

Randonnées à vélo

9–15 ans



A propos du thème



Des vestes réfléchissantes permettent d'augmenter la visibilité et, ainsi, la sécurité des élèves à vélo.

Parfois, les élèves utilisent leurs vélos pendant les heures de cours pour de petits (se rendre à la salle de sport ou à la piscine) ou longs trajets (excursions ou tours de plusieurs jours). Pour leur sécurité, l'enseignant doit prendre certaines mesures en préparant une randonnée à vélo. Les précisions suivantes vous indiquent la voie à suivre:

- **Préparer à l'avance:** en préparant une randonnée à vélo minutieusement et en temps voulu ainsi qu'en surveillant attentivement sa classe pendant l'excursion, l'enseignant satisfait à des points essentiels du devoir de diligence (cf. liste de contrôle 8.4 ci-jointe). Ce dernier comprend aussi le fait de ne pas seulement informer les élèves et les accompagnateurs, mais que ces derniers participent activement à la préparation et à la réalisation.
- **Reconnaître le terrain:** rien ne remplace la reconnaissance personnelle du terrain, p. ex., de l'itinéraire de la randonnée par l'enseignant afin d'éviter des routes dangereuses.
- **Accompagnateurs:** afin d'arriver saine et sauve au but, une classe (24 élèves) est accompagnée par l'enseignant et, généralement, par au moins deux accompagnateurs. La répartition en plusieurs groupes permet aux conducteurs de voitures de tourisme de dépasser plus facilement. Ainsi, l'enseignant prendra la tête du premier groupe, un accompagnateur celle du deuxième et un autre celle du dernier.

- **Listes de contrôle:** les listes de contrôle facilitent de nombreuses tâches routinières. Elles servent d'aide rapide et claire à l'organisation et au contrôle, permettent de diminuer les contraintes de temps et d'exclure les erreurs.

Vous trouverez de plus amples informations sur notre site Internet:

www.velo.bpa.ch

Prévention des accidents

Prévention comportementale et situationnelle

L'optimisation de la sécurité des randonnées à vélo doit toujours prendre en compte la situation et le comportement. Les situations respectives doivent particulièrement être prises en considération lors de la reconnaissance du terrain. La situation se réfère notamment à la nature de la piste cyclable, à la sinuosité de la route du col ou à la densité du trafic. Si les conditions sont très mauvaises, l'enseignant doit songer à la possibilité de changer d'itinéraire ou de choisir un autre moment de la journée. Il n'a que peu d'influence sur l'état d'un chemin, par exemple, mais il peut signaler les défauts constatés à la commune concernée.

La prévention comportementale charge l'enseignant de veiller à ce que les élèves respectent les règles de comportement dont il a été convenu afin que la randonnée à vélo se déroule sans accident.

Objectifs didactiques

Les élèves

- sont sensibilisés aux risques lors de randonnées à vélo à l'aide de listes de contrôle,
- élaborent ensemble des solutions pour des comportements appropriés lors d'activités extra-scolaires,
- sont sensibilisés à une conduite sûre à vélo à l'aide de différents exercices et jeux.

1. Approche didactique et méthodique

En guise de préparation à l'excursion, les élèves devraient participer à la planification. Les présentes feuilles didactiques mettent l'accent sur l'élaboration active des règles de comportement.

En principe, il convient de promouvoir la pratique du vélo chez les élèves de 9 à 15 ans. Outre l'aspect de la prévention des accidents, l'enseignant peut aussi mentionner la plus-value qu'offre ce moyen de locomotion en termes de santé et d'écologie et l'aborder en classe.

2. Transfert des connaissances

La méthode exemplaire décrite ci-dessus permet aux élèves d'appliquer la procédure de promotion de la sé-

curité aussi dans leur vie personnelle et de l'utiliser dans le cadre des trajets scolaires, par exemple.

3. Travaux complémentaires

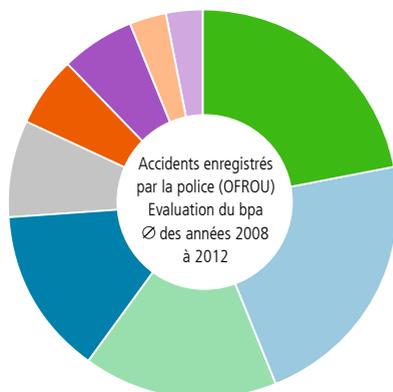
Le Safety Tool est une offre «prête à l'emploi» pour l'enseignement. Certaines tâches peuvent servir dans d'autres disciplines. Des exercices supplémentaires intéressants peuvent être effectués sur le thème des «Randonnées à vélo», en sus des fiches de travail (8.1, 8.2) et des instructions pour les enseignants (8.3, 8.4): concevoir un casque à la mode, écrire un article dans le journal des élèves, établir une statistique des élèves qui se rendent à vélo à l'école, etc.

4. Rôle de modèle

Le comportement de l'enseignant est primordial pour les élèves. Respectez les règles de la circulation routière. Ne roulez jamais sur le trottoir et portez un casque.

