

# « MON PERMIS CYCLISTE ».

*2<sup>ème</sup> étape : le « savoir rouler ».*

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_



Ecole : \_\_\_\_\_ Année scolaire : \_\_\_\_\_

**Consigne :** Tu réalises seul, et à vélo, le parcours proposé.

Tu as un capital de 20 points.

A chacune des erreurs indiquées dans le tableau tu perds un point.

Pour être validé(e) à cette fiche, tu dois obtenir un minimum de 17 points.

		<i>1 point en moins si ...</i>	<i>validé</i>
1	Contourner les plots	... je manque un plot	oui - non
2	Passer sous	... je renverse le portique	oui – non
3	Rouler en « roue libre »	... je pédale sur la distance « en roue libre »	oui – non
4	Rester sur place « trois secondes »	... je pose un pied ou je ne reste pas les trois secondes	oui – non
5	Slalom	... j'évite un plot	oui – non
6	Lever la roue avant	... la roue avant touche l'obstacle	oui – non
7	Ramasser, poser	... je ne ramasse pas l'objet	oui – non
8	Rouler en « danseuse »	... je reste assis sur la selle	oui – non
9	Suivre un tracé et lire par deux fois	... je ne me retourne pas assez pour lire le panneau	oui – non
10	Rouler sur la ligne	... je m'écarte à au moins deux reprises de la ligne	oui – non
11	S'arrêter dans un espace délimité	... je m'arrête en dehors de l'espace délimité	oui - non
<b>Total sur 20 (1 point par « oui »)</b>			

**Fiche validée si le total est égal ou supérieur à 17 points.**

FICHE VALIDEE : par l'élève	oui	non
FICHE VALIDEE : par le maître	oui	non

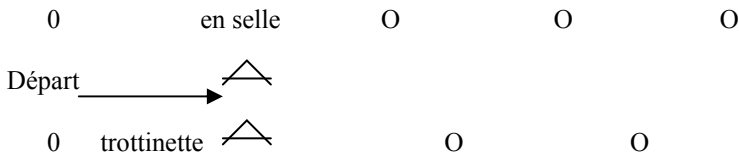
**Fiche n° 1 validée :    oui - non**

**DATE :**

# PARCOURS TEST INDIVIDUEL

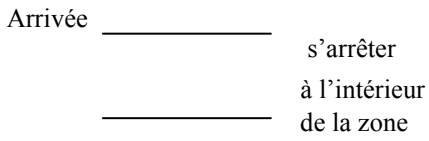
## Quand je roule... j'apprends à conduire

*je contrôle ma vitesse, mon équilibre, ma trajectoire – je maîtrise l'engin que j'utilise*



contourner les plots

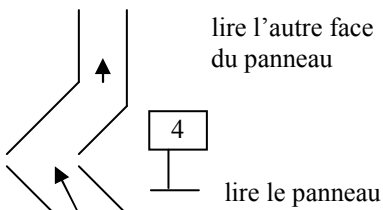
**1.**



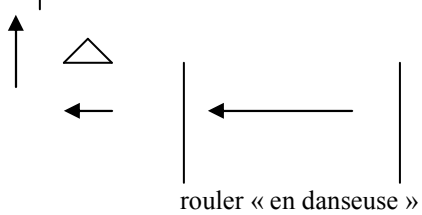
**11.**

rouler sur la ligne

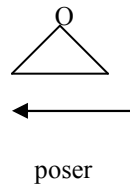
**10.**



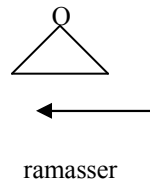
**9.**



**8.**



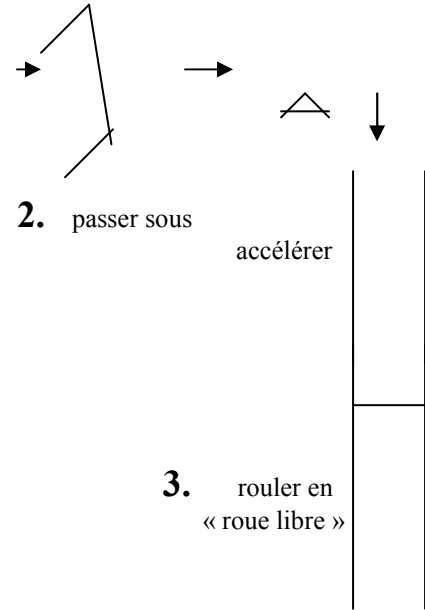
poser



ramasser

**6.** passer la roue avant au dessus

**7.**



**2.** passer sous

accélérer

**3.** rouler en « roue libre »

**4.** rester sur place 3s

**5.** slalom

**But :** Réaliser le parcours par groupe de quatre cyclistes en obtenant au minimum 17 points.

**Consigne :** Vous avez un capital de 20 points.

A chaque erreur de l'un des cyclistes un point est retiré aux quatre cyclistes du groupe.

