

Dinâmica do passeio ciclístico

Passo a passo

Definição do trajeto

- Defina com os alunos um equipamento cultural, de esporte ou de lazer a ser visitado através de um roteiro de bicicleta. Parâmetros a serem observados: a) o trajeto não deve ser nem muito curto, nem muito longo, a fim de permitir que pessoas sem prática de exercícios físicos sejam capazes de completar o trajeto e seja interessante para as pessoas que já são ciclistas. Sugerimos em torno de 4 a 7 km, pois sendo ida e volta, pode variar de 8 a 14 km; b) o trajeto não deve apresentar grandes obstáculos, como buracos e ladeiras.
- Verificar junto ao Departamento de Trânsito a viabilidade de realização do trajeto.
- Como forma de permitir a participação do máximo de pessoas da comunidade, além do passeio ciclístico, deve ser avaliada a possibilidade de realização do trajeto a pé para as pessoas que não tenham bicicleta ou que não saibam pedalar.

Preparação do passeio ciclístico como processo educativo

A dinâmica educativa pode ser dividida em cinco momentos:

a) Reflexão sobre os benefícios da mobilidade ativa a partir de debate e leitura de textos

Monte um painel com papel pardo para ser afixado na escola que aborde os diferentes benefícios da mobilidade ativa para a saúde, para o meio ambiente, para a democratização do acesso à mobilidade urbana e para a segurança no trânsito.

b) Identificação dos mecanismos de promoção da segurança do ciclista a partir de experiências nacionais e internacionais

Nesse momento, é importante destacar que muitas pessoas não fazem uso da bicicleta por se sentirem inseguras. A promoção do uso da bicicleta como transporte depende de uma política pública, tal como estabelecido da lei nacional de mobilidade urbana. Destaque os instrumentos contidos na lei para a promoção da mobilidade ativa e apresente em forma de vídeo e/ou projeção de fotos, as experiências de rotas ciclísticas, de sinalização específica para ciclistas e para o compartilhamento das vias, a rede cicloviária com ciclofaixas e ciclovias, a integração dessas rotas com o transporte público, além da presença de bicicletário nos equipamentos públicos.

Aproveite esse momento para falar sobre os cuidados que o ciclista deve tomar para usar as vias, prevenir acidentes e se proteger do impacto de possíveis colisões.

c) Planejamento do passeio a partir do levantamento da diversidade de demandas da comunidade

Para viabilizar a participação da comunidade, estimule a reflexão dos estudantes a respeito da identificação das diferenças entre as pessoas quanto à idade, força física e deficiências e da identificação de possíveis problemas que podem ocorrer com a bicicleta antes ou durante o passeio (pneu vazio ou furado, banco desajustado ao tamanho do ciclista, corrente desencaixada etc.).

Organize comissões para engajar jovens e adultos na realização do passeio, conforme a identificação de possíveis problemas. Como exemplo citamos a comissão de divulgação, informação e cadastramento, manutenção das bicicletas (encher pneus, colocar corrente, ajustar banco), segurança (colocação de capacete), registro da atividade (fotos e filmagem) etc.

d) Ação educativa no passeio ciclístico

Utilize alguns minutos antes do início do passeio para passar algumas informações úteis para a prática da pedalada. Também é um momento para o exercício de ações solidárias de ajuste das bicicletas (encher ou remendar pneus, colocar corrente, ajustar banco, colocar pedal etc.).

Verifique se existe na sua cidade alguma associação ou grupo de ciclistas que possa ser parceira desse projeto. Solicite participação para orientação dos participantes quanto à segurança do ciclista, tanto no uso de equipamentos de proteção quanto na verificação das condições da bicicleta, como posição de banco, verificação de freios e pneus etc.

Solicite ao professor ou profissional de educação física que coordene a prática coletiva de alongamento direcionado ao ciclista.

No retorno à escola, solicite aos participantes que registrem numa frase o que acharam do passeio. Disponibilize canetas hidrográficas e painéis de papel pardo.

e) Indicação de propostas no mapa para a promoção da bicicleta como meio de transporte

Para a realização dessa atividade é preciso solicitar à Secretaria Municipal de Planejamento ou ao setor responsável pelo planejamento territorial do município, a impressão de mapas em tamanho adequado para o trabalho dos grupos.

Divida a turma em grupos de no máximo seis pessoas e solicite a elas que sinalizem no mapa algumas intervenções no trajeto que poderiam trazer mais segurança e conforto à pedalada.

Compare o trabalho dos grupos e busque com o conjunto da turma montar apenas um painel com as propostas da turma. Se houver possibilidade convide a comunidade e o poder público (setor responsável pela mobilidade urbana) para ver o painel e debater as propostas dos estudantes para a melhoria da mobilidade ativa.

Se houver condições, projete as fotos e vídeo do passeio ciclístico com os depoimentos dos participantes.