



**БЕЗБЕДНИ ПО ИЗБОР.
ДВИЖЕТЕ СЕ НА ИНТЕЛЕГЕНТЕН НАЧИН
НА ПАТОТ НА ДА И НА НЕ
5 ГОДИНИ**

progetto promosso da



con il patrocinio di



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Ufficio Scolastico Regionale per il Piemonte
Ufficio VI - Ambito territoriale di Cuneo

in collaborazione con



ВОВЕД

Децата и перцепцијата на опасноста во
градскиот сообраќај
Неколку совети
Одењето по тротоар
Поминете го патот на пешачки премин
Патник превезен со автомобил
Со велосипед
Друга опрема за микромобилност



НА ПАТОТ НА ДА И НА НЕ - 5 години

Проектот „Безбедно по избор. Движете се на интелигентен начин“ "Sicuri per Scelta. Muoversi. Con intelligenza" е иницијатива посветена на едукација за безбедност на патиштата и одржлива(еколошка) мобилност, која ги има следните цели: подигање на свеста кај сите учесници во сообраќајот за почитување на правилата, промовирање на правилна перцепција за ризикот, водич кон правилни, еколошки избори за животната средина. Оваа мини-книга има за протагонисти Ежови кои ги живеат своите искуства на секојдневни патувања, запознавајќи ги учениците со темата за безбедна и одржлива мобилност. Содржините опфаќаат некои однесувања што треба да се прифатат на патот кон безбедноста на 5-годишни деца. Посебно се обрнува внимание на учењето што детето може да го стекне секој ден во улога на превезен патник, пешак и придружен велосипедист, низ пет типични ситуации, илустрирани и секоја дополнета со вежби кои треба да се прават заедно, деца и возрасни.

За секое дете, патувањето од дома до училиште обединува две места кои се значајни од емотивна гледна точка. Глобално, возрасните посветуваат многу внимание на средините во кои децата поминуваат многу време да бидат добредојдени и безбедни, но имаат тенденција да дадат помало значење на постепеноста во автономијата на детето на улица. Како што домот и училиштето се „средина“, така се и патот, тротоарот, степеникот и лизгалката, пешачкиот премин, знаците, семафорите, раскрсниците, мостовите, зградите, возилата, луѓето, сите животни (домашни или диви), јавните паркови и секој друг елемент што го сочинува градот, помалите населени места.

Стигнувањето на училиште со автомобил, или пеш, со велосипед или со училишен автобус му овозможува на детето да се запознае со елементите на оваа „сечија средина“ со која мора да се поврзе. Секојдневното патување : дома= училиште= дома, може да биде можност за важно учење за неговата личната безбедност и возрасните можат ефективно да го придружуваат овој напредок.

Децата и перцепцијата на опасност во градскиот сообраќај

На улица секое дете е изложено на прилично висок ризик и поради тоа што нема искуство и затоа што треба се уште да ги комплетира фазите на својот развој:

- неговата висина влијае на видното поле кое се уште е ограничено, а во исто време го прави помалку видливо за возачите;
- се труди да ја процени брзината на возилата, да ги разбере растојанијата и времето на приближување;
- сообраќајот претставува голем број на звуци, гласови, бои, форми и движења истовремено, но намалената способност на детето да се концентрира не му помага да го согледа патот во целост;
- во целина, лесно го намалува вниманието, се занесува во игра и се однесува непредвидливо.

Некои експерти известуваат дека, почнувајќи од 5-6-годишна возраст, кога се движите по фреквентен пат, детето почнува да ја согледува и разбира опасноста. Но, патиштата се полни со симболи за дешифрирање, кои не се веднаш разбирливи. Вниманието и посветеноста на возрасните може да им помогне на децата постепено да ги разликуваат да стануваат се повеќе и повеќе автономни во согледувањето на опасностите и да се надминат некои несигурности кои можат да предизвикаат страв, или, напротив незаинтересираност.

Важно е да бидете сигурни дека детето развило некои основни вештини, како на пример да може да ги разликува јавните простори наменети за игра од оние наменети за патниот сообраќај. Значајно искуство за растот на секое дете би била можноста за градење искуства патувајќи по истиот пат секојдневно, придружувано од возрасно лице кое на едноставен и внимателен начин ќе му ги објасни можните опасности и однесувањето кое треба да се усвои за да се избегнат.



