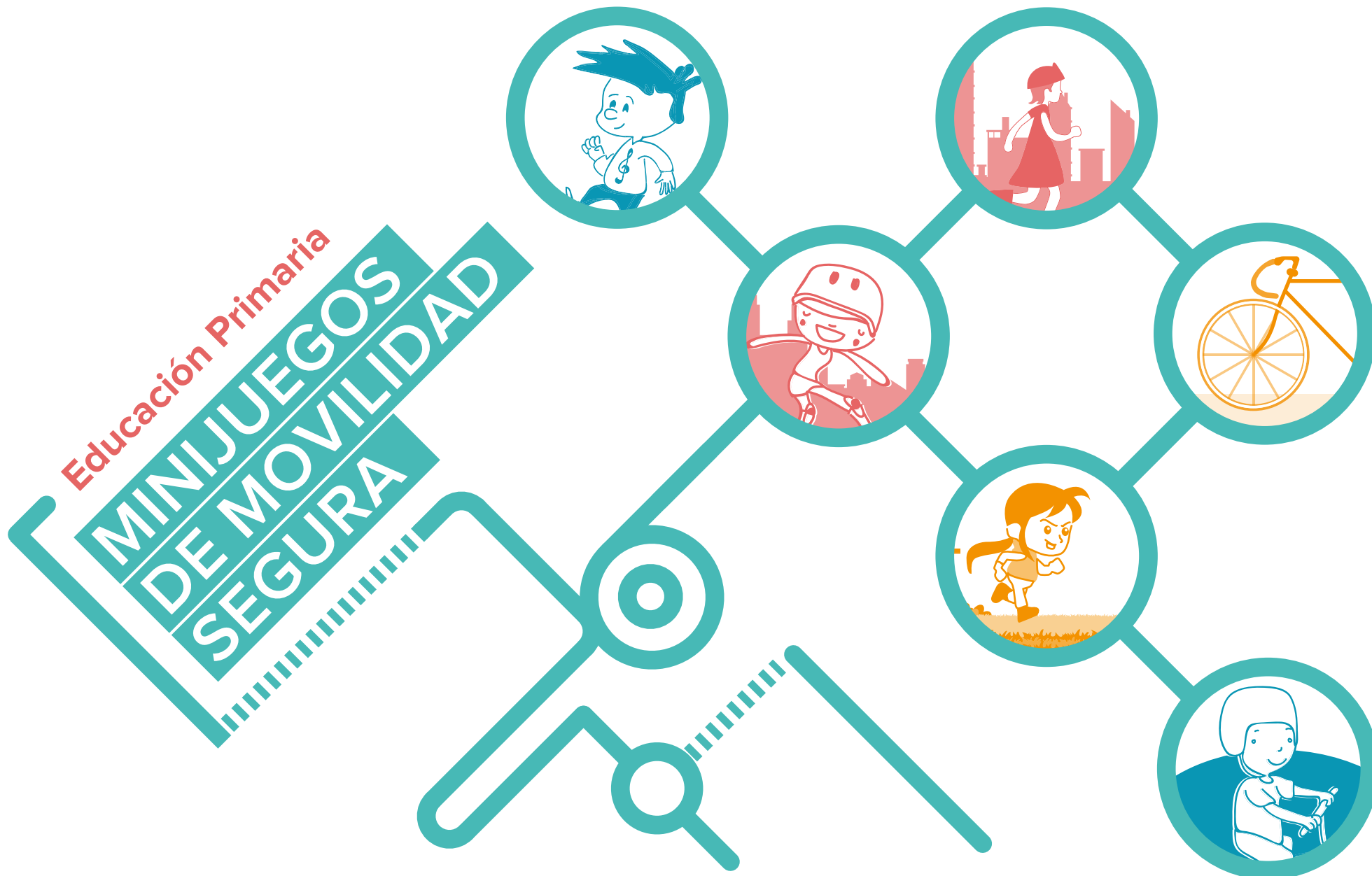




EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

SEGURTASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD

Para aprender hay que experimentar. Pero experimentar con aspectos como la percepción del riesgo o la atención puede ser peligroso... Hacerlo mediante el juego puede ser una buena opción.

Aquí encontrarás una propuesta amena para trabajar contenidos de movilidad segura con tu alumnado.

Incluye una serie de mini juegos que se contextualizan en el documento **“Educación para la movilidad segura. Guía de competencias”**.

Cada juego se acompaña de una propuesta de actividades que podrás completar en el aula.

primer ciclo

La meta justa



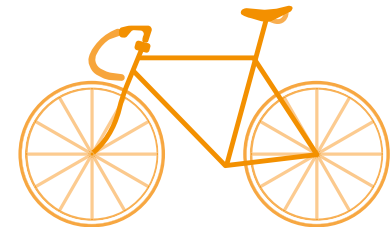
segundo ciclo

La invasión de las burbujas flotantes



tercer ciclo

Llegar a tiempo



Misión estelar





Música en la calle

Utilidad del juego

Dinámica del juego

Vídeo-demo

Propuesta didáctica



Actividades complementarias

Stop 

Yincana en el aula 

Otras actividades 

Música en la calle

Utilidad del juego

En estas edades los niños y las niñas van adquiriendo cada vez más autonomía en sus desplazamientos como viandantes. No obstante, a veces los trayectos ya conocidos los realizan hablando o jugando y con escasa atención a los estímulos externos de tráfico.

El juego pretende sensibilizar a los niños y a las niñas de la importancia de los sentidos del oído y la vista en sus desplazamientos por la calle.

Dinámica del juego

El juego consiste en seguir unas instrucciones orales para llegar caminando por diferentes calles a un destino mientras suena una música de fondo.

Hay tres retos o niveles. El volumen de la música se incrementa y el de las instrucciones orales disminuye paulatinamente a lo largo de cada uno de los tres retos.

Tiempo del juego: No hay límite.

Vídeo-demo

Instrucciones básicas para el alumnado:

- Hay que asegurarse de que los vehículos están parados antes de cruzar la calle.
- Si no se siguen las instrucciones correctamente, se deberá reiniciar el nivel.



Música en la calle

Propuesta didáctica

Competencias

- Atención.
- Análisis del entorno.

Objetivos

- Experimentar la dificultad de mantener la atención en ambientes ruidosos.
- Valorar la importancia de la atención en situaciones de movilidad.

Metodología

En función de la experiencia previa del alumnado, el juego se podrá realizar de manera individual, por parejas, o de manera supervisada por la persona formadora.

Juego individual o por parejas:

con el equipo correspondiente. Cuando una persona falle en el juego, pasará el turno a la siguiente.

Juego supervisado por la persona formadora:

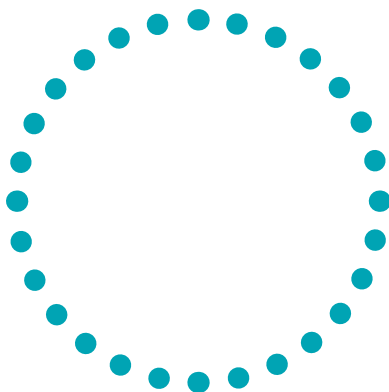
solicitará voluntarios/as para que de forma sucesiva realicen el juego delante del grupo.

Desarrollo

Cuando la persona formadora considere suficiente el tiempo de juego, planteará una conversación guiada para analizar la experiencia del alumnado. También podrá plantear alguna actividad complementaria.

Conversación guiada

Invitará al alumnado a sentarse en forma de círculo en el suelo o en forma de U con las sillas para facilitar la conversación sobre algunas de las siguientes cuestiones:



¿Os ha resultado sencillo mover al peatón por la ciudad?

¿Era más fácil avanzar al principio?
¿Por qué?

¿En qué momento os ha parecido que perdíais el control del peatón?

