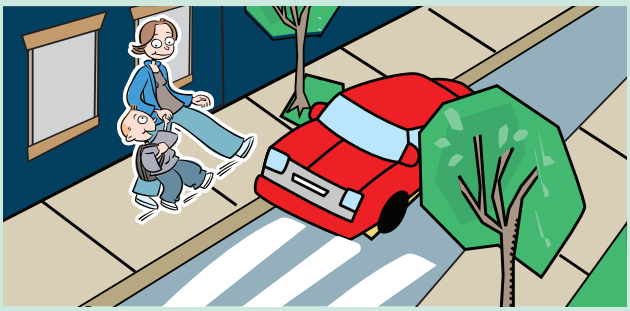
SAFE ROUTES PHILLY

المشي بأمان بالقرب من حركة المرور

ورقة نصائح لأولياء الأمور/مقدمي الرعاية بشأن الطلاب في مرحلة رياض الأطفال والصف الأول

هل تعلم؟



تتغير قدرة الأطفال على فهم القرارات المتعلقة بسلامتهم واتخاذ قرارات بشأنها في أثناء نموهم وتطورهم.

في النهاية، يجب على أولياء الأمور/مقدمي الرعاية اتخاذ القرار بشأن متى يكون أطفالهم قادرين على المشي دون إشراف. تُظهر الأبحاث أن الآباء يميلون إلى المبالغة في تقدير قدرة أطفالهم على المشي وعبور الشوارع بأمان، وتشير إلى أن الأطفال في رياض الأطفال والصف الأول يواجهون صعوبة فيما يلي:

- السيطرة على الاندفاع والتركيز
- تقدير الوقت الذي يكون فيه عبور الشارع آمنًا
- استمرار التركيز في مهمة واحدة، مثل عبور الطريق بأمان
- فهم الاختلافات بين المعابر الآمنة وغير الآمنة

الأمور الأساسية التي يحتاج الأطفال في هذا العمر إلى معرفتها بشأن المشي بأمان بالقرب من حركة المرور:

1. امشِ دائمًا مع شخص بالغ. قد يكون الأشقاء الأكبر سنًا مناسبين أيضًا، ولكن إذا كانوا مسؤولين ولديهم إذن من والديك أو مقدم الرعاية فقط.

2. حركة المرور هي السيارات، والحافلات، والشاحنات، والدراجات، وغيرها من المركبات التي تتحرك في الطريق.

3. الأرصفة هي أماكن آمنة للمشي بعيدة عن حركة المرور.

4. إذا لم تكن هناك أرصفة، فقم بالمشي على جانب الطريق، مواجهًا لحركة المرور لكي تتمكن من رؤية السيارات القادمة نحوك.

5. مارس السلوك الآمن عند المشي بالقرب من حركة المرور. يعني هذا عدم الاندفاع أو الجري أو اللعب.

6. كن حذرًا في الممرات والأزقة. توقف وانظر وانتبه للسيارات المتحركة قبل العبور.

7. ارتدِ ملابس يمكن رؤيتها وذلك بارتداء ملابس فاتحة أو زاهية الألوان عند المشي ليلًا أو في ظروف الإضاءة المنخفضة. يمكن أيضًا أن تساعد المواد العاكسة والمصابيح الكاشفة السائقين على رؤيتك في الليل أو في الطقس السيئ.

تذكَّر: بالرغم من أنك قد تكون قادرًا على أن ترى بسرعة أنه من الآمن عبور الطريق أو القيام بسلوكيات أخرى للمشاة، فقد لا يعرف طفلك أو يفهم سبب كون ذلك آمنًا. لذلك، ساعده على فهم السلوكيات الآمنة للمشاة وتعلُّمها من خلال ممارستها في كل مرة تمشي فيها بالقرب من حركة المرور أو حولها.

الاستعداد وتحمل المسؤولية. الاستمتاع بالإنجازات.

مقتبس من منهج الإدارة الوطنية للسلامة على الطرقات السريعة (NHTSA) لسلامة المشاة للأطفال

ورقة نصائح لأولياء الأمور/مقدمي الرعاية بشأن الطلاب في مرحلة رياض الأطفال والصف الأول

الممارسة في المنزل

أفضل طريقة لتعلم الأطفال هي تكرار مهارات المشي الآمن برفقة شخص بالغ.

