

## Stundenbild | Mit Helm und Melone

Thema	Bedeutung eines Helms beim Fahrradfahren
Methode	Comic mit Diskussion in 2er-Gruppen sowie im Klassenplenum
Setting	Klassenraum
Unterrichtsmaterial	Comic „Mit Helm und Melone“, Aktionskarte Fahrradhelm, Schreibmaterial
Fächer	<u>Unterrichtsgegenstände:</u> Deutsch, Fremdsprachen <u>Unverbindliche Übung:</u> Verkehrserziehung
Schulstufe	5. bis 6.
Dauer	1 UE
Schwerpunkte	Auseinandersetzung mit dem Thema Fahrradhelm und eigene Sicherheit



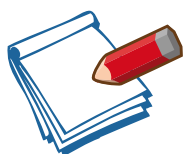
### Einführung

Der Helm ist eine wichtige Schutzausrüstung beim Fahrradfahren und kann schwerwiegende Kopfverletzungen im Falle eines Sturzes verhindern. Während noch fast alle Volksschulkinder beim Radfahren einen Helm tragen (90% der Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahren), nimmt die Helmtragequote mit zunehmendem Alter ab (bei den 10- bis 11-jährigen Kindern beträgt die Helmtragequote 85% und bei den 12- bis 14-jährigen nur mehr 53%)<sup>1</sup>. Zudem ist es ab dem Alter von 12 Jahren nicht mehr verpflichtend, einen Helm zu tragen. Da Freunde in diesem Alter mit ihrer Meinung und ihrem Verhalten einen wichtigen Einfluss auf das Tragen bzw. Nichttragen eines Radhelms haben, sollte in der Auseinandersetzung mit diesem Thema die Vorbildwirkung für andere hervorgehoben werden.



### Ziel

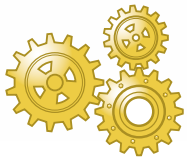
Die Schülerinnen und Schüler sollen anhand der Comicgeschichte daran erinnert werden, dass der Helm im Falle eines Unfalls eine wichtige Schutzwirkung hat und somit einen wesentlichen Bestandteil der Sicherheitsausrüstung beim Fahrradfahren darstellt.



### Arbeitsauftrag

Die Schülerinnen und Schüler betrachten den Comic „Mit Helm und Melone“ und analysieren anschließend anhand der dazugehörigen Aktionskarte in 2er-Gruppen die dargestellte Situation sowie ähnliche Situationen, die sie selbst schon im Alltag erlebt haben. Gemeinsam werden die Fragen auf der Aktionskarte diskutiert. (Anmerkung: Eine animierte Version des Comics ist auf der Website [www.risi-und-ko.at](http://www.risi-und-ko.at) zu finden, der Comic kann aber bei Bedarf auch an die Wand projiziert werden.)

1 Pommer, A. und Donabauer, M. (2020). Radhelmtragequote 2020 beim Radfahren und Rollsport im urbanen Bereich in Österreich. Wien: KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit).



## Ablauf und Regeln

Die Schülerinnen und Schüler lesen zur thematischen Einleitung den Comic „Mit Helm und Melone“. Anschließend sollen sie gemeinsam mit der Sitznachbarin bzw. dem Sitznachbarn die folgenden Fragen beantworten (10-15 Minuten):

1. Wenn ihr selbst mit dem Fahrrad unterwegs seid, setzt ihr dann einen Helm auf? Wenn nein, warum nicht?
2. Welche Argumente könnten Hugo und Keule überzeugen, einen Helm zu tragen? Wie würdet ihr eine Freundin oder einen Freund überzeugen, die/der beim Radfahren keinen Helm trägt?
3. Wisst ihr, wie genau der Helm bei einem Unfall schützt?
4. Was schätzt ihr, wie viele Kopfverletzungen, die im Krankenhaus behandelt werden müssen, gibt es pro Jahr in Österreich nach Fahrradunfällen?

Zur Beantwortung der Fragen erhält jede 2er-Gruppe eine Kopie der Aktionskarte, auf der die zu analysierenden Situationen aus dem Comic dargestellt und die zu beantwortenden Fragen aufgelistet sind. Alternativ können die Fragen für die Schülerinnen und Schüler an die Wand projiziert oder auf Flipchart oder Whiteboard notiert werden.

Die Erkenntnisse aus dem 2er-Gespräch sollten in Stichworten mitgeschrieben werden, um sie später leichter in der Klasse diskutieren zu können. Anschließend werden in der Klasse gemeinsam die Fragen beantwortet bzw. die unterschiedlichen Positionen erörtert. Zur Veranschaulichung der Helmfunktion (Frage 3) kann das kurze KfV-Erklärvideo „Werner Gruber – Physik der Unfälle: Helden tragen Helme“ gezeigt werden, das die unterschiedlichen Vorgänge auf einfache und zugleich eindrucksvolle Art und Weise darstellt.<sup>2</sup>

Eine wichtige Voraussetzung für die Schutzfunktion des Helms ist auch das korrekte Aufsetzen. Deshalb soll dieses anhand der Aktionskarte „Fahradhelm“ veranschaulicht werden. In der Klasse kann nach der Beantwortung der Fragen gemeinsam besprochen werden, worauf beim Tragen eines Helms geachtet werden muss. Auf folgende Punkte kann dabei eingegangen werden:

- Der Helm wird mit seiner Unterkante zwei Finger breit über der Nasenwurzel gerade aufgesetzt. Schläfen und Hinterkopf müssen bedeckt sein.
- Bei offenem Kinnriemen darf der Helm nicht verrutschen oder herunterfallen, wenn man den Kopf schüttelt oder nach vorne neigt.
- Die Seitenbänder sollten gestrafft und nicht verdreht sein und ein Dreieck um das Ohr ergeben.
- Zwischen Kinn und Kinnriemen sollte Platz für einen Finger (max. 1 cm) sein.
- Der Helm sollte mittels Feinjustierung am Hinterkopf so eingestellt werden, dass nur ein minimaler Spielraum am Kopf besteht.
- Nach einem Aufprall muss der Helm unbedingt ausgetauscht werden! Da das Material des Helms altert, ist außerdem etwa alle 5 Jahre ein Austausch ratsam.

---

<sup>2</sup> <https://www.kfv.at/werner-gruber-und-die-physik-der-unfaelle/> (Stand 24.11.2020)

## Lösungsblatt

1. Wenn ihr selbst mit dem Fahrrad unterwegs seid, setzt ihr dann einen Helm auf? Wenn nein, warum nicht?

**Beispielantworten:**

- Mit dem Helm am Kopf schwitzt man stärker.
- Helmtragen ist unangenehm.
- Das Tragen eines Helms zerstört die Frisur.
- Fahrradhelme sind uncool.
- Gute Radfahrerinnen bzw. Radfahrer brauchen keinen Helm.
- Eltern und Freunde tragen ebenfalls keinen Helm.
- Die Radhelmpflicht gilt nur für unter 12-Jährige.

2. Welche Argumente könnten Hugo und Keule überzeugen, einen Helm zu tragen? Wie würdet ihr eine Freundin oder einen Freund überzeugen, die/der beim Radfahren keinen Helm trägt?

**Beispielantworten:**

- Ein Fahrradsturz kann jederzeit jedem und jeder passieren. Oft führt nur eine kleine Unachtsamkeit oder rutschiges Laub auf der Straße zu einem Sturz.
- Eine Kopfverletzung kann schwerwiegende Folgen für das weitere Leben haben (z.B. Lähmungen infolge eines Schädel-Hirn-Traumas).
- Man sollte ein gutes Vorbild für andere sein (bspw. kleine Geschwister oder Freunde).
- Helme sind nicht nur sicher, sondern können auch sehr cool aussehen.
- Der Helm wirkt wie ein Airbag im Auto und schützt so den Kopf.

3. Wie genau schützt der Helm bei einem Unfall?

Die harte Außenschale und die Hartschaumpolsterung des Helms nehmen bei einem Sturz auf den Kopf einen Großteil der Aufprallenergie auf, die sonst direkt auf den Schädel und das Gehirn gewirkt hätte. Schwere Kopfverletzungen werden dadurch verhindert. Der Helm schützt also unser Gehirn, und somit auch unsere Gesundheit – und kann in vielen Fällen Lebensretter sein.

4. Was schätzt ihr, wie viele Kopfverletzungen, die im Krankenhaus behandelt werden müssen, gibt es pro Jahr in Österreich nach Fahrradunfällen?

Jedes Jahr verletzen sich in Österreich rund 2.500<sup>3</sup> Radfahrerinnen und Radfahrer so schwer am Kopf, dass sie im Krankenhaus behandelt werden müssen.





NA ENDLICH, HUGO!  
WIEDER MAL DER  
LETZTE.

LIND OHNE  
HELM.



SCHAUT MAL, DIE  
MELONE HAB ICH  
GERADE MEINER MAMA  
GEMOPST.



DEN HELM LASS  
ICH DA - HUGO HAT  
AUCH KEINEN AUF!

DANN BIST DU  
GENAU SO DUMM WIE  
HUGO. DABEI HABT  
IHR SO LÄSSIGE  
HELME, UM EUERE  
DICKSCHÄDEL ZU  
SCHÜTZEN.



DIE RISI IST  
WIEDER MAL ÜBER-  
VORSICHTIG.

JA, WAS SOLL  
HIER SCHON  
PASSIEREN?



OH NEIN,  
MEINE SCHÖNE  
MELONE!

SEI FROH, DASS NUR DIE  
MELONE DRAN GLAUBEN  
MUSSTE - DAS HÄTTE AUCH  
DEIN KOPF SEIN KÖNNEN.  
BEIM NÄCHSTEN MAL  
FAHREN WIEDER ALLE  
MIT HELM!



# Mit Helm und Melone

1. Wenn ihr selbst mit dem Fahrrad unterwegs seid, setzt ihr dann einen Helm auf?  
Wenn nein, warum nicht?
2. Welche Argumente könnten Hugo und Keule überzeugen, einen Helm zu tragen? Wie würdet ihr eine Freundin oder einen Freund überzeugen, die/der beim Radfahren keinen Helm trägt?
3. Wisst ihr, wie genau der Helm bei einem Unfall schützt?
4. Was schätzt ihr, wie viele Kopfverletzungen, die im Krankenhaus behandelt werden müssen, gibt es pro Jahr in Österreich nach Fahrradunfällen?



# Fahrradhelm

