

elterninfo

schulweg

10

Der erste Schultag! Da sind die Erstklässler verständlicherweise besonders aufgeregt. Für die Eltern sind aber auch die folgenden Tage und Wochen spannend. Denn spätestens am zweiten Schultag heißt es: Wie kommt das Kind von nun an heil zur Schule? In der Regel begleiten die Eltern ihr Kind in der ersten Zeit – aber gleichzeitig müssen sie es gut vorbereiten, damit es diesen Weg künftig allein bewältigen kann und jeden Tag gesund und sicher zur Schule kommt. Wir geben Ihnen in dieser elterninfo Tipps, wie Sie die Schulwegvorbereitung gut meistern können.



Kleine Verkehrsteilnehmer in Kinderschuhen

.....
Kinder im Grundschulalter sind noch recht unsichere Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer. Und das nicht nur wegen ihrer mangelnden Erfahrung. Sondern auch, weil ihre optischen und akustischen

Wahrnehmungsfähigkeiten noch nicht voll entfaltet sind und sie sich daher noch nicht so gut wie Erwachsene im Straßenverkehr orientieren können. Sie können zum Beispiel noch nicht sicher entscheiden, aus welcher Richtung genau das Geräusch des herannahenden Autos kommt. Auch ihre Reaktionsfähigkeit ist noch wesentlich langsamer

als bei Erwachsenen. Dazu kommt, dass ihnen aufgrund ihrer Körpergröße nicht nur in vielen Situationen der Überblick fehlt, sondern sie auch selbst schnell mal übersehen werden.

Kinder denken zudem oft: „Wenn ich das Auto sehen kann, kann der Autofahrer mich ja auch sehen“ – eine gefährliche Fehleinschätzung!



Sicherheit braucht Übung

Nehmen Sie sich daher gerade in den ersten Wochen viel Zeit, um den Schulweg gemeinsam mit Ihrem Kind abzugehen – am besten schon, bevor die Schule startet! Laufen Sie den Weg zur selben Zeit, zu der Ihr Kind dies später auch tun wird. Üben Sie so lange, bis es sich sicher und selbstständig genug fühlt, den Weg allein zu gehen – und bis auch Sie ein „gutes Gefühl“ haben.



Erinnern Sie Ihr Kind daran, dass es auch bei einer grünen Ampel vorsichtig sein und auf abbiegende Fahrzeuge achten muss.

Auch Bus fahren will gelernt sein

Falls Ihr Kind mit Bus oder Straßenbahn zur Schule fahren muss, trainieren Sie dies ebenfalls gemeinsam. Hauptgefahr dabei ist das Überqueren der Fahrbahn unmittelbar vor oder hinter dem Bus. Ihr Kind sollte deshalb nach dem Aussteigen warten, bis der Bus abgefahren und die Fahrbahn frei ist, bevor es über die Straße geht. Im Bus sollten Kinder immer sitzen!

Taxi Mama, Taxi Papa – nein danke!

Immer mehr Eltern bringen ihre Kinder mit dem Auto zur Schule – auch aus Sorge vor gefährlichen Situationen im Straßenverkehr. Versuchen Sie, das zu vermeiden, denn je mehr Kinder mit dem „Eltern-Taxi“ chauffiert werden, desto größer wird der Verkehr vor der Schule und gefährdet die anderen Kinder.

Außerdem hat das Zu-Fuß-gehen viele Vorteile:

- Die Kinder werden selbstbewusster, wenn sie den Schulweg nach einiger Zeit allein bewältigen.
- Wenn sie mit ihren Freunden gehen, werden sie von Autofahrern besser gesehen.
- Die Gruppe festigt schon früh den Zusammenhalt und den wichtigen sozialen Kontakt.
- Zu Fuß gehen ist gesünder, denn viele Kinder bewegen sich zu wenig und werden dadurch schnell zu dick.
- Es ist umweltfreundlicher, wenn Sie Ihr Auto stehen lassen.



Wählen Sie immer den sichersten Weg, auch wenn er einen kleinen Umweg bedeutet.

