

Kleine Radprofis

Der sichere Weg in
die Verkehrsrealität

Ein Ratgeber
für Eltern





Idee und Konzeption

Der Leitfaden basiert auf der Publikation „Kind & Rad – Ein Leitfaden für Eltern“, die 2010 im Rahmen des EU-Projekts LIFE CYCLE entstand. Die Erstauflage wurde von der FGM konzipiert und aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich, des Österreichischen Verkehrssicherheitsfonds und der Executive Agency for Health and Consumers gefördert.

Herausgeber und Kontakt

Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie
Abteilung II/Infra4 – Gesamtverkehr
Radetzkystraße 2, 1030 Wien
infra4@bmvit.gv.at
www.bmvit.gv.at

Inhaltliche Erarbeitung und Gestaltung

Forschungsgesellschaft Mobilität – FGM
Schönaugasse 8a, 8010 Graz
www.fgm.at

Druck

Grasl FairPrint

5. Auflage

Wien, Mai 2019



**Fonds Gesundes
Österreich**

Gesundheit Österreich
GmbH



Österreichischer
Verkehrssicherheitsfonds



Executive
Agency for
Health and
Consumers

lifecycle

Liebe Eltern!

Mit den Kindern gemeinsam den Straßenverkehr zu entdecken und sie auf das richtige Verhalten im Straßenverkehr vorzubereiten, ist ein spannendes Erlebnis für die ganze Familie! Für Kinder ist es wichtig, aktiv, also zu Fuß oder mit dem Fahrrad, am Straßenverkehr teilzunehmen, um so die richtigen Verhaltensweisen zu erlernen und sich sicher im Straßenverkehr zu bewegen.



Ziel des vorliegenden Leitfadens ist es, Ihnen zu helfen, Ihr Kind auf das Radfahren im Straßenverkehr vorzubereiten, und Ihnen die dazu notwendigen Tipps zu geben, um Ihren Kindern und Ihnen einen ungebremsten Fahrspaß mit dem Rad zu ermöglichen.

Gehen Sie selbst mit gutem Beispiel voran und zeigen Sie Ihrem Kind, wie gut die alltäglichen Wege und Freizeitausflüge mit dem Fahrrad zu bewältigen sind!

Norbert Hofer

Bundesminister für Verkehr,
Innovation und Technologie



Die Vorteile des Radfahrens 6

Radfahren als flexible Mobilitätslösung
Radfahren als gesunde Alternative
Radfahren schützt die Umwelt
Radfahren zur aktiven Wahrnehmung der Umgebung
Radfahren macht Spaß

Die passende Ausrüstung 9

Tipps zum Kauf des richtigen Fahrrads
Das verkehrssichere Fahrrad

Kinder und ihre Fähigkeiten im Straßenverkehr 14

Übungen im Hof 16

Achter fahren
Der Blick zurück
Einhändig fahren
Slalom fahren
Heiße Lava
Auf- und absteigen
Untergrund
Langsam fahren
Zielgenau bremsen
Abstände einschätzen
Das richtige Linksabbiegen

Radfahren in der Verkehrsrealität 20

Das richtige Trainingsgebiet
10 wichtige Verhaltensregeln
Wichtige Verkehrsregeln
Wichtige Verkehrszeichen

Die freiwillige Radfahrprüfung 26

Anforderungen, Ablauf, Verkehrserziehungsgarten
Wie geht es nach der Radfahrprüfung weiter?

Roller, Micro-Scooter, Trendsportgeräte 29

Die Vorteile des Radfahrens



Radfahren als flexible Mobilitätslösung

Etwa 50% der von uns in der Stadt zurückgelegten Wege sind kürzer als fünf Kilometer und können bequem, schnell und kostengünstig mit dem Fahrrad bewältigt werden. Wege, die zu Fuß oder mit dem Fahrrad erfahren

werden, sind zudem für Kinder wichtige Lernwege, die dazu beitragen, dass sich Kinder im Straßenverkehr richtig verhalten. Sie erhöhen die Radfahrkompetenz und verringern die Zahl der „Elterntaxi“-Fahrten.

Radfahren als gesunde Alternative

Tägliche Bewegung ist für Kinder und Erwachsene eine wichtige Grundlage, um die eigene Gesundheit zu erhalten. Wie Erkenntnisse der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zeigen, reicht für Erwachsene bereits eine halbe Stunde Bewegung pro Tag aus, um positive Auswirkungen auf Körper und Geist zu erzielen. Eine leicht anstrengende Art der Bewegung, die

Puls- und Atemfrequenz erhöht, reduziert das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Kinder haben einen noch größeren Bedarf an täglicher Bewegung. Radfahren ist ein ideales Mittel, um bereits im Alltag das Bewegungspensum zu erfüllen, das Kinder benötigen, um gesund und fit zu bleiben.

Radfahren schützt die Umwelt

Radfahren ist umweltfreundlich – je mehr Radfahrende in einer Stadt unterwegs sind, desto weniger Luftschadstoffe wie Feinstaub und Stick-

oxide werden freigesetzt. Auch zum Erreichen der Klimaschutzziele kann die Erhöhung des Radverkehrsanteils einen wichtigen Beitrag leisten.

Radfahren zur aktiven Wahrnehmung der Umgebung

Das Fahrrad ermöglicht es uns, unsere Umgebung bewusst wahrzunehmen und uns räumlich besser zu orientieren. Zufußgehen und Radfahren erhöhen das räumliche Vorstellungsvermögen, die Orientierungsfähigkeit,

die Gefahrenwahrnehmung, die Bewegungsfähigkeit sowie die Selbstständigkeit. Eine aktive Mobilität fördert Kinder in ihrer persönlichen Entwicklung.

Radfahren macht Spaß

Kinder lieben es, mit dem Rad unterwegs zu sein. Sie genießen es, die eigene Umgebung auf dem Rad zu erfahren. Aus dem in der Kindheit verwendeten Spielzeug wird nach und nach, spätestens aber ab dem zwölften Lebensjahr, das Verkehrsmittel Fahrrad. Dann kann auch der tägliche

Weg zur Schule mit dem Rad zurückgelegt werden.

Lassen Sie sich darauf ein und begleiten Sie Ihr Kind auf dieser Entdeckungsreise auf seinen Alltagswegen durch den Straßenverkehr! Sie werden sehen, es wird auch Ihnen gefallen.



Die passende Ausrüstung

Tipps zum Kauf des richtigen Fahrrads

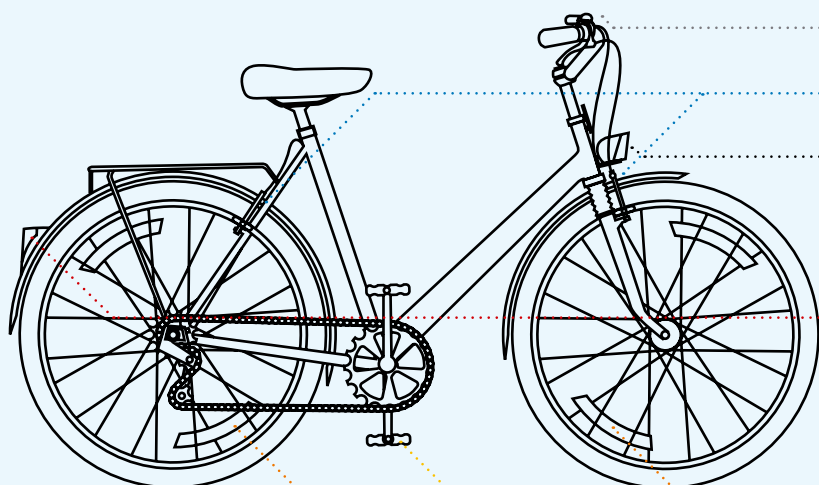
Die richtige Wahl beim Kauf eines Fahrrads für Ihr Kind ist ausschlaggebend für den Spaß und die Sicherheit, die Ihr Kind mit dem Rad haben wird. Nehmen Sie sich also Zeit für die richtige Entscheidung! Suchen Sie zusammen mit Ihrem Kind das passende Fahrrad aus – Ihr Kind sollte es noch im Fahrradfachgeschäft Probe fahren. Lassen Sie sich beraten und achten Sie vor allem auf die Größe des Fahrrads und darauf, dass Ihr Kind die Bremsen gut erreichen und betätigen kann.

Wichtig ist auch die gute Qualität des Fahrrads, damit das Fahrvergnügen Ihres Kindes nicht unnötig durch technische Pannen beeinträchtigt wird. Fahrräder für Kinder verlieren im Übrigen kaum an Wert und können entweder an Geschwister weitergegeben, im Fahrradhandel eingetauscht oder einfach wieder verkauft werden.

Wichtig ist, dass Ihrem Kind das Fahrrad gefällt, damit es gerne damit fahren wird!

Auch E-Scooter (max. 600W und 25km/h), die nach Beschluss der 31. StVO-Novelle wie Fahrräder benutzt werden dürfen, müssen mit Bremsen, Rückstrahlern und Licht richtig ausgerüstet sein.

Das verkehrssichere Fahrrad



Laut der Fahrradverordnung muss ein Fahrrad folgende Ausstattung haben:

- 1 Klingel
- 2 voneinander unabhängige Bremsen

Vorne:

- Weißes oder hellgelbes Vorderlicht
- Ruhendes, nicht blinkendes Licht
- 1 weißer Rückstrahler

Hinten:

- Rotes Rücklicht
- Ruhendes oder blinkendes Licht
- 1 roter Rückstrahler

Die Rückstrahler können auch ein integrierter Bestandteil des Vorder- oder Rücklichts sein

Gelbe Reflektoren an den Pedalen

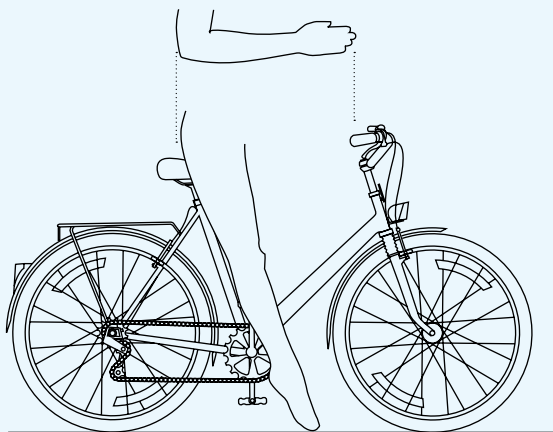
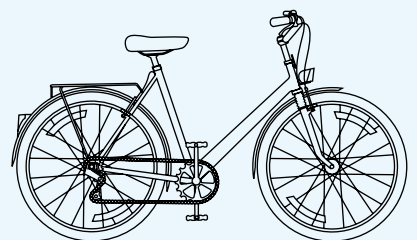
Reflektoren an den Reifen (z. B. ringförmiges Reflektorband, „Katzenaugen“ oder Reflektorstäbchen für die Speichen)

Detaillierte Informationen zur Fahrradverordnung finden Sie unter:
www.bmvit.gv.at/verkehr/strasse/recht/stvo/fahradvo.html

Fahrradgröße

Die richtige Größe und die Höheneinstellung des Fahrrads sind sehr wichtig, damit Ihr Kind bequem und sicher fahren kann. Ist das Fahrrad zu groß oder zu klein, kann Ihr Kind das Rad nur erschwert und unsicher benutzen und nicht effizient treten. Außerdem

ist das Rad dann nicht bequem zu fahren. Für die ersten Versuche sollte das Fahrrad einen eher tiefer liegenden Einstieg aufweisen, damit das Auf- und Absteigen nicht zum Problem wird.



