

Bike Safe / Walk Safe Circle Game

Station Details

page 1

VOLUNTEERS

Leader _____

Volunteer _____

SUPPLIES

- ☐ Activity Cards Laminated (at most 42 cards if using Texas Bicycle Laws, 51 if using Share the Road Guidelines)
- ☐ Activity Card Rule list for leader to read
- ☐ Poly Spots (at most 41 for Texas Bicycle Laws, or 50 for Share the Road)

INSTRUCTIONS

Pre Event — Make Activity Cards

Make two-sided copies (English on one side and Spanish on the other) of the *Share the Road Activity Cards* (p. 63) or the *Texas Bicycle Laws Activity Cards* (p. 57), in addition to the *Walk Safe Rules Activity Cards* (p. 71). Cut and laminate, if possible, into individual cards. Make three sets, ideally with each set copied onto a different colored card stock.

Set Up

This is a circle running game. Players stand on poly spot markers (ask your P.E. Teachers if they can supply these) that reduce confusion by indicating specific positions around a circle. The number of poly spots in the circle matches the number of players, minus one. That person is “in the middle,” or “it.” Play the game briskly so that all participants have a chance to be active. This is a no contact game, so remind everyone to be aware of those around them.



**Handouts &
Materials**

Bike Safe / Walk Safe Circle Game

Station Details

page 2

How to Play

Distribute an Activity Card to each participant. Select one person to be “in the middle” or “it.” The leader has a list of the activity card rules as a reference as he/she calls out the rules randomly.

The object of the game is for the player in the middle to secure a spot in the circle, leaving someone else to be in the middle. This is accomplished as follows: the leader calls out two rules at a time and when the leader says, “GO,” all of the players who hold that rule must run from their spot to a vacated spot. The player in the middle seeks to steal one of the vacated spots, regardless of the activity card they are holding. The player “left over,” that is, the one who is not successful in securing a new spot in the circle, becomes the one “in the middle” or “it.”

At random times during the game, the leader asks each player to pass their card to the person to their right, thus enabling the players to read several safety rules in addition to hearing all of them repeatedly. The person in the middle who is “it” must swap his or her card with someone, though he/or she is still “it.”

After six rounds, when everyone is energized and alert, stop, read each card, and briefly discuss the rule. Involve the participants in the discussion. The game has no specified end point, but can be played until the cards have been swapped several times.

Before the circle breaks up, have participants **practice hand signals**. See *Texas Bicycle Laws Handout* (p. 61) or *Share the Road Guidelines Handout* (p. 69) for hand signal illustrations.

Use hand and arm signals to show when you want to turn or stop. “**Stop**” is signaled by bending the left arm down with the hand flat and backwards. (This signal can also be used to signal that the rider is slowing the bicycle.) Students should call out “stopping” or “slowing” when riding with other cyclists.

A **Left Turn** is signaled by holding the left arm straight out from the body.

A **Right Turn** is signaled either by bending the left arm straight up OR, in some states, by holding out the right arm straight out from the body.



