

FACTORES QUE INFLUENCIAN

LA FORMA DE MANEJAR



NORMAS NACIONALES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD (NHES) 9-12

Norma 5: Los estudiantes demostrarán la capacidad de utilizar destrezas para tomar decisiones que puedan mejorar su salud.

- **5.12.5** Podrán predecir el potencial del impacto a corto y largo plazo de cada alternativa sobre ellos mismos y los demás.
- **5.12.3** Podrán ofrecer razones sobre cuándo es apropiado tomar decisiones individuales o colectivas.
- **5.12.4** Podrán presentar opciones para tratar temas o problemas relacionados a la salud.

OBJETIVOS:

La meta de la educación del conductor adolescente es ayudar a que los estudiantes tomen las decisiones apropiadas tras el volante en base al análisis de varios factores que podrían afectar su seguridad. Los estudiantes lo lograrán de esta manera:

- Explicando cómo la velocidad afecta la forma en que los adolescentes manejan
- Determinando el impacto del entorno sobre el comportamiento del conductor adolescente
- Examinando los efectos que tienen varias condiciones mentales y físicas sobre el comportamiento del conductor adolescente
- Determinando las razones por las cuales las personas “corren riesgos” al conducir

VELOCIDAD AL MANEJAR:

1. Pida a los estudiantes que hagan listas de las distintas velocidades con las que se encuentran mientras manejan o son pasajeros de un auto.
2. Pregunte a los estudiantes dónde se encuentran los límites de velocidad más bajos (áreas residenciales, etc.) y dónde están los más altos (autopistas).
3. Promueva una discusión entre los estudiantes sobre el propósito de los diferentes límites de velocidad y pregunte qué pasaría si existiera un solo límite de velocidad para todos los lugares.
4. Pida a los estudiantes que expliquen la importancia de respetar los límites de velocidad y los peligros de desobedecer los mismos.

(continúa en pg 2) ①

ACTIVIDAD 1:

1. Utilice cinta adhesiva para formar un cuadrado de 4' x 4' en el piso.
2. Pida a cuatro (4) estudiantes que se coloquen sobre el cuadrado. (Un estudiante sobre cada sección de la cinta)
3. Pida a los estudiantes que caminen lentamente sobre el cuadrado mientras usted pone música.
4. Pida que cuando la música se detenga, ellos se detengan de inmediato.
5. Detenga la música.
6. Haga que los estudiantes se fijen en el lugar donde se detuvieron en relación a los demás. Como estaban caminando lentamente, debe haber algo de distancia entre ellos.
7. Haga que los estudiantes vuelvan a caminar sobre el cuadrado. Esta vez, solicite que los estudiantes caminen rápidamente y que aumenten la velocidad mientras caminan.
8. Nuevamente, ponga música mientras ellos caminan.
9. Detenga la música repentinamente.
10. Pregunte a los estudiantes qué notaron esta vez (probablemente, los estudiantes estarán extremadamente cerca o tropezarán unos con otros).
11. Comente que cuando se viaja a velocidad alta, es más difícil frenar de repente y por lo tanto hay más probabilidad de tener un accidente.

EL ENTORNO AL MANEJAR:

1. Explique que cuando las condiciones para manejar son normales (sin mal tiempo), es importante respetar el límite de velocidad y mantener una distancia segura entre vehículos.
2. Pregunte a los estudiantes cómo las condiciones del entorno, como el mal tiempo, pueden afectar la forma de manejar.
3. Explique que cuando uno está viajando a velocidad alta es más difícil detenerse repentinamente y es mucho más probable que ocurra un accidente.

ACTIVIDAD 2:

1. Pida a los estudiantes que piensen en varias condiciones relacionadas al entorno que podrían afectar la forma de manejar. Por ejemplo, escarcha/hielo, resplandor del sol, niebla, noche/oscuridad y lluvia fuerte.
2. Junto a cada condición enumerada, describa cómo se debe ajustar la forma de manejar para enfrentar la misma.

(continua en pg 3) (2)

LA CONDICIÓN FÍSICA AL MANEJAR:

1. Pida a los estudiantes que expliquen por qué manejar se puede considerar una actividad tanto mental como física.
2. Explique que manejar con seguridad significa estar alerta física y mentalmente.
3. Exprese a los estudiantes que si no estamos en condiciones óptimas física y mentalmente nos arriesgamos a nosotros mismos y a los demás.
4. Comente a los estudiantes que es mejor considerar nuestras condiciones físicas y mentales antes de tomar la decisión de manejar.

