



**Automobilclub  
von Deutschland**

## Tipps zum sicheren Schulweg

### Richtiges Verhalten trainieren – weniger Verbote

Den Schulweg gemeinsam abgehen, mögliche Abkürzungen, die Gefahren bergen, erkennen und den Weg umplanen. Begleiten Sie Ihr Kind in den ersten Wochen, wenigstens so weit, bis andere Eltern übernehmen.

Oft machen Eltern den Fehler dass sie zu sehr auf alles fixiert sind wo Gefahren drohen oder was ihr Kind alles falsch machen kann. Ein echtes Gefahrenbewusstsein entwickeln Kinder erst ab etwa 8-9 Jahren. Daher sind Gefahren vorher eine Art "Merk-Ballast" der immer präsent sein muss. Wichtiger ist es bei den positiven Verhaltensweisen anzusetzen, also alles was man "richtig machen" muss. Kurze klare Merksätze sind hier wichtig: "An der Straße schaue ich immer links-rechts-links", "Am Zebrastreifen warte ich bis die Autos angehalten haben" und "Ich gehe immer auf dem abgesprochenen Schulweg" Hier kann Ihr Kind etwas "richtig" machen und muss sich nicht ständig damit auseinandersetzen was es alles "falsch" machen kann.

### Ruhe bewahren und Zeit einplanen

Hektik ist ein schlechter Begleiter. Besser immer mit der Ruhe. Wer sich morgens beeilen muss, macht mehr Fehler. Planen Sie darum genügend Zeit fürs Aufstehen, Frühstück und den Schulweg ein. Zehn Minuten mehr sind ideal. Geht ihr Kind gemeinsam mit anderen Kindern zur Schule, dann sprechen sie sich mit den anderen Eltern ab.

### Schweren Ballast vermeiden

Ein schlecht zu tragender oder zu schwerer Ranzen lenkt ab und verführt z.B. Abkürzungen vom sicheren Schulweg zu nehmen oder mit falscher Haltung zu laufen. Das Gewicht sollte 10-15% des Körpergewichts des Kindes nicht übersteigen. Daher überflüssigen Ballast zu Hause lassen und mit den Lehrern klären welche schweren Bücher nicht für die Hausaufgaben gebraucht werden und in der Schule bleiben können. Schulranzen sollten immer der DIN Norm 58124 entsprechen. Solche Ranzen haben ausreichend viel Reflexmaterial und erfüllen aktuelle ergonomische Standards um die Rücken der Kleinen zu schonen und sind für harten Schuleinsatz entsprechend gebrauchstauglich und robust.

## Reflektoren und sichere Kleidung sind wichtig

Schon beim Anziehen fängt es an. Statt dunkler Kleidung sollte darauf geachtet werden, dass die Kinder immer auffällig angezogen sind. So sehen auch andere Verkehrsteilnehmer sie schneller und können eher reagieren. Bei Jacken und Schulranzen sollten sie schon beim Kauf darauf achten, dass sie mit Reflektoren ausgestattet sind, damit die Kinder auch im Winter gut zu sehen sind, wenn es wieder früher dunkel wird.

## Als Eltern erreichbar sein

Ihr Kind sollte Auskunft darüber geben können, wie es heißt, wo es wohnt und wie man Sie erreichen kann. Geben Sie Telefonnummern unter denen sie zu erreichen sind auch der Klassenlehrerin. Wenn Ihr Kind ein Handy hat, gehört es in die Jacke oder in den Ranzen, nicht in die Hand. Ein Zettel mit allen wichtigen Informationen gehört in Mäppchen, Ranzen und in die Kleidung.

## Bei Bus und Bahn ist ein extra Training nötig

Erreichen die Kinder die Schule nur mit Bus oder Bahn, ist Extratraining angesagt: Warten an der Haltestelle, einsteigen, hinsetzen und sitzen bleiben, umsichtig aussteigen, all das muss geübt werden. Für Erwachsene ist es Alltag, für Kinder aber Neuland und Abenteuer. Auch wenn Sie sicher sind, dass ihr Kind alles gut beherrscht, sollten sie hin und wieder mitgehen und sich davon überzeugen.

## Mit dem Rad zur Schule: Auf dem Gehweg und mit Helm

Und wenn Ihr Kind mit dem Fahrrad fährt, soll und darf es den Gehweg benutzen. Erst wenn die Fahrradprüfung und der Verkehrsunterricht, meist in der 3 Klasse, absolviert sind, können Kinder auf der Straße fahren.

Bei der Auswahl eines Fahrradhelmes gibt es ein paar wichtige Grundregeln. 1. Den Helm immer passend kaufen. Der Helm darf nicht drücken oder wackeln. "Reinwachsen" geht vielleicht bei einer Jacke, wenn es um die Sicherheit geht ist das aber absolut falsch. 2. Der Helm soll Hinterkopf, Schläfen und Stirn bedecken. 3. Nur auf geprüfte Sicherheit ist Verlass. Achten sie auf die einschlägigen Sicherheitsnormen und anerkannte Prüfzeichen. 4. Der Helm muss auch gefallen. Gerade bei Kindern ist das besonders wichtig damit er gerne getragen wird. Denn, nur wenn der Helm auf dem Kopf ist kann er ihn auch schützen. Wenn es zum Mal zum Sturz kommt fallen Kinder fast immer auf die Hände. Fahrradhandschuhe bieten hier einen guten Schutz. Gerade bei Jung kommen sie zudem auch gut an. Radprofis haben schließlich auch welche an den Händen. Genauso wie einen Helm auf dem Kopf.