Texas Bicycle Laws Activity Cards

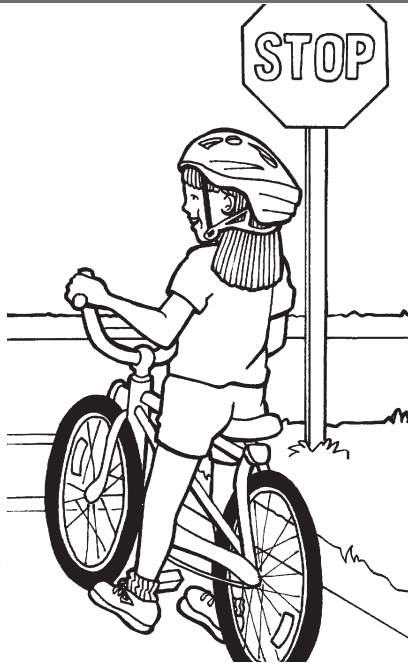
page 1

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

1

**OBEY
ALL
TRAFFIC
SIGNS
AND
SIGNALS**



SafeCyclist Deck - Texas Law Card 1

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

2

**RIDE IN
THE SAME
DIRECTION
AS OTHER
TRAFFIC**



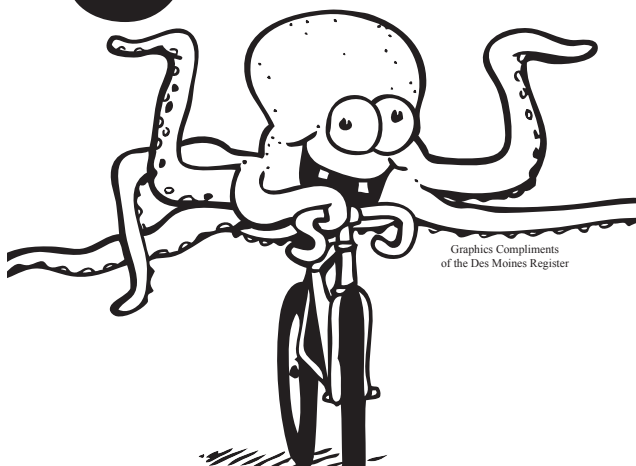
SafeCyclist Deck - Texas Law Card 2

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

3

**USE HAND AND
ARM SIGNALS**



SafeCyclist Deck - Texas Law Card 3

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

**ONE RIDER
PER SADDLE**

4



SafeCyclist Deck - Texas Law Card 4

Tarjetas de Actividad con Leyes de Bicicleta de Texas

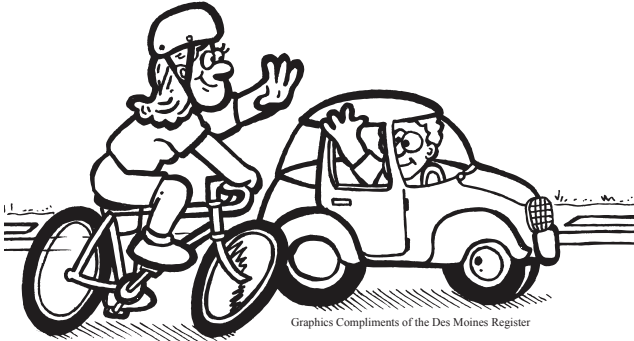
page 2

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

2

**MONTA EN
LA MISMA
DIRECCIÓN
QUE EL
TRÁFICO.**



Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 2

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

**OBEDECE TODAS
LAS SEÑALES
Y SIGNOS
DE TRÁFICO**

1



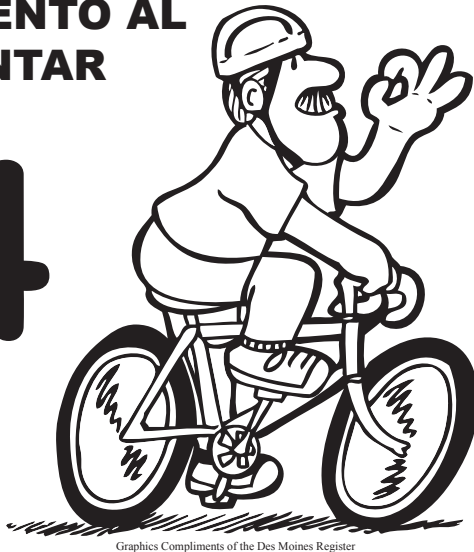
Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 1

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

**UN CICLISTA POR
ASIENTO AL
MONTAR**

4



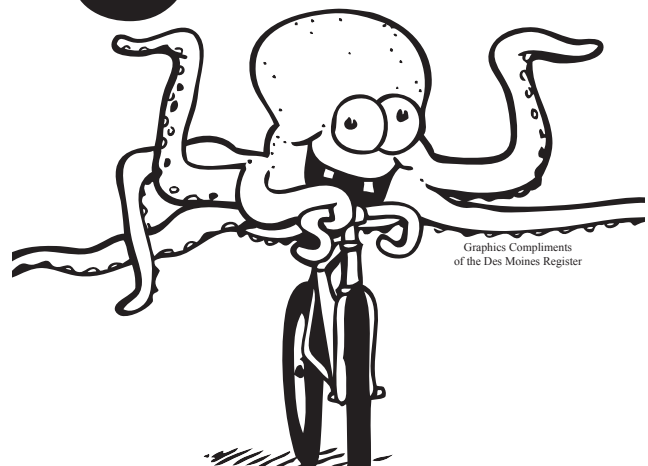
Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 4

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

3

**USA SIGNOS
CON EL BRAZO
Y LAS MANOS**



Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 3

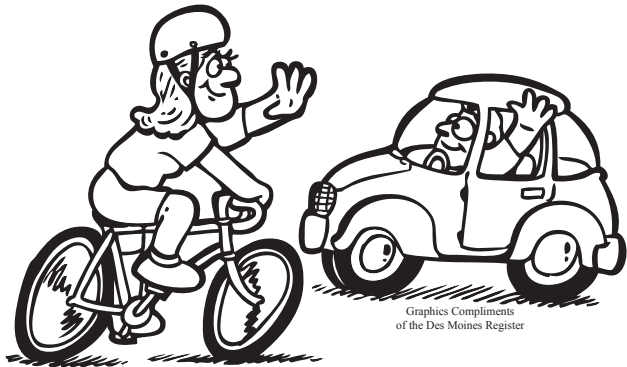
Texas Bicycle Laws Activity Cards

page 3

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

5 KEEP AT LEAST ONE HAND ON THE HANDLEBARS

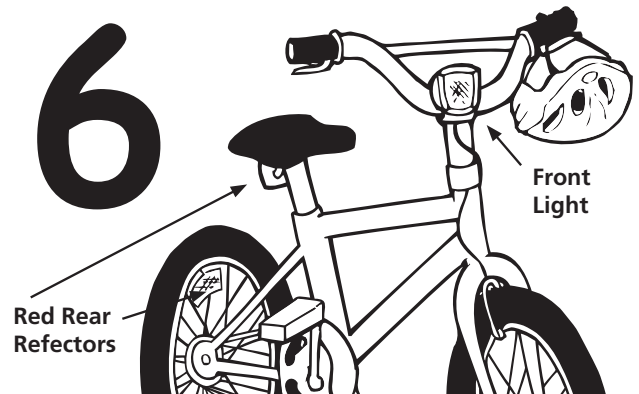


SafeCyclist Deck - Texas Law Card 5

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

BICYCLES MUST HAVE A WHITE LIGHT ON THE FRONT AND A RED REFLECTOR OR RED LIGHT ON THE REAR (FOR RIDING AT NIGHT)



