

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ایمنی در مسیر مدرسه

«ویژه والدین»



کمیته پیشگیری از سوانح و حوادث

بسیج سلامت دانش آموزان

استان اصفهان



ناشر: انتشارات پارس ایلیا تلفن: ۳ - ۲۶۶۹۳۳۱ - ۰۳۱۱ - فاکس: ۲۶۶۵۱۱۶ - ۰۳۱۱
تهیه و تدوین: لیلا حسینی ، حسین توازهی
با همکاری: معاونت تربیت بدنی و سلامت، اداره کل آموزش و پرورش استان اصفهان
طراح جلد و صفحه آرا: کانون آگهی و تبلیغاتی ایلیا
سال انتشار: زمستان ۱۳۹۱
نوبت چاپ: اول
تاریخ چاپ: زمستان ۱۳۹۱
اجرا: کانون آگهی و تبلیغاتی ایلیا
شابک: ۵-۴۰-۵۸۲۸-۶۰۰-۹۷۸

هر کودک حق دارد:

- دوست داشته شود، بدون اینکه مجبور باشد برای کسب محبت تلاش کند.
- مورد حمایت قرار گیرد، بدون اینکه مجبور باشد لیاقت آن را داشته باشد.
- خود را موجودی ارزشمند بداند حتی اگر بدون هیچ ثروتی پایه این جهان بگذارد.
- به حرفهایش گوش داده شود، بدون این که مجبور باشد جالب و جذاب جلوه کند.
- قبل از خواب داستانی برایش خوانده شود، بدون این که مجبور باشد با اخبار یا سریال های تلویزیون رقابت کند.
- آموزش ببیند، بدون این که در مدرسه مورد تحقیر و تنبیه قرار گیرد.
- به عنوان موجودی دوست داشتنی مورد توجه قرار گیرد، حتی اگر چهره ای داشته باشد که تنها یک مادر بتواند دوست بدارد.



فهرست

- ۵ مقدمه 
- ۵ ایمنی در مسیر مدرسه 
- ۶ توصیه ایمنی از خانه تا مدرسه 
- ۷ اصول ایمنی سرویس مدرسه 
- ۸ اصول ایمنی در خیابان 
- ۹ اصول ایمنی دوچرخه 
- ۱۱ اصول ایمنی در مدارس 
- ۱۲ حیات مدرسه 
- ۱۳ کلاس درس و راهروها 
- ۱۴ بهداشت دانش آموزان در مدرسه 

مقدمه :

با شروع فصل پاییز و آغاز سال تحصیلی تعداد دانش‌آموزانی که در کوچه و خیابان رفت و آمد می‌کنند نیز بیشتر شده است. بعضی همراه والدین خود هستند و گروهی دیگر با دوستان خود، دست در دست هم به مدرسه می‌روند. فراموش نکنید در کلان‌شهرهای قرن ۲۱ در میان بهبوحه آدم‌ها و ترافیک ماشین‌ها، کودکان در خیابان جزو آسیب‌پذیرترین گروه‌ها به حساب می‌آیند. لازم است برای حفظ سلامت و ایمنی آنان بعضی اصول را به آنان آموزش دهیم و در عین حال بعضی اصول را خود رعایت کنیم تا فرزندان ما و فرزندان دیگران در سلامت و ایمنی کامل در جامعه پرورش یابند...

ایمنی در مسیر مدرسه :

قوانین رفت و آمد در خیابان را به فرزندانان آموزش دهید. کودکان زیر ۱۰ سال مهارت‌های جسمی و شناختی لازم برای تشخیص و تصمیم‌گیری در مورد ایمنی خود در رفت و آمد‌ها را ندارند. در ایران در میان همه مصدومیت‌های غیرعمد منجر به فوت در کودکان زیر ۵ سال مصدومیت‌های ناشی از سوانح رانندگی مهم‌ترین عامل مرگ و میر محسوب می‌شوند. سوانح رانندگی همچنین عمده‌ترین عامل مصدومیت در میان کودکان ۱۰ تا ۱۹ ساله است.