رسالة السلامة: لا يزال الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و7 سنوات يتعلمون معنى المشي بأمان. يجب أن يكونوا دائمًا برفقة شخص بالغ أو أخ أو أخت مسؤولة أكبر سنًا في أثناء المشي

مارس مهارات المشاة الآمنة في كل مرة تمشي فيها بالخارج مع طفلك. أنت أفضل قدوة يحتذي بها طفلك. يتعلم الأطفال من خلال مشاهدة الآخرين، لذا فإن ممارسة سلوكيات المشاة الآمنة هي أفضل طريقة لتعليم هذه المهارات القيّمة.

بالنظر إلى الصورة، اسأل طفلك إذا كان الأطفال يبدون وكأنهم يمارسون مهارات المشاة الآمنة.

اطلب منه أن يشرح لمَ لا وماذا يجب أن يفعلوا بشكل مختلف.

تجوَّل في الحي مع طفلك، لا سيما إلى الوجهات التي يحبها مثل المتنزه أو المدرسة أو منزل أحد الأصدقاء. ذكّره بالمشي بأمان من خلال عدم الجري أو الدفع أو اللعب.

اسأل طفلك:

» ما هو المكان الأكثر أمانًا للمشي؟

- على الرصيف

تدرَّب على تحديد الأماكن الآمنة للمشي حيث توجد أرصفة.

» ماذا تفعل إذا لم يكن هناك رصيف؟

- امش على الجانب الأيسر من الشارع في مواجهة حركة المرور حتى تتمكن من رؤية السائقين المتجهين نحوك.

تدرَّب على تحديد الأماكن الآمنة للمشي حيث لا توجد أرصفة.

» ماذا تفعل إذا تقاطع ممر أو زقاق مع الطريق الذي تمشي فيه؟

- توقف وانظر يمينًا ويسارًا للتأكد من عدم قدوم أي سيارات قبل العبور.

» كيف يمكنك المساعدة في تسهيل رؤية السائقين لك عندما تمشي ليلًا؟

- ارتدِ ملابس ذات ألوان زاهية أو عاكسة، أو احمل مصباحًا يدويًا.

تذكر أن المعرفة لا تساوي السلوك دائمًا. تأكد أن طفلك مستعد للخطوة التالية في تعلم كيفية المشي بأمان من خلال ممارسة مهارات المشاة الآمنة في المنزل!

الاستعداد وتحمل المسؤولية. الاستمتاع بالإنجازات.

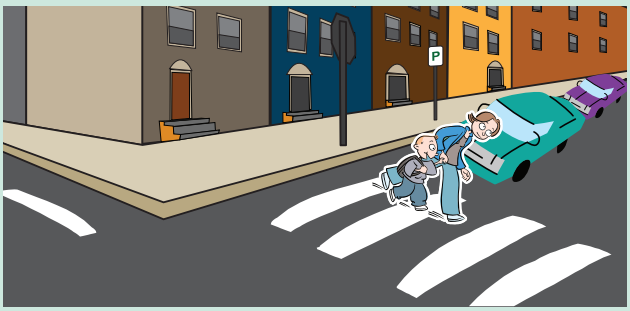
مقتبس من منهج الإدارة الوطنية للسلامة على الطرقات السريعة (NHTSA) لسلامة المشاة للأطفال

SAFE ROUTES PHILLY

عبور الشوارع بأمان

ورقة نصائح لأولياء الأمور/مقدمي الرعاية بشأن الطلاب في مرحلة رياض الأطفال والصف الأول

هل تعلم؟



تتغير قدرة الأطفال على فهم القرارات المتعلقة بسلامتهم واتخاذ قرارات بشأنها في أثناء نموهم وتطورهم.

في النهاية، يجب على أولياء الأمور/مقدمي الرعاية اتخاذ القرار بشأن متى يكون أطفالهم قادرين على المشي دون إشراف. تُظهر الأبحاث أن الآباء يميلون إلى المبالغة في تقدير قدرة أطفالهم على المشي وعبور الشوارع بأمان، وتشير إلى أن الأطفال في رياض الأطفال والصف الأول يواجهون صعوبة فيما يلي:

- السيطرة على الاندفاع والتركيز
- تقدير الوقت الذي يكون فيه عبور الشارع آمنًا
- استمرار التركيز في مهمة واحدة، مثل عبور الطريق بأمان
- فهم الاختلافات بين المعابر الآمنة وغير الآمنة

الأمور الأساسية التي يحتاج الأطفال في هذا العمر إلى معرفتها حول عبور الشوارع بأمان:

1. ابحث عن شخص بالغ لعبور الشارع معك. أحد الوالدين، أو الجد، أو العمة، أو العم، أو حارس العبور في المدرسة، أو حتى أخ أو أخت أكبر يعرفان كيف يمكنهما مساعدتك في التدرب على عبور الشوارع بأمان.

