



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

1. Movilidad sostenible y rutas saludables.

Los centros escolares concentran buena parte de los desplazamientos diarios que realizan las familias, en la mayoría de los casos utilizando el vehículo privado, lo que ha desembocado en un problema ambiental y de salud de primer orden, cuyas principales afecciones son el aumento de la contaminación atmosférica y de las emisiones de gases de efecto invernadero, el ruido, el estrés (tráfico), el riesgo de atropello, la pérdida de autonomía infantil y el sedentarismo. En respuesta a esta situación, cada vez más centros adoptan medidas para el fomento de la movilidad sostenible y la promoción de rutas saludables con el objetivo de apoyar en el proceso de recuperar las ciudades para las personas, descarbonizar el transporte, mejorar la seguridad vial y la calidad ambiental urbana y educar al alumnado en la movilidad activa.

1.1 Algunas definiciones previas para entender la línea de actuación.

La movilidad en torno al centro escolar es un sistema complejo, donde convergen diferentes elementos y perspectivas. Para aproximarnos a ello, conviene familiarizarnos con algunos conceptos, algunos de reciente creación, que nos ayudarán a entender algunas de las medidas a adoptar en el proceso de cambiar la forma de desplazarse al centro:

- **MOVILIDAD SOSTENIBLE:** trata de reducir el impacto socio-ambiental de los desplazamientos, abogando por un uso racional de los medios de transporte y la construcción de espacios más habitables y saludables para nuestro territorio, avanzando así hacia un modelo social en el que la comunidad, las personas y su entorno tengan prioridad frente a los vehículos. Este modelo de movilidad es clave en la lucha contra el cambio climático ya que, un cambio generalizado hacia medios de desplazamiento a pie, en bicicleta y en transporte colectivo es clave para reducir en gran medida la huella de carbono urbana y, por supuesto, la del centro escolar.

Aunque el cambio hacia una movilidad sostenible se sustenta principalmente en transformaciones urbanísticas que faciliten los desplazamientos activos y no contaminantes y en la mejora de la oferta de medios de transporte colectivos, los avances tecnológicos también tienen un papel, favoreciendo el uso de modos de transporte más sostenibles. Ejemplo de ello son las paradas de autobús con indicación en tiempo real de los tiempos de espera.

- **CAMINO ESCOLAR:** proyecto de movilidad sostenible y saludable para la formación y educación en valores desde la autonomía, la solidaridad, la buena convivencia y la sostenibilidad. Este tipo de iniciativas cuentan con una larga tradición a nivel europeo, y cada vez más en el territorio nacional, donde contamos con exitosas experiencias dirigidas a promover y facilitar que el alumnado vaya caminando o en bicicleta al colegio de manera autónoma a través de un itinerario específicamente diseñado para hacer de los desplazamientos una actividad segura, amena y agradable. Aunque no hay una receta única para diseñar caminos escolares, sí que hay un denominador común para garantizar el éxito, y es que en este tipo de proyectos deben participar e implicarse todos los agentes sociales, desde administraciones hasta la comunidad escolar en su sentido más amplio (alumnado, docentes, personal del centro, familias, etc.) pasando por el tejido productivo y social del barrio (comercios, asociaciones, etc.).

Tipo de desplazamiento adecuado	
Distancia	Modo de desplazamiento hogar-escuela
<500 m	Distancia ideal para los desplazamientos a pie autónomos
500m – 1.000 m	Desplazamiento con predominio del peatonal, pero con encaje de la bicicleta
1.000 m -1.500 m	Desplazamiento con predominio de la bicicleta, aunque aún es factible el modo peatonal.
1.500 m – 3.000 m	Desplazamiento con protagonismo de la bicicleta, también se puede integrar el transporte público.
3.000 m – 6.000 m	Desplazamiento con predominio del transporte público, aunque aún es factible el modo ciclista.



