

Programme 2012

12 « mardis » au calendrier.

Explications sur le programme du trimestre

Les consignes de sécurité, la tenue, les protections

Suivant les classes, reprise des exercices de base vus en 2011

Pour la GSM, apprentissage plus poussé de l'équilibre

- Echauffement à vélo, suivi d'une ligne
- Lâché d'une main - main sur le casque - main à la selle - Debout sur les pédales
- Rouler lancé, debout sur les pédales
- Prise et dépose d'un anneau
- Prise d'une balle de tennis et dépose en hauteur dans panier
- « la trottinette »
- Parcours d'agilité adapté suivant les classes
- Jeu de l'éliminatoire, du parcours de lenteur

Du CE2 au CM2, classes divisées en 3 groupes : entretien des vélos et mécanique, agilité sur cour, sécurité routière en classe.

Toutes les classes ont eu une séance sur la piste routière

Nouveauté 2012 : cyclocross sur le plateau de la Plaine

Tests de fin d'année pour l'ensemble des classes

Voir « Tests 2012 »

Points sur les tests : Très bon niveau

Satisfactions : les enfants de GSM débutant ont tous appris à faire de vélo

Tous les enfants ont effectués les tests avec sérieux.

Tous ont réussi et obtenu leur diplôme respectif.

Toutes les sections GSM à CM2 ont effectué une sortie au parc du champ de tir de Pont de Buis sur le terrain de cyclocross. Circulation en sous bois et mini cyclocross ont été au programme.

Vive le vélo

Et à l'année prochaine