



Dein Steckbrief

Hier kannst du dich und dein Fahrrad kurz selbst vorstellen



MEINE SCHULE:

MEINE KLASSE:

MEIN ALTER:



Mein Fahrrad

Zeichne hier dein Fahrrad und stell es deinen Eltern und Bekannten vor.

Hier kannst du dein
Fahrrad malen

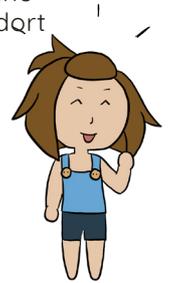


Ich bin Chris!

Ich bin 8 Jahre alt. Ich fahre super gerne Fahrrad. Besonders, wenn befreundete Personen dabei sind. Ich und Marie gehen zusammen zur Schule in eine Klasse und fahren jeden Tag mit dem Fahrrad dort.

Ich bin Marie!

Ich bin auch 8 Jahre alt! Fahrradfahren macht mir viel Spaß. Ich fahre oft mit dem Fahrrad zu unserem Lieblingsspielplatz und treffe mich mit Chris.



Gemeinsam lernen wir beide mit dir viel über das Fahrrad. Lass uns zusammen entdecken, wie Fahrräder funktionieren, wie wir mit ihnen sicher unterwegs sind oder sogar einen tollen Ausflug planen können.

Was ist ein Fahrrad?



Das Fahrrad ist ein Fahrzeug, das allein von deiner Kraft aus bewegt wird. Mit dem Rad bist du umweltfreundlich unterwegs. Es wurde vor über 200 Jahren erfunden und kann ganz unterschiedlich aussehen. Die wichtigsten Bestandteile sind zwei Räder, ein Rahmen aus Rohren, ein Sattel und ein Lenker.

Mit dem Fahrrad werden viele tolle Dinge möglich. Zum Beispiel zu befreundeten Personen fahren, eine Fahrradtour mit den Eltern machen oder einfach den nächsten Spielplatz besuchen.



Wann immer ihr dieses Symbol im Heft sehet, finden eure Eltern und Lehrenden auf der angegebenen Seite weitere Informationen zum Thema

Das verkehrssichere Fahrrad

Ein verkehrssicheres Fahrrad bedeutet, dass ein Fahrrad alle Teile hat um auf der Straße fahren zu dürfen. Dazu gehören die Bremse, die Klingel und Lichter. Wollen wir uns mal zusammen anschauen, wie so ein Fahrrad aussieht!

Rotes Rücklicht und Reflektor

Hinterradbremse

Speichenreflektoren

Reflektoren gibt es am Vorderrad und Hinterrad. Wie das Licht, sind sie dafür da, dass du besser gesehen wirst.

Fahrradklingel

Die Klingel zeigt anderen Radfahrenden und Fußgehenden an, dass du überholen möchtest.

Vorderlicht und weißer Reflektor

Licht am Fahrrad ist ganz wichtig in der Dunkelheit. Damit du den Weg sehen kannst und andere dich sehen können.

Vorderradbremse

Das Fahrrad hat zwei Bremsen am Vorderrad und am Hinterrad. Die Bremse ist am Lenkrad, meistens auf der rechten und linken Seite.

Speichenreflektoren

Reflektoren gibt es am Vorderrad und Hinterrad. Wie das Licht, sind sie dafür da, dass du besser gesehen wirst.

Pedalreflektoren

Wann entstand das erste Fahrrad?

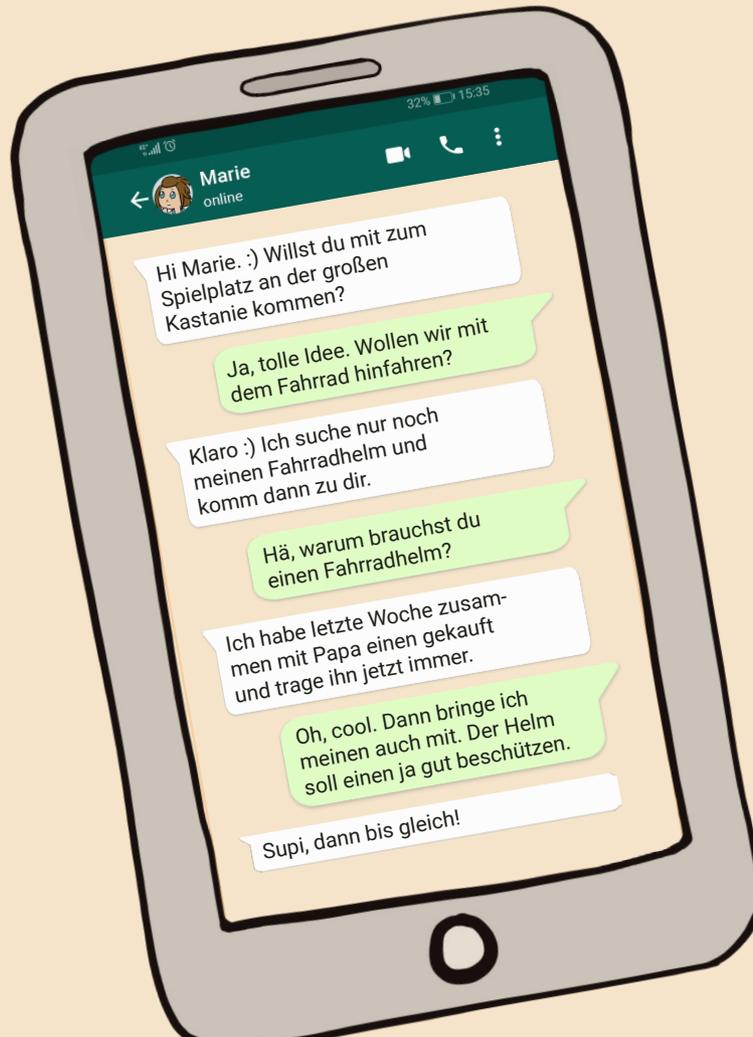
Der Erfinder Karl von Drais hat 1817 ein Laufrad erfunden. Dieses heißt Draisine. Die Draisine gilt als die Urform des Fahrrads.





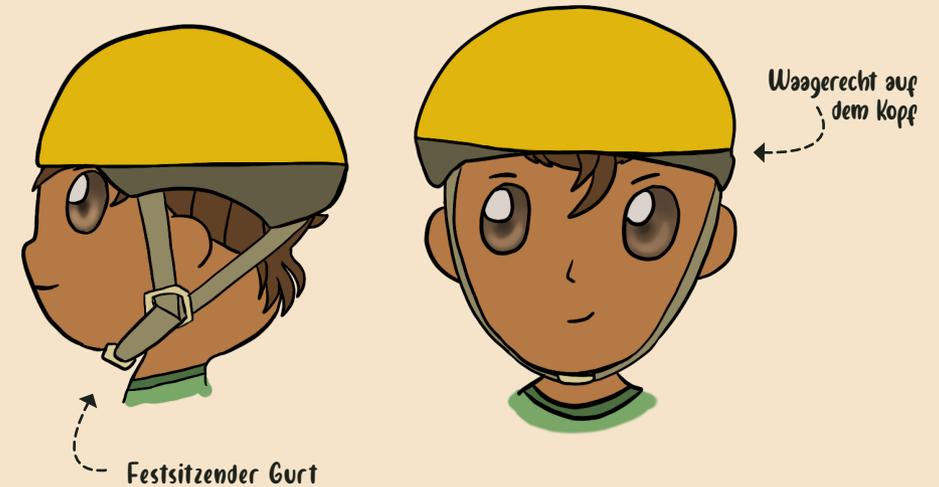
Der Fahrradhelm

Ein Fahrradhelm kann deinen Kopf vor Verletzungen schützen, solltest du mal mit dem Fahrrad stürzen. Ein Sturz kann sogar sehr guten Fahrradfahrenden passieren. Damit dein Kopf besser geschützt ist, solltest du mit deinen Eltern einen Helm aussuchen, der passt und dir gefällt!

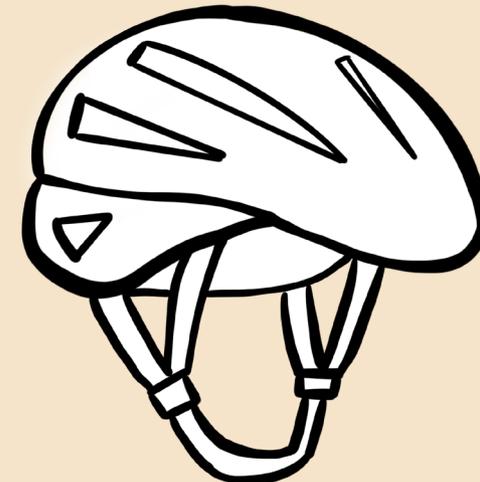


Wie trage ich einen Helm?

Auf den beiden Bildern kannst du sehen wie du einen Fahrradhelm trägst. Der Helm sollte auf dem Kopf nicht zu weit hinten und nicht zu weit vorne sitzen und deine Stirn bedecken. Der Gurt sollte fest sitzen, aber natürlich nicht zu straff.

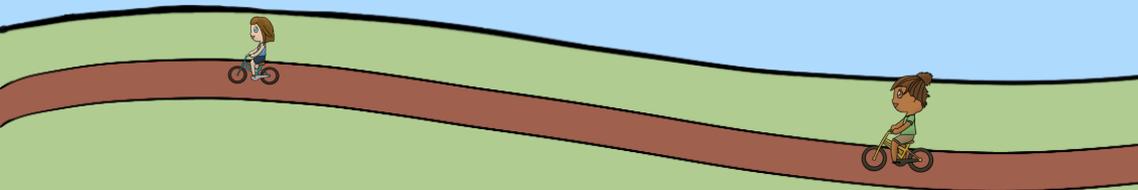


Wie sollte dein perfekter Helm aussehen? Hier kannst du deinen Helm gestalten



Was bedeuten eigentlich diese ganzen Schilder an der Straße?

Schilder haben eine wichtige Funktion. Sie zeigen zum Beispiel an, was erlaubt ist, wo du aufpassen musst und wo du nicht lang fahren darfst. Es gibt Schilder extra für Fußgehende, Radfahrende und Autofahrende. Die meisten Schilder sind aber für alle wichtig.



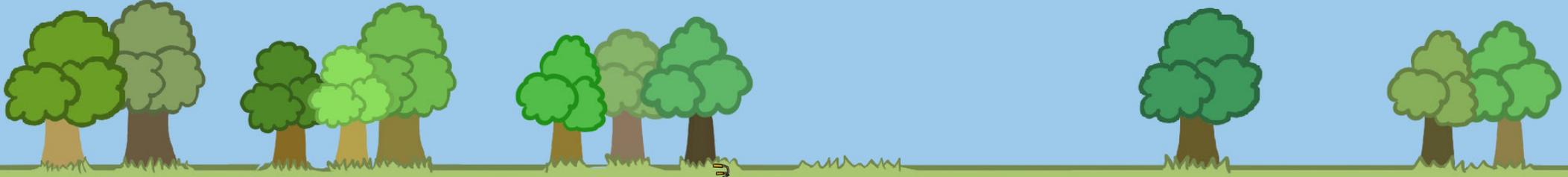
Kannst du dir vorstellen, was die Farben bedeuten?
Kennst du weitere Schilderfarben?



Die Antwort findest
du auf Seite 13



Verkehrsschilder



Das Schild bedeutet, dass du hier mit dem Fahrrad nicht fahren darfst. Dieses Schild gibt es sehr selten.



