

## „Übung macht den Meister!“

Regelmäßiges Üben hilft Ihrem Enkel/Ihrer Enkelin, Regeln und Verhaltensweisen zu verinnerlichen.

Bewegung macht Kindern Spaß und sie gleichzeitig fit für den Straßenverkehr.

Den Gleichgewichtssinn, die Wahrnehmung und das Reaktionsvermögen kann man schon von klein auf an spielerisch trainieren.

In diesem Heft haben wir Ihnen einige ausgewählte Übungstipps zusammengestellt, die Sie vielleicht noch aus Ihrer eigenen Kindheit kennen.

**Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Ausprobieren und Üben!**



### Ihr Kontakt zu uns

Landeskriminalamt  
Mecklenburg-Vorpommern  
Retgendorfer Straße 9  
19067 Rampe

Telefon: 03866 / 64 - 6130  
Telefax: 03866 / 64 - 61 02  
E-Mail: [praevention@lka-mv.de](mailto:praevention@lka-mv.de)

## Unterwegs mit Oma und Opa

Übungstipps? Na klar!



SICHERHEIT   
IM STRASSENVERKEHR 



©AdobeStock

# Übungstipps nach Alter

## Achtung! Jedes Kind ist einzigartig!

Die nachfolgenden Hinweise/Übungsbeispiele sind nur Richtwerte! Jedes Kind ist besonders und hat unterschiedliche Fähigkeiten und Fertigkeiten. Muten Sie Ihrem Enkelkind nur das zu, wozu es seinem Alter und Entwicklungsstand entsprechend in der Lage ist. Vermeiden Sie Überforderung.

Hier nur ein paar Beispiele:

- > Unter zehn Jahren können Kinder beispielsweise Entfernungen und Geschwindigkeiten noch nicht sicher abschätzen.
- > Richtungshören, das Wahrnehmen mehrerer gleichzeitiger Vorgänge und die Rechts-Links-Unterscheidung sind unsicher.
- > Drohende Geräusche münden auch in diesem Alter noch häufig in gefährlichen Fluchtreaktionen.

# Übungen für und mit Kindergartenkindern

## 3 bis 4-Jährige

Das Kind kann sich erste Verkehrsregeln merken:

- > Bei Rot stehen bleiben
- > Nach links und rechts schauen
- > An der Bordsteinkante warten

## 5 bis 6-Jährige

Bekannte Wege, wie etwa zum Bäcker an der Ecke, kennt Ihr Enkelkind schon.

**Übung 1:** Machen Sie Probeläufe - das Kind geht vor Ihnen und Sie schauen, ob es alles richtigmacht.



©AdobeStock

**Übung:** Bitten Sie Ihre Enkelin oder Ihren Enkel, Ihnen bei Spaziergängen das Verhalten zu erklären. Das festigt das Wissen schneller.

**Übung 2:** Zählen Sie gemeinsam die Schritte, wenn Sie im Verkehrsgarten gerade über die Straße gehen. Und dann, wenn Sie schräg über die Straße gehen.

# Übungen für und mit Schulkindern



©AdobeStock

## 9 bis 10-Jährige

War das Fahrrad bislang eher für Ihren Enkel ein Spielgerät, kann es jetzt zum Verkehrsmittel werden.

### Übung:

Auf gemeinsamen Radtouren können Ihre Enkel zeigen was sie können. Nutzen Sie neben den gepflasterten/geteerten Wegen

auch mal unebene Strecken, um die Geschicklichkeit zu stärken.

## 11 bis 12-Jährige

Stadtkinder können jetzt öffentliche Verkehrsmittel benutzen.

### Übung:

Nehmen Sie sich einen Stadtplan und üben Sie mit Ihren Enkeln darauf, ein Ziel zu erreichen. Das schult nicht nur den

Orientierungssinn sondern hilft auch, falls der Akku vom Smartphone mal versagt.

# Übungen für alle Altersgruppen

## Übungen-Geschicklichkeit:

- › Kästchenhüpfen auf dem gepflasterten Gehweg oder in mit Kreide markierten Feldern dient der Koordination.
- › Blinder Maulwurf: eine Strecke, Treppe, ein Hindernis mit verbundenen Augen überwinden (bitte nur mit Absicherung!).

## Übung-Wahrnehmung (Sehen):

- › „Ich sehe was, was Du nicht siehst“

## Übung-Wahrnehmung (Hören):

- › „Topf schlagen“ (Lassen Sie Ihren Enkel/Ihre Enkelin dabei auch die anderen „erklopfen“ Gegenstände erraten)
- › Mit verbundenen Augen Geräusche raten lassen (Instrumente, laufender Wasserhahn, Türknarren, Autos)

## Übung-Reaktion:

- › Auf ein Signal hin rennen und stehen bleiben