

COURS D'APPRENTISSAGE VÉLO POUR ENFANTS : «ACQUÉRIR LES FONDAMENTAUX»

Les 20 années d'expérience auprès des élèves des Cycles 2 (Cycle des apprentissages fondamentaux : du CP au CE2) et 3 (Cycle de consolidation : du CM1 à la 6ème) ont permis à l'association Place au Vélo d'avoir une réelle expertise de l'apprentissage du vélo. Les cours sont assurés par des Éducateur·rices Mobilité à Vélo diplômés (certificat de qualification professionnelle).

OBJECTIF

Permettre aux enfants d'acquérir puis de maîtriser les fondamentaux de la pratique du vélo :

- Assurer son équilibre
- Monter et descendre de son vélo à l'arrêt
- Démarrer un pied au sol
- Conduire son vélo en ligne droite
- Savoir rouler lentement dans un passage étroit avec une trajectoire rectiligne
- Conduire son vélo sur un parcours avec un slalom simple et un slalom décalé
- Ralentir, freiner et s'arrêter avec précision dans une zone délimitée
- Rouler en enlevant un appui (une main ou un pied)
- Rouler dans un couloir étroit (30 cm sur 10m) en position «cavalier»
- Prendre des informations en roulant
- Être capable d'effectuer des virages précis
- Tourner à gauche en toute sécurité
- Franchir un petit obstacle
- Changer ses vitesses

DÉROULÉ-CONTENU

Il s'agit d'acquérir un bon équilibre et d'apprendre à conduire et piloter son vélo correctement (pédaler, tourner, freiner) sur un parcours de maniabilité en espace fermé. Des jeux d'habileté permettront de tenir compte des autres et d'exercer : conduite à une main, anticipation, freinage, démarrage, croisement et dépassement.

LIEU D'ACTIVITÉ

Parking du Grand T (84 rue du Général Buat 44000 Nantes)

CRÉNEAUX PROPOSÉS

Dates à convenir avec Place au Vélo

MATÉRIEL APPORTÉ PAR LES ENFANTS

Casque et vélo en bon état de fonctionnement (pneus bien gonflés et freins bien réglés). Si l'enfant ne possède ni l'un ni l'autre l'association pourra les prêter.

NOMBRE D'ENFANTS ACCUEILLIS PAR COURS

Entre 3 et 5

Nb : Présence obligatoire d'un représentant légal de l'enfant durant toute la séance

TRANCHE D'ÂGE DES ENFANTS ACCEPTÉS

Entre 6 et 14 ans

DURÉE DU COURS

1H30

TARIF

30 € la séance (avec un minimum de 3 enfants)