

ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

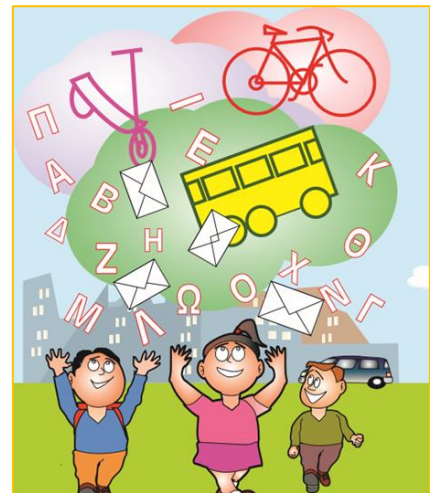
*Καλή σχολική χρονιά με συμβουλές
οδικής ασφάλειας από το Ι.Ο.ΑΣ. «Πάνος Μυλωνάς»*

Η έναρξη της σχολικής χρονιάς σηματοδοτεί την επιστροφή των μαθητών στα θρανία αλλά και στις γνώριμες διαδρομές από και προς το σχολείο. Οι αποστάσεις που διανύουν τα παιδιά είναι συχνά μικρές και η διαδρομή σπίτι-σχολείο γίνεται γρήγορα οικεία, ωστόσο δε θα πρέπει να ξεχνάμε τη σημασία της σωστής εκπαίδευσης για την ασφαλή μετακίνηση των μαθητών όλων των ηλικιών, ακόμα και μετά την ηλικία όπου τα παιδιά μπορούν πλέον να κινούνται με τα πόδια, τα ΜΜΜ ή και δικά τους μέσα (π.χ. ποδήλατο) χωρίς την επίβλεψη του γονέα.

Για τους γονείς που τα παιδιά τους θα πάνε πρώτη φορά στο σχολείο, είναι εξαιρετικά σημαντικό να αφιερώσουν χρόνο στην κατάλληλη εκπαίδευση και καθοδήγησή τους. Για τα μικρά παιδιά, κάθε διαδρομή από το σπίτι προς στο σχολείο αποτελεί μια πολύτιμη μαθησιακή εμπειρία και ένα μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής.

Μέσω αυτής της καθημερινής πρακτικής τα παιδιά εξοικειώνονται με το οδικό περιβάλλον, μαθαίνουν τη σημασία των σημάτων που ορίζουν την κυκλοφορία, μαθαίνουν να σέβονται τους άλλους χρήστες του δρόμου και, παράλληλα, εμπλουτίζεται ο κόσμος των εμπειριών τους.

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι εξίσου σημαντικός με εκείνον του γονέα στην ανάπτυξη κυκλοφοριακής αγωγής και την καλλιέργεια θετικών προτύπων οδικής και οδηγικής συμπεριφοράς στα παιδιά. Στις ενότητες που ακολουθούν, θα βρείτε χρήσιμες συμβουλές για να έχουμε όλοι μας μια σχολική χρονιά με υγεία και ασφάλεια!



Συμβουλές για τους γονείς

Οι γονείς μπορούν να αξιοποιήσουν κάθε ευκαιρία για να εξασκηθούν με το παιδί τους στους Κανόνες Οδικής Ασφάλειας. Προσοχή όμως! Ενώ είναι σημαντικό για τα παιδιά να γνωρίζουν τους κανόνες οδικής ασφάλειας, δε θα πρέπει να δοθούν σε μικρά παιδιά περισσότερες πληροφορίες από όσες μπορούν να κατανοήσουν και να διαχειριστούν.

Μερικοί **βασικοί κανόνες οδικής ασφάλειας** για όλα τα παιδιά, που μπορούν να τους μάθουν οι γονείς, είναι οι εξής:

- Διδάξτε στα παιδιά σας να αναγνωρίζουν τα βασικά οδικά σήματα.
- Υπενθυμίστε τακτικά στα παιδιά σας το «χρυσό» κανόνα πριν διασχίσουν κάποια διάβαση: **ΣΤΑΜΑΤΩ - ΚΟΙΤΑΖΩ - ΔΙΑΣΧΙΖΩ ΤΟ ΔΡΟΜΟ.**
- Εξηγήστε στο παιδί σας ότι δε θα είναι πάντα σε θέση να βλέπει κάποιο αυτοκίνητο, οπότε πρέπει να χρησιμοποιεί και **την ακοή του** και όχι μόνο την όρασή του.
- Μάθετε στο παιδί σας ότι πρέπει πάντα να περπάτα στο πεζοδρόμιο και να διασχίζει το δρόμο μόνο από τη διάβαση πεζών.
- Τα παιδιά είναι ενθουσιώδη, και μπορεί να τρέξουν για να συναντήσουν κάποιον ή για να φτάσουν σε κάποιο σημείο που τα ενδιαφέρει π.χ. στις κούνιες. Μάθετε στο παιδί σας ότι **ποτέ δε βιαζόμαστε** όταν είμαστε στο δρόμο, γιατί είναι επικίνδυνο.
- Δεν παίζουμε στο δρόμο, γιατί υπάρχει πάντα ο κίνδυνος ενός διερχόμενου οχήματος.



