



Le Pass Bike au collège

publié le 08/09/2023

Valoriser des compétences

Descriptif :

Au collège Maurice Bedel les élèves font de nombreux déplacements à vélo, ils apprennent également à réparer, à entretenir le matériel, à s'entraider, à se dépasser ensemble et obtiennent leur #PassBike en fin de 3e.

PASSBIKE
Collège Maurice Bedel
CRITERES DE REUSSITE

Mécanicien

- j'entretiens mon matériel (nettoyage, chaîne huilée...)
- je sais remettre ma chaîne en cas de déraillement
- je sais adapter le bon braquet en fonction du relief de la route et de la vitesse de déplacement
- je sais changer une chambre à air en cas de crevaison
- je sais régler mes freins
- je sais résoudre des problèmes mécaniques complexes (dérailleur, réparer une chaîne...)

Co-équipier

- je sais rouler en groupe en respectant les distances de sécurité
- je sais adapter ma vitesse en fonction du groupe
- j'ai une maîtrise satisfaisante dans le travail d'équipe en *Run and Bike*
- je protège mon camarade en difficultés en lui disant où se placer et en adaptant ma vitesse
- je sais prendre l'aspiration pour m'économiser
- je suis capable de conseiller un camarade en difficulté (encouragements, choix du braquet, port du sac à dos...)

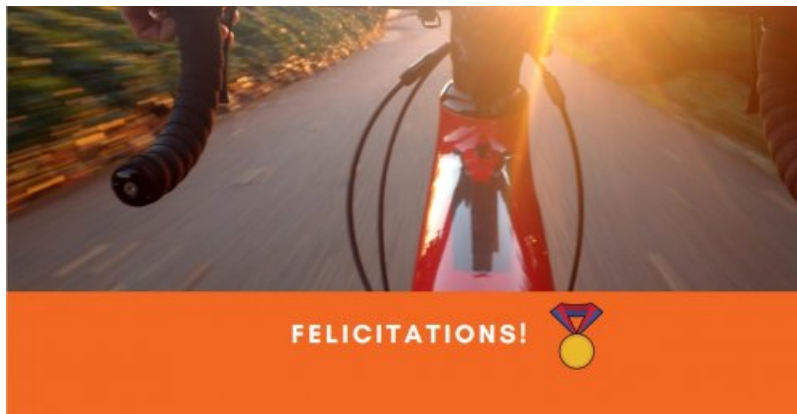
Champion

- j'ai réussi à gérer mes efforts lors de la sortie et j'ai terminé le parcours
- j'ai parcouru au moins 25 km sur une sortie au collège
- j'ai parcouru plus de 40 km sur une sortie au collège
- j'ai participé à un séjour *classe cycliste*
- j'ai parcouru plus de 100 km sur mon cycle 4 au collège
- j'ai obtenu une maîtrise satisfaisante en performance en *Run and Bike*

Eco-citoyen



- je respecte les règles de sécurité routière sur la route
- je respecte les règles pour me déplacer en groupe
- je suis autonome : je gère mon équipement (casque, gilet jaune, sac à dos, gourde, nourriture, vêtements de pluie, gants...)
- je respecte l'environnement traversé
- j'observe et j'apprends à m'orienter
- je prends soin de mon matériel



FELICITATIONS!



Académie
de Poitiers

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.