



Cycling Games - Juegos de Bicicleta
Evento y Workshop 5to Foro Mundial de la Bicicleta, Santiago de Chile
Septiembre 2015

Juegos en bicicleta

Descripción general

Los juegos en bicicleta son una estrategia orientada a niños de edad pre escolar que permite apoyar el desarrollo psicomotriz, habilidades de socialización junto con el desarrollo de habilidades en la conducción de bicicletas. Todo esto apoya la integración de la bicicleta en la cultura.

Qué mejor que partir temprano y qué mejor que hacerlo jugando para desarrollar habilidades de relación con los demás, habilidades en el control de la bicicleta y establecer un vínculo positivo entre la máquina y la persona mediante el juego.

El concepto, creado por la Federación de Ciclistas de Dinamarca, consiste en una serie de juegos (+- 6) desarrollados por expertos en movimiento y ciclismo. **No es una actividad educativa ni una responsabilidad de escuela. Es la pura esencia del juego guiada por los educadores de párvulos.**

En la ciudad de Copenhague se ha implementado con éxito el programa "Cycling games" (Juegos en Bicicleta) en diversos jardines infantiles. En Dinamarca establecer una relación entre los niños y la bicicleta es un componente esencial para desarrollar la integración de la bicicleta y en la cultura ciudadana. Este tipo de estrategias ayudan a desarrollar una cultura ciclista al comienzo del ciclo de vida.

El concepto Juegos de bicicleta creado por la Embajada de Ciclismo de Dinamarca ha resultado de inspiración en varios lugares del mundo. El 4to Foro Mundial de la Bicicleta celebrado en Medellín en año 2014 fue la oportunidad para mostrar esta estrategia de educación a los participantes.

Aprovechando la celebración del 5to Foro Mundial de la Bicicleta (FMB5 Santiago de Chile del 31 de Marzo al 04 de Abril 2016) y como continuidad al trabajo iniciado en Medellín por Lotte Bech Urban Planning, se desarrollará un evento demostrativo y un programa piloto. El evento será celebrado el día 01 de Abril a las 11:00 en el Parque Quinta Normal, frente al Museo de Ciencia y Tecnología. Por su parte el programa piloto se ejecutará en alianza con el CIF Santiago (Comité para la Infancia y la Familia) quienes a través de 3 de sus jardines infantiles incorporarán



los juegos en bicicleta como parte de las actividades de los niños. Este proceso es coordinado por Bivicilízate, quien además será responsable de hacer el monitoreo, documentación y reporte de la iniciativa, con el fin que esta experiencia pueda ser replicada a lo largo del país.

Claves

1. Se desarrollará una jornada de demostración de los Juegos de Bicicleta durante el FMB5 Santiago de Chile el día 01 de Abril de 11:00 a 14:00 en el Parque Quinta Normal
2. Se desarrollará un taller de capacitación para la implementación de los Juegos de Bicicleta en Jardines infantiles del CIF Santiago y afinar el trabajo del programa piloto programado para el segundo semestre de 2016
3. La empresa farmacéutica danesa NovoNordisk junto a la empresa Chilena Roda donaron 25 bicicletas de balance para niños, insumos clave para hacer posible este programa. NovoNordisk es una compañía danesa dedicada al cuidado de la salud, con más de 90 años de innovación y una amplia gama de productos avanzados para la diabetes. Cuenta con el programa de Responsabilidad Social Empresarial "Cambiando la diabetes". Esta iniciativa se alinea al logro de sus objetivos al promover la actividad física en la infancia, factor que ayuda a la prevenir el sobrepeso y la obsidad. Roda por su parte es una empresa chilena que busca aportar mediante sus diseños, en el desarrollo de los más chicos a través del juego y la sana entretenición con productos que sean un apoyo para la estimulación, motricidad, independencia y confianza.

Implementación

6 juegos en bicicleta

Aquí se describen algunos juegos que son fáciles de ejecutar y muy buenos para comenzar el trabajo con los padres y educadores.

Niños desde los 2 años de edad pueden participar en los juegos más sencillos. Algunos de estos juegos se pueden jugar con un sólo niño, mientras que otros están dirigidos a grupos más grandes (hasta 15).

Los juegos que se describen aquí son ejemplos, a los cuales es muy válido hacer variaciones o pensar enteramente en nuevos juegos por su cuenta. Lo importante a tener en cuenta es que los niños aprenden mejor cuando se divierten.