Επιπλέον, ειδικά προς γονείς:

- Συνοδεύετε τα παιδιά στο σχολείο τουλάχιστον **μέχρι την ηλικία των 8 ετών.**
- Αναζητήστε την **πιο ασφαλή διαδρομή** για να φθάσει και να επιστρέψει το παιδί από το σχολείο του.
- Περπατήστε μαζί με το παιδί σας στις διαδρομές και διαβάσεις προς και από το σχολείο. **Κινηθείτε σε δρόμους που έχουν διάβαση πεζών, φανάρι και ειδική σήμανση.** Αποφύγετε, όπου είναι εφικτό, τους μεγάλους και πολυσύχναστους δρόμους.
- Όταν καταλήξετε στην πιο κατάλληλη διαδρομή, φροντίστε να τη διανύσετε πολλές φορές μαζί του, έτσι ώστε να του αποτυπωθεί σωστά.
- Μάθετε στο παιδί σας να αντιλαμβάνεται σωστά πότε ένα όχημα είναι μακριά ή κοντά του.
- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να παρατηρούν τα οχήματα, τη σήμανση και να στέκονται πάντα σε ασφαλές σημείο στο πεζοδρόμιο.



- Κρατάτε **πάντα από το χέρι** το παιδί σας που πρέπει να βαδίζει στην εσωτερική πλευρά του πεζοδρομίου.
- Μάθετε στο παιδί σας ότι ακόμα και στις διαβάσεις των πεζών πρέπει να είναι εξίσου προσεκτικό. Ακόμη και αν το φανάρι είναι πράσινο, ελέγχει δεξιά και αριστερά το δρόμο.
- **Φορέστε** στο παιδί ανοιχτόχρωμα ρούχα και τσάντες με ανακλαστικά στοιχεία κατά τη μετακίνησή σας κυρίως τις απογευματινές και βραδινές ώρες.
- **Συζητήστε** με το παιδί τους κινδύνους που ενδεχομένως αντιμετωπίζει στο οδικό περιβάλλον.
- **Φίλοι και πρότυπα (Peer pressure)**

Τα παιδιά αντιγράφουν τους φίλους τους, έτσι μερικές φορές συμπεριφέρονται με μη ασφαλή τρόπο (σπρώξιμο, ριψοκίνδυνα κόλπα με ποδήλατα κλπ). Συζητούμε με τα παιδιά για τον κίνδυνο που ενέχουν αυτές οι ριψοκίνδυνες συμπεριφορές και ότι δεν χρειάζεται να υιοθετούν τέτοιες συμπεριφορές για να είναι αποδεκτοί από τους συνομηλικούς τους.

Είναι σημαντικό επίσης να γνωρίζουμε τη φυσιολογία του παιδικού σώματος:

- **Όραση**
Η όραση των παιδιών δεν έχει αναπτυχθεί πλήρως πριν τα 16 τους χρόνια. Έχουν αδύναμη περιφερειακή όραση και αργή εστίαση των ματιών, ιδίως μέχρι τα 8 τους χρόνια.
- **Ακοή**
Στα μικρά παιδιά η ακοή δεν έχει αναπτυχθεί πλήρως, έτσι δυσκολεύονται να εντοπίσουν την κατεύθυνση των ήχων με ακρίβεια ή και να ακούσουν το πλήρες φάσμα των ήχων.
- **Διάπλαση**
Τα παιδιά είναι μικρότερα σε διάπλαση από ό,τι οι ενήλικες, έτσι δεν γίνονται άμεσα ορατά από τους οδηγούς όταν βρίσκονται μπροστά από σταθμευμένα αυτοκίνητα, εμπόδια κ.ά.

