

وزارة التربية والتعليم الفلسطينية
الإدارة العامة للصحة المدرسية

دليل السلامة على الطرق

إعداد: د. إيهاب شكري

م. معاوية الريماوي

مقدمة...

إدراكاً من وزارة التربية والتعليم لأهمية العناية بصحة الأطفال وتعزيز نموهم ونمائهم السوي، ونظراً للمعتقدات والممارسات الخاطئة التي يتصرف بها أبناؤنا الطلبة فيما يتعلق بالسلامة على الطرق، وفي ظل الظروف السياسية الراهنة التي زادت من مثل هذه الممارسات بالإضافة إلى تزامن ذلك مع عدم وجود تطبيق لقانون وأنظمة المرور؛ كان لا بد أن نقف هنا وبدافع حماية الوطن والمواطن وانطلاقاً من خوفنا على صحة أبنائنا النفسية والجسدية، ولإدراكنا مدى الخطورة التي وصل إليها تفكير أبنائنا وممارساتهم الخاطئة المتعلقة بالمرور كان لا بد من إنتاج مثل هذا الدليل ليكون أحد وسائل الحماية والوقاية.

يهدف الدليل إلى مساعدة الأطفال على التفكير والتحليل قبل إتخاذ أية قرارات وسلوكيات تؤثر على صحتهم، بالإضافة إلى حثهم للتعامل مع ظروف الطريق ووسائل المرور بطريقة سليمة وآمنة، وتشجيعهم على إتباع منهجية للتفكير الناقد واتباع سلوكيات سليمة وتبنيها كعادات يومية للتقليل من حوادث الطرق والإصابات.

ولأن الحياة جديرة بأن نحياها بعلم نافع وخلق جم يعطينا القدرة على البناء والارتقاء... ومن إيماننا بأن أبناء المستقبل يجب أن يتمتعوا بقدرة نفسية وجسدية، تعطيمهم القدرة على الوقوف في وجه التحديات، فمن هنا ويدا بيد، نأمل أن يتحقق حلمنا من أجل وطننا، ومن أجل أبنائنا. يأتي تطوير النسخة الثانية من هذا الدليل إستجابة لحاجة الميدان حيث نفذت جميع النسخ من الطبعة الأولى، وظهرت بعض الاحتياجات في تعديل وتطوير بعض الموضوعات ، تبعاً للتغذية الراجعة من المؤسسات الشريكة، ولذا إقتضى التعديل وإخراج الطبعة الثانية من الدليل مع العلم أن الطبعة الأولى من الدليل قام على انجازها مشكوراً مركز السلامة على الطرق وسلامة البيئة "مرور" عام ٢٠٠٤.

ولا بد من تقديم الشكر والتقدير لجميع المؤسسات العاملة في مجال السلامة على الطرق ونخص بالذكر كل من: المجلس الأعلى للمرور، وشرطة المرور، ووزارة الصحة، ووزارة المواصلات، ووزارة الأشغال العامة، ومركز السلامة على الطرق وسلامة البيئة "مرور"، واتحاد شركات التامين. آمليين أن تتكامل جهود الجميع في التقليل من حجم حوادث الطرق والإصابات التي يتعرض لها أبناء فلسطين.

لماذا الإهتمام بالطلبة ؟

يمرّ الشباب ومنهم طلبة المدارس بتغيرات جسدية ونفسية واجتماعية عديدة، حيث نجد أن للطلبة احتياجات عديدة، ومنها الاحتياجات الصحية، والاحتياجات التنموية، والتعليمية والترفيهية، والاحتياجات إلى الحماية والأمان، والاحتياجات إلى المشاركة والتعبير عن آرائهم في قضاياهم ومشاكلهم والإصغاء لمطالبهم والعمل على تلبية هذه الاحتياجات من قبل الكبار كأفراد، ومجتمعات ودولة.

كلنا متفقون على أن الطلبة هم أساس لمجتمع أفضل، فالعائلة والمدرسة تلعبان دوراً كبيراً في تنمية قدراتهم وصقل شخصياتهم وتعويدهم تحمل المسؤولية على مختلف مستوياتها، من خلال الحوار المبني على الثقة والإيمان بمقدرة وإمكانية كل منهما، وإذا كانت العائلة نواة المجتمع، فالمدرسة جزء مهم من المجتمع، وعليها تقع مسؤولية تطوير مهارات الطلبة والإستجابة لاحتياجاتهم، بل وتعريف الطلبة على مختلف حاجاتهم، وفتح المجالات لهم للتعلم من تجاربهم وتجارب الآخرين، وتحمل مسؤولياتهم ضمن حدود عمرهم وقدراتهم مدعومين برعاية الكبار، بحيث لا يشكل ذلك سيطرة عليهم أو تدخلاً ينعكس سلباً عليهم، ويعتبر هذا الدعم مطلباً أساسياً للجميع.

وإذا لم يتم توفير هذه البيئة الصحية للطلبة لتنمو وتتعرز من خلالها المبادئ والقيم والمفاهيم التي يتحلى بها مجتمعنا الفلسطيني، فإن مفاهيماً ومبادئاً وقيماً أخرى غير مرغوب فيها ستتغلب عليها كالفوضى والإستهتار بالأرواح والمقدرات والقيام بتصرفات شاذة تضر بالفرد وأسرته ومجتمعه، خصوصاً في عصر انتشار وسائل الإعلام والإتصال بشكل كبير، بالإضافة لحقيقة أن تأثير الأسرة أصبح محدوداً مقارنة مع حجم تأثير البيئة المحيطة ووسائل الإتصال وضغط الأقران.

تشير الدراسات إلى أن الأفراد بعمر (١٥-٢٤ سنة) هم الأكثر عرضة لحوادث الطرق، وتسبب لهم إصابات قاتلة وإعاقات متعددة، وخاصة أن معظم الإصابات يصيب الجهاز العصبي وخاصة الدماغ والنخاع الشوكي، ولها أعراض جسدية ونفسية تؤثر في نمو الأفراد وتطورهم الجسدي والعقلي على المدى المنظور، الأمر الذي يؤكد ضرورة توعية الأطفال بخطورة هذه الإصابات وطرق تجنبها في سن مبكرة مع العلم أن ٩٠% من هذه الإصابات يمكن تجنبها.

كيف نؤمن استمرارية الدعم للطلبة؟

إضافة إلى تزويد الطلبة بالمعلومات، علينا كأهل وكبار ومعلمين وميسرين أن:

- نعلمهم التفكير الناقد والتحليل واستخدام الحجج المنطقية التي تمكنهم من مواجهة ضغوط أقرانهم وامتلاكهم القدرة على الرد بحزم وثقة. مثلاً: "إن التدخين مضر بنظافة أسناننا. شكراً، لا أريد هذه السجارة". "إن اللعب بالطريق يؤدي إلى حوادث مؤلمة وإعاقات دائمة، متأسف، لا أريد أن ألعب في الطريق".
- نشجعهم على كيفية استثمار وقت الفراغ في أنشطة تعزز صحتهم، واختيار ألعاب مناسبة في أماكن وأوقات مناسبة، والابتعاد عن مجارة الآخرين وسلوكهم الخطر، وعلينا أن نرفع معنوياتهم باستمرار عن طريق مدحهم وتشجيعهم.
- نظهر الإهتمام المستمر بهم من خلال الإصغاء إليهم ومشاركتهم مشاكلهم. مثلاً: نسألهم عن الطريقة التي يمضون بها أوقاتهم، وعن رفاقهم، ودروسهم، وكيف يسيرون على الطرق.
- نصغي إليهم عندما يخبروننا عن أمورهم، ونحاول معهم أن نجد الحلول، دون أن نفرضها عليهم، ونطلب المساعدة من أصحاب الاختصاص لمناقشة الموضوعات التي تهمهم.
- نضع وبالمناقشة والشراكة معهم، قوانين التعامل كعائلة، والإصرار على أهمية تطبيقها في المناسبات كافة، وتحمل نتائجها، مثلاً: وقت الخروج والعودة إلى المنزل، والفترة المحددة لزيارة الرفاق، وطريقة المرور في الطرقات، واختيار أماكن اللعب،...

لا يقتصر دعم الكبار على الأهل، بل يتخطاه ليشمل شركاء متعددين، أبرزهم الطواقم التعليمية: المدير، والمعلم، والمرشد التربوي، ومنسق الصحة، وموظف الصحة الميداني التي يتعدى دورها تلقين المواد إلى بناء أنشطة تعزز قيم ومهارات الإنسان كوحدة متكاملة تتفاعل داخل المجتمع. إن الشراكة بين الأهل والمدرسة يمكن أن ينتج عنها خطوات عدة لدعم الطلبة، وتقوي العلاقة بين البيت والمدرسة وتعزز تحصيل الطلبة من خلال التعاون في جوانب متعددة أهمها معرفة الظروف الصحية والنفسية للأطفال وتحديد آليات التدخل وإشراك الأهل في التخطيط لنشاطات صحية متعددة تهتم بسلامة الطلبة ومتعلقة بموضوع السلامة على الطرق وآلية تنظيمها وتنفيذها وتقييمها.

كما يمكن للمدرسة أن تلعب دوراً إيجابياً في فتح قنوات الحوار بين الكبار والطلبة، وإتاحة الفرصة لمناقشة الموضوعات المتعلقة بصحة الأطفال، وخاصة في الأوقات التي يمكن للأهل

التواجد فيها، مثل الفترات المسائية وأثناء العطل ما أمكن، حيث تتيح هذه اللقاءات فرصة تبادل وجهات النظر، وتقبل الرأي الآخر، والتوصل إلى اتفاقيات وقواعد يمكن تطبيقها في الواقع.

دور المدرسة في تعزيز السلوكيات الإيجابية

للمدرسة دور أساسي وفاعل في تطوير سلوكيات الطلبة من خلال:

- إعلامهم وأخذ رأيهم بالبرامج المتعلقة بصحتهم، والتي ستقوم المدرسة والطلبة بتنفيذها.
- مشاركتهم في التخطيط والإعداد للأنشطة الصحية، واعطائهم الفرصة لتنفيذ الأنشطة وتحمل المسؤولية.
- دعوة الأهل إلى حضور نشاطات متعلقة بالموضوع يقوم بها الطلبة، مثل الأنشطة الرياضية، والمسرحيات، والمعارض الصحية، ومسابقات الرسم أوالنثر وغيرها.
- تنظيم نشاطات موجهة إلى الأهل، مثل تزويدهم بالمعلومات عن الموضوعات المتعلقة بالسلامة على الطرق من خلال حضور ندوات وجلسات حوار يديرها اختصاصيون.

باختصار...

- إبدأ بعمر مبكر بالحديث مع الطلبة عن القضايا التي تتطلب اتخاذ قرار قد يؤثر على صحتهم.
- خذ المبادرة وكن متفائلاً ، لأن الإصرار والمثابرة يقودان للنجاح.
- لا ترفض التكلم مع الطلبة عن أي موضوع مهما كان.
- إصغ إلى ما يقوله الطلبة، وحاول أن تتفهم وجهة نظرهم وتعليمهم مهارات الإصغاء.
- ناقش بانفتاح وعزز طرح الأفكار الجديدة والإبداعية لحل المشكلات.
- مرر القيم والمبادئ خلال الحديث وكن قدوة في تعزيز دور القيم والسلوك الصحي.
- كن صادقاً وصبوراً ومرناً ومتفتحاً.
- انتهز فرص الحياة اليومية لفتح الحديث حول الموضوعات المتعلقة بحياة الطلبة اليومية.
- تحدث عن الموضوع باستمرار حتى تشعر أن الطالب تذوق القيم والمهارات ذات العلاقة.
- لا تميز بين الولد والبنت في الحديث عن أي موضوع صحي وفي المعاملة أيضاً، فكثيراً ما يميل الأهل إلى إعطاء حرية أكبر إلى الولد من دون تزويده بالمعلومات والمهارات التي تحميه، معتقدين أنه نكر قوي يمكنه الخروج إلى الطريق بأمان، في حين لايسمح للبنت بالخروج من البيت، والنتيجة أن عدد الإصابات بسبب الحوادث في مجتمعاتنا أعلى لدى الذكور من الإناث.
- استعن بالاختصاصيين للحصول على معلومات للأسئلة التي لا تعرف الإجابة عنها.

- استفد من نشاطات يوم الصحة العالمي وأسبوع السلامة على الطرق أو أية نشاطات تقام حول الموضوع.
- إبحث عن الموضوعات الصحية من خلال المراجع والأدلة التي تصدرها المؤسسات الصحية، واستند للكتب ومواقع الإنترنت الموثوقة.

دور الطلبة

لسلوك الطالب الشخصي دوراً مهماً في تحديد صحته، وبالرغم من تأثيره بعدة عوامل متداخلة ومعقدة أحياناً، بإمكان الطالب العمل على تطويره وتغييره، فسلوك الطلبة يتأثر بعدة جوانب منها:

- العوامل الفردية المتعلقة بذات الشخص ومنها: المعرفة، والمعتقدات، والقيم، والمواقف، والمهارات، وممارسة التفكير الناقد وتحليل الموقف قبل أي تصرف.
- العوامل الاجتماعية والبيئية المتعلقة بالمجتمع والبيئة المحيطة ومنها: العائلة، والأصدقاء، والقرية أو المخيم أو المدينة التي يعيش فيها الفرد، والوطن، والمجتمع الإقليمي والعالمي.
- العوامل المؤسسية التي تحدد نمط العلاقة بين الأفراد المنتمين لها ، من خلال السياسات، والقرارات، والنشاطات، والخدمات التي تعتمدها المؤسسة.
- القوانين العامة التي تشرع أو تحد من التصرفات وخصوصاً تلك المتعلقة بالصحة العامة وحماية المواطن مثل قانون المرور وغيره.
- العادات والتقاليد السائدة التي تشجع أحياناً على سلوكيات خطيرة مثل قيادة المركبات دون الحصول على ترخيص، وركوب المركبات غير القانونية، وغيرها من العادات التي بدأ يألفها المجتمع ويعتادها للأسف.

فلنأخذ حالة معينة لطالب في الصف السادس

عدنان شاب في الثانية عشرة من عمره، يشعر بالملل (عوامل فردية) وليس من أحد في محيطه يصغي إليه أو يسليه (عوامل اجتماعية)، عرض عليه أحد أصدقائه ركوب دراجة نارية للتجول في المدينة.

لجأ عدنان إلى الموقع الإلكتروني الذي تؤمنه الشرطة (عوامل مؤسسياتيه) مستفسراً عن الموضوع، فحصل على معلومات متعلقة بالضرر الناجم عن قيادة الدراجة النارية بدون رخصة ، كما أدرك أن مثل هذا التصرف يعتبر مخالفة للقانون وقد يدخله السجن (قوانين عامة)، وساعد حضوره لقاءات التثقيف الصحي التي تنظمها وزارة التربية بالتعاون مع مركز مرور (عوامل

مؤسساتية) على اكتساب حجج الإقناع ومهارة قول "لا" (عوامل فردية)، فأجاب رافضاً هذا الإغراء...

النتيجة : سلوك صحي مسؤول

تذكر وفكر دائماً !

على الرغم من تأثير الأصدقاء علينا، فإن خياراتنا الصحية تعود لنا وحدنا، فنحن من يملك القدرة على تنمية عادات صحية إيجابية متجاوزين مختلف الضغوط.

الشباب والكبار

ليلي: "عندما أواجه مشكلة ألجأ إلى أمي".

عدنان: "معلوماتي الصحية أحصل عليها من موظف الصحة المدرسية".

خالد: "أجد صعوبة في مناقشة موضوعات تتعلق بقيادة المركبة مع أهلي".

نور: "أحتر لمن اتوجه عندما تواجهني مشكلة".

تساؤلات عدة تمرّ في أذهان الشباب والكبار في آن معاً عن كيفية التعامل إزاء القواعد والقوانين التي تنظم حياة الناس:

- يتساءل الشباب عن تردد الكبار في مساعدتهم، ولا يعلمون بأن الكبار لا يملكون دائماً الأجوبة والمهارات المناسبة للتواصل مع الشباب.
- يعتقد الكبار أحياناً أن التحدث مع الشباب عن موضوع ما هو تشجيع لهم على القيام بممارسات خاطئة.
- إضافة إلى أن الكبار ينشغلون عن أبنائهم في تأمين احتياجاتهم المعيشية.
- أضف لذلك أن الشباب يميلون لأقرانهم ويستمعون لهم أكثر من أهاليهم.

للشباب، وخاصة الأهل، الحق في الخوف على أبنائهم وحمايتهم، لكن من واجبهم أيضاً تقديم وسائل هذه الحماية من معلومات، ومهارات ومواقف، ومشاركتهم في اتخاذ القرارات المسؤولة، فتبنى بين الطرفين علاقة متينة تمكنهم من مواجهة جميع الضغوط مهما كانت قوية، ومن أية جهة أتت، وهنا لا بد للأهل من اتخاذ إجراءات حازمة أحياناً، وإن لم تعجب الشباب، لأن الشباب في فترة المراهقة لا يدركون حجم المخاطر والخسائر التي قد تترتب نتيجة سلوكهم.

أهداف الدليل

يهدف هذا الدليل إلى توفير معلومات ومهارات ومواقف للمشاركين من الطلبة والمعلمين عن مبادئ السلامة على الطرق، والممارسات الخطرة التي قد تعرضهم للحوادث والإصابات، حيث أن الموضوعات الواردة في هذا الدليل مهمة، لذا من الضروري أن نتعاطى معها بوضوح وموضوعية مشددين على المشاركة، والتواصل الفعال، والمناقشة الموضوعية محترمين إمكانيات المشاركين ومميزاتهم، ولذا يلعب مناخ الجلسة دوراً مهماً في نجاحنا في الوصول إلى أهدافنا. ويهدف أيضاً إلى مساعدة الطلبة على التفكير أولاً قبل اتخاذ أية قرارات أو سلوكيات في حياتهم اليومية، والإفادة من المعرفة والمهارات التي يؤمنها الدليل، والتي من شأنها إكساب الطلبة سلوكيات آمنة تقلل من خطورة التعرض للحوادث.

ويهدف كذلك إلى إغناء عملية اكتساب المعرفة، وجعلها أكثر تشويقاً وتفاعلاً على نحو يخاطب جميع فئات الطلبة وخلفياتهم بأسلوب متنوع متعدد الوسائل، بالإضافة إلى دمج أولياء الأمور والمجتمع المحلي في عملية التوعية لجعلها أكثر فاعلية وأكثر متعة.

لمن يتوجه الدليل ؟

تم تطوير هذا الدليل لاستخدام المعلمين ومنسقي الصحة المدرسية وموظفي الصحة الميدانيين والمرشدين التربويين وعاملي الصحة المجتمعيين والمتقنين الصحيين وشرطة المرور وجميع الميسرين الهادفين إلى إحداث تغييرات في معارف وتوجهات وسلوكيات الطلبة المتعلقة بالسلامة على الطرق، ويمكن توظيف هذا الدليل للطلبة في المرحلة الأساسية في الصفوف من الصف الرابع وحتى الصف العاشر مع ضرورة تعديل بعض النشاطات لتناسب الفئات العمرية المختلفة ما أمكن.

ويمكن أن يستفيد من مواد هذا الدليل أعضاء فرق السلامة على الطرق في المدارس والنوادي لتعزيز دورهم في توعية أقرانهم وأفراد مجتمعهم، ويستفيد من الدليل أولياء الأمور من خلال الرسائل التي يوجهها الدليل لمتابعة أبنائهم، ومن خلال ورش العمل التي يتم تنظيمها في مجال التوعية المرورية.

وننوه هنا إلى أن الدليل موجه إلى كل من الإناث والذكور على حد سواء، سواءً كمدرسين أو مشاركين، وأن استخدام صيغة المذكر هنا هدفه التبسيط ويقصد به التوجه للجنسين باستثناء المواضع التي تتطلب التخصيص.

مكونات الدليل

يتكون الدليل من عدة جلسات للتوعية والتدريب، تستند في تنظيمها للتعلم النشط الذي يحفز الطالب على التعلم أثناء العمل، وبناء معارفه وتوجهاته ومهاراته أثناء تنفيذ هذه الجلسات، وتتكون كل جلسة تنقيف من عدة أهداف أو نتائج، وأنشطة تحقق هذه النتائج، وآلية تنفيذ الأنشطة وعدد من أوراق العمل أو المستندات التي يتم تنفيذها بأحد استراتيجيات التعلم النشط، كالتعلم التعاوني وعمل المجموعات، أو التعلم عن طريق اللعب أو الإستكشاف وغيرها من استراتيجيات التعليم، ويحتوي أدوات للتقييم المتناسب مع الأداء، وبطاقة للأهالي لمشاركة الطلبة تعلم موضوعات الدليل وتبادل الأفكار.

مناخ الجلسة

ننتبه إلى مايلي أثناء تنفيذ جلسات الدليل:

- طريقة جلوس المشاركين تعزز أو تخفف من تفاعلهم مع بعضهم، حيث يجلس المشاركون بطريقة يرى كل فرد المشاركين الآخرين ويسمعهم، وبصورة غير رسمية كما هي الحال خلال الحصص الدراسية، ولكن بشكل دائري، فيرى كل مشارك الآخر، ويمكن الميسرون من الحركة في الوسط بشكل يشاهدهم الجميع.
- توفير جو إيجابي ومنفتح يشعر المشاركين بالأمان، فيتمكن الجميع من طرح الأسئلة والمشاركة الفعالة، حيث يتم التشديد ومنذ الجلسة الأولى على أهمية الفرصة المعطاة لنا ولهم للتواصل فيما يهمهم ويثير تساؤلاتهم، ونستخدم التواصل الإيجابي الذي يشجع على طرح الأسئلة والمشاركة، ونعرف المشاركين إلى ما هو مطلوب منهم مسبقاً، فنخبرهم بشكل عام عن الموضوعات التي سنتم مناقشتها والطريقة التي سوف نستخدمها في طرحها، ونضع، وبمشاركة الطلبة ومنذ الجلسة الأولى، مجموعة من القواعد التي ستؤمن الجو المطلوب، ونقوم بصياغة اللائحة بموافقة الجميع عليها، ونعلقها في القاعة بحيث يراها الجميع، وتبقى خلال كل الجلسات فنعود إليها عندما يتم خرق أحد قواعدها (أنظر أمثلة على قواعد الجلسات).
- نبدأ الجلسة بنشاط تعارف حين يكون جميع أو بعض المشاركين جدداً، يليه نشاط كسر الجليد (انظر لاحقاً: أنشطة كسر الجليد)، ومن المهم أن نوزع في نهاية الجلسات المادة التي تمت مناقشتها من خلال منشورات أو كتيبات في حال توفرت.
- نستخدم اللغة المبسطة في التحدث عن الموضوعات كافة، مبتعدين قدر الإمكان عن الألفاظ التقنية التي قد لا يفهمها البعض، وفي حال اضطررنا، علينا أن نفسرها جيداً ونتأكد أن الجميع قد فهمها.

- نطرح الأسئلة المفتوحة بهدف الحصول على أكبر عدد من الإجابات التي نصنفها ونصححها بطريقة لا تجرح شعور المشاركين وتمنعهم من التفاعل، ونتذكر دائماً أنه عندما نطرح موضوعات تتعلق بالمواقف والقيم، هنالك عدة إجابات قد تكون صحيحة بالرغم من اختلافها.
- نطرح الأسئلة العامة وغير الخاصة، أي تلك التي تتطلب أن يخبرنا المشاركون معلومات عن أنفسهم أو عائلاتهم... لأنه من السهل أن نتكلم عن خبرات الآخرين أكثر من الحديث عن خبراتنا.
- عندما ننفذ دراسات الحالات أو القصص التي تحتوي على أسماء، وفي حال علمنا صدفة أن بعض المشاركين يحملون الأسماء ذاتها، من الممكن أن نغير الأسماء المستخدمة، ونوضح في بداية الجلسة أن الأسماء المستخدمة في دراسة الحالة أو القصص لا تمت بأي صلة لهؤلاء المشاركين الذين يحملون الأسماء ذاتها.
- يبنى مع الوقت جو من الثقة والانفتاح، بحيث يصبح من السهولة بمكان أن يتحدث المشاركون عن خبراتهم الشخصية في موضوع ما.
- نمتنع عن إبداء الرأي الشخصي في موضوع ما، خصوصاً فيما يتعلق بالقيم والمعتقدات والمواقف، كما نتجنب وبطريقة إيجابية الأسئلة الخاصة التي يطرحها بعض المشاركين بهدف التعرف إلى حياتنا الشخصية، فنحجب: نحن نعرف بهدف مناقشة الموضوعات التي تهمنا جميعاً دون الدخول في تفاصيل الحياة الشخصية لكل منا، كيف يمكن أن يكون سؤالك أكثر عموماً فنستفيد جميعاً من الإجابة عنه؟"
- قد يحاول بعض المشاركين أن يطرح تعابير غير علمية وليس لها علاقة بالموضوع. نبتعد عن معاقبة هؤلاء المشاركين ونوضح العبارة المناسبة لها بهدوء وثقة مسيطرين على تواصلنا غير اللفظي.
- استخدام أنشطة ترويحية أو ترفيهية هادفة تنسجم وظروف التدريب وتتصف بالإبداع والإبتكار ويمكن تكليف المشاركين للبحث عن هذه الأنشطة من خلال خبرات سابقة أو مصادر وأدلة مختلفة أو عبر مواقع الإنترنت الموثوقة.

أهم قواعد الجلسات:

- إبداء الرغبة والإهتمام في تبادل الرأي والحوار والتعلم.
- نحترم بعضنا ونتعامل بإيجابية مراعين لمشاعر بعضنا البعض.

- نمتنع عن الإفصاح عما تم مناقشته من أفكار من قبل المشاركين داخل الجلسة، ومع الآخرين من خارجها. فمن الممكن أن نطرح الموضوع بشكل عام دون أن نحدد اسم الشخص الذي طرح فكرة أو خبرة معينة.
- يصغي كل منا إلى الآخر دون مقاطعته أثناء الحديث.
- لكل من المشاركين والميسرين الحق في عدم الإجابة عن الاسئلة الشخصية.
- كل الأسئلة مقبولة مهما كانت بديهية.
- من المقبول ألا نوافق المشاركين على آرائهم، ولكن من غير المسموح أن نسفه هؤلاء مهما كانت درجة الاختلاف، فلا نضحك، ولا نستهزء بهم.
- من الممكن أن يكون لدى البعض منا تساؤلات شخصية، فنقوم بطرحها على انفراد خارج الجلسة.
- التقليل من التشويش في الجلسات، وعدم الخروج عن الموضوع قيد المناقشة.

ويجدر التنويه هنا وفي بداية أية نشاط أن يأخذ الميسر بعين الاعتبار الأمور الآتية:

- إن تعديل السلوك مهمة تتطلب متابعة متواصلة وتوعية مستتدة للمهارات الحياتية الأساسية وهي: مهارة الإتصال والتواصل والتعاطف مع الآخرين، ومهارة تقدير الذات، ومهارة احترام الآخرين وتقبل وجهة نظرهم، ومهارة مقاومة الضغوط، ومهارة التخطيط وحل المشكلات.
- استخدام الميسر لنشاطات كسر جليد مع بداية كل جلسة، والعمل على ابتكار أفكار جديدة لكسر الروتين، وفي هذا السياق يمكن البحث عن مواقع إلكترونية متعددة حول تمارين كسر الجليد.
- أن يتصف المدرب بالإنفتاح وتقبل الآخر، وأن يمتلك مهارات إدارة الجلسة التدريبية واستخدام التقنيات التربوية، والقدرة على مواجهة الضغوط والظروف الطارئة، والإصغاء للمشاركين، والقدرة على إشراك الجميع، وتقبل النقد واحترام الآخر، وعدم التسرع وإبداء رأي دون الحصول على دليل علمي.
- الإستعداد الجيد من خلال القراءة والتحضير والإطلاع على البيانات والمعلومات المتعلقة بموضوع الدليل.
- توفير مواد الجلسة قبل تنفيذها من خلال الإطلاع المسبق على سير الجلسة، وتكليف الطلبة إحضار مواد داعمة من مصادر متعددة إلكترونية أو نشرات أو مجلات معتمدة.
- الحرص على إشراك جميع الطلبة واحترام قدراتهم والفروقات الفردية والإبتعاد عن أية تصرفات قد تسبب حساسية أو شعور بالتمييز بين الطلبة أو المشاركين.

- التأكيد على أن ما يطرح من أفكار هي وجهات نظر يجب احترامها ولا يمكن استخدامها لإصدار أحكام شخصية أو تعميمات على الأفراد.
- ضرورة ربط المعارف الجديدة بمعارف الطلبة السابقة وتعديل المفاهيم الخاطئة والتأكد من وصول الرسالة الصحية للجميع عبر استراتيجيات التقويم المختلفة.
- تهيئة الطلبة للجلسات اللاحقة من أجل التحضير والإستفادة من المواد التي يمكن إحضارها وأخذ موافقة الأهالي والتواصل معهم عبر الجلسات المختلفة.

أهمية تدريس مبادئ السلامة على الطرق في المدارس؟

بلغ عدد الحوادث المرورية على الطرق في المحافظات الفلسطينية الشمالية ٧٢٤٧ حادثاً خلال العام ٢٠١١، حيث سجلت محافظة رام الله أعلى نسبة حوادث بلغت ٢٢ %، تلاها محافظة نابلس بنسبة ٢١.٣ % فيما سجلت محافظة طوباس أدنى نسبة حوادث. وبلغ عدد إصابات الحوادث المرورية أكثر من ٧٧٦٠ إصابة شكلت الإصابات المتوسطة والخطيرة ما نسبته ١٣.٣ %، وتوفي بسبب هذه الحوادث أكثر من ١٠٤ أشخاص^١.

ويشير تقرير الوضع الصحي في فلسطين الصادر عام ٢٠١١ إلى أن الحوادث والإصابات تعد من الأسباب الرئيسية للوفاة، حيث تسبب الحوادث بشكل عام الوفاة لقرابة ٢٤.٣ % للأطفال عمر (١-٤) سنوات ومن هذه الحوادث تقريباً ١٣ % حوادث طرق، في حين تسبب الحوادث الوفاة لقرابة ٢١ % من الأطفال بعمر (٥-١٩) سنة وتبلغ نسبة حوادث الطرق من إجمالي الحوادث لهذه الفئة أكثر من ١٢ %، وبشكل عام يصاب أكثر من ثلث الطلبة بجروح ورضات مختلفة لأسباب عديدة منها حوادث الطرق^٢.

وفقاً للإحصائيات المتاحة، فإن العالم العربي يفقد ما يزيد عن ٢٦٠٠٠٠ شخص سنوياً بسبب حوادث الطرق، بينما يصل عدد المصابين إلى حوالي ٢٥٠٠٠٠٠ شخص، فضلاً عن الأضرار الجسيمة التي تسببها الحوادث التي يصل عددها إلى نصف مليون حادث سنوياً، ومن تحليل الحوادث يتضح أن ٨٠ % منها بسبب العنصر البشري، و ٥.٥ % سببها خلل المركبات، و ٥ % بسبب عدم صلاحية الطرق، والنسبة الباقية تقع بسبب العوامل المناخية^٣.

إن أعداد المصابين والمتوفين في بلادنا نتيجة الحوادث المرورية يبلغ أضعاف ما يحدث في بعض البلدان المتقدمة، ويمكن القول أن من أسباب كثرة الحوادث يعود إلى ثغرات في تطبيق

^١ وزارة النقل والمواصلات، المجلس الأعلى للمرور. ٢٠١١. التقرير السنوي، الحوادث المرورية على الطرق في الضفة الغربية، فلسطين.

^٢ وزارة الصحة الفلسطينية، الوضع الصحي في فلسطين، ٢٠١١.

^٣ طالب، أحسن. ٢٠٠٩. سبل ووسائل الوقاية من حوادث الطرق. الندوة العلمية للتجارب العربية والدولية في تنظيم المرور، الجزائر.

الأنظمة المرورية، وليس إلى الأنظمة نفسها، فمن المفترض أن هذه الأنظمة قد صيغت ووضعت بما يكفل السلامة والأمان للجميع، ولكن الخلل في إتباعها من قبل المواطنين أو في تطبيقها على أناس دون آخرين لأسباب اجتماعية أو إنسانية هو السبب الرئيسي في إزهاق العديد من الأرواح والتسبب في العديد من الإصابات والخسائر المادية الجسيمة. ومن أبرز المشكلات المرورية هي دخول المراهقين وصغار السن عالم قيادة المركبات بدون ترخيص، حيث يحدث ذلك للأسف بعلم وتشجيع من الوالدين والأقارب والأصدقاء، مع العلم أن قيادة المراهقين للمركبات تعتبر جريمة يعاقب عليها القانون.

كيف يجب تدريس مبادئ السلامة على الطرق؟

يجب أن يركز التنقيف الصحي في مجال السلامة على الطرق على اهتمامات الطلبة وتصرفاتهم، وتمكينهم من اتخاذ قرارات صائبة تجاه هذه التصرفات، وتشير الأبحاث إلى أن التنقيف الصحي في مجال السلامة على الطرق يمكن أن يقلل من الخسائر إذا تم من خلال:

- مجموعات الأقران (الزملاء).
- المشاركة والتعاون بين البيت والمدرسة.
- التعلم النشط والتعلم من خلال الممارسة.
- مناقشة التجارب الحية من واقع الطالب.
- التركيز على تعليم المهارات حيث أن الطلبة يعرفون عن مبادئ السلامة على الطرق أكثر مما يمارسون.
- الموازنة بين الأنشطة الصفية والأنشطة اللاصفية الداعمة.

أفكار لتقليل أخطار الإصابة بحوادث الطرق:

- ✓ إيجاد دعم ومبرر منطقي لتعليم مبادئ السلامة على الطرق من قبل المؤسسات ذات العلاقة والأسرة والمجتمع.
- ✓ إشراك الأهالي في الإهتمام بمسلكيات أبنائهم وتزويدهم بالمهارات اللازمة لعبور الطريق بأمان وسلامة.
- ✓ دعوة الأهالي إلى زيارة المدرسة والمشاركة في الأنشطة المختلفة.
- ✓ استخدام وسائل متعددة لتعليم مهارات السلامة على الطرق.
- ✓ التأكد من أن الأطفال يحسنون ركوب الدراجة، والمركبة، والحافلة العمومية (الباص).

- ✓ التأكد من أن الأطفال يحسنون استخدام حزام الأمان.
- ✓ التأكد من أن الطلبة يحسنون انتظار الحافلة أو المركبة التي تقلهم إلى المدارس.
- ✓ دعوة الإعلام لتوثيق الأحداث الخاصة بالطرق في المحيط القريب من المدرسة.
- ✓ زيادة مراكز الشرطة والمراكز ذات العلاقة بالسلامة على الطرق.
- ✓ دعوة مختصين ورجال الشرطة للمساهمة في تدريب الطلبة مبادئ السلامة على الطرق.
- ✓ توفير البيئة الملائمة لحركة المشاة من الطلبة وراكبي الدراجات الهوائية.
- ✓ توفير الأدوات اللازمة للسلامة على الطرق: إشارات مرورية، وملابس واقية، وملابس خاصة، وسترات وقبعات فسفورية، ..
- ✓ تعزيز دور الطلبة كمتقنين لزملائهم ومساعدين في عبور الطرق بأمان.
- ✓ دمج مبادئ السلامة على الطرق في سياسة المدرسة المعززة للصحة.
- ✓ توفير سجلات خاصة بالإصابات الناجمة عن حوادث الطرق: أماكنها، وأوقاتها، ونوع الإصابة، وأسباب الإصابة، وحجم الضرر، ..
- ✓ أن تتبنى المدرسة قواعد السلامة على الطرق وأن يكون المعلمون قدوة.
- ✓ كتابة تقارير عن التصرفات الإيجابية والسلبية للطلبة أثناء عبور الطرق والإشادة بالتصرفات الإيجابية.
- ✓ إظهار قواعد وتعليمات السلامة على الطرق في لوحات الإعلانات ومجلات الحائط والإذاعة المدرسية.
- ✓ دمج الموضوعات الخاصة بالسلامة على الطرق في الأنشطة اللاصفية.
- ✓ توضيح الطرق السليمة لعبور الطرق أو كيفية استخدام وسائل النقل من خلال الحاسوب والتلفاز.
- ✓ تنظيم مسابقات على مستوى المدرسة لتشجيع الممارسات السليمة بالحفاظ على السلامة أثناء عبور الطرق أو ركوب الدراجة.

لماذا الأطفال أكثر عرضة لخطر الإصابة بحوادث الطرق؟

- يتصف الأطفال بصفات تجعلهم أكثر عرضة للإصابة بحوادث الطرق، ومنها:
1. ضعف مهارات الأطفال في رؤية المحيط الخارجي، بسبب تصرفاتهم العفوية، وقصر قاماتهم، وعدم استطاعتهم تغيير مركز الرؤية بسرعة من بعد قصير إلى بعد طويل، وقدرتهم

المحدودة في تمشيط مجال الرؤية بصورة منتظمة، بالإضافة لقدرتهم المحدودة في مراقبة حركة المرور.

٢. الأطفال بشكل عام ذوي حساسية سمع منخفضة، وأقل إحساساً في تعيين مصدر الصوت، وكثير من الأطفال يتغاضى عن الأصوات غير المألوفة، كما أن سماع الأصوات في عدة اتجاهات تكون غير متطورة بعد.

٣. إن قابلية الإصغاء لدى الأطفال ضعيفة وترتفع مع السن، وهي بحاجة للتدريب المتواصل.
٤. صعوبة تقدير المسافات والسرعات للمركبات، فكلما كبر الطفل كبرت لديه القدرة على التقدير الصحيح للسرعات، وكذلك تبين أن الأطفال لا يميلون إلى ربط منحنى السرعة مع المسافة التي تقطعها المركبة في وقت معين.

٥. صعوبة تقدير المسافات والأحجام، حيث أن أحد العوامل المهمة في تقدير المسافة هو الحجم النسبي للأشياء، فقد تبين أن قابلية الربط قليلة عند الأطفال بين حجم الشيء والمسافة الموجود فيها، فالشيء الأقرب بين شيتين متشابهين يراه الطفل وكأنه الأكبر.