SafeCyclist Deck - Texas Law Card 6

STATE OF TEXAS

BICYCLE LAW

USE EFFECTIVE BRAKES CAPABLE OF MAKING THE BRAKED WHEEL SKID



SafeCyclist Deck - Texas Law Card 7

STATE OF TEXAS BICYCLE LAWS

Master Card

- 1 Obey All Traffic Signs and Signals
- 2 Ride in the Same Direction as Other Traffic
- 3 Use Hand and Arm Signals
- 4 One Rider per Saddle
- 5 Keep at Least One Hand on the Handlebars
Bicycle Must have a White Light on the Front and a Red Reflector or Red Light on the Rear (For Riding at Night)
- 6
- 7 Use Effective Brakes Capable of Making the Braked Wheel Skid

SafeCyclist Deck - Master Card

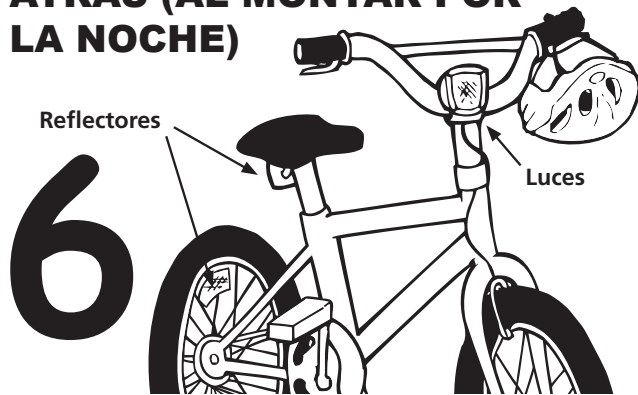
Tarjetas de Actividad con Leyes de Bicicleta de Texas

page 4

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

LAS BICICLETAS DEBEN TENER UNA LUZ BLANCA EN EL FRENTE Y UN REFLECTOR ROJO O UNA LUZ ROJA EN LA PARTE DE ATRÁS (AL MONTAR POR LA NOCHE)

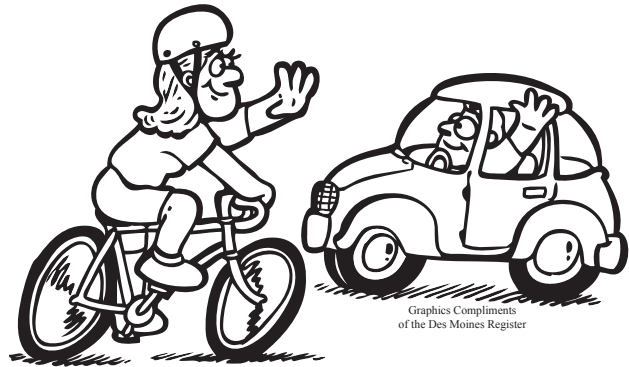


Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 6

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

5 MANTÉN POR LO MENOS UNA MANO EN EL MANUBRIO



Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 5

ESTADO DE TEXAS LEY DE BICICLETAS Tarjeta Maestra

- 1 Obedece Todas Las Señales y Signos de Tráfico**
- 2 Monta en la Misma Dirección que el Tráfico**
- 3 Usa Signos con el Brazo y las Manos**
- 4 Un Ciclista por Asiento al Montar**
- 5 Mantén por lo Menos Una Mano en el Manubrio**
Las Bicicletas Deben Tener una Luz Blanca en el Frente y un Reflector Rojo o una Luz Roja en la Parte de Atrás (al Montar por la Noche)
- 6 Usa Frenos Eficaces Capaces de Hacer que la Rueda Derrape al Frenar**

SafeCyclist Deck - Master Card

ESTADO DE TEXAS

LEY DE BICICLETAS

USA FRENOS EFICACES CAPACES DE HACER QUE LA RUEDA DERRAPE AL FRENAR



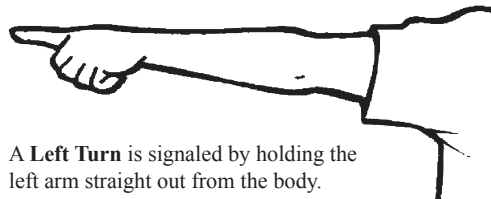
Baraja SafeCyclist - Tarjeta de Leyes de Texas 7

Texas Bicycle Laws Handout

page 1

Texas Bicycle Laws

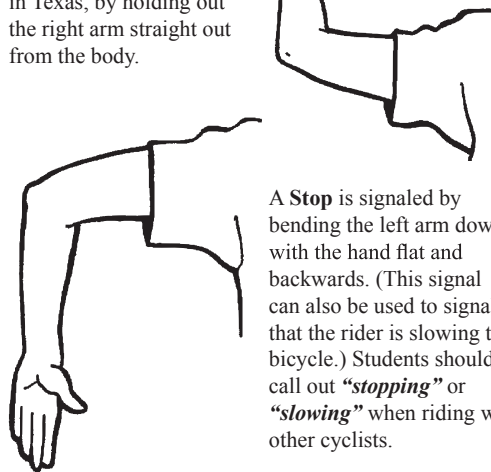
1. Obey all traffic signs and signals.
2. Ride to the right and go in the same direction as other traffic. Avoid hugging the curb.
3. Use hand and arm signals.
4. One rider per saddle (seat).
5. Keep at least one hand on the handlebars.
6. Bicycles must have a white light on the front and a red reflector or red light on the rear (for riding at night).
7. Use effective brakes capable of making the braked wheel skid.



