

برخی پارک‌های ترافیک مسیر و امکانات مناسبی برای خردسالان دارند هیجان کودکی روی چرخ

نیاز آموزش هم ببینند. در واقع بوستان‌های ترافیک این روزها باتوقی امن برای راکبانی کودکان شده است. در پایتخت و هر منطقه تقریباً یک نمونه از این پارک‌ها هست. برخی از پارک‌های ترافیک را با بیشترین برنامه و تجهیزات معرفی کرده‌ایم.

پارک‌های ترافیک، اوایل دهه ۸۰ که شکل گرفتند، بیشتر به هدف آموزش قوانین ترافیکی و راهنمایی و رانندگی بود اما در گذر زمان به فعالیت‌ها و برنامه‌هایشان اضافه شد و حالا حتی کودکان و نوجوانان می‌توانند برای دوچرخه‌سواری به این بوستان‌ها بروند و در صورت

پارک ترافیک

معرفی سال ۱۳۸۱ نخستین پارک ترافیک پایتخت افتتاح شد و به عنوان یکی از مجهزترین پارک‌های آموزشی جهان معرفی شد. البته در گذر زمان به امکانات این پارک افزوده شده است.

ایستگاه اتوبوس	آشناسان	ایستگاه مترو	آشناسان
اجاره دوچرخه	دارد	میلغ کرابه	رایگان
رده‌سنی	کودکان و نوجوانان	منطقه ۵	
نشانی	میدان بونک، خیابان میرزا بابایی، بلوار عدل شمالی		

سهمی برای توان‌یابان



این بوستان با هدف آموزش قوانین ترافیکی به کودکان و نوجوانان راه‌اندازی شد و ۳۰ هزار مترمربع وسعت دارد. این روزها در این پارک فضایی برای دوچرخه‌سواری کودکان تدارک دیده شده است و افرادی که دوچرخه دارند می‌توانند در هر ساعتی از روز از پیست استفاده کنند. سه‌شنبه‌ها هم به آموزش دوچرخه‌سواری اختصاص یافته و کودکان زیر نظر مربی می‌توانند با دوچرخه‌های مجموعه از ساعت ۸ تا ۱۰ آموزش ببینند. آموزش دوچرخه‌سواری به کودکان توان‌یاب از دیگر برنامه‌های این بوستان در سه‌شنبه‌هاست.

روی رکاب گردش و خاطره

اولین خاطره از دوچرخه‌سواری تان را یادتان هست؟ خاطره روزهایی که پشت شیشه مغازه دوچرخه‌فروشی محله به دوچرخه دلخواهتان خیره می‌شدید و عاقبت با هزار ترفند والدین خود را به خرید دوچرخه راضی می‌کردید یا خاطره ظهرهای داغ تابستان که توی کوچه با بچه‌محل‌هایتان مسابقه دوچرخه‌سواری داشتید؟ دوچرخه‌سواری رشته محبوب بسیاری از ما از همان دوران کودکی بوده و هست. حالا هم که پا به سن گذاشته‌ایم امکان تکرار لذت دوچرخه‌سواری در گوشه و کنار شهر فراهم شده است. از بوستان‌های مختلف گرفته تا پیست‌های دوچرخه‌سواری و مسیرهای سبز شهری را می‌توانیم رکاب‌بازیم و ورزش و تفریح را همزمان تجربه کنیم. اگر شما هم طرفدار دوچرخه‌سواری، به‌خصوص در این هوای بهاری هستید، این راهنمای جامع حتماً به کارتان خواهد آمد.

شهرک آموزش ترافیک منطقه ۴

معرفی شهرک ترافیک سال ۱۳۹۰ در بخشی از بوستان پلیس شکل گرفت تا باتوقی برای آموزش، تفریح و گذران اوقات فراغت کودکان و نوجوانان باشد و در این میان مسیر دوچرخه‌سواری اینجا طرفداران خاص خود را دارد.

ایستگاه اتوبوس	پارک پلیس	ایستگاه مترو	باقری
اجاره دوچرخه	دارد	میلغ کرابه	رایگان
رده‌سنی	کودکان و نوجوانان	منطقه ۴	
نشانی	بلوار استقلال، چهارراه توحید، پارک پلیس شمالی، ضلع شمال شرقی پارک		



سفیران ترافیک در شهرک

راه‌اندازی گروه‌هایی با عناوین سفیران ترافیک و دوستداران دوچرخه تنها گوشه‌ای از فعالیت‌های جانبی شهرک آموزش ترافیک منطقه ۴ است. وسعت این شهرک به ۶ هزار و ۸۵۰ مترمربع می‌رسد و در آن امکاناتی فراهم شده تا کودکان ۴ و ۵ ساله هم بتوانند دوچرخه‌سواری کنند. در این مجموعه شنبه‌ها کلاس آموزش دوچرخه‌سواری برپاست و در سایر روزها هم علاقه‌مندان می‌توانند با دوچرخه‌های خود گشتی در شهرک بزنند؛ به‌ویژه آنکه مسیر دوچرخه‌سواری مناسب‌سازی شده و در آن تجهیزات ایمنی قرار داده‌اند. از ویژه برنامه‌های این شهرک برای دوستداران دوچرخه برگزاری مسابقات و جشنواره‌های متنوع در مناسبت‌هاست.



پارک ترافیک منطقه ۱۶

معرفی یکی از طولانی‌ترین مسیرهای دوچرخه‌سواری کودکان را دارد و آن را تنها بوستانی معرفی می‌کنند که برای راکبانی کودکان و نوجوانان ۲ مسیر رفت و برگشت ایجاد کرده است.

