



# Encadrement des activités de cyclisme sur route



## Formation des intervenants bénévoles Séjours cyclo

## SOMMAIRE

INTRODUCTION	4
ACTIVITE CYCLISME SUR ROUTE	5
ORGANISATION DU GROUPE CLASSE	6
A. Les groupes et l'encadrement	
B. Rôle du véhicule	
C. En cas d'incident ou d'accident	
ROULER SUR ROUTE	8
- organisation	
- interventions des adultes	
- incident	
- en côte, en descente	
- dépassement d'un groupe	
LES INTERSECTIONS	10
STOP, CEDEZ LE PASSAGE, FEUX TRICOLORES	12
LES CARREFOURS GIRATOIRES	13
L'ITINERAIRE, AVANT LE DEPART, AU RETOUR	14
NIVEAU DE PRATIQUE REQUIS POUR LES ADULTES	15
CONCLUSION	16

## INTRODUCTION

Ce document doit permettre d'informer les intervenants chargés d'encadrer les groupes d'enfants « rouleurs », sur route. Il est donc à **l'usage des formateurs**.

**Les séjours cyclo organisés par l'USEP se déroulent essentiellement sur pistes cyclables. Cependant, les règles seront les mêmes que pour une sortie sur route pour tenir compte de la présence des autres usagers des voies cyclables.**

1 – Une formation doit se faire dans le cadre de réunions animées par le CPC-EPS, en direction des intervenants extérieurs bénévoles et de(s) l'enseignant(s) concerné(s).

**Une sortie sur route, entre adultes, constituera la partie pratique de cette formation** afin de s'assurer du niveau requis.

2 – Suite à cette formation, l'enseignant présentera aux intervenants le projet pédagogique de sa classe. Il précisera les rôles et responsabilités de chacun et les modalités d'organisation.

**Pour les séjours cyclo, organisés par l'USEP de la Moselle, l'enseignant donnera le « road book » de la sortie aux bénévoles en amont de la sortie.**

**Les points de rassemblement y seront spécifiés. Les élèves y compléteront systématiquement leur gourde.**

Chaque intervenant complétera le **formulaire B** pour obtenir son agrément. (hors personnels rémunérés).

Cet imprimé sera joint au projet et envoyé à l'IEN pour vérification de son honorabilité.

Le projet précisera le nombre de sorties et pour chacune d'entre elles, le tableau suivant sera renseigné (Rappel : Circulaire N° 99-136 du BO HS du 21/09/99 et BD de septembre 97) :

Objectifs pédagogiques	Dates et horaires	Itinéraire(s)	Organisation de la classe	Répartition des intervenants

Ce fascicule n'est pas un document didactique pour le maître.

Au niveau des objectifs et des contenus interdisciplinaires, l'enseignant pourra consulter le module départemental et l'article « Cyclisme à l'école : essai de réponses » édité par la Revue EPS et disponible dans toutes les inspections \*.

\*Présentation des niveaux de pratique et des habiletés. Distribué lors du séminaire EPS du 21 et 22 mars 2022

