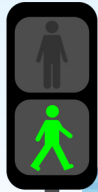




คู่มือการเรียนรู้  
ระดับอนุบาล  
ช่วงอายุ 3 - 6 ปี



หลักสูตรส่งเสริมความปลอดภัย  
ในการใช้รถใช้ถนนสำหรับเด็กและเยาวชน

กรมการขนส่งทางบก





# คำนำ

ปัญหาการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางถนน เป็นปัญหาที่สำคัญของประเทศไทย ซึ่งข้อมูลรายงานสถานการณ์ผู้เสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางถนนของประเทศไทย จากกองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค (ข้อมูล 3 ฐาน) พบว่าตั้งแต่ พ.ศ. 2555 – พ.ศ. 2565 มีจำนวนผู้เสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางถนน 218,928 คน เฉลี่ยปีละ 21,893 คน โดยกลุ่มอายุที่มีการสูญเสียมากที่สุดเป็นกลุ่มเด็กและเยาวชน ที่มีอายุ 10 – 19 ปี ซึ่งมีการเสียชีวิตสูงมากถึง 28,465 คน มีเด็กและเยาวชนเสียชีวิตจากรถจักรยานยนต์มากกว่า 33,681 คน ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการขับรถที่ไม่ผ่านการอบรมหรือการเรียนรู้ด้านการขับขี่ที่ปลอดภัย เช่น ทักษะด้านการประเมินสถานการณ์ การฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามกฎจราจร เป็นต้น ทั้งนี้ กลยุทธ์สำคัญที่หลายประเทศให้ความสำคัญและนำมาใช้งาน คือ การให้ความรู้และปลูกฝังด้านความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนนในกลุ่มเด็กและวัยรุ่น เพื่อสร้างการตระหนักรับรู้ ปลูกฝังด้านความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนน ตั้งแต่ในวัยเยาว์ เพื่อการพัฒนาส่งเสริมองค์ประกอบด้าน “คน” อย่างยั่งยืนในความพยายามลดจำนวนผู้บาดเจ็บและผู้เสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางถนนลง ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

กรมการขนส่งทางบก ได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวและเล็งเห็นถึงความจำเป็นในการศึกษา พัฒนาการขยายการศึกษาแบบเปิด (Open Educational Resources: OER) ในการส่งเสริมความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนนสำหรับเด็กและเยาวชน โดยการศึกษาพัฒนารวบรวมสื่อการเรียนรู้ในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์แบบเปิด (Open Courseware) ซึ่งประกอบด้วยหลักสูตร สื่อการสอน สื่อการเรียนรู้ ด้วยตนเอง รวมถึงกระบวนการประเมินผลการเรียนรู้ที่เหมาะสม เผยแพร่บนเว็บไซต์ที่ปลอดภัย เพื่อให้เกิดการเข้าถึงข้อมูลได้อย่างสะดวก รวดเร็ว สร้างความรู้ ความเข้าใจ เสริมสร้างทัศนคติด้านความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนนแก่เด็กและเยาวชนได้อย่างทั่วถึงเหมาะสมตามช่วงวัย อันจะเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้รถใช้ถนนที่นำไปสู่การสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยทางถนนอย่างยั่งยืน และยังเป็นการสร้างโอกาสในการเข้าถึงการเรียนรู้เกี่ยวกับความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนนให้เด็กและเยาวชน ผู้ปกครอง ครู นักการศึกษา สถานศึกษาต่างๆ และผู้ที่สนใจทั่วไปสามารถเข้าถึงได้อย่างมีประสิทธิภาพในทุกที่ทุกเวลา



# สารบัญ



## บทที่ 1 ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ (คน รถ ถนน และสิ่งแวดล้อม)

- องค์ประกอบทางการจราจร ที่มีผลต่ออุบัติเหตุ 1
- ประเภทยานพาหนะที่ควรรู้จัก 2
- พื้นที่เสี่ยงบนท้องถนน 3
- ข้อจำกัดทางกายภาพของเด็ก 4

## บทที่ 2 การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็กเล็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัย)