توصیه ایمنی از خانه تا مدرسه

در صورتی که فرزند شما قرار است مسافت بین خانه تا مدرسه را به تنهایی یا با دوستانش طی کند بهتر است پیش از تنها گذاشتن او، چگونگی انتخاب محل درست عبور از خیابان را به او آموزش دهید.

✓ یک قدم مانده به جدول خیابان یا در صورت نبودن پیاده رو یک قدم مانده به حاشیه جاده بایستد.

✓ به همه طرف نگاه کند تا متوجه خودروهایی که به او نزدیک می‌شوند باشد. به سمت چپ خیابان نگاه کند. اگر وسیله نقلیه‌ای نیست یا همه ایستاده اند عرض خیابان را به طور مستقیم طی کند.

✓ وقتی به وسط خیابان رسید بایستد و به سمت راست نگاه کند.

✓ اگر خیابان امن بود از عرض آن رد شود. در خیابان ندود و در صورت وجود زیرگذر یا پل عابر پیاده حتما از آنها استفاده کند.

✓ نقاطی را برای عبور از خیابان انتخاب کند که از آنجا تردد وسایل نقلیه در همه جهات به خوبی دیده شود و رانندگان نیز بتوانند آنها را در حال انتظار برای عبور از عرض جاده ببینند.

✓ در صورتی که می‌خواهد از محلی رد شود که چراغ راهنمایی دارد، باید حتما منتظر بماند تا چراغ آدمک سبز روشن شود. پس از توقف اتومبیل‌ها باز هم با دقت کامل از عرض خیابان عبور کند.

- ✓ در صورتی که می‌خواهد از کنار خیابانی عبور کند که پیاده‌رو ندارد باید در خلاف جهت تردد خودروها و روی لبه جاده حرکت کند و اگر اتومبیلی در حال نزدیک شدن به او بود از لبه جاده خارج شده و تا عبور آن صبر کند.
- ✓ آدرس و شماره تلفن منزل را در کیف فرزندتان بگذارید و به او یاد بدهید در صورت مواجهه با هر گونه مشکلی به پلیس مراجعه کند.



اصول ایمنی سرویس مدرسه

- در صورتی که برای رفت و آمد دانش‌آموز سرویس گرفته‌اید، لازم است اصول استفاده از سرویس مدارس را به او بیاموزید:
- ✓ تا توقف کامل اتومبیل یا اتوبوس مدرسه، در پیاده‌رو یا حریم خیابان باقی بماند.
- ✓ هنگام سوار شدن و بستن درب ماشین مواظب باشد دست یا کیف یا لباسش لای در گیر نکند.
- ✓ وقتی اتومبیل حرکت کرد آرام روی صندلی بنشیند و دست یا سرش را از پنجره بیرون نکند.

- ✓ پس از پیاده شدن از اتومبیل یا اتوبوس کاملاً صبر کند تا سرویس حرکت کرده و دور شود تا خیابان به خوبی قابل دید باشد.
- ✓ هرگز از پشت یک وسیله نقلیه دارای راننده رد نشود.



اصول ایمنی در خیابان

- ✓ فراموش نکنید کودکان تمایل بسیاری به خطر کردن دارند و گروهی حواس‌پرت و بازیگوش می‌شوند. در عین حال دانش و مهارت لازم برای مقابله با خطر را ندارند و به همین دلیل لازم است روی توانایی‌های آنان چندان حساب نکرد و آنان را با اصول ایمنی در خیابان به طور کامل آشنا کرد.

✓ به فرزندتان گوشزد کنید که در خیابان در حین رفتن به مدرسه نباید با غریبه‌ها حرف بزند یا سوار ماشین شخص غریبه‌ای شود.
هرگز ناگهان به داخل خیابان ندود و شیپنت را کنار بگذارد.



