



DVR|UK|BG
JUGENDAKTION
2023/24

KOPFRAUSCH

BEEINTRÄCHTIGUNGEN

AUF SCHULWEGEN

DURCH MÜDIGKEIT, MOBBING,

ALKOHOL & DROGEN

Leitfaden für den Unterricht



INHALT

Interview mit Olivera Scheibner – Projektleiterin der Jugendaktionen des DVR – zur neuen Jugendaktion KOPFRAUSCH. **ab Seite 4**

Ina und Jan, die Protagonisten der neuen Jugendaktion KOPFRAUSCH, stellen sich vor. **ab Seite 6**

STORY 1:
Ina hat verschlafen. Schafft sie es noch rechtzeitig zur Matheklausur? **ab Seite 8**

Müdigkeit – und wie sie uns im Straßenverkehr gefährden kann. Verändertes Verhalten. Reaktionsgeschwindigkeit. Mögliche Auswirkungen. Bedeutung des Helms. Dooring. **ab Seite 12**

STORY 2:
Jan raucht einen Joint. Es dreht ihm im Kopf. **ab Seite 16**

Drogen und Straßenverkehr. Passt das? Drogen allgemein. Wirkung und Auswirkung. **ab Seite 20**

STORY 3:
Ina ist todunglücklich. Plötzlich wird auf allen Kanälen über sie hergezogen. **ab Seite 22**

Arten und Anzeichen von Mobbing. Was ist Mobbing? Wie erkennt man Mobbing? **ab Seite 26**

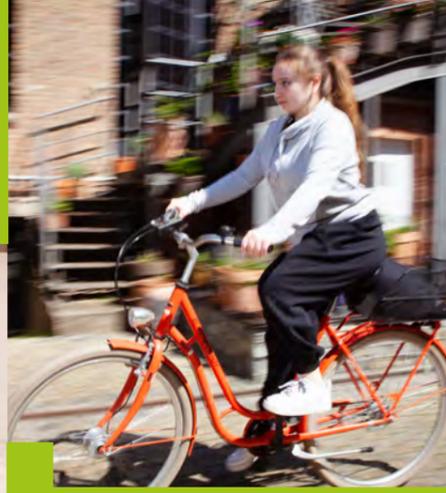
Besonders gefährdet: Zweiradfahrende
Emotionale Ablenkung. Gefahr: Straßenschäden. Höchstleistung fürs Gehirn. **ab Seite 28**

STORY 4:
„So richtig fit bin ich noch nicht“ denkt Jan. **ab Seite 30**

Alkohol im Straßenverkehr
Alkohol allgemein. Unterschätzt: Restalkohol. Auto- und Fahrradfahren mit Alkohol. **ab Seite 34**

WETTBEWERB **ab Seite 38**

Ina hat verschlafen
STORY 1
ab Seite 8



Müdigkeit im
Straßenverkehr
ab Seite 12

Es dreht sich
in Jans Kopf
STORY 2
ab Seite 16



Drogen im
Straßenverkehr
ab Seite 20



Ina wird
gemobbt | **STORY 3**
ab Seite 22



Alkohol und
Straßenverkehr
ab Seite 34



Jan nach der Hausparty
STORY 4
ab Seite 30



Wettbewerb
ab Seite 38



INTERVIEW

MIT OLIVERA SCHEIBNER

PROJEKTLITERIN DER

JUGENDAKTIONEN DES DVR

Redaktion „DVR-Jugendaktionen“:

Hallo Olivera! KOPFRAUSCH ist ein sehr passender Name für die diesjährige Jugendaktion des DVR. Könntest Du uns etwas mehr über die Hintergründe und Ziele der Aktion erzählen?

Olivera Scheibner:

Natürlich! KOPFRAUSCH ist ein Name, der die verschiedenen Beeinträchtigungen durch Müdigkeit, Mobbing, Alkohol und Drogen anspricht, die vor allem im Kopf stattfinden. Wir wollen Jugendliche sensibilisieren und auf die Auswirkungen dieser Einflüsse aufmerksam machen, insbesondere im Straßenverkehr und egal ob zu Fuß, mit dem Moped, dem Auto oder dem Fahrrad unterwegs. Wir möchten verdeutlichen, dass diese Einflüsse unser Denken, unseren Kopf und unser Verhalten beeinträchtigen können. Viele von uns haben sicherlich schon gefährliche Situationen erlebt, die auf solche Einflüsse zurückzuführen waren.

Redaktion „DVR-Jugendaktionen“:

Wie genau werden diese Informationen in der Jugendaktion vermittelt?

Olivera Scheibner:

Primär erhoffen wir uns, dass diese Materialien Lehrerinnen und Lehrer unterstützen, diese Themen im Unterricht zu behandeln. Zusätzlich haben wir verschiedene Kanäle für die direkte Ansprache der Jugendlichen eingerichtet. Dort teilen wir regelmäßig Fotos und Videos von unserem Fotoshooting in Potsdam, bei dem die Inhalte für die Jugendaktion entstanden sind. Wir möchten die Jugendlichen ermutigen, uns ihre Meinung zu den behandelten

Themen mitzuteilen und an einem Dialog teilzunehmen. Denn letztendlich ist es unser Ziel, mit den Jugendlichen in einen verbesserten Austausch zu treten und ihre Anliegen besser zu verstehen.

Redaktion „DVR-Jugendaktionen“:

Welche Bedeutung haben die Kommentare und Meinungen der Jugendlichen für die Aktion?

Olivera Scheibner:

Die Meinungen und Kommentare der Jugendlichen sind uns extrem wichtig. Sie helfen uns dabei, zu erfahren, wie die Themen bei ihnen ankommen und welche Fragen oder Anliegen sie haben. Die Jugendaktion soll sie erreichen und auf ihre Bedürfnisse eingehen. Wir möchten den Dialog mit den Jugendlichen verbessern und uns durch ihre Unterstützung immer weiterentwickeln. Deshalb freuen wir uns sehr auf ihre Kommentare und sind gespannt auf ihre Meinungen zu den behandelten Themen. Und natürlich auch auf die Einsendungen zum Wettbewerb, bei dem man bis zu 500,- Euro gewinnen kann.

Redaktion „DVR-Jugendaktionen“:

Vielen Dank für das Interview, Olivera! Wir wünschen Euch viel Erfolg mit der diesjährigen Jugendaktion KOPFRAUSCH.

Olivera Scheibner:

Danke! Es war mir eine Freude, über unsere Aktion zu sprechen. Wir hoffen, dass wir viele Jugendliche erreichen können und gemeinsam für mehr Sicherheit im Straßenverkehr sorgen.

FOLGT UNS

AUF SOCIAL MEDIA!

Und abonniert unseren Newsletter! Außerdem könnt Ihr Euch alle Aktionsmedien – auch diesen Leitfaden – gratis auf unserer Homepage:

www.dvr-jugendaktionen.de herunterladen.



Dort findet Ihr zusätzliche Infos – auch zu anderen Jugendaktionen des DVR der letzten Jahre.

Mindestens einmal wöchentlich posten wir auf Instagram einen Beitrag. Schaut mal rein und wenn Ihr mögt schickt uns einen Kommentar.

WETTBEWERB: WER MITMACHT

KANN GEWINNEN!

500,- € FÜR DIE

KLASSENKASSE

Schickt uns eine Text- oder Sprachnachricht mit Eurer Idee, wie eine unserer vier Geschichten in diesem Leitfaden enden kann. That's it!

Unter allen relevanten Einsendungen werden die besten ausgewählt. VIEL GLÜCK!





HALLO ZUSAMMEN, WIR SIND INA UND JAN

In diesem Jahr sind WIR – Ina und Jan – mit Euch am Start und stellen Euch die neue Jugendaktion des DVR und der gesetzlichen Unfallversicherung vor..

KOPFRAUSCH heißt sie. Und das hat natürlich seinen Grund. Es geht um Müdigkeit, Mobbing, Alkohol und Drogen und darum, wie sie uns beeinflussen, unseren Kopf „benebeln“ und unsere Gedanken trüben.

Und natürlich vor allem, wie sie uns auf dem Weg zur Schule und von dort aus zurück nach Hause, zu Freunden, zum Sport oder zur Musikschule beeinflussen.

Wir zwei gehen in die 10. Klasse einer Gesamtschule in Berlin Charlottenburg. Und wir können wirklich mitreden. Auf unserer Schule und in unserem Freundeskreis passieren täglich Dinge, die thematisch gut in diese Jugendaktion hineinpassen.

