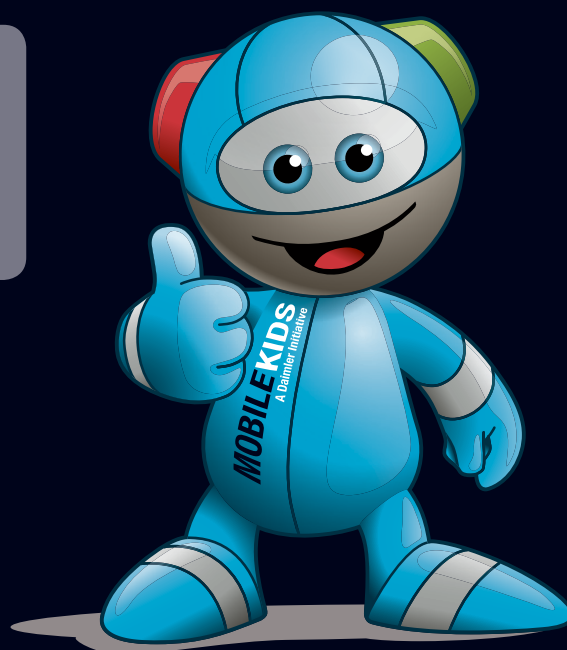


Modulo 3 In giro in bici

79

Indice	Pagina
Introduzione	80
Il modulo 3 in breve	82
Unità 1: La sicurezza genera sicurezza – tecnica e manutenzione della bici	
Idea realizzativa 1 Formazione degli sceriffi su bici	84
Unità 2: Si parte! – esercizi pratici in bici	
Idea realizzativa 2.1 Padroneggia la tua bici	86
Idea realizzativa 2.2 Per diventare ciclisti pro	89
Unità 3: Segnali stradali – interpretare le regole da ciclista	
Idea realizzativa 3.1 Abbinare i segnali stradali	92
Idea realizzativa 3.2 La tombola dei segnali stradali	93
Foglio di pianificazione modulo 3	95

Allegati	Pagina
1 Slide di presentazione "Dotazione della bici"	96
2 Materiale fotocopiabile "Controllo della dotazione"	97
3 Scheda di lavoro "Segnali stradali"	98
4 Scheda di controllo "Segnali stradali"	99



Modulo 3 In giro in bici

I bambini che si spostano in bici si muovono in un ambiente stradale poco consono alle loro esigenze. I conducenti e le conducenti di auto in molti casi non tengono conto dei bambini e può succedere loro di non vederli.

Oltre a ciò, spesso i bambini non sono all'altezza di affrontare il traffico in movimento.

"I fanciulli che non hanno ancora compiuto sei anni possono circolare in velocipede su strade principali soltanto sotto la sorveglianza di una persona di almeno 16 anni" (art. 19 capoverso 1 LCStr).

Un ciclista può attraversare la strada sulle strisce pedonali in sella alla bici, ma non ha la precedenza sul conducente di auto. Se il ciclista è fermo accanto alla sua bici presso l'attraversamento pedonale, è da considerare come un pedone e, in quanto tale, ha lo stesso diritto di precedenza dei pedoni.

I bambini di età compresa fra 6 e 14 anni si fanno male in bici soprattutto quando sono in giro da soli, entrano in collisione con altri ciclisti o girano al di fuori della sede stradale. Quando si verifica un incidente che coinvolge bici con danni alle persone, le cause più frequenti che emergono sono le seguenti:

- Errore di immissione nel traffico in movimento
- Utilizzo sbagliato della strada, in particolare utilizzo del lato sbagliato della carreggiata
- Mancato rispetto della precedenza

- Errore in fase di svolta, inversione, immissione e partenza

Qui le cause di incidente dei bambini in bici non si differenziano da quelle degli adulti. Tuttavia la frequenza degli incidenti per quasi tutti i punti è doppia nei bambini rispetto ai giovani e agli adulti.

I bambini corrono rischi soprattutto nel pomeriggio e gli incidenti avvengono nella maggior parte dei casi nelle dirette vicinanze dell'abitazione dei genitori. È in questo momento della giornata che il traffico pendolare aumenta, e al contempo per strada girano più bambini in bici.

L'idoneità alla circolazione della bici è un prerequisito fondamentale per la sicurezza nel traffico stradale. Per questo è importante che i bambini imparino ad assumersi la responsabilità della sicurezza della propria bici e del suo controllo. Per farlo devono conoscere i singoli componenti della bici:

- I componenti che contribuiscono alla loro sicurezza
- Componenti che consentono agli altri utenti del traffico di riconoscere per tempo i bambini

Nella sicurezza stradale rientra non solo la dotazione tecnica, ma anche la protezione del proprio corpo. Quando si gira in bici il casco è fondamentale. I risultati di alcune ricerche hanno rivelato che l'80% delle gravi ferite riportate alla testa dai ciclisti avrebbe potuto essere evitato se le persone avessero indossato il casco. Pertanto è necessario fare in modo che i bambini abbiano ben presto la consapevolezza dell'importanza del casco. A tal riguardo è necessaria anche la collaborazione dei genitori, che dovrebbero incoraggiare i loro figli ad indossare il casco e dare il buon esempio indossandolo anche loro.*

Nozioni base di psicologia dello sviluppo

Anche se i bambini cominciano ad andare in bici già a 4 o 5 anni, non sono ancora pronti per il traffico stradale. Solo perché sono capaci di fare un giro su strade secondarie con poco traffico accompagnati dagli adulti non significa che siano automaticamente all'altezza di affrontare il traffico pendolare della mattina quando si recano a scuola. Le esperienze che gli alunni e le alunne hanno accumulato come pedoni non possono essere trasposte direttamente sulle due ruote. La bici è decisamente più veloce e richiede reazioni diverse. Ma i bambini non sono in grado di gestire richieste multiple che provengono dal traffico stradale. Hanno difficoltà a capire da quale direzione arrivino i rumori.

I bambini finiscono per sviluppare tante delle capacità necessarie per girare in bici nel traffico stradale in media solo all'età di 8 anni:

- Cominciano ad usare sistematicamente l'udito e a non fidarsi più soltanto di quello che vedono.
- Sono in grado di guardare anche in un'altra direzione invece che solo nella direzione di marcia (visione più ampia).
- Sono in grado di riconoscere un possibile pericolo prima che la situazione diventi davvero critica.
- A 9 anni aumenta notevolmente la capacità di andare in bici con una mano sola.