اصول ایمنی دوچرخه

✓ اجازه ندهید دانش‌آموز برای رفتن به مدرسه از دوچرخه یا وسایل تفریحی چرخ‌دار استفاده کند. کودکان زیر ۱۰ سال مهارت کافی و لازم برای تردد با دوچرخه در معابر عمومی را ندارند. باید همیشه یک بزرگسال در حین دوچرخه سواری مواظب آنها باشد. اگر می‌خواهید فرزندتان را تا مدرسه همراهی کنید و او می‌خواهد از دوچرخه استفاده کند به او یادآوری کنید باید کلاه ایمنی داشته باشد و استفاده از کلاه ایمنی تا ۸۵ درصد از خطر آسیب‌های ناحیه سر و تا ۸۸ درصد از خطر ضربه مغزی می‌کاهد.
✓ از سربالایی و سرازیری‌های تند، جدول خیابان‌ها، سنگ‌فرش‌ها، درپوش‌های

آهنی و سایر سطوح ناهموار و ناپیوسته پرهیز کند.
✓ هرگز اجازه ندهید دو نفر روی یک دوچرخه بنشینند و پیش از استفاده از دوچرخه حتما تمامی قطعات آن را بررسی کنید تا مشکلی برای دانش آموز پیش نیاید.

✓ به فرزندتان یاد دهید از سمت راست حرکت کند.

✓ به افراد پیاده حق تقدم دهد.

✓ از علایم راهنمایی تبعیت کند و هنگام نزدیک شدن به دیگران زنگ دوچرخه را به صدا درآورد.

✓ فرزندتان را با موتورسیکلت به مدرسه نبرید .

✓ هرگز کودکان کمتر از ۱۲ سال را ترک موتور سوار نکنید. کودکان از قد و قامت، استقامت، قدرت، تمرکز و آشنایی کافی با قوانین راهنمایی و رانندگی به منظور سواری ایمن برخوردار نیستند . به گفته کارشناسان ایمنی ، هر فردی که ترک موتورسیکلت سوار می‌شود باید از نظر خصوصیات جسمانی قادر به نشستن روی زین باشد ، هر دو پایش را به شکلی مطمئن روی پدال های پا قرار دهد و با دست دستگیره مخصوص ترک سوار یا راننده موتورسیکلت را بگیرد و باید قادر به استفاده از کلاه ایمنی بوده و حتما از آن استفاده کند.

✓ اگر شما یک راننده یا موتورسوار هستید، بیشتر مراقب باشید. نه تنها شما در قبال سلامت فرزند خودتان موظف هستید بلکه باید سلامت دیگر کودکان

را نیز در نظر بگیرید. پس همیشه در اطراف مهدکودکها ، مدارس و... سرعت خود را کاهش دهید.



ایمنی در مدارس

ایمنی و سلامت دانش آموزان تنها در محیط خارج از مدرسه و مسافت بین خانه تا مدرسه خلاصه نمی‌شود. در تحقیقی که در سال ۲۰۰۲ در آمریکا صورت گرفت مشخص شد سالانه بیش از ۲۰۰ هزار بار دانش آموزان در مدرسه دچار آسیب می‌شوند که ۷۵ درصد این آسیب‌ها ناشی از زمین خوردن در اثر سر خوردن روی زمین، دنبال هم کردن در راهروها، بالا رفتن از وسایل ورزشی موجود در حیاط مدرسه و... است. در همین زمینه نتایج تحقیقات نشان داد که ۱۴۷ دانش آموز زیر ۱۴ سال طی سال‌های ۱۹۹۰ تا ۲۰۰۰ به دلیل آسیب‌هایی مانند زمین خوردن فوت کرده‌اند که ۳۰ درصد این اتفاقات در حیاط مدرسه رخ داده است.