Das Schild bedeutet, dass hier ein Zebrastreifen ist und Fußgehende hier Vorfahrt haben. Fahrräder und Autos auf der Straße müssen warten.



Wenn du das „Stoppschild“ siehst, musst du anhalten. Autos, die von links oder rechts kommen, haben Vorfahrt und dürfen zuerst fahren. Erst, wenn die Straße frei ist, kannst du losfahren.

Dieses Schild zeigt dir, dass die Straße eine Sackgasse ist. Am Ende der Straße geht es nicht weiter.



Wenn du das Schild siehst, darfst du nicht in die Straße reinfahren. Aber andere Fahrräder oder Autos können aus dieser Straße kommen.



Dieses Schild zeigt dir, dass die Straße eine Sackgasse ist. Am Ende der Straße geht es nicht weiter.



Wenn du das Schild „Einbahnstraße“ siehst, heißt das, dass Autos und Fahrräder auf der Straße nur in eine Richtung fahren dürfen. In Pfeilrichtung fahren ist erlaubt, in die Gegenrichtung fahren nicht.



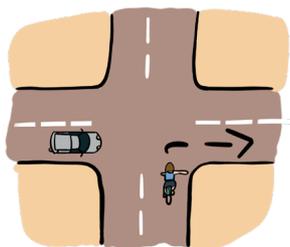
Das Zeichen bedeutet, dass die Autos oder Radfahrende, die von rechts oder links kommen, Vorfahrt haben. Die dürfen zuerst fahren.

Das Zeichen bedeutet, dass Autos und Fahrräder auf dieser Straße Vorfahrt haben. Das heißt, sie dürfen fahren, Leute in angrenzenden Straßen müssen warten.



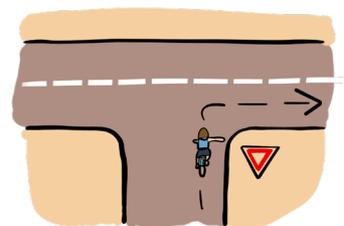
Abbiegen

Wer darf zuerst fahren, wenn du an einer Kreuzung stehst? Dafür gibt es viele Regeln und Schilder. Schauen wir uns das einmal an. Auf den vorherigen Seiten hast du schon viele Schilder kennengelernt. Aber an manchen Kreuzungen gibt es keine Schilder dann gilt die Regel: Rechts vor links hat Vorfahrt



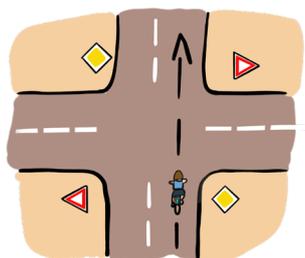
Was bedeutet Rechts-vor-Links?

Rechts-vor-links bedeutet, dass Autofahrende oder Radfahrende, die von rechts kommen, Vorfahrt haben. Diese Regel gilt nur, wenn kein Schild und keine Ampel an der Kreuzung zu finden sind.



Was muss ich hier machen, bevor ich rechts abbiege?

Hier muss ich zuerst nach links schauen, ob von dort ein Auto oder ein anderes Fahrrad kommt. Wenn alles frei ist, darf ich fahren. Wenn ich nach rechts abbiege, muss ich die rechte Hand nach rechts ausstrecken, damit andere wissen, wo ich hinwill.



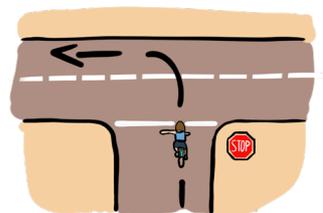
Hauptstraßen und Vorfahrt beachten!

Wenn ich auf eine Kreuzung zu fahre und dort das gelbe Schild sehe, darf ich zuerst fahren, ich habe also Vorfahrt. Radfahrende oder Autofahrende, die von links oder rechts kommen, müssen warten.

Beim Stoppschild gilt anhalten!

Beim Stoppschild musst du immer an der weißen Linie anhalten.

Beim Abbiegen musst du nach rechts und links schauen, um zu sehen, wenn jemand kommt. Erst wenn alles frei ist, darfst du fahren. Wenn du nach links abbiegst, musst du den linken Arm ausstrecken.



Blau Schilder

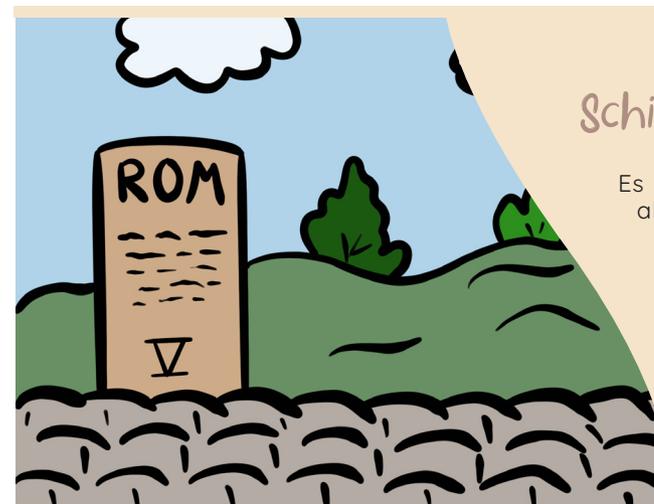


Blau Schilder bedeuten, Du musst einer Vorschrift folgen. Ein Radweg muss benutzt werden. Am Zebrastreifen musst Du anhalten.

Rote Schilder



Rote Schilder bedeuten, du darfst etwas nicht machen, weil es verboten ist oder du musst auf etwas aufpassen.



Schilder im alten Rom

Es gab schon Straßenschilder im alten Rom. Die Schilder heißen Meilensteine und zeigten den Menschen an, wie lange sie zur nächsten Stadt brauchten.

Radwege



Wenn du dieses Zeichen siehst, musst du auf diesem Weg mit deinem Fahrrad fahren. Am leichtesten erkennst du Radwege an einer bestimmten Farbe. Falls du einmal unsicher bist, weil ein Radweg keine Färbung hat, schau einfach, ob du dieses blaue Schild mit einem Fahrrad siehst.

Verkehrsschilder Radwege

Dieses Schild siehst du häufig unter einem „Einfahrt Verboten“ Schild oder wie hier unter einem Schild für die Fußgängerzone. Normalerweise dürftest du mit deinem Fahrrad nicht in einer Fußgängerzone fahren. Wenn du darunter aber ein „Fahrrad frei“ Schild siehst, darfst du dort trotzdem mit deinem Fahrrad fahren.



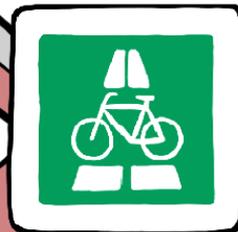
Dieses Schild zeigt dir an, dass Menschen in dieser Zone nur zu Fuß laufen dürfen.



Hier teilen sich Fußgehende und Radfahrende den Weg und laufen und fahren gemeinsam auf dem Weg. Weil du mit deinem Fahrrad schneller unterwegs bist, als jemand, der zu Fuß geht, solltest du immer auf andere Menschen Acht geben.



Der Fußweg und der Radweg sind hier getrennt voneinander, daher laufen Menschen zu Fuß auf der einen Seite des Weges, und auf der anderen fahren die Radfahrenden. Meist sind die beiden Wege durch eine Trennlinie voneinander abgegrenzt.



Hier siehst du ein Schild für einen Radschnellweg. Auf dem Radschnellweg fahren ausschließlich Fahrräder. Der Radschnellweg soll dazu da sein, um wichtige Orte in der Stadt sicher und bequem zu verbinden oder umliegende Dörfer an eine große Stadt anzubinden.

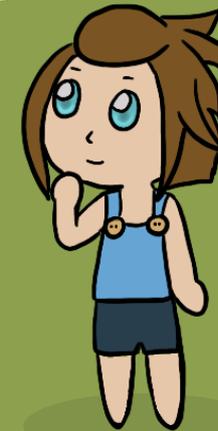
Stadt sicher und bequem zu verbinden oder umliegende Dörfer an eine große Stadt anzubinden.

Rätselfragen!

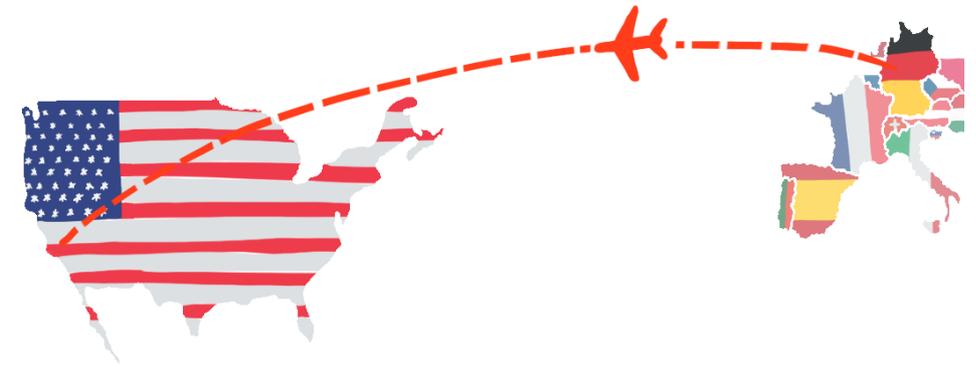
Bei so vielen neuen Informationen stellt sich Marie ein paar Fragen. Sie fragt sich, was wohl der längste Radweg der Welt ist und wann der erste Radschnellweg entstand. Interessiert dich das auch? Du kannst ja versuchen, es zu erraten!

Wann entstand der erste Radschnellweg?

Was denkst du, wie lang ist der längste Radweg der Welt?



Die Antworten findest du, wenn du umblätterst



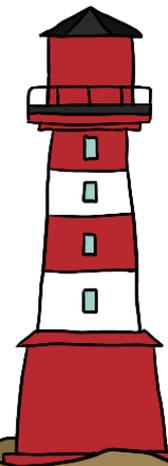
1900

wurde der erste Radschnellweg in Kalifornien in den USA gebaut.

6000 km

Fahrradweg am Meer entlang

Der längste Radweg der Welt ist der Nordseeküstenradweg und hat eine Länge von 6000 Kilometern! Auf ihm kannst du immer entlang der Nordsee durch acht verschiedene Länder fahren- nämlich Deutschland, Dänemark, Schweden, Norwegen, Schottland, England, Belgien und die Niederlande.

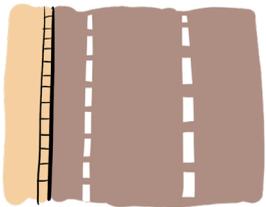


Der erste Radschnellweg bestand aus Holz

Der Radweg auf der Straße

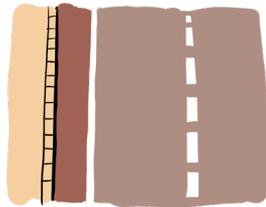
Du kennst sicher schon Fahrradwege, die direkt neben dem Gehweg und neben der Straße verlaufen. Es gibt zusätzlich viele unterschiedliche Radwege, die auf der Straße sind. Hier findest du die drei häufigsten Radwege auf der Straße.

Schutzstreifen



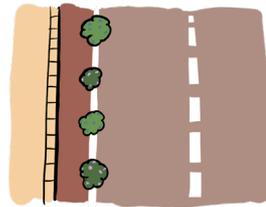
Der Schutzstreifen wird durch eine gestrichelte Linie auf der Straße markiert und grenzt die Radfahrbahn von der Autofahrbahn ab. Mit dem Fahrrad darfst du rechts von der Linie fahren. Autos dürfen den Schutzstreifen nur in Ausnahmefällen befahren und nicht auf ihm parken.

