

Emniyetli Bisiklet Kullanmak

1 İlk deneyimler

Çocuklar önce trafikten uzak açık alanlarda bisikletlerine hakim olmayı öğrenmelidir. Pedal çevirmeyi, dengesini sağlamayı, bisikletle dönmeyi, fren yapmayı bu tür alanlarda güven içinde tek başına deneyebilir.

2 Çocuğunuza yardımcı olun!

Anne ve baba olarak çocuğunuzun bisiklete ilk bindiğinde dengesini sağlayabilmesi için bisikletin selesinden tutup ona yardımcı olun. Böylece bisikleti kullanırken kendisini güvende hissedecek. Yardıma ihtiyacı kalmadığını anladığınızda elinizi selesinden çekebilirsiniz.

3 “Çocuğunuz trafiğe çıkıyor”

Çocuğunuz bisikletini şimdiye kadar kullandığı oyun alanından çıkıp kaldırımda kullanmaya başladığında artık trafiğe katılmış oluyor.

Çocuklar **8 yaşına kadar** bisiklet sürerken kaldırımı kullanabilirler, caddede bisiklet sürmeleri yasaktır. **8 ila 10 yaş arasındaki çocuklar** ise hem kaldırımda hem caddede bisiklet kullanabilme hakkına sahip. Yetişkinlerin çocuklarla birlikte kaldırımda bisiklet sürmeleri yasaktır.

Çocuklar trafiğe çıkarılmadan çok iyi hazırlanmalıdır. Dikkat edilmesi, çocuğun da mutlaka bilmesi gereken üç nokta var:

- 1 Çocuğunuz bisikletini hangi trafik alanlarında kullanabileceğini,
- 2 trafiğe katılan araç ve kişilere dikkat etmesi ve saygılı davranması gerektiğini,
- 3 trafik işaretleri ve trafik kurallarına uygun hareket etmesi gerektiğini bilmeli.

Çocuklar bisiklet kullanmaya başladıklarında yol ağzlarında durmak ve sağa, sola bakabilmek için bisikletten inmek zorundalar!

Bisiklet Eğitimi

Çocuğunuzun emniyetli bisiklet kullanmasını öğrenmesini istiyorsanız, GDV (Alman Sigorta Birliği) ve DVW (Alman Trafik Güvenlik Kurumu) tarafından düzenlenen bisiklet eğitim kurslarına gönderebilirsiniz. 3. ve 4. sınıf öğrencilerine yönelik bu kurslarda trafik kuralları ile birlikte, trafikte emniyetli bisiklet kullanmayı öğreniyorlar.

Anne Babalar İçin Tavsiyeler

Çocuğunuzun bisikletiyle trafiğe çıktığında gösterdiği davranışları aşağıdaki sorularla değerlendirebilirsiniz:

1. Çocuğunuz bisiklete zorluk çekmeden binebiliyor, onu güvenli kullanabiliyor ve bu arada da çevresine dikkat edebiliyor mu?
2. Bisikletin selesi sabit mi yoksa hareket mi ediyor?
3. Çocuğunuz bisiklet kullanırken yolda düz mü yalpalayarak mı gidiyor?
4. Çocuğunuz bisikletine hakim olmaya çalışırken çevresinde olup bitenlere de dikkat gösterebiliyor mu?
5. Bisikletini tek elle kullanırken de güvenli hareket ediyor mu?
6. Bisikleti yalpalamadan, sağa, sola, arkaya bakabiliyor mu?
7. Duruma göre her iki freni de nasıl kullanacağını biliyor ve doğru kullanabiliyor mu?
8. Yandan gelecek engellere karşı yeterli mesafe bırakıyor mu?
9. Karşılaştığı anlaşılmasız durumlarda hemen durabiliyor ve kendini güvenceye alabiliyor mu?
10. Karşılaşabileceği değişik durumlara hazırlıklı mı, görsel ve sesli sinyallere tepki verebiliyor mu?
11. Trafik ışıklarına dikkat ediyor mu?
12. Değişik durumların zamanında farkına varıp tepki gösteriyor mu?

