

HELMI®

Sicher ist cool

Unterrichtsbausteine und Filme
zur Verkehrserziehung in den
Klassen 1 und 2

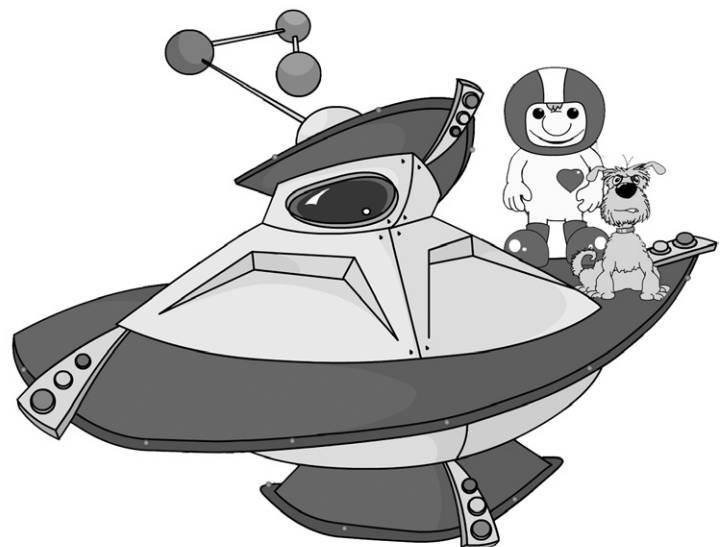


8

Das sichere Fahrrad

Jährlich werden in Deutschland rund 1,8 Millionen Kinder bei Unfällen verletzt. Es sterben mehr Kinder an Unfallfolgen als an Infektionskrankheiten und Krebs zusammen. Um schon die Kleinsten hinsichtlich der Gefahren im Alltag zu sensibilisieren, hat der Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e.V. (GDV) unter dem Motto „Helmi – Sicher ist cool“ eine Initiative für mehr Sicherheit von Kindern gestartet. Der GDV und die Deutsche Verkehrswacht (DVW) wollen gemeinsam die Initiative durch Materialien für die Grundschule begleiten. Dazu werden den Grundschulen in Deutschland kostenfrei Unterrichtsanregungen und Filme zu ausgewählten Themen der Verkehrserziehung mit Helmi zur Verfügung gestellt.

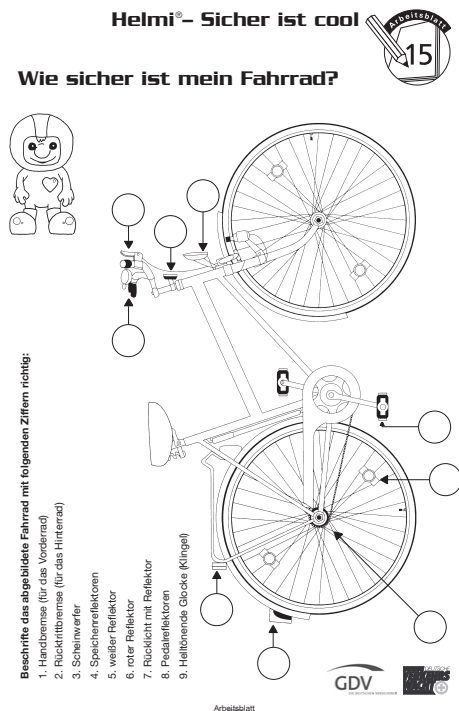
Zentrale Figur unserer Kampagne ist **Helmi**, der Außerirdische mit hellseherischen Fähigkeiten, der in riskanten Situationen mit seinem Raumschiff zur Stelle ist. Ob es der Helm beim Fahrradfahren oder das Verhalten im Schulbus ist: Helmi zeigt Kindern vor allem im Alter zwischen 5 und 10 Jahren in spielerischer und verständlicher Weise, wie sie Gefahrenmomente des Alltags meistern können.



