

## Slide 1

Text on slide:

مشارکت و همکاری برای رانندگی ایمن نوجوانان جلسه 90 دقیقه ای ویژه ولی/سرپرست و رانندگان نوجوان  
"والدین نقش کلیدی دارند"  
QR کد

در صورت امکان، ولی/سرپرست قبل از شروع جلسه، این تست کوتاه را تکمیل کند.  
Logos for Virginia Department of Education, Virginia Department of Motor Vehicles, ]  
and Partners for Safe Teen Driving]

## PowerPoint Notes:

به جلسه مشارکت برای ایمنی رانندگی نوجوانان خوش آمدید!

مشارکت و ارزیابی شما از این برنامه برای ما مهم است. در صورت امکان، والدین / سرپرستان، لطفاً با استفاده از کد QR موجود در اسلاید، تست قبل از شروع جلسه را تکمیل کنید. این یک تست داوطلبانه است. همچنین در پایان جلسه یک تست کوتاه ارزیابی و تست پس از اتمام جلسه ارائه خواهد شد.

والدین، شما اینجا هستید زیرا -- نه تنها کلید اتومبیل در دست شماست -- بلکه خود به عنوان یک فرد مهم در ایمن نگه داشتن نوجوانان خود مهم هستید. تحقیقات به وضوح نشان می دهد که والدین بیشترین تأثیر را بر رفتارهای نوجوانان دارند. والدین: شما باید مقررات و انتظارات شفاف در راستای ایمنی در رانندگی برای خانواده خود داشته باشید.

به عنوان مربی آموزش رانندگی، ما می خواهیم با شما همکاری کنیم تا پایه و اساس رفتارهای رانندگی ایمن را برای نوجوان خود ایجاد کنیم و دانش و مهارت های ضروری مورد نیاز برای تصمیم گیری خوب را ارائه دهیم. به عنوان یک پدر یا مادر، شما همچنین باید یک ساختار صحیح از قوانین و پیامدها ایجاد کنید که نوجوان شما را از انتخاب غلط و ناامن باز دارد. نوجوانان: ایجاد اعتماد و انتخاب صحیح به عهده شماست.

## Slide 2 – Video of Tammy Guido, If You See Something, Say Something

یک پیام از یک مادر به سایر والدین.

[Transcript of Video]

Tammy Guido:

سلام، اسم من تامی است و این پسرم کار است. او دانش آموز دبیرستان بود و دوران زندگی خود را سپری می کرد. تمام دنیا را در پیش روی خود داشت. او دوستان خوب زیاد و یک دوست دختر داشت. او یک دانش آموز و ورزشکار موفق بود. او برای بازی فوتبال در سطح دانشگاهی استخدام پذیرفته شد، که عاشق آن بود. و او بازی فوتبال زندگی می کرد، و در آن بسیار مهارت داشت.

ماه اکتبر بود و زمان تشویق و حمایت از مسابقات برگشت فوتبال و رقص. مدرسه در شور و اشتیاق و تشویق موج می زد و کانر هم همینطور. او برای این عکس برای داشتن بالاترین روحیه مثبت در مدرسه جایزه

دریافت کرد. و زمان رقص فرا رسید. کانر با یک دانش آموز انتقالی که مدت زیادی به مدرسه نرفته بود سوار اتومبیل شد. راننده زیر سن قانونی و بدون گواهینامه بود و یا سرعت رانندگی می کرد. کلید یک BMW با قابلیت سرعت بالا به راننده داده شده بود و در جاده رها شده بود. هر سه نوجوان کشته شدند - پسر، بچه ام که بدون تقصیر خودش در یک چشم به هم زدن از بین رفت - خیلی بیهوده و قابل پیشگیری.

کانر هرگز از دبیرستان فارغ التحصیل نخواهد شد. او نتوانست به کالج برود و رویای خود را که یک فوتبالیست حرفه‌ای بود، به واقعیت تبدیل کند. او هرگز از دواج نکرد و هرگز برای من نوه نخواهد آورد.

من هرگز فکر نمی کردم این اتفاق برای ما بیفتد و می دانم که شما فکر می کنید که این اتفاق هرگز برای شما نخواهد افتاد. و من واقعاً امیدوارم که برای شما این اتفاق نیافتد. اما همیشه نحوه رانندگی شما پشت فرمان نیست، بلکه نحوه رانندگی دیگران نیز می‌تواند باشد که رویاهای شما را به هم بزند.

شما اینجا هستید تا حدی به دلیل لایحه ای که من در ویرجینیا برای کمک به جلوگیری از وقوع یک تراژدی دیگر به تصویب رساندم. بنابراین، به عنوان یک پیام از یک ولی / قیم به والدین دیگر، از شما می‌خواهم که لطفاً امروز با اطلاعات ارائه شده برای رانندگی ایمن نوجوانان کاملاً آگاه باشید و حضور داشته باشید. این می‌تواند جان نوجوان شما را نجات دهد و از مرگ دیگران جلوگیری کند.

من یک وب سایت ناشناس راه اندازی کردم، اگر چیزی را می بینی حرف بزن دات اورگ، که به نوجوانان - به صورت ناشناس - اجازه می دهد تا بتوانند چیزهایی را که می دانند اشتباه است، بدون ترس از تلافی گزارش کنند. بعداً در این گزارش بیشتر در مورد این وب سایت خواهید شنید و امیدوارم که این امر به جلوگیری از وقوع تراژدی دیگری برای دیگران کمک کند.

والدین: خواهش می کنم نخواهید که جای من باشید. نوجوانان: خواهش می کنم نخواهید که رویاهای زندگی شما به پایان برسد.

### Slide 3:

#### Text on slide:

اهداف و موضوع جلسه

- خطرات رانندگی جوانان و مغز نوجوانان.
- مجوز موقت و آموزش رانندگی به نوجوان .
- الزامات مجوز موقت و مراحل کسب گواهی نامه
- سایر ملاحظات: خستگی، حواس پرتی، الکل، سرعت و انتخاب خودرو
- تعامل با مجریان قانون.
- والدین مهم هستند!
- قرارداد رانندگی والدین/نوجوانان.

QR کد

#### PowerPoint Notes:

والدین یا سرپرستانی که به زبان های اسپانیاش عربی، چینی، فارسی، پشتو، اردو یا کره ای صحبت می کنند، می توانید این مطالب را با استفاده از QR کد موجود در این اسلاید دنبال کنید.

ویرجینیا نقش والدین را مهم می داند:

- آموزش رانندگی به نوجوانان

- اجازه به نوجوان برای اخذ مجوز کارآموز
- منع امتیازات رانندگی تا زمانی که احساس کنند نوجوانانشان برای رانندگی آماده و/یا به اندازه کافی بالغ شده اند
- اجرای قوانین صدور مجوز فارغ التحصیلی، و
- تعلیق امتیازات رانندگی در صورتی که نوجوان تقبل مسئولیت نکند.

در طول این جلسه، به هر یک از موضوعات زیر خواهیم پرداخت.

والدین: شما مهم هستید – Slide 4: Video

[Transcript of Video]

- وقتی کودکان کوچک هستند، به دنبال بهترین مهدکودک می‌گردید، به دنبال بهترین صندلی مخصوص اتومبیل می‌گردید و ناگهان، کودکان به اندازه کافی بزرگ می‌شود که می‌تواند رانندگی کند. والدین باید بخواهند فرزندانشان بهترین راننده باشند.

- به آن‌ها کمک کنید به جای اینکه جان خود را از دست دهند، به بزرگسالانی کارآمد، ایمن و شایسته تبدیل شوند.

[بروس سیمونز-مورتون] علت اصلی مرگ و میر در بین نوجوانان تصادف با وسایل نقلیه است.

- این تصور اشتباه است که نوجوانان خطرات رانندگی را درک نمی‌کنند. آنها درک می‌کنند. اما چالش با نوجوانان این است که وقتی در لحظه حساس تصمیم‌گیری قرار می‌گیرند، ممکن است تصمیم اشتباه بگیرند.

- والدین در پیشگیری از تصادفات نوجوانان نقش اساسی دارند. وقتی از نوجوانان پرسیده شد که نظر چه کسی را گوش کرده‌اند، اغلب می‌گویند به والدین خود گوش کرده‌اند.

- رانندگی ایمن یعنی قضاوت.

- [فلورا] - ما می‌دانیم که تا سن حدود 25 سالگی، قشر جلوی مغز، اصطلاحاً مدیر عامل مغز، به طور کامل توسعه نیافته است.

- و بسیاری از چیزهایی (مهارتهایی) که توسعه نیافته‌اند مدیریت ریسک، تصمیم‌گیری و انواع مهارتهایی است که کودکان برای اینکه یک راننده خوب باشند به آنها نیاز دارند.

- اولین خطر تصادف برای نوجوانان بی‌تجربگی است. آنها باید با والدین تمرین کنند تا والدین بتوانند دانش و تجربه خود را منتقل کنند.

- هر چه ساعت تمرین بیشتر باشد، و در شرایط مختلف تمرین رانندگی انجام شود، بهتر است.

- [الیسیو] - در یک روز زمستانی، بیشتر پارکینگ‌ها خالی هستند. روی مهارت کنترل جوانان کار کنید. به این ترتیب وقتی آنها در چنین شرایطی قرار می‌گیرند، آمادگی دارند.

- می‌بینیم که دو چیز مهم در نوجوانان تأثیر می‌گذارد. شماره یک بی‌تجربگی و شماره دو حواس پرتی است.

- حواس پرتی. حال چه مواردی در ایجاد حواس پرتی رایج است؟

- خوردن، آشامیدن، پیامک، هر چیزی که موجب شود نگاه راننده از جاده برداشته شود.

- آنها چالش های حواس پرتی را درک نمی کنند و من فکر می کنم والدین می توانند با تعیین قوانین در این زمینه کمک کنند. مقرراتی را ایجاد کنید که نشان می دهد رانندگی امتیازی است که به دست می آورند و با نشان دادن بلوغ فکری و مهارت خوب آن را به دست می آورند. و گواهینامه رانندگی، که قانونی است که در اکثر ایالت ها وجود دارد، به والدین اجازه می دهد تا بر اساس آن این مقررات و انتظارات را ایجاد کنند.

- مرحله اول مجوز کارآموز است که نوجوان با نظارت یک بزرگسال رانندگی می کند. مرحله دوم زمانی است که یک نوجوان می تواند به تنهایی رانندگی کند، اما محدودیت های خاصی دارد مانند عدم اجازه رانندگی با سایر مسافران نوجوان در اتومبیل یا عدم رانندگی در شب. و مرحله سوم مجوز کامل (گواهینامه) است.

- پیشنهاد می کنیم قبل از اینکه نوجوانان گواهینامه مستقل خود را کسب کنند، نوجوان و والدین در مورد امتیازات رانندگی که نوجوان برای مدت معینی خواهد داشت صحبت کنند.

- والدینی که مسئول هستند، قوانین تعیین می کنند، مطمئن می شوند که نوجوان از آن قوانین پیروی می کند، و با فرزندان خود در این زمینه کار می کنند، احتمال تصادف آن نوجوانان نصف می شود.

## Slide 5

### Text on slide:

نقش والدین مهم می باشد!

در حالی که مهارت در رانندگی مهم است، رفتارهای پرخطر در رانندگی را کاهش نمی دهد.

### PowerPoint Notes:

در حالی که مهارت در رانندگی از اهمیت ویژه ای برخوردار است، اما به تنهایی رفتارهای پرخطر در رانندگی را کاهش نمی دهد. رفتارهای پرخطر تصمیمات بدی هستند که ارتباط چندانی با مهارت در رانندگی ندارند. مطالعات متعدد نشان داده است که مشارکت والدین رفتارهای پرخطر و تصادفات رانندگی نوجوانان را کاهش می دهد. بنابراین، امیدواریم درباره آنچه که امشب می آموزید گفتگوی عمیق تری را با نوجوانان تان درباره تصمیم گیری صحیح ایجاد کند و رفتار رانندگی نوجوان خود را به دقت زیر نظر داشته باشید و دائماً راهنمایی کنید.

## Slide 6

### Text on slide:

موضوع اول:

خطرات رانندگی نوجوانان و مغز نوجوانان.

### PowerPoint Notes:

بیابید در مورد خطرات رانندگی نوجوانان و مغز نوجوانان صحبت کنیم.

## Slide 7

### Text on slide:

آیا خوب با امنیت برابر است؟

• نگرش بزرگسالان: رانندگی ایمن = رانندگی خوب

- نگرش نوجوان: رانندگی خوب = رانندگی با مهارت اما نه لزوماً رانندگی ایمن
- دیدگاه نوجوان: "رانندگی خطرناک نشان می دهد که من یک راننده ماهر هستم"

#### PowerPoint Notes:

رانندگی ایمن چیست؟ آیا یک مهارت است؟ آیا تصمیم گیری خوب است؟ آیا رانندگی بدون جریمه است؟ والدین و نوجوانان تعاریف متفاوتی از رانندگی ایمن دارند. والدین معتقدند یک راننده خوب یک راننده ایمن است. آنها بر این باورند که یک راننده ایمن فاصله کافی را رعایت می کند، از محدودیت سرعت پیروی می کند و مانند یک بزرگسال مسئول رفتار می کند. نوجوانان معتقدند اگر مثلاً بتوانند یک پیچ را با سرعت بالا طی کنند و تصادف نکنند، رانندگان خوبی هستند. محققان بر این باورند که این تصور متفاوت از "رانندگی ایمن" به این دلیل است که بخشی از مغز نوجوان که خطر را درک می کند، به طور کامل توسعه نیافته است.

#### Slide 8

##### Text on slide:

خطرات رانندگان نوجوان

- بی تجربگی
- ماجراجویی
- مسافران نوجوان
- چندین کار در یک زمان
- عدم استفاده از کمربند ایمنی
- حواس پرتی
- خستگی
- سرعت

#### PowerPoint Notes:

تصادفات وسایل نقلیه ممکن است برای هر کسی اتفاق بیفتد - حتی نوجوانان "خوب" تصادف می کنند. دلیلش این است که همه رانندگان بی تجربه تجربه ندارند و احتمال تصادف بیشتر است.

در طول این جلسه، ما با جزئیات بیشتری به خطرات رانندگی نوجوانان خواهیم پرداخت.

#### Slide 9

##### Text on slide:

خطرات رانندگان نوجوان، ادامه

- رانندگی در شب
- عدم مدیریت والدین
- الکل، ماری جوانا و سایر مواد مخدر
- نوع اتومبیل

#### PowerPoint Notes:

نوجوانان چگونه رانندگی در شب را مدیریت می کنند؟ نوجوانان در شب کمتر تجربه رانندگی همراه با والدین خود دارند و همچنین به شدت دچار کم خوابی می شوند.

- نوع وسیله نقلیه چگونه بر رفتار راننده نوجوان تأثیر می‌گذارد؟ اگر قصد دارید به نوجوان خود یک اتومبیل اسپرت قرمز براق بدهید، ممکن است انتخاب خوبی برای فرزندتان نباشد. احتمال اینکه فرزند شما با اتومبیل ون خانوادگی مسابقه دهد بسیار کمتر است.
- چگونه مغز نوجوان فقدان راهنمایی والدین را کنترل می‌کند؟ علم به طور قابل توجهی روشن است: نقش والدین مهم است و خوب می‌توانند تصادفات نوجوانان را به میزان قابل توجهی کاهش دهند و از یک تراژدی جلوگیری کنند.
- چگونه یک مغز نابالغ الکل، ماری جوانا و سایر مواد مخدر را کنترل می‌کند؟ مغز نوجوان در درک پیامدها و خطرات مشکل دارد. متأسفانه، نوجوانان ممکن است در زمان ناتوانی با دقت به رانندگی فکر نکنند.

#### Slide 10

##### Text on slide:

درست یا غلط؟

مغز تا حدود 25 سالگی بالغ نمی‌شود.

- اگر معتقدید این جمله درست است، دست خود را بالا ببرید.

##### PowerPoint Notes:

اگر معتقدید این جمله درست است، دست خود را بالا ببرید: مغز تا حدود 25 سالگی بالغ نمی‌شود.

