

اشاره

اهمیت بازی در سنین کودکی و نقش آن در شکل گیری شخصیت کودکان و میزان یادگیری اصول و آموزه های اجتماعی بر هیچ کس پوشیده نیست و اکثر کارشناسان و متخصصان علوم روان شناسی نیز بر این نکته تأکید دارند که بازی نقشی مهم در فرایند شکل گیری شخصیت کودکان ایفا می کند. بنابراین، مربیان با انتخاب بازی های متناسب با روحیه و فیزیک جسمی کودکان و رعایت نکات ایمنی در حین بازی، ضمن فراهم کردن محیطی شاداب و فرحبخش راه های رسیدن به تکامل شخصیتی و فیزیکی را برای آن ها هموار کنند.

الفبای بازی در مکان های عمومی

بازی در مکان های عمومی و به صورت گروهی با بازی در منزل تفاوت هایی دارد. از آنجا که بازی در مکان های عمومی نظیر مدرسه، مهد کودک و پارک گروهی است و از وسایل مختلف بازی استفاده می شود، رعایت نکات ایمنی و داشتن آگاهی از نحوه استفاده از وسایل بازی موجود بیش از مکان های دیگر ضروری است. یک مربی باید در حین بازی در فضای باز و استفاده از وسایل بازی، علاوه بر آموزش نحوه تعامل با دیگران، ایستادن در صف، مراقبت از بچه های کوچک تر و مراعات قوانین بازی گروهی به ایمنی در فضاهای باز هم توجه داشته باشد. مدیریت و مراقبت از بچه ها حین بازی در فضاهای باز و استفاده از وسایلی که عموماً متحرک اند و در صورت رعایت نکردن نکات ایمنی ممکن است سلامت کودکان را به خطر بیندازند، بسیار مهم و ضروری است.

ایمنی هنگام بازی

بازی در فضای آزاد، همواره برای بچه ها بیش از مکان های مسقف، سرگرم کننده و مفرح است. استنشاق هوای تازه و رهایی از چهار دیواری خانه های امروزی که عموماً آپارتمانی هستند و بازی با گروه هم سالان باعث ایجاد سرزندگی و نشاط زائدالوصف در کودکان می شود که اگر ساعت ها در این فضاها بازی کنند، باز هم تمایل به ادامه بازی دارند و به عبارتی کودکان از بازی در فضای آزاد هیچ گاه خسته نمی شوند.

از دیگر علل تمایل بچه ها به بازی در فضاهای باز، وجود تعدادی وسایل و ابزار بازی است که معمولاً امکان تهیه آن ها حتی برای خانواده های متمول در حیطات منزل وجود ندارد. بازی با گروه هم سالان نیز از دیگر مزایای بازی در محیط های عمومی است که ایجاد موقعیت برابر با آن در خانه های شخصی کمتر امکان پذیر است. به رغم مزایای فراوان بازی در فضای آزاد، استفاده از وسایل بازی گاهی اوقات خطراتی به همراه دارد. وسایل خراب و دارای ایراد فیزیکی، سطوح نامناسب برخی از آلات بازی، لغزنده یا خیس بودن وسایل، بی احتیاطی بچه ها و نا آگاهی از نحوه استفاده درست از برخی وسایل بازی و فقدان نظارت اصولی و نظارت بر رفتار بچه ها باعث می شود تا هر از گاهی بچه ها در مدارس، مهد های کودک و حتی پارک ها دچار حادثه شوند و آسیب ببینند.

همه ساله در دنیا، بیش از ۲۰۰ هزار کودک بر اثر استفاده نامناسب از وسایل بازی آسیب می بینند و راهی بیمارستان می شوند. بسیاری از این جراحات و آسیب دیدگی ها با نظارت صحیح و استفاده از وسایل استاندارد و مناسب قابل پیشگیری هستند. نظارت مربیان مدرسه بر وسایل بازی قبل از استفاده بچه ها از آن ها، در مهد های کودک و آمادگی ها و آموزش چند نکته ساده

کلیدواژه ها: ایمنی، بازی، وسایل بازی، زمین بازی.