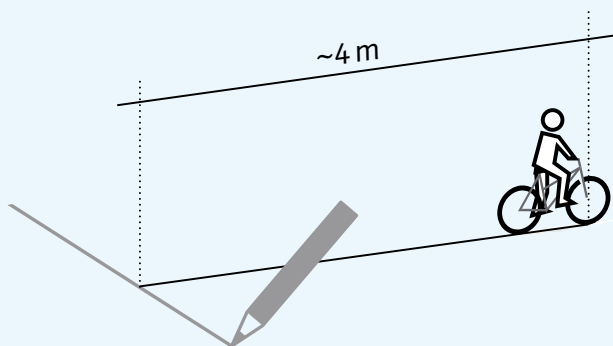
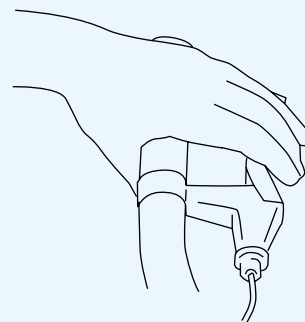
Machen Sie den Test

1. Lassen Sie Ihr Kind den Ellbogen am hinteren Ende des Sattels anlegen und den Unterarm waagrecht nach vorne halten. Der Lenker sollte sich bei den Fingerspitzen befinden.
2. Wenn der Sattel richtig eingestellt ist, muss das Kind mit ausgestrecktem Bein mit der Ferse zum Pedal kommen und mit den Zehenspitzen den Boden berühren. Die Stellung des Lenkers und Sattels sollte regelmäßig kontrolliert werden, denn Kinder wachsen schnell.

Bremsen

Lassen Sie Ihr Kind die Bremsen beim Fahrradkauf testen und vergewissern Sie sich, dass Ihr Kind die Bremsen gut mit den Händen erreichen und betätigen kann. Liegen die Bremsen zu weit weg, kann Ihr Kind diese in vielen Fällen nicht erreichen oder muss eine Haltung einnehmen, die es nicht zulässt, dass es sich auf die Umgebung konzentrieren kann. Es gibt un-

terschiedliche Modelle von Bremsen, die meisten Kinderfahrräder weisen Felgenbremsen (Cantilever-Bremsen oder V-Brakes) auf. Eine Rücktrittbremse empfiehlt sich vor allem bei kleineren Kindern, da sie leichter zu betätigen ist und die Kinder auch noch nicht über die notwendige Kraft zum Betätigen von Handbremsen verfügen.



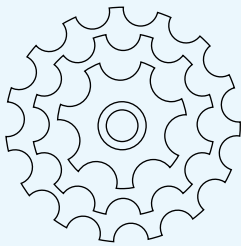
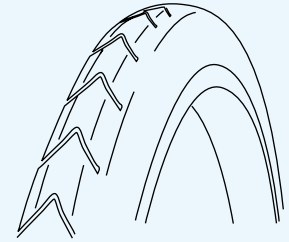
Machen Sie den Test

Zeichnen Sie eine Linie mit Kreide quer über den Boden. Lassen Sie Ihr Kind zügig auf diese Linie zufahren und beim Überqueren der Linie den Bremsvorgang beginnen. Messen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind den Abstand zwischen der markierten Linie und der Stelle, an der das Fahrrad zum Stehen gekommen ist. Der Abstand zwischen dem Vorderrad und der Linie sollte bei trockener Fahrbahn idealerweise vier Meter oder weniger betragen.

Reifen

Reifen mit glatter Oberfläche haben auf der Straße ein besseres Brems- und Kurvenfahrverhalten als Reifen mit grobem Profil. Ideal sind daher Reifen mit einem nach innen gehenden Profil. Reflexionsstreifen am Rei-

fen sind eine Alternative zu Speichenreflektoren. Achten Sie darauf, dass die Reifen immer gut aufgepumpt sind. Der optimale Luftdruck ist auf den Reifen angegeben.



Schaltung

Eine 3- bis 7-Gang-Nabenschaltung ist für Kinderräder sinnvoll, da sich diese Art der Schaltung auch im Stand schalten lässt. Die Anzahl der Gänge hängt auch von der Topographie der Wohnumgebung ab. 24 oder mehr

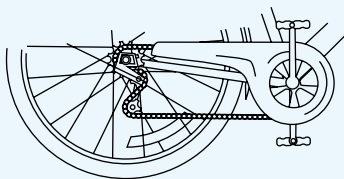
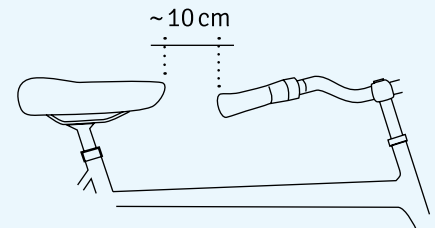
Gänge sind aber nicht unbedingt notwendig.

Anfangs werden Kinder hauptsächlich mit einem Gang unterwegs sein, das Gewöhnen an eine Schaltung dauert ein bisschen.

Lenker und Griffe

Die Griffe sollten rutschsicher sein und an den Enden eine Verdickung haben. Wird der Lenker um 90 Grad

gedreht, sollte er mindestens fünf bis zehn Zentimeter vor dem Sattel enden.



Kettenschutz, Kotbleche und Fahrradständer

Kettenschutz und Kotbleche schützen vor Schmutz an der Kleidung. Ein Kettenschutz verhindert auch, dass sich die Hose oder die Schuhbänder in der

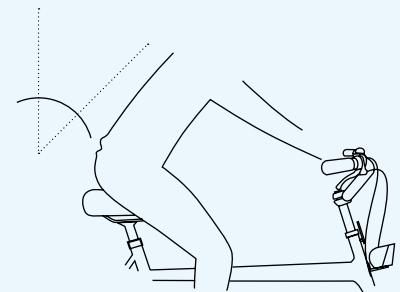
Kette verfangen, was zu einem Sturz führen kann. Ein Fahrradständer sorgt dafür, dass das Rad stabil abgestellt werden kann.

Der passende Sattel

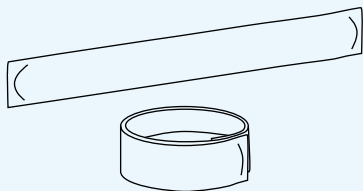
Für kurze Fahrten innerhalb des Wohnumfeldes sollte das Kind aufrecht sitzen. Hier empfiehlt sich ein breiterer, leicht gepolsterter und gefederter Sattel.

Bei längeren Fahrten, beispielsweise einer Radtour in der Freizeit, ist ein um

45 Grad nach vorne geneigter Winkel die angenehmere und kraftsparendere Sitzhaltung. Für solche Fahrten empfiehlt sich ein schmaler Sattel. Allgemein gilt: Ihr Kind soll selbst entscheiden dürfen, welcher Sattel am bequemsten ist!



Bekleidungstipps



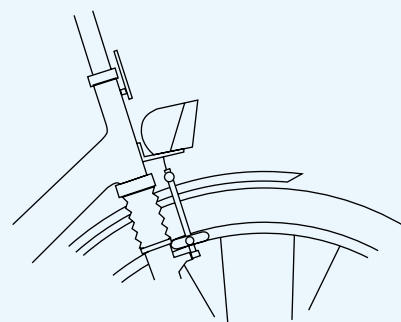
Prinzipiell sollten beim Radfahren keine zu langen Kleidungsstücke getragen werden. Lange Röcke sollten vermieden werden und weite Hosenbeine sollten mithilfe eines Klack-Bandes zusammengehalten werden, damit sie sich nicht in der Kette verfangen können. Sind keine Hilfsmittel zur Hand, kann die Hose auch einfach in die Socken gesteckt werden. Alle Bänder (Schuhbänder, Bänder von Jacken etc.) sollten fest zugebunden sein. Bei Schlechtwetter empfehlen sich Regenjacke und Regenhose, an kälteren Tagen Handschuhe und Haube. Ist die Sicht schlecht (z. B. bei Nebel, in der Dämmerung und im Dunkeln), empfiehlt es sich auch, reflektierende Kleidung zu tragen, um selbst besser gesehen zu werden.

der (Schuhbänder, Bänder von Jacken etc.) sollten fest zugebunden sein. Bei Schlechtwetter empfehlen sich Regenjacke und Regenhose, an kälteren Tagen Handschuhe und Haube. Ist die Sicht schlecht (z. B. bei Nebel, in der Dämmerung und im Dunkeln), empfiehlt es sich auch, reflektierende Kleidung zu tragen, um selbst besser gesehen zu werden.

Beleuchtung

Bei Fahrten im Straßenverkehr ist für eine der Fahrradverordnung entsprechende Beleuchtung des Fahrrads zu sorgen. Nabendynamos sind eine komfortable und verlässliche Lösung, da die Lichtanlage so immer am Fahrrad mitgeführt wird und während der Fahrt Strom für das Fahrradlicht erzeugt wird. Beim Kauf sollten Sie darauf achten, dass der Dynamo eine „Standlicht-Funktion“ aufweist, damit das Licht auch bei Stillstand des Rades nachleuchtet. Natürlich erfüllen auch viele batteriebetriebene Aufstecklichter die gewünschten Anforderungen. Hier sollten Sie sich auf jeden Fall für LED-Lichter entscheiden, da diese weniger Energie verbrauchen. Bitte beachten Sie jedoch, dass nicht alle im Handel erhältlichen Aufstecklichter die in der Fahrradverordnung vorgegebene Lichtstärke erfüllen. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind bei schlechten Sichtverhältnissen (z. B. in der Dämmerung oder bei starkem Regen) die Fahrradbeleuchtung einschaltet!