٦. صعوبة التمييز بين اليمين واليسار، فالكثير من الأطفال حتى سن التاسعة تتقصم الخبرة العملية في التمييز بين اليمين واليسار.

٧. ضعف الذاكرة، حيث يوجد نوعان من التذكر، لمجال قصير ولمجال طويل، وقد تبين أن التذكر خلال مدة قصيرة لدى الأطفال هو أقل بكثير مما هو لدى البالغين.

٨. قابلية الأطفال للتمييز بوجود وإدراك الخطر منخفضة، فالأطفال لا يدركون حجم ومدى خطورة الأعمال التي يقومون بها، وهذا يعتمد على سن الطفل وجنسه ومحيطه.

٩. لا يميز الأطفال حتى سن الثامنة بأي علاقة محيطية، فهم مقتنعون دائماً بأن البالغين يتصرفون بشكل صحيح، وبالتالي تتولد لديهم ثقة بأن السائق سيتوقف عندما يرى طفلاً معرضاً للخطر.

١٠. صعوبة رؤية الوضع من الوجهة الأخرى، فالأطفال يدعون أنهم يستطيعون رؤية السائقين، ولذا يفترض أن يكون السائق قادراً على رؤيتهم أيضاً.

١١. ضعف فهم القوانين والتعليمات، إن الأطفال لا يفهمون ماهية وغاية القانون.

١٢. لا توجد لدى الأطفال قابلية لمواجهة الضغوطات والتعامل معها، حيث لا يستطيع الأطفال التفكير في أكثر من موضوع في آن واحد، كما أن لديهم نزعة نحو تشتيت الانتباه بسهولة، فأعمال وتصرفات الأطفال غير متوقعة ولا يقدرون النتائج المترتبة على هذه التصرفات والأعمال.

١٣. ضعف قدرة الأطفال على الاستجابة للتغيرات المفاجئة في حركة المركبات والطرق.

١٤. قلة الاستعداد لدى الأطفال لتغيير الاتجاه أثناء الحركة أو تغيير وجهة الحركة حتى لو كانت خطرة.
١٥. محدوديات الرؤية في سياقة المركبات، حيث أن هناك مسافة على الطريق لا يراها السائق وهو في مركبته وخاصة تلك القريبة منه، والتي تحته، وخاصة في الحافلات العمومية (الباصات)، كما أن حجم الأطفال الصغير وقامتهم القصيرة لا يتيح للسائقين رؤيتهم من مسافة كافية.
١٦. مهارات البحث والتحقق ضعيفة لدى الأطفال عند عبور الطريق.
١٧. إمكانية محاكاة الأطفال للأفلام والرسوم المتحركة في تعاملهم مع الطرق والمركبات وكذلك مع الآخرين.

كيف يمكن لأولياء الأمور أن يشاركوا أبنائهم؟

- لأولياء الأمور دور مهم في تعزيز المهارات والتصرفات السليمة للأطفال من خلال:
١. تشكيل لجنة أولياء أمور للسلامة على الطرق، تكون مهمتها تشجيع أبناء المجتمع المحلي على المشاركة للقيام بدور فعال في تعليم الأطفال قواعد المرور، وفي تقليل الأخطار المسببة لحوادث الطرق، وفي المحافظة على سلامة الأطفال في مجتمعهم.
 ٢. المشاركة في الأنشطة التوعوية والاستمرار بها من خلال اللقاءات والاجتماعات والأنشطة المخصصة الأخرى.
 ٣. المشاركة في أنشطة داخل البيت مع الأطفال لتعزيز المهارات والدروس المستفادة.
 ٤. توعية الأبناء على الكيفية الصحيحة لعبور الطريق وركوب المركبات والدراجات.
 ٥. تحديد أفضل طريق آمنة للطفل أثناء الذهاب من المنزل إلى المدرسة وبالعكس.
 ٦. ضمان أن يقوم الأبناء بتصرفات آمنة وسليمة أثناء قيادة الدراجة الهوائية في ذهابهم وإيابهم للمدرسة والحرص على إرتداء أبنائهم للقبعة الواقية (الخوذة) الحامية للدماغ.
 ٧. معرفة قدرة الأبناء ومدى سلامة حواسهم من خلال التعاون مع مربى الصفوف والمرشد.
 ٨. المساهمة في تحديد وإزالة الأخطار حول المدرسة.
 ٩. معرفة الأماكن الأكثر أمناً وسلاماً لإنزال الطفل من المركبة عند التوجه للمدرسة.
 ١٠. تشجيع الأطفال للإنخراط في الأنشطة الخاصة بالسلامة على الطرق.
 ١١. المشاركة في النقاشات مع إدارة المدرسة لتحديد السياسات الخاصة بالسلامة على الطرق.

نشاطات التعارف

تهدف نشاطات التعارف إلى تبادل المعلومات عن المشاركين: الأسماء، والأعمار، والاهتمامات، والمواهب وغيرها ضمن المجموعة التي تشارك في جلسات التوعية، ومن الممكن وحسب المجموعة أن نقوم بأحد نشاطات التعارف في الجلسة الأولى من سلسلة جلسات التوعية المقرر القيام بها، وذلك في حال كانت المجموعة هي نفسها التي تشارك في الجلسات المختلفة، كما أنه من الممكن تنفيذ نشاط تعارف في بداية كل جلسة في حال كانت المجموعة متغيرة في كل مرة، ونورد بعض نشاطات التعارف التي بإمكاننا تطبيقها:

نشاط: " من أنا "

- يقوم الميسر بالتعريف عن نفسه وعن دوره في الجلسة أو الورشة ويعبر عن بعض مشاعره وتوقعاته.
- يطلب من كل مشارك أن يعرف عن نفسه ودوره في الجلسة ومشاعره وتوقعاته.
- يحرص على حسن الإستماع وتقدير الآخرين والإبتعاد عن أية تعليقات مسيئة.
- يحرص على مشاركة الجميع، وينوه إلى أهمية التعارف والتوافق.

نشاط: " أين نصفني؟ "

- نكتب عدداً من الجمل على أوراق صغيرة، بحيث يكون عدد الجمل مساوياً لنصف عدد المشاركين، ومن الممكن أن نكتب جملاً متعلقة بموضوع ما مثل قواعد المرور أو رسائل للسلامة العامة أو أمثلة شعبية للمحافظة على السلامة وغيرها.
- نقسم كل ورقة إلى قسمين بحيث يكون جزء من الجملة على القسم الأول والجزء الثاني على القسم الآخر.
- نقوم بطي الأوراق ونطلب من كل مشترك أن يسحب ورقة ويحاول إيجاد النصف الآخر للجملة المكتوبة على ورقته مع المشترك المناسب.
- حينها يجلس كل إثنين مع بعضهما ويتبادلان المعلومات عن بعضهما البعض لمدة خمسة دقائق.
- بعد ذلك يقوم كل مشترك بتعريف المجموعة الكبرى بالمعلومات التي جمعها عن "نصفه الآخر".
- يعبر كل مشترك أمام المجموعة الكبرى عن أهم نقطة أثارت إعجابه في الشريك الذي اختاره.

نشاط : "البحث عن المشترك بيننا"

- نطلب من المجموعة أن تقف في القاعة.
- نحدد صفة سيقوم المشاركون بالبحث عنها بين بعضهم البعض، مثلاً: لون القميص نفسه أو لون العينين نفسه، أو إرتداء نفس لون الحذاء أو غير ذلك.
- عندما يجد كل مشترك مشتركاً آخرًا يتمتع بلون العينين نفسه مثلاً، يتوقف الإثنان عن الحراك.
- يتبادل كل مشارك مع زميله التعارف والمعلومات التي من خلالها يتم تقديمه للمجموعة الأكبر.
- عندما يتوقف عن الحراك المشاركون كافة يقوم كل منهم أمام الجميع بتقديم شريكه الذي كان يبحث عنه للمجموعة الكبرى.

نشاط : "معاني الأحرف"

- يستخدم هذا التمرين في حال كان المشاركون يعرفون بعضهم مسبقاً، مثلاً: طلبة الصف نفسه أو أعضاء الفرقة نفسها.
- نطلب من كل مشترك أن يكتب اسمه بشكل عامودي على ورقة.
 - يمرر الورقة إلى المشترك الجالس إلى يمينه فيقوم هذا الأخير بكتابة كلمة إيجابية تبدأ بأحد الأحرف المدونة على الورقة، ومن ثم يمررها إلى المشترك الجالس إلى يمينه، وتستمر هذه العملية حت تتم كتابة كلمة أمام أحرف اسم المشترك كلها.
 - يقرأ آخر مشترك (الذي دون كلمة الحرف الأخير) ما تم كتابته لهذا الاسم، طالباً من صاحب الاسم أن يقف.
 - من الممكن أن نجمع مختلف الأوراق ونعلقها على لوح بحيث يمكننا الإحتفاظ بها على مدار الجلسات المختلفة. مثلاً: يمكن لكل من مهند وسوسن تعريف أنفسهم كالآتي

س	سمراء
و	واضحة الأفكار
س	سوية الخلق
ن	نبيلة

م	متفائل
هـ	هاوي سباحة
ن	نبيل
د	دؤوب

نشاطات كسر الجليد

تساعد نشاطات كسر الجليد على بناء جو حماسي وتفاعلي بين المدربين والمشاركين، وبين المشاركين أنفسهم، كما تساهم في التخفيف من الإرباك والخجل اللذين قد يشعر بهما المشاركون عندما يتعرفون على نتائج الجلسة، ومن هذه الأنشطة:

نشاط: "كرة الكلمات"

- نطلب من المشاركين أن يقفوا على شكل دائرة.
- نقذف كرة صغيرة نحو أحد المشاركين فيلنقطها، يقول كلمة تتعلق بموضوع الجلسة (إشارات المرور، السلامة، الشرطة...)
- ثم يقذفها إلى مشارك آخر، الذي بدوره يذكر كلمة متعلقة بالموضوع نفسه.
- نستمر برمي الكرة لمدة من الوقت نحددها مسبقاً، أو حتى تمر الكرة على أغلبية المشاركين.

نشاط: "أنا أستطيع"

- يقف الجميع في دائرة يستطيع كل مشارك رؤية الآخر.
- ينفخ كل مشارك بالوناً لأقصى ما يستطيع.
- يخبر المشاركون بثلاثة أشياء يستطيع القيام بها.
- يعبر كل مشارك عن مشاعره.

نشاط "توقعاتي...مخاوفي"

- نطلب من كل مشارك أن يكتب على ورقة بخط واضح ، دون ذكر إسمه، فكرة تدل على توقعاته من الجلسة، وأخرى تدل على مخاوفه منها.
- نلصق مختلف الأوراق ونصنفها حسب التوقعات والمخاوف على منطقة العرض.
- نقرأ ما ورد من أفكار.
- ثم نعود أثناء الجلسة وعند انتهائها بشطب (وبموافقة المجموعة) المخاوف التي لم تعد موجودة والتوقعات التي تم تحقيقها.
- من الممكن أن تبقى بعض المخاوف، فنعود إليها في جلسات لاحقة ساعين إلى تحقيقها.

نشاط: "الصحفي...الممتاز"

- كل مشارك سوف يلعب دور صحفي يقوم باختيار سؤالين من مجموعة الأسئلة التي نكون قد دونها مسبقاً على اللوح (من الممكن أن يضيف المشاركون أسئلة أخرى متعلقة بالموضوع المطروح)، وي طرحها على أربعة من المشاركين الآخرين.

- يقوم المشاركون بإجراء المقابلات.
- بعد عشر دقائق نطرح الأسئلة، الواحد تلو الآخر، ونطلب من الصحفيين الذين اختاروها أن يعطوا نتيجة مقابلاتهم.

نشاط: "الروابط المبدعة"

- نحدد موضوعاً معيناً نريد العمل عليه أو موضوع الجلسة.
- نطلب من كل مشارك أن يكتب اسماً يتعلق بالموضوع.
- يعطي أحد المشاركين الكلمة الأولى مثلاً: صديق. يقف مشترك آخر محاولاً أن يربط كلمته بها، فيقول كلمة "أخ" ممكن ربطها بكلمة "صديق" لأن الأخ الأكبر يكون لديه خبرة أكثر في أمور الحياة، لذلك من الممكن أن يكون صديقاً مخلصاً.
- يعطي مشترك آخر كلمته، ويربطها بكلمة "أخ" . وهكذا إلى أن ينتهي المشاركون كافة.

نشاط: "كل منا يروي..."

- يجلس المشاركون على شكل دائرة.
- نمرر شيئاً مثل : مفتاح، قلم...
- يسمى الشخص الذي يحمل هذا الغرض بالراوي، ونطلب منه أن يبدأ برواية قصة متعلقة بموضوع الجلسة. مثلاً: "قرأت عن حوادث الطرق"... ويمرر الغرض المتفق عليه إلى مشترك آخر، وعلى هذا الأخير أن يكمل القصة التي بدأها المشارك الأول.
- نستمر هكذا حتى يشارك بنسج الرواية المشاركون كافة.

مصطلحات ومفاهيم الصحة

بما أننا سنتناول في هذا الدليل موضوعات متعلقة بصحتنا، كان لا بد من إيجاد لغة مشتركة حول الصحة والمفردات المتعلقة بها يمكن الإستفادة منها لتوحيد اللغة العلمية، ومنها:

مفهوم الصحة: "الصحة هي حالة من المعافاة الكاملة بدنياً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً، لا مجرد إنتفاء المرض والعجز" (منظمة الصحة العالمية، ١٩٤٧).

الصحة الجسدية: القدرة على القيام بوظائف الجسم الميكانيكية، أي أنها حالة مثلى من اللياقة البدنية.

الصحة العقلية: القدرة على التفكير بوضوح وتناسق، وشعور بالمسؤولية وقدرة على حسم الخيارات واتخاذ القرارات.

الصحة الاجتماعية: القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها، وممارسة الإتصال والتواصل الفعال مع الآخرين واحترامهم.

الصحة الروحية: القدرة على ايجاد المعنى والقيمة والراحة والسلام الداخلي في حياة الفرد، البعض يجدها في الدين ، او في الموسيقى، او مختلف الفنون، او الامتزاج بالطبيعة، وآخرون يجدونها في قيمهم ومبادئهم.

الصحة المجتمعية: العلاقة مع كل ما يحيط الفرد من مادة وأشخاص وقوانين وأنظمة.

الصحة المدرسية: كل ما يتعلق بصحة الطلبة من خدمات وبرامج تنقيفية والعلاقة مع البيئة المدرسية المادية والاجتماعية.

العوامل المؤثرة بالصحة؟

تتأثر صحتنا بعوامل عديدة كما يأتي:

- **عوامل وراثية:** تشتمل على كل ما نتوارثه من أهلنا مثل لون العينين، إضافة إلى إصابتنا ببعض الأمراض مثل مرض السكري الذي يمكن توارثه عبر أجيال العائلة.
- **عوامل بيئية:** تشتمل على مواصفات البيئة المادية والاجتماعية، فغياب متابعة القوانين والسماح للأطفال قيادة المركبات في طرق ضيقة غير مؤهلة ومكتظة بالسكان يؤدي إلى وقوع حوادث كثيرة.
- **البيئة المادية:** وتتضمن الماء، والهواء، والمأكّل، والمسكن، ووجود الملوثات والتعرض لها، وبالتالي الإصابة بالأمراض الناتجة منها. فمثلاً إذا كنا نعيش في مدينة مكتظة بالمركبات، فنحن معرضون أكثر لحوادث الطرق، وما ينتج عنها من إصابات وإعاقات، ومعرضون أيضاً للتلوث والإصابة بالأمراض التنفسية الحادة.
- **البيئة الاجتماعية:** وتتضمن الوضع الاجتماعي والاقتصادي، والثقافي، والوضع العائلي، والدعم الاجتماعي، ووسائل الترفيه المتوفرة. مثلاً إذا كان أصدقائنا يمارسون ركوب الدراجة الهوائية، فمن المحتمل أن نتحمس ونمارس ركوب الدراجات أيضاً، ونتأثر بهذه العادة الصحية السليمة، أما إذا كان اصدقائنا يحبون اللعب في الطرق ، فلا بد أن نتأثر بعاداتهم الصحية الضارة.
- **السلوك الشخصي:** يتضمن طريقة التصرف تجاه الحالات التي تواجهنا والتي تؤثر في صحتنا مثلاً: ماذا نختار من أغذية؟ هل نعتي بنظافة جسدنا ؟ هل نتعامل بإيجابية مع المشكلات التي تواجهنا؟ كيف نعبر عن غضبنا؟ هل نتبع قانون وأنظمة المرور؟

- الرعاية الصحية: تتضمن الخدمات الصحية التي يقدمها الأطباء والعاملون في المجال الصحي في المستشفيات، والمراكز الصحية...، وهل هذه الخدمات متوفرة؟ هل يمكن الحصول عليها؟ هل تناسب الاحتياجات؟.

مثلاً: هناك توعية صحية، اجتماعية، نفسية للشباب؟ هل يتوفر في المراكز برامج ومواد توعية للوقاية من حوادث الطرق؟ هذه العوامل متداخلة، وغالباً ما نجد أن هناك أكثر من عامل مؤثر في مشكلة صحية معينة نواجهها. ما معنى ذلك؟

لنأخذ مثلاً زياد وهو شاب معاق إثر حادث طرق مروع!، فأساس مرضه هو السلوك الشخصي والعامل البيئي، وهو يتأثر بشكل كبير بالرعاية الصحية المتوفرة، سلوك زياد الشخصي مهم جداً لاتخاذ القرارات المناسبة له وتنفيذها بشأن السلوكيات الوقائية: اعتماد نظام غذائي مناسب، تنظيف الأرجل والأظافر وتجفيفها جيداً، وإجراء الفحص اليومي، وتناول الأدوية المناسبة. كما أن صحة زياد النفسية والاجتماعية تتأثر بطريقة تعاطي محيطه (الأهل والأصدقاء والفريق الطبي) معه.

الجلسات

التهيئة لورشة عمل حول السلامة على الطرق

نتائج الجلسة:

١. كسر الحواجز بين المشاركين والعمل بألفة.
٢. تحديد توقعات المشاركين لتصبح الورشة أقرب إلى احتياجات المتدربين.
٣. تحديد المبادئ والقوانين التي ستحكم المجموعة خلال أيام التدريب.
٤. التعرف على نتائج الورشة.

زمن الجلسة: ٤٠ دقيقة

سير الجلسة:

- تنفيذ نشاط كسر الجليد "دعونا نكمل الصورة" من خلال:
 - تحضير صوراً ذات علاقة بموضوع الورشة بحجم ورق A4 ونقوم بقص الصور إلى أجزاء بحيث يحصل كل مشارك على جزء واحد من صورة واحدة.
 - يبحث كل مشارك عن زملاء له يحملون قطعاً من الصورة نفسها.
 - يتجمع كل فريق لجمع صورة كاملة ويتعرفون أسماء بعضهم.
 - تعرض الصورة على السبورة أمام المجموعة الكبيرة حيث يعبر كل مشارك عما أثارته الصور في نفسه.

١٥ دقيقة

توقعات المشاركين:

- تعطى بطاقتين لكل مشارك ليكتب عليها توقعاته من الورشة ويقوم بتعليقها على ورق اللوح القلاب.
- يصنف الميسر التوقعات إلى مجموعات وفق تشابهها وتعلق في مكان بارز يراه الجميع حتى يشعر الجميع بأن آراؤهم أخذت بعين الاعتبار.

١٠ دقائق

قواعد العمل:

- يجلس المشاركون جلسة نصف دائرية، ويسأل الميسر السؤال التالي: "ما القواعد التي يجب أن نلتزم بها جميعاً خلال الورشة لننجح في تحقيق توقعاتكم منها وأهدافنا؟"
- يطلب الميسر من أحد المشاركين تدوين هذه القواعد على ورق اللوح القلاب، وتلصق الورقة التي تم إعدادها في زاوية واضحة لتكون ملزمة للجميع.

١٠ دقائق

نتائج الورشة:

- يعرض الميسر شريحة "نتائج الورشة" ورقة عمل رقم ١، موضحا مدى التقاء نتائج الورشة مع توقعات المشاركين.
٥ دقائق
- ماذا يلزمنا لتحقيق نتائج الجلسة؟
١. صور ذات علاقة بموضوع السلامة على الطرق حجم A4. (صورة اشارة مرور، كيف يعبر الطريق، طفل يركب دراجة هوائية).
 ٢. ورقة عمل رقم ١-١
 ٣. ورق اللوح القلاب
 ٤. أقلام
 ٥. بطاقات ملونة
 ٦. لاصق

أهداف دليل السلامة على الطرق

١. إكساب المشاركين وتمكينهم من المفاهيم والمهارات المتعلقة بالسلامة على الطرق.
٢. التقليل من عدد الإصابات التي يتعرض لها طلبة المدارس بسبب حوادث الطرق.
٣. تشكيل فرق من الطلبة أو المعلمين أو الميسرين القادرين على التدريب في مجال السلامة على الطرق .
٤. تمكين المتدربين من مهارات بناء فرق للسلامة على الطرق من المعلمين والطلبة.
٥. التعرف على الأدوات والوسائل التي تقلل من حوادث الطرق.
٦. تحديد أدوار كل من الطلبة والمعلمين وأفراد المجتمع المحلي في التقليل من حوادث الطرق.
٧. إعداد خطط يتم من خلالها تحديد أولويات المدارس المستهدفة في مجال السلامة على الطرق ووضع الخطوات الإجرائية اللازمة لتحقيقها .
٨. تمكين المتدربين من تنظيم أنشطة للتأثير والمناصرة في عملية الوقاية من الحوادث، ويشمل ذلك آليات تفعيل المجتمع.

جلسة رقم (٢)

احترام وجهات النظر

نتائج الجلسة

١. إدراك وجود وجهات نظر مختلفة حول القضايا المتعلقة بالسلامة على الطرق.
٢. تحديد أن الاختلاف في وجهات النظر مصدره خبرات الأشخاص وثقافتهم ومواقعهم.
٣. تحديد أهمية تفهم وجهات النظر المختلفة.

زمن الجلسة: ٦٠ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
- ننفذ نشاط رقم (١) "معي حق، معك حق". ١٥ دقيقة
- نشرح نتائج النشاط، وهو أن يتمكن المشاركون ضمن المجموعات من التعرف إلى الرسم الذي سنوزعه عليهم.
- نقسم المجموعة الكبرى إلى أربع مجموعات، ونوزع على كل مجموعة أحد الرسوم التي يمكن رؤيتها بأكثر من صورة (يتم اختيار أربعة رسوم لمشاهد يمكن لشخصين مختلفين أن يرونها بطريقة مختلفة لتعمل عليه المجموعة مدة خمس دقائق).
- يمكن الوصول لعدد من هذه الرسومات عبر الإنترنت.
- تقوم كل مجموعة بعرض ما توصلت إليه.
- نطرح السؤال الآتي: من مصيب؟ من على خطأ؟
- نستخلص أنه ليس من الضروري عند الاختلاف في وجهات النظر أن يكون هنالك دائماً، أحد على خطأ أو على صواب.
- ننفذ نشاط رقم (٢) "نظرة شاملة... قبل أن أحكم":
 - نختار صورة من أحد المجالات أو رسم معين.
 - نقوم بنسخها.
 - نقسم النسخة إلى قسمين.
 - نوزع نسخ من نصف الصورة على المشاركين.
 - نسألهم أن يحددوا ماذا يرون وماذا يتوقعون أن تكون بقية الصورة؟
 - ندون كل الإجابات.
 - نضع الصورة كاملة على شريحة أمام المجموعة الكبرى.

- ناقش- مشددين- على أن الأحكام المسبقة (قبل توفر كل المعطيات) تؤثر على وجهات نظرنا، فتكون مغلوطة وتمنعنا من تقبل وجهات نظر الآخرين.

• ناقش ما يلي: ٣٠ دقيقة

- كيف يمكن أن نطبق ذلك على الحياة اليومية؟(أمثلة عن اختلاف وجهات النظر مع أهلنا، وزملائنا، وأخوتنا، لاحظ ورقة العمل رقم ٢-١)
- ماذا بإمكاننا أن نفعل كي نتقبل وجهة نظر الآخرين؟
- إلى ماذا يؤدي الاختلاف في وجهات النظر ؟
- لماذا يختلف الناس في وجهات نظرهم ؟
- ما هي العوامل التي تؤثر على عدم تقبلنا للآخر؟

• نستخلص ما يلي: ١٠ دقائق

- الاختلاف في وجهات النظر مهم، فهو يدل على الغنى والتكامل والمشاركة. كما أنه من الممكن أن يؤدي عدم تقبل وجهات نظر الآخرين إلى إقامة حواجز بيننا وبينهم.
- الاختلاف في وجهات النظر ناتج من خبرة، وثقافة، وأدوار ومواقع الأشخاص.
- هنالك عوامل عديدة تؤدي إلى عدم تقبل اختلاف وجهات النظر.(ندعم الخلاصة بأمثلة من واقع الشباب وعلاقتهم مع أهلهم والكبار).

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- نسخ من الرسوم (Illusions) على عدد المجموعات.
- لوح وأقلام.
- ورقة عمل ٢-١

اقرأ الحدث الآتي الصادر عن إدارة العلاقات العامة والإعلام في المديرية العامة للشرطة:

" أعطاه والده المركبة فصدم عمه "

(أوقفت الشرطة فتى ووالده بتهمة التسبب بحادث طرق، حيث تبين قيام الفتى بصدم عمه أثناء رجوعه بالمركبة إلى الخلف وإصابته إصابة بليغة نقل على إثرها للمشفى، وتبين من التحقيق في ظروف الحادث أن الفتى يبلغ من العمر ١٢ عاماً فقط، وتم توقيف الوالد وابنه بتهمة السماح لشخص بقيادة مركبة مع علمه أنه لا يوجد بحوزته رخصة قيادة وذلك خلافاً لقانون المرور الفلسطيني.)

بعد قراءتك للخبر السابق، أجب عن الأسئلة الآتية:

س (١) هل تعرف أشخاصاً يقودون مركبات دون الحصول على رخصة؟ وهل تسببوا في حوادث؟
.....

س (٢) ما رأيك في قيادة المركبة دون الحصول على رخصة؟
.....

س (٣) ما رأيك في الآباء الذين يسمحون لأبنائهم بقيادة المركبات دون الحصول على رخصة؟
.....

ناقش زملاءك في إجاباتهم، وحاول أن تتفهم وجهة نظرهم.

اختلاف وجهات النظر

يكفي أن نسافر بالمركبة ضمن البلد الواحد أو أن نتصفح مجلة، أو أن نتمشى في ساحة المدينة أو المدرسة، حتى نلاحظ مدى التنوع والاختلاف بين المخلوقات. فالطبيعية بأزهارها وأشجارها وتضاريسها مختلفة، والأشياء كالأبنية والطرق والمحلات والسلع وما إلى ذلك مختلفة أيضاً، والناس بلهجتهم ومعتقداتهم وقيمهم ولباسهم وتصرفاتهم مختلفون كذلك. حتى نحن مختلفون عن الآخرين بشكلنا الخارجي ولباسنا وأفكارنا وطريقة تعاطينا مع الأمور وتعبيرنا عنها.

ما رأينا بالاختلاف في وجهات النظر؟

الاختلاف في وجهات النظر مهم ويدل على الغنى في الثقافات والانفتاح والتفاعل المتنوع مع مختلف الرسائل والضغوط التي تواجهنا يومياً، حيث أن التشارك في وجهات النظر يؤدي إلى التكامل، فالشخص الذي ينظر إلى اللوحة من نقطة معينة يرى أموراً غفلت عن الشخص الآخر الواقف في نقطة أخرى. وفي حال تشارك الاثنان في الأمور التي يشاهدها معا تكتمل اللوحة بمختلف تفاصيلها. نحن الشباب ننظر للأمور بطريقة مختلفة عما يراها الآباء والكبار، لكن بعض الأحيان، قد تؤدي صعوبة فهم الاختلاف في التصرفات ووجهات النظر إلى عدم تقبل الآخرين، وقد ينتج عن ذلك حواجز تجعل عملية تفاعلنا كبشر صعبة.

لماذا هنالك اختلاف في وجهات النظر؟

ينتج الاختلاف في وجهات النظر عن الاختلاف في خبرة الأشخاص، وثقافتهم، وأدوارهم، ومواقعهم، فنحن لا نعيش الخبرات ذاتها وليس بالضروري أن نلعب الأدوار نفسها في الوقت نفسه، فنحن اليوم شباب، ولكن غداً سنكون آباء وأمهات، وحينها نصبح أكثر تفهماً لتصرفات الأهل التي نراها غريبة وغير متطورة اليوم. فمثلاً، الأب الذي يطلب من ابنه أن لا يركب دراجته الهوائية في الطريق، يرى الأمور من منظاره كأب، فهو يريد أن يكون ولده بأمان. كما أنه، وبحسب خبرته وثقافته الاجتماعية، يرى في ركوب الدراجة في الطريق خطراً على ابنه. أما الإبن الذي يريد اللعب في الطريق، فيرى الأمر بطريقة مختلفة. فهو يعرف أنه لا يمكن أن يكون أقل من أقرانه الذين يركبون دراجاتهم في الطريق ويرى أن باستطاعته التحكم بدراجته، ولا يخشى على نفسه من المركبات.

لماذا لا نتقبل اختلاف وجهات النظر؟

عوامل عدة تمنعنا من تقبل وجهات نظر الآخرين المختلفة، فتتشكل الحواجز، مما يؤدي، بدل الغنى في التنوع، إلى

انقطاع عملية التواصل والتفاعل وربما إلى النزاعات، ويمكن أن نلخص بعض هذه العوامل على الشكل التالي:

١. **عدم فهم سلوك الآخر وآرائه:** نحن لا نحاول أن نفهم أو أن نحلل الأسباب أو الظروف أو القناعات أو بقية

العوامل التي أدت إلى أن يكون الآخر مختلفاً عنا في وجهة نظره. لماذا يعتقد أحمد أن ركوب الدراجة

غير لائق بالبنات؟ ربما لأنه يعتقد ذلك وفق ما هو سائد في بيئته، وربما لأنه لم يناقش أبداً فكرة أن

للبنات حقوق نفسها كما للأولاد.

٢. **عدم الاستفهام عن وجهة نظر الآخر:** نحن لا نسأل الطرف الآخر لماذا تصرف بهذه الطريقة؟ أو لماذا يعتقد أن الأمور هكذا؟... مثلاً: قد يرفض المعلم أن ننظم أنشطة مسائية خاصة بالسلامة على الطرق. هل نكتفي برفضه؟ ولا نسأل عن الأسباب: لماذا؟ هل لأن الوقت غير مناسب؟ أم أن هناك خطورة ما قد نتعرض لها؟ أم يعتقد أنه عليه إبلاغ الأهل وأخذ موافقتهم قبل البدء بالإعداد للنشطة؟

٣. **عدم إجابة التعبير عن وجهة النظر:** إن عدم توفر مهارة التعبير عن وجهة النظر بطريقة إيجابية يساهم في عدم تقبل الآخر لوجهة نظرنا، فهو لا يفهم ما نريد قوله. فالبعض منا قد يستخدم ألفاظاً وحركات عنيفة للتعبير، والبعض الآخر قد يستخدم ألفاظاً وتعابير لا تحمل معنى الفكرة التي يريد إيصالها للآخر.

٤. **الأحكام المسبقة التي نرميها على الأشخاص والأشياء والأحداث:** نكتفي أحياناً وقبل أن تكون لدينا صورة واضحة عن الموضوع بما نراه أو يخبرنا إياه أحد الأطراف دون أن نتأكد من مصادر أخرى، أو أن نبحث عن بقية المعطيات بهدف الحصول على صورة واضحة عن الأمر.

٥. **التعميمات التي نقوم بها:** غالباً ما نطرح الصفات بصورة عامة، فنقول مثلاً: من المعروف أن السائقين لا يحترمون قانون المرور!، الأولاد مشاغبون!، لا يمكن تطبيق قوانين المرور في هذه المنطقة!....

٦. **عدم تشارك الاختلاف، بل فرضه على الآخر:** وعضاً عن تفهم الآخر ومحاولة إقناعه أو الوصول إلى حل مشترك يكون التصلب في الموقف. مثلاً: يرى الأهل أن على أولادهم الابتعاد عن الطرق الرئيسية، فلا يحاول الأولاد فهم أسباب ذلك، فيرفضون ويحاولون التمرد بدلاً من طرح النقاش ومحاولة الوصول إلى اتفاق.

كيف نتقبل اختلاف وجهات النظر؟

تقبل وجهات نظر الآخر يعني أن نزيل الحواجز التي تقف بيننا. كيف يمكننا ذلك؟

١. **نضع أنفسنا مكان الآخر:** مثلاً هل تساءلنا مرة: "لو كنت مكان أمي، هل كنت تصرفت بهذه الطريقة مع ابني البالغ من العمر ثلاث عشرة سنة؟ حين نضع أنفسنا مكان الآخرين، نستطيع أن نفهم دوافع التصرف الصادر عن الشخص أو وجهة النظر المختلفة هذه، ونتفهم الأقوال والأفعال ونتقبل الآخر حين نطرح الأسئلة التالية: ما هي الظروف التي جعلته يتصرف هكذا؟ ما هي ثقافته، خبرته، قيمه؟ ما هو موقعه؟

٢. **نسأل الآخر عن الاختلاف:** فيوضح لنا وجهة نظره وأسباب أقواله أو تصرفاته هذه، وحينها قد تزول الحواجز ونتقبل الآخر، ومن المهم هنا أن ننتبه إلى أسلوب طرح الأسئلة على الآخر: فلا تكون محرجة، أو مؤذية للمشاعر... كذلك على الآخر أن تكون إجابته واضحة ودون أحكام مسبقة، ودون التنازل عن حقه في إبداء الرأي الذي يراه مناسباً.

٣. **نشارك الآخرين وجهات نظرنا ونتحاور معهم:** فنحن قادرون على التعبير عن وجهات نظرنا بإيجابية وبدون أحكام مسبقة وتعميم، وعلينا أن نقيم حواراً بناءً مع الآخر المختلف بوجهة نظره عنا، ونحاول الوصول إلى قاسم مشترك أو حل مقنع بدلاً من محاولة فرض وجهة نظرنا عليه.

يتطلب الحوار البناء أن:

- نعبر بطريقة إيجابية وحازمة.
- نصغي جيداً للطرف الآخر.
- نحترم الآخر لفظياً، فلا نستخدم الألفاظ الجارحة أو المحطية من شأنه وما إلى ذلك.
- نفكر ونحلل ما يقوله الآخر، وليس فقط أن نتلقى رسالته، ونقول لأنفسنا "لا داعي لأن أفكر بذلك فرأبي هو الأفضل".

جلسة رقم (٣)

كيفية اتخاذ القرار

نتائج الجلسة:

١. تحليل الأوضاع الصعبة التي قد يواجهها الطلبة، والتي تعرضهم لخطر حوادث الطرق.
٢. تطبيق نهج اتخاذ القرارات المناسبة في حال وجود الطلبة في أوضاع معرضة للإصابة بحوادث الطرق.

زمن الجلسة: ٦٠ دقيقة

سير الجلسة

• نحدد نتائج الجلسة.

• ننفذ لعب الأدوار التالي:

- نطلب من ٤ مشتركين أن يقوم كل اثنين منهم بلعب أدوار تتألف كل منها من مشهدين (الموضحين في ورقة العمل رقم ٣ - ١).

- نطرح السؤال الآتي على الطلبة بعد لعب الأدوار: برأيكم ماذا حصل بين المشهد الأول والمشهد الثاني؟

- ندون الإجابات على اللوح.

- نناقش الأسئلة الآتية:

١. لماذا حصل هذا مع هؤلاء الطلبة؟

٢. ماذا سينتج من هذه الأوضاع؟

٣. كيف يمكن تفادي حصول أمور كهذه؟

٤. هل من الممكن حصول أمور كهذه في الحياة اليومية؟

- نستخلص ما يلي:

(١) العوامل المؤثرة التي قد تواجه الطلبة والتي قد تؤدي إلى حوادث الطرق.

(٢) أهمية مواجهة المشكلة واتخاذ القرار السليم والتعبير عنه. ٢٥ دقيقة

• ننفذ نشاط دراسة الحالة:

- نشرح النشاط.

- نقسم المشاركين إلى ٤ مجموعات.

- نوزع عليهم دراسة الحالة (أوراق العمل).

- نطلب من كل مجموعة أن تجيب عن الأسئلة المدونة في دراسة الحالة.

- تعرض كل مجموعة عملها.

- نناقش نتائج المجموعات مركزين على خطوات اتخاذ القرار. ٢٥ دقيقة

• نستخلص ما يلي:

- خطوات اتخاذ القرار (نكتبها على ورقة كبيرة ونعلقها في غرفة الصف).

١٠ دقائق

- أهمية تنفيذ القرار المتخذ والتعبير عنه بصورة إيجابية.

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- أوراق عمل الجلسة (١-٥).
- أوراق كبيرة وأقلام.
- أربعة متطوعين.
- لاصق.

كيف نشارك الأهل؟

- نطلب من كل طالب أن يختار حالة يود اتخاذ القرار بشأنها مثلا، ماذا سأدرس في الجامعة؟ ما نوع المهنة التي سأختارها في المستقبل؟.
- يناقش الطلبة مع ذويهم ويقومون بتدوين خطوات اتخاذ القرار.
- نعلق كل الحالات والقرارات المتخذة على الحائط في الغرفة.
- نختار بعضا من هذه القرارات ونطلب من الشباب أن يعرضوها على زملائهم.

كيف نشارك المعلمين؟

- نقوم بوضع خطوات اتخاذ القرار على لوحة كبيرة.
- نعلق هذه اللوحة في الصف.
- نطبق هذه الخطوات عند كل عملية اتخاذ قرار يتعلق بالدراسة أو بالنشاطات الصيفية.

