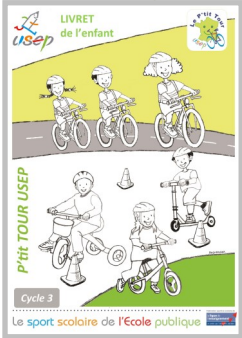




Dossier d'accompagnement du LIVRET de l'enfant — Cycle 3

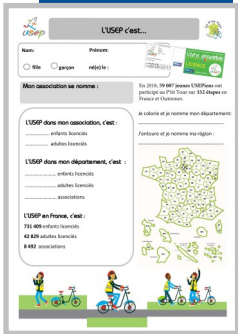


Vous trouverez dans ce dossier, pour chaque fiche, nos intentions, nos préconisations ainsi que les solutions aux activités proposées.
Ces propositions de fiches évolueront au fil des éditions, aussi vos suggestions pour l'édition 2020 sont également les bienvenues.
N'hésitez pas à nous en faire part à : contact@laligue-usep.org

Téléchargez, pour le cycle 3, la [couverture à colorier](#)

Présentation

L'USEP, c'est...



Objectifs

- Appréhender les notions d'association et de licencié
- Prendre conscience de l'appartenance à une fédération sportive
- Mesurer l'ampleur de l'opération nationale « P'tit Tour »
- Localiser et identifier son département, sa région

Remarque : Pour connaître les informations relatives à votre territoire, consultez le site de votre comité départemental USEP.

Charte de l'USEPien



Objectifs

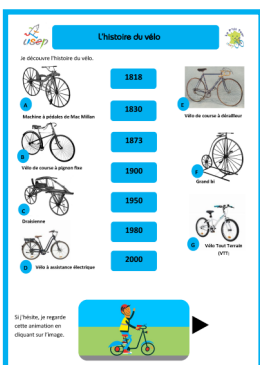
- Prendre conscience de ses droits et devoirs de jeune citoyen cycliste USEPien.

Prolongement possible :

- Création d'une Charte spécifique au groupe, à l'étape du P'tit tour, par les enfants.

Autour du vélo

Histoire du vélo



Objectif

- Connaître l'évolution de la bicyclette

Remarques

L'animation peut être visionnée avant ou après la réalisation de la fiche (lien)

Voir l'animation

Réponses : 1818 - C : la draisienne

1830 - A : la machine à pédales

1873 - F : Grand bi

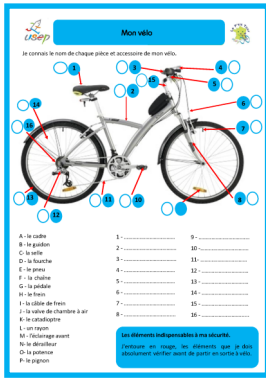
1900 - B : Vélo de course à pignon fixe

1950 - E : vélo de course à dérailleur

1980 - G : VTT

2000 - D : vélo à assistance électrique

Mon vélo



Objectifs

- Identifier les différents éléments de son vélo
- Connaître les éléments obligatoires sur un vélo lors d'une sortie sur route

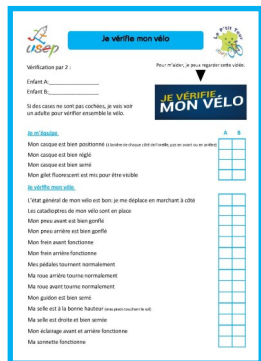
Réponses

1C - 2A - 3B - 4M - 5H - 6I - 7J - 8D - 9K - 10G - 11F - 12N - 13E - 14L - 15O - 16P

Les éléments obligatoires sur un vélo sont ceux qui permettent d'être visible et de prévenir : la sonnette, les catadioptres et l'éclairage (nuit ou jour quand la luminosité est insuffisante)

Il est intéressant de travailler en parallèle la vérification et les réglages de son vélo (Cf : fiche suivante et vidéo).

Vérification de mon vélo



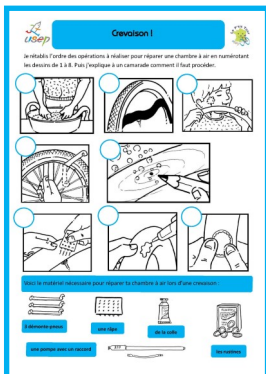
Objectif

- Savoir vérifier rapidement et efficacement l'état de son vélo avant une sortie

Deux outils:

- [Une vidéo](#)
- Une fiche récapitulative à utiliser par 2 pour une vérification efficace

Crevaillon !



Objectifs

- Savoir réparer une chambre à air
- Connaître et nommer le matériel de réparation

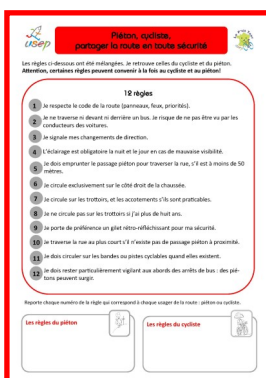
Cette fiche peut également être utilisée :

- En images séquentielles à remettre dans l'ordre
- Les consignes de réparation peuvent être données à un camarade oralement ou par écrit
- Les consignes de réparation peuvent être écrites et rapprochées de l'image correspondante

Il est nécessaire, bien évidemment de VIVRE cette réparation (en utilisant tous les outils cités) avant de réaliser la fiche.

Sécurité routière

Piéton, cycliste



Objectif

- Connaître les règles de circulation qui s'applique au cycliste et au piéton

Réponses :

- Règles du piéton : 1 - 2 - 5 - 7 - 10
 - Règles du cycliste : 1 - 3 - 4 - 6 - 8 - 9 - 11 - 12
- Attention, seuls les enfants de moins de 8 ans ont le droit de circuler sur le trottoir.