Wenn es dennoch – aus welchen Gründen auch immer – notwendig ist, Ihr Kind mit dem Auto zur Schule zu bringen, achten Sie darauf, dass Sie einen passenden Kindersitz haben. Der ist vorgeschrieben, bis das Kind 12 Jahre alt beziehungsweise kleiner als 1,50 Meter ist.

Ein sicherer Schulweg beginnt zuhause...

... denn wenn der Tag schon hektisch beginnt, ist die Erstklässlerin oder der Erstklässler auch auf dem Schulweg in Eile und eher unkonzentriert. Sorgen Sie auf jeden Fall dafür, dass Ihr Kind genug Schlaf bekommt und morgens ausgeruht ist, gut gefrühstückt hat und rechtzeitig losgeht – nur dann wird es sich konzentriert im Straßenverkehr bewegen.

Sollten Sie doch einmal spät dran sein, geben Sie Ihrem Kind lieber eine Entschuldigung mit, so dass es trotzdem in Ruhe gehen kann. Denn wenn es unter Stress gerät, reagiert es eher spontan und unüberlegt – und damit auch schnell mal riskant.



Besprechen Sie mit Ihrem Kind, dass es nicht mit Fremden mitgehen oder in fremde Autos einsteigen soll, auch wenn diese nett sind oder betonen, im Auftrag der Eltern zu handeln.

Weitere Informationsquellen:

www.verkehrswacht-medien-service.de/schulweg.html
www.verkehrssicherheit-rlp.de/kind/anfaenger.php
http://www.adac.de/Verkehr/Verkehrserziehung/Medien/Schulweg_Ratgeber/



eltern tipps

- + Erklären Sie Ihrem Kind, dass es sich auf jeden Fall an den eingeübten Weg halten muss.
- + Überqueren Sie Straßen nur an übersichtlichen Stellen – an Ampeln, Mittelinseln oder Zebrastreifen.
- + Gehen Sie mit Ihrem Kind erst über die Straße, wenn alle Autos stehen.
- + Achten Sie bei Jacke und Schulranzen Ihres Kindes darauf, dass sie mit Reflektoren ausgestattet sind, damit es auch in der Dämmerung gut zu sehen ist.
- + Ihr Kind sollte genau wissen, wie es heißt, wo es wohnt und wie man Sie erreichen kann.
- + Fährt Ihr Kind mit dem Bus zur Schule, üben Sie auch das Warten an der Haltestelle, das Einsteigen, das Hinsetzen und Sitzen bleiben, das umsichtige Aussteigen.
- + Wenn Ihr Kind mit dem Fahrrad fährt, soll und darf es den Gehweg benutzen. Experten empfehlen dies aber erst ab der 4. Klasse.
- + Besprechen Sie mit Ihrem Kind, dass Sie es noch ein oder zwei Mal unbemerkt begleiten werden, um zu schauen, ob es sich an alle Regeln erinnert.

Quelle:

<http://www.lokale-buendnisse-rlp.de/index.php?id=527>

Herausgegeben durch die:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz
Telefon: (06131) 2069-0, Fax: (06131) 2069-69
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.:

Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG

Kontaktperson:

Alke Peters, LZG

Autorin:

Martina Peters, freie Journalistin, www.martina-peters.de

Redaktion:

Ilka Heunemann, Diplom-Psychologin,
Landespsychotherapeutenkammer RLP

Grafisches Konzept:

Andrea Wagner, andrea.wagner-mainz@t-online.de

Bildnachweis:

www.panthermedia.de (Titelbild), www.pixelio.de

Druck:

IB Heim



Landeszentrale
für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.



Bisher erschienene Elterninfos: 01 shisha, 02 adipositas, 03 alkopops, 04 kinder & medien, 05 spiel mit mir!, 06 passivrauchen, 07 demenz, 08 komasaufen, 09 krebs, 10 schulweg, 11 alkoholfrei schwanger, 12 freizeitstress, 13 medikamente, 14 snack to go, 15 schlafen



Materialien zur Gesundheitsförderung
LZG-Schriftenreihe Nr. 170