È difficile rispondere alla domanda a partire da quando un bambino può andare a scuola in bici, in quanto dipende fondamentalmente dal percorso verso la scuola di ogni singolo bambino. Dal punto di vista dell'insegnamento a muoversi nel traffico e della

psicologia dello sviluppo è consigliabile procedere ad una verifica critica e molto attenta del percorso. In caso di dubbi si deve decidere di non consentire al bambino di recarsi a scuola in bici.

Fonti:

<https://www.bfu.ch/de/die-bfu/medien/kinder-auf-dem-velo>

Competenze da raggiungere

I bambini devono essere portati a raggiungere le competenze necessarie ad una partecipazione autonoma e sicura al traffico stradale con la loro bici. Affrontando il modulo 3 è possibile perciò raggiungere le seguenti competenze:

Comportamento sicuro nel traffico stradale:

- Gli alunni e le alunne si comportano come ciclisti prudenti e consapevoli della sicurezza e dei pericoli.
- Acquisiscono la conoscenza delle regole, siano esse specifiche del traffico che del codice stradale. Sono capaci di riconoscere i segnali stradali importanti per i ciclisti, di interpretarne correttamente il significato e di metterlo in pratica.
- Ampliano le loro capacità motorie in bici.
- Gli alunni e le alunne rafforzano la loro capacità di percezione e reazione in veste di ciclisti e sviluppano un comportamento flessibile e consono alle situazioni.
- Sono in grado di prevedere determinati rischi del traffico stradale e hanno pertanto le capacità per evitare i pericoli.

Mobilità autonoma:

- Gli alunni e le alunne partecipano in bici al traffico in modo sempre più autonomo, ampliando il loro raggio di azione.







* Si veda a tal proposito <https://www.pro-velo.ch/de/themen/sicherheit-und-recht/ausruistung/velohelm/>

Il modulo 3 in breve









82

- Il modulo 3 si rivolge prevalentemente ad alunni ed alunne del secondo ciclo. Ma dell'unità 1 e dell'idea realizzativa 2.1, in particolare, possono beneficiare anche i bambini di età inferiore.
- Le condizioni essenziali per una partecipazione al traffico stradale in sicurezza in veste di ciclista sono una bici sicura per la circolazione stradale e l'uso del casco. Prima che gli alunni e le alunne applichino le relative norme sulla circolazione, in questo modulo vengono preparati per il traffico stradale attraverso esercizi di attività motoria e training pratico su ruote.
- Il modulo non sostituisce l'esame per la patente della bici che si tiene a scuola. L'intento è quello di dare un importante contributo alla preparazione dei bambini per la patente per la bici e per il traffico stradale.
- Le unità tematiche si occupano pertanto di diversi obiettivi didattici che portano gli alunni e le alunne a raggiungere un livello di mobilità sicuro ed autonomo come ciclisti.











Unità 1 La sicurezza genera sicurezza – tecnica e manutenzione della bici

Tematica	Idea realizzativa	Documenti
Al più tardi a partire dal 2° ciclo gran parte degli alunni e delle alunne partecipa al traffico stradale come ciclisti. Perciò dovrebbero essere sensibilizzati precocemente riguardo al fatto che la loro bici deve essere sicura per la circolazione stradale e dovrebbero sapere quali requisiti deve rispettare. La possibilità di cominciare ad operare come sceriffi su bici rafforza la motivazione degli alunni e delle alunne riguardo a questi temi.	<p>1 Formazione degli sceriffi su bici</p> <ul style="list-style-type: none">  A partire dalla classe 3ª  5-30 bambini  Aula, cortile della scuola, successivamente zona pedonale o simile  Introduzione 2 ore di lezione, per il servizio all'esterno almeno 3 ore di lezione 	<ul style="list-style-type: none">  Slide di presentazione "Dotazione della bici"  Materiale fotocopiabile "Controllo della dotazione"

Unità 2 Si parte! – esercizi pratici in bici

Tematica	Idee realizzative	Documenti
<p>Gli alunni e le alunne arrivano alla 3^a classe con premesse motorie diverse. È per questo che all'inizio del training pratico in bici sono previsti esercizi di educazione motoria (idea realizzativa 2.1), attraverso i quali i bambini devono imparare a padroneggiare la loro bici.</p> <p>Altre basi essenziali per muoversi in bici come guardarsi intorno, fare cenni con la mano, frenare e schivare vengono trasmesse nell'idea realizzativa 2.2.</p> <p>In base allo stadio di sviluppo specifico della classe l'insegnante può decidere di mettere in pratica entrambe le idee realizzative o soltanto la seconda.</p>	<p>2.1 Padroneggia la tua bici</p> <ul style="list-style-type: none">  A partire dalla classe 2^a  Per percorso max. 15 bambini  Cortile della scuola/palestra  2 ore di lezione <p>2.2 Per diventare ciclisti pro</p> <ul style="list-style-type: none">  A partire dalla classe 3^a  A partire da 5 bambini  Cortile della scuola/luogo di addestramento al traffico  Almeno 2 ore di lezione 	

Unità 3 Segnali stradali – interpretare le regole da ciclista

Tematica	Idee realizzative	Documenti
<p>L'unità si concentra sui segnali stradali direttamente rilevanti per i bambini che si muovono in bici.</p> <p>Nell'idea realizzativa 3.1 ci si concentra innanzi tutto sul significato dei singoli segnali stradali. Segnali che poi nell'idea realizzativa 3.2 vengono cercati nei dintorni della scuola. Alla fine i bambini, quali utenti del traffico, devono essere in grado di interpretare correttamente il significato dei segnali stradali e di muoversi nel rispetto delle regole.</p> <p>In base allo stadio di sviluppo specifico della classe l'insegnante può decidere di mettere in pratica entrambe le idee realizzative o soltanto la seconda.</p>	<p>3.1 Abbinare i segnali stradali</p> <ul style="list-style-type: none">  A partire dalla classe 3^a  A partire da 2 bambini  Aula, strada  4 ore di lezione <p>3.2 La tombola dei segnali stradali</p> <ul style="list-style-type: none">  A partire dalla classe 3^a  A partire da 2 bambini  Aula, strada  4 ore di lezione 	<ul style="list-style-type: none">  Scheda di lavoro "Segnali stradali"  Scheda di controllo "Segnali stradali"







