

Nur Übung macht den Meister

Bereits Grundschul Kinder verfügen zu weit mehr als 90 Prozent über ein eigenes Rad und nutzen es häufig. Mit zunehmendem Alter wird mehr gefahren, wobei auch die zurückgelegten Strecken sehr viel länger werden. Die Unfälle nehmen jedoch leider in gleichem Maße zu, unter anderem auch deshalb, weil die Fähigkeiten und Geschicklichkeit auf dem Rad nicht ausreichend trainiert sind.



folia.de/picture-factory

In den Rahmenvereinbarungen, Empfehlungen und Erlassen aller Bundesländer zur Verkehrserziehung und Mobilitätsbildung hat das Fahrrad entsprechend einen hohen Stellenwert und auch die aktuelle KMK-Empfehlung zur Mobilitäts- und Verkehrserziehung in der Schule (Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 10.05.2012) trägt der Bedeutung des Fahrrads im Leben der Kinder und Jugendlichen wie auch dem damit verbundenen Gefährdungspotenzial Rechnung.

Zwar sind die Schülerinnen und Schüler auf dem Weg zur Schule oder nach Hause über die gesetzliche Schüler-Unfallversicherung abgesichert, allerdings liegt auf der Hand, dass das Hauptaugenmerk der Verkehrserziehung darauf abzielt, Unfälle grundsätzlich zu vermeiden. Dazu ist es wichtig, Kinder in Sachen Fahrradbeherrschung gezielt zu fördern, da hier zum Teil erhebliche Mängel zu beobachten sind: Eine sichere Wahrnehmung, gute Reaktion, Gleichgewicht und Koordination sowie die Fähigkeit zu Mehrfachhandlungen haben sich jedoch bei Schülerinnen und Schülern über viele Jahre hinweg deutlich verschlechtert, was auch Folgen für die Verkehrssicherheit hat.

Die Defizite in der motorischen Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen beschreiben viele Studien unter anderem der Erste und Zweite Deutsche Kinder- und Jugendsportbericht (2003; 2008) – siehe auch http://www.dosb.de/de/jugendsport/jugend-news/detail/news/das_wichtigste_aus_dem_deutschen_kinder_und_jugendsportbericht/.

In ihnen wurden 54 Untersuchungen von 43 Autoren mit mehreren hunderttausend Testpersonen von 6 bis 17 Jahren über einen Zeitraum von mehr als 25 Jahren genauer analysiert, beginnend schon vor 1975. Die vergleichende Betrachtung der Studien im ersten Bericht zeigt, dass die motorische Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen in 25 Jahren um durchschnittlich etwa 10 Prozent abgenommen hat. Auch für die Folgejahre im Zeitraum von 2002 bis 2006 bestätigt eine Auswertung von 51 weiteren Studien im Zweiten Deutschen Kinder- und Jugendsportbericht diesen Trendverlauf. Neuere Daten dazu wurden bislang nicht veröffentlicht, doch ist eine signifikante Änderung des Trends kaum anzunehmen. So beobachten Kinderärzte und Sportpädagogen die Entwicklungen in ihrer Praxis, und auch befragte Polizeibeamte klagen über zunehmende motorische Probleme der Kinder bei der Radfahrausbildung in der Schule.



Kinder- und Jugendsportbericht
www.dosb.de

Früh übt sich

Oft können schon Kindergartenkinder im Schonraum recht gut mit ihrem Rad umgehen, wenn sie ausreichend Gelegenheit zum Üben hatten. Allerdings können sie trotzdem noch nicht die notwendige Konzentration über einen längeren Zeitraum aufrechterhalten. Auch das Wahrnehmen mehrerer Reize gleichzeitig und das Herausfiltern der jeweils wichtigen Informationen fallen Kindern in diesem Alter und auch am Anfang der Grundschulzeit noch sehr schwer. Das Verarbeiten von Mehrfachreizen und die sichere Ausführung von Mehrfachhandlungen sind Kindern in der Regel vor dem 8. Lebensjahr entwicklungsbedingt gar nicht möglich, was Erwachsenen meist nicht klar ist. Spätestens bei der Radfahrausbildung im vierten Schuljahr sollten die Kinder mit ihrem Rad gut umgehen können, damit sie sich auf die Anforderungen des Straßenverkehrs konzentrieren können. Trotzdem müssen Lehrkräfte und Eltern wissen, dass auch in diesem Alter nach der Radfahrausbildung die Kinder noch keine sicheren und kompetenten Verkehrsteilnehmer sein können, da sie leichter ablenkbar sind und von einem vorausschauenden Gefahrenbewusstsein erst ab dem etwa 14. Lebensjahr ausgegangen werden kann.

Mehrfachhandlungen sind im Straßenverkehr die Regel

Eine Mehrfachhandlung muss beim Radfahren zum Beispiel dann bewältigt werden, wenn neben einer reinen Fahrübung wie dem Geradeausfahren oder dem Kurvenfahren zusätzlich noch eine weitere Aufgabe, die Konzentration und Aufmerksamkeit erfordert, bewältigt werden muss. Je komplizierter die verschiedenen Aufgaben sind und je mehr unterschiedliche Aufgaben gleichzeitig erledigt werden müssen, umso schwieriger wird es für jüngere Kinder. Ein einfacher Test zum Verdeutlichen besteht darin, Kinder einen kleinen Parcours fahren und sie dabei altersgemäße Rechenaufgaben lösen zu lassen oder die eigene Telefonnummer aufsagen zu lassen. Bei jüngeren Kindern wird beides gleichzeitig in der Regel nicht gelingen.