Radfahrstreifen



Der Radfahrstreifen wird im Gegensatz zum Schutzstreifen durch eine durchgezogene Linie auf der Straße markiert. Autos dürfen den Radfahrstreifen nicht befahren und nicht auf ihm parken.

Geschützter Radfahrstreifen



Der geschützte Radfahrstreifen ist zusätzlich von der Straße abgegrenzt, zum Beispiel durch Pfeiler oder Blumenkübel. Das soll verhindern, dass Autos unerlaubt auf dem für Fahrräder vorgesehenen Weg fahren.

Welcher Weg davon gefällt dir am besten? Warum denkst du, ist das so?

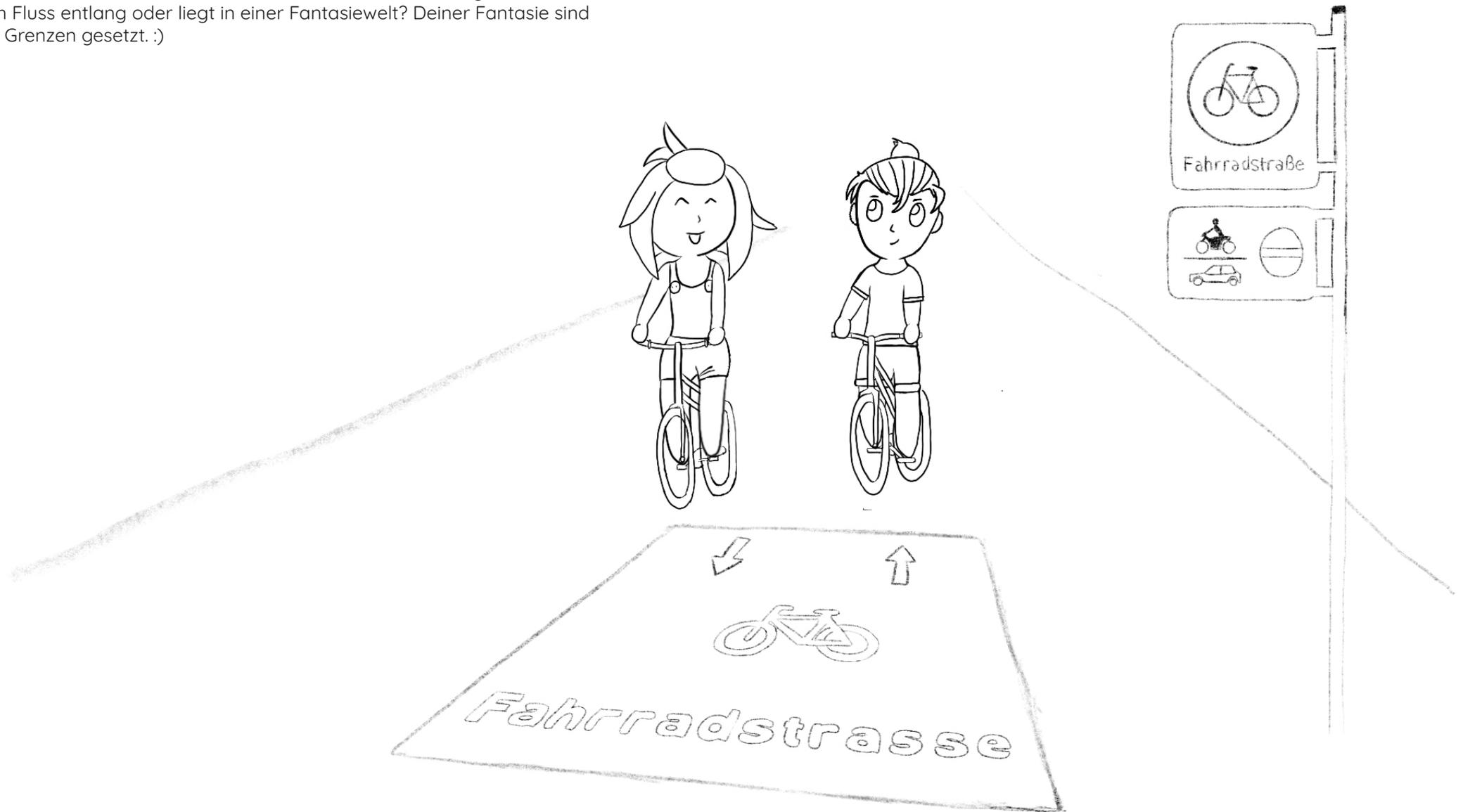


Wie du sehen kannst, fährt Marie auf einem Schutzstreifen, Chris fährt auf einem geschützten Radfahrstreifen. Was denkst du? Auf welchem der beiden Fahrradwege auf der Straße würdest du lieber fahren wollen? Das kannst du, wenn du Lust hast, für dich auf der linken Seite beantworten. Du kannst dich mit deinen befreundeten Personen und mit deinen Eltern darüber austauschen!

Fahrradstraße

Diese Seite sieht ganz schön leer aus, nicht wahr? Vielleicht möchtest du das ändern und hier deine Traum-Fahrradstraße zeichnen. Was denkst du, wie würde deine Fahrradstraße aussehen, auf der du gerne fahren würdest? Vielleicht würden viele Bäume dort sein, viele Häuser, womöglich führt sie an einem Fluss entlang oder liegt in einer Fantasiewelt? Deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. :)

Die Fahrradstraße ist eine besondere Straße für Fahrräder. Normalerweise dürfen nur Fahrräder dort fahren. Wenn dort Autos fahren dürfen, habt ihr mit dem Fahrrad trotzdem Vorrang und dürft nebeneinander fahren. In vielen Städten gibt es Fahrradstraßen. Wenn du Lust hast, frag deine Eltern oder jemand anderen, ob sie mit dir gemeinsam durch eine Fahrradstraße fahren.



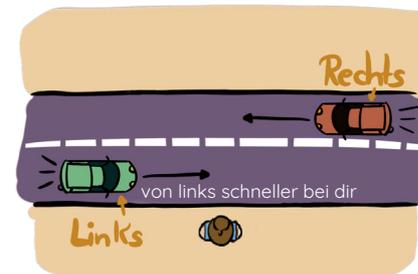


Wie überquere ich eine Straße mit dem Fahrrad?

Wenn du mit dem Fahrrad die Straßenseite wie auf dem Bild wechseln möchtest, musst du von deinem Fahrrad absteigen und rüberlaufen. Am Zebrastreifen müssen die Autos nur anhalten, wenn Du beim Queren dein Fahrrad schiebst. Es ist nicht verboten mit dem Fahrrad über den Zebrastreifen zu fah-

ren, jedoch musst du dann warten bis du queren kannst.

Als Grundregel kannst du dir beim Überqueren merken: Erst nach **links** schauen, dann nach **rechts**, und dann noch mal nach **links**.



Wahrscheinlich fragst du dich, warum das so ist, nicht wahr?

Die Erklärung dafür ist, dass die Autos von der linken Seite direkt auf der Fahrbahn vor dir fahren. Die Autos, die von rechts kommen, fahren auf der rechten Seite. Ein Auto, welches von links kommt, ist also schneller bei dir.

Zebrastreifen

An einem Zebrastreifen kannst du sicher die Straße überqueren. Autofahrende und Radfahrende müssen an einem Zebrastreifen anhalten und dich vorbeilassen. Am einfachsten erkennst du den Zebrastreifen natürlich als Streifen auf der Straße. Es gibt ein blaues Schild, welches dir zeigt, wo ein Zebrastreifen ist. Du siehst es in dem Bild.

Warum heißt der Zebrastreifen eigentlich Zebrastreifen?



Leider kommt der Name nicht wirklich von dem Tier Zebra. Interessant ist es trotzdem! Als der Zebrastreifen 1950 eingeführt wurde, hieß er noch anders, nämlich „Dickstrichkette“. Alle Autofahrenden, welche sich besonders rücksichtsvoll an einem Zebrastreifen verhielten, wurden mit einem Sticker belohnt. Auf diesem Sticker war ein Zebra zu sehen. Weshalb da ein Zebra drauf war, fragst du dich? Zebra bildet die Anfangsbuchstaben des Namens des Stickers: **Z**eichen **E**ines **B**esonders **R**ücksichtsvollen Autofahrers – **ZEBRA**.

Rot, Gelb, Grün.

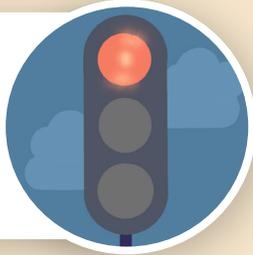
Ampeln und Vorfahrt verstehen



Diese Ampel siehst du meistens auf der Straße. Sie zeigt drei Farben an: Rot, Gelb und Grün. Rot bedeutet, dass du anhalten musst und Grün bedeutet, dass du losfahren kannst. Gelb ist eine Übergangsfarbe. Das heißt, dass die Ampel von der einen Farbe zur anderen wechseln wird. Wenn die Ampel zum Beispiel Rot anzeigt und dann zusätzlich Gelb anzeigt, heißt das für dich, dass du dich bereit machen kannst, um loszufahren - die Ampel wechselt nämlich zu Grün.

Ampelfarben

Bei einer Ampel leuchtet meist nur eine Farbe. Es werden nie alle drei Farben gleichzeitig leuchten. Wenn also wie hier auf dem Bild die Farbe Rot leuchtet, weißt du, dass du anhalten musst.

