

Ausgabe August 2019

Zu Fuß sicher zur Schule

Stiftung Kindergesundheit warnt: „Elterntaxi“ ist oft gefährlicher als Laufen

Natürlich wollen alle Eltern ihr Kind vor Gefahren schützen. Fahren sie aber das Kind mit dem Auto zur Schule, bewirken sie möglicherweise das Gegenteil, warnt die Stiftung Kindergesundheit in einer aktuellen Stellungnahme: Auf dem Weg zur Schule verunglücken nämlich mehr Kinder im Auto der Eltern als Kinder, die zu Fuß dorthin unterwegs sind. Es gibt aber noch mehr Gründe, die Kinder – immer wenn es möglich ist – zu Fuß zur Schule zu schicken, betont die Stiftung Kindergesundheit. Sie hat zur Planung eines sicheren Schulweges wichtige Empfehlungen zusammengestellt.

Laufen ist gesund und schont die Umwelt.

„Für die Entwicklung eines Kindes ist regelmäßige Bewegung im Freien von fundamentaler Bedeutung“, sagt Kinder- und Jugendarzt Professor Berthold Koletzko, Vorsitzender der Stiftung Kindergesundheit. „Laufen befriedigt den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder und fördert die motorische Koordination und Ausdauer. Um von den gesundheitlichen Vorteilen von Frischluft und Tageslicht zu profitieren, sollten sich alle Kinder mindestens eine halbe Stunde am Tag regelmäßig unter freiem Himmel aufhalten und bewegen können. Kinder, die sich viel bewegen, sind leistungsfähiger und können sich besser konzentrieren. Auch der Schulweg zu Fuß trägt dazu bei“.

Laufen schont auch die Umwelt, betont die Stiftung Kindergesundheit. Das Auto verbraucht gerade auf kurzen Strecken viel Treibstoff. Taxidienste schränken außerdem die persönliche Entwicklung der Kinder ein und gefährden andere Kinder durch gefährliche Fahrmanöver in der Umgebung der Schulen. Kinder, die sich nicht genügend Verkehrskompetenz aneignen können, tragen ein größeres Risiko, zu verunglücken.

Schulweg schon vor dem ersten Schultag üben.

Eltern sollten den Weg zur Schule schon vor dem ersten Schultag mehrmals gemeinsam mit dem Kind zurücklegen. Sie sollten dabei nicht den kürzesten, sondern den sichersten Weg wählen und das Kind auf Gefahrenstellen aufmerksam machen. Geeignet sind Straßen mit Gehwegen, gut beleuchteten Kreuzungen und Übergängen mit Fußgängerampeln oder Schulweglotsen. Viele Schulen und Gemeinden bieten dazu aktuelle Schulwegpläne an und geben damit Empfehlungen, welchen Weg Kinder einschlagen sollten.

Genügend Zeit für den Schulweg einplanen.

Das Kind sollte früh genug geweckt werden, in Ruhe frühstücken und sich rechtzeitig auf den Weg machen, damit es nicht unter Zeitdruck zur Schule hetzen muss.



Gemeinsam mit anderen Kindern laufen.

Für Schulanfänger mit wenig Verkehrserfahrung und für schwierige Schulwege empfiehlt sich das Organisieren einer täglichen Laufgemeinschaft, „Bus auf Füßen“, auch Pedibus oder Walking Bus genannt. Ein Bus auf Füßen ist eine Gruppe von Kindern, die gemeinsam zu Fuß zur Schule oder zum Kindergarten geht. Die Strecke wird dabei als Buslinie dargestellt. An fixen Haltestellen können sich weitere „Mitreisende“ der Gruppe anschließen. Anfangs wird die Gruppe von einer Aufsichtsperson begleitet, nach etwa vier Wochen sind die meisten Kinder schon in der Lage, ihren Schulweg selbständig zurückzulegen.

Der Bus auf Füßen entlastet die Eltern, da sie sich die Begleitung der Kinder aufteilen können. Außerdem können sich die Kinder auf dem Schulweg austauschen und Kontakte knüpfen. Der Weg zur Schule dauert zwar mit dem Bus auf Füßen meistens etwas länger, dafür fühlt sich das Kind sicherer und die Gruppe wird von anderen Verkehrsteilnehmern als Ganzes besser wahrgenommen.

Für Sichtbarkeit sorgen.