A **Left Turn** is signaled by holding the left arm straight out from the body.



A **Right Turn** is signaled either by bending the left arm straight up **OR**, in Texas, by holding out the right arm straight out from the body.



A **Stop** is signaled by bending the left arm down with the hand flat and backwards. (This signal can also be used to signal that the rider is slowing the bicycle.) Students should call out "**stopping**" or "**slowing**" when riding with other cyclists.

IMBA Rules of the Trail

The way we ride today shapes mountain bike trail access tomorrow. Do your part to preserve and enhance our sport's access and image by observing the following rules of the trail, formulated by IMBA, the International Mountain Bicycling Association. These rules are recognized around the world as the standard code of conduct for mountain bikers. Keep trails open by setting a good example of environmentally sound and socially responsible off-road cycling.

1. Ride On Open Trails Only

Respect trail and road closures (ask if uncertain); avoid trespassing on private land; and obtain permits or other authorization as may be required. Federal and state Wilderness areas are closed to cycling. The way you ride will influence trail management decisions and policies.

2. Leave No Trace

Be sensitive to the dirt beneath you. Recognize different types of soils and trail construction; practice low-impact cycling. Wet and muddy trails are more vulnerable to damage. When the trail bed is soft, consider other riding options. This also means staying on existing trails and not creating new ones. Don't cut switchbacks. Be sure to pack out at least as much as you pack in.

3. Control Your Bicycle

Inattention for even a second can cause problems. Obey all bicycle speed regulations and recommendations.

4. Always Yield Trail

Let your fellow trail users know you're coming. A friendly greeting or bell is considerate and works well; don't startle others. Show your respect when passing by slowing to a walking pace or even stopping. Anticipate other trail users around corners or in blind spots. Yielding means slowing down, establishing communication, being prepared to stop if necessary, and passing safely.

5. Never Scare Animals

All animals are startled by an unannounced approach, a sudden movement, or a loud noise. This can be dangerous for you, others, and the animals. Give animals extra room and time to adjust to you. When passing horses, use special care and follow directions from the horseback riders (ask if you are uncertain). Running cattle and disturbing wildlife are serious offenses. Leave gates as you found them, or as marked.

6. Plan Ahead

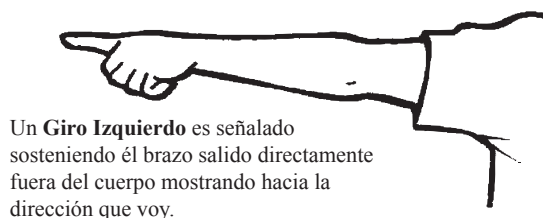
Know your equipment, your ability, and the area in which you are riding - and prepare accordingly. Be self-sufficient at all times, keep your equipment in good repair, and carry necessary supplies for changes in weather or other conditions. A well-executed trip is a satisfaction to you and not a burden to others. Always wear a helmet and appropriate safety gear.

**Protect Yourself!
Wear a Helmet!**



Leyes de Bicicleta de Texas

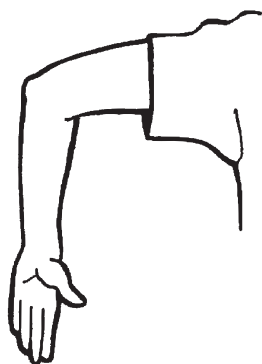
1. Obedece todas las señales y signos de tráfico.
2. Monte a su derecha y siga en la misma dirección que el tránsito. Trate de no montar muy pegado a la acera.
3. Usa signos con el brazo y las manos.
4. Un ciclista por asiento al montar.
5. Mantén por lo menos una mano en el manubrio.
6. Las bicicletas deben tener una luz blanca en el frente y un reflector rojo o una luz roja en la parte de atrás (al montar por la noche).
7. Usa frenos eficaces capaces de hacer que la rueda derrape al frenar.



Un **Giro Izquierdo** es señalado sosteniendo el brazo salido directamente fuera del cuerpo mostrando hacia la dirección que voy.



Un **Giro a la derecha** es señalado doblando el brazo hacia arriba O en Texas es sosteniendo el brazo salido directamente fuera del cuerpo mostrando hacia la dirección que voy.



Una **Parada** es señalado doblando el brazo izquierdo abajo con la mano abierta, apuntando al revés. (Este signo también puede usarse para señalar que el ciclista está frenando la bicicleta) Los estudiantes deberían gritar "**alto**" o "**frenando**" al montar con otros ciclistas.

Reglas del Camino IMBA

La manera que montamos hoy en día permite el acceso a la bicicleta al camino en la montaña el día de mañana. Haz tu parte conservando y reforzando el acercamiento a nuestro deporte e imagen observando las siguientes reglas del sendero, formuladas por IMBA, International Mountain Bicycling Association. Estas reglas se reconocen alrededor del mundo como el código estándar de conducta para los ciclistas de montaña. Mantén las vías abiertas poniendo un buen ejemplo legítimo y socialmente responsable para el medioambiente del ciclismo de ruta o montaña.

1. Monta Solamente en Caminos Abiertos.

Respetas las vías y caminos cerrados (pregunta si tienes dudas); evita entrar ilegalmente a terrenos privados; y obtén permiso u otra autorización que sea requerida. Recuerda que Áreas Federales y Estatales desérticas o de preservación están cerradas al ciclismo. La manera que tu montes influirá en las decisiones y políticas de las personas que dirigen o llevan la ruta.

