



## Звенья одной цепи

Знаете ли вы, что нас, жителей крупных городов, подстерегает враг хотя и менее заметный, чем загрязнение или стресс, но не менее вредоносный? Имя ему — гиподинамия, или недостаток физической активности. Она приводит не только к развитию у горожан самых разных заболеваний, но и к преждевременной смерти. По данным ЕС, из-за отсутствия двигательной активности каждый год умирают преждевременной смертью около 600 тысяч человек.

Дети в условиях неприспособленности окружающей среды для активного отдыха (опасные автомобильные дороги, сложная криминогенная обстановка, необустроенные дворовые площадки) вынуждены порой очень много времени проводить дома. Часто они сидят за компьютером, убивая время занятиями, далеко не всегда развивающими интеллект. Проводить часы перед телевизором тоже опасно для здоровья ребёнка,

и ментального (воздействие негативной информации, способной повредить психику), и физического (снижение зрения, неподвижность, выработка привычки к пассивности). Всё это не может не вызывать тревогу. Проблемы населения со здоровьем из-за недостатка физической активности и транспортные проблемы в городах — звенья одной цепи. Нельзя решать одну из них, пренебрегая другими.

**Мы предлагаем несколько нехитрых идей, которые используют в других странах, для того чтобы решать вопросы детской безопасности и здоровья комплексно.**

## 17 идей для проведения проекта «Шагающий автобус»

1. Для определения безопасных маршрутов «дом — школа — дом» и вблизи образовательной организации используйте Паспорт дорожной безопасности.
2. Для проведения экскурсии, посвящённой дорожной безопасности, пригласите сотрудника Госавтоинспекции.
3. Создайте на сайте образовательной организации страницу, где будет размещена информация по школьным прогулкам и календарь «Шагающего автобуса».
4. Используйте возможности школьной «громкой связи», чтобы напоминать детям о правилах безопасного поведения на дороге.
5. Привлекайте родителей, бабушек и дедушек к участию в мероприятиях «Безопасная дорога в школу», «Пешая среда», «Велосипедная пятница» и т.д.
6. Обсудите схему движения перед началом прогулки, возьмите флажки или шары, ленты, чтобы «Шагающий автобус» был заметен.
7. Возьмите фотоаппарат и сфотографируйте всё, что заметите по маршруту следования, чтобы потом обсудить с ребятами в классе.
8. Используя стулья и парты в классе, постарайтесь разобрать возможные сложные дорожные ситуации, которые заметили во время пешей прогулки.
9. Попросите ребят после пешей прогулки рассказать, почему этот маршрут можно считать безопасным, быстрым, или наоборот. Пусть приведут свои варианты безопасных маршрутов.
10. Поиграйте с детьми после прогулки, пусть вспомнят и расскажут о «10 любопытных вещах, которые заметили во время прогулки», о «10 опасных местах на маршруте» и т.п. Поощряйте и стимулируйте учащихся к пешим прогулкам.
11. Используйте городские доски объявлений по маршруту следования «Шагающего автобуса» для размещения плакатов, пропагандирующих безопасное поведение на дороге.
12. Придумайте девиз, который определял бы значение пеших прогулок. Проведите конкурс по созданию логотипа для их мероприятий. Предложите специальный безопасный маршрут вокруг школы «15 пешеходных минут».
13. Привлекайте студентов и волонтеров к помощи в организации подобных мероприятий. Пригласите местных спортсменов или известных людей принять участие в прогулках.
14. Организуйте соревнование на самый активный класс по количеству пешеходных прогулок.
15. Предложите ребятам из соседней школы поучаствовать в дружеском соревновании между классами на звание «Лучший шагающий автобус».
16. Придумайте поощрительные призы для очередного дня пешеходных прогулок, которые потом будут вручены самым активным участникам. Таким подарком могут стать световозвращатели.
17. Если прогулки длительные, обеспечьте питательный завтрак детям перед и после пешей прогулки.

КЕМЕРОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

## КЕМЕРОВСКИЕ РЕБЯТА «ПРОКАТИЛИСЬ» НА «ШАГАЮЩЕМ АВТОБУСЕ»

**В** Кузбассе стартовала оперативно-профилактическая операция «Внимание — дети!». Сотрудниками Госавтоинспекции уже проведена проверка улично-дорожной сети, прилегающей к образовательным организациям, проверено и техническое состояние школьных автобусов и безопасность маршрута их передвижения. Главная цель мероприятия — определение безопасного маршрута «дом — детский сад (школа)», чтобы впоследствии помочь избежать случаев детского дорожного травматизма.

С целью профилактики дорожно-транспортных происшествий с участием детей-пешеходов госавтоинспекторы провели акцию «Шагающий автобус» для воспитанников детского сада № 37. Накануне акции сотрудники ГИБДД совместно с воспитателями

подготовительных к школе групп, их воспитанниками и родителями провели анализ маршрутов движения детей в детский сад и составили маршрут движения «Шагающего автобуса».

Работники детского сада, воспитанники и их родители во главе со старшим инспектором группы по пропаганде безопасности дорожного движения прошли по маршруту от детского сада, далее по переулку Цинкзаводской, улице Ленина от остановки «Городской сад» до остановки «Школа № 76» и обратно в детский сад. Двигаясь от одной остановки до другой, участники акции выделили опасные места для перехода проезжей части дороги и траекторию безопасного движения, повторили Правила дорожного движения.



Акцией «Шагающий автобус» полицейские, педагоги, родители и дети ещё раз подтвердили: «Безопасность на дорогах — наше общее дело!».

**P.S.** Почти в каждом регионе нашей страны пешие прогулки и подобные им мероприятия активно проводятся. Но! Как правило, они не всегда системны, возникают спонтанно и являются временными. Хорошо бы взять за основу опыт других стран и превратить проект «Шагающий автобус» в плановую постоянную акцию. Определить, например, день, как это делают в Калифорнии, предположим среда — день целевых пешеходных прогулок, составить график таких мероприятий. Тогда «система» заработает и вероятнее всего даст свои плоды. Как всё в той же Германии — нет погони за валом проведённых мероприятий и нет отчётов в привычном нам понимании. Внимание обращается на показатели, которые говорят сами за себя. Конечно, всякая программа разрабатывается только для того, чтобы получить как можно больший эффект от её реализации. Комплексность и массовый охват тех, на кого направлено действие, — вот что считается залогом результативности.

Делитесь друг с другом своими наработками по проекту «Шагающий автобус». На страницах нашей газеты мы всегда готовы их опубликовать и предложить свои варианты для работы с детьми. Подключайте к работе самих ребят, вместе всё получится. Попробуем?