



Kad kelias į mokyklą būtų saugus

Kiekvieno tėvelio gyvenime ateina toks metas, kai savo vaiką pagaliau reikia į mokyklą išleisti keliauti vieną. Ką reikėtų daryti, kad ir vaikas būtų saugus, ir tėvelio širdis rami?

Kaip ir ko išmokyti savo vaikus, kad kelias į mokyklą jiems būtų saugus:

Prieš pradėdant vaikui vienam eiti į mokyklą, jį reikia gerai šiam žygiui paruošti: parinkti jam saugiausią kelią, kuriame būtų kuo mažiau plačių gatvių. Pirmiausia ant paprasto popieriaus lapo reikėtų nubrėžti žaismingą kelio į mokyklą schemą. Ji turėtų būti paprasta ir vaikui suprantama. Schemoje reikėtų pažymėti pagrindinius objektus, pagal kuriuos vaikas galėtų orientuotis. Tai galėtų būti namas, mokykla, parduotuvė. Taip pat svarbu paryškinti pavojingiausias vietas, kuriose vaikas turėtų būti ypač atidus, pavyzdžiui, gatvė. Nupieštu keliu tėveliams reikėtų kelis kartus nueiti drauge su vaiku, dar prieš išleidžiant jį vieną į mokyklą. Einant numatytu keliu svarbu įvertinti, kiek vaikas užtrunka keliaudamas iki mokyklos. Žinoma, laiką matuoti reikia vaiko žingsniu, neskubant. Tėveliai turi gerai apskaičiuoti šį laiką, kad ryte vaikui netektų vėluoti į pamokas ir šis strimgalviais nebėgtų per gatvę.



Jei vaikas savo kelyje į mokyklą turi pereiti gatvę, ko jį svarbiausia išmokyti?

Svarbiausia vaiką išmokyti nesiblaškyti ir neskubėti, o susikaupti ir pagalvoti, kaip saugiai pereiti gatvę. Patariama kelis kartus pereiti gatvę kartu su vaiku, kad parodytume jam gresiančius pavojus. Be to, jeigu tenka eiti per gatvę, kurioje nėra šviesoforo, reikia vaiką išmokyti eiti ne įstrižai, bet stačiu kampu. O jeigu kelyje yra pėsčiųjų perėja, žinoma, reikia įpratinti vaiką eiti tik per ją. Vaikus reikia išmokyti, kad einant per šviesoforo reguliuojamą perėją, būtina sulaukti ne tik žalio šviesoforo signalo, bet ir



pasiziūrėti į šonines gatves. Mažą vaiką reikia mokyti įžengti į pėsčiųjų perėją tik tada, kai automobilis sustoja, nes pats vaikas negali gerai įvertinti nuotolio nuo atlekiančios mašinos iki perėjos. Taip pat reiktų vaikui pademonstruoti situaciją, kai yra kelios eismo juostos, o perėja nereguluojama. Teisingas būtų toks mokymas: pirmoje juostoje mašina sustojo, vaikas žengė į priekį, pasiziūrėjo pro kraštą, palaukė, kol šalia sustos važiuojanti mašina, ir tik tada žengė toliau. Svarbiausia, kad vaikas įprastų nebėgti per visas eismo juostas sustojus tik pirmam automobiliui.

Atšvaitas būtinas kaip dantų šepetukas

Daugelis mokinukų iš mokyklos tiesiai į namus grįžti neskuba – užsiima popamokine veikla, lanko įvairius būrelius. Neretai aktyviausiems vaikams į namus tenka grįžti jau sutemus. Kaip jiems tai padaryti saugiai? Tamsiuoju paros metu kiekvienas mokinys būtinai turi segėti atšvaitus ar dėvėti drabužius su atšvaitais. Jeigu atšvaitas spyruoklinis, jį reikia užsidėti ant dešinės rankos, o jeigu pakabinamas – prisegti prie viršutinio drabužio dešinės kišenės. Beje, reiktų atšvaitą segėti ne tik vakarais, bet ir apniukusią dieną. **Svarbu, kad ne tik vaikai, bet ir jų tėvai segėtų atšvaitus. Jie turi būti geras pavyzdys vaikams, nes kaip tėveliai elgsis gatvėje, taip elgsis ir mažieji. Jiems tėvai – didžiausias autoritetas.**



Parengė: Visuomenė sveikatos specialistė vykdanči sveikatos ugdymą mokykloje:

Eglė Bertulienė