

Tipps zum Schulweg für Eltern

Inhaltsverzeichnis

Sechs gute Gründe, Kinder und Jugendliche aufs Fahrrad zu bringen!	2
Nachhilfe für Eltern: Sechs kleine Unterschiede	3
Tipps zum Helm- Ausstattungsmerkmale und Anpassung	4
Fahrrad-Checkliste „Alles dran?“	5 - 7

Vorwort

Immer mehr Kinder erleben ihre Alltagswege nur noch aus der Windschutzscheibenperspektive. Das Auto ist für den Weg zur Schule oder zu den Freizeitaktivitäten häufig selbstverständlich und erscheint vielen Eltern als sicherstes Transportmittel. Doch der Schein trügt: Ein Blick in die Statistik zeigt, von den 102 Kindern, die 2008 auf deutschen Straßen getötet wurden, verunglückten 51 Kinder als Beifahrer im Auto.

Mit Räder, Rollen und Füßen zurückgelegte Wege sind zudem ein Beitrag zu mehr Bewegung in Kindheit und Jugend, beugen Übergewicht, Haltungsschäden und motorische Defizite sowie geschwächte Abwehrkräfte vor. Bewegung ist eine Investition in die Zukunft Ihrer Kinder, denn bewegte Kinder lernen auch besser.

Der eigenständig zurückgelegte Weg zur Schule hat noch mehr Vorteile: Kinder können soziale Kontakte knüpfen, ihr Wohnumfeld kennen lernen, Sicherheit und Selbständigkeit im Verkehr trainieren und so auch ihr Selbstbewusstsein stärken. All das bietet eine Autofahrt nicht. Und nicht zu vergessen: auch die Klimabilanz einer selbstständigen Mobilität ist unschlagbar gut.

Natürlich ergeben selbstständig mobile Kinder auch einen großen Vorteil für Eltern: Freiräume, weil sie nicht mehr als Chauffeur im täglichen Bring- und Holdienst eingespannt sind.

Die Verantwortung für den Schulweg haben alleine die Eltern und der Verantwortungsbereich der Schule beschränkt sich auf den inneren Schulbereich - endet somit an der Grenze des Schulgrundstückes. Schüler sind generell auf dem Schulweg über die gesetzliche Unfallversicherung abgesichert, unabhängig vom Alter und dem Verkehrsmittel- und auch die Fahrradprüfung in der Grundschule ist keine gesetzliche Voraussetzung für diesen Versicherungsschutz. Vielmehr sind der individuelle Entwicklungsstand des Kindes sowie die speziellen Gegebenheiten vor Ort die ausschlaggebenden Kriterien, wonach Eltern über den eigenständigen Schulweg – und vor allem über den alleine, ohne elterliche Begleitung zurückgelegten Schulweg per Rad - entscheiden sollten. Für alle eigenständig zurückgelegten Wege gilt, dass Eltern diese genau planen und am Anfang die Kinder begleiten - egal ob zur Schule oder zum Bäcker nebenan.

Sechs gute Gründe, Kinder und Jugendliche aufs Fahrrad zu bringen!

- **Viel Spaß** – Das Fahrrad bietet Flexibilität, fördert die Selbstständigkeit und macht Spaß.
- **Bessere Gesundheit** – Radfahren verbessert die körperliche Fitness, wirkt Übergewicht entgegen, beugt Haltungsschäden vor und fördert die Entwicklung der Koordination und Motorik.
- **Höhere Verkehrssicherheit** – Regelmäßiges Radfahren verbessert die Umweltwahrnehmung und die Interaktion mit anderen Verkehrsteilnehmern.
- **Mehr Aufmerksamkeit** – Wer mit dem Rad zur Schule fährt, kommt dort wacher an und ist den ganzen Tag konzentrierter. Für den Weg zum Training ist das Rad das ideale Aufwärmprogramm.
- **Sinnvolle Investition fürs Leben** – Radfahren im Kindesalter ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg zu einer Fahrradaffinität im weiteren Leben.
- **Aktiver Klimaschutz** – Radfahren verbraucht keine fossilen Energien. Jeder Kilometer, der mit dem Fahrrad statt mit dem Auto zurückgelegt wird, spart CO₂.

Nachhilfe für Eltern: Sechs kleine Unterschiede

- **Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit:** Bei Kindern ist die Konzentrationsfähigkeit eingeschränkt, sie lassen sich dadurch sehr schnell von der im Straßenverkehr vorherrschenden Flut an Reizen ablenken.
- **Wichtig und Unwichtig:** Kindern fällt es schwer zwischen wichtig und unwichtig zu unterscheiden, so dass in Konfliktsituationen andere Dinge wichtiger sind als das Verkehrsgeschehen. Im Vorschulalter ist die Konzentrationsfähigkeit noch kaum, im Grundschulalter noch unvollständig und erst ab dem 14. Lebensjahr ist diese vergleichbar mit den Erwachsenen ausgebildet.
- **Entfernungswahrnehmung:** Bis etwa zu ihrem 8. Lebensjahr ist die für den Verkehr sehr wichtige Entfernungswahrnehmung von Kindern noch unzureichend ausgeprägt. Sie verstehen noch nicht, dass die Größe der Objekte von der Perspektive abhängt und können u.a. aus diesem Grund Geschwindigkeiten im Verkehr nicht richtig einschätzen.
- **Peripheriewahrnehmung:** Aufgrund ihres im Vergleich zum Erwachsenen etwa um ein Drittel kleineres "nutzbares Sehfeld" und ihrer geringeren Körpergröße können sie von der Seite kommende Fahrzeuge viel später sehen als Erwachsene.
- **Auditive Wahrnehmung:** Das Hörvermögen ist erst ab dem 6. Lebensjahr vollständig ausgebildet. Danach haben Kinder jedoch bis etwa zu ihrem 8. Lebensjahr noch Schwierigkeiten mit der Lokalisation des Gehörten, vor allem bei der Einordnung, ob das Geräusch von rechts oder von links kommt.
- **Motorik:** Bis zur Grundschule haben Kinder in der Regel noch Schwierigkeiten damit, begonnene Bewegungen zu unterbrechen. Das heißt Richtungswechsel oder Bremsvorgänge auf dem Rad sind bei gerade begonnener Fahrt unter Umständen schwierig. Die Fähigkeit des Radfahrens macht zwischen dem 7. und dem 8. und zwischen dem 13. und 14. in der Regel einen deutlichen Sprung. Bis sie erwachsen sind haben aber auch die Jugendlichen eine längere Reaktionszeit.

