

Ideenbox | Gurt, Helm & Co

Thema	Richtige Verwendung von Sicherheitsausrüstung im Straßenverkehr
Querverweis Lehrplan	Die zur Erhöhung der Sicherheit erforderliche Ausrüstung (z.B. Gurt, Sturzhelm) kennen und benutzen
Methode	Erklärung/Demonstration; Einzelarbeit
Setting	Klassenraum
Unterrichtsmaterial	3 Aktionskarten, Arbeitsblatt, Stift, Elterninformation
Dauer	1 UE
Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie (Hrsg.), 2014. Kleine Radfahrprofis. Der sichere Weg in die Verkehrsrealität.</i> • https://www.oeamtc.at/thema/kindersicherheit/ • https://www.lv-ettenheim.de/inliner/service



Ziel

In der 3. Schulstufe sollen die Schülerinnen und Schüler in der Lage sein, sowohl beim Mitfahren im Pkw als auch beim Rad- und Rollerfahren oder Skaten verkehrssicheres Verhalten zu zeigen. Das bedeutet auch, die zur Erhöhung der Sicherheit erforderliche Ausrüstung wie etwa Gurt oder Sturzhelm zu kennen und korrekt zu benutzen. Mit Hilfe der Aktionskarten „Gurt, Helm & Co“ können die unterschiedlichen Sicherheitsausrüstungen sowie die richtige Verwendung gemeinsam besprochen werden.



Ablauf

Mithilfe der drei zur Verfügung stehenden Aktionskarten erklärt die Pädagogin bzw. der Pädagoge den Kindern den Sinn sowie die korrekte Benutzung von Sicherheitsausrüstungen.

Knie-, Ellbogen- und Handgelenkschützer

Rund 3.500 Kinder im Alter bis 14 Jahre verletzen sich pro Jahr in Österreich beim Skaten so schwer, dass sie ärztlich behandelt werden müssen. Rund 80 % erleiden dabei Knochenbrüche.¹ Egal, ob beim Skateboarden oder beim Fahren mit Inlineskates: Die Schutzausrüstung darf also nicht fehlen. Diese sorgt für die nötige Sicherheit, und man fühlt sich beim Skaten einfach wohler.

- Am besten ist an den Knie- und Ellenbogenschützern neben Klettverschlüssen ein Strumpf zum Hineinschlüpfen angebracht. So verrutschen die Schützer nicht und die Klettverschlüsse schnüren nicht in die Haut.
- Die Kunststoffschalen der Schützer sollten ausreichend groß und die Polsterung darunter etwa fingerdick sein. Als Hilfestellung zum richtigen Anlegen der Schützer sind viele Modelle mit R und L für Rechts und Links gekennzeichnet.
- Die Aufschrift (der Markenname) der Schutzprodukte sollte nicht auf dem Kopf stehen, also von vorne betrachtet gut lesbar sein.

¹ IDB Austria, Hochrechnung: KFV, 2020

- Die meisten Knie- und Ellenbogenschützer haben eine längere und eine kürzere Seite der Kunststoffschale, wobei die längere nach unten zeigen soll.
- Unter den Knieschützern sollte keine Jeans getragen werden, da diese unnötig einschnürt und man mehr schwitzt.
- Für das Handgelenk reicht im Normalfall ein kleiner Schützer, der den Handballen schützt.
- Wichtig ist jedenfalls, dass die Handschützer richtig herum angezogen werden: Die Wölbung der Kunststoffschiene muss den Handballen der Handinnenseite abdecken.

Hinweis

Der Trend geht weg von Hartschalen-Protektoren mit Kunststoffschale hin zu intelligenten Gel-Protektoren, deren Material einerseits angenehmer zu tragen ist und andererseits auch Stoßenergie besser absorbieren kann.