Неколку совети

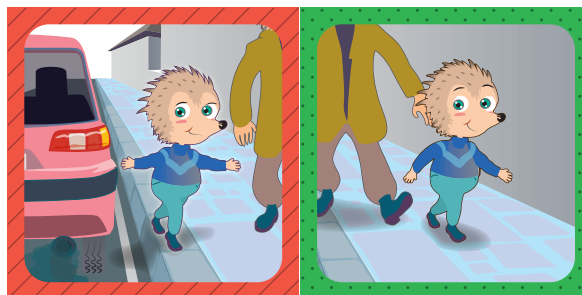
- Кога учествувате во патниот сообраќај, секогаш давајте добар пример.
- Овозможете му на детето простор за вежбање, да се движи наоколу со свој ритам, без загриженост дека би можело да задоцни.
- Објаснете ги правилните однесувања по ред: користете едноставни зборови за да објасните и побарајте од децата гласно да го повторат вашето учење, практичниот дел направете го заедно, пофалете го детето кога се однесува правилно.
- Изберете ја најбезбедната релација (не секогаш е и најкратката) и објаснете ги причините за изборот.
- Свртете го вниманието на детето на најопасните точки и објаснете му кое е најсоодветното и најбезбедното однесување

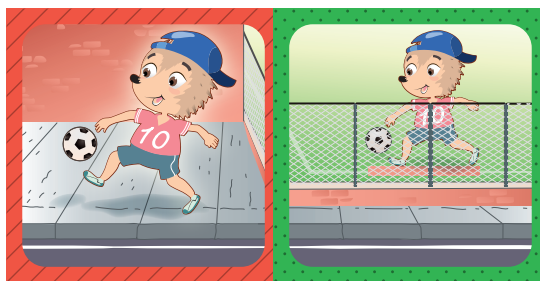


- Посочете ако видливоста е попречена од паркирани автомобили, грмушки, жива ограда или кривини.
- Стимулирајте саморегулирање на однесувањето на патиштата преку конкретни искуства, на пример: кога одите по улица секогаш мора да одржувате рамнотежа и да се фокусирате на одењето меѓу потенцијалните опасности, многу подобро е да не носите во рацете различни предмети; кога возите елосипед без/со педали, не можете да носите истовремено топка.
- Стимулирајте го детето своето учење да го примени во секојдневните патувања, на пример од дома до училиште.
- Верувајте дека детето може да разбере, дека следењето на корисните правила на секое патување е форма на самозаштита сега, и за какви било превозни средства што ќе ги користи во неговиот иден живот.

Одење по тротоар

- Посочете го степеникот што го дели тротоарот (резервиран за пешаци) од коловозот (наменет за транзит на возила).
- Објаснете, секогаш да се оди по највнатрешниот дел од тротоарот, подалеку од сообраќајната страна. Кога детето ќе почне спонтано да оди во делот најблиску до сидот, може да се каже дека резултатот е постигнат, но треба да го одржува!





- Потсетете го детето дека на тротоар е забрането попречување на минување на други пешаци, со особено внимание на постарите или лицата со посебни потреби; разумно е да се избегнува трчање и играње, не ризикувајќи да удри и да предизвика други пешаци кои имаат ограничена подвижност да ја загубат својата рамнотежа.
- Објаснете ја важноста да се биде видливи за возачите, преку вметнати елементи со висока видливост во облеката и/или во ранецот.

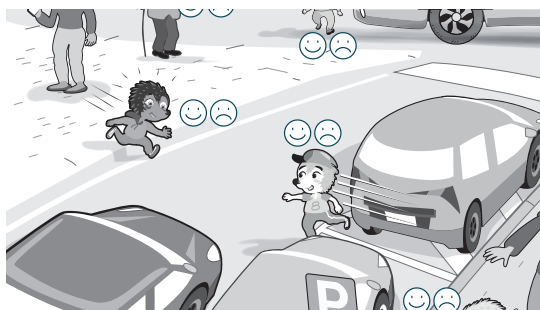


- Да се набљудуваат автомобилите кои излегуваат од приватни гаражи и го поминуваат тротоарот.

Поминете го патот на пешачки премин

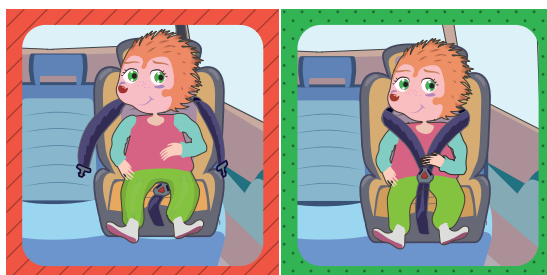
Преминувањето на коловозот е многу тешка акција.

