

Randonnée Cyclo

« Le P'tit Tour de la Manche »

Dans le cadre de **la mise en place de l'Attestation de Première Education à la Route** (APER)*, le Comité Départemental USEP de la Manche propose aux professeurs des écoles des « randonnées cyclo » au printemps afin de faciliter la validation des compétences de leurs élèves.

Objectifs

Axe Éducation à la citoyenneté

Objectifs :

- ✓ **Mettre en pratique les règles de sécurité routière**
- ✓ **Découverte et respect de l'environnement et du patrimoine**
- ✓ **Acquérir une autonomie réelle en milieu non protégé**

Axe Culture Sportive

Objectifs :

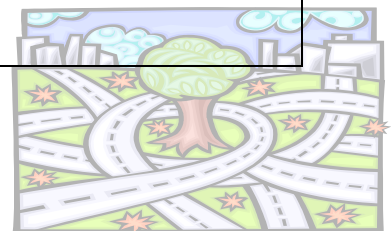
- ✓ **Développer ses capacités d'endurance,**
- ✓ **Affiner sa maîtrise du vélo,**
- ✓ **S'adapter à la géographie du terrain,**
- ✓ **Contrôler sa vitesse,**
- ✓ **Apprendre à gérer son effort, à se connaître, à se dépasser.**

Axe culture associative

Objectifs :

- ✓ **Se soumettre à des règles dans le cadre de sorties collectives,**
- ✓ **Appréhender collectivement le parcours envisagé,**
(travail sur l'itinéraire, sur l'environnement, le patrimoine et la météo),
- ✓ **Responsabiliser les enfants en répartissant des tâches inhérentes à une randonnée,**
- ✓ **Créer et gérer une association.**

* APER : documentation pédagogique sur le site prévention maif – www.ac-caen.fr/manche, onglet « pédagogique », « éducation à la sécurité routière », « sécurité routière », « liens utiles ».



Les circuits sont élaborés en respectant différents paramètres : capacités des enfants, conditions de terrain, de circulation, d'hébergement ...



Chacun de ces mini séjours aura une durée de 3 jours avec 2 nuitées dans un centre d'hébergement.

Des séances seront proposées pour préparer la randonnée.

Le projet et les circuits peuvent être aménagés en fonction du travail avec les équipes éducatives (arrivée à l'école).

Tarifs : 190 € par élève

(Transports, hébergement, restauration, intervention en classe, Prêt de matériel, gratuité pour les adultes accompagnateurs)

Plus prise de licence pour les enfants non licenciés Usep (6 €)

Les inscriptions se feront dans l'ordre d'arrivée des demandes.



Si vous désirez des informations complémentaires vous pouvez nous contacter à l'adresse suivante :

**USEP 50 – 5 Boulevard de la Dollée – 50 000 ST LO
02 33 77 42 56 – Mél : usep50@laliguenormandie.org**

EXEMPLE DE PARCOUR REALISE

Jour 1 : Rando cyclo

Itinéraire : Hauteville sur Mer– Saint Martin de Bréhal – Saint-Pair sur Mer -**27 KM-**

Départ 9h place d'Hauteville sur mer après un encas (voir départ de l'école avec le transporteur)

Repas du midi :

Lieu : Saint Martin de Bréhal (centre PEP)

Horaire : 12h00

Hébergement/Restauration du soir :

Lieu : Saint-Pair sur Mer (Centre Ligue de l'enseignement)

Horaire : Arrivée prévue 17h

Jour 2 : Randonnée Cyclotourisme + Traversée de la baie du Mont Saint-Michel

Itinéraire : Saint-Pair sur Mer – Bec d'Andaine - **21 KM**

Départ : 9h00

Repas du midi :

Lieu : à définir

Responsable : centre de Saint-Pair sur Mer

Horaire : 12h00

Goûter : Mont Saint-Michel

14h00 à 17h00 traversée de la baie et visite du Mont Saint-Michel

Retour en bus jusqu'au centre

Hébergement/Restauration du soir :

Lieu : Saint-Pair sur Mer

Responsable : Centre de Saint-Pair sur Mer

Jour 3 : Randonnée Cyclotourisme

Itinéraire : Saint-Pair sur Mer - Hudimesnil – liaison en bus – lieu à définir – retour école -**25 KM-**

Départ : 9h de Saint-Pair sur Mer

Repas du midi :

Lieu : Hudimesnil

Responsable pique-nique : Centre de Saint-Pair sur Mer

Horaire envisagé : 12h

Transfert en bus : Hudimesnil – lieu à définir

Après midi : trajet en vélo jusqu'à l'école

Arrivée vers 16h00

Locaux Hébergement/Repas :

Centre Ligue de l'Enseignement
« Porte des îles »
N° agrément : 507802
106, rue Sainte Anne
50380 SAINT PAIR SUR MER
Tél : 02.33.91.27.00

Centre PEP
« Les Oyats »
N° agrément : 508202
Avenue de la Passerelle
50290 BREHAL
Tél : 02 33 61 66 21

MATERIEL

Véhicule ouvreur : Transport eau + Sacs enfants + Pharmacie + Pique Niques + matériel réparation + Portable

Véhicule régie : Transport de vélos HS + enfants blessés ou fatigués + Sacs enfants + pharmacie + Eau + Portable

Accompagnateurs : Eau + petite pharmacie + Portable

SECURITE

Préparation pédagogique des enfants : Cycle d'apprentissage à la maîtrise du vélo, à la gestion d'un effort physique de longue durée, aux règles de la sécurité routière et aux règles de comportement à respecter lors d'un déplacement en groupe. Apprentissage sous la responsabilité de l'enseignant, accompagnée du Comité Départemental de Cyclotourisme et du Comité Départemental USEP.

