

# Erste Schritte im Strassenverkehr

Auf dem Weg zur Selbstständigkeit

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung



# Übung macht den Meister

Kinder gehören zu den gefährdetsten Verkehrsteilnehmenden. Jährlich verunfallen in der Schweiz 480 Buben und Mädchen zwischen 0 und 6 Jahren, davon 10 tödlich. Entwicklungsbedingt ist ihre Wahrnehmung eingeschränkt, das Bewusstsein für Gefahren fehlt grösstenteils. Sie als Eltern sind gefragt: Üben Sie mit den 2- bis 6-Jährigen Situationen im Strassenverkehr gezielt ein. Die bfu hat für Sie ein Übungsprogramm zusammengestellt. Damit Kleine ganz gross rauskommen.

## So üben Sie sicher

Die Altersangaben bei den Übungen sind eine grobe Orientierungshilfe, da sich Kinder unterschiedlich entwickeln. Das Übungsprogramm startet mit dem Längsverkehr, z. B. entlang des Trottoirs. Erst später können Kinder den Querverkehr bewältigen und eine Strasse mit oder ohne Fussgängerstreifen sicher überqueren. Die Verhaltensregeln gelten auch, wenn Kinder mit fahrzeugähnlichen Geräten (Laufrad, Trottinett, Inline-Skates, Rollbrett usw.) unterwegs sind. Mehr zum Thema finden Sie in der Broschüre 3.025 «Fahrzeug-ähnliche Geräte» auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).

- Üben Sie in einer vertrauten Umgebung, vermeiden Sie ungeeignete Stellen, z. B. unmittelbar nach Kurven.
- Begeben Sie sich in Augenhöhe des Kindes, verwenden Sie einfache Worte, lassen Sie es Gesagtes wiederholen und loben Sie es für korrektes Verhalten.
- Beachten Sie die Reihenfolge: vorzeigen – gemeinsam durchführen – allein machen lassen – beobachten.
- Steigern Sie den Schwierigkeitsgrad der Übungen allmählich und wiederholen Sie diese regelmässig über längere Zeit.
- Sie als Eltern sind ein wichtiges Vorbild: Verhalten Sie sich im Strassenverkehr korrekt.

## Fragen?

Wenden Sie sich an eine Verkehrsinstruktorin oder einen Verkehrsinstruktor der Polizei.



Für Kinder ist der Strassenverkehr gleichermassen Faszination und Herausforderung. Gefahren sind oft nur einen Schritt entfernt. Begleiten Sie darum Ihr Kind auf dem Weg zur Selbstständigkeit.

# Übungsprogramm für Kinder zwischen 2 und 6 Jahren

## Ab 2 Jahren, Längsverkehr

### Auf dem Trottoir gehen

Erklären Sie Ihrem Kind, dass die sicherere Hälfte des Trottoirs innen ist, dort «wo Häuser und Gärten» sind. Gehen Sie während diesen Erklärungen in die Hocke, damit Sie die Situation so sehen, wie Ihr Kind sie wahrnimmt.

- Verdeutlichen Sie die Trottoirmitte mit einer farbigen Schnur, einem Tuch, mit Kreide oder einer Tasche.
- Zeigen Sie Ihrem Kind, wo es gehen soll, nämlich immer auf der vom Verkehr abgewandten Seite.
- Lassen Sie es schliesslich allein gehen.
- Wiederholen Sie diese Übung öfters in kurzen Abständen. Wenn Ihr Kind nach einiger Zeit von selbst immer die der Trottoirinnenseite zugewandte Hand ergreift, haben Sie viel erreicht.



## Ab 3 Jahren, Längsverkehr

### Am Trottoirrand halten

Wählen Sie für die folgende Übung eine wenig befahrene Strasse aus. Erklären Sie Ihrem Kind den Unterschied zwischen dem Fussgängerbereich und der Fahrbahn.

- Legen Sie am Trottoirrand eine farbige Schnur, ein Tuch oder eine Tasche hin und erklären Sie dem Kind, dass es beim Üben nie über diese Markierung hinaustreten darf.
- Gehen Sie beim Vormachen bis zur Markierung und sagen Sie laut zu sich selbst: «Halt, hier muss ich immer anhalten!»
- Lassen Sie Ihr Kind das Vorgezeigte nachmachen.
- Lassen Sie es seinem Teddy oder seiner Puppe erklären, bis wohin man gehen darf.
- Beobachten Sie es: Stoppt es von sich aus am Trottoirrand? Hält es am Trottoirrand auch an, wenn es abgelenkt ist?



## **Ab 4 Jahren, Querverkehr**

### **Die Strasse überqueren**

Die Strasse allein zu überqueren ist eine schwierige Aufgabe. Mit einem 3-jährigen Kind können Sie dies bereits üben, wenn Sie übersichtliche und wenig befahrene Strassen wählen.

- Gehen Sie dabei nach dem Merksatz «Warte – luege und lose – laufe» vor: Zeigen Sie, dass Sie immer am Trottoirrand anhalten, auf beide Seiten schauen und auf Fahrzeuge hören. Wenn keines mehr kommt, gehen Sie gemeinsam mit dem Kind über die Strasse. Überqueren Sie diese zügig und geradeaus auf dem kürzesten Weg. Sagen Sie ihm, dass es nie über die Strasse rennen soll.
- Lassen Sie Ihr Kind dann allein die Strasse überqueren.
- Bitten Sie Ihr Kind, sein Vorgehen zu erklären.
- Achten Sie beim Üben darauf, dass Sie Ihrem Kind nicht die Sicht auf die Seite verdecken.