Τα μικρότερα παιδιά ενδέχεται να δυσκολεύονται να διασχίσουν το δρόμο με ασφάλεια. Κρατάτε τα από το χέρι και δείξτε τους **6 βασικούς κανόνες**:

1. **Σκέφτομαι.** Βρίσκω ένα ασφαλές σημείο στο πεζοδρόμιο. Επιλέγω τους δρόμους που έχουν διάβαση πεζών.
2. **Στέκομαι** πριν την κίτρινη γραμμή του πεζοδρομίου και, αν δεν υπάρχει, ένα βήμα πριν την άκρη του πεζοδρομίου.
3. **Βλέπω και ακούω** με προσοχή.
4. **Κοιτάζω** αριστερά-δεξιά και ξανά αριστερά το δρόμο να βεβαιωθώ ότι δεν περνάει κάποιο αυτοκίνητο ή άλλο όχημα.



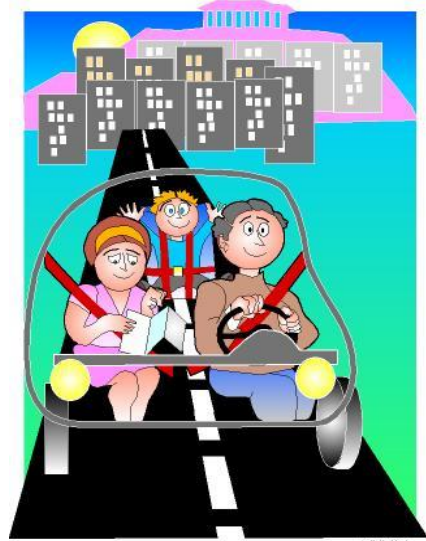
5. **Περιμένω** όταν το φανάρι για τους πεζούς είναι κόκκινο και προχωρώ όταν αυτό γίνει πράσινο.
6. **Διασχίζω** προσεκτικά το δρόμο, δεν τρέχω ούτε αργοπορώ!

Θυμηθείτε:

- Η συμπεριφορά σας αποτελεί πρότυπο για τα παιδιά σας, γιατί βλέπουν, ακούν και μιμούνται. Συμπεριφερθείτε με ευγένεια και υπομονή είτε ως πεζοί είτε ως οδηγοί για να κάνουν και τα παιδιά σας το ίδιο.
- Επιβραβεύστε την καλή συμπεριφορά, την υπευθυνότητα, την ευγένεια και την προσοχή στο δρόμο. Τα παιδιά που επιβραβεύονται εμφανίζουν πιο συχνά την επιθυμητή συμπεριφορά από τα παιδιά που τιμωρούνται.
- Μπορείτε να γίνετε οι **καλύτεροι δάσκαλοι κυκλοφοριακής αγωγής!!!**

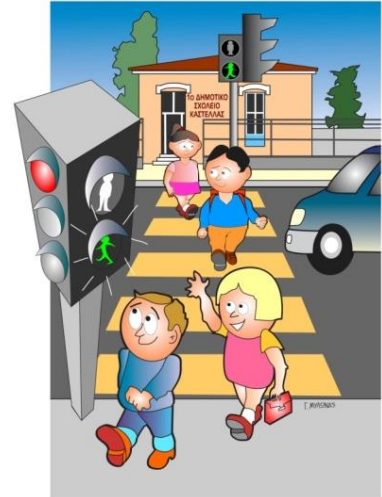
Συμβουλές για τη μετακίνηση των μαθητών με αυτοκίνητο