2. حدد الأماكن الآمنة للعبور حيث لا توجد حواجز بصرية. الحواجز البصرية هي أشياء مثل السيارات المتوقفة وصناديق القمامة التي تجعل رؤية حركة المرور القادمة أمرًا صعبًا.

3. توقف عند حافة الشارع أو رصيفه.

4. إذا اضطررت إلى العبور من مكان يوجد به حاجز بصري، مثل سيارة متوقفة، فانتقل بحذر إلى حافة هذا الحاجز لاستكشاف حركة المرور. وهذا يسمى بالحافة الثانية.

5. انظر وتفقد حركة المرور في جميع الاتجاهات. انظر يسارًا ثم يمينًا ثم يسارًا مرة أخرى.

6. انتظر حتى لا تكون هناك حركة مرور قادمة. ثم ابدأ في عبور الشارع.

7. اعبر في خط مستقيم واستمر في النظر حولك لتفقد حركة المرور. امش؛ لا تركض أو تلعب عند عبور الشارع.

تذكَّر: بالرغم من أنك قد تكون قادرًا على أن ترى بسرعة أنه من الآمن عبور الطريق أو القيام بسلوكيات أخرى للمشاة، فقد لا يعرف طفلك أو يفهم سبب كون ذلك آمنًا. لذلك، ساعده على فهم السلوكيات الآمنة للمشاة وتعلُّمها من خلال ممارستها في كل مرة تمشي فيها بالقرب من حركة المرور أو حولها.

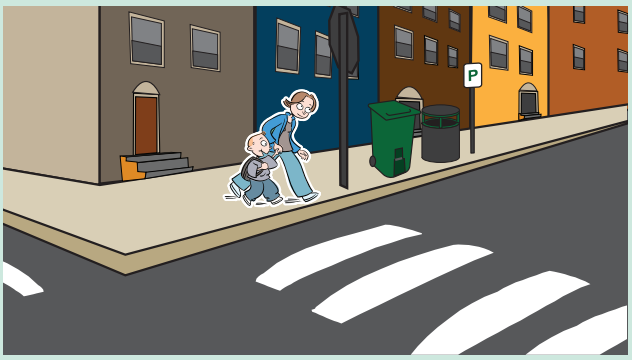
ورقة نصائح لأولياء الأمور/مقدمي الرعاية بشأن الطلاب في مرحلة رياض الأطفال والصف الأول

الممارسة في المنزل

أفضل طريقة لتعلم الأطفال هي تكرار مهارات المشي الآمن برفقة شخص بالغ.

رسالة السلامة: لا يزال الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و7 سنوات يتعلمون معنى المشي بأمان. يجب أن يكونوا دائمًا برفقة شخص بالغ أو أخ أو أخت مسؤولة أكبر سنًا في أثناء المشي

مارس مهارات المشاة الآمنة في كل مرة تمشي فيها بالخارج مع طفلك. أنت أفضل قدوة يحتذي بها طفلك. يتعلم الأطفال من خلال مشاهدة الآخرين، لذا فإن ممارسة سلوكيات المشاة الآمنة هي أفضل طريقة لتعليم هذه المهارات القيّمة.



بالنظر إلى الصورة، اطلب من طفلك تحديد المكان الذي يجب أن يعبر فيه الشخص.

اطلب منه أن يشير إلى منطقة آمنة للعبور.

اطلب منه أن يشير إلى حافة الشارع.

اطلب منه أن يوضح لك كيف سيعبر في خط مستقيم عبر الشارع.

التدرب على عبور الشوارع بأمان. ساعد طفلك في العثور على مكان سيكون آمنًا فيه لعبور الشارع. جرّب قول الخطوات بصوت عالٍ وأنتما تعبران معًا:

تجوَّل في الحي مع طفلك، لا سيما إلى الوجهات التي يحبها مثل المتنزه أو المدرسة أو منزل أحد الأصدقاء. ذكّره بالمشي بأمان من خلال عدم الجري أو الدفع أو اللعب.

اسأل طفلك:

» ما هو المكان الأكثر أمانًا للمشي؟

- على الرصيف

تدرَّب على تحديد الأماكن الآمنة للمشي حيث توجد أرصفة.

» ماذا تفعل إذا لم يكن هناك رصيف؟

- امش على الجانب الأيسر من الشارع في مواجهة حركة المرور حتى تتمكن من رؤية السائقين المتجهين نحوك.

تدرَّب على تحديد الأماكن الآمنة للمشي حيث لا توجد أرصفة.