Unità 1 La sicurezza genera sicurezza – tecnica e manutenzione della bici

Idea realizzativa 1

Formazione degli sceriffi su bici

84

Sintesi

Gruppo target	 A partire dalla classe 3 ^a
Numero di partecipanti	 5 – 30 bambini
Luogo	 Aula e cortile della scuola, successivamente zona pedonale o luoghi simili
Tempo stimato	 Per l'introduzione e il primo training 2 ore di lezione, per il servizio all'esterno min. 3 ore di lezione
Materiale necessario	 Slide di presentazione "Dotazione della bici" (PDF; in alternativa: stampare il file su foglio lucido per lavagna luminosa)  Materiale fotocopiabile "Controllo della dotazione" <ul style="list-style-type: none"> • Bici sicura per la circolazione stradale • Lavagna interattiva multimediale • PC e proiettore • Evt. sostegni per cartelloni/supporti pieghevoli, materiale per lavorare • Matite per compilare il materiale fotocopiabile • Per ciascun bambino 1 blocco per appunti, portablocco o supporto rigido su cui scrivere
Preparazione	<ul style="list-style-type: none"> • Posizionare la bici portata in posizione ben visibile all'interno dell'aula • Fotocopiare la slide di presentazione "Dotazione della bici" per tutta la classe • Fare più copie del materiale fotocopiabile "Controllo della dotazione" e tagliare della giusta misura
Competenze	<ul style="list-style-type: none"> • Gli alunni e le alunne sanno di poter partecipare al traffico stradale in sicurezza solo con una bici la cui dotazione sia conforme alle norme e indossando il casco. • Conoscono i componenti di una bici importanti per la sicurezza e sanno nominarli.
Elementi interdisciplinari	<ul style="list-style-type: none"> • Matematica: esecuzione di checklist e statistiche • Italiano: scrivere un report

Introduzione

L'insegnante scrive la parola "Bici" in stampatello al centro della lavagna. Gli alunni e le alunne vengono invitati a nominare tutte le cose possibili che vengono loro in mente spontaneamente sull'argomento (*brainstorming*). Queste vengono annotate sulla lavagna attorno alla parola chiave.

Svolgimento

Se non è ancora avvenuto, ora l'insegnante attira lo sguardo dei bambini sulla bici portata. Sulla base dell'esempio positivo si discute su che cosa non deve mancare in una bici sicura per la circolazione stradale e come si chiamano i rispettivi componenti. Insieme si procede poi a compilare la slide di presentazione "Dotazione della bici" analogamente al materiale fotocopiabile "Controllo della dotazione".

Dopo di che i bambini annotano questi termini sulla copia della slide di presentazione "Dotazione della bici" a loro consegnata. Per consentire ai bambini di effettuare un controllo autonomamente l'insegnante può appendere in aula la soluzione giusta oppure mostrarla. Dotati del foglio correttamente compilato e del materiale "Controllo della dotazione", gli alunni e le alunne vanno nel cortile della scuola e valutano la dotazione delle proprie bici e/o di quelle dei loro compagni ed insegnanti. Qualora individuino dei difetti, compileranno corrispondentemente il foglio "Controllo della dotazione" e lo consegneranno all'utilizzatore della bici oppure, se l'utilizzatore non è presente, lo fisseranno alla bici stessa.

Info: le bici non sono tutte uguali!

Nel cortile della scuola può esserci forse una bici che, al posto della luce posteriore e del catarifrangente rossi presenta solo un faro che funge contemporaneamente anche da riflettore. Su alcune bici si può vedere anche davanti il riflettore bianco combinato al faro. Oltretutto le bici più nuove non hanno più i riflettori per raggi delle ruote, in quanto il riflettore è integrato sotto forma di striscia luminosa nello pneumatico.

Se durante il lavoro i bambini mostrano alcune difficoltà perché la loro bici è diversa da quella raffigurata, interessatevi e chiarite che tutti gli elementi per la sicurezza raffigurati e quelli ulteriori nominati per la sicurezza nel traffico stradale sono importanti e corretti. Oppure invitate gli alunni e le alunne a disegnare gli elementi aggiuntivi o diversi sulla slide di presentazione.

Non appena il controllo delle bici è stato accuratamente verificato e le caratteristiche della dotazione sono state interiorizzate, si va all'esterno della scuola. In precedenza si dovrebbe preparare un cartellone che informi i passanti che verranno interpellati dell'intenzione della classe:

Esempio di testo

Gli sceriffi su bici della classe _____

della scuola _____

oggi controlleranno gratuitamente le vostre bici per verificare che siano sicure per la circolazione stradale.

Gli alunni e le alunne, in veste di sceriffi su bici, possono controllare le bici di passanti volontari in una specie di "fermata ai box" (possibilmente in una zona pedonale). Durante il controllo compilano, come si sono esercitati a fare in precedenza, i fogli "Controllo della dotazione" e li consegnano ai proprietari delle bici perché eliminino al più presto il difetto/i difetti.

Ma non dovrebbero mancare nemmeno i complimenti. Se la dotazione di una bici è sicura per la circolazione stradale, i bambini dovrebbero naturalmente farlo notare ugualmente agli utenti del traffico.

Consolidamento del risultato

Gli sceriffi su bici raccontano le osservazioni che hanno fatto: quali sono i "reati" riscontrati più di frequente (ad es. mancanza di campanello)? Come hanno reagito i passanti all'intervento degli sceriffi su bici? Perché in ogni caso la propria bici dovrebbe essere sicura per la circolazione stradale? Quante persone utilizzavano una bici sicura per la circolazione stradale?

Proseguimento

Sulla base di ciò è possibile introdurre agevolmente servizi scolastici. I bambini possono, ad es., offrire un "servizio bici" settimanale. I compagni e le compagne di scuola possono rivolgersi a questo servizio in caso di domande o problemi alle proprie bici.

Se il tempo a disposizione è maggiore, potrebbe essere utile anche una visita ad un'officina o un negozio di bici.

Consigli per la stampa

Preannunciare l'iniziativa sulla stampa locale offre tanti vantaggi: i passanti non si sorprendono della presenza degli sceriffi su bici, ma sono preparati all'iniziativa. Inoltre diventa di pubblico dominio il fatto che la vostra scuola attribuisca particolare importanza all'educazione stradale, in particolare alla sicurezza dei giovani ciclisti.





Unità 2 Si parte! – esercizi pratici in bici

Idea realizzativa 2.1

Padroneggia la tua bici

86

Sintesi

Gruppo target	 A partire dalla classe 2 ^a
Numero di partecipanti	 Per percorso max. 15 bambini
Luogo	 Cortile della scuola/palestra
Tempo stimato	 2 ore di lezione
Materiale necessario	<ul style="list-style-type: none"> • 1 bici e 1 casco da bici per ciascun bambino • Evt. gesso per tracciare le righe • 1 tappeto o oggetto simile, i bambini devono spingervi sopra la bici • 1 ostacolo di grandi dimensioni (scatola, tavolo, ...) • 1 bastone come testimone • Blocchi per appunti, matita, carta
Preparazione	<ul style="list-style-type: none"> • Creare e disegnare il percorso • Realizzare le tabelle • Disegnare i tragitti per l'esercitazione (per le tappe 3 e 4)
Competenze	• Gli alunni e le alunne ampliano le loro capacità motorie in bici. Padroneggiano con sicurezza e correttezza la loro bici in specifiche situazioni.
Elementi interdisciplinari	<ul style="list-style-type: none"> • Matematica: realizzazione di una tabella, checklist • Educazione motoria: training di attività motoria e movimento

Creazione del percorso



Introduzione

Per prima cosa l'insegnante fa provare agli alunni e alle alunne, uno per volta, gli elementi del percorso.