- Για τις μετακινήσεις σας από και προς το σχολείο προτιμήστε το περπάτημα ή τα μέσα μαζικής μεταφοράς. Πέραν του ότι είναι πιο οικολογικά μέσα, είναι και πιο ασφαλή.
- Αν χρησιμοποιήσετε αυτοκίνητο για την ασφαλή μεταφορά του παιδιού σας, πρέπει να κάθεται πάντα πίσω, στο **ειδικό κάθισμα, μέχρι την ηλικία των 12 ετών**. Μετά από αυτή την ηλικία, τα παιδιά συνήθως ξεπερνούν το κρίσιμο ύψος των 1,35 – 1,40 μ. που απαιτείται να έχουν ώστε να χρησιμοποιούν τις ζώνες ασφαλείας χωρίς ειδικό κάθισμα.
- Να αντιμετωπίζετε με **ψυχραιμία και ευγένεια** τις προκλήσεις στο δρόμο· είναι αρετές που θέλουμε όλοι να έχουν τα παιδιά μας. Έρευνες μάς δείχνουν ότι η οδηγική συμπεριφορά των γονιών έχει ισχυρή επίδραση στη μετέπειτα οδηγική συμπεριφορά των παιδιών.
- Ως οδηγοί να σέβεστε όλους τους χρήστες του δρόμου. Αποφύγετε να κλείνετε τις διαβάσεις πεζών, τις εισόδους σε κτήρια και σχολεία και μην παρκάρετε πάνω στα πεζοδρόμια για να μην παρεμποδίζεται η κυκλοφορία των πεζών καθώς και στις ράμπες διάβασης ΑμεΑ.
- Τα παιδιά συχνά δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν τους κινδύνους στο οδικό περιβάλλον. Συζητήστε μαζί τους, παίξτε, καθοδηγήστε τα, προστατέψτε τα.
- Στις περιπτώσεις όπου η μετακίνηση των παιδιών σας γίνεται με σχολικά λεωφορεία, θα πρέπει να βεβαιωθείτε ότι αυτά είναι απολύτως κατάλληλα (πρόσφατα ελεγμένα, διαθέτουν ζώνες ασφαλείας, πυροσβεστικά μέσα, συνοδό κ.ά.), προκειμένου να εξασφαλίζονται οι ασφαλείς συνθήκες μεταφοράς.
- Μάθετε στα παιδιά σας να βγαίνουν ή να μπαίνουν στο αυτοκίνητο με προσοχή, χωρίς να βιάζονται.



Συμβουλές για δασκάλους

- **Κάθε σχολικό μάθημα** μπορεί να γίνει **αφορμή για Εκπαίδευση στην Κυκλοφοριακή Ασφάλεια**. Μέσα από τα μαθήματα της Γλώσσας, των Μαθηματικών, της Έκθεσης, της Φυσικής οι μαθητές μπορούν να εξοικειωθούν με χρήσιμες για την ασφαλή μετακίνηση έννοιες.
- Το **διδακτικό παιχνίδι** είναι ο καλύτερος τρόπος για να αφομοιώσει το παιδί τη γνώση. Φτιάξτε κατασκευές με κολάζ, ζωγραφίστε τα σήματα Οδικής Κυκλοφορίας, φτιάξτε το δικό σας δεκάλογο για την Οδική Ασφάλεια, τραγουδήστε και μεταδώστε μηνύματα Οδικής Ασφάλειας και πολιτισμού στο δρόμο.
- Οργανώστε μια **επίσκεψη σε Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής** και βοηθήστε τα παιδιά να εκπαιδευτούν στην ασφαλή μετακίνηση και στο σεβασμό των κανόνων του Κ.Ο.Κ.
- Στο πλαίσιο σχολικής εργασίας ζητήστε από τα παιδιά μεγαλύτερων τάξεων να εργαστούν ομαδικά και **να παρουσιάσουν ένα έργο με θέμα την ασφαλή μετακίνηση** των μαθητών από και προς το σχολείο. Το έργο μπορεί να παρουσιαστεί σε παιδιά μικρότερης ηλικίας με σκοπό την ευαισθητοποίησή τους.
- Πραγματοποιείτε **σχολική έρευνα** με τη χρήση ερωτηματολογίων με ερωτήσεις που αφορούν στη συμπεριφορά των παιδιών στο Οδικό Δίκτυο και παρουσιάστε τα αποτελέσματα με εικόνες, πίνακες και γραφήματα σε σχολικές γιορτές. Επιβραβεύετε την πρόοδο και το σεβασμό στους κανόνες.
- Συμβουλευτείτε τους **ειδικούς για τις πιο ασφαλείς διαδρομές** στη μετακίνηση από και προς το σχολείο και συμβουλευτείτε τους γονείς να τις χρησιμοποιούν.
- **Παρατηρείστε τους μαθητές σας** πώς συμπεριφέρονται, τι νιώθουν και σκέφτονται για τα θέματα ασφαλείας. Ενθαρρύνετε τις ιδέες και πρακτικές ασφαλούς μετακίνησης.
- **Συνεργαστείτε με τους γονείς**. Συζητείστε με το Σύλλογο γονέων και κηδεμόνων πώς μπορείτε όλοι μαζί να συμβάλετε στην πρόληψη τροχαίων συμβάντων κατά τη μετακίνηση από και προς το σχολείο.



