

Kieler Arbeitskreis  
„Sicher auf zwei Rädern“

Ministerium für  
Wirtschaft, Arbeit und Verkehr  
des Landes Schleswig-Holstein

# Sicher rollern – besser radeln

Ein Projektmanual  
für Kindergärten  
zur Prävention  
von Kinderunfällen

Ministerium für  
Wirtschaft, Arbeit und Verkehr  
des Landes Schleswig-Holstein



Kieler Arbeitskreis  
„Sicher auf zwei Rädern“



Unfallkasse  
Schleswig-Holstein



Unfallkasse  
Schleswig-Holstein

Herausgeber:

Unfallkasse Schleswig-Holstein  
Seekoppelweg 5a  
24113 Kiel

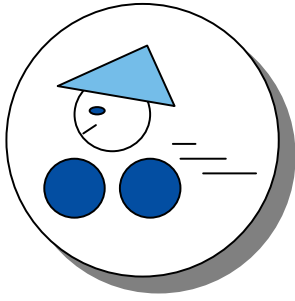
Landesvereinigung für  
Gesundheitsförderung e.V.  
Flämische Straße 6-8  
24103 Kiel

Mit freundlicher Unterstützung des  
Ministeriums für Wirtschaft,  
Arbeit und Verkehr  
des Landes Schleswig-Holstein.

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck  
auch auszugsweise nur mit vorheriger  
Genehmigung der Herausgeber.

© April 2003

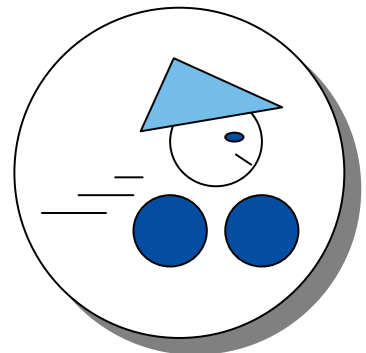
Druck: A.C. Ehlers, Kiel



# Kieler Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“

„Sicher rollern – besser radeln“

Ein Projektmanual  
für Kindergärten zur Prävention  
von Kinderunfällen







## **INHALT**

<b>1. HINTERGRÜNDE UND ZIELE</b>	<b>2</b>
<b>2. QUALIFIZIERUNG DER PÄDAGOGISCHEN MITARBEITERINNEN</b>	<b>3</b>
2.1. ROLLER FAHREN – BRINGT NACH VORN! KINDLICHE ENTWICKLUNG UND ALTERSGEMÄBE FÄHIGKEITEN	4
2.2. ELTERNARBEIT ZUM THEMA „KIND UND VERKEHR“	6
2.3. BEWEGUNGSFÖRDERUNG IM KINDERGARTENALLTAG	8
2.4. ROLLERÜBUNGEN IM KINDERGARTENALLTAG	15
2.5. VORBEREITUNG DES ROLLERAKTIONSTAGES	19
<b>3. DER ELTERNABEND</b>	<b>20</b>
<b>4. ROLLERÜBUNGEN IM KINDERGARTENALLTAG</b>	<b>22</b>
4.1. KTE HANSASTRASSE	22
4.2. KTE JETTKORN	23
<b>5. ROLLERTAG IM KINDERGARTEN</b>	<b>23</b>
5.1. ROLLERTAG IN DER KTE HANSASTRASSE	23
5.2. ROLLERTAGE IN DER KTE JETTKORN	25
<b>6. ERGEBNISSE UND AUSBLICK</b>	<b>28</b>
<b>7. LITERATUR</b>	<b>30</b>
<b>8. ANHANG</b>	<b>31</b>



## 1. Hintergründe und Ziele

Mit der Motivation, etwas zur Prävention von Kinderunfällen beizutragen, suchten sich die Kieler Kinderärzte Partnerinstitutionen und initiierten den Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“. Gründungsmitglieder dieses Arbeitskreises waren: Kieler Kinder- und Jugendärzte, der ADAC Schleswig-Holstein, der Allgemeine Deutsche Fahrrad - Club (ADFC), die AOK - Die Gesundheitskasse, die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein, der Jugendschutzbeauftragte der Landeshauptstadt Kiel, die Techniker Krankenkasse und die Verkehrslehrer der Polizeiinspektion Kiel. Im ersten Jahr widmete sich der Arbeitskreis dem Thema „Immer mit Helm“. Auf Initiative der Polizeiverkehrslehrer wurde das Thema frühes Fahrradfahren aufgegriffen. Die Polizeibeamten, die jährlich etwa 1200 Grundschulkindern zum verkehrsgerechten Radfahren ausbilden, berichteten über die deutlich zunehmende Anzahl von Kindern mit motorischen Schwierigkeiten. Besonders auffällig sei, dass diese Kinder sich sehr auf ihre koordinierten Bewegungsabläufe konzentrieren müssen und demzufolge weniger auf den übrigen Verkehr achten können. Besonders deutlich ist dies beim Anzeigen von Abbiegevorgängen, beim Befahren von Kurven oder engen Stellen zu erkennen. Diese Schilderungen entsprachen auch den Erfahrungen aus den Praxen der Kieler Kinder- und Jugendärzte. Vor dem Hintergrund dieser Berichte sowie der alarmierenden Unfallzahlen von Kindern als Radfahrern und dem Trend, die Kinder immer früher aufs Rad zu setzen, entstand die Idee zum Projekt des Jahres 2000 „Sicher rollern – besser radeln“. Fachleute sind sich einig, dass Rollerfahren die motorische Entwicklung von Kindern fördert und die Kinder optimal auf das Radfahren vorbereitet. Daher hat sich der Arbeitskreis zum Ziel gesetzt, den Roller bei Kindern im Vorschulalter wieder populärer zu machen. Ein Trend, der anscheinend in der Luft lag, wie das Aufkommen der kleinen City-Roller für größere Kinder und Erwachsene zeigt. Diese Mini-Tretroller sind jedoch für Kinder im Kindergartenalter nicht geeignet.

Um die Zielgruppe der 3-6jährigen Kinder und deren Erziehungsberechtigte zu erreichen, wurde in Zusammenarbeit mit zwei Kieler Kindertageseinrichtungen (KTE Jettkorn und KTE Hansasträße) ein Pilotprojekt geplant. Die Projektfineplanung übernahm eine Arbeitsgruppe aus Arbeitskreismitgliedern und Mitarbeiterinnen der beiden Projektkindergärten.

Dank der Sponsoren des Projektes (Ministerium für Wirtschaft, Technologie und Verkehr des Landes Schleswig-Holstein, Arbeitskreis für Unfallverhütung des Landes Schleswig-Holstein, Mitgliedern des Arbeitskreises "Sicher auf zwei Rädern", Kieler Verkehrswacht und den Firmen: Engelhard, Karstadt, PUKY, Smith Kline Beecham Pharma) standen ausreichend Roller und Bewegungsmaterialien zur Verfügung, um die Kindergärten für die praktische Durchführung auszustatten.

Da die Resonanz in den Kindergärten durchweg positiv war, wurde dieses Manual entwickelt, um andere Einrichtungen zur Nachahmung anzuregen. Die Mitglieder des Arbeitskreises unterstützen gerne weitere Projekte im Rahmen ihrer Möglichkeiten.

Der Projektlauf ist in vier Teile gegliedert:

1. Mitarbeiterinnenfortbildung
2. Elternabend
3. Rollerübungen im Kindergartenalltag
4. Rollertag im Kindergarten



## 2. Qualifizierung der pädagogischen Mitarbeiterinnen

Zur Einführung in das Projekt und zur Planung der praktischen Umsetzung im Kindergartenalltag wurde für die Mitarbeiterinnen beider Kindertageseinrichtungen eine gemeinsame eintägige Fortbildung angeboten. Die Kindertageseinrichtungen des Jugendamtes der Stadt Kiel haben die Möglichkeit, an vier Tagen pro Jahr zur internen Fortbildung die Einrichtung zu schließen. Diese Veranstaltung fand am 26. April 2000 von 9 - 16.00 Uhr im KTE HansasträÙe statt. Hier ein kurzer Überblick über das Programm:

<b>Fortbildung "Sicher rollern ⇨ besser radeln"</b> für Mitarbeiterinnen der KTE`s Jettkorn und HansasträÙe	
9.00 Uhr	BegrüÙung und Einführung D. Luckau, J. Schnoor, Verkehrslehrer der Polizei und V. Clasen für den Arbeitskreis
9.20 Uhr	Kindliche Entwicklung und altersgemäÙe Fähigkeiten Dr. Heimo Polchau, Kinderarzt
9.50 Uhr	Pause
10.15 Uhr	Elternarbeit zum Thema "Kind und Verkehr" Dietmar Luckau, Verkehrslehrer und Moderator
11.30 Uhr	Bewegungsförderung im Kindergartenalltag Michael Schulz, Diplom-Sportlehrer
13.00 Uhr	Mittagspause
13.30 Uhr	Arbeitsgruppen 1. Übungen für und mit dem Roller im Kindergarten Michael Schulz, Diplom-Sportlehrer  2. Vorbereitung des Rolleraktionstages Volker Clasen, Arbeitskreis  3. Vorbereitung der Elternarbeit Dietmar Luckau, Verkehrslehrer
15.30 Uhr	Vorstellung der Arbeitsergebnisse aus den Arbeitsgruppen und Abschlussrunde

Referenten eines solchen Seminartages sollten ein Kinderarzt, ein Verkehrslehrer der Polizei und ein Bewegungsexperte sein. Themen sind: die kindliche Entwicklung und die altersgemäÙen Fähigkeiten, insbesondere hinsichtlich der Anforderungen, die Rollerfahren, Radfahren und der StraÙenverkehr an die Kinder stellen, das Thema Elternarbeit im Bereich Kind und Verkehr, der Zusammenhang zwischen Bewegung und Entwicklung sowie Bewegungsförderung in der Kindergartenpraxis unter besonderer Berücksichtigung des Rollerfahrens.

An Materialien werden benötigt: Roller für Erwachsene, Materialien zum Aufbau eines Parcours und Materialien für Geschicklichkeitsspiele.



## **2.1. Roller fahren – bringt nach vorn! Kindliche Entwicklung und altersgemäße Fähigkeiten**

(Dr. med. Heimo Polchau, Kinder- und Jugendarzt)

Erzieherinnen sind Expertinnen zum Thema Kinder und deren Entwicklung. Sie sind daher ganz wichtige Partnerinnen für Eltern in diesem Bereich. Hier einige Denkanstöße zur kindlichen Entwicklung vor dem Hintergrund Kind und Verkehr.

Wir leben ständig im Wirkungsfeld von Schwerkraft und Fliehkraft. Eine völlige Ruhe des Körpers gibt es nicht. Organe, wie Herz, Lunge oder Darm arbeiten ständig. Allein dadurch ist die ständige Anpassung des Körpers nötig. Der Mensch sucht die Bewegungserfahrung bereits im Mutterleib. Bewegung fördert die Hirnreifung.

Drei fundamentale Bewegungsebenen sind dabei zu unterscheiden:

Beschleunigung (rennen, klettern, runterspringen, wippen), Rotation (drehen um die Körperachsen) und Schwingung (schaukeln).

Äußere Bedingungen, welche die kindliche Entwicklung beeinflussen:

- ◆ Die motorischen Fähigkeiten der Kinder lassen immer mehr nach (Verschlechterung in wenigen Jahren um ca. 10%). Ein Grund dafür ist sicherlich der immer größer werdende Fernseh- und Computerkonsum. Vierjährige sitzen im Durchschnitt 3-4 Stunden täglich vor dem Fernseher.
- ◆ In Vorbereitung auf unsere Leistungsgesellschaft wird die Kindheit verkürzt und von den Kindern erwartet, dass sie sich früh wie "kleine Erwachsene" benehmen.
- ◆ Schon Kinder leiden unter Zeit- und Termindruck. Sie werden von der musikalischen Früherziehung, zum Reiten, zum Ballett, zum Kinderturnen, zum Malen, zum Töpfern und sonstwohin gebracht, so dass die Zeit für freies Spielen immer knapper wird.
- ◆ Eltern müssen lange Transportzeiten in Kauf nehmen und organisieren, so dass viele Wege mit dem Auto zurückgelegt werden.
- ◆ Es gibt immer weniger Spiel- und Tobeflächen sowie frei zugängliche Materialien zum kreativen Spielen und Toben.
- ◆ Die Verkehrsdichte nimmt immer mehr zu, damit auch der Lärm und Wahrnehmungsangebote.

