

VHS 42 02891 13 min, Farbe



Sicher mit dem Fahrrad

FWU –
das Medieninstitut
der Länder



Lernziele

Die zur Teilnahme am Straßenverkehr erforderlichen Fähigkeiten, Werteeinstellungen und Haltungen erwerben; Sinn und Nutzen von kooperativem Verhalten im Straßenverkehr erkennen: die Teilnahme am Verkehr erfordert Rücksichtnahme und ggf. den Verzicht auf die Durchsetzung eigener Rechte; Befähigung entwickeln, Gefahren zu erkennen, zu vermeiden, zu bewältigen und zu beseitigen; die eigene Wahrnehmungs- und Reaktionsfähigkeit schulen; Risiken richtig einschätzen lernen und die Auswirkungen des eigenen Verhaltens auf sich und andere kennen; verkehrskundliches und verkehrstechnisches Wissen erwerben und umsetzen; Fähigkeit, situationsgerecht und vorausschauend handeln zu können; auf Sichtbarkeit achten: Schutzkleidung, Helm und Beleuchtungseinrichtung am Fahrrad; miteinander reden und vor Zuhörern sprechen: Konflikte besprechen, z.B. Verhalten im Straßenverkehr, und nach Lösungsmöglichkeiten suchen; eigene Empfindungen versprachlichen; kritisch auseinandersetzen mit den Auswirkungen des Verkehrs auf Mensch und Natur

Zum Inhalt

Der Lehrfilm „Sicher mit dem Fahrrad“ beschäftigt sich mit dem Fahrrad als täglichem Fortbewegungsmittel im Straßenverkehr. Schwerpunkt ist demnach nicht das Fahrradfahren als reine Freizeitbeschäftigung, sondern der (verkehrs-)sichere Umgang mit dem Drahtesel im Alltag. Bei einer Länge von ca. dreizehn Minuten zeigt der Film diejenigen Gefahrensituationen auf, mit denen Radfahrer am häufigsten konfrontiert werden; außerdem wird deutlich gemacht, was Zweiradfahrer - egal welchen Alters - zu ihrer eigenen und der Sicherheit anderer beitragen können und sollen. Die hier angesprochene Zielgruppe ist breit gefächert: Geeignet sind die Inhalte für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe

I und II, aber auch junge Erwachsene können damit ihr Regelwissen rund ums Fahrradfahren auffrischen und vertiefen.

Mit seinen acht kurzen Einzelsequenzen ist der Film sehr übersichtlich gegliedert. Die Kernaussage wird gleich zu Beginn deutlich gemacht: Fahrradfahren, vor allem im dichten Stadtverkehr, ist immer mit Gefahren verbunden. Nicht jeder Radfahrer beachtet, und noch schlimmer, kennt die Regeln für den sicheren Weg durch den Straßenverkehr. Zusätzliche Gefahr geht zuweilen von den anderen Verkehrsteilnehmern aus, die sich oftmals ebenso regelwidrig verhalten. Der Unterschied ist, dass Radfahrer keine Knautschzone haben. Deshalb lautet das Motto der beiden Hauptprotagonisten Nicole und Patrick: „Verkehrsregeln dienen der Sicherheit. Also halte dich daran!“. Nicole und Patrick, beide Anfang 20, agieren nicht belehrend, sondern wirken als überzeugende Vorbilder ohne belehrenden Zeigefinger. Für ihre eigene Verhaltenspraxis im Straßenverkehr haben die beiden verinnerlicht, in gewissen Situationen nicht auf ihr Recht zu pochen; der Klügere gibt im Zweifelsfall nach.

Gefahr Nummer 1: Der tote Winkel

Der tote Winkel wird als häufigste Unfallursache mit tödlichen Folgen für Radfahrer genannt. Was das bedeutet, zeigt der gestellte Unfall einer Dummy-Puppe mit einem Lkw. In der Gefahrenzone des toten Winkels hat ein Radfahrer unter diesen Umständen keine Chance. Patrick plädiert daher für eine defensive Fahrweise, d. h. jeder Verkehrsteilnehmer sollte potentielle Fehler des anderen einkalkulieren und sein Fahrverhalten der jeweiligen Situation anpassen. Wichtig dabei ist, sich selbst zurück zu nehmen, vorausschauend zu fah-

ren und stets den Blickkontakt zu suchen. Auch Radwege sind keine Garantie dafür, dass Radfahrer von abbiegenden Kraftfahrzeugen nicht übersehen werden. Besser ist es, einmal zuviel anzuhalten und dadurch einem möglichen Unfall zu entgehen.