En résumé

Accidents enregistrés parmi les cyclistes de 13 à 16 ans



- 22% Dérapage ou perte de maîtrise
- 22% Accident en s'engageant sur une route (priorité de droite)
- 16% Accident en traversant une route (sans obliquer)
- 14% Accident en quittant une route (en obliquant à droite, à gauche)
- 8% Accident lors d'un dépassement ou lors d'un changement de voie de circulation
- 6% Accident par tamponnement
- 6% Collision frontale
- 3% Accident impliquant des piétons
- 3% Autres



Un casque bien mis, c'est: 2 doigts au-dessus du nez et la lanière bien serrée

Organisation du cours

9–15 ans

Matériel de travail

- Fiche de travail 8.1 pour les élèves de 9 à 12 ans
- Instructions pour les enseignants 8.3, 8.4

5'

Classe

2 leçons pour les élèves de 9 à 12 ans

Introduction

L'enseignant présente la prochaine randonnée à vélo. Il signale qu'il y a encore beaucoup de travaux préparatoires et organisationnels à faire.

15'

Groupe

Partie principale

En groupes, les élèves regardent les deux dessins (fiche de travail 8.1, tâche 1), cherchent les différences et discutent des situations particulièrement dangereuses, p. ex. téléphoner, conduire sans les mains, couper les virages, etc.

10'

Les élèves présentent les différents points et l'enseignant résume les contributions. Pour les solutions du dessin 8.1, voir 8.4.

15'

Classe

Conclusion

Les élèves élaborent leur propre liste de contrôle pour se préparer à la randonnée à vélo (cf. fiche de travail 8.1, tâche 2; solutions, voir 8.4).

45'

La leçon peut être enrichie d'exercices pratiques et de jeux dans un espace protégé.

5'

Classe

2 leçons pour les élèves de 13 à 15 ans

Introduction

L'enseignant présente la prochaine randonnée à vélo. Il signale qu'il y a encore beaucoup de travaux préparatoires et organisationnels à faire.

25'

Partie principale

Pour que l'excursion se déroule sans encombre, les élèves réalisent plusieurs tâches à l'aide de la fiche de travail 8.2. et présentent les contributions en classe.

15'

Classe

Conclusion

Conformément à la fiche de travail 8.2, tâche 4, les principales règles de comportement pour la future randonnée à vélo sont fixées par écrit en classe.

45'

La leçon peut être enrichie d'exercices pratiques et de jeux dans un espace protégé.

Matériel de travail

- Fiche de travail n° 8.2 pour les élèves de 13 à 15 ans
- Instructions pour les enseignants 8.3, 8.4



Pour qu'une activité extra-scolaire soit réussie et riche en aventures, elle doit être soigneusement préparée, particulièrement en ce qui concerne la sécurité. Rien ne remplacera jamais la reconnaissance de l'itinéraire de la randonnée à vélo par l'enseignant lui-même! Les élèves et les accompagnateurs participeront activement aux préparatifs.

Informations complémentaires

Le bpa. Pour votre sécurité.

Le bpa est le centre suisse de compétences pour la prévention des accidents. Il a pour mission d'assurer la sécurité dans les domaines de la circulation routière, du sport, de l'habitat et des loisirs. Grâce à la recherche, il établit les bases scientifiques sur lesquelles reposent l'ensemble de ses activités. Le bpa propose une offre étoffée de conseils, de formations et de moyens de communication destinés tant aux milieux spécialisés qu'aux particuliers. Plus d'informations sur www.bpa.ch.

Le bpa vous recommande les Safety Tools suivants:

De 6 à 8 ans

- 4.033 Contrôle de sécurité aquatique CSA
- 4.036 Trajets scolaires
- 4.037 Etre en route et visible
- 4.039 Randonnées
- 4.041 Chutes

De 9 à 12 ans

- 4.035 Ski et snowboard
- 4.039 Randonnées
- 4.040 Randonnées à vélo
- 4.041 Chutes
- 4.042 Football
- 4.043 Faire de la luge

De 13 à 15 ans

- 4.031 Travaux manuels
- 4.035 Ski et snowboard
- 4.039 Randonnées
- 4.040 Randonnées à vélo
- 4.042 Football
- 4.043 Faire de la luge

De 16 à 18 ans

- 4.030 La vitesse dans la circulation routière
- 4.034 Alcool et drogues dans la circulation routière
- 4.035 Ski et snowboard

Les Safety Tools peuvent être commandés gratuitement ou téléchargés au format PDF à l'adresse:

www.safetytool.bpa.ch

Partenaire: Jeunesse+Sport, www.jeunesseetsport.ch



© bpa 2013, reproduction souhaitée avec mention de la source; imprimé sur papier FSC

Randonnées à vélo

9–12 ans

Objectifs

Tu apprends à travailler avec deux dessins similaires et à reconnaître les situations dangereuses dans la pratique du vélo.