» ماذا تفعل إذا تقاطع ممر أو زقاق مع الطريق الذي تمشي فيه؟

- توقف وانظر يمينًا ويسارًا للتأكد من عدم قدوم أي سيارات قبل العبور.

» كيف يمكنك المساعدة في تسهيل رؤية السائقين لك عندما تمشي ليلًا؟

- ارتدِ ملابس ذات ألوان زاهية أو عاكسة، أو احمل مصباحًا يدويًا.

تذكر أن المعرفة لا تساوي السلوك دائمًا. تأكد أن طفلك مستعد للخطوة التالية في تعلم كيفية المشي بأمان من خلال ممارسة مهارات المشاة الآمنة في المنزل!

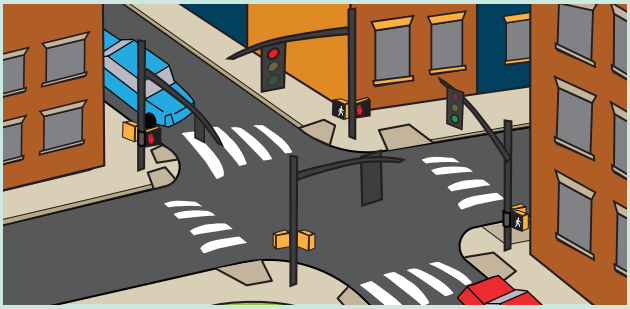
مقتبس من منهج الإدارة الوطنية للسلامة على الطرقات السريعة (NHTSA) لسلامة المشاة للأطفال

SAFE ROUTES PHILLY

عبور التقاطعات بأمان

ورقة نصائح لأولياء الأمور/مقدمي الرعاية بشأن الطلاب في مرحلة رياض الأطفال والصف الأول

هل تعلم؟



تتغير قدرة الأطفال على فهم القرارات المتعلقة بسلامتهم واتخاذ قرارات بشأنها في أثناء نموهم وتطورهم.

في النهاية، يجب على أولياء الأمور/مقدمي الرعاية اتخاذ القرار بشأن متى يكون أطفالهم قادرين على المشي دون إشراف. تُظهر الأبحاث أن الآباء يميلون إلى المبالغة في تقدير قدرة أطفالهم على المشي وعبور الشوارع بأمان، وتشير إلى أن الأطفال في رياض الأطفال والصف الأول يواجهون صعوبة فيما يلي:

- السيطرة على الاندفاع والتركيز
- تقدير الوقت الذي يكون فيه عبور الشارع آمنًا
- استمرار التركيز في مهمة واحدة، مثل عبور الطريق بأمان
- فهم الاختلافات بين المعابر الآمنة وغير الآمنة

الأمور الأساسية التي يحتاج الأطفال في هذا العمر إلى معرفتها حول عبور التقاطعات بأمان:

1. اعبر دائمًا التقاطعات برفقة شخص بالغ، أو أخ أو أخت أكبر سنًا. ابحث عن معبر مشاة كلما أمكن ذلك.
2. توقف بمجرد وصولك إلى حافة التقاطع أو الممر. إذا كان هناك منحدر رصيف، فتوقف عند حافة الرصيف قبل بداية المنحدر.
3. ابحث عن العلامات والإشارات لمعرفة متى يحين دورك للعبور.
4. التزم بإشارات المشاة. اعبر إذا كانت إشارة „المشي" باللون الأبيض مضاءة فقط.
5. إذا لم تكن هناك إشارة للمشاة، فانظر إلى لون إشارة المرور للسيارات التي تتحرك في الاتجاه نفسه الذي تريد عبوره. إذا كان الضوء أخضر، يُسمح لك بعبور الشارع.
6. انتظر حتى يقرر الشخص البالغ متى يكون العبور آمنًا.
7. تفقد حركة المرور وانتبه لها: قبل عبور الشارع، توقف دائمًا وانظر يسارًا ثم يمينًا ثم يسارًا مرة أخرى، ثم أمامك وخلفك لتفقد السيارات القادمة من اتجاهات أخرى في التقاطع.
8. العبور بسرعة وأمان.

تذكَّر: بالرغم من أنك قد تكون قادرًا على أن ترى بسرعة أنه من الآمن عبور الطريق أو القيام بسلوكيات أخرى للمشاة، فقد لا يعرف طفلك أو يفهم سبب كون ذلك آمنًا. لذلك، ساعده على فهم السلوكيات الآمنة للمشاة وتعلُّمها من خلال ممارستها في كل مرة تمشي فيها بالقرب من حركة المرور أو حولها.

الاستعداد وتحمل المسؤولية. الاستمتاع بالإنجازات.