#### Slide 11

##### Text on slide:

درست! لوب فرونتال ناحیه ای از مغز است که در پشت پیشانی قرار دارد و درک پیامدها و انگیزه‌ها را کنترل می‌کند و تا حدود 25 سالگی بالغ نمی‌شود.

##### PowerPoint Notes:

درست است! مغز در نوجوانان حدود 80 درصد رشد کرده است. بزرگترین قسمت مغز، به نام کورتکس، به لوب‌های تقسیم می‌شود که از قسمت پشت به جلو بالغ می‌شوند. آخرین بخش که بهم وصل می‌شود، لوب پیشانی است که مسئول فرآیندهای شناختی مانند استدلال، برنامه‌ریزی و قضاوت است. به طور معمول، این ترکیب فکری تا 25 سالگی کامل نمی‌شود.

مغز یک نوجوان یک مغز فرد بالغ نیست با مایلژ کمتر. جوانان مغز بسیار تیزی دارند، اما مطمئن نیستند که با آن چه کنند.

مغز جوانان:

- تمایل به دست کم گرفتن موقعیت‌های خطرناک دارد، و
- هیجان‌طلبی و تجربیاتی را جذب می‌کند که احساسات شدید ایجاد می‌کند.
- بنابراین، نوجوانان اغلب در رانندگی سرعت می‌گیرند، در ترافیک از لابلای اتومبیل‌ها حرکت می‌کنند، با فاصله کم از اتومبیل‌های جلویی حرکت می‌کنند، با تلفن همراه خود صحبت می‌کنند، یا در حالی که خسته یا مست هستند رانندگی می‌کنند. در نتیجه، والدین باید وارد عمل شوند و "به عنوان لوب پیشانی نوجوانان خود عمل کنند" زیرا مغز نوجوان به تنهایی در تصمیم‌گیری در مدیریت خطر مشکل دارد.

#### Slide 12

##### Text on slide:

تصادفات نوجوانان در ویرجینیا (سنین 15 تا 19)

در سال 2022:

- 89 کشته
  - 8,571 مجروح
  - 17,368 تصادف
  - 15 درصد از کشته شدگان مسافران بودند
- حقایق تصادف ترافیکی ویرجینیا: سازمان حمل و نقل 2022

#### PowerPoint Notes:

خودروها تصادف نمی کنند؛ افراد باعث تصادف می شوند. راننده، به ویژه راننده جوان، همچنان یک حلقه ضعیف در ایمنی خودرو است. جالب است بدانید که داده‌های تصادفات نشان می‌دهد که نوجوانان مسن‌تر با تجربه رانندگی بیشتر تصادف‌های بیشتری دارند. میزان تصادفات بیشتر برای نوجوانان مسن‌تر به امتیازهای بیشتر رانندگی، محدودیت‌های کمتر و نظارت کمتر والدین نسبت داده می‌شود. این میزان، انجمن عمومی را بر آن داشت تا محدودیت‌های مسافران نوجوان را برای رانندگان نوجوانان مسن‌تر بازبینی کند.

#### Slide 13

##### Text on slide:

- چه چیزی باعث تصادف نوجوانان می‌شود؟
- شواهد نشان می‌دهد که مهارت کم در رانندگی نیست که باعث تصادف در بین رانندگان نوجوان می‌شود.
  - بی‌تجربگی و نگرش است.

#### PowerPoint Notes:

بیشتر تصادفات نوجوانان ناشی از فقدان تجربه و نگرش است، نه مهارت کم در رانندگی. و نوجوانانی که بیشتر ریسک می‌کنند بدون توجه به مهارت در رانندگی خود را برای تصادف آماده می‌کنند. به گفته مرکز کنترل امراض، نوجوانان نسبت به رانندگان مسن‌تر احتمال دارد موقعیت‌های خطرناک را دست کم بگیرند یا قادر به تشخیص آن باشند. آنها همچنین نسبت به بزرگسالان بیشتر احتمال دارد که در تصمیم‌گیری‌های مهم مرتکب اشتباه شوند که می‌تواند منجر به تصادفات جدی شود.

نگرش‌های مثبت و منفی در طول زمان تکامل می‌یابند. آنها را می‌توان از طریق تجربه و متقاعد سازی تغییر داد و والدین بیشترین تأثیر را بر نگرش نوجوانان خود دارند.

#### Slide 14- Video: یک نفر در می‌زند

##### Video transcript:

[مادر در آشپزخانه با تلفن صحبت می‌کند]: من فکر می‌کردم که او اکنون به خانه رسیده است، اما شما جردن را می‌شناسید.

[کسی در می‌زند].

[مادر]: یک ثانیه صبر کن، کسی دم در است.

[افسر پلیس جلوی درب منزل]: سلام، خانم لویس؟

[مادر]: بله.

[افسر پلیس]: من افسر تایلر هستم. پسر شما جردن تصادف کرد و درگذشت.

[مادر]: چه اتفاقی افتاد؟

[افسر پلیس]: جردن درگذشت. او کمر بند خود را نبسته بود. از روی صندلی پرت شده است.

[مادر شروع به گریه می‌کند]: او... صبر کن... نه... .

[افسر پلیس]: از ازدست دادن پسر تون متأسفم خانم.

[مادر شروع به گریه می کند]: نه. . .  
[دختر او از طرف دیگر خط تلفن]: مادر، هنوز آنجایی؟  
[افسر پلیس]: خیلی متاسفم.

#### PowerPoint Notes:

هیچ پدر و مادری چنین در زدن هایی را نمی خواهد.

#### Slide 15

##### Text on slide:

به دلیل یک تراژدی تغییر نکنید. تغییر ایجاد کنید تا از تراژدی جلوگیری کنید.

#### PowerPoint Notes:

فعال باشید! ما نباید به دلیل یک فاجعه تغییر کنیم. والدین باید اقدامات پیشگیرانه انجام دهند که از وقوع یک فاجعه جلوگیری کند.

#### Slide 16

##### Text on slide:

والدین بیشترین تأثیر را بر نوجوانان دارند

#### PowerPoint Notes:

شما چه نوع الگویی هستید؟ یک تحقیقات توسط Liberty Mutual و SADD نشان می دهد که والدین با مسئولیت پذیری در قبال رانندگی ناامن مانند پیامک در حین رانندگی، الگوی ضعیفی برای نوجوانان می باشند و به هشدارهای نوجوانان خود گوش نمی دهند. 41 درصد از نوجوانان می گویند که والدینشان به این رفتارهای ناامن ادامه می دهند حتی پس از اینکه نوجوانان از آنها می خواهند دست از این کار بردارند و 28 درصد از نوجوانان می گویند والدین آنها رفتار ناامن را توجیه می کنند.

اگر تصمیم می گیرید با سرعت رانندگی کنید و یا با تلفن صحبت کنید، به یاد داشته باشید که دانش آموز شما در حال تماشا و یادگیری است. "یک راننده باتجربه" بودن عادت های بد را توجیه نمی کند. انتخاب والدین به دیدگاه کودکان در مورد رفتارهای قابل قبول و غیر قابل قبول کمک می کند.

ما همچنین از تحقیقات در مورد مصرف مشروبات الکلی و رانندگی زیر سن قانونی پی می بریم که آن دسته از والدینی که رفتار DUI (رانندگی در حال مستی) از خود نشان می دهند ممکن است رانندگی در حل مستی و DUI را در جوانان ترویج دهند. سهل انگاری والدین به طور مداوم با پیامدهای منفی مربوط به نوشیدن مشروبات الکلی از جمله انتقال جوانان به دانشگاه یا دوره بزرگسالی مرتبط است.

والدین باید همیشه خود یک الگو در رانندگی ایمن باشند زیرا نوجوانان از بزرگسالان یاد می گیرند.

#### Slide 17

##### Text on slide:

چه کسی مسئول کنترل است؟

یک نظرسنجی ملی در مورد رانندگان جوان نشان داد نوجوانانی - که والدینی داشتند که مسئولیت پذیر، مفید، و حمایت کننده بودند و مقررات خاصی را تنظیم کردند و بر آن قوانین نظارت می کردند (والدین مسئول) - احتمال تصادف نوجوان به نصف می رسید و ایمن ترین سوابق رانندگی را داشتند.



PowerPoint Notes:

والدین: برای ایمن نگه داشتن نوجوان خود، باید فعال باشید و به او بگویید که کنترل را در دست دارید! زندگی آنها به آن بستگی دارد.  
و نوجوانان، اگر قبلاً تجربه نکرده اید خواهید آموخت که اعتماد چیزی است که به دست می‌آید و از طریق اقدامات و تصمیم‌های مسئولانه می‌توان آن را حفظ کرد.

Slide 18

Text on slide:

موضوع دوم:  
مجوز دانش آموز و آموزش رانندگی به نوجوان

PowerPoint Notes:

اجازه دهید اکنون در مورد اخذ مجوز تمرین رانندگی به نوجوان خود صحبت کنیم.

Slide 19

Text on slide:

اخذ مجوز تمرین رانندگی

- اجازه والدین
- حداقل 15 سال و 6 ماه سن
- ارائه مدرک اثبات محل سکونت، شماره ملی و وضعیت قانونی
- قبولی در تست آیین نامه و دانش عمومی

PowerPoint Notes:

برای اینکه یک نوجوان بتواند مجوز دانش آموز در ویرجینیا را دریافت کند، نوجوان باید: اجازه والدین را داشته باشد؛ داشتن حداقل 15 سال و 6 ماه سن؛ مدارک هویت، اثبات اقامت و وضعیت قانونی ارائه دهد به این معنی که شهروند ایالات متحده باشد یا از نظر قانونی در ایالات متحده مجاز باشد؛ و در تست آیین نامه رانندگی قبول شود.  
برای یافتن نزدیکترین مرکز خدمات مشتریان و ساعات کاری به وب سایت DMV در [dmv.virginia.gov](http://dmv.virginia.gov) مراجعه کنید.

در طول مرحله مجوز تمرین رانندگی نباید نام فرزند خود را به بیمه رانندگی خانوادگی اضافه کنید، اگرچه خوب است که با شرکت بیمه خود چک کنید.

Slide 20

Text on slide:

آیا برای تست مجوز DMV آماده هستید؟

- اگر کتابچه راهنمای رانندگی را مطالعه کنید و در تست تمرینی آنلاین در [www.dmv.virginia.gov](http://www.dmv.virginia.gov) شرکت کنید، آماده خواهید بود.
- اگر بعد از اتمام کلاس 3 بار در تست مجوز رد شدید، باید یک دوره دیگر یا یک دوره اصلاحی 8 ساعته را بگذرانید تا برای بار چهارم در تست مجوز شرکت کنید.

### PowerPoint Notes:

متأسفانه، تقریباً 50٪ از نوجوانانی که در تست مجوز کارآموز شرکت می کنند، در اولین بار موفق نمی شوند. اگر نوجوان شما سه بار در تست مجوز کارآموز رد شود، و برای سومین بار، رد شد، قبل از اینکه بتواند در تست مجوز کارآموز برای بار چهارم شرکت کند باید مدرکی را در اختیار DMV قرار دهد که نشان دهد کلاس آموزش رانندگی را گذرانده است یا در یک تست 8 ساعته شرکت کرده است. نوجوانان باید تشویق شوند تا قبل از تکمیل کلاس آموزش رانندگی، در تست مجوز کارآموز شرکت کنند. اگر نوجوان شما بعد از سه بار رد شدن در تست مجوز کارآموز، کلاس تعلیم رانندگی را تکمیل کند نوجوان شما می تواند برای بار چهارم در تست مجوز شرکت کند. امیدواریم نوجوان شما در اولین تلاش موفق شود!

### Slide 21

#### Text on slide:

تمرین! تمرین! تمرین!

- مجوز کارآموز به نوجوان اجازه می دهد تا با یک راننده دارای گواهینامه در خانواده که 18 ساله یا بزرگتر است یا با هر راننده دارای گواهینامه 21 سال با بالا، تمرین رانندگی کند.
- والدین باید از راهنمای رانندگی 45 ساعته والدین/نوجوان استفاده کنند تا به نوجوان خود در محیط و خیابانهای کم خطر و پرخطر رانندگی آموزش دهند.

### PowerPoint Notes:

و حالا نوجوان شما مجوز کارآموز خود را دریافت کرده است و آماده است که پشت فرمان بنشیند. والدین: آماده اید؟ شما باید گواهی دهید که فرزندتان حداقل 45 ساعت تمرین رانندگی کرده است که 15 ساعت از این ساعات بعد از غروب آفتاب بوده است تا نوجوان شما بتواند گواهینامه خود را دریافت کند. تمرین رانندگی باید برای برآوردن الزامات قانون رانندگی بیش از مجموع زمان در نظر گرفته شود. تمرین رانندگی باید شامل جلسات تمرینی مفید و برنامه ریزی شده باشد و شامل تمام مهارت ها و محیط های مختلف رانندگی باشد. نوجوانان به راحتی با شرایط رانندگی جدید سازگار نمی شوند. آنها به یک مربی (پدر یا مادر) نیاز دارند که دروس کتابچه راهنمای 45 ساعته را دنبال کند تا راننده جدید بیاموزد با خیال راحت در مناطق ناآشنا رانندگی کند و رانندگی را به درستی تمرین کند و مهارت بدست آورد.

### Slide 22

#### Text on slide:

راهنمای رانندگی 45 ساعته والدین/نوجوانان

### PowerPoint Notes:

اکثر والدین برای آموزش رانندگی آموزش ندیده اند، اما باید بدانند چگونه دانش آموزان خود را به تدریج و با خیال راحت در معرض انواع موقعیت های رانندگی قرار دهند تا مهارت ها را بیاموزند و خطاهای رانندگی را شناسایی و اصلاح کنند. راهنمای رانندگی 45 ساعته والدین-نوجوان دروس پیشنهادی را به صورت پیوسته و پشت سر هم، اهداف آموزش موثر، و استراتژی ها و نکات مربیگری را ارائه می دهد. این دروس از محیط های رانندگی کم خطر به محیط های پر خطر پیش می رود. از پارکینگ گرفته تا جاده های محلی، ترافیک سبک، بزرگراه های حومه، بزرگراه ها و سپس رانندگی در شهر. با استفاده از راهنمای رانندگی، والدین می توانند برای دروس رانندگی برنامه ریزی و اغلب با فرزند خود تمرین کنند و امیدواریم نوجوان شما با مجوز کارآموز بیش از 45 ساعت تمرین در طول 9 ماه تمرین کند. والدین باید گزارش رانندگی را در پایان هر جلسه تمرین تکمیل کنند. اجازه دهید مواردی را مرور کنیم که به شما در تعلیم رانندگی به نوجوان تان کمک می کند.

### Slide 23

#### Text on slide:

- نکات مربوط به والدین برای جلسات تمرینی با راهنمایی پشت فرمان
- لذت ببرید! این یک فرصت عالی برای "پیوند با فرزند" است.
- روی رانندگی تمرکز کنید و مسائل خانوادگی را در خانه حل و فصل کنید.
- در پارکینگ، فرمان اتومبیل را با دست چپ از روی صندلی سرنشین هدایت کنید.

#### PowerPoint Notes:

ابتدا برای این برنامه ریزی کنید که زمان لذت بخشی با هم داشته باشید. این یک فرصت عالی برای "پیوند با فرزند" است. روی رانندگی تمرکز کنید و مسائل خانوادگی را در خانه حل و فصل کنید. اما منتظر نشوید تا زمانی که شرایط اضطراری پیش بیاید نحوه کنترل وسیله نقلیه را از روی صندلی سرنشین یاد بدهید. در پارکینگ با نوجوان خود که روی صندلی راننده قرار دارد، کنترل فرمان را با دست چپ در حالیکه خود روی صندلی سرنشین قرار دارید تمرین کنید.

#### Slide 24

#### Text on slide:

- نکاتی برای کنترل وسیله نقلیه از روی صندلی سرنشین
- اگر وسیله نقلیه شما بین صندلی‌ها ترمز دستی دارد - با فشار دکمه ترمز دستی، توقف خودرو را تمرین کنید.
- اگر دانش آموز شما وحشت می کند و شتاب زیادی می گیرد - تغییر دنده از Drive (حرکت) به Neutral (خلاص) را تمرین کنید.