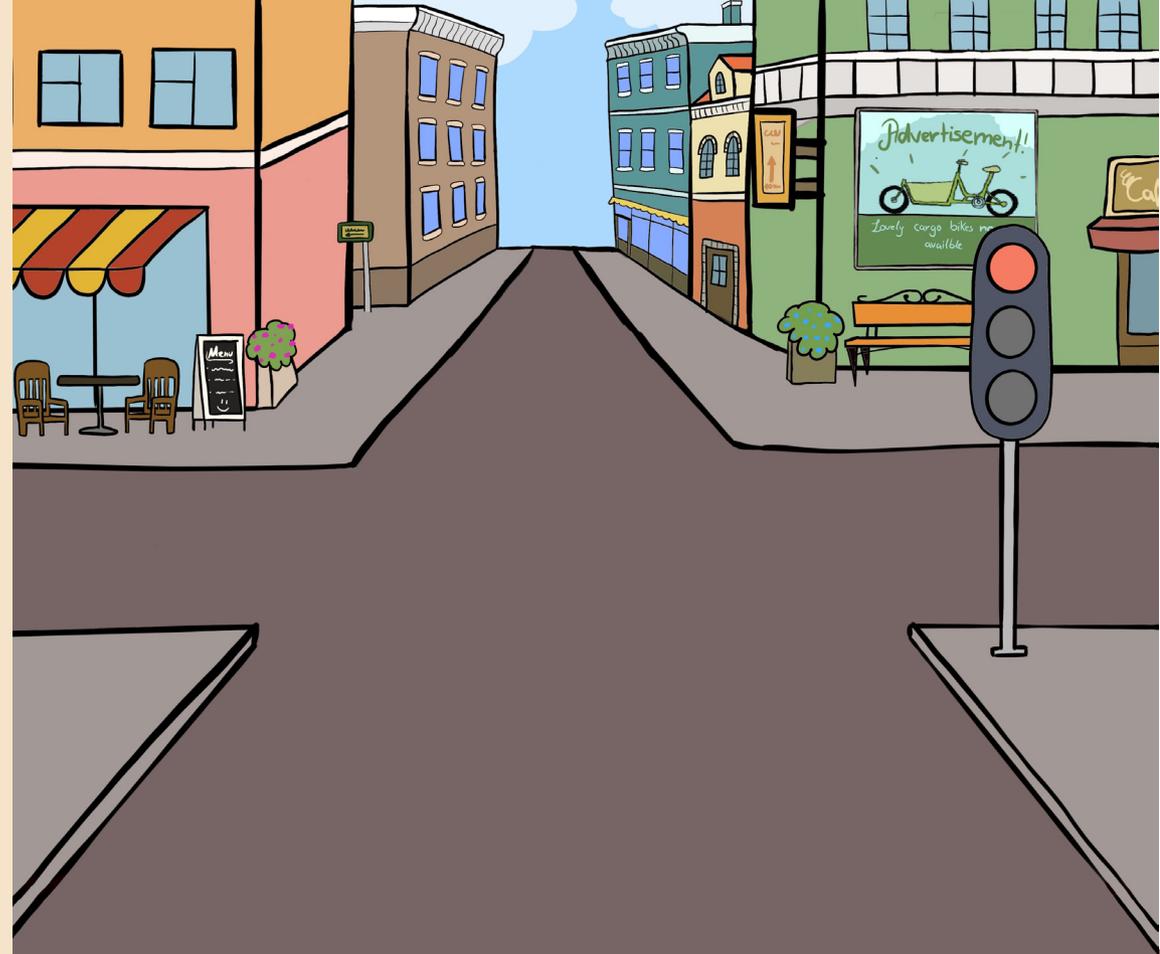


Ampel für Fußgehende

Diese Ampel siehst du, wenn du zu Fuß läufst. Sie zeigt dir zwei Männchen, eines steht bei Rot, eines läuft bei Grün. So weißt du einfach, ob du gehen darfst, oder stehen bleiben musst.

Ampel für Radfahrende

Auch für Radfahrende gibt es eigene Ampeln! So weißt du immer Bescheid, ob du fahren darfst bei Grün, oder stehen bleiben musst bei Rot, wenn du mit deinem Fahrrad unterwegs bist.



Hinweis

Wenn du dir unsicher bist, wie das mit den Ampeln funktioniert, geh am besten alleine, mit befreundeten Personen oder deinen Eltern raus und beobachte eine Straßenkreuzung mit Ampeln. Dann wirst du schnell erkennen, wofür Ampeln gut sind. Sie sollen den Verkehr ordnen und Unfälle vermeiden.

Wissenstest

Du hast viel neues gelernt, jetzt kannst du zeigen, was du dir schon alles gemerkt hast. Wenn du dir unsicher bist, schau auf die vorherige Seite oder Frage jemanden, der dir die Antwort erklären kann.

Ampeln

Ampeln zeigen dir durch ihre Farben an, wer fahren darf und wer warten muss. Kannst du sagen was die unterschiedlichen Ampeln für dich bedeuten?



- Ich darf fahren
- Die Ampel schaltet um
- Ich muss warten



- Ich darf fahren
- Die Ampel schaltet um
- Ich muss warten



- Ich darf fahren
- Die Ampel schaltet um
- Ich muss warten



- Die Ampel gilt für Autos
- Die Ampel gilt fürs Rad
- Die Ampel gilt zu Fuß



- Die Ampel gilt für Autos
- Die Ampel gilt fürs Rad
- Die Ampel gilt zu Fuß

Schilder

Manche Schilder sagen dir, ob du auf diesem Weg fahren darfst. Weißt du was diese Schilder bedeuten.



- Nur Fußgehende mit Fahrrad
- Radfahrende müssen absteigen und laufen
- Radfahrende und Fußgehende dürfen den gleichen Weg benutzen

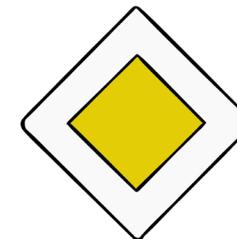


- Es gibt eine Mauer auf dem Fuß- und Radweg
- Radfahrende und Fußgehende laufen zusammen
- Der Fußweg und Radweg wird sichtbar getrennt

Andere Schilder regeln den Verkehr. Was sagen dir diese Schilder?



- Ich darf zuerst fahren
- Ich muss warten, bis alles frei ist.



- Ich darf zuerst fahren
- Ich muss warten, bis alles frei ist.



- Räder dürfen fahren
- Räder dürfen hier nicht fahren

Wissenstest

Der Fahrradhelm

Wir haben dir erklärt, wofür der Fahrradhelm gut ist. Weißt du was beim Tragen des Helms zu beachten ist, damit er dich schützen kann?

.....

.....

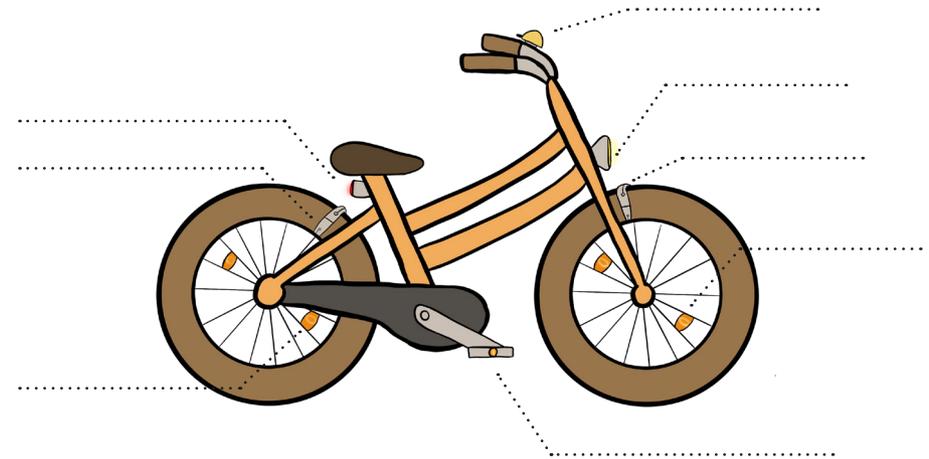
.....

.....



Das Fahrrad

Erinnerst du dich welche Teile zu einem verkehrssicheren Fahrrad gehören?



Rechts-Vor-Links

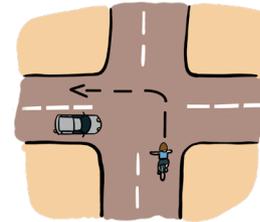
Weißt du, was die Rechts-vor-Links-Regel besagt?

.....

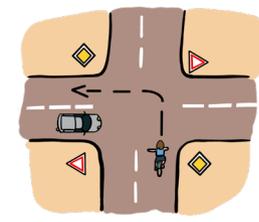
.....

Verhalten an einer Kreuzung

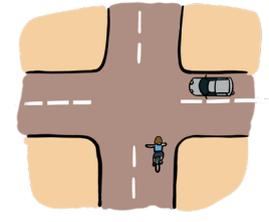
Du hast gelernt wer an einer Kreuzung Vorfahrt hat. Wer darf hier zuerst fahren, wenn das Auto immer geradeaus fährt? Beachte dabei die Schilder und wie Fahrradfahrer angeben, wo sie lang fahren wollen.



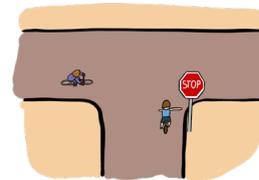
- Das Fahrrad
- Das Auto



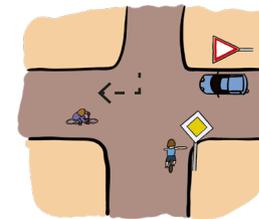
- Das Fahrrad
- Das Auto



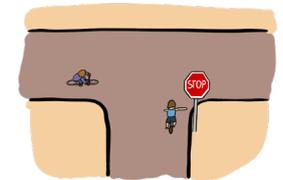
- Das Fahrrad
- Das Auto



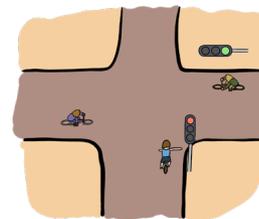
- Das linke Fahrrad
- Das Auto
- Das Fahrrad unten



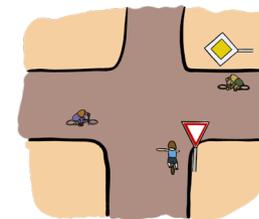
- Das linke Fahrrad
- Das Auto
- Das rechte Fahrrad
- Das Fahrrad unten



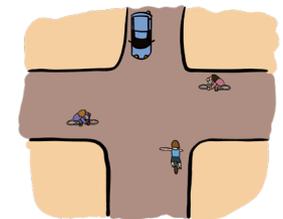
- Das linke Fahrrad
- Das Auto
- Das Fahrrad unten



- Das linke Fahrrad
- Das rechte Fahrrad
- Das Fahrrad unten



- Das Fahrrad unten
- Das Fahrrad links



- Das linke Fahrrad
- Das rechte Fahrrad
- Das Fahrrad unten

Mit dem Fahrrad zur Schule!

Chris überlegt zusammen mit seiner Mutti, wie ein sicherer Weg zur Schule mit dem Fahrrad aussehen könnte. Du hast auch Lust, mit dem Fahrrad zur Schule zu fahren?

Dann kannst du vielleicht deine Eltern darum bitten, mit dir gemeinsam zu überlegen, wie du am besten mit dem Fahrrad zur Schule fahren kannst. Auf der folgenden Seite findest du Platz für Notizen und einen Plan, wie du ihn auf der linken Seite siehst. Dort findest du Bausteine, welche dir dabei helfen können, deinen Schulweg mit dem Fahrrad zu gestalten.