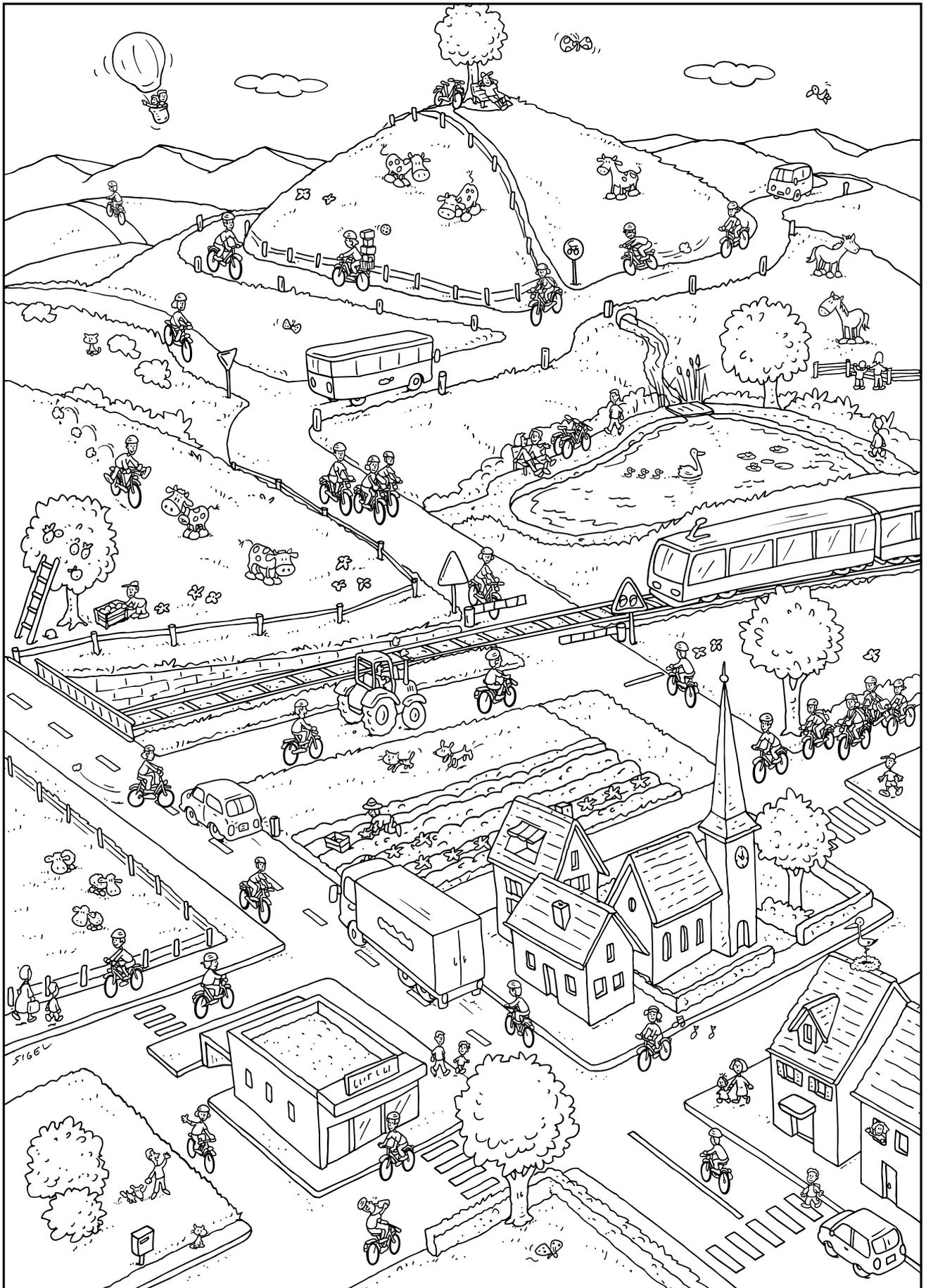
Tu élabores ta propre liste de contrôle pour te préparer à l'excursion.