وحید حاج سعیدی
 کارشناس زبان انگلیسی، استان گلستان



استفاده از این وسایل در محیط های بازی کودکان ممنوع است

باید متناسب با سن و فیزیک بدنی بچه‌ها انتخاب شوند و دارای جنس و کیفیت مناسب باشند. هر چند به دلیل ارزانی و شکل پذیری آهن، امروزه اکثر وسایل بازی کودکان از آهن درست می‌شود، ولی باید بدانیم که بهترین جنس برای وسایل بازی کودکان، کائوچو و پلاستیک فشرده است که معمولاً زنگ نمی‌زند و در صورت برخورد بچه‌ها با آن یا افتادن روی وسایل، بچه‌ها کمتر آسیب می‌بینند. تجهیزات بازی علاوه بر این که باید از مواد با دوام ساخته شوند که از هم جدا نشوند و بر اثر تغییرات آب و هوایی نیز خراب نشوند، باید از مواد درجه یک و مرغوب ساخته شوند تا در بچه‌ها ایجاد حساسیت‌های پوستی نکنند.

ب) سطح زمین بازی

سطح زمین بازی از مهم‌ترین عوامل کاهش دهنده میزان جراحات هنگام افتادن از وسایل بازی است. سطح زیرین وسایل بازی باید به اندازه کافی نرم و حجیم باشد تا هنگام سقوط بچه‌ها مانع آسیب دیدگی شود. سیمان، آسفالت، بتن و سنگ فرش به هیچ عنوان برای سطح زیر وسایل بازی مناسب نیستند و غیرایمن محسوب می‌شوند. چمن، خاک و خاک فشرده نیز نامناسبند؛ چرا که آب و هوا و نوع پوشش بچه‌ها باعث کم شدن قابلیت این در محافظت از بچه‌ها می‌شوند.

همه ساله در دنیا، بیش از ۲۰۰ هزار کودک بر اثر استفاده نامناسب از وسایل بازی آسیب می‌بینند و راهی بیمارستان می‌شوند

سطح محوطه بازی باید از مواد نرمی مانند خاک اره، شن، ماسه نرم و کائوچوی نرم شده پر شده باشد. سنگ فرش ساخته شده از مواد کائوچویی که از نظر ایمنی تست شده باشد نیز مناسب است. سطح زیر وسایلی که کمتر از ۲/۵ متر ارتفاع دارند، باید حداقل ۳۰ سانتی متر از مواد نرم ذکر شده پر شده باشد. در ضمن مواد نباید به صورت بسته بندی مورد استفاده قرار گیرند؛ چون خاصیت نرم بودن و انعطاف پذیری آن‌ها کم می‌شود.

سطح بازی باید عاری از آب و نخاله‌های مختلف نظیر صخره، شاخه و ریشه درخت باشد تا باعث زمین خوردن بچه‌ها شود. همچنین این سطح باید فاقد موادی نظیر چوب، تکه‌های سیمان و سنگ شکسته یا آهن زنگ زده باشد.

اگر ارتفاع بچه‌ها و سطح (مثلاً پریدن از سکو) بالاتر از ۳/۷ باشد، این سطح مناسب و ایمن نیست و باید از هرگونه پریدن خودداری شود. در مجموع استفاده از تجهیزات با ارتفاع بلند در مدارس جایز نیست. فضای پشت وسایل بازی نیز تا ۲ متر باید از مواد نرم پر شده باشد. با توجه به بلندی سرسره و تاب استفاده از مواد نرم در اطراف این وسایل بیش از وسایل دیگر ضروری می‌نماید.

به بچه‌ها در نحوه استفاده از وسایل بازی بسیار حائز اهمیت است و با رعایت چند نکته ساده، قطع به یقین مدارس و مهدهای کودک و به تبع آن پارک‌ها به مکانی امن و شاداب برای بچه‌ها تبدیل خواهند شد و از بروز حوادث ناگوار و تلخ جلوگیری می‌شود. چرا که اگر کودک طرز رفتار صحیح را در مدرسه یاد در مهد کودک بیاموزد، در پارک یا دیگر مکان‌های تفریحی نیز همین رفتار درست را از خود بروز می‌دهد.