#### PowerPoint Notes:

همچنین می توانید سرعت خودرو را از روی صندلی سرنشین کنترل کنید. اگر اتومبیلی دارید که بین صندلی‌ها ترمز دستی دارد، توقف ماشین را با فشار دادن دکمه و بالا بردن ترمز دستی تمرین کنید. • اگر دانش آموز شما وحشت می کند و شتاب زیادی می گیرد، تغییر دنده را از Drive (حرکت) به Neutral (خلاص) از سمت سرنشین تمرین کنید.

#### Slide #25

#### Text on slide:

- ادامه نکات مربیگری
- رانندگی با توضیح را تشویق کنید، از دانش آموز خود بخواهید علائم رانندگی را با صدای بلند بخواند و چیزهایی را که ممکن است بر مسیر شما تأثیر بگذارد توضیح دهد.
- علامتی که بزودی ظاهر می شود به چه معناست؟
- تاکید کنید که چراغ سبز به معنای دقت در تقاطع قبل از حرکت است.
- درباره وسایل نقلیه اضطراری، اتوبوس‌های مدرسه متوقف شده، آمادگی برای گردش به چپ سخت و غیره بحث کنید.

#### PowerPoint Notes:

از قبل با نوجوان خود در مورد نحوه برقراری ارتباط در جلسات تمرین صحبت کنید. رانندگی با توضیح را تشویق کنید! این با ارزش ترین ابزاری است که برای بررسی نحوه یادگیری نوجوانان از رانندگی در اختیار دارید. از نوجوان خود بخواهید "علامت ها را با صدای بلند بخواند" و هر چیزی را که ممکن است بر مسیر شما تأثیر بگذارد توصیف کند. به عنوان مثال، وقتی نوجوان شما سرعت خود را تغییر می دهد، ممکن است بگوید:

"چراغ قرمز، آینه را نگاه می‌کنم، پا را از روی گاز بر می‌دارم و شروع به ترمز می‌کنم." شما باید از فرزندتان این عبارات را "آینه چک شد و سرعت پایین می‌آید" زیاد بشنوید!

تاکید کنید که چراغ سبز به معنای چک کردن تقاطع قبل از حرکت است و مواظب رانندگانی باید باشد که چراغ قرمز رد می‌کنند.

نوجوان خود را تشویق کنید که وقتی وسیله نقلیه اضطراری به او نزدیک می‌شود وحشت نکند و روی پیدا کردن یک نقطه امن برای کنار زدن اتومبیل تمرکز کند. در مورد قوانین سبقت از اتوبوس مدرسه متوقف شده با چراغ های چشمک زن بحث کنید.

نوجوان خود را تشویق کنید تا برای جلوگیری از گردش به چپ سخت، برنامه ریزی کند. به آنها بیاموزید که به لاستیک های اتومبیل در تماس با جاده نگاه کنند، نه به بدنه اتومبیل، و فاصله اتومبیل ها، و سرعت وسیله نقلیه در حال نزدیک شدن به اتومبیل جلویی را محاسبه کنند.

در راهنمای 45 ساعته در هر درس مطالب زیادی برای یادگیری وجود دارد، بنابراین قبل از شروع به درس بعدی، برای اطمینان از مهارت کافی در هر سطح برای نوجوان خود زمان کافی بگذارید. در صورت امکان، سعی کنید رانندگی در شب را در هر بخش آموزش ادغام کنید.

## Slide 26

### Text on slide:

نکات مربیگری برای والدین

- آینه های بغل و / آینه عقب را تنظیم کنید.
- دستورالعمل ها را ساده و مختصر نگه دارید.
- همیشه صبور، آرام و هوشیار باشید.
- مکرراً کلمات مثبت بکار ببرید.
- دقیق و فوری نظر بدهید.

### PowerPoint Notes:

والدین: باید با تنظیم آینه بغل یا استفاده از آینه عقب، ترافیک پشت خودرو را کنترل کنید.

آینه ها و فضای کنار و جلوی وسیله نقلیه را قبل از حرکت بررسی کنید. دستورالعمل ها را ساده و مختصر نگه دارید. ابتدا جهت را مشخص کنید و سپس اقدامی را که باید انجام شود بیان کنید، به عنوان مثال، "در تقاطع بعدی، بپیچ به سمت راست." در حالی که نوجوان شما در حال انجام یک حرکت است، بازخورد شما باید دقیق و فوری باشد. اگر اشتباهی مرتکب شد، این حرکت را گام به گام برای نوجوان خود تکرار کنید و سپس بدون هیچ کمکی امکان تمرین بیشتر برای فرزندتان فراهم کنید. آیا می‌توانید عنصر حیاتی چرخش به راست را توضیح دهید؟ اگر نه، می‌توانید این عناصر حیاتی را در راهنمای 45 ساعته والدین/نوجوانان مرور کنید.

## Slide 27

### Text on slide:

قوانین کمر بند ایمنی در VA - درست یا نادرست

- هر کسی که روی صندلی جلو نشسته باید کمر بند ایمنی ببندد.
- اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید.

### PowerPoint Notes:

با نوجوان خود در مورد کارهایی که باید قبل از روشن کردن اتومبیل انجام دهند صحبت کنید. بگذارید با کمر بند ایمنی و یک آزمایش سریع شروع کنیم.

اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید. هر کسی که روی صندلی جلو نشسته باید کمر بند ایمنی ببندد.

### Slide 28

#### Text on slide:

- درست!
  - هر کسی که روی صندلی جلو نشسته باید کمر بند ایمنی ببندد.
  - همه افراد زیر 18 سال بدون در نظر گرفتن صندلی که نشسته اند باید کمر بند ایمنی را ببندند.
- [قانون ویرجینیا § 1094-46.2]

### PowerPoint Notes:

درست است! قانون ویرجینیا الزام می‌دارد همه افرادی که در صندلی جلو قرار می‌گیرند کمر بند ایمنی ببندند و افراد کمتر از 18 سال باید بدون توجه به صندلی که در وسیله نقلیه نشسته اند از کمر بند ایمنی استفاده کنند. بستن کمر بند ایمنی ساده‌ترین و موثرترین راه برای جلوگیری از صدمات و مرگ ناشی از تصادفات رانندگی است!

### Slide 29 – Video: کمر بند خود را ببندید!

#### Transcript of video:

[مرد و زنی در صندلی جلوی ماشین نشسته اند. مردی که در حال رانندگی است کمر بند ایمنی ندارد.]  
[زن مسافر]: دینگ دینگ دینگ دینگ دینگ...  
[یک اتومبیل کنار اتومبیل اول نگه می‌دارد. شیشه پنجره پایین کشیده می‌شود]  
[مسافر در اتومبیل بغل به راننده بدون کمر بند می‌گوید]: دینگ دینگ دینگ دینگ...  
[دختر روی اسکوتر در پیاده رو نیز می‌گوید]: دینگ دینگ دینگ دینگ...  
[مردی که در آن طرف خیابان قدم می‌زند می‌گوید]: دینگ دینگ...  
مردی که در حال رانندگی است کمر بند ایمنی خود را می‌بندد و آواز دسته جمعی دینگ دینگ متوقف می‌شود.  
[راوی]: اگر کسی که می‌شناسید کمر بند ایمنی خود را نبسته است، مثل یک مزاحم رفتار کنید.  
[زن مسافر]: آفرین عزیزم.  
[راوی]: شما می‌توانید زندگی آنها را نجات دهید.

### PowerPoint Notes:

گاهی باید مثل یک آدم مزاحم و خسته کننده رفتار کنید!

### Slide 30

استفاده از کمر بند ایمنی نوجوانان

- رانندگان و مسافران نوجوان کمتر از هر گروه سنی دیگر از کمر بند ایمنی استفاده می‌کنند.
  - کمر بند ایمنی نوجوانان را در اتومبیل ایمن نگه می‌دارد و در صورت تصادف از برخورد آنها با اشیاء و مسافران داخل خودرو جلوگیری می‌کند.
- اداره راهنمایی و رانندگی VA و CDC

### PowerPoint Notes:

متأسفانه رانندگان نوجوان و مسافران نوجوان کمتر از هر گروه سنی دیگر از کمربند ایمنی استفاده می کنند. کمربندهای ایمنی شما را در خودرو محفوظ نگه می دارند و در صورت تصادف از برخورد با اجسام و سر نشینان داخل خودرو جلوگیری می کنند. والدین همیشه باید از کمربند ایمنی استفاده کنند. بستن کمربند یک راه بی دردسر برای جلوگیری از صدمات و مرگ است. این کار ساده می تواند خطر مرگ یا آسیب جدی نوجوان شما را در تصادف به نصف کاهش دهد.

### Slide31

#### Text on slide:

- میزان استفاده از کمربند ایمنی نوجوانان 65 درصد از نوجوانانی که در تصادفات کشته شده اند، کمربند ایمنی نبسته بودند
- حقایق تصادف سازمان وسایل نقلیه ویرجینیا 2022

### PowerPoint Notes:

والدین نقش مهمی در بستن کمربند ایمنی فرزندانشان دارند. والدین نه تنها خود به عنوان الگو باید بستن کمربند ایمنی را آموزش دهند، بلکه باید با جدیت قانون کمربند ایمنی خانواده را نیز اجرا کنند و عدم استفاده از آن را غیر قابل قبول قرار دهند. بستن کمربند ایمنی برای مدت کوتاهی به یک عادت تبدیل شده است و بستن کمربند ایمنی یک عادت فوق العاده خوب است!

### Slide 32 - Video:! ببینید! کمربند خود را ببندید!

#### Transcript of video:

[DEMO TIME]

- [نوجوان 1]: ما امروز یک نمایش انجام می دهیم.
- [نوجوان 2]: اگر چیزی را با سرعت بالا روی جاده پرتاپ کنید، جالب نخواهد بود.
- [نوجوانان با چوب بیسبال و مشت در حال له کردن یک عدد طالبی هستند]
- [نوجوان 1]: له کردن میوه خیلی خنده است، ولی دیگر جوک جالبی نیست وقتی شما یک طالبی باشید.
- [نوجوان 2]: بعضی آدمها در سن ما کمربند ایمنی نمی بندند. و اگر تصادف کنید، 30 بار بیشتر احتمال دارد که از روی صندلی به بیرون در جاده پرتاپ شوید.
- [نوجوان 1]: و از هر چهار نفر که به بیرون پرتاپ می شوند سه نفر می میرند.
- [نوجوان 2]: واقعیت.
- [نوجوان 3]: طالبی نباشید.
- [همه]: کمربند ایمنی خود را ببندید

### Slide 33

#### Text on slide:

- تنظیم آینه برای حذف نور نقطه کور (BGE)
- BGE نقاط کور اطراف اتومبیل و نور خیره کننده چراغ های جلوی وسایل نقلیه پشتی شما را کاهش می دهد.
- تنظیم آینه بغل تقریباً 15 درجه به بیرون به شما امکان می دهد خطوط کنار وسیله نقلیه خود را ببینید.
- مطمئن شوید که دانش آموز به شما نشان دهد که چگونه نقاط کور را کاهش می دهد!

### PowerPoint Notes:

نکته دیگری که باید قبل از روشن کردن خودرو با نوجوان خود مرور کنید، تنظیم آینه است. تنظیم آینه حذف نور نقطه کور (همچنین به عنوان BGE شناخته می شود) اکنون توصیه می شود. تنظیم آینه BGE نقاط کور اطراف خودرو و تابش نور چراغ های جلوی خودروهای پشت سرتان را کاهش می دهد. هنگامی که از تنظیم آینه BGE استفاده می کنید، قسمت بیشتری از خط را در کنار خودروی خود خواهید دید نه اصراف خودروی خود. این به شما امکان می دهد وسایل نقلیه را در خطوط مجاور نظارت کنید.

#### Slide 34 – Video: تنظیم صحیح آینه

##### Transcript of video:

- شما این ضرب المثل را می دانید که باید قبل از پرش، نگاه کنید. خب در مورد رانندگی هم همینطور است. شما باید قادر باشید که بدانید به جایی که می خواهید بروید با خیال راحت به مقصد می رسید. امروز قصد دارم روش صحیح تنظیم آینه های عقب و بغل را به شما نشان دهم. ما روش صحیح تنظیم آینه ها را در نقطه کور و حذف تابش نور خیره کننده یا روش BGE به شما آموزش می دهیم. بگذارید به شما نشان دهم.

ابتدا آینه عقب را طوری تنظیم کنید که تمام پنجره عقب را ببینید و به آینه اصلی برای مشاهده آنچه در پشت اتومبیل است تبدیل شود. اکثر مردم هیچ مشکلی با این موضوع ندارند.

حالا روش صحیح تنظیم آینه بغل راننده این است که سر خود را تا انتها خم کنید تا تقریباً شیشه را لمس کنید. به این صورت. سپس آینه خود را طوری تنظیم کنید تا جایی که کاملاً پشت اتومبیل خود را ببینید. آن تکه از سپر بغل را می بینید؟ بله، شما نباید آنرا ببینید. شما باید طوری آینه را تنظیم کنید که فقط تا پشت آنرا ببینید. این به شما این امکان را می دهد که خط کناری، درست پشت نقطه کور سمت راننده را ببینید. شما نیازی به دیدن اتومبیل خود ندارید، اما باید خط کناری و اتومبیلی که در آن است را ببینید.

حالا برای آینه سمت سر نشین، روی کنسول وسط به سمت راست خم شوید و آینه سمت راست را طوری تنظیم کنید تا راننده به سختی بتواند آن طرف اتومبیل را ببیند.

این تنظیمات آینه بغل، همپوشانی بین آینه عقب و آینه بغل را کاهش می دهد تا راننده بتواند خطوط کنار اتومبیل را کنترل کند.

بگذارید به یک نمونه بپردازیم. در نظر بگیرید در آن اتومبیل در آنجا هستید و می خواهید در این خط باشید. باید چکار باید کنید؟ آینه بغل خود را چک کنید. در آنجا اتومبیلی نمی بینید. اما وقتی خط را عوض می کنید، ناگهان بووم. یک اتومبیل آنجا است. حالا اگر آینه شما به درستی تنظیم شده بود، این همان چیزی است که می دیدید. در آخر، راننده همچنان باید با چرخاندن سریع سر خود برای چک کردن روی شانه، ناحیه نقطه کور کنار صندلی راننده را که توسط آینه بغل پوشانده نشده است، تحت نظر داشته باشد.

این تنظیمات آینه همچنین در هنگام رانندگی در شب عملاً تابش خیره کننده چراغ های اتومبیل هایی که از جلو می آیند را از بین می برد. برای تنظیم صحیح آینه ها لحظه ای وقت بگذارید. آینه ای که به خوبی تنظیم شده می تواند جان شما را نجات دهد.

من تراویس تاکر هستم، به شما یادآوری می کنم که کمربند خود را ببندید، آینه های تان را تنظیم کنید و با خیال راحت رانندگی کنید.

PowerPoint Notes:

اگر از تنظیم آینه BGE استفاده می کنید، آیا هنوز باید "با سر" عقب را چک کنید؟ بله، شما باید سریع از روی شانه خود نواحی خارج از دید خود را بررسی کنید.

#### Slide 35

Text on slide:

درست یا غلط؟

- ایمن ترین موقعیت برای قرار دادن دست ها روی فرمان برای اکثر موقعیت های رانندگی در ساعت 10 و 2 است.
- اگر معتقدید این جمله درست است، لطفا دست خود را بالا ببرید. 0

PowerPoint Notes:

هنگامی که شما و نوجوانتان کمربندهای ایمنی خود را بستید و آینه ها را تنظیم کردید، آماده شروع رانندگی هستید. اجازه دهید به اطلاعات بیشتری در مورد رانندگی بپردازیم. اگر معتقدید این جمله درست است، لطفا دست خود را بالا ببرید. ایمن ترین موقعیت برای قرار دادن دست ها روی فرمان برای اکثر موقعیت های رانندگی در ساعت 10 و 2 است.

#### Slide 36

Text on slide:

غلط!

- ایمن ترین حالت برای قرار دادن دست ها روی فرمان، برای اکثر موقعیت های رانندگی، 8 و 4 است.

