

# Übungshandbuch für klimaaktiv mobil Radfahrkurse



## **Impressum**

Medieninhaber, Verleger und Herausgeber:

Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität,  
Innovation und Technologie, Radetzkystraße 2, 1030 Wien

Autorinnen und Autoren:

Tina Panian, sicher unterwegs

Marlene Mellauner, Mastertrainerin-Radfahrlehrerin

Robert Fuchs, Mastertrainer-Radfahrlehrer, Schulterblick – Die Radfahrschule

Gesamtumsetzung: Bettina Reidlinger, Judith Schübl, Österreichische Energieagentur

Fotonachweis Cover: istock/shironosov

Wien, August 2024

Rückmeldungen: Ihre Überlegungen zu vorliegender Publikation übermitteln Sie bitte an  
[aktivemobilitaet@klimaaktivmobil.at](mailto:aktivemobilitaet@klimaaktivmobil.at)

## **Inhalt**

<b>Einleitung und Hintergrund .....</b>	<b>5</b>
<b>Warum Radfahrkurse für Kinder? .....</b>	<b>6</b>
<b>Körperliche und geistige Voraussetzungen bei Kindern .....</b>	<b>8</b>
Motorische Fähigkeiten.....	8
Geistige Fähigkeiten .....	9
<b>Empfehlungen zur methodisch-didaktischen Gestaltung der Kurse .....</b>	<b>12</b>
Radfahrkurse für die 1. und 2. Schulstufe .....	13
Radfahrkurse für die 3. und 4. Schulstufe .....	13
<b>Organisation und Durchführung der Radfahrkurse.....</b>	<b>16</b>
Organisation im Vorfeld .....	17
Gruppeneinteilung vor Ort .....	18
Überlegungen zum Kursstart.....	18
Überlegungen für den Verkehrsraum .....	19
<b>Übungsplatz und Material .....</b>	<b>21</b>
Schonraum.....	21
Verkehrsraum.....	21
Materialausstattung für Kurse .....	22
<b>Übungskatalog für alle Schulstufen .....</b>	<b>24</b>
Schonraumübungen für Kinder ohne Radfahrkenntnisse.....	25
Schonraumübungen für die 1. Schulstufe .....	26
Schonraumübungen für die 2. Schulstufe .....	29
Schonraumübungen für die 3. Schulstufe .....	31
Schonraumübungen für die 4. Schulstufe .....	34
Verkehrsraumübungen für die 4. Schulstufe .....	36
<b>Über klimaaktiv mobil.....</b>	<b>38</b>
<b>Referenzen und weiterführende Informationen .....</b>	<b>39</b>
Referenzen .....	39
Weitere Informationen und Referenzen zu Radfahrkursen .....	40
Ausbildung zu klimaaktiv mobil Radfahrlehrer:innen .....	40



# Einleitung und Hintergrund

klima**aktiv** mobil, die Klimaschutzinitiative des BMK im Mobilitätsbereich, setzt zur Umsetzung des Regierungsprogramms 2020–2024 einen Schwerpunkt auf das Radfahren von Kindern. Das Fahrrad als selbstverständliches Verkehrsmittel im Alltag im Bewusstsein der Menschen zu verankern beginnt bei den Kleinsten. Die Radfahrkurse vermitteln Kindern Spaß und Sicherheit beim Alltagsradeln.

Ein klima**aktiv** mobil Radfahrkurs dauert zwei Stunden und ist für die 1. bis zur 4. Volksschulstufe geeignet. Spielerisch lernen die Schülerinnen und Schüler durch altersgerechte Übungen den sicheren Umgang mit dem Fahrrad. Die Radfahrkurse finden im Freien statt.

Aktive Mobilität bietet angesichts der Klimakrise die Möglichkeit einer emissions- und lärmfreien Fortbewegungsart, die darüber hinaus das persönliche Wohlbefinden und die Gesundheit steigert.

Das vorliegende Handbuch für klima**aktiv** mobil Radfahrkurse an Volksschulen stellt Hintergrundwissen darüber bereit, wie Kinder lernen und welche Inhalte in den unterschiedlichen Schulstufen vermittelt werden sollen, und bietet darüber hinaus praktische Übungsanleitungen für das Abhalten von Radfahrkursen. Regelmäßige Übung steht dabei im Vordergrund.

Detaillierte Informationen zu den klima**aktiv** mobil Radfahrkursen finden Sie unter [www.klimaaktivmobil.at/radfahrkurse](http://www.klimaaktivmobil.at/radfahrkurse).

# Warum Radfahrkurse für Kinder?



Die klima**aktiv** mobil Radfahrkurse dienen in erster Linie dazu, Volksschulkinder ab sechs Jahren für das Radfahren zu motivieren und ihnen eine solide Grundlage zu bieten, damit diese Begeisterung für das weitere Radfahren mit Eltern, Familie und Freund:innen gefördert wird. Das Fahrrad soll über das Volksschulalter hinaus als Fortbewegungsmittel für aktive Mobilität auf künftigen Alltags- und Freizeitwegen von Kindern und Jugendlichen genutzt werden.

Das Fahrrad hilft Kindern, ihre Umgebung bewusster wahrzunehmen und sich räumlich besser zu orientieren. Sie sind an der frischen Luft und können ihrem natürlichen Bewegungsdrang nachgehen. Das macht nicht nur Spaß, sondern hat auch Vorteile für die Gesundheit. Außerdem hat gerade im Volksschulalter das Fahrrad als spielerisches Fortbewegungsmittel eine große Bedeutung. Mit dem Erwerb des Fahrradausweises (ab neun Jahren), spätestens jedoch mit zwölf Jahren, darf ein Kind rechtlich gesehen allein am Verkehrsgeschehen teilnehmen. Dadurch kann das Fahrrad als Verkehrsmittel eine einflussreiche Rolle spielen.

Radfahren als aktive Form der Mobilität erfordert von Kindern (genauso wie von Jugendlichen und Erwachsenen) unterschiedliche Kompetenzen auf fahrtechnischer, kognitiver und kooperativ-kommunikativer Ebene (siehe unten). Aufgabe von klima**aktiv** mobil Radfahrlehrerinnen und Radfahrlehrern ist es, Kindern ein möglichst breites Spektrum an Radfahrkompetenzen zu vermitteln. So können diese zukünftig aktiv, selbstständig und mit Freude in Alltag und Freizeit mit dem Fahrrad unterwegs sein.

Radfahrkurse mit klima**aktiv** mobil Radfahrlehrer:innen bringen Kindern Radfahren als eine für die Zukunft immer wichtiger werdende Mobilitätsform näher. Die Radfahrkurse in den jeweiligen Schulstufen der Volksschule sollen bei den Kindern Bewusstsein und Wissen rund um das Radfahren schaffen und eine solide Grundlage für weiteres Radfahren im Freizeit- und Straßenverkehr vermitteln.

Maßgebliches Ziel der klima**aktiv** mobil Radfahrkurse ist es:

- Begeisterung für das Radfahren zu vermitteln und
- ein Bewusstsein zu schaffen, dass das Fahrrad nicht nur als Sportgerät zu sehen ist, sondern auch als umweltfreundliches, vollwertiges Verkehrsmittel.

Die Kurse helfen Volksschulkindern, ...

- Sicherheit in der Fahrtechnik beim Radfahren zu erlangen (beispielsweise zu bremsen, die Spur zu halten und Kurven zu fahren),
- ihre kognitiven Fähigkeiten beim Radfahren zu entwickeln und zu stärken (beispielsweise über Verkehrsregeln beim Radfahren Bescheid zu wissen) und
- ihre kooperativen Fähigkeiten beim Radfahren zu entwickeln und zu stärken (beispielsweise den Richtungswechsel anzuzeigen und mit anderen Verkehrsteilnehmenden zu kommunizieren).

# Körperliche und geistige Voraussetzungen bei Kindern

Für das Radfahren im Verkehrsraum und die Vorbereitung darauf sind körperliche und geistige Voraussetzungen notwendig, die Kinder erst schrittweise im Laufe des Vorschul- und Volksschulalters und darüber hinaus entwickeln. Bei der Durchführung der klimaaktiv mobil Radfahrkurse ist darauf zu achten, dass die jeweiligen Radfahrübungen dem Alter und den entwicklungspsychologischen Voraussetzungen von Kindern beim Radfahren entsprechen.