¿Creéis que en nuestras calles ocurre algo parecido al juego?

¿Hay muchas cosas que nos pueden distraer?

¿A qué ponéis atención cuando vais caminando?

Conclusiones

La persona formadora permitirá al grupo llegar a las siguientes ideas:

- Los sonidos cumplen una función fundamental: nos alertan y nos protegen de los peligros.
- Sin embargo, para que los sonidos puedan cumplir su cometido, también **debemos poner de nuestra parte**:
 - Prestar atención a los sonidos.
 - Evitar las distracciones y elementos que disminuyan o eliminen la información que nos dan los sonidos de la calle (cascos, auriculares...).



Actividades Complementarias

STOP

1. S (STOP)

Simplemente parar (stop) literalmente.

La persona formadora invita a que cada persona deje lo que está haciendo y a que se relaje, parando también sus pensamientos.

2. T (TAKE A BREATH)

Toma un respiro con atención plena.

La persona formadora da las siguientes indicaciones:

- Presta atención en cada inhalación y exhalación.
- Nota detenidamente cómo el aire entra y sale de tu cuerpo.

Repetir este ejercicio entre 3 y 5 veces.

3. O (OBSERVE)

Observa

La persona formadora da las siguientes indicaciones:

- Observamos lo que está sucediendo en este momento.



¿Cuáles son las sensaciones de tu cuerpo?

¿Tu corazón está acelerado?

¿Cómo es tu respiración?

¿Cuáles son tus pensamientos?

¿Qué emociones sientes? ¿Enfado, tristeza, felicidad, tranquilidad?

¿Qué oyes a tu alrededor?

La atención a los estímulos viales puede estar condicionada por variedad de condiciones, entre ellas nuestras propias emociones.

Esta actividad consiste en practicar una técnica sencilla para trabajar la consciencia del propio estado y la atención plena. La técnica se desarrolla según estas 4 fases:

4. P (PROCEED)

Procede

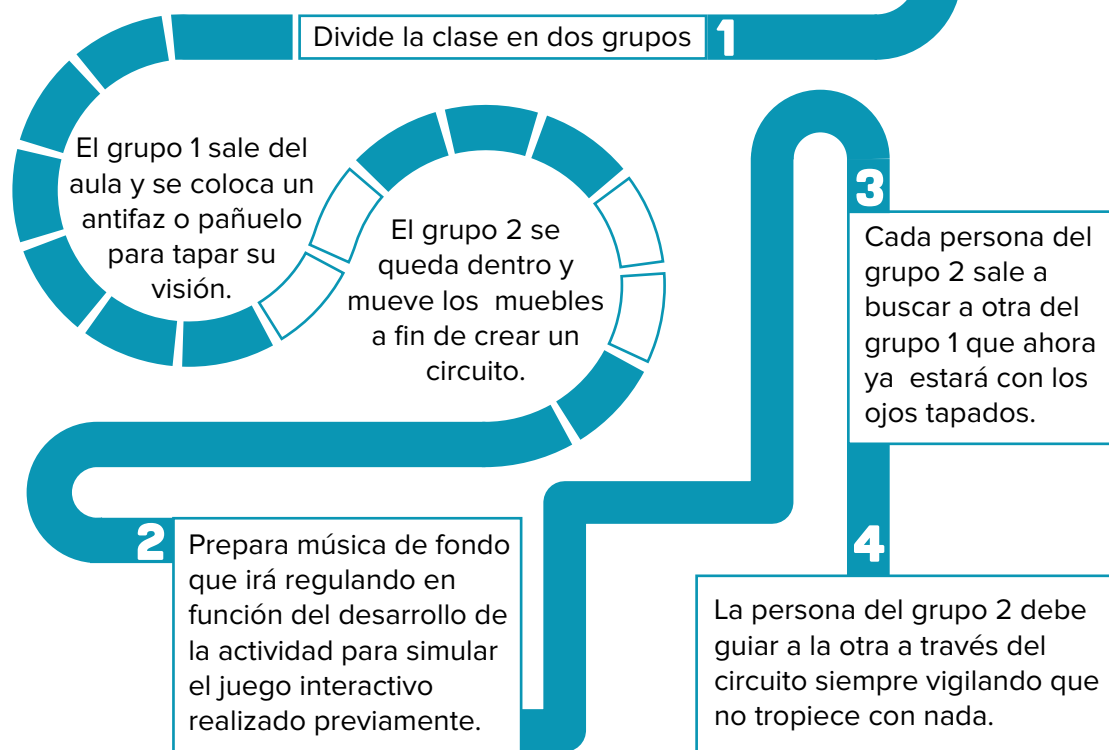
La persona formadora da las siguientes indicaciones:

- Ahora ya somos conscientes de nuestras sensaciones, de nuestros pensamientos y de nuestro propio cuerpo.
- Vamos a terminar mientras seguimos observando a nuestro alrededor y percibiendo cómo son las cosas en este momento.

Actividades Complementarias

YINCANA EN EL AULA

Para ello la persona formadora puede seguir el orden siguiente:



Esta actividad pretende reforzar el mensaje de que los sentidos del oído y la vista son los que más información nos proporcionan cuando nos desplazamos y que nos ayudan a evitar accidentes de tráfico. La actividad consiste en una yincana.

La actividad puede realizarse con distintos niveles de dificultad.

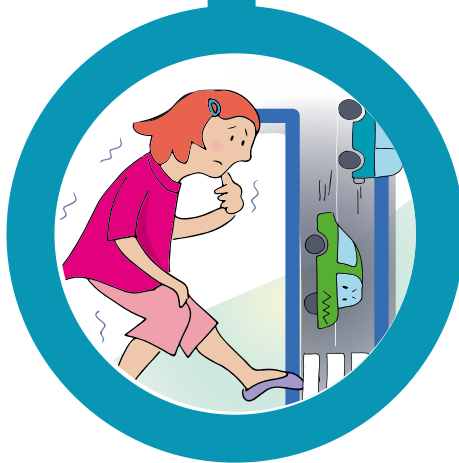
Cogiendo de las manos y guiando con orientaciones verbales.

Lo mismo, pero con la música más alta.

En silencio, pero manteniendo el contacto para guiar a la otra persona más fácilmente. Por ejemplo, las dos manos en los hombros indican “seguir adelante”, la mano en el hombro derecho indica girar a la derecha, y la mano en el hombro izquierdo indica girar a la izquierda. La mano en la cabeza indica parar.

Lo mismo, pero con la música más alta.

Otras actividades



¿Qué me da miedo?

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria1_es_int.pdf
(Página 11)

¿Qué es seguro?

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria1_es_int.pdf
(Páginas 16-19)





La meta justa

Utilidad del juego

Dinámica del juego

Vídeo-demo

Propuesta didáctica



Actividades complementarias

El círculo en el suelo



La carrera en el patio



Folio giratorio



Otras actividades





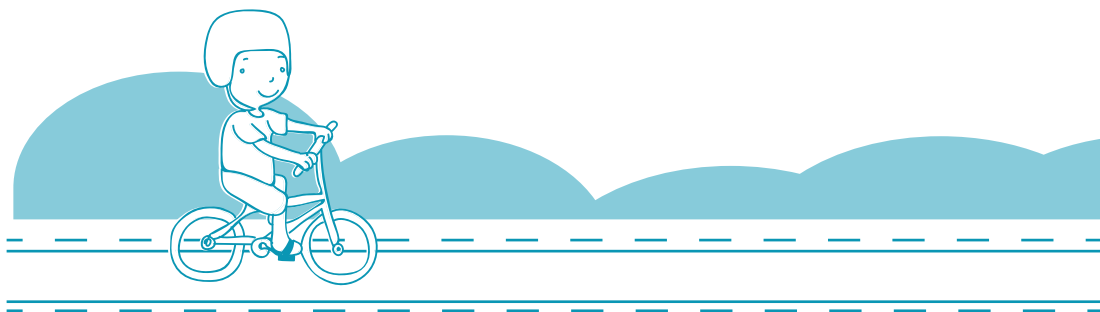
La meta justa

Utilidad del juego

En estas edades los niños y las niñas comienzan a desplazarse autónomamente como viandantes y tienen un uso lúdico de la bicicleta.

