

CUARTO Y QUINTO

Énfasis: Ciclista



ACTIVIDAD INICIAL

Elabore un listado de 10 ventajas por utilizar la bicicleta como medio de transporte.

ACTIVIDAD PRACTICA

1. Diseñen un plano en el cual se representen las principales vías y sitios de referencia que tienen del municipio o el lugar donde viven. Por ejemplo: el parque, el mercado, la Iglesia, el CAI, el colegio.
2. Tracen la ruta que toman desde su casa hacia el colegio. Ubiquen las calles o vías que son más transitadas por vehículos y peatones



EJERCICIO

Señale los posibles espacios públicos donde se puedan montar en bicicleta con los menores riesgos posibles y además se respete la circulación de otros actores viales como son los peatones. Indiquen por qué seleccionan esos sitios y las medidas de precaución que deberían seguir para que sea un lugar seguro para todos los ciclistas.



INDIVIDUAL

Proponga un mensaje educativo para los ciclistas, invitándolos a observar las señales y respetar las normas de tránsito.



Alcaldía de
SOACHA

Secretaría
de **Salud**

CUARTO Y QUINTO

Énfasis: Ciclista

ACTIVIDAD INICIAL



- ¿Cuáles son los órganos del cuerpo que más se pueden afectar en caso de una caída o un golpe cuando se viaja en bicicleta?
- ¿Cuáles son los sentidos más comprometidos para que el ciclista realmente esté en alerta y con mucha atención en su desplazamiento?
- ¿Qué sistema y órganos se ejercitan y deben ser cuidados para una buena movilidad en la bicicleta?

ACTIVIDAD PRACTICA

Divida a los estudiantes en seis grupos y cada uno va a representar las siguientes situaciones.

- Un ciclista que adelanta por la derecha cuando los pasajeros de un bus descienden de él.
- Un ciclista que se sube al andén en donde hay ancianos y personas distraídas.
- Un ciclista que transita a alta velocidad y atropella un animal en la vía.
- Un ciclista que va utilizando audífonos a alto volumen y no se percata de los vehículos que están a su alrededor.
- Un ciclista que es multado por no llevar los medios de protección necesarios (casco o reflectivos).
- Un ciclista que discute con un conductor porque no respeta la distancia reglamentaria.



REFLEXIONE



Acatar las normas de tránsito cuando nos movilizamos como actores viales es una de las mejores formas de aportar, para disminuir la ocurrencia de conflictos en los espacios públicos y especialmente en la vía.



Alcaldía de
SOACHA

Secretaría
de **Salud**