Folgende Aspekte können als Hintergrundinformation und Orientierung für die Gestaltung der Radfahrkurse hilfreich sein.

## Motorische Fähigkeiten

Eine der wichtigsten Voraussetzungen für das Radfahren ist die körperliche Fähigkeit, ein Fahrrad zu beherrschen und zu lenken. Das Halten des Gleichgewichts und die Koordination der Bewegungsabläufe beim Radfahren spielen dabei eine zentrale Rolle.

In Österreich beginnen Kinder mit etwa vier Jahren Fahrrad zu fahren und die meisten Kinder besitzen ein Fahrrad. Auch wenn viele Kinder bereits in diesem Alter die motorischen Fähigkeiten mitbringen, die notwendig sind, um ein Fahrrad zu lenken, sind sie dennoch mit den komplexen Situationen im realen Verkehrsgeschehen überfordert. Kinder nehmen den Straßenverkehr anders wahr als Erwachsene.

## Blickfeld

Nicht nur die Körpergröße, auch das Blickfeld von Kindern ist kleiner. Beispielsweise ist es bei Kindern in der ersten Schulstufe erst bis zu 70 Prozent ausgeprägt. Bis zum Abschluss dieses Entwicklungsprozesses, etwa mit dem zwölften Lebensjahr, sind die horizontalen und vertikalen Blickwinkel geringer als bei Erwachsenen. Daher können Kinder seitlich herankommende Fahrzeuge oder andere Verkehrsteilnehmende schlechter wahrnehmen als Erwachsene.

## Räumliches Sehen und Hören

Zwischen Kindern und Erwachsenen gibt es auch Unterschiede im räumlichen Sehen. Die Tiefenwahrnehmung von Kindern, also die Fähigkeit, die Umgebung dreidimensional wahrzunehmen, ist erst ab dem Alter von neun Jahren vollständig ausgeprägt. Sie können daher schlechter beurteilen, ob ein herankommendes Fahrzeug weit entfernt ist oder nicht. Erst mit rund acht Jahren ist ein Kind in der Lage, eine Beziehung zwischen einer zurückgelegten Strecke und der dafür benötigten Zeit herzustellen und erst mit circa zehn bis zwölf Jahren können Kinder Geschwindigkeiten angemessen einschätzen.

Nicht nur das räumliche Sehen, auch das räumliche Hören ist noch nicht voll entwickelt. Kinder bis zu sechs Jahren haben noch Schwierigkeiten damit, die Verkehrsgerausche richtig zu orten und damit die Entfernung und Richtung, aus der ein Fahrzeug kommt, genau einzuschätzen.

Bei Radfahrübungen im Schon- und Verkehrsraum<sup>1</sup> sollten Angaben zu Entfernungen, Abständen und Geschwindigkeiten einfach, in Vergleichen und mit Hilfsmitteln erklärt werden.

## Geistige Fähigkeiten

### Konzentrationsfähigkeit

Erst ab etwa acht Jahren sind Kinder fähig, sich über eine längere Zeit hinweg (etwa für die Dauer einer Radfahrübung oder einer Radfahrstrecke) zu konzentrieren. Die Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit ist sogar erst mit 14 Jahren komplett abgeschlossen.

Für Radfahrlehrer:innen bedeutet das sicherzustellen, dass Erklärungen und Übungen verstanden wurden, und regelmäßige Pausen bei Übungen einzulegen, besonders im Verkehrsraum.

---

<sup>1</sup> Erklärung Schon- und Verkehrsraum: Siehe Kapitel „Übungsplatz und Material“.

## **Egozentrismus**

Bis zum Alter von sieben bis acht Jahren glauben Kinder, dass andere Verkehrsteilnehmende sie sehen müssen, weil sie selbst deren Fahrzeug sehen. Da Kinder im Straßenverkehr aber aufgrund ihrer geringen Körpergröße nicht immer gut sichtbar sind, ist es von großer Bedeutung, ihnen bewusst zu machen, dass es im Straßenverkehr besonders wichtig ist, von anderen gesehen zu werden.

Besonders bei Ausfahrten im Verkehrsraum sollten Radfahrlehrer:innen Kinder darauf aufmerksam machen, Blickkontakt mit anderen Verkehrsteilnehmenden (insbesondere mit Lenker:innen großer Fahrzeuge) aufzunehmen, um somit sicherzugehen, dass sie gesehen werden. Das Üben des Blickkontaktes sollte fixer Bestandteil in den Radfahrkursen sein. Übungen zum Blickkontakt können bereits im Schonraum durchgeführt werden.

## **Einschätzung von Verkehrssituationen**

Obwohl ein Bewusstsein für Schwierigkeiten oder Gefahren im Straßenverkehr auch schon bei Sechsjährigen vorhanden ist, ist es Kindern in diesem Alter noch nicht möglich, Situationen im Straßenverkehr richtig einzuschätzen oder gar vorherzusehen (beispielsweise ob ein Auto vor dem Zebrastreifen anhält oder nicht). Die Fähigkeit, vorausschauend Rad zu fahren, beginnt erst bei Kindern der 2. Schulstufe sich zu entwickeln. Das Bewusstsein, schwierige oder riskante Verkehrssituationen zu meiden, entwickelt sich noch später.

Mit der Unterstützung der Radfahrlehrer:innen sollen Kinder bei Ausfahrten im Verkehrsraum lernen, die mögliche Entwicklung von Situationen einzuschätzen, indem sie entsprechende Stellen gemeinsam beobachten und besprechen.

## Abstrahieren von Wissen

Vor allem Kinder in der 4. Schulstufe besitzen oft bereits ein gutes Wissen über Verkehrszeichen und Verkehrsregeln beim Radfahren. Dies bedeutet jedoch nicht automatisch, dass sie dieses Wissen in der Praxis – beim Radfahren im Schonraum und speziell im Verkehrsraum – anwenden können. Hier ist ein zusätzlicher Lernschritt mit praktischen Übungen notwendig.

Radfahrlehrer:innen sollten Kinder die in der Theorie erlernte Kenntnis der Verkehrszeichen und Verkehrsregeln dann auch in der Praxis anwenden und üben lassen, indem zum Beispiel ein Fahrradparcours mit Verkehrszeichen und Kreuzungssituationen abgefahren wird. Für Übungen im Verkehrsraum sollte jede Verkehrssituation extra erklärt werden.

Die körperlichen und geistigen Voraussetzungen zum Radfahren entwickeln sich bei Kindern nach und nach von selbst, wobei darauf hingewiesen wird, dass die hier angeführten Altersangaben und Entwicklungsstufen aus entwicklungspsychologischer Sicht als Richtlinie zu verstehen sind. Zum Erlernen der notwendigen Kompetenzen, die für das Radfahren im Straßenverkehr erforderlich sind, benötigt es jedoch eine gezielte Vorbereitung.

Radfahrlehrkräften wird empfohlen, Kindern nicht nur das Know-how (das Wissen über Regeln und Kompetenzen beim Radfahren), sondern auch das „Know-why“ (das Wissen, warum es Regeln und Kompetenzen beim Radfahren braucht) bei Kursübungen im Schon- und Verkehrsraum zu vermitteln.

# Empfehlungen zur methodisch-didaktischen Gestaltung der Kurse



Freude und Begeisterung für das Radfahren zu wecken steht bei den klima**aktiv** mobil Radfahrkursen im Vordergrund. Nach dem Motto „Weniger ist mehr“ wird empfohlen, nicht zu viele Inhalte in einem Kurs zu vermitteln, damit die Kinder in der vorgegebenen Kurszeit diese auch aufnehmen, verarbeiten und in der Praxis anwenden können.

Ebenso sollten alle teilnehmenden Kinder, auch jene, die noch nicht Rad fahren können, in den Radfahrkurs miteinbezogen werden. In jedem Fall gilt, dass die Kinder bei ihrem jeweiligen Wissens- und Fähigkeitsstand abgeholt und nicht überfordert werden sollten.