- ประโยชน์ของอุปกรณ์นิรภัย 5
- อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก 7
- ทำความรู้จักคาร์ซีท (Car Seat) 9
- คาร์ซีท (Car Seat) มีกี่แบบ? 11
- การติดตั้งคาร์ซีท (Car Seat) 13
- อันตรายของการอุ้มเด็กนั่งบนตักขณะขับรถ 15
- ทำความรู้จักหมวกกันน็อก 17
- การใส่หมวกกันน็อก 19

## บทที่ 3 การเข้าและออกจากรถอย่างปลอดภัย

- การเข้าและออกจากรถ 23
- เมื่อเด็กติดอยู่ในรถ ต้องทำอะไร? 25

## บทที่ 4 การหลีกเลี่ยงการรบกวนคนขับ (Driver Distraction)

- การไม่รบกวนคนขับ 27

## บทที่ 5 การข้ามถนนและการเดินเท้า

- การข้ามถนนอย่างปลอดภัย 29
- พื้นที่ปลอดภัยในการข้ามถนน 30
- เมื่อหยุดรถโดยสาร ต้องทำอะไร? 31
- การเดินเท้าอย่างปลอดภัย 32

## บทที่ 6 กฎจราจรสำหรับเด็กและเยาวชน

- เรียนรู้สัญญาณไฟจราจร 33
- รู้จักสัญญาณไฟคนข้ามถนน 34
- เครื่องหมายจราจรใกล้โรงเรียน 35

# หลักสูตรส่งเสริมความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนน สำหรับเด็กและเยาวชน ระดับอนุบาล ช่วงอายุ 3-6 ปี

## บทเรียนที่ 1

ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ  
(คน รถ ถนน และสภาพแวดล้อม)



### เป้าหมาย

- มีความรู้เรื่องยานพาหนะที่อยู่บนท้องถนน
- เข้าใจสภาพแวดล้อม องค์ประกอบทางการจราจร เช่น ทางเท้า สัญญาณไฟจราจร ทางข้าม เป็นต้น

## บทเรียนที่ 2

การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็กเล็ก  
(คาร์ซีทและหมวกนิรภัย)



### เป้าหมาย

- มีความรู้ ความคุ้นเคยในการใช้อุปกรณ์นิรภัย
- มีทักษะการปฏิบัติตนเป็นผู้โดยสารอย่างปลอดภัย

## บทเรียนที่ 3

การเข้าและออกจากรถอย่างปลอดภัย



### เป้าหมาย

- เลือกใช้ประตูที่ปลอดภัยในการเข้าและออกจากรถ
- มีทักษะการเอาตัวรอด เมื่อติดอยู่ในรถเพียงลำพัง

## บทเรียนที่ 4

การหลีกเลี่ยงการรบกวนคนขับ  
(Driver Distraction)



### เป้าหมาย

- โดยสารรถโดยไม่รบกวนผู้ขับรถ และเข้าใจว่า พฤติกรรมของตน มีผลต่อการเดินทางที่ปลอดภัย

## บทเรียนที่ 5

การข้ามถนนและการเดินเท้า



### เป้าหมาย

- เข้าใจหลักการ หยุด มอง ฟัง คิด ในการข้ามถนน
- ข้ามถนนในบริเวณที่ปลอดภัย มีผู้ใหญ่จับมือพาข้าม

## บทเรียนที่ 6

กฎจราจรสำหรับเด็กและเยาวชน



### เป้าหมาย

- มีความรู้ ความเข้าใจ อธิบายสัญญาณไฟจราจร และเครื่องหมายจราจรที่มักพบเจอในเขตโรงเรียนได้



บทที่  
1

ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ  
(คน รถ ถนน และสิ่งแวดล้อม)



# ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ (คน รถ ถนน และสิ่งแวดล้อม)



องค์ประกอบทางการจราจร ที่มีผลต่ออุบัติเหตุ



คน



รถ



ถนน



สภาพแวดล้อม



# ยานพาหนะที่ควรรู้จัก

รถจักรยาน



รถจักรยานยนต์



รถยนต์ส่วนบุคคล



รถโดยสารประจำทาง (รถเมล์)