Pour être validé(e) à cette épreuve, vous devez obtenir un minimum de 17 points.

		<i>1 point en moins si ...</i>	<i>Validé :</i>
1	Rouler l'un derrière l'autre	... l'un des cyclistes pose le pied au sol	oui - non
2	Rouler par deux côte à côte	... les cyclistes n'arrivent pas à se mettre par deux	oui – non
3	Se replacer rapidement l'un derrière l'autre	... les quatre cyclistes n'arrivent pas à se replacer l'un derrière l'autre sur la distance imposée	oui – non
4	Réaliser le slalom l'un derrière l'autre	... l'un des cyclistes oublie un plot	oui – non
5	Rouler en « roue libre »	... l'un des cyclistes pédale ou pose le pied au sol	oui – non
6	Lâcher un appui	... l'un des cyclistes ne lève pas le bras	oui – non
7	Devenir le premier du groupe	... le dernier cycliste n'arrive pas à passer le premier	oui – non
8	S'arrêter par deux	... l'arrêt ne se fait pas par deux ou l'un des cyclistes percute un autre cycliste	oui – non
9	Démarrer et rouler par deux	... au démarrage les cyclistes ne restent pas par deux	oui – non
10	S'arrêter l'un derrière l'autre	... l'un des cyclistes percute un autre cycliste	oui – non
<b>Total sur 20 (1 point par « oui »)</b>			

