

Educación Vial para jóvenes



Realizado por:
Instituto de Seguridad Vial de la FUNDACIÓN MAPFRE

Dirección y coordinación:
Juan José Rabanal Cabrerizo

Autores:
Juan José Rabanal Cabrerizo
Carlos Arrieta Antón
M^a Teresa San Román Vicente
Julián Colmenarejo Llorente
Carmen Pereda Peláez

Colaboradores:
Ayuntamiento de Colmenar Viejo
Instituto Universitario de Tráfico y Seguridad Vial. Universidad de Valencia

Diseño:
Grijalba Estudio Gráfico

Introducción



El **Instituto de Seguridad Vial** de la **FUNDACIÓN MAPFRE** lucha desde su creación para revitalizar la formación vial como eje central de toda acción preventiva. Fruto de esta filosofía, y del trabajo desarrollado en los últimos años, es el conjunto de materiales didácticos que usted acaba de recibir y que ha sido creado con un único objetivo: colaborar con todas las personas decididas a fomentar la **Educación Vial**, y facilitarles todos los elementos para su incorporación al conjunto de enseñanzas de los centros.

Este programa de formación vial para jóvenes está centrado no sólo en la enseñanza de las normas de circulación y de algunas recomendaciones útiles para la conducción de vehículos, sino que también se han tenido en cuenta aspectos propios de la educación general, social y humana, tan necesarios para modificar y crear actitudes correctas y solidarias respecto a un hecho tan complejo como es el mundo del tráfico.

Estos objetivos atienden al conocimiento del entorno próximo, al desarrollo de la capacidad para actuar y desenvolverse con autonomía en las actividades habituales, a la creación de hábitos encaminados a mejorar la salud y el bienestar y, por último, para asumir la importancia de los valores y de las normas que rigen la convivencia humana.

El **Instituto de Seguridad Vial** de la **FUNDACIÓN MAPFRE** apuesta por integrar en el sistema educativo enseñanzas de educación vial y aporta este programa para que pueda constituir la base o complemento de programas específicos de formación de futuros conductores y ciudadanos en general.

Este material es de carácter formativo e informativo en la prevención e intenta formar y hacer reflexionar al joven sobre distintas situaciones de riesgo asociadas con el entorno vial, orientando su conducta frente a los factores/comportamientos de riesgo y protección, y ofrecer alternativas responsables y autónomas para afrontar dichas situaciones viales.

La intención de este ambicioso programa es darle continuidad con sucesivas entregas de nuevos materiales que complementen, amplíen y enriquezcan los hasta ahora creados.

Por medio de la estructuración en bloques temáticos pretendemos, por un lado, que este programa favorezca aprendizajes globalizados más funcionales, que puedan acoplarse a las circunstancias del curso, al tiempo disponible, a la edad del alumnado, a sus intereses y a sus conocimientos previos. Por otro lado, también es nuestro deseo que el programa se tome como referencia o propuesta abierta y flexible en la que se seleccionen los temas y actividades que más puedan interesar.

El hecho de que sea fruto de un trabajo en equipo permite que las sesiones se desarrollen bajo distintas concepciones de aula y de relación. Ello favorece que cada profesional pueda acercarse a una u otra sesión según se sienta más cómodo o más seguro, ya que se trata de aspectos que deben ser trabajados, pero sin un orden o una secuencia establecida.

El **Instituto de Seguridad Vial** de la **FUNDACIÓN MAPFRE** quiere agradecer al profesor/mediador social su implicación e interés por acoger con espíritu crítico y participativo esta publicación y, sobre todo, por aportar su compromiso personal en favor de un bien colectivo como es la seguridad vial, la cual pretendemos mejorar con su ayuda. En definitiva, un fenómeno social que nos afecta a todos.



PROPUESTA DE ACTUACIÓN

Por ello, y en esta línea, proponemos cinco ámbitos diferentes de actuación para la aplicación de este programa:

- **Apoyo a la acción tutorial**, la cual pretende apoyar y reforzar la labor del tutor/a en la acción tutorial en la etapa de Secundaria. Las competencias y contenidos del programa se dirigen a desarrollar y fortalecer conocimientos, actitudes y conductas de seguridad y protección. Se pretende aportar y complementar la labor tutorial por medio de una experiencia educativa en el aula que oriente al joven y al grupo a afrontar y gestionar los riesgos propios de las situaciones viales cotidianas que viven.
- Incluirlo como **asignatura optativa** con la finalidad de atender la educación y formación vial de los jóvenes del segundo ciclo de Secundaria ya que, por su edad, pueden obtener las licencias y permisos que habilitan para la conducción de diferentes vehículos.

En este caso, debemos tener en cuenta el Artículo 58.4.b del Reglamento general de conductores que dice lo siguiente “... estarán exentos de realizar la prueba de control de conocimiento los que acrediten documentalmente haber superado con aprovechamiento en un colegio, un instituto u otro centro de formación, una asignatura optativa en la que se traten los conocimientos necesarios para conducir ciclomotores, siempre que el programa que se imparta cuente con la aprobación de la Dirección General de Tráfico”.