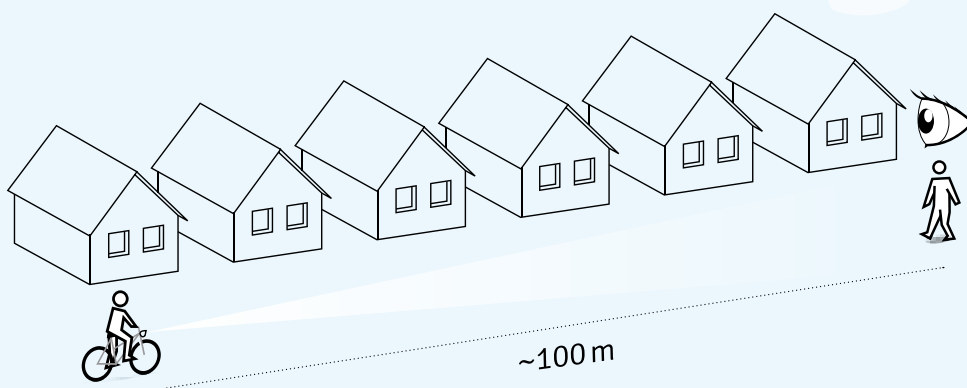
ter die gewünschten Anforderungen. Hier sollten Sie sich auf jeden Fall für LED-Lichter entscheiden, da diese weniger Energie verbrauchen. Bitte beachten Sie jedoch, dass nicht alle im Handel erhältlichen Aufstecklichter die in der Fahrradverordnung vorgegebene Lichtstärke erfüllen. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind bei schlechten Sichtverhältnissen (z. B. in der Dämmerung oder bei starkem Regen) die Fahrradbeleuchtung einschaltet!



Machen Sie den Test – Wie gut ist Ihr Licht?

Entfernen Sie sich ca. 100 Meter vom Fahrrad mit eingeschaltetem Fahrradlicht.

100 Meter entsprechen in etwa sechs Häuserlängen. Das Fahrradlicht soll auf diese Entfernung und bei guter Witterung gut sichtbar sein.



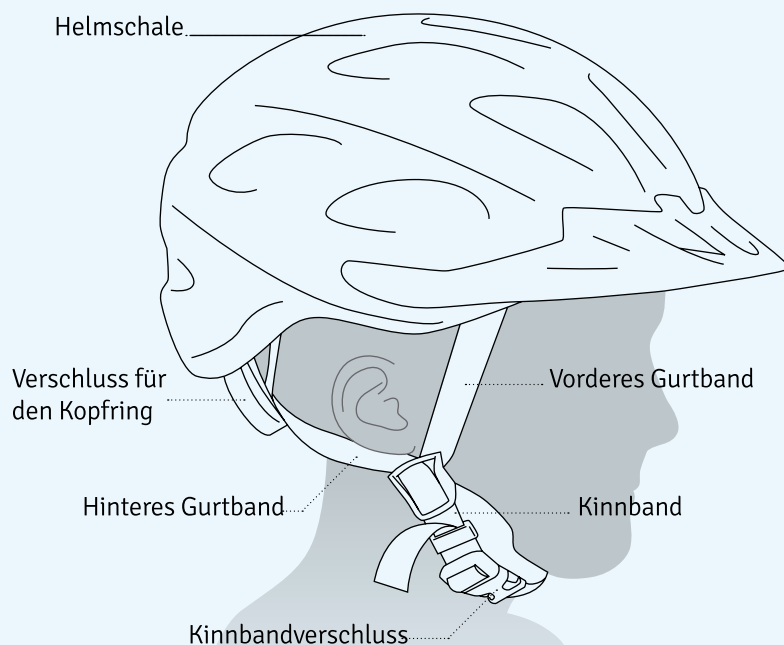
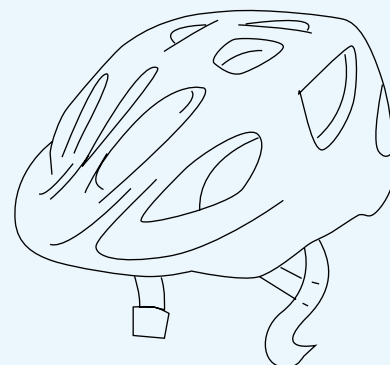
Tipps beim Helmkauf

Kinder bis zum zwölften Lebensjahr müssen beim Fahren mit Fahrrad oder E-Scooter einen Fahrradhelm tragen. Dies gilt im Übrigen auch für Kinder, die im Kindersitz, Fahrradanhänger oder Transportrad transportiert werden. Ein guter Helm umschließt den Kopf und bedeckt Stirn, Schläfen und Hinterkopf ohne dabei zu drücken. Die Ohren müssen frei bleiben und der Helm muss gut sitzen, sodass er weder in den Nacken noch in die Stirn rutscht. Zwischen Band und Unterkiefer sollte nur noch ein Finger Platz haben. Achten Sie darauf, dass die Sicht Ihres Kindes nicht durch den Helm beeinträchtigt wird. Der Helm sollte ein anerkanntes Prüfzeichen haben: TÜV-GS, ANSI, SNELL oder Europä-

ische Norm EN 1078. Testen Sie, ob Ihr Kind das Kinnband selbst öffnen und schließen kann – das Band sollte eng am Unterkiefer anliegen, darf aber nicht einschneiden. Ein Helm mit Lüftungsschlitzen ist im Sommer angenehm luftig, sollte aber mit einem Innennetz ausgestattet sein, da sich sonst Insekten im Helm verfangen können.

Überprüfen Sie den Zustand des Helms regelmäßig. Hat er einen starken Schlag erhalten, wechseln Sie ihn am besten aus.

Vergessen Sie nicht, selbst mit gutem Beispiel voranzugehen und ebenfalls einen Helm zu tragen, wenn Sie mit Ihrem Kind unterwegs sind.



Machen Sie den Test

Testen Sie mit Ihrem Kind, ob der Helm richtig sitzt und damit auch wirklich gut schützt. Der Test sollte am besten vor einem Spiegel durchgeführt und vor jeder Fahrt wiederholt werden.

1. Helm aufsetzen, Kopfring festziehen und das Gurtband unter dem Kinn schließen. Die Helmschale mit beiden Händen ergreifen und zur Seite drehen. Der Kopf Ihres Kindes muss sich sofort mitbewegen. Lässt sich der Helm ohne gleichzeitige Kopfbewegung drehen, ziehen Sie den Kopfring straffer.
2. Den Helm mit beiden Händen festhalten und versuchen, ihn nach vorne zu kippen. Lässt sich der Helm über die Augen oder gar bis zur Nase kippen, müssen Sie das hintere Gurtband straffer ziehen.
3. Versuchen Sie, den Helm in den Nacken zu schieben. Lässt sich der Helm so weit nach hinten schieben, dass die Stirn freiliegt, müssen Sie das vordere Gurtband und das Kinnband straffer ziehen.
4. Ziehen Sie den Helm nach oben – lässt sich der Helm mehrere Zentimeter auf und ab bewegen, dann müssen Sie das Kinnband straffer ziehen.

Kinder und ihre Fähigkeiten im Straßenverkehr



Wie nimmt Ihr Kind den Straßenverkehr eigentlich wahr? Ab wann ist es bereit, selbstständig am Verkehr teilzunehmen? Worauf sollten Sie als Eltern besonders achten?

Kinder beginnen mit etwa vier Jahren Rad zu fahren, bereits 90 % der Fünfjährigen besitzen ein Fahrrad. Aus dem in der Kindheit verwendeten Spielzeug wird nach und nach – spätestens aber ab der vierten Schulstufe – das Verkehrsmittel Fahrrad, das durch den Erwerb eines Radfahrausweises im Rahmen der freiwilligen Radfahrprüfung zusätzlich an Attraktivität gewinnt.

Auch wenn viele Kinder bereits im Alter von vier Jahren die motorischen Fähigkeiten mitbringen, die notwendig sind, um ein Fahrrad zu lenken, sind sie dennoch mit den komplexen Situationen im realen Verkehrsgeschehen überfordert. Erst mit steigendem Alter erlangen sie Schritt für Schritt die Fähigkeiten, um allein im Straßenverkehr zurechtzukommen. Dazu zählen das Erkennen von Gefahren, ein Verständnis für den Straßenverkehr, das Begreifen von Verkehrsregeln sowie das richtige Einschätzen von Geschwindigkeiten und Distanzen

– Fähigkeiten, die für eine sichere Teilnahme am Straßenverkehr erforderlich sind. Während die meisten motorischen Fähigkeiten bei ausreichender Übung mit dem Rad bis zum Alter von acht bis zehn Jahren ausgebildet sind, dauert die Entwicklung der zum Verständnis des Straßenverkehrs notwendigen geistigen Fähigkeiten noch bis zu einem Alter von 12 bis 14 Jahren an. Kinder durchlaufen alters- und entwicklungsbedingt ver-

schiedene Stadien der Wahrnehmung und Konzentration. Als Eltern sollten Sie diese Einschränkungen der Wahrnehmungsfähigkeit berücksichtigen, wenn Sie mit Ihrem Kind mit dem Rad im Straßenverkehr unterwegs sind.

Unterschätzen Sie daher bitte nicht, wie wichtig es ist, mit Ihrem Kind aktiv am Straßenverkehr teilzunehmen, um es ideal auf die Zeit vorzubereiten, in der es allein im Straßenverkehr unterwegs sein wird.

Alter*	Entwicklung
4–5	Entwicklung: Das Fahrrad als Spielzeug; motorische Fähigkeiten als Fundament für sicheres Radfahren werden erlernt; spielerisches und erlebnisorientiertes Lernen
6–7	Entwicklung: Blickfeld bis zu 70 % ausgeprägt; Lokalisierung von Geräuschen beginnt; Kind hat noch egozentrische Sichtweise
8–9	Entwicklung: motorische Fähigkeiten meist gut ausgeprägt; Konzentrationsfähigkeit und Abschätzen von Entfernungen beginnt; egozentrische Sichtweise wandelt sich
10–12	Entwicklung: Blickfeld ausgeprägt; Priorisierung von Aufgaben gelingt zunehmend besser; Entwicklung der geistigen Fähigkeiten; das Rad wird zum Verkehrsmittel
13–14	Entwicklung: gute Konzentrationsfähigkeit; logisches Denkvermögen und Reaktionszeit gleicht zunehmend den Erwachsenen; Teilnahme im Straßenverkehr nimmt zu

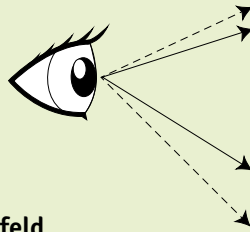
**Altersangaben sind Richtwerte*



Konzentrationsfähigkeit

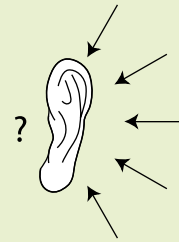
Erst ab etwa acht Jahren sind Kinder fähig, sich über eine längere Zeit hinweg (z. B. auf die Gesamtdauer des Schulweges) zu konzentrieren. Die Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit ist sogar erst mit 14 Jahren komplett abgeschlossen.