- **RUTA SALUDABLE:** el concepto de ruta saludable nace de la necesidad de aprovechar los desplazamientos obligados diarios para promover la adopción de hábitos más saludables, por medio del diseño de itinerarios seguros y accesibles que promuevan la práctica regular de actividad física para la salud partiendo, siempre que sea posible, de los itinerarios que emplea la ciudadanía habitualmente, como, por ejemplo, los viajes de ida y vuelta al centro escolar. Este tipo de rutas no son específicas para el alumnado, pues pueden ser un excelente recurso para facilitar los desplazamientos de toda la ciudadanía -en especial de las personas mayores- o para reforzar el tejido social al invitar a las familias a recorrerlas cuando acompañan al alumnado de menor edad. Estrechamente alineadas con los objetivos de la movilidad sostenible y de los proyectos de naturación de la ciudad (mediante incorporación de vegetación y agua, que aportan sombra, aromas, sonidos, etc.), las rutas saludables permiten satisfacer la demanda de actividad física de una manera segura, agradable e integrada en la cotidianidad.

Recomendaciones de actividad física para la salud (a partir de 5 años)	
5 a 17 años	<p>Al menos 60 minutos al día. Intensidad moderada a vigorosa.</p> <p>Incluir, al menos, tres días a la semana, actividades de intensidad vigorosa y actividades que fortalezcan músculos y mejoren masa ósea.</p>
Personas adultas	<ul style="list-style-type: none">• Al menos 150 minutos de actividad moderada a la semana• O bien, 75 minutos de actividad vigorosa a la semana• O bien, una combinación equivalente de las anteriores. <p>Realizar, al menos 2 días a la semana, actividades de fortalecimiento muscular y mejora de la masa ósea y actividades para mejorar la flexibilidad.</p> <p>Los mayores de 65 años, especialmente con dificultades de movilidad: al menos 3 días a la semana, realizar actividades de fortalecimiento muscular y para mejorar el equilibrio.</p> <p>Estas recomendaciones pueden alcanzarse sumando periodos de al menos 10 minutos seguidos cada uno.</p>

Fuente: *Actividad Física para la Salud y Reducción del Sedentarismo. Recomendaciones para la población Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Madrid, 2015 (Anexo I)*

- **CAMINABILIDAD:** el término caminabilidad hace referencia al grado en que el entorno urbano favorece el desplazamiento a pie hacia los destinos más habituales en la rutina diaria. Para alcanzar un alto grado de caminabilidad deben abordarse aspectos urbanísticos y de seguridad, pero también otros que podemos trabajar desde el centro, como la información y la motivación.
- **CALMADO DE TRÁFICO:** conjunto de medidas que tratan de moderar el tránsito motorizado y reducir su velocidad, especialmente en itinerarios compartidos con otras modalidades de desplazamiento, para devolver el protagonismo al peatón en los entornos urbanos.

1.2. Beneficios de las rutas sostenibles y saludables.

Hasta hace poco no se han valorado suficientemente las oportunidades que ofrecen los desplazamientos cotidianos para mejorar la salud personal y colectiva. En el caso de la infancia, los itinerarios diarios al colegio ofrecen posibilidades de exploración y de relación con iguales que tienen un enorme valor, dado que apuntan a la necesidad de socialización y de descubrimiento del entorno, que son claves en estas edades. Si además añadimos la posibilidad de compatibilizar ejercicio físico, y aprendizajes relacionados con la responsabilidad, la autonomía y el desarrollo personal, tenemos una actividad cargada de beneficios físicos, mentales y sociales. Algunos de ellos, son:



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

1.2.1. Beneficios físicos.

En términos físicos, el desplazamiento por los caminos escolares es asimilable a la actividad deportiva suave, de ahí que un uso regular de los mismos proporcione a los participantes una mejora de la condición física que se traduce:

- **A nivel orgánico:** aumento de la carga muscular, elasticidad y movilidad articular, reflejado en la disminución de la fatiga física y en la reducción de patrones de obesidad. España se encuentra entre los países europeos donde este problema de salud pública es más grave, con una prevalencia de alrededor de un 40% de sobrepeso en la infancia, del que un 19% de niños –casi uno de cada cinco– y un 17% de niñas padecen obesidad. El sobrepeso infantil está íntimamente vinculado al sedentarismo y a la dificultad de los niños y niñas para realizar el ejercicio mínimo diario necesario.
- **A nivel cardiaco:** mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial.
- **A nivel pulmonar:** desarrollo de una mayor capacidad pulmonar y por tanto de la oxigenación.
- **A nivel metabólico:** ayuda a mantener los niveles grasos dentro de los parámetros deseables, al tiempo que reduce la producción de ácido láctico, la concentración de triglicéridos, colesterol y LDL (colesterol malo).
- **A nivel neuro-endocrino:** reduce la producción de adrenalina, y es una pieza clave en la sudoración, tolerancia a los ambientes cálidos y producción de endorfinas.
- **A nivel del sistema nervioso:** agiliza la capacidad de respuesta, mejorando la coordinación y los reflejos.

La actividad física realizada de forma cotidiana en los caminos escolares es complementaria a la práctica del deporte, si bien presenta alguna ventaja añadida puesto que carece de la carga competitiva de las dinámicas deportivas -lo cual evita el estrés en los participantes-, es apta para todos los perfiles -y por tanto muy inclusiva- y se integra de forma natural en la dinámica cotidiana.

1.2.2. Beneficios psicológicos y cognitivos.

En primer lugar, cualquier mejora física incide en el fortalecimiento de la autoestima. Otros beneficios de carácter psicológico pasan por aspectos como la satisfacción de culminar una meta, el sentimiento de "agencia" (capacidad de actuar) o seguridad en uno mismo. Así pues, podemos hablar de distintos aspectos ligados al desarrollo psicológico como la afectividad, emotividad, control, percepción, cognición, etc. Pero sobre todo nos gustaría reseñar la mejora del grado de autonomía y madurez, pues el uso habitual de estos itinerarios, aunque en un principio sea con acompañamiento adulto, supone un excelente campo de prácticas para preparar al alumnado para la vida adulta a través de la maduración de destrezas básicas: habilidades sociales, resolución de problemas, orientación espacial, percepción de eficacia, autocuidado o autoconfianza.

Si además, estos itinerarios discurren por espacios naturalizados, podemos sumar los beneficios propios del contacto con la naturaleza.

1.2.3. Beneficios sociales.

No podemos obviar el carácter social de estas actividades, enmarcadas en la colaboración entre distintos agentes, la solidaridad vecinal y el civismo. El carácter de estos itinerarios fortalece en el alumnado valores cívicos, ya que deberá aprender y respetar las normas de convivencia en el espacio público.



Así mismo, tenemos una buena herramienta de lucha contra el sedentarismo y otros hábitos poco saludables arraigados socialmente, a través de la incorporación de una práctica de autocuidado en la rutina diaria que se realiza en compañía de iguales.

De hecho, las dificultades de niños, niñas y adolescentes para encontrarse y jugar libremente con sus compañeros en su entorno cercano se han vinculado con problemas crecientes de soledad y aislamiento, o con el incremento del estrés emocional e hiperactividad .

Por último, no hay mejor medio de concienciación en el cuidado del entorno que sentirse parte del mismo y, por tanto, cuanto mayor sea el contacto y el conocimiento de la comunidad educativa (alumnado, familias y equipo docente) con su barrio y sus vecinos, más fácil será velar por su protección activa.

1.3. Hacia la construcción de rutas saludables y sostenibles.

El éxito de proyectos de caminos escolares depende, en gran medida, de la creación de un entorno seguro para niños y niñas. Esto implica cambios que, aunque al inicio suelen generar resistencias, tienen beneficios para todo el vecindario.