Die wollen wir Euch hier erzählen. Und zwar mithilfe von vier Geschichten, die im wahrsten Sinne des Wortes aus unserem Leben erzählen.

ABER – und das ist neu – sie haben kein Ende. Das ist gleichzeitig die Aufgabe für den diesjährigen Wettbewerb der Jugendaktion: **Erzählt unsere Geschichte zu Ende.** Schickt uns Eure Version davon zu: per Text- oder Sprachnachricht. **Wie immer könnt Ihr dabei auch noch 500,- Euro für Eure Klassenkasse gewinnen.**

Wir sind mega gespannt, was Euch da so einfällt.

APROPOS

Neben den Infos und Geschichten hier im Leitfaden haben wir auf der Website auch noch Videos und weitere Infos für Euch hinterlegt. Klickt Euch doch einfach mal durch, wenn Ihr digital unterwegs seid. Oder wenn Ihr eine gedruckte Ausgabe vor Euch habt, scannt einfach den QR-Code.



INA HAT VERSCHLAFEN.

SCHAFFT SIE ES NOCH RECHTZEITIG

ZUR MATHEKLAUSUR?

STORY 1

Mathe ist Inas absoluter Angstgegner. Seit ihr Lehrer gewechselt hat, schafft sie es einfach nicht mehr auf eine 3 oder gar 2. Dabei büffelt sie für jede Arbeit wie eine Besessene.

Morgen ist die letzte Klausur in diesem Schuljahr. Inas letzte Chance, sich noch zu verbessern. Sie kann nicht schlafen. Zahlen rauschen ihr durch den Kopf. Sie wacht auf. Fühlt sich wie gerädert. Todmüde.

Und dann. Obwohl sie dachte, längst wach zu sein, hat sie verschlafen und ist viel zu spät dran.

Sie springt in ihre Klamotten. Sammelt schnell alle Unterlagen von ihrem Schreibtisch, an dem sie bis 03:00 Uhr gelernt hat, zusammen. Rennt die Treppe hinunter. Schwingt sich auf ihr Fahrrad. Fährt los und merkt erst jetzt...

Sie hat den Helm vergessen.

Zurückfahren? Unmöglich. Dann kommt sie zu spät.

Sie fährt weiter und plötzlich...

WIE GEHT ES

WEITER?

Überlegt es sich Ina noch einmal und dreht doch um?

Fährt sie weiter und hat Glück, nichts passiert und sie kommt gut in der Schule an?

Und wie kommt sie dann nach Hause?

Oder passiert etwas ganz anderes?

Schreibt uns Euren Ausgang der Geschichte!

Und wie Ihr an Inas Stelle gehandelt hättet.



**500 €
für die
Klassenkasse!**



WIE WÜRDEN DIE GESCHICHTE BEI EUCH AUSGEHEN?

WIE GEHT ES

WEITER?

**Schickt eine Sprach- oder
Textnachricht mit
dem Ende dieser Story an
dvr-jugendaktionen.de/wettbewerb**





MÜDIGKEIT. UND WIE SIE

UNS IM STRASSENVERKEHR

GEFÄHRDEN KANN.



APROPOS

Gerade in der dunklen Jahreszeit sind wir oft und früher müde. Warum, das wird auf der Seite des DVR sehr aufschlussreich zusammengefasst. Schaut mal rein:



FÜR DEN UNTERRICHT

Welche Gefahren drohen beim Fahrradfahren, wenn man übermüdet ist? Wie wirkt sich Müdigkeit auf die Konzentrationsfähigkeit und Reaktionszeit aus?

Welche Strategien zur Vermeidung von Müdigkeit im Straßenverkehr könnte es geben? Habt Ihr solche Strategien schon mal angewendet? Wie war der Erfolg?

Diskutiert Eure Erfahrungen mit dem Thema „Müdigkeit“ im Zusammenhang mit Eurem Verhalten im Straßenverkehr.

STATISTISCH GESEHEN

Laut Statistischem Bundesamt starben im Jahr 2021 **26 Personen aufgrund der Unfallursache Müdigkeit im Straßenverkehr, 619 Personen wurden schwer und 1.497 leicht verletzt.**

Nationalen wie internationalen Studien zufolge sind bis zu 25 Prozent aller Getöteten im Straßenverkehr auf Müdigkeitsunfälle zurückzuführen.

24 Prozent der tödlichen und schweren Wege-, Dienstwegeunfälle sowie Arbeitsunfälle im Straßenverkehr sind vorrangig auf Schläfrigkeit – der Neigung des Hirns, vom Wachsein in den Schlafzustand überzugehen wie beim Sekundenschlaf – und weitere 18 Prozent auf Müdigkeit/Unaufmerksamkeit – nämlich das subjektive Gefühl der Erschöpfung bzw. eines chronisch erhöhten Anspannungsniveaus – zurückzuführen.

VERÄNDERTES VERHALTEN

Müdigkeit im Straßenverkehr stellt für alle Verkehrsteilnehmenden eine ernstzunehmende Gefahr dar. Wenn wir uns müde fühlen, lässt unsere Konzentrationsfähigkeit nach und wir neigen dazu, **Geschwindigkeiten sowie Entfernungen falsch einzuschätzen.** Dies kann zu schwerwiegenden Unfällen führen, die oft vermeidbar wären.

Es ist wichtig, dass wir uns bewusst machen, wie gefährlich Müdigkeit am Steuer eines Fahrzeugs sein kann und dass wir unsere eigene Verantwortung für unsere Sicherheit und die Sicherheit anderer Verkehrsteilnehmenden wahrnehmen. Wenn wir uns müde fühlen, sollten wir eine Pause einlegen oder uns von jemand anderem fahren lassen.

Unsere Sicherheit sollte immer an erster Stelle stehen, wenn wir am Straßenverkehr teilnehmen.

REAKTIONSGESCHWINDIGKEIT

Wenn der Körper nicht genug Schlaf bekommen hat, funktioniert das Gehirn nicht so effektiv wie gewöhnlich. **Das bedeutet, dass die Reaktionszeit des Körpers auf Reize aus der Umgebung verlangsamt wird.**

Eine verminderte Reaktionsgeschwindigkeit kann insbesondere im Straßenverkehr sehr gefährlich sein. Wenn man zum Beispiel mit dem Fahrrad unterwegs ist und übermüdet ist, kann man nicht schnell genug auf Verkehrssituationen reagieren, die eine sofortige Reaktion erfordern, wie zum Beispiel beim Fahren auf unebenem Gelände oder bei schlechtem Wetter.

Wenn man übermüdet ist, besteht ein höheres Risiko für Stürze und Verletzungen.

MÖGLICHE AUSWIRKUNGEN

Übermüdung kann dazu führen, dass Fahrradfahrende **Signale nicht richtig wahrnehmen, schwierige Situationen nicht rechtzeitig erkennen oder falsche Entscheidungen treffen.** Wenn man zum Beispiel zu spät bemerkt, dass ein Autofahrer die Vorfahrt missachtet, kann dies zu einem schweren Unfall führen.

Darüber hinaus kann Übermüdung auch dazu führen, dass man das **Gleichgewicht verliert und stürzt.** Dies ist besonders gefährlich, wenn man schnell fährt oder auf unebenem Gelände unterwegs ist.

Um solche Unfälle zu vermeiden, sollten Fahrradfahrende sicherstellen, dass sie ausgeruht sind, bevor sie sich aufs Fahrrad setzen. Wenn man übermüdet ist, sollte man das Fahrradfahren vermeiden oder zumindest vorsichtiger sein und aufmerksamer fahren.



BEDEUTUNG DES HELMS

Beim Radfahren können – gerade wenn man übermüdet und unkonzentriert ist – unvorhergesehene Situationen auftreten, die zu Stürzen führen. Ein Helm verringert das Risiko von Kopfverletzungen erheblich. Laut den wissenschaftlichen Untersuchungen der Deutschen Verkehrswacht tragen Radfahrende mit Helm ein deutlich geringeres Verletzungsrisiko.

Der Helm schützt nicht nur vor Verletzungen, sondern sendet auch eine wichtige Botschaft aus: Sicherheit im Straßenverkehr hat Priorität. Wenn wir unseren Helm tragen, zeigen wir anderen Verkehrsteilnehmenden, dass wir Verantwortung übernehmen und uns selbst schützen wollen.

Der Helm sollte fest sitzen und die Stirn sowie den Hinterkopf schützen. Das Verschließen des Kinnriemens ist ebenfalls entscheidend, um einen sicheren Halt zu gewährleisten.