ورقة عمل رقم ٣-١

لعب الأدوار

لعب أدوار ١ :

- المشهد الأول: شاب يخرج من المدرسة، يشاهد زميلا له يركب سيارة بطريقة غير قانونية ويطلب منه أن يصعد إلى المركبة. (ينتهي المشهد الأول هنا)
- المشهد الثاني: الشابان مرميان أرضا وعيناهما في الفراغ.

لعب أدوار ٢ :

- المشهد الأول: شابان يخرجان من المدرسة، يركب كل منهما دراجته الهوائية، يعرض الأول على الثاني أن يتسابقا في الطريق فيوافقاه.
- المشهد الثاني: الشاب الأول فقد توازنه فوقع ومات ، والآخر يبكي زميله.

ورقة عمل رقم ٢-٣

دراسة الحالة

علي طالب في الصف التاسع، يستغل فترة غياب والده في العمل ليذهب في المركبة إلى المدرسة، يريد علي من أخته ليلي أن تتركب المركبة معه لتوصيلها إلى المدرسة، ليلي ترفض أن تتركب المركبة مع علي، ليلي تخاف على أخيها وتحبه مع أنه دائما يحرجه أمام زميلاتها الطالبات.
الأسئلة:

س (١) فكر، ما مشكلة ليلي؟

.....
.....

س (٢) فكر، ما الخيارات التي من الممكن أن تفكر بها ليلي؟

.....
.....

س (٣) فكر، ما إيجابيات وسلبيات كل خيار؟

الخيارات / الحلول	الإيجابيات	السلبيات

س (٤) فكر، ما قرار ليلي؟

.....

س (٥) فكر، ما قيم ليلي؟

.....

ورقة عمل رقم ٣-٣

دراسة الحالة

انتقل يوسف إلى حي جديد. وتمكن بعد جهد أن يبني صداقة مع مجموعة من الشباب، في يوم من الأيام عندما أنها يومهم الدراسي دعوا يوسف للعب معهم بكرة القدم في الطريق. استاء الأصدقاء عندما رفض يوسف مشاركتهم في اللعب. يوسف يحب البقاء مع رفاقه، ولكنه لا يحب أن يلعب في الطريق.

الأسئلة:

س (١) فكر، ما مشكلة يوسف؟

.....
.....

س (٢) فكر، ما الخيارات/ الحلول التي من الممكن أن يفكر بها يوسف؟

.....
.....

س (٣) فكر، ما ايجابيات وسلبيات كل خيار؟

السلبيات	الإيجابيات	الخيارات/ الحلول	الرقم

س (٤) فكر، ما قرار يوسف؟

.....

س (٥) فكر، ما قيم يوسف؟

.....

ورقة عمل رقم ٣-٤

دراسة الحالة

ناهد تذهب إلى المدرسة وتنتظر عند خط المشاة حتى تعبر بأمان، ناهد تتأخر أحيانا عن زميلاتها اللاتي يعبرن الطريق من أي مكان دون اكتراث بحركة المركبات، ناهد تشعر بالأسف أحيانا من تأخرها بسبب ازدحام المركبات.

الأسئلة:

س (١) فكر، ما مشكلة ناهد؟

.....
.....

س (٢) فكر، ما الخيارات/ الحلول التي من الممكن أن تفكر بها ناهد؟

.....
.....

س (٣) فكر، ما إيجابيات وسلبيات كل خيار؟

السلبيات	الإيجابيات	الخيارات/ الحلول	الرقم

س (٤) فكر، ما قرار ناهد؟

.....

س (٥) فكر، ما قيم ناهد؟

.....

دراسة الحالة

عدنان يذهب إلى المدرسة ماشيا، يحاول رفاقه إقناعه بشراء دراجة هوائية، عدنان لا يستطيع شراء دراجة هوائية، عدنان يستمتع بالتحدث إلى الطلبة أثناء ذهابه إلى المدرسة، لكن رفاقه يتركوه ويسبقوه إلى المدرسة.

الأسئلة:

س١) فكر، ما مشكلة عدنان؟

.....
.....

س٢) فكر، ما الخيارات/ الحلول التي من الممكن أن يفكر بها عدنان؟

.....
.....

س٣) فكر، ما إيجابيات وسلبيات كل خيار؟

السلبيات	الإيجابيات	الخيارات/ الحلول	الرقم

س٤) فكر، ما قرار عدنان؟

.....

س٥) فكر، ما قيم عدنان؟

.....

بطاقة المعلومات

اتخاذ القرار

نتعرض يومياً، وبأوقات وأماكن مختلفة، لأوضاع وضغوط يجب مواجهتها واتخاذ قرارات معينة لحلها والتعاطي معها. فمثلاً، علينا أن نقرر ماذا نأكل؟ وماذا نلبس؟ وماذا سنختار لدراستنا الجامعية؟ هل نقبل عرض صديق لنا بأن نجرب التدخين؟ في بعض الأحيان تكون القرارات التي علينا أن نتخذها سهلة، وفي أحيان أخرى تكون هذه القرارات صعبة.

ماذا نعي باتخاذ القرار؟

القرار هو اختيار ماذا نريد أن نفعل. أما اتخاذ القرار فهو عملية تفكير نتبعها لننتقل من وضع ما إلى وضع آخر أو لكي نصل إلى هدف ما. فمثلاً:

- الوضع الأول: أنا الآن جائع.
- عليّ أن أقرر: هل آكل الآن؟ ماذا آكل؟ وأين آكل؟
- الوضع الثاني أو الهدف: أصبح شبهان.
- بعد ذلك عليّ أن ألتزم بالقرار وأنفذه وأقيمه:
- تنفيذ القرار: آكل.
- تقييم القرار: هل شبعت؟

ما أهمية اتخاذ القرارات؟

نعتبر كشباب مسؤولين عن أمورنا الحياتية ومستقبلنا، ونعلم أن الخيارات التي نأخذها اليوم تؤثر على حياتنا حالياً ومستقبلاً، كما تؤثر على من هم حولنا. لذلك من المهم أن نفكر أولاً وأن نتخذ قرارات مدروسة ومبنية على ما هو متوافر من حلول ومعلومات وموارد ووقت ومهارات. يؤدي التسرع وعدم التفكير لاتخاذ قرارات خاطئة تؤدي إلى نتائج سلبية على المدى القريب والبعيد وعلى مختلف المستويات: الصحة، والوضع الاجتماعي والاقتصادي وما إلى ذلك. مثلاً: إذا قررت اليوم الاستجابة لطلب صديقي بتجربة قيادة المركبة بدون رخصة. على المدى القريب، ستترتب عن ذلك نتائج سلبية كخسارة الأصدقاء الذين يرفضون ركوب المركبات بصورة غير قانونية (الصعيد الاجتماعي)، كما يؤدي ذلك إلى مخالفة قانون وأنظمة المرور (صعيد القوانين) والتعرض للإصابة في حالة حدوث حادث (صعيد الصحة) وهدر الأموال (الصعيد الاقتصادي). أما على المدى البعيد، ربما يتعرض لإعاقة جسدية أو ضغوطات نفسية في حالة وقوع الحادث (الصعيد الصحي)، وقد يضطر إلى أن يسرق أو أن يستدين المال كي يشتري الوقود (الصعيد الاقتصادي) وستتأثر علاقته بأهله ورفاقه (الصعيد الاجتماعي).

من المهم أن نعي أن القرار الذي نأخذه اليوم، يجب أن يكون الأفضل بالنسبة للوضع الذي أنا فيه، وقد يختلف قراري في حال وجدت الوضع نفسه مستقبلاً، لأن المعطيات تكون قد اختلفت، إضافة إلى

ذلك، إن القرار الذي يناسبني وأخذه قد لا يكون مناسباً للآخرين، فعملية اتخاذ القرارات وتنفيذها عملية شخصية. في بعض الأحيان قد نستعين بأهلنا أو بآخرين نثق بهم لمناقشة وضع نحتاج إلى اتخاذ قرار بشأنه، فقد يكون لديهم خبرة في الموضوع، فيساعدوننا أو يوجهوننا إلى أشخاص آخرين.

كيف نتخذ القرار؟

من الممكن أن نتبع الخطوات التالية:

١. نحدد الوضع/ المشكلة: أفكر أولاً، ما الوضع الذي أواجهه، ولا يعجبني وأريد أن أغيره؟ ما الهدف الذي أريد أن أصل إليه؟
٢. نعدد الخيارات/ الحلول: أفكر، ماذا يمكنني أن أفعل كي أنتقل من الوضع الأول إلى الوضع الثاني؟
٣. نحلل ما هي إيجابيات وسلبيات كل خيار / حل؟ أفكر، في حال اخترت هذا الحل، ما النتيجة الإيجابية؟ وما النتيجة السلبية سواء على المدى القريب أو على المدى البعيد؟
٤. نفكر بالقيم التي نؤمن بها: أفكر، ما القيم الشخصية والعائلية والاجتماعية الإيجابية التي تربينا عليها، وتنماشى مع الحل الذي نود اتخاذه ، وفي الوقت نفسه تناسبنا وتنماشى مع رغباتنا؟
٥. نتخذ القرار: نختار الحل المناسب.
٦. ننفذ القرار المتخذ: نقوم بتنفيذ الخيار الذي انتقينا.
٧. نقيم هذا القرار: هل كان الخيار صائباً؟ هل وصلنا إلى هدفنا؟ هل اقتنع الشخص أو الجهة التي نفذنا معها القرار بوجهة نظرنا؟... لنطبق هذه الطريقة على المثال التالي: صديقي يصرّ على أن أركب سيارة غير قانونية.

١. المشكلة: ضغط صديقي علي لركوب سيارة بطريقة غير قانونية .

٢. الخيارات / الحلول:

- أجب.
- أرفض أن أجب.
- أوّجل هذا الموضوع

٣. إيجابيات وسلبيات كل خيار:

الخيارات	الإيجابيات	السلبيات على المدى القريب	السلبيات على المدى البعيد
أجب	سأتعلم شيئاً جديداً	سيؤثر ذلك على جسمي	<ul style="list-style-type: none"> • ربما أصاب بحادث • سأخسر رفاقي • ستتوتر علاقتي بمحيطي
أرفض أن أجب	لن أتعرض لخطر حوادث	يستاء مني صديقي	تقطع صداقتي بهذا الشاب

		الطرق	
أوجل الموضوع	أتفادى أن أدخل في نقاش مع صديقي	سأتعرض لضغط صديقي مرة أخرى	إذا استمر التأجيل ربما أخسر صداقتي معه

٤. ما القيم التي أوّمن بها؟ أوّمن أن لجسدي حقاً عليّ، ولذلك أنتبه له. صحّتي أولوية لدي. أود المحافظة على علاقتي مع بقية أصحابي، ومع عائلتي خصوصاً.
٥. القرار هو: أرفض أن أجرب.
٦. التنفيذ: أبلغ صديقي قراري بطريقة إيجابية.
٧. التقييم: هل أنا مرتاح للقرار الذي نفذته؟ هل أنا نادم على هذا القرار؟

الجلسة رقم (٤)

السلوك الحازم

نتائج الجلسة

- تعداد وتعريف أنواع السلوك الثلاثة لمقاومة تأثيرات الآخرين.
- تطبيق مهارة الرد الحازم في حال تعرض الطلاب لضغط زملائهم ، أو آخرين للقيام بممارسات تعرضهم لخطر حوادث الطرق.

- تطبيق خطوات "ممارسة الحزم كل يوم".

زمن الجلسة: ٧٠ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة
٥ دقائق
- نناقش الطلبة أهمية اتخاذ القرارات وخاصة في ما يتعلق بالسلامة على الطريق
١٠ دقائق
- نوزع الطلبة الى أربع مجموعات لتقوم بدراسة الحالات الواردة في ورقة عمل رقم ١-٤ " مارأيك بهذا القرار "
- نطلب من الطلبة أن يدونوا القرارات التي ظهرت في دراسة الحالات على اللوح وأن يعبروا عن رأيهم بهذه القرارات
- نعرض شريحة "القرار الحازم" ونناقشها مع الطلبة (ورقة عمل رقم ٢-٤).
- ٢٠ دقيقة
- نوزع تمرين "اختبر مهارتك " (ورقة عمل رقم ٣-٤) ليقوم كل طالب بتعبئته منفردا
- نناقش الطلبة في التمرين : ماذا نستفيد من هذا التمرين؟ كيف شعرنا بعد تنفيذه؟
١٠ دقائق
- نقوم بتمرين "ردي حازم ولن تقنعني":
- نطلب من كل شخصين أن يختارا وضعا معينا يفرضه واحد من الأطراف (أ) على الآخر(ب)، على الطرف (ب) أن يكون رده حازماً، وعلى الطرف (أ) أن يواجهه بمحاولات إقناع، وعلى الطرف (ب) أن يرد.
- نطلب من ثلاث مجموعات أن تقدم عرضها أمام المجموعة الكبرى.
- نحلل أنواع الرد على محاولات الإقناع التي تم استخدامها.
- ٢٠ دقيقة
- نستخلص أنواع السلوكيات الثلاثة (السلبى، العدوانى، الحازم) وخصائص كل منه ونتائج. ٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- لوح وأقلام.
- أوراق عمل الجلسة رقم ١-٤، ٢-٤، ٣-٤

كيف نشرك المعلمين؟

- للمعلمين دور كبير في تعزيز الدور الحازم، حيث يمكن أن:
- نطلب من المعلمين المهتمين أن يحضروا الجلسة.
 - نعلق لوحة خطوات الرد الحازم في الصف.
 - نطلب منهم ملاحظة التطور في طريقة إجابة الشباب حين يواجهون ضغطاً ما.

كيف نشرك الأهل؟

- ندعو أولياء الأمور للتعرف على السلوك الحازم وإيجابياته.
- مناقشة أبنائهم بفوائد السلوك الحازم.
- ممارسة السلوك الحازم في القضايا الحياتية المختلفة.

ورقة عمل رقم ٤-١

ما رأيك بهذا القرار؟

عزيزي الطالب: اقرأ الحالات الآتية ثم أجب عن الأسئلة ؟

الحالة الأولى: جلست ليلي في المقعد الأمامي لمركبة عمومية الذي يتسع لراكب واحد فقط. طلب السائق من ليلي أن تقسح مجالاً لفتاه صغيرة إلى جانبها، استغربت ليلي الأمر، ووضحت للسائق خطورة أن يجلس أكثر من راكب في المقعد الواحد. لم يقتنع السائق بنصائح ليلي، وأصر

على ادخال الفتاه للمركبة!. قالت ليلي للسائق: لن أسمح لأي راكب أن يجلس إلى جانبي، ولن أسمح لك بالتأثير على قراري أو تغييره.

- ما القرار الذي اتخذته ليلي؟

.....

- ما رأيك في قرار ليلي؟

.....

الحالة الثانية:عدنان طالب في الصف السابع، يحب دراجته الهوائية الجديدة، ويفتخر بها كثيرا، يطلب منه زميله خالد أن ينقله على الدراجة. رفض عدنان في البداية، لكن تحت إصرار والحاح زميله خالد قام بنقله في اليوم الأول. في اليوم التالي تعذر خالد بعدم مقدرته على المشي للبيت، وألح على زميله لينقله على الدراجة، فوافق عدنان مرة أخرى. وفي الطريق فقد عدنان القدرة على التوازن فسقط وزميله على الأرض!

- ما القرار الذي اتخذه عدنان؟

.....

- ما رأيك في قرار عدنان؟

.....

الحالة الثالثة : زعرور يقود سيارته بسرعة كبيرة ويرفع صوت الموسيقى عاليا. يرفض الامتثال لنصائح الشرطة. وعندما أراد الشرطي مخالفته من أجل رده عن الممارسات الخاطئة، أخذ يصرخ في وجه الشرطي ويتوعده!

- ما القرار الذي اتخذه زعرور؟

.....

- ما رأيك في قرار زعرور؟

.....

ورقة عمل رقم ٤-٢ (شريحة)

السلوك الحازم

السلوك الحازم: هو القدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر بشكل واضح ومحدد دون التلعثم بالكلام، وصوت مسموع دون المس بمشاعر الناس والتقليل من احترامهم.

نكون حازمين عندما :

- نتمسك بحقوقنا دون التنازل عن حقوق الآخرين.
- نحترم أنفسنا والآخرين.
- نصغي للآخرين.
- نعبر عن أفكارنا ومشاعرنا ،سلبية كانت أم إيجابية.
- نتمتع باستمرار بثقة في أنفسنا.

ورقة عمل رقم ٣-٤

اختبر مهاراتك

كيف يمكنك السيطرة على نفسك والتحكم في قراراتك تجاه الضغوط التي تواجهك في الحياة يوميا. يمكنك اختبار مهاراتك من خلال التمرين التالي، ضع دائرة حول الرقم المناسب، حيث يشير الرقم ١ الى أقل درجة في حين يشير الرقم ٥ الى أعلى درجة:

إدارة التوتر

٥ ٤ ٣ ٢ ١

أعرف كيف أسترخي وكيف أخلد للراحة

٥ ٤ ٣ ٢ ١

اقوم بتمارين مختلفة لتحرير الضغوط كالرياضة او المشي

٥	٤	٣	٢	١	ابتسم وأضحك واتسلى باستمرار
٥	٤	٣	٢	١	اتحدث مع الآخرين عن المشاكل التي تواجهني
إدارة الوقت					
٥	٤	٣	٢	١	أعد قائمة بالأشياء الهامة التي يجب أن أقوم بها بشكل دوري
٥	٤	٣	٢	١	أنجز الاشياء الهامة أولاً
٥	٤	٣	٢	١	أجزء القضايا الكبيرة الى مسائل أصغر
٥	٤	٣	٢	١	أختار الوقت المناسب لإنجاز الأمور الصعبة
٥	٤	٣	٢	١	أخطط لانجاز التزاماتي في الوقت المحدد
اتخاذ القرار الحازم					
٥	٤	٣	٢	١	أستطيع أن أكون هادئاً ومؤدباً في النقاش مع الآخرين وإن اختلفت معهم
٥	٤	٣	٢	١	أستطيع أن أقول (لا) وأن أصر على موقفي تحت أي ضغط
٥	٤	٣	٢	١	أستطيع أن أغضب دون ان اكون عدوانياً أو ان افقد السيطرة
٥	٤	٣	٢	١	أستمع وأصغي لوجهة نظر الآخرين وأعبر عن وجهة نظري
٥	٤	٣	٢	١	أستطيع أن أفوض ولا أتنازل عن حقوقي أو أسيطر على الآخرين
٥	٤	٣	٢	١	اتخذ قراري بنفسني دون تأثير الآخرين
٥	٤	٣	٢	١	استشير اصحاب الخبرة قبل اتخاذ القرار
تنظيم العمل					
٥	٤	٣	٢	١	أخطط الاعمال التي أنوي القيام بها مثل الواجبات والزيارات
٥	٤	٣	٢	١	أحصل على المعلومات التي أريد مسبقاً قبل تخطيط الاعمال
٥	٤	٣	٢	١	أنجز الاعمال المطلوبة في الوقت وفق الخطة
٥	٤	٣	٢	١	أراجع أعمالي وأقيمها باستمرار
٥	٤	٣	٢	١	أخذ قراري بنفسني دون تأثير الآخرين
٥	٤	٣	٢	١	أستشير أصحاب الخبرة قبل اتخاذ القرار

بطاقة المعلومات

ممارسة الحزم كل يوم

يشكل الاتصال اللفظي وغير اللفظي جزءاً كبيراً من حياة الناس، ترتكز عليه نوعية علاقاتهم واستمراريتها، وتتواصل عادة بهدف الاستعلام عن أمور معينة، والتعبير عن مشاعرنا وإيصال أفكارنا وآرائنا، إضافة إلى محاولة إقناع الآخرين بوجهات نظرنا المختلفة.

ويتوقف الاتصال الناجح على عدة عناصر، وهي المرسل أو الشخص الذي يرسل الرسالة كي يصل إلى هدف ما، والرسالة أي المضمون الذي نريد أن نرسله من معلومات أو رأي أو مشاعر، والمستقبل وهو الشخص الذي يتلقى الرسالة، وتكون له ردة فعل عليها، والقناة أو الوسيلة المستخدمة مثل الكلام أو الكتابة أو غيرها، والتشويش أي الظروف التي تحصل خلالها عملية الاتصال وقد تؤثر سلباً على عملية التواصل.

في حال لم يكن التواصل ناجحاً ينتج عن ذلك مشاكل عدة مثل سوء الفهم، القيام بعمل لا نريد أن نقوم به مثلاً كالسلوكيات الخطرة التي قد تعرضنا لحوادث الطرق، لذلك من الضروري أن نكون قادرين دائماً على التعبير عما نريد بوضوح دون التعرض للآخرين، داعمين ما نؤمن به ومصغين إلى الآخرين.

ما أنواع السلوك المطلوبة لمقاومة ضغط الآخرين؟

نعبر عن آرائنا أو رغباتنا بطرق مختلفة، ففي بعض الأحيان عندما نكون في حالة غضب يكون سلوكنا هجومياً، وفي أحيان أخرى نخجل من إبداء رأينا أو مشاعرنا فيكون سلوكنا غير مبال أي سلبي، وأحياناً أخرى نتمتع بالقدرة على التعبير عما نريد بشكل واضح وهادئ فيكون سلوكنا حازماً.

١. السلوك الحازم (الواثق من نفسه):

تأتي الثقة بالنفس كنتيجة لتقديرنا لذاتنا ومقوماتها، وتبنى على قيمنا الذاتية وقيم الآخرين في البيئة التي نعيش فيها وترتكز عليها. إن السلوك الحازم هو القدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر بشكل واضح ومحدد دون التلعثم بالكلام، وصوت مسموع دون المس بمشاعر الناس والتقليل من احترامهم.

مثلاً: يكتشف يوسف أن صديقه المخلص علي قد أخبر زملاؤه في الصف عن المشاكل التي يواجهها مع أهله في سبيل اقتناعهم بشراء دراجة هوائية جديدة.

كيف يكون سلوك يوسف حازماً: يتوجه إلى صديقه علي بخطوة واثقة وينظر في عينيه مباشرة ويقول له: "أريد أن أتحدث معك على انفراد في مكان هادئ. الأمر هام جداً بالنسبة لي..."

"عرفت أنك أخبرت زملائنا في الصف عن مشاكلي مع أهلي، لقد أزعجني ذلك كثيراً، أكون شاكر لك جداً ألا تكرر ذلك مرة أخرى، كي لا نخسر صداقتنا التي أعتر بها."

لقد عبر يوسف عن شعوره وأفكاره بطريقة جدية، دون أن يؤدي مشاعر صديقه ويخسر صداقته.

من المهم جداً خلال التعبير الحازم أن يكون تواصلنا غير اللفظي جيداً أيضاً، مثلاً تكون نبرة صوتنا جدية وودية في آن واحد، وقففتنا قوية، وعينانا تنظران في عيني محدثنا...

نكون حازمين عندما:

- نتمسك بحقوقنا دون التنازل عن حقوق الآخرين.
- نحترم أنفسنا والآخرين.
- نصغي للآخرين.
- نعبر عن أفكارنا ومشاعرنا ،سلبية كانت أم إيجابية.
- نتمتع باستمرار بثقة في أنفسنا.

٢. السلوك الهجومي

إن السلوك الهجومي يكون عنيفاً وانفعالياً مع صوت عال يقترب من الصراخ، وفي بعض الأحيان نستخدم كلمات نابية ومؤذية، فتكون النتيجة أننا:

- نقلل من احترام أنفسنا والآخرين.
- نضع على المحك علاقتنا مع الأصدقاء.
- يتقادى الآخرون الحديث والتعامل معنا.

مثلاً: طلب من حمزة وصديقه أن يقيما بالتحضير لحفلة نهاية العام الدراسي، قاما بتقاسم المسؤوليات، أنهى حمزة كل التحضيرات المسؤول عنها، ولكنه فوجئ قبل الحفل بيومين أن صديقه لم يحم بتهيئة أي من الترتيبات المتفق عليها، توجه إليه غاضباً وصارخاً، وقال له: "لا يمكن الاتكال عليك، أنت إنسان غير مسؤول، سنقفل الحفل، أخرج من هنا". سلوك حمزة هجومي جداً، فقد جرح صديقه دون معرفة الأسباب التي أدت إلى عدم قيام هذا الأخير بالمطلوب منه، كما أنه وجه إليه صفات قللت من شأنه، إضافة إلى ذلك من الممكن أن يكون قد خسر صداقته إلى الأبد.

نكون هجوميين عندما:

- نتمسك بحقوقنا ولا تهمننا حقوق الآخرين.
- نفكر بأنانية، فنحن أولاً والآخرين ثانياً.
- نسيطر على الآخرين.
- نخدم أهدافنا على حساب الآخرين.

٣. السلوك السلبي

لا نستطيع أحياناً أن نعبر عما نريد، وذلك لعدة أسباب: إما لأننا لم نتخذ قراراً وموقفاً من الوضع الذي قد نواجهه أو لأننا لا نملك حجج الرفض أو لضعف في مهارة التواصل لدينا، ويؤدي بنا

السلوك السلبي إلى فقدان تقديرنا لذاتنا وبالتالي تخف ثقتنا بأنفسنا، كما نشعر بالخيبة وصعوبة مواجهة المواقف التي لا نرغب بها.

مثلاً: يحب خالد لعب كرة القدم، ويضغط عليه رفاقه ليلعب معهم في الطريق، ويجيب بتردد " لا، لا أستطيع... لا يمكنني..." لا يأبه الرفاق بتردده ويصرون عليه، فيضرب الكرة برجله لتصدم زجاج إحدى المحلات التجارية في المكان!.
سلوك خالد غير حازم، وهذا خطر جداً، فقد قام بلعب الكرة في مكان غير آمن، لأنه لا يملك حججاً للرفض يقدمها لأصحابه، أو يفقد إلى طريقة يرفض بها دون أن يخسر صداقتهم أو أن يسخروا منه.

نكون سلبيين عندما:

- لا نفعل شيئاً لتأكيد حقوقنا الشخصية.
- نأتي بالدرجة الثانية بعد الآخرين.
- نفعل ما يريده الآخرون.
- نصمت عندما يزعجنا شيء ما.
- نعتذر كثيراً.

كيف نمارس السلوك الحازم؟ نتبع الخطوات التالية:

- 1- نأخذ قرارنا. " لن أسمح لأحد بالركوب إلى جانبي في المقعد".
- 2- نسأل الشخص الآخر عن حاجته/مشكلته؟ "هل تريد أن تضيف راكبا آخرا للمركبة؟"
- 3- نبدي رأينا حول المشكلة: "لا أعتقد أنني سأقوم بذلك لأن جلوس أكثر من شخص في نفس المقعد غير مريح بسبب الخطر".
- 4- نقترح الحل الذي يناسبنا مع شرح المبررات والنتائج: " لا أسمح لأحد أن يجلس إلى جانبي، ولكن أقترح أن تبحث للراكب الجديد عن مقعد شاغر في سيارة أخرى. فأنا لا أريد أن أتعرض للخطر أو الازعاج".
- 5- نسأل الطرف الآخر عن مشاعره/رأيه بالحل المقترح: "ما رأيك؟".
- 6- ننتظر إجابته:
- "أوافق".
- "لا. سوف يركب المركبة!".
- 7- نشكره في حال قبل: "أشكرك، هيا انطلق".
- 8- نتخذ موقفاً في حال واجهنا بالرفض ونعبر عنه:
* الرفض: "لا لن أسمح لأحد بالركوب إلى جانبي".
* المساومة: "لماذا لا تبحث له عن مركبة أخرى يستطيع أن يجلس فيها على مقعد

براحة تامة".

* التأجيل: " ما رأيك أن نناقش الأمر مع الشرطة " .

ما محاولات الإقناع؟

عندما نعلم سلوكاً حازماً قد يحاول بعض الأشخاص رفض ما نقوله، محاولين إقناعنا بحاجتهم ومطالبهم، وهم قد يستخدمون إحدى هذه الوسائل:

- ١) الإقلاق من شأننا "أنت خائف، أليس كذلك".
- ٢) التهديد: "لن أسمح لك بالركوب في هذه المركبة مرة أخرى".
- ٣) الخروج عن الموضوع: "استمع للموسيقى كم هي جميلة".
- ٤) الطمأننة: "لا تخاف وسيكون كل شيء على ما يرام".
- ٥) المجادلة: "كل الركاب يفعلون ذلك".
- ٦) إعطاء الحجج: "لا توجد مركبات إضافية لهذا الراكب".

كيف نرد على محاولات الإقناع والخروج عن الموضوع؟

من الممكن أن نستخدم الطرق والعبارات التالية للرد على محاولات الإقناع:

(١) الرفض:

- لا، شكراً.
 - لا، سوف أغير المركبة.
 - لا، إنني أعني حقيقة ما أقول.
- (٢) المساومة: نحاول أن نأخذ قراراً أو نختار حلاً يرضي الطرفين أو جميع الأطراف:
- دعونا نقوم ب... بدلاً من ...
 - لن أفعل هذا ولكن ما رأيكم لو قمنا...
 - لماذا لا نجد فكرة أو حلاً يرضي الجميع؟
- (٣) التأجيل: نحاول أن نؤخر اتخاذ القرار أو تنفيذ السلوك، فربما نقنعهم مع الوقت أو

نستفيد من الوقت الإضافي لمراجعة قراراتنا.

- لا، لن أقوم بذلك، فلست مستعداً بعد.
 - أفضل أن أستشير شخصاً آخر قبل ذلك.
 - لماذا لا نتحدث أكثر بالموضوع؟ ونقرر بعد ذلك.
- من الممكن أن نستخدم العبارات التالية كي نرجع إلى الموضوع:

- من فضلك دعني أكمل فكرتي، رأيي...
- احترم ما تقول، لكن جاء دوري للتعبير عن رأيي.
- لقد أنصت لك، والآن جاء دورك لتصغي لي.

الجلسة رقم (٥)

إحترام الذات وتقديرها

نتائج الجلسة:

١. التعرف على أهمية إحترام الذات وتقديرها.
٢. التعرف على العوامل التي تدعم تقدير الذات.

زمن الجلسة: ٦٠ دقيقة

سير الجلسة:

- نحدد نتائج الجلسة.
 - ننفذ نشاط "من أنا" ورقة عمل رقم ٤-١ ليقوم الطلبة بإجراء التمرين بشكل منفرد.
- ٥ دقائق

- بعد انتهاء الطلبة من تنفيذ التمرين، ناقش الإجابات بشكل جماعي وتوصل إلى أهمية كل فرد وضرورة إحترام الذات وتقديرها. ٢٠ دقيقة
- عرض شريحة " ركائز احترام الذات " ورقة عمل رقم ٤-٢ ومناقشتها مع الطلبة. ٢٠ دقيقة
- توضيح كيفية احترام الذات في التعامل مع الطريق والمركبات ورقة عمل ٤-٣ ١٠ دقائق
- نستخلص أهم النقاط الواردة في الجلسة . ٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة ؟

١. ورقة العمل رقم ٥-١ بعدد المشاركين
٢. ورقة العمل رقم ٥-٢ ورقم ٥-٣ شريحة للعرض

كيف نشرك الأهل؟

نناقش مع الأهل مفهوم احترام الذات وتقديرها، وأثر تقدير الذات على سلوكيات الطلبة، وأهمية مساعدة الطلبة على تحديد ركائز تقدير الذات والعمل على تطويرها.

ورقة عمل رقم ٥-١

"من أنا"

١- إسمي:

.....

٢- يحبني والداي لأنني:

.....

٣- يحترمني أصدقائي لأنني:

.....

٤- رياضتي المفضلة:

.....

٥- أحلم أن أصبح:

.....

٦- أهم قضية تشغلني:

.....

٧- أفضل صفة لدي:

.....

٨- أسوأ صفة لدي:

.....

٩- أستطيع أن أقوم بالأعمال الآتية:

.....

١٠- أتمنى أن أملك:

.....

١١- عندما أكون سعيدا:

.....

١٢- عندما أغضب:

.....

١٣- هل أنا محبوب:

.....

١٤- هل أنا مهم:

.....

١٥- يعتبرني البعض:

.....

١٦- يحترمني معلمي لأنني:

.....

١٧- جسدي مهم لأنه:

.....

١٨- دماغي وعمودي الفقري مهمان لأنهما:

.....

١٩- أحافظ على سلامة جسدي بتجنب:

.....

٢٠- أحترم ذاتي وأقدرها لأنني:

.....

٢١- أحترم والداي حيث:

.....

٢٢- أحترم بلدي حيث:

.....

٢٣- إن لحياتي قيمة هامة لأنني:

.....

٢٤- أحرص على سلامتي حيث:

.....

ورقة عمل ٥-٢

ركائز إحترام الذات

أولاً: معرفة الذات وتقبلها واحترامها :

- ما نقاط قوتنا ونقاط ضعفنا ؟
- ماذا نريد أن نكون في المستقبل؟
- ما الذي يشعرننا بالفخر والسرور ؟
- هل نعمل على تغيير الأمور التي لا تعجبنا ؟
- كيف نكون إيجابيين وليس سلبيين؟
- هل نحافظ على صحتنا وسلامة أجسادنا؟

ثانياً: تطوير المهارات المختلفة :

- نتعلم مهارات القراءة والكتاب والحساب ونتقنها .
- نعمل على تعلم مهارات جديدة ونتقنها.
- نتعلم مهارات صيانة الدراجة الهوائية .
- نتعلم مهارات التنظيف والتدبير المنزلي.
- نتعلم مهارات النجارة والحدادة وصيانة الأجهزة.
- نسعى لتعلم أية مهارة تخدمنا في أعمالنا.

ثالثاً: تطوير المهارات الحياتية:

- نتعلم مهارات الإتصال الفعال .
- نتعلم مهارات اتخاذ القرار.
- نتعلم مهارات الإصغاء الجيد.
- نتعلم مهارات اقناع الآخرين بوجهات نظرنا .
- نتعلم مهارات التفكير والتحليل.
- نتعلم مهارات التعاطف مع الآخرين.
- نتعلم مهارة حل المشكلات.

رابعاً: التصرف بمسئولية:

- الإعتماد على القدرات في النجاح وليس على الحظ .
- نتحمل مسؤولية أعمالنا ولا نحمل الآخرين نتائج أعمالنا.
- الإبتعاد عن القيام بأعمال خطيرة تسبب لنا الضرر .
- نحافظ على صحتنا وصحة من حولنا .

ورقة عمل ٥-٣

أحترم ذاتي

- ✓ لا أَلعب في الطريق.
- ✓ أعبّر الطريق بعد أن أفكر جيداً وأنظر ملياً وأتأكد من خلوه من المركبات.
- ✓ ألبس خوذة واقية وملابس مناسبة عند ركوب دراجتي الهوائية.
- ✓ أضع حزام الأمان فور ركوبي المركبة.
- ✓ لا أرمي أية نفايات من المركبة.
- ✓ لا أخرج يدي أو رأسي من شباك المركبة.
- ✓ أقف بانتظام وأحافظ على دوري عند ركوب الحافلة العمومية(الباص).

- ✓ لا أزالحم عند ركوب المركبات العمومية.
- ✓ ألبس ملابس فاتحة عند المشي في الليل وفي أيام الشتاء.
- ✓ أعبر الطريق من مكان يستطيع السائق رؤيتي بوضوح.
- ✓ أتجنب المشي مع الزملاء بشكل مجموعات تعرضنا لخطر حوادث الطريق.
- ✓ أبتعد عن حركة السير السريعة ما أمكن.
- ✓ أساعد الاشخاص ذوي الاعاقة على عبور الطريق بأمان.
- ✓ لا أركب في مركبة تجاوز عدد الركاب فيها، العدد المسموح به .
- ✓ ألتزم بتعليمات شرطي المرور.
- ✓ أحترم دور شرطي المرور وأقدره.
- ✓ ألتزم بإشارات المرور.
- ✓ أحافظ على قواعد المرور.
- ✓ أحافظ على سلامة جسدي من الإصابات.
- ✓ أحافظ على حياتي و حياة زملائي وأهلي.

بطاقة المعلومات

احترام الذات وتقديرها

احترامنا لذاتنا وتقديرها هو إعتزازنا بذاتنا، وأن نكون فخورين وليس مغرورين بأنفسنا، وأفكارنا، ومعتقداتنا، ومهاراتنا، وشكلنا وكل ما يكون شخصيتنا من عقل وجسد ونفس، وعندها نشعر بأننا ذوو قيمة نتفاعل مع الآخرين بشكل أفضل ونتخذ قرارات مناسبة.

يبدأ احترام الذات وتقديرها في سن الطفولة المبكرة، فالأطفال الذين يعيشون في أسر تحترمهم وتقدرهم وتتقبلهم، يكون احترامهم لذاتهم وللآخرين مميزا عن الأطفال المحرومين، ويزداد إحترامنا لذاتنا عندما نقوم بأعمال نرضى عنها ويرضى عنها المجتمع.

ويزداد احترام الذات بمعرفة الشخص لقدراته وامكانياته وهواياته، وبزيادة معارفه العلمية ومهاراته الكتابية والقرائية والحسابية والعلمية، وتتطور بامتلاكه المهارات الحياتية التي تتضمن التواصل واتخاذ القرار والتفكير الناقد والإصغاء، والتصرف بمسؤولية وتحمل نتائج أعمالنا والابتعاد عن المخاطرة واتخاذ قرارات لا مسؤولة.

ويزداد احترام الذات وتقديرها بامتلاك الشخص لقيم يقدرها المجتمع ويحرص عليها، وكلما تمسك الشخص بهذه القيم زاد إحترام المجتمع له، وزاد بذلك احترام الشخص لذاته، والعكس صحيح فالشخص الذي لا يقدر ولا يحترم قيم المجتمع يسهل عليه القيام بتصرفات خاطئة قد تؤذي وتؤدي من حوله.

ومن صفات الأشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع، انهم واقعيين يدركون نقاط قوتهم وضعفهم، ولديهم قيم توجه تصرفاتهم ويدافعون عنها، وقادرين على إيجاد حل للمشاكل التي تواجههم، ويتمتعون بقدرة أفضل على المصارحة والتعبير عن الرأي، ومرتاحين في محيطهم، ويتعاونون مع الآخرين ويساندوهم، ويتقبلون الخسارة ويتعلمون من تجاربهم الخاطئة، و يقيمون تصرفاتهم باستمرار، ويعاملون الآخرين باحترام، ويبتعدون عن الغرور.

