

În siguranță la școală - sfaturi pentru părinți

Dragi părinți,

După vacanța de vară, copilul dumneavoastră va începe școala. Campania „În siguranță la școală” îl pregătește pentru drumul spre școală.

În centrul de îngrijire pe timp de zi, copiii învață primele reguli de circulație și comportamentul corect în traficul rutier. Nu uitați: multe lucruri se schimbă pentru copilul dumneavoastră odată cu începerea școlii. El devine mai independent și este acum suficient de mare pentru a învăța singur drumul spre școală. Puteți să vă sprijiniți copilul în acest sens.

Copiii au nevoie de exerciții fizice

Lăsați copilul să meargă singur la școală, dacă este posibil. În cele mai multe cazuri, copiii de șase ani pot parcurge cu ușurință drumul până la școala primară. Copilul dumneavoastră vă va fi recunoscător, deoarece mersul pe jos are multe avantaje.

- Trei sferturi dintre toți copiii și tinerii din Germania nu fac suficientă mișcare. Acest lucru nu este bun pentru sănătatea lor. Riscul de accidente crește, de asemenea, atunci când copiii nesiguri atunci când fac mișcare.
- Asigurați-vă că copilul dumneavoastră face exerciții fizice regulate, pe lângă sporturile școlare. Ar trebui să fie cel puțin 75 de minute pe săptămână.
- Copiii care fac exerciții fizice în mod regulat se pot concentra mai bine și au mai multă încredere în sine.
- Și să revenim la mersul pe jos la școală: copiii care merg împreună la școală pe jos au parte de experiențe pe care nu le-ar avea dacă ar fi fost duși cu mașina.



Lăsați copilul să meargă pe jos la școală ori de câte ori este posibil, după o perioadă inițială de exerciții fizice!

Așadar, faceți un lucru bun pentru copilul dumneavoastră dacă îl lăsați să meargă pe jos.

Drumul sigur spre școală

Cel mai scurt drum spre școală nu este întotdeauna cel mai sigur. Uneori, o mică deviere face ca traseul să fie mai sigur. Parcurgeți singur traseele posibile și decideți care este cel mai bun traseu pentru copilul dumneavoastră.

- Opțiunile bune sunt: trotuare de-a lungul străzii, străzi liniștite în zonele rezidențiale, intersecții cu semafoare pentru pietoni, insule mediane pentru a ajuta la traversarea străzilor, treceri de pietoni cu zebra, treceri asigurate de piloți îndrumători, intersecții și treceri bine iluminate.
- Opțiunile proaste sunt: drumuri fără trotuare, drumuri aglomerate cu trafic de camioane, intersecții și treceri fără o bună vizibilitate, ieșiri din curți, supermarketuri etc., treceri în spatele unor curbe lipsite de vizibilitate sau obstacole în calea vizibilității (de exemplu, garduri vii, copaci, ziduri).

Multe școli au planuri cu trasee școlare. Întrebați la școală despre acestea.

Lăsați mașina acasă

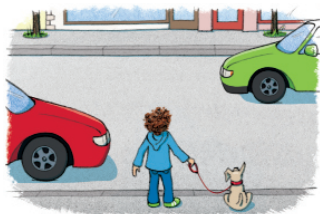
Părinții care își aduc copiii cu mașina („părinți-taxi”) pun în pericol alți elevi. Nu uitați că exercițiile fizice sunt bune pentru copilul dumneavoastră. Elevii pot parcurge pe jos o distanță de doi kilometri dimineața.

În siguranță la școală - sfaturi pentru părinți

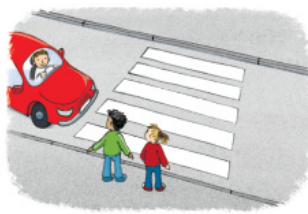
Exersarea drumului spre școală

- Începeți să exersați drumul spre și de la școală înainte de vacanța de vară, de preferință la orele la care copilul dumneavoastră va parcurge și el drumul respectiv!
- Discutați despre pericole și exersați comportamentul corect! Puneți copilul să repete ceea ce ați spus („Aici trebuie să mă opresc...“)!
- Exersați toate situațiile în mod individual!
- Exersați traseul de mai multe ori! Lăsați să treacă ceva timp între exerciții!
- Copilul dumneavoastră trebuie să știe că drumul convenit este singurul permis.
- De asemenea, trebuie să știe că nu are voie să meargă cu un străin.
- Spuneți-i copilului dumneavoastră că nu toate mașinile opresc la trecerea de pietoni, chiar dacă ar trebui să o facă.
- Deosebit de important: copilul dumneavoastră învață cel mai bine observând și imitând. Sunteți cel mai important model pentru copilul dumneavoastră.

Acestea sunt cele mai importante exerciții!



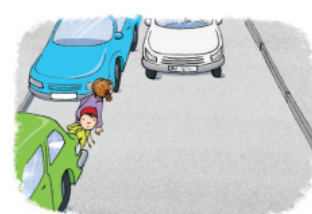
Să oprească în fața bordurii trotuarului. Mai întâi să privească la stânga, apoi la dreapta, apoi din nou la stânga. Să pornească doar atunci când nu se apropie niciun vehicul.



Să aștepte să se creeze o breșă în trafic la trecerile de pietoni. Să păstreze contactul vizual cu șoferul și să înceapă să meargă doar atunci când toate vehiculele au oprit. Mulți șoferi au un comportament incorect și își continuă pur și simplu drumul.



Chiar și atunci când semaforul este verde, să nu plece până când mașinile nu au oprit. Atenție: vehiculele care virează traversează adesea calea pietonilor în mod nepermis, deoarece atât autovehiculul cât și pietonul au „verde“.



Să traverseze străzile numai în locuri cu bună vizibilitate. În cazul în care vederea este limitată de un gard viu, de mașini parcate sau de o curbă, copilul trebuie să caute un loc cu vizibilitate bună.

Primele săptămâni

- Însoțiți-vă copilul în primele săptămâni de școală.
- Asigurați-vă că copilul dumneavoastră iese din casă suficient de devreme dimineața. Un ritm agitat îi poate determina pe copii să se comporte greșit în trafic.
- Discutați despre cum ar trebui să se comporte copilul dumneavoastră dacă ceva este diferit decât de obicei, de exemplu dacă semafoarele nu funcționează sau dacă mașinile sunt parcate pe trotuar și blochează drumul.

Faceți-vă copilul „vizibil“!

- Pe toate părțile îmbrăcăminții trebuie aplicate elemente sau dungi retroreflectorizante. Există, de asemenea, atașamente retroreflectorizante pentru pantofi sau șepci. Reflectoarele intermitente, vestele sau pelerinele reflectorizante sunt de asemenea bune.
- Copiii care poartă îmbrăcăminte retroreflectorizantă pot fi văzuți în întuneric la o distanță de 130 până la 160 de metri. Prin comparație, o persoană îmbrăcată în haine închise la culoare poate fi văzută doar de la o distanță de 25-30 de metri. Adesea, acest lucru este prea târziu pentru a evita un accident.
- Rucsacurile școlare ar trebui să aibă, de asemenea, elemente reflectorizante.