- Fomentar los desplazamientos no motorizados focalizados en los itinerarios a pie, con uso de la bicicleta para los recorridos de mayor distancia, requiere favorecer un uso compartido del espacio público y aplicar restricciones al tráfico rodado, al menos en el entorno inmediato al centro. La reducción del volumen de vehículos y sobre todo de su velocidad es una condición imprescindible.
- Abordar ciertos cambios en la configuración de las calles próximas y de los accesos al centro es fundamental en la mayoría de las ocasiones. Esto supone la implicación activa del gobierno local, que tiene las competencias urbanísticas y de gestión de la movilidad.
- Proveer de ciertos elementos de mobiliario urbano -como una señalética adecuada, aparcamientos para bicis, maceteros, bancos, fuentes...-, así como organizar actividades comunitarias -como marchas festivas a pie o ciclistas con las familias, desayunos saludables o pedibuses y bicibuses-, son fundamentales para dar visibilidad al proyecto y ensayar los trayectos de forma segura y cómoda, pero además juegan un importante papel psicológico a la hora de que padres y madres se decidan a dar mayor autonomía a sus hijos e hijas.

Como vemos, este tipo de proyectos puede ser el comienzo de transformaciones que vayan más allá de posibilitar e incentivar la actividad física y la movilidad activa, contribuyendo a construir espacios urbanos más saludables, seguros y sostenibles que reporten beneficios físicos, mentales y sociales al alumnado y al entorno social en general.

La reducción del tráfico que conlleva este tipo de transformaciones permite abordar a la vez múltiples problemas a los que se enfrenta la ciudadanía en la actualidad: la contaminación, el ruido, el estrés, la inseguridad vial y la accidentalidad, la falta de espacios de encuentro y juego o la carencia de naturaleza, retos que condicionan el bienestar colectivo pero muy especialmente el de niños y niñas . Además, en un escenario de cambio climático que afecta de modo muy especial a las ciudades -debido al efecto "isla de calor urbana" -, este tipo de proyectos son un elemento clave para impulsar la adaptación del entorno urbano a un escenario climático en el que la temporada cálida se va haciendo progresivamente más larga y las olas de calor más intensas y frecuentes.

- La transformación del espacio público para favorecer la movilidad activa y las rutas saludables no puede olvidar la incorporación de ingredientes, como la presencia de arbolado, vegetación o puntos de agua, que permitan ambientes más confortables y adaptados a las altas temperaturas.

Pero los proyectos de rutas saludables al colegio deberían aspirar a ir más allá de realizar cambios sobre el espacio físico urbano o sobre los hábitos de movilidad. También deberían trabajar la componente social bajo la premisa de que



el cuidado de la infancia es una responsabilidad compartida por toda la comunidad.

- Para ello, es muy importante hacer partícipes del proyecto a todos los colectivos del barrio, desde los comercios hasta los conductores de vehículos motorizados, buscando crear una red de sinergias que alimente proyectos como el pedibús, bicibús o los comercios amigos.

Como estamos viendo, el desarrollo de rutas saludables es un proyecto que desborda ampliamente los límites estrictos del centro, tanto físicamente como desde el punto de vista del abanico de actuaciones que deben ponerse en marcha. Sin embargo, el ámbito de acción educativa es muy amplio y, por tanto, el papel del centro escolar es insustituible.

A continuación, ofrecemos algunas sugerencias sobre el tipo de actividades que pueden trabajarse desde lo educativo:

1. **Mejorar la formación en materia de movilidad para aumentar el respeto y civismo:** familiarizarse con las normas básicas, reconocer las señales, conocer las prioridades de paso y respetar las buenas prácticas en materia de educación vial es fundamental para que el alumnado pueda desplazarse de forma autónoma y segura. Pero es necesario ir más allá: comprender los beneficios de una movilidad sostenible, tanto para el planeta como para la salud de las personas, es clave para ganar adeptos en favor del uso de la bici o los desplazamientos a pie. Así pues, desde los centros escolares podemos trabajar analizando, estudiando y trasladando a la práctica las alternativas más sostenibles, saludables y seguras para la movilidad cotidiana de nuestro alumnado.
2. **Colaborar en el proceso de habilitar rutas y los equipamientos necesarios para garantizar el desplazamiento del alumnado de forma segura, saludable y sostenible:** los docentes pueden ayudar a recopilar la mayor información posible que permita al ayuntamiento actuar de la forma más adecuada, con acciones que van desde facilitar a las familias cuestionarios de diagnóstico sobre la movilidad del alumnado y asegurarse de que lo cumplimentan, hasta promover talleres y acciones didácticas, por ejemplo para mapear puntos negros de seguridad o recursos disponibles en el barrio que puedan contribuir al proyecto. Además, pueden coordinar la participación del alumnado en parte de los trabajos de creación de las rutas, como, por ejemplo, pintando sobre las aceras huellas o iconos de identificación de las mismas.
3. **Implicar a toda la comunidad en el fomento de buenas prácticas de movilidad sostenible:** más allá de ejercer de enlaces con las familias y otros colectivos sociales, las redes del centro escolar son un excelente altavoz para dar a conocer en el barrio el proyecto, sus objetivos y buenas prácticas.
4. **Llevar a cabo un seguimiento activo:** los centros escolares deben gestionar el impulso y acompañamiento inicial del proyecto para asegurar que realmente las rutas diseñadas se ajustan a los objetivos deseados, y también evaluar en el tiempo el grado de seguimiento y de satisfacción del alumnado, como beneficiario principal, con respecto a las nuevas medidas implantadas.



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

2. Propuestas y ejemplos para promover la movilidad sostenible y las rutas saludables.

Los proyectos de movilidad sostenible y rutas saludables son una oportunidad para aumentar la calidad de vida de un barrio, además de una de las actuaciones con mayor visibilidad para personas ajenas a la comunidad educativa. Por ello, no es de extrañar que en los últimos años hayan surgido multitud de iniciativas en numerosas poblaciones, de distinto calado y ambición. Vamos a recorrer algunos casos que puedan servir de ejemplo de la variedad de posibilidades de acción en diferentes ámbitos.

2.1. Propuestas desde el urbanismo, la gestión de la movilidad y la educación.

La creación de rutas saludables y sostenibles para promover la movilidad sostenible es un proceso colaborativo, que requiere un alto grado de coordinación e implicación de todos los actores implicados: familias, comunidad educativa (docentes, alumnado y personal del centro), ayuntamiento y cualquier administración pública con competencias en materia de seguridad vial, medio ambiente, movilidad, urbanismo, etc. Sin embargo, las iniciativas con mayor éxito son aquellas que cuentan con un respaldo municipal firme y en las que, además, la comunidad educativa asume un papel activo.

Aunque muchas de las medidas necesarias, relacionadas con cambios urbanísticos y de gestión del tráfico, son competencia y responsabilidad de las administraciones públicas, como docentes es muy recomendable conocer las posibles opciones existentes ya que desde la comunidad educativa, como agente social de primer orden, podemos y debemos trasladar nuestras necesidades y aspiraciones a las entidades públicas. Además, existe un amplio margen para la colaboración entre la comunidad educativa y la administración local en un ámbito que tiene una gran incidencia en la vida de niños y niñas pero que, a la vez, sobrepasa la capacidad de acción de familias y educadores.

Sabías que...



- Existe una iniciativa abierta para promover Entornos escolares seguros y saludables, convirtiéndolos en áreas de protección de la salud de la infancia que ofrece, entre otros recursos, un modelo de [moción dirigida a los Ayuntamientos](#)
- El colectivo Teachers for Future promueve un proyecto, llamado [Colecaminos](#), que ofrece una selección de recursos y propuestas didácticas de gran interés:
- La iniciativa [Reuelta Escolar](#), lanzada por diferentes Asociaciones de Familias de Alumnos (AFA), en colaboración con entidades vecinales, organiza cada primer viernes de mes cortes de tráfico a la salida del colegio para reclamar la pacificación y seguridad de los entornos escolares, menos contaminación y menos ruido.
- Existe un portal de [recursos sobre Movilidad e Infancia](#), dentro de la web del Centro Nacional de Educación Ambiental (CENEAM).