Die Radfahrkurse können grundsätzlich flexibel gestaltet werden. Die Kursgestaltung hängt in erster Linie von der zur Verfügung stehenden Zeit, den Fähigkeiten der Kinder, dem Platzangebot und dem vorhandenen Lehrpersonal ab. Empfohlen wird, dass die Kurse der einzelnen Schulstufen thematisch aufeinander aufbauen. Auf die altersadäquaten Fähigkeiten beim Radfahren und entwicklungspsychologischen Voraussetzungen der Kinder zur Teilnahme am Straßenverkehr ist Rücksicht zu nehmen (siehe Kapitel „Körperliche und geistige Voraussetzungen bei Kindern“).

## Radfahrkurse für die 1. und 2. Schulstufe

Radfahrkurse, die in der 1. und 2. Schulstufe angeboten werden, sollen vorwiegend spielerisch gestaltet sein. In Bezug auf die Kursinhalte können Spiel, Bewegung, Fahrtechnik und Kooperation beim Radfahren im Vordergrund stehen. Der Aufbau und der Ausbau der motorischen Fähigkeiten stehen im Vordergrund. Mit spielerischen Übungen im Standbetrieb oder im Parcours wird die Geschicklichkeit trainiert und somit die Voraussetzung für eine stabile Bewegung im Verkehrsraum geschaffen.

Das Ziel dieser Kurse soll sein, dass die Kinder neben der Freude und Begeisterung grundlegende fahrtechnische und kooperative Kompetenzen beim Radfahren entwickeln können. Tipps für Einstiegsübungen mit dem Fahrrad werden im Übungskatalog dieses Handbuchs gegeben. Die Kurse für Schulstufe 1 und 2 finden ausschließlich im Schonraum statt.

Inhalte der Kurse sind beispielsweise:

- Übungen für stabiles Geradeausfahren
- Übungen fürs Stehenbleiben
- Gleichgewichts- und Stabilitätsübungen auf dem Fahrrad (Kurven und Schlangenlinien fahren, fahren auf Unebenheiten et cetera)
- Üben des richtigen Aufstellens der Fahrräder
- Bestandteile eines Fahrrads direkt am Fahrrad zeigen
- Abfahren eines einfachen Parcours, in dem die Kinder selbstständig losfahren, die Spur halten und stehen bleiben
- Abfahren eines Slalomparcours zum Üben der Kurventechnik
- Fahrradspiele zum Trainieren des Gleichgewichts und der Verständigung

## Radfahrkurse für die 3. und 4. Schulstufe

Radfahrkurse für Schülerinnen und Schüler der 3. und 4. Schulstufe können etwas anspruchsvoller gestaltet sein, die Vermittlung von Freude und Begeisterung beim Radfahren sollte aber auch hier im Vordergrund stehen. In Ergänzung zu den oben beschriebenen Elementen aus Schulstufe 1 und 2 werden in diesen Kursen die Kinder spielerisch auf das Radfahren im Verkehrsraum herangeführt.

Die Kursinhalte beziehen sich neben Spiel, Bewegung und Fahrtechnik auf Kooperation sowie Verkehrs- und Verhaltensregeln beim Radfahren. Die inhaltlichen Vorgaben lassen ausreichend Spielraum, für die Konzepte der unterschiedlichen Radfahrschule und Radfahrtrainer:innen.

Die Kinder werden an die Verkehrswirklichkeit herangeführt. Die Übungen dienen als Vorbereitung für die Bewegung in der Verkehrsrealität. Die Kurse für Schulstufe 3 und 4 finden im Schonraum und in einem sorgfältig ausgewählten Verkehrsraum statt (etwa in einer verkehrsberuhigten Zone).

Inhalte der Kurse sind beispielsweise:

- Übungen für zielgerichtetes Bremsen, einhändiges Fahren, Schalten und Zurückschauen
- Verkehrszeichen erkennen und deren Bedeutung praktisch anwenden
- Übungen zur Interaktion mit Verkehrsteilnehmenden (etwa mit Zufußgehenden am Zebrastreifen et cetera)
- Abfahren eines komplexeren Parcours, in dem die Kinder das Spurhalten und Abstandhalten, das Abbiegen, das Fahren nach Verkehrszeichen und das Verhalten an Kreuzungssituationen und Zebrastreifen üben
- Anspruchsvollere Fahrradspiele für Koordination und Fahrtechnik
- Bestandteile eines Fahrrads, die für das Fahren im Straßenverkehr Voraussetzung sind, direkt am Fahrrad zeigen
- Ausfahrten auf ausgewählten Strecken im Verkehrsraum mit Übungen zur Verständigung beim Radfahren, in der Gruppe und mit anderen Verkehrsteilnehmenden

Abhängig von den Fähigkeiten der Kinder wird eine Ausfahrt in die Verkehrsrealität unternommen. Die Ausfahrt kann beispielsweise im verkehrsberuhigten Umfeld erfolgen. Im Rahmen der gemeinsamen Ausfahrt werden konkrete Verkehrssituationen wie Kreuzungen, Abbiegen, Verkehrszeichen et cetera besprochen. Die Routenplanung wird spätestens am Beginn des Radfahrkurses im Einvernehmen mit der Klassenlehrerin oder dem Klassenlehrer durchgeführt.

Exemplarische Übungsanleitungen pro Schulstufe und für Radfahranfänger:innen finden sich Übungskatalog des Handbuchs. Die angeführten Übungen sind als Anregung und Auswahl zu verstehen. Eigene Übungen und weitere didaktische Elemente können ebenso eingebracht werden, sofern es den Rahmenbedingungen der klima**aktiv** mobil Radfahrkurse und den Radfahrfähigkeiten der Kinder entspricht sowie ausreichend Lehrpersonal zur Verfügung steht.

Die zweistündigen Kurse helfen den Kindern, ein Bewusstsein für sicheres Radfahren zu erlangen, und bieten Übungsanregungen. Es sind unbedingt weitere Übungseinheiten mit den Eltern und etwaigen anderen Aufsichtspersonen erforderlich, bis die Kinder einen sicheren Fahrstil verinnerlicht haben. Für weiterführende Angebote von Radfahrkursen, wie Kurse für Sekundarstufen, Eltern-Kind-Kurse, Kurse in Gemeinden oder Kurse im städtischen Verkehrsraum wird auf das örtliche Angebot der jeweiligen Radfahrschulen in Österreich verwiesen.

# Organisation und Durchführung der Radfahrkurse



Die klimaaktiv mobil Radfahrkurse werden zwischen der Volksschule und der klimaaktiv mobil Radfahrschule koordiniert. Die Organisation des Ablaufs obliegt der Radfahrlehrkraft vor Ort, abhängig von der Gruppengröße, den Radfahrkenntnissen der Kinder, den Witterungsbedingungen et cetera. Der Antrag auf Kostenübernahme erfolgt über die Plattform [klimaaktivmobil-radfahrkurse.at](https://klimaaktivmobil-radfahrkurse.at) ausschließlich durch die Volksschule. Die Abrechnung der Radfahrkurse erfolgt ausschließlich mit der Radfahrschule und klimaaktiv mobil.

Die nachfolgenden Unterkapitel geben einen Überblick über die relevanten Aspekte rund um die Organisation und die Durchführung der Radfahrkurse vor Ort.

