

«Il tuo casco è regolato correttamente?»

Informazioni e soluzioni per il corpo docente

Livello	2° ciclo
Obiettivo	Le bambine e i bambini possono verificare che il casco bici sia regolato correttamente e regolarlo nel modo giusto.
Durata	Ca. 15 min.
Materiale	Scheda didattica «Il tuo casco è regolato correttamente?»
Preparazione	Le bambine e i bambini portano il proprio casco bici. Fotocopiare la scheda didattica o proiettarla.
Istruzioni	Le bambine e i bambini verificano a coppie che il casco bici sia regolato correttamente con l'aiuto della scheda didattica e, se necessario, lo regolano.
Discussione in classe	Altri spunti: • Chi di voi va in bici: indossi sempre il casco? • Nella tua famiglia, chi indossa il casco e chi no? Perché? • Come ci si sente a circolare con il casco? E senza? • Perché il casco deve calzare bene? • Cosa succede se il casco ha una crepa o è caduto a terra? • L'uso del casco dovrebbe essere obbligatorio? Perché (no)?
Altre idee	Test del minicasco Il test del minicasco bici può aiutare a mostrare la funzione protettiva del casco. Ordina il minicasco su tcs.ch (digitare «minicasco» nel campo di ricerca). Questo esperimento dimostra chiaramente la funzione protettiva del casco. Consiglio: per testare il minicasco, utilizzare un uovo sodo piuttosto che un uovo crudo per evitare sprechi. SafetyTool UPI «Percorso casa-scuola sicuro 2° ciclo» 4.407, bfu.ch/it/ordinare

Il tuo casco è regolato correttamente?

Il casco bici può salvare delle vite. Ecco perché è necessario indossare un casco ogni volta che ti sposti su ruote o rotelle. Ma attenzione! Il casco bici offre una protezione ottimale solo se indossato correttamente!

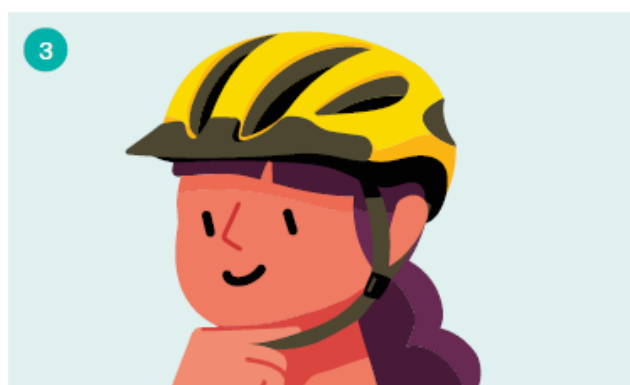
- A gruppi di due, controllate i vostri caschi e regolateli in modo che calzino bene.



Stringi il regolatore posizionato dietro finché il casco aderisce bene con la cinghia aperta.



Il casco dev'essere posizionato due dita trasverse sopra la radice del naso. I passanti laterali si incrociano direttamente sotto l'orecchio.



I passanti laterali sono stretti alla stessa lunghezza su entrambi i lati. Tra mento e sottogola resta lo spazio per uno o due dita.

Consiglio:

Quando vai in bici, renditi sempre visibile indossando vestiti chiari, dai colori vivaci nonché elementi riflettenti.