Elementos esenciales a tener en cuenta:

- **Espacio libre de tráfico:** Tener disponible un lugar sólo para que los niños puedan jugar en su bicicleta en un ambiente seguro y libre de tráfico.
- **Cascos:** Los niños utilizarán un casco de ciclista durante los juegos. El casco no debe ser usado antes o después de efectuada la actividad de juego.
- **Bicicletas:** Las bicicletas deben ser bicicletas de entrenamiento o equilibrio. Deben ser simples y adecuadas al tamaño de los niños. Si no se cuenta con estas bicicletas es posible utilizar bicicletas corrientes removiendo los pedales y ajustando la altura del sillín cosa que los niños puedan impulsarse y frenar con sus piés. Las bicicletas con ruedas de apoyo no son en absoluto recomendadas para esta actividad ya que inhiben el desarrollo del equilibrio. Si los niños ya saben pedalear y mantener el equilibrio bicicletas con pedales adecuadas a su tamaño (y con las cuales se sientan a gusto) pueden ser usadas.



- **Rasguños:** Es mejor caer de la bicicleta 100 veces en el área de juegos, que en el tráfico.

El Monstruo de las cosquillas

- Número de niños: Cuatro o más
- Edad: Desde los 4 años
- Número de adultos: Por lo menos uno, preferiblemente dos.
- Lo que usted necesita: Tiza – e idealmente una máscara de monstruo
- ¿Dónde se juega?: Un área de juego de asfalto o de grava
- Preparación: Dibuje dos líneas paralelas con una distancia de unos 30 metros - en los extremos opuestos de la zona de juego. Todos los ciclistas deben ser capaces de alinearse cada uno al lado del otro, detrás de ambas líneas.

Dinámica de juego

El adulto, quien juega de Monstruo de las Cosquillas, está de pie en medio de la zona de juego de espaldas hacia los ciclistas. A continuación, llama: “¡A huir del Monstruo de las Cosquillas!”. Los ciclistas entonces tratan de cruzar su bicicleta a lo largo de la línea de tiza que está más lejos sin ser descubiertos.

El adulto sólo debe empezar a atrapar su presa una vez que él pueda ver a los niños con el raballo del ojo. El Monstruo de las Cosquillas sólo puede atrapar a uno de

los ciclistas a la vez - pero puede hacer como que va a atrapar a los demás también. El niño que queda atrapado por el monstruo, quien le hará cosquillas, puede elegir en qué parte del cuerpo quiere que le hagan cosquillas. Después el prisionero es liberado y volverá al juego.

Después de un rato, pasar a jugar el juego con dos Monstruos de las Cosquillas. Los niños se dividen en dos grupos que se paran de frente entre sí y detrás de las líneas opuestas. Los Monstruos de las Cosquillas se ponen de pie, espalda con espalda, en el centro de la zona. El juego se juega como antes, excepto que ahora la persecución para hacer cosquillas es en ambos extremos de la zona de juego.



Las balas para el rey del cañón

- Número de niños: Cuatro o más
- Edad: Desde los dos años
- Número de adultos: Por lo menos un adulto
- Lo que usted necesita: Aprox. 100 pelotas pequeñas, ligeras y de diferente color.
- ¿Dónde se juega?: Un patio de recreo o un área de juego de asfalto o grava.
- Preparación: Un adulto juega de Rey del Cañón. El adulto lanza las bolas en todo el área de juego. Los niños entonces salen a pedalear para recoger las “balas de cañón” nuevamente. Los niños llevan las bolas en la mano, bajo sus camisetas, en sus bolsillos o de alguna otra forma. Tienen que devolver las bolas al Rey del Cañón.

Dinámica de juego

El Rey del Cañón puede hacer que los niños hagan varias cosas. Por ejemplo, las niñas pueden recoger las bolas amarillas y los niños las rojas. O puede hacer que todos los niños encuentren tres bolas que tengan cada una un color diferente, etc.

El rey del cañón hunde barcos

- Número de niños: Cuatro o más
- Edad: Desde cuatro años
- Número de adultos: Por lo menos un adulto
- Lo que usted necesita: Aprox. 100 bolas pequeñas, ligeras, de diferente color y algo de tiza.
- ¿Dónde se juega?: Un patio de juegos o un área de juego de asfalto o grava.
- Preparación: Dibuje un círculo en el centro de la zona de juego. El círculo debe ser de aproximadamente 1 metro de diámetro. Utilice la tiza para dibujar barcos y olas en el área alrededor de la isla. Esta área representa el mar.

Dinámica de juego

Los niños circulan en bicicleta alrededor del artillero como si fueran barcos, a la distancia que los niños gusten, pero deben ir en la misma dirección. El Artillero dispara balas a los barcos. Cuando da con un barco, el niño salta de la bicicleta y “nada” alrededor de la nave tres veces. Luego vuelve a su bicicleta y el barco navega de nuevo. El Artillero debe tratar de alcanzar con las bolas a todos los niños varias veces. Cuando todas las bolas se han agotado, los niños tienen que recoger las municiones y volver con el Artillero. Cambiar después de un tiempo, de manera que los niños se pedaleen en la dirección opuesta.



