



# Verkehrserziehung leicht gemacht

Praktische Übungen

Unfallforschung  
der Versicherer



GDV



Viele Kinder werden mit dem Auto in die Kita oder Schule gebracht – auch aus Angst vor den Gefahren des Straßenverkehrs. Besser wäre es aber oft, sie würden laufen. Doch damit Kinder auf ihren Wegen sicher unterwegs sind, brauchen sie Erwachsene, die ihr Gefahrenbewusstsein schärfen, sie motorisch fördern, mit ihnen üben und ihnen ein gutes Vorbild sind. Das sind natürlich zunächst einmal die Eltern, dann aber auch Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer, Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter und alle, die im pädagogischen Bereich tätig sind.

Diese Broschüre soll für das Thema „Verkehrserziehung und Mobilitätsbildung“ sensibilisieren und Ihnen praxistaugliche Übungen an die Hand geben.

Die praktischen Übungen sind für Kindergarten- und Grundschulkindern geeignet und decken zwei Bereiche ab:

#### **Teil I: Übungen zur Schärfung der Sinne**

(Hören, Sehen, Motorik und Reaktion, Körperbewusstsein)

#### **Teil II: Übungen zu den verschiedenen Verkehrsmitteln**

(zu Fuß gehen, mit dem ÖPNV/Schulbus fahren,  
mit dem Auto mitfahren, mit dem Fahrrad fahren).

Die Übungen sind so konzipiert, dass sie mit einfachen Hilfsmitteln und möglichst ohne externes Equipment durchzuführen sind.

Die Dauer der Übungen variiert von kurzen Übungen bis hin zu Projekttagen. Kurze Übungen dauern zwischen 0 bis 15 Minuten, mittellange Übungen zwischen 15 bis 30 Minuten und lange Übungen zwischen 30 bis 45 Minuten. Zeitliche Überschreitungen von einer Schulstunde (45 Minuten) werden als Projekt definiert.

Die Übungen sind praxistauglich und die Kinder sollen dabei Spaß haben. Für Anregungen, Kritik oder Erfahrungsberichte sind wir dankbar, damit wir die Übungen ergänzen, anpassen und weiterentwickeln können.

---

Katharina Buchholz

Referentin Verkehrspädagogik

Unfallforschung der Versicherer (UDV)

k.buchholz@gdv.de

www.gdv.de

www.udv.de

T. +49 / 30 / 20 20 – 5826

F. +49 / 30 / 20 20 – 6826



## INHALT

## TEIL I - ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE

<b>BEREICH</b>	<b>Hören</b>	<b>6 - 11</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Sehen</b>	<b>12 - 25</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Motorik und Reaktion</b>	<b>26 - 31</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Regelwissen</b>	<b>32 - 33</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Körperbewusstsein</b>	<b>34 - 35</b>

## TEIL II - ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN

<b>BEREICH</b>	<b>Zu Fuß gehen</b>	<b>36 - 41</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem ÖPNV/Schulbus fahren</b>	<b>42 - 45</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Auto mitfahren</b>	<b>46 - 51</b>
<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Fahrrad fahren</b>	<b>52 - 57</b>

## MATERIALIEN

58

## ÜBUNGEN NACH ALTER

<b>Für jedes Alter</b>	<b>12, 14, 24, 40, 54</b>
<b>2 – 4 Jahre</b>	<b>30</b>
<b>5 – 7 Jahre</b>	<b>6, 8, 10, 16, 18, 22, 26, 28, 32, 34, 36, 38, 42, 46, 48, 50, 52</b>
<b>8 – 9 Jahre</b>	<b>20, 38, 44, 48, 52, 56</b>

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE HÖREN

<b>BEREICH</b>	Hören
<b>AUFGABE</b>	Richtungshören
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	Lokalisation von Verkehrsgeräuschen
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Geräuscherzeugender Gegenstand (z.B. Klangstäbe, Glöckchen, Papier)</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze Übung
<b>ALTER</b>	5 bis 7 Jahre

### Übung

- Die Kinder verteilen sich im Klassenraum, nehmen eine bequeme Sitz- oder Liegeposition ein und schließen die Augen.
- Während die Kinder die Augen geschlossen halten, suchen Sie sich leise einen Platz im Raum. Dann erzeugen Sie mit dem Gegenstand ein Geräusch.
- Die Kinder halten die Augen geschlossen, versuchen die Geräuschquelle zu lokalisieren und zeigen dann mit dem Arm in die vermutete Richtung.
- Anschließend dürfen die Kinder ihre Augen öffnen und prüfen, ob die lokalisierte Richtung stimmt.
- Wiederholen Sie die Übung beliebig oft. Lassen Sie die Kinder die Augen wieder schließen und wechseln Sie möglichst leise Ihre Position im Raum und damit die Position der Geräuschquelle.

### Alternative I

- Alternativ öffnen die Kinder ihre Augen nicht, um selbst zu prüfen, ob die lokalisierte Richtung stimmt.
- Diese Überprüfung nehmen Sie vor. Beobachten und notieren Sie, ob die Kinder die Geräuschquellen orten können.
- Alle Kinder gleichzeitig zu beobachten ist sehr anspruchsvoll. Suchen Sie sich bei der Übung ein oder zwei Kinder aus, die Sie gezielt beobachten.

### Alternative II

- Die Kinder stellen sich in einem Kreis auf.
- Ein Kind stellt sich in die Mitte des Kreises und schließt die Augen.
- Die anderen Kinder verhalten sich ruhig, niemand macht ein Geräusch.
- Sie zeigen nun auf ein Kind aus dem Kreis, das dann ein Geräusch erzeugt.
- Das Kind in der Mitte dreht sich nun mit dem Körper in die Richtung, aus der es das Geräusch vermutet.
- Wiederholen Sie die Übung mit einem anderen Kind in der Mitte.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE HÖREN

<b>BEREICH</b>	Hören
<b>AUFGABE</b>	Differenzierung von Geräuschen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<b>Unterscheiden von Verkehrsgeräuschen</b> (z. B. Fahrradklingel, Martinshorn, Sirene)
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung I + Alternative</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hupe, Wecker, Flöte, Triangel, Rassel o.ä.</li> <li>▪ CD-Player</li> <li>▪ CD mit Verkehrsgeräuschen (z.B.Auer (2006): Hören und reagieren im Verkehr: Geräusche-CD zur Verkehrserziehung in Kindergarten und Grundschule; Verlag: Heinrich Vogel, ISBN: 978-3574393105)</li> </ul> <p><b>Übung II</b> siehe Übung I + Alternativen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Abbildungen von Fahrzeugen</li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze Übung
<b>ALTER</b>	5 bis 7 Jahre



**Übung I**

- Sie haben geräuscherzeugende Gegenstände mitgebracht.
- Die Kinder schauen sich zunächst alle Gegenstände an und probieren diese aus.
- Gemeinsam werden die Gegenstände benannt.
- Die Kinder suchen sich einen bequemen Platz und schließen ihre Augen.
- Sie erzeugen nun nacheinander verschiedene Geräusche.
- Die Kinder versuchen die Gegenstände mit geschlossenen Augen wiederzuerkennen und zu benennen.

**Alternative**

- Die Kinder sehen die Geräuschquellen vorher nicht und müssen versuchen, diese ungesehen zu erraten.

