

Une journée cycliste à l'école 3/5

L'équipement du cycliste



L'objectif étant d'organiser une sortie dans le quartier de l'école, il était nécessaire d'aborder une nouvelle fois le thème de la protection des jeunes cyclistes. Des questions leur ont donc été posées avant de prendre la route.

OBJECTIF

- Intégrer quelques règles essentielles concernant l'équipement du cycliste

MATÉRIEL

- Photocopies de la fiche élève n° 3 (p. 52)

→ DÉROULEMENT

Séance collective dans la cour de l'école

■ Un nouveau jeu de questions-réponses a été cette fois-ci engagé sur le thème de l'équipement du cycliste.

1) Quels sont les éléments qui peuvent protéger un cycliste ?

- un casque ;
- des vêtements bien visibles.

2) Pourquoi utiliser un casque ?

Il s'agit d'éviter les blessures à la tête qui peuvent être graves lorsqu'un cycliste tombe de lui-même ou est percuté par un autre cycliste ou un automobiliste.

3) Comment doit-il être placé sur la tête ?

Le casque doit être positionné sur le haut du crâne, il doit être bien équilibré, ni trop en avant, ni trop

LA SÉANCE EN RÉSUMÉ

- Séance collective : jeu de questions-réponses.
- Séance individuelle : exercices d'évaluation.

en arrière. Les boucles de fermeture doivent être correctement enclenchées.

4) Qu'a fait le cycliste de la photo ci-dessous pour que son casque le protège ?

- Il a disposé les lanières en Y autour de ses oreilles.
- Il a enclenché la boucle de fermeture.
- Il a réglé les sangles.

5) De jour comme de nuit, quelles précautions faut-il prendre en plus du port du casque ?

- Il faut vérifier qu'aucun lacet, cordon ou ceinture ne traîne et risque de se prendre dans les rayons.
- Il faut porter des vêtements clairs, en particulier la nuit. Ces vêtements peuvent être complétés par un sac à dos ou des chaussures portant des bandes de tissu rétro réfléchissant.
- Il ne faut pas porter de vêtements flottants pour éviter toute prise au vent qui risque de déséquilibrer le cycliste.

Exercice individuel

- Sur la fiche élève n° 3, les enfants ont réalisé 2 exercices visant à vérifier qu'ils ont bien assimilé quelques règles essentielles en matière d'équipement du cycliste.



NOM :

PRÉNOM :

L'équipement du cycliste

→ 1) Ce cycliste porte-t-il correctement son casque ? Réponds et justifie ta réponse.

.....
.....
.....
.....
.....



→ 2) Dessine un cycliste qui, selon toi, sera bien protégé lorsqu'il montera sur sa bicyclette. (Tu peux légender ton dessin.)

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for a student to draw a cyclist wearing proper safety gear. The box occupies most of the lower half of the page.