

Roller und Laufrad? Eins reicht aus

MOBILITÄT Erst mit sechs Jahren kann ein Kind ein Fahrrad sicher beherrschen

Ob mit Auto, Rad, Flugzeug oder Zug: Die Menschen sind viel und ständig unterwegs. In unserer Herbstserie „Mobilität“ berichten wir über alle Facetten rund um dieses Thema.

VON GUDRUN SKUPIO

Reichensachsen – Bobbycar, Dreirad, Laufrad, Roller, Fahrrad – das Angebot rund um die Mobilität von Kindern wächst stetig. Doch braucht mein Kind tatsächlich die gesamte Palette? Wir geben einen Überblick:

Beim Kauf eines Fahrzeugs hat die Qualität oberste Priorität. Statt auf Billigprodukte aus China, sollte man auf Markenprodukte zurückgreifen – insbesondere, wenn das Kind noch sehr jung ist. „Da kann man davon ausgehen, dass TÜV- und Sicherheitsiegel gegeben sind“, sagt Katharina Menne-Vogler, Ergotherapeutin aus Wehretal-Rei-



Katharina Menne-Vogler
Ergotherapeutin

chensachsen. Außerdem sollte das Fahrzeug altersgerecht sein, den individuellen Fähigkeiten des Kindes entsprechen, die Funktionalität erfüllen, und dem Kind nicht zuletzt auch Spaß bereiten. ■ Mit einer **Schaukelrutschwippe** oder einem **Pezzi-Hüpfpferd** können das Sitzen, die Aufrichtung des Oberkörpers und das Gleichgewicht ab dem neunten Lebensmonat gefördert werden. „Um Körperdeformationen oder Schädigungen zu vermeiden, ist es von elementarer Wichtigkeit, zu beachten, dass der Knochen- und Muskelapparat eine entsprechende Stabilität und altersgemäße Reifung aufweist“, sagt Menne-Vogler.

■ Hat das Kind zwischen dem 12. und 14. Lebensmonat den festen Stand erreicht, gibt es den **Lauffernwagen**. „Das kann ein Puppenwagen oder ein Schiebefahrzeug sein.“ So kann das Kind Spielzeug transportieren und die Umge-

bung um sich herum entdecken. Dabei wird die Aufrichtung gegen die Schwerkraft geübt und zudem werden die Rotationsbewegungen der Hüften und des Beckens geschult. Parallel werden die ersten visuomotorischen Eindrücke (Koordination von visueller Wahrnehmung und Bewegung) gesammelt. Das Kind lernt beispielsweise, wann es seinen Körper bremsen muss.

■ Zwischen dem 12. und 15. Lebensmonat kann das Kind erste Erfahrungen mit dem **Bobby-Car** sammeln. Es fördert die Koordination von Ober- und Unterkörper: Das Kind lernt, durch das Festhalten am Lenkrad seine Kraft einzuschätzen und zu steuern, sowie das Fahrzeug visuomotorisch zu lenken. Zeitgleich versucht es, durch das Strecken und Heranziehen der Beine und durch das Abstoßen der Füße vorwärtszukommen. **Dreirädrige Rutschfahrzeuge**, bei denen das Kind höher sitzt, haben dieselben motorischen Anforderungen, sind aber weniger effektiv, da das Kind aufgrund der höheren Position weniger Schwung holen muss.

■ Das klassische **Dreirad** kommt ab dem zweiten Lebensjahr zum Einsatz. Drei Räder vermitteln Sicherheit und Stabilität. Die Kombination aus kräftigem Treten, der Aufrichtung im Sitzen, dem Lenken, erstem Vorwärtsfahren und dem Balancieren stellt eine hohe Koordinationsleistung dar und setzt einige motorische Fähigkeiten voraus. **Trettrecker** und **Kettcar** besitzen dieselben Anforderungen und werden von Jungen meist bevorzugt. Mit **Anhängern** entdecken Kinder nicht nur das Transportieren, sondern schulen zusätzlich die Drehung des Oberkörpers entgegen dem Unterkörper. Wenn sich diese Drehbewegung früh im Nervensystem automatisiert, fällt später das Lesen und Schreiben von rechts nach links einfacher.