حیات مدرسه

در ایران تحقیقات چندان‌ی در رابطه با آسیب‌های مربوط به بازی در حیات مدرسه انجام نشده است اما با این حال کاملاً واضح است که هموار کردن زمین ، نبود منافذ نصب میله ، نبودن چاله بدون پوشش و سنگریزه و مواد اضافی و... می‌تواند تا حد زیادی سلامت و ایمنی دانش‌آموزان در حیات مدرسه را تضمین کند. استفاده از موزاییک یا بتون به عنوان کف سازی حیات مدرسه یا آسفالت با کیفیت کم که وجود شن یا خاک کنده شده از آن موجب لغزیدن دانش‌آموزان هنگام بازی در حیات مدرسه شود نیز از دیگر موارد منفی در زمینه حفظ ایمنی در حیات مدرسه است.



کلاس درس و راهروها

مسوولان باید متوجه باشند نکات ایمنی مانند راه خروج اضطراری، وجود امکانات اطفای حریق، سیستم زنگ خطر حریق، نرده‌های کنار پله ها و ... در ساخت مدارس رعایت شود.

بهتر است ساختمان مدارس ابتدایی از دو طبقه بیشتر نباشد و کلاس اول و دومی‌ها در طبقه پایین مستقر شوند. ساختمان‌هایی با طبقات زیاد امکان رفت و آمد را برای کودکان مشکل می‌کند و به توصیه کارشناسان بهتر است هر کلاس دو در داشته باشد تا در مواقع اضطراری و بروز خطر بتوانند به سرعت کلاس را تخلیه کنند.

کف کلاس و راهروی مدارس نباید لغزنده باشد. سرامیک برای کف راهروی مدارس مناسب نیست چون می‌تواند سبب سر خوردن و آسیب رسیدن به دانش‌آموزان می‌شود. مسوولان نیز باید دقت داشته باشند هرگز زمانی که دانش‌آموزان در مدرسه هستند، کف راهرو و کلاس‌ها شسته نشود و خیس نباشد چون همین امر احتمال سر خوردن را افزایش می‌دهد.

پنجره‌های کلاس درس و راهروها باید یک متر بالاتر از سطح زمین و ۲۰ سانتی‌متر زیر سقف باشد.



بهداشت دانش‌آموزان در مدرسه

مدیران مدارس موظف‌اند از وسایلی برای آموزش دادن به کودکان استفاده کنند که به سلامت جسمی و روحی آنها صدمه‌ای وارد نکند. در اینجا به طور خلاصه به برخی نکات قابل توجه اشاره می‌کنیم:

تابلوهای کلاس درس باید به گونه‌ای باشند که نور را منعکس نکنند. تابلوهای وایت برد برای کلاس درس مناسب نیست چون با انعکاس دادن نور سبب آسیب رساندن به چشم دانش‌آموز می‌شود.

صندلی و میزی باید برای دانش‌آموزان انتخاب شود که راحت و استاندارد و با سن و قد دانش‌آموز متناسب باشد.

صندلی‌های تک‌نفره بهترین نوع برای دانش‌آموزان است.

بهرتر است توالت‌های مدارس در خارج از ساختمان و در حیاط مدرسه ساخته شوند تا نه تنها بوی تعفن در ساختمان نیچد بلکه سبب بروز آلودگی و بیماری نیز نشود.



مدارس موظف اند لیوان های یکبار مصرف در کنار شیر آب مدارس قرار دهند.

استفاده از سردکن نیز مناسب مدارس ابتدایی نیست. در صورتی که از مخازن فلزی و پلاستیکی آب نیز در مدارس استفاده میشود لازم است از بهداشتی بودن آب داخل آن اطمینان حاصل کرد.





پیشگیری از رفتار مخاطره آمیز
در نوجوانان و جوانان

ایمنی در مسیر مدرسه

«ویژه والدین»

ستاد طرح بسیج سلامت
دانش آموزان استان اصفهان



برای کودکان محیطی سالم بسازیم
کودکان امروز بزرگسالان فردا هستند.
آنها سزاوار به ارث بردن دنیایی امن تر،
زیبا تر و سالم تر هستند.
ایمن ساختن محیط زندگی کودکان،
مهمترین وظیفه ی ماست.



پیشگیری از رفتار مخاطره آمیز در نوجوانان و جوانان