Thema 8: Das sichere Fahrrad

Sachinformationen für Lehrkräfte und Eltern

Fast alle Kinder des 1. und des 2. Schuljahres besitzen ein eigenes Fahrrad – allerdings oftmals ein sogenanntes „Spielrad“ ohne die vorgeschriebene Ausstattung, die zur Teilnahme am Straßenverkehr notwendig ist. Sie sollten auf keinen Fall alleine im Straßenverkehr fahren. Folgende Hinweise sollten bei der Anschaffung eines Fahrrades für ein Grundschulkind beachtet werden:



Größe des Rades:

- Wichtige Voraussetzung für sicheres Fahren: Das Kind muss mit beiden Fußspitzen gleichzeitig den Boden erreichen können, wenn es auf dem Sattel sitzt.

Reifen:

- Dicke Reifen sind robuster als dünne Rennradreifen, für den Alltag deshalb eher geeignet.

Lenker:

- Der Lenker sollte mindestens in gleicher Höhe montiert sein wie der Sattel, besser etwas höher, damit das Kind auf dem Rad möglichst aufrecht sitzen kann. So kann es sich leichter umschaun und vor dem Abbiegen oder beim Verlassen des Radweges besser absichern.
- Räder mit Rennlenkern sind für Kinder im Grundschulalter ungeeignet.

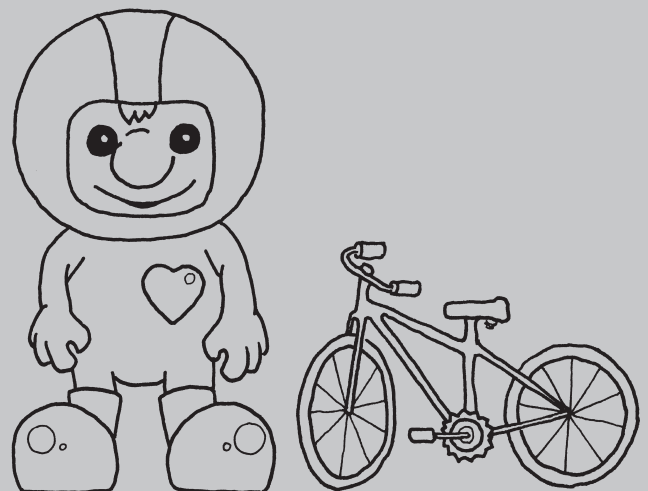
Bremsanlage:

- Rücktrittbremsen sind nahezu wartungsfrei, funktionieren immer gleich gut – auch bei Nässe – und sind kaum stör- oder beschädigungsanfällig. Mit einer Rücktrittbremse kann man sicher bremsen und gleichzeitig Handzeichen geben.
- Felgenbremsen bereiten bei Nässe manchmal Probleme. Das kann teilweise durch die Montage spezieller Bremsklötze ausgeglichen werden. Allerdings müssen für die unterschiedlichen Materialien der Radfelge die richtigen Bremsklötze montiert sein. Das gilt besonders für minderwertige Chromfelgen. Cantilever-Bremsen sind den einfachen Zangen- oder Scherenfelgenbremsen aufgrund ihrer aufwendigeren Konstruktion deutlich überlegen.
- Gute Handbremshebel sind so geformt, dass sie von Kinderhand schnell und sicher zu umgreifen sind. Sie müssen fast parallel zum Lenkergriff stehen. Der Hebelweg ist kurz, und der Handgriff hat bei voller Bremswirkung noch 2 cm Abstand vom Griff. Das Griffende ist verdickt und abgerundet, damit sich das Kind im Falle eines Sturzes nicht verletzt.

Schaltung:

Für Grundschul Kinder sind Fahrräder mit Nabenschaltung zu empfehlen, weil:

- moderne 5 oder 7-Gang Nabenschaltungen meist über eine Rücktrittbremse verfügen, verschleißarm, wasserdicht, verschmutzungssicher, dauergefettet gekapselt und damit wartungsfrei sind;
- sie kaum stör anfällig sind;
- sie im Stillstand geschaltet werden können.



Kettenschaltungen haben für Kinder Nachteile:

- sie sind störfällig und gehen schnell kaputt;
- das Schalten lenkt vom Fahren ab.

