



Empezando un Autobús Escolar Caminante

los básicos

¿Por qué desarrollar un autobús escolar caminante?

Los estudios muestran que cada vez menos niños están caminando y montando en bicicleta a la escuela, y más niños están en peligro de llegar a tener sobrepeso. Cambiando el comportamiento de niños y padres requiere soluciones creativas que son seguras y divertidas.

Poniendo en práctica un autobús escolar caminante podría ser las dos cosas.

¿Qué es un autobús escolar caminante?

Un autobús escolar caminante es un grupo de niños caminando a la escuela con uno o más adultos. Es sencillo, y esto es parte de la belleza del autobús escolar caminante. Podría ser tan cómodo que dos familias se turnaran caminando con los niños a la escuela a tan preparado programa con una ruta con puntos de reunión, itinerarios fijos, y voluntarios entrenados regularmente rotatorios.

Una variación del autobús escolar caminante es el tren de bicicletas, en el cual adultos supervisan a los niños montando en bicicleta a la escuela. La flexibilidad del autobús escolar lo hace atractivo a comunidades de todos tamaños con necesidades diferentes.



A menudo los padres indican que los asuntos de seguridad son unas de las razones principales que no permiten que sus niños caminen a la escuela. Proporcionando supervisión de adultos podría reducir estas preocupaciones para familias que viven bastante cerca a la escuela para poder caminar o usar bicicleta.

Empezando Sencillo

Cuando está empezando un autobús escolar caminante, recuerde que el programa siempre puede crecer. A menudo es lógico empezar con un autobús pequeño para ver cómo funciona. Escoja un solo vecindario que tenga un grupo de niños y padres que estén interesados. Es igual que un parque móvil—sin el automóvil—con los beneficios extras de

ejercicio y visitas con amigos y vecinos. Para un autobús informal:

1. Invite a las familias que viven cerca a caminar.
2. Escoja una ruta y haga una caminata como prueba.
3. Decida qué tan frecuente el grupo caminará junto.
4. ¡Diviértase!

Alcanzando a más niños

El éxito con un autobús escolar caminante sencillo o un deseo a ser más inclusivo podría inspirar a una comunidad para crear un programa más estructurado. Este tal vez incluya más rutas, más días de



caminar, y más niños. Programas así requieren coordinación, voluntarios, y atención posible a otros asuntos, tales como entrenamiento de seguridad y responsabilidad legal. Es probable que el director y la administración de la escuela, la policía, y otros líderes comunitarios sean involucrados.

Primero, hay que determinar si hay interés en un programa de autobús escolar caminante. Póngase en contacto con participantes y socios potenciales:

- Padres y niños
- Director(a) y oficiales de la escuela
- Oficiales del mantenimiento de la ley y la orden
- Otros líderes en la comunidad

Segundo, identifique la(s) ruta(s).

- La cantidad de interés determinará la cantidad de rutas de caminar.
- Camine la(s) ruta(s) sin los niños primero.

Tercero, identifique una cantidad suficiente de adultos para supervisar a los caminantes.

Los Centros para Control y Prevención de Enfermedades recomiendan un adulto por cada seis niños. Si los niños tienen 10 o más años, es posible que se necesite menos adultos. Si los niños tienen 4 a 6 años, un adulto por cada tres niños es recomendado.

Próximo, finalice los detalles logísticos.

- ¿Quién va a participar?
- ¿Que tan frecuente proporciona servicio el bus escolar caminante? ¿Una vez por semana o diariamente?
- ¿Cuándo se reúnen los niños con el bus? Es importante dejar suficiente tiempo para los pasos más lentos de niños, pero también para asegurar que todos lleguen a la escuela a tiempo.
- ¿Dónde va a reunir el autobús con los niños—en la casa de cada niño o en algunas ciertas paradas del autobús?
- ¿Va a proporcionar servicio después de la escuela?
- ¿Qué clase de entrenamiento necesitan los voluntarios?
- ¿Qué clase de entrenamiento de seguridad necesitan los niños?

Finalmente, comience el programa.

Un buen horario para empezar es durante *La Semana Internacional para Caminar a la Escuela* en Octubre. Camine y busque maneras para darle ánimo a más niños y familias a involucrarse. ¡Diviértase!

Cuando escoja una ruta, conteste estas cuatro preguntas:

¿Tiene suficiente espacio para caminar?

¿Hay banquetas y caminos para peatones?

¿Hay demasiado tráfico?

¿Es fácil cruzar la calle?

¿Se comportan bien los conductores?

¿Cedan el paso a los peatones?

¿Manejan demasiado rápido?

¿Se siente seguro el ambiente?

¿Hay perros sueltos?

¿Hay actividad criminal?

Mantenido por el Pedestrian and Bicycle Information Center for the Partnership for a Walkable America, en cooperación con el U.S. Department of Transportation.