DOORING

Hier geht es um ein echt gefährliches Phänomen auf den Straßen: Dooring! Klingt vielleicht komisch, aber das ist kein Spaß, sondern wirklich gefährlich. Mehr als jeder bzw. jede dritte Radfahrende hat Angst davor, und das aus gutem Grund!

Stellt Euch vor, Ihr radelt auf Eurem Bike, den Wind in den Haaren, und plötzlich öffnet sich wie aus dem Nichts eine Autotür direkt vor Euch. Genau das ist Dooring. Wenn jemand im Auto sitzt und einfach ohne zu gucken die Tür aufreißt, kracht es richtig heftig.

Was das bedeutet? Ihr fliegt mit voller Wucht gegen die Tür oder, noch schlimmer, Ihr versucht noch auszuweichen und landet mitten auf der Straße vor einem vorbeirauschenden Auto. Das ist kein Spaß, das ist lebensgefährlich!

ABER WIE KÖNNT IHR EUCH SCHÜTZEN?

Ganz einfach, Ihr müsst immer auf der Hut sein und vorausschauend fahren. Schaut immer auf die parkenden Autos und achtet auf Anzeichen, ob jemand aussteigen will. Blinkende Lichter oder Leute im Auto, die unruhig hin und her schauen, sind Alarmzeichen!

Am besten haltet Ihr auch immer genügend Abstand zu den parkenden Autos. Wenn Ihr mit größerem Abstand fahrt, habt Ihr mehr Zeit zu reagieren, wenn eine Tür aufschwingt. Und wenn Ihr merkt, dass eine Tür aufgeht, bremsst lieber ab, anstatt Vollgas hineinzufahren.

Noch wichtiger: Redet drüber! Erzählt Euren Freunden und Eltern von diesem Risiko und macht sie darauf aufmerksam. Wenn jeder Bescheid weiß, kann man gemeinsam aufpassen und vielleicht Unfälle verhindern.

Also: Haltet Ausschau nach diesem „Autotür-Geist“ und seid immer vorsichtig. Nur so können wir gemeinsam sicherer auf den Straßen unterwegs sein. **RIDE ON, ABER RIDE SAFE!**



MÜDIGKEIT.

BESONDERS GEFÄHRDET:

FAHRRADFAHRENDE

APROPOS

Dooring ist ein schlimmes Phänomen, das immer wieder zu verheerenden Unfällen führt.

Auf dieser Seite findet Ihr Videoclips, die das Thema witzig und sehr nachvollziehbar darstellen:



WICHTIGE FAHRRADWEGE

Die in Deutschland gekennzeichneten Fahrradwege sind mega wichtig, damit Ihr sicher und entspannt radeln könnt. Da gibt es zum Beispiel das Schild „**RADWEG**“ (1). Das zeigt Euch an, dass dort ein eigener Straßenteil nur für Radfahrende ist. Da könnt Ihr in die Pedale treten und müsst Euch keine Sorgen machen, dass Euch Autos in die Quere kommen. Aber Achtung! Wenn das Schild vorhanden ist, müsst Ihr den Radweg nutzen, Euch an die Regeln halten und dürft nicht auf der Fahrbahn fahren. Ist zwar manchmal etwas nervig, aber hey, Sicherheit geht vor!

Dann gibt es noch das „**GEMEINSAMER FUSS- UND RADWEG**“ (2)-Schild. Das bedeutet, dass Ihr Euch den Weg mit den Fußgängern teilen müsst. Hier ist Rücksichtnahme angesagt, damit Ihr niemanden umfährt. Also lieber ein bisschen bremsen und entspannt darüber rollen.

Ein wichtiges Schild ist auch das „**GETRENNTER GEH- UND RADWEG**“ (3)-Schild. Hier gibt es eine klare Trennung zwischen zu Fußgehenden, Radlerinnen und Radlern. Ihr könnt auf Eurem eigenen Streifen fahren und die Fußgänger haben ihren eigenen Platz. So gibt es keine Zusammenstöße und alle sind zufrieden. Trotzdem ist hier auch umsichtig fahren gefragt, denn es passiert schnell mal, dass ein zu Fuß gehender ausweichen muss.

Also, merkt Euch die Verkehrszeichen für die Fahrradwege. Sie helfen Euch, sicher unterwegs zu sein und Stress zu vermeiden.

Quellen: <https://www.dvr.de> | <https://deutsche-verkehrswacht.de> | https://www.youtube.com/watch?v=B3zRBb5ETol&list=PL0dR_mdJoT1Fi6gVLcrihi-woZRspYBBF&index=3



STORY 2

Jan hat es geschafft. Die Englischklausur ist zu Ende. Und er hat eigentlich ein ganz gutes Gefühl. Bis gestern um 23:00 Uhr hat er mit seiner Schwester zusammen gebüffelt. Und vielleicht hat es sich ja gelohnt.

Als er um die Schule in Richtung Park zur Bushaltestelle biegt, sieht er Hanna und Tim. Hanna winkt ihm eifrig zu.

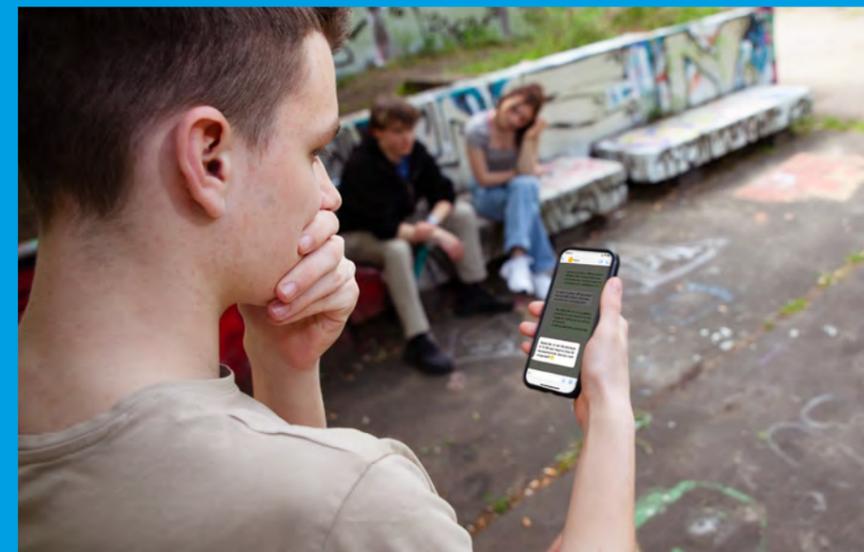
„Hey Jan. Jetzt chill mal. Du hast es doch hinter Dir. Hier zieh mal, damit kommst du so richtig schön runter.“ Sie hält ihm einen Joint hin, der gerade die Runde macht. Jan überlegt kurz, dann nimmt er einen kräftigen Zug und gleich noch einen hinterher. Tim lacht. „Sei vorsichtig, nicht, dass Du umkippst. Bist das schließlich nicht gewöhnt!“ Jan schaut auf sein Handy, auf dem gerade eine Nachricht ankommt. „Wo bleibst Du denn? Warte hier schon seit 15 Minuten vor der Musikschule auf Dich mit Deiner Gitarre.“

Jan: „Mist. Hab total vergessen, dass ich heute ja meine erste Gitarrenstunde habe. Der Bus ist natürlich weg. Ich renne einfach mal los...“

Jan dreht es im Kopf. Er läuft fast gegen einen Laternenmasten und danach über eine rote Ampel...

**JAN DREHT ES IM KOPF.
ER LÄUFT FAST GEGEN EINEN
LATERNENMAST UND DANACH
ÜBER EINE ROTE AMPEL.**

WIE GEHT ES WEITER?



Kommt Jan unbeschadet an der Musikschule an?

Wie verläuft wohl seine erste Gitarrenstunde?

Was könnte eventuell an der Ampel passieren, womit er nicht gerechnet hätte?

Wie könnte die Geschichte sonst noch ausgehen?

Schreibt uns Euren Ausgang der Geschichte!

Hättet Ihr überhaupt an dem Joint gezogen?





**500 €
für die
Klassenkasse!**



WIE WÜRDEN DIE GESCHICHTE BEI EUCH AUSGEHEN?

WIE GEHT ES

WEITER?

**Schickt eine Sprach- oder
Textnachricht mit
dem Ende dieser Story an
dvr-jugendaktionen.de/wettbewerb**



DROGEN UND STRASSENVERKEHR.

PASST DAS?