آموزش نحوه استفاده از وسایل بازی

بچه‌های کوچک (حتی بچه‌های ۵ یا ۶ ساله) اغلب نمی‌توانند فاصله‌ها را درست اندازه‌گیری کنند و تخمین بزنند و قادر نیستند موقعیت‌های خطرناک را پیش‌بینی کنند. قبل از شروع بازی مربیان باید به معرفی اسباب بازی‌ها و وسایل موجود بپردازند و نحوه استفاده درست و اصولی از وسایل بازی را به بچه‌ها آموزش دهند. برای این کار مربی باید از چند نفر از بچه‌های بزرگ‌تر که قبلاً از این امکانات استفاده کرده‌اند، کمک بگیرد و نحوه درست استفاده کردن از وسایل را به بچه‌های ناآشنا و تازه وارد آموزش بدهند.

نظارت مربیان

مربیان کودک و معلمان برای جلوگیری از بروز حوادث باید بچه‌ها را از خطرات احتمالی آگاه سازند و در حین بازی در کنار بچه‌ها حضور مستمر داشته باشند. اگر به بچه‌ها اطمینان داده شود که نظارت وجود دارد، بچه‌ها از انجام دادن کارهای خطرناک خودداری می‌کنند. در ضمن این اطمینان باید حاصل شود که بچه‌ها از وسایلی استفاده می‌کنند که با سن و فیزیک بدنی آن‌ها متناسب است. آشنایی مربیان با اصول ایمنی و کمک‌های اولیه نیز از ضروریات است تا اگر حادثه‌ای رخ داد، بتوانند اقدامات حمایتی و کمک‌های اولیه را سریع‌تر انجام دهند.

اصول ایمنی در مهدهای کودک و مدارس ابتدایی

ایمنی در مهدهای کودک و مدارس شامل ایمنی در:

- وسایل بازی،
- سطح فضای بازی،
- طراحی وسایل و
- مراقبت و طریقه نگهداری از این وسایل

است. هر قدر وسایل و فضای موجود و طراحی وسایل و نحوه طراحی آن‌ها به استاندارد نزدیک‌تر باشد، احتمال بروز حوادث کمتر است.

الف) وسایل بازی

وسایل بازی که در مهدهای کودک و مدارس استفاده می‌شوند

به خاطر داشته باشید که استفاده از مواد نرم از بروز حوادث نمی‌کاهد، بلکه باعث رساندن جراحت به حداقل می‌شود و رعایت ایمنی در هر حال ضروری و طبیعی است. همچنین هر قدر که ارتفاع تجهیزات بیشتر باشد، خطر جراحت و سقوط از آن بیشتر است و مراقبت بیشتر از کودکان در این مکان‌ها ضروری است. در حال حاضر بهترین پوشش برای مکان‌های بازی قطعه‌هایی اسفنجی است که بسیار نرم و در عین حال در مقابل تغییرات آب و هوایی مقاوم‌اند.



عکس: اعظم لاریجانی

ج) طراحی و فضا

تجهیزات بازی باید برای دو گروه سنی متفاوت طراحی یا انتخاب شوند. گروه سنی پیش دبستانی و کودکان مدرسه‌ای. در مهدکودک‌های استاندارد، زمان بازی و حتی ایمنی فضای محیط بازی این دو گروه سنی کاملاً متمایز از یکدیگر است. به منظور جلوگیری از ازدحام، بچه‌های کوچک نباید از تجهیزات کودکان بزرگ‌تر استفاده کنند؛ چرا که ممکن است به آسیب دیدگی آن‌ها منجر شود. به علاوه بزرگ‌ترها نیز نباید از وسایل بچه‌های کوچک‌تر استفاده کنند؛ زیرا وسایل کوچک و فضای اختصاص یافته به آن‌ها ممکن است برای بزرگ‌ترها در درسی ایجاد کند. رعایت نکات زیر نیز

در به حداقل رساندن آسیب‌ها و جراحات ضروری است:

- برای وسایلی که در ارتفاع قرار دارند، نرده‌های ایمنی و حفاظ نصب شود.
- وسایل با ارتفاع بالاتر از حدود ۷۰ سانتی‌متر باید حداقل ۲/۷۰ متر از یکدیگر فاصله داشته باشند.
- تاب، الاکلنگ و دیگر تجهیزات متحرک، باید در فضایی جدا از محل بازی سایر بچه‌ها قرار داده شوند.
- تاب باید حفاظ (کمربند ایمنی) داشته باشد.
- هر تاب باید حداقل ۶۰ سانتی‌متر از دیگری فاصله داشته باشد و حداقل حدود ۷۰ سانتی‌متر از فضای دیگر وسایل و نرده ایمنی فاصله داشته باشد.
- وسایل بازی نباید قسمتی داشته باشند که سر، دست، پا یا هر عضو دیگری داخل آن‌ها گیر کند. تمامی منافذ جاهای باز (مثلاً پله‌های نردبان سرسره) نباید کمتر از ۹ سانتی‌متر یا بیشتر از ۳۲ سانتی‌متر باشند.
- وسایلی با قسمت‌های متحرک نظیر تاب، الاکلنگ نباید قسمتی داشته باشند که دست یا اعضای دیگر بدن بچه‌ها در آن گیر کند.
- سطح وسایل بازی نباید دارای خوردگی یا زنگ‌زدگی باشد و باعث به وجود آمدن جراحت در اندام بچه‌ها شوند.

د) مراقبت و طریقه نگهداری از وسایل

فرقی نمی‌کند که کودک در خانه بازی کند یا در مدرسه، مهد کودک یا پارک، تمیز بودن و ایمن بودن وسایل جزء نکات ضروری است. وسایل بازی نباید شکسته یا خراب باشند. وسایل فلزی نباید زنگار داشته باشند و این که وسایل چوبی نباید ترک یا تراشه ریز داشته باشند. حصار اطراف محوطه وسایل بازی باید کامل و به اندازه باشد تا مبدا بچه‌ها به طور ناگهانی و با دوا از آن خارج یا وارد آن شوند. از سوی دیگر به منظور جلوگیری از خطرات احتمالی مربی یا مسئول خدمات مدرسه باید هر روز وسایل بازی را بررسی کند و در صورت مشاهده ایراد یا خرابی آن را گزارش

نحوه استفاده از وسایل خاص

برخی از وسایل بازی موجود در مهدهای کودک و مدارس به لحاظ ساختار فیزیکی و حرکت با بقیه تفاوت دارند و استفاده از آن‌ها به مهارت و رعایت نکات ایمنی بیشتری نیاز دارد. ایمنی هنگام بازی با الاکلنگ، سرسره و وسایلی که نیاز به بالا رفتن دارند خیلی مهم است؛ زیرا این وسایل با یکدیگر فرق دارند و استفاده از هر کدام از آن‌ها احتیاط و مهارت خاص خود را لازم دارد. در واقع برخی از آن‌ها طوری طراحی شده‌اند که کودکان هر قدر محتاط باشند، باز هم خطر در کمین آن‌هاست. اما چه کنیم که ضریب خطر و جراحت در هنگام استفاده از این وسایل کاهش یابد؟

الف) ایمنی هنگام استفاده از تاب

بیشترین جراحت در بازی، هنگام استفاده از تاب صورت می‌گیرد، اما رعایت چند نکته ساده احتمال خطر را هنگام استفاده از این وسایل کاهش می‌دهد.

- تاب باید از وسایلی نظیر کاتوچو و پلاستیک فشرده ساخته شود نه فلز و چوب.
- بچه‌ها همواره باید روی تاب بنشینند و ایستادن روی پا یا زانو هنگام تاب‌بازی خطرناک است. آن‌ها باید با دو دست تاب را محکم نگه دارند و دو کمر بند ایمنی آن را نیز ببندند و تا ایستادن کامل تاب پیاده نشوند.
- دیگر بچه‌ها نیز باید از تاب فاصله بگیرند از راه رفتن و دویدن اطراف تاب خودداری کنند و در فاصله دو متری عقب و جلوی تاب نایستند.
- استفاده هم‌زمان از تاب توسط دو نفر غیر مجاز است؛ مگر اینکه تاب برای دو یا چند نفر طراحی شده باشد.

ب) ایمنی هنگام استفاده از الاکلنگ

از آنجا که این وسیله حداقل نیاز به دو نفر برای بازی دارد و هر دفعه بخش انتهایی آن با شدت به زمین برخورد می‌کند، استفاده از آن در مدارس و مهدهای کودک توصیه نمی‌شود؛ مگر این که دارای فنر محافظ و ضربه‌گیر باشد. برای استفاده از این وسیله موارد زیر را توصیه می‌کنیم.

