

## Ideenbox

## Noch einmal gut gegangen ...

Thema	Notwendigkeit eines Helms beim Fahrrad- und Scooterfahren
Querverweis Lehrplan	Verkehrsbezogene Handlungskompetenz: Verkehrsmittel
Methode	Comic mit Diskussion, Experiment
Setting	Klassenraum
Unterrichtsmaterial	Comic „Noch einmal gut gegangen ...“
Dauer	½ bis 1 UE



### Ziel

Die Schülerinnen und Schüler sollen die Schutzwirkung eines Helms anhand der Comicgeschichte nachvollziehen können und die Bedeutung des Helms als Sicherheitsausrüstung beim Fahrrad- und Scooterfahren verstehen.



### Ablauf

Die Schülerinnen und Schüler lesen sich den Comic „Noch einmal gut gegangen ...“ durch. (Anmerkung: Zur Veranschaulichung kann der Comic an die Wand projiziert werden.) Anschließend soll der Comic nacherzählt werden. Dazu bittet die Pädagogin bzw. der Pädagoge ein oder mehrere Kinder, die dargestellte Geschichte zu beschreiben.

Danach sollen gemeinsam die folgenden Fragen beantwortet bzw. diskutiert werden:

1. Welche Kinder haben in der Geschichte einen Helm getragen?
2. Warum war es wichtig, dass Lila beim Scooterfahren einen Helm getragen hat?
3. Wie genau schützt der Helm bei einem Unfall?
4. Wie setzt man einen Helm korrekt auf, damit dieser den Kopf bei einem Sturz auch schützen kann? Worauf muss beim Tragen eines Helms geachtet werden?
5. Wie würdet ihr eine Freundin oder einen Freund überzeugen, die/der beim Fahrrad- oder Scooterfahren keinen Helm trägt?



### Hinweis

Zur Veranschaulichung der Schutzwirkung eines Helms kann zusätzlich das Experiment „Eierhelmtest“ durchgeführt werden. Dazu wird einem rohen Ei ein Mini-Helm aufgesetzt und das präparierte Ei anschließend aus einer Höhe von ca. 1,5 m fallengelassen. Wenn der Mini-Helm richtig sitzt, sollte das Ei dabei unversehrt bleiben. Der Mini-Helm für den „Eierhelmtest“ kann bei unterschiedlichen Internet-Anbietern bestellt werden.

## Lösungsblatt

### 1. Welche Kinder haben in der Geschichte einen Helm getragen?

Lila, die mit dem Scooter fährt, und Keule, der mit dem Fahrrad unterwegs ist.

### 2. Warum war es wichtig, dass Lila beim Scooterfahren einen Helm getragen hat?

Auch beim Scooterfahren können Stürze oder Unfälle passieren. Hier kann der Helm wie beim Fahrradfahren schwere Kopfverletzungen verhindern.<sup>1</sup>

### 3. Wie genau schützt der Helm bei einem Unfall?

Ohne Helm wirkt bei einem Sturz die gesamte Aufprallkraft unmittelbar auf den Kopf. Diese ungebremste Stoßwirkung führt zu einem erheblichen Druck auf Kopf und Gehirn, was schwere oder gar tödliche Verletzungen zur Folge haben kann. Die harte Außenschale und die Hartschaumpolsterung des Helms nehmen einen Großteil der Aufprallenergie auf, die sonst direkt auf den Kopf gewirkt hätte, sodass nur minimale Schäden entstehen.<sup>2</sup>

Das KfV-Video „Werner Gruber – Physik der Unfälle: Helden tragen Helme“ veranschaulicht die unterschiedlichen Vorgänge auf einfache und zugleich eindrucksvolle Art und Weise.<sup>3</sup>

### 4. Wie setzt man einen Helm korrekt auf, damit dieser den Kopf bei einem Sturz auch schützen kann?

#### Worauf muss beim Tragen eines Helms geachtet werden?

- Der Helm wird mit der 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 ihn 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 Sturz sollte der Helm unbedingt ausgetauscht werden! Da das Material des Helms altert, ist außerdem etwa alle 5 Jahre ein Austausch ratsam.

### 5. Wie würdet ihr eine Freundin oder einen Freund überzeugen, die/der beim Fahrrad- oder Scooterfahren keinen Helm trägt?

- Ein Fahrradsturz kann jederzeit und jedem passieren. Sehr oft fällt man dabei auf den Kopf.
- Ich mache mir Sorgen um dich. Wenn du bei einem Sturz mit dem Kopf auf den Betonboden oder die Gehsteigkante fällst, kannst du dich schwer verletzen oder sogar sterben.
- Durch die Reflektoren am Helm bist du für andere besser sichtbar.
- Du sollst ein gutes Vorbild für deine jüngeren Geschwister sein.
- Es gibt richtig coole Fahrradhelme.
- ...

<sup>1</sup> Unter <https://www.youtube.com/watch?v=eC2VC09w4KY> (Stand: 20.11.2024) ist ein Kurzfilm (1:14 min) abrufbar, der einen Crash-Test mit und ohne Fahrradhelm zeigt.

<sup>2</sup> Einer Studie der UDV (2014) zufolge wird die auf den Kopf einwirkende Energie durch den Helm um etwa zwei Drittel reduziert (vgl. <https://www.udv.de/udv/presse/fahrradhelme-schuetzen-wirksam-vor-schweren-kopfverletzungen-78500>, Stand: 20.11.2024).

<sup>3</sup> Vgl. <https://www.kfv.at/werner-gruber-und-die-physik-der-unfaelle/> (Stand: 20.11.2024)



ICH FINDE ES SUPER, DASS UNSER SPIELPLATZ ENDLICH EINE NEUE SCHAUKEL HAT.

JA, DIE ALTE HAT SCHON SO GEQUIETSCHT, DASS EINEM DIE OHREN DAVON WEHGETAN HABEN.



SCHAU MAL, DIE ANDEREN WARTEN SCHON AUF UNS!



LILA!

PLONK!



ALTSCH, DAS HAT GANZ SCHÖN WEH GETAN.

OJE, ICH HAB DIE GEHSTEIGKANTE AUCH GANZ ÜBERSEHEN...

WIE VIELE FINGER SIEHST DU? KANNST DU VON ZEHN RÜCKWÄRTS ZÄHLEN?



OH NEIN! DER NEUE HELM. DA WERDEN MEINE ELTERN GAR NICHT GLÜCKLICH SEIN.

ICH GLAUBE, BEIM NÄCHSTEN MAL NEHM ICH AUCH EINEN HELM.

## ***Noch einmal gut gegangen ...***

- 1. Welche Kinder haben in der Geschichte einen Helm getragen?**
- 2. Warum war es wichtig, dass Lila beim Scooterfahren einen Helm getragen hat?**
- 3. Wie genau schützt der Helm bei einem Unfall?**
- 4. Wie setzt man einen Helm korrekt auf, damit dieser den Kopf bei einem Sturz auch schützen kann? Worauf muss beim Tragen eines Helms geachtet werden?**
- 5. Wie würdet ihr eine Freundin oder einen Freund überzeugen, die/der beim Fahrrad- oder Scooterfahren keinen Helm trägt?**