ويتجلى إحترام الذات وتقديرها في الإلتزام بقواعد وآداب المرور، والمحافظة على سلامة الشخص البدنية والنفسية، وتجنبيه أية أضرار تترك أثراً سلبية بعيدة المدى.

الجلسة رقم (٦)

مفاهيم ومصطلحات المرور

نتائج الجلسة:

٣. التعرف على بعض المفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالمرور.

٤. التعرف على بعض القوانين الخاصة بالمشاة.

زمن الجلسة: ٥٠ دقيقة

سير الجلسة:

- نحدد نتائج الجلسة .

٥ دقائق

- نفذ نشاط " مفاهيم ومصطلحات " (ورقة عمل رقم ٦-١) ليقوم الطلبة بإجراء التمرين بشكل منفرد .
 - بعد انتهاء الطلبة من تنفيذ التمرين، نناقش الإجابات بشكل جماعي.
٢٠ دقيقة
 - عرض شريحة " أنواع الطرق " (ورقة عمل رقم ٦-٢) ومناقشتها مع الطلبة .
١٠ دقائق
 - توزيع نسخ من "قواعد المرور الخاصة بالمشاة" (ورقة عمل رقم ٦-٣) ليتم مناقشتها مع زملائهم الطلبة وذويهم.
١٠ دقائق
 - نستخلص أهم النقاط الواردة في الجلسة.
٥ دقائق
- ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة ؟**
٣. أوراق العمل: ٦-١، ٦-٢، ٦-٣.
٤. صور لإشارات المرور.
- كيف نشرك الأهل؟**
- يقوم الأهل بمناقشة أبنائهم بالانظمة والتعليمات الخاصة بالمشاة، وتعريفهم على الطرق الصحيحة للتعامل مع الطريق .

ورقة عمل رقم ٦-١ (فردى)

مفاهيم ومصطلحات المرور

- عزيزى الطالب، ضع المفاهيم الآتية في الفراغات المناسبة: الرصيف، إعطاء حق الأولوية، حافة الطريق، طريق ذات اتجاه واحد، إشارة المرور، المفترق، المركبة، رخصة القيادة، المركبة العمومية، ممر عبور المشاة.
١. عدم مواصلة قائد المركبة السير أو عدم البدء فيه إذا كان استمرار سيره سيعرض قادة المركبات الآخرين للتحول عن خط سيرهم أو تغيير سرعتهم.
 ٢. دلالات معروفة ترسم أو تكتب على الطريق أو تثبت على جوانبها أو فوقها وضعت بمعرفة السلطة المختصة لتنظيم حركة المرور وإرشاد مستعملي الطريق.
 ٣. كل طريق مسموح فيها بحركة السير في اتجاه واحد.

٤. المكان المخصص لعبور المشاة ومخطط لهذا الغرض في طريق المركبات.
٥. المساحة المجاورة لحافة طريق المركبات الخالية من الرصيف وذلك لغاية عرض مقداره ثلاثة أمتار أو حافة قناة الصرف إذا كانت حافة القناة قريبة إلى حافة الطريق بأقل من ثلاثة أمتار .
٦. قسم من عرض الطريق غير معد لسيير المركبات ويقع بجانب طريق المركبات وخصص للمارة، سواء كان في مستوى طريق المركبات أو أعلى.
٧. كل تلاقي أو تقابل أو تفرع للطريق على مستوى واحد أو أكثر ، شاملاً المساحة المكشوفة التي تكونت نتيجة لذلك.
٨. كل وسيلة من وسائل النقل أو الجر، أعدت للسير أو الجر على عجلات أو جنزير وتسير بقوة آلية أو جسدية.
٩. المركبة المستعملة أو المعدة للاستعمال في نقل ركاب لقاء أجر.
١٠. الإجازة الرسمية الصادرة عن سلطة الترخيص والتي تجيز لصاحبها قيادة مركبة من نوع أو أنواع معينة.

ورقة عمل رقم ٦-٢ (شريحة)

أنواع الطرق وأجزائها وعناصرها

الطريق : كل سبيل مفتوح للسير العام ،سواء للمشاة أو الحيوانات أو لوسائل النقل أو الجر ،ويشمل على سبيل المثال: الطرقات والشوارع والساحات والممرات والجسور التي يجوز للناس عبورها.

الطريق السريع : كل طريق خارج المدن ذو اتجاهين أو أكثر ، تفصل بينهما منطقة فاصلة، وخصص لحركة المركبات الآلية فقط ،وكل منهما(الاتجاهان) له مسلكين على الأقل ، ولا يمكن الوصول إليه من أفنية مجاورة، وهو خال من ملتقيات السكة الحديد أو المفترقات، باستثناء اندماجات الطرق، ووضعت في مدخله اشارة مرور تدل على أنه طريق سريع.

طريق ذات اتجاه واحد : كل طريق مسموح فيها حركة السير في اتجاه واحد.

طريق بلدية : كل طريق يقع ضمن اختصاصات سلطة محلية أو سلطات محلية تتاخم إحداهما الأخرى

،ووضعت في مدخل ذلك المكان اشارة مرور ،معناها "مدخل إلى طريق داخل مدينة أو قرية"، وذلك حتى المكان الذي وضعت فيه اشارة مرور ، معناها "نهاية حدود طريق البلدية".

المسلك : أي جزء من الأجزاء الطولية للطريق يسمح عرضه بمرور صف واحد من المركبات.

ممر عبور المشاة : المكان المخصص لعبور المشاة ،ومخطط لهذا الغرض في طريق المركبات.

حافة الطريق : المساحة المجاورة لحافة طريق المركبات الخالية من الرصيف، وذلك لغاية عرض مقداره ثلاثة أمتار، أو حافة قناة الصرف إذا كانت حافة القناة قريبة إلى حافة الطريق بأقل من ثلاثة أمتار.

الرصيف : قسم من عرض الطريق ،غير معد لسير المركبات، ويقع بجانب طريق المركبات وخصص للمارة، سواء كان في مستوى طريق المركبات أو أعلى.

المساحة الفاصلة : كل مبنى أو جزيرة أو مكان مرسوم على سطح الطريق ،أو حديقة أو ساحة غير معبدة أو ما أشبهه، وتقسم الطريق على امتدادها.

خط التوقف : خط على عرض الطريق المعبدة، أو على قسم من عرضها ،يشير إلى الحد الذي تقف عنده المركبة بالقرب من الإشارة الضوئية ،أو من إشارة مرور ووقوف إجباري ،أو قبل ملتقى سكة حديد أو من مكان يقف عنده شرطي يقوم بتوجيه حركة السير .

الوقوف : وجود المركبة في مكان ما لفترة محددة أو غير محددة وليس لغرض نقل الركاب أو إنزالهم أو تحميل شحنة أو تفريغها الفوري.

المفترق : كل تلاقي أو تقابل أو تفرع للطريق على مستوى واحد أو أكثر شاملاً المساحة المكشوفة التي تكونت نتيجة لذلك .

ورقة عمل رقم ٦-٣ (فردى)

بعض قواعد المرور المتعلقة بالمشاة

على المشاة مراعاة ما يلي عند السير على الطرقات:

- ١ . وجوب سير الماشي على الرصيف أو على حواشي الطريق، وليس على الطريق نفسها، ما عدا أثناء العبور. وعند السير على الرصيف ، يجب السير في وسطه، وليس على احجار الحافة .
- ٢ . للماشي على ممر المشاة حق الأسبقية بعبور الطريق .
- ٣ . على الماشي أن يعبر الطريق بحذر، وبعد أن يكون قد تأكد من خلو الطريق من المركبات.
- ٤ . اثناء عبور الطريق ، يجب الاستمرار بالتطلع والتنصت، وذلك من باب الحيطة لاي حركة سير مفاجئة .
- ٥ . على الماشي الموجود بالقرب من مفترق طرق، أن يعبر الطريق بالقرب من المفترق.
- ٦ . على الماشي أن ينتظر في مكان آمن، مثل الرصيف أو جزيرة المرور قبل نزوله للطريق، وألا ينزل إلى الطريق بصورة تلزم المركبات على التوقف بشكل مفاجئ.
- ٧ . يلزم الماشي على الطريق أن يسير بالقرب من حافتها وعلى اقصى جانبها الأيسر، ووجهه مقابل حركة السير القادمة باتجاهه.

٨. على المشي الذي يريد استخدام المركبات، أن ينتظرها واقفاً على الرصيف، أو على حواشي الطريق أو خارج الطريق.
٩. يمنع على المشي عبور طريق عليها سياج أمان على الرصيف أو جدار فاصل.
١٠. يمنع التشويش على المشي أو الحد من استعماله للرصيف. لكن الواقع أن حقوق المشاة مهضومة، وذلك ابتداءً من استعمال الرصيف من قبل أصحاب المحلات التجارية أو الباعة المتجولين، أو بإقامة مبان أو أعمدة الكهرباء وغيرها، وهي جميعها غير قانونية على الرصيف، وحتى محطات الحافلات العمومية (الباصات) والكراجات التي تضيق الرصيف بصورة فعلية.
١١. عند سير مجموعة من الناس على طريق في وقت الإضاءة، يلزم على المشي الأول والأخير في المجموعة، أن يحمل كلا منهما ضوءاً متنقلاً أو عاكساً للضوء، يراه السائقين من مسافة كافية.
١٢. لا يعبر المشي أي طريق، إلا بعد أن يكون قد فحص وضع حركة السير عليها، وتأكد من إمكانية العبور بأمان، ومن مكان يستطيع فيه السائقون مشاهدة عابري الطريق.
١٣. في جميع الحالات يعبر المشي الطريق بسرعة معقولة، بخط مستقيم، باعتباره الأقصر بين حواشي الطريق، ولا يتمهل على الطريق بدون لزوم.
١٤. لا ينزل المشي من الرصيف أو من مكان آخر آمن إلى الطريق بصورة فجائية، أو قبل اتخاذ وسائل الحذر الكافية، وذلك أثناء اقتراب مركبة باتجاهه، من مسافة لا يستطيع فيها سائق المركبة أن يوقف مركبته لمنع وقوع حادث طرق.
١٥. لا يقف شخص على الطريق، سواء كان ذلك من أجل إيقاف مركبة أو لأي غاية أخرى إلا في حالة القيام بمهمة رسمية أو المشاركة في تشجيع جنازة أو مسيرة.
١٦. ضرورة ان يلبس المشاة ملابس فاتحة، عند السير على الطرقات، وخاصة في وقت الليل وإيام الشتاء، ويفضل ان يكون على زي الطلاب والاطفال شريط عاكس للضوء، وكذلك على شنطهم المدرسية بطاقة المعلومات

بعض المصطلحات من قانون المرور الفلسطيني

إعطاء حق الأولوية : عدم مواصلة قائد المركبة السير أو عدم البدء فيه إذا كان استمرار سيره سيعرض قادة المركبات الآخرين للتحويل عن خط سيرهم أو تغيير سرعتهم.

الشاخصة (إشارة المرور) : أية خطوط أو إشارة ضوئية أو رموز أو كلمات أو عبارات ذات دلالات معروفة ترسم أو تكتب على الطريق، أو تثبت على جوانبها أو فوقها، وضعت بمعرفة السلطة المختصة لتنظيم حركة المرور وإرشاد مستعملي الطريق.

الطريق : كل سبيل مفتوح للسير العام سواء للمشاة أو الحيوانات، أو لوسائل النقل أو الجر، ويشمل على سبيل المثال الطرقات والشوارع والساحات والمرات والجسور التي يجوز للناس عبورها.

الطريق السريع : كل طريق خارج المدن ذو اتجاهين أو أكثر تفصل بينهما منطقة فاصلة، وخصص لحركة المركبات الآلية فقط، وكل منهما (الاتجاهان) له مسلكين على الأقل، ولا يمكن الوصول إليه من أفنية مجاورة، وهو خال من ملتقيات السكة الحديد، أو لمفترقات باستثناء

اندماجات الطرق ووضعت في مدخله شاخصة (إشارة مرور) تدل على أنه طريق سريع.

طريق ذات اتجاه واحد : كل طريق مسموح فيها بحركة السير في اتجاه واحد.

طريق المركبات : قسم من الطريق معد لسيير المركبات فقط.

طريق بلدية : كل طريق يقع ضمن اختصاصات سلطة محلية أو سلطات محلية تتاخم

إحدهما الأخرى ووضعت في مدخل ذلك المكان إشارة مرور ،معناها "مدخل إلى طريق داخل

مدينة أو قرية"، وذلك حتى المكان الذي وضعت فيه إشارة مرور ، معناها "نهاية حدود طريق

البلدية".

السبيل : طريق أو قسم من طريق بخلاف طريق المركبات خصص لعابري السبيل.

المسلك : أي جزء من الأجزاء الطولية للطريق ،يسمح عرضه بمرور صف واحد من المركبات.

ممر عبور المشاة : المكان المخصص لعبور المشاة ومخطط لهذا الغرض في طريق المركبات.

حافة الطريق : المساحة المجاورة لحافة طريق المركبات الخالية من الرصيف وذلك لغاية

عرض مقداره ثلاثة أمتار أو حافة قناة الصرف إذا كانت حافة القناة قريبة إلى حافة الطريق بأقل

من ثلاثة أمتار.

الرصيف : قسم من عرض الطريق غير معد لسيير المركبات ويقع بجانب طريق المركبات

وخصص للمارة سواء كان في مستوى طريق المركبات أو أعلى.

المساحة الفاصلة : كل مبنى أو جزيرة أو مكان مرسوم على سطح الطريق أو حديقة أو ساحة

غير معبدة أو ما أشبهه وتقسم الطريق على امتدادها.

خط التوقف : خط على عرض الطريق المعبدة أو على قسم من عرضها ،يشير إلى الحد الذي

تقف عنده المركبة بالقرب من الإشارة الضوئية، أو من شاخصة (إشارة مرور) وقوف إجباري أو

قبل ملتقى سكة حديد أو من مكان يقف عنده شرطي يقوم بتوجيه حركة السير.

الوقوف : وجود المركبة في مكان ما لفترة محددة أو غير محددة ، وليس لغرض نقل الركاب أو

إنزالهم أو تحميل شحنة أو تفريغها الفوري.

المفترق : كل تلاقي أو تقابل أو تفرع للطريق على مستوى واحد، أو أكثر شاملاً المساحة

المكشوفة التي تكونت نتيجة لذلك .

أجرة السفر : الأجرة المحددة بمعرفة السلطة المختصة لنقل الركاب والأمتعة.

خط السفر : خط سير المركبة العمومية في سفرة محددة من قبل مراقب المرور.

السفرة الخصوصية : السفرة التي تكون فيها المركبة العمومية كلها تحت تصرف المسافر.

سفرة الخدمة : السفر في مركبة عمومية بحيث يدفع كل راكب أجرته على انفراد.

الدراجة العادية : مركبة ذات عجلتين أو أكثر وغير مجهزة بمحرك آلي وتسير بقوة راكبها.

الدراجة الآلية : مركبة آلية ذات عجلتين سواء أكانت مزودة بعربة جانبية أو بدونها.

المركبة : كل وسيلة من وسائل النقل أو الجر أعدت للسير أو الجر على عجلات أو جنزير وتسير بقوة آلية أو جسدية.

المركبة الآلية: كل مركبة تسير بقوة آلية مهما كان نوعها.

المركبة الخصوصية: المركبة المعدة للاستعمال الشخصي.

المركبة العمومية : المركبة المستعملة أو المعدة للاستعمال في نقل ركاب لقاء أجر.

مركبة التأجير : وهي المركبة المسجلة بسلطة الترخيص تحت اسم شركة تأجير للمركبات

وتستعمل لأغراض التأجير فقط وحسب النظام الخاص بذلك.

المركبة التجارية : المركبة المعدة للاستعمال في نقل البضائع لقاء أجرة أو لنقلها فيما يتعلق

بأعمال صاحب المركبة أو تجارته.

مركبة أمن : وتشمل مركبة الإسعاف المعدة لنقل المرضى، أو مركبة تابعة لقوات الشرطة أو

الأمن العام أو مركبة إطفاء الحريق، وكل مركبة أخرى صادقت سلطة الترخيص على أنها

مركبة أمن، وينبعث منها نور خاص متقطع أحمر أو أزرق، وتطلق إشارة إنذار بواسطة صافرة

أو جرس.

مركبة تخليص : مركبة آلية معدة حسب تصميمها لتنفيذ أعمال تخليص وجر المركبات التي لم

تعد صالحة للعمل بشكل مسيطر عليه.

مركبة العمل : مركبة آلية غير معدة لنقل بضائع أو أشخاص وثبت عليها أجهزة عمل ثابتة.

المركبة المجددة : المركبة التي لحقها ضرر إجمالي يتراوح ما بين ٥٥-٧٥% من قيمتها وقرر

متمن المركبات أنها قابلة للتصليح.

المركبة القديمة : كل مركبة عدا الجرار الزراعي والمجروور، التي بلغت في يوم تجديد رخصتها

عشرين سنة.

الحافلة : المركبة الآلية المعدة لنقل ثمانية أشخاص أو أكثر عدا قائدها، وذكر في رخصتها

أنها حافلة.

حافلة عمومية : مركبة عمومية من نوع حافلة مخصصة لنقل ركاب بأجر.

حافلة خصوصية : كل حافلة ليست عمومية وتستعمل في نقل الأشخاص بدون أجر.

الماكينة المتنقلة : مركبة آلية معدة حسب تصميمها لتنفيذ أعمال وغير مخصصة للجر.

الجرار : مركبة آلية معدة حسب تصميمها للجر وتنفيذ أية أعمال أخرى.

رخصة القيادة : الإجازة الرسمية الصادرة عن سلطة الترخيص والتي تجيز لصاحبها قيادة

مركبة من نوع أو أنواع معينة من المركبات.

رخصة القيادة الدولية : رخصة قيادة تصدر عن نادي المركبات الفلسطيني.

رخصة تسيير المركبة : الإجازة الرسمية الصادرة عن سلطة الترخيص والتي تجيز تسيير

المركبة على الطريق طوال مدة صلاحيتها بالشروط المنصوص عليها في القانون.
سنة الصنع : السنة التي سجلتها سلطة الترخيص في رخصة المركبة بأنها سنة الصنع.
الطول الإجمالي : البعد ما بين أقصى نقطة من مقدمة المركبة وأقصى نقطة من مؤخرتها مقاساً
ذلك بخط مستقيم وبصورة عمودية.
العرض الإجمالي : عرض المركبة مقاساً بين المستويين العموديين المتوازيين المارين بين أقصى
نقطتين من جانب المركبة.
الارتفاع الإجمالي : الارتفاع العمودي الذي تصل إليه المركبة ابتداءً من السطح الذي تقف عليه
بعجلاتها إلى أعلى نقطة من جسمها وهي غير محملة.
الوزن الإجمالي : وزن المركبة مضافاً إليه وزن حمولتها.
الوزن الفارغ : وزن المركبة فارغة مضافاً إليها وزن ملحقات المركبة من الوقود والماء والزيت.

جلسة رقم (٧)

إشارات المرور

نتائج الجلسة:

١. تعداد فوائد إشارات المرور
٢. التعرف على أنواع إشارات المرور
٣. التعامل مع إشارات المرور
٤. التعرف على آراء الطلبة حول مخالفة إشارات المرور

زمن الجلسة: ٧٠ دقيقة

سير الجلسة:

- نحدد نتائج الجلسة.
- نقوم بنشاط "مجالات الحائط":

- نحضر مجالات الحائط وذلك بكتابة كل من أوراق عمل هذه الجلسة على أوراق
لوحة قلابة والتي تحمل الأرقام : ١-٧ ، ٢-٧ ، ٣-٧ ، ٤-٧.
- نطلب من المشاركين أن يمروا على مجالات الحائط المتعلقة كافة.
- في كل مجلة يقرأ الطلبة السؤال ويجيبوا عنه، ليس بالضرورة الإجابة عن كل
الأسئلة في المجلة ذاتها من قبل الشخص نفسه، كذلك من الممكن أن يجيب أكثر
من شخص على السؤال نفسه، حتى ولو اختلفت الإجابات.
- عند انتهاء الوقت، نطلب من الجميع أن يعودوا إلى أماكنهم.

- نستعمل كل مجلة لشرح الموضوع المطروح فيها، مرتكزين على إجابات المشاركين.

٢٥ دقيقة

• نناقش أنواع إشارات المرور باستعمال صورا وشفافيات ذات علاقة بالموضوع

٢٠ دقيقة

• نوزع التمرين "إشارات المرور" (ورقة عمل رقم ٦-٥) ليقوم كل طالب بتنفيذه منفردا

١٥ دقيقة

• نستخلص طارحين أسئلة عن مختلف الموضوعات التي تمت مناقشتها

٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

➤ أوراق اللوح القلاب وأقلام

➤ أوراق عمل الجلسة: ١-٧، ٢-٧، ٣-٧، ٤-٧، ٥-٧.

➤ صور أو شرائح لإشارات المرور.

➤ لاصق.

كيف نشرك الأهل والمعلمين؟

من الممكن أن ينظم المشاركون بالتعاون مع إدارة المدرسة حملة تثقيفية أو معرض صحي عن

الموضوع، يتم دعوة الأهل وإدارة المدرسة وبقية الطلبة لحضوره.

ورقة عمل رقم ٧-١

مجلة الحائط الأولى

اختر جملة واحدة وأجب بـ "صح" أو "خطأ" على الجمل الآتية:

	يفترض في عابري الطريق الامتثال لإشارات المرور كما لو كان في المكان شرطياً يوجه حركة المرور .
	يجب علينا توعية السائقين المخطئين للتقليل من حوادث الطرق .
	يجب الامتثال لإشارات المرور حتى في الأماكن المنعزلة والبعيدة .
	إشارات المرور تختلف في شكلها ولونها بسبب اختلاف المركبات التي تسير على الطريق .
	اللون الأحمر في إشارات المرور يحذر من الخطر .
	إشارات الطرق الدائرية التي تحمل إطار أحمر تشير إلى الممنوعة .
	إشارات الطرق الدائرية التي لونها أزرق تشير الى المسموحة لما بداخلها من رموز لوسائل نقل ، او المسموحة للحركة باتجاه الاسهم المشار اليها .
	للإشارة الضوئية الخاصة بالمشاة لوان فقط: أحمر وأخضر .
	عند عبور المشاة للطريق، تكون الإشارة الضوئية الخاصة بالمركبات حمراء .
	إشارة قف الخاصة بفرقة السلامة على الطرق ملزمة للمركبات والطلبة .
	على جميع المركبات التوقف أمام إشارة " قف" .
	تزداد حوادث الطرق عند عدم الامتثال لإشارات المرور .

الحفاظ على إشارات المرور واجب وطني وأخلاقي .

ورقة عمل رقم ٧-٢

مجلة الحائط الثانية

أكتب فائدة واحدة على الأقل لإشارات المرور؟

.....١

.....٢

.....٣

.....٤

.....٥

.....٦

.....٧

-٨
-٩
-١٠

ورقة عمل رقم ٣-٧

مجلة الحائط الثالثة

أذكر بعض الأسباب التي تجعل السائقين لا يمتثلون لإشارات المرور؟

- ١
- ٢
- ٣
- ٤
- ٥
- ٦

- ٧
- ٨
- ٩
- ١٠

ورقة عمل رقم ٧-٤

مجلة الحائط الرابعة

كيف يمكننا إقناع الطلبة والسائقين من حولنا بضرورة الامتثال لإشارات المرور؟

- ➤
- ➤
- ➤
- ➤
- ➤
- ➤
- ➤

..... ➤

..... ➤

..... ➤

..... ➤

ورقة عمل رقم ٧-٥ " معنى إشارات المرور "

صل إشارة المرور بما يناسبها من معنى:

أعمال على الطريق



انتبه، أولاد على الطريق



تمهل، أمامك ممر عبور للمشاة



أمامك تقاطع الطرق



ممنوع الاتجاه نحو اليمين





احذر، أمامك إشارة ضوئية



أمامك ممر لعبور المشاة



قف وأعط حق الأولوية

" أنواع إشارات المرور "

ورقة عمل رقم ٦-٧

صنف إشارات المرور الآتية وذلك برسمها في الفراغ في الجدول أدناه إلى: إشارات تحذيرية، إشارات إرشادية، وإشارات إلزامية. ثم حدد مضمون كل إشارة.

--

الإشارات التحذيرية	الإشارات الإرشادية	الإشارات الإلزامية

بطاقة المعلومات

إشارات المرور

تزداد مع تقدم المدنية والتطور حاجة الإنسان لاستخدام الطرق ، سواء سيراً على الأقدام أو باستخدام المركبات ، إن ازدحام الطرق وكثافة استخدامها يتطلب وضع إشارات أو لافتات يفهمها جميع مستخدمي الطريق .

من هنا وجدت إشارات المرور ، بهدف تنظيم حركة سير المركبات والمشاة على هذه الطرق ، حيث أن الالتزام بتعليماتها يساعد على تسهيل حركة المرور ، وتجنب العديد من الحوادث ، وهذه العلامات والإشارات في معظمها موجهة لسائقي المركبات ، ومع ذلك فهناك قسماً منها موجهة لراكبي الدراجات والماشيين سيراً على الأقدام .

أن الالتزام بإشارات المرور واجب على جميع مستخدمي الطريق في جميع الأوقات ، وفي كافة الظروف . فالعديد من الدول تفرض غرامات كبيرة على كل من يخالف تعليمات إشارات المرور حتى الأشخاص الماشيين سيراً على الأقدام !

وتزداد سنوياً حوادث الطرق وما ينجم عنها من خسائر مادية وبشرية بسبب عدم الامتثال لإشارات المرور .

أنواع إشارات المرور

أولاً- الإشارات على وجه الطريق : تمثل خطوطاً متقطعة أو متصلة وأسهما ومربعات وغيرها بألوان مختلفة منها الأبيض والأصفر وغيرها، تشير إلى المسارب التي يسمح بها

الحركة مثل معبر المشاة، والخطوط المتصلة التي تمنع التجاوز والأسهم التي تشير إلى الاتجاه الذي يسمح فيه بالحركة.

ثانياً - الإشارات التي توضع على الطريق وعلى جوانب الطريق: تختلف هذه الإشارات في شكلها، فبعضها مثلث الشكل، وبعضها دائري وآخر مستطيل أو مربع أو مئمن. كما تختلف في ألوانها أيضا فمنها ذات إطار احمر على خلفية بيضاء ومنها الأزرق ومنها الأصفر. وتقسم إلى ثلاثة أقسام :

١. الإشارات الإلزامية: معظمها دائري الشكل، وتحتوي معلومات عن ما يجب على السائق أن يفعله أو يمتنع عن فعله، مثل إشارات ممنوع الدخول وإشارات تحديد السرعة المسموحة. أما الإشارات غير الدائرية (المميزة وذلك لاهميتها) فهما: إشارة "قف" مئمنة الأضلاع وإشارة أعط الأولوية بشكل مثلث مقلوب .

٢. الإشارات التحذيرية: تكون في العادة مثلثة الشكل، حمراء اللون وتحذر مستخدمي الطريق للتغيرات التي أمامهم على الطريق، مثل وجود منعطف أو طريق وعرة أو أعمال صيانة،.....

٣. الإشارات الإرشادية : وتكون في العادة مستطيلة أو مربعة الشكل، زرقاء أو خضراء او بنية اللون، و توضح لمستعملي الطريق الأماكن والاتجاهات والمسافات مثل موقف مخصص للمعاقين حركيا او اماكن اثرية او غير ذلك.

الجلسة رقم (٨)

شرطة المرور

نتائج الجلسة

١. التعرف على مهام شرطة المرور.
٢. تعداد واجبات المواطنين تجاه شرطة المرور.
٣. إبداء الرأي في مخالفة تعليمات شرطة المرور.

زمن الجلسة: ٦٥ دقيقة

سير الجلسة

- عرض نتائج الجلسة. ٥ دقائق.
 - توزيع الطلبة إلى مجموعات لتقوم بتعداد مهام شرطة المرور .
 - تعرض المجموعات أعمالها .
 - عرض شريحة "مهام شرطة المرور" ورقة عمل رقم ٨-١
- ٢٥ دقيقة

يمكن الاستعانة بشرطي المرور ليتحدث أمام الطلبة عن المهام التي تقوم بها شرطة المرور

- نوزع التمرين "واجباتي تجاه شرطة المرور" ورقة عمل رقم ٨-٢، ليقوم الطلبة بتنفيذه بشكل

فردى

- مناقشة ما توصل إليه الطلبة في التمرين مع المجموعة الكبرى.
 - نفذ نشاط "حوار بين الشرطي والمواطن"
 - يتطوع طالبان ليقوم أحدهم بدور الشرطي الذي ينفذ القوانين، والآخر بدور شخص يخالف هذه القوانين، بحيث يدور الحوار في أحد الموضوعات التالية: الوقوف الخاطيء، عرض البضائع التجارية على الرصيف ، تحميل عدد زائد من الركاب، عبور الطريق بطريقة خاطئة، ركوب الدراجة الهوائية بطريقة خاطئة.....
 - تتاح الفرصة لطالبان آخران لإجراء الحوار في موضوع آخر.
 - يبدي الطلبة وجه نظرهم في مخالفة تعليمات الشرطة.
 - تدون آراء الطلبة على السبورة
- ٢٥ دقيقة

- نلخص الجلسة وما دار بها من أفكار مركزين على الأمور التالية:
 - ماذا ينتج عن مخالفة تعليمات شرطة المرور؟
 - لماذا يخالف البعض تعليمات شرطة المرور؟
 - نوزع ورقة العمل رقم ٨-٣ ليقوم الطلبة بمناقشتها مع زملائهم.
- ١٠ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- أوراق عمل هذه الجلسة: ٨-١، ٨-٢، ٨-٣.
- أوراق كبيرة وأقلام.
- متطوعين من الطلبة.
- لاصق.

ورقة عمل رقم ٨-١ (شريحة)

بعض مهام شرطة المرور

- تحقيق الأمن والأمان، في ضبط المخالفين ومرتكبي الجرائم وتقديمهم للمحاكمة.
- الحفاظ على أعراض الناس وممتلكاتهم من المساس بها أو انتهاكها.
- الحفاظ على صحة الناس من خلال التقليل قدر الإمكان من الحوادث.
- الحفاظ على أموال الناس والدولة من السرقة والتبديد.
- الحفاظ على الهدوء ومنع الإزعاج والضوضاء حرصاً على صحة وراحة الإنسان.
- توعية الناس وتشجيع السائقين على إتباع الأنظمة والقوانين.
- تنظيم السير للمشاة والمركبات.
- مخالفة من يتجاوز القانون.
- فض النزاعات بين الناس.

- كشف المزورين والمزييفين.
- الحفاظ على سير الامتحانات في المدارس.
- الحفاظ على الطلبة في ذهابهم وإيابهم من وإلى المدرسة.
- المساعدة في إزالة المعوقات عن الطرقات.

ورقة عمل رقم ٨-٢ (تمرين فردي)

واجباتي تجاه شرطة المرور

عزيزي الطالب ضع إشارة (X) في العمود الذي تراه مناسباً من وجهة نظرك

الرقم	السؤال	موافق	معارض	لا رأي لي
١	احترام شرطة المرور واجب وطني وأخلاقي.			
٢	يجب على المشاة أن يلتزموا بتعليمات وإرشادات شرطة المرور في جميع الأوقات.			
٣	يجب إتباع تعليمات شرطة المرور، حتى ولو خالفت هذه التعليمات إشارة المرور الضوئية.			
٤	يجب إبلاغ شرطة المرور عن أية معوقات في الطريق.			
٥	يجب إبلاغ شرطة المرور عن المخالفين لقانون وانظمة المرور والمتسببين بالحوادث.			
٦	شرطة المرور يخطئون أحيانا.			
٧	شرطة المرور لا يقومون بواجبهم دائما.			
٨	شرطة المرور يحتاجون للتدريب المستمر.			

٩	شرطة المرور يحافظون على حياة الطلبة ولذا يجب مساعدتهم.
١٠	يحق للذكور فقط الالتحاق بشرطة المرور.
١١	أحب أن أكون شرطياً للمرور.
١٢	عندما أصبح سائقاً، سأعمل جاهداً على إتباع تعليمات شرطة المرور.
١٣	يجب أن نقلل من أخطائنا ومخالفاتنا لقانون المرور.
١٤	يوجد في المرور ثلاثة أطراف: إنسان ومركبة وطريق.

ورقة عمل رقم ٨-٣

ما رأيك؟

عزيزي الطالب يرجى قراءة النص التالي الذي اقتبسناه من منشورات مركز الميزان لحقوق الإنسان على لسان أحد ضباط الشرطة :

((... هناك أناس يطبقون حرفية القانون، وآخرون يطبقون روحه. ولو أننا طبقنا القانون حرفياً على السائقين، وأصحاب المركبات العمومية، فسوف يكون عليهم أن يتحملوا ما هو فوق طاقتهم في الوقت الحاضر. نحن بوعي كامل، وفهم للظروف، نحاول تطبيق القانون بالشكل الذي نستطيع من خلاله المساعدة. عندما يسامح الشرطي سائق مخالف، بشكل بسيط، منكم من يشعر بأن هذا ضعف في الشرطة، في هذا الظرف، ولا يفهم أن الشرطة جزء منكم، ويشعرون بظروفكم، لأننا جزء من هذا الشعب بكل المقاييس. لقد انخفض عدد المخالفات إلى حوالي ٧٠% مما كان عليه في السابق. وانتم تشعرون بذلك طبعاً، خاصة بالنسبة للمركبات المرخصة عمومي. ونحن نسمح لسيارات أخرى بالعمل، كما ذكرتم، لأنها تعيل أسر، مثلكم تماماً. ولكن الأولوية لدينا بالطبع هي سيارات الأجرة المرخصة، والتي تساهم في الاقتصاد المحلي، ولأنها تدفع الضرائب للحكومة. إن شرطة المرور تقوم بعملها بأفضل شكل ممكن في الظروف الحالية، وفي ظل وجود سائقين لا يحملون أوراق الترخيص، أو وجود نقص في أوراقهم. نحن نتفهم عدم قدرة من لا يحمل ترخيص لسيارته على دفع رسوم الترخيص، رغم عدم قانونية ذلك. أنا أريد التأكيد عليه هو أننا في شرطة المرور نتفهم ونراعي الظروف الصعبة التي يمر بها شعبنا))

أعزائي الطلبة، يرجى إبداء الرأي في سياسة الشرطة كما وردت في النص السابق.

حاولوا الإجابة على الأسئلة التالية: هل من الضرورة لتطبيق القوانين أن تصدر الشرطة غرامات مالية؟ كيف يمكننا تطبيق القوانين في الظروف الصعبة؟ ماذا يحدث في حالة استمرار مثل هذه السياسة لدى الشرطة (مسامحة السائق المخالف)؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

بطاقة المعلومات

التعاون مع شرطة المرور واجب

الأمن ضرورة من ضرورات الحياة، وعامل أساسي لاستمرارها، لا يقل في ذلك الشأن عن الغذاء اللازم. فالإنسان بقدر حاجته إلى الطعام، فهو في أمس الحاجة إلى الأمن. هذه المهمة يقوم بها رجال الشرطة الذين يبذلون جهودا مضمّنية في الحفاظ على أرواح الناس وأعراضهم وممتلكاتهم، وحتى يتحقق الأمن لا بد أن يتم بالطريقة الصحيحة والحازمة، وليس بالمحسوبة، أو على الظلم والعدوان، وذلك يضيفي على مهمة رجال الشرطة قدسية، فالأمن أساس التقدم البشري، ومتى توفر الأمن للفرد والمجتمع، تحقق الخير والرخاء في كافة مجالات الحياة.

ولبحث موضوع الأمن لا بد من الارتكاز على محاور ثلاثة، وهي: أولا: بحث أهمية الدور الذي يقوم به رجال الأمن، وثانيا صفت رجال الأمن وأخلاقهم، وثالثا أوجه التعاون مع رجال الشرطة.

مهام شرطة المرور:

- تحقيق الأمن والأمان، في ضبط المخالفين ومرتكبي الجرائم وتقديمهم للمحاكمة.
- الحفاظ على أعراض الناس وممتلكاتهم من المساس بها أو انتهاكها.
- الحفاظ على صحة الناس من خلال التقليل قدر الإمكان من الحوادث.
- الحفاظ على أموال الناس والدولة من السرقة والتبديد.

- الحفاظ على الهدوء ومنع الإزعاج والضوضاء حرصا على صحة وراحة الإنسان.
 - توعية الناس وتشجيع السائقين على إتباع الأنظمة والقوانين.
 - تنظيم السير للمشاة والمركبات.
 - مخالفة من يتجاوز القانون.
 - فض النزاعات بين الناس.
 - كشف المزورين والمزيفين.
 - الحفاظ على سير الامتحانات في المدارس.
 - الحفاظ على الطلبة في ذهابهم وإيابهم من وإلى المدرسة.
 - المساعدة في ازالة المعوقات عن الطرقات.
- مما لا شك فيه أن مهمة الشرطة مهمة مقدسة، و لهذا فان صفاتهم يجب ان تكون نابعة من هذا المعيار .

فينبغي على شرطة المرور أن تتحلى بالصفات التالية:

- قوة الشخصية والذكاء.
 - درجة عالية من اللياقة البدنية.
 - العدل والابتعاد عن التمييز.
 - إدراك القوانين والالتزام بها.
 - التفاني في أداء الواجب.
- إن مهمة شرطة المرور مهمة جلية، قوامها العدل والسعي إلى تحقيق الطمأنينة، ولهذا فان على كل مواطن أن يساهم ويتعاون مع شرطة المرور في تحقيق أهدافهم، ومن أوجه هذا التعاون:
١. احترام الشرطة وتقدير أعمالهم.
 ٢. الالتزام بالقوانين ومنها قانون وانظمة المرور (مثال: استعمال حزام الأمان).
 ٣. مساعدة رجال الشرطة في الكشف عن المخالفين للقوانين.
 ٤. الحفاظ على أسرار الوطن والمواطن.
- إن ما تقوم به شرطة المرور من واجبات ومهمات جلية، وما يتصفون به من صفات طيبة، يجدر بنا ان نكن لهم كل احترام، وان نلتزم بالتعليمات والأنظمة تحت سيادة القانون.
- ولكن... يظل في كل المجتمعات أناس يخالفون القانون ولا يهتمون بتعليمات شرطة المرور لأسباب منها:
- الجهل وقلة الوعي .
 - الخلل العقلي أو النفسي أو الاجتماعي.