## Organisation im Vorfeld

Im Vorfeld eines klima**aktiv** mobil Radfahrkurses sind folgende Punkte zu klären und mit der zuständigen Schulleitung und dem zuständigen Lehrpersonal abzustimmen:

- Zeitlicher Rahmen des Kurses (Uhrzeit, 110 Minuten), von den Radfahrlehrer:innen in Abstimmung mit der Schule zu bestimmen
- Örtlicher Rahmen des Kurses (Treffpunkt, Kursort), von den Radfahrlehrer:innen in Abstimmung mit der Schule zu bestimmen
- Verfügbarkeit von Radfahrlehrer:innen
- Verfügbarkeit von Begleitpersonen (Lehrpersonal, Eltern, sonstige Begleitpersonen) und ihre Rolle im Kurs
- Verfügbarkeit von Fahrrädern, Fahrradhelmen beziehungsweise etwaiger Transport (von Leihrädern)
- Verfügbarkeit von Übungsplätzen (Schonraum sowie Route im Verkehrsraum)
- Verfügbarkeit von Lehrmaterialien (beispielsweise Straßenmalkreide, Hütchen, Verkehrsschilder zum Üben) (siehe Kapitel „Materialausstattung für Kurse“)
- Einteilung der Gruppe (Gruppengröße, Betreuungsschlüssel)
- (Vor-)Kenntnisse und Radfahrfähigkeiten der Kinder
- Witterungsbedingungen/Ersatzprogramm für Schlechtwetter
- Kontaktdaten der verantwortlichen Radfahrlehrer:innen und Begleitpersonen (telefonische Erreichbarkeit im Fall kurzfristiger Verschiebungen/Absagen)
- Klärung rechtlicher Angelegenheiten wie Aufsicht, Haftung und Versicherungsschutz (und Vorgangsweise bei etwaigen Vorfällen im Kurs)

Ausführliche Informationen zur Aufsichtspflicht für schulbezogene Veranstaltungen und etwaigen Haftungsfragen stellt das Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung unter dem folgenden Link bereit:

[bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/prinz/verkehrserziehung.html](https://bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/prinz/verkehrserziehung.html)

## Gruppeneinteilung vor Ort

Eine Möglichkeit der Kursdurchführung ist die Einteilung der Klasse in Kleingruppen. Diese erfolgt durch die Radfahrlerner:innen in Absprache mit den Lehrer:innen und kann nach unterschiedlichen Kriterien erfolgen (zum Beispiel Fahrkenntnisse der Kinder). Das Einbeziehen von Lehrpersonal, Eltern oder weiteren erwachsenen Begleitpersonen in den Ablauf der Kurse wird empfohlen, um beim Üben im Schonraum auch mit kleineren Gruppen von Kindern arbeiten zu können.

Die Möglichkeit, mit den Kindern eine Ausfahrt in den Verkehrsraum zu unternehmen, hängt von den vorhandenen Gegebenheiten ab (zum Beispiel verfügbare Zeit, geeignete Strecke im Verkehrsraum). In jedem Fall ist auf ein ausreichendes Betreuungsverhältnis zu achten. Im Hinblick auf die Aufsichtspflicht, die Sicherheit und den Lerneffekt für die Kinder haben sich zwei Radfahrlehrkräfte (Begleitpersonen können zusätzlich hinzugezogen werden) bei den Ausfahrten im Straßenverkehr bewährt.

## Überlegungen zum Kursstart

Bevor ein Radfahrkurs startet, sollte die Person, die ihn durchführt, folgende Fragen beantworten:

### **Sind die Voraussetzungen für die Teilnahme der Kinder am Radfahrkurs geklärt?**

Beispiele: Findet der Kurs im Rahmen einer Schulveranstaltung, schulbezogenen Veranstaltung statt? Findet der Kurs während der Unterrichtszeit statt? Benötigen die Kinder für die Kursteilnahme das Einverständnis der Eltern?

### **Stehen allen teilnehmenden Kindern ausreichend Radfahrlehrkräfte zur Verfügung?**

Beispiele: Gibt es ausreichend Personal zur Anleitung der Übungen? Gibt es ausreichend Personal zur Betreuung der Kinder, etwa für Fahrrad- und Helmeinstellung, Erklärung der Verhaltensregeln? Inwiefern können Lehrer:innen und Eltern zusätzlich in den Kurs eingebunden werden?

Vonseiten der Radfahrschule müssen zwei Radfahrlehrkräfte und bei einer Ausfahrt in den Verkehrsraum (in der 4. Schulstufe) vier Radfahrlehrkräfte zur Verfügung stehen (zwei fahren mit den Kindern raus, zwei bleiben bei der anderen Gruppe am Übungsplatz.) Die aktuellen Regelungen entnehmen Sie bitte den [klimaaktiv mobil Rahmenbedingungen](#).

**Haben alle Radfahrlehrer:innen, weitere Lehr- und Begleitpersonen sowie die Kinder eine adäquate Fahrradausstattung?**

Beispiele: Können die Kinder mit ihrem eigenen Fahrrad teilnehmen? Haben auch etwaige zusätzliche Lehrpersonen (teilnehmende Lehrer:innen, Eltern, sonstige Begleitpersonen) ein verkehrssicheres Fahrrad? Haben alle Kinder einen verkehrssicheren Fahrradhelm?

**Ist ein geeigneter Übungsbereich zur Durchführung eines Radfahrkurses vor Ort vorhanden und darf dieser benutzt werden?**

Beispiele: Steht ein geeigneter Schonraum (beispielsweise Schulhof, nicht genutzter Parkplatz, Verkehrsgarten, sonstiger abgesperrter Bereich zum Üben) zur Verfügung? Sind die rechtlichen Bedingungen für die Nutzung des Übungsbereichs abgeklärt? Ist der Platz groß genug, um beispielsweise einen Fahrrad-Parcours aufzubauen?

**Steht ausreichend Zeit für die geplanten Kursinhalte zur Verfügung?**

Beispiel: Können alle Kinder geplante Einzel- und Gruppenübungen in der vorgegebenen Zeit durchführen? Ist ausreichend Zeit für Erklärungen von Verhaltensregeln, Verkehrsregeln und Übungen vorhanden? Wurde Zeit eingeplant für das Holen, Aufstellen und Zurückstellen der Räder?

## **Überlegungen für den Verkehrsraum**

**Gibt es vor Ort eine geeignete Strecke zum Üben im Straßenverkehr?**

Beispiele: Gibt es einen verkehrsberuhigten Bereich in der Nähe? Gibt es eine Tempo-30-Zone? Gibt es einen Radweg? Gibt es adäquate Kreuzungen zum Üben? Bietet die Strecke Gelegenheiten zur Interaktion mit anderen Verkehrsteilnehmenden?

**Wurden alle Kinder und Begleitpersonen für das Fahren im Verkehrsraum ausreichend vorbereitet?**

Beispiele: Haben alle Kinder eine verkehrssichere Fahrradausrüstung? Haben alle Kinder die körperlichen und geistigen Voraussetzungen zum Radfahren im Straßenverkehr vorab im Schonraum gezeigt? Kennen alle Kinder die grundlegenden Verkehrs- und Verhaltensregeln für das Radfahren im Verkehr? Kennen alle Kinder und Begleitpersonen die Möglichkeiten, sich innerhalb der Gruppe zu verständigen? Wurde die Begleitperson über ihre Aufsichtspflicht instruiert und wurde ihr erklärt, wie sie dieser nachzukommen hat?

Die Vorgaben für eine Ausfahrt in den Verkehrsraum im Zuge eines klima**aktiv** mobil Radfahrkurses entnehmen Sie bitte den aktuellen klimaaktiv mobil Rahmenbedingungen. Zusätzlich sind die Informationen des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung (BMBWF) im Bereich Verkehrs- und Mobilitätserziehung zu den Voraussetzungen für die Bewegung der Kinder in der Verkehrswirklichkeit zu berücksichtigen. Die jeweils zuständige Bildungsbehörde entscheidet, ob Radfahrtrainings auch im öffentlichen Straßenverkehr in ihrem Bundesland zulässig sind oder nicht.

# Übungsplatz und Material

In diesem Kapitel finden Sie Empfehlungen für den Übungsplatz sowie die erforderliche Materialausstattung für Radfahrkurse im Schon- und Verkehrsraum.

## Schonraum

- Mindestgröße des Übungsplatzes: circa 20 mal 10 Meter
- Ebenerdiger (asphaltierter) Schulhof, Innenhof, Parkplatz (nicht genutzt!), gesperrte Straße, wenig frequentierter Platz, sonstiges abgesperrtes/abgetrenntes Areal. Wenn möglich, kann auch ein vorhandener Verkehrsgarten, Mobilitätspark oder Radspielplatz genutzt werden.

