



## נסיעה בטוחה

### מטרות מרכזיות:

- חזרה על הסכנות בנסיעה ברכב
- לימוד הכללים של נסיעה בטוחה ברכב

### מסרים מרכזיים:

- שקט פנימי מסייע לנהיגה בטוחה של הנהג ושל הנוסעים ברכב
- חגורת בטיחות מצילה חיים
- כל נוסע חייב לשבת על הכיסא המתאים לו
- אין להושיב מספר אנשים שעולה על המספר המותר ברכב
- אין להסיח את דעתו של הנהג
- אין לגעת בטלפון הנייד בזמן הנסיעה

### מהלך הפעילות:

1. נציג את נושא הפעילות: נסיעה בטוחה כהמשך לנושא הסכנות שלמדנו בשיעור הקודם. המדריך יצייר על הלוח שמש שבכותרתה כתוב: "נסיעה בטוחה". הילדים יצטרכו לכתוב בתוכה כל מה שעולה במחשבתם בנושא נסיעה בטוחה.

2. נשלים את השמש ונדגיש את הכללים השונים בתחום הנסיעה הבטוחה.

3. נשחק שני משחקי "שקט פנימי": מטרת המשחק היא ללמד את התלמידים שהתנהגות שקטה בנסיעה היא אחד האמצעים למניעת הסחות דעת ולשמירה על הבטיחות. השקט צריך לבוא מאיתנו, ואסור שהנהג יצטרך לבקש אותו, לדרוש אותו או אפילו לכעוס על מנת להשיגו. עצם הבקשה לשקט במהלך הנהיגה מהווה הסחת דעת.

#### א. משחק ראשון: סופרים בקבוצה

**הוראות:** המטרה היא שהקבוצה תספור בסדר עולה כאשר קובעים רק מי הראשון שמתחיל לספור. כל תלמיד אומר מספר אחד ואסור לתכנן מראש את הסדר מי אומר מתי. על כל התלמידים להשתתף במשחק. המשחק מסתיים רק לאחר שכל אחד אמר מספר, ואסור לתלמידים לומר את המספרים באותו הזמן. רק תלמיד אחד חייב להישמע כל פעם. המשחק יתחיל עם תלמיד שיאמר את המספר: 1 ואז על הקבוצה להמשיך.

למה התלמידים לא מצליחים? כי הם אינם רגועים ואינם מקשיבים ולכן הם מתפרצים וצועקים.

ננסה כמה סיבובים... לאחר שלא הצליחו כמה פעמים נשאל: "למי יש את היכולת להיות במצב של שקט?" האם אנו רוצים להצליח? האם יש לנו יכולת לפתח סבלנות? תסתכלו על ההבדל בין שקט חיצוני לשקט פנימי. תסתכלו מה קורה בתוך הראש שלנו תוך כדי המשחק, ותשימו לב לדחף שיש לנו להתפרץ ולהיות תזזיתיים.

#### ב. משחק שני: חישוק יורד חישוק תסכול

**הוראות:** נחלק את הקבוצה לשתי תתי קבוצות (חצי כיתה בכל פעם). על המשתתפים לעמוד במעגל ולהשיט אצבע אחת, באופן שתיגע בחישוק עם החלק החיצוני שלה כאשר האגודל פונה כלפי מעלה (אסור להניח על כרית האצבע) מטרת המשחק היא שכאשר המנחה מסיר ידיו מהחישוק, החישוק צריך לרדת לכוון הרצפה באיטיות, כשכל החברים בכיתה משתתפים בפעולה וכל האצבעות נוגעות בחישוק. הסיבוב נפסל אם מספר ילדים עוזבים את החישוק ליותר מכמה שניות, אם מישהו תופס את החישוק או אם החישוק נופל. - ואז מתחילים שוב..

המשימה בדרך כלל נכשלת ובמקום שהחישוק יורד, הוא עולה! כדי להצליח בתרגיל, על הקבוצה ליצור בתוכה שקט פנימי. אם הקבוצה לא מצליחה בתוך כמה סיבובים להשלים את המשימה נשאל את הקבוצה: למה לדעתכם אנחנו נכשלים?