Çekilişe katılın,
bisiklet ve kask kazanın!

Çocuğunuz bisiklet kullanıyor mu?

Anne Babalar için önemli bilgiler ve tavsiyeler!



Eğitim sırasında



Emniyetli bisiklet kullanmak

Unfallforschung
der Versicherer
GDV

Gesamtverband der Deutschen
Versicherungswirtschaft e. V.
Unfallforschung der Versicherer

Wilhelmstraße 43 / 43 G
10117 Berlin
E-Mail: unfallforschung@gdv.de

© UDV 2010
Konzeption: BEYS GmbH
Redaktion: Klaus Brandenstein
Technik: Franziska Gerson Pereira

Detaylı bilgi ve broşürler için:
www.udv.de/radfahrer

Diğer broşürler:
Yeni Bir Okul, Yeni Okul Yolları
Okul Yolunda Güvence/Emniyet
Serbestçe Hareket Eden Çocuklar

Neue Schule neue Wege
Schulwegsicherung
Mobile Kinder

Unfallforschung
der Versicherer
GDV

Bisiklet ve Çocuk

Çevreyle iletişim

Günümüzde çocuklar küçük yaşlardan itibaren bilgisayar oyunlarına ilgi duyup zamanlarını giderek daha çok dar ve kapalı mekanlarda geçiriyorlar. Bu nedenle çevreleriyle iletişimlerini kopuyor, sosyal gelişmeleri olumsuz etkileniyor. Anne babalar çocuğun gelecekte sorun yaşamaması için farklı etkinliklere ilgi duyması için ortam sağlamalıdır. Bu bağlamda eğlenceli bir taşıt aracı olmanın yanı sıra sağlıklı bir spor türü de olan çevre dostu bisikletin önemi büyük. Çocuğun küçük yaşlardan itibaren çevresiyle iletişime girmesini sağlarken dikkatini geliştirmesine, özgüveninin oluşmasına, farkına varmadan bisikletle çevreyi keşfetmeyi öğrenmesine ve böylece yetişkinliğe doğru adım atmasına katkıda bulunur.

Çocukların bisiklete binmeyi herşeye rağmen sevmelerini sağlamak

Bazen küçükken yaşadığımız kötü tecrübeler bizleri bisiklete binmekten soğutabilir. Ya yaptığımız bir kaza ya da bisiklet kullanmayı öğrenirken düşmemiz, her durumda ise canımızın yanması bisiklet kullanmayı sevip sevmememizi etkiler.

DİKKAT!

Oyun bisikletleri ile trafiğe çıkılmamalıdır!

Oyun bisikletleri ya da eğitim bisikletleri dediğimiz bisikletler kesinlikle bir taşıt aracı değildir. Sadece bir eğlence ve oyun aracıdır. Küçük çocuklar için oluşturulmuş bir sistemdir ve vites ayarları, ışık donanımları vs mevcut değildir, ayrıca Karayolları Trafik Tescil Yönetmeliği'nde de yer almaz.

Aslında çocuklara uygun bisiklet alındığında ve doğru kullanma biçimleri aktarıldığında bu kötü deneyimler de çok fazla önem kazanmaz. Bisiklet eğitimine, eğitim veya oyun bisikleti dediğimiz bisikletlerle başlamak yarar var. Çocukların zevkle ve kolay kullanacakları bu bisikletler özgüvenlerinin oluşmasına yardımcı olur. Bu aşamadan sonra çocuk yeterli olgunluğa erişerek, iki tekerlekli bisiklete daha kolay geçer. Çocuk eğitim bisikletiyle gerekli herşeyi öğrendikten sonra iki tekerlekli bisikleti de daha kolay kullanabilir. Eğitim bisikletiyle denge sağlamak, dönmek, elleriyle ayaklarını uyum içinde kullanmak, fren yapmak gibi hareketlerin koordinasyonunu başarabiliyorsa bisiklete binmeyi öğrenmiş oluyor.