**Übung II**

- Sie verteilen Bilder von Fahrzeugen an die Kinder (z.B. Pkw, Fahrrad, Feuerwehrauto). Sie können auch das gleiche Bild mehrfach verteilen.
- Gemeinsam zeigen und besprechen Sie diese Bilder mit den Kindern.
- Anschließend spielen Sie die dazu gehörenden Verkehrsgeräusche ab.
- Die Kinder heben bei Wiedererkennen des Geräusches das passende Bild mit dem Fahrzeug hoch.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE HÖREN

<b>BEREICH</b>	Hören
<b>AUFGABE</b>	Heraushören von Geräuschen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<b>Wiedererkennen von Geräuschen</b> (hupendens Auto, quietschende Autoreifen, Polizei- oder Feuerwehirsirene)
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ CD-Player</li><li>▪ Musikalische Märchen-CD „Peter und der Wolf“ von Prokofiew (Dauer: 27 min); Verlag: gondolino, ISBN: 978-3811229822</li></ul> <p><b>Oder</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Gerät mit Internetzugang: unter „YouTube“ ist das musikalische Märchen ebenfalls zu finden</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Lange Übung
<b>ALTER</b>	Ab 6 Jahre

### Übung

- Sie hören gemeinsam mit den Kindern das musikalische Märchen „Peter und der Wolf“ an.
- Zu Beginn des Märchens werden alle Instrumente vorgestellt. Jedes einzelne Instrument charakterisiert ein Tier und stellt dieses während der Geschichte dar. An dieser Stelle stoppen Sie die CD.
- Sie wählen mit den Kindern ein Instrument/Tier aus, das sie wiedererkennen sollen; z.B. Oboe (Ente), Querflöte (Vogel), Klarinette (Katze).
- Lassen Sie die CD nun weiterlaufen.
- Erkennen die Kinder während des Hörens das besprochene Instrument/Tier wieder, heben sie den Finger.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE

## SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	Sehfähigkeit testen lassen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ampelfarben erkennen</li><li>▪ Straßenschilder erkennen</li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	Augenarzt
<b>ZEITAUFWAND</b>	Projekt
<b>ALTER</b>	Für jedes Alter geeignet

**Übung**

- Lassen Sie die Augen der Kinder untersuchen.
- Besuchen Sie die augenärztliche Abteilung des Gesundheitsamtes oder bitten Sie das Gesundheitsamt, einmal jährlich in die Schule zu kommen.
- Alternativ wenden Sie sich an einen Augenarzt.
- Sehtests helfen, einen frühzeitigen Förderbedarf zu diagnostizieren.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	Gesichtsfeld kennenlernen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bewegungen aus dem Augenwinkel bemerken</li><li>▪ Gefahren früher wahrnehmen</li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Die eigenen Hände</li></ul> <p><b>Alternative</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Einen Stift</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze Übung
<b>ALTER</b>	Für jedes Alter geeignet

### Übung

- Die Kinder sitzen oder stehen und blicken geradeaus in die Ferne.
- Das Sehen im gesamten Gesichtsfeld soll nun aktiviert sein. Der Blick ist nach allen Seiten hin offen.
- Die Kinder heben ihre Hände in Kopfhöhe vor ihr Gesicht. Die Handinnenflächen zeigen zum Gesicht und die kleinen Finger berühren sich. Die Hände bilden eine Fläche.
- Die Kinder bewegen nun beide Hände langsam vom linken zum rechten äußeren Ohr.
- Sie sollen die Bewegung stoppen, wenn sie die Hände gerade nicht mehr sehen können.
- Die Kinder können so selbst herausfinden und trainieren, wie groß ihr Gesichtsfeld ist; d.h. bis zu welchem Punkt sie die eigenen Hände/die eigene Bewegung noch sehen/wahrnehmen können.

### Alternative

- Partnerarbeit: Zwei Kinder sitzen sich gegenüber.
- Kind I nimmt einen Stift.
- Diesen hebt es etwa 10 cm vor die Nasenspitze von Kind II.
- Nun bewegt Kind I langsam den Stift vor dem Kopf von Kind II. Zunächst von der Nase zu einem Ohr, dann zurück zur Nase und zum anderen Ohr.
- Anschließend von der Nase zur Stirn und wieder über die Nase zum Kinn.
- Kind II folgt der Bewegung des Stiftes mit den Augen.
- Wenn Kind II den Stift nicht mehr sieht, hebt es einen Finger als Zeichen.
- Kind I bewegt den Stift dann in die andere Richtung.
- Das Gesichtsfeld kann so von den Kindern bewusst wahrgenommen und erforscht werden.
- Der Blick wird für alle Richtungen trainiert.
- Anschließend tauschen die Kinder.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	Unterschied zwischen Sehen und Wahrnehmung lernen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bewegungen aus dem Augenwinkel bemerken</li><li>▪ Gefahren früher wahrnehmen</li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kreide oder Seil</li><li>▪ Teddybär</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Mittellange Übung
<b>ALTER</b>	5 bis 7 Jahre



### Übung

- Sie malen mit Kreide einen Strich auf den Boden. Alternativ legen Sie ein Seil auf den Boden. Dies symbolisiert einen Straßenbordstein.
- Die Kinder prägen sich nun einen Gegenstand, z.B. einen Teddybär, ein. Dann werden drei Kinder hinaus vor die Tür geschickt. Die anderen Kinder bleiben im Klassenraum. Sie gucken bei der Übung zu und geben den hereinkommenden Kindern nach Möglichkeit keine Tipps.
- Auf der linken oder rechten Seite des „Straßenbordsteins“ wird der Teddybär platziert. Am besten auf Augenhöhe der Kinder.
- Ein Kind wird wieder herein geholt. Die beiden anderen Kinder warten draußen.
- Das erste Kind soll nun das richtige Verhalten an einer Straße vormachen: Mehrmals in beide Richtungen schauen und sich vergewissern dass kein Fahrzeug kommt, die Haltelinie überschreiten und die Straße zügig überqueren.
- Anschließend fragen Sie das Kind, wo sich der Teddybär im Raum befindet.
- In der Regel wird der platzierte Gegenstand während der Übung nicht wahrgenommen. Der Unterschied zwischen Sehen und Wahrnehmen kann so veranschaulicht werden.
- Wiederholen Sie die Übung mit den anderen beiden Kindern.
- Ziel der Übung ist es, Kinder dafür zu sensibilisieren, dass auf einer freien Straße noch andere Gegenstände, Verkehrsteilnehmer oder Fahrzeuge wahrgenommen werden müssen. Trotz beispielsweise grüner Ampelschaltung oder freiem Zebrastreifen sollten Kinder noch einmal nach Autos schauen und sich vergewissern, dass Fahrer und Fahrerinnen anhalten. Die Straße kann dann sicher und zügig von den Kindern überquert werden.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	Einschätzen von Entfernungen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Wie weit ist ein Fahrzeug entfernt?</li><li>▪ Schaffe ich es noch über die Straße?</li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Großer Raum oder freie Fläche</li><li>▪ Kreide</li><li>▪ Verschiedene Gegenstände, z.B. Eimer, Frisbeescheibe, Pylone</li><li>▪ Zollstock oder Maßband</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Mittellange Übung
<b>ALTER</b>	Ab 7 Jahre; je nach Schwierigkeitsgrad