APROPOS

Noch mehr detaillierte Informationen zum Thema Alkohol und Drogen findet Ihr hier. Auch dazu, welche Drogen es gibt und wie sie auf den Körper wirken.



FÜR DEN UNTERRICHT

Habt Ihr schon mal Drogen konsumiert?

Wenn ja, welche? Und wie haben sie auf Euch gewirkt?

Meint Ihr, Drogen können Euch beeinflussen? Nimmt die Teilnahme am Straßenverkehr dabei eine Sonderrolle ein, oder ist der Einfluss des Verhaltens nach Drogenkonsum dort nicht wichtiger als bei anderen Tätigkeiten?

Diskutiert das im Unterricht, in der Schule und untereinander.

STATISTISCH GESEHEN

Die Zahlen zu den Unfällen mit Personenschaden unter dem Einfluss von Drogen sind schon sehr krass! Zwischen 1975 und 1990 gab's da nicht so viel Veränderung – nur einen kleinen Anstieg der Zahlen um 5,6 % (von 323 auf 341 Unfälle). **Aber von 1991 bis 2021 ging's richtig ab! Die Zahl hat sich mehr als verfünffacht, von 434 auf 2409 Unfälle.**

Extrem waren auch die Unterschiede bei der Tageszeit: 2021 gab's am wenigsten Unfälle mit Personenschaden zwischen 2 und 4 Uhr morgens. Danach ging's steil bergauf und **zwischen 16 und 18 Uhr war der Peak erreicht.**

Diese Zahlen zeigen, wie wichtig es ist, nüchtern zu bleiben, wenn ihr im Verkehr unterwegs seid. Drogen beeinflussen unser Fahrverhalten und können schwere Unfälle verursachen.

DROGEN ALLGEMEIN

Drogen sind Substanzen, die Auswirkungen auf unseren Körper und unser Gehirn haben. Es gibt verschiedene Arten von Drogen, wie Weed, Kokain, Ecstasy und noch viel mehr. Aber wisst ihr, dass der Konsum von Drogen mega riskant sein kann?

Es gibt Leute, die sagen, dass Drogen cool sind und Spaß machen. Aber Ihr müsst wissen, dass sie auch richtig gefährlich sein können. Die Folgen gehen von gesundheitlichen Problemen bis hin zu Abhängigkeit und psychischen Schwierigkeiten.

Wir müssen uns bewusst sein, dass der Konsum von Drogen in jungen Jahren besonders riskant ist. Unser Körper und unser Gehirn sind noch in der Entwicklung und können leichter Schaden nehmen. Das wollen wir doch nicht, oder?

Und wenn ihr Freunde seht, die mit Drogen rumhantieren, ist es wichtig, dass Ihr Einfluss nehmt und ihnen klarmacht, wie gefährlich das sein kann.

WIRKUNG UND AUSWIRKUNG

Der Konsum von Drogen kann extreme Gefährdungen im Straßenverkehr zur Folge haben. Das ist echt wichtig zu wissen, denn es betrifft uns alle.

Die Wirkung der Drogen kann Eure Fahrtauglichkeit Fahrtüchtigkeit – wichtig!!!! – stark beeinflussen. Ihr könnt unkoordiniert und verwirrt werden. Stellt Euch mal vor, wie gefährlich das beim Fahren sein kann.

Ihr könnt die Kontrolle über Euer Fahrrad, Euren Wagen oder Euer Moped verlieren, weil Ihr nicht mehr klar denken oder reagieren könnt. Das ist wirklich übel und erhöht das Risiko für schlimme Unfälle.

Drogen beeinflussen auch Eure Wahrnehmung und Euer Urteilsvermögen. Ihr könnt Risiken total unterschätzen und Euch unkontrolliert bewegen.

Regelmäßiger Drogenkonsum verändert unseren Stoffwechsel. Unser Gehirn reagiert immer weniger auf normale positive Reize. Stattdessen will es immer mehr von den Drogen. Unsere Toleranz steigt. Wir brauchen immer höhere Dosen, um den gleichen Effekt zu spüren. Wenn die Droge nachlässt, erleben

wir einen psychischen Entzug, mit Depressionen und Angst.

Die Veränderungen im Stoffwechsel können so krass werden, dass unser Körper die Droge braucht, um richtig zu funktionieren. Wenn uns die Substanz fehlt oder wir nicht genug davon haben, bekommen wir Entzugserscheinungen wie Schwitzen, Zittern, Übelkeit oder Schmerzen. Das ist körperliche Abhängigkeit.

Es ist wichtig, dass Ihr die Gefahren vom Drogenkonsum im Straßenverkehr ernst nehmt. Informiert Euch über die Risiken und sprecht mit vertrauenswürdigen Leuten darüber. Sie können Euch bei Bedarf helfen und unterstützen.

Quellen: <https://drogen.dvr.de/index.htm>, <https://www.destatis.de>, <https://www.bzga.de/mediathek/themen/illegale-drogen/>



STORY 3

Sie kann es einfach nicht begreifen. Noch bis vor einer Woche waren sie beste Freundinnen und plötzlich haben sich alle gegen sie verschworen.

Ina ist todunglücklich. Nur weil sie mal anderer Meinung war, wird plötzlich auf allen Kanälen über sie hergezogen.

Und wie gemein, dass plötzlich auch noch dieses Foto kursiert, das sie NUR Romy, ihrer damals noch besten Freundin, geschickt hatte, als sie zu Hause vor ihrem Spiegel im neuen Bikini poste. „Oh Mann, hätte ich das bloß nicht gemacht.“ denkt sie. Und eigentlich weiß sie ja, wie gefährlich das werden kann.

Ina steigt auf ihr Mofa, um in die Schule zu fahren. Da summt schon wieder das Handy in der Hosentasche. „Nein ich geh nicht dran.“, denkt sie, bevor sie – reflexartig – auf das Display schaut. „Ich glaube es nicht. Jetzt bläst sogar Jonas, ihr bester Kumpel, mit in das Horn der Meute.“

Ina ist geschockt und fährt mit Tränen in den Augen los. Sie kann kaum noch etwas sehen, geschweige denn denken. Hätte sie hier nicht rechts abbiegen müssen?

Erschrocken dreht sie sich um, als plötzlich...

**INA IST TODUNGLÜCKLICH.
PLÖTZLICH WIRD AUF ALLEN
KANÄLEN ÜBER SIE HERGEZOGEN.**

WIE GEHT ES

WEITER?



Kommt Ina auf ihrem Mofa ins Straucheln und wie?

Wer sitzt wohl in dem Pkw aus dessen Windschutzscheibe man sie sehen kann.



Wie geht die Geschichte aus?

Hattet Ihr schon einmal Erfahrungen mit Mobbing?

Und wenn ja, in welcher Position habt Ihr Euch befunden?

Welche Auswirkungen hat das auf die Verkehrsteilnahme?



**500 €
für die
Klassenkasse!**



WIE WÜRDEN DIE GESCHICHTE BEI EUCH AUSGEHEN?

WIE GEHT ES

WEITER?

**Schickt eine Sprach- oder
Textnachricht mit
dem Ende dieser Story an
dvr-jugendaktionen.de/wettbewerb**

ARTEN UND ANZEICHEN

VON MOBBING

APROPOS

In der Broschüre „Don_t_be_a_Bully__be_a_Buddy“ des deutschen Jugendrotkreuzes gibt es eine tolle Anleitung, wie man Mobbing erkennt und damit umgehen kann. Werft doch mal einen Blick dort hinein:



FÜR DEN UNTERRICHT

Mobbing erkennen und etwas dagegen tun. Das ist sicher nicht einfach. Vor allem, wenn man vielleicht selber in irgendeiner Art und Weise daran beteiligt ist. Als Opfer oder auch als jemand, der/die, ggf. unbewusst, auf der Gegenseite steht.

Diskutiert im Unterricht, ob Euch schon einmal Mobbingfälle aufgefallen sind.

Spielt ein mögliches Szenario gemeinsam durch. Wie verändert sich das jeweilige Verhalten?

ARTEN VON MOBBING

- Körperliches Mobbing
- Psychisches Mobbing
- Cyber-Mobbing
- Mobbing per Smartphone
- Missbrauch durch eine Gruppe
- Machtmissbrauch
- Organisiertes Mobbing
- Mobbing durch Ausgrenzung
- Mobbing aufgrund von ethnischer Zugehörigkeit, Geschlecht oder sexueller Orientierung

WAS IST MOBBING?