PowerPoint Notes:

غلط! قرار دادن دست ها روی نیمه پایینی فرمان در 8 و 4 ایمن ترین حالت دست برای اکثر موقعیت های رانندگی است.

#### Slide 37

Text on slide:

منحرف شدن از جاده

- آیا می توانید سه دلیل را برای منحرف شدن از جاده فهرست کنید؟
- چگونه خط کنار جاده از منحرف شدن از جاده جلوگیری می کند؟
- چگونه می توانید بعد از خارج از جاده، اتومبیل را مجدداً به جاده برگردانید؟

PowerPoint Notes:

منحرف شدن از جاده به خصوص برای رانندگان تازه کار بسیار خطرناک است. اکثر تصادفات در حین منحرف شدن از جاده، ناشی از خطای راننده است. این موارد عبارتند از: "تلاش بیش از حد برای اصلاح یک خطا" - مانند قرار ندادن دست در موقعیت 8 و 4، "کنترل ضعیف فرمان"، به معنای توجه نکردن به مسیر و جاده، "سرعت بیش از حد در پیچ ها" زیرا قوه جبری خودرو را به خط مستقیم می کشد، "سرعت بیش از حد در شرایط خاص"، مانند آب و هوای نامساعد، "برخورد با اشیاء یا حیوانات در جاده" برای چیزهایی مانند حیوانات یا سایر موانع در مسیر، "حواس پرتی" در داخل و خارج از وسیله نقلیه، و رانندگی در حالت خواب آلودگی.

- هنگامی که راننده از جاده منحرف می شود، خطوط شیاردار کنار جاده به راننده هشدار می دهند. برای غلبه بر ترس و/یا واکنش بیش از حد، رانندگی روی خطوط شیاردار را تمرین کنید تا "حساسیت زدایی" در نوجوان خود ایجاد کنید.



- با تمرین، کنترل اتومبیل پس از انحراف از جاده، مهارت پیچیده ای برای یادگیری نیست.

### قرار دادن صحیح دست روی فرمان - Slide 38: Video

#### Transcript of video:

- قبل از فرمان هیدرولیک، چرخ فرمان نازکتر و از نظر قطر بسیار بزرگتر بودند و به قدرت بازوی بیشتری نیاز داشتند. یادگیری در مورد قرار دادن صحیح دست روی فرمان های کوچکتر، ضخیم تر و مدرن، کار با فرمان را بهینه کرده و ایمنی را افزایش می دهد. امروز ما در مورد روش صحیح نگاه داشتن فرمان مدرن خواهیم آموخت و مزایای ایمنی استفاده از روش فشار، کشیدن و سرخوردن از یک دست به دست دیگر برای کنترل بهینه فرمان را به اشتراک می گذاریم.

فرمان هیدرولیک ممکن است ساده به نظر برسد، اما تصورات نادرست زیادی در مورد نقطه ای که باید دستها قرار بگیرد وجود دارد. قرارگیری صحیح دست روی فرمان و حرکت آهسته و پیوسته که برای یک فرمان مدرن استفاده می شود، کنترل فرمان را افزایش می دهد و استراتژی های رانندگی ایمن و مؤثر برای جلوگیری از تصادفات و صدمات هستند.

فرمان را مانند یک ساعت با عدد 12 در بالا در نظر بگیرید. بسیاری از مردم فکر می کنند که باید دست های خود را در موقعیت 10 و 2 قرار دهند. این بهترین تمرین برای زمانی بود که فرمان بزرگتر بود و چرخاندن آن سخت تر بود. قرارگیری دست در موقعیت 10 و 2 در بالای فرمان ایده آل نیست، زیرا بازوهای شما ممکن است خسته شوند و وزن بازوهای شما ممکن است حرکت غیر ضروری فرمان را ایجاد کند. قرار دادن دست ها در قسمت بالای فرمان نیز رانندگان را مجبور می کند هنگام چرخش، بازوی های آنها روی هم قرار بگیرند. در صورت تصادف و باز شدن کیسه هوا، این می تواند باعث آسیب شدید شود. آخ!

قرار دادن دست ها روی نیمه پایینی فرمان در موقعیت 8 و 4 با بازوها در کناره ها نه تنها راحت تر است، بلکه بسیار ایمن تر است. قرار دادن دستها در موقعیت 8 و 4 به راننده اجازه می دهد تا از روش فشار، کشیدن، و سر خوردن فرمان از یک دست به دست دیگر استفاده کند. با استفاده از روش فشار، کشیدن، و سر خوردن با یک دست به آرامی فرمان را فشار می دهیم و با دست دیگر آن را می کشیم و دست ها هر بار به موقعیت 8 و 4 برمی گردند.

وقتی اتومبیل را به سمت مسیر مورد نظر به حرکت در می آورید، فشار را رها کنید و اجازه دهید فرمان از میان نوک انگشتان شما بلغزد تا لاستیک ها در جهتی که می خواهید حرکت کنید، حرکت کنند. این کار نه تنها از چرخاندن بیش از حد فرمان جلوگیری می کند، بلکه در صورت باز شدن کیسه هوا، بازوهای شما در پایین فرمان به هم نمی خورد و به صورت شما برخورد نمی کند. این تکنیک های فرمان ممکن است ساده به نظر برسند، اما برای عملکرد ایمن وسیله نقلیه شما حیاتی نیز هستند. تنها با تغییر جای دست خود، می توانید از تصادف یا آسیب جدی جلوگیری کنید.

من تراویس تاکر به شما یادآوری می کنم که سهم خود را برای ایمن نگه داشتن خود و جاده ها انجام دهید.

### Slide 39

#### Text on slide:

- 8 و 4 - فرمان فشاری/کششی/لغزشی موارد زیر را کاهش می دهد:
- جراحات (در صورت باز شدن کیسه هوا).
- فرمان بیش از حد - ممکن است کنترل وسیله نقلیه را کاهش دهد، از جاده خارج شدن و تصادفات در اثر خارج شدن از جاده را کاهش دهد.

- خستگی و کمردرد در طول رانندگی طولانی مدت.

#### PowerPoint Notes:

همیشه باید کمربند ایمنی خود را ببندید و حداقل 10 اینچ از کیسه هوا فاصله بگیرید. اگر می‌توانید زاویه فرمان را تنظیم کنید، مطمئن شوید که کیسه هوا به سمت سینه‌تان باشد نه به سمت صورت‌تان. قرار دادن دست‌ها در موقعیت‌های 8 و 4 نیز بازوهای شما را از مسیر کیسه هوا خارج می‌کند و در صورت باز شدن کیسه هوا آسیب به دست، بازو و صورت را کاهش می‌دهد. نگه داشتن فرمان در پایین همچنین تمایل به حرکت بیش از حد فرمان را که ممکن است منجر به از دست دادن کنترل یا منحرف شدن از جاده شود، کاهش می‌دهد.

لطفاً همه صاف بنشینید و موقعیت رانندگی را در نظر بگیرید و دستهای خود را در بالای فرمان در موقعیت 10 و 2 نگه دارید. اگر فکر می‌کنید بازوها و شانه‌هایتان خسته می‌شوند وقتی به این وضعیت ادامه دهید سرتان را تکان دهید؛ اکنون دستان خود را از موقعیت 10 و 2 به سمت پایین در موقعیت 8 و 4 قرار دهید. این وضعیت آرام‌تر، تنش عضلانی و حرکت غیر ضروری فرمان ناشی از وزن بازوها را کاهش می‌دهد.

#### Slide 40: Video: تصحیح بیش از حد:

##### Transcript of video:

- امروز قصد داریم در مورد یکی از دلایل مکرر تصادفات مرگبار که برای رانندگان باتجربه و مبتدی اتفاق می‌افتد صحبت کنیم. این یعنی انحراف از جاده و سپس تلاش بیش از حد به اصلاح خطا زمانی که می‌خواهید به جاده برگردید.

بگذارید به شما نشان دهم. وقتی از جاده منحرف می‌شوید واکنش طبیعی این است که فرمان را می‌چرخانید تا دوباره به سرعت به جاده برگردید و ترمزها را فشار می‌دهید. با این حال، این می‌تواند باعث غلت زدن یا انحراف شدید اتومبیل به سمت ترافیک مقابل یا مانع دیگری شود. نتایج می‌تواند کشنده باشد.

همه باید برای این وضعیت آماده باشند و رانندگان تازه وارد باید نحوه کنترل اتومبیل را در صورت منحرف شدن از جاده تمرین کنند. والدین باید ابتدا به رانندگان تازه وارد خود درباره عواقب خطرناک عدم توجه کامل به رانندگی تاکید کنند. رانندگی در هر ثانیه نیاز به توجه کامل دارد. صحبت کردن با تلفن، کلنچار رفتن با رادیو، صحبت با مسافران، نوشیدنی برداشتن، یا بسیاری از عوامل حواس پرتی می‌تواند باعث شود راننده از جاده منحرف شود. می‌تواند در یک لحظه اتفاق بیفتد. در حین رانندگی متمرکز و هوشیار باشید.

با این حال، اگر این اتفاق بیافتد، با تمرین می‌توان روش‌های مناسب را برای اصلاح خطا آموخت. والدین باید قبل از اینکه از نوجوانان خود بخواهند، این مهارت را تمرین کرده و به آنها نشان دهند. شاید این چیزی باشد که والدین قبلاً هرگز آن را انجام نداده‌اند و می‌توانند از آن نیز بهره ببرند.

اولاً، برای والدین مهم است که یک جاده مستقیم بدون ترافیک و سنگریزه، یا خاک یا چمن کنار جاده که همتراز با سطح جاده است برای تمرین پیدا کنند. این مهارت را در جاده‌ای که در کنار دره قرار دارد یا دارای چاله یا موانع کنار جاده است تمرین نکنید. در این شرایط، راننده مبتدی به راحتی می‌تواند کنترل خود را از دست بدهد و آسیب جدی به اتومبیل شما وارد بیاورد. حتی در سرعت‌های آهسته، خاک یا شن‌های شل می‌توانند کشش را کاهش دهند و باعث لغزندگی یا سر خوردن اتومبیل شوند.

بنابراین، وقتی مکانی برای تمرین پیدا کردید، با سرعت آهسته تمرین خارج شدن از جاده را انجام دهید. ابتدا، همانطور که راننده کمی به سمت راست، اتومبیل را هدایت می‌کند، لاستیک جلو سمت راست جاده را ترک می‌کند و لاستیک عقب سمت راست بلافاصله پیروی می‌کند. راننده باید پای خود را از روی پدال گاز بردارد و

ترمز نکند یا خیلی آرام ترمز کند. اتومبیل باید موازی با قسمت آسفالت جاده باشد. اگر شرایط اجازه می دهد، رانندگان مبتدی باید برای مدتی روی خط کنار جاده یا روی نوار خاکی یا خط شیار دار کنار جاده رانندگی کنند تا لرزش اتومبیل و فرمان و صدا را احساس کنند. در یک موقعیت واقعی، اتومبیل ممکن است با سنگ و زباله های دیگر برخورد کند. سپس، راننده باید ترافیک را بررسی کند و با سرعت کم به جاده بازگردد.

نکته اصلی که باید به خاطر بسپارید این است که وحشت نکنید. دانستن اینکه چگونه به یک موقعیت، قبل از وقوع، و اکنش نشان دهید بهترین دفاع شماس است.

من تراویس تاکر هستم، به شما یادآوری می کنم که دقت کنید و با ایمنی رانندگی کنید.

#### Slide 41

##### Text on slide:

- جایی که لاستیک با جاده برخورد می کند
- کنترل اتومبیل بر روی تکه هایی از چهار لاستیک قرار دارد که در تماس با آسفالت است.
- هر تکه لاستیک به اندازه یک اسکناس دلار است.

##### PowerPoint Notes:

اتومبیل شما توسط چهار تکه کوچک لاستیک در تماس با زمین کنترل می شود که به اندازه یک اسکناس یک دلاری است. کلمه کشش به طور کلی به توانایی اتومبیل شما در حفظ اصطکاک بین وسیله نقلیه (به ویژه لاستیک های شما) و آسفالت اشاره دارد. کنترل و عملکرد اتومبیل تحت تأثیر کشش بین لاستیک و سطح جاده است. بدون کشش، کنترلی ندارید.

#### Slide 42

##### Text on slide:

- کشش، لاستیک و آسفالت
- سطح جاده - ناهموار یا صاف
- شرایط جاده - مرطوب، یخ زده و غیره، سطح اصطکاک (کشش) را کاهش می دهد.
- سرعت و جهت - خودرو با چه سرعتی و به کجا می رود؟

##### PowerPoint Notes:

سطح جاده: یک عامل کلیدی که بر پتانسیل لغزش اتومبیل تأثیر می گذارد، سطح جاده است. آسفالت است یا بتنی؟ زبر یا صاف؟ به کاغذ سنباده فکر کنید. دارای درجه های مختلف زبری است. هر چه کاغذ سنباده درشت تر باشد، اصطکاک بیشتری به سطح سنباده زنی وارد می کند.

شرایط جاده: شرایط جاده با سطح جاده یکی نیست. شرایط جاده های مختلف امکانات اصطکاک متفاوتی را برای لاستیک ها ایجاد می کند. یک جاده زمخت در باران نسبت به همان بزرگراه که خشک است، محکم تر می ماند. به همین ترتیب، آسفالت پوشیده از برف، احتمال اصطکاک کمتری را برای لاستیک ها ایجاد می کند.

سرعت و جهت اتومبیل. هر چه سریعتر حرکت کنید، قبل از توقف اتومبیل، انرژی بیشتری باید برای توقف تلف کند. و اگر جاده به سمت شرق است و ماشین شما به سمت شمال می رود، مشکل دارید.

#### Slide 43

##### Text on slide:

اگر فضا داشته باشید، هرگز تصادف نمی کنید!

- به چه مقدار از فضا نیاز دارید؟
- 0 در سطوح خشک با این سرعت ها، این مسافتی است که رانندگان برای هدایت یا ترمز نیاز دارند.
- 2 ثانیه - زیر 35 مایل در ساعت
- 3 ثانیه - 36-45 مایل در ساعت
- 4 ثانیه - 46-70 مایل در ساعت

#### PowerPoint Notes:

والدین، اگر نمی‌خواهید نوجوانان تصادف کنند، به او بیاموزید که چگونه حد فاصله را مدیریت کند - به‌ویژه حد فاصله با جلوی اتومبیل. این ساده ترین و مهم ترین فضایی است که یک راننده می تواند کنترل کند. اگر فضای کافی بین اتومبیل خود و وسیله نقلیه جلویی داشته باشید می توانید ترمز کنید یا از بروز حادثه جلوگیری کنید. این نمودار فاصله توصیه شده را بر حسب ثانیه روی سطوح خشک برای سرعت های مختلف ارائه می دهد.

#### Slide 44

##### Text on slide:

موضوع سوم:  
گواهینامه موقت و شرایط مجوز فارغ التحصیلی

#### PowerPoint Notes:

هنگامی که نوجوان شما برگه موقت برای تعلیم رانندگی را به مدت 9 ماه گرفته باشد؛ حداقل 45 ساعت رانندگی را با راهنمایی ولی یا سرپرست تکمیل کرده باشد؛ 16 سال و 3 ماه داشته باشد و با موفقیت کلاس تعلیم رانندگی و دوره پشت فرمان را با تست جاده گذرانده باشد ، نوجوان شما آماده است تا گواهینامه موقت خود را دریافت کند.

#### Slide 45

##### Text on slide:

- اخذ گواهینامه رانندگی
- حداقل 16 سال و 3 ماه سن
  - دارای گواهینامه به مدت 9 ماه
  - 45 ساعت تمرین مستند زیر نظر ولی/سرپرست
  - تکمیل آموزش رانندگی
  - o کلاس تعلیم رانندگان
  - o پشت فرمان
- (برای افراد زیر 18 سال)

#### PowerPoint Notes:

برای اخذ گواهینامه رانندگی در ویرجینیا برای افراد زیر 18 سال، دانش آموز شما باید: حداقل 16 سال و 3 ماه سن داشته باشد؛ حداقل 9 ماه رانندگی را با گواهینامه موقت تمرین کرده باشد؛ 45 ساعت تمرین توسط ولی یا سرپرست را تکمیل کرده باشد؛ و یک کلاس/دوره تایید شده توسط استان و برنامه پشت فرمان تعلیم رانندگی را با موفقیت کامل کرده باشد.