Se trata de un momento adecuado para entrenar su habilidad y prever situaciones de riesgo vial.

El juego pretende sensibilizar a los niños y a las niñas sobre el tiempo de reacción para detenerse y la importancia de relacionar la velocidad con la distancia de frenado.



Dinámica del juego

El juego consiste en bajar en bicicleta por una cuesta y frenar en el punto exacto en que aparece una señal de STOP.

Hay cinco niveles. La velocidad en cada uno de ellos es distinta, de manera que la “fuerza” de la frenada a aplicar y la antelación con la que iniciarla es también diferente.

Tiempo del juego: No hay límite.

Vídeo-demo

Instrucciones básicas para el alumnado:

- Si no se frena en el lugar exacto, se deberá reiniciar el nivel.

La meta justa

Propuesta didáctica

Competencias

- Consciencia de la vulnerabilidad y el riesgo.

Objetivos

- Experimentar la dificultad de frenar a medida que cambia la velocidad.
- Valorar la necesidad de protegerse ante el riesgo vial.
- Localizar el punto correcto de detención (no parar antes ni después del lugar oportuno para tener mayor seguridad y visibilidad).
- Conocer y cumplir algunas normas básicas de circulación (STOP, ceda el paso, paso de peatones o semáforos).

Metodología

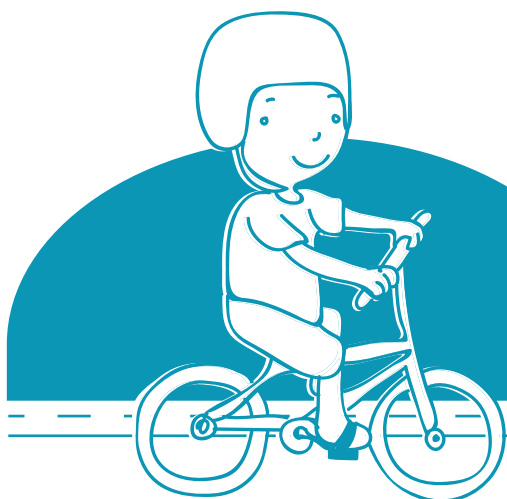
En función de la experiencia previa del alumnado, el juego se podrá realizar de manera individual, por parejas, o de manera supervisada por la persona formadora.

Juego individual o por parejas:

con el equipo correspondiente. Cuando una persona falle en el juego, pasará el turno a la siguiente.

Juego supervisado por la persona formadora:

solicitará voluntarios/as para que de forma sucesiva realicen el juego delante del grupo.





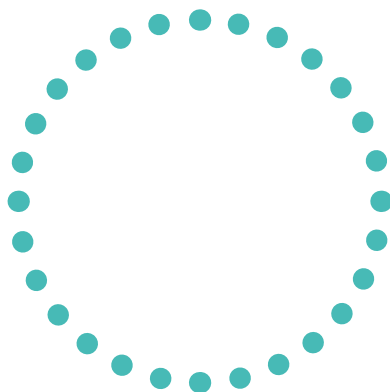
Desarrollo

Cuando la persona formadora considere suficiente el tiempo de juego, planteará una conversación guiada para analizar la experiencia del alumnado.

También podrá plantear alguna actividad complementaria.

Conversación guiada

Invitará al alumnado a sentarse en forma de círculo en el suelo o en forma de U con las sillas para facilitar la conversación sobre algunas de las siguientes cuestiones:



¿Con qué habéis relacionado el juego? ¿Os habéis identificado?

¿Creéis que era más fácil frenar a tiempo las primeras veces?

¿Habéis mejorado la frenada cuanto más practicabais?

¿Qué era diferente en los distintos niveles? ¿Por qué cada vez costaba más frenar?

¿Os ha pasado alguna vez algo similar en la realidad? ¿Qué puede pasar si en la vida real no paráis a tiempo? ¿Y si paráis antes del lugar correcto? ¿Cómo sabéis que hay que parar cuando vais en bicicleta?

¿Os habéis fijado en si el ciclista lleva algún elemento de protección? ¿Por qué creéis que lo lleva?

Conclusiones

La persona formadora permitirá al grupo llegar a las siguientes ideas:

- A medida que aumentamos la velocidad, necesitamos más distancia para frenar.
- Circulando en bicicleta, ante un imprevisto, la velocidad que llevemos puede determinar el tener o no un accidente. Lo podemos sufrir nosotros o provocarlo a otras personas.
- La mejor opción, circular con atención respetando las señales y protegiéndonos adecuadamente con el casco.
- Puede que a veces vayamos a una velocidad no muy alta y sin embargo nos aparezca una persona, un animal... Para eso será bueno hacer uso de nuestro timbre.

Actividades Complementarias

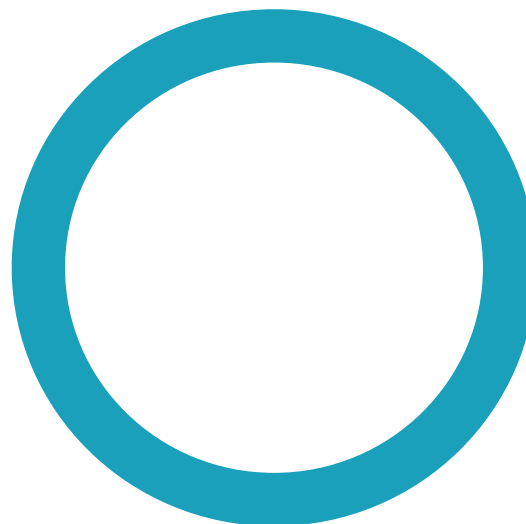
EL CÍRCULO EN EL SUELO

Esta actividad pretende vivenciar de manera real la relación entre velocidad y distancia de frenado.

Para ello es necesario disponer de un silbato y un espacio amplio en el que marcar un círculo en el suelo.

En el patio o en el suelo del gimnasio se podrá dibujar una circunferencia con tiza o marcarla con cinta adhesiva.

Lo importante es que el círculo sea suficientemente ancho para que los/las participantes quepan dentro sin tocarse y que los límites sean visibles.



Antes de comenzar es importante advertir que se cumplan las únicas dos normas del juego:

- No agresión, es decir, deben ir con cuidado para no chocar con nadie.
- Cuando oigan el silbato, deben parar sin poder moverse.



La persona formadora pedirá que empiecen a caminar en la misma dirección.

Cuando lo considere pitará el silbato.

A partir de la tercera ronda les pedirá que aumenten la velocidad de circulación.

Tras unas cuantas vueltas, se comentará cómo ha ido la experiencia.

?

¿Nos ha costado pararnos a tiempo?
¿Por qué?

¿Cuándo me ha costado más? ¿Estaba atento/a?

¿Realmente, cuando aumentaba la velocidad, era capaz de quedarme inmóvil?

Actividades Complementarias

LA CARRERA EN EL PATIO

Esta actividad, al igual que la anterior, también pretende vivenciar de manera real la relación entre velocidad y distancia de frenado.



La persona formadora divide al grupo en equipos de 5 personas que deberán ir en fila y cogidas de la bata del compañero/a de delante.

A la voz de “ya” o cuando suene el silbato deberán salir corriendo hasta que oigan de nuevo el silbato.

Si chocan entre ellos, el primero de la fila queda eliminado.