Innere Bedingungen, welche die kindliche Entwicklung beeinflussen:

- ◆ Den vielfältigen Wahrnehmungsangeboten aus der Umwelt stehen die Wahrnehmungsfähigkeiten/-bereiche gegenüber: visuell (sehen), auditiv (hören), vestibulär (Gleichgewichts- und Raumwahrnehmung), kinästhetisch (Muskeln, Sehnen, Gelenke: Zug und Druck), olfaktorisch (riechen), gustatorisch (schmecken), taktil (fühlen).
- ◆ Fehlen einzelne Wahrnehmungsfähigkeiten dann besteht die Möglichkeit der teilweisen Kompensation durch andere Bereiche. (Blinde fühlen und hören differenzierter als Sehende)
- ◆ Koordination der einzelnen Wahrnehmungsfähigkeiten, Umsetzung in motorische Fähigkeiten.
- ◆ Die Qualität der Fähigkeiten hängt ab von den biologischen Voraussetzungen und den Erfahrungen des Einzelnen.

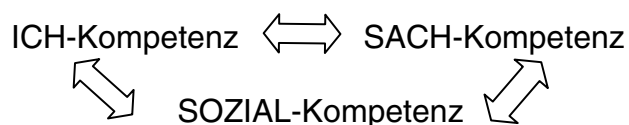


## Erfahrungen machen – Lernen

Nicht jeder hat gleiche Lernabläufe oder Lernketten, z.B. ist in der Kette vom Liegen zum Laufen eine von Kind zu Kind unterschiedliche Entwicklung in Geschwindigkeit, der Zahl und auch der Reihenfolge von Liegen – Drehen – Robben – Krabbeln – Sitzen – Stehen – Laufen zu beobachten. Vor allem innere Voraussetzungen sind verantwortlich für die Auswahl von Wahrnehmungsreizen und Entwicklungsschritten – und nicht so sehr die von außen vorgegebenen oder eingeschränkten Lernfelder. Sowohl Über- als auch Unterforderung sind für den Lernprozess unergiebig und kontraproduktiv. Lernen führt zur Automatisierung von Abläufen.

## Exkurs zur Neurophysiologie des Lernens

Die Reizung einer Sinneszelle wird als elektrischer Impuls über das Nervensystem an das Gehirn geleitet. Dann wird eine Reaktion ausgelöst. Bei wiederholten Reizen werden Nervenzellen verknüpft – Reaktionen werden gelernt. Insbesondere vestibuläre Wahrnehmungen (Gleichgewichts- und Raumwahrnehmungen) haben Einfluss auf elektrische Impulse im Gehirn (z.B. messbar über EEG).



Im Verkehr sind alle diese Kompetenzen gefordert!

## Altersbezogene Fähigkeiten und Unfähigkeiten von 3-6 jährigen Kindern:

Jeder ist aufgefordert, sich in die Welt der Kinder hineinzusetzen!

- ◆ Die Hirnreifung ist noch nicht abgeschlossen. Viele Neuronen müssen noch weiter verknüpft werden. Die Automatisierung von Reaktionen ist im Anfangsstadium.
- ◆ Kinder sind unterschiedlich weit entwickelt. Sie sind sich selbst ihrer Stärken und Schwächen noch kaum bewusst. Eigene Unfähigkeiten sind noch nicht erkannt.
- ◆ Das Gleichgewicht ist noch längst nicht ausgereift.
- ◆ Sowohl im optischen wie auch im akustischen Bereich werden nur Teile dessen wahrgenommen, was ein Erwachsener wahrnimmt, z.B. sogenannter Tunnelblick.
- ◆ Kinder können Entfernungen schlecht abschätzen.
- ◆ Mehrere gleichzeitige Sinnesmodalitäten können noch nicht ausreichend verknüpft werden.
- ◆ Eine ausreichende Koordination zwischen Armen und Beinen fehlt.
- ◆ Die Rechts-Links-Koordination ist unzureichend.
- ◆ Kinder haben ein magisches Weltbild: So als müssten die übrigen Verkehrsteilnehmer sich nach ihrem Kinderwillen verhalten.
- ◆ Die Umsicht in kritischen Situationen fehlt. (z.B. wenn ein Autofahrer aus der Ausfahrt kommt oder ein Fußgänger mit Stock geht...)
- ◆ Neben der Eigengefährdung besteht auch eine größere Fremdgefährdung, z.B. für Senioren oder andere Kinder.
- ◆ Kinder sind klein, ihre Perspektive entspricht ihrer Größe, daher fehlt ihnen der Über-Blick.
- ◆ Ihr Vorstellungsvermögen (Vorausplanen) ist noch deutlich eingeschränkt.



### **Das frühe Radfahren – Vor- und Nachteile**

- ◆ Schnelleres Fortkommen für Eltern, wenn das Kind nebenher mit dem Rad fährt.
- ◆ Schnellere Verkehrsgewöhnung.
- ◆ Schneller Großwerden, bald andere Anforderungen möglich.
- ◆ Relativ hohe Geschwindigkeit.
- ◆ Komplexe Bedienung des Fahrrades (Treten vorwärts zum Beschleunigen/rückwärts zum Bremsen, Lenken, Klingeln, Handbremse).
- ◆ Fallhöhe ist größer als beim Roller.
- ◆ Es besteht keine Chance abzusteigen.
- ◆ Insbesondere Bremsen und Absteigen sind schwierig.
- ◆ Das Fahrrad hat mehr bewegliche Teile als der Roller.
- ◆ Kinder treten oft im Stehen, d.h. Körperkontakt nur mit beweglichen Teilen.
- ◆ Die Unfallhäufigkeit von Kindern hat in gleichem Maß zugenommen wie das frühe Fahrradfahren. In Schleswig-Holstein sind bundesweit die höchsten Unfallzahlen von Kindern und der früheste Fahrradeinsteig zu beobachten.

### **Vorteile des Rollerfahrens**

- ◆ Motorische Entwicklung wird gefördert (Studie von Lensing-Conrady und Neumann-Opitz, Meckenheim, 1998).
- ◆ Allmähliches Heranführen an komplexe Verkehrssituationen.
- ◆ Sturzgefahren sind geringer (Umfallen mit dem Roller passiert seltener als mit dem Fahrrad).

### **Eventuelle Nachteile des Rollerns**

- ◆ Das Prestige ist nicht so hoch.
- ◆ Der Aktionsradius wird vergrößert.

Kinder sind verschieden weit entwickelt und jedes Kind hat individuelle Stärken und Schwächen. Gerade im Straßenverkehr sollten keine Konkurrenzen der Kinder und ihrer ehrgeizigen Eltern entstehen.

Die kinderärztliche Empfehlung lautet eindeutig: **Erst Roller dann Fahrrad fahren!** So wären Fahrräder mit Stützrädern überflüssig und es könnten gleich etwas größere Fahrräder gekauft werden, so dass sich die Kosten für die Eltern nicht erhöhen. Auf diesem Weg würden Körperbeherrschung, der Umgang mit einem zweirädrigen Fahrzeug und erste Erfahrungen im „rollenden Verkehr“ auf eine sehr sinnvolle Weise erlernt.

## **2.2. Elternarbeit zum Thema „Kind und Verkehr“**

(Dietmar Luckau, Verkehrslehrer und Moderator)

Eltern nehmen als erste Bezugspersonen der Kinder die wichtigste Funktion im Rahmen der Verkehrserziehung ein. Es reicht somit nicht aus, wenn die Sozialisationsinstanzen Kindergarten/Schule respektive auch die Polizei Verkehrserziehung mit den Kindern betreiben und beispielsweise durch mangelnde Informationen die Bemühungen um die Verkehrssicherheit von Kindern durch Eltern konterkariert werden.

Viele Gespräche mit Eltern haben gezeigt, dass

- bei Eltern Informationsdefizite vorhanden sind
- Eltern sich ihrer Vorbildfunktion nicht immer bewusst sind
- Eltern ihre Kinder im Hinblick auf deren Fähigkeiten oft überschätzen



- Eltern dankbar auf Hinweise und Informationen reagieren
- informierte Eltern zu Multiplikatoren im Sinne von Verkehrssicherheit werden.

Aus diesen Gründen darf die Qualifizierung von Eltern im Rahmen von Verkehrssicherheitsprogrammen und -projekten nicht vernachlässigt werden, wenn Verkehrserziehung einen Beitrag zur Verringerung von Verkehrsunfällen mit Kindern erbringen soll.

Flächendeckende Elternarbeit ist von der Polizei nicht zu leisten. Aus diesem Grund wurde im Rahmen des Projektes „Sicher rollern, besser radeln!“ der Versuch unternommen, motivierte Erzieher und Erzieherinnen für die Moderatorenausbildung der Deutschen Verkehrswacht zum Programm „Kind und Verkehr“ zu gewinnen. Erste Rückmeldungen einzelner Mitarbeiter/innen aus diesem Kreis lassen durchaus auf Interesse schließen. Ob letztlich diese Bemühungen erfolgreich verlaufen, wird vermutlich auch vom Verhalten des jeweiligen Trägers der Einrichtung abhängen.

### **Das Programm „Kind und Verkehr“ des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR)**

Das Programm „Kind und Verkehr“ wendet sich in erster Linie an Erzieherinnen und Erzieher, aber auch an Angehörige anderer Institutionen wie Lehrer oder Polizeibeamte. Darüber hinaus können sich auch weitere interessierte Bürgerinnen und Bürger als Moderatoren des DVR bzw. der Deutschen Verkehrswacht ausbilden lassen.

Im Wesentlichen geht es bei der Moderatorenausbildung darum, Techniken und Inhalte zur Gestaltung von Elternabenden in Kindertageseinrichtungen oder Grundschulen zu erlernen.

### **Ablauf eines Elternabends**

Die bisher im Wesentlichen durch die Polizeiverkehrslehrer gestalteten Elternabende orientieren sich am Rahmen des Programms „Kind und Verkehr“. Darüber hinaus werden weitere Bausteine wie die Bewertung von Thesen hinzugefügt, um das vor Ort bestehende Interesse der Eltern an einzelnen Themen zu ermitteln und zu diskutieren bzw. hierzu Informationen weiterzugeben.

Die Diskussion der Arbeitsgruppenergebnisse hat zum Ziel, das Problem der Verkehrssicherheit von Kindern aus zwei unterschiedlichen Perspektiven zu betrachten, sowohl einerseits aus der elterlichen als auch aus der Sicht eines Fahrzeugführers.

### **Der Ablauf im einzelnen:**

- ❖ Persönliche Begrüßung
- ❖ Bewertung von Thesen durch die Eltern
- ❖ Einführungsspiel zur Problematisierung von koordinierten Bewegungsabläufen bei unterschiedlichen Wahrnehmungen
- ❖ Kurzvortrag des Kinderarztes „Rollerfahren .bringt nach vorn“
- ❖ Einteilung der Arbeitsgruppen (AG)
- ❖ AG-Arbeit (20-30 Min.): Verkehrssicherheit von Kindern aus verschiedenen Perspektiven
- ❖ Vorstellung der AG-Ergebnisse im Plenum
- ❖ Fragen und Anmerkungen zu den Ergebnissen der Thesenbewertung
- ❖ Verabschiedung

Im Gegensatz zu den ausschließlich von Experten durchgeführten Vorträgen tragen die Diskussionen der Elternschaft in den Arbeitsgruppen oder auch im Plenum dazu bei, dass eine stärkere Identifikation mit den selbst erarbeiteten Vorschlägen und Problemlösungen festzustellen ist. Eltern stellen Forderungen an sich selbst. Sie werden ihnen



nicht durch einen „Oberlehrer“ vorgegeben. Erfahrungen zeigen außerdem, dass sich Eltern gerne in die Diskussionen einbringen. Nicht selten führen kontroverse Meinungen, Schilderungen von Betroffenen verunfallter Kinder oder auch das Bedürfnis nach weiteren fachlichen Informationen dazu, dass sich die Elternabende über einen Zeitraum von zwei Stunden und mehr ausdehnen. Zur Nachbereitung eines Elternabends sowie zur weiteren Information erhalten die Teilnehmer abschließend schriftliches Material.