## Verkehrsraum

- Radfahren unter unterschiedlichen Bedingungen – empfohlen werden verkehrsberuhigte Bereiche wie Nebenstraßen oder Tempo-30-Zonen –, zum Beispiel Radfahren auf einer Fahrbahn, auf unterschiedlichen Radfahranlagen wie Radwegen, Radfahrstreifen und Mehrzweckstreifen sowie in einer Begegnungszone, Wohnstraße und Fußgängerzone mit Fahrerlaubnis für Radfahrer:innen
- Unterschiedliche Kreuzungssituationen: Ampelregelungen, Beschilderungen, Vorrangregelungen
- Richtungsänderungen und Rechts- und Linksabbiegesituationen

## Materialausstattung für Kurse

### Allgemeine Materialausstattung

- Fahrräder (gegebenenfalls Ersatzfahrräder)
- Fahrradhelme (gegebenenfalls Ersatzhelme)
- Fahrradpumpe
- Reparaturset (Multitool)
- Mobiltelefon
- Desinfektionsmittel
- Erste-Hilfe-Set
- Fahrrad- und wettergerechte Kleidung und feste Schuhe (keine flatternden oder herunterhängenden Teile)
- Clipboard (empfohlen)
- Schreibmaterialien (empfohlen)
- Schriftliche Vereinbarungen (Einverständnis der Eltern, Klärung der Aufsicht, Haftungsabsicherung)
- gegebenenfalls Verpflegung (Jause, Trinkflasche)
- gegebenenfalls Roller im Schonraum

### Materialausstattung für praktische Übungen

- Straßenmalkreide
- Hütchen/Markierteller (in verschiedenen Farben)
- Kegel/Plastikflaschen (befüllt)
- Fahrradwippe
- Schwimmnudel
- Rüttelplatte
- Klebeband
- gegebenenfalls Namenskärtchen/Klebekärtchen/Startnummern
- Verkehrszeichen zum Üben
- Signalwesten
- Kleinere Gegenstände, beispielsweise Jonglierbälle (für Geschicklichkeitsübungen mit dem Fahrrad)
- Absperrband
- Rückspiegel für Ausfahrten in den Verkehrsraum

## **Fahrrad- und Helmausstattung**

Es ist sicherzustellen, dass alle Radfahrlehrer:innen, Begleitpersonen und die Kinder mit Fahrrädern und Fahrradhelmen ausgestattet sind. Eventuell sind Leihfahrräder und Leihhelme zur Verfügung zu stellen. Im Vorfeld ist abzuklären, ob die Schule oder die Radfahrlehrer:innen für die Bereitstellung der Fahrräder und Fahrradhelme zuständig sind. Zumindest für Kurse ab Schulstufe 3 müssen alle Fahrräder verkehrssicher und StVO-konform ausgestattet sein. Eine Helmpflicht besteht für alle Schulstufen.

# Übungskatalog für alle Schulstufen



Nachfolgend werden ausgewählte praktische Übungen für jede Schulstufe vorgestellt. Jede Übung wird erklärt und im Hinblick auf die Voraussetzungen, die Dauer, die Relevanz und das benötigte Material beschrieben:

## Bezeichnung der Übung

**Voraussetzungen:** Voraussetzungen, die das Kind für die Übung erfüllen muss

**Erklärung:** Erklärung der Übung, im Hinblick auf Vorbereitung und Durchführung

**Dauer:** Zeit, die jedes Kind für diese Übung haben sollte

**Relevanz:** Relevanz im Hinblick auf die unterschiedlichen Radfahrkompetenzen: Fahrtechnik (z. B. bremsen, Spur halten und Kurven fahren), kognitive Kompetenz (z. B. über Verkehrsregeln beim Radfahren Bescheid wissen) und kooperative Kompetenz (z. B. eine Absicht anzeigen und mit anderen Verkehrsteilnehmenden kommunizieren)

**Material:** Benötigtes Material für die Übung (neben der im Kapitel „Materialausstattung für Kurse“ angeführten grundlegend benötigten Ausstattung wird hier das speziell für diese Übung erforderliche Material angegeben)

Die Übungen können variiert werden und sich dadurch auch für höhere Schulstufen eignen. Sie können in einem Stationenbetrieb oder im Rahmen eines Parcours organisiert werden.

## Schonraumübungen für Kinder ohne Radfahrkenntnisse

### Mit dem Fahrrad gehen

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut.

**Erklärung:** Das Kind geht zu Fuß und schiebt das Fahrrad durch einen Parcours. An einer bestimmten Stelle des Parcours hält das Kind das Fahrrad durch Bremsen an und stellt es ab. Es wechselt auf die andere Seite des Fahrrads, um es bis zur nächsten Stelle im Parcours weiterzuschieben. Steigerung: Das Kind schiebt das Fahrrad mit einer Hand, abwechselnd einmal rechts, einmal links.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

### Mit (Lauf-)Rad rollen und durch beidhändiges Bremsen stehenbleiben

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut.

**Erklärung:** Das Kind steigt auf das Fahrrad, sitzt auf dem Sattel und taucht abwechselnd mit einem Bein an. Es bewegt sich dadurch rollend/balancierend bis zu einer bestimmten Stelle im Parcours weiter, wo es durch beidhändiges Bremsen stehenbleibt und beide Füße auf den Boden bringt. Die Sattelhöhe ist so einzustellen, dass das Kind den Boden mit beiden Füßen vollständig berühren kann. Gegebenenfalls kann man beim Fahrrad die Pedale abschrauben.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Hütchen/Markierteller, gegebenenfalls Straßenmalkreiden

## Vom Stehenbleiben zum Losfahren

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut.

**Erklärung:** Die Übung verläuft aufbauend.

**Stehenbleiben:** Das Kind wird beim Losfahren und Balancieren durch Halten am Rücken und Lenker gestützt. Nach einer kurzen Strecke soll es auf Kommando stehenbleiben, indem es beide Bremsen zieht und unmittelbar darauf mit beiden Füßen den Boden berührt. Dabei ist zu beachten, dass das Bremsen nicht ruckartig erfolgt und die Füße weder zu früh noch zu spät auf den Boden gestellt werden.

**Lenken:** Sobald das Kind ein ausreichendes Gefühl entwickelt hat, um kurzfristig selbst zu lenken, wird der Lenker einige Sekunden vor dem Kommando zum Stehenbleiben nicht mehr gestützt. Das Kind lenkt somit einige Meter selbstständig vor dem Stehenbleiben. Die Zeitspanne und damit die Strecke wird nach und nach verlängert. Wichtig: Das Kind wird vor dieser Übung darauf hingewiesen, dass es auch selbst entscheiden kann, wann es stehenbleibt.

**Balancieren:** Das Halten am Rücken wird nach und nach zurückgenommen, sobald das Kind längere Strecken selbstständig lenken kann und dabei ausreichend Balancegefühl entwickelt hat. Die flache Hand bleibt am Rücken für den Fall, dass das Kind noch nicht richtig einschätzen kann, wann das Ausbalancieren nicht mehr möglich ist, und das Fahrrad zum Stehen gebracht werden muss. Sobald diese Selbsteinschätzung ausreichend entwickelt ist, braucht das Kind beim Fahren keine zusätzliche Sicherung durch Halten.

**Losfahren:** Das Kind sitzt auf dem Sattel und gibt einen Fuß auf das Pedal. Es hält die Balance, indem es das zweite Bein ein wenig seitlich hinaus versetzt und die Bremsen zieht. Das Pedal wird mit dem Fuß in die richtige Position (circa 45 °) gebracht. Beim Losfahren erreicht es die nötige Geschwindigkeit, indem es das Pedal fest hinunter tritt und sich mit dem anderen Fuß kräftig abstößt. Das kann zu Beginn durch ein leichtes Anschieben und Halten am Rücken unterstützt werden. Wichtig: Das Kind darauf hinweisen, dass es vor dem Losfahren immer sicherstellen muss, dass der Weg frei ist.

