JUEGOS ESCOLARES 2022/2023

CICLISMO (28 enero)

FUNCIONAMIENTO BÁSICO Y NORMAS:

- Los participantes se dividirán en 5 grupos a los que se asignará un color identificativo.
- La jornada se compondrá de diferentes postas y actividades por las que estos grupos irán rotando.
- Horario: entre las 10h y las 14h del sábado 28 de enero, de acuerdo al cronograma que se envía.
- Se ruega puntualidad para que la actividad pueda comenzar a la hora prevista.
- La entrada al recinto se hará por la puerta noreste, donde se confirmará la participación del alumnado y se conformarán los grupos.

- Se procurará por parte de los familiares no interferir en las actividades, evitando desde el comienzo de la actividad deambular dentro del recinto del parque para evitar aglomeraciones y facilitar el correcto y seguro funcionamiento de la actividad.
- Cumplir la normativa específica de uso de zonas verdes.

Normas específicas sobre bicicletas y su uso:

- Obligatorio el uso de casco y guantes.
- Permitidas únicamente bicis con frenos y con pedales.
- No se permiten bicis con ruedines.

*NO se permitirá la participación si se incumple cualquiera de las normas.

- Se anima a acudir con la bicicleta hasta el lugar de celebración de la actividad, evitando el uso de transporte privado. Pueden organizarse salidas desde cada Centro para acudir hasta el Parque General Gutiérrez, promoviendo así desplazamientos más sostenibles y seguros.
- No se podrá acceder con automóviles dentro del Parque General Gutiérrez.

JUEGOS ESCOLARES 2022/2023

CICLISMO (28 enero)

CRONOGRAMA:

- 10h00-10h20 Encuentro, bienvenida. División de participantes en 5 grupos.
- 10h30-11h00 Primera actividad (1ª).
- 11h05-11h35 Segunda actividad (2ª).
- 11h40-12h10 Tercera actividad (3ª).
- 12h15-12h40 Descanso – Almuerzo (zona recepción).
- 12h45-13h15 Cuarta actividad (4ª).
- 13h20-13h50 Quinta actividad (5ª).
- 13h55-14h00 Despedida, agradecimiento.
- 14h00 Final de la actividad.

POSTAS Y ACTIVIDADES:

Posta 1: Gymkana

Circuito con obstáculos/ejercicios de habilidad que cada participante tendrá que superar haciendo el menor número de errores posible.

Posta 2: Cuadrado + 3 en raya

a) Cuadrado: con todos los participantes en movimiento dentro del terreno de juego, intentan sacar a los compañeros del campo, buscando que solo quede uno en el interior.
b) 3 en raya: tradicional 3 en raya, pero en bici. Con 2 equipos, se juega modo carrera de relevos en la que cada participante tendrá que superar un circuito antes de poner su ficha en el tablero.

Posta 3: Carrera de lentos + Pañuelo

a) Carrera de lentos: una carrera en la que gana el que llega el último.
b) Pañuelo: basado en el clásico juego del pañuelo, pero en bici.

Posta 4: Circuito

Algo más parecido a una carrera. Se trata de realizar un circuito que combina técnica, fuerza, resistencia…, utilizando los obstáculos naturales.

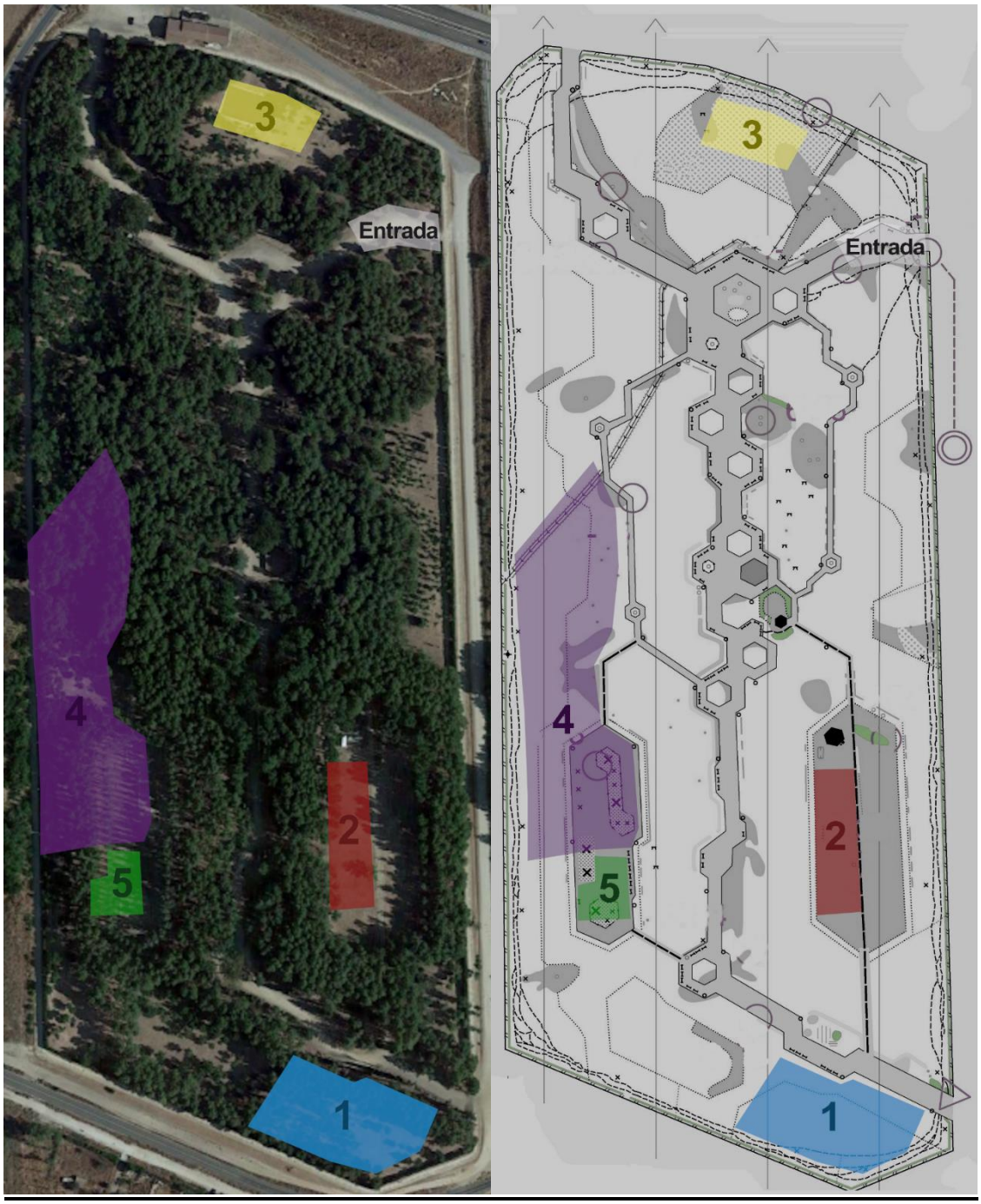
JUEGOS ESCOLARES 2022/2023

CICLISMO (28 enero)

Posta 5: Mecánica + Fútbol

a) Mecánica: modo taller adaptando los contenidos y metodología a la edad del grupo.
b) Fútbol-bici: como su nombre indica, es fútbol en bici.

LOCALIZACIÓN POSTAS



***Al cambiar de posta, atender las instrucciones de los monitores.**