■ Der **Roller** erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Ein gutes Einstiegsalter liegt im dritten Lebensjahr. Ein Roller ist eine sinnvolle Anschaffung, denn er fördert die Motorik des Kindes, das Erlernen des Gleichgewichtssinns und die Koordination von Bewegungsabläufen. Zudem spielen Spaßfaktor und Selbstständigkeit eine große Rolle. Der Roller hat dieselben Anforderungen wie das **Laufrad**, das größentechnisch schon ab dem zweiten Lebensjahr gefahren werden kann. Hierbei ist eine hohe Leistung der Gleichgewichtsregulation und -anpassung und der Körperkoordination gefragt. Der Umgang mit Laufrad oder



Da sie beide dieselben Anforderungen an das Kind haben, reicht es, seinem Kind entweder einen Roller oder ein Laufrad zu kaufen.

FOTO: GUDRUN SKUPIO

Roller – es reicht, eins der Fahrzeuge zu kaufen – kann ein gutes Grundgerüst für das Erlernen des Fahrradfahrens sein.

■ Fährt das Kind sicher und gewandt Roller und/oder Laufrad und interessiert sich

dafür, kann auf das **Fahrrad** umgestiegen werden. Mit sechs Jahren ist das Kind in der Lage, es motorisch sicher zu beherrschen: Gleichgewicht halten, auf- und absteigen, abbiegen, bremsen, lenken, Kurven fahren. Im Vor-

schulalter sind diese kognitiv-motorischen Fähigkeiten noch ungenügend ausgeprägt. „Deshalb sollten Eltern ihr Kind nicht zu früh aufs Fahrrad lassen – frühestens mit dreieinhalb Jahren.“

FOTO: ERGOTHERAPIE MENNE-VOGLER

Fachleute tagen zu Regenerativer Landwirtschaft

Witzenhausen – Um die wissenschaftliche Erforschung der Regenerativen Landwirtschaft voranzutreiben, brachte das heimische Startup-Unternehmen „Triebwerk“ kürzlich Fachleute aus Forschung, Lehre und Praxis in den Räumen der Universität in Witzenhausen zusammen.

Sie gilt als Weiterentwicklung des Ökolandbaus und setzt stark auf eine Regeneration von Mutterboden, Artenvielfalt sowie sinnvolle Wassernutzung. Regenerative Landwirtschaft sei ein vielversprechendes Konzept, um dem Klimawandel entgegenzuwirken, und nachhaltiger Lebensmittel anzubauen, heißt es in einer Mitteilung.

Beim Treffen stellte Janos Wack (Triebwerk) die globale Bewegung der Regenerativen Landwirtschaft vor. Viele landwirtschaftliche Betriebe sowie Firmen, die ihre CO₂-Emissionen ausgleichen wollen, hätten Interesse. „Dies liegt an dem großen Kohlenstoffspeicherungspotenzial der landwirtschaftlichen Böden“, erläuterte Berater und Autor Dietmar Näser. Methoden wie die Agroforstwirtschaft und die dauerhafte Begrünung von Ackerflächen böten viele Chance – hier gebe es noch viel Forschungsbedarf.

Neben Fachleuten der Ökologischen Agrarwissenschaften aus Witzenhausen berieten Vertreter der Justus-Liebig-Universität Gießen und der Hochschule Geisenheim, wie man Regenerative Landwirtschaft besser in Forschung und Lehre verankern könne. Das Interesse der Studierenden sei groß, so Wack. Bei einem Forschungsprojekt soll weiter eng kooperiert werden. Man hoffe, dass die drei hessischen Hochschulen bei dem Thema eine Vorreiterrolle einnehmen. fst

Erklärfilm zum Projekt „Holzige Biomasse“ erstellt

Werra-Meißner – Als Förderprojekt des Hessischen Umweltministeriums startet das Modellvorhaben „Holzige Biomasse“ mit einer Herbstkampagne. Wie kürzlich berichtet, wird auf zunächst acht Plätzen im Werra-Meißner am 31. Oktober und 7. November, jeweils von 9 bis 13 Uhr kostenfrei Baum- und Strauchschnitt angenommen.