1 Salire, partire correttamente, guardarsi intorno: Sono i bambini stessi a scegliere da quale parte riescono a salire meglio sulla bici. Una partenza sicura dipende dalla posizione corretta del pedale. Mentre la gamba di appoggio resta ferma sul terreno, l'altra gamba dovrebbe essere piegata e trovarsi sul pedale opposto quasi nel punto più alto. Così i bambini si danno la spinta giusta in partenza e riescono a mantenere l'equilibrio.

Se la partenza riesce, gli alunni e le alunne si esercitano a guardarsi intorno prima di partire. Devono capire quanto sia importante accertarsi che da dietro non arrivino auto o altri utenti del traffico.

2 Scendere, sollevare, spingere la bici: In questo punto gli alunni e le alunne scendono dalla bici. Devono sollevare la bici e spingerla sopra l'ostacolo (in realtà si tratta ad es. di un cordolo). Dopo di che devono salire di nuovo correttamente sulla bici.

3 Curvare: Questo esercizio dovrebbe svolgersi all'esterno del percorso successivo. L'insegnante disegna un cerchio o più curve su un'area libera – se l'esercizio si svolge in palestra, le righe già presenti sono perfette. I bambini sperimentano la curva prendendola a velocità diverse. Successivamente devono fissare il loro zaino al portapacchi e sperimentare così come cambia il baricentro della bici a causa del bagaglio.

4 Mantenere una traiettoria rettilinea: Anche questo esercizio può essere svolto prima fuori dal percorso. Gli alunni e le alunne devono girare in bici mantenendo una traiettoria rettilinea. Dovrebbero provare a farlo anche con una mano sola. In questa fase è utile una piccola gara: chi riesce a percorrere il tratto più lentamente?

5 Scansare un ostacolo: I bambini si avvicinano all'ostacolo a velocità normale quanto lo ritengono opportuno, per poi frenare velocemente, facendo attenzione fin dall'inizio a tirare il freno anteriore e quello posteriore il più possibile contemporaneamente. Per questo è importante essere sempre pronti a frenare quando si va in bici. L'insegnante deve accertarsi che gli alunni e le alunne aspettino sempre che la bici sia ferma prima di scendere. In nessun caso devono saltare giù dalla bici ancora in movimento. Nel percorso successivo gli alunni e le alunne devono spingere la bici per scansare l'ostacolo per poi risalire di nuovo.

6 Andare in bici con una mano sola e mantenere l'equilibrio: Mentre vanno in bici gli alunni e le alunne ricevono dalla persona A un testimone, che poi consegnano alla persona B. Per fare questo devono andare in bici per un breve tratto con una mano sola e mantenere l'equilibrio mentre consegnano il testimone.

Svolgimento

Ora si svolge il percorso vero e proprio. L'insegnante si accerta che tutti i bambini abbiano chiaro lo svolgimento. A seconda del numero di alunni si realizzano uno o due percorsi.

In questa fase è utile una piccola gara. Visto che per l'esercizio non è importante la velocità, ma la precisione, l'insegnante concorda con gli alunni e le alunne un sistema a punti. Quindi ad ogni singola tappa può trovarsi un bambino che assegna un punto ai suoi compagni e alle sue compagne per ogni esercizio svolto correttamente segnandolo in una tabella. La tabella potrebbe essere simile a questa:

Tappa n.: _____ Controllato da: _____

Nome del compagno/ della compagna:	Punto?
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

In questo modo risultano i seguenti compiti da assegnare agli alunni e alle alunne:

- 6 controllori per l'assegnazione dei punti nelle varie tappe
- 2 bambini (A e B) alla tappa 6
- Bambini che si cimentano nel percorso
- Aiutanti, osservatori

Uno dopo l'altro gli alunni e le alunne affrontano il percorso con le loro bici. I bambini che hanno già effettuato il percorso correttamente danno il cambio ai controllori e agli aiutanti in modo che alla fine ogni bambino abbia avuto il suo turno una volta.

Che alla fine si tratti di quale bambino o quale gruppo (percorso 1 o 2) abbia accumulato più punti, dipende dal numero di alunni ed alunne e dalla compagine sociale della classe.

Consolidamento del risultato





Alla fine si contano i punti raggiunti dal singolo bambino o dall'intero gruppo (percorso 1 o 2). Il gruppo o il bambino che ha raggiunto il punteggio più alto vince.

L'assegnazione dei punti è soprattutto un mezzo diagnostico per l'insegnante. Gli alunni e le alunne che hanno ancora problemi ad eseguire questo esercizio dovrebbero assolutamente avere la possibilità di esercitarsi ancora qualche volta sul percorso prima di passare all'idea realizzativa successiva.