**Dauer:** Pro Kind circa 25 bis 40 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Kein spezielles Material erforderlich

## Schonraumübungen für die 1. Schulstufe

Der Ausbau der motorischen Fähigkeiten steht in der ersten und zweiten Schulstufe im Vordergrund. Mit spielerischen Übungen im Standbetrieb oder im Parcours wird die

Geschicklichkeit trainiert und somit die Voraussetzungen für eine stabile Bewegung im Verkehrsraum geschaffen.

## **Freies Fahren**

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem begrenzten Bereich frei umher und halten Abstand zueinander. Sie versuchen dabei, möglichst selten vom Fahrrad abzustiegen.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kooperative Kompetenz

**Material:** Ausreichend großer Übungsplatz, Straßenmalkreiden, Seil, Hütchen/Markierteller zur Begrenzung

## **Freies Fahren mit Kommandos**

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem begrenzten Bereich frei umher. Bei bestimmten akustischen Signalen (beispielsweise Klatschen, Pfeifen) müssen sie (1) mit beiden Händen bremsen, (2) vom Fahrrad absteigen, (3) das Fahrrad abstellen, (4) wieder aufsteigen und (5) losfahren.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz, kooperative Kompetenz

**Material:** Ausreichend großer Übungsplatz, Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller zur Begrenzung

## **Kurven fahren**

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren einen aufgebauten Slalom ab. Engere und weitere Kurven (schwieriger und leichter zu fahren) werden durch den Abstand zwischen den Markierungen definiert.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Hütchen/Markierteller, Kegel/Plastikflaschen (befüllt)

## Über Stock und über Stein

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren über unterschiedliche Untergründe und/oder über am Boden liegende Schwellen/Wippen.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Rüttelplatte, Wippe

## Fahrradlimbo

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren einzeln unter einer Übungshilfe (beispielsweise Schwimmnudel) hindurch.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Schwimmnudel

## Fangen spielen und ausweichen

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Zwei parallele Linien werden im Abstand von rund 20 Metern auf dem Boden markiert. Die Linien sind so lang, dass sich vier bis fünf Kinder nebeneinander aufstellen können. In der Mitte des Feldes, das sich zwischen den Linien ergibt, steht eine

erwachsene Person mit dem Rücken zu den Kindern. Auf ein Signal hin fahren die Kinder los, um zur Linie gegenüber zu gelangen. Die Person versucht, die Kinder zu fangen, sobald sie diese aus dem Augenwinkel kommen sieht.

**Variante:** An beiden Linien stehen (jeweils gegenüber) vier bis sechs Kinder, die zur gegenüberliegenden Linie fahren sollen. Auf Kommando fahren alle gleichzeitig los. Dabei sollen sie so fahren, dass sie den entgegenkommenden Kindern ausweichen, ohne stehenzubleiben oder andere beim Fahren zu behindern.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kooperative Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden

## Schonraumübungen für die 2. Schulstufe

### Freies Fahren mit Kommandos II

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem begrenzten Bereich frei umher. Bei bestimmten akustischen Signalen (beispielsweise Klatschen, Pfeifen) müssen die Kinder (1) bremsen und absteigen, (2) aufsteigen und losfahren, (3) zu einem bestimmten farbigen Hütchen/Markierteller fahren und/oder (4) auf bestimmte Teile des Fahrrads zeigen (zum Beispiel Glocke, Rückstrahler, Pedale, Rücklicht).

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz

**Material:** Ausreichend großer Übungsplatz, Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller zur Begrenzung

### In der geraden Spur bleiben

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder folgen einer (farblich) gekennzeichneten geraden Spur. Sie fahren einmal links, einmal rechts und einmal in der Mitte der Spur. Diese sollte möglichst lange geradeaus führen, etwa in Form eines Vierecks rund um einen Platz.

Variante: Die Kinder steigen an den Ecken vom Fahrrad ab und auf der anderen Seite des Fahrrads (auf der sie seltener aufsteigen) wieder auf.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Schneckenrennen

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Zwei oder mehrere Kinder fahren nebeneinander von einer Linie/Spur zur gegenüberliegenden. Dabei sollen sie so langsam wie möglich fahren (kann als Wettbewerb angelegt werden).

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Seifenblasen einfangen

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem begrenzten Bereich frei umher und versuchen, Seifenblasen zu zerplatzen, indem sie kurz eine Hand vom Lenker nehmen.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kooperative Kompetenz

**Material:** Seifenblasen

## Achter fahren

**Voraussetzungen:** Das Kind ist mit den Bremsen des Fahrrads vertraut, kann das Gleichgewicht am Fahrrad halten und selbstständig stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren einen Achter, der einmal eine enge und einmal eine weite Kurve umfasst, in eine Richtung nach. Es ist darauf zu achten, dass nicht zu viele Kinder

gleichzeitig im Achter sind, damit es bei der Kreuzung der Wege ausreichend Möglichkeit zur Verständigung gibt, wer zuerst fährt.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kooperative Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Schonraumübungen für die 3. Schulstufe

Die Kinder werden durch vorbereitende Übungen in der dritten und vierten Schulstufe an die Bewegung in der Verkehrswirklichkeit herangeführt und dienen auch ideal zur Vorbereitung auf die „Freiwillige Radfahrprüfung“.

### Zielbremsen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren auf ein Ziel zu und bremsen an einer zuvor bestimmten/markierten Stelle mit beiden Händen. Am Ende der markierten Stelle kann ein Gegenstand (beispielsweise eine Stange) auf zwei Hütchen positioniert werden, der herunterfällt, wenn die Kinder zu weit nach vorne fahren.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller, Stange oder Ähnliches

### Zielbremsen und losfahren bei Verkehrszeichen Halt

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren auf einer geraden Strecke auf das Halt-Verkehrszeichen zu und reagieren diesem entsprechend, indem sie mit beiden Händen bremsen, zumindest einen Fuß auf den Boden stellen, links-rechts-links schauen und unmittelbar danach wieder losfahren.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Halt-Verkehrszeichen

## Hand vom Lenker nehmen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem großen Kreis und nehmen an zuvor bestimmten Stellen abwechselnd kurz die rechte und die linke Hand vom Lenker. An festgelegten Stationen wird den Kindern ein Gegenstand überreicht, den sie zur nächsten Station transportieren und dort ablegen, übergeben oder in einen Korb werfen.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz, kooperative Kompetenz

**Material:** Kleinere Gegenstände (beispielsweise Süßigkeiten), Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Interaktion mit Zufußgehenden beim Zebrastreifen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem Parcours mit einem oder zwei Zebrastreifen (die aufgezeichnet werden). Sie nehmen mit Zufußgehenden (vor dem Zebrastreifen oder in dessen unmittelbarer Nähe) Blickkontakt auf, um abzuklären, ob diese den Zebrastreifen überqueren wollen. Sie zeigen deutlich an, dass sie den Zufußgehenden den Vorrang geben, indem sie rechtzeitig langsamer werden oder stehenbleiben und eventuell zusätzlich mit der Hand signalisieren, dass die Personen überqueren können. Die Situation beim Zebrastreifen eignet sich auch dafür, das Bedanken zu üben. Die Rolle der Zufußgehenden kann kreativ gestaltet werden.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kooperative Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Zurückschauen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten.

**Erklärung:** Die Kinder fahren auf einer geraden Strecke und schauen an einer zuvor definierten Stelle über ihre Schulter zurück. Dabei sollen sie einen Gegenstand erkennen (beispielsweise Nummern, Symbole, Farben), den jemand hinter ihnen hochhält und laut

ausrufen, was sie sehen. Die Übung findet mehrmals hintereinander statt, wobei die Kinder einmal über die linke Schulter und einmal über die rechte Schulter zurückschauen.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Kärtchen mit Nummern, Symbole, Farben, Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Schalten

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten.

**Erklärung:** Die Kinder fahren in einem Bereich frei umher und schalten selbstständig in den größeren und kleineren Gang. Dabei erleben sie, wann es leichter und schwieriger ist zu treten. Alternativ können auch vorhandene geringe Steigungen (beispielsweise eine Auffahrt) in den Bereich integriert werden.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Abstand halten beim Hintereinanderfahren

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten.