Veamos algunos ejemplos:

2.1.1. Medidas de actuación sobre circulación viaria y tráfico

La mejora de la seguridad vial en entornos escolares pasa por una adecuada regulación del tráfico, donde elementos como un paso de peatones elevado (C.E.I.P. Ignacio Zuloaga, Madrid), o cruces con regulación semafórica conectada



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

con Centros de Gestión de Movilidad para garantizar la seguridad (C.E.I.P. Al Andalus, Sevilla), o la secuenciación del horario de entrada y salida para evitar atascos pueden suponer una mejora sustancial.

Algunas iniciativas van más allá, planteando cortes de tráfico durante los horarios punta en las calles de acceso al centro, que pueden además estar reforzados con sistemas de apeaderos (“kiss and go”) e incluso acompañamiento en el tramo final, como en el caso del Colegio Montserrat FUHEM y [CEIP Ciudad de Roma](#), Madrid.



[C.E.I.P. Ciudad de Roma \(Madrid\)](#)

2.1.2. Medidas de reducción del estacionamiento de vehículos

Aunque pueda generar resistencias, la eliminación de las plazas de aparcamiento a la entrada del centro escolar es una medida altamente eficaz que conlleva importantes beneficios en lo que a calidad ambiental y seguridad del entorno se refiere (Colegio La Encarnación, Sueca).

Pero el centro debe tomar la iniciativa y dar ejemplo con acciones como proponer al consejo escolar la sustitución de las zonas de aparcamiento que se encuentren dentro del recinto escolar por áreas estanciales y de juego.

2.1.3. Medidas para el fomento de la movilidad peatonal

Toda ruta saludable debe partir de un buen diagnóstico del entorno, en el que los alumnos pueden jugar un papel activo, así como en el desarrollo de acciones de fomento de la movilidad activa, por ejemplo:

- **Ejerciendo de encuestadores** (C.E.I.P. Francisco Fatou, Madrid).
- **Recorriendo el barrio para reconocer las oportunidades y las barreras**, los puntos negros y los atractivos que tiene desde su punto de vista. Un trabajo pionero fue el desarrollado en Segovia en el curso 1998-1999, dentro del programa “[De mi Escuela para mi Ciudad](#)”, con la creación del Mapa Emocional de Segovia. La ciudad desde la mirada de los niños
- **Desarrollando acciones de concienciación** para romper falsos mitos en torno a la movilidad peatonal –para ello un fantástico recurso es el [Metrominuto escolar](#). (C.E.I.P. Caballero de la Rosa, Logroño, La Rioja).
- Organizando **acciones de educación vial**, ya sea convirtiendo el patio en un circuito ([C.E.I.P. San Juan Bautista, Torrent, Valencia](#)), gamificando los pasillos interiores con señales (C.E.I.P. Nuestra Señora de Gracia, Mahora, Albacete) o enviando información y recomendaciones de seguridad vial y conducción adecuada a las familias



[C.E.I.P. San Juan Bautista, Torrent, Valencia](#)



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

- Participando en **programas externos de fomento de la movilidad activa**, como han hecho desde el [C.E.I.P. Nebrixa, \(Lebrija, Sevilla\)](#) llevando a sus aulas el "Juego de la Serpiente", una actividad promovida por la Dirección General de Tráfico.



[C.E.I.P. Pare Gumilla, Cárcer, Valencia](#)



[C.E.I.P. Nebrixa, \(Lebrija, Sevilla\)](#)

- Ayudando en la adecuada **señalización del entorno escolar** (C.E.I.P. Puerto del Rosario, Puerto del Rosario, Las Palmas), o participando en el pintado de huellas de dirección en los caminos escolares ([C.E.I.P. Pare Gumilla, Cárcer, Valencia](#)).

La ejecución combinada de las anteriores acciones va a desembocar en el trazado de rutas saludables y seguras, como en el caso del [C.E.I.P. Antonio García Quintana \(Valladolid\)](#), donde además de contar con el apoyo de los comercios locales (red de comercios amigos) dar visibilidad al programa mediante chalecos reflectantes con el nombre del centro al dorso.



