

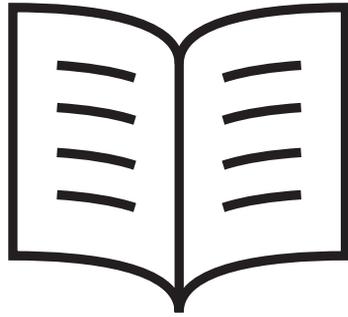
**ADAC**

**Mobilität erfahren:  
Der ADAC Schulwegratgeber.**



ADAC e.V.





# Inhaltsverzeichnis

## **Mobilität erfahren: Wie kommen Kinder zur Schule?**

### **1. Sie gehen zu Fuß.**

Warum? Über die Vorteile des Laufens .....	7
Wie? Über das richtige Üben .....	8

### **2. Sie werden mit dem Auto gebracht.**

Warum? Über das Problem Elterntaxi .....	11
Wie? Über den sicheren Transport .....	12

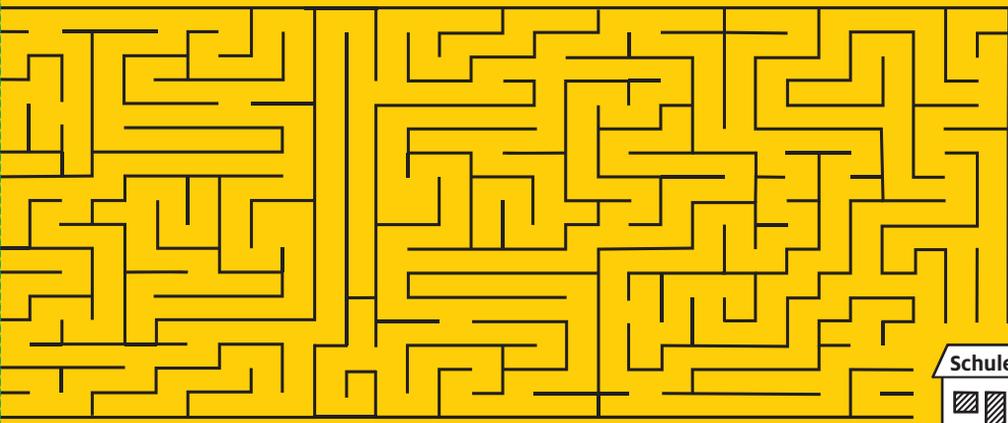
### **3. Sie fahren mit Bus oder Bahn.**

Warum? Über die bedarfsgerechte Schülerbeförderung ...	15
Wie? Über das Warten, Einsteigen und Fahren .....	16



## Liebe Eltern und alle, die Kinder auf ihren ersten Wegen begleiten,

die Schule geht los. Und mir ihr auch Ihre Kleinen. Der erste Schultag läutet den ersten großen Schritt in ein selbstständiges Leben ein. Und in die eigenständige Mobilität. Bei all dem Neuen können die Kinder natürlich auf Ihre Unterstützung zählen. Und weil Übung für eine sichere Teilnahme am Straßenverkehr unabdingbar ist, finden Sie dazu auf den nächsten Seiten dieses Ratgebers viele Informationen und Tipps. Schauen Sie sich unbedingt das Kapitel über das sichere zu Fuß gehen an. Sie sollten Ihrem Kind so oft es geht ermöglichen, sich an der frischen Luft zu bewegen. Der Schulweg eignet sich dafür in den allermeisten Fällen ganz hervorragend. Sollten Sie Ihr Kind auch mal mit dem Auto fahren müssen, erfahren Sie hier auch alles über die essentielle Sicherung. Wie Sie sich auch entscheiden, seien Sie für alle Kinder ein gutes Vorbild im Straßenverkehr! Und bedenken Sie: Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Sie sind zuallererst natürlich viel kleiner. Gehen Sie in die Hocke und versuchen Sie, über eine Reihe geparkter Autos hinweg den Verkehr zu beobachten. Sie werden merken, Sie können über viele Dinge nicht drüber schauen. Der fehlende Überblick und die insgesamt anderen Blickwinkel schränken Kinder noch stark in ihrer Verkehrskompetenz ein. Übrigens: Sie können es situativ mehr oder weniger leicht schaffen, sich in andere hineinzusetzen. Eine Eigenschaft, die Kindern noch gänzlich fehlt. Die Ich-Bezogenheit führt zu vielen Fehlurteilen. So denken die Kleinen häufig, ein Autofahrender sieht sie, sobald sie selbst den Fahrenden gesehen haben. Dazu kommt eine generell noch individuell zu ent-



wickelnde Gefahrenwahrnehmung. Entfernungen und Geschwindigkeiten können von den Kleinen noch schwer eingeschätzt werden. Und in allem werden Kinder noch schnell abgelenkt. Von einem Spielplatz am Wegesrand, einem schönen Blümchen oder einem bunten Auto. Der Blick und die Konzentration sind noch kaum fokussiert ausrichtbar. Passen Sie darum gut auf die Kleinen auf. Wir helfen Ihnen gerne dabei!