2. No dejes Ningún Rastro

Sé sensible con la tierra que esta debajo de ti. Reconoce la composición de los diferentes tipos de tierras y caminos; práctica el ciclismo de bajo-impacto. Los caminos mojados y lodosos son más vulnerables y se pueden dañar. Cuando la tierra del camino es suave, considera otras opciones para montar. Esto quiere decir que uses las vías existentes no creando nuevas. No cortes caminos en zigzag.

3. Controla tu Bicicleta

La falta de atención, por incluso un segundo, puede causar problemas. Obedece todas las regulaciones de velocidad y recomendaciones del uso de la bicicleta.

4. Siempre Sede el Paso en el Camino

Hazle saber a tus compañeros usuarios del camino que estás pasando. Un saludo amistoso o el sonido de un timbre es considerable y funciona; procura no espantarlos. Muestra tu respeto al pasar despacio o incluso detente. Anticípate a otros usuarios cuando llegues a una esquina en lugares que no es fácil la visibilidad. Permitir el paso significa bajar la velocidad, establecer comunicación, prepararte para detenerte si necesario, y pasar con precaución.

5. Nunca espantes a los Animales

Todos los animales se sobresaltan al haber un acercamiento sin ser anunciado, un movimiento rápido, o un ruido fuerte. Esto puede ser peligroso para ti, para otros y para los animales. Dale a los animales espacio y tiempo para que se adapten a ti. Cuando pases junto a los caballos, ten cuidado y sigue las direcciones de los jinetes (pregunta si es necesario). Correr y perturbar la fauna son delitos serios. Deja las rejas como las encontraste.

6. Planea a Futuro

Conoce tu equipo, tu habilidad y el área en la que estás montando - y prepárate. Sé en todo momento autosuficiente, mantén tus equipos en buenas condiciones y lleva suministros necesarios para los cambios en el clima u otras condiciones. Un viaje bien planeado y ejecutado es una satisfacción personal y no una carga para otros. Siempre usa un casco y vestimenta de seguridad apropiada.

¡Protégete! ¡Usa Casco!

Share the Road Guidelines Activity Cards

page 1

SHARE THE ROAD GUIDELINES

1 OBEY ALL TRAFFIC SIGNS AND SIGNALS



PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

2

RIDE TO THE RIGHT AND GO IN THE SAME DIRECTION AS OTHER TRAFFIC

Avoid “hugging” the curb. Ride at least **three feet** or **one arm length** from the curb or parked cars. Ride in a single file with other cyclists.

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

3

CONTROL YOUR BICYCLE

Practice so you can ride your bicycle in a straight line on the road, and start and stop smoothly.

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

4

USE HAND AND ARM SIGNALS TO SHOW WHEN YOU WANT TO TURN OR STOP

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

2

MANTENTE HACIA EL LADO DERECHO DE LA CALLE Y AVANZA EN LA MISMA DIRECCIÓN CON EL TRÁFICO

Evita acercarte a la orilla. Rueda por lo menos a 3 pies de distancia o a la longitud de un brazo, de la orilla o coches estacionados. Rueda en una sola línea con otros ciclistas.

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

1

OBEDECE LAS SEÑALES Y LOS LETREROS DE TRÁNSITO



¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

4

USA SEÑALES MANUALES PARA MOSTRAR CUANDO DESEAS DOBLAR O PARAR

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

3

CONTROLA TU BICICLETA

Practica para poder montar tu bicicleta en línea recta en el camino. Comienza y para con control.

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

Share the Road Guidelines Activity Cards

page 3

SHARE THE ROAD GUIDELINES

5

BE VISIBLE

Use a white front light and a red rear light or reflector when you ride at night. Wear bright clothing on your bike even during the day.

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

6



STOP, LOOK LEFT, RIGHT, AND LEFT AGAIN BEFORE YOU RIDE INTO A ROAD

Move slowly forward until you can see around buildings or parked cars that may block the view at an intersection.

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

7



YIELD TO PEDESTRIANS IF CROSSING SIDEWALKS OR CROSSWALKS

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

8

AVOID HAZARDS BY LOOKING AHEAD AND TO THE SIDES

Before you move out of your lane, scan over your left shoulder to look for traffic approaching from behind, use hand signal then move over when traffic is clear.

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

6



PARA, VOLTEA A TU IZQUIERDA, A TU DERECHA, Y OTRA VEZ A TU IZQUIERDA ANTES DE MONTAR EN LA CALLE

Muévete lentamente hacia el frente hasta que puedas ver alrededor de los edificios o coches estacionados que bloquean tu vista en un cruce.

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

5

MANTENTE VISIBLE

Usa una luz blanca al frente y una luz roja o reflector atrás cuando montes en la noche. Usa ropa brillante cuando montes tu bicicleta aún durante el día.

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

8

EVITA PELIGROS MIRANDO ADELANTE Y A LOS LADOS

Antes de que cambies de línea, mira sobre tu hombro izquierdo buscando coches que se acerquen, usa señales de mano antes de cambiar de línea, muévete de línea cuando el tráfico no pase.

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

7



CEDE EL PASO A PEATONES SI ESTAS CRUZANDO BANQUETAS O PASOS PEATONALES

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

Share the Road Guidelines Activity Cards

page 5

SHARE THE ROAD GUIDELINES

9

ALWAYS WEAR A PROPERLY FITTED HELMET

A helmet can only help protect your head
if it fits, and is positioned, properly.

