

Uscita didattica? MEGLIO IN BICI

SEMINARIO DI APPROFONDIMENTO PER PERSONALE DOCENTE Milano, 16 febbraio 2012

La gita scolastica è sicuramente uno dei momenti più divertenti del percorso scolastico che ognuno di noi difficilmente dimentica e i motivi sono diversi:

- È un **momento di aggregazione con i compagni di classe** in un contesto diverso
- Si **sperimenta il viaggio** in compagnia, senza i genitori
- Può essere **l'occasione per viaggiare per la prima volta in modo diverso** (il pullman, il treno, l'aereo...)
- L'uscita didattica ha il fascino della **piccola avventura**, alla scoperta di luoghi nuovi

Quello che rende veramente **unica un'uscita di didattica in bicicletta è l'aspetto dell'avventura e della novità** perché viviamo in un contesto dove la maggioranza dei bambini/ragazzi/adolescenti si sposta in auto, soprattutto per lunghi tragitti come può essere una vacanza.

La bicicletta è vissuta come una vera avventura, perché **è associata al gioco, prima ancora che al mezzo di trasporto**; rappresenta una novità e dà l'opportunità di stare all'aria aperta.

La bicicletta rende protagonista: raggiungere o meno la meta prefissata, entro un certo orario, verificare il percorso, affrontare eventuali imprevisti... tutto dipende da me e le mie capacità di affrontare la situazione

Inoltre, in bicicletta si possono **scoprire cose straordinarie anche a pochi chilometri da casa**, assaporando il gusto del percorso prima ancora della meta e a costi democraticamente accessibili a tutti

Prima della ciclogita Impariamo ad usare la bicicletta

La bicicletta è un mezzo di trasporto che si muove in contesti urbani e non con altri mezzi di trasporto, auto, camion, pullman, moto...; pertanto è necessario **conoscere il mezzo e le regole con cui condurlo in sicurezza**.

È indispensabile proporre un percorso di formazione per la classe che affronti alcuni temi:

- Conoscere il nostro mezzo di trasporto
- Muoversi in sicurezza in un contesto urbano
- Affrontare situazioni complesse

Organizziamo l'uscita

1. IL PERCORSO

- ☺ Scegliete un percorso che possa avere qualche **attinenza con il curricolo scolastico**: verificare sul campo ciò che si è studiato sul libro è sempre il modo migliore di apprendere.
- ☺ Fornite delle **mappe del luogo scelto**
- ☺ **Cercate con i bambini** il percorso per arrivare al luogo prescelto
- ☺ **Studiate con loro le cose che andrete a visitare**. Potete chiedere a gruppi di bambini di prepararsi su alcuni dettagli del percorso per poi spiegare ai loro compagni
- ☺ **Misurate il percorso** righello alla mano.
- ☺ **La lunghezza**: per un'uscita di un'intera giornata un percorso sui 30km è mediamente accessibile a tutti senza troppa fatica. Sopra i 30 km il percorso comincia a diventare impegnativo e va valutato il gruppo.

2. LA BICICLETTA

Qualunque sia il vostro percorso **è importante che la bicicletta sia in buone condizioni**: è dunque indispensabile una buona e costante manutenzione.

Qualche giorno prima della partenza si può organizzare un **controllo collettivo**, magari facendosi aiutare da qualche volontario FIAB o qualche genitore.

Verificate che:

- 🚲 le ruote siano gonfie
- 🚲 i freni e le luci funzionino
- 🚲 la catena sia oliata
- 🚲 i freni siano efficienti
- 🚲 l'altezza della sella sia corretta

Se il percorso è lungo (circa 50km), avere qualche rapporto da cambiare aiuta, anche se i bambini hanno energia da vendere. Nel caso va **controllata anche l'efficienza dei rapporti**.

Quando si sta fuori per tutto il giorno è necessario portarsi delle cose e quindi può essere utile avere una borsa da attaccare al portapacchi, oppure un cestino o il portaborraccia: anche in questo caso verificate che siano a posto.

3. L'ABBIGLIAMENTO

Per affrontare una cicloescursione non occorre essere atleti o essere dotati dell'ultimo modello di bici, ma **alcuni piccoli accorgimenti nell'abbigliamento, oltre ad un buon assetto della bicicletta possono fare la differenza**.

Seminario di approfondimento per personale docente
progetto MIUR – 16 febbraio 2012

«Non esiste una stagione non adatta alla bici, ma solo un abbigliamento non adeguato» e dunque, a meno che non diluvi, si parte anche con tempo incerto.

Per questo è necessario avere con sé **qualcosa per la pioggia**: un kway e, volendo, un paio di pantaloni anti pioggia

Sconsigliamo la mantella che fa effetto velo e, nel caso, attenzione che non sia troppo lunga: può impigliarsi nei raggi.