Mobbing, das sind wiederholte verbale, psychische oder physische Angriffe einer Person oder Gruppe gegenüber anderen. Es handelt sich um ein unangenehmes und einschüchterndes Verhalten, das hauptsächlich in sozialen Umgebungen sowohl online als auch offline auftritt.

Zu den Formen des Mobbings gehören Hänseleien, Provokationen, Drohungen, körperliche Gewalt und Erpressung, die von einer oder mehreren Personen gegen ein Opfer gerichtet werden.

Es ist wichtig zu beachten, dass ein Konflikt nicht dasselbe ist wie Mobbing!

Mobbing hat ernsthafte Auswirkungen auf die Betroffenen. Es kann zu emotionalen, psychischen und sogar körperlichen Schäden führen, die natürlich auch Auswirkungen auf das Verhalten im Straßenverkehr haben können.

WIE ERKENNT MAN MOBBING?

Es gibt verschiedene Signale, die auf Mobbing hindeuten können. Wenn jemand von Mobbing betroffen ist, können folgende Anzeichen auftreten:

Rückzugstendenz und Zurückhaltung bei Aktivitäten:

Die betroffene Person zieht sich möglicherweise zurück und nimmt nicht mehr an Aktivitäten teil, die zuvor Spaß gemacht haben.

Körperliche Anzeichen:

Unerklärliche Prellungen, Kratzer oder Beschädigungen an Gegenständen können darauf hinweisen, dass das Opfer körperliche Gewalt erfährt.

Stressbedingte Krankheiten:

Mobbing kann zu stressbedingten körperlichen Symptomen führen, wie Kopf- und Bauchschmerzen, obwohl keine erkennbare körperliche Ursache vorliegt.

Verhaltensänderung:

Betroffene können ihr Verhalten verändern, um mit der Situation umzugehen. Ängstliches Verhalten kann sich zeigen, zum Beispiel Angst vor der Teilnahme an Treffen oder das Vermeiden bestimmter Wege.

Es kann auch zu aggressivem Verhalten kommen, bei dem die Person schnell die Kontrolle verliert und bei Kleinigkeiten aggressiv reagiert. Generell kann das Verhalten der betroffenen Person sich von seinem üblichen Verhalten unterscheiden.

Im Straßenverkehr kann das verheerende Folgen haben.

Unkonzentriertes Verhalten beim Fahren von Fahrzeugen aller Art. Rücksichtsloses oder sogar aggressives Verhalten gegenüber anderen Verkehrsteilnehmenden.

Es ist wichtig, Anzeichen von Mobbing ernst zu nehmen und aufmerksam zu sein. Wenn Ihr oder jemand, die/den Ihr kennt, solche Anzeichen zeigt, ist es ratsam, darüber zu sprechen und Unterstützung zu suchen.





EMOTIONALE ABLENKUNG

Wer bei einer Geschwindigkeit von 15 km/h nur drei Sekunden abgelenkt wird, ist 4,5 Meter im Blindflug unterwegs. Das entspricht etwa einem kurzen Blick aufs Handy beim Radfahren.

Eine kurze Unaufmerksamkeit, die nicht nur zu gefährlichen Verkehrssituationen oder riskanten Fahrmanövern, sondern auch zu schlimmen Unfällen führen kann.

Durch mentale Ablenkung wie starke Emotionen, die durch Mobbing und Stress ausgelöst werden können, schweift man vom Verkehrsgeschehen ab. Der Blick ist dann auf mögliche Gefahrenstellen gerichtet, eine bedrohliche Situation allerdings wird nicht erkannt, oder nur oberflächlich erfasst, weil man in Gedanken ist und im Kopf vermeintlich wichtigere Dinge verarbeitet.

GEFAHR: STRASSENSCHÄDEN

Schlaglöcher, Rollsplitt, Spurrinnen und Bodenwellen: Wo manche Menschen sich höchstens um Stoßdämpfer und Reifen sorgen, werden Fahrbahnschäden für andere, besonders zu Fuß, auf dem Fahrrad, Moped oder Motorroller, zur echten Gefahr. Denn bei Unachtsamkeit und mentaler Ablenkung drohen schnell schwere Stürze. Unfallursache Schlagloch.

Da kann man sich gut vorstellen, was passiert, wenn man sich mit traurigen Gedanken quält, gestresst und unaufmerksam unterwegs ist. Mobbing kann dafür eine entscheidende Ursache sein.

Straßenschäden werden gerade einmal bei 0,5 Prozent aller Unfälle mit Verletzten und Getöteten als Unfallursache angegeben. Doch die Dunkelziffer dürfte höher liegen. Denn wer wegen eines Schlaglochs verunglückt und dabei zu schnell unterwegs war, fällt in die Statistik des Fehlverhaltens.

HÖCHSTLEISTUNG FÜRS GEHIRN

Bei der Fülle von Informationen, die wir bereits im normalen Straßenverkehr verarbeiten müssen, läuft unser Gehirn quasi ständig auf Hochtouren. Da seine Aufnahmekapazität und Leistungsfähigkeit jedoch begrenzt ist, erzeugt ein Überangebot an Informationen Stress und das Gehirn trifft eine Auswahl.

Routinetätigkeiten wie Mopedfahren oder das Überqueren einer Straße an der Ampel treten dann automatisch in den Hintergrund. Wenn wir zudem auch noch emotional belastet sind, ist das möglicherweise eine Überforderung für den ein oder anderen Menschen, die nicht mehr bewältigt und zu schlimmen Folgen führen kann.

BESONDERS GEFÄHRDET:

ZWEIRADFAHRENDE

APROPOS

In der Jugendaktion „Allein unterwegs“ ging es vor allem um die Auswirkung von mentaler Belastung und Beanspruchung, wie sie auch durch Mobbing ausgelöst werden.

Schaut doch noch mal dort rein:

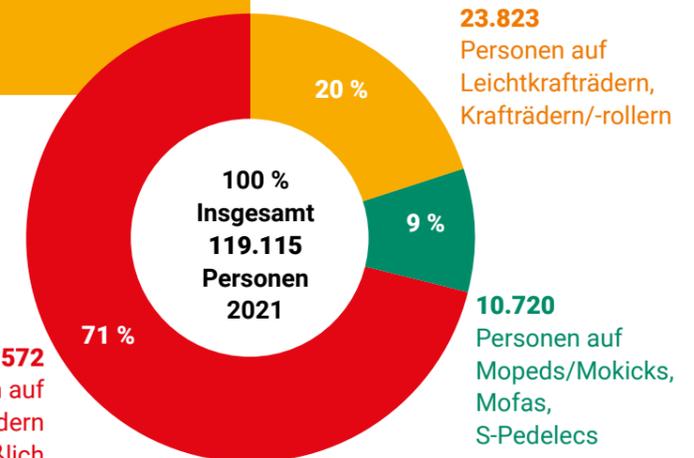


TRAURIGE STATISTIK

Im Jahr 2021 verunglückten insgesamt 119.115 Kraftrad- und Fahrradnutzende, davon 901 tödlich. Damit waren 36,6 % aller Verunglückten und 35,2 % aller Verkehrstoten im Straßenverkehr Benutzer von Kraft- beziehungsweise Fahrrädern.

Die Grafik zeigt die verunglückten Personen von Kraftrad- und Fahrradbenutzern bei Straßenverkehrsunfällen 2021.

84.572
Personen auf
Fahrrädern
einschließlich
Pedelecs



Quellen: <https://www.alleinunterwegs.com>, <https://www.destatis.de>

STORY 4

Es ist ein Abend in der Themenwoche vor der Abiturprüfung. Bier steht auf dem Tisch. Die Freunde sind gut gelaunt.

Freddi: „Sag mal Jan, wie sieht's eigentlich aus mit Tina? Läuft da was?“ Lara jöhlt vielsagend.

Jan: „Nee. Ich hab Schiss, sie anzurufen. Was ist, wenn sie nein sagt. Nee lass mal.“

Die drei feiern ausgelassen.

Wie Jan nach Hause gekommen ist, weiß er nicht mehr.

Am Morgen klingelt das Telefon „Anruf von Tina“. Jan ist noch benebelt.

Tina bittet ihn, sie abzuholen, sie hätte leicht verschlafen und muss sich noch fertig machen. Jan etwas unruhig „Klar, mache ich“. Er springt in seine Klamotten, greift den Schlüssel und rennt leicht wankend los...

„SO RICHTIG FIT BIN ICH NOCH NICHT“ DENKT JAN.



WIE GEHT ES

WEITER?

Was hättet Ihr an Jans Stelle getan?