Bei schlechtem Wetter im Herbst und Winter werden Kinder leicht übersehen, allein wegen ihrer Größe. Kinder in dunkler Kleidung sind nach Berechnungen des ADAC – trotz Scheinwerferlicht – erst aus 25 Metern Entfernung zu erkennen, mit heller Kleidung immerhin aus 40 Metern. Mit einer reflektierenden Kleidung und Schultasche werden Kinder schon aus rund 140 Metern frühzeitig erkannt. Schulranzen nach DIN-Norm müssen mit genügend fluoreszierendem Material (mindestens 20 Prozent der sichtbaren Fläche in orangerot oder gelb) und reflektierenden Materialien ausgestattet sein. Nützlich sind auch Reflektoren, die an einem Band unten am Schulranzen befestigt sind. Ist das Kind mit Roller oder Fahrrad unterwegs, sollte auch der Schutzhelm hell sein und Reflektoren haben.

Tretroller und Scooter erst ab acht.

Rollerfahren fördert die motorischen Fertigkeiten der Kinder, ihre Bewegungs- und Gleichgewichtskoordination und ist weniger unfallträchtig als Radfahren, betont die Stiftung Kindergesundheit. Dennoch sollten Kinder erst in einem Alter ab etwa acht Jahren mit dem Roller zur Schule fahren: Vorher können sie Geschwindigkeiten und Entfernungen anderer Verkehrsteilnehmer oft noch nicht richtig einschätzen und auch ihre Reaktionszeit ist länger. In Österreich ist das Fahren mit einem Tretroller oder Scooter ohne Antrieb erst ab dem 8. Geburtstag erlaubt.

Kinder dürfen mit einem Roller ausschließlich auf Gehwegen fahren, niemals auf der Straße. Eltern sollten außerdem wissen, ob es in der Schule eine Abstellmöglichkeit für Roller gibt oder sie ins Gebäude mit hineingenommen werden dürfen.

Kickboards und Inlineskates sind für den Schulweg ungeeignet, so die Stiftung Kindergesundheit.

Erst später mit dem Rad zur Schule.

Verkehrsexperten sind sich einig: Kinder sollten erst nach der schulischen Radfahrausbildung in der dritten und vierten Klasse mit dem Fahrrad in die Schule fahren. Erst in diesem Alter lernen sie, komplexere Verkehrssituationen zu erfassen und Gefahren zu erkennen.



Eltern sollten ein Vorbild sein.

Lehrer und Polizei, Behörden und Verkehrsverbände arbeiten gemeinsam daran, das Risiko des Verkehrs für Kinder zu verringern. Den wichtigsten Beitrag müssen dennoch die Eltern leisten, betont die Stiftung Kindergesundheit: Es liegt in ihrer Verantwortung, ihrem Kind beizubringen, wie man durch besonnenes Verhalten Gefahren im Verkehr vermeidet.

„Es reicht nicht, einem Kind die Verkehrsregeln nur in Worten zu erklären. Kinder eignen sich ihr Wissen und Können vor allem durch Nachahmung an“, betont Professor Berthold Koletzko. „Sie orientieren sich in ihrem Verhalten am Beispiel der Erwachsenen. Mütter und Väter, aber auch die mithelfenden Großmütter und Großväter sollten sich deshalb beim Überqueren der Straße, beim Anschnallen im Auto oder bei der Benutzung ihres Handys selbst strikt an die Verkehrsregeln halten. Nur so schaffen sie die Grundlagen für ein sicheres und umsichtiges Verhalten ihrer Kinder und Enkeln im Verkehr.“

Weitere detaillierte Informationen enthält ein aktueller „Schulwegratgeber“ des ADAC, erhältlich im Internet unter www.adac.de

Nachdruck kostenlos. Wir freuen uns über einen Beleg.

Unabhängige und wissenschaftlich basierte Berichterstattung braucht Förderer:

Fördern auch Sie die Gesundheit unserer Kinder durch Ihre Spende, die in voller Höhe den Projekten der Stiftung Kindergesundheit zugute kommt.

Mit einem Beitritt zum **Freundeskreis der Stiftung Kindergesundheit** können Sie die Arbeit der Stiftung regelmäßig fördern.

Mehr Informationen hierzu finden Sie unter: www.kindergesundheit.de

Spendenkonto: HypoVereinsbank München
IBAN: DE41 7002 0270 0052 0555 20
SWIFT (BIC): HYVEDEMMXXX

Vielen Dank!

