



اطلاعات مختصر برای والدین آگاهی درباره ایمن ماندن

امنیت نه تنها شامل امنیت فیزیکی و اجتناب از آسیب فیزیکی است بلکه شامل امنیت عاطفی نیز می شود.

مدارس انتراریو تلاش می کنند یک محیط یادگیری را در اختیار قرار دهند که هم از لحاظ جسمی و هم از لحاظ روحی امن باشد، عاری از خشونت و آزار و اذیت باشد و پذیرش، حمایت و احترام را در میان دانش آموزان ترویج کند.

اینکه دانش آموزان یاد بگیرند فعالانه در امنیت خود و در مراقبت از امنیت دیگران نقش داشته باشند یک هدف مهم دوره آموزشی تربیت بدنی و سلامت محسوب می شود. تاکید نه تنها بر روی ایمنی در ورزشگاه بلکه بر روی ایجاد یک «طرز فکر ایمن» است که بتواند در تمام موقعیت ها، در مدرسه، در خانه و در جامعه به کار برده شود. دانش آموزان درحالیکه در این برنامه شرکت می کنند، اهمیت تبعیت از قوانین ایمنی و استفاده از شیوه های ایمنی مناسب در فعالیت هایشان را یاد می گیرند. در عین حال، مهارت هایی را توسعه می دهند که در طیف گسترده ای از شرایط، به منظور شناخت، ارزیابی و کنترل خطر به آنها نیاز دارند.

دانش آموزان در مدرسه درباره ایمنی چه چیزی یاد می گیرند؟

دانش آموزان در تمام مقاطع یاد می گیرند:

- مسئولیت ایمنی خود و دیگران را به عهده بگیرند
- تصمیمات امن و سالمی اتخاذ نمایند و درمورد عواقب تصمیمات خود برای خود و دیگران فکر کنند.
- درک کنند که خطرپذیری یک بخش طبیعی و مهم رشد سالم محسوب می شود.
- خطرها را ارزیابی و مدیریت کنند و عادات، طرز تفکرات و مهارت هایی را توسعه دهند که این توانایی و اعتماد به نفس را به آن ها می دهد که با خیال راحت پذیرای خطر باشند.
- روش ها و قوانین ایمنی (به عنوان مثال، مربوط به ایمنی جاده، پیشگیری از ضربه مغزی، ایمنی خانه، ایمنی در برابر آتش سوزی، ایمنی خورشید و آب و هوا، ایمنی در محیط کار) را درک و دنبال کنند و از تجهیزات ایمنی به طور مناسب استفاده نمایند.
- نگرانی های ایمنی ممکن در موقعیت های مختلف (به عنوان مثال، چاله ها یا خطرات موجود در مسیرهای پداده روی، خطر فریب دهی آنلاین) را شناسایی کنند
- مهارت هایی را توسعه دهند که ایمنی شخصی شان را افزایش می دهد (به عنوان مثال، مهارت هایی برای شناسایی، پیشگیری و رسیدگی به مسائلی از قبیل قلدری، حمله، کودک آزاری، آزار و اذیت، و خشونت در روابط)
- مهارت هایی را توسعه دهند که از درگیری ممانعت بعمل می آورد و همچنین مهارت هایی که به آن ها کمک می کند از خودشان دفاع کنند.
- مهارت هایی را برای دریافت کمک در موقعیت هایی توسعه دهند که در آن احساس امنیت نمی کنند (به عنوان مثال، تشخیص اینکه چه زمانی به کمک نیاز دارند و دانستن اینکه چه کاری انجام دهند و اینکه برای یافتن کمک به کجا مراجعه کنند)

دانش آموزان همچنین مهارت های ایمنی در بسیاری از حوزه های دیگر را در برنامه درسی مدرسه یاد می گیرند، از جمله آموزش علوم، تکنولوژی، هنر، مطالعات اجتماعی، تاریخ و جغرافیا، و مطالعات کامپیوتر. این مهارت ها شامل بکارگیری مواد، ابزار، تکنولوژی و تجهیزات به صورت ایمن و نیز آگاهی از نحوه شناسایی یا پیش بینی خطرات و اجتناب از مشکلات مربوط به ایمنی می شود. دانش آموزان همچنین یاد می گیرند به نقطه نظرات مختلف حساس باشند و به تجربیات و ادراکات سایرین احترام بگذارند. این ها مهارت هایی هستند که ایمنی عاطفی را تشویق می کنند.

