



# Radfahrausbildung in der Grundschule ab der 1. Klasse

Wie ist das erreichbar?

# Was sollen Kinder mit dem Rad vor der JVS können?

- Richtig aufsteigen
- Vor dem Losfahren nach hinten sehen
- Langsam fahren
- Handzeichen geben
- Beim „Umsehen“ auch etwas „sehen“
- Spur halten (sicher fahren)
- Zielgenau stehen bleiben (Zielbremsen, auch mit dem Rücktritt)
- Vorausschauend schalten

# Was können die Kinder tatsächlich?

- hoffentlich Radfahren

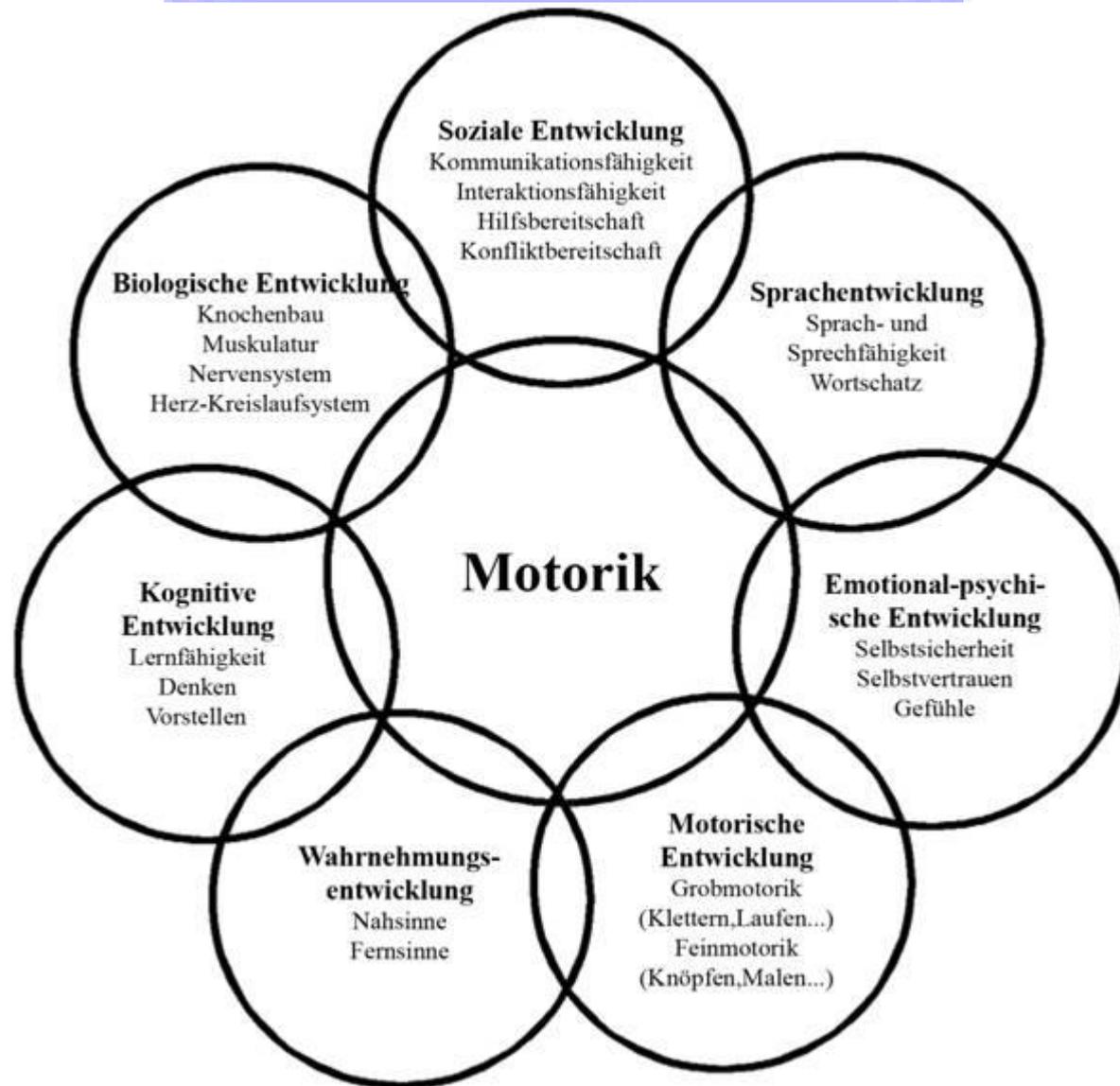
# Wie steht es um die weiteren Fertigkeiten?