### Übung

- Es wird etwas Platz benötigt – ein großer Raum oder eine freie Fläche.
- Sie malen mit Kreide einen dicken Punkt auf den Boden. Das ist der Ausgangs-Messpunkt.
- Nun werden in einiger Entfernung Gegenstände verteilt. Z.B. ein Eimer, Frisbeescheiben oder Pylone.
- Die Kinder suchen sich einen Gegenstand aus und schätzen, wie weit dieser vom Ausgangs-Messpunkt entfernt ist.
- Anschließend wird gemessen.
- Der geschätzte und der gemessene Wert werden miteinander verglichen und besprochen.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	Einschätzen von Entfernungen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	Wie schnell ist ein Fahrzeug?
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Straße mit einer Geschwindigkeitsanzeige. Diese Anzeigen zeigen die Einhaltung („Danke“) oder die Überschreitung („Langsam“) der dort gültigen Geschwindigkeitsbegrenzung an</li></ul> <p><b>Alternative II</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Aktionstag mit der Polizei: Wenden Sie sich an die Polizeidienststelle vor Ort und fragen Sie nach einem Aktionstag zur Geschwindigkeitsmessung</li><li>▪ Lachender und trauriger Smiley aus Papier</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Schulstunde bis Projekt
<b>ALTER</b>	Ab 9 Jahre

### Übung

- Sie stellen sich mit den Kindern an eine Straße mit einer Geschwindigkeitsanzeige.
- Dann zählen Sie mit den Kindern wie viele der vorbeifahrenden Autos in angemessener Geschwindigkeit fahren und wie viele Autos zu schnell unterwegs sind.
- Die Geschwindigkeitsanzeige gibt Antwort.

### Alternative I

- Einige Kinder stehen hinter dem Schild und können die Display-Anzeige nicht sehen.
- Sie schätzen, welche Autos in angemessener Geschwindigkeit fahren.
- Dazu heben sie den Daumen nach oben, wenn sie meinen, dass das Auto in angemessener Geschwindigkeit fährt. Zeigen sie mit dem Daumen nach unten, fährt das Auto ihrer Meinung nach zu schnell.
- Ein Gefühl für Geschwindigkeit kann so trainiert werden.

### Alternative II

- Aktionstag mit der Polizei: Die Polizei bringt die nötigen Materialien wie Geschwindigkeitsmessgerät, Sicherheitsweste und Polizeikelle mit.
- Polizei und Kinder können gemeinsam die Geschwindigkeitsmessungen durchführen und Autofahrern mit den lachenden und traurigen Smileys Rückmeldung zu ihrem Fahrverhalten geben.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE

## SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	Abschätzen von Geschwindigkeiten
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	Schaffe ich es noch über die Straße?
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	Befahrene Straße vor oder in der Nähe der Schule
<b>ZEITAUFWAND</b>	Schulstunde bis Projekt
<b>ALTER</b>	Ab 5 Jahre

### Übung

- Sie stellen sich mit den Kindern an eine Straße und üben das Überqueren.
- Dabei besprechen Sie, dass die Kinder zügig die Straße queren sollen.
- Auf keinen Fall sollen sie rennen. Sie könnten stolpern und von einem Fahrzeug erfasst werden.
- Es muss daher genug Abstand eingeplant werden.
- Gemeinsam besprechen Sie mit den Kindern, an welcher Stelle der Straße das fahrende Auto bzw. andere Fahrzeuge noch sein dürfen, um sicher über die Straße zu gelangen.
- Dies kann zum Beispiel auf Höhe eines bestimmten Hauses, Straßenschildes oder ähnliches sein.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE SEHEN

<b>BEREICH</b>	Sehen
<b>AUFGABE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Etwas suchen oder ausfindig machen</li> <li>▪ Fokussiertes Sehen</li> </ul>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<b>Erkennen sicherer Querungsstellen</b> (Mittellinseln, Zebrastreifen, freie Stellen)
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung und Alternative</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Wimmelbild (Straßenverkehr)</li> </ul> <p><b>Buchvorschläge für Bildvorlagen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ „Tatütata. Mein erstes Wimmelbuch über Blaulicht und Sirene“ (ab 2 Jahre, Verlag: Thienemann-Esslinger, ISBN: 978-3480222926)</li> <li>▪ „Das große Auto Wimmelbuch“ (ab 3 Jahre, Verlag: Wimmelbuchverlag, ISBN: 978-3942491273)</li> <li>▪ „Meine Johanniter - Die Welt der Johanniter-Unfall-Hilfe: Bachems Wimmelbilder“ (ab 4 Jahre, Verlag: Bachem J.P., ISBN: 9783761625613)</li> </ul> <p><b>Übung II</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Die „Ampelini“ bringen 3 bis 8-jährigen Kindern spielerisch Sicherheit im Straßenverkehr nahe (Internetseite <a href="http://www.ampelini.de">www.ampelini.de</a>, Apps „Ampelini“ und „Ampelini XL“, „Ampelini-Malbuch“, CD-ROM und DVD, Mini-Bücher).</li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Mittellange Übung
<b>ALTER</b>	2 bis 8 Jahre



### Übung I

- Die Kinder bekommen ein Wimmelbild zum Straßenverkehr.
- Sie stellen dazu Suchaufgaben: Wo ist die Feuerwehr? Wieviele Feuerwehrleute seht ihr? Wo ist der Zebrastreifen? Wo ist das Haltestellenschild?
- Sie lassen die Kinder entweder die erfragten Gegenstände farblich einkreisen oder besprechen es in der Gruppe/im Klassenverband gemeinsam mit den Kindern.

### Alternative

- Sie lassen die Kinder frei erzählen, was sie auf dem Bild sehen.
- Das schult die Beobachtungs- und Wahrnehmungsfähigkeit.

### Übung II

- Nutzen Sie einen Elternabend, um die Eltern auf die mehrfach prämierte Medienwelt der „Ampelini“ aufmerksam zu machen. Dort gibt es viel zu suchen und zu entdecken. Ein Flyer dazu kann bei uns angefordert werden (GDV/UDV).

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE MOTORIK UND REAKTION

<b>BEREICH</b>	<b>Motorik und Reaktion</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Stärkung des Gleichgewichts</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Stärkung und Stabilisierung der Körpermitte zum Laufen, Rennen, Roller fahren</b></li> <li>▪ <b>Vorübung zum sicheren Fahrradfahren</b></li> </ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Großer Raum/Sporthalle</li> <li>▪ fünf Schaumgummifrisbeescheiben</li> </ul> <p><b>Übung II</b> siehe Übung I +</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Schaumgummiball oder ein Tuch</b></li> <li>▪ <b>Klebandstreifen zur Standortmarkierung in 2m Entfernung</b></li> </ul> <p><b>Broschürevorschlag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ „Screening - zur Einschätzung des psychomotorischen Entwicklungsstandes von Kindern im Alter von 5 bis 7 Jahren“ (GDV/UDV)</li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Kurze Übung</b>
<b>ALTER</b>	<b>5 bis 7 Jahre</b>

**Übung I**

- Jedes Kind stellt sich auf eine unebene Fläche, z.B. auf fünf übereinander gestapelte Schaumgummifrisbeescheiben und versucht das Gleichgewicht zu halten.

