



URZĄD MIEJSKI W GDAŃSKU
Wydział Programów Rozwojowych

JAK DOJEŹDZASZ DO SZKOŁY?

Bezpieczna i przyjemna podróż
dzieci i młodzieży

Gdańsk, 29 września 2011 r.



OBECNA SYTUACJA



Od kilku lat obserwuje się niepokojący **wzrost liczby dzieci, podwożonych samochodami do szkoły** i na zajęcia poza lekcyjne.

Prowadzi to między innymi do :

- zmniejszenia aktywności fizycznej u dzieci i młodzieży
- zwiększenia zagrożenia w ruchu ulicznym wokół szkół
- wzrostu zanieczyszczenia powietrza.

KORZYŚCI PŁYNĄCE Z AKTYWNEGO PODRÓŻOWANIA DO SZKOŁY

Aktywność fizyczna u dzieci przynosi pozytywnie efekty:

- korzystnie wpływa na układ odpornościowy i może zapobiegać infekcjom
- powoduje wzrost wydolności fizycznej i ogólnej jakości życia
- stanowi podstawę do prowadzenia zdrowego trybu w dorosłym życiu korzyści
- dzieci są bardziej spokojne i skoncentrowane po uprawianiu sportu i przebywaniu na powietrzu



- łatwiej się uczą i korzystają z różnych informacji
- mają większą zdolność uczenia się i lepsze wyniki w nauce
- wzrasta ich dobre samopoczucie i pewność siebie
- lepiej radzą sobie ze stresem



**BEZ WZGLĘDU NA
INTENSYWNOŚĆ I RODZAJ ĆWICZEŃ
AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA
JEST DOBRA**



NEGATYWNE FAKTY DOTYCZĄCE BEZCZYNNOŚCI FIZYCZNEJ U DZIECI :

- rośnie liczba dzieci mających uszkodzenia w układzie mięśniowym i cierpiących na urazy stawów.
- dzieci częściej cierpią na otyłość i powiązane z nią schorzenia
- coraz mniej czasu przeznaczają na spacer i bardziej zdecydowane formy aktywności fizycznej; natomiast minimalne zapotrzebowanie wynosi 1 godzinę dziennie
- dzieci częściej mają problemy z koncentracją podczas zajęć



PROJEKT „BEZPIECZNA I PRZYJEMNA DROGA DO SZKOŁY”

**TAKIE ZACHOWANIA SĄ NIEZBĘDNE
DLA ZDROWIA DZIECI I ICH
ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU !!!**



Jest to międzynarodowy projekt, w którym uczestniczą szkoły z Wielkiej Brytanii, Szwecji, Danii, Łotwy i Norwegii. Celem akcji jest zwiększenie świadomości i wiedzy o problemach związanych z podwożeniem dzieci do szkoły samochodem oraz zachęcenie uczniów, rodziców i pedagogów do korzystania z innych niż samochód środków transportu.

DOŁĄCZ DO NASZEGO PROJEKTU!



JEŻELI CHCESZ:

- *przemieszczać się* razem ze swoim dzieckiem
- *zmniejszyć ruch uliczny* wokół szkoły
- przyczynić się do *poprawy stanu środowiska naturalnego*
- wziąć udział razem ze swoimi dziećmi w *fascynującej przygodzie*
- być *mniej zestresowanym* w godzinach porannych
- *poznać* kolegów swojego dziecka i ich rodziców

„Pieszy autobus” może być czymś dla ciebie!

O AKCJI „PIESZY AUTOBUS”

„Pieszy autobus/ Walking Buses”

tworzy zorganizowana grupa ludzi z najbliższej okolicy, składająca się z kilku dzieci i przynajmniej jednego rodzica, którzy razem pokonują drogę do szkoły i z powrotem.

„Pieszy autobus” jest przykładem prostego rozwiązania, które może być zastosowane przy pomocy prostych środków.



„Rowerowy autobus/ Bike – Buses”

Ta forma podróżowania może być użyta zamiast „Pieszego autobusu”.



Ważne jest, by grupa dzieci nie była zbyt duża, ponieważ dorosła osoba im towarzysząca musi być w stanie pilnować wszystkich rowerzystów.

Nie dotyczy to dzieci pomiędzy 12-15 rokiem życia, które z reguły są wystarczająco dojrzałe, aby jeździć na rowerze w ruchu ulicznym bez opieki.

„Walk Buses” i „Bike Buses” nie muszą odbywać się w każdy dzień tygodnia. Każdy samochód, który zniknie z okolic szkoły będzie miał znaczenie. Na początku akcja może odbywać się raz w tygodniu/ miesiącu.

