

An Toàn Sân Chơi

Dành Cho Trẻ Em Có Nhu Cầu Đặc Biệt

Quý vị có thể giúp con vui chơi một cách an toàn trong sân chơi. Hãy nói chuyện với chuyên viên trị liệu, giáo viên, bác sĩ và những người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác về các nhu cầu đặc biệt của con quý vị. Hỏi ý các bậc cha mẹ khác về những cách giúp cho con tham gia được các sinh hoạt vui chơi. Sau đây là một số lời khuyên hữu ích.

Luôn Giám Sát Con Quý Vị

Người lớn cần có mặt để xem chừng lỗ khi có gì nguy hiểm xảy ra, cũng như hướng dẫn cách chơi khi cần.

- Giám sát con quý vị chặt chẽ.
- Tìm cách giúp con quý vị chơi trên các thiết bị sân chơi khác nhau.
- Tháo các sợi dây trên quần áo có cơ nguy gây ngộp thở cho con quý vị, nếu không thì dừng để cháu chơi trên các thiết bị sân chơi.
- Tìm cho con quý vị một người bạn cùng chơi với cháu. Thử tìm trong Câu Lạc Bộ Trẻ Em Trai và Trẻ Em Gái, hội ARC, United Way, nhà thờ, trường học, YMCA, Chương Trình Lửa Trại hoặc các nhóm cộng đồng khác. Hãy tìm hiểu về các chương trình kết bạn, Special Sitters, hoặc tìm một người thành niên nào muốn chơi với cháu.

Luôn luôn cho con quý vị chơi với những thiết bị phù hợp với mức độ phát triển của cháu:

Các thiết bị trong sân chơi được thiết kế cho trẻ em với đủ các khả năng và mức phát triển khác nhau. Hãy tìm các sân chơi có thiết bị dành riêng cho trẻ nhỏ (tuổi từ 2-5) và trẻ ở lứa tuổi đi học (tuổi từ 5-12).

- Nói chuyện với những người chăm sóc sức khỏe cho con quý vị về cách thử thách cháu một cách an toàn trong khi chơi để phát hiện khả năng tiềm ẩn của cháu.
- Nói chuyện với con quý vị về sự an toàn.
- Tìm các khu vực mà con quý vị có thể tự trượt, chạy hay bò.
- Mang theo đồ chơi trên cát, xe tải đồ chơi và các thú khác. Nhờ vậy mà con quý vị sẽ có đồ để chơi và các trẻ em khác cũng có thể tới chơi với cháu.

Té trên bề mặt mềm:

Trên 70% các vụ bị thương tại sân chơi là do té. Hãy tránh các sân chơi có sàn bằng bê tông, nhựa đường, cỏ, đất và đá. Sàn sân chơi an toàn là sân có sàn bằng dăm cây, rơm, cát, sỏi nhỏ (bằng hạt đậu) hoặc trải nệm cao su.

- Chuẩn bị cho các trường hợp khẩn cấp. Mang theo bộ dụng cụ cứu thương.
- Biết nơi đâu có điện thoại và lúc nào cũng mang theo các số điện thoại cần đến trong trường hợp khẩn cấp.

Thiết bị sân chơi an toàn:

Kiểm tra để bảo đảm là thiết bị chơi được đóng chắc vào mặt đất và tất cả các thiết bị đều hoạt động tốt.

- Phải bảo đảm là các khoảng trống trên thiết bị sân chơi đều nhỏ hơn 3.5 inch hoặc lớn hơn 9 inch để các cháu không bị kẹt trong lỗ. Kiểm tra cho chắc rằng chất trải sàn (sỏi, cát, v.v) phải sâu 12 inch.
- Hướng dẫn con quý vị cách sử dụng các thiết bị trong sân chơi sao cho an toàn.
- Khuyến khích con quý vị dùng các thiết bị phù hợp với độ phát triển của cháu.
- Kiểm tra lại thiết bị xem có bộ phận nào bị hỏng hoặc bị mất.

Sân Chơi Đây Có Phải Dễ Sử Dụng Và An Toàn Cho Trẻ Có Nhu Cầu Đặc Biệt Hay Không?

Đạo Luật Bảo Vệ Người Mỹ Bị Khuyết Tật (tiếng Anh gọi tắt là ADA) bắt buộc các sân chơi phải được thiết kế cho người khuyết tật dễ sử dụng được. Những lời hướng dẫn dưới đây sẽ giúp quý vị biết được là con quý vị có thể sử dụng được sân chơi hay không và nếu không thì quý vị nên làm gì.