**Alternative**

- Partnerübung: Kind I stellt sich auf eine unebene Fläche und versucht das Gleichgewicht zu halten.
- Kind II stößt Kind I immer wieder an und versucht, es aus dem Gleichgewicht zu bringen.
- Anschließend wird getauscht.

**Übung II**

- Partnerübung: Zwei Kinder stehen sich gegenüber.
- Kind I steht auf einer unebenen Fläche, z.B. auf fünf übereinander gestapelten Schaumgummifrisbeescheiben.
- Kind II wirft aus etwa 2m Entfernung einen Gegenstand zu Kind I, z.B. einen schnell fliegenden Schaumgummiball oder ein langsam fliegendes Tuch.
- Kind I fängt den Gegenstand auf Brusthöhe.
- Nach fünf Versuchen wird gewechselt. Das werfende Kind wird zum fangenden Kind und umgekehrt.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE MOTORIK UND REAKTION

<b>BEREICH</b>	<b>Motorik und Reaktion</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Gleichgewicht und Selbsteinschätzung</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Motorische Möglichkeiten und Grenzen kennen lernen</b></li><li>▪ <b>Gegenseitige Rücksichtnahme</b></li><li>▪ <b>Vorbereitung für das Radfahren im Straßenverkehr</b></li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Halle oder freie Fläche mit festem Untergrund</li><li>▪ Fuhrpark: Roller, Kettkar, Laufrad, Dreirad, Pedalos</li></ul> <p><b>Alternative</b> siehe Übung +</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Pylone</b></li></ul> <p>Falls Sie über keinen Fuhrpark verfügen, wenden Sie sich an eine örtliche Jugendverkehrsschule und planen Sie einen Ausflug dorthin.</p>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Kurze Übung bis Projekt</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab 5 Jahre</b>

**Übung**

- Die Kinder fahren mit den Fahrzeugen umher.
- Mit kleinen Übungen können Sie ziellosem Umherfahren einen neuen Anreiz geben:
  - Kinder ganz schnell fahren lassen
  - Kinder ganz langsam fahren lassen
  - einen Stau bilden lassen
  - an einer ausgedachten Ampel anhalten
  - Slalom fahren
  - Fahren mit dem Roller: mit dem linken / mit dem rechten Fuß
- Dabei sollen möglichst keine Unfälle gebaut werden.

**Alternative**

- Sie bauen mit Pylonen eine Slalomstrecke auf, die die Kinder abfahren.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE MOTORIK UND REAKTION

<b>BEREICH</b>	<b>Motorik und Reaktion</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Ganzkörperkoordination</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Wahrnehmen von Fahrzeughupen und Fahrzeugsirenen</li> <li>▪ Schnelles Reagieren</li> </ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Halle oder freie Fläche</li> <li>▪ Trommel oder Lieder-CD (+ CD-Player)</li> <li>▪ Stoppschild oder Ampelzeichen</li> </ul> <p><b>Alternative I</b> siehe Übung +</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Bank oder Matten</b></li> </ul> <p><b>Alternative II</b> siehe Übung +</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Abbildung: Stopp-Schild</b></li> </ul> <p><b>Alternative III</b> siehe Übung +</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Abbildungen: Rotes und grünes Ampelmännchen</b></li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Kurze Übung</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab 3 Jahre</b>

**Übung**

- Es wird eine Halle oder eine freie Fläche benötigt.
- Die Kinder laufen je nach Ihrer Ansage mal vorwärts, seitwärts, rückwärts herum. Sie rennen umher, hüpfen auf einem Bein, springen oder tanzen.
- Begleiten Sie die Bewegungen der Kinder durch Abspielen von Musik oder taktvolles Trommeln.
- Wird die Musik gestoppt oder ertönt ein lauter Trommelschlag, bleiben die Kinder abrupt stehen. Ihre Bewegung „gefriert“/„versteinert“. Die Kinder werden zu einer Eissäule oder zu einem Stein.

**Alternative I**

- Sie spielen mit den Kindern „Feuer, Wasser, Sturm“.
- Die Kinder bewegen sich wieder auf unterschiedliche Art und Weise durch den Raum (rennen, hüpfen, springen etc.).
- Auf ein Signal hin (Trommelschlag, Stoppen von Musik) machen Sie die Ansage „Feuer“, „Wasser“ oder „Sturm“.
- Die Kinder rennen bei „Feuer“ in die Ecke, bei „Wasser“ stellen sie sich auf eine Bank/Matte, bei „Sturm“ legen sie sich flach auf den Boden.

**Alternative II**

- Zusätzlich wird ein Stopp-Schild als Zeichen des Anhaltens hochgehalten.

**Alternative III**

- Zusätzlich wird ein rotes oder grünes Ampelmännchen hochgehalten. „Bei Rot bleibst Du stehen, bei Grün darfst Du gehen“

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE REGELWISSEN

<b>BEREICH</b>	Regelwissen
<b>AUFGABE</b>	Feinmotorik üben
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Sicherheitsgurt schließen</li><li>▪ Fahrradhelm schließen</li><li>▪ Regelwissen erwerben</li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Abbildungen von Verkehrszeichen</li><li>▪ Stifte</li></ul> <p><b>Alternative</b> siehe Übung +</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Schere</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze bis mittellange Übung
<b>ALTER</b>	Ab 6 Jahre



**Übung**

- Sie hängen Abbildungen von Verkehrszeichen an die Tafel.
- Die Kinder suchen sich ein Verkehrszeichen aus und malen es ab.

**Alternative**

- Abbildungen von Verkehrszeichen werden ausgemalt, ausgeschnitten und besprochen.

## ÜBUNGEN ZUR SCHÄRFUNG DER SINNE KÖRPERBEWUSSTSEIN

<b>BEREICH</b>	Körperbewusstsein
<b>AUFGABE</b>	Körper wahrnehmen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Sensibilität für den eigenen Körper</b> (kann ich mich wahrnehmen, kann ich auch andere wahrnehmen)</li><li>▪ <b>Besseres Körpergefühl → Voraussetzung für mehr Bewegungssicherheit</b></li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Klassenraum, Halle oder freie Fläche, im Sommer: eine Wiese</li><li>▪ Weiche Unterlage: Decken oder Matten</li><li>▪ Koosh Ball</li><li>▪ Augenbinde</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze bis mittellange Übung
<b>ALTER</b>	Ab 5 Jahre

### Übung

- Partnerübung: Kind I befindet sich ausgestreckt in Rückenlage auf dem Boden. Die Arme und Beine liegen etwas abgespannt vom Körper in leicht geöffneter Position. Die Fußspitzen fallen nach außen, die Handflächen zeigen nach oben. Es wird eine Entspannungshaltung eingenommen.
- Kind II legt nacheinander und mit leichtem Druck den Koosh Ball auf unterschiedliche Körperteile des Kindes: Auf die linke Hand, die Stirn, das linke Bein, den rechten Arm, die Brust, den Hals, den rechten Fuß, die linke Schulter, den Bauch etc.
- Nach etwa drei Atemzügen nimmt es den Koosh Ball von Kind I wieder herunter.
- Kind II versucht bei geschlossenen Augen die entsprechend berührten Körperteile zu benennen.
- Anschließend tauschen die Kinder.
- Kinder lernen ihren eigenen Körper besser wahrzunehmen und rücksichtsvoll miteinander umzugehen.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN

## ZU FUß GEHEN

<b>BEREICH</b>	Zu Fuß gehen
<b>AUFGABE</b>	Aktuellen Schulwegplan besprechen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Orientierung im Straßenverkehr: Lesen von Karten und Atlanten</b></li><li>▪ <b>Unterscheidung von sicheren und unsicheren Wegen</b></li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Aktueller Schulwegplan</li><li>▪ Flyer „Der sichere Schulweg. Tipps und Informationen für Eltern.“ (GDV/UDV)</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Projekt</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Schulweg zur Grundschule: Übungsbeginn zum Ende des letzten Kindergartenjahres</li><li>▪ Schulweg zur weiterführenden Oberschule: spätestens in den Sommerferien</li></ul>
<b>ALTER</b>	<b>5 bis 7 Jahre</b>

### Übung

- Organisieren Sie einen Elternabend
- Besorgen Sie sich einen aktuellen Schulwegplan der zukünftigen/ Ihrer Schule. Schulwegpläne bilden die Verkehrsumgebung rund um die Schule und das Einzugsgebiet ab. Sie helfen Eltern / Kindern einen sicheren und ungefährlichen Schulweg zu finden.
- Duplizieren Sie den Schulwegplan und teilen sie ihn an die Eltern aus.
- Besprechen Sie diesen gemeinsam mit den Eltern.
- Das heißt: Was ist auf der Legende abgebildet? Was bedeutet dies? Welche Wege sind sicher oder sollten die Kinder meiden? An welchen Stellen müssen Kinder besonders achtsam sein?

### Alternative

- Die Kinder sollen den Kindergarten-/Schulweg der anderen Kinder kennenlernen.
- Planen Sie dazu Ausflüge.
- Anschließend werden die zurückgelegten Wege mit den Kindern besprochen. Thematisieren Sie sichere Übergänge sowie Gefahrenstellen.
- **Tipp:** machen Sie Fotos zur Dokumentation (Eltern/Kinder-Portfolio).

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN

## ZU FUß GEHEN

<b>BEREICH</b>	Zu Fuß gehen
<b>AUFGABE</b>	Notfallplan und Handlungsmöglichkeiten erarbeiten
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Stärkung des Sicherheitsgefühls</li><li>▪ Stärkung der Selbständigkeit</li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zeit und Ideen</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Projekt
<b>ALTER</b>	5 bis 9 Jahre

### Übung

- Befragen Sie die Kinder, was für diese ganz individuell und konkret Notfallsituationen auf dem Schulweg/im Straßenverkehr sind (zu spät von zu Hause losgelaufen, Bus/Schulbus verpasst, Schulstunde fällt aus, ...).
- Überlegen Sie anschließend gemeinsam, wie sich die Kinder in solchen Situationen verhalten und sich selbst helfen könnten.
- Üben Sie mit den Kindern deren Vor- und Nachnamen, die Adresse sowie die zu wählende Telefonnummer. Wichtig auch die Nummern von Feuerwehr und Polizei.
- Bei einem Anruf bei der Feuerwehr/Polizei, benötigen diese präzise Informationen zur Personenangabe, zum Standort, zum Hergang. Besprechen Sie diese ab der 3./4. Klasse. Man fasst sie thematisch unter den „Fünf W-Fragen“ zusammen:
  - **Wer** meldet sich?
  - **Wo** geschah etwas?
  - **Was** ist geschehen?
  - **Wie** viele Verletzte gibt es?
  - **Warten** auf Rückfragen.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN ZU FUß GEHEN

<b>BEREICH</b>	Zu Fuß gehen
<b>AUFGABE</b>	Kita- / Schulweg üben
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Alternative Fortbewegungsform</b></li><li>▪ <b>Aufeinander warten und Rücksicht nehmen</b></li><li>▪ <b>Sich als Gruppe fühlen</b></li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung I</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Eltern</li><li>▪ <b>Nähere Informationen</b> erhalten Sie u.a. über die Internetseite des VCD, Verkehrsclub Deutschland: <a href="http://www.vcd.org/themen/mobilitaetsbildung/vcd-laufbus/">www.vcd.org/themen/mobilitaetsbildung/vcd-laufbus/</a></li></ul> <p><b>Übung V</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Informieren Sie sich frühzeitig.</li><li>▪ <b>Nähere Informationen</b> finden Sie unter: <a href="http://www.zu-fuss-zur-schule.de">www.zu-fuss-zur-schule.de</a></li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze Übung bis Projekt
<b>ALTER</b>	Für jedes Alter geeignet



**Übung I**

- Regen Sie die Gründung eines „Laufbusses/Schulbusses auf Füßen“ an. Bei diesem Modell schließen sich nah beieinander wohnende Eltern zusammen und geleiten abwechselnd eine kleine Gruppe von Kindern zur/von der Schule.

**Übung II**

- Üben Sie bei den täglichen Spaziergängen im Kindergarten das Laufen in der Gruppe: zu zweit in einer Reihe gehen, Abstand zueinander halten, sich nicht während des Laufens in die Hacken treten, genügend Abstand zur Straße/zum Fahrradweg halten, an Einfahrten stehen bleiben um nach Autos zu sehen.
- Erweitern Sie den Spaziergang und machen Sie ihn zu einem besonderen Erlebnis. Das Ziel ist dann eine Eisdielen, eine Rutsche, die zukünftige Grundschule o.ä.
- Schlagen Sie den „Verkehrsspaziergang“ auf der Wochentafel im Kindergarten an, um Eltern für das Thema „Verkehrserziehung und Mobilitätsbildung“ zu sensibilisieren.

**Übung III**

- Bilden Sie einen Stuhlkreis.
- Lassen Sie die Kinder über ihren Kindergarten-/Schulweg berichten.
- Was hat den Kindern auf dem Weg besonders gut gefallen?  
Was haben sie gesehen: ein schönes Haus, eine spannende Baustelle, einen niedlichen Hund?

**Übung IV - ab der 2. Klasse**

- Bauen Sie wöchentliche/tägliche Bewegungszeiten im Unterricht ein, z.B. Walking-Stunden.