- Ideado a su vez para poder trasladar y adaptar el programa a jóvenes de **diferentes niveles** educativos, como Bachillerato y Formación Profesional,
- Aplicar el programa en CD Rom “El ciclomotor: Escuela de conducción” en las **autoescuelas**, el cual tenderá a profundizar en el estudio del entorno y a inculcar en los alumnos/as el sentido de responsabilidad referido a la conducción de bicicletas y ciclomotores para iniciarlos, posteriormente, en el aprendizaje de las normas, señales y consejos relativos a su conducción.
- Y por último, como complemento y herramienta docente para **policías locales y mediadores sociales** a la hora de trabajar, con diferentes grupos de jóvenes, las temáticas propuestas.

En cualquier caso, esperamos que esta enriquecedora experiencia sea una aportación más que sirva, por una parte, como instrumento de motivación para profesores, policías, mediadores sociales, profesores de educación vial y centros educativos, ayudándoles a sistematizar el uso de la educación vial dentro del currículum escolar y de los programas de formación. Por otra parte, pretendemos que sea una aportación para que nuestros jóvenes consigan interiorizar esos hábitos y actitudes que posibiliten reducir el elevado número de accidentes de tráfico que se producen y que es lo que nos ha movido a realizar este proyecto.



MATERIALES Y CONTENIDOS DE LA CARPETA

- **A) BLOQUES TEMÁTICOS:**

Estructura de los temas:

Índice

1. Objetivos



2. Contenidos



Conceptuales

Actitudinales

3. Dinamización



Sesiones

Información de apoyo

4. Recursos



5. Relación con otras áreas



Anexo: Información complementaria

 ● **B) RELACIÓN DE TEMAS Y CONTENIDOS****INTRODUCCIÓN****TEMA 1: EVALUACIÓN INICIAL****TEMA 2: INFORMACIÓN Y SEGURIDAD VIAL**

1.- Tráfico:

- Definición.
- Principios del Tráfico.
- Elementos que intervienen en el Tráfico.

2.-Las vías y su señalización:

- Definición de vía.
- Tipos de vías.
- Zonas de una vía.
- Las Señales de Tráfico.

3.- Maniobras básicas:

- Definición de maniobra.
- Tipos de maniobras.

4.- Nosotras/os como conductoras/es

- Aptitudes del conductor/a.
- Actitudes del conductor/a.

TEMA 3: ALCOHOL Y DROGAS

1.- El alcohol

- 1.1. Creencias erróneas y consecuencias.
- 1.2 Información veraz sobre el alcohol.
- 1.3 El alcohol como problema.
- 1.4. Consecuencias del consumo.
- 1.5. Habilidades de resistencias.
- 1.6. Alternativas al consumo de alcohol.

2.- Las drogas

- 2.1. Tipos de drogas: depresoras, estimulantes y alucinógenas.
- 2.2. Efectos y consecuencias en la conducción.

TEMA 4: CONOCIMIENTO DEL CICLOMOTOR: SEGURIDAD ACTIVA Y SEGURIDAD PASIVA

1.- El Ciclomotor.

- 1.1. Evolución del Ciclomotor a través del tiempo.
- 1.2. Elementos básicos del funcionamiento de un ciclomotor:
 - 1.2.1. Los motores de dos y cuatro tiempos.
 - 1.2.2. El encendido y la carburación.
 - 1.2.3. La transmisión y los frenos.

2.- Cuidado del Ciclomotor.

- 2.1. Operaciones básicas de mantenimiento.
- 2.2. Aspectos de la conducción.
- 2.3. Accesorios.

3.- Seguridad activa, pasiva y preventiva.

- 3.1. Qué tener en cuenta antes, durante y después del uso del Ciclomotor.
- 3.2. La equipación.
- 3.3. Ver y ser vistos.

4.- Cómo elegir un Ciclomotor

TEMA 5: HÁBITOS Y CONDUCTAS DE RIESGO: LA VELOCIDAD

1.- Concepto de velocidad.

2.- Velocidad adecuada:

- Velocidad segura.
- Velocidad y señales.
- Velocidad y curvas.

3.- Distancia entre vehículos:

- Tiempo de reacción o de respuesta.
- Distancia de frenado.
- Distancia de detención total.
- Distancia de seguridad.

4.- La conducción en la ciudad:

- Conducción segura.
- Conductas inadecuadas.

5.- La conducción en carretera.

6.- La conducción en grupo.

7.- La conducción acompañada: “El paquete”.

8.- Velocidad y accidentalidad.

TEMA 6: PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

- 1.- Prevención primaria.
 - 1.1 Comportamiento correcto.
- 2.- Prevención secundaria.
 - 2.1 Delito de omisión de socorro.
 - 2.2 Medidas de seguridad previas a la atención a las víctimas.
 - 2.3 Proteger, Avisar, Socorrer (PAS).
 - 2.4 Primeros auxilios. ¿Cómo actuar?
 - 2.5 “Aprende a salvar una vida”. Reanimación Cardiopulmonar (RCP).