La persona formadora dará instrucciones según la velocidad que quiere que mantengan los equipos:

- andando
- andando deprisa
- corriendo suave
- corriendo deprisa
- lo más deprisa que puedan

Ganará el equipo que más miembros mantiene al final.



Finalmente se comentará cómo ha ido la experiencia:

?

¿Qué pasa cuando aumento de velocidad?

¿Es más fácil o más difícil?

¿Cuándo ha sido más difícil mantener unidas a las personas de tu equipo?



Actividades Complementarias

FOLIO GIRATORIO

La persona formadora hace grupos de 4 o 5 personas por mesa.

Si ha trabajado previamente el aprendizaje cooperativo probablemente conocerá la estructura del folio giratorio.

Consiste en colocar un folio o cartulina en el centro de la mesa y que cada persona del grupo, una a una, vaya escribiendo en el folio.

Mientras una escribe, las otras observan en silencio y esperan su turno para escribir su parte de la historia.

Para guiar la historia se les pedirá que aparezcan 5 palabras:

BICICLETA

FRENAR

STOP

VELOCIDAD

APRENDER

Para que un grupo pueda dar por finalizada su historia todos sus componentes deben haber escrito mínimo dos veces en el folio giratorio y deben haber aparecido las 5 palabras.

Cuando acaben todos los grupos se compartirán las historias.



Otras actividades

Un nuevo monopatín

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria1_es_int.pdf
(Páginas 12-13)



Calles y callejones

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria3_es_int.pdf
(Páginas 15-16)



El porqué de las cosas

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria2_es_int.pdf
(Páginas 14-29)



¡Qué peligro!

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria2_es_int.pdf
(Página 33)





Skate on!

Utilidad del juego

Dinámica del juego

Vídeo-demo

Propuesta didáctica



Actividades complementarias

Mi camino en el mapa

Camino a la escuela

Otras actividades



Skate on!

Utilidad del juego

En estas edades los niños y las niñas utilizan habitualmente los patinetes y monopatines por la calle, sea como juguete, sea como medio de desplazamiento.

En ocasiones se encuentran en situaciones en las que deben elegir entre una conducción “divertida” pero arriesgada y su seguridad (¡y la de otras personas!).

El juego pretende sensibilizar a los niños y niñas sobre la percepción del riesgo y la toma de decisiones.



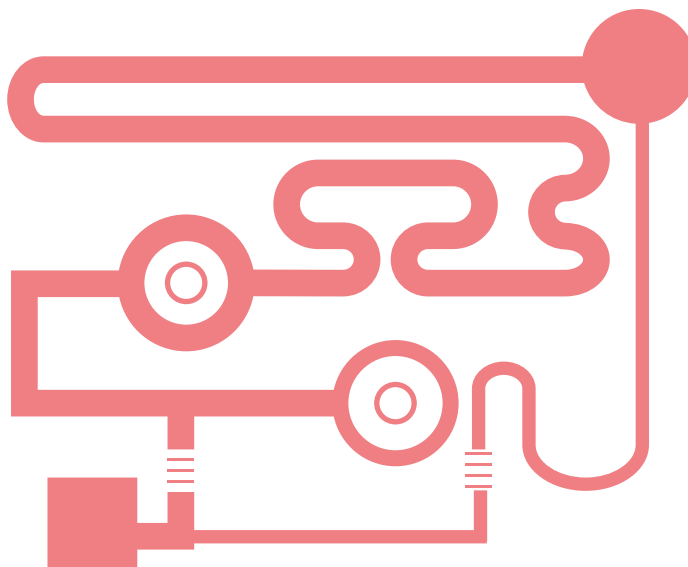
Dinámica del juego

El juego consiste en llegar con un monopatín al skate park sin salirse del camino.

Para ello hay que tomar una decisión: utilizar un recorrido largo y fácil, o hacerlo por otro más corto y difícil.

Hay tres niveles. Los niveles tienen una dificultad creciente.

Tiempo del juego: No hay límite.



Vídeo-demo

Instrucciones básicas para el alumnado:

- Si se sale del camino marcado, se deberá reiniciar el nivel.
- Si se falla en cinco ocasiones, se deberá reiniciar el juego.



Skate on!

Propuesta didáctica

Competencias

- Consciencia de la vulnerabilidad y el riesgo.
- Análisis del entorno.

Objetivos

- Experimentar la dificultad de decidir en contextos de riesgo vial.
- Valorar la importancia de minimizar el riesgo en nuestras decisiones.

Metodología

En función de la experiencia previa del alumnado, el juego se podrá realizar de manera individual, por parejas, o de manera supervisada por la persona formadora.

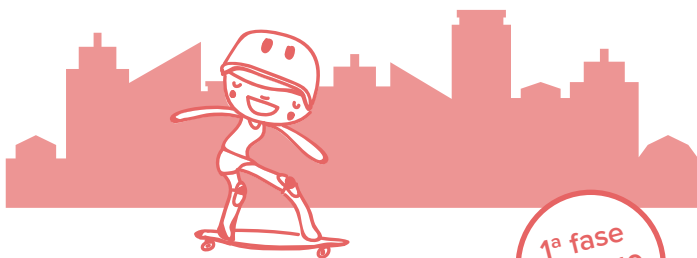
Juego individual o por parejas:

con el equipo correspondiente. Cuando una persona falle en el juego, pasará el turno a la siguiente.

Juego supervisado por la persona formadora:

solicitará voluntarios/as para que de forma sucesiva realicen el juego delante del grupo.





Desarrollo

Cuando la persona formadora considere suficiente el tiempo de juego, planteará una conversación guiada para analizar la experiencia del alumnado. También podrá plantear alguna actividad complementaria.

Conversación guiada

Invitará al alumnado a sentarse en forma de círculo en el suelo o en forma de U con las sillas para facilitar la conversación sobre algunas de las siguientes cuestiones.

Proponemos una primera fase de reflexión individual y una segunda de discusión grupal.

1ª fase
min 5-10



¿Con qué has relacionado la experiencia?

¿Qué te ha parecido el juego?

¿Qué has valorado para elegir el camino?

¿Qué ha sido lo más importante para ti?

¿Te ha sorprendido del resultado una vez elegido el camino?

2ª fase
min 10-15



¿Cuál creéis que era el mejor camino? ¿Por qué?

¿Cómo habéis decidido el camino?

¿Qué era lo más importante? ¿Experimentar? ¿Llegar?

¿Hubierais actuado diferente si se hubiera tratado de la realidad?

Conclusiones

La persona formadora permitirá al grupo llegar a las siguientes ideas:

- El camino que parece lento, a veces, nos permite llegar con mayor eficacia al destino, mientras que el que parece rápido, al final no lo es tanto.
- Nos cuesta medir el riesgo que asumimos en nuestras decisiones viales. En un videojuego puedo arriesgarme, pero esa misma decisión en la realidad puede tener consecuencias graves.
- Además, cuando estamos en grupo, a veces nos dejamos llevar y tomamos decisiones arriesgadas sin ser conscientes de ello.

Actividades Complementarias

MI CAMINO EN EL MAPA

Esta actividad pretende acercar al alumnado a los riesgos viales de su entorno.

Se organiza al alumnado en grupos de 4 o 5. Si es posible, se intenta juntar a personas que viven cerca o comparten zona.