Dies führt dazu, dass Kinder sich im Straßenverkehr leicht ablenken lassen. Sie sind impulsiv und die Aufmerksamkeit richtet sich spontan auf andere Dinge anstatt auf den Straßenverkehr. Üben Sie daher mit Ihrem Kind so oft wie möglich das richtige Verhalten beim Radfahren.



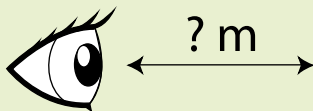
Blickfeld

Das Blickfeld ist bei Kindern in der ersten Schulstufe erst zu 70% ausgeprägt. Bis zum Abschluss dieses Entwicklungsprozesses, etwa mit dem zwölften Lebensjahr, sind die horizontalen und vertikalen Blickwinkel geringer als bei Erwachsenen. Daher können seitlich heran kommende Fahrzeuge oder andere Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer schlechter wahrgenommen werden.



Lokalisierung von Geräuschen

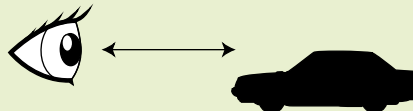
Kinder bis zu sechs Jahren haben noch Schwierigkeiten damit, die Verkehrsgeräusche richtig zu orten und damit die Entfernung und Richtung, aus der ein Fahrzeug kommt, genau einzuschätzen. Üben Sie mit Ihrem Kind, unterschiedliche Geräusche wahrzunehmen, wenn Sie zu Fuß im Verkehr unterwegs sind, und lassen Sie es raten, aus welcher Richtung die Geräusche kommen.



Abschätzen von Entfernungen und Geschwindigkeiten

Wie weit ist ein herannahendes Auto entfernt? Erwachsene können dies meist besser einschätzen als Kinder. Das liegt auch daran, dass es zwischen Kindern und Erwachsenen Unterschiede im räumlichen Sehen gibt. Die Tiefenwahrnehmung von Kindern ist erst ab dem Alter von neun Jahren vollständig ausgeprägt. Sie können daher schlechter beurteilen, ob ein herankommendes Fahrzeug sehr weit entfernt ist oder nicht.

Erst mit rund acht Jahren ist ein Kind in der Lage, eine Beziehung zwischen einer zurückgelegten Strecke und der dafür benötigten Zeit herzustellen und erst mit ca. 10–12 Jahren können Kinder Geschwindigkeiten angemessen einschätzen.



Egozentrismus

Bis zum Alter von sieben bis acht Jahren glauben Kinder, dass andere Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer sie sehen müssen, weil sie selbst deren Fahrzeug sehen. Da Kinder im Straßenverkehr aber aufgrund ihrer geringen Körpergröße nicht immer gut sichtbar sind, ist es wichtig, dass Sie als Elternteil dafür sorgen, Ihrem Kind bewusst zu machen, dass es sich nicht darauf verlassen kann, immer gesehen zu werden. Raten Sie ihm, direkten Blickkontakt mit Autofahrerinnen und Autofahrern aufzunehmen, um sicherzugehen, dass es gesehen wird.



Entscheidungsfindung

Zwei Drittel der Kinder im Vorschulalter wählen den subjektiv kürzesten Weg und suchen nicht nach der sichersten Variante.

Machen Sie Ihr Kind darauf aufmerksam, dass der kürzeste Weg nicht immer der sicherste Weg ist, und helfen Sie ihm dabei, Gefahrenstellen zu identifizieren und zu meiden.

Die Fähigkeit, Gefahrensituationen im Straßenverkehr vorherzusehen entwickelt sich erst mit etwa 7–8 Jahren. Das Bewusstsein, Gefahren zu meiden, entwickelt sich noch später.

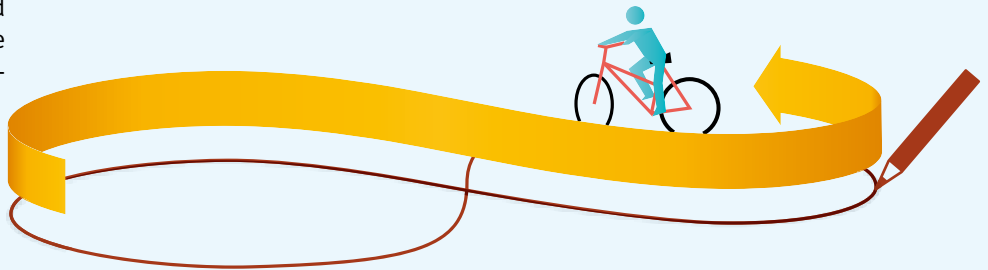


Übungen im Hof

Alle fangen einmal klein an. Übungen im geschützten Raum sind daher eine wichtige Voraussetzung, um Ihrem Kind die notwendigen Fähigkeiten fürs Radfahren beizubringen. Balance und eine sichere Beherrschung des Fahrrads sind nötig, um auch im realen Straßenverkehr ruhig und sicher fahren zu können. Asphaltierte Flächen erleichtern die ersten Fahrübungen, Ihr Kind sollte aber dennoch auch das Fahren auf Wiese und Schotter üben. In der Nähe Ihres Wohnorts findet sich sicher ein geeigneter Platz (Schulhöfe, Innenhöfe, Parkplätze oder sonstige Plätze ohne Verkehr), um die folgenden Übungen durchzuführen.

Achter fahren

Malen Sie mit Kreide einen großen Achter auf den Asphalt. Kann Ihr Kind diesen mehrmals ausfahren? Diese Übung schult den Gleichgewichtssinn.

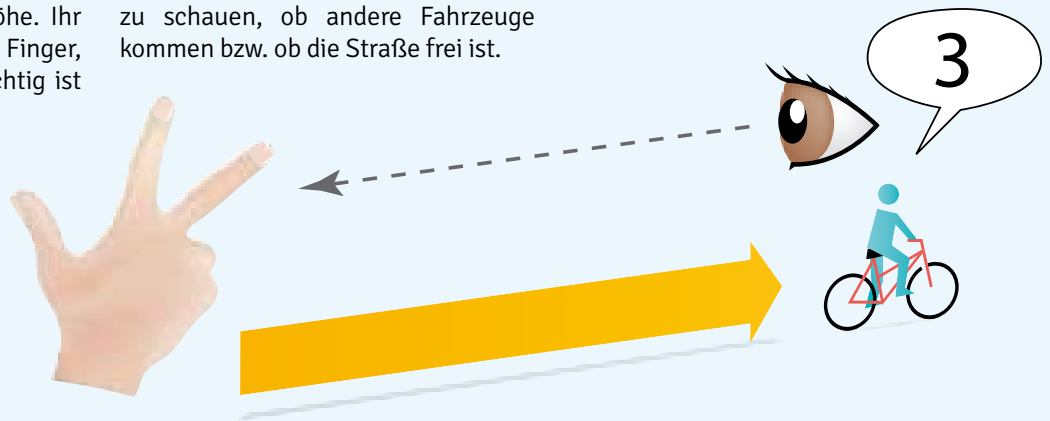


Der Blick zurück

Bitten Sie Ihr Kind, geradeaus zu fahren, bis Sie „Jetzt!“ rufen. Bei dem Rufsignal soll Ihr Kind über die linke Schulter zurückschauen, ohne das Gleichgewicht am Fahrrad zu verlieren. Heben Sie die Hand und strecken Sie ein paar Finger in die Höhe. Ihr Kind soll Ihnen die Anzahl der Finger, die es sieht, laut zurufen. Wichtig ist

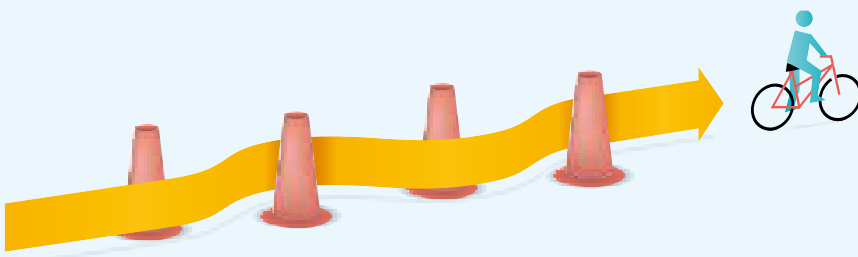
dabei, dass Ihr Kind weiterhin geradeaus fährt und konzentriert in die Pedale tritt.

„Der Blick zurück“ ist eine gute Übung, damit Ihr Kind lernt, im Straßenverkehr nach hinten zu sehen und zu schauen, ob andere Fahrzeuge kommen bzw. ob die Straße frei ist.



Einhändig fahren

Ihr Kind soll abwechselnd die linke und dann die rechte Hand ausstrecken und dabei jeweils mit der anderen Hand – also einmal rechts und einmal links – vorsichtig bremsen. Diese Übung schult das Links- und Rechtsabbiegen sowie den Gleichgewichtssinn.



Slalom fahren

Zwischen Plastikflaschen oder Hütchen durchzufahren macht Ihr Kind zum echten Radprofi. Verringern Sie den Abstand zwischen den Hindernissen nach und nach.

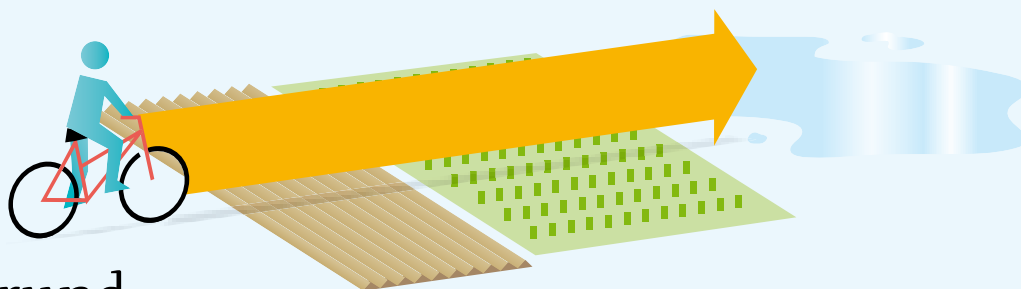
Heiße Lava

Legen Sie mit zwei Seilen eine schmale Spur oder zeichnen Sie eine mit Kreide. Lassen Sie Ihr Kind in dieser Spur erst schnell, dann immer langsamer durchfahren. Das Kind kann sich eine abenteuerliche heiße Lavawelt rundherum vorstellen. Dies ist wieder eine ideale Übung für den Gleichgewichtssinn.



Auf- und absteigen

Zeichnen Sie zwei Linien mit einem Abstand von einem Meter auf den Asphalt. Ihr Kind soll innerhalb dieser Linien das Anfahren, Stehenbleiben, Absteigen und das Wiederaufahren üben, ohne dabei die Spur zu verlassen. Diese Übung ist gut für den Gleichgewichtssinn und das Bremsenlernen.