Sehen und Sichtbarkeit im Dunkeln:

Die Straßenverkehrszulassungsordnung (StVZO) schreibt folgende Teile vor, die dem besseren Sehen und Gesehenwerden der Radfahrer dienen:

- Scheinwerfer
- Schlussleuchte
- Dynamo
- weißer Frontreflektor
- hinterer roter Rückstrahler
- Pedalreflektoren
- Großflächenrückstrahler
- Speichenreflektoren

Ohne diese Teile darf das Fahrrad im öffentlichen Straßenverkehr nicht benutzt werden.

(Zu den gesetzlich vorgeschriebenen Teilen gehören außerdem auch noch die beiden voneinander unabhängigen Bremsen (Hand- und Rücktritt) und die Klingel („helltönende Glocke“).

Methodische Anregungen

Im Klassenzimmer / auf dem Schulhof

Ausstattung und Einstellung des Fahrrades

Die richtige Ausstattung des Rades und die korrekte Einstellung von Sattelhöhe und Lenker sind Themen des Unterrichts, die mit Fahrrädern „vor Ort“, also im Klassenraum oder auf dem Schulhof, sehr anschaulich und praktisch er- bzw. bearbeitet werden können. Die Teile des Rades, die der Sicherheit dienen, werden gesucht, benannt, mit selbst erstellten Schildern markiert, „vertauscht“, korrigiert usw...

Methodische Möglichkeiten:

- alle wichtigen Teile in Einzel- oder Partnerarbeit anhand einer Checkliste aufspüren, checken, ankreuzen;
- in Gruppenarbeit die Teile aufschreiben lassen – Wettbewerbscharakter durch Zeitbegrenzung u.ä.;
- ein „unvollständiges“ Rad ergänzen;
- u.v.m. durch eigene Vorschläge der Kinder.

- Arbeitsblatt „Wie sicher ist mein Fahrrad?“



Im Schonraum

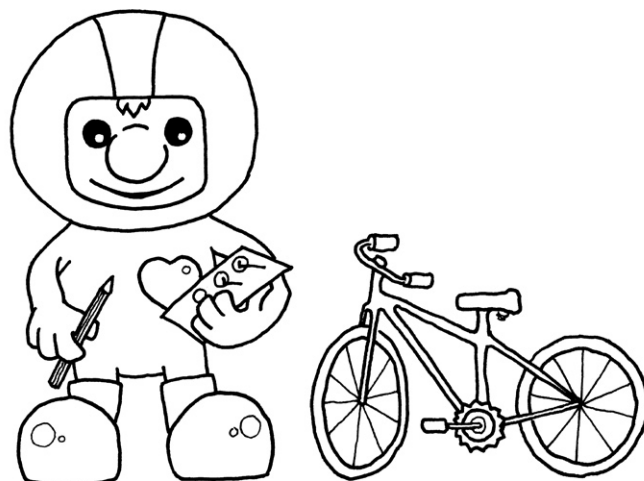
Kinder können die Einhaltung von Regeln und die Beachtung des Verkehrs nur dann angemessen leisten, wenn sie mit ihrem Rad bereits sicher umgehen können. Das lernen sie nur durch ein intensives und konsequentes Üben. Dabei hat der Einstieg in die fahrpraktischen Übungen sich an den entwicklungsbedingten Fähigkeiten der Kinder zu orientieren. Es wird zunächst durch erste ganz einfache Übungen mit dem Rad / mit dem Roller herausgefunden, was jedes Kind schon kann und wo es Schwierigkeiten gibt. Erst danach kann ein entsprechender Plan für die Abfolge der motorischen Übungseinheiten mit den Mehrfachhandlungen aufgestellt werden.

Die Stunden für das motorische Radfahrtraining im Schonraum sollten für möglichst viele Trainingseinheiten und ein kompaktes Trainieren (wenige, aber gezielte und intensive Übungen sind „mehr“) genutzt werden.

Der Fahrradcheck

Wichtig: der eigentliche Fahrradcheck kann nicht allein von der Schule geleistet werden. Hier sind die Eltern durch frühzeitige Informationen und ein praktisches Miteinander in entsprechenden Veranstaltungen vom Schulbeginn an einzubinden.

