

# LIEBE MÜTTER, LIEBE VÄTER,

mit der Radfahrausbildung in der Grundschule hat Ihr Kind einen wichtigen Schritt gemacht, um sicher mit dem Fahrrad unterwegs zu sein. Es hat seine Bewegungssicherheit trainiert, wichtige Regeln gelernt und erste Erfahrungen gesammelt. Nach dem Wechsel auf die weiterführende Schule fährt Ihr Kind jetzt öfter Rad, in der Freizeit oder zur Schule. Das bringt neue Herausforderungen mit sich.

Im Alter von 10 bis 12 Jahren ist es für Kinder noch schwierig, in komplexen Verkehrssituationen mehrere Dinge gleichzeitig zu tun: sicher das Gleichgewicht auf dem Rad halten, Handzeichen geben und sich umsehen, dabei schwierige Situationen erkennen, vorausschauend handeln und die Sichtweise anderer Verkehrsteilnehmer/-innen einnehmen. Diese Fähigkeiten entwickeln Kinder erst nach und nach.

## Was kann ich tun?

**Ganz einfach:** Üben Sie mit Ihrem Kind! Je mehr Ihr Kind fährt, desto sicherer wird es und desto besser kommt es mit verschiedenen Situationen zurecht. Die Unfallforschung der Versicherer (UDV) und die Deutsche Verkehrswacht (DVW) haben dafür ein Radfahrtraining für die Klassen 5 und 6 entwickelt. Es hilft Kindern, Mehrfachanforderungen zu meistern und besser mit schwierigen Situationen umzugehen.



Das Training wurde für die Schule entwickelt, sprechen Sie die Schule Ihres Kindes einfach an. Oder üben Sie selbst mit Ihrem Kind. Auf der Website mit dem Radfahrtraining 5/6 finden Sie Anleitungen und 14 kurze Videos mit abwechslungsreichen Übungen im Schonraum ohne Verkehr.



## Was sonst noch wichtig ist ...

- Immer mit Helm fahren – er schützt den Kopf!
- Das Fahrrad muss sicher sein, vor allem die Bremsen und das Licht.
- Üben Sie den Schulweg mindestens einmal morgens im Berufsverkehr.
- Überlegen Sie gemeinsam: Welche Wege sind sicher? Wo gibt es Radwege?
- Machen Sie gemeinsame Radtouren.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Ablenkung: Handy und Musik beim Fahren sind gefährlich!
- Helfen Sie Ihrem Kind, sich selbst richtig einzuschätzen. An großen Kreuzungen lieber absteigen, wenn man sich noch nicht sicher fühlt.
- Vor allem Jungen gehen mehr Risiken ein, fahren ohne Helm und halten sich seltener an Verkehrsregeln. Sprechen Sie darüber.

## Weitere Informationen

- Elternbroschüre „Radfahren ab 10 Jahren“



- Rund ums Fahrrad



- Wege und Gefahren für Radfahrer



# CHECKLISTE: Wie sicher fährt mein Kind im Straßenverkehr?

Die Checkliste hilft Ihnen, die Fähigkeiten Ihres Kindes richtig einzuschätzen.  
Beobachten Sie Ihr Kind beim Radfahren im Straßenverkehr und in Übungssituationen.

## Allgemeine Fahrfertigkeiten

- Mein Kind behält beim Fahren den Verkehr im Blick
- Es kann rechts und links Handzeichen geben, ohne aus dem Gleichgewicht zu kommen
- Es schaut beim Schulterblick deutlich nach hinten, ohne zu schwanken
- Es bremst kontrolliert und ohne zu wackeln
- Es fährt vorhersehbar, ohne ruckartige Bewegungen im letzten Moment
- Es bleibt ruhig, auch wenn viel gleichzeitig passiert oder etwas Unvorhergesehenes eintritt
- Es trifft überlegte und sinnvolle Entscheidungen

## Vorausschauendes Verhalten

- Mein Kind fährt aufmerksam und bremsbereit
- Es wird an unübersichtlichen Stellen automatisch langsamer
- Es erkennt, was andere Verkehrsteilnehmer tun könnten
- Es „denkt mit“, erkennt frühzeitig mögliche Gefahren und kann darauf reagieren
- Es sucht Blickkontakt mit anderen Verkehrsteilnehmern
- Es weiß, dass es mit den Fehlern anderer rechnen muss
- Es hält Abstand zu parkenden Autos und rechnet damit, dass sich eine Tür öffnen kann

## Kreuzungen und Abbiegen

- Mein Kind wird vor Kreuzungen automatisch langsamer
- Es schaut in alle Richtungen und nimmt mehrere Verkehrsteilnehmer gleichzeitig wahr
- Es ordnet sich frühzeitig richtig ein
- Es erkennt, wer Vorfahrt hat, nimmt aber Blickkontakt auf
- Mein Kind sieht sich vor dem Abbiegen bewusst nach hinten um
- Es fährt erst, wenn die Situation klar ist und keine Gefahr besteht

## Ablenkung

- Mein Kind lässt sich durch Gespräche und Ablenkung nicht stark beeinträchtigen
- Es achtet beim Fahren mit anderen Kindern selbst auf den Verkehr und fährt nicht einfach hinterher.

## AUSWERTUNG

- Sind alle Häkchen gesetzt, ist Ihr Kind bereit für schwierigere Strecken.
- Gibt es noch einzelne Unsicherheiten, können Sie diese gezielt üben.
- Fehlen viele Häkchen, üben Sie mit Ihrem Kind in sicheren Bereichen ohne Verkehr.

Ihr Kind ist auf die Teilnahme am Straßenverkehr mit dem Fahrrad gut vorbereitet, wenn es die genannten Punkte beherrscht und gleichzeitig umsetzen kann: fahren, beobachten, sich umschaun, Handzeichen geben, die Situation voraussehen und reagieren.

### Impressum

Deutsche Verkehrswacht e.V. (DVW) · Budapester Str. 31 · 10787 Berlin · [www.verkehrswacht-medien-service.de](http://www.verkehrswacht-medien-service.de)  
Unfallforschung der Versicherer (UDV) · Wilhelmstraße 43 / 43G · 10117 Berlin · [www.udv.de](http://www.udv.de)