

La Práctica de
la Educación Vial



Cuaderno de Actividades

Preparado para el programa de la Municipalidad de Lima:

Al Cole en Bici

Fundación
MAPFRE



MUNICIPALIDAD DE
LIMA

TU CASCO IDEAL

El casco es un elemento de seguridad muy importante que protege tu cabeza en caso de sufrir un accidente. Debe ser resistente, a tu medida y siempre lo debes llevar puesto cuando manejes tu bici.

¿Cómo te gustaría que sea el tuyo? Colorea y decora el casco como más te guste.



Este Cuaderno de Trabajo ha sido adaptado para el Programa Al Cole en Bici de la Municipalidad Metropolitana de Lima, en función a los materiales del Programa Educativo La Práctica de la Educación Vial - Perú de Fundación MAPFRE.

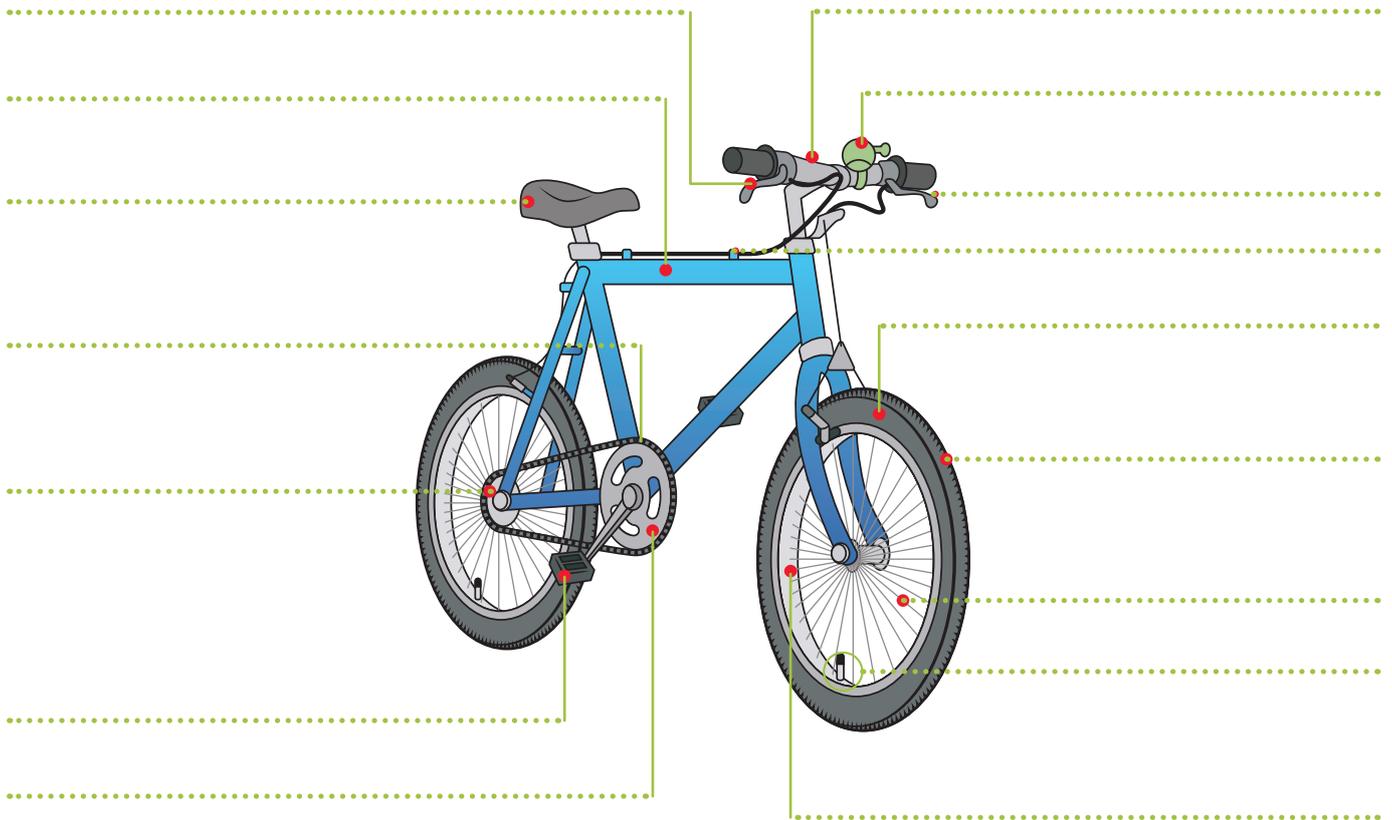
Edición: Prevensis SAC Diseño de cubierta e interiores: Nueva Vía Comunicaciones SAC