Les accompagnateurs : Afin de respecter la réglementation en vigueur de l'Education Nationale dans le cadre de sorties à vélo, il y aura un adulte accompagnateur par groupe de 6 enfants. Ces adultes seront agréés par l'Education Nationale.

Matériel : Chaque enfant sera équipé d'un dossard fluorescent et d'un casque. Les adultes accompagnateurs seront équipés d'une chasuble fluorescente, d'un casque, d'un réflecteur, d'eau, d'une petite pharmacie et d'un portable. Les organes de sécurité des vélos seront vérifiés après chaque journée.

1 Véhicule balai équipé d'un gyrophare : Transport de vélos HS + transport enfants blessés ou fatigués + sacs enfants + pharmacie + Eau + nourriture + Portable+ Sacs enfants+ matériel réparation.

Le véhicule balai aura pour tâche de rester à l'arrière des cyclistes afin de prévenir les véhicules venant de l'arrière, d'appréhender les problèmes techniques et de répondre à des cas de fatigue ou d'urgence.

1 Véhicule ouvreur équipé d'un gyrophare : Pharmacie + matériel réparation + transport enfants blessés ou fatigués + eau + portable+ Pique Niques.

Le véhicule ouvreur lui se situera à l'avant du groupe, il se placera à des endroits « délicats ou dangereux » afin de prévenir les automobilistes de l'arrivée d'enfants à vélo. Ces points délicats sont signalés sur la carte IGN par ce sigle

Organisation pratique à vélo : groupe d'une dizaine d'enfants encadrés par 2 adultes au minimum par groupes. Un adulte se positionnera à l'avant du groupe et un deuxième à l'arrière. Les groupes seront espacés de (2 à 3 mn de distance).

Moyens de secours : 6 portables pour contacter les secours. 1 dans chaque véhicule et 1 par groupe.

Assurance : L'ensemble des participants (enfants, accompagnateurs et conducteurs des véhicules) sont tous licenciés au comité départemental USEP et sont assurés à l'A.P.A.C (Association Pour l'Assurance Confédérale) en responsabilité civile.

Les parcours : les parcours seront fléchés et chaque accompagnateur sera équipé d'une carte avec les explications du parcours. Chaque parcours en vélo fera l'objet d'une présentation aux accompagnateurs et les points stratégiques seront évoqués (feux, ronds-points, descentes dangereuses, virages dangereux, mauvaise visibilité,.....)

Liste des communes traversées :

Hauteville sur mer/ Annoville / Lingreville/ Bricqueville sur mer / Bréhal / **Saint Martin de Bréhal** / Coudeville sur mer / Bréville sur mer/ Granville / **Saint Pair sur Mer** / Jullouville / **Carolles** / Champeaux / Saint Jean Le Thomas / **Bec d'andaines** / Anctoville sur Boscq / **Hudimesnil** / **Notre-Dame de Cenilly**/ **Moyon**.

Les transports en bus seront assurés par le CD usep 50

ECHEANCIER

TRAVAIL PREPARATOIRE A LA RANDO-CYCLO

Un travail préparatoire est effectué dans chaque classe :

Interventions en classe encadrées par le délégué départemental USEP de la manche en partenariat avec le comité départemental de prévention routière pour les séances 2 et 3.

Séance 1 :

Présentation de l'USEP et du projet aux enfants

Durée : 1h30

En soirée présentation aux parents

janvier/février

Séance 2 :

Sensibilisation aux risques liés à la pratique du vélo ;

- Visualisation d'une vidéo évoquant les points importants sur le comportement à tenir sur la route et le code de la route,
- Débats et échanges autour de situations de déplacement et de sécurité.,
- Explication technique sur l'équipement et le vélo.

Durée : 1h30

Dates : mars

Séance 3 :

Initiation technique, évaluation des jeunes et entretien des équipements. ;

- Vérification mécanique des vélos,
- Mise en place d'atelier de maniabilité (freinage, démarrage, porté de vélo, slalom, virage, lâcher de main, virage à une main, passage étroit et descente),
- Sortie en petit groupe sur un secteur sécurisé.

Durée : $\frac{1}{2}$ journée

Dates : avril

Séance 4 :

Sortie Test ;

- Préparation des parents « vidéo et mise en situation »
- Sortie test dans les conditions de la randonnée pour évaluer les acquisitions des séances précédentes (2 et 3),
- Positionnement des personnes accompagnateurs,
- Bilan avec l'encadrement.

Durée : $\frac{1}{2}$ journée

Dates : mai juin

Repérage des circuits en vélo avec les enseignants / visite des structures d'accueil