TEMA 7: TRÁFICO Y MEDIO AMBIENTE

- 1.- La ciudad y el fenómeno urbano.
- 2.- Los problemas ambientales de los núcleos urbanos.
 - 2.1 Contaminación atmosférica.
 - 2.2 Ruido ambiental.
 - 2.3 Basuras.
- 3.- Propuestas de mejoras en el medio ambiente

TEMA 8: TRÁFICO Y PUBLICIDAD

- 1.- El medio publicitario:
 - 1.1. Publicidad audiovisual.
 - 1.2. Publicidad impresa.
- 2.- El contenido del mensaje publicitario.
 - 2.1. El mensaje denotativo.
 - 2.2. El mensaje connotativo o encubierto (subliminal).
- 3.- Mecanismos que acrecientan la expresividad de un mensaje publicitario.
- 4.- El destinatario del mensaje publicitario.
- 5.- Los grandes ejes: sexo, edad y nivel socioeconómico.
- 6.- Valores que se transmiten a través del espacio publicitario.
 - 6.1. Valores constructivos.
 - 6.2. Valores no constructivos: contravalores.
 - 6.3. Contradicciones en el mensaje.
- 7.- El compromiso social de las marcas.
- 8.- Las campañas institucionales. Las campañas del Instituto de Seguridad Vial de la FUNDACIÓN MAPFRE.



C) CD ROM “CICLOMOTOR: ESCUELA DE CONDUCCIÓN”

ÍNDICE DE CONTENIDOS:

1.- ASPECTOS PREVIOS

2.- EL CICLOMOTOR

- 2.1. Evolución del ciclomotor en el tiempo. Características técnicas: la cilindrada.
- 2.2. Cómo elegir tu ciclomotor.
- 2.3. Descripción y manejo de los mandos.
- 2.4. Accesorios.
- 2.5. Homologación y características técnicas.
 - 2.5.1. El caso especial de los cuadraciclos.
- 2.6. Documentación básica.
- 2.7. Seguridad activa, pasiva y preventiva.
 - 2.7.1. La seguridad activa.
 - 2.7.1.1. Los neumáticos.
 - 2.7.1.2. El mantenimiento.
 - 2.7.1.3. Manipulaciones que perjudican la seguridad activa del ciclomotor.
 - 2.7.2. La seguridad pasiva.
 - 2.7.2.1. El equipo para montar en ciclomotor.
 - 2.7.3. La seguridad preventiva.
 - 2.7.3.1. Ver y ser vistos.
 - 2.7.3.2. Ergonomía y confort.

3.- LA VÍA Y SUS SEÑALES

- 3.1. La vía.
 - 3.1.1. Partes de la vía.
 - 3.1.2. Tipos de vías.
 - 3.1.3. La seguridad de las vías.
 - 3.1.3.1. Sistemas de seguridad pasiva de las vías.
 - 3.1.3.2. El firme.
 - 3.1.3.3. Rotondas.
 - 3.1.4. Los peligros de la vía.
 - 3.1.4.1. El trazado.
 - 3.1.4.2. El firme.
 - 3.1.4.3. La señalización horizontal.
 - 3.1.4.4. La señalización vertical.
 - 3.1.5. La calle no es un circuito.
- 3.2. Las señales de tráfico.
 - 3.2.1. Importancia de las señales.
 - 3.2.2. Las señales de circulación.
 - 3.2.3. Índice de señales: Se colocarán todas las señales de tráfico.
 - 3.2.3.1. Básicas: Se colocarán las señales que afecten a los ciclistas.

4. LA CONDUCCIÓN. CIRCULANDO

- 4.1. Normas generales de circulación.
 - 4.1.1. Utilización de la vía.
 - 4.1.2. Velocidad adecuada.
 - 4.1.2.1. Velocidad segura.
 - 4.1.2.2. Velocidad y señales.
 - 4.1.3. Distancia entre vehículos.
 - 4.1.3.1. Tiempo de reacción o de respuesta.
 - 4.1.3.2. Distancia de frenado.
 - 4.1.3.3. Distancia de detención total.
 - 4.1.3.4. Distancia de separación adecuada (Distancia de Seguridad).
 - 4.1.4. Normas sobre prioridad de paso.
 - 4.1.4.1. Intersecciones.
 - 4.1.4.2. Intersecciones con señal de prioridad de paso.
 - 4.1.4.3. Otras normas en las intersecciones.
 - 4.1.4.4. Plazas y glorietas.
- 4.2. Maniobras básicas y su ejecución.
 - 4.2.1. Iniciación de la marcha.
 - 4.2.2. Señales de advertencia.
 - 4.2.3. Desplazamientos laterales.
 - 4.2.3.1. Adelantamientos.
 - 4.2.3.2. Cambios de dirección.
 - 4.2.3.3. Cambios de sentido.
 - 4.2.4. Detención, parada y estacionamiento.
- 4.3. Técnicas de conducción.
 - 4.3.1. Posición de conducción.
 - 4.3.2. Nociones básicas sobre física.
 - 4.3.2.1. Aceleración y frenada: transferencia de masas.
 - 4.3.2.1.1. La aceleración.
 - 4.3.3. Las curvas.
 - 4.3.3.1. Estudiar las curvas. Saber mirar.
Otros aspectos relacionados con la mirada.
 - 4.3.3.2. Las partes de la curva.
 - 4.3.3.3. Trazado de las curvas.
 - 4.3.4. La conducción en ciudad.
 - 4.3.4.1. Mantenimiento del ciclomotor.
 - 4.3.4.2. Anticipación. Conducción defensiva.
 - 4.3.4.3. Los peligros de la ciudad.
 - 4.3.4.4. Conducción segura.
 - 4.3.4.5. Conductas inadecuadas.
 - 4.3.5. La conducción en carretera.
 - 4.3.6. La conducción en grupo.
 - Técnicas para circular en grupo.
 - 4.3.7. La conducción acompañada. El “paquete”.