**Übung V**

- Nehmen Sie an den jährlichen Aktionstagen „Zu Fuß zur Schule und zum Kindergarten“ teil. Diese finden nach den Sommerferien bzw. im Herbst statt und umfassen etwa 1,5 Wochen.
- Weltweit findet jährlich am 22. September der „Zu Fuß zur Schule“-Tag statt. An diesem Tag sind alle aufgefordert, Wege aktiv zurück zu legen. Das Auto sollte an diesem Tag stehenbleiben.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM ÖPNV/SCHULBUS FAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem ÖPNV/Schulbus fahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Sicheres Verhalten im Bus</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<b>Sicherheitserhöhende Verhaltensweisen mit dem ÖPNV/Schulbus</b> (Abläufe, Regeln, Gefahren)
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Weitere <b>Anregungen und Praxistipps</b> finden Sie in den Büchern von             <ul style="list-style-type: none"> <li>– Siegbert Warwitz (2009): „Verkehrserziehung vom Kinde aus“ (Verlag: Schneider Verlag Hohengehren, ISBN: 978383400563-2) oder</li> <li>– Philipp Spitta (2005): „Praxisbuch Mobilitätserziehung. Unterrichtsideen, Projekte und Material für die Grundschule“ (Verlag: Schneider Verlag Hohengehren, ISBN: 3-89676-995-2).</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Übung II - Projektpartner</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Initiator für einen Projekttag: <a href="http://www.schulbusprojekte.de/aktiv-werden/busschulen/index.html">www.schulbusprojekte.de/aktiv-werden/busschulen/index.html</a></li> <li>▪ Angebote und Ansprechpartner nach Bundesland/Region (vom DVR): <a href="http://www.schulbusprojekte.de/schulbusprojekte-konkret/index.html">www.schulbusprojekte.de/schulbusprojekte-konkret/index.html</a></li> <li>▪ Angebot/Flyer (von der Unfallkasse Brandenburg): <a href="http://www.ukbb.de/cms/download_user/Praevention/Faltblatt13.pdf">www.ukbb.de/cms/download_user/Praevention/Faltblatt13.pdf</a></li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Schulstunde bis Projekt</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab 6 Jahre</b>

**Übung I**

- Besprechen Sie mit den Kindern, was bei einer Fahrt mit dem (Schul-) Bus zu beachten ist: Der Weg zur Haltestelle, das Ein- und Aussteigen, das Verhalten im Bus und an der Haltestelle.

**Übung II**

- Planen Sie einen Projekttag zum Thema „Busschule“. Schülerinnen und Schülern sollen während des Projektes für die Gefahren bei der Schulbusnutzung sensibilisiert werden und richtige Verhaltensweisen erlernen.
- Dabei werden Erstklässlern die wichtigsten Verhaltensweisen ganz praxisnah erklärt und das Verhalten in einem realen Bus geübt.

**Tipp:** Anfragen können Sie an den regionalen ÖPNV richten.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM ÖPNV/SCHULBUS FAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem ÖPNV/Schulbus fahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Sensibilisierung für das Thema „Toter Winkel“</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gefahrenquellen erkennen</li> <li>▪ Sicherheitsdenken fördern</li> <li>▪ Umsichtigkeit begreifen</li> </ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Laptop</li> <li>▪ Internetzugang</li> <li>▪ Beamer/Projektor</li> <li>▪ Film: „Sendung mit der Maus Verkehrsschule. Was ist ein Toter Winkel“ (über Youtube: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zrGPZA8tygE">https://www.youtube.com/watch?v=zrGPZA8tygE</a>; Dauer: 4:14 Min.)</li> </ul> <p><b>Alternative</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Externer Anbieter</li> <li>▪ Näheres zum Projekt „Raus aus dem Toten Winkel“ mit Kontaktadresse unter <a href="http://www.toter-winkel.de/index.php?page=2">http://www.toter-winkel.de/index.php?page=2</a></li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Schulstunde</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab 9 Jahre</b>

### Übung

- Organisieren Sie die technischen Voraussetzungen, um der Klasse den Kurzfilm „Sendung mit der Maus. Verkehrsschule: Was ist ein Toter Winkel“ zeigen zu können.
- Anschließend besprechen Sie das Gesehene und gehen nochmals genau auf die Gefahren des Toten Winkels ein.
- Lassen Sie mögliche Erfahrungen der Kinder einfließen und besprechen Sie diese gemeinsam.

### Alternative

- Einige Unfallkassen bieten zum Thema „Toter Winkel“ einen Besuch in der Schule an.
- Ein solcher Besuch kann zum Beispiel so aussehen, dass sie mit einem LKW und/oder einer Plane, die den Toten Winkel symbolisieren soll, in die Schule kommen. Die Gefahren werden für die Kinder anschaulich und greifbar gemacht. Beispiel: Ein Kind darf sich auf den Fahrersitz des LKW setzen. Dann soll es durch den Seitenspiegel blicken und versuchen die Mitschülerinnen und Mitschüler zu sehen. Inzwischen stellen sich alle Mitschülerinnen und Mitschüler neben dem LKW auf eine Plane, die den „Toten Winkel“ symbolisiert. Das Kind auf dem Fahrersitz kann die Mitschülerinnen und Mitschüler in diesem Bereich nicht sehen. Sie verschwinden im „Toten Winkel“.
- Durch dieses praxisnahe Angebot können die Kinder aktiv die Erfahrung machen, wie schnell sie im „Toten Winkel“ übersehen werden können.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM AUTO MITFAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Auto mitfahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Alternativen zum Autofahren überlegen</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Bewegungsförderung</b></li><li>▪ <b>Sensibilisierung für die soziale und ökologische Umwelt</b></li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Elternabend</li></ul> <p><b>Alternative</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Flyer „Der sichere Schulweg. Tipps und Informationen für Eltern“ (GDV/UDV)</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Kurze Übung</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab 6 Jahre; ab dem ersten Schultag kontinuierlich thematisieren</b>

### Übung

- Empfehlen Sie auf einem Elternabend, die Kinder morgens zu Fuß zur Schule laufen zu lassen/zu bringen.
- Seien Sie auf Widerstand der Eltern vorbereitet. Genannte Argumente der Eltern können zum Beispiel sein: Entfernung zur Schule, Bequemlichkeit oder Sicherheitsbedenken.
- Nehmen Sie die Argumente der Eltern ernst. Tragen Sie aber auch Ihr Anliegen vor.
- Kinder lernen keine sichere Verkehrsteilnahme, wenn sie täglich mit dem Auto bis vor die Schultür gefahren werden. Durch passives Mitfahren werden keine eigenen Erfahrungen gesammelt.
- Wenn sich eine Autofahrt nicht vermeiden lässt, schlagen Sie den Eltern vor, in einiger Entfernung zur Schule zu parken.
- Die Einrichtung einer „Elternhaltestelle“ oder die Nutzung eines Parkplatzes in Schulinähe sind Alternativen und können in diesem Zusammenhang besprochen werden.
- Wenn die Kinder ein Stück zu Fuß gehen, kommt außerdem das Herz-Kreislauf-System in Schwung, soziale Kontakte zu anderen Kindern können geschlossen werden.
- Die Unfallstatistik belegt: Im Alter von 6 bis 10 Jahren verunglücken Kinder mit Abstand am häufigsten im Auto als Mitfahrer.