**Fiche validée si le total est égal ou supérieur à 17 points.**

FICHE VALIDÉE : par l'élève	oui	non
FICHE VALIDÉE : par le maître	oui	non

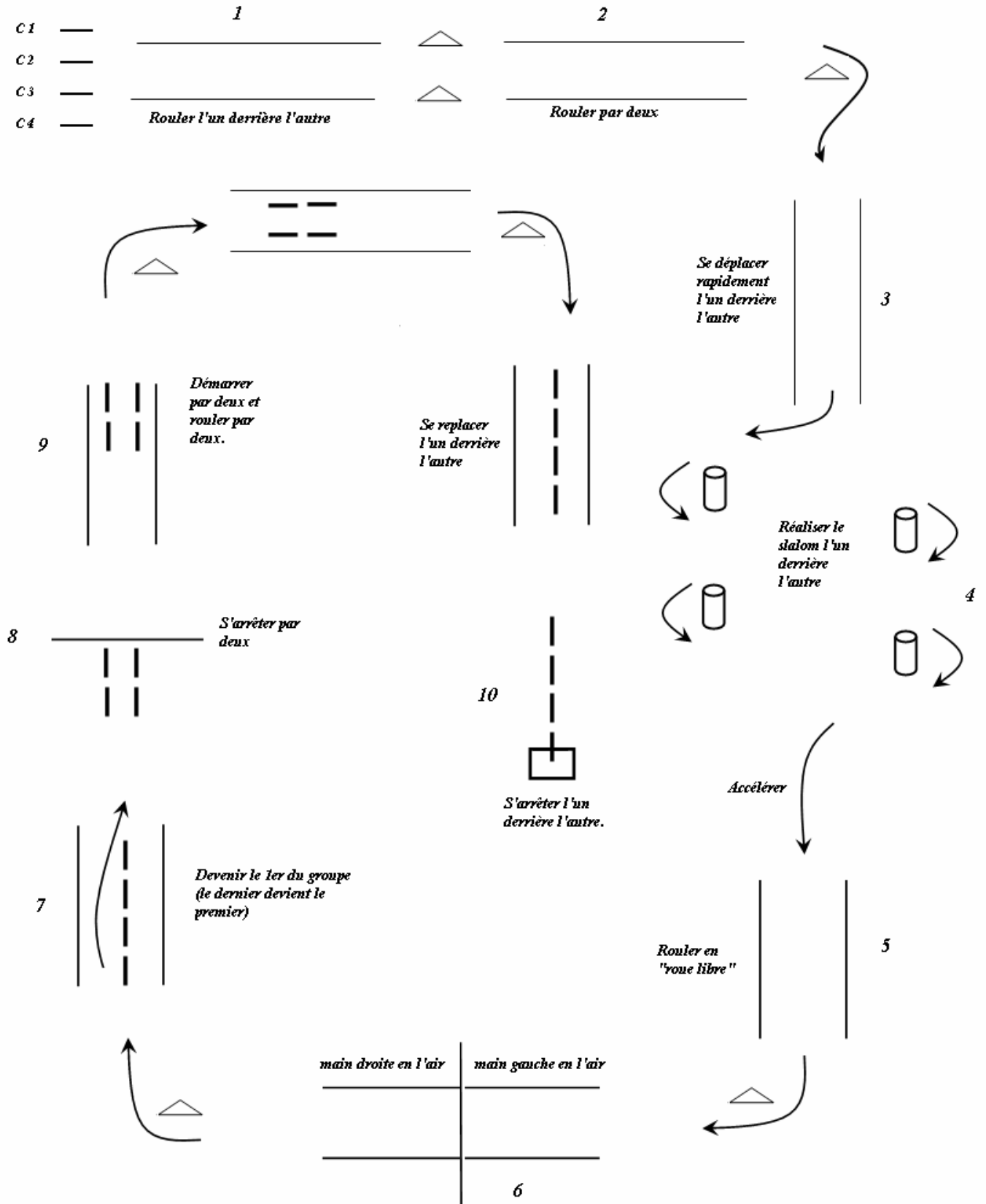
**Fiche n° 2 validée :**    oui - non

**DATE :**

# PARCOURS TEST COLLECTIF

Quand je roule... je roule avec assurance et prudemment  
je sais rouler en tenant compte des autres – je sais rouler en groupe

**Remarque :** selon l'espace disponible, les changements de direction peuvent être placés «en d'autres endroits du parcours mais toujours entre 2 difficultés».



Cette fiche se complète après chaque déplacement collectif.

Quand je roule ...

*Je partage la chaussée avec les autres :*

- Je sais rouler à droite.
- Je signale à temps mes intentions de changement de direction.
- Je respecte les règles du code de la route.

**But :** Se déplacer en groupe en roulant sur la partie droite de la chaussée, indiquer les changements de direction et respecter les règles du code de la route.

Règles à respecter :	1 <sup>er</sup> déplacement		2 <sup>ème</sup> déplacement		Si possible 3 <sup>ème</sup> déplacement	
	Date :		Date :		Date :	
	De l'école à :		De l'école à :		De l'école à :	
	<i>validation</i>		<i>validation</i>		<i>validation</i>	
	<i>par l'élève</i>	<i>par le maître</i>	<i>par l'élève</i>	<i>par le maître</i>	<i>par l'élève</i>	<i>par le maître</i>
Je me déplace sur la partie droite de la voie de droite pendant toute la durée du parcours.	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non
Je tends le bras avant de tourner, du côté où je change de direction.	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non
Je respecte les règles du code de la route.	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non	oui - non
TOTAL DES VALIDATIONS <i>1 point par « oui »</i>						

**Pour être validé(e) à cette fiche, tu dois avoir obtenu trois points dans chaque colonne.**

FICHE VALIDÉE : par l'élève	oui	non
FICHE VALIDÉE : par le maître	oui	non

**Fiche n° 3 validée :    oui - non**

**DATE :**

**Tableau récapitulatif des validations de la 2<sup>ème</sup> étape du « permis cycliste ».**

Fiche n°	Fiche validée par l'élève		Fiche validée par le maître		Date de validation
	oui	non	oui	non	
1					
2					
3					
TOTAL					

La 2<sup>ème</sup> étape du « permis cycliste » est accordée si toutes les fiches ont été validées.

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_



J'ai obtenu la 2<sup>ème</sup> étape du « PERMIS CYCLISTE » en classe de \_\_\_\_.

**Ecole :**

**Année :**

*Signature de l'enseignant.*

*Signature du directeur.*

*Signature de l'élève.*

# « Mon Permis Cycliste ».

	quelle année ?
J'ai obtenu la 1 <sup>ère</sup> étape du « permis cycliste » en :	
J'ai obtenu la 2 <sup>ème</sup> étape du « permis cycliste » en :	

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_



J'ai obtenu le « PERMIS CYCLISTE » en classe de \_\_\_\_\_.

Ecole :

Année :

*Signature de l'enseignant.*

*Signature du directeur.*

*Signature de l'élève.*