Schulanfang

Ergonomie und Sicherheit zählen

Mit dem bevorstehenden Schulstart steht für viele Eltern in den Sommerferien eine große Anschaffung an: Der passende Schulranzen. Neben Farbe und Motiv sollten Eltern insbesondere auf Ergonomie und Sicherheit des Produkts achten.

In Anbetracht steigender Preise kann der Kauf eines neuen Schulranzens für Familien teuer werden. Umso entscheidender ist es, beim Kauf des Ranzens auf eine hohe Qualität zu setzen, damit er möglichst lange erhalten bleibt. Eltern wird zudem empfohlen, auf bestimmte Prüfzeichen zu achten. „Eltern sollten beim Schulranzenkauf auf die Einhaltung der DIN-Norm 58124 und das GS-Zeichen achten. Sie garantieren, dass der Ranzen alle normativen Anforderungen in puncto Sicherheit inklusive Schadstoffbelastung erfüllt“, erklärt Maximilian Leugner, Laborleiter Mechanik beim TÜV Rheinland. Die Prüfsiegel garantieren darüber hinaus eine sichere Verarbeitung des Materials, eine ergonomische Anpassung an Kinderrücken sowie eine hohe Belastbarkeit des Schulranzens.

Schwere Last

Kinderschultern tragen oftmals schwere Lasten. Um gesundheitlichen Schäden vorzubeugen ist es entscheidend, auf eine ergonomische Anpassung des Schulranzens zu achten. „Die Schultergurte sollten mindestens 30 Millimeter breit, 50 Zentimeter lang, leicht verstellbar und weich gepolstert sein, um Druckstellen zu vermeiden. Zudem ist es wichtig, dass der Ranzen an beiden Schulterblättern anliegt und die Oberkante mit der Schulterhöhe abschließt“, so der Profi. Auch ein Beckengurt hilft: „Das Gewicht, das auf der Hüfte liegt, muss der Rücken nicht tragen.“ Darüber hinaus sollte der Rückenbereich des Ranzens gepolstert sein mit Aussparungen an den entsprechenden Stellen und innen eine stabile Rückwand haben. Außerdem sollten schwere Bücher möglichst nah am Rücken verstaut werden, idealerweise in extra dafür vorgesehenen Fächern. So sitzt der Ranzen fest am Rücken und fühlt sich leichter an.



Beim Schulranzenkauf sollten Eltern auf guten Sitz, Sichtbarkeit und Prüfzeichen achten. Werkfoto: TÜV Rheinland

Für einen sicheren Schulweg der ABC-Schützen sollten Schultergurte mit reflektierenden Materialien versehen sein. Das retroreflektierende Material muss mindestens zehn Prozent der Flächen vorne und an den Seiten ausmachen. Retroflektierende Materialien erhöhen die Sichtbarkeit der Schulanfängerinnen und Schulanfänger im Straßenverkehr und senken das Sicherheitsrisiko somit ganz erheblich. „Eine retroflektierende Beschichtung strahlt zurück, wenn sie angeleuchtet wird. Weitere 20 Prozent der Ranzenfläche sollten fluoreszierende Materialien aufweisen. Diese speichern Licht und geben es langsam wieder ab“, schließt der Fachmann aus Köln.

Im Linienbus

Zwölf Meter, 18 Tonnen - ein Linienbus ist groß und schwer. Umso wichtiger, dass Kinder wissen, wie sich zum Beispiel an der Haltestelle verhalten sollten, damit nichts passieren kann. Genügend Abstand zum Bordstein ist dabei besonders wichtig, weil der Bus beim Einfahren in die Haltestelle ausschwenkt. Das abstrakt erklärt zu bekommen, ist die eine Sache. Wer aber einmal live erlebt hat, wieviel Platz der Bus beim Anfahren der Haltestelle tatsächlich braucht oder wie er eine vermeintlich harte Kartoffel unterm Rad zerquetscht, wird sich eher merken, wie wichtig es ist, nicht an der falschen Stelle zu stehen. Dasselbe gilt im Bus: Wenn beim Bremsmanöver der Schulranzen oder der Dummy durch den Gang fliegt, ist allen klar, warum Festhalten ein Muss ist - und das nicht nur auf Stehplätzen. „Erlebtes prägt sich viel besser ein als nur Gehörtes, das wissen wir alle“, sagt Stefanie Ritter, Unfallforscherin bei der Dekra. „Genau darauf ist auch ein gutes Schulbustraining ausgelegt.“

Gutes Sehen wichtig für schulischen Erfolg



Kurzsichtigkeit beginnt sehr häufig in der Schulzeit und nimmt dann zu. Werkfoto: iStockphoto.com/Imgorthand/KGS

Mit dem Schulstart beginnt für Kinder ein aufregender neuer Lebensabschnitt. Neben der Wahl der Schule und der Vorbereitung auf den Schulalltag ist es wichtig, dass die Kinder gut sehen. Schließlich werden 90 Prozent der Informationen über die Augen aufgenommen.