Gurt und Kindersitz

Ist ein Kind **kleiner als 135 cm**, braucht es als Pkw-Passagier **bis zum Alter von 14 Jahren** einen seinem Gewicht und seiner Größe entsprechenden Kindersitz. Ist es bereits größer als 135 cm, kann ausschließlich der Sicherheitsgurt verwendet werden. Empfehlenswert ist es jedoch, den Kindersitz bis zu einer Kindesgröße von 150 cm zu verwenden.

- Der Kindersitz muss gut befestigt sein und darf weder kippen noch verrutschen.
- Der richtige Gurtverlauf ist wichtig: Der Schultergurt soll über der Schultermittle liegen, der Beckengurt soll so tief wie möglich über die Leistenbeuge führen.
- Der Gurt soll immer straff am Körper anliegen (dicke Jacken daher am besten vorher ausziehen).
- Vor der Fahrt sollte immer überprüft werden, ob der Gurt richtig verläuft und nicht verdreht ist.

Sitzerhöhungen ohne Rückenlehne sind auch für ältere Kinder **nicht zu empfehlen**, da kein Seitenhalt gegeben ist und das Kind bei einem Seitenaufprall gegen die Fensterscheibe prallen würde.

Fahrradhelm

Ein Kind, das mit dem Fahrrad im Straßenverkehr unterwegs ist, muss bis zum Alter von 12 Jahren einen Fahrradhelm tragen! Aber auch danach ist das Tragen eines Helms empfehlenswert. Abgesehen davon sollte ein Helm auch beim Skaten (Skateboardfahren, Inlineskaten u.ä.) und Scooterfahren getragen werden.

- Der Helm sollte ein anerkanntes Prüfzeichen aufweisen, z.B. TÜV, EN 1078, ANSI.
- Der Helm muss Stirn, Schläfen und Hinterkopf bedecken.
- Die Vorderkante des Helms soll sich zwei Fingerbreit über der Nase befinden.
- Hinteres und vorderes Gurtband sollen um die Ohren herumlaufen.
- Der Helm muss so sitzen, dass kein Verrutschen in den Nacken oder über die Stirn erfolgen kann. Sitzt der Helm zu locker, muss der Kopfring mittels des kleinen Verstellrades festgezogen werden, bis der Helm bei geöffnetem Kinnband gut sitzt, ohne zu wackeln.
- Das Kinnband sollte eng am Unterkiefer anliegen, aber nicht einschneiden (ein Finger sollte noch zwischen Kinn und Band Platz haben). Das Kind sollte das Kinnband selbst öffnen und schließen können.



Das Arbeitsblatt „Gurt, Helm & Co“ bietet die Möglichkeit, das vermittelte Wissen im Anschluss noch einmal zu vertiefen. Dabei sollen die Schülerinnen und Schüler die einzelnen Sicherheitsausrüstungen richtig zuordnen.

Darüber hinaus steht eine Elterninformation als Kopiervorlage zur Verfügung, die den Kindern nach Hause mitgegeben werden kann.



Weiterführende Ideen

Es bietet sich an, einen Fahrradhelm oder Ellbogen- und Knieschützer in den Unterricht mitzubringen. Damit kann die richtige Verwendung noch besser veranschaulicht und von den Kindern auch gleich praktisch geübt werden.

Lösungsblatt

Sicherheitsausrüstung fürs Skaten

Ellbogenschützer
Handgelenkschützer
Knieschützer
Helm

Sicherheitsausrüstung für Scooter

Fahrradhelm

Sicherheitsausrüstung für Fahrrad

Fahrradhelm

Sicherheitsausrüstung im Auto

Kindersitz
Gurt

Liebe Eltern!

Wenn man mit Kindern im Straßenverkehr unterwegs ist, muss vor allem auch auf die Sicherheit geachtet werden. Jährlich verunfallen rund 6.700 Kinder bis 14 Jahre im Auto oder mit dem Fahrrad. Damit Ihr Kind weiterhin sicher unterwegs ist, möchten wir Sie in diesem Brief an die wichtigsten Sicherheitsausrüstungen und deren richtige Verwendung erinnern.