### Alternative

- Wenn Sie das Thema nicht persönlich ansprechen möchten, geben Sie den Eltern unseren kostenlosen Flyer „Der sichere Schulweg. Tipps und Informationen für Eltern“ mit.
- Dieser kann auch im Unterricht verteilt werden. Die Kinder nehmen ihn dann mit nach Hause und geben ihn ihren Eltern.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM AUTO MITFAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Auto mitfahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Erfahren von physikalischen Kräften</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<b>Notwendigkeit von Sicherungssystemen vermitteln (Kindersitz und Anschnallpflicht)</b>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Flyer: Kindersicherung („Kinder im Auto“ und „Der richtige Kindersitz“) (GDV/UDV)</li> </ul> <p><b>Übung II</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sporthalle/freier Platz</li> <li>▪ Hula-Hoop-Reifen</li> </ul> <p><b>Übung III</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Projekttag „Gurtschlitten“. Über den DVR, den VCD oder die Verkehrswachten gibt es die Möglichkeit diesen auszuprobieren.</li> <li>▪ Übersicht und Kontaktdaten verschiedener Anbieter wie DVR, VCD, ADAC u.a.: <a href="http://www.verkehrssicherheitsprogramme.de/site/detail.aspx?id=102">www.verkehrssicherheitsprogramme.de/site/detail.aspx?id=102</a></li> <li>▪ Ansonsten können in der Regel am 20. Juni im Rahmen des „Tag der Verkehrssicherheit“ Kindergurtschlitten ausprobiert werden.</li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Kurze Übung bis Projekt</b>
<b>ALTER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Übung I und Übung II: ab 6 Jahre</li> <li>▪ Übung III und Übung IV: ab 8 Jahre</li> </ul>



**Übung I**

- Befragen Sie die Kinder, ob Sie angeschnallt zur Schule fahren.
- Führen Sie ein Belohnungssystem ein, z.B. mit Smileys. Gerade jüngere Kinder werden dadurch animiert, Eltern auf die Anschnallpflicht hinzuweisen.

**Alternative**

- Thematisieren Sie die Anschnallpflicht auf einem Elternabend. Geben Sie den Eltern die kostenlosen Flyer „Kinder im Auto“ und „Der richtige Kindersitz“ mit.

**Übung II**

- Gehen Sie mit den Kindern in eine Sporthalle/auf einen freien Platz, um „Autofahren“ zu spielen.
- Dazu tun sich zwei Kinder mit einem Hula-Hoop-Reifen zusammen. Ein Kind ist der Fahrer und befindet sich innerhalb des Hula-Hoop-Reifens (Fahrer-Kind). Das andere Kind ist außerhalb des Hula Hoop Reifens, hält sich fest und ist der Beifahrer (Beifahrer-Kind).
- Das Fahrer-Kind „fährt“ (läuft, rennt) mit variabler Geschwindigkeit.
- Stoppt das Fahrer-Kind plötzlich, wird das Mitfahrer-Kind unterschiedlich stark gegen den Reifen auflaufen. Das Gesetz der Trägheit und die Fliehkraft werden erfahrbar gemacht.
- Anschließend tauschen die Kinder.

**Übung III**

- Probieren Sie an einem Projekttag einen „Gurtschlitten“ aus.
- Nach dem Lösen einer Sperre, fährt der Gurtschlitten mit einem oder zwei Kindern die schiefe Ebene herab und prallt gegen einen Puffer.
- Kinder üben dabei das Anschnallen und erleben am eigenen Körper, welche Kräfte bei diesem Aufprall wirken. Sicherheitsdenken wird für Kinder körperlich erfahrbar gemacht.

**Übung IV**

- Informieren Sie sich über die Historie von Kindersitzen und besprechen Sie diese mit den Kindern.
- Bereiten Sie Bilder vor und/oder lassen Sie die Kinder Fotos von ihrem Kindersitz machen und ausgedruckt mitbringen. Die verschiedenen Kindersitze und Sicherungssysteme können gemeinsam besprochen werden.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM AUTO MITFAHREN

<b>BEREICH</b>	Mit dem Auto mitfahren
<b>AUFGABE</b>	Zur Gehwegseite hin aussteigen
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	Auf sich und andere Obacht geben
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Sporthalle</li><li>▪ Matte</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	Kurze Übung
<b>ALTER</b>	Ab 5 Jahre

### Übung

- Lassen Sie die Kinder den Straßenverkehr nachspielen.
- Gehen Sie dazu in eine Sporthalle. Teilen Sie diese in zwei Hälften ein. Eine Hälfte ist der Gehweg, die andere Hälfte die Straße. Legen Sie mittig eine Matte auf den Boden. Die Matte symbolisiert ein Auto.
- Teilen Sie dann die Kinder in drei Gruppen: Gruppe 1 nimmt auf der Matte platz und wird zu Autofahrer bzw. Beifahrer, Gruppe 2 sind die Fußgänger, Gruppe 3 sind Fahrzeuge aller Art.
- Gruppe 1: Die Kinder setzen sich hintereinander auf die ausgelegte Matte. Vorn sitzt der Fahrer, hinten der/die Beifahrer.
- Gruppe 2: Die „Fußgänger“ gehen auf der Beifahrerseite spazieren.
- Gruppe 3: Bildet den „restlichen Verkehr“, wie zum Beispiel Auto-, Fahrrad-, Bus- oder Motorradfahrer. Sie halten sich auf der Fahrerseite auf. Zu den Bewegungen können sie die passenden Geräusche machen. Sie können so tun, als hielten sie ein Lenkrad, machen Brumm-Brumm-Geräusche wie ein Auto oder Klingelgeräusche wie auf einem Fahrrad.
- Auf ein Zeichen hin laufen die Kinder der Gruppe 2 und 3 näher am Matten-Auto vorbei.
- Gruppe 1 soll nun versuchen auszusteigen.
- Dabei erfahren die Kinder spielerisch, dass auf der Fahrbahnseite reger Verkehr herrscht und es ziemlich gefährlich ist, dort auszusteigen.
- Das Aussteigen zur Gehwegseite ist gefahrloser. Dort sind nur ein paar Fußgänger unterwegs.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM FAHRRAD FAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Fahrrad fahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Trainieren des Gleichgewichts</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Sicher und unfallfrei Fahrrad fahren</b></li><li>▪ <b>Vorübung für die Fahrradprüfung</b></li></ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung II</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kindergarten/Schulhof/Jugendverkehrsschule (Übungsplatz im Schonraum)</li><li>▪ Laufrad, Roller, Rollschuhe etc.</li></ul> <p><b>Empfehlung UDV-Übungs-Materialien zum Download für den Ganztagsbereich</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Broschüre „Auf Rollen und Rädern“ (<a href="http://www.udv.de/auf_rolle_und_raedern">www.udv.de/auf_rolle_und_raedern</a>)</li></ul> <p><b>Übung III</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Fahrräder</li><li>▪ Pylone</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Kurze Übung bis Projekt</b>
<b>ALTER</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>Übung I und Übung II: ab 5 Jahre</b></li><li>▪ <b>Übung III: ab 8 Jahre</b></li></ul>

### Übung I

- Bauen Sie auf den Spaziergängen oder beim Spielen im Kindergarten/ Grundschule Balance-/Gleichgewichtsübungen zur Vorbereitung und Festigung auf das Fahrradfahren ein.
- Balance-/Gleichgewichtsübungen können z.B. sein, auf einem Bein zu stehen, auf einer Linie zu balancieren, mit verbundenen Augen zu laufen, rückwärts zu gehen, auf verschiedenen Untergründen wie Beton, Waldboden, Wiesen etc. zu laufen.

### Übung II

- Gehen Sie mit den Kindern Skaten, Laufrad oder Roller fahren, Rollschuh oder Schlittschuh laufen.