- **Seit Jahren nehmen die motorischen Fertigkeiten ab!**
- **Die eigenständige Mobilität der Kinder nimmt ab.**
- **Es fehlt an praktischen Fertigkeiten.**

# Aber.....!

**Mit abnehmenden motorischen Fähigkeiten gehen weitere Defizite einher:**

- Denken und Lernen
- Konfliktbereitschaft
- Selbstvertrauen
- ..... siehe nächste Folie!



# Effekte motorischer Förderung

- Die Kinder bewegen sich lieber als vorher
- Die Motorik einzelner Kinder verbessert sich deutlich
- Die Kinder arbeiten im Unterricht konzentrierter mit
- Das allgemeine Sozialklima verbessert sich
- Die Kinder werden selbstbewusster
- Es gibt weniger Streitigkeiten
- Es gibt weniger Unfälle

# Was muss getan werden?

- Kinder brauchen viel Bewegung..... zu Hause, in der Schule, im Verein.
- Mobilitätsdefizite sind u.a. in der Schule zu erkennen und auszugleichen.

Also

**Fahrradausbildung ab der 1. Klasse**

# Was ist notwendig?

- **Gezielte Übungen in der Schule.**
- **Elterninformation über die individuellen Schwächen durch die Schule.**
- **Praktische Fahrübungen zu Hause.**

# Wie kann das aussehen? Was kann die Schule tun?

- Gleichgewichtsübungen nach dem Bewegungskalender des Projekts „Schnecke“ vor jeder Unterrichtsstunde ab der 1. Klasse.
- Velofit-Screening zu Beginn der 1. Klasse
- Velofit-Übungen im Sportunterricht

# Wie kann das aussehen? Was können Eltern tun?

- Kinder nicht mit dem Auto in die Schule/zur Bushaltestelle fahren.
- Sport ins wöchentliche Leben einbauen.
- Radtouren (altersgemäß) mit den Kindern.
- Spielerische Übungen
  - Langsam fahren
  - Spur halten
  - Slalom

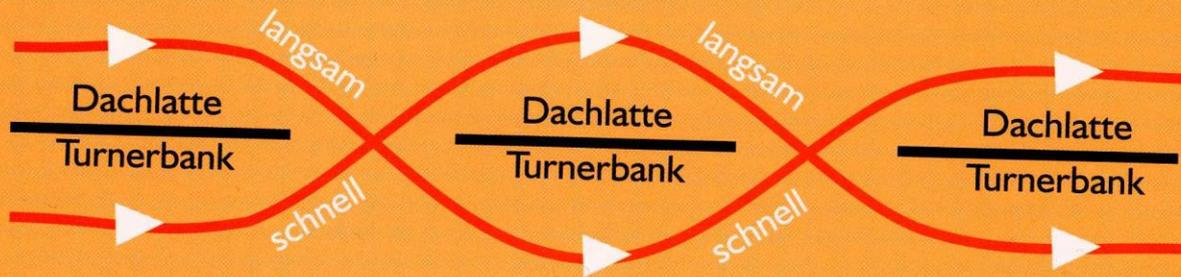


# Praktische Übungen

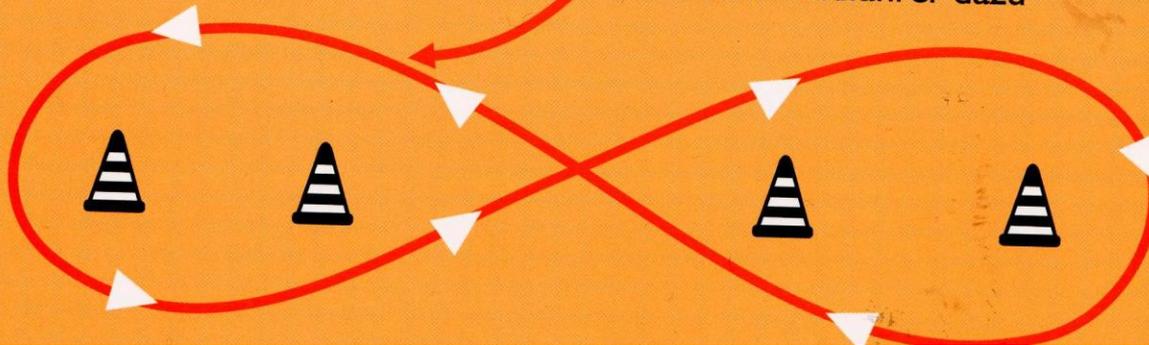
- nicht nur in der Schule – auch in der Freizeit