Beim Fahrradcheck kann durch das Vormachen eines Erwachsenen, durch das gemeinsame Tun von Kindern und Erwachsenen und durch das selbstständige



Nachmachen durch das Kind allmählich eine wirkliche Kontrolle des Rades und eine Behebung einfacher Mängel vollzogen werden. Mobile Fahrradwerkstätten, engagierte Polizeibeamte und Eltern treten den Schulen gerne zur Seite, wenn solche Aktionen durch den Klassenlehrer frühzeitig angebahnt werden.

Arbeitsblatt „Fahrradcheck“





Helmi®- Sicher ist cool



Der Fahrradcheck

Du brauchst jetzt dein Fahrrad, einen Stift und einen Erwachsenen, der dir beim Lesen, Überprüfen deines Rades und beim Ausfüllen des Blattes hilft. Wenn alles erledigt ist, möchte Helmi bitte unbedingt angemalt werden. Also gut aufgepasst:

		Reparieren	ist o.K.
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1. Rahmen und Gabel		
	Lenker und Sattel fest?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Sind beide in der richtigen Höhe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Gepäckträger fest? Alle Schraubenverbindungen fest?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2. Bereifung und Räder		
	Reifen mit Profil (nicht plattgefahren)? Ist genug Luft im Reifen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Läuft das Rad leicht und gleichmäßig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3. Bremsen		
	Bremshebel am Lenker gut zu greifen? Reagieren Handbremsen sofort?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Sitzen Bremsklötze richtig an der Felge? Bremsse gut eingestellt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	4. Beleuchtung		
	Funktioniert Dynamo, ist er fest montiert? Scheinwerfer und Rückleuchte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Frontreflektor und roter Rückstrahler? Gelbe Pedalreflektoren vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	5. Sonstiges		
	Pedale und Tretkurbel fest? Kette richtig gespannt und geölt? Alle Gänge leicht zu schalten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Klingel o.k. und an richtiger Stelle? Radschloss vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Arbeitsblatt

In Anknüpfung an die Inhalte der TV-Serie haben die Deutschen Versicherer die Internetplattform www.planet-helmi.de geschaffen, auf der Kinder gemeinsam mit Eltern und Lehrern unterhaltsam Sicherheitsanforderungen des Alltags trainieren können.

Die Seite liefert Hintergründe über Gefahren im Alltag und erklärt brenzlige Situationen. Parallel dazu gibt es für Kinder wie für Eltern Informationen zu Themen wie „Sicherer Schulweg“ oder „Sicher auf der Straße und im Verkehr“. Bereits auf RTL II gesendete Fernsehfolgen können im Fernsehzimmer der Website beliebig oft angesehen werden (unter der Adresse: <http://www.planet-helmi.de> im GDV-Hochhaus auf den TV-Raum klicken und Film auswählen).

Zum Einsatz des Films „Das sichere Fahrrad“

Zu den Helmi-Filmen

Für Lehrkräfte haben GDV und DVW die ausgewählten Helmi-Filmepisoden auf einer Video-Kassette zusammengestellt, die - solange der Vorrat reicht - kostenfrei zur Verfügung gestellt wird.

Kinder können Helmi in einer Zeichentrickserie im Nachmittagsprogramm auf RTL II sehen. So wird er zunächst bis 2005 montags und freitags im Nachmittagsprogramm (in der Regel als 3-minütige Episoden zwischen 13.00 und 14.00 Uhr) im Kinderprogramm in kurzen Beiträgen sichere Verhaltensweisen vermitteln.

Impressum

Die Unterrichtsbausteine zu Helmi® entstanden in einer Kooperation zwischen der Deutschen Verkehrswacht e.V. (DVW) und dem Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e.V. (GDV)

Herausgeber: Deutsche Verkehrswacht e.V.

©Verkehrswacht Medien & Service-Center GmbH, Meckenheim 2003, Am Pannacker 2, 53340 Meckenheim

Mitglieder der Arbeitsgruppe:

Text: Monika Isemann, Gabriele Koch-Neubauer

Beratung: Christa Hahn, Birgit Kersten, Udo Borgmann

Satz, grafische Gestaltung: Luzia Sassen, ws4design, Bonn

©„HELMI“ 2003 / BMC Schnabl GmbH, Grünwald bei München

Eine Initiative des