- الاختلاف والتضارب في التعليمات والأنظمة أحيانا.
 - العمل بصورة غير قانونية بحجة تردي الأوضاع الاقتصادية.
 - تقييدات ومعوقات خارجية قد تنتج عن ظروف اجتماعية أو سياسية أو عن ظروف الطرق أو الظروف المناخية...
- ومهما تكن الأسباب لمخالفة قانون المرور فان النتائج المترتبة على ذلك خطيرة، حيث سجلت وزارة الصحة الفلسطينية أن اثنان من كل مئة طفل يموتون بسبب الحوادث في البيت والمدرسة والطرق، وهذا العدد يفوق عدد الوفيات بين الأطفال بسبب الأمراض الاخرى.

الجلسة رقم (٩)

الأطراف الأساسية في حوادث الطرق

نتائج الجلسة

١. أن يتعرف الطلبة على الأطراف الأساسية في حوادث الطرق.
٢. أن يتعرف الطلبة على حجم المشاكل الناتجة عن حوادث الطرق.
٣. أن يبدي الطلبة مشاعرهم تجاه مصابي حوادث الطرق.

زمن الجلسة: ٧٠ دقيقة

سير الجلسة:

- نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
- نقوم بعملية عصف ذهني بطرح السؤال الآتي: ما الأطراف الأساسية في حوادث الطرق؟
 - ندون الإجابات على اللوح.
 - نناقش الإجابات ونصنفها إلى ثلاث فئات (عوامل بشرية، وعوامل تتعلق بالطريق، وعوامل تتعلق بالمركبة).
 - نعرض شريحة الأطراف الأساسية في حوادث الطرق الموضحة في ورقة العمل رقم ٩-١.
- نوزع الطلبة إلى مجموعات من ٥ طلاب.
- كل مجموعة تتسلم قطعاً من المجلات والجرائد وتقوم بالبحث عن حادث معين.
- يمكن للطلبة الاستعانة بخبراتهم عن الحوادث.
- يقوم الطلبة بتحليل الحادث مستخدمين ورقة عمل رقم ٩-٢ وورقة عمل رقم ٩-٣.

- عرض النتائج أمام الطلبة .
 - يقوم كل طالب بالتعبير عن مشاعره تجاه مصابين في حوادث الطرق باختيار صورة من المجلات أو الجرائد، والتحدث أمام زملائه عن سبب اختياره للصورة
 - نناقش أهم ما ورد في الجلسة، مركزين اهتمامنا على الاسئلة التالية:
 - ما العامل الذي يمكن تغييره وتعديله لتقليل نسبة الحوادث ولماذا؟
 - ما العامل الذي يصعب تغييره ولماذا؟
- ٢٥ دقيقة
- ١٠ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- مجلات وجرائد.
- أوراق اللوح القلاب.
- أوراق عمل هذه الجلسة رقم: ١-٩ ، ٢-٩.

ورقة عمل رقم ٩-١ (شريحة)

الأطراف الأساسية في حوادث الطرق

أ- الإنسان:

- الحالة الصحية: إعاقة في السمع أو النظر، حالة مرضية شديدة تسبب فقدان الوعي، ارتفاع في ضغط الدم، إعياء وتعب نتيجة سهر طويل، تناول عقاقير وأدوية لها تأثيرات سلبية على الذاكرة.
- ضغوط اجتماعية ومشاكل أسرية وتصرفات في حالة غضب شديد.
- سلوكيات وعادات سيئة (قلة انتباه، حديث جانبي، استخدام الهاتف، الاجتياز الخاطئ للمركبات، السرعة الزائدة، عبور الطريق بطريقة غير آمنة، عدم وضع حزام الامان.....)
- مدى تطور ووضوح ودقة وشمولية القوانين والانظمة الخاصة بالطرق والمرور، بما يضمن سلامة المواطنين واملاكهم.
- مدى فاعلية الاعلام المرئي والمسموع والمقروء ، في نشر التوعية والضغط، بما يمكن ويعزز اهمية الحفاظ على صحة المواطنين والحفاظ على املاكهم.
- مدى اهمية التوعية والتدريب واكساب المهارات لكافة فئات المجتمع بمختلف الاعمار، وذلك لتعزيز السلامة على الطرق ، وذلك من خلال الاسرة والمدرسة وعناصر المجتمع المدني الاخرى.
- مدى انتشار شرطة المرور وكفاءتهم في تطبيق القوانين ومحاسبة المخالفين.

ب- الطريق:

- مدى أهلية وصلاحية الطرق لسير المركبات والمشاة عليها بأمان (انحدار شديد ،طريق وعرة، طريق ضيقة،تغير مفاجئ في الطريق....)
- مدى تواجد اشارات المرور بكافة اشكالها (الزامية ،تحذيرية، ارشادية، على سطح الطريق ،ضوئية)على الطريق.

- ظروف بيئية قد تكون معيقة على الطريق (ظلام، غبار، رياح، ارتفاع درجة الحرارة، انخفاض درجة الحرارة، ضباب، صقيع، أمطار، تلوج...).

ج- المركبة:

- عيوب في الإطارات.
- تعطل في اجهزة الفرملة (البريك) او القيادة(الستيرنج).
- فقدان توازن المركبة.
- خلل في الرؤية وذلك بسبب المصابيح او زجاج المركبة.
- عدم جاهزية المركبة.

ورقة عمل رقم ٩-٢ (مجموعات)

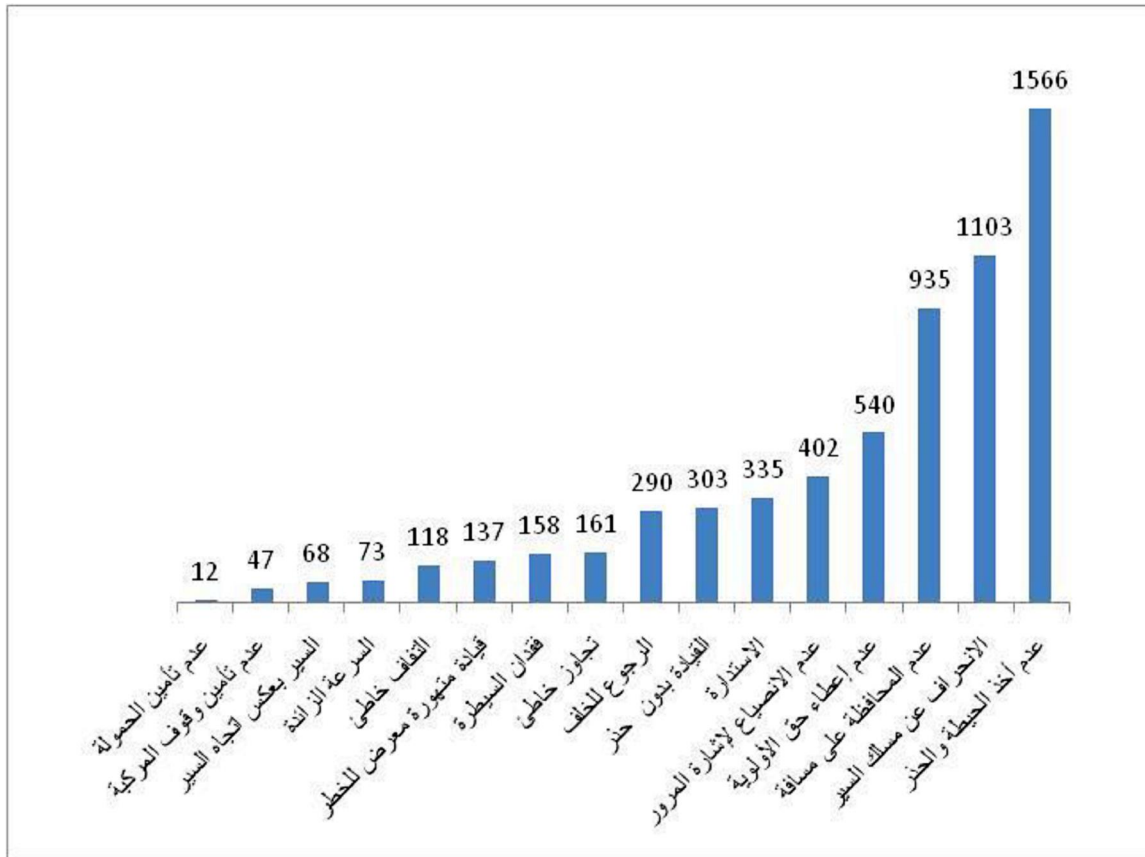
" استمارة تحليل الحادث "

أعزائي الطلبة، بعد الإطلاع على حوادث الطرق أكمل الجدول الآتي:

وصف الحادث	أسباب الحادث	طرق الوقاية	العامل/العوامل المسببة للحادث

--	--	--	--

ورقة عمل ٩-٣ أسباب حوادث الطرق وأعدادها
حسبما أوردتها وزارة المواصلات لعام ٢٠١١



أنظر الشكل أعلاه، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

س١: كم عدد الحوادث في عام ٢٠١١ ؟

.....

س ٢: كم عدد الحوادث التي نتجت عن تجاهل إشارات المرور؟

.....

س ٣: ما أهم ثلاثة أسباب للحوادث؟

.....

س ٤: كيف تصنف أسباب الحوادث (بشرية؟ طرق؟ مركبات؟)

.....

س ٥: ما أهم عنصر يجب الإهتمام به للتقليل من حوادث الطرق؟

.....

بطاقة المعلومات

حوادث الطرق

إن العجلة كانت أولى الأدوات التي اخترعها الإنسان، وتطورت مع الزمن حتى أصبحت الآن إحدى أكثر الاختراعات انتشاراً على الأرض. ولكن أصبحت الاكثر خطراً، حيث يفوق ضحايا حوادث الطرق ضحايا الحروب والكوارث الأخرى.

يواجه قطاع المواصلات في فلسطين هذه الايام وضعاً صعباً. فبعض المركبات تعمل بصورة غير قانونية، وهي متردية من حيث التأهيل الفني، والكثير من السائقين لا يلتزمون بالقوانين، حيث تجد البعض يقود مركبته بدون رخصة قيادة سارية المفعول، والبعض الآخر يقودها بدون ترخيص أو تأمين. والمشاة يعبرون الطريق من أي مكان يريدون، ولا يلتزمون بالسير على الرصيف إن وجد!، والاعتداءات على الرصيف من أصحاب المحلات والباعة المتجولين كثيرة. إن عدم الاكتراث بالقوانين والأنظمة التي وضعت لحماية الإنسان، سيؤدي إلى عواقب خطيرة وسيزيد من عدد الإصابات والوفيات الناتجة عن حوادث الطرق.

هناك عدة اطراف تسبب حوادث الطرق، منها ما هو متعلق بسائق المركبة أو الراكب أو المشي في الطريق وكذلك شرطي المرور، والعاملين على توفير الامان والسلامة على الطرق من مشرعين ومدربين واعلاميين غيرهم، وتسمى العوامل البشرية(الانسان)، ومنها ما هو متعلق بالطريق كالبينة المحيطة بالطريق، والطرق نفسها ومدى جاهزيتها، وما عليها من اشارات مرور بالإضافة للعوامل الجوية(الطريق)، ومنها ما هو متعلق بالمركبة ووسائل الأمان فيها(المركبة).

الأطراف الأساسية في حوادث الطرق

١- الإنسان:

- الحالة الصحية: إعاقة في السمع أو النظر، حالة مرضية شديدة تسبب فقدان الوعي، ارتفاع في ضغط الدم، جوع، أو تقيء، أو عطش، أو إعياء أو تعب نتيجة سهر طويل، تناول عقاقير وأدوية لها تأثيرات سلبية على الانتباه والذاكرة.
- ضغوط اجتماعية ومشاكل أسرية وتصرفات في حالة غضب شديد.
- سلوكيات وعادات سيئة (قلة انتباه، حديث جانبي، استخدام الهاتف، الاجتياز الخاطئ للمركبات، السرعة الزائدة، عبور الطريق بطريقة غير آمنة، عدم وضع حزام الامان.....)
- مدى تطور ووضوح ودقة وشمولية القوانين والانظمة الخاصة بالطرق والمرور، بما يضمن سلامة المواطنين واملاكهم.
- مدى فاعلية الاعلام المرئي والمسموع والمقروء، في نشر التوعية والضغط، بما يمكن ويعزز اهمية الحفاظ على صحة المواطنين والحفاظ على املاكهم.
- مدى اهمية التوعية والتدريب واكساب المهارات لكافة فئات المجتمع بمختلف الاعمار، وذلك لتعزيز السلامة على الطرق ، وذلك من خلال الاسرة والمدرسة وعناصر المجتمع المدني الاخرى.
- مدى انتشار شرطة المرور وكفاءتهم في الحفاظ على ارواح المواطنين واملاكهم.

ينظر قانون وأنظمة المرور إلى المشاة باعتبارهم جزءاً من عابري الطريق، لكن هذه الأنظمة تعترف بأن للمشاة مميزات تختلف عن المركبات. المشاة بطيئو السير كثيراً وأحياناً متسرعون، كما أن بينهم العاجزين والمعاقين. فئة المشاة تشمل الأطفال، وهم وإن كانوا سلمي الأجسام فإنهم غير قادرين على مواجهة حركة السير وحركة المرور، وعلى الآباء وأولياء الأمور يقع واجب التأكد أن الأطفال غير معرضين للأخطار الكامنة على الطرق، وأن يبقى هؤلاء الأطفال في وضع يحظون فيه بمراقبة دائمة، ويؤسفنا أن نقول إن الإهمال في هذا المجال واضح، وهذا ما تثبته الإحصاءات المؤلمة.

تشير الاحصاءات إلى أن الكثير من الاطفال يصابون جراء حوادث الطرق ليس فقط عند محاولتهم عبور الطريق، وإنما هنالك ظروف أخرى، مثال على ذلك: أثناء اللعب على الطريق، أو نتيجة اندفاع فجائي وغير متزن إلى الطريق جرياً وراء الكرة. أصيب خلال السنوات الأخيرة من جراء حوادث الطرق عدد كبير من الأطفال، ويمكن تقسيم الاطفال المصابين إلى ثلاث مجموعات:

- أطفال أصيبوا أثناء السفر.
- أطفال أصيبوا أثناء ركوب الدراجات الهوائية.

• أطفال أصيبوا وهم مشاة: وهذه المجموعة تشكل النسبة الأكبر من مجموع المصابين، حيث أصيب ثلاثة أرباع الأطفال أثناء عبورهم الطريق، ويات من الواضح أن عبور الطريق هو أصعب على الطفل منه على البالغ، حيث أشار تحليل آخر إلى أن عبور الأطفال للشارع في ممر المشاة أقل خطرا من أي مكان آخر.

ومن أسباب الحوادث التي يسببها السائقون:

- القيادة بسرعة أكثر مما هو مسموح به.
- التجاوز الخاطئ والخطر.
- عدم إعطاء حق الأولوية في تقاطعات الطريق.
- تحميل المركبة حمولة أو عدد ركاب أكثر مما هو مسموح به ، أو بطريقة تحميل غير صحيحة.
- عدم الانتباه لإشارات المرور أو إرشادات الشرطة.
- عدم مراعاة العوامل الطبيعية كالضباب والمطر،والحر الشديد.
- عدم السيطرة على المركبة بشكل صحيح.
- عدم الاكتراث بصلاحية ميكانيكا المركبة وجاهزيتها، وخاصة اجهزة الامان والسلامة.

٢- الطريق

- مدى صلاحية الطرق لسير المركبات والمشاة عليها بأمان (انحدار شديد، طريق وعرة، طريق ضيقة، تغير مفاجئ في الطريق....)
 - مدى تواجد اشارات المرور بكافة اشكالها (إلزامية ، تحذيرية، ارشادية، على سطح الطريق،ضوئية)على الطريق.
 - ظروف بيئية قد تكون معيقة على الطريق (ظلام، غبار،رياح، ارتفاع درجة الحرارة، انخفاض درجة الحرارة، ضباب، صقيع ، أمطار، ثلوج...).
- يجدر الإنتباه إلى أن قضايا السلامة على الطرق تزداد صعوبة في فصل الشتاء. حيث الأمطار والطرق الرطبة والرؤية غير الواضحة والجليد وهذه كلها ليست إلا جزءا من أسباب حوادث الطرق.

الرؤية في الشتاء ضعيفة بسبب:

- الغيوم التي تحجب ضوء النهار.
- المطر والضباب يقصران مجال الرؤية.
- الشبائيك الملطخة بالوحل .
- حركة المساحات .

- المشاه الذين يلبسون الملابس القاتمة يصعب رؤيتهم ، وهم أنفسهم بسبب المظلات والقبعات لا يرون حركة المرور بوضوح.
- يحل الظلام مبكرا في الشتاء فتقصر ساعات السياقة في ضوء النهار .
- حيث يمكن التغلب على مشاكل الرؤية في الشتاء من خلال: اضاءة مصابيح المركبات أثناء النهار، وعلى المشاة ارتداء ملابس ملونة ،او وضع شارات عاكسة على ملابسهم ليتمكن السائقون من رؤيتهم. إن الطريق الرطب سبب في خطر انزلاق المركبات وتزلق المشاة. ويمكن تجنب التزلق من خلال:
- قيادة المركبات ببطئ والامتناع عن الفرملة المفاجئة أو الانعطاف الحاد.
- على المشاة الامتناع عن الركض على الطريق أو على ممر العبور وعليهم الانتباه جيدا عند قطع الطريق.

ومن أسباب حوادث الطرق فيما يتعلق بجاهزية الطريق:

- عيوب في الطريق كالحفر وعدم توفر ارصفة ،وهبوط الطريق بسبب المركبات الكبيرة والمناهل وغيرها .
- الاخطاء من السائقين والمشاة .
- انهيارات في جوانب الطريق،انهيارات للجسور ، تدرج الحجارة على الطريق .
- عوائق على الطريق: مركبات مهجورة، أشجار ساقطة، رمل او تراب او زيت.
- نقص في اشارات المرور الإلزامية والارشادية والتحذيرية وكذلك على سطح الطريق.
- نقص او عيب في وسائل السلامة والتسهيلات: حواجز معدنية، الاضاءة على الطرق،جسور المشاة...
- ضيق الطرق والمسارب وازدحامها بالعابرين.

ماذا نعمل للطريق لضمان السلامة عليها؟

- نظراً لأهمية الطريق في حركة المرور ، يجب على الحكومات والمجالس المحلية تصميم وتخطيط وإنشاء شبكات طرق ضمن مواصفات عالية المستوى والجودة.
- تأهيل الطرق القائمة وتحديثها لتتناسب والمواصفات الدولية.
- التصميم والتخطيط الهندسي للطرق الجديدة وفق معايير ومواصفات دولية.
- إضاءة الطريق بالمصابيح وعاكسات الضوء.
- المحافظة على صلاحية الطريق، والتأكد من السلامة المرورية عليها وإزالة العوائق الطبيعية كالأتربة والرمال.

- وضع أدوات تنظيم المرور، كالإشارات الضوئية على الطريق واللوحات الإرشادية والتحذيرية والإعلامية.
- وضع حواجز للأمان على مداخل المدارس ورياض الأطفال.
- تنظيم محيط المدارس ووضع إشارات المرور اللازمة ومطبات قانونية (إن تطلب الأمر) للتقليل من سرعة المركبات.

٣- المركبة:

- عيوب في الإطارات.
- تعطل في أجهزة الفرملة (البريك) أو القيادة (الستيرنج).
- فقدان توازن المركبة.
- خلل في الرؤية وذلك بسبب المصابيح أو زجاج المركبة.
- عدم جاهزية المركبة.

مسؤولية السلامة على الطرق تقع على عاتق العديد من المؤسسات والأفراد، وأهمها:

١. وزارة التربية والتعليم :

- التوعية والتثقيف الصحي للطلبة والمعلمين
- إصدار النشرات والمواد التثقيفية
- بناء فرق السلامة على الطرق من الطلبة والمعلمين .
- إعداد المناهج والمواد التي تركز على مبادئ السلامة على الطرق
- رصد الإصابات من الطلبة بسبب حوادث الطرق ومتابعة معالجتهم مع المؤسسات الصحية.

٢. شرطة المرور: حيث تقوم بالآتية:

- توجيه الحركة في المفترقات والطرق المزدهمة .
- تنفيذ القانون من خلال ضبط المخالفين .
- معاينة حوادث الطرق وإقامة الدعوى على المتسبب بها.
- إرشاد طلبة المدارس .

٣. وزارة النقل والمواصلات: وتقوم بما يلي:

- الوصول إلى نظام نقل متعدد الأنماط والوسائط حسب المعايير الدولية.
- المساهمة في تطوير المعايير البرية والبحرية والجوية الفلسطينية ، من أجل تقديم أفضل الخدمات الخاصة بنقل البضائع والأفراد.
- تطوير أنظمة السلامة العامة وتحقيق بيئة مرورية آمنة .

- تطوير شبكات الطرق وانشاء خطوط السكك الحديدية والموانئ والمطارات.
- اعداد القوانين والانظمة ذات العلاقة والعمل على تحديثها وتطويرها.
- منح التراخيص اللازمة للعمل في مجال النقل.
- المساهمة في تنظيم العمل على المعابر الحدودية والعمل على تطويره.
- تقديم افضل الخدمات في مجالي نقل الافراد والبضائع.

٤. وزارة الاشغال العامة :

- شق الطرق وتعييدها وصيانتها
- اقامة اشارات المرور وتقييمها

٥. وزارة الحكم المحلي/البلديات والمجالس القروية:

- الاشراف على كافة البلديات والمجالس المحلية في كافة المحافظات الفلسطينية .
- متابعة الصيانة الدورية لكافة الطرق سواء وضع الاشارات المرورية وانشاء الدواوير وغيرها من معايير السلامة على الطرق التي من شأنها تنظيم المرور والتقليل من حوادث الطرق .

٦. مؤسسات المجتمع المدني المهمة بالسلامة على الطرق: مثل مركز السلامة على الطرق وسلامة البيئة "مرور"

هذا وقد عملت السلطة الوطنية الفلسطينية على إنشاء المجلس الأعلى للمرور كجهة مسؤولة عن السلامة على الطرق في فلسطين من خلال نظام يُحدد أهداف المجلس الأعلى للمرور، التي تتمثل في:

- تأمين وتوفير السلامة على الطرق للمواطن.
- تنظيم قطاع المرور الفلسطيني والمساعدة في الحد من حوادث الطرق والاختناقات المرورية.
- المساهمة في رفع مستوى كفاءة الوزارات والمؤسسات والأجهزة ذات العلاقة بقطاع المرور.
- نشر الوعي المروري بين كافة فئات المجتمع.
- المساهمة في رفع مستوى الأداء المهني والفني لأفراد شرطة المرور والعاملين في هذا المجال من خلال البرامج والدورات العلمية المتخصصة.
- المساهمة في رفع مستوى كفاءة السائقين من خلال تطوير المناهج والبرامج المرورية.

- تعميق وتوثيق التعاون مع المؤسسات الحكومية وغير الحكومية ذات العلاقة، فلسطينية أو دولية.
 - تشجيع ودعم البحوث العلمية في مجال السلامة على الطرق.
 - عقد وتنظيم المناسبات والفعاليات المرورية الفلسطينية والعربية والدولية.
- وحدد النظام كذلك مجلس إدارة المجلس الأعلى للمرور الذي يرأسه وزير النقل والمواصلات وعضوية كل من: وزارات/ النقل والمواصلات، الأشغال العامة والإسكان، التربية والتعليم، الداخلية، سلطة جودة البيئة، المالية، الصحة، الحكم المحلي، الإعلام، بالإضافة إلى خمسة ممثلين عن القطاع الأهلي والخاص.

الجلسة رقم (١٠)

الأطفال أكثر عرضة لحوادث الطرق

نتائج الجلسة

١. التعرف على خصائص وتصرفات الأطفال التي تجعلهم أكثر عرضة لحوادث الطرق.
 ٢. سرد خبرات الطلبة حول حوادث الطرق.
 ٣. تبيان دور الطلبة والهيئة التدريسية والاهل في المحافظة على سلامة الأطفال من حوادث الطرق.
- زمن الجلسة: ٧٠ دقيقة
- سير الجلسة
- نحدد نتائج الجلسة.
- ٥ دقائق
- نقوم بعصف ذهني طارحين السؤال الآتي:
- " لماذا الأطفال أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بحوادث الطرق؟"
- ٢٠ - ندون إجابات الطلبة وناقشها.
- دقيقة
- نعرض شريحة " خصائص الأطفال التي تجعلهم أكثر عرضة لحوادث الطرق" (ورقة عمل رقم ١٠-١).
- نطلب من ٤ متطوعين أن يتحدثوا عن خبراتهم ومدى معرفتهم لحوادث الطرق، وخاصة تلك التي أصيب بها أطفال (قصص حقيقية).
- ١٠ دقائق

- نوزع الطلبة الى أربع مجموعات لتقوم كل مجموعة بالإجابة عن أحد الأسئلة الآتية:
 ١. ما الدور الذي يجب أن يقوم به الطلبة للحفاظ على سلامة الأطفال من حوادث الطرق؟
 ٢. ما الدور الذي يجب أن تقوم به الهيئة التدريسية للحفاظ على سلامة الطلبة؟
 ٣. ما الدور الذي يجب أن يقوم به الأهل للحفاظ على سلامة أطفالهم من حوادث الطرق؟
 ٤. ما الدور الذي يجب أن تقوم به شرطة المرور للحفاظ على سلامة الأطفال؟- تدون المجموعات أعمالها على ورق العرض، ويقوم شخص يمثل المجموعة بعرض النتائج أمام الجميع.
٣٠ دقيقة
 - نستخلص أهم الأفكار التي وردت خلال الجلسة .
٥ دقائق
- ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟**
- (١) أقلام وأوراق عرض.
 - (٢) ورقة العمل رقم ١٠-١.
 - (٣) جهاز عرض.

ورقة عمل ١٠-١ (شريحة)

خصائص الأطفال التي تجعلهم أكثر عرضة لحوادث الطرق

١. ضعف مهارات الأطفال في رؤية المحيط الخارجي.
٢. تصرفات الأطفال غير واعية وعفوية في التعامل مع الطريق والمركبات.
٣. قصر قاماتهم يجعلهم غير مرئيين في المسافات القريبة من المركبات.
٤. عدم استطاعتهم تغيير مركز الرؤية بسرعة من بعد قصير إلى بعد طويل.
٥. قدره الأطفال محدودة في تمشيط مجال الرؤية بصورة منتظمة.
٦. قدرة الأطفال محدودة في مراقبة حركة المرور.
٧. الأطفال بشكل عام ذوي حساسية سمع منخفضة، وأقل إحساساً في تعيين مصدر الصوت، وكثير من الأطفال يتغاضى عن الأصوات غير المألوفة، كما أن سماع الأصوات في عدة اتجاهات تكون غير متطورة بعد.
٨. قابلية التصنت لدى الأطفال ضعيفة وترتفع مع السن، وهي بحاجة لتدريب وممارسة.
٩. صعوبة تقدير المسافات والسرعات للمركبات، وكلما كبر الطفل كبرت لديه القدرة على التقدير الصحيح للسرعات.
١٠. صعوبة تقدير المسافات والأحجام، فقد تبين أن قابلية الربط قليلة عند الأطفال بين حجم الشيء والمسافة الموجود فيها.
١١. صعوبة التمييز بين اليمين واليسار، فالكثير من الأطفال حتى سن التاسعة، تتقصم الخبرة العملية في التمييز بين اليسار واليمين .
١٢. ضعف القدرة على التذكر والإحفاظ، فالتذكر خلال مدة قصيرة لدى الأطفال هو أقل بكثير مما هو لدى البالغين.
١٣. قابلية الاطفال للتمييز بوجود وادراك الخطر منخفضة. فالأطفال لا يدركون حجم ومدى خطورة الأعمال التي يقومون بها، وهذا يعتمد على سن الطفل وجنسه ومحيطه.

١٤. الأطفال، حتى سن الثامنة، مقتنعون دائماً بأن البالغين يتصرفون بشكل صحيح، وبالتالي عندهم ثقة بأن السائق سيتوقف عندما يرى طفلاً معرضاً للخطر.
١٥. صعوبة رؤية الوضع من الواجهة الأخرى (الأطفال يدعون أنهم يستطيعون رؤية السائقين، ولذا يفترض أن يكون السائق قادراً على رؤيتهم أيضاً).
١٦. إن الأطفال لا يفهمون ماهية وغاية القانون.
١٧. لا توجد لدى الأطفال قابلية لمواجهة الضغوطات والتعامل معها، حيث لا يستطيع الأطفال التفكير في أكثر من موضوع في آن واحد، كما أن لديهم نزعة نحو تشتيت الإنتباه بسهولة، وأعمال وتصرفات الأطفال غير متوقعة، حيث لا يقدررون النتائج المترتبة على هذه التصرفات والأعمال.
١٨. ضعف قدرة الأطفال على الاستجابة للتغيرات المفاجئة في حركة المركبات والطرق.
١٩. قلة الاستعداد لدى الأطفال لتغيير الاتجاه أثناء الحركة أو تغيير وجهة الحركة حتى لو كانت خطيرة.
٢٠. محدوديات الرؤية في سياقة المركبات، حيث أن هناك مسافة على الطريق لا يراها السائق وهو في مركبته وخاصة تلك القريبة منه، والتي تحته وخاصة في الحافلات العمومية (الباصات)، كما أن حجم الأطفال الصغير وقامتهم القصيرة لا يتيح للسائقين رؤيتهم من مسافة كافية.
٢١. مهارات البحث والتحقق ضعيفة لدى الأطفال عند عبور الطريق.
٢٢. إمكانية محاكاة الأطفال للأفلام والرسوم المتحركة في تعاملهم مع الطرق والمركبات وكذلك مع الآخرين .

الأطفال وحوادث الطرق

مشكلة حوادث الطرق من أهم المشكلات التي تواجهنا اليوم، حيث يلاحظ ارتفاع نسبة الحوادث في الآونة الأخيرة وخاصة لدى الأطفال، حيث ترجع نسبة ٢٨% من مجموع وفيات الأطفال بين سن ١-٥ سنوات الى الحوادث بشكل عام، وفق احصائيات وزارة الصحة، ونصف هذا العدد أي ١٤% يعود للإصابة بحوادث الطرق، وتشكل حوادث الطرق حوالي ٥٠% من مجموع الحوادث والإصابات التي تحدث في فلسطين.

لماذا الأطفال أكثر عرضة لخطر الإصابة بحوادث الطرق؟

يصاب الأطفال عادة بحوادث الطرق لأسباب منها: ضعف مهارات الأطفال في رؤية المحيط الخارجي، وتصرفاتهم العفوية في التعامل مع الطريق، وقصر قاماتهم. إضافة إلى عدم استطاعتهم تغيير مركز الرؤية بسرعة من بعد قصير إلى بعد طويل، وقدرتهم محدودة في تمشيط مجال الرؤية بصورة منتظمة وفي مراقبة حركة المرور.

كما أن الأطفال بشكل عام ذوي حساسية سمع منخفضة، وأقل إحساساً في تعيين مصدر الصوت، وكثير من الأطفال يتغاضى عن الأصوات غير المألوفة، كما أن سماع الأصوات في عدة اتجاهات تكون غير متطورة بعد.

وتعد قابلية الإصغاء لدى الأطفال ضعيفة وترتفع مع السن، وهي بحاجة للتدريب والممارسة، وتوجد صعوبة لدى الأطفال في تقدير المسافات والسرعات للمركبات، حيث كلما كبر الطفل، كبرت لديه القدرة على التقدير الصحيح للسرعات، وكذلك تبين أن الأطفال لا يميلون إلى ربط منحنى السرعة مع المسافة التي تقطعها المركبة في وقت معين.

وتوجد أيضاً صعوبة في تقدير المسافات والأحجام، حيث أن أحد العوامل المهمة في تقدير المسافة هو الحجم النسبي للأشياء، فقد تبين أن قابلية الربط قليلة عند الأطفال بين حجم الشيء والمسافة الموجود فيها، فالشيء الأقرب بين شيئين متشابهين يراه الطفل وكأنه الأكبر.

والكثير من الأطفال حتى سن التاسعة، تنقصهم الخبرة العملية في التمييز بين اليسار واليمين، وتبين أن التذكر خلال مدة قصيرة لدى الاطفال هو أقل بكثير مما هو لدى البالغين .

قابلية الاطفال للتمييز بوجود وادراك الخطر منخفضة، فالأطفال لا يدركون حجم ومدى خطورة الأعمال التي يقومون بها، وهذا يعتمد على سن الطفل وجنسه ومحيطه، ولا يميز الأطفال حتى سن الثامنة بأية علاقة محيطية، ونتيجة العلاقات بين الناس بصورة صحيحة، فهم مقتنعون دائماً بأن البالغين يتصرفون بشكل صحيح، وبالتالي عندهم ثقة بأن السائق سيتوقف عندما يرى طفلاً معرضاً للخطر. ويجد الأطفال صعوبة في رؤية الوضع من الوجهة الأخرى (الأطفال يدعون أنهم يستطيعون رؤية السائقين، ولذا يفترض أن يكون السائق قادراً على رؤيتهم أيضاً).

كما أن الأطفال لا يفهمون ماهية وغاية القانون، ولا توجد لديهم قابلية لمواجهة الضغوطات والتعامل معها، حيث لا يستطيع الأطفال التفكير في أكثر من موضوع في آن واحد، كما أن لديهم نزعة نحو تشتيت الإنتباه بسهولة. إضافة لذلك فإن أعمال وتصرفات الأطفال غير متوقعة، حيث لا يقدررون النتائج المترتبة على هذه التصرفات والأعمال، وضعف قدرة الأطفال على الاستجابة للتغيرات المفاجئة في حركة المركبات والطرق، وقلة الاستعداد لدى الأطفال لتغيير الاتجاه أثناء الحركة أو تغيير وجهة الحركة حتى لو كانت خطيرة.

وتوجد لدى السائقين محدوديات للرؤية في سياقة المركبات، حيث أن هناك مسافة على الطريق لا يراها السائق وهو في مركبته وخاصة تلك القريبة منه، والتي تحته وخاصة في الحافلات العمومية (الباصات)، كما أن حجم الاطفال الصغير وقامتهم القصيرة لا يتيح للسائقين رؤيتهم من مسافة كافية. وتبين الدراسات أن مهارات البحث والتحقق ضعيفة لدى الأطفال عند عبور الطريق، ولديهم استعداد لمحاكاة الأفلام والرسوم المتحركة في تعاملهم مع الطرق والمركبات وكذلك مع الآخرين.

للتقليل من حوادث الطرق وخاصة تلك التي يصاب بها أطفال يجب ان يكون هناك تعاون وتنسيق فعلي بين جميع الأطراف ذات العلاقة ونخص بالذكر التالية: دور التربية الأسرية ، ودور المؤسسات المجتمعية: الحكومية وغير الحكومية والخاصة. ودور المدرسة ، والمنهاج، والقيم والسلوك، والبرامج والأنشطة التربوية. بحيث تقوم بالفعاليات والأنشطة الآتية:

- الإلتزام بقانون وأنظمة وآداب المرور .
- تكثيف أنشطة شرطة المرور لارشاد المشاة والسائقين وضبط المخالفين.
- بناء الطرق بصورة سليمة وفق المواصفات الهندسية ووضع اشارات المرور اللازمة.
- تخفيف الازدحام في مراكز المدن ونقل مجتمعات نقل الركاب الى مناطق خارج مركز المدن .

- بناء المدارس في المناطق السكنية القريبة من الطلبة.
- تشكيل فرق السلامة على الطرق من الطلبة والمعلمين والمتطوعين .
- دعم وتشجيع وسائل النقل العام وخاصة الحافلات العمومية (الباصات).
- استحداث بنك للمعلومات حول حوادث الطرق واجراء الدراسات الاحصائية المتعلقة بالمرور .
- إنتاج المواد التثقيفية، والملصقات والنشرات، والمقالات، والأخبار والتحليل الصحفية .
- إعداد برامج في الإذاعة والتلفزيون .
- عقد الندوات، واللقاءات، وورش العمل ودورات التدريب.
- إقامة المسيرات والمعارض والفعاليات الجماهيرية المختلفة.
- عدم السماح بالتعدي على حرمة الطريق مثل عرض البضائع من قبل التجار .
- عدم السماح ببناء الأبنية دون الاهتمام بايجاد مواقف للمركبات وخاصة في البناء العمودي.

الجلسة رقم (١١)

آداب التعامل مع الطريق

نتائج الجلسة

١. أن يبدي الطلبة مواقف إيجابية في التعامل مع الطريق.
٢. أن يتعرف الطلبة على بعض أنظمة وتعليمات المرور.
٣. أن يحدد الطلبة الأدوار التي يمكنهم القيام بها لضمان المرور على الطرقات بأمان.

