

Déroulé Pédagogique Détaillé sur 1 Mois pour la Formation Réparateur de Vélos

Durée totale : 16 heures

La formation est répartie sur 4 semaines (environ 4 heures par semaine), intégrant cours théoriques et pratiques, avec un accompagnement progressif pour consolider les compétences.

Objectifs Généraux de la Formation :

1. Acquérir les bases techniques en mécanique vélo.
 2. Développer des compétences avancées en entretien et réparation.
 3. Maîtriser les techniques expertes pour des réparations complexes.
 4. Favoriser une approche autonome dans l'application des compétences.
-

Niveau 1 - Débutant (4 heures)

Objectifs spécifiques :

- Comprendre la structure et les composants d'un vélo.
- S'initier aux outils courants et aux techniques de réparation de base.

Programme :

- **Jour 1 (2 heures)**
 - **Introduction au programme** : Objectifs et mode d'évaluation (0h30).
 - **Vocabulaire de base** : Terminologie essentielle en mécanique vélo (0h30).
 - **Outils généraux** : Présentation et utilisation des outils courants (1h00).
 - **Jour 2 (2 heures)**
 - **Roues & pneus** :
 - Identifier les composants (pneus, chambre à air, valves) (0h30).
 - Techniques de gonflage et réparation des chambres à air (0h45).
 - **Freinage** : Vérification et entretien des systèmes de freinage à câble (0h45).
-

Niveau 1 - Débutant (2 heures) & Test Pratique

Objectifs spécifiques :

- Appliquer les techniques de réparation de base sur des cas pratiques.

Programme :

- **Jour 3 (2 heures)**
 - **Direction** : Manipulation des cintres et réglage des jeux de direction (0h45).
 - **Transmission** : Introduction aux pédales, chaînes, et cassettes (0h45).
 - **Test pratique en atelier** : Validation du niveau Débutant (0h30).
-

Niveau 2 - Intermédiaire (4 heures)

Objectifs spécifiques :

- Approfondir les techniques de réparation sur des composants avancés.
- Maîtriser l'utilisation d'outils spécifiques.

Programme :

- **Jour 4 (2 heures)**
 - **Outillage intermédiaire** : Présentation des outils spécifiques (0h30).
 - **Roues & pneus** :
 - Analyse de la structure des pneus et compatibilité (0h45).
 - Techniques de nettoyage et introduction au tubeless (0h45).
 - **Jour 5 (2 heures)**
 - **Direction** : Entretien des roulements et réglages avancés (0h45).
 - **Freinage** :
 - Réglage des freins à disque mécaniques (0h45).
 - Installation et ajustement des patins V-Brakes (0h30).
-

Niveau 2 - Intermédiaire (2 heures) & Test Pratique

Objectifs spécifiques :

- Consolider les compétences intermédiaires et évaluer leur application pratique.

Programme :

- **Jour 6 (2 heures)**
 - **Transmission** :
 - Présentation des sélecteurs de vitesses et réglage des dérailleurs (1h00).
 - Remplacement des câbles et gaines de transmission (0h30).
 - **Test pratique en atelier** : Validation du niveau Intermédiaire (0h30).
-

Niveau 3 - Expert (4 heures)

Objectifs spécifiques :

- Maîtriser les techniques avancées et autonomes de réparation.

Programme :

- **Jour 7 (2 heures)**
 - **Roues & pneus :**
 - Centrage et contrôle de la rondeur des cercles (1h00).
 - Entretien des moyeux traditionnels (1h00).
 - **Jour 8 (2 heures)**
 - **Direction :** Installation et ajustement des cônes de fourche, coupe des pivots Aheadset (1h00).
 - **Transmission :** Extraction et installation des pédaliers, entretien des boîtiers (1h00).
-

Niveau 3 - Expert (2 heures) & Test Pratique Final

Objectifs spécifiques :

- Appliquer les techniques expertes sur des cas complexes.

Programme :

- **Jour 9 (2 heures)**
 - **Transmission (suite) :** Réparation des filetages et réglage avancé des pattes de dérailleur (1h00).
 - **Test pratique final :** Validation du niveau Expert et remise de l'attestation (1h00).
-

Répartition finale :

- **Niveau 1 (Débutant) - 6 heures**
- **Niveau 2 (Intermédiaire) - 5 heures**
- **Niveau 3 (Expert) - 5 heures**

Ce déroulé assure un apprentissage progressif sur un mois, équilibrant théorie et pratique, avec des évaluations régulières pour consolider les acquis.

Déroulé Pédagogique Ultra-Détaillé pour les Sessions Présentielles d'Atelier

Objectif Global des Sessions Présentielles :

- Évaluer et valider les acquis théoriques et pratiques des participants pour chaque niveau (Débutant, Intermédiaire, Expert).
 - **Offrir un accompagnement personnalisé en fonction des besoins de chaque participant.**
 - Proposer des exercices pratiques adaptés pour renforcer les compétences et répondre aux objectifs de la formation.
 - Encourager l'autonomie dans la manipulation des outils et des composants.
-

Session Présentielle 1 : Validation du Niveau Débutant (2 heures)

Objectifs spécifiques :

- Évaluer la maîtrise des bases (vocabulaire, outils, roues, pneus, direction, freinage, transmission).
- Initier les participants à la résolution de problèmes simples sur des cas pratiques.
- Répondre aux questions spécifiques des participants.