بیشتر «حوادث» اصلاً حادثه محسوب نمی شوند، اما رویدادهایی قابل پیش بینی و قابل پیشگیری هستند.
www.parachutecanada.org

استفاده مناسب از کلاه ایمنی خطر صدمات جدی وارده بر مغز را تا 80% کاهش می دهد.

www.parachutecanada.org

بچه هایی که در محیط های طبیعی در بازی های فعالانه فضای باز شرکت می کنند مقاوم تر هستند، توانایی بیشتری را برای تنظیم خودشان نشان می دهند و قادر هستند مهارت های رویارویی با استرس های بعدی در زندگی را توسعه دهند.
کارت گزارش فعالیت فیزیکی
ParticipACTION برای کودکان و جوانان، 2015

مذاحمت سایبری یک مسئله جدی است که می تواند ایمنی عاطفی فرزندان و سلامتی کلی آنها را تهدید کند. هفتاد درصد کاربران تلفن راهنمای کودکان و نوجوانان می گویند که به صورت آنلاین مورد آزار و اذیت قرار گرفتند. www.kidshelpphone.ca

دانش‌آموزان کوچکتر چه چیزی می‌آموزند؟

- دانش‌آموزان کلاس اول تا سوم یاد می‌گیرند که چگونه در خانه، در مدرسه و در جامعه ایمن بمانند و در صورت آسیب دیدگی یا آزردهی چگونه کمک دریافت کنند. آن دسته از مهارت‌هایی را توسعه می‌دهند که به آن‌ها کمک خواهد کرد از خودشان دفاع کنند و همچنین درباره اهمیت گوش دادن و احترام گذاشتن به دیگران می‌آموزند. دانش‌آموزان کلاس چهارم تا ششم درباره اتخاذ اقدامات احتیاطی برای پیشگیری از صدمات درطول فعالیت‌های فیزیکی و همچنین درباره روش‌های ساده درمان کمک اولیه آموزش می‌بینند. از لحاظ ایمنی عاطفی، کلیشه‌ها را درک می‌کنند، درباره راه‌های طرح پرسش و جلوگیری از ساخت فرضیات درمورد دیگران آموزش می‌بینند.

دانش‌آموزان بزرگتر چه چیزی می‌آموزند؟

- دانش‌آموزان در کلاس‌های هفتم و هشتم و در مقطع دبیرستان یاد می‌گیرند با خیال راحت در طیف وسیعی از فعالیت‌های فیزیکی شرکت کنند، از جمله فعالیت‌هایی که می‌تواند دربردارنده خطر نهفته زیادی باشد. آن‌ها توانایی‌شان را در ارزیابی موقعیت‌ها و اجتناب از خطرهای ممکن افزایش می‌دهند و نحوه پاسخ به موارد اورژانسی را یاد می‌گیرند. ایمنی شخصی نیز، هم در موقعیت‌های فیزیکی و هم آنلاین (به عنوان مثال، مزاحمت سایبری)، از توجه زیادی برخوردار است. دانش‌آموزان همچنان شیوه‌های داشتن تعامل مثبت با دیگران را یاد می‌گیرند و در این راستا تمرین می‌کنند. آن‌ها همچنین عواقب قلدری، آزار و اذیت و رفتار خشونت‌آمیز را در نظر می‌گیرند و روش‌های جلوگیری از این تهدیدها و نحوه واکنش به آن‌ها را یاد می‌گیرند.

حمایت از یادگیری درباره ایمنی در خانه و در جامعه

- والدین می‌توانند دانش‌آموزان را تشویق کنند نسبت به ایمنی در تمام ابعاد زندگی روزمره آگاه شوند. این ایده‌ها را مدنظر بگیرید:
 - یک الگو برای فرزندان باشید و نحوه عمل کردن به صورت ایمن را در موقعیت‌های متفاوت روزمره نشان دهید (به عنوان مثال با بستن کمربند ایمنی و سر کردن کلاه ایمنی، رعایت قوانین مربوط به عبور از خیابان‌ها به صورت ایمن، عدم بکارگیری تلفن همراه هنگام رانندگی، داشتن صحبتی محترمانه با دیگران، به کارگیری رسانه اجتماعی به صورت مسئولانه).

اطلاعات بیشتر

- « دولت انتاریو در وبسایت‌های زیر اطلاعاتی را درباره برنامه‌ها و خط و مشی‌هایی ارائه می‌دهد که از سلامت و ایمنی دانش‌آموز حمایت می‌کند: <http://www.edu.gov.on.ca/eng/teachers/healthyschools.html> <http://www.edu.gov.on.ca/eng/parents/safeschools.html>
- « زورگویی: همگی می‌توانیم برای جلوگیری از آن کمک کنیم (یک جزوه قابل دانلود که به زبان‌های متعدد در دسترس است) را می‌توانید در وبسایت زیر پیدا کنید: <http://www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/learn.html>
- « لینک‌های منتهی به منابع مربوط به پیشگیری، شناسایی، مدیریت و درمان ضربه مغزی را می‌توانید در وبسایت زیر پیدا کنید: www.ontario.ca/concussions
- « Parachute (پاراشوت) یک سازمان غیرانتفاعی است که اطلاعاتی را درباره طیف وسیعی از موضوعات مربوط به پیشگیری از آسیب دیدگی ارائه می‌دهد. <http://www.parachutecanada.org>
- « تلفن راهنمای کودکان و نوجوانان (1-800-668-6868) یک تلفن رایگان، ملی، دو زبانه، محرمانه و ناشناس و 24 ساعته است و خدمات مشاوره آنلاین برای افراد جوان ارائه می‌دهد. www.kidshelpphone.ca
- « مرکز حمایت از کودکان کانادا، یک موسسه خیریه ثبت شده است که شماری از برنامه‌های خدمات و منابع را در راستای کمک به حمایت کودکان ارائه می‌دهد. www.protectchildren.ca