### **2.3. Bewegungsförderung im Kindergartenalltag**

(Michael Schulz, Diplom-Sportlehrer)

#### **Warum Bewegung gefördert werden sollte**

Kinder jeden Alters brauchen Bewegung, vor allem in einer Zeit, in der es an Möglichkeiten fehlt, zu jeder Zeit bzw. an jedem Ort unbeschwert Bewegung und Sport durchzuführen. Dem Sprichwort "Zu jeder Zeit, an jedem Ort, bleib gesund und treibe Sport" ist gerade in einer durch vielschichtige Zivilisationskrankheiten gekennzeichneten Zeit besondere Beachtung zu schenken. Dabei ist hervorzuheben, dass man nicht früh genug beginnen kann, Bewegung in den Alltag einfließen zu lassen und ihn als festen Bestandteil des Tagesablaufs zu automatisieren. Kinder mit einem großen Erfahrungsschatz an Bewegungen finden sich in unserem technisierten Alltag besser und schneller zurecht, nehmen anders wahr als Kinder mit geringeren Bewegungserfahrungen und lernen meist schneller auch in intellektuellen Dingen.

Das Verweilen in einem Kindergarten leitet einen ersten Lösungsprozess vom Elternhaus ein und führt zu einer Erweiterung des sozialen Lernfeldes. Das motorische Können spielt dabei für die soziale Interaktionsprozesse eine bedeutende Rolle. Hohes Ansehen genießt, wer ein "motorischer Köhner" ist. Somit leistet die motorische Ausbildung einen erheblichen Beitrag zur Steigerung der sozialen Handlungsfähigkeit und des Selbstwertgefühls der Kinder (vgl. Weineck 1988a, 269).

Kinder verfügen über ein hohes Ausmaß an Bewegungsfreude und Lernbereitschaft, diese sollten wir erwachsenen Anleiter dahingehend ausnutzen, den Kindern den "Erwerb einer umfassenden Fertigkeitbasis über eine Vielzahl von Elementarübungen zu ermöglichen." (Weineck 1988a, 269) Kinder im Vorschulalter benötigen ausreichende Bewegungsmöglichkeiten, die phantasieanregend und variabel zum Laufen und Springen, Kriechen, Klettern, Steigen und Balancieren, Hängen, Schwingen und Schaukeln, Ziehen, Schieben, Tragen, Werfen und Fangen sind und zu weiteren Bewegungsformen anregen. Die Betätigung sollte ausschließlich lust- und freudbetont sowie kurzweilig gestaltet sein.

Das Aktivitätsmuster des Vorschulkindes ist gekennzeichnet durch hochfrequente Bewegungsmuster kurzer Dauer, Abwechslung, Vielseitigkeit und Vielfältigkeit der Bewegung und eine hohe Lernfreude für motorische Fertigkeiten (Weineck 1988a, 282).

Bewegungsförderung im Vorschulalter beinhaltet physische, motorische und sensorische Komponenten.

Die **physische Komponente** beinhaltet alle konditionellen Beanspruchungsformen wie Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit.



Die **motorische Komponente** hingegen betrachtet alle koordinativen Leistungen, welche bei Bewegungshandlungen anfallen und nicht in den physischen Bereich fallen wie

- Rhythmus
- Gleichgewicht
- Geschicklichkeit
- Einschätzen von Schnelligkeit und Entfernungen

Die **sensorische Komponente** umfasst alle optischen, akustischen und haptischen Wahrnehmungsleistungen. Es werden über Augen, Ohren, Muskeln und Haut Reize aufgenommen.

Abbildung 1 auf der folgenden Seite zeigt die Entwicklung elementarer Bewegungen (Wilimczik/Roth 1988, 286/287). Abbildung 2 (Jackel 1997, 28) auf Seite 5 verdeutlicht das Anspruchsprofil für die motorische Fertigkeit Radfahren im Straßenverkehr. Aus ihr wird deutlich, welche Vorerfahrungen und welches Fertigkeiteniveau ein Radfahrer benötigt, um sich sicher im Verkehr zu bewegen. Die Frage, ob ein Vorschulkind diesem Anforderungsprofil entspricht, muss jede/r ErzieherIn für seine Gruppe selbst beantworten. In der Regel trifft dies nur für wenige Vorschulkinder zu.

### **Die Schulung physischer Komponenten**

Die physischen Komponenten gliedern sich in die Teilbereiche

- Ausdauer
- Kraft
- Schnelligkeit
- Beweglichkeit

#### **(1) Schulung der Ausdauer**

Ausdauer versteht sich als die "*Widerstandsfähigkeit des Organismus gegen Ermüdung bei langanhaltenden sportlichen Übungen*" (Keller 1986, 19). Je größer die Ausdauerfähigkeit, desto höher die Konzentrationsfähigkeit des Übenden. Ausdauer ist im Vorschulalter gut trainierbar, wenn sie kindgemäß und ohne äußere Zwänge geschult wird. Altersgemäß kann sie in vielen Spielformen und belastenden Spielen trainiert werden. Die Schulung des Ausdauervermögens sollte nicht überbetont werden, eine entsprechende Beachtung im Sinne der allgemeinen Konditionierung ist allerdings angezeigt.



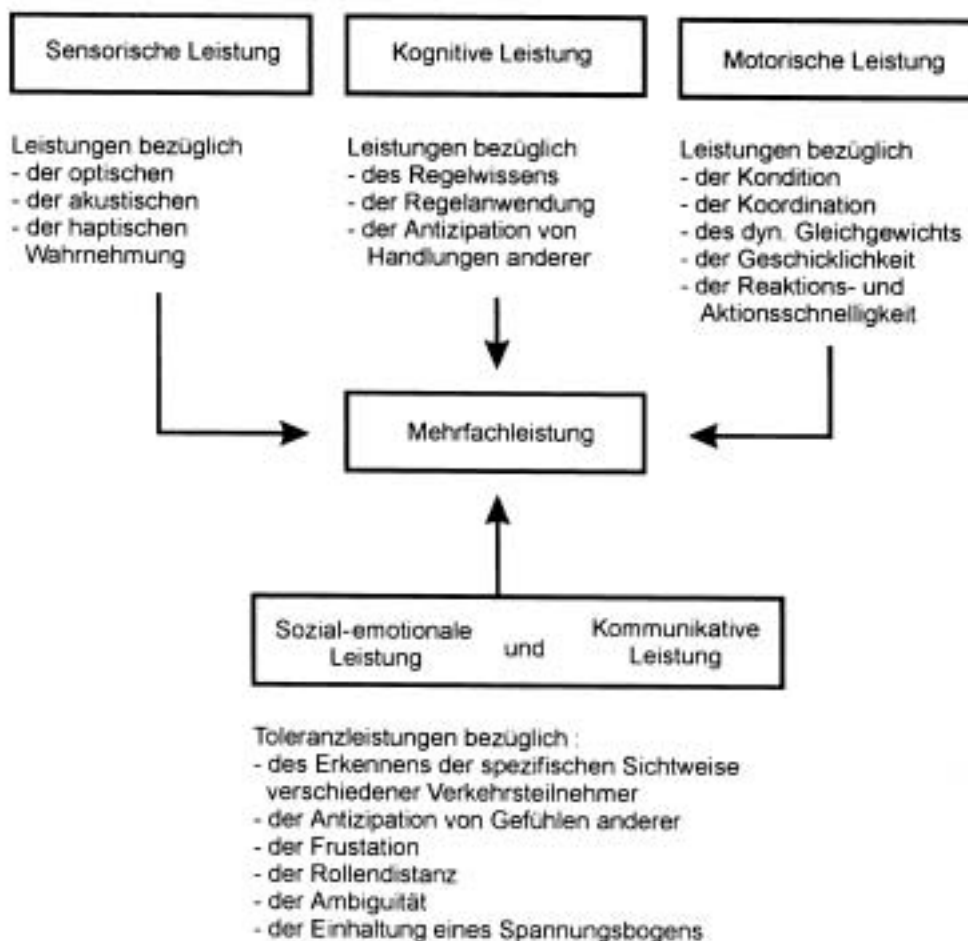


Abb.2: Beanspruchungsformen beim Radfahren (Jackel 1988. 28)

## (2) Schulung der Krafffähigkeiten

Kraft baut auf vielen anatomischen und physiologischen Faktoren auf. Sie stellt die Fähigkeit dar, Widerstände zu überwinden und die Masse eines Körpers gegen diese Widerstände in Bewegung zu setzen. Dies setzt einen bewussten Einsatz der Muskulatur voraus und ist im Vorschulalter nicht möglich!! Ein gezieltes Krafttraining ist deshalb nicht durchzuführen, geeignet sind aber alle Arten der Hindernisüberwindung, die in vielfältigster Form verschiedenste Muskelgruppen ansprechen.

## (3) Schulung der Schnelligkeit

Der Begriff Schnelligkeit gliedert sich in drei Teilbereiche:

- **Schnellkraft**, darunter wird die Schnelligkeit der Bewegungsausführung bei Widerständen verstanden. Sie ist abhängig von den koordinativen Fähigkeiten und der Maximalkraft des Einzelnen. Im Vorschulalter hat sie keine Bedeutung.



- Unter **Aktionsschnelligkeit** versteht man die Schnelligkeit der Bewegungsausführung ohne oder bei geringen Widerständen (z.B. Laufen). Auch sie ist abhängig von den koordinativen Fähigkeiten des Einzelnen (vgl. Jonath 1986, 12).
- Die **Reaktionsschnelligkeit** ist die Fähigkeit "auf ein bestimmtes Signal hin schnell und zweckmäßig motorische Aktionen einzuleiten" (Keller 1986, 19). Sie ist im gesamten Leben nur bedingt trainierbar. Die Reaktionszeit ist abhängig von Faktoren wie Aufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit, Motivation und Körperkoordination.

Im Vorschulalter sind Übungen zur Schnelligkeitsschulung aufgrund der Optimierung und Automation der Laufbewegungen durchaus angezeigt und vermehrt durchzuführen.

#### (4) Schulung der Beweglichkeit

Im Allgemeinen weisen Kinder im Vorschulalter im Bereich des aktiven und passiven Bewegungsapparates eine hohe Elastizität auf. Beweglichkeitssteigernde Übungen sind demnach nicht erforderlich. Die Beweglichkeitsschulung kann in die Schulung koordinativer Fähigkeiten integriert werden.

#### Die Schulung der koordinativen Fähigkeiten

Unter den koordinativen Fähigkeiten versteht man die "Fähigkeit, einen Bewegungsablauf hinsichtlich zeitlicher, räumlicher und dynamischer Komponenten optimal zu gestalten" (Jonath 1988, 87). Im Einzelnen sind zu nennen:

- **Motorische Anpassungsfähigkeit:** Anpassung einer Bewegung an veränderte Umgebungsbedingungen (z.B. Bergablaufen, Bergauflaufen)
- **Steuerungsfähigkeit:** Bewegungen werden so gesteuert und reguliert, dass die gestellte Bewegungsaufgabe lösbar ist. Dies erfordert einen Erfahrungsschatz an Grundbewegungen
- **Reaktionsfähigkeit:** Fähigkeit, durch ein Signal ausgelöste Bewegungshandlung schnellstmöglich auszuführen
- **Orientierungsfähigkeit:** Fähigkeit der Lagebestimmung und Bewegungsveränderung im Raum zu erfassen (z.B. Zielwurf)
- **Gleichgewichtsfähigkeit:** Fähigkeit, die Lageposition des Körpers oder seiner Teile zu beurteilen und falls notwendig zu korrigieren
- **Rhythmisierungsfähigkeit:** Gliederung von Bewegungshandlungen nach zeitlich dynamischen Gesichtspunkten (z.B. Einbeinhüpfen)
- **Kombinationsfähigkeit:** Verbinden von unterschiedlichen Bewegungsformen zu einem einheitlichen Bewegungsganzen. Grundlage hierfür sind vor allem Bewegungserfahrungen und der Bewegungsschatz.

Nach Weineck (1988a, 292) ist die Entwicklung der Bewegungskoordination früher schulbar als die Vervollkommnung der konditionellen physischen Leistungsfaktoren. Die neuromuskuläre oder sensomotorische Steuerung und Regelung von Bewegungen gehört offensichtlich zu jenen elementaren Funktionsbereichen, deren grundlegende Aneignung und Entwicklung bereits sehr früh erfolgen. **Demnach sind mangelnde koordinative Fähigkeiten meist nicht auf unzureichende Anlagen, sondern auf eine unzureichende Förderung in den frühen Lebensjahren zurückzuführen.**

Vorschulkinder sollten also eine Vielzahl von relativ einfachen Bewegungsfertigkeiten erwerben, um für die optimalen Lernphasen eine ausreichend entwickelte Basis an



Bewegungserfahrungen zu besitzen und damit die Lerneffektivität zu steigern. Dabei ist von Anfang an auf eine korrekte Bewegungsausführung zu achten.