Các điều khoản của đạo luật ADA chỉ định rằng:

- Sân chơi phải được thiết kế sao cho các trẻ em ngồi xe lăn có thể đẩy xe xung quanh sân sân chơi hoặc trên đường dẫn tới khu vực chơi.
- Phải có các đường dốc với độ chận xe lăn và thanh rào cho trẻ em leo lên thiết bị chơi cao hơn.
- Phải có các thiết bị chơi riêng phù hợp cho trẻ em ở mọi mức phát triển.
- Thiết bị và sân sân chơi phải được bảo quản.
- Phải có chỗ cho người lớn giúp trẻ em chơi với các thiết bị.
- Chiều rộng của các khoảng trống trên các bậc thềm không được lớn quá.
- Phải có các khu vực với những đồ chơi bằng tay cho trẻ em ngồi xe lăn.

Nếu sân chơi không an toàn, hãy đi tới sân chơi khác. Nếu muốn cải thiện sân chơi này, quý vị có thể:

- Liên lạc với chủ hoặc người điều hành sân chơi.
- Lập một nhóm người tình nguyện để vận động cải thiện sân chơi.
- Thu thập thông tin và tìm hiểu vấn đề.
- Lập một kế hoạch cải thiện sự an toàn trong sân chơi.
- Tìm hiểu về thiết bị mới cũng như cách làm sân sân chơi mới.

Muốn biết các điều khoản của đạo luật ADA, hãy liên lạc:

- US Access Board (Ủy Ban Tạo Điều Kiện Cho Người Khuyết Tật Hoa Kỳ) Trên mạng Internet, xem mục "Play Area Guidelines" (Các Điều Khoản Về Sân Chơi) <http://www.access-board.gov> (800) 872-2253 or (800) 993-2822 (TTY)
- National Center on Physical Activity and Disability (Trung Tâm Quốc Gia về Hoạt Động Thân Thể và Người Khuyết Tật) Tờ thông tin về "Cách Thiết Kế Các Sân Chơi Dễ Sử Dụng Được" Thông tin về các môn thể thao nhất định <http://ncpad.cc.uic.edu/> or (800) 900-8086 (máy nói và TTY)

Muốn được giúp trong việc thiết kế một sân chơi an toàn và dễ sử dụng được:

- The National Program for Playground Safety (Chương Trình An Toàn Sân Chơi Quốc Gia) <http://www.uni.edu/playground> (800) 554-PLAY
- Boundless Playgrounds (Sân Chơi Dành Cho Mọi Người) <http://www.boundlessplaygrounds.org/> (860) 243-8315

Các Nguồn Trợ Giúp Khác:

- Goldberg, B. (1995). Các Môn Thể Thao và Thể Dục Dành Cho Trẻ Em Có Tình Trạng Sức Khỏe Kinh Niên. (Sports and Exercise for Children with Chronic Health Conditions) Champaign, Illinois: Human Kinetics. ISBN0-87322-873-1
- Grosse, S.J. & Thompson, D. (Eds.). (1993). Các Trò Chơi và Việc Giải Trí Dành Cho Người Khuyết Tật: Những Lời Khuyên Thực Tế. (Play and Recreation for Individuals with Disabilities: Practical Pointers.) Reston, Virginia: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance. ISBN: 0-88314-554-5.
- Randasso, D. & Corless, K. (1998). Hoạt Động Cho Mọi Người – Trẻ Em Với Mọi Mức Khả Năng Có Thể Tham Gia Vào Một Chương Trình Hoạt Động Thân Thể Thường Xuyên: Một Cuốn Sách Hướng Dẫn Các Bài Học Thực Tế. (Activity for Everyone – Children of all abilities in a regular physical activity program: A Hands-On Lesson Plan Book.) American Association for Active Lifestyles and Fitness. ISBN: 0-88314-650-9.
- Thompson, D. and Hudson, S. (Spring 2001). "Mọi Người Có Quyền Sử Dụng: Đạo Luật ADA và Các Điều Hối Về Sân Sân Chơi" ("Access for All: ADA and Playground Surfacing Requirements.") Sách Hướng Dẫn Chơi. (The Play Book.) Salt Lake City, UT: National Playground Contractors Association, 16-17.

Được tài trợ bởi Chương Trình Hỗ Trợ Trẻ Em Có Nhu Cầu Chăm Sóc Sức Khỏe Đặc Biệt thuộc Sở Y Tế Tiểu Bang Washington. Tài liệu này đã được cộng đồng và những người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của Bệnh Viện Nhi Đồng xem xét. Tuy nhiên, con quý vị có những nhu cầu riêng. Trước khi quý vị làm theo hoặc sử dụng thông tin này, xin vui lòng bàn trước với người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị.

Muốn biết thêm chi tiết xin liên lạc:

- Người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho con quý vị
- Đường Dây Trợ Giúp của Bệnh Viện Nhi Đồng, số 206-526-2500, hoặc những người ở tiểu bang Washington, Alaska, Montana, và Idaho có thể gọi số miễn phí 1-877-526-2500

Center for Children with Special Needs
A Program of

Children's
Hospital & Regional Medical Center
Seattle, Washington

Children with Special Health Care Needs Program
Washington State Department of
Health

Pub 06/01; Translated 5/02
Center CE346V