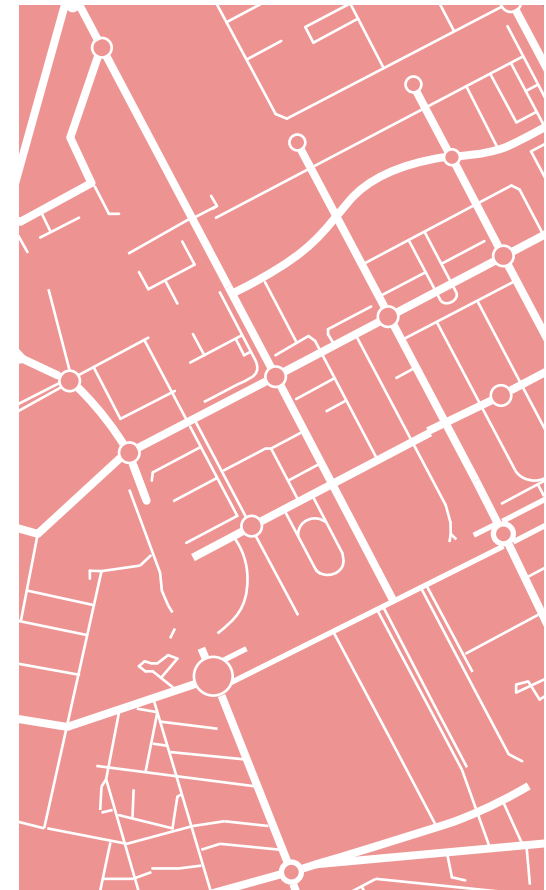
Se pretende trabajar con un plano que permita localizar el camino escolar del grupo.

Cada integrante marcará con un color distinto el camino que hace para ir hasta el centro escolar.

Cuando todas las personas han marcado su ruta vamos a comentar con qué medio de transporte se desplazan, si conocen caminos alternativos, si estos son más o menos largos, etc.

Les pedimos que valoren por qué eligen ese camino y si siempre repiten el mismo. También si han detectado algún inconveniente en él (obras, carretera mal asfaltada, etc.).

Queremos que compartan su día a día de camino a la escuela y los posibles riesgos a los que deben prestar atención.



Actividades Complementarias

CAMINO A LA ESCUELA

Esta actividad pretende, a través del visionado de la película “Camino a la escuela”, reflexionar acerca de las adversidades y peligros que supone ir a la escuela en determinados contextos.

Se trata de un documental que narra la historia real de cuatro niños que viven en cuatro puntos muy distantes de la tierra, pero comparten las mismas ganas de aprender, pasan por peligros de camino a la escuela, y son conscientes de que solo la educación les abrirá las puertas a un porvenir mejor.

Tras el visionado, compartimos qué nos ha parecido la película y los riesgos que viven cada día los protagonistas para poder llegar a la escuela.

Hacia el final del debate, volvemos a nuestra realidad y preguntamos por nuestros peligros en el camino a la escuela.

Haciendo clic en este enlace podéis solicitar material didáctico para trabajar la película:

<http://www.caminoalaescuela.com/material-didactico>

La película también se puede encontrar en Youtube:

<https://youtu.be/JcOdhDBghXg>



Otras actividades



De casa a la escuela

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria1_es_int.pdf
(Páginas 24-26)



Luz roja, luz verde

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria3_es_int.pdf
(Páginas 26-27)

¿A qué jugamos?

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria2_es_int.pdf
(Página 37)





La invasión de las burbujas flotantes

Utilidad del juego

Dinámica del juego

Vídeo-demo

Propuesta didáctica



Actividades complementarias

Deportes de riesgo



Nos vamos de inspección



Otras actividades



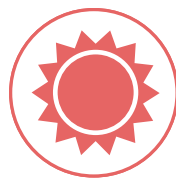
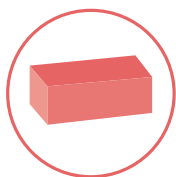
La invasión de las burbujas flotantes

Utilidad del juego

Los niños y las niñas de esta edad acostumbran a circular con relativa autonomía, pero muchas veces no son conscientes de los distintos peligros con los que se cruzan.

Para evitarlos, necesitamos protegernos, y hacerlo adecuadamente.

El juego pretende asociar cada riesgo con un elemento de protección, y llegar a la conclusión de que es preferible dejar pasar la situación que usar un elemento de protección inadecuado.



Dinámica del juego

Este juego consiste en eliminar el mayor número de burbujas flotantes. Cada burbuja lleva en su interior un peligro concreto. Para eliminarlo se debe pinchar el elemento de protección que corresponda y saltar hasta la burbuja.

Tiempo del juego: 3 minutos.

Vídeo-demo

Instrucciones básicas para el alumnado:

- Cada elemento de protección elimina un único tipo de burbuja.
- Cada burbuja correctamente eliminada da puntos.
- En la medida en que se acumulan puntos, aparecen nuevas burbujas y sus correspondientes elementos de protección.

La invasión de las burbujas flotantes

Propuesta didáctica

Competencias

- Consciencia de la vulnerabilidad y el riesgo.

Objetivos

- Relacionar diferentes riesgos con los pertinentes elementos de protección.
- Valorar la necesidad de protegerse para minimizar las consecuencias de un accidente.

Metodología

En función de la experiencia previa del alumnado, el juego se podrá realizar de manera individual, por parejas, o de manera supervisada por la persona formadora.

Juego individual o por parejas:

con el equipo correspondiente. Cuando una persona falle en el juego, pasará el turno a la siguiente.

Juego supervisado por la persona formadora:

solicitará voluntarios/as para que de forma sucesiva realicen el juego delante del grupo.



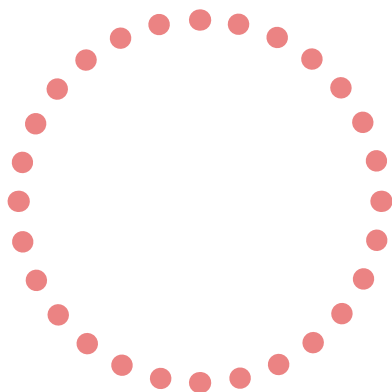
La invasión de las burbujas flotantes

Desarrollo

Cuando la persona formadora considere suficiente el tiempo de juego, planteará una conversación guiada para analizar la experiencia del alumnado. También podrá plantear alguna actividad complementaria.

Conversación guiada

Invitará al alumnado a sentarse en forma de círculo en el suelo o en forma de U con las sillas para facilitar la conversación sobre algunas de las siguientes cuestiones:



1ª fase
min 5-10

Análisis del juego



- ¿Qué os ha parecido el juego?
- ¿Os ha costado identificar los objetos y relacionarlos con las medidas preventivas?
- ¿Os ha sorprendido algún objeto?
- ¿Cuál creéis que era el objetivo del juego?

2ª fase
min 10-30

Análisis de la realidad



- ¿Qué tipo de protecciones conocéis?
- ¿Qué tipo de protecciones usáis en vuestro día a día?
- ¿Por qué creéis que a veces no usamos las medidas preventivas?
- ¿Recordáis los objetos que salían en el juego?
- ¿Y recordáis el elemento de protección que iba con cada uno de ellos?
- ¿Seríais capaces de ordenar las situaciones de menor a mayor riesgo?
- ¿Se os ocurre alguna situación de riesgo más?

Conclusiones

La persona formadora permitirá al grupo llegar a las siguientes ideas:

- Cada día afrontamos situaciones de riesgo. Para minimizar las posibles consecuencias de un accidente, necesitamos usar elementos de protección.
- Es importante que esos elementos de protección sean específicos para el riesgo: si uso un casco de bici para ir en moto o para ir en una obra, no va bien.
- Ante una situación en la que puede haber un riesgo y no tengo elementos de protección, será mejor tratar de evitar el riesgo.



MINIJUEGOS DE MOVILIDAD SEGURA
Educación Primaria - Segundo Ciclo

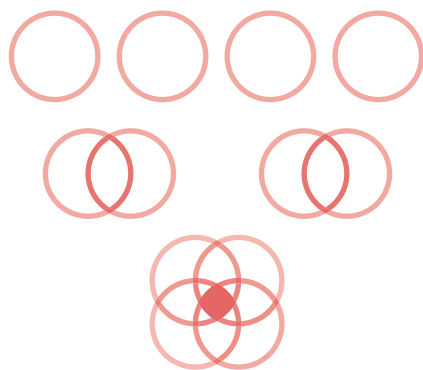
Actividades Complementarias

DEPORTES DE RIESGO

La finalidad de la actividad es discutir con el alumnado qué es el riesgo y qué hacer para minimizarlo.