Untergrund

Lassen Sie Ihr Kind auf unterschiedlichen Belägen fahren und dabei Bremsübungen machen. Am besten kann dies auf wenig befahrenen Schotterstraßen, Wiesen- und Waldwegen, Asphalt oder Beton geübt werden. Wenn es rutschig oder nass ist, ist besondere Vorsicht geboten und

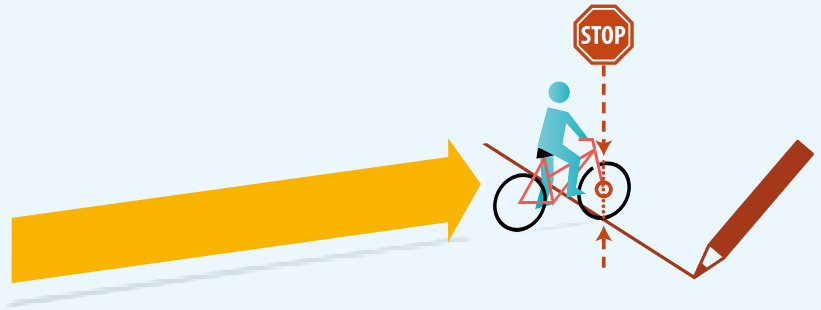
entsprechend muss auch die Fahrgeschwindigkeit den Gegebenheiten angepasst werden. Bodenmarkierungen wie Zebrastreifen können bei Regen, Schnee oder nassem Laub sehr rutschig sein. Weisen Sie Ihr Kind darauf hin. Diese Übung schult die Fahrradbeherrschung.

Langsam fahren

Veranstalten Sie ein „Schneckenrennen“ für mehrere Kinder. Das Kind, das am langsamsten fährt, ohne dabei den Boden zu berühren oder abzustiegen, gewinnt. Diese Übung ist ideal zum Schulen des Gleichgewichtssinns.

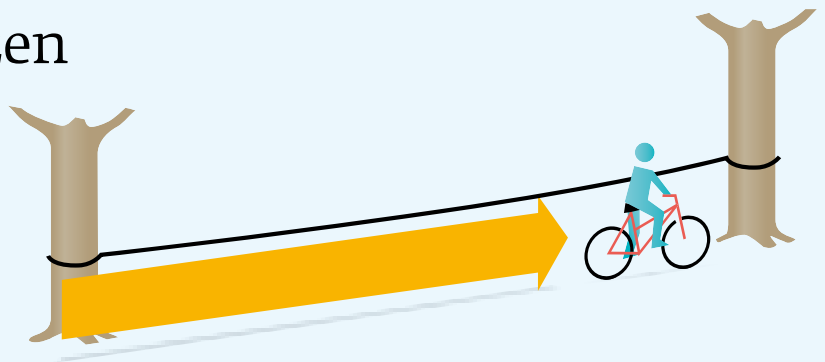
Zielgenau bremsen

Ihr Kind sollte so schnell wie möglich auf eine Linie zufahren und versuchen, mit der vorderen Radnabe genau über ihr anzuhalten. Wichtig ist, dass Ihr Kind bei dieser Übung im Sattel sitzen bleibt und beide Bremsen benutzt.



Abstände einschätzen

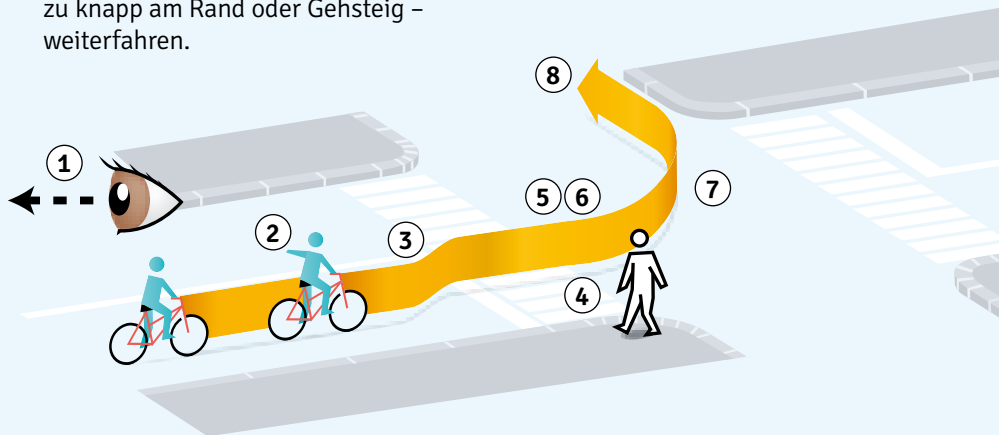
Spannen Sie ein Seil auf Lenkerhöhe zwischen zwei Bäumen oder Pfählen. Ihr Kind soll möglichst dicht daran entlangfahren, ohne es zu berühren. Eine gute Übung für den Gleichgewichtssinn.



Das richtige Linksabbiegen

Das Linksabbiegen bedeutet für Kinder die größte Hürde. Lassen Sie Ihr Kind daher bereits im geschützten Raum den richtigen Ablauf üben:

1. Zuerst zurückschauen, ob die Straße frei ist, bevor losgefahren wird! Der Blick über die linke Schulter ist das Allerwichtigste und kommt vor dem Handzeichen.
2. Nach dem Anfahren nochmals über die linke Schulter blicken und ein kurzes, deutliches Handzeichen mit der linken Hand geben.
3. Zur Fahrbahnmitte einordnen. Dabei sollte die linke Hand wieder am Lenker sein.
4. Querende Fußgängerinnen und Fußgänger auf dem Zebrastreifen haben immer Vorrang.
5. Bis zur Haltelinie vor- bzw. so weit in die Kreuzung einfahren, dass der Querverkehr gut gesehen werden kann, aber nicht behindert wird.
6. An der Kreuzung stehen bleiben und den Quer- und Gegenverkehr passieren lassen – schon jetzt die Pedale zum Weiterfahren startklar machen.
7. Mit beiden Händen am Lenker in einem großen Bogen rasch nach links abbiegen. Der große Bogen ist wichtig, um wieder auf die rechte Fahrspur zu kommen.
8. Am rechten Fahrbahnrand – nicht zu knapp am Rand oder Gehsteig – weiterfahren.



Bei allen Übungen sollte Ihr Kind bereits vor dem Losfahren über die linke Schulter nach hinten blicken. Im Straßenverkehr wird das Zurückschauen vor dem Losfahren oftmals vergessen.



Radfahren in der Verkehrsrealität

In Österreich ist es Kindern ab zwölf Jahren erlaubt, allein mit dem Rad auf der Straße zu fahren. Davor müssen sie von einer Aufsichtsperson begleitet werden, die mindestens 16 Jahre alt ist. Sobald Ihr Kind das 9. Lebensjahr vollendet hat und die 4. Schulstufe besucht, kann ihm nach erfolgreicher Ablegung der Radfahrprüfung der Radfahrausweis ausge-

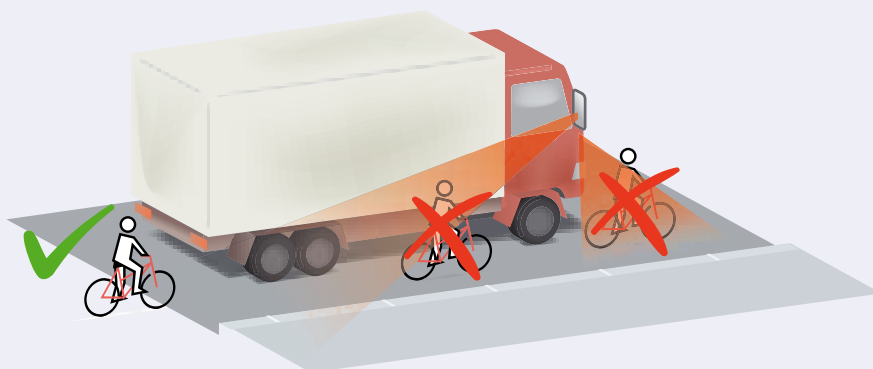
folgt werden, der es ihm erlaubt, allein mit dem Fahrrad auf der Straße zu fahren. Die wichtigste Voraussetzung für das Bestehen der Prüfung und ein sicheres Fortbewegen im Straßenverkehr ist ausreichendes Training in der Verkehrsrealität. Nehmen Sie sich Zeit und helfen Sie Ihrem Kind, sich richtig im Straßenverkehr fortzubewegen.

Das richtige Trainingsgebiet

Verkehrsarme Tempo-30-Zonen und Radwege sind das ideale Trainingsgebiet für die ersten Fahrten in der Verkehrsrealität. Solange Sie sich noch nicht sicher sind, dass Ihr Kind bei Haltelinien stehen bleibt bzw. sich Kreuzungen in einem angemessenen Tempo nähert, sollten Sie selbst vorausfahren. Sobald Ihr Kind bei Kreuzungen richtig handelt, sollten Sie es vorausfahren lassen, damit es Situationen selbstständig meistern kann. Bei

den allerersten Ausfahrten wird empfohlen, das Kind mit zwei Erwachsenen (davor und dahinter) zu begleiten. Verkehrserziehung ist zwar ein wichtiger Bestandteil der Volksschulbildung, wir empfehlen Ihnen aber, als Eltern Ihrem Kind die grundlegenden Verkehrs- und Verhaltensregeln beizubringen, denn Übungen in der Praxis werden im Verkehrserziehungsunterricht nur selten durchgeführt.

10 wichtige Verhaltensregeln



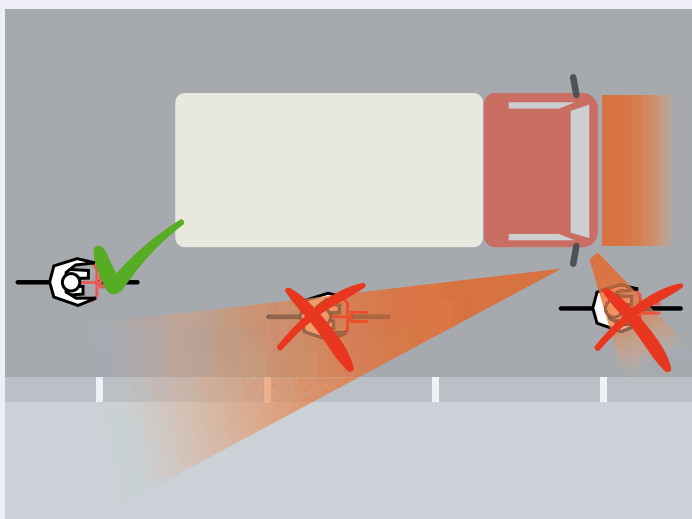
*Vor allem für kleine Radprofis gilt:
Bei Lkws sehr vorsichtig sein und
lieber dem Lkw die Vorfahrt lassen!*

1. Blickkontakt aufbauen

Das Wichtigste im Verkehrsgeschehen ist, die Verständigung mit anderen Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmern. Radfahrende sollten sich nicht scheuen, sich bemerkbar zu machen und mit anderen Fahrzeuglenkerinnen und -lenkern in Blickkontakt zu treten. Geben Sie Ihrem Kind zu verstehen, dass es auf der Straße selbstsicher mit dem Rad fahren darf und soll.

