

## Niveau - 2 Objectif : S'arrêter et démarrer en groupe

<b>But :</b> S'arrêter, redémarrer et maîtriser ses déplacements en groupe en toute sécurité.		
<b>Matériel :</b> Des cônes (ou de la rubalise), un sifflet.		
<b>Organisation :</b> <p>Sur un circuit de la taille d'une piste d'athlétisme (environ 400m), un cône est placé au départ, un autre à 20m.</p> <p>Les enfants roulent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, par groupes de 8, en file indienne, avec un intervalle de 20 m entre 2 groupes.</p> <p>Chaque enfant effectue 10 tours.</p>		
<b>Consignes :</b> <p><i>A tous les enfants :</i></p> <p>« Vous roulez et, au signal sonore, vous tendez le bras droit sur le côté pendant 3 secondes. »</p> <p>« Vous reposez votre main droite sur le guidon, vous réduisez votre braquet, vous freinez et vous posez un pied à terre. »</p> <p>« Vous démarrez franchement et vous reprenez de la vitesse. »</p>		
<b>Critères de Réussite :</b> <p>Faire au moins 7 arrêts et redémarrages :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-en utilisant les 2 freins ;</li> <li>-en gardant la même distance de sécurité entre cyclistes ;</li> <li>-en maîtrisant son cheminement ;</li> <li>-en gardant son équilibre ;</li> <li>-en redémarrant vite et restant groupés afin de libérer la voie pour les autres groupes.</li> </ul>		<b>Variantes :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Réagir à un signal inopiné déclenché par l'éducateur (arrêt d'urgence).</li> <li>• Effectuer le circuit en sens inverse (donc tendre le bras gauche pour s'arrêter et le bras droit pour redémarrer)</li> </ul>
<b>Comportements attendus :</b>	<b>Comportements observés :</b>	<b>Conseils :</b>
- L'enfant tend le bras, s'arrête le plus vite possible en freinant des 2 freins, respecte la distance de sécurité fixée par l'éducateur (exemple : la longueur d'un vélo).	- L'enfant ne tend pas le bras.  - Il ne se retourne pas.	- Refaire des exercices d'habileté et d'appuis variés sur le vélo. - Vérifier la position de l'enfant sur le vélo. - Regarder devant soi avant de redémarrer.
- Il effectue un redémarrage franc, sans hésitation : Il place la manivelle de telle sorte que son pied d'appel soit en position haute, appelée position d'attaque ( « à 11 heures » pour le pied gauche, quand on regarde le cycliste de profil ou « à 1 heure » pour le pied droit) et il propulse le vélo en gardant une trajectoire rectiligne.	- La pédale d'appel est placée au point le plus bas.  - L'enfant n'arrive pas à s'équilibrer par manque de vitesse.  - Il redémarre avec un braquet trop important.	-Travailler l'appui sur la pédale et la poussée franche afin d'accroître la vitesse et d'améliorer l'équilibre.  -Utiliser un petit braquet pour redémarrer progressivement.  -Sécuriser le groupe : ne pas stationner sur la piste (ou sur la chaussée si la situation est mise en place en milieu ouvert).