

## Kinder lernen Radfahren in wenigen Minuten

von bb - Mittwoch, 6. April 2022

[https://www.pd-f.de/2020/09/24/kinder-lernen-radfahren-in-wenigen-minuten\\_15212](https://www.pd-f.de/2020/09/24/kinder-lernen-radfahren-in-wenigen-minuten_15212)



Kinder haben Spaß an der Bewegung und wollen den natürlichen Drang auch ausleben. Um dies zu unterstützen, bietet sich das Fahrrad als wunderbares Verkehrsmittel an. Kinder sollten deshalb bereits in jungen Jahren mit dem Radfahren beginnen. Wie das in nur wenigen Minuten funktioniert und warum das Radfahrenlernen bereits vor dem Radfahren beginnt, erklärt der pressedienst-fahrrad.

Kinder sollen Radfahren nicht mit Druck lernen, sondern spielerisch und mit Spaß. „Deshalb beginnt das Radfahren bereits vor dem Radfahren“, sagt Karsten Geisler, Marketingleiter beim Kinderfahrzeugspezialisten [Puky](#). „Und dafür bietet der Markt ausgereifte Produkte.“ Mit altersgerechten Fahrzeugen können Kinder bereits ab einem Jahr zum Radfahren angeleitet werden. Das wohl bekannteste Beispiel ist das Laufrad, wie es seit dem Jahrtausendbeginn eine wachsende Verbreitung findet. Dadurch lernen Kinder ab etwa zwei Jahren frühzeitig, zu balancieren und das Gleichgewicht zu halten, aber auch die Füße hoch zu nehmen – alles wichtige Voraussetzungen für den einfachen Umstieg auf das Fahrrad. „Das Laufrad ist eine ideale Vorstufe, aber nicht die einzige“, erklärt Geisler.

Zur Förderung der Motorik ist das Alter zwischen zehn und 24 Monaten enorm wichtig. Mit Rutschfahrzeugen, wie sie Kinder bereits ab einem Jahr nutzen können, lernen sie frühzeitig das Lenken und den bewussten Richtungswechsel. Auch Dreiräder sind willkommene Trainingspartner, um einen einfachen und spielerischen Erstkontakt zum Pedalieren zu bekommen. „Beim

Radfahren müssen die Fähigkeiten nur noch kombiniert werden. Wir beobachten mittlerweile, dass Kinder binnen Minuten Radfahren lernen, wenn sie im Vorfeld spielerisch an das Thema herangeführt wurden“, ist Geisler überzeugt. Stützräder, wie sie vermutlich noch viele junge Eltern aus eigener Erfahrung kennen, sind mittlerweile nicht mehr gefragt. „Dadurch wird dem Kind eine Sicherheit vorgegaukelt und die bereits erlernten Fähigkeiten werden wieder verlernt“, weiß Svenja Kohnke, verantwortlich für die Kindermarke [Early Rider](#) beim Online-Händler Bike Components. Der englischen Hersteller bietet beispielsweise Kinderräder ab einer Radgröße von 14 Zoll an, damit der Umstieg für Kinder ab ca. drei Jahr schnell und problemlos abläuft. Somit können Kinder ab ca. drei Jahren bereits den Umstieg aufs Fahrrad wagen. [Puky](#) bietet sogar Räder mit zwölf Zoll großen Reifen an.

### Stürze gehören dazu

Trotz aller Erfahrung gilt natürlich für Kinder in erster Linie: üben, üben, üben! „Erst so erlernen die Kinder die notwendige Sicherheit“, bekräftigt Kohnke. Und selbst, wenn es wehtun sollte: Ein Sturz gehört immer dazu. „Obwohl Kinder eine geringere Fallhöhe haben und auch leichter sind, können Stürze trotzdem schwerwiegende Folgen haben. Daher raten wir dringend dazu, dass die Kids ab der ersten Fahrt einen [Helm](#) tragen und dieser auch richtig eingestellt ist“, sagt Torsten Mendel vom Sicherheitsexperten [Abus](#). Auch bei der Wahl des ersten Kinderrades sollten Eltern auf eine sichere Ausstattung Wert legen. Dazu zählen beispielsweise dick gepolsterte Lenkerenden, abgerundete Kanten und ein Kettenschutz, damit sich die Kinder die Finger oder die Hosenbeine nicht einklemmen. Early Rider verbaut bei seinen Einstiegsrädern ab 14 Zoll sogar einen Riemenantrieb, damit sich kein Hosenbein in der Kette verfangen kann. Ebenfalls wichtig: ein aufrechter Sitz. Er erleichtert das Beobachten der Umwelt, weil für kleine Kinder ein komplett seitliches Drehen des Kopfes unmöglich ist und auch Seh- und Hörvermögen noch nicht vollständig ausgeprägt sind.

### Eltern als Vorbilder im Straßenverkehr

Selbst einfache Verkehrssituationen können für Kinder deshalb schnell brenzlich werden, weil sie z. B. bis in ein Alter von etwa fünf Jahren noch gar nicht wahrnehmen können, ob ein Auto fährt oder steht. „Nur weil das Kind sicher mit dem Rad fahren kann, heißt das noch lange nicht, dass es auch sicher im Straßenverkehr vorankommt“, sagt Karen Rike Greiderer, Beraterin für Mobilitätssozialisierung von Kindern. Kinder würden bis ins Alter von etwa acht Jahren sogar davon ausgehen, dass sie von allem, was sie sehen, ebenfalls gesehen werden. Das ist beispielsweise beim toten Winkel von Lkws ein großes Problem oder auch beim Überqueren der Straße. „Kinder können alle Regeln lernen, aber sie können viel davon oft nicht begreifen. Wir als Eltern können uns das gar nicht vorstellen“, so Greiderer. Deshalb gilt auch hier: Das Kind sollte spielerisch an erste Verkehrsregeln herangeführt werden und zwar in einer Umgebung, die Fehler erlaubt. Eltern sind dabei ein zentraler Lernpunkt. Fahren die Erwachsenen selbst viele Strecken mit dem Rad und das Kind ist beispielsweise im Anhänger oder Kindersitz dabei, übernehmen sie bereits eine wichtige Vorbildfunktion. „Kinder orientieren sich als Beifahrer, wie sich die Eltern im Straßenverkehr verhalten. Zusätzliches Kommentieren und Erklären, warum etwa an einer Ampel angehalten wird, hilft dem Nachwuchs, erste Verkehrsregeln einfach zu erlernen“, weiß Caroline Lang vom Anhängerspezialisten [Croozer](#).

Thomas Geisler | [pressedienst-fahrrad](#)

[Express-Bildauswahl \(7 Bilder\)](#)

[Erweiterte Bildauswahl zum Thema \(34 Bilder\)](#)

Passende Themen beim pdf:

„Wir sind viele und wir wollen Veränderung“

Zehn Schritte, den Kinderanhänger flott zu machen

Kinderräder für jede Altersklasse

Fahrradschule für Kinder und Eltern

Kinderräder: Zwischen Alltag und Sportgerät

Früh schützt sich ... Helme für Kleinkinder

### Passendes Bildmaterial