- **Losfahren** (vorher nach hinten sehen)
- **Spurhalten**
- **Langsam fahren**
- **An Hindernissen vorbeifahren**  
(mit Handzeichen usw.)
- **Spezielle Übungen!!!**

## Übungen zum Sozialverhalten



Einfahrt, nach jeder Runde kommt ein neuer Radfahrer dazu



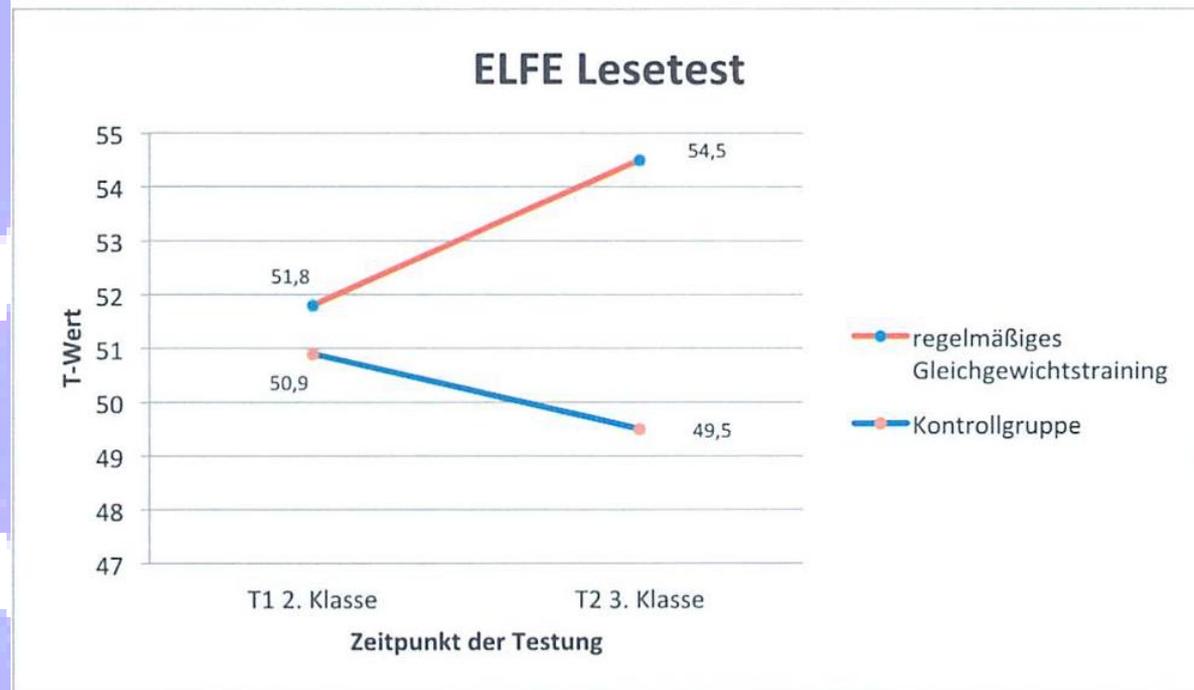
# Beispiel für Elterneinbindung

**Klassenfest zum Abschluss des 1. Schulj.**

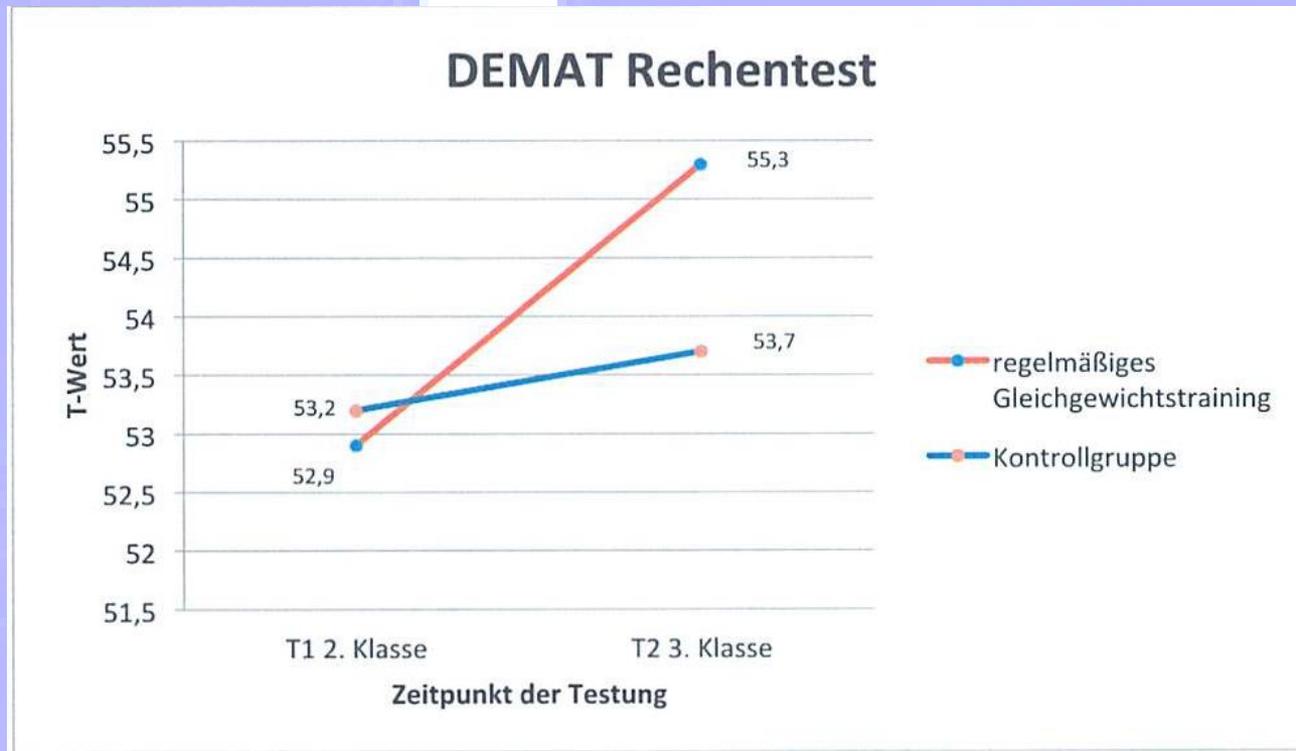
- **Eltern und Kinder kommen mit dem Rad z.B. zur Schule**
- **Es wird gegrillt und gefeiert.....**
- **Eltern bauen Übungsstrecken auf und fahren diese gemeinsam mit ihren Kindern ab.**
- **Eltern sehen und erleben, was ihre Kinder noch lernen sollten.**

# „win-win“ für das Kind

Signifikant bessere Lesefähigkeit (ELFE) \*\*



# Sport und Gleichgewicht rechnet sich im wahrsten Sinn de Wortes



# An was ist sonst noch zu denken?

Fahrrad ist oft zu groß für das Kind

- Kein neues Rad direkt vor der JVS
- Möglichst ein Rad mit Rücktritt und zwei Handbremsen kaufen
- 3-7-Gang-Nabenschaltung
- Nabendynamo



# Was kann eine **Verkehrswacht** zur effektiveren Radfahrausbildung beitragen?

- Lehrer/innen der Schulen informieren.
- Schulen sind mit Velofit ausgestattet worden
- FahrradKIDS in den 1. Klassen
- Wettbewerb für Schüler/innen der 4. Klasse „Der beste „Radfahrer““
  - Wettbewerb mit Langsamfahren, Geschicklichkeitsfahren, Parcoursfahren (2023 am 15.7. in Dorheim)

# Was kann jede **Jugendverkehrsschule** zur effektiveren Radfahrausbildung beitragen?

- Ausstattung mit Funkgeräten.
- Vorgespräche mit Schulleitung und Klassenlehrer/innen in der 3. Klasse.
- Vorgespräche mit Schüler/innen der 3. Klasse.
- Möglichst im Realverkehr fahren.
- Schüler/innen mit deren Namen ansprechen.



**...was meinen Sie?**