Resümee: Ein Kind bleibt ein Kind, so dass Verkehrssicherheitsarbeit sich nicht auf Regelvermittlung beschränken darf, sondern der Autoverkehr zusätzlich reglementiert werden –zum Beispiel durch Maßnahmen wie Verkehrsberuhigung, Tempo 30, Verbot von Gehwegparken etc.

Tipps zum Helm- Ausstattungsmerkmale und Anpassung

Ausstattungsmerkmale

- ✓ Verstellbarer Kopfring zur Größenanpassung
- ✓ TÜV oder GS-Norm im Helm als Aufkleber angebracht
- ✓ gut anpassbares Gurtsystem
- ✓ helle, auffallende Farbe
- ✓ Reflektierende Aufkleber oder Applikationen
- ✓ Ausreichende Belüftung (Belüftungslöcher im vorderen Bereich sind mit einem Netz verschlossen, damit keine Insekten auf die Kopfhaut gelangen können)
- ✓ Gewicht sollte nicht viel mehr als 300 g betragen
- ✓ Zusätzlich sind dünne Unterziehmützen für den Winter, mit integrierten Ohrenwärmer, zu empfehlen

Anpassung des Helms

- ✓ Einstellung des Kopfumfangs (nicht zu eng)
- ✓ Positionierung der Riemenweichen unter den Ohren
- ✓ Riemen müssen flach anliegen
- ✓ Helm darf weder im Nacken noch auf der Nase sitzen
- ✓ Einstellung der Riemenlänge (1-2 Finger breit Luft unter dem Kinn)
- ✓ Positionierung des Verschluss seitlich
- ✓ Schläfen, Stirn und Hinterkopf sollten abgedeckt sein

Fahrrad-Checkliste

Die Anforderungen an ein verkehrssicheres Fahrrad gemäß der Straßenzulassungsverordnung (StVZO) sind kursiv geschrieben.

	✓	Was muss repariert werden?
Bremsen		
<i>Zwei unabhängig von einander funktionierende Bremsen!</i>		
Bremsklötze hinten und vorn sind ausreichend und gleichmäßig dick!		
Bremsklötze treffen beim Bremsen genau die Felge, schaben nicht am Reifen und rutschen nicht in die Speichen!		
Rücktrittbremse - wenn vorhanden – funktioniert einwandfrei!		
Alle zur Bremsanlage gehörenden Teile sind fest angebracht! Die beweglichen Teile sind leichtgängig und wackeln nicht.		
Seilzüge sind leicht beweglich und sind nirgends angerissen.		
Handbremshebel		
Bremshebel ist fest am Lenker befestigt!		
Ihr Kind kommt mit dem Fingern gut um den Griff!		
Bremshebel drückt sich auch bei einer Vollbremsung nicht ganz durch!		
Reifen		
Lauffläche hat keine größeren Schnitte oder Löcher. Glassplitter und andere Fremdkörper im Gummi wurden entfernt.		

Reifen weisen genügend Profil auf!		
Luftdruck stimmt!		
Achsmuttern/Schnellspanner/Speichen		
Achsmuttern oder Schnellspanner sind fest!		
Speichen sind fest!		
Vorder- und Rücklicht		
<i>Das Fahrrad hat vorn eine Lampe.</i>		
Vorder- und Rücklicht funktionieren einwandfrei und sind richtig ausgerichtet!		
Alle Lampen sind unbeschädigt und sauber!		
<i>Dynamo ist fest angeschraubt und funktionsfähig!</i>		
Kabel sind sicher verlegt, die Verbindungen fest und in Ordnung!		
Standlicht – falls vorhanden – funktioniert!		
Reflektoren		
<i>Vier Reflektoren in den Speichen!</i> <i>Optional: Felgen oder Reifen mit reflektierendem Streifen!</i>		
<i>Pedale sind fest verschraubt und haben vorn und hinten gelbe Pedalrückstrahler!</i>		
<i>Zwei Rückstrahler (Großflächen-Rückstrahler, z.B. am Gepäckträger, und Rückstrahler, der tiefer, meist am Schutzblech, befestigt ist! Optional: Rücklicht enthält einen der beiden Rückstrahler!)</i>		
<i>Weißer Frontreflektor vorne!</i>		

Lenker		
<i>Funktionierende Klingel!</i>		
Lenker und die Lenkergriffe sind fest verschraubt und unbeschädigt!		
Sattel		
Sattel ist unbeschädigt und fest verschraubt.		