



I primi passi nella circolazione stradale Diventare indipendenti

L'esercizio è il miglior maestro

I bambini sono curiosi e vogliono scoprire il mondo. La loro percezione è tuttavia ancora limitata; spesso manca la consapevolezza del pericolo. Ed è qui che subentrano voi genitori: esercitate con vostro figlio il comportamento sicuro nella circolazione stradale.

Programma di esercizi

L'UPI ha realizzato per voi un programma di esercizi in sette fasi d'apprendimento che permetteranno a vostro figlio con il tempo di spostarsi in modo indipendente:

- 1 Camminare sul lato sicuro del marciapiede
- 2 Fermarsi sempre sul bordo della strada
- 3 Attraversare una strada poco trafficata senza passaggio pedonale
- 4 Attraversare la strada con un passaggio pedonale
- 5 Attraversare la strada con un semaforo
- 6 Attraversare la strada tra le automobili parcheggiate
- 7 Affrontare da soli il percorso casa-scuola (dell'infanzia)

Vai col film

Su educazione-stradale.upi.ch trovate le sette fasi d'apprendimento in un breve filmato.



Come esercitarvi in tutta sicurezza

- È fondamentale che voi genitori diate il buon esempio: agite sempre in modo corretto nella circolazione stradale.
- Esercitatevi in un contesto familiare, prima lungo una strada poco trafficata. Usate parole semplici, fatevi ripetere quanto spiegato e lodate il bambino per il suo comportamento corretto.
- Osservate il seguente ordine:
 - spiegare
 - mostrare
 - svolgere insieme
 - farsi ripetere le spiegazioni dal bambino e lasciare che faccia da solo, mentre lo osservate.
- Aumentate progressivamente il grado di difficoltà degli esercizi e ripeteteli regolarmente per un periodo prolungato.
- Accertatevi che il bambino sia vestito con colori chiari e luminosi, e idealmente equipaggiato con materiale rifrangente.

La circolazione stradale esercita sui bambini un certo fascino, e al contempo rappresenta una sfida. Spesso i pericoli sono dietro l'angolo. Accompagnate quindi il vostro bambino sulla strada verso l'indipendenza.

Fase d'apprendimento 1

Camminare sul lato sicuro del marciapiede

Spiegate a vostro figlio che il lato più sicuro del marciapiede è quello interno, dove si trovano «le case e i giardini». Mentre spiegate, abbassatevi all'altezza del bambino, in modo da percepire dalla sua prospettiva l'ambiente in cui vi trovate.

- Dividete il marciapiede a metà con un filo colorato, un fazzoletto, del gesso, una borsa o qualsiasi altra cosa utile.
- Mostrate al bambino che deve camminare sempre sul lato più distante dal traffico.
- Ripetete spesso l'esercizio a periodi ravvicinati. Se dopo un po' di tempo il bambino prende spontaneamente la vostra mano rivolta verso la parte interna del marciapiede, avete raggiunto un buon risultato.
- Infine, lasciatelo camminare da solo.
- Sul marciapiede non si dovrebbe giocare.



Fase d'apprendimento 2

Fermarsi sempre sul bordo della strada

Quando vostro figlio ha imparato a camminare sempre sul lato sicuro del marciapiede potete passare alla fase 2, ossia il bordo del marciapiede. Scegliete una strada poco trafficata. Spiegate al bambino la differenza tra zona per i pedoni e carreggiata. Sottolineate l'importanza di fermarsi sempre sul bordo della strada.

- Posate un filo colorato, un fazzoletto o una borsa sul bordo della strada e spiegate al bambino che non deve mai superare il punto marcato.
- Quando mostrate l'esercizio andate fino al punto marcato e dite ad alta voce: «Stop, qui mi devo sempre fermare!»
- Fate eseguire l'esercizio al bambino.
- Lasciate che spieghi all'orsacchiotto o alla bambola fin dove è permesso andare.
- Osservate il bambino: si ferma spontaneamente davanti al bordo della strada? Si ferma nello stesso punto anche quando è distratto?
- Ripetete l'esercizio finché non siete sicuri che vostro figlio si fermi spontaneamente davanti al bordo del marciapiede.



Fase d'apprendimento 3

Attraversare una strada poco trafficata senza passaggio pedonale

Attraversare la strada da soli è un compito difficile. L'ideale è esercitarsi su una strada di quartiere con una buona visuale e poco trafficata, senza passaggio pedonale. Illustrate al vostro bambino i potenziali pericoli, senza dimenticare di spiegare che in assenza di un passaggio pedonale i pedoni non hanno mai la precedenza!

- Vale sempre il principio: «Aspetta – Guarda – Ascolta – Vai». Fate una dimostrazione pratica.
- Aspettate sul bordo della strada.
- Per «guardare» s'intende effettivamente «osservare» e non limitarsi a muovere la testa da un lato all'altro.
- Attraversate la carreggiata solo quando da entrambi i lati non arriva più nessun veicolo.
- Spiegate a vostro figlio che non deve mai attraversare la strada correndo, perché le automobili e i motoveicoli non riescono a fermarsi immediatamente.
- Infine, lasciate che sia il bambino a spiegarvi e dimostrarvi come attraversare in modo sicuro la strada. Accertatevi di non ostacolarvi la visuale sulla strada.
- Consiglio: su alcuni marciapiedi sono stati dipinti dei piedini gialli che segnalano i punti in cui attraversare con la migliore visuale.



Fase d'apprendimento 4

Attraversare la strada con un passaggio pedonale

I bambini dovrebbero possibilmente attraversare la strada sui passaggi pedonali. Soprattutto quelli con isola spartitraffico centrale aumentano la sicurezza e sono più facili da affrontare per un bambino. Ma attenzione: anche se i pedoni hanno la precedenza sui passaggi pedonali non si può attraversare la strada all'improvviso e senza guardare.

