo à vitesses obligatoires.

#### ❖ **L'enfant :**

- Casque à coque rigide aux normes CE
- Tenu de sport traditionnelle
- Une gourde ou bouteille
- Une barre de céréale (coup de fatigue)
- Attention /!\ les sacs à dos doivent être légers afin de ne pas déséquilibrer les enfants et leurs faire mal aux épaules.

### ✦ Le choix du parcours :

Les enseignants sont responsables du projet, du matériel et de l'organisation de l'activité.

- ❖ Itinéraire est à définir et retenir. Faire le choix d'un trajet adapté.  
Eviter les grands axes, les axes de forte circulation, les routes sinueuses, les travaux, les trop fortes montés.
- ❖ Déterminer l'itinéraire :
  - Repérage du site
  - Zones de repos
  - Points d'eau
  - Echappatoire, solution de repli, travaux, incidents, conditions météo.
- ❖ Reconnaître le parcours :
  - Choix de l'itinéraire vérifié
  - Plus le tour est créé tôt plus il est facile à mettre en place, (consignes, équipes, contenus, autorisation, lettres administratives).

Le **parcours est validé par l'équipe USEP**, un échange complémentaire pourra être réalisé à la demande de l'enseignant (téléphone, visio-conférence, réunions préparatoires).

### ✦ Condition physique :

- ❖ Avant : PREPARATION et ENTRAINEMENT



Les enfants doivent être entraînés depuis le début de l'année dans les horaires d'EPS. Au fil des séances sportives ils devront développer de meilleures conditions physiques, afin de mieux appréhender les kilomètres et la vitesse.

❖ **Au cours :**

Les enfants subiront une forte consommation d'énergie ils devront BOIRE et MANGER avant et pendant le p'tit tour. Il faudra manger normalement son petit déjeuner avant de partir et lors des arrêts fréquents les enfants devront impérativement boire et manger même si le besoin ne se fait pas ressentir.

**INTERDIT DE BOIRE ET/OU MANGER EN PEDALANT !**

✦ **La sortie :**

❖ **Sécurité et organisation :**

- Réglementation : 12 élèves avec 1 enseignant + 1 Intervenant + les bénévoles  
Plus de 12 élèves avec 1 enseignant pour 6 + 1 intervenant qualifié+ les bénévoles.

Le bénévole n'assure pas les tâches d'enseignement, mais il est en charge d'un groupe d'enfant et il en est entièrement responsable. Il a besoin de l'agrément de l'inspection académique pour l'encadrement dans le cadre de l'accompagnateur vélo

L'enseignant donne les informations minimales, nécessaires, et suffisantes aux bénévoles et accompagnateurs participants.

❖ **Informations nécessaires à communiquer :**

- Conditions météo : Site internet
- DDE : Vérification de travaux sur l'itinéraire.
- Gendarmerie : Courrier communiquant l'itinéraire (envoyé minimum 2 semaines avant) accompagné du courrier de la Gendarmerie national à l'Usep
- Comité Départemental USEP (Préfecture) : liste des élèves et accompagnateurs, adresse de l'école, Itinéraire/parcours, planning de la journée.

✦ **Organisation :**

❖ **Listes nominatives :**

- Groupe
- Adultes
- Numéros de téléphone utiles
- Numéro de téléphone secours



- ❖ Matériel indispensable :
  - Trousse de secours : 1 par groupe
  - Téléphone portable : 1 par groupe si possible
  - Numéros téléphone utiles : Délégué USEP, enseignants, voiture assistance autre groupes, gendarmerie, marie, SAMU, pompiers, médecin, écoles, parents.
  - Chasubles Fluo pour les parents, Brassard Fluo pour les enfants (cheville ou bras). Possibilité de prêt par l'Usep
  - Fiche élèves - adultes, constitution des groupes.
  - Vélos de dépannage.
  - Matériel de réparation : Chambre à air, pneus, bombe anti-crevaisons, tournevis, clés plate, clés 6 pans, clés pipes, burette huile, bombe lubrifiante, chiffon
  - Voiture d'assistance, disponible à tout moment. Elle transporte les vélos de rechange, le sac des enfants et les ravitaillements.

#### ✦ Avant le p'tit tour :

- ❖ Prévoir : Agréments, information du nombre d'accompagnateurs.
- ❖ Vérifier : Matériel, bon fonctionnement des vélos.
- ❖ S'assurer : Compétences minimales nécessaires des enfants
- ❖ Contrôler : Connaissance du code de la route
- ❖ Prévoir : Haltes sur des aires de repos échelonnés. Solution de repli en cas d'imprévu selon la position d'où se trouve le circuit.
- ❖ S'informer : Condition d'accès aux secours
- ❖ Informer : conduite à tenir des accompagnateurs.
- ❖ Incidents, accidents : Dans les deux cas, isoler le groupe à l'abri de la circulation Prévenir le SAMU ou les pompiers, le responsable de randonnée et la voiture d'assistance.

#### ✦ Pendant le p'tit tours :

- ❖ Suggestion d'organisation :
  - L'objectif pour le Cycle 3 est de devenir acteur de sa conduite, et de rechercher son autonomie
  - Le comportement des adultes est important, il doit avoir les bonnes compétences. Il faut leur répéter les consignes avant de partir.
  - Désigner les élèves à surveiller avant de partir
- ❖ Meilleures conditions de sécurité :
  - Possibilité de couper le groupe de 12 en deux groupes de 6 Voir 3 de 4
  - Les groupes doivent être à distance suffisante pour permettre au véhicule de s'intercaler



→ La place des adultes dans le groupe évoluera selon la situation (devant, milieu, derrière)

✦ **Règles essentielles :**

- ❖ Respecter le code de la route
- ❖ Respecter l'itinéraire et les horaires
- ❖ Ne **JAMAIS** laisser un enfant **SEUL**, ni même **SEUL avec un adulte**.
- ❖ Se mettre en file simple dans tous les cas
- ❖ Ne pas entraver ou restreindre la circulation par l'utilisation abusive de la voie publique
- ❖ Emprunter les bandes et pistes cyclables quand elles existent
- ❖ Respecter les intervalles suffisants entre les groupes. (100m Hors agglomération 5m en agglomération)
- ❖ Veiller aux signes de fatigue
- ❖ Être toujours visible
- ❖ Voir devant et être vu de derrière (Chasuble et Brassard Fluo)

✦ **Rappels des attendus de validation du savoir rouler :**

- L'enseignant et/ou l'intervenant fera en sorte que les enfants changent de position au sein du groupe, afin que chaque enfant puisse rouler alternativement à l'avant à l'arrière du groupe.
- L'enseignant et/ou l'intervenant observera pour chaque enfant ses capacités à :
  - Respecter le code de la route :
    - S'arrêter aux stops, aux feux rouges, et aux feux orange fixes ou clignotants ;
    - Utiliser le sas pour cyclistes au niveau des feux, lorsqu'il existe ;
    - Respecter les sens interdits
  - Bien se positionner sur la chaussée :
    - Rouler à droite et à environ 1m des voitures et/ ou du trottoir
    - Aux intersections, se placer en avant des véhicules afin d'être vu
  - Indiquer un changement de direction en tendant le bras du côté voulu.
  - Maîtriser sa vitesse.
  - Garder ses distances : 1m au moins par rapport aux autres véhicules.
  - Communiquer au besoin par la parole ou le geste pour prévenir les autres cyclistes. C'est le rôle en particulier du premier et du dernier du groupe.