รถบรรทุก

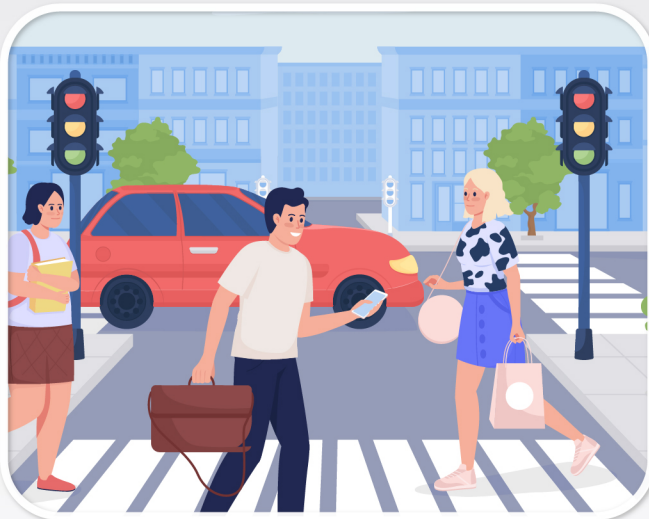




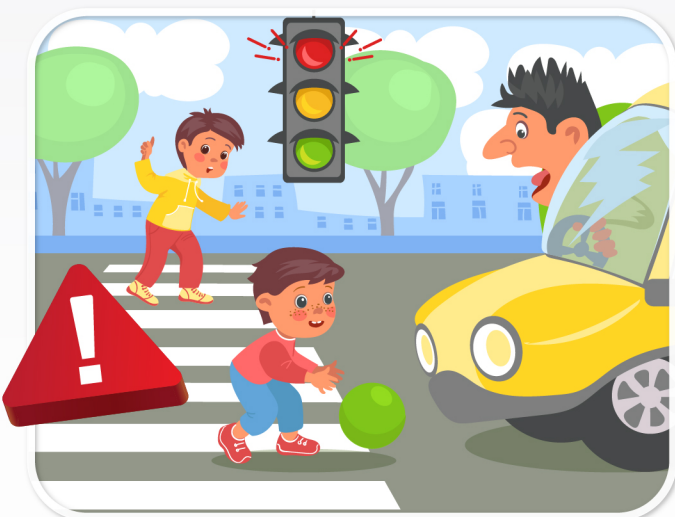
## พื้นที่เสี่ยงบนท้องถนน



- ถนนที่ไม่มีทางเท้า (ฟุตบาท)
- ถนนที่มีรถเยอะ



- พื้นที่ชุมชนมีรถหนาแน่น
- บริเวณที่มีกิจกรรมข้างทาง



- มีการจอดรถ และ  
เด็กเล่นอยู่ใกล้ถนน



## ข้อจำกัดทางกายภาพของเด็ก

### เด็กๆ ต้องระวัง

ร่างกายยังเติบโตไม่เต็มที่  
รับรู้สิ่งรอบตัวได้ไม่ดีเท่าผู้ใหญ่



- **การฟัง** มีผลต่อการประเมินทิศทาง ระยะทางที่รถเคลื่อนที่มา

**การมองเห็น** เด็กมองเห็นได้ 1 ใน 3  
ของผู้ใหญ่ จึงอาจมองไม่เห็นรถที่เข้ามา

“ต้องหันไปมอง เพื่อให้เห็นรถที่เข้ามา”



- **ร่างกายมีขนาดเล็ก** มีความสูงไม่มากจะถูกบดบัง ผู้จับรถมองเห็นได้ยาก



- **ร่างกายยังไม่แข็งแรง**  
ทำให้บาดเจ็บรุนแรงได้ เมื่อเทียบกับผู้ใหญ่  
เมื่อประสบอุบัติเหตุ



บทที่  
2

การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็กเล็ก





บทที่ 2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)

# ประโยชน์ของอุปกรณ์นิรภัย



ช่วยลดแรงกระแทก

ขณะเกิดอุบัติเหตุ





**ลดความรุนแรงต่อการบาดเจ็บ**  
จากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นขณะโดยสาร



**ช่วยป้องกัน**  
ไม่ให้หลุดกระเด็นออกไปนอกตัวรถ



บทที่

2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)

# อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก



เดินทางด้วยรถยนต์

นั่งคาร์ซีท (Car Seat)

พ่อ-แม่คาดเข็มขัดนิรภัย



เดินทางด้วยรถจักรยานยนต์

ใส่หมวกกันน็อก  
ปรับสายรัดคาง





บทที่ 2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)

## ทำความรู้จักคาร์ซีท (Car Seat)



**รองรับแรงกระแทก ไม่ให้รู้สึกตกใจ** เมื่อรถเบรกกะทันหัน



**ป้องกันการกระเด็นออกจากเบาะ** หลุดออกนอกตัวรถในขณะเกิดอุบัติเหตุ ลดโอกาสบาดเจ็บสาหัสและลดการเสียชีวิต



### จุดล็อกที่นั่งนิรภัย

ป้องกันการไม่ให้เลื่อนไหล  
หรือหลุดออกขณะเกิดอุบัติเหตุ



### สายคาด

หน้าที่เป็นเข็มขัดนิรภัย  
(seat belt)



บทที่

2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)

## คาร์ซีท (Car Seat) มีกี่แบบ?

เลือกใช้ให้เหมาะสมกับช่วงอายุ  
น้ำหนัก ส่วนสูง ขนาดของร่างกาย





เด็กแรกเกิดถึงอายุ 2 ปี

แบบติดตั้งหันหน้าไปทางด้านหลังรถ

(Rear-Facing Car Seat)



เด็กอายุ 2 ถึง 4 ปี

แบบติดตั้งหันหน้าไปทางด้านหน้ารถ

(Forward-Facing Car Seat)



เด็กอายุ 4 ถึง 12 ปี

แบบเสริม (Booster Seat)

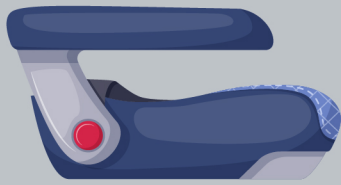
เหมาะสำหรับเด็กโต ใช้ร่วมกับเข็มขัดนิรภัย

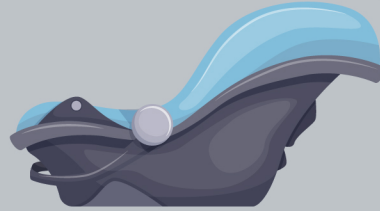


# การติดตั้งคาร์ซีท (Car Seat)

## Booster Seat

เบาะเสริมช่วยเสริมกันให้สูงขึ้น  
จนสามารถใช้เข็มขัดนิรภัยได้





## Rear-Facing Seat

แบบติดตั้งหันหน้าไปทางด้านหลังรถ



## Forward facing seat

แบบติดตั้งหันหน้าไปทางด้านหน้ารถ





บทที่ 2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)



**อันตราย** อุ้มเด็กนั่งบนตัก  
ขณะขับรถ



หากเกิดอุบัติเหตุเด็กจะได้รับแรงกระแทกมหาศาล  
ปะทะกับพวงมาลัยรถยนต์  
หลุดจากมือพุ่งไปกระแทกโครงสร้างด้านหน้ารถ  
อาจทะลุออกไปนอกตัวรถ **ซึ่งมีโอกาสเสียชีวิตสูง**



บทที่ 2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)

## ทำความรู้จักหมวกกันน็อก



ลดความเสี่ยง  
ในการเสียชีวิต

ป้องกันศีรษะกระแทกพื้น

เมื่อเกิดอุบัติเหตุ





## ช่วยลดความรุนแรง

ต่อการบาดเจ็บศีรษะและสมอง

\*ป้องกันสมองบาดเจ็บ





# การใส่หมวกกันน็อก



ขนาดพอดีกับศีรษะ  
มีสายรัดคาง





## ปรับสายรัดคางให้พอดี

ไม่ให้หมวกกั้นน็อกกระเด็นหลุด  
ออกจากศีรษะ ขณะเกิดอุบัติเหตุ





บทที่ 2



• การใช้อุปกรณ์นิรภัยสำหรับเด็ก (คาร์ซีทและหมวกนิรภัยสำหรับเด็กเล็ก)