Se agrupan en equipos de 4 o 5 personas. Se explica al grupo la técnica de trabajo cooperativo 1, 2, 4.

Se trata de trabajar primero de forma individual, después en pareja y después en el pequeño grupo, para posteriormente llevar las respuestas al grupo grande.

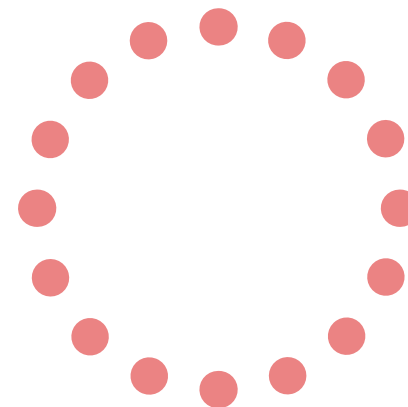


En la primera fase, cada participante hace una lluvia de ideas sobre los deportes llamados de riesgo que conoce, y sobre otros que considera que también lo tienen. Anota todos ellos en una hoja.

En la segunda fase, comparte esa lista con un compañero o compañera, y los ordenan en tres categorías: aquellos que tienen poco riesgo, un riesgo medio y un riesgo alto.

En la tercera fase, se ponen en común las listas, y el grupo discute si son realmente deportes de riesgo y por qué los consideramos así. El grupo discute, además, cómo hace, cada deporte, para controlar ese riesgo.

Se ponen en común las conclusiones de los pequeños grupos, y se abre una discusión acerca de cómo gestionamos nosotros y nosotras ese deporte de riesgo que se llama “vida”, y qué hacemos para minimizar los problemas o accidentes que nos puedan suceder.



Actividades Complementarias

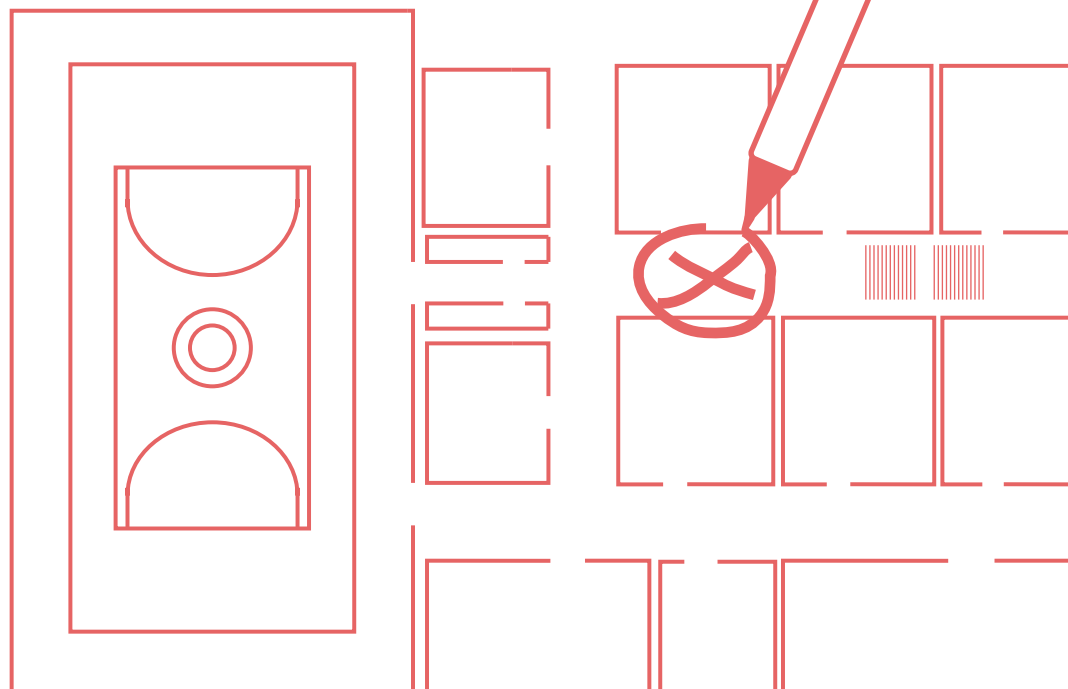
NOS VAMOS DE INSPECCIÓN

La finalidad de esta actividad es que el grupo reflexione acerca de los riesgos de su entorno, comenzando por su propio centro escolar.

Se organizan en grupos de 4 o 6 personas. Llevan papel y lápiz y, a ser posible, grabadora y cámara de fotos (o teléfono móvil).

Cada grupo se desplaza por las zonas comunes del centro escolar, tratando de detectar los riesgos en que se pueden encontrar y realizando propuestas de mejora. Pueden visitar el gimnasio, el patio, las escaleras, el acceso al centro escolar...

La actividad acaba con una puesta en común.



Otras actividades



¿Qué hará Marco?

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria1_es_int.pdf
(Páginas 40-41)

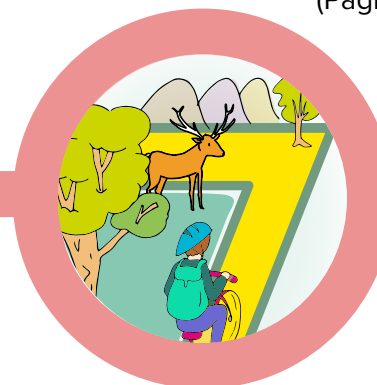


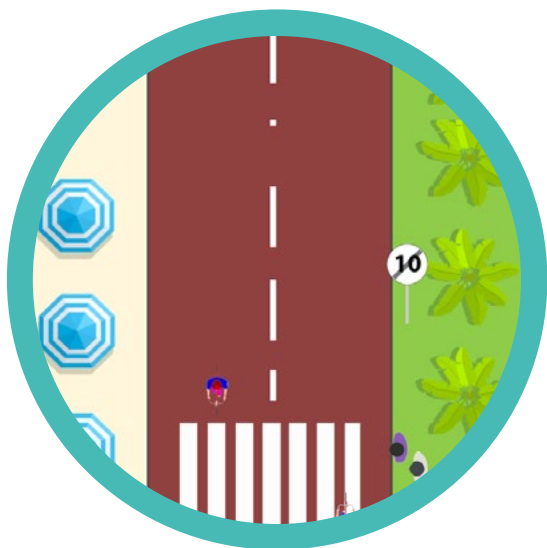
Arrancar cebollas

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria3_es_int.pdf
(Páginas 28-29)

La bici

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria2_es_int.pdf
(Páginas 38-39)





Llegar a tiempo

Utilidad del juego

Dinámica del juego

Vídeo-demo

Propuesta didáctica



Actividades complementarias

Juego de los pulgares

Otras actividades

Llegar a tiempo

Utilidad del juego

En estas edades, los niños y las niñas comienzan a hacer un uso de la bicicleta que va más allá de lo lúdico, utilizándola para desplazarse autónomamente. Pero para hacerlo con seguridad, deben conocer y respetar las principales normas de tráfico.

El juego pretende dejar claras de una manera lúdica cuáles son las normas básicas para circular en bicicleta.

Dinámica del juego

El juego consiste en realizar un recorrido en bicicleta y llegar a destino en un tiempo determinado acumulando el mayor número de puntos.

Para conseguir puntos se deberán respetar las señales que aparecen en la vía.

Tiempo del juego: 2 minutos.

