



e·GREEN



**FORMATION  
POUR  
FORMATEURS ET  
POUR LES  
CAMPAGNES DE  
SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE**



Co-funded by  
the European Union

# Index

activités en intérieur.....	3
activités en extérieur .....	7
activités créatives.....	19
schéma de calendrier.....	29
matériel à imprimer.....	33



**Ce matériel comprend quatre chapitres principaux. Activités en intérieur : trois domaines thématiques présentant à la fois la théorie nécessaire et des activités ludiques pour renforcer les connaissances. Activités en plein air : onze activités différentes à réaliser dans une aire de jeux, pour mettre en pratique de manière ludique et sécurisée. Activités créatives : des idées d'activités à réaliser pour approfondir le thème de la sécurité à vélo et en trottinette. Enfin, un exemple de programme pour élaborer votre programme hebdomadaire. Vous pouvez toutefois choisir vous-même la forme spécifique du programme : sélectionnez les activités parmi celles proposées et créez des leçons qui répondent précisément à vos besoins !**





# ACTIVITÉS EN INTÉRIEUR

Dans ce chapitre, vous trouverez trois thèmes principaux : les règles de circulation et les manœuvres de base, la sécurité et l'entretien, et la planification d'un itinéraire à vélo. Pour chaque thème, vous trouverez la théorie recommandée, des vidéos pédagogiques suggérées et une activité pour renforcer vos connaissances. Le manuel E-Green, la présentation E-Green, ainsi que les vidéos pédagogiques mentionnées dans la section théorique, sont disponibles sur [www.egreenproject.eu](http://www.egreenproject.eu).

Quelle que soit la forme que prend votre cours, nous vous recommandons de prévoir quelques minutes à la fin pour poser des questions ou discuter afin de renforcer les acquis. Vous pouvez poser des questions telles que:

- Qu'avez-vous appris de nouveau aujourd'hui? Qu'avez-vous aimé (ou non) et pourquoi?
- Que ferez-vous différemment lorsque vous ferez du vélo après aujourd'hui?



# RÈGLES DE BASE DE LA CIRCULATION ET DES MANŒUVRES

## règles de base : théorie



### Matériel recommandé :

Règles de circulation de base (manuel E-Green, pages 17 à 28). Insistez sur l'importance des éléments suivants : manœuvres de base (tourner à droite et à gauche), priorité, panneau « Cédez le passage », panneau « Stop », feux de signalisation, policier. Vous pouvez utiliser les diapositives 2 à 8 de la présentation E-Green (vidéos incluses).



### Vidéos:

- “Les panneaux de signalisation et leur interprétation” (vidéo 2)
- “utiliser vélos et trottinettes dans les voies dessinées” (vidéo 3)

## Activité: panneaux de signalisation: qui suis-je?



**Durée :** 20 minutes



**Matériel:** papier, crayons, feutres



### Instructions :

Répartissez les élèves en binômes. Chaque élève dessine un panneau de signalisation sur une feuille de papier et écrit son nom. Ils échangent ensuite leurs feuilles avec leur partenaire (sans regarder les dessins) et les placent sur leur front (de manière à ce que le dessin soit visible).

Les élèves se posent des questions à tour de rôle. L'objectif est que chaque élève découvre quel panneau il a sur le front. Ils peuvent poser des questions telles que « Ce panneau se trouve-t-il généralement à un carrefour ? », « Ce panneau m'indique-t-il où je peux ou ne peux pas aller ? », etc.



**Conseil :** vous pouvez rassembler les images des panneaux de signalisation de tous les élèves et les placer dans un casque. Chaque élève dessine ensuite un panneau, sans le regarder. Ils travaillent ensuite par deux pour deviner de quel panneau il s'agit.

# PLANIFIER UN TRAJET À VÉLO

## planifier un trajet: théorie



### Matériel recommandé :

Planification d'itinéraire (manuel E-Green, page 63)

Insistez sur les facteurs clés à prendre en compte : volume de trafic, état des routes, dangers potentiels et conditions météorologiques. Vous pouvez utiliser les diapositives 16 à 18 de la présentation E-Green (vidéos incluses).



### Vidéos:

- "Planifier votre trajet et choisir la meilleure route" (video 6)
- "Respecter les piétons" (vidéo 4)

## Activité: Planifier votre trajet



**Durée :** 30 minutes



**Matériel :** Cartes (de préférence carte locale où marquer le trajet domicile école) , feutres



### Instructions :

Demandez aux élèves de suggérer des itinéraires sûrs entre le point A et le point B sur la carte. Répartissez-les en binômes/groupes. Les élèves planifient un itinéraire et le marquent sur la carte. Les groupes présentent leurs itinéraires et expliquent leurs choix.



**Conseil :** insistez sur la sécurité des itinéraires choisis. Posez des questions telles que « Si je choisis cet itinéraire, vais-je emprunter la piste cyclable ou la route ? », « Y a-t-il des intersections dangereuses sur cet itinéraire ? », « Cet itinéraire est-il praticable à toute heure de la journée ? Et par tous les temps ? »

# SÉCURITÉ ET MAINTENANCE

## Sécurité et Maintenance Théorie



### Matériel recommandé :

Éléments et considérations relatifs à la sécurité à vélo (manuel E-Green, page 13).  
Bon entretien du vélo (manuel E-Green, page 15). Vous pouvez utiliser les diapositives 9 à 15 de la présentation E-Green (vidéos incluses).

### Vidéos:



- « Utilisation correcte des casques et des équipements de sécurité » (vidéo 1)
- « Entretien de base des vélos et des trottinettes » (vidéo 5)

## Activité: le sac sécurité mystère



**Durée:** 15 minutes



**Matériel :** Sac ou boîte contenant divers articles de sécurité (casque, genouillères, coudières, gants de cyclisme, gilet réfléchissant, lumières de vélo, réflecteurs de vélo, sonnette, chaussures de cyclisme, lunettes de cyclisme, bidon de vélo, etc.), bandeau pour les yeux. Vous pouvez également ajouter des articles qui ne sont pas adaptés à une conduite sécuritaire (ex: des écouteurs, des tongs, une bouteille en verre, etc.) ou des articles qui peuvent être nécessaires pour l'entretien du vélo (par exemple, une pompe à vélo, des clés, un tournevis, du lubrifiant pour chaîne, etc.)