„Mit der Einschulung startet eine Phase, in der gutes Sehen entscheidend für den schulischen Erfolg ist“, betont Dr. Michaela Friedrich, Dozentin an der Ernst-Abbe-Hochschule Jena. Schlecht sehenden Kindern fällt es schwer, dem Unterricht zu folgen. Sie ermüden schneller. Leistungsabfall und Motivationsverlust sind die Folge.

Kurzsichtigkeit beginnt häufig in der Schulzeit und nimmt dann zu. Am Ende der Grundschulzeit sind in Deutschland 15 Prozent der Kinder betroffen - bis zum 25. Lebensjahr 45 Prozent. „Eine frühzeitige und regelmäßige Untersuchung der Sehkraft ist von großer Bedeutung, um eventuelle Sehprobleme rechtzeitig zu erkennen und Sehstörungen entsprechend zu versorgen“, erklärt Dr. Friedrich. Trotz Empfehlung bleibt die Hälfte der Kinder ohne Sehtest.

Nützliches für den Start



Was wäre der erste Schultag ohne Schultüte: Stolz posieren die i-Dötzchen mit ihren bunten Tüten für Fotos, aufgeregte Vorfreude richtet sich auf den Inhalt. Vor allem Süßigkeiten und kleine Geschenke sind zur Einschulung üblich. „Eine Kombination aus nützlichen und langlebigen Sachen und etwas Süßem ist eine gute Wahl“, rät Umweltexpertin Kerstin Effers von der Verbraucherzentrale NRW. Zum Malen und Schreibenlernen braucht es Stifte und Farben. In Bleistiften oder Holzbuntstiften mit Lacküberzug können sich jedoch bedenkliche Stoffe wie Weichmacher verstecken, die beim Kauen oder Lutschen an den Stiftenden vom Kind aufgenommen werden. Alternativen sind unlackierte Holzstifte. Wasserfarben, Filz- und Buntstifte sowie Knete sollten ein CE-Zeichen tragen und am besten zusätzlich einen Hinweis, dass sie den europäischen Spielzeugnormen („DIN EN 71“) entsprechen. Werkfoto: VZ NRW

Überqueren der Fahrbahn besser gut üben

Einschulung: Zum neuen Lebensabschnitt gehört für die Anfänger die Herausforderung, den Straßenverkehr selbstständig zu meistern. Damit die Kleinen sicher ankommen, empfiehlt der ADAC, den künftigen Schulweg rechtzeitig vor dem Schulstart zu üben.

Die meisten Unfälle passieren beim Überqueren der Fahrbahn. Grundschülern fehlt aufgrund ihrer geringeren Körpergröße häufig der nötige Überblick, zudem werden sie von anderen Verkehrsteilnehmern zwischen parkenden Autos oder Sichthindernissen wie beispielsweise Mülltonnen und Glascontainern leicht übersehen.

Damit die Kinder auf ihrem Schulweg möglichst sicher und selbstständig unterwegs sind, empfiehlt der ADAC, den Schulweg früh gemeinsam zu üben. So können sich die Kinder in Ruhe an die neue Herausforderung herantasten. Dabei gilt es zu beachten: Schulanfänger sind immer auch Verkehrsanfänger. Erstklässler haben bisher wenig Erfahrung im Straßenverkehr gemacht. Sie sind meist spontan und schnell ablenkbar.



Das richtige Verhalten an Straßenübergängen sollte mit Kindern geübt werden. Werkfoto: ADAC Hessen-Thüringen/Steve Bauerschmidt

Herstellernachweise: **Ergonomie:** TÜV Rheinland AG, Am Grauen Stein, 51105 Köln, Tel.: 0221/806-0; **Gutes:** Kuratorium Gutes Sehen e.V. (KGS), Werderscher Markt 15, 10117 Berlin, Tel.: 030/414021-22; **Überqueren:** ADAC Hessen-Thüringen e.V., Lyoner Str. 22, 60521 Frankfurt am Main, Tel: 069/66078500; **Im:** DEKRA e.V., Handwerkstr. 15, 70565 Stuttgart, Tel.: 0711/7861-0; **Nützliches:** Verbraucherzentrale NRW, Mintropstr. 27, 40215 Düsseldorf, Tel.: 0211/91380-1101; Redaktionelle Bearbeitung: AST