- Anche in questo caso vale: «Aspetta – Guarda – Ascolta – Vai». La stessa cosa va fatta sull'isola spartitraffico centrale.
- Assicuratevi che vostro figlio si fermi sempre davanti ai passaggi pedonali.
- Nella dimostrazione pratica, accentuate i movimenti con la testa (ad es. guardare a destra e a sinistra), in modo che rimangano impressi al vostro bambino.
- Può attraversare la strada solo se non ci sono veicoli che si avvicinano o quando le ruote di un veicolo che sta frenando sono completamente ferme.
- Mentre attraversa, il bambino deve fare attenzione al traffico e continuare a osservarlo.



Fase d'apprendimento 5

Attraversare la strada con un semaforo

I semafori consentono ai bambini di attraversare la strada in modo relativamente sicuro. A volte, però, questa sicurezza può essere ingannevole. Ad esempio, se un conducente passa nonostante sia scattato il rosso. I bambini non sono in grado di valutare questo tipo di situazioni.

- Scegliete un semaforo semplice per mostrare al bambino che verde significa «camminare» e rosso «attendere».
- Spiegategli in modo chiaro che anche in caso di semaforo verde prima di attraversare la strada deve guardare su entrambi i lati e osservare il traffico.
- Fate fare al bambino una dimostrazione pratica di tutta la procedura, in cui spiega e vi mostra come aspettare e contemporaneamente osservare il traffico prima di attraversare la strada.



Fase d'apprendimento 6

Attraversare la strada tra le automobili parcheggiate

Attraversare la strada tra le automobili parcheggiate richiede un'attenzione notevole, in quanto queste coprono la visuale. I più piccoli vengono visti all'ultimo momento e loro stessi individuano i pericoli solo quando rischia di essere troppo tardi. Quindi, è meglio non attraversare mai la strada in questi punti. Se non è possibile evitarlo, esercitate con vostro figlio questa situazione particolarmente insidiosa.

Mentre fate l'esercizio, scendete all'altezza degli occhi del bambino. Vi accorgete di quanto sia difficile mantenere la visuale tra le auto parcheggiate.

- Fermatevi con il bambino al bordo del marciapiede e verificate prima se un automobilista sta parcheggiando o uscendo dal parcheggio. Iniziate l'esercizio solo quando non ci sono automobili in procinto di effettuare una manovra.
- Quindi avanzate lentamente fino al punto che vi permette una visuale libera, e cioè fino all'altezza degli specchietti delle auto, dove i conducenti possono vedervi per tempo. Rendete più chiara la visuale con un filo colorato o un fazzoletto.
- Anche in questo caso vale: «Aspetta – Guarda – Ascolta – Vai». Bisogna sempre fermarsi sul bordo della strada. La strada può essere attraversata solo quando è libera su entrambi i lati.
- Ripetete l'esercizio di attraversamento della strada tenendo vostro figlio per mano, fino a quando non è in grado di farlo da sé.



Fase d'apprendimento 7

Affrontare da soli il percorso casa-scuola (dell'infanzia)

Il bambino è in grado di spiegarvi autonomamente tutte le fasi apprese sinora e di seguirle senza aiuto? In tal caso è arrivato il momento di affrontare il percorso per recarsi alla scuola dell'infanzia o a scuola.

- Scegliete il percorso più sicuro e non quello più breve, spiegando il perché a vostro figlio.
- Esercitate insieme il percorso, restando attento il bambino ai possibili pericoli.
- Il percorso casa-scuola di vostro figlio è complesso o il bambino non si sente ancora sicuro? Allora accompagnatelo fino a quando lo ritenete necessario. Solo una volta certi che sia in grado di affrontare il percorso conosciuto in modo sicuro potete ridurre gradualmente la fase d'accompagnamento.
- Continuate però ad osservare il bambino sul suo percorso. Solo così potete verificare se prende una scorciatoia, se cambia strada e se si comporta ancora in modo sicuro.
- Se non vi è possibile accompagnare il bambino personalmente, mettetevi d'accordo con gli altri genitori. Organizzate o usate per esempio un pedibus. Sul sito www.upi.ch trovate maggiori informazioni in proposito.
- I percorsi nuovi devono continuare a essere esercitati insieme al bambino.



Ulteriori informazioni

Tutti a scuola

Per i consigli su come rendere il percorso casa-scuola il più sicuro possibile consultate il nostro opuscolo 3.022 «Bambini sul percorso casa-scuola» su ordinare.upi.ch.

Tutti pazzi per le rotelle

Le stesse regole comportamentali valgono anche quando i bambini si spostano con mezzi simili a veicoli, come la bicicletta senza pedali, il monopattino, gli in-line-skate o lo skateboard.

Per saperne di più sull'argomento consultate l'opuscolo 3.025 «Tutti pazzi per le rotelle! - Mezzi simili a veicoli».

I consigli principali

- **Iniziate il prima possibile a esercitare con vostro figlio un comportamento sicuro nella circolazione stradale, in ogni caso prima che vada alla scuola dell'infanzia o a scuola**
- **Ripetete regolarmente gli esercizi su un periodo prolungato**
- **Accertatevi che il bambino sia vestito con colori chiari e luminosi, e idealmente equipaggiato con materiale rifrangente**

Sul nostro sito puoi ordinare o scaricare gratuitamente ulteriori opuscoli o pubblicazioni:

upi.ch

UPI, insieme per la sicurezza. Centro di competenza specializzato in ricerca e consulenza, l'UPI mira a ridurre il numero degli infortuni gravi in Svizzera. I suoi ambiti d'intervento sono la circolazione stradale, la casa, il tempo libero e lo sport. Opera su mandato federale dal 1938.