### Ihr ADAC



Video: „Ich sehe nicht, was Du gut siehst!“

PS: Falls Sie sich fragen, warum das sichere Rad- und Rollerfahren keine Erwähnung findet: Die Kleinen sollten erst nach der schulischen Radfahrausbildung in der dritten oder vierten Klasse mit dem Fahrrad in die Schule fahren. Mit der Komplexität verschiedener Situationen und Fahrmanöver können sie vorher noch nicht ausreichend sicher umgehen. Üben im Schonraum schadet aber natürlich auch hierbei nicht. Die Fahrt mit dem Roller wird von vielen Schulen erst ab der zweiten Klasse empfohlen.



# 1. Sie gehen zu Fuß.

## Warum?

### Über die Vorteile des Laufens

Kinder sind neugierig, sie wollen lernen. Auch auf ihrem Schulweg wird es viel zu entdecken geben. Nur dort lernen Kinder, wie man sich im realen Verkehr zurechtfindet. Auf ihrem Schulweg können Kinder eigenständige Mobilität praktisch erfahren und stetig ausbilden. Kinder sollten daher so viele Wege wie möglich zu Fuß gehen – auch den Schulweg. Der Schuleinstieg eignet sich gut, Routinen auszubilden und Sie unterstützen beim Üben die Ausbildung des präventiven Gefahrenbewusstseins. Regelmäßiges Gehen fördert außerdem den natürlichen Bewegungsdrang von Kindern, trainiert Bewegungsabläufe und Motorik und erhöht als positiver Nebeneffekt die Konzentrations- und Lernfähigkeit. Dazu trägt auch die frische Luft bei, die gemeinsam mit natürlichem Licht tief durchatmen lässt und frohe Laune bringt. Das Meistern von immer mehr erlernten Situationen schafft Selbstbewusstsein und unterstützt Eigenständigkeit. Und eine soziale Komponente hat das zu Fuß gehen auch: Kinder treffen Gleichaltrige, können sich austauschen – vor und nach der Schule.

Die Wahl des Schulweges ist natürlich sorgfältig zu treffen. Der kürzeste Weg



ist dabei nicht immer der allersicherste. Kinder sollten Fahrbahnen so selten wie möglich überqueren müssen. Lässt sich dies nicht vermeiden, sollen die Fahrbahnen möglichst nur an Kreuzungen und Einmündungen überquert werden. Bei starkem Verkehr möglichst an Ampeln, Zebrastreifen, durch Unterführungen und an Stellen, wo Schülerlotsende stehen. Es sollte ein ausreichend breiter Gehweg vorhanden sein.

Im folgenden Abschnitt geben wir Ihnen ein paar Tipps an die Hand, wie Sie die richtige Wahl beim Schulweg treffen können und wie Sie den Weg mit dem Kind am besten üben. Und: Was noch wichtig ist, um dem Kind den Weg möglichst angenehm und zu einer großartigen und sicheren Erfahrung zu gestalten.



## Wie? Über das richtige Üben



Erkundigen Sie sich rechtzeitig vor Schulbeginn bei der Schule oder der Gemeinde nach einem aktuellen **Schulwegplan**. Dieser zeigt Skizzen der direkten Umgebung von Schulen. Aufgrund von Erfahrungswerten werden in diesen Schulwegplänen die derzeit sichersten Wege zur Schule eingezeichnet. Sie geben damit den Eltern Empfehlungen, welcher Weg zur Schule gewählt werden soll. Sprechen Sie unbedingt bei der Schule, z.B. auf einem Elternabend, an, wenn es keinen Schulwegplan gibt.