Déroulé :

- 1. Introduction et briefing (15 minutes)**
 - Présentation des objectifs de la session.
 - Révision rapide des concepts clés (vocabulaire, outils courants).
 - Organisation en sous-groupes ou binômes pour favoriser la collaboration.
- 2. Atelier pratique : Roues & pneus (30 minutes)**
 - Identifier les composants d'une roue (pneus, chambre à air, valves).
 - Exercice 1 : Gonflage correct d'un pneu en fonction des pressions recommandées.
 - Exercice 2 : Démonstration suivie d'un exercice pratique de réparation et remplacement d'une chambre à air.
- 3. Atelier pratique : Direction et freinage (30 minutes)**
 - Manipulation des cintres et réglage des jeux de direction.
 - Évaluer la fluidité des roulements après réglage.
 - Vérification et ajustement des freins à câble.
 - Simulation de situations réelles (freins lâches ou rigides).
- 4. Atelier pratique : Transmission (30 minutes)**
 - Manipulation des chaînes, pédales et cassettes.
 - Démonter et remonter une chaîne.
 - Identifier les problèmes courants (chaîne déraillée ou usée).
- 5. Feedback et conclusion (15 minutes)**
 - Retour individuel sur les performances de chaque participant.

- Questions et clarifications sur les difficultés rencontrées.
 - Annonce des points à améliorer avant de passer au niveau Intermédiaire.
-

Session Présentielle 2 : Validation du Niveau Intermédiaire (2 heures)

Objectifs spécifiques :

- Tester la capacité des participants à manipuler des outils et composants spécifiques.
- Valider les compétences avancées dans l'entretien et la réparation.
- Simuler des scénarios pratiques plus complexes.

Déroulé :

- 1. Introduction et briefing (15 minutes)**
 - Présentation des objectifs de la session.
 - Mise en place des postes de travail individuels avec outils intermédiaires.
 - 2. Atelier pratique : Roues & pneus (30 minutes)**
 - Analyse des pneus et compatibilité avec les cercles.
 - Exercice 1 : Réparation d'un pneu tubeless (application de mastic et repositionnement).
 - Exercice 2 : Nettoyage et manipulation des valves.
 - 3. Atelier pratique : Direction et freinage (30 minutes)**
 - Entretien des roulements et réglages avancés du jeu de direction.
 - Vérification de la précision des réglages avec des instruments de mesure.
 - Réglage des freins à disque mécaniques.
 - Simulation d'un frein mal aligné et résolution du problème.
 - 4. Atelier pratique : Transmission (30 minutes)**
 - Réglage précis des dérailleurs avant et arrière.
 - Simulation de cas où le sélecteur de vitesse ne fonctionne pas correctement.
 - Remplacement des câbles et gaines de transmission.
 - Évaluer la fluidité des changements de vitesse après installation.
 - 5. Feedback et conclusion (15 minutes)**
 - Retour détaillé sur la maîtrise des compétences intermédiaires.
 - Recommandations personnalisées pour préparer le passage au niveau Expert.
-

Session Présentielle 3 : Validation du Niveau Expert (2 heures)

Objectifs spécifiques :

- Évaluer la capacité des participants à résoudre des cas complexes de réparation.
- Valider l'autonomie dans l'utilisation des techniques avancées.
- Simuler des scénarios proches de conditions réelles (problèmes client).

Déroulé :

1. **Introduction et briefing (15 minutes)**
 - Présentation des objectifs de la session.
 - Discussion sur les attentes des participants vis-à-vis de la certification finale.
 2. **Atelier pratique : Roues & pneus (30 minutes)**
 - Centrage et contrôle de la rondeur des cercles.
 - Utilisation d'outils de mesure pour identifier les déformations.
 - Entretien des moyeux traditionnels.
 - Identification et résolution de problèmes de roulements usés.
 3. **Atelier pratique : Direction et transmission (30 minutes)**
 - Installation et ajustement des cônes de fourche.
 - Techniques de coupe et montage des pivots Aheadset.
 - Extraction et installation des pédaliers, réglage des boîtiers de pédaliers.
 4. **Scénario final : Diagnostic et réparation globale (30 minutes)**
 - Cas pratique : Simuler un vélo présentant plusieurs problèmes (freins défectueux, chaîne usée, roue voilée).
 - Les participants doivent diagnostiquer et résoudre tous les problèmes dans un temps limité, avec un minimum d'assistance.
 5. **Feedback et conclusion (15 minutes)**
 - Remise de l'attestation de validation pour le niveau Expert.
 - Retour global sur les points forts et axes d'amélioration.
 - Discussion sur les perspectives d'application des compétences acquises.
-

Points clés des sessions présentielles :

- **Adaptabilité** : Chaque session est adaptée en fonction des besoins et des progrès des participants.
- **Progressivité** : Les exercices deviennent plus complexes à chaque niveau, suivant une logique d'apprentissage par palier.
- **Individualisation** : Feedback personnalisé pour chaque participant.
- **Pratique intensive** : Mise en situation réaliste pour consolider l'autonomie et la confiance.