Richtig Abbiegen

Jens Fiedler, Bahn-Olympiasieger und Weltmeister, gibt im zweiten Teil Tipps zum Thema Abbiegen. Die richtige Reihenfolge beim Abbiegen nach rechts lautet: Umschauen, Handzeichen geben und während des Abbiegens in der Kurve beide Hände an den Lenker nehmen, wodurch sich das Fahrverhalten in Kurvenlage stabilisiert. Noch gefährlicher ist das Linksabbiegen. Patrick zeigt, was dabei beachtet werden muss. Umschauen, Handzeichen geben, Einordnen und Gegenverkehr beachten. An stark befahrenen Kreuzungen bietet es sich gerade für ungeübte Verkehrsteilnehmer an, die Straße wie ein Fußgänger zu kreuzen.

Riskante Fehler

Fahrräder haben keine Nummernschilder. Deswegen glauben viele Fahrradfahrer, bei Verkehrsdelikten unerkannt entkommen zu können. Eine der typischen Radfahrer-Todsünden ist das Fahren bei Rotlicht. Wie Unfalltests zeigen, kann es bei einem Zusammenprall zwischen Pkw und Radfahrer schon bei einer Geschwindigkeit von 50 km/h zu schwersten Verletzungen kommen. Dr. Michael Raschke, Oberarzt am Charité, erklärt den typischen Unfallhergang: Der Radfahrer überschlägt sich, prallt gegen die Frontscheibe des Wagens und/oder wird von anderen Fahrzeugen überrollt.

Abstand halten

Im Idealfall sollten sich Verkehrsteilnehmer als Partner verstehen; d.h. Radfahrer und

Autofahrer halten Blickkontakt zueinander, ohne sich dabei zu nahe zu kommen; Radfahrer halten genügend Abstand zur Bordsteinkante und zu vorbeifahrenden Pkws. Benno Koch vom Allgemeinen Deutschen Fahrradclub (ADFC) verweist auf entsprechende Gerichtsurteile. Generell sollten Autofahrer einen Seitenabstand von 1,50 m zu Radfahrern einhalten. Der Radfahrer benötigt zusätzlich zu seiner Fahrspur (1 m) einen Abstand von 1 m zum rechten Fahrbahnrand. Die Empfehlung des ADFC lautet deswegen: Im Idealfall sollte beim Überholen eines Radfahrers der Abstand des Pkws zur rechten Fahrbahnbegrenzung 3,50 m betragen.

Aber auch Radfahrer müssen Rücksicht nehmen und dürfen andere nicht unnötig behindern. Nebeneinanderfahren ist nur erlaubt, wenn keine Behinderung anderer auftritt. Auch in Einbahnstraßen mit Zusatzschild „Radfahrer frei“ gilt: Rücksicht auf den Gegenverkehr nehmen und notfalls anhalten, wenn es zu eng wird.

Radwege fair benutzen

Im Film wird gezeigt, dass Erwachsene bei dichtem Verkehrsaufkommen gerne auf den Gehweg ausweichen. Weil dadurch Fußgänger gefährdet werden können, wird dies mit einem Bußgeld geahndet. Oftmals sind Radwege aber von vornherein so angelegt, dass Radfahrer und Fußgänger aufeinanderstoßen (z. B. an Bushaltestellen). Für Radfahrer und Fußgänger ist an solchen Stellen besondere Vorsicht geboten. Patrick rät deswegen, immer anzuhalten. Ebenso ist Rücksicht angesagt, wenn Radfahrer und Fußgänger den Weg gemeinsam nutzen müssen. Bei nicht beschilderten Radwegen dürfen Fahrradfahrer wählen, ob sie auf der Fahrbahn oder lieber auf dem Radweg fahren möchten. Es liegt dann im eigenen

Ermessen, ob es sicherer ist, die Straße zu nutzen oder auf einem Radweg in schlechtem baulichen Zustand zu fahren. Werden Radwege in der falschen Richtung benutzt, kommt es immer wieder zu frontalen Zusammenstößen. Grundsätzlich gilt: Linke Radwege dürfen nur dann benutzt werden, wenn sie entsprechend ausgeschildert sind.