- 4.3.7.1. Adapta tu estilo de conducción.
- 4.3.7.2. Adapta tu ciclomotor. ¿Qué cambia por llevar acompañante?
- 4.3.7.3. Lo que debe hacer el “paquete”.
- 4.3.8. Equipaje.
- 4.3.9. Conducción en condiciones adversas.
 - 4.3.9.1 La conducción sobre mojado.
 - 4.3.9.2. Viento lateral fuerte.
 - 4.3.9.3. Niebla.
 - 4.3.9.4. La conducción nocturna.
- 4.3.10. Reacción ante situaciones de emergencia.
 - 4.3.10.1. Frenada de emergencia.
 - 4.3.10.2. Bloqueo de ruedas en frenada.
 - 4.3.10.3. Derrapaje.
 - 4.3.10.4. Si se levanta la rueda delantera.
 - 4.3.10.5. Motor gripado.
 - 4.3.10.6. Baches y obstáculos pequeños.
 - 4.3.10.7. Pinchazo.
 - 4.3.10.8. Cuando un insecto se mete en el casco.
 - 4.3.10.9. Túneles.
- 4.3.11. Caídas; saber caer.
- 4.3.12. La conducción defensiva. Los otros usuarios de la vía.

5. NOSOTROS LOS CONDUCTORES

- 5.1. Nuestro conocimiento.
 - 5.1.1. Conocimientos Teóricos: la normativa.
 - 5.1.2. Conocimientos prácticos: el manejo del ciclomotor.
- 5.2. Nuestras aptitudes.
 - 5.2.1. Condiciones o aptitudes físicas.
 - 5.2.1.1 Aptitudes motoras.
 - 5.2.1.2. Los sentidos: ver y oír.
 - 5.2.2. Aptitudes psicológicas.
 - 5.2.2.1. Atención.
 - 5.2.2.2. Distracciones.
 - 5.2.2.3. Percepción del riesgo.
 - 5.2.2.4. Toma de decisiones.
- 5.3. Nuestras actitudes.
 - 5.3.1 Actitudes positivas.
 - 5.3.2. Actitudes negativas: actitudes indeseables.
- 5.4. Lo que modifica nuestras capacidades y aptitudes.
 - 5.4.1. El alcohol, las drogas y los fármacos.
 - 5.4.1.1. El alcohol.
 - 5.4.1.2. Las drogas.
 - 5.4.1.3. Los fármacos.

- 5.4.2. Estrés, ansiedad y depresión.
 - 5.4.2.1. El estrés.
 - 5.4.2.2. Ansiedad: una de las manifestaciones del estrés.
 - 5.4.2.3. Depresión y tristeza.
- 5.4.3. Sueño, fatiga y morbilidad.
 - 5.4.3.1. Sueño.
 - 5.4.3.2. Morbilidad.
 - 5.4.3.3. La fatiga.
- 5.4.4. Comida, bebida y tabaco.
 - 5.4.4.1. La comida y la dieta en la conducción.
 - 5.4.4.2. Las bebidas y la conducción.
 - 5.4.4.3. Fumar y conducir.
- 5.4.5. Velocidad

5.5. Comportamiento en caso de accidente

 **C) DIAPOSITIVAS**

- Tema 2Nº: 1,2,3,4,5,6,7,8.
- Tema 3Nº: 9,10,11,12,13,14,15,16.
- Tema 4Nº: 17,18,19,20,21,22.
- Tema 5Nº: 23,24,25.
- Tema 6Nº: 26,27,28,29,30,31,32,33.
- Tema 7Nº: 34.
- Tema 8Nº: 35,36.

TRANSPARENCIAS

Las diapositivas podrán encontrarse en la página Web del Instituto de Seguridad Vial de la FUNDACIÓN MAPFRE para que puedan ser imprimidas en acetatos y pasarlas a transparencias.

6

Prevención y actuación en caso de accidentes de tráfico



6

Objetivos



- Conocer las normas básicas de prevención de accidentes.
- Saber cómo se debe actuar ante un accidente.
- Adquirir actitudes responsables, cívicas y solidarias con los demás.
- Valorar la importancia de conocer y practicar las nociones básicas en primeros auxilios.
- Conocer la Técnica de Reanimación Cardiopulmonar (R.C.P.).

Contenidos



CONTENIDOS CONCEPTUALES

1.- Prevención Primaria:

- 1.1.- Normas en relación al correcto comportamiento como peatón, viajero, ciclista y ciclomotorista.
- 1.2.- El cinturón de seguridad.

2.- Prevención Secundaria. Comportamiento en caso de accidente.

- 2.1.- Delito de omisión de socorro.
- 2.2.- Medidas de seguridad previas a la atención a las víctimas.
- 2.3.- Proteger. Avisar. Socorrer. (PAS).
- 2.4.- Primeros Auxilios ¿Cómo actuar?
- 2.5.- "Aprende a salvar una vida" Reanimación Cardiopulmonar (RCP).