Idea realizzativa 2.2

Per diventare ciclisti pro

Sintesi

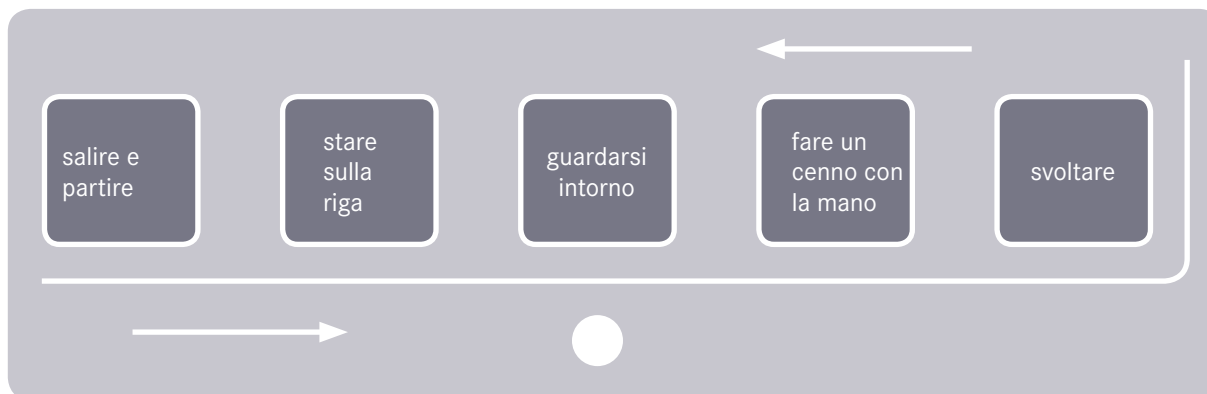
Gruppo target	 A partire dalla classe 3 ^a
Numero di partecipanti	 A partire da 5 bambini, in caso di gruppi più grandi organizzarsi possibilmente con ulteriori assistenti, ad es. con genitori
Luogo	 Cortile della scuola/luogo di addestramento al traffico
Tempo stimato	 Almeno 2 ore di lezione
Materiale necessario	<ul style="list-style-type: none">• 1 bici e 1 casco da bici per ciascun bambino• Evt. gesso per tracciare le righe• Assi o tavole• Cubi di gomma piuma• Fischietto• Coni stradali (almeno 6 pezzi)• Bastone come testimone• Carte con simboli (lettere, numeri, oggetti ...)
Preparazione	<ul style="list-style-type: none">• Creare e disegnare il tragitto per l'esercitazione• Posizionare i coni stradali• Evt. posizionare l'asse/la tavola a formare un cordolo
Competenze	<ul style="list-style-type: none">• Gli alunni e le alunne ampliano le loro capacità motorie in bici. Padroneggiano con sicurezza e correttezza la loro bici in specifiche situazioni.
Elementi interdisciplinari	<ul style="list-style-type: none">• Matematica: calcolo degli angoli• Educazione motoria: training di attività motoria e movimento

Introduzione

Queste unità di esercizi sono utili ed opportune solo se i bambini dispongono delle seguenti capacità di guida fondamentali (esercitate nell'idea realizzativa 2.1):

- Andare dritto:
Gli alunni e le alunne devono essere in grado di muoversi in bici anche a velocità ridotta seguendo una riga disegnata in precedenza.
- Guardarsi intorno:
Anche mentre si muovono in bici i bambini devono essere capaci di girare la testa indietro a sinistra. Devono sapere che così facendo possono controllare se è possibile un cambio di corsia. Per farlo, tuttavia, inizialmente non devono lasciare la loro traiettoria.
- Andare in bici con una mano sola:
I bambini devono essere in grado di andare in bici con una mano sola, per segnalare l'intenzione di cambiare corsia e/o di svoltare.

Le capacità di guida presupposte verranno verificate in fase preliminare attraverso un breve esercizio di riscaldamento:



I bambini arrivano uno dietro l'altro sulla loro bici ed eseguono tutti lo stesso esercizio: dopo essere saliti sulla loro bici, aver guardato indietro ed essere partiti in modo sicuro, devono seguire una riga precedentemente tracciata. Un cono stradale indica il punto in cui devono guardarsi intorno. Per farlo, tuttavia, non devono lasciare la loro corsia. Indicano con la mano che hanno intenzione di svoltare a sinistra, lo fanno, ritornano al punto di partenza e si uniscono di nuovo al gruppo.

Se questo riesce, si passa alla variante dell'esercizio che prevede la svolta a destra degli alunni e delle alunne.

Come già spiegato, i bambini devono essere consapevoli del fatto che con una visione più ampia riescono a controllare cosa succede alle loro spalle. Infine possono svoltare solo se non vengono superati da un'auto o da una bici più veloce. Tenendo in alto un cartello con un simbolo l'insegnante stimola i bambini a raggiungere una visione più ampia, controllandola al contempo. I bambini devono riconoscere il simbolo e dirne a voce alta il nome.

Svolgimento

Gli altri esercizi si svolgono nelle tappe già realizzate e disegnate. In base al numero dei bambini, al loro stadio di sviluppo e al numero degli assistenti si decide quante tappe vengono eseguite in parallelo oppure se i bambini si esercitano uno dopo l'altro. Alcune tappe richiedono la presenza di un adulto, in altre i bambini possono esercitarsi anche da soli.

Tappe che si possono affrontare in autonomia (previo addestramento):

- **Salire sulle piste ciclabili:**
Gli alunni e le alunne devono imparare a salire sui cordoli ribassati. Se non ci si esercita in un luogo di addestramento al traffico, i cordoli devono essere adattati con assi o tavole. Importante: le assi devono essere fissate in modo tale che non possano scivolare. Qui inizialmente si può cercare di scoprire insieme al gruppo e con una bici a mano quale angolo si presti meglio per salire sulla pista ciclabile. Se l'angolo scelto è troppo acuto, la ruota davanti può scivolare.
- **Fare lo slalom:**
I bambini fanno uno slalom attorno a coni stradali precedentemente posizionati, sviluppando così le loro capacità di base per la guida della bici.
- **Andare in bici con una mano sola:**
Mentre vanno in bici gli alunni e le alunne ricevono dalla persona A un testimone, che poi consegnano alla persona B. Per fare questo devono andare in bici per un breve tratto con una mano sola e mantenere l'equilibrio mentre consegnano il testimone. (Esercizio dell'idea realizzativa 2.1)

Tappe con insegnante o assistente:

- **Esercizio di frenata:**
Diversi alunni ed alunne percorrono in bici uno dietro l'altro una traiettoria contrassegnata, ad es. a forma di otto. Devono tenere la distanza giusta uno dall'altro, seguendo la regola pratica di mantenere almeno la lunghezza pari a due ruote. Appena sentono un fischio i bambini devono frenare a fondo azionando il freno anteriore e quello posteriore.

Nota:

Questo esercizio può essere usato di tanto in tanto anche come gioco da eseguire con tutta la classe.

Continuazione dell'esercizio: istruzioni aggiuntive (se sentono due fischi, i bambini devono abbassarsi brevemente sulla bici, ecc.)

- **Esercizio per scansare un ostacolo:**
Un bambino in bici passa davanti ad un assistente seguendo una traiettoria il più possibile rettilinea. L'assistente getta un oggetto che non rotoli (ad es. un cubo di gomma piuma) sul percorso, oggetto che il ciclista deve scansare.

Consolidamento del risultato

L'insegnante riflette sugli esercizi insieme ai bambini: Cosa ha creato loro difficoltà, e cosa invece è stato facile? Di norma gli alunni e le alunne riescono a valutare da soli molto bene dove necessitano ancora di fare esercizio per superare alla fine l'esame per la patente della bici.

Nota:







Se la classe si reca a piedi in un luogo di addestramento al traffico, il percorso stesso si presta a diventare argomento di lezione: quali segnali stradali vedono i bambini lungo il percorso? Conoscono il significato di questi segnali stradali? Riconoscono già ora i punti pericolosi per i ciclisti?