È sempre utile un **abbigliamento a “cipolla”** per affrontare le diverse temperature della giornata

I **pantaloncini con il rinforzo aiutano** ad affrontare lunghi percorsi, ma non fanno miracoli: un po' di fastidio da sellino dopo molti chilometri è normale. Se il percorso è molto lungo, come insegnano i ciclisti di lunga esperienza, una crema protettiva *in loco* tipo pasta di Fissan può essere utile.

4. GLI ACCESSORI

Che si facciano pochi o tanti chilometri **alcuni accessori sono indispensabili**:

- ☑ **Il casco**: non è obbligatorio ma è sempre consigliato, soprattutto per i bambini
- ☑ **Il gilet rifrangente**: è obbligatorio indossarlo nelle strade extraurbane dopo il tramonto
- ☑ **1 camera d'aria di scorta** (verificate che sia della misura della ruota della vostra bicicletta). Oppure una bomboletta per le riparazioni veloci: evita di cambiare la camera d'aria, si ha un'autonomia di circa 20km ma poi la camera d'aria va cambiata. In alternativa è utile anche il kit per aggiustare la foratura della camera d'aria
- ☑ **Qualche attrezzo per la piccola manutenzione**: meglio che un accompagnatore si faccia carico di questo materiale, anche se qualche piccolo attrezzo possono portarlo anche i bambini
- ☑ **Salviette umide**
- ☑ Una bottiglietta d'acqua
- ☑ Un piccolo **kit di pronto soccorso**
- ☑ **Crema solare**, in periodo estivo
- ☑ Antirepellente insetti, e un medicamento dopo puntura insetto. **Attenzione: chiedete preventivamente notizie su eventuali allergie.**
- ☑ un **asciugamano** piccolo
- ☑ **Il pranzo al sacco** (o merenda)
- ☑ qualche **cioccolatino o bustine di zucchero** possono aiutare in caso di calo di energia
- ☑ **frutta**

Pronti si parte!

Per **gestire in sicurezza** un gruppo in bicicletta vanno adottati alcuni accorgimenti.

Definite:

- ☞ Una persona come **capo gita**: conosce il percorso e non va mai superata
- ☞ Una persona come **«scopa»**: è l'ultimo della fila e controlla sempre che ci siano tutti. È utile montare sulla bicicletta **una bacchetta con una bandierina sia in testa che in coda**: è il modo più veloce di farsi vedere dagli altri.
- ☞ Una persona che stia a **metà del gruppo**: ad ogni curva o svolta si attendono gli eventuali ritardatari per indicare la strada da prendere

Prima di tutto le regole

Prima di metterci in marcia **ripassiamo le regole di comportamento con i bambini:**

- ① Si indossa il **gilet rifrangente** o qualcosa di analogo (es. una t-shirt per tutti uguale).
È il modo per riconoscere subito i bambini o gli accompagnatori
- ② Si indossa il **casco**: senza quello non si parte
- ③ Si **pedala senza correre**, senza farsi dispetti e facendo attenzione ai ciclisti davanti a noi che possono fermarsi improvvisamente
- ④ Si **segue il capogita** e non lo si supera mai
- ⑤ Si **alza la mano** se ci si deve fermare
- ⑥ Si **viaggia in fila indiana**, a meno che il percorso non sia sufficientemente largo.
In ogni caso è necessario **prestare attenzione** alla strada perché possono arrivare ciclisti nell'altro senso di marcia

Il diario di bordo

Perché la nostra uscita didattica rimanga anche come esperienza per altre classi, oltre che per il gruppo che vi ha partecipato, è utile tenere un **diario di bordo**. È un modo per coinvolgere maggiormente i ragazzi anche sull'obiettivo didattico dell'uscita e, dopo un po' di anni, può essere carino raccogliere il materiale e farne un libro: anche questo è un modo per raccogliere fondi per la scuola!

Non dimenticate:

• La macchina fotografica o la cinepresa o entrambe

• Un quadernetto per gli appunti

• La mappa che avete usato per definire il percorso.

Sono **strumenti che vi saranno utili per ricostruire la storia** della vostra giornata e per realizzare, ad esempio, una presentazione per i bambini di altre classi o per i genitori o creare una specie di guida del percorso da lasciare in eredità alle altre classi, etc...

Molte altre informazioni sul tema della bicicletta a scuola si possono trovare sul sito **FIAB PROGETTO SCUOLA**: www.fiab-scuola.org

Qui trovate anche un documento denominato "**Protocollo Rigatti**": ci sono molti altri dettagli, anche per uscite di più giorni.

Due parole su **Emilio Rigatti**: è uno scrittore/giornalista/ciclista ma soprattutto insegnante appassionato. Utilizza la bicicletta come un vero e proprio strumento didattico e molte delle sue esperienze sono raccolte in un suo libro "**Se la scuola avesse le ruote**": ne consigliamo la lettura per prendere spunti interessanti per il vostro lavoro di insegnanti.

Giulietta Pagliaccio

Consigliera Nazionale FIAB