**Erklärung:** Die Kinder fahren hintereinander in der gleichen Spur, wobei sie darauf achten, dass sie ausreichend Abstand zu den vorderen Radfahrenden halten. Bei einem akustischen Signal bleiben sie gleichzeitig stehen und testen, ob der Sicherheitsabstand richtig gewählt wurde.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kooperative Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Schonraumübungen für die 4. Schulstufe

### Kreuzungen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.

**Erklärung:** Die Kinder befahren unterschiedliche Kreuzungssituationen, an denen sie sich entsprechend den Verkehrszeichen verhalten müssen (beispielsweise Halt, Vorrang geben, Rechtsvorrang). Dafür werden die Kreuzungssituationen mit Straßenmalkreiden aufgemalt beziehungsweise mit Hütchen/Markiertellern dargestellt und den entsprechenden Verkehrszeichen versehen.

**Dauer:** Pro Kind circa 10 bis 15 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller, Verkehrszeichen

### Links und rechts abbiegen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen und Handzeichen geben, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.

**Erklärung:** Die Kinder fahren auf einer geradlinigen Spur und biegen einmal rechts und einmal links mit den dazugehörigen Schritten ab, wobei sie insbesondere beim Linksabbiegen auf die Begegnungsregel (andere Rad fahrende Kinder können entgegenkommen) und das Überholtwerden (andere Rad fahrende Kinder können überholen) achten.

**Steigerung:** Circa sechs bis acht Kinder fahren in einem Achter, der in beide Richtungen zu befahren ist und entscheiden selbstständig, welchen Weg sie nehmen, indem sie korrekt rechts beziehungsweise links abbiegen.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller, Verkehrszeichen

## Ausweichen und Spur wechseln

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen und Handzeichen geben, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.

**Erklärung:** Das Kind fährt auf einer geradlinigen Spur. An einer bestimmten Stelle ist die Spur blockiert, sodass das Kind ausweichen und sich anschließend wieder in die Fahrspur einordnen muss. Dies kann in zwei Varianten erfolgen:

Variante 1: leichtes Ausweichen ohne Wechsel auf Gegenseite (zurückschauen) – zurück auf eigene Fahrspur (zurückschauen)

Variante 2: Ausweichen mit Wechsel auf Gegenseite (Handzeichen mit Zurückschauen) – zurück auf eigene Fahrspur (zurückschauen)

**Steigerung:** Die Kinder begegnen sich auf zwei Spuren und müssen an bestimmten Stellen in die Gegenseite ausweichen (Handzeichen mit Zurückschauen).

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller, Übungshilfe am Weg (beispielsweise Fahrrad, Kisten oder Ähnliches)

## Überholen

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie die Spur halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen und Handzeichen geben, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.

**Erklärung:** Die Kinder fahren hintereinander auf einer geradlinigen Spur. Das erste Kind fährt möglichst langsam. Auf ein akustisches Signal hin beginnt das letzte Kind in der Gruppe den Überholvorgang (Handzeichen mit Zurückschauen) und ordnet sich vor dem ersten Kind (Zurückschauen) wieder ein.

**Dauer:** Pro Kind circa 5 bis 10 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz, kooperative Kompetenz

**Material:** Straßenmalkreiden, Hütchen/Markierteller

## Verkehrsraumübungen für die 4. Schulstufe

ACHTUNG: Ob Kinder in den Verkehrsraum ausfahren dürfen, ist in den jeweils aktuellen Rahmenbedingungen festgelegt!

### Kurze Ausfahrt im Verkehrsraum

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie hintereinanderfahren, die Spur halten und Abstand halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren, die Verkehrszeichen Halt und Vorrang geben unterscheiden und sich danach verhalten.

**Erklärung:** Nach vorbereitenden Übungen im Schonraum können mit Kindern – einzeln oder in Kleingruppen mit maximal fünf Kindern – angeleitete Ausfahrten in den Verkehrsraum unternommen werden. Die Radfahrlehrerin oder der Radfahrlehrer fährt vor und dient als Vorbild im Hinblick auf das Verhalten im Verkehrsraum. Eine Begleitperson schließt die Gruppe nach hinten ab. Ausgewählte Stellen und/oder Kreuzungssituationen im Verkehr werden besprochen und in der Gruppe abgefahren.

**Dauer:** Pro Kind circa 15 bis 20 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz, kooperative Kompetenz

**Material:** Signalwesten, Rückspiegel für Radfahrlehrer:innen

### Überholen im Verkehrsraum

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie hintereinanderfahren, die Spur halten und Abstand halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren, die Verkehrszeichen Halt und Vorrang geben unterscheiden und sich danach verhalten.

**Erklärung:** Nach vorbereitenden Übungen im Schonraum können mit Kindern – einzeln oder in Kleingruppen mit maximal fünf Kindern – angeleitete Ausfahrten in den Verkehrsraum unternommen werden. Die Radfahrlehrerin oder der Radfahrlehrer fährt vor und dient als Vorbild im Hinblick auf das Verhalten im Verkehrsraum. Eine Begleitperson schließt die Gruppe nach hinten ab. Die Kinder fahren hinter der Radfahrlehrerin oder dem Radfahrlehrer auf einer geradlinigen Strecke (die Strecke soll in einem verkehrsberuhigten Bereich liegen). Auf Zuruf durch die Begleitperson beginnt das letzte Kind in der Gruppe den Überholvorgang (Handzeichen mit Zurückschauen) und

ordnet sich vor dem ersten Kind und hinter der Radfahrlehrerin beziehungsweise dem Radfahrlehrer (Zurückschauen) wieder ein.

**Dauer:** Pro Kind circa 15 bis 20 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz, kooperative Kompetenz

**Material:** Signalwesten, Rückspiegel für Radfahrlehrer:innen

## **Links und rechts abbiegen im Verkehrsraum**

**Voraussetzungen:** Das Kind kann selbstständig fahren, bremsen und stehenbleiben sowie hintereinanderfahren, die Spur halten und Abstand halten. Es kann während der Fahrt zurückschauen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren, während der Fahrt das Handzeichen geben, ohne die Spur zu verlassen, sowie die Verkehrszeichen Halt und Vorrang geben unterscheiden und sich danach verhalten.

**Erklärung:** Das Kind fährt einen ausgewählten Teil (Kreuzungsbereich) der zuvor als Gruppe geübten Strecke im Verkehrsraum (siehe Übung „Kurze Ausfahrt im Verkehrsraum“) vor der Radfahrlehrerin oder dem Radfahrlehrer (und der Kindergruppe) vor. Das Kind zeigt dabei, wie es nach links oder rechts abbiegt.

**Dauer:** Pro Kind circa 15 bis 20 Minuten

**Relevanz:** Fahrtechnik, kognitive Kompetenz, kooperative Kompetenz

**Material:** Signalwesten, Rückspiegel für Radfahrlehrer:innen

# Über klimaaktiv mobil

klimaaktiv mobil ist die Klimaschutzinitiative des Bundesministeriums für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie (BMK) im Verkehrsbereich. Die Klimaschutzinitiative wurde bereits 2004 ins Leben gerufen, um die Treibhausgasemissionen im Verkehrsbereich zu reduzieren und alternative Mobilitätsformen zu stärken.