Jeśli wspólne dojazdy będą się cieszyć dużym zainteresowaniem, można zwiększyć liczbę dni. Można wypróbować te sposoby, aż będą dostosowane do potrzeb uczestników projektu.

„CAR- SHARING”

WSPÓLNY DOJAZD SAMOCHODEM

Innym sposobem ograniczenia ruchu samochodowego w pobliżu szkół jest podwożenie do szkoły jednym samochodem również innych dzieci z okolicy. Wówczas można uzgodnić z rodzicami punkt zbiórki, do którego wszyscy uczestnicy mogą podejść pieszo z domu, skąd będzie odjeżdżał samochód do szkoły.



SUGESTIE I WSKAZÓWKI

Chcemy uświadomić rodzicom jak korzystne dla dzieci jest chodzenie do szkoły pieszo, dlatego przedstawiamy listę narzędzi, które mogą być inspiracją dla poprawy zdrowia i zachowania bezpieczeństwa w ruchu ulicznym.



LISTA WSKAZÓWEK

Sposoby planowania nowych tras, bezpiecznych i atrakcyjnych dla dzieci:

1. WYBIERANIE DROGI, NA KTÓREJ BĘDZIE OGRANICZENIE PRĘDKOŚCI

- znaki ograniczające prędkość lub progi spowalniające na jezdni

2. WYBÓR ULIC Z JAK NAJMNIEJSZĄ LICZBĄ SAMOCHODÓW

- istotne jest, aby teren wokół szkoły nie był zajęty przez prywatne samochody
- tylko autobusy, taksówki i pojazdy uprzywilejowane powinny mieć możliwość bezpośredniego wjazdu na teren szkoły
- samochody mają być postrzegane jako środek transportu „stosunkowo rzadko podjeżdżający pod szkołę”



3. ZWRACANIE UWAGI NA SKRZYŻOWANIA I RONDA

- powinny być dobrze oznakowane i oświetlone

4. WYBÓR PRZYSTANKU" AUTOBUSOWEGO" I ODDZIELNYCH ŚCIEŻEK DLA PIESZYCH I ROWERÓW

- chodniki dla pieszych na wszystkich ulicach, z których korzystają dzieci w drodze do szkoły , powinny być wyraźnie oddzielone od jezdni
- nowe i atrakcyjne piesze i rowerowe ścieżki, które nie wymagałyby od dzieci przekraczania ulic z dużym natężeniem ruchu
- nawet okolice ścieżki powinny być dobrze oświetlone w celu stworzenia bardziej bezpiecznej drogi do szkoły

5. MOŻLIWOŚĆ KORZYSTANIA Z PARKINGÓW DLA ROWERÓW I SAMOCHODÓW

- wystarczająca ilość strzeżonych stojaków dla rowerów na terenie szkoły
- przystanki „autobusowe” zlokalizowane w pobliżu parkingów dla samochodów
- rodzice podróżujący wraz ze swoimi dziećmi rowerem do szkoły, zredukują problem związany ze źle zaparkowanymi samochodami przy szkole

Wskazówki dotyczące realizacji projektu

- Sporządź listę uczniów uczestniczących w projekcie i zobacz które dzieci mieszkają w twojej okolicy. Łatwiej jest stworzyć grupę, gdy dzieci są z tej samej klasy i mają taki sam plan lekcji.
- Zorganizuj z pomocą nauczyciela spotkanie, na którym omówicie wszystkie szczegóły. Może to być np. na najbliższym zebraniu z rodzicami.
Razem ustalcie kto, w jakie dni będzie odprowadzał dzieci do szkoły. Jeżeli będzie współpracować 5 rodzin, to znaczy że każda rodzina będzie odpowiedzialna za odprowadzenie i powrót dzieci ze szkoły tylko jeden dzień w tygodniu.
- Ustal stały punkt zbiórki „Pieszego Autobusu”- punkt do którego dzieci będą odprowadzane i z którego dalej będą pokonywać drogę z wybranym na ten dzień rodzicem
- Ustal z rodzicami procedury powiadamiania w razie choroby dziecka lub jednego z rodziców
- Sporządź listę osób na zastępstwo. Propozycja: zaangażuj dziadków lub starsze rodzeństwo

BEZPIECZEŃSTWO DZIECI W DRODZE DO SZKOŁY

Niektórzy rodzice sami odprowadzają lub odwożą swoje dzieci do szkoły, bo obawiają się o ich bezpieczeństwo. Z tego powodu projekt ma na celu nie tylko zachęcić dzieci do większej aktywności fizycznej, ale również przyczynić się do stworzenia bezpiecznej drogi do szkoły. Dzieci, które będą szły do szkoły w grupie z dorosłym opiekunem, będą czuły się bezpieczniej.