#### Slide 46

##### Text on slide:

## کلاس تعلیم رانندگی

- حداقل 36 جلسه تعلیم رانندگی به عنوان بخشی از برنامه تربیت بدنی در پایه/صنف دهم گنجانده شده است.

- o نمره قبولی
- o جلسه 90 دقیقه ای آموزش رانندگی ایمن ویژه والدین/نوجوان
- نتیجه: گواهی پایان جلسات تعلیم آموزش رانندگی (کارت DEC)

### PowerPoint Notes:

رانندگی خطر شماره 1 سلامت برای نوجوانان است، و به همین دلیل است که اکثر کلاس های آموزش رانندگی به عنوان بخشی از آموزش بهداشت یا تربیت بدنی پایه/صنف دهم ارائه می شود. کلاس آموزش رانندگی یک دوره جامع است که انواع ایمنی رانندگی و اطلاعات مربوط به راننده مانند قوانین اساسی جاده، رویه های صدور گواهینامه، حرکت خودرو، مدیریت زمان و مکان، تقسیم جاده با سایر رانندگان (موتورسیکلت و تراکتور تریلر)، خرید و اطمینان از وسیله نقلیه، خواندن نقشه، استفاده از GPS، خطرات الکل و سایر مواد مخدر و رانندگی، پیامک و رانندگی و رانندگی در حال خواب آلودگی را پوشش می دهد.

پس از اتمام موفقیت آمیز دوره آموزش رانندگی، فرزند شما گواهینامه پایان تعلیم رانندگی را دریافت می کند که به آن کارت DEC گفته می شود. فرزند شما برای صلاحیت در شروع آموزش پشت فرمان به این کارت نیاز دارد.

### Slide 47

#### Text on slide:

- برای صلاحیت در شروع آموزش پشت فرمان، دانش آموز باید:
- در یک دوره آموزش رانندگی ثبت نام کرده باشد یا با موفقیت کلاس را به پایان برساند
- تکمیل فرم های ثبت نام و اجازه والدین
- گواهینامه موقت
- پشت فرمان عبارتست از:
  - o 14 دوره آموزشی
  - o 7 جلسه
  - o تست جاده

### PowerPoint Notes:

هنگامی که نوجوانان مجوز خود را دریافت کردند و کلاسهای تعلیم رانندگی را به پایان رساندند، می توانند برای برنامه پشت فرمان ثبت نام کنند. آموزش پشت فرمان قبل یا بعد از مدرسه در طول سال تحصیلی در دسترس است و در تابستان در مدرسه دانش آموز شما ارائه می شود. در برنامه پشت فرمان دانش آموز شما 7 بار رانندگی می کند و 7 بار مشاهده می کند و در پایان مجموع 14 دوره آموزشی، در تست جاده شرکت می کند. اگر نوجوان شما دارای مجوز به مدت 9 ماه باشد، در تست جاده قبول شود، و تمام الزامات دیگر گواهینامه نوجوانان (از جمله شرط رانندگی 45 ساعته) را داشته باشد، معلم آموزش پشت فرمان برای دانش آموز شما یک گواهینامه موقت 6 ماهه صادر می کند. وقتی صحبت از آموزش و ایمنی به میان می آید، یک برنامه تعلیم رانندگی خوب ممکن است یکی از حیاتی ترین تصمیم هایی باشد که والدین می توانند بگیرند. خوشبختانه، یافتن یک برنامه آموزشی خوب برای راننده آسان است، مشروط بر اینکه بدانید به دنبال چه چیزی باشید. اگر می دانید که مهارت های ارزشمندی را از یک معلم تعلیم رانندگی خوب آموخته و 45 ساعت یا بیشتر رانندگی را با راهنمایی یکی از والدین یا سرپرست تجربه کرده است، خیلی راحت تر است که اجازه دهید نوجوانتان پشت فرمان بنشیند.

### Slide 48

#### Text on slide:

والدین کنترل را در دست دارند - آنها باید گواهینامه رانندگی یا شماره شناسایی صادر شده توسط DMV را امضا کرده و موارد زیر را ارائه دهند:

- درخواست برای گواهینامه موقت
- گزارش رانندگی که گواهی می دهد دانش آموز شما حداقل 45 ساعت رانندگی کرده است (15 ساعت بعد از غروب آفتاب)
- فرم اعطای مجوز مدرسه برای صدور گواهینامه رانندگی و اذعان به اهمیت وضعیت تحصیلی خوب
- فرم صدور گواهینامه موقت شش ماهه (TDL) توسط معلم پشت فرمان

#### PowerPoint Notes:

خوب است به یاد داشته باشید که والدین مسئول رضایت برای صدور مجوز هستند. والدین باید درخواست مجوز موقت DMV، فرم اجازه والدین را برای دریافت تعلیم رانندگی، گزارش رانندگی 45 ساعته، و گواهینامه موقت 6 ماهه را امضا کنند. هنگامی که دانش آموز شما با موفقیت کلاس و برنامه پشت فرمان را به پایان رساند و تمام الزامات صدور گواهینامه را برآورده کرد، با اجازه والدین، معلم برنامه پشت فرمان می تواند یک گواهینامه موقت 6 ماهه را برای دانش آموز شما صادر کند. آموزشگاه رانندگی یک کپی از گواهینامه 6 ماهه دانش آموز شما را به شما می دهد و یک نسخه دیگر را برای DMV ارسال می کند.

#### Slide 49

##### Text on slide:

صدور مجوز برای نوجوانان

- خانواده از تاریخ حضور در دوره اولیه صدور مجوز 180 روزه اطلاعیه دریافت خواهند کرد.
- یا
- تشریفات به شیوه ای جایگزین برگزار می شود یا از آن صرف نظر می شود و مجوز از طریق پست ارسال می شود.

#### PowerPoint Notes:

DMV یک مجوز 6 ماهه صادر می کند و مجوزی با اعتبار 8 سال برای دانش آموز شما به دادگاه نوجوانان و روابط داخلی به آدرس پستی خانوادهتان ارسال می کند. در نتیجه، بسیار مهم است که DMV آدرس صحیحی برای ارسال نسخه چاپی به دادگاه در اختیار داشته باشد.

ظرف 66 ماه پس از دریافت گواهینامه موقت، دانش آموز و ولی/سرپرست ممکن است دعوتنامه ای برای شرکت در مراسم گواهینامه نوجوانان برای دریافت نسخه چاپی گواهینامه دائمی دریافت کنند یا مستقیماً برای والدین/سرپرست پست خواهد شد. دادگاه ها در حال حاضر می توانند مراسم را به صورت حضوری، یا به شیوه ای متناوب برگزار کنند یا از آن صرف نظر کنند.

#### Slide 50

##### Text on slide:

محدودیت مسافر برای گواهینامه موقت  
رانندگان زیر 18 سال صاحب گواهینامه موقت هستند و نمی توانند بیش از یک مسافر غیر از افراد خانواده که زیر 21 سال دارند سوار کنند.

#### PowerPoint Notes:

وقتی نوجوان شما گواهینامه خود را دریافت کرد، آیا می تواند سوار اتومبیل شود و رانندگی کند؟ خیر! آنها گواهینامه موقت دارند. ویرجینیا برای افراد زیر 18 سال که دوره را به پایان رسانده است، قوانین گواهینامه صادر کرده است.

قانون ویرجینیا به راننده زیر 18 سال با گواهینامه موقت اجازه می دهد زمانی که به مدت یک سال دارای گواهینامه موقت است بیش از 1 مسافر غیر از افراد خانواده که زیر 21 سال دارند در اتومبیل سوار نکند. لطفاً به خاطر داشته باشید که حتی یک مسافر باعث حواس پرتی می شود و بین تعداد مسافران و احتمال تصادف رابطه مستقیمی وجود دارد.

ما امیدواریم که قانون خانواده شما برای نوجوان تان "رانندگی بدون مسافر" باشد!

#### Slide 51

##### Text on slide:

محدودیت مسافر برای گواهینامه رانندگی درست یا غلط؟

قانون ویرجینیا به 3 مسافر نوجوان غیر از افراد خانواده اجازه می دهد تا سوار خوردگی شوند که راننده آن به تازگی 17 ساله شده است. اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید.

##### PowerPoint Notes:

درست یا غلط: قانون ویرجینیا به 3 مسافر نوجوان غیر از افراد خانواده اجازه می دهد تا سوار خوردگی شوند که راننده آن به تازگی 17 ساله شده است.

#### Slide 52

##### Text on slide:

غلط!

- باید مجوز موقت به مدت یک سال (حداقل 17 ساله و 3 ماه) داشته باشند.
- بعد از سال اول، ممکن است سه مسافر غیر از افراد خانواده زیر 21 سال سوار کند:
  - o برای رفت و برگشت به یک فعالیت مدرسه.
  - o هنگامی که یک فرد دارای گواهینامه 21 ساله یا بزرگتر در صندلی سرنشین در جلو نشسته است.
  - o در موارد اضطراری.

قانون بدون مسافر را برای راننده نوجوان خود در نظر بگیرید!

##### PowerPoint Notes:

این غلط است! دانش آموز شما باید حداقل 17 سال و 3 ماه داشته باشد تا بیش از یک مسافر سوار کند و بمدت یک سال کامل گواهینامه دریافت کرده باشد. پس از سال اول، قانون ویرجینیا به راننده جوان اجازه می دهد تا در شرایط زیر سه مسافر غیر از افراد خانواده که کمتر از 21 سال داشته باشند سوار کند:

- برای رفت و برگشت به یک فعالیت مدرسه،
- هنگامی که یک فرد دارای گواهینامه 21 ساله و بزرگتر در صندلی سرنشین در جلو نشسته است، و
- در موارد اضطراری.

این قانون حمل مسافر در ویرجینیا است، اما ممکن است بهترین شیوه نباشد. امیدواریم که قانون رانندگی "بدون مسافر" را برای خانواده خود در نظر بگیرید!

## Slide 53

### Text on slide:

نفوذ هم سن و سالان

افراد به شدت تحت تأثیر همسالان خود قرار می گیرند و از طریق آنها بر یکدیگر تأثیر می گذارند:

- فشار همسالان
- رفتارهای الگو سازی
- ایجاد فرصت برای درگیر شدن در رفتارها

### PowerPoint Notes:

چرا محدودیت مسافر وجود دارد؟ همه ما به شدت تحت تأثیر همسالان خود هستیم. همه می خواهند احساس تعلق کنند و بخشی از یک گروه باشند. نظرات و روابط همسالان برای نوجوانان بسیار مهم است و ممکن است به شیوه ای مثبت یا منفی بر تصمیم گیری دانش آموز شما تأثیر بگذارد. به عنوان مثال، اگر همسالان نوجوان شما کمربند ایمنی ببندند، همه آنها کمربند ایمنی می بندند. اگر همسالان آنها به مسابقات خیابانی علاقه دارند، ممکن است فرزند شما نیز در معرض خطر باشد و این رفتار را انجام دهد.

## Slide 54 - Video: محدودیت های رانندگی نوجوانان: مسافران

### Text on slide:

محدودیت های رانندگی نوجوانان: مسافران

### Transcript of video:

- برای راننده نوجوان تازه کار، عادات رانندگی ایمن و صحیح با تجربه، تمرین و پیروی از قوانین گواهینامه ایالتی به دست می آید. سرعت غیرمجاز، رانندگی تحت تأثیر مُسکرات (مشروبات الکلی و مواد مخدر)، نیستن کمربند ایمنی و ارسال پیامک هنگام رانندگی شدیداً خطرناک و خلاف قانون هستند.

اما حواس پرتی دیگری نیز وجود دارد که به شدت خطرناک است و چندان شناخته شده نیست. مسافران نوجوان.

تحقیقات نشان می دهد که تعداد سرنشینان اتومبیل یک نوجوان احتمال تصادف را بشدت افزایش می دهد. یک مطالعه AAA نشان داد که حضور یک مسافر در یک اتومبیل خطر مرگ را تا 44٪ افزایش می دهد. یک مسافر دیگر اضافه کنید و این خطر دو برابر می شود. یک مسافر دیگر اضافه کنید و چهار برابر می شود. این میزان هشداردهنده است و برای بسیاری از والدین آشنا نیستند. قانون اخذ مرحله ای گواهینامه رانندگی در ویرجینیا تعداد مسافرانی را که یک راننده نوجوان می تواند در اولین سال رانندگی خود (به طور مستقل) حمل کند محدود می کند.

قانون ویرجینیا رانندگی با بیش از یک مسافر غیر از اعضاء خانواده کمتر از 21 سال را تا زمانی که نوجوان گواهینامه موقت یک سال داشته باشد ممنوع می کند. پس از سال اول، دارنده گواهینامه موقت می تواند یک وسیله نقلیه موتوری را با حداکثر سه مسافر غیر از اعضاء خانواده که کمتر از 21 سال سن دارند، در موارد زیر اداره کند: 1. نوجوان در حال رانندگی در راه رفت و برگشت به یک فعالیت تحت حمایت مدرسه است یا 2. یک راننده دارای گواهینامه که حداقل 21 سال سن دارد، در صندلی کنار راننده نشسته است، یا 3. در موارد اضطراری.

والدین: این قانون را اجرا کنید. نوجوان خود را تشویق کنید تا قوانین محدودیت مسافر را رعایت کند و به آنها بفهمانید که رانندگی با مسافران نوجوان اضافی، آنها را در معرض خطر تصادف مرگبار قرار می دهد.

من تراویس تاکر هستیم و از شما خواهش می کنم: آیا ارزش خطر را دارد؟



## Slide 55

### Text on slide:

مقررات "بدون مسافر" را اجرا کنید.

### PowerPoint Notes:

در مقایسه با رانندگی بدون مسافر، خطر مرگ راننده 16 یا 17 ساله در هر مایل رانندگی:  
-- هنگام حمل یک مسافر کمتر از 21 سال 44 درصد افزایش می یابد  
-- هنگام حمل دو مسافر کمتر از 21 سال دو برابر می شود  
-- هنگام حمل سه یا چند مسافر کمتر از 21 سال، چهار برابر می شود و  
-- زمانی که یک مسافر 35 ساله یا بزرگتر در اتومبیل باشد 62 درصد کاهش می یابد.  
خبر خوب این است که والدین می توانند با در نظر گرفتن خط مشی ممنوعیت مسافر برای رانندگان نوجوان، نوجوانان خود را ایمن نگه دارند.

## Slide 56

### Text on slide:

محدودیت های منع رفت و آمد: درست یا غلط؟

- محدودیت رفت و آمد برای رانندگان زیر 18 سال از نیمه شب تا ساعت 4 صبح است.  
اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید.

### PowerPoint Notes:

اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید.  
در ویرجینیا، محدودیت رفت و آمد برای رانندگان زیر 18 سال از نیمه شب تا ساعت 4 صبح است.

## Slide 57

### Text on slide:

درست!

رانندگان زیر 18 سال نمی توانند از نیمه شب تا ساعت 4 صبح رانندگی کنند.

- استثناها عبارتند از:
  - رفت و آمد به محل کار یا یک فعالیت تحت حمایت مدرسه.
  - رفت و برگشت به یک فعالیت تحت نظارت یک بزرگسال و حمایت یک سازمان مدنی، مذهبی یا عمومی.
  - در صورت همراهی والدین یا بزرگسالان دیگر.
  - هنگامی که به عنوان یک آتش نشان داوطلب یا عضو گروه نجات به تماس اضطراری پاسخ می دهید.
  - در موارد اضطراری.

### PowerPoint Notes:

درست است! در اکثر موقعیت ها، قانون ویرجینیا به رانندگان زیر 18 سال، با گواهینامه موقت یا گواهینامه رانندگی، از نیمه شب تا ساعت 4 صبح اجازه رانندگی نمی دهد. در واقع، آمار نشان می دهد که رانندگی برای نوجوانان بعد از ساعت 7 بعد از ظهر خطرناک است.

قوانین منع رفت و آمد می تواند بسته به کانتی متفاوت باشد.