# หมวกกันน็อกต้องใส่ตอนไหน?



ใส่หมวกกันน็อก  
เมื่อเดินทางด้วยรถจักรยานยนต์  
กับพ่อ-แม่ผู้ปกครอง



ใส่หมวกกันน็อก  
เมื่อขี่จักรยาน



ใส่หมวกกันน็อก  
เมื่อทำกิจกรรมผาดโผนกับเพื่อนๆ



บทที่  
3

การเข้าและออกจากรถ  
อย่างปลอดภัย



รถโรงเรียน



• การเข้าและออกจากรถอย่างปลอดภัย

## การเข้าและออกจากรถ



ประตูที่ปลอดภัย (Safety Door)  
คือ ประตูฝั่งที่ใกล้กับทางเท้า



ขึ้นรถ ต้องรอให้รถหยุดสนิท  
และรอให้ผู้ใหญ่นุญาตเสมอ หากสงสัย  
หรือไม่แน่ใจว่าปลอดภัยให้สอบถามทันที





**ไม่ยืนพิง ไม่ยืนใกล้ประตู  
ไม่ยืนศีรษะ ไม่ยื่นแขนออกนอกตัวรถ**

**เมื่ออยู่บนรถ  
นั่งโดยสารให้เรียบร้อย**

**ลงจากรถ เมื่อรถหยุดสนิท**  
และยื่นรอให้ห่างจากรถ  
ไม่เดินตัดหน้ารถ เพื่อรับข้ามถนน

# เมื่อติดอยู่ในรถต้องทำอะไร?



เมื่อเห็นผู้ใหญ่วิ่งลงจากรถ ให้เรียก และสอบถามทันทีว่าจะต้องทำอะไร



• มีสติ และขอความช่วยเหลือ

• เปิดกระจกรถ ให้มีอากาศหายใจ ส่งเสียงเรียก





• ใช้สองมือ บีบแตรรถ  
บีบเป็นจังหวะเร็วๆ  
จนกว่าจะมีคนมาช่วย



• ไปที่ประตูรถ  
กดปุ่มปลดล็อกประตู  
ให้เปิดออก



• กดโทรศัพท์มือถือ  
ติดต่อหาพ่อ-แม่ทันที



บทที่  
4

การหลีกเลี่ยงการรบกวนคนขับ  
(Driver Distraction)





บทที่ 4



• การหลีกเลี่ยงการรบกวนคนขับ (Driver Distraction)

