



A LA ESCUELA ANDANDO, EN BICI O EN PATINETE

Movilidad activa y autónoma

¿Por qué y para qué?

Para tener hábitos de vida más activos y estar más sanos:

- Porque andar o utilizar la bici para ir a la escuela supone más de 30 minutos de actividad física. Osakidetza recomienda, en la infancia, 60 minutos de actividad física diaria.

Para crecer adquiriendo autonomía, con más amigos y con mayor autoestima.

- Al desplazarse a diario acompañados de otros niños, se fortalecen las relaciones, se va adquiriendo mayor autonomía y capacidad para la toma de decisiones. Esto mejora notablemente el aprendizaje.

Para ser más conscientes, conocer mejor el pueblo y participar en su transformación.

- Al experimentar la ciudad, desarrollan mejores hábitos de seguridad vial día a día. Así los niños nos aportan a la sociedad su visión de los problemas de la ciudad, y por que no, también las posibles soluciones.

Durante la semana del 21 al 25 de septiembre habrá actividades de Eskolako Bidea dentro de la Semana Europea de la Movilidad Sostenible. ¡Anímate y participa!



OÑATIN OINEZ, PATINETEZ EDO BIZIKLETAN ESKOLARA.

Aukeratu. Aldatu.

Konbinatu zure mugikortasuna.



Mugikortasun aktiboa eta autonomia.

Zergatik, zertarako?

Autoestimua eta harremanak garatzeko:

- Haurrek mugitzeko autonomia izatea beraien eskola lagunekin, bakarrik edo helduek lagunduta joan nahi duten erabakitzeko aukera izatea da.
- Modu autonomoan mugituz gero, haurrek esperientzia gehiago izango dituzte, bizipen aberatsagoak eta beste haur batzuekin partekatuko dituzte bizipen hauek.

Aktiboagoak eta osasuntsuagoak izateko:

- Osakidetzak 6 urtetik gorako haurrek egunero 60 minutu inguruko jardura fisikoa egitea gomendatzen du.
- Eskolara oinez, bizikletan edo patinetek joanez gero, egunero jardura fisiko moderatu bat bermatzen da eta sedentarismoaren aurka egiten dugu, ia konturatu gabe.

Kontzientzia garatzeko eta ikastea errazteko:

- Herria hobeto ezagutuko dute, kaleak eta bizilagunak, eta bide-segurtasun ohiturak errazago barneratuko dituzte.
- Eskolara heltzean haurrak argi eta erlaxatuta heltzen dira ikasgeletara eta ikaskuntza prozesua errazten du honek.

Eskolako Bidea proiektuan era bateratuan parte hartzen dugun Oñatiko ikastetxeek eta Udalak elkarlanean ekimen bereziak jarriko ditugu martxan irailaren 21etik 25era Mugikortasun Jasangarriaren Europako astea ospatzen dela eta.

Mugikortasun jasangarri, osasuntsu eta seguru baten alde gaudela ospatzeko, aldarrikatzeko eta mugikortasun eredu honen alde ekiteko astea izango da.

Animatu eta parte hartu!

Oñatiko ikasleen mugikortasun ohituren inkestaren, 2015eko emaitzak