Ein Erklärfilm, der vom Medienwerk Eschwege produziert wurde, vermittelt jetzt das gesamte Projekt in wenigen Minuten. Der Film ist auf Youtube, der Internetseite des Abfallzweckverbands und der Homepage des Werra-Meißner-Kreises zu sehen. Unter dem Link [klimaschutznetz-wmk.de/holzige-biomasse](https://www.klimaschutznetz-wmk.de/holzige-biomasse) kann er gestartet werden, teilt Umwelt-

beraterin, Gabriele Maxisch mit. In der Aktion ist auch ein Gewinnspiel enthalten. Die Herbstaktion findet statt in Berkatal, Herleshausen, Meißner, Neu-Eichenberg, Ringgau, Wanfried, Wehretal und Weissenborn. Auf der Kompostanlage in Witzenhausen kann ebenfalls Baum- und Strauchschnitt kostenfrei abgegeben werden. elv

Weitere Informationen: Gabriele Maxisch, Tel. 0 56 51/3 02 47 51, E-Mail gabriele.maxisch@werra-meissner-kreis.de. gsk



Hilfsmittel für Eltern sind oft kontraproduktiv für die Kindsentwicklung

Die körperliche Betätigung an der frischen Luft fördert laut Ergotherapeutin Katharina Menne-Vogler nicht nur die Hirnreifung, sondern auch Kondition, Ausdauer und körperliche Gesundheit. Allerdings sind viele Hilfsmittel für Eltern dabei kontraproduktiv: Durch die Nutzung von **Mitfahrboards** wird das Kind nicht gefordert. Zudem besteht auch die Gefahr, dass es durch die Vibration müde wird und einschläft. „Ein Kind muss auch mal über seine Grenzen hinaus gehen und

weiterlaufen“, sagt Menne-Vogler. Auch die **Schiebe- oder Schubstange** für Bobby-Car und Dreirad dienen zwar der Entlastung der Eltern, sind jedoch nicht sinnvoll für die Entwicklung des Kindes. „Nur durch eigenständige, wiederholte und integrierte Handlungs- und Bewegungsabläufe besteht die Option einer neuromuskulären Vernetzung bis hin zur Automatisierung.“ Dies zeige sich dann darin, dass das Kind mit Freude ohne Unterstützung zügig auf seinem

Fahrzeug unterwegs sei. Das Gleiche gelte für **Stützräder** am Fahrrad. „Das Kind erlebt ein völlig falsches Fahr- und Gleichgewichtsgefühl.“ Sobald sich ein Kind auf so etwas verlasse, verliere es das eigene Körpergefühl. Der Übergang zum Fahrradfahren ohne Stützräder falle dann besonders schwer. Bei Schlaglöchern oder an der Bordsteinkante stellten Stützräder zudem eine erhebliche Sturzgefahr dar. Auch **Fahrräder zum Anhängen**, solche mit **elektrischer Motor-Unter-**

stützung und **Elektroautos** seien für Kinder nicht geeignet. Generell warnt die Expertin vor Reizüberflutung und deren Folgen, wie Hyperaktivität. Grundsätzlich sollte das Kind aus seinen eigenen Fähigkeiten heraus, mit Motivation und Freude das jeweilige Fahrzeug erlernen wollen und nicht, um „etwas zu ehrgeizigen“ Eltern zu gefallen. Sonst könnten sich unter anderem Ängste und Unsicherheiten entwickeln“, warnt Menne-Vogler. gsk