## **Praxisbeispiele**

Jede Erzieherin verfügt über einen großen Fundus an Bewegungsspielen, die durchaus geeignet sind physische, motorische und sensorische Reize zu geben und ganzheitlich die Entwicklung durch Bewegung zu fördern. Im Folgenden werden einige wenige Beispiele gegeben. Es steht jedem/r Gruppenleiter/in offen, eigene Ideen, Spiele und Übungen hinzuzufügen in Abhängigkeit von eigenen Ausgangsbedingungen und Möglichkeiten.

### **(1) Spiele und Übungen unter dem Hauptaspekt Koordination**

#### **1 Fahrstuhl (Vulkan)**

Drei oder vier Kinder bilden einen engen Innenstirnkreis mit Schulterfassung. Auf dem Boden im Kreis liegen mehrere Luftballons. Diese müssen - einer nach dem anderen - ohne Benutzung der Hände nach oben transportiert werden und ausgestoßen werden.

(alle koordinativen Eigenschaften)

#### **2 Tauziehen**

Es werden zwei Mannschaften gebildet, die sich gegenüber sitzen. Auf Kommando versuchen die Mannschaften das Tau mit den Füßen möglichst weit in die eigene Spielhälfte zu ziehen. Die Hände dürfen nicht benutzt werden.

Variante: Aus dem Sitz oder Stand mit den Händen ziehen.

(alle koordinativen Eigenschaften + Kraftentwicklung)

#### **3 Schatzsuche**

Die Teilnehmer kriechen mit verbundenen Augen auf allen Vieren durch den Raum und versuchen durch Tasten Murneln oder Naschwerk zu finden.

(Orientierung + Tastsinn)

#### **4 Schlange**

Alle Teilnehmer fassen sich an den Schultern und schließen die Augen. Der Erste - der "Schlangenkopf" - behält die Augen offen und führt den Rest seiner Schlange durch den Raum und über Hindernisse hinweg und um Gegenstände herum.

(alle koordinativen Eigenschaften + Bewegungssinn + Sozialverhalten + Vertrauen)

#### **5 Rollbrettkutsche**

Ein Teilnehmer sitzt auf einem Rollbrett ohne Benutzung von Händen. Das Rollbrett ist mit einem Seil mit einem zweiten Teilnehmer (Pferd) verbunden. Das Pferd zieht die Kutsche über eine festgelegte Strecke, dann Aufgabenwechsel. Ziel ist es, nicht von der Kutsche herunterzufallen.

(alle koordinativen Eigenschaften + Vertrauensbildung + Geschwindigkeitsgefühl)

#### **6 Geschicklichkeitswerfen**

Aus altem Zeitungspapier werden Bälle geformt. Dann werden Zweierteams gebildet. Spieler A wirft den Ball Spieler B versucht den Ball mit einem handelsüblichen Karton aufzufangen.

(alle koordinativen Eigenschaften)

#### **7 Twister**

Es werden verschieden farbige Deckel auf dem Boden ausgelegt. Der Spielleiter gibt bestimmte Farben vor, die von den 4 Extremitäten berührt werden dürfen.

(alle koordinativen Eigenschaften, vor allem Gleichgewicht)



## 8 Bienenspiel (Wo ist die Königin?)

Alle Mitspieler schließen die Augen und sind das Bienenvolk, ein Mitspieler (die Königin) summt und bleibt auf der Stelle stehen. Die anderen Spieler versuchen mit geschlossenen Augen zur Königin zu gelangen.

(Orientierung; akustische Wahrnehmung)

## 9 Brummbär

Es werden Paare gebildet, die sich mit geschlossenen Augen nur per Geräusch verständigen. Das Paar muss einen Parcours gemeinsam bewältigen, dabei hat ein Partner die Augen geschlossen, der andere Partner führt per Geräusch durch den Parcours.

(Orientierung, akustische Wahrnehmung)

## 10 Ampelspiele

Den Farben rot, gelb grün werden bestimmte Tätigkeiten zugeordnet. Der Spielleiter hebt Tücher in den entsprechenden Farben, die vorher verabredeten Tätigkeiten werden dann von den Kindern ausgeführt. Das Spiel kann in eine Bewegungsgeschichte eingebettet werden.

(je nach Geschichte und Tat, optische Wahrnehmung)

## (2) Physis

Alle in diesem Kapitel beschriebenen Grundspiele können auch zur Schulung koordinativer Fähigkeiten benutzt werden, dazu müssen sie leicht abgewandelt werden oder sie bedürfen einer Ergänzung wie beispielsweise bei den Pendelstaffeln.

### Ausdauer

Als Trainingsformen eignen sich einerseits die Dauermethode und intervallartige Belastungen. Die Inhalte sollten abwechslungsreich sein und ausgesprochenen Spielcharakter haben.

Beispiel:

- Pendelstaffeln
- Fangspiele

### Kraft

- Hindernisturnen
- Klettergärten
- Zieh- und Schiebekämpfe
- Pendelstaffeln mit Transport von leichten Gegenständen

### Schnelligkeit

- Fangspiele
- kleine Wettkämpfe
- Schwarz-Weiß
- Seilspringen



## 2.4. Rollerübungen im Kindergartenalltag

(Michael Schulz, Diplom-Sportlehrer)

### Roller versus Fahrrad<sup>1</sup>

Der Kinderroller ist jedem bekannt als Fahrgerät, das Kindern Spaß macht und dabei Gleichgewicht, Geschicklichkeit und Ausdauer schult sowie Erfahrungen von Balance und Gleichgewicht vermittelt. Gleichwohl steht der Roller geradezu symbolisch für eine Gesellschaft, die keine Zeit mehr für das allmähliche Sammeln von Erfahrungen und den schrittweisen Aufbau der Entwicklung hat. Die Notwendigkeit einer schrittweisen Aufeinanderfolge von Entwicklungsstufen kollidiert immer häufiger mit "Wunsch"-vorstellungen vieler Eltern, ihr Kind früh erwachsen zu sehen oder mit anderen mithalten zu können. Was in der Regel gut gemeint ist, dem Kind frühzeitig Mobilität sichern soll, wirkt sich verhängnisvoll aus. So kann beobachtet werden, dass viele Kinder schon auf dem Fahrrad (wenn auch mit Stützrädern) fahren, bevor sie richtig laufen gelernt haben.

Mitverantwortlich für diese Entwicklung ist auch das uneingeschränkt positive Image des Radfahrens in den letzten Jahren. Eine Vielzahl von Vereinen, Organisationen oder Parteien vertreten die Interessen von Radfahrern; das ist sicher auch zu befürworten. In Diskussionen bleibt allerdings unerwähnt, dass die Vorteile des Radfahrens in der Regel für ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene gelten, nicht aber für Kinder im Vorschulalter und nur zum Teil in den ersten Grundschuljahren.

Für beide Fahrgeräte, Roller und Fahrrad gilt im Prinzip das Drehimpulserhaltungsgesetz. Es beschreibt die stabilisierende Wirkung, die von der Drehung der Räder verursacht wird und ein Kippen der Fahrgeräte beim Fahren erschwert. Beide Geräte sind leicht kippend - dies allerdings beim Fahrrad folgenswer.

Bei einer Einschätzung und Bewertung der Nutzung von Fahrrädern durch Vorschulkinder ist zu berücksichtigen, dass das Fahrrad bauartbedingte Probleme mit sich bringt. Das Fahrrad als solches birgt Gefahrenpotentiale. Kommt es zu einem Sturz, dann sind Verletzungen durch abgeknickte Speichen, Weichteilverletzungen (durch Lenkstangenverletzungen) oder Schnittwunden häufige Folgen. Auch dem Erkundungs- und Entdeckungsverhalten von Kindern kommt das Fahrrad wenig entgegen. Spiele an Kette und Ritzel können zu folgensweren Fingerquetschungen führen, ebenso das Hantieren am Gepäckträger. All diese Probleme treten beim Roller nicht auf.

Kraft, Ausdauer, Bewegungskoordination und -rhythmus, Reaktion, Wahrnehmungs- und Gleichgewichtsfähigkeiten - sie alle nehmen Einfluss auf die Beherrschung des Fahrradfahrens. Verschiedene Voraussetzungen bedingen sich zudem wechselseitig und erfordern in kombinierter Form Mehrfachleistungen.

### Rollerfahren als eigenständiges Angebot im Kindergarten

Rollerfahren kann als Vorbereitung zum Erlernen des Radfahrens angesehen werden. Es ist verspielter, weniger zweckbestimmt und weniger zielgerichtet als das Radfahren und somit vielseitiger nutzbar, um motorische Basiskompetenzen auszubauen. Rollerfahren ist außerdem weniger unfallträchtig als Radfahren, weil der Abstand zum Boden gerin-

---

<sup>1</sup> Auszugsweise übernommen aus Lensing-Conrady/Neumann-Opitz 1998, 6 ff.



ger und die Geschwindigkeit niedriger ist. Beim Rollerfahren wird der Gleichgewichtssinn besonders trainiert. Das Kind lernt gezielt zu bremsen und Tempo einzuschätzen und es entwickelt sich ein besseres Reaktions- und Antizipationsvermögen.

### **Voraussetzungen für das Rollerfahren**

Das rollerfahrende Kind sollte von Anfang an bei allen Übungen einen Helm tragen. Der Roller sollte über eine Hand- und Rücktrittbremse verfügen. Das Kind soll Lenker und Handbremse umfassen können. Außerdem soll es die einzelnen Bestandteile des Rollers benennen können und den Sinn der Teile begreifen.

### **Methodik des Rollerfahrens und Übungsbeispiele**

#### **Lerneinheit 1: Kennenlernen des Geräts**

##### **Lernziel**

Das Spielgerät Roller wird den Kindern vorgestellt. Die Einzelteile werden benannt und ihre Funktionsweise demonstriert. Vor allem auf die Helmpflicht für Kinder wird hingewiesen.

##### **Durchführung (Übungsbeispiele)**

- Demonstration durch Erzieherin
- Interaktion zwischen Kind und Erzieherin (Fragen und Antworten)
- Rollermemory 1: Bilder von Einzelteilen des Rollers müssen von den Kindern erklärt werden.
- Rollermemory 2: Es werden von den Bildern Duplikate angefertigt. Es gelten die Regeln des Memoryspiels. Die Kinder suchen gleiche Bilder und erklären die Bilder.
- Rollerpuzzle: Das zerschnittene Bild eines Rollers wird von den Kindern zusammengesetzt
- Kinder malen einen Roller mit allen bekannten Einzelteilen (Feedback an die Erzieherin)

#### **Lerneinheit 2: Gleiterfahrung und Rollerfahrung sammeln**

##### **Lernziel**

Kinder erhalten die Möglichkeit auf verschiedenen Gegenständen Gleit- und Rollerfahrten zu sammeln. Die Kinder erfahren auch Geschwindigkeit. Die verschiedenen Materialien dienen auch der Angstreduktion vor Geschwindigkeit. Das Pedalo ermöglicht eine Schulung des Gleichgewichtsinns bei gleichzeitiger fremdbewegter Fortbewegung.

##### **Durchführung (Übungsbeispiele)**

Es eignen sich im Sinne einer funktionalen Körpererfahrung die Materialien:



### Rollbrett

- Kutschfahrt: Ein Kind sitzt auf dem Rollbrett, ist mit einem Seil mit einem anderen Kind verbunden und wird gezogen.
- Pendelstaffel: Wie oben mit Aufgabenwechsel als kleiner Wettkampf
- Talfahrt: Auf dem Rollbrett eine schiefe Ebene hinunter fahren.

### Pedalo

- Pedalofahren
- Pedalostaffel
- Pedaloparcours

### Roller:

- Gerätekundung: Die Kinder treten an und rollen über eine vorgegebene Strecke. Dabei können auch kleinere Gegenstände im Weg stehen, die zu umfahren sind. Der Erzieher hat beobachtende und "verkehrsregelnde" Funktion.
- Abstoßen und Gleiten: Die Kinder stoßen sich mehrmals hintereinander ab und rollen dann aus
- Wer rollt am weitesten? Die Kinder stoßen sich 5 mal hintereinander kräftig ab und rollen dann aus. Welches Kind kann am weitesten ausrollen?
- Figuren fahren: Die Kinder fahren durch einen abgesteckten Parcours entweder links- oder rechtsherum

### Arbeitsanweisungen:

- Hole kräftig Schwung
- Stelle dich mit beiden Füßen auf das Trittbrett
- Benutze in Kurven das innere Bein zum Abstoßen! Dann kippst du nicht um!