Was ist beim Transport Ihres Kindes im Auto zu beachten?

Ist Ihr Kind **kleiner als 135 cm**, braucht es **bis 14 Jahre** einen seinem Gewicht und seiner Größe entsprechenden Kindersitz. Ist Ihr Kind größer als 135 cm kann der Sicherheitsgurt verwendet werden.

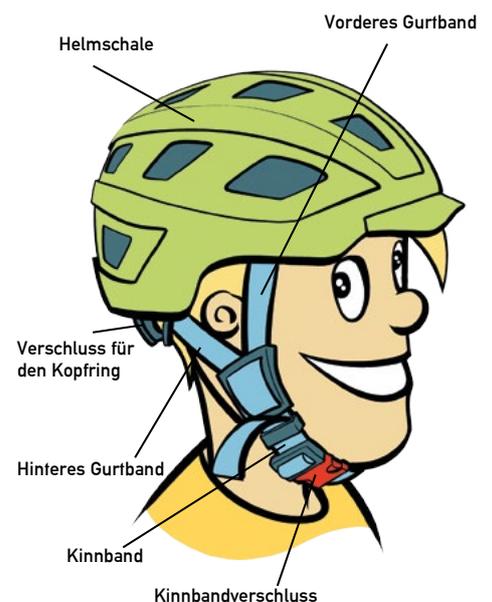
Empfehlenswert ist jedoch, den Kindersitz bis zu einer Größe von **150 cm** zu verwenden

- Der Kindersitz muss gut befestigt sein und darf weder kippen noch verrutschen. Beachten Sie auf jeden Fall die Gebrauchsanleitung, um eine falsche Bedienung zu vermeiden.
- Achten Sie bei Ihrem Kind auf den richtigen Gurtverlauf: Der Schultergurt soll über der Schultermitte liegen und der Beckengurt so tief wie möglich über die Leistenbeuge gehen.
- Der Gurt soll immer straff am Körper Ihres Kindes liegen.
- Gurtverlauf und Kopfstütze müssen regelmäßig an Ihr Kind angepasst werden.
- Auch wenn sich Ihr Kind bereits eigenständig anschnallt, ist es sinnvoll, vor der Fahrt zu überprüfen, ob der Gurt richtig liegt und nicht verdreht ist.
- Achtung: **Sitzerhöhungen ohne Rückenlehne** sind auch für ältere Kinder **nicht zu empfehlen**, da kein Seitenhalt gegeben ist und das Kind bei einem Seitenaufprall gegen die Fensterscheibe prallen würde.

Was ist beim Radfahren zu beachten?