# การไม่รบกวนคนขับ

1

ไม่พูดคุยเสียงดัง  
เล่นหยอกล้อกัน



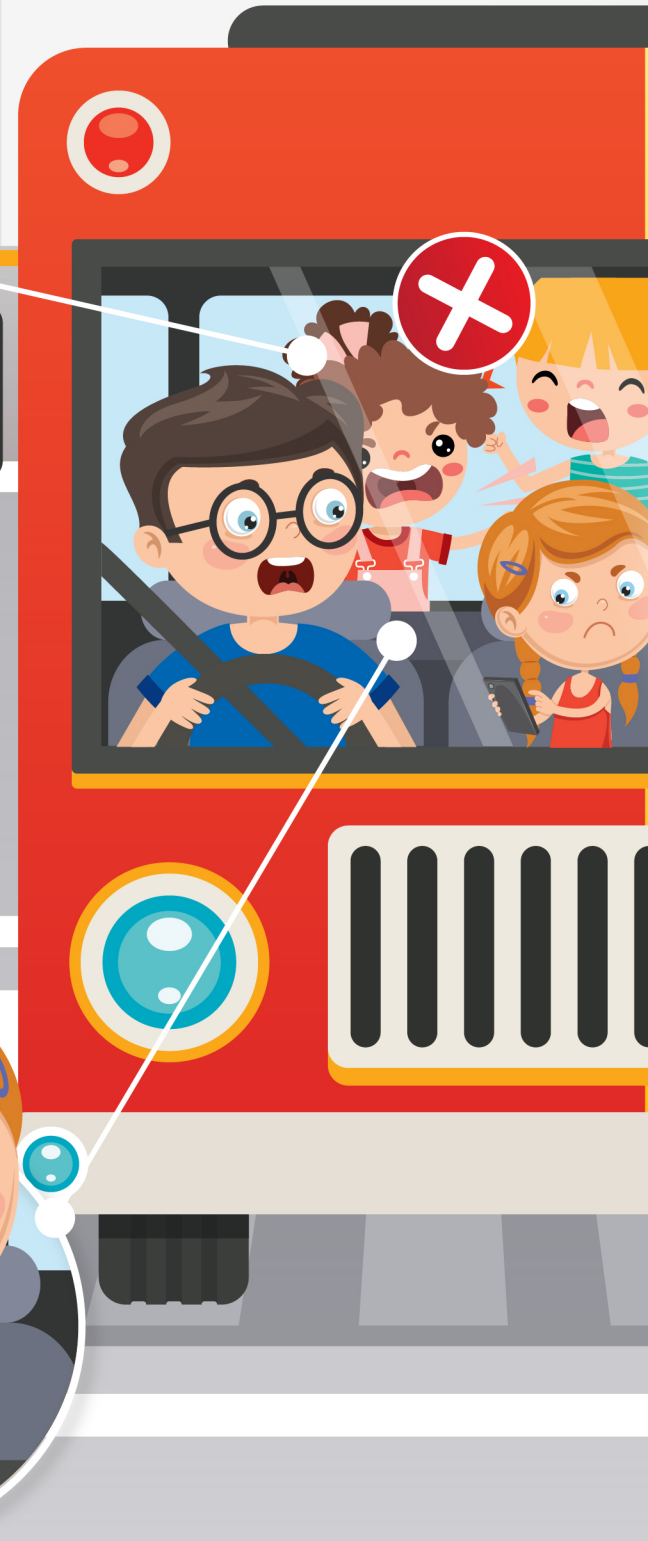
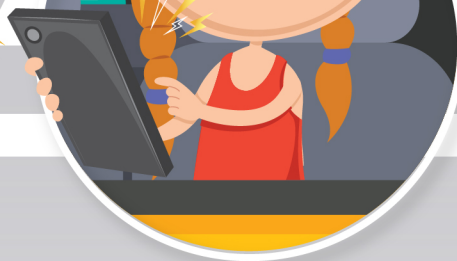
2

ไม่ทานอาหาร  
เครื่องดื่มบนรถ



3

ไม่เปิดเพลง เล่นเกม  
เสียงดังบนรถ





**ผู้ขับรถ ต้องใช้สติ มีสมาธิ**  
ขับรถพาเด็กๆ ถึงที่หมายอย่างปลอดภัย



**เด็กๆ ควรอยู่ในความเรียบร้อย**  
**ไม่รบกวนคนขับหรือคนรอบข้าง**

- ✓ ปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ใหญ่
- ✓ สอบถามผู้ใหญ่ หากต้องการความช่วยเหลือ