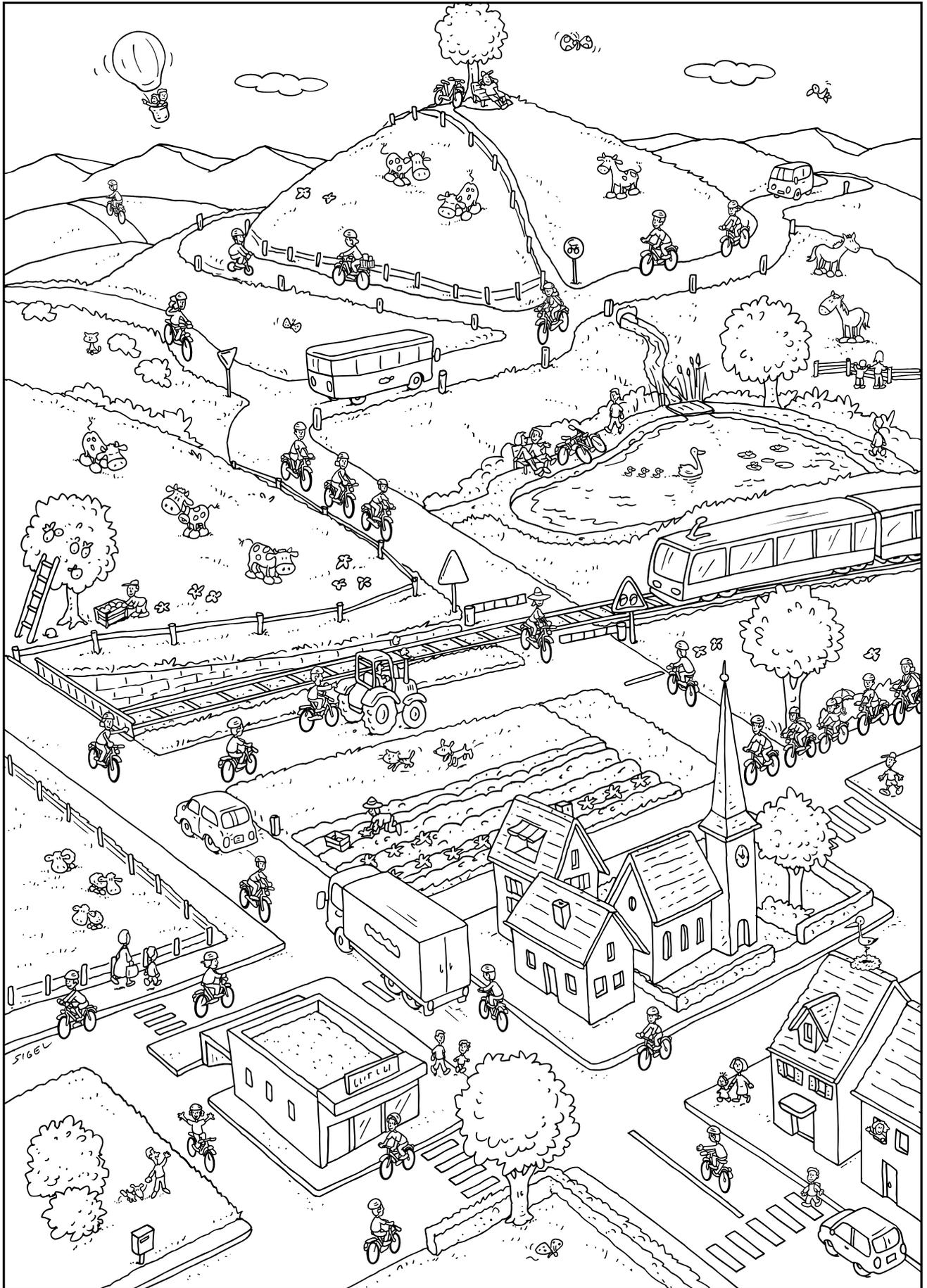
Tâche 1

- a) Formez des groupes de 3 à 4 élèves.
- b) Entourez les situations dangereuses dans la pratique du vélo sur les deux images en page 2 et 3.
- c) Combien de différences trouvez-vous?
- d) Discutez ensemble de ces situations – quels comportements sont particulièrement dangereux?
- e) Parlez-en ensuite avec l'enseignant.



Les fiches de travail Safety Tool peuvent être téléchargées sous forme de fichier texte à l'adresse www.safetytool.bpa.ch et adaptées à vos besoins personnels.



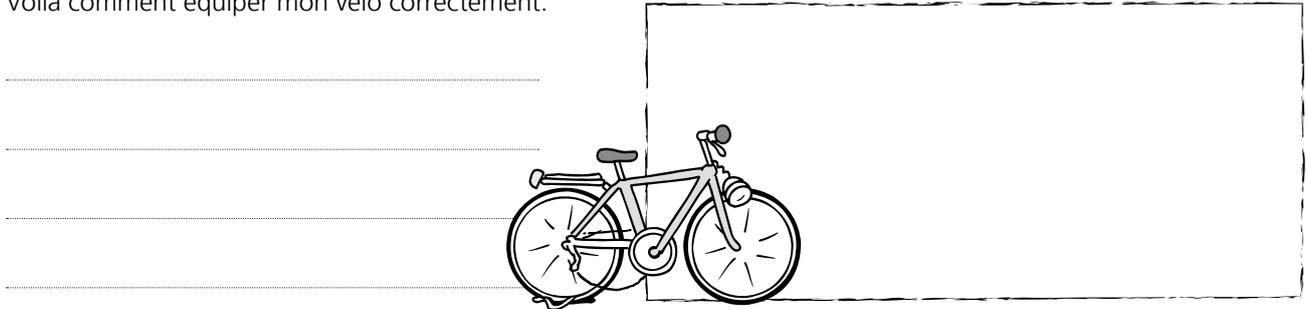


Tâche 2: Sur cette page, tu peux créer ta propre liste de contrôle.
Dessine ou écris ce à quoi tu dois faire attention pour qu'il n'y ait pas d'accident pendant l'excursion.