La captura de las burbujas

- Número de niños: Uno o más
- Edad: Desde los dos años
- Número de adultos: Al menos uno
- Lo que usted necesita: Burbujas de jabón - sería ideal tener una máquina a batería operada a mano para hacer burbujas de jabón
- ¿Dónde se juega? En un patio de juegos o un área de asfalto o grava suficientemente grande para dar cabida a un buen número de niños

Dinámica de juego

Un adulto sopla burbujas de jabón sobre todo el área de juego. La idea es conseguir que los niños atrapen tantas burbujas como les sea posible usando sus manos, cascos de bicicleta, ruedas, etc.

Pista de obstáculos

- Número de niños: Uno o más
- Edad: Desde los dos años
- Número de adultos: Por lo menos uno
- Lo que usted necesita: Conos, anillos de actividad, cubos, tiza, etc. Otras herramientas útiles: una larga pieza de tela que podría ser utilizada para hacer un túnel de bicicleta y un atomizador de agua para hacer llover
- ¿Dónde se juega?: En un parque infantil o una pista de grava o un sendero en el bosque. Lo ideal sería tener poder pedalear por pequeñas colinas y diferentes superficies - como por ejemplo de hierba, arena, charcos, barro, etc.
- Preparación: Establecer una carrera de obstáculos que cubra todo el área de juego. Marque la zona con dos líneas paralelas para que los niños traten de permanecer dentro. Haga eventualmente el camino más estrecho en algunos lugares. Los accesorios y otros objetos se colocan dentro del camino como obstáculos, con una distancia de al menos 2,5 metros.

Dinámica de juego

Deje que los niños anden en bicicleta a su propio ritmo entre cada obstáculo. La dirección debe ser de sentido único con el fin de minimizar el caos, Pero está permitido hacer trampas y también adelantar. Quizás la bicicleta se pueda empujar hacia arriba de la colina antes de que los niños pueden deslizarse hacia abajo de nuevo. Haga también un "túnel de bicicletas" con una larga pieza de tela la cual se puede sostener por el lado más largo hasta por seis adultos. Mueva la tela de arriba y hacia abajo creando la ola, de modo que los niños tengan que agacharse para



desplazarse en bicicleta a través de ella. Un adulto también puede permanecer parado en el otro extremo del túnel usando el atomizador de agua para rociarlos de manera que parezca que está lloviendo.

Pedaleando en hora punta

- Número de niños: Uno o más
- Edad: Desde los dos años
- Número de adultos: Un adulto por cada niño participante.
- ¿Dónde se juega?: Un patio de recreo o un área de juego de grava o asfalto

Dinámica de juego

Se forman parejas de un adulto a pie y un niño en una bicicleta. Los niños tienen que mantenerse detrás de su compañero adulto, mientras que los adultos caminan y se cruzan entre los otros adultos. Al empezar, los adultos deben mantener una cierta distancia o espacio de maniobra uno del otro, pero el juego se hace más difícil y más divertido cuando los adultos comienzan a caminar más cerca de cada uno y la zona se hace más pequeña. Los adultos pueden moverse en diferentes formas: lentamente, de forma rápida o en curvas grandes o pequeñas. Si el adulto se detiene, el niño manejará su bicicleta en un círculo alrededor del adulto.





Lanzamiento de los juegos en Bicicleta

Ceremonia inaugural en Parque Quinta Normal

Posibles autoridades asistentes

- Alcaldesa de Santiago, Carolina Tohá (palabras)
- Intendente de la región metropolitana, Claudio Orrego
- Embajador de Dinamarca Sr. Jesper Ferløv Andersen (palabras)
- Representante de la organización del Foro Mundial de la Bicicleta (palabras)
- Representante del CIF Santiago, Paula Jaramillo
- Directivo de NovoNordisk (Palabras)
- Directivo de Roda (Junto a NovoNordisk y Oxford)
- Directivo de Oxford (por confirmar)
- Lotte Bech Urban Planning (palabras)
- Director de BiciCivilízate, Claudio Olivares Medina (Junto a Lotte damos el vamos al evento)

Se considera una mini ceremonia de entrega de la donación de bicicletas al CIF.

Según ha informado comunicaciones y relaciones públicas del Municipio de Santaigo, ellos se harán cargo de la producción de esta ceremonia, instalando sillas,



Cycling Games - Juegos de Bicicleta
Evento y Workshop 5to Foro Mundial de la Bicicleta, Santiago de Chile
Septiembre 2015

amplificación, podio... El CIF Santiago estará a cargo de la logística respecto a los niños.

Organiza

- Lotte Bech Urban Planning
- BiciVilízate, diseño de experiencia urbana
- CIF Santiago

Auspicia

1. Real Embajada de Dinamarca, Chile
2. Novo Nordisk
3. Bicicletas Roda
4. Oxford (por confirmar)

Patrocina

1. FMB5
2. Municipalidad de Santiago