## Slide 58

### Text on slide:

رانندگی در شب

### PowerPoint Notes:

برای رانندگان در هر سنی، تصادفات مرگبار بیشتر در شب اتفاق می افتد، اما این خطر برای نوجوانان بیشتر است. دید کم و خستگی به این تصادفات کمک می کند. والدین باید مطمئن شوند که فرزندشان در محیط‌هایی که دید کم دارند، تمرین‌های کافی دریافت می‌کند. والدین همچنین باید فعالیت‌های بعد از مدرسه و تعطیلات آخر هفته را به دقت زیر نظر داشته باشند و برای رانندگی در شب محدودیت‌هایی قائل شوند.

## Slide 59

### Text on slide:

موضوع چهارم:

سایر ملاحظات: خستگی، حواس پرتی، الکل، سرعت زیاد، و انتخاب خودرو

### PowerPoint Notes:

اجازه دهید در مورد چند موارد دیگر صحبت کنیم که والدین و نوجوانان باید در نظر داشته باشند، همانطور که نوجوانان در حال آموزش رانندگی هستند.

## Slide 60

### Text on slide:

نوجوانان و خستگی

- نوجوانان به حداقل 9 ساعت خواب نیاز دارند.
- رانندگان زیر 25 سال در 50 درصد تصادفات ناشی از خواب آلودگی دخیل هستند.

### PowerPoint Notes:

اگر شب گذشته حداقل 8 ساعت خوابیده اید، دست خود را بالا ببرید. آیا می دانستید که نوجوانان به 9 ساعت خواب در شبانه روز نیاز دارند، اما به طور متوسط فقط 7 ساعت می خوابند؟ رانندگان جوان در معرض بالاترین خطر رانندگی به دلیل خواب آلودگی هستند که هر ساله باعث هزاران تصادف می شود. نوجوانان هنگام رانندگی در صبح زود یا اواخر شب بیشتر خسته و در معرض خطر هستند. قبل از اینکه پشت فرمان بنشینید، مطمئن شوید که دانش آموز شما کاملاً استراحت کرده است. رانندگان نوجوان تنها 14 درصد از کل رانندگان را تشکیل می دهند، اما در 50 درصد تصادفات ناشی از خواب آلودگی دخیل هستند.

## Slide 61

### Text on slide:

نوجوانان و خستگی (ادامه)

بیدار بودن به مدت 24 ساعت مانند غلظت الکل خون به مقدار 0.10 است

### PowerPoint Notes:

خواب آلودگی باعث می شود رانندگان توجه کمتری داشته باشند، زمان واکنش را کاهش می دهد و بر توانایی راننده در تصمیم گیری تأثیر می گذارد. رانندگی در حالت خستگی با رانندگی در حالت مستی مقایسه شده است. بیدار ماندن به مدت 24 ساعت باعث می شود مغز در همان سطح که قانوناً مست تلقی می شود عمل کند.

متأسفانه، نوجوانان برنامه‌هایی دارند که باعث کم خوابی آنها می‌شود. اگر بخواهیم آن را به عنوان یک چشم انداز بیان کنیم: یک دانش آموز معمولی دبیرستانی ساعت 6 صبح برای رفتن به مدرسه برمی‌خیزد. به مدرسه می‌رود و در فعالیت‌های بعد از مدرسه شرکت می‌کند. به خانه می‌آید، شام می‌خورد، ساعت 9 شب به خانه یکی از دوستان می‌رود. و سپس نیمه شب به خانه بر می‌گردد. این دانش آموز 18 ساعت بیدار بوده است. و اگر این دانش آموز رانندگی کند، یک دانش آموز معلول تلقی می‌شود.

## Slide 62

### Text on slide:

تمام عوامل حواس پرتی را محدود کنید!

- حواس پرتی رانندگی خطر تصادف را افزایش می‌دهد. رانندگان نوجوان تازه کار عبارتند از:
- احتمال تصادف در هنگام استفاده از تلفن 8 برابر افزایش می‌یابد
  - 7 تا 8 برابر احتمال تصادف هنگام برداشتن تلفن یا شیئی دیگر بیشتر می‌شود
  - پیامک دادن احتمال تصادف را تقریباً 4 برابر افزایش می‌دهد
  - احتمال تصادف در هنگام خوردن 3 برابر بیشتر است

[موسسه حمل و نقل NIH و VA Tech]

### PowerPoint Notes:

حواس پرتی در حین رانندگی یکی از عوامل اصلی تصادفات است. هر چیزی که توجه شما را از رانندگی دور کند باعث حواس پرتی می‌شود. اگر یک راننده حواس پرت باشید خطر تصادف شما چهار تا هشت برابر بیشتر از یک راننده بدون حواس پرتی افزایش می‌یابد.

دانش آموزان: در 10 ثانیه، پنج عامل حواس پرتی را فهرست کنید. آیا شما مگس کشتن را اضافه کردید؟ تغییر کانال رادیو؟ صحبت با مسافران؟

## Slide 63

### Text on slide:

قانون استفاده از تلفن همراه در ویرجینیا: درست یا غلط؟  
اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید.  
رانندگان نوجوان زیر 18 سال ممکن است از تلفن همراه استفاده کنند اما نمی‌توانند هنگام رانندگی پیامک ارسال کنند.

### PowerPoint Notes:

اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید. رانندگان نوجوان زیر 18 سال ممکن است از تلفن همراه استفاده کنند اما نمی‌توانند هنگام رانندگی پیامک ارسال کنند.

## Slide 64

### Text on slide:

غلط! اگر زیر 18 سال دارد

- استفاده از تلفن همراه ممنوع است
- دستگاه‌های بی‌سیم ممنوع است (حتی هندزفری).

هنگام رانندگی با اتومبیل!  
ارسال پیامک برای همه رانندگان در حین رانندگی غیرقانونی است.  
در دست گرفتن تلفن همراه در حین رانندگی برای هر کسی غیرقانونی است: 125 دلار برای اولین تخلف و 250 دلار برای تکرار تخلف.

#### PowerPoint Notes:

این غلط است! در حال حاضر در ویرجینیا در دست داشتن تلفن همراه یا پیامک هنگام رانندگی برای همه غیرقانونی است. اگر زیر 18 سال دارید، حتی بهتر است از دستگاه بی سیم هندزفری استفاده نکنید. اگر یک راننده نوجوان قانون تلفن همراه ویرجینیا را زیر پا بگذارد، 3 امتیاز منفی عدم صلاحیت دریافت می کند و باید جریمه پرداخت کند. محکومیت دوم منجر به تعلیق امتیازات رانندگی نوجوانان به مدت شش ماه از دادگاه خواهد شد. علاوه بر این، رانندگان زیر 20 سال که محکومیت امتیاز منفی عدم صلاحیت دریافت می کنند، ملزم به حضور در کلینیک بهبود راننده هستند و نمی توانند در دوره آنلاین بهبود راننده شرکت کنند.

125 دلار برای اولین تخلف و 250 دلار برای تکرار تخلفات به دلیل تخلفات تلفن همراه است.

اگر معتقدید نقض قوانین تلفن همراه نوجوان بر بیمه اتومبیل خانواده شما تأثیر می گذارد، انگشت شصت خود را به علامت تأیید بالا ببرید.

#### Slide 65

##### Text on slide:

با حواس پرتی بتحت تأثیر تکنولوژی رانندگی نکنید!  
پیامک خطر حادثه را دو برابر می کند!

#### PowerPoint Notes:

پیامک خطر تصادف یا احتمال تصادف را دو برابر افزایش می دهد و باعث می شود رانندگان به طور متوسط 23 ثانیه چشم خود را از جاده بردارند. فعالیت هایی که هنگام یک تماس تلفنی انجام می شوند، مانند در دست گرفتن تلفن، جستجوی مخاطب و شماره گیری، خطر تصادف را سه برابر افزایش می دهند.

#### Slide 66

##### Text on slide:

انجام چند کار به طور هم زمان با هم یک افسانه است

- مغز نمی تواند چند کار را با هم انجام دهد.
- در عوض، شما تمرکز و توجه را تقسیم کرده اید زیرا اکثر وظایف از قسمت های مشابه مغز فرمان می گیرند.

#### PowerPoint Notes:

آیا می توانید همزمان با تلفن صحبت کنید و ایمیل بفرستید؟ نه خیلی راحت، زیرا مغز شما توجه را بین وظایف تقسیم می کند و ابتدا روی یک کار و سپس روی کار دیگر تمرکز می کند.  
اگر فکر می کنید در انجام چندین کار به طور همزمان مهارت دارید، دوباره فکر کنید. انجام چند کار به طور هم زمان با هم یک افسانه است مغز شما قادر به انجام آن نیست. هنگامی که از یک کار به کار دیگر مشغول می شوید، توجه خود را بین چندین کار تقسیم می کنید. شما نمی توانید همزمان با تلفن صحبت کنید و یک ایمیل منسجم تایپ کنید.

#### Slide 67

#### Text on slide:

رانندگی بدون پیامک!  
ارسال پیامک و همزمان رانندگی غیرقانونی است. به نوجوان خود بگویید هنگام رانندگی تلفن خود را کنار بگذارد.  
برنامه Do Not Disturb While Driving (در حال رانندگی مزاحم نشوید) را در تلفن همراه خود فعال کنید.

#### PowerPoint Notes:

والدین: لطفاً در مورد پیامک و رانندگی مقررات جدی تعیین کنید. به نوجوان خود بگویید هنگام رانندگی تلفن خود را خاموش کند یا گزینه "do not disturb" را فعال کند.

#### Slide 68

#### Text on slide:

والدین محترم: قانون استفاده از تلفن همراه/پیامک ممنوع را اجرا کنید  
39 درصد از نوجوانان اعتراف می کنند که هنگام رانندگی پیامک ارسال می کنند

#### PowerPoint Notes:

آیا می دانستید که بیشترین اظهار نظر رانندگان بلافاصله پس از تصادف این است: "تو را ندیدم؟" دلیل اینکه آنها شما را ندیدند این است که احتمالاً در حالی که حواسشان پرت بود رانندگی می کردند!

در یک نظرسنجی از سوی مرکز کنترل امراض درباره رفتار پرخطر جوانان ، 39 درصد از نوجوانان اعتراف کردند که هنگام رانندگی پیامک می فرستند، و پیامک هنگام رانندگی، متأسفانه با افزایش سن افزایش می یابد. این یک آمار واقعاً ترسناک برای همه رانندگان است! به عنوان یک پدر یا مادر ، این ممکن است مهم ترین قانون خانواده باشد که شما باید جدی بگیرید.

#### Slide 69

#### Text on slide:

- چه کسی بیشترین نفوذ را در استفاده نوجوانان از تلفن همراه دارد؟
- بیش از 3/2 نوجوانان گفتند که نظر و نصایح والدینشان در مورد استفاده از تلفن همراه برای آنها مهم است.
  - والدین باید نفوذ خود را بر رفتار نوجوانان تشخیص دهند و رانندگی ایمن را تشویق و الگوسازی کنند.

#### PowerPoint Notes:

نفوذ والدین بر رفتار نوجوانان در رابطه با تلفن همراه قوی تر و ماندگارتر از سایر تأثیرات است و نوجوانان از تماشای بزرگسالان یاد می گیرند. بنابراین، والدین: لطفاً با الگوسازی از رانندگی ایمن ، آنها را تشویق کنید.

#### Slide 70 - Video: خطرات پیامک و رانندگی

#### Text on slide:

خطرات پیامک و رانندگی

#### Transcript of video:

لیز ادامه می دهد: فقط یادم می آید که در خانه نشسته بودم و با خودم فکر می کردم. . . من هیچکس را ندارم. اولش دوستانم کنارم بودند، اما بعد از مدتی دیگر نبودند.

بتی (مادر لیز): به صفحه فیس بوک او نگاه کردم. در آنجا گفتم: "لطفاً کسی می تواند امروز با من وقت بگذارد؟ من هیچ دوستی ندارم."

لیز: قبل از تصادف اتومبیل، کارهایی که در دبیرستان با دوستانم انجام می دادم، رفتن به بازی های دبیرستان و همه چیز. همه می توانستند به پارتی بروند، به بولینگ بروند. من یک دانش آموز خوب بودم. من یک الگو بودم. من یک دختر محبوب در دبیرستان بودم. بنابراین به الگو بودن عادت داشتم.

بتی (مادر لیز): نگرانی اصلی من برای لیز به عنوان یک مادر قبل از شروع رانندگی، چیزهای معمولی نوجوانان بود، می دانید، مواد مخدر و الکل. میدانید، اینکه ایمن باشند و در اطراف کودکان مهربان قرار بگیرند و نمرات خوب بگیرند. من نمی دانستم لیز به تلفن خود وابسته بود. من نمی دانستم چقدر لیز عاشق تلفن خود بود. لیز: هر ثانیه، هر دقیقه، هر ساعت از تلفن همراهم استفاده می کردم. مثلاً، اگر آن را نداشتم، عصبانی می شدم، زیرا نمی توانستم با دوستانم ارتباط برقرار کنم، نمی توانم با کسی ارتباط برقرار کنم، نمی توانم با رسانه های اجتماعی یا هر چیز دیگری ارتباط برقرار کنم. مثلاً اگر تلفن همراهم را نداشتم، احساس تنهایی می کردم. بتی (مادر لیز): من همیشه از او می پرسیدم: «لیز، آیا در حال رانندگی پیامک می دهی؟» و او گفت: "نه مامان. قسم می خورم. نگران نباش. من وقتی پشت فرمان اتومبیل هستم از تلفنم استفاده نمی کنم."

لیز: اخطار ارسال پیامک در حین رانندگی را نادیده گرفتم، زیرا دیگران این کار را می کردند. و فکر کردم اشکالی ندارد. فکر می کردم هیچوقت برای من اتفاق نمی افتد. ولی به نظر می آید من اشتباه می کردم. بتی (مادر لیز): داشتیم برای کار آماده می شدیم و 12 ساعت بعد، در آی سی یو بودم و به دخترم خیره شده بودم که موهایش تراشیده شده بود و لوله های آزمایشگاهی در بدنش کار گذاشته شده بود، و همه این ویرانی های خرد کننده فقط به خاطر یک پیامک بی ارزش بود.

[پیامکی که لیز قبل از تصادف در حال خواندن بود از مادرش بود.]

لیز: عواقب زندگی من در حال حاضر پس از تصادف رانندگی این است که اکنون از یک چشم نابینا شده ام. نمی توانم بو کنم نمی توانم خیلی خوب بشنوم زیرا یک استخوان از وسط شکسته شد و طبل گوشم صدمه دید. چشمانم نمی تواند اشک درست کند زیرا هر دو مجرای اشک من آسیب دیده است. و به طور طبیعی نمی توانم بخواب بروم. دارو میخورم تا بخوابم. سخت ترین قسمت زندگی من الان بعد از تصادف رانندگی این بود که تنها شدم. در کالج همه از من دور شدند. نمی توانستم رانندگی کنم، نمی توانستم به کالج بروم. اولش دوستانم در کنارم بودند، اما بعد از مدتی دیگر نبودند. از من خسته شدند. از تمام مشکلات من خسته شدند.

بتی (مادر لیز): به عزیزان خود پیامک نفرستید وقتی می دانید آنها در حال رانندگی هستند. این می تواند زندگی آنها را برای همیشه تغییر دهد. لیز: اگر در حال رانندگی پیامک دریافت کردید، به آن نگاه نکنید. ارزش آن را ندارد.

## Slide 71

الکل، مواد مخدر و رانندگی

نوشیدن مشروبات الکلی و رانندگی در هر سنی غیرقانونی است، به ویژه برای نوجوانانی که رانندگان بی تجربه هستند.

## PowerPoint Notes:

والدین: شما باید نگران نوشیدن الکل در سنین پایین باشید. تحقیقات نشان می دهد که الکل به سلول های مغزی جوان و در حال رشد آسیب می زند و مغز نوجوانان نسبت به همتایان بزرگسال خود در برابر مسمومیت ناشی از الکل مستعدتر است. آزمایشی که در آن سلول های مغز موش در معرض الکل قرار گرفتند نشان داد که الکل فعالیت سیناپسی خاصی را مسدود می کند. هنگامی که الکل حذف شد، سلول های بالغ بهبود یافتند در حالی که سلول های نوجوان "ناتوان" باقی ماندند.