## Lerneinheit 3: Bremsen und Beschleunigen

### Lernziel

Die Kinder sollen lernen, rechtzeitig vor Hindernissen und auf Signale hin zu bremsen. Dabei sollen die Kinder von Anfang an lernen, vorrangig mit der Hinterradbremse die Geschwindigkeit zu drosseln. Unterstützend und bei Gefahr sollen Hand- und Hinterradbremse *gleichzeitig* benutzt werden. Die Handbremse darf grundsätzlich nicht allein benutzt werden, da die Gefahr des Kippens über den Lenker besteht. Die Handbremse ist grundsätzlich kräftig zu handhaben, dabei darf die Lenkstange nicht losgelassen werden. Beschleunigt werden darf nur auf gerader Strecke.

### Durchführung (Übungsbeispiele)

- Hör-Brems-Stopp: Die Kinder fahren auf einem Parcours. Auf ein akustisches Signal der Erzieherin bremsen die Kinder mit der Hinterradbremse (Variationen: Hindernisse in Form von Seilchen, Teppichfliesen einbauen, verschiedene Klänge)
- Allgemeine Bremsübungen: Die Kinder rollern und bremsen vor einem Hindernis
- Einparken: Es liegen V-förmig Teppichfliesen auf dem Boden, auf jeder Fliese befindet sich 1 Kind mit Roller. Auf ein Signal rollern die Kinder los und im Kreis um das V herum. Die Kinder versuchen auf ihrer Teppichfliese den Roller wieder zum Stehen zu bringen. (verschiedene Gegenstände als Einparkhilfe)



## Lerneinheit 4: Kurvenreich fahren

### Lernziel<sup>2</sup>

Aus verkehrspraktischer Sicht ist das Einstudieren des Standbeinwechsels beim Kurvenfahren sinnbringend. Die unterschiedlichen Situationen, die im Verkehrsalltag auftreten können, verlangen das Erlernen des Fahrens auf dem einen wie auf dem anderen Bein und somit den Standbeinwechsel. Denn will man auf dem Roller eine enge Rechtskurve auf dem rechten Bein als Standbein fahren, hat man keinen Regulator. Man holt dann unwillkürlich nach links aus und fährt eine "Feuerhakenkurve". Auf dem Gehweg kann diese Fahrweise zur Kollision mit Fußhängern führen. Vor der engen Rechtskurve muss der rechtsfüßige Rollerfahrer in der Lage sein, auf sein linkes Bein zu wechseln. Gleiches gilt für die linke Kurve des linksfüßigen Rollerfahrers. Wechselt der Rollerfahrer nicht sein Standbein, so kann er bei höherer Geschwindigkeit das Gleichgewicht verlieren und wegrutschen.

Ein weiterer Grund für den Standbeinwechsel liegt im motorischen Bereich: Das Kind trainiert beidseitig und verhindert so eine frühzeitige Dominanz einer Körperseite.

### Arbeitsanweisung:

- Stelle dich recht weit vorne auf das Trittbrett, damit beim Wechseln auf das andere Bein dein anderer Fuß auch noch auf das Trittbrett passt.
- Tritt beim Kurvenfahren immer mit dem Bein auf, das ganz nah an dem Hindernis ist. Wechsele bei der Kurve in die andere Richtung auf das andere Bein.
- Das Innenbein muss immer unten sein. Sprich vor dich hin: "Da ist das Hütchen" und stampfe mit dem Innenbein ganz nah am Hütchen fest auf

### Durchführung (Übungsbeispiele)

- Standbeinwechsel auf gerader Strecke: Kinder holen wechselseitig mit dem rechten und dem linken Bein Schwung
- Slalomfahren: Es wird ein Slalomparcours aufgebaut, den die Kinder zu durchfahren haben
- Lasttaxi: Es werden durch einen Parcours Gegenstände von A nach B transportiert, dabei sollen viele Kurven gefahren werden.
- Staffelrollern: Durch einen Rundparcours wird ein Gegenstand transportiert. Im Ziel werden Gegenstand und Roller an den nächsten Mitspieler übergeben (Auch als Wettkampf)

### Schlußbemerkung

Die vorangestellten Übungen sind exemplarisch und sind methodisch nur bedingt geordnet. Die Übungsreihenfolge muss der Erwachsene nach dem motorischen Können und dem motorischen Lernen seiner Gruppe ausrichten. Dabei können sich Übungsinhalte verschieben, manchmal sogar überflüssig werden. Auch die methodische Vorgehensweise kann sich ändern. Sollten die Kinder mit der Aufgabe Roller fahren überfordert sein, so sollten motorische Grundfertigkeiten geschult werden.

<sup>2</sup> Vgl. Jackel 1998, 15



## 2.5. Vorbereitung des Rolleraktionstages

(Volker Clasen, Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“)

Wann?

- ✓ Termin festlegen, Wochentag, Uhrzeit

Wo?

- ✓ Gelände der Kindertageseinrichtung, benachbartes Schulgelände, Sportplatz
- ✓ Absprache mit der Schule zur Nutzung des Geländes

Wer?

- ✓ Vorzugsweise Kinder im Alter von 3-4 Jahren
- ✓ Eltern, Großeltern, ggf. Geschwisterkinder
- ✓ Auf überschaubare Teilnehmerzahl achten

Bekanntmachung

- ✓ Elterninfobrief
- ✓ Aushang im Kindergarten
- ✓ Presse einladen

Verpflegung

- ✓ Eltern bringen Kuchen etc. mit
- ✓ Eigene Mittel und Möglichkeiten des Kindergartens
- ✓ Können Sponsoren weiterhelfen (Geschäfte in der Nachbarschaft)?
- ✓ Ggf. Verkauf der Speisen und Getränke
- ✓ Wer verkauft oder gibt Speisen aus?

Vorbereitung

- ✓ Auswahl der Spiele und Rollerübungen
- ✓ Sind ausreichend Helme vorhanden? Können Kinder eigene Helme mitbringen?
- ✓ Welche Materialien werden benötigt und wo können diese beschafft werden!
- ✓ Gestaltung der Rollerparcours
- ✓ Gestaltung der Übungsplätze für die Spiele zur Motorik, Koordination etc.
- ✓ Gemeinsame Übungen für Eltern und Kinder ausdenken, ggf. auch Spiele für drinnen
- ✓ Urkunden vorbereiten

Durchführung

- ✓ Kinder ggf. in kleine Gruppen einteilen
- ✓ Stationskarten ausgeben, die an den einzelnen Spielstationen abgehakt werden können, damit die Kinder alle Spiele mitmachen

Abschluss

- ✓ Rollercorso aller Kinder auf dem Übungsgelände
- ✓ Überreichen einer Teilnahmeurkunde

Sonstiges

- ✓ Streuartikel zur Ausgabe an die Kinder beschaffen (ADAC, Kieler Nachrichten, Mc Donalds, Banken...)
- ✓ Fotodokumentation, Videofilm
- ✓ Feedback zwischen den Erzieherinnen, mit den Kindern und Eltern sowie dem Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“



Diese Auflistung wurde als Leitfaden von den beteiligten Erzieherinnen erarbeitet und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Die Resonanz der Mitarbeiterinnen auf diesen Seminartag war sehr positiv. Insbesondere die praktische Ausrichtung wurde als sehr angenehm empfunden. Die Übungen mit dem Roller zeigten: Roller fahren will geübt sein! Auch Erwachsene haben zum Teil Schwierigkeiten mit dem Gleichgewicht oder der Kurventechnik. Aber es hat allen viel Spaß gemacht.

Wichtig ist im Rahmen der Arbeitsgruppen am Nachmittag darauf zu achten, dass möglichst praxisnah für den Projektverlauf im Kindergartenalltag vorgeplant wird. Die Gruppenorganisation und Durchführung des Rollertages müssen Hand in Hand arbeiten. Insbesondere für die Durchführung des Rollertages sollte bereits ein vorläufiger Plan erstellt werden, der dann natürlich nach den Erfahrungen mit den Rollerfahrkünsten der Kinder modifiziert werden kann.

### 3. Der Elternabend

Die Information der Erziehungsberechtigten über das geplante Projekt sowie über Ziele und Hintergründe und zum Thema "Kind und Verkehr" war das Anliegen der Elternabende, die in beiden Kindergärten durchgeführt wurden (am 16. Mai 2000 im Kindergarten HansasträÙe und am 18. Mai 2000 im Kindergarten Jettkorn). Die pädagogischen Mitarbeiterinnen unterstützen die Kinderärzte und die Polizeiverkehrslehrer bei der Durchführung des Elternabends.

Um die Eltern sofort gedanklich auf das Thema Verkehrssicherheit zu fokussieren, wurden sie bereits vor der offiziellen BegrüÙung und Eröffnung des Elternabends gebeten, über die Richtigkeit folgender Thesen durch Bepunktung abzustimmen:

#### Thesen

- Kinder verhalten sich n i c h t verkehrsgerecht!
- Geschwindigkeitskontrollen finden immer an den falschen Stellen statt!
- Kinder sind überfordert, wenn sie erlernte Regeln im Straßenverkehr umsetzen sollen!
- Geschwindigkeitskontrollen sind reine „Abzockerei“!
- Kraftfahrer sind überfordert, wenn sie sich auf falsches Verhalten von Kindern einstellen sollen!
- Kinder haben keine Bremse!
- Wenn ich es eilig habe, wirkt sich dies auf meine Fahrweise aus!
- Tempo 30 ist in Wohngebieten zu schnell!
- Es gibt zu viele Tempo 30-Zonen!
- Kinder reagieren auf Vorbilder!
- Mein Kind hat auf dem Weg zum Kindergarten keine Probleme. Ich fahre es!
- Der Fahrradhelm sollte nur die Wirtschaft „ankurbeln“!
- Mein(e) 6-jährige(r) Tochter / Sohn kann schon gut fahrradfahren!
- Das Fahrrad meiner Tochter / meines Sohnes ist verkehrssicher!
- Radfahrer halten sich häufiger als andere Verkehrsteilnehmer nicht an Verkehrsregeln!

Das Ergebnis der Abstimmung blieb an Flip-Chart-Blättern für jeden Teilnehmer bis zum Ende der Veranstaltung im Plenum sichtbar, so dass zum Abschluss des Elternabends die Möglichkeit vorhanden war auf diskussionswürdige Ergebnisse einzugehen.



Zur Vorbereitung des Ärztevortrages wurde mit den Eltern ein Spiel durchgeführt, das die Schwierigkeiten von Kindern verdeutlichte, wenn verschiedene Wahrnehmungsbereiche gleichzeitig angesprochen werden.

Es folgte der Kurzvortrag von Dr. Berger in der KTE Jettkorn bzw. Dr. Gidion in der KTE Hansastrasse. (siehe Seite 3., Kapitel 2.1.)

Im Anschluss an den Vortrag wurden die Eltern in zwei Arbeitsgruppen aufgeteilt. Dort setzten sie sich mit folgenden Aufgabenstellungen auseinander:

#### **Arbeitsgruppe 1:**

Mit welchem eigenen Verhalten als Kraftfahrer, Radfahrer oder Fußgänger können Sie zur Sicherheit von Kindern im Straßenverkehr beitragen?

#### **Arbeitsgruppe 2:**

Wie können Eltern das Verhalten ihrer Kinder im Straßenverkehr unmittelbar positiv beeinflussen?

Nach einer Bearbeitungszeit von ca. einer halben Stunde wurden die Arbeitsgruppenergebnisse dem Gesamtplenum vorgestellt und miteinander diskutiert.

Abschließend wurden die Eltern nach ihren spontanen Eindrücken des Elternabends befragt. Hier einige Rückmeldungen:

- ❖ ich hatte heute Abend einen Vortrag erwartet
- ❖ abwechslungsreich und informativ
- ❖ ich habe erwartet, Infos über neue Verkehrsregeln zu hören
- ❖ ich hätte gedacht, mein Kind sei zurückgeblieben, weil es noch nicht rechts und links unterscheiden kann
- ❖ gut, dass wir uns über das eigene „Vorbildverhalten“ einmal den Spiegel vorgehalten haben

Nachträglich geführte Gespräche zwischen den anwesenden Erzieherinnen und Vertretern des Arbeitskreises ergaben, dass die methodisch gewählte Form des Elternabends auf eine insgesamt positive Resonanz fiel.