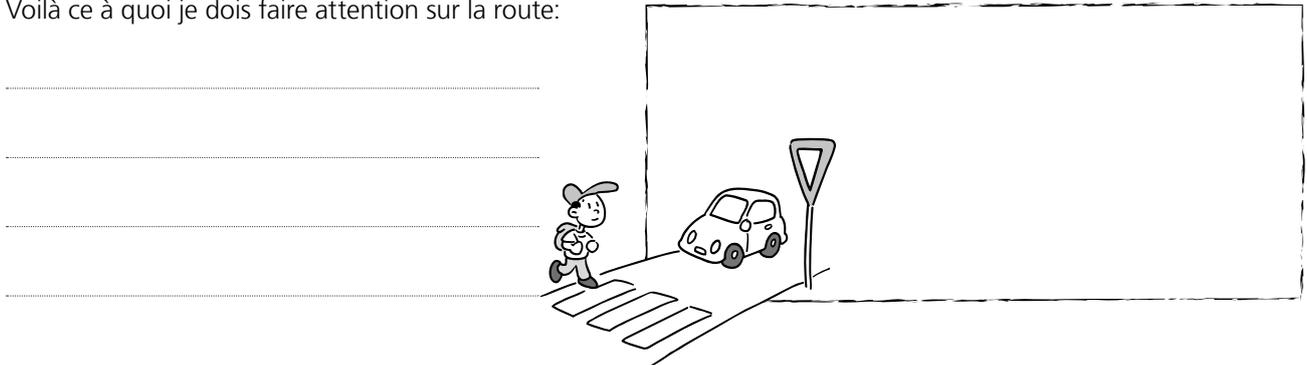
Voilà comment m'équiper pour la randonnée à vélo:



Voilà comment équiper mon vélo correctement:



Voilà ce à quoi je dois faire attention sur la route:



Voilà comment me comporter correctement à vélo:



Randonnées à vélo

13–15 ans

Objectifs

La liste de contrôle que tu dois réaliser te sensibilise aux risques du vélo.

En classe, tu fixes les règles d'un comportement approprié lors d'une randonnée à vélo.

Tâche 1

Vérifie le vélo d'un ou d'une camarade à l'aide de la liste de contrôle. Quels défauts constates-tu?

Coche  chaque fois que le point vérifié est en ordre.

- Sonnette qui fonctionne
- Freins: réglage correct et efficacité (les patins de freinage ne doivent pas frotter sur le côté du pneu!)
- Pression des pneus (la pression maximale est indiquée sur le pneu)
- Etat des pneus (le profil est encore visible, le caoutchouc n'est pas cassant)
- 2 catadioptres (blanc à l'avant, rouge à l'arrière)
- Réglage de la hauteur de la selle de sorte que la jambe soit légèrement fléchie lorsque le talon touche la pédale dans sa position la plus basse (dans l'idéal, un élève tient le guidon)
- Réglage précis des changements de vitesse (dérailleur avant/dérailleur arrière)
- Eclairage pour rouler au crépuscule ou de nuit, ou emporter un éclairage amovible qui fonctionne (avant et arrière)



Les fiches de travail Safety Tool peuvent être téléchargées sous forme de fichier texte à l'adresse www.safetytool.bpa.ch et adaptées à vos besoins personnels.

Tâche 2

Vérifie ton équipement de protection individuelle à l'aide de la liste de contrôle.

Coche chaque fois que le point vérifié est en ordre.

- Utiliser un casque muni du label CE (EN 1078).
- Seul un casque parfaitement adapté garantit une protection efficace. Il ne doit ni branler, ni exercer de pression sur la tête. Une largeur de deux doigts doit séparer le bord antérieur du casque du sommet du nez. Même avant de serrer la jugulaire, le casque ne doit glisser ni vers l'avant, ni vers l'arrière. Le triangle en plastique ou la boucle doit se trouver au-dessous du pavillon de l'oreille. Toujours bien serrer la jugulaire sous le menton.
- Etat du casque: après une chute ou un accident, remplacer systématiquement le casque (de minuscules fissures sont souvent invisibles à l'œil nu); même sans subir de chute ou d'accident, le remplacer après 4 à 5 ans en raison du vieillissement du matériel.
- Des lunettes de sport (lunettes de soleil) empêchent des corps étrangers de se loger dans les yeux (par exemple, particules de poussière ou insectes) et améliorent la vision dans différentes conditions d'éclairage.
- Visibilité au service de la sécurité: porter des vêtements clairs pour être vu rapidement par les autres usagers de la route.
- Porter un imperméable ou un gilet de couleur voyante muni de bandes réfléchissantes.
- Des gants de cycliste protègent les paumes de la main en cas de chute.
- Par groupe (mettez-vous d'accord à l'avance), emporter une trousse d'outillage (p. ex. un trousseau de clés Allen pour les vis à six pans creux) et du matériel de rechange (p. ex. clé de pneu, trousse de réparation, boyau, pompe).
- Ne rien laisser dépasser qui puisse se prendre dans les rayons (p. ex. rubans qui pendent).

Tâche 2.1

Quels défauts as-tu constatés dans ton équipement de protection individuelle?

Tâche 3

Complète la liste suivante et emporte-la pour la randonnée à vélo!