## Slide 72

Text on slide:

درست یا غلط؟

یک دوست که فقط "یک نوشیدنی" می‌نوشد، یک انتخاب مطمئن برای رانندگی است. اگر معتقدید این جمله درست است، لطفا دست خود را بالا ببرید.

PowerPoint Notes:

اگر معتقدید این جمله درست است، لطفا دست خود را بالا ببرید. یک دوست که فقط "یک نوشیدنی" می‌نوشد، یک انتخاب مطمئن برای رانندگی است.

Slide 73

Text on slide:

غلط!

الکل بلافاصله شروع به کاهش زمان واکنش و اختلال در قضاوت می‌کند. بهترین انتخاب بعنوان یک راننده، کسی است که هیچ نوشیدنی الکلی مصرف نکرده باشد.

PowerPoint Notes:

الکل زمان واکنش را کاهش می‌دهد و قضاوت و هماهنگی را برای همه مهارت های مورد نیاز برای رانندگی ایمن، مختل می‌کند. هرچه الکل بیشتر مصرف شود، آسیب بیشتر است. محدودیت های قانونی سطحی را تعریف نمی‌کنند که زیر آن ایمن بودن یک وسیله نقلیه یا شرکت در فعالیت های دیگر وجود داشته باشد. اختلالات ناشی از مصرف الکل در سطوح بسیار کمتر از حد مجاز رخ می‌دهد. در ویرجینیا، حد قانونی برای جوانان زیر 21 سال، میزان الکل خون 0.02 است. این میانگین سطح الکل خون است که به طور معمول در بدن وجود دارد، بنابراین محدودیت قانونی نوشیدن الکل برای رانندگان زیر 21 سال در ویرجینیا صفر است.

Slide 74

Text on slide:

حقیقت در مورد مصرف الکل در نوجوانان 14 درصد از دانش آموزان دبیرستانی گزارش کرده اند که یک یا چند بار سوار وسیله نقلیه ای شده اند که راننده آن الکل نوشیده بود. [نظارت بر رفتار مخاطره آمیز جوانان CDC]

PowerPoint Notes:

این فقط راننده نیست که در معرض خطر به دلیل نوشیدن الکل است. در این نظرسنجی ملی، از هر چهار دانش آموز دبیرستانی، یک نفر در ماه گذشته سوار اتومبیلی شده است که راننده آن شخصی بوده که الکل نوشیده بوده است.

در ویرجینیا، یک سوم نوجوانان 15 الی 19 ساله که در تصادف رانندگی جان خود را از دست دادند، مسافر بودند، بنابراین اگر اتومبیلی سوار می‌شوید که راننده آن الکل نوشیده یا مواد مخدر مصرف کرده، زندگی خود را در معرض خطر جدی قرار می‌دهید. این نتایج نظرسنجی یادآور این است که والدین باید همیشه بدانند که نوجوانانشان با چه کسانی هستند. با فرزندان خود رابطه برقرار کنید تا در صورتی که نوجوان شما مجبور باشد بین سوار شدن با یک راننده ناتوان و تماس با خانه یکی را انتخاب کند، تصمیم بگیرند که برای برگشت به خانه با شما تماس بگیرند. همچنین ضروری است که والدین به وظیفه خود پایبند باشند و نوجوانان را بشناسند و هنگامی که آنها در این زمینه قضاوت درست می‌کنند و مانند یک فرد بالغ تصمیم می‌گیرند، آنها را تشویق کنند.

## Slide 75

### Text on slide:

چه کسی نوشیدنی الکلی را تهیه می کند؟  
برگزاری مهمانی هایی که برای زیر سن نوشیدنی های الکلی سرو می شود جرم است

### PowerPoint Notes:

نوشیدن الکل توسط نوجوانان در ویرجینیا خلاف قانون است.  
نوجوانان: مشروبات الکلی و مواد مخدر غیرقانونی هستند، زمان واکنش شما را کاهش می دهند و واقعیت را تحریف می کنند. به طور متناقض، در حالی که الکل به شما آسیب می رساند، ممکن است باعث شود فکر کنید راننده فوق العاده ای هستید. از این ترکیب بد اجتناب کنید. در حال مستی رانندگی نکنید.

والدین: آیا می دانید این نوجوانان از کجا الکل تهیه می کنند؟ خوب، علاوه بر دوستان و خواهر و برادر بزرگتر، مطالعات نشان می دهد که والدین در جامعه تهیه کنندگان اصلی نوشیدنی های الکلی برای جوانان زیر سن هستند. لطفاً به دقت در مورد عواقب احتمالی برای نوجوانان خود و برای خود فکر کنید و در مورد این مقررات با سایر والدین در جامعه گفتگوهای لازم را انجام دهید. مطالعات نشان داده است که مهمانی هایی که نوشیدنی های الکلی تحت نظارت بزرگسالان سرو می شود، با نیت به حداقل رساندن آسیب، منجر به سطح بالاتری از پیامدهای مضر مرتبط با الکل برای جوانان می شود!

## Slide 76

### Text on slide:

قوانین برخورد شدید

- در سن زیر 21 سال، خرید، همراه داشتن یا مصرف مشروبات الکلی غیرقانونی است.
- در صورت محکومیت، دادگاه امتیازات رانندگی را به مدت یک سال تعلیق می کند، جریمه اجباری 500 دلاری یا تکمیل حداقل 50 ساعت خدمات اجتماعی را اعمال می کند.

### PowerPoint Notes:

ویرجینیا برای افراد زیر 21 سال که مشروبات الکلی و رانندگی می کنند قوانین برخورد شدید دارد، به این معنی که اگر به جرم رانندگی پس از مصرف غیرقانونی الکل محکوم شوید، این مجازات شامل از دست دادن امتیاز رانندگی شما به مدت یک سال و حداقل جریمه اجباری 500 دلاری یا 50 ساعت خدمات اجتماعی می شود. اکثر ایالت ها قوانین برخورد شدید برای جلوگیری از تصادفات و محافظت از جوانان و مغز در حال رشد دارند.

اگر نوجوان شما مرتکب اشتباهی شود و در یک مهمانی شرکت کند که در آن نوشیدنی الکلی وجود دارد، قاضی جریمه ای 500 دلاری یا خدمات اجتماعی اعمال می کند و مجوز یا صلاحیت فرزند شما را برای دریافت مجوز به مدت یک سال به حالت معلق در می آورد. این تعلیق بر بیمه اتومبیل خانواده شما نیز تأثیر خواهد داشت.

تخطی بیشتر از قوانین رانندگی و مشروبات الکلی برای افراد زیر سن قانونی می تواند منجر به جریمه های مالی بالاتر، زندان، مشروطیت، و الزامات مشاوره شود و همچنین پذیرش دانشگاه ها، بورسیه ها، کمک های مالی و فرصت های شغلی را تحت تأثیر قرار دهد.

## Slide 77

### Text on slide:

- رانندگی تحت تأثیر مصرف مواد مخدر
- رانندگی پس از مصرف برخی مواد، حشیش یا داروهای غیرقانونی خطرناک است.



- شما نمی توانید سطح ناتوانی را قضاوت کنید.

#### PowerPoint Notes:

رانندگی پس از مصرف برخی مواد، ماری جوانا و تمام مواد غیرقانونی خطرناک است و می تواند باعث تصادفات رانندگی، جراحات و تلفات جانی شود. مانند رانندگی پس از مصرف الکل، رانندگان نمی توانند میزان آسیب خود را پس از مصرف ماری جوانا یا سایر مواد غیرقانونی قضاوت کنند، بنابراین هر مقدار مصرف، خود و دیگران را در معرض خطر قرار می دهد. همچنین، مانند رانندگی تحت تأثیر الکل، کسانی که با مواد مخدر زیاد رانندگی می کنند، می توانند DUI (رانندگی تحت تأثیر مواد مخدر یا مشروبات الکلی) دریافت کنند.

مجریان قانون در سراسر ویرجینیا به طور ویژه برای شناسایی رانندگان مواد مخدر آموزش دیده اند. بر اساس مطالعات اخیر در کنار جاده توسط اداره ملی ترافیک بزرگراهها، حداقل یک تست از هر چهار راننده در جاده های آمریکا مثبت بوده است.

#### Slide 78

#### Text on slide:

والدین، نقش شما مهم است!

- با نوجوانان خود در مورد نوشیدن الکل و رانندگی صحبت کنید
- سالانه بیش از 10000 نفر در تصادفات رانندگی در حالت مستی جان خود را از دست می دهند
- هر 39 دقیقه یک نفر بر اثر یک راننده مست جان خود را از دست می دهد

#### PowerPoint Notes:

این یک واقعیت است که والدین نقش کلیدی در تصمیم گیری خوب در رابطه با نوشیدن الکل و رانندگی دارند. تحقیقات نشان داده است که وقتی والدین در زندگی نوجوانان نقش عمده دارند و روابط نزدیکی با آنها دارند، نوجوانان کمتر الکل می نوشند. نوجوانان کمتر دچار مشکلات مربوط به الکل می شوند وقتی والدین آنها:

- قوانین و انتظارات شفافی را در مورد نوشیدن تعیین می کنند،
- ارتباط خوب بین والدین و فرزند دارند و
- نظم و انضباط مداوم برقرار است.

رفتارهای مربوط به مشروبات الکلی و نگرش های مطلوب والدین در مورد عدم نوشیدن و عدم استفاده از مواد مخدر بر نوجوانان تأثیر می گذارد تا از مصرف خودداری کنند و والدینی که رفتار DUI از خود نشان می دهند، رفتارهای DUI جوانان را ترویج می کنند. علاوه بر این، سهل انگاری والدین به طور مداوم با پیامدهای منفی نوشیدن الکل مانند انتقال جوانان به دانشگاه یا بزرگسالی مرتبط است.

با نوجوان خود در مورد مصرف الکل و رانندگی با مواد مخدر گفتگو کنید. صحبت با نوجوانان برای اطلاع از منابع و مهارت های لازم برای تصمیم گیری خوب در مورد نوشیدن الکل و رانندگی ضروری است. MADD لیستی از شروع مکالمه را برای شما ارسال می کند تا بتوانید با نوجوان خود صحبت کنید.

والدین ممکن است از صحبت با نوجوانان خود در مورد نوشیدن مشروبات الکلی در سنین پایین احساس ناراحتی کنند زیرا خود در نوجوانی مشروب می نوشیدند. MADD یک نمونه گفتگوی را در پاسخ به سؤالات نوجوانان در مورد نوشیدن مشروبات الکلی توسط والدین ارائه می دهد. والدین می توانند بگویند: "وقتی کوچکتر بودم مشروب می خوردم. با این حال، ما به اندازه ای که اکنون می دانیم در مورد خطرات الکل نمی دانستیم. اگر آن موقع می دانستیم، با روش دیگری انجام می دادم. به همین دلیل است که من در مورد آن با تو صحبت می کنم. می خواهم تو سالم، در رفاه و شاد باشی."

## Slide 79

### Text on slide:

سرعت

بیشتر تصادفات شدید/کشنده برای نوجوانان در سرعت های بالا به خصوص برای مردان اتفاق می افتد. با افزایش سرعت، خطر تصادف، نیروی تصادف و شدت تصادف نیز افزایش می یابد.

### PowerPoint Notes:

سرعت غیرمجاز خطر دیگری برای رانندگان نوجوان است. چرا تعداد بیشتری از مردان در تصادفات کشته می شوند؟ زیرا آنها تمایل دارند با سرعت های بالاتر رانندگی کنند و خطرات بیشتری را متحمل شوند و استفاده از کمربند ایمنی در بین مردان کمتر است.

## Slide 80

### Text on slide:

سرعت، خطر تصادف و صدمات تصادف را افزایش می دهد

- سرعت بالاتر (افزایش) فواصل توقف.
- سرعت بالاتر (افزایش) انرژی تصادف.
- افزایش محدودیت سرعت از 55 به 65 مایل در ساعت.
- 3% (افزایش) در تعداد تصادفات و 28% (افزایش) در احتمال مرگ و میر

### PowerPoint Notes:

سرعت، مسافتی را که یک وسیله نقلیه طی می کند از زمانی که راننده یک موقعیت اضطراری را تشخیص می دهد تا زمانی که راننده واکنش نشان می دهد، افزایش می دهد و همچنین فاصله مورد نیاز برای توقف وسیله نقلیه را هنگامی که راننده شروع به ترمز می کند، افزایش می دهد. سرعت نیز انرژی تصادف را افزایش می دهد. هرچه سرعت بیشتر باشد، احتمال اینکه کمربند ایمنی، کیسه هوا و محافظ های جاده رانندگان و مسافران را ایمن نگه ندارد بیشتر است.

محدودیت سرعت بالاتر با افزایش احتمال مرگ و میر و صدماتی که منجر به معلولیت شود مرتبط است. افزایش سرعت مجاز از 55 به 65 مایل در ساعت باعث افزایش حدود 3 درصدی در تعداد کل تصادفات و افزایش 28 درصدی در احتمال مجروح شدن شدید سرنشین خودرو می شود.

## Slide 81

### Text on slide:

هرگز بدون گواهی نامه رانندگی نکنید

- جریمه: برای اولین جرم 6 ماه زندان و 10000 دلار جریمه [کد ویرجینیا § 46.2-300]
- اگر چیزی می بینید، چیزی بگویید <https://ifyouseesomethingsaysomething.org/>

### PowerPoint Notes:

ناگفته نماند که هرگز نباید بدون داشتن گواهینامه رانندگی کنید. عواقب جدی برای آن وجود دارد. همچنین، همه ما مسئولیت داریم که در صورت مشاهده خطای جدی، چیزی بگوییم. یک خط تلفن ناشناس در If You See Something Say Something.org وجود دارد. می توانید نگرانی های مربوط به رانندگی ناامن یا موارد دیگری مانند فعالیت های غیرقانونی، قلدری و موارد دیگر را گزارش کنید.

## Slide 82

#### Text on slide:

انگشت شست به علامت تایید بالا یا پایین:  
خودروی خانواده ایمن ترین خودرو برای نوجوان شماسست.

#### PowerPoint Notes:

اگر معتقدید که این جمله درست است، انگشت شست خود را به سمت بالا بلند کنید یا اگر معتقدید این جمله غلط است، انگشت شست خود را به سمت پایین بلند کنید: "اتومبیل خانواده ایمن ترین خودرو برای رانندگی نوجوان شما است."

#### Slide 83

#### Text on slide:

درست!  
خودروی خانوادگی بی خطرترین وسیله نقلیه است!

#### PowerPoint Notes:

درست است! خودروی خانوادگی بی خطرترین وسیله نقلیه است!

#### Slide 84

#### Text on slide:

- دسترسی به وسیله نقلیه شخصی در مقابل دسترسی به یک وسیله نقلیه مشترک
- نوجوانانی که دسترسی به وسیله نقلیه شخصی دارند بیش از دو برابر احتمال تصادف دارند.
- دسترسی به وسیله نقلیه شخصی به عنوان "راننده اصلی" به جای وسیله نقلیه مشترک با سایر اعضای خانواده تعریف می شود.

#### PowerPoint Notes:

والدینی که وسیله نقلیه ای دارند که در جلوی منزل منتظر راننده جدیدش است، باید توجه داشته باشند که تحقیقات نشان می دهد که فرزندشان بیشتر در معرض تصادف است. در استفاده مشترک از یک "اتومبیل خانوادگی"، نوجوان باید آن را قرض کند. این فرصت را برای والدین فراهم می کند تا قوانین و محدودیت های خانواده را تذکر دهند و دسترسی به وسیله نقلیه را کنترل کنند، که راننده نوجوان را ایمن تر نگه می دارد.

#### Slide 85

#### Text on slide:

موضوع پنجم:  
برخورد با مجریان قانون

#### PowerPoint Notes:

اجرای قانون نقش مهمی در ایمنی ترافیک دارد. وقتی قوانین راهنمایی و رانندگی به طور فعال اجرا می شود، جاده های ما امن تر می شوند.