Überprüfen Sie selbst den Schulweg Ihres Kindes auf **Gefahrenstellen**. Einige Beispiele für Gefahrenstellen, die auf dem Schulweg Ihres Kindes auftreten können: Hohes Verkehrsaufkommen an Überquerungen, schlechte Sicht wegen z.B. parkender Autos oder Hecken und Bäumen, stark befahrene Radwege entlang des Gehwegs, fehlender oder blockierter Gehweg, schwer einsehbare Grundstücksausfahrten.



**Üben** Sie den Schulweg mit Ihrem Kind schon lange vor dem ersten Schultag immer wieder praktisch. Wichtig ist es, dies nach Möglichkeit auch zu den üblichen Schulwegzeiten, also so wirklichkeitsnah wie möglich zu tun, das heißt nicht an Wochenenden und nicht zu Ferienzeiten.



Achten Sie darauf, dass Ihr Kind ausgeschlafen ist. Wecken Sie es früh genug, damit es sich nicht abhetzen muss. Lassen Sie Ihr Kind den Tag mit einem gesunden und ausgewogenen Frühstück beginnen. Gehen Sie mit Ihrem Kind rechtzeitig los. So lässt sich **Zeitdruck vermeiden** und man kann den Kleinen bei Bedarf auf dem Weg ein paar Dinge erklären.



Der **Schulranzen** sollte den DIN-Vorschriften (DIN 58124) entsprechen, kein zu hohes Leergewicht haben und nicht zu schwer bepackt sein. Er sollte nicht mehr als ein Zehntel des kindlichen Körpergewichts betragen. Sortieren Sie daher täglich gemeinsam mit Ihrem Kind nicht benötigte Dinge aus. Bitten Sie ruhig auch die Lehrenden, die Kinder zu erinnern, nur wirklich Benötigtes in den Schulranzen zu packen.



Sicherheit hängt ganz wesentlich von der **Sichtbarkeit** ab. Kleiden Sie sich und Ihr Kind insbesondere bei schlechten Sichtverhältnissen immer hell, um so einen Kontrast zur dunklen Umgebung zu schaffen. Verwenden Sie dafür Kinder-Sicherheitswesten oder befestigen Sie zusätzlich an der Kleidung Ihres Kindes Reflektoren. Besonders wirksam sind auch solche Reflektoren, die an einem Bändchen zum Beispiel unten am Schulranzen befestigt sind und so von allen Seiten zu sehen sind. Achten Sie beim Kauf von Jacken, Anoraks, Schuhen und Ähnlichem darauf, dass retroreflektierendes Material bereits eingearbeitet ist. Auch Schulranzen nach DIN-Norm müssen mit genügend fluoreszierendem Material (mindestens 20% der sichtbaren Fläche in orangerot oder gelb) und retroreflektierenden Materialien (10% der Vorder- und Seitenflächen) ausgestattet sein.



Nehmen Sie Ihr Kind zunächst an die **Hand** und lassen Sie es auf der dem Straßenverkehr abgewandten Seite gehen.



Bringen Sie dem Kind bei, Autofahrende zu **beobachten**. Wie verhalten sie sich? Sehen sie mich gut? Halten sie vielleicht für mich an? Kinder haben häufig noch eine sehr egozentrische Weltsicht und können sich schwer in andere Verkehrsteilnehmende hineinversetzen.



Erklären Sie Ihrem Kind an **gesicherten Übergangsstellen**, wie zum Beispiel an Zebrastreifen oder an Ampelanlagen, dass es auch hier vorsichtig sein muss. Bleiben Sie stehen, ehe Sie die Fahrbahn überqueren. Schauen Sie nach links, dann nach rechts und abermals nach links. Gehen Sie erst, wenn wirklich alles frei ist. Gehen Sie niemals bei Rot über die Ampel. Erklären Sie Ihrem Kind die Ampel auch aus der Sicht eines Autofahrenden.



Versuchen Sie einmal einen **Rollentausch**: Ihr Kind bringt Sie zur Schule und erklärt Ihnen die Gefahrenstellen. Dadurch erkennen Sie besser, was Ihr Kind schon verinnerlicht hat und wo noch Probleme auftreten.



Lassen Sie Ihr Kind nach Möglichkeit noch nicht ganz allein zur Schule gehen. Unterstützen Sie Ihr Kind, indem Sie ihm helfen, **Weggemeinschaften** zu bilden. Oder organisieren Sie zusammen mit anderen Eltern und Kindern Abholketten oder einen Walking Bus und begleiten Sie Ihr Kind bis zum ersten Treffpunkt und holen Sie es von dort wieder ab.