- الاکلنگ دو صندلی دارد و هر صندلی برای یک نفر، اگر کودکی چاق است نباید در طرف دیگر دو نفر را نشانند بلکه باید کودکی هم‌وزن او را پیدا کنیم.
- هنگام بازی بچه‌ها باید روبه‌روی هم بنشینند و نباید به هم پشت کنند
- بچه‌ها باید وسیله محافظ را محکم نگه دارند و از لمس کردن

نظارت

مربیان مدرسه بر وسایل بازی قبل از استفاده بچه‌ها از آن‌ها در مهدهای کودک و آمادگی‌ها و آموزش چند نکته ساده به بچه‌ها در نحوه استفاده از وسایل بازی بسیار حائز اهمیت است

دهد و با پوشاندن روی آن وسیله مانع استفاده از آن شود. اگر بخشی از تجهیزات خراب یا ناقص‌اند یا بدکار می‌کنند، باید بچه‌ها را از استفاده از آن منع کرد و بلافاصله به مدیر یا مسئول خدمات اداره اطلاع داد.

مواد پوشاننده سطح محیط بازی به خصوص اطراف تاب، سرسره و چرخ‌وفلک باید به‌طور مرتب بررسی شوند تا حالت نرمی خود را حفظ کنند. بخش‌هایی نظیر قسمت‌های سفت، قلاب مانند، پیچ‌ها و لبه‌های تیز و انتهایی را باید به‌طور مرتب بازدید کرد.

اگر در مدرسه جعبه ماسه بادی وجود دارد، باید دائماً جعبه را از نظر وجود اشیای خارجی نظیر وسایل تیز، شیشه شکسته، سنگ‌ریزه و... بازرسی کرد. هنگام شب باید روی جعبه شن را با محافظی پوشاند تا مانع نفوذ حیوانات و حشرات به داخل آن شود.

آموزش به بچه‌ها هنگام استفاده از وسایل بازی

استفاده از وسایل و تجهیزات ایمن و استاندارد و نظارت دقیق مربیان در جلوگیری از بروز حوادث ناگوار نقش اساسی دارند. اما این یک طرف قضیه است و خود بچه‌ها نیز باید آگاه باشند که چگونه از وسایل استفاده کنند و هنگام بازی از خود و دیگر هم‌سالان خود مراقبت کنند و در قبال خود و دیگران احساس مسئولیت کنند.

چند نکته کلیدی که باید به بچه‌ها آموزش داده شود:

- هنگام بازی با تاب، سرسره و الاکلنگ همدیگر را هل ندهند و کمی صبور باشند.
- از وسایل درست استفاده کنند. از نردبان سرسره بالا بروند و روی تاب نایستند.

- هنگام بازی وسیله‌های خود را نظیر اسباب‌بازی، کیف، سطل، کتاب و... را اطراف وسایل بازی نگذارند؛ چرا که ممکن است پای دیگر بچه‌ها به آن‌ها گیر کند.

- اگر هوا نامساعد است یا قبلاً باران آمده است از وسایل خیس و لغزنده استفاده نکنند؛ زیرا لغزنده بودن سطح وسایل باعث سر خوردن و افتادن و صدمه دیدن آن‌ها می‌شود.

- در طول تابستان، برخی از وسایل بازی به‌ویژه وسایل بازی نظیر سرسره و الاکلنگ به‌شدت داغ و خطرناک می‌شوند. حال خودتان قضاوت کنید وسیله‌ای که آن قدر داغ شده که حتی نمی‌توان لمس کرد، آیا می‌تواند برای تفریح سالم مناسب باشد؟

- سعی کنید بچه‌ها هنگام بازی لباس‌های بنددار نپوشند و گردن‌بند و دست‌بند نیز به همراه نداشته باشند؛ زیرا احتمال گیر کردن به وسیله بازی یا کشیده شدن تصادفی توسط دیگر بچه‌ها وجود دارد.

ایمن هم

اشاره

امروزه، فناوری رایانه و اینترنت به طور وسیع در جوامع انسانی گسترش پیدا کرده با تمامی جنبه های زندگی از خانه تا مدرسه و محل کار، خدمات بانکی، خرید و فروش، پرداخت مالیات و عوارض، خدمات پزشکی و حتی رأی گیری تلفیق شده است. مهم ترین تغییراتی را که این فناوری به وجود آورده، مارشال مک لوهان در این عبارت خلاصه می کند: «تبدیل جهان به یک دهکده جهانی است».