## Ab 5 Jahren, Querverkehr

### Am Fussgängerstreifen

Fussgängerstreifen regeln zwar das Vortrittsrecht, sie bieten jedoch keine Garantie für absolute Sicherheit. Trotzdem sollten Kinder die Strasse wenn möglich auf Fussgängerstreifen überqueren. Solche mit Mittelinseln sind sicherer und für Kinder leichter zu bewältigen.

- Zeigen Sie das Überqueren der Strasse vor. Kommentieren Sie laut, wie Sie vorgehen.
- Achten Sie darauf, dass das Kind trotz Vortrittsrecht wartet, bis kein Fahrzeug mehr kommt oder bis eines hält. Es soll erst dann gehen, wenn ein Fahrzeug stillsteht und auch aus der Gegenrichtung keines herannah.
- Erklären Sie ihm, dass es in der Mitte der Strasse nochmals schauen muss, ob kein Fahrzeug das anhaltende überholt. Das passiert leider immer wieder – obwohl es verboten ist.



## **Ab 5 Jahren, Querverkehr Beim Lichtsignal**

Ein Lichtsignal ermöglicht Kindern ein relativ sicheres Überqueren der Strasse.

- Zeigen Sie Ihrem Kind am besten an einer einfachen Fussgängerampel, dass Grün «gehen» und Rot «warten» bedeutet.
- Erklären Sie ihm deutlich, dass es auch bei Grün vor dem Betreten der Strasse auf den Verkehr achten muss.
- Schauen Sie beim Vorzeigen besonders auffällig nach abbiegenden Fahrzeugen, damit Ihr Kind Ihre Kopfbewegungen nachvollziehen kann.
- Lassen Sie Ihr Kind den ganzen Ablauf vor-machen. Es soll zeigen, wie es wartet, gleichzeitig auf den Verkehr achtet und dann über die Strasse geht.





## **Ab 5 Jahren, Längs- und Querverkehr**

### **Allein unterwegs**

Aufgrund Ihrer bisherigen Beobachtungen können Sie nun beurteilen, ob Ihr Kind im Strassenverkehr ein «stabiles Verkehrsverhalten» zeigt. Das ist dann der Fall, wenn sich ein Kind während mehrerer Tage und zu unterschiedlichen Zeiten an derselben Stelle immer gleich verhält. Solange sich sein Verhalten nicht gefestigt hat, lassen sich keine Voraussagen über das künftige Verhalten in gleichen oder ähnlichen Situationen machen.

- Begleiten Sie Ihr Kind zuerst auf dem Hin- und Rückweg und besprechen Sie die Gründe für Ihre Streckenwahl (z. B. «Warum gehen wir erst dort vorne über die Strasse?»).
- Begleiten Sie es später nicht mehr die ganze Strecke.
- Beobachten Sie Ihr Kind bei den ersten Alleingängen.



## **Ab 5 Jahren, Längs- und Querverkehr**

### **Der Weg zum Kindergarten**

Alles bisher gut gemeistert? Dann können Sie jetzt den Weg zum Kindergarten in Angriff nehmen.

- Gehen Sie den Weg zuerst gemeinsam.
- Die Begleitphase kann allmählich reduziert werden, wobei die örtlichen Wegverhältnisse zu berücksichtigen sind. Beobachten Sie Ihr Kind jedoch weiterhin auf seinem Weg zum und vom Kindergarten. Nur so stellen Sie fest, ob es Abkürzungen oder Umwege macht und ob es sich immer noch sicher verhält.



## Ab 6 Jahren, Querverkehr

### Sichthindernisse: parkierte Autos

Üben Sie besonders das Überqueren der Strasse zwischen parkierten Autos hervor, da diese Situation für Kinder sehr anspruchsvoll ist.



- Begeben Sie sich bei dieser Übung immer wieder auf Augenhöhe Ihres Kindes. Sie werden staunen, wie schwierig es ist, zwischen parkierten Autos einen Überblick zu erhalten.
- Treten Sie langsam bis zur Sichtlinie vor – bis auf die Höhe der Aussenspiegel der Autos –, wo Sie für Fahrzeuglenkende rechtzeitig wahrnehmbar sind. Verdeutlichen Sie die Sichtlinie am besten durch eine farbige Schnur oder ein Tuch.
- Sagen Sie Ihrem Kind: «Halt! Wir schauen mehrmals in beide Richtungen, bis die Strasse frei ist. Erst dann gehen wir.»
- Wiederholen Sie die Übung mit Ihrem Kind an der Hand, bis es sie selbst vormachen kann.

## Die 3 wichtigsten Tipps



- Beginnen Sie bereits ab dem 2. Lebensjahr, mit Ihrem Kind das Verhalten im Strassenverkehr einzuüben.
- Wiederholen Sie die Übungen regelmässig über längere Zeit.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind Kleider in hellen, leuchtenden Farben trägt, am besten ausgerüstet mit lichtreflektierendem Material.

# Sicher leben: Ihre bfu.

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).

## Weitere Informationen

Wir empfehlen Ihnen ausserdem folgende Broschüren:

- 3.003 Tempo-30-Zonen
- 3.006 Physik im Strassenverkehr
- 3.007 Alkohol am Steuer
- 3.008 Sichtbarkeit bei Nacht
- 3.013 Müdigkeit am Steuer
- 3.018 Radfahren
- 3.020 Mountainbiking
- 3.021 Motorradfahren
- 3.022 Kinder auf dem Schulweg
- 3.025 Fahrzeugähnliche Geräte
- 3.029 Kreisel
- 3.031 Autofahren im Alter
- 3.055 Kindertransport mit dem Fahrrad
- 3.059 Auto-Kindersitze TCS/bfu
- 3.121 E-Bikes

**Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen: [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).**

© bfu 2011, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht; gedruckt auf FSC-Papier