**Begleiten** Sie Ihr Kind auch noch längere Zeit nach dem Schulanfang und kontrollieren Sie später ab und zu, ob es sich noch so verhält, wie Sie es mit ihm geübt haben oder ob es sich noch stark von der Umgebung ablenken lässt. Überprüfen Sie den Schulweg auch ruhig regelmäßig auf neue Gefahrenstellen wie zum Beispiel Baustellen.



Seien Sie jederzeit **Vorbild** und gehen Sie immer mit gutem Beispiel voran. Ihr Kind lernt unglaublich viel von Vorbildern. Daher verhalten Sie sich grundsätzlich regelkonform, auch andere Kinder schauen sich von Ihnen vielleicht etwas ab.



**Verkehrshelfende** (Schüler- und Elternlotsende) können entscheidend zu mehr Schulwegsicherheit beitragen. Melden Sie sich doch für diese sehr wichtige, ehrenamtliche Aufgabe, da vielerorts nicht die notwendige Anzahl von Verkehrshelfenden vorhanden ist. Vielleicht kennen Sie auch jemanden, den Sie überzeugen können.





## 2. Sie werden mit dem **Auto** gebracht.

### Warum?

#### Über das Problem Elterntaxi

Für Kinder stellt die Mitfahrt im Auto die größte Gefahr dar, bei einem Unfall verletzt zu werden. Besonders gefährdet sind Kinder, die ungesichert oder nur mangelhaft gesichert als Mitfahrer im Auto sitzen, und zwar zumeist im Fahrzeug der eigenen Eltern oder Großeltern. Das Phänomen „Elterntaxi“ ist ein bundesweit zu beobachtendes Problem. Insbesondere an Grundschulen sind verstärkte Hol- und Bringverkehre in ganz Deutschland leider Alltag. Je mehr Eltern ihre Kleinen zur Schule fahren, desto mehr leidet die Verkehrssicherheit vor der Schule darunter. Schulbusse werden behindert, durch Parken in zweiter oder dritter Reihe gefährliche Überhol- und Wende-

manöver provoziert. Durch das Verkehrschaos und Drängen vor dem Schulgebäude werden zu Fuß laufende und auch aussteigende Kinder gefährdet. Die gebrachten Kinder verlieren die Möglichkeit, ihre Verkehrskompetenz aufzubauen. Das Bewältigen von Wegen zu Fuß ist überaus wichtig, für die Gesundheit, die Konzentration und die Sozialkompetenz zum Beispiel. Häufig ist das „Elterntaxi“ dabei gut gemeint: Kinder sollen länger schlafen können oder nicht in schlechtem Wetter laufen. Aber auch Ängste spielen eine Rolle. Angst vor unsicheren Wegen oder vor dem Loslassen. Was es auch ist, bitte fahren Sie Ihr Kind nur in Ausnahmefällen zur Schule und wieder nach Hause. Kindern tut die Bewegung auf dem Schulweg gut. Selbstständiges Verhalten im Straßenverkehr erlernt Ihr Kind nur, wenn es auch aktiv daran teilnimmt.



## Wie? Über den sicheren Transport



Der Gesetzgeber schreibt vor: „Kinder bis zum vollendeten 12. Lebensjahr, die kleiner als 150 cm sind, dürfen in Kraftfahrzeugen auf Sitzen, für die Sicherheitsgurte vorgeschrieben sind, nur mitgenommen werden, wenn Rückhalteeinrichtungen für Kinder genutzt werden, die amtlich genehmigt und für das Kind geeignet sind.“

## ECE

Im Handel dürfen nur noch Rückhaltesysteme angeboten werden, die den europäischen Sicherheitsbestimmungen entsprechen. Diese sind am ECE-Prüfzeichen erkennbar (ECE-44/03 und -44/04 oder R129).



Für Kinder, die größer als 150 cm oder älter als zwölf Jahre sind, gilt ebenso wie für Erwachsene die Sicherungspflicht mit dem Gurt auf allen Sitzplätzen.



Die Ergebnisse der jährlichen ADAC Kindersitztests zeigen, dass es für jede Gewichtsklasse und für jedes Alter gute Kindersitze gibt. Achten Sie stets darauf, dass der Kindersitz vorschriftsmäßig eingebaut und auch das Kind richtig angeschnallt ist. Dies gilt auch, wenn Sie fremde Kinder mitnehmen.



Auch wenn Ihr Kind sich selbstständig anschnallt, kontrollieren Sie vor Fahrtantritt immer den richtigen Gurtverlauf und dass der Gurt straff am Körper verläuft.