### Instructions:

Demandez à un élève à la fois de mettre un bandeau sur les yeux (ou simplement de fermer les yeux). Remettez-lui le sac mystère contenant les objets. Il doit plonger la main dans le sac et en sortir un objet à la fois, en utilisant uniquement son toucher pour deviner de quoi il s'agit. Une fois que l'élève a deviné, demandez-lui d'expliquer pourquoi cet objet est important pour la sécurité routière (par exemple : « Un casque est important car il protège la tête en cas de chute »). Répétez l'opération avec l'élève suivant. Maintenez un rythme rapide pour conserver l'énergie et l'intérêt des élèves.



**Conseil :** si vous ajoutez au kit de sécurité surprise des articles qui ne sont pas adaptés à une pratique sécurisée du vélo, choisissez des articles qui peuvent servir à illustrer les règles de sécurité. Par exemple : « Les tongs ne sont pas adaptées à une pratique sécurisée du vélo, car elles n'offrent pas une protection et un maintien suffisants pour les pieds. Il est fortement recommandé de porter des chaussures robustes. »



# ACTIVITÉS EN EXTÉRIEUR

**Ce chapitre se concentre sur les activités qui sont de préférence réalisées dans une aire de jeux routière. C'est le meilleur endroit pour vous entraîner. Idéalement, cette aire de jeux devrait comporter des intersections, des panneaux de signalisation, des passages piétons et certains disposent même de feux de signalisation.**

Si vous n'avez pas accès à une aire de jeux routière, n'importe quel espace extérieur sécurisé (sans voitures et où les élèves ne courent aucun danger) fera l'affaire. Dans ce cas, vous pouvez simuler une aire de jeux routière en marquant clairement les routes et les intersections (vous pouvez utiliser des cônes de signalisation, des cordes posées au sol ou des dessins à la craie), en imprimant certains panneaux et en les plaçant le long du parcours. Vous pouvez également simuler des feux de circulation en utilisant des papiers de couleur pour signaler les changements.

**Certaines activités nécessitent des vélos ou des trottinettes. Les élèves peuvent apporter les leurs. Pas de problème s'il n'y a pas assez de vélos et de trottinettes pour tout le monde : les activités sont conçues de manière à ce que tout le monde ne roule pas en même temps.**



# TEST AFCD : DÉMONSTRATION



**Durée :** 30 minutes



**Matériel :** vélos (vous pouvez inclure un vélo défectueux)



## **Instructions :**

Expliquez et démontrez le contrôle AFCD (un guide succinct est fourni ci-dessous). Insistez sur l'importance d'un entretien adéquat du vélo pour une conduite sûre. Laissez les élèves essayer eux-mêmes le contrôle AFCD. Selon le nombre de vélos dont vous disposez, les élèves peuvent travailler par deux ou trois. Encouragez les élèves à poser des questions



**Conseil :** vous pouvez imprimer une liste de contrôle (fournie ci-dessous) pour chaque élève afin de les aider à effectuer la vérification AFCD. Les élèves peuvent emporter les listes de contrôle chez eux pour vérifier leurs propres vélos.



# ATELIER DE MAINTENANCE VÉLO



**Durée :** 45 minutes



**Matériel :** Vélos, outils d'entretien (démonte-pneus, pompes à vélo, huile pour chaîne, chiffons, tournevis, clés, etc.)



## **Instructions :**

Installez plusieurs stations, chacune avec un vélo et un instructeur. À chaque station, concentrez-vous sur un aspect spécifique de l'entretien du vélo : vérification de la pression des pneus et gonflage des pneus, lubrification de la chaîne, réglage des freins, etc. Les élèves passent d'une station à l'autre et se familiarisent avec les différentes pratiques.



**Conseil :** Rappelez le test AFCD. Par exemple, vous pouvez montrer à quoi ressemble le test de chute lorsqu'une partie du vélo est desserrée.



# CROSSROAD



**Durée :** 20 minutes



**Nécessaire :** aire de jeux routière (ou parcours balisé et panneaux de signalisation imprimés), panneaux de signalisation pour véhicules



**Instructions :**

Sélectionnez un carrefour sur le terrain de jeu. Les élèves choisiront des panneaux indiquant leur rôle dans la situation (vélo, trottinette, piéton, voiture, bus, tramway, etc.) et se placeront sur le carrefour. Ensemble, ils devront déterminer comment procéder conformément au code de la route. Attirez leur attention sur les panneaux et la priorité de passage. Après avoir résolu la situation avec succès, les élèves changent de rôle et/ou de position et continuent.



**Conseil :** les panneaux indiquant les noms des rôles se trouvent à la fin de ce document, mais vous pouvez également laisser les élèves les créer eux-mêmes. Vous pouvez également utiliser des costumes ou des accessoires pour représenter les différents rôles. Vous pouvez intégrer la préparation de ces éléments aux séances de pré-enseignement, afin de sensibiliser les élèves à l'importance, aux caractéristiques et aux aspects visuels de la signalisation.

# DÉFI CYCLISTE



**Durée :** 30 minutes



**Nécessaire :** aire de jeux routière (ou parcours balisé et panneaux de signalisation imprimés), vélos et trottinettes, chronomètres



## **Instructions :**

Marquez un parcours à sens unique avec différentes situations de circulation, par exemple un virage serré, un panneau stop, un passage piéton, etc.

Laissez les élèves faire la course en leur expliquant que des pénalités de temps seront ajoutées en cas d'infraction au code de la route (non-respect d'un panneau stop, signalisation incorrecte lors d'un virage à un croisement, etc.). Le plus rapide gagne.



