

Proyecto de Escuela Municipal de Ciclismo



Proyecto de Escuela Municipal de Ciclismo

1. Descripción de la Escuela.

Una escuela ciclista se puede definir como el lugar donde confluyen un número determinado de niños/as a fin de enseñarles actividades relacionadas con la bicicleta, como destreza, técnica, mecánica, etc., sin olvidar aspectos tan importantes como la educación vial, alimentación y hábitos sociales como el compañerismo, el buen comportamiento y disciplina, entre otros. Todo ello rodeado de un grupo de profesionales del deporte que transmiten todos estos conocimientos, amparados a ser posible por las instituciones públicas y entidades privadas.

La Escuela de Ciclismo comienza su andadura desde el seno de unión de Ayuntamiento, Club Ciclista y Federación. Existen diversas motivaciones para desarrollar una escuela de ciclismo, entre algunas de ellas destacar:

- La práctica de actividad deportiva mediante la bicicleta.
- El desarrollo de valores, normas y actitudes, etc.



2. Objetivos de la Escuela.

- Educar a los alumnos/as en la práctica de una actividad física lúdico-recreativa mediante la utilización de la bicicleta.
- Que el niño/a aprenda a utilizar la bicicleta no sólo como medio de transporte sino a la vez, como una herramienta básica en una actividad física saludable o de competición permitiendo salir de la rutina y así evitar el sedentarismo.
- Inculcar valores tales como el compañerismo, respeto, buen comportamiento, cuidado del material y disciplina.
- Aumentar el número de usuarios/as de la bicicleta en la población
- Crear diferentes actividades donde se fomente la convivencia entre padres y madres, alumnos/as y monitores/as promoviendo la colaboración de los padres y madres en la escuela.
- Organizar eventos para la promoción del ciclismo en la población.

3. Contenidos de trabajo de la Escuela de Ciclismo.

- Conocimientos sobre la bicicleta (partes, mecánica, reparación y mantenimiento).
- Educación vial y medioambiental.
- Actitudes, valores y normas (convivencia, educación para la paz, educación para la igualdad, solidaridad, compañerismo, respeto y cuidado del material).
- Realización de excursiones por la naturaleza y la ciudad.
- Gymkhana de convivencia entre escuelas.

4. Metodología de trabajo.

La duración de la programación será de 9 meses, durante los cuales se llevarán a cabo 2 sesiones semanales con una duración de 90 minutos cada una.

La estructuración de las sesiones de trabajo ordinarias será siempre la misma dividiéndose en; calentamiento, desarrollo teórico-técnico, estiramiento y posterior vuelta a la calma.

El objetivo es que las sesiones de trabajo supongan una experiencia agradable y emotiva para el alumno/a, llevando a cabo una amplia variedad de actividades diferentes cuyo principal objetivo es el desarrollo de destrezas, actitudes, valores y normas.

5. Actividades para fomentar la asistencia a la Escuela de Ciclismo.

Como trabajo principal se acentúan las propias sesiones de entrenamiento semanales llevadas a cabo en la Escuela, que formarán parte del mayor aliciente y motivación. Siendo necesarias la realización de otras actividades complementarias tales como:

- Asistencia a pruebas infantiles emplazadas en otras localidades.
- Convivencia con otras escuelas de ciclismo.
- Rutas de convivencia entre padres y madres, alumnos/as y monitores/as.

6. Monitores/as y alumnos/as.

El número de monitores/as de la Escuela depende en gran medida de la cantidad y edades de los deportistas, pero lo ideal es un monitor/a por categoría, o grupo. El número máximo recomendado de alumnos/as por grupo es de 15.

Los alumnos/as de una escuela comprenden edades desde los más pequeños/as capaces de sostenerse en una bicicleta, hasta los 14 años, diferenciando las categorías de Principiante, alevín e infantil.