Panneaux de signalisation - 2



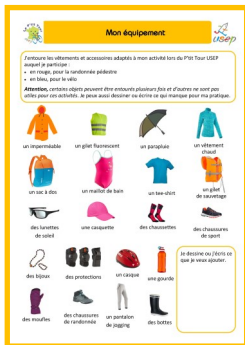
Objectifs

- Connaître quelques panneaux de signalisation

Réponses : 1 B - 2 A - 3 C - 4 B - 5 C - 6 B - 7 C

La santé

Mon équipement



Objectifs

- Prendre soin de soi en s'équipant correctement
- Connaître l'équipement adapté à chaque pratique
- Savoir préparer sa tenue

Cette situation peut permettre d'engager des échanges au sein du groupe sur :

- Pourquoi « bouger » au quotidien?
- Est-ce plus facile de pratiquer une activité physique avec une tenue adaptée?

Attention :

- *Les bottes ne facilitent pas la randonnée pédestre.*
- *Pour le vélo, n'oubliez pas : le casque, le gilet fluorescent, les chaussures de sport et les lunettes.*

Sac à dos de la classe



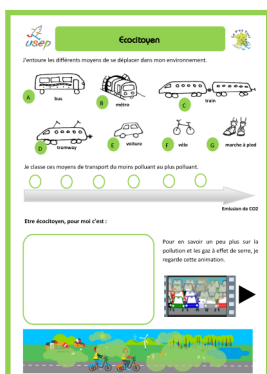
Objectifs

- Engager l'enfant dans une habitude de pratique sécuritaire
- Identifier le matériel nécessaire pour le groupe pour randonner à pied, à vélo, en toute sécurité

Remarque : Le sac à dos de la classe symbolise le matériel collectif.

L'environnement

Ecocitoyen



Objectifs

- Prendre conscience de l'impact de chaque mode de transport sur le réchauffement climatique
- S'interroger individuellement et collectivement sur ses modes de déplacement

Cette situation peut permettre d'engager des échanges au sein du groupe sur :

- Les gaz à effet de serre
- Les mobilités actives
- Le ou les modes de déplacement les plus appropriés au trajet : école—domicile, ...

[Voir l'animation](#)

Faire le point...

Mon étape

Ma journée du P'tit Tour USEP

Des images, des mots, des émotions...
Je raconte ma journée P'tit Tour USEP - mon déplacement à pied ou à vélo, la rencontre avec les autres USEP, les ateliers pratiqués.

Fais un croquis.

Je colle une photo, une image ou je dessine.

Je dessine ou j'explique mon parcours à vélo.

Je raconte un sentiment, une émotion...

P
T
I
T
T
O
U
R
U
S
E
P

Objectifs

- Garder une trace de sa journée « P'tit Tour »
- Identifier son ressenti

Autre ressource : L'Attitude santé

- [Réglette des émotions](#)
- [Réglette de l'effort](#)

Mes compétences

Mes compétences du SAVOIR ROULER
BLOC 1 - Je sais pédaler

Mes compétences du SAVOIR ROULER
BLOC 2 - Je sais circuler

Mes compétences du SAVOIR ROULER
BLOC 3 - Je sais rouler à vélo

Je colorie le cycliste correspondant à ce que je vais faire.

1. Lors d'une course sur la voie publique, l'identifie les espaces de circulation adaptés aux vélos.
2. Je roule à droite sur la chaussée.
3. Je sais circuler sur la voie publique, en respectant le code de la route.
4. Je sais circuler sur la voie publique, en respectant mes engagements de direction.
5. Je sais circuler sur la voie publique, en tenant compte d'autres usagers (vélos, piétons).
6. Je sais circuler sur la voie publique en tenant compte d'autres usagers : les cyclistes, les piétons, les véhicules.
7. Je sais circuler sur la voie publique en tenant compte des autres usagers : les marcheurs, les automobilistes, les transports en commun.
8. Je sais rouler en groupe avec d'autres cyclistes.
9. Je sais passer les intersections en respectant les priorités.
10. Je sais prendre ma place en passant les gradins.

Objectif

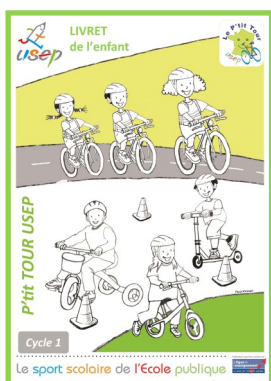
- Identifier les compétences acquises du [bloc 1](#) du Savoir rouler : « Je sais pédaler »
- Identifier les compétences acquises du [bloc 2](#) du Savoir rouler : « Je sais circuler »
- Identifier les compétences acquises du [bloc 3](#) du Savoir rouler : « Je sais rouler à vélo »

Remarques

- Pour les cyclistes ayant acquis la totalité de ces 3 blocs de compétences, possibilité de leur délivrer l'attestation du « Savoir rouler » à partir du site dédié:

www.savoirroulervelo.fr

[Télécharger](#) les 3 blocs simultanément.



[Téléchargez](#)

Livret de l'enfant - P'TIT TOUR USEP - Cycle 3 COMPLET

Remerciements aux membres du GT P'tit Tour USEP:

Serge BILLET, élu en charge de l'opération nationale P'tit Tour

Guillaume Bertrand, USEP 69

Caroline BUREL, USEP 14

Julien ROUSSEL, USEP 87

Nathalie BARBOUNIS, Adjointe à la direction nationale USEP



	MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA JEUNESSE	MINISTÈRE DES SPORTS	MINISTÈRE DE LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE ET SOLIDAIRE	MINISTÈRE DES OUTRE-MER	MINISTÈRE DE L'INTÉRIEUR
--	--	----------------------	--	-------------------------	--------------------------