Liste avec les principales données concernant ma randonnée à vélo

Destination de la randonnée à vélo _____

Lieu de rassemblement _____ Heure _____

Lieu de dislocation _____ Heure _____

Enseignant

Nom/Prénom _____

Tél. portable _____

Accompagnateurs

Nom/Prénom _____

Tél. portable _____

Nom/Prénom _____

Tél. portable _____

P Q O S E E S A L N R E I C E S I E E P
 A A L R R E S I U N E T O O G G T A R G
 E D S L S T P R A O P O R T A B L E L R
 E P T S I C A S Q U E C Y C L I S T E A
 I L I U O N A E U I O S N A L S D S N S
 L G E P T U L T E A L O E E I E E E S V
 S R M I R P E U P C T L A O T E R R A S
 G P V A N S E E M O C E N U U G Y G I P
 I O T I O Y S L I I C D B L O B E S A R
 L S M E T E N T E E E S L E D E E U E C
 E P T S G S T O A S S R D S E O S T S I
 T N E M E T R O P M O C E D S E L G E R
 S E E L O R T N O C E D E T S I L O G O
 N S L L Y Y E L T U S N N S U N R A G U
 D E E S R U E T A N G A P M O C C A Q I
 G O A E S T C Y C I G U N S R L U L U V
 E S D E E T O L S L T O E E T S S L B L
 T E S I I B L A S C P S T E E G I U G C
 T N E C R R D L N N R I S L U I C T E E
 L L E E O N R N S O T U E L S L M Y C O

Accompagnateurs
 Antivol
 Boyau
 Casque cycliste
 Gants
 Gilet
 Liste de contrôle
 Lumière
 Pauses
 Portable
 Pression des pneus
 Règles de comportement
 Selle
 Signe
 Trousse d'outillage

Tâche 6: jeu de rôles

- Lis attentivement les trois situations suivantes.
- Quel rôle aimerais-tu jouer?
- Entre dans le rôle que tu as choisi et réfléchis à la façon dont cette personne peut se produire sur scène et argumenter.
- La scène t'appartient.

Situation 1: Monsieur Dupont est en voiture avec sa femme, content de voir des élèves à vélo. Il applaudit à l'utilisation du casque cycliste et au comportement correct pour obliquer à gauche. Malgré l'équipement de protection optimal, Madame Dupont estime qu'il est très dangereux de faire du vélo. Monsieur Dupont observe la classe faisant une halte, il s'arrête et aborde une élève avec sa femme. S'ensuit un débat passionnant entre les trois personnes.

Situation 2: Monsieur Dupond circule en camion sur une route en forte pente. Les virages sont serrés, il doit donc freiner fortement à chaque fois. Des élèves le dépassent dans chaque virage. En arrivant dans la vallée, monsieur Dupond reconnaît les élèves qui font une pause. Il descend du camion et discute du comportement des élèves dans la descente avec l'un d'entre eux.

Situation 3: Madame Müller va faire ses courses en voiture et observe une classe qui roule à vélo sur le trottoir. Elle ne trouve pas ce comportement correct. Elle devance la classe, descend de la voiture et demande à un accompagnateur du groupe de s'arrêter. Madame Müller discute avec les élèves du comportement fautif et de l'interdiction de rouler à vélo sur le trottoir.

Randonnées à vélo

9–15 ans

Exercices et jeux

Les exercices et jeux suivants peuvent être réalisés en classe dans un espace protégé (p. ex. cour de récréation). La présente série d'exercices et jeux recouvre les quatre techniques fondamentales requises par la pratique du vélo (pédalage, freinage, conduite, changement de vitesse). Elle peut être choisie librement.

1. Exercices et jeux pour commencer

Les élèves font du vélo dans la cour de récréation sur un terrain délimité (si l'espace vient à manquer, il est recommandé de diviser la classe en deux groupes). Ils effectuent les exercices et jeux suivants:

- conduire sans toucher qui que ce soit
- chercher le contact visuel et se faire un signe de la main
- faire «tope là» en roulant
- se serrer la main
- se donner la main et dire son nom
- jouer à «Attrape-moi», le chasseur porte une pince à linge ou un ruban comme signe distinctif
- «faire de la trottinette» sur une pédale, changer de pédale
- se lancer une petite balle
- rouler en faisant un huit
- prendre les virages avec une main (virages à gauche et à droite)
- tester les freins: qui parvient à s'arrêter encore avant une ligne dessinée sur le sol en freinant le plus tard possible?

2. Course d'équipe

- Deux élèves roulent l'un derrière l'autre. Le premier montre quelque chose que le second imite: p. ex. freiner, faire de petits virages, faire le bon signe de la main à chaque changement de direction.
- Un élève fait la locomotive et l'autre se tient à son épaule et se laisse entraîner sans pédaler. D'autres élèves peuvent aussi se tenir à l'épaule de l'élève qui est en première position de sorte que la «locomotive» tire plusieurs «wagons».
- Sur un terrain balisé, un élève précède les autres, qui suivent à la queue leu leu à une faible distance. Comme le parcours est balisé, il se peut que deux groupes se croisent. Avant et pendant le croisement, il convient d'être particulièrement attentif.



Les fiches de travail Safety Tool peuvent être téléchargées sous forme de fichier texte à l'adresse www.safetytool.bpa.ch et adaptées à vos besoins personnels.

3. Course d'escargots

Les élèves se tiennent d'un côté du terrain. Qui arrive en dernier de l'autre côté? Celui qui pose le pied à terre pendant la course a perdu.