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

10

Some laws differ from state to state.

KNOW THE BICYCLE LAWS FOR THE STATE AND TOWN WHERE YOU RIDE

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!

SHARE THE ROAD GUIDELINES

- 1 OBEY ALL TRAFFIC SIGNS AND SIGNALS
- 2 RIDE TO THE RIGHT AND GO IN THE SAME DIRECTION AS OTHER TRAFFIC
- 3 CONTROL YOUR BICYCLE
- 4 USE HAND AND ARM SIGNALS TO SHOW WHEN YOU WANT TO TURN OR STOP
- 5 BE VISIBLE
- 6 STOP, LOOK LEFT, RIGHT, AND LEFT AGAIN BEFORE YOU RIDE INTO A ROAD
- 7 YIELD TO PEDESTRIANS IF CROSSING SIDEWALKS OR CROSSWALKS
- 8 AVOID HAZARDS BY LOOKING AHEAD AND TO THE SIDES
- 9 ALWAYS WEAR A PROPERLY FITTED HELMET
- 10 KNOW THE BICYCLE LAWS FOR THE STATE AND TOWN WHERE YOU RIDE

PROTECT YOURSELF! WEAR A HELMET!



Handouts &
Materials

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

10

Algunas leyes son diferentes de un estado a otro.

**CONOCE LAS
LEYES DE BICICLETA
DEL ESTADO O
CIUDAD EN DONDE
MONTAS TU BICI.**

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

9

**SIEMPRE USA
UN CASCO QUE
TE QUEDE
CORRECTAMENTE**

El casco sólo puede ayudar a proteger tu cabeza si te queda y si esta posicionado, apropiadamente.

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

GUÍA COMPARTE EL CAMINO

- 1 OBEDECE LAS SEÑALES Y LOS LETREROS DE TRÁNSITO**
- 2 MANTENTE HACIA EL LADO DERECHO DE LA CALLE Y AVANZA EN LA MISMA DIRECCIÓN CON EL TRÁFICO**
- 3 CONTROLA TU BICICLETA**
- 4 USA SEÑALES MANUALES PARA MOSTRAR CUANDO DESEAS DOBLAR O PARAR**
- 5 MANTENTE VISIBLE**
- 6 PARA, VOLTEA A TU IZQUIERDA, A TU DERECHA, Y OTRA VEZ A TU IZQUIERDA ANTES DE MONTAR EN LA CALLE**
- 7 CEDE EL PASO A PEATONES SI ESTAS CRUZANDO BANQUETAS O PASOS PEATONALES**
- 8 EVITA PELIGROS MIRANDO ADELANTE Y A LOS LADOS**
- 9 SIEMPRE USA UN CASCO QUE TE QUEDE CORRECTAMENTE**
- 10 CONOCE LAS LEYES DE BICICLETA DEL ESTADO O CIUDAD EN DONDE MONTAS TU BICI**

¡PROTÉGETE! ¡USA UN CASCO!

**Handouts &
Materials**



Share the Road Guidelines Handout

page 1

Share the Road Guidelines

A bicycle is a vehicle on the road, and cyclists, like other “drivers” on the road, have rights and responsibilities. If you follow these basic principles of traffic, you can share the road safely with other vehicles.

1. Obey all traffic signs and signals.



Stop Sign

Come to a complete stop. Put a foot down and look left, look right, then look left again, and go when the traffic is clear.



Yield Sign

Slow down (younger children should stop) and look left-right-left before moving.



Railroad Sign

Slow down, look and listen. Stop if you see or hear a train.



One Way

Shows which way traffic is traveling on that street. Always travel in the same direction as traffic.



Traffic Signals

Red = Stop

Yellow = Stop unless you are already in the intersection

Green = Go



Railroad Crossing Signal

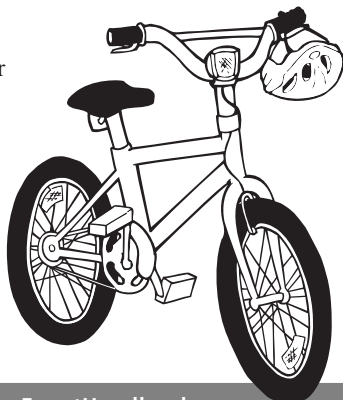
Stop if the light is flashing at railroad crossings.

2. Ride to the right and go in the same direction as other traffic.

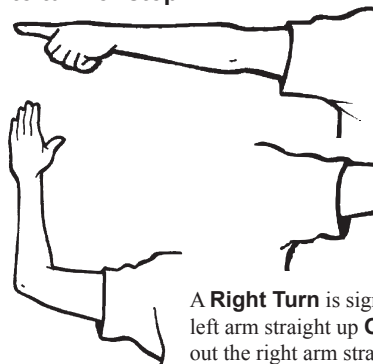
Avoid “hugging” the curb. Ride at least three feet or one arm length from the curb or parked cars. Ride in a single file with other cyclists.

3. Control your bicycle.

Practice so you can ride your bicycle in a straight line on the road, and start and stop smoothly.



4. Use hand and arm signals to show when you want to turn or stop.



A **Left Turn** is signaled by holding the left arm straight out from the body.

A **Right Turn** is signaled either by bending the left arm straight up **OR**, in some states, by holding out the right arm straight out from the body.

