

Los objetivos principales son crear conciencia de las consecuencias del uso de los diferentes medios de transporte, mejorar las habilidades sobre la bicicleta y ser capaces de circular de forma segura tanto en grupo como de manera autónoma.

En este curso la actividad se efectuará en dos mañanas, 3 horas cada día.

6º de Primaria

Día 1. *Charla: Comprobaciones de seguridad*

Descripción: Sirve de presentación del programa “La bici en la ciudad” a los alumnos. Se tratan cuestiones de movilidad, salud, deporte y medio ambiente. Se muestran las comprobaciones de seguridad que hay que hacerle a la bicicleta siempre que la vamos a coger y algunas nociones de mantenimiento de la bici.

Lugar: Patio

Duración: 45'

Ejercicios de Habilidad, Circulación en grupo y Test de Pauwels

Descripción: Se realizan primero una serie de ejercicios de habilidad sobre las bicicletas. Se busca desarrollar las habilidades motrices básicas que todo ciclista ha de controlar antes de circular por la ciudad como son giros, visión periférica, indicar con la mano, etc. Tras esto se practica la circulación en grupo en el patio del colegio practicando las distancias de seguridad con los compañeros, paradas y arrancadas, circulación en fila de uno y de dos, etc. Por último se les realiza una evaluación mediante el Test de Pauwels que dicta si hay algún alumno que no esté preparado para la actividad de calle.

Lugar: Patio

Duración: 2º15'

Día 2. *Práctica: Circulación en calle*

Descripción: Se circula en grupo hasta una zona de prácticas cercana al centro. Una vez allí el grupo es dividido en tres y, tras unas demostraciones e instrucciones previas de los monitores, los alumnos realizan una serie de ejercicios individuales. Durante la práctica se tratará de circular por todo tipo de vías. La ratio es de 1-7.

Duración: 3º

Lugar: Diferentes calles no muy alejadas del centro educativo.

6º de Primaria

Necesidades a cubrir por parte del centro y los alumnos:

DÍA 1

- Espacio en el patio con dimensiones de un campo de fútbol sala.
- Bicicletas y cascos de los alumnos.

DÍA 2

- Bicicletas y cascos de los alumnos.
- Mochila con agua y almuerzo de cada alumno.

Necesidades cubiertas por La Ciclería:

- 2/3 monitores con herramientas, botiquín y walkies.
- Chalecos reflectantes para uso de profesores y alumnos durante la actividad.
- Materiales para los ejercicios y patio y circuito de habilidad.
- Bicicletas y cascos para aquellos alumnos y profesores que no dispongan de bicicleta ni casco. Avisar con antelación.

La actividad puede tener variaciones tanto en el orden de las sesiones como en la duración y contenido de éstas, todo ello en función de las condiciones particulares de cada centro y grupo de alumnos.