Bisiklet Seçimi

Yaşa göre değil boya göre bisiklet!

Herşeyden önce bisiklet trafik güvenliği donanımına sahip ve kesinlikle çocuğun boyuna uygun olmalı. Her bisiklet gibi Karayolları Trafik Tescil Yönetmeliği'ne göre donatılmalıdır. Çocuğun vücut yapısına uygun bir bisiklet seçilmesi gerektiği için bisiklet alırken çocuğunuzu da mutlaka yanınızda götürünüz. Çocuğunuzun bisikletlere binip denemesi çok önemli.

- Sele, çocuğun ayak parmaklarının ucuyla yere değmesine olanak tanıyacak yükseklikte olmalı.
- Çocuğunuzun bisiklete kolay binip inebilmesi için bisikletin orta kısmı çok yüksek olmamalı.
- Trafikte kullanılacak bisiklet yaşa göre değil, çocuğun boyuna göre alınmalıdır. Bu bisikletler için çocuğun boyu en az 115 cm olmalıdır.



Eğitim sırasında

Mümkünse çocuğunuz destek tekerlekli bisiklet kullanmasın.

Destek tekerlekli bisiklet çocuğunuzun sahte bir denge duygusu yaşamasına yol açar. Daha sonraları çocuğunuz iki tekerlekli bisiklete bindiğinde dengesini kaybetme korkusu yaşayabilir. Bu nedenle mümkünse destek tekerleği kullanmadan bisiklet eğitimine başlamalı.

Çocuklar kontra pedal frenlerini, el frenlerinden daha rahat kullanırlar.

Güvenlik ve Tedbir

Bisiklet kaskı kullanılmalı!

Bisiklet kaskları çocuğunuzun başını yaralanmalardan korur. Kaskların boyu çocuğun başına uygun olup başa tam oturmalıdır. Bisiklet kaskları, alın bölgesi, başın arka kısmı, şakaklar ve kafa derisi gibi başın önemli kısımlarını koruyacak şekilde olmalı. Kaskların kemeri mutlaka çene altından bağlanmalı. Kışın çocuğunuz bere ya da şapka taksa bile mutlaka kask da kullanmak zorunda.



Kask kullanma zorunluluğu

Düzenli kontrol!

Bisikletler düzenli olarak kontrolden geçirilmeli. Özellikle de uzun bisiklet turlarından önce aydınlatma sistemi ve frenler kontrol edilmelidir. Frenler tehlikeli durumlarda çocuklar için hayat kurtarıcı olur ve onları kazadan korur. Bu nedenle bisikletin kontrolü düzenli aralıklarla yapılmalı ve herşeyin kusursuzca çalışıyor olmasına dikkat edilmelidir.

Çekilişe katılın bisiklet ve kask kazanın!

Yapmanız gereken tek şey bisiklet@beys.de adresine adınız, soyadınız ve telefon numaranızla birlikte bir E-Mail göndermek. Tüm katılımcılar arasında yapılacak çekilişte **Kalkhoff Training 3G** marka bir çocuk bisikleti ve **ABUS** marka bir çocuk bisiklet kaskı kazanabilirsiniz. Bol şanslar!

Hediyeler



ABUS Çocuk Bisiklet Kaskı

- Avrupa standartlarına uygun güvenlik sertifikalı
- Kız ya da erkek çocuğu için



Kalkhoff Training 3G Bisiklet

- 3. ve 4. sınıf okul çocuklarına uygun
- Jant büyüklüğü: 24"
- 3 Vites
- Direksiyondaki ön ve arka fren dışında kontra pedal frenli
- Ön ve arka aydınlatma lambaları

Son katılım tarihi: 31.12.2010. 18 yaşından küçükler çekilişe katılamazlar. Kampanya sonunda kazanan talihli beyan ettiği telefon numarasından aranarak bilgilendirilecektir. Mahkeme yolu kapalıdır.