A **Stop** is signaled by bending the left arm down with the hand flat and backwards. (This signal can also be used to signal that the rider is slowing the bicycle.) Students should call out “**stopping**” or “**slowing**” when riding with other cyclists.



5. Be visible.

Use a white front light and a red rear light or reflector when you ride at night. Wear bright clothing on your bike even during the day.

6. Stop, look left, right, and left again before you ride into a road.

Move slowly forward until you can see around buildings or parked cars that may block the view at an intersection.

7. Yield to pedestrians if crossing sidewalks or crosswalks.

8. Avoid hazards by looking ahead and to the sides.

Before you move out of your lane, scan over your left shoulder to look for traffic approaching from behind, use hand signal then move over when traffic is clear.

9. Always wear a properly fitted helmet.

A helmet can only help protect your head if it fits, and is positioned, properly.

**Protect Yourself!
Wear a Helmet!**

10. Some laws about bicycling differ from state to state. Know the laws for the state and town where you ride.

Guía Comparte La Calle

Una bicicleta es un vehículo en cualquier calle o carretera. Los ciclistas, como otros chóferes en las calles, tienen derechos y responsabilidades. Si tú observas las siguientes reglas básicas de tránsito, podrás compartir el camino seguro con otros vehículos.

1. Obedece las señales y los letreros de tránsito.



Señal de Alto

Para completamente. Pon un pie abajo, voltea a la izquierda, a la derecha, y voltea a la izquierda nuevamente y avanza si no viene tráfico.



Señal de Seda el Paso

Baja la velocidad (niños deben parar) y voltea a la izquierda, a la derecha —y voltea a la izquierda de nuevo antes de moverte.



Señal del Tren (RR)

Baja la velocidad, mira y escucha. Para si ves o escuchas un tren.



Señal de Un Solo Sentido

Muestra que dirección lleva el tráfico en esa calle. Siempre viaja en la misma dirección que el tráfico.



Señales de Tránsito

Rojo = Alto

Amarillo = Para al menos que estés cruzando.

Verde = Siga



Señal de Cruce de Ferrocarril

Para si la luz enciende y apaga en el cruce del ferrocarril.

2. Mantente hacia el lado derecho de la calle y avanza en la misma dirección con el tráfico.

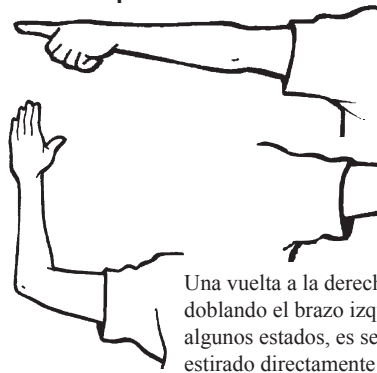
Evita acercarte a la orilla. Rueda por lo menos a 3 pies de distancia o a la longitud de un brazo, de la orilla o coches estacionados. Rueda en una sola línea con otros ciclistas. Practica para que en el camino puedas rodar con tu bicicleta en línea recta.

3. Controla tu bicicleta.

Practica para que en el camino puedas montar tu bicicleta en línea recta. Comienza y para con control.



4. Usa señales manuales para mostrar cuando deseas doblar o parar.



Un Giro Izquierdo es señalado sosteniendo el brazo salido directamente fuera del cuerpo mostrando hacia la dirección que voy.

Una vuelta a la derecha es señalada ya sea, doblando el brazo izquierdo hacia arriba O, en algunos estados, es señalado sosteniendo el brazo estirado directamente fuera del cuerpo mostrando hacia la dirección que voy.

Una Parada es señalado doblando el brazo izquierdo abajo con la mano abierta, apuntando al revés. (Este signo también puede usarse para señalar que el ciclista está frenando la bicicleta) Los estudiantes deberían gritar “alto” o “frenando” al montar con otros ciclistas.



5. Mantente visible.

Usa una luz blanca al frente y un reflector o luz roja. Atrás cuando montes de noche. Usa ropa brillante aún cuando montes tu bicicleta durante el día.

6. Para, voltea a tu izquierda, voltea a tu derecha, y otra vez a tu izquierda antes de montar en la calle.

Muévete lentamente hacia adelante hasta que puedas ver alrededor de los edificios o coches estacionados que pueden bloquear la vista en un cruce.

7. Cede el paso a peatones si estas cruzando banquetas o pasos peatonales.

8. Evita peligros mirando adelante y a los lados.

Antes de que cambies de línea, mira sobre tu hombro izquierdo buscando coches que se acerquen, usa señales de mano antes de cambiar de línea, muevete de línea cuando el tráfico no pase.

9. Siempre usa un casco que te quede correctamente.

El casco sólo puede ayudar a proteger tu cabeza si te queda y si esta posicionado, apropiadamente.

10. Algunas leyes sobre tránsito de bicicletas son distintas de un estado a otro. Conoce las leyes de la ciudad y el estado donde vives.

Walk Safe Rules Activity Cards

page 1

RULES FOR WALKING SAFELY

1

STOP, LOOK, AND LISTEN BEFORE CROSSING



Look left, look right, and look left again before crossing any road, even with a walk signal. Cross when there are no cars coming.

PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

RULES FOR WALKING SAFELY

2

CROSS AT CROSSWALK OR CORNER



PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

RULES FOR WALKING SAFELY

3

WALK ON THE SIDEWALK

If there's no sidewalk, walk facing traffic.

PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

RULES FOR WALKING SAFELY

4

BE SEEN!

Wear bright clothes in the day.
Carry a light and wear reflective
clothes at night.

PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

2

**CRUZA EN EL PASO
PEATONAL O EN
LAS ESQUINAS**

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

1

**PARA EN LA
ESQUINA DE LA
ACERA O EN LA
ORILLA DE LA
CALLE**

Voltea a la izquierda, a la derecha y
otra vez a la izquierda. Cruza cuando
no vengán carros.

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

4

¡SE VISIBLE!

Usa ropa colorida durante el día. Usa
una luz y ropa reflectiva de noche.

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

3

**CAMINA EN LA
BANQUETA**

Si no hay banqueta, camina de frente
al tráfico.

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

Walk Safe Rules Activity Cards

page 3

RULES FOR WALKING SAFELY

5

PAY ATTENTION

Do not talk or text on cell phone or
listen to music.

PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

BikeTexas
Education Fund

www.safecyclist.org
SafeCyclist Activity Master
© Copyright, BikeTexas Education Fund, 1999-2010

RULES FOR WALKING SAFELY

6

WALK

Don't run when crossing the street.

PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

BikeTexas
Education Fund

www.safecyclist.org
SafeCyclist Activity Master
© Copyright, BikeTexas Education Fund, 1999-2010

RULES FOR WALKING SAFELY

7

MAKE EYE CONTACT WITH DRIVERS

Are they paying attention to you?

PROTECT YOURSELF! BE ALERT!

RULES FOR WALKING SAFELY

Master Card

- 1 **Stop, Look, and Listen Before Crossing.**
- 2 **Cross at Crosswalk or Corner.**
- 3 **Walk on the Sidewalk; If there's no sidewalk, walk facing traffic.**
- 4 **Be Safe Be Seen; Wear bright clothes carry a light if walking at night.**
- 5 **Pay attention; No cell phone, texting, or music.**
- 6 **Walk. Don't run when crossing the street.**
- 7 **Make eye contact with drivers.**

SafeCyclist Deck - Master Card

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

6

CAMINA

No corras al cruzar la calle.

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

5

PON ATENCIÓN

No hables, escribas o leas mensajes desde el teléfono celular, ni escuches música cuando hay tráfico a tu alrededor.

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

RULES FOR WALKING SAFELY

Master Card

- 1 Para en la esquina de la acera o en la orilla de la calle.**
- 2 Cruza en el paso peatonal o en las esquinas.**
- 3 Camina en la banqueta. Si no hay banqueta, camina de frente al tráfico.**
- 4 ¡Se visible! Usa ropa colorida durante el día y luz y ropa reflectiva de noche.**
- 5 Pon atención. No use el teléfono celular, ni escuches música.**
- 6 Camina. No corras al cruzar la calle.**
- 7 Haz contacto visual con los conductores. ¿Te están poniendo atención?**

SafeCyclist Deck - Master Card

GUÍA CAMINANDO EN SEGURIDAD

7

HAZ CONTACTO VISUAL CON LOS CONDUCTORES

¿Te están poniendo atención?

¡PROTÉGETE! ¡ESTAR VIGILANTE!

Walk Safe Rules / Reglas de Seguridad al Caminar

page 1

Remember:

Always walk with a parent or friend.

Walk on the sidewalk. If there is no sidewalk, walk facing traffic.

Be Seen! Wear bright clothes in the day. Carry a light and wear reflective clothes at night.



Crossing the Street:

Stop at curb or street edge. Look left, right and left again. Cross when there are no cars coming.

Cross at crosswalk or corner.

Keep looking for traffic as you are crossing.

Walk; don't run, when crossing the street.

Say no if it's not your turn to go. If a driver waves for you to go, don't go unless you are certain all cars have stopped in all the lanes before you cross.

Pay Attention:

Pay attention. No cell phone, texting or music.

Watch for cars backing or pulling out of drive-ways or alleys.

Make eye contact with drivers. Are they paying attention to you?

Watch for vehicles turning right at stop signs and red lights, even when you have the walk signal.

Recuerda:

Siempre camina con tus padres o amigos.

Camina en la banqueta. Si no hay banqueta, camina de frente al tráfico.

¡Se Visible! - Usa ropa colorida durante el día. Usa una luz y ropa reflectiva drante la noche.

Cruzando la Calle:

Para en la esquina de la acera o en la orilla de la calle. Voltea a la izquierda, a la derecha y otra vez a la izquierda. Cruza cuando no vengan carros.

Cruza en el paso peatonal o en las esquinas.

Siempre ve en la dirección del tráfico que viene cuando cruzas.

Camina. No corras al cruzar la calle.

No sigas si no es tu turno. Si el conductor te señala para que continúes, no sigas a menos que estés completamente seguro que todos los carros han parado en todas las líneas y direcciones antes de que cruces.

Pon Atención:

Pon atención. No hables, escribas o leas mensajes desde el teléfono celular, ni escuches música cuando hay tráfico a tu alrededor.

Fíjate de que algún carro no vengan en reversa o estén saliendo de sus cocheras, de los accesos a ellas o de los callejones.

Has contacto visual con los conductores. ¿Te están poniendo atención?

Fíjate por vehículos que voltean a la derecha en los altos o semáforos en rojo, aún tu teniendo la señal de camina.



Handouts & Materials