



□ □ □ □  
Sécher a mat Freed Vëlo fueren

1, 2, 3... ça roule!



# Conseils de sécurité

EN VÉLO, EN SKATE,  
EN TROTTINETTE :  
JE PORTE TOUJOURS  
MON CASQUE !



**EN VÉLO, EN SKATE,  
EN TROTTINETTE :  
JE PORTE  
TOUJOURS  
MON CASQUE !**

Circuler avec un engin (vélo, trottinette, skate) n'est pas sans danger. En cas d'accident, la tête est souvent touchée. Même si au Luxembourg le port du casque n'est pas obligatoire, il est vivement conseillé d'en porter un, afin d'éviter des patho-

logies lourdes en cas d'accident.

[www.medmix.at/  
helm-fuer-kinder/](http://www.medmix.at/helm-fuer-kinder/)

Nie ohne Helm:  
Risiko raus! Vidéo:



**► CONSEIL :**

Comme pour tout, l'enfant imite les adultes, ceux-ci devraient donc donner l'exemple et toujours porter un casque.



# Exercices

## SUIVRE UN TRACÉ

Matériel:  
Craie ou cônes  
de marquage



## SUIVRE UN TRACÉ

Dans un couloir ou un circuit, tracez des lignes et des rétrécissements, éventuellement en les marquant avec des lattes, des cordes, des cônes de marquage ou tout autre matériel servant à construire un parcours. Les enfants essaient de traverser les obstacles sans quitter le tracé du couloir et sans poser pied à terre.

### Conseils:

Veillez à ce que les enfants:

- anticipent les lignes et rétrécissements et portent le regard loin devant eux.
- aient une vitesse adaptée en traversant le tracé.



### Variantes:

- Utiliser des lignes existantes et des rétrécissements naturels.
- Échelonner le niveau de difficulté.
- Parcours en terrain naturel



# Exercices

## ROULER EN CERCLE

Matériel :  
Cônes de marquage  
ou craie



## ROULER EN CERCLE

Répartissez plusieurs cônes de marquage ou tracez des lignes sur une aire de jeu dégagée, afin de délimiter un espace d'évolution.

En roulant autour du cercle prédéfini, les enfants essaient de passer le plus près possible des cônes.

### Conseils:

Veillez à ce que :

- un maximum d'enfants soit en mouvement en même temps à l'intérieur de la zone délimitée.
- les enfants dirigent leur regard vers l'intérieur du virage.

### Variantes:

- Rouler en huit.
- Rouler autour de plaques d'égout ou d'arbres existants.
- Lancer des défis : animer les enfants à rouler à une seule main en tendant l'autre bras etc.



# Jeux

## 1, 2, 3 SOLEIL

Matériel :  
Craie ou cônes  
de marquage



## 1, 2, 3 SOLEIL

Les enfants s'alignent les uns à côté des autres sur une ligne de départ. Le meneur de jeu se tient à distance sur une deuxième ligne. Le premier qui atteint cette ligne est déclaré vainqueur. On peut rouler lorsque le meneur de jeu a le dos tourné et compte « 1,2,3 soleil ».

Quiconque est pris en train de bouger doit retourner à la ligne de départ.

### Conseils :

Veillez à ce que :

- le meneur de jeu compte de façon bien audible, distincte et pas trop vite.
- les règles soient définies à l'avance.
- les enfants aient une position correcte de la pédale au départ.

### Variante du jeu :

- Changer de moyen de locomotion : trottinette, planche à roulettes, draineuse, tricycle....
- Faire le même jeu sans moyen de locomotion.



# Jeux

## JEU DE L'ATOME

Aucun matériel requis



## JEU DE L'ATOME

Tous les enfants se déplacent librement à l'intérieur d'une zone de jeu prédéfinie. Au signal de l'enseignant (appel d'un nombre), les enfants forment des groupes correspondant à ce nombre. Les « électrons » reçoivent un point de pénalité ou doivent accomplir une tâche définie.

### Conseils :

- Veiller à ce que les enfants aient une attitude respectueuse lors des déplacements.
- Faire essayer le jeu sous forme de course à pied (prévention de risques).
- Des cercles tracés à la craie peuvent servir à former les atomes.

### Variantes du jeu :

- Au lieu d'un signal sonore, utilisez un signal visuel : Montrez le numéro avec les doigts ou tenez une feuille sur laquelle le numéro est écrit.



# Jeux

## RECHERCHE DE NIDS (CHAISES MUSICALES)

Matériel :  
Craie





## RECHERCHE DE NIDS (CHAISES MUSICALES)

Les nids sont dessinés à la craie sur une aire de jeu dégagée, au minimum un nid de moins par rapport au nombre d'enfants dans le groupe. Les enfants se déplacent librement sur le terrain. Au signal, chacun cherche à occuper au plus vite un nid avec la roue avant de son vélo. Celui qui ne trouve pas de nid est pénalisé par un point.

