

Mit dem Fahrrad sicher unterwegs

Schüler der GHS Niederpleis sprachen mit der Vertreterin des Kommissariats Verkehrsunfallprävention/Opferschutz

Natascha Neuholz ist Polizeioberkommissarin und im Kommissariat „Verkehrsunfallprävention/Opferschutz“ der Polizei Rhein-Sieg-Kreis in Siegburg tätig. Sie stand den Schülerinnen und Schülern der Schöberlma Campus Bikes der GHS Niederpleis bereitwillig zum Thema „Sicherheit auf dem Fahrrad“ Rede und Antwort.

Durch die Pandemie führen viel mehr Menschen mit dem Rad. Sind dadurch mehr Unfälle passiert? Sind die Veränderungen auch in der Unfallstatistik feststellbar?

NATASCHA NEUHOLZ: Anhand der Unfallstatistik aus 2020 ist erkennbar, dass es im Bereich der Kreispolizeibehörde Siegburg zu weniger Unfällen mit verunglückten Radfahrern gekommen ist. Es sind 34 Radfahrer weniger verunglückt als noch im Vorjahr 2019. Zum laufenden Jahr kann ich noch keine Angaben machen.

Wir befassen uns mit dem Thema Radfahren im Zukunft. Dazu gehört das Thema E-Bikes. Sind E-Bike-Fahrer sicherer auf der Straße oder sind sie genauso oft in Unfällen verwickelt wie Fahrer auf einem normalen? Rad?

NEUHOLZ: Das kann man nicht pauschal beantworten. Fahrradfahren ist vielfältig und bietet sich aus mehreren Faktoren an. Das Fahrzeug muss in erster Linie gut beherrschbar sein. Ein Pedelec und auch das E-Bike führen durch die Kraftunterstützung zu einem anderen Fahrerlebnis. Dies muss berücksichtigt und geübt werden. Im E-Bike (bis 45 km/h) gibt es Überlegenheiten, nicht mehr als Fahrrad, sondern ist einem Kleinkraftfahrzeug gleichgestellt.

Dürfen Kinder und Jugendliche schon E-Bike fahren? Macht das Sinn? Oder ist das zu gefährlich?

NEUHOLZ: Man muss auch hier wieder zwischen den vielen Arten von E-Bikes und Pedelecs unterscheiden. Es gibt verschiedene Unterscheidungskriterien und -stärken. Manche Modelle dürfen erst ab 16 Jahren genutzt werden. Ob es sinnvoll ist, müssen die Eltern und Erziehungsberechtigten entscheiden. Es kommt auch hier auf die Art der Nutzung und den Zweck an. Grundsätz-



Sicheres Radfahren kann man üben – zum Beispiel bei einem Sicherheitstraining auf dem Schulhof

lich finde ich es wichtig, die Kinder schon früh am Straßenverkehr teilzunehmen zu lassen. Wichtig hierbei ist allerdings, ihnen eine ständige, verantwortungsbewusste Hilfestellung zu geben und sie nicht alleine mit der Thematik zu lassen.

Sicherheit auf dem Fahrrad ist auch ein Thema bei uns. Nutzen mittlerweile die meisten Radfahrer einen Helm? Gibt es einen Unterschied bei verschiedenen Altersgruppen?

NEUHOLZ: Wenn man sich die Radfahrer anschaut, sieht man eherweise in allen Altersgruppen Personen, die einen Fahrradhelm tragen. Als Polizistin begrüße ich diese Entwicklung sehr, da der Helm vor schweren Kopfverletzungen schützt. Die Frisur sollte zum Beispiel kein Kriterium sein, keinen Helm zu tragen. Viele Eltern legen großen Wert darauf, dass ihre Kinder schon im Kleinkindalter einen Helm tragen – hierdurch gewöhnen

sich daran von Beginn an.

Helmpflicht ist ein unaktuelleres Thema. Wie stehen Sie dazu und warum?

NEUHOLZ: Ich selbst trage seit vielen Jahren nicht nur privat einen Fahrradhelm beim Radfahren. Ich könnte keinen Meter mehr ohne Helm fahren. Das ist so wie beim Autofahren. Ich lasse nicht los, ohne den Gurt anzulegen – ich würde mich unwohl fühlen. Sowohl im dienstlichen Umfeld wie auch im privaten habe ich schon mitbestimmt, dass bei Unfällen mit Stürzen der Helm gebrochen war, jedoch der Kopf (Schädel) nicht. Den Helm kann ich neu kaufen... Ein Unfall kann das ganze Leben verändern. Aus Präventions-sicht finde ich toll, wenn sich jeder Radfahrende und auch E-Scoter-Fahrende für einen Helm entscheidet.

Sicheres Fahren, dazu haben wir ja mit der Klasse 5 ein Fahrzeu-



Im Slalom um die Stangen – beim Sicherheitstraining auf dem Schulhof der GHS Niederpleis

erhaltstraining durchgeführt. Was ist Ihre Erfahrung, lernen die Kinder durch das Training viel dazu?

NEUHOLZ: Es hat sich gezeigt, dass sich einige Kinder sicherer fühlen, wenn sie zunächst auf dem Schulgelände üben können. Dort hat man nochmal die Gelegenheit auf die wichtigen Aspekte hinzuweisen. Das sind zum Beispiel der Schulterblick, das Handrücken deutlich zu zeigen, das sichere Bremsen und vieles mehr. Das lässt sich bei einem solchen Training eindrücklicher üben. Ich finde, jede Fahrtauglichkeit und Übung bringt mehr Erfahrung und man lernt mit jeder Fahrt dazu.