**Conseil :** vous pouvez concevoir le parcours sous forme de boucle et demander aux élèves de courir en équipe plutôt qu'individuellement. Une fois qu'un membre de l'équipe a terminé la boucle, le suivant prend le relais. Non seulement vous mettrez en pratique les règles de circulation, mais vous encouragerez également l'esprit d'équipe. L'équipe la plus rapide remporte la victoire.

# FROZEN TRAFFIC LIGHTS



**Durée :** 5 minutes



**Matériel :** papiers de couleurs (rouge, orange, vert)



## **Instructions :**

Les élèves marchent librement jusqu'à ce que l'enseignant montre un panneau de couleur :

Vert = continuer (marcher ou faire semblant de faire du vélo)

Orange = marcher lentement (faire semblant de freiner)

Rouge = s'arrêter

Les élèves qui continuent à avancer lorsque le panneau rouge est montré reçoivent une « pénalité » (par exemple, 5 sauts avec écart). Vous pouvez augmenter progressivement la difficulté en changeant les signaux plus rapidement.



**Conseil :** utilisez cette activité pour enseigner l'importance des feux de circulation pour la sécurité.

# EN PISTE!



**Durée :** 30 minutes



**Nécessaire :** équipement de protection (casques, gilets, protections), aire de circulation (ou parcours balisé), vélos et trottinettes.



## **Instructions :**

En fonction du nombre d'équipements de protection dont vous disposez, installez des postes équipés de deux casques, deux gilets et deux jeux de protections à chaque poste. Un instructeur est nécessaire à chaque poste.

Répartissez les élèves de manière égale entre les stations et laissez-les tous essayer d'enfiler correctement l'équipement de protection.

L'instructeur vérifie que chaque élève porte correctement son équipement de protection (en particulier le casque : bien ajusté, boucle fermée).

Une fois que l'élève est correctement équipé, il peut parcourir un petit circuit balisé, puis retourner à la station et rendre son équipement de protection. et au suivant !



**Conseil :** vous pouvez transformer cette activité en une compétition par équipe (chaque station représente une équipe) et organiser un relais. Mais n'oubliez pas: le port correct des équipements de protection est plus important que la vitesse.

# LA DANSE DES CASQUES



**Durée :** 10 minutes



**Nécessaire :** lecteur de musique, casques pour tous les élèves (de préférence les leurs)



## **Instructions :**

Commencez par rappeler rapidement aux élèves comment un casque doit être correctement ajusté : Il doit être bien droit sur la tête, sans être incliné.

Les sangles doivent former un « V » sous les oreilles.

La jugulaire doit être bien ajustée (vous devez pouvoir passer un doigt dessous). Test de secousse : le casque ne doit pas bouger.

Lancez la musique et laissez les élèves danser librement avec leur casque.

Arrêtez la musique et donnez des consignes pour vérifier les casques, par exemple : « Vérifiez votre boucle ! » « Est-il bien à plat sur votre tête ? »

« Test de secousse : reste-t-il en place ? » « Vérifiez celui de votre camarade ! » Les élèves doivent s'immobiliser, vérifier leur casque (et éventuellement celui d'un camarade) et l'ajuster si nécessaire.

Reprenez la musique et répétez l'opération avec une nouvelle consigne après un certain temps.



**Conseil :** encouragez les élèves à beaucoup danser et à s'amuser. Le casque doit rester dans la bonne position à tout moment. Vous pouvez ajouter vos propres commandes au jeu.



# COURSE D'OBSTACLE



**Durée :** 30 minutes



**Nécessaire :** cônes, craie, frites de piscine, petites rampes, panneaux routiers imprimés, vélos et trottinettes.



## **Instructions :**

Dans un environnement extérieur sécurisé, installez un parcours simulant des situations réelles de conduite : slalomer entre des cônes, rouler en ligne droite, s'arrêter aux panneaux, tourner dans les virages.

Placez des panneaux de signalisation à différents endroits et expliquez d'abord la signification de chaque panneau. Les élèves doivent suivre les instructions indiquées sur chaque panneau (par exemple, s'arrêter à un panneau « Stop », marcher à un panneau « Passage piéton »...) tout en parcourant le parcours.

Parcourez le parcours un par un ou en équipe, en mettant l'accent sur le contrôle et la sécurité.



**Conseil :** Vous pouvez ajouter des défis facultatifs, comme utiliser des signaux manuels ou « marcher avec le vélo » dans les endroits étroits.

# CHAT PERCHÉ DES SIGNAUX



**Durée :** 5 minutes



**Nécessaire :** tout accessoire pouvant représenter un guidon de vélo (par exemple, des tubes en carton, de longues règles, ou même une écharpe ou une corde à sauter, bien tendue) - choisissez des accessoires en tenant compte de la sécurité.



**Instructions :**

Rappelez aux élèves comment signaler un virage à droite et à gauche. Demandez aux élèves de faire semblant de faire du vélo en marchant librement dans la pièce tout en tenant un « guidon » (représenté par un accessoire) devant eux.

Alternez entre les commandes « gauche » et « droite ». Lorsque la commande est donnée, les élèves doivent s'immobiliser et faire le bon signe de la main.

Toute personne qui ne s'immobilise pas ou qui fait le mauvais signe reçoit une « pénalité » (par exemple, 5 sauts avec écart).



**Conseil :** vous pouvez utiliser cette activité pour vous entraîner à signaler vos manœuvres dans le cadre d'autres activités (interactions aux intersections et dans la circulation).

# COURSE DE LENTEUR



**Durée :** 30 minutes



**Nécessaire :** parcours balisé (craie, ruban adhésif), vélos, chronomètres



## **Instructions :**

Dans un environnement extérieur sécurisé, tracez un parcours. Le but de cette course est... d'être le plus lent possible !