- Објаснете дека никогаш не треба да се поминува ако нема пешачки премин: пешакот нема предност за преминување;

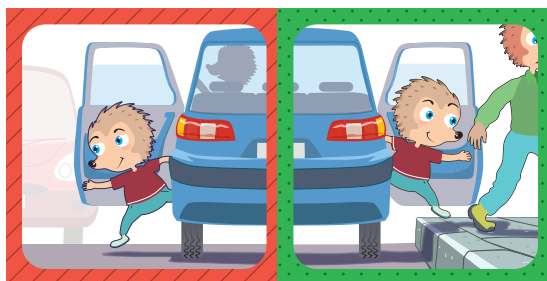


- Никогаш не преминувај излегувајќи ненадејно од помеѓу две паркирани возила.
- Во област со мал сообраќај, практично повторете : кога ќе пристигнам пред сообраќајните бели линии застанувам на работ на тротоарот, чекам, гледам/слушам, па одам по линиите давајќи рака на возрасното лице кое е со мене и ме придружува.

Патник превезен со автомобил



- Детето треба да седи на задното седиште, прицврстено на детското седиштето.
- Избегнувајте да му дозволите на детето да излезе од автомобилот во ризична ситуација, на пример со



застанување во забранета област или без соодветни услови за видливост. Оставете го детето безбедно да излезе од автомобилот само од страна тротоар.

- Кога излегувате од паркинг простор, внимавајте да нема деца пред или зад вашето возило.



- Во патничкиот простор на возилото, детето што седи на детското седиште, патува во удобни и безбедни услови; кога ќе излезе од автомобилот, одеднаш се наоѓа потопено во средина полна со различни звуци, и може да се чувствува дезориентирано, што ја зголемува неговата ранливост.

Со велосипед

- Запомнете дека детето во целина посветува малку внимание на сообраќајот бидејќи има тенденција да го прифаќа велосипедот како играчка, а не како возило.



- Вклучувањето на детето во изборот и подготовката на опремата за возење велосипед придонесува за промовирање на чувство на автономија и доверба во сопствените способности.

- Внимавајте велосипедот да е соодветен на возраста и да функционира во сите негови делови; објасни му на детето како ова возило треба да се одржува во ред.

- Детето мора да може да педали додека

седи, да може да кочи и да стекне самодоверба во држењето на насоката и рамнотежата.

- Во Италија заштитите за децата што користат велосипед не се задолжителни, но силно се препорачува употреба на кацига за заштита во случај на пад и евентуални заштитници за колена, лакти и зглобови.

- За ваша безбедност важно е да можете да бидете забележани во сообраќајот, преку елементи со високо видно ниво додадени на облеката, покрај задолжителните светла на велосипедот: предното жолто светло, црвено на задна страна и светлосни ленти поставени на педалите и на страните на тркалата.



До 8-годишна возраст, детето може да се превезува со велосипед користејќи соодветна опрема, одобрена и усогласена со европските безбедносни стандарди (EN 14344), составени од специјално седиште опремено со потпирач за грб, потпирачи за раце, систем за прицврстување на седиштето за велосипедот, систем за врзување на деца, прилагодлив потпирач за нозе.

Превезувањето на дете со велосипед овозможува споделба на позитивни моменти кои ја зајакнуваат довербата и чувство на сигурност кон возрасното лице.



Други средства за микро-мобилност

За да се стимулираат целокупните моторни вештини на детето, употребата на одредени помагала кои го забрзуваат движењето станува сè пораспространета, како што се тротинетот, кикборд, велосипед без педали наречен велосипед за рамнотежа... За децата тоа е првиот пристап кон брзината. Дури и во овие случаи, неопходно е да се потсетиме на тенденцијата (и на возрасните и на децата) да ги сметаат како играчки, намалувајќи го вниманието кон сообраќајот.

Сепак, важно е да му се објасни на детето од 5 години кое, кога ги користи на пат (тротоар, пешачка или велосипедска патека, како и коловоз), е правилно да почне да се однесува како да вози возило; всушност 5 годишната возраст е таа на која детето почнува да го смета велосипедот како возило а не како играчка.

И за сите други превозни средства слични на велосипедот споменати погоре, важат истите размислувања наведени за велосипедот.