ACTITUDES QUE QUEREMOS DESARROLLAR

- **a)** Responsabilidad y prudencia como usuario de la vía pública.
- **b)** Desarrollo del sentido de la responsabilidad.
- **c)** Comportamiento adecuado como peatón, viajero, ciclista o ciclomotorista.
- **d)** Sensibilidad y respeto hacia los demás.
- **e)** Autonomía para desenvolverse con seguridad ante un accidente de tráfico.

- f) Solidaridad.
- g) Conocimiento de las normas e instrucciones de primeros auxilios.

Dinamización



En esta unidad planteamos tres sesiones estructuradas y desarrolladas de la siguiente manera:

Iª SESIÓN

En esta sesión se trabajará el contenido nº I del esquema general.

Finalidad:

- Opinar y reflexionar sobre comportamientos a seguir por peatones, viajeros, ciclistas y ciclomotoristas.
- Conocer la importancia del cinturón de seguridad.

Actividades:

- Cada alumno tendrá su ficha y tratará de contestar con un verdadero (V) o falso (F) a las siguientes cuestiones que se le plantean.

Ficha sobre normas y recomendaciones como usuario de la vía pública

- . Si circulas como peatón por carretera, hazlo por la derecha.
- . Si circulas en grupo hazlo en fila india, es decir, uno detrás de otro.
- . De noche sólo debe utilizar elementos reflectantes el primero.
- . En población hay que andar por la acera y junto a las casas.
- . Los niños pequeños deben andar agarrados de la mano y junto al bordillo.
- . Cruza por los pasos de peatones. No esperes a que el coche se pare.
- . Si vas en coche, ponte el cinturón. No saques el cuerpo o las manos por la ventanilla.
- . Si vas en autobús, no molestes al conductor.
- . Como ciclista debes circular por la derecha y lo más próximo posible a la acera.
- . Como ciclista, en carretera, circula lo más pegado posible al arcén.
- . Si vas en "bici" en un día de lluvia, al frenar, da varias frenadas seguidas.
- . Si vas en "bici", lleva casco sólo cuando hagas largos recorridos.
- . Si circulas en moto, lleva el casco puesto en la cabeza.
- . El ciclista y el ciclomotorista deben conocer las mismas normas de circulación.

Total de puntos:

V	F

- Una vez completada la ficha se hará una puesta en común y, siguiendo un orden, los alumnos irán contestando, una a una, todas las preguntas. Si hay desacuerdo sobre la respuesta, el turno pasa al siguiente.
- Cuando ya se conocen las respuestas correctas es el momento de que se comente, brazo en alto, lo que realmente hacen los alumnos en esas situaciones. El profesor anotará en la pizarra los diferentes comentarios.
- Puesta en común. Propondremos un debate sobre los resultados y los riesgos que implica el desconocer las normas o ser imprudentes. Animamos a los alumnos a que cuenten sus experiencias.
- Por último, previa exposición del profesor, abriremos un debate sobre las ventajas del cinturón de seguridad, su uso y los mitos infundados que hay alrededor de su uso.

2ª SESIÓN



En esta sesión, continuaremos trabajando el contenido nº I del esquema general.

Finalidad:

Facilitar información y conocer recomendaciones sobre comportamientos correctos de peatones, viajeros, ciclistas y ciclomotoristas.



Actividades:

En esta segunda sesión continuaremos trabajando con más consejos e informaciones sobre comportamientos correctos e incorrectos de los diferentes roles que puede adoptar el joven a la hora de actuar en la vía pública.

Organizaremos a los alumnos por parejas. A cada pareja le daremos un papel en el que estará escrito uno o varios de los consejos que aparecen a continuación en función del número de alumnos de la clase. Cada pareja deberá escenificar por medio del mimo, a toda la clase, lo escrito en el papel. El resto de compañeros tiene que intentar averiguar lo que está representando la pareja.

Cada vez que se descubra el mensaje representado, lo escribiremos en la pizarra y en gran grupo se comentará brevemente sobre la utilidad del consejo.

Variantes:

- Podemos idear un sistema de puntuación y dar puntos a la pareja que adivine el consejo, a la pareja cuya puesta en escena se adivine y/o a la pareja más divertida.
- También podemos adaptar la actividad a las enseñanzas de lenguas extranjeras. Se deberá hablar, preguntar y debatir sobre lo representado en inglés o francés.

Recomendaciones:

Peatón

- No debes cruzar la calzada hasta que los vehículos no están totalmente detenidos.
- Transita por las zonas peatonales y cruza por los pasos de peatones.
- Si no hay paso de peatones, cruza por el sitio más seguro.
- Siempre debes mirar antes de cruzar.
- Si circulas con patines, debes ir por la acera a paso de peatón.
- Presta atención a salidas y entradas de garajes y talleres.
- Utiliza los pasos superiores e inferiores de peatones.
- En carretera, si vas en grupo, debes circular en fila india y por el arcén izquierdo.
- Por la noche debes procurar ver y ser visto. Utiliza ropa clara y reflectantes.
- Ayuda siempre a quien lo necesite.