Demandez aux élèves de rouler aussi lentement que possible sans s'arrêter ni poser les pieds au sol.

S'ils posent les pieds au sol, 10 secondes seront ajoutées à leur temps.



**Conseil :** utilisez cette activité pour travailler l'équilibre et le contrôle à vélo. Vous pouvez prévoir un parcours en boucle et organiser une course par équipes. L'équipe la plus lente gagne !

# INTERACTIONS DE CIRCULATION



**Durée :** 45 minutes



**Nécessaire :** aire de jeux routière (ou parcours balisé et panneaux de signalisation imprimés), vélos et trottinettes.



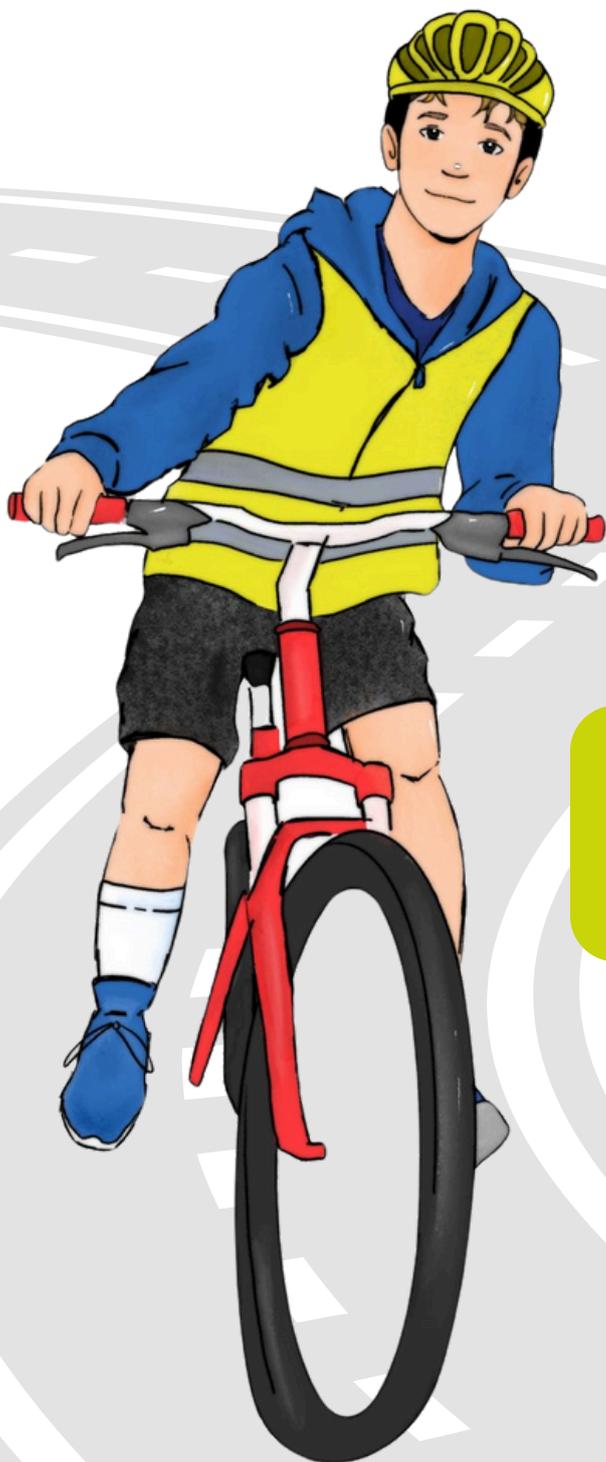
## **Instructions :**

Montrez brièvement aux élèves l'itinéraire (où les cyclistes peuvent rouler, où les piétons marchent, où se trouve le passage piéton, quels panneaux se trouvent sur l'itinéraire, où se trouve un carrefour non signalé et où s'appliquent les règles de priorité, etc.).

Divisez les élèves en deux groupes. La moitié d'entre eux prendront les vélos et les trottinettes et feront le tour du terrain de jeu. Le deuxième groupe jouera le rôle de piétons et recréera diverses situations de circulation pour les cyclistes. Au bout de 15 minutes, arrêtez l'activité et inversez les groupes. Vous pouvez profiter de cette pause pour poser des questions aux élèves telles que « Vous sentez-vous en sécurité dans la circulation ? », « Que faudrait-il faire pour améliorer la situation ? » afin de les sensibiliser et de résoudre d'éventuels problèmes.



**Conseil :** vous pouvez également faire appel à quelqu'un pour jouer le rôle d'un agent de police. Dans ce cas, équipez-le d'un gilet réfléchissant. Il peut par exemple contrôler un carrefour, patrouiller aux feux de signalisation et même distribuer des amendes pour infraction au code de la route (un morceau de papier coloré suffira).



## ACTIVITÉS CRÉATIVES

Dans ce chapitre, vous trouverez des idées d'activités créatives et de jeux que vous pouvez utiliser pour créer un programme complet axé sur la sécurité à vélo et en trottinette. Ces activités contribueront non seulement à renforcer les connaissances acquises, et de sensibiliser davantage à la sécurité à vélo et en trottinette.



# LA FRESQUE DE LA SÉCURITÉ



**Type:** activité créative, sensibilisation



**Durée :** 2 - 3 heures (ou sessions multiples)



**Matériel nécessaire :** papier ou grandes feuilles de carton, marqueurs, peintures, pinceaux, colle, découpes, etc.



## **Instructions :**

Travaillez en classe pour créer une immense fresque murale sur la sécurité à vélo/trottinette ! Divisez la fresque en plusieurs sections (sécurité du casque, signaux manuels, panneaux de signalisation, visibilité, entretien, etc.). Chaque groupe contribue à une partie. La fresque s'agrandit au fil de la semaine et devient une magnifique œuvre d'art qui sensibilise à la sécurité.