PLUSY I MINUSY RÓŻNYCH ŚRODKÓW TRANSPORTU

ROWER



PLUSY:

- Rowery są szybkie, czyste i ciche
- Dobre samopoczucie podczas jazdy
- Jeżdżenie z innymi dziećmi na rowerze to zabawa
- Mam czas na odkrywanie nowych rzeczy po drodze do szkoły
- Jazda na rowerze jest darmowa

MINUSY:

- Muszę uważać na samochody
- Czasami jest za daleko, aby jechać rowerem
- Jeżdżenie w ciemnościach może być nieprzyjemne
- Muszę być wystarczająco dorosły, aby jeździć na rowerze w ruchu ulicznym

SAMOCHÓD



PLUSY:

- Podróż samochodem jest z reguły szybka i wygodna
- Mogę wyruszyć o dowolnej godzinie
- Mogę wziąć dużo więcej bagaży
- W jednym samochodzie może podróżować więcej niż jedna osoba

MINUSY:

- Mniej możliwości na niektóre ćwiczenia
- Dużo samochodów gromadzi się wokół szkoły, jeżeli dużo ludzi ich używa
- Większość samochodów wydziela trujące spaliny
- Jeżdżenie samochodem i posiadanie go wiąże się z dużymi kosztami
- Nawet podczas krótkiej jazdy samochodem wydobywają się spaliny zanieczyszczające środowisko naturalne
- Na drodze może być korek uliczny
- Samochody zajmują dużo przestrzeni
- Znalezienie miejsca parkingowego może być trudne

PIESZO



PLUSY:

- Dobre samopoczucie podczas pieszych spacerów
- Mogę wybrać dowolną trasę, którą lubię
- Spacerowanie z innymi dziećmi to zabawa
- Mam czas, by odkrywać nowe rzeczy na trasie do szkoły
- Mam okazję na niektóre ćwiczenia
- Chodzenie pieszo jest darmowe

MINUSY:

- Muszę uważać na samochody na ulicy
- Czasami jest daleko i dotarcie do szkoły pieszo zajmuje zbyt dużo czasu
- Chodzenie przy złej pogodzie może być trudne

TRANSPORT PUBLICZNY

(autobus, pociąg, tramwaj)



PLUSY:

- Nie muszę uważać na samochody podczas podróży
- Korzystam z takiej formy, kiedy jest za daleko, aby pójść pieszo
- Jeżdżenie na rowerze w nocy może być niebezpieczne
- Nie muszę być dorosły, aby poruszać się tymi środkami komunikacji

MINUSY:

- Muszę być na przystanku punktualnie
- Czasami mam do pokonania długą drogę do przystanku lub do stacji kolejowej
- W komunikacji miejskiej jest tłoczno i ciężko znaleźć miejsce siedzące
- Podróż nie jest darmowa

WYBÓR NALEŻY DO CIEBIE!

Sam zdecyduj, który sposób podróżowania jest dla Ciebie najbardziej odpowiedni:



PIESZO



ROWEREM



AUTOBUSEM



SAMOCHODEM



POCIĄGIEM

Konkursy i nagrody dla uczestników projektu

Dla dzieci, uczestniczących w projekcie przewidziane są drobne upominki, związane z proekologicznym sposobem podróżowania do szkoły.

W trakcie zajęć lekcyjnych może być również zorganizowana gra pn. „Traffic Snake Game”.



ZASADY GRY



Podstawową zasadą gry jest rozdawanie punktów w formie naklejek uczestnikom podróżującym w czasie trwania akcji różnymi środkami transportu (pieszo, rowerem, autobusem lub wspólnym dojazdem samochodem)

Zebrane punkty każde dziecko umieszcza na okrągłej naklejce, która znajduje się na plakacie w kształcie węża.

Celem gry jest umieszczenie tylu okrągłych naklejek na transparencie, aby zappełnić całkowicie węża

W różnych punktach na całej długości węża znajduje się 5 rysunków(1- pieszy, 2- rowerzysta, 3- osoba podwożąca samochodem, 4- jeżdżąca na rolnkach, 5- na hulajnodze

Kiedy dzieci dotrą do tych punktów, otrzymują nagrodę, która może zapewnić szkoła w formie np. dodatkowego czasu na zabawę w szkole lub braku pracy domowej.



URZĄD MIEJSKI W GDAŃSKU

Wydział Programów Rozwojowych

Koordynator projektu : Małgorzata Ratkowska

Osoba do kontaktu :

Elżbieta Tudies

e-mail: e.tudies@gdansk.gda.pl


tel . 058 526- 80-52



URZĄD MIEJSKI W GDAŃSKU

Wydział Programów Rozwojowych

Dziękujemy za uwagę


www.gdansk.pl