Tous les enfants n'ayant pas de point à la fin du jeu sont déclarés vainqueurs.

### Conseils :

- Veillez à fixer les règles à l'avance.
- Si les enfants ne parviennent pas à se mettre d'accord sur celui qui était le premier dans le cercle, les deux seront malchanceux et recevront chacun un point.

### Variantes du jeu :

- Alternance entre signaux visuels et sonores.
- Au départ, chaque enfant a « 3 vies » (pincés à linge).



Liens



 **LIVRES:**

**Fr:**

- Mes petites roues  
ISBN 978-2-0813-9142-0
- Le dernier jour  
d'automne  
ISBN 979-10-93647-44-9
- Mes p'tits docs: Le vélo  
ISBN 978-2-7459-6989-7
- Le vélo de Jojo  
ISBN 978-2-2263-9424-8

• Accroche-toi, Ours!  
ISBN 978-2-374080246

**De:**

- Wieso, weshalb, warum:  
Mein Laufrad  
ISBN 978-3-473-32833-8
- Ampel, Straße und Verkehr  
ISBN 978-3-473-32878-9
- Laufrad mein Laufrad  
ISBN 978-3-407-81227-8

• Tiger und Bär im  
Straßenverkehr  
ISBN 978-3-407-78890-9

• Der kleine Tiger braucht  
ein Fahrrad  
ISBN 978-3-407-76095-1





## SITES WEB :

Bicycool – Exercices  
et jeux en vélo



Adac Stiftung –  
Rätsel für Kinder



Tous en route – Enseigner la  
sécurité routière aux enfants



Onilo.de: Tiger und Bär  
im Straßenverkehr



Mobile Kids (für Lehrer)



Sécurité routière – Règle-  
mentations pour cyclistes



Sécurité routière – Eist  
Kand a säi Vëlo (Brochure  
pour enseignants)



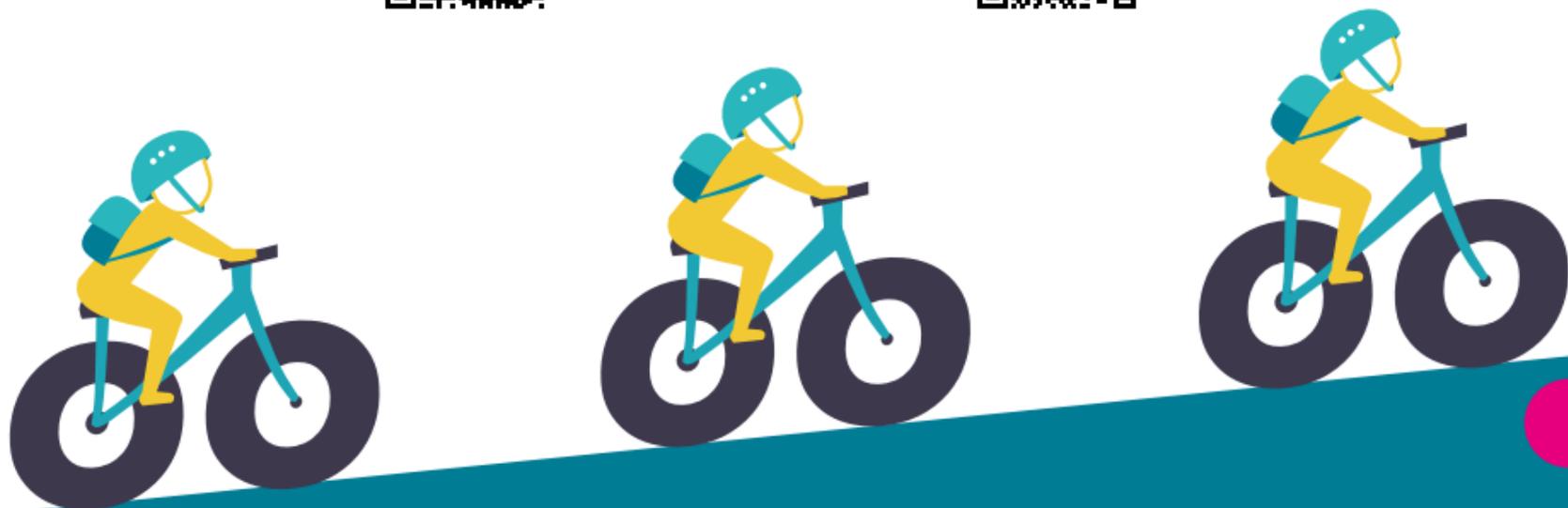
Sécurité routière – La route  
ça s'apprend (Brochure  
pour parents)



 **BEWEEGUNGSKËSCHT:**

Fit a Monter

ISBN: 978-99959-1-429-5





SCRIPT

Service de Coordination de la Recherche  
et de l'Innovation pédagogiques et technologiques



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de l'Éducation nationale,  
de l'Enfance et de la Jeunesse