Το Ι.Ο.ΑΣ. επισημαίνει προς τους συνοδούς των παιδιών, τους Συλλόγους Γονέων και τις Τοπικές Αρχές να εντοπίζουν τα προβλήματα γύρω από τις σχολικές μονάδες, ώστε να προωθούν την επίλυσή τους σε συνεργασία με τους ειδικούς και τις εμπλεκόμενες Υπηρεσίες.



Συμβουλές για τους μικρούς μας φίλους

Ξεκινάει μια νέα σχολική χρονιά! Στο σχολείο θα συναντήσεις τους φίλους σου, τους δασκάλους σου, θα παίξεις, θα μάθεις, θα αποκτήσεις πολύτιμες γνώσεις και νέες εμπειρίες. Η διαδρομή από και προς το σχολείο όμως μπορεί να κρύβει ορισμένους κινδύνους, γι' αυτό και πρέπει να είσαι προσεκτικός.

Διάβασε τα παρακάτω και θα είσαι πανέτοιμος/η για μια ευχάριστη και ασφαλή μετακίνηση!

Προετοιμάζομαι

- Προτιμώ ανοιχτόχρωμα ρούχα (λευκά, κίτρινα κτλ) και στολίζω την τσάντα μου με ανακλαστικά, για να με βλέπουν οι άλλοι οδηγοί, όταν διασχίζω το δρόμο.
- Συμβουλευόμαι τους γονείς και τους δασκάλους μου για θέματα όπως η ασφάλειά μου και όχι τους συνομήλικούς μου.
- Προτιμώ να μετακινούμαι με τα πόδια και τα μέσα μαζικής μεταφοράς στο σχολείο. Αποφεύγω να χρησιμοποιώ το ποδήλατο και το προτιμώ για τις βόλτες μου στο πάρκο μαζί με τους γονείς μου.



Στο αυτοκίνητο

- Κάθομαι πάντα στο πίσω μέρος του αυτοκινήτου, στο ειδικό κάθισμα για παιδιά και παραμένω δεμένος μέχρι το τέλος της διαδρομής.
- Παραμένω ήσυχος/η σε όλη τη διαδρομή, για να μην αποσπώ την προσοχή του οδηγού.
- Δεν βγάζω τα χέρια ή το κεφάλι μου έξω από το αυτοκίνητο.
- Δεν ανοίγω ποτέ μόνος μου την πόρτα του αυτοκινήτου. Περιμένω να την ανοίξει ο γονιός μου.

Στα μέσα μαζικής μεταφοράς

- Στο τρένο και το λεωφορείο προτιμώ να κάθομαι. Αν δεν υπάρχει κενή θέση, στέκομαι μακριά από την πόρτα και κρατιέμαι από τις ειδικές λαβές.
- Είμαι προσεκτικός, όταν ανεβαίνω ή κατεβαίνω από το λεωφορείο.



Στο δρόμο

Θυμάμαι πάντα τους **6 βασικούς κανόνες για να διασχίσω το δρόμο:**

1. Σκέφτομαι. Βρίσκω ένα ασφαλές σημείο στο πεζοδρόμιο. Επιλέγω τους δρόμους που έχουν διάβαση πεζών.
2. Στέκομαι πριν την κίτρινη γραμμή του πεζοδρομίου και αν δεν υπάρχει ένα βήμα πριν την άκρη του πεζοδρομίου
3. Βλέπω και ακούω με προσοχή τι συμβαίνει στο δρόμο.
4. Κοιτάζω αριστερά, δεξιά και ξανά αριστερά το δρόμο για να βεβαιωθώ ότι δεν περνάει κάποιο αυτοκίνητο ή άλλο όχημα.
5. Περιμένω όταν το φανάρι για τους πεζούς είναι κόκκινο και προχωρώ όταν αυτό γίνει πράσινο και δεν έρχεται κάποιο όχημα.
6. Διασχίζω προσεκτικά το δρόμο. Δεν τρέχω ούτε αργοπορώ!



Συμβουλές για τους οδηγούς

Όταν διέρχεστε έξω από παιδικούς σταθμούς, νηπιαγωγεία, σχολεία και γυμνάσια, παιδικές χαρές και πάρκα όπου κυκλοφορούν, συχνάζουν και παίζουν μαθητές και μικρά παιδιά, να οδηγείτε με αυξημένη προσοχή και μικρότερη ταχύτητα, προκειμένου να ελαχιστοποιούνται οι περιπτώσεις ατυχήματος.

Το Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας «Πάνος Μυλωνάς» εύχεται σε όλα τα παιδιά...

Καλή σχολική χρονιά με Ασφάλεια, Υγεία και Πρόοδο!