אם החישוק ירד מעצמו, נשאל מה גרם לכך. אם הכיתה לא הצליחה לענות על השאלה, יש לגלות להם את הסוד: החישוק יורד רק כאשר כל אחד נמצא במצב של שקט ומביא אותו לקבוצה.

#### **נחבר את התרגילים לעניין הנסיעה הבטוחה:**

- האם אתם יכולים לתת דוגמאות מחיי היום יום שלכם למצבים שבהם יש או אין שקט ברכב?
- כיצד ניתן למנוע הסחות דעת בנהיגה?
- מדוע שקט פנימי חשוב כשמדובר בנסיעה ברכב?

**4. חידון "כל האמת" על נסיעה בטוחה:** נבחר ארבעה משתתפים מהכיתה. לכל אחד מהם נציע תשובה אחרת

לשאלה שיישאלו וכל אחד יצטרך לשכנע את הכיתה שהתשובה שלו היא הנכונה ביותר (גם אם שגויה).

אחרי ששמעו את ארבע התשובות השונות התלמידים יצטרכו לבחור את התשובה הנכונה. חשוב להדגיש בתום כל שאלה מהי התשובה הנכונה (המודגשת) ולפרט:

#### **מאיזו דלת מותר לצאת מהרכב?**

א. הכניסה לרכב והיציאה ממנו מתבצעת רק מהדלת הסמוכה למדרכה.

ב. הכניסה והיציאה רק מהדלת הרחוקה מהמדרכה.

ג. אין חשיבות מאיזו דלת יוצאים ונכנסים - העיקר לעשות זאת בזהירות.

ד. מותר לצאת רק מהדלתות הקדמיות של הרכב.

#### **אילו דברים חובה לבדוק לפני שמתחילים בנסיעה ברכב?**

א. לפני הנסיעה ברכב חובה לבדוק שכל נוסע חובש קסדה

ב. לפני תחילת הנסיעה יש לבדוק שדלתות הרכב סגורות היטב, שכולם חוגרים חגורות בטיחות וכולם יושבים על המושב המתאים להם.

ג. הכי חשוב שיהיו חגורות בטיחות מאחור!

ד. האחריות על שמירת כללי ההתנהגות ברכב חלה רק על הנהג. שאר הנוסעים אינם אחראים לדבר ברכב.

#### **באילו גילאים חובה לחגור חגורת בטיחות?**

א. בכל הגילאים חובה לחגור חגורת בטיחות לפני ומאחור

ב. הגיל לא חשוב. חובה לחגור חגורת בטיחות רק במושב האחורי.

ג. הגיל לא חשוב. חובה לחגור חגורת בטיחות רק במושב הקדמי.

ד. חובה לחגור חגורת בטיחות רק עד גיל 9.

#### **עד איזה גיל יש לשבת במושב בטיחות מיוחד/בוסטר (כיסא הגבה)?**

א. עד גיל 3.

ב. עד גיל 9 או ילדים שגובהם פחות מ- 145 ס"מ.

ג. עד גיל בר מצווה.

ד. כיסא בטיחות אינו חובה כלל. הוא רק בחירה.

#### **על איזו התנהגות חשוב להקפיד בעת הנסיעה ברכב?**

א. אין להוציא חלקי גוף מהרכב ואין לזרוק חפצים בתוך הרכב ולא ממנו החוצה.

ב. אסור לצעוק ולהשתולל בזמן הנסיעה.

ג. לנהג אסור להשתמש בטלפון סלולרי בעת הנהיגה.

ד. כל התשובות נכונות.

#### **לכמה נוסעים מותר לנסוע ברכב משפחתי?**

א. לכל רכב יש התקן שלו. ברכב משפחתי בדרך כלל יכולים לנסוע עד חמישה נוסעים.

ב. כמה שנכנסים. אין הגבלה.

ג. מקסימום ארבעה נוסעים.

ד. שניים קדימה.

**סיכום: נחזור על המסרים המרכזיים**

