

# Ciclista

1. Debe obtener la especialidad Seguridad en la Carretera.
2. Demostrar:
  - a. Cómo mantener la bicicleta limpia
  - b. Cómo conducir la bicicleta en forma segura
  - c. Poner las señales mientras conduce
  - d. Cómo cuidar de la bicicleta
3. Participar en una actividad de bicicletas.
4. Conducir la bicicleta por una distancia de 8 kilómetros.
5. Hacer un mapa de dónde fueron.
6. Con su familia, usar su mapa para trazar su ruta.



## Ayuda

2.
  - a. Limpie y lustre las bicicletas. Luego decórelas y tenga una inspección.
  - b. Monte una carrera de barriles para practicar.
  - c. Durante la carrera mencionada, use manos individuales.
  - d. Haga que los grupos pequeños actúen las formas buenas y malas de cuidar una bicicleta. Haga que se vistan bolsas plásticas de basura y que aceiten la cadena.
3. Planee un día de carreras de bicicletas haciendo lo siguiente:
  - Inspección de las bicicletas por la policía o los bomberos.
  - Tenga un área de «fosa» para preparar las bicicletas para inspección.
  - Planee un desfile para las bicicletas adornadas. Otorgue un premio.
  - Jueguen usando la bicicleta: carreras rápidas, carreras lentas, carreras de relevo, repartición del periódico, carreras de obstáculos, etc.
4. Planee una excursión de 8 kilómetros en bicicleta. Decore su bicicleta, luego vaya a un parque con pistas pavimentadas. Después del recorrido tenga un picnic o vayan a nadar. Tenga una recompensa especial para aquellos que concluyan la excursión exitosamente.
5. La elaboración del mapa/recorrido es divertida. Manténgalo sencillo. Utilice lápices y reglas. p. ej. Dibuje la ruta para ir al supermercado, al centro comercial, a la escuela, a la iglesia, etc.