### Übung III

- Gehen Sie zum Fahrrad fahren mit den Kindern auf den Schulhof oder zu einer Jugendverkehrsschule.
- Bauen Sie Gleichgewichtsübungen ein.
- Vorschlag 1: Zwei Kinder fahren mit dem Fahrrad nebeneinander her und fassen sich an der Hand oder sie klatschen sich mit einer Hand ab.
- Vorschlag 2: Die Kinder fahren mit dem Fahrrad wie mit einem Roller. Ein Fuß ist auf der Pedale, der andere Fuß gibt Schwung. Nach ein paar Versuchen wird die Seite/Pedale gewechselt.
- Vorschlag 3: Auf einer Pylone liegt ein Tennisball. Beim ersten Vorbeifahren wird der Tennisball vorsichtig aufgenommen. Auf der Rückfahrt wird der Tennisball wieder vorsichtig auf der Pylone abgelegt.
- Bauen Sie mehrere Stationen auf, damit kein Kind lange warten muss und sich langweilt.
- Lassen Sie die Stationen nach einer gewissen Zeit wechseln. Achten Sie darauf, dass jedes Kind jede Station absolviert und gemeistert hat.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM FAHRRAD FAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Fahrrad fahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Schutzwirkung des Fahrradhelms besprechen</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<b>Förderung von Sicherheitsdenken</b>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<b>Übung I</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Styropormatte (ca. 15 x 25 cm)</li><li>▪ Hartgekochtes Ei</li></ul> <b>Übung II</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Fahrradhelme der Kinder</li><li>▪ Anschauungskind: Wie muss der Fahrradhelm sitzen?</li><li>▪ Fahrradflyer (GDV/UDV)</li></ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Schulstunde</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab Kleinkindalter: Fahrradhelm bereits auf dem Laufrad notwendig</b>

**Übung I**

- Legen Sie eine Styropormatte auf den Tisch.
- Lassen Sie ein hartgekochtes Ei aus geringer Höhe darauf fallen.
- Demonstrieren Sie dadurch, dass die Schale nicht platzt.
- Anschließend wiederholen Sie den Versuch ohne die Styropormatte. Diesmal wird die Schale platzen.
- Probieren Sie die Übung vorher Zuhause aus, ob sie funktioniert.

**Übung II**

- Lassen Sie die Kinder ihre Fahrradhelme von Zuhause mitbringen.
- Besprechen und prüfen Sie gemeinsam den Sitz und die Passform der Fahrradhelme.
- Besprechen und üben Sie, dass der Fahrradhelm immer richtig geschlossen sein muss.

## ÜBUNGEN ZU DEN VERSCHIEDENEN VERKEHRSMITTELN MIT DEM FAHRRAD FAHREN

<b>BEREICH</b>	<b>Mit dem Fahrrad fahren</b>
<b>AUFGABE</b>	<b>Mit dem verkehrssicheren Fahrrad im Straßenverkehr unterwegs sein</b>
<b>WICHTIG FÜR DEN STRASSENVERKEHR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sicherheitsdenken</li> <li>▪ Förderung von Sorgfältigkeit</li> <li>▪ Wartungsarbeiten, Instandhaltungsmaßnahmen</li> <li>▪ Verständnis für Mechanik</li> </ul>
<b>BENÖTIGTE MATERIALIEN</b>	<p><b>Übung I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fahrrad</li> <li>▪ Abbildung im UDV-Flyer „Kinder lernen Rad fahren“</li> </ul> <p><b>Übung II</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fahrradwerkstatt</li> </ul> <p><b>Empfehlung UDV-Übungs-Materialien zum Download für den Ganztagsbereich</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Broschüre „Fahrradwerkstatt“ (<a href="http://www.udv.de/fahrradwerkstatt">www.udv.de/fahrradwerkstatt</a>)</li> </ul>
<b>ZEITAUFWAND</b>	<b>Schulstunde bis Projekt</b>
<b>ALTER</b>	<b>Ab 8 Jahre</b>



### Übung I

- Besprechen Sie gemeinsam mit der Klasse, womit ein Fahrrad ausgestattet sein muss, um verkehrssicher zu sein.
- Unterstützen Sie Ihre Darstellung mit einer Abbildung eines verkehrssicheren Fahrrades oder bringen Sie eines mit.

### Übung II

- Planen Sie einen Besuch in der Fahrradwerkstatt.
- Tragen Sie mit den Kindern zusammen, was man bei einem Fahrrad alles reparieren lassen könnte.
- Lassen Sie sich dann in der Fahrradwerkstatt erklären, was bei einem Fahrradcheck zu beachten ist und wie häufig dieser durchgeführt werden sollte.
- Ein Aktionstag mit Eltern und Kindern zum Thema „Fahrradcheck“ kann das Thema abrunden.

## MATERIALIEN

Die aufgeführten Materialien sowie weiterführende Informationen stehen Ihnen kostenfrei auf der Internetseite der UDV zum Download bereit oder können dort bestellt werden ([www.udv.de/kinder](http://www.udv.de/kinder)).

### Schulwegsicherung - Elternheft

Informationsbroschüre für Eltern von Kindergartenkindern/Erstklässlern



### Flyer - Der sichere Schulweg

Flyer für Eltern von Kindergartenkindern/Grundschulkindern (in deutscher und türkischer Sprache erhältlich)



### Radfahrausbildung

Flyer für Eltern von Grundschulkindern (in deutscher und türkischer Sprache erhältlich)



### Kinder sichern im Auto

Flyer für Eltern von Kindergartenkindern/Grundschulkindern (in deutscher und türkischer Sprache erhältlich)



### Psychomotorische Übungen

Broschüre und Hintergrundmaterial für Pädagogen



### Ganztagsschule (nur als Download)

Für Pädagogen

- „Auf Rollen und Rädern“ – Übungen für die Primastrufe
- „Fahrradwerkstatt“ – Übungen für die Sekundarstufe



### Die Ampelini-Welt

Für Kinder im Vorschulalter

Die Ampelini-Welt besteht inzwischen aus der Internetseite [www.ampelini.de](http://www.ampelini.de), den Apps Ampelini und Ampelini XL, die im App-Store oder im Play Store kostenlos erhältlich sind, dem Ampelini-Malbuch, einem Set aus CD-ROM und DVD sowie ganz neu: Mini-Bücher zum Vorlesen. Zu bestellen sind die einzelnen Medien unter: [www.udv.de/ampelini](http://www.udv.de/ampelini)





Gesamtverband der Deutschen  
Versicherungswirtschaft e.V.

Wilhelmstraße 43/43 G, 10117 Berlin  
Postfach 08 02 64, 10002 Berlin

Telefon 030 . 20 20 - 58 21

Fax 030 . 20 20 - 66 33

[unfallforschung@gdv.de](mailto:unfallforschung@gdv.de)

[www.udv.de](http://www.udv.de)

[www.gdv.de](http://www.gdv.de)

Facebook: [facebook.com/unfallforschung](https://facebook.com/unfallforschung)

Twitter: [@unfallforschung](https://twitter.com/unfallforschung)

YouTube: [youtube.com/unfallforschung](https://youtube.com/unfallforschung)

Redaktion: Katharina Buchholz, Dr. Tina Gehlert

Bildquellen:

Titelseite: Sunny studio - Fotolia

Gestaltung: pensiero KG, [www.pensiero.eu](http://www.pensiero.eu)

Erschienen: 12/2016



Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft

Wilhelmstraße 43 / 43G, 10117 Berlin  
Postfach 08 02 64, 10002 Berlin

Telefon: 030 . 20 20 - 50 00, Fax: 030 . 20 20 - 60 00  
[www.gdv.de](http://www.gdv.de), [www.udv.de](http://www.udv.de)