Kindersitze sind in der Größe verstellbar. Passen Sie den Sitz von Zeit zu Zeit der Größe Ihres Kindes an.



Infos zur richtigen Kindersicherung finden Sie jederzeit hier: **sicher-im-auto.com**



Gehen Sie vor allem mit gutem Beispiel voran: Fahren Sie selbst nie ohne Gurt!



Prägen Sie Ihrem Kind ein, dass es sich auch dann vorschriftsmäßig sichern muss, wenn es bei anderen im Auto mitfährt.



Anstelle des Einsatzes von Sitzerrhöhungen empfiehlt der ADAC einen vollwertigen Kindersitz mit Rückenlehne. Nur dieser bietet auch ausreichend Seitenschutz.



Sollten Sie zum Beispiel eine Fahrgemeinschaft bilden, so gilt: Nehmen Sie nur so viele Kinder im Auto mit, wie Sie auch vorschriftsmäßig sichern können.

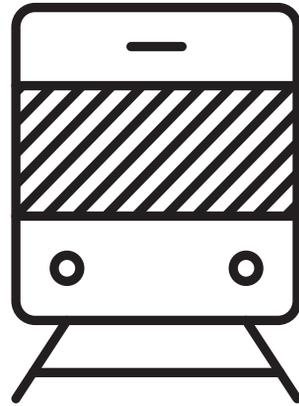
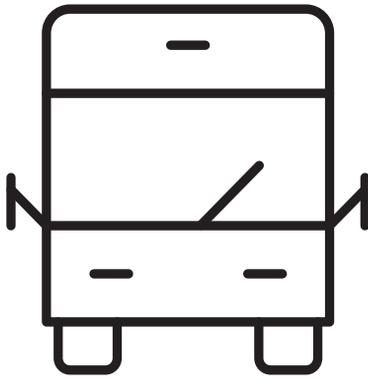


Lassen Sie Ihr Kind bereits ein wenig vor der Schule aus- oder einsteigen. So kann Ihr Kind ein Stück des Weges mit den anderen Kindern zu Fuß gehen. Hierfür eignen sich Elternhaltestellen ganz prima. Schauen Sie mal unter **adac.de/elterntaxi**



Halten Sie zum Ein- und Aussteigen wenn möglich immer auf der Straßenseite, auf der die Schule liegt, so dass Ihr Kind die Straße nicht überqueren muss. Lassen Sie Kinder grundsätzlich auf der Gehwegseite ein- und aussteigen.





### 3. Sie fahren mit **Bus oder Bahn.**

#### Warum? Über die bedarfsgerechte Schülerbeförderung

Die öffentlichen Verkehrsmittel und der Schulbus sind sehr sichere Verkehrsmittel, wie auch der letzte ADAC Schulbustest gezeigt hat. Gefahren lauern vor allem vor und nach der Fahrt, besonders beim Überqueren der Fahrbahn unmittelbar vor oder hinter dem Bus. Hier werden Kinder sehr leicht übersehen. Auch die Wartezeit an Haltestellen wird zum Spielen oder Toben verwendet und das eingetübte Verhalten dabei leicht vergessen. Kinder verlassen oft in Grüppchen den Bus oder die Bahn und sind dabei in ein Gespräch, ein Spiel oder auch eine

Streiterei vertieft. Die Gefahren auf der Straße werden in dieser Situation manchmal gar nicht wahrgenommen. Gefahren im Verkehrsmittel entstehen vor allem, wenn Kinder sich nur ungenügend festhalten, oder während der Fahrt stehen müssen.





## Wie? Über das Warten, Einsteigen und Fahren



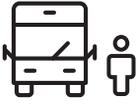
Auch bei der Benutzung des Schulbusses und der öffentlichen Verkehrsmittel gilt: Vorher üben! Trainieren Sie mit Ihrem Kind das richtige Benutzen der Verkehrsmittel. Erklären Sie Ihrem Kind, warum es so wichtig ist, sich wenn möglich zu setzen oder sich gut festzuhalten, wenn man steht.



Mobiltelefone und Musik im Ohr lenken sehr schnell ab. Dies kann zu gefährlichen Situationen führen. Klären Sie Ihr Kind über die Gefahren auf.