Viajero

- Debes subir y bajar del vehículo por las puertas del lado de la acera.
- Utiliza el cinturón de seguridad. Los menores de 12 años deben siempre viajar detrás.
- Como viajeros, debemos sentarnos correctamente, sin jugar ni gritar para no molestar al conductor.
- Sólo puedes subir o bajar del vehículo cuando esté totalmente detenido.
- No saques los brazos ni la cabeza por la ventanilla, ni arrojes papeles ni otros objetos.
- No juegues con las manecillas de las puertas.
- Si utilizas el autobús, espera el turno de parada y no salgas a la calzada.
- No cruces nunca por delante de un autobús.
- Mantén limpio el autobús.
- Intenta ser amable con los demás viajeros.

Ciclista

- Antes de iniciar la marcha debes ponerte el casco.
- Siempre debes ir en línea recta, sin zigzaguear.
- Debes guardar la distancia de seguridad con el vehículo que va delante.
- Al aproximarte a un cruce debes reducir la velocidad, incluso detenerte si la situación lo requiere.
- Debes circular, si lo hubiera, por el carril bici.
- Si vas con otros ciclistas procura ir en fila india.
- En cruces sin señalizar tiene preferencia de paso el que venga por la derecha.
- Antes de realizar una maniobra debes mirar y luego señalizar.
- No olvides respetar todas las señales y normas de tráfico.

Ciclomotorista

- No circules entre los coches aunque estén parados. Es muy arriesgado.
- El ciclomotor no es un juguete. Si se utiliza mal es muy peligroso.
- La velocidad inadecuada en el ciclomotor provoca muchos accidentes.

- A más velocidad, más accidentes y más graves las lesiones.
- En las maniobras observa, señaliza y realiza.
- En las intersecciones debemos extremar las precauciones para pasar con seguridad.
- Debes cumplir las normas. No te saltes las señales de stop ni de ceda el paso.
- Respeta las preferencias de paso tanto con vehículos como con peatones.
- No te sueltes del manillar ni hagas «caballitos». Sé prudente.
- Muchas veces, ser competitivo con el ciclomotor hace que no lleguemos a la meta.
- Si dudas, no adelantes.
- Debes señalizar con tiempo para que los demás puedan saber lo que vas a hacer.
- Usa el coco, ponte el casco.
- Alcohol y conducción no pegan ni con cola.
- El mantenimiento y buen estado del ciclomotor depende de ti.

3ª SESIÓN

En esta sesión se trabajará el contenido nº2 del esquema general.

Finalidad:

Conocer la mejor manera de actuar en caso de accidente.



Actividades:

1 Explicación de la dinámica de trabajo: Los alumnos se distribuyen por parejas. Dividiremos el espacio en tres partes. Trabajaremos con 3 fichas diferentes.

Ejemplo

En el supuesto de que fueran 24 alumnos habría 4 parejas en cada lugar y cada pareja tendría su ficha. La clase se desarrollaría en forma de circuito, esto es, cada grupo trabajaría su ficha durante 8 minutos aproximadamente. Durante los primeros 4 minutos cada pareja tratará de informarse y realizar el contenido de la ficha de una manera práctica, un alumno hace de víctima y otro de auxiliador. Durante los últimos 4 minutos una pareja lo hace y la otra evalúa. Transcurrido ese tiempo rotarán.

2 Puesta en común. Las tres parejas que hayan obtenido la mejor puntuación explicarían a todos, como refuerzo, cada una de las 3 fichas.



FICHA I

Delito de omisión de socorro:

Todos los conductores y usuarios de las vías que se vean implicados en un accidente de tráfico, lo presencien o tengan conocimiento de él, están obligados a:

- Auxiliar o solicitar ayuda para atender a las víctimas.
- Colaborar para evitar mayores peligros o daños.
- Ayudar a esclarecer lo sucedido.

Medidas de seguridad previas a la atención de las víctimas:

Antes de proceder a examinar la situación de las víctimas de un accidente de tráfico, es necesario tener presente algunas precauciones encaminadas a mantener la seguridad de la circulación en la vía, como:

- Estacionar el propio vehículo en lugar seguro, donde no perjudique la circulación y fuera de la calzada cuando sea posible, en evitación de que se produzca un nuevo accidente.
- Mantener la calma en todo momento infundiendo tranquilidad.
- Cortar el encendido del vehículo e inmovilizarlo.
- Señalizar el lugar del accidente con los dispositivos de preseñalización de peligro u otros semejantes. Si carecemos de ellos, lo haremos mediante medios improvisados o con la ayuda de otras personas que alerten a los demás usuarios de la vía.
- No fumar, ni encender cerillas o hacer fuego, ni permitir que lo hagan otros.
- Utilizar extintores, si fuera preciso o, en su defecto, mantas, tierra o arena, pero no agua.
- Pedir auxilio al 1.1.2. Si es a un niño pequeño al que le pedimos que llame por teléfono lo haremos número a número.
- No abandonar a las víctimas hasta que lleguen los auxilios sanitarios.

Evalúa a la otra pareja

Observas un accidente. ¿Qué haces?. Pasos a seguir:

- 1.- Ayudo al accidentado.
- 2.- Trato de mantener la calma.
- 3.- Estaciono correctamente mi vehículo o acudo con precaución si voy como peatón.
- 4.- Corto el encendido del vehículo.
- 5.- Señalizo el lugar.
- 6.- No permito que se acerquen con fuego.
- 7.- Utilizo, en caso de incendio, mantas o arena.
- 8.- Llamo al 112 o pido que alguien lo haga.
- 9.- Permanezco allí hasta que lleguen los sanitarios.