Sichtbar fahren

Zu Beginn dieses Kapitels wird Kritik an Fahrradherstellern geübt, die nicht nur klassische Sporträder ohne die notwendige Beleuchtungseinrichtung verkaufen. Vor allem bei Dunkelheit müssen Radfahrer für andere gut sichtbar sein: Zusätzliche Reflektoren erhöhen die Sichtbarkeit.

Der Helm schützt

Fahradhelme sind bei Jugendlichen und Erwachsenen aus diversen Gründen nicht sonderlich beliebt: Sie sind nicht modisch genug, „uncool“ und unpraktisch - meinen viele. Jens Fiedler weiß aus Erfahrung: „Schütze deinen Kopf, denn du hast nur einen.“ Der Fahrradprofi wirbt für einen Helm nicht nur beim Radsport, sondern gerade auch im alltäglichen Straßenverkehr. Dr. Raschke führt dem Zuschauer nochmals auf drastische Weise vor Augen, zu welchen schweren Kopfverletzungen Fahrradunfälle ohne Helm führen. Die gezeigten Röntgenaufnahmen sprechen eine klare Sprache.

Kurzzusammenfassung und Überblick

Am Ende des Films werden sämtliche Kernaussagen stichpunktartig zusammengefasst und geben einen guten Überblick über wichtige Regeln für Radfahrer im Straßenverkehr. Wenn diese Regeln beachtet werden, ist das Fahrrad durchaus eine weitgehend

sichere und sinnvolle Alternative zum Pkw. Jens Fiedler weiß, dass er als Radfahrer mindestens genauso schnell wie mit dem Pkw ans Ziel kommt, wenn die Straßen dicht und die Radwege frei sind.

Zum Schluss zählt auch der ADFC-Experte noch drei eindeutigen Vorteile für die Fahrradbenutzung auf: die eigene Fitness, den Umweltaspekt und das allgemeine Stadtklima.

Zur Verwendung

Der Film „Sicher mit dem Fahrrad“ eignet sich dazu, mit Schülerinnen und Schülern, die bereits Erfahrung mit der Fahrradbenutzung im Straßenverkehr gesammelt haben, die wichtigsten Regeln und Verhaltenweisen zu wiederholen und zu vertiefen.

Dass der Film in einzelne Sequenzen gegliedert ist, erleichtert die gezielte Erarbeitung spezifischer Themen im Unterricht. Auf jedes Kapitel kann damit auch einzeln zugegriffen werden.

Um das Thema „Sicher mit dem Fahrrad“ im Unterricht aufzugreifen, ist es nicht immer erforderlich, konkrete Unterrichtseinheiten zur Verkehrserziehung durchzuführen. Vielmehr bietet es sich an, das Fahrrad beispielsweise dafür zu nutzen, außerschulische Lernorte aufzusuchen (z. B. Ausflug zu einem geschützten Biotop im Biologieunterricht). Bestandteil der Vorbereitungsphase ist es, auch über Verkehrssicherheit und Fahrradtechnik zu sprechen. Mit der Einbringung des Films in den Unterricht werden die Schüler auf die anstehende Fahrt im Realverkehr vorbereitet und für potentielle Gefahrenquellen sensibilisiert. Beim Fahren in großen Gruppen sind zusätzliche Regeln zu beachten: Es wird grundsätzlich rechts, einzeln hintereinander gefahren und nicht überholt. Außerdem darf sich niemand aus-

schließlich auf den Vordermann verlassen, sondern jeder muss selbst auf das Verkehrsgeschehen achten.