© Fundación MAPFRE, CUADERNO DE ACTIVIDADES: AL COLE EN BICI, 2022

Paseo de Recoletos, 23 28004 Madrid (España) - www.fundacionmapfre.org

Escribe sobre las líneas la parte de la bicicleta que corresponda.

- | | |
|-----------------------------|-------------------------------|
| 1. Cuadro | 9. Palanca de freno delantero |
| 2. Timón | 10. Cable de frenos |
| 3. Asiento | 11. Llanta |
| 4. Pedal | 12. Radios |
| 5. Plato | 13. Válvula |
| 6. Cadena | 14. Aro |
| 7. Piñón | 15. Timbre |
| 8. Palanca de freno trasero | 16. Cocada |



¿Qué otros elementos necesitas para ser un ciclista responsable?

.....

.....

Explica el significado de las señales que realizan los ciclistas.

A

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A



B

B

.....

.....

.....

.....

.....



C

.....

.....

.....

.....

.....

C

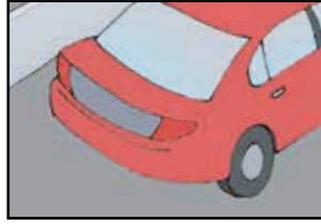


Una Bicicleta Segura

Con ayuda de tus padres averigua qué tan seguro es tu vehículo. Puedes acudir a un especialista en arreglar bicicletas para que confirme las condiciones de tu bici y luego puedas tomar medidas para mejorarlas.

| Elementos Obligatorios | Respuestas | |
|--|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. Tamaño de la bicicleta adecuado para tu talla | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 2. Asiento bien colocado a la altura del timón. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 3. Timbre a la mano, que suene. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 4. Cadena en buen estado, tensa y aceitada. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 5. Llantas en buen estado, con la cocada visible. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 6. Presión de la cámara de las llantas, suficiente, nunca excesiva. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 7. Pedales ajustados y lubricados para que giren con facilidad. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 8. Frenos que funcionan correctamente | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| Elementos Útiles | | |
| 9. Casco resistente, cada vez que montas tu bici | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 10. Reflectores en los radios de las llantas. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 11. Pedales con reflectantes amarillos. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 12. Faro delantero, con buena luz (blanca o amarilla) limpio y en buen estado (para salir a montar de noche o cuando hay calles oscuras) | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 13. Faro reflector trasero, que ayuda a que nos vean. | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
| 14. Espejo retrovisor, en el lado izquierdo del timón | <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |

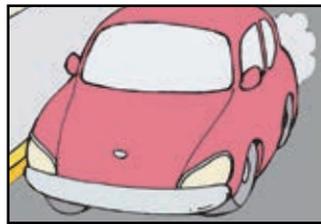
Reflexionemos



¿Qué Vehículo puede ir a más velocidad?

.....

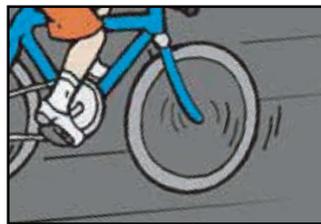
.....



¿Cómo se tiene más estabilidad: con dos o con cuatro ruedas? ¿Por qué?

.....

.....



¿Dónde se tiene más estabilidad? ¿Por qué?

.....

.....



¿Quién va a sufrir más daños en caso de impacto? ¿Por qué?

.....

.....