2. Tote Winkel meiden

Besonders gefährlich für Radfahrende ist der sogenannte „Tote Winkel“. Damit bezeichnet man den von Fahrzeuglenkerinnen und -lenkern nicht einsehbaren Bereich vor allem seitlich des Fahrzeugs. Gerade bei großen Bussen und Lkw kann es leicht passieren, dass Radfahrende im toten Winkel stehen und von Fahrzeuglenkerin oder -lenker nicht gesehen werden können. Bleiben Sie daher unbedingt immer hinter diesen Fahrzeugen und versuchen Sie nicht, rechts zu überholen oder sich auf gleicher Spur rechts neben diesen Fahrzeugen aufzustellen.



3. Eine gerade Linie fahren und keine Parklücken ausfahren

Kinder neigen dazu, Parklücken auszufahren, um nachkommenden Fahrzeugen Platz zu machen. Am Ende der Parklücke erscheinen sie dann plötzlich wieder auf der Fahrbahn, ohne sich vergewissert zu haben, ob sich ein weiteres Fahrzeug von hinten nähert. Üben Sie daher mit Ihrem Kind, eine gerade Linie zu fahren und genügend Abstand zum Fahrbahnrand und zu parkenden Fahrzeugen zu halten.

4. Auf Autotüren achten

Häufig werden Fahrradunfälle durch Autofahrende verursacht, die, ohne in den Rückspiegel zu blicken, die Türen öffnen. Wichtig ist es daher, ausreichend Abstand zu parkenden Fahrzeugen zu halten.

5. Abstand zum Gehsteigrand halten

Eine der häufigsten Unfallursachen bei jungen Radfahrerinnen und Radfahrern ist ein Sturz durch zu knappes Fahren am Gehsteigrand. Wenn das Pedal mit der Gehsteigkante kollidiert, kann Ihr Kind stürzen. Achten Sie daher darauf, dass Ihr Kind den notwendigen Abstand zum Gehsteigrand hält und sich nicht von Autos abdrängen lässt.

6. An Kreuzungen richtig stoppen

Prinzipiell gilt natürlich, dass Ihr Kind an Kreuzungen an der Haltelinie stoppt. Jedoch sind nicht alle Haltelinien so positioniert, dass ein guter Überblick über die Kreuzung gegeben ist. Bringen Sie Ihrem Kind daher bei, erst dann in die Kreuzung einzufahren, nachdem es sich überzeugt hat, dass es die Kreuzung gefahrlos überqueren kann.

7. Abstand beim Überholen halten

Fahrzeuglenkerinnen und -lenker halten beim Überholen von Radfahrenden oft zu wenig Abstand. Hält man als Radfahrender ausreichend Abstand zum Fahrbahnrand, ist man nicht nur besser sichtbar, Autofahrerinnen und -fahrer müssen auch ihre Geschwindigkeit reduzieren und achtsamer überholen.

8. Sich bemerkbar machen

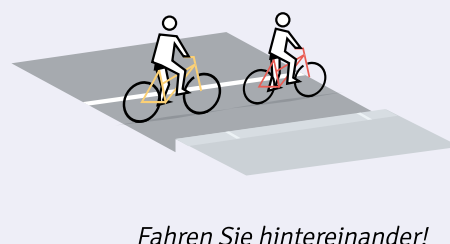
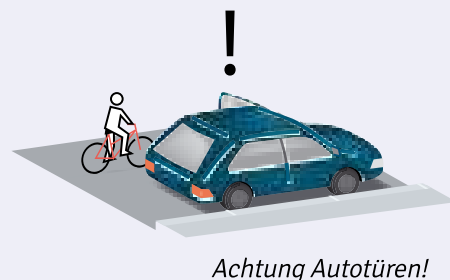
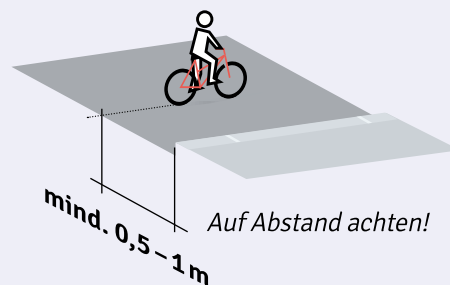
Verwenden Sie Ihre Stimme, um mit anderen Verkehrsteilnehmenden zu kommunizieren, auch wenn es für Sie ungewohnt sein mag. Sagen Sie auch Ihrem Kind, dass es nicht nur eine Klingel hat, um sich bemerkbar zu machen, sondern beispielsweise Zufußgehenden zurufen kann: „Achtung, Radfahrer/in von hinten!“

9. Hintereinander fahren

Radfahrende müssen auf der Straße generell hintereinander fahren. Das Nebeneinanderfahren ist aber auf Radwegen, in Wohnstraßen, in Begegnungszonen und in Fahrradstraßen erlaubt. Nur Rennradfahrende dürfen bei Trainingsfahrten auch auf der Straße nebeneinander fahren. Beim Nebeneinanderfahren muss der äußerste rechte Fahrstreifen benutzt werden.

10. Gut vorbereitet anfahren

Das richtige Anfahren funktioniert am besten, wenn die Pedale optimal positioniert sind und bereits ein niedriger Gang eingeschaltet ist. Bringen Sie Ihrem Kind bei, dass es schon vor dem Stehenbleiben einen niedrigen Gang wählt und die Pedale bereits richtet, bevor es überprüft, ob es losfahren kann.



Begegnungszonen meistern

In Begegnungszonen dürfen Radfahrende die gesamte Fahrbahn benutzen und nebeneinander fahren. Die erlaubte Höchstgeschwindigkeit wird auf den Verkehrszeichen angegeben und beträgt im Normalfall 20 km/h (in Ausnahmefällen kann diese auf 30 km/h angehoben werden). Das Befahren von Begegnungszonen setzt eine besondere Aufmerksamkeit und Rücksichtnahme voraus. Bevor Sie mit Ihrem Kind durch eine Begegnungszone fahren, sollten Sie es vorher mündlich auf diese Situation vorbereiten. Ein Gespräch im Anschluss kann helfen, Fragen oder Unsicherheiten zu klären.

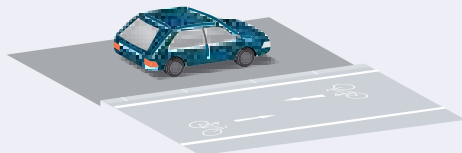
Wichtige Verkehrsregeln

Radfahrende dürfen nicht auf dem Gehsteig fahren

Auf dem Gehsteig darf das Fahrrad nur geschoben werden. Nur wenn das Kind ein Fahrrad fährt, das als Spielzeug gilt (äußerer Felgendurchmesser hat maximal 300 mm), darf es auf dem Gehsteig fahren.

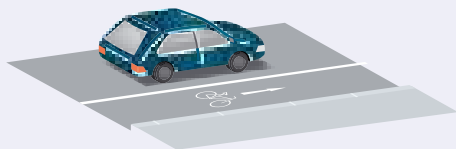
Radwege

Radwege sind Radverkehrsanlagen, die baulich getrennt von der Fahrbahn geführt werden. Ob diese benutzungspflichtig sind oder nicht, lässt sich an der Beschilderung erkennen (siehe Seite 25). Bei Trainingsfahrten mit dem Rennrad besteht keine Benutzungspflicht. Die erlaubte Fahrtrichtung wird durch Pfeilmarkierungen auf dem Boden angezeigt. Handeln Sie als Vorbild und fahren Sie bei Einrichtungs-Radwegen nicht gegen die „Einbahn“!



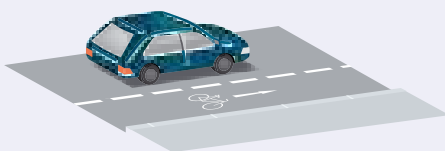
Radfahrstreifen

Radfahrstreifen finden sich auf einigen stark befahrenen Straßen und in Einbahnstraßen, in denen das Radfahren gegen die Einbahn erlaubt ist. Diese Streifen sind durch wiederholte Markierung mit Fahrradsymbolen gekennzeichnet. Radfahrstreifen dürfen nur in eine Richtung befahren werden. Sie sind allein für Radfahrende bestimmt, werden aber in der Praxis oft von parkenden Autos verstellt.



Mehrzweckstreifen

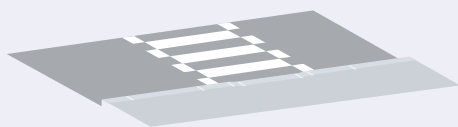
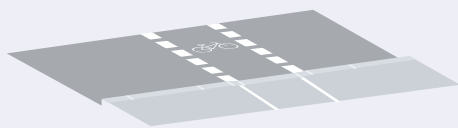
Ein Mehrzweckstreifen ist ein Radfahrstreifen, der durch eine durchbrochene Markierung (Leitlinie) von der Straße abgetrennt ist. Er darf auch von anderen Verkehrsteilnehmenden benutzt werden, z. B. wenn ein Lkw sonst zu breit für die Fahrbahn wäre. Mehrzweckstreifen dürfen nur in dieselbe Fahrtrichtung wie der Verkehr auf der angrenzenden Fahrbahn befahren werden.



Radfahrerüberfahrten

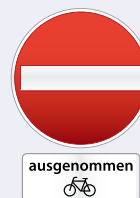
Eine Radfahrerüberfahrt ist durch eine gleichmäßige Blockmarkierung gekennzeichnet. Radfahrende haben hier Vorrang. Wird ein gemeinsam geführter Geh- und Radweg an dieser Stelle über die Straße geführt, so können die Markierungen einer Radfahrerüberfahrt und eines Schutzweges kombiniert auf der gleichen Fläche eingesetzt werden, wie an der Grafik unten zu sehen ist.

Achtung: Der Radfahrerüberfahrt darf man sich maximal mit einer Geschwindigkeit von 10 km/h annähern, und die Radfahrerüberfahrt darf nicht unmittelbar vor einem heranahenden Fahrzeug überquert werden. Bringen Sie Ihrem Kind bei, sich zu vergewissern, dass es von heranahenden Fahrzeuglenkerinnen und -lenkern bemerkt wurde, bevor es die Überfahrt überquert.



Einbahnen

Einbahnen gelten immer auch für Radfahrende, es sei denn, ein Zusatzschild erlaubt das Fahren gegen die Einbahn.