Bien	Mal

FICHA 2

Primeros Auxilios. ¿Cómo actuar?

Para que comprendas mejor qué es lo que debes hacer en el caso de que tengas que ayudar a un accidentado, plantéate un caso práctico en el que demuestres qué actitud deberías tomar y cómo deberías actuar. Uno de vosotros simula haber sufrido un accidente.

Una vez establecidas las medidas de seguridad previas se atenderá a las víctimas. Para ello es tan importante saber lo que "debe hacerse" como lo que "no debe hacerse" ya que por una actuación inadecuada se pueden agravar las lesiones del accidentado. La actitud del auxiliador ha de ser siempre activa, siempre y cuando se sienta capaz. En estos momentos, recuerda:

- Actuar con serenidad.
- NO mover a la víctima.
- NO manipular las heridas.
- NO retirar el casco de seguridad al accidentado.
- Tranquilizar a las víctimas y busca la colaboración de otras personas.
- NO dar de beber a los heridos.
- Evitar que los heridos anden.
- Aflojar las prendas y ropas que puedan oprimir el cuello y vías respiratorias del accidentado.
- Tapar al accidentado con ropa o una manta para que su cuerpo no pierda temperatura.
- Conocer el estado de los heridos. Pregunta ¿cómo te llamas? ¿cómo te encuentras?.
- Observar si su tórax se mueve, si respira.
- Conocer si tiene pulso (coloca los dedos índice y medio sobre un lado del cuello y presionando ligeramente, en las arterias carótidas).
- Conocer si hay hemorragias importantes. Las que se producen como consecuencia de una rotura parcial de arterias importantes o las que se producen en zonas concretas como el oído o la nariz.

Evalúa a la otra pareja

Pasos a seguir para ayudar a un accidentado. ¿Qué debo hacer?

- 1.- Tratar de transmitir serenidad.
- 2.- Tranquilizar a la víctima.
- 3.- No tocar al accidentado.
- 4.- Tapar al accidentado.
- 5.- Preguntar a los heridos.
- 6.- Observar si respira.
- 7.- Comprobar si tiene pulso.
- 8.- Observar si tiene hemorragias.

Bien	Mal

FICHA 3

"Aprende a salvar una vida"

No hay que dejarse llevar por víctimas angustiadas que claman auxilio y que padecen lesiones que puedan esperar. Nuestra atención debe dirigirse, en primer lugar, hacia las víctimas inconscientes o con dificultad respiratoria grave o hemorragia masiva. No nos cansaremos de repetir que, en primer lugar, se asistirá a las víctimas inconscientes que, a veces, pueden ser dadas por fallecidas. Es aquí donde podremos salvar más vidas.

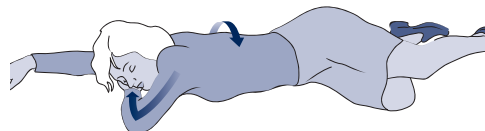


Sí Responde Sí Respira Sí Tiene Pulso

- 1 No cambies la posición del paciente
- 2 Pide ayuda. Si es necesario llama al 112
- 3 Permanece alerta ante cualquier cambio

No Responde Sí Respira Sí Tiene Pulso

- 1 Coloca al paciente en posición lateral de seguridad. Comprueba que respira sin dificultad.



- 2 Pide ayuda al 112
- 3 Permanece alerta ante cualquier cambio en su estado.



No Responde No Respira Sí Tiene Pulso

- 1 Libera las vías respiratorias. Verifica la ausencia de cuerpos extraños en la boca. Hiperextiende el cuello hacia atrás elevando el mentón, para abrir las vías respiratorias.
- 2 Realiza dos insuflaciones (boca a nariz) soplando suavemente dos segundos cada vez.

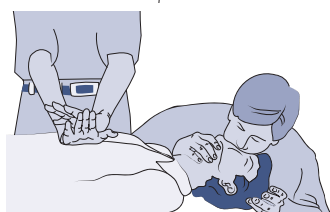


- 2 Pide ayuda al 112.
- 3 Continúa las insuflaciones (diez por minuto).



No Responde No Respira No Tiene Pulso

- 1 Pide ayuda inmediata al 112
- 2 Comienza la RCP. Libera las vías respiratorias y haz diez insuflaciones por minuto. Si sabes hacerlo, efectúa un Masaje cardíaco externo (al menos 60 compresiones, a la altura del borde del esternón colocando una mano sobre otra y presionando con fuerza, por minuto) alternando.
 - Si estás solo, dos insuflaciones por quince compresiones.
 - Si sois dos, una insuflación por cinco compresiones y no te detengas hasta que llegue la ayuda.



Evalúa a la otra pareja

Práctica de Reanimación Cardio-Pulmonar (R.C.P.)

1.- Libera las vías respiratorias (a veces la lengua está hacia atrás)

2.- Eleva el mentón.

3.- Dos insuflaciones por 15 compresiones.

