

**VELO (VTT)****LE GYMKHANA****Cycle 3****APPRENTISSAGES ATTENDUS :**

Prendre des informations pour anticiper les difficultés du parcours : **Rouler en réduisant le risque de chute lié à l'environnement = maîtriser son vélo sur un parcours accidenté ou comportant des obstacles [rester en équilibre, conserver sa trajectoire et adapter sa vitesse].**  
Etre observateur selon les critères de sécurité définis.

**DISPOSITIF ET TACHE :**

Les enfants sont en binômes (contrôleur/coureur). Effectuer l'un après l'autre tous les parcours.  
Les parcours sont imposés ou libres en fonction du degré de difficulté ou de l'attente à l'atelier.

**ATELIER 1 - Passer sous l'élastique tout en restant dans le couloir étroit.**

**ATELIER 2 - Slalom rapide : passer rapidement (temps limite à étalonner auparavant).**

**ATELIER 3 - Rouler sur la planche étroite.**

**ATELIER 4 - Accélérer sur 30 m et s'arrêter entre 2 repères sans toucher le bâton posé sur deux cônes.**

**ATELIER 5 - Franchir 2 lattes en faisant passer la roue avant au dessus.**

**ATELIER 6 - Passer dans un couloir entonnoir sans toucher les côtés (cordes ou chaînes).**

**ATELIER 7 - Franchir 2 tremplins ou planches décalés.**

**ATELIER 8 - Course de lenteur de 30 secondes (étalonner auparavant).**

*Nota: il est souhaitable d'associer les élèves à l'élaboration du barème de chaque atelier; exemple: atelier 1: (2 POINTS ; élastique touché= -1 ; sortie du couloir= -1)*

**CONSIGNES**

Passer obligatoirement dans tous les ateliers.  
Suivre son camarade lors du changement d'atelier et veiller à noter correctement suivant le barème indiqué.  
Compléter le fiche d'observation (dans livret élève).

**CRITÈRES DE RÉUSSITE**

Au moins 14 points sur 20.  
Réaliser au moins deux fois ce score dans la séance.

**PLUS FACILE**

Diminuer les facteurs d'exigence (1 seul paramètre pris en compte).  
Travailler sur un seul atelier avec beaucoup de répétitions.

**PLUS DIFFICILE**

Augmenter le nombre de critères pris en compte.  
Effectuer les ateliers sur des temps plus restreints ou plus longs, augmenter la taille des obstacles / à des vitesses différentes / en tenant le VTT d'une seule main par exemple.  
Changer de déclivité.

**OBSERVATIONS**

Les ateliers sont installés par les élèves. La liste n'est pas exhaustive : les élèves peuvent en inventer d'autres.  
L'enseignant supervise l'application des consignes de sécurité et intervient au moindre dysfonctionnement qui met en danger un élève.

velo\_c3\_sa\_gymkhana.doc - p 2/2