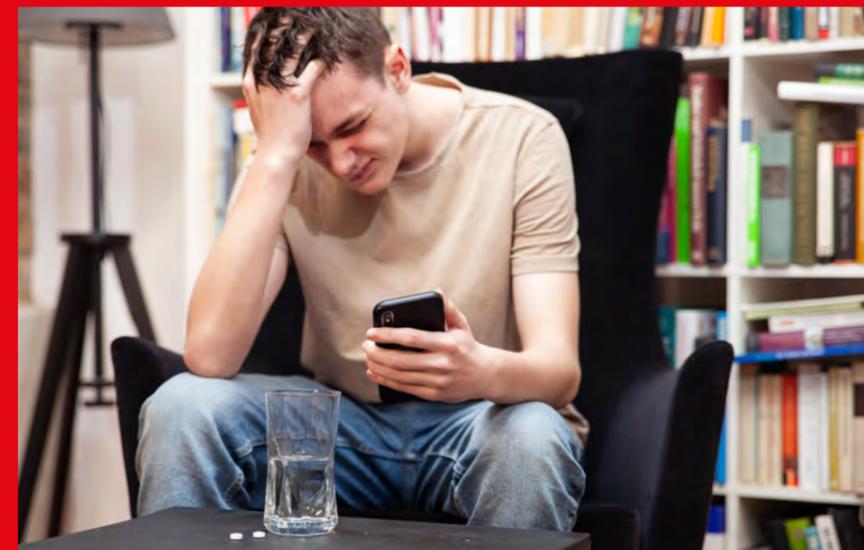
Wärt Ihr auch losgefahren, obwohl Ihr noch nicht nüchtern seid?
Wieso oder wieso nicht?

Ab wieviel Promille im Blut gilt man als fahruntüchtig?

Woher wisst Ihr denn, wie viel Promille im Blut morgens noch vorhanden wären?

Wäre es Euch leicht oder schwer gefallen, Tina zu sagen, dass es nicht geht und warum?

Wie würde Eure Geschichte ausgehen?





**500 €
für die
Klassenkasse!**



**WIE
WÜRDEN DIE
GESCHICHTE
BEI EUCH
AUSGEHEN?**

WIE GEHT ES

WEITER?

**Schickt eine Sprach- oder
Textnachricht mit
dem Ende dieser Story an
dvr-jugendaktionen.de/wettbewerb**

ALKOHOL IM

STRASSENVERKEHR

APROPOS

Alkohol am Steuer. Alles zu Wirkung, Restalkohol und Abbau findet Ihr hier auf der entsprechenden Seite des ADAC.

Hier könnt Ihr noch einiges mehr zu dem Thema erfahren:



FÜR DEN UNTERRICHT

Alkohol wird häufig unterschätzt. Wahrscheinlich auch deshalb, weil es so viele verschiedene Arten in unterschiedlichster Stärke gibt.

Und natürlich reagiert jeder Körper in verschiedenen Situationen unterschiedlich stark.

Diskutiert untereinander im Unterricht, wie welcher Alkohol wann bei Euch wirkt.

Welche Erfahrungen habt Ihr gemacht?

Wo liegt Eure Grenze, über der Ihr kein Fahrzeug mehr im Straßenverkehr bewegen würdet?

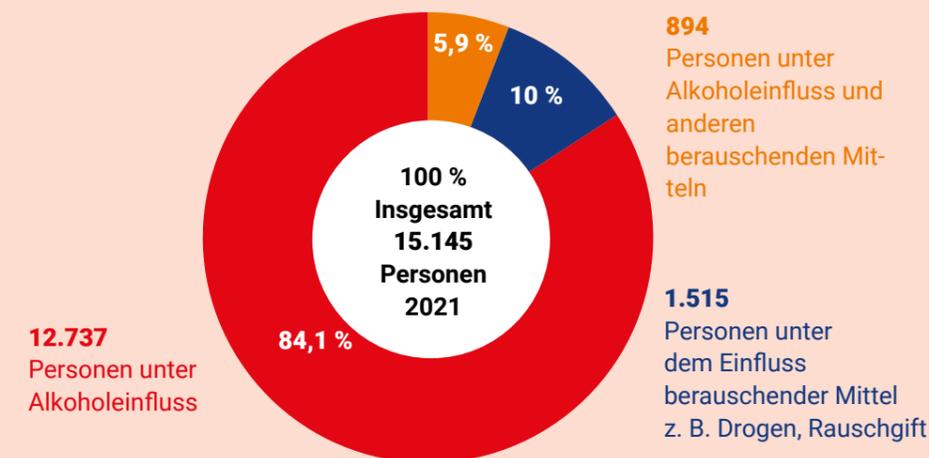
STATISTISCH GESEHEN

Laut Statistischem Bundesamt verunglückten 2021 insgesamt **16.426 Personen bei einem alkoholbedingten Unfall. Jeder 16. getötete Verkehrsteilnehmer starb im Jahr 2021 infolge eines Alkoholunfalls, insgesamt wurden dabei 165 Menschen getötet.**

Es gibt zwar insgesamt weniger Alkoholunfälle mit Personenschaden im Straßenverkehr: Die Zahl hat sich zwischen 1975 und 2021 um rund 74 Prozent verringert. Aber, die Pkw-Fahrerinnen und -Fahrer, die daran beteiligt waren, hatten in 70 Prozent der Fälle mehr als 1,1 Promille und waren damit absolut fahruntüchtig.

Im Jahr 2022 ereigneten sich 19.543 Unfälle mit Personenschaden, weil dabei eine Fahrerin, ein Fahrer unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen stand. An den Folgen der Unfälle starben 283 Menschen. Alarmierende Zunahme bei den Getöteten durch alkoholbedingte Unfälle gegenüber 2021 um 46,7 Prozent auf 242.

UNFÄLLE MIT PERSONENSCHADEN 2021, AN DENEN MINDESTENS EIN BETEILIGTER UNTER DEM EINFLUSS VON ALKOHOL UND BERAUSCHENDER MITTEL STAND



ALKOHOL ALLGEMEIN

Alkohol hat eine signifikante Auswirkung auf unseren Körper. Sobald wir Alkohol trinken, gelangt er in unseren Blutkreislauf, beeinflusst unser Nervensystem und kann uns verändert erscheinen lassen. Wir können uns lockerer, lustiger und hemmungsloser fühlen. Das kann mitunter angenehm sein, aber es ist wichtig, die potenziellen Gefahren zu beachten.

Unsere Reflexe werden deutlich verlangsamt. Daher sollten wir uns gut überlegen, ob wir uns nach dem Konsum von Alkohol noch hinter das Steuer setzen möchten. Alkohol und Fahren ist äußerst riskant, gefährlich für andere und sich selbst und damit ein „no go“.

Doch das ist noch nicht alles. Alkohol beeinflusst auch unser Denkvermögen und unsere Koordination. Unsere Vorsicht schwindet und wir könnten uns zu Handlungen hinreißen lassen, die wir nüchtern niemals begehen würden. Das kann schwerwiegende Konsequenzen haben und uns in gefährliche Situationen bringen.

Darüber hinaus müssen wir bedenken, dass Alkohol bei jungen Leuten eine besonders negative Wirkung auf das Gehirn haben kann. Es kann die Entwicklung beeinflussen und langfristige Schäden verursachen.

Daher sollten wir verantwortungsvoll mit Alkohol umgehen und auf uns selbst sowie auf unsere Freunde achten, damit aus der Party nicht plötzlich eine unkontrollierbare Situation wird.

UNTERSCHÄTZT: RESTALKOHOL

Oft unterschätzen wir die Menge an Restalkohol, die am Morgen nach einer Party noch in unserem Blut steckt. Der Abbau des Alkohols beträgt ungefähr 0,1 Promille pro Stunde. Das heißt, wenn wir bis spät in die Nacht feiern und dabei Alkohol konsumiert haben, besteht die Gefahr, dass wir selbst am nächsten Morgen noch nicht fit genug zum Fahren sind. Erst im Laufe des Tages baut sich der Restalkohol dann vollständig ab. Also besser auf Nummer sicher gehen und nicht zu früh ans Steuer, um keine bösen Überraschungen zu erleben.