## ACTIVITE CYCLISME SUR ROUTE

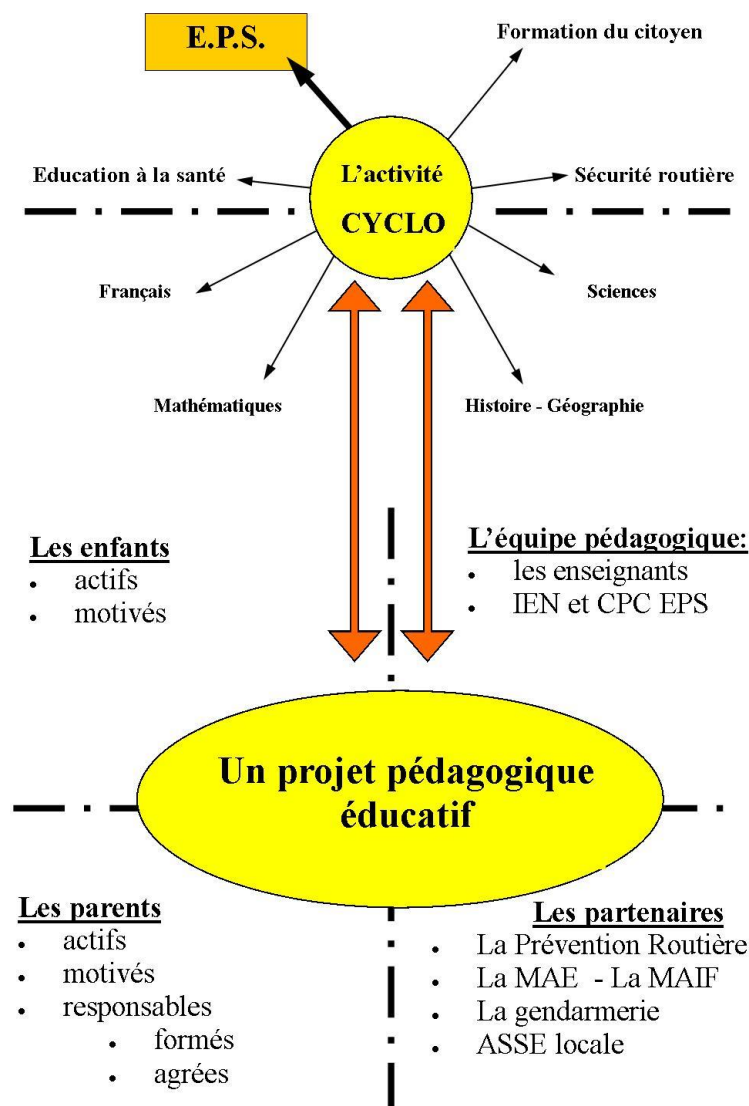
C'est une activité à encadrement renforcé par la participation d'intervenants extérieurs bénévoles, agréés par le DASEN.

Une activité qui peut être un des supports de programmation de l'enseignement de l'EPS tout au long de la scolarité, en référence aux différentes compétences et objectifs spécifiés dans les programmes :

- **compétences spécifiques :**
  - réaliser une performance mesurée ;
  - adapter ses déplacements à différents types d'environnement ;
  - coopérer collectivement ;
- **compétences transversales.**
- **éducation à la santé.**
- **éducation à la sécurité routière** avec l'Attestation de Première Éducation à la Route (A.P.E.R.).
- Le **Savoir Rouler à vélo**



Cette activité doit être intégrée au volet EPS du projet d'école et inscrite dans le cadre d'un projet de classe.



## ORGANISATION DE LA CLASSE

**A** – Des groupes homogènes de 8 à 10 enfants sont **recommandés** (à apprécier en fonction de la difficulté de l'itinéraire et du niveau des élèves)



- 2 adultes par groupe (enseignants et/ou intervenants bénévoles agréés).
- **La responsabilité de l'enseignant demeure entière à tout moment et à tout endroit**
- Un véhicule d'accompagnement peut être utile pour résoudre des problèmes d'ordre matériel.

### REF. [Circulaire interministérielle n° 2017-116 du 6-10-2017](#)

Taux minimum d'encadrement renforcé pour le cyclisme sur route : jusqu'à 12 élèves, le maître de la classe, plus un intervenant, qualifié ou bénévole, agréé ou un autre enseignant et, au-delà de 12 élèves, un intervenant, qualifié ou bénévole, agréé ou un autre enseignant supplémentaire pour 6 élèves.

Nos recommandations vont au-delà de ces taux d'encadrement.



### **B** - Rôle du véhicule.

Il assure le transport :

- du ravitaillement
- des outils nécessaires à des réparations
- de trousse de secours
- de bicyclettes permettant des échanges en cas de problème.

Il doit stationner sur les zones d'arrêt prévues dans le plan de route ou sur des espaces ne gênant ni la circulation, ni le passage des groupes.

Il doit retourner sur l'itinéraire si un groupe n'est pas au rendez-vous prévu.

Il ne doit pas suivre un groupe sous peine de gêner la circulation.