زمن الجلسة: ٧٥ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
- نناقش مع الطلبة شريحة "قواعد المرور المتعلقة بالمشاة" (ورقة عمل رقم ١١-١) ،
موضحين أهمية القوانين في حفظ حقوق المواطنين وفي تنظيم حياة الناس، ويستلم كل طالب بطاقة واحدة مكتوب عليها عبارة من ورقة العمل ١١-١ ليقوم بقراءتها أمام الطلبة.
٢٠ دقيقة
- ننفذ نشاط " ما رأيك في هذا التصرف؟"
نعرض شريحة التصرفات (ورقة عمل رقم ١١-٢) أمام الطلبة ليقوم كل طالب بقراءة التصرف والتعليق عليه، وإبراز مدى الرضى عن أو الرفض لهذه التصرفات. ١٥ دقيقة
- نقوم بنشاط "نحن والمسؤولية"
نشرح هدف النشاط للمشاركين، وهو أن يقوم كل مشارك بإيجاد الشخص الآخر ،الذي يملك البطاقة المماثلة لبطاقته (ورقة عمل رقم ١١-٣) ، ثم يناقش كل ثنائي الجملة المكتوبة والتي تدل على دور أو مسؤولية الطالب تجاه الطرق، على أن يناقشها لاحقا مع المجموعة الأكبر.
٢٠ دقيقة
- نناقش ما يلي:
 - الأدوار التي يرغب الطلبة القيام بها وأهميتها بالنسبة لنا كأفراد ومجتمع.
 - كيفية رفض مسؤولية أو دور ما (في بعض الأحيان) بطريقة إيجابية. ١٥ دقيقة

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

١. أقلام وأوراق للعرض.
٢. أوراق العمل: ١١-١، ١١-٢، ١١-٣.
٣. بطاقات بعدد الطلبة مكتوب عليها جمل ورقة العمل رقم ١١-٥.

٤. شرائح أو شفافيات لورق العمل ١١-٢، ١١-٣.

٥. جهاز للعرض.

ورقة عمل رقم ١١-١ (فردى)

بعض قواعد المرور المتعلقة بالمشاة

على المشاة مراعاة ما يلي عند السير على الطرقات:

١. وجوب سير الماشي على الرصيف أو على حواشي الطريق، وليس على الطريق نفسها ما عدا أثناء العبور. وعند السير على الرصيف يجب السير في وسطه، وليس على أحجار الحافة.
٢. للماشي على ممر المشاة حق الأسبقية بعبور الطريق.
٣. على الماشي أن يعبر الطريق بحذر، وبعد أن يكون قد تأكد من خلو الطريق من المركبات.
٤. أثناء عبور الطريق، يجب الاستمرار بالتطلع والتصنّت، وذلك من باب الحيطة لأية حركة سير مفاجئة.
٥. على الماشي الموجود بالقرب من مفترق طرق، أن يعبر الطريق بالقرب من المفترق.
٦. على الماشي أن ينتظر في مكان آمن، مثل الرصيف أو جزيرة المرور قبل نزوله للطريق، وألا ينزل إلى الطريق بصورة تلزم المركبات على التوقف بشكل مفاجئ.
٧. يلزم الماشي على الطريق أن يسير بالقرب من حافتها وعلى أقصى جانبها الأيسر، ووجهه مقابل حركة السير القادمة باتجاهه.
٨. على الماشي الذي يريد استخدام المركبات، أن ينتظرها واقفاً على الرصيف، أو على حواشي الطريق أو خارج الطريق.
٩. يمنع على الماشي عبور طريق عليها سياج أمان على الرصيف أو جدار فاصل.
١٠. يمنع التشويش على الماشي أو الحد من استعماله للرصيف. لكن الواقع أن حقوق المشاة مهضومة، وذلك ابتداءً من استعمال الرصيف من قبل أصحاب المحلات التجارية أو الباعة المتجولين، أو بإقامة مبان أو أعمدة الكهرباء وغيرها، وهي جميعها غير قانونية على الرصيف، وحتى محطات الحافلات العمومية (الباصات) والكراجات التي تضيق الرصيف بصورة فعلية.

١١. عند سير مجموعة من الناس على طريق في وقت الإضاءة، يلزم على المشي الأول والأخير في المجموعة، أن يحمل كلا منهما ضوءاً متنقلاً أو عاكساً للضوء يراه السائقين من مسافة كافية.
١٢. لا يعبر المشي أي طريق إلا بعد أن يكون قد فحص وضع حركة السير عليها، وتأكد من إمكانية العبور بأمان، ومن مكان يستطيع فيه السائقون مشاهدة عابري الطريق .
١٣. في جميع الحالات يعبر المشي الطريق بسرعة معقولة، بخط مستقيم، باعتباره الأقصر بين حواشي الطريق، ولا يتمهل على الطريق بدون لزوم.
١٤. لا ينزل المشي من الرصيف أو من مكان آخر آمن إلى الطريق بصورة فجائية، أو قبل اتخاذ وسائل الحذر الكافية، وذلك أثناء اقتراب مركبة باتجاهه، من مسافة لا يستطيع فيها سائق المركبة أن يوقف مركبته لمنع وقوع حادث طرق.
١٥. لا يقف شخص على الطريق، سواء كان ذلك من أجل إيقاف مركبة أو لأي غاية أخرى إلا في حالة القيام بمهمة رسمية أو المشاركة في تشجيع جنازة أو مسيرة.
١٦. ضرورة أن يلبس المشاة ملابس فاتحة، عند السير على الطرقات، وخاصة في وقت الليل وأيام الشتاء، ويفضل أن يكون على زي الطلاب والأطفال شريط عاكس للضوء، وكذلك على شنطهم المدرسية.

تصرفات على الطريق

ما رأيك في هذا التصرف؟

١. رمي النفايات (علب عصير فارغة، ورق...) على الطريق.
٢. إقامة حفل الزواج (العرس) في الطريق.
٣. سكب مياه الغسيل ورمي النفايات في الطريق.
٤. بناء الجدران أو الأبنية في منطقة قريبة جداً من الطريق .
٥. تنظيف الطريق بشكل دوري.
٦. الجلوس على الطرقات والنظر بصورة مقصودة للمارين.
٧. إخراج البضائع والسلع التجارية من المحلات على الرصيف.
٨. تزامم الطلبة عند الخروج من ساحة المدرسة للطريق.
٩. سير الطلاب بشكل مجموعات على الطريق عند انتهاء الدوام المدرسي.
١٠. اللعب في الطريق.
١١. استخدام منبه المركبة "الزامور" للتعبير عن الفرح.
١٢. توقف مركبة في الطريق.
١٣. وضع مواد البناء (رمل) في الطريق.
١٤. تعبيد الطرق الترابية.
١٥. إصلاح المركبة المتعطلة في الطريق.
١٦. حفر الطرق لتمديد خطوط الهاتف بعد تعبيدها.
١٧. وضع المصدات الحديدية (حواجز الأمان) على مداخل المدارس.
١٨. وضع مطبات في الطريق.
١٩. تخطيط ممر المشاة بخطوط بيضاء.
٢٠. عبور الطريق والإشارة الضوئية التي أمامك حمراء.
٢١. وضع ملصقات على إشارات المرور.
٢٢. كتابة شعارات على الجدران والطرق.
٢٣. إغلاق الطريق من قبل الشرطة.
٢٤. سير المركبات في طريق مغلقة (يمنع السير فيها).
٢٥. أن يسير فاقد البصر لوحده في الطريق دون مساعدة.

"تحن والمسؤولية"

هذه أمثلة على بعض الأدوار أو المسؤوليات تجاه الطريق (ندون كل جملة على بطاقتين مختلفتين):

١. أهتم بنظافة الطريق في محيط منزلنا .
٢. لا أجلس في الطريق، وأعطي الطريق حقه.
٣. أساعد المحتاجين في عبور الطريق .
٤. أحترم خصوصيات الناس المارين في الطريق، ولا انظر لهم بشكل مقصود .
٥. أحترم قانون وأنظمة المرور وامتثل لها .
٦. أشارك في الأنشطة التي تهدف إلى التقليل من حوادث الطرق.
٧. أحافظ على اشارات المرور والتزم بتعليماتها.
٨. أحترم رجال الشرطة والأمن العام والتزم بإرشاداتهم.
٩. أبعد المواد والأدوات الخاصة بي عن الطريق قدر الإمكان.
١٠. أشارك في التوعية المرورية وانقل ما أتعلمه للآخرين.
١١. أساهم قدر استطاعتي في تجميل وترميم الطرق، وزراعة الأشجار على جوانبها، وذلك حسب الاصول.
١٢. لا أضع أية معيقات في الطريق.
١٣. لا أرمي نفايات على الطريق.
١٤. أعبر الطريق بصورة صحيحة.
١٥. لا أضع ملصقات أو شعارات على الطريق.

الأمان في عبور الطريق

نتائج الجلسة

١. التعرف على التصرفات الصحيحة في عبور الطريق .
٢. تحديد الأخطاء التي قد نرتكبها في عبور الطريق وتسبب حوادث مؤلمة .
٣. اقتراح الأنشطة الكفيلة بحماية عابري الطرق.

زمن الجلسة: ٦٥ دقيقة

سير الجلسة:

- نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
 - نوزع تمرين "عبور الطريق" (ورقة عمل رقم ١٢-١) ليقوم كل طالب بالإجابة عليه منفردا.
 - نناقش الإجابات مع الطلبة.
 - ندون الإجابات الصحيحة على اللوح.
 - نعرض الشريحة (ورقة عمل رقم ١٢-٢) لمناقشة التصرفات الصحيحة في عبور الطريق. ٢٥ دقيقة
 - ننفذ نشاط "عبور الطريق الآمن".
 - نطلب (٤) متطوعين من الطلبة.
 - نقوم برسم طريق وممر للمشاة على الطريق باستخدام شريط لاصق.
 - نطلب من إثنين من المتطوعين أن يمثلوا حركة المركبات.
 - نطلب من إثنين منهم أن يعبرا الطريق كل منهم من جهة مختلفة.
 - يراقب الطلبة عبور المشاة للطريق وتدوين الملاحظات.
 - نناقش الطلبة في المشهد بطرح أسئلة مثل: هل الأسلوب الذي استخدمه زملائكم في عبور الطريق صحيح؟ ما الأخطار الناتجة عن عبور خاطئ للطريق؟ كيف يمكن التقليل من الأخطار الناتجة عن عبور الطريق؟ ٢٠ دقيقة
 - عصف ذهني مع الطلبة للإجابة عن السؤال الآتي: "ما الطرق الكفيلة بحماية عابري الطريق؟"
 - ندون إجابات الطلبة جميعها على ورق اللوح القلاب.
 - نلخص الإجابات العملية والتي يتفق عليها الجميع .
- ١٠ دقائق

• نلخص الجلسة بطرح أسئلة تتعلق بالموضوع الذي تم مناقشته.

٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

١. أوراق اللوح القلاب.
٢. أقلام.
٣. أوراق عمل الجلسة: ١-١٢، ٢-١٢.
٤. شريط لاصق ورقي عرضه ٥ سم.
٥. جهاز عرض.

تمرين "عبور الطريق"

عزيزي الطالب، اختر الإجابة الصحيحة الأقرب لوجهة نظرك:

س١) أين يجب أن نمشي في طريق بدون رصيف؟

- أ) على أقصى الجانب الأيمن من الطريق.
- ب) على هوامش الطريق في الجهة اليسرى من الطريق مقابل حركة المرور.
- ج) على هوامش الطريق في الجهة اليمنى من الطريق مقابل حركة المرور.
- د) على أقصى الجانب الأيسر من الطريق.

س٢) كيف يجب عبور الطريق بعد النزول من حافلة الركاب (الباص)؟

- أ) من أمام حافلة الركاب كي يتمكن السائق من رؤية من يعبر الطريق.
- ب) من خلف حافلة الركاب مع الانتباه للمركبات المقترية من جانبي الطريق.
- ج) الانتظار والعبور فقط بعد أن تغادر حافلة الركاب المحطة.
- د) يجب الانتظار حتى تصدر إشارة من سائق حافلة الركاب.

س٣) أي الحالات التالية أكثر خطرا على عابر الطريق؟

- أ) عبور الطريق بصورة مائلة.
- ب) عبور الطريق بصورة مفاجئة من بين سيارات متوقفة بمحاذاة الرصيف.
- ج) عبور الطريق راكضا.
- د) عبور الطريق في ممر عبور غير مؤشر بخطوط بيضاء واضحة.

س٤) أي من عابري الطريق أكثر عرضة لخطر حوادث الطرق من غيرهم؟

- أ) كل الناس معرضون للخطر بصورة متساوية.
- ب) الشباب فقط.
- ج) كبار السن فقط فوق ٦٠ سنة.
- د) الأطفال وكبار السن.

س٥) يصاب العديد من طلبة المدارس سنويا جراء حوادث الطرق، إن أهم سبب للإصابة:

- أ) ركوب المركبات السريعة.
- ب) ركوب الدراجات الهوائية.
- ج) عبور الطريق بصورة غير آمنة.
- د) اللعب في الطريق.

س٦) الترتيب الصحيح لمهارات عبور الطريق هو:

- أ) التوقف، الاستماع، النظر، التفكير، العبور
- ب) الاستماع، التفكير، التوقف، النظر، العبور
- ج) العبور، الاستماع، النظر، التفكير، التوقف
- د) الاستماع، النظر، التفكير، التوقف، العبور

س٧) عند السير في طابور ليلا:

- أ) يجب أن يكون في وسط الطابور طالبا يحمل مصباحا ضوئيا.
- ب) كل من الطالب الأول والآخر في الطابور يعطي إشارة بيديه لتحذير المركبات المقترية.
- ج) يسير على رأس الطابور على بعد كاف طالب يحمل مصباحا ضوئيا لتحذير السائقين.
- د) الطالب الأول في الطابور والطالب الوسط والطالب الأخير كل منهم يحمل مصباحا أحمرًا مضيئًا أو مثلثًا عاكسًا للضوء.

تصرفات صحيحة في التعامل مع الطريق

- نسير دائما على الرصيف ما أمكن في الجهة البعيدة عن الطريق .
- نتجنب السير على الرصيف بشكل مجموعات، ونسير واحداً تلو الآخر أو اثنين اثنين ما أمكن.
- لا ندع الطفل الصغير يسير على الرصيف إلا بصحبة الكبار، ولا نسمح له باللعب قرب الطريق.
- يسير الأطفال مع أهاليهم من الجهة البعيدة عن الشارع دائماً.
- في طريق بدون رصيف، نسير على أقصى اليسار في الجهة المقابلة لحركة السير .
- أفضل مكان لعبور الطريق هو ممر المشاة الذي تكون عليه إشارة ضوئية تؤشر باللون الأخضر.
- في الطرق التي لا يوجد عليها ممرات للمشاة، نعبّر الطريق فقط إذا كان خالياً من المركبات، وأمكنا رؤية حركة المرور بوضوح، نعبّر الطريق بحذر في خط مستقيم.
- لا نعبّر الطريق من مكان يوجد عليه حاجز أمان على جانب الطريق أو جزيرة أو فاصل.
- بعد نزولنا من المركبة، يجب الحذر والتمهل، والامتناع عن عبور الطريق فوراً.
- لا نعتمد على تصرف أو تقدير الآخرين في عبور الطريق، نكون واثقين تماماً من خلو الطريق من المركبات عند العبور.
- أثناء عبورنا الطريق، نتابع الحذر والنظر حولنا، والتنصت على أية حركة مفاجئة.
- نتوقف على الرصيف قبل أن نعبّر الطريق، نستمتع جيداً لحركة المرور من حولنا، ننظر يمينا ويسارا عدة مرات، نفكر جيداً ثم نعبّر الطريق .
- عند السير في الليل، وكذلك في أيام الشتاء، نرتدي ملابس فاتحة اللون، أو نقوم بوضع شارات عاكسة على ملابسنا، ليتمكن السائقون من رؤيتنا.

العبور الآمن للطريق

تتظر أنظمة المرور إلى المشاة باعتبارهم جزءاً من عابري الطريق، لكن هذه الأنظمة تعترف بأن للمشاة مميزات تختلف عن المركبات، فالمشاة متقلبون، تارة يسرون بسرعة وتارة أخرى يسرون ببطء، بعضهم لديه إعاقات، كما أن بينهم كبار السن. وفئة المشاة تشمل أيضاً الأطفال، وهم وإن كانوا سليمي الأجسام والحواس تماماً فإنهم غير قادرين على مواجهة السير وحركة المرور، وعلى جميع الطلبة في فرق السلامة على الطرق، والمعلمين وأولياء الأمور واجب التأكد أن الأطفال غير معرضين للأخطار الكامنة على الطرق.

ممر المشاة: مرسوم على الطريق على شكل خطوط بيضاء، وله أحيانا إشارات تدل عليه وهي:

1. إشارات تحذير مثلثة الشكل حدودها حمراء، رسم عليها شكل إنسان ماشي على خلفية بيضاء، وتوضع على بعد بضع عشرات الأمتار قبل المعبر في اتجاه اقتراب المركبة.



2. إشارة إرشادية مربعة الشكل لونها أزرق وقد رسم في مركزها شكل إنسان ماشي على خلفية مثلث أبيض وهي قريبة جداً من معبر المشاة، وهي دليل على معبر المشاة حتى ولو لم توجد على الطريق خطوط بيضاء.



أخطاء عند عبور الطريق

1. سير غير صحيح بجانب الطريق.
2. تقدير خاطيء من قبل المشاي لمسافات توقف المركبة.
3. عبور المشاي على ممر العبور بشكل سريع (راكضاً) معتمداً فقط على إمكانية رؤية السائق له.
4. اللعب في الطريق أو القفز إليه بصورة مفاجئة.

٥. المشي في الظلام، وفي الظروف والأوقات التي تكون فيها الرؤية

غير واضحة.

٦. ركوب الدراجات الهوائية بصورة غير صحيحة.

كيف نمشي في طريق بدون رصيف؟

١. من الناحية اليسرى للشارع بعكس اتجاه السير، للتمكن من رؤية حركة المركبات

القادمة من الجهة المقابلة.

٢. بعيداً قدر الإمكان عن حافة الطريق لنبتعد عن المركبات التي تنزل إلى جانبي

الطريق.

٣. عندما نمشي في مجموعات يسير أفراد المجموعة الواحد تلو الآخر في طابور

لتلافي خطر التزاحم والتدافع.

٤. على الماشي في الليل أن يضع على ملابسه شارات عاكسة للضوء أو على

الأقل أن تكون ملابسه فاتحة.

٥. عند سير المجموعة في الليل فعلى الأول في الطابور والأخير أن يحمل

وسائل إنارة (مصباح ضوئي) أو شارات عاكسة للضوء ليرشدوا السائقين

بوجود طابور من الماشين.

٦. لا يجوز لأحد أن يمضي في طريق المركبات إلا إذا لم يكن لتلك الطريق

رصيف أو حواشي منتظمة أو سبيل مخصص للمشاة.

كيف نمشي في طريق له رصيف:

١. لا يجوز أن نمشي على الطريق في طريق فيه رصيف "الطريق للمركبات

والرصيف للمشاة" ينص القانون على ما يلي: (يجب أن يسير الماشي على

الرصيف أو على هامش الطريق وليس على الطريق إلا إذا استدعت الحاجة

عبور الطريق)

٢. تجنب المشي قريباً من الطريق لتلافي خطر التعثر .

٣. تجنب السير مع مجموعة كبيرة على عرض الرصيف لتلافي خطر التزاحم

والتدافع.

٤. تجنب الركض واللعب على الرصيف.

٥. لا يجوز لأحد من المارة النزول من الرصيف إلى الطريق بصورة مفاجئة.

٦. يكون النزول إلى الطريق بهدف العبور فقط.

٧. لا يجوز لأحد أن يتسبب في إعاقة حركة المارة على الرصيف.

كيف يتصرف المشي عند عبور الطريق:

١. التوقف والوقوف على بعد خطوة واحدة من حافة الرصيف لفحص حالة السير على الطريق.
٢. الإستماع لحركة المرور في المحيط.
٣. النظر إلى اليسار ثم اليمين ثم إلى اليسار مرة أخرى للتأكد من خلو الطريق من المركبات.
٤. التفكير الجيد قبل العبور.
٥. عبور الطريق بشكل متواصل وبخط مستقيم بدون تباطؤ.
٦. الإستمرار في مراقبة حركة المركبات أثناء عبور الطريق.

لا يجوز الانشغال بأي أمر أو اللعب أثناء عبور الطريق، ويفضل أن يكون العبور على ممر المشاة ذو الإشارات الضوئية أو على ممر المشاة ذو الخطوط البيضاء ما أمكن، وإذا تعذر وجود أي منهما يكون العبور من مكان مفتوح فيه مجال كاف للرؤية شريطة عدم وجود حركة للمركبات.

المركبات على الطريق وآداب الركوب

نتائج الجلسة

١. التعرف على أنواع المركبات وفوائدها .
٢. التعرف على الطرق الصحيحة في دخول المركبات .
٣. تعداد وسائل السلامة في المركبات.

زمن الجلسة: ٦٠ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة (كتابة النتائج على اللوح أو عرضها على شريحة).
٥ دقائق
- دعوة الطلبة إلى تعداد أنواع المركبات المستخدمة في بلادنا وفوائدها .
- تدوين ما ينتج عن النقاش مع الطلبة على ورق العرض.
١٠ دقائق
- ننفذ نشاط "مقابلة على الهواء"، حيث نطلب متطوعين من الطلبة ليقوموا بعمل مقابلات حول الطرق الصحيحة في التصرف مع المركبات (انتظار المركبة، الدخول إلى المركبة، قيادة المركبة....) بحيث يقوم أحد الطلبة بطرح الأسئلة، ويقوم الآخر بالإجابة عليها كما يراها من وجهة نظره، في حين يقوم بقية الطلبة بتدوين الملاحظات.
- مناقشة ملاحظات الطلبة
- عرض شريحة "التصرفات الصحيحة داخل المركبات" (ورقة عمل رقم ١٣-١) .
٢٥ دقيقة
- تقسيم الطلبة إلى ٤ مجموعات، تقوم كل مجموعة بمناقشة الوسائل التي يجب توفرها في المركبات لضمان السلامة.
- تعرض المجموعات أعمالها أمام الجميع .
دقيقة

- نستخلص الأفكار مذكرين بأهم العناوين التي تم التطرق إليها.
٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- (١) ورقة عمل رقم ١-١٣
- (٢) أوراق اللوح القلاب وأقلام.
- (٣) جهاز عرض الشفافيات.

ورقة عمل رقم ١-١٣ (شريحة)

التصرفات الصحيحة داخل المركبات

- ✓ على جميع الركاب - عدا السائق - أن يدخلوا إلى المركبة وأن يخرجوا منها من ناحية الرصيف فقط.
- ✓ الدخول والخروج من المركبة يكون بعد توقفها تماما.
- ✓ على من يريد النزول أولاً من المركبة، أن يدخل إلى المركبة أخيراً.
- ✓ يجب وضع الحمولة والأجهزة في صندوق الحمولة في المركبة لنلا تشوش على مجال رؤية السائق.
- ✓ ممنوع السفر والجلوس إلا في المقاعد المخصصة لجلوس الركاب، ولا يجوز السفر واقفاً أو في صندوق المركبة الخلفي أو أي مكان آخر (غير مسموح أن يزيد عدد الركاب عن عدد المقاعد المخصصة للجلوس عليها والمرخصة في المركبة).
- ✓ استخدام أحزمة الأمان إلزامي لكل الركاب في كل الطرقات وفي كل السرعات، وعلى الراكب أن يضع الحزام مباشرة، وقبل انطلاق المركبة، ولا ينزعه إلا بعد التوقف التام للمركبة. إن الهدف من حزام الأمان والأجهزة الكابحة هي منع اصطدام الراكب بالأجزاء الداخلية للمركبة، والذي يحدث نتيجة اصطدام المركبة بأي شيء خارجي أو نتيجة لانقلابها.
- ✓ على السائق أن يتأكد من أن كل الركاب جالسين في مقاعدهم المخصصة ومستخدمين أحزمة الأمان بالشكل الصحيح.
- ✓ القانون لا يعفي أحداً من استخدام حزام الامان وفي كل الظروف (الطفل أو المريض أو المرأة الحامل أو كبير السن أو المعاق)
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل دون سن الرابعة عشرة في مقعد المركبة الأمامي.
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل في المركبة بدون جهاز أمان ملائم لقياسه، مثل: كرسي الأمان للأطفال حتى عمر سنة واحدة، الأحزمة المتصالية للأطفال من عمر سنة حتى أربع سنوات، وأهمية الجلوس على وسادة ملائمة ليرتفع مقعد الطفل بشكل ملائم لحزام الأمان حتى عمر ١٢ سنة (تعد المقاعد الخلفية البعيدة عن الأبواب والشبابيك أكثر أماناً للأطفال).
- ✓ ممنوع إخراج أي جزء من الجسم من الشباك خشية الإصابة من مركبة عابرة أو من أجسام نافرة كالأشجار.
- ✓ ممنوع رمي أي شيء من المركبة أو إلقاء نفايات من الشباك.
- ✓ عدم السفر في مركبة فيها عدد من الركاب أكثر مما هو مسموح به، إذ يجب أن يكون لكل راكب كرسي خاص به وحزام أمان صالح للإستعمال.

- ✓ عدم السفر في مركبة غير صالحة أو مركبة غير قانونية كالمركبات غير المرخصة.
- ✓ الطلب من السائق أن يلتزم بقانون وأنظمة المرور، إذا حاول تجاوزها كالسرعة الزائدة أو التجاوز الخاطيء، أو عدم الإنارة في الليل أو أية أمور أخرى.
- ✓ عدم التحدث مع السائق أو إزعاجه أو تشتيت انتباهه، أو إثارة جدال وفوضى مع الركاب.

بطاقة المعلومات

المركبات على الطريق

يعد استخدام المركبات للنقل نصراً هاماً في التنمية الاجتماعية والاقتصادية ، حيث يسافر الناس بشكل كبير وأكثر من أي وقت مضى، عبر مسافات أطول وإلى أماكن أبعد وأرحب، وتنقل المركبات كميات أكبر من البضائع والمواد الأولية والمنتجات على نطاق العالم.

والمركبات أنواع منها: المركبة الخصوصية، والمركبة العمومية، والشاحنة، والحافلة العمومية(الباص)، والدراجة النارية، والدراجة الهوائية، والجارور وغيرها. وارتفع عدد المركبات في العالم إلى أكثر من الضعف خلال السنوات العشرين الأخيرة وتجاوز عددها مليار مركبة، ويتوقع أن يتضاعف مرة أخرى خلال السنوات العشرين أو الثلاثين المقبلة. ولا يزال إنتاج المركبات وامتلاكها يتركزان بصورة كبيرة في البلدان المتقدمة وتتزايد بشكل متسارع في البلدان النامية، وتزايدت أيضاً وسائل النقل الأخرى مثل الدراجات الهوائية والدراجات النارية.

إن محور السلامة على الطرق يتمثل في ثلاثة أطراف وهي: المركبة، والطريق، والعنصر البشري. حيث وجدت المركبات لخدمة الإنسان في نقله ونقل متاعه من مكان لآخر. ورغم الفوائد العظيمة التي قدمتها المركبات للإنسانية من النواحي الاقتصادية والنفسية والاجتماعية والأمنية، إلا أن سوء استخدامها من قبل البعض أدى إلى خسائر فادحة في الأرواح والممتلكات، الأمر الذي حدا بكافة الدول الاهتمام الكبير بالسلامة على الطرق التي تهدف إلى تزويد أصحاب العلاقة بالمعارف والمهارات الكفيلة ببنني سلوك مروري سليم وإعداد الخطط والبرامج واللوائح المرورية والإجراءات الوقائية للحد من أو منع وقوع الحوادث المرورية ضماناً لسلامة الإنسان وممتلكاته.

أجزاء الأمان والسلامة في المركبة هي:

- الإطارات، من حيث المقاس والنوعية والتحمل ومعدل السرعة وسنة الإنتاج وأماكن التخزين.
- المصابيح، من حيث الوضوح واللون ومستوى الإضاءة.
- الإشارات الضوئية في المركبة الدالة على الانعطاف أو التنبيه.
- المرايا العاكسة لكشف الطريق أمام السائقين.
- مساحات المطر.
- الكوابح وفرامل الوقوف والتي تتحكم في حركة المركبة.
- إقفال الأبواب.

- إشارات الإنذار الصوتية والضوئية كمؤشر الوقود والزيت والحرارة وعداد السرعة والبطارية .
- أحزمة الأمان
- مساند الرأس .
- مقاعد الأطفال .
- الوسادة الهوائية .

وسائل إضافية للسلامة يجب أن تتوفر في المركبة:

- العجل الاحتياطي وأدوات الفك والتركيب .
- طفاية الحريق .
- حقيبة الإسعافات الأولية .
- أنظمة إغلاق الأبواب في حالة الانقلاب .
- فرش مقاوم للحريق .
- مثلث عاكس للضوء .
- سترة فوسفورية .

ونظراً لأهمية الصيانة للمركبة فقد أنشئ الفحص الدوري للمركبات والذي يهدف إلى مايلي:

- ١ . تحسين مستوى صيانة المركبة .
- ٢ . التقليل من حجم الحوادث المرورية .
- ٣ . إطالة عمر المركبة الافتراضي .
- ٤ . المحافظة على سلامة البيئة العامة .
- ٥ . المحافظة على أمن وسلامة مستخدمي الطريق : سائق وراكب ومشاة .
- ٦ . كشف الأعطال مبدئياً للسائقين قبل استفحالها .

التصرفات الصحيحة داخل المركبات

من التصرفات الواجب اتباعها داخل المركبات الآتي:

- ✓ على جميع الركاب - عدا السائق - أن يدخلوا إلى المركبة وأن يخرجوا منها من ناحية الرصيف فقط.
- ✓ الدخول والخروج من المركبة يكون بعد توقفها تماما.
- ✓ على من يريد النزول أولاً من المركبة، أن يدخل إلى المركبة أخيراً.
- ✓ يجب وضع الحمولة والأجهزة في صندوق الحمولة في المركبة، لئلا تشوش على مجال رؤية السائق.
- ✓ ممنوع السفر والجلوس إلا في المقاعد المخصصة لجلوس الركاب، ولا يجوز السفر واقفا، أو في صندوق المركبة الخلفي أو أي مكان آخر (غير مسموح ان يزيد عدد الركاب عن عدد المقاعد المخصصة للجلوس عليها والمرخصة في المركبة).
- ✓ استخدام أحزمة الأمان إلزامي لكل الركاب في كل الطرقات وفي كل السرعات، وعلى الراكب ان يضع الحزام مباشرة، وقبل انطلاق المركبة، ولا ينزعه الا بعد التوقف التام للمركبة. إن الهدف من حزام الأمان والأجهزة الكابحة هي منع اصطدام الراكب بالأجزاء الداخلية للمركبة، والذي يحدث نتيجة اصطدام المركبة بأي شيء خارجي أو نتيجة لانقلابها.
- ✓ على السائق ان يتأكد من ان كل الركاب جالسين في مقاعدهم المخصصة ومستخدمين احزمة الامان بالشكل الصحيح.
- ✓ القانون لا يعفي احدا من استخدام حزام الامان وفي كل الظروف (الطفل او المريض او المرأة الحامل او كبير السن)
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل دون سن الرابعة عشرة في مقعد المركبة الأمامي .
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل في المركبة بدون جهاز أمان ملائم لقياسه، مثل: كرسي الأمان للأطفال حتى عمر سنة، الأحزمة المتصالية للأطفال من عمر سنة حتى أربع سنوات، الجلوس على وسادة ملائمة أو مقعد ملائم ليرتفع مقعد الطفل بشكل يناسب حزام الأمان حتى عمر ١٢ سنة (يلاحظ أن المقاعد الخلفية البعيدة عن الأبواب والشبابيك اكثر امانا للأطفال).
- ✓ ممنوع إخراج أي جزء من الجسم من الشباك خشية الإصابة من مركبة عابرة أو من أجسام نافرة كالأشجار.
- ✓ ممنوع رمي أي شيء من المركبة أو إلقاء نفايات من الشباك.
- ✓ عدم السفر في مركبة فيها عدد من الركاب أكثر مما هو مسموح به، إذ يجب أن يكون لكل راكب كرسي خاص به وحزام أمان صالح.

- ✓ عدم السفر في مركبة غير صالحة أو مركبة غير قانونية كالمركبات غير المرخصة.
- ✓ الطلب من السائق أن يلتزم بقانون وانظمة المرور، إذا حاول تجاوزها كالسرعة الزائدة أو التجاوز الخاطيء، أو عدم الإنارة في الليل أو أية أمور أخرى.
- ✓ عدم التحدث مع السائق، أو ازعاجه أو تشتيت انتباهه، أو إثارة جدال وفوضى مع الركاب.

نتائج الجلسة

١. تعداد متطلبات قيادة المركبات.
٢. التعرف على آداب قيادة المركبات .
٣. بناء توجهات ايجابية في قيادة المركبات.

زمن الجلسة: ٧٠ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
- نوزع الطلبة إلى مجموعات ونزودهم بورقة العمل رقم ١٤-١ "متطلبات قيادة المركبات" المقنن من قانون المرور الفلسطيني، ليتمكن الطلبة من تحديد متطلبات قيادة المركبات. ٢٠ دقيقة
- تقوم المجموعات بتحديد صفات السائق الجيد.
- تعرض المجموعات أعمالها على ورق اللوح القلاب.
- تعرض شريحة " صفات السائق الجيد" (ورقة عمل رقم ١٤-٢) ومناقشته مع الطلبة. ٢٠ دقيقة
- تنفيذ نشاط " عندما أصبح سائقًا " (ورقة عمل رقم ١٤-٣) .
- الإجابة على ورقة العمل رقم ١٤-٣ مع المجموعة الكبرى. ٢٠ دقيقة
- نستخلص الأفكار التي وردت في الجلسة مركزين على دور القيم والأخلاق في قيادة المركبات. ٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة ؟

١. أوراق عمل الجلسة (١٤) رقم ١، ٢، ٣.
٢. أوراق اللوح القلاب وأقلام عريضة.
٣. شرائح أو شفافيات.
٤. جهاز للعرض.

ورقة عمل رقم ١٤-١ (تمرين جماعي)

"متطلبات قيادة المركبات"

هذه المواد جزء من قانون المرور الذي تم اعتماده عام ٢٠٠٠، تعرفوا على المتطلبات والشروط الواجب توفرها في الشخص الذي يريد قيادة المركبات:

مادة (٢٦)

- [١] لا يجوز لأحد قيادة مركبة آلية إلا إذا كان يحمل رخصة قيادة سارية المفعول لنوع المركبة التي يقودها صدرت بمقتضى أحكام هذا القانون، وأن يقدمها لرجال الشرطة عند طلبها.
- [٢] لا يجوز لمالك المركبة أو من يملك السيطرة عليها أن يسمح لشخص آخر بقيادتها إذا لم يكن يحمل رخصة قيادة طبقاً لما هو وارد بالفقرة (١) أعلاه.
- [٣] لا يجوز لأحد أن يحصل على أكثر من رخصة قيادة واحدة من نفس الدرجة.

مادة (٢٧)

تصدر سلطة الترخيص جميع أنواع رخص القيادة، وتحدد اللائحة درجاتها وصلاحيه ومدة كل منها وشروط الحصول عليها وكيفية تجديدها.

مادة (٢٨)

- يشترط في طالب الحصول على رخصة قيادة مركبة آلية ما يلي :-
- [١] أن يكون قد أتم ست عشرة سنة ميلادية عند تقديم الطلب لأول مرة وتحدد اللائحة السن المقررة لكل درجة من درجات الرخص.
 - [٢] أن يكون لائقاً صحياً للقيادة من حيث سلامة البنية والنظر والسمع.
 - [٣] أن يجتاز الاختبارات النظرية والعملية في قيادة المركبات التي تقررها سلطة الترخيص.

مادة (٢٩) لا يجوز قيادة مركبة إذا كان قائدها:

- [١] غير ملم بتشغيل المركبة واستعمالها.
- [٢] في حالة صحية من شأنها تعريض عابري الطريق للخطر.
- [٣] تحت تأثير المخدرات أو المسكرات.
- [٤] في حالة لا يستطيع معها السيطرة على المركبة أو رؤية الطريق وحركة المرور عليها.

ورقة عمل رقم ١٤-٢ (شريحة)

بعض صفات السائق الجيد

١. يتفقد مركبته قبل الشروع في قيادتها: سلامة الإطارات، وكفاية زيت المحرك، وتوفر الماء، وفعالية الكوابح، وصلاحية المصابيح، وعمل ماسحات الزجاج والمرابا.
٢. يضع حزام الأمان ويطلب من الآخرين وضع أحزمة الأمان قبل الشروع بقيادة المركبة.
٣. يراعي أهليته الجسدية والنفسية أثناء قيادة المركبة، فلا يسوق أثناء شعوره بالإجهاد أو الانفعال أو النعاس، كما لايسوق تحت تأثير الكحول أو المخدرات أو بعض أنواع الأدوية.
٤. يحمل المستندات الرسمية المتعلقة به وبالمركبة (رخصة القيادة ورخصة المركبة وشهادة التأمين).
٥. يراعي نظافة سيارته وترتيبها من الداخل والخارج.
٦. يسير بمركبته بهدوء ويلتزم بتعليمات قانون المرور والأنظمة.
٧. يحترم الركاب والمشاة ويساعدهم .
٨. يساعد السائقين الآخرين في الصعوبات التي تواجههم.
٩. يضع أدوات الوقاية اللازمة في مكانها المخصص في المركبة وكذلك الماء وزيت المحرك.
١٠. يقرر حالة الطريق حسب ظروف الطريق وظروف الطقس(الحفر، المطبات، وجود مياه في الطريق، ضباب ، صقيع، رياح.....)
١١. يستخدم آلة التنبيه عند الضرورة القصوى فقط.
١٢. يسير بسرعة معقولة وضمن الحد المسموح به وفق القانون.
١٣. لا يزعم الآخرين من خلال تصرفات غير لائقة (توقف مفاجئ، رفع صوت الموسيقى، إلقاء النفايات من النافذة...).
١٤. يحافظ على سجله خاليا من المخالفات والعقوبات.
١٥. يترك مسافة كافية بين مركبته والمركبة التي أمامه اثناء سفره.
١٦. يلتزم بكافة اشارات المرور، وخاصة الإشارات الضوئية التي يمر عليها.
١٧. يلتزم باضاءة تأشير الإنعطاف عند انعطافه نحو اليسار أو اليمين.
١٨. لايتحدث قطعياً عبر الهاتف الخليوي اثناء السياقة.
١٩. لاينشغل بالحديث أو اللهو مع ركاب مركبته أثناء السياقة.
٢٠. لا يستخدم الأنوار العالية عند الاقتراب من المركبات القادمة من الجهة الاخرى.
٢١. لا يتجاوز المركبات الاخرى، إلا في الاماكن المسموح فيها التجاوز، وفي الظروف المناسبة، وبالسرعة المناسبة المسموح بها على تلك الطريق، مع ضرورة أخذ الحيطة والحذر.