**Conseil :** C'est à vous de décider comment vous souhaitez aborder la fresque. Il peut s'agir simplement d'une mosaïque de thèmes individuels, ou vous pouvez dessiner une carte de « ville sûre » avec des zones telles que « colline du casque », etc. Vous pouvez même la traiter comme un puzzle géant. Dessinez des images, écrivez des slogans de sécurité accrocheurs, collez des photos. Vous pouvez ensuite exposer les fresques dans la classe ou dans le couloir, ou organiser une exposition avec d'autres créations réalisées au cours de la semaine (affiches, mascottes).



# TRACER LA ROUTE À LA CRAIE



**Type:** activité créative en extérieur, sensibilisation



**Durée :** 20 - 45 minutes



**nécessaire :** craie, parcours pavé ou cimenté



## Instructions :

Décorez les trottoirs autour de votre école avec de la craie. Dessinez des panneaux de signalisation, écrivez des slogans sur la sécurité ou même tracez un itinéraire à vélo ! Faites savoir au monde entier ce que vous apprenez cette semaine ! Vous pouvez travailler individuellement et créer une grande mosaïque d'images et de slogans individuels, ou vous pouvez travailler en groupe et écrire un slogan avec chaque élève décorant une lettre.



**Conseil :** N'oubliez pas de garder la sécurité à l'esprit pendant cette activité. Ne laissez pas les élèves dessiner sur la route et assurez-vous qu'ils ne bloquent pas le trottoir afin que les gens puissent continuer à passer.

# MASCOTTES DE SÉCURITÉ



**Type:** activité créative en équipe, sensibilisation



**Durée :** 45 - 60 minutes



**Matériel nécessaire :** tout ce qui peut servir à la création artistique : papier de couleur, ciseaux, colle, vieux magazines, chutes de tissu, yeux mobiles, feutrine, cure-pipes, carton, etc.



## Instructions :

Travaillez en groupe et créez une mascotte de la sécurité ! À quoi ressemble-t-elle ? Est-ce une personne, un animal ou autre chose ? Quel équipement de sécurité porte-t-elle ? Quelle règle de sécurité rappelle-t-elle aux gens ? Quelle est sa devise ? Quel est son « super pouvoir » en matière de sécurité ? Présentez-la au monde entier !



**idée :** vous pouvez utiliser les mascottes pour décorer votre classe ou même toute l'école !

# POSTERS DE SÉCURITÉ



**Type:** activité créative, sensibilisation



**Durée :** 45 - 60 minutes



**Nécessaire :** papier, marqueurs, crayons de couleur



## **Instructions :**

Créez vos propres affiches sur le thème de la sécurité routière. Vous pouvez aborder ce sujet comme vous le souhaitez : « Portez votre casque ! », « Comment prendre soin de votre vélo », « Savez-vous comment signaler vos changements de direction ? », « Regardez des deux côtés ! », « Les panneaux les plus importants » ou tout autre sujet. Cela peut prendre la forme d'affiches informatives, de bandes dessinées ou même de mèmes ! Faites preuve de créativité : plus l'affiche sera originale, plus son message sera efficace !



**Conseil :** vous pouvez utiliser les affiches pour décorer votre classe ou même toute l'école ! À la fin de ce document, vous trouverez également quelques questions de réflexion que vous pouvez imprimer et afficher parmi les affiches que vous avez créées.

# BINGO



**Type:** activité créative, jeu



**Durée :** 30 - 45 minutes



**Nécessaire :** cartes de Bingo (fournies ci-dessous), crayons de couleur, jetons et feutres



## **Instructions :**

Jouez au bingo avec des panneaux de signalisation ! Commencez par remplir vos cartes de manière à avoir un panneau différent dans chaque case (stop, cédez le passage, sens interdit, interdiction aux vélos, piste cyclable, voie partagée, passage piéton, feux de signalisation, rond-point, rue à sens unique, etc.). Dessinez les panneaux ; ils n'ont pas besoin d'être parfaits, juste reconnaissables. Puis jouez au bingo ! L'enseignant appellera progressivement les panneaux de signalisation. S'il en appelle un que vous avez sur votre carte, cochez-le. Le premier à obtenir une ligne, une colonne ou une diagonale complète crie « BINGO ! » et gagne.



**Conseil :** Énoncez la signification d'un panneau (par exemple, « Vous devez vous arrêter ! » ou « C'est ici que vous traversez la rue ! »), et non son nom. Lorsqu'une personne obtient un bingo, laissez-la expliquer la signification des panneaux qu'elle a cochés.

# CRÉER ET DEVINER



**Type:** activité créative, jeu



**Durée :** 20 minutes



**Nécessaire:** Papier, feutres, crayons de couleur



## **Instructions :**

Demandez aux élèves de créer leurs propres panneaux routiers, en expliquant à la fois leur fonction et leur importance. L'enseignant appellera ensuite le nom ou l'explication d'un panneau, et l'élève qui le possède devra le brandir.



**Conseil :** vous pouvez ensuite utiliser les nouveaux panneaux de signalisation dans le cadre de vos décorations thématiques pendant la semaine.

# CHARADES DE SÉCURITÉ



**Type:** jeu



**Durée :** 15 - 20 minutes



**Nécessaire :** cartes préparées avec des consignes (vous pouvez les rédiger ensemble au début de l'activité – par exemple, chacun en écrit 3), casque.



**Instructions :**

Jouez à des charades sur la sécurité ! Tirez une consigne du casque (par exemple « gonfler les pneus » ou « tomber d'un scooter ») et mimez-la. Un élève mime, les autres devinent. Vous pouvez jouer individuellement ou en équipe. Discutez brièvement de chaque consigne après avoir deviné.



**Conseil :** pour rendre le jeu encore plus amusant, vous pouvez jouer deux manches. Lors de la première manche, jouez comme d'habitude, en essayant de mimer les indices donnés (vous pouvez fixer une limite de temps). Une fois que vous avez utilisé tous les indices contenus dans le casque, remettez-les dans le casque et mélangez-les.