**Lors des séjours USEP qui utilisent les pistes cyclables, une « charrette » cyclo sera prêtée par l'USEP de la Moselle.**

### **C** - En cas d'incident ou d'accident

- Le groupe s'arrête dès que les conditions le permettent (un adulte avec le groupe, l'autre avec la victime de l'incident ou de l'accident).

**Attente**, si nécessaire, du véhicule de sécurité pour réparation ou échange de vélos ou petits soins.

- Lors d'une crevaison, réparer sur le bas côté.
- En cas d'accident nécessitant le transport de l'enfant, appeler le SAMU. Son numéro d'appel téléphonique est le **15**. **Gratuit**, accessible à tous, de tout point du département, il peut être composé sans carte téléphonique à partir d'une cabine publique. De plus, par mesure de sécurité (cela permet de pouvoir

facilement et à coup sûr déterminer le lieu d'un problème en cas de coupure de la communication). Votre numéro de téléphone s'affiche au SAMU dès la première sonnerie, avant même que l'on ait décroché (même si vous êtes en "liste rouge", ou si vous appelez avec un "portable"). Selon les SAMU, il est possible d'obtenir l'adresse d'où vous appelez et/ou le nom du propriétaire de la ligne.

- **Le 112** : Numéro d'urgence européen depuis le 1er janvier 1997, il est valable dans toute la C.E.E. La particularité de ce numéro consiste en son absence de spécificité : il concerne toutes les urgences (médicales, incendies, police...). Ce numéro répond aux facilités d'accès des numéros d'urgence de FRANCE TELECOM, et il est gratuit quel que soit le type de connexion que vous utilisez.

En France, pour des raisons de facilité, la gestion de ce numéro a été attribuée à l'échelon départemental, sur décision préfectorale, soit au SAMU, soit au CODIS (standard pompier).

- Utilité du téléphone mobile : il est évident que la communication entre les groupes et le véhicule en est facilitée (il existe des formules sans abonnement). Comme pour toutes les activités physiques de pleine nature, ce moyen de communication est donc vivement recommandé.

Remarque : On veillera, si possible, lors de la formation des binômes d'accompagnateurs, à **appairer des téléphones avec opérateurs différents** pour éviter les problèmes de communication que posent certaines zones rurales mal desservies.



- Casque obligatoire pour tout le monde.
- Chasuble conseillée pour les adultes accompagnateurs et chasubles de couleur très fortement conseillées pour les élèves.





## ROULER SUR ROUTE

Il est nécessaire pour les adultes de reconnaître le parcours.

Cette reconnaissance minutieuse dictée par la recherche des conditions de sécurité permettra la connaissance :

- des carrefours
- des portions de routes étroites
- des ralentisseurs, nids de poules ou gravillons
- des fortes descentes
- des lieux d'arrêts
- des curiosités, des points de vue.



### Organisation :

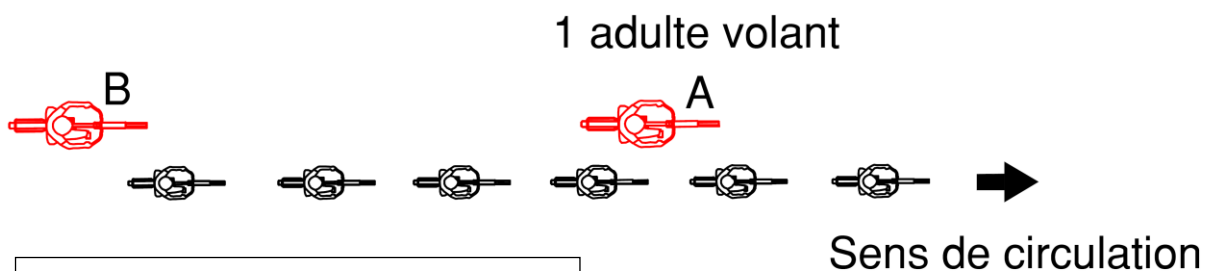
Les enfants   sont en file indienne, espacés régulièrement (environ 2m).

**C'est un élève qui mène le groupe.** Il doit rouler régulièrement.

Ce meneur peut changer en fonction des consignes données par l'enseignant avant le départ.