مقتبس من منهج الإدارة الوطنية للسلامة على الطرقات السريعة (NHTSA) لسلامة المشاة للأطفال

ورقة نصائح لأولياء الأمور/مقدمي الرعاية بشأن الطلاب في مرحلة رياض الأطفال والصف الأول

الممارسة في المنزل

أفضل طريقة لتعلم الأطفال هي تكرار مهارات المشي الآمن برفقة شخص بالغ.

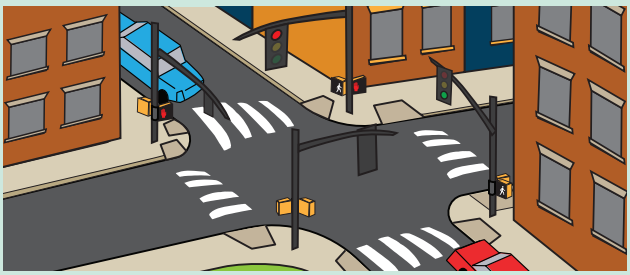
رسالة السلامة: لا يزال الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و7 سنوات يتعلمون معنى المشي بأمان. يجب أن يكونوا دائمًا برفقة شخص بالغ أو أخ أو أخت مسؤولة أكبر سنًا في أثناء المشي

- إشارة „المشي" باللون الأبيض وهي على شكل شخص يمشي.

- إشارة „التوقف" باللون الأحمر وهي على شكل يد.

- لا تحتوي جميع التقاطعات في فيلادلفيا على إشارات مشاة. ساعد طفلك في التدرب على النظر إلى إشارات المرور بحثًا عن إشارات تشير إلى وقت العبور. إذا كان الضوء أخضر للسيارات التي تتحرك في الاتجاه نفسه الذي تريد عبوره، يُسمح لك بالسير عبر الشارع.

» كرر الدروس كلما سنحت لك الفرصة!



بالنظر إلى الصورة، اطلب من طفلك تحديد عدد الاتجاهات التي يمكن أن تأتي منها حركة المرور.

اطلب من طفلك أن يشرح الفرق بين إشارتي المرور وما تعنيانه. على إشارات المشاة، تعني إشارة „المشي" باللون الأبيض أن دورك قد حان. الإشارة الحمراء „التوقف" تعني عدم دخول التقاطع

تجوَّل في الحي مع طفلك، لا سيما إلى الوجهات التي يحبها مثل المتنزه أو المدرسة أو منزل أحد الأصدقاء. ابحث عن طريق به تقاطعات. تعرَّف على ما إذا كان يمكنك العثور على التقاطعات التي بها معبر مشاة وإشارات مرور للمشاة أم لا

اسأل طفلك:

» كيف تنظر يسارًا ثم يمينًا ثم يسارًا وإلى الأمام والخلف.

- أولًا انظر يسارًا. إذا لم تكن هناك سيارات قادمة، فانظر يمينًا. إذا لم تكن هناك سيارات قادمة، فتحقق من اليسار مرة أخرى. ثم إذا لم تكن هناك سيارات، فتحقق من الخلف والأمام بحثًا عن سيارات قادمة من اتجاهات أخرى في التقاطع. إذا لم تكن هناك سيارات بعد، فقم بالسير ببطء عبر التقاطع.

» مَن الذي يقرر متى يكون العبور آمنًا؟

- الشخص البالغ الذي تمشي معه فقط هو من يقرر متى يكون ذلك آمنًا. يمكن أن توفر إشارات التوقف وإشارات المشاة إشارات إلى الوقت الذي يحين فيه دورك للعبور، لكن السائقين لا يتبعون دائمًا القواعد، لذلك من المهم أن تدع شخصًا بالغًا يساعدك في تحديد الوقت الذي يكون فيه العبور آمنًا.

» للتدرب على عبور تقاطع في منطقتك.

- قل الخطوات (يسارًا ثم يمينًا ثم يسارًا وإلى الأمام وإلى الخلف) بصوت عالٍ. تأكد من أن طفلك يستطيع التعرف على الإشارات/اللافتات وما تعنيه.

تذكر أن المعرفة لا تساوي السلوك دائمًا. تأكد أن طفلك مستعد للخطوة التالية في تعلم كيفية المشي بأمان من خلال ممارسة مهارات المشاة الآمنة في المنزل!

الاستعداد وتحمل المسؤولية. الاستمتاع بالإنجازات.

مقتبس من منهج الإدارة الوطنية للسلامة على الطرقات السريعة (NHTSA) لسلامة المشاة للأطفال