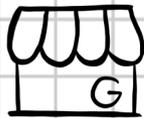


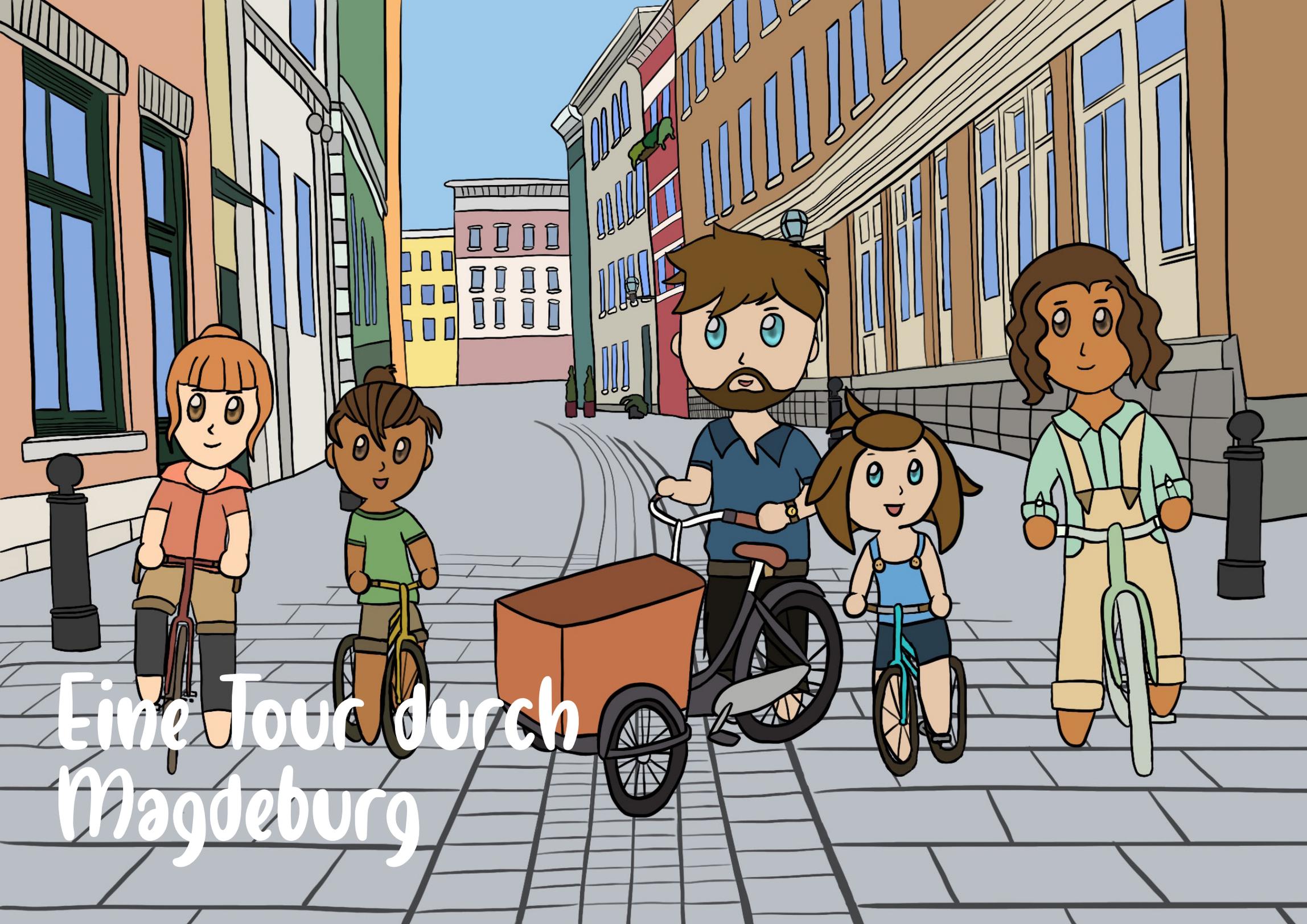
Am besten übst du mit deinen Eltern oder fährst gleich gemeinsam mit ihnen zur Schule. Eine weitere Möglichkeit ist es, zusammen mit deinen befreundeten Personen mit dem Fahrrad zur Schule zu fahren. Auf Seite 49 finden deine Eltern weitere Tipps für die Schulwegeplanung.



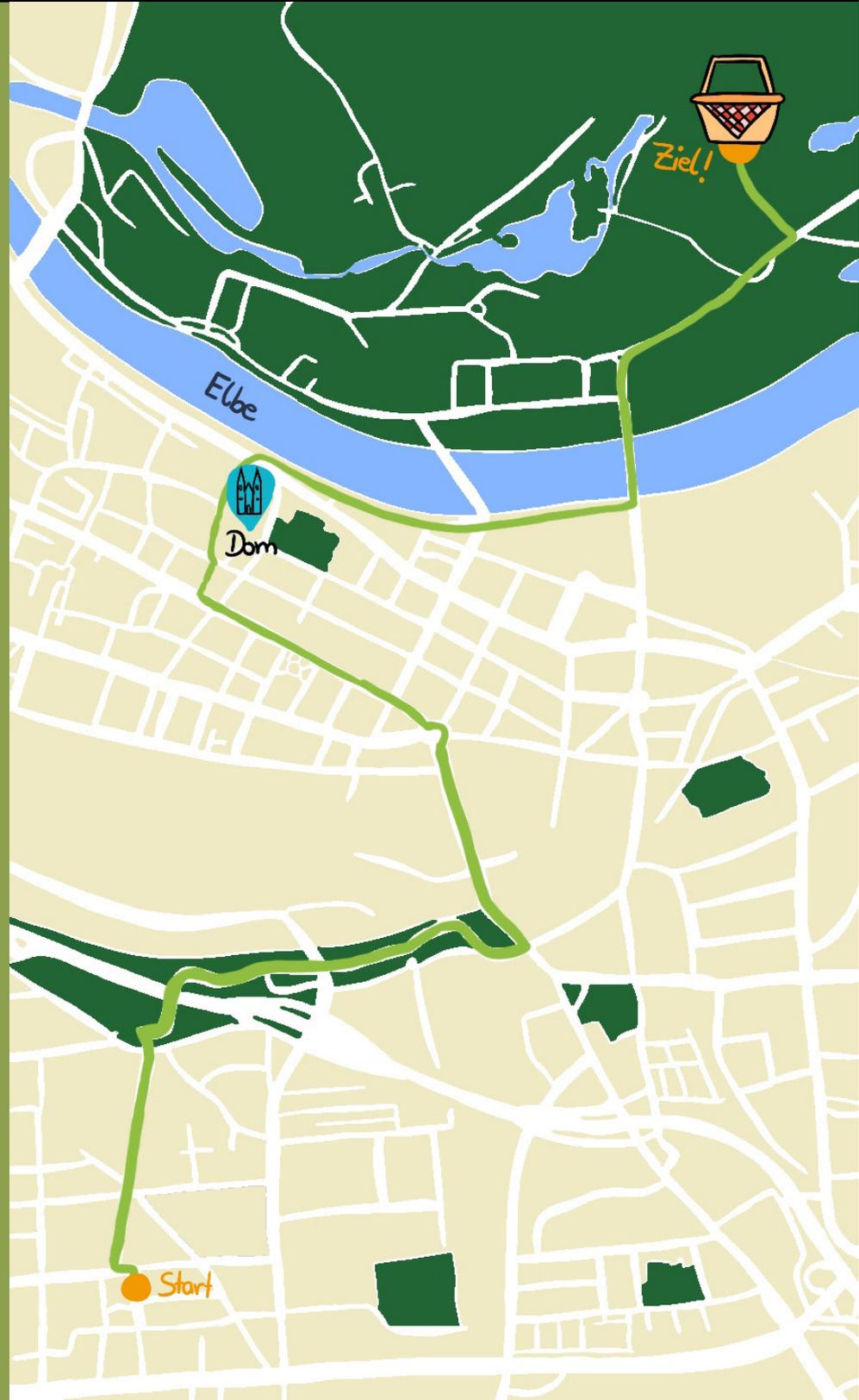
Dein Schulweg- wie sieht er aus?

Tipp: Wenn du dir unsicher bist, mache deine Notizen und male deinen Schulweg erst einmal auf einem gesondertem Blatt Papier und übertrage es dann hierher in dieses Heft. :)





Eine Tour durch Magdeburg



Die Fahrradtour startet zu Hause. Marie und Chris holen ihre Fahrräder und die Fahrradhelme aus der Garage. Wir haben zusammen gelernt, wie ein Fahrrad aufgebaut ist und was für Teile es haben muss. Die wichtigsten Bestandteile eines Fahrrads und ein paar besondere Fahrräder sind hier in dem Giterrätsel versteckt. Kannst du alle Wörter finden?

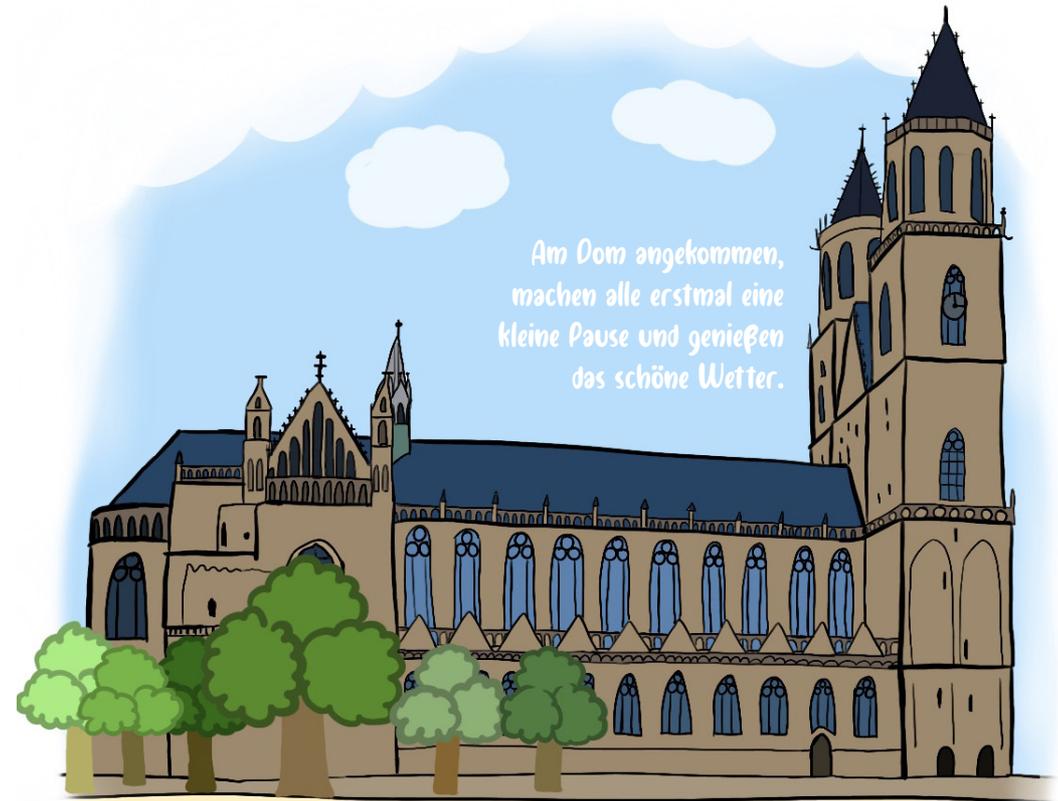
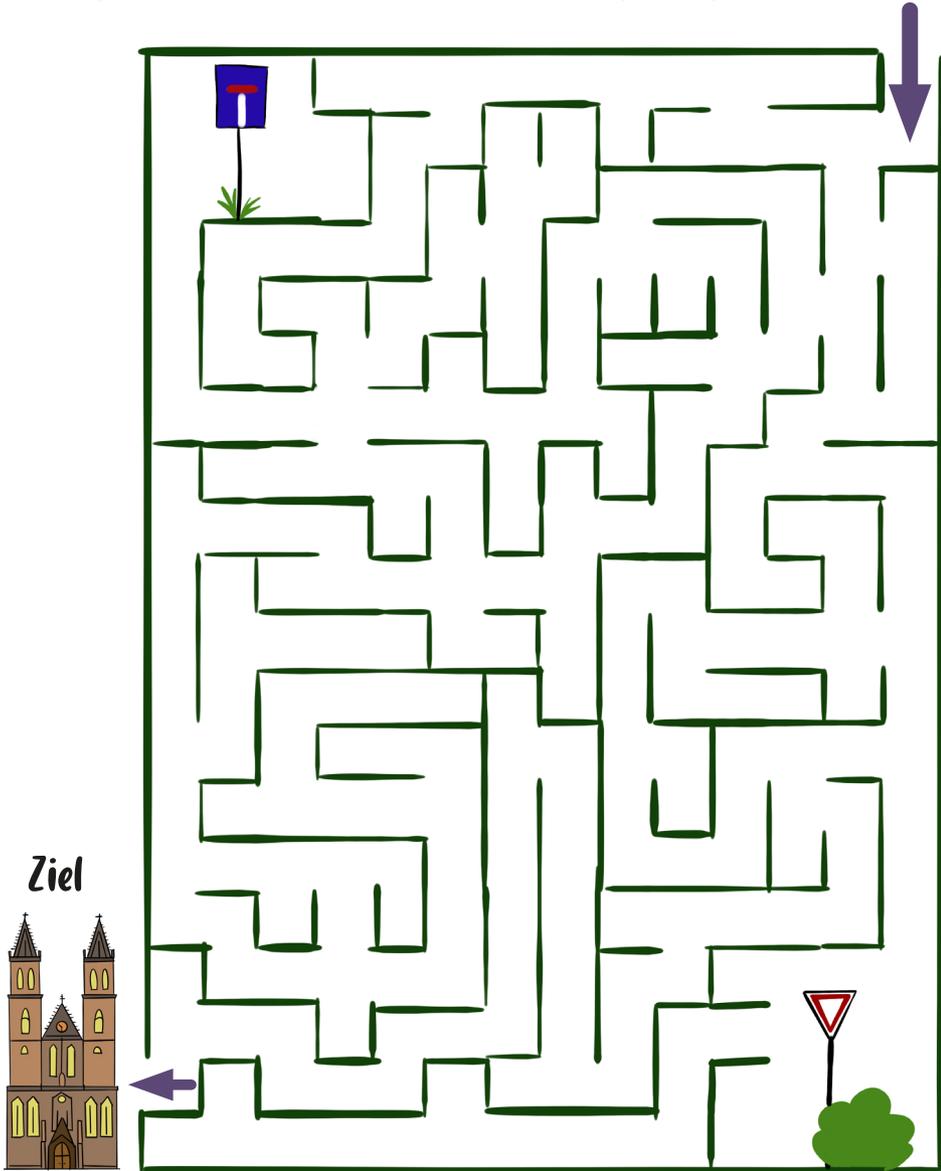