" عندما أصبح سائقاً "

عزيزي الطالب، ضع إشارة X في الفراغ المناسب لتعبر عن وجهة نظرك في الأمور التي تجعلك سائقاً جيداً:

لا أعرف	معارض	موافق	السؤال
			يمكنك تجاوز المركبة إذا كانت الطريق خالية.
			يجب أن تكون لدى السائق القدرة للتحكم الجيد في المركبة على السرعات العالية.
			يمكن قيادة المركبة بعد تناول الأدوية والعقاقير كالمهدئات.
			لا يمكن الشعور بالمتعة في القيادة عندما نكون شديدي الحذر والانتباه.
			معظم سائقي المركبات يتجاوزون حدود السرعة.
			معظم حوادث الطرق تقع لسائقي المركبات الجدد والشباب قليلي الخبرة.
			أهم سبب في اختياري لنوع معين من المركبات هو قوة محركها وسرعتها
			يجب فحص توجهات السائقين وقيمهم قبل منحهم رخصة القيادة.
			الناس يتصرفون بصورة مختلفة ويغيرون طباعهم عندما يقودون المركبات.
			المركبة تمثل رمزا للقوة والمكانة الرفيعة في المجتمع .
			سائق المركبة البسيط والفقير هو من يلتزم بقانون المرور دائما.
			قضايا الطرق والبيئة المحيطة هي من اختصاص الحكومة ومنتجي المركبات ولا علاقة للسائقين بهذا الأمر .
			الدعاية والإعلانات للمركبات تساعد على قيادة المركبات بسرعة.
			أنا أو من بالقضاء والقدر ولذا لا تهمني حدود السرعة التي أسير بها.
			القيادة فن وذوق وأخلاق.
			يمكن تجنب ٩٠% من الحوادث والإصابات.
			السائق الذي يسوق بهدوء ويحترم القانون يعتبر إنسان ضعيف وقليل الخبرة.

بطاقة المعلومات

قيادة المركبات

- تتطلب قيادة المركبات شروط يجب توفرها في أطراف المرور الثلاثة : السائق، والمركبة، والطريق. ومن هذه المتطلبات الواجب توفرها في الشخص الذي يريد أن يقود مركبة آلية:
- أن يكون عند تقديم الطلب لأول مرة ضمن الفئة العمرية المسموح لها، حيث تحدد اللائحة السن المقررة لكل درجة من درجات الرخص.
 - أن يكون لائقاً صحياً للقيادة من حيث سلامة البنية والنظر والسمع.
 - أن يجتاز الاختبارات النظرية والعملية في قيادة المركبات التي تقرها سلطة الترخيص.
 - لا يجوز لأحد قيادة مركبة آلية إلا إذا كان يحمل رخصة قيادة سارية المفعول لنوع المركبة التي يقودها صدرت بمقتضى أحكام القانون، وأن يقدمها لرجال الشرطة عند طلبها.
 - لا يجوز لمالك المركبة أو من يملك السيطرة عليها أن يسمح لشخص آخر بقيادتها إذا لم يكن يحمل رخصة قيادة.

السائق (العنصر البشري) هو العنصر الفعّال والمحرك للعملية المرورية، لذا لا بد من توفر عدة صفات في السائق، ومنها: سلامة العقل والحواس، ومعرفة ممتازة بأنظمة وتعليمات المرور والتقيّد بها، والتركيز أثناء القيادة، والإحساس بالمسؤولية، والإلمام بتقنيات المركبة وصيانتها بشكل مستمر. كما لا بد من توفر خصائص نفسية وسلوكية للسائق الجيد، ومنها:

أن يكون هادئ الطباع غير عصبي المزاج، ومتواضع غير متباه أو مغرور، وواثق من نفسه، ومنظم ومخلص في عمله وفي حياته العامة. كما على السائق أن يحرص على استخدام حزام الأمان، ووجود مساند الرأس، ووسائل خاصة كالنظارات الطبية وحقيبة الإسعاف.

فئات السائقين بشكل عام:

١. من سن ١٧-١٨ سنة سائق جديد يميل الى التهور والطيش.
٢. من سن ١٩-٢٤ سنة ، أكثر تركيزاً، ولكن يوجد بينهم ٢٢ سائق من كل ألف مشترك في حادث طرق.
٣. من سن ٢٥-٣٤ سنة ، يوجد منهم ١٧ من كل ألف مشترك في حادث طرق.
٤. من سن ٣٥-٤٤ سنة، يعتبرون الأكثر انتباهاً وتركيزاً، ويوجد منهم ١٣ من كل ألف مشترك في حادث طرق.
٥. من سن ٤٥ فما فوق ، تبدأ الحوادث بالزيادة.

القيادة الآمنة للمركبة

- ١- واجبات السائق قبل تشغيل المركبة تشمل:
- إلقاء نظره حول المركبة والتأكد من مستوى الإطارات وحالة الطريق.

- إغلاق الأبواب بإحكام.
- التأكد من وضع المقعد وعجلة القيادة .
- ربط حزام الأمان للسائق والراكبين.
- التأكد من وضع المرايا العاكسة.
- ملاحظة مستوى الوقود والحرارة على مؤشرات اللوحة الأمامية.

٢- تشغيل المركبة بطريقة سليمة.

٣- البدء بالتحرك وفق قيادة واثقة وأمنة وتبعاً لتعليمات قانون وأنظمة المرور ، مع ضرورة الانتباه والتقيد بإشارات المرور بكافة أنواعها وأشكالها.

٤- عند الوقوف أو التوقف، إتبع مايلي:

- انظر عبر المرآة العاكسة لكشف الطريق.
- إعط إشارة الوقوف.
- تخفيف الضغط على دعاسة البنزين.
- الضغط على دعاسة الفرامل تدريجياً حتى تقف المركبة .
- بعد الوقوف شد فرامل اليد.

كيف يتصرف السائق عند اقترابه من ممر المشاة ؟

١. على السائق أن يبطئ عند اقترابه من ممر المشاة، وأن يعطي حق الأولوية للمشاة الذي يعبرون الطريق.
٢. يمنع على السائق إيقاف مركبته على ممر المشاة أو على مسافة ١٢ متر قبله.
٣. يمنع على السائقين التجاوز قبل ممر المشاة أو في داخله.
٤. لا يجوز أن تقف المركبة لتحميل ركاب عند وجود إشارة تمنع التوقف، أو عندما يكون في ذلك تشويش على الحركة.

حقائق علمية وعملية حول السرعة:

- تتناسب قوة التصادم طردياً مع مربع سرعة المركبة، فإذا ما ضاعفنا سرعة المركبة، فإن قوة الصدم تصبح أربعة أضعاف، وإذا ما زادت السرعة ثلاثة أضعاف، فإن قوة التصادم تصبح تسعة أضعاف، وتزداد الأضرار الناجمة عن التصادم بنفس النسبة.
- كلما زادت السرعة زادت المسافة الأمامية التي يجب على السائق أن يغطيها بنظره، وهذا يرهقه، وأحياناً لا يستطيع التركيز فيه، وبالتالي يقلل من انتباهه وحذره.
- زيادة السرعة إلى الضعف يؤدي إلى زيادة مسافة الوقوف التي يحتاجها السائق إلى أربعة أضعاف، لذا على السائق أن يقود مركبته بسرعة تضمن له الوقوف الآمن والرؤية الواضحة.
- عندما تكون سرعة المركبة ٣٠ كم/ساعة أو ٩٠ كم/ساعة، تتحرك الأجسام داخلها بنفس السرعة، وتستمر في الحركة حتى مع توقف المركبة.
- قيادة المركبة بسرعة عالية تضطر السائق لأن يتجاوز المركبات الأخرى بشكل مستمر، إضافة إلى عدم قدرته على إعطاء حق الأولوية للمشاة والمركبات الأخرى.
- إن وضع التشريعات الخاصة بالسرعة، بما يتلاءم مع اختلاف الطرق وفئات المركبات، يساعد في الحد من خطورة السرعة العالية.
- السرعة القصوى المسموح بها على طريق ما، قد تكون غير آمنة، ولا تحقق السلامة على الطرق، وذلك لأن قيادة المركبة بتلك السرعة تتأثر بعوامل كثيرة منها: سطح الطريق، الحالة الجوية (ضباب، مطر، ثلج،.....)، وجود مشاة، حمولة المركبة، وقت القيادة (ليلاً أو نهاراً، صيفاً أو شتاءً)، وجود مركبات أخرى على الطريق.

الركوب بأمان في المركبة والحافلة العمومية(الباص)

نتائج الجلسة :

1. التعرف على التصرفات الصحيحة عند ركوب المركبة والحافلة العمومية(الباص).
2. التعرف على حجم حوادث الطرق.
3. تعداد الأطراف الأساسية المسببة لحوادث الطرق.

زمن الجلسة: ٦٠ دقيقة

سير الجلسة:

1. نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
نوزع الطلبة إلى ثلاث مجموعات، نقوم كل مجموعة بعصف ذهني للإجابة عن أحد الأسئلة الآتية: كيف ندخل إلى المركبة أو الحافلة العمومية(الباص)؟ كيف نتصرف داخل المركبة، كيف نتصرف داخل الحافلة العمومية(الباص)؟
 - تدون إجابات الطلبة على ورق العرض.
 - تعرض كل مجموعة ما توصلت إليه أمام الجميع.
 - عرض شفافيات أو شرائح لأوراق العمل: ١-١٥، ٢-١٥، ٣-١٥، ومناقشتها مع الطلبة. ٢٥ دقيقة
2. نقوم بالتمرين الفردي "استمارة حجم حوادث الطرق" (ورقة عمل رقم ١٥-٤)، ليقوم كل فرد بتعبئتها.
 - ندون نتائج الاستمارة على اللوح.
 - نوضح للطلبة حجم الخسائر المترتبة على حوادث الطرق على المدى القريب وعلى المدى البعيد. ٢٥ دقيقة
 - نستلخص أهم ما ورد في الجلسة. ٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة:

6. أوراق اللوح القلاب وأقلام.
7. أوراق العمل التي تحمل الأرقام: ١-١٥، ٢-١٥، ٣-١٥.
8. شفافيات أو شرائح لأوراق عمل الجلسة رقم ١٥.

ورقة عمل رقم ١٥-١(شريحة)

كيف ندخل إلى المركبة؟

- ✓ على جميع الركاب - عدا السائق - أن يدخلوا إلى المركبة وأن يخرجوا منها من ناحية الرصيف فقط.
- ✓ الدخول والخروج من المركبة يكون بعد توقفها تماما.
- ✓ على من يريد النزول أولاً من المركبة، أن يدخل إلى المركبة أخيراً.
- ✓ يجب وضع الحمولة والأجهزة في صندوق الحمولة في المركبة، لئلا تشوش على مجال رؤية السائق.
- ✓ ممنوع السفر والجلوس إلا في المقاعد المخصصة لجلوس الركاب، ولا يجوز السفر واقفاً، أو في صندوق المركبة الخلفي أو أي مكان آخر (غير مسموح أن يزيد عدد الركاب عن عدد المقاعد المخصصة للجلوس عليها والمرخصة في المركبة).
- ✓ استخدام أحزمة الأمان إلزامي لكل الركاب في كل الطرقات وفي كل السرعات، وعلى الراكب أن يضع الحزام مباشرة، وقبل انطلاق المركبة، ولا ينزعه إلا بعد التوقف التام للمركبة. إن الهدف من حزام الأمان والأجهزة الكابحة هي منع اصطدام الراكب بالأجزاء الداخلية للمركبة، والذي يحدث نتيجة اصطدام المركبة بأي شيء خارجي أو نتيجة لانقلابها.
- ✓ على السائق أن يتأكد من أن كل الركاب جالسين في مقاعدهم المخصصة ومستخدمين احزمة الامان بالشكل الصحيح.
- ✓ القانون لا يعفي احدا من استخدام حزام الامان وفي كل الظروف (الطفل أو المريض أو المرأة الحامل أو كبير السن)
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل دون سن الرابعة عشرة في مقعد المركبة الأمامي .
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل في المركبة بدون جهاز أمان ملائم لقياسه، مثل: كرسي الأمان للأطفال حتى عمر سنة، الأحزمة المتصالبة للأطفال من سنة حتى أربع سنوات، الجلوس على وسادة ملائمة أو مقعد ملائم ليرتفع مقعد الطفل بشكل ملائم لحزام الأمان حتى سن ١٢ (المقاعد الخلفية ، البعيدة عن الأبواب والشبابيك أكثر امانا للأطفال).
- ✓ ممنوع إخراج أي جزء من الجسم من الشباك خشية الإصابة من مركبة عابرة أو من أجسام نافرة كالأشجار.
- ✓ ممنوع رمي أي شيء من المركبة أو إلقاء نفايات من الشباك.

✓ عدم السفر في مركبة فيها عدد من الركاب أكثر مما هو مسموح به، إذ يجب أن يكون لكل راكب كرسي خاص به وحزام أمان صالح.

✓ عدم السفر في مركبة غير صالحة أو مركبة غير قانونية كالمركبات غير المرخصة.

✓ الطلب من السائق أن يلتزم بقانون وانظمة المرور، إذا حاول تجاوزها كالسرعة الزائدة أو التجاوز الخاطيء، أو عدم الإنارة في الليل أو أية أمور أخرى.

عدم التحدث مع السائق، او ازعاجه او تشتيت انتباهه، أو إثارة جدال وفوضى مع الركاب.

كيف نتصرف داخل المركبة؟

- ✓ على جميع الركاب - عدا السائق - أن يدخلوا إلى المركبة وأن يخرجوا منها من ناحية الرصيف فقط.
- ✓ الدخول والخروج من المركبة يكون بعد توقفها تماما.
- ✓ على من يريد النزول أولاً من المركبة، أن يدخل إلى المركبة أخيراً.
- ✓ يجب وضع الحمولة والأجهزة في صندوق الحمولة في المركبة، لئلا تشوش على مجال رؤية السائق.
- ✓ ممنوع السفر والجلوس إلا في المقاعد المخصصة لجلوس الركاب، ولا يجوز السفر واقفاً، أو في صندوق المركبة الخلفي أو أي مكان آخر (غير مسموح أن يزيد عدد الركاب عن عدد المقاعد المخصصة للجلوس عليها والمرخصة في المركبة).
- ✓ استخدام أحزمة الأمان إلزامي لكل الركاب في كل الطرقات وفي كل السرعات، وعلى الراكب أن يضع الحزام مباشرة، وقبل انطلاق المركبة، ولا ينزعه إلا بعد التوقف التام للمركبة. إن الهدف من حزام الأمان والأجهزة الكابحة هي منع اصطدام الراكب بالأجزاء الداخلية للمركبة، والذي يحدث نتيجة اصطدام المركبة بأي شيء خارجي أو نتيجة لانقلابها.
- ✓ على السائق أن يتأكد من أن كل الركاب جالسين في مقاعدهم المخصصة ومستخدمين احزمة الامان بالشكل الصحيح.
- ✓ القانون لا يعفي احدا من استخدام حزام الامان وفي كل الظروف (الطفل او المريض او المرأة الحامل او كبير السن)
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل دون سن الرابعة عشرة في مقعد المركبة الأمامي .
- ✓ القانون يمنع نقل أي طفل في المركبة بدون جهاز أمان ملائم لقياسه، مثل: كرسي الأمان للأطفال حتى عمر سنة، الأحزمة المتصالبة للأطفال من سنة حتى أربع سنوات، الجلوس على وسادة ملائمة أو مقعد ملائم ليرتفع مقعد الطفل بشكل ملائم لحزام الأمان حتى سن ١٢ (المقاعد الخلفية ، البعيدة عن الأبواب والشبابيك اكثر امانا للأطفال).
- ✓ ممنوع إخراج أي جزء من الجسم من الشباك خشية الإصابة من مركبة عابرة أو من أجسام نافرة كالأشجار.
- ✓ ممنوع رمي أي شيء من المركبة أو إلقاء نفايات من الشباك.

- ✓ عدم السفر في مركبة فيها عدد من الركاب أكثر مما هو مسموح به، إذ يجب أن يكون لكل راكب كرسي خاص به وحزام أمان صالح.
- ✓ عدم السفر في مركبة غير صالحة أو مركبة غير قانونية كالمركبات غير المرخصة.
- ✓ الطلب من السائق أن يلتزم بقانون وانظمة المرور، إذا حاول تجاوزها كالسرعة الزائدة أو التجاوز الخاطيء، أو عدم الإنارة في الليل أو أية أمور أخرى.
- ✓ عدم التحدث مع السائق، او ازعاجه او تشتيت انتباهه، أو إثارة جدال وفوضى مع الركاب.

التعامل مع الحافلة العمومية أو حافلة المدرسة

١. غادر المنزل لانتظار الحافلة العمومية (الباص) في المحطة المخصصة بوقت مناسب.
٢. انتظر الحافلة العمومية بشكل هادئ في مكان آمن بعيدا عن حركة المركبات.
٣. ادخل الحافلة العمومية من جهة الرصيف بصورة مناسبة وحافظ على النظام والدور، واجلس في مقعدك بهدوء.
٤. اجلس في أقرب مقعد تراه خالياً وحاول أن تخلي الممر بين المقاعد بسرعة كي لا تعيق مرور زملائك.
٥. اتبع تعليمات سائق الحافلة العمومية.
٦. ابق في مقعدك طالما الحافلة العمومية متحركة، وتحزم بحزان الأمان.
٧. حافظ على نظافة الحافلة العمومية.
٨. لا تخرج أي جزء من جسدك خارج نوافذ الحافلة العمومية.
٩. احترم الراكبين في الحافلة العمومية وساعد المحتاجين قدر الإمكان.
١٠. تحرك للنزول من الحافلة العمومية بعد أن يقف تماما.
١١. انتبه لحركة المرور عند مغادرتك للباس.
١٢. انتظر مغادرة الحافلة العمومية وخلو الطريق من المركبات لعبور الطريق.
١٣. لا تحاول أن تعبر من أمام او خلف الحافلة مهما كانت الظروف، إن سائق الحافلة، وكذلك سائقي المركبات القادمة من كلا الاتجاهين لن يروك ، فقط اعبر الطريق بعد مغادرة الحافلة، وعندما تكون الطريق امامك واضحة وآمنة

رافقتكم السلامة.

استمارة حوادث الطرق

عزيزي الطالب: يرجى التكرم بتعبئة الاستمارة التالية، التي تفحص حجم حوادث الطرق والخسائر الناتجة عنها، والتي قد تكون قد حصلت معك، أو مع أي من معارفك.
س١) هل حصل معك أو مع أي من معارفك حادث طرق؟ اذا كانت الاجابة لا، انتقل الى السؤال الثامن، والتاسع.

.....
س٢) أذكر ظروف ونوع الحادث؟

.....
س٣) هل توفي أحد في الحادث؟

.....
س٤) هل أصيب أحد في الحادث؟

.....
س٥) هل تسبب الحادث بإعاقة لأحد من الركاب؟

.....
س٦) عدد الأيام التي قضاها المصاب/ المصابين في المستشفى؟

.....
س٧) عدد الأيام التي غابها المصاب / المصابين عن العمل أو المدرسة؟

.....
س٨) برأيك، من هو المتسبب في الحادث/ الحوادث؟

.....
س٩) برأيك، كيف يمكن تجنب هذا الحادث/ الحوادث؟

.....

الاستخدام الآمن للدراجة الهوائية

نتائج الجلسة

١. التعرف على فوائد الدراجة الهوائية.
٢. توضيح الممارسات الصحيحة عند ركوب الدراجة الهوائية.
٣. توضيح الأخطار الناتجة عن ركوب الدراجات بصورة غير صحيحة.

زمن الجلسة: ٦٥ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة. ٥ دقائق
- نقوم بعملية عصف ذهني طارحين السؤال الآتي:
" هل الدراجة الهوائية مهمة لنا؟ ولماذا؟"

- ندون الإجابات على ورق العرض وناقشها مع الطلبة
- نعرض الشريحة التي توضح فوائد الدراجة الهوائية (ورقة عمل رقم: ١٦-١)

١٥ دقيقة

- نوزع التمرين الفردي "دراجتي: هل صحيح؟" (ورقة عمل رقم ١٦-٢)
- نطلب من كل مشارك أن يجيب عن ورقة العمل بشكل منفرد.
- نناقش الأجوبة ضمن المجموعة الأكبر.
- توزيع الطلبة إلى ٤ مجموعات.
- تقوم كل مجموعة بتنفيذ ورقة العمل: "الحوادث التي يتعرض لها راكبو الدراجات الهوائية وأسبابها" (ورقة عمل رقم ١٦-٣).

٢٠ دقيقة

- تعرض المجموعات النتائج التي توصلت إليها.
- نستخلص نتائج الجلسة مؤكدين على ما يلي:
 - التصرفات الصحيحة الواجب اتباعها عند قيادة الدراجات الهوائية.
 - أسباب حوادث الطرق التي يصاب بها راكبو الدراجات الهوائية.
 - توزيع ورقة العمل رقم ١٦-٤ للتقويم.

٥ دقائق

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

- أوراق عمل الجلسة التي تحمل الأرقام: ١-١٦، ٢-١٦، ٣-١٦.
- أوراق لوح قلاب وأقلام عريضة.
- شريحة لورقة العمل ١-١٦.

- جهاز عرض.
- ورقة العمل رقم ١٦-٤ للتقويم.

كيف نشرك الأهل؟

نرسل للأهل رسالة تبين دورهم في المحافظة على سلامة أبنائهم من خلال:
ضرورة اختيار دراجة تناسب عمر وحجم الطفل.
إلزام الطفل بارتداء الخوذة الواقية قبل ركوب الدراجة.
التأكد من جاهزية وسائل الأمان في الدراجة.
متابعة لعب الأطفال في أماكن آمنة بعيداً عن المركبات وحركة الناس.

كيف نشرك المعلمين؟

تشجيع الطلبة على عادة ركوب الدراجات الهوائية بصورة آمنة.
متابعة إرتداء الطلبة للقبعات الحامية للرأس.

فوائد الدراجة الهوائية

- ✓ سهولة التدريب على قيادتها واستخدامها.
- ✓ قليلة التكلفة.
- ✓ لا تحتاج إلى وقود.
- ✓ تقوي العضلات وتزيد اللياقة البدنية.
- ✓ لا تلوث البيئة.
- ✓ لا تحتاج إلى ترخيص.
- ✓ سهولة صيانتها لبساطة تركيبها.
- ✓ تشغل حيزاً صغيراً أثناء السير.
- ✓ يمكن إيقافها في أي مكان (لا تسبب ازدحاماً).
- ✓ تستخدم للتسلية والترفيه والمتعة.

فكر ! هل توجد سلبيات للدراجة الهوائية ؟

"دراجتي: هل صحيح؟"

الرجاء الإجابة بوضع إشارة (×) في المكان المناسب:

الرقم	السؤال	صح	خطأ	لا أعرف
١	الدراجة الهوائية كأى مركبة ينطبق عليها قانون وأنظمة المرور.			
٢	استخدام الكوابح (الفرامل) الأمامية يؤدي إلى انقلاب الدراجة أحياناً.			
٣	يستطيع راكب الدراجة أن يسير بها على الرصيف المخصص للمشاة.			
٤	يستطيع راكب الدراجة أن يقود دراجته في الجهة اليسرى قريباً من حافة الطريق.			
٥	يمكن لراكب الدراجة أن يمسك المقود بيد واحدة فقط.			
٦	يستطيع راكب الدراجة أن يحمل شخصاً آخر معه.			
٧	يستطيع راكب الدراجة أن يؤشر بيده اليمنى عند انعطافه.			
٨	يمكن قيادة الدراجة الهوائية في الشارع على عجلة واحدة.			
٩	على راكب الدراجة الامتثال لإشارات المرور.			
١٠	لراكب الدراجة الهوائية الحق في تجاوز المركبات الأخرى على الطريق متى شاء.			
١١	على راكب الدراجة الهوائية إعطاء حق الأولوية للمشاة على ممر العبور.			
١٢	يجوز لراكب الدراجة الهوائية أن يقود دراجته بجانب مركبة أخرى.			
١٣	يفضل إيقاف الدراجة على المقود والمقعد عند تركها بدون استعمال فترة طويلة.			
١٤	يمكن ركوب الدراجة قريباً من المركبات المتوقفة على جانب الطريق.			
١٥	يستطيع الطلبة قيادة الدراجات الهوائية بشكل متوازي في الطريق جنباً إلى جنب.			
١٦	يجب فحص الدراجة جيداً (الإطارات، والفرامل، والبراغي...) قبل قيادتها.			
١٧	يستطيع راكب الدراجة الهوائية نقل الحمولة التي يريدونها على دراجته.			
١٨	على راكب الدراجة أن يضع عواكس للضوء على جسمه.			

			١٩	يجب على راكب الدراجة الهوائية استخدام المصابيح الضوئية في الليل.
			٢٠	يجب أن تترك مسافة كافية بين راكب الدراجة الهوائية وبين المركبة التي أمامه تقدر بطول ٣ دراجات هوائية على الأقل.
			٢١	على راكب الدراجة عند عبور مفترق طرق أن ينزل عن دراجته ويقودها ماشياً على قدميه.
			٢٢	يجب أن يتوفر في كل دراجة هوائية منبه (زامور).
			٢٣	الدراجة الهوائية ليست مجرد أداة للعب والترفيه، بل إنها وسيلة نقل تلتزم بقوانين المرور.

الحوادث التي يتعرض لها راكبو الدراجات الهوائية وأسبابها

من المشاكل أو الحوادث التي يتعرض لها راكبو الدراجات الهوائية:

- (١)
- (٢)
- (٣)
- (٤)
- (٥)

من أسباب الحوادث التي لها علاقة بالدراجة الهوائية:

- (١)
- (٢)
- (٣)
- (٤)
- (٥)

من أسباب الحوادث التي لها علاقة براكب الدراجة الهوائية:

- (١)
- (٢)
- (٣)
- (٤)
- (٥)

من أسباب الحوادث التي لها علاقة بالطريق:

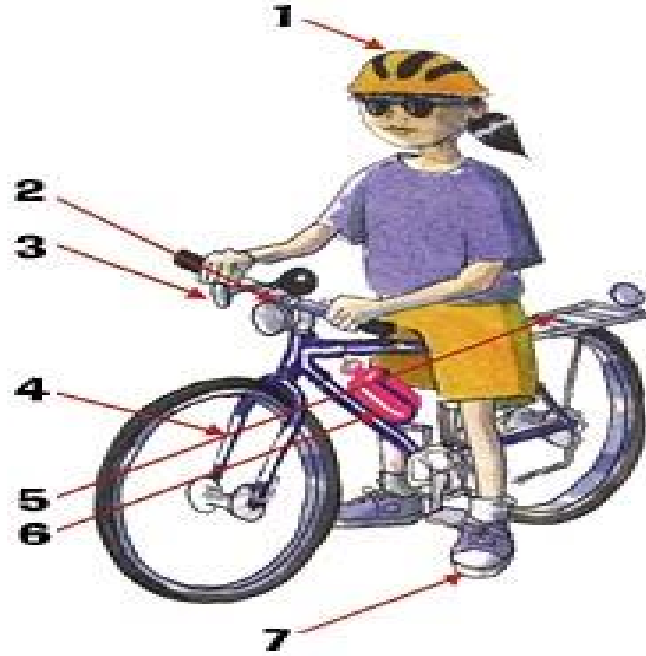
- (١)
- (٢)
- (٣)
- (٤)

.....

ورقة العمل : ١٦-٤ (تمرين فردي للتقويم)

أجزاء الدراجة الهوائية

أذكر أسماء الأجزاء المشار إليها بالأسهم في الرسم الآتي؟



بطاقة المعلومات

الدراجة الهوائية

تعد الدراجة الهوائية واسطة نقل كالمركبات الأخرى، إذ ينطبق عليها قانون وانظمة المرور، وعلى من يستخدمها واجب الامتثال لهذه القوانين حفاظاً على حياته وحياة الآخرين من حوله، وهي وسيلة محببة لدى كل من الأطفال والكبار على حد سواء، وهي أداة جيدة للمتعة والتسلية والرياضة في أوقات الفراغ، وتروح عن النفس وتنشط عضلات الجسم وبخاصة عضلات الرجلين واليدين.

يتعلم الأطفال ركوب الدراجة الهوائية بقواهم الذاتية أو بمساعدة الآخرين، لكنهم أحياناً لا يعرفون موقعهم الصحيح على الطريق، وكيف يندمجون في حركة المرور؟ وما قوانين هذه الحركة؟ لذا يقع عليهم واجب التصرف الصحيح عند ركوب الدراجة الهوائية، وواجبنا إرشادهم على الطرق الصحيحة لركوب الدراجات الهوائية، ففي كل سنة يصاب عدد كبير من الطلبة أثناء ركوبهم الدراجات، ولكن الناس لا تعير هذا الأمر اهتماماً إلا إذا كانت الإصابة قاتلة.

فوائد الدراجات الهوائية:

للدراجة الهوائية فوائد عديدة منها: سهولة التدريب على قيادتها، وسهولة إصلاحها لبساطة تركيبها، ورخص ثمنها، وعدم حاجتها إلى وقود، وعدم حاجتها إلى ترخيص. وتشغل حيزاً صغيراً أثناء السير في الطريق والوقوف في البيت أو الحديقة، وتعد وسيلة مثالية للرياضة والتسلية والترويح عن النفس.

حوادث الدراجات وأسبابها:

يتعرض سائق الدراجة الهوائية تعرضاً مباشراً للإصابة، فكل اصطدام بمركبة آلية، أو أي جسم صلب هو اصطدام جسدي مباشر براكب الدراجة، ومن الأسباب التي قد تؤدي إلى زيادة عدد الحوادث:

- استخدام دراجة غير سليمة تحوي عيوب في الإطارات، أو السلسلة، أو المصابيح ، أو عاكسات الضوء...
- عدم التقيد بالقوانين التي تلزم سائق الدراجة إرتداء الخوذه أو القبعة الواقية.
- بطء الكوابح (الفرامل) نسبياً في الإستجابة بقوة وسرعة لإيقاف الدراجة.
- الإضطراب لاستخدام الكابح الأمامي الذي يسبب انقلاب الدراجة أحياناً.
- سهولة اختلال التوازن أمام الحجارة والمواد الأخرى على الطريق.
- الانعطاف المفاجيء والسريع.
- صعوبة رؤية إشارات راكب الدراجة من قبل سائقي المركبات.

- لا يوجد للدراجة جسم أو هيكل يحمي الراكب.
- استخدام الدراجة الهوائية بصورة خاطئة لنقل الركاب والأمتعة الثقيلة.
- اندفاع مفاجئ لمركز الطريق دون مراقبة حركة المركبات على الطريق.
- نقل حمولة زائدة على الدراجة.
- التجاوز في المنعطفات والأماكن التي تكون فيها الرؤية محدودة.
- ركوب الدراجة على الرصيف أو المسالك الخاصة بالمشاة.



الأجزاء الرئيسية للدراجة:

١. جهاز التوجيه (المقود).
٢. جهاز التحريك.
٣. جهاز الفرامل.
٤. الاطارات.
٥. الهيكل.

من أجل تجهيز الدراجة للحركة، يجب القيام بما يلي:

- شد كافة البراغي شداً صحيحاً.
- ضمان فعالية الفرامل، فرملة اليد وفرملة الرجل.
- قياس ضغط هواء الاطارات، بحيث لا يكون الضغط زائداً، لأن الضغط الزائد قد يؤدي إلى انفجار الإطار. أما الضغط المنخفض فقد يؤدي إلى فقدان التوازن وتلف الإطار.
- التأكد من صلاحية الدينامو والأضواء والجرس والسلسلة (الجنزير).
- التأكد من وجود كافة تجهيزات السلامة: الخوذة أو القبعة الواقية، المصباح الضوئي، الشارات العاكسة.. .
- ملائمة طول الراكب لعلو الدراجة: فالراكب الطويل تكون ساقاه مثنيتين، ولذلك يصعب عليه تحريك الدواسة، والراكب القصير لا تصل قدماه إلى الأرض مما يفقده توازنه. يجب ملائمة مقعد الدراجة لطول الراكب، بحيث تكون كفتا قدميه مستقرتين بثبات على الأرض أثناء الجلوس.

تصرفات راكب الدراجة الهوائية:

- يمنع على أي شخص يقل عمره عن ١٤ سنة ركوب الدراجة الهوائية على الطريق الرئيسي.
- ممنوع ركوب الدراجة على الرصيف (الطريق للمركبات والرصيف للناس)، تنص أنظمة المرور على ما يلي: (يمنع ركوب الدراجة الهوائية على الرصيف، أو على جزء من الطريق المخصصة للمشاة فقط، ويحق لمن يستخدم الدراجة الهوائية أن يمشي على الرصيف ويجر بيده دراجته إن كان ذلك لا يشوش على المشاة).
- خطوات نزول راكب الدراجة إلى الطريق:
 ١. الوقوف على بعد خطوة من حافة الرصيف، بحيث لا يكون العجل الأمامي نافراً عن حافة الرصيف.
 ٢. رفع الدواسة اليسرى، والتأكد من خلو الطريق.
 ٣. تنزيل الدراجة بموازاة حافة الرصيف والجلوس على مقعد الدراجة.
 ٤. النظر عبر الكتف اليسرى إلى الوراء وإلى الجانبين، ثم التأشير باليد اليسرى ، ثم السفر عندما تكون الطريق خالية.
 ٥. السفر فقط من الناحية اليمنى من الطريق قريباً من حافة الرصيف.
- الإمتثال لإشارات المرور والإشارات التي على الطريق (الخط المنقطع، خط التوقف، أسهم التوجيه، الإشارة الضوئية...).
- مراعاة وجود مسافة بينك وبين المركبة التي أمامك (مسافة تقدر بطول دراجتين أو ثلاث دراجات)، والانتباه لحركة المركبة التي أمامك، فقد تقف فجأة.
- ممنوع قيادة الدراجات بشكل متوازي مع دراجات أخرى، فموقع أي دراجة هو أقصى يمين الطريق، فإذا تواجد في الطريق أكثر من دراجة هوائية فيجب أن تكون الواحده تلو الأخرى.
- الانتباه عند السير إلى جانب المركبات المتوقفة، إذ قد يصدف أن يفتح إحدى الأبواب فجأة.
- مسك مقود الدراجة دائماً باليدين الإثنتين معاً.
- ممنوع ركوب أكثر من شخص على الدراجة.
- استعمال الدراجات الصالحة فقط والمجهزة بتجهيزات السلامة.
- عدم الإستهتار أو العبث أو الإزعاج وعدم التعلق أو محاولة اللحاق بالمركبات الأخرى على الطريق.

- الإنعطاف إلى اليسار في الطريق ينطوي على أخطار كثيرة، وأسلم السبل هو أن تجر دراجتك على الرصيف ماشياً ثم تجتاز من ممر المشاة.
- عبور الطريق يتم فقط في الحالات القصوى، مع الحرص الشديد على وجود اتصال بصري مع المركبات التي أمامك، واتخاذ كافة الإحتياطات مثل التأشير لليسار ، والعودة إلى الناحية اليمنى للطريق بانتهاء العبور .
- لا يجوز نقل حمولة على الدراجة بصورة تحول دون السيطرة عليها، ويجب ألا يزيد طول أي حمل عن ٧٠ سم ، وبشرط ألا يبرز من الجانب الأمامي أو الخلفي للدراجة.

تجهيزات السلامة:

حتى يتمكن الجميع من مشاهدة الدراجة وراكبها بوضوح في كافة الأوقات والظروف، يجب تجهيز الدراجة بالآتي:

١. علم أو مؤشر صغير: يثبت العلم على الناحية اليسرى من الجناح الخلفي بهدف الوقاية من الخطر ، وذلك لأن العلم يعطي للدراجة عرضاً قد يحول دون اقتراب المركبات منها، بالإضافة إلى أن العلم يعكس الضوء، وبفضله تتجاوز المركبات الدراجة عن بعد معقول، وبذلك يمتنع المساس بالسائق ، وبانتهاء الرحلة يطوى العلم حتى لا يملأ حيزاً أكبر .
 ٢. المصباح: يثبت الزامياً في مقدمة الدراجة، ليصدر ضوءاً أبيضاً يمكن راكب الدراجة من رؤية الطريق، ويمكن الآخرين من رؤية الدراجة وراكبها.
 ٣. عاكس ضوء أمامي أبيض عرضه ٢.٥ سم وطوله ١٥ سم : تراه المركبة القادمة من الأمام عن بعد ١٥٠ م على الأقل ، وتتبع أهميته من أن الدراجة عند توقفها عن الحركة يتوقف عمل الدينامو، لذا بفضله تستطيع المركبات أن ترى الدراجة في كل الاوقات وخاصة في الليل .
 ٤. مصباح خلفي للدراجة يبعث ضوءاً أحمرأ.
 ٥. عاكس ضوء كستنائي على دواسة الدراجة.
 ٦. عاكس ضوء بين الأسلاك.
 ٧. عاكس ضوء خلفي أحمر مثبت بظاهر الجناح الخلفي .
 ٨. خوذة أو قبعة واقية ويكون إرتداؤها ملزماً.
 ٩. على راكب الدراجة أن يضع عاكس ضوء على يده اليسرى ورجله اليسرى، أما راكب الدراجة الماشي بعكس حركة السير، فعليه أن يضع عاكس الضوء على الناحية اليمنى لجسمه.
- التأشير:** تأتي أهمية التأشير لسائقي الدراجات الهوائية لتنبه سائقي المركبات خلفنا وأمامنا للإعلان عن نيتنا بالتوقف أو جهة انعطافنا، ويكون التأشير باليد اليسرى فقط على النحو الآتي:

١. التأشير لبدء السفر أو التوجه يساراً: يكون برفع اليد اليسرى مستقيمة مع ارتفاع الكتف.