Au deuxième tour, vous mimerez les mêmes mots, mais vous ne devrez pas bouger ! Vous devrez prendre une pose immobile qui permettra aux autres de reconnaître le mot.

# JEU DE MÉMORY



**Type:** activité créative en équipe, jeu



**Durée :** 45 - 60 minutes



**Nécessaire :** cartons découpés en cartes, feutres, crayons,



## Instructions :

Créez votre propre jeu de mémory ! Formez des paires de cartes : écrivez le nom d'un panneau de signalisation sur les deux cartes. Dessinez ensuite le panneau sur la première carte et écrivez sa signification sur la deuxième carte. Travaillez en groupes pour créer 32 paires de cartes dans chaque groupe. Une fois que vous avez terminé, amusez-vous à jouer ensemble !



**Conseil :** essayez de trouver autant de panneaux que possible (stop, cédez le passage, sens interdit, interdiction aux vélos, piste cyclable, voie partagée, passage piéton, feux de signalisation, rond-point, rue à sens unique, etc.). Si vous n'avez pas assez de panneaux, vous pouvez dessiner d'autres éléments liés à la sécurité à vélo. Par exemple, écrivez « Casque » sur les deux cartes d'une paire. Dessinez un casque sur une carte et écrivez « protection contre les blessures à la tête » sur l'autre.



# PICTIONARY DES SIGNAUX



**Type:** jeu



**Durée :** 15 - 20 minutes



**Nécessaire :** grandes feuilles blanches, feutres



## **Instructions :**

Jouez au Pictionary des panneaux de signalisation ! Les élèves sont répartis en équipes. Un élève de chaque équipe dessine un panneau de signalisation tandis que son équipe essaie de deviner de quoi il s'agit. Ils peuvent fixer une limite de temps pour rendre le jeu plus difficile.



**idée:** pour rendre le jeu plus amusant, vous pouvez fixer une limite de temps

# CALENDRIER TYPE

Cet exemple d'emploi du temps peut vous servir d'inspiration pour établir votre emploi du temps hebdomadaire. Chaque jour est consacré à un thème particulier et divisé en blocs pour les activités en salle et en plein air. Vous pouvez choisir vous-même la forme spécifique de l'emploi du temps : sélectionnez parmi les activités proposées et créez des leçons qui répondront précisément à vos besoins.

Matin (à l'intérieur)

Discussion introductive (questions à la page 31)

Théorie des règles de circulation de base (p. 4)

Panneaux de signalisation « Qui suis-je ? » (p. 4)

Bingo (p. 24)

Après-midi (cour de récréation)

Feux de circulation figés (p. 12)

Jeu du chat perché avec signaux (p. 16)

- Défi vélo (p. 11)

Mardi : Sécurité et entretien: Matin (à l'intérieur)

Théorie sur la sécurité et l'entretien (p. 6)

Le mystérieux kit de sécurité (p. 6)

Commencez par la grande fresque sur la sécurité (p. 20)

Après-midi (aire de jeux)

danse avec casques (p. 14)

Équipez-vous ! (p. 13)

Parcours d'obstacles (p. 15)



# CALENDRIER TYPE

Mercredi : Sécurité et entretien:

Matin (aire de jeux)

Démonstration du contrôle ABCD (p. 8)

Atelier d'entretien des vélos (p. 9)

Course de lenteur (p. 17)

Après-midi (en salle)

Suite de la grande fresque sur la sécurité (p. 20)

Charades sur la sécurité (p. 26)

- Jeu de mémoire (p. 27)

Jeudi : Planification d'un itinéraire à vélo

Matin (à l'intérieur)

Théorie de la planification d'itinéraire (p. 5)

Activité : Planifiez votre itinéraire (p. 5)

Près de l'école : marquer à la craie (p. 21)

Après-midi (cour de récréation)

Carrefour (p. 10)

Interactions avec la circulation (p. 18)

Vendredi : Réflexion et conclusion

Matin (à l'intérieur)

Terminer et présenter la grande fresque sur la sécurité (p. 20)

Jouer au jeu préféré de la semaine

Discussion de réflexion en groupe (questions à la page 32)

# QUESTIONS INTRODUCTIVES



Que signifie pour vous la « sécurité » lorsque vous roulez à vélo ou en trottinette ?

À quelle fréquence pensez-vous à la sécurité avant de rouler ?

Qu'est-ce qui pourrait rendre vos trajets plus sûrs ?

Pourquoi pensez-vous qu'il existe des règles de circulation pour les vélos et les trottinettes ?

Que pourrait-il arriver si quelqu'un ne respectait pas les règles en roulant ?

Qui est responsable de votre sécurité lorsque vous roulez ?

Pourquoi est-il important de prendre soin de votre équipement, et pas seulement de l'utiliser ?



Vous pouvez utiliser ces questions en début de semaine pour introduire le thème de la sécurité à vélo et en trottinette. Ces questions aideront les élèves à réfléchir à la question et à s'y plonger. N'hésitez pas à ajouter vos propres questions et à laisser la discussion se développer.

# QUESTIONS CONCLUSIVES



Qu'est-ce que tu n'attendais pas apprendre cette semaine, mais que tu as appris ?

Qu'est-ce qui t'a le plus plu dans l'apprentissage par le vélo ou les activités de sécurité ?

Comment penses-tu que ta pratique du vélo a changé depuis le début de la semaine ?