Placer l'enfant le moins compétent du groupe en seconde position, voire en première position pour lui permettre d'imprimer son allure au groupe et éviter l'effet « accordéon ».

Les 2 adultes   se placent **légèrement décalés** (sauf dans des conditions délicates et **inadaptées** au niveau du groupe et pour lesquelles un des adultes reprend la tête).



**NB** : si les compétences du groupe sont inadaptées aux difficultés rencontrées, alors l'encadrement se fera avec un adulte devant et un autre derrière.

## Interventions des adultes :

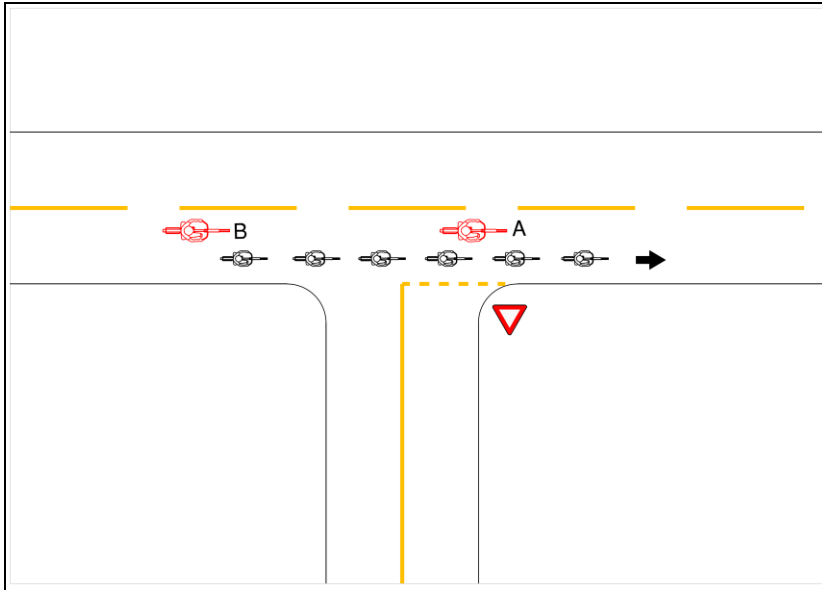
- dès que l'allure est trop rapide (essoufflement excessif de certains, espace trop grand entre 2 enfants), l'un des adultes prend la tête pour redonner le bon rythme, puis il reprend sa place.
- suite à un incident impliquant l'arrêt d'un enfant, l'un des adultes reste avec ce dernier, l'autre prend la tête du groupe et recherche un endroit pour s'arrêter en toute sécurité. Selon les consignes reçues, l'adulte **seul** peut **exceptionnellement** poursuivre son chemin avec le reste du groupe (Cf. paragraphe incident-accident).
- si la route monte, un adulte prend la tête et monte à la vitesse du plus rapide. Les enfants sont autorisés à monter à leur rythme (et éventuellement, se doubler). Dès le sommet, l'adulte recherche un endroit sécurisé pour s'arrêter et attend le reste du groupe. Le second adulte reste en queue (selon le niveau des enfants, montée possible à pied en poussant **son vélo placé à sa gauche**).
- si la route descend (fort dénivelé), un adulte prend la tête pour imposer une allure permettant au groupe de rester en file indienne. Augmenter la distance entre chaque enfant d'un vélo.
- Les groupes doivent respecter une distance de sécurité minimale d'environ 25 m entre les uns et les autres. Lors d'une progression de plusieurs groupes de cyclistes sur une voie de circulation très fréquentée par les véhicules (voitures, camions...), augmenter cette distance à 100 mètres afin de faciliter le doublement par les véhicules et éviter qu'ils ne s'insèrent dans le groupe de cyclistes.
- Rappel :
  - la pédale intérieure au virage doit être en position haute.
  - le freinage se fait avec les 2 freins, progressivement d'abord avec le frein de la roue arrière (placé sur le guidon sous la poignée droite) puis le frein de la roue avant (placé sur le guidon sous la poignée gauche).



