

## Niveau 2 - objectif : se déplacer en groupe, en roulant par deux, côte à côte

<b>But :</b> Rouler en groupe, par 2, côte à côte, en respectant une allure régulière.		
<b>Matériel :</b> Des cônes, un sifflet.		
<b>Organisation :</b> Sur un circuit de la taille d'une piste d'athlétisme (environ 400m) 4 cônes sont placés respectivement au départ, à 100m, à 200m et à 300m. Les enfants sont par groupes de 8. Dans chaque groupe, les enfants roulent en binôme, côte à côte.		
<b>Consignes :</b> <i>Au premier binôme de chaque groupe :</i> « Vous roulez à une allure régulière pendant 5 tours en vérifiant régulièrement que tous les camarades de votre groupe vous suivent sans problème, en restant 2 par 2. Vous arrêtez après 5 tours. <i>Aux trois binômes du groupe :</i> « Vous roulez 2 par 2, derrière vos 2 camarades de tête, en maintenant un écart de sécurité d'environ la longueur d'un vélo avec 2 cyclistes qui roulent devant vous. <i>Aux groupes d'enfants qui partent après le premier groupe :</i> « Vous partez quand le groupe qui vous précède passe à hauteur du 1 <sup>er</sup> cône.		
<b>Critères de Réussite :</b> Sur les 5 tours en tête, en faire au moins 3 : - en roulant à vitesse constante ; - en conservant l'espace avec entre les vélos et entre les groupes	<b>Variantes :</b> - Changer le sens de rotation du circuit. - Diminuer l'écart entre les binômes - Faire varier la vitesse de déplacement des groupes : s'il y a un coup de sifflet, accélérer, s'il y en a 2, ralentir. - Modifier la composition des binômes et des groupes - Varier, complexifier et allonger le circuit avec des montées, des descentes et des virages... - Augmenter le nombre d'enfants par groupe (jusque 10 enfants).	
<b>Comportements attendus :</b>	<b>Comportements observés :</b>	<b>Conseils :</b>
- Le binôme de tête roule à allure constante	- Le binôme de tête roule par à-coups	- Demander au binôme de tête de conserver toujours la même fréquence de pédalage.
- Au sein du groupe, les binômes conservent entre eux un écart constant.	- Au sein d'un groupe, l'écart varie entre les binômes.	- Vérifier que tous les enfants utilisent un développement identique. - S'assurer que le rythme n'est pas trop élevé pour certains cyclistes. - Modifier la composition des binômes et/ou des groupes.
- Les groupes conservent un écart entre eux	- Les groupes se rejoignent	- Vérifier que tous les enfants utilisent un développement identique. - Siffler à intervalles réguliers au moment où les binômes de chaque groupe doivent passer à hauteur d'un des plots, situés tous les 100 m.