Allerdings besteht die Auffassung, dass das Interesse am Besuch eines Elternabends gesteigert werden könnte, wenn er nach dem Rolleraktionstag durchgeführt wird. Auch die Imagepflege für den Roller sollte auf dem Programm stehen. Dazu können ein City-Roller sowie ein Tretroller für Erwachsene bei der Landesvereinigung ausgeliehen werden. Die Eltern können dann das Rollern gleich ausprobieren.

Aus Sicht der Polizeiverkehrslehrer, die bereits in verschiedenen anderen Einrichtungen Elternabende durchführten, hat sich die Art und Weise der Gestaltung durchgehend bewährt. Das Ziel, eine Diskussionsplattform zu schaffen, in der sich Eltern zu dem Problem der Verkehrssicherheit von Kindern austauschen können, wird regelmäßig erreicht. Angereichert mit fachlichen Informationen sollten die Elternabende zu einem sensibleren Umgang mit dem Problem Verkehrserziehung durch Eltern führen, denn aus deren Sicht erscheint die Allianz aus Kinderärzten, den Polizeibeamten und letztlich den Erzieherinnen vertrauenswürdig und kompetent.



## 4. Rollerübungen im Kindergartenalltag

Jeder Kindergarten erhielt vom Arbeitskreis zehn Roller mit dazugehörigem Helm. Die Erzieherinnen übten mit den Kindern im Kindergartenalltag entsprechend den gemeinsam erarbeiteten Möglichkeiten das Rollerfahren als Vorbereitung auf den Rollertag. Dabei wurden unterschiedliche Vorgehensweisen gewählt.

### 4.1. KTE HansasträÙe

Als Vorbereitung auf das Rollerfahren wurden Wahrnehmungs- und Geschicklichkeitsspiele angeboten.

- ❖ Eierlaufen
- ❖ Einen mit Wasser gefüllten Luftballon im Kreis herum geben und bei Klingelzeichen die Richtung ändern.
- ❖ Zwei Kinder teilen sich einen Luftballon und ein Rhythmtuch. Der Luftballon wird auf dem Tuch durch den Raum getragen, dann mit Hilfe des Tuches hochgeworfen und wieder aufgefangen.
- ❖ Ampelspiel für 3-4Jährige: rot=stehen, gelb=hinhocken, grün=gehen.

Die Kinder bekamen die Roller erst nach einer genauen Einführung in die technischen Details (FuÙbremse, Handbremse, Klingel, Ständer). Es wurden die Fragen erörtert: Wie macht man einen Roller fahrbereit? Wie stellt man ihn wieder ab? Die Bremsen wurden vorgestellt. Danach durften die Kinder eine Runde Roller fahren.

Durch Einführung eines Rollerliedes wurde das Gelernte wiederholt und vertieft. Ergänzend wurde der Fahrradhelm vorgestellt und seine Benutzung eingeübt. Danach war Roller fahren in der Halle auf gerader Strecke an der Reihe. Der nächste Schritt war dann das Roller fahren auf dem Schulhof in kleinen Gruppen mit folgenden Aufgaben:

- ❖ Gerade lange Strecke rollern und dabei beide FüÙe auf dem Roller stehen lassen.
- ❖ Beinwechsel, z.B. auf dem Hinweg rechtes Bein als Schwungbein benutzen und auf dem Rückweg das linke Bein.
- ❖ Beinwechsel während der Fahrt auf der Hälfte der Strecke.
- ❖ Slalom fahren, ein Erwachsener rollert voraus und bestimmt den Kurs, die Kinder rollern hinterher.

Zur Überprüfung des Gelernten malten die Kinder in Kleingruppen zu Musik zum Thema: Wie sehe ich meinen Roller oder was hat mein Roller alles? Die dabei hergestellten Bilder sind sehr detailgetreu ausgefallen. Bis auf zwei Kinder haben sogar alle an den Helm gedacht.





Mit weiteren Wahrnehmungs- und Geschicklichkeitsspielen wurden die Kinder auf die verschiedenen Rollerparcours vorbereitet. Da besonders die 3-4Jährigen erst die Form der Acht oder Slalom lernen müssen. Folgende Spiele wurden in Gruppen mit 20 Kindern in der Halle gespielt:

- ❖ **Kettenspiel:** Immer 3 Kinder fassen sich an und bilden so einen Häuserblock. Zwischen den Häusern sind Straßen auf denen Autos fahren. Eine Erzieherin fährt als erstes Auto, dann fahren die Kinder, erst eins, dann zwei als Auto mit Anhänger und zum Schluß drei Kinder als LKW. Die Häuser und Fahrzeuge dürfen sich nicht berühren.
- ❖ **Achter fahren:** 20 Kinder in der Halle. 2 Reifen liegen als Hilfe auf dem Boden. Eine Erzieherin zeigt und erklärt die Acht. Die Kinder gehen die Acht nach (immer 1 Kind in der Acht). Danach stehen sich je 10 Kinder gegenüber und laufen nach Rufen ihrer Namen die Acht in entgegengesetzte Richtungen sogar ohne in der Mitte zusammenzustoßen.

Die Kinder konnten nach diesen Spielen alle Schlange/Slalom laufen. Sie übten begeistert und hatten keinen Bammel mehr vorm Rollertag!

Als der erste Termin für den großen Tag wegen Regen ausfiel, reichten die Gefühle von Traurigkeit bis Erleichterung (mehr Zeit zum Üben!). Die ersten Kinder hatten nicht mehr soviel Lust zum Rollerfahren, doch andere übten fleißig weiter. Die Kinder konnten dann in Eigenregie Roller fahren. Sie sind in der Zwischenzeit sehr viel sicherer geworden.

#### **4.2. KTE Jettkorn**

Der zweite Kindergarten ließ die Kinder ganz unbefangen mit den Rollern üben. Einige Gruppen übten im Freispiel mit den Kindern, um Hindernisse zu fahren und dabei die richtige Kurvenlage zu beachten. Auch das Bremsen wurde geübt. Sehr gut kamen auch die Helme an. Alle Kinder wollten nur noch mit Helm rollern. Die bereitgestellte „Move-it“ Box mit verschiedenen Materialien zur Bewegungsförderung wurde von den Gruppen vielseitig genutzt. (Spielvorschläge siehe unter 4.1.)

Die Erfahrungen der Erzieherinnen zeigen, dass die Kinder mit den Rollerübungen im Kindergarten an Sicherheit gewonnen haben.

### **5. Rollertag im Kindergarten**

Den krönenden Abschluss des Projektes für die teilnehmenden Kinder war der Rollertag (am 15., 20., 21.6.2000). Auch hier war die Gestaltung abhängig von den individuellen Gegebenheiten der beteiligten Kindergärten. Im KTE Hansastrasse wurde ein Rollertag für alle Kinder angeboten. Im KTE Jettkorn fanden zwei Rollertage statt: einer für die 3-4jährigen und einer für die 5-6jährigen Kinder. Die jeweils andere Gruppe machte einen Ausflug.

#### **5.1. Rollertag im KTE Hansastrasse**

Nachdem der erste Termin wegen Regen ausfiel, fand am 21.6.2000 der Rollertag statt. Es nahmen alle Elementarkinder von 3-6 Jahren teil. Die Kinder wurden nach einem gemeinsamen Begrüßungslied in Gruppen von 8-10 Kindern eingeteilt. Die Gruppen



umfassten entweder 3-4Jährige oder 5-6Jährige und wurden gruppenübergreifend zusammengestellt. Eine Betreuerin begleitete eine Gruppe durch die Stände. An den Ständen standen Eltern, die unterstützten und den Stand in Ordnung hielten. Jedes Kind bekam eine Karte mit Symbolen für die unterschiedlichen Stationen, die jeweils abgestempelt wurde.



Folgende Stationen wurden angeboten:

- ❖ Rollerparcours „Kreis fahren“ (Parkplatz vorm Haus)
- ❖ Rollerparcours „fahren und an Linie bremsen“ (Außengelände)
- ❖ Rollerparcours „kleiner Slalom“ (Außengelände)
- ❖ Rollerparcours „geradeaus fahren, Schwung holen, ausrollern und durch Tunnel fahren“ (Schulhof)
- ❖ Sinnespfad (Halle)





Jede Gruppe führte in einem Korb Getränke mit, da es an diesem Tag sehr heiß war.

Der krönende Abschluss des Rollertages war der Verleih einer Urkunde (s. Anhang) durch den Verkehrslehrer und den Jugendschutzbeauftragten als Mitglied des Arbeitskreises. Die Urkunden waren vorher vorbereitet worden: die Kinder hatten sich selbst gemalt und die Urkunden wurden laminiert.



## **5.2. Rollertage im KTE Jettkorn**

Da der Kindergarten Jettkorn eine Siebengruppeneinrichtung mit insgesamt 114 Kindern im Elementarbereich ist, entschied sich das Team für zwei Rollertage: ein Tag für die Altersgruppe 3-4, einer für die Altersgruppe 5-6. Da das gesamte Außengelände genutzt werden sollte, wurde jeweils eine Parallelveranstaltung für die nicht teilnehmenden Kinder angeboten. Zur Vorbereitung beider Aktionen wurden zwei Arbeitsgruppen gebildet. Eltern konnten ab 12 Uhr dazu kommen, sich bei Mitarbeitern des Arbeitskreises informieren sowie einmal selbst Roller fahren.

Der Rollertag begann für die Kinder um 9 Uhr, ab 8 Uhr wurden die insgesamt sechs Stationen aufgebaut und das Gelände geschmückt. Die Kinder der nicht teilnehmenden Altersstufe verließen die Einrichtung um 8.15 Uhr zu einem gemeinsamen Ausflug. Um 9 Uhr stärkten sich alle bei einem gemeinsamen Frühstück, danach versammelten sich alle in einem großen Kreis. Den Kindern wurde der Tagesablauf erklärt und es wurden sechs Gruppen gebildet. Die Aufteilung fand nach Farben statt. Die Kinder entschieden sich für eine Farbe und erhielten einen vorbereiteten Anhänger. Auf der Rückseite dieses Anhängers waren alle sechs Farben, die an den Stationen, denen jeweils eine Farbe zugeordnet war, abgehakt wurden. Um ca. 9.45 Uhr ging es dann richtig los.



- ❖ Station „Stop and go“  
 Aufbau: Fußgängerüberweg, Ampel, Passanten – alt – mit Hund – mit Stock,  
 Zwei Kinder verkleiden sich als Oma und überquerten die Fahrbahn am Zebrastreifen. Die Rollerfahrer mussten entsprechend reagieren und bremsen. Die Übung wurde mit der Ampel wiederholt.  
 Ziel: Bremsen üben, Reaktionsvermögen fördern, Links-Rechts-Koordination schulen.
- ❖ Station 8-ter Parcours  
 Um einen Baum und das Karussell auf dem Spielplatz wurde mit Gummimatten eine Acht gelegt. Ziel war es, dass die Kinder den Fußwechsel in der Kurve übten. Die Acht wurde zuerst abgegangen und dann mit dem Roller gefahren. Für die 3-4 Jährigen wurde der Parcours vereinfacht, indem Kreise gelegt wurden.
- ❖ Station „Hütchen – Parcours“  
 Start und Ziellinie sowie der Verlauf des Parcours wurden mit Kreide aufgemalt. Alle Kinder gingen die Strecke gemeinsam ab. Danach fahren zwei Kinder die Strecke ab. Am Ziel wird gewartet bis der Partner durch ist, dann wird zurückgefahren und abgewechselt.
- ❖ Station „Wippe“  
 Die Kinder hatten die Aufgabe über zwei Wippen zu fahren (Ein Holzbrett wurde auf zwei Halbkugeln gelegt.) Einige Kinder hatten Angst, diese Hindernisse zu überwinden. Ziel war die Gleichgewichtsförderung.
- ❖ Station „Kuscheltiertaxi“  
 Auf dem Gepäckträger des Rollers wurde ein Pappkarton befestigt. Die Kinder transportierten darin ein Kuscheltier zu einem Haus. Es musste darauf geachtet werden, dass der Fahrgast nicht hinausfällt. Die Geschwindigkeit durfte daher nicht zu hoch sein.
- ❖ Station „Gleichgewicht“  
 Über Bänke und schiefe Ebenen wurde mit Tüchern in der Hand, Bohnensäckchen auf dem Kopf und Frisbeescheiben als Hut balanciert. Anschließend wurde mit dem Roller die schiefe Ebene befahren (Dieser Teil wurde für die 3-4 Jährigen weggelassen)



- ❖ Station „Ei im Helm“  
Der Arbeitskreis führte den Kindern anschaulich die Vorteile des Helmtragens vor. Das Ei wurde einmal mit und einmal ohne Helm fallengelassen. Die Kinder durften selbst die Sicherheit des Eierhelms ausprobieren und helmgeschützte rohe Eier auf die Erde werfen.
- ❖ Station „Erfrischung“  
Hier gab es zwischendurch Getränke für alle müden und durstigen Rollerfahrerinnen und Rollerfahrer.