Vorrangregeln

Die Vorrangregelung soll vermeiden, dass Fahrzeuge zugleich in die Kreuzung einfahren und Unfälle passieren. Eine wichtige Vorrangregel bei unregelmäßigen Kreuzungen ist die Rechtsregel, die besagt, dass jenes Fahrzeug, das von rechts kommt, Vorrang hat. Radfahrende, die einen nicht durch eine Radfahrerüberfahrt fortgesetzten (Geh- und) Radweg verlassen, müssen anderen Fahrzeugen im fließenden Verkehr Vorrang geben. Befährt man einen Radfahrer- oder Mehrzweckstreifen und endet dieser, so gilt das sogenannte Reißverschlussystem.

Gehen Sie mit Ihrem Kind die Vorrangregeln (z. B. Begegnungsregel) durch. Sie können zum Üben auch die Unterlagen zur freiwilligen Radfahrprüfung des Österreichischen Jugendrotkreuzes (siehe Seite 30) verwenden.



Telefonieren am Fahrrad

ist nur mit Freisprecheinrichtung erlaubt. Grundsätzlich ist aber Telefonieren ebenso wie Radio- oder Musik-Hören beim Radfahren nicht empfehlenswert, weil es ablenkt und die Wahrnehmung sicherheitsrelevanter Verkehrsgereusche einschränkt!

Wichtige Verkehrszeichen



Halt

Hier müssen Sie stehen bleiben und allen anderen Verkehrsteilnehmenden Vorrang geben.



Vorrang geben

Andere Verkehrsteilnehmende haben Vorrang.



Vorrangstraße, Anfang und Ende

Dieses Schild zeigt an, ob Sie sich auf einer Vorrangstraße befinden.



Radweg

Das Schild kennzeichnet den Beginn eines benutzungspflichtigen Radweges.



Gemeinsam geführter Geh- und Radweg

Geben Sie hier besonders acht auf Fußgängerinnen und Fußgänger!



Getrennt geführter Geh- und Radweg

Ein Geh- und Radweg, bei dem Fußgänger- und Radverkehr getrennt geführt werden.



Vorgeschriebene Fahrtrichtung

Sie dürfen nur in die Richtung fahren, in die die Pfeile zeigen. In diesem Fall nach rechts und geradeaus.



Fußgängerübergang

Dieses Zeichen kündigt den auf der Straße fahrenden Verkehrsteilnehmenden einen Zebrastreifen an.



Radfahrerüberfahrt

Dieses Zeichen kündigt den auf der Straße fahrenden Verkehrsteilnehmenden eine Radfahrerüberfahrt an.



Kreuzung mit Kreisverkehr

Sie nähern sich einem Kreisverkehr. Wer bereits im Kreisverkehr fährt, hat Vorrang.



Kinder

Dieses Zeichen steht meist in der Nähe von Schulen, Kindergärten oder Spielplätzen. Achten Sie besonders auf Kinder!



Gefährliches Gefälle

Hier geht es steil bergab. Benutzen Sie beim Radfahren beide Bremsen!



Andere Gefahren

Warnung vor Gefahren, für die es kein eigenes Verkehrszeichen gibt.



Querrinne oder Abwölbung

Achten Sie auf Unebenheiten oder Löcher in der Fahrbahn.



Baustelle

Arbeiten auf oder neben der Straße werden angezeigt. Fahren Sie langsam.



Kennzeichnung einer Radfahrerüberfahrt

Radfahrende haben Vorrang und müssen über die Straße gelassen werden. Achtung: Radfahrende dürfen sich einer Radfahrerüberfahrt, die nicht durch eine Ampel geregelt ist, mit höchstens 10 km/h nähern!



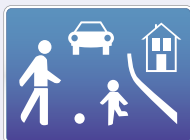
Kennzeichnung eines Schutzweges

Fußgängerinnen und Fußgänger haben hier Vorrang und müssen über die Straße gelassen werden.



Kennzeichnung eines Schutzweges und einer Radfahrerüberfahrt

Dieses Zeichen zeigt einen Schutzweg und eine unmittelbar daneben liegende Radfahrerüberfahrt an.



Wohnstraße

Fahren Sie langsam, das heißt mit Schrittgeschwindigkeit, und achten Sie besonders auf spielende Kinder.



Einbahnstraße

Sie dürfen nur in Pfeilrichtung fahren, außer eine Zusatztafel erlaubt mit dem Rad ein Befahren in beide Richtungen.



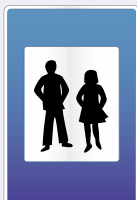
Wartepflicht für Gegenverkehr

Der Gegenverkehr muss warten, bis Sie gefahren sind. Trotzdem Vorsicht!



Wartepflicht bei Gegenverkehr

Hier müssen Sie zuerst den Gegenverkehr fahren lassen.



Fußgängerzone

Hier dürfen Radfahrende nur fahren, wenn es eine Zusatztafel erlaubt, auf der „ausgenommen Radfahrer“ steht.



Fahrverbot

Hier gilt absolutes Fahrverbot. Fahrräder dürfen geschoben werden.



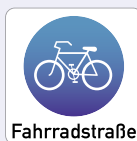
Einfahrt verboten

Hier dürfen Sie nicht einfahren, außer eine Zusatztafel erlaubt es.



Begegnungszone

In einer Begegnungszone dürfen Zu- und Fußgehende die gesamte Fahrbahn benutzen. Kfz-Lenkerinnen und -Lenker dürfen weder den Fuß- noch den Radverkehr behindern oder gefährden. Die erlaubte Höchstgeschwindigkeit beträgt 20 bzw. in Ausnahmen 30 km/h und ist am Verkehrszeichen vermerkt.



Fahrradstraße

Fahrradstraße

Hier ist nur Fahrradverkehr erlaubt, allerdings ist das Zu- und Abfahren mit Kraftfahrzeugen im Allgemeinen erlaubt, ebenso wie das Queren der Fahrradstraße. Radfahrende dürfen hier nebeneinander fahren und sie dürfen nicht behindert werden. Das Tempolimit beträgt 30 km/h.



Fahrverbot für Fahrräder

Hier dürfen Sie nicht mit dem Rad fahren, das Fahrrad darf aber geschoben werden.



Radwege ohne Benutzungspflicht

Diese Verkehrszeichen zeigen Radwege an, die von Radfahrenden benutzt werden dürfen, aber nicht müssen.



Die freiwillige Radfahrprüfung

Anforderungen, Ablauf, Verkehrserziehungsgarten

Kinder können ab 9 Jahren in der vierten Schulstufe oder ab 10 Jahren unabhängig von der Schulstufe die freiwillige Radfahrprüfung ablegen. Bestehen sie diese Prüfung, bekommen sie einen Radfahrausweis und dürfen mit Einverständnis der Eltern allein im Straßenverkehr unterwegs sein.

Die freiwillige Radfahrprüfung besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil. Häufig wird die theoretische Prüfung von der Schule und die praktische Prüfung von der Polizei durchgeführt. Nur

Kinder, die die theoretische Prüfung bestehen, dürfen auch zur praktischen Prüfung antreten. Ziel der Prüfung ist es, festzustellen, ob Ihr Kind bereits reif und sicher genug ist, um allein mit dem Fahrrad im Straßenverkehr unterwegs zu sein. Die praktische Prüfung findet teilweise in Verkehrserziehungsgärten statt, die nicht immer der Verkehrsrealität auf der Straße entsprechen: Die Dimensionen sind kleiner und es gibt keinen motorisierten Verkehr. Damit Ihr Kind davon nicht irritiert wird, in-

formieren Sie sich am besten, wo die Radfahrprüfung stattfinden wird und ob Ihr Kind vorher auch vor Ort trainieren kann.

So können Sie Ihrem Kind dabei helfen, sich optimal vorzubereiten. Sollte es dennoch nicht klappen, verzagen Sie nicht! Kinder sind bei Prüfungen oft aufgeregt und die Nerven spielen ihnen einen Streich. Fragen Sie in der Schule oder bei der Polizei nach, wann und wie die Prüfung wiederholt werden kann. Sie werden bestimmt hilfreiche Auskunft bekommen.

Wie geht es nach der Radfahrprüfung weiter?

Sobald die Radfahrprüfung erfolgreich bestanden ist, entsteht bei einigen Kindern der große Drang, sich gleich auf das Rad zu schwingen und allein einen Weg mit dem Fahrrad zurückzulegen. Damit Ihr Kind bei den ersten selbstständigen Fahrver-

suchen sicher unterwegs ist, sollten Sie es unterstützen und auch weiterhin bei seinem Lernprozess begleiten. Das gibt auch Ihnen als Eltern das notwendige Vertrauen in das Fahrkönnen Ihres Kindes. Es schadet nicht, auch nach der be-

standenen Radfahrprüfung einige Übungen zu wiederholen und das Wissen in regelmäßigen Abständen aufzufrischen. Um die Sicherheit in der Verkehrsrealität Schritt für Schritt zu erhöhen, können Sie folgende Radfahrübungen durchführen:



Blaue, rote und schwarze „Pisten“

Teilen Sie verschiedene Routen in Ihrer Wohnumgebung in die Kategorien „Blau“, „Rot“ und „Schwarz“ ein. Ähnlich wie auf der Skipiste stehen die Farben für den jeweiligen Schwierigkeitsgrad der Strecke. Routen, die Ihr Kind schon oft gefahren ist, oder Strecken, die überwiegend auf Radwegen oder durch Tempo-30-Zonen führen, sind beispielsweise leichter zurückzulegen als Wege entlang von Hauptstraßen mit großen Kreuzungen. Wie schwierig eine Strecke ist,

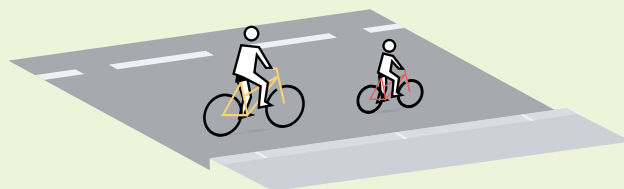
hängt natürlich von den jeweiligen Fähigkeiten Ihres Kindes sowie Ihrem Wohnumfeld ab. Das Linksabbiegen auf einer großen Kreuzung erfordert von Ihrem Kind höchste Konzentration sowie ein sicheres Beherrschen des Fahrrads und der Verkehrsregeln. Beginnen Sie daher zuerst mit leichten Strecken und steigern Sie den Schwierigkeitsgrad Schritt für Schritt. Hat Ihr Kind einige Fahrten allein gut gemeistert, kann es sich an schwierigere Strecken heranwagen.

Perfektionsfahrten

Der Begriff „Perfektionsfahrt“ bezeichnet üblicherweise Testfahrten von Fahrpädagoginnen und -pädagogen, um deren Fahrstil und Fahrkompetenzen zu beurteilen. Solche Fahrten sind ideal, um den Lernenden Feedback zu geben und auf mögliche Fehler hinzuweisen.

