



Vélo Québec

OFFERT PAR



Photo: Maxime Jureau/APM

CETTE ANNÉE, VOTRE ENFANT APPREND À SE DÉPLACER À VÉLO !

cyclisteaverti.ca

Votre enfant et sa classe participeront bientôt au programme Cycliste averti de Vélo Québec.

Le vélo est une activité amusante, abordable, et qui offre un fort sentiment de liberté et d'autonomie aux jeunes. C'est aussi un moyen de transport efficace pour les déplacements quotidiens, par exemple de la maison à l'école.

Avec le programme Cycliste averti, votre enfant prendra plaisir à acquérir toutes les compétences nécessaires pour pratiquer le vélo en toute sécurité !

En quoi consiste le programme ?

1 FORMATION THÉORIQUE À LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

- Apprentissage de la sécurité à vélo de façon ludique par des simulations, des animations interactives, des vidéos et des lectures
- Durée : 6 heures, incluant une évaluation écrite
- Par l'enseignant(e) titulaire de la classe



2 PRATIQUE EN MILIEU FERMÉ

- Développement des habiletés à vélo par des jeux et des exercices en gymnase ou dans la cour d'école
- Durée : 6 heures, incluant une évaluation pratique
- Par l'enseignant(e) d'éducation physique et à la santé



3 SORTIE SUR ROUTE EN GROUPE

- Mise en pratique des notions apprises en classe dans des situations courantes de la circulation à vélo
- Sortie à vélo de 3 à 5 km autour de l'école
- Accompagnement par des instructeurs et instructrices cyclistes qualifié(e)s veillant à la sécurité des élèves



4 EXAMEN INDIVIDUEL SUR ROUTE

- Évaluation des comportements et manœuvres de l'élève sur un circuit similaire à celui de la sortie de groupe
- Élève accompagné(e) par un adulte qui l'évalue et assure sa sécurité



BULLETIN PERSONNALISÉ

- Suite à son examen individuel sur route, votre enfant obtiendra un bulletin.



5

CONSULTEZ LE BULLETIN DE VOTRE ENFANT POUR TOUT SAVOIR SUR SES PROGRÈS ET CONTINUER À L'ACCOMPAGNER DANS SES APPRENTISSAGES.

Les principaux apprentissages que fera votre enfant

- Vérifier l'état et l'ajustement de son vélo.
- Ajuster son casque.
- Comprendre les panneaux routiers.
- Respecter les règles de la circulation.
- Se positionner dans la rue de façon à assurer sa sécurité.
- Signaler ses intentions grâce au code gestuel.
- Reconnaître les risques posés par les angles morts et les portières des véhicules.
- Déterminer qui a la priorité dans les différents types d'intersection.
- Effectuer des manœuvres de virage sécuritaires.
- Comprendre l'importance des vérifications et des contacts visuels.

PRENEZ CONNAISSANCE DE SON CAHIER D'EXERCICES ET POSEZ-LUI DES QUESTIONS SUR SES NOUVELLES CONNAISSANCES.

Votre enfant a un vélo ?

- Est-il de la bonne taille?
- Les pneus sont-ils bien gonflés?
- Les freins sont-ils fonctionnels?

ASSUREZ-VOUS DÈS MAINTENANT QUE LE VÉLO EST EN BON ÉTAT POUR LE DÉBUT DES ACTIVITÉS.

Votre enfant a un casque ?

ASSUREZ-VOUS QU'IL EST EN BON ÉTAT ET À SA TAILLE.

Si votre enfant n'a pas de vélo ou de casque, veuillez en aviser dès maintenant son enseignant·e d'éducation physique.

MERCI À NOS PARTENAIRES !

Cycliste averti bénéficie du soutien financier du gouvernement du Québec.

Québec 