#### Slide 86

#### Text on slide:

- اگر توسط افسر پلیس متوقف شدید
- آرامش خود را حفظ کنید.

- بکشید کنار جاده و اتومبیل را تا حد امکان دور از ترافیک نگه دارید.
- چراغهای راهنما یا احتیاط را روشن کنید.
- موتور، رادیو و سایر وسایلی که ممکن است مانع ارتباط با افسر شوند را خاموش کنید.

#### PowerPoint Notes:

اگر توسط یک افسر پلیس متوقف شدید، خونسردی خود را حفظ کنید، وسیله نقلیه خود را از وسط ترافیک به کنار راست جاده خارج کنید و اتومبیل خود را تا حد امکان دور از ترافیک نگه دارید. چراغهای راهنما یا احتیاط را روشن کنید و موتور را خاموش کنید.

#### Slide 87

##### Text on slide:

- اگر توسط افسر پلیس متوقف شدید(ادامه)
- پنجره خود را پایین بیاورید تا بتوانید با افسر صحبت کنید.
  - کمربندهای ایمنی را بسته نگه دارید.
  - در وسیله نقلیه خود بمانید مگر اینکه افسر از شما بخواهد پیاده شوید.
  - دستان خود را روی فرمان در معرض دید قرار دهید.

#### PowerPoint Notes:

شیشه خود را پایین بیاورید، کمربند ایمنی خود را بسته نگه دارید و دستان خود را روی فرمان قرار دهید. از اتومبیل پیاده نشوید مگر اینکه افسر دستور دهد. مسافران نیز باید همچنان کمربند ایمنی را بسته نگه دارند و در صندلی های خود بمانند.

#### Slide 88

##### Text on slide:

- اگر توسط افسر پلیس متوقف شدید(ادامه)
- گواهینامه رانندگی و کارت ماشین را نشان دهید. قبل از دستیابی به آنها به افسر بگویید این وسایل در کجا قرار دارند.
  - به تمام سوالات افسر پاسخ دهید.
  - تمام فرمان ها/دستور ها را دنبال کنید.

#### PowerPoint Notes:

به تمام سوالات افسر پلیس با آرامش و واضح پاسخ دهید و تمام فرمان ها و دستور العمل ها را دنبال کنید.

#### Slide 89

##### Text on slide:

- آنچه درست است انجام دهید. کنار بکشید!
- برای هر وسیله نقلیه ای که با چراغ های چشمک زن یا علامت خطر در کنار جاده متوقف شده است:
- در صورتی که امن است، خطر را تغییر دهید
  - اگر تغییر خط امن نیست، با احتیاط ادامه دهید و سرعت ایمن را حفظ کنید
  - حداکثر جریمه: 2500 دلار جریمه، 12 ماه زندان، و تعلیق گواهینامه رانندگی به مدت دو سال.
- منابع: کد ویرجینیا §46.2-861.1

#### PowerPoint Notes:

قانون Move Over (کشیدن کنار جاده) قبلاً فقط برای وسایل نقلیه اضطراری اعمال می شد اما اکنون شامل همه وسایل نقلیه ثابت می شود که نشان می دهد: چراغ های قرمز، آبی یا کهربایی؛ چراغ های هشدار خطر؛ علائم احتیاط؛ یا مشعل روشن شده.

#### Slide 90

Text on slide:

موضوع ششم:

نقش والدین مهم است!

PowerPoint Notes:

اجازه دهید نقش والدین را مرور کنیم.

#### Slide 91

Text on slide:

درست یا غلط؟

همسالان بیشترین نفوذ را در رانندگی نوجوانان دارند.

اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید.

PowerPoint Notes:

اگر معتقدید این جمله درست است، لطفاً دست خود را بالا ببرید. همسالان بیشترین نفوذ را در رانندگی نوجوانان دارند.

#### Slide 92

Text on slide:

غلط!

89 درصد از نوجوانان والدین را به عنوان بزرگترین تأثیرگذار خود معرفی کردند!

سه نفر بعدی:

1. مجریان قانون

2. دوستان/همسالان

3. معلم تعلیم رانندگی

PowerPoint Notes:

این غلط است! از هر 10 راننده نوجوان، 9 نفر والدین خود را دارای بیشترین تأثیر در رانندگی خود می دانند. تأثیرگذارترین گروه های بعدی، به ترتیب، مجریان قانون، همسالان و معلمان تعلیم رانندگی هستند.

#### Slide 93

Text on slide:

والدین: شما مهم هستید!

نقش والدین:

- تاخیر در گواهینامه
- رانندگی ایمن را الگو کنید
- تمرین ارائه دهید
- نظارت و تعیین محدودیت ها

- تعلیق در امتیازات رانندگی شما تفاوت ایجاد می کنید و به حفظ امنیت نوجوان خود کمک می کنید.

#### PowerPoint Notes:

- اگرچه مجمع عمومی به فرزند شما اجازه می دهد تا در سن 16 سال و 3 ماهگی گواهینامه بگیرد، اما والدین بهترین افراد برای تشخیص اینکه آیا نوجوان آنها آماده رانندگی به تنهایی در این سن است یا خیر، هستند، نه ایالت. هنگامی که والدین تشخیص می دهند که فرزندانشان برای رانندگی آماده هستند، می توانند به فرزندان خود کمک کنند تا یک راننده خوب و ایمن باشند اگر خود:
- الگوی خوبی باشند! عبارات "انطور که من می گویم انجام بده نه آن گونه که من انجام می دهم" عملی نیست. اجازه به نوجوان خود برای دریافت مجوز به این معنی نیست که فرزند شما دیگر نیازی به نظارت و راهنمایی شما ندارد. با ایجاد محدودیت در رانندگی پرخطر، مانند رانندگی در شب یا با مسافر، نوجوان خود را بسیار ایمن تر خواهید کرد.
- اگر فرزند شما رفتار ایمن و مسئولانه از خود نشان ندهد، والدین می توانند امتیازات رانندگی فرزند خود را تعلیق کنند. قانون ویرجینیا والدین را برای نظارت بر رانندگی نوجوانان در صندلی راننده قرار می دهد.

#### Slide 94

##### Text on slide:

موضوع هفتم:  
قرارداد رانندگی بین والدین/نوجوانان.

#### PowerPoint Notes:

- اجازه دهید در مورد قرارداد رانندگی بین والدین/نوجوان صحبت کنیم.

#### Slide 95

##### Text on slide:

- مدیریت والدین در مورد رانندگی نوجوانان تعیین محدودیت های اولیه برای رانندگان نوجوان مهم است
- مثالها:
  - چقدر دور می توانند رانندگی کنند
  - مکان ها/جاده هایی که باید از آنها اجتناب کنند
  - انتظارات
- پس از اعطا امتیاز، سلب امتیازات سخت است

#### PowerPoint Notes:

- والدین: شما باید "قوانین خانواده" را ایجاد کنید و محدودیت هایی را برای زمان، مکان و اینکه با چه کسی رانندگی کند تعیین کنید. تصور نکنید که قوانین ایالتی نوجوان شما را ایمن نگه می دارد.

#### Slide 96

##### Text on slide:

- مدیریت والدین در مورد رانندگی نوجوانان
- نگهبان استفاده از وسیله نقلیه و امتیازات رانندگی باشید
- قوانین صدور گواهینامه نوجوان را اجرا کنید و "قوانین خانواده" ایجاد کنید

### PowerPoint Notes:

قوانین ایالتی حداقل محدودیت های اعمال شده برای رانندگان جدید را نشان می دهد. از سوی دیگر، قوانین خانواده که توسط والدین که نوجوان خود را به بهترین شکل می شناسد ایجاد می شود، نوجوان را بسیار بسیار ایمن تر نگه می دارد. قوانین خانواده شما باید شامل محافظت هایی مانند عدم استفاده از تلفن همراه، عدم ارسال پیامک، بدون مسافر، عدم رانندگی در شب و جریمه ممنوع، باشد.

### Slide 97

#### Text on slide:

قراردادهای کتبی رانندگان جوان را ایمن نگه می دارد  
دانش آموزانی که والدین آنها امتیازات اولیه رانندگی را محدود کرده اند و قراردادهای مکتوب دارند، کمتر درگیر رانندگی پرخطر، گرفتن جریمه یا تصادف می شوند.  
[بیمارستان کودکان در فیلادلفیا]

### PowerPoint Notes:

نوجوانانی که قراردادهای کتبی دارند که مقررات خانواده را مشخص می کند و محدودیت هایی را برای امتیازات اولیه رانندگی، مانند عدم رانندگی در شب و بدون مسافر، و عواقب نقض قوانین در بر می گیرد، کمتر در معرض رانندگی پرخطر یا تصادف، یا جریمه قرار می گیرند.

### Slide 98

#### Text on slide:

مذاکره و ایجاد:

- قوانین و عواقب رانندگی
- محدودیت های رانندگی و راه های افزایش امتیازات
- کجا و چه زمانی نوجوانان می توانند رانندگی کنند
- مسئولیت های مالی
- قرارداد کتبی داشته باشید - موثرتر از قراردادهای شفاهی است!

### PowerPoint Notes:

در طول این برنامه، ما بر اهمیت مشارکت والدین و ایمنی رانندگان نوجوان تاکید کرده ایم. والدین و نوجوانان باید یک قرارداد کتبی رانندگی داشته باشند و در مورد آن توافق کنند:

- قوانین و پیامدها
- محدودیت های رانندگی
- کجا و چه زمانی نوجوانان می توانند رانندگی کنند
- مسئولیت های مالی
- چگونه می توان امتیازات را افزایش داد و
- رانندگی بتحت تاثیر الکل یا مواد مخدر ممنوع است

Slide 99 – Video: همکاری با هم

#### Text on slide:

رانندگی نوجوانان همکاری با هم

### [Transcript of video]

راوی: اولین خطر تصادف برای نوجوانان بی تجربه است.

فلورا کی وینستون، دکترای تخصصی، مدیر علوم بیمارستان کودکان فیلادلفیا، مرکز تحقیقات و پیشگیری از آسیب: خطرناک ترین زمان شش ماه اول رانندگی است. زمانی است که والدین باید از نزدیک همه چیز را نظارت کنند.

تانیا (مادر): مهم است که فرزند خود را از همه عواقب و مواردی آگاه کنید که اگر آنها را رعایت نکنند، بدانند که شما از او چه انتظاری دارید، بدانند که باید چه بکنند، چه چیزی اشتباه است، چه چیزی درست است. دکتر وینستون: یکی از چیزهایی که در مورد رانندگی شگفت انگیز است این است که این زمان فرصتی است که نوجوانان و والدین باید در مورد یک چیز با هم همکاری کنند.

ایرین سابِر-شاتز، Ph.D., MPH، پژوهشگر ارشد، مرکز ملی پیشگیری و کنترل آسیب، مرکز کنترل و پیشگیری از امراض می گوید: و توافق نامه والد/نوجوان سندی است که می تواند والدین و نوجوانان را وادار به شروع مذاکره در مورد رانندگی ایمن کند.

دیجا: مادرم درباره مسئولیت های یک راننده خوب با من صحبت کرده است و.... تانیا: رعایت قوانین.

دیجا: آره، رعایت قوانین.

دکتر سابِر-شاتز توافق نامه والدین/نوجوان دارای یک طرح کلی از قوانینی است که نوجوان باید به منظور حفظ امنیت خود آنها را رعایت کند.

بروس سیمونز مورتون، Ed.D., MPH، رئیس کل شعبه تحقیقات پیشگیری، NICHHD، مؤسسه ملی بهداشت: ما والدین را تشویق می کنیم که شرایطی را برای نوجوانان ایجاد کنند که به واسطه آن راننده نوجوان تنها در طول ساعات روز یا حداقل نه تا دیر وقت (تاریکی)، و بدون مسافر یا فقط یک مسافر، یا بدون رانندگی در هوای نامساعد، رانندگی کند.

دکتر سابِر-شاتز و همچنین به نوجوان و والدین اجازه می دهد تا با هم کار کنند تا پیامد های سرپیچی از مقررات را تنظیم کنند.

تانیا: بیایید در مورد عواقب آن صحبت کنیم.

دیجا: نقض مقررات منع رفت و آمد

تانیا: آره، ما با آن مشکل داریم.

دیجا: چی می گه؟ 30 دقیقه، همین هم --

تانیا: نه، در این مورد بحثی نیست. نقض مقررات، محدودیت رفت و آمد، تو باید به آن احترام بگذاری. دکتر وینستون: این در مورد امتیازات دادن تدریجی به آنها است زیرا نشان می دهند که می توانند رانندگی در یک بزرگراه و بسیاری از موقعیت های دیگر را که قرار است با آنها روبرو شوند مدیریت کنند.

تانیا: یکی از بزرگترین ترس های من این است که Daija حین رانندگی حواسش پرت شود. من فقط از او می خواهم تمرکز کند.

دیجا: بزرگترین ترس و نگرانی من این است که به اندازه کافی خوب رانندگی نکنم وگرنه تصادف می کنم. انتظارات مادرم این است که من به هر آنچه او می گوید عمل کنم، قانون را رعایت کنم و بهترین راننده باشم. دکتر سیمون-مورتون: نوجوانانی که گزارش می دهند در صورت انجام رفتارهای پرخطر هنگام رانندگی، والدینشان از آنها بسیار ناراحت می شوند، رفتارهای خطرناک کمتری در حین رانندگی در موردشان گزارش شده است و تخلفات کمتری از قانون را مرتکب می شوند.

دیجا: اگر کاری را انجام دهم، نمی توانم با صحبت کردن او را قانع کنم زیرا روی کاغذ است. اگر روی کاغذ نبود، من می توانستم دروغ بگویم و طوری باشم که انگار هرگز این را نگفتم، اما روی کاغذ است، می دانم که او به کاغذ مراجعه می کند.

تانیا: آره شاید قابش کنم.

Slide 100

Text on slide:

قرارداد رانندگی والدین/نوجوانان.



### PowerPoint Notes:

قرارداد رانندگی والدین و نوجوان در راهنمای رانندگی 45 ساعته والدین/نوجوان موجود است، و همچنین از طریق این کد QR می توانید به قرارداد والدین/سرپرست و نوجوان در صفحه وب شرکا برای رانندگی ایمن نوجوانان مراجعه کنید. امیدواریم که برای تکمیل قرارداد با هم وقت بگذارید.

### Slide 101

#### Text on slide:

متشکریم!

از مشارکت و حضور شما سپاسگزاریم.

لطفاً فرم ارزیابی و ثبت نام را تکمیل کرده و هنگام خروج در جعبه بیندازید.

ارزیابی آنلاین:

برای نوجوانان: <https://safeteendriving.org/pfstd/evaluation-student>

برای والدین: <https://safeteendriving.org/pfstd/evaluation-parent>

### PowerPoint Notes:

والدین/سرپرستان و دانش آموزان: لطفاً چند دقیقه وقت بگذارید و ارزیابی آنلاین را با استفاده از کدهای QR تکمیل کنید.

از حضور شما در این جلسه 90 دقیقه ای آموزش رانندگی والدین/نوجوان متشکریم. والدین محترم: امیدواریم اطلاعاتی که امروز به اشتراک گذاشته شده است به شما کمک کند تا نوجوان شما یک راننده ایمن تر باشد.

### Slide 102

#### Text on slide:

مراجع

- Allstate بنیاد [www.allstate.com](http://www.allstate.com)
- CDC رانندگان نوجوان [/https://www.cdc.gov/transportationsafety/teen\\_drivers](https://www.cdc.gov/transportationsafety/teen_drivers)
- سیستم مدار بسته CDC درباره رفتارهای خطرناک نوجوانان، [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)
- بیمارستان کودکان فیلادلفیا، ایمن نگه داشتن رانندگان جوان، [www.research.chop.edu](http://www.research.chop.edu)
- اداره ملی ایمنی ترافیک بزرگراه، [www.nhtsa.gov](http://www.nhtsa.gov)
- سازمان وسایل نقلیه ویرجینیا، [www.dmv.virginia.gov](http://www.dmv.virginia.gov)
- موسسه حمل و نقل ویرجینیا تک، [www.vtti.vt.edu](http://www.vtti.vt.edu)