

Pédaler sans danger ?



10 activités pour devenir un(e) pro du vélo

1 | Défilé de mode fluo

Enfile ta plus belle tenue fluo et participe à un défilé de mode dans la cour de récréation. Chaussettes, t-shirts, chapeaux, bracelets, baskets..., tout est permis ! Tu ne possèdes pas d'affaires fluo ? Qu'à cela ne tienne ! Fais preuve de créativité en transformant ton gilet de sécurité réfléchissant en accessoire fluo.

2 | Tintement des sonnettes de vélo

Rassemblez un maximum de sonnettes. Faites-les tinter pendant 20 secondes. Convenez d'un moment dans la cour de récréation ou devant l'école et faites du bruit !



3 | Bouge dès ton réveil

Rien de tel qu'un brin d'exercice pour bien démarrer la journée ! Mets ton enseignant(e) au défi de faire de même. Combien de jours respecterez-vous cette bonne résolution ?

Quelques exercices à faire en classe :

- Relâcher les épaules en faisant pivoter les bras d'avant en arrière.
- Étirer le cou (en douceur) en regardant à gauche, puis à droite.
- Courir sur place.
- Sauter (sur place) en levant les genoux.
- Courir (sur place) en amenant les talons aux fesses.
- Faire un tour dans la cour de récré.
- Pédaler en l'air.
- Récupération : allonge-toi sur le dos et étire-toi complètement.

4 | Voter en faveur

d'une année scolaire la plus sûre possible

Collecte un maximum de signatures d'élèves, de parents, de grands-parents, d'enseignants... prêts à s'engager pour garantir, autour de l'école, un environnement routier sécurisé. Concerte-toi avec tes camarades pour déterminer ce qui est le plus important. À l'aide, par exemple, de flyers explicatifs, persuade ton entourage de l'importance d'un environnement scolaire sécurisé en matière de trafic.



5 | Vélowash

Organise un *vélowash*. C'est comme un *carwash*, mais pour les vélos ! Un vélo propre et en bon état est également un gage de sécurité sur le chemin de l'école. Combien de vélos allez-vous bichonner ?

6 | À la découverte

des panneaux routiers

Balade-toi dans les environs de l'école. Dessine tous les panneaux routiers que tu rencontres sur ton chemin. N'oublie surtout pas tes crayons de couleur ! Veille à ce que les panneaux que tu dessines soient parfaitement reconnaissables. Fais de cette promenade un moment privilégié et sécurisé !



7 | Vélos écrivains

Crée une chouette piste cyclable en écrivant sur le sol un mot à la craie. Suis les lettres avec ton vélo. Parviens-tu à bien respecter les lignes ?

8 | Silence, on tourne !

Réalise ton propre film promotionnel sur la sécurité routière. Invente une histoire, répète le texte et fais participer les acteurs de la classe à la mise en œuvre du film. N'oublie pas de désigner un(e) caméraman et un metteur / une metteuse en scène. Quel lieu te servira de décor ?



9 | Crée un poster

Partagez avec l'ensemble de l'école vos conseils les plus judicieux en matière de sécurité routière. Créez un poster qui en jette ! Utilisez-le pour décorer les couloirs, les portes des classes et la cour de récréation. Prévoyez éventuellement des exercices sympas que les autres élèves peuvent faire dans la cour. Une manière de permettre à tout le monde de bouger pendant la pause !

10 | Rap de la sécurité

Composez un rap (ou une chanson) dédié à la sécurité sur le chemin de l'école. Prévoyez au moins 4 couplets de 4 phrases. Créez une chorégraphie sympa à la portée de tous et toutes !

Conseil !

Vous pouvez également organiser un « bingo des panneaux routiers ». Le premier qui parvient à identifier 5 panneaux à la suite gagne !