E	E	H	L	R	E	R	N	L	A	B	T	H	R
Z	R	G	E	T	H	R	E	I	F	E	N	A	E
M	E	E	R	L	L	T	T	E	H	N	N	T	N
N	K	H	T	L	T	F	F	T	E	R	T	N	N
E	N	C	L	A	T	M	L	E	H	N	R	K	R
G	E	E	S	S	R	T	R	Z	A	S	B	A	A
B	L	L	U	T	M	H	A	R	B	E	I	R	D
R	D	B	E	E	F	C	T	I	I	L	E	T	D
E	A	Z	F	N	R	I	R	N	L	K	R	L	E
M	R	T	R	R	H	L	S	R	C	D	R	G	E
S	R	U	K	A	A	U	Z	E	L	H	L	T	A
E	H	H	L	D	L	L	E	G	N	I	L	K	R
E	A	C	N	E	R	O	T	K	E	L	F	E	R
H	F	S	N	F	T	E	A	R	E	H	D	H	D



Chris und Marie sind fast am Dom angekommen und sehen ihn aus der Ferne. Jedoch kennen sie den genauen Weg nicht. Kannst du ihnen helfen und den richtigen Weg finden?

Start



Am Dom angekommen, machen alle erstmal eine kleine Pause und genießen das schöne Wetter.

Marie und Chris schauen sich das Fahrrad von Emily an. Es sieht anders aus als die anderen Fahrräder.

Irgendwie schmaler und leichter!



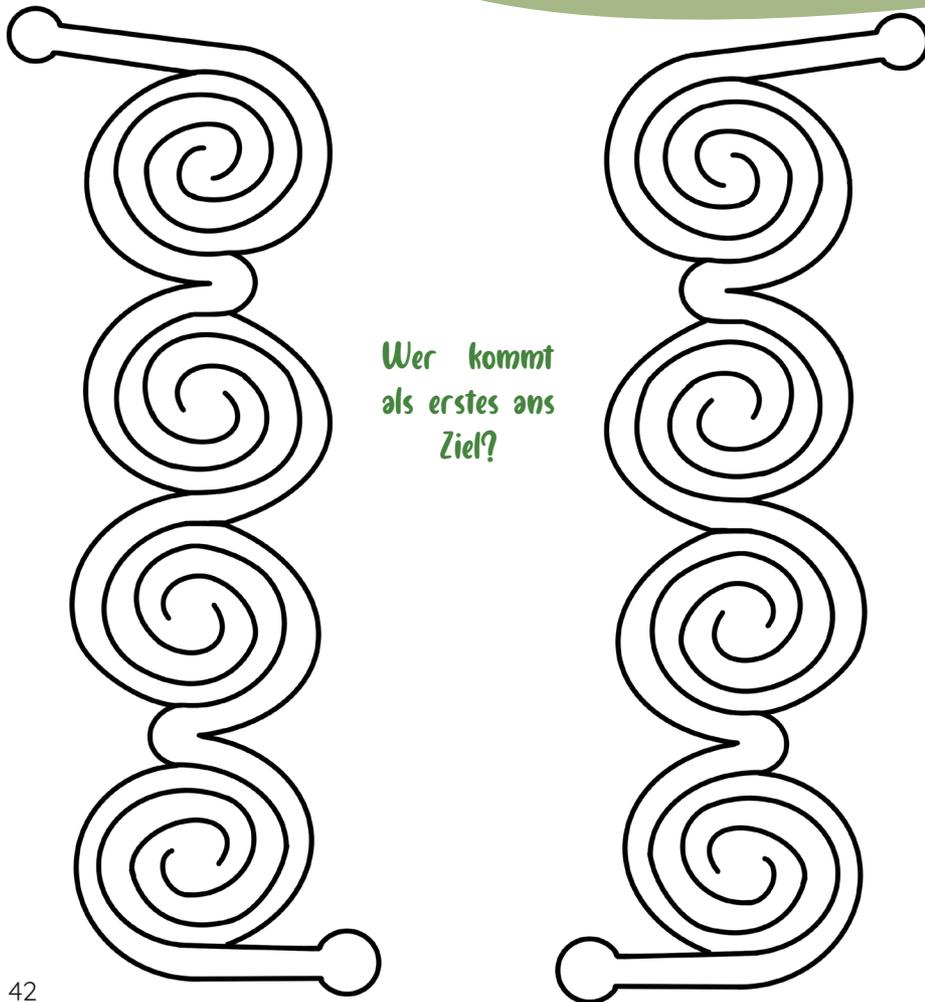
Emily erklärt, dass sie ein Rennrad fährt. Ein Rennrad wird für den Radsport verwendet. Um schneller fahren zu können, ist das Fahrrad viel leichter und schmaler. Emily fährt viele Rennen mit ihrem Rennrad und hat bereits einen Pokal gewonnen!

Radrennenspiel

Nach der Rallye geht es weiter. Marie und Chris sind angestachelt von Emilys Hobby und der Radrallye. Sie wollen jetzt ein Wettrennen machen.

Das Radrennenspiel kannst du am besten mit einem Freund oder einer Freundin spielen. Ihr braucht dafür nur einen Stift.

Spielablauf: Legt das Heft auf einen Tisch oder auf den Boden. Mit dem Stift geht ihr auf die Startposition (oberer Kreis). Dann zählt ihr bis drei und es geht los. Euer Stift ist das Fahrrad. Wer kann als erstes im unteren Kreis ankommen?



Wer kommt als erstes ans Ziel?

Bald haben sie ihr letztes Ziel erreicht, den Stadtpark. Dort wollen sie picknicken. Chris und Marie freuen sich schon. Am Park angekommen, bereiten alle zusammen das Picknick vor und die Fahrradtour durch Magdeburg ist beendet. Alle freuen sich sehr auf den nächsten Ausflug mit dem Fahrrad!

Wo sind die gelben Fahrräder?

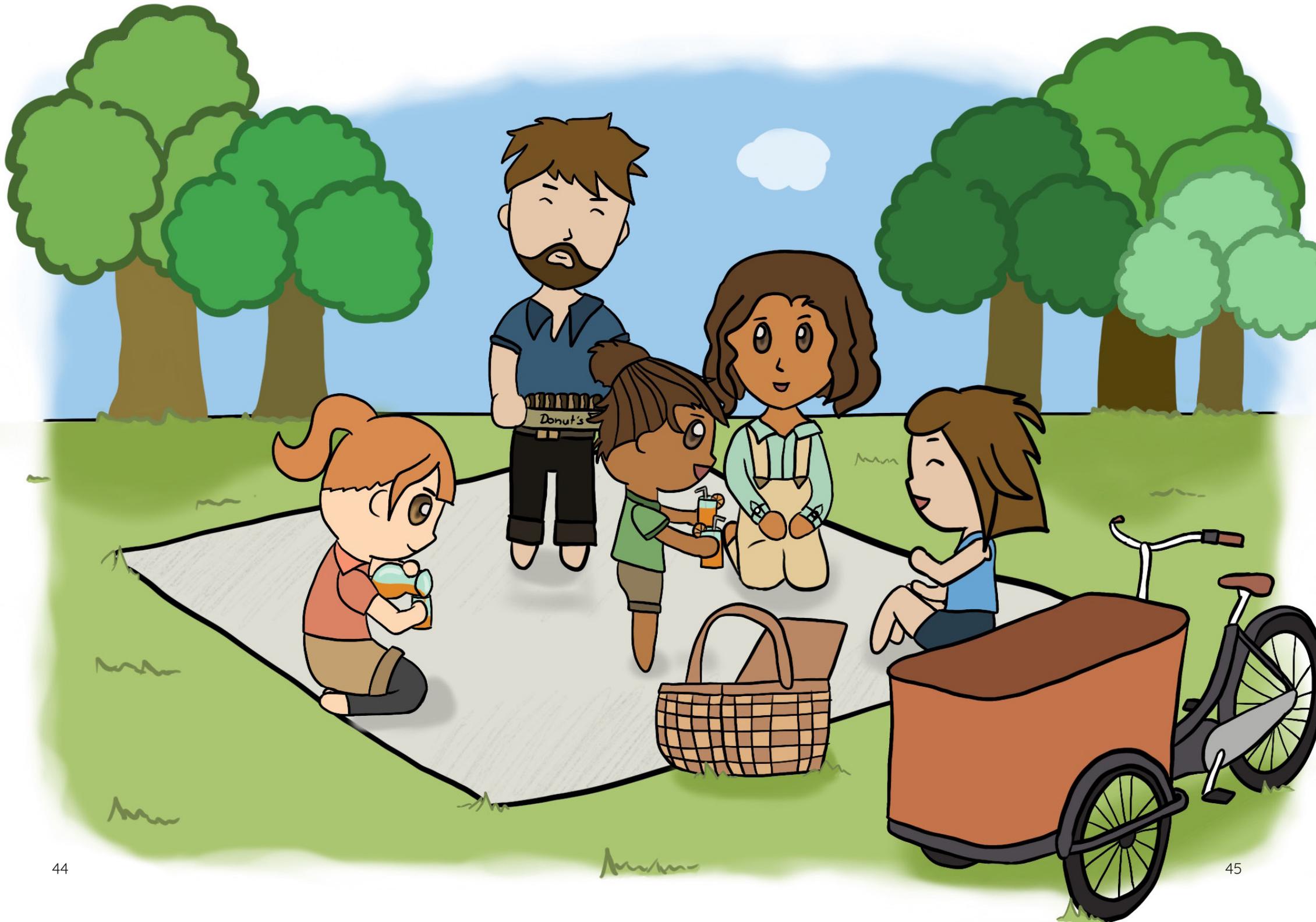
In der ganzen Broschüre sind kleine gelbe Fahrräder versteckt! Kannst du alle finden?