Im Straßenverkehr stellen Mehrfachhandlungen jedoch eher die Regel als die Ausnahme dar. Wer mit dem Fahrrad zum Beispiel nach links abbiegen will, muss in seiner Spur am Fahrbahnrand fahren, sich umschauchen, ohne zu schlenkern, nachfolgende Fahrzeuge wahrnehmen, ein Handzeichen geben und dabei einhändig fahren, auf den Fahrbahnbelag, eventuelle Straßenbahnschienen und Ähnliches achten, die Markierungen, Schilder, Ampeln und so weiter registrieren, Autos von links und rechts sowie den entgegenkommenden Verkehr beachten, sich vergewissern, dass andere Verkehrsteilnehmer richtig agieren – und das alles gleichzeitig, ohne dabei mit dem Rad aus dem Gleichgewicht zu geraten! Für Kinder vor dem dritten und vierten Schuljahr ist dies in der Regel entwicklungsbedingt gar nicht möglich. Das richtige Einschätzen der Risiken ist in der Regel erst im Jugendalter umsetzbar.

Radfahren ist mehr als nur Sport

Viele Untersuchungen belegen, dass von Spielen und Übungen zur Bewegungssicherheit nicht nur die Fitness und die Gesundheit der Kinder profitieren. Bei einem Großversuch an hessischen Schulen wurde zum Beispiel festgestellt, dass regelmäßige Gleichgewichtsübungen im Unterricht auch das Lesevermögen und die Rechenleistungen der Kinder verbessern kann – nach einem Schuljahr fielen die Schulnoten um durchschnittlich bis zu 0,7 Notenstufen besser aus. Lehrkräfte berichten auch, dass bei regelmäßigen Bewegungspausen im Unterricht das Sozialklima in der Klasse besser wird und die Streitigkeiten abnehmen. Auch sei die Konzentration im folgenden Unterricht höher. Siehe auch www.dguv-lug.de/primarstufe/bewegte-schule/.



www.dguv-lug.de

Rolle der Eltern ist sehr wichtig

Das Radfahren-Lernen erfolgt über viele Jahre und muss von den Eltern begleitet werden. Die Schule kann den Prozess lediglich unterstützen und zusammen mit den Polizeibeamten sicherstellen, dass bei der Radfahrausbildung in der vierten Klasse alle Kinder ihr Rad beherrschen. Für viele Eltern ist das Radfahren-Lernen jedoch bereits dann abgeschlossen, wenn sie der Meinung sind, dass ihr Kind, fahren kann, ohne aus dem Gleichgewicht zu geraten und wenn es Kurven fahren und sicher stoppen kann.

Die für das Radfahren grundlegenden Fertigkeiten können durch Übung deutlich verbessert werden. Am besten sind dazu gemeinsame Fahrten von Eltern und Kindern mit dem Rad geeignet. Wenn in der Familie viel Fahrrad gefahren wird und an Wochenenden und in den Ferien kleine oder große Fahrradtouren durchgeführt werden, hilft dies den Kindern sehr. Auch wenn das Rad für Alltagswege zum Einkaufen oder zum Sport benutzt wird, unterstützt das den Lernprozess der Kinder. Zusätzlich sollten sich Eltern von ihrem Kind auch zeigen lassen, was es mit seinem Rad kann, zum Beispiel beim Einhändigfahren, beim Spurfahren mit Umschauen und so weiter.



Infobrief für die Eltern

Um die Eltern von der Wichtigkeit ihrer Rolle bei diesem Lernprozess zu überzeugen, wird es vermutlich notwendig sein, diesen Aspekt bei einem Elternabend zu thematisieren – vielleicht, wenn ohnehin über die Fahrradausbildung gesprochen wird, gerne aber auch als wiederkehrender Punkt auf der Agenda. Unterstützen Sie die Eltern bei dieser Aufgabe und geben Sie den Schülerinnen und Schülern (auch den jüngeren) einen Elternbrief mit Informationen mit. (Eine Kopiervorlage finden Sie in der Materialsammlung.) Auch die Mithilfe der Mütter und Väter beim richtigen Einstellen des Fahrradhelms und beim Check des Fahrrades ist notwendig. Erleichtern Sie den Müttern und Vätern diese Aufgabe, indem Sie die Info-Blätter dazu zur Verfügung stellen.

Wichtig: Die Verantwortung der Eltern

In Erlassen und Verlautbarungen zur Verkehrssicherheit findet sich oft der Satz: „Verkehrserziehung liegt in der Verantwortung der Eltern. Die Schule kann den Prozess unterstützen.“

Vielen Eltern ist die eigene Verantwortung für den Weg von und zur Schule und für die Wahl des Verkehrsmittels nicht klar, vor allem bei der Fahrrad-Benutzung gibt es mitunter unterschiedliche Vorstellungen. In diesem Punkt sollten Mütter und Väter seitens der Schule frühzeitig und eindeutig informiert werden, beginnend schon mit dem ersten Elternabend zur Einschulung. Aber auch bei allen Fahrrad-Übungen sowie bei der eigentlichen Radfahrausbildung sollten die Eltern am besten schriftlich informiert werden – in einigen Ländern ist dies auch explizit vorgeschrieben. Die Vorgaben und Vorschriften des eigenen Bundeslandes sind natürlich zu beachten!

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Fit auf dem Fahrrad, September 2017

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Mittelstraße 51, 10117 Berlin

Redaktion: Andreas Baader, Sankt Augustin (verantwortlich); Stefanie Richter, Wiesbaden

Text: Martin Kraft, Bonn

Verlag: Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Telefon: 0611/9030-0, www.universum.de



Internet-hinweis



Arbeitsblätter



Arbeitsauftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-methodischer Hinweis



Lehrmaterialien