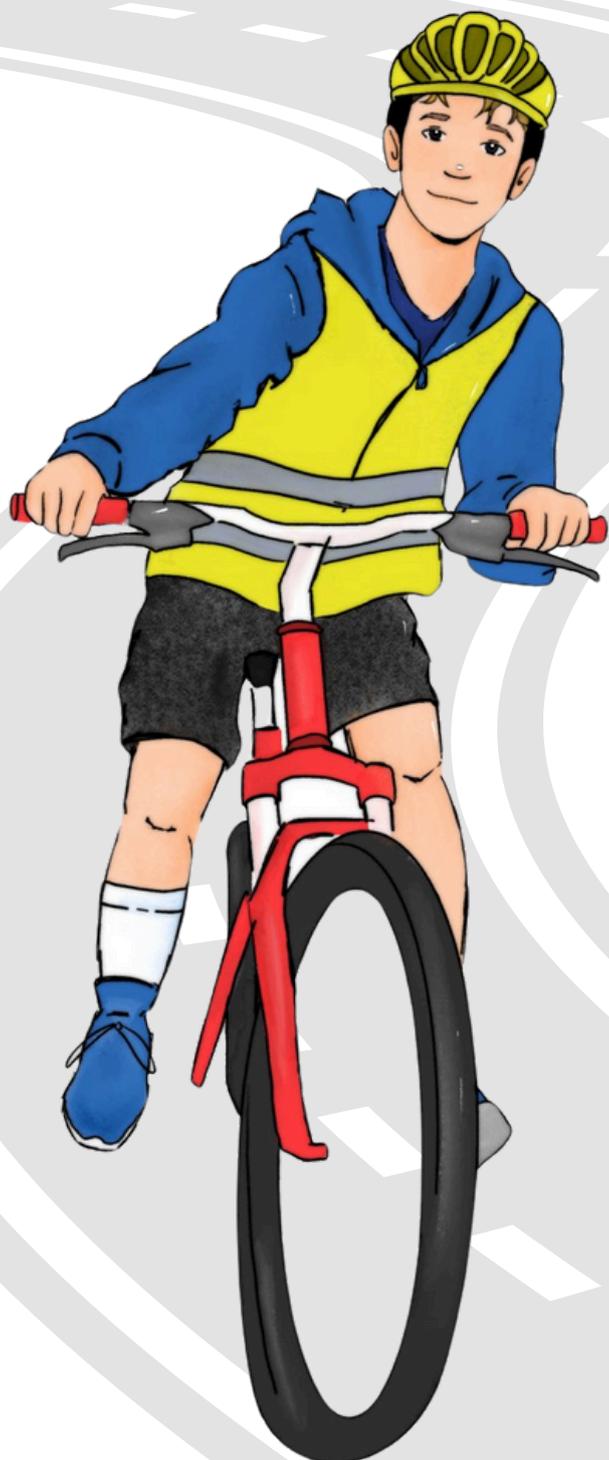
Qu'est-ce que tu feras différemment quand tu feras du vélo après cette semaine ?

Si tu devais expliquer la sécurité à un enfant plus jeune, comment t'y prendrais-tu ?

Qu'est-ce que tu retiendras de cette semaine, même dans plusieurs années ?



Utilisez ces questions à la fin de la semaine. Elles aideront les élèves à réfléchir et à retenir les connaissances et les expériences nouvellement acquises. Vous pouvez aborder ces questions sous la forme d'une discussion ouverte, ce qui permettra aux élèves de partager leurs réflexions entre eux.



**À IMPRIMER**



# TEST AFCD - GUIDE

## A = Air

- Assurez-vous que les roues sont correctement gonflées (la pression recommandée est indiquée sur le côté des jantes).
- Vérifiez que les pneus sont en bon état (pas de fissures ni de « zones usées »).
- Assurez-vous que les valves sont en bon état et bien serrées.

## F== Freins

Lorsque vous tournez les deux roues vers l'avant (l'une après l'autre), la roue ne doit pas s'arrêter pendant au moins 10 secondes.

Lorsque vous appuyez dessus, les leviers de frein ne doivent pas toucher le guidon (au moins un doigt doit pouvoir passer entre le guidon et le levier enfoncé).

- Freinez avec le levier gauche et essayez de faire avancer le vélo. Freinez avec le levier droit et essayez de faire reculer le vélo. Si, dans les deux cas, le vélo reste immobile ou si la roue opposée se soulève, les freins fonctionnent correctement.

## C = Chaîne et manivelles

Assurez-vous que la chaîne est propre, bien lubrifiée et exempte de rouille. Si les pédales tournent librement vers l'arrière et ne se bloquent pas, tout va bien. Si elles grincent ou font du bruit, c'est qu'il y a un problème.

- Déplacez les manivelles d'un côté à l'autre. Si elles sont bien fixées à l'axe, elles ne bougeront pas.

## D = Test de chute

Suulevez la roue à environ 4 doigts du sol et laissez-la tomber. Le bruit qui en résulte vous permet de détecter si des pièces sont desserrées (roues, axe de direction, chaîne, etc.).

Ensuite, maintenez la roue avant entre vos jambes et essayez de tourner le guidon sans bouger la roue. Si elle tourne, vous devrez la resserrer.



# TEST AFCD - CHECKLIST

## A = Air

- Les pneus sont correctement gonflés (vérifiez la pression recommandée)
- Les pneus sont en bon état (pas de fissures ni de zones usées)
- Les valves sont bien serrées

## F = Freins

- Lorsque vous faites tourner une roue, elle tourne librement pendant au moins 10 secondes
- Lorsque vous freinez, les leviers de frein ne touchent pas le guidon (un doigt peut passer entre les deux)
- Lorsque vous freinez tout en déplaçant le vélo, celui-ci reste immobile ou l'autre roue se soulève

## C = Chaînes et pédales

- La chaîne est propre, huilée et sans rouille
- Les pédales tournent en arrière sans à-coups ni grincements
- Les manivelles (bras de pédale) ne bougent pas latéralement, elles sont solidement fixées

## D = Drop test

- Lorsque vous laissez tomber doucement le vélo d'une hauteur de 4 doigts, aucun bruit inhabituel
- Lorsque vous maintenez la roue avant entre vos jambes et essayez de tourner le guidon, celui-ci ne bouge pas
- Toutes les pièces (roues, chaîne, direction) semblent bien serrées et solidement fixées



**un problème?**

résouds le ou demande de l'aide



**tout est bon?**

vas-y et profite de la balade!