Zum Abschluss erhielten die Kinder von den Verkehrslehren der Polizei eine Urkunde (s. Anhang). Die Urkunden waren vom Kindergarten vorbereitet worden. Es wurde von jedem Kind ein Foto gemacht, auf die Urkunde geklebt und diese dann laminiert. Dies erfordert einen Vorlauf von ca. vier Wochen, damit es zu keinem Engpass kommt.



Sechs Kinder und zwei Erzieherinnen der Kindertageseinrichtung Jettkorn hatten zum Abschluss des Projektes noch einen aufregenden Auftritt zur Kieler Woche. Im Rahmen der Veranstaltung des Verkehrsministeriums „Kind und Verkehr“ im RSH-Zelt führten sie ihr Können einem begeisterten Publikum vor.



## 6. Ergebnisse und Ausblick

### Rückmeldungen aus den Projekt - Kindergärten:

- ❖ Alle Kinder nahmen mit Begeisterung und Ehrgeiz am Rollertag teil.
- ❖ Der Verleih der Urkunden durch die Verkehrslehrer der Polizei war eine ganz besondere Attraktion. Diese Aktion trägt viel dazu bei, Berührungängste zum Polizisten in Uniform abzubauen und ein Vertrauensverhältnis aufzubauen.
- ❖ Einige Dreijährige, die noch nie Roller gefahren waren, wurden durch die Aktion motiviert und übten auch nach dem Rollertag fleißig weiter.
- ❖ Die Hortkinder begeisterten sich fürs Roller fahren, insbesondere der City-Roller lag voll im Trend.
- ❖ Viele Kinder wünschten sich nach dem Projekt einen Roller. Seitens der Eltern wurden die hohen Anschaffungskosten bemängelt. Eine Alternative zum Kauf wäre ein Rollerleih. Denkbar wäre auch eine Rollerbörse, auf der gebrauchte Roller und andere Fahrzeuge angeboten und verkauft werden.
- ❖ Alle Kinder fuhren gerne mit Helm. Die Helme sind jedoch im Handling für Kinder und Erzieherinnen sehr unpraktisch. Jeder Helm muss dem Kinderkopf angepasst werden. Jüngere Kinder schaffen das nicht ohne fremde Hilfe. Für die Erzieherin ist es teilweise nicht möglich fünf Kindern innerhalb von zehn Minuten den Verschluss umzustellen. Eine Lösung wären Klettverschlüsse, welche die Kinder selbst einstellen könnten. Es muss zudem darauf geachtet werden, dass die Kinder die Helme wieder abnehmen, bevor sie andere Spielgeräte nutzen.
- ❖ Roller fahren ist schön, bringt Spaß und ist voll akzeptiert. Es kommen wieder mehr Kinder mit dem eigenen Roller statt mit dem Fahrrad in den Kindergarten.
- ❖ Da die Stationen bei den Kindern so gut ankamen, sollen auch nach Projektabschluss Elemente in den Kindergartenalltag einfließen.
- ❖ Die Eltern nutzten die Angebote zum Teil sehr zaghafte. Wichtiger für sie war, dass ihr Kind eine Urkunde erhielt. Nur wenige Eltern trauten sich selbst das Roller fahren auszuprobieren. Denkbar wäre, dass die Gruppen die Eltern gezielt zu einem „Elternrollertag“ einladen, an dem sich die Kinder Aufgaben für die Eltern ausdenken. Wünschenswert ist auch, dass der Elternabend nach dem Rollertag stattfindet. Eltern werden so durch die Berichte der Kinder zum Besuch der Veranstaltung motiviert und könnten gezielter fragen. Auf diesem Weg könnten vielleicht mehr Eltern erreicht werden.
- ❖ Beide Einrichtungen hatten viel Spaß beim Rollern und wollen ähnliche Aktionen in eigener Regie wiederholen.
- ❖ Positiv war auch die Resonanz in der Presse und im Stadtteil. Die Mitarbeiter der eingeladenen Presse verhielten sich sehr kindgerecht und störten den Ablauf des Rollertages nicht. Eine Einrichtung wurde durch die Presseberichte motiviert, ebenfalls einen Rollertag durchzuführen und lieh sich die Roller dafür im Kindergarten Jettkorn aus.
- ❖ Die Kinderärzte baten durch Aushänge in ihren Praxen um Rollerspenden. Auf diesem Wege wurden mehrere Roller gespendet.

### Das Projekt im Jahr 2000

Die Tagesstätte für Studenten Kinder e.V. in Kiel führten als dritter Kindergarten das Projekt komplett durch und bestätigten die Erfahrungen der ersten beiden Kindergärten. Im Studentenkindergarten fanden zwei Elternabende statt. Es beteiligten sich 50% der Elternschaft. Dank der genannten Sponsoren konnte auch dieser Kindergarten mit 10 Rollern ausgestattet werden, die von den Kindern auch nach dem Projekt intensiv genutzt werden. Am Ende der Projektphase wurde das Kindergartengelände von den Mitarbeiterinnen in Übereinstimmung mit den Eltern zur *fahrradfreien Zone* erklärt.



Das Projektmanual wurde in einer ersten Auflage von 1000 Stück vervielfältigt und landesweit an interessierte Einrichtungen und Dienststellen verteilt. Ziel war es, möglichst viele Nachahmer zu aktivieren. Über Artikel in Fachzeitschriften wurde das Projekt auch bundesweit bekannt.

Zusätzlich veranstalteten **14 Kieler Kindergärten** einen Elternabend nach dem Projektmuster mit Unterstützung durch einen Verkehrslehrer und einen Kinderarzt. Damit wurden ca. **300 Eltern** erreicht.

Nach der Vorstellung des Projektes bei der Jahreshauptversammlung der Kieler Verkehrswacht wurde spontan weitere Unterstützung zugesagt.

## Das Projekt im Jahr 2001

Beim Tag der offenen Tür der Kieler Verkehrs AG war der Arbeitskreis mit einer „Rollerschule“ dabei. Die Verkehrslehrer der Kieler Polizei boten diesen Rollerparcours im Jahresverlauf auch im Rahmen anderer Veranstaltungen an, z.B. bei der Verkehrssicherheitskonferenz. Während die Kinder rollern, informieren sich die Begleitpersonen zum Thema.

Eine Umfrage bei den Kieler Kindergärten ergab, dass die Ausstattung mit Rollern unbefriedigend ist. Am 4. April 2001 fand von 14.00 – 16.30 Uhr in der Hans-Christian-Andersen-Schule in Kiel eine Informations- und Fortbildungsveranstaltung für alle Kieler Kindergärten statt. Es nahmen ca. 40 Pädagoginnen teil. Daraufhin führten mehrere Kindergärten das Projekt in eigener Regie durch.

Im Jahr 2001 führten die Kieler Polizeiverkehrslehrer zusammen mit Kieler Kinder- und Jugendärzten in **14 Kindergärten** gemeinsame Elternabende zum Thema „Sicher rollern – besser radeln!“ durch. Es wurden dadurch ca. **350 Eltern** erreicht.

Auch die Polizei der Gemeinde Probsteierhagen organisierte eine Fortbildungsveranstaltung für Mitarbeiterinnen von Kindergärten und unterstützt in ihrem Zuständigkeitsbereich das Projekt gemeinsam mit einer Kinder- und Jugendärztin. Im Rahmen des Pilotprojektes „Sichere Gemeinde“ übernahm die Stadt Rendsburg das Projekt und initiierte einen lokalen Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“.

Am 4.12.2001 wurde der Kieler Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“ für das Pilotprojekt „Sicher rollern – besser radeln!“ im Bundesministerium für Gesundheit in Bonn mit einem Hauptpreis beim Wettbewerb „Kindersicherheit in Städten und Gemeinden“ ausgezeichnet. Der Preis wurde von der Bundesarbeitsgemeinschaft Kindersicherheit verliehen.

## Das Projekt im Jahr 2002

Gemeinsam mit dem Ministerium für Wirtschaft, Technologie und Verkehr des Landes Schleswig-Holstein, der Unfallkasse Schleswig-Holstein und der Stadt Rendsburg veranstaltete der Arbeitskreis eine landesweite Fachtagung zum Thema „Sicher rollern – besser radeln!“. Ungefähr 120 Multiplikatorinnen und Multiplikatoren kamen ins Hohe Arsenal nach Rendsburg, um sich zu informieren und das Rollern praktisch auszuprobieren. Dank einer großzügigen Spende der Firma PUKY konnten unter den teilnehmenden Kindergärten 17 Roller verlost werden.

Am 10. Oktober fand auf Einladung der Verkehrswacht Flensburg eine Auftaktveranstaltung für das Projekt „Sicher rollern – besser radeln!“ in Flensburg statt.



Inzwischen sind sowohl landesweit als auch bundesweit viele Kindergärten auf den Roller gekommen und veranstalten Rolleraktionstage und Elternabende zum Thema. Der Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“ möchte auch weiterhin möglichst viele Kindergärten animieren, sich dieses Themas anzunehmen. Im Rahmen seiner Möglichkeiten unterstützt der Arbeitskreis die Arbeit vor Ort. Es ist jedoch immer sinnvoll, auf eigene Initiative Sponsoren anzusprechen, um Roller für jeden Kindergarten zu bekommen, denn Unfallprävention für Kinder ist einfach ein wichtiges Thema, das vielen am Herzen liegt.

Alle Eltern sollen ermutigt werden beim Thema Roller oder Fahrrad aus dem Konkurrenzdruck auszubrechen und sich nicht daran messen zu lassen, welches Kind am frühesten Fahrrad fahren kann. Dies geht leichter, wenn sie wissen: **sicher rollern – besser radeln!**

## 7. Literatur:

- Biermann, Ingrid:** Spiele zur Wahrnehmungsförderung, Freiburg , 1999.  
**Biermann, Ingrid:** FarbenTage. Kleine Aktionen für den KITA-Alltag, Freiburg, 2000.  
**Biermann, Ingrid:** Gemeinsam entdecken wir die Welt. Geschichten, Lieder und Spiele im Kindergarten, Freiburg, 1999.  
**Curt, Bernd/Medler, Michael/Räupke, Rüdiger:** Erlebnisturnen (Anregungen für den praktischen Sportunterricht; 17), Flensburg, 1998.  
**Deutsche Verkehrswacht (Hrsg.):** Fit in den Straßenverkehr. Der Spielekalender 2000 zur Förderung der Bewegungssicherheit, Hamburg, 1999.  
**Deutsche Verkehrswacht (Hrsg.):** Das "Move it" - Buch. Spiele und Übungen zur Förderung der Bewegungssicherheit für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter, Meckenheim, 1999.  
**Ehrich, Marianne:** Stundenbilder zur Bewegungserziehung, Wolfenbüttel, 1991.  
**Gerling, Ilona E.:** Kinder turnen: helfen und sichern, Aachen, 1997.  
**Jackel, Birgit:** Psychomotorische Handlungskompetenz beim Radfahren (Reihe Motorik, 20), Schorndorf , 1997.  
**Jackel, Birgit:** Rollern auf zwei Rädern, Braunschweig, 1998.  
**Jonath, Ulrich (Hrsg.):** Lexikon Trainingslehre (rorosport, 7638)., Reinbek b. HH, 1986.  
**Keller, S.:** Körpererziehung im Kindergarten, Berlin, 1986.  
**Lensing-Conrady, R./Neumann-Opitz, N.:** Vom Roller zum Fahrrad (Verkehrswachforum, 6), Meckenheim, 1998.  
**Meinel, Kurt/Schnabel, Günter:** Bewegungslehre – Sportmotorik, Berlin, 1987.  
**Schulz, Michael:** Toben, Raufen, Kräfte messen - Spiele nicht nur für starke Jungs (Kindergartenpraxis, 1), Dänischenhagen 1999.  
**Schulz, Michael:** Bewegungsförderung im Kindergarten, (Kindergartenpraxis; 2). Dänischenhagen, 2000.  
**Stein, Gisela:** Kinder und Eltern turnen, Aachen, 1997.  
**Stein, Gisela:** Kleinkinderturnen ganz groß, Aachen, 1994.  
**Weineck, Jürgen:** Sportbiologie (Beiträge zur Sportmedizin, 27), Erlangen, 1988a.  
**Weineck, Jürgen:** Optimales Training (Beiträge zur Sportmedizin, 10), Erlangen, 1988b.  
**Willimczik, Klaus/Roth, Klaus:** Bewegungslehre (rorosport, 7048), Reinbek , 1988.  
**Zimmer, Renate:** Bewegung, Sport und Spiel mit Kindern, Aachen, 1990.