4. Magiciens

Plusieurs élèves (2–3) jouent les méchants magiciens et le même nombre des fées. Tous les élèves roulent sur le terrain balisé et les méchants magiciens ensorcellent leurs camarades en touchant leur casque. En ce cas, l'élève doit rouler à travers le terrain avec une main (en posant sa main libre sur la cuisse) et montre ainsi qu'il a été ensorcelé. Les fées délivrent les élèves ensorcelés en leur touchant la main. Les méchants magiciens parviennent-ils à ensorceler tous les élèves?

Variante: il n'y a que des méchants magiciens et les élèves ensorcelés peuvent être délivrés par chaque camarade.

5. Rester en selle

Les élèves parcourent le terrain à vélo et essaient d'obliger l'autre à mettre pied à terre sans entrer en contact avec le vélo du camarade en roulant et en freinant habilement. Celui qui touche le sol avec un pied doit faire un tour entier autour du terrain balisé avant de pouvoir réintégrer le jeu.

6. Attrape-moi

Les élèves roulent sur le terrain et un ou deux élèves sont les chasseurs. Dès que le chasseur a touché quelqu'un, celui-ci devient aussi chasseur. Les chasseurs portent un ruban.

7. Pincés à linge

Chaque élève reçoit 1 à 3 pincés à linge. Il les accroche au vélo ou à ses habits. Au signal «partez!», chacun essaie de subtiliser le maximum de pincés aux autres. Les pincés gagnées doivent être accrochées au vélo ou aux habits.

Qui a le plus de pincés à la fin?

Matériel: beaucoup de pincés à linge (env. 60 pièces)

8. Récolte d'objets

Disposer des objets de tailles différentes sur une place. Les élèves essaient de les récolter avec la main droite ou gauche à tour de rôle sans mettre pied à terre. Il est recommandé de préparer au début des objets hauts ou de les placer sur un bord de mur ou une caisse.

Matériel: capuchons en plastique, cônes, boîtes en carton

9. Freiner en duo

Deux élèves roulent légèrement l'un derrière l'autre, le premier change de vitesse ou freine. Le second essaie de rester le plus près du premier sans entrer en contact avec sa roue arrière.

Randonnées à vélo

9–15 ans

Liste de contrôle pour l'enseignant

Dans la liste suivante, choisissez les démarches préparatoires indispensables pour la randonnée à vélo prévue qui doivent être discutées et/ou contrôlées.

Le plus tôt possible	Répartition des tâches <input checked="" type="checkbox"/>			effectuée
	Enseignant	Accompagnateur	Elève	<input checked="" type="checkbox"/>
Fixer le budget	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Définir le but de la randonnée à vélo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chercher des accompagnateurs (avec numéro de tél. portable)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reconnaître les lieux (vérifier réception tél. portable!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vérifier les conditions des activités prévues	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Préparer un programme alternatif (plan B)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Faire les réservations	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Informers la direction de l'école, demander l'autorisation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Informers les parents	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Optimiser la condition physique des élèves	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Discuter de l'itinéraire définitif, analyser les dangers, p. ex. éviter les routes fréquentées	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tenir compte du nombre d'heures de luminosité naturelle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etablir le plan horaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fixer les lieux de repos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formuler/se mettre d'accord sur les règles de comportement (code de conduite)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Discuter de la composition des groupes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etablir la liste de contrôle de l'équipement général	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vérifier l'équipement au moyen de la liste de contrôle 8.2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S'organiser pour les éléments manquants	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Le plus tôt possible	Répartition des tâches <input checked="" type="checkbox"/>			effectuée
	Enseignant	Accompagnateur	Elève	<input checked="" type="checkbox"/>
Copier la carte d'appels d'urgence (voir 8. 4, page 3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etablir le programme définitif	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Contrôler la pharmacie de voyage et compléter si nécessaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etablir la liste des élèves avec leurs numéros de contact, allergies, etc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1 à 2 jours avant l'activité				
Répéter les règles de comportement (code de conduite)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Consulter la météo, se renseigner sur les conditions actuelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Signaler le départ de la classe à la direction en indiquant l'itinéraire définitif	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Le jour de l'activité	Répartition des tâches <input checked="" type="checkbox"/>			effectuée
	Enseignant	Accompagnateur	Elève	<input checked="" type="checkbox"/>
Charger le tél. portable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Contrôler la carte d'appels d'urgence, la liste des élèves avec leurs numéros de contact, la protection solaire, les lunettes de soleil, la pharmacie de voyage, de quoi écrire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L'enseignant se place à la tête du groupe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mettre en tête du groupe les élèves dont il faut particulièrement s'occuper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Placer un accompagnateur au milieu d'un groupe et un autre à la fin d'un autre groupe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vérifier les aires de repos avant de vous y installer (p. ex. risque de chute, débris de verre)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Faire régulièrement des pauses et reprendre des forces (boire!). Y a-t-il des toilettes à disposition?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Contrôler le respect des règles de comportement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Observer la météo en permanence et en discuter si nécessaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1 à 5 jours après l'activité				
Rétrospective avec la classe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lettre de remerciement (évent. avec photos) aux accompagnateurs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Signaler les lacunes (p. ex. piste cyclable) aux services compétents	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Carte d'appels d'urgence





