

Sortie à vélo sur route : Guide de l'encadrant

Responsabilités et rôles à tenir :

Enseignant : l'organisation de la sortie, le respect des taux d'encadrement (anticiper les agréments, autorisation d'intervention), la prévision du parcours et sa reconnaissance effective, l'enseignement de la maîtrise du vélo et des règles de sécurité (équipements, code de la route), l'organisation des groupes (liste nominative des enfants par groupe), la vérification des assurances (si sortie facultative), la préparation matérielle (plans, fiches de secours, trousse à pharmacie, eau, balisage...), la prévision d'une voiture accompagnatrice recommandée selon le type de sortie, l'organisation d'une réunion préalable afin de préciser les rôles de chacun.

Encadrant accompagnateur :

- **Relations avec l'enseignant :**

L'accompagnateur doit respecter les consignes données par l'enseignant. Il doit lui communiquer toute difficulté, incident qui pourront nécessiter une modification de l'organisation (changement de groupe, arrêt,...)

- **Relations avec les enfants :**

Pendant toute la durée de l'activité, l'encadrant est responsable du groupe d'élèves que l'enseignant lui a confié. Il lui est donc conféré l'autorité de l'enseignant et il doit veiller au respect strict des consignes : ne pas hésiter à faire des rappels à l'ordre. **La préoccupation de chaque instant doit être la sécurité.** Donner des consignes claires, à haute voix pour être entendu et compris par tout le groupe, anticiper les éventuels dangers (les signaler), veiller au bon équipement (tenue adaptée) et à la santé des enfants (les faire boire régulièrement, arrêt pour récupérer si signes de fatigue...), être vigilant à la bonne utilisation du dérailleur et des freins (freinage des 2 freins à la fois), sur l'état général du vélo. L'encadrant doit connaître le prénom de chaque enfant et chaque enfant doit connaître celui de l'encadrant pour une communication efficace.

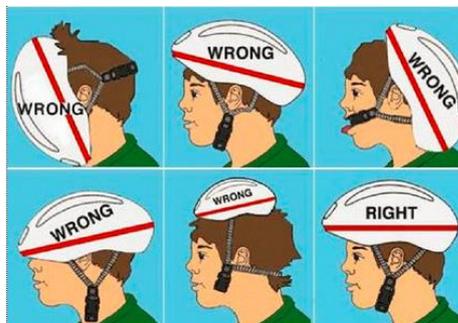
Il doit se placer dans une position d'encouragements sans surprotéger l'enfant (faire à sa place)

- **Vérifications avant le départ :**

Au départ de chaque sortie, vérifier les freins, la direction, les roues, le dérailleur, la chaîne et leur état de fonctionnement. Il convient de vérifier le réglage de la hauteur de selle et du guidon (surtout s'il s'agit de vélo de prêt). Le casque ne doit pas tomber devant les yeux, ni être trop en arrière, ni balloter dans tous les sens. Vérifier également la tenue vestimentaire des enfants (*les lacets, les écharpes trop longues...*)

Rappel réglages casque :

- Poser le casque sur la tête, l'avant du casque doit protéger le front, le haut et l'arrière de la tête et les tempes
- Ajuster avec la molette derrière le casque (il ne doit plus bouger si l'élève bouge latéralement la tête) sans trop serrer
- Ajuster la sangle sans trop serrer (on doit pouvoir passer 1 à 2 doigts entre la sangle et le dessous du menton)



Rappel réglage des points d'appui de l'enfant (hauteur de selle et du guidon) :

- Assis sur la selle l'élève doit pouvoir toucher le sol du bout des pieds
- Les pieds sur les pédales, les jambes doivent être au maximum tendues, pour plus de confort lors de l'apprentissage ou en VTT, les jambes devront être légèrement fléchies
- Un vélo trop petit engendrera de la fatigue lors de déplacements longs sur route

- La hauteur du guidon doit permettre l'inclinaison du buste entre 45° et 60° (*ni trop droit, ni trop incliné*)

- **Rôle de chaque position :**

L'ouvreur : A la tête du groupe, il donne le rythme et avertit d'éventuels dangers (gravillons, trous dans la chaussée, carrefour, montée, descente pour changer de vitesse...) Le signal est donné à haute voix et transmis de cycliste en cycliste jusqu'au serre-file (dernier du groupe). L'élève le plus en difficulté doit être placé derrière l'ouvreur.

Le serre-file : Le dernier du groupe, il surveille l'alignement des cyclistes, rappelle les consignes, prévient en cas de véhicule survenant par l'arrière ou en cas d'arrêt. Le signal d'alerte remonte le groupe jusqu'à l'ouvreur. Il se décale légèrement sur la gauche pour protéger le groupe.

