



کودکان خود را از چه سنی با قوانین ترافیک آشنا کنیم؟

یکی از موضوعاتی که عموماً خانواده‌ها با آن دست به گریبان هستند مسئله آموزش کودکان است و این که مناسب‌ترین زمان برای آموزش مهارت‌های مختلف زندگی از جمله قوانین و ایمنی در ترافیک چه سنی می‌تواند باشد.

همشهری آنلاین- زهره بانی: یکی از موضوعاتی که عموماً خانواده‌ها با آن دست به گریبان هستند مسئله آموزش کودکان است و این که مناسب‌ترین زمان برای آموزش مهارت‌های مختلف زندگی از جمله قوانین و ایمنی در ترافیک چه سنی می‌تواند باشد.

کودکان در مهدهای کودک طی سه مرحله یاد می‌گیرند مستقل شوند. مرحله اول آموزش راه رفتن، مرحله دوم یاد گیری دوچرخه سواری و مرحله سوم بازی کردن در فضای بیرون.

کودکان نمی‌توانند به تنهایی با ترافیک کنار بیایند اما می‌توانند قوانین مربوط به ایمنی در ترافیک را یاد بگیرند. اغلب والدین پیش از آنکه بچه‌ها واقعا آمادگی پذیرش قوانین را داشته باشند، گمان می‌کنند که آنها می‌توانند با قوانین ترافیکی تعامل کنند.

کودکان تا قبل از ده سالگی مهارت مدیریت این موقعیت‌های خطرناک را ندارند. پسرها بیش از دخترها در معرض خطر آسیب دیدگی یا حتی کشته شدن در ترافیک هستند.

کودکان نباید تا وقتی که نشان ندادند قوانین ترافیکی را به خوبی می‌فهمند و می‌توانند آنها را اجرا کنند در خیابان‌ها دوچرخه سواری کنند.

اغلب کودکان قبل از آنکه فکر کنند عمل می‌کنند و به همین دلیل آنگونه که مورد توقع ما است رفتار نمی‌کنند.

همچنین کودکان فکر می‌کنند وقتی آنها راننده را دیدند، لزوماً راننده هم آنها را دیده است. ضمن اینکه آنها نمی‌توانند قضاوت درستی در مورد سرعت داشته باشند و همیشه گمان می‌کنند اتومبیل‌ها بلافاصله می‌توانند توقف کنند.

و به دلیل کوتاهی قدشان نمی‌توانند بالای اتومبیل‌ها، بوته‌ها و دیگر موانع موجود را ببینند.

حدود یک سوم کودکان 5 تا 9 ساله که با وسایل نقلیه کشته شده‌اند، پیاده بوده‌اند.

اغلب این کودکان وقتی در حال بازی در نزدیکی منزل بودند مورد اصابت اتومبیل قرار گرفته‌اند و در شرایطی که راننده توقع نداشته، به وسط خیابان دویدند.

کودکان بسیاری در خیابان‌ها یا در نزدیکی خیابان‌ها آسیب دیده‌اند. و بسیاری از آنها که در تصادفات دوچرخه ای کشته شدند بین 7 تا 12 ساله بودند.

بیشتر آسیب‌های کودکان هنگام دوچرخه سواری شامل آسیب‌های سر و گردن می‌شود و چنان که می‌دانید آسیب‌های سر عموماً باعث مرگ یا معلولیت در طول دوران زندگی می‌شود.

محدوده‌هایی برای فرزندان خود مشخص کنید و به تناسب رشد آنها محدودیت‌های مناسب شرایط سنی‌شان را در مورد جاهایی که می‌توانند دوچرخه سواری کنند، تعیین کنید.

از کودکان تا قبل از ده سالگی توقع نداشته باشید در مکان‌های پر تردد مسئولیتی بپذیرند یا این که تا قبل از این سن بتوانند ایمن رفتار کنند.

مکان‌های امنی را برای دوچرخه‌سواری یا بازی آنها پیدا کنید که دور از خیابان، محور سواره رو و پارکینگ‌های شلوغ باشد.