บทที่  
5

# การข้ามถนนอย่างปลอดภัย



# การข้ามถนนอย่างปลอดภัย



**หยุด**

ยืนรอบขอบถนน ขอบฟุตบาท  
เมื่อผู้ใหญ่บอกให้หยุด



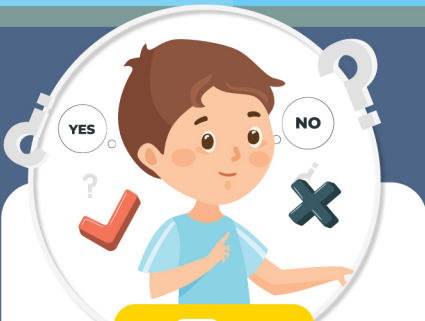
**มอง**

มองขวา มองซ้าย  
และมองขวาอีกครั้ง



**ฟัง**

เสียงรถที่กำลังใกล้เข้ามา



**คิด**

มีสติ คิดให้แน่ใจว่า  
ปลอดภัย จึงข้ามถนน



**ข้ามถนน  
ให้จับมือผู้ใหญ่**



**ยกมือขึ้นขณะเดิน  
ข้ามทางม้าลาย**

ให้ผู้ขับรถเห็นตำแหน่งการเดิน  
ว่าเดินพ้นรถแล้ว





## พื้นที่ปลอดภัยในการข้ามถนน



1 สะพานลอย



2 ทางม้าลายที่มี  
สัญญาณไฟคนข้ามถนน



3 ทางม้าลาย  
บริเวณหน้าโรงเรียน

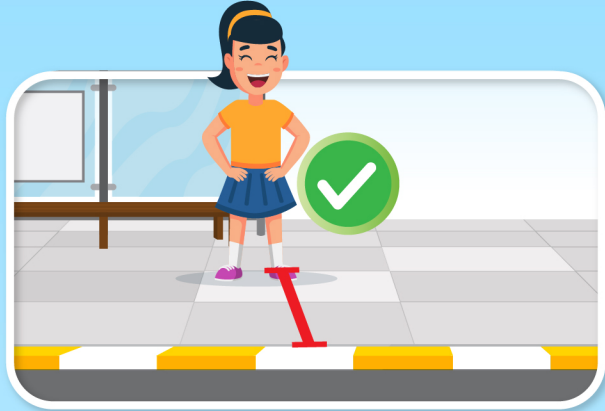


4 ถนนที่มีเกาะกลาง  
ให้หยุดพัก  
เมื่อเห็นว่าปลอดภัยจึงข้ามต่อได้



## เมื่อหยุดรถโดยสารต้องทำอะไร?

• ยืนให้ห่างจากขอบถนน



• มีสติ ตั้งใจมองรถ

ไม่เล่นกับเพื่อน  
ในระหว่างที่รถใกล้เข้ามา



• ส่งสัญญาณ

ชูมือให้ผู้จับจ้องเห็น  
เมื่อรถโดยสารเข้ามาใกล้



• ขึ้นรถ

เมื่อรถจอดหยุดนิ่งแล้ว

• ลงรถแล้วให้หยุดรอ

เมื่อรถออกตัวไป จึงข้ามถนนได้





เดินทำให้ปลอดภัย  
ต้องมีผู้ใหญ่ดูแล



จับมือผู้ใหญ่เสมอ  
หรือดูแลอย่างใกล้ชิด



มีสมาธิในการเดิน  
ไม่เล่นมือถือ ไม่ทานอาหาร

บทที่  
6

กฎจราจรสำหรับเด็กและเยาวชน





• กฎจราจรสำหรับเด็กและเยาวชน



## เรียนรู้สัญญาณไฟจราจรของรถ



**ไฟสีแดง**

• ให้รถหยุด

**ไฟสีเหลืองอำพัน**

• รถชะลอความเร็ว เตรียมหยุดรถ

**ไฟสีเขียว**

• “ไป” ให้ขับรถต่อไปได้





## รู้จักสัญญาณไฟคนข้ามถนน



**ไฟสีแดง** ห้ามข้ามถนน ให้หยุดรอบนทางเท้า

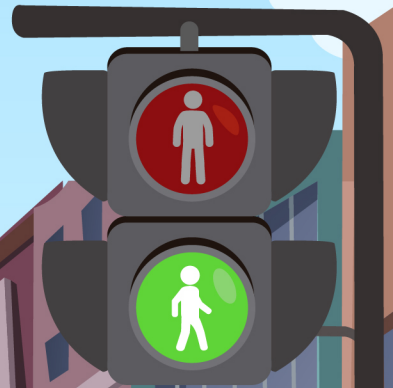


**ไฟสีเขียว** ให้ข้ามถนนไปได้



**ไฟสีเขียวกะพริบ**

ให้หยุดรอบนทางเท้าก่อน



# เครื่องหมายจราจรใกล้โรงเรียน



ป้ายหยุด



ป้ายสัญญาณจราจร



ป้ายตำแหน่งทางข้าม



ป้ายช่องเดินรถ  
ประจำทาง



โรงเรียน

ป้ายโรงเรียนระวางเด็ก







คู่มือการเรียนรู้ระดับอนุบาล ช่วงอายุ 3 - 6 ปี  
ส่งเสริมความปลอดภัยในการใช้รถใช้ถนนสำหรับเด็กและเยาวชน

กรมการขนส่งทางบก