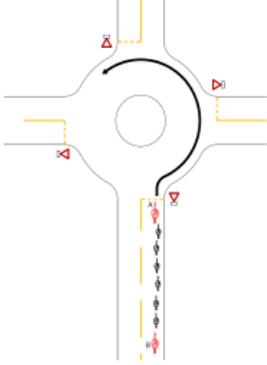
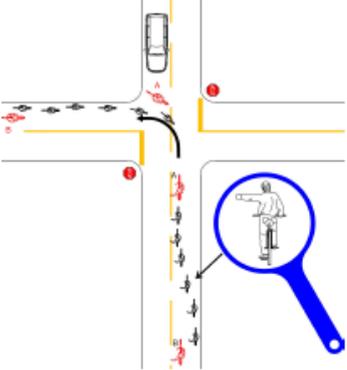
Le voltigeur : Un adulte en plus qui peut venir en soutien d'un groupe (notamment lors de franchissement de carrefour, passer de groupe en groupe ... Il peut être amené à tenir les rôles précédents (ouvreur ou serre-file).

- **Conduite à tenir en cas d'incident :**

La préoccupation essentielle est de mettre l'ensemble du groupe en sécurité loin de la chaussée (vélo posé avec le dérailleur en l'air) et avertir soit l'enseignant responsable, soit directement les secours en faisant le 15 (ou le 112) en fonction de la gravité. (téléphone portable obligatoire en état de fonctionner)
Pour les petites chutes sans gravité, chaque groupe pourra utiliser sa trousse de secours.
Une bonne connaissance du parcours est nécessaire pour les adultes afin de prendre les bonnes décisions (éventuel balisage en cas d'accident...)

- **Principaux points de vigilance :**

Départ	File indienne, écart entre vélo (intra groupe 1 vélo = environ 2 m), entre les groupes 50 m Placer le groupe le plus lent au début
Sur le trajet	Respecter l'écart inter-groupe de façon à ce que les véhicules puissent dépasser sans avoir à couper la file Communication importante montante et descendante en cas de dépassement, d'obstacle ou de chaussée défectueuse (gravillons...trous) Bien observer l'état de fatigue des enfants pour réguler l'allure, placer un enfant en difficulté de préférence en seconde position
Arrêt	Comment s'arrêter sans risque de collision ? Importance de la communication, choisir un endroit dégagé qui peut accueillir l'ensemble du groupe (ni en entrée de virage, ni après un virage, ni au sommet d'une côte) Les enfants doivent se ranger sur le bas-côté et libérer la chaussée
Descente	Rôle de l'encadrant placé devant = régulation de l'allure, ne pas se laisser dépasser Faire respecter les écarts
Montée	Rassembler les enfants, l'adulte reste derrière s'il est seul Donner la consigne pour le premier d'attendre après le sommet de la côte (environ 100 m) pour laisser la visibilité en cas de dépassement Si problème ou grande difficulté (fatigue) possibilité de monter à pied (voir cycliste piéton ci-dessous)
Si vélo route	Attention à une bonne communication en cas de barrière, d'autres groupes, importance d'un adulte OUVREUR
Si passage en zone habitée	Risque de voiture stationnée : importance de la communication Le premier, si possible un adulte donne la trajectoire
Stop ou feux tricolores	Regrouper le groupe 2 solutions selon l'apprentissage file indienne ou plusieurs élèves de front (si de front, remplacement en file indienne après le franchissement) Arrêt obligatoire de chaque cycliste (code de la route) L'adulte serre file vient se placer sur la ligne pour observer la situation et garantir la sécurité

<p>Balise, priorité à droite</p>	<p>Regrouper le groupe Importance de la communication Principe : ne pas couper la file (importance d'avoir des groupes restreints) L'adulte OUVREUR ne s'engage que si tout le groupe peut passer</p>
<p>Carrefour giratoire</p>	<p>Regrouper le groupe A droite en file indienne dans tout le rond-point (bras gauche tendu) Au moment de la sortie, indication par le bras droit</p>  <p>Eviter que le groupe se scinde en deux, s'engager que si tout le groupe peut passer</p>
<p>Croisement tourner à gauche</p> 	<p>Après avoir regardé si aucun véhicule ne s'apprête à dépasser le groupe en tendant le bras, l'adulte OUVREUR ou le premier élève indique la trajectoire (décalage sur le côté gauche de la voie) C'est le code de la route qui s'applique : chacun vérifie à son tour que la voie est libre avant de s'engager. Il peut être envisagé que l'adulte OUVREUR se place de l'autre côté de la chaussée pour un groupe pas suffisamment autonome, mais bloquer la route n'est pas un droit. Si un adulte SERRE FILE est présent, il se décale légèrement sur la gauche pour protéger le groupe en tendant le bras en ayant vérifié qu'aucun véhicule ne s'apprête à dépasser le groupe.</p> 
<p>Le cycliste piéton</p>	<p>Marcher sur le côté sur la chaussée en tenant son vélo à la main (vélo placé à sa gauche), sur le bord droite dans le sens de la circulation (code de la route)</p>

Merci pour votre engagement auprès des enfants et des enseignants !