Auch für den Schulweg mit Bus oder Bahn sollte Ihr Kind das Haus rechtzeitig verlassen, um die Haltestelle ohne Eile zu erreichen. Stehen Kinder unter Zeitdruck und haben Angst, den Bus oder die Bahn zu versäumen, kann dies zu gefährlichen unüberlegten Reaktionen führen.



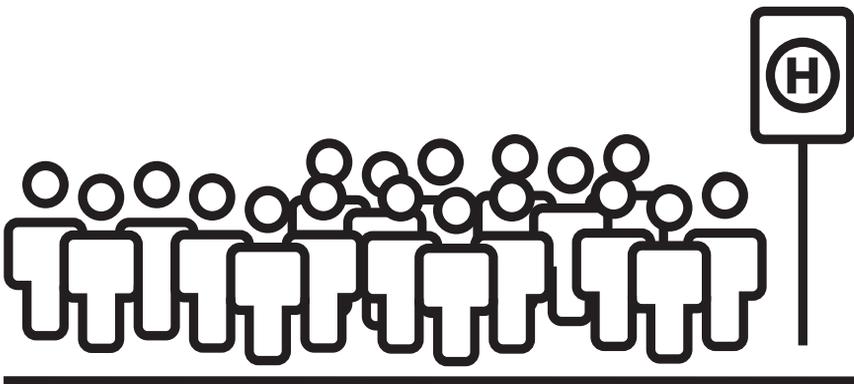
Erklären Sie Ihrem Kind, warum es gefährlich ist, an der Haltestelle zu toben, zu raufen oder Ähnliches. Die Kinder sollen auch deutlichen Abstand zum heranfahrenden Bus oder zur Bahn halten, nicht gegen die Türen drücken und beim Einsteigen nicht drängeln.



Erinnern Sie Ihr Kind immer wieder daran, die Fahrbahn erst zu überqueren, wenn der Bus bzw. die Straßenbahn abgefahren sind.



Wenn Ihnen Mängel bei der örtlichen Schülerbeförderung auffallen oder Sie Verbesserungsvorschläge haben, wenden Sie sich an die Schulleitung und den Elternbeirat. Beim ADAC erfahren Sie, wie Sie als Eltern bewirken können, dass die Schulbushaltestellen mit geringem Aufwand sicherer gemacht werden können.



Passen Sie auf sich und die Kleinen auf.  
Seien Sie ein Vorbild für alle!

**[adac.de/verkehrserziehung](https://adac.de/verkehrserziehung)**





# Der ADAC ist mit Sicherheit für Sie da!

ADAC Berlin-Brandenburg e.V.  
Bundesallee 29 - 30 · 10717 Berlin

ADAC Hansa e.V.  
Amsinckstraße 41 · 20097 Hamburg

ADAC Hessen-Thüringen e.V.  
Lyoner Straße 22 · 60528 Frankfurt

ADAC Mittelrhein e.V.  
Viktoriastraße 15 · 56068 Koblenz

ADAC Niedersachsen/  
Sachsen-Anhalt e.V.  
Lübecker Straße 17 · 30880 Laatzen

ADAC Nordbaden e.V.  
Steinhäuserstraße 22 · 76135 Karlsruhe

ADAC Nordbayern e.V.  
Äußere Sulzbacher Straße 98  
90491 Nürnberg

ADAC Nordrhein e.V.  
Luxemburger Straße 169 · 50939 Köln

ADAC Ostwestfalen-Lippe e.V.  
Eckendorfer Str. 36 · 33609 Bielefeld

ADAC Pfalz e.V.  
Europastraße 1  
67433 Neustadt/Weinstraße

ADAC Saarland e.V.  
Untertürkheimer Straße 39 - 41  
66117 Saarbrücken

ADAC Sachsen e.V.  
Striesener Straße 37 · 01307 Dresden

ADAC Schleswig-Holstein e.V.  
Saarbrückenstraße 54 · 24114 Kiel

ADAC Südbaden e.V.  
Am Predigertor 1 · 79098 Freiburg

ADAC Südbayern e.V.  
Ridlerstraße 35 · 80339 München

ADAC Weser-Ems e.V.  
Bennigsenstraße 2 - 6 · 28207 Bremen

ADAC Westfalen e.V.  
Freie-Vogel-Straße 393 · 44269 Dortmund

ADAC Württemberg e.V.  
Am Neckartor 2 · 70190 Stuttgart

**ADAC e.V.**  
Ressort Verkehr  
Hansastraße 19  
80686 München

[adac.de/verkehrserziehung](http://adac.de/verkehrserziehung)