Die Inhalte des Films „Sicher mit dem Fahrrad“ können in unterschiedliche Projekte eingebracht werden. Denkbar sind folgende Aktionen/Projekte, bei denen immer wieder auch Eltern, Polizei und Verkehrssicherheitsorganisationen eingebunden werden können:

- Rund um die Sicherheit (Schutzkleidung, Fahrradhelm, verkehrssicheres Fahrrad, Verkehrsregelwissen, 3-A-Training etc.)
- Rund um das Fahrrad (Verkehrs- und Betriebssicherheit, Fahrradkauf, Fahrradbeherrschung, etc.)
- Technik und Wartung (Fahrradwerkstatt, Reparatur und Pflege)
- Üben mit dem Fahrrad (Geschicklichkeitssparcours, psychomotorische Übungseinheiten, Sicherheits- und Konzentrationstraining)
- Radwanderungen (Klassenfahrt, Tagesausflüge)
- Sportorientierte Angebote (Ausrichtung von Fahrradturnieren, Arbeitsgemeinschaften Radball, Kunstradfahren, Mountainbiken)

Weitere Informationen

Das Fahrrad ist für Kinder und Jugendliche von 10 - 17 Jahren das wichtigste Verkehrsmittel. Allerdings verunglücken Angehörige dieser Altersgruppe mit keinem anderen Verkehrsmittel häufiger als mit dem Fahrrad. Nach einer Umfrage, die im Rahmen des Dresdner-Public-Health-Projekts „Unfälle von Kindern und Jugendlichen“ vorgenommen wurde, ereignen sich Unfälle mit schweren Verletzungsfolgen besonders häufig im Straßenverkehr. Nach der amtlichen Unfallstatistik sind im Millenniumsjahr 2000

noch immer über 15.000 Kinder unter 15 Jahren mit dem Rad verunglückt; davon 2.875 schwer und 55 tödlich. 41 der tödlich Verunglückten sowie 72 % der Verunglückten insgesamt waren älter als neun Jahre. Gerade Jugendliche verunglücken besonders häufig im Straßenverkehr, weil sie einerseits zu erhöhter Risikobereitschaft neigen, ihnen andererseits aber die notwendige verkehrsspezifische Erfahrung fehlt. Zum Radfahren braucht man die erforderliche Verkehrsreife und ein verkehrssicheres Fahrrad. Spätestens ab einem Alter von 14 Jahren kann man davon ausgehen, dass Schülerinnen und Schüler verkehrssicher fahren können - wenn sie denn wollen - und auch wissen, was zu einem verkehrssicheren Fahrrad gehört. Die anderen Verkehrsteilnehmer dürfen sich grundsätzlich auf diese Verkehrsreife verlassen und sind allein wegen des jugendlichen Lebensalters nicht, wie z. B. bei Kleinkindern, zu gesteigerter Sorgfalt verpflichtet.

Den Jugendlichen muss die besondere Gefährdung von Radfahrern, die sich nicht an die Regeln halten, vor Augen geführt werden und sie müssen die Folgen kennen, wenn sie andere geschädigt haben. Weil Fahrräder nicht haftpflichtversicherungs-pflichtig sind, empfiehlt es sich auch für Jugendliche rechtzeitig für ausreichenden Versicherungsschutz zu sorgen.

Wie und wo ein Radfahrer fahren darf, ist in der StVO vorgeschrieben. § 2 StVO schreibt vor, dass Radfahrer die Radwege benutzen müssen, wenn die jeweilige Fahrtrichtung mit den Zeichen 237, 240 oder 241 gekennzeichnet ist. Andere rechte Radwege dürfen sie benutzen. Sie dürfen ferner rechte Seitenstreifen benutzen, wenn keine Radwege vorhanden sind und Fußgänger nicht behindert werden. Radfahrer müssen einzeln hintereinander fahren; nebeneinander dürfen

sie nur fahren, wenn dadurch der Verkehr nicht behindert wird. (Siehe StVO für jugendliche Verkehrsteilnehmer, 2002, S. 20 f.)

Zu den wichtigsten Verkehrszeichen für Radfahrer gehören

- Zeichen 237 (Sonderweg für Radfahrer), Zeichen 240 (gemeinsamer Fuß- und Radweg), Zeichen 241 (getrennter Rad- und Fußweg)
- Zeichen 244 und 244a (Beginn und Ende der Fahrradstraße), Zeichen 325 und 326 (Beginn und Ende eines verkehrsberuhigten Bereichs)
- Zeichen 205 (Vorfahrt gewähren!), Zeichen 206 (Halt! Vorfahrt gewähren!), Zeichen 301 (Vorfahrtstraße), Zeichen 306 (Vorfahrtstraße)
- Zeichen 267 (Verbot der Einfahrt), mit Zusatzschild „Radfahrer frei“ möglich, Zeichen 220 (Einbahnstraße), Zeichen 250 (Verbot für Fahrzeuge aller Art)
- Zeichen 215 (Kreisverkehr),
- Zeichen 350 (Fußgängerüberweg)