Kannst du dieses Fahrrad finden

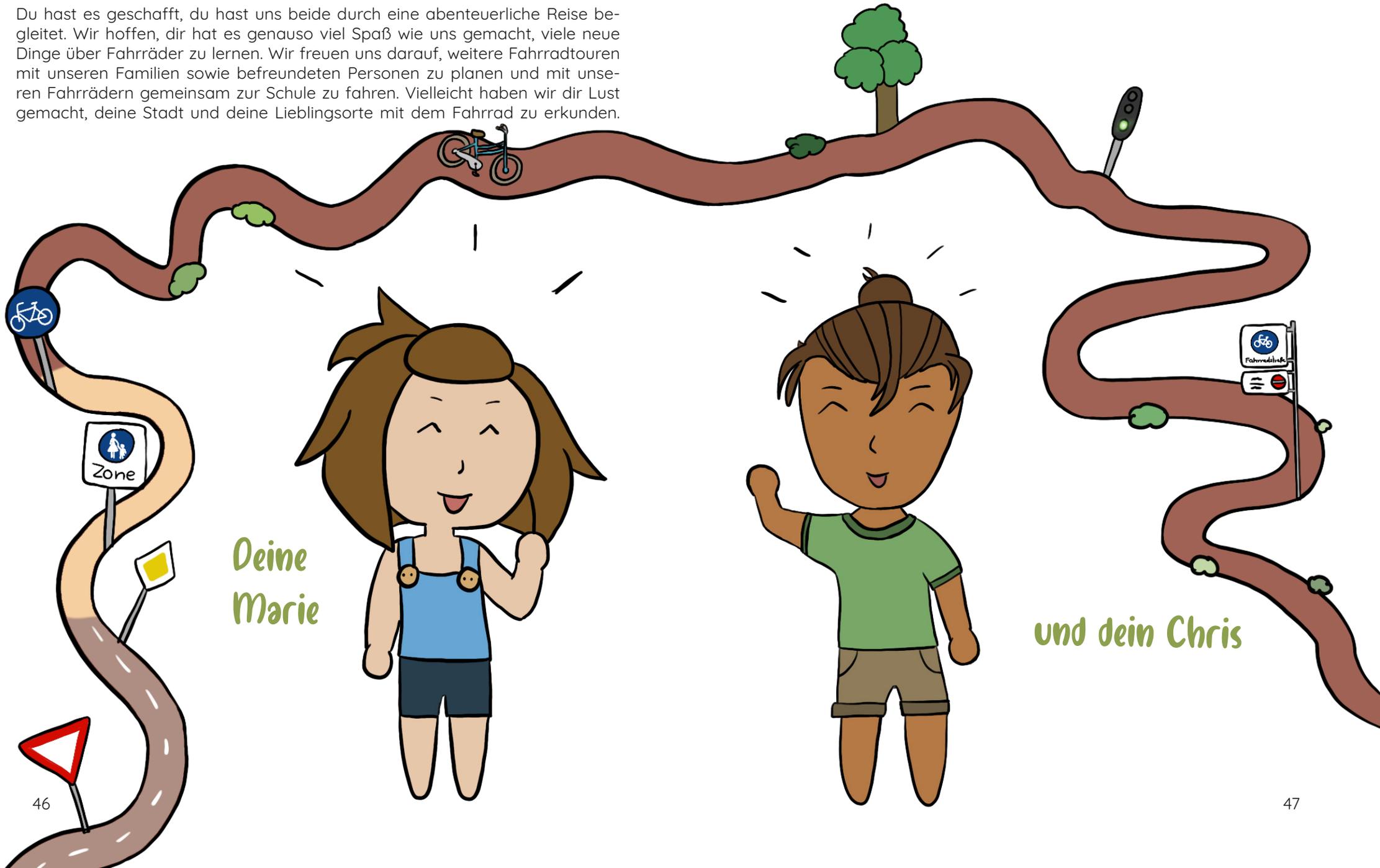


Hier ist Platz für deine Antwort.



Juhuu!

Du hast es geschafft, du hast uns beide durch eine abenteuerliche Reise begleitet. Wir hoffen, dir hat es genauso viel Spaß wie uns gemacht, viele neue Dinge über Fahrräder zu lernen. Wir freuen uns darauf, weitere Fahrradtouren mit unseren Familien sowie befreundeten Personen zu planen und mit unseren Fahrrädern gemeinsam zur Schule zu fahren. Vielleicht haben wir dir Lust gemacht, deine Stadt und deine Lieblingsorte mit dem Fahrrad zu erkunden.





LIEBE ELTERN & LEHRENDE

Kinder sind voller Neugierde, mit der sie die Welt entdecken. Das spielt in der Stadt eine große Rolle. Kinder bewegen sich gerne und fahren gerne Fahrrad, denn Fahrradfahren macht einfach Spaß! Ab dem Grundschulalter beginnt für viele Kinder eine aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und eine kleine Selbstverantwortung im Straßenverkehr. Viele Kinder meistern ihren Schulweg oder den Weg zu befreundeten Personen alleine, ob mit dem Bus, zu Fuß oder mit dem Fahrrad. Doch Fahrradfahren und die sichere Teilnahme am Straßenverkehr sind natürlich eine Herausforderung, die erst erlernt werden muss. Ab der Grundschule spielt Verkehrsbildung eine Rolle im Unterricht. Diese Broschüre soll darüber hinaus viele Aspekte des Radfahrens auf eine spielerische Weise den Kindern näherbringen. Mit Bildern, Geschichten und kleinen Spielen lernen die Kinder wichtige Aspekte des Fahrrads und des Verkehrs in der Stadt kennen. Am Ende kann eine sichere Teilnahme im Verkehr nur mit viel Übung und einer Unterstützung von Eltern und Lehrenden stattfinden.



Wann immer Sie dieses Symbol im Heft sehen, finden Sie in diesem Abschnitt weitere Informationen zum Thema

Das richtige Fahrrad kaufen!

Ab dem Grundschulalter wird oft das erste Fahrrad für den Straßenverkehr gekauft. Vor dem Kauf stellen sich viele wichtige Fragen:

Was ist die richtige Größe?

Worauf muss ich beim Kauf achten?

Was muss ein Fahrrad alles haben, um für den Straßenverkehr ausgerüstet zu sein?

Wir haben in diesem Heft einige Informationen zusammengestellt. Ein Fahrrad sollte grundsätzlich am besten in einem Fachgeschäft gekauft werden. Falls Sie ihrem Kind zum Geburtstag oder zu einem anderen Anlass ein Fahrrad schenken möchten, kaufen Sie das Fahrrad mit Ihrem Kind zusammen. Dann können Sie zusammen einen Fahrradhelm ausprobieren, das Fahrrad kann individuell für ihr Kind angepasst werden und die erste Probefahrt ist möglich. Das Fahrrad sollte natürlich ihrem Kind gefallen und es sollte sich damit wohlfühlen.

Das gehört zu einem verkehrssicheren Fahrrad:

Zwei Bremsen

Fahrradklingel

Schutzbleche

Lichtanlagen gemäß StVZO

Kettenschutz

Weitere Informationen zum Fahrrad

Zum Thema den richtigen Helm kaufen - Seite 6

Größe:

Die richtige Reifengröße des Fahrrads hängt mit der Größe des Kindes zusammen. Das Fahrrad sollte nicht zu groß oder zu klein sein.

Alter/Größe	Radgröße
4+/105 cm:	18 Zoll
6+/120 cm:	20 Zoll
8+/135 cm:	24 Zoll

Das Rad wächst mit!

Das Sattelrohr und der Lenker sind verstellbar und wächst mit ihrem Kind mit. Da Kinder nicht so viel wiegen, wie Erwachsene, muss der Luftdruck der Reifen nicht so hoch sein, wie bei Erwachsenen.

Fahrradfahren im Straßenverkehr und zur Schule

Zum Thema Schulweg Seite 32 bis 35

Üben Sie mit ihrem Kind das Fahren im Straßenverkehr, vor allem, wenn es alleine zur Schule fahren soll. Auf Seite 32 bis 35 der Broschüre wurde eine Aufgabe für die Kinder erstellt. Dort sollen sie ihren Schulweg aufmalen. Fahren Sie mit ihren Kindern den Schulweg ab, schauen Sie sich gemeinsam mit ihrem Kind die einzelnen Straßen und eventuelle Gefahrenstellen an. Manchmal lohnt es sich einen Umweg oder eine längere Strecke zu wählen, welche über sichere Radwege verfügt. Es bietet sich an während der Ferien oder am Wochenende zu üben, wenn allgemein nicht zu viel Verkehr vor der Schule herrscht.

Der Fahrradhelm

Zum Thema den richtigen Helm kaufen - Seite 6

Neben einem verkehrssicheren Fahrrad ist der Helm sehr wichtig. In Deutschland gibt es für Erwachsene und Kinder keine Helmpflicht, aber der Helm kann natürlich Schutz vor Verletzungen im Straßenverkehr bieten. Gehen Sie beim Helmkauf mit ihrem Kind zusammen zum Fachgeschäft, damit überprüft werden kann, ob der Helm richtig sitzt und ihr Kind sich den Helm auswählen kann, mit dem es sich wohlfühlt. Für Helme gibt es ein TÜV/GS-Zeichen, fragen Sie am besten im Fachgeschäft nach. Der maximale Schutz des Kopfs ist nur durch den richtigen Sitz auf dem Kopf gewährleistet. Der Helm muss passen und darf nicht drücken. Außerdem sollte er nicht wackeln und waagrecht auf dem Kopf sitzen. Achten Sie darauf, dass der Helm nicht zu weit vorne oder hinten im Nacken sitzt und die Stirn umschließt. Nach einem Sturz sollte ein neuer Helm gekauft werden, ansonsten sollte er nach drei bis fünf Jahren gewechselt werden.

Fahrradfahren für schlaue Köpfe

Bewegung hat eine hohe Relevanz und Bedeutung für Kinder. Fahrradfahren kann eine gute Möglichkeit sein, Kinder täglich zur Bewegung zu animieren. Zum Beispiel auf dem Weg zur Schule. Jedoch können immer weniger Kinder mit dem Fahrrad zur Schule fahren und die Bewegung hat in ihrer Bedeutung im Alltag an Relevanz verloren.

Dabei hat Bewegung viele Vorteile. Bewegung vermindert das Risiko für viele Erkrankungen, beispielsweise Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, Übergewicht und Adipositas. Weiterhin kann die Konzentrationsfähigkeit und Körperkoordination gefördert werden. Das Wichtigste ist: Bewegung und Radfahren bereiten Kindern Freude! Sich aktiv im Alltag zu bewegen, ist wichtig für Kinder und ihre psychische Gesundheit.

Verinselung und Verhäuslichung

Viele Kinder können sich auf Grund des hohen Verkehrsaufkommens und der zunehmenden Straßeninfrastruktur in modernen Städten häufig nicht mehr sicher eigenständig bewegen. Das Resultat daraus ist, dass Kinder zunehmend mehr auf für sie eingerichtete Kindergärten, die Schule, Spielplätze, ihr Zuhause und das Haus oder die Wohnung von befreundeten Personen fixiert sind. Dadurch sind Kinder bei ihrer Fortbewegung sehr stark von ihren Eltern abhängig. Kinder brauchen für ihre Entwicklung unabhängige Orte, an denen sie sich unbeaufsichtigt entfalten können. Weiterhin stärkt eine elternunabhängige Fortbewegung das Verantwortungsbewusstsein und die Selbstständigkeit, zwei Eigenschaften, welche besonders im späteren Erwachsenenalter eine große Bedeutung für die Kinder haben werden. Weiterhin kann dies die Bindung zwischen Eltern und Kind stärken, da Eltern ihrem Kind Vertrauen entgegenbringen, sich sicher in der Stadt zu bewegen.