# LES INTERSECTIONS

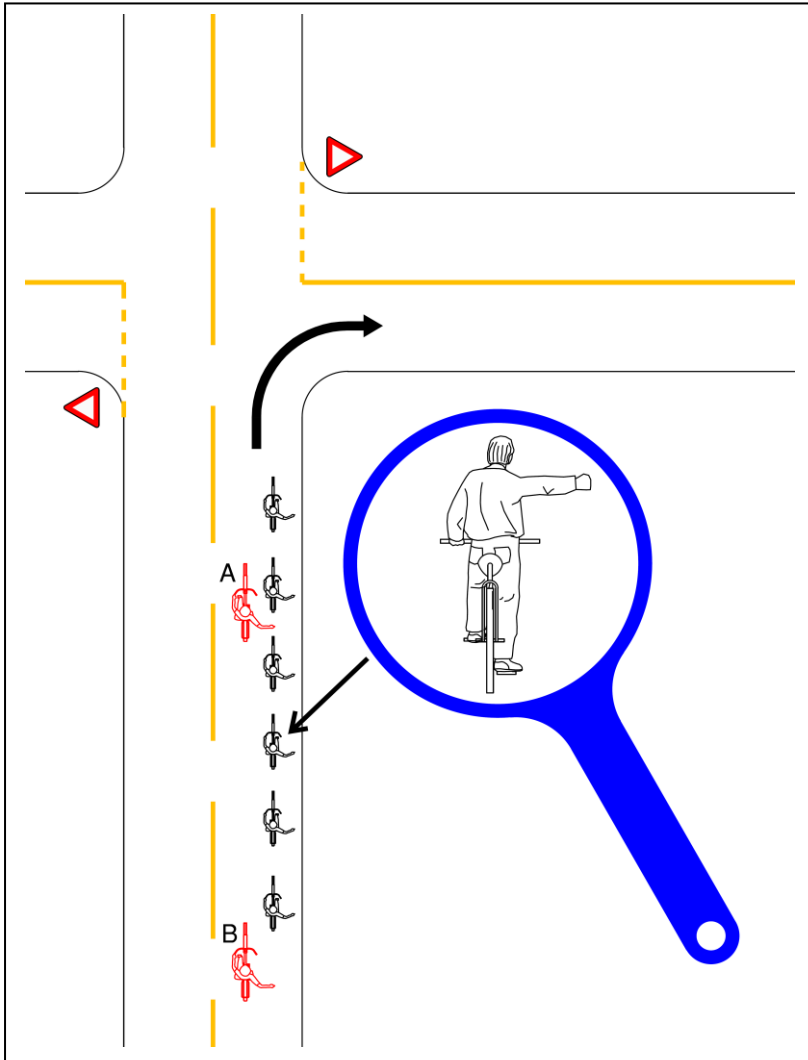
En roulant sur voie prioritaire :

Mouvement direct : aucune consigne particulière mais rouler bien à droite de la chaussée.



En roulant sur voie prioritaire :

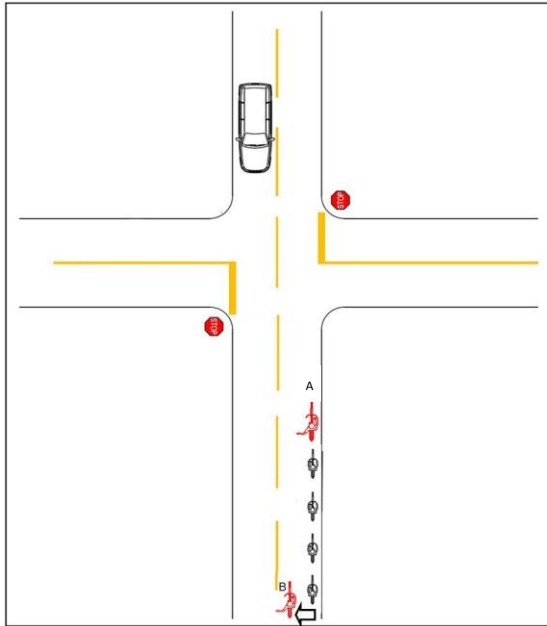
Tourne à droite :