Verstoßen Radfahrer gegen obige Regeln, müssen auch sie ein Verwarnungsgeld zahlen (z. B. Befahren eines Radweges in nicht zugelassener Richtung 15 €; Fahren entgegen der Einbahnstraße 15 €; Telefonieren während der Fahrt 15 €; Beleuchtung defekt 10 €). Diese Verwarnungsgelder erhöhen sich, wenn es schuldhaft zu einem Unfall kommt. Wegen der genannten Radfahrersünden sind jedoch im Flensburger Verkehrszentralregister keine Punkte zu befürchten, weil erst ab 40 € eingetragen und gepunktet wird. Fährt ein Radfahrer bei Rot über die Ampel, sind nicht 50 €, sondern nur 25 € fällig, weil ein Fahrrad kein Kraftfahrzeug ist.

Eine der größten Gefahren für Radfahrer ist der tote Winkel. Im toten Winkel fahren und rechts überholen kann tödlich enden. Beim

Abbiegen nach rechts mit Ausscheren nach links können Kraftfahrer in einem bestimmten Bereich die Fahrbahn rechts neben sich nicht mehr vollständig überblicken. So befindet sich der Radfahrer in einem bestimmten Bereich im toten Winkel, den der Kraftfahrer nicht einsehen kann. Richtiges und sicheres Verhalten heißt hier: Zurückbleiben, wenn Fahrzeuge rechts blinken! Zurückbleiben, wenn zwischen Fahrzeug und Fahrbahnrand nicht mindestens 1 m Abstand besteht! Im Zweifelsfall sollte nie rechts überholt werden, weil sonst Lebensgefahr besteht.

Auch das Linksabbiegen beinhaltet mögliche Gefahrenquellen für den Radfahrer. Deswegen ist es wichtig, sich hier an einen genauen Verhaltensablauf zu halten:

1. Umsehen, dabei auf die von hinten kommenden Fahrzeuge achten;
2. Handzeichen geben;
3. Zur Fahrbahnmitte hin einordnen;
4. Vorfahrt beachten;
5. Gegenverkehr vorbeilassen;
6. Nochmals umsehen;
7. Abbiegen;
8. Auf Fußgänger achten.

Wer hier Fehler macht, gefährdet sich und andere. Vor allem bei dichtem Verkehr und Dunkelheit empfiehlt es sich daher, wie ein Fußgänger über die Kreuzung zu gehen (indirektes Linksabbiegen): Absteigen und zwei Mal wie ein Fußgänger die Fahrbahn überqueren; das Fahrrad dabei schieben.

Neben der Vermittlung von formalem Verkehrswissen, muss auch die Wahrnehmungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler entwickelt und geschult werden, um sie zu verkehrsgerechten und vorausschauenden Verhaltensformen hinzuführen. Mit Hilfe des 3-A-Trainings lernen die Jugendlichen, Verkehrssituationen auf Alter, Aufmerksamkeit und Absicht ihrer Verkehrspartner zu analysieren. Lernziele zum 3-A-Training lassen sich in den amtlichen Lehrplänen aller Jahrgangsstufen und Schularten finden.

Jeder Fahrradfahrer kann ohne großes Zutun einen großen Beitrag zu seinem eigenen Schutz leisten. Er überprüft sein Fahrrad auf Verkehrs- und Betriebssicherheit und fährt immer mit Helm. Zur Betriebssicherheit des Rads gehört, dass Antrieb, Räder, Bereifung, Lenkung und Sattel in Ordnung sind. Damit es auch verkehrssicher ist, muss Folgendes vorhanden sein: Scheinwerfer, weißer Frontrückstrahler, hell tönende Glocke, Vorder- und Rückbremse, Speichenrückstrahler, gelbe Pedalrückstrahler, roter Rückstrahler, rote Schlussleuchte und roter Großflächenrückstrahler. Ein guter Fahrradhelm bietet Schutz von Stirn, Schläfen und Hinterkopf, lässt die Ohren frei und darf die Sicht nicht einschränken; er muss gut passen, ausreichende Belüftung haben und einfach zu reinigen sein. Zudem macht eine leuchtende Farbe gut sichtbar.