Quellen: <https://alkohol.dvr.de/alkohol-allgemein/index.htm>, <https://www.destatis.de>, <https://www.adac.de/gesundheit/gesund-unterwegs/strasse/alkohol-am-steuer/>

AUTOFAHREN UND

ALKOHOL



Du solltest bedenken, dass Restalkohol, Übermüdung und ein Kater Dein Reaktionsvermögen negativ beeinflussen können. Wenn Du dann einen Fahrfehler begehst, den Verkehr gefährdest oder einen Unfall verursachst, musst Du bereits ab 0,3 Promille Blutalkohol mit rechtlichen Konsequenzen wie Geld- oder Freiheitsstrafen, Punkten in Flensburg oder dem Entzug deiner Fahrerlaubnis rechnen.

Nehmen wir an, Du hast nach dem Konsum von Bier eine Blutalkoholkonzentration von etwa 1,4 Promille erreicht. Wenn Du dann ein Kraftfahrzeug führst, begehst Du eine Straftat. Es drohen Geld- oder Freiheitsstrafe, 3 Punkte im Fahreignisregister in Flensburg und Fahrerlaubnisentzug mit einer Sperrfrist von mind. 6 Monaten.

Im Rahmen der Neuerteilung einer Fahrerlaubnis nach Entzug kann die Beibringung einer Medizinisch-Psychologischen Untersuchung (MPU) angeordnet werden. Bei einem Unfall werden die Folgen noch teurer: Deine Kfz-Haftpflichtversicherung kann bis zu 5000 Euro in Rechnung stellen und deine Kaskoversicherung kann ihre Leistungen ganz oder teilweise kürzen.

In der Probezeit und vor Vollendung des 21. Lebensjahres gilt ein Alkoholverbot beim Führen eines Kraftfahrzeugs.

FAHRRADFAHREN

UND ALKOHOL



Auch Du als radfahrende Person kannst kontrolliert werden, ob Du alkoholisiert bist. Es ist wichtig zu wissen, dass nicht nur Autofahrende, sondern auch Radfahrende sich strafbar machen können. Wenn Du mit einer Blutalkoholkonzentration von 1,6 Promille oder mehr auf dem Fahrrad unterwegs bist, begehst Du eine Straftat. In diesem Fall giltst Du als absolut fahruntüchtig. Doch Vorsicht: Bereits ab 0,3 Promille Alkohol im Blut kannst Du Dich strafbar machen, wenn zusätzlich alkoholbedingte Ausfallerscheinungen vorhanden sind. Dann giltst Du als fahruntüchtig. Solche Ausfallerscheinungen können beispielsweise das Fahren in Schlangenlinien, Stürze, Gleichgewichtsprobleme oder das alkoholbedingte Verursachen eines Unfalls sein.

Wenn Radfahrende mit 1,6 Promille oder mehr erwischt werden,

müssen sie mit einer hohen Geldstrafe rechnen. Zudem werden zwei Punkte im Fahreignisregister in Flensburg eingetragen.

Was passiert mit dem Führerschein?

Selbst wenn Du (noch) keinen Führerschein hast, kann eine MPU (Medizinisch-Psychologische-Untersuchung) angeordnet werden. Denn jeder, der am Straßenverkehr teilnimmt, muss geeignet sein. Das Fahrradfahren kann sogar untersagt werden, wenn die Gefahr besteht, dass Du in Zukunft wieder Alkohol trinkst und dann Fahrrad fährst.

AB 3,0 PROMILLE –

AKUTE ALKOHOLVERGIFTUNG:

0,2 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Wahrnehmung, Gefühle, Verhalten verändern sich• Konzentrationsvermögen und Bewegungskoordination sinken• Hang zu weiterem Alkoholkonsum steigt
0,5 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Reaktionen werden langsamer• Geschwindigkeiten werden falsch eingeschätzt• Risikobereitschaft steigt
0,8 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Reaktionen sind deutlich verlangsamt• Gleichgewichtssinn wie Konzentrationsfähigkeit sind gestört• „Tunnelblick“ und Enthemmung
1,0 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Rauschstadium beginnt• Gleichgewichts-, Seh- und Sprachstörungen (Torkeln, Lallen)• Bereitschaft zur Aggression steigt
2,0 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Betäubungsstadium setzt ein• Gleichgewichtsstörungen• Erbrechen• Störungen des Gedächtnisses und der Orientierung
3,0 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Schwere, akute Alkoholvergiftung beginnt• Gedächtnisverlust, Bewusstlosigkeit oder Tiefschlaf und Verlust der Körperreflexe
ab 4,0 Promille	<ul style="list-style-type: none">• Es kommt zu Lähmungen• der Mensch fällt ins Koma• durch Atemstillstand oder das Einatmen von Erbrochenem kann spätestens ab 4 Promille der Tod eintreten

DIE AUFGABE:

Erstellt eine **TEXT-** oder **SPRACHNACHRICHT**, in der Ihr uns **EINE** der vier Geschichten aus dieser Broschüre weitererzählt.

Diese Text-/Sprachnachricht könnt Ihr auf unserer Website www.dvr-jugendaktionen.de/wettbewerb hochladen.



Eine ausgewählte Jury bewertet die Einsendungen nach Kreativität, Informationsgehalt, Umsetzung der Themen, Lösungsvorschlägen und Präsentationsfähigkeit.

Die besten Beiträge gewinnen bis zu **500,- € für die Klassenkasse**.

Einsendeschluss ist der 31. Mai 2024!

**GEWINNCHANCE:
500,-€ FÜR DIE
KLASSENKASSE**

DER WETTBEWERB

INTEGRATION IN DEN UNTERRICHT

Durchführung als Gruppenaufgabe
in der Schule

Infos und Unterstützung für
Lehrerinnen und Lehrer



KOPFRAUSCH

WARUM ES SINN MACHT,

IN DER SCHULE

DARÜBER ZU REDEN

**GEWINNCHANCE:
500,-€ FÜR DIE
KLASSENKASSE
BIS 31. MAI 2024**

Das Wohl unserer Schülerinnen und Schüler liegt uns allen am Herzen. Ein Aspekt, der oft übersehen wird, betrifft die Beeinträchtigungen auf Schulwegen, die durch Müdigkeit, Mobbing, Alkohol und Drogen entstehen können. Die Auseinandersetzung mit diesen Themen ist jedoch von grundlegender Bedeutung für die Sicherheit, das Wohlbefinden und die Entwicklung der Schülerschaft.

MÜDIGKEIT ALS RISIKOFAKTOR AUF SCHULWEGEN:

Müdigkeit ist eine weitverbreitete Beeinträchtigung, die sich auf die Konzentrationsfähigkeit und das Reaktionsvermögen der Schülerinnen und Schüler auswirken kann. Frühe Schulstartzeiten, lange Lernzeiten und außerschulische Aktivitäten können dazu führen, dass Jugendliche nicht ausreichend Schlaf erhalten. Dies kann zu gefährlichen Situationen auf dem Schulweg führen, wenn Schülerinnen und Schüler nicht ausgeruht genug sind, um sich im Straßenverkehr angemessen zu verhalten.

MOBBING AUF DEM SCHULWEG:

Mobbing ist ein ernsthaftes Problem, das nicht nur innerhalb der Schule, sondern auch auf dem Weg dorthin auftreten kann. Schikanen, Beleidigungen oder körperliche Übergriffe können das Selbstvertrauen der Betroffenen nachhaltig beeinträchtigen. Ein sicherer Schulweg ist essentiell, damit sich Schülerinnen und Schüler ohne Ängste und Belastungen bewegen können.

RISIKEN VON ALKOHOL UND DROGEN:

Der Konsum von Alkohol und Drogen kann nicht nur die physische und psychische Gesundheit der Jugendlichen gefährden, sondern auch ihre Fähigkeit beeinträchtigen, sich sicher im Straßenverkehr zu bewegen. Beeinträchtigtes Urteilsvermögen und verminderte Reaktionszeiten können zu gefährlichen Situationen führen, die nicht nur die Schülerinnen und Schüler selbst, sondern auch andere Verkehrsteilnehmende gefährden.

MEINE EINFLUSSMÖGLICHKEITEN

ALS LEHRERIN UND ALS LEHRER

VERANTWORTUNGSBEWUSSTSEIN FÖRDERN:

Indem wir Schülerinnen und Schüler über die Risiken und Folgen von Müdigkeit, Mobbing, Alkohol und Drogen aufklären, helfen wir ihnen, verantwortungsbewusste Entscheidungen zu treffen und sich sicherer zu verhalten.

PRAKTISCHE FÄHIGKEITEN ENTWICKELN:

Die Schulzeit ist eine Gelegenheit, praktische Fähigkeiten zu vermitteln, die Schülerinnen und Schülern dabei helfen, sich sicher auf dem Schulweg zu bewegen. Dazu gehören Verhaltensregeln im Straßenverkehr und Strategien, um Mobbing zu erkennen und zu bewältigen.