**Signaler tout changement de direction en tendant le bras du côté de la direction choisie, quelques mètres avant de tourner.**

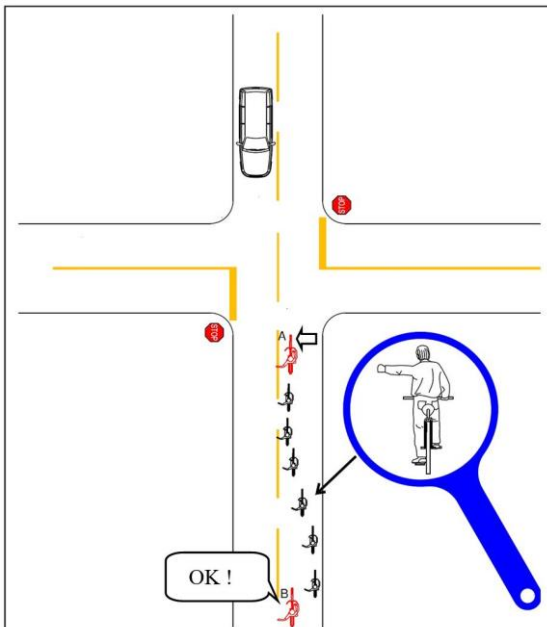
## En roulant sur voie prioritaire :

Tourne à gauche : **toujours en file indienne**



En amont du virage, l'adulte A tend le bras à gauche pour signifier à l'adulte B qu'il peut engager la manœuvre en se décalant à gauche sur l'axe médian de la chaussée.

L'adulte B se décale.



Adultes :

Une fois en place à gauche sur l'axe médian de la chaussée, l'adulte B prévient l'adulte A qu'il peut se décaler à son tour en criant « OK ! »

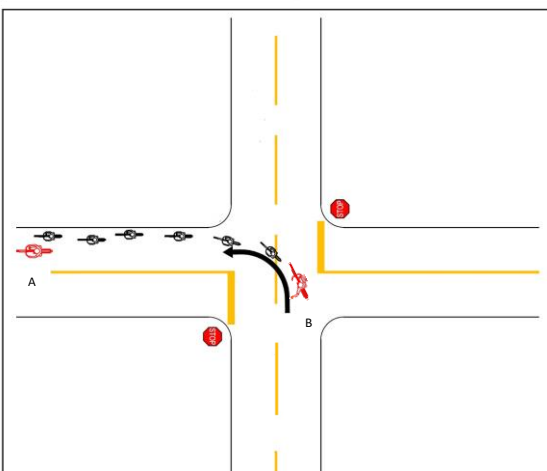
Enfants :

Regardent derrière pour s'assurer qu'il n'y a pas de véhicule.

Tendent le bras gauche pour indiquer le changement de direction.

Se décalent à gauche sur l'axe médian de la chaussée.

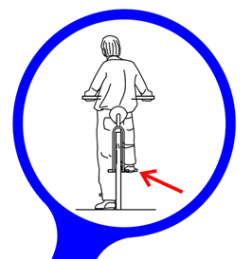
Adultes : l'adulte B se décale légèrement à droite en protection du groupe.



Le groupe s'avance jusqu'au-delà du centre du carrefour. L'adulte A s'assure qu'il n'y a pas de véhicule en face puis tourne, suivi du reste du groupe.

En cas d'impossibilité d'engager le virage à cause d'un véhicule, l'adulte A lève le bras pour signaler la nécessité de s'arrêter.

Tous les participants mettent le pied à terre, pédale active prête pour redémarrer.



**RAPPEL : Signaler tout changement de direction en tendant le bras du côté de la direction choisie, quelques mètres avant de tourner.**

Remarque : lors des premières sorties, selon les difficultés, le groupe peut devenir « piéton » (voir paragraphe suivant).

### **STOP, CEDEZ LE PASSAGE ou FEUX TRICOLORES**

Savoir anticiper et protéger (le groupe entier pourra-t-il passer ?).

