BRIDGE –
Template for tools in the Toolbox

• Título de la actividad: Bikeability

• Duración: 4 sesiones (7 horas en total)

• Edad del alumnado: 15 años (2.º de Educación Secundaria)

• Asignatura: Educación Física

• Área de bienestar: Físico

• Tu actividad contribuye a:

• Gestión del estrés

• Conciencia sobre el bienestar mental

• Educación en valores

• Promoción de la interacción positiva y la colaboración entre el alumnado

• Fomento de la educación inclusiva

• Educación en seguridad vial

• Participación del alumnado: Alta

• Viabilidad para el profesorado: Media

• Materiales:

Equipamiento de ciclismo (bicicleta, casco, chaleco reflectante, kit de reparación y botiquín de primeros auxilios), material deportivo habitual en centros educativos (conos), apoyos visuales y tarjetas, y acceso a espacios deportivos interiores y vías de tráfico exteriores

• Descripción:

Esta actividad consiste en una unidad didáctica de Educación Física basada en la formación en ciclismo urbano adaptada a la Educación Secundaria. El programa tiene como objetivo mejorar las habilidades de ciclismo urbano, la motivación y los hábitos de vida saludables.

Cofinanciado por la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]

La actividad sigue los requisitos para su inclusión en el currículo oficial de Educación Física a lo largo de 4 sesiones, siendo las sesiones 2 a 4 de dos horas de duración. La primera sesión (60 minutos) es teórica, en la que se sensibiliza al alumnado sobre los beneficios y la utilidad del uso de la bicicleta.

En la segunda sesión (120 minutos), el alumnado mejora sus habilidades ciclistas en las instalaciones deportivas del centro. Tras completar con éxito esta sesión, el alumnado pone en práctica dichas habilidades en un contexto real de tráfico en la tercera sesión (120 minutos).

Finalmente, en la cuarta sesión (120 minutos), el alumnado asume el rol de docente con estudiantes de 1.º de Educación Secundaria, mostrándoles los aprendizajes adquiridos en las sesiones anteriores.

• Experiencia de la implementación:

El alumnado mostró altos niveles de disfrute, motivación y participación. Valoraron especialmente su capacidad para circular en bicicleta en un contexto real de tráfico y la novedad de las actividades en comparación con las clases tradicionales de Educación Física.

El profesorado destacó la necesidad de este tipo de programas y su impacto positivo en la implicación del alumnado, así como en sus actitudes y aprendizajes relacionados con la actividad física y la salud.

• Más información:

Consulta la descripción detallada del programa, las sesiones y la evaluación en el siguiente enlace:

https://profith.ugr.es//wp-content/uploads/2022/10/MANUAL-BICI-.pdf

Cofinanciado por la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]