Idea realizzativa 3.1

Abbinare i segnali stradali

92

Sintesi

Gruppo target	 A partire dal 2° ciclo
Numero di partecipanti	 A partire da 2 bambini
Luogo	 Aula, strada
Tempo stimato	 4 ore di lezione
Materiale necessario	 Scheda di lavoro "Segnali stradali" (1 scheda per gruppo)  Scheda di controllo "Segnali stradali" (1 scheda per gruppo)
Preparazione:	<ul style="list-style-type: none"> Se è necessario esercitarsi sulle norme sulla circolazione: disegnare una strada/una situazione nel traffico con un gesso
Competenze	Gli alunni e le alunne si comportano come ciclisti prudenti, consapevoli della sicurezza e dei pericoli. Acquisiscono la conoscenza delle regole, siano esse specifiche del traffico che del codice stradale. Sono capaci di riconoscere i segnali stradali importanti per i ciclisti, di interpretarne correttamente il significato e di metterlo in pratica.
Elementi interdisciplinari	<ul style="list-style-type: none"> Italiano: leggere, parlare ed ascoltare Matematica: figure piane

Introduzione

Gli alunni e le alunne vengono divisi in piccoli gruppi di quattro bambini al massimo. L'insegnante spiega che riceveranno figure di segnali stradali e che dovranno abbinarle alle descrizioni del loro significato. I segnali stradali e le descrizioni corrispondenti devono essere posizionati su un banco o per terra uno sotto l'altro.

Svolgimento

Gli alunni e le alunne partecipano insieme al gioco di abbinamento, magari leggendo a voce alta a vicenda le descrizioni e parlando del significato dei segnali stradali. Una volta abbinati tutti i segnali stradali, i bambini controllano le loro soluzioni con la scheda di controllo.

Consolidamento del risultato

L'insegnante ora esamina ogni segnale stradale con tutti gli alunni e le alunne. Fa attenzione che i bambini conoscano il significato e lo sappiano applicare. Se il concetto di "precedenza a destra" non è chiaro, la classe riprodurrà la situazione del traffico nella quale gli stessi bambini rappresentano auto e ciclisti.

Variante






Questa introduzione al mondo dei segnali stradali può essere fatta, parallelamente alla lezione, anche durante i momenti di lavoro libero. In questo modo gli alunni hanno la possibilità di prendere ancora le carte e di esercitarsi con esse. Con l'aiuto di questo materiale si può inventare anche un gioco tipo memory o un domino, il che consente di esercitarsi in modo ancor più vario.

Idea realizzativa 3.2

La tombola dei segnali stradali

Sintesi

93

Gruppo target	 A partire dalla classe 3 ^a
Numero di partecipanti	 A partire da 2 bambini
Luogo	 Aula, strada
Tempo stimato	 4 ore di lezione
Materiale necessario	 Scheda di lavoro "Segnali stradali" (1 scheda per ciascun bambino) <ul style="list-style-type: none"> • Fogli da incollare • Blocchi per appunti/supporti rigidi su cui scrivere • Matite • Più tardi: per ciascun bambino 1 bici ed 1 casco
Preparazione:	<ul style="list-style-type: none"> • Scelta di un tragitto idoneo • Evt. organizzarsi con un accompagnatore/trice
Competenze	Gli alunni e le alunne si comportano come ciclisti prudenti, consapevoli della sicurezza e dei pericoli. Acquisiscono la conoscenza delle regole, siano esse specifiche del traffico che del codice stradale. Sono capaci di riconoscere i segnali stradali importanti per i ciclisti, di interpretarne correttamente il significato e di metterlo in pratica.
Elementi interdisciplinari	<ul style="list-style-type: none"> • Matematica: calcolo combinatorio (ad es: quante diverse cartelle per la tombola sono possibili?) • Lezione di storia, geografia, scienze: lettura delle carte geografiche, calcolo delle distanze in base alla scala, esplorazione del luogo di origine

Introduzione

L'insegnante tiene in alto uno dopo l'altro ciascun segnale stradale. Gli alunni e le alunne alzano la mano e dicono il significato. In questa fase ci si dovrebbe accertare proprio che i bambini sappiano davvero che cosa significano "precedenza a destra" e altre regole. Se ci sono ancora aspetti non chiari, vengono messe in scena di nuovo in classe o nel cortile della scuola delle situazioni che riguardano la precedenza nelle quali i bambini recitano il ruolo di auto e ciclisti.

Gli alunni e le alunne ricevono la stampa dei 16 segnali e con questi realizzano una tombola. A questo scopo incollano su quattro file sempre quattro segnali stradali uno accanto all'altro su di un foglio. Dovrebbero risultare combinazioni il più possibile diverse.

Svolgimento

Ora segue l'uscita didattica - inizialmente a piedi. L'insegnante dovrebbe scegliere in precedenza un tragitto idoneo. I criteri seguenti servono da aiuto:

- Un tragitto che può essere padroneggiato in sicurezza con la classe anche in bici (poco traffico, nessuna situazione non chiara).
- Dovrebbe essere possibile svoltare a sinistra con la bici.
- Possibilmente la presenza di situazioni particolari nel traffico stradale (semaforo, strisce pedonali, ecc.)
- Dovrebbe essere possibile vedere tanti dei segnali stradali presentati.
- Sarebbe bello che l'uscita avesse una meta accattivante, ad es. un parco o uno zoo.

Durante il percorso gli alunni e le alunne devono fare grande attenzione ai segnali stradali. Se ne viene scoperto uno, lo si segna nella cartella della tombola. Fa "tombola" il bambino che per primo ha segnato quattro segnali stradali sulla stessa riga (in diagonale, in orizzontale, in verticale). Dopo di che si parla direttamente del significato di ciascun segnale stradale. Gli alunni e le alunne devono chiarire come ci si deve comportare da ciclista in questo punto.

Consolidamento del risultato

Confronto delle cartelle della tombola. Un bambino ha fatto tombola? Con quale sequenza avrebbe vinto? Quali segnali stradali sono apparsi più spesso?

Inoltre la classe dovrebbe riflettere ancora una volta sul percorso e discutere dei punti pericolosi per l'uscita in bici.

Proseguimento

Il giorno seguente si svolge l'uscita in bici. Gli alunni e le alunne ora devono applicare le regole di cui hanno discusso precedentemente. Con la classe ci si dovrebbe possibilmente esercitare a svoltare a sinistra in bici. Ma questo si può fare solo se sul tragitto il traffico è scarso e se sono disponibili accompagnatori in numero sufficiente. Prima di un esercizio di questo tipo l'insegnante raduna la classe, spiega a cosa si deve fare attenzione quando si svolta a sinistra e aiuta in questo ogni bambino.