## 8. Anhang

Urkunde  
Flyer des Arbeitskreises



## Impressum

Text:

Volker Clasen, Sabine Hoffmann-Stuernagel, Dietmar Luckau, Dr. Heimo Polchau, Michael Schulz

Redaktion:

Sabine Hoffmann-Stuernagel

Kiel, im September 2000, überarbeitet im Januar 2003

### Herausgegeben vom Kieler Arbeitskreis „Sicher auf zwei Rädern“

Dr. Lutz D. Berger  
Wulfsbrook 2  
24113 Kiel  
Tel.: 0431/68 00 68

Volker Clasen  
Techniker Krankenkasse  
Hamburger Chaussee 8  
24114 Kiel  
Tel.: 0431/9815816

Marianne Trede  
AOK- Die Gesundheitskasse  
Skandinaviendamm 360  
24109 Kiel  
Tel.: 0431/605-2365

Ulrich Gidion  
Poggendorfer Weg 3  
24149 Kiel  
Tel.: 0431/203003

Dr. Heimo Polchau  
Vinetaplatz 5  
24143 Kiel  
Tel.: 0431/77099

Ernst-T. Krutz  
Jugendamt der Landeshauptstadt Kiel  
Postfach 1152  
24099 Kiel  
Tel.: 0431/901-3163

Dietmar Luckau  
Polizeiinspektion Kiel – Sachbereich 13 –  
Gartenstr. 7  
24103 Kiel  
Tel.: 0431/1601052

Dr. Manfred Lübke  
Kopperpähler Allee 121  
24119 Kronshagen  
Tel.: 0431/54389

Michael Taupitz  
Unfallkasse Schleswig-Holstein  
Seekoppelweg 5a  
24113 Kiel  
Tel: 0431/6407-401

Sabine Hoffmann-Stuernagel  
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung  
e.V.  
Flämische Str. 6-10,  
24103 Kiel,  
Tel.: 0431/94294, Fax: 94871

Wir danken folgenden Firmen und Institutionen für die finanzielle bzw. materielle Unterstützung des Projektes:  
dem Ministerium für Wirtschaft, Technologie und Verkehr des Landes Schleswig-Holstein,  
dem Arbeitskreis für Unfallverhütung des Landes Schleswig-Holstein,  
dem ADAC Schleswig-Holstein,  
der Kieler Verkehrswacht,  
den Firmen: Engelhard, Karstadt Kiel, PUKY,  
Smith Kline Beecham Pharma.



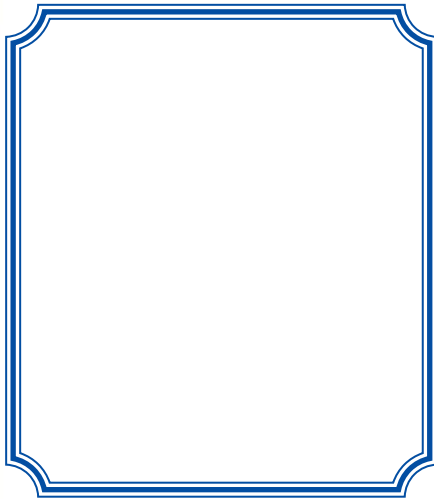
# URKUNDE



VORNAME

NACHNAME

ALTER



\_\_\_\_\_  
VORNAME

HAT ALLE ÜBUNGSTEILE  
FEHLERFREI DURCHROLLERT.

DAMIT IST SIE/ER



MEISTERIN/MEISTER AUF DEM  
TRETROLLER

KREUZE AN:

- DIE MEISTERIN/DER MEISTER HAT EINEN HELM
- DIE MEISTERIN/DER MEISTER WÜNSCHT SICH EINEN HELM

\_\_\_\_\_  
GELER ARBEITSKREIS "SICHER AUF ZWEI RÄDERN"



## Informationsmaterial zum Thema

- ◆ Die neue Sicherheitsfibel. Ein Ratgeber für Eltern - zur Verhütung von Kinderunfällen. Erhältlich bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Postfach, 51101 Köln
- ◆ Max + Baxi 2. "Was alles passieren kann", Geschichten für große und kleine Kinder. Erhältlich bei dem Geschäftsstellen der Techniker Krankenkasse
- ◆ Radfahren ist (k)ein Kinderspiel. Elternbrochure "Kinder als Ratfahrer", deutscher Verkehrssicherheitsrat e. V., Bonn. Erhältlich bei der Landesverkehrswacht
- ◆ Kopf sucht Helm. Das wichtigste über Fahrradhelme.
- ◆ Kinderräder und Tretroller. Worauf sie beim Kauf achten sollen. Erhältlich bei der Landesverkehrswacht.
- ◆ 1x1 des Fahrradfahrens, 11 Tipps für Ihre Sicherheit, 11 Touren durch Schleswig-Holstein. Erhältlich beim Ministerium für Wirtschaft, Technologie und Verkehr, Postfach, 24100 Kiel
- ◆ Easy-Inline. Inline-Skaten - aber sicher! Erhältlich bei den Geschäftsstellen der AOK die Gesundheitskasse.

*Diese Materialien sind kostenlos erhältlich. Sie liegen in den Praxen der Kieler Kinder- und Jugendärzte zur Ansicht aus.*

## Individuelle Informationen zum Thema erhalten Sie

Kieler Kinder- und Jugendärztinnen und Ärzte

\*

AOK - Die Gesundheitskasse  
Skandinavienamm 360, 24109 Kiel  
Tel.: 0431/6050 Fax: 0431/6052309

\*

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V.  
Sabine Hoffmann-Steuernagel  
Flämische Str. 6 - 10, 24103 Kiel  
Tel.: 0431/94294 Fax: 0431/94871

\*

Landeshauptstadt Kiel - Jugendamt  
Jugendschutzbeauftragter Ernst-T. Krutz  
Andreas-Gayk-Str. 31, 24103 Kiel  
Tel.: 0431/901-3163 Fax: 0431/901-63117

\*

Techniker Krankenkasse  
Volker Clasen  
Hamburger Chaussee 8, 24114 Kiel  
Tel.: 0431/98158-516 Fax: 0431/98158-555

\*

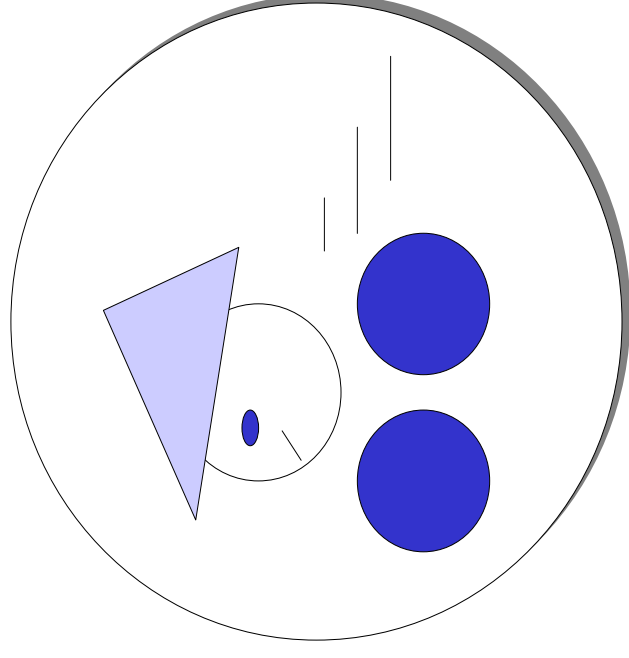
Polizeiinspektion Kiel  
Sachbereich 13 - Verkehrslehrer  
Gartenstr. 7, 24103 Kiel  
Tel.: 0431/160-1052 Fax: 0431/160-1049

\*

Unfallkasse Schleswig-Holstein  
Michael Taupitz  
Seekoppelweg 5a, 24113 Kiel  
Tel: 0431/6407-401, Fax: 0431/6407-450

Kieler Arbeitskreis

# "Sicher auf zwei Rädern"



## Roller, Fahrrad, Inliner - Kinder sind früh mobil

Damit der Spaß für die Kinder ungetrübt bleibt, sollten Sie einiges bedenken:

- ◆ Welches Fortbewegungsmittel ist für das Alter und die Fähigkeit Ihres Kindes empfehlenswert?
- ◆ Kann Ihr Kind auch im Straßenverkehr damit sicher umgehen?
- ◆ Benutzt Ihr Kind jeweils angemessene Schutzkleidung (Helm, Reflektoren, Schutzpolster etc.)?
- ◆ Sind Sie dabei dem Kind ein Vorbild?

Der Kieler Arbeitskreis "Sicher auf zwei Rädern" hat sich gegründet, um Sie bei der Beantwortung solcher Fragen zu unterstützen und um mehr Sicherheit für Ihr Kind zu erreichen.

Der Arbeitskreis ist eine Initiative von Kinder- und Jugendärztinnen und Ärzten aus dem Kieler Raum. Außerdem sind hier engagiert: die AOK-Gesundheitskasse, die Techniker Krankenkasse, die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V., der Jugendschutzbeauftragte der Landeshauptstadt Kiel, Verkehrslehrer der Polizeiinspektion Kiel.

Erreicht werden sollen alle, die Verantwortung für Kinder und Jugendliche tragen, insbesondere Eltern und Großeltern, Erziehende aus den Bereichen Kindertageseinrichtung, Schule, Sozialarbeit, aber auch Kinder und Jugendliche selbst.

## Sicher rollern → besser radeln

Fast jedes Kind beginnt zu früh mit dem Rad zu fahren. Dabei sind sich die Fachleute einig: Besser ist es, wenn Kinder mit dem Roller fahren beginnen, denn es fördert deren motorische Entwicklung und bereitet optimal auf das spätere Radfahren vor.

Untersuchungen haben gezeigt, dass Kinder in Schleswig-Holstein bundesweit am frühesten mit dem Rad fahren und gleichzeitig die höchsten Unfallzahlen mit diesem Fortbewegungsmittel haben. Auch deshalb sind wir der Meinung: Lassen Sie ihr Kind zuerst mit dem Roller fahren. Lassen Sie Ihr Kind erst mit dem Fahrrad am Straßenverkehr teilnehmen, wenn es ausreichende Fähigkeiten mitbringt, das komplexe Verkehrsgeschehen zu überblicken. Dies ist selten vor dem achten bis zehnten Lebensjahr gegeben.



## Roller fahren ....

- fördert den Gleichgewichtssinn sehr viel besser als das Rad fahren mit Stützrädern. Auf ein solches „Spielrad“ sollten Sie deshalb verzichten.
- vermittelt Ihren Kindern ein besseres Gefühl für Geschwindigkeit und Entfernungen.
- ist deutlich sicherer, denn die Kinder lernen schnell und richtig zu reagieren. Der Fuß ist zum Bremsen am Boden. Im Notfall kann einfach abgesprungen werden.
- ist einfach und leicht zu erlernen ohne Kinder zu überfordern. Sie können deshalb die volle Aufmerksamkeit auf das Verkehrsgeschehen richten.
- fördert die Koordination zwischen Armen und Beinen sowie die Rechts-Links-Orientierung.
- ist verkehrssicherer in der noch „magisch“ geprägten Vorstellungswelt der Kinder (Kinder denken sehr häufig, dass sich die übrigen Verkehrsteilnehmer nach ihren Vorstellungen verhalten). Auch deshalb fehlt es ihnen in vielen kritischen Situationen an Überblick und Umsicht. Schon ein aus einer Einfahrt plötzlich auftauchendes Auto kann schon eine Überforderung darstellen und zu Fehlreaktionen beim Kind führen.
- wird sicherer mit Helm.

Lassen Sie Ihr Kind so lange wie möglich mit dem Roller fahren. Bevor ein Fahrrad für Ihr Kind beschafft wird, überzeugen Sie sich unbedingt von der Verkehrsfähigkeit Ihres Kindes. Üben Sie mit dem Roller das richtige Verhalten im Verkehrsgeschehen.