FÖRDERUNG DES SOZIALEN KLIMAS:

Indem wir uns aktiv mit Mobbing auseinandersetzen, schaffen wir eine Atmosphäre des Respekts und der Empathie. Dies trägt nicht nur zum Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler bei, sondern schafft auch eine lernförderliche Umgebung.

LANGFRISTIGE AUSWIRKUNGEN:

Die Schule hat die Möglichkeit, langfristige Einstellungen und Verhaltensweisen zu prägen. Indem wir unsere Schülerinnen und Schüler für die Risiken sensibilisieren, legen wir den Grundstein für sicherheitsbewusstes und verantwortungsvolles Verhalten im späteren Leben.

GANZHEITLICHE BILDUNG:

Bildung sollte nicht nur akademische Inhalte umfassen, sondern auch die Entwicklung von sozialen Kompetenzen und die Förderung von gesundem Verhalten. Die Auseinandersetzung mit diesen Themen trägt dazu bei, eine ganzheitliche Bildung zu gewährleisten.

Es liegt in unserer Verantwortung als Lehrende, unsere Schülerinnen und Schüler auf ihrem Bildungsweg nicht nur akademisch, sondern auch persönlich zu begleiten. Die Auseinandersetzung mit den Beeinträchtigungen auf Schulwegen durch Müdigkeit, Mobbing, Alkohol und Drogen ist ein wichtiger Schritt, um eine sichere, unterstützende und förderliche Lernumgebung zu schaffen.

DIE TEILNAHME AM WETTBEWERB

Die Teilnahme am Wettbewerb steht weniger im Fokus als die Auseinandersetzung mit den genannten Themen. Wir möchten, dass die Schülerinnen und Schüler sich bewusst mit den Risiken und Herausforderungen auf ihren Schulwegen auseinandersetzen, um eine umfassende Sensibilisierung für ihre Sicherheit und ihr Wohlbefinden zu erreichen.

Die Geschichten, die den Schülerinnen und Schülern als Ausgangspunkt dienen, handeln von der Müdigkeit als Risikofaktor auf Schulwegen, den Auswirkungen von Mobbing auf dem Weg zur Schule, den Gefahren von Alkohol und Drogen sowie der Förderung des Verantwortungsbewusstseins und der sozialen Kompetenzen.

UNABHÄNGIG VON EINER TEILNAHME AM WETTBEWERB, KÖNNEN IHRE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER:

- Ein tieferes Verständnis für die Bedeutung ihrer eigenen Sicherheit und ihres Wohlbefindens entwickeln.
- Ihre kreativen Fähigkeiten nutzen, um wichtige Botschaften zu vermitteln.
- Gemeinsam im Team arbeiten und voneinander lernen.
- Praktische Fähigkeiten erlernen, die sie im Alltag anwenden können.
- Das Bewusstsein für soziale Verantwortung und Empathie stärken.

Wir sind überzeugt, dass die Integration dieser Themen in den Unterricht nicht nur dazu beitragen wird, das Bewusstsein für die genannten Themen zu schärfen, sondern auch das soziale Klima an Ihrer Schule positiv zu beeinflussen.

Wir sind gespannt auf die kreativen Beiträge und darauf, wie Ihre Klasse sich mit den Themen auseinandergesetzt hat.

INTEGRATION IN DEN UNTERRICHT

So können Sie vorgehen, wenn Sie mit Ihren Schülerinnen und Schüler die Themen bearbeiten:

VORBEREITUNG:

RECHERCHE:

Nutzen Sie den Inhalt dieser Broschüre und die hier angebotenen Links für Ihre Recherche zu den Themen (Müdigkeit, Mobbing, Alkohol und Drogen) dieser Jugendaktion als Ausgangspunkt für die Geschichten. Die Recherche kann natürlich auch als Teilaufgabe an die Schülerinnen und Schüler abgegeben werden.

RESSOURCENBESCHAFFUNG:

Sammeln Sie informative Materialien, Videos, Statistiken oder Geschichten, die die Schülerinnen und Schüler bei der Recherche und dem Verständnis der Themen unterstützen können.

GRUPPENBILDUNG:

Teilen Sie Ihre Schülerinnen und Schüler in Gruppen ein, die gemeinsam an ihren Text- oder Sprachnachrichten arbeiten werden und teilen Sie den Gruppen je ein Thema/eine Geschichte zu.

EINFÜHRUNG:

Halten Sie mit Ihren Schülerinnen und Schülern eine kurze Einführungsstunde, in der die Themen erklärt und die Zielsetzung der Unterrichtsaufgabe erläutert wird.

Nutzen Sie dafür auch die Website www.dvr-jugendaktionen.de und die darin zum Download angebotene Power Point-Präsentation. Sie können bis Mai 2024 auch den Wettbewerb zur zusätzlichen Aktivierung ansprechen.

DURCHFÜHRUNG:

RECHERCHE UND DISKUSSION:

Die Gruppen recherchieren die ausgewählten Themen und diskutieren gemeinsam über die damit verbundenen Risiken, Herausforderungen und Lösungsansätze.

GESCHICHTENENTWICKLUNG:

Jede Gruppe bearbeitet ein Thema, entwickelt eine kreative Geschichte und legt fest, wie sie dieses Thema in ihrer Text- oder Sprachnachricht behandeln möchten.

INHALTLICHE AUSARBEITUNG:

Die Schülerinnen und Schüler arbeiten am Text oder der Sprachnachricht, wobei sie Fakten, emotionale Elemente und Lösungsvorschläge einfließen lassen.

FEEDBACK:

Sie als Lehrerin oder Lehrer bieten Feedback und Unterstützung, um sicherzustellen, dass die Geschichten informativ, ansprechend und zielgerichtet sind.

MEDIENERSTELLUNG:

Die Gruppen erstellen ihre Texte oder Sprachnachrichten in angemessenen Medienformaten. Die jungen Menschen sind da sehr kreativ.

Diese können bis 31. Mai 2024 auch als Beiträge für den Wettbewerb eingereicht werden.

PRÄSENTATION UND BEWERTUNG:

PRÄSENTATION:

Die Gruppen präsentieren ihre Texte oder Sprachnachrichten vor der Klasse oder einer ausgewählten Jury.

DISKUSSION:

Nach jeder Präsentation folgt eine Diskussionsrunde, in der die Klasse oder die Jury nachfragen darf.

BEWERTUNGSKRITERIEN:

Die Bewertung erfolgt anhand von Kriterien wie Kreativität, Informationsgehalt, Umsetzung der Themen, Lösungsvorschläge und Präsentationsfähigkeiten.

REFLEXION UND AUSWERTUNG:

DISKUSSION:

Nach Abschluss der Gruppenarbeiten und Vorstellung der Gruppenergebnisse führen Sie als Lehrerin oder Lehrer eine Diskussion über die gewonnenen Erkenntnisse, die Wichtigkeit der Themen und die Erfahrungen der Schülerinnen und Schüler während des Projekts.

REFLEXION:

Die Schülerinnen und Schüler reflektieren darüber, wie das Projekt ihr Verständnis für die Themen vertieft hat und wie sie persönlich von der Teilnahme profitiert haben.

LANGFRISTIGE BEDEUTUNG:

Sie betonen die langfristige Bedeutung der Auseinandersetzung mit diesen Themen und ermutigen die Schülerinnen und Schüler, das erlernte Wissen in ihr alltägliches Leben einzubringen.



Durch die Planung und Durchführung einer derartigen Unterrichtsaufgabe können Sie als Lehrerin oder Lehrer dazu beitragen, wichtige soziale Themen zu beleuchten und gleichzeitig die kreativen, kommunikativen und kritischen Denkfähigkeiten ihrer Schülerinnen und Schüler zu fördern.

Herausgegeben von:

© Deutscher Verkehrssicherheitsrat (DVR)
Jägerstraße 67-69
10117 Berlin
T +49(0)30 22 66 771 0
F +49(0)30 22 66 771 29
E info@dvr.de

Fachliche Beratung:

Olivera Scheibner, Kay Schulte, Anett Stadelmann

Konzept, Layout, Texte:

P.AD. Werbeagentur, Meinerzhagen
2023

Quellen:

Angabe auf den jeweiligen Seiten

Bildnachweis:

www.shutterstock.com
P.AD. Werbeagentur

www.dvr-jugendaktionen.de
www.facebook.com/jugendaktionen
www.instagram.com/jugendaktionen