گزینه‌های مناسب برای این انتخاب حیاط‌های محصور، پارک‌ها یا زمین‌های بازی می‌توانند باشند.

کم کم شروع به آموزش کودکان در مورد نحوه عبور ایمن از عرض خیابان کنید و هنگامی که خودتان همراه بچه‌ها هستید به دفعات امکان تمرین این آموزش‌ها را برایشان فراهم کنید.

از خودتان برای کودکان الگو بسازید. کودکان بیشتر از طریق مشاهده رفتار والدین و مربیان آموزش می‌بینند. از عرض خیابان به طور صحیح عبور کنید و هنگام دوچرخه سواری از کلاه ایمنی استفاده کنید. زمان رانندگی نیز حد سرعت مجاز را نگه دارید و مراقب کودکان باشید.

به فرزندان خود بیاموزید همراه یک بزرگ‌تر یا مامور راهنما از عرض خیابان عبور کنند و در صورتی که امکان آن فراهم نبود لااقل به همراه دوستی که از خودشان بزرگ‌تر است از خیابان عبور کنند.

کودکان خردسال (تا قبل از ده سالگی) نیازمند مراقبت‌های ویژه در خصوص ترافیک هستند.

موقعی که امکان دارد کودکان را از تقاطع‌های علامت گذاری شده عبور دهید. حتما برای این کار از محل خط‌کشی عابر پیاده استفاده کنید و در مورد اتومبیل‌هایی که در حال دور زدن هستند دقت و مراقبت کافی داشته باشید.

قبل از محل خط‌کشی توقف کنید، به سمت چپ سپس به سمت راست و مجدداً به سمت چپ نگاه کنید و با احتیاط از عرض خیابان عبور کنید. در تمام طول مسیر با دقت مراقب وسایل نقلیه در حال عبور باشید. وقتی اتومبیل‌های پارک شده یا هر مانع دیگری جلوی دید شما را می‌گیرد، توقف کنید اجازه دهید تا ترافیک در حال گذر عبور کند و مجدداً با دقت و مراقبت حرکت کنید.

به کودکان بیاموزید با راننده اتومبیل‌ها تماس چشمی پیدا کنند تا مطمئن شوند که راننده هم آنها را دیده است.

برای فرزندان دوچرخه‌ای با اندازه مناسب تهیه کنید. چون دوچرخه بزرگ، هم آموزش را سخت می‌کند هم راندن ایمن با آن بسیار دشوار است. کودک باید بتواند با زانوی راست روی دوچرخه بنشیند و کف پاهایش صاف روی زمین قرار بگیرد. همچنین مطمئن شوید کودک می‌تواند با فاصله یک یا دو اینچی بین دو پا می‌تواند روی صندلی دوچرخه بنشیند.

استفاده از کلاه ایمنی می‌تواند خطر آسیب‌های سر را تا 85 درصد کاهش دهد. برای کودکان توضیح دهید که باید همیشه هنگام دوچرخه سواری از کلاه ایمنی استفاده کنند، همانطور که پوشیدن کلاه ایمنی در دیگر ورزش‌ها مانند اسکیت و اسکیت بورد نیز از اهمیت خاصی برخوردار است.

حتماً از کلاه ایمنی استفاده کنید که از استانداردهای لازم برخوردار باشد. صحیح پوشیدن کلاه ایمنی هم بسیار مهم است. کلاه باید طوری روی سر قرار گیرد که تا بالای ابروها را بپوشاند. بندهای دو طرف باید طوری بسته شوند که در طرفین صورت و زیر گوش‌ها مانند حرف V را تشکیل دهند. بند زیر چانه هم باید بسته باشد اما نه خیلی محکم چون اگر خیلی محکم شود با باز شدن دهان کلاه به پایین کشیده می‌شود. به کودکان توصیه کنید حتماً قبل از سواری از درست بستن کلاه خود مطمئن شوند. برای فرزندان توضیح دهید که کلاه ایمنی یکی از ضروریات دوچرخه سواری است.

اجازه دهید بچه‌ها کلاهشان را خودشان انتخاب کنند و هر بار که از کلاه ایمنی استفاده کردند آنها را تشویق کنید.