Numéros d'urgence 112 / 144

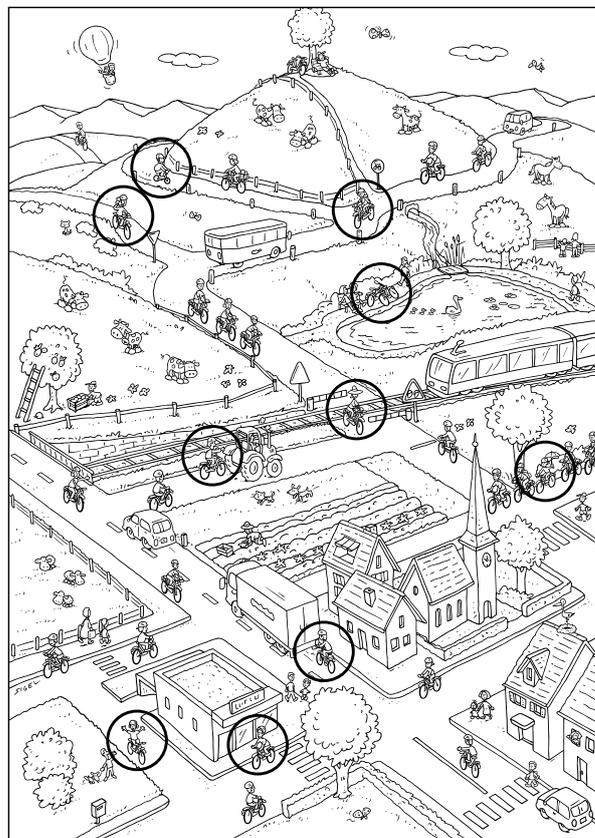
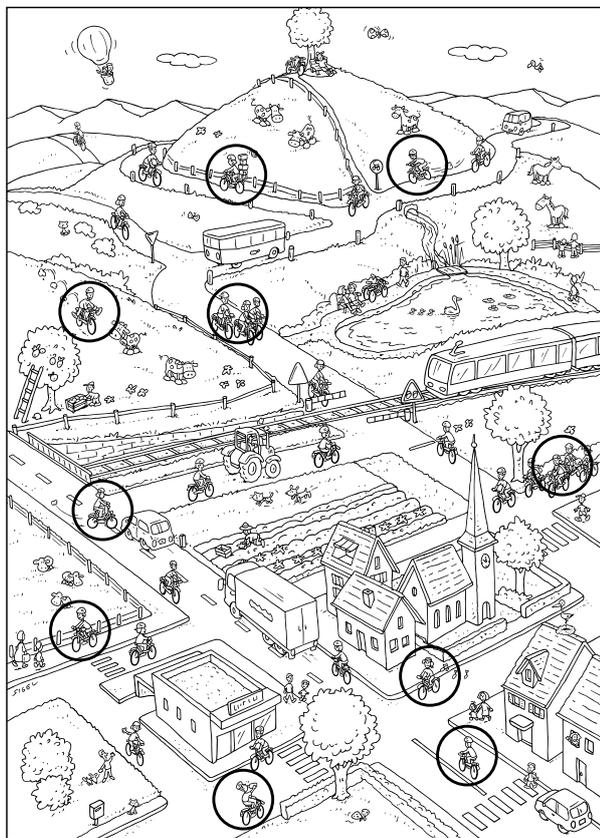
1414

145

Garder son calme, assurer le lieu de l'accident, premiers secours.
Compléter cette fiche avant d'appeler

Qui annonce l'accident? _____ Que s'est-il passé? Quand? _____ _____ Où cela s'est-il passé (coordonnées, repère dans le terrain)? _____	Qui a été blessé (nombre de personnes, noms, âges)? _____ Quel est le type de blessure? _____ Où se trouve celui qui appelle? _____ Qui appelle (indiquer le n° de tél.)? _____
--	--

Solutions des dessins de la fiche de travail 8.1, tâche 1



Solutions de la fiche de travail 8.1, tâche 2

Voilà comment m'équiper pour la randonnée à vélo:

Casque cycliste, vêtements clairs, protection contre la pluie, évent. gilet réfléchissant, sac à dos, matériel de re-change, p. ex. trousse de réparation, lunettes de soleil

Voilà comment équiper mon vélo correctement:

Eclairage non clignotant, catadioptres jaunes à l'avant et à l'arrière des pédales, catadioptres ou feuilles réfléchissantes (blanc à l'avant et rouge à l'arrière), freins pour les roues avant et arrière, sonnette bien perceptible, pneus (la toile ne doit pas être apparente)

Voilà ce à quoi je dois faire attention sur la route:

Signalisation (stop, cédez le passage), enfants et personnes âgées aux passages pour piétons, véhicules arrivant en sens inverse en obliquant à gauche, etc.

Voilà comment me comporter correctement à vélo:

Les deux mains sur le guidon, conduire attentivement (ne pas écouter de musique), faire des signes clairs de la main, p. ex. en obliquant à gauche, garder une distance suffisante avec le cycliste précédent, ne pas couper les virages