Literatur

- Grohmann, Peter: Fahrende Schüler. Verlag Heinrich Vogel. München 2002
- Neumann-Opitz, Nicola: Rad fahren in der Sekundarstufe. In: Zeitschrift für Verkehrserziehung. Ausgabe 4/01, S. 27 ff.
- Wohlfahrt, Norbert: In großen Gruppen auf Radtour. In: Zeitschrift für Verkehrserziehung. Ausgabe 1/01, S. 27 ff.
- 3-A-Training. Arbeitsfolien zur Verkehrserziehung. Verlag Heinrich Vogel. München
- Die StVO. Regeln, Tipps und Hinweise für jugendliche Verkehrsteilnehmer. Verlag Heinrich Vogel. München 2002
- Fit und Fair im Verkehr. Gefahren erkennen - Gefahren meistern. Verlag Heinrich Vogel. München 2002

Bearbeitete Fassung und Herausgabe

FWU Institut für Film und Bild, 2003

Produktion

Sender Freies Berlin

Buch und Regie

Stanley Schmidt

Bearbeitung

Shahow Wali

Begleitkarte

Judith Haselhuhn, Stefanie Kremenetzky

Bildnachweis

Verlag Heinrich Vogel

Pädagogischer Referent im FWU

Dr. Wolf Theuring

Verleih durch Landes-, Kreis- und Stadtbildstellen, Medienzentren und konfessionelle Medienzentren

Verkauf durch FWU Institut für Film und Bild, Grünwald

Nur Bildstellen/Medienzentren:

öV zulässig

© 2003

FWU Institut für Film und Bild
in Wissenschaft und Unterricht
gemeinnützige GmbH
Geiseltasteig
Bavariafilmplatz 3
D-82031 Grünwald
Telefon (0 89) 64 97-1
Telefax (0 89) 64 97-240
E-Mail info@fwu.de
Internet <http://www.fwu.de>



FWU Institut für Film und Bild
in Wissenschaft und Unterricht
gemeinnützige GmbH
Geiseltalsteig
Bavariafilmplatz 3
D-82031 Grünwald
Telefon (0 89) 64 97-1
Telefax (0 89) 64 97-240
E-Mail info@fwu.de
Internet <http://www.fwu.de>

**zentrale Sammelnummern für
unseren Vertrieb:**

Telefon (0 89) 64 97-4 44

Telefax (0 89) 64 97-2 40

Alle Urheber- und
Leistungsschutzrechte vor-
behalten.

Keine unerlaubte Vervielfältigung,
Vermietung, Auf-
führung, Sendung!

**Freigegeben
o. A. gemäß
§ 7 JÖSchG
FSK**

FWU - Schule und Unterricht

VHS 42 02891

13 min, Farbe

Sicher mit dem Fahrrad

„Sicher mit dem Fahrrad“ ist ein Film, den sich alle Fahrradfahrer mindestens zweimal ansehen sollten. In kurzen prägnanten Kapiteln werden hier die wichtigsten Verhaltensmaximen rund um die sichere Verkehrsteilnahme als Radfahrer zusammengestellt. Themen wie richtiges Abbiegen, toter Winkel und Abstand halten sind auf ansprechende Weise visualisiert. Experten aus den Bereichen Radsport und Medizin untermauern die Kernaussage des Films: „Verkehrsregeln dienen der Sicherheit. Also halte dich daran!“ Die beiden Hauptprotagonisten Patrick und Nicole zeigen dem Zuschauer diese Verkehrsregeln und deren Umsetzung. Ihre defensive Fahrweise bringt deutlich zum Ausdruck, was partnerschaftliches Verhalten im Straßenverkehr bedeuten kann.

Schlagwörter

Radfahrer, Fahrrad, Verkehrsverhalten

Verkehrserziehung

Verkehrsverhalten

Fahrrad

Allgemeinbildende Schule (ab 5)

Kinder- und Jugendbildung (J ab 10)

Weitere Medien

42 02893 Mit Helm... is' doch klar, 7 min, f