٢. التأشير للتوجه يميناً: يكون برفع الذراع اليسرى، وتحريكها (باتجاه عقارب الساعة) إلى اليمين.

٣. التأشير للإبطاء والتوقف: يكون برفع الذراع اليسرى بمستوى الكتف وتحريكها إلى الأعلى والأسفل.

خطوات التأشير:

- نظرة إلى الوراء عبر الكتف الايسر.
- تأشير باليد اليسرى.
- إرجاع اليد إلى المقود.

الجلسة رقم (١٧)

التخطيط لحل المشاكل

نتائج الجلسة

1. التعرف على طرق جمع المعلومات عن المشاكل المتعلقة بالسلامة على الطرق.
2. التعرف على بعض آليات حل المشاكل الصحية.
3. أن تقوم كل مدرسة باقتراح خطة للسلامة على الطرق .

زمن الجلسة : ٦٥ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة .

٥ دقائق

- نناقش الطلبة بأهم المشاكل التي يتعرض لها الطلبة على الطرق.
- ندون إجابات الطلبة على اللوح القلاب.

١٠ دقائق

- نوزع الطلبة إلى أربع مجموعات تقوم كل مجموعة بالإجابة على السؤال التالي:
"كيف يمكننا الحصول على معلومات عن المشاكل المتعلقة بالمرور؟"
- تعرض المجموعات أعمالها .
- نعرض أمام الطلبة نموذجاً لاستمارة إحصائية "استمارة حوادث الطرق" (ورقة عمل رقم ١٧-١)

٢٥ دقيقة

(يطلب من لجنة السلامة على الطرق في المدرسة متابعة تعبئة الاستمارة الإحصائية)

- نناقش مع الطلبة بعض طرق حل مشكلة حوادث الطرق من خلال التخطيط لبناء مشروع، مركزين على المراحل التالية: تحليل الوضع (تحديد المشكلة، اقتراح الحلول ، التخطيط، التنفيذ والتنظيم، المراجعة والتقييم، إعداد التقرير)
- نوزع الطلبة إلى مجموعات لتقوم كل مجموعة بمناقشة ورقة العمل رقم ١٧-٢ "بناء مشروع للسلامة على الطرق" وتعبئته وعرضه أمام المجموعة الأكبر .

٢٠ دقيقة

- نناقش مع الطلبة، أن حل المشاكل والمعيقات يأتي من خلال منهجية علمية ، تبدأ بتحليل الوضع وتحديد أسباب وأبعاد المشكلة من خلال جمع البيانات، ثم بناء البرامج والمشاريع الكفيلة.

٥ دقائق

ماذا يلزمنا تنفيذ الجلسة؟

١. ورقة عمل الجلسة (١٧) رقم ٢-١

٢. اوراق

٣. اقلام

ورقة عمل رقم ١٧-١ (شريحة)

استمارة حادث طرق

اسم المدرسة:..... موقع المدرسة:..... المديرية:.....

الرقم الوطني:..... عدد الطلبة:..... جنس المدرسة:.....

بيانات الطالب المصاب

اسم الطالب	الصف	العمر	مكان السكن	بعد مكان السكن عن المدرسة	معدل علامات الطالب	عمل ولي الامر	يركب دراجة	يركب سيارة	يمشي

بيانات الحادث

تاريخ الحادث	زمن الحادث	مكان الحادث	نوع المركبة	نوع المخالفة	طريقة نقل المصاب	وجود إسعاف أولي في مكان الحادث

بيانات الإصابة

- نوع الإصابة: ١. طفيفة ٢. متوسطة ٣. خطيرة ٤. خطيرة جدا
- موضع الإصابة: ١. الرأس ٢. العمود الفقري ٣. الصدر ٤. الحوض ٥. اليدين ٦. القدمين ٧. أخرى/حدد.....
- علاج المصاب: ١. إسعاف أولي ٢. عيادة محلية ٣. سيارة إسعاف ٤. مستشفى ٥. أخرى، حدد.....

بيانات العلاج

- اسم المركز المعالج:.....
- تكلفة العلاج:.....
- عدد أيام المبيت في المركز:.....
- نتائج العلاج:.....

ماذا يمكن أن نضيف لهذه الاستمارة ؟

ورقة عمل رقم ١٧-٢

التخطيط لبناء مشروع للسلامة على الطرق

أعزائي الطلبة يرجى مناقشة مشروع للسلامة على الطرق وتعبئة البيانات التالية:

اسم المشروع:.....

المرحلة الأولى: تحديد المشكلة

.....
.....

المرحلة الثانية: تحديد الحلول الممكنة

.....
.....

المرحلة الثالثة: التخطيط من اجل احداث تغييرات

.....
.....
.....

المرحلة الرابعة: وضع الخطط قيد التنفيذ

.....
.....
.....

المرحلة الخامسة:مراجعة مدى نجاح المشروع

.....
.....
.....

المرحلة السادسة:كتابة تقرير بالاعمال

.....
.....
.....

أعزائي الطلبة: التعاون والمشاركة والعمل بروح الفريق من أهم مقومات النجاح

بطاقة المعلومات

التخطيط لحل المشكلات

تتنوع المشاكل الصحية والاجتماعية التي يعاني منها الطلبة، وتختلف في درجة خطورتها وأهميتها، وحيث إننا لا نستطيع مواجهة كافة المشاكل في آن واحد لمحددات عديدة، أهمها توفر الإمكانيات المادية والكوادر البشرية والوقت الكافي لحل وإدارة المشاكل.

تبدأ عملية حل المشكلات من خلال تحليل الوضع القائم، من خلال البحث والتنقيب والتساؤل والتجريب وفق منهجية علمية، ومعرفة مدى أهمية هذه المشكلة دون غيرها، على سبيل المثال: تعطى العناية بسلامة الطلبة من حوادث الطرق أولوية صحية لدى العديد من المدارس على غيرها من الموضوعات، بسبب ما تسببه الحوادث من خسائر في الأرواح والممتلكات، والمعاناة والمشاكل النفسية والاجتماعية التي تنتج عن الحوادث المريعة إضافة للإعاقات التي قد تصيب الطلبة.

خطوات حل المشكلة

1. الشعور أو الإحساس بالمشكلة (مثال: ملاحظة ارتفاع عدد الإصابات بين راكبي الدراجات الهوائية)
2. تحديد المشكلة وصياغتها في صورة إجرائية قابلة للحل (ما الأسباب التي تؤدي إلى ارتفاع عدد الإصابات بين راكبي الدراجات الهوائية؟)
3. جمع البيانات والمعلومات ذات الصلة بالمشكلة قيد الدراسة والبحث (عدد راكبي الدراجات، أعمارهم، أماكن السكن، مدى استخدامهم الأدوات الواقية، عدد الإصابات، وجود شوارع رئيسية قرب المدرسة،
4. وضع أحسن الفرضيات أو التفسيرات لحل المشكلة. (مثلا : يزداد عدد الإصابات لدى راكبي الدراجات الهوائية بسبب مخالفة راكبي الدراجات لقانون وانظمة المرور).
5. اختبار الفرضية أو الفرضيات المحتملة لمعرفة مدى صحتها وتوافقها مع الواقع .
6. الوصول إلى حل أو حل جزئي للمشكلة.

التخطيط لحل المشكلة

مثال: وجد من البحث والتقصي أن عدد الطلبة الذين يصابون بسبب حوادث الدراجات الهوائية يصل إلى 60 إصابة سنويا في إحدى المدارس.
يمكن حل هذه المشكلة من خلال بناء برنامج او مشروع للتوعية المرورية على النحو التالي:

1. تحديد أهداف المشروع (مثال: مع نهاية العام الدراسي 2012 سيصل عدد الإصابات بين راكبي الدراجات إلى 10 إصابات فقط).
2. بناء الأنشطة الكفيلة بتحقيق الهدف/الأهداف التي تؤدي إلى حل المشكلة (لقاءات توعية مرورية مع الطلبة بمعدل لقاء واحد كل أسبوع، إصدار نشرات للسائقين...).
3. البدء بتنفيذ الأنشطة .

٤. معرفة مدى نجاح الأهداف أو مدى تحقيق الأنشطة للأهداف (يمكننا عمل مسح او بحث من جديد لمعرفة عدد الإصابات بين راكبي الدراجات الهوائية بعد تطبيق البرنامج).

٥. كتابة تقرير عن المشروع يتضمن: أهداف المشروع، مبررات المشروع، مكان تنفيذ المشروع، فترة تنفيذه، الأنشطة المنفذة، الأدوات المستخدمة ، الميزانية ، المستفيدين، المعوقات، الدروس والعبر، التوصيات.....)

ويمكن تبويب الخطة الإجرائية في جدول كالآتي:

الهدف	الأنشطة والإجراءات	التوقيت	المسؤولية
تقليل عدد الإصابات لدى راكبي الدراجات الهوائية لتصبح فقط ١٠ إصابات في السنة بدلا عن ٦٠ إصابة	توعية راكبي الدراجات. توعية السائقين من خلال نشرات. توعية الأهالي.	خلال شهر ٩ خلال الفصل الأول	فريق السلامة على الطرق. منسق الصحة والمرشد ومسؤول الكشافة.
	تزويد راكبي الدراجات بعاكسات وقبعات	بداية العام الدراسي	إدارة المدرسة بالتعاون مع مجالس أولياء الأمور

فرقتي..... فرقة السلامة على الطرق

نتائج الجلسة:

١. تعريف مفهوم فرق السلامة على الطرق.
٢. تعداد خصائص ومهام فرق السلامة على الطرق.
٣. التعرف على آلية عمل فرق السلامة على الطرق.
٤. تحديد الأدوات التي تحتاجها فرقة السلامة على الطرق.

زمن الجلسة: ٥٠ دقيقة

سير الجلسة

- نحدد نتائج الجلسة

٥ دقائق

- نقوم بعملية عصف ذهني من خلال كتابة السؤال التالي على ورق العرض
"ماذا نعني بفرقة السلامة على الطرق؟".

- ندون الإجابات على اللوح.

- نناقش ونستنتج معنى فرقة السلامة على الطرق

١٥ دقيقة

- نقوم بتنفيذ نشاط "صور... وفرقة السلامة على الطرق"

- نضع مجموعة صور من جرائد ومجلات كافية لعدد المتدربين بحيث

تمثل الصور أشخاصا أو أشياء مختلفة.

- نطلب من كل مشارك أن يختار صورة من الصور التي ترمز أكثر

إلى معنى فرقة السلامة على الطرق أو "مجموعة العمل".

- يعرض كل مشارك أمام الجميع الصورة التي اختارها، محددا أسباب

اختياره لها وإحدى خصائص أو وظائف فرقة السلامة على الطرق كما يراها من

وجهة نظره.

- ندون الإجابات على اللوح أو ورق العرض.

- نناقش مركزين على أن نظرتنا إلى " مجموعات العمل " أو " فرق السلامة على الطرق " هي نظرة ناتجة من تراكم المعرفة والخبرات لدينا أو قد تكون ما نرغب أو نطمح أن تكون عليه فرقة السلامة على الطرق.
- في حال وجدت صور لم يتم اختيارها، من الممكن أن نسأل عن سبب ذلك.

٢٥ دقيقة

- نستخلص على شرائح وظائف وخصائص فرقة السلامة على الطرق. ٥ دقائق
- نوزع على المشاركين الورقة عمل رقم ١٨-١ " فرق السلامة على الطرق " ونطلب منهم أن ينفذوه مع الأهل.

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة؟

١. صور مختلفة عن أشخاص، بينهم أنواعا مختلفة من العلاقات أو المجموعات أو الأعمال ، أو صور لأشياء تعبر عن صفة من صفات مجموعات العمل.
٢. لوح أو ورق عريض + أقلام.
٣. جهاز للعرض.
٤. الورقة عمل رقم ١٨-١.

ضع علامة (X) أمام العبارة التي تمثل إحدى خصائص أو وظائف فرقة السلامة على الطرق بعد مناقشتها مع أفراد العائلة:

١	يستطيع أي طالب أن يكون عضوا في فرقة السلامة على الطرق.
٢	العمل في فرقة السلامة على الطرق يضيع وقت الطالب.
٣	أن تكون عضوا في فريق السلامة على الطرق قد يسبب لك الخطر.
٤	يوافق أهلي على أن أكون عضوا في فرقة السلامة على الطرق.
٥	المهام التي يقوم بها أعضاء فرقة السلامة على الطرق ملزمة للسائقين والمارة.
٦	كل شخص في فرقة السلامة على الطرق مسؤول عن القيام بعمل معين.
٧	توفير الدعم لأفراد فرقة السلامة على الطرق واجب من المدرسة والأهل.
٨	القرارات التي تتخذها فرقة السلامة على الطرق بحق المخالفين يجب ان تكون قانونية.
٩	عدم التحدث في مشاكل المرور كي نتجنب النزاعات.
١٠	الطالب الأكبر عمرا يقرر ما تفعله المجموعة.
١١	القرارات التي تتخذها فرقة السلامة على الطرق صارمة لا يمكن تغييرها.
١٢	قد يتعرض أفراد فرقة السلامة على الطرق للسخرية من المارة.
١٣	يصغي أفراد فرقة السلامة على الطرق لبعضهم البعض.
١٤	يتعاون أعضاء فرقة السلامة على الطرق مع المعلمين وأفراد الشرطة.
١٥	تخطط فرقة السلامة على الطرق أعمالها وتنفذ النشاطات.
١٦	تناقش فرقة السلامة على الطرق المشاكل المرورية مع الطلبة.
١٧	تنظم فرقة السلامة على الطرق حركة المرور قبل وبعد انتهاء الدوام المدرسي.

١٨	فرقة السلامة على الطرق تخدم مجتمعها ووطنها.
١٩	فرقة السلامة على الطرق تساهم في التقليل من الإصابات الناتجة عن حوادث الطرق.
٢٠	فرقة السلامة على الطرق تحترم خصوصيات المارة والسائقين.

بطاقة المعلومات

فرق السلامة على الطرق

تتشكل في المدارس التي تقع على شوارع رئيسة وبالتنسيق مع مديرية التربية وشرطة المرور "فرق السلامة على الطرق" من الطلبة وبإشراف المعلمين.

والفرقة عبارة عن مجموعة من طلبة المدارس يتم اختيارهم من قبل المعلم منسق الصحة المدرسية أو المعلم/بين المكلف/بين بمهمة سلامة الأطفال على الطرقات في ذهابهم وإيابهم من وإلى المدرسة، ويكون اختيارهم من بين طلبة الصفوف: الرابع أو الخامس أو السادس أو السابع الأساسي، الذين تم تدريبهم، وأوكلت إليهم مهام فرقة السلامة على الطرق، ويجب الاهتمام بتدريب عدد كاف من الطلبة، وذلك لإشراك أكبر عدد ممكن من الطلبة، ويتم تنظيم عملهم بالتناوب.

الأهداف الأساسية لفرق السلامة على الطرق:

- تدريب الطلبة على الالتزام بقواعد المرور.
- تنظيم حركة المرور أمام المدارس.
- تنمية روح التعاون بين الطلبة.
- تدريب الطالب على تحمل المسؤولية.
- مساعدة الطلبة والمارة في عبور الطريق بأمان.
- المساهمة في تقليل حوادث الطرق.
- تدريب الطلبة على المساهمة في خدمة المجتمع.

متطلبات فرق الأمان والسلامة على الطرق

١. سترات من البلاستيك المقوى الفسفوري أصفر اللون مكتوب عليها "فرق السلامة على الطرق".
٢. قبعات فسفورية صفراء اللون.
٣. عصا خشبية تحمل في نهايتها إشارة قف الدائرية . عدد ٢ /فرقة، طول العصا ١٢٠ سم .
٤. صافرة .
٥. قلم .
٦. دفتر الملاحظات.
٧. قرطاسية من ورق مقوى وأقلام .

مواعيد عمل الفرق:

١. أثناء حضور ومغادرة الطلبة للمدرسة: قبل قرع الجرس بنصف ساعة أي الساعة ٧:٣٠ صباحاً، وقبل مغادرة الطلبة للمدارس بدقائق معدودة ،ويستمر عملها لمدة عشر دقائق بعد انتهاء الدوام المدرسي، حتى ينتهي انصراف جميع الطلبة بأمان.
٢. أثناء الأعمال التطوعية: يتم بالتنسيق مع الشرطة ووزارة التربية والتعليم والمدرسة وفي مواضيع محددة وفي أوقات محددة.
٣. أثناء تنفيذ الأنشطة المدرسية: في طابور الصباح للمشاركة في الإذاعة المدرسية، وفي الإستراحة لإعداد مجلة حائط أو مسابقة، وبعد انتهاء الدوام المدرسي للمشاركة في محاضرة أو لقاء، وفي البيت لإعداد بحث أو مشروع أو مجسم.

آلية عمل فرق السلامة على الطرق في المدرسة:

تتكون كل فرقة من أربعة طلبة (من الممكن ان يكون العدد اكبر اذا ارتأى المشرف ذلك، مع اهمية تنسيق وتوزيع مهام العمل فيما بينهم) مجهزين بالألبسة الخاصة والأدوات المناسبة ويكون عملهم على النحو الآتي:

- يقف الطالب الأول على الرصيف عند طرف ممر المشاة أمام المدرسة حاملاً العصا التي في نهايتها إشارة "قف الدائرية" ، بينما يقف الطالب الثاني حاملاً عصا مماثلة على الرصيف المقابل عند طرف ممر المشاة بشكل قطري.
- على الرصيف يقف الطالب الثالث ويحمل معه صافرة في منطقة يمكن منها كشف حركة المرور بسهولة، وعند تأكده من خلو الطريق من المركبات القادمة يطلق العنان

لصافرته. وعند ذلك يضع الطالب الذي يحمل اشارة "قف" في وجه المركبات للتوقف عن المرور ،حتى يتمكن الطلبة من عبور الطريق بأمان. وفي حال الانتهاء من عبور الطلبة للطريق ،يصفر حامل الصافرة ثانية فيرفع حامل إشارة "قف" من وجه حركة المرور ، وهكذا تستمر العملية.يمكن لحامل الصافرة أن يستعين بطالب آخر ليساعده في التحقق من خلو الطريق من المركبات قبل التصفير .

➤ يتواجد الطالب الرابع على الرصيف ، ويبيده دقترأً وقلماً ،يدون رقم أي سيارة لا تمتثل لأوامر فرق السلامة على الطرق ليسلمها بدوره إلى إدارة المدرسة ومن ثم يتم متابعتها مع الشرطة.

➤ في كل الاحوال لا يجب على اعضاء فرق السلامة على الطرق ترك الرصيف والنزول الى الشارع لايقاف حركة المرور .

الإشراف على فرق السلامة على الطرق

➤ يجب على المدارس تحديد ما إذا كان هناك حاجة الى فرق السلامة على الطرق بالقرب من المدرسة أم لا بالتنسيق مع مديرية التربية وشرطة المرور .

➤ يجب على المدارس متابعة فرق السلامة على الطرق من ناحية الارشاد والتدريب ، وتزويدهم بالادوات والاجهزة المناسبة ، ومراقبة عملهم ومتابعتهم .

➤ يعمل المشرف على تحديد منطقة الامان(المنطقة الموجودة في كلا من ناحيتي الطريق، التي يقف عليها اعضاء الفرقة) وتحديد دقيق لأماكن وقوف الطلبة ، ومن الافضل وقوف الفرقة بجانب منطقة ممر المشاة .

➤ ليس شرطاً ان تقف الفرقة خارج المدرسة مباشرة ، ولكن يمكن ان تقف على بعد من المدرسة ، في الاماكن ذات الحاجة اليها .

➤ يقوم المشرف بالاشراف بنفسه على عمل الفرقة ، كما يعمل على حل اي مشكلة طارئة قد تقع أمام المدرسة .

➤ ينتحتم على جميع المدارس من إعادة تقييم عمل فرق السلامة على الطرق، بعد فترة من بدء عملها ، ليتسنى للمدارس معرفة مدى التأثير الايجابي لهذه الفرق ، وما إذا كان من الضروري التغيير فيها(عدداً او عدة او تدريجياً) ، او تبديل أماكن تواجدها الحالية ، وقد يجوز ان تكون هناك حاجة لأكثر من فرقة مدرسية واحدة لتأمين سلامة الطلاب .

➤ عند انتهاء العام الدراسي يجب مكافأة اعضاء فرق السلامة على الطرق بشكل أو بآخر ، ولكن ليس عن طريق المكافآت المالية .

الأنشطة والفعاليات التي تقوم بها فرق السلامة على الطرق داخل وخارج المدرسة

- (١) إعداد مجلات حائط خاصة بموضوع السلامة على الطريق.
- (٢) تعليق ملصقات عن موضوع السلامة على الطرق في المدرسة والأماكن العامة.
- (٣) توزيع نشرات تثقيفية حول موضوع السلامة على الطرق للفئات المستهدفة.
- (٤) الاشتراك في حملات خاصة مع الشرطة كإرشاد المشاة ومساعدة الأطفال وكبار السن وتنبية السائقين وأصحاب المركبات ودعوتهم للالتزام بقانون وانظمة المرور.
- (٥) الاشتراك في المحاضرات والحملات الخاصة بموضوع السلامة على الطرق والمخيمات الصيفية.
- (٦) تعريف الطلبة قواعد الأمان وأصول التصرف أثناء عبور الطريق.
- (٧) المشاركة في برامج ومشاريع للوقاية من حوادث الطرق.

الجلسة رقم (١٩)

هيا إلى العمل

نتائج الجلسة:

١. بناء فرق السلامة على الطرق في المدارس.
٢. التدرب على استخدام الأدوات الخاصة بفرق السلامة على الطرق.
٣. الصعود والنزول بأمان من المركبة.
٤. التمرن على استخدام حزام الأمان.

٥. ركوب الدراجة الهوائية بصورة صحيحة.

زمن الجلسة: ١٣٥ دقيقة

سير الجلسة:

- نحدد نتائج الجلسة.

٥ دقائق

- القيام بتجربة عملية للتعرف على آلية عمل فرق السلامة على الطرق، وكيفية استخدامها لإشارات المرور، بحيث تتم التجربة في محيط المدرسة، مع الأخذ بعين الاعتبار احتياطات السلامة والأمان.

٣٥ دقيقة

- التطبيق العملي لكيفية الصعود والنزول من المركبة.
- التطبيق العملي لطريقة عبور الطريق في محيط المدرسة.
- تطبيق عملي لمعرفة كيفية استخدام حزام الأمان.

٣٥ دقيقة

- توضيح الطريقة الصحيحة لركوب الدراجة الهوائية والأدوات التي يمكن استخدامها للوقاية من الحوادث.

٣٥ دقيقة

- نستخلص نتائج الجلسة بمناقشة ما تم تناوله في التطبيقات العملية، مع التركيز على نقاط القوة والضعف الواردة أثناء تطبيق الأنشطة.

٢٥ دقيقة

ماذا يلزمنا لتنفيذ الجلسة ؟

١. سيارة عدد ٢.
٢. دراجة هوائية عدد ٢.
٣. ملابس وأدوات فرق السلامة على الطرق.
٤. مصادر بشرية قادرة على التدريب.

الجلسة رقم (٢٠)

التصرفات السليمة أثناء وقوع حوادث الطرق

نتائج الجلسة

١. التعرف على أنواع حوادث الطرق التي يتعرض لها الطلبة.
٢. التعرف على التصرفات الواجب القيام بها أثناء وقوع حوادث الطرق.

زمن الجلسة: ٥٠ دقيقة

سير الجلسة:

- يستعرض الميسر خبرات الطلبة المتعلقة بحوادث الطرق، وذلك بسؤال الطلبة: من تعرض منكم لحادث؟ هل تعرض قريب لكم لحادث؟ صف لنا الحادث؟ ويستمع الميسر لجميع الطلبة المشاركين، ويراعي مشاعرهم، ويحترم ردات فعلهم.

١٠ دقائق

- يوزع الميسر الطلبة إلى مجموعات مكونة من خمسة طلاب، حيث تقوم كل مجموعة بمناقشة حوادث الطرق التي تعرض لها الطلبة، ومحاولة تصنيفها وفق الأطراف المشتركة في الحادث: حادث دهس من قبل مركبة، إصطدام مركبتين، وقوع عن دراجة هوائية، إصطدام مركبة بدراجة هوائية، الخ. وتعرض المجموعات نتاج أعمالها.

٢٠ دقيقة

- يطلب الميسر من الجميع الوقوف على شكل دائرة ويقف الميسر في منتصف الدائرة يحمل كرة بحجم اليد (طابة) ويرسلها لأحد الطلبة ويسأله: كيف تتصرف عند مشاهدتك لحادث دهس؟ ويستقبل إجابة الطالب، ويستقبل الكرة من الطالب، ويرسلها لطالب آخر، ويسأله: كيف تتصرف عند مشاهدتك حادث إصطدام مركبة بدراجة هوائية؟ وهكذا حتى يشرك جميع الطلبة ويتناول جميع أنواع الحوادث.

٢٠ دقيقة

- يعرض ورقة العمل رقم (٢٠-١) بعنوان: " التصرفات السليمة أثناء وقوع الحوادث"

ويناقد الطلبة التصرفات السليمة. ١٠ دقائق

- يوزع ورقة العمل رقم (٢٠-٢) بعنوان " دور الأهل أثناء وقوع حوادث الطرق" ليقوم كل طالب بمناقشتها مع أهله.

ورقة العمل رقم (٢٠-١) - شريحة

" التصرفات السليمة أثناء وقوع الحوادث"

عند مشاهدتك لحادث طريق، ماذا تفعل؟

- توفير السلامة في محيط الحادث: تحذير المركبات القادمة، وتجنب التجمهر حول المصابين، وتجنب إعاقة فرق الإسعاف والإخلاء والإطفاء.
- طلب النجدة: أطلب من البالغين الإتصال على رقم الطوارئ ١٠١ وإعطاء معلومات عن الحادث: مكان وقوع الحادث، عدد المصابين، نوع الحادث، وجود أي خطر آخر مثل مواد كيميائية أو مواد قابلة للإشتعال.
- المساعدة في تقديم الإسعاف الأولي: الإبتعاد عن المصابين وإفساح المجال للبالغين والمسعفين لتقديم الإسعاف والإخلاء، توفير بعض المواد التي يطلبها المسعفون مثل بطانية أو منشفة أو قطع قماش أو ماء.
- إحترام خصوصية المصابين: وتجنب تصويرهم بشكل مباشر وتحميل صورهم على شبكة الإنترنت، تجنب النظر للمصابين بشكل يمس خصوصياتهم، والابتعاد عن أدواتهم، وإخبار البالغين أو الشرطة عن أية مخالفات تسيئ للمصابين.

إذا تعرضت لحادث طرق ماذا تفعل؟

- إلتزم الهدوء قدر الإمكان وقلل من الإنفعال.
- حافظ على وضعية جسمك، لا تتحرك، ولا تركض خوفاً.
- إنتظر تقديم الإسعاف، وتعاون مع المسعفين حتى يتم تحويلك لأقرب مركز صحي.

- وفر أية معلومات مطلوبة منك ما أمكن: إسمك، رقم هاتف المنزل، مكان سكنك.

ورقة عمل رقم (٢٠-٢) - توزع على الطلبة

" دور الأهل أثناء وقوع حوادث الطرق "

عزيزي ولي الأمر،

يصاب المئات من الأطفال بسبب حوادث الطرق سنوياً وللأسف تزهق عشرات الأرواح بسبب هذه الظاهرة الخطيرة، ما دورنا كأهل في التقليل من المضاعفات الخطيرة أثناء وقوع الحوادث:
١. توفير السلامة العامة في محيط الحادث وذلك من خلال تحذير المارة والمركبات القادمة وإبعاد التجمهر حول المصابين.

٢. طلب النجدة والإتصال بالطوارئ على الرقم ١٠١ أو الشرطة على الرقم ١٠٠

٣. المساهمة في تقديم خدمات الإسعاف ما أمكن، وتوفير المواد اللازمة للإسعاف والإطفاء.

٤. الهدوء والإبتعاد عن الإنفعال والصراخ وخاصة إذا كان لنا قريب مصاب بالحادثة.

٥. لا تحاول تحريك المصاب أو التدخل إن لم تكن مؤهلاً ولديك الخبرة.

٦. المحافظة على خصوصية المصابين والمحافظة على أدواتهم وتجنب تصويرهم أو المساس بمشاعرهم.

بطاقة معلومات

كيف تتصرف عند وقوع حادث سير؟

عند وقوع حادث ما وخاصة حادث سير، كثيراً ما نشاهد المواطنين مشاة وسائقين يتجمعون في مكان الحادث للمشاهدة الفضولية، ويؤدي هذا التجمع إلى وقوع حوادث جديدة وإلى إرباب المصابين وعرقلة عملية إسعافهم.

أهمية التصرف السليم عند وقوع حادث سير

إذا شاهدت حادث سير، فإن ردة فعلك الأولى وكيفية تصرفك قد تقرر مصيرك ومصير المصابين. إن تبرعك ومساهمته بتقديم أي نوع من أنواع الحماية أو الإسعاف يجب أن يكون تصرفاً صحيحاً ليصبَّ في مصلحتك وإن أي خطأ ترتكبه قد يعرض سلامتك وسلامة الآخرين للخطر، وقد يعرضك للمساءلة القانونية. لذلك، ما لم تكن متأكداً من كفاءتك ومقدرتك على القيام بهذه المهمة على أتم وجه، فيجب عليك أن تفسح المجال لغيرك من أصحاب الاختصاص للقيام بها وأن تطلب المساعدة الضرورية بحسب الظروف الموجودة.

الحذر في الحالات الخطرة

إن المحافظة على سلامتك وسلامة الآخرين في مكان الحادث هو من الأولويات، لذا لا تقترب من موقع الحادث في حال:

- نشوب حريق في المركبات المتصادمة أو تسرب لسوائل بترولية أو غازات سامة.
- وجود علامات تحذيرية على إحدى المركبات مثل "تحذير مواد خطرة".

أهمية تأمين الحماية لموقع الحادث

إذا كنت من القريبين من موقع الحادث، يجب عليك أن تعمل فوراً على تأمين الحماية اللازمة للمكان سواء أثناء النهار أو أثناء الليل لكي لا يزداد الوضع سوءاً. ويمكن القيام بالتصرفات الآتية:

- ✓ تأمين حركة السير، وذلك بإزالة أية عقبات تحول دون ذلك، وتسهيلاً لوصول سيارات الإسعاف.
- ✓ وضع مثلثات الأمان للتحذير المبكر على مسافة كافية من موقع الحادث.
- ✓ إخلاء مكان الحادث، ومنع الناس من التجمع حول المصابين.
- ✓ عدم الإرتباك أثناء الحادث والإتصال فوراً بأرقام الطوارئ (١٠٠ أو ١٠١ أو ١٠٢).
- ✓ إبلاغ الشرطة أو الإسعاف أو الدفاع المدني على الأرقام المجانية: ١٠٠، ١٠١، ١٠٢.

- ✓ أهمية إضاءة موقع الحادث في الليل بواسطة إحدى المركبات، كما يمكن تحذير العابرين بواسطة إشارات التحذير في المركبة أو بالتلويح بمصابيح عادية مضاءة وطلب المساعدة منهم في حال وجود مصابين بحال الخطر الشديد لا تحتمل حالتهم التأجيل.
- ✓ المحافظة على مشاعر المصابين وخصوصياتهم وممتلكاتهم، وإبلاغ الشرطة عن أية تجاوزات من فضوليين في مكان الحادث.
- ✓ الإمتناع كلياً عن تصوير المصابين وتعريض صورهم لشبكات الإنترنت ووسائل الإعلام.
- ✓ تأمين سلامة الآخرين بمنع التدخين نهائياً في الموقع.
- ✓ استخدام طفاية حريق المتوفرة، أو بطانية، أو الرمال لإطفاء أي حريق إذا كان ذلك لا يهدد سلامتك الشخصية وسلامة الآخرين.

كيف تتصرف إذا كنت طرفاً في الحادث:

- ✓ إذا كنت طرفاً في الحادث وكنت في كامل وعيك، قف في مكان الحادث، إياك والهرب!
- ✓ يجب أن تتحلّى بالهدوء ورباطة الجأش وعدم الخوف والتسرع خاصة عندما يكون هناك مصابين أو ضحايا.
- ✓ اتصل بالطوارئ (الشرطة والدفاع المدني) وبلّغ عن الحادث بدقة ذاكرًا المكان والزمان بالتحديد وعدد الجرحى أو الضحايا وعدد المركبات المتصادمة.
- ✓ قدّم ما تستطيع تقديمه من مساعدة للمصابين.
- ✓ يجب عدم تحريك المصاب إلا إذا كنت خضعت سابقاً لدورة إسعافات أولية، لأن أي خطأ قد يضاعف الإصابة، وإلا إذا كان هناك ما يهدد حياته كحريق على وشك الحدوث أو تكون المركبة على وشك السقوط من مكان مرتفع.
- ✓ شارك بعناية وحرص في نقل المصابين إلى أقرب مشفى.
- ✓ بلّغ أقرب مركز للشرطة إذا أصيب أو مات أحد معك في الحادث.
- ✓ سجّل رقم المركبة أو المركبات المشتركة في الحادث وأسماء سائقها وعناوينهم.

كيف يتصرف السائق عند وقوع الحادث

- توقيف المركبة بصورة صحيحة على جانب الطريق وأبعادها مسافة كافية
- التصرف بهدوء وتجنّب الانفعال.

- طلب المساعدة بالاتصال بالإسعاف بأسرع وقت ممكن.
- وضع علامات تحذيرية للمركبات على بعد كافٍ من الحادث
- الحذر من تواجد مواد خطيرة في موقع الحادث مثل (مواد قابلة للاشتعال).
- التركيز على المركبة المصدومة وذلك بتوقيف محركها
- التأكد من عدم حركة المركبة ، وذلك بسحب الفرامل اليدوية، أو بوضع حجارة أمام عجلاتها.
- إذا كان الحادث في الليل، فلا تستعمل أعواد الثقاب، بل يمكن استعمال مصباح كهربائي أو أنوار المركبات الأخرى.
- إذا كان هناك حريق فاستخدم طفاية الحريق، وفي حال عدم توفرها أطفئ النار بأي غطاء، ويمكنك أيضاً إطفاء الحريق بالرمل أو التراب، واحذر من محاولة إطفاء الحريق بالماء.
- إذا كانت المركبة منقلبة على جانبها، ويوجد ركاب بداخلها، فلا تحاول تحريكها.
- تفقد داخل المركبة للبحث عن وجود أطفال.

إسعاف المصابين

تتوقف حياة الكثير من الناس، على المهارة التي تطبق بها الإسعافات الأولية في حوادث الطرق.. فكم من الناس قد وقعوا ضحية هذه الحوادث لأن الإسعاف الأولي لم يتم بالسرعة الكافية.. وليست السلطات الرسمية هي المسؤولة بمفردها عن هذا التقصير، بل إن الناس، وعاملي الصحة معاً كثيراً ما يشتركون في هذه المسؤولية، حيث يمكن القيام بالإجراءات الآتية من قبل البالغين المؤهلين للقيام بالإسعاف الأولي:

- ✓ بادر بسرعة إلى فحص جرحى الحادث فحصاً أولياً لتتكون لديك فكرة عن طبيعة إصاباتهم، وخطورة جراحهم.
- ✓ لا تدع أحداً في داخل المركبة ، فاحتمال نشوب حريق فيها، ولو بعد دقائق معدودة من وقوع الحادث، أمر كثير الحدوث، ولا سيما في حالات المركبات المنقلبة.
- ✓ لا تسحب المصابين من المركبة لأن ذلك ربما يسبب إصابات أخرى تزيد في خطورة إصاباتهم وإذا كان الموقف يحتاج لتحريك المصاب، فيجب أن يتم ذلك بعناية وحرص، لأن تحريك المصاب بطريقة غير سليمة، قد يضره أكثر من إصابته الأساسية.. ويجب أن تتأكد من وجود عدد كافٍ من الناس لمعاونتك في نقل



المصاب.

✓ ربما تشاهد جرحاً بالغ الخطورة يتطلب الإسعاف السريع قبل أن تحرك المصاب.. وهذا ما يحدث بصورة خاصة في حالات جروح العنق أو جروح الأطراف.. ففي مثل هذه الحالة ضمد بسرعة الجرح المفتوح بقطعة من القماش، وإذا كان الجرح في أحد الأطراف، اربط على هذا الطرف رباطاً شاداً بين الجرح وبين القلب، ولا تنس أن الهدف الإسعافي الأولي هنا هو إيقاف النزيف.

✓ ضع الجريح بعيداً عن المركبة ، بوضعية الاستلقاء الظهرى، إلا إذا كان الظهر مصاباً، وليكن الرأس مرتفعاً قليلاً، والذراعان على محاذاة الجسم، والساقان ممددتان، ويجب وضع غطاء عليه.

✓ المصابون في الرأس، أو العنق، أو الظهر، أو بأية كسور، يجب أن يبقوا ممددين على الأرض.

✓ ربما يكون المصابون محتجزين في سياراتهم.. فيجب مراقبتهم بعناية لأنهم إذا كانوا فاقدين الوعي ربما يؤدي اللسان إلى قفل مجرى التنفس.. لذا يجب أن يكون رأس المصاب في وضع يسمح بفتح مسالك الهواء.

✓ تذكر أن وجود شنطة إسعاف وطفاية حريق لديك، قد يفيدك كثيراً في إنقاذ الآخرين، وربما أفادك في إنقاذ حياتك.

✓ وأخيراً... إذا ما صادفت حادثاً من حوادث الطرق، أو وصلت إلى المكان بعد وقوع حادث فيه، فاذكر أن شهامتك ومروءتك تلزمانك بمساعدة الآخرين، وإن الإسعاف الأولي إذا تمَّ في الدقائق الأولى بعد وقوع الحادث يكون له أثر كبير في الحد من المخاطر المترتبة على حوادث الطرق.

المراجع