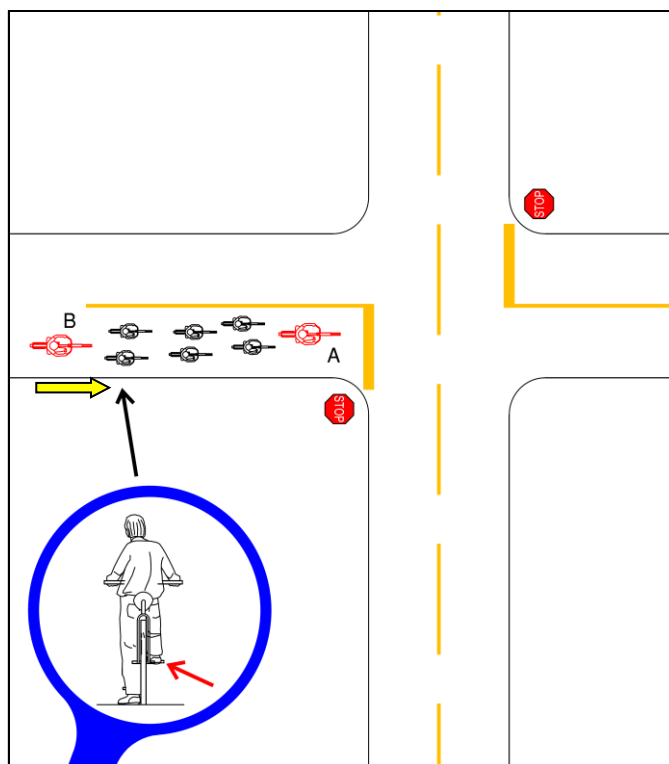
#### **Adultes :**

Attention, pour les feux tricolores et le cédez le passage, les adultes doivent anticiper (imprimer l'allure en tête) pour permettre au groupe soit de passer, soit de s'arrêter.

**Eviter que le groupe ne se scinde en 2.**



En cas d'arrêt marqué par l'ensemble du groupe, les enfants se mettent par 2 de front, les uns derrière les autres... **pédale active (position haute)**.  
Redémarrer par vagues puis se remettre progressivement en file indienne.



## LES CARREFOURS GIRATOIRES

**Toujours en file indienne.**

### **Adultes :**

Imprimer l'allure en tête pour permettre au groupe soit de passer, soit de s'arrêter.

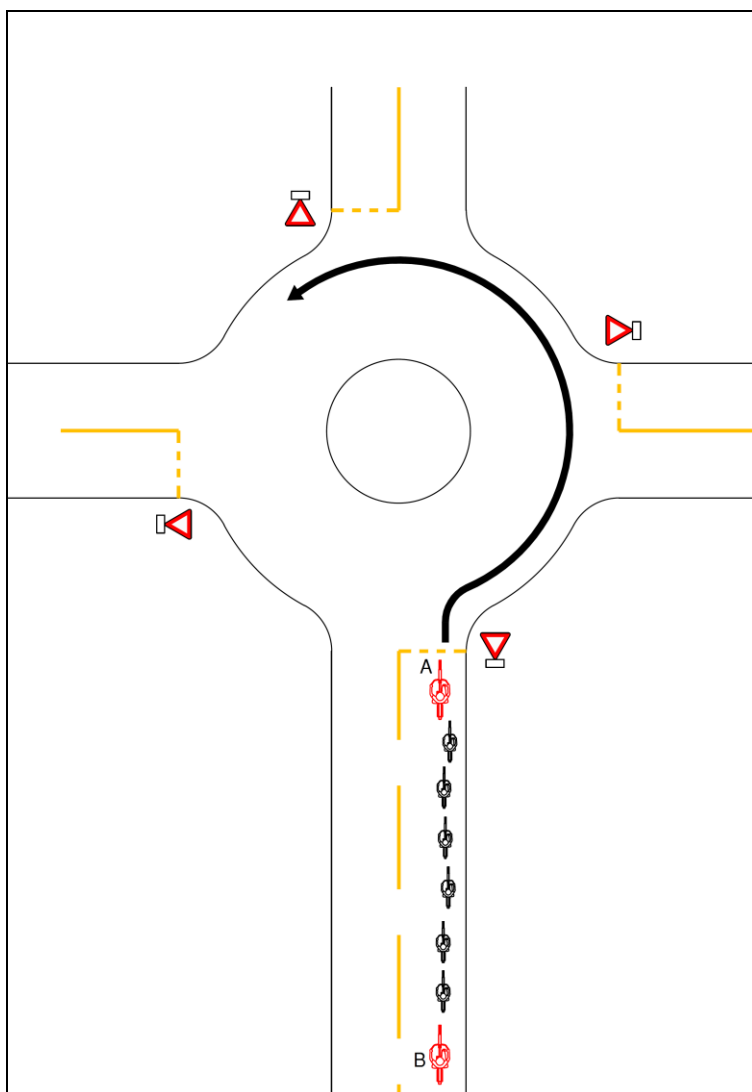
**Eviter que le groupe ne se scinde en 2.**