ایستگاه اتوبوس	اتوبوسرانی خزانة	ایستگاه مترو	شهید بخارایی
اجاره دوچرخه	دارد	میلغ کرابه	رایگان
رده‌سنی	کودکان	منطقه ۶	
نشانی	میدان بهمن، بزرگراه بعثت، بعد از پایانه جنوب، انتهای ۲۱ متری بعثت (مطهری)		



رایگان برای کودکان

وسعت پارک ترافیک به بیش از ۴۰ هزار و ۸۰۰ مترمربع می‌رسد. مسیر دوچرخه‌سواری را هم در دورتادور بوستان ایجاد کرده‌اند که طولش ۱۲۰۰ متر می‌شود. در پیست دوچرخه‌سواری تابلوهای هدایت مسیر قرار داده‌اند تا راهنمای کودکان باشد. برای آن دسته از بچه‌هایی هم که دوچرخه ندارند، امکاناتی گذاشته‌اند. به‌عنوان مثال می‌توانند یکشنبه‌ها و سه‌شنبه‌ها از ساعت ۸ تا ۱۲ به این بوستان آمده و از دوچرخه‌ها رایگان استفاده کنند. در این بوستان کودکان می‌توانند در برنامه‌هایی مانند کاشت گل و گیاه، موتورسواری و... هم شرکت کنند.



پارک ترافیک منطقه ۶

معرفی در تکه ششم پایتخت، ۲ پارک ترافیک وجود دارد که یکی از آنها سال ۱۳۸۸ در شهرک والفجر به بهره‌برداری رسید و اکنون یکی از شلوغ‌ترین باتوق‌ها برای دوچرخه‌سواران کوچک است.

ایستگاه اتوبوس	ایران‌شناسی	ایستگاه مترو	برج میلاد
اجاره دوچرخه	دارد	میلغ کرابه	رایگان
رده‌سنی	کودکان و نوجوانان	منطقه ۶	
نشانی	انتهای خیابان کارگر شمالی، شهرک والفجر، میدان شهدای دانشجو، خیابان شهرداری، میدان شقایق		



تفریح و آموزش

وسعت پارک ترافیک شهرک والفجر به ۱۸۰۰ مترمربع می‌رسد و از شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۸ تا ۱۶ در آن به روی علاقه‌مندان به آموزش و تفریح در زمینه خودرو و دوچرخه‌سواری باز می‌شود. وجود پیست استاندارد و فعالیت در روزهای مختلف هفته باعث شده تا روزانه جمعیت زیادی از خانواده‌ها همراه فرزندان‌شان به این بوستان مراجعه کنند. به جز این موارد کلاس دوچرخه‌سواری در ۳ سطح مبتدی، نیمه حرفه‌ای و حرفه‌ای برگزار می‌شود و دوچرخه هم در اختیار شاگردان قرار می‌گیرد.



دوچرخه‌سواری کودکان چطور و چگونه؟



دوچرخه‌سواری علاوه بر اینکه یک بازی مهیج و سرگرم‌کننده برای کودکان است، در صورت آموزش صحیح می‌تواند یک رشته ورزشی برای آنها باشد. اما کودکان از چه سنی می‌توانند سوار دوچرخه شوند و چه نوع دوچرخه‌هایی برای آنها مناسب است؟

بهترین سن آموزش

سن یادگیری دوچرخه‌سواری عدد ثابتی نیست و بسته به رشد مغزی در افراد مختلف با هم تفاوت دارد. اما اصولاً بین ۳ تا ۵ سالگی را می‌توان شروع مناسبی برای آموزش دوچرخه‌سواری کودکان دانست. تسلط کودک بر حرکات ماهیچه‌ای در این سن و درک کامل کلمات و قابلیت آموختن و به یاد سپردن موضوعات، دست به هم می‌دهد و آموزش دوچرخه‌سواری را آسان‌تر می‌کند.

قطر چرخ

اندازه استاندارد برای کودکان ۳ تا ۵ سال، چرخ با قطر ۳۰ تا ۳۵ سانتی‌متر و بسته به جثه کودک است. با بالاتر رفتن سن کودک و بزرگ‌تر شدن جثه او، این اعداد نیز بیشتر می‌شود و دوچرخه‌های بزرگ‌تری برای او مناسب خواهد بود.

سه‌چرخه آموزشی

برای خردسالی که هنوز توانایی نشستن روی دوچرخه را ندارد، بهترین گزینه سه‌چرخه است. این وسیله ضمن حفظ تعادل، ترس کودک از سقوط را مهار کرده و با او فرصت آموختن کامل را می‌دهد. البته سه‌چرخه‌ها در مدل‌های دخترانه و پسرانه ساخته می‌شوند.

موقعیت: جنوب دیزین

مسیر قله سی‌چال

سی‌چال در جنوب پیست اسکی دیزین از جمله مکان‌هایی است که به دلیل کشیده شدن جاده خاکی تا قله، برای رکاب زدن با دوچرخه مناسب است. این مسیر ۸ کیلومتری را از گچسر به دیزین و شمشک، دربندسر به گردنه دیزین می‌توان پیمود. مسیر از جاده خاکی آبادی در دامنه جنوبی کوه قلعه‌دختر آغاز می‌شود و تا گردنه آهار فشم به مسافت تقریبی ۸ کیلومتر ادامه دارد. سپس مسیر در سرپایینی تا شهرستانک و بعد از آن چشمه گلکلیه در جنوب آبادی بزرگ شهرستانک دنبال می‌شود.