Vídeo-demo

Instrucciones básicas para el alumnado:

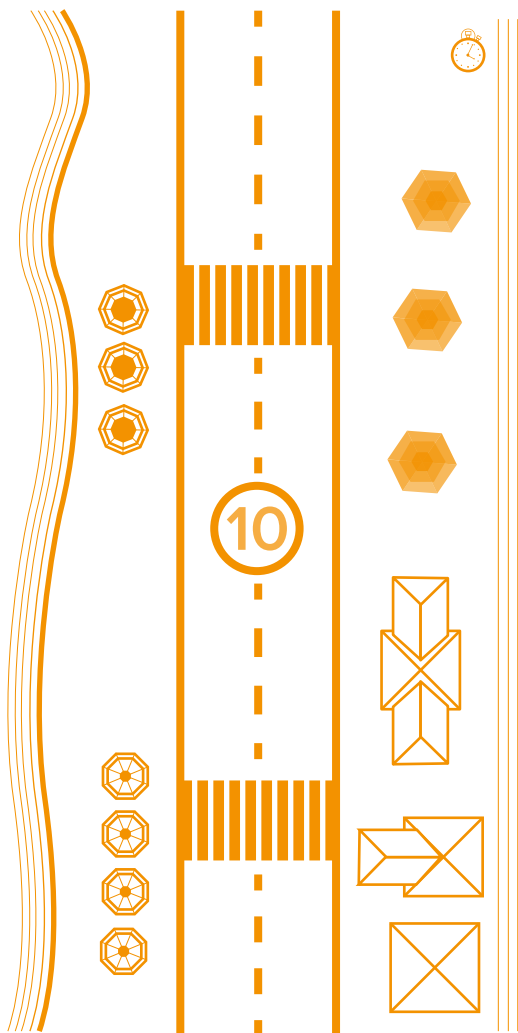
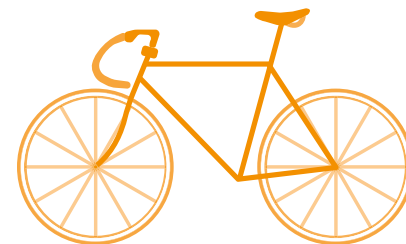
- Hay tres vidas.
- Si no se respeta alguna de las señales, se pierde una vida y se deberá iniciar el recorrido.





Llegar a tiempo

Propuesta didáctica



Competencias

- Atención.
- Análisis del entorno.

Objetivos

- Conocer y respetar las principales señales de tráfico que afectan al ciclista.
- Valorar la importancia de ajustar la velocidad a la situación de la circulación.
- Darse cuenta de la importancia de mantener la atención en la vía y en lo que sucede en ella.



Metodología

En función de la experiencia previa del alumnado, el juego se podrá realizar de manera individual, por parejas, o de manera supervisada por la persona formadora.

Juego individual o por parejas:

con el equipo correspondiente. Cuando una persona falle en el juego, pasará el turno a la siguiente.

Juego supervisado por la persona formadora:

solicitará voluntarios/as para que de forma sucesiva realicen el juego delante del grupo.



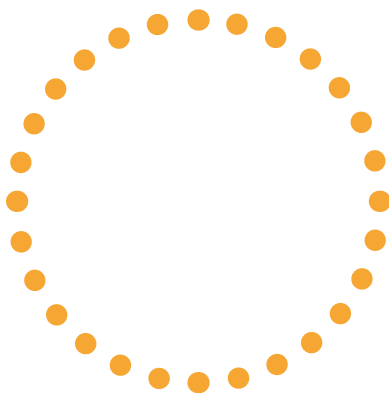
Llegar a tiempo

Desarrollo

Cuando la persona formadora considere suficiente el tiempo de juego, planteará una conversación guiada para analizar la experiencia del alumnado. También podrá plantear alguna actividad complementaria.

Conversación guiada

Invitará al alumnado a sentarse en forma de círculo en el suelo o en forma de U con las sillas para facilitar la conversación sobre algunas de las siguientes cuestiones:



1ª fase
min 5-10

Análisis del juego



- ¿Qué os ha parecido el juego?
- ¿Habéis chocado alguna vez?
- ¿Por qué creéis que habéis chocado?
- ¿Os ha resultado fácil controlar al ciclista?

2ª fase
min 10-30

Reflexión grupal



- ¿Cuál creéis que era el objetivo del juego?
- ¿Os ha resultado sencillo superar el nivel?
- ¿Cómo podríais mejorar el resultado?
- Cuando vamos “sobre ruedas”...
- ¿Estamos suficientemente pendientes del entorno?
- ¿Conocemos todas las normas y señales que nos encontramos cuando circulamos en bicicleta?
- ¿Mantenemos suficientemente la atención cuando vamos en bicicleta, o nos distraemos con facilidad?



Conclusiones

La persona formadora permitirá al grupo llegar a las siguientes ideas:

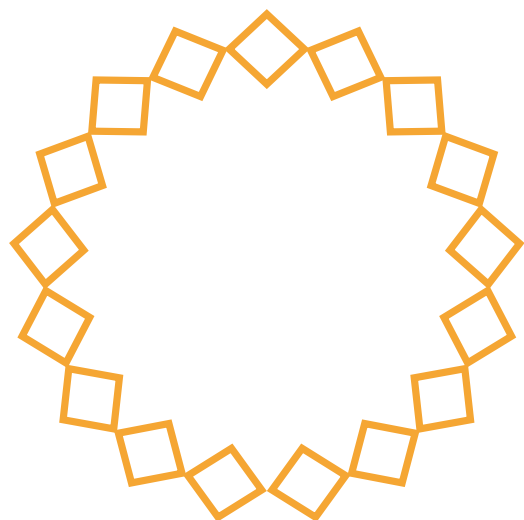
- Para convivir, necesitamos unas normas comunes.
- Para que las normas sean efectivas, debemos respetarlas. Ellas nos protegen.
- Si no conocemos una señal, es importante averiguar su significado.
- Las bicicletas no son juguetes sino vehículos y deben circular por el carril bici o, en su defecto, por la carretera.
- Para evitar accidentes es necesario mantener nuestra atención durante todo el trayecto.
- Para ello, circulando en bicicleta hay que evitar el uso de auriculares, móviles u otros objetos que nos puedan distraer.

Actividades Complementarias

JUEGO DE LOS PULGARES

La finalidad de la actividad es experimentar con nuestra capacidad de atención.

Pedimos al grupo que haga un círculo y cruce los brazos, de modo que puedan enlazar las manos.



Vamos a intentar “cazar” el pulgar de los compañeros que tenemos a derecha e izquierda.

El juego consiste en intentar “capturar” el pulgar del compañero/a de cada uno de los lados antes de que “capturen” tus pulgares.



Conversación guiada



¿Somos capaces de controlar ambas manos a la vez?

¿Podremos evitar que nos capturen un pulgar? ¿Y los dos?

¿Qué sucede si nos distraemos?

Si esa distracción se produjera mientras estamos conduciendo la bicicleta... ¿Qué podría pasar?

¿Qué elementos os distraen cuando circuláis en bicicleta?

¿Auriculares? ¿Teléfono móvil?

¿Creéis que es seguro su uso cuando vais en bicicleta?

¿Os parece adecuado que esté prohibido su uso?

Otras actividades



¡A conducir!

<http://trafikoa.bidehezkuntza.org/primaria/c7.html>



En bici, usa tu cabeza

<http://trafikoa.bidehezkuntza.org/primaria/c5.html>

En bicicleta

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria14_es_pdf.pdf



Las mazorcas locas

http://trafikoa.bidehezkuntza.org/docs/primaria3_es_int.pdf
(Páginas 37-39)





Misión estelar

Utilidad del juego

Dinámica del juego

Vídeo-demo

Propuesta didáctica



Actividades complementarias

STOP

Otras actividades



Misión estelar

Utilidad del juego

Saber esperar requiere de un entrenamiento y madurez de desarrollo que no siempre está presente en este grupo de edad (¡a veces ni en las personas adultas!). Pero en la movilidad, la impaciencia puede tener consecuencias no deseadas.