Unternehmen Sie mit Ihrem Kind ein paar Monate nachdem es die Rad-

fahrprüfung erfolgreich bestanden hat, eine gemeinsame „Testfahrt“ und prüfen Sie dabei, ob es schwierige Situationen in der Verkehrsrealität gut meistern kann. Lassen Sie Ihr Kind dabei vorausfahren, damit es selbstständig entscheiden kann. Geben Sie Ihrem Kind danach Tipps, wie es sein Können weiter verbessern kann.



Übungen zum Radfahrtraining

Wiederholen Sie einige der ab Seite 17 beschriebenen Übungen gemeinsam mit Ihrem Kind in einer autofreien Siedlung oder einem ähnlichen „Schonraum“ (z. B. im Park oder auf dem Hof).

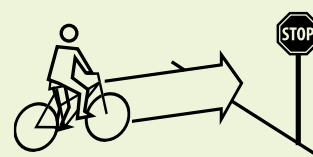
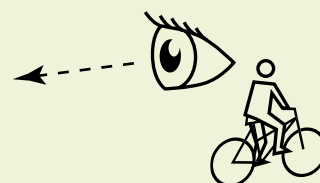
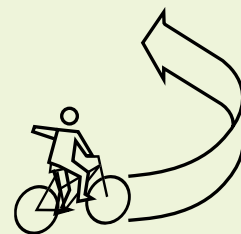
Ein Schonraumtraining allein hilft aber nicht, die Verkehrssicherheit und das Können in der Verkehrsrealität zu ersetzen. Dazu sind Übungen und ein Radfahrtraining in der Verkehrsrealität notwendig.

Folgende Übungen können auch in der Verkehrsrealität gut durchgeführt werden. Wählen Sie dazu ein geeig-

netes Trainingsgebiet aus (z. B. Tempo-30-Zone oder Wohnstraße):

- Handzeichen geben
- Linksabbiegen
- Blick nach hinten
- zielgenau bremsen

Bei allen Übungen ist es wichtig, dass Sie Ihrem Kind stets ein gutes Vorbild sind. Wenn Sie oft genug mit Ihrem Kind üben und gemeinsame Radfahrten unternehmen, dann erlangt Ihr Kind bald die nötige Fahrpraxis, um sicher im Straßenverkehr unterwegs zu sein.



Roller, Micro-Scooter, Trendsportgeräte



Kickboard:
fahrzeugähnliches
Spielzeug



Micro-Scooter:
Kleinfahrzeug zur
Verwendung außer-
halb der Fahrbahn



Sidewalker:
im Sinne der StVO
ein Fahrrad

Micro-Scooter und Inlineskates sind nur zwei der beliebten modernen Fortbewegungsmittel bei Kindern. Doch wo dürfen sie damit überhaupt fahren?

Die „Freiheit auf flotten Rollen“ ist nicht immer grenzenlos. Wer auf der Straße fährt, muss Altersgrenzen, Ausrüstungsbestimmungen und andere gesetzliche Regelungen beachten. Auch Kinder, die sich mit Fahrrädern, E-Scootern, Inlineskates oder Tretautos auf die Straße begeben, haben die Vorschriften zu beachten. Als Eltern müssen Sie darauf achten, dass Ihre Kinder beim Spielen keine Fußgängerinnen und Fußgänger oder andere Verkehrsteilnehmende gefährden. Die folgenden Regeln müssen beachtet werden:

- Egal ob mit Fahrrad, Inlineskates oder Roller – als oberste Regel gilt, sich immer so zu verhalten, dass andere Verkehrsteilnehmende, wie z. B. Fußgängerinnen und Fußgänger, weder gefährdet noch behindert werden.

- Grundsätzlich werden Tretautos, Kickboards, Dreiräder, Kinderroller und ähnliche Trendsportgeräte rechtlich (§ 2 Abs. 1, Z 19–22 und § 88 StVO) als fahrzeugähnliches Spielzeug¹ bzw. als Kleinfahrzeuge

zur Verwendung außerhalb der Fahrbahn (z. B. Micro-Scooter) eingestuft. Damit dürfen sie in Schrittgeschwindigkeit auf Gehsteigen, Gehwegen sowie in Wohn- und Spielstraßen benutzt werden, wenn dadurch weder der Verkehr auf der Fahrbahn noch Zufußgehende behindert oder gefährdet werden. Das Fahren auf der Fahrbahn, am Radweg und auf Radfahrstreifen ist nicht erlaubt.

- Roller bzw. Sidewalker mit Laufrädern mit einem äußeren Felgendurchmesser größer als 300 mm gelten gesetzlich als Fahrrad und sind nach den für Fahrräder geltenden Regeln der StVO und Fahrradverordnung auszustatten und zu benutzen.

- Ab 1. Juni 2019² gilt (§ 88b StVO): Auch elektrisch betriebene Klein- und Miniroller mit max. 600 Watt höchst zulässiger Leistung und max. 25 km/h Bauartgeschwindigkeit (E-Scooter) müssen wie Fahrräder benutzt werden und gemäß StVO mit einer Bremse, Rückstrahlern nach vorne in weiß, nach hinten in rot, zur Seite in gelb und bei Dunkelheit und schlechter Sicht mit weißem Licht nach vorne und rotem Rücklicht ausgestattet sein. Sie dürfen somit überall dort fahren, wo auch Fahrräder fahren dürfen, es gilt die Radwegbenutzungspflicht.

Auf Gehsteigen und Gehwegen ist ihre Verwendung nur dann (in Schrittgeschwindigkeit) gestattet, wenn dies durch behördliche Verordnung vorher ausdrücklich erlaubt wurde.

- Inlineskaten bzw. Rollschuhfahren ist im Ortsgebiet auf Gehsteigen, Gehwegen, Schutzwegen, in Wohnstraßen und Fußgängerzonen in einer dem Fußverkehr angepassten Geschwindigkeit sowie auf Radfahranlagen, wie z. B. Radwegen und Radfahrstreifen, erlaubt.

Aber Achtung: Außerhalb des Ortsgebietes ist das Fahren mit Inlineskates bzw. Rollschuhen auf Radfahrstreifen verboten!

- Kinder unter zwölf Jahren, die keinen Radfahrausweis haben, dürfen sich mit Rollschuhen, fahrzeugähnlichem Kinderspielzeug und Kleinfahrzeugen auf Gehwegen und Gehsteigen nur in Begleitung (mind. 16 Jahre alt) fortbewegen. Der Radfahrausweis kann in der 4. Schulstufe ab dem vollendeten 9. Lebensjahr erworben werden. Die Beaufsichtigungspflicht entfällt für Kinder über 8 Jahren, wenn die Kleinfahrzeuge ausschließlich durch Muskelkraft betrieben werden.

¹ Mit der 31. StVO-Novelle wird der Begriff Kinderspielzeug durch Spielzeug ersetzt.

² bei Redaktionsschluss vorgesehene Inkrafttreten der 31. StVO-Novelle

Weitere Informationen

www.bmvit.gv.at/verkehr/ohnemotor/

Website des Bundesministeriums für Verkehr, Innovation und Technologie zum Fuß- und Radverkehr

www.bmvit.gv.at/verkehr/strasse/recht/stvo/index.html

Website des Bundesministeriums für Verkehr, Innovation und Technologie zur Fahrradverordnung (FVO) und Straßenverkehrsordnung (StVO)

www.bmvit.gv.at/verkehr/ohnemotor/sicherheit/boards.html

Website des Bundesministeriums für Verkehr, Innovation und Technologie zur Verwendung von Trendsportgeräten

www.jugendrotkreuz.at/rad

Auskunft und Information des Österreichischen Jugendrotkreuzes zur freiwilligen Radfahrprüfung

www.radfahrtraining.at

Website zum Radfahrtraining in der Verkehrsrealität

www.radworkshop.info

Website zu den von der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt (AUVA) angebotenen Radworkshops

www.ritaundronnyroller.at

Website des Landes Steiermark für Kinder mit wichtigen Tipps zur Vorbereitung auf die ersten Fahrten im Straßenverkehr und auf die freiwillige Radfahrprüfung



www.bmvit.gv.at/verkehr/ohnemotor/publikationen/ausruestung.html

Broschüre „Richtig ausgerüstet“ mit Informationen und Tipps zur verkehrssicheren Ausstattung Ihres Fahrrads

Quellenverzeichnis

ADFC (2008): *Mobil mit Kind und Rad. Ein Ratgeber für die ganze Familie.*

Allgemeine Unfallversicherungsanstalt: *Unterrichtsmaterialien rund um den AUVA-Radworkshop.* Wien.

bfu Beratungsstelle für Unfallverhütung (2017): *Radfahren – Sicher im Sattel.* Bern.

BMVIT: *Fahrradverordnung.* BGBl. II Nr. 146/2001.

BMVIT: *Straßenverkehrsordnung.* BGBl. Nr. 159/1960 idF BGBl. I Nr. 39/2013.

Cavill, N./Kahlmeier, S./Racioppi, F. (2006): *Physical activity and health in Europe: evidence for action.* Copenhagen: World Health Organization.

Institut für Sportwissenschaften der Universität Graz (2007): *Schonraumübungen. Lehrveranstaltung Praktisch Methodische Übungen.* Graz.

Limbourg, M. (1994): *Kinder im Straßenverkehr.* GUVV Westfalen-Lippe und Rheinischer GUVV (Hrsg.). Münster und Düsseldorf.

Schützthöfer, et al (2016): *Verkehrspsychologische und -pädagogische best-practice-Empfehlungen für sichere Verkehrsteilnahme als Rad fahrendes Kind.* Zeitschrift für Verkehrssicherheit 62, (2016) Nr. 4, S. 153

Schweizer Bundesrat: *Verordnung über die technischen Anforderungen an Strassenfahrzeuge.* SR 741.41. VTS vom 19. Juni 1995.

Abbildungsverzeichnis

- S. 1 iStock.com/George Doyle
- S. 2 iStock.com/Yuri Arcurs
- S. 4 www.hercules-bikes.de / pd-f
- S. 6 www.abus.de / pd-f
- S. 8 www.puky.de / pd-f
- S. 14 iStock.com
- S. 16 Richard Masoner, www.cyclelicio.us, CC: Attribution-Share Alike 2.0
- S. 20 gmahender, flickr.com, CC: Attribution 2.0
- S. 26 Forschungsgesellschaft Mobilität – FGM
- S. 28 Alexander Seger

Dieser Ratgeber hilft Ihnen, Ihr Kind richtig auf das Radfahren im Straßenverkehr vorzubereiten.

10 wichtige Verhaltensregeln

1. Blickkontakt aufbauen
2. Tote Winkel meiden
3. Vorausschauend fahren
4. Auf Autotüren achten
5. Abstand zum Gehsteigrand halten
6. An Kreuzungen richtig stoppen
7. Abstand beim Überholen halten
8. Sich bemerkbar machen
9. Hintereinander fahren
10. Gut vorbereitet anfahren



BMVIT – Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie,
Radetzkystraße 2, 1030 Wien

www.bmvit.gv.at