### **Enfants**

Se déplacer à droite même si on fait le tour du carrefour.

Indiquer aux automobilistes qu'on reste dans le carrefour en tendant le bras gauche.

Tendre le bras droit pour prévenir qu'on sort du carrefour.



### DES PRECAUTIONS PARTICULIERES :

Véhicules en stationnement  
(Attention aux sorties du conducteur ou des passagers).

Revêtement de la chaussée



## L'ITINERAIRE

Au début de l'apprentissage, les circuits seront plutôt du type « corde à droite » (dans le sens des aiguilles d'une montre).

L'itinéraire (ou les itinéraires) a été choisi par le maître qui a mené un travail spécifique avec les enfants (carte, itinéraire, plan de route).

**Chaque adulte doit connaître l'itinéraire précis de sa sortie et l'avoir reconnu.**

Les arrêts prévus sont repérés ainsi que les temps de pause et le ravitaillement.

La réunion d'information est le moment propice à cette préparation pratique.

## AVANT LE DEPART

### Les adultes :

- se munissent d'une trousse à pharmacie et d'un nécessaire à réparation,
- notent les N° de téléphones utiles (école, médecins, portables),
- vérifient l'état des bicyclettes,
- vérifient si la tenue des enfants est adaptée,
- font le rappel de l'itinéraire et des consignes aux points délicats,
- organisent le groupe (demandent les prénoms des enfants, désignent le meneur, prévoient les permutations),
- rappellent les consignes de base et celles qui permettent d'établir la communication en roulant.

## AU RETOUR

**Debriefing par groupe, pour la classe, avec les adultes  
(Organisé par l'enseignant)**

### Les adultes :

1. font le point avec les enfants :
  - observations
  - respect des consignes
  - suite envisagée
2. font le point avec le maître



## NIVEAU DE PRATIQUE REQUIS POUR LES ADULTES

Le niveau ci-dessous est vivement souhaité de façon à permettre à l'adulte de se placer en permanence en situation d'aide à l'enfant.

Reconnaître le parcours en vélo permet également de situer son propre niveau.

### **Compétences souhaitées :**

- savoir rouler avec aisance ;
- savoir rouler longtemps à allure modérée (environ 20 à 30 km en continu, à 15/18 km/h) ;
- savoir monter et descendre les côtes (**utilisation du dérailleur**) ;
- avoir une bonne connaissance du Code de la route ;
- savoir lire un itinéraire, un plan de route ;
- savoir réparer une roue et remettre une chaîne.

## EN CONCLUSION

Faire apprendre en toute sécurité implique beaucoup de doigté, de finesse de la part des intervenants.

**Il faut, en effet, que l'enfant soit confronté à des situations-problèmes et pour cela :**

- **ne pas tout faire à sa place,**
- **ne pas le surprotéger,**
- **ne pas sur encadrer les groupes.**

**L'éducation à l'autonomie et à la responsabilité est l'objectif essentiel de ces sorties.**

La **rigueur** et la **vigilance** doivent être permanentes.

L'enseignant se doit d'informer les intervenants de tout problème éventuel relatif au comportement de certains enfants.

Fidéliser les intervenants les plus compétents devrait permettre de mener à bien un projet cyclisme pendant plusieurs années, avec une véritable équipe expérimentée.