کشور ما در بین ۱۷۸ کشور جهان رتبه ۸۷ را در استفاده از اینترنت دارد که براساس طبقه بندی اتحادیه جهانی مخابرات جزو کشورهای متوسط به شمار می رود. ۳۵ درصد استفاده کنندگان اینترنت را قشر جوان تشکیل می دهند و میانگین زمان صرف شده برای اینترنت ۵۲ دقیقه در هفته بوده است. در صورت استفاده صحیح از رایانه می توان از فایده های آن بهره مند شد و با رعایت نکاتی هنگام استفاده از آن می توان مطمئن شد که استفاده از رایانه زندگی کودکان را در حال و آینده بهبود می بخشد. از آنجا که رایانه در همه جای زندگی حاضر است، مهم است که بفهمیم چگونه می تواند رشد و تکامل کودکان را بهبود ببخشد یا منحرف کند.

کلیدواژه ها: فناوری، خدمات ارتباطی، رایانه و اینترنت، ارتباطات، رشد و تکامل.

مزایای آموزش رایانه به کودکان پیش دبستانی

باتوجه به اینکه ذهن کودکان خلاق و پویاست و قدرت یادگیری بی نظیری نیز دارند با علاقه مند کردن کودک به استفاده از آن بزرگترین قدم را در امر آموزش کودکان برداشته ایم؛

- هرگونه مهارتی که در کودکی کسب می شود، در آینده جزو بزرگترین مهارت های شخصی فرد می شود. ضمناً شبکه های یادگیرنده (نورون ها) در کودکی با بار کمتر آمادگی یادگیری بیشتری دارند؛

- تقویت مهارت حرکتی ظریف کودکان و سرعت عمل در آنها؛

- تقویت مهارت تفکر منطقی و حل مسائل گوناگون در

زندگی و

- علاقه مند کردن کودکان به تکنولوژی اطلاعات.

زمین خودداری کنند.

- دیگر بچه ها نیز نباید پشت یا کنار الاکلنگ با هم بازی کنند

ج) ایمنی در هنگام استفاده از سرسره

سرسره می تواند وسیله ای ایمن باشد، اگر درست استفاده شود.

- بچه ها باید هنگام بالا رفتن از نردبان سرسره، میله های دو طرف را محکم نگه دارند و هر بار یک پا را روی یک پله بگذارند. - نباید از سطح سرسره برای بالا رفتن استفاده کنند. - پایین آمدن با سر یا شکم کاری بسیار خطرناک و غیرمنطقی است.

- هر بار باید یک نفر روی سطح سرسره باشد. استفاده گروهی از سطح شیب دار سرسره خطرناک است. - قبل از شروع بازی مربی باید سطح سرسره و قسمت فرود را بررسی کند تا کثیف، خیس یا نامناسب نباشد. - بعد از این که در هر مرحله سر خوردن تمام شد و عمل فرود انجام گرفت، بچه ها باید بلافاصله از جایشان بلند شوند تا نفر بعدی به آن ها برخورد نکند.

وسایلی که استفاده از آن ها در مدارس و مهدهای کودک ممنوع است

به رغم این که رعایت نکات فوق باعث به حداقل رسیدن جراحات در کودکان می شود، ذکر این نکته نیز ضروری است که برخی از وسایل بازی به هیچ عنوان مناسب مهدهای کودک و مدارس نیستند و استفاده از آن ها در مدارس ممنوع است. این وسایل عبارتند از:

۱. تاب های زنجیری
۲. تاب با ارتفاع بالا
۳. حلقه های آموزش ژیمناستیک
۴. وسایلی که امکان سقوط دارد؛ مانند جانگل جیم و چرخ و فلک بلند.

استفاده از این وسایل گاهی خطرناک است و در مواردی نیز به داشتن مهارت و گذراندن دوره (ژیمناستیک) نیاز دارد که به همین جهت استفاده از آن ها در مدارس و مهدهای کودک ممنوع است.

منابع

1. www.babysitter.com
2. www.buzzle.com