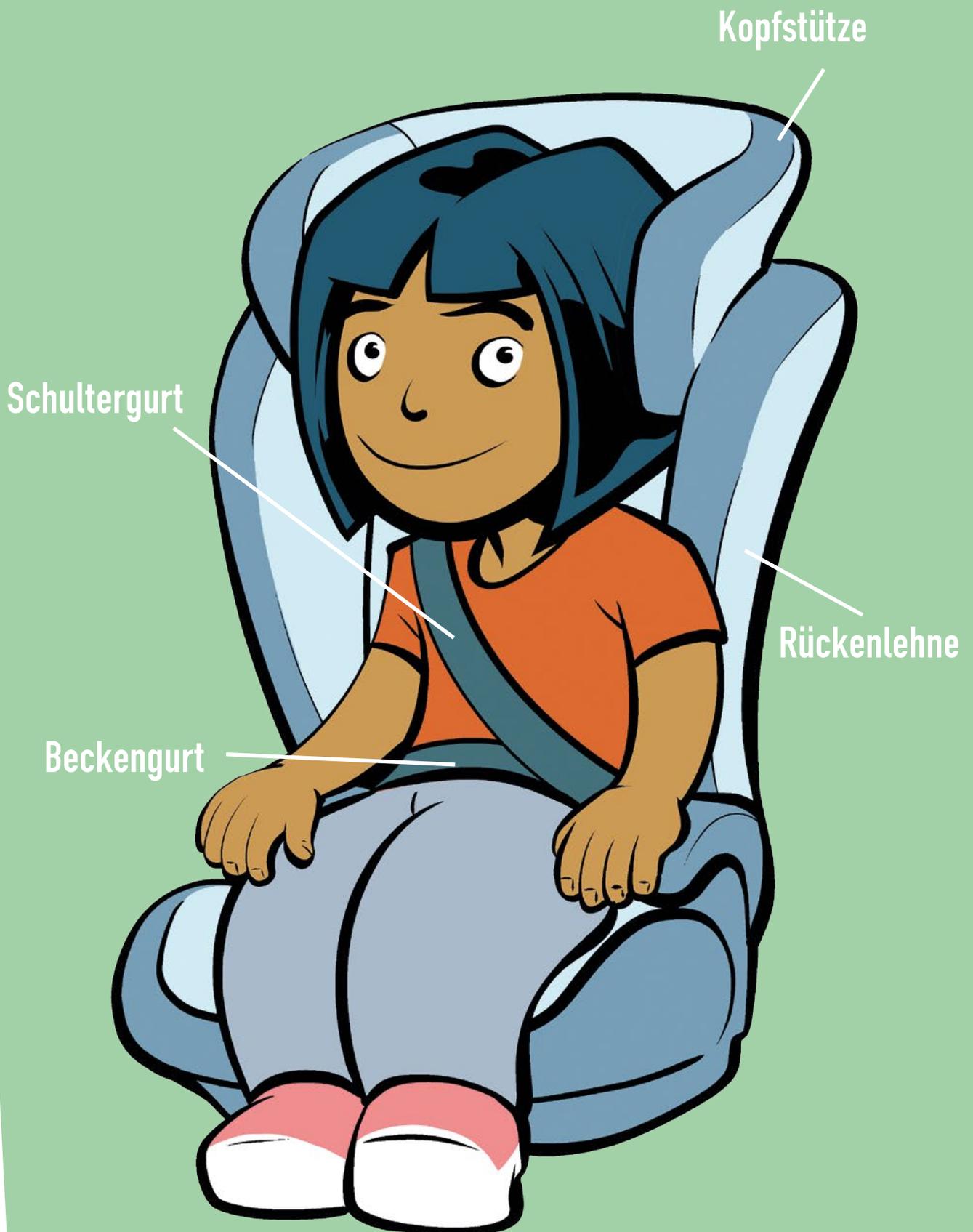
Wenn Ihr Kind mit dem Fahrrad im Straßenverkehr unterwegs ist, muss es bis zum Alter von 12 Jahren einen Fahrradhelm tragen! Aber auch danach ist das Tragen eines Helms empfehlenswert.

- Der Helm sollte ein anerkanntes Prüfzeichen aufweisen z.B. TÜV, EN 1078, ANSI
- Der Helm muss Stirn, Schläfen und Hinterkopf bedecken.
- Die Vorderkante des Helms befindet sich zwei Fingerbreit über der Nase.
- Die Gurtbänder sollten um die Ohren herumlaufen.
- Der Helm muss so sitzen, dass kein Verrutschen in den Nacken oder über die Stirn erfolgen kann. Ist dies der Fall, den Helm hinten mit dem Verstellrad anziehen, bis er bei geöffnetem Kinnband gut sitzt, ohne zu wackeln.
- Das Kinnband sollte eng am Unterkiefer anliegen, aber nicht einschneiden (es sollte noch ein Finger Platz haben). Achten Sie darauf, dass Ihr Kind das Kinnband selbst öffnen und schließen kann.
- Vergessen Sie nicht, als Vorbild ebenfalls einen Helm zu tragen!



Wir wünschen Ihnen weiterhin eine sichere Fahrt!
Das Team der Volksschule

Kindersitz



Fahrradhelm



Schutzausrüstung