ACTIVIDAD 3:

1. Cree tarjetas índice que describan varias condiciones físicas o mentales de un grupo de conductores (ponga cada condición en una tarjeta distinta):
 - El alumno que pasó toda la noche estudiando y está sumamente cansado
 - La chica que acaba de romper con su novio y llora descontroladamente
 - El padre enojado que mira hacia el asiento trasero para gritarles a sus hijos
 - El conductor anciano y temeroso que maneja mucho más despacio que la velocidad límite
 - El conductor agresivo y rabioso que les grita a otros en la carretera
 - Un conductor que está alerta física y mentalmente, obedece las reglas de tránsito y maneja a la velocidad requerida (buen conductor)
 - Una persona que ha perdido los lentes y le cuesta mucho ver
 - Un comerciante que está muy feliz por su nueva promoción, tiene la música a todo volumen y canta, baila y acelera mientras maneja
 - Un conductor que sufre de migraña, algo que le impide concentrarse y mantenerse en su propio carril
2. Reparta las tarjetas entre los estudiantes.
3. Pida a los estudiantes que “manejen” (caminen) por el salón de clases o en un área designada del salón, exhibiendo el comportamiento descrito en la tarjeta asignada.
4. Haga que el buen conductor (antes descrito) comience. Luego pida que los otros estudiantes se le unan.
5. Los estudiantes que no estén manejando deben observar la acción con cuidado y tratar de determinar el estado físico y/o mental de los conductores. Deben fijarse en cómo los conductores interactúan en la carretera y los peligros potenciales que ven.
6. Cuando pase el tiempo dedicado a manejar, haga que los estudiantes discutan lo que observaron.

(continua en pg 4) **3**

LAS DECISIONES ARRIESGADAS AL MANEJAR:

1. Pida a los estudiantes que piensen en comportamientos peligrosos de las personas mientras manejan.
2. Hable a los estudiantes sobre dos comportamientos peligrosos que causan muchos accidentes: manejar muy cerca de otro vehículo y manejar con sueño.
3. Discutan por qué las personas “corren riesgos” al manejar.
4. Explique a los estudiantes que los comportamientos arriesgados pueden causar accidentes.

ACTIVIDAD 4:

1. Mencione a sus estudiantes que su escuela está lanzando una campaña de pegatinas de autos para ayudar a los adolescentes a tomar mejores decisiones mientras manejan.
2. Pida a los estudiantes que mencionen algunas pegatinas que recuerden haber visto en autos. Sugiera una discusión entre los estudiantes sobre por qué estas pegatinas resultaron memorables.
3. Haga que los estudiantes discutan el/los objetivo(s) de las pegatinas de autos. Enumere las características de las pegatinas “exitosas”.
4. Pida a los estudiantes que diseñen pegatinas dirigidas a adolescentes y otros para recordarles que deben evitar los riesgos al manejar.
5. Distribuya marcadores y papel entre los estudiantes. Pídales que diseñen pegatinas de auto que comuniquen la importancia de tomar mejores decisiones y evitar el comportamiento arriesgado.
6. Recuerde a los estudiantes que deben tener en cuenta cuáles frases, imágenes e ideas podrían atraer al público al que quieren llegar.
7. Cada estudiante debe tratar de crear dos (2) pegatinas de auto, una sobre manejar muy cerca del auto anterior y otra sobre manejar con sueño.
8. Después del tiempo acordado, haga que los estudiantes compartan sus pegatinas con sus compañeros de clase.
9. El maestro puede escoger algunas pegatinas y exhibirlas en el salón de clases.

REFERENCIAS:

- U.S. Department of Transportation
- Official U.S. Government Website for Distracted Driving
- Put It Down Campaign
- National Highway Traffic Safety Administration. Statistics and Facts about Distracted Driving. Based on the 2008 National Occupant Protection Use Survey [online]. [Cited 2008 June 2–22].

(continua en pg 5) **4**

Available from URL: <http://www.distraction.gov/stats-and-facts/#what>

- AAA Foundation for Traffic Safety. 2009 Traffic Safety Culture Index. [Cited 2009 July]. Available from URL: <http://www.aaafoundation.org/pdf/2009TSCIndexFinalReport.pdf>
- National Highway Traffic Safety Administration. Policy Statement and Compiled Facts on Distracted Driving. [Online]. Available from URL: <http://nhtsa.gov/>