El juego pretende, a través de pequeños retos, poner en valor la importancia de la paciencia para conseguir los objetivos y minimizar los riesgos.

Dinámica del juego

El juego consiste en recoger un elemento mágico y salir por la puerta espacial. Para ello hay que desplazarse saltando diferentes plataformas sin caerse y evitando encontrarse con las naves espaciales.

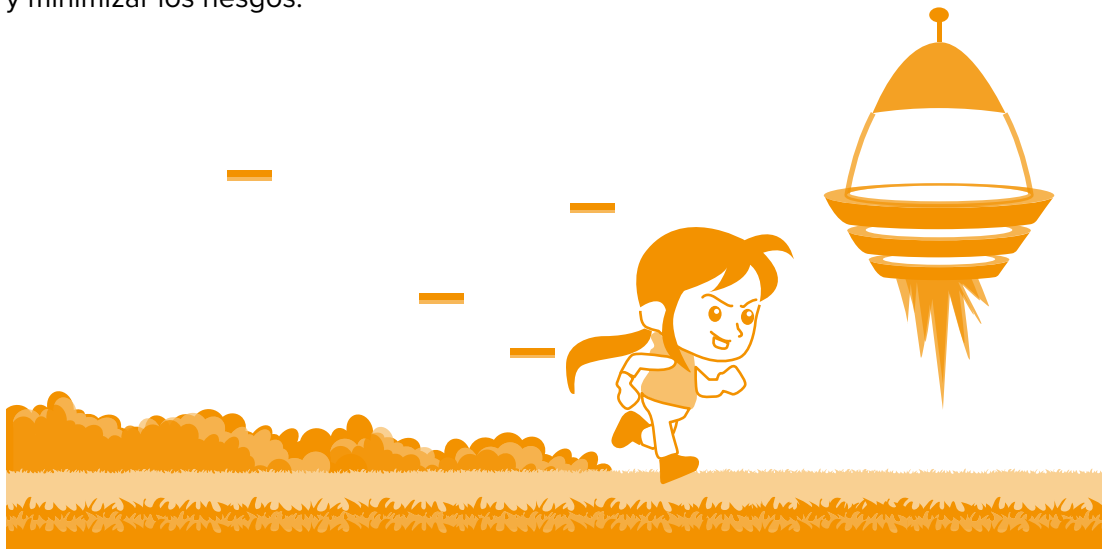
Hay tres retos o niveles.

Tiempo del juego: No hay límite.

Vídeo-demo

Instrucciones básicas para el alumnado:

- Cada vez que se cae, hay que iniciar el nivel de nuevo.





Misión estelar

Propuesta didáctica



Competencias

- Atención.
- Gestión de mí mismo y de mis emociones.

Objetivos

- Afrontar situaciones que generan frustración.
- Valorar la importancia de la paciencia como estrategia para conseguir los objetivos.
- Relacionar la paciencia con la prudencia y la prevención en situaciones viales.

Metodología

En función de la experiencia previa del alumnado, el juego se podrá realizar de manera individual, por parejas, o de manera supervisada por la persona formadora.

Juego individual o por parejas:

con el equipo correspondiente. Cuando una persona falle en el juego, pasará el turno a la siguiente.

Juego supervisado por la persona formadora:

solicitará voluntarios/as para que de forma sucesiva realicen el juego delante del grupo.



Misión estelar

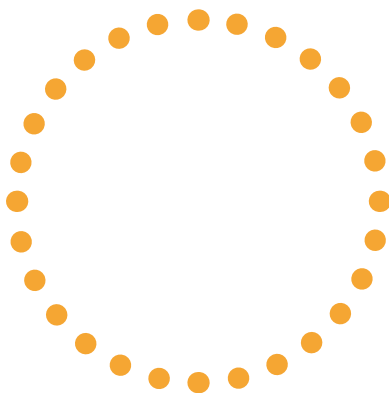


Desarrollo

Cuando la persona formadora considere suficiente el tiempo de juego, planteará una conversación guiada para analizar la experiencia del alumnado. También podrá plantear alguna actividad complementaria.

Conversación guiada

Invitará al alumnado a sentarse en forma de círculo en el suelo o en forma de U con las sillas para facilitar la conversación sobre algunas de las siguientes cuestiones:



1ª fase
min 5-10

Análisis del juego



- ¿Qué tal ha ido la experiencia?
- ¿Habéis conseguido los elementos mágicos?
- ¿Cuál ha sido vuestra estrategia?
- ¿Cuántas veces habéis tenido que volver a empezar?

2ª fase
min 10-30

Reflexión grupal



- ¿Os habéis puesto nerviosos o nerviosas en alguna fase del juego?
- ¿Qué hicisteis para controlar los nervios?
- ¿Cómo pensáis que se puede hacer para tener paciencia?
- ¿Alguna vez os habéis sentido impacientes por llegar a algún sitio y os habéis puesto en peligro?

Conclusiones

La persona formadora permitirá al grupo llegar a las siguientes ideas:

- Cuando nos pueden los nervios, dejamos de valorar objetivamente la situación, por lo que tomamos decisiones incorrectas.
- Cuando no prestamos atención a lo que ocurre, o tenemos exceso de confianza en una situación, nuestro rendimiento puede empeorar, y nos arriesgamos más sin ser conscientes de ello.
- Ante situaciones que pueden ser estresantes, es mejor respirar y tratar de tener paciencia: evitaremos situaciones de riesgo.

Actividades Complementarias

STOP

1. S (STOP)

Simplemente parar (stop) literalmente.

La persona formadora invita a que cada persona deje lo que está haciendo y a que se relaje, parando también sus pensamientos.

2. T (TAKE A BREATH)

Toma un respiro con atención plena.

La persona formadora da las siguientes indicaciones:

- Presta atención en cada inhalación y exhalación.
- Nota detenidamente cómo el aire entra y sale de tu cuerpo.

Repetir este ejercicio entre 3 y 5 veces.

3. O (OBSERVE)

Observa

La persona formadora da las siguientes indicaciones:

- Observamos lo que está sucediendo en este momento.



¿Cuáles son las sensaciones de tu cuerpo?

¿Tu corazón está acelerado?

¿Cómo es tu respiración?

¿Cuáles son tus pensamientos?

¿Qué emociones sientes? ¿Enfado, tristeza, felicidad, tranquilidad?

¿Qué oyes a tu alrededor?

La atención a los estímulos viales puede estar condicionada por variedad de condiciones, entre ellas nuestras propias emociones.

Esta actividad consiste en practicar una técnica sencilla para trabajar la consciencia del propio estado y la atención plena. La técnica se desarrolla según estas 4 fases:

4. P (PROCEED)

Procede

La persona formadora da las siguientes indicaciones:

- Ahora ya somos conscientes de nuestras sensaciones, de nuestros pensamientos y de nuestro propio cuerpo.
- Vamos a terminar mientras seguimos observando a nuestro alrededor y percibiendo cómo son las cosas en este momento.

Otras actividades



Yo elijo - ¿Vienes o no?

<http://trafikoa.bidehezkuntza.org/primaria/c6.html>

Yo elijo - Maldita pelota

<http://trafikoa.bidehezkuntza.org/primaria/c6.html>



Este material ha sido realizado por:



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

SEGURTASUN SAILA
Segurtasun Sailburuordetza
Trafiko Zuzendaritza

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD
Viceconsejería de Seguridad
Dirección de Tráfico



Elaboración de contenidos:

formaccio

Ilustraciones y diseño gráfico:

bonito
estudio.es

2019
