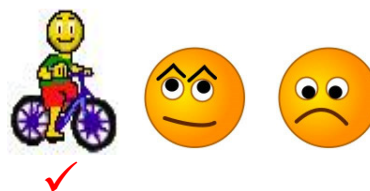


## Checkliste „motorisch sicher Radfahren“



Der Beobachtungsbogen dient der individuellen Beurteilung des motorischen Entwicklungsstandes und zeigt mögliche Übungen auf, die Sie mit dem Kind trainieren können, um es motorisch für den Straßenverkehr sicher zu machen.

Übungen zur  
Überprüfung der Fahrtauglichkeit



Aufsteigen und Anfahren <i>Von beiden Seiten auf das Fahrrad aufsteigen.</i>			
Spur halten <i>Einzelfahren und Fahren hintereinander mit beiden Händen am Lenker. Dabei Abstand halten und bremsbereit fahren.</i>			
Spur halten <i>Einzelfahren mit nur einer Hand am Lenker, beide Hände im Wechsel nutzen. (linke Hand am Lenker, nach rechts umsehen; rechte Hand am Lenker, nach links umsehen)</i>			
Blick zurück über die linke Schulter <i>In einer geraden Linie vorfahren und auf Zuruf über die linke Schulter zurückblicken. Gleichzeitig rufen, wie viele Finger gesehen wurden.</i>			
Tempowechsel <i>Innerhalb einer Spur so langsam wie möglich fahren, ohne die Spur zu verlassen oder mit den Füßen den Boden zu berühren.</i>			
Slalom fahren <i>Im Slalom kleine Hindernisse umfahren, ohne den Boden mit den Füßen zu berühren.</i>			
Bremsen (mit allen Bremsen) <i>Fahrrad mit dem Vorderrad punktgenau auf einer Linie am Boden zum Stehen bringen.</i>			