Bien	Mal

Recursos



- Diapositivas N° 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32 y 33
- Transparencias (Pagina web www.mapfre.com/fundaciones/es/InstitutoMapfreSeguridadVial)
- Transparencia en papel N° I.
- CD Rom- El ciclomotor: escuela de conducción
- Ficha I

Relación con otras áreas



- Ciencias Naturales
- Educación Física.

Información complementaria

Información de apoyo. 1ª Sesión:

El cinturón es el elemento más importante para la seguridad pasiva. Sin cinturón las víctimas en los accidentes serían muchísimo más numerosas. En contra de lo que pueda parecer, el cinturón sirve para que los pasajeros amortigüen su desaceleración.

El cinturón está hecho para deformarse. No es que sus fibras sean elásticas, sino que están tejidas para que pierda anchura y gane longitud. La fuerza máxima que un cinturón puede soportar sin romperse, según la normativa, es de 1.200 kg, pero los coches de hoy en día disponen de cinturones que aguantan hasta 3.000 kg.

Los cinturones ayudan a:

- Decelerar y evitar una detención agresiva y brusca.
- Que la cabeza y la cara no golpeen con el volante, parabrisas o salpicadero.
- Sujetar el cuerpo sobre sus zonas fuertes.
- Evitar que unos ocupantes golpeen a otros.
- Que el conductor pueda mantener el control del vehículo y así evitar una colisión posterior.
- Que los ocupantes salgan despedidos fuera del coche.

El cinturón debe colocarse de la siguiente manera:

- La banda superior debe situarse entre el hombro y el cuello, nunca rozando el cuello o demasiado alto sobre el hombro.
- Las mujeres deben situar la banda superior entre ambos pechos, con el fin de que no se dañen en caso de colisión.
- Colocar la banda inferior entre los muslos y la pelvis, nunca encima del vientre (especialmente las embarazadas).
- Tirar un poco hacia arriba de la banda del hombro para dejar el cinturón bien ceñido.

¡Ojo!, cuidado con:

- Las bandas del cinturón no deben estar retorcidas ni demasiado holgadas. Esto restaría eficacia al cinturón.
- No utilizar nunca pinzas. Cada centímetro que se deja de holgura en el cinturón con la pinza, representa 8 centímetros más de desplazamiento del cuerpo del ocupante en caso de colisión.
- No deben introducirse rellenos artificiales a modo de almohadilla sobre la banda del cinturón. Esto puede provocar el deslizamiento del cinturón que, en caso de colisión, se introducirá en la región del abdomen.
- No se debe prescindir del cinturón de seguridad aunque el vehículo disponga de airbag. Éste se diseña como complemento del cinturón y para remediar sus limitaciones, pero no para sustituirlo.

Mitos sobre el cinturón

“Es mejor salir lanzado en un accidente. El cinturón puede atraparte en el coche en caso de accidente”

Salir lanzado es mucho más peligroso. Con el cinturón puesto hay muchísimas más probabilidades de permanecer consciente en un accidente para poder liberarse uno o para poder ayudar a los demás. El cinturón evitará que te estrelles contra el parabrisas, que te lance por los aires, que te arrastres por el suelo y que te aplaste tu propio coche.

“El cinturón, cuando voy detrás, no hace falta”

Si no te pones el cinturón en la parte trasera, tienes mucha más probabilidad de salir despedido fuera del vehículo si éste vuelca o gira. En un choque frontal puedes aplastar a los ocupantes delanteros. Por ejemplo, si pesas 75 Kg. en un choque a 50 Km/h puedes ejercer una fuerza de 3.000 Kg sobre el asiento delantero.

“En carretera me pongo el cinturón, en ciudad no porque no voy a tener ningún accidente grave”

Si en ciudad puedes circular a 50 Km/h, de la peligrosidad de no llevar cinturón lo tienes en el ejemplo anterior. Además, el cinturón puede marcar la diferencia en cuanto a salir ileso de un accidente a salir herido más o menos grave, llegando incluso a la muerte.

“En trayectos cortos no me lo pongo”

Aunque la distancia sea corta te tienes que poner el cinturón. Muchos de los accidentes se producen en trayectos cortos. Además, el accidente no se rige por el tiempo que lleves puesto el cinturón, es inesperado e inoportuno.

“No me pongo el cinturón porque es muy incómodo”

Normalmente, y más los cinturones modernos, ejercen una presión y tensión mínima asegurando un buen ajuste. Permiten la movilidad. Seguro que te sería más incómodo, por ejemplo, ir en silla de ruedas para toda tu vida.

“No me ayudará en caso de accidente, puesto que con él puesto puedo tocar el salpicadero con la cabeza”

El cinturón permite que nos movamos libremente y se bloquea cuando de verdad lo necesitamos, si el coche sufre una deceleración o frenazo brusco repentino. Este mecanismo evita que los ocupantes se golpeen en el interior y salgan despedidos.

“En caso de accidente, puedo sujetarme con las manos, no lo necesito”

No hay forma de que los brazos y piernas puedan igualar esas fuerzas que antes te comentábamos. La velocidad y la fuerza son muy grandes.

“Teniendo airbag no hace falta cinturón”

El airbag no sustituye al cinturón de seguridad, es un complemento ideal. Están pensados para trabajar juntos y sumar esfuerzos.