

Extrait du titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

<http://www.titange.com/apprentissage-velo.html>

# L'apprentissage du vélo pour les tout-petits

- Activités bébé -



Date de mise en ligne : mardi 11 mai 2010

## Description :

Le vélo est une activité physique et ludique intéressante pour le développement de l'enfant. Comment l'aider dans son apprentissage ?

---

titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

---

# L'apprentissage du vélo pour les tout-petits : l'âge idéal pour commencer

L'apprentissage du vélo doit se faire progressivement et sans contrainte. Il est important de savoir déceler l'âge idéal pour cet apprentissage afin que l'enfant ne le sente pas comme une tâche difficile et démotivante. Que votre enfant soit un garçon ou une fille, pensez à lui procurer un tricycle vers 18 mois. Le plaisir de rouler à vélo naîtra petit à petit chez votre bébé à mesure que vous le pousserez dans le jardin ou sur les sentiers des randonnées. La vue de ses aînés ou des autres enfants faire du vélo alimentera davantage son désir de progresser.

Entre 24 et 30 mois, [bébé](#) peut apprendre à pédaler sur son petit tricycle. Vous pouvez ainsi enlever la petite barre de sécurité en plastique entourant l'abdomen de votre enfant afin qu'il ne soit pas trop gêné dans ses mouvements de pédalage. L'absence de cet accessoire l'obligera également à essayer de trouver par lui-même le bon équilibre lors du déplacement. Tâchez quand même d'orienter la manche amovible du tricycle lorsque votre enfant est obligé de changer de direction. L'enfant devient de plus en plus autonome lorsqu'il arrive à négocier par lui-même les virages.

# L'apprentissage du vélo pour les tout-petits : leçon pratique

La pratique du vrai vélo n'est réellement possible que vers l'âge de 3 ans. Même si l'enfant se débrouille merveilleusement bien sur un tricycle, l'assistance d'un parent ou d'une autre grande personne est au début nécessaire lorsqu'il s'agit d'un vrai vélo. Évitez de mettre des petites roues en complément de la roue arrière du vélo. Ceci risque de nuire au gain d'équilibre. Pour l'apprentissage et même après, faites porter un casque, des protège-genoux et des protège-coudes à votre enfant.

Réglez la hauteur de la selle suivant la taille de votre enfant. Demandez-lui de pédaler et de regarder toujours devant lorsqu'il roule à vélo. Montrez-lui les freins afin qu'il sache s'arrêter en cas d'obstacle. Tenez l'engin via un point de saisie en arrière. Demandez à l'enfant de démarrer. Lorsqu'il arrive à trouver le bon équilibre, lâchez le vélo sans qu'il le sache. N'oubliez pas de le rassurer et de le consoler s'il fait une chute. Enfin, enseignez-lui les principes du démarrage, de l'arrêt et de la négociation des virages.