[C.E.I.P. Antonio García Quintana \(Valladolid\)](#)

2.14. Medidas para el fomento de la movilidad ciclista

La red de carriles bici, así como los sistemas de bicicleta pública, no paran de crecer en las ciudades, un reflejo del interés creciente para favorecer la utilización de la bicicleta como medio habitual de transporte urbano. Un hecho que también tiene su eco en los centros escolares, a través de medidas variadas:

- Como reservar en el centro un espacio seguro para el **aparcamiento de bicicletas, patines y patinetes** ([C.E.I.P. Virgen de los Remedios, Arroyomolinos de León, Huelva](#)).
- La realización de **talleres formativos** en habilidades ciclistas, como el promovido por el Ayuntamiento de Zaragoza con el nombre de "La bici en el cole" ([C.E.I.P. Cándido Domingo, Zaragoza](#))
- El desarrollo de **programas de movilidad ciclista** al cole, como "Al cole en bici" del Ayuntamiento de Mijas ([C.E.I.P. María Zambrano, Mijas, Málaga](#)).



[C.E.I.P. María Zambrano, Mijas, Málaga](#)



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

2.15. Medidas para el fomento del transporte público

El transporte público es el mejor aliado de peatones y ciclistas para conseguir una movilidad urbana sostenible. En aquellos casos en los que el alumnado necesita desplazarse al centro desde distancias que requieren un medio motorizado, promover el uso del transporte público es una buena práctica.

Las familias tienen un papel importante en ello, acostumbrando a los menores a usar estos medios de transporte de manera autónoma. Los centros escolares también pueden contribuir utilizando estos servicios en sus desplazamientos por la ciudad para la realización de visitas o actividades didácticas. Incluso pequeños gestos, como recomendar pegar el carnet del bus en la agenda escolar, contribuyen a dinamizar el uso de este tipo de servicios. (C.E.I.P. Gloria Fuertes, Guadiaro, Cádiz).

2.16. Medidas para el fomento de la movilidad en grupo: Pedibús y Bicibús

Como en todo proyecto colectivo, la colaboración es fundamental. En este caso, para promover la movilidad en grupo y los desplazamientos organizados de los menores que por su edad necesitan acompañamiento adulto, es muy interesante la organización de los llamados [pedibuses](#) o [bicibuses](#), sistemas por los que un grupo amplio de niños y niñas, acompañados por algunos familiares, se desplazan conjuntamente al colegio a lo largo de un recorrido establecido en el que van "recogiendo" participantes.

Este tipo de sistemas están a menudo liderados por algunas familias o docentes especialmente motivados. Este ha sido, por ejemplo, el caso del [AFA del Colegio Rufino Blanco](#) o del [Colegio Montserrat](#) (ambos en Madrid).

En otros casos, ciertos Ayuntamientos asumen un compromiso con la movilidad activa escolar, facilitando sistemas de [pedibús municipal](#) (Ayuntamiento Torreldones, Madrid) o [bicibús municipal](#) (Las Rozas, Madrid).

VEN ANDANDO
AL COLE
ACOMPAÑADO
DE MONITORES



Pedibus Municipal (Ayuntamiento Torreldones, Madrid)



bicibús municipal (Las Rozas, Madrid).

Nuestro objetivo

Ofrecemos **soluciones** de movilidad

Enseñar a nuestros hijos desde pequeños el valor de la movilidad sostenible y la ecología es invertir en ciudadanía responsable para el mañana. Junto a ello ofrecemos con el proyecto BiciBús "Ir al colegio de una forma diferente y divertida"

Fases del Proyecto

Procedimiento de Inscripción

Listado de Preadmitidos



ACTIVIDAD DE INVESTIGACIÓN-ACCIÓN:

Por otro lado, podemos potenciar el autodescubrimiento e investigación:

Ejemplo de actividad práctica:

- [Ficha: Movilidad sostenible](#)
- [Ficha: Pedibus o bicibus](#)
- [Ficha: Taller de metrominuto](#)
- [Ficha: Red de comercios amigos](#)
- [Ficha: Aprovechamiento didáctico](#)
- [Ficha: App de movilidad](#)



EXPERIMENTOS Y TALLERES:

También, podemos potenciar el compromiso con otras medidas desde el juego y la experimentación científica, por ejemplo, a través de las siguientes actividades:

Ejemplo de actividad práctica:

- [Ficha: Taller de Educación Vial](#)
- [Ficha: Muévete por el planeta](#)
- [Ficha: Extintor de CO₂](#)





TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

Link o enlaces del tema:

Propuestas desde el urbanismo, la gestión de la movilidad y la educación

- Entornos seguros y saludables: <https://entornos Escolares.es/>
- Colecaminos, Teacher for future: <https://teachersforfuturespain.org/que-hacemos/colecaminos/>
- Iniciativa "Revuelta Escolar": <https://www.revueltaescolar.com/>
- Recursos sobre movilidad e infancia CENEAM: <https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/recursos/mini-portales-tematicos/infancia-movilidad.aspx>

Medidas de control de la circulación viaria y tráfico.

- CEIP Ciudad de Roma (Madrid): <https://larueca.info/el-ead-retiro-y-el-ods11-comunidades-y-ciudades-sostenibles/>

Medidas para el fomento de la movilidad peatonal.

- Proyecto "De mi Escuela para mi Ciudad". Dos recursos:
 - https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/recursos/materiales/educacion-ambiental/Mapa_emocional_de_Segovia__201012021002412555_.aspx
 - http://ftp.murciaeduca.es/programas_educativos/Nuevo1/RECesenred/demiescuela.pdf
- Teachers for Future nos proporciona todo lo necesario para realizar el Metrominuto escolar: <https://teachersforfuturespain.org/metrominuto/>
- C.E.I.P. Nebrixa, (Lebrija, Sevilla): <https://e.lebrija.es/noticias/c/0/i/55864325/la-comunidad-educativa-del-ceip-nebrixa-participa-en-el-juego-de-la-serpiente>
- C.E.I.P. San Juan Bautista, Torrent, Valencia: <https://torrentaldia.com/el-ceip-san-juan-bautista-convierte-su-patio-en-la-referencia-de-torrent/>
- C.E.I.P. Pare Gumilla, Cárcer, Valencia: <https://projectletsmove.wordpress.com/actividades-para-promocionar-los-caminos-escolares-en-el-ceip-pare-gumilla-pintar-las-rutas-escolares/>
- C.E.I.P. Antonio García Quintana (Valladolid): https://cadenaser.com/emisora/2016/06/09/radio_valladolid/1465466616_360566.html

Medidas para el fomento de la movilidad ciclista.

- C.E.I.P. Virgen de los Remedios, Arroyomolinos de León, Huelva: <https://blogsaverroes.juntadeandalucia.es/ceipvirgendelosremedios/2021/05/14/parking-de-bicis/>
- C.E.I.P. María Zambrano, Mijas, Málaga): <https://www.mijas.es/portal/hoy-arranca-el-programa-al-cole-en-bici-en-mijas/>
- C.E.I.P. Cándido Domingo, Zaragoza: <https://labicienelcole.com/participante/ceip-candido-domingo/>

Medidas para el fomento de la movilidad en grupo: Pedibús y Bicibús.

- ¿Qué es un pedibús?: <http://eustarsmadrid.blogspot.com/2015/03/que-es-un-pedibus.html>
- A bordo del "bicibús" cientos de alumnos desafían a los coches para ir a clase pedaleando:



TEMA 4: Movilidad sostenible y rutas saludables.

https://www.eldiario.es/catalunya/bordo-bicibus-cientos-alumnos-desafian-coches-clase-pedaleando_1_8420602.html

- Bicibús del Colegio Rufino Blanco: <http://www.rufinoblanco.org/actividades/bicibus/>
- Bicibús del Colegio Montserrat: https://www.youtube.com/watch?v=8d7_P5XMLZs
- Pedibús del Ayuntamiento de Torrelodones: <https://www.torrelodones.es/educacion/pedibus>
- Bicibús del Ayuntamiento de Las Rozas: <https://www.lasrozas.es/Deportes/bicibus>