Was halten Sie von einem Fahrrad-Parcours auf dem Schulgelände? Die Schüler können den Parcours in der Pause unter Aufsicht nutzen. Hilft das, um Sicherheit beim Radfahren zu bekommen?

NEUHOLZ: Da kommt es sicher auf die einzelnen Situationen des Par-

cours an. Wenn sie zum sicheren Beherrschen des Fahrrads beitragen und eine Unterweisung an den verschiedenen Stationen stattfindet, kann dies zu mehr Sicherheit führen.

In der Corona-Zeit ist weniger aus gefallen. Wie ist das mit der Fahrradprüfung in der Klasse 4? Falls alle die Prüfungen stan? Oder wird das jetzt anders gemacht? Sind die Kinder dadurch nicht so sicher beim Radfahren?

NEUHOLZ: Ich selbst würde die Radfahrtauglichkeit bisher komplett durchfahren. Ich habe mit den Schülern Zusatzterminale geplant und so können wir trotz Wechselunterricht mit allen Schülern und Schülerinnen die Übungen und Prüfungen durchführen. In fast allen komplett draußen, mit – mit Abstand und Masken. Ein großes Dankeschön sende ich hiermit an die Eltern, die uns bei den Übungen und Prüfungen unter Corona-Bedingungen unterstützt haben.

Spaß mit dem Rad

Ein Radparcours – gefährlicher Funtrail oder innovatives Fahrsicherheitstraining?

VON CAMPUS BIKES

Geschicklichkeitsparcours – wer das hört, der denkt zunächst an große Sprünge oder unübliche Stunts. Aber ist das wirklich alles? Parcours, egal ob auf einem Schulhof aufgebaut oder in eine natürliche Waldumgebung integriert, können zunächst einmal von allen Kindern und Jugendlichen befahren werden, egal, wie sicher sie auf dem Rad sind.

Radfahren ist vielseitig, das ist klar. Das Rad ist ein Sportgerät, Transportmittel, Spaßfaktor und Sammlerobjekt. Meist aber wird es eher einseitig genutzt. Diejenigen, die es für sich als Transportmittel entdeckt haben, übersehen, dass man damit auch viel Spaß haben kann, nämlich in Form von Geschicklichkeitsparcours.

„Dann komme ich immer mit dem Rad zur Schule“
Oskar, Schüler

Tatsächlich kommen solche Parcours bereits bei Fahrsicherheitstrainings zum Einsatz, bei denen Kinder und Jugendliche entsprechend ihrer Fähigkeiten üben und zu sicherem Verkehrsteilnehmern werden. Und das Wichtigste: Parcours bringen Spaß und



Fahrradfahren kann richtig Spaß machen, zum Beispiel bei einem Parcours im Wald

motivieren fast alle zum Mitmachen. Zu dem Schluss kam jedenfalls eine Gruppe von Schülerinnen und Schülern der GHS Niederpleis. Sie testeten in einem Park Trails und Drops und probierten Kappen und Anlöter. Dabei waren die ersten Reaktionen erstmal gemischt. „Da runterfahren – niemals“, sagte ein Schüler mit dem Brautton der Überzeugung. Als dann die ersten wagemutigen Bikerkids sich trautes und die Hügelstrecke mit engen Kurven

innerer geschickter erlangt erhellten, versicherten es immer mehr. Die Begeisterung war ansteckend. Und schließlich nutzten einige dann sogar die großen Kappen und machten auch dort eine gute Figur. Das Fazit der Schüler: Biker-Parcours machen Spaß. Ja, und die Lehrkräfte ergänzen: Parcours sorgen für sportliche Betätigung und Erfolgserlebnisse. Beides sehr wichtig für jugendliche Bewegungsbilauße werden schetbar nebetbei

eingröße, die Reaktionsfähigkeit verbessern. Lehrkräfte und Jugendliche sind sich einig: Ein Radparcours auf dem Schulhof – das wäre etwas. Im Freizeitsport mal schnell mit dem Rad über den Parcours sausen – das bringt Fitness und verbessert die Fahrfähigkeiten. Und was noch? Qualität betruft es auf den Punkt: „Dann komme ich immer mit dem Rad zur Schule.“ Was will man mehr?

Sicher auf dem Fahrrad

VON CAMPUS BIKES

Eragen rund ums Fahrrad hat Natascha Neuholz aus dem Kommissariat „Verkehrsunfallprävention/Opferschutz“ bei den Tagen der Verkehrserziehung an der GHS Niederpleis beantwortet. „Die Sicherheit unserer Schulkindern mit 8 bis 16 ist uns wichtig. Sie sind als öffentliche Verkehrsmittel mit dem Fahrrad unterwegs und so ist es daher unerlässlich für das richtige Verhalten im Straßenverkehr sensibilisiert werden“, sagt Schulleiterin Susanne Schaub. Sicherheit im Straßenverkehr ist ein großes Fahrsicherheitstraining mit den Hauptthemen. Im ersten Teil wurden die Gefahren gezeigt, die im Straßenverkehr beim Radfahren lauern und wie sie vermieden werden können. Fragen rund um Verkehrsschilder und ein verkehrssicheres Rad konnten die Kinder den begehrten Aufkleber für das eigene Fahrrad erhalten. Neuholz ergänzt: „Wie der Helm ausgeht und richtig sitzt und bestimmte Verhaltensregeln. Das Sicherheitstraining im Freizeitsport betruft die zum geschicklichen Scherenschnitt des besten Schalterblick und LB liegen. Die Tage der Verkehrserziehung werden immer durch die Fahrradtagung der GHS Niederpleis ergänzt.“