Die Initiative bietet Österreichs Städten, Gemeinden und Regionen, Unternehmen, Flottenbetreibern und Verbänden, Tourismus- und Freizeitakteur:innen, Schulen, Jugendinitiativen sowie Bürger:innen Unterstützung bei der Transformation zu „Aktiver Mobilität“, intelligentem Mobilitätsmanagement und sauberer Mobilität. Es bietet Beratung, Informationsmaterial, Schulungen und finanzielle Unterstützung für Projekte, die den Zielen einer nachhaltigen Mobilität entsprechen.

klimaaktiv mobil zeigt, dass jede Tat zählt: Jede und jeder kann einen aktiven Beitrag zur Erreichung der Klimaziele leisten. Damit trägt die Initiative zur Umsetzung des nationalen Energie- und Klimaplan (NEKP) für Österreich bei. Näheres unter [klimaaktivmobil.at](https://klimaaktivmobil.at)

## Kontakt

Strategische Steuerung klimaaktiv mobil

Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie Abteilung II/6, Aktive Mobilität und Mobilitätsmanagement

Aktive Mobilität Österreichische Energieagentur

Kathrin Chiu, Theresia Homola

+43 1 586 15 24

[aktivemobilitaet@klimaaktivmobil.at](mailto:aktivemobilitaet@klimaaktivmobil.at)

[klimaaktivmobil.at/radfahren](https://klimaaktivmobil.at/radfahren)

# Referenzen und weiterführende Informationen

Für die Ausarbeitung der Teile des Handbuchs (inklusive Beschreibung praktischer Übungsanleitungen) wurden folgende Quellen herangezogen:

## Referenzen

**BMBWF (2003):** Lehrplan Verkehrserziehung. Lehrplan der Volksschule, achter Teil, Bildungs- und Lehraufgaben sowie Lehrstoff und didaktische Grundsätze der verbindlichen Übungen, Grundschule - Verkehrserziehung, Stand: Juni 2003. Wien.

**BMBWF (2018):** Grundsatzterlass zur Verkehrs- und Mobilitätserziehung. Wien.

**BMVIT (2019):** Kleine Radprofis. Der sichere Weg in die Verkehrsrealität. Ein Ratgeber für Eltern. Wien.

**Burmeister, Christian (2010):** Schwuppdwupp: Spielerische Übungen mit und auf dem Fahrrad. R. G. Fischer Verlag. Frankfurt am Main.

**Limbourg, Maria (1994):** Entwicklungspsychologische Voraussetzungen für das sicherheitsorientierte Verhalten von Kindern. Universität GH Essen. In: Sicher Leben: Bericht über die 1. Tagung „Kindersicherheit: Was wirkt? – Ursachen und Vermeidung von Unfällen im Kindesalter“ 1994 in Wien, 1995, Wien, S. 46–58.

**Schulprojekte von AktivZentrum:** [aktiv-zentrum.at/schulprojekte/](https://aktiv-zentrum.at/schulprojekte/)

**Rundschreiben des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung:** [mbwf.gv.at/Themen/schule/schulrecht/rs/1997-2017/2017\\_12.html](https://mbwf.gv.at/Themen/schule/schulrecht/rs/1997-2017/2017_12.html)

**Fahrradparcours von Verkehrswacht:** [verkehrswacht-medien-service.de/grundschule/die-radfahrausbildung/fahrradparcours/](https://verkehrswacht-medien-service.de/grundschule/die-radfahrausbildung/fahrradparcours/)

## Weitere Informationen und Referenzen zu Radfahrkursen

Netzwerk Verkehrserziehung: [netzwerk-verkehrserziehung.at](http://netzwerk-verkehrserziehung.at)

Verkehrs- und Mobilitätserziehung an Österreichs Schulen (BMBWF):  
[bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/prinz/verkehrserziehung.html](http://bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/prinz/verkehrserziehung.html)

AUVA Radworkshop: [radworkshop.info/](http://radworkshop.info/)

klima**aktiv** mobil Radfahrkurse: [klimaaktivmobil.at/radfahrkurse](http://klimaaktivmobil.at/radfahrkurse)

## Ausbildung zu klimaaktiv mobil Radfahrlehrer:innen

Die Ausbildung gibt fahrradaffinen Personen die Möglichkeit, andere dabei zu unterstützen, das Fahrrad als vollwertiges Mobilitätsmittel verkehrssicher und selbstbewusst einzusetzen.

Die österreichweite Grundausbildung zur klima**aktiv** mobil Radfahrlehrerin und zum klima**aktiv** mobil Radfahrlehrer vermittelt fundierte theoretische und praktische Grundlagen zum Thema „Fahrrad als Alltagsverkehrsmittel“. Mit der erworbenen Trainingskompetenz haben klima**aktiv** mobil Radfahrlehrer:innen die Möglichkeit, Personengruppen wie Kinder, Jugendliche, Eltern, Erwachsene oder ältere Menschen zu unterstützen, das Fahrrad als vollwertiges Verkehrsmittel (in Alltag und Freizeit) wahrzunehmen und dieses selbstbewusst und verkehrssicher einzusetzen. Die Ausbildung besteht aus vier Modulen, zwei Prüfungsteilen und der Lehrpraxis als Gastlehrende in Radfahrkursen (Hospitation). Die Ausbildung inklusive Prüfungsteilen und Hospitation werden von zertifizierten Radfahr-Mastertrainer:innen abgenommen.

## **Ausbildungsabschluss und klimaaktiv mobil Kompetenzpartnerschaft**

Der Ausbildungsabschluss in Form einer Teilnahmebestätigung wird vom jeweiligen Kursanbieter bescheinigt. Mit Absolvierung der Ausbildung zur „klimaaktiv mobil Radfahrlehrer:in“ können Sie sich auch als klimaaktiv Kompetenzpartner:in im Mobilitätsbereich zertifizieren lassen. Derzeit bieten folgende Radfahrerschulen die Ausbildung an (Stand 13.03.2024):

- [Radakademie – Easy Drivers Radfahrerschule](#)
- [Radfahrtraining.at – JO! Mobilitätsbildung](#)
- [FahrSicherRad – Die Radvokaten](#)
- [Schulterblick – Die Radfahrerschule](#)

Vollständig ausgebildete Radfahrlehrer:innen können als klimaaktiv mobil Kompetenzpartner:innen auf der klimaaktiv mobil Website ([klimaaktivmobil.at/radfahrkurse](https://klimaaktivmobil.at/radfahrkurse)) gelistet werden. Diese sind Fachleute, die sich mit speziellen Qualifizierungen das notwendige Wissen angeeignet haben, um klimaaktiv Qualitätsstandards und Leitlinien bei Anforderungen in puncto umweltschonender Mobilität umsetzen zu können. Die Kompetenzpartner:innen werden im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit von klimaaktiv mit ihren klimaschutzrelevanten Kompetenzen vorgestellt und gelistet. Sie erhalten Zugang zu Informationen und Neuigkeiten aus dem Partnernetzwerk und Einladungen zu themenspezifischen Veranstaltungen.

Die Listung als klimaaktiv Kompetenzpartner:innen im Mobilitätsbereich bleibt für einen spezifischen Zeitraum aufrecht (Radfahrlehrer:innen fünf Jahre, Radfahr-Mastertrainer:innen drei Jahre). Eine Verlängerung ist auf Anfrage nach Vorlage von Nachweisen (z. B. Praxisstunden oder Weiterbildungen) möglich. Kompetenzpartner:innen dürfen die Wort-Bild-Marke klimaaktiv mit dem Zusatz „Kompetenzpartner“ personenbezogen – also nur in Verbindung mit der Person, die die Kompetenzpartnerschaft abgeschlossen hat – und für den definierten Zeitraum verwenden.

## **Anerkennung von klimaaktiv mobil Radfahrlehrer:innen als ÖRV-Übungsleiter:innen**

Für klimaaktiv mobil Radfahrlehrer:innen besteht die Möglichkeit, sich auf der Website des Österreichischen Radsport-Verbands (ÖRV) – Cycling Austria ([cyclingaustria.at](http://cyclingaustria.at)) als D1 Übungsleiter:innen listen zu lassen. Personen die beim ÖRV als solche ausgebildet sind, sind auch befähigt, klimaaktiv mobil Radfahrkurse an Volksschulen abzuhalten.

Personen mit vergleichbarer Qualifikation können bei klimaaktiv mobil um Anerkennung der Ausbildung für die Durchführung der klimaaktiv mobil Radfahrkurse ansuchen.

Informationen zu aktuellen Ausbildungen:

[klimaaktiv.at/mobilitaet/Akademie/radfahrlehrende-als-job.html](http://klimaaktiv.at/mobilitaet/Akademie/radfahrlehrende-als-job.html)



**Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität,  
Innovation und Technologie**

Abteilung II/6, Aktive Mobilität und Mobilitätsmanagement

[bmk.gv.at](http://bmk.gv.at)