Parken auf Geh- und Radwegen

Fakt ist: Parken auf Geh- und Radwegen gefährdet andere Menschen. Die Gefahren, die durch das rechtswidrige Parken auf Geh- und Radwegen entstehen, sind vielfältig. Besonders für Kinder und Jugendliche, für Menschen mit Beeinträchtigungen und solche, die mit Gehhilfen oder mit Kinderwagen unterwegs sind, ist es unzumutbar, wegen zugeparkter Geh- und Radwege auf die Fahrbahn ausweichen zu müssen. Beim Ausweichen steigt das Unfallrisiko erheblich! Zudem werden die Sichtverhältnisse zum sicheren Überqueren der Fahrbahn beeinträchtigt.

Überholabstand

In der novellierten Straßenverkehrs-Ordnung (StVO) steht eindeutig: „Beim Überholen muss ein ausreichender Seitenabstand zu den anderen Verkehrsteilnehmern eingehalten werden. Beim Überholen mit Kraftfahrzeugen von zu Fuß Gehenden, Rad Fahrenden und Elektrokraftfahrzeug Führenden beträgt der aus-

reichende Seitenabstand innerorts mindestens 1,5 Meter und außerorts mindestens 2 Meter. In vielen Straßen gilt somit ein faktisches Überholverbot, beispielsweise, dort wo rechts geparkt wird und Radfahrende zusätzlich einen ausreichenden Abstand zu den parkenden KFZ halten müssen.

„Elterntaxi“ vermeiden

Ein Verbot mit dem Fahrrad zur Schule zu fahren gibt es nicht, da es keine gesetzliche Grundlage für ein solches Verbot gibt. Es liegt letztendlich in der Entscheidung der Eltern, wie das Kind zur Schule gelangt, sprich der Schulweg ist Elternsache. Ein entsprechender Beschluss einer Schulkonferenz kann nur empfehlenden Charakter haben. Die Schulleitung kann allerdings das Fahren auf dem Schulhof untersagen, dies unterliegt dem Hausrecht der jeweiligen Schule.

Viele Eltern bringen ihre Kinder mit dem Auto zur Schule. Infolgedessen nimmt der Verkehr zu und bald erscheint es zu gefährlich, das Kind zu Fuß zur Schule gehen zu lassen.

Wir wissen, dass ein aktiver Schulweg: Zu Fuß, per Fahrrad oder in Kombination mit Bus+Bahn die bessere Alternative zum Bringen/Holen mit dem Auto ist. Kinder und Jugendliche, die sich bewegen, sind ausgeglichener und konzentrierter und haben die Chance schneller selbstständig zu werden. Bewegung regt den Geist an und ist für die Körperkoordination wichtig. Außerdem stärkt es das Selbstbewusstsein und Sozialverhalten der Kinder, wenn sie sich auf dem Schulweg ausprobieren und mit anderen Kindern austauschen können.

Dennoch werden viel zu oft Kinder mit dem Auto zur Schule gefahren und das Verkehrsaufkommen vor den Schulen beeinträchtigt die Verkehrssicherheit. Was ist zu tun? Es gibt mittlerweile viele Leitfäden, die Alternativen aufzeigen, einen sicheren Schulweg ohne Auto zu ermöglichen. Ein sicherer Schulweg zeichnet sich dadurch aus, dass die Kinder die Schulwege selbstständig mit ihren jeweiligen Kompetenzen unbegleitet auswählen können. Dazu gehört in der Verantwortung der Eltern, den Schulweg mit den Kindern vorher zu üben. Eltern sollten ihre Kinder auf die Gefahren aufmerksam machen.

Fazit: Das Elterntaxi zu vermeiden und die aktive Mobilität von Kindern zu fördern, ist eine Herausforderung. Zu einem erfolgreichen schulischen Mobilitätsmanagement gehören altersangemessene und sichere Schulwege, fachgerecht geplante Eltern - haltestellen und durch ein gutes pädagogisches Gesamtkonzept motivierte Kinder.

Auflösung

Hier findest du die Lösungen zu den Aufgaben auf den Seiten 28 bis 31.

Ampeln



- Ich darf fahren
- Die Ampel schaltet um
- Ich muss warten



- Ich darf fahren
- Die Ampel schaltet um
- Ich muss warten



- Ich darf fahren
- Die Ampel schaltet um
- Ich muss warten



- Die Ampel gilt für Autos
- Die Ampel gilt fürs Rad
- Die Ampel gilt zu Fuß



- Die Ampel gilt für Autos
- Die Ampel gilt fürs Rad
- Die Ampel gilt zu Fuß

Schilder



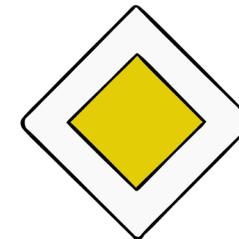
- Fußgehende müssen über Radfahrenden laufen
- Radfahrende müssen absteigen und laufen
- Radfahrende und Fußgehende dürfen denselben Weg benutzen



- Es gibt eine Mauer auf dem Fuß- und Radweg
- Radfahrende und Fußgehende laufen zusammen
- Es gibt eine Markierung die Fußweg und Radweg trennt



- Ich darf zuerst fahren
- Ich muss warten, bis alles frei ist.



- Ich darf zuerst fahren
- Ich muss warten, bis alles frei ist.



- Räder dürfen fahren
- Räder dürfen hier nicht fahren

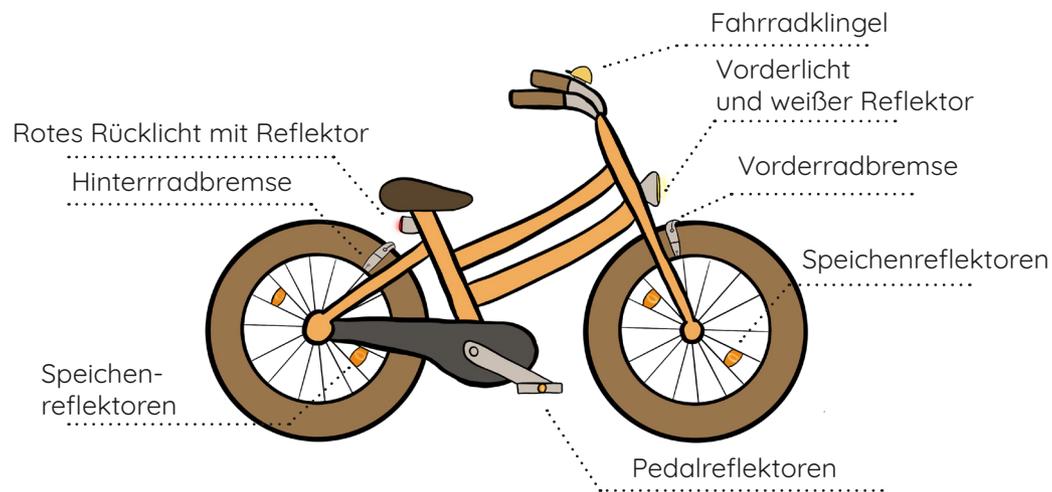
Auflösung

Der Fahrradhelm

Er sollte auf dem Kopf nicht zu weit hinten und nicht zu weit vorne sitzen, also eher waagrecht und die Stirn umschließen. Der Gurt sollte festsitzen.



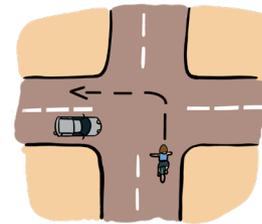
Das Fahrrad



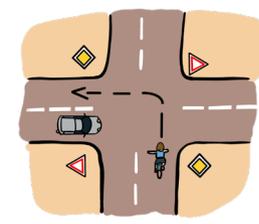
Rechts-Vor-Links

Rechts-vor-Links bedeutet, dass Autos und Fahrräder, die von rechts kommen Vorfahrt haben.

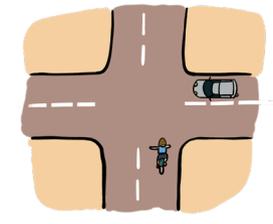
Verhalten an einer Kreuzung



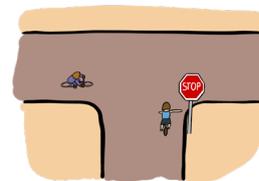
- Das Fahrrad
- Das Auto



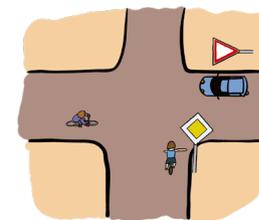
- Das Fahrrad
- Das Auto



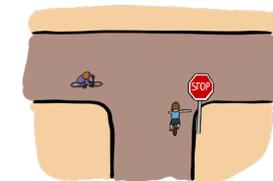
- Das Fahrrad
- Das Auto



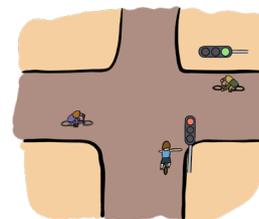
- Das linke Fahrrad
- Das Auto
- Das Fahrrad unten



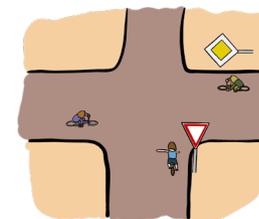
- Das linke Fahrrad
- Das Auto
- Das rechte Fahrrad
- Das Fahrrad unten



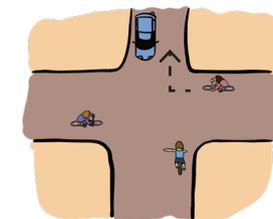
- Das linke Fahrrad
- Das Auto
- Das Fahrrad unten



- Das linke Fahrrad
- Das rechte Fahrrad
- Das Fahrrad unten



- Das Fahrrad unten
- Das Fahrrad links



- Das linke Fahrrad
- Das rechte Fahrrad
- Das Fahrrad unten

Impressum:

Herausgegeben vom

Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club Sachsen-Anhalt e.V.

Breiter Weg 11a

39104 Magdeburg

kontakt@adfc-sachsenanhalt.de

Projektbetreuung durch den **ADFC Magdeburg**

kontakt@adfc-magdeburg.de

Das Projekt „RadVerkehr entdecken“ ist ein Verkehrsbildungsprojekt des ADFC Sachsen-Anhalt e.V., das in Kooperation mit Studierenden der Bildungswissenschaften entstanden ist und Kindern mit ihren Eltern einen sicheren Einstieg in das Radfahren und einen selbstbewussten Umgang mit Mobilität ermöglichen soll.

Finanziert durch:

Ministerium für Bildung des Landes Sachsen-Anhalt

Turmschanzenstraße 32

39114 Magdeburg

Konzeption, Umsetzung & Grafik:

Franziska Edel-Shin

Thekla Borówko

Projektbetreuung:

Martin Hoffmann

Marco Starkoff

1. Auflage (Oktober 2021)

Druck:

Innenteil aus 150 g/m² Naturpapier Softcover mit Mattfolie,



Klimaneutral

Druckprodukt

ClimatePartner.com/12518-1907-1001