Foglio di pianificazione modulo 3

In giro in bici

Il foglio di pianificazione vi offre una panoramica delle idee realizzative e la possibilità di registrare l'implementazione delle unità.

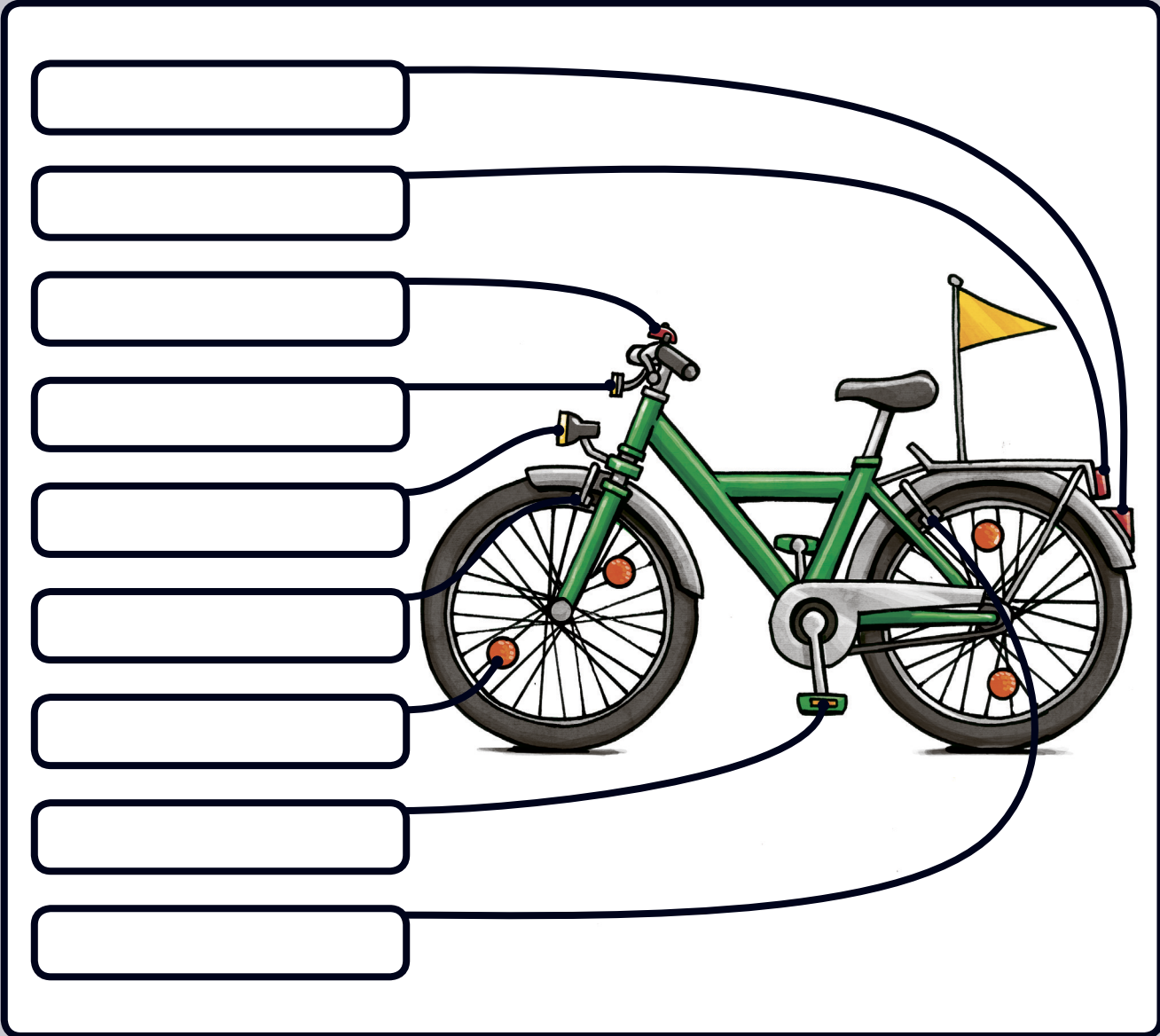
Foglio di pianificazione	Idea realizzativa	Il compito è stato affrontato con successo? È necessario un approfondimento? Se sì, quale?	Idee per una competizione creativa? Cosa potrebbe inviare la classe?
Unità 1	La sicurezza genera sicurezza - tecnica e manutenzione della bici		
	<input type="checkbox"/> Formazione degli sceriffi su bici		
Unità 2	Si parte! - esercizi pratici in bici		
	<input type="checkbox"/> Padroneggia la tua bici		
	<input type="checkbox"/> Per diventare ciclisti pro		
Unità 3	Segnali stradali - interpretare le regole da ciclista		
	<input type="checkbox"/> Abbinare i segnali stradali		
	<input type="checkbox"/> La tombola dei segnali stradali		

Come ciclisti meglio farsi vedere bene e arrivare sicuri a destinazione

Sulla bici sono stati disegnati tutti gli elementi importanti della dotazione. Inserisci le parole giuste nella figura!

Si cercano:

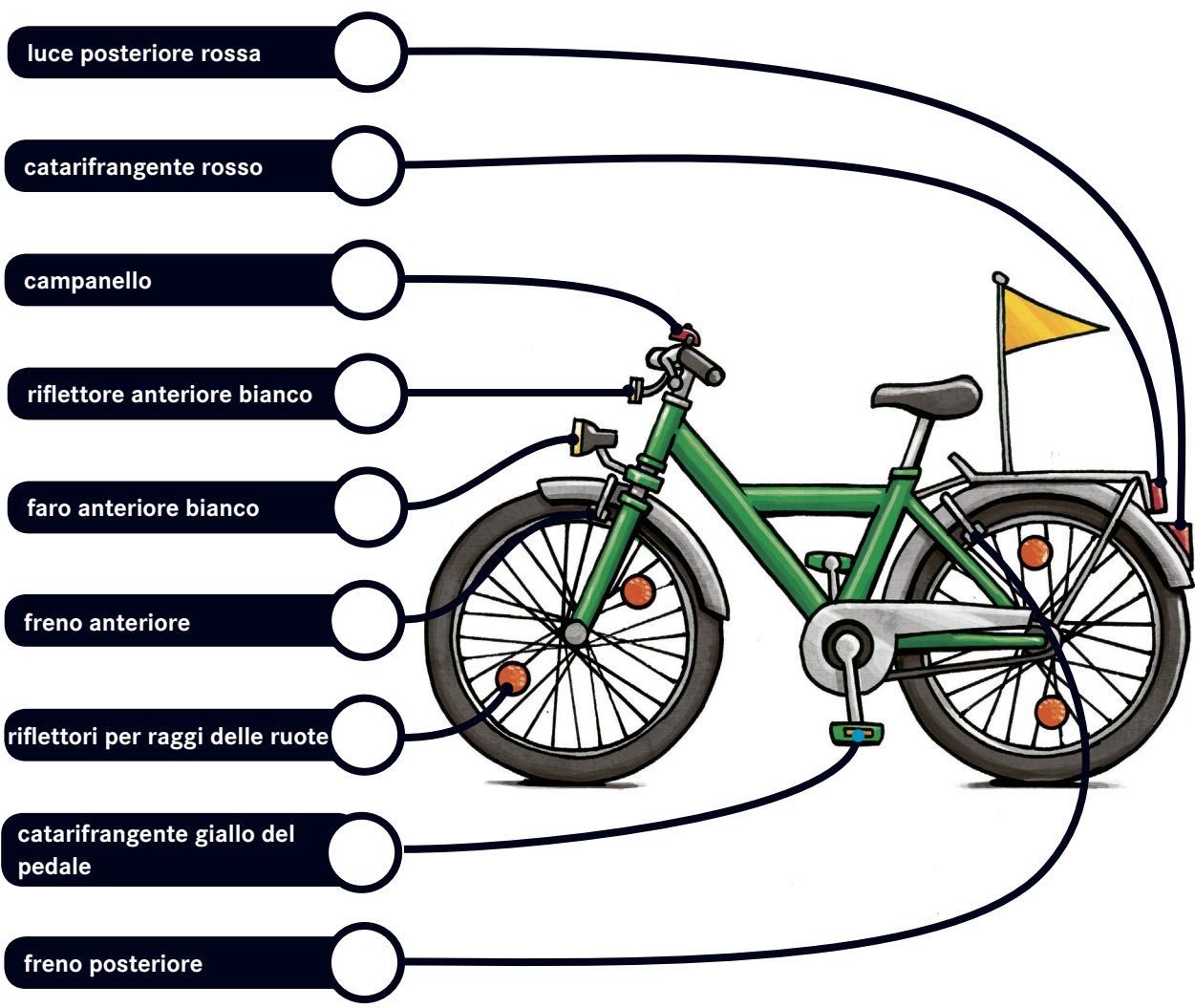
- luce posteriore rossa • freno posteriore • catarifrangente giallo del pedale
- catarifrangente rosso • faro anteriore bianco • campanello
- freno anteriore • riflettore anteriore bianco • riflettori per raggi delle ruote



La bici di

Nome

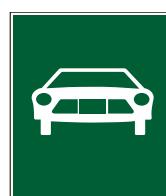
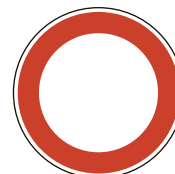
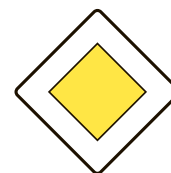
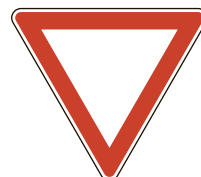
è stata controllata per verificare che sia sicura per la circolazione stradale:



Disegna: se è presente

se manca.

I componenti seguenti dovrebbero essere applicati/riparati al più presto al fine di garantire una partecipazione sicura al traffico stradale:



Al prossimo incrocio devi dare la precedenza all'auto o alla bici che sopraggiunge da destra.

Questa strada è senso unico. Puoi percorrerla solo nella direzione indicata!

Stai percorrendo la strada principale! Le altre auto e bici devono far passare prima te.

Qui ci sono dei lavori in corso sulla strada. Procedi lentamente e con particolare attenzione!

Al prossimo incrocio hai la precedenza. Le altre auto e bici devono far passare prima te!

Qui devi dare la precedenza a tutti gli altri!

Non puoi percorrere questa strada in bici!

Questa strada può essere percorsa solo dalle auto. Non percorrere in bici per alcun motivo una strada di questo tipo!

Qui devi assolutamente stare fermo e dare la precedenza a tutti gli altri!

Qui puoi andare solo dritto o svoltare a destra!

Così viene indicata una pista pedonale e ciclabile; devi utilizzarla. Fai attenzione ai pedoni!

Puoi spingere a mano sulle strisce pedonali la bici. Se vai in bici per strada, devi fare attenzione ai pedoni ed eventualmente fermarti.

Attenzione, qui c'è un passaggio a livello. Attraversandolo devi fare attenzione che non si sentano né si vedano treni in avvicinamento.

Non puoi percorrere questa strada in bici! Devi spingerla a mano.

Non puoi immetterti in questa strada in bici. Ma attenzione: altri ciclisti o altre auto possono provenire da questa strada!

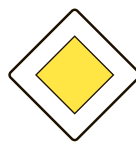
Questa è una zona residenziale. Devi andare molto piano in bici e fare attenzione ai pedoni!



Al prossimo incrocio devi dare la precedenza all'auto o alla bici che sopraggiunge da destra.



Questa strada è senso unico. Puoi percorrerla solo nella direzione indicata!



Stai percorrendo la strada principale! Le altre auto e bici devono far passare prima te.



Qui ci sono dei lavori in corso sulla strada. Procedi lentamente e con particolare attenzione!



Al prossimo incrocio hai la precedenza. Le altre auto e bici devono far passare prima te!



Qui devi dare la precedenza a tutti gli altri!



Non puoi percorrere questa strada in bici!



Questa strada può essere percorsa solo dalle auto. Non percorrere in bici per alcun motivo una strada di questo tipo!



Qui devi assolutamente stare fermo e dare la precedenza a tutti gli altri!



Qui puoi andare solo dritto o svoltare a destra!



Così viene indicata una pista pedonale e ciclabile; devi utilizzarla. Fai attenzione ai pedoni!



Puoi spingere a mano sulle strisce pedonali la bici. Se vai in bici per strada, devi fare attenzione ai pedoni ed eventualmente fermarti.



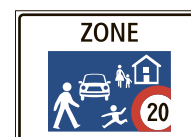
Attenzione, qui c'è un passaggio a livello. Attraversandolo devi fare attenzione che non si sentano né si vedano treni in avvicinamento.



Non puoi percorrere questa strada in bici! Devi spingerla a mano.



Non puoi immetterti in questa strada in bici. Ma attenzione: altri ciclisti o altre auto possono provenire da questa strada!



Questa è una zona residenziale. Devi andare molto piano in bici e fare attenzione ai pedoni!

