

Nous avons vécu une semaine vélo riche, du lundi 15 mai au vendredi 19 mai, en voici un petit résumé :

❖ Jour1 :

- La première journée nous avons commencé par découvrir les vélos de chacun, donné des consignes précises et des règles de sécurité.
- Pour la première matinée nous avons commencé par des exercices de découverte. Nous devons nous balader à côté du vélo, puis se positionner de chaque côté du vélo (devant, derrière, gauche, droite), sans le lâcher. Le second exercice était de se balader et au signal de rejoindre le plus vite possible son vélo.



- Ensuite nous avons réalisé des exercices d'échauffement en collectif que nous avons fait à chaque début de séance, tout au long de la semaine.

Exercice de patinette, c'est-à-dire se mettre sur une pédale, sur un côté du vélo et rouler en équilibre.

Exercice de draisienne, c'est-à-dire rouler sans utiliser les pédales.



- Pour terminer la première matinée nous avons réalisé un parcours de l'entrée de l'école jusqu'à la cour de la maternelle. Nous avons pu exploiter les panneaux que nous avons vu lors des semaines précédentes ! Pas toujours simple au départ mais avec de l'entraînement ça fonctionne !



Jour 2 et 3 :

Lors des deux jours suivants nous avons continué les échauffements en collectif pour commencer. Ensuite nous étions en deux groupes. Le premier groupe réalisait le grand parcours avec Cathy, devant la salle de sport avec tous les panneaux et la route tracée. Le deuxième groupe faisait des jeux avec Aurélie, apprendre à s'équilibrer, course, apprendre à freiner...



Jour 4 :

Le quatrième jour nous nous sommes entraînés pour vendredi. Il y avait un atelier slalom avec Cathy. Le second atelier avec Aurélie était pour se préparer pour vendredi. Nous avons appris à faire des files indiennes, puis nous avons travaillé notre équilibre en lâchant une main de notre vélo pour toucher un cerceau puis nous avons fait des petites courses.





Jour5 :

Vendredi, nous avons terminé la semaine par une balade. Dans un premier temps, nous sommes passés par la cour des grands sous les applaudissements des élèves.



Ensuite nous nous sommes promenés dans Irodouer, un premier tour tous ensemble qui s'est très bien déroulé grâce à l'aide précieuse des parents présents. Puis certains, ont fait un autre tour pendant que d'autres jouaient dans la cour des grands avec Cathy.



Pour terminer cette semaine, nous avons partagé un pique-nique bien mérité, puisque chacun a été félicité pour son comportement, lors de cette semaine qui s'est vraiment très bien passée !

