



Seguridad en Bicicleta- Examen Para Niños

Para ser utilizado con el PPT de seguridad para bicicletas de EZ Ride

1. El equipo de seguridad más importante que deben usar en bicicleta es un _____.
La ley de Nueva Jersey dice que los niños menores de ____ deben de usar uno.
2. Debería usar ropa _____ cuando estoy andando en bicicleta.
3. Los niños menores de ____ deben viajar con un adulto.
4. Debería andar en bicicleta en el lado _____ de la calle.
5. Las 4 reglas de caminar son; Para, _____, escucha y _____
6. Es importante obedecer _____ de parada y los _____ de tráfico y detenerse al borde de mi _____ antes de salir a la calle
7. Mi bicicleta necesita tener un _____ para poder avisarle a la gente que quiero pasar
8. Necesito ____ minutos de ejercicio todos los días.
9. Durante Covid-19, es importante mantenerse a _____ pies de distancia de otros ciclistas
10. Mi casco debe de estar _____ (circule la mejor opción)

plano sobre mi cabeza inclinado a un lado en la parte de atrás de mi cabeza
11. En un Comproba AFC, ¿Qué significa cada letra?: A_____, F_____, C_____
12. Es seguro usar un teléfono y audífonos mientras andas en bicicleta (circule uno)
VERDADERO o FALSO
13. Debería comer estos para mantenerse saludable (marque las mejores opciones)

Papitas Vegetales Soda Fruta Agua Helado Leche Barra de Caramelo
14. ¿Qué brazo es mejor usar para señalar? Círculo la respuesta: derecho izquierdo
15. Por la noche, necesito un luz de color _____ en la parte delantera de mi bicicleta y una luz trasera de color _____ en la parte trasera.



Seguridad en Bicicleta- Para los Padres

Los niños pueden compartir con sus padres después de ver el PPT de EZ Ride

1. Aunque no se requiere que los padres usen un casco de bicicleta, es un buen ejemplo para los niños y ayuda a proteger su cabeza en caso de un choque. **Verdadero o falso**
2. Los padres no necesitan poner a prueba las habilidades de sus hijos antes de dejarlos andar solos: los niños pueden aprender a andar en la calle solos. **Verdadero o falso**
3. Los adultos deben andar en la calle, pero está bien que los niños menores de 10 años anden en bicicleta en la acera si tienen miedo **Verdadero o falso**
4. Está bien que dos familias no usen máscaras y anden en bicicleta muy cerca durante Covid-19 si son buenas amigas. **Verdadero o falso**
5. Los padres pueden probar las bicicletas de sus hijos con un Comproba AFC antes de salir a montar para controlar el aire, los frenos y la cadena para evitar accidentes o lesiones. **Verdadero o falso**
6. Las habilidades clave que un padre puede enseñarle a un niño son cómo mirar a ambos lados del camino de entrada y en las esquinas, cómo frenar y cómo ponerse sus propios cascos. **Verdadero o falso**
7. Si los padres se aseguran de que su hijo use un casco en todo momento y que esté bien ajustado, puede salvar la vida de un niño en caso de un choque. **Verdadero o falso**
8. Si los padres no siguen todas las reglas de la carretera (parando en las luces de la calle y las señales de alto), es un gran ejemplo para sus hijos. **Verdadero o falso**
9. Si los padres compran a sus hijos bolsas de color oscuro y chaquetas de colores oscuros, puede hacerlos altamente visibles para el tráfico. **Verdadero o falso**
10. Si los padres se distraen mientras conducen (usando un teléfono o comiendo mientras conducen), puede ser un peligro para los ciclistas que también están en la carretera. **Verdadero o falso**