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**



**VÉLO**



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**

# TROTTINETTE



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**

**PIÉTON**



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



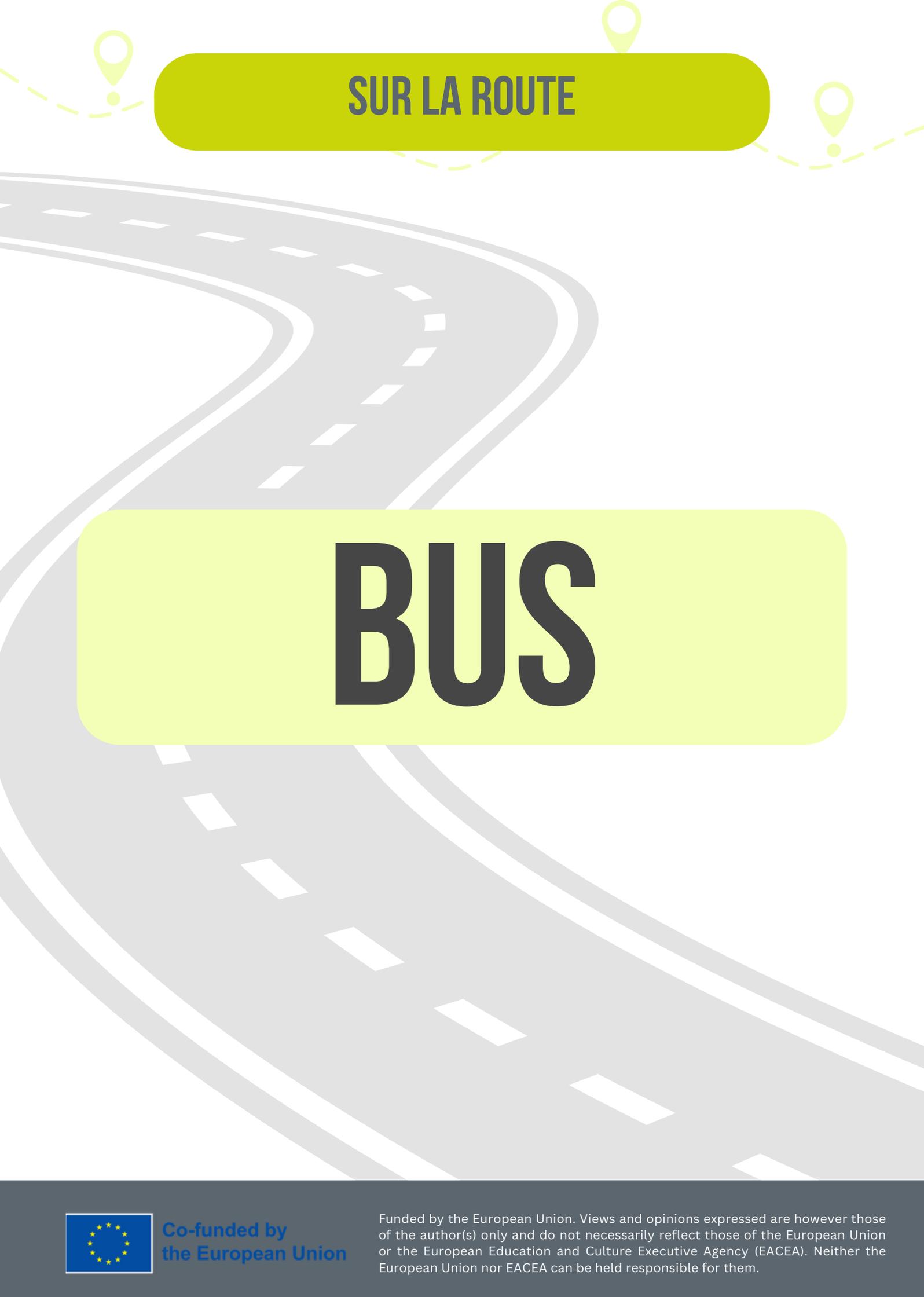
**SUR LA ROUTE**

**VOITURE**



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**

# **BUS**



**Co-funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**

# TRAM



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**

**CAMION**



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**



**GROUPE  
DE  
CYCLISTES**



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

A stylized illustration of a winding road with dashed white lines, set against a light green background. Three location pins are scattered around the top of the image, connected by a dashed line.

**SUR LA ROUTE**

# SKATER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**SUR LA ROUTE**

# **CHAISE ROULANTE**



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

# BINGO




**Instructions :** Dessinez un panneau de signalisation différent dans chaque case. Écoutez les panneaux qui sont annoncés. Lorsqu'un panneau que vous avez sur votre carte est annoncé, cochez-le. Le premier joueur à obtenir une ligne, une colonne ou une diagonale complète crie « BINGO ! » et gagne.



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



# COMMENT PRÉVENIR LES ACCIDENTS AVANT QU'ILS NE SURVIENNENT?





**QUE SIGNIFIE PRENDRE  
SES RESPONSABILITÉS  
POUR SA SÉCURITÉ?**





**EST-CE QUE DES PETITES  
DÉCISIONS COMME  
PORTER UN CASQUE  
PEUVENT AVOIR DE  
GRANDS RÉSULTATS?**





**COMMENT VOS CHOIX  
AFFECTENT-ILS LES  
AUTRES SUR LA ROUTE?**





# QUE SIGNIFIE LE RESPECT SUR LA ROUTE ?





**SI TOUT LE MONDE  
CONDUISAIT COMME VOUS,  
EST-CE QUE LES ROUTES  
SERAIENT PLUS SÛRES?**





# e·GREEN

**PROJECT NUMBER: 2023-1-FR01-KA220-SCH-000153899**



**CC BY-SA 4.0 DEED**

This work is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>. Logos are excluded from this license.



**Co-funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.